

คำนำ

เอกสารหลักสูตรอบรมแบบ e-Training หลักสูตรพลศึกษา สุขศึกษา ระดับประถมศึกษา เป็นหลักสูตรฝึกอบรมภายใต้โครงการพัฒนาหลักสูตรและพัฒนาครู และบุคลากรทางการศึกษาโดยยึดถือภารกิจและพื้นที่เป็นฐานด้วยระบบ TEPE Online โดยความร่วมมือของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานและคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อพัฒนาผู้บริหาร ครูและบุคลากรทางการศึกษาให้สอดคล้องกับความต้องการขององค์กร โดยพัฒนาองค์ความรู้ ทักษะที่ใช้ในการปฏิบัติงานได้อย่างมีคุณภาพ โดยใช้หลักสูตรและวิทยากรที่มีคุณภาพ เน้นการพัฒนาโดยการเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านเทคโนโลยีการสื่อสารผ่านระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต สามารถเข้าถึงองค์ความรู้ในทุกที่ทุกเวลา

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานและคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหลักสูตรอบรมแบบ e-Training หลักสูตรพลศึกษา สุขศึกษา ระดับประถมศึกษา จะสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาครูและบุคลากรทางการศึกษาตามเป้าหมายและวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ ทั้งนี้เพื่อยังประโยชน์ต่อระบบการศึกษาของประเทศไทยต่อไป

สารบัญ

คำนำ	1
หลักสูตร “พลศึกษา สุขศึกษา ระดับประถมศึกษา”	3
รายละเอียดหลักสูตร	4
คำอธิบายรายวิชา	4
วัตถุประสงค์	4
สาระการอบรม	4
กิจกรรมการอบรม	4
สื่อประกอบการอบรม	5
การวัดผลและประเมินผลการอบรม	5
บรรณานุกรม	5
เค้าโครงเนื้อหา	6
ตอนที่ 1 หลักสูตรและสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา	8
ตอนที่ 2 การจัดกิจกรรมการเรียนรู้	19
ตอนที่ 3 การพัฒนาคุณลักษณะของผู้เรียนตามมาตรฐานการเรียนรู้	23
ตอนที่ 4 สื่อและแหล่งการเรียนรู้	32
ตอนที่ 5 การวัดและประเมินผล	38
ใบงานที่ 1	46
ใบงานที่ 2	47
ใบงานที่ 3	48
ใบงานที่ 4	49
ใบงานที่ 5	50

หลักสูตร
พลศึกษา สุขศึกษา ระดับประถมศึกษา

รหัส TEPE-55116

ชื่อหลักสูตรรายวิชา พลศึกษา สุขศึกษา ระดับประถมศึกษา

วิทยากร

1. ผศ.ณัฐพร สุดดี
 2. อ.จินตนา บรรลือศักดิ์
- โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ฝ่ายประถม)

ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเนื้อหา

- | | |
|-------------------|--------------|
| 1. นางสุกัญญา | งามบรรจง |
| 2. นางสาวจรินทร์ | ไฮ่สกุล |
| 3. รศ.ดร.เอมอัชฌา | วัฒนบูรานนท์ |
| 4. รศ.ดร.เทพวาทิ | หอมสนิท |
| 5. ผศ.ดร.สุธนะ | ติงศภัทิย์ |

รายละเอียดหลักสูตร

คำอธิบายรายวิชา

อธิบายจุดมุ่งหมายของการเรียนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาในสถานศึกษา คุณภาพของผู้เรียน สาระและมาตรฐานการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง การจัดกิจกรรมการเรียนรู้วิชาพลศึกษา การพัฒนาคุณลักษณะของผู้เรียนตามมาตรฐานการ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ สื่อและแหล่งการเรียนรู้พลศึกษา และการวัดและประเมินผลวิชาสุขศึกษา พลศึกษา ระดับประถมศึกษา

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถ

1. อธิบายจุดมุ่งหมายของการเรียนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาในสถานศึกษาได้
2. อธิบายคุณภาพของผู้เรียนเมื่อจบการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาในแต่ละช่วงชั้นได้
3. อธิบายตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาได้
4. อธิบายวิธีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษาได้
5. อธิบายคุณลักษณะ วิธีการ และเครื่องมือในการพัฒนาคุณลักษณะของผู้เรียนตามมาตรฐานการเรียนรู้ได้
6. อธิบายแนวทางการใช้สื่อการเรียนรู้ให้เกิดประโยชน์ได้
7. อธิบายประเภทของสื่อและแหล่งการเรียนรู้ได้
8. อธิบายเกณฑ์การวัดและประเมินผลการเรียนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาได้
9. อธิบายหลักการประเมินผลและประเภทของการประเมินผลได้

สาระการอบรม

ตอนที่ 1 หลักสูตรสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ตอนที่ 2 การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ตอนที่ 3 การพัฒนาคุณลักษณะของผู้เรียนตามมาตรฐานการเรียนรู้

ตอนที่ 4 สื่อและแหล่งการเรียนรู้

ตอนที่ 5 การวัดและประเมินผล

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 โดยผู้เข้ารับการอบรมจะต้องได้คะแนนการทดสอบหลังเรียนไม่น้อยกว่า ร้อยละ 70
2. การเข้าร่วมกิจกรรม ได้แก่ ส่งงานตามใบงานที่กำหนด เข้าร่วมกิจกรรมบนกระดานสนทนา

หลักสูตร TEPE-55116

พลศึกษา สุขศึกษา ระดับประถมศึกษา

เค้าโครงเนื้อหา

ตอนที่ 1 หลักสูตรสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

เรื่องที่ 1.1 จุดมุ่งหมายของการเรียนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาในสถานศึกษา

เรื่องที่ 1.2 คุณภาพของผู้เรียน

เรื่องที่ 1.3 สาระและมาตรฐานการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

เรื่องที่ 1.4 ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

แนวคิด

1. คุณภาพของผู้เรียน เมื่อผู้เรียนจบการศึกษาขั้นพื้นฐานในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาแล้ว ผู้เรียนทุกคนจะต้องมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องในด้านเจตคติและค่านิยมที่ดีในเรื่องธรรมชาติ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์ ชีวิตและครอบครัว การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ การป้องกันโรคและความปลอดภัยในชีวิต มีทักษะปฏิบัติด้านสุขภาพและสมรรถภาพ เป็นกิจนิสัย

2. ตัวชี้วัดระบุสิ่งที่ผู้เรียนพึงรู้และปฏิบัติได้ รวมทั้งคุณลักษณะของผู้เรียนในแต่ละระดับชั้น ซึ่งสะท้อนถึงมาตรฐานการเรียนรู้ มีความเฉพาะเจาะจงและมีความเป็นรูปธรรม นำไปใช้ในการกำหนดเนื้อหา จัดทำหน่วยการเรียนรู้ จัดการเรียนการสอน และเป็นเกณฑ์สำคัญสำหรับการวัดประเมินผลเพื่อตรวจสอบคุณภาพผู้เรียน

วัตถุประสงค์

1. เข้าใจจุดมุ่งหมายของการเรียนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาในสถานศึกษา
2. บอกคุณภาพของผู้เรียนเมื่อจบการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาในแต่ละช่วงชั้น
3. บอกตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ตอนที่ 2 การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

แนวคิด

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้วิชาพลศึกษา สามารถจัดได้หลากหลายรูปแบบ แล้วแต่ผู้สอนจะเป็นผู้กำหนด ในที่นี้กำหนดไว้ 3 รูปแบบ ซึ่งแต่ละกิจกรรมที่จัดจะต้องเป็นกิจกรรมที่จัดแล้วเหมาะสมกับวัยของผู้เรียนเน้นจัดแล้วผู้เรียนมีพัฒนาการครบ 5 ด้าน 1) ด้านสมรรถภาพทางกาย 2) ด้านความรู้ความเข้าใจ 3) ด้านทักษะกีฬา 4) ด้านคุณธรรม 5) ด้านเจตคติที่ดี และข้อสำคัญที่สุดกิจกรรมที่จัดควรจะเป็นกิจกรรมที่เป็นไปด้วยความสนุกสนาน ไม่ควรทำให้เด็กรู้สึกท้อแท้บ่งคับที่มาร่วมกิจกรรม มิฉะนั้นเด็กจะรู้สึกเบื่อหน่าย ต่อต้านในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ หรือไม่อยากเข้าร่วมกิจกรรมอีกเลย

วัตถุประสงค์

จัดกิจกรรมการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษาได้

ตอนที่ 3 การพัฒนาคุณลักษณะของผู้เรียนตามมาตรฐานการเรียนรู้**แนวคิด**

การพัฒนาคุณลักษณะของผู้เรียนตามมาตรฐานการ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ หมายถึง คุณภาพของผู้เรียนด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมที่กำหนดขึ้นโดยพิจารณาจากสภาพของสังคม และการเปลี่ยนแปลงของโลกยุคปัจจุบัน ซึ่งทำให้มีความจำเป็นตึงแน่นและปลูกฝังลักษณะดังกล่าว ให้เกิดขึ้นในตัวผู้เรียนทุกคนเพื่อช่วยให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาในองค์รวมทั้งด้านสติปัญญา และคุณธรรม อันจะนำไปสู่ความเจริญก้าวหน้าและความมั่นคงสงบสุขในสังคมต่อไป

วัตถุประสงค์

บอกคุณลักษณะ วิธีการ และเครื่องมือในการพัฒนาคุณลักษณะของผู้เรียนตามมาตรฐานการเรียนรู้ได้

ตอนที่ 4 สื่อและแหล่งการเรียนรู้**แนวคิด**

สื่อและแหล่งการเรียนรู้พลศึกษา จะต้องมืองค์ประกอบที่สำคัญ เพื่อให้การใช้สื่อได้เกิด ประโยชน์สูงสุดกับผู้เรียน คือ 1. สื่อต้องมีความเหมาะสมกับผู้เรียน 2. สื่อต้องมีความสัมพันธ์กับ จุดมุ่งหมายและเนื้อหาที่จะสอน 3. เป็นสื่อที่จัดหาง่ายและไม่แพง 4. มีความสะดวกในการนำไปใช้

วัตถุประสงค์

1. บอกแนวทางการใช้สื่อการเรียนรู้ให้เกิดประโยชน์ได้
2. บอกประเภทของสื่อและแหล่งการเรียนรู้

ตอนที่ 5 การวัดและประเมินผล**แนวคิด**

การวัดและประเมินผล เป็นกระบวนการหาปริมาณของการพัฒนาหรือปริมาณของ พฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากการเรียนการสอน ที่อาจวัดได้อย่างง่าย และเห็นได้ชัดเจน ไม่ซับซ้อนและ นำเอาผลหรือปริมาณที่ได้จากการวัดผลมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์หรือมาตรฐานอย่างอื่นที่มีลักษณะ เดียวกัน เพื่อต้องการดูว่าผู้ถูกประเมินผลนั้นมีคุณภาพดีหรือไม่ มากน้อยเพียงใด

วัตถุประสงค์

1. บอกเกณฑ์การวัดและประเมินผลการเรียนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาได้
2. หลักการประเมินผลและประเภทของการประเมินผลได้

ตอนที่ 1 หลักสูตรสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

เรื่องที่ 1.1 จุดมุ่งหมายของการเรียนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาในสถานศึกษา

สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นการศึกษาด้านสุขภาพที่มีเป้าหมาย เพื่อการดำรงสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และชุมชนให้ยั่งยืน

สุขศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยมและ การปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพควบคู่ไปด้วยกัน

พลศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมและกีฬา เป็นเครื่องมือในการพัฒนาโดยรวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา รวมทั้งสมรรถภาพเพื่อสุขภาพและกีฬา

สุขศึกษาและพลศึกษา จึงมีบทบาทสำคัญยิ่งต่อการพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพของมนุษย์ ให้มีความสมบูรณ์ ความสมดุลและมีคุณภาพ ให้ผู้เรียนมีความสามารถเรียนรู้ และเกิดการพัฒนากว้างขวางเกี่ยวกับความมั่นใจในตนเอง ความสามารถของตนเอง เกิดวิธีการเรียนรู้ด้วยพลัง มีความสามารถในการนำความรู้และทักษะไปประยุกต์ใช้ เกิดความตระหนักและความรับผิดชอบต่อสุขภาพและสมรรถภาพทางกายของตนเอง สามารถตัดสินใจและเลือกปฏิบัติในการดูแลสุขภาพ ตลอดจนการมีส่วนร่วมในการสร้างความมั่นใจในชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีและความปลอดภัยของผู้อื่นบนพื้นฐานของความเป็นไทยได้อีกด้วย

ในการเรียนรู้สุขศึกษา ผู้เรียนจะได้รับการกระตุ้นและจูงใจให้กำหนดเป้าหมายที่เป็นจริงและมีคุณค่าในการพัฒนารูปแบบของวิถีชีวิตที่สุขภาพดี พัฒนาทักษะการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม รู้จักการสร้าง ความรับผิดชอบและสัมพันธ์ที่ดีกับคนอื่นทั้งที่โรงเรียน ที่บ้านและในชุมชน ทั้งชุมชนที่ตนเองอยู่อาศัยและชุมชนอื่นๆ ที่แตกต่างกันออกไป ได้เรียนรู้ถึงวิถีชีวิตที่แตกต่างกันและยอมรับในความแตกต่างนั้น เกิดการพัฒนาความสามารถในการเผชิญกับปัญหาที่ท้าทาย ความเครียด ความกดดัน ความขัดแย้ง และการสร้างเสริมคุณภาพ

ในการเรียนรู้พลศึกษา ผู้เรียนจะได้รับโอกาสให้เข้าร่วมในกิจกรรมทางกายและกีฬาทั้งประเภทบุคคล และประเภททีมอย่างหลากหลายทั้งของไทยและสากล กิจกรรมทางกายและกีฬาต่างๆ จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดสัมฤทธิ์ผลตามศักยภาพด้านความเจริญเติบโตและพัฒนาการทางกาย ได้ปรับปรุงสุขภาพและสมรรถภาพทางกาย เกิดการพัฒนาทักษะกลไกอย่างเต็มที่ ได้เรียนรู้ถึงความสำคัญของการฝึกฝนตนเองตามกฎ กติกา ระเบียบและหลักการทางวิทยาศาสตร์ ได้แข่งขันและ

ได้ทำงานร่วมกันเป็นทีม ได้รับประสบการณ์จากการลงปฏิบัติด้วยตนเองโดยตรงตามความถนัดและความสนใจ ได้ค้นหาความพึงพอใจจากการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย กีฬา กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายและรักการออกกำลังกาย

การจัดการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษาในสถานศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้เกิดการพัฒนาครบถ้วนจากสาระต่างๆ คือ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์ ชีวิตและครอบครัว การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ การป้องกันโรคและความปลอดภัยในชีวิต รวมทั้งสามารถจัดให้สอดคล้องเชื่อมโยง บูรณาการกับสาระการเรียนรู้อื่นๆ อีก 7 กลุ่ม และยังสามารถจัดเป็นกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนเพื่อการเติมเต็มให้แก่ผู้เรียนได้อีกด้วย อีกทั้งควรจัดให้เหมาะสมกับระดับความสามารถ ความต้องการและความสนใจของผู้เรียน การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนและกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนควรให้สอดคล้องกับลักษณะของวัฒนธรรมท้องถิ่น วัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมสากล โดยได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือจากบ้าน ชุมชนและท้องถิ่นไปพร้อมกัน

สรุป

วิชาสุขศึกษาและพลศึกษาในสถานศึกษา มีความสำคัญยิ่งต่อการพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพของผู้เรียน เพราะทำให้ผู้เรียนมีความรู้ในเรื่องสุขภาพ การดูแลตนเองให้เกิดสุขภาพที่ดี มีความตระหนักและความรับผิดชอบต่อสุขภาพและสมรรถภาพทางกายของตนเอง สามารถตัดสินใจและเลือกปฏิบัติในการดูแลสุขภาพ ตลอดจนการมีส่วนร่วมในการสร้างความมั่นใจในชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีและความปลอดภัยของผู้อื่นบนพื้นฐานของความเป็นไทย นำไปสู่การดำรงชีวิตที่ดีในอนาคต

เรื่องที่ 1.2 คุณภาพของผู้เรียน

เมื่อจบการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาในแต่ละช่วงชั้น ผู้เรียนจะมีคุณภาพดังนี้

จบช่วงชั้นที่ 1 (ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 -3)

- มีความรู้ และเข้าใจในเรื่องการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ตลอดจนปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการ
- มีสุขนิสัยที่ดีในเรื่องการกิน การพักผ่อนนอนหลับ การรักษาความสะอาดอวัยวะทุกส่วนของร่างกาย การเล่นและการออกกำลังกาย
- ป้องกันตนเองจากพฤติกรรมที่อาจนำไปสู่การใช้สารเสพติด การล่องละเมิดทางเพศ และรู้จักปฏิเสธในเรื่องที่ไม่เหมาะสม
- ควบคุมการเคลื่อนไหวของตนเองได้ตามพัฒนาการในช่วงอายุ มีทักษะการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางกาย กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพและเกมได้อย่างสนุกสนานและปลอดภัยเป็นประจำ
- มีทักษะในการเลือกบริโภคอาหาร ของเล่น ของใช้ ที่มีผลดีต่อสุขภาพ หลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุได้
- ปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องเหมาะสม เมื่อมีปัญหาทางอารมณ์และปัญหาสุขภาพ
- ปฏิบัติตนตามกฎ ระเบียบ คำแนะนำ ขั้นตอนต่างๆ และให้ความร่วมมือกับผู้อื่นด้วยความเต็มใจ งานจนประสบความสำเร็จ
- ปฏิบัติตามสิทธิของตนเองและเคารพสิทธิของผู้อื่นในการเล่นเป็นกลุ่ม

จบช่วงชั้นที่ 2 (ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6)

- เข้าใจความสัมพันธ์เชิงโยงการทำงานของระบบต่างๆ ของร่างกาย และรู้จักดูแลอวัยวะที่สำคัญของระบบนั้นๆ
- เข้าใจธรรมชาติการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม แรงขับทางเพศของชายหญิง เมื่ออย่างเข้าสู่วัยแรกและวัยรุ่น สามารถปรับตัวและจัดการได้อย่างเหมาะสม
- เข้าใจและเห็นคุณค่าของการมีชีวิตและครอบครัวที่อบอุ่น และเป็นสุข
- ภูมิใจและเห็นคุณค่าในเพศของตน ปฏิบัติสุขอนามัยทางเพศได้ถูกต้องเหมาะสม
- หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ ความรุนแรง สารเสพติดและการล่องละเมิดทางเพศ
- มีทักษะการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานและการควบคุมตนเองในการเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน
- รู้หลักการเคลื่อนไหวและสามารถเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย การละเล่นพื้นเมือง กีฬาไทย กีฬาสากลได้อย่างปลอดภัยและสนุกสนาน มีน้ำใจนักกีฬา โดยปฏิบัติตามกฎ กติกา สิทธิ และหน้าที่ของตนเองจนงานสำเร็จลุล่วง

- ปฏิบัติกิจกรรมทางกาย และกิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพได้ตามความเหมาะสมและความต้องการเป็นประจำ
- จัดการกับอารมณ์ ความเครียดและปัญหาสุขภาพได้อย่างเหมาะสม
- มีทักษะในการแสวงหาความรู้ ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ

สรุป

คุณภาพของผู้เรียน เมื่อผู้เรียนจบการศึกษาขั้นพื้นฐานในกลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษาแล้ว ผู้เรียนทุกคนจะต้องมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องในด้านเจตคติและค่านิยมที่ดีในเรื่อง ธรรมชาติ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์ ชีวิตและครอบครัว การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ การป้องกันโรคและความปลอดภัยในชีวิต มีทักษะปฏิบัติด้านสุขภาพและสมรรถภาพจนเป็นกิจนิสัย

เรื่องที่ 1.3 สารและมาตรฐานการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สาร

สารที่เป็นองค์ความรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ประกอบด้วย

สารที่ 1 : การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

สารที่ 2 : ชีวิตและครอบครัว

สารที่ 3 : การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

สารที่ 4 : การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและป้องกันโรค

สารที่ 5 : ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐานการเรียนรู้การศึกษาขั้นพื้นฐาน

สารที่ 1 : การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ 1.1 : เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

สารที่ 2 : ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ 2.1 : เข้าใจและเห็นคุณค่าของชีวิต ครอบครัว เพศศึกษาและมีทักษะ

ในการดำเนินชีวิต

สารที่ 3 : การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 : เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม

และกีฬา

มาตรฐาน พ 3.2 : รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

สารที่ 4 : การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 : เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ

การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สารที่ 5 : ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ 5.1 : ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ

อุบัติเหตุ

สรุป

สาระและมาตรฐานการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เป็นเป้าหมายสำคัญของการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน มาตรฐานการเรียนรู้ระดับสิ่งที่ผู้เรียนพึงรู้ ปฏิบัติได้ มีคุณธรรมจริยธรรมและค่านิยม ที่พึงประสงค์ เมื่อจบการศึกษาขั้นพื้นฐาน นอกจากนั้นมาตรฐานการเรียนรู้ยังเป็นกลไกสำคัญ ในการขับเคลื่อนพัฒนาการศึกษาทั้งระบบ เพราะมาตรฐานการเรียนรู้จะสะท้อนให้ทราบว่าต้องการอะไร จะสอนอย่างไรและประเมินอย่างไร รวมทั้งเป็นเครื่องมือในการตรวจสอบเพื่อการประกันคุณภาพการศึกษาโดยใช้ระบบการประเมินคุณภาพภายในและการประเมินคุณภาพภายนอก ซึ่งรวมถึงการทดสอบระดับเขตพื้นที่การศึกษา และการทดสอบระดับชาติ ระบบการตรวจสอบเพื่อประกันคุณภาพดังกล่าวเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยสะท้อนภาพการจัดการศึกษาว่าสามารถพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพตามที่มาตรฐานการเรียนรู้กำหนดเพียงใด

เรื่องที่ 1.4 ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ระดับป. 6

ตัวชี้วัดที่ 1. อธิบายความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- ความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ

ตัวชี้วัดที่ 2 อธิบายวิธีการดูแลระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัดที่ 1 อธิบายความสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพ กับผู้อื่นสาระการเรียนรู้แกนกลาง

- ความสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น
- ปัจจัยที่ช่วยให้การทำงานกลุ่มประสบความสำเร็จ
- ความสามารถส่วนบุคคล
- บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในกลุ่ม
- การยอมรับความคิดเห็น และความแตกต่างระหว่างบุคคล
- ความรับผิดชอบ

ตัวชี้วัดที่ 2 วิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื่อเอดส์ และการตั้งครรรภ์ก่อนวัยอันควร

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- พฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื่อเอดส์ และการตั้งครรรภ์ก่อนวัยอันควร

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัดที่ 1 แสดงทักษะการเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นในลักษณะแบบผลัดและแบบผสมผสานได้ตามลำดับทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ และการเคลื่อนไหวประกอบเพลง

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- การเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นแบบผลัดในลักษณะผสมผสาน ในการร่วมกิจกรรมทางกาย เช่น กิจกรรมแบบผลัด กายบริหารประกอบเพลง ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐานที่ใช้ทำต่อเนื่อง และการต่อตัวท่า่างาย ๆ

ตัวชี้วัดที่ 2 จำแนกหลักการเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรงและความสมดุลในการเคลื่อนไหวร่างกายในการเล่น เกม เล่นกีฬาและนำมาปรับปรุง เพิ่มพูนวิธีปฏิบัติของตนและผู้อื่น

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรงและความสมดุลกับการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นและกีฬา

ตัวชี้วัดที่ 3 เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีม ได้อย่างละ 1 ชนิด

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคลและประเภททีม เช่น กรีฑาประเภทลู่ และลาน เปตอง ว่ายน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ฟุตบอล ตะกร้อวง

ตัวชี้วัดที่ 4 ใช้ทักษะกลไกเพื่อปรับปรุง เพิ่มพูนความสามารถของตนและผู้อื่นในการเล่นกีฬา

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- การใช้ข้อมูลด้านทักษะกลไกเพื่อปรับปรุงและเพิ่มพูนความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย และเล่นกีฬา

ตัวชี้วัดที่ 5 ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย 1 กิจกรรม แล้วนำความรู้และหลักการที่ได้ไปใช้เป็นฐานการศึกษาหาความรู้เรื่องอื่น ๆ

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เป็นฐานการศึกษาหาความรู้

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

ตัวชี้วัดที่ 1 อธิบายประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพ ทางกายและการสร้างเสริมบุคลิกภาพ

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- ประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพ ทางกายและการสร้างเสริมบุคลิกภาพ

ตัวชี้วัดที่ 2 เล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผนและสามารถเพิ่มพูนทักษะการ ออกกำลังกายและเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- การเล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผน
- การเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและการเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ

ตัวชี้วัดที่ 3 เล่นกีฬาที่ตนเองชื่นชอบและสามารถประเมินทักษะการเล่น ของตนเป็นประจำ

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- การเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีมที่ชื่นชอบ
- การประเมินทักษะการเล่นกีฬาของตน

ตัวชี้วัดที่ 4 ปฏิบัติตามกฎ กติกา ตามชนิดกีฬาที่เล่น โดยคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- กฎ กติกาในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น

ตัวชี้วัดที่ 5 จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และนำไปใช้ในการเล่นกีฬา

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬา

ตัวชี้วัดที่ 6 เล่นเกมและกีฬาด้วยความสามัคคีและมีน้ำใจนักกีฬา

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- การสร้างความสามัคคีและความมีน้ำใจนักกีฬาในการเล่น เกม และกีฬา

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัดที่ 1 แสดงพฤติกรรม ในการป้องกันและแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- ความสำคัญของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ
- ปัญหาของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ
- การป้องกันและแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ

ตัวชี้วัดที่ 2 วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรคและเสนอแนวทางการป้องกันโรคติดต่อสำคัญที่พบในประเทศไทย

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- โรคติดต่อสำคัญที่ระบาดในปัจจุบัน
- ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรค
- การป้องกันการระบาดของโรค

ตัวชี้วัดที่ 3 แสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- พฤติกรรมที่แสดงออกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม

ตัวชี้วัดที่ 4 สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย
- การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

ทดสอบสมรรถภาพทางกาย

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติดและความรุนแรง

ตัวชี้วัดที่ 1 วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจและสังคม

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- ภัยธรรมชาติ
- ลักษณะของภัยธรรมชาติ

- ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อ

ร่างกาย จิตใจ และสังคม

ตัวชี้วัดที่ 2 ระบุวิธีปฏิบัติตน เพื่อความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติ

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติ

ตัวชี้วัดที่ 3 วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติด และชักชวนให้ผู้อื่น

หลีกเลี่ยงสารเสพติด

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- สาเหตุของการติดสารเสพติด

- ทักษะการสื่อสารให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

สรุป

ตัวชี้วัดระบุสิ่งที่ผู้เรียนพึงรู้และปฏิบัติได้ รวมทั้งคุณลักษณะของผู้เรียนในแต่ละระดับชั้น ซึ่งสะท้อนถึงมาตรฐานการเรียนรู้ มีความเฉพาะเจาะจงและมีความเป็นรูปธรรม นำไปใช้ ในการกำหนดเนื้อหา จัดทำหน่วยการเรียนรู้ จัดการเรียนการสอน และเป็นเกณฑ์สำคัญสำหรับการวัดประเมินผลเพื่อตรวจสอบคุณภาพผู้เรียน

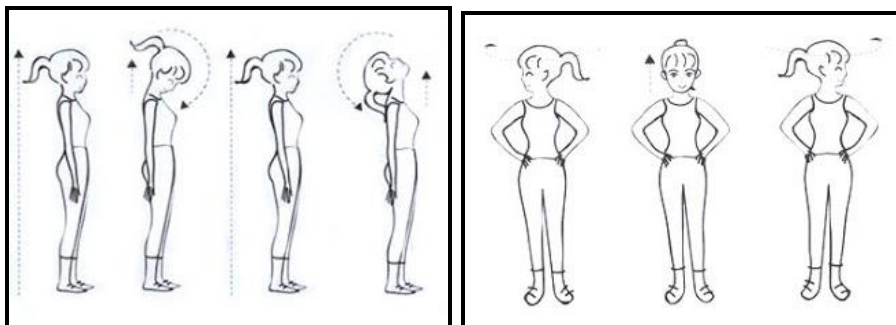
ตอนที่ 2 การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

กิจกรรมชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้วิชาพลศึกษามีหลายแบบและหลายวิธีด้วยกัน แต่แต่ละวิธีต้องเป็นวิธีที่ช่วยให้บรรลุวัตถุประสงค์การเรียนรู้ทางพลศึกษาที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้มีพัฒนาการ 5 ด้าน คือ 1) ด้านสมรรถภาพทางกาย 2) ด้านด้านความรู้ความเข้าใจ 3) ด้านทักษะกีฬา 4) ด้านคุณธรรม 5) ด้านเจตคติที่ดี กิจกรรมชั้นนำเข้าสู่บทเรียนเป็นกิจกรรมขั้นแรกของการจัดการเรียนการสอนพลศึกษา มีความสำคัญ ผู้เรียนจะมีความสนใจในเนื้อหาที่ครูสอนในชั่วโมงหรือไม่ขึ้นอยู่กับขั้นตอนนี้เป็นหลัก การจัดกิจกรรมในขั้นตอนนี้จะเป็นการจัดกิจกรรมที่มีรูปแบบง่ายๆ ทำให้ผู้เรียนรู้สึกผ่อนคลาย แบบอบอุ่นร่างกายจะเน้นทักษะการเหยียดยืดกล้ามเนื้อ จากน้ำหนักเบาไปหาน้ำหนักปานกลาง จากช้าไปเร็ว

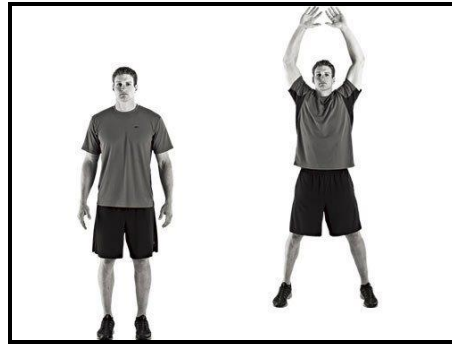
กิจกรรมที่ 1 การอบอุ่นร่างกายแบบบูรณาการ เป็นกายบริหาร ประกอบการฝึกท่องสูตรคูณ หรือท่องคำศัพท์ภาษาอังกฤษ หรือกายบริหารประกอบเพลง

ครูให้ผู้เรียนอบอุ่นร่างกายโดยใช้กายบริหารแบบง่าย ๆ เริ่มต้นจากท่าที่บริหารศีรษะลงมาเรื่อย ๆ จนถึงข้อเท้า พร้อมกับท่องสูตรคูณ



หรือท่องศัพท์ภาษาอังกฤษ เช่น ครูสั่งให้ผู้เรียนกระโดดปรบมือเหนือศีรษะ 2 จังหวะจำนวน 10 ครั้ง เมื่อครูสั่งเริ่ม

- ผู้เรียนจะกระโดดปรบมือเหนือศีรษะ ครั้งที่ 1 แล้วท่อง (2-1-2), ครั้งที่ 2 (2-2-4), ครั้งที่ 3 (2-3-6)...จนถึงครั้งสุดท้ายที่ครูสั่ง หรือ สั่งให้ท่องคำศัพท์ภาษาอังกฤษ ว่า A-ANT-มด, B-BIRD-นก, C-CAT- แมว, D-DOG-หมา, ...



กิจกรรมที่ 2 อบอุ่นร่างกายโดยใช้แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายในกิจกรรมที่เรียนในชั่วโมงเรียน

- ถ้าวันนี้เรียนเรื่องการวิ่ง ครูก็จะให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยจับเวลาในการทำแต่ละครั้ง เช่น แกว่งแขน 30 วินาที โดยเริ่มจากงอแขนแล้วแกว่งผ่านข้างลำตัวซ้ำๆ จากช้าไปเร็ว เป็นต้น

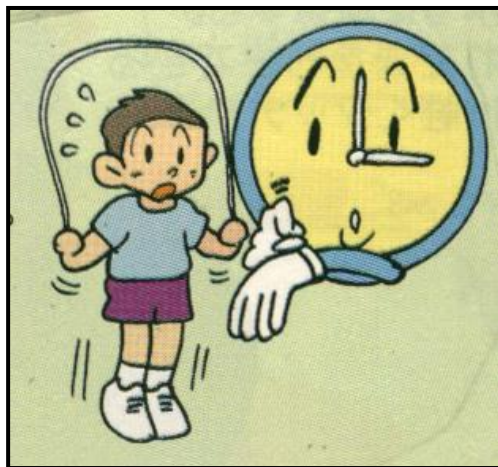


หรือวันนี้ให้นักเรียนเรียนเลี้ยงบอลซิกแซกอ้อมหลัก ครูก็จะจัดกิจกรรมให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายด้วยการวิ่งซิกแซกอ้อมหลักซ้ำๆ เป็นต้น

การจัดการเรียนรู้

การจัดการเรียนรู้เป็นกระบวนการสำคัญในการนำหลักสูตรสู่การปฏิบัติ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน เป็นหลักสูตรที่มีมาตรฐานการเรียนรู้ สมรรถนะสำคัญและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน เป็นเป้าหมายสำหรับพัฒนาเด็กและเยาวชน

หรือจะอบอุ่นร่างกายด้วยการกระโดดเชือก โดยนับเป็นจำนวนครั้ง หรือจะจำกัดเวลาก็ได้



ในการพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณสมบัติตามเป้าหมายหลักสูตร ผู้สอนต้องพยายามคัดสรร กระบวนการเรียนรู้ จัดการเรียนรู้โดยช่วยให้ผู้เรียนเรียนรู้ผ่านสาระที่กำหนดไว้ในหลักสูตร 8 กลุ่ม สาระการเรียนรู้ รวมทั้งปลูกฝังเสริมสร้างคุณลักษณะ อันพึงประสงค์ พัฒนาทักษะต่างๆ อันเป็น สมรรถนะสำคัญให้ผู้เรียนบรรลุตามเป้าหมาย

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในวิชาพลศึกษา เป็นการจัดกิจกรรมที่เน้นให้ผู้เรียนมีทักษะทาง ภาย ทำกิจกรรมทางด้านการออกกำลังกาย ทางด้านกีฬาได้ สามารถนำไปใช้เล่นได้ในเวลาว่างตาม อรรถภาพของตนเอง ทำได้หลายรูปแบบ

รูปแบบที่ 1 การจัดกิจกรรมแบบไม่มีอุปกรณ์ ได้แก่ ทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้น การวิ่ง การวิ่งสไลด์ การกระโดด ทักษะกรีฑา(การเข้าที่-ระวางไป) ทักษะยืดหยุ่นเบื้องต้น การเล่นเกมแบบไทยหรือเกมเบ็ดเตล็ดทั่วไป เช่น เตย ตีจับ กระต่ายขาเดียว วิ่งไล่จับ ฯลฯ

รูปแบบที่ 2 การจัดกิจกรรมแบบมีอุปกรณ์ ได้แก่ การเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐาน การ กระโดดเชือก ทักษะยืดหยุ่นขั้นสูง การเล่นเกมกีฬาประเภทต่างๆ กิจกรรมทางกายและเกมเบ็ดเตล็ด เช่น วิ่งเปี้ยว การเล่นเกมประกอบอุปกรณ์ ฯลฯ

รูปแบบที่ 3 การจัดกิจกรรมประกอบเพลง ได้แก่ กิจกรรมเข้าจังหวะ ฝึกทักษะการ เคลื่อนไหวเบื้องต้น เช่น 1) การเดิน (Walk) 2) การกระโดดเขย่ง (Hop) 3) การทำชาติช (Schottische) 4) การทำสอง – ก้าว (two – step) 5) การวิ่งสลับเท้า (Skip) 6) การสไลด์ (Slide) ก่อนนำเข้าสู่ทักษะพื้นฐานของการเต้นประกอบจังหวะ และทักษะพื้นฐานของการเต้นลีลาศ

สรุป

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้วิชาพลศึกษา สามารถจัดได้หลากหลายรูปแบบ แล้วแต่ผู้สอนจะเป็นผู้กำหนด ในที่นี้กำหนดไว้ 3 รูปแบบ ซึ่งแต่ละกิจกรรมที่จัดจะต้องเป็นกิจกรรมที่จัดแล้วเหมาะสมกับวัยของผู้เรียนเน้นจัดแล้วผู้เรียนมีพัฒนาการครบ 5 ด้าน 1) ด้านสมรรถภาพทางกาย 2) ด้านความรู้ความเข้าใจ 3) ด้านทักษะกีฬา 4) ด้านคุณธรรม 5) ด้านเจตคติที่ดี และข้อสำคัญที่สุดกิจกรรมที่จัดควรจะเป็นกิจกรรมที่เป็นไปด้วยความสนุกสนาน ไม่ควรทำให้เด็กรู้สึกว่าคุณบังคับที่มาร่วมกิจกรรม มิฉะนั้นเด็กจะรู้สึกเบื่อหน่ายต่อต้านในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้นั้น หรือไม่อยากเข้าร่วมกิจกรรมอีกเลย

ตอนที่ 3 การพัฒนาคุณลักษณะของผู้เรียนตามมาตรฐานการเรียนรู้

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ หมายถึง คุณภาพของผู้เรียนด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมที่กำหนดขึ้นโดยพิจารณาจากสภาพของสังคม และการเปลี่ยนแปลงของโลกยุคปัจจุบัน ซึ่งทำให้มีความจำเป็นต้องเน้นและปลูกฝังลักษณะดังกล่าวให้เกิดขึ้นในตัวผู้เรียนทุกคนเพื่อช่วยให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาในองค์รวมทั้งด้านสติปัญญา และคุณธรรม อันจะนำไปสู่ความเจริญก้าวหน้าและความมั่นคงสงบสุขในสังคม

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 กำหนดคุณลักษณะ อันพึงประสงค์ 8 ประการ ดังนี้

1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
2. ซื่อสัตย์สุจริต
3. มีวินัย
4. ใฝ่เรียนรู้
5. อยู่อย่างพอเพียง
6. มุ่งมั่นในการทำงาน
7. รักความเป็นไทย
8. มีจิตสาธารณะ

นอกจากนี้ สถานศึกษาสามารถกำหนดคุณลักษณะอันพึงประสงค์เพิ่มเติมให้สอดคล้องตามบริบทและจุดเน้นของตนเอง

การพัฒนาคุณลักษณะอันพึงประสงค์

การพัฒนาคุณลักษณะอันพึงประสงค์ สถานศึกษาสามารถดำเนินการพัฒนาด้วยวิธีดังต่อไปนี้

1. บูรณาการในกลุ่มสาระการเรียนรู้ทั้ง 8 กลุ่ม

2. จัดในกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน
3. จัดโครงการ/กิจกรรมเพื่อพัฒนาคุณลักษณะอันพึงประสงค์
4. ปลูกฝังคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยสอดแทรกในกิจกรรมประจำวันของสถานศึกษา

วิธีการและแนวทางการพัฒนาคุณลักษณะของผู้เรียนตามมาตรฐานการเรียนรู้

คุณลักษณะ	วิธีการ	เครื่องมือ
<p>1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์</p> <p>คุณลักษณะมีพฤติกรรมพึงประสงค์ที่มีลักษณะซึ่งแสดงออกถึงการเป็นพลเมืองดีของชาติ มีความสามัคคีปรองดอง ภูมิใจ เชิดชูความเป็นชาติไทยปฏิบัติตนตามหลักศาสนาที่ตนนับถือ และแสดงความจงรักภักดีต่อสถาบันพระมหากษัตริย์</p>	<p>จัดกิจกรรม /โครงการ</p> <ul style="list-style-type: none"> - กิจกรรมวันสำคัญทางชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ เช่น วันรัฐธรรมนูญ วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา วันเข้าพรรษา วันแม่แห่งชาติ วันพ่อ - ร้องเพลงชาติหน้าเสาธง ตอนเช้าและเย็น - กิจกรรมนักเรียนพุทธมาฆะกะ - สวดมนต์แผ่เมตตา กรวดน้ำ - กิจกรรมทำบุญทุกวันพฤหัสบดี (เส้นทางบุญ) - กิจกรรมสมาทานศีลทุกวัน - กิจกรรมปลูกต้นไม้เฉลิมพระเกียรติเนื่องในวันสำคัญ - กิจกรรมทำดีถวายในหลวง <p>***ครูคอยกระตุ้นและให้ผู้เรียนจดบันทึกการกระทำ ที่แสดงออกถึงความรักชาติ ศาสน์กษัตริย์แต่ละครั้งลงในแบบบันทึกความดี</p>	<ul style="list-style-type: none"> - แบบสังเกต -แบบบันทึก -แบบประเมินระดับคะแนน

คุณลักษณะ	วิธีการ	เครื่องมือ
<p>2. ซื่อสัตย์ สุจริต</p> <p>คุณลักษณะเป็นผู้ที่ประพฤติตรงตามความเป็นจริงทั้งทางกาย วาจา ใจ และยึดหลักความจริง ความถูกต้อง ในการดำเนินชีวิตมีความละเอียดและ เกรงกลัวต่อการกระทำผิด</p>	<p>จัดกิจกรรม/โครงการ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ธนาคารความดี - เข้าค่ายคุณธรรม/ค่ายธรรมะ - กิจกรรมบันทึกความดี - กิจกรรมของหายได้คืน - กิจกรรมนักเรียนดีเด่นประจำปี - กิจกรรมยกย่องคนดี - กิจกรรมธนาคารความดี กระตุ้นให้ผู้เรียน เข้าร่วมกิจกรรม <p>***ครูคอยกระตุ้นและให้ผู้เรียนจดบันทึก การกระทำ ที่แสดงออกถึงความซื่อสัตย์สุจริต แต่ละครั้งลงในแบบบันทึก</p>	<ul style="list-style-type: none"> - แบบสังเกต -แบบบันทึก -แบบประเมินระดับคะแนน
<p>3. มีวินัย รับผิดชอบ</p> <p>คุณลักษณะเป็นผู้ที่ประพฤติตนตาม ข้อตกลง กฎเกณฑ์ระเบียบ ข้อบังคับ ของครอบครัว โรงเรียนและสังคม เป็นปกติวิสัยไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น ปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของตนทั้ง ในฐานะผู้นำ และผู้ตามที่ดีของกลุ่ม และสังคมด้วยความตั้งใจพากเพียร ละเอียด รอบคอบและมี</p> <p>เหตุมีผลรวมทั้งยอมรับผลแห่งการ กระทำนั้น</p>	<p>จัดกิจกรรม/โครงการ</p> <ul style="list-style-type: none"> - กิจกรรมประชาธิปไตย / สถานักเรียน/วินัย นักเรียน - กิจกรรมเข้าค่ายคุณธรรม/ ค่ายพักแรม ลูกเสือ-เนตรนารี - กิจกรรมปฏิบัติตามกฎระเบียบ/ข้อตกลง ของห้องเรียนและโรงเรียน - กิจกรรม 5 ส - ธนาคารความดี - การออมทรัพย์ - กิจกรรมการทำความสะอาด 	<ul style="list-style-type: none"> - แบบสังเกต -แบบบันทึก -แบบประเมินระดับคะแนน

คุณลักษณะ	วิธีการ	เครื่องมือ
	<p>- กิจกรรมรณรงค์การเข้าแถว/ เดินแถวไปเรียน /เข้าแถวกลับบ้าน /เข้าแถวซื้ออาหาร/เข้าแถวรับบริการ</p> <p>***ครูคอยกระตุ้นให้ผู้เรียนเข้า</p> <p>ร่วมกิจกรรมหรือสร้างสรรค์และให้ผู้เรียนจดบันทึกการกระทำที่แสดงออกถึงความมีวินัยรับผิดชอบแต่ละครั้งลงในแบบบันทึก</p>	
<p>4. ใฝ่เรียนรู้</p> <p>คุณลักษณะมีความตั้งใจ เพียรพยายามในการเรียนและเข้าร่วมกิจกรรม การเรียนรู้ แสวงหาความรู้จากแหล่งเรียนรู้ทั้งภายในและภายนอก</p> <p>โรงเรียนอย่างสม่ำเสมอด้วยการเลือกใช้สื่ออย่างเหมาะสม บันทึกความรู้วิเคราะห์ สรุปเป็นองค์ความรู้ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ถ่ายทอด เผยแพร่ และนำไปใช้ในชีวิตประจำ วันได้</p>	<p>จัดกิจกรรม/โครงการ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ห้องสมุดมีชีวิต/ ห้องสมุด E-learning / - การสอนแบบโครงงาน - กิจกรรมส่งเสริมการอ่าน เช่น อ่านข่าวเช้านี้ การทำหนังสือเล่มเล็ก “วางทุกงาน อ่านทุกคน”/ บันทึกการอ่าน/ เล่านิทานจากการอ่าน/ หนอนหนังสือ ภาษาไทย/อังกฤษวันละคำ /หนูน้อยช่างเล่า - กิจกรรมชมรม เช่น ชมรมคอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ต/ชมรมกีฬา - ศึกษาจากแหล่งเรียนรู้ /ทัศนศึกษา - ส่งเสริมนักเรียนเข้าร่วมแข่งขันกิจกรรมทางวิชาการ แข่งขันทางด้านกีฬา อื่น ๆ - กิจกรรมอ่านหนังสือให้ผู้ปกครองฟัง - กิจกรรมเสียงตามสาย - กิจกรรมค่ายวิชาการ เช่น กิจกรรมค่ายวิทยาศาสตร์ ค่ายคุณธรรม ค่ายคุณ ลักษณะที่พึงประสงค์ <p>***ครูคอยกระตุ้นให้ผู้เรียนเข้า</p> <p>ร่วมกิจกรรมหรือสร้างสรรค์และให้ผู้เรียนจดบันทึกการกระทำที่แสดงออกถึงความมีวินัยรับผิดชอบแต่ละครั้งลงในแบบบันทึก</p>	<ul style="list-style-type: none"> - แบบสังเกต -แบบบันทึก -แบบประเมินระดับคะแนน

คุณลักษณะ	วิธีการ	เครื่องมือ
<p>5. อยู่อย่างพอเพียง</p> <p>คุณลักษณะการดำรงชีวิตอยู่อย่างพอประมาณ อย่างมีเหตุผล มีความเพียร สติปัญญาและความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมที่จะรองรับการเปลี่ยนแปลงทางด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี</p>	<p>จัดกิจกรรม/โครงการ</p> <ul style="list-style-type: none"> - การจัดกิจกรรมงานเกษตร เช่น เพาะเห็ดนางฟ้า ปลูกพืชผักสวนครัว เลี้ยงปลาน้ำจืด ทำปุ๋ยหมักชีวภาพเกษตรอินทรีย์ ทำน้ำจุลินทรีย์ ทำน้ำยาปรับผ้านุ่ม ทำสบู่เหลวสมุนไพร ทำสบู่ก้อน ทำน้ำยาอเนกประสงค์ - การใช้แหล่งเรียนรู้และภูมิปัญญาท้องถิ่น - กิจกรรมออมทรัพย์ - การประกันคุณภาพชีวิตนักเรียน - กิจกรรมสืบทอดของใช้จากพี่สู่น้อง - กิจกรรมนักเรียนดีเด่นประจำปี - ธนาคารโรงเรียน - บันทึกรายรับรายจ่ายนักเรียน - กิจกรรมประหยัดน้ำ ประหยัดไฟฟ้า ใ้รางวัลห้องเรียน หรือระดับชั้นที่มีสถิติการใช้ไฟฟ้าหรือน้ำลดลง - กิจกรรมธนาคารขยะ/คัดแยกขยะ - กิจกรรมใช้ภาชนะส่วนตัวแทนการใช้ภาชนะที่ร้านค้า - กิจกรรมสหกรณ์ในโรงเรียน <p>***ครูคอยกระตุ้นให้ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมหรือสร้างสรรค์และให้ผู้เรียนจดบันทึกการกระทำที่แสดงออกถึงความมีวินัยรับผิดชอบ แต่ละครั้งลงในแบบบันทึก</p>	<ul style="list-style-type: none"> - แบบสังเกต -แบบบันทึก -แบบประเมินระดับคะแนน

คุณลักษณะ	วิธีการ	เครื่องมือ
<p>6. มุ่งมั่นในการศึกษา และการทำงาน</p> <p>คุณลักษณะที่แสดงออกถึงการดำเนินชีวิตอย่างพอประมาณ มีเป้าหมาย มีเหตุผลรอบคอบ และมีคุณธรรม</p>	<p>จัดกิจกรรม/โครงการ</p> <ul style="list-style-type: none"> - กิจกรรมที่เกี่ยวกับการงานอาชีพ - กิจกรรมชมรม/กลุ่มสนใจ เช่น ชมรมงานประดิษฐ์ - กิจกรรมดูแลรับผิดชอบบริเวณ / อาคาร / ห้องเรียน - กิจกรรม 5 ส - กิจกรรมตามความถนัด(กิจกรรมเลือกเสรี) - งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน - กิจกรรมขยายพันธุ์พืช - กิจกรรมการค้าขาย (ตลาดนัด) - กิจกรรมโครงการทดลองคณิตศาสตร์,วิทยาศาสตร์ - กิจกรรม ประกาศเกียรติคุณและมอบทุนแก่นักเรียนประเภทเรียนดีประพฤติดี <p>...ครูคอยกระตุ้นให้ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมหรือสร้างสรรค์และให้ผู้เรียนจดบันทึกการกระทำที่แสดงออกถึงความมีวินัย รับผิดชอบต่อแต่ละครั้งลงในแบบบันทึก</p>	<ul style="list-style-type: none"> - แบบสังเกต -แบบบันทึก -แบบประเมินระดับคะแนน

คุณลักษณะ	วิธีการ	เครื่องมือ
<p>7. รักความเป็นไทย</p> <p>คุณลักษณะ มีจิตใจที่แสดงออกถึงความ ความเป็นไทย สังเกตจากการแต่ง กาย การใช้ภาษา การใช้ ชีวิตประจำวัน</p>	<p>จัดกิจกรรม/โครงการ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ชมรม / ส่งเสริม ดนตรี-นาฏศิลป์ ไทย เช่น เป่าขลุ่ย กลองยาวมโนราห์ รำวงมาตรฐาน - ชมรม / ส่งเสริมกีฬาไทย เช่น หมากรุกไทย ตะกร้อ มวยไทย การส่งเสริมการเล่นแบบไทย - ชมรม/ส่งเสริม การฝึกมารยาทไทย เช่น ยิ้มไหว้ทักทายกัน น้องไหว้พี่ ไหว้สวย มารยาทงามอย่างไทย งาม อย่างไทย ความเคารพอย่างไทย กล่าวคำทักทายตอนเช้า ประกวด มารยาทไทย - กิจกรรมสำนวนไทยวันละคำ / ภาษาไทยวันละคำ - กิจกรรมวันสำคัญทางประเพณีและ วัฒนธรรมทางศาสนาและท้องถิ่น, เช่น วันสารทเดือนสิบวันเข้าพรรษา วันลอยกระทง วันแม่ วันไหว้ครู วัน สงกรานต์ - กิจกรรมทำบุญทุกวันพฤหัสบดี (เส้นทางบุญ) (เส้นทางบุญ) - กิจกรรมส่งเสริมเอกลักษณ์ความ เป็นไทย เช่น อ่านทำนองเสนาะ คัด ลายมือ ใช้ตัวเลขไทย การแสดงของ ไทย - ส่งเสริมการแต่งกายด้วยผ้าไทย ใช้ สินค้าไทย สวมชุดไทย สวมชุด ท้องถิ่นอาทิตย์ละ 1 วัน 	<ul style="list-style-type: none"> - แบบสังเกต -แบบบันทึก -แบบประเมินระดับคะแนน

คุณลักษณะ	วิธีการ	เครื่องมือ
	<p>- ส่งเสริมภูมิปัญญาไทย เช่น นวดแผนไทย</p> <p>***ครูคอยกระตุ้นให้ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมหรือสร้างสรรค์และให้ผู้เรียนจดบันทึกการกระทำที่แสดงออกถึงความมีวินัย รับผิดชอบ แต่ละครึ่งลงในแบบบันทึก</p>	
<p>8.มีจิตสาธารณะ</p> <p>คุณลักษณะเป็นผู้ที่มีลักษณะเป็นผู้ให้ และช่วยเหลือผู้อื่นแบ่งปันความสุข ส่วนตนเพื่อทำ ประโยชน์แก่ส่วนรวม เข้าใจ เห็นใจผู้ที่มีความเดือดร้อน อาสาช่วยเหลือสังคม อนุรักษ์สิ่งแวดล้อมด้วยร่างกาย</p>	<p>จัดกิจกรรม /โครงการ</p> <p>- เข้าร่วมกิจกรรมบำเพ็ญตนในวันสำคัญ เช่น ร่วมกันปลูกต้นไม้วันพีชมงคล วันพ่อ วันแม่ ฯลฯ</p> <p>- ทำความสะอาด/พัฒนา โรงเรียน ชุมชนรอบข้าง</p> <p>- กิจกรรมกำจัดลูกน้ำยุงลาย</p> <p>- กิจกรรมชมรมน้ำใจสาธิตจุฬาฯ (ชื่อโรงเรียน)</p> <p>- กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน,/พี่ช่วยน้องสอนอ่าน/เขียน</p> <p>- บริจาคสิ่งของช่วยเหลือผู้ประสบอุทกภัย</p> <p>***ครูคอยกระตุ้นให้ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมหรือสร้างสรรค์และให้ผู้เรียนจดบันทึกการกระทำที่แสดงออกถึงความมีวินัยรับผิดชอบ แต่ละครึ่งลงในแบบบันทึก</p>	<p>- แบบสังเกต</p> <p>-แบบบันทึก</p> <p>-แบบประเมินระดับคะแนน</p>

สรุป

การพัฒนาคุณลักษณะของผู้เรียนตามมาตรฐานการ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ หมายถึง คุณภาพของผู้เรียนด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมที่กำหนดขึ้นโดยพิจารณาจากสภาพของสังคม และการเปลี่ยนแปลงของโลกยุคปัจจุบัน ซึ่งทำให้มีความจำเป็นต้อเน้นและปลูกฝังลักษณะดังกล่าวให้เกิดขึ้นในตัวผู้เรียนทุกคนเพื่อช่วยให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาในองค์รวมทั้งด้านสติปัญญา และคุณธรรม อันจะนำไปสู่ความเจริญก้าวหน้าและความมั่นคงสงบสุขในสังคมต่อไป

ตอนที่ 4 สื่อและแหล่งการเรียนรู้

ประเภทของสื่อและแหล่งการเรียนรู้

การจัดการเรียนรู้ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานจะเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ให้ผู้เรียนได้ประสบการณ์จริง ฝึกการปฏิบัติให้ทำได้ คิดเป็น ทำเป็น รักการอ่านและเกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง กระบวนการเรียนรู้ของผู้เรียนจึงไม่จำกัดอยู่เฉพาะในห้องเรียนหรือในสถานศึกษา ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้จากสื่อและแหล่งวิทยาการประเภทต่างๆ อย่างหลากหลายและกว้างขวางที่มีอยู่ในบ้าน สถานศึกษา สังคมและโลก รูปแบบของสื่อการเรียนรู้จำเป็นต้องได้รับการพัฒนาให้เอื้อต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนอย่างแท้จริง โดยจะต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามขอบข่ายสาระของกลุ่มวิชาที่กำหนดไว้ในหลักสูตร

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษามุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีความรู้ในเรื่องธรรมชาติของตัวเรา การส่งเสริมสุขภาพและการดำรงสุขภาพที่ดี เน้นการฝึกฝนผู้เรียนจนเกิดทักษะที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิตและสุขภาพ เช่น ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณและสร้างสรรค์การตัดสินใจและแก้ปัญหา การสื่อสารและการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายในด้านสุขภาพ ดังนั้นสื่อการเรียนรู้กลุ่มสุขศึกษาและพลศึกษา จะต้องได้รับการพัฒนาให้สามารถนำไปใช้เพื่อเสริมสร้างให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ และมีคุณลักษณะตามจุดเน้นของกลุ่มสาระดังกล่าว

สื่อการเรียนรู้ในที่นี่มิได้มีความหมายเฉพาะสื่อที่ผู้สอนและผู้เรียนนำมาใช้ในกระบวนการเรียนการสอนในห้องเรียน ที่เรียกว่า “สื่อการเรียนการสอน” เท่านั้น แต่หมายถึงทุกสิ่งทุกอย่างรอบตัวผู้เรียน ไม่ว่าจะเป็นคน สัตว์ สิ่งของเหตุการณ์หรือความคิดก็ตาม ขึ้นอยู่ว่าเราเรียนรู้จากสิ่งนั้นๆ หรือนำสิ่งเหล่านั้นเข้ามาสู่การเรียนรู้ของเราหรือไม่ ปัจจุบันสื่อที่ให้สาระเกี่ยวข้องกับสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษามีอยู่หลายประการ อาจจำแนกเป็นประเภทใหญ่ได้ดังนี้

1. สื่อสิ่งพิมพ์ มีทั้งสิ่งพิมพ์ที่จัดทำขึ้นเพื่อสนองการเรียนรู้ตามหลักสูตรโดยตรง เช่น หนังสือเรียน คู่มือครู แผนการสอน หนังสืออ้างอิง หนังสืออ่านเพิ่มเติม แบบฝึกกิจกรรม ใบงาน ใบความรู้ ฯลฯ และสิ่งพิมพ์ทั่วไปที่สามารถนำมาใช้กระบวนการเรียนรู้ เช่น หนังสือพิมพ์ วารสารวิชาการ นิตยสาร จุลสาร จดหมายข่าว โปสเตอร์ แผ่นพับ แผ่นภาพ เป็นต้น



2. สื่อบุคคล หมายถึง ตัวบุคคลที่ทำหน้าที่ถ่ายทอดสาระความรู้ แนวคิดและวิธีปฏิบัติตนไปสู่บุคคลอื่น นับเป็นสื่อการเรียนรู้ที่มีบทบาทสำคัญ โดยเฉพาะในด้านการโน้มน้าวจิตใจของผู้เรียน สื่อบุคคลอาจเป็นบุคลากรที่มีอยู่ในระบบโรงเรียน เช่น ผู้บริหาร ครูผู้สอน หรือตัวผู้เรียนเอง หรืออาจเป็นบุคลากรภายนอกระบบโรงเรียนที่มีความเชี่ยวชาญในสาขาต่าง ๆ เช่น แพทย์ พยาบาล ตำรวจ นักกีฬา นักสุขศึกษา เป็นต้น ซึ่งสามารถเชิญมาเป็นวิทยากร เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ให้กับผู้เรียน



3. สื่อวัสดุ เป็นสื่อที่เก็บสาระความรู้ไว้ในตัวเอง จำแนกออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

3.1 วัสดุประเภทที่สามารถถ่ายทอดความรู้ได้ด้วยตัวเอง โดยไม่จำเป็นต้องอาศัยอุปกรณ์อื่นช่วย เช่น รูปภาพ หุ่นจำลอง ลูกฟุตบอล กรวย เป็นต้น

3.2 วัสดุประเภทที่ไม่สามารถถ่ายทอดความรู้ได้ด้วยตัวเอง จำเป็นต้องอาศัยอุปกรณ์อื่นช่วย เช่น สไลด์ ภาพยนตร์ เทปบันทึกเสียง ซีดีรอม แผ่นดิสก์ เป็นต้น



4. สื่ออุปกรณ์เทคโนโลยี หมายถึง สิ่งที่เป็นตัวกลางหรือตัวผ่าน ทำให้ข้อมูลหรือความรู้ที่บันทึกในวัสดุสามารถถ่ายทอดออกมาให้เห็นหรือได้ยิน เช่น เครื่องฉายแผ่นโปร่งใส เครื่องฉายสไลด์ เครื่องแยกภาพยนตร์ เครื่องคอมพิวเตอร์ เป็นต้น



5. สื่อธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติในรูปของสิ่งมีชีวิต เช่น พืชผัก ผลไม้ สัตว์ชนิดต่างๆ หรืออยู่ในรูปของปรากฏการณ์หรือเหตุการณ์ที่มีอยู่หรือเกิดขึ้น

รอบตัว เช่น แผ่นดินไหว มลภาวะทางอากาศ ข่าวสารด้านสุขภาพและกีฬา รวมทั้งในรูปของอาคารสถานที่ต่างๆ เช่น ห้องพยาบาล สนามกีฬา ห้องสมุด สถานที่สาธารณะ เป็นต้น



6. สื่อกิจกรรม/ กระบวนการ เป็นกิจกรรมหรือกระบวนการที่จัดขึ้นเพื่อเสริมสร้างประสบการณ์การเรียนรู้ให้กับผู้เรียน

แนวทางการใช้สื่อการเรียนรู้ให้เกิดประโยชน์

เพื่อให้การใช้สื่อเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพผู้สอนควรมีแนวทางดำเนินการดังนี้

1. ศึกษาเนื้อหาสาระในสื่อการเรียนรู้ที่ได้เลือกไว้ เพื่อตรวจสอบว่าเนื้อหา มีความสมบูรณ์ตามที่ต้องการหรือไม่ ถ้าไม่สมบูรณ์จะได้จัดหาหรือจัดทำสื่อชนิดอื่นเพิ่มเติม
2. ทดลองใช้สื่อบางประเภท ซึ่งอาจมีความยุ่งยากในการใช้หรือต้องการทดสอบประสิทธิภาพของสื่อชนิดนั้น ๆ เช่น ลำดับขั้นตอนการนำเสนอสร้างความเข้าใจให้กับผู้เรียนเพียงพอหรือไม่ เหมาะสมกับเวลาเรียนเพียงใด มีส่วนไหนที่ต้องปรับปรุงแก้ไขบ้าง
3. จัดเตรียมอุปกรณ์ เครื่องมือ และสถานที่ให้พร้อม เพื่อจะได้ไม่เสียเวลาในขณะที่ใช้ เพราะการใช้เวลานานเกินไปในการจัดเตรียมเครื่องมือและอุปกรณ์ จะมีผลให้ผู้เรียนมีแรงจูงใจในการเรียนรู้น้อยลง นอกจากนี้ควรตรวจสอบอุปกรณ์และเครื่องมือต่างๆ ให้อยู่ในสภาพที่พร้อมจะใช้งานด้วย
4. เตรียมตัวผู้เรียน การใช้สื่อการเรียนรู้บางอย่างจำเป็นต้องชี้แจงให้ผู้เรียนรู้วัตถุประสงค์หรือผลการเรียนรู้จากการศึกษาโดยใช้สื่อ นั้น ๆ เป็นการให้เรียนรู้อย่างมีเป้าหมาย หากไม่มีการชี้แจงให้รู้ ผู้เรียนอาจได้เพียงความเพลิดเพลินหรือเรียนรู้ไม่ตรงตามเป้าหมาย ย่อมเป็นการใช้สื่อที่ไม่คุ้มค่าและเสียเวลาโดยเปล่าประโยชน์

5. ใช้สื่อการเรียนรู้ตามแผนที่กำหนดไว้ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่ต้องการ ขณะที่ใช้สื่อใด ๆ ก็ตาม จะต้องพิจารณาว่าผู้เรียนมีปฏิกริยาอย่างไร ผู้เรียนรู้ด้วยความสนใจตั้งใจและกระตือรือร้นหรือไม่ ปฏิกริยาของผู้เรียนที่มีต่อสื่อการเรียนรู้สามารถใช้เป็นเครื่องชี้วัดได้ว่า สื่อการเรียนรู้ที่มีความเหมาะสมกับผู้เรียนเพียงใด นอกจากนี้ควรมีการใช้เครื่องมือหรือวิธีการต่าง ๆ ที่จะตรวจสอบว่าสื่อการเรียนรู้ที่ใช้นั้นมีประสิทธิภาพที่จะทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้หรือไม่เพียงใด ซึ่งอาจใช้วิธีการสังเกต การตั้งคำถาม การใช้แบบทดสอบหรือการสอบถามผู้เรียนโดยตรงเกี่ยวกับสื่อการเรียนรู้ที่นำมาใช้

6. ประเมินการใช้สื่อการเรียนรู้ เป็นการนำข้อมูลที่ได้จากการใช้สื่อมาวิเคราะห์ทำให้เกิดความชัดเจนว่ามีความเหมาะสมกับกลุ่มผู้เรียนในระดับใด โดยจะต้องพิจารณาลักษณะทางกายภาพของสื่อ และสาระที่สื่อไปยังผู้เรียน บางครั้งสื่อการเรียนรู้ที่นำมาใช้นั้นอาจมีความเหมาะสมด้านกายภาพ แต่คุณค่าในด้านสาระยังไม่สามารถทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามเป้าหมายการประเมินจะช่วยในการตัดสินใจเลือกและใช้สื่อการเรียนรู้สำหรับการจัดการเรียนการสอนในครั้งต่อไป หรือพัฒนาโดยการดัดแปลง ปรับปรุงแก้ไข จัดทำเพิ่มเติมให้มีความเหมาะสมยิ่งขึ้น

การพัฒนาสื่อการเรียนรู้

เนื่องจากไม่มีสื่อการเรียนรู้ชนิดใดที่มีคุณสมบัติเหมาะสมที่จะสนองจุดมุ่งหมายทุกอย่างได้ดีที่สุด ฉะนั้นในการจัดกระบวนการเรียนรู้ให้กับผู้เรียน บางครั้งผู้สอนก็จำเป็นต้องดัดแปลงหรือปรับปรุงสื่อการเรียนรู้ที่มีอยู่เดิม หรือจัดทำสื่อการเรียนรู้ชิ้นใหม่ เพื่อให้สามารถตอบสนองจุดมุ่งหมายของการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ การพัฒนาสื่อ การเรียนรู้จึงดำเนินการได้ใน 2 ลักษณะ คือ

1. การปรับปรุงสื่อที่มีอยู่ เพื่อให้ได้สาระสมบูรณ์เป็นปัจจุบัน และสอดคล้องกับสถานศึกษา เช่น ผู้สอนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา กำหนดแผนการเรียนรู้ไว้ว่าจะให้ผู้เรียนรู้ได้เรียนรู้เรื่อง โรคภัยใกล้ตัว และเมื่อวิเคราะห์สภาพปัญหาของชุมชนแล้วพบว่าโรคที่กำลังเป็นปัญหาสำหรับเด็กในวัยเรียนรู้ก็คือ โรคพยาธิ จึงทำการศึกษาสำรวจสื่อการเรียนรู้ที่มีอยู่แล้ววิเคราะห์ว่ามีสาระในเรื่องดังกล่าวมาน้อยเพียงใด กรณีที่พบว่าสื่อที่มีอยู่ขาดสาระในเรื่องโรคพยาธิ ก็ดำเนินการจัดทำบทเรียนเสริมเพื่อให้สาระในเรื่องโรคพยาธิ หรือกรณีที่พบว่ามีและควบคุมโรคพยาธิอย่างแท้จริงก็อาจทำใบงาน แบบฝึกกิจกรรม แบบโครงงาน และอื่นๆ เสริมเพิ่มเติม เป็นต้น การพัฒนาสื่อการเรียนรู้ ในลักษณะนี้เป็นทางเลือกหนึ่งที่ผู้สอนจะไปใช้ได้โดยไม่ต้องจัดทำสื่อการเรียนรู้ใหม่ทั้งหมด ซึ่งนอกจากจะสะดวก ทำได้ง่ายแล้วยังประหยัดอีกด้วย

2. การจัดทำสื่อการเรียนรู้ชิ้นใหม่ เช่น หนังสือเรียนรู้ หนังสือค้นคว้า บทเรียนสำเร็จรูป บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน ซีดีรอม สื่อวัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ เป็นต้น

สรุป

สื่อและแหล่งการเรียนรู้พลศึกษา จะต้องมียุทธศาสตร์ประกอบที่สำคัญ เพื่อให้การใช้สื่อได้เกิดประโยชน์สูงสุดกับผู้เรียน คือ

1. สื่อต้องมีความเหมาะสมกับผู้เรียน
2. สื่อต้องมีความสัมพันธ์กับจุดมุ่งหมายและเนื้อหาที่จะสอน
3. เป็นสื่อที่จัดทำง่ายและไม่แพง
4. มีความสะดวกในการนำไปใช้

ตอนที่ 5 การวัดและประเมินผล

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียนต้องอยู่บนหลักการพื้นฐาน 2 ประการ

คือ 1. การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียน 2. เพื่อตัดสินผลการเรียน

มาตรา 26 ให้สถานศึกษาจัดการประเมินผู้เรียนโดยพิจารณาจาก พัฒนาการของผู้เรียน ความประพฤติ การสังเกตพฤติกรรมการเรียน การร่วมกิจกรรมและการทดสอบควบคู่ไปใน กระบวนการเรียนการสอนตามความเหมาะสมของแต่ละระดับและรูปแบบการศึกษา

ในการพัฒนาคุณภาพการเรียนรู้ของผู้เรียนให้ประสบผลสำเร็จนั้น ผู้เรียนจะต้องได้รับการ พัฒนาและประเมินตามตัวชี้วัดเพื่อให้บรรลุตามมาตรฐานการเรียนรู้ สะท้อนสมรรถนะสำคัญ และ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียนซึ่งเป็นเป้าหมายหลักในการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ในทุก ระดับไม่ว่าจะเป็นระดับชั้นเรียน ระดับสถานศึกษา ระดับเขตพื้นที่การศึกษา และระดับชาติ การวัด และประเมินผลการเรียนรู้ เป็นกระบวนการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนโดยใช้ผลการประเมินเป็นข้อมูล และสารสนเทศที่แสดงพัฒนาการ ความก้าวหน้า และความสำเร็จทางการเรียนของผู้เรียน ตลอดจน ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิด การพัฒนาและเรียนรู้อย่างเต็มตามศักยภาพ

ความหมายของการวัดผล Measurement หมายถึง กระบวนการในการหา ปริมาณของ การพัฒนาหรือปริมาณของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากการเรียนการสอน ที่อาจวัดได้อย่างง่าย และเห็นได้ ชัดเจน ไม่ซับซ้อน

ความหมายของการประเมิน Evaluation หมายถึง การนำเอาผลหรือปริมาณที่ได้จากการ วัดผลมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์หรือมาตรฐานอย่างอื่นที่มีลักษณะเดียวกัน เพื่อต้องการดูว่าผู้ถูก ประเมินผลนั้นมีคุณภาพดีหรือไม่ มากน้อยเพียงใด

การวัดและประเมินผลต้องครอบคลุมองค์ประกอบ

1. ความรู้
2. ทักษะต่าง ๆ
3. คุณธรรมจริยธรรม

8 เป้าหมายหลักของการวัดและการประเมินผลทางพลศึกษาและสุขศึกษา

1. เพื่อแบ่งกลุ่มนักเรียน
2. เพื่อวินิจฉัยนักเรียน
3. เพื่อประเมินความก้าวหน้าของนักเรียน
4. เพื่อจูงใจในการเรียน
5. เพื่อประเมินวิธีการสอน
6. เป็นแนวทางในการค้นคว้าวิจัย
7. เพื่อประเมินโครงการสอน
8. เพื่อการให้เกรด

การพิจารณาองค์ประกอบในการตัดสินระดับคะแนน (เกรด) พิจารณาจาก

1. พัฒนาการของผู้เรียน
2. ความประพฤติ
3. การสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียน
4. การเข้าร่วมกิจกรรม
5. การทดสอบ

วิธีการวัดและประเมินผล

1. วัดโดยการให้ปฏิบัติ Performance Test
2. วัดโดยการทดสอบข้อเขียน Written Test
3. วัดโดยการสอบปากเปล่า Oral Test
4. วัดโดยการสังเกต Observation
5. วัดโดยการใช้เครื่องมือในการวัด Instrument Test

วิธีการและเครื่องมือที่ใช้วัดและประเมินผลการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

จุดประสงค์การเรียนรู้	วิธีการ	เครื่องมือ
ด้านความรู้	การเขียน การวาด การสัมภาษณ์ การจดบันทึก	แบบวัด แบบสัมภาษณ์ คำถาม
ด้านเจตคติ	การสังเกต การเขียน การวาด การ สัมภาษณ์	ตารางการประมาณค่า แบบวัด แบบ สัมภาษณ์
ด้านทักษะ/ปฏิบัติ ด้านสมรรถภาพทางกาย	การปฏิบัติ การเขียน การวาด การตั้ง คำถาม	คำถาม แบบทดสอบ แบบวัด ตาราง การประเมินค่า
ด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์	การสังเกต การจดบันทึก การ สัมภาษณ์ การเขียน การวาด	แบบวัด แบบบันทึก แบบสัมภาษณ์ ตารางการประเมินค่า

หลักการประเมินผล

1. การประเมินผลเป็นระยะ Formative Evaluation เริ่มประเมินผลตั้งแต่การเริ่มต้นการเรียนการสอนและทำต่อไปเรื่อย ๆ เป็นประโยชน์ในการประเมินระดับความสัมฤทธิ์ผลในแต่ละด้าน

2. การประเมินผลแบบสรุป Summative Evaluation การประเมินผลในตอนท้ายหรือสิ้นสุดการเรียนการสอน

การจัดสัดส่วนขององค์ประกอบที่นำมาตัดสินผลการเรียน

*** ในแต่ละกลุ่มสาระการเรียนรู้ของสถานศึกษาเป็นผู้กำหนดเอง

- | | |
|---------------------------|------------|
| 1. ความรู้ |คะแนน |
| 2. คุณธรรมจริยธรรม |คะแนน |
| 3. ทักษะ |คะแนน |
| 4. สมรรถภาพทางกาย |คะแนน |
| 5. คุณลักษณะที่พึงประสงค์ |คะแนน |

การประเมินผลแบ่งออกเป็น 2 ด้าน

1. การประเมินด้านปริมาณ Quantitative Measurement ใช้กับการประเมินจำนวนตัวเลขต่าง ๆ ในการเรียนกีฬาประเภทเช่น ฟุตบอล บาสเกตบอล เทเบิลเทนนิส ตัวอย่าง การประเมินทักษะการยิงประตู การเลี้ยงบอลภายในเวลาที่กำหนด

2. การประเมินด้านคุณภาพ Qualitative Measurement ใช้กับการประเมินด้านที่ต้องการดูความถูกต้องของท่าทาง ความสวยงาม ในการเรียนกีฬาประเภท การเดินร่าพื้นเมือง กิจกรรมเข้าจังหวะ การกระโดดน้ำ ยิมนาสติก เป็นต้น

การประเมินตามสภาพจริงหรือการประเมินทางเลือกใหม่ Authentic Assessment and Alternative Assessment

1. การประเมินนักเรียนจากการลงมือกระทำหรือปฏิบัติ หรือแสดงออกถึงความเข้าใจ และเพื่อแสดงออกถึงทักษะจากการเรียนรู้ตลอดจนกระบวนการหรือวิธีการที่นักเรียนใช้

2..เป็นแนวทางที่จะบอกผู้เรียนได้ว่านักเรียนเรียนรู้ได้อย่างไรและบอกได้ว่านักเรียนได้เรียนรู้อะไรบ้างแล้ว

3. เครื่องมือและวิธีการที่ใช้มีมากมายหลากหลายรูปแบบ สามารถเลือกนำมาใช้ให้เหมาะสมกับกระบวนการเรียนการสอน

ทักษะที่ควรประเมินในการประเมินตามสภาพจริง

1. ทักษะด้านความรู้ Knowledge Skills

1.1 มีความรู้ในวิชาที่เรียน

1.2 สามารถใช้ความรู้ภาคทฤษฎีสู่การปฏิบัติ

1.3 สามารถระบุ วัด จัดระบบและสื่อความรู้ได้ทั้งการพูดและการเขียน

2. ทักษะด้านความคิด Thinking Skills

2.1 สามารถคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณ

2.2 สามารถคิดอย่างอิสระ

2.3 สามารถคิดอย่างสร้างสรรค์และจินตนาการ

2.4 สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง

2.5 สามารถประเมินตนเองตามความเป็นจริง

2.6 สามารถหาวิธีแก้ปัญหาได้

3. ทักษะส่วนบุคคล Personal Skills

3.1 สามารถและต้องการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง

3.2 สามารถวางแผนและสัมฤทธิ์ผลตามเป้าหมายทั้งเรื่องส่วนตัวและอาชีพ

3.3 สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้

4. ลักษณะส่วนบุคคล Personal Attributes

4.1 มีความอดทนและซื่อสัตย์

4.2 รู้จักรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น

5. ทักษะภาคปฏิบัติ Practical Skills

5.1 สามารถรวบรวม สัมพันธ์ แสดง วิเคราะห์ และรายงานผลการศึกษได้

5.2 สามารถประยุกต์ผลการทดลองสู่สถานการณ์ใหม่ได้

5.3 สามารถทดสอบสมมติฐานการทดลองได้

การประเมินด้วยแฟ้มสะสมผลงาน Portfolio Assessment เป็นแฟ้มสะสมงาน ความคิด ความสนใจหรือชิ้นงานที่ถือว่าประสบผลสำเร็จมากที่สุด

1. เปิดโอกาสให้นักเรียนได้สร้างสรรค์แฟ้มสะสมผลงาน

2. แสดงถึงการรวบรวมองค์ความรู้ในเรื่องนั้น

เกณฑ์การวัดและประเมินผลการเรียน

1. การตัดสิน การให้ระดับและการรายงานผลการเรียน

1.1 การตัดสินผลการเรียน

ในการตัดสินผลการเรียนของกลุ่มสาระการเรียนรู้ การอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนนั้น ผู้สอนต้องคำนึงถึงการพัฒนาผู้เรียนแต่ละคนเป็นหลัก และต้องเก็บข้อมูลของผู้เรียนทุกด้านอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องในแต่ละภาคเรียน รวมทั้งสอนซ่อมเสริมผู้เรียนให้พัฒนาจนเต็มตามศักยภาพ

ระดับประถมศึกษา

(1) ผู้เรียนต้องมีเวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 ของเวลาเรียนทั้งหมด

(2) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินทุกตัวชี้วัด และผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษา

กำหนด

(3) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินผลการเรียนทุกรายวิชา

(4) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมิน และมีผลการประเมินผ่านตามเกณฑ์ที่

สถานศึกษากำหนด ในการอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

การพิจารณาเลื่อนชั้นทั้งระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา ถ้าผู้เรียนมีข้อบกพร่องเพียงเล็กน้อย และสถานศึกษาพิจารณาเห็นว่าสามารถพัฒนาและสอนซ่อมเสริมได้ ให้อยู่ในดุลพินิจของสถานศึกษาที่จะผ่อนผันให้เลื่อนชั้นได้ แต่หากผู้เรียนไม่ผ่านรายวิชาจำนวนมาก และมีแนวโน้มว่าจะเป็นปัญหาต่อการเรียนในระดับชั้นที่สูงขึ้น สถานศึกษาอาจตั้งคณะกรรมการพิจารณาให้เรียนซ้ำชั้นได้ ทั้งนี้ให้คำนึงถึงวุฒิภาวะและความรู้ความสามารถของผู้เรียนเป็นสำคัญ

1.2 การให้ระดับผลการเรียน

ระดับประถมศึกษา ในการตัดสินเพื่อให้ระดับผลการเรียนรายวิชา สถานศึกษาสามารถให้ระดับผลการเรียนหรือระดับคุณภาพการปฏิบัติของผู้เรียน เป็นระบบตัวเลข ระบบตัวอักษร ระบบร้อยละ และระบบที่ใช้คำสำคัญสะท้อนมาตรฐาน

การประเมินการอ่าน คติวิเคราะห์และเขียน และคุณลักษณะอันพึงประสงค์นั้น ให้ระดับผลการประเมินเป็น ดีเยี่ยม ดี และผ่าน

การประเมินกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน จะต้องพิจารณาทั้งเวลาการเข้าร่วมกิจกรรม การปฏิบัติกิจกรรมและผลงานของผู้เรียน ตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด และให้ผลการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นผ่าน และไม่ผ่าน

1.3 การรายงานผลการเรียน

การรายงานผลการเรียนเป็นการสื่อสารให้ผู้ปกครองและผู้เรียนทราบความก้าวหน้าในการเรียนรู้ของผู้เรียน ซึ่งสถานศึกษาต้องสรุปผลการประเมินและจัดทำเอกสารรายงานให้ผู้ปกครองทราบเป็นระยะๆ หรืออย่างน้อยภาคเรียนละ ๑ ครั้ง

การรายงานผลการเรียนสามารถรายงานเป็นระดับคุณภาพการปฏิบัติของผู้เรียนที่สะท้อนมาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้

2. เกณฑ์การจบการศึกษา

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน กำหนดเกณฑ์กลางสำหรับการจบการศึกษาเป็น 3 ระดับ คือ ระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

2.1 เกณฑ์การจบระดับประถมศึกษา

(1) ผู้เรียนเรียนรายวิชาพื้นฐาน และรายวิชา/กิจกรรมเพิ่มเติมตามโครงสร้างเวลาเรียน ที่หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานกำหนด

(2) ผู้เรียนต้องมีผลการประเมินรายวิชาพื้นฐาน ผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด

(3) ผู้เรียนมีผลการประเมินการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียนในระดับผ่านเกณฑ์ การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด

(4) ผู้เรียนมีผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในระดับผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด

(5) ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนและมีผลการประเมินผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด

เกณฑ์การประเมิน Rubric Assessment

บุญเรียง ขจรศิลป์ ได้ให้ความหมายคำว่า rubric หมายถึง กฎ หรือกติกา rule ส่วนคำว่า rubric assessment นั้นหมายถึง แนวทางการให้คะแนน scoring guide ซึ่งสามารถแยกแยะระดับ

ต่าง ๆ ของความสำเร็จในการเรียนหรือการปฏิบัติของนักเรียนได้อย่างชัดเจนจากดี่มากไปจนถึงต้องปรับปรุงแก้ไข

เกณฑ์การให้คะแนนภาพรวม Holistic Rubric

เป็นแนวทางการให้คะแนนโดยพิจารณาจากภาพรวมของชิ้นงาน หรือการปฏิบัติ โดยจะมีคำอธิบายลักษณะของงานนั้นอย่างชัดเจน เหมาะที่จะใช้ในการประเมินทักษะการเขียน ความต่อเนื่อง ความคิดสร้างสรรค์ และความสละสลวยของภาษาที่เขียนได้ ส่วนใหญ่จะประกอบด้วย 3 – 6 เกณฑ์ เนื่องจากการใช้ 3 เกณฑ์นั้นง่ายต่อการกำหนดรายละเอียด

เกณฑ์การประเมินการเขียน

ยอดเยี่ยม 4	ดี 3	พอใช้ 2	ควรปรับปรุง 1
แนวคิดต้นตื้นดีน่าสนใจมาก	แนวคิดดีมาก	แนวคิดใช้ได้	แนวคิด น่าเบื่อหน่าย
ช่วยให้ผู้อ่านเกิดภาพที่ชัดเจนมาก	ช่วยให้ผู้อ่านเกิดภาพที่ชัดเจน	ช่วยให้ผู้อ่านเกิดภาพที่ชัดเจนเล็กน้อย	ไม่ได้ช่วยให้ผู้อ่านเกิดภาพ
มีการเริ่มต้นและจบลงอย่างยอดเยี่ยม	มีการเริ่มต้นและจบลง อย่างดี	มีการเริ่มต้นและจบลงใน ระดับใช้ได้	ไม่มีการเริ่มต้นและ/หรือ จบลง

เกณฑ์การให้คะแนนแยกส่วน Analytic Rubric

เป็นแนวทางการให้คะแนนโดยพิจารณาจากแต่ละส่วนของงาน ซึ่งแต่ละส่วนจะต้องกำหนดแนวทางการให้คะแนน โดยมีคำนิยามหรือคำอธิบายลักษณะของงานในส่วนนั้น ๆ ได้อย่างชัดเจน ส่วนใหญ่จะใช้

1. แบบตรวจสอบรายการ Checklist
2. แบบประมาณค่า Rating Scales

สรุป

การวัดและประเมินผล เป็นกระบวนการหาปริมาณของการพัฒนาหรือปริมาณของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากการเรียนการสอน ที่อาจวัดได้อย่างง่าย และเห็นได้ชัดเจน ไม่ซับซ้อน และนำเอาผลหรือปริมาณที่ได้จากการวัดผลมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์หรือมาตรฐานอย่างอื่นที่มีลักษณะเดียวกัน เพื่อต้องการดูว่าผู้ถูกประเมินผลนั้นมีคุณภาพดีหรือไม่ มากน้อยเพียงใด

ใบงานที่ 1

ชื่อหลักสูตร สุขศึกษาและพลศึกษา

เรื่องที่ 1.1 การวิเคราะห์หลักสูตรและสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

คำสั่ง ให้จัดทำตารางวิเคราะห์หลักสูตรและสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

คำแนะนำ ศึกษาตัวอย่างตารางวิเคราะห์ฯ

ใบงานที่ 2

ชื่อหลักสูตร สุขศึกษาและพลศึกษา

คำสั่ง ให้วิเคราะห์คุณค่าของกิจกรรมการออกกำลังกาย เกม กีฬาที่ใช้สอนในแต่ละระดับชั้นเรียนโดยใช้หลักเกณฑ์ดังต่อไปนี้

1. เป็นกิจกรรมที่สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ พันธกิจ และจุดมุ่งหมายของหลักสูตรโรงเรียน
2. เป็นกิจกรรมที่กำหนดตามสาระและมาตรฐานการเรียนรู้
3. เป็นกิจกรรมที่ทำทหายความสามารถของผู้เรียน
4. เป็นกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างเต็มศักยภาพ
5. เป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม และอุปกรณ์ที่สามารถจัดหาได้ในโรงเรียน

คำแนะนำ ให้นำกิจกรรมการออกกำลังกาย เกม กีฬาที่มีในหลักสูตรของโรงเรียนตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 – 6 มาวิเคราะห์คุณค่า ความหลากหลาย ตามเกณฑ์คำสั่ง

ใบงานที่ 3

ชื่อหลักสูตร สุขศึกษาและพลศึกษา

คำสั่ง ให้อธิบายคุณลักษณะของผู้เรียนตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษา สุขศึกษาที่ควรพัฒนา
ว่ามีด้านใดบ้าง

คำแนะนำ ศึกษาเอกสารข้างต้น

ใบงานที่ 4

ชื่อหลักสูตร สุขศึกษาและพลศึกษา

คำสั่ง ให้ระบุแหล่งการเรียนรู้จากสื่ออินเทอร์เน็ตที่เชื่อถือได้และสอดคล้องกับสาระการเรียนรู้ พลศึกษา สุขศึกษา

คำแนะนำ ศึกษาแหล่งเรียนรู้แหล่งการเรียนรู้จากหน่วยงานราชการและองค์กร รายงานการวิจัย แบ่งแหล่งการเรียนรู้จากเว็บไซต์ออกเป็น 2 ประเภท คือ ประเภทแหล่งของการเรียนรู้ที่สามารถนำมาใช้ได้ทันที และประเภทต้องคัดเลือกข้อมูลให้มีเนื้อหาเหมาะสม

ใบงานที่ 5

ชื่อหลักสูตร สุขศึกษาและพลศึกษา

เรื่องที่ 5.1 การวัดและประเมินผลพลศึกษา สุขศึกษาตามสภาพจริง

คำสั่ง ให้ออกแบบการประเมินผลตามสภาพจริง ด้านทักษะพิสัย ในสาระการเรียนรู้พลศึกษา สุขศึกษา เรื่องความสะอาดของร่างกายแบบ Rubric Score

คำแนะนำ ศึกษาจากตัวอย่างการทำการประเมินผลตามสภาพจริงข้างต้น