

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมงและสิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ฉบับเผยแพร่ออกอากาศ)

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) รหัสวิชา พ15101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทาง ต้องเตรียม
1	5 พ.ย. 64 (10.30 – 11.30 น.)	1	หน่วยที่ 3 ชื่อหน่วย ใส่ใจการใช้ ชีวิต ใส่ใจอีกซีกนิตในการเลือก รับสื่อ กิจกรรมทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย	1	1. ใบงานที่ 1 เรื่อง ประเมินผล สมรรถภาพทางกาย 2. ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายใน ภาคเรียนที่ 1
2	12 พ.ย. 64 (10.30 – 11.30 น.)	1	ปรับปรุงและสร้างเสริมสมรรถภาพ ทางกาย	2	1. ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายใน ภาคเรียนที่ 1 2. สมุดบันทึก
3	19 พ.ย. 64 (10.30 – 11.30 น.)	1	อันตรายจากการเล่นกีฬา	3	1. สมุดบันทึก 2. อุปกรณ์การเรียน
4	26 พ.ย. 64 (10.30 – 11.30 น.)	1	สุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 1 และ ข้อที่ 2	4	1. แบบจำลองฟัน 2. แปรงสีฟัน 3. กระบอก 4. ใบงานที่ 2 เรื่อง สำรวจฟันฉัน 5. เนื้อร้อง เพลง สุขบัญญัติ 10 ประการ
5	3 ธ.ค. 64 (10.30 – 11.30 น.)	1	สุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 3 – 6	5	1. ใบงานที่ 3 เรื่อง กิจกรรมสร้างสัมพันธ์ กับคนในครอบครัว 2. เนื้อร้อง เพลง สุขบัญญัติ 10 ประการ
6	17 ธ.ค. 64 (10.30 – 11.30 น.)	1	สุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ 7 – 10	6	1. ธงสีแดง และธงสีเขียว 2. เนื้อร้อง เพลง สุขบัญญัติ 10 ประการ 3. ใบงานที่ 4 เรื่อง บันทึกการปฏิบัติตน ของฉัน
7	24 ธ.ค. 64 (10.30 – 11.30 น.)	1	ข่าวสารสร้างเสริมสุขภาพ	7	1. ใบงานที่ 5 เรื่อง ข่าวสารสร้างเสริม สุขภาพ
8	7 ม.ค. 65 (10.30 – 11.30 น.)	1	วิเคราะห์สื่อโฆษณา	8	1. ฉลากผลิตภัณฑ์สินค้า 2. ใบงานที่ 6 เรื่อง มาสังเกตฉลาก ผลิตภัณฑ์กันเถอะ
9	14 ม.ค. 65 (10.30 – 11.30 น.)	1	การเลือกซื้ออาหาร	9	1. ใบงานที่ 7 เรื่อง อาหารที่ฉันควรเลือก ซื้อมารับประทาน
10	21 ม.ค. 65 (10.30 – 11.30 น.)	1	การเลือกซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพ	10	1. ใบงานที่ 8 เรื่อง ผลิตภัณฑ์ของฉันน่า ซื้อน่าใช้

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมงและสิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ฉบับเผยแพร่่ออกอากาศ)

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) รหัสวิชา พ15101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทาง ต้องเตรียม
11	28 ม.ค. 65 (10.30 – 11.30 น.)	1	อิทธิพลของสื่อ	11	1. แบบสำรวจตนเอง เรื่อง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ 2. ใบงานที่ 9 เรื่อง สื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ
12	4 ก.พ. 65 (10.30 – 11.30 น.)	1	สื่อที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพ	12	1. สมุดบันทึก 2. อุปกรณ์การเรียนรู้
13	11 ก.พ. 65 (10.30 – 11.30 น.)	1	แนวทางการใช้ชีวิตที่ถูกสุขภาพ	13	1. กระดาษ A3 2. แบบบันทึกการเรียนรู้ 3. แบบประเมินตนเอง
14	18 ก.พ. 65 (10.30 – 11.30 น.)	1	หน่วยที่ 4 ชื่อหน่วย รู้ทันโรค รู้ทันภัยอันตราย การปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรค	14	1. ใบงานที่ 1 เรื่อง วิเคราะห์สาเหตุ รู้วิธีป้องกันโรค 2. ผ้าเช็ดหน้า 3. ขวดน้ำ 4. แก้วน้ำ 5. บัตรภาพน้ำมูก 6. บัตรภาพน้ำลาย 7. บัตรภาพแสงแดด 8. บัตรภาพน้ำฝน
15	25 ก.พ. 65 (10.30 – 11.30 น.)	1	โรคไข้หวัดใหญ่	15	1. ใบงานที่ 2 เรื่อง โรคไข้หวัดใหญ่
16	4 มี.ค 65 (10.30 – 11.30 น.)	1	โรคไข้เลือดออกและโรคลมพิษ	16	1. ใบงานที่ 3 เรื่อง โรคไข้เลือดออก และโรคลมพิษ
17	11 มี.ค 65 (10.30 – 11.30 น.)	1	โรคในช่องปาก	17	1. กระดาษขนาดเล็ก 2. แบบจำลองฟัน 3. แปรงสีฟัน 4. ยาสีฟัน 5. แก้วน้ำ
18	18 มี.ค 65 (10.30 – 11.30 น.)	1	สารเสพติด	18	1. สมุดบันทึก 2. อุปกรณ์การเรียนรู้

กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมงและสิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ฉบับเผยแพร่่ออกอากาศ)

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) รหัสวิชา พ15101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 20 ชั่วโมง

ครั้งที่	วัน เดือน ปี (ออกอากาศ)	จำนวน ชั่วโมง	เรื่องที่สอน	EP.	สิ่งที่โรงเรียนปลายทาง ต้องเตรียม
19	อัปโหลดขึ้นเว็บไซต์	1	อันตรายจากการใช้ยาในทาง ที่ผิด	19	1. ยาสามัญประจำบ้าน 2. ใบงานที่ 4 เรื่อง การปฏิบัติตนให้ ปลอดภัยจากการใช้ยา
20	อัปโหลดขึ้นเว็บไซต์	1	รู้ทันโรค รู้ทันภัยอันตราย	20	1. ใบงานที่ 5 เรื่อง รู้ทันโรค รู้ทันภัย อันตราย 2. ป้ายเครื่องหมาย ถูก และผิด 3. แบบบันทึกการเรียนรู้ 4. แบบประเมินตนเอง