

โครงการสอน (Course Outline)
สาระการเรียนรู้รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา รหัส พ31101

ครูผู้สอน ครูวรกานดา เกียรติธินกุล
 ม.จำรูญ บรรเทิงสุข

ระดับชั้น

☐ ประถมศึกษาปีที่ ☒มัธยมศึกษาปีที่ 4 / 1 - 5 ภาคเรียนที่ 1 /2557

ลักษณะวิชา

☒ สาระพื้นฐาน ☐สาระเพิ่มเติม ☐ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ☐อื่น ๆ

1) คำอธิบายรายวิชา(ภาคเรียนที่ 1)

ศึกษากระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการณ์เจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคมและวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต ค่านิยมในเรื่องเพศ ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน การประเมินสมรรถภาพทางกายและจิตตามหลักการวิธีการและความต้องการของตนเอง การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายและจิต การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีม รักษาสิทธิ กฎ กติกา ระเบียบ ความปลอดภัยในการเล่นและการแข่งขัน เพื่อให้ผู้เรียนเป็นผู้ที่มีความรู้ ความเข้าใจ มีทักษะเห็นคุณค่าและตระหนักถึงความสำคัญและสามารถนำแนวทางไปปฏิบัติเพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพทางกลไก มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ สามารถวิเคราะห์ ประเมิน สรุปเกี่ยวกับความปลอดภัยในชีวิตได้

โดยใช้กระบวนการอธิบาย เปรียบเทียบ คิดวิเคราะห์ กลุ่มย่อย เชื่อมโยง จำแนก กรณีศึกษา ปฏิบัติ สาธิต นำไปใช้ ชักถาม กระบวนการสร้างทักษะการปฏิบัติ เพื่อให้ผู้เรียน มีวินัย ไม่เรียนรู้อ่อนแอ มุ่งมั่น ซื่อสัตย์ จิตอาสา จิตสาธารณะ

2) ตัวชี้วัดรายภาค(ภาคเรียนที่ 1)

ตัวชี้วัดรายภาค	ความสอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลาง
1. อธิบายกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ (สุขศึกษา)	ส 1 พ 1.1
2. วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการณ์เจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว (สุขศึกษา)	ส 1 พ 1.1
3. วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคมและวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต (สุขศึกษา)	ส 2 พ 2.1
4. วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่นๆ (สุขศึกษา)	ส 2 พ 2.1
5. เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว (สุขศึกษา)	ส 2 พ 2.1
6. วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชนและเสนอแนวทางแก้ไข ปัญหา (สุขศึกษา)	ส 2 พ 2.1
7. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล / คู่ กีฬาประเภททีมได้อย่างน้อย 1 ชนิด (พลศึกษา)	ส 3 พ 3.1
8. เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียน และนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม(พลศึกษา)	ส 3 พ 3.1
9. ออกกำลังกายและเล่นกีฬา ที่เหมาะสมกับตนเองอย่างสม่ำเสมอ และใช้ความสามารถของตนเองเพิ่มศักยภาพของ ทีม ลดความเป็นตัวตน คำนึงถึงผลที่เกิดต่อสังคม (พลศึกษา)	ส 3 พ 3.1
10. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กติกาต่างๆ ในระหว่างการเล่น การแข่งขันกีฬากับผู้อื่นและนำไปสรุปเป็น แนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง (พลศึกษา)	ส 3 พ 3.1
11. แสดงออกถึงการมีมารยาท ในการดู การเล่นและการแข่งขันกีฬา ด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา และนำไปใช้ ปฏิบัติทุกโอกาส จนเป็นบุคลิกภาพที่ดี (พลศึกษา)	ส 3 พ 3.1
12. ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬา(พลศึกษา)	ส 3 พ 3.1
13. วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนสมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางกลไก (พลศึกษา)	ส 4 พ 4.1

3) เนื้อหาวิชา

ภาคเรียนที่ 1

ระยะเวลา	เนื้อหาการเรียน
เนื้อหาการเรียนก่อนสอบกลางภาค – สอบกลางภาค	<u>สุขศึกษา</u> ระบบต่างๆของร่างกาย - องค์ประกอบของร่างกาย - ระบบหล่อเลี้ยงร่างกาย - ระบบกระดูก - ระบบกล้ามเนื้อ การวางแผนดูแลสุขภาพของบุคคลในครอบครัว ชุมชนและสังคม - ความหมายและความสำคัญของการวางแผนดูแลสุขภาพตนเอง - การวางแผนดูแลสุขภาพตนเอง - แนวทางการวางแผนดูแลสุขภาพของตนเอง - ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของวัยรุ่น <u>พลศึกษา</u> - ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกีฬา - สมรรถภาพทางกายและทางจิต - สมรรถภาพทางกลไก - นันทนาการกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต - กีฬาเพื่อชีวิต
เนื้อหาการเรียนหลังสอบกลางภาค – สอบปลายภาค	<u>สุขศึกษา</u> อิทธิพลที่ส่งผลต่อพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น - ความหมายและความสำคัญของวัยรุ่นกับพฤติกรรมทางเพศ - ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต - อารมณ์ทางเพศและการแสดงออกที่เหมาะสม การสร้างเสริมสัมพันธภาพ - ความหมายและความสำคัญของสัมพันธภาพ - หลักการสร้างเสริมสัมพันธภาพที่ดีของบุคคล - การสร้างเสริมสัมพันธภาพกับบุคคลในครอบครัว - การสร้างเสริมสัมพันธภาพกับเพื่อน และบุคคลทั่วไป

	ความขัดแย้งในวัยรุ่น - ความหมายและประเภทของการขัดแย้ง - สาเหตุของความขัดแย้งระหว่างนักเรียน หรือเยาวชนในชุมชน - ผลกระทบที่เกิดจากความขัดแย้ง - แนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาความขัดแย้ง ผละ - ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกีฬา - สมรรถภาพทางกายและทางจิต - สมรรถภาพทางกลไก - นันทนาการกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต - กีฬาเพื่อชีวิต
--	---

4) วิธีการวัดผลประเมินผล

สัดส่วนคะแนนการวัดผลประเมินผล = คะแนนประเมินตามสภาพจริง (80 คะแนน) : คะแนนสอบ (20 คะแนน)

การวัดตัวชี้วัดรายภาค

ภาคเรียนที่	ตัวชี้วัดรายภาคที่ต้องการวัด (ข้อที่)
1	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13

5) รายละเอียดการเก็บคะแนน

ภาคเรียนที่ 1

การเก็บคะแนนก่อนสอบกลางภาค (ประเมินตามสภาพจริง) : 40 คะแนน

ตัวชี้วัดรายภาคที่ต้องการวัด (ข้อที่)	วิธีการวัด	คะแนน
1	- ใบงาน กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ (สุขศึกษา) - แบบฝึกหัดกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ (สุขศึกษา)	5 10
7	- ปฏิบัติตนในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล / คู่ กีฬาประเภททีมได้อย่างน้อย 1 ชนิด (พละ)	5
8	- ปฏิบัติตนในการ เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียน และนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม(พละ)	5
9	- ปฏิบัติตนในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ที่เหมาะสมกับตนเองอย่างสม่ำเสมอ และใช้ความสามารถ	5
13	ของตนเองเพิ่มศักยภาพของทีม ลดความเป็นตัวตน คำนึงถึงผลที่เกิดต่อสังคม (พละ) - วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางกลไก (พละ)	10

การเก็บคะแนนสอบกลางภาค (ประเมินตามสภาพจริง) : 10 คะแนน

ตัวชี้วัดรายภาคที่ต้องการวัด (ข้อที่)	วิธีการวัด	คะแนน
2	- แบบทดสอบการดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว (สุขศึกษา)	10

การเก็บคะแนนหลังสอบกลางภาค (ประเมินตามสภาพจริง) : 40 คะแนน

ตัวชี้วัดรายภาคที่ต้องการวัด (ข้อที่)	วิธีการวัด	คะแนน
3	- ใบงาน อิทธิพลที่ส่งผลต่อพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น (สุขศึกษา)	5
4	- แบบฝึกหัด ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่นๆ (สุขศึกษา)	10
10	- การอธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆ ในระหว่างการเล่น การแข่งขันกีฬากับผู้อื่นและนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง (พละ)	10
11	- การแสดงออกถึงการมีมารยาท ในการดู การเล่นและการแข่งขันกีฬา ด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา และนำไปใช้	10

12	ปฏิบัติทุกโอกาส จนเป็นบุคลิกภาพที่ดี (พละ) - ปฏิบัติตนในการร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬา(พละ)	5
----	---	---

การเก็บคะแนนแฟ้มพัฒนางาน (Portfolio) : คะแนน

ตัวชี้วัดรายภาคที่ต้องการวัด (ข้อที่)	วิธีการวัด	คะแนน
	-	
	-	

การเก็บคะแนนสอบปลายภาค (ประเมินตามสภาพจริง) : 10 คะแนน

ตัวชี้วัดรายภาคที่ต้องการวัด (ข้อที่)	วิธีการวัด	คะแนน
5	- แบบทดสอบ การสร้างเสริมสัมพันธภาพ (สุขศึกษา)	5
6	- แบบทดสอบความขัดแย้งในวัยรุ่น (สุขศึกษา)	5

โครงการสอน (Course Outline)
สาระการเรียนรู้รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา รหัส พ31101

ครูผู้สอน
ระดับชั้น

ครูวรกานดา เกียรติธินกุล

☐ ประถมศึกษาปีที่

☒ มัธยมศึกษาปีที่ 4 / 1 - 5

ภาคเรียนที่ 2 /2557

ลักษณะวิชา

☒ สาระพื้นฐาน

☐ สาระเพิ่มเติม

☐ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

☐ อื่น ๆ

1) คำอธิบายรายวิชา(ภาคเรียนที่ 2)

ศึกษาบทบาทการมีส่วนร่วมต่อการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในชุมชนถึงสาเหตุการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการเลือกบริโภค ปฏิบัติตนตามสิทธิของผู้บริโภค การวางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว การมีส่วนร่วมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้จ่าย สารเสพติดเพื่อสุขภาพของตนเอง ครอบครัวสังคม ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพหรือความรุนแรงของคนไทย การใช้ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรงผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้และการจำหน่ายสารเสพติด กำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุและมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน การช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย แนวทางในการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพและสมรรถภาพทางกลไก การเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีม การเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ ความคิดรวบยอดจากหลักการทางวิทยาศาสตร์นำการเคลื่อนไหวมาใช้ในการพัฒนาการเล่นกีฬา การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างสม่ำเสมอจนเป็นกิจนิสัย ตระหนักถึงความสำคัญการให้ความร่วมมือ สามารถปฏิบัติได้ตามแนวทางเพื่อสมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางกลไก และมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ

โดยใช้กระบวนการอธิบาย เปรียบเทียบ คิดวิเคราะห์ กลุ่มย่อย เชื่อมโยง จำแนก กรณีศึกษา ปฏิบัติ สาธิต นำไปใช้ ชักถาม กระบวนการสร้างทักษะการปฏิบัติ เพื่อให้ผู้เรียน มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ มุ่งมั่น ซื่อสัตย์ จิตอาสา จิตสาธารณะ

2) ตัวชี้วัดรายภาค(ภาคเรียนที่ 2)

ตัวชี้วัดรายภาค	ความสอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลาง
1. ใช้ความสามารถของตนเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่น และสังคม (พลศึกษา)	ส 3 พ 3.2
2. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล / คู่ กีฬาประเภททีมได้อย่างน้อย ๑ ชนิด (พลศึกษา)	ส 3 พ 3.2
3. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์ (พลศึกษา)	ส 3 พ 3.2
4. เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียน และนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม (พลศึกษา)	ส 3 พ 3.2
5. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กุลวิธีต่างๆ ในระหว่างการเล่น การแข่งขันกีฬากับผู้อื่นและนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตรประจำวันอย่างต่อเนื่อง(พลศึกษา)	ส 3 พ 3.2
6. วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนสมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางกลไก (พลศึกษา)	ส 4 พ 4.1
7. วิเคราะห์บทบาทการมีส่วนร่วมต่อการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในชุมชนถึงสาเหตุการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย (สุขศึกษา)	ส 4 พ 4.1
8. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการเลือกบริโภค ปฏิบัติตนตามสิทธิของผู้บริโภค (สุขศึกษา)	ส 4 พ 4.1
9. วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนสุขภาพของตนเองและครอบครัว(สุขศึกษา)	ส 4 พ 4.1
10. มีส่วนร่วมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้เวลา เสพติดเพื่อสุขภาพของตนเอง ครอบครัว สังคม และวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อสุขภาพหรือความรุนแรงของคนไทย ใช้ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง(สุขศึกษา)	ส 5 พ 5.1
11. วางแผนกำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุและมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน (สุขศึกษา)	ส 5 พ 5.1
12. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี (สุขศึกษา)	ส 5 พ 5.1

3) เนื้อหาวิชา

ภาคเรียนที่ 2

ระยะเวลา	เนื้อหาการเรียน
เนื้อหาการเรียนก่อนสอบกลางภาค – สอบกลางภาค	ผละ - การนำหลักการทางวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวมาประยุกต์ใช้ในการเล่นกีฬา - กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายและทางจิต - บทบาทและมารยาทในการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและกิจกรรมนันทนาการ - กีฬาเพื่อชีวิต สุขศึกษา การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน - ความหมายของชุมชน การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค - ความสำคัญของการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน - โรคที่เป็นปัญหาในชุมชนและหลักการป้องกันโรค - แนวร่วมของคนในชุมชนเพื่อสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค - ตัวอย่างโครงการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคที่เกิดจากความรับผิดชอบของคนในชุมชน สื่อโฆษณากับการบริโภค - ความหมายและประเภทของสื่อโฆษณา - อิทธิพลของสื่อโฆษณาต่อผู้บริโภค - หลักการพิจารณาสื่อโฆษณาเพื่อการเลือกบริโภค - การวิเคราะห์และประเมินสื่อโฆษณาเพื่อการเลือกบริโภค โรคไม่ติดต่อที่เป็นปัญหาสุขภาพของคนไทย - ความหมายและความสำคัญของโรคไม่ติดต่อ - ตัวอย่างโรคไม่ติดต่อที่สำคัญ การวางแผนพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว - ความหมายและความสำคัญของโรคไม่ติดต่อ - การประเมินภาวะสุขภาพของตนเองและครอบครัว - การประเมินพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพของตนเองและครอบครัว - การจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว
เนื้อหาการเรียนหลังสอบกลางภาค – สอบปลายภาค	ผละ - การนำหลักการทางวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวมาประยุกต์ใช้ในการเล่นกีฬา

	- กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายและทางจิต - บทบาทและมารยาทในการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและกิจกรรมนันทนาการ - กีฬาเพื่อชีวิต <u>สุขศึกษา</u> สวัสดีภาพกับการดำรงชีวิต - ความหมายและความสำคัญของสวัสดีภาพกับการดำรงชีวิต - การใช้ยาอย่างปลอดภัย - ภัยจากสารเสพติด - ปัญหาความรุนแรงในเด็ก ความปลอดภัยในการเดินทาง - ความหมายและความสำคัญของความปลอดภัยในการเดินทาง - สาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุในการเดินทาง - ความปลอดภัยจากอุบัติเหตุการจราจรทางบก ทางน้ำและทางเครื่องบิน กระบวนการทางประชาสังคมกับความปลอดภัยในชุมชน - ความหมายและความสำคัญของกระบวนการทางประชาสังคม - องค์ประกอบของกระบวนการทางประชาสังคม - กระบวนการทางประชาสังคมกับการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน การช่วยฟื้นคืนชีพ - ความหมายและความสำคัญของการช่วยฟื้นคืนชีพ - การประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บ - หลักการช่วยฟื้นคืนชีพผู้บาดเจ็บในสถานการณ์ฉุกเฉิน
--	--

4) วิธีการวัดผลประเมินผล

สัดส่วนคะแนนการวัดผลประเมินผล = คะแนนประเมินตามสภาพจริง (80 คะแนน) : คะแนนสอบ (20 คะแนน)

การวัดตัวชี้วัดรายภาค

ภาคเรียนที่	ตัวชี้วัดรายภาคที่ต้องการวัด (ข้อที่)
2	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12

5) รายละเอียดการเก็บคะแนน

ภาคเรียนที่ 2

การเก็บคะแนนก่อนสอบกลางภาค (ประเมินตามสภาพจริง) : 40 คะแนน

ตัวชี้วัดรายภาคที่ต้องการวัด (ข้อที่)	วิธีการวัด	คะแนน
1	- ใช้ความสามารถของตนเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่น และสังคม (พลศึกษา)	10
2	- เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล / คู่ กีฬาประเภททีมได้อย่างน้อย ๑ ชนิด (พลศึกษา)	5
3	- แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์ (พลศึกษา)	10
9	- ใ้ไปงานการวางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาศักยภาพของตนเองและครอบครัว(สุขศึกษา)	5
8	- แบบฝึกหัดวิเคราะห์หัตถิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการเลือกบริโภค ปฏิบัติตนตามสิทธิของผู้บริโภค (สุขศึกษา)	10

การเก็บคะแนนสอบกลางภาค (ประเมินตามสภาพจริง) : 10 คะแนน

ตัวชี้วัดรายภาคที่ต้องการวัด (ข้อที่)	วิธีการวัด	คะแนน
7	- วิเคราะห์หัตถิพลการมีส่วนร่วมต่อการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในชุมชนถึงสาเหตุการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย (สุขศึกษา)	10

การเก็บคะแนนหลังสอบกลางภาค (ประเมินตามสภาพจริง) : 40 คะแนน

ตัวชี้วัดรายภาคที่ต้องการวัด (ข้อที่)	วิธีการวัด	คะแนน
4	- เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียน และนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม(พลศึกษา)	5
5	- อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆ ในระหว่างการเล่น การแข่งขันกีฬากับผู้อื่น และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง(พลศึกษา)	10
6	- วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนสมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางกลไก (พลศึกษา)	10
11	- ไปงานการวางแผนกำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุและมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน (สุขศึกษา)	5
12	- สาธิตแสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี (สุขศึกษา)	10

การเก็บคะแนนแฟ้มพัฒนางาน (Portfolio) : คะแนน

ตัวชี้วัดรายการที่ต้องการวัด (ข้อที่)	วิธีการวัด	คะแนน
.....	-	

การเก็บคะแนนสอบปลายภาค (ประเมินตามสภาพจริง) : 10 คะแนน

ตัวชี้วัดรายการที่ต้องการวัด (ข้อที่)	วิธีการวัด	คะแนน
10	- มีส่วนร่วมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้จ่าย สารเสพติดเพื่อสุขภาพของตนเอง ครอบครัว สังคม และวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อสุขภาพหรือความรุนแรงของคนไทย ใช้ทักษะการตัดสินใจ แก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง(สุขศึกษา)	10