



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 10

วิชา แร่บอล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 7

ชั่วโมงที่ 20-22

เรื่อง การยิงประตู (ต่อ)

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

---

### แนวคิด

การยิงประตูเป็นหัวใจและขั้นตอนที่สำคัญที่สุดในการเล่นแร่บอล ทั้งนี้เพราะแร่บอลเป็นกีฬาที่ตัดสินกันที่ทีมใดที่ยิงประตูทำได้มากที่สุด ทีมนั้นก็จะเป็นฝ่ายชนะ นักเรียนทุกคนจึงควรฝึกฝนวิธีการยิงประตูแบบต่างๆ ให้ชำนาญและแม่นยำ

### สาระการเรียนรู้

1. การยิงประตู
2. แบบฝึกการยิงประตู

### ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายและปฏิบัติวิธีการยิงประตูมือเดียวเหนือไหล่ได้ถูกต้อง
2. สามารถอธิบายและปฏิบัติวิธีการยิงประตูสองมือระดับอกได้ถูกต้อง

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

### กิจกรรมการเรียนการสอน

#### ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

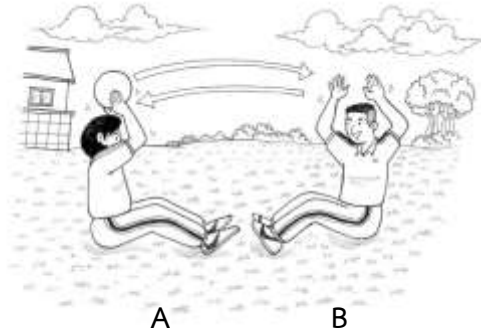
1. นักเรียนเข้าแถวตามกลุ่ม หัวหน้ากลุ่มสำรวจรายชื่อจำนวนสมาชิกตรวจสอบเครื่องแต่งกายตลอดจน สุขภาพทั่วไปของสมาชิกและรายงานครูทราบ

2. นักเรียนอบอุ่นร่างกาย โดยสมาชิกกลุ่ม 5 และกลุ่ม 6 นำเสนอท่าบริหาร กลุ่มละ 4 ท่า โดยไล่ตามอวัยวะต่างๆ ตั้งแต่ศีรษะถึงข้อเท้า
3. รวมกลุ่มนักเรียนแจ้งผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

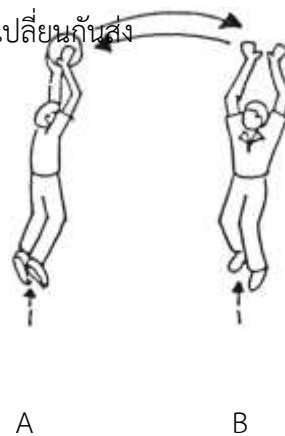
**ชั้นสอน**

4. ทบทวนกับคู่ การยิงประตูมือเดียวเหนือไหล่ ใช้เวลา 3 นาที
5. อธิบายพร้อมสาธิตวิธีการยิงประตูแบบสองมือพร้อมภาพประกอบ
6. นักเรียนจับคู่ฝึกทักษะ ดังนี้

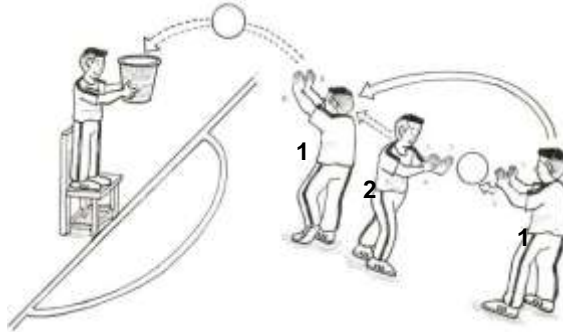
6.1 ผู้เล่น 2 คน (A และ B) นั่งเหยียดขาตรง ห่างกัน 2 เมตร หันหน้าเข้าหากัน แล้วส่งบอลด้วยสองมือเหนือศีรษะให้กันจำนวน 30 ครั้ง



6.2 ผู้เล่น 2 คน (A และ B) ยืนห่างกัน 1 เมตร A โยนลูกบอลสองมือให้ B กระโดดขึ้นไปรับด้วยสองมือ B เมื่อรับลูกบอลแล้วลงสู่พื้นส่งลูกสองมือระดับอกให้ A แล้วเริ่มต้นส่งใหม่ ทำติดต่อกัน 10 ครั้งแล้วให้เปลี่ยนกันส่ง

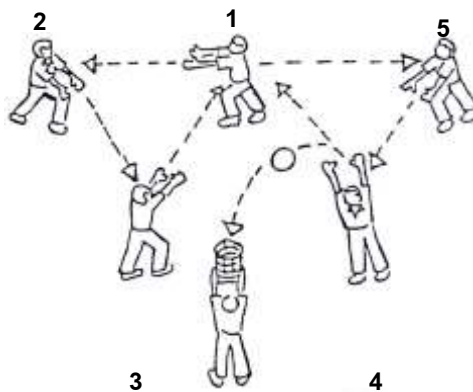


### 6.3 วิ่งอ้อมยิงประตู



#### วิธีปฏิบัติ

1. ให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก 2 แถว ดังภาพ โดยมีนักเรียน 1 คน ยืนบนเก้าอี้ถือตะกร้า
  2. แถว 1 ถือลูกบอล เริ่มเล่นโดย แถว 1 ส่งลูกบอลให้แถว 2 แล้ว 1 วิ่งอ้อม 2
  3. 2 เมื่อรับลูกบอลแล้ว ให้ส่งกลับไปหา 2 อีกครั้ง
  4. 1 ยิงประตูแบบสองมือ แล้ววิ่งไปต่อท้ายแถว 1 และ 2 ต่อแถว 1
  5. นักเรียนที่ฝึกปฏิบัติการยิงประตูแล้วให้สลับกับเพื่อนที่ทำหน้าที่ถือตะกร้าบ้าง
  6. เวียนปฏิบัติจนครบทุกคน
  7. ใช้เวลา 8 นาที
- 6.4 ยิงประตูสองมือตามสัญญาณนกหวีด



#### วิธีปฏิบัติ

1. นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 6 คน โดยให้นักเรียนแต่ละกลุ่มผันตามตำแหน่งที่กำหนดให้

2. 1 และ 4 ถือลูกแฮร์บอลไว้และมีนักเรียน 1 คน ถือตะกร้า ผันตะกร้า 3 และ 4 ห่างประมาณ 4 เมตร
3. เริ่มเล่นโดย 1 ส่งลูกบอลให้ 2 2 ส่งให้ 3 3 ส่งให้ 1
4. ขณะที่ 1 ส่งลูกบอลให้ 2 นั้น 4 ส่งลูกบอลให้ 1 1 ส่งให้ 5 5 ส่งให้ 4
5. ส่งลูกบอลไปมา เมื่อได้ยินสัญญาณนกหวีด ผู้ใดครอบครองลูกบอลอยู่ให้ยิงประตูแบบสองมือ
6. ใช้เวลา 8 นาที
7. ขณะนักเรียนปฏิบัติทักษะ ครูคอยสังเกตพฤติกรรมแล้วคอยกระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรม ทุกคน

### ขั้นสรุป

8. นักเรียนเข้าแถวตอนลึกตามกลุ่มที่จัดให้ฝึกทักษะสุดท้ายแล้วสุมผู้แทนกลุ่มช่วยกันสรุปผลการฝึกปฏิบัติการยิงประตูสองมือ ปัญหาในการฝึกปฏิบัติและแนวทางแก้ไข สมาชิกในกลุ่มอื่นช่วยเสนอแนะทางแก้ไข เพิ่มเติม ครูสรุปรายละเอียดอีกครั้งและแจ้งการทดสอบทักษะการยิงประตู
9. มอบหมายนักเรียนฝึกซ้อมนอกเวลาเพื่อจะได้นำมาใช้ประโยชน์ในการเล่นแฮร์บอลได้อย่างสนุกสนาน สอดแทรกความมีระเบียบวินัยความรับผิดชอบต่อตนเอง ดูแลสุขภาพตนเองด้วยการออกกำลังกายเป็นประจำโดยการใช้กีฬาที่ตนเองชอบเป็นสื่อในการออกกำลังกาย
10. นักเรียนทุกกลุ่มช่วยเก็บอุปกรณ์การเล่นแฮร์บอลให้เรียบร้อยและบอกให้นักเรียนดูแลตัวเองในเรื่องความสะอาดก่อนจะไปเรียนในคาบต่อไป

### สื่อการเรียนการสอน

1. แบบฝึกทักษะ
2. ภาพประกอบการยิงประตูสองมือ
3. อุปกรณ์การเล่นแฮร์บอล
4. นกหวีด
5. นาฬิกาจับเวลา

## การวัดผลและประเมินผล

### วิธีวัดผล

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม
3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

### เครื่องมือวัดผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

### เกณฑ์การประเมินผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับการประเมินตามสภาพจริง

## บันทึกหลังการสอน

(ภาคผนวก ฐ และ ท)



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11

วิชา แร่บอล ช่วงชั้นที่ 3 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ ชั่วโมงที่ 23-24 เรื่อง กติกาการแข่งขันและสัญญาณมือในการตัดสินแร่บอล

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

---

### แนวคิด

กฎกติกาการแข่งขันและระเบียบในการเล่นหรือการแข่งขัน นักเรียนทุกคนจะต้องมีความรู้ความเข้าใจในกติกาการเล่น สามารถดูเป็น เล่นได้ถูกต้อง และสามารถตัดสินการแข่งขันในกลุ่มสมาชิกของตนเองได้

### สาระการเรียนรู้

1. กติกาการแข่งขันกีฬาแร่บอล
2. สัญญาณมือผู้ตัดสินกีฬาแร่บอล

### ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถบอกและอธิบายกติกาการเล่นกีฬาแร่บอลได้
2. สามารถบอกและแสดงสัญญาณมือในการตัดสินกีฬาแร่บอลได้

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

### กิจกรรมการเรียนการสอน

#### ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. นักเรียนเข้าแถวตามกลุ่มที่กำหนด หัวหน้ากลุ่มสำรวจจำนวนสมาชิกตรวจเครื่องแต่งกาย

2. อบอุ่นร่างกายโดยแต่ละกลุ่มนำอบอุ่นร่างกายภายในกลุ่มของตนเอง 2 นาที โดยเน้นให้บริหาร ทุกส่วนของร่างกายไล่ตั้งแต่ศีรษะถึงข้อเท้า
3. ให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน 2 แถว ด้านเส้นข้าง โดยให้แถวที่ 1 หันหน้าเข้าหาครูในแถวที่ 2 โดยแถวที่ 1 หันหลังเข้าสนามวิ่งถอยหลัง ลักษณะป้องกันคู่ที่อยู่ในแถวที่ 2 โดยคนในแถวที่ 2 จะต้องวิ่งหลอกไปด้านซ้ายบ้าง ขวาบ้าง พอเลยครึ่งสนามให้วิ่งหนีโดยเร็วไปยังเส้นข้างอีกด้าน คนป้องกันก็กลับตัววิ่งไล่ตามให้ทัน
4. เทียบกลับให้เปลี่ยนแถวที่ 2 เป็นคนป้องกัน แถวที่ 1 เป็นฝ่ายวิ่งหลอก ซ้าย-ขวา พอเลยครึ่งสนามให้วิ่งหนีมายังเส้นเริ่ม
5. นักเรียนนั่งเป็นแถวตามกลุ่มแล้วแจ้งผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

#### ขั้นสอน

6. นักเรียนจับคู่กันต่อลูกแชร์บอล 1 ใบ แล้วทบทวนบทเรียนที่ผ่านมา
  - 6.1 โยนลูกบอลให้คู่กระโดดรับ 10 ครั้ง แล้วสลับกัน
  - 6.2 รับ-ส่ง ลูกบอลไป-มา (ทำทุกแบบการส่งลูกบอล)
  - 6.3 ส่งลูกบอลให้ยิงประตูมือเดียวเหนือไหล่และยิงประตูสองมือ 10 ครั้ง แล้วสลับกันยิงประตู
7. เรียกนักเรียนรวมตามกลุ่ม ช่วยกันสรุปการปฏิบัติกิจกรรมแล้วให้นักเรียนศึกษาเอกสารการเรียนรู้ เรื่องวิธีการเล่น แชร์บอลและกติกาการเล่นแชร์บอล
8. ครูอธิบายวิธีการเล่นบนสนามจำลองและตอบข้อซักถามจนเข้าใจ
9. กำหนดสนามสอบและการสอบการส่งลูกสองมือระดับบอกละ 2 คู่ โดยใช้การส่งลูกไป-มา 20 ครั้ง กับคู่ที่นักเรียนเลือก ผู้ใดทดสอบเสร็จแล้วให้เข้ากลุ่มแทนผู้ที่เข้าสอบชุดต่อไป เพื่อฝึกการเล่นทีม
10. นักเรียนที่รอการทดสอบ แบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 7-8 คน ส่งตัวแทนลงฝึกแข่งขัน 2 สนาม โดยกำหนดการจบเกม 5 ลูก แล้วผลัดกันลงสนามฝึกจนครบทุกคน

#### ขั้นสรุป

11. นักเรียนทุกคนนั่งตามกลุ่ม ร่วมกันสรุปบทเรียนตามข้อซักถามและครูสอดแทรกคุณธรรมด้านความมีระเบียบ มีน้ำใจนักกีฬา ช่วยเหลือกัน
12. ให้หัวหน้ากลุ่มรวบรวมเอกสารการเรียนรู้ส่งคืน และครูแจกเอกสารการเรียนรู้ เรื่องวิธีการของฝ่ายรุกและฝ่ายรับให้นักเรียนทุกคนศึกษานอกเวลาเรียนเพื่อใช้เรียนในคาบต่อไป

13. นักเรียนตรวจสอบอุปกรณ์ นำเก็บเข้าที่ แล้วสำรวจการแต่งกายสถานที่เรียน และเน้นย้ำเรื่อง สุขปฏิบัติก่อนขึ้นเรียนในคาบต่อไป

### สื่อการเรียนการสอน

1. รวมชุดสาระการเรียนรู้พื้นฐาน แชรบอล ของสำนักพิมพ์เอมพันธ์
2. แบบทดสอบ

### การวัดผลและประเมินผล

#### วิธีวัดผล

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม
3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

#### เครื่องมือวัดผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก ข)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก ค)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก ฉ)

#### เกณฑ์การประเมินผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับ การประเมินตามสภาพจริง

### บันทึกหลังการสอน

(ภาคผนวก)



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 12

วิชา แคร่บอล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 9

ชั่วโมงที่ 25-26

เรื่อง การฝึกทักษะการเล่นทีม

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

---

### แนวคิด

การเล่นทีมของกีฬาแคร่บอลนั้น ผู้เล่นต้องมีพื้นฐานที่ดี ร่างกายที่แข็งแรง จำเป็นต้องรู้จักนำทักษะ พื้นฐานต่างๆ ที่ได้เรียนและฝึกหัดมาแล้ว มาผสมผสานใช้ในโอกาสต่างๆ นอกจากนั้น ผู้เล่นแต่ละคนต้องรู้จักหน้าที่และมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดีกับผู้เล่นในทีมคนอื่นๆ เพื่อให้เกิดผลดีกับทีมมากที่สุด

### สาระการเรียนรู้

1. ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้เล่นในทีม
2. วิธีการเล่นฝ่ายรุก
3. วิธีการเล่นฝ่ายรับ
4. การประสานงานระหว่างผู้เล่น

### ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายตำแหน่งหน้าที่ของฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
2. สามารถอธิบายวิธีการเล่นฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
3. สามารถบอกวิธีการประสานงานระหว่างผู้เล่นในทีมได้ถูกต้อง

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

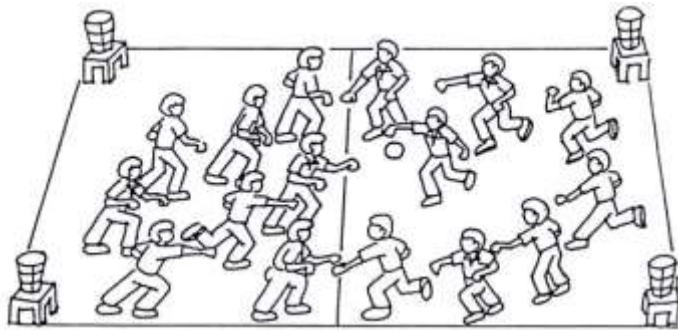
### ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มจำนวน 7 – 8 กลุ่ม เข้าแถวตอนลึกตามกลุ่ม โดยให้นักเรียนแต่ละกลุ่มตั้งชื่อกลุ่ม เพื่อใช้จัดการแข่งขันในลำดับต่อไป
2. หัวหน้ากลุ่มสำรวจรายชื่อจำนวนสมาชิกตรวจเครื่องแต่งกาย รายงานผลต่อครู
3. นักเรียนอบอุ่นร่างกายตามกลุ่ม โดยให้ทุกคนออกมานำกายบริหารคนละ 1 ท่า ให้บริหารทุกส่วนของร่างกาย ตั้งแต่ศีรษะถึงข้อเท้า ในท่าที่เหมาะสมด้วยการบริหารกล้ามเนื้อแขน หัวไหล่ ลำตัว สะโพก ขาและข้อต่อต่างๆ โดยเฉพาะกล้ามเนื้อแขน ขาและข้อเท้า
4. แจ้งผลการเรียนรู้ที่คาดหวังให้นักเรียนทราบ

### ขั้นสอน

5. อธิบายตำแหน่งหน้าที่ของการผู้เล่นในสนาม จำนวน 7 คน ดังรายละเอียด
  - 5.1 ผู้เล่นยิงประตู มีหน้าที่ยิงประตูและยิงลูกโทษตลอดทั้งช่วยผู้เล่นอื่นในแดนรุกและแดนกลาง
  - 5.2 ผู้เล่นรุก มีหน้าที่ช่วยในแดนรุกและแดนกลาง ในบางโอกาสจะทำหน้าที่ยิงประตูด้วย
  - 5.3 ผู้เล่นรูกกลาง มีหน้าที่รับลูกบอลจากแดนรับ ส่งต่อให้ผู้เล่นแดนรุก
  - 5.4 ผู้เล่นกลาง มีหน้าที่การเล่นระหว่างแดนรุกและแดนรับ
  - 5.5 ผู้เล่นป้องกันกลาง มีหน้าที่ช่วยในแดนรับและแดนกลาง เพื่อส่งให้ผู้เล่นแดนรุก
  - 5.6 ผู้เล่นป้องกัน มีหน้าที่ปิดลูกบอลของฝ่ายตรงข้ามไม่ให้ลงเตะกร้าและช่วยผู้เล่นกลาง
  - 5.7 ผู้รักษาประตู มีหน้าที่คอยรับลูกบอลจากการยิงประตูของฝ่ายตนเองในการรุก ผู้เล่นทุกคน (ยกเว้นผู้ถือเตะกร้า) เมื่อมีโอกาสสามารถทำหน้าที่ยิงประตูเพื่อทำคะแนนให้ฝ่ายตนเองได้ตลอดเวลา
6. ให้นักเรียนลงมือปฏิบัติหน้าที่ฝ่ายรุกและฝ่ายรับ โดยครูกำหนดตำแหน่งให้แต่ละคน ส่วนนักเรียนที่เหลือให้เป็นผู้สังเกตการณ์ เพื่อที่จะได้นำไปฝึกด้วยตนเอง
7. ครูสาธิตวิธีการรุกแบบ 3 : 2 แบบ 2 : 3 และ 2 : 1 : 2 พร้อมให้นักเรียนสาธิตบนสนามจริง และอธิบายรูปแบบการรับต้องปรับเปลี่ยนตามสถานการณ์ของเล่นฝ่ายรุก
8. ทำการทดสอบการส่งลูกกระดอนกับคู่ไป – มา จำนวน 20 ครั้ง โดยสอบตามลำดับเลขที่ทีละ 3 คู่

9. ระหว่างรอการทดสอบให้นักเรียนกลุ่ม 1 เล่นกับกลุ่ม 2 กลุ่ม 3 เล่นกับกลุ่ม 4 กลุ่ม 5 เล่นกับกลุ่ม 6 โดยให้ฝึกทักษะการรุกที่เรียนมาแล้ว และนำมาประยุกต์สร้างรูปแบบการรุกของตนเองอย่างหลากหลาย



### วิธีปฏิบัติ

1. แต่ละคู่ แบ่งนักเรียนออกเป็น 2 ฝ่ายๆ ละเท่ากัน
2. เริ่มเล่นจากการเสี่ยงเลือกแดนหรือเลือกเล่นก่อน
3. ฝ่ายที่เล่นก่อนนำลูกบอลจากกลางสนามโดยการส่งและรับกับ ฝ่ายเดียวกัน ยิงประตูของตัวเองในแดนของฝ่ายตรงข้าม ซึ่งทั้ง 4 มุม จะมีตะกร้าวางบนเก้าอี้ชนิดไม่มีพนักพิง
4. ฝ่ายใดยิงประตูได้ ให้มาเริ่มเล่น ณ วงกลมกึ่งกลางสนาม
5. การยิงประตูลงตะกร้า 1 ครั้ง ได้ 2 คะแนน

### ขั้นสรุป

10. เมื่อนักเรียนทดสอบเสร็จ ให้สลับการเล่นกับเพื่อนในกลุ่มเพื่อทำการทดสอบต่อไป
11. เมื่อสอบครบทุกคนให้นักเรียนนั่งรวมตามกลุ่ม แล้วให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นถึงวิธีการรุกทั้ง 3 แบบ ว่าแสดงถึงระเบียบวินัย ความมีน้ำใจนักกีฬาและการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างไรบ้าง
12. ครูเน้นย้ำเรื่องสุขปฏิบัติหลังการเล่นกีฬา แล้วสำรวจการแต่งกายและความสะอาดสถานที่เรียน

### สื่อการเรียนการสอน

1. แบบฝึกปฏิบัติ

2. อุปกรณ์การเล่นแฮร์บอล
3. นกหวีด
4. นาฬิกาจับเวลา

### **การวัดผลและประเมินผล**

#### **วิธีวัดผล**

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม
3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

#### **เครื่องมือวัดผล**

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

#### **เกณฑ์การประเมินผล**

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับการประเมินตามสภาพจริง

### **บันทึกหลังการสอน**

(ภาคผนวก)



### แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 13

วิชา แขน้บอบล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 9

ชั่วโมงที่ 27-28

เรื่อง การฝึกทักษะการเล่นทีม (ต่อ)

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

---

#### แนวความคิด

การเล่นทีมของกีฬาแขน้บอบลนั้น ผู้เล่นต้องมีพื้นฐานที่ดี ร่างกายที่แข็งแรง จำเป็นต้องรู้จักนำทักษะ พื้นฐานต่างๆ ที่ได้เรียนและฝึกหัดมาแล้ว มาผสมผสานใช้ในโอกาสต่างๆ นอกจากนั้น ผู้เล่นแต่ละคนต้องรู้จักหน้าที่และมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดีกับผู้เล่นในทีมคนอื่นๆ เพื่อให้เกิดผลดีกับทีมมากที่สุด

#### สาระการเรียนรู้

1. ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้เล่นในทีม
2. วิธีการเล่นฝ่ายรุก
3. วิธีการเล่นฝ่ายรับ
4. การประสานงานระหว่างผู้เล่น

#### ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายตำแหน่งหน้าที่ของฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
2. สามารถอธิบายวิธีการเล่นฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
3. สามารถบอกวิธีการประสานงานระหว่างผู้เล่นในทีมได้ถูกต้อง

#### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

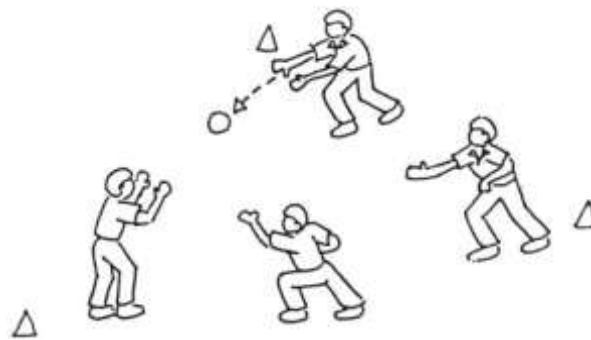
## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

### ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. นักเรียนเข้าแถวตามทีมที่ได้คัดเลือกไว้ในคาบที่ 12 หัวหน้ากลุ่มสำรวจรายชื่อสมาชิก เครื่องแต่งกาย รายงานผลครู
2. ผู้แทนกลุ่มที่เป็นเลขคู่ในแต่ละกลุ่ม ส่งตัวแทนนำบริหารร่างกาย โดยต้องคำนึงถึงองค์ประกอบ ดังนี้
  - 2.1 การทรงตัว ยืนขาเดียว กระโดดสปริงตัวปลายเท้า
  - 2.2 ความแข็งแรงกล้ามเนื้อหน้าท้อง ลูกนั่ง 30 วินาที
  - 2.3 ความอ่อนตัว นั่งเหยียดเท้า ก้มตัวแตะปลายเท้า
  - 2.4 ความอดทน หมุนเอว หมุนข้อเท้า หมุนข้อมือ ดันพื้น 10 ครั้ง
  - 2.5 ความว่องไว กระโดดแยกเท้าชิดเท้า
3. นักเรียนนั่งเป็นแถวตามกลุ่ม ครูแจ้งผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

### ขั้นสอน

4. ครูอธิบายถึงความสัมพันธ์ของการส่งลูกและรับลูกบอล รวมถึงความสำคัญของการยิงประตูที่แม่นยำ
5. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 4 คน แยกฝึกทักษะการส่งการรับและการยิงประตู เน้นความมีน้ำใจ นักกีฬาและความมีระเบียบวินัย



### วิธีปฏิบัติ

1. นักเรียน 3 คน ยืนเป็นรูปสามเหลี่ยมห่างกันระยะ 5 – 6 เมตร ส่งรับลูกบอลไปมาในแบบต่างๆ และจะต้องส่งลูกบอลภายใน 3 วินาที

2. คนที่เหลือเป็นลิง คอยแย่งลูกบอล
3. เมื่อได้ยินสัญญาณนกหวีด ลูกบอลอยู่ที่ใครให้ยิงประตูแทนการส่ง
4. คนเป็นลิงแย่งลูกบอลได้ คนที่ถูกลูกบอลครั้งสุดท้ายมาเป็นลิงแทนและใครทำลูกบอลออกมาเป็นลิงแทน
5. ใช้เวลา 5 นาที
6. รวมนักเรียนแล้วให้ร่วมกันคิดแบบฝึกทักษะรวมเฉพาะกลุ่มของตนเองขึ้นและลองปฏิบัติตามขั้นตอน อาจใช้หลายๆ ทักษะรวมแบบฝึกเดียวกัน และให้ตั้งชื่อแบบฝึก โดยกำหนดเวลา 10 นาที

### ขั้นสรุป

7. นัดหมายในคาบเรียนสัปดาห์ต่อไปจะทำการทดสอบทักษะการยิงประตูมือเดียวเหนือไหล่ ผสมผสานกับการฝึกการแข่งขัน
8. นักเรียนช่วยกันเก็บอุปกรณ์การเล่นแชร์บอลเข้าที่
9. สสำรวจความเรียบร้อยเครื่องแต่งกาย ความสะอาดสถานที่เรียนและความสะอาดของตนเอง

### สื่อการเรียนการสอน

1. อุปกรณ์การเล่นแชร์บอล
2. นกหวีด
3. นาฬิกาจับเวลา

### การวัดผลและประเมินผล

#### วิธีวัดผล

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมการกลุ่ม
3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

#### เครื่องมือวัดผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมการกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

### เกณฑ์การประเมินผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับการประเมินตามสภาพจริง

### บันทึกหลังการสอน

(ภาคผนวก)



### แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 14

วิชา แร่บอล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 9

ชั่วโมงที่ 29-30

เรื่อง การฝึกทักษะการเล่นทีม (ต่อ)

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

---

#### แนวคิด

การเล่นทีมของกีฬาแร่บอลนั้น ผู้เล่นต้องมีพื้นฐานที่ดี ร่างกายที่แข็งแรง จำเป็นต้องรู้จักนำทักษะ พื้นฐานต่างๆ ที่ได้เรียนและฝึกหัดมาแล้ว มาผสมผสานใช้ในโอกาสต่างๆ นอกจากนั้น ผู้เล่นแต่ละคนต้องรู้จักหน้าที่และมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดีกับผู้เล่นในทีมคนอื่นๆ เพื่อให้เกิดผลดีกับทีมมากที่สุด

#### สาระการเรียนรู้

1. ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้เล่นในทีม
2. วิธีการเล่นฝ่ายรุก
3. วิธีการเล่นฝ่ายรับ
4. การประสานงานระหว่างผู้เล่น

#### ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายตำแหน่งหน้าที่ของฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
2. สามารถอธิบายวิธีการเล่นฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
3. สามารถบอกวิธีการประสานงานระหว่างผู้เล่นในทีมได้ถูกต้อง

#### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

## กิจกรรมการเรียนการสอน

### ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. นักเรียนเข้าแถวตามกลุ่ม 6 แถว หัวหน้ากลุ่มประจำชั่วโมงสำรวจจำนวนสมาชิก ตรวจสอบเครื่องแต่งกาย รายงานผลต่อครู
2. ครูแจ้งผลการเรียนรู้ที่คาดหวังให้นักเรียนทราบ
3. อบอุ่นร่างกายโดยแยกกันปฏิบัติตามกลุ่มของตนเองใช้เวลา 2 นาที (ครูคอยสังเกตพฤติกรรมภาวะผู้นำ – ผู้ตามของแต่ละกลุ่ม)

### ขั้นสอน

4. อธิบายมารยาทผู้เล่นผู้ดูที่ดีตามเอกสารการเรียน
5. กำหนดวิธีการสอบและสนามสอบ ทำการทดสอบทักษะการยิงประตูมือเดียวเหนือไหล่ โดยกำหนดให้สอบทีละ 2 คู่ ผลัดกันทดสอบ คนหนึ่งทดสอบ อีกคนหนึ่งคอยเก็บลูกบอลให้ ผู้ที่ทดสอบแล้วให้ไปลงสนามฝึกการเล่นทีมต่อไป ส่วนนักเรียนที่รอการทดสอบให้เล่นทีม
6. นักเรียนที่รอการทดสอบแบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม โดยนักเรียนเลขที่จำนวนคู่ ชาย 1 กลุ่ม หญิง 1 กลุ่ม และนักเรียนเลขที่จำนวนคี่ ชาย 1 กลุ่ม หญิง 1 กลุ่ม แล้วให้แต่ละกลุ่มใส่เสื้อทีมที่เตรียมไว้ลงแข่งขัน
7. กลุ่มนักเรียนชายแข่งขันสนาม 1 ส่วนกลุ่มนักเรียนหญิงแข่งขันสนาม 2 โดยมีคนที่ไม่ได้ลงแข่งขันของแต่ละกลุ่ม นั่งรอบสนาม ฝึกนับคะแนน ตัดสิน สังเกตการเล่น มารยาทของผู้ดู ผู้แข่งขัน ได้ปฏิบัติตามกติกากการแข่งขันมากน้อยเพียงใด และควรแก้ไขข้อบกพร่องอย่างไร และหมุนเวียน การเล่นจนครบทุกคน
8. ใช้ระเบียบการแข่งขันตามกติกากการแข่งขัน ดำเนินการแข่งขันคู่ละ 24 นาที พักระหว่างครึ่ง 2 นาที

### ขั้นสรุป

9. หลังจากทดสอบครบทุกคนให้นำนั่งรวมกันเป็นกลุ่มของตนเองและสุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 2 คน ออกมาช่วยกันสรุปข้อบกพร่องจากการแข่งขันและประโยชน์ที่ได้จากการแข่งขันและซักถามการวางตัวในสังคมที่ถูกต้องตามกติกา มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูที่ดี

10. ครูสรุปเพิ่มเติมโดยเน้นการปฏิบัติกิจกรรมและการอยู่ร่วมกันในสังคมสอดแทรกคุณธรรมการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สร้างสรรค์สังคมตลอดจนการประพฤติตนที่เหมาะสมในการเป็นผู้เล่นและผู้ดู
11. นัดหมายการเรียนในสัปดาห์ถัดไป
12. นักเรียนช่วยกันเก็บอุปกรณ์การเล่นแชร์บอลเข้าที่และสำรวจความเรียบร้อยเครื่องแต่งกายดูแลความสะอาดของตนเองให้เรียบร้อย

### สื่อการเรียนการสอน

1. รวมชุดสาระการเรียนรู้พื้นฐาน แชร์บอล ของสำนักพิมพ์เอมพันธ์
2. อุปกรณ์การเล่นแชร์บอล
3. นกหวีด
4. นาฬิกาจับเวลา

### การวัดผลและประเมินผล

#### วิธีวัดผล

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม
3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

#### เครื่องมือวัดผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

#### เกณฑ์การประเมินผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับ การประเมินตามสภาพจริง

### บันทึกหลังการสอน

(ภาคผนวก)



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 15

วิชา แร่บอล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 9

ชั่วโมงที่ 31-32

เรื่อง การฝึกทักษะการเล่นทีม (ต่อ)

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

---

### แนวคิด

การเล่นทีมของกีฬาแร่บอลนั้น ผู้เล่นต้องมีพื้นฐานที่ดี ร่างกายที่แข็งแรง จำเป็นต้องรู้จักนำทักษะ พื้นฐานต่างๆ ที่ได้เรียนและฝึกหัดมาแล้ว มาผสมผสานใช้ในโอกาสต่างๆ นอกจากนั้น ผู้เล่นแต่ละคนต้องรู้จักหน้าที่และมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดีกับผู้เล่นในทีมคนอื่นๆ เพื่อให้เกิดผลดีกับทีมมากที่สุด

### สาระการเรียนรู้

1. ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้เล่นในทีม
2. วิธีการเล่นฝ่ายรุก
3. วิธีการเล่นฝ่ายรับ
4. การประสานงานระหว่างผู้เล่น

### ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายตำแหน่งหน้าที่ของฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
2. สามารถอธิบายวิธีการเล่นฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
3. สามารถบอกวิธีการประสานงานระหว่างผู้เล่นในทีมได้ถูกต้อง

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

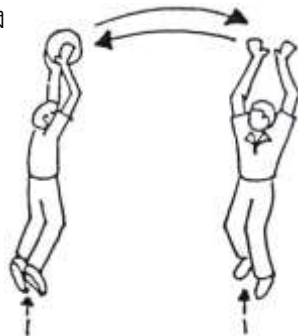
## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

### ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

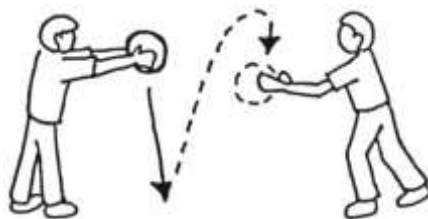
1. นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดานกลุ่มเลขที่จำนวนคู่และเลขที่จำนวนคี่โดยเข้าแถว  
นักเรียนชาย 1 แถว นักเรียนหญิง 1 แถว แล้วให้ตัวแทนกลุ่มสำรวจจำนวน  
สมาชิก เครื่องแต่งกายรายงานผลต่อครู
2. แจกผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง
3. อบอุ่นร่างกายโดยแยกกันปฏิบัติตามกลุ่ม ใช้ท่าบริหารร่างกาย โดยทำที่อบอุ่นร่างกายนั้น  
ต้องคำนึงถึงองค์ประกอบดังนี้ การทรงตัว ความอ่อนตัว ความอดทน ความว่องไวและ  
ความเร็ว

### ขั้นสอน

4. ทบทวนทักษะการรับส่งลูกบอลโดยปฏิบัติตามขั้นตอน ดังนี้  
4.1 ให้นักเรียนจับคู่กัน 2 คน ยืนห่าง 2 เมตร กระโดดรับ-ส่งลูกบอลด้วยลูก สองมือเหนือ  
ไหล่ จำนวน 10 ครั้ง



- 4.2 จับคู่ยืนห่างกัน 4 เมตร ให้ผู้ส่งทุ่มลูกบอลลงพื้นกระดอนห่างจากคู่ 1-2 เมตร ผู้รับ  
จะต้องวิ่งไปรับลูกบอลก่อนที่ลูกบอลจะตกพื้นเป็นครั้งที่ 2 และเมื่อรับลูกบอลได้แล้วก็  
ทุ่มลูกบอลลงพื้นระหว่างคู่เช่นกัน ผลัดกันทุ่มและรับลูกบอล ทำจำนวน 10 ครั้ง



5. รวมนักเรียน แล้วชี้แจงการทดสอบทักษะการยิงประตูสองมือโดยทดสอบตามเลขที่ทีละ 2 คู่ ผู้ที่ทดสอบแล้วให้ลงฝึกการเล่นทีมต่อไป ส่วนนักเรียนที่รอการทดสอบให้เล่นทีม
6. นักเรียนที่รอการทดสอบแบ่งเป็น 4 กลุ่ม เหมือนคาบเรียนที่ 14 แล้วให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มใส่เสื้อทีมที่เตรียมไว้ ลงทำการแข่งขัน โดยนักเรียนชายแข่งขันสนาม 1 นักเรียนหญิงแข่งขันสนาม 2 ส่วนที่เหลือแบ่งหน้าที่ปฏิบัติโดยเป็นผู้ตัดสิน นับคะแนน
7. ใช้ระเบียบการแข่งขันตามกติกาการแข่งขัน โดยดำเนินการแข่งขันคู่ละ 20 นาที พักระหว่างครึ่ง 2 นาที
8. ขณะแข่งขัน ครูสังเกตพฤติกรรมนักเรียน และคอยตอบข้อสงสัยกับเหตุการณ์ในสนาม
9. ครูแนะนำนักเรียนในการแข่งขัน เน้นความสนุกสนาน ความปลอดภัย มารยาทผู้เล่น ผู้คูที่ดี ความมีน้ำใจนักกีฬาและแลกเปลี่ยนประสบการณ์การแข่งขันกับเพื่อนในกลุ่ม

#### ขั้นสรุป

10. เมื่อเสร็จจากการแข่งขันแล้ว ให้ทุกคนนั่งรอบสนาม ครูชมเชยนักเรียนที่ปฏิบัติกิจกรรมได้ดี
11. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปผลการแข่งขัน ชี้จุดดี จุดอ่อนของวิธีการเล่นและการเล่นแชร์บอลที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้
12. นักเรียนทุกกลุ่มช่วยกันเก็บอุปกรณ์การเล่นแชร์บอลเข้าที่ และให้นักเรียนรักษาความสะอาดหน้าตา ล้างมือให้เรียบร้อยก่อนเรียนในคาบต่อไปและเน้นย้ำถึงความสำคัญของสุขบัญญัติ หลังจากการเรียนพลศึกษาหรือการออกกำลังกาย

#### สื่อการเรียนการสอน

1. อุปกรณ์การเล่นแชร์บอล
2. นกหวีด
3. นาฬิกาจับเวลา

#### การวัดผลและประเมินผล

##### วิธีวัดผล

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม

3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

**เครื่องมือวัดผล**

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

**เกณฑ์การประเมินผล**

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับการประเมินตามสภาพจริง

**บันทึกหลังการสอน**

(ภาคผนวก)



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 16

วิชา แคร่บอล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 9

ชั่วโมงที่ 33-34

เรื่อง การฝึกทักษะการเล่นทีม (ต่อ)

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

---

### แนวคิด

การเล่นทีมของกีฬาแคร่บอลนั้น ผู้เล่นต้องมีพื้นฐานที่ดี ร่างกายที่แข็งแรง จำเป็นต้องรู้จักนำทักษะ พื้นฐานต่างๆ ที่ได้เรียนและฝึกหัดมาแล้ว มาผสมผสานใช้ในโอกาสต่างๆ นอกจากนั้น ผู้เล่นแต่ละคนต้องรู้จักหน้าที่และมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดีกับผู้เล่นในทีมคนอื่นๆ เพื่อให้เกิดผลดีกับทีมมากที่สุด

### สาระการเรียนรู้

1. ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้เล่นในทีม
2. วิธีการเล่นฝ่ายรุก
3. วิธีการเล่นฝ่ายรับ
4. การประสานงานระหว่างผู้เล่น

### ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายตำแหน่งหน้าที่ของฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
2. สามารถอธิบายวิธีการเล่นฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
3. สามารถบอกวิธีการประสานงานระหว่างผู้เล่นในทีมได้ถูกต้อง

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

### ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

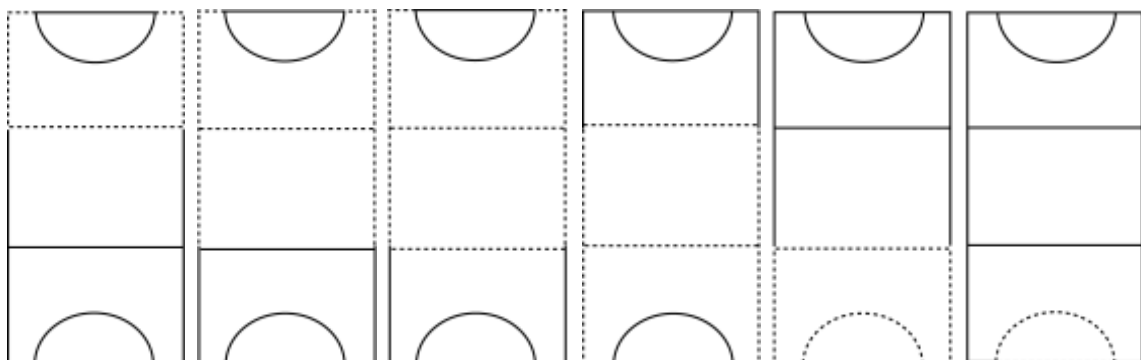
1. นักเรียนเข้าแถวตามที่ได้คัดเลือกไว้ หัวหน้ากลุ่มสำรวจรายชื่อจำนวนสมาชิกตรวจ  
เครื่องแต่งกาย รายงานผลต่อครู
2. นักเรียนบริหารร่างกาย ดังนี้
  - 2.1 นักเรียนจับคู่ วิ่งเป็นแถวรอบสนามแชร์บอล 3 รอบ ขณะวิ่งให้บริหารร่างกายไปในตัว  
พอวิ่งมาถึงกรวยอย่างที่ตั้งไว้เป็นระยะให้กระโดดแบบต่างๆ
  - 2.2 กระโดดเข้าคู่
  - 2.3 กระโดดเท้าเดียวด้วยเท้าขวา
  - 2.4 กระโดดเท้าเดียวด้วยเท้าซ้าย
  - 2.5 วิ่งซิกแซกตามระยะกรวยอย่าง
3. ชี้แจงบทเรียนในคาบนี้

### ขั้นสอน

2. อธิบายวิธีการประสานการเล่นระหว่างผู้เล่นแต่ละตำแหน่งในทีมซึ่งถ้ามีการประสานงาน  
กันดี จะช่วยในการรุก การรับที่ดี และแสดงถึงวิธีการส่งรับลูกบอลที่ดี

### สัญลักษณ์

..... พื้นที่การเล่น  
\_\_\_\_\_ นอกพื้นที่การเล่น



ผู้เล่นยิงประตู

ผู้เล่นรุก

ผู้เล่นรุกกลาง

ผู้เล่นป้องกันกลาง

ผู้เล่นป้องกัน

ผู้รักษาประตู

5. กำหนดให้นักเรียนที่จะลงแข่งขัน 2 สนามโดยแบ่งกลุ่มนักเรียนชาย-หญิง กลุ่มละ 7-8 มีชาย 3-4 คน หญิง 3-4 ดังนี้  
สนาม 1  
ทีม 1 พบกับทีม 2 ให้ทีม 5 และทีม 6 ตัดสิน  
ทีม 5 พบกับทีม 6 ให้ทีม 1 และทีม 2 ตัดสิน  
สนาม 2  
ทีม 3 พบกับทีม 4 ให้ทีม 7 และทีม 8 ตัดสิน  
ทีม 7 พบกับทีม 8 ให้ทีม 3 และทีม 4 ตัดสิน  
โดยกำหนดเวลาการแข่งขันคู่ละ 24 นาที ครึ่งละ 12 นาที พัก 1 นาที
6. เมื่อแข่งขันจนครบเวลาให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทบทวนฝึกซ้อมการเล่นโดยไม่ต้องบันทึกผล  
**ขั้นสรุป**
7. รวมกลุ่มนักเรียนทั้งหมด ครูสรุปผลการแข่งขันนักเรียนทุกคนร่วมกันสรุปทบทวนวิธีการเล่นและกติกาการเล่น พร้อมทั้งชี้ประเด็นหลักๆ และข้อคิดสำคัญๆ ให้นักเรียนทราบบีกครั้งเพื่อนำไปปรับปรุงและพัฒนาตนเอง
8. สอดแทรกการปฏิบัติตนในการปฏิบัติร่วมกันตามกติกา เน้นความมีวินัยในตนเองที่จะปฏิบัติตามกฎกติกาของสังคมและเล่นกันได้อย่างปลอดภัย
9. แจ้งโปรแกรมการแข่งขันในคาบต่อไป โดย  
ทีม 1 พบกับ ทีม 3  
ทีม 2 พบกับ ทีม 4  
ทีม 5 พบกับ ทีม 7  
ทีม 6 พบกับ ทีม 8
10. นักเรียนทุกคนช่วยสำรวจอุปกรณ์การเล่นแล้วเก็บเข้าที่
11. สำรวจความเรียบร้อยเครื่องแต่งกาย ความสะอาดสถานที่เรียนและย้ำเตือนการรักษาความสะอาดตนเองก่อนเรียนคาบต่อไป

#### สื่อการเรียนการสอน

1. รวมชุดสาระการเรียนรู้พื้นฐาน แคร์บอล ของสำนักพิมพ์เอมพันธ์
2. อุปกรณ์การเล่นแคร์บอล
3. นกหวีด
4. นาฬิกาจับเวลา

## **การวัดผลและประเมินผล**

### **วิธีวัดผล**

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม
3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

### **เครื่องมือวัดผล**

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

### **เกณฑ์การประเมินผล**

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับการประเมินตามสภาพจริง

## **บันทึกหลังการสอน**

(ภาคผนวก)



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 17

วิชา แคร่บอล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

หน่วยการเรียนรู้ที่ 9

ชั่วโมงที่ 35-36

เรื่อง การฝึกทักษะการเล่นทีม (ต่อ)

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

---

### แนวคิด

การเล่นทีมของกีฬาแคร่บอลนั้น ผู้เล่นต้องมีพื้นฐานที่ดี ร่างกายที่แข็งแรง จำเป็นต้องรู้จักนำทักษะ พื้นฐานต่างๆ ที่ได้เรียนและฝึกหัดมาแล้ว มาผสมผสานใช้ในโอกาสต่างๆ นอกจากนั้น ผู้เล่นแต่ละคนต้องรู้จักหน้าที่และมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดีกับผู้เล่นในทีมคนอื่นๆ เพื่อให้เกิดผลดีกับทีมมากที่สุด

### สาระการเรียนรู้

1. ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้เล่นในทีม
2. วิธีการเล่นฝ่ายรุก
3. วิธีการเล่นฝ่ายรับ
4. การประสานงานระหว่างผู้เล่น

### ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายตำแหน่งหน้าที่ของฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
2. สามารถอธิบายวิธีการเล่นฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
3. สามารถบอกวิธีการประสานงานระหว่างผู้เล่นในทีมได้ถูกต้อง

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

## กิจกรรมการเรียนการสอน

### ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. สสำรวจรายชื่อจำนวนสมาชิก การแต่งกาย โดยหัวหน้ากลุ่มแล้วรายงานครู
2. นักเรียนอบอุ่นร่างกายตามกลุ่มของตนเอง ใช้ท่าบริหารแขน ไหล่ ลำตัว ขาและข้อเท้าที่นักเรียนได้ฝึกมาแล้ว
3. แจ้งจุดประสงค์การเรียนในคาบเรียนนี้

### ขั้นสอน

4. หลังจากอบอุ่นร่างกายเสร็จ ให้ทุกคนหาที่ว่าง ยืนทรงตัวขาเดียวก้มตัวยกเท้าซ้ายไปข้างหลัง-มือขวาขนานกับพื้น 10 วินาที และยกเท้าขวาไปข้างหลัง มือซ้ายขนานกับพื้นอีก 10 วินาที หลังจากนั้นให้จับคู่ แล้วปฏิบัติ ดังนี้
  - 4.1 ยืนหันหน้าเข้าหากัน ยกเท้าคนละข้างแล้วต่างจับข้อเท้ากดเข้าของคู่พร้อมที่กระโดดเท้าเดียว 5 ครั้ง แล้วสลับเท้าอีกข้างหนึ่งกระโดดเท้าเดียวอีก 5 ครั้ง
  - 4.2 ยืนแยกเท้า 1 ช่วงไหล่ ห่างจากคู่ 1 เมตร หันหน้าเข้าหากันต่างจับมือเหวี่ยงแขนไปทางซ้าย 5 ครั้ง ทางขวา 5 ครั้ง
  - 4.3 จับคู่เหมือนเดิมหันหน้าเข้าหากัน ใช้ย่อเข้า หาทางแตะหัวเข่าของคู่เบาๆ และคอยหลบหลีกไม่ให้เพื่อนแตะ กำหนดเวลา 1 นาที
5. ครูแจ้งนักเรียนที่จะลงแข่งขัน ดังนี้
  - สนาม 1
    - ทีม 1 พบกับทีม 3 ให้ทีม 5 และทีม 7 ตัดสิน
    - ทีม 5 พบกับทีม 7 ให้ทีม 1 และทีม 3 ตัดสิน
  - สนาม 2
    - ทีม 2 พบกับทีม 4 ให้ทีม 6 และทีม 8 ตัดสิน
    - ทีม 6 พบกับทีม 8 ให้ทีม 2 และทีม 4 ตัดสินโดยกำหนดเวลาการแข่งขันคู่ละ 10 นาที ครึ่งละ 5 นาที พัก 1 นาที
6. เมื่อแข่งขันจนครบเวลา ให้นักเรียนรวมกลุ่มอีกครั้ง โดยแต่ละกลุ่มนำเสนอปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างการแข่งขันต่อหน้าสมาชิกทุกคน และให้ร่วมกันแก้ปัญหาครูคอยเพิ่มเติมในสิ่งที่ยังบกพร่อง

7. นักเรียนทุกคนทำแบบทดสอบหลังเรียน 40 ข้อ ใช้เวลา 15 นาที

#### **ขั้นสรุป**

8. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปบทเรียนด้วยการซักถามนักเรียน และร่วมกันอภิปรายการนำทักษะที่เรียนมาใช้ในการเล่นทีม พร้อมทั้งเสนอข้อบกพร่องของเกมการเล่นและการนำทักษะรวมของ แคร้บอลไปใช้เล่นเพื่อประโยชน์ในการออกกำลังกายอันจะเป็นการเสริมสร้างความแข็งแรงของ สุขภาพกายและจิต อีกทั้งยังช่วยสร้างความสามัคคี การแก้ปัญหาเฉพาะหน้าและการอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
9. แจ้งนักเรียนให้ทราบทุกคน ว่าในสัปดาห์ต่อไปจะทำการทดสอบสมรรถภาพทางกายครั้งที่ 2 นักเรียนต้องเตรียมแบบบันทึกผลการทดสอบที่เคยบันทึกไปแล้วเมื่อต้นภาคเรียนมาบันทึกต่อ
10. นักเรียนช่วยกันเก็บอุปกรณ์การแข่งขันเข้าที่ แล้วสำรวจความเรียบร้อยเครื่องแต่งกาย ความสะอาดของตนเอง รวมทั้งความสะอาดสถานที่เรียนก่อนขึ้นเรียนในคาบต่อไป

#### **สื่อการเรียนการสอน**

1. รวมชุดสาระการเรียนรู้พื้นฐาน แคร้บอล ของสำนักพิมพ์เอมพันธ์
2. แบบทดสอบ
3. อุปกรณ์การเล่นแคร้บอล
4. นกหวีด
5. นาฬิกาจับเวลา

#### **การวัดผลและประเมินผล**

##### **วิธีวัดผล**

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม
3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

##### **เครื่องมือวัดผล**

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

##### **เกณฑ์การประเมินผล**

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับการประเมินตามสภาพจริง

**บันทึกหลังการสอน**

(ภาคผนวก)



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 18

วิชา แร่บอล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 9

ชั่วโมงที่ 37-38

เรื่อง การฝึกทักษะการเล่นทีม (ต่อ)

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

---

### แนวคิด

การเล่นทีมของกีฬาแร่บอลนั้น ผู้เล่นต้องมีพื้นฐานที่ดี ร่างกายที่แข็งแรง จำเป็นต้องรู้จักนำทักษะ พื้นฐานต่างๆ ที่ได้เรียนและฝึกหัดมาแล้ว มาผสมผสานใช้ในโอกาสต่างๆ นอกจากนั้น ผู้เล่นแต่ละคนต้องรู้จักหน้าที่และมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดีกับผู้เล่นในทีมคนอื่นๆ เพื่อให้เกิดผลดีกับทีมมากที่สุด

### สาระการเรียนรู้

1. ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้เล่นในทีม
2. วิธีการเล่นฝ่ายรุก
3. วิธีการเล่นฝ่ายรับ
4. การประสานงานระหว่างผู้เล่น

### ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายตำแหน่งหน้าที่ของฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
2. สามารถอธิบายวิธีการเล่นฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
3. สามารถบอกวิธีการประสานงานระหว่างผู้เล่นในทีมได้ถูกต้อง

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเล่นไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

### ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. นักเรียนเข้าแถวตอนลึก 5 กลุ่มตามเลขที่ และให้หัวหน้ากลุ่มสำรวจความเรียบร้อยของการแต่งกายและรายชื่อรายงานครู
2. แจ้งบทเรียนในคาบนี้
3. นักเรียนอบอุ่นร่างกายทุกส่วน โดยให้แต่ละกลุ่มนำอบอุ่นร่างกายกันเองภายในกลุ่ม โดยบริหาร ร่างกายจากคอ หัวไหล่ เอว เข่าและข้อเท้า

### ขั้นสอน

4. ทบทวนและสาธิตการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
5. นักเรียนบันทึกผลการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง แล้วเปรียบเทียบกับต้นภาคเรียนและเกณฑ์มาตรฐาน
6. นักเรียนแต่ละกลุ่มแยกกันไปเข้าฐานการทดสอบสมรรถภาพทางกายทั้ง 5 สถานี สถานีละ 1 กลุ่ม แล้ววนให้ครบทุกสถานี ใช้เวลาสถานีละ 5 นาที โดยครูคอยให้สัญญาณนกหวีด
7. เมื่อทุกกลุ่มทำการทดสอบเสร็จเรียบร้อยแล้ว ให้ทุกคนสรุปผล สมรรถภาพของตนเองลงในแบบบันทึกผลแล้วเปรียบเทียบกับต้นภาคเรียน
8. นักเรียนทุกคนจะทราบผลสมรรถภาพตนเองว่ามีการพัฒนาก้าวหน้าในระดับใด ดีขึ้นหรือควรนำไปปรับปรุงแก้ไข เสริมสร้างให้สุขภาพที่ดีต่อไป
9. นักเรียนช่วยกันสรุปผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของแต่ละคนและช่วยกันสรุปบทเรียนตามผลการเรียนรู้ที่คาดหวังในคาบนี้
10. ชื่นชมนักเรียนที่มีสมรรถภาพที่ดีขึ้นและให้กำลังใจกับนักเรียนที่มีสมรรถภาพยังไม่เป็นที่น่าพอใจ ขอให้อดทนและฝึกต่อไป

### ขั้นสรุป

11. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มระดมสมองช่วยกันสรุปประโยชน์จากการเรียนแชร์บอลและการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
12. นักเรียนทำแบบวัดเจตคติวิชาแชร์บอลตามเวลาที่กำหนดแล้วรวบรวมส่งครู
13. หลังเลิกแถวให้นักเรียนดูแลความสะอาดสถานที่เรียนและสุขปฏิบัติหลังการเล่นกีฬาหรือการออกกำลังกาย

## สื่อการเรียนรู้การสอน

1. รวมชุดสาระการเรียนรู้พื้นฐาน แชร์บอล ของสำนักพิมพ์เอมพันธ์

2. นกหวีด
3. นาฬิกาจับเวลา
4. แผ่นบาง
5. เบาะยาง
6. เทปวัดระยะทาง
7. ท่อนไม้ 8 ท่อน
8. ก่อ้งไม้สูงจากพื้น 30 เซนติเมตร ติดไม้วัด
9. แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
10. เกณฑ์มาตรฐาน
11. แบบวัดเจตคติวิชาแฮร์บอล

#### **การวัดผลและประเมินผล**

##### **วิธีวัดผล**

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม
3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

##### **เครื่องมือวัดผล**

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

##### **เกณฑ์การประเมินผล**

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับ การประเมินตามสภาพจริง

#### **บันทึกหลังการสอน**

(ภาคผนวก)