

ประมวลรายวิชา (Course Syllabus)

1. รหัสวิชา	พ 32102
2. จำนวนหน่วยการเรียนรู้	0.5
3. ชื่อวิชา	สุขศึกษา
4. ระดับชั้น	มัธยมศึกษาปีที่ 5
5. กลุ่มสาระการเรียนรู้	สุขศึกษาและพลศึกษา
6. ปีการศึกษา	2559
7. ชื่อผู้สอน	อาจารย์ ศศิธร เลาหพรรค
8. เงื่อนไขรายวิชา	-
9. สถานภาพของวิชา	วิชาพื้นฐาน
10. จำนวนคาบ	1 คาบ / สัปดาห์
11. คำอธิบายรายวิชา	

ศึกษา วิเคราะห์ และอธิบายกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบหายใจ ระบบไหลเวียนโลหิต ระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่าย การวางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของตนเอง และบุคคลในครอบครัว ปฏิบัติตามแผนพัฒนาสมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางกลไก เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง และแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว ปฏิบัติตนตามสิทธิผู้บริโภค วิเคราะห์สาเหตุความเจ็บป่วยและการตายของคนไทย ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพหรือความรุนแรงของคนไทย และเสนอแนวทางป้องกัน

โดยใช้กระบวนการคิด กระบวนการเรียนรู้แบบร่วมมือ กระบวนการสืบค้นข้อมูล กระบวนการปฏิบัติ และกระบวนการกลุ่ม

เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ นำหลักการ แนวคิดไปปรับปรุงปฏิบัติในการดูแลรักษา และพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและครอบครัว มีคุณธรรม จริยธรรม และมีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในด้านความรักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์ สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ มุ่งมั่นในการทำงาน มีจิตสาธารณะ รักความเป็นไทย

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกัน

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

พ 4.1.1. วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคในชุมชน

พ 4.1.2. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการเลือกบริโภค

พ 4.1.3. ปฏิบัติตนตามสิทธิของผู้บริโภค

- พ 4.1.4. วิเคราะห์สาเหตุ และเสนอแนวทางป้องกันการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย
- พ 4.1.5. วางแผนและปฏิบัติการตามแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว
- พ 4.1.6. มีส่วนร่วมในการส่งเสริม และพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน
- พ 4.1.7. วางแผนและปฏิบัติตามแผน การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางกลไก

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และ ความรุนแรง

- พ 5.1.1. มีส่วนร่วม ในการป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้ยาการใช้สารเสพติดและความรุนแรง เพื่อสุขภาพของตนเอง ครอบครัว และสังคม
- พ 5.1.2. วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้และการจำหน่ายสารเสพติด
- พ 5.1.3. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ หรือความรุนแรงของคนไทย และเสนอแนวทางป้องกัน
- พ 5.1.4. วางแผนกำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน
- พ 5.1.5. มีส่วนร่วมในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน
- พ 5.1.6. ใช้ทักษะการตัดสินใจ แก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง
- พ 5.1.7. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี

13. หน่วยการเรียนรู้และสาระสำคัญต่อสัปดาห์

กำหนดการสอน รายวิชา สุขศึกษา มัธยมศึกษาปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2

สัปดาห์ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้/แผนการเรียนรู้	การจัดกิจกรรมการเรียนรู้	จำนวนคาบ	หมายเหตุ
1	- ปฐมนิเทศ	- อภิปราย - ชักถาม - ชี้แจงการเรียนรู้ การสอนรายวิชา และร่วมกันวางแผนการจัดการเรียน	1	
2 - 3	- รู้จักสิทธิผู้บริโภค	- อภิปรายกลุ่ม - วิเคราะห์ปัญหาทางบริโภค - นำเสนอวิธีแก้ปัญหา	2	

4-5	- รู้ทันสื่อโฆษณา	- กลุ่มร่วมกันวิเคราะห์สื่อโฆษณา - ยกตัวอย่างและนำเสนอโฆษณาสินค้า - หาทางป้องกันผู้บริโภคให้พ้นจากอิทธิพลสื่อโฆษณา - นำเสนอผลงานกลุ่ม	2	
6-7	- การดูแลสุขภาพชุมชน การเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	- เก็บข้อมูลและปัญหาสุขภาพของประชากรไทย - สังเกตสถานที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพในโรงเรียน - นำเสนองาน	2	
8-10	- อิทธิพลของสารเสพติดที่มีต่อความปลอดภัยในชุมชน และปัญหาความรุนแรงในสังคมไทย	- ค้นคว้าข้อมูล - หาสาเหตุ อภิปรายกลุ่ม - ออกแบบสัญลักษณ์และหาวิธีรณรงค์การใช้ความรุนแรง	3	
11-13	- การปฐมพยาบาล	- สาธิต - ฝึกปฏิบัติ	3	
14-17	- การทดสอบสมรรถภาพ	- ประเมินสมรรถภาพทางกายเบื้องต้นตนเอง - ปฏิบัติการเสริมสร้างสมรรถภาพตนเอง	4	

14. กระบวนการเรียนรู้ / กิจกรรมการเรียนรู้

- 1) การบรรยาย
- 2) ค้นคว้าจากแหล่งเรียนรู้
- 3) อภิปรายกลุ่ม
- 4) รายงานหน้าชั้นเรียน
- 5) ใช้สื่อ วีดิทัศน์
- 6) สํารวจค้นคว้าจากสถานที่จริง

15. การวัดผลและประเมินผล (100 คะแนน)

คะแนนเก็บระหว่างภาค : คะแนนสอบปลายภาค 80 : 20 แบ่งเป็น

คะแนนเก็บระหว่างภาค	60 คะแนน
คะแนนสอบกลางภาค (งานที่รับมอบหมาย)	20 คะแนน
คะแนนสอบปลายภาค	20 คะแนน

16. แหล่งการเรียนรู้

1. การบรรยาย บทความต่างๆ
2. ค้นคว้าเพิ่มเติมจากอินเทอร์เน็ต หนังสือ คู่มือต่าง ๆ
3. ห้องสมุดในโรงเรียน
4. สถานที่ต่างๆ ในโรงเรียน และชุมชน

.....

(ลงชื่อ)

(นางสาว ศศิธร เลหาพรรค)

ผู้จัดทำ

ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระ

.....
.....

(ลงชื่อ)

(นาง รัตนา สุกรณ์)

ความเห็นของรองผู้อำนวยการฝ่ายบริหารงานวิชาการ

.....
.....

(ลงชื่อ)

(นาง วชิราภรณ์ รัตนวงศ์ไชย)

ความเห็นของรองผู้อำนวยการโรงเรียน

.....
.....

(ลงชื่อ)

(นาย จิณณวัฒน์ โคมบัว)