

โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา
ประมวลการสอน (Course Syllabus)

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

รหัสวิชา พ 14121 พลศึกษา 4 ชื่อวิชา กีฬาแชร์บาส กีฬาเทเบิลเทนนิส กีฬาวายน้ำ

จำนวน 1 หน่วยกิต

เวลาเรียน 2 คาบ/สัปดาห์

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเพื่อให้เกิดความรู้เบื้องต้น ทักษะพื้นฐานในการเคลื่อนไหวร่างกาย คล่องแคล่วว่องไว ความสัมพันธ์ของประสาทตา มือ เท้า และพัฒนาสมรรถภาพ โดยจัดแบบฝึกแบบวงจร 8 สถานี ฝึกการปฏิบัติ ตามกฎกติกาการเล่นเกี่ยวกับกีฬาแชร์บาส กีฬาเทเบิลเทนนิส กีฬาวายน้ำให้ผู้เรียนสามารถถอยตัว กระโดดน้ำ วายน้ำท่าฟรีสไตล์ ท่ากรรเชียง และท่ากบ ในท่าพื้นฐานได้ ให้ผู้เรียนมีความสุข สนุก เกิดทัศนคติที่ดี ต่อการเล่นกีฬา นำไปสู่การเล่นกีฬาที่ตนเองชอบ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

สาระและมาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและ กีฬา

ตัวชี้วัด

1. ควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวในลักษณะผสมผสานได้ทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ
2. ฝึกกายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ
3. เล่นเกมเลียนแบบและกิจกรรมแบบผลัด
4. เล่นกีฬาพื้นฐานได้อย่างน้อย 1 ชนิดกีฬา

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

ตัวชี้วัด

1. ออกกำลังกาย เล่นเกม และกีฬาที่ตนเองชอบ และมีความสามารถในการวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเองตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น
2. ปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่นกีฬาพื้นฐานตามชนิดกีฬาที่เล่น

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ.4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด

4. ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

เค้าโครงรายวิชา

หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 กีฬาแชร์บอล

- เรื่องที่ 1 การทรงตัว และการเคลื่อนไหว
- เรื่องที่ 2 การครอบครองลูกบอล (การจับ การรับและการส่งบอล)
- เรื่องที่ 3 การเลี้ยงบอลแบบต่างๆ
- เรื่องที่ 4 การยิงประตู
- เรื่องที่ 5 การเป็นผู้รักษาประตู และการป้องกัน
- เรื่องที่ 6 กติกา และการเล่นทีม
- เรื่องที่ 7 การแข่งขันแชร์บอล

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 กีฬาเทเบิลเทนนิส

- เรื่องที่ 1 การจับไม้แบบต่างๆ
- เรื่องที่ 2 การตีลูกแบบหน้ามือ หลังมือ สลับมือ และหลังมือกระทบฝาผนัง
- เรื่องที่ 3 การส่งลูก (การเสิร์ฟ)
- เรื่องที่ 4 การตีโต้กับคู่
- เรื่องที่ 5 การแข่งขัน 5 แต้ม

หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 กีฬาวាយน้ำ

- เรื่องที่ 1 การดำน้ำ
- เรื่องที่ 2 การจับโคมเตะขาแบบต่างๆ
- เรื่องที่ 3 การลอยตัวแบบต่างๆ
- เรื่องที่ 4 การวាយท่าฟรีสไตล์
- เรื่องที่ 5 การวายท่ากรรเชียง
- เรื่องที่ 6 การวายท่ากบ
- เรื่องที่ 7 การวายท่าผีเสื้อ

หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 กีฬาไทย

- เรื่องที่ 1 วิ่งเปรี๊ยะ

หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 กิจกรรมเสริมหลักสูตร

- เรื่องที่ 1 กีฬาไทยกีฬาอาเซียน
- เรื่องที่ 2 ค่านิยมหลักของคนไทย 12 ประการ ตามนโยบายของ คสช.

หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 การทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ

- เรื่องที่ 1 ความหมายของการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ
- เรื่องที่ 2 วิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ โดยใช้แบบทดสอบและเกณฑ์

มาตรฐานสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ สำนักงานวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา พ.ศ. 2555 และการบันทึกผล

- เรื่องที่ 3 ประโยชน์ของการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ

หน่วยการเรียนรู้ที่ 7 กีฬาและการละเล่นอาเซียน

- เรื่องที่ 1 ประเทศสิงคโปร์ (วิ่งกระสอบ)

โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา
 โครงการสอนระยะยาวกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา)
 ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคต้น

สัปดาห์	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
1	พ 3.1 ป.4/1	<p>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 กีฬาแชร์บอล</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ปฐมนิเทศ ข้อตกลงเกี่ยวกับการแต่งกาย ระเบียบวินัย ในการเรียน การวัดและประเมินผล 2. ความสำคัญของการออกกำลังกาย 3. การกายบริหาร 4. ทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้น เช่น วิ่งทางตรง วิ่งถอยหลัง วิ่งกลับตัว วิ่งอ้อมหลัก วิ่งซิกแซ็ก กระโดดยกเข้าสลับขา(Hop) ความม้า(Gallop) กระโดดเขย่งเท้า(Skip) การ Slide ฯลฯ 5. เกมสร้างความสัมพันธ์ 	2	
2	พ.4.1 ป.4/4	<ol style="list-style-type: none"> 1. การกายบริหาร <p>หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 การทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ดัชนีมวลกาย 2. นั่งอตัวไปข้างหน้า 3. ลูก - นั่ง 60 วินาที 4. ดันพื้น 30 วินาที 5. ยืนกระโดดไกล 6. วิ่งอ้อมหลัก 7. วิ่งระยะไกล 1,200 เมตร <ol style="list-style-type: none"> 2. ประวัติและคุณค่ากีฬาแชร์บอล 3. การทรงตัว และการเคลื่อนไหวเบื้องต้น 4. การครอบครองลูกบอล 5. การเลี้ยงลูกบอลแบบอยู่กับที่และเคลื่อนที่ 	2	

สัปดาห์	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
3	พ 3.1 ป.4/3	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ทบทวนการเลี้ยงลูกบอลแบบอยู่กับที่และเคลื่อนที่ 4. การส่งบอลแบบต่างๆ หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 กีฬาไทย 1. วิ่งเปรี๊ยะ	2	
4	พ 3.1 ป.4/2	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ทบทวนการส่งบอลแบบต่างๆ 4. การยิงประตู 5. การเป็นผู้รักษาประตู	2	เกม ลิงชิงบอล
5	พ 3.1 ป.4/1	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ทบทวนการส่งบอลแบบต่างๆ (จัดเป็นสถานี) การยิงประตู การเป็นผู้รักษาประตู 3. กติกา และการเล่นทีมแชร์บาส	2	ใบงานที่ 1
6	พ 3.1 ป.4/2	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ทบทวนการส่งบอลแบบต่างๆ (จัดเป็นสถานี) การยิงประตู การเป็นผู้รักษาประตู 3. กติกา และการเล่นทีมแชร์บาส	2	
7	คุณลักษณะ ข้อที่ 1 รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 1.1 เป็นพลเมืองดีของชาติ 1.2 อารงไว้ซึ่งความเป็น ชาติไทย	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร ประเมิน 1. การรับ ส่งบอลสองมือระดับอกระยะทาง 4 เมตร 2. ยิงประตู 5 ลูก ระยะ 4 เมตร 3. การเลี้ยงบอลไปและกลับระยะทาง 20 เมตร (จับเวลา)	2	
8	พ 3.1 ป.4/4	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. การแข่งขันแชร์บาส (ต่อ) ประเมิน (ต่อ) 1. การถือตะกร้าและการเป็นผู้ป้องกัน 2. เล่นทีม	2	
9	พ 3.1 ป.4/2	หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 กีฬาเทเบิลเทนนิส 1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ประวัติและคุณค่ากีฬาเทเบิลเทนนิส	2	

ลำดับ	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
		3. ทักษะพื้นฐาน การจับไม้แบบต่างๆ การเดาะลูกแบบหน้ามือและหลังมือ การเดาะลูกกระทบฝาผนัง การเคลื่อนที่และท่าทางในการเล่นเทเบิลเทนนิส หน่วยการเรียนรู้ที่ 7 กีฬาและการละเล่นอาเซียน - ประเทศสิงคโปร์ (วิ่งกระสอบ)		
10	พ 3.1 ป.4/1	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ทบทวนการจับไม้แบบหน้ามือและหลังมือ การเดาะลูกแบบหน้ามือและหลังมือ การเดาะลูกกระทบฝาผนัง การเคลื่อนที่และท่าทางในการเล่นเทเบิลเทนนิส 3. ทักษะพื้นฐาน การตีโต้แบบหน้ามือและหลังมือ 4. เกมเกี่ยวกับกีฬาเทเบิลเทนนิส หรือแข่งขันการเดาะลูกแบบหน้ามือ ฯลฯ	2	
11	พ 3.2 ป.4/1	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ทบทวนการเดาะลูกแบบหน้ามือและหลังมือ การเดาะลูก กระทบฝาผนัง การเคลื่อนที่และท่าทางในการเล่น เทเบิลเทนนิส 3. ทักษะการเสิร์ฟ การตีโต้แบบหน้ามือและหลังมือ 4. การตีโต้กับคู่	2	จัดเป็น สถานี
12	พ 3.2 ป.4/2	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ทบทวนการเดาะลูกแบบหน้ามือและหลังมือ การเดาะลูกกระทบฝาผนัง การเคลื่อนที่และท่าทางในการเล่นเทเบิลเทนนิส การเสิร์ฟ การตีโต้กับคู่ 3. กติกาการแข่งขัน และการแข่งขัน 5 แต้ม	2	
13	คุณลักษณะ ข้อที่ 2 คิดอย่างมีวิจารณญาณ 2.1 วิเคราะห์ข้อมูลอย่างมี เหตุผล	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ทบทวนการเดาะลูกแบบหน้ามือและหลังมือ การเดาะลูกกระทบฝาผนัง การเคลื่อนที่และท่าทางในการเล่นเทเบิลเทนนิส การเสิร์ฟ การตีโต้กับคู่ และกติกการแข่งขัน 3. การแข่งขัน 5 แต้ม	2	ใบงานที่ 2
14	พ 3.2 ป.4/2	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ทบทวนการเดาะลูกแบบหน้ามือและหลังมือ การเดาะลูกกระทบฝาผนัง การเคลื่อนที่ ท่าทางในการเล่นเทเบิลเทนนิส การเสิร์ฟ การตีโต้กับคู่ และกติกการแข่งขัน 3. การแข่งขันแบบพบกันหมดจำนวน 5 แต้ม	2	

สัปดาห์	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
		ประเมิน 1. การเดาะลูกแบบหน้ามือ 10 ครั้ง 2. การเดาะลูกแบบหลังมือ 10 ครั้ง 3. การเดาะลูกหน้ามือสลับหลังมือ 10 ครั้ง		
15	พ 3.2 ป.4/1	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ทบทวนการเดาะลูกแบบหน้ามือและหลังมือ การเดาะลูกกระทบฝ่าผนัง การเคลื่อนที่ ทำท่าทางในการเล่นเทเบิลเทนนิส การเสิร์ฟ การตีโต้กับคู่ และกติกาการแข่งขัน ประเมิน (ต่อ) 1. การเดาะลูกกระทบฝ่าผนัง 5 ครั้ง 2. การตีโต้กับคู่ 10 ครั้ง	2	
16	พ 3.2 ป.4/2	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ทบทวนการเดาะลูกแบบหน้ามือและหลังมือ การเดาะลูกกระทบฝ่าผนัง การเคลื่อนที่และท่าทางในการเล่นเทเบิลเทนนิส การเสิร์ฟ การตีโต้กับคู่ ประเมิน 1. การตีโต้กับคู่ 10 ครั้ง (ต่อ) 2. แบ่งสายการแข่งขัน	2	
17	พ 3.2 ป.4/2	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ทบทวนการเดาะลูกแบบหน้ามือและหลังมือ การเดาะลูกกระทบฝ่าผนัง การเคลื่อนที่และท่าทางในการเล่นเทเบิลเทนนิส การเสิร์ฟ การตีโต้กับคู่ ประเมิน (ต่อ) 1. แบ่งสายการแข่งขัน (ต่อ)	2	
18	พ.3.1 ป.4/4	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 3. แบ่งสายการแข่งขัน (ต่อ) สรุปผลการแข่งขัน	2	

โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา
 โครงการสอนระยะยาวกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา)
 ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย กีฬาวាយน้ำ (กลุ่มที่ 1)

สัปดาห์	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
1	พ 3.1 ป.4/2	หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 กีฬาวายน้ำ 1. ปฐมนิเทศ - ข้อตกลงในการเรียน - สุขบัญญัติ - การวัดและประเมินผล 2. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 3. การสร้างความคุ้นเคยในน้ำ - การดำน้ำ - การลอยตัว	2	
2	พ 3.1 ป.4/1	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. การสร้างความคุ้นเคยในน้ำ - การดำน้ำ - การลอยตัว 3. การวายน้ำท่าฟรีสไตล์ - จับโคมการเตะขาฟรีสไตล์ - จับโคมการก้มหน้าเตะขาฟรีสไตล์ - จับโคมการพุ่งจรวดเตะขาฟรีสไตล์ - จับโคมการหมุนแขนท่าฟรีสไตล์ - จับโคมการหายใจฟรีสไตล์	2	
3	พ 3.2 ป.4/1	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. จับโคมวายน้ำท่าฟรีสไตล์ 12 เมตร 3. วายน้ำท่าฟรีสไตล์ 12 เมตร	2	
4	พ 3.1 ป.4/2	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ทบทวนการจับโคมวายน้ำท่าฟรีสไตล์ 3. การลอยแบบต่างๆ	2	ใบงานที่ 3
5	คุณลักษณะ ข้อที่ 3 คิดอย่างสร้างสรรค์ 3.1 มีความคิดแปลกใหม่ คิด ยืดหยุ่นและคิดละเอียดลออ	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. การจับโคมวายน้ำท่าฟรีสไตล์ - การพุ่งจรวดใช้แขน 3. วายท่ากรรเชียง - การลอยตัวหงาย - การพุ่งจรวดหงาย - การเตะขากรรเชียง	2	

ลำดับ	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
6	พ 3.2 ป.4/2	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. การว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 12 เมตร 3. กระโดดน้ำลึก ลอยตัว 10 วินาที	2	
7	พ.3.1 ป.4/4	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ทบทวน - การจับโคมว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 12 เมตร - การจับโคมเตะขากรรเชียง - กระโดดน้ำลึก ลอยตัว 20 วินาที - ดำน้ำนาน 10 วินาที	2	
8	พ 3.2 ป.4/2	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร ประเมิน 1. กระโดดน้ำลึก ลอยตัว 20 วินาที 2. จับโคมว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 12 เมตร 3. การจับโคมเตะขากรรเชียง 12 เมตร	2	
9	คุณลักษณะ ข้อที่ 4 รอบรู้ (ใฝ่เรียนใฝ่รู้) 4.1 ตั้งใจเพียรพยายามใน การเรียนและเข้าร่วมกิจกรรม	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร ประเมิน (ต่อ) 1. ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 12 เมตร 2. ดำน้ำนาน 20 วินาที	2	
10	พ 3.1 ป.4/2	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ทบทวนการจับโคมว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ - การใช้ขา - การใช้แขน - การบิดหน้าหายใจ 3. การจับโคมว่ายน้ำท่ากรรเชียง - การจับโคมแบบกอดเตะขากรรเชียง - การจับโคมแบบหมุนศรีษะเตะขากรรเชียง	2	
11	พ 3.1 ป.4/2	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. การว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ - จับโคมว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ - การว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 12 เมตร 3. การว่ายน้ำท่ากรรเชียง - การจับโคมเตะขา - การลอยตัวเตะขา 12 เมตร	2	
12	พ 3.1 ป.4/1	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ทบทวนการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ - จับโคมว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ - การว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 12 เมตร	2	

ลำดับ	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
		3. การว่ายน้ำท่ากรรเชียง - การจับโคมเตะขา - การลอยตัวเตะขา - การใช้แขน		
13	พ 3.1 ป.4/2	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. การว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 12 เมตร 3. การว่ายน้ำท่ากรรเชียง 12 เมตร 4. การลอยตัวน้ำลึก 30 วินาที	2	
14	พ 3.1 ป.4/3	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. การว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 12 เมตร 3. การว่ายน้ำท่ากรรเชียง 12 เมตร 4. การว่ายน้ำท่ากบ - การใช้ขา	2	
15	พ 3.2 ป.4/1	การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร ประเมิน 1. ลอยตัวน้ำลึก 30 วินาที 2. ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 24 เมตร (ไป - กลับ) 3. จับโคมว่ายน้ำท่ากรรเชียง 12 เมตร	2	
16	พ.4.1 ป.4/4	การกายบริหาร ประเมิน (ต่อ) 1. ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 12 เมตร 2. ว่ายน้ำผลัด 4 x 12 เมตร	2	ใบงานที่ 4
17	พ.4.1 ป.4/4	การกายบริหาร หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 การทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 1. ดัดข้อมือ 2. นั้งงอตัวไปข้างหน้า 3. ลูก - นั้ง 60 วินาที 4. ดันพื้น 30 วินาที 5. ยืนกระโดดไกล 6. วิ่งอ้อมหลัก 7. วิ่งระยะไกล 1,200 เมตร	2	
18	พ 3.1 ป.4/4 คุณลักษณะ ข้อที่ 9 สุขีชีวิต 9.1 ทำงานกลุ่มร่วมกับผู้อื่นอย่าง มีประสิทธิภาพ	การกายบริหาร - เกมในน้ำ หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 กิจกรรมเสริมหลักสูตร 1. กีฬาไทยกีฬาอาเซียน	2	

โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา
 แผนการจัดการเรียนรู้ระยะยาว กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา)
 ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย กีฬาวាយน้ำ (กลุ่มที่ 2)

สัปดาห์	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
1	พ 3.1 ป.4/2	หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 กีฬาวายน้ำ 1. ปฐมนิเทศ - ข้อตกลงในการเรียน - สุขบัญญัติ - การวัดและประเมินผล 2. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 3. การสร้างความคุ้นเคยในน้ำ - การดำน้ำ - การลอยตัว	2	
2	พ 3.1 ป.4/1	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. การสร้างความคุ้นเคยในน้ำ - การดำน้ำ - การลอยตัว 3. วายท่าฟรีสไตล์ - การเตะขาฟรีสไตล์ - - - การหายใจท่าฟรีสไตล์ - การใช้แขนท่าฟรีสไตล์	2	
3	พ 3.2 ป.4/1	1. การกายบริหาร การฝึกแบบวงจร 2. ทบทวนท่าฟรีสไตล์ - การเตะขา - การหายใจและการใช้แขนท่าฟรีสไตล์ 3. วายท่าฟรีสไตล์ ระยะ 12 เมตร	2	
4	พ 3.1 ป.4/2	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. วายท่ากรรเชียง - การลอยตัวหงายท่ากรรเชียง - การเตะขาท่ากรรเชียง 4. วายท่าฟรีสไตล์ 12 เมตร 5. กระโดดน้ำลึก	2	ใบงานที่ 3

ลำดับ	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
5	คุณลักษณะข้อที่ 3 คิดอย่างสร้างสรรค์ 3.1 มีความคิดแปลกใหม่ คิด ยืดหยุ่นและคิดละเอียดลออ	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ทบทวนว่า่ยท่าพริสไต้ล 12 เมตร 4. ว่า่ยท่ากรรเชียง - ทบทวนการเตะขา - การลอยตัวหงายเตะขาท่ากรรเชียง - การใช้แขนท่ากรรเชียง - ว่า่ยท่ากรรเชียง 5. กระโดดน้ำลิก - ลอยตัว 20 วินาที	2	
6	พ 3.2 ป.4/2	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ทบทวน - ว่า่ยท่าพริสไต้ล 12 เมตร - ว่า่ยท่ากรรเชียง 12 เมตร 4. ว่า่ยท่ากบ - การใช้ขา กบ	2	
7	พ 3.1 ป.4/4	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ทบทวน - ท่ากบ การใช้ขา กบและการหายใจ - ว่า่ยท่าพริสไต้ล 25 เมตร - ว่า่ยท่ากรรเชียง 12 เมตร - กระโดดน้ำลิก - ลอยตัว 30 วินาที 4. แข่งขันว่า่ยผลัดพริสไต้ล 4 x 12 เมตร	2	
8	พ 3.2 ป.4/2	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร ประเมิน 1. ลอยตัวน้ำลิก 30 วินาที 2. ว่า่ยท่าพริสไต้ล 12 เมตร 3. ว่า่ยน้ำท่ากรรเชียง 12 เมตร - แข่งขันว่า่ยผลัด จั๊บโฝมเตะขากรรเชียง 4 x 12 เมตร	2	
9	คุณลักษณะ ข้อที่ 4 รอบรู้ (ใฝ่เรียนใฝ่รู้) 4.1 ตั้งใจเพียรพยายามใน การเรียนและเข้าร่วมกิจกรรม	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร ประเมิน (ต่อ) - เกมในน้ำ 1. จั๊บโฝมเตะขา กบ 12 เมตร 2. ว่า่ยท่าชุด 48 เมตร	2	

ลำดับ	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
10	พ 3.1 ป.4/2	<ol style="list-style-type: none"> 1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ทบทวน <ul style="list-style-type: none"> - ว่ายท่ากรรเชียง 4. ว่ายท่ากบ <ul style="list-style-type: none"> - การใช้ขา กบ - การหายใจ กบ 5. ลอยตัวน้ำลึก 1 นาที 	2	
11	พ 3.2 ป.4/1	<ol style="list-style-type: none"> 1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ว่ายท่ากบ <ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการใช้ขา กบ, การหายใจ กบ - การใช้แขน กบ 4. ว่ายท่าฟรีสไตล์ 25 เมตร 5. ว่ายท่ากรรเชียง 12 เมตร 	2	
12	พ 3.1 ป.4/1	<ol style="list-style-type: none"> 1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ทบทวนว่ายท่ากบ 4. ว่ายท่าฟรีสไตล์ 12 เมตร 5. ว่ายท่ากรรเชียง 12 เมตร 6. ว่ายเก็บระยะทาง 3 นาที 	2	
13	พ 3.1 ป.4/2	<ol style="list-style-type: none"> 1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ว่ายท่ากบ 12 เมตร 4. ว่ายท่าผีเสื้อ <ul style="list-style-type: none"> - การเตะขาผีเสื้อ 5. ว่ายเก็บระยะทาง 5 นาที 	2	
14	พ 3.1 ป.4/3	<ol style="list-style-type: none"> 1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ว่ายท่าผีเสื้อ <ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการเตะขาผีเสื้อ 4. ว่ายท่ากบ 12 เมตร 5. กระโดดน้ำลึก 6. ลอยตัว 1 นาที 	2	

ลำดับ	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
15	พ 3.2 ป.4/1	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร ประเมิน 1. ว่ายท่าฟรีสไตล์ 25 เมตร 2. ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 24 เมตร (ไป - กลับ) 3. ว่ายท่ากบ 12 เมตร - แข่งขันว่ายน้ำ	2	
16	พ.4.1 ป.4/4	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร ประเมิน (ต่อ) 1. ว่ายเก็บระยะ 5 นาที 2. ว่ายท่าชุด 48 เมตร เกมลิงชิงบอลในน้ำ	2	
17	พ.4.1 ป.4/4	การกายบริหาร หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 การทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 1. ดัชนีมวลกาย 2. นั้งงอตัวไปข้างหน้า 3. ลูก - นั้ง 60 วินาที 4. ดันพื้น 30 วินาที 5. ยืนกระโดดไกล 6. วิ่งอ้อมหลัก 7. วิ่งระยะไกล 1,200 เมตร	2	
18	พ 3.1 ป.4/4 คุณลักษณะ ข้อที่ 9 ผู้ชีวิต 9.1 ทำงานกลุ่มร่วมกับผู้อื่นอย่าง มีประสิทธิภาพ	1. การกายบริหาร - เกมในน้ำ หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 กิจกรรมเสริมหลักสูตร 1. กีฬาไทยกีฬาอาเซียน	2	

โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา
แผนการจัดการเรียนรู้ระยะยาว กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา)
ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย กีฬาวายน้ำ (กลุ่มที่ 3)

สัปดาห์	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
1	พ 3.1 ป.4/2	หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 กีฬาวายน้ำ 1. ปฐมนิเทศ - ข้อตกลงในการเรียน - สุขบัญญัติ - การวัดและประเมินผล 2. การยืด-คลายกล้ามเนื้อ (ปฏิบัติทุกครั้ง) 3. ประวัติ ประโยชน์ ความปลอดภัยในน้ำและการแข่งขัน กีฬาวายน้ำ 4. เกมในน้ำ	2	
2	พ 3.1 ป.4/1	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. การสร้างความคุ้นเคยในน้ำ - การลอยตัวน้ำลึก 4. วายท่าฟรีสไตล์ - การเตะขาฟรีสไตล์ - - การหายใจท่าฟรีสไตล์ - การใช้แขนท่าฟรีสไตล์	2	
3	พ 3.2 ป.4/1	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. การท่าฟรีสไตล์ 4. วายท่ากรรเชียง - การลอยตัวหงายท่ากรรเชียง - การเตะขาท่ากรรเชียง	2	
4	พ 3.1 ป.4/2	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. การวายเป็นท่ากรรเชียง - การใช้แขนกรรเชียง 4. วายท่าฟรีสไตล์ 12 เมตร 5. การลอยตัวน้ำลึก 20 วินาที	2	ใบงานที่ 3

ลำดับ	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
5	คุณลักษณะข้อที่ 3 คิดอย่างสร้างสรรค์ 3.1 มีความคิดแปลกใหม่ คิด ยืดหยุ่นและคิดละเอียดลออ	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ว่ายท่าฟรีสไตล์ 25 เมตร 4. ว่ายท่ากรรเชียง 12 เมตร 5. ว่ายผลัดฟรีสไตล์ 12 เมตร 6. การกระโดดน้ำ ลอยตัว 30 วินาที	2	
6	พ 3.2 ป.4/2	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ว่ายท่ากบ - การใช้ขาท่ากบ - การหายใจท่ากบ 4. การว่ายท่าฟรีสไตล์และท่ากรรเชียง 24 เมตร 5. การลอยตัวน้ำลึก 1 นาที	2	
7	พ 3.1 ป.4/4	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ว่ายท่ากบ - การใช้แขนท่ากบ 4. ว่ายท่ากบ 12 เมตร 5. ว่ายท่าฟรีสไตล์ 25 เมตร 6. ว่ายท่ากรรเชียง 25 เมตร	2	
8	พ 3.2 ป.4/2	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร ประเมิน 1. ลอยตัวน้ำลึก 1 นาที 2. ว่ายท่าฟรีสไตล์ 25 เมตร 3. ว่ายท่ากรรเชียง 25 เมตร 1. แข่งขันว่ายผลัดฟรีสไตล์ 4 x 12 เมตร	2	
9	คุณลักษณะ ข้อที่ 4 รอบรู้ (ใฝ่เรียนใฝ่รู้) 4.1 ตั้งใจเพียรพยายามใน การเรียนรู้และเข้าร่วมกิจกรรม	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร ประเมิน (ต่อ) 1. ว่ายเก็บระยะทาง 5 นาที 2. ว่ายท่าชุด 48 เมตร (กรรเชียง/ กบ/ ผีเสื้อ / ฟรีสไตล์) - แข่งขันว่ายผลัดกรรเชียง 4 x 12 เมตร - เกมลิงชิงบอลในน้ำ	2	

ลำดับ	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
10	พ 3.1 ป.4/2	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ว่ายท่ากบ 12 เมตร 4. ว่ายท่าฟรีสไตล์/ท่ากรรเชียง 25 เมตร	2	
11	พ 3.2 ป.4/1	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ว่ายท่ากบ 25 เมตร 4. ว่ายท่าผีเสื้อ - การใช้ขาท่าผีเสื้อ 5. ว่ายท่าฟรีสไตล์ / ท่ากรรเชียง / ท่ากบ 12 เมตร 6. แข่งขันว่ายผลัดกบ 12 เมตร	2	
12	พ 3.1 ป.4/1	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ว่ายท่าผีเสื้อ - ทบทวนการใช้ขาท่าผีเสื้อ - การหายใจท่าผีเสื้อ - การใช้แขนท่าผีเสื้อ 4. ว่ายท่าผีเสื้อ 12 เมตร 5. ว่ายท่าฟรีสไตล์ / ท่ากรรเชียง / ท่ากบ 12 เมตร 6. กระโดดน้ำ ลอยตัว 1 นาที	2	
13	พ 3.1 ป.4/2	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ว่ายท่าผีเสื้อ 12 เมตร 4. ว่ายเดี่ยวผสม 48 เมตร (กรรเชียง/ กบ/ ท่าผีเสื้อ / ฟรีสไตล์) 5. แข่งขันว่ายผลัด 4 x 12 เมตร	2	
14	พ 3.1 ป.4/3	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร 3. ทบทวนว่ายท่าผีเสื้อ 12 เมตร 4. ว่ายเดี่ยวผสม 48 เมตร (ท่าผีเสื้อ / กรรเชียง / กบ / ฟรีสไตล์) 5. ว่ายเก็บระยะทาง 8 นาที 6. เกมในน้ำ	2	

ลำดับ	สาระ มาตรฐาน และตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (คาบ)	หมายเหตุ
15	พ 3.1 ป.4/2	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร ประเมิน 1. ว่ายน้ำท่ากบ 25 เมตร 2. จับโปมเตะขาผีเสื้อ 12 เมตร 3. ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 12 เมตร - เกมในน้ำ	2	
16	พ.4.1 ป.4/4	1. การกายบริหาร 2. การฝึกแบบวงจร ประเมิน (ต่อ) 3. ว่ายเดี่ยวผสม 48 เมตร (ท่าผีเสื้อ/กรรเชียง/ กบ/ ฟรีสไตล์) 4. ว่ายเก็บระยะทาง 10 นาที - แข่งขันว่ายผลัด 4 x 12 เมตร - เกมในน้ำ	2	
17	พ.4.1 ป.4/4	การกายบริหาร หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 การทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพ ประกอบด้วย 1. ดัดข้อมือ 2. นั้งงอตัวไปข้างหน้า 3. ลูก - นั้ง 60 วินาที 4. ดันพื้น 30 วินาที 5. ยืนกระโดดไกล 6. วิ่งอ้อมหลัก 7. วิ่งระยะไกล 1,200 เมตร	2	
18	พ 3.1 ป.4/4 คุณลักษณะ ข้อที่ 9 ผู้ชีวิต 9.1 ทำงานกลุ่มร่วมกับผู้อื่นอย่าง มีประสิทธิภาพ	1. การกายบริหาร - เกมในน้ำ หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 กิจกรรมเสริมหลักสูตร 1. กีฬาไทยกีฬาอาเซียน	2	

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. สื่อการสอนรูปภาพ
2. ลูกแชร์บาส ตะกร้า หลัก
3. ไม้เทเบิลเทนนิส ลูกเทเบิลเทนนิส
4. โฟมว่ายน้ำ
5. กระสอบ
6. ผ้าวิ่งเปรี้ยว

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

1. กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา)

ได้กำหนดการประเมินผลการเรียนของผู้เรียน ในระดับชั้นประถมศึกษาเป็นคะแนนเต็ม 100 คะแนน ดังนี้

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 ตามมาตรฐานตัวชี้วัด
- 1.2 ทักษะกระบวนการ (Process) P 40 คะแนน ประเมินจาก การทดสอบทักษะกีฬา
- 1.3 เจตคติ (Attitude) A 10 คะแนน ประเมินจาก ลักษณะที่นักเรียนควรมี และฝึกปฏิบัติได้ในการเรียนวิชาพลศึกษา ดังนี้
 - 1.3.1 การเป็นผู้นำ และผู้ตาม
 - 1.3.2 การทำงานเป็นทีม
- 1.4. พฤติกรรมการเรียน 10 คะแนน ประเมินจาก ลักษณะพฤติกรรมทั่วไปในการเรียน ดังนี้

- 14.1 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 ทางเลือกที่หลากหลายด้วยการดัดแปลงความคิดเห็นเดิมหรือคิดสิ่งแปลกใหม่ที่เกิดประโยชน์
3	ความสามารถในการแก้ปัญหา	3.1 แสวงหา รวบรวม สร้าง จัดระบบ ประมวลและกลั่นกรองความรู้	3.1.2 บันทึกความรู้ วิเคราะห์ข้อมูล จากสิ่งที่เรียนรู้สรุปเป็นองค์ความรู้
4	ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต	4.1 ทำงานกลุ่มร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ	4.1.1 เป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี 4.1.2 ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น 4.1.3 ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
5	ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	5.2 มีการจัดการเทคโนโลยีให้ยั่งยืน ด้วยวิธีที่เหมาะสม	5.2.2 ลดการใช้ทรัพยากร ใช้อย่างประหยัดและคุ้มค่า

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 สรุปลงเป็น 4 ระดับ ได้แก่ ดีเยี่ยม (3) ดี (2) ผ่าน(1) และไม่ผ่าน(0)

4. ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ พิจารณาจากการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 1 ข้อที่ โรงเรียนกำหนด 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 ระเบียบข้อบังคับของครอบครัวโรงเรียนและสังคม	✓	✓	✓
ข้อที่ 4 ใฝ่รู้ใฝ่เรียน 4.1 ตั้งใจ เพียรพยายามในการเรียนและเข้าร่วมกิจกรรม	✓	✓	✓
ข้อที่ 9 มีสุขนิสัยที่ดี 9.1 มีนิสัยที่ดีในการดูแลสุขภาพ			✓
ข้อที่ 10 มีสุขภาพจิตดี 10.2 ใช้ความสามารถทางสติปัญญาและความฉลาดทางอารมณ์ได้อย่างเต็มศักยภาพ	✓		
ข้อที่ 11 ใฝ่สันติ 11.2 รู้เท่าทันปัญหา แก้ปัญหาและยุติความขัดแย้งด้วยวิธีการที่ไม่รุนแรง		✓	

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

6.1 หลักเกณฑ์และวิธีการประเมินการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2555

6.1.1 ขอบเขตการประเมิน

ป.1 – ป.3	ป.4 – ป.6
การอ่านจากสื่อสิ่งพิมพ์และ/หรือสื่อประเภทต่างๆ ที่ทำให้เกิดความเพลิดเพลิน ความรู้ ประสบการณ์และมีประเด็นให้คิดและเขียนบรรยายการถ่ายทอดจากประเด็นที่คิดด้วยภาษาที่ถูกต้องเหมาะสม เช่น อ่านสาระความรู้ที่นำเสนออย่างสนใจ นิยายเรื่องสั้น นิทาน นิยายปรัมปรา	การอ่านจากสื่อสิ่งพิมพ์และ/หรือสื่อประเภทต่างๆ ที่ให้ข้อมูลสารสนเทศความรู้ประสบการณ์ที่เอื้อให้ผู้อ่านนำไปคิดวิเคราะห์แสดงความคิดเห็นตัดสินใจแก้ปัญหาและถ่ายทอดโดยการเขียนเป็นความเรียงเชิงสร้างสรรค์ด้วยถ้อยคำที่ถูกต้องชัดเจน เช่น อ่านหนังสือพิมพ์ วารสาร บทความ สุนทรพจน์ 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 การสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียน
2. เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินผลสอบ ได้แก่ แบบฝึกประเมินทักษะกีฬา
3. เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินผลงาน ได้แก่ ใบงาน การอ่าน คติวิเคราะห์และเขียน
4. เครื่องมือที่ใช้ในการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ ได้แก่ แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐาน

สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ สำนักงานวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา พ.ศ. 2555 มี 7 รายการ

1. ดัชนีมวลกาย
2. ลูกนั่ง 60 วินาที
3. ยืนกระโดดไกล
4. ดันพื้น 30 วินาที
5. นั่งอตัวไปข้างหน้า
6. วิ่งอ้อมหลัก
7. วิ่งระยะไกล 1,200 เมตร

การวัดและประเมินผลกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา) ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคต้น

การประเมินผลการเรียนรู้ การประเมินผลการเรียนของผู้เรียน กำหนดคะแนนเต็ม 100 คะแนน

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

คะแนนหลังการเรียน (Summative 20 คะแนน)

ตัวชี้วัด	หัวข้อ	ครั้งที่ 1 ก่อนกลางภาค	คุณลักษณะ	ตัวชี้วัด	หัวข้อ	ครั้งที่ 2 กลางภาค	คุณลักษณะ
พ 3.1 ป.4/1 พ 3.1 ป.4/4	K ความรู้ (20 คะแนน)	ใบงานที่ 1 - หลักการออกกำลังกาย 20 คะแนน	ข้อที่ 1 รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์	พ 3.1 ป.4/1 พ 3.1 ป.4/4	K ความรู้ (20 คะแนน)	ใบงานที่ 2 - ประเทศในอาเซียน 20 คะแนน	ข้อที่ 2 คิดอย่างมี วิจารณญาณ
	พ 3.2 ป.4/1 พ 3.2 ป.4/2	P ทักษะ (40 คะแนน)			ทักษะแชร์บอล - รับ - ส่งบอล 10 ลูก 10 คะแนน - ยิงประตู 5 ลูก ระยะ 4 เมตร 10 คะแนน - เลี้ยงบอลไปกลับ 20 เมตร 10 คะแนน - ถี้อเตะกร่ำ และป้องกัน 10 คะแนน	พ 3.2 ป.4/1 พ 3.2 ป.4/2	
A เจตคติ (10 คะแนน)		- การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี 5 คะแนน - การทำงานเป็นทีม 5 คะแนน		A เจตคติ (10 คะแนน)	- การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี 5 คะแนน - การทำงานเป็นทีม 5 คะแนน		
		พฤติกรรมกรเรียน (10 คะแนน) * เลือกครั้งละ 2 ข้อ			พฤติกรรมกรเรียน (10 คะแนน) * เลือกครั้งละ 2 ข้อ		
ทดสอบทักษะ (20 คะแนน)		- เล่นทีม 20 คะแนน		ทดสอบทักษะ (20 คะแนน)	- ตีโต้กับคู่ 10 คะแนน - จัดสายแข่งขัน 10 คะแนน		
อ่าน คิด วิเคราะห์และ เขียน		ใบงาน/ข้อสอบ 10 คะแนน		อ่าน คิดวิเคราะห์และ เขียน	ใบงาน/ข้อสอบ 10 คะแนน		

การวัดและประเมินผลกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา) ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย (กลุ่มที่ 1)

การประเมินผลการเรียนรู้ การประเมินผลการเรียนของผู้เรียน กำหนดคะแนนเต็ม 100 คะแนน

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

คะแนนหลังการเรียน (Summative 20 คะแนน)

ตัวชี้วัด	หัวข้อ	ครั้งที่ 1 ก่อนปลายภาค	คุณลักษณะ	ตัวชี้วัด	หัวข้อ	ครั้งที่ 2 ปลายภาค	คุณลักษณะ
พ 3.1 ป.4/1 พ 3.1 ป.4/4	K ความรู้ (20 คะแนน)	ใบงานที่ 3 - คำนวณ 12 ประการ 20 คะแนน	ข้อที่ 3 คิดอย่าง สร้างสรรค์	พ 3.1 ป.4/1 พ 3.1 ป.4/4	K ความรู้ (20 คะแนน)	ใบงานที่ 4 - ข้อสอบ 20 คะแนน	ข้อที่ 4 ใฝ่รู้ใฝ่เรียน
	พ 3.2 ป.4/1 พ 3.2 ป.4/2	P ทักษะ (40 คะแนน)			ทักษะว่ายน้ำ กลุ่ม 1 - กระโดดน้ำลิกลอยตัว 20 วินาที 10 คะแนน - จับโปมว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 10 คะแนน - จับโปมเตะขากรรเชียง 10 คะแนน - ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 10 คะแนน	พ 3.2 ป.4/1 พ 3.2 ป.4/2	
A เจตคติ (10 คะแนน)		- การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี 5 คะแนน - การทำงานเป็นทีม 5 คะแนน		A เจตคติ (10 คะแนน)	- การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี 5 คะแนน - การทำงานเป็นทีม 5 คะแนน		
		พฤติกรรมกรเรียน (10 คะแนน) * เลือกครั้งละ 2 ข้อ			พฤติกรรมกรเรียน (10 คะแนน) * เลือกครั้งละ 2 ข้อ		
ทดสอบทักษะ (20 คะแนน)		- ดำน้ำลิก 20 วินาที 20 คะแนน		ทดสอบทักษะ (20 คะแนน)	- ว่ายน้ำผลัด 4 x 12 เมตร 20 คะแนน		
อ่าน คิด วิเคราะห์และ เขียน		ใบงาน/ข้อสอบ 10 คะแนน		อ่าน คิดวิเคราะห์และ เขียน	ประเมิน 3 ครั้ง สรุปเป็น 4 ระดับ ได้แก่ ดีเยี่ยม (3) ดี (2) ผ่าน (1) และไม่ผ่าน (0)		

การวัดและประเมินผลกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา) ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย (กลุ่มที่ 2)

การประเมินผลการเรียนรู้ การประเมินผลการเรียนของผู้เรียน กำหนดคะแนนเต็ม 100 คะแนน

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

คะแนนหลังการเรียน (Summative 20 คะแนน)

ตัวชี้วัด	หัวข้อ	ครั้งที่ 1 ก่อนปลายภาค	คุณลักษณะ	ตัวชี้วัด	หัวข้อ	ครั้งที่ 2 ปลายภาค	คุณลักษณะ
พ 3.1 ป.4/1	K ความรู้	ใบงานที่ 3	ข้อที่ 3 คิดอย่าง สร้างสรรค์	พ 3.1 ป.4/1	K ความรู้	ใบงานที่ 4	ข้อที่ 4 ใฝ่รู้ใฝ่เรียน
พ 3.1 ป.4/4	(20 คะแนน)	- คำนิยม 12 ประการ 20 คะแนน		พ 3.1 ป.4/4	(20 คะแนน)	- ข้อสอบ 20 คะแนน	
พ 3.2 ป.4/1	P ทักษะ	ทักษะว่ายน้ำ กลุ่ม 2		พ 3.2 ป.4/1	P ทักษะ	ทักษะว่ายน้ำ กลุ่ม 2	ข้อที่ 9 ทำงานเป็น ทีมและสร้าง เครือข่ายได้
พ 3.2 ป.4/2	(40 คะแนน)	- ลอยตัวค้ำน้ำลึก 30 วินาที 10 คะแนน		พ 3.2 ป.4/2	(40 คะแนน)	- ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 24 เมตร 10 คะแนน	
		- ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 12 เมตร 10 คะแนน				- ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 24 เมตร 10 คะแนน	
		- ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 12 เมตร 10 คะแนน				- ว่ายน้ำท่ากบ 12 เมตร 10 คะแนน	
		- จับโปมเตะขา กบ 10 คะแนน				- ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 5 นาที 10 คะแนน	
	A เจตคติ	- การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี 5 คะแนน			A เจตคติ	- การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี 5 คะแนน	
	(10 คะแนน)	- การทำงานเป็นทีม 5 คะแนน			(10 คะแนน)	- การทำงานเป็นทีม 5 คะแนน	
	พฤติกรรมการเรียน	- การตั้งใจเรียน 5 คะแนน			พฤติกรรมการเรียน	- การตั้งใจเรียน 5 คะแนน	
	(10 คะแนน) * เลือกครั้งละ 2 ข้อ	- การแต่งกายและอุปกรณ์ 5 คะแนน - ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม 5 คะแนน		(10 คะแนน) * เลือกครั้งละ 2 ข้อ	- การแต่งกายและอุปกรณ์ 5 คะแนน - ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม 5 คะแนน		
	ทดสอบทักษะ (20 คะแนน)	- ว่ายน้ำท่าชุด 48 เมตร 20 คะแนน		ทดสอบทักษะ (20 คะแนน)	- ว่ายน้ำท่าชุด 48 เมตร 20 คะแนน		
	อ่าน คิด วิเคราะห์และเขียน	ใบงาน/ข้อสอบ 10 คะแนน		อ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน	ประเมิน 3 ครั้ง สรุปเป็น 4 ระดับ ได้แก่ ดีเยี่ยม (3) ดี (2) ผ่าน (1) และไม่ผ่าน (0)		

การวัดและประเมินผลกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พลศึกษา) ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย (กลุ่มที่ 3)

การประเมินผลการเรียนรู้ การประเมินผลการเรียนของผู้เรียน กำหนดคะแนนเต็ม 100 คะแนน

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

คะแนนหลังการเรียน (Summative 20 คะแนน)

ตัวชี้วัด	หัวข้อ	ครั้งที่ 1 ก่อนปลายภาค	คุณลักษณะ	ตัวชี้วัด	หัวข้อ	ครั้งที่ 2 ปลายภาค	คุณลักษณะ
พ 3.1 ป.4/1 พ 3.1 ป.4/4	K ความรู้ (20 คะแนน)	ใบงานที่ 3 - คำนวณ 12 ประการ 20 คะแนน	ข้อที่ 3 คิดอย่าง สร้างสรรค์	พ 3.1 ป.4/1 พ 3.1 ป.4/4	K ความรู้ (20 คะแนน)	ใบงานที่ 4 - ข้อสอบ 20 คะแนน	ข้อที่ 4 ใฝ่รู้ใฝ่เรียน
	พ 3.2 ป.4/1 พ 3.2 ป.4/2	P ทักษะ (40 คะแนน)			ทักษะว่ายน้ำ กลุ่ม 3 - ลอยตัวน้ำลึก 1 นาที 10 คะแนน - ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 25 เมตร 10 คะแนน - ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 25 เมตร 10 คะแนน - ว่ายน้ำเก็บขยะ 5 นาที 10 คะแนน	พ 3.2 ป.4/1 พ 3.2 ป.4/2	
A เจตคติ (10 คะแนน)		- การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี 5 คะแนน - การทำงานเป็นทีม 5 คะแนน		A เจตคติ (10 คะแนน)	- การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี 5 คะแนน - การทำงานเป็นทีม 5 คะแนน		
		พฤติกรรมกรเรียน (10 คะแนน) * เลือกครั้งละ 2 ข้อ			พฤติกรรมกรเรียน (10 คะแนน) * เลือกครั้งละ 2 ข้อ		
ทดสอบทักษะ (20 คะแนน)		- ว่ายน้ำท่าชุด 48 เมตร 20 คะแนน		ทดสอบทักษะ (20 คะแนน)	- ว่ายน้ำเก็บขยะ 10 นาที 20 คะแนน		
อ่าน คิด วิเคราะห์และ เขียน		ใบงาน/ข้อสอบ 10 คะแนน		อ่าน คิดวิเคราะห์และ เขียน	ประเมิน 3 ครั้ง สรุปเป็น 4 ระดับ ได้แก่ ดีเยี่ยม (3) ดี (2) ผ่าน (1) และไม่ผ่าน (0)		

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคต้น

กิจกรรม	ครั้งที่ 1	กิจกรรม	ครั้งที่ 2																																																																																				
ทักษะกีฬา แชร์บอล	<p>P ทักษะ 40 คะแนน</p> <p>1. การรับ – ส่งบอลสองมือระดับข้อ ระยะเวลา 4 เมตร จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <p>รับ – ส่งบอลได้ 9 – 10 ครั้ง 10 คะแนน รับ – ส่งบอลได้ 8 ครั้ง 9 คะแนน รับ – ส่งบอลได้ 7 ครั้ง 8 คะแนน รับ – ส่งบอลได้ 6 ครั้ง 7 คะแนน รับ – ส่งบอลได้ 5 ครั้ง 6 คะแนน รับ – ส่งบอลได้ 4 ครั้ง 5 คะแนน รับ – ส่งบอลได้ 3 ครั้ง 4 คะแนน รับ – ส่งบอลได้น้อยกว่า 3 ครั้ง 3 คะแนน</p> <p>2. ยิงประตู 5 ลูก ระยะ 4 เมตร</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <p>ยิงลงตะกร้า 5 ลูก 10 คะแนน ยิงลงตะกร้า 4 ลูก 8 คะแนน ยิงลงตะกร้า 3 ลูก 6 คะแนน ยิงลงตะกร้า 2 ลูก 4 คะแนน ยิงลงตะกร้า 1 ลูก 2 คะแนน</p> <p>3. การเลี้ยงบอลไปและกลับระยะทาง 20 เมตร หลักห่างกัน 2</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="text-align: center;">ชาย</td> <td style="text-align: center;">หญิง</td> <td></td> </tr> <tr> <td>เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 8 – 10</td> <td>9 – 11 วินาที</td> <td>10 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 11 – 13</td> <td>12 – 14 วินาที</td> <td>9 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 14 – 16</td> <td>15 – 17 วินาที</td> <td>8 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 17 – 19</td> <td>18 – 20 วินาที</td> <td>7 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 20 – 22</td> <td>21 – 23 วินาที</td> <td>6 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 23 – 25</td> <td>24 – 26 วินาที</td> <td>5 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 26 – 28</td> <td>27 – 29 วินาที</td> <td>4 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เลี้ยงบอลไป-กลับ มากกว่า 28</td> <td>มากกว่า 29 วินาที</td> <td>3 คะแนน</td> </tr> </table> <p>4. การถือตะกร้าและการเป็นผู้ป้องกัน</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <p>สังเกตท่าทางความถูกต้องของการปฏิบัติ คะแนนเต็ม 10 คะแนน และ 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2 และ 1</p> <p>-----</p>	ชาย	หญิง		เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 8 – 10	9 – 11 วินาที	10 คะแนน	เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 11 – 13	12 – 14 วินาที	9 คะแนน	เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 14 – 16	15 – 17 วินาที	8 คะแนน	เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 17 – 19	18 – 20 วินาที	7 คะแนน	เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 20 – 22	21 – 23 วินาที	6 คะแนน	เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 23 – 25	24 – 26 วินาที	5 คะแนน	เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 26 – 28	27 – 29 วินาที	4 คะแนน	เลี้ยงบอลไป-กลับ มากกว่า 28	มากกว่า 29 วินาที	3 คะแนน	<p>ทักษะกีฬา เทเบิล เทนนิส</p> <p>P ทักษะ 40 คะแนน</p> <p>1. การเดาะลูกแบบหน้ามือ 10 ครั้ง</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>เดาะลูกได้ 9 – 10 ครั้ง</td> <td>10 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 8 ครั้ง</td> <td>9 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 7 ครั้ง</td> <td>8 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 6 ครั้ง</td> <td>7 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 5 ครั้ง</td> <td>6 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 4 ครั้ง</td> <td>5 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 3 ครั้ง</td> <td>4 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ น้อยกว่า 3 ครั้ง</td> <td>3 คะแนน</td> </tr> </table> <p>2. การเดาะลูกแบบหลังมือ 10 ครั้ง</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>เดาะลูกได้ 9 – 10 ครั้ง</td> <td>10 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 8 ครั้ง</td> <td>9 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 7 ครั้ง</td> <td>8 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 6 ครั้ง</td> <td>7 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 5 ครั้ง</td> <td>6 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 4 ครั้ง</td> <td>5 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 3 ครั้ง</td> <td>4 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ น้อยกว่า 3 ครั้ง</td> <td>3 คะแนน</td> </tr> </table> <p>3. การเดาะลูกหน้ามือสลับหลังมือ 10 ครั้ง</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>เดาะลูกได้ 9 – 10 ครั้ง</td> <td>10 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 8 ครั้ง</td> <td>9 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 7 ครั้ง</td> <td>8 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 6 ครั้ง</td> <td>7 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 5 ครั้ง</td> <td>6 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 4 ครั้ง</td> <td>5 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ 3 ครั้ง</td> <td>4 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกได้ น้อยกว่า 3 ครั้ง</td> <td>3 คะแนน</td> </tr> </table> <p>4. การเดาะลูกกระทบฝ่าผนัง 5 ครั้ง</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>เดาะลูกกระทบฝ่าผนัง 5 ครั้ง</td> <td>10 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกกระทบฝ่าผนัง 4 ครั้ง</td> <td>8 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกกระทบฝ่าผนัง 3 ครั้ง</td> <td>6 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกกระทบฝ่าผนัง 2 ครั้ง</td> <td>4 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>เดาะลูกกระทบฝ่าผนัง ได้ น้อยกว่า 1 ครั้ง</td> <td>2 คะแนน</td> </tr> </table> <p>-----</p>	เดาะลูกได้ 9 – 10 ครั้ง	10 คะแนน	เดาะลูกได้ 8 ครั้ง	9 คะแนน	เดาะลูกได้ 7 ครั้ง	8 คะแนน	เดาะลูกได้ 6 ครั้ง	7 คะแนน	เดาะลูกได้ 5 ครั้ง	6 คะแนน	เดาะลูกได้ 4 ครั้ง	5 คะแนน	เดาะลูกได้ 3 ครั้ง	4 คะแนน	เดาะลูกได้ น้อยกว่า 3 ครั้ง	3 คะแนน	เดาะลูกได้ 9 – 10 ครั้ง	10 คะแนน	เดาะลูกได้ 8 ครั้ง	9 คะแนน	เดาะลูกได้ 7 ครั้ง	8 คะแนน	เดาะลูกได้ 6 ครั้ง	7 คะแนน	เดาะลูกได้ 5 ครั้ง	6 คะแนน	เดาะลูกได้ 4 ครั้ง	5 คะแนน	เดาะลูกได้ 3 ครั้ง	4 คะแนน	เดาะลูกได้ น้อยกว่า 3 ครั้ง	3 คะแนน	เดาะลูกได้ 9 – 10 ครั้ง	10 คะแนน	เดาะลูกได้ 8 ครั้ง	9 คะแนน	เดาะลูกได้ 7 ครั้ง	8 คะแนน	เดาะลูกได้ 6 ครั้ง	7 คะแนน	เดาะลูกได้ 5 ครั้ง	6 คะแนน	เดาะลูกได้ 4 ครั้ง	5 คะแนน	เดาะลูกได้ 3 ครั้ง	4 คะแนน	เดาะลูกได้ น้อยกว่า 3 ครั้ง	3 คะแนน	เดาะลูกกระทบฝ่าผนัง 5 ครั้ง	10 คะแนน	เดาะลูกกระทบฝ่าผนัง 4 ครั้ง	8 คะแนน	เดาะลูกกระทบฝ่าผนัง 3 ครั้ง	6 คะแนน	เดาะลูกกระทบฝ่าผนัง 2 ครั้ง	4 คะแนน	เดาะลูกกระทบฝ่าผนัง ได้ น้อยกว่า 1 ครั้ง	2 คะแนน
ชาย	หญิง																																																																																						
เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 8 – 10	9 – 11 วินาที	10 คะแนน																																																																																					
เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 11 – 13	12 – 14 วินาที	9 คะแนน																																																																																					
เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 14 – 16	15 – 17 วินาที	8 คะแนน																																																																																					
เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 17 – 19	18 – 20 วินาที	7 คะแนน																																																																																					
เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 20 – 22	21 – 23 วินาที	6 คะแนน																																																																																					
เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 23 – 25	24 – 26 วินาที	5 คะแนน																																																																																					
เลี้ยงบอลไป-กลับ เวลา 26 – 28	27 – 29 วินาที	4 คะแนน																																																																																					
เลี้ยงบอลไป-กลับ มากกว่า 28	มากกว่า 29 วินาที	3 คะแนน																																																																																					
เดาะลูกได้ 9 – 10 ครั้ง	10 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 8 ครั้ง	9 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 7 ครั้ง	8 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 6 ครั้ง	7 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 5 ครั้ง	6 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 4 ครั้ง	5 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 3 ครั้ง	4 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ น้อยกว่า 3 ครั้ง	3 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 9 – 10 ครั้ง	10 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 8 ครั้ง	9 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 7 ครั้ง	8 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 6 ครั้ง	7 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 5 ครั้ง	6 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 4 ครั้ง	5 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 3 ครั้ง	4 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ น้อยกว่า 3 ครั้ง	3 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 9 – 10 ครั้ง	10 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 8 ครั้ง	9 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 7 ครั้ง	8 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 6 ครั้ง	7 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 5 ครั้ง	6 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 4 ครั้ง	5 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ 3 ครั้ง	4 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกได้ น้อยกว่า 3 ครั้ง	3 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกกระทบฝ่าผนัง 5 ครั้ง	10 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกกระทบฝ่าผนัง 4 ครั้ง	8 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกกระทบฝ่าผนัง 3 ครั้ง	6 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกกระทบฝ่าผนัง 2 ครั้ง	4 คะแนน																																																																																						
เดาะลูกกระทบฝ่าผนัง ได้ น้อยกว่า 1 ครั้ง	2 คะแนน																																																																																						

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคต้น (ต่อ)

กิจกรรม	ครั้งที่ 1	กิจกรรม	ครั้งที่ 2																
	<p>สอบทักษะ 20 คะแนน</p> <p>1. เล่นทีม</p> <p><u>วิธีการให้คะแนน</u></p> <p>สังเกตความถูกต้องของการปฏิบัติ การทำงานเป็นทีม</p>		<p>สอบทักษะ 20 คะแนน</p> <p>1. ตีโต้กับคู่ 10 ครั้ง</p> <p><u>วิธีการให้คะแนน</u></p> <p>สังเกตความถูกต้องของการปฏิบัติ</p> <p><u>วิธีการให้คะแนน</u></p> <table border="0"> <tr> <td>ตีโต้กับคู่ได้ 9 - 10 ครั้ง</td> <td>10 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ตีโต้กับคู่ได้ 8 ครั้ง</td> <td>9 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ตีโต้กับคู่ได้ 7 ครั้ง</td> <td>8 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ตีโต้กับคู่ได้ 6 ครั้ง</td> <td>7 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ตีโต้กับคู่ได้ 5 ครั้ง</td> <td>6 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ตีโต้กับคู่ได้ 4 ครั้ง</td> <td>5 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ตีโต้กับคู่ได้ 3 ครั้ง</td> <td>4 คะแนน</td> </tr> <tr> <td>ตีโต้กับคู่ได้ น้อยกว่า 3 ครั้ง</td> <td>3 คะแนน</td> </tr> </table> <p>2. แบ่งสายแข่งขัน 10 คะแนน</p> <p><u>วิธีการให้คะแนน</u></p> <p>สังเกตความถูกต้องของการปฏิบัติ คะแนนจากการแข่งขัน</p>	ตีโต้กับคู่ได้ 9 - 10 ครั้ง	10 คะแนน	ตีโต้กับคู่ได้ 8 ครั้ง	9 คะแนน	ตีโต้กับคู่ได้ 7 ครั้ง	8 คะแนน	ตีโต้กับคู่ได้ 6 ครั้ง	7 คะแนน	ตีโต้กับคู่ได้ 5 ครั้ง	6 คะแนน	ตีโต้กับคู่ได้ 4 ครั้ง	5 คะแนน	ตีโต้กับคู่ได้ 3 ครั้ง	4 คะแนน	ตีโต้กับคู่ได้ น้อยกว่า 3 ครั้ง	3 คะแนน
ตีโต้กับคู่ได้ 9 - 10 ครั้ง	10 คะแนน																		
ตีโต้กับคู่ได้ 8 ครั้ง	9 คะแนน																		
ตีโต้กับคู่ได้ 7 ครั้ง	8 คะแนน																		
ตีโต้กับคู่ได้ 6 ครั้ง	7 คะแนน																		
ตีโต้กับคู่ได้ 5 ครั้ง	6 คะแนน																		
ตีโต้กับคู่ได้ 4 ครั้ง	5 คะแนน																		
ตีโต้กับคู่ได้ 3 ครั้ง	4 คะแนน																		
ตีโต้กับคู่ได้ น้อยกว่า 3 ครั้ง	3 คะแนน																		

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย กลุ่มที่ 1 (ต่อ)

กิจกรรม	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2
	<p>สอบทักษะ 20 คะแนน</p> <p>1. ลอยตัวน้ำลึก 20 วินาที</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <p>ลอยตัวนาน 18 - 20 วินาที 20 คะแนน</p> <p>ลอยตัวนาน 15 - 17 วินาที 18 คะแนน</p> <p>ลอยตัวนาน 12 - 14 วินาที 16 คะแนน</p> <p>ลอยตัวนาน 9 - 11 วินาที 14 คะแนน</p> <p>ลอยตัวนาน 6 - 8 วินาที 12 คะแนน</p> <p>ลอยตัวนาน 3 - 5 วินาที 10 คะแนน</p> <p>น้อยกว่า 3 วินาที 8 คะแนน</p>	<p>สอบทักษะ 20 คะแนน</p> <p>1. ว่ายผลัดผสม 4 x 12 เมตร</p> <p>- จับโหมเตะเท้า</p> <p>- จับโหมว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์</p> <p>- ว่ายท่ากรรเชียง</p> <p>- ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <p>สังเกตความถูกต้องของการปฏิบัติ การให้ความร่วมมือในทีม</p>

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย กลุ่มที่ 2

กิจกรรม	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2																																																																																																																								
ทักษะกีฬา ว่ายน้ำ	<p>P ทักษะ 40 คะแนน</p> <p>1. ลอยตัวน้ำลึก 30 วินาที</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>ลอยตัวน้ำลึก 25 – 30 วินาที</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ลอยตัวน้ำลึก 20 – 24 วินาที</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>ลอยตัวน้ำลึก 15 – 19 วินาที</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ลอยตัวน้ำลึก 10 – 14 วินาที</td><td>7 คะแนน</td></tr> <tr><td>ลอยตัวน้ำลึก 5 – 9 วินาที</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>น้อยกว่า 5 วินาที</td><td>4 คะแนน</td></tr> </table> <p>2. ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ ระยะทาง 12 เมตร</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 11 – 12 เมตร</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 9 – 10 เมตร</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 7 – 8 เมตร</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 5 – 6 เมตร</td><td>7 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 3 – 4 เมตร</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 2 เมตร</td><td>5 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 1 เมตร</td><td>4 คะแนน</td></tr> <tr><td>น้อยกว่า 1 เมตร</td><td>3 คะแนน</td></tr> </table> <p>3. ว่ายน้ำท่ากรรเชียง ระยะทาง 12 เมตร</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>จับโปมเตะขากรรเชียง 11 – 12 เมตร</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมเตะขากรรเชียง 9 – 10 เมตร</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมเตะขากรรเชียง 7 – 8 เมตร</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมเตะขากรรเชียง 5 – 6 เมตร</td><td>7 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมเตะขากรรเชียง 3 – 4 เมตร</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมเตะขากรรเชียง 2 เมตร</td><td>5 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมเตะขากรรเชียง 1 เมตร</td><td>4 คะแนน</td></tr> <tr><td>น้อยกว่า 1 เมตร</td><td>3 คะแนน</td></tr> </table> <p>4. จับโปมเตะขาบก ระยะทาง 12 เมตร</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>จับโปมเตะขาบก 11 – 12 เมตร</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมเตะขาบก 9 – 10 เมตร</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมเตะขาบก 7 – 8 เมตร</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมเตะขาบก 5 – 6 เมตร</td><td>7 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมเตะขาบก 3 – 4 เมตร</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมเตะขาบก 2 เมตร</td><td>5 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมเตะขาบก 1 เมตร</td><td>4 คะแนน</td></tr> <tr><td>น้อยกว่า 1 เมตร</td><td>3 คะแนน</td></tr> </table>	ลอยตัวน้ำลึก 25 – 30 วินาที	10 คะแนน	ลอยตัวน้ำลึก 20 – 24 วินาที	9 คะแนน	ลอยตัวน้ำลึก 15 – 19 วินาที	8 คะแนน	ลอยตัวน้ำลึก 10 – 14 วินาที	7 คะแนน	ลอยตัวน้ำลึก 5 – 9 วินาที	6 คะแนน	น้อยกว่า 5 วินาที	4 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 11 – 12 เมตร	10 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 9 – 10 เมตร	9 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 7 – 8 เมตร	8 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 5 – 6 เมตร	7 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 3 – 4 เมตร	6 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 2 เมตร	5 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 1 เมตร	4 คะแนน	น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน	จับโปมเตะขากรรเชียง 11 – 12 เมตร	10 คะแนน	จับโปมเตะขากรรเชียง 9 – 10 เมตร	9 คะแนน	จับโปมเตะขากรรเชียง 7 – 8 เมตร	8 คะแนน	จับโปมเตะขากรรเชียง 5 – 6 เมตร	7 คะแนน	จับโปมเตะขากรรเชียง 3 – 4 เมตร	6 คะแนน	จับโปมเตะขากรรเชียง 2 เมตร	5 คะแนน	จับโปมเตะขากรรเชียง 1 เมตร	4 คะแนน	น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน	จับโปมเตะขาบก 11 – 12 เมตร	10 คะแนน	จับโปมเตะขาบก 9 – 10 เมตร	9 คะแนน	จับโปมเตะขาบก 7 – 8 เมตร	8 คะแนน	จับโปมเตะขาบก 5 – 6 เมตร	7 คะแนน	จับโปมเตะขาบก 3 – 4 เมตร	6 คะแนน	จับโปมเตะขาบก 2 เมตร	5 คะแนน	จับโปมเตะขาบก 1 เมตร	4 คะแนน	น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน	<p>P ทักษะ 40 คะแนน</p> <p>1. ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ ระยะทาง 24 เมตร (ไป – กลับ)</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 21 – 24 เมตร</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 9 – 10 เมตร</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 7 – 8 เมตร</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 5 – 6 เมตร</td><td>7 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 3 – 4 เมตร</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 2 เมตร</td><td>5 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 1 เมตร</td><td>4 คะแนน</td></tr> <tr><td>น้อยกว่า 1 เมตร</td><td>3 คะแนน</td></tr> </table> <p>2. ว่ายน้ำท่ากรรเชียง ระยะทาง 24 เมตร (ไป – กลับ)</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 21 – 24 เมตร</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 9 – 10 เมตร</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 7 – 8 เมตร</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 5 – 6 เมตร</td><td>7 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 3 – 4 เมตร</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 2 เมตร</td><td>5 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 1 เมตร</td><td>4 คะแนน</td></tr> <tr><td>น้อยกว่า 1 เมตร</td><td>3 คะแนน</td></tr> </table> <p>3. ว่ายน้ำท่ากบ ระยะทาง 12 เมตร</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากบ 11 – 12 เมตร</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากบ 9 – 10 เมตร</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากบ 7 – 8 เมตร</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากบ 5 – 6 เมตร</td><td>7 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากบ 3 – 4 เมตร</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากบ 2 เมตร</td><td>5 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากบ 1 เมตร</td><td>4 คะแนน</td></tr> <tr><td>น้อยกว่า 1 เมตร</td><td>3 คะแนน</td></tr> </table> <p>4. ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 5 นาที</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 90 – 100 เมตร</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 70 – 89 เมตร</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 50 – 69 เมตร</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 30 – 49 เมตร</td><td>4 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 10 – 29 เมตร</td><td>2 คะแนน</td></tr> <tr><td>น้อยกว่า 10 เมตร</td><td>1 คะแนน</td></tr> </table>	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 21 – 24 เมตร	10 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 9 – 10 เมตร	9 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 7 – 8 เมตร	8 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 5 – 6 เมตร	7 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 3 – 4 เมตร	6 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 2 เมตร	5 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 1 เมตร	4 คะแนน	น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 21 – 24 เมตร	10 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 9 – 10 เมตร	9 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 7 – 8 เมตร	8 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 5 – 6 เมตร	7 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 3 – 4 เมตร	6 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 2 เมตร	5 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 1 เมตร	4 คะแนน	น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากบ 11 – 12 เมตร	10 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากบ 9 – 10 เมตร	9 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากบ 7 – 8 เมตร	8 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากบ 5 – 6 เมตร	7 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากบ 3 – 4 เมตร	6 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากบ 2 เมตร	5 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากบ 1 เมตร	4 คะแนน	น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน	ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 90 – 100 เมตร	10 คะแนน	ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 70 – 89 เมตร	8 คะแนน	ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 50 – 69 เมตร	6 คะแนน	ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 30 – 49 เมตร	4 คะแนน	ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 10 – 29 เมตร	2 คะแนน	น้อยกว่า 10 เมตร	1 คะแนน
ลอยตัวน้ำลึก 25 – 30 วินาที	10 คะแนน																																																																																																																									
ลอยตัวน้ำลึก 20 – 24 วินาที	9 คะแนน																																																																																																																									
ลอยตัวน้ำลึก 15 – 19 วินาที	8 คะแนน																																																																																																																									
ลอยตัวน้ำลึก 10 – 14 วินาที	7 คะแนน																																																																																																																									
ลอยตัวน้ำลึก 5 – 9 วินาที	6 คะแนน																																																																																																																									
น้อยกว่า 5 วินาที	4 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 11 – 12 เมตร	10 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 9 – 10 เมตร	9 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 7 – 8 เมตร	8 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 5 – 6 เมตร	7 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 3 – 4 เมตร	6 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 2 เมตร	5 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 1 เมตร	4 คะแนน																																																																																																																									
น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน																																																																																																																									
จับโปมเตะขากรรเชียง 11 – 12 เมตร	10 คะแนน																																																																																																																									
จับโปมเตะขากรรเชียง 9 – 10 เมตร	9 คะแนน																																																																																																																									
จับโปมเตะขากรรเชียง 7 – 8 เมตร	8 คะแนน																																																																																																																									
จับโปมเตะขากรรเชียง 5 – 6 เมตร	7 คะแนน																																																																																																																									
จับโปมเตะขากรรเชียง 3 – 4 เมตร	6 คะแนน																																																																																																																									
จับโปมเตะขากรรเชียง 2 เมตร	5 คะแนน																																																																																																																									
จับโปมเตะขากรรเชียง 1 เมตร	4 คะแนน																																																																																																																									
น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน																																																																																																																									
จับโปมเตะขาบก 11 – 12 เมตร	10 คะแนน																																																																																																																									
จับโปมเตะขาบก 9 – 10 เมตร	9 คะแนน																																																																																																																									
จับโปมเตะขาบก 7 – 8 เมตร	8 คะแนน																																																																																																																									
จับโปมเตะขาบก 5 – 6 เมตร	7 คะแนน																																																																																																																									
จับโปมเตะขาบก 3 – 4 เมตร	6 คะแนน																																																																																																																									
จับโปมเตะขาบก 2 เมตร	5 คะแนน																																																																																																																									
จับโปมเตะขาบก 1 เมตร	4 คะแนน																																																																																																																									
น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 21 – 24 เมตร	10 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 9 – 10 เมตร	9 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 7 – 8 เมตร	8 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 5 – 6 เมตร	7 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 3 – 4 เมตร	6 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 2 เมตร	5 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 1 เมตร	4 คะแนน																																																																																																																									
น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 21 – 24 เมตร	10 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 9 – 10 เมตร	9 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 7 – 8 เมตร	8 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 5 – 6 เมตร	7 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 3 – 4 เมตร	6 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 2 เมตร	5 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 1 เมตร	4 คะแนน																																																																																																																									
น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่ากบ 11 – 12 เมตร	10 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่ากบ 9 – 10 เมตร	9 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่ากบ 7 – 8 เมตร	8 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่ากบ 5 – 6 เมตร	7 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่ากบ 3 – 4 เมตร	6 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่ากบ 2 เมตร	5 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำท่ากบ 1 เมตร	4 คะแนน																																																																																																																									
น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 90 – 100 เมตร	10 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 70 – 89 เมตร	8 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 50 – 69 เมตร	6 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 30 – 49 เมตร	4 คะแนน																																																																																																																									
ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 10 – 29 เมตร	2 คะแนน																																																																																																																									
น้อยกว่า 10 เมตร	1 คะแนน																																																																																																																									

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย กลุ่มที่ 2 (ต่อ)

กิจกรรม	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2
	<p>สอบทักษะ 20 คะแนน</p> <p>1. ว่ายนํ้าท่าซุด 48 เมตร</p> <p> วิธีการให้คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 44 – 48 เมตร 20 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 39 – 43 เมตร 18 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 34 – 38 เมตร 16 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 29 – 33 เมตร 14 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 24 – 28 เมตร 12 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 19 – 23 เมตร 10 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 14 – 18 เมตร 8 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 9 – 13 เมตร 6 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 4 – 8 เมตร 4 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 1 – 3 เมตร 2 คะแนน</p> <p>น้อยกว่า 1 เมตร 0 คะแนน</p>	<p>สอบทักษะ 20 คะแนน</p> <p>1. ว่ายนํ้าท่าซุด 48 เมตร</p> <p> วิธีการให้คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 44 – 48 เมตร 20 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 39 – 43 เมตร 18 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 34 – 38 เมตร 16 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 29 – 33 เมตร 14 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 24 – 28 เมตร 12 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 19 – 23 เมตร 10 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 14 – 18 เมตร 8 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 9 – 13 เมตร 6 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 4 – 8 เมตร 4 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 1 – 3 เมตร 2 คะแนน</p> <p>น้อยกว่า 1 เมตร 0 คะแนน</p>

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย กลุ่มที่ 3

กิจกรรม	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2																																																																																																						
ทักษะกีฬา ว่ายน้ำ	<p>P ทักษะ 40 คะแนน</p> <p>1. ลอยตัวน้ำลึก 1 นาที</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>ลอยตัวน้ำลึก 27 – 60 วินาที</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ลอยตัวน้ำลึก 23 – 52 วินาที</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>ลอยตัวน้ำลึก 19 – 44 วินาที</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ลอยตัวน้ำลึก 15 – 36 วินาที</td><td>7 คะแนน</td></tr> <tr><td>ลอยตัวน้ำลึก 11 – 28 วินาที</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>ลอยตัวน้ำลึก 7 – 10 วินาที</td><td>5 คะแนน</td></tr> <tr><td>ลอยตัวน้ำลึก 3 – 6 วินาที</td><td>4 คะแนน</td></tr> <tr><td>ต่ำกว่า 1 วินาที</td><td>3 คะแนน</td></tr> </table> <p>2. ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ ระยะทาง 25 เมตร</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 21 – 25 เมตร</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 17 – 20 เมตร</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 13 – 16 เมตร</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 9 – 12 เมตร</td><td>7 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 5 – 8 เมตร</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>น้อยกว่า 5 เมตร</td><td>5 คะแนน</td></tr> </table> <p>3. ว่ายน้ำท่ากรรเชียง ระยะทาง 25 เมตร</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 21 – 25 เมตร</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 17 – 20 เมตร</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 13 – 16 เมตร</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 9 – 12 เมตร</td><td>7 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 5 – 8 เมตร</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>น้อยกว่า 5 เมตร</td><td>5 คะแนน</td></tr> </table> <p>4. ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 5 นาที</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 90 – 100 เมตร</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 70 – 89 เมตร</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 50 – 69 เมตร</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 30 – 49 เมตร</td><td>4 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 10 – 29 เมตร</td><td>2 คะแนน</td></tr> <tr><td>น้อยกว่า 10 เมตร</td><td>1 คะแนน</td></tr> </table> <p>-----</p>	ลอยตัวน้ำลึก 27 – 60 วินาที	10 คะแนน	ลอยตัวน้ำลึก 23 – 52 วินาที	9 คะแนน	ลอยตัวน้ำลึก 19 – 44 วินาที	8 คะแนน	ลอยตัวน้ำลึก 15 – 36 วินาที	7 คะแนน	ลอยตัวน้ำลึก 11 – 28 วินาที	6 คะแนน	ลอยตัวน้ำลึก 7 – 10 วินาที	5 คะแนน	ลอยตัวน้ำลึก 3 – 6 วินาที	4 คะแนน	ต่ำกว่า 1 วินาที	3 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 21 – 25 เมตร	10 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 17 – 20 เมตร	9 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 13 – 16 เมตร	8 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 9 – 12 เมตร	7 คะแนน	ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 5 – 8 เมตร	6 คะแนน	น้อยกว่า 5 เมตร	5 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 21 – 25 เมตร	10 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 17 – 20 เมตร	9 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 13 – 16 เมตร	8 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 9 – 12 เมตร	7 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 5 – 8 เมตร	6 คะแนน	น้อยกว่า 5 เมตร	5 คะแนน	ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 90 – 100 เมตร	10 คะแนน	ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 70 – 89 เมตร	8 คะแนน	ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 50 – 69 เมตร	6 คะแนน	ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 30 – 49 เมตร	4 คะแนน	ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 10 – 29 เมตร	2 คะแนน	น้อยกว่า 10 เมตร	1 คะแนน	<p>P ทักษะ 40 คะแนน</p> <p>1. ว่ายน้ำท่ากบ ระยะทาง 25 เมตร</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากบ 21 – 25 เมตร</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากบ 17 – 20 เมตร</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากบ 13 – 16 เมตร</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากบ 9 – 12 เมตร</td><td>7 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่ากบ 5 – 8 เมตร</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>น้อยกว่า 5 เมตร</td><td>5 คะแนน</td></tr> </table> <p>2. จับโปมตะขาผีเสื้อ ระยะทาง 12 เมตร</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>จับโปมตะขาผีเสื้อ 11 – 12 เมตร</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมตะขาผีเสื้อ 9 – 10 เมตร</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมตะขาผีเสื้อ 7 – 8 เมตร</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมตะขาผีเสื้อ 5 – 6 เมตร</td><td>7 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมตะขาผีเสื้อ 3 – 4 เมตร</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมตะขาผีเสื้อ 2 เมตร</td><td>5 คะแนน</td></tr> <tr><td>จับโปมตะขาผีเสื้อ 1 เมตร</td><td>4 คะแนน</td></tr> <tr><td>น้อยกว่า 1 เมตร</td><td>3 คะแนน</td></tr> </table> <p>3. ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ ระยะทาง 12 เมตร</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 11 – 12 เมตร</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 9 – 10 เมตร</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 7 – 8 เมตร</td><td>8 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 5 – 6 เมตร</td><td>7 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 3 – 4 เมตร</td><td>6 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 2 เมตร</td><td>5 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 1 เมตร</td><td>4 คะแนน</td></tr> <tr><td>น้อยกว่า 1 เมตร</td><td>3 คะแนน</td></tr> </table> <p>4. การว่ายน้ำเดี่ยวผสม ระยะทาง 48 เมตร</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <table border="0"> <tr><td>ว่ายน้ำได้ครบทุกท่าอย่างสมบูรณ์แบบ</td><td>10 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำได้ครบทุกท่า แต่ไม่ถูกต้อง</td><td>9 คะแนน</td></tr> <tr><td>ว่ายน้ำไม่ครบทุกท่า</td><td>8 คะแนน</td></tr> </table> <p>-----</p>	ว่ายน้ำท่ากบ 21 – 25 เมตร	10 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากบ 17 – 20 เมตร	9 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากบ 13 – 16 เมตร	8 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากบ 9 – 12 เมตร	7 คะแนน	ว่ายน้ำท่ากบ 5 – 8 เมตร	6 คะแนน	น้อยกว่า 5 เมตร	5 คะแนน	จับโปมตะขาผีเสื้อ 11 – 12 เมตร	10 คะแนน	จับโปมตะขาผีเสื้อ 9 – 10 เมตร	9 คะแนน	จับโปมตะขาผีเสื้อ 7 – 8 เมตร	8 คะแนน	จับโปมตะขาผีเสื้อ 5 – 6 เมตร	7 คะแนน	จับโปมตะขาผีเสื้อ 3 – 4 เมตร	6 คะแนน	จับโปมตะขาผีเสื้อ 2 เมตร	5 คะแนน	จับโปมตะขาผีเสื้อ 1 เมตร	4 คะแนน	น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน	ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 11 – 12 เมตร	10 คะแนน	ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 9 – 10 เมตร	9 คะแนน	ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 7 – 8 เมตร	8 คะแนน	ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 5 – 6 เมตร	7 คะแนน	ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 3 – 4 เมตร	6 คะแนน	ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 2 เมตร	5 คะแนน	ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 1 เมตร	4 คะแนน	น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน	ว่ายน้ำได้ครบทุกท่าอย่างสมบูรณ์แบบ	10 คะแนน	ว่ายน้ำได้ครบทุกท่า แต่ไม่ถูกต้อง	9 คะแนน	ว่ายน้ำไม่ครบทุกท่า	8 คะแนน
ลอยตัวน้ำลึก 27 – 60 วินาที	10 คะแนน																																																																																																							
ลอยตัวน้ำลึก 23 – 52 วินาที	9 คะแนน																																																																																																							
ลอยตัวน้ำลึก 19 – 44 วินาที	8 คะแนน																																																																																																							
ลอยตัวน้ำลึก 15 – 36 วินาที	7 คะแนน																																																																																																							
ลอยตัวน้ำลึก 11 – 28 วินาที	6 คะแนน																																																																																																							
ลอยตัวน้ำลึก 7 – 10 วินาที	5 คะแนน																																																																																																							
ลอยตัวน้ำลึก 3 – 6 วินาที	4 คะแนน																																																																																																							
ต่ำกว่า 1 วินาที	3 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 21 – 25 เมตร	10 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 17 – 20 เมตร	9 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 13 – 16 เมตร	8 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 9 – 12 เมตร	7 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ 5 – 8 เมตร	6 คะแนน																																																																																																							
น้อยกว่า 5 เมตร	5 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 21 – 25 เมตร	10 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 17 – 20 เมตร	9 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 13 – 16 เมตร	8 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 9 – 12 เมตร	7 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่ากรรเชียง 5 – 8 เมตร	6 คะแนน																																																																																																							
น้อยกว่า 5 เมตร	5 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 90 – 100 เมตร	10 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 70 – 89 เมตร	8 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 50 – 69 เมตร	6 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 30 – 49 เมตร	4 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำเก็บระยะทาง 10 – 29 เมตร	2 คะแนน																																																																																																							
น้อยกว่า 10 เมตร	1 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่ากบ 21 – 25 เมตร	10 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่ากบ 17 – 20 เมตร	9 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่ากบ 13 – 16 เมตร	8 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่ากบ 9 – 12 เมตร	7 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่ากบ 5 – 8 เมตร	6 คะแนน																																																																																																							
น้อยกว่า 5 เมตร	5 คะแนน																																																																																																							
จับโปมตะขาผีเสื้อ 11 – 12 เมตร	10 คะแนน																																																																																																							
จับโปมตะขาผีเสื้อ 9 – 10 เมตร	9 คะแนน																																																																																																							
จับโปมตะขาผีเสื้อ 7 – 8 เมตร	8 คะแนน																																																																																																							
จับโปมตะขาผีเสื้อ 5 – 6 เมตร	7 คะแนน																																																																																																							
จับโปมตะขาผีเสื้อ 3 – 4 เมตร	6 คะแนน																																																																																																							
จับโปมตะขาผีเสื้อ 2 เมตร	5 คะแนน																																																																																																							
จับโปมตะขาผีเสื้อ 1 เมตร	4 คะแนน																																																																																																							
น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 11 – 12 เมตร	10 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 9 – 10 เมตร	9 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 7 – 8 เมตร	8 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 5 – 6 เมตร	7 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 3 – 4 เมตร	6 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 2 เมตร	5 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำท่าผีเสื้อ 1 เมตร	4 คะแนน																																																																																																							
น้อยกว่า 1 เมตร	3 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำได้ครบทุกท่าอย่างสมบูรณ์แบบ	10 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำได้ครบทุกท่า แต่ไม่ถูกต้อง	9 คะแนน																																																																																																							
ว่ายน้ำไม่ครบทุกท่า	8 คะแนน																																																																																																							

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย กลุ่มที่ 3 (ต่อ)

กิจกรรม	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2
	<p>สอบทักษะ 20 คะแนน</p> <p>1. ว่ายนํ้าท่าซุด 48 เมตร</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 44 – 48 เมตร 20 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 39 – 43 เมตร 18 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 34 – 38 เมตร 16 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 29 – 33 เมตร 14 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 24 – 28 เมตร 12 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 19 – 23 เมตร 10 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 14 – 18 เมตร 8 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 9 – 13 เมตร 6 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 4 – 8 เมตร 4 คะแนน</p> <p>ว่ายนํ้าท่าซุด 1 – 3 เมตร 2 คะแนน</p> <p>น้อยกว่า 1 เมตร 0 คะแนน</p>	<p>สอบทักษะ 20 คะแนน</p> <p>1.ว่ายเก็บระยะทาง 10 นาที</p> <p>วิธีการให้คะแนน</p> <p>ว่ายเก็บระยะทาง 185 – 200 เมตร 20 คะแนน</p> <p>ว่ายเก็บระยะทาง 164 – 184 เมตร 18 คะแนน</p> <p>ว่ายเก็บระยะทาง 143 – 163 เมตร 16 คะแนน</p> <p>ว่ายเก็บระยะทาง 122 – 142 เมตร 14 คะแนน</p> <p>ว่ายเก็บระยะทาง 101 – 121 เมตร 12 คะแนน</p> <p>ว่ายเก็บระยะทาง 80 – 100 เมตร 10 คะแนน</p> <p>ว่ายเก็บระยะทาง 59 – 79 เมตร 8 คะแนน</p> <p>ว่ายเก็บระยะทาง 38 – 58 เมตร 6 คะแนน</p> <p>ว่ายเก็บระยะทาง 17 – 37 เมตร 4 คะแนน</p> <p>น้อยกว่า 17 เมตร 2 คะแนน</p>