



## โครงการสอน

**กลุ่มสาระการเรียนรู้** สุขศึกษาและพลศึกษา      **ภาคเรียนที่** 1      **ปีการศึกษา** 2569  
**ชื่อคุณครูผู้สอน** ครูวิวัฒน์ เจริญศรี      **รายวิชา** พลศึกษา (บาสเกตบอล)      **รหัสวิชา** พ 22103  
**ระดับชั้น** มัธยมศึกษาปีที่ 2      **จำนวนคาบ** 50 นาที /คาบ/สัปดาห์/ภาค      **จำนวนหน่วยกิต** 0.5 หน่วยกิต  
**คำอธิบายรายวิชา**

ศึกษาประวัติความเป็นมาของกีฬาบาสเกตบอล เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ มีเจตคติ ตลอดจนมีทักษะปฏิบัติเกี่ยวกับการสร้างเสริมและพัฒนาการเคลื่อนไหวแบบต่างๆ สามารถนำไปใช้ในการเล่นกีฬาบาสเกตบอลได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยร่วมเล่นและแข่งขันอย่างสนุกสนานและปลอดภัย ปฏิบัติได้ตามกฎ กติกา หลักการรุก การป้องกัน มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน มีสุนทรียภาพของการกีฬา ทั้งในการเล่น การดู และการแข่งขัน แสดงออกถึงความร่วมมือ ความรับผิดชอบตนเองในการเข้าร่วมกิจกรรม มีการวางแผนในการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬา เพื่อพัฒนาบุคลิกภาพและสมรรถภาพของตนเอง เป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งรู้จักการสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐาน พ 3.1

เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด พ3.1ม.2/1 นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา จากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธี ที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง

ตัวชี้วัด พ3.1ม.2/2 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีมอย่างละ ๑ ชนิด

ตัวชี้วัด พ3.1ม.2/3 เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและ กิจกรรมในชีวิตประจำวัน

#### มาตรฐาน พ 3.2

รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด พ3.2 ม.2/3 มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก



ตัวชี้วัด พ3.2 ม.2/4 วางแผนการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม

ตัวชี้วัด พ3.2 ม. 2/5 นำผลการปฏิบัติการเล่นกีฬา มาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่น

**ตัวชี้วัดทั้งหมด 6 ตัวชี้วัด**

### **สาระการเรียนรู้**

**หน่วยที่ 1** ปฐมนิเทศ

**หน่วยที่ 2** การสร้างความคุ้นเคยเกี่ยวกับกีฬาบาสเกตบอล และการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

**หน่วยที่ 3** ทักษะการส่งลูกบอลสองมือระดับอก

**หน่วยที่ 4** ทักษะการส่งลูกบอลสองมือเหนือศีรษะ, การส่งลูกบอลมือเดียวเหนือไหล่

**หน่วยที่ 5** ทักษะการส่งบอลล่างสองมือ(ด้านข้าง), การส่งลูกกระดอน และการส่งลูกซุก

**หน่วยที่ 6** ทักษะการครอบครองบอล และการเลี้ยงบอล

**หน่วยที่ 7** ทักษะการยิงประตูแบบต่างๆ

**หน่วยที่ 8** กฎ กติกา การแข่งขันเป็นทีม

### **สื่อการเรียนรู้หรือแหล่งการเรียนรู้**

อุปกรณ์กีฬา เอกสารที่เกี่ยวข้อง, หนังสือกีฬาบาสเกตบอล, VDO, Power Point, Google Classroom, Power Point, Google, YouTube

### **การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

#### **สัดส่วนคะแนนระหว่างภาค : คะแนนปลายภาค 80:20**

1. คะแนนเก็บระหว่างภาค (ปฏิบัติ)	80	คะแนน
1.1 การสอบกลางภาค	20	คะแนน
1.2 การสอบเก็บคะแนน	20	คะแนน
1.3 กิจกรรม/งานกลุ่ม	30	คะแนน
1.4 คุณลักษณะของนักเรียน	10	คะแนน
2. การสอบปลายภาค (ทฤษฎี)	20	คะแนน

**แหล่งข้อมูล** 1. หนังสือกีฬาบาสเกตบอลรวมกฎ กติกาและพื้นฐานการเล่นบาสเกตบอล, คู่มือแบบปฏิบัติ ทักษะ, VDO Clip, Google, YouTube



## โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ22103

วิชาพลศึกษา (บาสเกตบอล กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

จำนวน 0.5 หน่วยกิต

สัปดาห์ ที่	หน่วยที่ / ชื่อหน่วย	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัว ชี้วัด	เนื้อหา/สาระการเรียนรู้	จำนวนคาบ	คะแนน
1	1.ปฐมนิเทศ	พ3.1ม.2/1	-ประวัติและมารยาทของกีฬา บาสเกตบอล -ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกีฬา บาสเกตบอล	1	10
2-3	2.การสร้างความคุ้นเคย เกี่ยวกับการเล่นกีฬา บาสเกตบอล	พ3.1ม.2/1      พ3.1 ม.2/2      พ3.1ม.2/3	-การทดสอบสมรรถภาพทางกายก่อน เรียน -การสร้างความคุ้นเคยเกี่ยวกับการ เล่นกีฬาบาสเกตบอล	2	10
4-5	3.ทักษะกีฬา บาสเกตบอล	พ3.1ม.2/1	-การรับส่งลูกบอลสองมือระดับอก -ไม่กระดอนพื้น -กระดอนพื้น	2	10
6-7	4.ทักษะกีฬา บาสเกตบอล	พ3.1ม.2/1	-การส่งลูกบอลสองมือเหนือศีรษะ -การส่งลูกบอลมือเดียวเหนือไหล่	2	10
8-9	5.ทักษะการส่งบอลล่าง สองมือ		-การส่งบอลล่างสองมือ(ด้านข้าง) -การส่งลูกกระดอน และการส่งลูกชุก	2	10
10	-	-	สอบกลางภาค	1	20
11-12	6.ทักษะกีฬา บาสเกตบอล	พ3.2 ม.2/3      พ 3.2 ม.2/5      พ3.2 ม.2/6	การเลี้ยงบอลระดับต่ำ -การเลี้ยงบอลระดับสูง -การครอบครองบอล	2	10
13-15	7.ทักษะกีฬา บาสเกตบอล	พ3.2 ม.2/3      พ 3.2 ม.2/5      พ3.2 ม.2/6	-การยิงประตูแบบต่างๆ -การยืนยิงประตู (Set shot) -การขึ้นกระโดดยิงประตู (Jump Shot) -การวิ่งกระโดดยิงประตู (Lay up)	3	10



16-19	8.ทักษะ การ แข่งขัน	พ3.2 ม.2/3 3.2 ม.2/5 ม.2/6	พ พ3.2	-กฏกติกา -การแข่งขันเป็นทีม -กลยุทธ์การ รุก และป้องกัน	4	10
<b>รวมคะแนนระหว่างภาคเรียน</b>					<b>19</b>	<b>80</b>
<b>สอบปลายภาค (สัปดาห์สุดท้าย)</b>					<b>1</b>	<b>20</b>
<b>รวมตลอดภาคเรียน</b>					<b>20</b>	<b>100</b>