

บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้
รหัสวิชา 2567-20000-1603 รายวิชา พลศึกษาเพื่อพัฒนาสุขภาพ
เทคโนโลยีธุรกิจดิจิทัล เทคโนโลยีธุรกิจดิจิทัล/2 2567 (ชท.1/2)
ครูผู้สอน นายวัฒนา ศิลศิริ จำนวน
วันที่ 2 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 7 จำนวน 36 คน ขาดเรียน 4 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬา-หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาวอลเลย์บอล-การจัดตารางการแข่งขัน-หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาวอลเลย์บอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาวอลเลย์บอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ-การจัดตารางการแข่งขัน-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นางสาวกมลน ทองอ่อน (ขาดเรียน) , นางสาวทันยา เหลืออัน (ขาดเรียน) , นางสาววิภาวดี ศัญศิริ (ขาดเรียน) , นางสาวอภิญญา สุขขวัญ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 2 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 7 จำนวน 36 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย

- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาโอลิมปิก-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 2 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 7 จำนวน 36 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาโอลิมปิก-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 3 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 8 จำนวน 36 คน ขาดเรียน 5 คน , สาย 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาโอลิมปิก-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นางสาวพุดินา ทราชแก้ว (ขาดเรียน) , นางสาววิภาวดี สันยุศิริ (ขาดเรียน) , นางสาวสุกัสนรา ทองคำ (ขาดเรียน) , นางสาวอภิษฎา สุขขวัญ (ขาดเรียน) , นางสาวอรสา นุ่มเขียว (ขาดเรียน) , นางสาวมะลิ - (สาย) ,

วันที่ 3 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 8 จำนวน 36 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาโอลิมปิก-การจัดการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 3 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 8 จำนวน 36 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
 - ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
 - ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
 - องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
 - ประวัติกีฬาโอลิมปิก-การจัดการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ
-

วันที่ 4 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 8 จำนวน 36 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาวอลเลย์บอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตซอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 4 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 8 จำนวน 36 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาวอลเลย์บอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตซอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 5 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 8 จำนวน 36 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาวอลเลย์บอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตซอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 5 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 8 จำนวน 36 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
 - ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
 - ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
 - องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
 - ประวัติกีฬาโอลิมปิก-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ
-

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 5 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 8 จำนวน 36 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
 - ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
 - ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
 - องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
 - ประวัติกีฬาโอลิมปิก-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ
-

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 6 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 8 จำนวน 36 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาวอลเลย์บอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตซอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 6 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 8 จำนวน 36 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาวอลเลย์บอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตซอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

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)
.....