

บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้
รหัสวิชา 2567-20000-1603 รายวิชา พลศึกษาเพื่อพัฒนาสุขภาพ
ช่างกลโรงงาน ช่างกลโรงงาน/1 2567 (ชก.1/1)
ครูผู้สอน นายวัฒนา ศิลศิริ จำนวน
วันที่ 18 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 5 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 3 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดการการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ-การเลี้ยงบอลการส่งบอล-ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายกิตติธร ม่วงพรม (ขาดเรียน) , นายชนวรรณ สุขสวัสดิ์ (ขาดเรียน) , นายชาคริต คงกล้า (ขาดเรียน) , นายธนากร อินทอง (ขาดเรียน) , นายปัฏวิ สุวรรณ (ลาป่วย) ,

วันที่ 18 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 5 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 3 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดการการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ-การเลี้ยงบอลการส่งบอล-ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายกิตติธร ม่วงพรม (ขาดเรียน) , นายชนวรรณ สุขสวัสดิ์ (ขาดเรียน) , นายชาคริต คงกล้า (ขาดเรียน) , นายปฐวี สุวรรณ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 18 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 5 จำนวน 18 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
 - ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
 - ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
 - องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
 - ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดการการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ-การเลี้ยงบอลการส่งบอล-ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ
-

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายปฐวี สุวรรณ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 19 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 6 จำนวน 18 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
 - ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
 - ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
 - องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
 - ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดการการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ-การเลี้ยงบอลการส่งบอล-ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ
-

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย
นายทีปกร พิมเสน (ขาดเรียน) , นายปฐวี สุวรรณ (ลาป่วย) ,

วันที่ 19 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 6 จำนวน 18 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
 - ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
 - ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
 - องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
 - ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดการการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ-การเลี้ยงบอลการส่งบอล-ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ
 - ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
-

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย
นายทีปกร พิมเสน (ขาดเรียน) , นายปฐวี สุวรรณ (ลาป่วย) ,

วันที่ 19 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 6 จำนวน 18 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
 - ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
 - ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
 - องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
 - ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดการการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ-การเลี้ยงบอลการส่งบอล-ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ
 - ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
-

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายปฐวี สุวรรณ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 20 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 6 จำนวน 18 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
 - ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
 - ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
 - องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
 - ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ-การเลี้ยงบอลการส่งบอล-ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ
 - ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
-

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายปฐวี สุวรรณ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 20 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 6 จำนวน 18 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
 - ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
 - ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
 - องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
 - ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ-การเลี้ยงบอลการส่งบอล-ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ
 - ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
-

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย
นายปัฏวิ สุวรรณ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 21 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 6 จำนวน 18 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ-การเลี้ยงบอลการส่งบอล-ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ
- ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย
นายปัฏวิ สุวรรณ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 21 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 6 จำนวน 18 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ-การเลี้ยงบอลการส่งบอล-ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ
- ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายปฐวี สุวรรณ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 21 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 6 จำนวน 18 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดการการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ-การเลี้ยงบอลการส่งบอล-ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ
- ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายทินภัทร เทพสุนา (ขาดเรียน) , นายปฐวี สุวรรณ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 22 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 6 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 2 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี

-ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ-การเลี้ยงบอลการส่งบอล-ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ
-ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายณัฐกร พูลสวัสดิ์ (ขาดเรียน) , นายณัฐชัย สิริ (ขาดเรียน) , นายธนากร อินทอง (ขาดเรียน) , นายปฐวี สุวรรณ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 22 พฤศจิกายน 2567 สัปดาห์ที่ 6 จำนวน 18 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ-การเลี้ยงบอลการส่งบอล-ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ
- ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายปฐวี สุวรรณ (ขาดเรียน) ,

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

(นายวัฒนา ศิลศิริ)

5 มีนาคม 2568

ลงชื่อ.....หัวหน้าแผนก

(.....)

.....

ลงชื่อ.....นายรองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

(นายประพจน์ พุฒชนะ)

.....

ลงชื่อ.....นายผู้อำนวยการวิทยาลัยการอาชีพบางสะพาน

(นายนิมิตร ศรีชัย)

.....