



โรงเรียนพระปฐมวิทยาลัย
ประมวลรายวิชา/ โครงการจัดการเรียนรู้
(Course Syllabus)

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551
โรงเรียนมาตรฐานสากล (World – Class Standard School)

1. ชื่อรายวิชา พลศึกษา 2 รหัสวิชา พ21102

จำนวนชั่วโมง 1 ชั่วโมง / สัปดาห์ 20 ชั่วโมง / ภาคเรียน จำนวนหน่วยกิต 0.5 หน่วยกิต

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ระดับชั้น ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 1

ปีการศึกษา 2560

ผู้สอน นายเจษฎา ทิพย์สุมณฑา

2. คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับประวัติความเป็นมา ประโยชน์และคุณค่าของกีฬาไทยและกีฬาสากล มารยาทของการเป็นผู้เล่นและผู้ดูที่ดี

นำหลักการทางวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวไปใช้ในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล มีทักษะในการยืดเหยียด การอบอุ่นร่างกาย การวิ่ง การทรงตัว การกระโดด การเคลื่อนไหวแบบต่างๆ ทั้งในขณะที่เป็นผู้เล่นและผู้ดู การเล่นอย่างสนุกสนานและปลอดภัย ปฏิบัติตามหน้าที่ความรับผิดชอบของตนขณะเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาไทยและกีฬาสากล สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ เล่นเกมกีฬาพื้นบ้าน กีฬาในท้องถิ่น เพลงมาร์ชนครปฐม เข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาการในชุมชน

เห็นคุณค่าการปฏิบัติตามสิทธิ กฎ กติกาการแข่งขันความปลอดภัยและกลวิธีในการเล่น การแข่งขันกีฬาไทยและกีฬาสากล การมีจิตวิญญาณในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาและชื่นชมในสุนทรียภาพของการมีทักษะในการเป็นผู้เล่นและผู้ดูที่ดี สร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพทางกาย มีความซื่อสัตย์สุจริต มีวินัยนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสมมีน้ำใจนักกีฬา

3. ตัวชี้วัดของรายวิชา

พ 3.1 ม.1/1 ,ม.1/2 ความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ม.1/3 การเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล

ม.1/4,ม.1/5 การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่นได้เป็นอย่างดี

พ 3.2 ม.1/1 การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย

ม.1/2 การทดสอบสมรรถภาพทางกาย

ม.1/3 การออกกำลังกาย เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล

ม.1/4 การพัฒนาทักษะเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวเพื่อนำไปสู่การวางแผนการเล่นทั้งการรุกและการรับอย่างเป็นระบบ

ม.1/5 กติกาการเล่นและการแข่งขันการทำงานเป็นทีม เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน ความสามัคคีทั้งกีฬาไทยและกีฬาสากล

ม.1/6 วิเคราะห์และเปรียบเทียบ ยอมรับความแตกต่างการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่นได้

รวม 11 ตัวชี้วัด



4. การวัดผลประเมินผลการเรียนรู้

4.1 คะแนนเต็ม 100 คะแนน

สัดส่วนคะแนนระหว่างภาคต่อปลายภาค 80 : 20 คะแนน

- คะแนนก่อนกลางภาค	30	คะแนน
- คะแนนสอบกลางภาค	20	คะแนน
- คะแนนหลังกลางภาค	30	คะแนน
- สอบปลายภาค	20	คะแนน
รวม	100	คะแนน

4.2 คะแนนก่อนกลางภาค รวม 30 คะแนน

ขอบข่ายสาระการเรียนรู้ในการประเมินผลก่อนกลางภาค				
ตัวชี้วัด	หน่วยการเรียนรู้	คะแนน	รูปแบบการประเมิน	สื่อการสอน
พ 3.1 ม.1/1,ม 1/2	ประวัติความเป็นมา และทักษะกีฬาไทย กีฬาสากล	10	-ทดสอบตามแบบทดสอบ -แบบทดสอบความรู้ เรื่องประวัติความเป็นมา กีฬาฟุตบอล	- ใบความรู้ เรื่อง ประวัติความเป็นมา กีฬา ฟุตบอล
พ 3.1 ม 1/3,ม 1/4,ม 1/5	การเล่นกีฬาไทยและ กีฬาสากล	10	- ทดสอบตามแบบฝึก -ทดสอบตามแบบฝึกกีฬา ตะกร้อ -ทดสอบตามแบบฝึกกีฬา ฟุตบอล	- อุปกรณ์ตาม ชนิดกีฬา -ลูกฟุตบอล -ลูกตะกร้อ
พ 3.2 ม 1/1,ม 1/2,ม 1/3, ม.1/4,ม.1/5	การสร้างเสริม สมรรถภาพทางกาย การทดสอบ สมรรถภาพ	10	- ทดสอบตามแบบ ประเมินสมรรถภาพ -วิ่งเก็บของ -ลูก นิ่ง -ยีนกระโดดไกล -วิ่ง 50 เมตร -วัดแรงบีบมือ -งอตัว -วิ่ง 800 เมตร	- อุปกรณ์ตาม แบบทดสอบ - นาฬิกาจับเวลา - แผ่นยางวัด ระยะกระโดดไกล -นกหวีด -ใบบันทึกสถิติ -เครื่องวัดแรงบีบ มือ -ที่วัดการงอตัว



4.3 คะแนนสอบกลางภาค รวม 20 คะแนน

ขอข้ายสาระการเรียนรู้ในการประเมินผลสอบกลางภาค			
ตัวชี้วัด	หน่วยการเรียนรู้	คะแนน	รูปแบบข้อสอบ
พ 3.1 ม.1/1 – ม.1/5 พ 3.2 ม.1/1 – ม.1/6	- ทดสอบทักษะพื้นฐาน กีฬาไทย กีฬาสากล	20	- แบบทดสอบตามแบบฝึก - ทดสอบการอบอุ่นร่างกายก่อนการเล่น กีฬา

4.4 คะแนนหลังกลางภาค รวม 30 คะแนน

ขอข้ายสาระการเรียนรู้ในการประเมินผลก่อนกลางภาค				
ตัวชี้วัด	หน่วยการเรียนรู้	คะแนน	รูปแบบการประเมิน	สื่อการสอน
พ 3.2 ม.1/3,ม.1/4,ม.1/5 ม.1/6	การเล่นเกมและกติกา	10	- การสังเกตและแบบ ประเมินทักษะ	- นกหวีด - ลูกฟุตบอล - สนามฟุตบอล - วิดีทัศน์
พ 3.2 ม.1/3,ม.1/4,ม.1/5 ม.1/6	การเล่นทีมทั้งการรุก และการรับ	10	- สังเกตการณ์นำทักษะ กีฬาไปใช้ การเล่นกีฬา เป็นทีม	- อุปกรณ์กีฬา - สนามแข่งขัน - ลูกฟุตบอล
พ 3.1 ม.1/1,ม.1/2 ม.1/3 , ม 1/4 ม.1/5 , ม.1/6	การออกแบบกิจกรรม การฝึก(STEM)	10	- ใบบันทึกกิจกรรม	- เตรียมอุปกรณ์ที่ จะใช้ทำกิจกรรม มากขึ้นเอง

4.5 คะแนนสอบปลายภาค รวม 20 คะแนน

ขอข้ายสาระการเรียนรู้ในการประเมินผลสอบปลายภาค			
ตัวชี้วัด	หน่วยการเรียนรู้	คะแนน	รูปแบบข้อสอบ
พ 3.2 ม.1/1, ม.1/2 , ม.1/3 ม.1/4,ม.1/5 , ม.1/6	การทดสอบปฏิบัติทักษะ กีฬา กติกาการแข่งขันและ การแข่งขัน	20	- แบบทดสอบการปฏิบัติตามแบบฝึก



4.6 ชิ้นงานออกแบบกิจกรรมการฝึก(STEM)

หน่วยการเรียนรู้หรือสาระ การเรียนรู้/ตัวชี้วัดหรือผล การเรียนรู้/บูรณาการ	วิธีการเก็บคะแนน	ชิ้นงาน		หมายเหตุ	กำหนดเวลา ส่งงาน
		ลักษณะ ประเภท	จำนวน ชิ้นงาน		
พ 3.1 ม.1/1,ม.1/2 ม.1/3 , ม 1/4 ม.1/5 , ม.1/6	1. ใบบันทึกกิจกรรม 2. แนวคิดในการออกแบบ 3. ประสิทธิภาพแบบฝึก	โครงงาน เรื่อง การ ทำหลักฝึก การอ่อน ตัวเพื่อฝึก การเล่น ฟุตบอล	1 ชิ้น	10 คะแนน	20 ม.ค. 2560