

แผนการวัดผลประเมินผลตามมาตรฐาน/ตัวชี้วัด
อัตราส่วนคะแนนระหว่างเรียน : ปลายภาคเรียน = ๙๐ : ๑๐
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ สารวิชา สุขศึกษา พ ๒๑๑๐๑
นางสาวสาลิรัตน์ ทองขาว

การวัดผล	สัปดาห์ที่/ วันที่	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สัดส่วนคะแนน				รวม คะแนน	ชิ้นงานที่ มอบหมาย	วิธีการ/รูปแบบของ เครื่องมือในการวัดผล
			K	P	A	C			
ก่อนสอบ กลางภาค ๔๐ คะแนน	๑-๖	พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโต และพัฒนาของมนุษย์ ตัวชี้วัด ๑. อธิบายความสำคัญของระบบประสาท และ ระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การ เจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น ๒. อธิบายวิธีการดูแลรักษาระบบประสาทและ ระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ	๘	๗	-มีวินัย -ใฝ่เรียนรู้ -มุ่งมั่นในการทำงาน	-การคิด -ทักษะชีวิต	๑๕	-ใบงาน -แผนผังความคิด -สรุปเนื้อหา บทเรียน	-แบบประเมินชิ้นงาน -แบบประเมินแผนผัง ความคิด -แบบทดสอบ
	๗-๑๒	พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโต และพัฒนาของมนุษย์ ตัวชี้วัด ๑. วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกาย ของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน ๒.แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้ เจริญเติบโตสมวัย พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริม สุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและ	๘	๗	-มีวินัย -ตรงต่อเวลา -ใฝ่เรียนรู้	-การคิด -ทักษะชีวิต	๑๕	-ใบงาน -แผนผังความคิด -ทดสอบ	-แบบประเมินชิ้นงาน -แบบประเมินแผนผัง ความคิด -แบบทดสอบ

		การสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ							
การวัดผล	สัปดาห์ที่/ วันที่	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สัดส่วนคะแนน				รวม คะแนน	ชิ้นงานที่ มอบหมาย	วิธีการ/รูปแบบของ เครื่องมือในการวัดผล
			K	P	A	C			
		ตัวชี้วัด ๑. ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์ มาตรฐาน							
	๑๓-๑๕	พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต ตัวชี้วัด ๑. อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทาง ร่างกายจิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ อย่างเหมาะสม	๕	๕	-รับผิดชอบ -ใฝ่เรียนรู้	-การคิด -ทักษะชีวิต -การสื่อสาร	๑๐	-ใบงาน -แผนผังความคิด -สรุปเนื้อหา บทเรียน	-แบบประเมินชิ้นงาน -แบบประเมินแผนผัง ความคิด -แบบทดสอบ
รวมคะแนนก่อนสอบกลางภาค							๔๐		
สอบกลาง ภาค ๑๐ คะแนน		๑. อธิบายความสำคัญของระบบประสาท และ ระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การ เจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น ๒. อธิบายวิธีการดูแลรักษาระบบประสาทและ ระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ ๓. วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกาย ของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน ๔.แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้ เจริญเติบโตสมวัย ๕. ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์					๑๐	ทดสอบ	แบบทดสอบ

		มาตรฐาน							
--	--	---------	--	--	--	--	--	--	--

การวัดผล	สัปดาห์ที่/ วันที่	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สัดส่วนคะแนน				รวม คะแนน	ชิ้นงานที่ มอบหมาย	วิธีการ/รูปแบบของ เครื่องมือในการวัดผล
			K	P	A	C			
		๖. อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม							
รวมคะแนนสอบกลางภาค							๑๐		
ก่อนสอบ ปลายภาค ๔๐ คะแนน	๑๖-๑๗	พ.๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัวยุคศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต ตัวชี้วัด ๑. แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	๑๐	๑๐	-มีวินัย -มีความรับผิดชอบ -ใฝ่เรียนรู้	-การคิด -ทักษะชีวิต -การสื่อสาร	๒๐	-ใบงาน -แผนผังความคิด -ทดสอบ	-แบบประเมินชิ้นงาน -แบบทดสอบ
	๑๘-๒๐	พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ ตัวชี้วัด ๑. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย ๒. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากการภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ	๑๐	๑๐	-มีวินัย -ตรงต่อเวลา -มีความรับผิดชอบ	-การคิด -ทักษะชีวิต	๒๐	-ใบงาน -แผนผังความคิด -สรุปเนื้อหาบทเรียน	-แบบประเมินชิ้นงาน -แบบประเมินแผนผังความคิด -แบบทดสอบ

รวมคะแนนหลังสอบกลางภาค						๔๐			
รวมคะแนนระหว่างเรียน						๙๐			
การวัดผล	สัปดาห์ที่/ วันที่	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สัดส่วนคะแนน				รวม คะแนน	ชิ้นงานที่ มอบหมาย	วิธีการ/รูปแบบของ เครื่องมือในการวัดผล
			K	P	A	C			
สอบปลาย ภาค ๑๐ คะแนน		๑. แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเอง จากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ ๒. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย ๓. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากการภาวะ โภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ					๑๐	ทดสอบ	แบบทดสอบ
รวมคะแนนสอบปลายภาค						๑๐			
รวมคะแนนทั้งหมด						๑๐๐			