

บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้
รหัสวิชา 20000-1603 รายวิชา พลศึกษาเพื่อพัฒนาสุขภาพ
ช่างยนต์ ยานยนต์/4 2566 (ชย.2/4)
ครูผู้สอน นายวัฒนา ศิลศิริ จำนวน
วันที่ 16 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 9 จำนวน 9 คน ขาดเรียน 3 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายมรรษกร มณีโสธร (ขาดเรียน) , นายสิริวิชญ์ อุปถัมภ์ (ขาดเรียน) , นายอ่องโท - (ขาดเรียน) , นายอัมฤฎากร ศรีภิรมย์ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 16 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 9 จำนวน 9 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายมรรษกร มณีโสทร (ขาดเรียน) ,

วันที่ 16 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 9 จำนวน 9 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 17 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 9 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 17 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 9 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 17 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 9 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 18 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 9 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 18 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 9 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 19 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 9 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 19 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 9 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 19 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 9 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

วันที่ 20 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 9 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

- หลักการสร้างสมรรถภาพทางกาย
- ความหมายของสมรรถภาพทางกาย

- ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย
- องค์ประกอบของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
- ประวัติกีฬาฟุตบอล-การจัดการการแข่งขันกีฬาฟุตบอล-สอบปฏิบัติ--ทำแบบฝึกหัดในหนังสือ

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายณัฐพงศ์ ผลหิรัญ (ขาดเรียน) , นายปณายุธ ส้อมน้อย (ขาดเรียน) , นายพงศกร มหากลั่น (ขาดเรียน) , นายพงษ์พัทธ์ แพรพันธ์ (ขาดเรียน) , นางสาวพิมพ์ชนก เชิดทอง (ขาดเรียน) , นายภควัด เอี่ยมสะอาด (ขาดเรียน) , นายภาณุวัฒน์ ทวีจรัสชัย (ขาดเรียน) , นายอัษฎากร ศรีภิรมย์ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 20 ธันวาคม 2567 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 9 คน

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

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

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

(นายวัฒนา ศิลศิริ)

5 มีนาคม 2568

ลงชื่อ.....หัวหน้าแผนก
(.....)
.....

ลงชื่อ.....นายรองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ
(นายประพจน์ พุฒชนะ)
.....

ลงชื่อ.....นายผู้อำนวยการวิทยาลัยการอาชีพบางสะพาน
(นายนิมิตร ศรีชัย)
.....