

กำหนดการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับแพร่ภาพออกอากาศ)
 รหัสวิชา พ23103 รายวิชา สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567
 เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ครั้งที่	วัน/เดือน/ปี เวลา	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP. ตรงกับ สอนครั้งที่ ภาค 1/2565	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ครู/นักเรียน/สื่อ อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้)
1	21 พ.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการตามช่วงวัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง วัยทารก	EP. 1	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยทารก 3. ใบงานที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยทารก 4. บัตรคำเกมทารกใบคำ จำนวน 5 คำ (สำรอง 5 คำ)
2	28 พ.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการตามช่วงวัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง วัยก่อนเรียน	EP. 2	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยก่อนเรียน 3. ใบงานที่ 1 เรื่อง การเปรียบเทียบ พัฒนาการวัยทารกกับวัยก่อนเรียน 4. ตารางบิงโกวัคซิน รูปแบบ 3x3
3	4 มิ.ย. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการตามช่วงวัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง วัยเรียน	EP. 3	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยเรียน
4	11 มิ.ย. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการตามช่วงวัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง วัยรุ่น	EP. 4	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการของวัยรุ่น 3. ใบงานที่ 1 เรื่อง การเปลี่ยนแปลงของ วัยรุ่น
5	18 มิ.ย. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการตามช่วงวัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง วัยผู้ใหญ่	EP. 5	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยผู้ใหญ่ 3. ใบงานที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยผู้ใหญ่ 4. กระดาษ A4 จำนวน 4 แผ่น
6	25 มิ.ย. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการตามช่วงวัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6 เรื่อง วัยสูงอายุ	EP. 6	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยสูงอายุ 3. ใบงานและกิจกรรมการแสดงบทบาท สมมติ เรื่อง การดูแลและส่งเสริมสุขภาพวัยสูงอายุ

กำหนดการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับแพร่ภาพออกอากาศ)
 รหัสวิชา พ23103 รายวิชา สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567
 เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ครั้งที่	วัน/เดือน/ปี เวลา	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP. ตรงกับ สอนครั้งที่ ภาค 1/2565	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ครู/นักเรียน/สื่อ อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้)
7	2 ก.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง อธิพลและความ คาดหวังของสังคมที่มีต่อ วัยรุ่น แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7 เรื่อง อธิพลและความ คาดหวังของสังคมต่อการ เปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น	EP. 7	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ ที่ 1 เรื่อง อธิพลและความ คาดหวังของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของ วัยรุ่น 3. กระดาษฟลิปชาร์ต จำนวน 10 ชุด 4. ชุดปากกาสี จำนวน 10 ชุด
8	9 ก.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง อธิพลและความ คาดหวังของสังคมที่มีต่อ วัยรุ่น แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพล ต่อการเจริญเติบโตและ พัฒนาการวัยรุ่น	EP. 8	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพล ต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการวัยรุ่น 3. ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง ข้อควรปฏิบัติและควร ระวังในการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ 4. ใบงานที่ 2 เรื่อง การวิเคราะห์สื่อโฆษณาที่ มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการ วัยรุ่น
9	16 ก.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และ การตั้งครรภ์ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์	EP. 9	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์ 3. ใบงาน (ผังมโนทัศน์) เรื่อง “องค์ประกอบ ของอนามัยเจริญพันธุ์ และวิธีการดูแลรักษา สุขภาพ เบื้องต้น” 4. กระดาษ A4 5. อุปกรณ์ที่จะใช้เป็นกะหล่ำปลีน้อย เช่น การนำกระดาษ A4 ที่มีข้อความ (1 ข้อ คำถาม/1 แผ่น) แล้วมาม้วนทีละชั้นจนเป็น ลูกกลมๆ ใช้แทนกะหล่ำปลีน้อย

กำหนดการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับแพร่ภาพออกอากาศ)
 รหัสวิชา พ23103 รายวิชา สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567
 เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ครั้งที่	วัน/เดือน/ปี เวลา	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP. ตรงกับ สอนครั้งที่ ภาค 1/2565	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ครู/นักเรียน/สื่อ อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้)
10	23 ก.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และ การตั้งครรรภ์ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 10 เรื่อง การวางแผน ครอบครัว	EP. 10	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง ความหมายของการ วางแผนครอบครัว 3. ใบงานที่ 1 เรื่อง ความหมายของการ วางแผนครอบครัว และองค์ประกอบของการ วางแผนครอบครัว 4. ใบงานที่ 2 แบบบันทึกกิจกรรมศูนย์การ เรียนรู้เรื่อง การวางแผนครอบครัว
11	30 ก.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และ การตั้งครรรภ์ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 เรื่อง อนามัยแม่และเด็ก	EP. 11	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง อนามัยแม่และเด็ก 3. ใบงานแผนผังความคิด เรื่อง “อนามัย แม่และเด็ก” 4. กระดาษ เอพ 4 จำนวน 4 แผ่น 5. ชุดปากกาสี
12	6 ส.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และ การตั้งครรรภ์ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 12 เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการ ตั้งครรรภ์	EP. 12	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การตั้งครรรภ์ 3. ใบงานแผนผังก้างปลา เรื่อง “ความหมาย ของการตั้งครรรภ์และปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรรภ์” 4. กระดาษฟลิปชาร์ต สำหรับทำแผนผัง ก้างปลา จำนวน 5 แผ่น
13	13 ส.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และ การตั้งครรรภ์ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 13 เรื่อง โรคที่เกิดจาก ภาวะการตั้งครรรภ์	EP. 13	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง โรคที่เกิดจากภาวะการ ตั้งครรรภ์ 3. ใบงานศูนย์การเรียนรู้ เรื่อง โรคที่เกิดจาก ภาวะการตั้งครรรภ์ จำนวน 8 หัวข้อ 4. ใบงาน แบบบันทึกกิจกรรมศูนย์การเรียนรู้ เรื่อง โรคที่เกิดจากภาวะการตั้งครรรภ์

กำหนดการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับแพร่ภาพออกอากาศ)
 รหัสวิชา พ23103 รายวิชา สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567
 เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ครั้งที่	วัน/เดือน/ปี เวลา	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP. ตรงกับ สอนครั้งที่ ภาค 1/2565	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ครู/นักเรียน/สื่อ อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้)
14	20 ส.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง การป้องกันและแก้ไข ความขัดแย้งในครอบครัว แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 14 เรื่อง การสร้างความสัมพันธ์ ในครอบครัว	EP. 14	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การสร้างความสัมพันธ์ ในครอบครัว 3. ใบงาน แบบบันทึกกิจกรรมการสร้าง ความสัมพันธ์ในครอบครัวด้วยสถานการณ์ จำลองรูปแบบต่างๆ
15	27 ส.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง อาหารสมวัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 15 เรื่อง อาหารสำหรับวัยทารก	EP. 15	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การกำหนดอาหารวัย ทารก 3. ใบงาน แผ่นพับ เรื่อง การกำหนดอาหาร วัยทารก 4. กระดาษ A4 คู่ละ 1 แผ่น สำหรับการ จัดทำขึ้นใบงานแผ่นพับ เรื่อง การกำหนด อาหารวัยทารก 5. ชุดปากกาสี จำนวน 10 ชุด (เป็นสี กึ่งกลางให้นักเรียนใช้ร่วมกันในคาบเรียน) 6. ภาชนะและอุปกรณ์ประกอบการสาธิตและ ฝึกปฏิบัติการทำอาหารสำหรับทารก ดังนี้ -ถุงมือพลาสติกแบบบาง จำนวน 3-5 คู่ -ถ้วยเล็ก จำนวน 3-5 ใบ -ช้อนกลางสำหรับบดอาหาร จำนวน 3-5 คัน -ช้อนชาขนาดเล็กสำหรับตักอาหารสำหรับ ทารก จำนวน 3-5 คัน -กล้วยน้ำว้า จำนวน 1 หวี -นมจืด 1 ขวดใหญ่ 7. ข้าว เรื่อง กรมอนามัย ย้ำชัดทารก 0-6 เดือน กินนมแม่เพียง ๆ อย่างเดียวดีที่สุด
16	3 ก.ย. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง อาหารสมวัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 16 เรื่อง อาหารสำหรับวัยก่อน เรียน	EP. 16	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การกำหนดอาหารวัย ก่อนเรียน 3. กระดาษ A4 คนละ 1 แผ่น สำหรับการ จัดทำขึ้นใบงานใบปลิวโฆษณา เรื่อง “อาหาร กลางวันของเด็กวัยก่อนเรียน” (ด้านหน้า

กำหนดการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับแพร่ภาพออกอากาศ)
 รหัสวิชา พ23103 รายวิชา สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567
 เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ครั้งที่	วัน/เดือน/ปี เวลา	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP. ตรงกับ สอนครั้งที่ ภาค 1/2565	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ครู/นักเรียน/สื่อ อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้)
					กระดาษ A4) และชิ้นใบงานสติ๊กเกอร์ไลน์ เรื่อง “ผักผลไม้เจ็ดสี” (ด้านหลังกระดาษ A4) 3. ชุดปากกาสี
17	10 ก.ย. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง อาหารสมวัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 17 เรื่อง อาหารสำหรับวัยเรียน	EP. 17	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การกำหนดอาหารวัยเรียน 3. กระดาษฟลิปชาร์ต กลุ่มละ 1 แผ่น สำหรับการจัดทำชิ้นใบงานโปสเตอร์ เรื่อง การกำหนดอาหารวัยเรียน 4. ชุดปากกาสี
18	17 ก.ย. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง อาหารสมวัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 18 เรื่อง อาหารสำหรับวัยรุ่น	EP. 18	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การกำหนดอาหาร วัยรุ่น 3. กระดาษฟลิปชาร์ต กลุ่มละครึ่งแผ่น สำหรับการจัดทำชิ้นใบงานป้าย ประชาสัมพันธ์แบบโรลอัพ (Roll up) เรื่อง อาหารและเครื่องดื่มสำหรับวัยรุ่น 4. ปากกาสี
19	24 ก.ย. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง อาหารสมวัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 19 เรื่อง อาหารสำหรับวัย ผู้ใหญ่	EP. 19	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การกำหนดอาหารวัย ผู้ใหญ่ 3. กระดาษ A4 สำหรับการจัดทำชิ้นใบงาน เรื่อง “Flag Food” 4. ชุดปากกาสี
20	1 ต.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง อาหารสมวัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 20 เรื่อง อาหารสำหรับวัย สูงอายุ	EP. 20	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การกำหนดอาหารวัย สูงอายุ 3. กระดาษ A4 สำหรับการจัดทำชิ้นใบงาน เรื่อง “เมนูอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับ ผู้สูงอายุ” 4. ชุดปากกาสี

กำหนดการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับแพร่ภาพออกอากาศ)
 รหัสวิชา พ23103 รายวิชา สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567
 เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ครั้งที่	วัน/เดือน/ปี เวลา	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP. ตรงกับ สอนครั้งที่ ภาค 1/2565	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ครู/นักเรียน/สื่อ อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้)
21	8 ต.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการตามช่วงวัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง วัยทารก	EP. 1	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยทารก 3. ใบงานที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยทารก 4. บัตรคำเกมทารกใบคำ จำนวน 5 คำ (สำรอง 5 คำ)
22	15 ต.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการตามช่วงวัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6 เรื่อง วัยสูงอายุ	EP. 6	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยสูงอายุ 3. ใบงานและกิจกรรมการแสดงบทบาท สมมติ เรื่อง การดูแลและส่งเสริมสุขภาพวัยสูงอายุ
23	22 ต.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และ การตั้งครรภ์ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์	EP. 9	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์ 3. กระดาษ A4 4. อุปกรณ์ที่จะใช้เป็นกะหล่ำปลีน้อย เช่น การนำกระดาษ A4 ที่มีข้อความ (1 ข้อ คำถาม/1 แผ่น) แล้วมาม้วนที่ละชั้นจนเป็น ลูกกลมๆ ใช้แทนกะหล่ำปลีน้อย
24	29 ต.ค. 67 12.30 – 13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง อาหารสมวัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 18 เรื่อง อาหารสำหรับวัยรุ่น	EP. 18	1. www.dltv.co.th 2. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การกำหนดอาหาร วัยรุ่น 3. กระดาษฟลิปชาร์ต กลุ่มละครี่แผ่น สำหรับการจัดทำชิ้นใบงานป้าย ประชาสัมพันธ์แบบโรลอัพ (Roll up) เรื่อง อาหารและเครื่องดื่มสำหรับวัยรุ่น 4. ปากกาสี