



โรงเรียนพระปฐมวิทยาลัย  
ประมวลรายวิชา/ โครงการจัดการเรียนรู้  
(Course Syllabus)

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551  
โรงเรียนมาตรฐานสากล (World – Class Standard School)

1. ชื่อรายวิชา พลศึกษา(วอลเลย์บอล) รหัสวิชา พ22104

จำนวนชั่วโมง 1 ชั่วโมง / สัปดาห์ 20 ชั่วโมง / ภาคเรียน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ภาคเรียนที่ 2

จำนวนหน่วยกิต 0.5 หน่วยกิต

ระดับชั้น ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ปีการศึกษา 2560

ผู้สอน นายณรงค์ รวมจิตร นายตะวัน ลีวสกุลฤดี นายอุเทน อุชลิบ

## 2. คำอธิบายรายวิชา

(K) ศึกษาการเล่นกีฬา การปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาที่หลากหลายและเปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้งประเภททีมและอธิบายสาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจอารมณ์ สังคมและสติปัญญาที่เกิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิตเลือกเข้าร่วมออกกำลังกายเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจ พร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง มีวินัยปฏิบัติตามกฎกติกาและข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก และวางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก และนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสม

(P) ฝึกปฏิบัติทั้งแบบเดี่ยวและแบบกลุ่ม มีการบันทึกผลการปฏิบัติ เพื่อนำข้อมูลไปวิเคราะห์และออกแบบหรือสร้างทางเลือกเพื่อนำไปพัฒนาการปฏิบัติให้ดีขึ้นกว่าเดิม เกิดเป็นความรู้ติดตามผู้เรียนไปใช้ในชีวิตประจำวัน

(A) เห็นคุณค่าและความสำคัญของการเล่นกีฬา หรือการทำกิจกรรมนันทนาการในยามว่างที่มีผลต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจ เกิดเป็นค่านิยมและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ติดตัวผู้เรียนในการนำไปเป็นแนวทางสร้างเสริมสุขภาพของตนเอง ครอบครัว ชุมชน และสังคม

## 3. ตัวชี้วัดของรายวิชา

พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

ม. 2/1 นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง

ม. 2/2 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีมได้ อย่างละ 1 ชนิด

ม. 2/3 เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน

ม. 2/4 ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย 1 กิจกรรม และนำความรู้และหลักการที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเป็นระบบ



มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของการเล่นกีฬา

ม. 2/1 อธิบายสาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจอารมณ์ สังคมและสติปัญญาที่เกิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต

ม. 2/2 เลือกเข้าร่วมออกกำลังกายเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจพร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง

ม. 2/3 มีวินัยปฏิบัติตามกฎกติกาและ ข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

ม. 2/4 วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม

ม. 2/5 นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่น

รวม 9 ตัวชี้วัด

#### 4. การวัดผลประเมินผลการเรียนรู้

##### 4.1 คะแนนเต็ม 100 คะแนน

สัดส่วนคะแนนระหว่างภาคต่อปลายภาค 80 : 20 คะแนน

- คะแนนก่อนกลางภาค	30	คะแนน (ชิ้นงาน 10 คะแนนSTEM)
- คะแนนสอบกลางภาค	20	คะแนน
- คะแนนหลังกลางภาค	30	คะแนน
- สอบปลายภาค	20	คะแนน
รวม	100	คะแนน



#### 4.2 คะแนนก่อนกลางภาค รวม 30 คะแนน

ขอบข่ายสาระการเรียนรู้ในการประเมินผลก่อนกลางภาค				
ตัวชี้วัด	หน่วยการเรียนรู้	คะแนน	รูปแบบการประเมิน	สื่อการสอน
มฐ. พ 3.1 ม.2/1 , ม.2/2 ม.2/3 , ม.2/4	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 ความรู้ทั่วไปของกีฬา วอลเลย์บอล และการ ออกกำลังกายและ สมรรถภาพทางกาย (2 ชั่วโมง)	5	- สังเกตพฤติกรรมของ นักเรียนในการเข้าร่วม กิจกรรม - ชิ้นงาน	1. ใบความรู้เกี่ยวกับ ความรู้ทั่วไปของกีฬา วอลเลย์บอล 2. แบบทดสอบ สมรรถภาพทางกาย 3. รูปภาพ/แผนผัง 4. ลูกวอลเลย์บอลบอล
มฐ. พ 3.1 ม.2/1 , ม.2/2 ม.2/3 , ม.2/4	หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 การสร้างความคุ้นเคยกับ ลูกวอลเลย์บอลและการ เคลื่อนไหว (2 ชั่วโมง)	5	- สังเกตพฤติกรรมของ นักเรียนในการเข้าร่วม กิจกรรม	1. ลูกวอลเลย์บอล 2. สนามวอลเลย์บอล 3. กรวย 4. แบบบันทึกผลการ ปฏิบัติทักษะ
มฐ. พ 3.1 ม.2/1 , ม.2/2 ม.2/3 , ม.2/4	หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 การเล่นลูกสองมือล่าง (อันเดอร์) (2 ชั่วโมง)	10	- สังเกตพฤติกรรมของ นักเรียนในการเข้าร่วม กิจกรรม	1. ลูกวอลเลย์บอล 2. สนามวอลเลย์บอล 3. กรวย 4. แบบบันทึกผลการ ปฏิบัติทักษะ
มฐ. พ 3.1 ม.2/1 , ม.2/2 ม.2/3 , ม.2/4	หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 การเล่นลูกสองมือบน(เซต) (3 ชั่วโมง)	10	- สังเกตพฤติกรรมของ นักเรียนในการเข้าร่วม กิจกรรม - สังเกตพฤติกรรมของ นักเรียนในการเข้าร่วม กิจกรรมกลุ่ม	1. ลูกวอลเลย์บอล 2. สนามวอลเลย์บอล 3. กรวย 4. แบบบันทึกผลการ ปฏิบัติทักษะ

#### 4.3 คะแนนสอบกลางภาค รวม 20 คะแนน (วันที่ 25 - 29 ธันวาคม 2560)

ขอบข่ายสาระการเรียนรู้ในการประเมินผลสอบกลางภาค			
ตัวชี้วัด	หน่วยการเรียนรู้	คะแนน	รูปแบบข้อสอบ
มฐ. พ 3.1 ม.2/1 , ม.2/2 ม.2/3 , ม.2/4	- ความรู้ทั่วไปของกีฬา วอลเลย์บอล - ทดสอบสมรรถภาพทางกาย - การสร้างความคุ้นเคยกับลูก วอลเลย์บอลและการเคลื่อนไหว - การเล่นลูกสองมือล่าง (อันเดอร์) -การเล่นลูกสองมือบน(เซต)	20	สอบปฏิบัติ



#### 4.4 คะแนนหลังกลางภาค รวม 30 คะแนน

ขอบข่ายสาระการเรียนรู้ในการประเมินผลหลังกลางภาค				
ตัวชี้วัด	หน่วยการเรียนรู้	คะแนน	รูปแบบการประเมิน	สื่อการสอน
มฐ. พ 3.1 ม.2/1 , ม.2/2 ม.2/3 , ม.2/4	หน่วยการเรียนรู้ที่ การเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอล (2 ชั่วโมง)	10	- สังเกตพฤติกรรมของนักเรียน ในการเข้าร่วมกิจกรรม - สังเกตพฤติกรรมของนักเรียน ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม	1. ลูกวอลเลย์บอล 2. สนามวอลเลย์บอล 3. กรวย 4. แบบบันทึกผลการ ปฏิบัติทักษะ
มฐ. พ 3.1 ม.2/1 , ม.2/2 ม.2/3 , ม.2/4	หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 การตบและการสกัดกั้น (3 ชั่วโมง)	10	- สังเกตพฤติกรรมของนักเรียน ในการเข้าร่วมกิจกรรม	1. ลูกวอลเลย์บอล 2. สนามวอลเลย์บอล 3. กรวย 4. แบบบันทึกผลการ ปฏิบัติทักษะ
มฐ. พ 3.2 ม.2/1 , ม.2/2 ม.2/3 , ม.2/4 ม.2/5	หน่วยการเรียนรู้ที่ 7 การเล่นเป็นทีมของกีฬา วอลเลย์บอล (4 ชั่วโมง)	10	- สังเกตพฤติกรรมของนักเรียน ในการเข้าร่วมกิจกรรม เล่นทีม - สังเกตพฤติกรรมของนักเรียน ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม	1. ลูกวอลเลย์บอล 2. สนามวอลเลย์บอล 3. กรวย

#### 4.5 คะแนนสอบปลายภาค รวม 20 คะแนน (วันที่ 26 กุมภาพันธ์ – 5 มีนาคม 2561)

ขอบข่ายสาระการเรียนรู้ในการประเมินผลสอบปลายภาค			
ตัวชี้วัด	หน่วยการเรียนรู้	คะแนน	รูปแบบข้อสอบ
มฐ. พ 3.1 ม.2/1 , ม.2/2 , ม.2/3 , ม. 2/4 มฐ. พ 3.2 ม.2/1 , ม.2/2 ม.2/3 , ม.2/4 ม.2/5	- การเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอล - การตบและการสกัดกั้น - การเล่นเป็นทีมของกีฬา วอลเลย์บอล	20	- สอบปฏิบัติ - แบบทดสอบปรนัย แบบเลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 20 ข้อ



#### 4.6 ชิ้นงาน อุปกรณ์ที่ใช้ในการสร้างเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกายของคนในชุมชน (STEM)

หน่วยการเรียนรู้หรือสาระการเรียนรู้/ตัวชี้วัดหรือผลการเรียนรู้/บูรณาการ	วิธีการเก็บคะแนน	ชิ้นงาน		หมายเหตุ	กำหนดเวลาส่งงาน
		ลักษณะประเภท	จำนวนชิ้นงาน		
มฐ. พ 2.1 ม.2/1 ม.2/2 ม.2/3 หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 ความรู้ทั่วไปของกีฬา วอลเลย์บอล และการออกกำลังกายและสมรรถภาพทางกาย	1. อุปกรณ์ที่ใช้ในการสร้างเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกายในกลุ่ม 1 ชิ้นงาน	ชิ้นงานประดิษฐ์อุปกรณ์ในการออกกำลังกายอย่างง่าย	1 ชิ้น	10 คะแนน (ก่อนกลางภาค 10 คะแนน)	9 ก.พ. 2561