

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับเผยแพร่ออกอากาศ)
 รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา รหัสวิชา พ11101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2569 จำนวน 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม
หน่วยที่ 3 ชื่อหน่วย รักสุขภาพ					
1	4 พ.ย. 69 (12.30-13.30 น.)	1	การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติ แห่งชาติ ข้อที่ 1	1	1. ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง การปฏิบัติ ตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 1 2. ใบงานที่ 2 เรื่อง การปฏิบัติตน ตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 1 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 2 เรื่อง การปฏิบัติตนตามหลัก สุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 1 4. สมุดบันทึก
2	11 พ.ย. 69 (12.30-13.30 น.)	1	การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติ แห่งชาติ ข้อที่ 2	2	1. ใบความรู้ที่ 3 เรื่อง การปฏิบัติ ตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 2 2. ใบงานที่ 3 เรื่อง การปฏิบัติตน ตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 2 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 3 เรื่อง การปฏิบัติตนตามหลัก สุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 2 4. โมเดลจำลองฟัน 5. สมุดบันทึก
3	18 พ.ย. 69 (12.30-13.30 น.)	1	การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติ แห่งชาติ ข้อที่ 3	3	1. ใบความรู้ที่ 4 เรื่อง การปฏิบัติ ตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 3 2. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 4 เรื่อง การปฏิบัติตนตามหลัก สุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 3 3. ชุดอุปกรณ์ทำสบู่เหลวสำเร็จรูป 4. สมุดบันทึก

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับเผยแพร่ออกอากาศ)
 รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา รหัสวิชา พ11101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2569 จำนวน 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม
4	25 พ.ย. 69 (12.30-13.30 น.)	1	การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติ แห่งชาติ ข้อที่ 4 และข้อที่ 5	4	1. ใบความรู้ที่ 5 เรื่อง การปฏิบัติ ตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 4 และ ข้อที่ 5 2. ใบงานที่ 4 เรื่อง การปฏิบัติตน ตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 4 และ ข้อที่ 5 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 5 เรื่อง การปฏิบัติตนตามหลัก สุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 4 และ ข้อที่ 5 4. ภาพข่าวอุบัติเหตุที่เกิดจากการ ดื่มสุรา 5. สมุดบันทึก
5	2 ธ.ค. 69 (12.30-13.30 น.)	1	การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติ แห่งชาติ ข้อที่ 6	5	1. ใบความรู้ที่ 6 เรื่อง การปฏิบัติ ตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 6 2. ใบงานที่ 5 เรื่อง การปฏิบัติตน ตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 6 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 6 เรื่อง การปฏิบัติตนตามหลัก สุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 6 4. สมุดบันทึก
6	9 ธ.ค. 69 (12.30-13.30 น.)	1	การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติ แห่งชาติ ข้อที่ 7	6	1. ใบความรู้ที่ 7 เรื่อง การปฏิบัติ ตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 7 2. ภาพจิ๊กซอว์การเกิดอุบัติเหตุ 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 7 เรื่อง การปฏิบัติตนตามหลักสุข บัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 7 4. สมุดบันทึก

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับเผยแพร่ออกอากาศ)
 รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา รหัสวิชา พ11101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2569 จำนวน 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม
7	16 ธ.ค. 69 (12.30-13.30 น.)	1	การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติ แห่งชาติ ข้อที่ 8 และข้อที่ 9	7	1. ใบความรู้ที่ 8 เรื่อง การปฏิบัติ ตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 8 และ ข้อที่ 9 2. ใบงานที่ 6 เรื่อง การปฏิบัติตน ตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 8 และ ข้อที่ 9 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 8 เรื่อง การปฏิบัติตนตามหลักสุข บัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 8 และ ข้อที่ 9 4. สมุดบันทึก
8	23 ธ.ค. 69 (12.30-13.30 น.)	1	การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติ แห่งชาติ ข้อที่ 10	8	1. ใบความรู้ที่ 9 เรื่อง การปฏิบัติ ตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 10 2. ใบงานที่ 7 เรื่อง การปฏิบัติตน ตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 10 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 9 เรื่อง การปฏิบัติตนตามหลักสุข บัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 10 4. สมุดบันทึก
9	30 ธ.ค. 69 (12.30-13.30 น.)	1	อาการเจ็บป่วย	9	1. ใบความรู้ที่ 10 เรื่อง อาการ เจ็บป่วย 2. ใบงานที่ 8 เรื่อง อาการเจ็บป่วย 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 10 เรื่อง อาการเจ็บป่วย 4. สมุดบันทึก
10	6 ม.ค. 70 (12.30-13.30 น.)	1	รักษสุขภาพ	10	1. ใบความรู้ที่ 12 เรื่อง รักษา สุขภาพ 2. ใบงานที่ 10 เรื่อง รักษาสุขภาพ 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 12 เรื่อง รักษาสุขภาพ

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับเผยแพร่ออกอากาศ)
 รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา รหัสวิชา พ11101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2569 จำนวน 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม
หน่วยที่ 4 ชื่อหน่วย อันตรายใกล้เรา					
11	13 ม.ค. 70 (12.30-13.30 น.)	1	อันตรายภายในบ้าน	11	1. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง อันตรายภายในบ้าน 2. ใบงานที่ 1 เรื่อง อันตรายภายในบ้าน 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 1 เรื่อง อันตรายภายในบ้าน
12	20 ม.ค. 70 (12.30-13.30 น.)	1	อันตรายที่โรงเรียน	12	1. ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง อันตรายที่โรงเรียน 2. ใบงานที่ 2 เรื่อง อันตรายที่โรงเรียน 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 2 เรื่อง อันตรายที่โรงเรียน
13	27 ม.ค. 70 (12.30-13.30 น.)	1	อันตรายจากการเล่น	13	1. ใบความรู้ที่ 3 เรื่อง อันตรายจากการเล่น 2. ใบงานที่ 3 เรื่อง อันตรายจากการเล่น 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 3 เรื่อง อันตรายจากการเล่น
14	3 ก.พ. 70 (12.30-13.30 น.)	1	อันตรายจากของเล่น	14	1. ใบความรู้ที่ 4 เรื่อง อันตรายจากของเล่น 2. ใบงานที่ 4 เรื่อง อันตรายจากของเล่น 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 4 เรื่อง อันตรายจากของเล่น 4. ตัวอย่างของเล่น 5. ป้ายเครื่องหมายถูกและเครื่องหมายผิด

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับเผยแพร่ออกอากาศ)
 รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา รหัสวิชา พ11101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2569 จำนวน 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม
15	10 ก.พ. 70 (12.30-13.30 น.)	1	อันตรายจากการเดินทาง	15	1. ใบความรู้ที่ 5 เรื่อง อันตรายจากการเดินทาง 2. ใบงานที่ 5 เรื่อง อันตรายจากการเดินทาง 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 5 เรื่อง อันตรายจากการเดินทาง 4. อุปกรณ์สาธิตการใส่หมวกนิรภัย
16	17 ก.พ. 70 (12.30-13.30 น.)	1	สัญลักษณ์ที่ควรรู้	16	1. ใบความรู้ที่ 6 เรื่อง สัญลักษณ์ที่ควรรู้ 2. ใบงานที่ 6 เรื่อง สัญลักษณ์ที่ควรรู้ 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 6 เรื่อง สัญลักษณ์ที่ควรรู้
17	24 ก.พ. 70 (12.30-13.30 น.)	1	การขอความช่วยเหลือ	17	1. ใบความรู้ที่ 7 เรื่อง การขอความช่วยเหลือ 2. ใบงานที่ 7 เรื่อง การขอความช่วยเหลือ 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 7 เรื่อง การขอความช่วยเหลือ
18	3 มี.ค. 70 (12.30-13.30 น.)	1	การปฏิบัติตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 1	1	1. ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง การปฏิบัติตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 1 2. ใบงานที่ 2 เรื่อง การปฏิบัติตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 1 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 2 เรื่อง การปฏิบัติตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 1 4. สมุดบันทึก

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมง (ฉบับเผยแพร่ออกอากาศ)
 รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา รหัสวิชา พ11101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2569 จำนวน 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม
19	10 มี.ค. 70 (12.30-13.30 น.)	1	การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติ แห่งชาติ ข้อที่ 2	2	1. ใบความรู้ที่ 3 เรื่อง การปฏิบัติ ตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 2 2. ใบงานที่ 3 เรื่อง การปฏิบัติตน ตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 2 3. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 3 เรื่อง การปฏิบัติตนตามหลักสุข บัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 2 4. โมเดลจำลองฟัน 5. สมุดบันทึก
20	17 มี.ค. 70 (12.30-13.30 น.)	1	การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติ แห่งชาติ ข้อที่ 3	3	1. ใบความรู้ที่ 4 เรื่อง การปฏิบัติ ตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 3 2. ใบความรู้ (สำหรับครู) ที่ 4 เรื่อง การปฏิบัติตนตามหลักสุข บัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 3 3. ชุดอุปกรณ์ทำสบู่เหลวสำเร็จรูป 4. สมุดบันทึก