

มัธยมศึกษาปีที่ 3

พ23111 สุขศึกษา 5 (Health Education 5) 0.5หน่วยกิต1คาบ/สัปดาห์

พ23112 สุขศึกษา 6 (Health Education 6) 0.5หน่วยกิต1คาบ/สัปดาห์

พ23111 สุขศึกษา 5 0.5หน่วยกิต

การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาแต่ละช่วงชีวิต อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น อนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัว และวิธีการปฏิบัติตนที่เหมาะสม ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรรภ์ สาเหตุ และเสนอแนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว

โดยให้ผู้เรียนได้ศึกษา วิเคราะห์ และฝึกปฏิบัติ เพื่อมุ่งเน้นในการพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพในชีวิตประจำวันควบคู่ไปด้วย โดยผ่านกระบวนการจัดการ เรียนรู้ที่มุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

พ23112 สุขศึกษา 6 0.5หน่วยกิต

กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่างๆ โดยคำนึงถึงความประหยัด และคุณค่าทางโภชนาการ แนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของภาวะเจ็บป่วย และการตายของคนไทยรวบรวมข้อมูลและเสนอแนว ทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน วางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริม สมรรถภาพทางกาย ทดสอบสมรรถภาพทางกาย และพัฒนาความแตกต่างของแต่ละบุคคล ปัจจัยเสี่ยงและ พฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพ และแนวทางป้องกัน การหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรง และชักชวนเพื่อนให้ หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพ และการเกิดอุบัติเหตุ วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่าง ถูกวิธี

โดยให้ผู้เรียนได้ศึกษา วิเคราะห์ และฝึกปฏิบัติ เพื่อมุ่งเน้นในการพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพในชีวิตประจำวันควบคู่ไปด้วย โดยผ่านกระบวนการจัดการ เรียนรู้ที่มุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ