แผนการจัดการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

รายวิชา พ21102 พลศึกษา (เทเบิลเทนนิส) **หน่วยการเรียนรู้ที่ 8**

เรื่อง การตีลูกพร้อม **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.1/2 ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัดความสนใจอย่างเต็มความสามารถพร้อมมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น

1.สาระการเรียนรู้

1. การตีลูกพร้อมfด้านหน้ามือ
2. การตีลูกพร้อมด้านหลังมือ

2.ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. เข้าใจการตีลูกพร้อมด้านหน้ามือ
2. เข้าใจทักษะการตีลูกพร้อมด้านหน้าหลังมือ

3.จุดประสงค์การเรียนรู้

1. ปฏิบัติทักษะในการตีลูกพร้อมด้านหน้ามือแบบจับมือ
2. ปฏิบัติทักษะการตีลูกพร้อมด้านหลังมือแบบจับปากกา
3. นักเรียนปฏิบัติทักษะการตีลูกพร้อมหน้ามือและหลังมือได้อย่างมีประสิทธิภาพ

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 ครูสนทนากับนักเรียนในการตีลูกพร้อมด้านหน้ามือและตีลูกพร้อมด้านหลังมือแบบจับมือ

1.2 ครูสนทนากับนักเรียนในการตีลูกพร้อมด้านหน้ามือและด้านหลังมือแบบจับปากกา

1.3 ครูสนทนากับนักเรียนการเคลื่อนไหวของมือและเท้าในลักษณะต่างๆ

1.4 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับประโยชน์ของการออกกำลังกาย

1.5 ครูสนทนากับนักเรียนด้าน จิตใจ อารมณ์ และสังคม

1.6 ครูแจ้งคะแนนเก็บตามตัวชี้วัด

2.ขั้นอธิบายและสาธิต

2.1 ครูตรวจสอบการแต่งกายเช็คชื่อ และสอบถามอาการเจ็บป่วยของนักเรียน

2.2 ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายยืดกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกาย อยู่ 6 ท่า (บริหารคอ) (หมุนไหล่) (หมุนข้อมือข้อเท้า) (หมุนแขน) (เหวี่ยงแขนหน้าหลัง) (กางแขนบิดลำตัว)

2.3 ครูอธิบายและสาธิตทักษะการจับไม้ด้านหน้ามือและการจับไม้ด้านหลังมือในการตีลูกพร้อม และการจับไม้แบบปากกา

2.4 ครูอธิบายท่าเตรียมพร้อมในการจับไม้ด้านหน้ามือและด้านหลังมือ พร้อมกับสาธิตท่าประกอบการเหวี่ยงแขนจับไม้ตีลูกพร้อม

3.ขั้นปฏิบัติ

3.1 ครูให้นักเรียนเข้าแถวเป็นกลุ่มๆละ 5-6 คน มีอยู่ 4 กลุ่ม เข้าแถวห่างกัน 2 ช่วงแขน

3.2 ครูให้นักเรียนเตรียมพร้อม และการตีลูกพร้อมที่ถูกต้องและการจับไม้ให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

3.3 นักเรียนทำความเข้าใจและปฏิบัติท่าเตรียม การทรงตัว และการจับไม้ในการเหวี่ยงไม้ตีลูกพร้อมไปข้ามแดนตรงข้ามพร้อมเคลื่อนไหวเพื่อความมั่นใจในการจับไม้ ตามคำสั่งของครูโดยปฏิบัติทักษะพร้อมกันทุกคนที่อยู่ในแถว

3.4 นักเรียนปฏิบัติการเหวี่ยงไม้ด้านหน้ามือและด้านหลังมือให้คล่องแคล่วพร้อมกับการเคลื่อนไหวทำตามคำสั่งของครูโดยปฏิบัติพร้อมกันทุกคน

3.5 ให้นักเรียนแต่ละแถวยืนด้านหัวโต๊ะเพื่อปฏิบัติทักษะการเหวี่ยงแขนตีลูกพร้อมหน้ามือและหลังมือทีละคน โดยหมุนเวียนกันจนครบทุกคน ครูสังเกตการปฏิบัติทักษะของนักเรียน และข้อบกพร่องในการปฏิบัติทักษะเหวี่ยงแขนตีลูกด้านหน้ามือและด้านหลังมือที่นักเรียนบางคน ยังทำปฏิบัติไม่ถูกต้องเป็นรายบุคล

4.ขั้นนำไปใช้

4.1 ครูให้สัญญาณเรียกนักเรียนมาเข้าแถวรวมกันเพื่อรับฟัง สรุปผลการปฏิบัติทักษะที่นักเรียนต้องแก้ไข

4.2 ครูให้นักเรียนเหวี่ยงแขนตีลูกพร้อมด้านหน้ามือ และด้านหลังมือให้มีประสิทธิภาพ

4.3 ครูให้นักเรียนไปยืนเข้าแถวด้านหัวโต๊ะทั้งสองด้านโดยให้ครูสังเกตการปฏิบัติทักษะของนักเรียน โดยให้ฝึกซ้อมประมาณ 15 นาที่

4.4 ครูให้นักเรียนปฏิบัติการตีลูกพร้อมด้านหน้ามือและด้านหลังมือ ที่ละกลุ่มและทีละคนครูสังเกตการปฏิบัติและครูคอยให้คำแนะนำในข้อผิดพลาดของนักเรียน

5.ขั้นสรุปและการประยุกต์

5.1 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงเทคนิคการปฏิบัติการเหวี่ยงแขนในการตีลูกหยอดหน้ามือและหลังมือ

5.2 ครูให้คำแนะนำในการฝึกซ้อมตลอดถ้ามีเวลาว่าง

5.3 ครูให้นักเรียนศึกษาหาความรู้จากอินเทอร์เน็ต

5.4 ครูนัดนักเรียนในคาบต่อไป

5.5 ครูแนะนำเรื่องสุขปฏิบัติหลังการออกกำลังกายให้ดูแลความสะอาดร่างกายก่อนเข้าห้องเรียน หรือก่อนรับประทานอาหาร

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
(……..…)
……../……../……