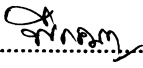


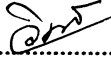


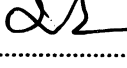
เค้าโครงการจัดการเรียนรู้

รายวิชา สุขศึกษา 5 รหัสวิชา พ 23101 ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2562
ชื่อผู้สอน นางพิรญา บุญสืบ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

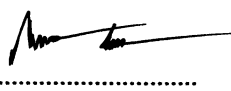
สัปดาห์ที่ /ว.ค.ป.	หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	เนื้อหา	หมายเหตุ
1 (13 – 17 พ.ค. 62)	-	ปฐมนิเทศ	ปฐมนิเทศ	
2 (20 – 24 พ.ค. 62)	1	วัยและการเปลี่ยนแปลง	วัยทารก,วัยก่อนเรียน	
3 (27 – 31 พ.ค. 62)	1	วัยและการเปลี่ยนแปลง	วัยเรียน,วัยรุ่น	
4 (3 – 7 มิ.ย. 62)	1	วัยและการเปลี่ยนแปลง	วัยผู้ใหญ่,วัยผู้สูงอายุ	
5 (10 – 14 มิ.ย. 62)	1	วัยและการเปลี่ยนแปลง	การปฏิบัติตนเพื่อการเจริญเติบโตและ พัฒนาการตามวัย	
6 (17 – 21 มิ.ย. 62)	2	อิทธิพลและความคาดหวังของ สังคมต่อพัฒนาการของวัยรุ่น	อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการ เปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น	
7 (24 – 28 มิ.ย. 62)	2	อิทธิพลและความคาดหวังของ สังคมต่อพัฒนาการของวัยรุ่น	แนวทางการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นให้สอดคล้อง กับความคาดหวังของสังคม	
8 (1 – 5 ก.ค. 62)	2	อิทธิพลและความคาดหวังของ สังคมต่อพัฒนาการของวัยรุ่น	ประเภทของสื่อโฆษณา	
9 (8 – 12 ก.ค. 62)	2	อิทธิพลและความคาดหวังของ สังคมต่อพัฒนาการของวัยรุ่น	วิเคราะห์สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการ เจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น	
10 (15–19 ก.ค. 62)	สอบกลางภาคภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2562			
11 (22– 26 ก.ค. 62)	3	อนามัยเจริญพันธุ์และ การตั้งครรภ์	การวางแผนครอบครัว	
12 (29 ก.ค.-2ส.ค. 62)	3	อนามัยเจริญพันธุ์และ การตั้งครรภ์	การอนามัยแม่และเด็ก	
13 (5 – 9 ส.ค. 62)	4	การสร้างสัมพันธภาพใน ครอบครัว	ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว	
14 (12 – 16 ส.ค. 62)	4	การสร้างสัมพันธภาพใน ครอบครัว	แนวทางการป้องกันความขัดแย้งในครอบครัว	
15 (19 – 23 ส.ค. 62)	4	การสร้างสัมพันธภาพใน ครอบครัว	ทักษะการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว	
16 (26 – 30 ส.ค. 62)	5	อาหารที่เหมาะสมกับวัย	คุณค่าของอาหารและการสร้างเสริมสุขภาพ	
17 (2 – 6 ก.ย. 62)	5	อาหารที่เหมาะสมกับวัย	ข้อแนะนำในการบริโภคอาหาร	
18 (9 – 13 ก.ย. 62)	5	อาหารที่เหมาะสมกับวัย	ความสำคัญของการกำหนดรายการอาหาร	
19 (16 – 20 ก.ย. 62)	5	อาหารที่เหมาะสมกับวัย	การกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัย	
20 (23 – 27 ก.ย. 62)	สอบปลายภาคภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2562			


(นางพิรญา บุญสืบ)
ครูผู้สอน


(นายวินัย หยั่งถึง)
หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้


(นางสาวปรมาภรณ์ อนุพันธ์)
หัวหน้ากลุ่มบริหารวิชาการ


(นายภาณุภัทร ลิ้มจำรูญ)
รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ


(นายกิตติศักดิ์ สมพล)
ผู้อำนวยการโรงเรียนราชันนันทาจารย์ สามเสนวิทยาลัย ๒



เค้าโครงการจัดการเรียนรู้

รายวิชา สุขศึกษา ๕ รหัสวิชา พ ๒๓๑๐๑ ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๒

ชื่อผู้สอน นางสาวนาฏญาดา ผาบุชม กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สัปดาห์ที่ /ว.ค.ป.	หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	เนื้อหา	หมายเหตุ
๑ (๑๓ - ๑๗ พ.ค. ๖๒)	-	ปฐมนิเทศ	ปฐมนิเทศ	
๒ (๒๐ - ๒๔ พ.ค. ๖๒)	๑	วัยและการเปลี่ยนแปลง	วัยทารก,วัยก่อนเรียน	
๓ (๒๗ - ๓๑ พ.ค. ๖๒)	๑	วัยและการเปลี่ยนแปลง	วัยเรียน,วัยรุ่น	
๔ (๓ - ๗ มิ.ย. ๖๒)	๑	วัยและการเปลี่ยนแปลง	วัยผู้ใหญ่,วัยผู้สูงอายุ	
๕ (๑๐ - ๑๔ มิ.ย. ๖๒)	๑	วัยและการเปลี่ยนแปลง	การปฏิบัติตนเพื่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการตามวัย	
๖ (๑๗ - ๒๑ มิ.ย. ๖๒)	๒	อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการพัฒนาการของวัยรุ่น	อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น	
๗ (๒๔ - ๒๘ มิ.ย. ๖๒)	๒	อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการพัฒนาการของวัยรุ่น	แนวทางการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นให้สอดคล้องกับความต้องการของสังคม	
๘ (๑ - ๕ ก.ค. ๖๒)	๒	อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการพัฒนาการของวัยรุ่น	ประเภทของสื่อโฆษณา	
๙ (๘ - ๑๒ ก.ค. ๖๒)	๒	อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการพัฒนาการของวัยรุ่น	วิเคราะห์สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น	
๑๐ (๑๕-๑๙ ก.ค. ๖๒)	สอบกลางภาคภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๒			
๑๑ (๒๒- ๒๖ ก.ค. ๖๒)	๓	อนามัยเจริญพันธุ์และการตั้งครรภ์	การวางแผนครอบครัว	
๑๒ (๒๙ ก.ค.-๒ ส.ค. ๖๒)	๓	อนามัยเจริญพันธุ์และการตั้งครรภ์	การอนามัยแม่และเด็ก	
๑๓ (๕ - ๙ ส.ค. ๖๒)	๔	การสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว	ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว	
๑๔ (๑๒ - ๑๖ ส.ค. ๖๒)	๔	การสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว	แนวทางการป้องกันความขัดแย้งในครอบครัว	
๑๕ (๑๙ - ๒๓ ส.ค. ๖๒)	๔	การสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว	ทักษะการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว	
๑๖ (๒๖ - ๓๐ ส.ค. ๖๒)	๕	อาหารที่เหมาะสมกับวัย	คุณค่าของอาหารและการสร้างเสริมสุขภาพ	
๑๗ (๒ - ๖ ก.ย. ๖๒)	๕	อาหารที่เหมาะสมกับวัย	ข้อแนะนำในการบริโภคอาหาร	
๑๘ (๙ - ๑๓ ก.ย. ๖๒)	๕	อาหารที่เหมาะสมกับวัย	ความสำคัญของการกำหนดรายการอาหาร	
๑๙ (๑๖ - ๒๐ ก.ย. ๖๒)	๕	อาหารที่เหมาะสมกับวัย	การกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัย	
๒๐ (๒๓ - ๒๗ ก.ย. ๖๒)	สอบปลายภาคภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๒			

นางสาวนาฏญาดา ผาบุชม
(นางสาวนาฏญาดา ผาบุชม)
ครูผู้สอน

(นายวินัย หวังถึง)
หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

(นางสาวปรมาภรณ์ อนุพันธ์)
หัวหน้ากลุ่มบริหารวิชาการ

(นายภาณุภัทร ลิ้มจำรูญ)
รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

(นายกิตติศักดิ์ สมพล)
ผู้อำนวยการโรงเรียนราชันนันทาจารย์ สามเสนวิทยาลัย ๒



เค้าโครงการจัดการเรียนรู้

รายวิชา พลศึกษา ๓ รหัสวิชา พ ๒๓๑๐๒ ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๒

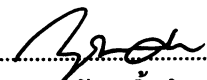
ชื่อผู้สอน นายวินัย หยั่งถึง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สัปดาห์ที่ /ว.ค.ป.	หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	เนื้อหา	หมายเหตุ
๑(๑๓ - ๑๗ พ.ค. ๖๒)	-	ปฐมนิเทศน์ก่อนการเรียนการสอน	ปฐมนิเทศน์ก่อนการเรียนการสอน เข้าหน่วยที่ ๑	
๒(๒๐ - ๒๔ พ.ค. ๖๒)	๑	การสร้างเสริมสุขภาพสมรรถภาพ	ทดสอบสมรรถภาพ ข้างน้ำหนักวัดส่วนสูง	
๓(๒๗ - ๓๑ พ.ค. ๖๒)	๑	การสร้างเสริมสุขภาพสมรรถภาพ	ทดสอบสมรรถภาพ วิ่งเก็บของ นั่งอตัวลูกนั่ง ๓๐ นาที	
๔(๓ - ๗ มิ.ย. ๖๒)	๒	การเคลื่อนไหวเบื้องต้น	การบริหารร่างกายเพื่อกีฬา	
๕(๑๐ - ๑๔ มิ.ย. ๖๒)	๒	การเคลื่อนไหวเบื้องต้น	การเคลื่อนไหวเบื้องต้นกับกีฬาบาสเกตบอล	
๖(๑๗ - ๒๑ มิ.ย. ๖๒)	๒	ทักษะเฉพาะตัวในการเล่น	ทักษะการรับส่งบอลระดับอก	
๗(๒๔ - ๒๘ มิ.ย. ๖๒)	๓	ทักษะเฉพาะตัวในการเล่น	ทักษะการรับส่งบอลกระดอนพื้น	
๘(๑ - ๕ ก.ค. ๖๒)	๓	ทักษะเฉพาะตัวในการเล่น	ทักษะการรับส่งบอลเหนือศีรษะ	
๙(๘ - ๑๒ ก.ค. ๖๒)	๓	ทักษะเฉพาะตัวในการเล่น	ทดสอบทักษะ	
๑๐(๑๕-๑๙ ก.ค. ๖๒)	สอบกลางภาคภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๒			
๑๑(๒๒- ๒๖ ก.ค. ๖๒)	๓	เทคนิคและวิธีการเล่นกีฬา	ทักษะการเลี้ยงลูก	
๑๒(๒๙ ก.ค.-๒ ส.ค. ๖๒)	๓	เทคนิคและวิธีการเล่นกีฬา	ทักษะการยิงประตู	
๑๓(๕ - ๙ ส.ค. ๖๒)	๔	เทคนิคและวิธีการเล่นกีฬา	ทักษะการเคลื่อนที่ยิงประตู (เลย์ อัฟ)	
๑๔(๑๒ - ๑๖ ส.ค. ๖๒)	๔	เทคนิคและวิธีการเล่นกีฬา	เรียนรู้กฎกติกาวิธีเล่นบาสเกตบอล	
๑๕(๑๙ - ๒๓ ส.ค. ๖๒)	๔	เทคนิคและวิธีการเล่นกีฬา	ทดสอบทักษะ	
๑๖(๒๖ - ๓๐ ส.ค. ๖๒)	๔	เทคนิคและวิธีการเล่นกีฬา	ทดสอบทักษะ	
๑๗(๒ - ๖ ก.ย. ๖๒)	๔	เทคนิคและวิธีการเล่นกีฬา	ทดสอบทักษะ	
๑๘(๙ - ๑๓ ก.ย. ๖๒)	๕	กฎ กติกา มารยาทในการเล่น	แบบฝึกการเล่นทีมรุก	
๑๙(๑๖ - ๒๐ ก.ย. ๖๒)	๕	กฎ กติกา มารยาทในการเล่น	แบบฝึกการเล่นทีมรับ	
๒๐(๒๓ - ๒๗ ก.ย. ๖๒)	สอบปลายภาคภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๒			


.....
(นายวินัย หยั่งถึง)
ครูผู้สอน


.....
(นายวินัย หยั่งถึง)
หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้


.....
(นางสาวปรมาภรณ์ อนุพันธ์)
หัวหน้ากลุ่มบริหารวิชาการ


.....
(นายภาณุภัทร ลิ้มจำรูญ)
รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ


.....
(นายกิตติศักดิ์ สมพล)
ผู้อำนวยการโรงเรียนราชันนันทาคารย์ สามเสนวิทยาลัย ๒