



โรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาาคม

แผนการจัดการเรียนรู้ที่

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔	เรื่อง ทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส	เวลา ๔ คาบ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔	เรื่อง ทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส	
รหัสวิชา พ๓๑๒๐๑	รายวิชา เทเบิลเทนนิส	ภาคเรียนที่ ๑
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔	กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา	ปีการศึกษา ๒๕๖๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

๒. ตัวชี้วัด

พ.๓.๑ ม.๔/๓ เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล/คู่ กีฬาประเภททีมได้อย่างน้อย ๑ ชนิด

๓. ผลการเรียนรู้

๑. มีความรู้ความเข้าใจ และปฏิบัติ ทักษะการจับไม้และการยืนเตรียมความพร้อมในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสได้อย่างถูกต้อง

๒. มีความรู้ความเข้าใจ และปฏิบัติ ทักษะวิธีการตีลูกพื้นฐานการใช้หน้าไม้ การกระดอน การบังคับทิศทางของลูกและการเคลื่อนที่ในการตีลูก

๔. สาระสำคัญ

การจับไม้เทเบิลเทนนิสผู้เล่นต้องใช้มือข้างที่ถนัดแล้วจำให้มั่นในการจับไม้ตรง ท่า Backhand ท่า Forehand พร้อมยืนในท่าที่ขาทั้งสองข้างแยกออกจากกัน ย่อหัวเข่าเล็กน้อยปล่อยน้ำหนักตัวให้ลงไปที่ปลายเท้าของผู้เล่นเพื่อเตรียมความพร้อมที่จะฝึกทำตีลูกพื้นฐาน การใช้หน้าไม้ การกระดอน การบังคับทิศทางของลูก และการเคลื่อนที่ในการตีลูก

๕. สาระการเรียนรู้

๑. ทักษะการจับลูกเทเบิลเทนนิส

๒. การยืนเตรียมความพร้อมในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

๓. ทักษะการตีลูกพื้นฐาน การใช้หน้าไม้ การกระดอน การบังคับทิศทางของลูก

๔. การเคลื่อนที่ในการตีลูก

๖. สมรรถนะสำคัญที่เกิดกับผู้เรียน

- 6.1 [] ความสามารถในการสื่อสาร
- 6.2 [✓] ความสามารถในการคิด
- 6.3 [✓] ความสามารถในการแก้ปัญหา
- 6.4 [✓] ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 6.5 [[✓]] ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

๗. คุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน

- 7.1.มีวินัย
- 7.2.ใฝ่เรียนรู้
- 7.3.มุ่งมั่นในการทำงาน

๘. กระบวนการจัดการเรียนรู้

คาบที่ ๑

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนเป็น ๕ กลุ่มๆละ ๕-๘ คน ให้นักเรียนนั่งตามกลุ่มแถวตอนลึกพร้อมตั้งหัวหน้ากลุ่มในการดำเนินกิจกรรม
2. นักเรียนทุกกลุ่มพร้อมกันยืดเหยียดร่างกาย โดยหัวหน้ากลุ่มทั้ง ๕ กลุ่มเป็นแกนนำในการทำ
3. นักเรียนและครูทบทวนการจับไม้เทเบิลเทนนิส
๓. ครูแจ้งผลการเรียนรู้และเรื่องที่จะเรียน

ขั้นสอน

4. ผู้นำกลุ่มยืนหน้าแถวของตน
5. นักเรียนแกนนำที่ครูนัดหมายมาสาธิตการจับไม้เทเบิลเทนนิส ในรูปแบบจับไม้ตรง ทำ Backhand ทำ Forehand นักเรียนทุกคนในกลุ่มปฏิบัติตามพร้อมซ้อมตีลูกเทเบิลเทนนิสกับกำแพง

ขั้นสรุป ๖. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปท่่านการตีลูก Backhand ทำ Forehand ที่ถูกต้องพร้อมให้นักเรียนไปฝึกซ้อมการตีลูก

คาบที่ ๒ - ๓

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

๗. นักเรียนจัดกลุ่มเดิมทำการยืดเหยียดร่างกาย ๑๐ นาที
๘. นักเรียนและครูร่วมกันทบทวนการตีลูก Backhand ทำ Forehand

ขั้นสอน

- ๙.นักเรียนสาธิตการตีลูกพื้นฐาน ประกอบด้วยท่าทางต่างๆ ดังนี้
 - ๑) การตีลูกหน้าไม้
 - ๒) การตีลูกกระดอน

๓) การการบังคับทิศทาง

๔)การเคลื่อนที่ร่างกายในการตีลูก

๑๐.แต่ละกลุ่มแบ่งพื้นที่ในการฝึกซ้อมโดยตีโต้กับฝาผนัง พร้อมเคลื่อนที่รับลูกที่กระดอนกลับจาก

ฝาผนัง

ขั้นสรุป

๑๑. ทุกกลุ่มรวมแถวเหมือนเดิม ครูสอบถามการตีลูกในท่าต่างๆ

๑๒. ครูแจ้งในคาบต่อไปจะสอบปฏิบัติในการตีลูกพื้นฐาน

คาบที่ ๔

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

๑๓. นักเรียนจัดกลุ่มเดิมทำการยืดเหยียดร่างกาย ๑๐ นาที

๑๔. นักเรียนจับฉลากจัดลำดับกลุ่มที่จะสอบปฏิบัติในการตีลูกพื้นฐาน

ขั้นสอน

๑๕.นักเรียนกลุ่มที่จับฉลากสอบปฏิบัติกลุ่มแรกมาสอบการตีลูกพื้นฐานท่าละ ๕ ลูก โดยให้ตีทีละคนในกลุ่ม จนครบ ๕ กลุ่ม

ขั้นสรุป

๑๖. นักเรียนตั้งแถวตามกลุ่มพร้อมนั่งพัก

๑๗. นักเรียนช่วยกันสรุปประโยชน์ที่ได้รับจากการเรียนในหน่วยนี้

๑๘. นักเรียนกลับไปฝึกซ้อมเพื่อลงเล่นเป็นคู่ในคาบต่อไป

๙ . การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

• ด้านความรู้ (K)

วิธีการวัดและประเมินผล	เครื่องมือวัดและประเมินผล	เกณฑ์การวัดและประเมินผล
๑.การปฏิบัติของนักเรียน	๑.แบบบันทึกการปฏิบัติท่าเคลื่อนไหว	๑.นักเรียนทุกคนท่าท่าเคลื่อนไหวต่างได้อย่างน้อยร้อยละ ๗๐
๒.การทำงานเป็นทีม	๒.แบบประเมินการทำงานเป็นทีม	๒.ผ่านเกณฑ์ร้อยละ ๘๐

• ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

วิธีการวัดและประเมินผล	เครื่องมือวัดและประเมินผล	เกณฑ์การวัดและประเมินผล
• สังเกตพฤติกรรมการทำงาน	• แบบสังเกตพฤติกรรม	• ผ่านเกณฑ์ในระดับ 4 ขึ้นไป

• ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

วิธีการวัดและประเมินผล	เครื่องมือวัดและประเมินผล	เกณฑ์การวัดและประเมินผล
๑. สังเกตพฤติกรรมการทำงาน กลุ่ม	๑. แบบประเมินทักษะ/ กระบวนการกลุ่ม	๑. ผ่านเกณฑ์ระดับ 4 ขึ้นไป

๑๐. แนวทางบูรณาการ

คณิตศาสตร์	สถิติการตีลูกพื้นฐานสูงสุดของตนเองเทียบกับเพื่อน
วิทยาศาสตร์	กายวิภาคการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ
สังคมศึกษาฯ	การช่วยเหลือ ดูแล สามัคคีในกลุ่ม

๑๑. กิจกรรมเสนอแนะ

๑. นักเรียนทุกคนต้องมีอุปกรณ์เป็นตนเอง
๒. โต๊ะเทเบิลเทนนิสนั้นน้อยไม่พอกับนักเรียน

๑๒. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

1. โรงฝึกพลศึกษา
2. แอปพลิเคชัน youtube
๓. ที่มา : <https://rositacorrer.com/>
๔.
ที่มา <https://www.youtube.com> > watch



บันทึกหลังการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

รายวิชา เทเบิลเทนนิส(พ๓๑๒๐๑) ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔

วันที่.....ใช้สอนห้อง.....เวลา.....

1.ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

.....

.....

.....

2.ปัญหา อุปสรรค

.....

.....

.....

3 ข้อเสนอแนะ / แนวทางแก้ไข

.....
.....
.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน

(นายสุจริต พุ่มไม้)

...../...../.....

ความคิดเห็น(รองผู้อำนวยการ/ผู้บริหาร/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย)

.....
.....
.....

ลงชื่อ.....

(ดร.กชพรรณ มีประดิษฐ์)

ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการโรงเรียนโพธิ์นิมิตวิทยาาคม

แบบสังเกต พฤติกรรมการทำงานกลุ่ม

กลุ่มที่ (ชื่อกลุ่ม).....

สมาชิกกลุ่ม 1. 2.
 3. 4.
 5. 6.

คำชี้แจง : ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความเป็นจริง

พฤติกรรมที่สังเกต	คะแนน		
	3	2	1
1. มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น			

2. มีความกระตือรือร้นในการทำงาน			
3. รับผิดชอบในงานที่ได้รับมอบหมาย			
4. มีขั้นตอนในการทงงานอย่างเป็นระบบ			
5.ใช้เวลาในการทำงานอย่างเหมาะสม			
รวม			

เกณฑ์การให้คะแนน

พฤติกรรมที่ทำเป็นประจำ	ให้	3	คะแนน
พฤติกรรมที่ทำเป็นบางครั้ง	ให้	2	คะแนน
พฤติกรรมที่ทำน้อยครั้ง	ให้	1	คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนน

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
13-15	ดี
8-12	พอใช้
1-7	ปรับปรุง