

กำหนดการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับแพร่ภาพออกอากาศ)

รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ22101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2569 เวลา 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม
1	22 พ.ค. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยรุ่น แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง การเปลี่ยนแปลงในวัยรุ่น	1	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง วัยรุ่น (หรืออาจให้นักเรียนใช้หนังสือเรียนของโรงเรียนแทน) 2) ใบงานที่ ๑ เรื่อง อยากู้จัก อยากเข้าใจวัยรุ่น 3) สื่อ PowerPoint เรื่อง การเปลี่ยนแปลงในวัยรุ่น
2	29 พ.ค. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยรุ่น แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้าน ร่างกายในวัยรุ่น	2	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายในวัยรุ่นและพัฒนาการในวัยรุ่น 2) สื่อ PowerPoint เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายในวัยรุ่น 3) รูปภาพ เรื่อง เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายวัยรุ่นชาย และวัยรุ่นหญิง 4) ใบงานที่ 1 เรื่อง วิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายในวัยรุ่นและพัฒนาการในวัยรุ่น 5) กระดาษฟลิปชาร์ต 6) วิดีโอ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายในวัยรุ่น https://www.youtube.com/watch?v=D7H45eBe5RU
3	5 มิ.ย. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยรุ่น แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้าน จิตใจและอารมณ์ในวัยรุ่น	3	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง จิตใจและอารมณ์ในวัยรุ่น 2) ใบงานที่ 1 เรื่อง “รู้ทันอารมณ์ตน” 3) สื่อ PowerPoint เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและอารมณ์ในวัยรุ่น วิดีโอ เรื่อง เรื่อง ศิลปกรรม สาระดีน่ารู้ โซเชียลมีเดียกับปัญหาทางจิตใจของวัยรุ่น https://www.youtube.com/watch?v=Ka_fphKf0yQ

กำหนดการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับแพร่ภาพออกอากาศ)

รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ22101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2569 เวลา 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม
4	12 มิ.ย. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยรุ่น แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้าน สังคมและสติปัญญาในวัยรุ่น	4	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การเปลี่ยนแปลงและการปฏิบัติตน ให้เหมาะสมต่อพัฒนาการด้านสังคม และสติปัญญาใน วัยรุ่น 2) ใบงานที่ 1 เรื่อง พัฒนาการด้านสังคม และสติปัญญา ในวัยรุ่น 3) บัตรกระดาษสี (กิจกรรม) 4) กล่องกระดาษแห่งความลับ
5	19 มิ.ย. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยรุ่น แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง การปฏิบัติตนเพื่อส่งเสริม การเจริญเติบโตและพัฒนาการ ในวัยรุ่น	5	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การปฏิบัติตนเพื่อส่งเสริมพัฒนา และ การเจริญเติบโตของวัยรุ่น 2) สื่อ PowerPoint เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการ เจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น 3) ใบงานกิจกรรมที่ 1 เรื่องการปฏิบัติตนเพื่อส่งเสริมการ เจริญเติบโตและพัฒนาการ 4) แผ่นป้าย BINGO O X ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น
6	26 มิ.ย. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยรุ่น แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6 เรื่อง ปัจจัยการอบรมเลี้ยงดูที่ ส่งผลกระทบต่อ เปลี่ยนแปลงในวัยรุ่น	6	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง เลี้ยงดูบุตรอย่างไรให้เปลี่ยนแปลง และพัฒนาการสมวัย 2) สื่อ PowerPoint เรื่อง วิธีการเลี้ยงดูบุตร 3) ใบงานที่ 1 เรื่อง วิเคราะห์วิธีการเลี้ยงดูบุตรที่ส่งผลต่อ การเปลี่ยนแปลงการเจริญเติบโตของวัยรุ่น 4) ใบงานที่ 2 เรื่อง วิธีการเลี้ยงดูอย่างไรให้เปลี่ยนแปลง และพัฒนาการสมวัยที่เหมาะสมกับวัฒนธรรมไทย 5) วิดีทัศน์บทบาทครอบครัวกับการพัฒนาการทางเพศ https://www.youtube.com/watch?v=J8L-v99cahQ

กำหนดการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับแพร่ภาพออกอากาศ)

รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ22101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2569 เวลา 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม
					6) สืบค้นแหล่งเรียนรู้เพิ่มเติม https://bit.ly/2tekTwu 4 รูปแบบการเลี้ยงดูของพ่อแม่ บ่งบอกว่าลูกจะเป็นอย่างไรในอนาคต https://thepotential.org/2018/09/06/leadership-character-building/ การเลี้ยงลูกให้มีภาวะผู้นำ
7	3 ก.ค. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยรุ่น แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7 เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ	7	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ 2) ใบงานที่ 1 เรื่อง วิเคราะห์ปัจจัยที่อิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ 3) สื่อ Power Point เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ
8	10 ก.ค. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยรุ่น แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น	8	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง ปัญหาและผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น 2) ใบงานที่ 1 เรื่อง ออกแบบเชิญชวนให้ตระหนักถึงความสำคัญของการปฏิบัติตนที่เหมาะสมเพื่อปลอดภัยและมีอนาคตที่สดใสด้วยวิธีการ /รูปแบบต่างๆ 3) กระดานติดกระดาษ Post it ปัญหาและผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น 4) กระดาษ Post it 3 สี คือ สีเหลือง สีชมพู และสีฟ้า 5) กระดาษ A4
9	17 ก.ค. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยรุ่น แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9 เรื่อง การใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองเรื่องเพศ	9	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองเรื่องเพศ 2) กรณีศึกษา เรื่อง กิจกรรม “หนูน้อยหมวกแดง” 3) ใบงานที่ 1 เรื่อง การปฏิเสธ 4) สื่อ Power Point เรื่อง การใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองเรื่องเพศ

กำหนดการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับแพร่ภาพออกอากาศ)

รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ22101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2569 เวลา 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม
10	24 ก.ค. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการวัยรุ่น แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 10 เรื่อง นำเสนอผลงานและ ทบทวนการเรียนรู้	10	1) สื่อ Power Point เรื่อง ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ เจริญเติบโตและพัฒนาการในวัยรุ่น 2) ใบงานที่ 1 เรื่อง นำเสนอ หรือเลือกชิ้นงาน เรื่อง การ ปฏิบัติตนที่ถูกต้องเหมาะสมส่งผลการ พัฒนา การ เจริญเติบโตด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และ สติปัญญา เพื่ออนาคตที่ดีต่อตนเองและสังคม 3) ใบงานที่ 1 บันทึกการเรียนรู้ (Learning Log) หน่วย การเรียนรู้ที่1
11	31 ก.ค. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง วัยรุ่นกับเรื่องเพศ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	11	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 2) ใบงานที่ 1 เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 3) สื่อ PowerPoint เรื่อง การป้องกันตนเองจาก โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 4) กระดาษสี สำหรับกิจกรรม “ครั้งเดียวก็เกินพอ” หรือ กระดาษชมพู ฟ้าย เขียว เหลือง (ความยาวกระดาษ ประมาณ 10 เซนติเมตร ครูแบ่งช่องกระดาษไว้ 5 ช่อง) 5) บัตรคำ จับคู่โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 6) วิดีทัศน์ เรื่อง “โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์” จากกรม ควบคุมโรค (เวลา 2.45 นาที) https://www.youtube.com/watch?v=rY9hKJUY_F8
12	7 ส.ค. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง วัยรุ่นกับเรื่องเพศ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 12 เรื่อง การป้องกันตนเองจากโรค เอดส์	12	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง โรคเอดส์และการป้องกัน 2) ใบงานที่ 1 เรื่อง รู้เท่าทันเอดส์ 3) สื่อ PowerPoint เรื่อง โรคเอดส์และการป้องกัน 4) กระดาษฟลิปชาร์ต 5) วิดีทัศน์ เรื่อง “พละ ผมมีเชื้อเอสไอวี” จากซีรีส์เรื่อง ฮอว์มैन ซีซั่น 3 GTH Channel https://youtu.be/JTnfWB1AOAw

กำหนดการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับแพร่ภาพออกอากาศ)

รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ22101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2569 เวลา 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม
13	14 ส.ค. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง วัยรุ่นกับเรื่องเพศ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 13 เรื่อง ปัญหาและผลกระทบจาก การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์	13	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง ปัญหาและผลกระทบจากการ ตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ 2) ใบงานที่ 1 เรื่อง ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ ไม่พึงประสงค์ 3) สื่อ PowerPoint เรื่อง การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ 4) สื่อวีดิทัศน์ เรื่อง [MDCU Series] - แม่คะ...หนูท้อง : Mom, I'm Pregnant (เวลา 9.00 นาที)
14	21 ส.ค. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง วัยรุ่นกับเรื่องเพศ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 14 เรื่อง การป้องกันการตั้งครรภ์ ไม่พึงประสงค์	14	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การป้องกันตนเองจากพฤติกรรม เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ 2) ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง การคุมกำเนิด 3) ใบงานที่ 1 เรื่อง การป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ และการคุมกำเนิด 4) สื่อ PowerPoint เรื่อง การป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึง ประสงค์ 5) กระจายเน็ตแสดงความคิดเห็น
15	28 ส.ค. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง วัยรุ่นกับเรื่องเพศ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 15 เรื่อง ความสำคัญของความ เสมอภาคทางเพศ	15	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง ความเสมอภาคทางเพศ 2) ใบงานที่ 1 เรื่อง “แนวทางการปฏิบัติตนเพื่อส่งเสริม ความเสมอภาคทางเพศ” 3) สื่อ Power Point เรื่อง ความเสมอภาคทางเพศ 4) ข่าวหรือเหตุการณ์เกี่ยวกับความเสมอภาคทางเพศใน ปัจจุบัน
16	4 ก.ย. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง วัยรุ่นกับเรื่องเพศ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	11	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 2) ใบงานที่ 1 เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 3) สื่อ PowerPoint เรื่อง การป้องกันตนเองจาก โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 4) กระจายสี สำหรับกิจกรรม “ครั้งเดียวก็เกินพอ” หรือ กระจายชมพู ฟ้า เขียว เหลือง (ความยาวกระดาษ ประมาณ 10 เซนติเมตร ครุแบ่งช่องกระดาษไว้ 5 ช่อง) 5) บัตรคำ จับคู่โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

กำหนดการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับแพร่ภาพออกอากาศ)

รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ22101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2569 เวลา 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม
					6) วิดีทัศน์ เรื่อง “โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์” จากกรมควบคุมโรค (เวลา 2.45 นาที) https://www.youtube.com/watch?v=rY9hKJUY_F8
17	11 ก.ย. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง วัยรุ่นกับเรื่องเพศ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 12 เรื่อง การป้องกันตนเองจากโรค เอดส์	12	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง โรคเอดส์และการป้องกัน 2) ใบงานที่ 1 เรื่อง รู้เท่าทันเอดส์ 3) สื่อ PowerPoint เรื่อง โรคเอดส์และการป้องกัน 4) กระดาษฟลิปชาร์ต 5) วิดีทัศน์ เรื่อง “พละ ผมมีเชื้อเอสไอวี” จากซีรีส์เรื่อง ฮอว์มोन ซีซั่น 3 GTH Channel (https://youtu.be/JTnfWB1AOAw)
18	18 ก.ย. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง วัยรุ่นกับเรื่องเพศ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 13 เรื่อง ปัญหาและผลกระทบจาก การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์	13	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง ปัญหาและผลกระทบจากการ ตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ 2) ใบงานที่ 1 เรื่อง ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ ไม่พึงประสงค์ 3) สื่อ PowerPoint เรื่อง การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ 4) สื่อวิดีโอทัศน์ เรื่อง [MDCU Series] - แม่คะ...หนูท้อง : Mom, I'm Pregnant (เวลา 9.00 นาที)
19	25 ก.ย. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง วัยรุ่นกับเรื่องเพศ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 14 เรื่อง การป้องกันการตั้งครรภ์ ไม่พึงประสงค์	14	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การป้องกันตนเองจากพฤติกรรม เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ 2) ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง การคุมกำเนิด 3) ใบงานที่ 1 เรื่อง การป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ และการคุมกำเนิด 4) สื่อ PowerPoint เรื่อง การป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึง ประสงค์ 5) กระดาษโน้ตแสดงความคิดเห็น

กำหนดการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับแพร่ภาพออกอากาศ)

รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ22101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2569 เวลา 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม
20	2 ต.ค. 69 12.30-13.30 น.	1	หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง วัยรุ่นกับเรื่องเพศ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 15 เรื่อง ความสำคัญของความ เสมอภาคทางเพศ	15	1) ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง ความเสมอภาคทางเพศ 2) ใบงานที่ 1 เรื่อง “แนวทางการปฏิบัติตนเพื่อส่งเสริม ความเสมอภาคทางเพศ” 3) สื่อ Power Point เรื่อง ความเสมอภาคทางเพศ 4) ข่าวหรือเหตุการณ์เกี่ยวกับความเสมอภาคทางเพศใน ปัจจุบัน