

คำนำ

เอกสารหลักสูตรอบรมแบบ e-Training กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สำหรับผู้สอนระดับมัธยมศึกษาเป็นหลักสูตรฝึกอบรมภายใต้โครงการพัฒนาหลักสูตรและพัฒนาครู และบุคลากรทางการศึกษาโดยยึดถือภารกิจและพื้นที่เป็นฐานด้วยระบบ TEPE Online โดยความร่วมมือของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานและคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อพัฒนาผู้บริหาร ครูและบุคลากรทางการศึกษาให้สอดคล้องกับความต้องการขององค์กร โดยพัฒนาองค์ความรู้ ทักษะที่ใช้ในการปฏิบัติงานได้อย่างมีคุณภาพ โดยใช้หลักสูตรและวิทยากรที่มีคุณภาพ เน้นการพัฒนาโดยการเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านเทคโนโลยีการสื่อสารผ่านระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต สามารถเข้าถึงองค์ความรู้ในทุกที่ทุกเวลา

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานและคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหลักสูตรอบรมแบบ e-Training กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สำหรับผู้สอนระดับมัธยมศึกษา จะสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาครูและบุคลากรทางการศึกษาตามเป้าหมายและวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ ทั้งนี้เพื่อยังประโยชน์ต่อระบบการศึกษาของประเทศไทยต่อไป

สารบัญ

คำนำ	1
หลักสูตร “กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สำหรับผู้สอนระดับ มัธยมศึกษา”	3
รายละเอียดหลักสูตร	4
คำอธิบายรายวิชา	4
วัตถุประสงค์	4
สาระการอบรม	4
กิจกรรมการอบรม	5
สื่อประกอบการอบรม	5
การวัดผลและประเมินผลการอบรม	5
บรรณานุกรม	5
เค้าโครงเนื้อหา	7
ตอนที่ 1 หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระการ เรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา	10
ตอนที่ 2 การออกแบบหน่วยการเรียนรู้	22
ตอนที่ 3 รูปแบบและการจัดการเรียนการสอน	28
ตอนที่ 4 สื่อการเรียนรู้	34
ตอนที่ 5 การวัดผลและประเมินผลทางสุขศึกษาและพลศึกษา	41
ใบงานที่ 1	54
ใบงานที่ 2	55
ใบงานที่ 3	56
ใบงานที่ 4	57
ใบงานที่ 5	58

หลักสูตร

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สำหรับผู้สอนระดับมัธยมศึกษา

รหัส TEPE-02124

ชื่อหลักสูตรรายวิชา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สำหรับผู้สอนระดับมัธยมศึกษา

ปรับปรุงเนื้อหาโดย

คณาจารย์ภาควิชาเทคโนโลยีและสื่อสารการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเนื้อหา

นางสุกัญญา	งามบรรจง
นางสาวจรินทร์	ไฮ่สกุล
รศ.ดร.เอ็มชฌา	วัฒนานุกรานนท์
รศ.ดร.เทพวาณี	หอมสนิท
ผศ.ดร.สุธนะ	ติงศภัทย์

รายละเอียดหลักสูตร

คำอธิบายรายวิชา

สาระสำคัญของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน วิเคราะห์สาระการเรียนรู้ คุณค่าของ การวิเคราะห์หลักสูตร ออกแบบการจัดการเรียนรู้ ลักษณะของหน่วยการเรียนรู้แบบ backward design รูปแบบการจัดการเรียนการสอน การเขียนแผนการจัดการเรียนรู้ ความสำคัญของการเขียน แผนการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ความหมายและประเภทของสื่อการเรียนรู้ หลักในการ เลือกใช้และประเมินสื่อการเรียนรู้ หลักการ วิธีการสร้างเครื่องมือวัดผลและประเมินผล เครื่องมือที่จะ นำมาใช้ในการวัดผลและประเมินผล

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถ

1. บอกสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา มาตรฐานการเรียนรู้ตามหลักสูตร แกนกลางศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ได้
2. วิเคราะห์สาระการเรียนรู้ มาตรฐานและตัวชี้วัดได้
3. แสดงความคิดเห็นต่อคุณค่าของการวิเคราะห์หลักสูตรได้
4. ออกแบบการจัดการเรียนรู้ได้
5. บอกลักษณะของหน่วยการเรียนรู้แบบ backward design ได้
6. เลือกใช้วิธีการสอนที่สอดคล้องกับสาระ วัตถุประสงค์ และระดับชั้นของผู้เรียนได้
7. เขียนแผนการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญได้
8. ระบุความสำคัญของการเขียนแผนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญได้
9. บอกความสำคัญของสื่อประกอบการเรียนการสอนได้
10. บอกขั้นตอนการผลิตและเลือกใช้สื่อประกอบการเรียนการสอนกลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษาได้
11. ระบุวิธีการประเมินสื่อการเรียนรู้ได้
12. บอกหลักการ วิธีการสร้างเครื่องมือวัดผลและประเมินผลวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาได้
13. ระบุเครื่องมือที่จะนำมาใช้ในการวัดผลและประเมินผลได้

สาระการอบรม

ตอนที่ 1 หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุข ศึกษาและพลศึกษา

ตอนที่ 2 การออกแบบหน่วยการเรียนรู้

ตอนที่ 3 รูปแบบและการจัดการเรียนการสอน

ตอนที่ 4 สื่อการเรียนรู้

ตอนที่ 5 การวัดผลและประเมินผลทางสุขศึกษาและพลศึกษา

กิจกรรมการอบรม

1. ทำแบบทดสอบก่อนการอบรม
2. ศึกษาเนื้อหาสาระการอบรมจากสื่ออิเล็กทรอนิกส์
3. ศึกษาเนื้อหาเพิ่มเติมจากใบความรู้
4. สืบค้นข้อมูลเพิ่มเติมจากแหล่งเรียนรู้
5. ทำใบงาน/กิจกรรมที่กำหนด
6. แสดงความคิดเห็นตามประเด็นที่สนใจ
7. แลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างผู้เข้ารับการอบรมกับวิทยากรประจำหลักสูตร
8. ทำแบบทดสอบหลังการอบรม

สื่อประกอบการอบรม

1. บทเรียนอิเล็กทรอนิกส์
2. ใบความรู้
3. วีดิทัศน์
4. แหล่งเรียนรู้ที่เกี่ยวข้อง
5. กระดานสนทนา (Web board)
6. ใบงาน
7. แบบทดสอบ

การวัดผลและประเมินผลการอบรม

วิธีการวัดผล

1. การทดสอบก่อนและหลังอบรม โดยผู้เข้ารับการอบรมจะต้องได้คะแนนการทดสอบ
หลังเรียนไม่น้อยกว่า ร้อยละ 70
2. การเข้าร่วมกิจกรรม ได้แก่ ส่งงานตามใบงานที่กำหนด เข้าร่วมกิจกรรมบนกระดาน
สนทนา

บรรณานุกรม

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). **ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง กลุ่มสาระการเรียนรู้
สุขศึกษาและพลศึกษา ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน**, กรุงเทพมหานคร.
กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. (2544). **การวิจัยเพื่อพัฒนาการเรียนรู้**. โรงพิมพ์คุรุสภา
กรุงเทพมหานคร.
- ทิศนา แคมณี. (2547). **องค์ความรู้เพื่อการจัดการกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ**. สำนักพิมพ์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร.
- บรรดล สุขปิติ. (2524). **การประเมินผลการสร้างแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน**.
กรุงสยามการพิมพ์ กรุงเทพมหานคร.
- วัฒนาพร ระงับทุกข์. (2545). **เทคนิคและกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญตามหลักสูตร
การศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544**. บริษัทพริกหวานจำกัด กรุงเทพมหานคร.

สมบูรณ์ ชิตพงศ์. (2548). เอกสารประกอบการประชุมโครงการวิจัยและพัฒนารูปแบบการเรียนรู้
ผู้เรียนเป็นสำคัญ : การสร้างข้อสอบมาตรฐานและการวิเคราะห์ข้อสอบ

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2542). พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542.
บริษัทพริกหวานกราฟฟิก.

----- (2547). รายงานการสังเคราะห์รูปแบบการจัดกระบวนการเรียนรู้ของครู
ต้นแบบตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ 2542. โรงพิมพ์แคนคิดมีเดีย
กรุงเทพมหานคร.

หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษา. (2540). แนวการจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็น
เป็นศูนย์กลาง. โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร.

ชื่อหลักสูตร TEPE-2124

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สำหรับผู้สอนระดับ มัธยมศึกษา

เค้าโครงเนื้อหา

ตอนที่ 1 หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 กลุ่ม สาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

เรื่องที่ 1.1 สาระสำคัญของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน

แนวคิด

1. สาระสำคัญของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 กลุ่ม
สาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เป็นการศึกษาด้านสุขภาพที่มีเป้าหมาย เพื่อการดำรงสุขภาพ
การสร้างเสริมสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และชุมชนให้ยั่งยืนโดยมี
กรอบเนื้อหาหรือขอบข่ายองค์ความรู้ประกอบด้วย การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ ชีวิตและ
ครอบครัว การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล การสร้างเสริม
สุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรคและความปลอดภัยในชีวิต

2. หลักสูตรการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา เป็นหลักในการกำกับดูแล
ตรวจสอบ และควบคุมคุณภาพของผู้เรียนตามระบบ โดยมีการระบุคุณภาพของผู้เรียนเมื่อจบ
ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 และ 6 มัธยมศึกษาปีที่ 3 และ 6

3. หลักสูตรกลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษามีการกำหนดตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้
แกนกลางส่งผลต่อการพัฒนาความรู้ กระบวนการคิด เจตคติ ตลอดจนพฤติกรรม การปฏิบัติตนของ
ผู้เรียน เพื่อพัฒนาสุขภาพของตนเอง ครอบครัว ชุมชน และประเทศชาติซึ่งผู้สอนต้องเป็นผู้วิเคราะห์
หลักสูตรเพื่อนำไปใช้ในการพัฒนาผู้เรียน

วัตถุประสงค์

1. บอกสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา มาตรฐานการเรียนรู้ตามหลักสูตร
แกนกลางศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551
2. วิเคราะห์สาระการเรียนรู้ มาตรฐานและตัวชี้วัด
3. แสดงความคิดเห็นต่อคุณค่าของการวิเคราะห์หลักสูตร

ตอนที่ 2 การออกแบบหน่วยการเรียนรู้

เรื่องที่ 2.1 การออกแบบหน่วยการเรียนรู้อิงมาตรฐาน

แนวคิด

1. การออกแบบหน่วยการเรียนรู้ เป็นการกำหนดเป้าหมายของการเรียนรู้
2. สาระสำคัญของหน่วยการเรียนรู้ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้และมี
คุณลักษณะตามจุดประสงค์

วัตถุประสงค์

1. ออกแบบการจัดการเรียนรู้ได้
2. บอกลักษณะของหน่วยการเรียนรู้แบบ backward design ได้

ตอนที่ 3 รูปแบบและการจัดการเรียนการสอน

เรื่องที่ 3.1 รูปแบบการสอน

เรื่องที่ 3.2 การจัดการทำแผนการจัดการเรียนรู้

แนวคิด

1. รูปแบบการจัดการเรียนการสอน เป็นโครงสร้างสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่างๆ ในการเรียนการสอน เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ
2. การเขียนแผนการจัดการเรียนรู้ ครอบคลุมเนื้อหาเกี่ยวกับ สาระสำคัญ วัตถุประสงค์ สาระการเรียนรู้ ขั้นตอนการสอน วิธีการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ และการประเมินผล

วัตถุประสงค์

1. เลือกใช้วิธีการสอนที่สอดคล้องกับสาระ วัตถุประสงค์ และระดับชั้นของผู้เรียน
2. เขียนแผนการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ
3. ระบุความสำคัญของการเขียนแผนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

ตอนที่ 4 สื่อการเรียนรู้

เรื่องที่ 4.1 ความหมายและประเภทของสื่อการเรียนรู้

เรื่องที่ 4.2 หลักในการเลือกใช้และประเมินสื่อการเรียนรู้

แนวคิด

1. สื่อการเรียนการสอน เป็นตัวกลางในการถ่ายทอดองค์ความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ จากแหล่งความรู้ไปสู่ผู้เรียน โดยการเลือกใช้สื่อที่สอดคล้อง จะทำให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์

1. บอกความสำคัญของสื่อประกอบการเรียนการสอน
2. บอกขั้นตอนการผลิตและเลือกใช้สื่อประกอบการเรียนการสอนกลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษาได้
3. ระบุวิธีการประเมินสื่อการเรียนรู้ได้

ตอนที่ 5 การวัดผลและประเมินผลทางสุขศึกษาและพลศึกษา

เรื่องที่ 5.1 ความรู้เบื้องต้นของการวัดผลและประเมินผล

เรื่องที่ 5.2 การประเมินการสอนสุขศึกษาและการประเมินการสอนพลศึกษา

แนวคิด

1. การวัดผลและประเมินผลทางสุขศึกษาและพลศึกษา ครอบคลุมเนื้อหาด้าน หลักการวัดผลและการประเมินผล การสร้างเครื่องมือ และการใช้เครื่องมือในการวัดผล ซึ่งต้องวัด อย่างมีกฎเกณฑ์โดยใช้เครื่องมือที่มีประสิทธิภาพ และวิธีการวัดหลาย ๆ อย่างประกอบกัน การ ประเมินผลนั้นเป็นการตัดสินใจว่านักเรียนได้เรียนรู้ตามจุดมุ่งหมายเชิงพฤติกรรมที่กำหนดไว้เบื้องต้น หรือไม่

วัตถุประสงค์

1. บอกหลักการ วิธีการสร้างเครื่องมือวัดผลและประเมินผลวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาได้
2. ระบุเครื่องมือที่จะนำมาใช้ในการวัดผลและประเมินผลได้

ตอนที่ 1 หลักสูตรกลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา

เรื่องที่ 1.1 สาระสำคัญของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานได้กำหนดมาตรฐานการเรียนรู้ สมรรถนะสำคัญและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียนไว้เป็นเป้าหมายของการจัดกระบวนการเรียนรู้ทุกกลุ่มสาระการเรียนรู้เพื่อให้ผู้เรียนมีคุณภาพตามเป้าหมาย

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นหลักสูตรที่กำหนดให้ผู้เรียนเรียนรู้ในเรื่องสุขภาพ หรือ สุขภาวะ ซึ่งหมายถึง ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคมและทางปัญญาหรือจิตวิญญาณ สุขภาพหรือสุขภาวะจึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะเกี่ยวข้องกับทุกมิติของชีวิต ซึ่งทุกคนควรจะได้เรียนรู้เรื่องสุขภาพ เพื่อจะได้มีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้อง มีเจตคติคุณธรรมและค่านิยมที่เหมาะสม รวมทั้งมีทักษะปฏิบัติด้านสุขภาพจนเป็นกิจนิสัย อันจะส่งผลให้สังคมโดยรวมมีคุณภาพ

สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นการศึกษาด้านสุขภาพที่มีเป้าหมาย เพื่อการดำรงสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และชุมชนให้ยั่งยืน

สุขศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพควบคู่ไปด้วยกัน

พลศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมและกีฬา เป็นเครื่องมือในการพัฒนาโดยรวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา รวมทั้งสมรรถภาพเพื่อสุขภาพและกีฬาสาระที่เป็นกรอบเนื้อหาหรือขอบข่ายองค์ความรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ประกอบด้วย

1. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต ความสัมพันธ์เชื่อมโยงในการทำงานของระบบต่างๆของร่างกาย รวมถึงวิถีปฏิบัติตนเพื่อให้เจริญเติบโตและมีพัฒนาการที่สมวัย

2. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิตผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องคุณค่าของตนเองและครอบครัว การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ความรู้สึกทางเพศ การสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น สุขปฏิบัติทางเพศ และทักษะในการดำเนินชีวิต

3. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล มาตรฐาน 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมใน

สุนทรียภาพของการกีฬา ผู้เรียนได้เรียนรู้เรื่องการเคลื่อนไหวในรูปแบบต่าง ๆ การเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและกีฬา ทั้งประเภทบุคคล และประเภททีมอย่างหลากหลายทั้งไทยและสากล การปฏิบัติตามกฎกติกา ระเบียบ และข้อตกลงในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย และกีฬา และความมีน้ำใจนักกีฬา

4. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เกี่ยวกับหลักและวิธีการเลือกบริโภคอาหาร ผลิตภัณฑ์และบริการสุขภาพ การสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพและการป้องกันโรคทั้งโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ

5. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้สาระที่ 5 มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรงความปลอดภัยในชีวิต ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องการป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ทั้งความเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ ความรุนแรง อันตรายจากการใช้ยาและสารเสพติด รวมถึงแนวทางในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชีวิต

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.1	1. อธิบายความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น	- ความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น
	2. อธิบายวิธึดูแลรักษาระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ	- วิธึดูแลรักษาระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ -
	3. วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน	- วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐานและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง
	4. แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	- แนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย
ม.2	1. อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญาในวัยรุ่น	- การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญาในวัยรุ่น
	2. ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	- ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.3	1.เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาแต่ละช่วงของชีวิต	- การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในแต่ละวัย (วัยทารก วัยก่อนเรียน วัยเรียน วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ วัยสูงอายุ) -
	2. วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น	- อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น
	3. วิเคราะห์สื่อโฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของวัยรุ่น	- สื่อโฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของวัยรุ่น
ม.4-ม.6	1.อธิบายกระบวนการสร้างเสริม และดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ	- กระบวนการสร้างเสริม และดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ
	2.วางแผนการดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว	- วางแผนดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว
	3.อธิบายวิธีดูแลกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ ให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ	- วิธีดูแลรักษากล้ามเนื้อ กระดูกและข้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. 1	1. อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	วิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การยอมรับและการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การเบี่ยงเบนทางเพศ
	2. แสดงทักษะการปฏิเสธและป้องกันตัวเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	ทักษะการปฏิเสธและป้องกันตัวเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.2	1. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ	ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ (ครอบครัว , วัฒนธรรม , เพื่อน , สื่อ)
	2. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
	3. อธิบายการป้องกันตัวเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์	โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์
	4. อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศและวางตัวได้อย่างเหมาะสม	ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ การวางตัวต่อเพศตรงข้าม ปัญหาทางเพศ แนวทางการแก้ไขปัญหาทางเพศ
ม.4-ม.6	1. วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต	อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต
	2. วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่น ๆ	ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่น ๆ
	3. เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง และแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว	แนวทางในการเลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง และแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว
	4. วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน	ความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. 1	1. เพิ่มพูนความสามารถของตนตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา	การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เป็นฐานการศึกษาหาความรู้
	2. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด	หลักการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา
ม.2	1. นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง	การนำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเองในการเล่นกีฬา
ม.3	2. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีมอย่างละ 1 ชนิด	ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน
	3. เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	การนำประสบการณ์จากการร่วมกิจกรรมนันทนาการไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน
	4. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลอย่างละ 1 ชนิด โดยใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเองและทีม	การนำประสบการณ์จากการร่วมกิจกรรมนันทนาการไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน
ม. 4-6	1. วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา	ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา การวิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา
	2. ใช้ความสามารถของตน เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม	การใช้ความสามารถของตนในการเล่นกีฬา เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีมโดยคำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม
	3. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล/คู่ กีฬาประเภททีมอย่างน้อย 1	กีฬาประเภทบุคคล/คู่ ประเภททีม เช่นฟุตบอล รักบี้ ฟุตบอล ยิมนาสติก ลีลาศ ซอฟต์บอล เทนนิส เซปักตะกร้อ มวยไทย กระบี่กระบอง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	ชนิด	พลอง ง้าว
	4. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์	การเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ เช่น กิจกรรมเข้าจังหวะ เชียร์ลีดเดอร์
	5. เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียน และนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและสังคม	การนำหลักการและแนวคิดของกิจกรรมนันทนาการไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอมีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.1	1. อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี	- ความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี
	2. ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น	- การออกกำลังกาย เช่น กายบริหารแบบต่าง ๆ เต้นแอโรบิก โยคะ รำมวยจีน - การเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีมการประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น
	3. ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น	- กฎ กติกาการเล่นและการแข่งขันกีฬาที่เลือกเล่น
	4. วางแผนการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ	- รูปแบบ วิธีการรุก และป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก
	5. ร่วมมือในการเล่นกีฬาและการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน	- การเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม
	6. วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น	- การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. 2	1. อธิบายสาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาที่เกิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต	- สาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาที่เกิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต การสร้างวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี โดยการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำ
	2. เลือกเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย เล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจ พร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง	- การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไทยกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
	3. มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก	- วินัยในการฝึกและการเล่นกีฬาตามกฎ กติกา และข้อตกลง
ม. 2	4. วางแผนการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม	- รูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม - ประโยชน์ของการเล่นและการทำงานเป็นทีม - หลักการให้ความร่วมมือในการเล่นการแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม
	5. นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่น	- การพัฒนาวิธีการเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง - การสร้างแรงจูงใจและการสร้างความมุ่งมั่นในการเล่นและแข่งขันกีฬา
ม. 3	1. มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา	- มารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา
	2. ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ และนำแนวคิดหลักการจากการเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองด้วยความภาคภูมิใจ	- การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีม การนำประสบการณ์ แนวคิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต
	3. ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือก และนำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนในสังคม	- กฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น - การประยุกต์ประสบการณ์การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬาไปใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตของตนในสังคม
	4. จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือกและตัก	- วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาได้ตามสถานการณ์ของการเล่น

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	<p>ลินในเลือกรวิธีที่เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ตามสถานการณ์ของการเล่น</p> <p>5.เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นประจำ</p>	<p>- การพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นประจำ</p>
ม. 4-ม.6	<p>1. ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเองอย่างสม่ำเสมอ และใช้ความสามารถของตนเองเพิ่มศักยภาพของทีม ลดความเป็นตัวตน คำนึงถึงผลที่เกิดต่อสังคม</p>	<p>- การออกกำลังกายด้วยวิธีที่ชอบ เช่น ฝึกกายบริหารแบบต่าง ๆ ซึ่งจ้กรยานการออกกำลังกายจากการทำงานในชีวิตประจำวัน การรำกระบอง รำมวยจีน</p> <p>- การเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีม</p> <p>- การใช้ความสามารถของตนในการเพิ่มศักยภาพของทีมในการเล่นกีฬาและการเล่นโดยคำนึงถึงประโยชน์ต่อสังคม</p>
ม. 4-ม.6	<p>2. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่าง ๆ ในระหว่างการเล่น การแข่งขันกีฬากับผู้อื่น และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง</p> <p>3. แสดงออกถึงการมีมารยาทในการดู การเล่น และการแข่งขันกีฬา ด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา และนำไปใช้ปฏิบัติทุกโอกาสจนเป็นบุคลิกภาพที่ดี</p>	<p>- การวางแผนกำหนดกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา</p> <p>- สิทธิ กฎ กติกาการเล่นกีฬา</p> <p>- กลวิธี หลักการรุก การป้องกันอย่างสร้างสรรค์ในการเล่นและแข่งขันกีฬา</p> <p>- การนำประสบการณ์จากการเล่นกีฬาไปใช้ในชีวิตประจำวัน</p> <p>- การปฏิบัติตนในเรื่องมารยาทในการดู การเล่น การแข่งขัน ความมีน้ำใจนักกีฬา บุคลิกภาพที่ดี</p>

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.1	<p>1. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย</p> <p>2. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ</p> <p>3. ความคุ่มน้ำหนักรของตนเองให้อยู่ใน</p>	<p>- หลักการเลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย</p> <p>- ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ</p> <p>- เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย</p>

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	เกณฑ์มาตรฐาน	- วิธีการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน
	4. สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ	- วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย - วิธีสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ
ม.2	1. เลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล	- การเลือกใช้บริการทางสุขภาพ
	2. วิเคราะห์ผลของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ	- ผลของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ
	3. วิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ	- ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ
ม.2	4. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต	- ความสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต
	5. อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหาสุขภาพจิต	- ลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหาสุขภาพจิต
	7. พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองให้เป็นที่ไปตามเกณฑ์ที่กำหนด	- เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย - การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย
ม.3	1. กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ	- การกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ
	2. เสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	- โรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย
	3. รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน	- ปัญหาสุขภาพในชุมชน - แนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน
	4. วางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	- การวางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย
	5. ทดสอบสมรรถภาพทางกายและ	- การทดสอบสมรรถภาพทางกายแบบต่าง ๆ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	พัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล	และการพัฒนาสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ
ม.4-ม.6	1. วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน	- บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน
	2. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการเลือกบริโภค	- อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพ - แนวทางการเลือกบริโภคอย่างฉลาดและปลอดภัย
	3. ปฏิบัติตามสิทธิของผู้บริโภค	- สิทธิของผู้บริโภคและกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองผู้บริโภค
	4. วิเคราะห์สาเหตุและเสนอแนวทางการป้องกันการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	- สาเหตุของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย เช่น โรคจากการประกอบอาชีพ โรคพันธุกรรม - แนวทางการป้องกันการเจ็บป่วย
	5. วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว	- วางแผนพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว
	6. มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของคนในชุมชน	- การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของคนในชุมชน
	7. วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไก	- วางแผนพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไก

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่ายสารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.1	1. แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย	- การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
	2. อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติดและการป้องกันการติดสารเสพติด	- ลักษณะของผู้ติดสารเสพติด - อาการของผู้ติดสารเสพติด - การป้องกันการติดสารเสพติด
	3. อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ	- ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ
	4. แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด โดยใช้ทักษะต่าง ๆ	- ทักษะที่ใช้ในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด
ม.2	1. ระบุวิธีการปัจจัย และแหล่งที่ช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด	- วิธีการ ปัจจัย และแหล่งที่ช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด
	2. อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง	- การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง
ม.3	1. วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกัน	- ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ - แนวทางการป้องกันความเสี่ยงต่อสุขภาพ
	2. หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา	- ปัญหาและผลกระทบจากการใช้ความรุนแรง - วิธีหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรง
	3. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง	- อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง (คลิปวิดีโอ การทะเลาะวิวาท อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ)
	4. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพ	- ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	และการเกิดอุบัติเหตุ	
	5. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	- ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ
ม.4-ม.6	1. มีส่วนร่วมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้ยา การใช้สารเสพติด และความรุนแรง เพื่อสุขภาพของตนเอง ครอบครัว และสังคม	- การจัดกิจกรรมป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง
	2. วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่าย สารเสพติด	- การวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่าย สารเสพติด (ตนเอง ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม) - โทษทางกฎหมายที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่ายสารเสพติด
	3. วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกัน	- ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพหรือความรุนแรงของคนไทยและเสนอ แนวทางป้องกัน
	4. วางแผน กำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุและสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	
ม.4-ม.6	5. มีส่วนร่วมในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	- กิจกรรมการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน
	6. ใช้ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง	- ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง
	7. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	- วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี

สรุป

การเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษานั้น สุขศึกษาเป็นการศึกษาด้านสุขภาพที่มีเป้าหมายเพื่อการดำรงสุขภาพ การสร้างเสริมและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว มุ่งเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพควบคู่กันไป พลศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม และกีฬา เป็นเครื่องมือในการพัฒนาในด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

หลังจากศึกษาเนื้อหาสาระตอนที่ 2 แล้ว โปรดปฏิบัติใบงานที่ 2

ตอนที่ 2 หลักสูตรกลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา

เรื่องที่ 2.1 การออกแบบหน่วยการเรียนรู้อิงมาตรฐาน

เป้าหมายของหน่วยการเรียนรู้คือเพื่อให้ผู้เรียนมีคุณภาพตามเป้าหมาย มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ อาจจะมากกว่าหนึ่งมาตรฐาน/ตัวชี้วัด แต่ไม่ควรมากเกินไป และควรมีมาตรฐาน/ตัวชี้วัด ที่หลากหลายลักษณะ เช่น มาตรฐานที่เป็นเนื้อหา มาตรฐานที่เป็น กระบวนการ เพื่อช่วยให้การจัดกิจกรรมการเรียนรู้มีความหมายต่อผู้เรียน สามารถสร้างเป็นแก่น ความรู้ได้ชัดเจนขึ้น และนำไปปรับใช้กับสถานการณ์จริงได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมของ ธรรมชาติกลุ่มสาระการเรียนรู้

เนื่องจากหน่วยการเรียนรู้หนึ่งอาจมี 1 หรือมากกว่า 1 มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด จึงควร หลอมรวมแล้วเขียนเป็นสาระสำคัญที่จะพัฒนาให้เกิดคุณภาพเป็นองค์รวมแก่ผู้เรียน และเพื่อให้การ วางแผนจัดกิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับแต่ละมาตรฐาน / ตัวชี้วัด จึงควรวิเคราะห์และแยกแยะ เป็น 3 ส่วน คือ ความรู้ ทักษะ / กระบวนการ และคุณลักษณะ ทั้งนี้มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด บางตัวอาจมีไม่ครบทั้ง 3 ส่วน ผู้สอนสามารถนำเนื้อหาจากแหล่งอื่น เช่น สาระท้องถิ่น และ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ที่กำหนดไว้ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานมาเสริมได้

การเรียนรู้เป็นหัวใจสำคัญที่จะช่วยให้นักเรียนเกิดการพัฒนา ทำให้นักเรียนมีความรู้และ ทักษะตามมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดชั้นปีที่กำหนดไว้ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ รวมทั้งช่วยใน การปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ให้เกิดแก่ผู้เรียน ดังนั้นผู้สอนจึงควรทราบ หลักการและขั้นตอนในการจัดกิจกรรม ดังนี้

หลักในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

1. เป็นกิจกรรมที่พัฒนานักเรียนไปสู่มาตรฐานการเรียนรู้ และตัวชี้วัดชั้นปีที่กำหนดไว้ใน หน่วยการเรียนรู้
2. นำไปสู่การเกิดหลักฐานการเรียนรู้ ชิ้นงานหรือภาระงานที่แสดงถึงการบรรลุ มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดชั้นปีของนักเรียน
3. นักเรียนมีส่วนร่วมในการออกแบบและจัดกิจกรรมการเรียนรู้
4. เป็นกิจกรรมที่เน้นนักเรียนเป็นสำคัญ
5. มีความหลากหลายและเหมาะสมกับนักเรียนและเนื้อหาสาระ
6. สอดแทรกคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์
7. ช่วยให้นักเรียนเข้าสู่แหล่งการเรียนรู้และเครือข่ายการเรียนรู้ที่หลากหลาย
8. เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติจริง

ชิ้นงานหรือภาระงานที่ผู้เรียนปฏิบัติถือเป็นส่วนหนึ่งในกิจกรรมการเรียนรู้ซึ่งผู้สอนต้องเป็น ผู้ออกแบบ ชั้นกำหนดชิ้นงานหรือภาระงานที่ผู้เรียนปฏิบัติ

1. ชิ้นงานหรือภาระงาน ได้แก่ งานเขียน เช่น เรียงความ จดหมาย ภาพ/แผนภูมิ และสิ่งประดิษฐ์ ภาระงาน ได้แก่ การพูด/รายงานปากเปล่า เช่น การอ่าน ใ้ว่าที่ ฯลฯ งานที่มีลักษณะผสมผสานกันระหว่างชิ้นงาน/ภาระงาน ได้แก่ การทดลอง การสาธิต ฯลฯ
2. วิธีการกำหนดชิ้นงานหรือภาระงานของหน่วยการเรียนรู้ ชิ้นงานหรือภาระงานเป็นหลักฐาน/ร่องรอย อาจเกิดจากผู้สอนกำหนดให้ หรืออาจให้ผู้เรียนร่วมกันกำหนดขึ้นจากการวิเคราะห์ตัวชี้วัดในการเรียนรู้ หลักการหรือภาระงานที่แสดงให้เห็นถึงพัฒนาการของผู้เรียนที่ได้รับการพัฒนาการเรียนรู้ของแต่ละเรื่อง หรือแต่ละขั้นตอนของการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ นำสู่การประเมินเพื่อปรับปรุงเพิ่มพูนคุณภาพผู้เรียน/วิธีสอนสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง
3. การประเมินผลโดยใช้รูบริก (rubric) เป็นการประเมินที่เน้นคุณภาพของชิ้นงานหรือภาระงานที่ชี้ให้เห็นระดับความรู้ ความสามารถของผู้เรียน
4. ประเมินชิ้นงานหรือภาระงานด้วย rubric ช่วยในการสื่อสารอีกทางหนึ่งให้ผู้เรียนมองเห็นเป้าหมายของการทำชิ้นงานหรือภาระงานของตนเอง และได้รับความยุติธรรมในการให้คะแนนของผู้สอนตามคุณภาพของงาน

เมื่อผู้สอนทำการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้สิ่งหนึ่งซึ่งต้องทำควบคู่กันไปคือการประเมินหน่วยการเรียนรู้ ดังมีขั้นตอนการปฏิบัติดังนี้

1. ทบทวนความถูกต้องเชื่อมโยงกันภายในหน่วยการเรียนรู้ โดยพิจารณาว่า ควรปรับเปลี่ยนชื่อ หรือหัวเรื่องของหน่วยการเรียนรู้หรือไม่ ชื่อหรือหัวเรื่องสะท้อนจุดเน้นหรือมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดหรือไม่ ควรลดหรือเพิ่มมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดหรือไม่ กิจกรรมเพียงพอหรือไม่ และกิจกรรมเหล่านั้นเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับหัวเรื่องของหน่วยการเรียนรู้ หรือมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดที่กำหนดหรือไม่
2. กำหนดเกณฑ์การประเมินหน่วยการเรียนรู้ โดยอาจพิจารณาปรับจากตัวอย่าง หรือสร้างชิ้นใหม่แล้วใช้ประเมินหน่วยการเรียนรู้
3. ปรับปรุงหน่วยการเรียนรู้ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น
4. ย้อนกลับไปปรับปรุงโครงสร้างรายวิชาในหน่วยการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแล้ว

ตัวอย่างแบบประเมินผลการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

หน่วยการเรียนรู้.....

ชั้น.....เวลา.....ชั่วโมง

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับการปฏิบัติ

ระดับการปฏิบัติ 4 หมายถึง การปฏิบัติมากที่สุด 3 หมายถึง การปฏิบัติมาก

2 หมายถึง การปฏิบัติปานกลาง 1 หมายถึง การปฏิบัติน้อย

รายการประเมิน	ระดับปฏิบัติ			
	4	3	2	1
1. ชื่อหน่วยการเรียนรู้กะทัดรัด ชัดเจน ครอบคลุมเนื้อหาสาระ				
2. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด มีความเชื่อมโยงกันอย่างเหมาะสม				
3. ความสอดคล้องของสาระสำคัญกับมาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด				
4. ความสอดคล้องของสาระสำคัญกับสาระการเรียนรู้				
5. ความเชื่อมโยงสัมพันธ์กันระหว่างชื่อหน่วยการเรียนรู้ มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด สาระสำคัญ และสาระการเรียนรู้				
6. กิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับสาระการเรียนรู้ มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด				
7. กิจกรรมการเรียนรู้มีความครอบคลุมในการพัฒนาผู้เรียนให้มีความรู้ ทักษะ/กระบวนการ และคุณลักษณะที่พึงประสงค์				
8. กิจกรรมการเรียนรู้สามารถนำผู้เรียนไปสู่การสร้างชิ้นงาน / ภาระงาน				
9. มีการประเมินผลตามสภาพจริงและสอดคล้องกับมาตรฐาน การเรียนรู้ / ตัวชี้วัด				
10. ประเด็นและเกณฑ์การประเมินสามารถสะท้อนคุณภาพผู้เรียนตามมาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด				
11. ความเหมาะสม เพียงพอในการกำหนดสื่อการเรียนรู้				
12. หน่วยการเรียนรู้ที่จัดทำสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง				
รวม / สรุปผล				
หรือ เฉลี่ย / สรุปผล				

การแปลความหมาย การประเมินหน่วยการเรียนรู้

เกณฑ์ ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.75 ปรับปรุง 1.76 – 2.50 พอใช้ 2.51 – 3.25 ดี 3.26 – 4.00 ดีมาก

หรือ คะแนน 12 – 20 ปรับปรุง 21 – 30 พอใช้ 31 -39 ดี 40 – 48 ดีมาก

หน่วยการเรียนรู้อิงมาตรฐาน (Standard – based Unit)

หน่วยการเรียนรู้อิงมาตรฐาน คือ หน่วยการเรียนรู้ที่มีมาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด เป็นเป้าหมายของหน่วย และองค์ประกอบภายในหน่วยการเรียนรู้ ได้แก่ มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด สาระสำคัญ สาระการเรียนรู้ ชิ้นงานหรือภาระงานที่กำหนดให้ผู้เรียนปฏิบัติ กิจกรรม การเรียนการสอนและเกณฑ์การประเมินผล ทุกองค์ประกอบของหน่วยการเรียนรู้ จะต้องเชื่อมโยงกับมาตรฐาน / ตัวชี้วัดที่เป็นเป้าหมายของหน่วย

การออกแบบหน่วยการเรียนรู้อิงมาตรฐาน เป็นขั้นตอนสำคัญของการจัดทำหลักสูตรสถานศึกษา เพราะเป็นส่วนที่นำมาตรฐานการเรียนรู้ไปสู่การปฏิบัติในการเรียนการสอนอย่างแท้จริง นักเรียนจะบรรลุมาตรฐานหรือไม่ อย่างไร ขึ้นอยู่กับขั้นตอนนี้

การออกแบบหน่วยการเรียนรู้อิงมาตรฐานโดยใช้ Backward Design

Backward Design เป็นการออกแบบที่ยึดเป้าหมายการเรียนรู้แบบย้อนกลับโดยเริ่มจากการกำหนดเป้าหมายปลายทางที่เป็นคุณภาพผู้เรียนที่คาดหวังเป็นจุดเริ่มต้นแล้วจึงคิดออกแบบองค์ประกอบอื่น เพื่อนำไปสู่ปลายทางและทุกขั้นตอนของกระบวนการออกแบบต้องเชื่อมโยงสัมพันธ์กันอย่างเป็นเหตุเป็นผล

การนำ Backward Design มาใช้ในการออกแบบหน่วยการเรียนรู้อิงมาตรฐาน มีขั้นตอนที่สำคัญ 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 กำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ที่สะท้อนมาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด หรือผลการเรียนรู้ ซึ่งบอกให้ทราบว่าต้องการให้นักเรียนรู้อะไร และสามารถทำอะไรได้ เมื่อจบหน่วยการเรียนรู้

ขั้นตอนที่ 2 กำหนดหลักฐาน ร่องรอยการเรียนรู้ที่ชัดเจนและแสดงให้เห็นว่าผู้เรียนเกิดผลการเรียนรู้ตามเป้าหมายการเรียนรู้

ขั้นตอนที่ 3 ออกแบบกระบวนการ/กิจกรรมการเรียนรู้ที่ช่วยพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพตามเป้าหมายการเรียนรู้

วิธีการจัดทำหน่วยการเรียนรู้ การจัดทำหน่วยการเรียนรู้สามารถจัดทำได้ 2 วิธี คือ

วิธีที่ 1 กำหนดประเด็น/หัวเรื่อง แล้วจึงวิเคราะห์มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด

แนวคิดหนึ่งของการกำหนดหน่วยการเรียนรู้ คือ การกำหนดประเด็น/หัวเรื่อง(theme) ซึ่งสามารถเชื่อมโยงการเรียนรู้ต่างๆ เข้ากับชีวิตจริงของผู้เรียน ประเด็นที่จะนำมาใช้เป็นกรอบ ในการกำหนดหน่วยการเรียนรู้ ควรมีลักษณะดังนี้ ประเด็นที่เกี่ยวข้องกับองค์ความรู้ ความคิดรวบยอด หลักการของศาสตร์ในกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่เรียน ประเด็นที่เกี่ยวข้องกับปัญหาทั่วไป ที่อาจเชื่อมโยงไปสู่ผลที่เกิดขึ้นทั้งทางบวกและทางลบจากประเด็นปัญหานั้น

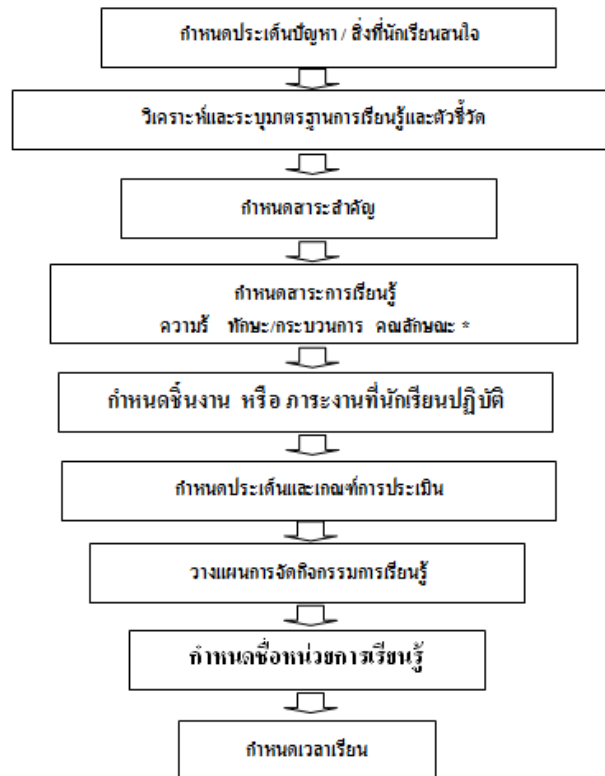
ทั้งนี้ การกำหนดประเด็นอาจพิจารณาจากคำถามต่อไปนี้

- 1) ผู้เรียนสนใจอะไร/ ปัญหาที่สนใจศึกษา
- 2) ผู้เรียนมีความสนใจ ประสบการณ์ และความสามารถในเรื่องอะไร

- 3) หัวเรื่องสอดคล้องกับหลักสูตรสถานศึกษาและความต้องการของชุมชนหรือไม่
- 4) ผู้เรียนควรได้รับการพัฒนาที่เหมาะสมในด้านใดบ้าง
- 5) มีสื่อ/แหล่งการเรียนรู้เพียงพอหรือไม่
- 6) หัวเรื่องที่เลือก เหมาะสมและสามารถเชื่อมโยงประสบการณ์การเรียนรู้ในกลุ่ม
สาระการเรียนรู้ต่างๆ ได้หลากหลายหรือไม่

โดยสรุปหน่วยการเรียนรู้ที่มีคุณภาพ คือ หน่วยการเรียนรู้ที่ทำให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ ในความรู้ที่
ลึกซึ้งที่มีความหมายสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ และที่สำคัญจะต้องตอบสนองมาตรฐาน/
ตัวชี้วัดด้วย

แผนภูมิแสดงการจัดทำหน่วยการเรียนรู้ วิธีที่ 1

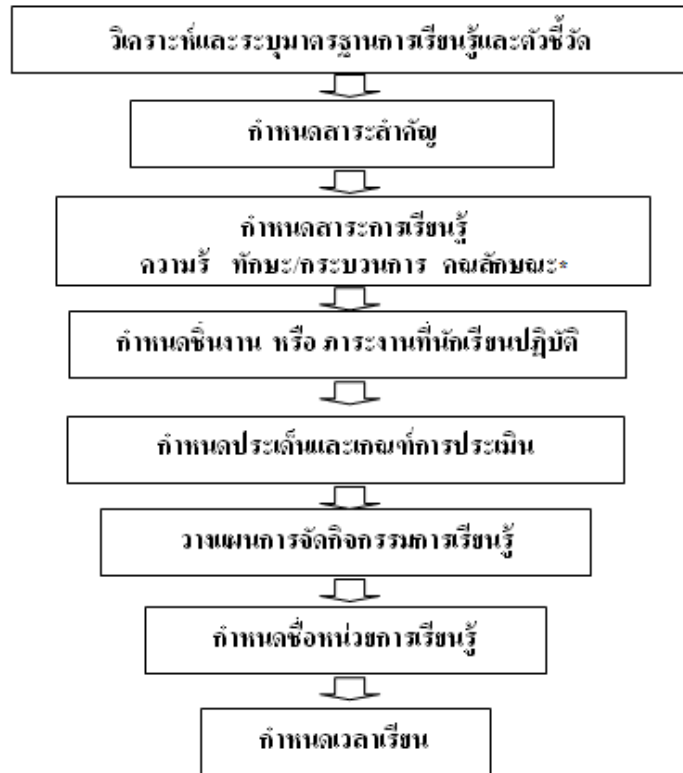


คุณลักษณะหมายถึงคุณลักษณะที่ปรากฏอยู่ในมาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด และคุณลักษณะ

วิธีที่ 2 กำหนดมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด

การสร้างหน่วยการเรียนรู้วิธีนี้ ใช้วิธีการหลอมรวมตัวชี้วัดต่างๆ ที่ปรากฏอยู่ในคำอธิบาย

แผนภูมิ แสดงการจัดทำหน่วยการเรียนรู้ วิธีที่ 2



* คุณลักษณะหมายถึงรวมถึงคุณลักษณะที่ปรากฏอยู่ในมาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด และคุณลักษณะ
อันพึงประสงค์

รายวิชา

สรุป

การออกแบบหน่วยการเรียนรู้ การเรียนรู้เป็นหัวใจสำคัญที่จะช่วยให้นักเรียนเกิดการ
พัฒนา ทำให้นักเรียนมีความรู้และทักษะตามมาตรฐานการเรียนรู้ การออกแบบหน่วยการเรียนรู้
อิงมาตรฐานเป็นขั้นตอนสำคัญที่สุดของการจัดทำหลักสูตรสถานศึกษา เป็นเพราะส่วนที่นำ
มาตรฐานการเรียนรู้ไปสู่การปฏิบัติในการเรียนการสอนอย่างแท้จริง Backward Design เป็น
การออกแบบที่ยึดเป้าหมายการเรียนรู้แบบย้อนกลับโดยเริ่มจากการกำหนดเป้าหมายปลายทาง
ที่เป็นคุณภาพผู้เรียนที่คาดหวังเป็นจุดเริ่มต้นและจึงออกแบบองค์ประกอบอื่น เพื่อนำไปสู่
ปลายทาง

หลังจากศึกษาเนื้อหาสาระตอนที่ 2 แล้ว โปรดปฏิบัติใบงานที่ 2

ตอนที่ 3 รูปแบบการจัดการเรียนการสอน

เรื่องที่ 3.1 รูปแบบการสอน

การสอนในยุคปัจจุบันเป็นการสอนโดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ หมายถึง การจัดการศึกษาที่ถือว่าผู้เรียนสำคัญที่สุด เป็นกระบวนการจัดการศึกษาที่ต้องเน้นให้ผู้เรียนแสวงหาความรู้ และพัฒนาความรู้ได้ด้วยตนเอง หรือรวมทั้งมีการฝึกและปฏิบัติในสภาพจริงของการทำงาน มีการเชื่อมโยงสิ่งที่เรียนกับสังคมและการประยุกต์ใช้ มีการจัดกิจกรรมและกระบวนการให้ผู้เรียนได้คิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ ประเมินและสร้างสรรค์สิ่งต่างๆ

สิ่งสำคัญประการหนึ่งที่จะทำให้ผู้เรียนบรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้คือรูปแบบการจัดการเรียนการสอน รูปแบบการจัดการเรียนการสอนคือ แผนการทำงานเกี่ยวกับการสอนที่จัดทำขึ้นอย่างเป็นระบบระเบียบ โดยวางแผนการจัดองค์ประกอบและงานเกี่ยวกับการสอน อย่างมีจุดหมายที่เฉพาะเจาะจงที่จะทำให้ผู้เรียนบรรลุผลสำเร็จอย่างใดอย่างหนึ่ง

ความหมายของรูปแบบการสอน

ในทางศึกษาศาสตร์ มีคำที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบ คือ รูปแบบการสอน Model of Teaching หรือ Teaching Model และรูปแบบการเรียนการสอนหรือรูปแบบการจัดการเรียนการสอน Instructional Model หรือ Teaching-Learning Model คำว่า รูปแบบการสอน มีผู้อธิบายไว้ดังนี้

1. รูปแบบการสอน หมายถึง แบบหรือแผนของการสอน รูปแบบการสอนแบบหนึ่งจะมีจุดเน้นที่เฉพาะเจาะจงอย่างใดอย่างหนึ่ง รูปแบบการสอนแต่ละรูปแบบจึงอาจมีจุดหมายที่แตกต่างกัน
2. รูปแบบการสอน หมายถึง แผนหรือแบบซึ่งสามารถใช้การสอนในห้องเรียน หรือสอนพิเศษเป็นกลุ่มย่อย หรือ เพื่อจัดสื่อการสอน ซึ่งรวมถึง หนังสือ ภาพยนตร์ เทปบันทึกเสียง โปรแกรมคอมพิวเตอร์และหลักสูตรรายวิชา รูปแบบ การสอนแต่ละรูปแบบจะเป็นแนวในการออกแบบการสอนที่ช่วยให้นักเรียนบรรลุวัตถุประสงค์ตามที่รูปแบบนั้น ๆ กำหนด
3. รูปแบบการสอน หมายถึง แผนแสดงการเรียนการสอน สำหรับนำไปใช้สอนในห้องเรียน เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ให้มากที่สุด แผนดังกล่าวจะแสดงถึงลำดับความสอดคล้องกัน ภายใต้หลักการของแนวคิดพื้นฐานเดียวกัน องค์ประกอบทั้งหลายได้แก่ หลักการ จุดมุ่งหมาย เนื้อหา และทักษะที่ต้องการสอน ยุทธศาสตร์การสอน วิธีการสอน กระบวนการสอน ขั้นตอนและกิจกรรมการสอน และการวัดและประเมินผล

การจัดการเรียนรู้มีหลายรูปแบบผู้สอนจะต้องเป็นผู้วิเคราะห์โครงสร้างของหลักสูตรและเลือกวิธีการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมเพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

การจัดการเรียนรู้โดยใช้กระบวนการสืบเสาะหาความรู้ (Inquiry Process) เป็นกระบวนการที่ส่งเสริมให้นักเรียนได้สืบค้น สืบเสาะ สำรวจ ตรวจสอบ และค้นคว้าด้วยวิธีการต่างๆ จนเกิดความเข้าใจและรับรู้ความรู้นั้นอย่างมีความหมายการจัดกิจกรรมการเรียนรู้กระบวนการสืบเสาะหาความรู้

ช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ทั้งเนื้อหา หลักและหลักการ ทฤษฎี ตลอดจนการลงมือปฏิบัติเพื่อให้ได้
ความรู้

วิธีสอนแบบแสดงบทบาท (Role Playing Method) เป็นวิธีสอนที่ใช้การแสดงบทบาท
สมมุติ หรือการเทียบเคียงสถานการณ์ ที่เป็นจริงมาเป็นเครื่องมือในการสอน โดยที่ครูสร้าง
สถานการณ์สมมุติและบทบาทขึ้นมาให้นักเรียนได้แสดงออกตามที่ตน คิดว่าควรจะเป็น การแสดง
บทบาทอาจกระทำได้ทั้งทางด้านความรู้ความคิด และพฤติกรรมของผู้แสดง วิธีการนี้จะสร้างความ
เข้าใจและความรู้สึกให้เกิดขึ้นกับนักเรียนได้ดี

วิธีสอนแบบแฮร์บาร์ต (Herbart Method) เป็นไปตามแนวคิดของแฮร์บาร์ต ที่ว่า การที่
นักเรียนจะเรียนรู้สิ่งใดนั้นนักเรียนจะต้องสนใจเป็นเบื้องต้น ครูผู้สอนจำเป็นต้องเร้าความสนใจของ
นักเรียนก่อนเข้าสู่ขั้นของการสอนเพื่อ ให้เกิดเรียนรู้

วิธีสอนแบบทีม (Team Teaching Method) เป็นการสอนที่มีครูอย่างน้อย 2 คน ร่วมมือ
กันเตรียมการสอนอย่างใกล้ชิดและสอนนักเรียนร่วมกันในห้องเดียวกันหรือกลุ่มเดียวกัน การสอน
แบบทีมจะมีครูที่เป็นหัวหน้าทีม (Team Leader) ครูร่วมทีม ได้แก่ ครูอาวุโส (Senior Teacher) ครู
ประจำ (Master Teacher) และครูช่วยสอน (Co-operative Teacher) การสอนแบบนี้ได้ผลดีถ้าครู
หัวหน้าทีมและครูร่วมทีมเข้มแข็งร่วมมือร่วมใจกันปฏิบัติงานอย่างดี

วิธีสอนแบบสาธิต เป็นวิธีสอนที่ครูแสดงให้นักเรียนดูและให้ความรู้แก่นักเรียนโดยใช้สื่อการ
เรียนรู้ที่เป็นรูปธรรม และผู้เรียนได้ประสบการณ์ตรง การสอนแบบสาธิตแบ่งออกเป็นประเภทต่างๆ
ได้แก่ ผู้สอนเป็นผู้สาธิต ผู้สอนและผู้เรียนร่วมกันสาธิต ผู้เรียนสาธิตเป็นกลุ่ม ผู้เรียนสาธิตเป็น
รายบุคคล วิทยากรเป็นผู้สาธิต และการสาธิตแบบเงียบโดยให้นักเรียนสังเกตเอง

รูปแบบการเรียนรู้แบบร่วมมือ (Instructional Models of Cooperative Learning)
รูปแบบการเรียนการสอนที่ส่งเสริมการเรียนรู้แบบร่วมมือมีหลายรูปแบบ ซึ่งแต่ละรูปแบบจะมีวิธีการ
ดำเนินการหลัก ๆ ซึ่งได้แก่ การจัดกลุ่ม การศึกษาเนื้อหาสาระ การทดสอบ การคิดคะแนน และ
ระบบการให้รางวัล แตกต่างกันไปเพื่อสนองวัตถุประสงค์เฉพาะแต่ไม่ว่าจะเป็นรูปแบบใด ต่างก็
ใช้หลักการเดียวกันคือหลักการเรียนรู้แบบร่วมมือ 5 ประการและมีวัตถุประสงค์มุ่งตรงไป ในทิศทาง
เดียวกันคือเพื่อช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ในเรื่องที่ศึกษา อย่างมากที่สุดโดยอาศัย การร่วมมือกัน
ช่วยเหลือกันและแลกเปลี่ยนความรู้กันระหว่างกลุ่มผู้เรียนด้วยกัน ความแตกต่างของรูปแบบแต่ละรูป
จะอยู่ที่เทคนิคในการศึกษาเนื้อหาสาระและวิธีการเสริมแรงและการให้รางวัล เป็นประการสำคัญ

วิธีสอนแบบทำงานรับผิดชอบร่วมกัน (Co-operative Learning) เป็นการ
จัดประสบการณ์เรียนรู้ที่ผู้เรียนทำงานร่วมกันและช่วยเหลือ กันในชั้นเรียน ซึ่งจะสร้างบรรยากาศ
ที่ดีในชั้นเรียน และยังเพิ่มปฏิสัมพันธ์ที่ยอมรับซึ่งกันและกัน สร้างความภาคภูมิใจให้ผู้เรียนทุกคน
นอกจากนี้ยังเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอีกด้วย เพราะใน ชั้นเรียนมีความร่วมมือ ผู้เรียนจะได้ฟัง
เขียน อ่าน ทวนความ อธิบาย และปฏิสัมพันธ์ ผู้เรียน จะเรียนด้วยการลงมือกระทำ ผู้เรียน
ที่มีจุดบกพร่องจะได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อนในกลุ่ม

วิธีการสอนโดยการลงมือปฏิบัติ (Practice) หมายถึง วิธีสอนที่ให้ประสบการณ์ตรงกับ
ผู้เรียน โดยการให้ลงมือปฏิบัติจริง เป็นการสอนที่มุ่งให้เกิดการผสมผสานระหว่างทฤษฎีและ
ภาคปฏิบัติวิธีปฏิบัติ ให้ผู้เรียนได้ลงมือฝึกฝนหรือปฏิบัติจริง

ทั้งนี้ในแต่ละกลุ่มสาระการเรียนรู้จะมีวิธีการจัดการเรียนการสอนซึ่งแตกต่างกันไป ตาม
องค์ประกอบและขั้นตอนสำคัญอันเป็นลักษณะเด่นหรือลักษณะเฉพาะที่ขาดไม่ได้ของวิธีนั้น ๆ

สรุป

รูปแบบการจัดการเรียนการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา พฤติกรรมที่ควรเปลี่ยนแปลง
หลังจากเรียนวิชาสุขศึกษาแล้ว มี 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ การจัดการ
เรียนรู้มีหลายรูปแบบผู้สอนจะต้องเป็นผู้วิเคราะห์โครงสร้างของหลักสูตรและเลือกวิธีการ
จัดการเรียนรู้ที่เหมาะสม รูปแบบวิธีการจัดการเรียนการสอนมีหลากหลายรูปแบบ เช่น วิธี
สอนแบบโมเดซิปปา วิธีการสอนแบบแสดงบทบาท วิธีการสอนแบบแฮร์บาร์ด วิธีการสอน
แบบทีม วิธีการสอนแบบสาธิต เป็นต้น

เรื่องที่ 3.2 การจัดการทำแผนการจัดการเรียนรู้

การสอนสุขศึกษา

ประสบการณ์ทั้งมวลทางด้านสุขภาพที่ทำให้บุคคลเกิดความรู้ เจตคติและการปฏิบัติที่ดีและถูกต้องต่อสุขภาพของตนเองและชุมชน ทั้งยังผลให้บุคคลและชุมชนมีสุขภาพสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ

จุดมุ่งหมายของการสอนสุขศึกษา

การสอนสุขศึกษา มีจุดมุ่งหมาย ดังนี้

1. สอนให้เด็กรู้จักรักษาและปรับปรุงสุขภาพของตนเอง ให้มีสุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรง มีความสุข
2. ส่งเสริมให้เด็ก ผู้ปกครองและบุคคลอื่นๆ เกิดความเข้าใจและเจตคติที่ดีต่อการรักษาและปรับปรุงสุขภาพของตนเอง ครอบครัวและชุมชน
3. ปรับปรุงการดำรงชีวิตของตนเองและชุมชน ให้เป็นบุคคลที่มีประสิทธิภาพอยู่เสมอ ซึ่งเป็น การช่วยให้ประชากรของชาติมีสุขภาพดียิ่งขึ้น
4. ผลจากการที่เด็กมีสุขภาพแข็งแรง สมบูรณ์ จะมีผลทำให้เด็กเกิดความสัมฤทธิ์ผลทางด้าน การเรียนและการดำรงชีวิตของตนเอง

เป้าหมายของการสอนสุขศึกษา

หลังจากเรียนรู้วิชาสุขศึกษาแล้ว พฤติกรรมที่ควรเปลี่ยนแปลง มี 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ

1. ความรู้ (Knowledge)
2. เจตคติ (Attitude)
3. การปฏิบัติ (Practice)

สรุปแล้วเป้าหมายของการสอนสุขศึกษา

ชั้น	อันดับ 1	อันดับ 2	อันดับ 3
อนุบาลและประถมศึกษาช่วงแรก	การปฏิบัติ	เจตคติ	ความรู้
ประถมศึกษาช่วงหลัง (ป. 5-6)	เจตคติ	การปฏิบัติ	ความรู้
มัธยมศึกษาช่วงแรก (ม.1-3)	เจตคติ	การปฏิบัติ	ความรู้
มัธยมศึกษาช่วงหลัง (ม.4-6)	ความรู้	เจตคติ	การปฏิบัติ

การสอนพลศึกษา คือ การบริหารกระบวนการด้านการเรียนรู้พลศึกษา ได้แก่ การเรียนการสอน การจัดกิจกรรมด้านพลศึกษาเพื่อให้การเรียนการสอนพลศึกษาในชั้นเรียนบรรลุผลตามวัตถุประสงค์ที่ได้ตั้งไว้

จุดมุ่งหมายของการสอนพลศึกษา

1. เพื่อพัฒนาด้านร่างกาย
2. พัฒนาการประสานกันระหว่างประสาทและกล้ามเนื้อ
3. การพัฒนาทางสังคม
4. การพัฒนาด้านจิตใจ
5. การพัฒนาทางอารมณ์

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

1. กำหนดปัญหาจัดสถานการณ์ต่างๆ กระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความสนใจ มองเห็นปัญหา กำหนดสิ่งที่เป็นปัญหาที่ผู้เรียนอยากรู้อยากเรียน และเกิดความสนใจที่จะค้นหาคำตอบ
2. ทำความเข้าใจกับปัญหา ผู้เรียนจะต้องสามารถอธิบายสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับปัญหาได้
3. ดำเนินการศึกษาค้นคว้า กำหนดสิ่งที่ต้องการเรียนและดำเนินการศึกษาค้นคว้าอย่างหลากหลาย
4. สังเคราะห์ ความรู้ ผู้เรียนนำความรู้ที่ได้ค้นคว้ามาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน อภิปรายผล และสังเคราะห์ความรู้ที่ได้มาว่ามีความเหมาะสมหรือไม่
5. สรุป และประเมินค่าของคำตอบ ผู้เรียนแต่ละกลุ่มสรุปสรุปผลงานของกลุ่มตนเอง ประเมินผลงานว่าข้อมูลที่ได้ศึกษาค้นคว้ามีความเหมาะสมเพียงใด โดยการตรวจสอบแนวคิดภายในกลุ่มของตนเองอย่างอิสระ ทุกกลุ่มร่วมกันสรุปองค์ความรู้ในภาพรวมของปัญหาอีกครั้ง
6. นำเสนอและประเมินผลงาน ผู้เรียนนำข้อมูลที่ได้มาจัดระบบขององค์ความรู้และนำเสนอในรูปแบบผลงานที่หลากหลาย ผู้เรียนทุกคน ร่วมกันประเมินผลงานประโยชน์

การจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ แผนการจัดการเรียนรู้เป็นเครื่องมือสำคัญสำหรับผู้สอนในการจัดการเรียนรู้ ซึ่งผู้สอนจะต้องมีความรู้ความสามารถในการจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้เพื่อไปสู่เป้าหมายของการจัดการศึกษาของหลักสูตรที่กำหนดไว้ ผู้สอนจะต้องหากกลยุทธ์และวิธีการในการจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ให้ครบถ้วนตามองค์ประกอบสำคัญว่าจัดทำแผนอย่างไร เพื่อใคร มีเทคนิคและวิธีการอย่างไร ผลที่ได้รับจะเป็นอย่างไร ดังนั้นแผนการจัดการเรียนรู้จึงเปรียบเสมือนเป้าหมายความสำเร็จที่ผู้สอนคาดหวังไว้

ขั้นตอนการจัดการจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้

1. วิเคราะห์คำอธิบายรายวิชา เพื่อประโยชน์ในการกำหนดหน่วยการเรียนรู้และรายละเอียดของแต่ละหัวข้อของแผนการจัดการเรียนรู้อย่างละเอียด

2. วิเคราะห์จุดประสงค์รายวิชาและมาตรฐานรายวิชา เพื่อนำมาเขียนเป็นจุดประสงค์การเรียนรู้ โดยให้ครอบคลุมพฤติกรรมทั้งด้านความรู้ ทักษะ / กระบวนการ เจตคติและค่านิยม
3. วิเคราะห์สาระการเรียนรู้ โดยเลือกและขยายสาระที่เรียนรู้ให้สอดคล้องกับผู้เรียน ชุมชน และท้องถิ่น รวมทั้งวิทยาการและเทคโนโลยีใหม่ ๆ ที่จะเป็นประโยชน์ต่อผู้เรียน
4. วิเคราะห์กระบวนการจัดการเรียนรู้ (กิจกรรมการเรียนรู้) โดยเลือกรูปแบบการจัดการเรียนรู้ ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ
5. วิเคราะห์กระบวนการประเมินผล โดยเลือกใช้วิธีการวัดและประเมินผลที่สอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้
6. วิเคราะห์แหล่งการเรียนรู้ โดยคัดเลือกสื่อการเรียนรู้และแหล่งการเรียนรู้ ทั้งในและนอกห้องเรียนให้เหมาะสมสอดคล้องกับกระบวนการเรียนรู้

องค์ประกอบสำคัญของแผนการจัดการเรียนรู้ อย่างน้อยต้องมีสิ่งต่อไปนี้

1. สาระสำคัญ
2. จุดประสงค์การเรียนรู้
3. สาระการเรียนรู้
4. กิจกรรมการเรียนรู้
5. สื่อ / อุปกรณ์ / แหล่งการเรียนรู้
6. การวัดและประเมินผล
7. บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

รูปแบบของแผนการจัดการเรียนรู้ แผนการจัดการเรียนรู้สามารถเขียนได้ทั้งแบบความเรียง และแบบตาราง โดยมีส่วนประกอบสำคัญดังนี้ ส่วนที่ 1 ส่วนนำ ประกอบด้วยรายละเอียดทั่วไป ได้แก่ ชื่อหลักสูตร ประเภทวิชา สาขาวิชา รหัสวิชา ชื่อวิชา หน่วยกิต จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ จุดประสงค์รายวิชา มาตรฐานรายวิชา และคำอธิบายรายวิชา ส่วนที่ 2 โครงสร้างการจัดการเรียนรู้ ประกอบด้วย ตารางวิเคราะห์คำอธิบายรายวิชา และการกำหนดหน่วยการเรียนรู้และเวลาที่ใช้ ส่วนที่ 3 แผนการจัดการเรียนรู้ ประกอบด้วย สาระสำคัญ จุดประสงค์การเรียนรู้ สาระการเรียนรู้ กิจกรรมการเรียนรู้ สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งการเรียนรู้ การวัดและประเมินผล และบันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

สรุป

จุดมุ่งหมายของการสอนพลศึกษา เพื่อพัฒนาด้านร่างกาย การประสานกันระหว่างประสาทและกล้ามเนื้อ การพัฒนาทางสังคม การพัฒนาด้านจิตใจ การพัฒนาทางอารมณ์ ดังนั้น การจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ จึงเป็นเครื่องมือสำคัญสำหรับผู้สอนในการจัดการเรียนรู้ให้บรรลุผลตามจุดมุ่งหมายที่ได้ตั้งไว้

หลังจากศึกษาเนื้อหาสาระตอนที่ 3 แล้ว โปรดปฏิบัติใบงานที่ 3

ตอนที่ 4 สื่อการเรียนรู้

เรื่องที่ 4.1 ความหมายและประเภทของสื่อการเรียนรู้

สื่อการเรียนการสอนเป็นวัสดุ อุปกรณ์ และวิธีการ ซึ่งถูกนำมาใช้ในการเรียนการสอน เพื่อเป็นตัวกลางในการนำส่งหรือถ่ายทอดความรู้ ทักษะ และเจตคติ จากผู้สอนหรือแหล่งความรู้ไปยังผู้เรียน ช่วยให้การเรียนการสอนดำเนินไปอย่างสะดวกและมีประสิทธิภาพ และทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ของการเรียนการสอนที่ตั้งไว้

ไฮนิกส์ (Heinich) และคณะ ให้คำจำกัดความคำว่า "สื่อ" ไว้ดังนี้ "Media is a channel of communication." ซึ่งสรุปความเป็นภาษาไทยได้ดังนี้ "สื่อ คือช่องทางในการติดต่อสื่อสาร" Heinich และคณะยังได้ขยายความเพิ่มเติมอีกว่า สื่อ มีรากศัพท์มาจากภาษาลาติน มีความหมายว่า ระหว่าง (between) หมายถึง อะไรก็ตามซึ่งทำการบรรทุกหรือนำพาข้อมูลหรือสารสนเทศ สื่อเป็นสิ่งที่อยู่ระหว่างแหล่งกำเนิดสารกับผู้รับสาร

A. J. Romiszowski ให้คำจำกัดความคำว่า "สื่อ" ไว้ดังนี้ "the carriers of messages, from some transmitting source (which may be a human being or an inanimate object) to the receiver of the message (which in our case is the learner)" ซึ่งสรุปความเป็นภาษาไทยได้ดังนี้ "ตัวนำสารจากแหล่งกำเนิดของการสื่อสาร (ซึ่งอาจจะเป็นมนุษย์ หรือวัตถุที่ไม่มีชีวิต) ไปยังผู้รับสาร (ซึ่งในกรณี ของการเรียนการสอนก็คือ ผู้เรียน)"

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ ให้ความหมายของ "สื่อการสอน" ว่า คือวัสดุ (สิ่งเปลือง) อุปกรณ์ (เครื่องมือที่ใช้ไม่ผู้พ่วงาย) วิธีการ (กิจกรรม เกม การทดลอง ฯลฯ) ที่ใช้สื่อกลางให้ผู้สอนสามารถส่งหรือถ่ายทอดความรู้ เจตคติ (อารมณ์ ความรู้สึก ความสนใจ ทศนคติ และค่านิยม) และ ทักษะไปยังผู้เรียน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ไชยยศ เรืองสุวรรณ กล่าวว่า "สื่อการสอน" หมายถึง สิ่งที่ช่วยให้การเรียนรู้ ซึ่งครูและนักเรียนเป็นผู้ใช้ เพื่อให้การเรียนการสอนมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

สรุปได้ว่าสื่อการเรียนรู้คือตัวกลางหรือช่องทางที่บรรจุเนื้อหาสาระ หรือสิ่งที่ผู้สอนต้องการถ่ายทอดไปยังผู้เรียน ช่วยทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้

ประเภทของสื่อการเรียนการสอน แบ่งตามคุณลักษณะได้ 4 ประเภทคือ

1. สื่อประเภทวัสดุ ได้แก่สไลด์ แผ่นใส เอกสาร ตำรา สารเคมี สิ่งพิมพ์ต่าง ๆ และคู่มือการฝึกปฏิบัติ
2. สื่อประเภทอุปกรณ์ ได้แก่ของจริง หุ่นจำลอง เครื่องเล่นเทปเสียง เครื่องเล่นวีดิทัศน์ เครื่องฉายแผ่นใส อุปกรณ์และเครื่องมือในห้องปฏิบัติการ
3. สื่อประเภทเทคนิคหรือวิธีการ ได้แก่การสาธิต การอภิปรายกลุ่ม การฝึกปฏิบัติ การฝึกงาน การจัดนิทรรศการ และสถานการณ์จำลอง
4. สื่อประเภทคอมพิวเตอร์ ได้แก่คอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI) การนำเสนอด้วยคอมพิวเตอร์ (Computer presentation) การใช้ Intranet และ Internet เพื่อการสื่อสาร (Electronic mail: E-mail) และการใช้ WWW (World Wide Web)

สื่อการเรียนการสอนจำแนกตามคุณสมบัติ Wilbure Young ได้จัดแบ่งไว้ดังนี้

1. ทัศนวัสดุ (Visual Materials) เช่น กระดานดำ กระดานผ้าสำลี แผนภูมิ รูปภาพ फिल्म สตรีป สไลด์ ฯลฯ
2. โสตวัสดุ (Audio Materials) เช่น เครื่องบันทึกเสียง (Tape Recorder) เครื่องรับวิทยุ ห้องปฏิบัติการทางภาษา ระบบขยายเสียง ฯลฯ
3. โสตทัศนวัสดุ (Audio Visual Materials) เช่น ภาพยนตร์ โทรทัศน์ ฯลฯ
4. เครื่องมือหรืออุปกรณ์ (Equipments) เช่น เครื่องฉายภาพยนตร์ เครื่องฉายฟิล์มสตรีป เครื่องฉายสไลด์
5. กิจกรรมต่าง ๆ (Activities) เช่น นิทรรศการ การสาธิต ทัศนศึกษา ฯลฯ

สื่อการเรียนการสอนจำแนกตามรูปแบบ (Form) Louis Shores ได้แบ่งประเภท
สื่อการสอนตามแบบไว้ ดังนี้

1. สิ่งตีพิมพ์ (Printed Materials) เช่น หนังสือแบบเรียน เอกสารการสอน ฯลฯ
2. วัสดุกราฟิก เช่น แผนภูมิ (Charts) แผนสถิติ (Graph) แผนภาพ (Diagram) ฯลฯ
3. วัสดุฉายและเครื่องฉาย (Projected Materials and Equipment) เช่น ภาพยนตร์ ฯลฯ
4. วัสดุถ่ายทอดเสียง (Transmission) เช่น วิทยุ เครื่องบันทึกเสียง

สื่อการเรียนการสอนตามลักษณะและการใช้

1. เครื่องมือหรืออุปกรณ์ (Hardware)
2. วัสดุ (Software)
3. เทคนิคหรือวิธีการ (Techniques or Methods)

คุณค่าของสื่อการเรียนการสอน

1. สื่อ การเรียนการสอนสามารถเอาชนะข้อจำกัดเรื่องความแตกต่างกันของประสบการณ์ตั้งเดิมของผู้เรียน คือเมื่อใช้สื่อการเรียนการสอนแล้วจะช่วยให้เด็กซึ่งมีประสบการณ์เดิมต่าง กันเข้าใจได้ใกล้เคียงกัน
2. ขจัดปัญหาเกี่ยวกับเรื่องสถานที่ ประสบการณ์ตรงบางอย่าง หรือการเรียนรู้
3. ทำให้เด็กได้รับประสบการณ์ตรงจากสิ่งแวดล้อมและสังคม
4. สื่อการเรียนการสอนทำให้เด็กมีความคิดรวบยอดเป็นอย่างเดียวกัน
5. ทำให้เด็กมีมโนภาพเริ่มแรกอย่างถูกต้องและสมบูรณ์
6. ทำให้เด็กมีความสนใจและต้องการเรียนในเรื่องต่าง ๆ มากขึ้น เช่นการอ่าน ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ทัศนคติ การแก้ปัญหา ฯลฯ
7. เป็นการสร้างแรงจูงใจและเร้าความสนใจ
8. ช่วยให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์จากรูปรธรรมสู่นามธรรม

ลักษณะของสื่อการสอนที่ดี

สื่อการสอนที่ดีย่อมช่วยให้การเรียนรู้บรรลุเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจะต้องประกอบด้วยคุณลักษณะต่าง ๆ ดังต่อไปนี้ คือ

1. มีความเหมาะสมสอดคล้องกับเนื้อหาและจุดมุ่งหมายของการเรียนการสอน
2. มีความเหมาะสมกับรูปแบบของการเรียนการสอน
3. มีความเหมาะสมกับลักษณะของผู้เรียน
4. มีความเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมของการใช้สื่อ

สรุป

สื่อการเรียนการสอนคือตัวกลางหรือช่องทางที่บรรจุเนื้อหาสาระ หรือสิ่งที่ผู้สอนต้องการถ่ายทอดไปยังผู้เรียน ช่วยทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ เป็นวัสดุ อุปกรณ์ และวิธีการ ที่นำมาใช้ในการจัดการเรียนการสอน เพื่อเป็นตัวกลางในการถ่ายทอดความรู้ ทักษะ และเจตคติ จากผู้สอนหรือแหล่งความรู้ไปยังผู้เรียน ช่วยให้การเรียนการสอนดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ และทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ของการเรียนการสอนที่ตั้งไว้

เรื่องที่ 4.2 หลักการเลือกใช้และประเมินสื่อการเรียนรู้

การเลือกใช้สื่อการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ หรือเหมาะสมกับเนื้อหาวิชาเป็นสิ่งที่สำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง เพราะสื่อการเรียนรู้บางอย่างอาจทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามที่ครูคาดหวังไว้ได้ก็จริง แต่อาจใช้เวลาในการจัดการเรียนรู้นานกว่าการใช้สื่อการเรียนรู้ประเภทอื่นๆ ดังนั้น ก่อนที่ครูผู้สอนจะตัดสินใจเลือกใช้สื่อการเรียนรู้ใด ควรพิจารณาอย่างรอบคอบรวมทั้งประเมินความคุ้มค่าของการใช้สื่อการเรียนรู้ประเภทนั้นให้ดีด้วย

การวางแผนอย่างเป็นระบบในการใช้สื่อการเรียนการสอน เพื่อเป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อให้ผู้สอนเกิดความมั่นใจที่จะใช้สื่อการเรียนการสอนได้อย่างมีประสิทธิภาพ และทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้สูงสุดตามความสามารถของแต่ละคน โดยใช้โมเดล ASSURE ดังนี้

A : Analyze Learner Characteristic
S : State Objectives
S : Select your methods, media and materials
U : Utilize Media and Materials
R : Require Learner Participation
E : Evaluation and Revise

A : วิเคราะห์ผู้เรียน ทำให้ผู้สอนเข้าใจลักษณะของผู้เรียนทั้งลักษณะทั่วไปและลักษณะเฉพาะ

S : กำหนดวัตถุประสงค์การเรียนการสอน การจัดการเรียนการสอนต้องกำหนดวัตถุประสงค์ให้ชัดเจน ซึ่งประกอบด้วยจุดประสงค์ปลายทางและจุดประสงค์นำทาง และวัตถุประสงค์ที่กำหนดควรให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ทางการศึกษาทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านพุทธิพิสัย ด้านจิตพิสัย และด้านทักษะพิสัย

S : เลือก วิธีการ สื่อหรือวัสดุ การเลือกสื่อการเรียนการสอน การปรับปรุงสื่อการเรียนการสอน การออกแบบสื่อการเรียนการสอน ต้องเลือกให้ตรงตามจุดมุ่งหมายของการสอนและต้องมีความหลากหลาย น่าสนใจ เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้

U : ใช้สื่อการเรียนการสอน ขั้นตอนการใช้สื่อการเรียนการสอน มีขั้นตอนที่สำคัญอยู่ 4 ขั้นตอน คือ ทดลองใช้ เตรียมสภาพแวดล้อม เตรียมผู้เรียน และ การนำเสนอ

R : ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรม การใช้สื่อในการเรียนการสอน ผู้สอนต้องจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมและกระตุ้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนการสอนให้มากที่สุด และในขณะเดียวกันผู้สอนก็ ต้องมีการเสริมแรงไปพร้อม ๆ กันด้วย

E : ประเมินผลกระบวนการเรียนการสอน การประเมินผลสื่อการเรียนการสอนควรให้ครอบคลุม ด้านความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การเรียนการสอน ด้านคุณภาพของสื่อ เช่น ขนาด รูปร่าง สี ความชัดเจนของสื่อ

การออกแบบสื่อการสอน

การออกแบบสื่อการสอน การออกแบบสื่อการสอน การออกแบบสื่อการสอน คือ การวางแผนสร้างสรรค์สื่อการสอนหรือการปรับปรุงสื่อการสอนให้มีประสิทธิภาพและมีสภาพที่ดี โดยอาศัยหลักการทางศิลปะ รู้จักเลือกสื่อและวิธีการทำ เพื่อให้สื่อที่มีความสวยงาม มีประโยชน์และมีความเหมาะสมกับสภาพการเรียนการสอน

ลักษณะการออกแบบที่ดี (Characteristics of Good Design)

1. เหมาะสมกับความมุ่งหมายของการนำไปใช้
2. มีลักษณะง่ายต่อการทำความเข้าใจ การนำไปใช้งานและกระบวนการผลิต
3. มีสัดส่วนที่ดีและเหมาะสมตามสภาพการใช้งานของสื่อ
4. มีความกลมกลืนของส่วนประกอบ สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมของการใช้และการผลิต

การใช้สื่อการสอน

1. ใช้สื่อการสอนในขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ทั้งนี้เพื่อเร้าผู้เรียนให้เกิดความสนใจ และเปลี่ยนพฤติกรรมในเบื้องต้น โดยปรับตนเองให้พร้อมที่จะเรียนรู้บทเรียนใหม่ ซึ่งอาจจะทำได้โดยการรื้อฟื้นความรู้เดิม (assimilation) หรือขยายความรู้เดิม (accommodation) เพื่อนำมาใช้ให้ประสานกันกับความรู้ใหม่ ซึ่งจะเรียนในขั้นต่อไป

2. ใช้สื่อการสอนในขั้นประกอบการสอนหรือขั้นดำเนินกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อช่วยให้ความกระจ่างในเนื้อหาที่เรียนหรือทำให้ผู้เรียน เรียนรู้ได้ง่ายขึ้นและเข้าใจข้อเท็จจริงในเนื้อหาอย่างแท้จริงในรูปของการเกิด Concept เข้าใจหลักการสำคัญ และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในแนวทางที่ดีขึ้นตามจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมที่ได้กำหนดไว้

3. ใช้สื่อการสอนเพื่อขยายขอบเขตความรู้ของผู้เรียนให้ก้าวหน้าและเจริญงอกงามทั้งในด้านความกว้างและความลึกของภูมิปัญญา ซึ่งเป็นผลของการเรียนอย่างแท้จริง

4. ใช้สื่อการสอนเพื่อย่อสรุปเนื้อหาสำคัญของบทเรียนเกิดเป็น Concept ในเนื้อหาแต่ละเรื่องใช้สื่อการสอนเพื่อส่งเสริมผู้เรียนให้มีการฝึกและพัฒนาตนเองให้รู้จักขั้นตอนและมีความคิดสร้างสรรค์ (Control and Creativity)

การวัดและการประเมินสื่อ

หลังจากที่เราออกแบบสื่อแล้วแล้วนำมาใช้ในกระบวนการเรียนการสอน ก็ควรมีการวัดผลของสื่อ เป็นการวัดประสิทธิภาพของสื่อ ความคุ้มค่าของสื่อต่อผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ วัดเพื่อปรับปรุงสื่อวัดผลถึงระยะเวลาที่ในการนำเสนอสื่อว่าพอเหมาะหรือมากเกินไปจนความจำเป็น การวัดผลสื่อนี้เพื่อผลในการใช้ตัดแปลงปรับปรุงให้ดีขึ้นสำหรับการนำไปใช้ในอนาคต เราสามารถที่จะนำเอาผลการอภิปรายในชั้นเรียน การสัมภาษณ์ และการสังเกตผู้เรียนมาใช้เป็นแนวทางในการวัดผลสื่อได้

การประเมินสื่อการเรียนการสอน

ประสิทธิภาพของสื่อการเรียนการสอนเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งที่จะช่วยให้การศึกษาเป็นไปอย่างมีคุณภาพ รวดเร็ว และสามารถสนองความต้องการที่หลากหลายของผู้เรียน สื่อที่มีประสิทธิภาพสูงจะช่วยให้ผู้เรียนบรรลุวัตถุประสงค์ในการเรียนเพิ่มมากขึ้น การประเมินผลสื่อการเรียนการสอนคือการนำผลจากการวัดผลสื่อการเรียนการสอนมาตีความหมาย (Interpretation) และตัดสินคุณค่า (Value Judgement) เพื่อที่จะรู้ว่าสื่อชิ้นนั้นทำหน้าที่ตามที่วัตถุประสงค์กำหนดไว้ได้แค่ไหน มีคุณภาพดีหรือไม่ดีเพียงใด มีลักษณะถูกต้องตรงตามที่ต้องการหรือไม่ ประการใด

จะเห็นว่า การประเมินผลสื่อการเรียนการสอน กระทำได้โดยการพิจารณาข้อมูลที่ได้จากการวัดผลสื่อชิ้นนั้นเทียบกับวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ ข้อมูลที่ได้จากการวัดผลสื่อจึงมีความสำคัญ การวัดผลจึงต้องกระทำอย่างมีหลักการเหตุผลและเป็นระบบเพื่อที่จะได้ข้อมูลที่เที่ยงตรง สามารถบอกศักยภาพของสื่อได้ถูกต้องตรงตามความเป็นจริงเพื่อประโยชน์ของการประเมินผลสื่ออย่างเที่ยงตรงต่อไป การวัดผลสื่อการเรียนการสอน หมายถึง การกำหนดตัวเลขหรือสัญลักษณ์อย่างมีกฎเกณฑ์ให้กับสื่อการเรียนการสอน

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดและประเมินผลสื่อการเรียนการสอนมีหลายรูปแบบ ผู้กระทำการวัดและประเมินผลอาจเลือกใช้ตามความเหมาะสม ที่นิยมกันมากได้แก่ แบบทดสอบ แบบสังเกต แบบตรวจสอบรายการ (Checklist) เป็นต้นเป็นขั้นตอนที่สำคัญมากอีกขั้นตอนหนึ่งของกระบวนการเรียนการสอนการประเมินสื่อการเรียนการสอนมักจะควบคู่ไปกับวิธีการประเมินไปด้วย การประเมินสื่อเป็นการพิจารณาประสิทธิภาพและคุณภาพของสื่อการเรียนการสอนซึ่งถ้าจะให้ได้ผลดีนั้นควรจะมีการประเมินสื่อชิ้นนั้นเมื่อมีการใช้สื่อเป็นครั้งแรกเพื่อการปรับปรุงการใช้สื่อในครั้งต่อไป การประเมินสื่ออาจทำได้โดย

1. การประเมินโดยผู้สอน ผู้สอนควรเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ในการสอน เคยได้รับการฝึกอบรมจนมีความรู้ความชำนาญเกี่ยวกับการผลิตและการใช้สื่อและมีประสบการณ์ในการใช้สื่อการเรียนการสอนมาเป็นอย่างดี
2. การประเมินโดยผู้ชำนาญ ซึ่ง ผู้ชำนาญในที่นี้ หมายถึง ผู้ชำนาญด้านสื่อการเรียนการสอน และจะต้องมีประสบการณ์ด้านการประเมินด้วย ดังนั้น ผู้ชำนาญอาจเป็นผู้สอน เป็นอาจารย์ในมหาวิทยาลัยที่สอนในสาขาวิชาสื่อและเทคโนโลยีการศึกษา รวมทั้งอาจารย์ด้านการวัดผลและการประเมินผลที่มีความรู้ความสามารถด้านสื่อการเรียนการสอน เป็นต้น
3. การประเมินโดยคณะกรรมการเฉพาะกิจ คณะกรรมการเฉพาะกิจเพื่อประเมินสื่อการสอนเป็นกลุ่มบุคคลที่หน่วยงานแต่งตั้งขึ้นมาประเมินสื่อ ซึ่งลักษณะของกรรมการชุดนี้จะประเมินคุณลักษณะ ประสิทธิภาพการใช้และคุณลักษณะด้านอื่นๆของสื่อการเรียนการสอนด้วย
4. การประเมินโดยผู้เรียนซึ่งผู้เรียนจะเป็นผู้รับรู้และเรียนรู้จากสื่อได้ตรงที่สุด ดังนั้น การให้ผู้เรียนได้มีโอกาสประเมินสื่อจึงช่วยให้ได้ข้อคิดในการปรับปรุงสื่อให้เหมาะสมกับผู้เรียนซึ่งการประเมินโดยผู้เรียนควรจัดทำขึ้นทันทีเมื่อใช้สื่อแล้วและให้ประเมินเฉพาะตัวสื่อโดยไม่ให้นาวิธสอนของผู้สอนเข้ามาประเมินด้วย อย่างไรก็ตาม การประเมินสื่อโดยผู้เรียนอาจมีปัญหาอยู่บ้างเพราะ

ผู้เรียนอาจยังมีประสบการณ์ไม่เพียงพอ ผู้สอนควรชี้แจงเกณฑ์หรือหัวข้อการประเมินให้ผู้เรียนเข้าใจ
อย่างชัดเจนก่อนที่จะให้ประเมิน

5. การประเมินประสิทธิภาพของสื่อที่เป็นอีกวิธีหนึ่งที่สามารถทำได้ด้วยเช่นกัน ซึ่งการประเมิน
ประสิทธิภาพของสื่อที่จำเป็นต้องได้รับการประเมินประสิทธิภาพส่วนใหญ่จะเป็นสื่อที่ผลิตขึ้นตาม
หลักการของการสอนแบบโปรแกรม เช่น บทเรียนโปรแกรมชุดการสอนโมดูลและโสตทัศนูปกรณ์
โปรแกรม เป็นต้น การประเมินสื่อโดยวิธีนี้จะคำนึงถึงจุดมุ่งหมายของสื่อการเรียนการสอนและการ
วัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนภายหลังจากที่เรียนจากสื่อเหล่านั้นแล้ว

นอกจากนี้อาจทำได้ด้วยการสังเกตพฤติกรรมการเรียน การวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของ
ผู้เรียน การอภิปรายระหว่างผู้สอนกับผู้เรียนเกี่ยวกับสื่อการเรียนการสอน เป็นต้น ทั้งนี้ผู้ประเมิน
จะต้องมีแบบประเมินเพื่อช่วยในการเก็บรวบรวมข้อมูลและนำมาวิเคราะห์ผลการประเมินต่อไป ซึ่งวิธี
ต่างๆเหล่านี้ล้วนแล้วแต่เป็นแนวทางในการประเมินสื่อทั้งสิ้น

1. ประเมินการวางแผนการใช้สื่อ เพื่อดูว่าสิ่งต่าง ๆ ที่วางไว้สามารถดำเนินไปตามแผน
หรือไม่ หรือเป็นไปเพียงตามหลักการทฤษฎีแต่ไม่สามารถปฏิบัติจริงได้ จึงต้องเก็บรวบรวมข้อมูลไว้
เพื่อการแก้ไขปรับปรุงในการวางแผนครั้งต่อไป

2. ประเมินกระบวนการการใช้สื่อ เพื่อดูว่าการใช้สื่อในแต่ละขั้นตอนประสบปัญหาหรือ
อุปสรรคอย่างไรบ้าง มีสาเหตุมาจากอะไร และมีการเตรียมการป้องกันไว้หรือไม่

3. ประเมินผลที่ได้จากการใช้สื่อ เป็นผลที่เกิดขึ้นกับผู้เรียนโดยตรงว่า เมื่อเรียนแล้วผู้เรียน
สามารถบรรลุตามวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมที่ตั้งไว้หรือไม่ และผลที่ได้นั้นเป็นไปตามเกณฑ์หรือต่ำกว่าเกณฑ์

การวางแผนในการใช้สื่อการเรียนการสอนต้องมีการคำนึงถึงความเหมาะสม
กับวัตถุประสงค์ของกิจกรรมการเรียนรู้ ตัวผู้เรียน มีการจัดเตรียมการใช้สื่อ ใช้สื่อที่
มีความน่าสนใจรวมไปถึงประเมินการใช้

โมเดล Assure ทำได้คือ A วิเคราะห์ผู้เรียน S กำหนดวัตถุประสงค์การเรียน
การสอน S เลือกวิธีการ สื่อ หรือวัสดุ U ใช้สื่อการเรียนการสอน R ให้ผู้เรียนมีส่วน
ร่วมในกิจกรรม E ประเมินผลกระบวนการเรียนการสอน

การประเมินสื่อเป็นการพิจารณาประสิทธิภาพและคุณภาพของสื่อการเรียน
การสอนซึ่งถ้าจะให้ได้ผลดีนั้นควรจะมีการประเมินสื่อเมื่อมีการใช้สื่อเป็นครั้งแรก
เพื่อการปรับปรุงการใช้สื่อในครั้งต่อไปในการประเมินสื่อผู้ประเมินสามารถประเมิน
การวางแผนการใช้สื่อ ประเมินกระบวนการใช้สื่อและประเมินผลที่ได้จากการใช้สื่อ

หลังจากศึกษาเนื้อหาสาระตอนที่ 4 แล้ว โปรดปฏิบัติใบงานที่ 4

ตอนที่ 5 การวัดผลและประเมินผลทางสุขศึกษาและพลศึกษา

เรื่องที่ 5.1 ความรู้เบื้องต้นของการวัดผลและประเมินผล

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.2551 ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการวัดและประเมินผลไว้ 2 ประการ 1. การวัดและประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียน (formative assessment) หรือเรียกว่า การวัดและประเมินระหว่างเรียน โดยมีจุดประสงค์เพื่อหาจุดเด่นและจุดที่ต้องพัฒนาของนักเรียนและพัฒนาการสอนของครู วิธีการประเมินสามารถใช้การสังเกต ซักถาม ระดมความคิด แฟ้มสะสมงาน การปฏิบัติงานและการทดสอบ ผู้ประเมินคือ ครู ตนเอง หรือเพื่อนร่วมห้อง สิ่งสำคัญคือ การให้ข้อมูลย้อนกลับแก่ผู้เรียน 2. การวัดและประเมินเพื่อสรุปผลการเรียนรู้ (summative assessment) หรือ การวัดและการประเมินตัดสินผลการเรียนรู้เมื่อจบหน่วยการเรียนรู้ จบรายวิชา รับรองวุฒิ การเลื่อนชั้น หรือจบหลักสูตร

ความหมายของการวัดผล การทดสอบ และการประเมินผล

การวัดผล (Measurement) หมายถึง กระบวนการหาปริมาณ หรือจำนวนของสิ่งต่างๆ โดยใช้เครื่องมืออย่างใดอย่างหนึ่ง ผลจากการวัดจะออกมาเป็นตัวเลข หรือสัญลักษณ์ เช่น นายแดงสูง 180 ซม. (เครื่องมือ คือ ที่วัดส่วนสูง) วัตถุชิ้นนี้หนัก 2 ก.ก (เครื่องมือ คือ เครื่องชั่ง)

การทดสอบการศึกษา หมายถึง กระบวนการวัดผลอย่างหนึ่งที่กระทำอย่างมีระบบเพื่อใช้ในการเปรียบเทียบความสามารถของบุคคล โดยใช้ข้อสอบหรือคำถามไปกระตุ้นให้สมองแสดงพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งออกมา

การประเมินผล (Evaluation) หมายถึง การตัดสิน หรือวินิจฉัยสิ่งต่างๆ ที่ได้จากการวัดผล เช่น ผลจากการวัดความสูงของนายแดงได้ 180 ซม. ก็อาจประเมินว่าเป็นคนที่สูงมาก ผลจากการชั่งน้ำหนักของวัตถุชิ้นหนึ่งได้ 2 ก.ก ก็อาจจะประเมินว่าหนัก - เบา หรือ เอา-ไม่เอา บลูม (Bloom) และคณะ ได้แบ่งพฤติกรรมที่จะวัดออกเป็น 3 ลักษณะ

วัดพฤติกรรมด้านพุทธิพิสัย ได้แก่ การวัดเกี่ยวกับ ความรู้ ความคิด (วัดด้านสมอง)
วัดพฤติกรรมด้านจิตพิสัย ได้แก่ การวัดเกี่ยวกับความรู้สึกรู้สึกนึกคิด (วัดด้านจิตใจ)
วัดพฤติกรรมด้านทักษะพิสัย ได้แก่ การวัดเกี่ยวกับการใช้กล้ามเนื้อ และประสาทสัมผัสส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย (วัดด้านการปฏิบัติ)

หลักการวัดผลการศึกษา

1. ต้องวัดให้ตรงกับจุดมุ่งหมายของการเรียนการสอน คือ การวัดผลจะเป็นสิ่งตรวจสอบผลจากการสอนของครูว่า นักเรียนเกิดพฤติกรรมตามที่ระบุไว้ในจุดมุ่งหมายการสอนมากน้อยเพียงใด
2. เลือกใช้เครื่องมือวัดที่ดีและเหมาะสม การวัดผลครูต้องพยายามเลือกใช้เครื่องมือวัดที่มีคุณภาพ ใช้เครื่องมือวัดหลาย ๆ อย่าง เพื่อช่วยให้การวัดถูกต้องสมบูรณ์
3. ระวังความคลาดเคลื่อนหรือความผิดพลาดของการวัด เมื่อจะใช้เครื่องมือชนิดใด ต้องระวังความบกพร่องของเครื่องมือหรือวิธีการวัดของครู
4. ประเมินผลการวัดให้ถูกต้อง เช่น คะแนนที่เกิดจากการสอนครูต้องแปลผลให้ถูกต้อง

สมเหตุสมผลและมีความยุติธรรม

5. ใช้ผลการวัดให้คุ้มค่า จุดประสงค์สำคัญของการวัดก็คือ เพื่อค้นและพัฒนาสมรรถภาพ
ของนักเรียน ต้องพยายามค้นหาผู้เรียนแต่ละคนว่า เติบโตอยู่ในเรื่องใด และหาแนวทางปรับปรุงแก้ไข
แต่ละคนให้ดีขึ้น

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผล

1. การสังเกต (Observation) คือ การพิจารณาปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เพื่อค้นหาความ
จริงบางประการ โดยอาศัยประสาทสัมผัสของผู้สังเกตโดยตรง รูปแบบของการสังเกต ได้แก่

1) การสังเกตโดยผู้สังเกตเข้าไปร่วมในเหตุการณ์หรือกิจกรรม หมายถึง การสังเกตที่ผู้สังเกต
เข้าไปมีส่วนร่วม หรือคลุกคลีในหมู่ผู้ถูกสังเกต และอาจร่วมทำกิจกรรมด้วยกัน

2) การสังเกตโดยผู้สังเกตไม่ได้เข้าไปร่วมในเหตุการณ์ หมายถึง การสังเกตที่ผู้สังเกตอยู่
ภายนอกวงของผู้ถูกสังเกต คือสังเกตในฐานะเป็นบุคคลภายนอก การสังเกตแบบนี้แบ่งออกเป็น 2
ชนิด ได้แก่การสังเกตแบบไม่มีโครงสร้าง และการสังเกตแบบมีโครงสร้าง

2. การสัมภาษณ์ (Interview) คือ การสนทนาหรือการพูดโต้ตอบกันอย่างมีจุดมุ่งหมาย เพื่อ
ค้นหาความรู้ ความจริง ตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ล่วงหน้า รูปแบบของการสัมภาษณ์ คือ การ
สัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง และการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง

3. แบบสอบถาม (Questionnaire) แบบสอบถามเป็นเครื่องมือชนิดหนึ่งที่ยิยมใช้กันมาก
โดยเฉพาะการเก็บข้อมูลทางสังคมศาสตร์ ทั้งนี้เพราะเป็นวิธีการที่สะดวก และสามารถใช่วัดได้อย่าง
กว้างขวาง รูปแบบของแบบสอบถาม มีดังนี้

1) แบบสอบถามชนิดปลายเปิด (Open-ended Form) แบบสอบถามชนิดนี้ไม่ได้กำหนด
คำตอบไว้ เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้ตอบเขียนตอบอย่างอิสระด้วยความคิดของตนเอง แบบสอบถามชนิดนี้
ตอบยากและเสียเวลาในการตอบมาก เพราะผู้ตอบจะต้องคิดวิเคราะห์อย่างกว้างขวาง

2) แบบสอบถามชนิดปลายปิด (Closed - ended Form) แบบสอบถามชนิดนี้ประกอบด้วย ข้อ
คำถามและตัวเลือก (คำตอบ) ซึ่งตัวเลือกนี้สร้างขึ้นโดยคาดว่าผู้ตอบ สามารถเลือกตอบ ได้ตามความ
ต้องการ

4. การจัดอันดับ (Rank Order) เป็นเครื่องมือวัดผลให้นักเรียน หรือผู้ได้รับ
แบบสอบถามเป็นผู้ตอบ โดยการจัดอันดับความสำคัญ หรือจัดอันดับคุณภาพ และใช้จัดอันดับของ
ข้อมูลหรือผลงานต่าง ๆ ของนักเรียนแล้วจึงให้คะแนน ภายหลังเพื่อการประเมิน

5. การประเมินผลจากสภาพจริง (Authentic Assessment) หมายถึง กระบวนการสังเกต
การบันทึก และรวบรวมข้อมูลจากงานและวิธีการที่นักเรียนทำ การประเมินผลจากสภาพจริงจะเน้น
ให้นักเรียนสามารถแก้ปัญหา เป็นผู้ค้นพบและผู้ผลิตความรู้ นักเรียนได้ฝึกปฏิบัติจริง รวมทั้งเน้น
พัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียน

6. การวัดผลภาคปฏิบัติ (Performance Assessment) การวัดผลภาคปฏิบัติ เป็นการวัดผลงานที่ให้นักเรียนลงมือปฏิบัติ ซึ่งสามารถวัดได้ทั้งกระบวนการและผลงาน ในสถานการณ์จริงหรือในสถานการณ์จำลอง

7. การประเมินผลโดยใช้แฟ้มสะสมงาน (Portfolios) เป็นแนวทางการประเมินผล โดยการรวมข้อมูลที่ครูและผู้เรียนทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน โดยกระทำอย่างต่อเนื่องตลอดภาคเรียน ดังนั้นการวัดผลและประเมินผลโดยใช้แฟ้มสะสมงานส่วนหนึ่ง จะเป็นกิจกรรมที่สอดแทรกอยู่ในสภาพการเรียนประจำวัน โดยกิจกรรมที่สอดแทรกเหล่านี้จะวัดเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับสภาพชีวิตประจำวัน

8. แบบทดสอบ (Test) การเขียนข้อสอบวัดพฤติกรรมด้านพุทธิพิสัย บลูม (Bloom) และคณะ ได้จำแนกจุดประสงค์ทางการศึกษาออกเป็น 3 ด้าน พฤติกรรมด้านพุทธิพิสัย ได้แบ่งย่อยเป็น 6 ด้าน และแต่ละด้านได้แบ่งเป็นพฤติกรรมย่อย ๆ รวมทั้งหมด 21 พฤติกรรมพฤติกรรมทั้ง 6 ด้าน มีดังนี้

ความรู้ความจำ (Knowledge) หมายถึง ความสามารถของสมองที่เก็บสะสมเรื่องราวต่าง ๆ หรือประสบการณ์ทั้งปวง ที่ตนได้รับรู้มา 1) ความรู้ในเนื้อเรื่อง หมายถึง การถามเกี่ยวกับเรื่องราว เนื้อหาสาระตามท้องเรื่องนั้น 2) ความรู้ในวิธีดำเนินการ หมายถึง การถามเกี่ยวกับขั้นตอนของกิจกรรมวิธีดำเนินการเรื่องราว วิธีประพฤติปฏิบัติ 3) ความรู้รวบยอดในเนื้อเรื่อง หมายถึง ความสามารถในการค้นหาหลักการหรือหัวใจของเรื่อง

ความเข้าใจ (Comprehension) หมายถึง ความสามารถในการนำความรู้ความจำไปดัดแปลงปรับปรุง เพื่อให้สามารถจับใจความ หรือเปรียบเทียบ ย่นย่อเรื่องราว ความคิด ข้อเท็จจริงต่าง ๆ 1) การแปลความ หมายถึง ความสามารถแปลสิ่งซึ่งอยู่ในระดับหนึ่งไปยังอีกระดับหนึ่งได้ สุภาพดี สำนวน โวหาร 2) การตีความ หมายถึง การจับใจความสำคัญของเรื่องหรือการเอาเรื่องราวเดิมมาคิดในแง่ใหม่ 3) การขยายความ หมายถึง การคาดคะเนหรือคาดหวังว่า จะมีสิ่งนั้นเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นในอดีต หรืออนาคต โดยอาศัยแนวโน้มที่ทราบมาเป็นหลัก

การนำไปใช้ (Application) หมายถึง ความสามารถในการนำความรู้ ความเข้าใจในเรื่องราวใด ๆ ไปใช้ในสถานการณ์จริงในชีวิตประจำวันหรือในสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกัน

การวิเคราะห์ (Analysis) หมายถึง การแยกแยะพิจารณาคุณรายละเอียดของสิ่งต่าง ๆ หรือเรื่องราวต่าง ๆ ว่ามีชิ้นส่วนใดสำคัญที่สุด เป็นการใช้อภิปรายญาณเพื่อไตร่ตรอง

1. การวิเคราะห์ ความสำคัญ หมายถึง การพิจารณาหรือจำแนกว่า ชิ้นใด ส่วนใด เรื่องใด ตอนใด สำคัญที่สุด หรือหาจุดเด่น จุดประสงค์สำคัญ

2. การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ หมายถึง การค้นหาความเกี่ยวข้องระหว่างคุณลักษณะสำคัญของเรื่องราวหรือสิ่งต่าง ๆ ว่าสองชิ้นส่วนใดสัมพันธ์กัน

3. การวิเคราะห์หลักการ หมายถึง การให้พิจารณาดูชิ้นส่วน หรือส่วนปลีกย่อยต่าง ๆ ว่าทำงานหรือเกาะยึดกันได้อย่างไร หรือคงสภาพเช่นนั้นได้เพราะใช้หลักการใดเป็นแกนกลาง

การสังเคราะห์ (Synthesis) หมายถึง ความสามารถในการผสมผสานเรื่องราวหรือสิ่งต่าง ๆ ตั้งแต่ 2 ชนิดขึ้นไปเข้าด้วยกัน เพื่อสร้างเป็นเรื่องราวใหม่

1. การสังเคราะห์ข้อความ หมายถึง การนำเอาความรู้และประสบการณ์ต่าง ๆ มาผสมหรือปรุงแต่งขึ้นใหม่ เกิดเป็นข้อความหรือเรื่องราวใหม่ ๆ เช่น การเขียนเรียงความ

2. การสังเคราะห์แผนงาน หมายถึง เป็นการวัดความสามารถในการเขียนโครงการแผนปฏิบัติงาน

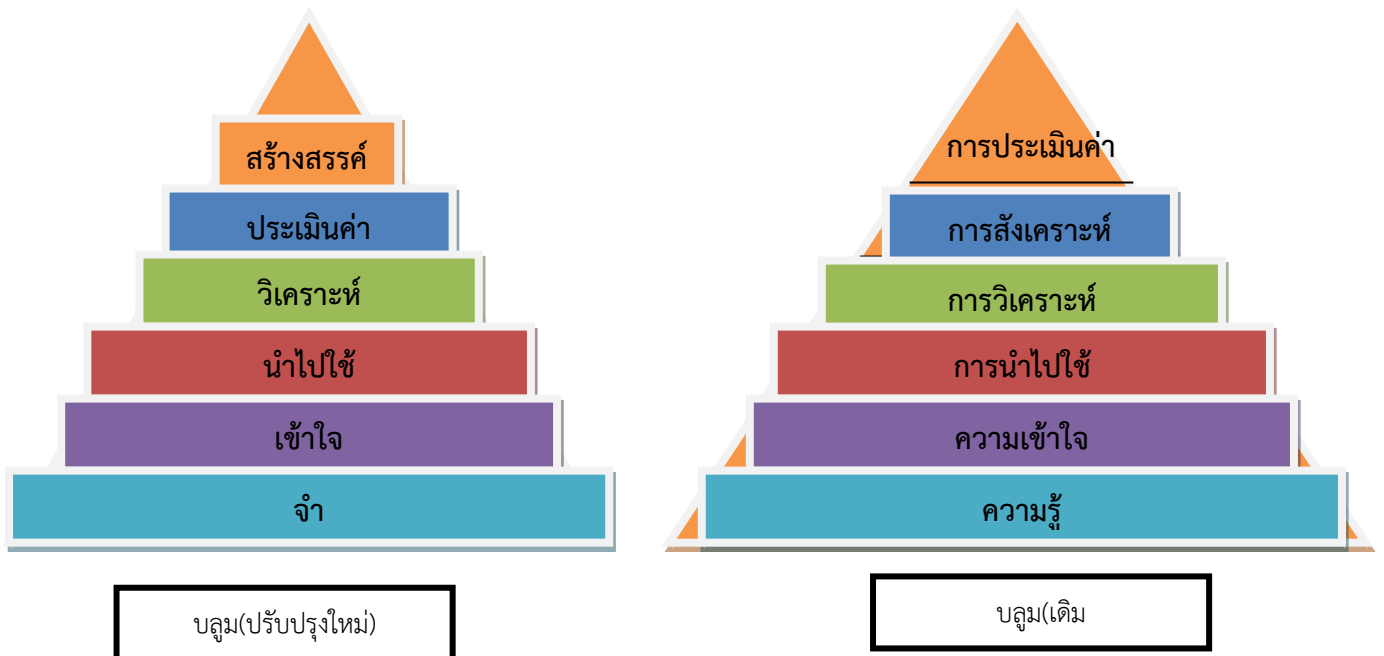
3. การสังเคราะห์ ความสัมพันธ์ หมายถึง การเอาความสำคัญและหลักการต่าง ๆ มาผสมให้เป็นเรื่องเดียวกัน ทำให้เกิดเป็นความสำเร็จหน่วยใหม่ ที่มีความสัมพันธ์แปลกไปจากเดิม

การประเมินค่า (Evaluation) หมายถึง การวินิจฉัย หรือตีราคา ความคิด เหตุการณ์ต่าง ๆ โดยสรุปเป็นคุณค่าว่า ดี-เลว

1. การประเมินค่าโดยอาศัยข้อเท็จจริงภายใน หมายถึง การประเมินค่าโดยใช้ข้อเท็จจริงต่าง ๆ ตามท้องเรื่อง หรือตามสถานการณ์นั้น ๆ

2. การประเมินค่า โดยอาศัยเกณฑ์ภายนอก หมายถึง การประเมินค่าโดยใช้เกณฑ์จากสิ่งภายนอกเรื่องรานั้น ๆ เป็นหลักในการพิจารณาตัดสิน

ต่อมาในปี 1956, Benjamin Bloom นำกลุ่มนักจิตวิทยาการศึกษากลุ่มหนึ่งพัฒนาการจัดกลุ่มพฤติกรรมทางสมองที่สำคัญต่อการเรียนรู้ ระหว่าง ปี 1990 มีนักจิตวิทยาใหม่ นำโดย Lorin Anderson ปรับปรุงกลุ่มพฤติกรรมขึ้นมาใหม่ และสะท้อนผลงานในศตวรรษที่ 21



ตารางแสดงการจำแนกการเรียนรู้ตามทฤษฎีของบลูม

<p>จำ:ผู้เรียนสามารถระลึกหรือจดจำข้อมูลได้หรือไม่</p>	<p>ให้คำจำกัดความ (Define), จำลอง (Duplicate), จัดทำรายการ (List), จดจำ (Memorize), ระลึก (Recall), พุดซ้ำ (Repeat), คัดลอก (Reproduce State)</p>
<p>เข้าใจ:ผู้เรียนสามารถอธิบายความคิดหรือความคิดรวบยอดได้หรือไม่</p>	<p>แยกหมวดหมู่ (Classify), บรรยาย (Describe), อภิปราย (Discuss), ชี้แจงเหตุผล (Explain), จำแนก (Identify), หาแหล่งที่ตั้ง (Locate), จำแนกออก (recognize), รายงาน (Report), คัดสรร (Select), แปลความ (Translate), การถอดความ (Paraphrase)</p>
<p>ประยุกต์ใช้: ผู้เรียนสามารถนำข้อมูลไปใช้ในสถานการณ์ใหม่ไปจากเดิมได้หรือไม่</p>	<p>เลือก (Choose), แสดง (Demonstrate), ละคร (Dramatize), บริการอาชีพ (Employ), อธิบายพร้อมตัวอย่าง (Illustrate), ปฏิบัติการ (Operate), กำหนดการทำงาน (Schedule), ร่าง (Sketch), แก้ปัญหา (solve), ใช้ (Use), เขียน (Write)</p>
<p>วิเคราะห์:ผู้เรียนสามารถจำแนกความแตกต่างระหว่างส่วนต่างได้หรือไม่</p>	<p>ประเมินค่า (Appraise), เปรียบเทียบ (Compare), แตกต่าง (Contrast), วิจารณ์ (Criticize), จำแนก (Differentiate), แบ่งแยก (Discriminate), วิวินิจฉัย (Distinguish), ตรวจสอบ (Examine), ทดลอง (Experiment)</p>
<p>ประเมินค่า:ผู้เรียนสามารถพิสูจน์หรือตัดสินใจได้หรือไม่</p>	<p>ประเมินค่า (Appraise), อภิปราย (Argue), แก้ต่าง (Defend), พิจารณาตัดสิน (Judge), เลือก (Select), สนับสนุน (Support), ให้คุณค่า (Value), ประเมินค่า (Evaluation)</p>
<p>สร้างสรรค์: นักเรียนสามารถสร้างผลิตภัณฑ์ หรือความคิดเห็นมุมมองใหม่ๆ ได้หรือไม่</p>	<p>รวบรวม (Assemble), สร้าง (Construct), สร้างสรรค์ (Creat), ออกแบบ (Design), พัฒนา (Develop), คิดสูตร-คิดระบบ (Formulate), เขียน (Write)</p>

โดยหลักการที่ถูกต้อง การประเมินผลการสอนสุขศึกษา ต้องแทรกอยู่ทุกขั้นตอนของการสอน ไม่ใช่การประเมินเฉพาะส่วนสุดท้ายของการสอน ซึ่งเป็นการวินิจฉัยการสอนได้ตักของนักเรียนเท่านั้น การประเมินผลการสอนสุขศึกษา จะต้องแสดงผลแสดงการพัฒนาด้านสุขภาพของนักเรียน มิใช่วัดกันได้ง่ายๆ สำหรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างสมบูรณ์ และมีประสิทธิภาพต้องรอดูผลจนกว่านักเรียนจะโตเป็นผู้ใหญ่เสียก่อน

ดังได้กล่าวมาแล้วข้างต้นว่า เป้าหมายของการสอนสุขศึกษา คือ การเกิดความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ดังนั้น การประเมินผลการสอนสุขศึกษาก็เป็นการประเมินผลด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของนักเรียนหลังจากการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาแล้ว โดยต้องประเมินมาตลอดระยะเวลาที่มีการสอน และสรุปในตอนท้ายว่า นักเรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติหรือไม่ อย่างไร อย่างไรก็ตาม แม้ว่าเป้าหมายของการสอนสุขศึกษาจะประกอบด้วยด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ แต่เป้าหมายสูงสุดของการสอนสุขศึกษา คือ การเปลี่ยนแปลงการปฏิบัติทางด้านสุขภาพอนามัยของนักเรียน เช่น นักเรียนเลือกรับประทานอาหารที่ดีและถูกส่วนหรือไม่ นักเรียนมีสุขนิสัยในการรักษาความสะอาดของร่างกายและเครื่องใช้ถูกต้องหรือไม่ นักเรียนเลือกซื้อผลิตภัณฑ์เกี่ยวกับสุขภาพได้อย่างฉลาดและถูกต้องหรือไม่ นักเรียนไปรับการตรวจร่างกายและฉีดยาให้ภูมิคุ้มกันโรคหรือไม่ ฯลฯ ในขณะที่เดียวกันครูพึงระลึกอยู่เสมอว่า พฤติกรรมบางอย่างเกิดขึ้นซ้ำ จำต้องอาศัยเวลาและสถานการณ์ที่เหมาะสมบางประการ บางครั้งการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางการปฏิบัติจะเกิดขึ้นได้ ก็ต้องอาศัยความรู้และเจตคติที่นักเรียนมีต่อวิชาสุขศึกษาอย่างถูกต้องเสียก่อน

สรุป

การวัดและประเมินผลทางสุขศึกษาและพลศึกษา การวัดผล หมายถึง กระบวนการหาปริมาณ หรือจำนวนของสิ่งต่างๆ โดยใช้เครื่องมืออย่างใดอย่างหนึ่ง ผลการวัดจะออกมาเป็นตัวเลข หรือสัญลักษณ์ การทดสอบทางการศึกษา หมายถึง กระบวนการวัดอย่างหนึ่งที่กระทำอย่างมีระบบเพื่อใช้ในการเปรียบเทียบความสามารถของบุคคล การประเมินผล หมายถึง การตัดสิน หรือวินิจฉัยต่าง ๆ ที่ได้จากการวัดผล การวัดผลการศึกษานั้น ต้องวัดให้ตรงกับจุดมุ่งหมายของการเรียนการสอน เลือกใช้เครื่องมือที่ดีและเหมาะสม ระวังความคลาดเคลื่อน หรือความผิดพลาดของการวัด ประเมินผลการวัดให้ถูกต้อง และใช้ผลการวัดให้คุ้มค่า

เรื่องที่ 5.2 การประเมินการสอนสุขศึกษาและการประเมินการสอนพลศึกษา

1) การประเมินการสอนสุขศึกษา

การประเมินการสอนสุขศึกษา ควรจะได้ประเมินให้ครบถ้วนทุกกระบวนการโดยตั้งเป้าหมายว่า จะประเมินอะไร ประเมินกับใคร ประเมินเมื่อไร และประเมินอย่างไร

ประเมินอะไร (What to Evaluate)

1. ประเมินค่านิยมของนักเรียน เป็นการตรวจสอบแนวความคิดและความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อวิชาสุขศึกษา เพื่อที่ครูจะได้นำผลประเมินมาปรับปรุงวิธีการสอนให้สอดคล้องกับค่านิยมและความต้องการของนักเรียน

2. ประเมินเนื้อหาวิชาสุขศึกษา แม้ว่าประเทศไทยจะกำหนดเนื้อหาหลักสูตรวิชาสุขศึกษาไว้คงที่ เปลี่ยนแปลงไม่ได้ แต่ครูควรประเมินผลเนื้อหาเพื่อจะได้พิจารณาเพิ่มหรือขยายความรู้บางตอนของเนื้อหาให้กว้างขวางออกไป และเนื้อหาเหล่านั้น ควรสอดคล้องกับสภาพของตัวนักเรียนและชุมชน โดยครูปรับวิธีสอนให้นักเรียนสามารถนำความรู้จากเนื้อหาไปใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต ในขณะเดียวกัน ครูผู้สอนต้องระมัดระวังอย่าตัดเนื้อหาตอนใดๆออก เพราะจะทำให้หลักสูตรของวิชาสุขศึกษาไม่สมบูรณ์เท่าที่ควร

3. ประเมินผลวิธีการเรียนการสอน ตลอดจนถึงการเลือกและใช้สื่อการเรียนและกิจกรรมกระบวนการเรียนการสอนในชั้นเรียน หรือนอกชั้นเรียนก็ตามควรมีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ เพื่อมิให้นักเรียนเบื่อ และยังเป็นการเพิ่มพูนประสบการณ์แปลกๆ ใหม่ๆ ให้แก่นักเรียนอีกด้วย นอกจากนี้ ด้านสื่อการเรียนและกิจกรรมที่นำมาใช้ประกอบการสอน ควรประเมินตลอดระยะเวลาที่นำมาใช้ เพื่อให้สอดคล้องกับบทเรียนและสนองความต้องการความสนใจของนักเรียน การประเมินผลสื่อการเรียนและกิจกรรมที่นำมาใช้ควรประเมินทั้งด้านที่ก่อให้เกิดความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติที่ดีรวมทั้งด้านความสนุกเพลิดเพลินอีกด้วย

4. ประเมินสิ่งแวดล้อมในขณะที่ทำการสอน สิ่งแวดล้อมในที่นี้ หมายถึง จำนวนนักเรียน สภาพห้องเรียน แสงสว่าง ทิศทางลมหรือการระบายอากาศ สีของห้องเรียน บรรยากาศในขณะที่ทำการสอน เครื่องใช้ภายในห้องเรียน เสียงรบกวนต่างๆ เป็นต้น สิ่งแวดล้อมเหล่านี้ควรได้รับการปรับปรุงแก้ไขอยู่เสมอ เพราะเป็นสิ่งที่มิมีอิทธิพลต่อความตั้งใจและความสนใจของนักเรียนในขณะที่นั่งเรียน หรือทำกิจกรรมอยู่มีใช้น้อย

5. ประเมินวิธีการวัดผล การวัดผลการสอนสุขศึกษามีหลายวิธี บางวิธีก็เหมาะสมกับเนื้อหาตอนหนึ่ง ส่วนอีกตอนหนึ่งอาจไม่เหมาะสมก็ได้ ครูควรประเมินผลวิธีการวัดผลของตนเองทุกครั้งที่มีการวัดผล เพื่อช่วยให้ผลที่ได้จากการประเมินมีประสิทธิภาพ

การประเมินผลวิธีการวัดผลการสอนสุขศึกษา ควรประเมินทั้งด้านทฤษฎีและด้านการปฏิบัติ เพื่อให้ความรู้ทั้งสองทางประสานกัน และครูก็มีโอกาสปรับปรุงเครื่องมือวัดผลของตนเองได้ตรงเป้าหมายยิ่งขึ้น

ประเมินกับใคร (Who to Evaluate)

1. นักเรียน นักเรียนเป็นบุคคลที่ควรได้รับการประเมินผลอยู่ตลอดเวลา เพราะนักเรียนเป็นผู้นำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปใช้ ไปปฏิบัติ หากนักเรียนมีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติที่ไม่ถูกต้องตามหลักสุขภาพอนามัย การสอนสุขศึกษาก็จะไม่มีประสิทธิภาพ โครงการสอนสุขศึกษาก็จะไม่บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ด้วย ดังนั้น นักเรียนจึงควรได้รับการประเมินผลด้านความพร้อม ความต้องการ ความสนใจ ความสามารถและทักษะที่มีอยู่เดิม หากมีสิ่งใดที่ยังบกพร่องก็ควรได้รับการแก้ไข หรือมีสิ่งใดที่ควรดึงเข้ามาใช้ในกระบวนการเรียนการสอนไว้ ครูควรรีบทำทันที

2. ครู บุคคลที่จะประเมินผลการสอนสุขศึกษาของครู คือ ตัวของครูเอง และบางครั้งอาจให้เพื่อนครูด้วยกัน หรือผู้บริหารประเมินผลก็ได้ หากครูมีใจกว้างพอที่จะรับฟังคำแนะนำจากบุคคลอื่น การประเมินผลตัวครูควรประเมินด้านการสอน มนุษยสัมพันธ์ที่มีต่อนักเรียนและเพื่อนครูสุขศึกษาด้วยกัน ความมากน้อยของการชวนขยายหาความรู้ด้านสุขศึกษาเพิ่มเติม เช่น การประชุมสัมมนา การศึกษาต่อ การอ่านตำราและวารสารต่างๆ การฟังวิทยุ และการชมรายการสุขภาพอนามัยทางโทรทัศน์ เป็นต้น

การประเมินผลจะช่วยให้การสอนวิชาสุขศึกษา มีประสิทธิภาพก็ต่อเมื่อครูนำข้อมูลต่างๆ ที่ได้จากการประเมินผล ไปปรับปรุง เปลี่ยนแปลง และแก้ไขตัวเองให้ดีขึ้น

3. ผู้บริหาร ผู้บริหารมิได้เป็นผู้เข้ามาดำเนินการสอนโดยตรง แต่ก็มีอิทธิพลต่อการปรับปรุงวิชาสุขศึกษา เพราะเป็นผู้กำหนดนโยบายการเรียนการสอนในโรงเรียน ถ้าผู้บริหารเห็นความสำคัญของวิชาสุขศึกษา ก็จะเป็นวิถีทางหนึ่งที่จะช่วยให้โครงการสอนสุขศึกษาบรรลุเป้าหมายได้รวดเร็วขึ้น

ประเมินเมื่อไร (When to Evaluate)

การประเมินผลการสอนสุขศึกษา ควรทำทุกระยะของการสอน เพื่อให้ทราบผลการพัฒนาของนักเรียน หากมีสิ่งใดบกพร่องจะได้รีบปรับปรุงแก้ไขได้ทันที่ ถ้าครูสามารถประเมินผลได้ทุกครั้งที่มีการเรียนการสอน ก็จะเป็นสิ่งที่ดีและถูกต้อง แต่ถ้าโอกาสไม่อำนวย ให้ครูอาจประเมินผล 3 ระยะด้วยกัน ระยะก่อนสอน ระยะระหว่างสอน และระยะสุดท้ายของการสอน

ระยะก่อนสอน ครูควรประเมินด้านความพร้อม ความสนใจ ความรู้ พื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพของนักเรียน ตลอดจนสถานภาพทางสุขภาพอนามัยของนักเรียน ข้อมูลที่ได้จากการประเมินครูควรนำมาประกอบการพิจารณาการวางแผนการสอน โดยให้สอดคล้องกับสภาพของนักเรียนให้มากที่สุด เพื่อเป็นการกระตุ้นให้นักเรียนสนใจในการเรียนมากยิ่งขึ้น

ระยะระหว่างสอน เป็นการประเมินผลว่า การสอนสามารถบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้หรือไม่ นักเรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมมากน้อยเพียงใด สิ่งใดที่ยังบกพร่องก็จะได้รีบแก้ไข โดยทันที่ โดยเฉพาะวิธีสอน การใช้สื่อการเรียนและการจัดกิจกรรม การประเมินผลในระยะนี้ควรทำต่อเนื่องกัน อย่าให้ขาดตอน เพราะจะทำให้การสอนไม่พัฒนาเท่าที่ควร

ระยะสุดท้ายของการสอน เมื่อการสนสิ้นสุดลง ครูต้องประเมินผลโครงการสอนสุขศึกษาทั้งหมด เพื่อให้ทราบว่า การสอนสามารถบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้หรือไม่ การสนองตอบความต้องการ และความสนใจของนักเรียนมากน้อยเพียงใด การสอนช่วยให้นักเรียนประสบความสำเร็จสัมฤทธิ์ผลทางสุขภาพอนามัยหรือไม่ ยังมีสิ่งใดที่ควรนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกเพื่อช่วยให้การสอนพัฒนาขึ้น ครูควรกระทำ แล้วนำไปทดลองในการสอนครั้งใหม่ต่อไป

ประเมินอย่างไร (How to Evaluate)

วิธีการประเมินผลการสอนสุขศึกษามีหลายวิธี อาทิเช่น การใช้ข้อทดสอบที่ครูสร้างขึ้นเอง ข้อทดสอบมาตรฐาน การสังเกต การสัมภาษณ์ การสำรวจ การตรวจแบบสอบถาม ฯลฯ การประเมินผลการสอนการสอนโดยใช้เครื่องมือหรือวิธีการหลายๆ วิธี หลายๆชนิด จะช่วยให้การสอนสุขศึกษาบรรลุสู่จุดหมายเร็วยิ่งขึ้น

วิธีประเมินผลที่สำคัญมีอยู่ 2 วิธี คือ วิธีประเมินผลแบบอัตนัย (Subjective) และวิธีประเมินผลแบบปรนัย (Objective)

วิธีประเมินผลแบบอัตนัย (Subjective)

การประเมินผลวิธีผลวิธีนี้ เป็นการประเมินผลที่ครูใช้ดุลพินิจของตนเองในการพิจารณาและตัดสิน ฉะนั้น การประเมินผลส่วนใหญ่จึงเป็นการประเมินค่านิยม และครุมนำมาใช้ในการวัดเจตคติ และการปฏิบัติของนักเรียน วิธีการประเมินผลแบบอัตนัย มีดังนี้

1. การสังเกต (Observations) ผู้ที่จะวัดผลโดยวิธีนี้ คือ ครู พ่อแม่ ผู้ปกครอง และนักเรียนเพื่อนร่วมชั้น วิธีการวัดอาจสังเกตแบบเป็นทางการ หรือไม่เป็นทางการก็ได้ สิ่งสำคัญในการสังเกตคือ ควรสังเกตหลายๆ ครั้งเพื่อความแน่นอน และสังเกตหลายๆสถานการณ์ เช่น สภาพในห้องเรียน สนามกีฬา โรงอาหาร ห้องประชุม ห้องปฏิบัติการ แม้กระทั่งในขณะที่ทำกิจกรรม ส่วนพ่อแม่ของนักเรียนก็สังเกตที่บ้านในลักษณะเดียวกัน เช่น สังเกตในขณะที่เด็กทำงานบ้าน รับประทานอาหาร การสังสรรค์กับญาติพี่น้องภายในครอบครัว เป็นต้น

หลักสำคัญในการสังเกตคือ ผู้สังเกตอย่าสอดใส่ความรู้สึกส่วนตัวของตัวเองร่วมเข้าไปด้วย เพราะอาจทำให้มีอคติต่อการสังเกตได้ และการตัดสินผลการสังเกต ควรทำด้วยความรอบคอบอย่าตัดสินพฤติกรรมที่แรกเห็น ซึ่งทำให้เกิดการผิดพลาดได้ง่าย ผลที่ได้จากการสังเกตก็ขาดความเชื่อถือ ไม่มีประสิทธิภาพ

2. การทำเครื่องหมายคำตอบในแบบฟอร์มที่กำหนดให้ (Check Lists) วิธีวัดผลแบบนี้เป็นการให้นักเรียนทำเครื่องหมายคำตอบ อาจเขียนออกมาในรูป หรือ ตรงคำตอบที่ตัวเองมีอยู่ หรือเป็นอยู่ เช่น การประเมินผลเกี่ยวกับการรับประทานอาหารกลางวัน ครูต้องสร้างแบบฟอร์มเกี่ยวกับชนิดของอาหารที่นักเรียนเลือกรับประทาน ราคาอาหาร ความสะดวกในการซื้ออาหารมารับประทาน ปริมาณของอาหารว่าเพียงพอหรือไม่ ฯลฯ เหล่านี้เป็นข้อมูลที่ให้นักเรียนทำ (Check) ลักษณะการทำแบบประเมินผลชนิดนี้ ครูอาจจัดทำได้หลายแบบ อาทิ เช่น

1. ใส่เครื่องหมาย ✓ หน้าข้อที่นักเรียนเห็นด้วย

.....อาหารกลางวัน ที่โรงเรียนจัด มีคุณภาพและราคายุติธรรม

.....นักเรียนทุกคนรับประทานอาหารกลางวันที่โรงเรียนจัด

2. ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างใต้ข้อความที่นักเรียนเห็นด้วย

จำเป็นมาก จำเป็น ไม่จำเป็น ตัดสินใจไม่ได้

- ก. นักเรียนต้องตื่นนอนแต่เช้า
- ข. การแปรงฟันก่อนเข้านอน
- ค. การขาดเรียนเป็นบางครั้ง

3.การบันทึกพฤติกรรม (Anecdotal Record) เป็นการบันทึกพฤติกรรมที่ดีหรือไม่ดีของสิ่งที่จะบันทึกบางครั้งเรียกว่า ระเบียบพฤติกรรม การบันทึกอาจเป็นรายวันหรือรายสัปดาห์ก็ได้ การบันทึกแต่ละครั้งผู้บันทึกต้องลงชื่อกำกับไว้และอย่าสอดแทรกความรู้สึกนึกคิดส่วนตัวลงไปด้วย เพราะบางครั้งอาจเกิดอคติได้

4. การสัมภาษณ์ (Interview) ควรสัมภาษณ์บุคคลหลายๆฝ่าย คือ พ่อแม่ ผู้ปกครอง ตัวนักเรียน เพื่อนๆ ของนักเรียน ครูประจำชั้น ครูพิเศษที่เคยสอนนักเรียน ครูพลศึกษา ครูพลศึกษา ครูพยาบาลหรือพยาบาลประจำโรงเรียน บุคคลเหล่านี้จะเป็นผู้ที่ให้ข้อมูลที่แตกต่างกันออกไป บางส่วนก็อาจคล้ายคลึงกัน แต่ครูก็จะได้รายละเอียดมากพอที่จะวินิจฉัยการสอนได้ค่อนข้างถูกต้อง

5.การตอบแบบสอบถามและแบบสำรวจ (Questionnaires and Surveys) การวัดผลวิธีนี้เป็น การวัดความคิดเห็นของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ส่วนใหญ่จะเป็นการวัดเจตคติที่ไม่มีพฤติกรรมให้สังเกตได้ แต่การสร้างแบบสอบถามหรือแบบสอบถามหรือแบบสำรวจสำหรับวัดเจตคตินี้ต้องพึงระมัดระวัง ถ้าคำถามไม่สมบูรณ์และรัดกุมพอ จะทำให้ผู้ตอบมักตอบตามบรรทัดฐาน (Norm) ของสังคมมากกว่าที่จะตอบตามความคิดเห็นส่วนตัว เช่น ถามว่า “นักเรียนจะเลือกรับประทานอาหารชนิดใด ระหว่างผักบุงที่ทำให้สายตาดีกับขนมหวานสิ่งที่ทำให้ฟันผุ” นักเรียนทุกคนต้องตอบว่าเลือกรับประทานผักบุง ทั้งนี้เพราะสังคมยอมรับว่าการรับประทานผักบุงเป็นสิ่งที่ดี และนักเรียนยังเกรงอีกว่าถ้าตอบตามความเป็นจริงอาจผิดหลักการก็ได้ ดังนั้น การสร้างแบบสอบถามและแบบสำรวจทางเจตคติต้องสร้างอย่างรอบคอบ และผู้สร้างควรมีความรู้ทางนี้โดยตรงด้วย จึงจะสามารถค้นหาคำตอบที่แท้จริงของผู้ตอบแบบสอบถามได้

แบบสอบถามและแบบสำรวจควรส่งไปให้นักเรียน พ่อแม่ ผู้ปกครอง และบุคคลที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ได้ข้อมูลหลายๆอย่างจากบุคคลหลายๆสถานะ ผลของแบบสอบถามและแบบสำรวจจะช่วยให้ครูปรับปรุงการสอนได้ดียิ่งขึ้น

6. การเขียนประวัติส่วนตัว (Historical) ให้นักเรียนบันทึกผลการเรียนวิชาสุขศึกษาตัวเอง พบความสัมฤทธิ์ผลแค่ไหน การเรียนสามารถเรียนได้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตัวเองตั้งไว้หรือไม่ ความชอบและไม่ชอบเรียนสุขศึกษา จุดเด่นและจุดด้อยของการเรียนวิชาสุขศึกษา การนำความรู้ไปปรับปรุงใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตของตัวเองและของครอบครัวตลอดจนถึงชุมชนด้วย ฯลฯ การบันทึกชนิดนี้เป็นการฝึกให้นักเรียนรู้จักประเมินตัวเอง และต่อไปนักเรียนจะสามารถพัฒนาการเรียนสุขศึกษาได้ด้วยตัวเอง

7. การศึกษานักเรียนเป็นรายกรณี (Case-Study) เป็นวิธีวัดผลนักเรียนเป็นรายบุคคล โดยครูอาจนำเอาวิธีการวัดผลชนิดอื่นๆ มาร่วมทำไปกับการศึกษานักเรียนเป็นรายกรณี เช่น การสังเกต การสัมภาษณ์ การเยี่ยมบ้าน การตอบแบบสอบถาม เป็นต้น การวัดผลแบบนี้ให้รายละเอียดกว่าวิธีอื่นๆ อีกหลายวิธี เช่น การสังเกต สังเกต การสัมภาษณ์ การเยี่ยมบ้าน การตอบแบบสอบถาม เป็นต้น การศึกษานักเรียนเป็นรายกรณี นอกจากจะใช้วิธีการวัดผลชนิดต่างๆ ดังกล่าวมาข้างต้นประกอบ การศึกษามาแล้ว ครูอาจใช้วิธีอื่นๆ เช่น การเยี่ยมบ้าน การเสนอผล งานดีเด่นของนักเรียน การทำ สังคมมิติ เป็นต้น

8. การอภิปรายกลุ่มเล็ก (Small-group Discussions) เป็นการวัดผลความสนใจ ความรู้สึก นึกคิด ความคิดเห็น ความต้องการ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและความกระตือรือร้นของนักเรียน นอกจากนี้ สื่อนี้ และท่าทางของนักเรียนในขณะร่วมการอภิปราย จะช่วยให้ครูทราบเจตคติของนักเรียนที่มีต่อการเรียนการสอนวิชาสุขศึกษาได้

9. การแสดงบทบาทสมมติ (Role-Playing) หรือการแสดงละคร (Socio-Dramas) การแสดงละคร หรือการแสดงบทบาทสมมติจะช่วยให้ครูทราบถึงเจตคติและความรู้ของนักเรียนในด้าน สุขภาพอนามัยว่าเกิดการเปลี่ยนแปลงหรือไม่ และครูควรประเมินผลด้านสัมพันธภาพของนักเรียนที่มี ต่อเพื่อนร่วมชั้นเรียน ซึ่งมักจะแสดงออกในขณะแสดงละครหรือแสดงบทบาทสมมติ

วิธีประเมินผลแบบปรนัย (Objective)

การประเมินผลวิธีนี้ส่วนใหญ่เป็นการประเมินด้านความรู้ของผู้เรียน และมักใช้ข้อทดสอบ เพราะเป็นวิธีที่ดีค่อนข้างง่าย ครูส่วนมากใช้วิธีทดสอบเป็นการประเมินความรู้ด้านเนื้อหาวิชา สุขศึกษา และมักใช้กันบ่อยๆ ข้อทดสอบที่นำมาใช้ในการประเมินผลแบบนี้ คือ ข้อสอบที่ครูสร้างขึ้นเอง (Teacher-Made-Tests) กับข้อทดสอบแบบมาตรฐาน (Standardized Tests)

ข้อสอบที่ครูสร้างขึ้นเอง (Teacher-Made-Tests)

ข้อทดสอบชนิดนี้มีข้อดีตรงที่ว่าครูเป็นผู้สอนและผู้ทดสอบความรู้ของนักเรียนเอง ซึ่ง เป็นการทำได้ถูกต้องตามหลักการวัดผล แต่ข้อสอบจะมีประสิทธิภาพก็ต่อเมื่อครูสามารถออกข้อสอบ ได้ครอบคลุมเนื้อหาทั้งหมด และเป็นการทดสอบด้านความรู้และการใช้สติปัญญาหลายๆด้าน อาทิเช่น ด้านการวิเคราะห์ การนำไปใช้ อุปมาอุปมัย เป็นต้น

ครูควรสร้างข้อทดสอบให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการสอนที่ตั้งไว้แต่ละข้อ ฉะนั้น การสร้างข้อสอบชนิดนี้จึงต้องใช้เวลา แต่โดยปกติครูมักจัดทำข้อสอบกันอย่างรวดเร็วและรีบเร่ง จึงทำให้ข้อสอบขาดความเชื่อมั่น

ข้อสอบมาตรฐาน (Standardized Tests)

ข้อทดสอบประเภทนี้มักเน้นความจำและข้อเท็จจริงเสียเป็นส่วนใหญ่ แต่เป็นข้อทดสอบที่มีความเชื่อมั่นสูง เพราะผ่านการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างมาแล้วเป็นจำนวนมาก อย่างไรก็ตามข้อทดสอบมาตรฐานยังมีข้อบกพร่องบางประการ คือ ข้อทดสอบไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการสอนของแต่ละข้อที่ได้กำหนดไว้

2) การประเมินการสอนพลศึกษา

วิธีการดำเนินการวัดและการประเมินผลการเรียนวิชาพลศึกษา หมายถึง กระบวนการที่ครูพลศึกษาเลือกใช้ เป็นวิธีวัดและประเมินผลการเรียนเพื่อทดสอบและประเมินผลพฤติกรรมต่างๆ ของผู้เรียนตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ เช่น วัดและประเมินผลการเรียนวิชาพลศึกษา ด้านความรู้ ด้านทักษะ ด้านสมรรถภาพทางกาย ด้านเจตคติและคุณธรรม

การวัดความรู้ทางพลศึกษา หมายถึง การทดสอบการพัฒนาด้านสติปัญญา การระลึกได้ การจำได้ การรู้จัก เช่น ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกลไกและหลักของการเคลื่อนไหว กฎ กติกา ความปลอดภัย การเสริมสร้างสมรรถภาพตลอดจนประวัติของกิจกรรมประเภทต่างๆ

การวัดทักษะกีฬา หมายถึง การทดสอบทักษะต่างๆ ทางกีฬาที่กำหนดไว้เป็นหลักสูตรของโรงเรียน อาจเป็นทักษะส่วนบุคคลของกีฬาประเภทต่างๆและทักษะการเล่นกีฬาเป็นทีมหรือทักษะความชำนาญในกิจกรรมต่างๆ

การวัดสมรรถภาพทางกาย หมายถึง การทดสอบเกี่ยวกับองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกาย

การวัดเจตคติและคุณธรรมทางพลศึกษา หมายถึงการทดสอบพฤติกรรมต่างๆที่แสดงออกของนักเรียน จากการเข้าร่วมในกิจกรรมพลศึกษา เช่น ความสนใจ ความตั้งใจ ความร่วมมือ การแต่งกาย ความเอาใจใส่ การเล่นกีฬายามว่าง

สรุป

การประเมินผลการสอนสุขศึกษา ครูควรใช้วิธีประเมินผลทั้งแบบอัตนัยและแบบปรนัย เพื่อช่วยให้การสอนสุขศึกษาได้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ คือ นักเรียนเกิดความรู้เจตคติ และการปฏิบัติที่ดีทางสุขภาพอนามัย ส่วนการประเมินผลการเรียนวิชาพลศึกษา เป็นกระบวนการที่ครูพลศึกษาเลือกใช้ วิธีวัดและประเมินผลการเรียนเพื่อทดสอบและประเมินผลพฤติกรรมต่างๆของผู้เรียนตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ เช่น วัดและประเมินผลการเรียนวิชาพลศึกษา ด้านความรู้ ด้านทักษะ ด้านสมรรถภาพทางกาย ด้านเจตคติและคุณธรรม

หลังจากศึกษาเนื้อหาสาระตอนที่ 5 แล้ว โปรดปฏิบัติใบงานที่ 5

ใบงานที่ 1

ชื่อหลักสูตร กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สำหรับผู้สอนระดับมัธยมศึกษา
ตอนที่ 1 หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

คำสั่ง ให้ท่านแสดงความคิดเห็นว่าการวิเคราะห์หลักสูตรมีคุณค่าและเกิดประโยชน์อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 2

ชื่อหลักสูตร กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สำหรับผู้สอนระดับมัธยมศึกษา
ตอนที่ 2 การออกแบบหน่วยการเรียนรู้

คำสั่ง จงตอบคำถามต่อไปนี้

1) หากท่านได้รับมอบหมายให้จัดทำหน่วยการเรียนรู้ เรื่อง “เพศศึกษา” ของนักเรียนชั้น ม.4 ท่าน
จะออกแบบหน่วยการ เรียนนี้อย่างไร”

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2) การจัดทำหน่วยการเรียนรู้แบบ “Backward Design” ต่างกับการจัดทำหน่วยการเรียนรู้
อื่นอย่างไร ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 3

ชื่อหลักสูตร กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สำหรับผู้สอนระดับมัธยมศึกษา
ตอนที่ 3 รูปแบบและการจัดการเรียนการสอน

คำสั่ง ท่านคิดว่ารูปแบบวิธีการสอนใดใช้กับเนื้อหาเรื่องใดในกลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษาแล้วจะทำให้ประสบความสำเร็จในการจัดการเรียนการสอนมากที่สุด เพราะเหตุใด และอธิบายว่าวิธีการสอนนั้นมีขั้นตอนการสอนอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 4

ชื่อหลักสูตร กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สำหรับผู้สอนระดับมัธยมศึกษา
ตอนที่ 4 สื่อการเรียนรู้

คำสั่ง จงตอบคำถามต่อไป

1) ท่านคิดว่าในระดับมัธยมศึกษา สื่อประกอบการเรียนการสอนมีความสำคัญ และส่งผลให้ผู้เรียน
เกิดการเรียนรู้ได้อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2) ท่านมีหลักในการเลือกใช้สื่อประกอบการเรียนการสอนสุขศึกษา และ พลศึกษาในระดับชั้นที่ท่าน
สอนอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 5

ชื่อหลักสูตร กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สำหรับผู้สอนระดับมัธยมศึกษา
ตอนที่ 5 การวัดผลและประเมินผลทางสุขศึกษาและพลศึกษา

คำสั่ง จงตอบคำถามต่อไปนี้

1) หากครู A. สอนวิชาพลศึกษา เรื่อง การยิงประตูบาสเกตบอล โดยตั้งวัตถุประสงค์ไว้ 2 ข้อ ดังนี้

1. บอกวิธีการยิงประตูบาสเกตบอลได้ถูกต้อง
2. อธิบายขั้นตอนการยิงประตูบาสเกตบอลได้ถูกต้อง

แล้วครู A. เลือกใช้การวัด-ประเมินผลโดยการสร้างแบบทดสอบ จำนวน 8 ข้อ เพื่อวัดและประเมินผล
นักเรียนโดยถามเกี่ยวกับวิธีการยิงประตูบาสเกตบอล จำนวน 4 ข้อ และการยิงประตู
บาสเกตบอล จำนวน 4 ข้อ ท่านคิดว่า ครู A. เลือกวิธีการวัดผลและประเมินผลได้ถูกต้อง เหมาะสม
หรือไม่ อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2) จากคำถามข้อที่ 1 ถ้าท่านเป็นผู้สอน ท่านจะมีวิธีการวัดและประเมินผลอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....