

การวิเคราะห์ความสอดคล้อง หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน

พุทธศักราช ๒๕๕๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาพลศึกษา

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|--|--|--------------------------|
| ป.๑ | ๑. อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอก | <ul style="list-style-type: none">• ลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอกที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการไปตามวัย- ตา หู คอ จมูก ผม มือ เท้า เล็บ ผิวหนัง ฯลฯ- อวัยวะในช่องปาก (ปาก ลิ้น ฟัน เหงือก) | |
| | ๒. อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายนอก | <ul style="list-style-type: none">• การดูแลรักษาอวัยวะภายนอก- ตา หู คอ จมูก ปาก ลิ้น ฟัน ผม มือ เท้า เล็บ ผิวหนัง ฯลฯ- อวัยวะในช่องปาก (ปาก ลิ้น ฟัน เหงือก) | |
| ป.๒ | ๑. อธิบายลักษณะ และหน้าที่ของอวัยวะภายใน | <ul style="list-style-type: none">• ลักษณะ และหน้าที่ของอวัยวะภายในที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการไปตามวัย (สมอง หัวใจ ตับ ไต ปอด กระเพาะอาหาร ลำไส้ ฯลฯ) | |
| | ๒. อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายใน | <ul style="list-style-type: none">• การดูแลรักษาอวัยวะภายใน- การระมัดระวังการกระแทก- การออกกำลังกาย- การกินอาหาร | |
| | ๓. อธิบายธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ | <ul style="list-style-type: none">• ธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย | |
| ป.๓ | ๑. อธิบายลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ | <ul style="list-style-type: none">• ลักษณะการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ ที่มีความแตกต่าง | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|--|--------------------------|
| | | <p>กันในแต่ละบุคคล</p> <ul style="list-style-type: none"> - ลักษณะรูปร่าง - น้ำหนัก - ส่วนสูง | |
| | ๒. เปรียบเทียบการเจริญเติบโตของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน | <ul style="list-style-type: none"> • เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย | |
| | ๓. ระบุปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต | <ul style="list-style-type: none"> • ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต - อาหาร - การออกกำลังกาย - การพักผ่อน | |
| ป.๔ | ๑. อธิบายการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย | <ul style="list-style-type: none"> • การเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจ ตามวัย (ในช่วงอายุ ๕ – ๑๒ ปี) | |
| | ๒. อธิบายความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ | <ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ | |
| | ๓. อธิบายวิธีดูแลกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ ให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ | <ul style="list-style-type: none"> • วิธีดูแลรักษากล้ามเนื้อ กระดูกและข้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ | |
| ป.๕ | ๑. อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ | <ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ | |
| | ๒. อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ | <ul style="list-style-type: none"> • วิธีดูแลรักษาระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ | |
| ป.๖ | ๑. อธิบายความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ | <ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ | |
| | ๒. อธิบายวิธีการดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ | <ul style="list-style-type: none"> • วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ | |
| ม.๑ | ๑. อธิบายความสำคัญของระบบ | <ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของระบบประสาท | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|---|--------------------------|
| | ประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น | และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น | |
| | ๒. อธิบายวิธีดูแลรักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ | • วิธีดูแลรักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อ ให้ทำงานตามปกติ | |
| | ๓. วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน | • การวิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโต ตามเกณฑ์มาตรฐาน และปัจจัยที่เกี่ยวข้อง | |
| | ๔. แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย | • แนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย | |
| ม. ๒ | ๑. อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น | • การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น | |
| | ๒. ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในวัยรุ่น | • ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา - พันธุกรรม - สิ่งแวดล้อม - การอบรมเลี้ยงดู | |
| ม. ๓ | ๑. เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา แต่ละช่วงของชีวิต | • การเปลี่ยนแปลง ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในแต่ละวัย - วัยทารก - วัยก่อนเรียน - วัยเรียน - วัยรุ่น - วัยผู้ใหญ่ - วัยสูงอายุ | |
| | ๒. วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น | • อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|---------|---|--|--------------------------|
| | ๓. วิเคราะห์ สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น | <ul style="list-style-type: none"> • สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น <ul style="list-style-type: none"> - โทรทัศน์ - วิทยุ - สื่อสิ่งพิมพ์ - อินเทอร์เน็ต | |
| ม.๔-ม.๖ | ๑. อธิบายกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ | <ul style="list-style-type: none"> • กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ <ul style="list-style-type: none"> - การทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ - การสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพของอวัยวะต่าง ๆ (อาหาร การออกกำลังกาย นันทนาการ การตรวจสุขภาพ ฯลฯ) | |
| | ๒. วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว | <ul style="list-style-type: none"> • การวางแผนดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว | |

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|---|-------------------------|
| ป. ๑ | ๑. ระบุสมาชิกในครอบครัวและ ความรักความผูกพันของสมาชิกที่มี ต่อกัน | <ul style="list-style-type: none"> สมาชิกในครอบครัว ความรักความผูกพันของ สมาชิกในครอบครัว | |
| | ๒. บอกสิ่งที่ชื่นชอบ และภาคภูมิใจ ในตนเอง | <ul style="list-style-type: none"> สิ่งที่ชื่นชอบและความ ภาคภูมิใจ ในตนเอง (จุดเด่น จุดด้อยของ ตนเอง) | |
| | ๓. บอกลักษณะความแตกต่าง ระหว่างเพศชาย และเพศหญิง | <ul style="list-style-type: none"> ลักษณะความแตกต่างของเพศ ชาย เพศหญิง - ร่างกาย - อารมณ์ - ลักษณะนิสัย | |
| ป. ๒ | ๑. ระบุบทบาทหน้าที่ของตนเอง และสมาชิกในครอบครัว | <ul style="list-style-type: none"> บทบาทหน้าที่ของสมาชิกใน ครอบครัว - ตนเอง - พ่อ แม่ - พี่น้อง - ญาติ | |
| | ๒. บอกความสำคัญของเพื่อน | <ul style="list-style-type: none"> ความสำคัญของเพื่อน (เช่น พูดคุย ปรีกษา เล่น ฯลฯ) | |
| | ๓. ระบุพฤติกรรมที่เหมาะสมกับ เพศ | <ul style="list-style-type: none"> พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ - ความเป็นสุภาพบุรุษ - ความเป็นสุภาพสตรี | |
| | ๔. อธิบายความภาคภูมิใจในความ เป็นเพศหญิง หรือเพศชาย | <ul style="list-style-type: none"> ความภาคภูมิใจในเพศหญิง หรือเพศชาย | |
| ป. ๓ | ๑. อธิบายความสำคัญ และความ แตกต่างของครอบครัวที่มีต่อตนเอง | <ul style="list-style-type: none"> ความสำคัญของครอบครัว ความแตกต่างของแต่ละครอบครัว - เศรษฐกิจ - สังคม | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|--|--|--------------------------|
| | | - การศึกษา | |
| | ๒. อธิบายวิธีสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน | <ul style="list-style-type: none"> • วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน | |
| | ๓. บอกวิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ | <ul style="list-style-type: none"> • พฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ (การแต่งกาย การเที่ยวกลางคืน การคบเพื่อน การเสพสารเสพติด ฯลฯ) • วิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ (ทักษะปฏิเสธและอื่น ๆ) | |
| ป. ๔ | ๑. อธิบายคุณลักษณะของความเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว | <ul style="list-style-type: none"> • คุณลักษณะของความเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว | |
| | ๒. แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย | <ul style="list-style-type: none"> • พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย | |
| | ๓. ยกตัวอย่างวิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ | <ul style="list-style-type: none"> • วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ | |
| ป. ๕ | ๑. อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศและปฏิบัติตนได้เหมาะสม | <ul style="list-style-type: none"> • การเปลี่ยนแปลงทางเพศ การดูแลตนเอง • การวางตัวที่เหมาะสมกับเพศตามวัฒนธรรมไทย | |
| | ๒. อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย | <ul style="list-style-type: none"> • ลักษณะของครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย (ครอบครัวขยาย การนับถือญาติ) | |
| | ๓. ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน | <ul style="list-style-type: none"> • พฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|---|--------------------------|
| ป. ๖ | ๑. อธิบายความสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น | <ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น • ปัจจัยที่ช่วยให้การทำงานกลุ่มประสบความสำเร็จ <ul style="list-style-type: none"> - ความสามารถส่วนบุคคล - บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในกลุ่ม - การยอมรับความคิดเห็น และความแตกต่างระหว่างบุคคล - ความรับผิดชอบ | |
| | ๒. วิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อเอชไอวี และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร | <ul style="list-style-type: none"> • พฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อเอชไอวี และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร | |
| ม. ๑ | ๑. อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม | <ul style="list-style-type: none"> • การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ <ul style="list-style-type: none"> - ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การยอมรับและการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การเบี่ยงเบนทางเพศ | |
| | ๒. แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ | <ul style="list-style-type: none"> • ทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ | |
| ม. ๒ | ๑. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ | <ul style="list-style-type: none"> • ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ <ul style="list-style-type: none"> - ครอบครัว - วัฒนธรรม | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|--|---|--------------------------|
| | | - เพื่อน - สื่อ | |
| | ๒. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน | <ul style="list-style-type: none"> ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน | |
| | ๓. อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ | <ul style="list-style-type: none"> โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ | |
| | ๔. อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม | <ul style="list-style-type: none"> ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ การวางตัวต่อเพศตรงข้าม ปัญหาทางเพศ แนวทางการแก้ไขปัญหาทางเพศ | |
| ม.๓ | ๑. อธิบายอนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัว และวิธีการปฏิบัติที่เหมาะสม | <ul style="list-style-type: none"> องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์ - อนามัยแม่และเด็ก - การวางแผนครอบครัว | |
| | ๒. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรภ์ | <ul style="list-style-type: none"> ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรภ์ - แอลกอฮอล์ - สารเสพติด - บุหรี่ - สภาพแวดล้อม - การติดเชื้อ - โรคที่เกิดจากภาวะการตั้งครรภ์ | |
| | ๓. วิเคราะห์สาเหตุ และเสนอแนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว | <ul style="list-style-type: none"> สาเหตุความขัดแย้งในครอบครัว แนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|---------|---|---|--------------------------|
| ม.๔-ม.๖ | ๑. วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต | <ul style="list-style-type: none"> • อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศ และการดำเนินชีวิต | |
| | ๒. วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่น ๆ | <ul style="list-style-type: none"> • ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทย และวัฒนธรรมอื่น ๆ | |
| | ๓. เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว | <ul style="list-style-type: none"> • แนวทางในการเลือกใช้ทักษะต่าง ๆ ในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง และแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว - ทักษะการสื่อสารและสร้างสัมพันธภาพ - ทักษะการต่อรอง - ทักษะการปฏิเสธ - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหา <p>ฯลฯ</p> | |
| | ๔. วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน และเสนอแนวทางแก้ไขปัญหา | <ul style="list-style-type: none"> • ความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน - สาเหตุของความขัดแย้ง - ผลกระทบที่เกิดจากความขัดแย้งระหว่างนักเรียน หรือเยาวชนในชุมชน - แนวทางในการแก้ปัญหาที่อาจเกิดจากความขัดแย้งของนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน | |

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน |
|------|--|--|--|
| ป.๑ | ๑. เคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ | <ul style="list-style-type: none"> • ธรรมชาติของการเคลื่อนไหวร่างกายในชีวิตประจำวัน <ul style="list-style-type: none"> - แบบอยู่กับที่ เช่น นั่ง ยืน ก้มเงย เอียง ซ้าย ขวา เคลื่อนไหวข้อมือ ข้อเท้า เขน ขา - แบบเคลื่อนที่ เช่น เดิน วิ่ง กระโดด กลิ้งตัว - แบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น จับ โยน เตะ เคาะ | <p>องค์ประกอบที่ ๕</p> <p>- การสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน บูรณาการสู่การเรียนการสอน (วิเคราะห์ ส่วนต่างๆของพืชแล้ว ออกแบบ ทำกายบริหารตาม รูปลักษณ์ พฤติกรรม ของพืช)</p> |
| | ๒. เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วม กิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ | <ul style="list-style-type: none"> • กิจกรรมทางกายที่ใช้ในการเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ <ul style="list-style-type: none"> - การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด | <p>องค์ประกอบที่ ๕</p> <p>- การสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน บูรณาการสู่การเรียนการสอน (เกมต่อตัวกันเป็นรูปใบไม้ต่างๆ)</p> |
| ป.๒ | ๑. ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ | <ul style="list-style-type: none"> • ลักษณะและวิธีการของการเคลื่อนไหวร่างกาย แบบอยู่กับที่ เช่น กระโดด บิดตัว ดึง ผลัก แบบเคลื่อนที่ เช่น กระโดดเขย่ง ก้าวชิด ก้าว วิ่งตามทิศทางที่กำหนด และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น คีบ ขว้าง ตี | |
| | ๒. เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วม กิจกรรมทางกายที่วิธีเล่น อาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ | <ul style="list-style-type: none"> • การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด และเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่วิธีเล่นอาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ | <p>องค์ประกอบที่ ๕</p> <p>- การสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน บูรณาการสู่การเรียนการสอน (เกมต่อตัวกันเป็นรูปใบไม้ ดอกไม้ต่างๆ)</p> |
| ป.๓ | ๑. ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง | <ul style="list-style-type: none"> • การเคลื่อนไหวร่างกายแบบอยู่กับที่ เช่น ย่อชิด เขย่ง พับตัว เคลื่อนไหว ลำตัว การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ เช่น เดินต่อเท้า เดินถอย-หลัง | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|--|---|--|
| | | กระโจน และแบบใช้อุปกรณ์ ประกอบโดยมีการบังคับทิศทาง เช่น คิด ขว้าง โยน และรับ • วิธีการควบคุมการเคลื่อนไหว ร่างกายแบบต่างๆ อย่างมีทิศทาง | |
| | ๒. เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะ การเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทาง ในการเล่นแบบเบ็ดเตล็ด | • กิจกรรมทางกายที่ใช้ทักษะการ เคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทาง ในการ เล่นเกมเบ็ดเตล็ด | |
| ป. ๔ | ๑. ควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะ การเคลื่อนไหวในลักษณะผสมผสาน ได้ทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้ อุปกรณ์ประกอบ | • การเคลื่อนไหวร่างกายแบบ ผสมผสานทั้งแบบอยู่กับที่ เช่น กระโดดหมุนตัว กระโดด-เหยียดตัว แบบเคลื่อนที่ เช่น ชิกแซ็ก วิ่งเปลี่ยน ทิศทาง ควบม้า และแบบใช้อุปกรณ์ ประกอบ เช่น บอล เชือก | |
| | ๒. ฝึกการบริหารท่ามือเปล่า ประกอบจังหวะ | • กายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ | องค์ประกอบที่ ๕ - การสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน บูรณาการสู่การเรียนการสอน (วิเคราะห์ ส่วนต่างๆของพืชแล้ว ออกแบบ ทำการบริหารตาม รูปลักษณะ พฤติกรรม ของพืช) |
| | ๓. เล่นเกมเลียนแบบและกิจกรรม แบบผลัด | • เกมเลียนแบบและกิจกรรมแบบผลัด | |
| | ๔. เล่นกีฬาพื้นฐานได้อย่างน้อย ๑ ชนิด | • กีฬาพื้นฐาน เช่น แชร์บอล แฮนด์บอล ห่วงข้ามตาข่าย | |
| ป. ๕ | ๑. จัดรูปแบบการเคลื่อนไหว แบบผสมผสาน และควบคุมตนเอง เมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหว ตามแบบที่กำหนด | • การจัดรูปแบบการเคลื่อนไหว ร่างกาย แบบผสมผสาน และการปฏิบัติ กิจกรรมทางกายทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบตาม แบบที่กำหนด เช่น การฝึกการบริหาร ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐาน เป็นต้น | |
| | ๒. เล่นเกมนำไปสู่กีฬาที่เลือกและ | • เกมนำไปสู่กีฬาและกิจกรรมแบบ | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|--|---|
| | กิจกรรมการเคลื่อนไหวแบบพลัด | ผลัดที่มีการตี เขี่ย รับ – ส่งสิ่งของ ขว้าง และวิ่ง | |
| | ๓. ควบคุมการเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรงและความสมดุล | • การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรงและความสมดุล | |
| | ๔. แสดงทักษะกลไกในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา | • ทักษะกลไกที่ส่งผลต่อการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา | |
| | ๕. เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีมได้อย่างละ ๑ ชนิด | • การเล่นกีฬาไทย เช่น ตะกร้อวง วิ่งชักธง และกีฬาสากล เช่น กรีฑา ประเภทลู่วิ่ง แบดมินตัน เปตอง ฟุตบอล เทเบิลเทนนิส วายน้ำ | |
| | ๖. อธิบายหลักการ และเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อย่างน้อย ๑ กิจกรรม | • หลักการและกิจกรรมนันทนาการ | |
| ป. ๖ | ๑. แสดงทักษะการเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นในลักษณะแบบพลัดและแบบผสมผสานได้ตามลำดับทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ และการเคลื่อนไหวประกอบเพลง | • การเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นแบบพลัดในลักษณะผสมผสาน ในการร่วมกิจกรรมทางกาย เช่น กิจกรรมแบบพลัด กายบริหารประกอบเพลง ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐานที่ใช้ทำต่อเนื่อง และการต่อตัวทำง่าย ๆ | องค์ประกอบที่ ๕ - การสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน บูรณาการสู่การเรียนการสอน (เกมต่อตัวกันเป็นรูปใบไม้ ดอกไม้) |
| | ๒. จำแนกหลักการเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุลในการเคลื่อนไหวร่างกายในการเล่นกีฬา และนำผลมาปรับปรุง เพิ่มพูนวิธีปฏิบัติของตนและผู้อื่น | • การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุลกับการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหว ในการเล่นกีฬา | |
| | ๓. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีมได้อย่างละ ๑ ชนิด | • การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีม เช่น กรีฑาประเภทลู่วิ่ง และลาน เปตอง วายน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|--|---|
| | | ฟุตบอล ตะกร้อวง | |
| | ๔. ใช้ทักษะกลไก เพื่อปรับปรุงเพิ่มพูนความสามารถของตนและผู้อื่นในการเล่นกีฬา | <ul style="list-style-type: none"> การใช้ข้อมูลด้านทักษะกลไกเพื่อปรับปรุงและเพิ่มพูนความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา | |
| | ๕. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม แล้วนำความรู้และหลักการที่ได้ไปใช้เป็นฐานการศึกษาหาความรู้เรื่องอื่น ๆ | <ul style="list-style-type: none"> การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เป็นฐานการศึกษาหาความรู้ | |
| ม. ๑ | ๑. เพิ่มพูนความสามารถของตนตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา | <ul style="list-style-type: none"> หลักการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา | |
| | ๒. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬา อย่างละ ๑ ชนิด | <ul style="list-style-type: none"> การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทเบิลเทนนิส เทนนิส วายน้ำ | |
| | ๓. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมและนำหลักความรู้ที่ได้ไปเชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น | <ul style="list-style-type: none"> การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น | องค์ประกอบที่ ๕ - การสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน บูรณาการสู่การเรียนการสอน (เกมต่อดังกันเป็นรูปใบไม้ต่างๆ เชื่อมโยงในวิชาอื่น) |
| ม. ๒ | ๑. นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง | <ul style="list-style-type: none"> การนำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเองในการเล่นกีฬา | |
| | ๒. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีม ได้อย่างละ ๑ ชนิด | <ul style="list-style-type: none"> การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทนนิส ตะกร้อลอดบ่วง ฟุตซอล วายน้ำ เทควันโด | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน |
|---------|--|---|-------------------------|
| | ๓. เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน | <ul style="list-style-type: none"> ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน | |
| | ๔. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำความรู้และหลักการที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเป็นระบบ | <ul style="list-style-type: none"> การนำประสบการณ์จากการร่วมกิจกรรมนันทนาการไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน | |
| ม.๓ | ๑. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลได้อย่างละ ๑ ชนิดโดยใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเองและทีม | <ul style="list-style-type: none"> เทคนิคและวิธีการเล่น กีฬาไทยและกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑา ประเภทลู่วิ่งและลาน วอลเลย์บอล บาสเกตบอล คบสองมือ เทนนิส ตะกร้อ ขี่ม้าต่าย ฟุตบอล | |
| | ๒. นำหลักการ ความรู้และทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาไปใช้สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องเป็นระบบ | <ul style="list-style-type: none"> การนำหลักการ ความรู้ ทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม การเล่นกีฬาไปใช้เป็นระบบสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง | |
| | ๓. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมและนำหลักความรู้วิธีการไปขยายผลการเรียนรู้ให้กับผู้อื่น | <ul style="list-style-type: none"> การจัดกิจกรรมนันทนาการแก่ผู้อื่น | |
| ม.๔-ม.๖ | ๑. วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่างๆ ในการเล่นกีฬา | <ul style="list-style-type: none"> ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา การวิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่างๆ ในการเล่นกีฬา | |
| | ๒. ใช้ความสามารถของตนเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม | <ul style="list-style-type: none"> การใช้ความสามารถของตนในการเล่นกีฬา เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม โดยคำนึงถึง ผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|---|--|
| | ๓. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล / คู่ กีฬาประเภททีม ได้อย่างน้อย ๑ ชนิด | <ul style="list-style-type: none"> กีฬาประเภทบุคคล / คู่ ประเภททีม เช่น ฟุตบอล รักบี้ฟุตบอล ยิมนาสติก ลีลาศ ซอฟท์บอล เทนนิส เซปักตะกร้อ มวยไทย กระบี่กระบอง ฟล่อง ง้าว | |
| | ๔. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์ | <ul style="list-style-type: none"> การเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ เช่น กิจกรรมเข้าจังหวะ เซียร์ลีดเดอร์ | องค์ประกอบที่ ๕ - การสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน บูรณาการสู่การเรียนการสอน (ออกแบบทำทางด้วยการสังเกต รูปลักษณ์ หรือพฤติกรรมพืช) |
| | ๕. เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียน และนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม | <ul style="list-style-type: none"> การนำหลักการและแนวคิดของกิจกรรมนันทนาการไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม | |

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน |
|------|--|---|--|
| ป.๑ | ๑. ออกกำลังกาย และเล่นเกมตามคำแนะนำ อย่างสนุกสนาน | <ul style="list-style-type: none"> การออกกำลังกาย และการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด | องค์ประกอบที่ ๕ - การสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน บูรณาการสู่การเรียนการสอน (เกมต่อตัวกันเป็นรูปใบไม้ต่างๆ) |
| | ๒. ปฏิบัติตนตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นตามคำแนะนำ | <ul style="list-style-type: none"> กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่น เกมเบ็ดเตล็ด | |
| ป.๒ | ๑. ออกกำลังกาย และเล่นเกมได้ด้วยตนเองอย่างสนุกสนาน | <ul style="list-style-type: none"> การออกกำลังกาย และเล่นเกมเบ็ดเตล็ด ประโยชน์ของการออกกำลังกายและการเล่นเกม | |
| | ๒. ปฏิบัติตามกฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่นเป็นกลุ่ม | <ul style="list-style-type: none"> กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเป็นกลุ่ม | |
| ป.๓ | ๑. เลือกออกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมือง และเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง | <ul style="list-style-type: none"> แนวทางการเลือกออกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมืองและเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อยและข้อจำกัดของแต่ละบุคคล | |
| | ๒. ปฏิบัติตามกฎ กติกาและข้อตกลงของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง | <ul style="list-style-type: none"> การออกกำลังกาย เกม และการละเล่นพื้นเมือง กฎ กติกาและข้อตกลงในการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการละเล่นพื้นเมือง | |
| ป.๔ | ๑. ออกกำลังกาย เล่นเกม และกีฬาที่ตนเองชอบและมีความสามารถในการวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเองตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น | <ul style="list-style-type: none"> การออกกำลังกาย เล่นเกมตามความชอบของตนเองและเล่นกีฬาพื้นฐานร่วมกับผู้อื่น การวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเองในการออกกำลังกาย เล่น | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|---|--|
| | | <p>เกมและเล่นกีฬา ตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น</p> <ul style="list-style-type: none"> คุณค่าของการออกกำลังกาย เล่นเกม และเล่นกีฬา ที่มีต่อสุขภาพ | |
| | ๒. ปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่นกีฬาพื้นฐาน ตามชนิดกีฬาที่เล่น | - การปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นกีฬาพื้นฐาน ตามชนิดกีฬาที่เล่น | |
| ป. ๕ | ๑. ออกกำลังกายอย่างมีรูปแบบ เล่นเกมที่ใช้ทักษะการคิดและตัดสินใจ | <ul style="list-style-type: none"> หลักการและรูปแบบการออกกำลังกาย การออกกำลังกาย และการเล่นเกม เช่น เกมเบ็ดเตล็ด เกมเลียนแบบ เกมนำ และการละเล่นพื้นเมือง | <p>องค์ประกอบที่ ๕</p> <p>- การสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน บูรณาการสู่การเรียนการสอน (เกมต่อตัวกันเป็นรูปใบไม้ต่างๆ -เกมหาค่าแห่งพรหมไม้)</p> |
| | ๒. เล่นกีฬาที่ตนเองชอบอย่างสม่ำเสมอ โดยสร้างทางเลือกในวิธีปฏิบัติของตนเองอย่างหลากหลาย และมีน้ำใจนักกีฬา | <ul style="list-style-type: none"> การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมที่เหมาะสมกับวัยอย่างสม่ำเสมอ การสร้างทางเลือกในวิธีปฏิบัติในการเล่นกีฬาอย่างหลากหลาย และมีน้ำใจนักกีฬา | |
| | ๓. ปฏิบัติตามกฎกติกา การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น | <ul style="list-style-type: none"> กฎ กติกาในการเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น วิธีการรุกและวิธีป้องกันในการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลที่เล่น | |
| | ๔. ปฏิบัติตนตามสิทธิของตนเอง ไม่ละเมิดสิทธิผู้อื่นและยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่น เกม และกีฬาไทย กีฬาสากล | <ul style="list-style-type: none"> สิทธิของตนเองและผู้อื่นในการเล่น เกมและกีฬา ความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่น เกม และกีฬา | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|--|---|---|
| ป. ๖ | ๑. อธิบายประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกายและการสร้างเสริมบุคลิกภาพ | <ul style="list-style-type: none"> • ประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกายและการสร้างเสริมบุคลิกภาพ | |
| | ๒. เล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผน และสามารถเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ | <ul style="list-style-type: none"> • การเล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผน • การเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและการเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ | |
| | ๓. เล่นกีฬาที่ตนเองชื่นชอบ และสามารถประเมินทักษะการเล่นของตนเป็นประจำ | <ul style="list-style-type: none"> • การเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีมที่ชื่นชอบ • การประเมินทักษะการเล่นกีฬาของตน | |
| | ๔. ปฏิบัติตามกฎ กติกา ตามชนิดกีฬาที่เล่น โดยคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น | <ul style="list-style-type: none"> • กฎ กติกาในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น | |
| | ๕. จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และนำไปใช้ในการเล่นกีฬา | <ul style="list-style-type: none"> • กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬา | |
| | ๖. เล่นเกมและกีฬา ด้วยความสามัคคีและมีน้ำใจนักกีฬา | <ul style="list-style-type: none"> • การสร้างความสามัคคีและความมีน้ำใจนักกีฬาในการเล่นเกมและกีฬา | |
| ม. ๑ | <p>๑. อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี</p> <p>๒. ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการ</p> | <ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี • การออกกำลังกาย เช่น กายบริหารแบบต่างๆ เต้นแอโรบิก โยคะ รำมวยจีน • การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล | <p>องค์ประกอบที่ ๕</p> <p>- การสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน บูรณาการสู่การเรียนการสอน (ออกแบบทำเต้นแอโรบิก โยคะ ตามรูปลักษณ์ พฤติกรรมพืช)</p> |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน |
|------|--|---|-------------------------|
| | ประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น | ทั้งประเภทบุคคลและทีม <ul style="list-style-type: none"> การประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น | |
| | ๓. ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น | <ul style="list-style-type: none"> กฎ กติกา การเล่นเกมและการแข่งขันกีฬาที่เลือกเล่น | |
| | ๔. วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ | <ul style="list-style-type: none"> รูปแบบ วิธีการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก | |
| | ๕. ร่วมมือในการเล่นกีฬาและการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน | <ul style="list-style-type: none"> การเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม | |
| | ๖. วิเคราะห์เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น | <ul style="list-style-type: none"> การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา | |
| ม. ๒ | ๑. อธิบายสาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ที่เกิดจากการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต | <ul style="list-style-type: none"> สาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา จากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอจนเป็นวิถีชีวิต การสร้างวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดีโดยการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำ | |
| | ๒. เลือกเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย เล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจพร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง | <ul style="list-style-type: none"> การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|--|--------------------------|
| | ๓. มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่น กีฬาที่เลือก | <ul style="list-style-type: none"> • วินัยในการฝึก และการเล่น กีฬา ตามกฎ กติกาและข้อตกลง | |
| | ๔. วางแผนการรุกและการ ป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก และนำไปใช้ในการเล่นอย่าง เหมาะสมกับทีม | <ul style="list-style-type: none"> • รูปแบบ กลวิธีการรุก การ ป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม • ประโยชน์ของการเล่นและการ ทำงาน เป็นทีม • หลักการให้ความร่วมมือในการ เล่น การแข่งขันกีฬาและการ ทำงานเป็นทีม | |
| | ๕. นำผลการปฏิบัติในการเล่น กีฬา มาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสม กับตนเองด้วยความมุ่งมั่น | <ul style="list-style-type: none"> • การพัฒนาวิธีเล่นกีฬาที่ เหมาะสมกับตนเอง <ul style="list-style-type: none"> - การเลือกวิธีเล่น - การแก้ไขข้อบกพร่อง - การเพิ่มทักษะ • การสร้างแรงจูงใจและการสร้าง ความมุ่งมั่นในการเล่นและแข่งขัน กีฬา | |
| ม. ๓ | ๑. มีมารยาทในการเล่นและดู กีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา | <ul style="list-style-type: none"> • มารยาทในการเล่นและการดู กีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา | |
| | ๒. ออกกำลังกายและเล่นกีฬา อย่างสม่ำเสมอและนำแนวคิด หลักการจากการเล่นไปพัฒนา คุณภาพชีวิตของตนด้วยความ ภาคภูมิใจ | <ul style="list-style-type: none"> • การออกกำลังกายและการเล่น กีฬาประเภทบุคคล และประเภททีม • การนำประสบการณ์ แนวคิด จากการ ออกกำลังกายและเล่นกีฬา ไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพ ชีวิต | |
| | ๓. ปฏิบัติตนตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิด กีฬาที่เลือกและนำแนวคิดที่ได้ ไปพัฒนาคุณภาพชีวิต ของตน ในสังคม | <ul style="list-style-type: none"> • กฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่น กีฬาที่เลือกเล่น • การประยุกต์ประสบการณ์การ ปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงใน การเล่นกีฬาไปใช้พัฒนาคุณภาพ | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|----------|---|--|--------------------------|
| | | ชีวิตของคนในสังคม | |
| | ๔. จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือกและตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ตามสถานการณ์ของการเล่น | <ul style="list-style-type: none"> วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาได้ตามสถานการณ์ของการเล่น | |
| | ๕. เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็นประจำ | <ul style="list-style-type: none"> การพัฒนาสุขภาพตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นประจำ | |
| ม. ๔-ม.๖ | ๑. ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเองอย่างสม่ำเสมอ และใช้ความสามารถของตนเองเพิ่มศักยภาพของทีม ลดความเป็นตัวตน คำนึงถึงผลที่เกิดต่อสังคม | <ul style="list-style-type: none"> การออกกำลังกายด้วยวิธีที่ชอบ เช่น ฝึกกายบริหารแบบต่างๆ ฝึกจักรยาน การออกกำลังกายจากการทำงาน ในชีวิตประจำวัน การร่ำกระบอง ร่ำมวยจีน การเล่นกีฬาประเภทบุคคล และประเภททีม การใช้ความสามารถของตนเองในการเพิ่มศักยภาพของทีมในการเล่นกีฬาและการเล่นโดยคำนึงถึงประโยชน์ต่อสังคม การวางแผนกำหนดกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา | |
| | ๒. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับ สิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆ ในระหว่างการเล่น การแข่งขันกีฬากับผู้อื่นและนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง | <ul style="list-style-type: none"> สิทธิ กฎ กติกาการเล่นกีฬา กลวิธี หลักการรุก การป้องกันอย่างสร้างสรรค์ในการเล่นและแข่งขันกีฬา การนำประสบการณ์จากการเล่นกีฬาไปใช้ในชีวิตประจำวัน | |
| | ๓. แสดงออกถึงการมีมารยาท | <ul style="list-style-type: none"> การปฏิบัติตนในเรื่องมารยาท | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|--|--------------------------|
| | ในการดู การเล่นและการแข่งขันกีฬา ด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา และนำไปใช้ปฏิบัติทุกโอกาสจนเป็นบุคลิกภาพที่ดี | ในการดู การเล่น การแข่งขัน ความมีน้ำใจนักกีฬา <ul style="list-style-type: none"> • บุคลิกภาพที่ดี | |
| | ๕. ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬา | <ul style="list-style-type: none"> • ความสุขที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย และเล่นกีฬา • คุณค่าและความงามของการกีฬา | |

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|--|--|---|
| ป.๑ | ๑. ปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติตามคำแนะนำ | <ul style="list-style-type: none"> • การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ | |
| | ๒. บอกอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง | <ul style="list-style-type: none"> • ลักษณะอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง - ปวดศีรษะ - ตัวร้อน - มีน้ำมูก - ปวดท้อง - ผื่นคัน (หนังศีรษะ ผิวหนัง) - ฟกช้ำ ฯลฯ | |
| | ๓. ปฏิบัติตนตามคำแนะนำเมื่อมีอาการเจ็บป่วย | <ul style="list-style-type: none"> • วิธีปฏิบัติตนเมื่อมีอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง | |
| ป.๒ | ๑. บอกลักษณะของการมีสุขภาพดี | <ul style="list-style-type: none"> • ลักษณะของการมีสุขภาพดี - ร่างกายแข็งแรง - จิตใจ ร่าเริง แจ่มใส - มีความสุข - มีความปลอดภัย | |
| | ๒. เลือกกินอาหารที่มีประโยชน์ | <ul style="list-style-type: none"> • อาหารที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์ | องค์ประกอบที่ ๕ - การใช้สวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน บูรณาการสู่การเรียนการสอน (พืชที่มีในโรงเรียนอะไรบ้างที่กินได้ ให้คุณอย่างไรแก่ร่างกายมนุษย์) |
| | ๓. ระบุของใช้และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ | <ul style="list-style-type: none"> • ของใช้และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ | |
| | ๔. อธิบายอาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วย การบาดเจ็บที่อาจเกิดขึ้น | <ul style="list-style-type: none"> • อาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วย - ตาแดง ท้องเสีย ฯลฯ • อาการและวิธีป้องกันการ | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|---|---|
| | | <p>บาดเจ็บ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ถูกของมีคม แมลงสัตว์กัดต่อย หกล้ม ฯลฯ | |
| | ๕. ปฏิบัติตามคำแนะนำเมื่อมีอาการเจ็บป่วยและบาดเจ็บ | <ul style="list-style-type: none"> • วิธีปฏิบัติตนเมื่อเจ็บป่วยและบาดเจ็บ | |
| ป.๓ | ๑. อธิบายการติดต่อและวิธีการป้องกันการแพร่กระจายของโรค | <ul style="list-style-type: none"> • การติดต่อและวิธีการป้องกันการแพร่กระจายของโรค | |
| | ๒. จำแนกอาหารหลัก ๕ หมู่ | <ul style="list-style-type: none"> • อาหารหลัก ๕ หมู่ | |
| | ๓. เลือกกินอาหารที่หลากหลายครบ ๕ หมู่ ในสัดส่วนที่เหมาะสม | <ul style="list-style-type: none"> • การเลือกกินอาหารที่เหมาะสม - ความหลากหลายของชนิดอาหารในแต่ละหมู่ - สัดส่วนและปริมาณของอาหาร (ตามธงโภชนาการ) | |
| | ๔. แสดงการแปร่งฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี | <ul style="list-style-type: none"> • การแปร่งฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี (ครอบคลุมบริเวณขอบเหงือกและคอฟัน) | |
| | ๕. สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ตามคำแนะนำ | <ul style="list-style-type: none"> • การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ - วิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย - วิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ โดยการออกกำลังกาย การพักผ่อน และกิจกรรมนันทนาการ | |
| ป.๔ | ๑. อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ | <ul style="list-style-type: none"> • ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ • การจัดสิ่งแวดล้อมที่ถูกต้อง สุขลักษณะและเอื้อต่อสุขภาพ | <p>องค์ประกอบที่ ๒</p> <ul style="list-style-type: none"> - การใช้สวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน บูรณาการสู่การเรียนการสอน (พืชที่มีในโรงเรียนอะไรบ้างที่กินได้ ให้คุณอย่างไรแก่ร่างกายมนุษย์) |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|--|--------------------------|
| | ๒. อธิบายสภาวะอารมณ์ ความรู้สึกที่มีผลต่อสุขภาพ | <ul style="list-style-type: none"> • สภาวะอารมณ์และความรู้สึก เช่น โกรธ หงุดหงิด เครียด เกลียด เสียใจ เศร้าใจ วิตกกังวล กลัว ก้าวร้าว อิจฉา ริษยา เบื่อหน่าย ท้อแท้ ดีใจ ชอบใจ รัก ชื่นชม สนุก สุขสบาย • ผลที่มีต่อสุขภาพ ทางบวก : สดชื่น ยิ้มแย้ม แจ่มใส ร่าเริง ฯลฯ ทางลบ : ปวดศีรษะ ปวดท้อง เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย ฯลฯ | |
| | ๓. วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลาก อาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพเพื่อ การเลือกบริโภค | <ul style="list-style-type: none"> • การวิเคราะห์ข้อมูลบนฉลาก อาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ | |
| | ๔. ทดสอบและปรับปรุง สมรรถภาพทางกายตามผลการ ตรวจสอบสมรรถภาพทางกาย | <ul style="list-style-type: none"> • การทดสอบสมรรถภาพทางกาย • การปรับปรุงสมรรถภาพทางกาย ตามผลการทดสอบสมรรถภาพทาง กาย | |
| ป.๕ | ๑. แสดงพฤติกรรมที่เห็น ความสำคัญของการปฏิบัติตน ตามสุขบัญญัติแห่งชาติ | <ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของการปฏิบัติตน ตามสุขบัญญัติแห่งชาติ | |
| | ๒. ค้นหาข้อมูลข่าวสารเพื่อ ใช้สร้างเสริมสุขภาพ | <ul style="list-style-type: none"> • แหล่งและวิธีค้นหาข้อมูล ข่าวสารทางสุขภาพ • การใช้ข้อมูลข่าวสารในการสร้าง เสริมสุขภาพ | |
| | ๓. วิเคราะห์สื่อโฆษณาใน การตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร และผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างมี เหตุผล | <ul style="list-style-type: none"> • การตัดสินใจเลือกซื้ออาหารและ ผลิตภัณฑ์สุขภาพ (อาหาร เครื่องสำอาง ผลิตภัณฑ์ดูแล สุขภาพในช่องปาก ฯลฯ) | |
| | ๔. ปฏิบัติตนในการป้องกัน | <ul style="list-style-type: none"> • การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคที่ | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|--|--|--------------------------|
| | โรคที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน | พบบ่อยในชีวิตประจำวัน - ไข้หวัด - ไข้เลือดออก - โรคผิวหนัง - ฟันผุและโรคปริทันต์ ฯลฯ | |
| | ๕. ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย | <ul style="list-style-type: none"> • การทดสอบสมรรถภาพทางกาย • การปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย | |
| ป. ๖ | ๑. แสดงพฤติกรรมในการป้องกันและแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ | <ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ • ปัญหาของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ • การป้องกันและแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ | |
| | | | |
| | ๒. วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรคและเสนอแนวทางการป้องกันโรคติดต่อสำคัญที่พบในประเทศไทย | <ul style="list-style-type: none"> • โรคติดต่อสำคัญที่ระบาดในปัจจุบัน • ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรค • การป้องกันการระบาดของโรค | |
| | ๓. แสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม | <ul style="list-style-type: none"> • พฤติกรรมที่แสดงออกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม | |
| | ๔. สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง | <ul style="list-style-type: none"> • วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย • การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย | |
| ม. ๑ | ๑. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย | <ul style="list-style-type: none"> • หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย | |
| | ๒. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจาก | <ul style="list-style-type: none"> • ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|--|---|--------------------------|
| | การภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ | - ภาวะการขาดสารอาหาร - ภาวะโภชนาการเกิน | |
| | ๓. ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน | • เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย • วิธีการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน | |
| | ๔. การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ | • วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย • วิธีสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ | |
| ม. ๒ | ๑. เลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล | • การเลือกใช้บริการทางสุขภาพ | |
| | ๒. วิเคราะห์ผลของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ | • ผลกระทบของเทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ | |
| | ๓. วิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ | • ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ | |
| | ๔. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต | • ความสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต | |
| | ๕. อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหาสุขภาพจิต | • ความสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต | |
| | ๖. เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด | • วิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด | |
| | ๗. พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด | • เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย • การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย | |
| ม. ๓ | ๑. กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ โดย | • การกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|----------|---|---|--------------------------|
| | คำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ | <ul style="list-style-type: none"> วัยทารก วัยเด็ก (วัยก่อนเรียน วัยเรียน) วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ วัยสูงอายุ โดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ | |
| | ๒. เสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย | <ul style="list-style-type: none"> โรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทยโรคติดต่อ เช่น <ul style="list-style-type: none"> - โรคที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ - โรคเอดส์ - โรคไข้หวัดนก ฯลฯ โรคไม่ติดต่อ เช่น <ul style="list-style-type: none"> - โรคหัวใจ - โรคความดันโลหิตสูง - เบาหวาน - มะเร็ง ฯลฯ | |
| | ๓. รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน | <ul style="list-style-type: none"> ปัญหาสุขภาพในชุมชน แนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน | |
| | ๔. วางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย | <ul style="list-style-type: none"> การวางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย | |
| | ๕. ทดสอบสมรรถภาพทางกาย และพัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล | <ul style="list-style-type: none"> การทดสอบสมรรถภาพทางกายแบบต่าง ๆ และการพัฒนาสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ | |
| ม.๔- ม.๖ | ๑. วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน | <ul style="list-style-type: none"> บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|--|--------------------------|
| | ๒. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการเลือกบริโภค | <ul style="list-style-type: none"> • อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพ • แนวทางการเลือกบริโภคอย่างฉลาดและปลอดภัย | |
| | ๓. ปฏิบัติตนตามสิทธิของผู้บริโภค | <ul style="list-style-type: none"> • สิทธิพื้นฐานของผู้บริโภคและกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองผู้บริโภค | |
| | ๔. วิเคราะห์สาเหตุและเสนอแนวทางการป้องกันการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย | <ul style="list-style-type: none"> • สาเหตุของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย เช่น โรคจากการประกอบอาชีพ โรคทางพันธุกรรม • แนวทางการป้องกันการเจ็บป่วย | |
| | ๕. วางแผนและปฏิบัติตามแผน การพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว | <ul style="list-style-type: none"> • การวางแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเอง ครอบครัว | |
| | ๖. มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน | <ul style="list-style-type: none"> • การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน | |
| | ๗. วางแผนและปฏิบัติตามแผน การพัฒนาสมรรถภาพกายและสมรรถภาพกลไก | <ul style="list-style-type: none"> • การวางแผนพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพกลไก | |

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา
สารเสพติด และความรุนแรง

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|--|---|--------------------------|
| ป.๑ | ๑. ระบุสิ่งที่ทำให้เกิดอันตราย ที่บ้าน โรงเรียน และการป้องกัน | <ul style="list-style-type: none"> • สิ่งที่ทำให้เกิดอันตรายภายในบ้านและโรงเรียน • การป้องกันอันตรายภายในบ้านและโรงเรียน | |
| | ๒. บอกสาเหตุและการป้องกันอันตรายที่เกิดจากการเล่น | <ul style="list-style-type: none"> • อันตรายจากการเล่น - สาเหตุที่ทำให้เกิดอันตรายจากการเล่น - การป้องกันอันตรายจากการเล่น | |
| | ๓. แสดงคำพูดหรือท่าทางขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้านและโรงเรียน | <ul style="list-style-type: none"> • การขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้านและโรงเรียน - บุคคลที่ควรขอความช่วยเหลือ - คำพูดและท่าทางการขอความช่วยเหลือ | |
| ป.๒ | ๑. ปฏิบัติตนในการป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นทางน้ำและทางบก | <ul style="list-style-type: none"> • อุบัติเหตุทางน้ำ และทางบก - สาเหตุของอุบัติเหตุทางน้ำและทางบก - วิธีการป้องกันอุบัติเหตุทางน้ำและทางบก | |
| | ๒. บอกชื่อยาสามัญประจำบ้าน และใช้ยาตามคำแนะนำ | <ul style="list-style-type: none"> • ยาสามัญประจำบ้าน - ชื่อยาสามัญประจำบ้าน - การใช้ยาตามความจำเป็นและลักษณะอาการ | |
| | ๓. ระบุโทษของสารเสพติด สารอันตรายใกล้ตัวและวิธีการป้องกัน | <ul style="list-style-type: none"> • สารเสพติดและสารอันตรายใกล้ตัว - โทษของสารเสพติด และสารอันตรายใกล้ตัว - วิธีป้องกัน | |
| | ๔. ปฏิบัติตนตามสัญลักษณ์ | <ul style="list-style-type: none"> • สัญลักษณ์และป้ายเตือนของ | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|---|-------------------------|
| | และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย | สิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย - ความหมายของสัญลักษณ์และป้ายเตือน | |
| | ๕. อธิบายสาเหตุ อันตราย วิธีป้องกันอัคคีภัยและแสดงการหนีไฟ | • อัคคีภัย - สาเหตุของการเกิดอัคคีภัย - อันตรายซึ่งได้รับจากการเกิดอัคคีภัย - การป้องกันอัคคีภัย และการหนีไฟ | |
| ป.๓ | ๑. ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียน และการเดินทาง | • วิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียนและการเดินทาง | |
| | ๒. แสดงวิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้าย หรืออุบัติเหตุ | • การขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่างๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ | |
| | ๓. แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อบาดเจ็บจากการเล่น | • การบาดเจ็บจากการเล่น - ลักษณะของการบาดเจ็บ - วิธีปฐมพยาบาล (บาดเจ็บ ห้ามเลือด ฯลฯ) | |
| ป.๔ | ๑. อธิบายความสำคัญของการใช้ยาและใช้ยาอย่างถูกวิธี | • ความสำคัญของการใช้ยา • หลักการใช้ยา | |
| | ๒. แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อได้รับอันตรายจากการใช้ยาผิด สารเคมี แมลงสัตว์กัดต่อย และการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา | • วิธีปฐมพยาบาล - การใช้ยาผิด - สารเคมี - แมลงสัตว์กัดต่อย - การบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา | |
| | ๓. วิเคราะห์ผลเสียของการสูบบุหรี่ และการดื่มสุรา ที่มีต่อสุขภาพและการป้องกัน | • ผลเสียของการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา และการป้องกัน | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|--|-------------------------|
| ป. ๕ | ๑. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด | <ul style="list-style-type: none"> ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด (สุรา บุหรี่ ยาบ้า สารระเหย ฯลฯ) - ครอบครัว สังคม เพื่อน - ค่านิยม ความเชื่อ - ปัญหาสุขภาพ - สื่อ ฯลฯ | |
| | ๒. วิเคราะห์ผลกระทบของการใช้ยาและสารเสพติด ที่มีผลต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา | <ul style="list-style-type: none"> ผลกระทบของการใช้ยาและสารเสพติดที่มีต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา | |
| | ๒. ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยาและหลีกเลี่ยงสารเสพติด | <ul style="list-style-type: none"> การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยา การหลีกเลี่ยงสารเสพติด | |
| | ๓. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ | <ul style="list-style-type: none"> อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรม สุขภาพ (อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ) | |
| | ๔. ปฏิบัติตนเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา | <ul style="list-style-type: none"> การปฏิบัติเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา | |
| ป. ๖ | ๑. วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม | <ul style="list-style-type: none"> ภัยธรรมชาติ - ลักษณะของภัยธรรมชาติ - ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม | |
| | ๒. ระบุวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติ | <ul style="list-style-type: none"> การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติ | |
| | ๓. วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติด และชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด | <ul style="list-style-type: none"> สาเหตุของการติดสารเสพติด ทักษะการสื่อสารให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน |
|------|--|---|-------------------------|
| ม. ๑ | ๑. แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย | <ul style="list-style-type: none"> • การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย - เป็นลม - บาดแผล - ไฟไหม้ - กระจกหัก - น้ำร้อนลวก ฯลฯ | |
| | ๒. อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดเชื้อสารเสพติดและการป้องกันการติดเชื้อสารเสพติด | <ul style="list-style-type: none"> • ลักษณะของผู้ติดเชื้อสารเสพติด • อาการของผู้ติดเชื้อสารเสพติด • การป้องกันการติดเชื้อสารเสพติด | |
| | ๓. อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ | <ul style="list-style-type: none"> • ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรค และอุบัติเหตุ | |
| | ๔. แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติดโดยใช้ทักษะต่าง ๆ | <ul style="list-style-type: none"> • ทักษะที่ใช้ในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการสื่อสาร - ทักษะการตัดสินใจ - ทักษะการแก้ปัญหา ฯลฯ | |
| ม. ๒ | ๑. ระบุวิธีการ ปักจี้และแหล่งที่ช่วยเหลือ พี่นฟูผู้ติดเชื้อสารเสพติด | <ul style="list-style-type: none"> • วิธีการ ปักจี้และแหล่งที่ช่วยเหลือ พี่นฟูผู้ติดเชื้อสารเสพติด | |
| | ๒. อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง | <ul style="list-style-type: none"> • การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง - การมั่วสุม - การทะเลาะวิวาท - การเข้าไปในแหล่งอบายมุข - การแข่งจักรยานยนต์บนท้องถนน ฯลฯ | |
| | ๓. ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์กับขั้นที่อาจนำไปสู่อันตราย | <ul style="list-style-type: none"> • ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง (ทักษะปฏิเสธ ทักษะการต่อรอง ฯลฯ) และหลีกเลี่ยงสถานการณ์กับขั้นที่อาจนำไปสู่อันตราย | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน |
|---------|---|--|-------------------------|
| ม. ๓ | ๑. วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกัน | <ul style="list-style-type: none"> ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ แนวทางการป้องกันความเสี่ยงต่อสุขภาพ | |
| | ๒. หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา | <ul style="list-style-type: none"> ปัญหาและผลกระทบจากการใช้ความรุนแรง วิธีหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรง | |
| | ๓. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง | <ul style="list-style-type: none"> อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง (คลิปวิดีโอ การทะเลาะวิวาท อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ) | |
| | ๔. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ | <ul style="list-style-type: none"> ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ | |
| | ๕. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี | <ul style="list-style-type: none"> วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพ | |
| ม.๔-ม.๖ | ๑. มีส่วนร่วมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้ยา การใช้สารเสพติด และความรุนแรงเพื่อสุขภาพของตนเอง ครอบครัว และสังคม | <ul style="list-style-type: none"> การจัดกิจกรรมป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง | |
| | ๒. วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้และการจำหน่ายสารเสพติด | <ul style="list-style-type: none"> การวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้และการจำหน่ายสารเสพติด (ตนเอง ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม) โทษทางกฎหมายที่เกิดจากการครอบครอง การใช้และการจำหน่าย | |

| ชั้น | ตัวชี้วัด | สาระการเรียนรู้แกนกลาง | งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน |
|------|---|---|--------------------------|
| | | สารเสพติด | |
| | ๓. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ หรือความรุนแรงของคนไทยและเสนอแนวทางป้องกัน | <ul style="list-style-type: none"> ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพของคนไทยและเสนอแนวทางป้องกัน | |
| | ๔. วางแผน กำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน | <ul style="list-style-type: none"> การวางแผน กำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน | |
| | ๕. มีส่วนร่วมในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน | <ul style="list-style-type: none"> กิจกรรมการสร้างเสริมความปลอดภัย ในชุมชน | |
| | ๖. ใช้ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง | <ul style="list-style-type: none"> ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพ | |
| | ๗. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี | <ul style="list-style-type: none"> วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี | |