

บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้
รหัสวิชา 2567-20000-1603 รายวิชา พลศึกษาเพื่อพัฒนาสุขภาพ
ช่วงย่นต์ ช่วงย่นต์/3 2567 (ชย.1/3)
ครูผู้สอน นายวัฒนา ศิลศิริ จำนวน
วันที่ 9 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 8 จำนวน 16 คน ขาดเรียน 3 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดการการแข่งขันกีฬามืออาชีพ-ทดสอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายมงคลชัย นนทะใส (ขาดเรียน) , นายรัฐศาสตร์ เพ็ชรแก้ว (ขาดเรียน) , นายศรัณย์ภัทร สุขมงคลสถาพร (ขาดเรียน) , นายสถาพร กรีกกรอง (ขาดเรียน) , นายอภิชาติ ทิพชาติ (ขาดเรียน) , นายอภิชาติ อู่เยี่ยม (ขาดเรียน) ,

วันที่ 9 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 8 จำนวน 16 คน ขาดเรียน 3 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดการการแข่งขันกีฬามืออาชีพ-ทดสอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายมงคลชัย นนทะใส (ขาดเรียน) , นายรัฐศาสตร์ เพ็ชรแก้ว (ขาดเรียน) , นายศรัณย์ภัทร สุขมงคลสถาพร (ขาดเรียน) ,

วันที่ 9 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 8 จำนวน 16 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 10 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 9 จำนวน 16 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 10 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 9 จำนวน 16 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย

-องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
-ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 11 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 9 จำนวน 16 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 11 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 9 จำนวน 16 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายวัชรพล คงคา (ขาดเรียน) , นายสถาพร กรีกกรอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 12 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 9 จำนวน 16 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

-หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย

-ความหมายของสมรรถภาพทางกาย

-ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย

-องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี

-ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ-ออกกำลังกาย

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายอภิชาติ ทิพชาติ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 12 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 9 จำนวน 16 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

-หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย

-ความหมายของสมรรถภาพทางกาย

-ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย

-องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี

-ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายอภิชาติ ทิพชาติ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 12 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 9 จำนวน 16 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

-หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย

-ความหมายของสมรรถภาพทางกาย

-ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย

-องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี

-ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายอภิชาติ ทิพชาติ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 13 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 9 จำนวน 16 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

-หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย

-ความหมายของสมรรถภาพทางกาย

-ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย

-องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี

-ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดตารางการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

วันที่ 13 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 9 จำนวน 16 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 13 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 9 จำนวน 16 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
 - ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
 - ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
 - องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
 - ประวัติกีฬาฟุตซอล-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 ศรีภักย์)

.....