

## คำอธิบายรายวิชาเพิ่มเติม

วอลเลย์บอล ม. 1-3  
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา  
เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกีฬาวอลเลย์บอล กติกาการแข่งขันและหลักในการเล่นกีฬาวอลเลย์บอลให้ปลอดภัย การปฐมพยาบาลการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬาวอลเลย์บอล การบริหารร่างกายในกีฬาวอลเลย์บอล การทดสอบสมรรถภาพทางกลไก ทักษะพื้นฐานของกีฬาวอลเลย์บอล และเทคนิคการเล่นกีฬาวอลเลย์บอลในระดับแข่งขัน รวมทั้งแบบทดสอบทักษะกีฬาวอลเลย์บอล

โดยใช้กระบวนการทางพลศึกษา ความสามารถในการคิด การแก้ปัญหา การสื่อสาร การใช้ทักษะชีวิตในการดูแลและสร้างเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกายของตนเอง รวมทั้งออกกำลังกาย ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬาวอลเลย์บอลตามคำแนะนำ

เพื่อให้รักการเรียนรู้ในวิชาพลศึกษา เห็นความสำคัญของการมีสุขภาพและสมรรถภาพทางกายที่ดี ใฝ่เรียนรู้ มีวินัย มีน้ำใจนักกีฬา และมีจิตสาธารณะ

### ผลการเรียนรู้

1. อธิบายความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกีฬาวอลเลย์บอลและกติกาการแข่งขันได้อย่างถูกต้อง และแสดงความเป็นผู้มีมารยาทในการเป็นผู้เล่นและผู้ดูกีฬาได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายด้วยการเล่นกีฬาวอลเลย์บอล
2. อธิบายความสำคัญของความมีสุขภาพและวิธีการปฐมพยาบาลการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬาวอลเลย์บอลได้อย่างถูกต้อง และแสดงการบริหารร่างกายในกีฬาวอลเลย์บอล การทดสอบสมรรถภาพทางกลไก รวมทั้งตระหนักในการดูแลรักษาสุขภาพและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย
3. อธิบายและแสดงทักษะพื้นฐานของกีฬาวอลเลย์บอลได้อย่างถูกต้อง รวมทั้งเข้าร่วมฝึกทักษะกีฬาวอลเลย์บอลด้วยความกระตือรือร้น
4. อธิบายและแสดงเทคนิคการเล่นกีฬาวอลเลย์บอลในระดับแข่งขันได้อย่างถูกต้อง รวมทั้งเข้าร่วมฝึกในการเล่นทีมด้วยความกระตือรือร้น
5. บอกความหมายและความสำคัญของแบบทดสอบทักษะกีฬาวอลเลย์บอลได้ และแสดงการทดสอบทักษะกีฬาวอลเลย์บอลแบบต่าง ๆ รวมทั้งเข้าร่วมรับการทดสอบทักษะกีฬาวอลเลย์บอลด้วยความกระตือรือร้น

รวมทั้งหมด 5 ผลการเรียนรู้