

แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

# เพื่อพัฒนาทักษะการคิด

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

## กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ระดับมัธยมศึกษา

ฉบับปรับปรุง



สุขศึกษาและพลศึกษา



สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน  
กระทรวงศึกษาธิการ

แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด  
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

# กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ระดับมัธยมศึกษา

กลุ่มพัฒนากระบวนการเรียนรู้  
สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

๒๕๕๕

**แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด  
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑  
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ระดับมัธยมศึกษา**

<b>สงวนลิขสิทธิ์</b>	กลุ่มพัฒนากระบวนการเรียนรู้ สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ
<b>พิมพ์ครั้งที่ ๒</b>	๒๕๕๕
<b>จำนวนพิมพ์</b>	๔,๐๐๐ เล่ม
<b>ผู้จัดพิมพ์</b>	กลุ่มพัฒนากระบวนการเรียนรู้ สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ
<b>พิมพ์ที่</b>	โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด ๗๙ ถนนงามวงศ์วาน แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร ๑๐๙๐๐ โทร. ๐-๒๕๖๑-๔๕๖๗ โทรสาร ๐-๒๕๖๙-๕๑๐๑ นายโชคดี ออสุวรรณ ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา

## คำนำ

ตามที่กระทรวงศึกษาธิการได้ประกาศใช้หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ การจัดการเรียนรู้ในหลักสูตรดังกล่าว ได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาผู้เรียน ทางด้านการคิดและกำหนดไว้เป็นสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียน ด้วยถือว่าเป็นทักษะที่จะนำไปสู่ การสร้างความรู้และการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษา ขั้นพื้นฐาน จึงมีนโยบายส่งเสริมให้มีการนำทักษะการคิดลงสู่การปฏิบัติในห้องเรียนอย่างเป็นรูปธรรม ด้วยการจัดทำแนวทางการจัดการกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิดบูรณาการใน ๘ กลุ่มสาระ การเรียนรู้ สอดคล้องตามตัวชี้วัดและธรรมชาติของแต่ละกลุ่มสาระการเรียนรู้ ตามหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ สำหรับเป็นแนวทางให้ครูผู้สอนนำไปใช้ในการจัดการกิจกรรม การเรียนรู้ในการจัดทำเอกสารได้แยกเป็นรายชั้น คือระดับประถมศึกษา ๑ เล่ม และระดับมัธยมศึกษา ๑ เล่ม รวมเอกสารแนวทางการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิดทั้งหมดมี ๑๖ เล่ม

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานจึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่า เอกสารแนวทางการ จัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ นี้ จะเป็นประโยชน์ต่อสถานศึกษา ครู อาจารย์ และผู้ที่สนใจนำไปใช้ในการ พัฒนาผู้เรียนให้เกิดทักษะการคิด อีกทั้งขอขอบคุณทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการจัดทำเอกสารนี้ ให้สำเร็จลุล่วงด้วยดี



(นายชินภัทร ภูมิรัตน)

เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

## คำชี้แจง

แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด ตามหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ นี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อเสนอแนวทางการจัดกิจกรรม การเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด ซึ่งเป็นสมรรถนะหลักสมรรถนะหนึ่งตามหลักสูตรแกนกลางฯ ที่สอดคล้องตามตัวชี้วัดและธรรมชาติของแต่ละกลุ่มสาระการเรียนรู้ สำหรับครูผู้สอนเลือกนำไปใช้ ในการจัดการเรียนรู้ ๘ กลุ่มสาระการเรียนรู้ ให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่องและเกิดทักษะ ทางด้านการคิด สำหรับเอกสารนี้ใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ระดับมัธยมศึกษา

**สาระสำคัญในแนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิดฯ ประกอบด้วย ๓ ส่วน ดังนี้**

### **๑. การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิด** มีองค์ประกอบดังนี้

**๑.๑ สาระ มาตรฐาน การเรียนรู้/ตัวชี้วัด** ของกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่กำหนด ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

**๑.๒ ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้** เป็นการวิเคราะห์จากตัวชี้วัดให้เห็นว่าในแต่ละตัวชี้วัด ผู้เรียนควรจะมีรู้อะไรบ้าง และสามารถปฏิบัติสิ่งใดได้บ้าง

**๑.๓ ทักษะการคิด** เป็นการวิเคราะห์ทักษะการคิดที่สัมพันธ์กับตัวชี้วัดในแต่ละตัว ซึ่งเป็นกระบวนการสำคัญที่จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการคิดไปสู่การสร้างชิ้นงาน/ภาระงานได้สอดคล้อง ตามมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

**๑.๔ ชิ้นงาน/ภาระงาน** เป็นการวิเคราะห์ชิ้นงาน/ภาระงานที่สะท้อนความสามารถ ของผู้เรียนจากการใช้ความรู้ และทักษะการคิดที่กำหนดไว้ซึ่งสอดคล้องตามตัวชี้วัด

**๑.๕ แนวการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด** เป็นการระบุกระบวนการ ของการคิด ที่จะนำไปจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาให้ผู้เรียนเกิดทักษะการคิดตามที่วิเคราะห์ได้จากตัวชี้วัด

### **๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด** มีองค์ประกอบดังนี้

**๒.๑ ตัวชี้วัด** เป็นการวิเคราะห์ความสัมพันธ์/เชื่อมโยงของแต่ละชี้วัดที่สามารถ นำมาจัดกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมกันได้ในแต่ละชั้นปี/ภาคเรียนซึ่งอาจมาจากกลุ่มสาระการเรียนรู้เดียวกัน หรือต่างกลุ่มสาระการเรียนรู้ ตัวชี้วัดบางตัวอาจต้องฝึกซ้ำ เพื่อให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาด้านทักษะ การคิดให้สอดคล้องตามมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

**๒.๒ ความคิดรวบยอด** เป็นการวิเคราะห์แก่นความรู้แต่ละตัวชี้วัด ที่ผู้เรียนจะได้รับจากการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ตามตัวชี้วัดใน ข้อ ๒.๑

**๒.๓ สารการเรียนรู้** เป็นสารการเรียนรู้ที่นำมาใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามตัวชี้วัด

**๒.๔ ทักษะการคิด** เป็นทักษะการคิดที่นำมาพัฒนาผู้เรียนให้สอดคล้องตามมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด ที่วิเคราะห์ไว้ตามข้อ ๒.๑

**๒.๕ ชิ้นงาน/ภาระงาน** เป็นชิ้นงาน/ภาระงานที่สะท้อนความสามารถของผู้เรียน และทักษะการคิดตามตัวชี้วัด ที่นำมาจัดกิจกรรมรวมกัน

**๒.๖ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้** เป็นเทคนิค/วิธีการสอนที่จะใช้ในการพัฒนาผู้เรียน และนำไปสู่การสร้างชิ้นงาน/ภาระงาน และสอดแทรกด้วยการใช้กระบวนการพัฒนาทักษะการคิดที่กำหนดไว้ให้ครบถ้วนตามข้อ ๒.๔

อนึ่ง การวิเคราะห์ความสัมพันธ์/เชื่อมโยงของแต่ละตัวชี้วัดเพื่อจัดกลุ่มสำหรับนำมาจัดกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมกันตามข้อ ๒ เป็นการเสนอเพื่อเป็นตัวอย่าง ในทางปฏิบัติครูผู้สอนสามารถปรับเปลี่ยนหรือพัฒนาเพิ่มเติมได้ตามความเหมาะสม ทั้งนี้เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อผู้เรียนในการพัฒนาทักษะการคิด

**๓. ตัวอย่างการจัดทำหน่วยการเรียนรู้** เป็นการนำผลการวิเคราะห์การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด ข้อ ๒.๑-๒.๖ สู่การออกแบบหน่วยการเรียนรู้ โดยวิธีการคิดแบบย้อนกลับ (Backward Design) ใน ๓ ขั้นตอน ดังนี้

- การกำหนดเป้าหมายการเรียนรู้
- การกำหนดหลักฐานการเรียนรู้
- การจัดกิจกรรมการเรียนรู้



# สารบัญ

หน้า

คำนำ

คำชี้แจง

สารบัญ

สรุปทักษะการคิดจากการวิเคราะห์ตามตัวชี้วัดที่นำมาใช้ในการพัฒนาผู้เรียนในแต่ละระดับชั้น

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

๑

    การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิด

๓

    การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด

๑๗

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

๓๑

    การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิด

๓๓

    การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด

๔๙

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

๖๓

    การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิด

๖๕

    การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด

๘๑

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖

๙๗

    การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิด

๙๙

    การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด

๑๑๗

ตัวอย่างหน่วยการเรียนรู้

๑๓๗

ภาคผนวก

๑๕๙

คณะทำงาน

๑๖๕

สรุปทักษะการคิดจากการวิเคราะห์ตามตัวชีวิตที่นำมาใช้ในการพัฒนาผู้เรียนในแต่ละระดับชั้น  
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ม.๔-๖

ทักษะการสร้างความรู้ ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้ ทักษะการวิเคราะห์  
ทักษะการเปรียบเทียบ ทักษะกระบวนการคิดตัดสินใจ ทักษะการนำ  
ความรู้ไปใช้ ทักษะกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ทักษะการสังเคราะห์  
\*ทักษะกระบวนการคิดแก้ปัญหา

ม.๓

ทักษะการเปรียบเทียบ ทักษะการวิเคราะห์ ทักษะการสร้างความรู้  
ทักษะการนำความรู้ไปใช้ ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้ ทักษะการรวบรวมข้อมูล  
ทักษะกระบวนการคิดตัดสินใจ ทักษะการประเมิน \*ทักษะกระบวนการคิด  
สร้างสรรค์ \*ทักษะกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

ม.๒

ทักษะการวิเคราะห์ ทักษะการให้เหตุผล ทักษะการสร้างความรู้ \*ทักษะการสังเคราะห์  
ทักษะการนำความรู้ไปใช้ \*ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้ ทักษะการให้เหตุผล  
ทักษะกระบวนการแก้ปัญหา ทักษะการสรุปลงความเห็น ทักษะการสำรวจค้นหา  
ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ทักษะการระบุ ทักษะการประเมิน ทักษะการสำรวจ  
ทักษะกระบวนการคิดตัดสินใจ

ม.๑

\*ทักษะการวิเคราะห์ ทักษะการเชื่อมโยง ทักษะการนำความรู้ไปใช้ ทักษะการสรุปอ้างอิง  
ทักษะกระบวนการคิดตัดสินใจ ทักษะการสร้างความรู้ ทักษะการตีความ \*ทักษะการประเมิน  
ทักษะการเปรียบเทียบ ทักษะการสำรวจ ทักษะการระบุ ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้  
\*ทักษะการสรุปลงความเห็น

\* ทักษะการคิดที่เป็นจุดเน้นการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน





## ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

- ◆ การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนากิจกรรมการคิด
- ◆ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนากิจกรรมการคิด



## ❖ การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิด

การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิดเป็นการนำตัวชี้วัดกลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ จาก ๕ สาระ ๖ มาตรฐาน จำนวน ๒๓ ตัวชี้วัด มาวิเคราะห์รายตัวชี้วัดใน ๔ ประเด็น คือ ตัวชี้วัดแต่ละตัวผู้เรียนควรมีความรู้อะไรบ้างและ ทำอะไรได้ ทักษะการคิด ชี้นำงาน/ภาระงาน และแนวการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด ในแต่ละประเด็นจะมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันและสะท้อนคุณภาพผู้เรียนตามตัวชี้วัด



## สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

### มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. อธิบาย ความสำคัญ ของระบบ ประสาท และระบบ ต่อมไร้ท่อ ที่มีผลต่อ สุขภาพ การเจริญ เติบโตและ พัฒนาการ ของวัยรุ่น	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ความสำคัญของระบบ ประสาทและระบบต่อมไร้ท่อ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และ พัฒนาการของวัยรุ่น <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ดูแลรักษาสุขภาพ เพื่อให้ระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อ ทำงานตามปกติ	ทักษะ การวิเคราะห์	แผนผังความคิด แผนภูมิความ สำคัญของ ระบบประสาท และต่อมไร้ท่อ	๑. ศึกษาองค์ประกอบและ หน้าที่ของระบบประสาทและ ต่อมไร้ท่อจากสื่อการเรียนรู้ ๒. จำแนกองค์ประกอบ และหน้าที่ของระบบประสาท และต่อมไร้ท่อ ๓. อธิบายความสัมพันธ์ของ ระบบประสาทและต่อมไร้ท่อ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญ เติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น ๔. สรุปองค์ความรู้ที่ได้เป็น แผนผังความคิด/แผนภูมิ
๒. อธิบายวิธี ดูแลรักษา ระบบ ประสาท และระบบ ต่อมไร้ท่อ ให้ทำงาน ตามปกติ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> วิธีการดูแลรักษาระบบ ประสาทและต่อมไร้ท่อ ให้ทำงานตามปกติ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ปฏิบัติตนในการดูแล รักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อ ให้ทำงานตามปกติ	๑. ทักษะ การเชื่อมโยง ๒. ทักษะ การสรุปอ้างอิง	รายงานวิธีการ ดูแลระบบ ประสาทและ ต่อมไร้ท่อ	๑. พิจารณาข้อมูลการดูแล ระบบประสาทและต่อมไร้ท่อ จากสื่อการเรียนรู้ ๒. เลือกวิธีการดูแลรักษา ระบบประสาทและระบบ ต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ ๓. อธิบายความสัมพันธ์ของ การดูแลระบบประสาท และต่อมไร้ท่อให้ทำงาน ตามปกติ โดยเชื่อมโยง ประสบการณ์เดิมกับ ความรู้ใหม่ที่ได้รับ ๔. สรุปเป็นองค์ความรู้

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๓. วิเคราะห์ ภาวะการ เจริญเติบโต ทางร่างกาย ของตนเอง กับเกณฑ์ มาตรฐาน	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ภาวะการเจริญเติบโต ทางร่างกายของตนเอง ตามเกณฑ์มาตรฐาน และปัจจัยที่เกี่ยวข้อง <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เลือกรับประทานอาหาร ให้เหมาะสมและออกกำลังกาย เพื่อการเจริญเติบโต ตามเกณฑ์มาตรฐาน	ทักษะ การวิเคราะห์	๑. บันทึกข้อมูล สุขภาพตนเอง ๒. กราฟแสดง พัฒนาการ	๑. ศึกษาข้อมูลน้ำหนัก ส่วนสูงของตนเอง ๒. เปรียบเทียบน้ำหนัก ส่วนสูงกับเกณฑ์มาตรฐาน เด็กไทย ๓. วิเคราะห์ผลการ เปรียบเทียบการเจริญเติบโต ของตนเอง ๔. นำผลการวิเคราะห์มาสรุป ในบันทึกสุขภาพของตนเอง เป็นกราฟแสดงพัฒนาการ
๔. แสวงหา แนวทาง ในการพัฒนา ตนเองให้ เจริญเติบโต สมวัย	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> แนวทางการพัฒนาตนเอง ให้เจริญเติบโตสมวัย <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> พัฒนาการเจริญเติบโต ให้เหมาะสมกับวัยตามเกณฑ์ มาตรฐาน	ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้	รายงานผล การใช้แผน พัฒนาตนเอง ให้เจริญเติบโต สมวัย	๑. ทบทวนความรู้ในเรื่อง เกี่ยวกับการเจริญเติบโต ที่สมวัย ๒. ดำรงแนวทางการพัฒนา การเจริญเติบโตของตนเอง ๓. รวบรวมข้อมูลที่ได้จาก การสำรวจ/สืบค้นไปกำหนด แผนพัฒนาตนเองให้ เจริญเติบโตสมวัย ๔. รายงานผลการใช้แผน พัฒนาตนเองให้เจริญเติบโต สมวัย

## สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

### มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ และวิธีการปรับตัวอย่างเหมาะสม <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ปฏิบัติตนในการดูแลตนเองและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงได้อย่างเหมาะสมกับวัย	๑. ทักษะการสรุปอ้างอิง ๒. ทักษะการเชื่อมโยง	รายงานวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ	๑. สังเกตการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศของตนเอง ๒. อธิบาย/สรุปการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ ๓. ขยายข้อมูลจากสิ่งที่สังเกตได้ออกไป โดยการนำข้อมูลมากำหนดวิธีในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศของตนเอง ๔. สรุปความคิดเห็นการปรับตัวของตนเอง
๒. แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ทักษะการปฏิเสธตามสถานการณ์เพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> หลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	ทักษะกระบวนการคิดตัดสินใจ	บทบาทสมมติ การใช้ทักษะปฏิเสธในสถานการณ์ต่าง ๆ	๑. กำหนดสถานการณ์ที่ต้องตัดสินใจเกี่ยวกับการถูกล่วงละเมิดทางเพศ ๒. ระบุทางเลือกเกี่ยวกับการใช้ทักษะปฏิเสธ ๓. การวิเคราะห์ทางเลือกในการใช้ทักษะการปฏิเสธ ๔. การจัดระดับทางเลือกในการใช้ทักษะการปฏิเสธ ๕. การเลือกทางเลือก (การตัดสินใจเลือกใช้ทักษะการปฏิเสธ) ๖. ใช้ทักษะปฏิเสธในการแสดงบทบาทสมมติในสถานการณ์ต่าง ๆ

**สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล**  
**มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา**

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. เพิ่มพูน ความสามารถ ของตน ตามหลักการ เคลื่อนไหว ที่ใช้ทักษะ กลไกและ ทักษะพื้นฐาน ที่นำไปสู่การ พัฒนาทักษะ การเล่นกีฬา	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> หลักการเพิ่มพูนความ สามารถในการเคลื่อนไหวที่ ใช้ทักษะกลไก และทักษะ พื้นฐาน จะนำไปสู่การพัฒนา ทักษะการเล่นกีฬา <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> สามารถใช้ทักษะกลไก และทักษะพื้นฐานในการ เล่นกีฬา	ทักษะ การสร้างความรู้	แผนผังความคิด เรื่องความสำคัญ ของการ ออกกำลังกายที่ นำไปสู่การพัฒน ทักษะการ เล่นกีฬา	๑. ทบทวนความรู้เดิม เกี่ยวกับการเคลื่อนไหว ที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะ พื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนา ทักษะการเล่นกีฬา ๒. ศึกษาหลักการเพิ่มพูน ความสามารถในการ เคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไก และทักษะพื้นฐาน โดยใช้วิธีการค้นคว้าจาก แหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย ๓. เชื่อมโยงความรู้ใหม่กับ ความรู้เดิมที่มีความหมาย ในการพัฒนาตน ๔. นำเสนอ/อธิบาย ความรู้ใหม่ที่ได้สร้างขึ้น ๕. ฝึกปฏิบัติตามความรู้ ที่ได้จากการศึกษาและ ใช้ในการพัฒนาตนเอง
๒. เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล ประเภท บุคคลและทีม โดยใช้ทักษะ พื้นฐานตาม ชนิดกีฬา อย่างละ ๑ ชนิด	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การเล่นกีฬาไทยและ กีฬาสากล ประเภทบุคคล และทีมตามทักษะพื้นฐาน ของชนิดกีฬาที่เล่น <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เล่นกีฬาไทย เช่น กระบี่ ดาบสองมือ ตะกร้อ กีฬาสากล เช่น แฮร์บอล เทเบิลเทนนิส วายน้ำ ฟุตบอล บาสเกตบอล ฯลฯ	ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้	ปฏิบัติการเล่น กีฬา และแสดง แผนการรับและ การรุกตามกฎ ของกีฬาที่เล่น	๑. ทบทวนความรู้และทักษะ การเล่นกีฬาไทยและ กีฬาสากลประเภทบุคคล และทีม โดยใช้ทักษะพื้นฐาน ตามชนิดกีฬา ๒. ศึกษาความเหมือนของ ทักษะพื้นฐานของกีฬาใหม่ กับกีฬาเดิมที่เคยเรียนรู้ ๓. นำความรู้และทักษะที่เกิดจาก ความเข้าใจไปใช้ในการเล่นกีฬา



ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๓. ร่วมกิจกรรม นันทนาการ อย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำหลัก ความรู้ที่ได้ ไปเชื่อมโยง สัมพันธ์กับ วิชาอื่น ๆ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ความรู้และหลักการของ กิจกรรมนันทนาการสามารถ เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่นๆ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ๑. ร่วมปฏิบัติกิจกรรม นันทนาการ ๒. นำความรู้ และหลักการ ของกิจกรรมนันทนาการไป เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น	ทักษะ การเชื่อมโยง	ปฏิบัติกิจกรรม นันทนาการ และนำความรู้ ไปบูรณาการ กับวิชาการอื่น ๆ	๑. พิจารณาข้อมูลกิจกรรม นันทนาการ ๒. เลือกกิจกรรมนันทนาการ ที่เกี่ยวข้องและมีความหมาย สอดคล้องกับวิชาอื่น ๆ โดยอาศัยประสบการณ์เดิม และแสวงหาความรู้และ ข้อมูลใหม่ ๓. อธิบายความสัมพันธ์และ ความหมายของข้อมูลและ กิจกรรมที่นำมาเชื่อมโยงกัน ๔. ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ และนำหลักความรู้ไปเชื่อมโยง สัมพันธ์กับวิชาอื่น ๆ

### สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. อธิบาย ความสำคัญ ของการ ออกกำลังกาย และเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิต ที่มีสุขภาพดี	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ความสำคัญของการ ออกกำลังกายและเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ออกกำลังกายและเล่น กีฬาที่ตนเองชอบ	ทักษะ การตีความ	เขียนแผนภาพ ความสำคัญของการ ออกกำลังกาย และเล่นกีฬา	๑. ศึกษาข้อมูลความสำคัญ ของการออกกำลังกายและ วิถีชีวิตที่มีสุขภาพดีให้เข้าใจ ๒. หาความหมายข้อมูลของ องค์ประกอบที่แสดงถึงความ สำคัญของการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬารวมทั้ง องค์ประกอบของวิถีชีวิตที่มี สุขภาพดี ๓. เชื่อมโยงข้อมูลระหว่าง ความสำคัญของการ ออกกำลังกายกับสุขภาพที่ดี ๔. ระบุความหมาย อธิบาย เหตุผลที่แสดงถึงความสำคัญ ของการออกกำลังกายและ เล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มี สุขภาพดี
๒. ออกกำลังกาย และเลือก เข้าร่วม เล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจ อย่างเต็ม ความสามารถ พร้อมทั้ง มีการประเมิน การเล่น ของตนเองและ ผู้อื่น	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การออกกำลังกาย และการเลือกเข้าร่วม เล่นกีฬา <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เลือกวิธีการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาตามความถนัด และความสนใจได้พร้อมทั้ง มีการประเมินการเล่นของ ตนเองและผู้อื่น	๑. ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้ ๒. ทักษะ การประเมิน	บันทึกผลการ ออกกำลังกาย และการเล่นกีฬา	๑. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับการ เล่นกีฬาของตนเอง ๒. ศึกษาตัวอย่าง/รูปแบบ การเล่นจากสื่อต่าง ๆ และ พิจารณาส่วนที่เหมือนกับ ความรู้เดิม ๓. นำความรู้ที่เกิดจากความ เข้าใจไปใช้เล่นกีฬาตาม ความถนัด ความสนใจอย่างเต็ม ความสามารถ ซึ่งใกล้เคียงกับ ทักษะกีฬาที่เรียนรู้มาแล้ว ๔. นำประเด็นวิธีการและ ทักษะการเล่นกีฬามากำหนด ระดับคุณภาพหรือคุณค่า ที่ยอมรับได้

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
				<p>๕. สังเกตทักษะและวิธีการเล่นของตนเองและของเพื่อน นำผลที่สังเกตมาเทียบกับระดับคุณภาพหรือเกณฑ์</p> <p>๖. ระบุระดับคุณภาพจากการประเมินของตนเองและเพื่อน และนำข้อมูลไปใช้ในการพัฒนาความสามารถของตนเองและเพื่อน</p>
๓. ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> กฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นเกมส์และแข่งขันกีฬา</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงของเกมส์และชนิดกีฬาที่เลือกเล่น</p>	ทักษะการตีความ	บันทึกผลการปฏิบัติตามกฎ กติกาของกีฬาที่ตนเองเลือกเล่น	<p>๑. ศึกษากฎ กติกา และข้อตกลงให้เข้าใจ</p> <p>๒. หาความหมายของข้อความที่ไม่ได้บอกไว้ในกฎ กติกา และข้อตกลง โดยนำมาเชื่อมโยงกับทักษะต่าง ๆ ในกีฬาที่เล่น</p> <p>๓. แสดงตัวอย่างการเชื่อมโยงกฎ กติกา และข้อตกลงกับสถานการณ์ที่เล่นได้ถูกต้อง</p> <p>๔. ระบุความหมายของกฎ กติกา และข้อตกลง โดยอธิบายเหตุผลประกอบ</p> <p>๕. เล่นกีฬาและปฏิบัติตามกฎ กติกา</p>
๔. วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> รูปแบบ วิธีการการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ปฏิบัติตามแผนในการเล่นกีฬาด้วยวิธีการรุกและการป้องกันอย่างเป็นระบบ</p>	ทักษะการนำความรู้ไปใช้	เขียนแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬา	<p>๑. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับแผนการรุกและการป้องกัน</p> <p>๒. พิจารณาให้เห็นความเหมือนของแผนการรุกและการป้องกันใหม่กับสิ่งที่เคยเรียนรู้มาแล้ว</p> <p>๓. นำความรู้เรื่องการรุกและการป้องกันที่เกิดจากความเข้าใจไปใช้ในการเล่นกีฬาอย่างเป็นระบบ</p>

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๕. ร่วมมือในการเล่นกีฬา และการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เล่นกีฬาตามตำแหน่งหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายอย่างสนุกสนาน	ทักษะ การนำความรู้ไปใช้	เล่นกีฬา ประเภททีม	๑. ทบทวนความรู้ในการเล่นกีฬาเป็นทีม และหลักวิธีการทำงานเป็นทีม ๒. พิจารณาการเล่นกีฬาเป็นทีมในสถานการณ์ใหม่ที่เหมือนหรือแตกต่างกับสถานการณ์เดิมอย่างไร ๓. นำความรู้ที่เกิดจากความเข้าใจไปใช้เล่นกีฬาในสถานการณ์ใหม่ที่ใกล้เคียงกับที่ได้เรียนรู้แล้ว
๖. วิเคราะห์เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ยอมรับความแตกต่างวิธีการเล่นกีฬาและพัฒนาปรับปรุงความสามารถในการเล่นกีฬาของตนเอง	๑. ทักษะการเปรียบเทียบ ๒. ทักษะการสรุป ลงความเห็น	นำเสนอผล การเปรียบเทียบ ความแตกต่าง ในวิธีการเล่นของ ตนเองกับผู้อื่น	๑. ศึกษาวิธีการเล่นกีฬาที่ถูกต้อง ๒. กำหนดความเหมือนและความต่างในการเล่นกีฬาของตนเองกับเพื่อน ๓. นำวิธีการเล่นกีฬาที่ถูกต้องมากำหนดเป็นเกณฑ์ในการเปรียบเทียบ ๔. เปรียบเทียบความเหมือนหรือความต่างในการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่นตามเกณฑ์ที่กำหนด ๕. เสนอความคิดเห็นในเรื่องความเหมือนและความต่างในการเล่นกีฬาจากข้อมูลหรือประสบการณ์เดิม ๖. ยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬาและนำมาพัฒนาวิธีการเล่นกีฬาของตนเอง

## สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> อาหารหลัก ๕ หมู่และ ธงโภชนาการ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เลือกกินอาหาร ที่เหมาะสมกับวัย	ทักษะ กระบวนการ คิดตัดสินใจ	เขียนตาราง รายการอาหาร ที่เหมาะสม กับวัย ใน ๑ สัปดาห์	๑. กำหนดเป้าหมายในการ เลือกกินอาหารที่เหมาะสม กับวัย ๒. ระบุแนวทางการเลือก กินอาหารที่เหมาะสมกับวัย ๓. วิเคราะห์แนวทางการเลือก กินอาหาร ๔. จัดลำดับในการเลือก กินอาหาร ๕. เลือกกินอาหารที่เหมาะสม กับวัย
๒. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ปัญหาที่เกิดจากภาวะ โภชนาการทั้งการขาด สารอาหารและ ภาวะโภชนาการเกิน <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เสริมอาหารเพื่อแก้ปัญหา การขาดสารอาหารและ ควบคุมอาหารสำหรับ ภาวะโภชนาการเกิน	๑. ทักษะ การวิเคราะห์ ๒. ทักษะ การสรุป ลงความเห็น	นำเสนอปัญหา จากการวิเคราะห์ ที่เกิดจากภาวะ โภชนาการ ที่มีผลกระทบต่อ สุขภาพ ในรูปแบบของ แผนผังความคิด	๑. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับภาวะ โภชนาการที่มีผลต่อสุขภาพ ๒. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจาก ภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อ สุขภาพ ๓. แยกแยะข้อมูลตาม ประเภทของปัญหา เพื่อให้เห็น ปัญหาของสิ่งที่วิเคราะห์ ๔. หาความสัมพันธ์ระหว่าง ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ ที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ ๕. เสนอความคิดเห็นจาก ข้อมูลหรือประสบการณ์เดิม และนำเสนอผลการวิเคราะห์ ปัญหา ๖. นำผลการวิเคราะห์ สรุป ออกมาในรูปแบบของแผนผัง ความคิดเกี่ยวกับผลกระทบต่อ สุขภาพที่มีผลมาจากภาวะ โภชนาการ

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๓. ควบคุมน้ำหนัก ของตนเอง ให้อยู่ในเกณฑ์ มาตรฐาน	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> วิธีการควบคุมน้ำหนัก ของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์ มาตรฐานการเจริญเติบโต ของเด็กไทย <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ควบคุมน้ำหนักของ ตนเองให้อยู่ในเกณฑ์ มาตรฐาน	ทักษะ การสำรวจ	รายงานผล การควบคุม น้ำหนัก ของตนเอง	๑. สำรวจข้อมูลเกี่ยวกับ น้ำหนักของตนเอง ๒. แสวงหาวิธีการควบคุม น้ำหนักจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ ๓. รวบรวมวิธีการใน การควบคุมน้ำหนัก ๔. นำเสนอวิธีการควบคุม น้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ มาตรฐานอย่างถูกวิธี ๕. นำวิธีการไปปฏิบัติใน การควบคุมน้ำหนักของตนเอง ให้เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐาน
๔. สร้างเสริม และปรับปรุง สมรรถภาพ ทางกาย ตามผล การทดสอบ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> วิธีการสร้างเสริมและ ปรับปรุงสมรรถภาพทางกาย ตามผลการทดสอบ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ทดสอบสมรรถภาพ ทางกายและนำผลมา สร้างเสริมและปรับปรุง สมรรถภาพทางกาย	ทักษะ การประเมิน	รายงานผล การสร้างเสริม และปรับปรุง สมรรถภาพ ทางกายตามผล การทดสอบ	๑. ศึกษาเกณฑ์มาตรฐานการ ประเมินสมรรถภาพทางกาย และทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย ๒. นำผลการทดสอบ สมรรถภาพทางกายมา เทียบกับเกณฑ์มาตรฐาน การประเมินสมรรถภาพทางกาย ๓. ระบุระดับคุณภาพของ สมรรถภาพทางกาย ๔. วางแผนสร้างเสริมหรือ ปรับปรุงสมรรถภาพทางกาย ของตนเอง ๕. ปฏิบัติตามแผนที่กำหนด

## สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

### มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. แสดงวิธี ปฐมพยาบาล และเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยอย่าง ปลอดภัย	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> หลักการปฐมพยาบาล และการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย อย่างถูกวิธีและปลอดภัย <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ปฐมพยาบาลและ เคลื่อนย้ายผู้ป่วย อย่างถูกวิธีและปลอดภัย	๑. ทักษะ การสร้างความรู้ ๒. ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้	บทบาทสมมติ วิธีการปฐมพยาบาล และเคลื่อนย้าย ผู้ป่วย	๑. ทบทวนความรู้เดิม เกี่ยวกับการปฐมพยาบาล ๒. ศึกษาวิธีการปฐมพยาบาล และเคลื่อนย้ายผู้ป่วย อย่างปลอดภัย โดยใช้วิธีการ จากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย ๓. เชื่อมโยงความรู้ใหม่เกี่ยวกับ การปฐมพยาบาลและ เคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่าง ปลอดภัยกับความรู้ หรือประสบการณ์เดิม ๔. อธิบายและสาธิตการ ปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยอย่างถูกวิธีจาก ความรู้ใหม่ที่เกิดขึ้น ๕. จัดกิจกรรมที่กระตุ้นให้ ผู้เรียนนำวิธีการปฐมพยาบาล และเคลื่อนย้ายผู้ป่วย อย่างปลอดภัยไปใช้ให้ถูกวิธี ๕. แสดงบทบาทสมมติ โดยนำ ความรู้ใหม่ที่เกิดจากความ เข้าใจไปใช้ในสถานการณ์ใหม่
๒. อธิบาย ลักษณะ อาการของ ผู้ติดสาร- เสพติดและ การป้องกัน การติดสาร เสพติด	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ลักษณะอาการของ ผู้ติดสารเสพติด รวมทั้ง การป้องกันการ ติดสารเสพติด <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ป้องกันและหลีกเลี่ยง ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรม เสี่ยงต่อการติดสารเสพติด	ทักษะ การระบุ	จัดป้ายนิเทศ ผู้ติดสารเสพติด และวิธีการ ป้องกันการ ติดสารเสพติด	๑. สังเกตลักษณะอาการ ของผู้ติดสารเสพติด ๒. บอกโทษของการติดสาร เสพติดและสารอันตรายใกล้ตัว ๓. เชื่อมโยงโทษของการติด สารเสพติดกับการป้องกัน ตนเองให้ปลอดภัยจากการ เสพสารเสพติด โดยการตอบ คำถามเกี่ยวกับการป้องกัน ตัวเองให้ปลอดภัยจากสาร เสพติดและสารอันตรายใกล้ตัว

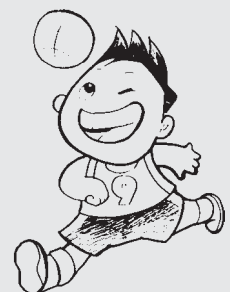


ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
				๔. จัดป้ายนิเทศลักษณะ อาการของผู้ติดเชื้อ และการป้องกันการติด สารเสพติด
๓. อธิบาย ความสัมพันธ์ ของการใช้ สารเสพติด กับการเกิดโรค และอุบัติเหตุ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การใช้สารเสพติดเป็น สาเหตุหนึ่งของการเกิดโรค และอุบัติเหตุ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ป้องกันตนเองและ หลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติด	ทักษะ การเชื่อมโยง	แผนผังความคิด สรุปความสัมพันธ์ ของการใช้ สารเสพติดกับ การเกิดโรคและ อุบัติเหตุ	๑. พิจารณาข้อมูลต่าง ๆ ของการใช้สารเสพติดกับ การเกิดโรคและอุบัติเหตุ ๒. เลือกข้อมูลเกี่ยวกับการ ใช้สารเสพติดกับการเกิดโรค และอุบัติเหตุ ๓. อธิบายความสัมพันธ์ของ การติดสารเสพติดที่นำไปสู่ การเกิดโรคและอุบัติเหตุ ๔. สรุปความสัมพันธ์ของการ ใช้สารเสพติดกับการเกิดโรค และอุบัติเหตุด้วยแผนผัง ความคิด
๔. แสดงวิธีการ ชักชวนผู้อื่น ให้ลด ละ เลิก สารเสพติด โดยใช้ทักษะ ต่าง ๆ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ทักษะที่ใช้ในการชักชวน ผู้อื่น ให้ลด ละ เลิก สารเสพติด <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด โดยการ ใช้ทักษะสื่อสาร อย่างหลากหลาย เช่น ทักษะการตัดสินใจ ทักษะ การแก้ปัญหา ฯลฯ	ทักษะ การประยุกต์ ใช้ความรู้	บทบาทสมมติ การใช้ทักษะ ต่าง ๆ ใน การชักชวน ผู้อื่นให้ ลด ละ เลิกสารเสพติด	๑. สำรวจวิธีการลด ละ เลิก สารเสพติด ๒. ทบทวนทักษะต่าง ๆ ๓. คัดเลือกทักษะที่เกี่ยวข้อง ให้สอดคล้องกับลักษณะ และสถานการณ์ปัจจุบัน ๔. ตรวจสอบความเหมาะสม ระหว่างทักษะที่ใช้กับ สถานการณ์ ๕. แสดงบทบาทสมมติ ในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด โดยใช้ทักษะ ที่เลือก



## ❖ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด เป็นการวิเคราะห์ต่อเนื่องจากการวิเคราะห์ตัวชี้วัด โดยวิเคราะห์ใน ๖ ประเด็น คือ ความสัมพันธ์/เชื่อมโยงของตัวชี้วัด แต่ละตัวที่จะนำมาจัดกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมกันได้ ความคิดรวบยอด สาระการเรียนรู้ ทักษะการคิด ชิ้นงาน/ภาระงาน และแนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้



## สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

### มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์</b></p> <p><b>มาตรฐาน พ ๑.๑</b></p> <p>๑. อธิบายความสำคัญของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น</p> <p>๒. อธิบายวิธีดูแลรักษาระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ</p>	<p>การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่นมีผลมาจากการทำงานเชื่อมโยงสัมพันธ์กันของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อ</p> <p>จึงต้องรู้วิธีการดูแลรักษาเพื่อให้ระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อทำงานตามปกติ</p>	<p>๑. ความสำคัญของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น</p> <p>๒. วิธีดูแลรักษา ระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ</p>	<p>๑. ทักษะการวิเคราะห์</p> <p>๒. ทักษะการเชื่อมโยง</p> <p>๓. ทักษะการสรุปลงความเห็น</p>	<p>แผนผัง แผนภูมิสรุปความสำคัญของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อ รวมทั้ง การดูแลรักษา</p>	<p>๑. ศึกษาองค์ประกอบและหน้าที่ของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อ</p> <p>๒. จำแนกองค์ประกอบและหน้าที่ของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อ</p> <p>๓. อธิบายความสัมพันธ์ของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น</p> <p>๔. สรุปองค์ความรู้ที่ได้เป็นแผนผัง/แผนภูมิ</p> <p>๕. พิจารณาข้อมูลการดูแลระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อ</p> <p>๖. เลือกรักษาโรคและระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ</p> <p>๗. อธิบายความสัมพันธ์ของการดูแลระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ โดยเชื่อมโยงประสบการณ์เดิมกับความรู้ใหม่</p> <p>๘. สรุปเป็นองค์ความรู้</p>

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<b>มาตรฐาน พ ๑.๑</b> ๓. วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน ๔. แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	การวิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตจากเกณฑ์มาตรฐานสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	๑. การวิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐานและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ๒. แนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	๑. ทักษะการวิเคราะห์ ๒. ทักษะการนำความรู้ไปใช้ ๓. ทักษะการเชื่อมโยง	๑. บันทึกข้อมูลสุขภาพของตนเอง ๒. กราฟแสดงพัฒนาการของตนเอง ๓. แผนการพัฒนาดตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	๑. ศึกษาข้อมูลน้ำหนักส่วนสูงของตนเอง ๒. เปรียบเทียบน้ำหนัก ส่วนสูงกับเกณฑ์มาตรฐานเด็กไทย ๓. วิเคราะห์ผลการเปรียบเทียบการเจริญเติบโตของตนเอง ๔. นำผลการวิเคราะห์มาสรุปในบันทึกสุขภาพของตนเองแสดงเป็นกราฟพัฒนาการ ๕. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับการเจริญเติบโต ๖. สำรวจแนวทางการพัฒนาการเจริญเติบโตของตนเอง ๗. รวบรวมข้อมูลที่ได้จากการสำรวจและศึกษาให้เข้าใจนำไปกำหนดแผนพัฒนาดตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย ๘. รายงานผลการใช้แผนพัฒนาดตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย

## สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

### มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<b>สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว</b> <b>มาตรฐาน พ ๒.๑</b> ๑. อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม ๒. แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ ตลอดจนการใช้ทักษะปฏิเสธมีส่วนช่วยป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	๑. การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การยอมรับและการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การเบี่ยงเบนทางเพศ ๒. ทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกันการถูกละเมิดทางเพศ	๑. ทักษะการสรุปอ้างอิง ๒. ทักษะกระบวนการคิดตัดสินใจ ๓. ทักษะการเชื่อมโยง	๑. รายงานประกอบด้วย - วิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ ๒. แสดงบทบาทสมมติการใช้ทักษะปฏิเสธในสถานการณ์ต่าง ๆ	๑. สังเกตการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศของตนเอง ๒. อธิบาย/สรุปการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ ๓. ขยายข้อมูลจากสิ่งที่สังเกตได้ออกไปโดยการนำข้อมูลมากำหนดวิธีในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศของตนเอง ๔. สรุปความคิดเห็นการปรับตัวของตนเอง ๕. กำหนดสถานการณ์ที่ต้องตัดสินใจเกี่ยวกับการถูกล่วงละเมิดทางเพศ ๖. ระบุทางเลือกเกี่ยวกับการใช้ทักษะปฏิเสธ ๗. การวิเคราะห์ทางเลือกในการใช้ทักษะการปฏิเสธ ๘. การจัดระดับทางเลือกในการใช้ทักษะการปฏิเสธ ๙. การเลือกทางเลือก (การตัดสินใจเลือกทักษะการปฏิเสธ) ๑๐. ใช้ทักษะปฏิเสธในการแสดงบทบาทสมมติ

### สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล</b></p> <p><b>มาตรฐาน พ ๓.๑</b></p> <p>๑. เพิ่มพูนความสามารถของตนตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา</p> <p>๒. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ ๑ ชนิด</p>	<p>การออกกำลังกายและเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคลและทีม โดยใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะตามชนิดกีฬา ตามความถนัด ความสนใจ และมีการวางแผนการรุก การป้องกัน ปฏิบัติตามกฎ กติกา และทำงานเป็นทีม พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นและยอมรับความแตกต่าง การเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น</p>	<p>๑. หลักการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา</p> <p>๒. การเล่นเกมกีฬาไทยและกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทเบิลเทนนิส เทนนิส วายน้ำ</p> <p>๓. ความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี</p> <p>๔. การออกกำลังกาย เช่น กายบริหาร แบบต่าง ๆ เต้นแอโรบิก โยคะ รำมวยจีน</p>	<p>๑. ทักษะการสร้างความรู้</p> <p>๒. ทักษะการนำความรู้ไปใช้</p> <p>๓. ทักษะการตีความ</p> <p>๔. ทักษะการประเมิน</p> <p>๕. ทักษะการสรุป</p> <p>๖. ทักษะการลงความเห็น</p>	<p>๑. จัดทำแผนผังความคิด (Mind mapping) แสดงความสำคัญของการเล่นเกม และการออกกำลังกาย</p> <p>๒. ปฏิบัติการเล่นกีฬาและแสดงแผนการรับและรุกตามกฎ กติกา ของกีฬาที่เล่น</p> <p>๓. นำเสนอผลการวิเคราะห์ ความแตกต่าง วิธีการเล่นของตนเองและผู้อื่น</p> <p>๔. แสดงทักษะกลไก และทักษะพื้นฐานที่ตนเองพัฒนาขึ้น</p> <p>๕. ปฏิบัติการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล</p>	<p>๑. ทบทวนความรู้เดิมและศึกษาหลักการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐาน ที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬาโดยใช้วิธีการค้นคว้าจากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย</p> <p>๒. เชื่อมโยงความรู้ใหม่กับความรู้เดิมที่มีความหมายในการพัฒนาตนพร้อมนำเสนอและอธิบายความรู้ใหม่ที่ได้สร้างขึ้น</p> <p>๓. ฝึกปฏิบัติตามความรู้ที่ได้จากการศึกษา และใช้ในการพัฒนาตนเอง</p> <p>๔. ทบทวนความรู้และทักษะการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล ประเภทบุคคลและทีม โดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬา</p> <p>๕. ศึกษาความเหมือนของทักษะพื้นฐานของกีฬาใหม่กับกีฬาเดิมที่เคยเรียนรู้และ</p>



ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>มาตรฐาน พ ๓.๒</b></p> <p>๑. อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี</p> <p>๒. ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น</p> <p>๓. ปฏิบัติตามกฎกติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น</p> <p>๔. วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ</p>		<p>๕. การเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีม</p> <p>๖. การประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น</p> <p>๗. กฎ กติกา การเล่นเกม และการแข่งขันกีฬาที่เลือกเล่น</p> <p>๘. รูปแบบวิธีการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก</p> <p>๙. การแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีม</p> <p>๑๐. การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา</p>			<p>นำความรู้และทักษะที่เกิดจากความเข้าใจไปใช้ในการเล่นกีฬา</p> <p>๖. ครูเตรียมข้อมูลเรื่องวิถีชีวิตของคนไทยที่ส่งผลต่อสุขภาพและการออกกำลังกาย</p> <p>๗. ผู้เรียนหาความหมายของข้อมูลที่แสดงถึงความสำคัญของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬารวมทั้งองค์ประกอบของวิถีชีวิตคนไทยที่มีสุขภาพดี</p> <p>๘. เชื่อมโยงข้อมูลระหว่างความสำคัญของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬากับการมีสุขภาพที่ดี</p> <p>๙. ให้ผู้เรียนเขียนแผนผังความคิดระบุความหมายอธิบายเหตุผลที่แสดงถึงความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี</p> <p>๑๐. ให้ผู้เรียนแต่ละคนเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ๑ อย่าง</p> <p>๑๑. ศึกษาเกณฑ์การประเมินสมรรถภาพทางกายและทดสอบ</p>

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p>๕. ร่วมมือในการเล่นกีฬาและการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน</p> <p>๖. วิเคราะห์เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น</p>					<p>สมรรถภาพทางกาย พร้อมทั้งนำผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายมาประเมินเพื่อพัฒนาตนเอง</p> <p>๑๒. ศึกษาและรวบรวมรูปแบบการเล่น การรุก การป้องกัน จากสื่อและแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย</p> <p>๑๓. หาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลการเล่น การรุก การป้องกัน การปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลง และจัดแสดง ความสัมพันธ์ของ ข้อมูลให้เห็นเป็น โครงสร้าง/รูปแบบการเล่น</p> <p>๑๔. เลือกใช้รูปแบบการเล่นที่เหมาะสมกับตนเอง</p> <p>๑๕. ร่วมมือในการทำงานเป็นทีมและเล่นกีฬาอย่างสนุกสนาน</p> <p>๑๖. เชื่อมโยงการเล่นของตนเองกับผู้อื่น และยอมรับความแตกต่างด้วยความ มีน้ำใจนักกีฬา</p>

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
					<p>๑๗. ให้ผู้เรียนที่เลือกเล่นกีฬาที่เหมือนกัน อยู่กลุ่มเดียวกัน จากนั้นให้ฝึกทักษะของกีฬาประเภทนั้น ๆ</p> <p>๑๘. ให้ผู้เรียนนำความรู้และทักษะที่เกิดจากความเข้าใจในการเล่นกีฬาประเภทนั้น ไปเล่นร่วมกันตามรูปแบบของชนิดกีฬา และให้ผู้เรียนทำแบบประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น โดยกำหนดระดับคุณภาพของการเล่น</p> <p>๑๙. ผู้เรียนแต่ละคน สังเกตทักษะและวิธีการเล่นของตนเองและของเพื่อนร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เสนอความคิดเห็น และนำผลที่สังเกตมาเทียบกับระดับคุณภาพ</p> <p>๒๐. ระบุระดับคุณภาพจากการประเมินของตนเองและเพื่อน พร้อมนำข้อมูลไปใช้ในการพัฒนาความสามารถของตนเองและเพื่อน</p>

**สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล**  
**มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา**

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<b>สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล</b> <b>มาตรฐาน พ ๓.๑</b> ๓. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำหลักความรู้ที่ได้ไปเชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น	การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและยังนำหลักความรู้ที่ได้ไปเชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่นอีกด้วย	การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น	ทักษะการเชื่อมโยง	ร่วมกิจกรรมนันทนาการและนำความรู้ไปบูรณาการกับวิชาอื่น	๑. ให้ผู้เรียนแต่ละคนพิจารณาข้อมูลกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองสนใจ ๒. เลือกกิจกรรมนันทนาการที่เกี่ยวข้องและมีความหมายสอดคล้องกับวิชาอื่น ๆ โดยอาศัยประสบการณ์เดิมและแสวงหาความรู้และข้อมูลใหม่ ๓. ผู้เรียนอธิบายความสัมพันธ์ของกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองเลือกกับกิจกรรมวิชาอื่น ๆ ที่เชื่อมโยงกัน ๔. ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการร่วมกับเพื่อนในโรงเรียน และนำความรู้ไปบูรณาการกับวิชาอื่น ๆ

## สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

### มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p>สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค มาตรฐาน พ ๔.๑</p> <p>๑. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย</p> <p>๒. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ</p> <p>๓. ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน</p> <p>๔. สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ</p>	<p>ปัญหาภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ เกิดจากการกินอาหาร จึงควรเลือกกินอาหารให้เหมาะสมกับวัย พร้อมทั้งทดสอบสมรรถภาพทางกายและสร้างเสริมปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน</p>	<p>๑. หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย</p> <p>๒. ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ</p> <p>- ภาวะขาดสารอาหาร</p> <p>- ภาวะโภชนาการเกิน</p> <p>- เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย</p> <p>- วิธีการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน</p> <p>๓. วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย</p> <p>๔. วิธีสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ</p>	<p>๑. ทักษะกระบวนการคิดตัดสินใจ</p> <p>๒. ทักษะการวิเคราะห์</p> <p>๓. ทักษะการสรุป</p> <p>๔. ทักษะการสำรวจ</p> <p>๕. ทักษะการประเมิน</p>	<p>๑. เขียนตารางรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัย ใน ๑ สัปดาห์</p> <p>๒. นำเสนอปัญหาจากการวิเคราะห์ที่เกิดจากภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ</p> <p>๓. รายงานผลการควบคุมน้ำหนักของตนเอง</p> <p>๔. รายงานผลการสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ</p>	<p>๑. ระบุเป้าหมายในการเลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย</p> <p>๒. กำหนดแนวทางการเลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย</p> <p>๓. วิเคราะห์ทางการเลือกกินอาหาร</p> <p>๔. จัดลำดับในการเลือกกินอาหาร</p> <p>๕. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย</p> <p>๖. ศึกษาข้อมูลและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับภาวะโภชนาการที่มีผลต่อสุขภาพ</p> <p>๗. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ</p> <p>๘. แยกแยะข้อมูลตามประเภทของปัญหาเพื่อให้เห็นปัญหาของสิ่งที่วิเคราะห์</p> <p>๙. หาความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ</p> <p>๑๐. นำเสนอผลการวิเคราะห์ปัญหา</p> <p>๑๑. นำผลการวิเคราะห์สรุปออกมาในรูปแบบของแผนผังความคิดเกี่ยวกับผลกระทบต่อสุขภาพที่มีผลมาจากภาวะโภชนาการ</p>

ตัวชี้วัด	ความคิด รวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรม การเรียนรู้
					<p>๑๒. ตรวจสอบข้อมูลเกี่ยวกับน้ำหนักของตนเอง</p> <p>๑๓. แสวงหาวิธีการควบคุมน้ำหนักจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ</p> <p>๑๔. รวบรวมวิธีการในการควบคุมน้ำหนัก</p> <p>๑๕. นำเสนอวิธีการควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐานอย่างถูกวิธี</p> <p>๑๖. นำวิธีการไปปฏิบัติในการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐาน</p> <p>๑๗. ศึกษาเกณฑ์มาตรฐานการประเมินสมรรถภาพทางกายและทดสอบสมรรถภาพทางกาย</p> <p>๑๘. นำผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายมาเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานการประเมินสมรรถภาพทางกาย</p> <p>๑๙. ระบุระดับคุณภาพของสมรรถภาพทางกาย</p> <p>๒๐. วางแผนสร้างเสริมหรือปรับปรุงสมรรถภาพทางกายของตนเอง</p> <p>๒๑. ปฏิบัติตามแผนและรายงานผลการสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ</p>

## สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<b>สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต</b> <b>มาตรฐาน พ ๕.๑</b> ๑. แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย	การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยเบื้องต้นอย่างถูกวิธี จะทำให้ผู้ป่วยปลอดภัยก่อนส่งต่อถึงแพทย์อย่างปลอดภัย	การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย - เป็นลม - บาดแผล - ไฟไหม้ - กระจกหัก - น้ำร้อนลวก ฯลฯ	๑. ทักษะการสร้างความรู้ ๒. ทักษะการนำความรู้ไปใช้	บทบาทสมมติวิธีการปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย	๑. ทบทวนความรู้เดิมเกี่ยวกับการปฐมพยาบาล ๒. ศึกษาวิธีการปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย โดยใช้วิธีการจากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย ๓. เชื่อมโยงความรู้ใหม่เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัยกับความรู้อื่น ๔. อธิบายและสาธิตการปฐมพยาบาลการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างถูกวิธีจากความรู้ใหม่ที่เกิดขึ้น ๕. จัดกิจกรรมที่กระตุ้นให้ผู้เรียนนำวิธีการปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัยไปใช้ให้ถูกวิธี ๖. แสดงบทบาทสมมติโดยนำความรู้ใหม่ที่เกิดจากความเข้าใจไปใช้ในสถานการณ์ใหม่



## สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

### มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<b>สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ ๕.๑</b> ๒. อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติด และการป้องกันการติดสารเสพติด ๓. อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ ๔. แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด โดยใช้ทักษะต่าง ๆ	สารเสพติดเป็นสิ่งที่ เป็นโทษ ต่อตนเองและสังคมในอันที่จะก่อให้เกิดโรค และอุบัติเหตุ จึงควรรู้วิธีในการปฏิบัติตน เพื่อป้องกัน และชักชวนให้ผู้อื่นลด ละ เลิกสารเสพติด	๑. ลักษณะของผู้ติดสารเสพติด ๒. อาการของผู้ติดสารเสพติด ๓. การป้องกันการติดสารเสพติด ๔. ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรค และอุบัติเหตุ ๕. ทักษะที่ใช้ในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการสื่อสาร - ทักษะการตัดสินใจ - ทักษะการแก้ปัญหา ฯลฯ	๑. ทักษะการระบุ ๒. ทักษะการเชื่อมโยง ๓. ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้	๑. จัดป้ายนิเทศเกี่ยวกับผู้ติดสารเสพติด และวิธีการป้องกันการติดสารเสพติด ๒. แผนผังความคิดสรุปความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรค และอุบัติเหตุ ๓. บทบาทสมมติ	๑. สังเกตลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติด ๒. บอกโทษของการติดสารเสพติดและสารอันตรายใกล้ตัว ๓. เชื่อมโยงโทษของการติดสารเสพติดกับการป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากการเสพติด โดยการตอบคำถามเกี่ยวกับการป้องกันตัวเองให้ปลอดภัยจากสารเสพติด และสารอันตรายใกล้ตัว ๔. จัดป้ายนิเทศลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติดและการป้องกันการติดสารเสพติด ๕. พิจารณาข้อมูลต่าง ๆ ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรค และอุบัติเหตุ ๖. เลือกข้อมูลเกี่ยวกับการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรค และอุบัติเหตุ

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
					<p>๘. อธิบายความสัมพันธ์ของการติดสารเสพติดที่นำไปสู่การเกิดโรคและอุบัติเหตุ</p> <p>๙. สรุปความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุด้วยแผนผังความคิด</p> <p>๑๐. สำรวจวิธีการลด ละ เลิกสารเสพติด</p> <p>๑๑. ทบทวนทักษะต่างๆ เช่น ทักษะการคิด-วิเคราะห์ การสื่อสาร การตัดสินใจ และการแก้ปัญหา</p> <p>๑๒. คัดเลือกทักษะที่เกี่ยวข้องกับการลด ละ เลิกสารเสพติดให้สอดคล้องกับลักษณะและสถานการณ์ปัจจุบัน</p> <p>๑๓. ตรวจสอบความเหมาะสมระหว่างทักษะที่เลือกใช้กับสถานการณ์</p> <p>๑๔. แสดงบทบาทสมมติในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติดโดยใช้ทักษะที่เลือก</p>



## ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

- ◆ การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิด
- ◆ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด



## ❖ การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิด

การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิดเป็นการนำตัวชี้วัดกลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ จาก ๕ สาระ ๖ มาตรฐาน จำนวน ๒๕ ตัวชี้วัด มาวิเคราะห์รายตัวชี้วัดใน ๔ ประเด็น คือ ตัวชี้วัดแต่ละตัวผู้เรียนควรมีความรู้อะไรและ ทำอะไรได้ ทักษะการคิด ชิ้นงาน/ภาระงาน และแนวการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด ในแต่ละประเด็นจะมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันและสะท้อนคุณภาพผู้เรียนตามตัวชี้วัด



## สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

### มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ปฏิบัติตนต่อการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา	ทักษะการวิเคราะห์	แผนผังความคิด การเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ของวัยรุ่น	๑. ศึกษาข้อมูลการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ของวัยรุ่น อย่างหลากหลาย ๒. วิเคราะห์ข้อมูลด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของวัยรุ่น ๓. อธิบายความสัมพันธ์การเปลี่ยนแปลงแต่ละด้านของวัยรุ่น ๔. นำเสนอผลการวิเคราะห์ ๕. นำผลการวิเคราะห์มาสรุปเป็นแผนผังความคิด
๒. ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	ทักษะการวิเคราะห์	แผนภูมิ/แผนผังความคิด พัฒนาการด้านต่าง ๆ ของวัยรุ่น	๑. ศึกษาปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น ๒. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ๓. นำเสนอผลการวิเคราะห์ ๔. สรุปผลเป็นแผนภูมิ/แผนผังความคิด ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการ

## สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. วิเคราะห์ ปัจจัยที่มี อิทธิพล ต่อเจตคติ ในเรื่องเพศ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ เจตคติในเรื่องเพศ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วิเคราะห์ปัจจัยที่มี อิทธิพลต่อเจตคติในเรื่อง เพศ เช่น ครอบครัว เพื่อน วัฒนธรรม สื่อ ฯลฯ	ทักษะ การวิเคราะห์	รายงานสรุปผล การวิเคราะห์	๑. ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพล ต่อเจตคติในเรื่องเพศ ๒. วิเคราะห์องค์ประกอบและ ความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มี อิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ ๓. แยกแยะข้อมูลเพื่อให้เห็น องค์ประกอบของปัจจัยที่มี อิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ ๔. นำเสนอผลการวิเคราะห์
๒. วิเคราะห์ ปัญหาและ ผลกระทบ ที่เกิดจากการ มีเพศสัมพันธ์ ในวัยเรียน	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ปัญหาและผลกระทบ ที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ ในวัยเรียน <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ระบุและสรุปปัญหา รวมทั้งผลกระทบที่เกิดจาก การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	ทักษะ การให้เหตุผล	สมุดภาพปัญหา และผลกระทบ ที่เกิดจากการมี เพศสัมพันธ์ใน วัยเรียน	๑. รวบรวมปัญหาและ ผลกระทบที่เกิดจากการ มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ๒. ค้นหาสาเหตุของปัญหา และผลกระทบที่เกิดจากการมี เพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ๓. อธิบายให้เห็นผลกระทบ ของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
๓. อธิบายวิธี ป้องกัน ตนเองและ หลีกเลี่ยง จากโรค ติดต่อทาง เพศสัมพันธ์ เอดส์ และ การตั้งครรรภ์ โดยไม่ พึงประสงค์	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> วิธีป้องกันตนเองและ หลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อ ทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และ การตั้งครรรภ์โดยไม่พึงประสงค์ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วิธีป้องกันตนเองและ หลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อ ทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และ การตั้งครรรภ์โดยไม่พึงประสงค์	ทักษะ การสร้างความรู้	เสนอแนวทาง การป้องกันและ หลีกเลี่ยงโรค ติดต่อทาง เพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรรภ์ โดยไม่พึงประสงค์	๑. ทบทวนความรู้เดิมเกี่ยวกับ เรื่องโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรรภ์ โดยไม่พึงประสงค์ ๒. ศึกษาเรื่องวิธีการป้องกัน ตนเองและการหลีกเลี่ยงจาก โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรรภ์โดย ไม่พึงประสงค์จากแหล่งเรียนรู้ ที่หลากหลาย

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
				<p>๓. เชื่อมโยงความรู้ใหม่กับความรู้เดิม</p> <p>๔. นำเสนอ/สรุปความเข้าใจของตนเอง อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ โดยการแสดงบทบาทสมมติ</p>
๔. อธิบาย ความสำคัญ ของความ เสมอภาค ทางเพศ และวางตัว ได้อย่าง เหมาะสม	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b></p> <p>๑. ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ การวางตัวต่อเพศตรงข้ามอย่างเหมาะสม</p> <p>๒. ปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหาทางเพศ</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b></p> <p>ประพฤติและปฏิบัติตนต่อเพศตรงข้ามได้อย่างเหมาะสม</p>	ทักษะ การสร้างความรู้	โต้วาทีเรื่อง ความเสมอภาค ทางเพศ และ การวางตัว ที่เหมาะสม	<p>๑. ทบทวนความรู้เดิมเกี่ยวกับความเสมอภาคทางเพศ</p> <p>๒. ศึกษาเรื่องความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ การวางตัวต่อเพศตรงข้าม ปัญหาทางเพศและแนวทางการแก้ไขปัญหาจากสภาพสังคมปัจจุบัน</p> <p>๓. เชื่อมโยงความรู้ใหม่กับความรู้เดิมเกี่ยวกับความเสมอภาคทางเพศ และการวางตัวต่อเพศตรงข้าม</p> <p>๔. โต้วาทีเรื่องความเสมอภาคทางเพศและการวางตัวต่อเพศตรงข้าม</p> <p>๕. ร่วมกันสรุปผลจากการโต้วาที และรวบรวมเป็นองค์ความรู้ใหม่</p>



**สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล**  
**มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา**

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไก และทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b></p> <p>หลักการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไก และทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b></p> <p>ปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไก และทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ปฏิบัติจริง</li> <li>- สรุปผลการปฏิบัติตนมาเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง</li> </ul>	<p>ทักษะ</p> <p>การสังเคราะห์</p>	<p>นำเสนอผลสรุปจากการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไก และทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาที่นำมาใช้อย่างเหมาะสมกับตนเอง</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>๑. กำหนดวัตถุประสงค์เพื่อสร้างหลักการปฏิบัติตนในการเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง</li> <li>๒. ศึกษาวิธีการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายให้เข้าใจ</li> <li>๓. เลือกข้อมูลที่สอดคล้องและข้อมูลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้มาจัดทำกรอบแนวคิดและวิธีปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไก และทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง</li> <li>๔. ปฏิบัติตนตามหลักการและวิธีที่กำหนด</li> </ol>
๒. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีมอย่างละ ๑ ชนิด	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b></p> <p>การเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีม</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b></p> <p>เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลตามชนิดที่เลือกได้ทั้งประเภทบุคคลและทีม</p>	<p>ทักษะ</p> <p>การนำความรู้ไปใช้</p>	<p>ปฏิบัติการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีม</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>๑. ทบทวนความรู้เดิมเรื่องทักษะการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีม</li> <li>๒. พิจารณาความเหมือนและความแตกต่างของทักษะการเล่นระหว่างความรู้ใหม่กับความรู้เดิม</li> <li>๓. นำความรู้ที่เกิดจากความเข้าใจมาเชื่อมโยง ปรับปรุงและนำไปปฏิบัติในการเล่นกีฬาในสถานการณ์ใหม่</li> </ol>

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๓. เปรียบเทียบ ประสิทธิภาพ ของรูปแบบ การเคลื่อนไหว ที่ส่งผลต่อ การเล่นกีฬา และกิจกรรม ในชีวิต ประจำวัน	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ประสิทธิภาพของรูปแบบ การเคลื่อนไหวที่ส่งผล ต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรม ในชีวิตประจำวัน <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เปรียบเทียบประสิทธิภาพ ของรูปแบบการเคลื่อนไหว ที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬา และกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	ทักษะ การวิเคราะห์	นำเสนอผล วิเคราะห์การ เปรียบเทียบ พร้อมการสาธิต	๑. ศึกษารูปแบบการเคลื่อนไหว ที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬา และกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ๒. ตั้งวัตถุประสงค์ในการ วิเคราะห์ข้อมูล ๓. กำหนดเกณฑ์ในการ จำแนกแยกแยะข้อมูล ประสิทธิภาพของรูปแบบ การเคลื่อนไหวต่าง ๆ ๔. แยกแยะข้อมูล ประสิทธิภาพของรูปแบบ การเคลื่อนไหว เพื่อให้เห็น องค์ประกอบของสิ่งที่วิเคราะห์ ๕. หาความสัมพันธ์ของข้อมูล โดยการเปรียบเทียบ ประสิทธิภาพของรูปแบบ การเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อ การเล่นกีฬาและกิจกรรม ในชีวิตประจำวัน ๖. นำผลการวิเคราะห์มาสรุป ตอบคำถามตามวัตถุประสงค์
๔. ร่วมกิจกรรม นันทนาการ อย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำความรู้ และหลักการ ที่ได้ไปปรับใช้ ในชีวิต ประจำวัน อย่างเป็น ระบบ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> หลักการที่ได้จากการ เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ นำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการ นำความรู้ และหลักการไปปรับใช้ ในชีวิตประจำวัน	๑. ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้ ๒. ทักษะ การประยุกต์ ใช้ความรู้	ร่วมกิจกรรม นันทนาการ	๑. ทบทวนความรู้ที่มีเกี่ยวกับ กิจกรรมนันทนาการ ๒. ศึกษากิจกรรมนันทนาการ ใหม่ เพื่อพิจารณา ความเหมือนอกับกิจกรรม ที่เคยเรียนรู้มา ๓. สำรวจสถานการณ์ชีวิต ประจำวันที่จะนำกิจกรรม นันทนาการมาประยุกต์ใช้ ๔. ทบทวนความรู้และหลักการ กิจกรรมนันทนาการที่มี

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
				<p>๕. เลือกความรู้ หลักการ และกิจกรรมที่สอดคล้องกับชีวิตประจำวัน</p> <p>๖. ตรวจสอบความเป็นเหตุเป็นผลระหว่างกิจกรรม นันทนาการที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวัน</p> <p>๗. นำหลักการและกิจกรรม นันทนาการไปใช้ในสถานการณ์ใหม่และในชีวิตประจำวัน</p>

### สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักษารอกกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. อธิบาย สาเหตุการเปลี่ยนแปลง ทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ที่เกิดจากการออก กำลังกาย และเล่นกีฬาเป็นประจำ จนเป็น วิถีชีวิต	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> สาเหตุการเปลี่ยนแปลง ทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ที่เกิดจากการออกกำลังกาย และเล่น กีฬาเป็นประจำ จนเป็น วิถีชีวิต <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ปฏิบัติกรออกกำลังกาย และเล่นกีฬาให้เป็นประจำ จนเป็นวิถีชีวิต	ทักษะ การให้เหตุผล	แผนผังความคิด สาเหตุการ เปลี่ยนแปลง ทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา	๑. รวบรวมข้อมูลการ เปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ที่เกิดจากการออกกำลังกาย เล่นกีฬาเป็นประจำ ๒. ค้นหาสาเหตุที่ทำให้เกิด การเปลี่ยนแปลง โดยใช้ข้อมูล พื้นฐาน/การทดสอบ/ตรวจสอบ/ เหตุผลเชิงประจักษ์ ๓. อธิบายให้เห็นความ สอดคล้องของเหตุและผล และสรุปเป็นแผนผังความคิด
๒. เลือกเข้าร่วม กิจกรรมการ ออกกำลังกาย เล่นกีฬาตาม ความถนัดและ ความสนใจ พร้อมทั้ง วิเคราะห์ ความแตกต่าง ระหว่างบุคคล เพื่อเป็น แนวทาง ในการพัฒนา ตนเอง	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การออกกำลังกาย เล่นกีฬาตามความถนัด แนวทางการพัฒนาตนเอง ความแตกต่างระหว่างบุคคล <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ๑. เลือกเข้าร่วมกิจกรรม การออกกำลังกายเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลทั้งประเภท บุคคลและทีม ๒. วิเคราะห์ความแตกต่าง ระหว่างบุคคลเพื่อเป็น แนวทางในการพัฒนาตนเอง	๑. ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้ ๒. ทักษะ การวิเคราะห์	๑. ร่วมกิจกรรม ออกกำลังกาย ๒. นำเสนอผลการวิเคราะห์ ความแตกต่าง ระหว่างบุคคล ในการออก กำลังกาย และเล่นกีฬา	๑. ทบทวนความรู้ในการ ร่วมกิจกรรมออกกำลังกาย เล่นกีฬาตามความถนัด ๒. ศึกษาเพื่อให้ทราบความ เหมือนของการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาใน สถานการณ์ใหม่กับที่เคยเรียนรู้ มาแล้ว ๓. นำความรู้ที่เกิดจากความเข้าใจ ไปใช้ในสถานการณ์ใหม่ที่ โดดเดี่ยวกับที่เคยเรียนรู้มาแล้ว ๔. ศึกษาข้อมูลความแตกต่าง ของบุคคลในการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
				๕. ย้ำวัตถุประสงค์ในการวิเคราะห์ความแตกต่าง ๖. กำหนดเกณฑ์ในการจำแนกแยกแยะข้อมูล ๗. แยกแยะข้อมูลความแตกต่างระหว่างบุคคลตามเกณฑ์ที่กำหนด ๘. หาความสัมพันธ์ของความแตกต่างระหว่างบุคคลในการพัฒนาตนเอง ๙. นำเสนอผลการวิเคราะห์ ๑๐. นำผลการวิเคราะห์มาสรุปคำตอบตามวัตถุประสงค์และเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง
๓. มีวินัยปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> วินัยในการฝึก และการเล่นกีฬาตามกฎ กติกา และข้อตกลง <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬา และมีวินัยในการฝึก	ทักษะการนำความรู้ไปใช้	เลือกเล่นกีฬาไทย หรือกีฬาสากล	๑. ทบทวน กฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬา ๒. ศึกษาให้เห็นประเด็นสาระสำคัญเกี่ยวกับการมีวินัย กฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาใหม่กับประสบการณ์เดิม ๓. นำความเข้าใจในเรื่องการมีวินัย กฎ กติกา และข้อตกลงมาใช้ในการเล่นกีฬาและการร่วมกิจกรรม
๔. วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ๑. รูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม ๒. หลักการให้ความร่วมมือและประโยชน์ในการเล่น การแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีม	ทักษะกระบวนการคิดแก้ปัญหา	วางแผนและปฏิบัติตามแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬา	๑. สรุปสถานการณ์ที่อาจก่อให้เกิดปัญหา และทำความเข้าใจกับปัญหาในการเล่นกีฬาเป็นทีม ๒. วางแผนออกแบบแก้ปัญหาในเกมการเล่นทั้งการรุกและการป้องกัน ๓. ดำเนินการตามแผน มีการตรวจสอบแต่ละขั้นตอนที่ปฏิบัติ

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
	<b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วางแผนการรุกและ การป้องกันในการเล่นกีฬา รวมทั้งการให้ความร่วมมือ ในการเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม			๔. สรุปผลหลังจาก การเล่นกีฬา
๕. นำผลการ ปฏิบัติในการ เล่นกีฬามา สรุปเป็นวิธีที่ เหมาะสมกับ ตนเองด้วย ความมุ่งมั่น	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การพัฒนาวิธีเล่นกีฬาที่ เหมาะสมกับตนเอง วิธีการ สร้างแรงจูงใจและ ความมุ่งมั่นในการเล่น และการแข่งขันกีฬา <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> พัฒนาวิธีเล่นกีฬาที่ เหมาะสมกับตนเอง รวมทั้ง สร้างแรงจูงใจและ มีความมุ่งมั่นในการเล่น และการแข่งขันกีฬา	ทักษะ การสรุป ลงความเห็น	นำเสนอผลสรุป วิธีปฏิบัติในการ เล่นกีฬาที่เหมาะสม กับตนเอง	๑. ศึกษาและรวบรวมข้อมูล ผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬา เพื่อพัฒนาวิธีการเล่นกีฬาที่ เหมาะสมกับตนเอง ๒. วิเคราะห์ข้อมูล โดยสรุปเป็น สาระสำคัญ เช่น การเลือก วิธีการเล่น การแก้ไขข้อ บกพร่อง และการเพิ่มทักษะ ๓. ให้ความคิดเห็นที่เกี่ยวข้อง แต่นอกเหนือจากข้อมูลโดย การเชื่อมโยง การใช้เหตุผล การอ้างอิงจากความรู้ หรือจากประสบการณ์ ๔. อธิบายความคิดเห็น โดย ให้เหตุผลประกอบและสรุปเป็น วิธีปฏิบัติในการเล่นกีฬาที่ เหมาะสมกับตนเอง

## สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. เลือกใช้ บริการ ทางสุขภาพ อย่างมีเหตุผล	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การเลือกใช้บริการ ทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เลือกใช้บริการทาง การแพทย์และสาธารณสุข ทั้งของรัฐและเอกชน	๑. ทักษะ การวิเคราะห์ ๒. ทักษะ กระบวนการ คิดตัดสินใจ	๑. แผนผังความคิด การตัดสินใจ เลือกใช้บริการ ทางสุขภาพ ๒. ตารางวิเคราะห์ ผลกระทบทาง เทคโนโลยีที่มีต่อ สุขภาพ ๓. ตารางวิเคราะห์ ความเจริญก้าวหน้า ทางการแพทย์ ที่มีผลต่อสุขภาพ	๑. สนทนาเรื่องการใช้บริการทาง สุขภาพเมื่อเกิดอาการเจ็บป่วย ๒. ระดมสมองเรื่องสถานบริการ สุขภาพทั้งภาครัฐและเอกชน ๓. วิเคราะห์ข้อดีและข้อเสียของ สถานบริการสุขภาพทุกแหล่ง บริการ ๔. จัดลำดับทางเลือกของ สถานบริการทางสุขภาพ ๕. ตัดสินใจเลือกใช้บริการ ทางการแพทย์ที่เหมาะสม ๖. สืบค้นเทคโนโลยีและ ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ ที่มีผลต่อสุขภาพ ๗. วิเคราะห์ผลกระทบของ เทคโนโลยีที่มีผลต่อสุขภาพ และความเจริญก้าวหน้า ทางการแพทย์ที่มีผลต่อ สุขภาพ ๘. นำเสนอผลการวิเคราะห์ ๙. สรุปและนำเสนอผล การวิเคราะห์
๒. วิเคราะห์ผล ของการใช้ เทคโนโลยี ที่มีต่อสุขภาพ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ผลกระทบของการใช้ เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เลือกแหล่งบริการทาง สุขภาพที่ก้าวหน้า ด้านเทคโนโลยีทางการแพทย์	ทักษะ การคิดอย่างมี วิจารณญาณ	นำเสนอผลการ วิเคราะห์การใช้ เทคโนโลยีที่มีต่อ สุขภาพ	๑. ระบุประเด็นการคิดเรื่อง การใช้เทคโนโลยีที่เกี่ยวข้องกับ สุขภาพ ๒. รวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับ การใช้เทคโนโลยีที่มีผลกระทบต่อ สุขภาพ ๓. ประมวลข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับ การใช้เทคโนโลยีที่มีผล กระทบต่อสุขภาพจากการคิด อย่างละเอียด

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
				<p>๔. วิเคราะห์ข้อมูลผลกระทบจากการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพและเสนอทางเลือก</p> <p>๕. พิจารณาทางเลือกโดยใช้หลักเหตุผลและระบุผลกระทบของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ</p> <p>๖. ลงความเห็น/ทำนายอนาคตโดยประเมินทางเลือกในการใช้เทคโนโลยีอย่างมีเหตุผล</p>
๓. วิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b></p> <p>ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อการสร้างเสริมสุขภาพ</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b></p> <p>วิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อการสร้างเสริมสุขภาพ</p>	ทักษะการวิเคราะห์	แผนผังความคิดสรุปผลการวิเคราะห์ความก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ	<p>๑. ศึกษาและรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับความก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ</p> <p>๒. วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับความก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ</p> <p>๓. นำเสนอและสรุปผลการวิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ โดยเขียนเป็นแผนผังความคิด</p>
๔. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b></p> <p>ความสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b></p> <p>วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต</p>	ทักษะการวิเคราะห์	รายงานผลการวิเคราะห์ภาวะสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต	<p>๑. ศึกษาและรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต</p> <p>๒. วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาความสัมพันธ์องค์ประกอบต่าง ๆ ของภาวะสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต</p> <p>๓. สรุปและทำรายงานเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต</p>



ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๕. อธิบาย ลักษณะ อาการ เบื้องต้นของ ผู้มีปัญหา สุขภาพจิต	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ลักษณะอาการเบื้องต้น ของผู้มีปัญหาสุขภาพจิต <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ปฏิบัติตนเป็นผู้มี สุขภาพจิตที่ดี	ทักษะ การระบุ	นำเสนอ พฤติกรรมที่ แสดงถึงผู้มี ปัญหาสุขภาพจิต	๑. สังเกตลักษณะอาการของ ผู้มีปัญหาสุขภาพจิต ๒. บอกลักษณะอาการของ ผู้มีปัญหาสุขภาพจิต ๓. เชื่อมโยงลักษณะอาการ ของผู้มีปัญหาสุขภาพจิตจาก ความรู้เดิมและความรู้ใหม่ และสรุปเป็นข้อคิดเห็น ๔. นำเสนอลักษณะพฤติกรรม ของผู้มีปัญหาสุขภาพจิต
๖. เสนอแนะ วิธีปฏิบัติตน เพื่อจัดการ กับอารมณ์ และ ความเครียด	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> วิธีปฏิบัติตนเพื่อ จัดการกับอารมณ์และ ความเครียด <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เสนอแนะวิธีปฏิบัติตน เพื่อจัดการกับอารมณ์ และความเครียด	ทักษะ การสร้างความรู้	นำเสนอวิธี จัดการกับ อารมณ์และ ความเครียด	๑. ทบทวนความรู้เดิมเกี่ยวกับการ จัดการกับอารมณ์ และความเครียด ๒. ศึกษาการจัดการกับ อารมณ์และความเครียดจาก แหล่งเรียนรู้หรือสื่อที่หลากหลาย ๓. เชื่อมโยงวิธีการจัดการ อารมณ์และความเครียดกับ สถานการณ์ที่เกิดขึ้น ๔. แนะนำวิธีการปฏิบัติตน เพื่อจัดการกับอารมณ์ และความเครียดกับผู้อื่น
๗. พัฒนา สมรรถภาพ ทางกาย ตนเอง ให้เป็นไป ตามเกณฑ์ที่ กำหนด	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การพัฒนาสมรรถภาพ ทางกายตามเกณฑ์ที่กำหนด <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> พัฒนาสมรรถภาพทางกาย ของตนเองให้เป็นไปตาม เกณฑ์ที่กำหนด	ทักษะ การประเมิน	ทดสอบ สมรรถภาพ ทางกาย	๑. ศึกษาเกณฑ์มาตรฐานในการ ประเมินสมรรถภาพทางกาย ๒. ทดสอบสมรรถภาพทางกาย ๓. นำผลการทดสอบ สมรรถภาพทางกาย มาเทียบกับเกณฑ์มาตรฐาน ๔. ระบุระดับสมรรถภาพ ทางกายของตนเอง ๕. นำผลการประเมินเพื่อไป พัฒนาสมรรถภาพทางกาย ให้เป็นไปตามเกณฑ์

## สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

### มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่าย สารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. ระบุวิธีการ ปัจจัยและแหล่งที่ช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b></p> <p>วิธีการ ปัจจัย และแหล่งช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b></p> <p>แนะนำวิธีการ ปัจจัย และแหล่งช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติดกับผู้อื่น</p>	ทักษะการสำรวจค้นหา	แผ่นพับแนะนำวิธีการ ปัจจัย และแหล่งช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด	<ol style="list-style-type: none"> <li>สำรวจสถานที่หรือแหล่งที่ให้ความช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด</li> <li>สืบค้นข้อมูลจากนั้นกำหนดวิธีการ รวมทั้งปัจจัยที่จะช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด</li> <li>ใช้วิธีการที่กำหนดจากการค้นหาข้อมูล</li> <li>รวบรวมข้อมูลที่ได้จากการสำรวจ</li> <li>นำเสนอข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับวิธีการ ปัจจัย สถานที่ และแหล่งช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติดให้ได้มากที่สุด จัดทำเป็นเอกสารแผ่นพับแนะนำผู้อื่น</li> </ol>
๒. อธิบายวิธีการ หลีกเลี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b></p> <p>วิธีการ หลีกเลี่ยง พฤติกรรมเสี่ยง และสถานการณ์เสี่ยง</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b></p> <p>อธิบายวิธีการ หลีกเลี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง</p>	ทักษะการสำรวจ	สรุปวิธีการ หลีกเลี่ยง พฤติกรรมเสี่ยง และสถานการณ์เสี่ยง	<ol style="list-style-type: none"> <li>สำรวจพฤติกรรมเสี่ยง และสถานการณ์เสี่ยง เรื่อง การมั่วสุม การทะเลาะวิวาท การเข้าไปในแหล่งอบายมุข การแข่งจักรยานยนต์ บนท้องถนน</li> <li>แสวงหาวิธีการในการรวบรวมข้อมูลเพื่อให้ได้ข้อเท็จจริงและความคิดเห็นในเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง</li> <li>รวบรวมข้อเท็จจริง พฤติกรรมเสี่ยง และสถานการณ์เสี่ยง</li> </ol>

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
				<p>๔. อภิปรายกลุ่ม โดยเสนอข้อเท็จจริงและความเห็นที่ได้จากการสำรวจ เรื่องวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง</p> <p>๕. สรุปผลการอภิปราย</p>
<p>๓. ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย</p>	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การใช้ทักษะชีวิตป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขัน</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> นำทักษะชีวิตมาใช้ป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันได้อย่างเหมาะสม</p>	<p>ทักษะกระบวนการคิดตัดสินใจ</p>	<p>แสดงบทบาทสมมติการใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่คับขัน</p>	<p>๑. กำหนดปัญหาที่ต้องตัดสินใจใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขัน</p> <p>๒. ระบุทางเลือกในการใช้ทักษะชีวิตป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย</p> <p>๓. วิเคราะห์ทางเลือกในการใช้ทักษะชีวิตป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขัน</p> <p>๔. จัดลำดับความสำคัญทางเลือกในการใช้ทักษะชีวิต</p> <p>๕. ตัดสินใจเลือกทางเลือกที่เหมาะสม นำไปใช้ในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขัน</p> <p>๖. แบ่งกลุ่มแสดงบทบาทสมมติการเลือกใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขัน</p>



## ❖ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด เป็นการวิเคราะห์ต่อเนื่องจากการวิเคราะห์ตัวชี้วัด โดยวิเคราะห์ใน ๖ ประเด็น คือ ความสัมพันธ์/เชื่อมโยงของตัวชี้วัด แต่ละตัวที่จะนำมาจัดกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมกันได้ ความคิดรวบยอด สาระการเรียนรู้ ทักษะการคิด ชิ้นงาน/ภาระงาน และแนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้



## สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

## สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๒ ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญูญาณ ในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์</b> มาตรฐาน พ ๑.๑</p> <p>๑. อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น</p> <p>๒. ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น</p>	<p>วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา การเจริญเติบโตและพัฒนาการจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดีนั้นขึ้นอยู่กับ พันธุกรรม สิ่งแวดล้อม การอบรมเลี้ยงดู และการออกกำลังกายเป็นประจำ</p>	<p>๑. การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น</p> <p>๒. ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา</p> <p>- พันธุกรรม - สิ่งแวดล้อม - การอบรมเลี้ยงดู</p> <p>๓. สาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาจากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬา</p> <p>อย่างสม่ำเสมอ จนเป็นวิถีชีวิต</p>	<p>๑. ทักษะการวิเคราะห์</p> <p>๒. ทักษะการให้เหตุผล</p>	<p>แผนผังความคิด เรื่องการเปลี่ยนแปลง ทางด้านต่าง ๆ และพัฒนาการของวัยรุ่น</p>	<p>๑. ศึกษาข้อมูลการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ของวัยรุ่นอย่างหลากหลาย</p> <p>๒. วิเคราะห์ข้อมูลด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของวัยรุ่น</p> <p>๓. อธิบายความสัมพันธ์ การเปลี่ยนแปลง แต่ละด้านของวัยรุ่น</p> <p>๔. นำเสนอผลการวิเคราะห์</p> <p>๕. นำผลการวิเคราะห์ มาสรุปเป็นแผนผังความคิด</p> <p>๖. ศึกษาปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น</p> <p>๗. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา</p>
<p><b>สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล</b></p>					

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<b>มาตรฐาน พ ๓.๒</b> <b>๑. อธิบาย</b> สาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาที่เกิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต		<b>๔. การสร้าง</b> <b>วิถีชีวิตที่มี</b> สุขภาพดีโดยการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำ			<b>๘. นำเสนอผล</b> <b>การวิเคราะห์</b> <b>๙. สรุปผลเป็นแผนภูมิ/</b> <b>แผนผังความคิด</b> <b>ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ</b> <b>การเจริญเติบโต</b> <b>และพัฒนาการ</b> <b>๑๐. รวบรวมข้อมูล</b> <b>การเปลี่ยนแปลง</b> <b>ทางกาย จิตใจ อารมณ์</b> <b>สังคม และสติปัญญา</b> <b>ที่เกิดจากการออก</b> <b>กำลังกาย และ</b> <b>เล่นกีฬาเป็นประจำ</b> <b>๑๑. ค้นหาเหตุ</b> <b>ที่ทำให้เกิดการ</b> <b>เปลี่ยนแปลง โดยใช้</b> <b>ข้อมูลพื้นฐาน และ</b> <b>ตรวจสอบผล</b> <b>เชิงประจักษ์</b> <b>๑๒. อธิบายให้เห็น</b> <b>ความสอดคล้อง</b> <b>ของเหตุและผล</b>

## สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<b>สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว</b> <b>มาตรฐาน พ ๒.๑</b> ๑. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ ๔. อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศและวางตัวได้อย่างเหมาะสม	ความเสมอภาคทางเพศและการวางตัวที่เหมาะสม มีผลต่อการแก้ปัญหาทางเพศและการดำเนินชีวิต โดยที่ครอบครัว วัฒนธรรม เพื่อน และสื่อ เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ	๑. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ - ครอบครัว - วัฒนธรรม - เพื่อน - สื่อ ๒. ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ ๓. การวางตัวต่อเพศตรงข้าม ๔. ปัญหาทางเพศ ๕. แนวทางการแก้ไขปัญหาทางเพศ	๑. ทักษะการวิเคราะห์ ๒. ทักษะการสร้างความรู้	๑. นำเสนอรายงานผลการวิเคราะห์ ๒. โต้ว่าที่เรื่องความเสมอภาคทางเพศและการวางตัวต่อเพศตรงข้าม	๑. ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ ๒. วิเคราะห์องค์ประกอบและความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ ๓. แยกแยะข้อมูลและหาความสัมพันธ์ให้เห็นองค์ประกอบของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ ๔. นำเสนอผลการวิเคราะห์ ๕. ทบทวนความรู้เดิมเกี่ยวกับความเสมอภาคทางเพศ ๖. ศึกษาเรื่องความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ การวางตัวต่อเพศตรงข้าม ปัญหาทางเพศและแนวทางการแก้ไข ปัญหาจากสภาพสังคมปัจจุบัน ๗. เชื่อมโยงความรู้ใหม่กับความรู้เดิมเกี่ยวกับความเสมอภาคทางเพศและการวางตัวต่อเพศตรงข้าม ๘. โต้ว่าที่เรื่องความเสมอภาคทางเพศและการวางตัวต่อเพศตรงข้าม



## สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

### มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว</b></p> <p><b>มาตรฐาน พ ๒.๑</b></p> <p>๒. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน</p> <p>๓. อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์</p>	<p>การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนนำมาซึ่งปัญหาและผลกระทบ จึงควรรู้วิธีป้องกันตนเอง เพื่อหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์</p>	<p>๑. ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน</p> <p>๒. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์</p> <p>๓. โรคเอดส์</p> <p>๔. การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์</p>	<p>๑. ทักษะการให้เหตุผล</p> <p>๒. ทักษะการสร้างความรู้</p>	<p>๑. สมุดภาพปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน</p> <p>๒. เสนอแนวทางการป้องกันและหลีกเลี่ยง</p>	<p>๑. รวบรวมปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน</p> <p>๒. ค้นหาสาเหตุของปัญหาและผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน</p> <p>๓. อธิบายให้เห็นความสอดคล้องและเหตุผลเรื่องผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน</p> <p>๔. ทบทวนความรู้เดิมเกี่ยวกับเรื่องโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์</p> <p>๕. ศึกษาเรื่องวิธีการป้องกันตนเองและการหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ จากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย</p> <p>๖. เชื่อมโยงความรู้ใหม่กับความรู้เดิม</p> <p>๗. นำเสนอ/สรุปจากความเข้าใจของตนเอง อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ โดยการแสดงบทบาทสมมติ</p>

**สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล**  
**มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา**

**สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค**

**มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ**

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<b>สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล มาตรฐาน พ ๓.๑</b> ๑. นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไก และทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย มาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง ๒. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีมอย่างละ ๑ ชนิด ๓. เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการ	รูปแบบการเคลื่อนไหวมีความสำคัญต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน โดยมีสมรรถภาพทางกายเป็นตัวบ่งชี้ถึงภาวะสุขภาพ จึงควรเลือกเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับบริบทของตนเอง เพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายของตนเองให้ขึ้นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดและร่วมกิจกรรมนันทนาการเพื่อสุขภาพที่ดี	๑. การนำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย มาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง ๒. การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ตามชนิดกีฬาที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่วิ่งและลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทนนิส ตระกร้อลอดห่วง ฟุตซอล วูเลย์น้ำ เทควันโด ๓. ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	๑. ทักษะการสังเคราะห์ ๒. ทักษะการนำความรู้ไปใช้ ๓. ทักษะการวิเคราะห์ ๔. ทักษะการประเมิน ๕. ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้	๑. นำเสนอผลสรุปจากการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาที่นำมาใช้อย่างเหมาะสมกับตนเอง ๒. ปฏิบัติการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีม ๓. นำเสนอผลวิเคราะห์การเปรียบเทียบพร้อมการสาธิต ๔. ร่วมกิจกรรมนันทนาการ	๑. กำหนดกิจกรรมในชีวิตประจำวันและกิจกรรมการเล่นกีฬาโดยใช้รูปแบบการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ๒. หาวิธีการในการเก็บข้อมูลที่เหมาะสมกับกิจกรรม ๓. วิเคราะห์รูปแบบการเล่นกีฬาที่ใช้ ๔. บอกความเหมือนและความแตกต่างของการใช้ทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ๕. เลือกข้อมูลที่มีความเกี่ยวข้องกันให้มีความหมายต่อการเลือกเล่นกีฬา ๖. ศึกษาเกณฑ์มาตรฐานในการเล่นประเภทบุคคลและทีม ๗. ทดสอบสมรรถภาพทางกาย ๘. นำผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายมาเทียบเกณฑ์มาตรฐาน

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p>เล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน</p> <p>๔. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำความรู้และหลักการที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเป็นระบบ</p> <p>สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค</p> <p>มาตรฐาน พ ๔.๑</p> <p>๗. พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองให้ เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด</p>		<p>๔. การนำประสบการณ์จากการร่วมกิจกรรมนันทนาการไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน</p> <p>๕. เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย</p> <p>๖. การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย</p>			<p>๙. ระบุระดับคุณภาพของผลการทดสอบ</p> <p>๑๐. รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกายของตนเอง</p> <p>๑๑. ค้นหาสาเหตุของผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย และวางแผนการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย</p> <p>๑๒. อธิบายให้เห็นความสอดคล้องของเหตุและผลในการทดสอบสมรรถภาพ และการวางแผนการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย</p> <p>๑๓. รายงานผลการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย</p>

### สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๒ ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

### สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p>สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล</p> <p>มาตรฐาน พ ๓.๒</p> <p>๑. อธิบายสาเหตุ การเปลี่ยนแปลง ทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ที่เกิดจาก การออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเป็นประจำ จนเป็นวิถีชีวิต</p> <p>๒. เลือกเข้าร่วม กิจกรรมการออกกำลังกาย เล่นกีฬา ตามความถนัดและความสนใจ พร้อมทั้ง วิเคราะห์ ความแตกต่างระหว่าง</p>	<p>การเลือกออกกำลังกายและเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจและความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถนำมาใช้ในการพัฒนาตนเอง โดยต้องรักษา กฎ กติกา และร่วมวางแผนการเล่นอย่างมุ่งมั่น และมีสมรรถภาพทางกายเป็นตัวอย่างถึงภาวะสุขภาพ</p>	<p>๑. การออกกำลังกายและเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลทั้งประเภทบุคคล และประเภททีม</p> <p>๒. การวิเคราะห์ ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อเป็นแนวทาง ในการพัฒนาการ ร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา</p> <p>๓. วินัยในการฝึก และการเล่นกีฬาตามกฎ กติกา และข้อตกลง</p> <p>๔. รูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม</p> <p>๕. ประโยชน์ของการเล่นและการทำงานเป็นทีม</p>	<p>๑. ทักษะการนำความรู้ไปใช้</p> <p>๒. ทักษะการวิเคราะห์</p> <p>๓. ทักษะกระบวนการคิดแก้ปัญหา</p> <p>๔. ทักษะการประเมิน</p> <p>๕. ทักษะการสรุปลงความเห็น</p>	<p>๑. แผนผังความคิดสาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา</p> <p>๒. ร่วมกิจกรรมออกกำลังกาย และเล่นกีฬาตามความถนัด</p> <p>๓. นำเสนอผลการวิเคราะห์ ความแตกต่างระหว่างบุคคล ในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา</p> <p>๔. เลือกเล่นกีฬาไทยหรือกีฬาสากล</p>	<p>๑. ศึกษาการออกกำลังกายกีฬาตามประเภทที่เลือกเล่นจากสื่อและแหล่งต่างๆ</p> <p>๒. ทบทวนความรู้เรื่องกฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่นกีฬา</p> <p>๓. สังเกตและรวบรวมข้อมูล รูปแบบ การรุก การรับ การป้องกัน และเทคนิคต่าง ๆ</p> <p>๔. วางแผนออกแบบในเกมการเล่นกีฬา</p> <p>๕. เชื่อมโยงประเด็นสาระสำคัญเกี่ยวกับการมีวินัย กฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬา</p> <p>๖. เปรียบเทียบผลของความแตกต่างในการเล่นกีฬาของแต่ละบุคคล</p> <p>๗. อธิบายเหตุผลของการนำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬา มาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเอง</p>

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
บุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง ๓. มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และ ข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก ๔. วางแผน การรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม ๕. นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่น		๖. หลักการให้ความร่วมมือในการเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม ๗. การพัฒนาวิธีเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง - การเลือกวิธีเล่น - การแก้ไขข้อบกพร่อง - การเพิ่มทักษะ ๘. การสร้างแรงจูงใจและการสร้างความมุ่งมั่นในการเล่นและแข่งขันกีฬา ๙. เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย ๑๐. การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ๑๑. หลักการให้ความร่วมมือในการเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม			๘. สรุปแนวทางและนำไปปฏิบัติการเล่นกีฬาตามความสนใจ ๙. นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง ๑๐. ศึกษาเกณฑ์มาตรฐาน ในการประเมินสมรรถภาพทางกาย ๑๑. ทดสอบสมรรถภาพทางกาย ๑๒. นำผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายมาเทียบเกณฑ์มาตรฐาน ๑๓. ระบุระดับคุณภาพของผลการทดสอบ ๑๔. รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกายของตนเอง ๑๕. ค้นหาสาเหตุของผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย และวางแผนการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ๑๖. อธิบายให้เห็นความสอดคล้องของเหตุและผลในการทดสอบสมรรถภาพ และการวางแผนการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ๑๗. รายงานผลการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย

## สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค มาตรฐาน พ ๔.๑</b></p> <p>๑. เลือกใช้ บริการทางสุขภาพอย่าง มีเหตุผล</p> <p>๒. วิเคราะห์ผล ของการใช้ เทคโนโลยี ที่มีผลต่อ สุขภาพ</p> <p>๓. วิเคราะห์ ความเจริญ ก้าวหน้า ทางการแพทย์ ที่มีผล ต่อสุขภาพ</p>	<p>ความเจริญ ก้าวหน้าด้าน เทคโนโลยี ทางการแพทย์ และการเลือกใช้ บริการสุขภาพ ส่งผลต่อการมี คุณภาพชีวิตที่ดี</p>	<p>๑. การเลือกใช้ บริการทางสุขภาพ</p> <p>๒. ผลกระทบ ของเทคโนโลยี ที่มีต่อสุขภาพ</p> <p>๓. ความเจริญ ก้าวหน้าทาง การแพทย์ที่มี ผลต่อสุขภาพ</p>	<p>๑. ทักษะ การคิดอย่างมี วิจรรย์ญาณ</p> <p>๒. ทักษะ การวิเคราะห์</p>	<p>๑. แผนผัง ความคิดการ ตัดสินใจเลือกใช้ บริการทางสุขภาพ</p> <p>๒. ตาราง วิเคราะห์ผล กระทบของ เทคโนโลยีที่มี ต่อสุขภาพ</p> <p>๓. ตาราง วิเคราะห์ความ เจริญก้าวหน้า ทางการแพทย์ ที่มีผลต่อสุขภาพ</p>	<p>๑. สนทนาเรื่องการใช้ บริการทางสุขภาพ เมื่อเกิดการเจ็บป่วย</p> <p>๒. ระดมสมองเรื่อง สถานบริการสุขภาพ ทั้งภาครัฐและเอกชน</p> <p>๓. วิเคราะห์ข้อดีและ ข้อเสีย ของสถานบริการ สุขภาพทุกแห่งบริการ</p> <p>๔. จัดลำดับทางเลือก ของสถานบริการ ทางสุขภาพ</p> <p>๕. ตัดสินใจเลือกใช้ บริการทางสุขภาพที่ เหมาะสม</p> <p>๖. สืบค้นเทคโนโลยี และความเจริญ ก้าวหน้าทางการแพทย์ ที่มีผลต่อสุขภาพ</p> <p>๗. วิเคราะห์ผล กระทบของเทคโนโลยี ที่มีผลต่อสุขภาพ และความเจริญก้าวหน้า ทางการแพทย์ที่มีผลต่อ สุขภาพ</p> <p>๘. นำเสนอผล การวิเคราะห์</p> <p>๙. สรุปและนำเสนอ ผลการวิเคราะห์</p>

## สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค</b></p> <p><b>มาตรฐาน พ ๔.๑</b></p> <p>๔. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลงระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต</p> <p>๕. อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหสุขภาพจิต</p> <p>๖. เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด</p>	<p>อารมณ์และความเครียดเป็นสาเหตุของปัญหาสุขภาพจิต การรู้จักจัดการที่เหมาะสมจะช่วยรักษาภาวะความสมดุลงระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต</p>	<p>๑. ความสมดุลงระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต</p> <p>๒. ลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหสุขภาพจิต</p> <p>๓. วิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด</p>	<p>๑. ทักษะการวิเคราะห์</p> <p>๒. ทักษะการระบุ</p> <p>๓. ทักษะการสร้างความรู้</p>	<p>๑. รายงานผลการวิเคราะห์ภาวะสมดุลงระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต</p> <p>๒. นำเสนอพฤติกรรมที่แสดงถึงผู้มีปัญหสุขภาพจิตและวิธีควบคุมอารมณ์ความเครียด</p> <p>๓. นำเสนอวิธีจัดการอารมณ์และความเครียด</p>	<p>๑. ศึกษาและรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลงระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต</p> <p>๒. วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาความสัมพันธ์องค์ประกอบต่างๆของภาวะสมดุลงระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต</p> <p>๓. สรุปและทำรายงานเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลงระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต</p> <p>๔. สังเกตและบอกลักษณะอาการของผู้มีปัญหสุขภาพจิต</p> <p>๕. เชื่อมโยงลักษณะอาการของผู้มีปัญหสุขภาพจิตจากความรู้เดิมและความรู้ใหม่และสรุปเป็นข้อคิดเห็น</p> <p>๖. นำเสนอลักษณะพฤติกรรมของผู้มีปัญหสุขภาพจิตและวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด</p>

## สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

### มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<b>สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ ๕.๑</b> ๑. ระบุวิธีการ ปัจจัยและแหล่งที่ช่วยเหลือ พี่นผู้ติดสารเสพติด ๒. อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง ๓. ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยง สถานการณ์ คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย	การช่วยเหลือ พี่นผู้ติดสารเสพติด ต้องรู้วิธีการ ปัจจัยและแหล่งที่ช่วยเหลือตลอดจนการใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยง พฤติกรรมเสี่ยง สถานการณ์เสี่ยง และคับขัน ที่อาจนำไปสู่อันตราย	๑. วิธีการ ปัจจัยและแหล่งที่ช่วยเหลือ พี่นผู้ติดสารเสพติด ๒. การหลีกเลี่ยง พฤติกรรมเสี่ยง และสถานการณ์เสี่ยง - การมั่วสุม - การทะเลาะวิวาท - การเข้าไปในแหล่งอบายมุข - การแข่งจักรยานยนต์บนถนน ๓. ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง - ทักษะปฏิเสธ - ทักษะการต่อรอง ฯลฯ และหลีกเลี่ยง สถานการณ์ คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย	๑. ทักษะการสำรวจค้นหา ๒. ทักษะการสำรวจ ๓. ทักษะกระบวนการคิดตัดสินใจ	๑. สรุปวิธีการ หลีกเลี่ยง พฤติกรรมเสี่ยง และสถานการณ์เสี่ยง ๒. แผ่นพับ แนะนำวิธีการ ปัจจัย แหล่งช่วยเหลือ พี่นผู้ติดสารเสพติด ๓. แสดงบทบาทสมมติการใช้ ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง เพื่อหลีกเลี่ยง สถานการณ์ ที่คับขัน	๑. กำหนดวิธีการที่จะสำรวจค้นหาปัจจัย และแหล่งช่วยเหลือ พี่นผู้ติดสารเสพติด ๒. ใช้วิธีการที่กำหนด ในการค้นหาและรวบรวมข้อมูลที่ได้ ๓. นำเสนอข้อมูลที่เกี่ยวกับวิธีการ ปัจจัย และแหล่งช่วยเหลือ พี่นผู้ติดสารเสพติด ให้ได้มากที่สุด จัดทำ เป็นเอกสารแผ่นพับ แนะนำผู้อื่น ๔. ตำรวจพฤติกรรม และสถานการณ์เสี่ยง เรื่องการมั่วสุม การทะเลาะวิวาท การเข้าไปในแหล่งอบายมุข การแข่งจักรยานยนต์บนถนน ๕. แสวงหาวิธีการในการรวบรวมข้อมูลเพื่อให้ได้ข้อเท็จจริงและความคิดเห็นในเรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงและ สถานการณ์เสี่ยง ๖. รวบรวมข้อเท็จจริง พฤติกรรมเสี่ยงและ สถานการณ์เสี่ยง



ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
					<p>๗. อภิปรายกลุ่ม โดยเสนอข้อเท็จจริงและความเห็นที่ได้จากการสำรวจเรื่องวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง</p> <p>๘. สรุปผลการอภิปราย</p> <p>๙. กำหนดปัญหาที่ต้องตัดสินใจใช้ทักษะชีวิตและระบุทางเลือกการใช้ทักษะชีวิตป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย</p> <p>๑๐. วิเคราะห์ทางเลือกการใช้ทักษะชีวิตป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขัน</p> <p>๑๑. จัดลำดับความสำคัญของทางเลือกและตัดสินใจเลือกทักษะชีวิตที่เหมาะสมนำไปใช้ในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขัน</p> <p>๑๒. แบ่งกลุ่มแสดงบทบาทสมมติการเลือกใช้ทักษะชีวิตเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขัน</p>



## ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

- ♦ การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิด
- ♦ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด



## ❖ การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิด

การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิดเป็นการนำตัวชี้วัดกลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ จาก ๕ สาระ ๖ มาตรฐาน จำนวน ๒๔ ตัวชี้วัด มาวิเคราะห์รายตัวชี้วัดใน ๔ ประเด็น คือ ตัวชี้วัดแต่ละตัวผู้เรียนควรมีความรู้อะไรและ ทำอะไรได้ ทักษะการคิด ชิ้นงาน/ภาระงาน และแนวการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด ในแต่ละประเด็นจะมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันและสะท้อนคุณภาพผู้เรียนตามตัวชี้วัด



## สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

### มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของแต่ละช่วงของชีวิต	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของคนแต่ละช่วงของชีวิต <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของคนแต่ละช่วงของชีวิต	ทักษะการเปรียบเทียบ	แผนผังการคิด เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงในแต่ละวัย	๑. กำหนดให้ศึกษาเรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ๒. เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ๓. บอกความเหมือนหรือความต่างของการเปลี่ยนแปลงในแต่ละวัย ๔. สรุปผลการเปรียบเทียบลงในแผนผังการคิด
๒. วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> มีพฤติกรรมตามคุณลักษณะอันพึงประสงค์	ทักษะการวิเคราะห์	๑. รายงานผลการวิเคราะห์ในรูปแบบตาราง ๒. สมุดบันทึกความดี (จิตอาสา)	๑. ศึกษาข้อมูลอิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น จากแหล่งเรียนรู้หรือสื่อที่หลากหลาย ๒. วิเคราะห์ข้อมูลโดยแยกเป็นอิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น ๓. หาความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น ๔. จัดทำสมุดบันทึกความดี นำเสนอรายงานจิตอาสา

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๓. วิเคราะห์สื่อ โฆษณาที่มี อิทธิพลต่อ การเจริญ เติบโตและ พัฒนาการ ของวัยรุ่น	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> สื่อ โฆษณามีอิทธิพล ต่อการเจริญเติบโตและ พัฒนาการของวัยรุ่น <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เลือกพิจารณาด้านคุณ และโทษของสื่อโฆษณา	กระบวนการ การคิดอย่างมี วิจารณญาณ	๑. สมุดสื่อ โฆษณา ๒. ตารางแสดง การวิเคราะห์ ข้อมูล	๑. ระบุสื่อโฆษณาที่มีอิทธิพล ต่อการเจริญเติบโตและ พัฒนาการของมนุษย์ ๒. ประมวลข้อมูลที่เกี่ยวข้อง กับการคิด ปัจจัยรอบด้าน อย่างลึกซึ้ง ๓. วิเคราะห์สื่อ โฆษณา เช่น โทรทัศน์ วิทยุ สื่อสิ่งพิมพ์ อินเทอร์เน็ต เป็นต้น ๔. พิจารณาทางเลือก จากข้อมูลโดยให้เหตุผล ประกอบ ๕. ลงความเห็นหรือตัดสินใจ ประเมินทางเลือกการใช้สื่อ โฆษณา

## สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. อธิบาย อนามัยแม่ และเด็ก การวางแผน ครอบครัว และวิธีการ ปฏิบัติตน ที่เหมาะสม	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การปฏิบัติตนที่เหมาะสม เกี่ยวกับอนามัยแม่และเด็ก และการวางแผนครอบครัว ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ดูแลสุขภาพตนเอง และสมาชิกในครอบครัว	ทักษะ การสร้างความรู้	แผ่นพับเรื่อง อนามัยแม่และ เด็กและวิธีการ วางแผน ครอบครัว	๑. ทบทวนความรู้เดิม เกี่ยวกับอนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัวและ วิธีการปฏิบัติตนที่เหมาะสม ๒. ศึกษาเรื่องอนามัยแม่และ เด็ก การวางแผนครอบครัว และวิธีการปฏิบัติตนที่ เหมาะสมจากแหล่งเรียนรู้ ที่หลากหลาย ๓. เชื่อมโยงความรู้ใหม่กับ ความรู้เดิมให้สอดคล้องกับ สถานการณ์ในสังคมปัจจุบัน ๔. นำเสนอวิธีปฏิบัติตน ที่เหมาะสมเกี่ยวกับอนามัย แม่และเด็กและวิธีการ วางแผนครอบครัวในรูปแบบ
๒. วิเคราะห์ ปัจจัยที่มี ผลกระทบต่อ การตั้งครรภ์	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรภ์ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> หลีกเลี่ยงปัจจัยที่มี ผลกระทบต่อการตั้งครรภ์	ทักษะ การวิเคราะห์	๑. นำเสนอผล การวิเคราะห์ ๒. จัดป้ายนิเทศ	๑. ศึกษาปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรภ์ ๒. ตั้งวัตถุประสงค์ในการ วิเคราะห์เพื่อหาคำประกอบ และความสัมพันธ์ของปัจจัย ที่มีผลกระทบต่อการตั้งครรภ์ ๓. แยกแยะข้อมูลเพื่อให้เห็น องค์ประกอบของปัจจัยที่มีผล กระทบต่อการตั้งครรภ์ ๔. หาความสัมพันธ์ของข้อมูล ในแต่ละองค์ประกอบ ๕. นำเสนอผลการวิเคราะห์ ๖. นำผลการวิเคราะห์มาสรุป ตอบคำถามตามวัตถุประสงค์

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๓. วิเคราะห์ สาเหตุ และเสนอ แนวทาง ป้องกัน แก้ไข ความขัดแย้ง ในครอบครัว	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> สาเหตุและแนวทาง การป้องกันและแก้ไข ความขัดแย้งในครอบครัว <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ปฏิบัติตนดี ไม่เป็น สาเหตุของความขัดแย้ง ในครอบครัว	ทักษะ การวิเคราะห์	นำเสนอแนวทาง ป้องกันแก้ไข ความขัดแย้งใน ครอบครัว	๑. ศึกษาสาเหตุและแนวทาง ป้องกัน แก้ไขความขัดแย้ง ในครอบครัว ๒. ตั้งวัตถุประสงค์ในการ วิเคราะห์เนื้อหาองค์ประกอบ และความสัมพันธ์ของปัจจัย ที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่อง สาเหตุและแนวทางแก้ไข ความขัดแย้งในครอบครัว ๓. แยกแยะข้อมูลเพื่อให้เห็น องค์ประกอบของสิ่งที่วิเคราะห์ ๔. หาความสัมพันธ์ระหว่าง องค์ประกอบต่าง ๆ และ ความสัมพันธ์ของข้อมูล ในแต่ละองค์ประกอบ ๕. นำเสนอผลการวิเคราะห์ โดยการแสดงละคร ๖. นำผลการวิเคราะห์มาสรุป ตอบคำถามตามวัตถุประสงค์



**สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล**  
**มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา**

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. เล่นกีฬาไทย และกีฬา สากล อย่างละ ๑ ชนิด โดยใช้เทคนิค ที่เหมาะสม กับตนเอง และทีม	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> เทคนิคและวิธีการ เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เล่นกีฬาไทยและกีฬา สากล โดยใช้เทคนิคและ วิธีการเล่นที่เหมาะสมกับ ตนเองและทีม	๑. ทักษะ กระบวนการ คิดตัดสินใจ ๒. ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้	เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล อย่างละ ๑ ชนิด	๑. ทบทวนเทคนิคการเล่น ที่เหมาะสมกับตนเองและทีม ๒. มองเห็นเทคนิคการเล่น ที่เหมือนกันของสถานการณ์ การเล่นใหม่กับที่เคยเรียนรู้ มาก่อน ๓. ตัดสินใจนำเทคนิคการเล่น ที่เกิดจากความเข้าใจไปใช้ในการ เล่นกีฬาที่ใกล้เคียงกับที่ เคยเรียนรู้แล้ว
๒. นำหลักการ ความรู้และ ทักษะในการ เคลื่อนไหว กิจกรรม ทางกาย การเล่นเกม และการเล่น กีฬาไปใช้ สร้างเสริม สุขภาพอย่าง ต่อเนื่อง เป็นระบบ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> หลักการ ความรู้ และ ทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ปฏิบัติกิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬาเพื่อ การสร้างเสริมสุขภาพ อย่างต่อเนื่องและเป็นระบบ	ทักษะ การประยุกต์ ใช้ความรู้	นำเสนอผล การสร้างเสริม สุขภาพและ การนำไปใช้ อย่างต่อเนื่อง เป็นระบบ	๑. สำรวจลักษณะของการ สร้างเสริมสุขภาพอย่างเป็น ระบบ ซึ่งเป็นสถานการณ์ใหม่ ๒. ทบทวนหลักการ ความรู้ และทักษะการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาที่มี ๓. คัดเลือกข้อมูลในเรื่อง หลักการความรู้และทักษะ การเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ที่มีความสอดคล้องกับ สถานการณ์ใหม่ ๔. ตรวจสอบความเหมาะสม ระหว่างข้อมูลที่คัดเลือก กับสถานการณ์ ๕. จัดระบบความรู้และทักษะ นำไปใช้ในสถานการณ์ใหม่ ได้แก่ การสร้างเสริมสุขภาพ อย่างต่อเนื่องเป็นระบบ

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๓. ร่วมกิจกรรม นันทนาการ อย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำหลัก ความรู้วิธีการ ไปขยายผล การเรียนรู้ ให้กับผู้อื่น	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> หลักการ ความรู้ วิธีการ จัดกิจกรรมนันทนาการ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ใช้เวลาว่างให้เป็น ประโยชน์ โดยเข้าร่วม กิจกรรมนันทนาการและ พัฒนาจนเป็นผู้นำ นันทนาการให้กับผู้อื่น	๑. ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้ ๒. ทักษะ กระบวนการ คิดสร้างสรรค์	เข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการและ เข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการและ เป็นผู้จัดกิจกรรม นันทนาการ	๑. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับ กิจกรรมนันทนาการที่มี ๒. พิจารณาความเหมือน ของสถานการณ์จากการร่วม กิจกรรมนันทนาการใหม่กับ ประสบการณ์ที่เคยเรียนรู้มา ๓. เข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการและนำความรู้ที่ เกิดจากความเข้าใจไปใช้ใน สถานการณ์ใหม่ที่ใกล้เคียงกับ ที่เรียนรู้แล้ว ๔. นำความรู้และประสบการณ์ ที่มีมาจัดกิจกรรมนันทนาการ รูปแบบใหม่ จากนั้นพัฒนา จนเชี่ยวชาญแล้วนำประสบการณ์ ไปขยายผลแก่ผู้อื่น

### สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> มารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เป็นผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี	ทักษะการนำความรู้ไปใช้	บันทึกการปฏิบัติตนในการเล่นและดูกีฬา	๑. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับมารยาทในการดูกีฬาและการเล่นด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา ๒. สังเกตการเล่นกีฬามารยาท การแสดงออกของนักกีฬาในอิริยาบถต่าง ๆ ตามสื่อที่ครูเตรียมไว้ และรวบรวมข้อมูลให้เห็นความเหมือนของประสบการณ์ใหม่กับประสบการณ์เดิมที่มี ๓. นำความรู้ที่เกิดจากความเข้าใจ ไปใช้ในสถานการณ์ใหม่ที่ใกล้เคียงกับที่เคยเรียนรู้แล้ว
๒. ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ และนำแนวคิดหลักการจากการเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองด้วยความภาคภูมิใจ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> วิธีการประยุกต์ประสบการณ์และแนวคิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอไปใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ออกกำลังกายและเล่นกีฬาให้เป็นประจำและสม่ำเสมอ	ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้	รายงานผลการออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่มีต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเอง	๑. ออกกำลังกายเป็นประจำและสม่ำเสมอ ๒. ทบทวนข้อมูลความรู้เกี่ยวกับทักษะการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ๓. คัดเลือกข้อมูลความรู้หลักการจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่มีความสอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิต ๔. ตรวจสอบความเป็นเหตุเป็นผลหรือความเหมาะสมระหว่างข้อมูลการออกกำลังกายและการเล่นกีฬากับแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิต ๕. นำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองด้วยความภาคภูมิใจ

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๓. ปฏิบัติตน ตามกฎ กติกา และข้อตกลง ในการเล่น ตามชนิดกีฬา ที่เลือก และ นำแนวคิด ที่ได้ไปพัฒนา คุณภาพชีวิต ของตน ในสังคม	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> กฎ กติกา และข้อตกลง ในการเล่นตามชนิดกีฬา ที่เลือก และการประยุกต์ ประสบการณ์จากการปฏิบัติ ตามกฎ กติกา ไปใช้ในการ พัฒนาคุณภาพชีวิตของตน <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ๑. ปฏิบัติตนตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬา ๒. นำแนวคิดและประสบการณ์ จากการปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงไปพัฒนา คุณภาพชีวิตของตน	ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้	๑. เล่นกีฬา ตามกฎ กติกา และข้อตกลง ๒. โครงการ พัฒนาคุณภาพ ชีวิต	๑. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับ กีฬาที่เล่น ๒. การสืบค้นข้อมูลกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่น ตามชนิดกีฬาที่เลือกแต่ละ ประเภท ๓. พิจารณาความเหมือน ความต่างกันของข้อมูล กฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่น จากสถานการณ์กีฬาที่เรียนรู้ ใหม่กับสถานการณ์ความรู้เดิม ๔. นำความรู้ที่เกิดจากความ เข้าใจไปประยุกต์ใช้พัฒนา คุณภาพชีวิตตนเองในสังคม ๕. เขียนรายงานและ นำเสนอผลงาน
๔. จำแนกกลวิธี การรุก การป้องกัน และใช้ในการ เล่นกีฬาที่เลือก และตัดสินใจ เลือกวิธี ที่เหมาะสม กับทีมไปใช้ ได้ตาม สถานการณ์ ของการเล่น	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธี การรุก และการป้องกัน ในการเล่นกีฬาได้ตาม สถานการณ์ของการเล่น <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เล่นกีฬาโดยใช้กลวิธี การรุกและการป้องกัน ที่เหมาะสมกับทีมได้ตาม สถานการณ์	๑. ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้ ๒. ทักษะ กระบวนการคิด ตัดสินใจ	แสดงกลวิธีการรุก การป้องกันที่ใช้ เล่นกีฬาแบบต่างๆ	๑. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับ กีฬาที่เล่น ๒. ศึกษารูปแบบการเล่น และจำแนกกลวิธีการรุก และ การป้องกันจากแหล่งข้อมูล ๓. พิจารณาความเหมือน ความต่างรูปแบบการเล่น กลวิธีการรุก และการป้องกัน เพื่อนำมาจัดลำดับคัดเลือก ๔. พิจารณาและตัดสินใจเลือก วิธีที่เหมาะสมกับทีม ๕. นำความรู้ รูปแบบการเล่น กลวิธี การรุก และการป้องกัน ที่เหมาะสมกับทีม ตามที่ ตัดสินใจเลือกไปใช้ในการ เล่นกีฬา

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๕. เสนอผล การพัฒนา สุขภาพ ของตนเอง ที่เกิดจากการ ออกกำลังกาย และการเล่น กีฬาเป็น ประจำ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การพัฒนาสุขภาพตนเอง ที่เกิดจากการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเป็นประจำ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ออกกำลังกายและเล่น กีฬาเป็นประจำ	ทักษะ การประยุกต์ ใช้ความรู้	๑. ออกแบบแผน การพัฒนาสุขภาพ ๒. บันทึกผล การปฏิบัติตาม แผนการพัฒนา สุขภาพ	๑. สำรวจสุขภาพของตนเอง ๒. ทบทวนความรู้และศึกษา ข้อมูลเกี่ยวกับการพัฒนา สุขภาพที่เกิดจากการ ออกกำลังกาย และ เล่นกีฬาเป็นประจำ ๓. คัดเลือกข้อมูลความรู้ที่มี ความเกี่ยวข้องและสอดคล้อง ในการที่จะนำมาเป็นแนวทาง พัฒนาสุขภาพของตนเอง ๔. ตรวจสอบความเหมาะสม และสามารถนำมาปฏิบัติได้ ๕. นำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ ในการออกกำลังกายและ เล่นกีฬาอย่างต่อเนื่อง เพื่อพัฒนาสุขภาพของตนเอง ๖. นำเสนอผลการพัฒนา สุขภาพด้วยการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา

## สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> รายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยทารก วัยเด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ และวัยสูงอายุ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> รับประทานอาหารที่เหมาะสมกับวัยโดยคำนึงถึงความประหยัด และคุณค่าทางโภชนาการ และสามารถแนะนำผู้อื่นได้	ทักษะการนำความรู้ไปใช้	นำเสนอรายการอาหารสำหรับวัยต่าง ๆ	๑. ทบทวนความรู้เดิมเรื่องอาหารที่รับประทาน ๒. ศึกษาเรื่องอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการโดยพิจารณาถึงความเหมาะสมกับวัย ๓. เปรียบเทียบความต้องการอาหารในแต่ละวัย ๔. นำความรู้ที่ได้ไปกำหนดรายการอาหารในแต่ละวัย โดยคำนึงถึงความเหมาะสม ประหยัด และมีคุณค่าทางโภชนาการ และนำเสนอรายงานในรูปแบบต่าง ๆ
๒. เสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เสนอแนวทางการป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	ทักษะการสร้างความรู้	นำเสนอข้อสรุปแนวทาง การป้องกันโรค	๑. ทบทวนความรู้เดิมเกี่ยวกับโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย ๒. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย โดยการสืบค้นข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย ๓. เชื่อมโยงความรู้เดิมกับความรู้ใหม่เกี่ยวกับโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตาย ๔. นำเสนอแนวทางการป้องกัน การเจ็บป่วยและการตาย ๕. สรุปแนวทางการป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วย และการตายของคนไทย ๖. นำเสนอข้อสรุปแนวทาง การป้องกันโรค

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๓. รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ปัญหาสุขภาพในชุมชน <b>ผู้เรียนรู้ทำอะไรได้</b> เสนอแนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน	๑. ทักษะการรวบรวมข้อมูล ๒. ทักษะกระบวนการคิดตัดสินใจ	แผ่นพับข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพที่พบในชุมชนและแนวทางการแก้ปัญหา	๑. กำหนดจุดประสงค์ของการเก็บข้อมูล (เพื่อต้องการทราบปัญหาสุขภาพในชุมชน) ๒. หาวิธีการในการเก็บรวบรวมข้อมูลที่เหมาะสมกับจุดประสงค์ (ออกแบบสำรวจข้อมูล) ๓. ใช้วิธีการที่กำหนดในการรวบรวมข้อมูล (นำแบบสำรวจข้อมูลไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล) ๔. สรุปผลการสำรวจข้อมูล ๕. นำข้อมูลที่ได้จากการสรุปไปวิเคราะห์ทางเลือกการแก้ปัญหาสุขภาพในชุมชน ๖. จัดลำดับทางเลือกการแก้ปัญหาสุขภาพในชุมชน ๗. เลือกทางเลือกที่เหมาะสมเสนอเป็นแนวทางการแก้ปัญหาสุขภาพในชุมชน ๘. นำเสนอข้อมูลในรูปแบบแผ่นพับและเผยแพร่
๔. วางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> หลักและวิธีการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย <b>ผู้เรียนรู้ทำอะไรได้</b> ๑. วางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย ๒. ปฏิบัติตามแผน	ทักษะการนำความรู้ไปใช้	จัดตารางในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	๑. ทบทวนความรู้ที่มีเกี่ยวกับการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายโดยการระดมความคิดเห็น ๒. มองเห็นความเหมือนกันของการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายกับสิ่งที่ตนเองเคยเรียนรู้และปฏิบัติมาประยุกต์เป็นความรู้ใหม่ที่ในปัจจุบันที่สามารถนำไปใช้ได้

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
				๓. นำความรู้ใหม่ที่เกิดจาก ความเข้าใจมาวางแผน และจัดเวลาเพื่อนำไปใช้ ในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริม สมรรถภาพทางกาย
๕. ทดสอบ สมรรถภาพ ทางกาย และพัฒนา ได้ตามความ แตกต่าง ระหว่าง บุคคล	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> วิธีทดสอบสมรรถภาพ ทางกายแบบต่าง ๆ และ การพัฒนาสมรรถภาพ เพื่อสุขภาพ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ทดสอบสมรรถภาพ ทางกายและนำผลมาพัฒนา ตามความแตกต่าง ระหว่างบุคคล	ทักษะ การประเมิน	๑. ทดสอบ สมรรถภาพ ทางกาย ๒. รายงาน การประเมินผล การทดสอบ สมรรถภาพ ทางกาย	๑. กำหนดเกณฑ์ในการ ประเมินสมรรถภาพทางกาย ๒. ทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย ๓. นำผลการทดสอบ สมรรถภาพมาจัดระดับ ๔. ระบุระดับคุณภาพ ๕. นำผลการประเมิน สมรรถภาพทางกายของ ตนเองนำไปพัฒนาตาม ความแตกต่างระหว่างบุคคล



## สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

### มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกัน	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ และแนวทาง <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> การป้องกันความเสี่ยง หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพ	ทักษะการวิเคราะห์	รายงานการวิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกัน	๑. ศึกษาปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพ ๒. ระบุได้ว่าปัจจัยเสี่ยงพฤติกรรมเสี่ยง และแนวทางป้องกันใดสำคัญ ๓. ตรวจสอบความถูกต้องของสมมติฐานที่อ่านพบ ๔. เชื่อมโยงเหตุผลในแต่ละปัจจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงและแนวทางการป้องกัน ๕. วิเคราะห์ข้อมูลที่ขัดแย้งกัน ๖. สรุปผลการวิเคราะห์
๒. หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ๑. ปัญหาและผลกระทบจากการใช้ความรุนแรง ๒. วิธีหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและการชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> หลีกเลี่ยงและชักชวนเพื่อนไม่ใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา	ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้	แสดงบทบาทสมมติ	๑. ดำรงพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงในครอบครัว สังคม ๒. ทบทวนข้อมูลและความรู้ที่เกี่ยวข้องผลกระทบของการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหาครอบครัว/สังคม ๓. คัดเลือกข้อมูลความรู้เรื่องผลกระทบของการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหาที่มีความสอดคล้องกับลักษณะของสถานการณ์ที่เกิดจากการใช้ความรุนแรงในครอบครัว/สังคม ๔. ตรวจสอบความเป็นเหตุเป็นผลหรือความเหมาะสมระหว่างข้อมูลเกี่ยวกับผลกระทบการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหากับสถานการณ์ความรุนแรงในปัจจุบัน ๕. ใช้ความรู้ในการแก้ปัญหาและชักชวนเพื่อนไม่ใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหา

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๓. วิเคราะห์ อิทธิพล ของสื่อต่อ พฤติกรรม สุขภาพและ ความรุนแรง	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> สื่อมีอิทธิพลต่อพฤติกรรม สุขภาพและความรุนแรง <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เลือกพิจารณาด้านคุณ และโทษของสื่อต่อ พฤติกรรมสุขภาพและ ความรุนแรง	ทักษะ กระบวนการ คิดอย่างมี วิจารณญาณ	จัดป้ายนิเทศ	๑. ระบุสื่อที่มีอิทธิพลต่อ พฤติกรรมสุขภาพและ ความรุนแรง ๒. ประมวลข้อมูลที่เกี่ยวข้อง กับการคิด ๓. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อ ต่อพฤติกรรมสุขภาพและ ความรุนแรง ๔. พิจารณาทางเลือกโดยใช้ เหตุผลประกอบ ๕. ลงความเห็นหรือตัดสินใจ ประเมินทางเลือกการใช้สื่อ ๖. นำเสนอโดยการจัดป้าย นิเทศ
๔. วิเคราะห์ ความสัมพันธ์ ของการดื่ม เครื่องดื่มที่มี แอลกอฮอล์ ต่อสุขภาพ และการเกิด อุบัติเหตุ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ผลเสียของการดื่ม เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ต่อสุขภาพและการเกิด อุบัติเหตุ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วิเคราะห์ความสัมพันธ์ ของการดื่มเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ที่มีผลต่อ สุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ	ทักษะ การวิเคราะห์	จัดป้ายรณรงค์ โทษของการดื่ม แอลกอฮอล์ กับอุบัติเหตุ	๑. ศึกษาสถิติการเกิดอุบัติเหตุ และการเจ็บป่วยเนื่องจาก สาเหตุของการดื่มเครื่องดื่ม ที่มีแอลกอฮอล์ ๒. เชื่อมโยงความสัมพันธ์ ของการเกิดอุบัติเหตุ และ การเจ็บป่วยเนื่องจากสาเหตุ ของการดื่มเครื่องดื่ม ที่มีแอลกอฮอล์ ๓. จำแนกประเภทอุบัติเหตุ และปัญหาสุขภาพที่เกิดจาก การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ๔. นำความรู้ที่ได้สรุปในแผนพับ รณรงค์โทษของการดื่มเครื่องดื่ม ที่มีแอลกอฮอล์

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๕. แสดงวิธีการ ช่วยฟื้นคืนชีพ อย่างถูกวิธี	ผู้เรียนรู้อะไร การช่วยฟื้นคืนชีพ อย่างถูกวิธี ผู้เรียนทำอะไรได้ สาธิตการช่วยฟื้นคืนชีพ อย่างถูกวิธี	ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้	สาธิตวิธีการ ช่วยฟื้นคืนชีพ อย่างถูกวิธี	๑. ทบทวนความรู้เดิม เกี่ยวกับการปฐมพยาบาล ๒. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการ ช่วยฟื้นคืนชีพจาก VDO หรือภาพประกอบ ๓. มองเห็นความเหมือนกัน ของการช่วยฟื้นคืนชีพจาก การดู VDO กับความรู้ ที่มีอยู่เดิม ๔. นำความรู้ที่ได้ใหม่ไปใช้ ในสถานการณ์ใหม่ที่ใกล้เคียง กับที่ได้เคยเรียนรู้แล้ว โดยการฝึกปฏิบัติ ๕. แสดงท่าทางการช่วย ฟื้นคืนชีพโดยการสาธิต

## ❖ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด เป็นการวิเคราะห์ต่อเนื่องจากการวิเคราะห์ตัวชี้วัด โดยวิเคราะห์ใน ๖ ประเด็น คือ ความสัมพันธ์/เชื่อมโยงของตัวชี้วัด แต่ละตัวที่จะนำมาจัดกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมกันได้ ความคิดรวบยอด สารการเรียนรู้ ทักษะการคิด ชิ้นงาน/ภาระงาน และแนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้



## สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

## สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์</b>  <b>มาตรฐาน พ ๑.๑</b>                      ๑. เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาแต่ละช่วงของชีวิต</p> <p><b>สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค</b>  <b>มาตรฐาน พ ๔.๑</b>                      ๑. กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ</p>	การเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาแต่ละช่วงวัยของทุกคนจำเป็นต้องเข้าใจความแตกต่างและควรวางแผนการปฏิบัติตนในด้านโภชนาการ การออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพได้อย่างเหมาะสมพร้อมทดสอบและประเมินสมรรถภาพเพื่อการมีสุขภาพที่ดี	๑. การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในแต่ละวัย - วัยทารก - วัยก่อนเรียน - วัยเรียน - วัยรุ่น - วัยผู้ใหญ่ - วัยสูงอายุ ๒. การกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ ๓. การวางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	๑. ทักษะการเปรียบเทียบ ๒. ทักษะการนำความรู้ไปใช้	๑. แผนผังความคิด ผลการเปรียบเทียบ การเปลี่ยนแปลงของร่างกาย ด้านต่าง ๆ ในแต่ละวัย ๒. กำหนดรายการอาหารสำหรับวัยต่าง ๆ ๓. จัดตารางการออกกำลังกาย การพักผ่อน ๔. ทดสอบสมรรถภาพทางกาย	๑. ศึกษาและเปรียบเทียบเรื่องการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ๒. บอกความเหมือนหรือความต่างของการเปลี่ยนแปลงในแต่ละวัยแล้วสรุปผล การเปรียบเทียบลงในแผนผังการคิด ๓. ศึกษาเรื่องอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ โดยพิจารณาถึงความเหมาะสมกับวัยต่าง ๆ ๔. เปรียบเทียบความต้องการอาหารในแต่ละวัยและนำความรู้ที่เกิดจากความเข้าใจไปกำหนดรายการอาหารในแต่ละวัย โดยคำนึงถึงความเหมาะสม ประหยัด และมีคุณค่าทางโภชนาการ และนำเสนอรายงานในรูปแบบต่าง ๆ

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p>๔. วางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย</p> <p>๕. ทดสอบสมรรถภาพทางกาย และพัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล</p>		<p>๔. การทดสอบสมรรถภาพทางกายแบบต่าง ๆ และการพัฒนาสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ</p>			<p>๕. ทบทวนความรู้และพิจารณาความเหมือนกันของการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายกับสิ่งที่ตนเองเคยเรียนรู้ใหม่ที่เป็นปัจจุบันนำมาวางแผนและจัดเวลาในการปฏิบัติโดยการระดมความคิด</p> <p>๖. กำหนดเกณฑ์ในการประเมินสมรรถภาพทางกาย ทำการทดสอบสมรรถภาพมาจัดระดับคุณภาพ</p> <p>๗. นำผลการประเมินสมรรถภาพทางกายของตนเองไปพัฒนาตามความแตกต่างระหว่างบุคคล</p>

## สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

## สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่าย

สารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p>สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์</p> <p>มาตรฐาน พ ๑.๑</p> <p>๒. วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น</p> <p>๓. วิเคราะห์สื่อโฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น</p>	<p>วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับอิทธิพลและความคาดหวังของสังคม สื่อโฆษณาเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพ และความรุนแรง จึงควรเลือกใช้ข้อมูล จากสื่ออย่างเหมาะสม เพื่อป้องกันพฤติกรรม ความรุนแรง และสุขภาพของวัยรุ่น</p>	<p>๑. อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น</p> <p>๒. สื่อ โฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น</p> <p>- โทรทัศน์</p> <p>- วิทยุ</p> <p>- สื่อสิ่งพิมพ์</p> <p>- อินเทอร์เน็ต</p> <p>๓. อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง (คลิปวิดีโอ การทะเลาะวิวาท อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ)</p>	<p>ทักษะกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ</p>	<p>๑. ตารางการวิเคราะห์ข้อมูลอิทธิพล และความคาดหวังของสังคม ต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น</p> <p>๒. สมุดบันทึกความดีและจิตอาสา</p> <p>๓. สมุดสื่อโฆษณา</p> <p>๔. นำเสนอโดยการจัดป้ายนิเทศ</p>	<p>๑. ระบุอิทธิพลของสื่อโฆษณาที่มีผลต่อการพัฒนาการของวัยรุ่นและอิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมและความรุนแรง</p> <p>๒. ประมวลข้อมูลที่เกี่ยวข้องจากการคิดทางกว้าง คิดทางลึกซึ่งคิดอย่างละเอียด และคิดในระยะไกล</p> <p>๓. วิเคราะห์ข้อมูลพิจารณาทางเลือกโดยพิจารณาข้อมูลอย่างมีเหตุผล และระบุทางเลือก</p> <p>๕. ลงความเห็นตัดสินใจโดยประเมินทางเลือกและใช้การคิดอย่างมีเหตุผล</p> <p>๖. สรุปผลการตัดสินใจและนำเสนอข้อมูลโดยการจัดป้ายนิเทศ</p>
<p>สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต</p> <p>มาตรฐาน พ ๕.๑</p> <p>๓. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง</p>	<p>วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับอิทธิพลและความคาดหวังของสังคม สื่อโฆษณาเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพ และความรุนแรง จึงควรเลือกใช้ข้อมูล จากสื่ออย่างเหมาะสม เพื่อป้องกันพฤติกรรม ความรุนแรง และสุขภาพของวัยรุ่น</p>	<p>๑. อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น</p> <p>๒. สื่อ โฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น</p> <p>- โทรทัศน์</p> <p>- วิทยุ</p> <p>- สื่อสิ่งพิมพ์</p> <p>- อินเทอร์เน็ต</p> <p>๓. อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง (คลิปวิดีโอ การทะเลาะวิวาท อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ)</p>	<p>ทักษะกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ</p>	<p>๑. ตารางการวิเคราะห์ข้อมูลอิทธิพล และความคาดหวังของสังคม ต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น</p> <p>๒. สมุดบันทึกความดีและจิตอาสา</p> <p>๓. สมุดสื่อโฆษณา</p> <p>๔. นำเสนอโดยการจัดป้ายนิเทศ</p>	<p>๑. ระบุอิทธิพลของสื่อโฆษณาที่มีผลต่อการพัฒนาการของวัยรุ่นและอิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมและความรุนแรง</p> <p>๒. ประมวลข้อมูลที่เกี่ยวข้องจากการคิดทางกว้าง คิดทางลึกซึ่งคิดอย่างละเอียด และคิดในระยะไกล</p> <p>๓. วิเคราะห์ข้อมูลพิจารณาทางเลือกโดยพิจารณาข้อมูลอย่างมีเหตุผล และระบุทางเลือก</p> <p>๕. ลงความเห็นตัดสินใจโดยประเมินทางเลือกและใช้การคิดอย่างมีเหตุผล</p> <p>๖. สรุปผลการตัดสินใจและนำเสนอข้อมูลโดยการจัดป้ายนิเทศ</p>

## สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

## สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่าย  
สารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<b>สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว</b> <b>มาตรฐาน พ ๒.๑</b> ๒. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรรค์	แอลกอฮอล์ สารเสพติด บุหรี่ สภาวะแวดล้อม การติดเชื่อ เป็นปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรรค์	๑. ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรรค์ - แอลกอฮอล์ - สารเสพติด - บุหรี่ - สภาวะแวดล้อม - การติดเชื่อ - โรคที่เกิดจาก	๑. ทักษะการวิเคราะห์ ๒. ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้ ๓. ทักษะการนำความรู้ไปใช้	๑. นำผลการวิเคราะห์มาจัดปายนิเทศเผยแพร่ความรู้ - เรื่องปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรรค์ - เรื่องปัจจัยและ	๑. ศึกษาปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรรค์ ๒. วัตถุประสงค์ในการวิเคราะห์เพื่อหาองค์ประกอบและความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรรค์ ๓. แยกแยะและหาความสัมพันธ์ของข้อมูลให้เห็นองค์ประกอบของปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรรค์ และนำผลการวิเคราะห์ มาสรุปตามคำถามตาม วัตถุประสงค์ ๔. ระบุได้ว่าปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยง และแนวทางการป้องกันใดสำคัญ ๕. ตรวจสอบความเป็นเหตุเป็นผลและเชื่อมโยงเหตุผลในแต่ละปัจจัยเกี่ยวกับ พฤติกรรมเสี่ยงและแนวทางการป้องกัน ๖. วิเคราะห์ข้อมูลที่ขัดแย้งกันและสรุปผลการวิเคราะห์
<b>สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต</b> <b>มาตรฐาน พ ๕.๑</b> ๑. วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยง ที่มีผลต่อสุขภาพ และแนวทางป้องกัน ๒. หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรง และชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา ๔. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	และส่งผลให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพ โดยเฉพาะเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ อาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุและการทะเลาะวิวาทที่นำไปสู่ ความรุนแรง ซึ่งมีผลกระทบต่อชีวิตและครอบครัว	ภาวะการตั้งครรรค์ ๒. ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ ๓. แนวทางการป้องกันความเสี่ยงต่อสุขภาพ ๔. ปัญหาและผลกระทบจากการใช้ ความรุนแรง ๕. วิธีหลีกเลี่ยงการใช้ ความรุนแรง ๖. ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและ การเกิดอุบัติเหตุ		๑. นำผลการวิเคราะห์มาจัดปายนิเทศเผยแพร่ความรู้ - เรื่องปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรรค์ - เรื่องปัจจัยและ พฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพ และการป้องกัน สวมติเกี่ยวกับการหลีกเลี่ยง การใช้ ความรุนแรง ๓. จัดปาย รณรงค์โทษของการดื่ม แอลกอฮอล์กับอุบัติเหตุ ๔. สาธิตวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพ	



ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p>ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ</p> <p>๕. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี</p>		<p>๗. วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี</p>			<p>๗. ดำรวจพฤติกรรมทบทวนข้อมูลคัดเลือกข้อมูลความรู้รวมทั้งการตรวจสอบความเป็นเหตุเป็นผลหรือความเหมาะสมระหว่างข้อมูลเกี่ยวกับผลกระทบของการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหาที่มีความสอดคล้องกับลักษณะของสถานการณ์ที่เกิดจากการใช้ความรุนแรงในครอบครัว/สังคม</p> <p>๘. ใช้ความรู้ในการแก้ไขปัญหา และชักชวนเพื่อนไม่ใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา รวมทั้งวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี</p> <p>๙. ศึกษาสถิติและการเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของข้อมูลรวมทั้งจำแนกประเภทอุบัติเหตุเนื่องจากสาเหตุการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์</p> <p>๑๐. ประเภทอุบัติเหตุและปัญหาสุขภาพที่เกิดจากการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์</p> <p>๑๑. นำความรู้ที่เกิดจากความเข้าใจสรุปในแผนผังบรรณคดีโทษของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์</p>

## สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

## สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<b>สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว</b> <b>มาตรฐาน พ ๒.๑</b> ๑. อธิบาย อนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัว และวิธีการปฏิบัติที่เหมาะสม ๓. วิเคราะห์สาเหตุ และเสนอแนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว	คุณภาพชีวิตที่ดีมาจากครอบครัวที่อบอุ่น การดูแลช่วยเหลือโดยมีพื้นฐานจากความเข้าใจเรื่อง อนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัว การปฏิบัติตนที่เหมาะสม ซึ่งจะเป็นปัจจัยในการลดความขัดแย้งในครอบครัว และยังเป็นแนวทางในการป้องกันโรค ที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตาย	๑. องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์ - อนามัยแม่และเด็ก - การวางแผนครอบครัว ๒. สาเหตุความขัดแย้งในครอบครัว ๓. แนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว ๔. โรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	๑. ทักษะการสร้างความรู้ ๒. ทักษะการวิเคราะห์ ๓. ทักษะการรวบรวมข้อมูล ๔. ทักษะกระบวนการคิดตัดสินใจ	๑. แผ่นพับ การอนามัยแม่และเด็กและวิธีการวางแผนครอบครัว ๒. นำเสนอแนวทางป้องกันและแก้ไขปัญหาความขัดแย้ง ๓. นำเสนอข้อสรุปแนวทางการป้องกันโรค ๔. แผ่นพับปัญหาสุขภาพในชุมชนและการแก้ไขปัญหา	๑. ทบทวนความรู้เดิมและศึกษาเรื่องอนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัว และวิธีการปฏิบัติตนที่เหมาะสมจากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย ๒. เชื่อมโยงความรู้ใหม่กับความรู้เดิมให้สอดคล้องกับสถานการณ์ในสังคมปัจจุบัน ๓. นำเสนอวิธีปฏิบัติตนที่เหมาะสมเกี่ยวกับ อนามัยแม่และเด็กในรูปแบบแผ่นพับ ๔. ศึกษาสาเหตุและแนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว ๕. วัตถุประสงค์ในการวิเคราะห์เนื้อหา องค์ประกอบและความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องสาเหตุและแนวทางแก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว
<b>สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค</b> <b>มาตรฐาน พ ๔.๑</b> ๒. เสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	สาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตาย	- โรคที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ - โรคเอดส์ - โรคไข้หวัดนก ฯลฯ โรคไม่ติดต่อ เช่น - โรคหัวใจ - โรคความดันโลหิตสูง			

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
๓. รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน		<ul style="list-style-type: none"> <li>- เบาหวาน</li> <li>- มะเร็ง ฯลฯ</li> </ul> <p>๕. ปัญหาสุขภาพในชุมชน</p> <p>๖. แนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน</p>			<p>๖. แยกแยะข้อมูลเพื่อให้เห็นองค์ประกอบและหาความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่าง ๆ และความสัมพันธ์ของข้อมูลในแต่ละองค์ประกอบ</p> <p>๗. นำเสนอผลการวิเคราะห์โดยการแสดงละครและนำผลการวิเคราะห์มาสรุปตอบคำถาม</p> <p>๘. ทบทวนความรู้เดิมและศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญจากการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย โดยการสืบค้นข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย</p> <p>๙. เชื่อมโยงความรู้เดิมกับความรู้ใหม่เกี่ยวกับโรคที่เป็นสาเหตุการเจ็บป่วยและการตาย</p> <p>๑๐. นำเสนอและสรุปแนวทางการป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย</p> <p>๑๑. กำหนดจุดประสงค์และวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลปัญหาสุขภาพในชุมชน</p>

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
					๑๒. นำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ทางเลือกในการแก้ปัญหา สุขภาพในชุมชน ๑๓. จัดลำดับทางเลือกและเลือกทางเลือกที่เหมาะสมเสนอเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาสุขภาพในชุมชน ๑๔. นำเสนอข้อมูลในรูปแบบพับเผยแพร่

### สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล</b></p> <p><b>มาตรฐาน พ ๓.๑</b></p> <p>๑. เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล อย่างละ ๑ ชนิด โดยใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเอง และทีม</p> <p>๓. ร่วมกิจกรรมนันทนาการ อย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำหลักความรู้วิธีการ ไปขยายผล การเรียนรู้ให้กับผู้อื่น</p>	<p>การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล และการเข้าใจในหลักการ การปฏิบัติของกิจกรรมนันทนาการ มีความจำเป็น และมีประโยชน์ต่อการนำไปใช้ออกกำลังกาย และชีวิตประจำวัน รวมทั้งการมีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬาสามารถนำไปขยายผลการเรียนรู้ดังกล่าวให้กับผู้อื่นได้</p>	<p>๑. เทคนิคและวิธีการเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล ที่เลือก เช่น</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- กรีฑาประเภทลู่และลาน</li> <li>- วอลเลย์บอล</li> <li>- บาสเกตบอล</li> <li>- ดาบสองมือ</li> <li>- เทนนิส</li> <li>- ตะกร้อข้ามตาข่าย</li> <li>- ฟุตบอล</li> </ul> <p>๒. การจัดกิจกรรมนันทนาการ แก่ผู้อื่น</p> <p>๓. มารยาทในการเล่นและการดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา</p>	<p>๑. ทักษะกระบวนการคิดตัดสินใจ</p> <p>๒. ทักษะการนำความรู้ไปใช้</p>	<p>๑. เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล อย่างละ ๑ ชนิด</p> <p>๒. เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ และเป็นผู้นำจัดกิจกรรมนันทนาการ</p> <p>๓. บันทึกการปฏิบัติตนในการเล่นและดูกีฬา รวมทั้งผลที่ได้จากการนำประโยชน์ในการเล่นกีฬา และดูกีฬาไปใช้ในชีวิตประจำวัน</p>	<p>๑. ระบุเป้าหมายหรือกีฬาที่จะเล่นและระบุทางเลือกเกี่ยวข้องกับเทคนิคที่จะใช้กับกีฬาที่จะเล่น เช่น (สมรรถภาพ ทักษะกีฬา ทักษะกลไก)</p> <p>๒. วิเคราะห์ทางเลือก และร่วมแสดงความคิดเห็น</p> <p>๓. จัดลำดับและตัดสินใจเลือกเทคนิคที่ใช้กับกีฬาที่จะเล่นได้อย่างเหมาะสม</p> <p>๔. ศึกษาข้อมูลและฝึกทักษะการเคลื่อนไหว กีฬาไทยและกีฬาสากล ดำเนินการประเมินตนเอง ปรับปรุง และแก้ไขทักษะ</p> <p>๕. ปฏิบัติการเล่น โดยใช้เทคนิคเฉพาะตน และกลุ่ม และคิดพัฒนาทักษะตนเองและเพื่อน โดยการมีส่วนร่วมในกระบวนการปฏิบัติ</p>

ตัวชี้วัด	ความคิด รวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรม การเรียนรู้
<b>มาตรฐาน พ ๓.๒</b> <b>๑. มีมารยาทใน</b> <b>การเล่นและ</b> <b>ดูกีฬาด้วย</b> <b>ความมีน้ำใจ</b> <b>นักกีฬา</b>					๖. พิจารณาทางเลือก จากข้อมูลโดยใช้ หลักเหตุผลและระบุ ทางเลือกที่หลากหลาย ๗. ตัดสินใจเลือก กิจกรรมนั้นทนทานการ โดยการปฏิบัติปรับปรุง และพัฒนา และนำไป ขยายผลแก่ผู้อื่น ๘. ทบทวนและสังเกต การเล่นกีฬา มารยาท การแสดงออกของ นักกีฬาในอิริยาบถ ต่าง ๆ สื่อ เช่น VTR การแข่งขันตามสภาพจริง ๙. รวบรวมและ เชื่อมโยงข้อมูลจาก ประสบการณ์เดิมกับ เหตุการณ์ในกีฬาที่เลือก ๑๐. กำหนดแนวปฏิบัติ มารยาทการเล่น การดู ความมีน้ำใจนักกีฬา ตามแนวคิดของตนเอง ด้วยการปฏิบัติจริง ในการออกกำลังกาย การเล่นและดูกีฬา ๑๑. ฝึกปฏิบัติการเล่น กีฬาด้วยความ สนุกสนานเป็นทีม และมีน้ำใจนักกีฬา ๑๒. สังเกตพฤติกรรม ของเพื่อนและตนเอง ที่เกิดขึ้นในขณะที่เล่น กีฬา ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา และสังคม

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
					๑๓. สรุปผลที่เกิดขึ้นจากแง่มุมต่าง ๆ และแนวทางที่นำไปใช้ในการดำเนินชีวิต
<b>มาตรฐาน พ ๓.๒</b> ๓. ปฏิบัติตนตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือก และนำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนในสังคม ๔. จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือก และตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ตามสถานการณ์ของการเล่น ๕. เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็นประจำ	การพัฒนาสุขภาพตนเองทำได้โดยการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำในการเล่นกีฬาควรปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง รวมทั้งการนำเอา กลวิธีการรุก การป้องกันมาใช้	๑. กฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือกเล่น ๒. การประยุกต์ประสบการณ์ การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬาไปใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตของตนในสังคม ๓. วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการรุก และการป้องกันในการเล่นกีฬา	๑. ทักษะการนำความรู้ไปใช้ ๒. ทักษะกระบวนการคิดตัดสินใจ ๒. ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้	๑. เล่นกีฬาตามกติกา และข้อตกลงในการเล่น ๒. โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิต ๓. แสดงกลวิธีการรุก การป้องกันที่ใช้เล่นกีฬาแบบต่าง ๆ ๔. ออกแบบแผนการพัฒนาสุขภาพ	๑. การสืบค้นข้อมูลกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือก แต่ละประเภท ๒. การนำเสนอผลงานด้วยการสาธิตการเล่นลูกหรือฝึกกติกาในแต่ละทักษะ ๓. เล่นกีฬาทีม เล่นกีฬาตามความถนัด และปฏิบัติถูกต้องตามกฎ กติกา และข้อตกลง ๔. ศึกษา สังเกตรูปแบบการเล่น และพฤติกรรมแสดงออก ๕. ร่วมกันออกแบบกลวิธีการรุก การป้องกันที่ถูกต้องตามกฎ กติกา และข้อตกลง ๖. สาธิต แบบแผนกลวิธีการรุก การป้องกัน ตามที่ตัดสินใจเลือกไปใช้ในการเล่นกีฬา ๗. ร่วมเล่นกีฬาทีมแล้วใช้กลวิธีตามแผนที่กำหนด

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
					๘. แข่งขันระหว่างทีมและสังเกตการเล่นของทีมอื่นเพื่อนำไปปรับปรุงกลวิธีการเล่นตามกฎ กติกา ๙. กำหนดจุดประสงค์การทำโครงการเรื่องเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเพื่อพัฒนาสุขภาพ ๑๐. ออกแบบการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬา โดยกำหนดวิธีการดำเนินงาน ระยะเวลา ประโยชน์ที่เกิดขึ้น ๑๑. ทดลองปฏิบัติ และสรุปรายงานผลการศึกษาและการปฏิบัติ



### สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล</b></p> <p><b>มาตรฐาน พ ๓.๑</b></p> <p>๒. นำหลักการ ความรู้และทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาไปใช้ สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง เป็นระบบ</p> <p><b>มาตรฐาน พ ๓.๒</b></p> <p>๑. มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา</p>	<p>การสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง และเป็นระบบ เป็นแนวทางหนึ่งในการยกระดับคุณภาพชีวิต ให้ดีขึ้นและควรนำหลักการ ความรู้และทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาไปใช้ รวมทั้งมีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา</p>	<p>๑. การนำหลักการ ความรู้ ทักษะ ในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาไปใช้ เป็นระบบ สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง</p> <p>๒. มารยาทในการเล่นและ การดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา</p> <p>๓. การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาประเภท บุคคล และประเภททีม</p> <p>๔. การนำประสบการณ์ แนวคิดจากการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาไปประยุกต์ใช้ ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต</p>	<p>๑. ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้</p> <p>๒. ทักษะการนำความรู้ไปใช้</p>	<p>๑. บันทึกการเสริมสร้างสุขภาพ</p> <p>๒. บันทึกการปฏิบัติตนในการเล่นและการดูกีฬา</p> <p>๓. แผ่นภาพ ความภาคภูมิใจในกีฬาที่ตนเองชื่นชอบ พร้อมแสดงความ คิดเห็นประกอบ</p>	<p>๑. ระดมสมองเรื่องการนำทักษะในการเคลื่อนไหวกิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาไปใช้ สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง</p> <p>๒. ศึกษาหลักการ วิธีการปฏิบัติ ความจำเป็นในการเล่นกีฬาอย่างสนุกสนาน เช่น หลักการเคลื่อนไหว ทักษะพื้นฐาน ทักษะขั้นสูง กติกา ระยะเวลาการเล่น ฯลฯ</p> <p>๓. การสังเกตการเล่นกีฬา มารยาทการ แสดงออกของนักกีฬา ในอริยابถต่าง ๆ ตามสื่อที่ครูเตรียมไว้</p> <p>๔. รวบรวมใบแผ่นภาพ ความภูมิใจในกีฬาที่ตนเองชื่นชอบและ เชื่อมโยงข้อมูลจาก ประสบการณ์เดิมกับ ประเภทกีฬาที่เลือก</p> <p>๕. กำหนดแนวปฏิบัติ มารยาทการเล่น การดู ความมีน้ำใจนักกีฬา ตามแนวคิดของตนเอง ด้วยการนำไปปฏิบัติ</p>

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
๒. ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอและนำแนวคิดหลักการจากการเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองด้วยความภาคภูมิใจ					<p>ในขณะออกกำลังกายและเล่นกีฬา</p> <p>๖. วิเคราะห์ผลการเล่นกีฬาเชื่อมโยงกับการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน</p> <p>๗. กำหนดแนวปฏิบัติในการนำกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาไปพัฒนาคุณภาพชีวิต</p>



## ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖

- ♦ การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิด
- ♦ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด



## ❖ การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิด

การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิดเป็นการนำตัวชี้วัดกลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖ จาก ๕ สาระ ๖ มาตรฐาน จำนวน ๒๙ ตัวชี้วัด มาวิเคราะห์รายตัวชี้วัดใน ๔ ประเด็น คือ ตัวชี้วัดแต่ละตัวผู้เรียนควรมีความรู้อะไรและ ทำอะไรได้ ทักษะการคิด ชิ้นงาน/ภาระงาน และแนวการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด ในแต่ละประเด็นจะมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันและสะท้อนคุณภาพผู้เรียนตามตัวชี้วัด



## สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

### มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. อธิบายกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> อธิบายกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ	ทักษะการสร้างความรู้	สรุปรายงานความรู้ที่ได้จากการสืบค้น	๑. ทบทวนความรู้เดิมเกี่ยวกับกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะ ๒. ศึกษากระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะโดยใช้วิธีการปฏิบัติและสืบค้นข้อมูลและแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย ๓. เชื่อมโยงความรู้ใหม่กับความรู้เดิม โดยปรับความเข้าใจให้ถูกต้อง ๔. นำเสนอความรู้ที่ได้จากการศึกษาจากแหล่งข้อมูลสรุปเป็นองค์ความรู้
๒. วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตของตนเองและบุคคลในครอบครัวตามแผน	ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้	๑. รายงานแผนการดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว ๒. สรุปรายงานผลปฏิบัติการดูแลสุขภาพตนเองและบุคคลในครอบครัวตามแผน	๑. สำรวจข้อมูลเกี่ยวกับภาวะสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว ๒. ทบทวนความรู้ที่มีหรือจากแหล่งข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ๓. เลือกข้อมูลความรู้ที่สอดคล้องกับการดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว ๔. นำความรู้มาวางแผนในการดูแลสุขภาพตนเองและบุคคลในครอบครัว ๕. ปฏิบัติตนตามแผนที่กำหนดไว้ ๖. สรุปรายงานผลการปฏิบัติตามแผน

## สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

### มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. วิเคราะห์ อิทธิพลของ ครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรม ที่มีผลต่อ พฤติกรรม ทางเพศและ การดำเนินชีวิต	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรม ที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศ และการดำเนินชีวิต <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วิเคราะห์อิทธิพล ของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผล ต่อพฤติกรรมทางเพศ และการดำเนินชีวิต	ทักษะ การวิเคราะห์	๑. แบบสำรวจ ข้อมูล ๒. เอกสาร รายงานผลการ วิเคราะห์อิทธิพล ของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรม ที่มีผลต่อ พฤติกรรม ทางเพศและ การดำเนินชีวิต	๑. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับอิทธิพล ของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อ พฤติกรรมทางเพศและ การดำเนินชีวิตจากสื่อต่าง ๆ เช่น หนังสือ ความรู้จากสื่อ เทคโนโลยี ฯลฯ ๒. ตั้งวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ อิทธิพลของ ครอบครัว เพื่อน สังคมน และวัฒนธรรม ๓. กำหนดขอบเขตการจำแนก ข้อมูลที่เป็นสาเหตุของการ เกิดอิทธิพลที่มีต่อพฤติกรรม ทางเพศและการดำเนินชีวิต เช่น ความคิด ความเชื่อ ค่านิยม แบบอย่างและอื่น ๆ ๔. กำหนดกรอบแนวคิด สร้างแบบสำรวจข้อมูลและ ตรวจสอบความถูกต้อง ของแบบสำรวจ ๕. นำแบบสำรวจไปเก็บข้อมูล และวิเคราะห์ข้อมูล ๖. รวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูล ๗. สรุปผลการวิเคราะห์ และ อธิบายเหตุผลที่ครอบครัว เพื่อน สังคมและวัฒนธรรม มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทาง เพศและการดำเนินชีวิต โดย เขียนรายงานจัดทำเป็นรูปเล่ม

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๒. วิเคราะห์ ค่านิยมในเรื่อง เพศ ตาม วัฒนธรรม ไทยและ วัฒนธรรม อื่น ๆ	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ค่านิยมในเรื่องเพศ ตามวัฒนธรรมไทย และวัฒนธรรมอื่น ๆ <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่อง เพศ ตามวัฒนธรรมไทย และวัฒนธรรมอื่น ๆ	ทักษะ การเปรียบเทียบ	ตาราง เปรียบเทียบ ค่านิยมเรื่องเพศ	๑. เปรียบเทียบความเหมือน และความต่างค่านิยมเรื่อง เพศระหว่างวัฒนธรรมไทย กับวัฒนธรรมอื่น ๆ ๒. จัดกลุ่มความเหมือน และความแตกต่างของ ค่านิยมในเรื่องเพศตามที่ เปรียบเทียบ ๓. สรุปผลการเปรียบเทียบ และจัดกลุ่มในตาราง
๓. เลือกใช้ทักษะ ที่เหมาะสม ในการป้องกัน ลดความ ขัดแย้ง และ แก้ปัญหา เรื่องเพศและ ครอบครัว	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การเลือกใช้ทักษะที่ เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง แก้ปัญหา เรื่องเพศ และครอบครัว <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ระบุแนวทางและเหตุผล การเลือกใช้ทักษะที่เหมาะสม ในการป้องกัน ลดความ ขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่อง เพศ และครอบครัว	ทักษะ กระบวนการคิด ตัดสินใจ	๑. ตาราง เปรียบเทียบข้อดี ข้อจำกัดของ ทักษะชีวิต ๒. แสดงบทบาท สมมติการตัดสินใจ เลือกใช้ทักษะชีวิต ตามสถานการณ์ - ลดความ ขัดแย้ง - แก้ปัญหา เรื่องเพศ - แก้ปัญหา ครอบครัว	๑. ศึกษาข้อมูลทักษะชีวิตที่ เกี่ยวข้องกับเอกสารใบความรู้ หรือจากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย ๒. ตั้งวัตถุประสงค์ในการ วิเคราะห์ข้อมูลทักษะชีวิต เพื่อนำไปใช้ในสถานการณ์ ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม ๓. แยกข้อดีและข้อจำกัดของ แต่ละทักษะตามสถานการณ์ ๔. ระบุสถานการณ์เกี่ยวกับ ปัญหาความขัดแย้ง ปัญหา เรื่องเพศและปัญหาครอบครัว ๕. ระบุทางเลือก โดยนำ ข้อมูลจากข้อ ๓ มาใช้ในการ ตัดสินใจเลือกทักษะที่เหมาะสม ในการป้องกันลดความขัดแย้ง และแก้ปัญหาเรื่องเพศ และปัญหาครอบครัว ๖. วิเคราะห์ทักษะที่เลือกใน ข้อ ๕ ๗. นำทักษะที่วิเคราะห์ได้มา จัดลำดับโดยเรียงลำดับจาก เหมาะสมมากไปหาเหมาะสมน้อย ๘. เลือกทักษะที่เหมาะสม ที่สุดไปใช้ตามสถานการณ์ ต่าง ๆ



ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
<p>๔. วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน และเสนอแนวทางแก้ไขปัญห</p>	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่เกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน และแนวทางแก้ไขปัญห</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วิเคราะห์สาเหตุและผลกระทบที่เกิดจากความขัดแย้ง ระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน และเสนอแนวทางการแก้ไขปัญห</p>	<p>ทักษะการวิเคราะห์</p>	<p>เชื่อมโยงสาเหตุและผลของความขัดแย้งและแนวทางการแก้ไขปัญห</p>	<p>๑. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับสาเหตุและผลของความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในหมู่นักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน</p> <p>๒. รวบรวมข้อมูลที่ได้จากการศึกษา จำแนกสาเหตุและผลกระทบเป็นกลุ่มเดียวกัน</p> <p>๓. วิเคราะห์ข้อมูลและระดมความคิดเห็นเพื่อหาแนวทางการแก้ไขปัญห</p> <p>๔. สรุปผลการระดมความคิดเห็นเชื่อมโยงสาเหตุและผลของความขัดแย้งและแนวทางการแก้ไขปัญห ในรูปแบบแผนผังความคิด</p>

**สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล**  
**มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา**

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. วิเคราะห์ ความคิด รวบยอด เกี่ยวกับการ เคลื่อนไหว รูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การเคลื่อนไหวรูปแบบ ต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วิเคราะห์ความคิดรวบยอด เกี่ยวกับการเคลื่อนไหว รูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา	ทักษะ การวิเคราะห์	นำเสนอผลการ วิเคราะห์ข้อมูล ความคิดรวบยอด เกี่ยวกับการ เคลื่อนไหว รูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา	๑. ศึกษาข้อมูลความคิด รวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหว ๒. ตั้งวัตถุประสงค์ในการ วิเคราะห์ข้อมูล ๓. กำหนดเกณฑ์ในการ จำแนกข้อมูล ได้แก่ ลักษณะ รูปแบบการเคลื่อนไหว ๔. ศึกษารูปแบบการเคลื่อนไหว ในการเล่นกีฬาจากสื่อและ แยกแยะข้อมูลตามเกณฑ์ ที่กำหนด ๕. วิเคราะห์เปรียบเทียบ ข้อมูลในแต่ละองค์ประกอบ ๖. นำผลการวิเคราะห์ข้อมูล มาสรุปเป็นความคิดรวบยอด
๒. ใช้ความ สามารถ ของตนเพื่อ เพิ่มศักยภาพ ของทีม คำนี้ ถึงผลที่เกิด ต่อผู้อื่น และสังคม	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ๑. ความสามารถของตน เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม ๒. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับ ศักยภาพของทีม <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ใช้ความสามารถของตน เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนี้ถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่น และสังคม	ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้	แสดงการใช้ ความสามารถ ของตนเพื่อเพิ่ม ศักยภาพของทีม ในการเล่นกีฬา	๑. ทบทวนความสามารถของ ตนเองเกี่ยวกับการเล่นกีฬา ๒. ศึกษาเทคนิควิธีการต่าง ๆ ที่ใช้กับกีฬาที่เล่นจากสื่อ/ แหล่งต่าง ๆ นำไปเปรียบเทียบกับ ความสามารถของตนเอง ๓. นำความสามารถและความรู้ เกี่ยวกับเทคนิคต่าง ๆ ไปใช้ เพิ่มศักยภาพของทีมในการเล่น กีฬา
๓. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภท บุคคล/คู่ กีฬา ประเภททีม อย่างน้อย ๑ ชนิด	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> วิธีการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล/คู่ และทีม <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> สามารถเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล/คู่ และประเภททีมได้	ทักษะ การวิเคราะห์	๑. นำเสนอผล การวิเคราะห์ ๒. ปฏิบัติตาม ข้อสรุปที่ได้จาก การวิเคราะห์	๑. ทบทวนหลักและวิธีการ เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ๒. ศึกษาทักษะการเล่นที่เลือก จากแบบแผนหรือตัวอย่าง ตามสภาพจริง ๓. วิเคราะห์ขั้นตอนการ เล่นกีฬา การปฏิบัติ ทักษะ และรูปแบบการเล่นของ ชนิดกีฬาที่เล่น

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
				<p>๔. หาความสัมพันธ์เชื่อมโยงระหว่างทักษะเพื่อประกอบการเล่นทีม</p> <p>๕. นำผลการวิเคราะห์ไปปฏิบัติ และปรับปรุงการเล่น</p>
๔. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> วิธีการเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> แสดงการเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ เช่น กิจกรรมเข้าจังหวะ เชียร์ลีดเดอร์</p>	ทักษะการนำความรู้ไปใช้	แสดงการเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ เช่น กิจกรรมเข้าจังหวะ เชียร์ลีดเดอร์	<p>๑. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์</p> <p>๒. พิจารณาความเหมือนกันของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์กับความรู้เดิมที่ได้เรียนรู้มา</p> <p>๓. นำความรู้ที่เกิดจากความเข้าใจไปใช้ในการแสดงการเคลื่อนไหวอย่างสร้างสรรค์ (กิจกรรมเข้าจังหวะ เชียร์ลีดเดอร์)</p>
๕. เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียนและนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและสังคม	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> หลักการและแนวคิดของกิจกรรมนันทนาการภายนอกโรงเรียนมีประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> เข้าร่วมกิจกรรมภายนอกโรงเรียนและนำหลักการแนวคิดจากการเข้าร่วมกิจกรรมไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม</p>	ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้	ร่วมกิจกรรมและนำเสนอผลงานจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	<p>๑. สำรวจประเภทของกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียน</p> <p>๒. ทบทวนความรู้ หลักการแนวคิดการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ</p> <p>๓. เลือกข้อมูลความรู้ที่มีความสอดคล้องไปใช้กับกิจกรรมนันทนาการที่เลือก</p> <p>๔. ตรวจสอบความเป็นเหตุเป็นผลหรือความเหมาะสมระหว่างหลักการ แนวคิดกับการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียน</p> <p>๕. นำความรู้ไปเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียน</p> <p>๖. นำประสบการณ์จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียนมาพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนและสังคม</p>

### สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักษาร่างกายให้ออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. ออกกำลังกาย และเล่นกีฬา ที่เหมาะสมกับ ตนเองอย่าง สม่าเสมอ และใช้ความ สามารถของ ตนเองเพิ่ม ศักยภาพ ของทีม ลดความเป็น ตัวตน คำนึงถึง ผลที่เกิดต่อ สังคม	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b></p> <p>การออกกำลังกาย ด้วยวิธีที่ชอบ การเล่นกีฬา ประเภทบุคคลและประเภททีม การใช้ความสามารถของตน ในการเพิ่มศักยภาพของทีม การวางแผนกำหนดกิจกรรม การออกกำลังกาย และเล่นกีฬา</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b></p> <p>๑. ออกกำลังกายและเล่นกีฬา ที่เหมาะสมกับตนเอง อย่างสม่ำเสมอ</p> <p>๒. ใช้ความสามารถของตน เพิ่มศักยภาพของทีม โดยคำนึง ถึงประโยชน์ต่อสังคม</p> <p>๓. วางแผนและปฏิบัติตาม แผนในการเข้าร่วมกิจกรรม การออกกำลังกายและ เล่นกีฬาทั้งประเภทบุคคล และประเภททีม</p>	ทักษะ การประยุกต์ ใช้ความรู้	<p>๑. ออกกำลังกาย และเล่นกีฬา อย่างสม่ำเสมอ</p> <p>๒. ร่วมแข่งขัน กีฬาตามโอกาส และสถานการณ์</p>	<p>๑. ตำรวจสถานการณ์ การเล่นกีฬาที่เกิดขึ้นใหม่</p> <p>๒. ทบทวนรายละเอียดเกี่ยวกับ ความสำคัญของการ ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ เหมาะสมกับตนเองให้ชัดเจน</p> <p>๓. ใช้วิธีการต่าง ๆ ที่หลากหลาย เพื่อเพิ่มพูนความสามารถ ในการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา</p> <p>๔. เชื่อมโยงทักษะการ ออกกำลังกาย การเล่นกีฬา อย่างเหมาะสมกับตนเอง ตามสถานการณ์</p> <p>๕. เล่นกีฬาที่เหมาะสม กับตนเองและใช้ความสามารถ เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม</p> <p>๖. ใช้กิจกรรมการออก กำลังกายและเล่นกีฬา เพื่อเป็นสื่อในการพัฒนาตน โดยคำนึงถึงประโยชน์ต่อสังคม</p>
๒. อธิบายและ ปฏิบัติเกี่ยวกับ สิทธิ กฎ กติกา กลวิธี ต่าง ๆ ใน ระหว่าง การเล่น การแข่งขัน	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b></p> <p>สิทธิ กฎ กติกา การเล่น กีฬา การใช้กลวิธี หลักการรุก การป้องกันอย่างสร้างสรรค์ ในระหว่างการเล่น และ การแข่งขันกีฬา</p>	ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้	<p>๑. สรุป กฎ กติกา จากกีฬาที่เล่น</p> <p>๒. การมีส่วนร่วม ในการแข่งขันกีฬา</p>	<p>๑. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีในการเล่น และแข่งขันกีฬา</p> <p>๒. นำความหมายของกติกา เชื่อมโยงกับแนวปฏิบัติใน ชีวิตประจำวันที่เหมือนกัน อย่างมีเหตุผล</p> <p>๓. ระบุแสดงตัวอย่างของ ความหมายที่แฝงอยู่</p>

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
กีฬากับผู้อื่น และนำไปสรุป เป็นแนวปฏิบัติ และใช้ในชีวิต ประจำวัน อย่างต่อเนื่อง	<b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ๑. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธี หลักการรุก การป้องกัน อย่างสร้างสรรค์ในระหว่าง การเล่นและแข่งขันกีฬา ๒. นำประสบการณ์จากการ เล่นและแข่งขันกีฬาไปใช้ ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง			๔. นำความรู้และข้อมูลเกี่ยวกับ สิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่าง ๆ ในการเล่นและแข่งขันกีฬา เพื่อเชื่อมโยงสู่กิจกรรม ในชีวิตประจำวัน ๕. นำความรู้จากประสบการณ์ เดิมและประสบการณ์ใหม่ ไปใช้ในการเล่นกีฬาและ ประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
๓. แสดงออกถึง การมีมารยาท ในการดู การ เล่นและการ แข่งขันกีฬา ด้วยความมี น้ำใจนักกีฬา และนำไปใช้ ปฏิบัติ ทุกโอกาส จนเป็น บุคลิกภาพที่ดี	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> มารยาทในการดู การเล่น และการแข่งขัน ความมีน้ำใจ นักกีฬา <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ปฏิบัติตามในเรื่องมารยาท ในการดู การเล่น การแข่งขัน ความมีน้ำใจนักกีฬา นำไป ปฏิบัติในทุกโอกาสจนเป็น บุคลิกภาพที่ดี	ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้	๑. เข้าร่วมเล่น และแข่งขันกีฬา ๒. มีมารยาทใน การดู การเล่น และการแข่งขัน กีฬา และนำไป ปฏิบัติใน ทุกโอกาส	๑. ทบทวนความรู้เดิมที่เคยรู้ มาก่อนเรื่องมารยาทการดู การเล่น การแข่งขันกีฬา และความมีน้ำใจนักกีฬา โดยการระดมความคิดเห็น ๒. ศึกษาความรู้เกี่ยวกับ มารยาทการดู การเล่น การแข่งขันและความมีน้ำใจ นักกีฬา จากสื่อหรือแหล่ง เรียนรู้ต่าง ๆ ๓. เปรียบเทียบความเหมือน และความแตกต่างของความรู้เดิม กับความรู้ใหม่ เกี่ยวกับ มารยาทการดู การเล่น การแข่งขันกีฬาและความ มีน้ำใจนักกีฬา ๔. สรุปความรู้เกี่ยวกับ มารยาทการดู การเล่น การแข่งขัน และความมีน้ำใจ นักกีฬา ในแบบบันทึกการสรุป ๕. นำความรู้เกี่ยวกับมารยาท การดู การเล่น การแข่งขัน และ ความมีน้ำใจนักกีฬา ไปใช้ใน ทุกโอกาสจนเป็นนิสัย

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๔. ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุขชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬา	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ความสุขที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา ซึ่งมีคุณค่าและเป็นความงามของการกีฬา <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุขชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬา	ทักษะการนำความรู้ไปใช้	๑. เข้าร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา ๒. แสดงความคิดเห็นต่อความหมายความรู้สึกร่วมต่อกีฬา	๑. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมทางกายและการเล่นกีฬา ๒. พิจารณาความเหมือนความต่างของกิจกรรมทางกายและกีฬาที่เลือก ๓. นำความรู้ที่เกิดจากความเข้าใจในเรื่องกิจกรรมทางกายไปใช้ในการเล่นกีฬา ๔. ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุขชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬา

## สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. วิเคราะห์ บทบาทและ ความ รับผิดชอบ ของบุคคล ที่มีต่อการ สร้างเสริม สุขภาพและ การป้องกันโรค ในชุมชน	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> บทบาทและความรับผิดชอบ ของบุคคลที่มีผลต่อ การสร้างเสริม สุขภาพและ การป้องกันโรคในชุมชน <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วิเคราะห์และสรุปบทบาท ความรับผิดชอบของบุคคล ที่มีผลต่อการสร้างเสริม สุขภาพและการป้องกันโรค ในชุมชน	ทักษะ การวิเคราะห์	สรุปผลการ วิเคราะห์ และ สรุปผลการเรียนรู้	๑. ศึกษาข้อมูลและบทบาท หน้าที่ของบุคคลที่มีต่อ การสร้างเสริมสุขภาพและ การป้องกันโรคในชุมชน ๒. วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับ บทบาทหน้าที่ของบุคคล ที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรค ๓. แยกแยะข้อมูล - บทบาทความรับผิดชอบ ของบุคคล - การสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคในชุมชน ๔. เชื่อมโยงความสัมพันธ์ ระหว่างบทบาทและความ รับผิดชอบของบุคคลกับ การสร้างเสริมสุขภาพ และ การป้องกันโรคในชุมชน ๕. สรุปผลการวิเคราะห์และ นำเสนอผลเพื่อแลกเปลี่ยน เรียนรู้
๒. วิเคราะห์ อิทธิพลของ สื่อโฆษณา เกี่ยวกับ สุขภาพเพื่อ การเลือก บริโภค	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> อิทธิพลของสื่อโฆษณา เกี่ยวกับสุขภาพและ การเลือกบริโภคอย่างฉลาด และปลอดภัย <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วิเคราะห์อิทธิพลของ สื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพ และเสนอแนวทางการเลือก บริโภคอย่างฉลาด และ ปลอดภัย	ทักษะ กระบวนการคิด อย่างมี วิจารณญาณ	นำเสนอผลการ ประเมินทางเลือก	๑. ระบุประเด็นในการคิด เรื่องอิทธิพลของสื่อโฆษณา เกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการเลือก บริโภค ๒. รวบรวมและประมวลผล ข้อมูล โดยการร่วมกัน ระดมความคิดเห็น ๓. วิเคราะห์ข้อมูลสื่อโฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเลือกบริโภค เพื่อสุขภาพ โดยแยกเป็น สื่อโฆษณาที่ดีและไม่ดี

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
				<p>๔. พิจารณาข้อมูลสื่อโฆษณาที่ตีด้วยทางเลือกที่หลากหลายพร้อมเหตุผลประกอบ</p> <p>๕. ลงความเห็น/ตัดสินใจเลือกข้อมูลสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพ โดยให้เหตุผลที่มีคุณค่าผ่านการพิจารณาถ่วงถ่วงและไตร่ตรองอย่างดีแล้ว</p>
๓. ปฏิบัติตนตามสิทธิของผู้บริโภค	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> สิทธิพื้นฐานของผู้บริโภคและกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองผู้บริโภค</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ปฏิบัติตนตามสิทธิของผู้บริโภค และกฎหมายคุ้มครองผู้บริโภค</p>	ทักษะการนำความรู้ไปใช้	บทบาทสมมติเรื่องสิทธิพื้นฐานและกฎหมายคุ้มครองผู้บริโภค	<p>๑. ทบทวนความรู้เดิมเกี่ยวกับสิทธิพื้นฐานและกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองผู้บริโภค โดยการระดมความคิดเห็นจากประสบการณ์เดิม</p> <p>๒. ศึกษาความรู้เกี่ยวกับสิทธิพื้นฐานและกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองผู้บริโภคจากสื่อหรือแหล่งเรียนรู้</p> <p>๓. เปรียบเทียบความรู้เดิมกับความรู้ใหม่ เกี่ยวกับสิทธิพื้นฐานและกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองผู้บริโภคและปรับความเข้าใจให้ตรงกัน</p> <p>๔. นำความรู้ใหม่มาวางแผนจัดทำบทบาทสมมติเกี่ยวกับการใช้สิทธิผู้บริโภคและปฏิบัติตามกฎหมายคุ้มครองผู้บริโภคอย่างถูกต้อง</p> <p>๕. แสดงบทบาทสมมติตามแผน</p>
๔. วิเคราะห์สาเหตุและเสนอแนวทางการป้องกันการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> สาเหตุ การป้องกัน การเจ็บป่วยและการตายของคนไทย รวมทั้งแนวทางการป้องกัน</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วิเคราะห์สาเหตุและการป้องกันการเจ็บป่วย</p>	ทักษะการวิเคราะห์	ใบงานตารางสาเหตุการเจ็บป่วยและการตายของคนไทยและแนวทางการป้องกัน	<p>๑. ศึกษาข้อมูลการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย เช่น สถิติจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ</p> <p>๒. วิเคราะห์สาเหตุการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย</p> <p>๓. จำแนกสาเหตุเป็นประเภท</p> <p>๔. จัดทำตารางการวิเคราะห์ข้อมูล</p>



ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
	และการตายของคนไทย พร้อมทั้งเสนอแนวทางการ ป้องกัน			๕. นำเสนอผลการวิเคราะห์ ข้อมูล ๖. นำข้อมูลมาระดม ความคิดเห็นและสรุปเป็น แนวทางการป้องกัน
๕. วางแผนและ ปฏิบัติตาม แผนการ พัฒนา สุขภาพของ ตนเองและ ครอบครัว	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การวางแผนและการ พัฒนาสุขภาพของตนเอง และครอบครัว <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วางแผนการพัฒนา สุขภาพของตนเองและ ครอบครัว และปฏิบัติ ตามแผน	ทักษะ การสังเคราะห์	สรุปรายงาน ผลการพัฒนา สุขภาพของ ตนเองและบุคคล ในครอบครัว	๑. กำหนดวัตถุประสงค์ของ การพัฒนาสุขภาพของตนเอง และบุคคลในครอบครัว ๒. ศึกษาวิเคราะห์ข้อมูล ที่เกี่ยวข้องกับการวางแผน พัฒนาสุขภาพของตนเอง และบุคคลในครอบครัว ๓. เลือกข้อมูลที่สอดคล้อง กับวัตถุประสงค์ ๔. นำข้อมูลสุขภาพของ ตนเองและบุคคลในครอบครัว มาวางแผนพัฒนาสุขภาพ ๕. จัดทำโครงการพัฒนา สุขภาพของตนเองและบุคคล ในครอบครัว ๖. ปฏิบัติตามแผนในโครงการ ๗. ประเมินผลการปฏิบัติ ตามแผนในโครงการ ๘. สรุปรายงานผลการพัฒนา สุขภาพของตนเองและบุคคล ในครอบครัวตามแผน
๖. มีส่วนร่วมใน การส่งเสริม และพัฒนา สุขภาพของ บุคคล ในชุมชน	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> กระบวนการมีส่วนร่วม ในการส่งเสริม และพัฒนา สุขภาพของบุคคลในชุมชน <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> มีส่วนร่วมในการส่งเสริม และการพัฒนาสุขภาพของ บุคคลในชุมชน	ทักษะ การประยุกต์ ใช้ความรู้	นำเสนอผลการ ใช้โปรแกรม ส่งเสริมและ พัฒนาสุขภาพของ บุคคลในชุมชน	๑. ดำรงกิจกรรมการส่งเสริม และการพัฒนาสุขภาพ ของบุคคลในชุมชน ๒. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับ การส่งเสริมและการพัฒนา สุขภาพของบุคคลในชุมชน ๓. คัดเลือกกิจกรรมการ ส่งเสริมและการพัฒนาสุขภาพ ให้สอดคล้องกับบุคคล ในชุมชน

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
				<p>๔. ตรวจสอบความเหมาะสมของกิจกรรมให้กับบุคคลในชุมชน</p> <p>๕. เลือกกิจกรรมเพื่อนำไปกำหนดโปรแกรมส่งเสริมและการพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p> <p>๖. จัดทำโปรแกรมส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพบุคคลในชุมชน</p> <p>๗. นำโปรแกรมส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพบุคคลไปใช้ในชุมชน</p> <p>๘. สรุปและนำเสนอรายงานผลการใช้โปรแกรมส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p>
<p>๗. วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไก</p>	<p><b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางกลไก</p> <p><b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไก</p>	<p>ทักษะกระบวนการคิดแก้ปัญหา</p>	<p>๑. ทดสอบสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไก</p> <p>๒. นำเสนอผลการพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไกของตนเอง</p> <p>๓. บันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไกของตนเอง</p>	<p>๑. ศึกษาผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพกลไกของตนเอง</p> <p>๒. นำผลการศึกษามาวางแผนพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพกลไกของตนเอง</p> <p>๓. ดำเนินการพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไกตามแผน</p> <p>๔. ประเมินผลการพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไกของตนเอง</p> <p>๕. สรุปผลการพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไกของตนเอง</p>

## สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

### มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่าย สารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๑. มีส่วนร่วม ในการป้องกัน ความเสี่ยง ต่อการใช้จ่าย การใช้จ่าย สารเสพติด และ ความรุนแรง เพื่อสุขภาพ ของตนเอง ครอบครัว และสังคม	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ความเสี่ยงต่อการใช้จ่าย การใช้จ่ายสารเสพติดและ ความรุนแรง <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> มีส่วนร่วมในการ ป้องกันความเสี่ยงต่อการ ใช้จ่าย การใช้จ่ายสารเสพติด และ ความรุนแรง เพื่อสุขภาพ ของตนเอง ครอบครัว และสังคม	๑. ทักษะ การสังเคราะห์ ๒. ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้	ร่วมรณรงค์ การป้องกัน ความเสี่ยง ต่อการใช้จ่าย การใช้จ่ายสารเสพติด และความรุนแรง	๑. กำหนดวัตถุประสงค์ของ การป้องกันความเสี่ยงต่อ การใช้จ่าย การใช้จ่ายสารเสพติด และความรุนแรง เพื่อสุขภาพ ที่ดีต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม ๒. ศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูล ที่เกี่ยวข้องกับการป้องกัน ความเสี่ยงต่อการ ใช้จ่าย การใช้จ่ายสารเสพติด และ ความรุนแรง ๓. เลือกข้อมูลที่สอดคล้อง กับวัตถุประสงค์ นำมาวางแผน จัดกิจกรรมการป้องกัน ความเสี่ยงต่อการใช้จ่าย การใช้จ่ายสารเสพติด และความ รุนแรงในครอบครัวและสังคม ๔. จัดกิจกรรมรณรงค์ การป้องกันความเสี่ยงต่อ การใช้จ่ายการใช้จ่ายสารเสพติด และความรุนแรง ๕. ร่วมกับชุมชนจัดกิจกรรม รณรงค์การป้องกันความเสี่ยง ต่อการใช้จ่าย การใช้จ่ายสารเสพติด และความรุนแรงในชุมชน ๖. สรุปรายงานผลการ จัดกิจกรรม

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๒. วิเคราะห์ ผลกระทบ ที่เกิดจากการ ครอบครอง การใช้ และ การจำหน่าย สารเสพติด	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ผลกระทบและโทษทาง กฎหมายที่เกิดจาก การครอบครอง การใช้ และการจำหน่ายสารเสพติด <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วิเคราะห์ผลกระทบ ที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่าย สารเสพติด	ทักษะ การวิเคราะห์	แผ่นพับ เผยแพร่ความรู้ (แจกขณะจัด กิจกรรมรณรงค์)	๑. ศึกษาผลกระทบที่เกิดจาก การครอบครอง การใช้ และ การจำหน่ายสารเสพติด ๒. ตั้งวัตถุประสงค์ของ การวิเคราะห์ข้อมูล แยกเป็น ประเภทของผลกระทบ ที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่าย สารเสพติด ๓. แยกแยะข้อมูลเป็นประเภท ๔. เชื่อมโยงความสัมพันธ์ ระหว่างผลกระทบที่เกิดจาก การครอบครอง การใช้ และ การจำหน่ายสารเสพติด ต่อตนเอง ครอบครัว สังคม และประเทศ ๕. นำผลการวิเคราะห์มาสรุป ตอบคำถามและจัดทำเป็น แผ่นพับเผยแพร่
๓. วิเคราะห์ ปัจจัยที่มีผล ต่อสุขภาพ หรือความ รุนแรงของ คนไทย และเสนอ แนวทาง ป้องกัน	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ หรือความรุนแรงของ คนไทย และแนวทางป้องกัน <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> วิเคราะห์และสรุปปัจจัย ที่มีผลต่อสุขภาพหรือ ความรุนแรงของคนไทย และเสนอแนวทางป้องกัน	ทักษะ การวิเคราะห์	นำเสนอแผนผัง ความคิด การวิเคราะห์ ปัจจัยที่มีผล ต่อสุขภาพ หรือ ความรุนแรง ของคนไทย และแนวทาง การป้องกัน	๑. ศึกษาปัจจัยที่มีผล ต่อสุขภาพหรือความรุนแรง ของคนไทยและเสนอแนวทาง ป้องกัน ๒. ตั้งวัตถุประสงค์ใน การวิเคราะห์ข้อมูล จำแนกปัจจัย ที่มีผลต่อสุขภาพ หรือความรุนแรง ๓. จำแนกแยกแยะข้อมูล ตามวัตถุประสงค์ ๔. นำข้อมูลมาใช้ในการระดม ความคิดเพื่อเสนอแนวทาง การป้องกัน ๕. สรุปรายงานผลการ วิเคราะห์นำเสนอเป็นแผนผัง ความคิด

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๔. วางแผน กำหนด แนวทาง ลดอุบัติเหตุ และสร้าง เสริมความ ปลอดภัย ในชุมชน	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> แนวทางการลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความ ปลอดภัยในชุมชน <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ๑. วางแผนและกำหนด แนวทางการลดอุบัติเหตุ ๒. ปฏิบัติตามแผน และสร้างเสริมความ ปลอดภัยในชุมชน	๑. ทักษะ การวิเคราะห์ ๒. ทักษะ การสังเคราะห์	โครงการรณรงค์ ลดอุบัติเหตุและ สร้างเสริมความ ปลอดภัย ในชุมชน	๑. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับ อุบัติเหตุและการสร้างเสริม ความปลอดภัยในชุมชน ๒. กำหนดวัตถุประสงค์ในการ วิเคราะห์ข้อมูล แยกประเภท การลดอุบัติเหตุและแนวทาง การสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน ๓. จำแนกข้อมูลตามประเภท การลดอุบัติเหตุ และแนวทาง การสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน ๔. หาความสัมพันธ์ของ แนวทางการลดอุบัติเหตุและ การสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน ๕. นำเสนอผลการวิเคราะห์ ๖. สรุปผลการวิเคราะห์ ตามวัตถุประสงค์ ๗. นำผลการวิเคราะห์มา วางแผนกำหนดแนวทาง ในการลดอุบัติเหตุและ การสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน ๘. จัดกิจกรรมรณรงค์เผยแพร่ ความรู้เรื่องการลดอุบัติเหตุ และการสร้างเสริม ความปลอดภัยในชุมชน
๕. มีส่วนร่วมใน การสร้างเสริม ความ ปลอดภัย ในชุมชน	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> กระบวนการสร้างเสริม ความปลอดภัย <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> มีส่วนร่วมในการปฏิบัติ การสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน	ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้	๑. เข้าร่วม กิจกรรมสร้างเสริม ความปลอดภัย ในชุมชน ๒. บันทึกรายงาน การทำกิจกรรม ร่วมกับชุมชน (กิจกรรมรณรงค์)	๑. ทบทวนความรู้เดิมเกี่ยวกับ การสร้างเสริมความปลอดภัย ๒. ปรับความรู้เดิมกับ ความรู้ใหม่ให้เข้าใจตรงกัน ๓. นำความรู้ที่ได้ใหม่ไปใช้ ในการสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน ๔. ร่วมกิจกรรมการสร้างเสริม ความปลอดภัยในชุมชน

ตัวชี้วัด	ผู้เรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะการคิด
๖. ใช้ทักษะ การตัดสินใจ แก้ปัญหาใน สถานการณ์ ที่เสี่ยงต่อ สุขภาพและ ความรุนแรง	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> ทักษะการตัดสินใจ อย่างถูกวิธี การแก้ปัญหา ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อ สุขภาพและความรุนแรง <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ใช้ทักษะการตัดสินใจ แก้ปัญหาในสถานการณ์ เสี่ยงต่อสุขภาพและ ความรุนแรง	ทักษะ กระบวนการ คิดตัดสินใจ	แสดงบทบาท สมมติใน สถานการณ์ต่าง ๆ	๑. ทำความเข้าใจปัญหาและ ระบุสาเหตุของสถานการณ์เสี่ยง ๒. วางแผนออกแบบ แก้ปัญหาด้วยการเผชิญ สถานการณ์และใช้หลักการ อย่างมีเหตุผล ๓. แก้ปัญหาตามแผน ในสถานการณ์ต่าง ๆ และมี การตรวจสอบเป็นระยะ ๔. สรุปผลการแก้ปัญหาและ มีแนวทางเพื่อนำไปใช้ตัดสินใจ ๕. การระบุเป้าหมายหรือ ปัญหาที่ต้องการตัดสินใจ ๖. การระบุทางเลือก ๗. การวิเคราะห์ทางเลือก ๘. การจัดลำดับทางเลือก ๙. การเลือกทางเลือก
๗. แสดงวิธีการ ช่วยฟื้นคืนชีพ อย่างถูกวิธี	<b>ผู้เรียนรู้อะไร</b> การช่วยฟื้นคืนชีพ อย่างถูกวิธีช่วยให้ผู้ป่วย ปลอดภัย <b>ผู้เรียนทำอะไรได้</b> ปฏิบัติตามวิธีการช่วยฟื้น คืนชีพที่ถูกวิธี	ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้	แสดงการช่วย ฟื้นคืนชีพ อย่างถูกวิธี	๑. ทบทวนความรู้เดิมเรื่อง การช่วยฟื้นคืนชีพ ๒. ศึกษาวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพ อย่างถูกวิธี ๓. ปรับความเข้าใจเกี่ยวกับ ความรู้เดิมและความรู้ใหม่ เพื่อให้เข้าใจตรงกัน ๔. นำความรู้ที่ได้ไปฝึกแสดง การช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี ๕. สาธิตการช่วยฟื้นคืนชีพ ที่ถูกวิธี โดยการแสดงท่าทาง ในกรณีที่ไม่มีหุ่นจำลอง

## ❖ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด เป็นการวิเคราะห์ต่อเนื่องจากการวิเคราะห์ตัวชี้วัด โดยวิเคราะห์ใน ๖ ประเด็น คือ ความสัมพันธ์/เชื่อมโยงของตัวชี้วัด แต่ละตัวที่จะนำมาจัดกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมกันได้ ความคิดรวบยอด สาระการเรียนรู้ ทักษะการคิด ชิ้นงาน/ภาระงาน และแนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้



## สาระที่ ๑ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

## สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>สาระที่ ๑ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของมนุษย์</b>  <b>มาตรฐาน พ ๑.๑</b>                      ๑. อธิบายกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ</p> <p>๒. วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p> <p><b>สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค</b>  <b>มาตรฐาน พ ๔.๑</b>                      ๕. วางแผนและปฏิบัติตามแผนพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว</p>	<p>การวางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตรวมทั้งการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ เป็นการพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p>	<p>๑. กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ</li> <li>- การสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพของอวัยวะต่าง ๆ (อาหาร การออกกำลังกาย นันทนาการ การตรวจสุขภาพ ฯลฯ)</li> </ul> <p>๒. การวางแผนดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p> <p>๓. การวางแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว</p>	<p>๑. ทักษะการสร้างความรู้</p> <p>๒. ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้</p> <p>๓. ทักษะการสังเคราะห์</p>	<p>๑. สรุปรายงานความรู้ที่ได้จากการสืบค้น</p> <p>๒. จัดทำแผนการดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p> <p>๓. สรุปรายงานผลการปฏิบัติตามแผนการดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p>	<p>๑. ทบทวนความรู้เดิมเกี่ยวกับกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะ</p> <p>๒. ศึกษากระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะ โดยใช้วิธีการปฏิบัติ และสืบค้นข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย</p> <p>๓. เชื่อมโยงความรู้ใหม่กับความรู้เดิม โดยปรับความเข้าใจให้ถูกต้อง</p> <p>๔. นำเสนอความรู้ที่ได้จากการศึกษาจากแหล่งข้อมูลสรุปเป็นรายงาน</p> <p>๕. ตำรวจข้อมูลเกี่ยวกับภาวะสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p> <p>๖. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับวิธีการดูแลสุขภาพของบุคคลในแต่ละวัย</p> <p>๗. เลือกข้อมูลความรู้ที่สอดคล้องกับการดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p>



ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
					<p>๘. นำข้อมูลความรู้ที่สอดคล้องกับการดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัวมาวางแผน</p> <p>๙. ปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัวตามแผนที่กำหนดไว้</p> <p>๑๐. สรุปรายงานผลปฏิบัติ การดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัวตามแผน</p> <p>๑๑. กำหนดวัตถุประสงค์ของการพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p> <p>๑๒. ศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการวางแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p> <p>๑๓. เลือกข้อมูลที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์</p> <p>๑๔. นำข้อมูลมาวางแผนพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p> <p>๑๕. จัดทำโครงการพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p> <p>๑๖. ปฏิบัติตามแผนที่ระบุไว้ในโครงการ</p> <p>๑๗. ประเมินผลการปฏิบัติตามแผน</p> <p>๑๘. สรุปรายงานโครงการพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p>

## สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว</b></p> <p><b>มาตรฐาน พ ๒.๑</b></p> <p>๑. วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต</p> <p>๒. วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่น ๆ</p> <p>๓. เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกันลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว</p>	<p>ครอบครัว เพื่อน สังคม วัฒนธรรมไทย และวัฒนธรรมอื่น ๆ มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต การเลือกใช้ทักษะต่าง ๆ ที่เหมาะสมกับสถานการณ์ในการป้องกัน จะช่วยลดความขัดแย้ง ความรุนแรงและแก้ปัญหาเรื่องเพศ และครอบครัวได้</p>	<p>๑. อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต</p> <p>๒. ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทย และวัฒนธรรมอื่น ๆ</p> <p>๓. แนวทางในการเลือกทักษะต่าง ๆ ในการป้องกันลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว</p> <p>- ทักษะการสื่อสารและสร้างสัมพันธ์ภาพ</p> <p>- ทักษะการต่อรอง</p> <p>- ทักษะการปฏิเสธ</p> <p>- ทักษะการคิดวิเคราะห์</p> <p>- ทักษะการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา</p> <p>ฯลฯ</p>	<p>๑. ทักษะการวิเคราะห์</p> <p>๒. ทักษะการเปรียบเทียบ</p> <p>๓. ทักษะกระบวนการคิดตัดสินใจ</p>	<p>๑. แผนผังความคิด เชื่อมโยงอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมกับพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต</p> <p>๒. ตารางเปรียบเทียบ ค่านิยมเรื่องเพศ</p> <p>๓. สรุปผลการตัดสินใจ เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสม</p>	<p>๑. ศึกษา และจำแนกข้อมูลเกี่ยวกับอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต</p> <p>๒. เชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมกับพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต</p> <p>๓. เปรียบเทียบ จัดกลุ่ม และสรุปผลความเหมือนและความต่างค่านิยมเรื่องเพศ ระหว่างวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่น ๆ</p> <p>๔. บอกปัญหาความขัดแย้ง ปัญหาเรื่องเพศ และปัญหาครอบครัว</p> <p>๕. ระบุและวิเคราะห์ทางเลือกในการป้องกันลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว โดยเลือกใช้ทักษะชีวิตที่เหมาะสม</p> <p>๖. จัดลำดับทางเลือก และตัดสินใจเลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมกับปัญหา</p>

## สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

### มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<b>สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว</b> <b>มาตรฐาน พ ๒.๑</b> <b>๔. วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน และเสนอแนวทางแก้ไขปัญหา</b>	ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในหมู่นักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน มีผลกระทบต่อสังคม จึงควรรหาแนวทางแก้ไข	๑. ความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน ๒. สาเหตุของความขัดแย้ง ๓. ผลกระทบที่เกิดจากความขัดแย้งระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน ๔. แนวทางในการแก้ปัญหาที่อาจเกิดจากความขัดแย้งของนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน	ทักษะการวิเคราะห์	แผนผังความคิด เชื่อมโยง สาเหตุและผลของความขัดแย้งและแนวทางการแก้ไขปัญหา	๑. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับสาเหตุและผลของความขัดแย้งในหมู่นักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน ๒. รวบรวมข้อมูลที่ได้จากการศึกษา จำแนกสาเหตุและผลกระทบเป็นกลุ่มเดียวกัน ๓. วิเคราะห์ข้อมูลและระดมความคิดเห็นเพื่อหาแนวทางการแก้ไขปัญหา ๔. สรุปผลการระดมความคิด เชื่อมโยงสาเหตุและผลของความขัดแย้งและแนวทางการแก้ไขปัญหารูปแบบแผนผังความคิด

**สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล**  
**มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา**

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล</b></p> <p><b>มาตรฐาน พ ๓.๑</b></p> <p>๑. วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหว รูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา</p> <p>๒. ใช้ความสามารถของตนเองเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่น และสังคม</p> <p>๓. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล/คู่ กีฬาประเภททีม อย่างน้อย ๑ ชนิด</p>	<p>การมีทักษะการเคลื่อนไหว รวมทั้งกิจกรรมทางกาย การเล่นเกม กีฬา และกิจกรรมนันทนาการ อย่างถูกต้อง ช่วยเสริมให้มีสมรรถภาพทางกายที่ดี ส่งผลให้การทำงานของอวัยวะต่าง ๆ มีประสิทธิภาพ</p>	<p>๑. ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหว รูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา</p> <p>๒. การวิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหว รูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา</p> <p>๓. การใช้ความสามารถของตนเอง ในการเล่นกีฬา เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม โดยคำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่น และสังคม</p> <p>๔. กีฬาประเภทบุคคล/คู่ ประเภททีม เช่น ฟุตบอล รักบี้ ฟุตบอล ยิมนาสติก ลีลาศ ซอฟท์บอล เทนนิส เซปักตะกร้อ มวยไทย กระบี่ กระบอง ฟล่องจ้าว</p> <p>๕. การเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ เช่น</p>	<p>๑. ทักษะการวิเคราะห์</p> <p>๒. ทักษะการนำความรู้ไปใช้</p> <p>๓. ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้</p>	<p>๑. นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล</p> <p>๒. แสดงการใช้ความสามารถของตนเองเพิ่มศักยภาพของทีม ในการเล่นกีฬา</p> <p>๓. ร่วมกิจกรรมนันทนาการตามความถนัดและความสนใจ</p>	<p>๑. รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับหลักการและลักษณะของรูปแบบการเคลื่อนไหวแบบต่าง ๆ</p> <p>๒. ตั้งวัตถุประสงค์และกำหนดเกณฑ์ในการจำแนกข้อมูลแต่ละองค์ประกอบของรูปแบบการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล และการทดสอบสมรรถภาพทางกายและทางกลไก</p> <p>๓. แยกแยะข้อมูล และวิเคราะห์เปรียบเทียบแต่ละองค์ประกอบรูปแบบการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล และการทดสอบสมรรถภาพทางกายและทางกลไก</p> <p>๔. นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล มาสรุปเป็นความคิดรวบยอด</p> <p>๕. ทบทวนความสามารถของตนเองในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล และผลการทดสอบสมรรถภาพ</p>

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
๔. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์ ๕. เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียนและนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม		กิจกรรมเข้าจังหวะ เชียร์ลีดเดอร์ ๖. การนำหลักการและแนวคิดของกิจกรรมนันทนาการไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนและสังคม			และนำไปเปรียบเทียบความสามารถของตนเองกับองค์ประกอบรูปแบบการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ๖. ใช้ความรู้ความสามารถของตนเองที่ได้จากการวิเคราะห์นำไปฝึกปฏิบัติและเพิ่มศักยภาพของตนเองและทีมในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ๗. นำความรู้ความสามารถที่ได้จากการเพิ่มศักยภาพของตนเองมาสร้างสรรค์รูปแบบการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ๘. เลือกเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลอย่างน้อย ๑ ชนิด และทำการวิเคราะห์ขั้นตอนการเล่น รูปแบบการเล่น ๙. ปฏิบัติการเล่นกีฬาที่ตนเองเลือกและเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียน ๑๐. ปฏิบัติการทดสอบสมรรถภาพเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและสังคม

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
					๑๑. ประเมินผล การร่วมปฏิบัติในการเล่นกีฬาที่ตนเองเลือก กิจกรรมนันทนาการ และทดสอบสมรรถภาพ ๑๒. สรุปผล การประเมินพัฒนา ศักยภาพของตนเอง และเพื่อนในทีม

### สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักษาร่างกายออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล</b></p> <p><b>มาตรฐาน พ ๓.๒</b></p> <p>๑. ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเองอย่างสม่ำเสมอ และใช้ความสามารถของตนเอง เพิ่มศักยภาพของทีม ลดความเป็นตัวตน คำนึงถึงผลที่เกิดต่อสังคม</p> <p>๒. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่าง ๆ ในระหว่างการเล่น การแข่งขัน</p>	<p>การออกกำลังกาย เล่นกีฬา และปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่าง ๆ มีน้ำใจนักกีฬา</p> <p>ในระหว่างเล่น และการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการดูการเล่น และการแข่งขัน ใช้ความสามารถของตนเอง เพิ่มศักยภาพของทีม สามารถนำไปเป็นแนวปฏิบัติในชีวิตประจำวันและทุกโอกาสจนเป็นคุณลักษณะที่ดี มีความสุข และเห็นคุณค่าความงามของกีฬา</p>	<p>๑. การออกกำลังกายด้วยวิธีที่ชอบ เช่น ฝึกการบริหารแบบต่าง ๆ ซี่งกีรยาน การออกกำลังกายจากการทำงานในชีวิตประจำวัน การรำกระบอง รำมวยจีน</p> <p>๒. การเล่นเกมกีฬา ประเภทบุคคล และประเภททีม</p> <p>๓. การใช้ความสามารถของตนเองในการเพิ่มศักยภาพของทีมในการเล่น และการเล่นโดยคำนึงถึงประโยชน์ต่อสังคม</p> <p>๔. การวางแผน กำหนดกิจกรรม การออกกำลังกาย และเล่นกีฬา</p> <p>๕. สิทธิ กฎ กติกา การเล่นกีฬา</p>	<p>๑. ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้</p> <p>๒. ทักษะการนำความรู้ไปใช้</p> <p>๓. ทักษะการวิเคราะห์</p> <p>๔. ทักษะสังเคราะห์</p>	<p>๑. แผนการออกกำลังกายของตนเอง</p> <p>๒. ออกกำลังกายและเล่นกีฬาตามแผนอย่างสม่ำเสมอ</p> <p>๓. ร่วมการแข่งขันกีฬาตามโอกาสและสถานการณ์</p> <p>๔. สรุปความรู้เกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีการเล่นจากกีฬาที่เล่น</p> <p>๕. เข้าร่วมเล่นและแข่งขันกีฬา</p> <p>๖. ร่วมแข่งขันกีฬาอย่างมีมารยาท และมีน้ำใจนักกีฬา</p> <p>๗. เข้าร่วมกิจกรรมทางกาย และเล่นกีฬา</p>	<p>๑. สำรวจสถานที่เล่นกีฬาที่เกิดขึ้นใหม่จากสื่อต่าง ๆ</p> <p>๒. ทบทวนรายละเอียดเกี่ยวกับความสำคัญของการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเองให้ชัดเจน</p> <p>๓. ใช้วิธีการต่าง ๆ ที่หลากหลายเพื่อเพิ่มพูนความสามารถในการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา</p> <p>๔. เชื่อมโยงทักษะการออกกำลังกาย การเล่นกีฬาอย่างเหมาะสมกับตนเองตามสถานการณ์</p> <p>๕. เล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเองและใช้ความสามารถของตนเอง เพิ่มศักยภาพของทีม</p> <p>๖. วางแผนออกกำลังกายของตนเองอย่างสม่ำเสมอ</p> <p>๗. ใช้กิจกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อเป็นสื่อในการพัฒนาตน โดยคำนึงถึงประโยชน์ต่อสังคม</p>

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p>กีฬากับผู้อื่น และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติ และใช้ใน ชีวิตประจำวัน อย่างต่อเนื่อง</p> <p>๓. แสดงออก ถึงการมี มารยาท ในการดู การเล่น และ การแข่งขัน กีฬาด้วย ความมีน้ำใจ นักกีฬา และนำไปใช้ ปฏิบัติ ทุกโอกาส จนเป็น บุคลิกภาพที่ดี</p> <p>๔. ร่วมกิจกรรม ทางกายและ เล่นกีฬา อย่างมีความสุข ชื่นชมใน คุณค่าและ ความงาม ของการกีฬา</p>		<p>๖. กลวิธี หลักการรุก การป้องกัน อย่างสร้างสรรค์ ในการเล่นและ แข่งขันกีฬา</p> <p>๗. การนำ ประสบการณ์ จากการเล่นกีฬา ไปใช้ใน ชีวิต ประจำวัน</p> <p>๘. การปฏิบัติตน ในเรื่องมารยาท ในการดู การเล่น การแข่งขัน ความมีน้ำใจ นักกีฬา</p> <p>๙. บุคลิกภาพที่ดี</p> <p>๑๐. ความสุขที่ได้จากการ เข้าร่วมกิจกรรม ทางกาย และ เล่นกีฬา</p> <p>๑๑. คุณค่าและ ความงาม ของกีฬา</p>		<p>๘. แสดงความคิด สื่อความหมาย ความรู้สึกที่มี ต่อกีฬา</p>	<p>๘. ทบทวนความรู้ เกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีในการเล่นและ แข่งขันกีฬาจาก ประสบการณ์เดิมและ ศึกษาข้อมูลเพิ่มเติม จากสื่อต่าง ๆ</p> <p>๙. เปรียบเทียบข้อมูล ความรู้เดิมเกี่ยวกับ สิทธิ กฎ กติกา กลวิธี ในการเล่นและแข่งขัน กีฬาที่มีกับความรู้ใหม่ และปรับความเข้าใจ ให้ตรงกัน</p> <p>๑๐. นำความรู้เกี่ยวกับ สิทธิ กฎ กติกา กลวิธี ในการเล่นและแข่งขัน กีฬาไปใช้ในการเล่น กีฬาและประยุกต์ใช้ ในชีวิตประจำวัน</p> <p>๑๑. สรุปความรู้เกี่ยวกับ สิทธิ กฎ กติกา กลวิธีการเล่นของกีฬา ที่เลือกเล่น</p> <p>๑๒. นำความรู้เกี่ยวกับ สิทธิ กฎ กติกา กลวิธี การเล่นไปใช้ในการ แข่งขันกีฬาและ ประยุกต์ใช้ ใน ชีวิตประจำวัน</p> <p>๑๓. ทบทวนความรู้เดิม ที่เคยรู้มาก่อนเรื่อง มารยาทการดู การเล่น การแข่งขันกีฬาและ ความมีน้ำใจนักกีฬา โดยการระดม ความคิดเห็น</p> <p>๑๔. ศึกษาความรู้ เกี่ยวกับมารยาทการดู การเล่น การแข่งขัน</p>



ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
					<p>และความมีน้ำใจ นักกีฬา จากสื่อหรือแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ</p> <p>๑๕. เปรียบเทียบความเหมือนและความแตกต่างของความรู้เดิมกับความรู้ใหม่เกี่ยวกับมารยาทการดูการเล่น การแข่งขันกีฬาและความมีน้ำใจนักกีฬา</p> <p>๑๖. สรุปความรู้เกี่ยวกับมารยาทการดูการเล่น การแข่งขันและความมีน้ำใจนักกีฬา ในแบบบันทึกการสรุป</p> <p>๑๗. นำความรู้เกี่ยวกับมารยาท การดู การเล่น การแข่งขัน และความมีน้ำใจนักกีฬา ไปใช้ในการเล่นกีฬาจนเป็นนิสัย</p> <p>๑๘. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมทางกายและการเล่นกีฬา</p> <p>๑๙. พิจารณาความเหมือนความต่างของกิจกรรมทางกายและกีฬาที่เลือกกับความรู้ใหม่ ๆ</p> <p>๒๐. นำความรู้ที่เกิดจากความเข้าใจในเรื่องกิจกรรมทางกายไปใช้ในการเล่นกีฬา</p> <p>๒๑. ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของกีฬา</p>

## สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

### มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค มาตรฐาน พ ๔.๑</b></p> <p>๑. วิเคราะห์บทบาท และความรับผิดชอบต่อบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน</p> <p>๒. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการเลือกบริโภค</p> <p>๓. ปฏิบัติตนตามสิทธิของผู้บริโภค</p> <p>๔. วิเคราะห์สาเหตุและเสนอแนวทาง การป้องกัน การเจ็บป่วย และการตายของคนไทย</p>	<p>บทบาท และความรับผิดชอบต่อบุคคลในการวิเคราะห์อิทธิพลของสื่อโฆษณาตามสิทธิของผู้บริโภคเพื่อวางแผนพัฒนาสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพกาย กลไกของบุคคล ในชุมชนเป็น การป้องกันสาเหตุ การเจ็บป่วย และการตายของคนไทย</p>	<p>๑. บทบาทและความรับผิดชอบต่อ การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค ในชุมชน</p> <p>๒. อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพ</p> <p>๓. แนวทางการเลือกบริโภคอย่างฉลาด และปลอดภัย</p> <p>๔. สิทธิพื้นฐานของผู้บริโภค</p> <p>๕. สาเหตุของการเจ็บป่วย และการตายของคนไทย เช่น โรคจากการประกอบอาชีพ โรคทางพันธุกรรม</p> <p>๖. แนวทางการป้องกัน การเจ็บป่วย</p>	<p>๑. ทักษะการวิเคราะห์</p> <p>๒. ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ</p> <p>๓. ทักษะการนำความรู้ไปใช้</p> <p>๔. ทักษะการสังเคราะห์</p> <p>๕. ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้</p>	<p>๑. สรุปผลการวิเคราะห์ นำเสนอ แลกเปลี่ยน เรียนรู้</p> <p>๒. นำเสนอผลการประเมินทางเลือก</p> <p>๓. บทบาทสมมติ</p> <p>๔. นำเสนอตารางแสดงผลการวิเคราะห์ ข้อมูลสาเหตุ การเจ็บป่วย การตาย และแนวทาง การป้องกัน</p> <p>๕. สรุปรายงาน ผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคล ในครอบครัว</p> <p>๖. นำเสนอผล การใช้โปรแกรมส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพ ในชุมชน</p> <p>๗. นำเสนอผลการพัฒนา สมรรถภาพทางกายและ สมรรถภาพทางกลไก ของตนเอง</p>	<p>๑. ศึกษา วิเคราะห์ และ แยกแยะข้อมูล บทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบต่อ บุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรค ในชุมชน</p> <p>๒. เชื่อมโยง ความสัมพันธ์ บทบาท และความรับผิดชอบต่อ บุคคลในการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค ในชุมชน</p> <p>๓. สรุปผลการ วิเคราะห์และนำเสนอ ผลการแลกเปลี่ยน เรียนรู้</p> <p>๔. ระบุประเด็นในการคิด เกี่ยวกับอิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพ เพื่อการเลือกบริโภค</p> <p>๕. รวบรวมและประมวลผลข้อมูล โดยการร่วมกันระดมความคิดเห็น</p> <p>๖. วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับสื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการเลือกบริโภคเพื่อสุขภาพโดยแยกเป็น สื่อโฆษณาที่ดีและไม่ดี</p> <p>๗. พิจารณาข้อมูลสื่อ</p>

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p>๕. วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว</p> <p>๖. มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p> <p>๗. วางแผนและปฏิบัติตามแผนพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไก</p>		<p>๗. การวางแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว</p> <p>๘. การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p> <p>๙. การวางแผนพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไก</p>			<p>โฆษณาที่ดีด้วยทางเลือกที่หลากหลาย พร้อมเหตุผลประกอบ</p> <p>๘. ลงความเห็น/ตัดสินใจเลือกข้อมูลสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพโดยให้เหตุผลที่มีคุณค่าผ่านการพิจารณาถ่วงถ่วงและไตร่ตรองอย่างดีแล้ว</p> <p>๙. ทบทวนความรู้ และศึกษาไปความรู้เรื่องสิทธิพื้นฐาน และกฎหมายคุ้มครองผู้บริโภค</p> <p>๑๐. เปรียบเทียบความรู้เรื่องสิทธิพื้นฐานและกฎหมายคุ้มครองผู้บริโภคจากความรู้เดิมกับความรู้ใหม่</p> <p>๑๑. นำความรู้ที่เกิดจากความเข้าใจมาใช้แสดงบทบาทสมมติการใช้สิทธิพื้นฐานและกฎหมายคุ้มครองผู้บริโภคตามสถานการณ์ที่กำหนดให้</p> <p>๑๒. ศึกษาข้อมูล และวิเคราะห์สาเหตุการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย เช่น สถิติจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ</p> <p>๑๓. จำแนกสาเหตุเป็นประเภท และจัดทำตารางการวิเคราะห์ข้อมูล</p> <p>๑๔. นำเสนอผล</p>

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
					<p>การวิเคราะห์ข้อมูลและระดมความคิดเห็นและสรุปเป็นแนวทางการป้องกัน</p> <p>๑๕. กำหนดวัตถุประสงค์ จากนั้นศึกษา วิเคราะห์ และเลือกข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการวางแผนพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p> <p>๑๖. เลือกข้อมูลที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์</p> <p>๑๗. นำข้อมูลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัวมาวางแผนพัฒนาสุขภาพ</p> <p>๑๘. จัดทำโครงการพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p> <p>๑๙. ปฏิบัติตามแผนในโครงการ ประเมินผล และสรุปรายงานผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัวตามแผน</p> <p>๒๐. สำนวจกิจกรรมและทบทวนความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมและการพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p>

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
					<p>๒๑. คัดเลือกและตรวจสอบความเหมาะสมของกิจกรรมการส่งเสริมและการพัฒนาสุขภาพให้สอดคล้องกับบุคคลในชุมชน</p> <p>๒๒. เลือกกิจกรรมเพื่อนำไปกำหนดและจัดทำโปรแกรมส่งเสริมและการพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p> <p>๒๓. สรุปและนำเสนอรายงานผลการใช้โปรแกรมส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพในชุมชน</p> <p>๒๔. ศึกษาผลการทดสอบสมรรถภาพและนำผลการศึกษามาวางแผนพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไกของตนเอง</p> <p>๒๕. ดำเนินการตามแผน ประเมินผลและสรุปผลการพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไกของตนเอง</p>

## สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

### มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่าย สารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัด	ความคิด รวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรม การเรียนรู้
<b>สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต</b> <b>มาตรฐาน พ ๕.๑</b> ๑. มีส่วนร่วมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้จ่ายสารเสพติด และความรุนแรงเพื่อสุขภาพของตนเอง ครอบครัว และสังคม ๒. วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครองการใช้ และการจำหน่ายสารเสพติด ๓. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพหรือความรุนแรงของคนไทย และเสนอแนวทางป้องกัน	การครอบครอง การใช้จ่าย และการจำหน่ายสารเสพติด มีผลต่อสุขภาพ และความรุนแรง การตัดสินใจอย่างถูกวิธี สามารถแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อความรุนแรงได้ ดังนั้นจึงควรมีส่วนร่วมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้จ่ายสารเสพติด และความรุนแรง	๑. การจัดกิจกรรมป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้จ่ายสารเสพติด และความรุนแรง ๒. การวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่ายสารเสพติด (ตนเอง ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม) ๓. โทษทางกฎหมายที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่ายสารเสพติด ๔. ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพหรือความรุนแรงของคนไทยและเสนอแนวทางป้องกัน ๕. ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพ และความรุนแรง	๑. ทักษะการสังเคราะห์ ๒. ทักษะการนำความรู้ไปใช้ ๓. ทักษะการวิเคราะห์ ๔. ทักษะกระบวนการคิดแก้ปัญหา ๕. ทักษะกระบวนการคิดตัดสินใจ	โครงการ รมรงค์ การป้องกัน ความเสี่ยง ต่อการใช้จ่าย การใช้สารเสพติด และความรุนแรง กับชุมชน	๑. กำหนดวัตถุประสงค์ คี กษา และวิเคราะห์ ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับ การป้องกันความเสี่ยง ต่อการใช้จ่าย การใช้สารเสพติด และ ความรุนแรง เพื่อสุขภาพที่ดี ต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม ๒. เลือกข้อมูล ที่สอดคล้องกับ วัตถุประสงค์ นำมา วางแผนจัดกิจกรรม การป้องกันความเสี่ยง ต่อการใช้จ่าย การใช้สารเสพติด และ ความรุนแรงในครอบครัว และสังคม ๓. จัดกิจกรรมรมรงค์ การป้องกันความเสี่ยง ต่อการใช้จ่าย การใช้ สารเสพติดและ ความรุนแรง ๔. ร่วมกับชุมชน จัดกิจกรรมรมรงค์ การป้องกันความเสี่ยง ต่อการใช้จ่าย การใช้สารเสพติด และ ความรุนแรงในชุมชน ๕. สรุปรายงานผล การจัดกิจกรรม

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
					<p>๗. ศึกษาผลกระทบตั้งวัตถุประสงค์ของการวิเคราะห์ข้อมูลแยกเป็นประเภทของผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่ายสารเสพติด</p> <p>๘. แยกแยะข้อมูลเป็นประเภท โดยเชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่ายสารเสพติดต่อตนเอง ครอบครัว สังคม และประเทศ</p> <p>๙. นำผลการวิเคราะห์มาสรุป ตอบคำถาม และจัดทำเป็นแผ่นพับเผยแพร่</p> <p>๑๐. ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพหรือ ความรุนแรงของคนไทย และเสนอแนวทางป้องกัน</p> <p>๑๑. ตั้งวัตถุประสงค์ในการวิเคราะห์ข้อมูล จำแนกปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ ความรุนแรง</p> <p>๑๔. จำแนกแยกแยะข้อมูลตามวัตถุประสงค์</p> <p>๑๕. นำข้อมูลมาใช้ในการระดมความคิด เพื่อเสนอแนวทางป้องกัน</p> <p>๑๖. สรุปรายงานผลการวิเคราะห์ นำเสนอเป็นผังความคิด</p>

## สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

### มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่าย สารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p><b>สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ ๕.๑</b></p> <p>๔. วางแผน กำหนดแนวทาง ลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน</p> <p>๕. มีส่วนร่วมในการสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน</p> <p>๖. ใช้ทักษะการตัดสินใจ แก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง</p> <p>๗. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี</p>	<p>ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพหรือความรุนแรงของคนไทยส่วนหนึ่งเป็นผลมาจากสารเสพติด การใช้จ่ายไม่ถูกวิธี และอุบัติเหตุ จึงต้องทำ ความเข้าใจถึงผลกระทบ ต่อสุขภาพและโทษ ตามกฎหมาย รวมทั้งมีทักษะการตัดสินใจ แก้ปัญหา ตลอดจนมีส่วนร่วมในการป้องกัน จึงจะ ช่วยลดปัญหาสุขภาพของ ตนเอง ครอบครัว และสังคมได้</p>	<p>๑. การวางแผน กำหนดแนวทาง ลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน</p> <p>๒. กิจกรรมการสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน</p> <p>๓. วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี</p>	<p>๑. ทักษะการวิเคราะห์</p> <p>๒. ทักษะการสังเคราะห์</p> <p>๓. ทักษะการนำความรู้ไปใช้</p>	<p>๑. แผนการลดอุบัติเหตุและการสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน</p> <p>๒. สรุปรายงานผลตามแผนการลดอุบัติเหตุและการสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน</p> <p>๓. สรุปรายงานผลการดำเนินงาน รมณรงค์สร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน</p> <p>๔. แสดงบทบาทสมมติในสถานการณ์ต่าง ๆ</p>	<p>๑. ศึกษาข้อมูล และกำหนดวัตถุประสงค์ ในการวิเคราะห์ข้อมูล แยกประเภทการลดอุบัติเหตุและแนวทาง การสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน</p> <p>๒. จำแนกข้อมูลตามประเภทและ การสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน</p> <p>๓. หาความสัมพันธ์ของแนวทาง การลดอุบัติเหตุและการสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน</p> <p>๔. นำเสนอ และสรุปผลการวิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์</p> <p>๕. นำผลการวิเคราะห์ มาวางแผนกำหนดแนวทางในการลดอุบัติเหตุและการสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน โดยจัดกิจกรรม รณรงค์เผยแพร่ความรู้</p> <p>๖. ทบทวนความรู้เดิม เกี่ยวกับการสร้างเสริมความปลอดภัย</p> <p>๗. ปรับความรู้เดิมกับความรู้ใหม่ให้เข้าใจตรงกัน</p> <p>๘. นำความรู้ที่ได้ใหม่ไปใช้ในการสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน</p>



ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
					๙. ร่วมกิจกรรมการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน ๑๐. ทำความเข้าใจปัญหาและระบุสาเหตุของสถานการณ์เสี่ยงและวางแผนออกแบบแก้ปัญหาด้วยการเผชิญสถานการณ์และหลักการอย่างมีเหตุผล ๑๑. แก้ปัญหาตามแผนในสถานการณ์ต่าง ๆ และมีการตรวจสอบเป็นระยะ ๑๒. สรุปผลการแก้ปัญหา และมีแนวทางเพื่อนำไปใช้ตัดสินใจ ๑๓. การระบุเป้าหมายหรือปัญหาที่ต้องการตัดสินใจ ๑๔. ระบุและวิเคราะห์ทางเลือกการจัดลำดับและการเลือกทางเลือก ๑๕. ทบทวนความรู้เดิมเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพ ๑๖. ศึกษาวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี ๑๗. ปรับความเข้าใจเกี่ยวกับความรู้เดิมและความรู้ใหม่เพื่อให้เข้าใจตรงกัน ๑๘. นำความรู้ที่ได้ไปวางแผนและกำหนดแนวทางการลดอุบัติเหตุและสร้างเสริมความปลอดภัยในโรงเรียน และชุมชน

## ตัวอย่างหน่วยการเรียนรู้

ตัวอย่างหน่วยการเรียนรู้เป็นการนำผลการวิเคราะห์การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิดใน ๖ ประเด็น คือ ตัวชี้วัดที่นำมาจัดกิจกรรมร่วมกัน ความคิดรวบยอด สารการเรียนรู้ ทักษะการคิด ชิ้นงาน/ภาระงาน และแนวการจัดการเรียนรู้ นำมาจัดทำหน่วยการเรียนรู้ใน ๓ ขั้นตอน ดังนี้

- การกำหนดเป้าหมายการเรียนรู้
- การกำหนดหลักฐานการเรียนรู้
- การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ในทางปฏิบัติสามารถจัดทำเป็นหน่วยการเรียนรู้ได้โดยการวิเคราะห์ความสัมพันธ์/เชื่อมโยงของแต่ละตัวชี้วัดที่จะนำมาจัดกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมกันได้ภายในกลุ่มสาระการเรียนรู้เดียวกันด้วยการวิเคราะห์ตัวชี้วัดภายในสาระเดียวกันหรือระหว่างสาระ นอกจากนี้ยังสามารถวิเคราะห์ความสัมพันธ์/เชื่อมโยงของแต่ละตัวชี้วัดที่จะนำมาจัดกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมกันระหว่างกลุ่มสาระการเรียนรู้ได้อีกด้วย

# กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

## ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖

### สาระที่ ๑ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

### สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<b>สาระที่ ๑ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของมนุษย์</b> <b>มาตรฐาน พ ๑.๑</b> ๑. อธิบายกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงาน ของระบบอวัยวะต่าง ๆ	การวางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตรวมทั้งการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงาน ของระบบอวัยวะต่าง ๆ	๑. กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงาน ของระบบอวัยวะต่าง ๆ - การทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ - การสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพของอวัยวะต่าง ๆ (อาหาร การออกกำลังกาย นันทนาการ การตรวจสุขภาพ ฯลฯ)	๑. ทักษะการสร้างความรู้ ๒. ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้ ๓. ทักษะการสังเคราะห์	๑. สรุปรายงานความรู้ที่ได้จากการสืบค้น ๒. จัดทำแผนการดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว ๓. สรุปรายงานผลปฏิบัติการดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัวตามแผน	๑. ทบทวนความรู้เดิมเกี่ยวกับกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงาน ของระบบอวัยวะ ๒. ศึกษากระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงาน ของระบบอวัยวะ โดยใช้วิธีการปฏิบัติ และสืบค้นข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย ๓. เชื่อมโยงความรู้ใหม่กับความรู้เดิม โดยปรับความเข้าใจให้ถูกต้อง ๔. นำเสนอความรู้ที่ได้จากการศึกษาจากแหล่งข้อมูลสรุปรายงานเป็นองค์ความรู้
๒. วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโต และพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว	และบุคคลในครอบครัว				

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p>สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และ ป้องกันโรค</p> <p>มาตรฐาน พ ๔.๑</p> <p>๕. วางแผนและปฏิบัติ ตามแผน การพัฒนา สุขภาพของ ตนเองและ ครอบครัว</p>		<p>๒. การวางแผน ดูแลสุขภาพ ของตนเอง และบุคคล ในครอบครัว</p> <p>๓. การวางแผน การพัฒนา สุขภาพ ของตนเอง และครอบครัว</p>			<p>๕. ดำรวจข้อมูล เกี่ยวกับภาวะสุขภาพ ของตนเองและบุคคล ในครอบครัว</p> <p>๖. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับ วิธีการดูแลสุขภาพของ บุคคลในแต่ละวัย</p> <p>๗. เลือกข้อมูลความรู้ที่ สอดคล้องกับการดูแล สุขภาพของตนเองและ บุคคลในครอบครัว</p> <p>๘. นำข้อมูลความรู้ที่ สอดคล้องกับการ ดูแลสุขภาพของ ตนเองและบุคคลใน ครอบครัวมาวางแผน</p> <p>๙. ปฏิบัติตนในการดูแล สุขภาพของตนเอง และบุคคลในครอบครัว ตามแผนที่กำหนดไว้</p> <p>๑๐. สรุปรายงานผล ปฏิบัติ การดูแลสุขภาพ ของตนเองและบุคคล ในครอบครัวตามแผน</p> <p>๑๑. กำหนดวัตถุประสงค์ ของการพัฒนาสุขภาพ ของตนเองและบุคคล ในครอบครัว</p> <p>๑๒. ศึกษาวิเคราะห์ข้อมูล ที่เกี่ยวข้องกับการวางแผน การพัฒนาสุขภาพของ ตนเองและบุคคลใน ครอบครัว</p>

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
					<p>๑๓. เลือกข้อมูลที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์</p> <p>๑๔. นำข้อมูลมาวางแผนพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p> <p>๑๕. จัดทำโครงการพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p> <p>๑๖. ปฏิบัติตามแผนที่ระบุไว้ในโครงการ</p> <p>๑๗. ประเมินผลการปฏิบัติตามแผน</p> <p>๑๘. สรุปรายงานโครงการพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p>

# หน่วยการเรียนรู้

ชื่อหน่วย คู่มือรักษาอวัยวะของเรา  
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

เวลาเรียน ๘ ชั่วโมง  
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖

## ๑. เป้าหมายการเรียนรู้

### ๑.๑ ความเข้าใจที่คงทน

วิธีการวางแผนดูแลระบบอวัยวะให้ดำรงประสิทธิภาพในการทำงานเป็นการเสริมสร้างสุขภาพที่ดีของตนเองและบุคคลในครอบครัว

### ๑.๒ สาระ/มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์  
ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ม.๔-๖/๑ อธิบายกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพ  
การทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ

พ ๑.๑ ม.๔-๖/๒ วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ  
ของตนเองและบุคคลในครอบครัว

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ  
การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด

พ ๔.๑ ม.๔-๖/๕ วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและ  
ครอบครัว

### ๑.๓ ความคิดรวบยอด

การวางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโต รวมทั้งการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ เป็นการพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว

### ๑.๔ สาระการเรียนรู้

๑. กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ

- การทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ
- การสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพของอวัยวะต่าง ๆ (อาหาร การออกกำลังกาย นันทนาการ การตรวจสุขภาพ ฯลฯ)

- ๒. การวางแผนดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว
- ๓. การวางแผนการพัฒนาสุขภาพตนเองและครอบครัว

#### ๑.๕ ทักษะการคิด

- ๑.๕.๑ ทักษะการสร้างความรู้
- ๑.๕.๒ ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้
- ๑.๕.๓ ทักษะการสังเคราะห์

#### ๑.๖ คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- ๑.๖.๑ มีวินัย
- ๑.๖.๒ ใฝ่เรียนรู้

## ๒. หลักฐานการเรียนรู้

### ๒.๑ ชิ้นงาน/ภาระงาน

- ๒.๑.๑ สรุปรายงานความรู้ที่ได้จากการสืบค้น
- ๒.๑.๒ จัดทำแผนการดูแลสุขภาพและของตนเองและบุคคลในครอบครัว
- ๒.๑.๓ สรุปรายงานผลการปฏิบัติตามแผนการดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว

### ๒.๒ การวัดและประเมินผล

- ๒.๒.๑ การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
  - ๑) ประเมินผลสรุปรายงานองค์ความรู้ที่ได้จากการสืบค้น
  - ๒) ประเมินแผนการดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว
- ๒.๒.๒ การวัดและประเมินผลเมื่อสิ้นสุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
  - ๑) ประเมินผลสรุปรายงานผลการปฏิบัติตามแผนการดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว

## ๓. กิจกรรมการเรียนรู้

### กิจกรรมที่ ๑

- ๑) ทบทวนความรู้เดิมเกี่ยวกับกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะ
- ๒) ศึกษากระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะโดยใช้วิธีการปฏิบัติและสืบค้นข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย

- ๓) เชื่อมโยงความรู้ใหม่กับความรู้เดิมโดยปรับความเข้าใจให้ถูกต้อง
- ๔) นำเสนอความรู้ที่ได้ศึกษาจากแหล่งข้อมูลสรุปรายงานเป็นองค์ความรู้

#### กิจกรรมที่ ๒

- ๑) ดำรวจข้อมูลเกี่ยวกับภาวะสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว
- ๒) ทบทวนความรู้ที่มีหรือจากแหล่งเรียนรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ
- ๓) เลือกข้อมูลความรู้ที่สอดคล้องกับการดูแลสุขภาพของตนเองและครอบครัว
- ๔) นำข้อมูลความรู้มาวางแผนในการดูแลสุขภาพของตนเองและครอบครัว
- ๕) ปฏิบัติตนดูแลสุขภาพของตนเองและครอบครัวตามแผนที่กำหนดไว้
- ๖) สรุปรายงานผลปฏิบัติตนดูแลสุขภาพของตนเองและครอบครัวตามแผน

#### กิจกรรมที่ ๓

- ๑) กำหนดวัตถุประสงค์ของการพัฒนาสุขภาพของตนเองในครอบครัว
  - ๒) ศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการวางแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัวจากสื่อหรือแหล่งเรียนรู้
- ๓) เลือกข้อมูลที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์มาใช้
  - ๔) นำข้อมูลมาวางแผนพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว
  - ๕) จัดทำโครงการพัฒนาสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว
  - ๖) ปฏิบัติตามแผนที่ระบุไว้ในโครงการ
  - ๗) ประเมินผลการปฏิบัติตามแผน
  - ๘) สรุปรายงานโครงการพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว

## ๔. สื่อการเรียนรู้

- ๔.๑ สื่อ PowerPoint เรื่องระบบอวัยวะ
- ๔.๒ เอกสารประกอบการสอน
- ๔.๓ สื่อจากแหล่งเรียนรู้เทคโนโลยี
- ๔.๔ แบบสำรวจภาวะสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว
- ๔.๕ ตัวอย่างโครงการพัฒนาสุขภาพ (โปรแกรมสุขภาพ)



## เกณฑ์การประเมิน

### ๑) รายงานผลการปฏิบัติ

ประเด็น การประเมิน	ระดับคุณภาพ				น้ำหนัก	คะแนน รวม
	๔	๓	๒	๑		
๑. สรุปรายงาน องค์ความรู้ที่ได้ จากการสืบค้น	เนื้อหาสาระมี ข้อมูลถูกต้อง ครบถ้วนตาม กระบวนการ สร้างเสริมและดำรง ประสิทธิภาพ การทำงานของ ระบบอวัยวะ	เนื้อหาสาระมี ข้อมูลถูกต้อง ครบถ้วนตาม กระบวนการ สร้างเสริมและดำรง ประสิทธิภาพ การทำงานของ ระบบอวัยวะ ร้อยละ ๗๕-๙๙	เนื้อหาสาระมี ข้อมูลถูกต้อง ครบถ้วนตาม กระบวนการ สร้างเสริมและดำรง ประสิทธิภาพ การทำงานของ ระบบอวัยวะ ร้อยละ ๕๐-๗๔	เนื้อหาสาระมี ข้อมูลถูกต้อง ตามกระบวนการ สร้างเสริมและ ดำรงประสิทธิภาพ การทำงานของ ระบบอวัยวะ น้อยกว่า ร้อยละ ๕๐	๑	๔
การจัดกลุ่มเนื้อหา	เนื้อหาสาระมีการ จัดประเด็นข้อมูล เป็นไปตามลำดับ และมีการเชื่อมโยง ที่ถูกต้อง	เนื้อหาสาระมีการ จัดประเด็นข้อมูล เป็นไปตามลำดับและ ไม่มีการเชื่อมโยง	เนื้อหาสาระมีการ จัดประเด็นข้อมูล ไม่เป็นไปตามลำดับ ไม่มีการเชื่อมโยง	เนื้อหาสาระไม่มี การจัดประเด็น ข้อมูล ไม่มี การเชื่อมโยง	๒	๘
๒. รายงานแผน พัฒนาสุขภาพของ ตนเองและบุคคล ในครอบครัว	มีระยะเวลา ในการวางแผน ครบตามที่กำหนด ต่อเนื่อง	มีระยะเวลา ในการวางแผน ครบตามที่กำหนด แต่ไม่ต่อเนื่อง	มีระยะเวลา ในการวางแผน ไม่ครบตาม ที่กำหนด	ไม่ได้วางแผน	๑	๔
ข้อมูล/สาระในการ วางแผน	ข้อมูล/สาระในการ วางแผนสามารถ นำไปสู่การปฏิบัติ ได้ในชีวิตประจำวัน ครอบคลุมทั้ง ของตนเองและ บุคคลในครอบครัว	ข้อมูล/สาระในการ วางแผนสามารถ นำไปสู่การปฏิบัติ ได้ในชีวิตประจำวัน เพียงตนเองหรือ บุคคลในครอบครัว	ข้อมูล/สาระในการ วางแผนไม่สามารถ นำไปสู่การปฏิบัติ ได้ในชีวิตประจำวัน	ข้อมูลไม่เพียงพอ ในการวางแผน	๒	๘

ประเด็น การประเมิน	ระดับคุณภาพ				น้ำหนัก	คะแนน รวม
	๔	๓	๒	๑		
๓. สรุปรายงาน โครงการพัฒนา สุขภาพของตนเอง และครอบครัว ตามแผน	เนื้อหาสาระของ รายงานมี ๑. วัตถุประสงค์ ถูกต้อง ๒. ดำเนินการ ตามแผน ๓. บันทึกผล ต่อเนื่อง ๔. มีข้อสรุป โครงการ	เนื้อหาสาระ ของรายงาน มี ๓ รายการ	เนื้อหาสาระ ของรายงาน มี ๒ รายการ	เนื้อหาสาระ ของรายงาน มี ๑ รายการ	๒	๘
	สรุปผลการ ดำเนินโครงการ ได้อย่างถูกต้อง ชัดเจนและ ครอบคลุมข้อมูล จากการวิเคราะห์ ทั้งหมด	สรุปผลการ ดำเนินโครงการ ได้อย่างถูกต้อง แต่ยังไม่ครอบคลุม ข้อมูลจากการ วิเคราะห์ทั้งหมด	สรุปโครงการตาม ความเห็นของ ตนเองโดยไม่ใช้ ข้อมูลจากการ ดำเนินโครงการ	รายงานโดยไม่มี ข้อสรุป	๒	๘
<b>คะแนนรวม</b>						<b>๔๐</b>

### สรุปผลการประเมิน

คะแนน	๓๓-๔๐	ดีมาก
คะแนน	๒๕-๓๒	ดี
คะแนน	๑๗-๒๔	พอใช้
คะแนน	๑๐-๑๖	ต้องปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับดีขึ้นไป

หมายเหตุ ไม่รวมคะแนนจากการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

## ๒) คุณลักษณะอันพึงประสงค์

ประเด็นการประเมิน	ดีเยี่ยม	ดี	ปรับปรุง
มีวินัย	ส่งงานครบถ้วนทุกชิ้นตามกำหนดที่ได้รับมอบหมาย	ส่งงานครบถ้วนเฉพาะบางชิ้นที่ได้รับมอบหมาย	ไม่ส่งงาน
ใฝ่เรียนรู้	งานสำเร็จมีข้อมูลการสืบค้นมากกว่าเนื้อหาในห้องเรียนและมีความสมบูรณ์	งานสำเร็จมีข้อมูลเพียงเนื้อหาในห้องเรียนและมีความสมบูรณ์	ข้อมูลในรายการมีน้อยกว่าและไม่มีความหมายในเรื่องการพัฒนาสุขภาพ

หมายเหตุ ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ใช้ได้กับทุกแผน

# กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา)

## ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล  
มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา  
มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ  
อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ  
ในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรม การเรียนรู้
<b>มาตรฐาน พ ๓.๑</b> ๑. เพิ่มพูน ความสามารถ ของตนเอง ตามหลักการ เคลื่อนไหว ที่ใช้ทักษะ กลไกและ ทักษะพื้นฐาน ที่นำไปสู่การ พัฒนาทักษะ การเล่นกีฬา	การออกกำลังกาย และ เล่นกีฬาไทย ประเภทบุคคล และทีม โดยใช้ ทักษะกลไก ทักษะพื้นฐาน นำไปสู่การพัฒนา ทักษะตามชนิด กีฬา ตามความ ถนัด ความสนใจ และมีการวางแผน การออกกำลังกาย	๑. หลักการ เพิ่มพูนความ สามารถในการ เคลื่อนไหวที่ใช้ ทักษะกลไกและ ทักษะพื้นฐาน ที่นำไปสู่การ พัฒนาทักษะ การเล่นกีฬา ๒. การเล่นกีฬา ไทยและกีฬา สากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภท ลู่วิ่งและลาน บาสเกตบอล กระโดด เทเบิลเทนนิส เทนนิส วายน้ำ	๑. ทักษะ การสร้างความรู้ ๒. ทักษะ การนำความรู้ ไปใช้ ๓. ทักษะ การตีความ ๔. ทักษะ การประเมิน ๕. ทักษะ จัดโครงสร้าง	๑. จัดทำ แผนผังความคิด (Mind mapping) แสดงความสำคัญ ของการเล่นกีฬา และการออกกำลังกาย ๒. ปฏิบัติการ เล่นกีฬาและ แสดงแผนการรับ และรูกตามกฎ กติกา ของกีฬา ที่เล่น ๓. นำเสนอผล การวิเคราะห์ ความแตกต่าง วิธีการเล่นของ ตนเองและผู้อื่น ๔. แสดงทักษะ กลไก และทักษะ พื้นฐานที่ตนเอง พัฒนาขึ้น ๕. ปฏิบัติการเล่น ทักษะพื้นฐาน กีฬาไทยและ กีฬาสากล	๑. ทบทวนความรู้เดิม และศึกษาหลักการ เพิ่มพูนความสามารถ ในการเล่นกีฬาที่ใช้ ทักษะกลไกและทักษะ พื้นฐาน ที่นำไปสู่การ พัฒนาทักษะการเล่น กีฬาโดยใช้วิธีการ ค้นคว้าจากแหล่งเรียนรู้ ที่หลากหลาย ๒. เชื่อมโยงความรู้ใหม่ กับความรู้เดิมที่มี ความหมายในการ พัฒนาตนเองพร้อมนำเสนอ และอธิบายความรู้ใหม่ ที่ได้สร้างขึ้น ๓. ฝึกปฏิบัติตาม ความรู้ที่ได้จาก การศึกษา และใช้ ในการพัฒนาตนเอง ๔. ทบทวนความรู้และ ทักษะการเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล ประเภทบุคคลและทีม โดยใช้ทักษะพื้นฐาน ตามชนิดกีฬา
<b>มาตรฐาน พ ๓.๒</b> ๑. อธิบาย ความสำคัญ ของการออก กำลังกาย	การออกกำลังกาย ของตนเอง และผู้อื่น	จนเป็นวิถีชีวิต ที่มีสุขภาพดี			

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p>และเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี</p> <p>๒. ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น</p> <p>๓. ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น</p> <p>๔. วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ</p> <p>๕. ร่วมมือในการเล่นกีฬาและการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน</p>		<p>๔. การออกกำลังกาย เช่น กายบริหาร แบบต่าง ๆ</p> <p>๕. การเล่นเกม เช่น แอโรบิก โยคะ รำมวยจีน</p> <p>๕. การเล่นเกมไทยและกีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีม</p> <p>๖. การประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น</p> <p>๗. กฎ กติกา การเล่นเกม และการแข่งขันกีฬาที่เลือกเล่น</p> <p>๘. รูปแบบวิธีการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก</p> <p>๙. การเล่นเกมการแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีม</p> <p>๑๐. การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา</p>			<p>๕. ศึกษาความเหมือนของทักษะพื้นฐานของกีฬาใหม่กับกีฬาเดิมที่เคยเรียนรู้และนำความรู้และทักษะที่เกิดจากความเข้าใจไปใช้ในการเล่นกีฬา</p> <p>๖. ครูเตรียมข้อมูลเรื่องวิถีชีวิตของคนไทยที่ส่งผลต่อสุขภาพและการออกกำลังกาย</p> <p>๗. ผู้เรียนหาความหมายของข้อมูลที่แสดงถึงความสำคัญของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬารวมทั้งองค์ประกอบของวิถีชีวิตคนไทยที่มีสุขภาพดี</p> <p>๘. เชื่อมโยงข้อมูลระหว่างความสำคัญของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬากับการมีสุขภาพที่ดี</p> <p>๙. ให้ผู้เรียนเขียนแผนผังความคิดระบุความหมายอธิบายเหตุผลที่แสดงถึงความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี</p> <p>๑๐. ให้ผู้เรียนแต่ละคนเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ๑ อย่าง</p>

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ภาระงาน	แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
<p>บ. วิเคราะห์เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น</p>					<p>๑๑. ศึกษาเกณฑ์การประเมินสมรรถภาพทางกายและทดสอบสมรรถภาพทางกาย พร้อมทั้งนำผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายมาประเมินเพื่อพัฒนาตนเอง</p> <p>๑๒. ศึกษาและรวบรวมรูปแบบการเล่น การรุก การป้องกัน จากสื่อและแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย</p> <p>๑๓. หาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลการเล่น การรุก การป้องกัน การปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลง และจัดแสดงความสัมพันธ์ของข้อมูลให้เห็นเป็นโครงสร้าง/รูปแบบการเล่น</p> <p>๑๔. เลือกใช้รูปแบบการเล่นที่เหมาะสมกับตนเอง</p> <p>๑๕. ร่วมมือในการทำงานเป็นทีมและเล่นกีฬาอย่างสนุกสนาน</p> <p>๑๖. เชื่อมโยงการเล่นของตนเองกับผู้อื่น และยอมรับความแตกต่างด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา</p>

ตัวชี้วัด	ความคิดรวบยอด	สาระการเรียนรู้	ทักษะการคิด	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
					<p>๑๗. ให้ผู้เรียนที่เลือกเล่นกีฬาที่เหมือนกัน อยู่กลุ่มเดียวกัน จากนั้นให้ฝึกทักษะของกีฬาประเภทนั้น ๆ</p> <p>๑๘. ให้ผู้เรียนนำความรู้และทักษะที่เกิดจากความเข้าใจในการเล่นกีฬาประเภทนั้น ไปเล่นร่วมกันตามรูปแบบของชนิดกีฬา และให้ผู้เรียนทำแบบประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น โดยกำหนดระดับคุณภาพของการเล่น</p> <p>๑๙. ผู้เรียนแต่ละคน สังเกตทักษะและวิธีการเล่นของตนเองและของเพื่อนร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เสนอความคิดเห็น และนำผลที่สังเกตมาเทียบกับระดับคุณภาพ</p> <p>๒๐. ระบุระดับคุณภาพจากการประเมินของตนเองและเพื่อน พร้อมนำข้อมูลไปใช้ในการพัฒนาความสามารถของตนเองและเพื่อน</p>

# หน่วยการเรียนรู้

ชื่อหน่วย เล่นกีฬาพาสุนัขสนาม  
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

เวลาเรียน ๑๕ ชั่วโมง  
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

## ๑. เป้าหมายการเรียนรู้

๑.๑ ความเข้าใจที่คงทน ทักษะพื้นฐานกีฬาและทักษะกลไกการเคลื่อนไหว สามารถนำไปใช้เพื่อพัฒนาสุขภาพให้แข็งแรงและประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

### ๑.๒ สาระ มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล  
มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

#### ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตนตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๑ ม.๑/๒ เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐาน ตามชนิดกีฬาอย่างละ ๑ ชนิด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจ นักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

#### ตัวชี้วัด

พ ๓.๒ ม.๑/๑ อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

พ ๓.๒ ม.๑/๒ ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น

พ ๓.๒ ม.๑/๓ ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

พ ๓.๒ ม.๑/๔ วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นกีฬาอย่างเป็นระบบ

พ ๓.๒ ม.๑/๕ ร่วมมือในการเล่นกีฬาและการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน

พ ๓.๒ ม.๑/๖ วิเคราะห์ เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่าง ระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น



### ๑.๓ ความคิดรวบยอด

การออกกำลังกาย และเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคลและทีม โดยใช้ทักษะกลไก ทักษะพื้นฐานนำไปสู่การพัฒนา ทักษะตามชนิดกีฬา ตามความถนัด ความสนใจ และมีการวางแผนการรุก การป้องกัน ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และทำงานเป็นทีม พร้อมทั้ง มีการประเมินการเล่นและยอมรับความแตกต่างการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น

### ๑.๔ สารการเรียนรู้

๑.๔.๑ หลักการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไก และทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

๑.๔.๒ การเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทเบิลเทนนิส เทนนิส วัยน้ำ

๑.๔.๓ ความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

๑.๔.๔ การออกกำลังกาย เช่น การบริหารแบบต่าง ๆ เต้นแอโรบิค โยคะ รำมวยจีน

๑.๔.๕ การเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีม

๑.๔.๖ การประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น

๑.๔.๗ กฎ กติกา การเล่นเกมและการแข่งขันกีฬาที่เลือกเล่น

๑.๔.๘ รูปแบบ วิธีการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก

๑.๔.๙ การเล่น การแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีม

๑.๔.๑๐ การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา

### ๑.๕ ทักษะการคิด

๑.๕.๑ ทักษะการนำความรู้ไปใช้

๑.๕.๒ ทักษะการสร้างความรู้

๑.๕.๓ ทักษะการตีความ

๑.๕.๔ ทักษะการประเมิน

๑.๕.๕ ทักษะการสรุปลงความเห็น

### ๑.๖ คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑.๖.๑ มีวินัยในตนเอง ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา

๑.๖.๒ การมีส่วนร่วมในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา/ทำงานเป็นทีม

๑.๖.๓ การมีจิตสาธารณะ

## ๒. หลักฐานการเรียนรู้

### ๒.๑ ชิ้นงาน/ภาระงาน

๒.๑.๑ จัดทำแผนผังความคิด (Mind mapping) แสดงความสำคัญของการเล่นกีฬา และการออกกำลังกาย

๒.๑.๒ ปฏิบัติการเล่นกีฬา และแสดงแผนการรับและรุก ตามกฎ กติกาของกีฬาที่เล่น

๒.๑.๓ นำเสนอผลการวิเคราะห์ความแตกต่างวิธีการเล่นของตนเองและผู้อื่น

๒.๑.๔ แสดงทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่ตนเองพัฒนาขึ้น

๒.๑.๕ ปฏิบัติการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล

๒.๑.๖ รายงานการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

### ๒.๒ การวัดและประเมินผล

๒.๒.๑ การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

๑) บันทึกผลการปฏิบัติการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล

๒) การทดสอบสมรรถภาพทางกาย

๒.๒.๒ การวัดและประเมินผลเมื่อสิ้นสุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

๑) แผนผังความคิด (Mind mapping) แสดงความสำคัญของการเล่นกีฬา และการออกกำลังกาย

๒) ปฏิบัติการเล่นกีฬา และแสดงแผนการรับและรุกตามกฎ กติกาของกีฬาที่เล่น

๓) ปฏิบัติการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล

## แนวการจัดการเรียนรู้

### หน่วยการเรียนรู้ “เล่นกีฬาพาสุนัข” จำนวน ๑๕ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้ (ตัวชี้วัด)	สาระการเรียนรู้	จำนวนเวลาเรียน (ชั่วโมง)
แผนที่ ๑	พ ๓.๑ ม.๑/๑	๑.๔.๑	๑
แผนที่ ๒	พ ๓.๑ ม.๑/๑	๑.๔.๒	๑
	พ ๓.๑ ม.๑/๒	๑.๔.๕	
แผนที่ ๓	พ ๓.๑ ม.๑/๒	๑.๔.๖, ๑.๔.๗ ๑.๔.๘, ๑.๔.๙	๓
	พ ๓.๒ ม.๑/๑, พ ๓.๒ ม.๑/๓		
	พ ๓.๒ ม.๑/๔, พ ๓.๒ ม.๑/๕		
แผนที่ ๔	พ ๓.๒ ม.๑/๒, พ ๓.๒ ม.๑/๖	๑.๔.๖, ๑.๔.๑๐	๑
แผนที่ ๕	พ ๓.๒ ม.๑/๑	๑.๔.๓, ๑.๔.๔	๕

### ๓. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

- ๓.๑ ทบทวนความรู้เดิมด้วยการศึกษาข้อมูลที่แสดงถึงความสำคัญของสุขภาพการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา รวมทั้งองค์ประกอบของวิถีชีวิตของคนไทยที่มีสุขภาพดี
- ๓.๒ เชื่อมโยงข้อมูลระหว่างความสำคัญของการออกกำลังกายและสุขภาพที่ดีและเขียนแผนภาพระบุความหมาย อธิบายเหตุผลที่แสดงถึงความสำคัญของการออกกำลังกาย และเน้นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี
- ๓.๓ นักเรียนแต่ละคนเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ๑ อย่าง และทดสอบสมรรถภาพทางกายก่อนเรียน ผู้ที่เลือกเล่นกีฬาที่เหมือนกันอยู่กลุ่มเดียวกัน จากนั้นให้ฝึกทักษะของกีฬาประเภทนั้น ๆ
- ๓.๔ นักเรียนนำความรู้และทักษะการเล่นกีฬาประเภทนั้นไปเล่นร่วมกันตามรูปแบบของชนิดกีฬา
- ๓.๕ นักเรียนทำแบบประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น โดยกำหนดระดับคุณภาพของการเล่น
- ๓.๖ นักเรียนแต่ละคนสังเกตทักษะและวิธีการเล่นของตนเองและของเพื่อน นำผลที่สังเกตมาเทียบกับระดับคุณภาพและนำเสนอ
- ๓.๗ ระบุระดับคุณภาพจากการประเมินของตนเองและเพื่อนพร้อมนำข้อมูลไปใช้ในการพัฒนาความสามารถของตนเองและเพื่อน
- ๓.๘ ทบทวนความรู้เดิมเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา
- ๓.๙ ศึกษาหลักการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐาน โดยใช้วิธีการค้นคว้าจากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย
- ๓.๑๐ เชื่อมโยงความรู้ใหม่กับความรู้เดิมที่มีความหมายในการพัฒนาตน และนำเสนอ/อธิบายความรู้ใหม่ที่ได้สร้างขึ้น
- ๓.๑๑ ฝึกปฏิบัติตามความรู้ที่ได้จากการศึกษาและใช้ในการพัฒนาตนเอง
- ๓.๑๒ ทบทวนความรู้และทักษะการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล ประเภทบุคคล และทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬา
- ๓.๑๓ ศึกษาความเหมือนของทักษะพื้นฐานของกีฬาใหม่กับกีฬาเดิมที่เคยเรียนรู้
- ๓.๑๔ นำความรู้และทักษะที่เกิดจากความเข้าใจไปใช้ในการเล่นกีฬา
- ๓.๑๕ ศึกษาเกณฑ์การประเมินสมรรถภาพทางกาย
- ๓.๑๖ ทดสอบสมรรถภาพทางกาย
- ๓.๑๗ นำผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายมาประเมินเพื่อพัฒนาตนเอง
- ๓.๑๘ ศึกษารูปแบบการเล่นจากสิ่งที่หลากหลาย

- ๓.๑๙ ร่วมกันรวบรวมข้อมูลรูปแบบการเล่น
- ๓.๒๐ เลือกใช้รูปแบบการเล่นที่เหมาะสมกับตนเอง
- ๓.๒๑ ร่วมมือในการเล่นกีฬาและทำงานเป็นที่มอย่างสนุกสนาน
- ๓.๒๒ เชื่อมโยงการเล่นของตนเองกับผู้อื่นและยอมรับความแตกต่างด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา

## เกณฑ์การประเมิน

### การเล่นกีฬา และการออกกำลังกาย

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ				น้ำหนัก	คะแนนรวม
	๔	๓	๒	๑		
๑. ความสำคัญของการออกกำลังกาย	แผนผังความคิด (Mind mapping) แสดงความสำคัญของการเล่นกีฬา/ ออกกำลังกาย แสดงคุณค่า ๔ ด้านขึ้นไป	แผนผังความคิด (Mind mapping) แสดงความสำคัญของการเล่นกีฬา/ ออกกำลังกาย ๓ ด้าน	แผนผังความคิด (Mind mapping) แสดงความสำคัญของการเล่นกีฬา/ ออกกำลังกาย ๒ ด้าน	แผนผังความคิด (Mind mapping) แสดงความสำคัญของการเล่นกีฬา/ ออกกำลังกาย ๑ ด้าน	๑	๔
	มีข้อมูลย่อยประกอบการเชื่อมโยงถึงผลกระทบ และแสดงเหตุผล	มีข้อมูลย่อยประกอบการเชื่อมโยงถึงผลกระทบ	มีข้อมูลย่อยประกอบการเชื่อมโยง	ไม่มีข้อมูล	๑	๔
๒. การปฏิบัติทักษะกีฬาพื้นฐาน (เท่ากับจำนวนทักษะพื้นฐานชนิดกีฬาที่เลือก)	แสดงทักษะกีฬาพื้นฐานถูกต้องตามขั้นตอน แสดงได้ต่อเนื่องอย่างคล่องแคล่วตลอดทักษะ	แสดงทักษะกีฬาพื้นฐานถูกต้องตามขั้นตอน แสดงได้ต่อเนื่องเป็นบางช่วง	แสดงทักษะกีฬาพื้นฐานถูกต้องตามขั้นตอน แต่ไม่ต่อเนื่อง	แสดงทักษะกีฬาพื้นฐานไม่ถูกต้อง	๓	๑๒
๓. คุณภาพของทักษะ (เท่ากับจำนวนทักษะพื้นฐาน)	ทดสอบทักษะตามเกณฑ์ที่กำหนดในระดับดีมาก	ทดสอบทักษะตามเกณฑ์ที่กำหนดในระดับดี	ทดสอบทักษะตามเกณฑ์ที่กำหนดในระดับพอใช้	ทดสอบทักษะตามเกณฑ์ที่ต้องปรับปรุง	๔	๑๖
๔. การนำความรู้เรื่องการออกแบบและกฎ กติกาการแข่งขันไปใช้	นำแผนการรุกและการป้องกันไปใช้ประกอบการเล่นทีม ๒ แผน และใช้ได้เป็นอย่างดี	นำแผนการรุกและการป้องกันไปใช้ประกอบการเล่นทีม ๒ แผน และใช้ได้เป็นอย่างดี	นำแผนการรุกและการป้องกันไปใช้ประกอบการเล่นทีม ๑ แผน และใช้ได้อย่างคล่องแคล่ว	นำแผนการรุกและการป้องกันไปใช้ในการเล่นทีม	๑	๔
๕. การตีความ	เล่นกีฬาได้ตามกฎ กติกา ข้อตกลงที่กำหนด และอธิบายได้ครบถ้วน	เล่นกีฬาได้ตามกฎ กติกา ข้อตกลงที่กำหนด แต่อธิบายได้บางส่วน	เล่นกีฬาได้ตามกฎ กติกา ข้อตกลงที่กำหนด แต่อธิบายไม่ได้	เล่นกีฬาผิดกฎ กติกาทุกครั้ง	๑	๔

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ				น้ำหนัก	คะแนนรวม
	๔	๓	๒	๑		
๖. การเปรียบเทียบ	นำเสนอผลการวิเคราะห์ความแตกต่างวิธีการเล่นของตนเองและผู้อื่นได้ถูกต้องและมีเหตุผลประกอบและมีข้อเสนอแนะทั้งของตนเองและผู้อื่น	นำเสนอผลการวิเคราะห์ความแตกต่างวิธีการเล่นของตนเองและผู้อื่นได้ถูกต้องและมีเหตุผลประกอบ	นำเสนอผลการวิเคราะห์ความแตกต่างวิธีการเล่นของตนเองและผู้อื่นได้ถูกต้อง	นำเสนอผลการวิเคราะห์ความแตกต่างวิธีการเล่นของตนเองแต่ไม่ถูกต้อง	๑	๔
๗. การสร้างความรู้	แสดงทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่ตนเองพัฒนาขึ้นและเขียนอธิบายความรู้ที่สร้างขึ้นได้อย่างเป็นระบบ	แสดงทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่ตนเองพัฒนาขึ้นและเขียนอธิบายความรู้ที่สร้างขึ้นได้แต่ไม่เป็นระบบ	แสดงทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่ตนเองพัฒนาขึ้นแต่เขียนอธิบายไม่ได้	ไม่พัฒนาตนเอง	๑	๔
๘. รายงานการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	มีคะแนนการทดสอบหลังเรียนดีกว่าก่อนเรียน ๔ รายการขึ้นไป	มีคะแนนการทดสอบหลังเรียนดีกว่าก่อนเรียน ๓ รายการ	มีคะแนนการทดสอบหลังเรียนดีกว่าก่อนเรียน ๑-๒ รายการ	มีคะแนนการทดสอบก่อนและหลังเรียนแต่ไม่มีพัฒนาการ	๔	๑๖
๙. มีวินัย	ปฏิบัติตามข้อตกลงของกลุ่มและยอมรับในคำตัดสินทุกครั้ง	ปฏิบัติตามข้อตกลงของกลุ่ม แต่ยอมรับในคำตัดสินเป็นบางครั้ง	ปฏิบัติตามข้อตกลงของกลุ่ม แต่ไม่ยอมรับในคำตัดสินทุกครั้ง	ไม่ปฏิบัติตามข้อตกลงของกลุ่มและไม่ยอมรับในคำตัดสินทุกครั้ง	๑	๔
๑๐. การมีส่วนร่วม	ให้ความร่วมมือกับเพื่อนร่วมทีมด้วยความเต็มใจทุกครั้ง	ให้ความร่วมมือกับเพื่อนร่วมทีมด้วยความเต็มใจบางครั้ง	ให้ความร่วมมือกับเพื่อนร่วมทีมแต่แสดงความไม่พอใจ	ไม่ให้ความร่วมมือกับเพื่อนและขัดขวางการทำงานของกลุ่ม	๑	๔
๑๑. มีจิตสาธารณะ	เก็บอุปกรณ์ รักษาความสะอาดสถานที่เล่นกีฬาให้อยู่ในสภาพเรียบร้อยด้วยตนเอง	เก็บอุปกรณ์ รักษาความสะอาดสถานที่เล่นกีฬาให้อยู่ในสภาพเรียบร้อยเพราะเพื่อนบอก	เก็บอุปกรณ์ รักษาความสะอาดสถานที่เล่นกีฬาให้อยู่ในสภาพเรียบร้อยเพราะครูสั่ง	หลบหลีกการเก็บอุปกรณ์ และไม่รักษาความสะอาดของสถานที่เล่นกีฬาให้อยู่ในสภาพเรียบร้อย	๑	๔
<b>คะแนนรวม</b>						<b>๘๐</b>

## สรุปผลการประเมิน

คะแนน	๖๘-๘๐	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๕๒-๖๗	หมายถึง	ดี
คะแนน	๓๖-๕๑	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๒๐-๓๕	หมายถึง	ต้องปรับปรุง

## เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับดีขึ้นไป

หมายเหตุ ไม่รวมคะแนนจากการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

# ภาคผนวก

ทักษะการคิดที่นำมาใช้ในการพัฒนาผู้เรียน  
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑



## ทักษะการคิดที่นำมาใช้ในการพัฒนาผู้เรียน ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

ทักษะการคิดที่นำมาพัฒนาผู้เรียนให้สอดคล้องตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ได้ใช้กรอบด้านกระบวนการในการคิด ประกอบด้วย

๑. ทักษะการคิดขั้นพื้นฐาน ซึ่งเป็นทักษะที่สำคัญและจำเป็นต่อการคิดทั่ว ๆ ไปในชีวิตประจำวัน และเป็นทักษะที่เป็นพื้นฐานของการคิดขั้นสูงที่ซับซ้อนขึ้น ทักษะการคิดขั้นพื้นฐานจัดเป็น ๒ กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทักษะการคิดที่ใช้ในการสื่อสาร และกลุ่มทักษะการคิดที่เป็นแกน

๒. ทักษะการคิดขั้นสูง จัดเป็น ๓ กลุ่ม ได้แก่ ทักษะการคิดที่ซับซ้อน ทักษะพัฒนาลักษณะการคิด และทักษะกระบวนการคิด

สำหรับแนวทางการพัฒนาทักษะการคิด มุ่งเน้นการนำกระบวนการที่ใช้ในการคิดบูรณาการเข้ากับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้สอดคล้องตามมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ และเพื่อให้ครูผู้สอนได้มีการชัดเจนต่อการนำทักษะการคิดสู่การปฏิบัติ ได้นำเสนอความหมายของทักษะการคิดที่นำมาใช้ในการพัฒนาผู้เรียนไว้ดังนี้

## ทักษะการคิดพื้นฐาน

### ทักษะการคิดที่ใช้ในการสื่อสาร

ทักษะการคิด	ความหมาย
๑. การฟัง	การรับรู้ความหมายจากเสียงที่ได้ยิน การได้ยินเป็นความสามารถที่จะได้รับรู้สิ่งที่ได้ยิน ตีความและจับความลึ่งที่รับรู้ นั้นเข้าใจและจดจำไว้
๒. การพูด	การใช้ถ้อยคำ น้ำเสียง รวมทั้งกิริยาอาการถ่ายทอดความรู้ ความคิดและความรู้สึกของผู้พูดให้ผู้ฟังได้รับรู้และเกิดการตอบสนอง
๓. การอ่าน	การรับรู้ข้อความในการเขียนของตนเองหรือของผู้อื่น รวมถึงการรับรู้ความหมายจากเครื่องหมายและสัญลักษณ์ต่าง ๆ เช่น สัญลักษณ์จราจร
๔. การเขียน	การถ่ายทอดความรู้ ความคิด ความรู้สึก และความต้องการของบุคคลออกมาเป็นลายลักษณ์อักษร เพื่อสื่อความหมายให้ผู้อื่นเข้าใจ

### ทักษะการคิดที่เป็นแกน

ทักษะการคิด	ความหมาย
๑. การสังเกต	การรับรู้และรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้า เพื่อให้ได้รายละเอียดเกี่ยวกับสิ่งนั้น ๆ ซึ่งเป็นข้อมูลเชิงประจักษ์ ที่ไม่มีการใช้ประสบการณ์และความคิดเห็นของผู้สังเกตในการเสนอข้อมูล ข้อมูลจากการสังเกตมีทั้งข้อมูลเชิงคุณภาพและข้อมูลเชิงปริมาณ
๒. การสำรวจ	การพิจารณาตรวจสอบสิ่งที่สังเกตอย่างมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ได้ข้อเท็จจริง และความคิดเห็นเกี่ยวกับสิ่งนั้น
๓. การสำรวจค้นหา	การค้นหาลักษณะใดสิ่งหนึ่งที่ยังไม่รู้หรือรู้น้อยมากอย่างมีจุดหมายด้วยวิธีการต่าง ๆ เพื่อให้ได้ข้อมูลมากที่สุด
๔. การตั้งคำถาม	การพูดหรือการเขียนสิ่งที่สงสัย หรือสิ่งที่ต้องการรู้
๕. การระบุ	การบ่งชี้สิ่งต่าง ๆ หรือบอกส่วนต่าง ๆ ที่เป็นองค์ประกอบหรือลักษณะของสิ่งที่ศึกษา
๖. การรวบรวมข้อมูล	การใช้วิธีการต่าง ๆ เก็บข้อมูลที่ต้องการรู้
๗. การเปรียบเทียบ	การจำแนกระบุสิ่งของหรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ในสิ่งที่เหมือนกันและสิ่งที่ต่างกัน
๘. การคัดแยก	การแยกสิ่งที่มีลักษณะต่างกันตั้งแต่ ๑ อย่างขึ้นไปออกจากกัน
๙. การจัดกลุ่ม	การนำสิ่งต่าง ๆ ที่มีสมบัติเหมือนกันตามเกณฑ์มาจัดเป็นกลุ่ม โดยแต่ละกลุ่มมีเกณฑ์ต่างกัน
๑๐. การจำแนกประเภท	การนำสิ่งต่าง ๆ มาแยกเป็นกลุ่มตามเกณฑ์ที่ได้รับการยอมรับทางวิชาการหรือยอมรับโดยทั่วไป

ทักษะการคิด	ความหมาย
๑๑. การเรียงลำดับ	การนำสิ่งต่าง ๆ มาจัดเรียงไปในทิศทางเดียวกัน โดยใช้เกณฑ์การจัดเกณฑ์ใดเกณฑ์หนึ่ง
๑๒. การแปลความ	การเรียบเรียงและถ่ายทอดข้อมูลในรูปแบบ/วิธีการใหม่ที่แตกต่างไปจากเดิมแต่ยังคงสาระเดิม
๑๓. การตีความ	การบอกความหมายหรือความสัมพันธ์ของข้อมูลหรือสาระที่แฝงอยู่ไม่ปรากฏให้เห็นอย่างชัดเจน โดยการเชื่อมโยงกับบริบทความรู้/ประสบการณ์เดิมหรือข้อมูลอื่น ๆ
๑๔. การเชื่อมโยง	การบอกความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลอย่างมีความหมาย
๑๕. การสรุปย่อ	การจับเฉพาะใจความสำคัญของเรื่องที่ต้องการสรุปและนำมาเรียบเรียงให้กระชับ
๑๖. การสรุปอ้างอิง	การนำความรู้หรือประสบการณ์เดิมมาใช้ในการสรุปลงความเห็นเกี่ยวกับข้อมูล
๑๗. การให้เหตุผล	การอธิบายเหตุการณ์หรือการกระทำต่าง ๆ โดยเชื่อมโยงให้เห็นถึงสาเหตุและผลที่เกิดขึ้นในเหตุการณ์หรือการกระทำนั้น ๆ
๑๘. การนำความรู้ไปใช้	การนำความรู้ที่เกิดจากความเข้าใจไปใช้เพื่อให้เกิดความชำนาญ

## ทักษะการคิดขั้นสูง

### ทักษะการคิดซับซ้อน

ทักษะการคิด	ความหมาย
๑. การทำให้กระจ่าง	การให้รายละเอียดหรือคำอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับสิ่งที่สงสัยหรือคลุมเครือเพื่อให้เกิดความชัดเจน
๒. การสรุปลงความเห็น	การให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อมูล/เรื่องที่ศึกษา โดยการเชื่อมโยงและอ้างอิงจากความรู้หรือประสบการณ์เดิม หรือจากข้อมูลอื่น ๆ รวมทั้งเหตุผล
๓. การให้คำจำกัดความ	การระบุลักษณะเฉพาะที่สำคัญของสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ต้องการนิยาม
๔. การวิเคราะห์	การจำแนกแยกแยะสิ่งใดสิ่งหนึ่ง/เรื่องใดเรื่องหนึ่ง เพื่อค้นหาองค์ประกอบและความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบเหล่านั้น เพื่อช่วยให้เกิดความเข้าใจในเรื่องนั้น
๕. การสังเคราะห์	การนำความรู้ที่ผ่านการวิเคราะห์มาผสมผสานสร้างสิ่งใหม่ที่มีลักษณะต่างจากเดิม
๖. การประยุกต์ใช้ความรู้	การนำความรู้ที่มีไปใช้ในสถานการณ์ใหม่ที่มีลักษณะแตกต่างไปจากเดิม
๗. การจัดระเบียบ	การนำข้อมูลหรือสิ่งต่าง ๆ มาจัดให้เป็นระเบียบในลักษณะใดลักษณะหนึ่งเพื่อให้สะดวกแก่การดำเนินการ
๘. การสร้างความรู้	การสร้างความรู้ของตนเองจากการทำความเข้าใจเชื่อมโยงข้อมูลใหม่กับข้อมูลเดิม
๙. การจัดโครงสร้าง	การนำความรู้มาจัดให้เห็นเป็นโครงสร้างที่แสดงความสัมพันธ์ของข้อมูล/ข้อความรู้ ซึ่งเป็นองค์ประกอบของโครงสร้างนั้น ๆ
๑๐. การปรับโครงสร้าง	การนำข้อมูลมาปรับ/เปลี่ยน/ขยายโครงสร้างความรู้เดิม
๑๑. การหาแบบแผน	การหาชุดความสัมพันธ์ของลักษณะหรือองค์ประกอบในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

ทักษะการคิด	ความหมาย
๑๒. การพยากรณ์	การคาดคะเนสิ่งที่จะเกิดขึ้นล่วงหน้า โดยอาศัยการสังเกต ปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นซ้ำ ๆ หรือใช้ความรู้ที่เป็นหลักการ กฎ หรือทฤษฎี ในเรื่องนั้นมาช่วยในการทำนาย
๑๓. การหาความเชื่อพื้นฐาน	การใช้หลักเหตุผลค้นหาความเชื่อที่กำหนดการกระทำของบุคคลนั้น
๑๔. การตั้งสมมติฐาน	การคาดคะเนคำตอบที่ยังไม่ได้พิสูจน์ บนฐานข้อมูลจากการสังเกตปรากฏการณ์ความรู้ และประสบการณ์เดิม
๑๕. การพิสูจน์ความจริง	การหาข้อมูลที่เชื่อถือได้มาสนับสนุนข้อสรุปหรือคำตอบว่าเป็นจริง
๑๖. การทดสอบสมมติฐาน	การหาข้อมูลที่เป็นความรู้เชิงประจักษ์เพื่อใช้สนับสนุนหรือคัดค้านคำตอบล่วงหน้าที่คาดคะเนไว้ หรือเพื่อยอมรับหรือปฏิเสธคำตอบที่คาดคะเนไว้
๑๗. การตั้งเกณฑ์	การบอกประเด็น/หัวข้อที่ใช้เป็นแนวทางในการประเมิน
๑๘. การประเมิน	การตัดสินคุณค่าหรือคุณภาพของสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยการนำผลจากการวัดไปเทียบกับระดับคุณภาพที่กำหนด

### ทักษะพัฒนาทักษะการคิด

ลักษณะการคิด	ความหมาย
๑. คิดคล่อง	การให้ได้ข้อมูลจำนวนมากอย่างรวดเร็ว
๒. คิดหลากหลาย	การให้ได้ข้อมูลหลายประเภท
๓. คิดละเอียด	การให้ได้ข้อมูลที่เป็นรายละเอียดของสิ่งที่ต้องการคิด
๔. คิดชัดเจน	การคิดที่ผู้คิดรู้ว่าตนรู้และไม่รู้อะไร เข้าใจและไม่เข้าใจอะไร และสงสัยอะไร ในเรื่องที่คิด
๕. คิดอย่างมีเหตุผล	การใช้หลักเหตุผลในการคิดพิจารณาเรื่องใดเรื่องหนึ่ง
๖. คิดถูกทาง	การคิดที่ทำให้ได้ความคิดที่เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวมและเป็นประโยชน์ระยะยาว
๗. คิดกว้าง	การคิดโดยพิจารณาถึงองค์ประกอบ/แง่มุมต่าง ๆ ของเรื่องที่คิดอย่างครอบคลุม
๘. คิดไกล	การคิดที่ทำให้สามารถอธิบายเหตุการณ์ในอนาคตได้
๙. คิดลึกซึ้ง	การคิดที่ทำให้เข้าใจความซับซ้อนของโครงสร้างและระบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ ในโครงสร้างของเรื่องที่คิด

## ทักษะกระบวนการคิด

ทักษะกระบวนการคิด	ความหมาย
๑. กระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ	การคิดอย่างมีวิจารณญาณเป็นกระบวนการคิดเพื่อให้ได้ความคิดที่รอบคอบสาเหตุที่จะเชื่อหรือจะทำโดยผ่านการพิจารณาปัจจัยรอบด้านอย่างกว้างไกล ลึกซึ้ง และผ่านการพิจารณากลับกรองไตร่ตรอง ทั้งทางด้านคุณ-โทษ และคุณค่าที่แท้จริงของสิ่งนั้นมาแล้ว
๒. กระบวนการคิดตัดสินใจ	การตัดสินใจเป็นกระบวนการที่ใช้ในการพิจารณาเลือกตัวเลือกที่มีตั้งแต่ ๒ ตัวเลือกขึ้นไป ทางเลือกนั้นอาจจะเป็นวัตถุประสงค์ของหรือแนวปฏิบัติต่าง ๆ ที่ใช้ในการแก้ปัญหาหรือดำเนินการเพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้
๓. กระบวนการคิดแก้ปัญหา	กระบวนการแก้ปัญหาทั่วไป การแก้ปัญหาเป็นขั้นตอน การเผชิญฝ่าฟันอุปสรรค และแก้ไขสถานการณ์เพื่อให้ปัญหานั้นหมดไป กระบวนการแก้ปัญหา (เฉพาะโจทย์ปัญหาตัวเลข) การแก้ปัญหาทางคณิตศาสตร์ หมายถึง ขั้นตอนในการหาคำตอบของโจทย์ปัญหา
๔. กระบวนการวิจัย	ขั้นตอนที่ใช้หาคำตอบของปัญหาเป็นผลให้พบองค์ความรู้ใหม่ ขั้นตอนที่ใช้แก้ปัญหานั้น มีความเป็นลำดับขั้นตอนอย่างเป็นระบบ
๕. กระบวนการคิดสร้างสรรค์	ความคิดที่แปลกใหม่ที่จะนำไปสู่สิ่งต่าง ๆ ผลผลิตใหม่ ๆ ทางเทคโนโลยีและความสามารถ ในการประดิษฐ์คิดค้นสิ่งแปลกใหม่
๖. กระบวนการคิดแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์	การคิดค้นหาปัญหาอย่างแท้จริง ชัดเจน เปิดรับข้อมูล ความคิด พิสูจน์แยกแยะให้ได้ความคิดเห็นที่ดีที่สุด และแปลงความคิดไปสู่การปฏิบัติอย่างสร้างสรรค์

## ที่มาของข้อมูล

### เอกสาร

ทิศนา ขัมมณี และคณะ ๒๕๕๙. การนำเสนอรูปแบบเสริมสร้างทักษะการคิดขั้นสูงของนิสิต นักศึกษา คุรุระดับปริญญาตรีสำหรับหลักสูตรครุศึกษา : รายงานการวิจัย. คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (เอกสารเย็บเล่ม)

### เว็บไซต์

<http://th.wikipedia.org/wiki>

<http://www.wangnoi-nfe/index.file/Page1181.html>

<http://home.kku.ac.th/thai416102/SubjectWeb/Critical-Reading Meaning.htm>

<http://www.e-learning.mfu.ac.th/mflu/1001/chapter31.htm>

## คณะทำงาน

### ที่ปรึกษา

๑. นายชินภัทร ภูมิรัตน
๒. นางเบญจลักษณ์ น้ำฟ้า
๓. นางสาววีณา อัครธรรม

เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน  
รองเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน  
ผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

### ผู้ทรงคุณวุฒิ

๑. รศ.ดร.ทิตินา แชมมณี
๒. ดร.เพ็ญนี เหล่าวัฒนพงษ์

### ผู้กำหนดกรอบแนวคิด

๑. นางเบญจลักษณ์ น้ำฟ้า
๒. นางสาวกัญญิกา พรหมณ์พิทักษ์

รองเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน  
รองผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

### ผู้รับผิดชอบโครงการ

#### กลุ่มพัฒนากระบวนการเรียนรู้ สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

๑. นางสาวกัญญิกา พรหมณ์พิทักษ์
๒. นางสาวศรินทร เศรษฐการุณย์
๓. นางสาววรรณ ชุนศรี
๔. นางผาณิต ทวีศักดิ์
๕. นางบุษริน ประเสริฐรัตน์
๖. นางสาวเปรมวดี ศรีธนพล
๗. นางสาวภัทรา สุวรรณบัตร
๘. นางสาวจรรยาตรี แจบไธสง

รองผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
นักวิชาการศึกษา  
นักวิชาการศึกษา  
นักวิชาการศึกษา  
นักวิชาการศึกษา  
นักวิชาการศึกษา  
นักวิชาการศึกษา  
นักวิชาการศึกษา

## คณะทำงาน ครั้งที่ ๑

### การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสู่การพัฒนาทักษะการคิด

- |                            |  |
|----------------------------|--|
| ๑. นางสาวสุชพัชรา ชัมเจริญ | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต ๒           |
| ๒. นางสาวสุริรา เต็มเปี่ยม | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษายะลา เขต ๒                   |
| ๓. นายมานิช จันทร์แจ่ม     | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาราชบุรี เขต ๑                |
| ๔. นางมยุมา ช่างกัญญา      | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานนทบุรี เขต ๑                |
| ๕. นางสุรีย์ อรรถกร        | ครู โรงเรียนสายน้ำผึ้ง<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต ๑ |
| ๖. นางสุกัญญา งามบรรจง     | นักวิชาการศึกษา<br>สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา                      |
| ๗. นางรัตนาภา ธรรมโชติ     | นักวิชาการศึกษา<br>สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา                      |
| ๘. นางสุขเกษม เทพสิทธิ์    | นักวิชาการศึกษา<br>สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา                      |
| ๙. นางสาวเปรมวดี ศรีธนพล   | นักวิชาการศึกษา<br>สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา                      |

## คณะทำงาน ครั้งที่ ๒

### การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด

- |                           |  |
|---------------------------|--|
| ๑. นางสาวจรินทร์ ไช้สกุล  | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต ๓ |
| ๒. นางธัญสมร คชนทร์เดชา   | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต ๒ |
| ๓. นายมานิช จันทร์แจ่ม    | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาราชบุรี เขต ๑      |
| ๔. นางสาวสมจิตร เอื้ออรุณ | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาแพร่ เขต ๑         |

- |                             |   |
|-----------------------------|---|
| ๕. นางสาวสุรีย์ อรรถกร      | ครู โรงเรียนสายน้ำผึ้ง<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต ๑        |
| ๖. นางนัทมน วรรณศิริ        | ครู โรงเรียนประถมศึกษาธรรมศาสตร์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษাপทุมธานี เขต ๑  |
| ๗. นางสาวจาวรวรรณ ยองจา     | ครู โรงเรียนเชียงดาววิทยาคม<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศียงใหม่ เขต ๓       |
| ๘. นางสุนัน คณานิตย์        | ครู โรงเรียนสตรีวิทยา ๒<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต ๒       |
| ๙. นางบัวใบ สมแสง           | ครู โรงเรียนวัดโนนทัยพายัพ<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศียงใหม่ เขต ๑        |
| ๑๐. นางนิจ ชัยชุมพร         | ครู โรงเรียนบ้านท่ามะนาว<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาลพบุรี เขต ๒            |
| ๑๑. นายเรืองศักดิ์ แสงทอง   | ครู โรงเรียนนวมวิชรปราการวิทยาคม<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากำแพงเพชร เขต ๑ |
| ๑๒. นางวรรณประภา กู้พัฒนกุล | ครู โรงเรียนเบญจมราชานุสรณ์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานนทบุรี เขต ๑        |
| ๑๓. นางรัตนวิภา ธรรมโชติ    | นักวิชาการศึกษา สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา                                |
| ๑๔. นางสาวสุขเกษม เทพสิทธิ์ | นักวิชาการศึกษา สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา                                |
| ๑๕. นางสาวเปรมวดี ศรีธนพล   | นักวิชาการศึกษา สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา                                |

### คณะทำงาน ครั้งที่ ๓

#### บรรณาธิการการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด

- |                             |  |
|-----------------------------|--|
| ๑. นางสาวสุष्พัชรา ชิมเจริญ | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต ๒ |
| ๒. นางสาวจรินทร์ ไส้สกุล    | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต ๓ |
| ๓. นายมานิช จันทร์แจ่ม      | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาราชบุรี เขต ๑      |



- |                            |  |
|----------------------------|--|
| ๔. นางจุจฤดี อรุณศักดิ์    | ครู โรงเรียนนวมินทราชูทิศเตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต ๒ |
| ๕. นางนัทมน วรรณศิริ       | ครู โรงเรียนประถมศึกษาธรรมศาสตร์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาปทุมธานี เขต ๑                       |
| ๖. นางสาวจรรุวรรณ ยองจา    | ครู โรงเรียนเชียงดาววิทยาคม<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเชียงใหม่ เขต ๓                           |
| ๗. นางสุมน คณานิตย์        | ครู โรงเรียนสตรีวิทยา ๒<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต ๒                           |
| ๘. นางบัวใบ สมแสง          | ครู โรงเรียนวัดโนนทัยพายัพ<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเชียงใหม่ เขต ๑                            |
| ๙. นางวรรณประภา ภูพัฒนากุล | ครู โรงเรียนเบญจมราชาอนุสรณ์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานนทบุรี เขต ๑                            |
| ๑๐. นางตติยา ทองรุ่งโรจน์  | ครู โรงเรียนพระยาประเสริฐ<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต ๒                         |
| ๑๑. นางสาวศรียุพา อยู่เย็น | ครู โรงเรียนพิบูลย์อุปถัมภ์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต ๒                       |
| ๑๒. นางสาวเปรมวดี ศรีธนพล  | นักวิชาการศึกษา สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา   |

#### คณะทำงาน ครั้งที่ ๔

##### บรรณาธิการเอกสารแนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด

- |                            |   |
|----------------------------|---|
| ๑. นางสุนันท์ เจียรกุล     | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต ๑ |
| ๒. นางสาวสุชพัชรา ชัมเจริญ | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต ๒ |
| ๓. นางสาวจรินทร์ โฮ่สกุล   | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต ๓ |
| ๔. นางมยุมา ช่างกัญญา      | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานนทบุรี เขต ๑       |
| ๕. นางศิริรัตน์ บุญตานนท์  | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครราชสีมา เขต ๑    |
| ๖. นางสมจินต์ กลับกลาย     | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครศรีธรรมราช เขต ๓ |

- |                            |   |
|----------------------------|---|
| ๗. นางสาวสวาสฎิพร แสนคำ    | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาร้อยเอ็ด เขต ๒                  |
| ๘. นางสุรีย์ อรรถกร        | ครู โรงเรียนสายน้ำผึ้ง<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต ๑    |
| ๙. นางวรรณประภา ภูพัฒน์กุล | ครู โรงเรียนเบญจมราชานุสรณ์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานนทบุรี เขต ๑    |
| ๑๐. นางตติยา ทองรุ่งโรจน์  | ครู โรงเรียนพระยาประเสริฐ<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต ๒ |
| ๑๑. นางสาวปิยกุล วิชัยคี   | มหาไถ่ศึกษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือ<br>จังหวัดขอนแก่น                        |
| ๑๒. นางสาวเปรมวดี ศรีธนพล  | นักวิชาการศึกษา<br>สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา                         |

#### คณะทำงาน ครั้งที่ ๕

#### บรรณาธิการหลังผลการทดลองใช้เอกสารแนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิด

- |                             |   |
|-----------------------------|---|
| ๑. นางสาวสุชพัชรา ชุ่มเจริญ | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒                              |
| ๒. นางสาวจรินทร์ โฮ่สกุล    | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๑                              |
| ๓. นางศิริรัตน์ บุญตานนท์   | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครราชสีมา เขต ๑                    |
| ๔. นางสมจินต์ กลับกลาย      | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครศรีธรรมราช เขต ๓                 |
| ๕. นางสาวสวาสฎิพร แสนคำ     | ศึกษานิเทศก์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาร้อยเอ็ด เขต ๒                      |
| ๖. นางวรรณประภา ภูพัฒน์กุล  | ครู โรงเรียนเบญจมราชานุสรณ์<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัศึกษานนทบุรี เขต ๑           |
| ๗. นางสุรีย์ อรรถกร         | ครู โรงเรียนสายน้ำผึ้ง<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒                    |
| ๘. นายไพบุลย์ กฤษณจักรวัฒน์ | ครู โรงเรียนบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) ๒<br>สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒ |

๙. นางบัวใบ สมแสง

ครู โรงเรียนวัดโนนทัยพายัพ

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๓๔

๑๐. นางนัทธมน วรรณศิริ

ครู โรงเรียนประถมศึกษาธรรมศาสตร์

(ข้าราชการบำนาญ)

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปทุมธานี เขต ๑

๑๑. นางตติยา ทองรุ่งโรจน์

ครู โรงเรียนพระยาประเสริฐ

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากรุงเทพมหานคร

๑๒. นางสาวศรียุพา อยู่เย็น

ครู โรงเรียนพิบูลย์อุปถัมภ์

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากรุงเทพมหานคร

๑๓. นางสาวเปรมวดี ศรีธนพล

นักวิชาการศึกษา

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

### ผู้เรียบเรียง และจัดทำฉบับสมบูรณ์

๑. นางสาวเปรมวดี ศรีธนพล

นักวิชาการศึกษา กลุ่มพัฒนากระบวนการเรียนรู้

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

๒. นางสาวชนิสิต สุขเลิศ

นักวิชาการศึกษา กลุ่มพัฒนากระบวนการเรียนรู้

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

### ผู้บรรณาธิการขั้นสุดท้าย

๑. นางสาววิณา อัครธรรม

ผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

๒. นางสาวกัญญิกา พรหมฉน์พิทักษ์

รองผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

### ผู้ออกแบบปกและรูปเล่ม

๑. นายดุสิต จันทร์ศรี

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสระบุรี เขต ๑

๒. นายวิเชียร เชี่ยวว่อง

โรงเรียนเฉลิมขวัญสตรี

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๓๙



แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

**เพื่อพัฒนาทักษะการคิด**

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

**กลุ่มสาระการเรียนรู้  
สุขศึกษาและพลศึกษา**

ระดับมัธยมศึกษา ฉบับปรับปรุง