

## คำนำ

แผนการจัดการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) เป็นสื่อการเรียนรู้ที่จัดทำขึ้นเพื่อใช้เป็นแนวทางในการจัดการเรียนรู้ โดยยึดหลักการออกแบบการจัดการเรียนรู้แบบ Backward Design ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง (child centered) ตามหลักการที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ เพื่อให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมและกระบวนการเรียนรู้ สามารถสร้างองค์ความรู้ได้ด้วยตนเองทั้งเป็นรายบุคคลและรายกลุ่ม บทบาทของครูมีหน้าที่เฝ้าอำนวยความสะดวกให้นักเรียนประสบผลสำเร็จ โดยสร้างสถานการณ์การเรียนรู้ทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน ทำให้นักเรียนสามารถเชื่อมโยงความรู้ในกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่น ๆ ได้ในเชิงบูรณาการด้วยวิธีการที่หลากหลาย เน้นกระบวนการคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ และสรุปความรู้ด้วยตนเอง ทำให้นักเรียนได้รับการพัฒนาทั้งด้านความรู้ ด้านทักษะ/กระบวนการ และด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ นำไปสู่การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติสุข

การจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) ได้จัดทำตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ซึ่งครอบคลุมทุกสาระการเรียนรู้ โดยภายในเล่มได้นำเสนอแผนการจัดการเรียนรู้เป็นรายหน่วยการเรียนรู้ เพื่อให้ครูนำไปใช้ในการจัดการเรียนรู้ได้สะดวกยิ่งขึ้น นอกจากนี้แต่ละหน่วยการเรียนรู้ยังมีการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความรู้ ด้านทักษะ/กระบวนการ และด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ทำให้ทราบผลการเรียนรู้แต่ละหน่วยการเรียนรู้ของนักเรียนได้ทันที

แผนการจัดการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) นำเสนอเนื้อหาแบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 คำชี้แจงการจัดแผนการจัดการเรียนรู้ ประกอบด้วยแนวทางการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ สัญลักษณ์แสดงลักษณะกิจกรรมการเรียนรู้ การออกแบบจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแบบ Backward Design (BwD) เทคนิคและวิธีการจัดการเรียนรู้พลศึกษา โครงสร้างการแบ่งเวลารายชั่วโมงในการจัดการเรียนรู้

ตอนที่ 2 แผนการจัดการเรียนรู้รายหน่วยการเรียนรู้ได้เสนอแนะแนวทางการจัดการเรียนรู้แต่ละหน่วยการเรียนรู้แบ่งเป็นแผนย่อยรายชั่วโมง ซึ่งแผนการจัดการเรียนรู้แต่ละแผนมีองค์ประกอบครบถ้วนตามแนวทางการจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ของสถานศึกษา

ตอนที่ 3 เอกสาร/ความรู้เสริม ประกอบด้วยตัวอย่างแบบทดสอบต่าง ๆ ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

แผนการจัดการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) ได้ออกแบบการเรียนรู้ด้วยเทคนิคและวิธีการสอนอย่างหลากหลาย หวังว่าจะเป็นประโยชน์ต่อการนำไปประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมของนักเรียนต่อไป

ผู้จัดทำ

โครงสร้างรายวิชา

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) รหัสวิชา พ 21101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1  
ภาคเรียนที่ 1 1 ชั่วโมง/สัปดาห์ 20 ชั่วโมง/ภาคเรียน จำนวน 0.5 หน่วยกิต

หน่วย ย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
1	การ ปฐมนิเทศ ประวัติกีฬา เทเบิลเทนนิส และ สมรรถภาพ ทางกาย	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	1. ปฐมนิเทศนักเรียน - แนะนำผู้สอน - การแต่งกายเข้าชั้นเรียน - สนาม/สถานที่ 2. ประมวลการสอนรายวิชา - วัตถุประสงค์/เนื้อหาวิชา - เงื่อนไขในการเรียน - การประเมินผลการเรียน - วิธีการเรียนการสอน - เกณฑ์การประเมินผล 3. การฝึกสมรรถภาพ ทางกาย 4. ประวัติกีฬาเทเบิลเทนนิส	1	10
2	อุปกรณ์การ เรียน	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	การเรียนรู้อุปกรณ์ในการเล่น กีฬาเทเบิลเทนนิสให้เกิด ความเข้าใจ จะช่วยให้การ เล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสมี ประสิทธิภาพตามหลักสากล	1	10

2	อุปกรณ์การเรียน	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	การเรียนรู้อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสให้เกิดความเข้าใจ จะช่วยให้การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสมีประสิทธิภาพตามหลักสูตร	1	
3	ความคุ้นเคย	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	การสร้างความคุ้นเคยกีฬาเทเบิลเทนนิส	1	10
หน่วย ย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
3	ความคุ้นเคย	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	การสร้างความคุ้นเคยกีฬาเทเบิลเทนนิส	1	
3	ความคุ้นเคย	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	การสร้างความคุ้นเคยกีฬาเทเบิลเทนนิส	1	
4	ทักษะการจับไม้	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	ทักษะการจับไม้	1	10
4	ทักษะการจับไม้	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	ทักษะการจับไม้	1	
4	ทักษะการจับไม้	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	ทักษะการจับไม้	1	
5	ความพร้อมกีฬาเทเบิลเทนนิส	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	การยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย	1	10
5	ความพร้อมกีฬาเทเบิลเทนนิส	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	การยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย	1	
6	การตีลูกเทเบิลเทนนิส	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	การฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้	1	10

6	การตีลูก เทเบิลเทนนิส	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	การฝึกตีลูกเท เบิลเทนนิสตามลักษณะ การสัมผัสของหน้าไม้	1	
6	การตีลูก เทเบิลเทนนิส	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	การฝึกตีลูกเท เบิลเทนนิสตามลักษณะ การสัมผัสของหน้าไม้	1	
7	การตีพื้นฐาน	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	ทักษะการตีพื้นฐานเดี่ยว	1	20
7	การตีพื้นฐาน	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	ทักษะการตีพื้นฐานเดี่ยว	1	
7	การตีพื้นฐาน	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	ทักษะการตีพื้นฐานเดี่ยว	1	
7	การตีพื้นฐาน	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	ทักษะการตีพื้นฐานโต้คู่	1	20
หน่วย ย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
7	การตีพื้นฐาน	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	- ทักษะการตีพื้นฐานโต้คู่	1	
7	การตีพื้นฐาน	พ 3.1 (ม.1/2)	พ 3.2 (ม.1/3)	- ทักษะการตีพื้นฐานโต้คู่	1	
รวมเวลาเรียน/คะแนนระหว่างภาค					60	
คะแนนกลางภาค					20	
คะแนนปลายภาค					20	
รวม					100	

การออกแบบการวัดและประเมินผลการเรียนรู้  
 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1  
 รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) รหัสวิชา พ 21101  
 สัดส่วน คะแนนระหว่างเรียน ต่อ คะแนนปลายภาคเรียน = 80 : 20

หน่วย การเรียนรู้ที่	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	วิธีวัด/ประเมินผล	เวลา (ชั่วโมง)	คะแนน
1	- ปฐมนิเทศแนวการเรียนรู้ พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการ เคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นกีฬา	แบบสังเกตพฤติกรรมราย บุคคล	1	-

2	พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด	สอบภาคปฏิบัติ	2	10
3	พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น	สอบภาคปฏิบัติ	3	10
4	พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น	สอบภาคปฏิบัติ	3	20
5	พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น	สอบภาคปฏิบัติ	2	10
6	พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น	สอบภาคปฏิบัติ	3	10
7	พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น	สอบภาคปฏิบัติ	5	40

**ตารางสรุปคะแนน วิธีวัดและประเมินผลการเรียนรู้**  
**กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1**  
**รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) รหัสวิชา พ21101**

การวัดและประเมินผล	ภาระงาน/กิจกรรมที่ให้นักเรียนดำเนินการ	คะแนน
	ประวัติกีฬาเทเบิลเทนนิส	10

ก่อนกลางภาคเรียน

	อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส	10
	การสร้างความคุ้นเคย	10
กลางภาคเรียน	ทักษะการจับไม้	10
	การเคลื่อนไหวร่างกาย	10
หลังภาคเรียน	การฝึกตีตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้	10
	ทักษะการตีพื้นฐานเดี่ยว	20
ปลายภาคเรียน	ทักษะการตีพื้นฐานโต้คู่	20
<b>รวม</b>		<b>100</b>

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง ปฐมนิเทศประวัติและสมรรถภาพทางกาย

หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง ปฐมนิเทศประวัติและสมรรถภาพทางกาย

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) รหัสวิชา พ 21101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

## 1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

1.1 สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

- 1) นักเรียนสามารถเกิดความคิดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ที่นำไปใช้ในการเล่นกีฬา (K)
- 2) นักเรียนสามารถวิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับกีฬาเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ได้ (S/P)
- 3) นักเรียนมีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตร/ผลการเรียนรู้- ใฝ่เรียน ใฝ่รู้ (A)
- 4) นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)

## 2. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การจัดการเรียนรู้ตามแนวทางการปฏิรูปการศึกษาของไทย ปัจจุบันยึดแนวคิดของการพัฒนาที่มุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ดังนั้นการสร้างความเข้าใจในขอบข่ายของเรื่องให้ผู้เรียนจะได้เรียนรู้รายละเอียดในการเรียนรู้เป้าหมายของการเรียนรู้ วิธีการเรียนรู้ ตลอดจนการวัดและประเมินผลเพื่อตรวจสอบผลสัมฤทธิ์ของการเรียนรู้ดังกล่าวให้ผู้เรียนได้รับรู้ นอกจากจะช่วยให้ผู้เรียนมีความเข้าใจพื้นฐานในแนวทางและขอบข่ายองค์ความรู้ที่ได้การศึกษาแล้ว ยังจะช่วยให้การจัดการจัดการเรียนรู้ตามแนวทางในการปฏิรูปการศึกษาของไทยบรรลุเป้าหมายตามแนวทางที่กำหนดไว้ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ที่ได้วางไว้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นได้กำหนดตัวชี้วัดการเรียนรู้เป็นช่วงชั้น โดยแบ่งสาระการเรียนรู้ออกเป็น 5 สาระ และ 6 มาตรฐานการเรียนรู้ ซึ่งรายวิชาพื้นฐานพลศึกษา ได้กำหนดองค์ความรู้ไว้ในสาระและมาตรฐานการเรียนรู้ที่ 3 มาตรฐาน พ 3.1 และมาตรฐาน



พ 3.2 หากผู้เรียนมีความรู้และความเข้าใจในเรื่องดังกล่าวอย่างชัดเจนจะช่วยให้การเรียนรู้และการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้เรียนมีการพัฒนาและบรรลุไปสู่เป้าหมาย

### 3. สารการเรียนรู้

3.1 สารการเรียนรู้ (แกนกลาง)

ด้านความรู้ ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา(K)

ด้านทักษะ/กระบวนการวิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับกาเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ได้ (S/P)

ด้านเจตคติ ใฝ่เรียน ใฝ่รู้ ( A)

3.2 สารการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

-

3.3 สารการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

-

### 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร

4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด

4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา

4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

### 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 [ ] รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต 5.3 [ ✓ ] มีวินัย

5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้ 5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง 5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน

5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย 5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

### 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

6.1 [ ] Reading (อ่านออก)

6.2 [ ] Writing (เขียนได้)

6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)

6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)

6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)

6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)

6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)

6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ)

และรู้เท่าทันสื่อ)

6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)

6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)

6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

## 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- การออกแบบการออกกำลังกาย

## 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
1. จุดประสงค์ข้อที่ 1 (K)	- อภิปรายเกี่ยวกับจุดประสงค์การเรียนรู้	- ประเมินการอภิปราย	- แบบประเมินการอภิปราย	ตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป
2. จุดประสงค์ข้อที่ 2 (S/P)	- อภิปรายเกี่ยวกับกีฬาตะกร้อ	- ประเมินการอภิปราย	- แบบประเมินการอภิปราย	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป
3. จุดประสงค์ข้อที่ 3 (A)	- มีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬาตะกร้อ	- สังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	- แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป
4.คุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรฯ	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียนด้านมีวินัย ใฝ่เรียนรู้	- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป
5.สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	- ประเมินด้านความสามารถในการสื่อสาร ความสามารถในการคิด ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต	- แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป

6. ทักษะในศตวรรษ ที่ 21	นวัตกรรมทาง เทคโนโลยี	- ประเมินทักษะ การทำงาน	- แบบประเมิน ทักษะการทำ งาน	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การ เคลื่อนไหวได้	- ประเมินการ ตอบคำถาม	- แบบประเมิน การตอบคำถาม	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning)

รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน เวลา 5 นาที)

1. กล่าวถึงความสำคัญในการเรียนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา 1 (ตะกร้อ)
2. แนะนำตัวครูผู้สอน

ขั้นสอน (อธิบายและสาธิต / ฝึกปฏิบัติ / นำไปใช้ / ) (เวลา 40 นาที)

3. แนวการเรียนในรายวิชา
4. การประเมินผลการเรียน
5. การแต่งกายและการปฏิบัติตน
6. สถานที่เรียนและอุปกรณ์

ขั้นสรุป เวลา 10 นาที)

7. ตอบคำถามข้อสงสัยแนะนำเพิ่มเติมและวิธีการฝึกสมรรถภาพทางกาย

## 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- แบบฝึกการออกกำลังกาย

10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube

## 11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

### 11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

#### 1) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	

7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่

- เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม  
 ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

- เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้  
 เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา

- อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้  
 ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....  
.....  
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....  
.....  
.....  
ด้านสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน (C)

.....  
.....  
.....  
ปัญหา/อุปสรรค

.....  
.....  
.....  
แนวทางการแก้ไข/แนวทางการพัฒนา



ลงชื่อ สิบโท

ผู้สอน

(ประทีป ทองแถม)

ตำแหน่ง

ครู

9 / พฤษภาคม /2567

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง เรื่อง อุปกรณ์การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

## หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 อุปกรณ์การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) รหัสวิชา พ 21101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1  
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 เวลา 1 ชั่วโมง  
ผู้สอน สิทธิพรทิพย์ ทองเอม โรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

### 1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

1.1 สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

1) ความรู้ (Knowledge)

1. นักเรียนสามารถบอกอุปกรณ์ของการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสได้

2) ทักษะกระบวนการ (Practice)

1. นักเรียนสามารถใช้อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสได้อย่างถูกต้อง

3) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญของการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

4) นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)

### 2. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ปิงปองหรือเทเบิลเทนนิส เป็นกีฬาในร่มชนิดหนึ่งที่น่าสนใจและเล่นง่าย จึงได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย การเรียนรู้อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสให้เกิดความเข้าใจ จะช่วยให้การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสมีประสิทธิภาพตามหลักสากล

### 3. สาระการเรียนรู้

3.1 สารการเรียนรู้ (แกนกลาง)

ด้านความรู้ ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา(K)

ด้านทักษะ/กระบวนการวิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับกาเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ได้ (S/P)

ด้านเจตคติ ใฝ่เรียน ใฝ่รู้ ( A) อุปกรณ์การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

3.2 สารการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

-

3.3 สารการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

ภาษาไทย  ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่องอุปกรณ์

ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

การงานอาชีพและเทคโนโลยี  สืบค้นข้อมูล เรื่องอุปกรณ์ในการเล่นกีฬา

เทเบิลเทนนิส

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร

4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด

4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา

4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 [ ] รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต 5.3 [ ✓ ] มีวินัย

5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้ 5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง 5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน

5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย 5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

6.1 [ ] Reading (อ่านออก)

6.2 [ ] Writing (เขียนได้)

6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)

6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)

6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)

6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)

6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)

6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ)



และรู้เท่าทันสื่อ)

6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)

6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)

6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

## 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- สมุดจดบันทึก

## 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) นักเรียนสามารถบอก อุปกรณ์ที่ใช้ในการเล่น กีฬาเทเบิลเทนนิสได้	- อภิปรายเกี่ยวกับ อุปกรณ์การเล่นเท เบิลเทนนิส	- ประเมินผลงาน จากใบงาน	-แบบประเมิน ผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อย กว่าร้อยละ 60
ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถใช้ อุปกรณ์ในการเล่นกีฬา เทเบิลเทนนิสได้อย่าง ถูกวิธี	- อุปกรณ์การเล่นเท เบิลเทนนิส	- การออกมานำ เสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกต การตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน
คุณลักษณะอันพึง ประสงค์ (A) นักเรียนเห็นประโยชน์ และความสำคัญของ การเล่นกีฬา เทเบิลเทนนิส	- มีมีความสนใจใฝ่รู้ เกี่ยวกับเกี่ยวกับ กีฬา	-การสังเกต พฤติกรรมราย บุคคล -การทำงานกลุ่ม	-แบบสังเกต พฤติกรรมราย บุคคล -แบบประเมิน การทำงานกลุ่ม	นักเรียนที่ได้ระดับ คุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึง ประสงค์ตามหลักสูตร แกนกลางการศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดง ในชั้นเรียน	-ประเมิน คุณลักษณะอัน พึงประสงค์ของผู้ เรียน	-แบบประเมิน คุณลักษณะอัน พึงประสงค์ของ ผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อย กว่าร้อยละ 60

ด้านสมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต - การแก้ปัญหา - การใช้เทคโนโลยี	- พฤติกรรมที่แสดง ในชั้นเรียน	- ประเมิน สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	- แบบประเมิน สมรรถนะ สำคัญของผู้ เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อย กว่าร้อยละ 60
6. ทักษะในศตวรรษ ที่ 21	นวัตกรรมทาง เทคโนโลยี	- ประเมินทักษะ การทำงาน	- แบบประเมิน ทักษะการทำ งาน	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด  <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การ เคลื่อนไหวได้	- ประเมินการ ตอบคำถาม	- แบบประเมิน การตอบคำถาม	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning)

### รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

#### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

- ครูให้นักเรียนดูวิดีโอวิธีการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส จากนั้นครูซักถามเกี่ยวกับวิดีโอ เช่น
  - อุปกรณ์ในการเล่นกีฬามีอะไรบ้าง
  - นักเรียนเคยได้ใช้อุปกรณ์เหล่านี้บ้างหรือไม่
- ครูสนทนาเกี่ยวกับวิดีโอ เพื่อนำเข้าสู่บทเรียน

#### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

- ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่
- หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน
- ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องอุปกรณ์การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส จาก หนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

#### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

- ครูให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายอุปกรณ์ที่ใช้ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส แล้วครูตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้นักเรียนได้คิดและศึกษาค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง ตัวอย่างคำถาม

- โต๊ะเทเบิลเทนนิสต้องมีขนาดความกว้างและความยาวเท่าไร
- ตาข่ายที่ใช้มีขนาดความกว้างและความยาวเท่าไร
- ไม้เทเบิลเทนนิสที่ดีควรเป็นอย่างไร

2. โดยครูให้นักเรียนศึกษาจากหนังสือเรียน รายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

#### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูสุ่มเลือกนักเรียน หญิง-ชาย ทุกคน ออกมาอภิปรายความรู้เพื่อตอบคำถามหน้าชั้นเรียน โดยครูจะเป็นผู้ถามนักเรียนคนละ 1 คำถาม
2. ครูตั้งคำถามให้นักเรียนตอบ หากตอบผิด ครูจะให้นักเรียนกลับไปศึกษาใหม่แล้วมานำเสนอใหม่อีกครั้ง
3. เมื่อนักเรียนแต่ละคนตอบคำถามครูเสร็จสิ้นแล้ว ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้ในเรื่อง อุปกรณ์ที่ใช้ในการแข่งกีฬาเทเบิลเทนนิส โดยครูเขียนสรุปความรู้ไว้บนกระดานดำ

#### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถาม
2. ให้นักเรียนแต่ละคนเขียนสรุปความรู้ในเรื่องอุปกรณ์ที่ใช้ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส ลงในสมุดบันทึกแล้วนำมาส่งครูในช่วงชั่วโมงเรียนถัดไป
3. ครูอธิบายความรู้เพิ่มเติมในเรื่องการใช้อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาอย่างถูกวิธีและการดูแลรักษาอุปกรณ์ในการเล่นตะกร้อเพื่อให้นักเรียนตระหนักและเห็นความสำคัญของอุปกรณ์การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

## 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1
2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube

**11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา**

11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

1) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการ ตรวจสอบ
-----	--------	------------------------

		ใช่	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่

- เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม  
 ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

- เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้  
 เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา

- อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้  
 ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....

.....

.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....

.....

.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....

.....

.....

ด้านสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน (C)

.....

.....

.....

ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

แนวทางการแก้ไข/แนวทางพัฒนา

.....

.....

.....



ลงชื่อ สิบโท

ผู้สอน

(ประทีป ทองแถม)

ประเด็นการประเมิน	เกณฑ์การให้คะแนน / ระดับคุณภาพ				
	5	4	3	2	1
1. รูปแบบของใบงาน/ชิ้นงาน	รูปแบบของงานถูกต้องตามกำหนด มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย ตกแต่งอย่างสวยงาม แสดงถึงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์	รูปแบบของงานถูกต้องตามกำหนด มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย แสดงถึงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์	รูปแบบของงานถูกต้องตามกำหนด มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย	รูปแบบของงานถูกต้องตามกำหนด บางส่วน	รูปแบบของงานไม่ถูกต้องตามกำหนด
2. ความถูกต้องของข้อมูลเนื้อหาสาระ	เนื้อหาสาระถูกต้องครบถ้วน มีรายละเอียดชัดเจนและมีการสืบค้นข้อมูลเพิ่มเติมนอกเหนือจากบทเรียน	เนื้อหาสาระถูกต้องครบถ้วน มีรายละเอียดชัดเจน	เนื้อหาสาระส่วนมากถูกต้อง	เนื้อหาสาระถูกต้องเป็นบางส่วน	เนื้อหาสาระไม่ถูกต้อง
3. ความตรงต่อเวลา	ส่งงานภายในระยะเวลาที่กำหนด	ส่งงานช้ากว่าที่กำหนด 1 วัน	ส่งงานช้ากว่าที่กำหนด 2 วัน	ส่งงานช้ากว่าที่กำหนด 3 วัน	ส่งงานช้ากว่าที่กำหนดเกิน 3 วัน

## เกณฑ์การตัดสินระดับคุณภาพ

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
13-15	ดีมาก
10-12	ดี
7-9	ปานกลาง
4-6	พอใช้
1-3	ควรปรับปรุง

แบบตรวจสอบใบงานชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่นักเรียนสามารถปฏิบัติได้

ลำดับ ที่	ชื่อ-นามสกุล	คะแนน					คะแนนรวม
		5	4	3	2	1	

เกณฑ์การประเมิน

- 5 คะแนน = ทำถูกต้องทุกข้อ ทำงานเรียบร้อยดีมาก
- 4 คะแนน = ทำถูกต้องทุกข้อ ทำงานเรียบร้อยดี
- 3 คะแนน = ตอบผิดบ้างเล็กน้อย ทำงานเรียบร้อย
- 2 คะแนน = ตอบผิดบ้าง ทำงานพอใช้
- 1 คะแนน = ตอบผิดบ่อย ทำงานไม่เรียบร้อย



ลงชื่อ.....ผู้  
 ประเมิน  
 (.....)  
 .....

**เกณฑ์การวัดและประเมินผลการสังเกตพฤติกรรมนักเรียนรายบุคคล**

ประเด็นการประเมิน	เกณฑ์การให้คะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ต้องปรับปรุง (1)
1. ความตั้งใจในการเรียน	สนใจในการเรียน ไม่คุยหรือเล่นกันในขณะเรียน	สนใจในการเรียน คุยกันเล็กน้อยในขณะเรียน	สนใจในการเรียน คุยกันและเล่นกันในขณะเรียนเป็นบางครั้ง	ไม่สนใจในการเรียน คุยและเล่นกันในขณะเรียน
2. ความสนใจและการซักถาม	มีการถามในหัวข้อที่ตนไม่เข้าใจทุกเรื่อง และกล้าแสดงออก	มีการถามในหัวข้อที่ตนไม่เข้าใจเป็นส่วนมากและกล้าแสดงออก	มีการถามในหัวข้อที่ตนไม่เข้าใจเป็นบางครั้งและไม่ค่อยกล้าแสดงออก	ไม่ถามในหัวข้อที่ตนไม่เข้าใจและไม่กล้าแสดงออก
3. การตอบคำถาม	ร่วมตอบคำถามในเรื่องที่ครูถามและตอบคำถามถูกทุกข้อ	ร่วมตอบคำถามในเรื่องที่ครูถามและตอบคำถามส่วนมากถูก	ร่วมตอบคำถามในเรื่องที่ครูถามเป็นบางครั้งและตอบคำถามถูกเป็นบางครั้ง	ไม่ตอบคำถาม



			การซัก ถาม (4)		กิจกรรม (4)		
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

เกณฑ์การประเมินในการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ ดังนี้

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
14-16	ดีมาก
11-13	ดี
8-10	พอใช้
0-7	ปรับปรุง

**เกณฑ์การสรุปผลการประเมิน**  
นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้  
ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน

ลงชื่อ.....ผู้

ประเมิน

(.....)

.....

แบบสังเกตการตอบคำถามชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....

คำชี้แจง ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับคะแนนพฤติกรรมที่นักเรียนปฏิบัติ

ลำดับ ที่	ชื่อ - นามสกุล	รายการพฤติกรรมที่ปฏิบัติ/ระดับคะแนน									รวม คะแนน	การ ประเมิน ผล		หมายเหตุ
		สนใจและ ตั้งใจฟังคำ ถาม			ตอบคำถาม ได้ตรง ประเด็น			ตอบคำถาม อย่าง สม่ำเสมอ				ผ	มผ	
		3	2	1	3	2	1	3	2	1				
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														

\*หมายเหตุ เกณฑ์การให้คะแนน ระดับ 3 หมายถึง แสดงพฤติกรรมให้เห็นมาก

ระดับ 2 หมายถึง แสดงพฤติกรรมให้เห็นปานกลาง

ระดับ 1 หมายถึง แสดงพฤติกรรมให้เห็นน้อย

\*\*หมายเหตุ ผ หมายถึง ผ่าน , มผ หมายถึง ไม่ผ่าน

เกณฑ์การประเมิน

คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน

คะแนน 8-9 = ดี

คะแนน 6-7 = ปานกลาง

คะแนน 4-5 = พอใช้

คะแนนต่ำกว่า 4 ไม่ผ่าน

ลงชื่อ.....ผู้

ประเมิน

(.....)

.....

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด  ลงในช่อง

ที่ตรงกับระดับคะแนน

คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		3	2	1	0
1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์	1.1 ยืนตรงเมื่อได้ยินเพลงชาติ ร้องเพลงชาติได้ และอธิบายความหมาย ของเพลงชาติ				
	1.2 ปฏิบัติตนตามสิทธิและหน้าที่ของพลเมืองดี				
	1.3 ให้ความร่วมมือ ร่วมใจ ในการทำกิจกรรมกับสมาชิกในโรงเรียน และชุมชน				
	1.4 เข้าร่วมกิจกรรมและมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมที่สร้างความ สามัคคี ประองตอง และเป็นประโยชน์ต่อโรงเรียน ชุมชน และสังคม ชื่นชมความเป็นชาติไทย				
	1.5 เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาที่ตนนับถือ ปฏิบัติตนตามหลักของ ศาสนาอย่างสม่ำเสมอ เป็นแบบอย่างที่ดีของศาสนิกชน				
	1.6 เข้าร่วมกิจกรรมและมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมที่เกี่ยวกับสถาบัน พระมหากษัตริย์ตามที่โรงเรียนและชุมชนจัดขึ้น ชื่นชมในพระราช-				

	กรณียกิจ พระปรีชาสามารถของพระมหากษัตริย์และพระราชวงศ์				
2. ซื่อสัตย์ สุจริต	2.1 ให้ข้อมูลที่ถูกต้อง และเป็นจริง				
	2.2 ปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้อง ละอาย และเกรงกลัวที่จะทำความผิด ทำตามสัญญาที่ตนให้ไว้กับเพื่อน พ่อแม่ หรือผู้ปกครอง และครู เป็นแบบอย่างที่ดีด้านความซื่อสัตย์				
	2.3 ปฏิบัติตนต่อผู้อื่นด้วยความซื่อตรง ไม่หาประโยชน์ในทางที่ไม่ถูกต้อง และเป็นแบบอย่างที่ดีแก่เพื่อนด้านความซื่อสัตย์				
3. มีวินัยรับผิดชอบ	3.1 ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัว โรงเรียน และสังคม ไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น ตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน และรับผิดชอบในการทำงาน				

คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		3	2	1	0
4. ใฝ่เรียนรู้	4.1 แสวงหาข้อมูลจากแหล่งการเรียนรู้ต่างๆ				
	4.2 มีการจดบันทึกความรู้อย่างเป็นระบบ				
	4.3 สรุปความรู้ได้อย่างมีเหตุผล				
5. อยู่อย่างพอเพียง	5.1 ใช้ทรัพย์สินของตนเอง เช่น สิ่งของ เครื่องใช้ ฯลฯ อย่างประหยัด				
	คุ้มค่า และเก็บรักษาดูแลอย่างดี และใช้เวลาอย่างเหมาะสม				

	5.2 ใช้ทรัพยากรของส่วนรวมอย่างประหยัด คุ่มค่า และเก็บรักษาดูแล อย่างดี				
	5.3 ปฏิบัติตนและตัดสินใจด้วยความรอบคอบ มีเหตุผล				
	5.4 ไม่เอาเปรียบผู้อื่น และไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน พร้อมให้อภัยเมื่อผู้ อื่นกระทำผิดพลาด				
	5.5 วางแผนการเรียน การทำงานและการใช้ชีวิตประจำวันบนพื้นฐาน ของความรู้ ข้อมูล ข่าวสาร				
	5.6 รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงทางสังคม และสภาพแวดล้อม ยอมรับ และปรับตัว อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข				
6. มุ่งมั่นในการ ทำงาน	6.1 มีความตั้งใจและพยายามในการทำงานที่ได้รับมอบหมาย				
	6.2 มีความอดทนและไม่ท้อแท้ต่ออุปสรรคเพื่อให้งานสำเร็จ				
7. รักความเป็นไทย	7.1 มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์วัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทย				
	7.2 เห็นคุณค่าและปฏิบัติตามวัฒนธรรมไทย				
8. มีจิตสาธารณะ	8.1 รู้จักช่วยพ่อแม่ ผู้ปกครอง และครูทำงาน				
	8.2 อาสาทำงาน ช่วยคิด ช่วยทำ แบ่งปันสิ่งของ และช่วยแก้ปัญหาให้ ผู้อื่น				
	8.3 ดูแล รักษาทรัพย์สินสมบัติของห้องเรียน โรงเรียน ชุมชน				
	8.4 เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์ของโรงเรียนและ ชุมชน				

**เกณฑ์การให้คะแนน**

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ ให้ 3 คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง ให้ 2 คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง ให้ 1 คะแนน

**แบบสรุปผลการประเมินคุณลักษณะที่พึงประสงค์**

ที่	ชื่อ - สกุล	คุณลักษณะที่พึงประสงค์								สรุปผล							
		รายชื่อ								จำนวนข้อที่ได้				สรุปภาพรวม			
		1	2	3	4	5	6	7	8	ค	ด	พช	ป	ค	ด	พช	ป
		3	3	3	3	3	3	3	3	ค	ด	พช	ป	ค	ด	พช	ป
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	
1																	
0																	



## เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ ให้ 3 คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง ให้ 2 คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง ให้ 1 คะแนน

ลงชื่อ.....ผู้

ประเมิน

(.....)

.....

## เกณฑ์การประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

การประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน กำหนดเป็นผ่านและไม่ผ่านในการกำหนดเกณฑ์การตัดสินเป็นดีมาก ดี และพอใช้ และความหมายของแต่ละระดับ ดังนี้

**ดีมาก** หมายถึง ผู้เรียนปฏิบัติตามสมรรถนะจนเป็นนิสัย และนำไปใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อประโยชน์สุขของตนเองและสังคม โดยพิจารณาจากผลการประเมินระดับดีมากจำนวน 3-5 สมรรถนะ และไม่มีสมรรถนะใดได้ผลการประเมินต่ำกว่าระดับดี

**ดี** หมายถึง ผู้เรียนมีสมรรถนะในการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ เพื่อให้เป็นการยอมรับของสังคมโดยพิจารณาจากได้ผลการประเมินระดับดีมาก จำนวน 1-2 สมรรถนะ และไม่มีสมรรถนะใดได้ผลการประเมินต่ำกว่าระดับดี หรือได้ผลการประเมินระดับดีมาก จำนวน 2 สมรรถนะ และไม่มีสมรรถนะใดได้ผลการประเมินต่ำกว่าระดับพอใช้ หรือได้ผลการประเมินระดับดี จำนวน 4-5 สมรรถนะ และไม่มีสมรรถนะใดได้ผลการประเมินต่ำกว่าระดับพอใช้

**พอใช้** หมายถึง ผู้เรียนรับรู้และปฏิบัติตามกฎเกณฑ์และเงื่อนไขที่สถานศึกษากำหนด โดยพิจารณาจากได้ผลการประเมินระดับพอใช้ จำนวน 4-5 สมรรถนะ และไม่มีสมรรถนะใดได้ผลการประเมินต่ำกว่าระดับพอใช้ หรือได้ผลการประเมินระดับดี จำนวน 2 สมรรถนะ และไม่มีสมรรถนะใดได้ผลการประเมินต่ำกว่าระดับพอใช้

**ต้องปรับปรุง** หมายถึง ผู้เรียนรับรู้และปฏิบัติได้ไม่ครบตามเกณฑ์และเงื่อนไขที่กำหนด โดยพิจารณาจากผลการประเมินระดับต้องปรับปรุง ตั้งแต่ 1 สมรรถนะ

#### เกณฑ์การให้คะแนนระดับคุณภาพ

ดีมาก	- พฤติกรรมที่ปฏิบัติชัดเจนและสม่ำเสมอ	ให้ 3 คะแนน
ดี	- พฤติกรรมที่ปฏิบัติชัดเจนและบ่อยครั้ง	ให้ 2 คะแนน
พอใช้	- พฤติกรรมที่ปฏิบัติบางครั้ง	ให้ 1 คะแนน
ต้องปรับปรุง	- ไม่เคยปฏิบัติพฤติกรรม	ให้ 0 คะแนน

#### เกณฑ์การสรุปผล

ดีมาก	- 13 – 15 คะแนน
ดี	- 9 – 12 คะแนน
พอใช้	- 1 – 8 คะแนน

ต้องปรับปรุง- 0 คะแนน

สมรรถนะ	รายการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
		ดีมาก (3)	ดี (2)	พอใช้ (1)	ปรับปรุง (0)
1. ความ สามารถ ในการสื่อสาร	1.1 มีความสามารถในการรับ-ส่งสาร				
	1.2 มีความสามารถในการถ่ายทอดความรู้ ความคิด ความเข้าใจของตนเอง โดยใช้ภาษาอย่างเหมาะสม				
	1.3 ใช้วิธีการสื่อสารที่เหมาะสม มีประสิทธิภาพ				
	1.4 เจรจาต่อรองเพื่อจัดและลดปัญหาความ ขัดแย้งต่าง ๆ ได้				
	1.5 เลือกรับและไม่รับข้อมูลข่าวสารด้วยเหตุผล และถูกต้อง				
	สรุปผลการประเมิน				
2. ความ สามารถ ในการคิด	2.1 มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์				
	2.2 มีทักษะในการคิดนอกกรอบอย่างสร้างสรรค์				
	2.3 สามารถคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณ				
	2.4 มีความสามารถในการสร้างองค์ความรู้				
	2.5 ตัดสินใจแก้ปัญหาเกี่ยวกับตนเองได้อย่าง เหมาะสม				

	สรุปผลการประเมิน				
3. ความ สามารถ ในการแก้ปัญหา	3.1 สามารถแก้ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่เผชิญได้				
	3.2 ใช้เหตุผลในการแก้ปัญหา				
	3.3 เข้าใจความสัมพันธ์และการเปลี่ยนแปลงในสังคม				
	3.4 แสวงหาความรู้ ประยุกต์ความรู้มาใช้ในการป้องกัน และแก้ไขปัญหา				
	3.5 สามารถตัดสินใจได้เหมาะสมตามวัย				
	สรุปผลการประเมิน				

### แบบการประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมของนักเรียน และขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับคะแนน

สมรรถนะ	รายการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
		ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง
		(3)	(2)	(1)	(0)

4. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต	4.1	เรียนรู้ด้วยตนเองได้เหมาะสมตามวัย				
	4.2	สามารถทำงานกลุ่มร่วมกับผู้อื่นได้				
	4.3	นำความรู้ที่ได้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน				
	4.4	จัดการปัญหาและความขัดแย้งได้เหมาะสม				
	4.5	หลีกเลี่ยงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่ส่งผลกระทบต่อตนเอง				
			สรุปผลการประเมิน			
5. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	5.1	เลือกและใช้เทคโนโลยีได้เหมาะสมตามวัย				
	5.2	มีทักษะกระบวนการทางเทคโนโลยี				
	5.3	สามารถนำเทคโนโลยีไปใช้พัฒนาตนเอง				
	5.4	ใช้เทคโนโลยีในการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์				
	5.5	มีคุณธรรม จริยธรรมในการใช้เทคโนโลยี				
			สรุปผลการประเมิน			

ลงชื่อ.....ผู้

ประเมิน

(.....)

.....

แบบสรุปผลการประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

ที่	เลขประจำตัวนักเรียน	ชื่อ - สกุล	สมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน ทั้ง 5 ด้าน					สรุปผล (Mode)	ระดับคุณภาพ
			1. การสื่อสาร	2. การคิด	3. การแก้ปัญหา	4. การใช้ทักษะชีวิต	5. การใช้เทคโนโลยี		
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									

ลงชื่อ.....ผู้

ประเมิน

(.....)

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

### แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง เรื่อง อุปกรณ์การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

#### หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 อุปกรณ์การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) รหัสวิชา พ 21101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1  
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 เวลา 1 ชั่วโมง  
ผู้สอน สิบโทประทีป ทองแถม โรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

#### 1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

1.1 สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

1) ความรู้ (Knowledge)

1. นักเรียนสามารถบอกอุปกรณ์ของการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสได้
- 2) ทักษะกระบวนการ (Practice)
  1. นักเรียนสามารถใช้อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสได้อย่างถูกต้อง
- 3) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)
  1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญของการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส
- 4) นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)

## 2. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ปิงปองหรือเทเบิลเทนนิส เป็นกีฬาในร่มชนิดหนึ่งที่น่าสนใจและเล่นง่าย จึงได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย การเรียนรู้อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสให้เกิดความเข้าใจ จะช่วยให้การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสมีประสิทธิภาพตามหลักสากล

## 3. สาระการเรียนรู้

### 3.1 สาระการเรียนรู้ (แกนกลาง)

ด้านความรู้ ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา(K)

ด้านทักษะ/กระบวนการวิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับกาเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ได้ (S/P)

ด้านเจตคติ ใฝ่เรียน ใฝ่รู้ ( A) อุปกรณ์การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

### 3.2 สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

-

### 3.3 สาระการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

ภาษาไทย  ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่องอุปกรณ์  
ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

การงานอาชีพและเทคโนโลยี  สืบค้นข้อมูล เรื่องอุปกรณ์ในการเล่นกีฬา  
เทเบิลเทนนิส

## 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร
- 4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด
- 4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา
- 4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

## 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- |                                |                           |                              |
|--------------------------------|---------------------------|------------------------------|
| 5.1 [ ] รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ | 5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต | 5.3 [ ✓ ] มีวินัย            |
| 5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้          | 5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง  | 5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน |
| 5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย       | 5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ    |                              |



## 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)
- 6.2 [ ] Writing (เขียนได้)
- 6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)
- 6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)
- 6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)
- 6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)
- 6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)
- 6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)
- 6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)
- 6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)
- 6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

## 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- สมุดจดบันทึก

## 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) นักเรียนสามารถบอกอุปกรณ์ที่ใช้ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสได้	- อภิปรายเกี่ยวกับอุปกรณ์การเล่นเทเบิลเทนนิส	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถใช้อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสได้อย่างถูกต้อง	- อุปกรณ์การเล่นเทเบิลเทนนิส	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกตการตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญของการเล่นกีฬา เทเบิลเทนนิส	- มีมีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	-การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล -การทำงานกลุ่ม	-แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล -แบบประเมินการทำงานกลุ่ม	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	-แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต - การแก้ปัญหา - การใช้เทคโนโลยี	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	-แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
6. ทักษะในศตวรรษที่ 21	นวัตกรรมทางเทคโนโลยี	- ประเมินทักษะการทำงาน	- แบบประเมินทักษะการทำงาน	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การเคลื่อนไหวได้	- ประเมินการตอบคำถาม	- แบบประเมินการตอบคำถาม	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning))

รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอวิธีการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส จากนั้นครูสนทนาซักถามเกี่ยวกับวิดีโอ เช่น

- อุปกรณ์ในการเล่นกีฬามีอะไรบ้าง

- นักเรียนเคยได้ใช้อุปกรณ์เหล่านี้บ้างหรือไม่

2. ครูสนทนาเกี่ยวกับวิดีโอ เพื่อนำเข้าสู่บทเรียน

### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่

2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน

3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องอุปกรณ์การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส จาก หนังสือเรียน รายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายอุปกรณ์ที่ใช้ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส แล้วครูตั้งคำถาม เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนได้คิดและศึกษาค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง ตัวอย่างคำถาม

- โต๊ะเทเบิลเทนนิสต้องมีขนาดความกว้างและความยาวเท่าไร
- ตาข่ายที่ใช้มีขนาดความกว้างและความยาวเท่าไร
- ไม้เทเบิลเทนนิสที่ดีควรเป็นอย่างไร

2. โดยครูให้นักเรียนศึกษาจากหนังสือเรียน รายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูสุ่มเลือกนักเรียน หญิง-ชาย ทุกคน ออกมาอภิปรายความรู้เพื่อตอบคำถามหน้าชั้นเรียน โดยครูจะเป็นผู้ถามนักเรียนคนละ 1 คำถาม

2. ครูตั้งคำถามให้นักเรียนตอบ หากตอบผิด ครูจะให้นักเรียนกลับไปศึกษาใหม่แล้วมานำเสนอใหม่อีกครั้ง

3. เมื่อนักเรียนแต่ละคนตอบคำถามครูเสร็จสิ้นแล้ว ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้ในเรื่อง อุปกรณ์ที่ใช้ในการแข่งกีฬาเทเบิลเทนนิส โดยครูเขียนสรุปความรู้ไว้บนกระดานดำ

### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถาม

2. ให้นักเรียนแต่ละคนเขียนสรุปความรู้ในเรื่องอุปกรณ์ที่ใช้ในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส ลงในสมุดบันทึกแล้วนำมาส่งครูในชั่วโมงเรียนถัดไป

3. ครูอธิบายความรู้เพิ่มเติมในเรื่องการใช้อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาอย่างถูกวิธีและการดูแลรักษาอุปกรณ์ในการเล่นตะกร้อเพื่อให้นักเรียนตระหนักและเห็นความสำคัญของอุปกรณ์การเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

## 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1
2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube

11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

1) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่

- เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม  
 ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

- เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้  
 เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา

- อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้
- ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....  
.....  
.....

ด้านสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน (C)

.....  
.....  
.....

ปัญหา/อุปสรรค

.....  
.....

แนวทางการแก้ไข/แนวทางพัฒนา



ลงชื่อ สิบโท  
(ประทีป ทองเอม)  
ตำแหน่ง ครู

9 / พฤษภาคม / 2567

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง การสร้างความคุ้นเคยในกีฬาเทเบิลเทนนิส**  
**หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 ความคุ้นเคย**

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) รหัสวิชา พ 21101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1  
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 เวลา 1 ชั่วโมง  
ผู้สอน สิบโทประทีป ทองเอม โรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

**1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด**

1.1 สารที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตาม  
ชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่าง  
สม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรีย์ภาพ  
ของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น  
ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น

#### 1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

##### 1) ความรู้ (Knowledge)

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการสร้างความคุ้นเคยได้

##### 2) ทักษะกระบวนการ (Practice)

1. นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะการสร้างความคุ้นเคยได้

##### 3) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกทักษะการสร้างความคุ้นเคย

4) นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)

## 2. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ทักษะการสร้างความคุ้นเคยสามารถแบ่งออกเป็น 2 แบบ คือ แบบที่ 1 การสร้างความคุ้นเคยระหว่างอวัยวะกับอุปกรณ์ เช่น การโยนลูกเทเบิลเทนนิสขณะยืนอยู่กับที่ การโยนลูกเทเบิลเทนนิสขณะเคลื่อนที่ และแบบที่ 2 การสร้างความคุ้นเคยระหว่างอุปกรณ์กับอุปกรณ์ เช่น การเดาะลูกเทนนิสขณะยืนอยู่กับที่ การเดาะลูกเทเบิลเทนนิสขณะเคลื่อนที่

## 3. สาระการเรียนรู้

### 3.1 สาระการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- การสร้างความคุ้นเคย

### 3.2 สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

-

### 3.3 สาระการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

ภาษาไทย	<input type="checkbox"/>	ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่องทักษะการสร้างความคุ้นเคย
การงานอาชีพและเทคโนโลยี	<input type="checkbox"/>	สืบค้นข้อมูล เรื่องทักษะการสร้างความคุ้นเคย
วิทยาศาสตร์	<input type="checkbox"/>	การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจังหวะ
คณิตศาสตร์	<input type="checkbox"/>	การนับจังหวะ

## 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร

4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด

4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา

4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต



4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

### 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์    5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต    5.3 [ ✓ ] มีวินัย  
5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้    5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง    5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน  
5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย    5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

### 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)  
6.2 [ ] Writing (เขียนได้)  
6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)  
6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)  
6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)  
6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)  
6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)  
6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)  
6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)  
6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)  
6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

### 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- สมุดจดบันทึก
- การฝึกปฏิบัติทักษะการสร้างความคุ้นเคย

### 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) 1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการสร้าง ความคุ้นเคยได้	- อภิปรายเกี่ยวกับ การฝึกปฏิบัติ ทักษะการสร้าง ความคุ้นเคย	- ประเมินผลงาน จากใบงาน	-แบบประเมิน ผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อย กว่าร้อยละ 60

ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะการสร้าง ความคุ้นเคยได้	- ฝึกปฏิบัติทักษะ การสร้างความ คุ้นเคย	- การออกมานำ เสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกต การตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน
คุณลักษณะอันพึง ประสงค์ (A) 1. นักเรียนเห็น ประโยชน์และความ สำคัญในการฝึกทักษะ การสร้างความคุ้นเคย	- มีมีความสนใจใฝ่รู้ เกี่ยวกับเกี่ยวกับ กีฬา	-การสังเกต พฤติกรรมราย บุคคล	-แบบสังเกต พฤติกรรมราย บุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับ คุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึง ประสงค์ตามหลักสูตร แกนกลางการศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดง ในชั้นเรียน	-ประเมิน คุณลักษณะอันพึง ประสงค์ของผู้ เรียน	-แบบประเมิน คุณลักษณะอัน พึงประสงค์ของ ผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อย กว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต - การแก้ปัญหา - การใช้เทคโนโลยี	- พฤติกรรมที่แสดง ในชั้นเรียน	-ประเมิน สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	-แบบประเมิน สมรรถนะ สำคัญของผู้ เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อย กว่าร้อยละ 60
6. ทักษะในศตวรรษ ที่ 21	นวัตกรรมทาง เทคโนโลยี	- ประเมินทักษะ การทำงาน	- แบบประเมิน ทักษะการทำ งาน	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การ เคลื่อนไหวได้	- ประเมินการ ตอบคำถาม	- แบบประเมิน การตอบคำถาม	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning))

## รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอการฝึกทักษะการสร้างความคุ้นเคยกีฬาเทเบิลเทนนิสในแบบต่าง ๆ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น
  - นักเรียนคิดว่าทักษะการสร้างความคุ้นเคยเหล่านี้ยากหรือง่ายอย่างไร
  - นักเรียนคิดว่าทักษะการสร้างความคุ้นเคยมีประโยชน์ต่อการเล่นหรือไม่ อย่างไร (เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่
2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน
3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องการฝึกทักษะการสร้างความคุ้นเคย จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตการฝึกทักษะการสร้างความคุ้นเคย เช่น การโยนลูกเทเบิลเทนนิส ขณะยืนอยู่กับที่ การโยนลูกเทเบิลเทนนิสขณะเคลื่อนที่ การเตะลูกเทนนิสขณะยืนอยู่กับที่ การเตะลูกเทเบิลเทนนิสขณะเคลื่อนที่ ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง
2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกปฏิบัติทักษะการสร้างความคุ้นเคย จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 5-10 คน ตามความเหมาะสม โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง
2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการปฏิบัติทักษะการสร้างความคุ้นเคย
2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

## 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1
2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

## 11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

### 11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

#### 1) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

#### 2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่

เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม

ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

#### 3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้

เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา

- อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้
- ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....  
.....

ด้านสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน (C)

.....  
.....

ปัญหา/อุปสรรค

.....  
.....

.....  
.....  
แนวทางการแก้ไข/แนวทางการพัฒนา  
.....  
.....  
.....

ลงชื่อ สิบโท ผู้สอน  
(ประทีป ทองแถม)  
ตำแหน่ง ครู

9 / พฤษภาคม /2567

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง การสร้างความคุ้นเคยในกีฬาเทเบิลเทนนิส**  
**หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 ความคุ้นเคย**

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) รหัสวิชา พ 21101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1  
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 เวลา 1 ชั่วโมง  
ผู้สอน สิบโทประทีป ทองแถม โรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

.....  
**1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด**

1.1 สารที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตาม

ชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น  
ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น

#### 1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

##### 1) ความรู้ (Knowledge)

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการสร้างความคุ้นเคยได้

##### 2) ทักษะกระบวนการ (Practice)

1. นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะการสร้างความคุ้นเคยได้

##### 3) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกทักษะการสร้างความคุ้นเคย

4) นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)

## 2. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ทักษะการสร้างความคุ้นเคยสามารถแบ่งออกเป็น 2 แบบ คือ แบบที่ 1 การสร้างความคุ้นเคยระหว่างอวัยวะกับอุปกรณ์ เช่น การโยนลูกเทเบิลเทนนิสขณะยืนอยู่กับที่ การโยนลูกเทเบิลเทนนิสขณะเคลื่อนที่ และแบบที่ 2 การสร้างความคุ้นเคยระหว่างอุปกรณ์กับอุปกรณ์ เช่น การเดาะลูกเทนนิสขณะยืนอยู่กับที่ การเดาะลูกเทเบิลเทนนิสขณะเคลื่อนที่

## 3. สาระการเรียนรู้

### 3.1 สาระการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- การสร้างความคุ้นเคย

### 3.2 สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

-

### 3.3 สาระการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

ภาษาไทย	<input type="checkbox"/>	ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่องทักษะการสร้างความคุ้นเคย
การงานอาชีพและเทคโนโลยี	<input type="checkbox"/>	สืบค้นข้อมูล เรื่องทักษะการสร้างความคุ้นเคย
วิทยาศาสตร์	<input type="checkbox"/>	การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจังหวะ
คณิตศาสตร์	<input type="checkbox"/>	การนับจังหวะ

## 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร
- 4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด
- 4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา
- 4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

#### 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักษาติ ศาสน์ กษัตริย์
- 5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต
- 5.3 [ ✓ ] มีวินัย
- 5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้
- 5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง
- 5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน
- 5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย
- 5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

#### 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)
- 6.2 [ ] Writing (เขียนได้)
- 6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)
- 6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)
- 6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)
- 6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)
- 6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)
- 6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)
- 6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)
- 6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)
- 6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

#### 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- สมุดจดบันทึก
- การฝึกปฏิบัติทักษะการสร้างความคุ้นเคย

#### 8. การวัดและประเมินผล



เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) 1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการสร้างความคิดค้นเคยได้	- อภิปรายเกี่ยวกับการฝึกปฏิบัติทักษะการสร้างความคิดค้นเคย	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ทักษะกระบวนการ (P) 1. ฝึกทักษะการสร้างความคิดค้นเคยได้	- บบฝึกปฏิบัติทักษะการสร้างความคิดค้นเคย	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกตการตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) 1. เห็นความสำคัญในการฝึกทักษะการสร้างความคิดค้นเคย	- มีมีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	-การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	-แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษา พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	-แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต - การแก้ปัญหา - การใช้เทคโนโลยี	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	-แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
6. ทักษะในศตวรรษที่ 21	นวัตกรรมทางเทคโนโลยี	- ประเมินทักษะการทำงาน	- แบบประเมินทักษะการทำงาน	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การเคลื่อนไหวได้	- ประเมินการตอบคำถาม	- แบบประเมินการตอบคำถาม	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning)

### รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

#### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอการฝึกทักษะการสร้างความคุ้นเคยกีฬาเทเบิลเทนนิสในแบบต่าง ๆ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น

- นักเรียนคิดว่าทักษะการสร้างความคุ้นเคยเหล่านี้ยากหรือง่ายอย่างไร
- นักเรียนคิดว่าทักษะการสร้างความคุ้นเคยมีประโยชน์ต่อการเล่นเทเบิลเทนนิสหรือไม่

อย่างไร

(เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

#### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่

2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน

3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องการฝึกทักษะการสร้างความคุ้นเคย จากหนังสือเรียน รายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

#### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตการฝึกทักษะการสร้างความคุ้นเคย เช่น การโยนลูกเทเบิลเทนนิส ขณะยืนอยู่กับที่ การโยนลูกเทเบิลเทนนิสขณะเคลื่อนที่ การเตะลูกเทนนิสขณะยืนอยู่กับที่ การเตะลูกเทเบิลเทนนิสขณะเคลื่อนที่ ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกปฏิบัติทักษะการสร้างความคุ้นเคย ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

#### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 5-10 คน ตามความเหมาะสม โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง

2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

#### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการปฏิบัติทักษะการสร้างความคุ้นเคย

2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

## 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1
2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

2) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่

- เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม  
 ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

- เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้  
 เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา

- อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้
- ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....  
.....

ด้านสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน (C)

.....  
.....

ปัญหา/อุปสรรค

.....  
.....



ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น  
ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น

#### 1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

##### 1) ความรู้ (Knowledge)

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการสร้างความคุ้นเคยได้

##### 2) ทักษะกระบวนการ (Practice)

1. นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะการสร้างความคุ้นเคยได้

##### 3) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกทักษะการสร้างความคุ้นเคย

4) นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)

#### 2. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ทักษะการสร้างความคุ้นเคยสามารถแบ่งออกเป็น 2 แบบ คือ แบบที่ 1 การสร้างความคุ้นเคยระหว่างอวัยวะกับอุปกรณ์ เช่น การโยนลูกเทเบิลเทนนิสขณะยืนอยู่กับที่ การโยนลูกเทเบิลเทนนิสขณะเคลื่อนที่ และแบบที่ 2 การสร้างความคุ้นเคยระหว่างอุปกรณ์กับอุปกรณ์ เช่น การเดาะลูกเทเบิลเทนนิสขณะยืนอยู่กับที่ การเดาะลูกเทเบิลเทนนิสขณะเคลื่อนที่

#### 3. สาระการเรียนรู้

##### 3.1 สาระการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- การสร้างความคุ้นเคย

##### 3.2 สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

-

##### 3.3 สาระการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

ภาษาไทย	<input type="checkbox"/>	ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่องทักษะการสร้างความคุ้นเคย
การงานอาชีพและเทคโนโลยี	<input type="checkbox"/>	สืบค้นข้อมูล เรื่องทักษะการสร้างความคุ้นเคย
วิทยาศาสตร์	<input type="checkbox"/>	การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจังหวะ
คณิตศาสตร์	<input type="checkbox"/>	การนับจังหวะ

#### 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร

4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด

4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา

4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

### 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์    5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต    5.3 [ ✓ ] มีวินัย  
5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้    5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง    5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน  
5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย    5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

### 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)  
6.2 [ ] Writing (เขียนได้)  
6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)  
6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)  
6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)  
6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)  
6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)  
6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)  
6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)  
6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)  
6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

### 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- สมุดจดบันทึก
- การฝึกปฏิบัติทักษะการสร้างความคุ้นเคย

### 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) 1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการสร้าง ความคุ้นเคยได้	- อภิปรายเกี่ยวกับ การฝึกปฏิบัติ ทักษะการสร้าง ความคุ้นเคย	- ประเมินผลงาน จากใบงาน	-แบบประเมิน ผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อย กว่าร้อยละ 60

ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะการสร้าง ความคุ้นเคยได้	- ฝึกปฏิบัติทักษะ การสร้างความ คุ้นเคย	- การออกมานำ เสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกต การตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน
คุณลักษณะอันพึง ประสงค์ (A) 1. นักเรียนเห็น ประโยชน์และความ สำคัญในการฝึกทักษะ การสร้างความคุ้นเคย	- มีความสนใจใฝ่รู้ เกี่ยวกับเกี่ยวกับ กีฬา	-การสังเกต พฤติกรรมราย บุคคล	-แบบสังเกต พฤติกรรมราย บุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับ คุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึง ประสงค์ตามหลักสูตร แกนกลางการศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดง ในชั้นเรียน	-ประเมิน คุณลักษณะอันพึง ประสงค์ของผู้ เรียน	-แบบประเมิน คุณลักษณะอัน พึงประสงค์ของ ผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อย กว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต - การแก้ปัญหา - การใช้เทคโนโลยี	- พฤติกรรมที่แสดง ในชั้นเรียน	-ประเมิน สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	-แบบประเมิน สมรรถนะ สำคัญของผู้ เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อย กว่าร้อยละ 60
6. ทักษะในศตวรรษ ที่ 21	นวัตกรรมทาง เทคโนโลยี	- ประเมินทักษะ การทำงาน	- แบบประเมิน ทักษะการทำ งาน	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การ เคลื่อนไหวได้	- ประเมินการ ตอบคำถาม	- แบบประเมิน การตอบคำถาม	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning))



## รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอการฝึกทักษะการสร้างความคุ้นเคยกีฬาเทเบิลเทนนิสในแบบต่าง ๆ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น
  - นักเรียนคิดว่าทักษะการสร้างความคุ้นเคยเหล่านี้ยากหรือง่ายอย่างไร
  - นักเรียนคิดว่าทักษะการสร้างความคุ้นเคยมีประโยชน์ต่อการเล่นเทเบิลเทนนิสหรือไม่อย่างไร

(เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่
2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน
3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องการฝึกทักษะการสร้างความคุ้นเคย จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตการฝึกทักษะการสร้างความคุ้นเคย เช่น การโยนลูกเทเบิลเทนนิสขณะยืนอยู่กับที่ การโยนลูกเทเบิลเทนนิสขณะเคลื่อนที่ การเดาะลูกเทนนิสขณะยืนอยู่กับที่ การเดาะลูกเทเบิลเทนนิสขณะเคลื่อนที่ ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง
2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกปฏิบัติทักษะการสร้างความคุ้นเคย จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 5-10 คน ตามความเหมาะสม โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง
2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการปฏิบัติทักษะการสร้างความคุ้นเคย
2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

## 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1
2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

## 11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

### 11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

#### 3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

#### 2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่

- เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม  
 ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

#### 3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

- เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้  
 เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา

อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้

ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....  
.....  
.....

ด้านสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน (C)

.....  
.....  
.....

ปัญหา/อุปสรรค

.....  
.....  
.....  
.....



ลงชื่อ สิบโท  
(ประทีป ทองเอม)  
ตำแหน่ง ครู

9 / พฤษภาคม /2567

## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7 เรื่องการจับไม้ในกีฬาเทเบิลเทนนิส

### หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ทักษะการจับไม้

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) รหัสวิชา พ 21101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1  
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 เวลา 1 ชั่วโมง  
ผู้สอน สิบโทประทีป ทองเอม โรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

---

#### 1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

1.1 สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

## 1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

### 1) ความรู้ (Knowledge)

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการจับไม้ได้

### 2) ทักษะกระบวนการ (Practice)

1. นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะการจับไม้ได้

### 3) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกทักษะการจับไม้

### 4) นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)

## 2. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การจับไม้อย่างถูกวิธีเป็นทักษะพื้นฐานสำคัญที่ผู้เล่นต้องฝึกฝนจนเกิดความชำนาญ เพราะเมื่อผู้เล่นจับไม้ไม่ถูกต้องจะทำให้เล่นผิดพลาดและไม่สามารถควบคุมการเล่นได้ ลักษณะการจับไม้เทเบิลเทนนิสที่นิยมมี 2 วิธี คือ การจับไม้แบบจับมือ และการจับไม้แบบปากกา

## 3. สาระการเรียนรู้

### 3.1 สาระการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- ทักษะการจับไม้

### 3.2 สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

-

### 3.3 สาระการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

ภาษาไทย	<input type="checkbox"/>	ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่องทักษะการจับไม้
การงานอาชีพและเทคโนโลยี	<input type="checkbox"/>	สืบค้นข้อมูล เรื่องทักษะการจับไม้
วิทยาศาสตร์	<input type="checkbox"/>	การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจังหวะ
คณิตศาสตร์	<input type="checkbox"/>	การนับจังหวะ

## 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร

4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด

4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา

4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

### 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์    5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต    5.3 [ ✓ ] มีวินัย  
5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้    5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง    5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน  
5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย    5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

### 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)  
6.2 [ ] Writing (เขียนได้)  
6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)  
6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)  
6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)  
6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)  
6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)  
6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)  
6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)  
6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)  
6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

### 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- สมุดจดบันทึก

### 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) 1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการจับไม้ในแบบต่าง ๆ ได้	- อภิปรายเกี่ยวกับทักษะการจับไม้	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะ	- ทักษะการจับไม้ได้	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกตการตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน

การจับไม่ได้				
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) 1. เห็นประโยชน์ในการฝึกจับไม้	- มีมีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	- การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	- แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - ความสามารถในการสื่อสาร - ความสามารถในการคิด - ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต - ความสามารถในการแก้ปัญหา - ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	- ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	- แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
6. ทักษะในศตวรรษที่ 21	นวัตกรรมทางเทคโนโลยี	- ประเมินทักษะการทำงาน	- แบบประเมินทักษะการทำงาน	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การเคลื่อนไหวได้	- ประเมินการตอบคำถาม	- แบบประเมินการตอบคำถาม	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning))

รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอการฝึกทักษะการจับไม้ของกีฬาเทเบิลเทนนิสในแบบต่าง ๆ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น
  - นักเรียนคิดว่าทักษะการจับไม้เหล่านี้ยากหรือง่ายอย่างไร
  - นักเรียนคิดว่าทักษะการจับไม้มีอย่างไรต่อการเล่นเทเบิลเทนนิส(เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่
2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน
3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องการจับไม้ จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของบริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตการฝึกทักษะการจับไม้แบบจับมือ และการจับไม้แบบปากกา ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง
2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกปฏิบัติทักษะการจับไม้แบบจับมือ และการจับไม้แบบปากกา จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 5-10 คน ตามความเหมาะสม โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง
2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการปฏิบัติทักษะการจับไม้
2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

## 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1
2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube



## 11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

### 11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

#### 1) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

#### 2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่

- เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม  
 ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

#### 3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

- เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้  
 เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา

อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้

ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....  
.....  
.....

ด้านสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน (C)

.....  
.....  
.....

ปัญหา/อุปสรรค

.....  
.....  
.....  
.....

แนวทางการแก้ไข/แนวทางการพัฒนา

.....  
.....  
.....

ลงชื่อ สิบโท ผู้สอน  
(ประทีป ทองแถม)  
ตำแหน่ง ครู

9 / พฤษภาคม / 2567

### แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 เรื่องการจับไม้ในกีฬาเทเบิลเทนนิส

#### หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ทักษะการจับไม้

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) รหัสวิชา พ 21101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1  
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 เวลา 1 ชั่วโมง  
ผู้สอน สิบโทประทีป ทองแถม โรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

#### 1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

1.1 สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น

## ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

### 1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

#### 1) ความรู้ (Knowledge)

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการจับไม้ได้

#### 2) ทักษะกระบวนการ (Practice)

1. นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะการจับไม้ได้

#### 3) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกทักษะการจับไม้

4) นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)

## 2. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การจับไม้อย่างถูกวิธีเป็นทักษะพื้นฐานสำคัญที่ผู้เล่นต้องฝึกฝนจนเกิดความชำนาญ เพราะเมื่อผู้เล่นจับไม้ไม่ถูกต้องจะทำให้เล่นผิดพลาดและไม่สามารถควบคุมการเล่นได้ ลักษณะการจับไม้เทเบิลเทนนิสที่นิยมมี 2 วิธี คือ การจับไม้แบบจับมือ และการจับไม้แบบปากกา

## 3. สาระการเรียนรู้

### 3.1 สาระการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- ทักษะการจับไม้

### 3.2 สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

-

### 3.3 สาระการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

ภาษาไทย	<input type="checkbox"/>	ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่องทักษะการจับไม้
การงานอาชีพและเทคโนโลยี	<input type="checkbox"/>	สืบค้นข้อมูล เรื่องทักษะการจับไม้
วิทยาศาสตร์	<input type="checkbox"/>	การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจังหวะ
คณิตศาสตร์	<input type="checkbox"/>	การนับจังหวะ

## 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร

4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด

4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา

4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

## 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต 5.3 [ ✓ ] มีวินัย  
 5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้ 5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง 5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน  
 5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย 5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

## 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)  
 6.2 [ ] Writing (เขียนได้)  
 6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)  
 6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)  
 6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)  
 6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)  
 6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)  
 6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)  
 6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)  
 6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)  
 6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

## 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- สมุดจดบันทึก

## 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) 1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการจับไม้ในแบบต่าง ๆ ได้	- อภิปรายเกี่ยวกับทักษะการจับไม้	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะ	- ทักษะการจับไม้ได้	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกตการตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน

การจับไม่ได้				
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) 1. เห็นความสำคัญในการฝึกทักษะการจับไม้	- มีมีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	- การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	- แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - ความสามารถในการสื่อสาร - ความสามารถในการคิด - ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต - ความสามารถในการแก้ปัญหา - ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	- ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	- แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
6. ทักษะในศตวรรษที่ 21	นวัตกรรมทางเทคโนโลยี	- ประเมินทักษะการทำงาน	- แบบประเมินทักษะการทำงาน	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การเคลื่อนไหวได้	- ประเมินการตอบคำถาม	- แบบประเมินการตอบคำถาม	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning))

รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอการฝึกทักษะการจับไม้ของกีฬาเทเบิลเทนนิสในแบบต่าง ๆ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น
  - นักเรียนคิดว่าทักษะการจับไม้เหล่านี้ยากหรือง่ายอย่างไร
  - นักเรียนคิดว่าทักษะการจับไม้มีอย่างไรต่อการเล่นเทเบิลเทนนิส(เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่
2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน
3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องการจับไม้ จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของบริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตการฝึกทักษะการจับไม้แบบจับมือ และการจับไม้แบบปากกา ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง
2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกปฏิบัติทักษะการจับไม้แบบจับมือ และการจับไม้แบบปากกา จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 5-10 คน ตามความเหมาะสม โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง
2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการปฏิบัติทักษะการจับไม้
2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

## 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1
2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube

## 11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

### 11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

#### 1) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

#### 2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่

- เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม
- ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

#### 3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

- เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้
- เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567



11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา

อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้

ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....  
.....  
.....

ด้านสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน (C)

.....  
.....  
.....

ปัญหา/อุปสรรค

.....  
.....  
.....  
.....



## ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

### 1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

#### 1) ความรู้ (Knowledge)

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการจับไม้ได้

#### 2) ทักษะกระบวนการ (Practice)

1. นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะการจับไม้ได้

#### 3) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกทักษะการจับไม้

4) นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)

## 2. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การจับไม้อย่างถูกวิธีเป็นทักษะพื้นฐานสำคัญที่ผู้เล่นต้องฝึกฝนจนเกิดความชำนาญ เพราะเมื่อผู้เล่นจับไม้ไม่ถูกต้องจะทำให้เล่นผิดพลาดและไม่สามารถควบคุมการเล่นได้ ลักษณะการจับไม้เทเบิลเทนนิสที่นิยมมี 2 วิธี คือ การจับไม้แบบจับมือ และการจับไม้แบบปากกา

## 3. สาระการเรียนรู้

### 3.1 สาระการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- ทักษะการจับไม้

### 3.2 สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

-

### 3.3 สาระการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

ภาษาไทย	<input type="checkbox"/>	ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่องทักษะการจับไม้
การงานอาชีพและเทคโนโลยี	<input type="checkbox"/>	สืบค้นข้อมูล เรื่องทักษะการจับไม้
วิทยาศาสตร์	<input type="checkbox"/>	การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจังหวะ
คณิตศาสตร์	<input type="checkbox"/>	การนับจังหวะ

## 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร

4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด

4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา

4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

## 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์    5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต    5.3 [ ✓ ] มีวินัย  
 5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้    5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง    5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน  
 5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย    5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

## 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)  
 6.2 [ ] Writing (เขียนได้)  
 6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)  
 6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)  
 6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)  
 6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)  
 6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)  
 6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)  
 6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)  
 6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)  
 6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

## 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- สมุดจดบันทึก

## 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) 1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการจับไม้ในแบบต่าง ๆ ได้	- อภิปรายเกี่ยวกับทักษะการจับไม้	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะ	- ทักษะการจับไม้ได้	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกตการตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน

การจับไม่ได้				
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) 1. เห็นความสำคัญในการฝึกทักษะการจับไม้	- มีมีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	-การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	-แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	-แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - ความสามารถในการสื่อสาร - ความสามารถในการคิด - ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต - ความสามารถในการแก้ปัญหา - ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	-แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
6. ทักษะในศตวรรษที่ 21	นวัตกรรมทางเทคโนโลยี	- ประเมินทักษะการทำงาน	- แบบประเมินทักษะการทำงาน	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การเคลื่อนไหวได้	- ประเมินการตอบคำถาม	- แบบประเมินการตอบคำถาม	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning))

รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอการฝึกทักษะการจับไม้ของกีฬาเทเบิลเทนนิสในแบบต่าง ๆ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น
  - นักเรียนคิดว่าทักษะการจับไม้เหล่านี้ยากหรือง่ายอย่างไร
  - นักเรียนคิดว่าทักษะการจับไม้มีอย่างไรต่อการเล่นเทเบิลเทนนิส(เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่
2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน
3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องการจับไม้ จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของบริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตการฝึกทักษะการจับไม้แบบจับมือ และการจับไม้แบบปากกา ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง
2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกปฏิบัติทักษะการจับไม้แบบจับมือ และการจับไม้แบบปากกา จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 5-10 คน ตามความเหมาะสม โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง
2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการปฏิบัติทักษะการจับไม้
2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

## 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1
2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube

11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

1) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่

- เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม
- ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

- เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้
- เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา

อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้

ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....  
.....  
.....

ด้านสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน (C)

.....  
.....  
.....

ปัญหา/อุปสรรค

.....  
.....  
.....  
.....





ลงชื่อ สิบโท ผู้สอน  
(ประทีป ทองแถม)  
ตำแหน่ง ครู

9 / พฤษภาคม / 2567

## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 10 เรื่อง การยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย

### หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 ความพร้อมกีฬาเทเบิลเทนนิส

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) รหัสวิชา พ 21101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1  
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 เวลา 1 ชั่วโมง  
ผู้สอน สิบโทประทีป ทองแถม โรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

---

#### 1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

1.1 สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

## 1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

### 1) ความรู้ (Knowledge)

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการจับไม้ได้

### 2) ทักษะกระบวนการ (Practice)

1. นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะการจับไม้ได้

### 3) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกทักษะการจับไม้

### 4) นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)

## 2. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ทักษะการเตรียมความพร้อม เป็นทักษะที่ช่วยให้ผู้เล่นเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างคล่องแคล่ว ว่องไว และมีค  
วามพร้อมในการรับ – ส่งลูก ในการเล่นเทเบิลเทนนิสลูกที่คู่ต่อสู้ตีโต้กลับมามีทั้งความแรง ความเร็ว และ  
ตำแหน่งที่ไม่แตกต่างกัน ดังนั้น ผู้เล่นควรรู้วิธีการก้าวเท้าที่สัมพันธ์กับการเคลื่อนไหวของมือและส่วนต่าง ๆ  
ของร่างกาย

## 3. สาระการเรียนรู้

### 3.1 สาระการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- ทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย

## 7. ภาระงาน/ชิ้นงานที่แสดงผลการเรียนรู้

### 3.2 สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

-

### 3.3 สาระการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

ภาษาไทย  ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่องทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย

การงานอาชีพและเทคโนโลยี  สืบค้นข้อมูล เรื่องทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหว

ร่างกาย

วิทยาศาสตร์  การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจิ้งหะ

คณิตศาสตร์  การนับจิ้งหะ

## 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร

4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด

4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา

4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

### 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์    5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต    5.3 [ ✓ ] มีวินัย  
5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้    5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง    5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน  
5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย    5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

### 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)  
6.2 [ ] Writing (เขียนได้)  
6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)  
6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)  
6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)  
6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)  
6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)  
6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)  
6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)  
6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)  
6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

### 7. ชี้นำงาน/ภาระงาน

- สมุดจดบันทึก
- การฝึกปฏิบัติทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย

### 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) 1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกายได้	- อภิปรายเกี่ยวกับทักษะทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60

ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะการยื่นเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกายได้	- ทักษะการยื่นเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกตการตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) 1. เห็นความสำคัญในการฝึกทักษะการยื่นเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย	- มีมีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	-การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	-แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไปถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	-แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต - การแก้ปัญหา - การใช้เทคโนโลยี	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	-แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
6. ทักษะในศตวรรษที่ 21	นวัตกรรมทางเทคโนโลยี	- ประเมินทักษะการทำงาน	- แบบประเมินทักษะการทำงาน	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การเคลื่อนไหวได้	- ประเมินการตอบคำถาม	- แบบประเมินการตอบคำถาม	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning))

## รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอการฝึกทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกายในแบบต่าง ๆ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น

- นักเรียนคิดว่าทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกายยากหรือง่ายอย่างไร
- นักเรียนคิดว่าทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกายมีประโยชน์อย่างไร (เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่

2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน

3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตการฝึกทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกปฏิบัติทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 5-10 คน โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง

2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการปฏิบัติทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย

2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

## 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1

2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube

## 11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

### 11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

#### 1) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

#### 2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่

- เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม  
 ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

#### 3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

- เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้  
 เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา

- อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้
- ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....  
.....

ด้านสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน (C)

.....  
.....

ปัญหา/อุปสรรค

.....  
.....

แนวทางการแก้ไข/แนวทางพัฒนา

ลงชื่อ สิบโท ผู้สอน  
(ประทีป ทองแถม)  
ตำแหน่ง ครู  
9 / พฤษภาคม /2567

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 เรื่อง การยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย  
หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 ความพร้อมกีฬาเทเบิลเทนนิส**

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) รหัสวิชา พ 21101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1  
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 เวลา 1 ชั่วโมง  
ผู้สอน สิบโทประทีป ทองแถม โรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

**1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด**

1.1 สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตาม  
ชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่าง  
สม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพ  
ของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี



ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

1) ความรู้ (Knowledge)

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการจับไม้ได้

2) ทักษะกระบวนการ (Practice)

1. นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะการจับไม้ได้

3) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกทักษะการจับไม้

4) นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)

## 2. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ทักษะการเตรียมความพร้อม เป็นทักษะที่ช่วยให้ผู้เล่นเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างคล่องแคล่ว ว่องไว และมีความพร้อมในการรับ – ส่งลูก ในการเล่นเทเบิลเทนนิสลูกที่คู่ต่อสู้ตีโต้กลับมามีทั้งความแรง ความเร็ว และตำแหน่งที่ไม่แตกต่างกัน ดังนั้น ผู้เล่นควรรู้วิธีการก้าวเท้าที่สัมพันธ์กับการเคลื่อนไหวของมือและส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย

## 3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- ทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย

## 7. ภาระงาน/ชิ้นงานที่แสดงผลการเรียนรู้

3.2 สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

-

3.3 สาระการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

ภาษาไทย  ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่องทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย

การงานอาชีพและเทคโนโลยี  สืบค้นข้อมูล เรื่องทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหว

ร่างกาย

วิทยาศาสตร์  การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจังหวะ

คณิตศาสตร์  การนับจังหวะ

## 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร
- 4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด
- 4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา
- 4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

#### 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักษาติ ศาสน์ กษัตริย์
- 5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต
- 5.3 [ ✓ ] มีวินัย
- 5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้
- 5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง
- 5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน
- 5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย
- 5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

#### 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)
- 6.2 [ ] Writing (เขียนได้)
- 6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)
- 6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)
- 6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)
- 6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)
- 6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)
- 6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)
- 6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)
- 6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)
- 6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

#### 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- สมุดจดบันทึก
- การฝึกปฏิบัติทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย

#### 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K)	- อภิปรายเกี่ยวกับทักษะทักษะการยืนเตรียมพร้อมและ	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการยื่นเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกายได้	การเคลื่อนไหวร่างกาย			
ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัติทักษะการยื่นเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกายได้	- ทักษะการยื่นเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกต การตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) 1. เห็นความสำคัญในการฝึกทักษะการยื่นเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย	- มีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	-การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	-แบบสังเกต พฤติกรรมรายบุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไปถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	-แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต - การแก้ปัญหา - การใช้เทคโนโลยี	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	-แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
6. ทักษะในศตวรรษที่ 21	นวัตกรรมทางเทคโนโลยี	- ประเมินทักษะการทำงาน	- แบบประเมินทักษะการทำงาน	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด	วิเคราะห์การเคลื่อนไหวได้	- ประเมินการตอบคำถาม	- แบบประเมินการตอบคำถาม	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป

<input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ เขียน				
--	--	--	--	--

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning)

### รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

#### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอการฝึกทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกายในแบบต่าง ๆ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น

- นักเรียนคิดว่าทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกายยากหรือง่ายอย่างไร
  - นักเรียนคิดว่าทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกายมีประโยชน์อย่างไร
- (เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

#### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่

2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน

3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

#### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตการฝึกทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกปฏิบัติทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

#### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 5-10 คน โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง

2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

#### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการปฏิบัติทักษะการยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนไหวร่างกาย

2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

## 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1

2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส
- 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)
- เว็บไซต์ / YouTube

11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

2) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่

- เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม
- ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

- เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้
- เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....



ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา

อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้

ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

## 12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....

.....

.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....

.....

.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....

.....

.....

ด้านสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน (C)

.....

.....

.....

ปัญหา/อุปสรรค



ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

1) ความรู้ (Knowledge)

1. นักเรียนสามารถอธิบายการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้

2) ทักษะกระบวนการ (Practice)

1. นักเรียนสามารถฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้

3) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้

4) นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)

## 2. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การหมุนของลูกเทเบิลเทนนิสเป็นหัวใจสำคัญอีกประการหนึ่งที่มีผลต่อการทำคะแนน ลักษณะการหมุนของลูกสามารถพิจารณาได้จากแรงที่ไม่กระทบตำแหน่งต่าง ๆ ของลูกเทเบิลเทนนิส ลักษณะของการหมุนที่ผู้เล่นควรทราบ มี 4 ลักษณะ คือ ลูกไม่หมุน ลูกหมุนขึ้น ลูกหมุนลง และลูกหมุนข้าง

## 3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- การฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้

## 7. ภาระงาน/ชิ้นงานที่แสดงผลการเรียนรู้

3.2 สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

-

3.3 สาระการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

ภาษาไทย  ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่องการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้

การงานอาชีพและเทคโนโลยี  สืบค้นข้อมูลการตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้

วิทยาศาสตร์  การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจิ้งหะ

คณิตศาสตร์  การนับจิ้งหะ

## 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน



- 4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร
- 4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด
- 4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา
- 4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

**5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

- 5.1 [ ] รักษาติ ศาสน์ กษัตริย์
- 5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต
- 5.3 [ ✓ ] มีวินัย
- 5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้
- 5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง
- 5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน
- 5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย
- 5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

**6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)**

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)
- 6.2 [ ] Writing (เขียนได้)
- 6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)
- 6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)
- 6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)
- 6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)
- 6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)
- 6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)
- 6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)
- 6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)
- 6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

**7. ชิ้นงาน/ภาระงาน**

- สมุดจดบันทึก
- 7.2 การฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้

**8. การวัดและประเมินผล**

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K)	- อภิปรายเกี่ยวกับทักษะทักษะการตี	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60

1. นักเรียนสามารถอธิบายการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้	ลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้			
ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้	- ทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกตการตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) 1. เห็นความสำคัญในการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้	- มีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	-การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	-แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	-แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต - การแก้ปัญหา - การใช้เทคโนโลยี	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	-แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
6. ทักษะในศตวรรษที่ 21	นวัตกรรมทางเทคโนโลยี	- ประเมินทักษะการทำงาน	- แบบประเมินทักษะการทำงาน	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป

<p>7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/></p> <p>คิด</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/></p> <p>เขียน</p>	<p>วิเคราะห์การเคลื่อนไหวได้</p>	<p>- ประเมินการตอบคำถาม</p>	<p>- แบบประเมินการตอบคำถาม</p>	<p>ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป</p>
--	----------------------------------	-----------------------------	--------------------------------	--

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning)

### รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

#### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ในแบบต่าง ๆ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น

- นักเรียนคิดว่าการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ ยากหรือง่ายอย่างไร

- นักเรียนคิดว่าการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ มีประโยชน์อย่างไร

(เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

#### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่

2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน

3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

#### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

#### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 5-10 คน โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง

2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

#### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้

2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

## 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1
2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube

## 11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

### 11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

#### 3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

#### 2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่

- เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม
- ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

#### 3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่



เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้



เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

.....



ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567

### 11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา



อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้



ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พาริสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

## 12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....

.....

.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....

.....

.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....

.....

.....

ด้านสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน (C)



ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

1) ความรู้ (Knowledge)

1. นักเรียนสามารถอธิบายการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้

2) ทักษะกระบวนการ (Practice)

1. นักเรียนสามารถฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้

3) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้

4) นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)

## 2. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การหมุนของลูกเทเบิลเทนนิสเป็นหัวใจสำคัญอีกประการหนึ่งที่มีผลต่อการทำคะแนน ลักษณะการหมุนของลูกสามารถพิจารณาได้จากแรงที่ไม้กระทบตำแหน่งต่าง ๆ ของลูกเทเบิลเทนนิส ลักษณะของการหมุนที่ผู้เล่นควรทราบ มี 4 ลักษณะ คือ ลูกไม่หมุน ลูกหมุนขึ้น ลูกหมุนลง และลูกหมุนข้าง

## 3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- การฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้

## 7. ภาระงาน/ชิ้นงานที่แสดงผลการเรียนรู้

3.2 สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

3.3 สาระการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

ภาษาไทย  ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่องการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้  
การงานอาชีพและเทคโนโลยี  สืบค้นข้อมูลการตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้  
วิทยาศาสตร์  การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจิ้งหะ  
คณิตศาสตร์  การนับจิ้งหะ

#### 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร
- 4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด
- 4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา
- 4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

#### 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
- 5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต
- 5.3 [ ✓ ] มีวินัย
- 5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้
- 5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง
- 5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน
- 5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย
- 5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

#### 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)
- 6.2 [ ] Writing (เขียนได้)
- 6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)
- 6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)
- 6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)
- 6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)
- 6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)
- 6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)
- 6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)
- 6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)
- 6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

#### 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- สมุดจดบันทึก



7.2 การฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้

8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) 1. นักเรียนสามารถอธิบายการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้	- อภิปรายเกี่ยวกับทักษะทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้	- ทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกตการตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) 1. เห็นความสำคัญในการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้	- มีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	-การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	-แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	-แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต - การแก้ปัญหา - การใช้เทคโนโลยี	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	-แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60

6. ทักษะในศตวรรษ ที่ 21	นวัตกรรมทาง เทคโนโลยี	- ประเมินทักษะ การทำงาน	- แบบประเมิน ทักษะการทำ งาน	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การ เคลื่อนไหวได้	- ประเมินการ ตอบคำถาม	- แบบประเมิน การตอบคำถาม	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning))

### รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

#### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ในแบบต่าง ๆ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น

- นักเรียนคิดว่าการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ ยากหรือง่ายอย่างไร
- นักเรียนคิดว่าการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ มีประโยชน์อย่างไร

(เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

#### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่

2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน

3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

#### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

#### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 5-10 คน โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง

2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิส ตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้

2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

### 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

#### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1

2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

#### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube

### 11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

#### 11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

#### 4) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่

- เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม  
 ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

- เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้  
 เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

.....  
ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา

- อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้  
 ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....  
ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....



1.1 สารที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

1) ความรู้ (Knowledge)

1. นักเรียนสามารถอธิบายการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้

2) ทักษะกระบวนการ (Practice)

1. นักเรียนสามารถฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้

3) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้

4) นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)

## 2. สารสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การหมุนของลูกเทเบิลเทนนิสเป็นหัวใจสำคัญอีกประการหนึ่งที่มีผลต่อการทำคะแนน ลักษณะ

การหมุนของลูกสามารถพิจารณาได้จากแรงที่ไม้กระทบตำแหน่งต่าง ๆ ของลูกเทเบิลเทนนิส ลักษณะของการหมุนที่ผู้เล่นควรทราบ มี 4 ลักษณะ คือ ลูกไม่หมุน ลูกหมุนขึ้น ลูกหมุนลง และลูกหมุนข้าง

## 3. สารการเรียนรู้

3.1 สารการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- การฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้

## 7. ภาระงาน/ชิ้นงานที่แสดงผลการเรียนรู้

3.2 สารการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

### 3.3 สารการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

ภาษาไทย  ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่องการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้  
การงานอาชีพและเทคโนโลยี  สืบค้นข้อมูลการตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้  
วิทยาศาสตร์  การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจิ้งหะ  
คณิตศาสตร์  การนับจิ้งหะ

### 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร
- 4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด
- 4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา
- 4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

### 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักษาดี ศาสน์ กษัตริย์
- 5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต
- 5.3 [ ✓ ] มีวินัย
- 5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้
- 5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง
- 5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน
- 5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย
- 5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

### 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)
- 6.2 [ ] Writing (เขียนได้)
- 6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)
- 6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)
- 6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)
- 6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)
- 6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)
- 6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)
- 6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)
- 6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)
- 6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

## 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- สมุดจดบันทึก

7.2 การฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้

## 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) 1. นักเรียนสามารถอธิบายการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้	- อธิบายเกี่ยวกับทักษะทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้	- ทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ได้	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกตการตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) 1. เห็นความสำคัญในการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้	- มีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	-การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	-แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	-แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต - การแก้ปัญหา	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	-แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60



- การใช้เทคโนโลยี				
6. ทักษะในศตวรรษที่ 21	นวัตกรรมทางเทคโนโลยี	- ประเมินทักษะการทำงาน	- แบบประเมินทักษะการทำงาน	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การเคลื่อนไหวได้	- ประเมินการตอบคำถาม	- แบบประเมินการตอบคำถาม	ผลการประเมินตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป

### 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning)

รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

#### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ในแบบต่าง ๆ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น

- นักเรียนคิดว่าการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ ยากหรือง่ายอย่างไร
- นักเรียนคิดว่าการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ มีประโยชน์อย่างไร

(เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

#### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่

2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน

3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

#### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้ ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

#### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 5-10 คน โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง

2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสตามลักษณะการสัมผัสของหน้าไม้

2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

### 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

#### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1

2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

#### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube

### 11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

#### 11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

#### 5) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่

- เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม  
 ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

- เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้  
 เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

.....  
ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา

- อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้  
 ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....  
ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....

.....  
.....  
ด้านสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน (C)  
.....  
.....  
.....

ปัญหา/อุปสรรค  
.....  
.....  
.....  
.....

แนวทางการแก้ไข/แนวทางพัฒนา  
.....  
.....  
.....



ลงชื่อ สิบโท ผู้สอน

(ประทีป ทองแถม)

ตำแหน่ง ครู

9 / พฤษภาคม /2567

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 15 เรื่อง ทักษะการตีพื้นฐาน**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 7 การตีพื้นฐาน**

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) รหัสวิชา พ 21101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 เวลา 1 ชั่วโมง

ผู้สอน สิบโทประทีป ทองแถม โรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

.....  
1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

1.1 สารที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

1) **ความรู้ (Knowledge)**

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้

2) **ทักษะกระบวนการ (Practice)**

1. นักเรียนสามารถฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้

3) **คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)**

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์

4) **นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)**

## 2. สารสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ทักษะการตีขั้นพื้นฐานที่ผู้ฝึกควรรู้ มี 2 แบบ ได้แก่ การตีลูกหน้ามือ หรือโฟร์แฮนด์ และการตีลูกหลังมือ หรือแบคแฮนด์ โดยผู้เล่นควรฝึกให้เกิดความชำนาญ เพราะเป็นการเพิ่มทักษะการตีโต้ตอบกันระหว่างผู้เล่น เพื่อให้การเล่นหรือแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิสมีประสิทธิภาพ

## 3. สารการเรียนรู้

3.1 สารการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- ทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์

## 7. ภาระงาน/ชิ้นงานที่แสดงผลการเรียนรู้

3.2 สารการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

### 3.3 สารการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

- ภาษาไทย  ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่อง ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์  
การงานอาชีพและเทคโนโลยี  สืบค้นข้อมูล เรื่อง ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์
- วิทยาศาสตร์  การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจิ้งหะ  
คณิตศาสตร์  การนับจิ้งหะ

### 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร  
4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด  
4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา  
4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต  
4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

### 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต 5.3 [ ✓ ] มีวินัย  
5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้ 5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง 5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน  
5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย 5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

### 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)  
6.2 [ ] Writing (เขียนได้)  
6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)  
6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)  
6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)  
6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)  
6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)  
6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)  
6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)  
6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)  
6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

## 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 1 สมุดจดบันทึก
- 2 ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์

## 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) 1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้	- อธิบายเกี่ยวกับทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้	- ทักษะการการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกตการตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) 1. เห็นความสำคัญในการฝึกการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- มีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	-การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	-แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	-แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	-แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60

- การแก้ปัญหา - การใช้เทคโนโลยี				
6. ทักษะในศตวรรษ ที่ 21	นวัตกรรมทาง เทคโนโลยี	- ประเมินทักษะ การทำงาน	- แบบประเมิน ทักษะการทำ งาน	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การ เคลื่อนไหวได้	- ประเมินการ ตอบคำถาม	- แบบประเมิน การตอบคำถาม	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning))

### รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

#### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น

- นักเรียนคิดว่าทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ ยากหรือง่ายอย่างไร
- นักเรียนคิดว่าทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ มีประโยชน์อย่างไร (เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

#### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่

2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน

3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

#### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

#### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 2 คน คนละฝั่ง สลับกัน โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง



2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์
2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

### 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

#### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1
2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

#### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube

### 11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

#### 11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

#### 1) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่



เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม



ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่



เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้



เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา



อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้



ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....

.....  
.....  
ด้านสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน (C)

.....  
.....  
ปัญหา/อุปสรรค

.....  
.....  
แนวทางการแก้ไข/แนวทางพัฒนา



ลงชื่อ สิบโท

ผู้สอน

(ประทีป ทองएम)

ตำแหน่ง

ครู

9 / พฤษภาคม / 2567

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 16 เรื่อง ทักษะการตีพื้นฐาน**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 7 การตีพื้นฐาน**

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) รหัสวิชา พ 21101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1  
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 เวลา 1 ชั่วโมง  
ผู้สอน สิบโทประทีป ทองएम โรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

.....  
**1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด**

1.1 สารที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

1) **ความรู้ (Knowledge)**

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้

2) **ทักษะกระบวนการ (Practice)**

1. นักเรียนสามารถฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้

3) **คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)**

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์

4) **นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)**

## 2. สารสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ทักษะการตีขั้นพื้นฐานที่ผู้ฝึกควรรู้ มี 2 แบบ ได้แก่ การตีลูกหน้ามือ หรือโฟร์แฮนด์ และการตีลูกหลังมือ หรือแบคแฮนด์ โดยผู้เล่นควรฝึกให้เกิดความชำนาญ เพราะเป็นการเพิ่มทักษะการตีโต้ตอบกันระหว่างผู้เล่น เพื่อให้การเล่นหรือแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิสมีประสิทธิภาพ

## 3. สารการเรียนรู้

3.1 สารการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- ทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์

## 7. ภาระงาน/ชิ้นงานที่แสดงผลการเรียนรู้

3.2 สารการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

### 3.3 สารการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

- ภาษาไทย  ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่อง ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์  
การงานอาชีพและเทคโนโลยี  สืบค้นข้อมูล เรื่อง ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์  
วิทยาศาสตร์  การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจิ้งหะ  
คณิตศาสตร์  การนับจิ้งหะ

### 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร  
4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด  
4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา  
4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต  
4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

### 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักษาดี ศาสน์ กษัตริย์ 5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต 5.3 [ ✓ ] มีวินัย  
5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้ 5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง 5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน  
5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย 5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

### 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)  
6.2 [ ] Writing (เขียนได้)  
6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)  
6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)  
6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)  
6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)  
6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)  
6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)  
6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)  
6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)  
6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

## 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 1 สมุดจดบันทึก
- 2 ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์

## 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) 1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้	- อธิบายเกี่ยวกับทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้	- ทักษะการการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกตการตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) 1. เห็นความสำคัญในการฝึกการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- มีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	-การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	-แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	-แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	-แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60

- การแก้ปัญหา - การใช้เทคโนโลยี				
6. ทักษะในศตวรรษ ที่ 21	นวัตกรรมทาง เทคโนโลยี	- ประเมินทักษะ การทำงาน	- แบบประเมิน ทักษะการทำ งาน	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การ เคลื่อนไหวได้	- ประเมินการ ตอบคำถาม	- แบบประเมิน การตอบคำถาม	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning))

### รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

#### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น

- นักเรียนคิดว่าทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ ยากหรือง่ายอย่างไร
- นักเรียนคิดว่าทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ มีประโยชน์อย่างไร (เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

#### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่

2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน

3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

#### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

#### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 2 คน คนละฝั่ง สลับกัน โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง

2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์
2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

### 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

#### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1
2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

#### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube

### 11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

#### 11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

##### 1) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	



2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่



เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม



ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่



เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้



เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา



อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้



ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....



1.1 สารที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

1) **ความรู้ (Knowledge)**

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้

2) **ทักษะกระบวนการ (Practice)**

1. นักเรียนสามารถฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้

3) **คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)**

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกการตีลูกเทเบิลเทนนิสทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์

4) **นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)**

## 2. สารสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ทักษะการตีขั้นพื้นฐานที่ผู้ฝึกควรรู้ มี 2 แบบ ได้แก่ การตีลูกหน้ามือ หรือโฟร์แฮนด์ และการตีลูกหลังมือ หรือแบคแฮนด์ โดยผู้เล่นควรฝึกให้เกิดความชำนาญ เพราะเป็นการเพิ่มทักษะการตีโต้ตอบกันระหว่างผู้เล่น เพื่อให้การเล่นหรือแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิสมีประสิทธิภาพ

## 3. สารการเรียนรู้

3.1 สารการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- ทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์

## 7. ภาระงาน/ชิ้นงานที่แสดงผลการเรียนรู้

3.2 สารการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

### 3.3 สารการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

- ภาษาไทย  ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่อง ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์  
การงานอาชีพและเทคโนโลยี  สืบค้นข้อมูล เรื่อง ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์
- วิทยาศาสตร์  การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจิ้งหะ  
คณิตศาสตร์  การนับจิ้งหะ

### 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร  
4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด  
4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา  
4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต  
4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

### 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต 5.3 [ ✓ ] มีวินัย  
5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้ 5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง 5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน  
5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย 5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

### 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)  
6.2 [ ] Writing (เขียนได้)  
6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)  
6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)  
6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)  
6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)  
6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)  
6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)  
6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)  
6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)  
6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

## 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 1 สมุดจดบันทึก
- 2 ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์

## 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) 1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้	- อธิบายเกี่ยวกับทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้	- ทักษะการการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกตการตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) 1. เห็นความสำคัญในการฝึกการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- มีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	-การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	-แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	-แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	-แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60

- การแก้ปัญหา - การใช้เทคโนโลยี				
6. ทักษะในศตวรรษ ที่ 21	นวัตกรรมทาง เทคโนโลยี	- ประเมินทักษะ การทำงาน	- แบบประเมิน ทักษะการทำ งาน	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การ เคลื่อนไหวได้	- ประเมินการ ตอบคำถาม	- แบบประเมิน การตอบคำถาม	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning))

### รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

#### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น

- นักเรียนคิดว่าทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ ยากหรือง่ายอย่างไร
- นักเรียนคิดว่าทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ มีประโยชน์อย่างไร (เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

#### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่

2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน

3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

#### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

#### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 2 คน คนละฝั่ง สลับกัน โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง

2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์
2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

### 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

#### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1
2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

#### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube

### 11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

#### 11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

#### 2) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่



เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม



ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่



เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้



เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา



อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้



ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....





1.1 สารที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

1) **ความรู้ (Knowledge)**

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้

2) **ทักษะกระบวนการ (Practice)**

1. นักเรียนสามารถฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้

3) **คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)**

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์

4) **นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)**

## 2. สารสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ทักษะการตีขั้นพื้นฐานที่ผู้ฝึกควรรู้ มี 2 แบบ ได้แก่ การตีลูกหน้ามือ หรือโฟร์แฮนด์ และการตีลูกหลังมือ หรือแบคแฮนด์ โดยผู้เล่นควรฝึกให้เกิดความชำนาญ เพราะเป็นการเพิ่มทักษะการตีโต้ตอบกันระหว่างผู้เล่น เพื่อให้การเล่นหรือแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิสมีประสิทธิภาพ

## 3. สารการเรียนรู้

3.1 สารการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- ทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์

## 7. ภาระงาน/ชิ้นงานที่แสดงผลการเรียนรู้

3.2 สารการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

### 3.3 สารการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

- ภาษาไทย  ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่อง ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์  
การงานอาชีพและเทคโนโลยี  สืบค้นข้อมูล เรื่อง ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์
- วิทยาศาสตร์  การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจิ้งหะ  
คณิตศาสตร์  การนับจิ้งหะ

### 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร  
4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด  
4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา  
4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต  
4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

### 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต 5.3 [ ✓ ] มีวินัย  
5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้ 5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง 5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน  
5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย 5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

### 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)  
6.2 [ ] Writing (เขียนได้)  
6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)  
6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)  
6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)  
6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)  
6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)  
6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)  
6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)  
6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)  
6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

## 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 1 สมุดจดบันทึก
- 2 ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์

## 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) 1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้	- อธิบายเกี่ยวกับทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้	- ทักษะการการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกตการตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) 1. เห็นความสำคัญในการฝึกการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- มีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	-การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	-แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	-แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	-แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60

- การแก้ปัญหา - การใช้เทคโนโลยี				
6. ทักษะในศตวรรษ ที่ 21	นวัตกรรมทาง เทคโนโลยี	- ประเมินทักษะ การทำงาน	- แบบประเมิน ทักษะการทำ งาน	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การ เคลื่อนไหวได้	- ประเมินการ ตอบคำถาม	- แบบประเมิน การตอบคำถาม	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning))

### รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

#### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น

- นักเรียนคิดว่าทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ ยากหรือง่ายอย่างไร
- นักเรียนคิดว่าทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ มีประโยชน์อย่างไร (เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

#### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่

2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน

3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

#### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

#### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 2 คน คนละฝั่ง สลับกัน โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง

2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์
2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

### 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

#### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1
2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

#### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube

### 11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

#### 11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

#### 3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่



เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม



ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่



เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้



เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

.....



ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา



อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้



ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....





1.1 สารที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

1) **ความรู้ (Knowledge)**

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้

2) **ทักษะกระบวนการ (Practice)**

1. นักเรียนสามารถฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้

3) **คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)**

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกการตีลูกเทเบิลเทนนิสทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์

4) **นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)**

## 2. สารสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ทักษะการตีขั้นพื้นฐานที่ผู้ฝึกควรรู้ มี 2 แบบ ได้แก่ การตีลูกหน้ามือ หรือโฟร์แฮนด์ และการตีลูกหลังมือ หรือแบคแฮนด์ โดยผู้เล่นควรฝึกให้เกิดความชำนาญ เพราะเป็นการเพิ่มทักษะการตีโต้ตอบกันระหว่างผู้เล่น เพื่อให้การเล่นหรือแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิสมีประสิทธิภาพ

## 3. สารการเรียนรู้

3.1 สารการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- ทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์

## 7. ภาระงาน/ชิ้นงานที่แสดงผลการเรียนรู้

3.2 สารการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)

### 3.3 สารการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

- ภาษาไทย  ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่อง ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์  
การงานอาชีพและเทคโนโลยี  สืบค้นข้อมูล เรื่อง ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์  
วิทยาศาสตร์  การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจิ้งหะ  
คณิตศาสตร์  การนับจิ้งหะ

### 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร  
4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด  
4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา  
4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต  
4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

### 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต 5.3 [ ✓ ] มีวินัย  
5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้ 5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง 5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน  
5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย 5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

### 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)  
6.2 [ ] Writing (เขียนได้)  
6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)  
6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)  
6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)  
6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)  
6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)  
6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)  
6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)  
6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)  
6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

## 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 1 สมุดจดบันทึก
- 2 ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์

## 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) 1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้	- อธิบายเกี่ยวกับทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้	- ทักษะการการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกตการตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) 1. เห็นความสำคัญในการฝึกการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- มีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	-การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	-แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	-แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	-แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60

- การแก้ปัญหา - การใช้เทคโนโลยี				
6. ทักษะในศตวรรษ ที่ 21	นวัตกรรมทาง เทคโนโลยี	- ประเมินทักษะ การทำงาน	- แบบประเมิน ทักษะการทำ งาน	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การ เคลื่อนไหวได้	- ประเมินการ ตอบคำถาม	- แบบประเมิน การตอบคำถาม	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning))

### รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

#### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น

- นักเรียนคิดว่าทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ ยากหรือง่ายอย่างไร
- นักเรียนคิดว่าทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ มีประโยชน์อย่างไร (เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

#### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่

2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน

3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

#### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

#### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 2 คน คนละฝั่ง สลับกัน โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง

2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์
2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

### 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

#### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1
2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

#### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube

### 11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

#### 11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

##### 1) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่



เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม



ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่



เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้



เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา



อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้



ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....

.....  
.....  
ด้านสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน (C)

.....  
.....  
.....  
.....  
ปัญหา/อุปสรรค

.....  
.....  
.....  
.....  
แนวทางการแก้ไข/แนวทางการพัฒนา



ลงชื่อ สิบโท ผู้สอน

(ประทีป ทองएम)

ตำแหน่ง ครู

9 / พฤษภาคม /2567

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 20 เรื่อง ทักษะการตีพื้นฐาน**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 7 การตีพื้นฐาน**

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (เทเบิลเทนนิส) รหัสวิชา พ 21101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 เวลา 1 ชั่วโมง

ผู้สอน สิบโทประทีป ทองएम โรงเรียนชัชวาทพิทยาคม

.....  
.....  
**1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด**

1.1 สารที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 (ม.1/2) เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

มาตรฐาน พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพ สิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/1) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/2) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น

ตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัด พ 3.2 (ม.1/3) ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

1.2 จุดประสงค์การเรียนรู้ (ให้ระบุ K S/P A C)

1) ความรู้ (Knowledge)

1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้

2) ทักษะกระบวนการ (Practice)

1. นักเรียนสามารถฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้

3) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude)

1. นักเรียนเห็นประโยชน์และความสำคัญในการฝึกการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์

4) นักเรียนนำไปใช้เป็นทักษะชีวิต (C)

## 2. สารสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ทักษะการตีขั้นพื้นฐานที่ผู้ฝึกควรรู้ มี 2 แบบ ได้แก่ การตีลูกหน้ามือ หรือโฟร์แฮนด์ และการตีลูกหลังมือ หรือแบคแฮนด์ โดยผู้เล่นควรฝึกให้เกิดความชำนาญ เพราะเป็นการเพิ่มทักษะการตีโต้ตอบกันระหว่างผู้เล่น เพื่อให้การเล่นหรือแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิสมีประสิทธิภาพ

## 3. สารการเรียนรู้

3.1 สารการเรียนรู้ (แกนกลาง)

การฝึกทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- ทักษะการตีพื้นฐานแบบโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์

## 7. ภาระงาน/ชิ้นงานที่แสดงผลการเรียนรู้

3.2 สารการเรียนรู้ท้องถิ่น (ถ้ามี)



### 3.3 สารการเรียนรู้บูรณาการ (ถ้ามี)

- ภาษาไทย  ฟัง พูด อ่าน และเขียนเรื่อง ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์  
การงานอาชีพและเทคโนโลยี  สืบค้นข้อมูล เรื่อง ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์  
วิทยาศาสตร์  การสังเกตท่าทางการเคลื่อนไหวและการจับจิ้งหะ  
คณิตศาสตร์  การนับจิ้งหะ

### 4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 [ ✓ ] ความสามารถในการสื่อสาร  
4.2 [ ✓ ] ความสามารถในการคิด  
4.3 [ ✓ ] ความสามารถในการแก้ปัญหา  
4.4 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต  
4.5 [ ✓ ] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

### 5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 5.1 [ ] รักษาดี ศาสน์ กษัตริย์ 5.2 [ ✓ ] ซื่อสัตย์สุจริต 5.3 [ ✓ ] มีวินัย  
5.4 [ ✓ ] ใฝ่เรียนรู้ 5.5 [ ] อยู่อย่างพอเพียง 5.6 [ ✓ ] มุ่งมั่นในการทำงาน  
5.7 [ ✓ ] รักความเป็นไทย 5.8 [ ✓ ] มีจิตสาธารณะ

### 6. ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)

- 6.1 [ ] Reading (อ่านออก)  
6.2 [ ] Writing (เขียนได้)  
6.3 [ ] Arithmetic (คิดเลขเป็น)  
6.4 [ ✓ ] Critical thinking & problem solving (ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา)  
6.5 [ ✓ ] Creativity & innovation (ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม)  
6.6 [ ] Cross-cultural understanding (ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์)  
6.7 [ ✓ ] Collaboration, teamwork & leadership (ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ)  
6.8 [ ] Communications, information & media literacy (ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ)  
6.9 [ ✓ ] Computing & ICT literacy (ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร)  
6.10 [ ✓ ] Career & learning skills (ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้)  
6.11 [ ✓ ] Compassion (คุณธรรม จริยธรรม)

## 7. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 1 สมุดจดบันทึก
- 2 ทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์

## 8. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	ภาระงาน/ชิ้นงาน	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ (K) 1. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้	- อธิบายเกี่ยวกับทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- ประเมินผลงานจากใบงาน	-แบบประเมินผลงานนักเรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ทักษะกระบวนการ (P) 1. นักเรียนสามารถฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ได้	- ทักษะการการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- การออกมานำเสนอ - การตอบคำถาม	-แบบสังเกตการตอบคำถาม	คะแนนตั้งแต่ 4-9 ผ่าน
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) 1. เห็นความสำคัญในการฝึกการฝึกตีลูกเทเบิลเทนนิสทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์	- มีความสนใจใฝ่รู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับกีฬา	-การสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	-แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	นักเรียนที่ได้ระดับคุณภาพพอใช้ขึ้นไป ถือว่า ผ่าน
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	-แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน - การสื่อสาร - การคิด - การใช้ทักษะชีวิต	- พฤติกรรมที่แสดงในชั้นเรียน	-ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	-แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 60

- การแก้ปัญหา - การใช้เทคโนโลยี				
6. ทักษะในศตวรรษ ที่ 21	นวัตกรรมทาง เทคโนโลยี	- ประเมินทักษะ การทำงาน	- แบบประเมิน ทักษะการทำ งาน	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป
7. <input type="checkbox"/> อ่าน <input type="checkbox"/> คิด <input checked="" type="checkbox"/> วิเคราะห์ <input type="checkbox"/> เขียน	วิเคราะห์การ เคลื่อนไหวได้	- ประเมินการ ตอบคำถาม	- แบบประเมิน การตอบคำถาม	ผลการประเมิน ตั้งแต่ระดับพอใช้ ขึ้นไป

## 9. กิจกรรมการเรียนรู้ (Active Learning))

### รูปแบบการปฏิบัติละมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

#### ขั้นที่ 1 ระบุคำถาม (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ มาเปิดให้นักเรียนดู พร้อมตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นความสนใจ ตัวอย่างเช่น

- นักเรียนคิดว่าทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ ยากหรือง่ายอย่างไร
- นักเรียนคิดว่าทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ มีประโยชน์อย่างไร (เป็นการสนทนาและแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ก่อนนำเข้าสู่บทเรียน)

#### ขั้นที่ 2 แสวงหาความรู้ (15 นาที)

1. ครูให้นักเรียนนำคำถาม ที่ครูได้ตั้งคำถามไว้ มาร่วมกันสนทนาหาคำตอบ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่

2. หากนักเรียนตอบคำถามผิด ครูควรเพิ่มเติมความรู้ในส่วนที่ถูกต้องให้กับนักเรียน

3. ครูให้นักเรียนศึกษาความรู้ ในเรื่องทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ จากหนังสือเรียนรายวิชาพลศึกษา ม.1 ของ บริษัท ศูนย์หนังสือเมืองไทย จำกัด

#### ขั้นที่ 3 สร้างความรู้และสรุปความรู้ (20 นาที)

1. ครูอธิบายและสาธิตทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

2. ครูให้นักเรียนทุกคนฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ จากข้อที่ 1 ที่ครูสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่าง

#### ขั้นที่ 4 สื่อสารและนำเสนอ (10 นาที)

1. ครูให้นักเรียนออกมาปฏิบัติครั้งละ 2 คน คนละฝั่ง สลับกัน โดยครูคอยแนะนำการฝึกทักษะที่ถูกต้อง

2. หากนักเรียนทำผิด ครูสาธิตให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่างใหม่อีกรอบ

### ขั้นที่ 5 ประเมินและบริการสังคม (10 นาที)

1. ครูประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยวิธีการตอบคำถามและการฝึกทักษะการตีพื้นฐานแบบโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์
2. ครูมอบหมายให้นักเรียนไปฝึกเพิ่มเติมเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนในครั้งต่อไป

### 10. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

#### 10.1 สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน พลศึกษา ม.1
2. คลิปวิดีโอการแข่งขันเทเบิลเทนนิส

#### 10.2 แหล่งเรียนรู้ (สถานที่ บุคคล เว็บไซต์ ฯลฯ)

- เว็บไซต์ / YouTube

### 11. ความเห็นและข้อเสนอแนะของครูนิเทศ/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย/ผู้บริหารสถานศึกษา

#### 11.1 ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้วมีความคิดเห็น ดังนี้

##### 1) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ที่	รายการ	บันทึกผลการตรวจสอบ	
		มี	ไม่มี
1	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้	✓	
2	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	✓	
3	สาระการเรียนรู้	✓	
4	สมรรถนะของผู้เรียน	✓	
5	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	✓	
6	ทักษะในศตวรรษที่ 21 (3R x 8C)	✓	
7	ชิ้นงาน/ภาระงาน	✓	
8	การวัดและประเมินผล	✓	
9	กิจกรรมการเรียนรู้	✓	
10	สื่อ/แหล่งเรียนรู้	✓	

2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้นำกระบวนการเรียนรู้ที่



เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ใช้ในการจัดการเรียนสอนได้อย่างเหมาะสม



ยังไม่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป

3) เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่



เห็นควรนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้



เห็นควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เนื่องจาก.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายไพฑูรย์ อินโท )

ตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

9 / พฤษภาคม / 2567

11.2 ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา



อนุมัติให้นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้



ไม่อนุมัติ ควรปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ก่อนนำไปใช้.....

.....

ลงชื่อ .....

( นายชูชาติ พารีสอน )

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนชัยนาทพิทยาคม

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

12. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

.....  
.....  
.....

ด้านทักษะ/กระบวนการ (S/P)

.....  
.....  
.....

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

.....

