แผนการจัดการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

รายวิชา พ21102 พลศึกษา (เทเบิลเทนนิส) **หน่วยการเรียนรู้ที่ 3**

เรื่อง ทักษะการเล่นเทเบิลเทนนิส **จำนวนคาบ 2 คาบ (50 นาที)**

ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 **ภาคเรียนที่ 1/2569**

ผู้สอน นายนิพนธ์ บัวชม **โรงเรียนทุ่งศรีอุดม**

.....

.....

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุทรียภาพของกีฬา

ตัวชี้วัด พ 3.1 ม.1/2 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละหนึ่งชนิด

พ 3.2 ม.1/3 ปฏิบัติทักษะ กฎ กติกาและข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชม ในสุนทรียภาพทางกีฬา

1.สาระการเรียนรู้

1.ท่าเตรียมพร้อมในการเล่นและการทรงตัว

2.การจับไม้และการใช้หน้าไม้ในการเล่น

2.ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. เข้าใจท่าเตรียมพร้อมในการเล่นและการทรงตัว
2. สามารถเลื่อนไหวร่างกายได้ถูกวิธี
3. เข้าใจการจับไม้และใช้หน้าไม้ได้สัมพันธ์กัน

3.จุดประสงค์การเรียนรู้

1. มีทักษะในการส่งลูกหน้ามือและหลังมือแบบจับไม้
2. ปฏิบัติทักษะการส่งลูกหน้ามือและหลังมือในการเล่นได้
3. มีทักษะการส่งลูกหน้ามือและหลังมือได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการสื่อสาร
2. ความสามารถในการคิด
3. ความสามารถในการแก้ปัญหา
4. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิติ

5. คุณลักษณอันพึ่งประสงค์

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

6. กิจกรรมการเรียนการสอน

1.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียนและขั้นเตรียม

1.1 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับการส่งลูกหน้ามือและหลังมือแบบจับมือ
1.2 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับ การส่งลูกหน้ามือและหลังมือแบบจับปากกา
1.3 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับ การเลื่อนไหวของมือและเท้าในลักษณะต่างๆ
1.4 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับประโยชน์ทางด้านการพัฒนาสมรรถภาพร่างกาย
1.5 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับประโยชน์ทางด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคม
1.6 นักเรียนจดบันทึก

2.ขั้นอธิบายและสาธิต

2.1 ครูตรวจสอบการแต่งกาย ตรวจเช็คชื่อ และสอบถามอาการเจ็บป่วยของนักเรียน
2.2 นักเรียนอบอุ่นร่างกายและยืดกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกาย
2.3 ครูให้นักเรียนวิ่งออกกำลังกายสองรอบสนามบาสเกตบอล
2.4 ครูอธิบายท่าเตรียมพร้อมในการเล่นและการทรงตัว
2.5 ครูอธิบายท่าเตรียมพร้อมในการจับไม้และการใช้หน้าไม้ในการเล่น
2.5 ครูอธิบายท่าเตรียมพร้อมในการเคลื่อนไหวของมือและเท้าในลักษณะต่างๆ
2.6 ครูสาธิตท่าเตรียมพร้อมในการจับไม้หน้ามือและหลังมือ พร้อมกับสาธิตท่าประกอบ ในท่าเตรียมพร้อมในการจับไม้
2.7 ครูให้นักเรียนเข้าแถวเป็นกลุ่มๆ ละ 5-6 คน มีอยู่ 4 กลุ่ม แต่ละ กลุ่มห่างกัน 2 ช่วงแขน
2.8 ครูอธิบายและสาธิตท่าเตรียมพร้อม และการจับไม้ที่ถูกต้อง และการจับไม้ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

3.ขั้นปฏิบัติ

3.1 นักเรียนทำความเข้าใจและปฏิบัติท่าเตรียมพร้อม การทรงตัว และการจับไม้ในการเหวี่ยงไม้ส่งเบาๆ พร้อมเคลื่อนไหวเล็กน้อย เพื่อความมั่นใจในการจับไม้ ตามคำสั่งของครู โดยฝึกปฏิบัติทักษะพร้อมกันทุกคนที่อยู่ในแถว

3.2 นักเรียนปฏิบัติการเหวี่ยงไม้หน้ามือและหลังมือให้คล่องแคล่วพร้อมกับการเคลื่อนไหว ทำตามคำสั่งของครูโดยปฏิบัติพร้อมกันทุกคน

3.3 ให้นักเรียนแต่ละแถวยืนด้านหัวโต๊ะเพื่อปฏิบัติทักษะการเหวี่ยงแขนส่งลูกหน้ามือและหลังมือทีละ 1 คน

โดยหมุนเวียนกันจนครบทุกคน โดยครูสังเกตการณ์ปฏิบัติทักษะของนักเรียน และครูคอยแนะนำ แก้ไขข้อบกพร่องในการปฏิบัติทักษะเหวี่ยงแขนส่งลูกหน้ามือและหลังมือ นักเรียนบางคนยังปฏิบัติไม่ถูกครูต้องให้คำแนะนำเป็นรายบุคล

4.ขั้นนำไปใช้

4.1 ครูให้สัญญาณเรียกนักเรียนมาเข้าแถวรวมกันเพื่อรับฟัง สรุปผลการปฏิบัติทักษะที่นักเรียนต้องแก้ไขและครูสาธิตการเหวี่ยงแขนและการส่งลูกหน้ามือและหลังมือ ให้นักเรียนทำความเข้าใจอีกครั้ง

4.2 ครูให้นักเรียนไปยืนเข้าแถวด้านหัวโต๊ะทั้งสองด้านโดยให้ครูสังเกตการปฏิบัติทักษะของนักเรียนโดยให้ฝึกซ้อมประมาณ 15 นาที่

4.3 ครูนักเรียนปฏิบัติการส่งลูกหน้ามือและหลังมือทีละคนและครูสังเกตการ ปฏิบัติและให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด

5.ขั้นสรุป และการประยุกต์

5.1 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงเทคนิคการปฏิบัติการเหวี่ยงแขนในการส่งลูกหน้ามือและหลังมือ

5.2 ครูให้คำแนะนำในการฝึกซ้อมตลอดถ้ามีเวลาว่าง

5.3 ครูให้นักเรียนศึกษาหาความรู้จากอินเทอร์เน็ต

5.4 ครูนัดหมายนักเรียนเกี่ยวกับการเรียนในครั้งต่อไป ให้นักเรียนปฏิบัติการเหวี่ยงแขนส่งหน้ามือและหลังมือ

5.3 ครูแนะนำเรื่องสุขปฏิบัติหลังการออกกำลังกายให้ดูแลความสะอาดของร่างกายก่อนเข้าห้องเรียนหรือก่อนรับประทานอาหาร

7.สื่อการเรียนการสอน

1.หนังสือเรียนวิชาเทเบิลเทนนิส

2.ลูกปิงปอง

3.ไม้ตีลูกปิงปอง

4.สนามและโต๊ะปิงปอง

5.นกหวีด

6.ตาข่าย

7.เสาตาข่าย

8.การวัดผลและการประเมินผล

1. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
2. แบบประเมินเจตคติรายคาบ
3. แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน
4. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
5. แบบสังเกตการปฏิบัติ

บันทึกหลังการสอน

.....

.....

.....

.....

ปัญหา / อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะแนวทางการแก้ไข

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน

(นายนิพนธ์ บัวชม)

...../...../.....

ความคิดเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย
หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....
(นายนิพนธ์ บัวชม)
...../...../.....

หัวหน้ากลุ่มงานวิชาการ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....
(นางสาวกุหลาบทิพย์ สืบสา)
...../...../.....

ผู้อำนวยการโรงเรียน

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....
(นายพิทักษ์ แผงอ่อน)
ผู้อำนวยการโรงเรียนทุ่งศรีอุดม
...../...../.....

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

เลขที่	ชื่อ - สกุล	มีวินัย			ใฝ่เรียนรู้			มุ่งมั่นในการทำงาน			มีจิตสาธารณะ		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3

ดีมาก 3 คะแนน
ดี 2 คะแนน
พอใช้ 1 คะแนน

ลงชื่อ……..……ผู้ประเมิน
(……..…)
……../……../……

แบบประเมินเจตคติรายคาบ

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ความรับผิดชอบและการตรงต่อเวลา			การมีระเบียบวินัยและการแต่งกาย			ความมีน้ำใจ			ความสนใจดีและการเป็นผู้นำ-ผู้ตาม		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3

ดีมาก = 3 คะแนน
ดี = 2 คะแนน
พอใช้ = 1 คะแนน

ลงชื่อ……..……ผู้ประเมิน
(……..…)
……../……../……

แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ความสามารถในการสื่อสาร			ความสามารถในการคิด			ความสามารถในการแก้ปัญหา			ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3

ดีมาก 3 คะแนน
ดี 2 คะแนน
พอใช้ 1 คะแนน

ลงชื่อ……..……ผู้ประเมิน
(……..…)
…../……../……

แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ความรับผิดชอบและการตรงต่อเวลา			การมีระเบียบวินัย และการแต่งกาย			ความมั่นใจ			ความสามัคคี และการเป็นผู้นำ-ผู้ตาม		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3

ดีมาก 3 คะแนน
ดี 2 คะแนน
พอใช้ 1 คะแนน

ลงชื่อ……..……ผู้ประเมิน
(……..…)
……../……../……

แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ความรับผิดชอบและการตรงต่อเวลา			การมีระเบียบวินัยและการแต่งกาย			ความมีน้ำใจ			ความสามัคคี และการเป็นผู้นำ-ผู้ตาม		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3

ดีมาก 3 คะแนน
ดี 2 คะแนน
พอใช้ 1 คะแนน

ลงชื่อ……..……ผู้ประเมิน
(……..…)
……../……../……

แบบสังเกตการปฏิบัติ

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ความตั้งใจปฏิบัติ			ปฏิบัติได้ถูกต้อง			ความปลอดภัย			ความพร้อมเพียง		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3

ดีมาก = 3 คะแนน
ดี = 2 คะแนน
พอใช้ = 1 คะแนน

ลงชื่อ……..……ผู้ประเมิน
(……..…)
……../……../……