

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับเผยแพร่ออกอากาศ)
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕
ภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๘ จำนวน ๑๙ ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทาง ต้องเตรียม
หน่วยที่ ๑ ชื่อหน่วย การเดินทางของอาหาร					
๑	๑๖ พ.ค. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	ระบบย่อยอาหาร (๑)	๑	๑. ข้าวสาลี ๒. ภาพอวัยวะในระบบย่อยอาหาร ๓. บัตรหมายเลข ๑ – ๕ ๔. ใบงานที่ ๑ เรื่อง ระบบย่อยอาหาร (๑)
๒	๒๓ พ.ค. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	ระบบย่อยอาหาร (๒)	๒	๑. ใบงานที่ ๒ เรื่อง ระบบย่อยอาหาร (๒) ๒. กระดาษ A๔
๓	๓๐ พ.ค. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	วิธีดูแลระบบย่อยอาหาร	๓	๑. กระดาษช่องตารางกิจกรรมบิงโก
๔	๖ มิ.ย. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	ระบบขับถ่าย (๑)	๔	๑. ใบงานที่ ๓ เรื่อง ระบบขับถ่าย ๒. ผลไม้ตามฤดูกาล
๕	๑๓ มิ.ย. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	ระบบขับถ่าย (๒)	๕	๑. ใบงานที่ ๔ เรื่อง การขับเหงื่อ ๒. ป้ายเลือกตอบสีแดงและสีเขียว
๖	๒๐ มิ.ย. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	วิธีดูแลระบบขับถ่าย	๖	๑. ใบงานที่ ๕ เรื่อง TRUE OR FALSE วิธีดูแลระบบขับถ่าย ๒. ป้ายสีแดงและสีเขียว
๗	๒๗ มิ.ย. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	การเดินทางของอาหาร	๗	๑. ใบงานที่ ๖ เรื่อง พฤติกรรมดีส่งผลดี ต่อระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่าย ๒. แบบประเมินตนเอง ๓. แบบบันทึกการเรียนรู้
หน่วยที่ ๒ ชื่อหน่วย พฤติกรรมดี มีวิธีแก้ปัญหา					
๘	๔ ก.ค. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย	๘	๑. ใบงานที่ ๑ เรื่อง เกิดอะไรขึ้นบ้างนะ ตัวฉันกับตัวเธอเหมือนกันไหม
๙	๑๘ ก.ค. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ด้านร่างกาย	๙	๑. ใบงานที่ ๒ เรื่อง TRUE OR FALSE พฤติกรรมที่ควรปฏิบัติ เมื่อเกิดการ เปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย
๑๐	๒๕ ก.ค. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์	๑๐	๑. ใบงานที่ ๓ เรื่อง สำรวจอารมณ์ของ ฉัน
๑๑	๑ ส.ค. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม	๑๑	๑. ใบงานที่ ๔ เรื่อง การเปลี่ยนแปลง ด้านสังคม
๑๒	๘ ส.ค. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ด้านอารมณ์ และสังคม	๑๒	๑. ใบงานที่ ๕ เรื่อง GOOD OR BAD กิจกรรมที่ส่งผลดี
๑๓	๑๕ ส.ค. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	ครอบครัวอบอุ่น	๑๓	๑. ใบงานที่ ๖ เรื่อง ครอบครัวอบอุ่นของ ฉัน

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับเผยแพร่ออกอากาศ)
 รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕
 ภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๘ จำนวน ๑๙ ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทาง ต้องเตรียม
๑๔	๒๒ ส.ค. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	การปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของ ครอบครัว	๑๔	๑. ใบงานที่ ๗ เรื่อง สมาชิกที่ดี กับหน้าที่ ต่าง ๆ
๑๕	๒๙ ส.ค. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	ประโยชน์ของการมีครอบครัวที่ อบอุ่น	๑๕	๑. ใบงานที่ ๘ เรื่อง ความประทับใจใน ครอบครัวของฉัน
๑๖	๕ ก.ย. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	ความขัดแย้งในครอบครัว	๑๖	๑. ใบงานที่ ๙ เรื่อง แบบสำรวจตนเอง ๒. ใบงานที่ ๑๐ เรื่อง หากย้อนเวลาได้
๑๗	๑๒ ก.ย. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	ความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อน	๑๗	๑. ใบงานที่ ๑๑ เรื่อง ความขัดแย้งใน กลุ่มเพื่อน
๑๘	๑๙ ก.ย. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	พฤติกรรมที่พึงประสงค์	๑๘	๑. ใบงานที่ ๑๒ เรื่อง พฤติกรรมแบบนี้ เธอชอบหรือไม่
๑๙	๒๖ ก.ย. ๖๘ (๑๐.๓๐ – ๑๑.๓๐ น.)	๑	พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์	๑๙	๑. ใบงานที่ ๑๓ เรื่อง ใส่ใจคำพูดอีกซัก นิด
๒๐	สถานีอัปโหลดขึ้น เว็บไซต์	๑	แนวทางแก้ไขปัญหาพฤติกรรม วัยเรียน	๒๐	๑. กระดาษแข็ง ขนาด A๓ ๒. สีชนิดใดก็ได้ ๓. แบบประเมินตนเอง ๔. แบบบันทึกการเรียนรู้