



กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

วิชา กีฬาไทย(กระบี่กระบองพ 21102)20ชั่วโมง / ภาคเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1
ปีการศึกษา2560
คุณครูวัชระ ทองเอียด,คุณครูภาณุวิชญ์ ชินมูข

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษา ลักษณะและธรรมชาติของการรำกระบี่ไม้รำต่างๆ กติกา มารยาท ขั้นตอน และวิธีรำ การเคลื่อนไหว การออกกำลังการด้วยการรำกระบี่ ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวร่างกายในการออกกำลังกาย ทักษะการรำ ประเภทบุคคลตามความถนัด

เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจกับเทคนิคการรำ การใช้อุปกรณ์การเลือกประเภทกระบี่กระบอง และเห็นคุณค่าของสุขภาพและสมรรถภาพ ความปลอดภัย มีเจตคติที่ดี ปฏิบัติให้มีการอนุรักษ์ความเป็นไทย และกีฬาไทย สามารถออกกำลังกายด้วยการรำกระบี่เพื่อนำไปใช้ออกกำลังกายในชีวิตประจำวัน เผยแพร่ความรู้ให้กับผู้อื่นและส่งเสริมการอนุรักษ์กีฬาไทยด้วย

รหัสตัวชี้วัด

สาระที่ 3 มาตรฐาน 3.1ต 3/1, 3/2, 3/3

พ 3.2 ม.3-2/3, 3.2 ม.3-2/4, 3.2 ม.3-2/5, 3.2 ม.3-2/6

พ 3.1 ม.3-1/1, 3.1 ม.3-1/2, 3.1 ม.3-1/3,3.2 ม.3-2/4, 3.2 ม.3-2/5, 3.2 ม.3-2/6

การวัดผล

1. ทดสอบสมรรถภาพ 10%
2. ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ 10%
3. กีฬา

-ปฏิบัติ 50%

-ทฤษฎี 20% (เข้าร่วมกีฬาแห่งชาติ10%)

-จิตพิสัย 10%

รวม 100 %

การประเมินผล

4	หมายถึง	ผลการเรียนดีเยี่ยม	ค่า	80– 100 %
3.5	หมายถึง	ผลการเรียนดีมาก	ค่า	75– 79 %
3	หมายถึง	ผลการเรียนดี	ค่า	70– 74 %
2.5	หมายถึง	ผลการเรียนค่อนข้างดี	ค่า	65– 69 %
2	หมายถึง	ผลการเรียนน่าพอใจ	ค่า	60– 64 %
1.5	หมายถึง	ผลการเรียนพอใช้	ค่า	55– 59 %
1	หมายถึง	ผลการเรียนผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ	ค่า	50– 54 %
0	หมายถึง	ผลการเรียนต่ำกว่าเกณฑ์	ค่า	0 – 49 %

สาระและมาตรฐานการเรียนรู้

สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐานพ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการเล่นกีฬา

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติดและความรุนแรง

หนังสือ ตำรา บทความ แหล่งการเรียนรู้ สำหรับนักเรียน

- เอกสารประกอบการเรียน วิชา กระบี่กระบอง(พ 21102)

- หนังสือประกอบการเรียนกระบี่กระบอง รังสฤษฎี บุญชลอ

แนวทางจัดการเรียนการสอน

หน่วยการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จำนวนคาบ	น้ำหนักคะแนน(%)				หมายเหตุ
				ก่อนกลางภาค	กลางภาค	หลังกลางภาค	ปลายภาค	
หน่วยที่ 1 ทดสอบ สมรรถภาพเพื่อ สุขภาพ	1.1 หาค่าBMI 1.2 ลูก-นั่ง 60 วินาที 1.3 ดันพื้น 30 วินาที 1.4 นั่งงอตัวไปข้างหน้า 1.5 กระโดดไกล 1.6 แรงบีบมือ 1.7 วิ่งเก็บของ 1.8 เดิน-วิ่ง 1,600 เมตร	1.เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา (พ3.1) 2.รักษาการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา (พ3.2)	2	30	20	30	20	

หน่วยการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จำนวน คาบ	น้ำหนักคะแนน(%)				หมายเหตุ
				ก่อนกลาง ภาค	กลางภาค	หลังกลาง ภาค	ปลายภาค	
หน่วยที่ 2 ไม้รำ-ไม้ตี	1.ไม้รำที่ 1 ต่อค้ำม (เดินสลับพื้นปลา) 2.ไม้รำที่ 2 แยกคาบ (เดินสลับพื้นปลา) 3.ไม้รำที่ 3 เหน็บ (เดินสลับพื้นปลา) 4.ไม้รำที่ 4 เรียงหมอน เดินสลับพื้นปลา 5.ไม้รำที่ 5 ตัดเทียน (เดินสลับพื้นปลา) 6.ไม้รำที่ 6 ทำยักษ์(เดิน ตรง) 7.ไม้รำที่ 7 ส่องกล้อง (เดินตรง) 8.ไม้รำที่ 8 กาะบาศ เดินสลับพื้นปลา 9.ไม้รำที่ 9 พันสิดา	1.เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล 1 ชนิด โดยใช้เทคนิคที่ เหมาะสมกับตนเองและทีม(พ 3.1 ม.3/1) 2.มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจ นักกีฬา(พ 3.2 ม.3/1) 3.ออกกำลังการและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ และนำ แนวคิดหลักการจากการเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของ ตนด้วยความภาคภูมิใจ(พ 3.2 ม.3/2) 4.ปฏิบัติตามกฎกติกา และข้อตกลงในการเล่นตาม ชนิดกีฬาที่เลือก และนำแนวคิดไปพัฒนาคุณภาพชีวิต ของตนในสังคม(พ 3.2 ม.3/4)	7	30	20	30	20	

	<p>(เดินตรง)</p> <p>10.ไม้ร่าที่ 10 สอดสร้อย เดินสลับพื้นปลา</p> <p>11.ไม้ร่าที่ 11 ลดล่อ เดินตรง</p> <p>12.ไม้ร่าที่ ๑๒ เทพร่าพียง</p> <p>13.ไหว้ครู</p> <p>14.พรหมนั่ง-พรหมยืน</p> <p>15.ไม้ดี1 (คอ-คอ)</p> <p>16.ไม้ดีที่2 (คอ-คอ-ขา- ขา)</p> <p>17.ไม้ดีที่ 3 (คอ-คอ-ขา- ขาข)</p> <p>18.ไม้ดีที่4 คอ-คอ- สะเอว-สะเอว</p> <p>19.ไม้ดีที่5 (คอ-คอ- สะเอว-สะเอว-ศีรษะ)</p> <p>20.ไม้ดีที่6 คอ-คอ- สะเอว-ศีรษะ-กระทุ้ง</p>	<p>5.จำแนกวิธีการรูก การป้องกันและใช้ในการเล่นกีฬาที่ เลือกและตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ ตามสถานการณ์ของการเล่น(พ 3.2ม.3/4)</p> <p>6.เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการ ออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นประจำ (พ3.2 ม.3/4)</p> <p>3.สามารถอธิบายและเข้าใจความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับ ประวัติความเป็นมาของวิชากระบี่กระบองและหลักการ ฝึกกระบี่กระบอง</p> <p>4.อธิบายการไหว้ครูได้</p> <p>5.อธิบายและปฏิบัติถวายบังคมและพรหมนั่งพรหมยืน ได้</p>						
--	--	--	--	--	--	--	--	--

	<p>21.การออกแบบการต่อสู้</p> <p>-การใช้คาบคู้</p> <p>22.การออกแบบการต่อสู้</p> <p>-ทักษะการหลบหลีก</p> <p>คู่ต่อสู้</p> <p>23.การออกแบบการต่อสู้</p> <p>-ทักษะการหลบ</p> <p>หลีกอาวุธ-โต้กลับ</p> <p>24.การออกแบบการต่อสู้</p> <p>ในรูปแบบการแสดง</p> <p>25.เรียนรู้วัฒนธรรมการ</p> <p>ต่อสู้และการนำไปบูรณา</p> <p>การในชีวิตประจำวัน</p>	<p>ผู้เรียนสามารถปฏิบัติท่าไม้ตีได้และรู้จักการรักษาความปลอดภัยในการตีและการรับไม้ตีได้ และสามารถตีลูกไม้ผสมได้และนักเรียนสามารถนำและประยุกต์การตีไม้ที่เรียนไปใช้ในชีวิตประจำวันและการออกกำลังกายได้</p>						
--	--	---	--	--	--	--	--	--

หน่วยการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จำนวน คาบ	น้ำหนักคะแนน(%)				หมายเหตุ
				ก่อนกลาง ภาค	กลางภาค	หลังกลาง ภาค	ปลายภาค	
หน่วยที่ 3 การแข่งขันและ การเล่นกีฬา	26. การแข่งขันและ มารยาท	1.เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล 1 ชนิด โดยใช้เทคนิคที่ เหมาะสมกับตนเองและทีม(พ 3.1 ม.3/1) 2.มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจ นักกีฬา(พ 3.2 ม.3/1) 3.ออกกำลังการและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ และนำ แนวคิดหลักการจากการเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของ ตนด้วยความภาคภูมิใจ(พ 3.2 ม.3/2) 4.ปฏิบัติตนตามกฎกติกา และข้อตกลงในการเล่นตาม ชนิดกีฬาที่เลือก และนำแนวคิดไปพัฒนาคุณภาพชีวิต ของตนในสังคม(พ 3.2 ม.3/4) 5.จำแนกวิธีการรุก การป้องกันและใช้ในการเล่นกีฬาที่ เลือกและตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ ตามสถานการณ์ของการเล่น(พ 3.2ม.3/4) 6.เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการ ออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นประจำ (พ3.2 ม.3/4)		25	10	25	10	
รวม	19	6	20	30	10	10	30	

หมายเหตุ อัตราส่วนคะแนน อาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม



กำหนดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้รายสัปดาห์

วิชา กีฬาไทย(กระบี่กระบองพ 21102)

20

ชั่วโมง/ภาคเรียนชั้นมัธยมศึกษาปี

1

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560

คุณครูวัชระ ทองเอียด,คุณครูภาณุวิชญ์ ชินมูข

สัปดาห์ที่	กิจกรรมการเรียนรู้	ภาระงาน	กำหนดส่ง	หมายเหตุ
1 15-19 พ.ค.60	คาบที่ 1 <u>ปฐมนิเทศ</u> <ul style="list-style-type: none">➤ แนะนำตัว➤ คำอธิบายรายวิชา / การวัดและประเมินผล➤ ความเป็นมาของการเล่นกระบี่กระบอง➤ คุณค่าและประโยชน์ของวิชากระบี่กระบอง			
2. 22-26 พ.ค.60	คาบที่ 1 <u>ไม้รำที่ 1 ต่อค้ำม</u> (เดินสลับฟันปลา) <u>ไม้รำที่ 2 แบกดาบ</u> (เดินสลับฟันปลา)			
3 29-2	คาบที่ ๑			

สัปดาห์ที่	กิจกรรมการเรียนรู้	ภาระงาน	กำหนดส่ง	หมายเหตุ
มิ.ย. 60	<u>ไม้ร่าที่ 3 เหน็บ</u> (เดินสลับพื้นปลา) <u>ไม้ร่าที่ 4 เรียงหมอน</u> <u>เดินสลับพื้นปลา</u>			
4 5-9 มิ.ย. 60	<u>คาบที่ ๑</u> <u>ไม้ร่าที่ 5 ตัดเทียน</u> (เดินสลับพื้นปลา) <u>ไม้ร่าที่ 6 ทำยักษ์(เดินตรง)</u>			
5 12-16 มิ.ย. 60	<u>คาบที่ 1</u> <u>ไม้ร่าที่ 7 ส่องกล้อง</u> (เดินตรง) <u>ไม้ร่าที่ 8 กากะบาด</u> <u>เดินสลับพื้นปลา</u>			
6 19-23 มิ.ย. 60	<u>คาบที่ 1</u> <u>ไม้ร่าที่ 9 พันสีดา</u> (เดินตรง) <u>ไม้ร่าที่ 10 สอดสร้อย</u>			

สัปดาห์ที่	กิจกรรมการเรียนรู้	ภาระงาน	กำหนดส่ง	หมายเหตุ
	<u>เดินสลับฟันปลา</u>			
7 26-30 มิ.ย. 60	คาบที่ 1 <u>ไม้ร่าที่ 11 ลดต่อ</u> <u>เดินตรง</u> <u>ไม้ร่าที่ ๑๒ เทพร่าพึ่ง</u>			
8 3-7 ก.ค. 60	คาบที่ 1 <u>ไหว้ครู</u> <u>พรมนั่ง-พรมยืน</u>			
9 10-14 ก.ค. 60	คาบที่ 1 <u>ไม้ตี 1 (คอ-คอ)</u> <u>ไม้ตีที่ 2 (คอ-คอ-ขา-ขา)</u>			
10 17-21 ก.ค. 60	สอบกลางภาคเรียนที่ 1			
11 24-28 ก.ค. 60	คาบที่ 1 <u>ไม้ตีที่ 3 (คอ-คอ-ขา-ขา)</u>			
12 31-4 ส.ค. 60	คาบที่ 1 <u>ไม้ตีที่ 4 คอ-คอ-สะเอว-สะเอว</u>			

ลำดับที่	กิจกรรมการเรียนรู้	ภาระงาน	กำหนดส่ง	หมายเหตุ
13 7-11 ส.ค.60	<u>ไม้ดีที่ 5 (คอ-คอ-สะเอว-สะเอว-ศีรษะ)</u>			
14 14-18 ส.ค. 60	คาบที่ 1 <u>ไม้ดีที่ 6 คอ-คอ-สะเอว-ศีรษะ-กระทุ้ง</u>			
15 21-25 ส.ค. 60	คาบที่ 1 <u>การออกแบบการต่อสู้</u> -การใช้ดาบคู่			
16 28-1 ก.ย. 60	คาบที่ 1 <u>การออกแบบการต่อสู้</u> -ทักษะการหลบหลีกคู่ต่อสู้			
17 4-8 ก.ย. 60	คาบที่ 1 <u>การออกแบบการต่อสู้</u> -ทักษะการหลบหลีกอาวุธ-โต้กลับ			

ลำดับที่	กิจกรรมการเรียนรู้	ภาระงาน	กำหนดส่ง	หมายเหตุ
18 11-15 ก.ย. 60	คาบที่ 1 การออกแบบการต่อสู้ ในรูปแบบการ <u>แสดง</u>			
19 18-22 ก.ย. 60	คาบที่ 1 เรียนรู้วัฒนธรรมการต่อสู้ และการนำไปบูรณาการในชีวิตประจำวัน			
	สอบปลายภาค			



รายวิชาพื้นฐาน

วิชา กีฬาไทย (มวยไทย พ33101)

ภาคเรียนที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

จำนวน 0.5 หน่วยกิต (20 ชั่วโมง)

คำอธิบายรายวิชา

นักเรียนออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำสม่ำเสมอ ยอมรับและเห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็นประจำกับการเสริมสร้างวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี และนักเรียนสามารถประยุกต์หลักการรุกรการ ป้องกัน และการให้ความร่วมมือในการเล่นและแข่งขันกีฬาที่เลือกด้วยความชื่นชอบ โดยแสดงความรู้เกี่ยวกับ สิทธิ กฎ กติกาความปลอดภัยและกลวิธีต่างๆในระหว่างการเล่นกีฬา โดยแสดงความรับผิดชอบและร่วมมือใน ระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและการเล่นกีฬาเป็นทีมตาม โครงสร้างที่กำหนดไว้โดยแสดงความมีน้ำใจ นักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬาทั้งในการเล่น การดูและการแข่งขัน

รหัสตัวชี้วัด

สาระที่ 3 มฐ 3.1 ต 3/1, 3/2, 3/3,

สาระที่ 4 มฐ 4.1 ต 4/1

การวัดผล

(1) สอบย่อย(ทักษะปฏิบัติ)	รวม	50	%
(2) สังเกตพฤติกรรม(SMART+)	รวม	10	%
(3) กิจกรรมการออกกำลังกาย (วิ่งเก็บรอบ)	รวม	10	%
(4) กิจกรรมทดสอบสมรรถภาพทางกาย	รวม	10	%
(5) อื่นๆ สอบภาคทฤษฎี	รวม	20	%
รวม		100	%

การประเมินผล

4	หมายถึง	ผลการเรียนดีเยี่ยม	ค่า	80 – 100 %
3.5	หมายถึง	ผลการเรียนดีมาก	ค่า	75 – 79 %
3	หมายถึง	ผลการเรียนดี	ค่า	70 – 74 %
2.5	หมายถึง	ผลการเรียนค่อนข้างดี	ค่า	65 – 69 %
2	หมายถึง	ผลการเรียนน่าพอใจ	ค่า	60 – 64 %
1.5	หมายถึง	ผลการเรียนพอใช้	ค่า	55 – 59 %
1	หมายถึง	ผลการเรียนผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ	ค่า	50 – 54 %
0	หมายถึง	ผลการเรียนต่ำกว่าเกณฑ์	ค่า	0 – 49 %

แนวปฏิบัติในการเรียนการสอน

- (1) ต้องเข้าชั้นเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 ของเวลาเรียนทั้งหมด
- (2) ต้องส่งงานตรงตามเวลาที่กำหนด ถ้าขาดเรียนให้ส่งในสัปดาห์ถัดไป ถ้าเกิน 1 สัปดาห์นักเรียนจะต้องรับงานเพิ่ม อีก 1 ชิ้น
- (3) เข้าเรียนให้ตรงเวลาตามคาบเรียนที่โรงเรียนได้จัดไว้ให้ (ห้ามการลงโทษ ตามเวลาที่มาสาย)
- (4) งดใช้และปิดโทรศัพท์มือถือ หรือเครื่องมือสื่อสารอื่นในเวลาเรียน
- (5) ใช้อาหาที่สุภาพและเหมาะสมในชั้นเรียน
- (6) ห้ามนำอาหารและเครื่องดื่มอื่น ยกเว้น น้ำดื่ม(สำหรับการเรียนพลศึกษา) เข้าในชั้นเรียน

สาระและมาตรฐานการเรียนรู้

สาระที่ 3 : การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 : เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ 3.2 : รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ
อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา
มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการเล่นกีฬา

สาระที่ 4 : การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 : เห็นคุณค่า และมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ
การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

มาตรฐานการศึกษาขั้นพื้นฐาน

มาตรฐานที่ 1 ผู้เรียนมีสุขภาวะที่ดีและมีสุนทรียภาพ

1.1 มีสุนนิสัยในการดูแลสุขภาพและออกกำลังกายสม่ำเสมอ

มาตรฐานที่ 2 ผู้เรียนมีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์

2.1 มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามหลักสูตร

มาตรฐานที่ 3 ผู้เรียนมีทักษะในการแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง รักการเรียนรู้ และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

3.1 มีนิสัยรักการอ่านและแสวงหาความรู้ด้วยตนเองจากห้องสมุด แหล่งเรียนรู้และสื่อต่างๆ รอบตัว

3.2 มีทักษะในการอ่าน ฟัง ดู พูด เขียน และตั้งคำถามเพื่อค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติม

3.3 เรียนรู้ร่วมกันเป็นกลุ่ม แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเพื่อการเรียนรู้ระหว่างกัน

3.4 ใช้เทคโนโลยีในการเรียนรู้และนำเสนอผลงาน

มาตรฐานที่ 4 ผู้เรียนมีความสามารถในการคิดอย่างเป็นระบบ คิดสร้างสรรค์ ตัดสินใจแก้ปัญหาได้อย่างมีสติสมเหตุผล

4.1 สรุปความคิดจากเรื่องที่อ่าน ฟัง และดู และสื่อสาร โดยการพูดหรือเขียนตามความคิดของตนเอง

4.2 นำเสนอวิธีคิด วิธีแก้ปัญหาด้วยภาษาหรือวิธีการของตนเอง

4.3 กำหนดเป้าหมาย คาดการณ์ ตัดสินใจแก้ปัญหาโดยมีเหตุผลประกอบ

4.4 มีความคิดริเริ่ม และสร้างสรรค์ผลงานด้วยความภาคภูมิใจ

มาตรฐานที่ 6 ผู้เรียนมีทักษะในการทำงาน รักการทำงาน สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ และมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพสุจริต

6.1 วางแผนการทำงานและดำเนินการจนสำเร็จ

6.2 ทำงานอย่างมีความสุข มุ่งมั่นพัฒนางาน และภูมิใจในผลงานของตนเอง

6.3 ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้

หนังสือ ตำรา บทความ แหล่งการเรียนรู้ สำหรับนักเรียน

➤ ปริณิธิช โภคทรัพย์ 2546 มวยไทย กรุงเทพฯ แม็คฯ

➤ พلام พรหมจำปา 2548 ต่อสู้เพื่อชีวิต กรุงเทพฯ มติชน



โครงสร้างรายวิชา

วิชา กีฬาไทย (มวยไทย พ33101)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

จำนวน 0.5 หน่วยกิต

เวลา 20 ชั่วโมง

คะแนนเต็ม 100 คะแนน

ลำดับ	หน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
1	การเสริมสร้างสุขภาพ	พ 3.1 ม.3-1/1, 3.1 ม.3-1/2, 3.1	ทดสอบสมรรถภาพ ก่อนเรียน ควบคุมตนเองเมื่อเคลื่อนไหวแบบ ผสมผสานในการเข้าร่วมกิจกรรม	4	10
2	คุณค่าการออกกำลังกาย	ม.3-1/3, 3.2 ม.	เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบ การเคลื่อนไหวร่างกายในแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	2	10
3	การเคลื่อนไหว สร้าง ความคุ้นเคย	3-2/1, 3.2 ม.3-2/2,	กำหนดรูปแบบของการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา	2	10
4	ทักษะการเคลื่อนไหว	พ 3.2 ม.3-2/3, 3.2 ม.3-2/4,	เลือกการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ตามความถนัด จำแนกและปฏิบัติ ตามกฎกติกาในการเล่นและการ แข่งขัน	8	50
5	ความรับผิดชอบในการ เข้าร่วม	3.2 ม.3-2/5, 3.2 ม. 3-2/6	ประยุกต์ความมีน้ำใจนักกีฬาไปใช้ เป็นแนวปฏิบัติในการทำงานและการ ดำเนินชีวิต	2	20
รวม				20	100

แนวการจัดการเรียนรู้

หน่วยการเรียนรู้	เรื่อง	ผลการเรียนรู้	จำนวนคาบ	น้ำหนักคะแนน (%)				หมายเหตุ
				ก่อนกลาง ภาค	กลาง ภาค	หลังกลาง ภาค	ปลายภาค	
1	บทนำความรู้ทั่วไปของ กีฬามวยไทย	แนะนำรายวิชา / สืบค้นข้อมูลและอธิบายเกี่ยวกับ ลักษณะที่สำคัญพื้นฐานของกีฬามวยไทย	1	-	-	-	-	
		วิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	2	-	-	5	5	
2	การไหว้ครูมวยไทย	คุณค่าและประโยชน์ของมวยไทย ความสำคัญของการไหว้ครู มวยไทย	5	5		15	5	
3	การฝึกทักษะเบื้องต้น กติกาและการตัดสินมวย ไทย	- ความสำคัญของการไหว้ครู มวยไทย หลักการต่างๆในการฝึกซ้อมมวยไทย การตั้งท่า การกำหมัด การพันมือ- กติกาและการ ตัดสินการเป็นกรรมการผู้ชี้ขาดและผู้ให้คะแนน	5	5		15	5	
4	แม่ไม้มวยไทยและลูกไม้มวยไทย บุคคลที่ควรรู้จักของ จังหวัดสงขลาหรือใน ท้องถิ่นภาคใต้	แม่ไม้มวยไทยลูกไม้มวยไทย 15 ท่า นักมวยไทยในอดีต นักมวยไทยในปัจจุบัน ค่ายมวยและผู้ฝึกสอน	5	5		15	5	
รวม			18	15	0	65	20	



กำหนดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้รายสัปดาห์

วิชา พลศึกษา 5 (พ33101) (มวยไทย)

20 ชั่วโมง/ภาคเรียน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

ภาคเรียนที่ 1

ปีการศึกษา 2560

คุณองอาจ รัตนบุรี

สัปดาห์ที่	กิจกรรมการเรียนรู้	ภาระงาน	กำหนดส่ง	หมายเหตุ
1-2	หน่วยที่ 1 ทดสอบสมรรถภาพ - ชี้แจง ทำข้อตกลง ในการเรียน / การวัด ประเมินผล - การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	ทดสอบ สมรรถภาพ	สัปดาห์ที่ 2	
3-4	หน่วยที่ 2 ความรู้ทั่วไปของกีฬามวยไทย - ตำนานและความเป็นมา - อุปกรณ์กีฬามวยไทย - การอบอุ่นร่างกาย - การพันมือ			
5-9	หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 การไหว้ครูมวยไทย และการ ฝึกทักษะเบื้องต้น คุณค่าและประโยชน์ของมวยไทย ความสำคัญของการไหว้ครู มวยไทย วิธีเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย หลักการต่างๆในการฝึกซ้อมมวยไทย			
10	สอบกลางภาคเรียน			
11-17	หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง การฝึกทักษะเบื้องต้น การตั้งท่า การกำหมัด การใช้เท้า ตะเข็บ แม่ไม้และลูกไม้มวยไทย			
18-19	หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง กติกาและการตัดสิน มวยไทย กติกาและการตัดสิน การเป็นกรรมการผู้ชี้ขาดและผู้ให้คะแนน			

ลำดับที่	กิจกรรมการเรียนรู้	ภาระงาน	กำหนดส่ง	หมายเหตุ
	<p>บุคคลที่ควรรู้จักของจังหวัดสงขลาหรือในท้องถิ่นภาคใต้</p> <p>นักมวยไทยในอดีต</p> <p>นักมวยไทยในปัจจุบัน</p> <p>ค่ายมวยและผู้ฝึกสอน</p>			
20	สอบปลายภาค			