

คำอธิบายรายวิชาเพิ่มเติม

เทเบิลเทนนิส

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกีฬาเทเบิลเทนนิส วิธีการดูแลรักษาและสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส ทักษะพื้นฐานของกีฬาเทเบิลเทนนิส เทคนิคและแบบฝึกกีฬาเทเบิลเทนนิสในระดับแข่งขัน รวมทั้งแบบทดสอบทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิส

โดยใช้กระบวนการทางพลศึกษา ความสามารถในการคิด การแก้ปัญหา การสื่อสาร การใช้ทักษะชีวิตในการดูแลและสร้างเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกายของตนเอง รวมทั้งออกกำลังกาย ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสตามคำแนะนำ

เพื่อให้รักการเรียนรู้ในวิชาพลศึกษา เห็นความสำคัญของการมีสุขภาพและสมรรถภาพทางกายที่ดี ใฝ่เรียนรู้ มีวินัย มีน้ำใจนักกีฬา และมีจิตสาธารณะ

ผลการเรียนรู้

1. อธิบายและนำเสนอความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกีฬาเทเบิลเทนนิสได้อย่างถูกต้อง พร้อมทั้งตระหนักถึงความสำคัญและมีความกระตือรือร้นในการศึกษาค้นคว้าความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกีฬาเทเบิลเทนนิส
2. อธิบายและแสดงวิธีการดูแลรักษาและสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส พร้อมทั้งตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลรักษาและสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส
3. อธิบายและแสดงทักษะพื้นฐานของกีฬาเทเบิลเทนนิสได้อย่างถูกต้อง พร้อมทั้งเข้าร่วมฝึกทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิสด้วยความกระตือรือร้น
4. อธิบายและแสดงเทคนิคและแบบฝึกกีฬาเทเบิลเทนนิสในระดับแข่งขันได้อย่างถูกต้อง พร้อมทั้งเข้าร่วมฝึกเทคนิคและแบบฝึกกีฬาเทเบิลเทนนิสในระดับแข่งขันด้วยความกระตือรือร้น
5. บอกความสำคัญของการทำแบบทดสอบทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิสเทเบิลเทนนิส และทำการทดสอบตามแบบทดสอบของทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิสได้อย่างถูกต้อง พร้อมทั้งเข้าร่วมรับการทดสอบทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิสด้วยความกระตือรือร้น

รวมทั้งหมด 5 ผลการเรียนรู้