

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

| การวัดผล                           | สัปดาห์ที่/วันที่ | มาตรฐาน/ตัวชี้วัด   | สัดส่วนคะแนน |   |   |                        | รวมคะแนน | ชิ้นงานที่มอบหมาย                                   | วิธีการ/รูปแบบของเครื่องมือในการวัดผล                       |
|------------------------------------|-------------------|---|--------------|---|---|------------------------|----------|---|---|
|                                    |                   |   | K            | P | A   | C                      |          |   |   |
| ก่อนสอบ<br>กลาง<br>ภาค ๔๐<br>คะแนน | ๑-๔               | พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาของมนุษย์<br>ตัวชี้วัด<br>๑. อธิบายความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น<br>๒. อธิบายวิธีการดูแลรักษาระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ | ๑๐           | ๕ | -มีวินัย<br>-ใฝ่เรียนรู้<br>-มุ่งมั่นในการทำงาน | -การคิด<br>-ทักษะชีวิต | ๑๕       | -ใบงาน<br>-แผนผังความคิด<br>-สรุปเนื้อหา<br>บทเรียน | -แบบประเมินชิ้นงาน<br>-แบบประเมินแผนผังความคิด<br>-แบบทดสอบ |
|                                    | ๕-๗               | พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง<br>ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต<br>ตัวชี้วัด<br>๑. อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจอารมณ์และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม   | ๕            | ๕ | -มีวินัย<br>-ตรงต่อเวลา<br>-ใฝ่เรียนรู้         | -การคิด<br>-ทักษะชีวิต | ๑๐       | -ใบงาน<br>-แผนผังความคิด<br>-ทดสอบ                  | -แบบประเมินชิ้นงาน<br>-แบบประเมินแผนผังความคิด<br>-แบบทดสอบ |

| การวัดผล                            | สัปดาห์ที่/<br>วันที่   | มาตรฐาน/ตัวชี้วัด  | สัดส่วนคะแนน |   |                            |                                       | รวม<br>คะแนน | ชั้นงานที่<br>มอบหมาย                            | วิธีการ/รูปแบบของ<br>เครื่องมือในการ<br>วัดผล                   |
|-------------------------------------|---|--|--------------|---|----------------------------|---------------------------------------|--------------|--|---|
|                                     |   |  | K            | P | A                          | C                                     |              |  |   |
|                                     | ๘-๑๐  | พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโต<br>และพัฒนาของมนุษย์<br><b>ตัวชี้วัด</b><br>๑. วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทาง<br>ร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน<br>๒. แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้<br>เจริญเติบโตสมวัย | ๑๐           | ๕ | -รับผิดชอบ<br>-ใฝ่เรียนรู้ | -การคิด<br>-ทักษะชีวิต<br>-การสื่อสาร | ๑๕           | -ไปงาน<br>-แผนผังความคิด<br>-สรุบน้ำห<br>บทเรียน | -แบบประเมินชั้นงาน<br>-แบบประเมินแผนผัง<br>ความคิด<br>-แบบทดสอบ |
| <b>รวมคะแนนก่อนสอบกลางภาค</b>       |   |  |              |   |                            | ๔๐                                    |              |  |   |
| <b>สอบกลาง<br/>ภาค ๑๐<br/>คะแนน</b> | ๑. อธิบายความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและ<br>พัฒนาการของวัยรุ่น<br>๒. อธิบายวิธีการดูแลรักษาระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ<br>๓. อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจอารมณ์และพัฒนาการทางเพศอย่าง<br>เหมาะสม<br>๔. วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน<br>๕. แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัยมาตรฐาน |  | ๑๐           |   |                            |                                       | ๑๐           | ทดสอบ  | แบบทดสอบ  |
| <b>รวมคะแนนสอบกลางภาค</b>           |   |  |              |   |                            | ๑๐                                    |              |  |   |

| การวัดผล                           | สัปดาห์ที่/<br>วันที่ | มาตรฐาน/ตัวชี้วัด  | สัดส่วนคะแนน |    |   |                                       | รวม<br>คะแนน | ชิ้นงานที่<br>มอบหมาย                               | วิธีการ/รูปแบบของ<br>เครื่องมือในการ<br>วัดผล                   |
|------------------------------------|-----------------------|--|--------------|----|---|---------------------------------------|--------------|---|---|
|                                    |                       |  | K            | P  | A   | C                                     |              |   |   |
| ก่อนสอบ<br>ปลาย<br>ภาค ๔๐<br>คะแนน | ๑๑-๑๔                 | พ.๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง<br>ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการ<br>ดำเนินชีวิต<br>ตัวชี้วัด<br>๑. อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง<br>ทางร่างกายจิตใจอารมณ์และพัฒนาการทาง<br>เพศอย่างเหมาะสม<br>๒. แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเอง<br>จากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ | ๑๐           | ๑๐ | -มีวินัย<br>-มีความ<br>รับผิดชอบ<br>-ใฝ่เรียนรู้    | -การคิด<br>-ทักษะชีวิต<br>-การสื่อสาร | ๒๐           | -ใบงาน<br>-แผนผังความคิด<br>-ทดสอบ                  | -แบบประเมินชิ้นงาน<br>-แบบทดสอบ                                 |
|                                    | ๑๕-๑๘                 | พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้าง<br>เสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกัน<br>โรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อ<br>สุขภาพตัวชี้วัด<br>๑. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย  | ๕            | ๕  | -มีวินัย<br>-ตรงต่อ<br>เวลา<br>-มีความ<br>รับผิดชอบ | -การคิด<br>-ทักษะชีวิต                | ๑๐           | -ใบงาน<br>-แผนผังความคิด<br>-สรุปเนื้อหา<br>บทเรียน | -แบบประเมินชิ้นงาน<br>-แบบประเมินแผนผัง<br>ความคิด<br>-แบบทดสอบ |

| การ<br>วัดผล                             | สัปดาห์ที่/<br>วันที่  | มาตรฐาน/ตัวชี้วัด  | สัดส่วนคะแนน |   |  |                        | รวม<br>คะแนน | ชั้นงานที่<br>มอบหมาย                               | วิธีการ/รูปแบบของ<br>เครื่องมือในการ<br>วัดผล                   |
|--|--|--|--------------|---|--|------------------------|--------------|---|---|
|  |  |  | K            | P | A  | C                      |              |   |   |
|  | ๑๙-๒๐  | พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพตัวชี้วัด<br>๑. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากการภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ | ๕            | ๕ | -มีวินัย<br>-ตรงต่อ<br>เวลา<br>-มีความ<br>-รับผิดชอบ | -การคิด<br>-ทักษะชีวิต | ๑๐           | -ไปงาน<br>-แผนผังความคิด<br>-สรุปเนื้อหา<br>บทเรียน | -แบบประเมินชั้นงาน<br>-แบบประเมินแผนผัง<br>ความคิด<br>-แบบทดสอบ |
| <b>รวมคะแนนหลังสอบกลางภาค</b>            |  |  |              |   |  | ๔๐                     |              |   |   |
| <b>รวมคะแนนระหว่างเรียน</b>              |  |  |              |   |  | ๙๐                     |              |   |   |
| <b>สอบ<br/>ปลาย<br/>ภาค ๑๐<br/>คะแนน</b> | ๑. อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจอารมณ์และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม<br>๒. แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ<br>๓. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย<br>๔. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากการภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ |  |              |   |  | ๑๐                     | ทดสอบ        | แบบทดสอบ  |   |
| <b>รวมคะแนนสอบปลายภาค</b>                |  |  |              |   |  | ๑๐                     |              |   |   |
| <b>รวมคะแนนทั้งหมด</b>                   |  |  |              |   |  | ๑๐๐                    |              |   |   |