

หลักสูตรวิชามวยไทย

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา



โรงเรียนบ้านบางคลอง(ราษฎร์อุทิศ)
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุโขทัย เขต ๑

คำนำ

หลักสูตรวิชามวยไทย ฉบับนี้เป็นแนวทางในการขับเคลื่อนกีฬามวยไทยในสถานศึกษา ในการจัดทำหลักสูตรมวยไทย ได้พยายามกลั่นกรองเลือกสรรเนื้อหาสาระ และกิจกรรมการเรียนการสอน เพื่อนำสาระมวยไทยเฉพาะที่เป็นมวยไทยศึกษา (Muaythai Education) ที่ถูกต้องแท้จริง ให้นักเรียนได้รับประโยชน์ เกิดการพัฒนาด้านความรู้ เจตคติ ทักษะ สุขภาพ สมรรถภาพและคุณลักษณะที่พึงงาม ตลอดจนปลูกฝัง คุณธรรม ความรักและความภูมิใจ ในชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และความเป็นคนไทย

กิจกรรมการเรียนการสอนเป็นการนำเสนอรูปแบบการแสดงออกในการรักษาสุขภาพที่ยั่งยืนสร้างเสริมสุขภาพ ปลูกฝังกิจนิสัยในการออกกำลังกาย ให้เห็นความสวยงาม ความสุนทรีภาพในศิลปะมวยไทย สามารถป้องกันการกดขี่ ข่มเหงและล่วงละเมิดสิทธิสตรี เด็กและเยาวชน ตลอดจนผู้ที่อ่อนแอกว่าได้ โดยหลีกเลี่ยงกิจกรรมการประลองและแข่งขันมวยไทยอย่างจริงจัง

นายบุญเกิด เพือกใต้ และคณะครู
โรงเรียนบ้านบางคลอง(ราษฎร์อุทิศ)

หลักสูตรวิชามวยไทย จัดให้อยู่ในกลุ่มสาระการเรียนรู้กลุ่มที่ ๕ ของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.๒๕๖๐) มวยไทยอยู่ในสาระที่เป็นองค์ความรู้ของกลุ่มสุขศึกษาและพลศึกษา ดังปรากฏใน

สาระที่ ๓,๔ และ ๕

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหวการออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬาปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ

การป้องกันโรคและการส่งเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยของชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ

การใช้จ่ายสารเสพติดและความรุนแรงโดยจัดให้มีการเรียนการสอนทุกระดับชั้น การเรียนมีทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ เน้นความรู้ เจตคติ ทักษะ สุขภาพ สมรรถภาพและคุณลักษณะแตกต่างกันไปตามพัฒนาการของผู้เรียน

จุดมุ่งหมายของการเรียนมวยไทย

เมื่อจบการศึกษาขั้นพื้นฐานแล้ว ผู้เรียนจะมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องมีเจตคติและค่านิยมที่ดีในการสร้างเสริมสุขภาพและศักยภาพ ตลอดจนการดำรงสุขภาพ จนเป็นกิจนิสัย มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการรักษาและชื่นชมในสุนทรียภาพของการออกกำลังกายแบบไทย ซึ่งพอจะสรุปเป็นผลการเรียนรู้ได้ดังนี้

๑. ความรู้ความเข้าใจ
๒. ทักษะ
๓. เจตคติ
๔. สุขภาพ
๕. สมรรถภาพ
๖. คุณลักษณะ

โครงสร้างของการจบการศึกษา

สาระของมวยไทย อยู่ในสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ซึ่งแบ่งเป็น

๑. สาระพื้นฐาน ซึ่งเป็นได้ทั้งวิชาบังคับเลือก และวิชาเลือกเสรี
๒. สาระเพิ่มเติม โดยจัดอยู่ในวิชาเลือก ซึ่งทางโรงเรียนจะต้องจัดทำสาระและมาตรฐานเอง
๓. กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน
 - ๓.๑ กิจกรรมแนะแนว
 - ๓.๒ กิจกรรมนักเรียน

สาระของมวยไทยอยู่ในสาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย กีฬาสากล และอยู่ในมาตรฐาน พ ๓.๑ และ พ ๓.๒ ซึ่งเป็นประเภทกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา เช่น การเคลื่อนไหว เบื้องต้น เกม กิจกรรมเข้าจังหวะ กิจกรรมการสอนและสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย กีฬาไทย (มวยไทย ตะกร้อ กระบี่กระบอง ฯลฯ) กีฬาสากล การละเล่นพื้นเมือง กิจกรรมนันทนาการและกีฬาสมัยนิยม

โครงสร้างของการจัดการหลักสูตรและการเรียนรู้มวยไทยในสถานศึกษา

สาระของมวยไทยซึ่งอยู่ในสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา สามารถจัดการหลักสูตรและการเรียนรู้ได้ ๓ แบบ คือ

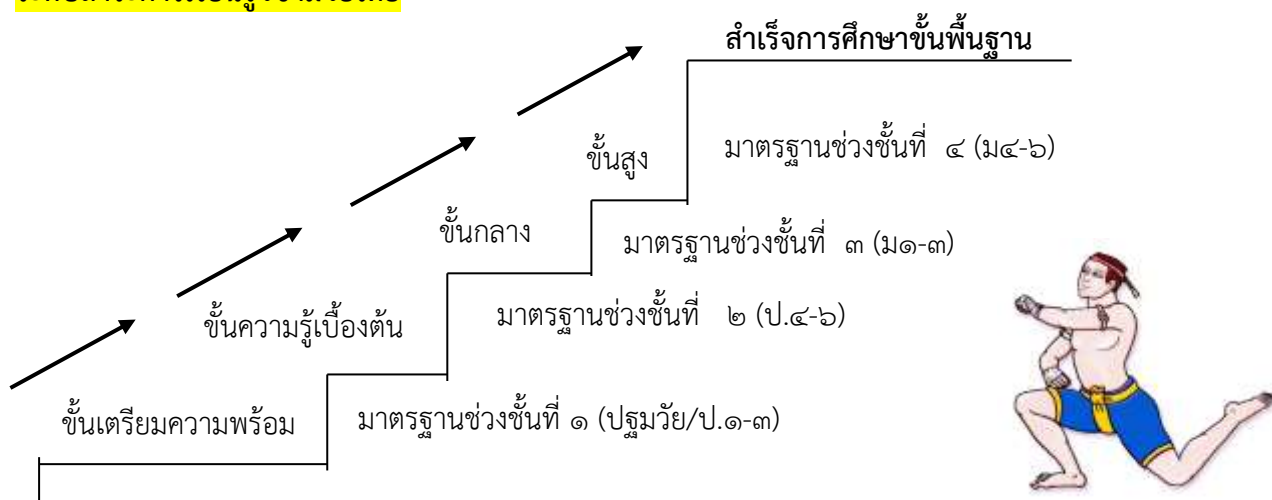
๑. สาระพื้นฐาน ซึ่งเป็นได้ทั้งลักษณะบังคับ บังคับเลือกและเลือกเสรี
๒. สาระเพิ่มเติม จัดอยู่ในลักษณะเลือก ซึ่งทางโรงเรียนจะต้องจัดทำสาระและมาตรฐานการเรียนรู้เอง
๓. กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน
 - ๓.๑ กิจกรรมแนะแนว
 - ๓.๒ กิจกรรมนักเรียน (มวยไทย)

เนื้อหาสาระของมวยไทยโดยตรงจัดอยู่ใน สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย กีฬาสากล (มาตรฐาน ๓.๑ , ๓.๒)

เวลาเรียน

การจัดสุขศึกษาและพลศึกษาไว้ในโครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา โดยการจัดการสอนสาระรายวิชาเพิ่มเติมหลักสูตรวิชามวยไทย ใช้เวลาการเรียนรู้ ๔๐ ชั่วโมง

ระดับสาระการเรียนรู้วิชามวยไทย



แผนภาพ แสดงระดับสาระการเรียนรู้มวยไทยในแต่ละช่วงชั้น

สาระการเรียนรู้มวยไทยมีมากมายทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติแบ่งเป็นระดับเนื้อหาตามความเหมาะสม สอดคล้องกับหลักการทางกายวิภาคสรีรวิทยา จิตวิทยาและสังคมวิทยา ได้ ๔ ระดับ ดังนี้

๑. ระดับเตรียมความพร้อมเพื่อที่จะเรียนมวยไทย (Per-Muaythai) ระดับชั้นปฐมวัย/ระดับชั้น ป.๑-๓
๒. ระดับความรู้เบื้องต้น (Muaythai for Beginner) ระดับชั้น ป.๔-๖
๓. ระดับกลาง (Intermediate Muaythai) ระดับชั้น ม.๑-๓
๔. ระดับสูง (Advance Muaythai) ระดับชั้น ม.๔-๖

ผลการเรียนรู้กีฬาวีซามวยไทย จำนวน ๔๐ ชั่วโมง
ระดับปฐมวัย และระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน (ชั้นประถมศึกษา ป.๑-๖)



แผนการจัดประสบการณ์ ระดับปฐมวัย

แผนการจัดประสบการณ์

รายวิชามวยไทย

ระดับปฐมวัย

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและศึกษา

เวลา ๔๐ ชั่วโมง จำนวน หน่วยกิต

ศึกษาหลักการรูปแบบการเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ ให้มีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมการออกกำลังกาย
ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬามวยไทย การใช้ทักษะพื้นฐาน การไหว้ครู การจดมวย หรืออาจนำกิจกรรมพลศึกษาอื่นๆ ที่มี
คุณค่าเท่าเทียมมาแทนได้ตามความเหมาะสม

เห็นความสำคัญในการเรียนรู้ตามแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง อนุรักษ์ศิลปมวยไทย การไหว้ครู
การเสริมสร้างสุขภาพ เพื่อให้รู้หลักและวิธีออกกำลังกายได้ถูกต้อง มีทักษะพื้นฐานกีฬามวยไทย มีสมรรถภาพทางกาย
อารมณ์ สังคมและจิตใจ มีคุณธรรม มีระเบียบวินัย เห็นคุณค่าและนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ระดับอนุบาล ผลการเรียนรู้ ๓ ข้อ

๑. ปฏิบัติทักษะ การกำหนด การจดมวย (๑๒ ชม.)
๒. ปฏิบัติทักษะ การเคลื่อนที่ของเท้าได้ (๑๒ ชม.)
๓. แสดงการไหว้ กราบแบบเบญจางคประดิษฐ์ ไหว้ครูมวยไทยได้ (๑๐ ชม.)

คำอธิบายรายวิชา

มวยไทย

รายวิชาเพิ่มเติม

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๓

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและศึกษา

เวลา ๔๐ ชั่วโมง จำนวน หน่วยกิต

ศึกษาหลักการรูปแบบการเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ ให้มีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมการออกกำลังกาย ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬามวยไทย การใช้ทักษะพื้นฐาน การไหว้ครู การจดมวย การใช้หมัด เท้า เข่า ศอก การป้องกัน การโต้ตอบ หรืออาจนำกิจกรรมพลศึกษาอื่นๆ ที่มีคุณค่าเท่าเทียมมาแทนได้ตามความเหมาะสม

เห็นความสำคัญในการเรียนรู้ตามแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง อนุรักษ์ศิลปมวยไทย การไหว้ครู และการรำมวยไทย คีตะมวยไทย การเสริมสร้างสุขภาพและป้องกันตัว เพื่อให้รู้หลักและวิธีออกกำลังกายได้ถูกต้อง มีทักษะพื้นฐานกีฬามวยไทย มีสมรรถภาพทางกาย อารมณ์ สังคมและจิตใจ มีคุณธรรม มีระเบียบวินัย เห็นคุณค่าและนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ระดับประถมศึกษาตอนต้น (ป.๑-๓) ผลการเรียนรู้ ๘ ข้อ

๑. อธิบายความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬามวยไทยได้ถูกต้อง (๒ ชม.)
๒. ปฏิบัติทักษะ การกำหมัด การจดมวย การเคลื่อนที่ของเท้าได้ถูกต้อง (๖ ชม.)
๓. ปฏิบัติทักษะการใช้หมัดตรง ได้ถูกต้อง (๖ ชม.)
๔. ปฏิบัติทักษะการใช้เท้า ถีบตรง เตะตรง เตะเฉียง ได้ถูกต้อง (๖ ชม.)
๕. ปฏิบัติทักษะการใช้เข่า เข่าตรงได้ถูกต้อง (๔ ชม.)
๖. ปฏิบัติทักษะการใช้ศอกตี ศอกตัด ได้ถูกต้อง (๔ ชม.)
๗. ปฏิบัติทักษะการป้องกันตัว การรูก การถอยได้ถูกต้อง (๔ ชม.)
๘. แสดงการไหว้ครู และการรำมวยไทยได้ (๘ ชม.)

คำอธิบายรายวิชา

มวยไทย

รายวิชาเพิ่มเติม

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและศึกษา

เวลา ๔๐ ชั่วโมง จำนวน หน่วยกิต

ศึกษาหลักการรูปแบบการเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ ให้มีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมการออกกำลังกาย ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬามวยไทย การใช้ทักษะพื้นฐาน การไหว้ครู การจดมวย การใช้หมัด เท้า เข่า ศอก การป้องกัน การโต้ตอบ หรืออาจนำกิจกรรมพลศึกษาอื่นๆ ที่มีคุณค่าเท่าเทียมมาแทนได้ตามความเหมาะสม

เห็นความสำคัญในการเรียนรู้ตามแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง อนุรักษ์ศิลปมวยไทย การไหว้ครู และการรำมวยไทย คีตะมวยไทย การเสริมสร้างสุขภาพและป้องกันตัว เพื่อให้รู้หลักและวิธีออกกำลังกายได้ถูกต้อง มีทักษะพื้นฐานกีฬามวยไทย มีสมรรถภาพทางกาย อารมณ์ สังคมและจิตใจ มีคุณธรรม มีระเบียบวินัย เห็นคุณค่าและนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ระดับประถมศึกษาตอนปลาย (ป.๔-๖) ผลการเรียนรู้ ๙ ข้อ

๑. อธิบายความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬามวยไทยได้ถูกต้อง (๒ ชม.)
๒. ปฏิบัติทักษะ การกำหมัด การจดมวย การเคลื่อนที่ของเท้าได้ถูกต้อง (๖ ชม.)
๓. ปฏิบัติทักษะการใช้หมัดตรง หมัดเหวี่ยง หมัดเสย ได้ถูกต้อง (๖ ชม.)
๔. ปฏิบัติทักษะการใช้เท้า ถีบตรง ถีบข้างเตะตรง เตะเฉียง เตะตัด ได้ถูกต้อง (๖ ชม.)
๕. ปฏิบัติทักษะการใช้เข่า เข่าตรง เข่าเฉียง ได้ถูกต้อง (๔ ชม.)
๖. ปฏิบัติทักษะการใช้ศอกดี ศอกตัด ศอกงัด ได้ถูกต้อง (๔ ชม.)
๗. ปฏิบัติทักษะการป้องกันตัว การรุก การถอย การบัง การตั้ง การปิด ชิงท่า ได้ถูกต้อง (๔ ชม.)
๘. แสดงทักษะการฝึกทักษะแม่ไม้มวยไทย ๑๕ ท่า ได้ถูกต้อง (๔ ชม.)
๙. แสดงการไหว้ครู และการรำมวยไทยได้ (๔ ชม.)

คำอธิบายรายวิชา

พ..... มวยไทย

รายวิชาเพิ่มเติม

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑-๓ ภาคเรียน....

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

เวลา ๒๐ ชั่วโมง จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ศึกษาหลักการรูปแบบการเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ ให้มีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมการออกกำลังกาย ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬามวยไทย การใช้ทักษะพื้นฐาน การไหว้ครู การจดมวย การใช้หมัด เท้า เข่า ศอก การป้องกัน การโต้ตอบ และกฎกติกามวยไทยเบื้องต้นได้อย่างถูกต้อง หรืออาจนำกิจกรรมพลศึกษาอื่นๆ ที่มีคุณค่าเท่าเทียมมาแทนได้ตามความเหมาะสม

เห็นความสำคัญในการเรียนรู้ตามแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง อนุรักษ์ศิลปะแม่ไม้มวยไทย คีตะมวยไทย การเสริมสร้างสุขภาพและป้องกันตัว เพื่อให้รู้หลักและวิธีออกกำลังกายได้ถูกต้องมีทักษะมีสมรรถภาพทางกาย และจิตใจ มีระเบียบวินัยเห็นคุณค่าและนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ผลการเรียนรู้

๑. อธิบายความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬามวยไทยได้ถูกต้อง (๒ ชม.)
๒. ปฏิบัติทักษะ การกำหมัด การจดมวย การเคลื่อนที่ของเท้าได้ถูกต้อง (๘ ชม.)
๓. ปฏิบัติทักษะการใช้หมัดตรง หมัดเหวี่ยง หมัดเสย ได้ถูกต้อง (๖ ชม.)
๔. ปฏิบัติทักษะการใช้เท้า ถีบตรง ถีบข้าง เตะตรง เตะเฉียง เตะตัด ได้ถูกต้อง (๘ ชม.)
๕. ปฏิบัติทักษะการใช้เข่า เข่าตรง เข่าตัด เข่าเฉียง เข่าลา ได้ถูกต้อง (๖ ชม.)
๖. ปฏิบัติทักษะการใช้ศอกดี ศอกตัด ศอกงัด ศอกพุ่ง ศอกกระทุ้ง ได้ถูกต้อง (๖ ชม.)
๗. ปฏิบัติทักษะการป้องกันตัว การรุก การถอย การบัง การตั้ง การปิด ชิงท่า ได้ถูกต้อง (๔ ชม.)
๘. แสดงทักษะการฝึกทักษะแม่ไม้มวยไทย ๑๕ ท่า ได้ถูกต้อง (๔ ชม.)
๙. แสดงการไหว้ครู และการรำมวยไทยได้ (๖ ชม.)

รวม ๙ ผลการเรียนรู้

คำอธิบายรายวิชา

พ.....มวยไทย

รายวิชาเพิ่มเติม

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖

ภาคเรียน.....

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและศึกษา

เวลา ๒๐ ชั่วโมง จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ศึกษาหลักการรูปแบบการเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ ให้มีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมการออกกำลังกาย ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬามวยไทย การใช้ทักษะพื้นฐาน การไหว้ครู การจดมวย การใช้หมัด เท้า เข่า ศอก การป้องกัน การโต้ตอบ และกฎกติกามวยไทยเบื้องต้นได้อย่างถูกต้อง หรืออาจนำกิจกรรมพลศึกษาอื่นๆ ที่มีคุณค่าเท่าเทียมมาแทนได้ตามความเหมาะสม

เห็นความสำคัญในการเรียนรู้ตามแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง อนุรักษ์ศิลปะแม่ไม้มวยไทย คีตะมวยไทย การเสริมสร้างสุขภาพและป้องกันตัว เพื่อให้รู้หลักและวิธีออกกำลังกายได้ถูกต้องมีทักษะมีสมรรถภาพทางกาย และจิตใจ มีระเบียบวินัยเห็นคุณค่าและนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ผลการเรียนรู้

๑. อธิบายความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬามวยไทยได้ถูกต้อง (๒ ชม.)
๒. ปฏิบัติทักษะ การกำหมัด การจดมวย การเคลื่อนที่ของเท้าได้ถูกต้อง (๘ ชม.)
๓. ปฏิบัติทักษะการใช้หมัดตรง หมัดเหวี่ยง หมัดเสย ได้ถูกต้อง (๖ ชม.)
๔. ปฏิบัติทักษะการใช้เท้า ถีบตรง ถีบข้าง ถีบกลับหลัง เตะตรง เตะเฉียง เตะตัด เตะกลับหลัง ได้ถูกต้อง (๘ ชม.)
๕. ปฏิบัติทักษะการใช้เข่า เข่าตรง เข่าตัด เข่าเฉียง เข่าลา เข่าน้อย ได้ถูกต้อง (๖ ชม.)
๖. ปฏิบัติทักษะการใช้ศอกตี ศอกตัด ศอกงัด ศอกพุ่ง ศอกกระทุ้ง ศอกกลับ ได้ถูกต้อง (๖ ชม.)
๗. ปฏิบัติทักษะการป้องกันตัว การรูก การถอย การบัง การตั้ง การปิด ชิงท่า ได้ถูกต้อง (๔ ชม.)
๘. แสดงทักษะการฝึกทักษะแม่ไม้มวยไทย ๑๕ ท่า ได้ถูกต้อง (๔ ชม.)
๙. แสดงการไหว้ครู และการรำมวยไทยได้ (๖ ชม.)

รวม ๙ ผลการเรียนรู้

ตัวอย่างวิชามวยไทย
รายวิชาเพิ่มเติม พ ๓๐๒๐๗ มวยไทย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕ ภาคเรียนที่ ๑
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา



คำอธิบายรายวิชา

พ ๓๐๒๐๗ มวยไทย

รายวิชาเพิ่มเติม

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕ ภาคเรียนที่ ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและศึกษา

เวลา ๒๐ ชั่วโมง จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ศึกษาหลักการรูปแบบการเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ ให้มีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมการออกกำลังกาย ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬามวยไทย การใช้ทักษะพื้นฐาน การไหว้ครู การจดมวย การใช้หมัด เท้า เข่า ศอก การป้องกัน การโต้ตอบ และกฎกติกามวยไทยเบื้องต้นได้อย่างถูกต้อง หรืออาจนำกิจกรรมพลศึกษาอื่นๆ ที่มีคุณค่าเท่าเทียมมาแทนได้ตามความเหมาะสม

เห็นความสำคัญในการเรียนรู้ตามแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง อนุรักษ์ศิลปะแม่ไม้มวยไทย การเสริมสร้างสุขภาพและป้องกันตัว เพื่อให้รู้หลักและวิธีออกกำลังกายได้ถูกต้องมีทักษะมีสมรรถภาพทางกาย และจิตใจ มีระเบียบวินัยเห็นคุณค่าและนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ผลการเรียนรู้

๑. อธิบายความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬามวยไทยได้ถูกต้อง (๒ ชม.)
๒. ปฏิบัติทักษะ การกำหมัด การจดมวย การเคลื่อนที่ของเท้าได้ถูกต้อง (๘ ชม.)
๓. ปฏิบัติทักษะการใช้หมัดตรง หมัดเหวี่ยง หมัดเสย ได้ถูกต้อง (๖ ชม.)
๔. ปฏิบัติทักษะการใช้เท้า ถีบตรง ถีบข้าง ถีบกลับหลัง เตะตรง เตะเฉียง เตะตัด เตะกลับหลัง ได้ถูกต้อง (๘ ชม.)
๕. ปฏิบัติทักษะการใช้เข่า เข่าตรง เข่าตัด เข่าเฉียง เข่าลา เข่าน้อย ได้ถูกต้อง (๖ ชม.)
๖. ปฏิบัติทักษะการใช้ศอกดี ศอกตัด ศอกงัด ศอกพุ่ง ศอกกระทุ้ง ศอกกลับ ได้ถูกต้อง (๖ ชม.)
๗. ปฏิบัติทักษะการป้องกันตัว การรุก การถอย การบัง การตั้ง การปิด ชิงท่า ได้ถูกต้อง (๔ ชม.)
๘. แสดงทักษะการฝึกทักษะแม่ไม้มวยไทย ๑๕ ท่า ได้ถูกต้อง (๔ ชม.)
๙. แสดงการไหว้ครู และการรำมวยไทยได้ (๖ ชม.)

รวม ๙ ผลการเรียนรู้

โครงสร้างรายวิชากีฬามวยไทย ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระสำคัญ/ ความคิดรวบยอด	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
๑	พระเจ้าเสือ	ข้อที่ ๑	มวยไทยเป็นศิลปะการต่อสู้ป้องกันโดยใช้อวัยวะของร่างกายในการต่อสู้ เป็นศิลปะที่ก่อกำเนิดในประเทศไทยอันมีมาแต่โบราณกาล ตั้งแต่สมัยกรุงสุโขทัยเป็นราชธานีจนถึงปัจจุบัน ให้มีความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬามวยไทยโดยนำแนวคิดตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการวางแผนและการปฏิบัติจริง	๒	๑๐
๒	พระยาพิชัยดาบหัก	ข้อที่ ๒	การที่จะฝึกมวยไทยได้ดี หรือเป็นนักกีฬามวยไทยที่มีฝีมือได้นั้น จะต้องมีความรู้ความเข้าใจทักษะการกำหมัด การจดมวย การเคลื่อนที่ของเท้าและสามารถแสดงทักษะ -กำหมัด -การจดมวย -การเคลื่อนที่ของเท้า	๘	๑๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระสำคัญ/ ความคิดรวบยอด	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
๓	นายขนมต้ม	ข้อที่ ๓, ๔,๕,๖	การใช้ทักษะ หมัดตรง หมัด เหวี่ยง หมัดเสย การใช้เท้าถีบ ตรง ถีบข้าง เตะตรง เตะเฉียง เตะตัด การใช้เข่าตรง เข่าเฉียง การใช้ศอกตี ศอกตัด ศอกกัก จัดเป็นอาวุธที่ใช้ได้ดีในระยะที่ แตกต่างกันออกไป โดยมี เป้าหมายอยู่ที่บริเวณที่แตกต่าง กันตามอาวุธ เช่น ต้นขา ท้อง ชายโครง ลำตัว หน้าอก คาง จัดเป็นอาวุธของการใช้ศิลปะ แม่ไม้มวยไทย	๒๖	๔๐
๔	ศูนย์รวมใจ คนไทยทั้งชาติ	ข้อที่ ๗,๘,๙	มวยไทยเป็นกีฬาประจำชาติ ไทย มรดกไทย มรดกโลก มวย ไทยมีศิลปะแห่งการต่อสู้มีการ ป้องกัน การรุก การถอย การ บัง การตั้ง การปิด ชิงท่า และ การโต้ตอบโดยใช้ศิลปะแม่ไม้มวยไทยเป็นอาวุธ มีการพัฒนา กีฬาเป็นไปอย่างต่อเนื่องมี ระเบียบกฎ กติกาการแข่งขัน กีฬามวยไทยสมัครเล่น และ จะต้องไหว้ครู และรำรำมวย ไทย เพื่อรำลึกถึงพระคุณของ บิดา มารดา ครูอาจารย์ และสิ่ง ศักดิ์ที่เคารพนับถือ	๑๔	๑๐
รวม				๕๐	๑๐๐

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ (แผนหน้าเดียว)

หน่วยที่ ๑ พระเจ้าเสือ เรื่อง ความรู้เกี่ยวกับกีฬามวยไทย

(เวลา ๒ ชั่วโมง)

๑. จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. นักเรียนสามารถมีความรู้ความเข้าใจข้อตกลงในการเรียนมวยไทย
๒. นักเรียนสามารถอธิบายความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬามวยไทยได้ถูกต้อง
๓. นักเรียนสามารถประพาดิตนให้มีเจตคติที่ดีมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์

๒. กิจกรรมการเรียนรู้ (๖๐ นาที)

๑.ขั้นเตรียม-อบอุ่นร่างกาย (๕ นาที)

๑.นักเรียนเข้าแถวทำความเคารพครู หัวหน้ากลุ่มรายงาน จำนวนสมาชิก เครื่องแต่งกาย และสุขภาพร่างกาย
หัวหน้าห้องบอกสมาชิกทุกคนพนมมือ และกล่าวบทกลอนไหว้ครู

๒.นักเรียนทำแบบทดสอบประเมินความรู้ก่อนเรียน

๒.ขั้นอธิบายและสาธิต (๑๐ นาที)

๑.ครูแจ้งจุดประสงค์และกิจกรรมในการเรียนรู้

๒.ให้นักเรียนชมวีดิทัศน์บันทึกความรู้เกี่ยวกับกีฬามวยไทย

๓.ขั้นฝึกปฏิบัติ (๓๐ นาที)

๑.ให้นักเรียนชมวีดิทัศน์บันทึกความรู้เกี่ยวกับกีฬามวยไทย

๒.ศึกษาใบความรู้เรื่องความสำคัญและคุณค่าของกีฬามวยไทยมารยาทและคุณธรรม

๔.ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๑.กิจกรรมสนทนากลุ่ม

๒.ครูซักถามนักเรียนให้นักเรียนตอบ

๕.ขั้นสรุป (๕ นาที)

๑.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้เกี่ยวกับกีฬามวยไทย

๒.ครูสอดแทรกคุณธรรมเรื่องมารยาทที่ดีชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจปฏิบัติงาน

๓.ครูนัดหมายนักเรียน ในการเรียนในชั่วโมงต่อไป

๓. การวัดผลประเมินผล

๑. การสังเกตพฤติกรรม

๒. การทดสอบการปฏิบัติ



๔. บันทึกผลหลังสอน ผลการเรียนรู้ด้านความรู้/ด้านทักษะกระบวนการ/ด้านคุณธรรม

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายวิรัช ฝือกใต้)

ตำแหน่ง ครูผู้ฝึกสอนมวยไทย

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ (แผนหน้าเดียว)

หน่วยที่ ๒ พระยาพิชัยดาบหัก เรื่อง การกำหนด การจดมวย และการเคลื่อนที่

(เวลา ๘ ชั่วโมง)

๑. จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. นักเรียนสามารถมีความรู้ความเข้าใจการกำหนด การจดมวย การเคลื่อนที่ของเท้าได้ถูกต้อง
๒. ปฏิบัติทักษะ การกำหนด การจดมวย การเคลื่อนที่แบบเสื่ออย่าง ม้าย่อง อย่างสามชুম ได้ถูกต้อง
๓. นักเรียนสามารถประพடுத்தินให้มีเจตคติที่ดีมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์

๒. กิจกรรมการเรียนรู้ (๖๐ นาที)

๑. ขั้นเตรียม-อบอุ่นร่างกาย (๕ นาที)

๑. นักเรียนเข้าแถวทำความเคารพครู หัวหน้ากลุ่มรายงาน จำนวนสมาชิก เครื่องแต่งกาย และสุขภาพร่างกาย
หัวหน้าห้องบอกสมาชิกทุกคนพนมมือ และกล่าวบทกลอนไหว้ครู

๒. นักเรียนเป็นตัวแทนนำฝึกยืดเหยียดกล้ามเนื้อ (Stretching) เพื่ออบอุ่นร่างกาย

๒. ขั้นอธิบายและสาธิต (๑๐ นาที)

๑. ครูแจ้งจุดประสงค์และกิจกรรมในการเรียนรู้

๒. ครูสาธิตการกำหนด การจดมวย การเคลื่อนที่แบบเสื่ออย่าง ม้าย่อง อย่างสามชুম

๓. ขั้นฝึกปฏิบัติ (๓๐ นาที)

๑. ครูให้นักเรียนฝึกการกำหนด การจดมวย การเคลื่อนที่แบบเสื่ออย่าง ม้าย่อง อย่างสามชুম ตามขั้นตอน

๒. ครูให้สัญญาณตามขั้นตอน การกำหนด การจดมวย การเคลื่อนที่ของเท้า

๔. ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๑. กิจกรรมสนทนากลุ่ม

๒. ครูซักถามนักเรียนให้นักเรียนตอบ

๕. ขั้นสรุป (๕ นาที)

๑. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการกำหนด การจดมวย การเคลื่อนที่แบบเสื่ออย่าง ม้าย่อง อย่างสามชুম

๒. นักเรียนเป็นตัวแทนนำยืนกล้ามเนื้อ Warm up and Cool down

๓. ครูนัดหมายนักเรียน ในการเรียนในชั่วโมงต่อไป

๓. การวัดผลประเมินผล

๑. การสังเกตพฤติกรรม

๒. การทดสอบการปฏิบัติ

๔. บันทึกผลหลังสอน ผลการเรียนรู้ด้านความรู้/ด้านทักษะกระบวนการ/ด้านคุณธรรม

.....

.....

.....

.....



ลงชื่อ.....

(นายวีรภัทร เฟือกใต้)

ตำแหน่ง ครูผู้ฝึกสอนมวยไทย

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ (แผนหน้าเดียว)

หน่วยที่ ๓ นายขนมต้ม เรื่อง การใช้หมัด

(เวลา ๖ ชั่วโมง)

๑. จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. นักเรียนสามารถมีความรู้ความเข้าใจหมัดตรง หมัดเหวี่ยง หมัดเสยได้ถูกต้อง
๒. ปฏิบัติทักษะการใช้หมัดตรง หมัดเหวี่ยง หมัดเสย ได้ถูกต้อง
๓. นักเรียนสามารถประพடுத்தันให้มีเจตคติที่ดีมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์

๒. กิจกรรมการเรียนรู้ (๖๐ นาที)

๑.ขั้นเตรียม-อบอุ่นร่างกาย (๕ นาที)

๑.นักเรียนเข้าแถวทำความเคารพครู หัวหน้ากลุ่มรายงาน จำนวนสมาชิก เครื่องแต่งกาย และสุขภาพร่างกาย
หัวหน้าห้องบอกสมาชิกทุกคนพนมมือ และกล่าวบทกลอนไหว้ครู

๒.นักเรียนเป็นตัวแทนนำฝึกยืดเหยียดกล้ามเนื้อ (Stretching) เพื่ออบอุ่นร่างกาย

๒.ขั้นอธิบายและสาธิต (๑๐ นาที)

๑.ครูแจ้งจุดประสงค์และกิจกรรมในการเรียนรู้

๒.ครูสาธิตการใช้หมัดตรง หมัดเหวี่ยง หมัดเสย

๓.ขั้นฝึกปฏิบัติ (๓๐ นาที)

๑. ครูให้นักเรียนฝึกการใช้หมัดตรง หมัดเหวี่ยง หมัดเสย ตามขั้นตอน

๒. ครูให้สัญญาณตามขั้นตอน การใช้หมัดตรง หมัดเหวี่ยง หมัดเสย

๔.ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๑.กิจกรรมสนทนากลุ่ม

๒.ครูซักถามนักเรียนให้นักเรียนตอบ

๕.ขั้นสรุป (๕ นาที)

๑.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการใช้หมัดตรง หมัดเหวี่ยง หมัดเสย

๒.นักเรียนเป็นตัวแทนนำยืนกล้ามเนื้อ Warm up and Cool down

๓.ครูนัดหมายนักเรียน ในการเรียนในชั่วโมงต่อไป

๓. การวัดผลประเมินผล

๑. การสังเกตพฤติกรรม

๒. การทดสอบการปฏิบัติ



๔. บันทึกผลหลังสอน ผลการเรียนรู้ด้านความรู้/ด้านทักษะกระบวนการ/ด้านคุณธรรม

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายวิรัช ฝือกใต้)

ตำแหน่ง ครูผู้ฝึกสอนมวยไทย

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ (แผนหน้าเดียว)

หน่วยที่ ๓ นายขนมต้ม เรื่อง การใช้เท้า

(เวลา ๘ ชั่วโมง)

๑. จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. นักเรียนสามารถมีความรู้ความเข้าใจการใช้เท้า ถีบตรง ถีบข้างเตะตรง เตะเฉียง เตะตัดได้ถูกต้อง
๒. ปฏิบัติทักษะการใช้เท้า ถีบตรง ถีบข้างเตะตรง เตะเฉียง เตะตัดได้ถูกต้อง
๓. นักเรียนสามารถประพัตินให้มีเจตคติที่ดีมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์

๒. กิจกรรมการเรียนรู้ (๖๐ นาที)

๑.ขั้นเตรียม-อบอุ่นร่างกาย (๕ นาที)

๑.นักเรียนเข้าแถวทำความเคารพครู หัวหน้ากลุ่มรายงาน จำนวนสมาชิก เครื่องแต่งกาย และสุขภาพร่างกาย
หัวหน้าห้องบอกสมาชิกทุกคนพนมมือ และกล่าวบทกลอนไหว้ครู

๒.นักเรียนเป็นตัวแทนนำฝึกยืดเหยียดกล้ามเนื้อ (Stretching) เพื่ออบอุ่นร่างกาย

๒.ขั้นอธิบายและสาธิต (๑๐ นาที)

๑.ครูแจ้งจุดประสงค์และกิจกรรมในการเรียนรู้

๒.ครูสาธิตการใช้เท้า ถีบตรง ถีบข้างเตะตรง เตะเฉียง เตะตัด

๓.ขั้นฝึกปฏิบัติ (๓๐ นาที)

๑. ครูให้นักเรียนฝึกการใช้เท้า ถีบตรง ถีบข้างเตะตรง เตะเฉียง เตะตัด ตามขั้นตอน

๒. ครูให้สัญญาณตามขั้นตอน การใช้เท้า ถีบตรง ถีบข้างเตะตรง เตะเฉียง เตะตัด

๔.ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๑.กิจกรรมสนทนากลุ่ม

๒.ครูซักถามนักเรียนให้นักเรียนตอบ

๕.ขั้นสรุป (๕ นาที)

๑.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการใช้เท้า ถีบตรง ถีบข้างเตะตรง เตะเฉียง เตะตัด

๒.นักเรียนเป็นตัวแทนนำยืนกลัมนเนื้อ Warm up and Cool down

๓.ครูนัดหมายนักเรียน ในการเรียนในชั่วโมงต่อไป

๓. การวัดผลประเมินผล

๑. การสังเกตพฤติกรรม

๒. การทดสอบการปฏิบัติ

๔. บันทึกผลหลังสอน ผลการเรียนรู้ด้านความรู้/ด้านทักษะกระบวนการ/ด้านคุณธรรม

.....

.....

.....

.....



ลงชื่อ.....

(นายวิรัช ฝือกใต้)

ตำแหน่ง ครูผู้ฝึกสอนมวยไทย

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ (แผนหน้าเดียว)

หน่วยที่ ๓ นายขนมต้ม เรื่อง การใช้เขา

(เวลา ๖ ชั่วโมง)

๑. จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. นักเรียนสามารถมีความรู้ความเข้าใจการใช้เขา เข่าตรง เข่าเฉียง ได้ถูกต้อง
๒. ปฏิบัติทักษะการใช้เขา เข่าตรง เข่าเฉียง ได้ถูกต้อง
๓. นักเรียนสามารถประพடுத்தันให้มีเจตคติที่ดีมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์

๒. กิจกรรมการเรียนรู้ (๖๐ นาที)

๑.ขั้นเตรียม-อบอุ่นร่างกาย (๕ นาที)

๑.นักเรียนเข้าแถวทำความเคารพครู หัวหน้ากลุ่มรายงาน จำนวนสมาชิก เครื่องแต่งกาย และสุขภาพร่างกาย
หัวหน้าห้องบอกสมาชิกทุกคนพนมมือ และกล่าวบทกลอนไหว้ครู

๒.นักเรียนเป็นตัวแทนนำฝึกยืดเหยียดกล้ามเนื้อ (Stretching) เพื่ออบอุ่นร่างกาย

๒.ขั้นอธิบายและสาธิต (๑๐ นาที)

๑.ครูแจ้งจุดประสงค์และกิจกรรมในการเรียนรู้

๒.ครูสาธิตการใช้เขา เข่าตรง เข่าเฉียง

๓.ขั้นฝึกปฏิบัติ (๓๐ นาที)

๑. ครูให้นักเรียนฝึกการใช้เขา เข่าตรง เข่าเฉียง ตามขั้นตอน

๒. ครูให้สัญญาณตามขั้นตอน การใช้เขา เข่าตรง เข่าเฉียง

๔.ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๑.กิจกรรมสนทนาการ

๒.ครูซักถามนักเรียนให้นักเรียนตอบ

๕.ขั้นสรุป (๕ นาที)

๑.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการใช้เขา เข่าตรง เข่าเฉียง

๒.นักเรียนเป็นตัวแทนนำยืนกล้ามเนื้อ Warm up and Cool down

๓.ครูนัดหมายนักเรียน ในการเรียนในชั่วโมงต่อไป

๓. การวัดผลประเมินผล

๑. การสังเกตพฤติกรรม

๒. การทดสอบการปฏิบัติ



๔. บันทึกผลหลังสอน ผลการเรียนรู้ด้านความรู้/ด้านทักษะกระบวนการ/ด้านคุณธรรม

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายวีรภัทร เฟือกใต้)

ตำแหน่ง ครูผู้ฝึกสอนมวยไทย

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๖ (แผนหน้าเดียว)

หน่วยที่ ๓ นายขนมต้ม เรื่อง การใช้ศอก

(เวลา ๖ ชั่วโมง)

๑. จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. นักเรียนสามารถมีความรู้ความเข้าใจการใช้ศอกดี ศอกตัด ศอกงัด ได้ถูกต้อง
๒. ปฏิบัติทักษะการใช้ศอกดี ศอกตัด ศอกงัด ได้ถูกต้อง
๓. นักเรียนสามารถประพடுத்தันให้มีเจตคติที่ดีมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์

๒. กิจกรรมการเรียนรู้ (๖๐ นาที)

๑.ขั้นเตรียม-อบอุ่นร่างกาย (๕ นาที)

๑.นักเรียนเข้าแถวทำความเคารพครู หัวหน้ากลุ่มรายงาน จำนวนสมาชิก เครื่องแต่งกาย และสุขภาพร่างกาย
หัวหน้าห้องบอกสมาชิกทุกคนพนมมือ และกล่าวบทกลอนไหว้ครู

๒.นักเรียนเป็นตัวแทนนำฝึกยืดเหยียดกล้ามเนื้อ (Stretching) เพื่ออบอุ่นร่างกาย

๒.ขั้นอธิบายและสาธิต (๑๐ นาที)

๑.ครูแจ้งจุดประสงค์และกิจกรรมในการเรียนรู้

๒.ครูสาธิตการใช้เข้า เข้าตรง เข้าเฉียง

๓.ขั้นฝึกปฏิบัติ (๓๐ นาที)

๑. ครูให้นักเรียนฝึกการใช้ศอกดี ศอกตัด ศอกงัด ตามขั้นตอน

๒. ครูให้สัญญาณตามขั้นตอน การใช้ศอกดี ศอกตัด ศอกงัด

๔.ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๑.กิจกรรมสนทนากลุ่ม

๒.ครูซักถามนักเรียนให้นักเรียนตอบ

๕.ขั้นสรุป (๕ นาที)

๑.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการใช้ศอกดี ศอกตัด ศอกงัด

๒.นักเรียนเป็นตัวแทนนำยืนกล้ามเนื้อ Warm up and Cool down

๓.ครูนัดหมายนักเรียน ในการเรียนในชั่วโมงต่อไป

๓. การวัดผลประเมินผล

๑. การสังเกตพฤติกรรม

๒. การทดสอบการปฏิบัติ



๔. บันทึกผลหลังสอน ผลการเรียนรู้ด้านความรู้/ด้านทักษะกระบวนการ/ด้านคุณธรรม

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายวิรัช ฝือกใต้)

ตำแหน่ง ครูผู้ฝึกสอนมวยไทย

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗ (แผนหน้าเดียว)

หน่วยที่ ๓ นายขนมต้ม เรื่อง การป้องกันตัว

(เวลา ๔ ชั่วโมง)

๑. จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. นักเรียนสามารถมีความรู้ความเข้าใจการป้องกันตัวได้ถูกต้อง
๒. ปฏิบัติทักษะการป้องกันตัว การรุก การถอย การบัง การดิ่ง การปิด ชิงทำ ได้ถูกต้อง
๓. นักเรียนสามารถประพடுத்தินให้มีเจตคติที่ดีมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์

๒. กิจกรรมการเรียนรู้ (๖๐ นาที)

๑.ขั้นเตรียม-อบอุ่นร่างกาย (๕ นาที)

๑.นักเรียนเข้าแถวทำความเคารพครู หัวหน้ากลุ่มรายงาน จำนวนสมาชิก เครื่องแต่งกาย และสุขภาพร่างกาย
หัวหน้าห้องบอกสมาชิกทุกคนพนมมือ และกล่าวบทกลอนไหว้ครู

๒.นักเรียนเป็นตัวแทนนำฝึกยืดเหยียดกล้ามเนื้อ (Stretching) เพื่ออบอุ่นร่างกาย

๒.ขั้นอธิบายและสาธิต (๑๐ นาที)

๑.ครูแจ้งจุดประสงค์และกิจกรรมในการเรียนรู้

๒.ครูสาธิตการป้องกันตัว

๓.ขั้นฝึกปฏิบัติ (๓๐ นาที)

๑. ครูให้นักเรียนฝึกการรุก การถอย การบัง การดิ่ง การปิด ชิงทำ ตามขั้นตอน

๒. ครูให้สัญญาณตามขั้นตอน การรุก การถอย การบัง การดิ่ง การปิด ชิงทำ

๔.ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๑.กิจกรรมสนทนากลุ่ม

๒.ครูซักถามนักเรียนให้นักเรียนตอบ

๕.ขั้นสรุป (๕ นาที)

๑.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการป้องกันตัว การรุก การถอย การบัง การดิ่ง การปิด ชิงทำ

๒.นักเรียนเป็นตัวแทนนำยืนกลัมนื้อ Warm up and Cool down

๓.ครูนัดหมายนักเรียน ในการเรียนในชั่วโมงต่อไป

๓. การวัดผลประเมินผล

๑. การสังเกตพฤติกรรม

๒. การทดสอบการปฏิบัติ



๔. บันทึกผลหลังสอน ผลการเรียนรู้ด้านความรู้/ด้านทักษะกระบวนการ/ด้านคุณธรรม

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายวีรภัทร เฟือกใต้)

ตำแหน่ง ครูผู้ฝึกสอนมวยไทย

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๘ (แผนหน้าเดียว)

หน่วยที่ ๓ นายขนมต้ม เรื่อง แม่ไม้มวยไทย ๑๕ ท่า

(เวลา ๔ ชั่วโมง)

๑. จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. นักเรียนสามารถมีความรู้ความเข้าใจการฝึกทักษะแม่ไม้มวยไทย ๑๕ ท่า ได้ถูกต้อง
๒. แสดงทักษะการฝึกทักษะแม่ไม้มวยไทย ๑๕ ท่า ได้ถูกต้อง
๓. นักเรียนสามารถประพடுத்தินให้มีเจตคติที่ดีมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์

๒. กิจกรรมการเรียนรู้ (๖๐ นาที)

๑.ขั้นเตรียม-อบอุ่นร่างกาย (๕ นาที)

๑.นักเรียนเข้าแถวทำความเคารพครู หัวหน้ากลุ่มรายงาน จำนวนสมาชิก เครื่องแต่งกาย และสุขภาพร่างกาย
หัวหน้าห้องบอกสมาชิกทุกคนพนมมือ และกล่าวบทกลอนไหว้ครู

๒.นักเรียนเป็นตัวแทนนำฝึกยืดเหยียดกล้ามเนื้อ (Stretching) เพื่ออบอุ่นร่างกาย

๒.ขั้นอธิบายและสาธิต (๑๐ นาที)

๑.ครูแจ้งจุดประสงค์และกิจกรรมในการเรียนรู้

๒.ครูสาธิตแม่ไม้มวยไทย ๑๕ ท่า

๓.ขั้นฝึกปฏิบัติ (๓๐ นาที)

๑. ครูให้นักเรียนการฝึกทักษะแม่ไม้มวยไทย ๑๕ ท่า ตามขั้นตอน

๒. ครูให้สัญญาณตามขั้นตอน การฝึกทักษะแม่ไม้มวยไทย ๑๕ ท่า

๔.ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๑.กิจกรรมสนทนากลุ่ม

๒.ครูซักถามนักเรียนให้นักเรียนตอบ

๕.ขั้นสรุป (๕ นาที)

๑.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการป้องกันตัว

๒.นักเรียนเป็นตัวแทนนำยืนกลัมนื้อ Warm up and Cool down

๓.ครูนัดหมายนักเรียน ในการเรียนในชั่วโมงต่อไป

๓. การวัดผลประเมินผล

๑. การสังเกตพฤติกรรม

๒. การทดสอบการปฏิบัติ



๔. บันทึกผลหลังสอน ผลการเรียนรู้ด้านความรู้/ด้านทักษะกระบวนการ/ด้านคุณธรรม

.....

.....

.....

.....

(นายวีรภัทร เฟือกใต้)
ตำแหน่ง ครูผู้ฝึกสอนมวยไทย

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙ (แผนหน้าเดียว)

หน่วยที่ ๓ นายขนมต้ม เรื่อง การไหว้ครูและการรำมวยไทย

(เวลา ๖ ชั่วโมง)

๑. จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. นักเรียนสามารถมีความรู้ความเข้าใจการไหว้ครู และการรำมวยไทยได้
๒. แสดงการไหว้ครู และการรำมวยไทยได้
๓. นักเรียนสามารถประพடுத்தินให้มีเจตคติที่ดีมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์

๒. กิจกรรมการเรียนรู้ (๖๐ นาที)

๑.ขั้นเตรียม-อบอุ่นร่างกาย (๕ นาที)

๑.นักเรียนเข้าแถวทำความเคารพครู หัวหน้ากลุ่มรายงาน จำนวนสมาชิก เครื่องแต่งกาย และสุขภาพร่างกาย
หัวหน้าห้องบอกสมาชิกทุกคนพนมมือ และกล่าวบทกลอนไหว้ครู

๒.นักเรียนเป็นตัวแทนนำฝึกยืดเหยียดกล้ามเนื้อ (Stretching) เพื่ออบอุ่นร่างกาย

๒.ขั้นอธิบายและสาธิต (๑๐ นาที)

๑.ครูแจ้งจุดประสงค์และกิจกรรมในการเรียนรู้

๒.ครูสาธิตแสดงการไหว้ครู และการรำมวยไทย

๓.ขั้นฝึกปฏิบัติ (๓๐ นาที)

๑. ครูให้นักเรียนไหว้ครูและการรำมวยไทยได้ ตามขั้นตอน

๒. ครูให้สัญญาณตามขั้นตอน การไหว้ครูและการรำมวยไทย

๔.ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๑.กิจกรรมสนทนาการ

๒.ครูซักถามนักเรียนให้นักเรียนตอบ

๕.ขั้นสรุป (๕ นาที)

๑.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการป้องกันตัว

๒.นักเรียนเป็นตัวแทนนำยืนกล้ามเนื้อ Warm up and Cool down

๓.ครูนัดหมายนักเรียน ในการเรียนในชั่วโมงต่อไป

๓. การวัดผลประเมินผล

๑. การสังเกตพฤติกรรม

๒. การทดสอบการปฏิบัติ



๔. บันทึกผลหลังสอน ผลการเรียนรู้ด้านความรู้/ด้านทักษะกระบวนการ/ด้านคุณธรรม

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายวิรัช ฝือกใต้)

ตำแหน่ง ครูผู้ฝึกสอนมวยไทย