

**ประมวลรายวิชา**  
**ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5**  
**กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา**  
**ปีการศึกษา 2559 ภาคเรียนที่ 1**

1. รหัสวิชา พ32101 ชื่อวิชา สุขศึกษา
2. จำนวน 20 ชั่วโมง / สัปดาห์
3. สถานภาพรายวิชา  สาระพื้นฐาน  สาระเพิ่มเติม
4. หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551
5. ระดับชั้น  ม. 1  ม. 2  ม. 3  
 ม. 4  ม. 5  ม. 6
6. จำนวนเวลาเรียน / สัปดาห์ 1 ชั่วโมง
7. ผู้สอน  
1. นางผาณิต โชควิทยา

8. ประมวลการเรียนรายวิชา

1) คำอธิบายรายวิชา สุขศึกษา

ศึกษา วิเคราะห์ และอธิบายกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพ การทำงานขอระบบหายใจ ทางเดินอาหาร การไหลเวียนโลหิต ระบบขับถ่ายปัสสาวะ วางแผนดูแลสุขภาพ ภาวะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเอง และบุคคลในครอบครัว ปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสมรรถภาพทางกายและกลไกลเลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมการป้องกันตัว ลดความขัดแย้ง และแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว ปฏิบัติตนตามสิทธิผู้บริโภค วิเคราะห์สาเหตุการล้มป่วยของคนไทยและปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ

2) มาตรฐานการเรียนรู้ / ผลการเรียนรู้

พ.1.1,พ.2.1,พ.4.1,พ.5.1.

## 3) เนื้อหาสาระ

สัปดาห์ที่	วัน เดือน ปี	เนื้อหาสาระ	หมายเหตุ
1	พ.ค.59	ปฐมนิเทศ ข้อตกลงในการเรียน	
2	พ.ค.59	ระบบแห่งชีวิต 1	
3	พ.ค.59	ระบบแห่งชีวิต 2	
4	มิ.ย.59	ระบบแห่งชีวิต 3	
5	มิ.ย.59	วางแผนดีชีวิตมีสุข 1	
6	มิ.ย.59	วางแผนดีชีวิตมีสุข 2	
7	มิ.ย.59	เพศกับวัฒนธรรมไทย 1	
8	ก.ค.59	เพศกับวัฒนธรรมไทย 2	
9	ก.ค.59	เพศกับวัฒนธรรมไทย 3	
10	ก.ค.59	<b>สอบกลางภาคเรียนที่</b>	
11	ก.ค.59	ใส่ใจกับบทบาททางเพศ 1	
12	ส.ค.59	ใส่ใจกับบทบาททางเพศ 2	
13	ส.ค.59	กายจิตสัมพันธ์ 1	
14	ส.ค.59	กายจิตสัมพันธ์ 2	
15	ส.ค.59	รู้จักสิทธิ 1	
16	ก.ย.59	รู้จักสิทธิ 2	
17	ก.ย.59	มนุษย์สัมพันธ์กับการดำรงชีวิต 1	
18	ก.ย.59	มนุษย์สัมพันธ์กับการดำรงชีวิต 2	
19	ก.ย.59	มนุษย์สัมพันธ์กับการดำรงชีวิต 3	
20	ต.ค.59	<b>สอบปลายภาคเรียนที่ 2</b>	

## 4) วิธีการจัดการเรียนการสอน

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> บรรยาย                | <input checked="" type="checkbox"/> อภิปราย |
| <input checked="" type="checkbox"/> ปฏิบัติการกลุ่ม       | <input type="checkbox"/> ปฏิบัติการเดี่ยว   |
| <input checked="" type="checkbox"/> ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง | <input checked="" type="checkbox"/> สาธิต   |
| <input type="checkbox"/> เทคนิคจิกซอร์                    | <input type="checkbox"/> อื่นๆ.....         |

5) สื่อการเรียนการสอน

- |  |  |
|--|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> ใบความรู้              | <input type="checkbox"/> ใบงาน                       |
| <input type="checkbox"/> เทปบันทึกเสียง                    | <input type="checkbox"/> แผ่นโปร่งใส                 |
| <input type="checkbox"/> บัตรคำ                            | <input checked="" type="checkbox"/> บทเรียนสำเร็จรูป |
| <input checked="" type="checkbox"/> แบบฝึกหัด              | <input type="checkbox"/> แผนภูมิ                     |
| <input checked="" type="checkbox"/> แผนภาพ                 | <input type="checkbox"/> CAI                         |
| <input checked="" type="checkbox"/> VCD                    | <input type="checkbox"/> VDO                         |
| <input checked="" type="checkbox"/> อื่นๆ สื่ออินเทอร์เน็ต |  |

6) การวัดและประเมินผล

- [ 1 ] นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 ของเวลาทั้งหมด
- [ 2 ] ประเมินผลจากการสอบวิชาพิเศษ ได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 ของคะแนนเต็ม

7) หนังสือประกอบการเรียน  มี  ไม่มี

8) หนังสืออ่านประกอบ / สื่อประกอบการเรียน

- (1) เอกสาร ใบความรู้ (2) ใบงาน (3) แบบทดสอบ
- (4) อื่นๆ สื่ออินเทอร์เน็ต

9) แหล่งเรียนรู้

- ห้องสมุด
- สื่อสิ่งพิมพ์
- สื่ออินเทอร์เน็ต