แผนการจัดการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

รายวิชา พ21102 พลศึกษา (เทเบิลเทนนิส) **หน่วยการเรียนรู้ที่ 5**

เรื่อง การเสิร์ฟลูก **จำนวนคาบ 2 คาบ 100 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 3.2 ม.1/4 วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นเป็นระบบ

1.สาระการเรียนรู้

1. การเสิร์ฟลูกหน้ามือและหลังมือด้วยการจับไม้แบบจับมือ
2. การเสิร์ฟลูกหน้ามือและหลังมือด้วยการจับไม้แบบจับปากกา

2.ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. เข้าใจการเสิร์ฟลูกหน้ามือและหลังมือด้วยการจับไม้แบบจับมือ
2. เข้าใจการเสิร์ฟลูกหน้ามือและหลังมือด้วยการจับไม้แบบจับปากกา

3.จุดประสงค์การเรียนรู้

1. ปฏิบัติทักษะการเสิร์ฟลูกหลังมือแบบจับไม้แบบจับมือ
2. ปฏิบัติทักษะการเสิร์ฟลูกหน้ามือแบบจับไม้แบบจับปากกา

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.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1.1 ครูสนทนากับนักเรียนในการเสิร์ฟลูกที่สามารถบีบบังคับให้คู่แข่งขันตีได้กลับมายากลำบาก

1.2 ครูสนทนากับนักเรียนในการเสิร์ฟลูกหน้ามือและหลังมือแบบจับมือและแบบจับปากกา

1.3 ครูสนทนากับนักเรียนในการเคลื่อนไหวข้อมือและเท้าในลักษณะต่างๆ

1.4 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับประโยชน์ทางด้านการพัฒนาสมรรถภาพร่างกาย

1.5 ครูสนทนากับนักเรียนด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคม

1.6 ครูแจ้งตัวชี้วัดที่เรียนและคะแนนเก็บ

2.ขั้นอธิบายและสาธิต

2.1 ครูตรวจสอบการแต่งกายเช็คชื่อ และสอบถามอาการเจ็บป่วยของนักเรียน

2.2 นักเรียนอบอุ่นร่างกายยืดกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ 6 ท่า บริหารคอ หมุนไหล่ หมุนข้อมือข้อเท้า หมุนแขน เหวี่ยงแขนหน้าหลัง กางแขนบิดลำตัว

2.3 ครูสอบถาม ความรู้นักเรียนเกี่ยวกับทักษะการจับไม้หน้ามือและหลังมือ

2.4 เมื่อนักเรียนตอบคำถา ครูอธิบายท่าเตรียมพร้อมในการจับไม้หน้ามือและหลังมือพร้อมกับสาธิตท่าประกอบและในท่าเตรียมพร้อมในการจับไม้

2.5 ครูอธิบายและสาธิตท่าเตรียมพร้อม และการตบลูกที่ถูกต้อง และการจับไม้ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

3.ขั้นปฏิบัติ

3.1 ครูให้นักเรียนเข้าแถวเป็นกลุ่มๆ ละ 5-6 คน มีอยู่ 4 กลุ่ม สีเขียว แต่ละแถวห่างกัน 2 ช่วงแขน

3.2 นักเรียนปฏิบัติท่าเตรียมพร้อม การทรงตัว และการจับไม้ในการเหวี่ยงแขนเสิร์ฟพร้อมเคลื่อนไหวเพื่อความมั่นใจในการจับไม้ตามคำสั่งของครูโดยฝึกปฏิบัติทักษะพร้อมกันทุกคนที่อยู่ในแถว

3.3 นักเรียปฏิบัติการเหวี่ยงหน้ามือและหลังมือให้คล่องแคล่วพร้อมกับการเคลื่อนไหว ทำตามคำสั่งของครูโดยปฏิบัติพร้อมกันทุกคน

3.4 ให้นักเรียนแต่ละแถวยืนด้านหัวโต๊ะเพื่อปฏิบัติทักษะการเหวี่ยงแขนเสิร์ฟลูกหน้ามือและหลังมือทีละ 1 คนโดยหมุนเวียนกันครบทุกคน โดยครูสังเกตการปฏิบัติทักษะของนักเรียน

3.5 ครูคอยแนะนำแก้ไขข้อบกพร่องในการปฏิบัติทักษะเหวี่ยงแขนเสิร์ฟลูกหน้ามือและหลังมือที่นักเรียนบางคนยังปฏิบัติไม่ถูกต้องเป็นรายบุคคล

4.ขั้นนำไปใช้

4.1 ครูให้สัญญาณเรียกนักเรียนมาเข้าแถวรวมกันเพื่อรับฟัง สรุปผลการปฏิบัติการเสิร์ฟ

4.2 ครูให้นักเรียนไปยืนเข้าแถวด้านหัวโต๊ะทั้งสองด้านโดยให้ครูสังเกตการปฏิบัติทักษะของนักเรียนโดยให้ฝึกซ้อมเสิร์ฟประมาณ 15 นาที่

4.3 ครูให้นักเรียนเสิร์ฟหน้ามือและหลังมือทีละคน ครูสังเกตการปฏิบัติคอยให้คำแนะนำนักเรียนในข้อผิดพลาดและแก้ไขต่อไป

5.ขั้นสรุปและการประยุกต์

5.1 ครูนักเรียนร่วมกันสรุปถึงเทคนิคการปฏิบัติการเหวี่ยงแขนในการเสิร์ฟลูกหน้ามือและหลังมือ

5.2 ครูให้คำแนะนำในการฝึกซ้อมตลอดถ้ามีเวลาว่าง

5.3 ครูให้นักเรียนสืบค้นหาความรู้จากอินเทอร์เน็ต

5.4 ครูนัดนักนเรียนในคาบต่อไป

5.3 ครูแนะนำเรื่องสุขปฏิบัติหลังการออกกำลังกาย ให้ดูแลความสะอาดของร่างกายก่อนเข้าห้องเรียนหรือก่อนรับประทานอาหาร

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			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
(……..…)
……../……../……

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			การมีระเบียบวินัยและการแต่งกาย			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			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
(……..…)
……../……../……

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
(……..…)
……../……../……