

## โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา

### ประมวลการสอน (Course Syllabus)

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1

รหัสวิชา พ 11121 พลศึกษา 1 ชื่อวิชา กีฬากีฬา เกมกีฬาไทย กีฬายืดหยุ่น ทักษะกีฬา

จำนวน 1 หน่วยกิต

เวลาเรียน 2 คาบ/สัปดาห์

---

#### คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเพื่อให้เกิดความรู้เบื้องต้น และเกิดทักษะพื้นฐานในการเคลื่อนไหวร่างกาย โดยใช้เกมกีฬาไทย เพื่อให้ผู้เรียนสามารถสนุกสนานพร้อมอนุรักษ์วัฒนธรรมไทย ในทักษะกรีฑา ให้ผู้เรียนสามารถใช้กล้ามเนื้อของอวัยวะแขน ขาในการเดิน วิ่ง และกระโดด ในทักษะยิมนาสติกทำให้เกิดความอ่อนตัว ความคล่องตัว รวมทั้งทักษะกีฬา เพื่อให้ผู้เรียนมีความสัมพันธ์ของสายตา มือ และเท้า ในการขว้าง โยน รับ-ส่ง และการทดสอบสมรรถภาพทางกาย รวมถึงการให้ผู้เรียนเกิดทัศนคติที่ดีต่อการออกกำลังกาย

#### สาระ มาตรฐานและตัวชี้วัด

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 : เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและ กีฬา  
ตัวชี้วัด

พ 3.1.1 เคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ

#### สาระการเรียนรู้

การเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ โดยใช้กิจกรรมเป็นสื่อ โดยมีกิจกรรมดังนี้

- ทักษะกรีฑาเป็นการเคลื่อนไหวเบื้องต้น การเดิน การกระโดด การเคลื่อนไหวด้านข้างท่าทางการวิ่ง การตั้งต้นการวิ่ง การวิ่งผลัด การวิ่งถอยหลัง การวิ่งกลับตัว การวิ่งซิกแซก การสไลด์ การวิ่งข้ามรั้ว การวิ่งระยะทาง 30 เมตร

- ทักษะยืดหยุ่นเบื้องต้น การเคลื่อนไหวเลียนแบบท่าสัตว์ การทรงตัว นั่งดู TV คันธนู แมวน้ำ แมวน้ำสระผม โล้ขาคุ การกลิ้งตัวแบบท่อนซุงการทรงตัวการโล้เก้าอี้ สะพานโค้ง การม้วนหน้า ยืนม้วนหน้า ม้วนหลัง เป็นต้น

- ทักษะกีฬาเป็นเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ การโยนรับบอลขนาดต่างๆ การโยนรับห่วงยาง การโยนจานร่อน การเตะบอล การหยุดบอล การเลี้ยงบอล การทุ่มบอล การยิงประตู การเล่นเกม เป็นต้น

### พ 3.1.2 เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ

#### สาระการเรียนรู้

กิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวร่างกายตามธรรมชาติ โดยใช้เกมเป็นสื่อโดยมีกิจกรรมดังนี้

- เกมกีฬาไทยการเล่นพื้นบ้าน การเล่นมอญซ่อนผ้า ลิงชิงหลัก เสือกินวัว กระจ่าตายขาเดียว กระจอกเปลี่ยนโพรง แก้อีตนต์รี วิ่งเปี้ยว รี รี ข้าวสาร งูกินหาง ชักคะเย่อ บอลเชลย ตีล้อย่าง แม่นาค พระโขง เป็นต้น

มาตรฐาน พ 3.2 : รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติประจำอย่างสม่ำเสมอ

มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

#### ตัวชี้วัด

พ 3.2.1 ออกกำลังกายและเล่นเกมตามคำแนะนำอย่างสนุกสนาน

#### สาระการเรียนรู้

กิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวร่างกายตามธรรมชาติ โดยใช้เกมเป็นสื่อโดยมีกิจกรรมดังนี้

- เกมกีฬาไทยการเล่นพื้นบ้าน การเล่นมอญซ่อนผ้า ลิงชิงหลัก เสือกินวัว กระจ่าตายขาเดียว กระจอกเปลี่ยนโพรง แก้อีตนต์รี วิ่งเปี้ยว รี รี ข้าวสาร งูกินหาง ชักคะเย่อ บอลเชลย ตีล้อย่าง แม่นาค พระโขง เป็นต้น

พ 3.2.2 ปฏิบัติตนตามกฎหมาย กติกา ข้อตกลงในการเล่นตามคำแนะนำ

#### สาระการเรียนรู้

การฝึกกระเปาะการเข้าแถว และการเดินแถว ข้อตกลงเกี่ยวกับการแต่งกาย ระเบียบในการเรียน สุขปฏิบัติ การวัดและประเมินผล และการทำใบงาน การทำข้อสอบ

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 : เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ

การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

#### ตัวชี้วัด

พ 4.1.1 ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

## สาระการเรียนรู้

การทดสอบสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ โดยใช้แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ สำนักงานวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา พ.ศ. 2555 มี 7 รายการคือ ดัชนีมวลกาย ลูกนั่ง 60 วินาที ยืนกระโดดไกล ดันพื้น 30 วินาที นั่งงอตัวไปข้างหน้า วิ่งอ้อมหลัก วิ่งระยะไกล 1,200 เมตร

## เค้าโครงรายวิชา

### หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 กีฬากีฬา

- เรื่องที่ 1 การเดิน
- เรื่องที่ 2 การกระโดด
- เรื่องที่ 3 การเคลื่อนไหวด้านข้าง
- เรื่องที่ 4 ท่าทางการวิ่ง
- เรื่องที่ 5 การตั้งต้นการวิ่ง
- เรื่องที่ 6 การวิ่งผลัด
- เรื่องที่ 7 การวิ่งถอยหลัง
- เรื่องที่ 8 การวิ่งกลับตัว
- เรื่องที่ 9 การวิ่งซิกแซก
- เรื่องที่ 10 การสไลด์
- เรื่องที่ 11 การวิ่งข้ามรั้ว
- เรื่องที่ 12 การวิ่งระยะทาง 30 เมตร

### หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เกมกีฬาไทย

- เรื่องที่ 1 มอญซ่อนผ้า
- เรื่องที่ 2 ลิงชิงหลัก
- เรื่องที่ 3 เสือกินวัว
- เรื่องที่ 4 กระจ่ายขาเดียว
- เรื่องที่ 5 กระจอกเปลี่ยนโพรง
- เรื่องที่ 6 แก้อัดนตรี
- เรื่องที่ 7 วิ่งเปี้ยว
- เรื่องที่ 8 รี รี ข้าวสาร
- เรื่องที่ 9 งูกินหาง
- เรื่องที่ 10 ชักคะเย่อ
- เรื่องที่ 11 บอลเชลย
- เรื่องที่ 12 ตีล้อย่าง
- เรื่องที่ 13 แม่นาคพระโขนง

### หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 กีฬายืดหยุ่น

- เรื่องที่ 1 การเคลื่อนไหวเลียนแบบทำสัตว์
- เรื่องที่ 2 การทรงตัว
- เรื่องที่ 3 นิ่งดู TV
- เรื่องที่ 4 คั่นธนู
- เรื่องที่ 5 แมวน้ำ
- เรื่องที่ 6 แมวน้ำสระผม
- เรื่องที่ 7 โล้ขาคู่
- เรื่องที่ 8 การกลิ้งตัวแบบท่อนซุงการทรงตัวการโล้เก้าอี้
- เรื่องที่ 9 สะพานโค้ง
- เรื่องที่ 10 การม้วนหน้า
- เรื่องที่ 11 ยืนม้วนหน้า
- เรื่องที่ 12 ม้วนหลัง

### หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ทักษะกีฬา

- เรื่องที่ 1 การเคลื่อนไหวพื้นฐาน
- เรื่องที่ 2 การโยนรับบอลขนาดต่างๆ
- เรื่องที่ 3 การโยนรับห่วงยาง
- เรื่องที่ 4 การโยนจานร่อน
- เรื่องที่ 5 การเตะบอล
- เรื่องที่ 6 การหยุดบอล
- เรื่องที่ 7 การเลี้ยงบอล
- เรื่องที่ 8 การทุ่มบอล
- เรื่องที่ 9 การยิงประตู
- เรื่องที่ 10 การเล่นเกม

### หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 กิจกรรมเสริมหลักสูตร

- เรื่องที่ 1 ฝึกระเบียบการเข้าแถว และการเดินแถว

### หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 การทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ

- เรื่องที่ 1 ความหมายของการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ
- เรื่องที่ 2 วิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย โดยใช้แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา และการบันทึกผล
- เรื่องที่ 3 ประโยชน์ของการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ

### หน่วยการเรียนรู้ที่ 7 กีฬาและการละเล่นอาเซียน

- เรื่องที่ 1 ประเทศลาว (ทอยเส้น)

โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา  
 โครงการสอนระยะยาวกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา)  
 ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคต้น

สัปดาห์ที่	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
1	พ 3.2 ป.1/2	ปฐมนิเทศ 1. ข้อตกลงเกี่ยวกับการแต่งกาย 2. ระเบียบในการเรียน 3. สุขปฏิบัติ 4. การวัดและประเมินผล	2	
	พ 3.1 ป.1/1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 ทักษะกรีฑา 1. การเคลื่อนไหวพื้นฐาน (การเดิน การวิ่ง การวิ่งกลับตัว) หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 กิจกรรมเสริมหลักสูตร 1. ฝึกกระโดดเข้าแถว และการเดินแถว (ปฏิบัติทุกครั้ง)		
	พ 4.1 ป.1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 การทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 1. ดัชนีมวลกาย 2. ลูก-นั่ง 30 วินาที 3. ยืนกระโดดไกล 4. นั่งงอตัวไปข้างหน้า		
2	พ 3.1 ป.1/1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 กีฬากรีฑา 1. ท่าทางการเดิน 2. ท่าทางการวิ่ง 3. ท่าทางการกระโดด	2	
	พ 4.1 ป.1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 การทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 1. วิ่งเก็บของ 2. วิ่งระยะ 50 เมตร		

ลำดับที่	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
3	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 กีฬากีฬา</b> 1. ทบทวน (ท่าทางการเดิน ท่าทางการวิ่ง ท่าทางการ กระโดด) 2. การวิ่งไปข้างหน้า 3. การวิ่งถอยหลัง 4. การวิ่งกลับตัว 5. การวิ่งซิกแซก	2	
4	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 กีฬากีฬา</b> 1. การเดินสลับเท้า 2. การวิ่ง Hop 3. การวิ่ง Slide 4. การควมม้า	2	
5	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 กีฬากีฬา</b> 1. การวิ่งข้ามสิ่งกีดขวาง (รั้ว) 2. การกระโดดสองเท้าข้ามสิ่งกีดขวาง (รั้ว) 3. การกระโดดเท้าเดียวข้ามสิ่งกีดขวาง (รั้ว)	2	
6	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 กีฬากีฬา</b> 1. การตั้งต้นวิ่ง (ท่าทางการวิ่ง) 2. การวิ่งเข้าเส้นชัย 3. การวิ่งระยะสั้น	2	
7	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 กีฬากีฬา</b> 1. การวิ่งทางตรงระยะทาง 10 เมตร 2. การวิ่งทางตรงระยะทาง 30 เมตร 3. การวิ่งผลัด 7 x 50 เมตร	2	
	พ 3.2 ป.1/2	<b>ใบงานที่ 1 (P20คะแนน)</b> - จับคู่ภาพกีฬา		
8	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 กีฬากีฬา</b> <b>ประเมินทักษะ (K40คะแนน)</b> 1. การวิ่งแบบ Hop 10 คะแนน 2. การวิ่งแบบ Slide 10 คะแนน 3. การวิ่งแบบควมม้า 10 คะแนน 4. การวิ่งซิกแซก 10 คะแนน	2	

ลำดับที่	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
9	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 กีฬากีฬา</b> <b>ประเมินทดสอบทักษะ (20 คะแนน)</b> 1. การวิ่งกระโดดสองเท้าคู่ข้ามรั้ว 10 คะแนน 2. การวิ่งระยะทาง 30 เมตร 10 คะแนน	2	
	พ 3.1 ป.1/2 พ 3.2 ป.1/2	<b>ประเมินเจตคติ (A10คะแนน)</b> - การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี - การทำงานเป็นทีม		
	พ 3.2 ป.1/1 ป.1/2	<b>ประเมินพฤติกรรมการเรียน (10คะแนน)</b> - การตั้งใจเรียน - การแต่งกายและอุปกรณ์ - ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม		
10	พ 3.1 ป.1/1 ป.1/2	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เกมกีฬาไทย</b> 1. ทบทวนการเคลื่อนไหวพื้นฐาน (การเดิน การวิ่ง การวิ่งกลับตัว) 2. มอญซ่อนผ้า 3. ลิงชิงหลัก	2	
11	พ 3.1 ป.1/1 ป.1/2	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เกมกีฬาไทย</b> 1. การเคลื่อนไหวพื้นฐาน - ทบทวนการเคลื่อนไหวพื้นฐาน - การเคลื่อนไหวไปข้างหน้า 2. เสือข้ามห้วย 3. กระต่ายขาเดียว	2	
12	พ 3.1 ป.1/1 ป.1/2	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เกมกีฬาไทย</b> 1. การเคลื่อนไหวพื้นฐาน - ทบทวนการเคลื่อนไหวพื้นฐาน - การเคลื่อนไหวด้านข้าง 2. กระรอกเปลี่ยนโพรง 3. แก้อึดนตรี	2	

ลำดับที่	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
13	พ 3.1 ป.1/1 ป.1/2 พ 3.2 ป.1/1 ป.1/2	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เกมกีฬาไทย</b> 1. การฝึกกระเปียบแถว (การเข้าแถวตอน,หน้ากระดาน, การปฏิบัติตามระเบียบพัก,การเดินแถว ) 2. การเคลื่อนไหวพื้นฐาน - ทบทวนการเคลื่อนไหวพื้นฐาน - การวิ่งถอยหลัง - การวิ่งกลับตัว 3. วิ่งเปี้ยว 4. รี รี ข้าวสาร	2	
14	พ 3.1 ป.1/1 ป.1/2 พ 3.2 ป.1/1 ป.1/2	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เกมกีฬาไทย</b> 1. การฝึกกระเปียบแถว 2. การเคลื่อนไหวพื้นฐาน - ทบทวนการเคลื่อนไหวพื้นฐาน - การฝึกกำลังแขน 3. งูกินหาง 4. เสือกินวัว	2	
15	พ 3.1 ป.1/1 ป.1/2 พ 3.2 ป.1/1 ป.1/2	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เกมกีฬาไทย</b> 1. การฝึกกระเปียบแถว 2. การเคลื่อนไหวพื้นฐาน - ทบทวนการเคลื่อนไหวพื้นฐาน - การฝึกกำลังแขน - การฝึกโยนรับลูกบอล 3. บอลเชลย 4. ตีล้อยาง	2	
	พ 3.2 ป.1/1 ป.1/2	<b>ใบงานที่ 2 (K 10 คะแนน)</b> - วาดภาพกีฬาที่ชอบ		
16	พ 3.1 ป.1/1 ป.1/2 พ 3.2 ป.1/1 ป.1/2	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เกมกีฬาไทย</b> 1. การฝึกกระเปียบแถว 2. ทบทวนการเคลื่อนไหวพื้นฐาน - การกระโดดยาง 3. ชักคะเย่อ 4. แม่นาคพระโขนง	2	



ลำดับที่	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
	พ 3.2 ป.1/1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 7 กีฬาและการละเล่นอาเซียน ประเทศไทย (ทอยเส้น)		
17	พ 3.1 ป.1/2	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เกมกีฬาไทย ประเมิน (P ทักษะ 40 คะแนน) 1. ครอบเปลี่ยนโพรง 10 คะแนน 2. ครอบต่ายขาเดียว 10 คะแนน 3. เสือกินวัว 10 คะแนน 4. วิ่งเปี้ยว 10 คะแนน	2	
18	พ 3.1 ป.1/2	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เกมกีฬาไทย ประเมิน (ทดสอบทักษะ 20 คะแนน) 1. มอญซ่อนผ้า 10 คะแนน 2. งูกินหาง 10 คะแนน	2	
	พ. 3.1 ป.1/2 พ. 3.2 ป.1/2	ประเมินเจตคติ (A10คะแนน) - การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี - การทำงานเป็นทีม		
	พ 3.2 ป.1/1 ป.1/2	ประเมินพฤติกรรมการเรียน (10คะแนน) - การตั้งใจเรียน - การแต่งกายและอุปกรณ์ - ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม		

โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา  
 โครงการสอนระยะยาวกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา)  
 ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคปลาย

สัปดาห์ที่	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	เนื้อหา	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
1	พ. 3.2 ป.1/2	1. ปฐมนิเทศ - ข้อตกลงเกี่ยวกับการแต่งกาย - ระเบียบในการเรียน - สุขปฏิบัติ - การวัดและประเมินผล	2	
	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 กีฬายืดหยุ่น</b> <b>อบอุ่นร่างกายและยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</b> 1. เสริมสร้างความอ่อนตัว และความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ขา - นั่งเหยียดขาตึง เท้าชิด เหยียดแขนเหนือศีรษะ ก้มตัว มือแตะเท้า - กระโดดอยู่กับที่ 10 ครั้ง 2 ชุด ยืนเท้าชิดย่อเข้า 5 วินาที 5 ชุด  2. ทักษะการทรงตัว - ยืนด้วยปลายเท้าทั้งสองข้าง 5 วินาที 5 ชุด - ยืนเท้าเดียว งอเข่าตึงฉาก 5 วินาที ซ้าย 3 ชุด ขวา 3 ชุด - นั่งบนส้นเท้า เข่าชิด 10 วินาที  3. เคลื่อนไหวเลียนแบบ - กลิ้งตัวแบบท่อนขรุขระระยะ 5 เมตร - กระโดดแบบกบ 5 เมตร		
2	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 กีฬายืดหยุ่น</b> <b>อบอุ่นร่างกายและยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</b> 1. เสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าท้อง แขน และ ไหล่ - ลูก-นั่ง 10 ครั้ง ดันพื้น 10 ครั้ง		

สัปดาห์ที่	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	เนื้อหา	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
2(ต่อ)		2. ทักษะการทรงตัว - ยืนทรงตัว 2 ขา ด้วยปลายเท้า 5 วินาที 5 ชุด - ยืนทรงตัวเท้าเดียว งอเข่าตั้งฉาก 5 วินาที ซ้าย 3 ชุด ขวา 3 ชุด 3. สะพานโค้ง - นอนดันสะพานโค้ง - นอนทับขาสะพานโค้ง - สะพานโค้งหัวปัก	2	
3	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 กีฬายืดหยุ่น</b> <b>อบอุ่นร่างกายและยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</b> 1. เสริมสร้างความอ่อนตัว - นั่งดู TV - คั่นธนู - แมวน้ำ - แมวสระผม 2. ทักษะการทรงตัว - นั่งบนปลายเท้า เข่าชิด 10 วินาที 3 ชุด 3. ม้วนหน้า - นั่งม้วนหน้า - ยืนม้วนหน้า	2	
4	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 กีฬายืดหยุ่น</b> <b>อบอุ่นร่างกายและยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</b> 1. เสริมสร้างความอ่อนตัวและเคลื่อนไหวเลียนแบบ - แมวบิดขี้เกียจ - ผีเสื้อบินสอดแขน - คลานแบบสุนัข - เดินปู - เดินแบบแมงมุม	2	
6	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 กีฬายืดหยุ่น</b> <b>อบอุ่นร่างกายและยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</b> 1. เสริมสร้างความแข็งแรงข้อเท้าและหน้าท้อง - กระโดดเท้าคู่ เป็นระยะทาง 5 เมตร 3 ชุด	2	

สัปดาห์ที่	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	เนื้อหา	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
6(ต่อ)		<ul style="list-style-type: none"> <li>- กระโดดขาเดียว 5 เมตร 3 ชุด</li> <li>- ลูกนั่ง 10 ครั้ง</li> </ul> 2. ทักษะการทรงตัว <ul style="list-style-type: none"> <li>- ยืนเท้าเดียว งอเข่าตั้งฉาก 10 วินาที ซ้าย 3 ชุด ขวา 3 ชุด</li> </ul> 3. ม้วนหลัง		
7	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 กีฬายืดหยุ่น</b> <b>อบอุ่นร่างกายและยืดเหยียดกล้ามเนื้อ</b> 1. เสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขน ขา และกล้ามเนื้อหน้าท้อง <ul style="list-style-type: none"> <li>- โล้ขาคู่</li> <li>- โล้เรือ</li> <li>- กระโดดแบบจิงโจ้</li> </ul> 2. ทักษะการทรงตัว <ul style="list-style-type: none"> <li>- กลิ้งตัวแบบตุ๊กตาล้มลุก</li> </ul> 3. ม้วนหลัง	2	
	พ 3.2 ป.1/2	<b>ใบงานที่ 3 (K10คะแนน)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- จับคู่ทักษะกีฬายืดหยุ่น</li> </ul>		
8	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 กีฬายืดหยุ่น</b> <b>ประเมินผล (P ทักษะ 40 คะแนน)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. ม้วนหน้า 10 คะแนน</li> <li>2. คั่นธนู 10 คะแนน</li> <li>3. เดินปู 10 คะแนน</li> <li>4. แมวน้ำสระผม 10 คะแนน</li> </ul>	2	
9	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 กีฬายืดหยุ่น</b> <b>ประเมินผล (ทดสอบทักษะ 20 คะแนน)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. สะพานโค้ง 10 คะแนน</li> <li>2. ยืนทรงตัวขาเดียว งอเข่าตั้งฉาก 10 คะแนน</li> </ul>	2	
	พ 3.1 ป.1/2 พ 3.2 ป.1/2	<b>ประเมินเจตคติ (A10คะแนน)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี</li> <li>- การทำงานเป็นทีม</li> </ul>		

สัปดาห์ที่	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	เนื้อหา	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
9(ต่อ)	พ 3.2 ป.1/1 ป.1/2	<b>ประเมินพฤติกรรมการเรียน (10คะแนน)</b> - การตั้งใจเรียน - การแต่งกายและอุปกรณ์ - ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม		
10	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ทักษะกีฬา</b> 1. การเคลื่อนไหวพื้นฐาน 2. เกมการเคลื่อนไหว 3. การเคลื่อนไหวโดยใช้อุปกรณ์ - การโยนรับลูกบอลขนาดต่างๆ - การโยนรับลูกเทนนิส	2	
11	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ทักษะกีฬา</b> 1.การเคลื่อนไหวพื้นฐาน 2. การเคลื่อนไหวโดยใช้อุปกรณ์ - การโยนรับห่วงยางแนวนอน - การโยนรับห่วงยางแนวตั้ง	2	
12	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ทักษะกีฬา</b> 1.การเคลื่อนไหวพื้นฐาน 2.การเคลื่อนไหวโดยใช้อุปกรณ์ - การโยนรับห่วงยางแนวตั้งกับคู่และกลุ่ม - การโยนรับห่วงยางแนวนอนกับคู่และกลุ่ม	2	
13	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ทักษะกีฬา</b> 1.การเคลื่อนไหวพื้นฐาน 2. การเคลื่อนไหวโดยใช้อุปกรณ์ - การโยนจานร่อน 3. ทบพวนการเคลื่อนไหวโดยใช้อุปกรณ์ - การโยนรับลูกบอล - การโยนรับห่วงยาง - การโยนรับจานร่อน - การโยนรับลูกเทนนิส	2	
14	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ทักษะกีฬา</b> <b>ประเมินผล (P ทักษะ 40 คะแนน)</b> 1. การโยนรับลูกบอล 10 คะแนน		

สัปดาห์ที่	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	เนื้อหา	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
14(ต่อ)		2. การโยนห่วงยาง 10 คะแนน 3. การโยนจานร่อน 10 คะแนน 4. การโยนลูกเทนนิส 10 คะแนน	2	
15	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ทักษะกีฬา</b> <b>ทักษะฟุตบอล</b> 1. ทบพทวนการเคลื่อนไหวพื้นฐาน 2. การเตะบอลด้วยข้างเท้าด้านใน 3. การหยุดบอลด้วยข้างเท้าด้านใน 4. การเตะบอลด้วยหลังเท้า 5. การหยุดบอลด้วยข้างฝ่าเท้า	2	
16	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ทักษะกีฬา</b> <b>ทักษะฟุตบอล</b> 1. ทบพทวนการเคลื่อนไหวพื้นฐาน 2. ทบพทวนการเคลื่อนไหวโดยใช้อุปกรณ์ 3. ทบพทวนการเตะบอลและหยุดบอลด้วยข้างเท้าด้านใน 4. ทบพทวนการเตะบอลด้วยหลังเท้าและหยุดบอลด้วยข้างฝ่าเท้า การเลี้ยงบอล 4. ทักษะการเลี้ยงบอล	2	
	พ 3.2 ป.1/2	<b>ใบงานที่ 4 (K10คะแนน)</b> - ข้อสอบ 10 ข้อ		
17	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ทักษะกีฬา</b> <b>ทักษะฟุตบอล</b> 1. การทุ่มบอล 2. การยิงประตู 3. การเล่นทีม	2	
	พ 4.1 ป.1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 การทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ</b> ประกอบด้วย 1. ดัชนีมวลกาย 2. ลูก-นั่ง 30 วินาที		

สัปดาห์ที่	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	เนื้อหา	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
17(ต่อ)		3. ยืนกระโดดไกล 4. นั่งจอตัวไปข้างหน้า		
18	พ 3.1 ป.1/1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ทักษะกีฬา</b> <b>ทักษะฟุตบอล</b> <b>ประเมิน (ทดสอบทักษะ 20 คะแนน)</b> 1. การรับ-ส่งลูกฟุตบอล 10 คะแนน 2. การเลี้ยงลูกฟุตบอล 10 คะแนน	2	
	พ 3.1 ป.1/2 พ 3.2 ป.1/2	<b>ประเมินเจตคติ (A10คะแนน)</b> - การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี - การทำงานเป็นทีม		
	พ 3.2 ป.1/1 ป.1/2	<b>ประเมินพฤติกรรมการเรียน (10 คะแนน)</b> - การตั้งใจเรียน - การแต่งกายและอุปกรณ์ - ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม		
	พ 4.1 ป.1	<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 การทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อ</b> <b>สุขภาพ ประกอบด้วย</b> 1. วิ่งเก็บของ 2. วิ่งระยะ 50 เมตร		

## การจัดการเรียนรู้

### วิธีการสอน

1. การปฏิบัติ
2. การอธิบายและสาธิต
3. การออกคำสั่ง
4. การบรรยาย
5. การประเมิน

### วิธีเรียน

1. การเรียนแบบแข่งขัน  
เป็นรายบุคคล , กลุ่มเล็ก , กลุ่มใหญ่
2. การเรียนเป็นรายบุคคล  
เป็นการแก้ไขทักษะในแต่ละบุคคล
3. การเรียนด้วยตนเอง  
เป็นการฝึกทักษะของนักเรียนแต่ละคน
4. การเรียนแบบร่วมมือ  
เป็นรายบุคคล , กลุ่มเล็ก , กลุ่มใหญ่

### สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. กีฬากีฬา ได้แก่ หลัก, รั้ว
2. กีฬาไทย หนังสือประกอบกีฬาไทย
3. กีฬายืดหยุ่น ได้แก่ แทมโพลีน, รูปภาพ
4. ทักษะกีฬา ได้แก่ ลูกเทนนิส, ห่วงยาง, จานร่อน, ลูกฟุตบอล, ลูกแชร์บอล
5. ภาพประกอบการบรรยายและสาธิต
6. หนังสืออ่านประกอบ
7. อินเทอร์เน็ต

### การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

1. กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา)

ได้กำหนดการประเมินผลการเรียนของผู้เรียน ในระดับชั้นประถมศึกษาเป็นคะแนนเต็ม 100 คะแนนดังนี้

ระหว่างภาค Formative				กลาง/ปลายภาค Summative	สรุป
K ความรู้	P ทักษะกระบวนการ	A เจตคติ	พฤติกรรม การเรียนรู้	ทดสอบทักษะ	คะแนนเต็ม
20	40	10	10	20	100



1.1 ความรู้ (Knowledge) K 20 คะแนน ประเมินจาก ผลสอบหรือใบงานหรือรายงาน ตามมาตรฐาน  
ตัวชี้วัด

1.2 ทักษะกระบวนการ (Process) P 40 คะแนน ประเมินจาก การทดสอบทักษะกีฬา

1.3 เจตคติ (Attitude) A 10 คะแนน ประเมินจาก ลักษณะที่นักเรียนควรมี และฝึกปฏิบัติได้ในการเรียน  
วิชาพลศึกษา ดังนี้ 1.3.1 การเป็นผู้นำ และผู้ตาม

1.3.2 การทำงานเป็นทีม

1.4. พฤติกรรมการเรียน 10 คะแนน ประเมินจาก ลักษณะพฤติกรรมทั่วไปในการเรียน ดังนี้

1.4.1 การตั้งใจเรียน

1.4.2 การแต่งกายและอุปกรณ์การเรียน

1.4.3 ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต่างๆ

## 2. ประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน พิจารณาจาก 5 ด้าน ดังต่อไปนี้

ข้อที่	หัวข้อ	ตัวชี้วัด	พฤติกรรมบ่งชี้
1	ความสามารถในการสื่อสาร	1.2 มีวัฒนธรรมในการใช้ภาษา	1.2.1 ใช้ภาษาได้ถูกต้องเหมาะสมแก่โอกาส กาลเทศะ และบุคคล
2	ความสามารถในการคิด (รอบรู้)	2.1 วิเคราะห์ข้อมูลอย่างมีเหตุผล	2.1.2 อธิบายความเหมือน ความแตกต่าง ความสอดคล้อง ความขัดแย้ง ความสัมพันธ์ ลำดับความต่อเนื่องของข้อมูลได้อย่างถูกต้อง
		2.4 มีความคิดแปลกใหม่ คิดยืดหยุ่น และคิดละเอียดลออ	2.4.1 เสนอแนวคิด วิธีการ ทางเลือกที่ หลากหลายด้วยการดัดแปลงความคิดเห็นเดิม หรือคิดสิ่งแปลกใหม่ที่เกิดประโยชน์
3	ความสามารถในการ แก้ปัญหา	3.1 แสวงหา รวบรวม สร้าง จัดระบบ ประมวลและกลั่นกรอง ความรู้	3.1.2 บันทึกความรู้ วิเคราะห์ข้อมูล จากสิ่งที่ เรียนรู้สรุปเป็นองค์ความรู้
4	ความสามารถในการใช้ ทักษะชีวิต	4.1 ทำงานกลุ่มร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมี ประสิทธิภาพ	4.1.1 เป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี 4.1.2 ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น 4.1.3 ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
5	ความสามารถในการใช้ เทคโนโลยี	5.2 มีการจัดการเทคโนโลยีให้ยั่งยืน ด้วยวิธีที่เหมาะสม	5.2.2 ลดการใช้ทรัพยากร ใช้อย่างประหยัด และคุ้มค่า

3. ลำดับการประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน ระดับชั้นประถมศึกษา ได้ดังนี้

คุณลักษณะ / ตัวชี้วัด	ภาคต้น		ภาคปลาย
	ครั้งที่1	ครั้งที่2	ครั้งที่ 3
ข้อที่ 1 ความสามารถในการสื่อสาร 1.2 มีวัฒนธรรมในการใช้ภาษา	✓	✓	✓
ข้อที่ 2 ความสามารถในการคิด (รอบรู้) 2.1 วิเคราะห์ข้อมูลอย่างมีเหตุผล 2.4 มีความคิดแปลกใหม่ คิดยืดหยุ่นและคิดละเอียดลออ	✓	✓	✓
ข้อที่ 3 ความสามารถในการแก้ปัญหา 3.1 แสวงหา รวบรวม สร้าง จัดระบบ ประมวลและกลั่นกรองความรู้	✓	✓	✓
ข้อที่ 4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.1 ทำงานกลุ่มร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ	✓	✓	✓
ข้อที่ 5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี 5.2 มีการจัดการเทคโนโลยีให้ยั่งยืนด้วยวิธีที่เหมาะสม	✓	✓	✓

การกำหนดการประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา(พลศึกษา) ประเมินผู้เรียนในภาคต้น 2 ครั้ง และภาคปลาย 1 ครั้ง รวมเป็น 3 ครั้ง สรุปเป็น 4 ระดับ ได้แก่ ดีเยี่ยม (3) ดี (2) ผ่าน(1) และไม่ผ่าน(0)

4. ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ พิจารณาจากการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 1 ข้อ ที่โรงเรียนกำหนด จากตัวบ่งชี้พฤติกรรม 5 ข้อ ได้ดังนี้

ข้อที่	หัวข้อ	ตัวชี้วัด	พฤติกรรมบ่งชี้
3	มีวินัย	3.1 ปฏิบัติตามข้อตกลง ระเบียบข้อบังคับของครอบครัว โรงเรียนและสังคม	3.1.1 ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบของครอบครัวโรงเรียนและสังคม
4	ใฝ่รู้ใฝ่เรียน	4.1 ตั้งใจ เพียรพยายามในการเรียนและเข้าร่วมกิจกรรม	4.1.1 ตั้งใจเรียน
9	มีสุขนิสัยที่ดี	9.1 มีนิสัยที่ดีในการดูแลสุขภาพ	9.1.2 ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เหมาะแก่วัยและสุขภาพของตน
10	มีสุขภาพจิตดี	10.2 ใช้ความสามารถทางสติปัญญาและความฉลาดทางอารมณ์ได้อย่างเต็มศักยภาพ	10.2.1 เชื่อมมั่นในตนเองและพึ่งพาตนเอง
11	ใฝ่สันติ	11.2 รู้เท่าทันปัญหา แก้ปัญหาและยุติความขัดแย้งด้วยวิธีการที่ไม่รุนแรง	11.2.1 ควบคุมอารมณ์ มีสติ ใช้เหตุผลในการแก้ปัญหา

5. ลำดับการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ระดับชั้นประถมศึกษา ดังนี้

คุณลักษณะ / ตัวชี้วัด	ภาคต้น		ภาคปลาย
	ครั้งที่1	ครั้งที่2	ครั้งที่ 3
ข้อที่ 3 มีวินัย 1.13.1 ปฏิบัติตามข้อตกลง ระเบียบข้อบังคับของครอบครัว โรงเรียนและสังคม	✓	✓	✓
ข้อที่ 4 ใฝ่รู้ใฝ่เรียน 4.1 ตั้งใจ เพียรพยายามในการเรียนและเข้าร่วมกิจกรรม	✓	✓	✓
ข้อที่ 9 มีสุขนิสัยที่ดี 9.1 มีนิสัยที่ดีในการดูแลสุขภาพ			✓
ข้อที่ 10 มีสุขภาพจิตดี 10.2 ใช้ความสามารถทางสติปัญญาและความฉลาดทางอารมณ์ ได้อย่างเต็มศักยภาพ	✓		
ข้อที่ 11 ใฝ่สันติ 11.2 รู้เท่าทันปัญหา แก้ปัญหาและยุติความขัดแย้งด้วยวิธีการที่ ไม่รุนแรง		✓	

6. การกำหนดการประเมินการอ่าน คิดวิเคราะห์ และเขียน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา) ประเมินผู้เรียนในภาคต้น 2 ครั้ง และภาคปลาย 1 ครั้ง รวมเป็น 3 ครั้ง สรุปเป็นการประเมินการอ่าน คิดวิเคราะห์ และเขียนของผู้เรียน สรุปเป็น 4 ระดับ ได้แก่ ดีเยี่ยม (3) ดี (2) ผ่าน(1) และไม่ผ่าน(0)

6.1 หลักเกณฑ์และวิธีการประเมินการอ่าน คิดวิเคราะห์ และเขียน ตามหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2555

6.1.1 ขอบเขตการประเมิน

ป.1 – ป.3	ป.4 – ป.6
การอ่านจากสื่อสิ่งพิมพ์และ/หรือสื่อประเภท ต่างๆ ที่ทำให้เกิดความเพลิดเพลิน ความรู้ ประสพการณ์และมีประเด็นให้คิดและเขียน บรรยายการถ่ายทอดจากประเด็นที่คิดด้วย ภาษาที่ถูกต้องเหมาะสม เช่น อ่านสาระความรู้ ที่น่าสนใจอย่างสนใจ นิยายเรื่องสั้น นิทาน นิยายปรัมปรา	การอ่านจากสื่อสิ่งพิมพ์และ/หรือสื่อประเภท ต่างๆ ที่ให้ข้อมูลสาระสนเทศความรู้ประสพ การณ์ที่เอื้อให้ผู้อ่านนำไปคิดวิเคราะห์แสดงความ คิดเห็นตัดสินใจแก้ปัญหาและถ่ายทอดโดยการ เขียนเป็นความเรียงเชิงสร้างสรรค์ด้วยถ้อยคำที่ ถูกต้องชัดเจน เช่น อ่านหนังสือพิมพ์ วารสาร บทความ สนทนา คำแนะนำ คำเตือน

### 6.1.2 ตัวชี้วัด

ป.1 – ป.3	ป.4 – ป.6
1. สามารถอ่านหาประสบการณ์จากสื่อที่หลากหลาย	1. สามารถอ่านเพื่อหาข้อมูลสารสนเทศ เสริมประสบการณ์จากสื่อประเภทต่างๆ
2. สามารถอ่านจับประเด็นสำคัญ ข้อเท็จจริง ความคิดเห็นเรื่องที่อ่าน	2. สามารถจับประเด็นสำคัญ เปรียบเทียบ เชื่อมโยงความเป็นเหตุเป็นผลจากเรื่องที่อ่าน
3. สามารถเปรียบเทียบแง่มุมต่างๆ เช่น ข้อดี ข้อเสีย ประโยชน์ โทษ ความเหมาะสม ไม่เหมาะสม	3. สามารถเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของเรื่องราว เหตุการณ์ของเรื่องที่อ่าน
4. สามารถแสดงความคิดเห็นต่อเรื่องที่อ่าน โดยมีเหตุผลประกอบ	4. สามารถแสดงความคิดเห็นต่อเรื่องที่อ่านโดยมีเหตุผลสนับสนุน
5. สามารถถ่ายทอดความคิดเห็น ความรู้สึก จากเรื่องที่อ่านโดยการเขียน	5. สามารถถ่ายทอดความเข้าใจ ความคิดเห็น คุณค่าจากเรื่องที่อ่านโดยการเขียน

### สรุปผลการเรียนเทียบกับเกณฑ์ 8 ระดับ

คะแนน	ระดับผลการเรียน	ระดับคุณภาพ
80 - 100	4.0	ดีเยี่ยม
75 - 79.99	3.5	ดีมาก
70 - 74.99	3.0	ดี
65 - 69.99	2.5	ค่อนข้างดี
60 - 64.99	2.0	ปานกลาง
55 - 59.99	1.5	พอใช้
50 - 54.99	1.0	ผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ
0 - 49.99	0	ไม่ผ่านเกณฑ์

### เครื่องมือที่ใช้ในการวัดและประเมินผล

1. เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินคุณลักษณะ และทักษะกระบวนการ ได้แก่ การสังเกต พฤติกรรมของผู้เรียน
2. เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินผลสอบ ได้แก่ แบบฝึกประเมินทักษะกีฬา
3. เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินผลงาน ได้แก่ ใบงาน การอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน
4. เครื่องมือที่ใช้ในการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ ได้แก่ แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ สำนักงานวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการ ท่องเที่ยวและกีฬา พ.ศ. 2555 มี 6 รายการ
  1. ดัชนีมวลกาย
  2. ลูก-นั่ง 30 วินาที
  3. ยืนกระโดดไกล
  4. นั่งงอตัวไปข้างหน้า
  5. วิ่งเก็บของ
  6. วิ่งระยะ 50 เมตร

การวัดและประเมินผลกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา) ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคต้น

การประเมินผลการเรียนรู้ การประเมินผลการเรียนของผู้เรียน กำหนดคะแนนเต็ม 100 คะแนน

คะแนนระหว่างภาคการเรียน: (Formative 80 คะแนน) Kความรู้ 20 คะแนน Pทักษะ 40 คะแนน Aเจตคติ 10 คะแนน พฤติกรรมการเรียน 10 คะแนน:

(Summative 20 คะแนน) คะแนนหลังการเรียน

ตัวชี้วัด	หัวข้อ	ครั้งที่ 1 ก่อนกลางภาค	คุณลักษณะ	ตัวชี้วัด	หัวข้อ	ครั้งที่ 2 กลางภาค	คุณลักษณะ
พ 3.1 ป.1/1 ป.1/2 พ 3.2 ป.1/1 ป.1/2	K ความรู้ ( 20 คะแนน )	ใบงานที่ 1 - จับคู่ภาพกีฬา 20 คะแนน	ข้อที่ 1 รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์  ข้อ 4 ใฝ่รู้ใฝ่ เรียน	พ 3.1 ป.1/1 ป.1/2 พ 3.2 ป.1/1 ป.1/2	K ความรู้ ( 20 คะแนน )	ใบงานที่ 2 - วาดภาพกีฬาที่ชอบ 20 คะแนน	ข้อที่ 2 คิดอย่างมี วิจารณญาณ  ข้อที่ 4 ใฝ่รู้ใฝ่ เรียน
	P ทักษะ ( 40 คะแนน )	ทักษะกรีฑา - การวิ่งแบบ Hop 10 คะแนน - การวิ่งแบบ Slide 10 คะแนน - การวิ่งแบบควมม้า 10 คะแนน - การวิ่งซิกแซก 10 คะแนน			P ทักษะ ( 40 คะแนน )	ทักษะกีฬาไทย - ครอบอกเปลี่ยนโพรง 10 คะแนน - กระทบขาเดียว 10 คะแนน - เสือกินวัว 10 คะแนน - วิ่งเปี้ยว 10 คะแนน	
	A เจตคติ ( 10 คะแนน )	- การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี 5 คะแนน - การทำงานเป็นทีม 5 คะแนน			A เจตคติ ( 10 คะแนน )	- การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี 5 คะแนน - การทำงานเป็นทีม 5 คะแนน	
	พฤติกรรมการเรียน ( 10 คะแนน ) * เลือกครั้งละ 2 ข้อ	- การตั้งใจเรียน 5 คะแนน - การแต่งกายและอุปกรณ์ 5 คะแนน - ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม 5 คะแนน			พฤติกรรมการเรียน ( 10 คะแนน ) * เลือกครั้งละ 2 ข้อ	- การตั้งใจเรียน 5 คะแนน - การแต่งกายและอุปกรณ์ 5 คะแนน - ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม 5 คะแนน	
	ก่อนกลางภาค ทดสอบทักษะ ( 20 คะแนน )	- การวิ่งกระโดดสองเท้าคู่ข้ามรั้ว 1 คะแนน - การวิ่งระยะทาง 30 เมตร 10 คะแนน			กลางภาค ทดสอบทักษะ ( 20 คะแนน )	- มอญซ่อนผ้า 10 คะแนน - งูกินหาง 10 คะแนน	
	อ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน	ใบงาน/ข้อสอบ 10 คะแนน			อ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน	ใบงาน/ข้อสอบ 10 คะแนน	

### การวัดและประเมินผลกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา) ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคปลาย

การประเมินผลการเรียนรู้ การประเมินผลการเรียนของผู้เรียน กำหนดคะแนนเต็ม 100 คะแนน

คะแนนระหว่างภาคการเรียน: (Formative 80 คะแนน) Kความรู้ 20 คะแนน Pทักษะ 40 คะแนน Aเจตคติ 10 คะแนน พฤติกรรมการเรียน 10 คะแนน:

(Summative 20 คะแนน) คะแนนหลังการเรียน

ตัวชี้วัด	หัวข้อ	ครั้งที่ 1 ก่อนปลายภาค	คุณลักษณะ	ตัวชี้วัด	หัวข้อ	ครั้งที่ 2 ปลายภาค	คุณลักษณะ
พ 3.1 ป.1/1 ป.1/2 พ 3.2 ป.1/1 ป.1/2	K ความรู้	ใบงานที่ 3	ข้อที่ 3 คิด อย่าง สร้างสรรค์  ข้อที่ 4 ใฝ่รู้ใฝ่ เรียน	พ 3.1 ป.1/1 ป.1/2 พ 3.2 ป.1/1 ป.1/2 พ 4.1 ป.1	K ความรู้	ใบงานที่ 4	ข้อที่ 4 ใฝ่รู้ใฝ่ เรียน  ข้อที่ 9 ทำงานเป็น ทีมและสร้าง เครือข่ายได้
	( 20 คะแนน )	- จับคู่ทักษะกีฬายืดหยุ่น 20 คะแนน			( 20 คะแนน )	- ข้อสอบ 20 คะแนน	
	P ทักษะ	ทักษะยืดหยุ่น			P ทักษะ	ทักษะกีฬา	
	( 40 คะแนน )	- ม้วนหน้า 10 คะแนน			( 40 คะแนน )	- การโยนรับลูกบอล 10 คะแนน	
		- คันธนู 10 คะแนน				- การโยนรับห่วงยาง 10 คะแนน	
		- เดินปู 10 คะแนน				- การโยนรับจานร่อน 10 คะแนน	
		- แมวน้ำสระผม 10 คะแนน				- การโยนรับลูกเทนนิส 10 คะแนน	
	A เจตคติ	- การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี 5 คะแนน			A เจตคติ	- การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี 5 คะแนน	
	( 10 คะแนน )	- การทำงานเป็นทีม 5 คะแนน			( 10 คะแนน )	- การทำงานเป็นทีม 5 คะแนน	
	พฤติกรรมกรเรียน	- การตั้งใจเรียน 5 คะแนน			พฤติกรรมกรเรียน	- การตั้งใจเรียน 5 คะแนน	
( 10 คะแนน )	- การแต่งกายและอุปกรณ์ 5 คะแนน	( 10 คะแนน )	- การแต่งกายและอุปกรณ์ 5 คะแนน				
* เลือกครั้งละ 2 ข้อ	- ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม 5 คะแนน	* เลือกครั้งละ 2 ข้อ	- ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม 5 คะแนน				
ก่อนปลายภาค	- สะพานโค้ง 10 คะแนน	หลังปลายภาค	- การรับ-ส่งลูกฟุตบอล 10 คะแนน				
ทดสอบทักษะ	- ยืนทรงตัวขาเดียว งอเข่าตั้งฉาก 10 คะแนน	ทดสอบทักษะ	- การเลี้ยงลูกฟุตบอล 10 คะแนน				
( 20 คะแนน )		( 20 คะแนน )					
อ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน	ใบงาน/ข้อสอบ 10 คะแนน	อ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน	ประเมิน 3 ครั้ง สรุปเป็น 4 ระดับ ได้แก่ ดีเยี่ยม (3) ดี (2) ผ่าน (1) และไม่ผ่าน (0)				

โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา  
การวัดและประเมินผลกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา)

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1

กิจกรรม	ภาคต้น	กิจกรรม	ภาคปลาย																																																																	
ทักษะกีฬาไทย	<p>P ทักษะ 40 คะแนน</p> <p>- ทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.การวิ่งแบบ Hop</li> <li>2.การวิ่งแบบ Slide</li> <li>3.การวิ่งแบบควมม้</li> <li>4.การวิ่งซิกแซก</li> </ol> <p>สังเกตความถูกต้องของการปฏิบัติ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1 สามารถปฏิบัติได้ตามคำสั่ง</li> <li>1.2 สามารถปฏิบัติท่าทางได้ถูกต้อง</li> <li>1.3 สามารถเคลื่อนไหวในทิศทางที่กำหนด</li> </ol> <p>โดยแบ่งเป็นเกณฑ์ดังนี้</p> <table> <tr> <td>ปฏิบัติได้ครบตามข้อ 1, 2 และ 3</td> <td>10</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ปฏิบัติได้ 2 ข้อ</td> <td>8</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ปฏิบัติได้ 1 ข้อ</td> <td>6</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ปฏิบัติไม่ได้ตามหัวข้อ</td> <td>0</td> <td>คะแนน</td> </tr> </table>	ปฏิบัติได้ครบตามข้อ 1, 2 และ 3	10	คะแนน	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	8	คะแนน	ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	6	คะแนน	ปฏิบัติไม่ได้ตามหัวข้อ	0	คะแนน	<p>P ทักษะ 40 คะแนน</p> <p>- ทักษะยืดหยุ่นเบื้องต้น</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ม้วนหน้า</li> <li>2. คันธนู</li> <li>3. เดินปู</li> <li>4. แมวน้ำสระผม</li> </ol> <p>สังเกตความถูกต้องของการปฏิบัติ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1 สามารถปฏิบัติได้ตามคำสั่ง</li> <li>1.2 สามารถปฏิบัติท่าทางได้ถูกต้อง</li> <li>1.3 สามารถปฏิบัติได้ตามเป้าหมายที่กำหนด</li> </ol> <p>โดยแบ่งเป็นเกณฑ์ดังนี้</p> <table> <tr> <td>ปฏิบัติได้ครบตามข้อ 1, 2 และ 3</td> <td>10</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ปฏิบัติได้ 2 ข้อ</td> <td>8</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ปฏิบัติได้ 1 ข้อ</td> <td>6</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ปฏิบัติไม่ได้ตามหัวข้อ</td> <td>0</td> <td>คะแนน</td> </tr> </table>	ปฏิบัติได้ครบตามข้อ 1, 2 และ 3	10	คะแนน	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	8	คะแนน	ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	6	คะแนน	ปฏิบัติไม่ได้ตามหัวข้อ	0	คะแนน																																										
	ปฏิบัติได้ครบตามข้อ 1, 2 และ 3	10	คะแนน																																																																	
ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	8	คะแนน																																																																		
ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	6	คะแนน																																																																		
ปฏิบัติไม่ได้ตามหัวข้อ	0	คะแนน																																																																		
ปฏิบัติได้ครบตามข้อ 1, 2 และ 3	10	คะแนน																																																																		
ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	8	คะแนน																																																																		
ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	6	คะแนน																																																																		
ปฏิบัติไม่ได้ตามหัวข้อ	0	คะแนน																																																																		
	<p>สอบทักษะ 20 คะแนน</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. การวิ่งกระโดดสองเท้าคู่ข้ามรั้ว จำนวน 10 รั้ว</li> </ol> <p><b>วิธีการให้คะแนน</b> สังเกตความถูกต้องของการปฏิบัติ และจำนวนสิ่งที่กระโดดข้าม โดยแบ่งเป็นเกณฑ์ดังนี้</p> <table> <tr> <td>ใช้เวลาน้อยกว่า 5 วินาที</td> <td>10</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 6 วินาที</td> <td>9</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 7 วินาที</td> <td>8</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 8 วินาที</td> <td>7</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 9 วินาที</td> <td>6</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 10 วินาที</td> <td>5</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 11 วินาที</td> <td>4</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 12 วินาที</td> <td>3</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 13 วินาที</td> <td>2</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 14 วินาที</td> <td>1</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลามากกว่า 14 วินาที</td> <td>0</td> <td>คะแนน</td> </tr> </table>	ใช้เวลาน้อยกว่า 5 วินาที	10	คะแนน	ใช้เวลา 6 วินาที	9	คะแนน	ใช้เวลา 7 วินาที	8	คะแนน	ใช้เวลา 8 วินาที	7	คะแนน	ใช้เวลา 9 วินาที	6	คะแนน	ใช้เวลา 10 วินาที	5	คะแนน	ใช้เวลา 11 วินาที	4	คะแนน	ใช้เวลา 12 วินาที	3	คะแนน	ใช้เวลา 13 วินาที	2	คะแนน	ใช้เวลา 14 วินาที	1	คะแนน	ใช้เวลามากกว่า 14 วินาที	0	คะแนน	<p>สอบทักษะ 20 คะแนน</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. สะพานโค้ง</li> </ol> <p><b>วิธีการให้คะแนน</b> สังเกตความถูกต้องของการปฏิบัติท่า เทรียมนอนหงาย ตั้งศอก ชันเข้า ดันตัว ศีรษะพ้นพื้น</p> <p>จับเวลาโดยแบ่งเป็นเกณฑ์ดังนี้</p> <table> <tr> <td>ใช้เวลา 10 วินาที</td> <td>10</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 9 วินาที</td> <td>9</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 8 วินาที</td> <td>8</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 7 วินาที</td> <td>7</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 6 วินาที</td> <td>6</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 5 วินาที</td> <td>5</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 4 วินาที</td> <td>4</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 3 วินาที</td> <td>3</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 2 วินาที</td> <td>2</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ใช้เวลา 1 วินาที</td> <td>1</td> <td>คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ไม่สามารถปฏิบัติได้</td> <td>0</td> <td>คะแนน</td> </tr> </table>	ใช้เวลา 10 วินาที	10	คะแนน	ใช้เวลา 9 วินาที	9	คะแนน	ใช้เวลา 8 วินาที	8	คะแนน	ใช้เวลา 7 วินาที	7	คะแนน	ใช้เวลา 6 วินาที	6	คะแนน	ใช้เวลา 5 วินาที	5	คะแนน	ใช้เวลา 4 วินาที	4	คะแนน	ใช้เวลา 3 วินาที	3	คะแนน	ใช้เวลา 2 วินาที	2	คะแนน	ใช้เวลา 1 วินาที	1	คะแนน	ไม่สามารถปฏิบัติได้	0	คะแนน
ใช้เวลาน้อยกว่า 5 วินาที	10	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 6 วินาที	9	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 7 วินาที	8	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 8 วินาที	7	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 9 วินาที	6	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 10 วินาที	5	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 11 วินาที	4	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 12 วินาที	3	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 13 วินาที	2	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 14 วินาที	1	คะแนน																																																																		
ใช้เวลามากกว่า 14 วินาที	0	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 10 วินาที	10	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 9 วินาที	9	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 8 วินาที	8	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 7 วินาที	7	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 6 วินาที	6	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 5 วินาที	5	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 4 วินาที	4	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 3 วินาที	3	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 2 วินาที	2	คะแนน																																																																		
ใช้เวลา 1 วินาที	1	คะแนน																																																																		
ไม่สามารถปฏิบัติได้	0	คะแนน																																																																		

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1(ต่อ)

กิจกรรม	ภาคต้น	กิจกรรม	ภาคปลาย																																											
เกมกีฬาไทย	<p>2. การวิ่งระยะทาง 30 เมตร</p> <p><b>วิธีการให้คะแนน</b> สังเกตความถูกต้องของการปฏิบัติ</p> <p>ใช้การจับเวลา โดยแบ่งเป็นเกณฑ์ดังนี้</p> <table border="1"> <tr><td>ใช้เวลา น้อยกว่า 7 วินาที</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 8 วินาที</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 9 วินาที</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 10 วินาที</td><td>7 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 11 วินาที</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 12 วินาที</td><td>5 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 13 วินาที</td><td>4 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 14 วินาที</td><td>3 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 15 วินาที</td><td>2 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 16 วินาที</td><td>1 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลามากกว่า 16 วินาที</td><td>0 คะแนน</td></tr> </table>	ใช้เวลา น้อยกว่า 7 วินาที	10 คะแนน	ใช้เวลา 8 วินาที	9 คะแนน	ใช้เวลา 9 วินาที	8 คะแนน	ใช้เวลา 10 วินาที	7 คะแนน	ใช้เวลา 11 วินาที	6 คะแนน	ใช้เวลา 12 วินาที	5 คะแนน	ใช้เวลา 13 วินาที	4 คะแนน	ใช้เวลา 14 วินาที	3 คะแนน	ใช้เวลา 15 วินาที	2 คะแนน	ใช้เวลา 16 วินาที	1 คะแนน	ใช้เวลามากกว่า 16 วินาที	0 คะแนน	<p>2. การยืนทรงตัวขาเดียว งอเข่าตั้งฉาก</p> <p><b>วิธีการให้คะแนน</b> สังเกตความถูกต้องของการปฏิบัติ</p> <p>ใช้การจับเวลา โดยแบ่งเป็นเกณฑ์ดังนี้</p> <table border="1"> <tr><td>ใช้เวลา 10 วินาที</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 9 วินาที</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 8 วินาที</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 7 วินาที</td><td>7 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 6 วินาที</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 5 วินาที</td><td>5 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 4 วินาที</td><td>4 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 3 วินาที</td><td>3 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 2 วินาที</td><td>2 คะแนน</td></tr> <tr><td>ใช้เวลา 1 วินาที</td><td>1 คะแนน</td></tr> <tr><td>ไม่สามารถปฏิบัติได้</td><td>0 คะแนน</td></tr> </table>	ใช้เวลา 10 วินาที	10 คะแนน	ใช้เวลา 9 วินาที	9 คะแนน	ใช้เวลา 8 วินาที	8 คะแนน	ใช้เวลา 7 วินาที	7 คะแนน	ใช้เวลา 6 วินาที	6 คะแนน	ใช้เวลา 5 วินาที	5 คะแนน	ใช้เวลา 4 วินาที	4 คะแนน	ใช้เวลา 3 วินาที	3 คะแนน	ใช้เวลา 2 วินาที	2 คะแนน	ใช้เวลา 1 วินาที	1 คะแนน	ไม่สามารถปฏิบัติได้	0 คะแนน
	ใช้เวลา น้อยกว่า 7 วินาที	10 คะแนน																																												
	ใช้เวลา 8 วินาที	9 คะแนน																																												
	ใช้เวลา 9 วินาที	8 คะแนน																																												
ใช้เวลา 10 วินาที	7 คะแนน																																													
ใช้เวลา 11 วินาที	6 คะแนน																																													
ใช้เวลา 12 วินาที	5 คะแนน																																													
ใช้เวลา 13 วินาที	4 คะแนน																																													
ใช้เวลา 14 วินาที	3 คะแนน																																													
ใช้เวลา 15 วินาที	2 คะแนน																																													
ใช้เวลา 16 วินาที	1 คะแนน																																													
ใช้เวลามากกว่า 16 วินาที	0 คะแนน																																													
ใช้เวลา 10 วินาที	10 คะแนน																																													
ใช้เวลา 9 วินาที	9 คะแนน																																													
ใช้เวลา 8 วินาที	8 คะแนน																																													
ใช้เวลา 7 วินาที	7 คะแนน																																													
ใช้เวลา 6 วินาที	6 คะแนน																																													
ใช้เวลา 5 วินาที	5 คะแนน																																													
ใช้เวลา 4 วินาที	4 คะแนน																																													
ใช้เวลา 3 วินาที	3 คะแนน																																													
ใช้เวลา 2 วินาที	2 คะแนน																																													
ใช้เวลา 1 วินาที	1 คะแนน																																													
ไม่สามารถปฏิบัติได้	0 คะแนน																																													
<p>P ทักษะ 40 คะแนน</p> <p>- เกมกีฬาไทย</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>กระรอกเปลี่ยนโพรง</li> <li>กระต่ายขาเดียว</li> <li>เสือกินวุ้น</li> <li>วิ่งเปี้ยว</li> </ol> <p>สังเกตความถูกต้องของการปฏิบัติ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>สังเกตการปฏิบัติได้ตาม กฎ กติกา</li> <li>สังเกตการณ์การให้ความร่วมมือ</li> <li>สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม</li> </ol> <p><b>โดยแบ่งเป็นเกณฑ์ดังนี้</b></p> <table border="1"> <tr><td>ปฏิบัติได้ครบตามข้อ 1, 2 และ 3</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ปฏิบัติได้ 2 ข้อ</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ปฏิบัติได้ 1 ข้อ</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>ปฏิบัติไม่ได้ตามหัวข้อ</td><td>0 คะแนน</td></tr> </table>	ปฏิบัติได้ครบตามข้อ 1, 2 และ 3	10 คะแนน	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	8 คะแนน	ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	6 คะแนน	ปฏิบัติไม่ได้ตามหัวข้อ	0 คะแนน	<p>ทักษะกีฬา</p> <p>P ทักษะ 40 คะแนน</p> <p>- ทักษะการโยนรับ-ส่ง</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>การโยนรับลูกเทนนิสกับคู่ ระยะทาง 3 เมตร จำนวน 10 ครั้ง</li> <li>การโยนรับห่วงยางกับคู่ ระยะทาง 3 เมตร จำนวน 10 ครั้ง</li> <li>การโยนจานร่อนกับคู่ ระยะทาง 5 เมตร จำนวน 10 ครั้ง</li> <li>การโยนรับลูกบอลกับคู่ ระยะทาง 3 เมตร จำนวน 10 ครั้ง</li> </ol> <p>สังเกตความถูกต้องของการปฏิบัติ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>สามารถปฏิบัติได้ตามคำสั่ง</li> <li>สามารถปฏิบัติท่าทางได้ถูกต้อง</li> <li>สามารถปฏิบัติได้ตามเป้าหมายที่กำหนด</li> </ol> <p><b>โดยแบ่งเป็นเกณฑ์ดังนี้</b></p> <table border="1"> <tr><td>ปฏิบัติได้ครบตามข้อ 1, 2 และ 3</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ปฏิบัติได้ 2 ข้อ</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ปฏิบัติได้ 1 ข้อ</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>ปฏิบัติไม่ได้ตามหัวข้อ</td><td>0 คะแนน</td></tr> </table>	ปฏิบัติได้ครบตามข้อ 1, 2 และ 3	10 คะแนน	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	8 คะแนน	ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	6 คะแนน	ปฏิบัติไม่ได้ตามหัวข้อ	0 คะแนน																													
ปฏิบัติได้ครบตามข้อ 1, 2 และ 3	10 คะแนน																																													
ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	8 คะแนน																																													
ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	6 คะแนน																																													
ปฏิบัติไม่ได้ตามหัวข้อ	0 คะแนน																																													
ปฏิบัติได้ครบตามข้อ 1, 2 และ 3	10 คะแนน																																													
ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	8 คะแนน																																													
ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	6 คะแนน																																													
ปฏิบัติไม่ได้ตามหัวข้อ	0 คะแนน																																													
<p>สอบทักษะ 20 คะแนน</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>มอญซ่อนผ้า</li> <li>งูกินหาง</li> </ol> <p><b>วิธีการให้คะแนน</b> สังเกตความถูกต้องของการปฏิบัติ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>สังเกตการร้องเพลงประกอบได้ถูกต้อง</li> <li>สังเกตการณ์การปฏิบัติได้ตาม กฎ กติกา</li> </ol>	<p>สอบทักษะ 20 คะแนน</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>การรับ - ส่ง ลูกฟุตบอลกับคู่ ระยะห่าง 3 เมตร จำนวน 10 ครั้ง</li> </ol> <p><b>วิธีการให้คะแนน</b> สังเกตความถูกต้องของการปฏิบัติ</p> <p>โดยแบ่งเป็นเกณฑ์ดังนี้</p>																																													



ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1(ต่อ)

กิจกรรม	ภาคต้น	กิจกรรม	ภาคปลาย
	<p>3. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม โดยแบ่งเป็นเกณฑ์ดังนี้</p> <p>ปฏิบัติได้ครบตามข้อ 1 2 และ 3      10 คะแนน</p> <p>ปฏิบัติได้ 2 ข้อ      8 คะแนน</p> <p>ปฏิบัติได้ 1 ข้อ      6 คะแนน</p> <p>ปฏิบัติไม่ได้ตามหัวข้อ      0 คะแนน</p>		<p>ได้ 10 ครั้ง      10 คะแนน</p> <p>ได้ 9 ครั้ง      9 คะแนน</p> <p>ได้ 8 ครั้ง      8 คะแนน</p> <p>ได้ 7 ครั้ง      7 คะแนน</p> <p>ได้ 6 ครั้ง      6 คะแนน</p> <p>ได้ 5 ครั้ง      5 คะแนน</p> <p>ได้ 4 ครั้ง      4 คะแนน</p> <p>ได้ 3 ครั้ง      3 คะแนน</p> <p>ได้ 2 ครั้ง      2 คะแนน</p> <p>ได้ 1 ครั้ง      1 คะแนน</p> <p>ไม่สามารถปฏิบัติได้      0 คะแนน</p>
			<p>2. การเลี้ยงลูกฟุตบอล ระยะทาง 10 เมตร</p> <p><b>วิธีการให้คะแนน</b>สังเกตความถูกต้องของการปฏิบัติ</p> <p>ใช้การจับเวลา โดยแบ่งเป็นเกณฑ์ดังนี้</p> <p>ใช้น้อยกว่า 7 วินาที      10 คะแนน</p> <p>ใช้เวลา 8 วินาที      9 คะแนน</p> <p>ใช้เวลา 9 นาที      8 คะแนน</p> <p>ใช้เวลา 10 วินาที      7 คะแนน</p> <p>ใช้เวลา 11 วินาที      6 คะแนน</p> <p>ใช้เวลา 12 วินาที      5 คะแนน</p> <p>ใช้เวลา 13 วินาที      4 คะแนน</p> <p>ใช้เวลา 14 วินาที      3 คะแนน</p> <p>ใช้เวลา 15 วินาที      2 คะแนน</p> <p>ใช้เวลา 16 วินาที      1 คะแนน</p> <p>ใช้เวลามากกว่า 16 วินาที      0 คะแนน</p>