

บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้
รหัสวิชา 2567-20000-1603 รายวิชา พลศึกษาเพื่อพัฒนาสุขภาพ
เทคโนโลยีธุรกิจดิจิทัล เทคโนโลยีธุรกิจดิจิทัล/1 2567 (ชท.1/1)
ครูผู้สอน นายวัฒนา ศิลศิริ จำนวน
วันที่ 11 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 4 จำนวน 34 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

หลักการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

-ความหมายของสมรรถภาพทางกาย

-ประโยชน์ของการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

-องค์ประกอบของการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 11 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 4 จำนวน 34 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

หลักการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

-ความหมายของสมรรถภาพทางกาย

-ประโยชน์ของการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

-องค์ประกอบของการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

-ออกกำลังกาย

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 11 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 4 จำนวน 34 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

หลักการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

-ความหมายของสมรรถภาพทางกาย

-ประโยชน์ของการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

-องค์ประกอบของการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นางสาวนันท์ภัทร แก้วกรุด (ขาดเรียน) ,

วันที่ 12 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 5 จำนวน 34 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

กฎ-กติกา กีฬา วอลเลย์บอล

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

วันที่ 12 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 5 จำนวน 34 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

กฎ-กติกา กีฬา วอลเลย์บอล

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

วันที่ 12 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 5 จำนวน 34 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

กฎ-กติกา กีฬา วอลเลย์บอล

-ฝึกปฏิบัติ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 13 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 5 จำนวน 34 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

กฎ-กติกา กีฬา วอลเลย์บอล

-จัดตารางการแข่งขัน

-ฝึกปฏิบัติทักษะกีฬา วอลเลย์บอล

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 13 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 5 จำนวน 34 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

กฎ-กติกา กีฬา วอลเลย์บอล

-จัดตารางการแข่งขัน

-ฝึกปฏิบัติทักษะกีฬา วอลเลย์บอล

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 14 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 5 จำนวน 34 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

กฎ-กติกา กีฬาบอลเลย์บอล

- จัดตารางการแข่งขัน

- ฝึกปฏิบัติทักษะกีฬาบอลเลย์บอล

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นางสาวนันท์ฉัตร แก้วกรุด (ขาดเรียน) ,

วันที่ 14 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 5 จำนวน 34 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

กฎ-กติกา กีฬาบอลเลย์บอล

- จัดตารางการแข่งขัน

- ฝึกปฏิบัติทักษะกีฬาบอลเลย์บอล

- สอบ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นางสาวนันท์ฉัตร แก้วกรุด (ขาดเรียน) ,

วันที่ 14 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 5 จำนวน 34 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

กฎ-กติกา กีฬา วอลเลย์บอล

- จัดตารางการแข่งขัน

- ฝึกปฏิบัติทักษะ กีฬา วอลเลย์บอล

- สอบ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นางสาวนันท์ตร แก้วกรุด (ขาดเรียน) ,

วันที่ 15 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 5 จำนวน 34 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

กฎ-กติกา กีฬา วอลเลย์บอล

- จัดตารางการแข่งขัน

- ฝึกปฏิบัติทักษะ กีฬา วอลเลย์บอล

- สอบ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

วันที่ 15 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 5 จำนวน 34 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

กฎ-กติกา กีฬาบอลเลย์บอล

- จัดตารางการแข่งขัน

- ฝึกปฏิบัติทักษะกีฬาบอลเลย์บอล

สอบ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

(นายวัฒนา ศิลศิริ)

5 มีนาคม 2568

ลงชื่อ.....หัวหน้าแผนก

(.....)

.....

ลงชื่อ.....นายรองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

(นายประพจน์ พฤษณะ)

.....

ลงชื่อ.....นายผู้อำนวยการวิทยาลัยการอาชีพบางสะพาน

(นายนิมิตร ศรีชาติ)

.....