**คำอธิบายรายวิชา**

**กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2562**

**รหัสวิชา พ22104 รายวิชา พลศึกษาพื้นฐาน 4**

**จำนวน 0.5 หน่วยกิต เวลา 20 ชั่วโมง**

**สาระที่ 3 : การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล  
มาตรฐาน พ 3.1: เข้าใจมีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา**

**พ 3.2: รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ**

**มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกามีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชม ใน**

**สุนทรียภาพของการกีฬา**

**ตัวชี้วัด :**

1. พ 3.1 ม.2/1 นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง

2. พ 3.1 ม.2/2 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีมอย่างละ 1 ชนิด

3. พ 3.1 ม.2/2 เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและ

กิจกรรมในชีวิตประจำวัน

4. พ 3.2 ม.2/1 อธิบายสาเหตุการเปลี่ยนแปลง ทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาที่เกิดจากการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต

5. พ 3.2 ม.2/2 เลือกเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย เล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจ พร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง

6. พ 3.2 ม.2/3 มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

7. พ 3.2 ม.2/4 นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่น

**คำอธิบายสาระการเรียนรู้**

ศึกษาความรู้ การเล่นกีฬาประเภททีม การเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาตามชนิดและประเภทต่าง ๆ หลักการรุก การป้องกัน และการให้ความร่วมมือในการเล่น และการแข่งขันกีฬา สิทธิ กฎ กติกา ความปลอดภัย และกลวิธีในระหว่างการเล่น และการแข่งขันกีฬากับผู้อื่น ความรับผิดชอบระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย และการเล่นกีฬาเป็นทีม การออกกำลังกายทดสอบสมรรถภาพร่างกายและการเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีม รวมทั้งการยอมรับ และการเห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็นประจำสม่ำเสมอ การเลือกเล่นกีฬา และการออกกำลังกายตามความเหมาะสมของสถานที่ และท้องถิ่น เช่น ฟุตบอล ฟุตซอล วอลเลย์บอล ตะกร้อ เป็นต้น

การปฏิบัติตนเป็นผู้มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันกีฬา และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา ทั้งในการเล่น การดู และการแข่งขัน

โดยใช้ทักษะ**การคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา ทักษะด้านการสร้างสรรค์ และนวัตกรรม ทักษะด้านความร่วมมือ การทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ ทักษะด้านการสื่อสารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ ความยืดหยุ่นและการปรับตัว การริเริ่มสร้างสรรค์และการเป็นตัวของตัวเอง ทักษะสังคม และสังคมข้ามวัฒนธรรม ภาวะผู้นำและความรับผิดชอบ การเป็นผู้สร้างหรือผู้ผลิต และความรับผิดชอบเชื่อถือได้**

เพื่อให้เกิด**ความสามารถในการสื่อสาร ความสามารถในการคิด ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ความสามารถในการแก้ปัญหาและความสามารถในการใช้เทคโนโลยี**

พร้อมทั้งมีความ**รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ อยู่อย่างพอเพียง มุ่งมั่นในการทำงาน รักความเป็นไทย มีจิตสาธารณะ มีความเป็นสุภาพบุรุษอัสสัมชัญ**