

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมง และสิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ฉบับเผยแพร่่ออกอากาศ)

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัส พ 14101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 จำนวน 18 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	สิ่งที่โรงเรียนปลายทาง ต้องเตรียม
1	1 ธ.ค. 64 (12.30 – 13.30 น.)	1	ฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์ สุขภาพ	- แนะนำเนื้อหา - ทดสอบก่อนเรียน - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา - ใบความรู้
2	8 ธ.ค. 63 (12.30 – 13.30 น.)	1	การเลือกซื้อผลิตภัณฑ์เสริม อาหารและเครื่องสำอาง	- หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา - ใบความรู้ ภาพประกอบ - ใบงาน
3	15 ธ.ค. 63 (12.30 – 13.30 น.)	1	หลักการเลือกซื้ออาหารและ ผลิตภัณฑ์สุขภาพ	- หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา - ใบความรู้ ภาพประกอบ - ใบงาน
4	22 ธ.ค. 63 (12.30 – 13.30 น.)	1	การวิเคราะห์ข้อมูลบนฉลาก อาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ	- หนังสือเรียนและ พลศึกษา - ใบความรู้ ภาพประกอบ - ใบงาน
5	29 ธ.ค. 63 (12.30 – 13.30 น.)	1	ลักษณะของอารมณ์ที่มี ผลต่อสุขภาพ	- หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา - ใบความรู้ ภาพประกอบ - ใบงาน
6	5 ม.ค. 64 (12.30 – 13.30 น.)	1	สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ	- หนังสือเรียนและ พลศึกษา - ใบความรู้ - ภาพประกอบ - ใบงาน
7	12 ม.ค. 64 (12.30 – 13.30 น.)	1	การป้องกันและแก้ไขปัญหา สิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ	- หนังสือเรียน - ใบความรู้ ภาพประกอบ - ใบงาน

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมง และสิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ฉบับเผยแพร่่ออกอากาศ)

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัส พ 14101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 จำนวน 18 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	สิ่งที่โรงเรียนปลายทาง ต้องเตรียม
8	19 ม.ค. 64 (12.30 – 13.30 น.)	1	หลักการใช้จ่าย	- หนังสือเรียนและ พลศึกษา - ใบความรู้ ภาพประกอบ - ใบงาน
9	26 ม.ค. 64 (12.30 – 13.30 น.)	1	วิธีเก็บรักษายา	- หนังสือเรียนและพลศึกษา - ใบความรู้ ภาพประกอบ - ใบงาน
10	2 ก.พ. 64 (12.30 – 13.30 น.)	1	วิธีการปฐมพยาบาล 1	- หนังสือเรียนและพลศึกษา - ใบความรู้ ภาพประกอบ - ใบงาน
11	9 ก.พ. 64 (12.30 – 13.30 น.)	1	วิธีการปฐมพยาบาล 2	- หนังสือเรียนและ พลศึกษา - ใบความรู้ ภาพประกอบ - ใบงาน
12	16 ก.พ. 64 (12.30 – 13.30 น.)	1	วิธีการเสริมสร้างสมรรถภาพ ทางกายเพื่อสุขภาพ	- หนังสือเรียนและ พลศึกษา - ใบความรู้ ภาพประกอบ - ใบงาน
13	23 ก.พ. 64 (12.30 – 13.30 น.)	1	โทษของบุหรี่	- หนังสือเรียนและพลศึกษา - ใบความรู้ ภาพประกอบ - ใบงาน
14	2 มี.ค. 64 (12.30 – 13.30 น.)	1	โทษของสุรา	- หนังสือเรียนและพลศึกษา - ใบความรู้ ภาพประกอบ - ใบงาน
15	9 มี.ค. 64 (12.30 – 13.30 น.)	1	การป้องกันอันตรายจากบุหรี่ และสุรา	- หนังสือเรียนและพลศึกษา - ใบความรู้ - ภาพประกอบ - แบบทดสอบหลังเรียน

16	16 มี.ค. 64 (12.30 – 13.30 น.)	1	วิธีการเสริมสร้างสมรรถภาพ ทางกายเพื่อสุขภาพ	- หนังสือเรียนและ พลศึกษา - ใบความรู้ ภาพประกอบ - ใบงาน
17	23 มี.ค. 64 (12.30 – 13.30 น.)	1	โทษของบุหรี่	- หนังสือเรียนและพลศึกษา - ใบความรู้ ภาพประกอบ - ใบงาน
18	30 มี.ค. 64 (12.30 – 13.30 น.)	1	โทษของสุรา	- หนังสือเรียนและพลศึกษา - ใบความรู้ ภาพประกอบ - ใบงาน