

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมงและสิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ฉบับเผยแพร่ออกอากาศ)

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา รหัสวิชา พ13101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทาง ต้องเตรียม
1	23 พ.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	หน่วยที่ 1 สุขภาพดีชีวิตมีสุข ลักษณะและการเจริญเติบโต ของร่างกายมนุษย์	1	1. บัตรภาพวัยต่าง ๆ 2. แผ่นป้ายลักษณะการเจริญเติบโต ของแต่ละวัย
2	30 พ.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	ลักษณะการเจริญเติบโตของวัยเรียน	2	1. ภาพเด็กชายและเด็กหญิงวัย เรียน 2. บัตรคำลักษณะการเจริญเติบโต วัยเรียน
3	6 มิ.ย. 65 (12.30-13.30 น.)	1	การปฏิบัติตนเพื่อให้มีการเจริญเติบโต ตามวัย	3	1. ภาพเด็กทวีปแอฟริกาที่เป็นโรค ขาดสารอาหาร
4	13 มิ.ย. 65 (12.30-13.30 น.)	1	การชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง	4	1. เครื่องชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง 1. แบบบันทึกน้ำหนักและส่วนสูง
5	20 มิ.ย. 65 (12.30-13.30 น.)	1	การเปรียบเทียบน้ำหนักส่วนสูงกับ เกณฑ์มาตรฐาน	5	1. ภาพที่ 1 เด็กในวัยเรียนที่น้ำหนัก เกินเกณฑ์ 2. ภาพที่ 2 เด็กในวัยเรียนที่น้ำหนัก ตามเกณฑ์ 3. ภาพที่ 3 เด็กในวัยเรียนที่น้ำหนัก ต่ำกว่าเกณฑ์ 4. แบบบันทึกน้ำหนักและส่วนสูง
6	27 มิ.ย. 65 (12.30-13.30 น.)	1	ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต	6	1. ภาพการเจริญเติบโตของต้นไม้ และมนุษย์ 2. ใบงาน เรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อการ เจริญเติบโต
7	4 ก.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	องค์ประกอบของสมรรถภาพทางกาย	7	1. ใบงาน เรื่อง องค์ประกอบของ สมรรถภาพทางกาย
8	11 ก.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	8	1. แบบบันทึกผลการปฏิบัติ กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทาง กาย
9	18 ก.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	9	1. อุปกรณ์การทดสอบ (พื้นกระโดด ไกล, บล็อกไม้, ที่นั่งจ่อตัว)
10	25 ก.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	วิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพ	10	
11	1 ส.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	หน่วยที่ 2 ครอบครัวและเพื่อนของฉัน ความสำคัญและลักษณะของครอบครัว	11	1. ภาพครอบครัวที่มีสมาชิกคือ พ่อ แม่ ลูก 2. ภาพครอบครัวที่มีสมาชิกคือ พ่อ แม่ ลูก ปู่ ย่า ตา ยาย 3. ใบงานที่ 3 เรื่อง ครอบครัว อบอุ่นของฉัน

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมงและสิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ฉบับเผยแพร่ออกอากาศ)

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา รหัสวิชา พ13101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทาง ต้องเตรียม
12	8 ส.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	ความแตกต่างของครอบครัว	12	1. ภาพครอบครัวไปทำบุญที่วัด 2. ภาพครอบครัวเศรษฐกิจพอเพียง 3. ภาพคนในชุมชนกำลังช่วยกันทำความสะอาด 4. ใบงานที่ 4 เรื่อง ลักษณะการ อบรมเลี้ยงดูในแต่ละครอบครัว
13	15 ส.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	สมาชิกในครอบครัว	13	1. บัตรคำความสัมพันธ์ของสมาชิก ในครอบครัว 2. ใบงานที่ 5 เรื่อง สมาชิกใน ครอบครัว
14	22 ส.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	วิธีสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัว	14	1. ภาพที่ 1 ภาพพ่อแม่และลูก ช่วยกันทำความสะอาดบ้าน 2. ภาพที่ 2 ภาพคุณยายและหลาน
15	29 ส.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	วิธีสร้างสัมพันธ์ภาพในกลุ่มเพื่อน	15	1. ภาพที่ 1 เด็กผู้ชายกำลังทะเลาะ กัน 2. ภาพที่ 2 นักเรียนกำลังช่วยกัน ทำงานกลุ่ม
16	5 ก.ย. 65 (12.30-13.30 น.)	1	ความหมายและสาเหตุของการถูกล่วง ละเมิดทางเพศ	16	1. รูปภาพเกี่ยวกับการแต่งกาย ล่อแหลม 2. ใบงาน เรื่อง ความหมายและ สาเหตุของการถูกล่วงละเมิดทาง
17	12 ก.ย. 65 (12.30-13.30 น.)	1	พฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิด ทางเพศ	17	1. ภาพการแต่งกายที่ล่อแหลม 2. ภาพพ่อแม่ โอบกอดลูก 3. ภาพคุณครูอุ้มหัวนักเรียน 4. สมุดจดบันทึก
18	19 ก.ย. 65 (12.30-13.30 น.)	1	วิธีการป้องกันตนเองจากการถูกล่วง ละเมิดทางเพศ	18	1. ใบงานที่ 7 เรื่อง วิธีการการป้อง ตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทาง เพศ
19	26 ก.ย. 65 (12.30-13.30 น.)	1	การขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดอันตราย	19	1. ภาพสถานการณ์ที่เป็นอันตราย 2. สมุดบันทึก
20	3 ต.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	ทักษะการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่ การล่วงละเมิดทางเพศ	20	1. สมุดจดบันทึก