วิทยาลัยอาชีวศึกษาหนองคาย

โครงการสอน

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561

1.	เพศวิถีศึกษา	2000 -1607
2.	การพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อสุขภาพและสังคม	3000 -1601
3.	พลศึกษาเพื่องานอาชีพ	3000 – 1608

(นางสาวพัชรา ทิพย์อาสน์)

ผู้สอน

สแกนด้วย CamScanner

หลักสูตรรายวิชา

ชื่อวิชา เพศวิถีศึกษา (Sexuality Education) รหัสวิชา 2000–1607

ท–ป–น 1–0–1 จำนวนคาบสอน 1 คาบ : สัปดาห์ ระดับชั้น ปวช.

จุดประสงค์รายวิชา

1. เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับสุขอนามัยของระบบสืบพันธุ์
2. เพื่อให้เสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นตามหลักการ
3. เพื่อให้สามารถประเมินโอกาสเสี่ยงจากพฤติกรรมทางเพศ และปัญหาจากการมีเพศสัมพันธ์-ไม่พร้อม
4. เพื่อให้ตระหนักรู้ในคุณค่าของตนเอง สร้างแรงจูงใจในการตัดสินใจเลือกแนวทางการดำเนินชีวิตอย่างมีสุขภาวะ

สมรรถนะรายวิชา

1. แสดงความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยของระบบสืบพันธ์ พัฒนาการทางเพศในวัยรุ่น
2. ทักษะด้านการจัดการเรื่องสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ทักษะการตัดสินใจ
3. วิเคราะห์อิทธิพลทางสังคมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศ
4. แสดงความรู้การป้องกันการรับเชื้อเอชไอวี
5. ปฏิบัติโครงงานเกี่ยวกับ เป้าหมายและแนวปฏิบัติในการดำเนินชีวิตที่มีสุขภาวะ

คำอธิบายรายวิชา

ปฏิบัติเกี่ยวกับพัฒนาการทางเพศเมื่อเปลี่ยนแปลงเข้าสู่วัยรุ่น การดูแลสุขภาพทางเพศ สัมพันธภาพกับความคาดหวังต่อบทบาทและความรับผิดชอบ การแสดงออกทางเพศ ทักษะการตัดสินใจ การต่อรองและการสื่อสารความต้องการตามความคิดเห็นและความรู้สึก การตระหนักในคุณค่าของตนเองบนพื้นฐานของการเคารพในสิทธิของผู้อื่น สิทธิในการแสดงออกตามวิถีชีวิตทางเพศภายใต้กรอบของกฎหมายว่าด้วยเพศ สังคม และวัฒนธรรม ตลอดจนภาพลักษณ์ที่ส่งผลต่อความรู้สึกและพฤติกรรม การเลือกใช้แหล่งบริการช่วยเหลือที่เป็นมิตรในพื้นที่

สแกนด้วย CamScanner

โครงการจัดการเรียนรู้

ชื่อวิชา เพศวิถีศึกษา (Sexuality Education) **รหัสวิชา** 2000–1607

ท–ป–น 0–0–1 **จำนวนคาบสอน** 1 คาบ : **สัปดาห์** **ระดับชั้น** ปวช.

สัปดาห์ที่	หน่วยที่	ชื่อหน่วย/รายการสอน	จำนวนคาบ
1	1	แนะนำรายวิชา วิธีการเรียน การวัดผลและประเมินผล รู้จักตนเอง 1.1 รู้จักเพศศึกษา แบบฝึกหัดหน่วยที่ 1 กิจกรรมที่ 1.1 รู้จักตนเอง	2
2	1	รู้จักตนเอง (ต่อ) 1.2 รู้จักร่างกายตนเอง 1.3 รู้จักข้อมูลเรื่องเพศ แบบฝึกหัดหน่วยที่ 1 (ต่อ) กิจกรรมที่ 1.2 เรียนรู้ร่างกายตนเอง	1
3	1	รู้จักตนเอง (ต่อ) 1.4 รู้ตัวตน กิจกรรมที่ 1.3 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น กิจกรรมที่ 1.4 การเปลี่ยนแปลงตามวัยของวัยรุ่น	1
4	2	รู้จักคนอื่น 2.1 ความหมายและความสำคัญของสัมพันธภาพ 2.2 เพื่อน–มิตรภาพ แบบฝึกหัดหน่วยที่ 2 กิจกรรมที่ 2.1 ทดสอบระดับความสัมพันธ์ในครอบครัว	1
5	2	รู้จักคนอื่น (ต่อ) 2.3 วัยรุ่นกับการมีแฟน แบบฝึกหัดหน่วยที่ 2 (ต่อ) กิจกรรมที่ 2.2 วัยรุ่นกับการมีแฟน กิจกรรมที่ 2.3 เราเป็นผู้ใหญ่หรือยัง	1

สแกนด้วย CamScanner

โครงการจัดการเรียนรู้

ชื่อวิชา เพศวิถีศึกษา (Sexuality Education) **รหัสวิชา** 2000-1607

ท-ป-น 0-0-1 **จำนวนคาบสอน** 1 คาบ : สัปดาห์ **ระดับชั้น** ปวช.

สัปดาห์ที่	หน่วยที่	ชื่อหน่วย/รายการสอน	จำนวนคาบ
6	2	รู้จักคนอื่น (ต่อ) 2.4 ครอบครัวอบอุ่น แบบฝึกหัดหน่วยที่ 2 (ต่อ) กิจกรรมที่ 2.4 สำรวจความคิดเห็นของตนเอง	1
7	3	แสวงหาคำตอบ 3.1 เพศสัมพันธ์ แบบฝึกหัดหน่วยที่ 3 กิจกรรมที่ 3.1 วัยรุ่นกับเพศสัมพันธ์ กิจกรรมที่ 3.2 ขอซื้อความปลอดภัย	1
8	3	แสวงหาคำตอบ (ต่อ) 3.2 การคุมกำเนิด แบบฝึกหัดหน่วยที่ 3 (ต่อ) กิจกรรมที่ 3.3 วัยรุ่นกับการคุมกำเนิด กิจกรรมที่ 3.4 ตอบปัญหาคาใจ กิจกรรมที่ 3.5 เธอควรทำอย่างไรดี	1
9	3	แสวงหาคำตอบ (ต่อ) 3.3 โรคเอดส์ 3.4 โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ แบบฝึกหัดหน่วยที่ 3 (ต่อ) กิจกรรมที่ 3.6 การรณรงค์เพื่อป้องกันโรคเอดส์ กิจกรรมที่ 3.7 พฤติกรรมเสี่ยงที่จะติดโรคเอดส์	1
10	4	เรียนรู้การใช้ทักษะชีวิต 4.1 เข้าใจทักษะชีวิต แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 กิจกรรมที่ 4.1 เราเลือกเอง	1

สแกนด้วย CamScanner

โครงการจัดการเรียนรู้

ชื่อวิชา เพศวิถีศึกษา (Sexuality Education) **รหัสวิชา** 2000-1607

ท-ป-น 0-0-1 **จำนวนคาบสอน** 1 คาบ : สัปดาห์ **ระดับชั้น** ปวช.

สัปดาห์ที่	หน่วยที่	ชื่อหน่วย/รายการสอน	จำนวนคาบ
11	4	เรียนรู้การใช้ทักษะชีวิต (ต่อ) 4.2 ทักษะการตัดสินใจ แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 (ต่อ) กิจกรรมที่ 4.2 กล้า ๆ หน่อย	1
12	4	เรียนรู้การใช้ทักษะชีวิต (ต่อ) 4.3 ทักษะการสื่อสาร 4.4 ทักษะการปฏิเสธ แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 (ต่อ) กิจกรรมที่ 4.3 การแสดงออกโดยใช้ทักษะ	1
13	4	เรียนรู้การใช้ทักษะชีวิต (ต่อ) 4.5 ทักษะการต่อรอง แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 (ต่อ) กิจกรรมที่ 4.4 การเลือกใช้ทักษะได้ถูกต้อง	1
14	5	รู้จักสิทธิ 5.1 การแสดงออกทางเพศ 5.2 อารมณ์ทางเพศของวัยรุ่น แบบฝึกหัดหน่วยที่ 5 กิจกรรมที่ 5.1 สำนวนไทยเกี่ยวกับเพศ	1
15	5	รู้จักสิทธิ (ต่อ) 5.3 อิทธิพลของสังคมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศ แบบฝึกหัดหน่วยที่ 5 (ต่อ) กิจกรรมที่ 5.2 พฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม	1

สแกนด้วย CamScanner

โครงการจัดการเรียนรู้

ชื่อวิชา เพศวิถีศึกษา (Sexuality Education) **รหัสวิชา** 2000-1607

ท-ป-น 0-0-1 **จำนวนคาบสอน** 1 คาบ : สัปดาห์ **ระดับชั้น** ปวช.

สัปดาห์ที่	หน่วยที่	ชื่อหน่วย/รายการสอน	จำนวนคาบ
16	5	รู้จักสิทธิ (ต่อ) 5.4 พฤติกรรมทางเพศกับสังคมและวัฒนธรรมไทย 5.5 สิทธิและความเสมอภาคทางเพศ แบบฝึกหัดหน่วยที่ 5 (ต่อ) กิจกรรมที่ 5.3 หญิงหรือชายใครลำบากกว่ากัน	1
17	5	รู้จักสิทธิ (ต่อ) 5.6 การเลือกใช้แหล่งบริการช่วยเหลือ แบบฝึกหัดหน่วยที่ 5 (ต่อ) กิจกรรมที่ 5.4 การแสดงออกทางเพศ	1
18		ทดสอบปลายภาค	
รวม			18

สแกนด้วย CamScanner

หลักสูตรรายวิชา

ชื่อวิชา การพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อสุขภาพและสังคม **รหัสวิชา** 3000 – 1601

ท.ป.น. 3-0-3 **จำนวนคาบสอน** 3 **คาบ : สัปดาห์ ระดับชั้น** ปวส.

จุดประสงค์รายวิชา

1. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหลักการและกระบวนการทางพลศึกษา สุขศึกษาและนันทนาการ
2. สามารถเลือกปฏิบัติกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพที่สัมพันธ์กับชุมชน กิจกรรมสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนและกิจกรรมสาธารณะประโยชน์
3. มีเจตคติและกิจนิสัยที่ดีในการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อสุขภาพและสังคม

สมรรถนะรายวิชา

1. แสดงความรู้เกี่ยวกับหลักการและกระบวนการทางพลศึกษา สุขศึกษาและนันทนาการเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตและสุขภาพ
2. เลือกปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพด้วยกิจกรรมทางพลศึกษา สุขศึกษาและนันทนาการตามหลักการ
3. พัฒนาสมรรถภาพทางกายให้สามารถปฏิบัติงานได้ตามลักษณะงาน
4. เป็นผู้นำและส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย
5. โน้มน้าวให้ผู้อื่นเข้าใจความต้องการและเหตุผลของตนเองด้วยเทคนิคและวิธีการประชาธิปไตย
6. วางแผนดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกับวิชาชีพ

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับ การประยุกต์ใช้หลักการและกระบวนการทางพลศึกษา สุขศึกษาและนันทนาการ หลักการเลือกกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตและสุขภาพ การจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับครอบครัว เพื่อสังคม กระบวนการทางประชาสังคมเพื่อกำหนดบทบาทของตนเองในการมีส่วนร่วม เกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศอย่างรอบคอบ สารเสพติด สารพิษและอุบัติภัยของชุมชนและกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพที่สัมพันธ์กับชุมชน

สแกนด้วย CamScanner

โครงการจัดการเรียนรู้

ชื่อวิชา การพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อสุขภาพและสังคม รหัสวิชา 3000-1601

ท.ป.น. 3-0-3 จำนวนคาบสอน 3 คาบ : สัปดาห์ ระดับชั้น ปวส.

สัปดาห์ที่	หน่วยที่	จำนวนคาบ
1-2	หน่วยที่ 1 หลักการและกระบวนการทางพลศึกษา สุขศึกษาและนันทนาการ	6
3-4	หน่วยที่ 2 การเลือกกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ -ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการลีลาศ	6
5-7	- การลีลาศจังหวะควิกสเตป (Quick Step)	9
8-10	-การลีลาศจังหวะแทงโก้(Tango)	9
11-13	-การลีลาศจังหวะบีกิน(Beguine)	9
14-16	-การลีลาศจังหวะช่า ช่า ช่า	9
17	หน่วยที่ 3 การบูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง	3
18	หน่วยที่ 4 การบูรณาการงานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน	3
	ทดสอบปลายภาค	
	รวมฤษฎีและปฏิบัติ	54

สแกนด้วย CamScanner

หลักสูตรรายวิชา

ชื่อวิชา พลศึกษาเพื่องานอาชีพ รหัสวิชา 3000-1608

ท.ป.น. 0-2-1 จำนวนคาบสอน 2 คาบ : สัปดาห์ ระดับชั้น ปวส.

จุดประสงค์รายวิชา

1. มีความความเข้าใจเกี่ยวกับพื้นฐานเรื่องความสมบูรณ์ทางกาย
2. มีทักษะในการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายของตนเองและผู้อื่น
3. ใช้กิจกรรมพลศึกษาในการจัดทำโครงการเพื่อพัฒนาสุขภาพ
4. มีทักษะในการแก้ไขปัญหาสถานการณ์เฉพาะหน้า
5. มีจิตสาธารณะ คุณธรรม จริยธรรม เหมาะสมกับการปฏิบัติงานอาชีพ

สมรรถนะรายวิชา

1. เล่นกีฬาเพื่อออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอตามหลักการทางพลศึกษา
2. พัฒนาสมรรถภาพทางกายให้สามารถปฏิบัติงานได้ตามลักษณะงาน
3. เป็นผู้นำและมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพทางกาย
4. ปฏิบัติงานโดยคำนึงถึงความปลอดภัย

คำอธิบายรายวิชา

ปฏิบัติเกี่ยวกับกิจกรรมทางพลศึกษาหรือเล่นกีฬาโดยใช้หลักการทางพลศึกษา เพื่อส่งเสริมสุขภาพวางแผนแก้ปัญหาสุขภาพ และสมรรถภาพทางกายของตนเองและผู้อื่น ส่งเสริมบุคลิกภาพ มนุษยสัมพันธ์ ภาวะผู้นำ และการมีน้ำใจนักกีฬาได้เหมาะสม ปลอดภัย กับการทำงานและการดำรงชีวิต

สแกนด้วย CamScanner

โครงการจัดการเรียนรู้

ชื่อวิชา พลศึกษาเพื่องานอาชีพ **รหัสวิชา** 3000-1608

ท.ป.น. 0-2-1 **จำนวนคาบสอน** 2 **คาบ : สัปดาห์ ระดับชั้น** ปวส.

สัปดาห์ที่	หน่วยที่	จำนวนคาบ
1-2	หน่วยที่ 1 สมรรถภาพทางกาย	4
3-4	หน่วยที่ 2 หลักการออกกำลังกาย	4
5-6	หน่วยที่ 3 โภชนาการกับการออกกำลังกาย	4
7-8	หน่วยที่ 4 บุคลิกภาพ	4
9-10	หน่วยที่ 5 ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการลีลาศ	4
11-14	หน่วยที่ 6 การลีลาศจังหวะควิกสเตป	8
15-18	หน่วยที่ 7 การลีลาศจังหวะบีกิน	8
	ทดสอบปลายภาค	
	รวมปฏิบัติและฤทษฎี	36

สแกนด้วย CamScanner