แผนการจัดการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

รายวิชา พ21102 พลศึกษา (เทเบิลเทนนิส) **หน่วยการเรียนรู้ที่ 6**

เรื่อง การตบลูก **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

1.สาระการเรียนรู้

1. การตบลูกด้านหน้ามือ
2. การตบลูกด้านหลังมือ

2.ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. เข้าใจการท่าเตรียมพร้อมของร่างกาย
2. เข้าใจการการตบลูกด้านหน้ามือและด้านหลังมือ

3.จุดประสงค์การเรียนรู้

1. ปฏิบัติทักษะการตบลูกด้านหน้ามือ
2. ปฏิบัติทักษะการตบลูกด้ายหลังมือ
3. ปฏิบัติทักษะการตบลูกด้านหน้ามือและด้านหลังมือได้ถูกต้อง

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 ครูสนทนากับนักเรียนวิธีตบลูกด้านหน้ามือ

1.2 ครูสนทนากับนักเรียนวิธีตบลูกด้านหลังมือ

1.3 ครูสนทนากับนักเรียนในการเคลื่อนไหวข้อมือและเท้าในลักษณะต่างๆ

1.4 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับประโยชน์ทางด้านร่างกาย

1.5 ครูสนทนากับนักเรียนด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคม

1.6 ครูแจ้งคะแนนสอบเก็บตามตัวชี้วัด

2.ขั้นอธิบายและสาธิต

2.1 ครูตรวจสอบการแต่งกายเช็คชื่อ และสอบถามอาการเจ็บป่วยของนักเรียน

2.2 นักเรียนอบอุ่นร่างกายยืดกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ 6 ท่า (บริหารคอ) (หมุนไหล่) (หมุนข้อมือข้อเท้า) (หมุนแขน) (เหวี่ยงแขนหน้าหลัง) (กางแขนบิดลำตัว)

2.3 ครูสอบถามความรู้นักเรียนเกี่ยวกับทักษะการจับไม้หน้ามือและหลังมือ

2.4 ครูอธิบายท่าเตรียมพร้อมในการตบด้านหน้ามือและด้านหลังมือและสาธิต ท่าประกอบและในท่าเตรียมพร้อมในการตบ

2.5 ครูอธิบายและสาธิตท่าเตรียมพร้อม และการตบลูกที่ถูกต้อง และการจับไม้ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

3.ขั้นปฏิบัติ

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

3.2 นักเรียนปฏิบัติท่าเตรียมพร้อม การทรงตัว และการจับไม้ในการเหวี่ยงแขนตบลูกพร้อมเคลื่อนไหว เพื่อความมั่นใจในการจับไม้ตามคำสั่งของครูโดยฝึกปฏิบัติทักษะพร้อมกันทุกคนที่อยู่ในแถว

3.3 นักเรียปฏิบัติการเหวี่ยงแขนตบลูกด้านหน้ามือและตบลูกด้านหลังมือให้คล่องแคล่วพร้อมกับการเคลื่อนไหวทำตามคำสั่งของครูโดยปฏิบัติพร้อมกันทุกคน

3.4 ให้นักเรียนแต่ละแถวยืนด้านหัวโต๊ะเพื่อปฏิบัติทักษะการเหวี่ยงแขนตบลูกด้านหน้ามือและตบลูกด้านหลังมือทีละคนโดยหมุนเวียนกันครบทุกคน ครูสังเกตการปฏิบัติทักษะของนักเรียน

3.5 ครูคอยแนะนำแก้ไขข้อบกพร่องในการปฏิบัติทักษะเหวี่ยงแขนตบลูกด้านหน้ามือและตบลูกด้านหลังมือที่นักเรียนบางคนยังปฏิบัติไม่ถูกต้องเป็นรายบุคคล

4.ขั้นนำไปใช้

4.1 ครูให้สัญญาณเรียกนักเรียนมาเข้าแถวรวมกันเพื่อรับฟัง สรุปผลการปฏิบัติการตบลูกด้านหน้ามือและการตบลูกด้านหลังมือ

4.2 ครูให้นักเรียนไปยืนเข้าแถวด้านหัวโต๊ะทั้งสองด้านโดยให้ครูสังเกตการปฏิบัติทักษะของนักเรียนโดยให้ฝึกซ้อมการตบลูกด้านหน้ามือและตบลูกด้านหลังมือประมาณ 15 นาที่

4.3 ครูให้นักเรียนตบลูกด้านหน้ามือและตบลูกด้านหลังมือทีละคน ครูสังเกตการปฏิบัติคอยให้คำแนะนำนักเรียนในข้อผิดพลาดและแก้ไขต่อไป

5.ขั้นสรุปและการประยุกต์

5.1 ครูนักเรียนร่วมกันสรุปถึงเทคนิคการปฏิบัติการเหวี่ยงแขนในการตบลูกด้านหน้ามือและตบลูกด้านหลังมือ

5.2 ครูให้คำแนะนำในการฝึกซ้อมตลอดถ้ามีเวลาว่าง

5.3 ครูให้นักเรียนศึกษาหาความรู้จากอินเทอร์เน็ต

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			ความซื่อสัตย์			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
(……..…)
……../……../……