

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมงและสิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ฉบับเผยแพร่ออกอากาศ)

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา รหัสวิชา พ14101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทาง ต้องเตรียม
1	1 พ.ย. 65 (12.30-13.30 น.)	1	หน่วยที่ 3 กายดีใจเป็นสุข อารมณ์กับสุขภาพ	1	1. ใบงานที่ 1 เรื่อง อารมณ์ของฉัน
2	8 พ.ย. 65 (12.30-13.30 น.)	1	การเสริมสร้างอารมณ์ด้านบวก	2	1. ใบงานที่ 2 เรื่อง การเสริมสร้าง อารมณ์ด้านบวก 2. กระดาษกิจกรรมบิงโก
3	15 พ.ย. 65 (12.30-13.30 น.)	1	การจัดการความเครียด	3	1. ใบงานที่ 3 เรื่อง การจัดการ ความเครียด
4	22 พ.ย. 65 (12.30-13.30 น.)	1	การเลือกซื้ออาหาร	4	1. ตัวอย่างผลิตภัณฑ์และอาหารต่าง ๆ (ผัก ผลไม้ อาหารกระป๋อง)
5	29 พ.ย. 65 (12.30-13.30 น.)	1	การเลือกซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพ	5	1. ตัวอย่างผลิตภัณฑ์สุขภาพ (ยา นม ครีม)
6	6 ธ.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	เครื่องหมายน่ารู้	6	1. ใบงานที่ 4 เรื่อง เครื่องหมายในชีวิต ประจำวัน
7	13 ธ.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	ผลิตภัณฑ์ที่พบในชีวิตประจำวัน	7	1. ใบงานที่ 5 เรื่อง การอ่านฉลาก ผลิตภัณฑ์ 2. แบบประเมินตนเอง 3. แบบบันทึกการเรียนรู้
8	20 ธ.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	หน่วยที่ 4 ชีวิตปลอดภัย ห่างไกลยาเสพติด ยา	8	1. ตัวอย่างยา
9	27 ธ.ค. 65 (12.30-13.30 น.)	1	การใช้ยาอย่างถูกวิธี	9	1. ใบงานที่ 1 เรื่อง หลักการใช้ยา
10	3 ม.ค. 66 (12.30-13.30 น.)	1	ยาสามัญประจำบ้าน	10	1. ใบงานที่ 2 เรื่อง หลักการจัดตู้ยาสามัญ ประจำบ้าน
11	10 ม.ค. 66 (12.30-13.30 น.)	1	สารเสพติดให้โทษ (1)	11	1. ใบงานที่ 3 เรื่อง โทษของสารเสพติด
12	17 ม.ค. 66 (12.30-13.30 น.)	1	สารเสพติดให้โทษ (2)	12	1. ภาพใบยาสูบ
13	24 ม.ค. 66 (12.30-13.30 น.)	1	สารเสพติดให้โทษ (3)	13	1. กิจกรรมดับแช่เหล้า (ดับหมูสด, เหล้า ขาว)
14	31 ม.ค. 66 (12.30-13.30 น.)	1	วัยใสห่างไกลสารเสพติด	14	1. ภาพลักษณะคนติดยาเสพติด
15	7 ก.พ. 66 (12.30-13.30 น.)	1	การปฐมพยาบาล (1)	15	1. ใบงานที่ 4 เรื่อง การปฐมพยาบาลเมื่อ ใช้ยาผิดและได้รับสารเคมี
16	14 ก.พ. 66 (12.30-13.30 น.)	1	การปฐมพยาบาล (2)	16	1. ใบงานที่ 5 เรื่อง การปฐมพยาบาลเมื่อ สัตว์มีพิษกัดต่อย

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมงและสิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ฉบับเผยแพร่่ออกอากาศ)

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา รหัสวิชา พ14101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทาง ต้องเตรียม
17	21 ก.พ. 66 (12.30-13.30 น.)	1	การบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา (1)	17	1. ใบงานที่ 6 เรื่อง การปฐมพยาบาล บาดเจ็บพลัดตก
18	28 ก.พ. 66 (12.30-13.30 น.)	1	การบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา (2)	18	1. ใบงานที่ 7 เรื่อง การปฐมพยาบาล บาดเจ็บพลัดฟ้าและข้อเคล็ด
19	7 มี.ค. 66 (12.30-13.30 น.)	1	การบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา (3)	19	1. ใบงานที่ 8 เรื่อง การปฐมพยาบาลเมื่อ มีอาการตะคริวและเป็นลม
20	14 มี.ค. 66 (12.30-13.30 น.)	1	เมื่อร่างกายนั้นเกิดการบาดเจ็บ	20	1. อุปกรณ์และเครื่องมือในการปฐม พยาบาลบาดเจ็บพลัดต่าง ๆ 2. แบบประเมินตนเองทำหน่วย 3. แบบบันทึกการเรียนรู้