



ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อทักษะการส่งลูกในรายวิชา
แบดมินตันของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

EFFECTS OF PHYSICAL EDUCATION LEARNING MANAGEMENT WITH PEER-TO-
PEER ON SERVE SKILLS IN BADMINTON COURSE OF UPPER SECONDARY SCHOOL
STUDENTS

ณัชชาภัทร ยุระหาร

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2565

ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อทักษะการส่งลูกในรายวิชา
แบดมินตันของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย



ปริญญานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา
คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ปีการศึกษา 2565
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

EFFECTS OF PHYSICAL EDUCATION LEARNING MANAGEMENT WITH PEER-TO-
PEER ON SERVE SKILLS IN BADMINTON COURSE OF UPPER SECONDARY SCHOOL
STUDENTS



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of MASTER OF EDUCATION
(Health Education & Physical Education)
Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University

2022

Copyright of Srinakharinwirot University

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อทักษะการส่งลูกในรายวิชาแบดมินตันของ

นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

ของ

ณัชชาภัทร ยุระหาร

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์

ที่ปรึกษาหลัก

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุนันทา ศรีศิริ)

ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร)

กรรมการ

(อาจารย์ ดร.ภาณุ กุศลวงศ์)

ชื่อเรื่อง	ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อทักษะการส่งลูกในรายวิชาแบดมินตันของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย
ผู้วิจัย	ณัชชาภัทร ยุระหาร
ปริญญา	การศึกษามหาบัณฑิต
ปีการศึกษา	2565
อาจารย์ที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุนันทา ศรีศิริ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองเพื่อศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อทักษะการส่งลูกแบดมินตันของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย และเปรียบเทียบผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนกับแบบปกติที่มีต่อทักษะการส่งลูกแบดมินตัน กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบ้านสวน (จันอนุสรณ์) ปีการศึกษา 2565 ผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง จำนวน 2 ห้องเรียน ที่มีค่าเฉลี่ยของทักษะการส่งลูกใกล้เคียงกันเป็นกลุ่มตัวอย่าง แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 42 คน ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน กลุ่มควบคุม 42 คน ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนและแบบปกติ สีวิดิตส์นั้ แบบทดสอบทักษะการส่งลูกประกอบด้วย แบบทดสอบทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ และแบบทดสอบทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ผลทางสถิติ หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบสมมติฐานด้วยสถิติค่าที ผลการวิจัยพบว่า (1) กลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนหลังการทดลอง มีทักษะการส่งลูกดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (2) หลังการทดลอง กลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนมีทักษะการส่งลูกดีกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนก่อนการทดลองไม่แตกต่างกัน และ (3) ความพึงพอใจของกลุ่มทดลองที่มีต่อการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนโดยรวม อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย=4.45)

คำสำคัญ : เพื่อนช่วยเพื่อน, ทักษะการส่งลูกแบดมินตัน, นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

Title	EFFECTS OF PHYSICAL EDUCATION LEARNING MANAGEMENT WITH PEER-TO-PEER ON SERVE SKILLS IN BADMINTON COURSE OF UPPER SECONDARY SCHOOL STUDENTS
Author	NATCHAPAT YURAHAN
Degree	MASTER OF EDUCATION
Academic Year	2022
Thesis Advisor	Assistant Professor Dr. Sununta Srisiri

The purposes of this research are as follows: (1) to study the effect of physical education learning management with peer-to-peer on serve skills in badminton courses with upper secondary school students; (2) to compare the effect of peer-to-peer physical education learning management with a conventional instruction on serve skills in badminton courses with upper secondary school students. The sample group consisted of 84 students in Mathayomsuksa Four at Bansuan Jananusorn School, the first semester of the 2022 academic year. The researcher used a purposive sampling method for two classrooms with similar average delivery skills as a sample group and divided into an experimental group of 42 subjects, who received peer-to-peer physical education management. The control group, 42 subjects, received conventional instruction learning management. The research instrument for this research included; lesson plan in physical education management with peer-to-peer and normal with a reliability of 0.84 and video media with a reliability of 0.91, serve skills test included the following: (1) forehand long serve test with a reliability of 0.84; and a (2) backhand short serve test with a reliability of 0.92. The data were analyzed to find the mean, standard deviation and t-test. The research findings were as follows: (1) the experimental group, who received physical education learning management with peer-to-peer after eight weeks had better on serve skills than before the experiment at a significant level of 0.05; (2) the control group, who received of physical education learning management with normal after the eight weeks had better on serve skills than before the experiment at a significant level of 0.05; (3) after the eight weeks of experiment, the experimental group had better serve skills than the control group at significant level of 0.05, the pre-test was no different; and (4) the experimental group had a mean score on satisfaction with physical education learning management with peer-to-peer, after the experiment was at a high level of 4.45.

Keyword : Peer-To-Peer, Serve Skills, Upper Secondary school student

กิตติกรรมประกาศ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดีด้วยความกรุณา ความช่วยเหลือ ตลอดจน ให้คำแนะนำจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุนันทา ศรีศิริ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พิมพา ม่วงศิริธรรม อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ที่คอยให้คำแนะนำ ตรวจสอบและแก้ไข ปริญญานิพนธ์ให้มีความสมบูรณ์ ตลอดจนคอยดูแลและให้กำลังใจเสมอมา ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สาธิต ประจันบาน อาจารย์ ดร. ธิญมา หลายพัฒน์ และอาจารย์ ดร. ภานุ กุศลวงศ์ คณะกรรมการสอบเค้าโครงปริญญานิพนธ์และสอบปากเปล่าทุกท่าน ที่ได้ให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมมาเป็นแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขให้ปริญญานิพนธ์สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ เจียมศักดิ์ พานิชชัยกุล ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ระพีพัฒน์ เตือนเพ็ญศรี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กนกรัตน์ จิรสังจານุกูล ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ขวัญหญิง ศรีประเสริฐภาพ ดร.ศิริพร ซอบสะอาด ครูชำนาญการพิเศษ และคุณครูขวัญจิตต์ บุญรัตนบัณฑิต ครูชำนาญการพิเศษ ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้อำนวยการ รองผู้อำนวยการ และคณะครูโรงเรียนบ้านสวน (จันอนุสรณ์) ที่ได้อำนวยความสะดวก ความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูล ตลอดจนให้กำลังใจเสมอมา และขอขอบใจนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบ้านสวน (จันอนุสรณ์) ปีการศึกษา 2565 ที่ให้ความร่วมมือตลอดการดำเนินการเป็นอย่างดี

และสุดท้ายนี้ ขอกราบขอบพระคุณสมาชิกในครอบครัว ผู้ที่คอยอยู่เบื้องหลัง คอยให้กำลังใจ ให้การสนับสนุนในทุก ๆ ด้าน และขอขอบใจน้องส้มส้ม น้องแอลมอน น้องเรนเรน น้องฉันทัน ที่เป็นอีกหนึ่งกำลังใจของผู้วิจัยเสมอมา

ณัชชาภัทร ยุระหาร

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง.....	ฎ
สารบัญรูปภาพ	ฐ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	3
ความสำคัญของงานวิจัย	3
ขอบเขตของงานวิจัย	4
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย.....	4
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	4
ตัวแปรที่ศึกษา	4
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย	5
สมมติฐานงานวิจัย.....	5
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
1. การจัดการเรียนรู้พลศึกษา.....	6
1.1 ความหมายของการจัดการเรียนรู้พลศึกษา	6
1.2 จุดมุ่งหมายของการจัดการเรียนรู้พลศึกษา	7

1.3 หลักวิธีการจัดการเรียนรู้พลศึกษา	7
1.4 การวัดและประเมินผลทางพลศึกษา	9
1.5 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษา.....	9
1.6 การเคลื่อนไหวเบื้องต้นทางพลศึกษา	10
2. การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน.....	11
2.1 ความหมายของการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน	11
2.2 แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน.....	12
2.3 เทคนิคการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน	13
2.4 ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน.....	13
3. การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	14
3.1 ความหมายของการจัดการเรียนรู้แบบปกติ	14
3.2 ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้แบบปกติ	15
4. พัฒนาการด้านต่าง ๆ ของวัยรุ่น.....	15
5. ทักษะเบดมินตัน	17
5.1 ทักษะเบดมินตันพื้นฐาน.....	17
5.2 แบบทดสอบทักษะกีฬา	24
5.3 การกายบริหารเพื่อกีฬาเบดมินตัน.....	28
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	31
6.1 งานวิจัยในประเทศ.....	31
7.2 งานวิจัยในต่างประเทศ.....	35
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	37
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	37
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย	37

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	37
การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	38
การเก็บรวบรวมข้อมูล	45
จัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	48
การพิทักษ์สิทธิ	48
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	49
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	49
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	49
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	49
บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	58
สรุปผล.....	58
อภิปรายผล	59
ข้อเสนอแนะ	62
บรรณานุกรม	63
ภาคผนวก.....	69
ภาคผนวก ก	70
ภาคผนวก ข	73
ภาคผนวก ค	82
ภาคผนวก ง.....	212
ภาคผนวก จ	223
ภาคผนวก ฉ	232
ภาคผนวก ช	237
ภาคผนวก ซ	239



สารบัญตาราง

	หน้า
ตาราง 1 แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน.....	38
ตาราง 2 แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ.....	40
ตาราง 3 เปรียบเทียบกิจกรรมการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน และแบบปกติ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น	42
ตาราง 4 แบบแผนการทดลอง	45
ตาราง 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทักษะการส่งลูก ก่อนทดลอง และหลังทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยรวม	50
ตาราง 6 คะแนนค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทักษะการส่งลูก ก่อนการทดลองและ หลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แยกตามตัวแปรทักษะ.....	50
ตาราง 7 ผลการเปรียบเทียบคะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองกับหลังการทดลอง โดยรวม.....	52
ตาราง 8 คะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง กับหลังการทดลอง แยกตามตัวแปรทักษะ	53
ตาราง 9 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูกระหว่างกลุ่ม ทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	54
ตาราง 10 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง แยกตามตัวแปรทักษะ.....	56
ตาราง 11 ค่าเฉลี่ยของคะแนนและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการ เรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน ของกลุ่มทดลอง (n=42)	57
ตาราง 12 คะแนนทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ ก่อนทดลองและหลังทดลองของกลุ่มทดลอง ..	224
ตาราง 13 คะแนนทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ ก่อนทดลองและหลังทดลองของกลุ่มควบคุม ...	226
ตาราง 14 คะแนนทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ ก่อนทดลองและหลังทดลองของกลุ่มทดลอง	228

ตาราง 15 คะแนนทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ ก่อนทดลองและหลังทดลองของกลุ่มควบคุม230

ตาราง 16 ดัชนีความสอดคล้อง IOC (Index of Item-Objective Congruence) เพื่อหาคุณภาพ
แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาทั้งฉบับ ซึ่งมีผลดังต่อไปนี้ 234

ตาราง 17 ดัชนีความสอดคล้อง IOC (Index of Item-Objective Congruence) เพื่อหาคุณภาพ
สื่อวีดิทัศน์ ซึ่งมีผลดังต่อไปนี้..... 235

ตาราง 18 ดัชนีความสอดคล้อง IOC (Index of Item-Objective Congruence) เพื่อหาคุณภาพ
แบบทดสอบทักษะการส่งลูก ซึ่งมีผลดังต่อไปนี้ 236



สารบัญรูปภาพ

	หน้า
ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย	5
ภาพประกอบ 2 จับไม้แรกเกิด	17
ภาพประกอบ 3 ตั้งท่าตีลูก	18
ภาพประกอบ 4 ถ่ายน้ำหน้าตัว	18
ภาพประกอบ 5 ส่งลูกยาวหน้ามือ	18
ภาพประกอบ 6 ส่งลูกสั้นหลังมือ	19
ภาพประกอบ 7 ตีลูกหยอด	19
ภาพประกอบ 8 ลูกงัด	19
ภาพประกอบ 9 ลูกแย็บ	20
ภาพประกอบ 10 ลูกสวนดาบ	20
ภาพประกอบ 11 ตีรับลูกตบ	20
ภาพประกอบ 12 ตีลูกเซฟหรือลูกโด่ง	21
ภาพประกอบ 13 ตีลูกตบ	21
ภาพประกอบ 14 ตีลูกตัดหยอด	21
ภาพประกอบ 15 แผนภูมิที่ 1 ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูกระหว่างกลุ่มทดลอง	55
ภาพประกอบ 16 แผนภูมิที่ 2 แผนภูมิแท่งค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูก	55

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน (Peer-To-Peer) มีแนวความคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) ที่เชื่อว่า คนกับสิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์กัน และพฤติกรรมเกิดจากการสังเกตหรือเลียนแบบ โดยอาศัยการสังเกตพฤติกรรม ปฏิกริยาต่าง ๆ ผลการกระทำ คำบอกเล่า และความน่าเชื่อถือของตัวแบบ ซึ่งการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเป็นหนึ่งในรูปแบบการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นช่วยเหลือนักเรียนที่เรียนรู้ช้า ไม่ทันเพื่อน ให้เรียนรู้ได้เร็วและเข้าใจไวขึ้น โดยการสอนและดูแลจากเพื่อนกลุ่มเก่งที่มีวัยใกล้เคียงกัน อาจจะอยู่ในช่วงวัยเดียวกันหรือวัยที่มากกว่าก็ได้ ซึ่งการสอนอาจจะเป็นคู่หรือเป็นกลุ่ม โดยมีครูผู้สอนกำกับดูแล ให้คำปรึกษาและเฝ้าอำนวยความสะดวกการจัดกิจกรรม (อติกันต์ ภูติพิพย์, 2552)

กีฬาแบดมินตันเป็นหนึ่งในกีฬาที่มีความนิยมอย่างแพร่หลาย มีการแข่งขันทั้งในและนอกประเทศหลากหลายรายการ และเป็นอีกหนึ่งกีฬาที่สร้างชื่อเสียงให้กับประเทศไทยอย่างต่อเนื่อง จึงถือเป็นอีกหนึ่งกีฬาที่นิยมเพิ่มขึ้นในหมู่เยาวชนของไทย ในการแข่งขันกีฬาแบดมินตันสามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ 1) ประเภทเดี่ยว เป็นการแข่งขันที่มีผู้เล่นฝ่ายละ 1 คน ผู้เล่นจะส่งลูกและรับลูกในสนามด้านขวา เมื่อผู้เล่นยังไม่มีคะแนนหรือมีคะแนนเป็นเลขคู่ และจะส่งลูกและรับลูกในสนามด้านซ้าย เมื่อผู้เล่นมีคะแนนเป็นเลขคี่ โดยมีพื้นที่ของสนามในการแข่งขันด้านข้างสนามจะใช้เส้นนอกบริเวณเส้นด้านในสนาม ด้านหลังสนามจะใช้เส้นนอกบริเวณเส้นนอกสุดของสนาม และในการแข่งขันประเภทเดี่ยวมักจะนิยมส่งลูกไปยังบริเวณด้านหลังของสนาม โดยนิยมจับไม้แบบหน้ามือ 2) ประเภทคู่ เป็นการแข่งขันที่มีผู้เล่นฝ่ายละ 2 คน ผู้เล่นจะส่งลูกและรับลูกในสนามด้านขวา เมื่อผู้เล่นยังไม่มีคะแนนหรือมีคะแนนเป็นเลขคู่ และจะส่งลูกและรับลูกในสนามด้านซ้าย เมื่อผู้เล่นมีคะแนนเป็นเลขคี่ โดยมีพื้นที่สำหรับการส่งลูกด้านข้างสนามจะใช้เส้นนอกสุดของสนาม ส่วนด้านหลังสนามจะใช้เส้นด้านในสุดของสนาม ซึ่งฝ่ายส่งลูกจะต้องส่งลูกให้ตกอยู่ในบริเวณนี้ จึงจะถือว่าเป็นลูกดี ส่วนพื้นที่ของการตกของลูกหลังการรับ-ส่งลูกแล้วด้านข้างสนามจะใช้เส้นนอกบริเวณเส้นนอกสุดของสนาม ด้านหลังสนามจะใช้เส้นนอกบริเวณเส้นด้านในสุดของสนาม และในการแข่งขันประเภทคู่มักจะนิยมส่งลูกไปยังบริเวณใกล้กับเส้นส่งลูก โดยนิยมจับไม้แบบหลังมือ โดยกีฬาแบดมินตันมีทักษะพื้นฐาน ประกอบด้วย 1) การใช้เท้าและการเคลื่อนที่ 2) การเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อตีลูก 3) การจับไม้และปรับเปลี่ยนหน้าไม้ ได้แก่ 1. การตีลูกเหนือศีรษะ เช่น เซฟ ตบ ตัดหยอด ดาด เป็นต้น 2. การตีลูกข้างลำตัว เช่น ตีระดับสูงกว่าไหล่

ระดับไหล่ ระดับต่ำกว่าไหล่ 3. การตีลูกหน้าลำตัว เช่น จัด หยอด รับลูกตบ และ 4. การรับ-ส่งลูก เช่น ลูกสั้นและลูกยาว 4) การปล่อยลูกด้วยมือและปล่อยลูกด้วยแร็กเกต (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2558) ซึ่งผู้เล่นมีความจำเป็นที่ต้องฝึกฝนทักษะพื้นฐานให้เกิดความชำนาญ เพื่อจะส่งผลทำให้มีการเล่นแบดมินตันที่ดี และเกิดการพัฒนาต่อตนเองทั้ง 4 มิติ ได้แก่ 1) ด้านร่างกาย ช่วยให้กล้ามเนื้อแข็งแรง ทั้งส่วนของแขน ขา ทำให้ระบบต่าง ๆ ในร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพดีขึ้น และทำให้เกิดทักษะความคล่องแคล่วว่องไวในการเคลื่อนไหว 2) ด้านอารมณ์และจิตใจ ช่วยให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อกีฬา ช่วยลดความเครียดก่อให้เกิดความผ่อนคลาย จิตใจแจ่มใส เป็นผู้มีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย และเป็นผู้มีอารมณ์อย่างมั่นคง 3) ด้านสังคม ช่วยให้เกิดมนุษยสัมพันธ์และมีมิตรภาพที่ดี รู้จักเสียสละ และช่วยให้เกิดผู้นำและผู้ตามที่ดี 4) ด้านสติปัญญา ช่วยให้เกิดทักษะการแก้ปัญหา การใช้ความคิด การใช้ไหวพริบในการตัดสินใจอย่างเด็ดขาดและรวดเร็ว

จากความนิยมของกีฬาแบดมินตันที่เพิ่มมากขึ้น ส่งผลทำให้สถานศึกษาได้มีการจัดการเรียนรู้แบดมินตันในรายวิชาพลศึกษาในหลากหลายระดับชั้น เช่นเดียวกับ โรงเรียนบ้านสวน (จันทบุรี) ได้จัดทำหลักสูตรสถานศึกษาโดยกำหนดให้มีการจัดการเรียนรู้โดยใช้กีฬาแบดมินตันเป็นสื่อการเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยถูกกำหนดไว้ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 และมีผู้วิจัยที่ได้รับหน้าที่เป็นครูผู้สอน และพบปัญหาว่า 1) วิชาพลศึกษามีเวลาเรียน 1 คาบ/สัปดาห์ 2) นักเรียน 40 – 45 คนต่อห้องเรียน ทำให้ครูผู้สอนดูแลไม่ทั่วถึง 3) พื้นฐานทักษะกีฬาแบดมินตันแตกต่างกัน ทำให้บางคนเรียนรู้ช้า ขาดความสนใจ ปฏิบัติทักษะไม่ได้ และมีผลสัมฤทธิ์ทางด้านทักษะต่ำ โดยเฉพาะทักษะการส่งลูก เป็นทักษะสำคัญในการเริ่มเล่นระยะแรกของการแข่งขันหรือการเล่นแบดมินตัน พบว่า นักเรียนไม่สามารถส่งลูกเพื่อเข้าเล่นได้ ทำให้เล่นไม่ต่อเนื่อง ไม่มีความตื่นเต้นและทำท่าย ดังนั้นครูผู้สอนเพียงคนเดียวอาจจะดูแลนักเรียนไม่ทั่วถึงและไม่สามารถช่วยพัฒนานักเรียนที่เรียนรู้ช้า ไม่ทันเพื่อน ให้เข้าใจและปฏิบัติทักษะภายในเวลา 1 คาบเรียนได้ ซึ่งอาจนำไปสู่การเบื่อหน่ายในทักษะที่เรียนได้ (นรวิศร์ ผันเขียว, 2561)

จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า การเรียนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนถูกนำมาใช้ในกิจกรรมการสอนในรายวิชาต่าง ๆ และยังพบว่าช่วยพัฒนาให้ความสามารถทางการเรียน การสื่อสาร ปฏิสัมพันธ์ไปในทิศทางที่ดีขึ้น รวมทั้งนักเรียนถูกเข้าถึงและได้รับการช่วยเหลือในทักษะนั้น ๆ ดังผลการศึกษาของสุโชค ฉันทะนิ (2560) ได้จัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนตามแนวเสริมต่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะพื้นฐานการเตะในกีฬาเทควันโด พบว่า หลังการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน นักเรียนมีพัฒนาการทักษะพื้นฐานของกีฬาเทควันโดสูงกว่ากลุ่มปกติ และมีทัศนคติที่มีต่อการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเป็นไปในทางบวก และประกอบกับการศึกษาของ พลอย

ไพลิน นิลกรรณ (2552) เรื่อง ผลของการให้ผลย้อนกลับที่มีต่อการเรียนรู้ทักษะการตีลูกชอพท์บอล พบว่า การให้ผลย้อนกลับ (feedback) ร่วมกับการบันทึกหลังการฝึก ทำให้นักเรียนมีการทบทวนการแสดงทักษะของตนเองหลังจากการฝึก เสมือนกับได้ฝึกอีกครั้งหนึ่ง ทำให้นักเรียนได้รู้ข้อบกพร่องของตนเองและนำไปปรับใช้ในครั้งต่อไป จนกระทั่งเกิดทักษะที่ถูกต้องที่สุด และทำให้มีทักษะหลังการฝึกดีขึ้น และจากการศึกษาพบว่ายังไม่มีมีการนำการให้ผลย้อนกลับ (feedback) ร่วมกับการบันทึกหลังการฝึกมาใช้ในการเรียนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนในรายวิชาแบดมินตัน

จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน ที่มีต่อทักษะการส่งลูกในรายวิชาแบดมินตันของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย และแก้ปัญหาที่พบเจอในการจัดการเรียนรู้ ทั้งนี้เพื่อให้ครูผู้สอนและผู้ที่เกี่ยวข้องนำไปใช้เป็นส่วนในการจัดการเรียนการสอนในรายวิชาแบดมินตันต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน ที่มีต่อทักษะการส่งลูกในรายวิชาแบดมินตันของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย
2. เพื่อเปรียบเทียบผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ ที่มีต่อทักษะการส่งลูกในรายวิชาแบดมินตันของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย
3. เพื่อศึกษาผลของความพึงพอใจของนักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน

ความสำคัญของงานวิจัย

การวิจัยครั้งนี้จะทำให้ได้วิธีการที่เหมาะสมในการจัดการเรียนรู้พลศึกษาในรายวิชาแบดมินตัน เพื่อนำมาปรับปรุง แก้ไข พัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางด้านทักษะให้ดีขึ้น และยังได้พัฒนาทักษะทางสังคม ทักษะการสื่อสารของนักเรียน โดยผ่านการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน รวมทั้งได้แนวทางเพื่อนำไปปรับใช้กับการจัดการเรียนรู้ในวิชาพลศึกษาหรือรายวิชาอื่น ๆ ต่อไป

ขอบเขตของงานวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบ้านสวน (จันอนุสรณ์) ที่เรียนวิชาเบตมินตัน โดยผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple random sampling) ด้วยการจับฉลาก จำนวน 2 ห้องเรียน จาก 6 ห้องเรียน ที่มีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการส่งลูกใกล้เคียงกัน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียน จำนวน 42 คน และกลุ่มควบคุม 1 ห้องเรียน จำนวน 42 คน รวมกลุ่มตัวอย่าง 84 คน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกของกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้ 1) เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่กำลังเรียนวิชาเบตมินตัน 2) เป็นผู้สมัครใจ 3) ไม่มี ความเจ็บป่วยที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วม

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรต้น ได้แก่
 - 1.1 การจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน
2. ตัวแปรตาม ได้แก่
 - 2.1 ทักษะการส่งลูก
 - 2.2 ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน หมายถึง รูปแบบวิธีการสอนพลศึกษาที่ให้นักเรียนที่เก่งกว่าจับกลุ่มกับนักเรียนที่อ่อนกว่าด้วยความสมัครใจ เพื่อช่วยเหลือพึ่งพาเกื้อกูลกัน
2. แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ หมายถึง รูปแบบวิธีการสอนตามแบบคู่มือครูและเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ให้นักเรียนจับกลุ่มด้วยความอิสระ
3. ทักษะการส่งลูก หมายถึง ลักษณะทักษะการส่งลูก 2 วิธี ดังนี้
 - 3.1 ทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ เป็นการส่งลูกโดยการจับไม้แบบโพร์แฮนด์ โดยจะต้องส่งลูกไปยังท้ายคอร์ท นิยมใช้สำหรับการเล่นประเภทเดี่ยว
 - 3.2 ทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ เป็นการส่งลูกโดยการจับไม้แบบแบคแฮนด์ โดยจะต้องส่งลูกไปยังหน้าคอร์ทใกล้กับเส้นส่งลูกสั้น นิยมใช้สำหรับการเล่นประเภทคู่

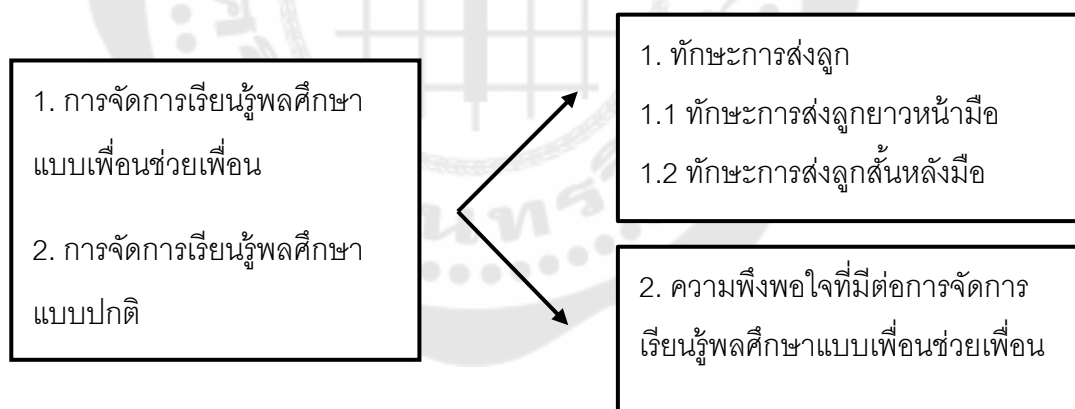
4. แบบทดสอบทักษะการส่งลูก หมายถึง แบบทดสอบที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 2 ทักษะ ได้แก่ แบบทดสอบทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ และแบบทดสอบทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ มีองค์ประกอบของการทดสอบ คือ 1) ยืน 2) จับไม้ 3) ตีลูก 4) ทิศทางของลูก

5. แบบการวัดและประเมินผลทักษะการส่งลูก หมายถึง แบบประเมินทักษะการส่งลูก ตามองค์ประกอบของการทดสอบ 4 ทักษะ ได้แก่ 1) การยืน 2) การจับไม้ 3) การตีลูก 4) ทิศทางของลูก โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน (Scoring Rubric) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 12 คะแนน และแบ่งเกณฑ์ตัดสินเป็น 3 ระดับ ดังนี้ 1) ช่วงคะแนน 10-12 อยู่ในระดับคุณภาพดีมาก 2) ช่วงคะแนน 7-9 อยู่ในระดับคุณภาพดี 3) ช่วงคะแนน 0-6 อยู่ในระดับคุณภาพปรับปรุง โดยมีเกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้น

6. นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย หมายถึง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบ้านสวน (จันทบุรี)

7. ความพึงพอใจ หมายถึง ทศนคติของนักเรียนที่มีต่อการจัดการเรียนรู้ในรายวิชาแบดมินตัน จำนวน 12 ข้อ และแบ่งระดับความพึงพอใจ 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด ตามลำดับ

กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

สมมติฐานงานวิจัย

1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลอง หลังทดลองดีกว่าก่อนทดลอง
2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลอง หลังทดลองดีกว่ากลุ่มควบคุม

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน ที่มีต่อทักษะการส่งลูกในรายวิชาแบดมินตันของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. การจัดการเรียนรู้พลศึกษา
2. การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
3. การจัดการเรียนรู้แบบปกติ
4. พัฒนาการต่าง ๆ ของวัยรุ่น
5. กีฬาแบดมินตัน
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. การจัดการเรียนรู้พลศึกษา

1.1 ความหมายของการจัดการเรียนรู้พลศึกษา

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2527) กล่าวว่า การจัดการเรียนรู้พลศึกษา เป็นกระบวนการอย่างหนึ่งที่ช่วยส่งเสริมให้นักเรียนได้มีความเจริญงอกงาม และมีการพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม โดยอาศัยกิจกรรมพลศึกษาที่ได้เลือกเฟ้นแล้วเป็นสื่อกลางของการเรียนรู้ โดยการที่นักเรียนจะเกิดการเรียนรู้ก็ต่อเมื่อนักเรียนได้มีส่วนร่วมโดยตรงด้วยตนเองเท่านั้น

พินิจ อินตา (2554) กล่าวว่า การจัดการเรียนรู้พลศึกษา เป็นการใช้กิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกาย เป็นสื่อในการพัฒนาผู้เรียนในด้านความสามัคคี มีน้ำใจ รู้แพ้ รู้ชนะ รู้ภัย ซึ่งผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเองจากการเข้าร่วมกิจกรรม

สายพิน จิตต์ศิริ (2558) กล่าวว่า เป็นการศึกษาที่ใช้กิจกรรมการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นสื่อ มีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม สามารถใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

ฐิรภัทร อภิชาติตระกูล (2561) ให้ความหมายว่า เป็นการศึกษาที่สอนที่ใช้กีฬา กิจกรรมการเคลื่อนไหวต่าง ๆ เป็นสื่อ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริม พัฒนานักเรียนทั้ง 4 มิติ และใช้ชีวิตในสังคมได้ดีและมีประสิทธิภาพ

จากการศึกษาสรุปได้ว่า การจัดการเรียนรู้พลศึกษา เป็นการศึกษาที่สอนโดยใช้กีฬาหรือกิจกรรมทางกายเป็นสื่อ เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการพัฒนาทั้งด้านร่างกาย

จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา โดยการจะส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ได้นั้น ตัวนักเรียนจะต้องมีส่วนร่วมด้วยตนเอง

1.2 จุดมุ่งหมายของการจัดการเรียนรู้พลศึกษา

ศิวินทร์ อธิจันทร์รัตน์ (2564) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการจัดการเรียนรู้พลศึกษา เป็นการจัดการเรียนรู้ที่มุ่งเสริมให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ มีพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ตลอดจนการปฏิบัติตนให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างปกติ โดยผ่านกระบวนการรูปแบบของพลศึกษา

จาตุรนต์ มหากนก (2562) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของวิชาพลศึกษาประกอบด้วย 1) ด้านสมรรถภาพ 2) ด้านทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นและทักษะกีฬา 3) ด้านความรู้และความเข้าใจ 4) ด้านคุณธรรม 5) ด้านเจตคติ

เปรม บ่อมกระโทก (2561) กล่าวว่า เป็นการมุ่งเน้นให้ร่างกายได้เรียนรู้ทักษะหรือการเคลื่อนไหวต่าง ๆ อย่างเป็นระบบ และมุ่งเน้นให้รู้จักกฎ กติกา มารยาทของกิจกรรมที่ได้เรียนรู้ สรุปได้ว่า การจัดการเรียนรู้พลศึกษามุ่งเน้นให้นักเรียนเกิดการพัฒนาในทุกมิติ และอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข โดยผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมที่หลากหลาย

1.3 หลักวิธีการจัดการเรียนรู้พลศึกษา

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2561) กล่าวว่า วิชาพลศึกษาเป็นวิชาที่ใช้กิจกรรมพลศึกษาหรือกีฬาเป็นสื่อ เพื่อให้ นักเรียนได้เรียนรู้ด้วยการกระทำหรือการลงมือปฏิบัติจริง โดยการสอนพลศึกษาจะต้องพัฒนาการของนักเรียนทั้ง 5 ด้านไปพร้อมกัน คือ 1) ด้านสมรรถภาพทางกาย ให้เป็นผู้ที่มีร่างกายแข็งแรง มีสุขภาพสมบูรณ์ 2) ด้านความรู้ในวิชาพลศึกษา สามารถนำความรู้และประสบการณ์ต่าง ๆ ในทุก ๆ ด้านที่ได้จากการเรียนไปใช้และปฏิบัติเพื่อให้เป็นประโยชน์แก่ตนเอง 3) ด้านทักษะกีฬา เพื่อให้สามารถนำพื้นฐานที่จะนำไปใช้เล่นตามอัธยาศัยของตนเองได้ 4) ด้านคุณธรรม ให้เป็นผู้ที่มีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และ 5) ด้านเจตคติ ให้เห็นประโยชน์ของกิจกรรมทางพลศึกษาซึ่งนำไปสู่การมีเจตคติที่ดี

สมโนทัย บ่วงเพชร (2562) กล่าวว่า เป็นการจัดการเรียนการสอนโดยมุ่งเน้นส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ มีพัฒนาการในด้านต่าง ๆ ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ การอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างปกติ โดยผ่านกระบวนการรูปแบบของพลศึกษา

วิเชียร ทูวิลา (2556) กล่าวถึงหลักการดำเนินการสอนพลศึกษาตามที่ วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2539) ได้เสนอไว้ คือ

1. ขั้นเตรียม: เตรียมความพร้อมของนักเรียนทั้งกายและใจก่อนเริ่มกิจกรรม

2. **ขั้นสอน** : เป็นช่วงที่สำคัญ โดยเฉพาะการสอนทักษะที่ต้องอาศัยความรู้และความชำนาญของผู้สอน

3. **ขั้นฝึกหัด** : เป็นการฝึกปฏิบัติที่ต่อเนื่องจากขั้นสอน โดยนักเรียนต้องลงมือทำด้วยตนเอง

4. **ขั้นนำไปใช้** : เป็นขั้นที่ใช้การแข่งขัน เกม หรือกิจกรรมที่สร้างความสนุกสนานมาร่วมกับทักษะที่เรียน

5. **ขั้นสรุป** : เป็นขั้นสุดท้ายหลังจบกิจกรรมในคาบนั้น ๆ เป็นการทบทวนความสำคัญ และปฏิบัติเพื่อให้มีนิสัยที่ดี

ภัทรพงศ์ รัตนกาญจน์ (2560) กล่าวไว้ว่า ควรจะมี 5 ขั้นตอน ประกอบด้วย

1. **เตรียม** (5-10 นาที) : เป็นขั้นตรวจสอบความพร้อม เช่น เช็ควินาที การเจ็บป่วย

2. **พัฒนาสมรรถภาพทางกาย** (5-10 นาที) : เป็นขั้นตอนที่เน้นให้นักเรียนมีการเคลื่อนไหวที่ ขยับร่างกาย เพื่อสร้างความพร้อมที่ก่อนทำกิจกรรม

3. **อธิบายและสาธิต** (5-10 นาที) : เป็นขั้นทำความเข้าใจในทักษะต่าง ๆ ที่จะฝึกภายในชั่วโมงเรียนโดยผู้สอนเป็นผู้อธิบายและสาธิตทักษะให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจ

4. **นำไปใช้** (20-25 นาที) : เป็นขั้นที่นำทักษะในชั่วโมงนั้นออกมาใช้จริง โดยเน้นการเล่นและการแข่งขันภายในชั้นเรียน

5. **สรุป** (5 นาที) : เป็นขั้นที่ผู้สอนทำการสรุปกิจกรรมที่เรียนภายในชั่วโมง และนัดหมายในชั่วโมงถัดไป

สรุปได้ว่า หลักวิธีการจัดการเรียนรู้พลศึกษา คือ การจัดการเรียนการสอนให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้จากการลงมือกระทำ ผ่านกิจกรรมพลศึกษาหรือกีฬาเป็นสื่อ โดยการจัดการเรียนการสอนในทุกครั้งจะต้องให้นักเรียนเกิดการพัฒนาการทั้ง 5 ด้าน คือ 1) ด้านสมรรถภาพทางกาย 2) ด้านทักษะพลศึกษา 3) ด้านความรู้ในพลศึกษา 4) ด้านคุณธรรม และ 5) ด้านเจตคติ และมีขั้นตอนในการจัดการเรียนรู้พลศึกษา 5 ขั้นตอน จากการศึกษาพบผู้วิจัยใช้ชื่อเรียกที่แตกต่างกันไป ในบางขั้นตอน แต่มีลักษณะขั้นการดำเนินกิจกรรมที่คล้ายคลึงกัน สำหรับงานวิจัยนี้มีขั้นตอนการจัดการเรียนรู้พลศึกษา 5 ขั้นตอน ประกอบด้วย 1) ขั้นเตรียม 2) ขั้นสอน 3) ขั้นฝึกปฏิบัติ 4) ขั้นนำไปใช้ และ 5) ขั้นสรุปและสรุปปฏิบัติ

1.4 การวัดและประเมินผลทางพลศึกษา

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2561) กล่าวว่า ครูผู้สอนจะทราบถึงพัฒนาการ ชอบหรือไม่ชอบ ในกิจกรรม หรือการจัดกลุ่มของนักเรียนนั้น จำเป็นต้องวัดและประเมินผลจากทักษะนั้น ๆ ซึ่งการวัดเพื่อประเมินผลจะต้องมุ่งให้นักเรียนมีพัฒนาการทั้ง 5 ด้าน ดังนี้

1. ด้านสมรรถภาพทางกาย เพื่อให้ทราบว่า หลังจากเรียนวิชาพลศึกษาเสร็จสิ้นแล้ว นักเรียนจะมีสมรรถภาพทางกายที่แข็งแรงมากน้อยเพียงใด
2. ด้านความรู้ เพื่อให้ทราบถึงภูมิหลัง ระดับความรู้และเข้าใจของนักเรียน
3. ด้านทักษะ เพื่อให้ทราบว่า นักเรียนมีความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ของร่างกาย หรือมีทักษะการเล่นกีฬา มากน้อยในระดับใด
4. ด้านคุณธรรม เพื่อให้ทราบว่า นักเรียนมีคุณลักษณะอันพึงประสงค์เพียงใด จากการประเมินสภาพจริง
5. ด้านเจตคติ เพื่อให้ทราบถึง ความชอบหรือไม่ชอบในกิจกรรมพลศึกษา อย่างไม่

สุจิตรา บุญเกิด (2543) กล่าวถึง การวัดและประเมินผลที่ดี ต้องครอบคลุมทั้งความรู้ ทักษะ สมรรถภาพสุขภาพและคุณธรรม ครูผู้สอนควรวัดที่สมรรถภาพทางกาย ความสนใจเข้าร่วม กิจกรรมต่าง ๆ การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และการพัฒนาความสามารถในการฝึกกิจกรรม มากกว่าความถูกต้อง หรือความสมบูรณ์ในทักษะกีฬานั้น ๆ ครูผู้สอนควรปรับการวัดผลและประเมินผลให้ตรงตามหลักสูตรและตามยุคสมัย

สรุปได้ว่า การวัดและประเมินผลทางพลศึกษา จะต้องวัดให้ครอบคลุมในทุกด้าน และตรงกับสาระ มาตรฐาน จุดประสงค์ของการเรียนของแต่ละระดับชั้น

1.5 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษา

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2553) กล่าวถึง ทฤษฎีการเรียนรู้ ที่สามารถนำมาใช้ในการจัดการเรียนรู้พลศึกษา ดังนี้

1. ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกของพาฟลอฟ (Classical Conditioning Theory)

การตอบสนองจะเกิดต่อสิ่งเร้าเมื่อมีเงื่อนไขหรือสถานการณ์เข้ามาเกี่ยวข้อง ซึ่งพาฟลอฟได้ทำการทดลองกับสุนัข โดยการสั่นกระดิ่ง แล้วเอาผงเนื้อใส่ปากสุนัขแล้วน้ำลายจะไหล โดยทำซ้ำ ๆ จนสุนัขเกิดการเรียนรู้เมื่อได้ยินเสียงกระดิ่งแล้วน้ำลายจะไหล ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ทางพลศึกษาได้โดยการนำความต้องการทางธรรมชาติของนักเรียนที่นักเรียนชอบมา

ใช้เป็นสิ่งเร้าในการจัดการเรียนรู้ เช่น นักเรียนชอบเกม ครูผู้สอนก็นำเกมมาประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียนรู้

2. ทฤษฎีการวางเงื่อนไขด้วยการกระทำของสกินเนอร์ (Operant Conditioning)

ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกับสิ่งแวดลอม เป็นสิ่งที่ให้เกิดพฤติกรรมและผลการกระทำนั้น ๆ ซึ่งพฤติกรรมนั้นจะเพิ่มขึ้น หรือลดลง ขึ้นอยู่กับว่ามีการเสริมแรงที่พึงพอใจหรือไม่พึงพอใจ ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ทางพลศึกษาได้โดยนำการเสริมแรงทางบวก เช่น การกล่าวชมเชยกับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมหรือปฏิบัติกิจกรรมได้อย่างถูกต้อง ก็จะทำให้ นักเรียนเกิดการกระทำที่ดีเพิ่มขึ้น หรือการเสริมแรงทางลบ เช่น การลงโทษกับพฤติกรรมของนักเรียนที่ไม่เหมาะสม ซึ่งในการลงโทษ ครูผู้สอนต้องใช้เหตุผลในการอธิบายให้ผู้ถูกลงโทษรู้ว่าพฤติกรรมใดที่ถูกลงโทษและเพราะเหตุใด

3. ทฤษฎีการเชื่อมโยงของธอร์นไคค์ (Thorndike's Connected Theory)

เป็นการเรียนรู้จากการลองทำ ด้วยการเชื่อมสิ่งเร้าและการตอบสนอง ซึ่งการเรียนรู้จะเกิดเมื่อนักเรียนพร้อม มีการฝึกบ่อย ๆ ซ้ำ ๆ และได้รับความพึงพอใจ ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ทางพลศึกษาได้ดังนี้

- 1) กฎแห่งความพร้อม: ก่อนที่จะเริ่มการเรียนรู้ต้องสำรวจความพร้อมทั้งทางร่างกายและจิตใจของนักเรียนก่อน หากยังไม่พร้อมต้องมีกิจกรรมเพื่อทำให้นักเรียนพร้อมก่อน
- 2) กฎแห่งการฝึกหัด: เมื่อต้องการให้เกิดทักษะ จะต้องเริ่มจากการเข้าใจในเนื้อหา ก่อน แล้วหมั่นฝึกฝน ฝึกปฏิบัติ ทำซ้ำ ๆ บ่อย ๆ
- 3) กฎแห่งผล: เป็นการนำการเสริมแรงทางบวก เช่น การชมเชย มอบรางวัล เป็นต้น

จากการศึกษาสรุปได้ว่า การทำความเข้าใจในทฤษฎีการเรียนรู้จะช่วยทำให้ครูผู้สอนได้รู้แนวทางในการจัดการเรียนรู้ และนำมาประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียนรู้ ส่งผลทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ไปในทางที่ดีได้

1.6 การเคลื่อนไหวเบื้องต้นทางพลศึกษา

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2561) กล่าวว่า เป็นกระบวนการของการเคลื่อนไหวเพื่อช่วยพัฒนาส่วนต่าง ๆ ให้มีการทำงานร่วมกันและประสานงานซึ่งกันและกันของร่างกาย ซึ่งถือว่าเป็นความสามารถพื้นฐาน ที่นำไปสู่คุณภาพและประสิทธิภาพของการเคลื่อนไหวในกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน และมีความสำคัญในการที่จะนำพาบุคคลให้มีทักษะในการกีฬาต่าง ๆ ทำให้สามารถเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ เพื่อมิตรภาพ และเพื่อความสนุกสนานได้ โดยการเคลื่อนไหวเบื้องต้น แบ่งออกเป็น 3 ประเภทใหญ่ ๆ ดังนี้

1. การเคลื่อนไหวเบื้องต้นแบบไม่เคลื่อนที่ (Non-Locomotive Movement) : เป็นการเคลื่อนไหวที่ส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายที่เข้าไต่เข้าหนึ่ง หรือเข้าทั้งสอง หรือส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายที่เป็นฐานรองรับน้ำหนักของร่างกายไม่ได้ขยับเขยื้อนหรือเคลื่อนที่ออกจากที่เดิม

2. การเคลื่อนไหวเบื้องต้นแบบเคลื่อนที่ (Locomotive Movement) : เป็นการเคลื่อนไหวที่ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงจากที่หนึ่งไปยังที่หนึ่ง หรือจากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดใดควบคู่กันไป

3. การเคลื่อนไหวเบื้องต้นแบบมีอุปกรณ์ประกอบ (Manipulative Movement) : เป็นการเคลื่อนไหวที่มีการใช้อุปกรณ์เพื่อให้เด็กได้มีการพัฒนาการทำงานประสานกันของร่างกายได้ดีขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระหว่างประสาทมือกับตา

ไพวัน เพลิดพราว (2559) กล่าวว่า การเคลื่อนไหวเบื้องต้นเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายของมนุษย์ที่จะร่วมพัฒนาส่วนต่าง ๆ ให้ทำงานอย่างดีและเคลื่อนไหวอย่างมีประสิทธิภาพเป็นพื้นฐานนำไปสู่กิจกรรมทางพลศึกษา ที่จะสามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างถูกต้อง และพัฒนาไปสู่การเคลื่อนไหวที่ซับซ้อนมากขึ้น จนเป็นการเคลื่อนไหวเฉพาะกิจกรรม เช่น กีฬาสากลชนิดต่าง ๆ กิจกรรมเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย โดยการเคลื่อนไหวเบื้องต้น แบ่งออกเป็น 3 ประเภท ซึ่งสอดคล้องกับวอร์คบุ๊ก เพียร์ชอป (2561)

จากการศึกษาสรุปได้ว่า การเคลื่อนไหวเบื้องต้น เป็นกระบวนการของการเคลื่อนไหว เพื่อช่วยพัฒนาส่วนต่าง ๆ ของร่างกายให้มีการทำงานร่วมกัน และทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ และเป็นพื้นฐานของการนำไปสู่ทักษะกีฬาอย่างถูกต้องและมีคุณภาพ ดังนั้นครูผู้สอนพลศึกษาจึงมีความจำเป็นที่จะต้องสอนให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวอย่างถูกต้อง

2. การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

2.1 ความหมายของการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

แก็น เอ.จีเนส (Kent A. Greenes, 2010) กล่าวว่า เป็นการปฏิบัติงานร่วมกันโดยได้รับความช่วยเหลือจากผู้มีประสบการณ์ ให้ความรู้กับทีมงานที่เป็นผู้ร้องขอความช่วยเหลือ

อุงเยน เวียงโม, เตียนซิ่นและนัมเยล แทริง (Ugyen Wangmo, 2019) กล่าวว่า เพื่อนช่วยเพื่อน หมายถึง กลยุทธ์ต่าง ๆ มากมายที่สามารถใช้ในการเรียนการสอน เพื่อช่วยเหลือนักเรียนระหว่างสถานะที่เท่ากันหรือมีความแตกต่างกัน

สุริวัชร ศุภลักษณ์ (2561) กล่าวว่า เป็นการจัดการความรู้ก่อนลงมือทำกิจกรรม ผ่านการทำงานเป็นทีม โดยเรียนรู้จากปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน และจากการช่วยเหลือ หรือเรียนจากประสบการณ์คนอื่น

วีรพรรณ จันทร์ขาว (2561) กล่าวว่า เป็นการเรียนเป็นคู่หรือกลุ่มในการทำกิจกรรมของสมาชิกที่แตกต่างกันที่คอยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน โดยมีครูผู้สอนทำหน้าที่ให้คำแนะนำ และจัดกิจกรรมการเรียนรู้

สรุปได้ว่า เป็นการเรียนรู้เป็นคู่หรือเป็นกลุ่ม โดยจับคู่หรือกลุ่มด้วยความเต็มใจ โดยมีคนที่เก่งคอยช่วยเหลือ ให้ได้มาซึ่งความรู้และความเข้าใจในสิ่งที่เรียน และสามารถนำมาใช้ในการทำงานได้ด้วยตนเอง

2.2 แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

การสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อน มีพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) ของบันดูรา(Bandura,1977) ที่เชื่อว่า การเรียนรู้ของบุคคลเกิดจากการสังเกตและการเลียนแบบต้นแบบ โดยกระบวนการเลียนแบบ ประกอบด้วย 4 กระบวนการ คือ

1. ความใส่ใจ (Attention) : สิ่งแรกที่ผู้เรียนต้องมี เพราะความใส่ใจจะนำมาซึ่งการสังเกตและเลียนแบบ

2. การจดจำ (Retention) : การบันทึกพฤติกรรมของตัวแบบจากภาพหรือคำพูดไว้ในความจำระยะยาว

3. การแสดงพฤติกรรมเหมือนตัวแบบ (Reproduction) : เป็นการแปรสภาพในสิ่งที่จำ เช่น คำพูด ภาพต่าง ๆ แล้วแสดงออกมาเป็นการกระทำตามอย่างตัวแบบ

4. การจูงใจ (Motivation) : การเสริมแรงที่เหมาะสมเช่น การได้รับรางวัล คำชม จะทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมนั้นบ่อยครั้งขึ้น นอกจากนี้บันดูรายังให้ความสำคัญต่อการรู้คิดการจัดการเรียนการสอนที่ให้ผู้เรียนที่มีความสามารถทางการเรียนสูงกว่าจับคู่กับผู้ที่มีความสามารถทางการเรียนต่ำกว่า แล้วให้ช่วยกันถ่ายทอดความรู้ให้แก่กัน ได้มีโอกาสเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง มีการเสริมแรงทางบวก ให้ข้อมูลย้อนกลับและมีการจัดแข่งขันให้รางวัล เพื่อช่วยสร้างบรรยากาศในการเรียน เป็นการกระจายบทบาทการสอนจากผู้สอนไปสู่ผู้เรียน และส่งเสริมในเรื่องกระบวนการกลุ่มให้มีทัศนคติที่ดีต่อการเรียนแบบร่วมมือ (สุริวัชร ศุภลักษณ์ (2561)

จากการศึกษาสรุปได้ว่า การสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อน มีแนวความคิดจากทฤษฎีทางสังคม ที่การเรียนรู้ของบุคคลเกิดจากการสังเกตและเลียนแบบตัวแบบ โดยผ่านกระบวนการ

เลียนแบบทั้ง 4 กระบวนการ ได้แก่ 1) กระบวนการความสนใจ 2) กระบวนการความจำ 3) กระบวนการการแสดงออก 4) กระบวนการเสริมแรง

2.3 เทคนิคการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

ประนอม ดอนแก้ว (2550) ได้กล่าวว่า ไมเคิล, เบเบทต้าและเฮรอน ได้อธิบายเทคนิคการจัดการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนไว้ 4 วิธี ได้แก่

1. สอนแบบเพื่อนร่วมชั้น (Classwide-peer tutoring) : เป็นนักเรียนในระดับชั้นหรือห้องเรียนเดียวกัน โดยมีผู้ที่มีความชำนาญหรือถนัดในเรื่องนั้น ๆ เป็นผู้สอน

2. สอนแบบเพื่อนต่างระดับชั้น (Cross-age peer tutoring) : นักเรียนระดับชั้นที่สูงกว่าทำหน้าที่เป็นผู้สอน โดยทั้งสองอาจจะมีความสามารถที่ไม่แตกต่างกันก็ได้

3. สอนแบบจับคู่ (One-to-one tutoring) : นักเรียนเก่งกว่าจับคู่กับอ่อนกว่าสอนในสิ่งที่ตนสนใจและเชี่ยวชาญ

4. สอนแบบบุคคลทางบ้าน (Home-based tutoring) : ผู้ปกครองช่วยพัฒนา ดูแลนักเรียนระหว่างอยู่ที่บ้าน

ในการวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการสอนโดยเพื่อนในระดับชั้น ให้จับกลุ่มด้วยความสมัครใจ โดยกลุ่มเก่ง เป็นผู้สอน และกลุ่มอ่อน เป็นผู้รับการสอน

2.4 ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

สิวาสสิแลม (Sivasilam T., 1973) ได้กล่าวถึง ขั้นตอนการเรียนแบบเพื่อนช่วยเพื่อน ดังนี้

1. ปฐมนิเทศ แจ้งการสอน จัดกลุ่มนักเรียน และชี้แจงเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่
2. ครูให้คำแนะนำในทุกช่วงเวลาที่ยุเรียนขอเข้ารับปรึกษา
3. ควรให้มีการประเมินผลอย่างสม่ำเสมอ เพื่อกระตุ้นให้แต่ละกลุ่มเกิดความท้าทาย

4. จัดเตรียมอุปกรณ์ สื่อ แหล่งข้อมูลให้เพียงพอต่อกิจกรรม
5. กระจายเนื้อหาเป็นหน่วยย่อย ๆ จากง่ายไปหายาก
6. จัดทำแบบฝึกหัด แบบทดสอบ การให้คะแนน เกณฑ์การวัด เพื่อให้การดำเนินกิจกรรมการสอนมีความสะดวก

7. ผู้สอนต้องอธิบายบทบาทหน้าที่ของผู้สอนและผู้รับความรู้อย่างชัดเจน

ประนอม ดอนแก้ว (2550) ได้แบ่งขั้นตอนของการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีการ เพื่อนช่วยสอน ไว้เป็นขั้นตอน ดังนี้

1. **ขั้นฝึกอบรม** โดยครูผู้สอนอธิบายให้นักเรียนทราบถึงจุดประสงค์ ในการรับบทบาทของการเป็นเพื่อนผู้สอนและเพื่อนผู้รับการสอน

2. **ขั้นจับคู่**นักเรียน โดยครูผู้สอนวัดระดับความรู้พื้นฐานของนักเรียนแล้วจับคู่ นักเรียนระหว่างนักเรียนที่มีความสามารถสูงและนักเรียนที่มีความสามารถต่ำ โดยเรียงลำดับจากคะแนนมากไปน้อย แล้วจับคู่ นักเรียนที่ได้รับคะแนนสูงกับนักเรียนที่ได้คะแนนน้อยตามความสนใจและพึงพอใจของนักเรียน

3. **ขั้นฝึกปฏิบัติ** ครูผู้สอนให้ผู้เรียนที่ทำหน้าที่เพื่อนผู้สอนศึกษาเนื้อหาที่จะเรียนล่วงหน้า

4. **ขั้นทดสอบ** ครูผู้สอนวัดความรู้ของตัวผู้เรียนในแต่ละกิจกรรม
 พัดชา บุตรดีวงศ์ (2562) ได้กล่าวถึงขั้นตอนไว้ 4 ขั้นตอน ได้แก่

1. **ขั้นวางแผน** ครูผู้สอนเตรียมความพร้อมให้นักเรียนโดยทำความเข้าใจกับนักเรียน ถึงการดำเนินกิจกรรมเพื่อให้ทราบถึงวัตถุประสงค์ ชี้แจงให้คำแนะนำเกี่ยวกับบทบาท และหน้าที่ของตัวนักเรียน

2. **ขั้นจับคู่** ครูผู้สอนวัดระดับความรู้ของนักเรียนแล้วจับคู่ นักเรียนระหว่างเก่งและอ่อน ใตตามความต้องการของนักเรียนทั้ง 2 ฝ่าย

3. **ขั้นปฏิบัติ** ผู้รับหน้าที่ผู้ช่วยครูต้องศึกษาเนื้อหาจากครูผู้สอนมาก่อนแล้วนำไปสอนเพื่อน

4. **ขั้นการประเมินผล** ครูผู้สอนทำการประเมินนักเรียนเมื่อทำกิจกรรมเสร็จสิ้น
 สรุปลได้ว่า ในการวิจัยครั้งนี้มีขั้นตอนการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน ดังนี้ 1) **ขั้นวางแผน** ครูผู้สอนทำความเข้าใจกับนักเรียน ถึงจุดประสงค์ บทบาทและหน้าที่ของการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน 2) **ขั้นจับกลุ่ม** ครูผู้สอนจะต้องมีการทดสอบวัดทักษะของนักเรียนแล้วให้นักเรียนกลุ่มเก่งจับนักเรียนกลุ่มอ่อน เป็นกลุ่มย่อย ตามความสมัครใจ 3) **ขั้นปฏิบัติ** นักเรียนที่รับบทบาทผู้ช่วยครู ต้องศึกษาเนื้อหาล่วงหน้า โดยมีครูผู้สอนคอยให้คำแนะนำ 4) **ขั้นการประเมินผล** ครูผู้สอนทำการประเมินนักเรียนหลังจากทำกิจกรรมเสร็จสิ้น

3. การจัดการเรียนรู้แบบปกติ

3.1 ความหมายของการจัดการเรียนรู้แบบปกติ

ตีวนันท์ อธิจันทร์รัตน์ (2564) กล่าวว่า เป็นการเรียนตามคู่มือครูเป็นหลัก ที่ครูผู้สอนเป็นผู้รับผิดชอบในการจัดกิจกรรมเป็นส่วนใหญ่ ประกอบด้วย การจัดเตรียมสื่อการสอน การบรรยาย การเป็นผู้อภิปราย โดยให้นักเรียนอาจมีส่วนร่วมในกิจกรรมบางประเภท

บุญชม ศรีสะอาด (2546) กล่าวว่า เป็นการจัดการเรียนรู้ที่ต้องอาศัยความสามารถของผู้สอนในการถ่ายทอดความรู้ให้เกิดความน่าสนใจ และให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้

จิรัชญา ทิขัตติ (2550) กล่าวว่า เป็นการจัดการเรียนรู้ที่ครูผู้สอนจะต้องยึดหลักสูตรสถานศึกษาของตนเองเป็นสำคัญ ในการจัดการเรียนรู้

สรุปได้ว่า เป็นการจัดการเรียนรู้ของครูตามคู่มือของครู โดยมีการจัดการเรียนรู้ตามหลักสูตรสถานศึกษาที่สอดคล้องกับหลักสูตรสาระแกนกลางขั้นพื้นฐาน

3.2 ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้แบบปกติ

ธวัชตรี สนวนุช (2557) ได้กล่าวถึง ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้แบบปกติ ไว้ว่า ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้แบบปกติประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ดังนี้

1. ชี้นำเข้าสู่บทเรียน เป็นขั้นทบทวนเนื้อหาเดิมและเตรียมพร้อมนักเรียนสู่บทเรียนใหม่

2. ขั้นกิจกรรมการเรียนรู้ เน้นการบรรยายจากครูผู้สอนเป็นหลัก และครูผู้สอนต้องมีการเตรียมสื่อการเรียนรู้

3. ขั้นการสรุปบทเรียน ขั้นสุดท้ายหลังจากทำกิจกรรมเสร็จแล้ว ครูและนักเรียนทบทวนใจความสำคัญและการนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

4. ขั้นการวัดและประเมินผล ต้องวัดให้ครอบคลุม K-P-A และครูผู้สอนต้องนำผลการประเมินไปใช้ในการพัฒนาการเรียนในครั้งต่อไป

มรุต สังกัดชัย (2559) กล่าวว่า มี 5 ขั้นตอน ได้แก่

1. ขั้นเตรียม : เป็นการเตรียมพร้อมสำหรับเข้าร่วมกิจกรรม
2. ขั้นสอน : เป็นขั้นสำคัญ โดยเฉพาะการสอนทักษะที่ต้องอาศัยความรู้และเทคนิคของผู้สอน

3. ขั้นฝึกหัด : เป็นขั้นที่ให้ผู้เรียนฝึกหัดจากการสอนและให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง

4. ชี้นำไปใช้ : เป็นขั้นที่นำเกม การแข่งขัน เข้ามาใช้เพื่อความสนุกสนาน

5. ขั้นสรุปและสรุปปฏิบัติ : เป็นขั้นสุดท้ายหลังเสร็จสิ้นกิจกรรม ร่วมกันอภิปรายพูดคุยหลังการฝึกทักษะนั้น ๆ

สรุปได้ว่า มีการใช้ชื่อเรียกที่ลำดับขั้นตอนที่หลากหลาย แต่มีลักษณะกิจกรรมที่คล้ายคลึงกัน และในการเรียนการสอนต้องจัดกิจกรรมให้ครบทุกขั้นตอน

4. พัฒนาการด้านต่าง ๆ ของวัยรุ่น

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยมีความสนใจในการศึกษาวิจัยในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งได้มีนักการศึกษาและนักวิจัยหลายท่านได้กล่าวถึงพัฒนาการของเด็กวัยมัธยมศึกษาไว้ดังนี้

สุรางค์ ไคว์ตระกูล (2556) กล่าวว่า พัฒนาการของเด็กวัยมัธยมศึกษา 12-18 ปี ประกอบไปด้วย 4 ด้าน ได้แก่ พัฒนาการทางร่างกาย พัฒนาการทางสติปัญญา พัฒนาการทางบุคลิกภาพ และพัฒนาการทางอารมณ์และสังคม ซึ่งครูผู้สอนจะต้องช่วยนักเรียนให้เกิดการพัฒนาทั้ง 4 ด้าน ดังนั้นจึงจำเป็นที่จะต้องมีความรู้เกี่ยวกับลักษณะทั่วไปของนักเรียนที่ตนสอน พร้อมทั้งมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างบุคคล และภายในตัวบุคคลของนักเรียน ดังนี้

1.1 พัฒนาการทางร่างกาย : พัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยนี้เป็นไปอย่างรวดเร็ว จนทำให้เด็กวัยนี้ตระหนักในการเปลี่ยนแปลง และมีความวิตกกังวล เช่น

- 1) การเจริญเติบโตทางร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลงทางความสูงและน้ำหนักอย่างรวดเร็ว
- 2) การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะสืบพันธุ์ จะมีการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับฮอร์โมนที่บ่งชี้ถึงการเข้าสู่ระยะวัยรุ่น
- 3) การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางเพศ จะปรากฏเป็นระยะการแตกเนื้อหนุ่มสาว เป็นต้น

1.2 พัฒนาการทางเชาวน์ปัญญา : เด็กวัยนี้จะเริ่มมีความคิดเป็นผู้ใหญ่ เด็กจะสามารถที่จะคิดหาเหตุผลนอกเหนือไปจากข้อมูลที่มีอยู่ สามารถคิดสิ่งที่เป็นนามธรรมได้ สามารถคิดอย่างนักวิทยาศาสตร์ สามารถตั้งสมมติฐานและทฤษฎี และเห็นว่าความเป็นจริงที่เห็นด้วยกับการรับรู้ไม่สำคัญเท่ากับความคิดถึงสิ่งที่อาจเป็นไปได้

1.3 พัฒนาการทางบุคลิกภาพ : เด็กวัยนี้เป็นวัยที่สนใจในตนเอง อยากรู้ว่าตนคือใคร ซึ่งเป็นคำถามที่ตอบได้ยาก เด็กวัยรุ่นจะต้องมีความเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายและยอมรับ และจะต้องมีความเข้าใจบทบาทของตนในสังคม และความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ถ้าเด็กวัยนี้สามารถจะตอบคำถามว่าตนคือใคร ก็จะไม่มีปัญหาในการปรับตัว และมีความคิดเป็นของตนเอง

1.4 พัฒนาการทางอารมณ์และสังคม : เด็กวัยนี้มักจะมีอารมณ์ค่อนข้างจะรุนแรงและเปลี่ยนแปลงง่าย และพัฒนาการทางอารมณ์ของวัยรุ่น มีความสัมพันธ์กับพัฒนาการทางร่างกาย ถ้าเด็กวัยรุ่นมีวุฒิภาวะเกี่ยวกับพัฒนาการทางร่างกายเร็ว จะช่วยพัฒนาการทางอารมณ์และสังคมให้เร็วขึ้นด้วย

โรเบิร์ต ฮาวิกเฮิร์ส (Robert Havighurst 1953 -1972) อ้างถึงใน (สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2556) ได้กล่าวถึงพัฒนาการของมนุษย์ไว้ว่า มนุษย์ทุกคนมีงานที่จะต้องทำตามวัย เรียกว่า “งานพัฒนาการ”(Development Tasks) เป็นงานที่มนุษย์ทุกคนจะต้องทำในแต่ละวัยของชีวิต สมรรถนะของงานพัฒนาการแต่ละวัย ถือเป็นพื้นฐานของการเรียนรู้งานพัฒนาขั้นต่อไป ในการสร้างทฤษฎีงานพัฒนาการ ฮาวิกเฮิร์สเชื่อว่าพัฒนาการของมนุษย์ไม่ได้ขึ้นอยู่กับปัจจัยทางสรีระหรือชีววิทยาอย่างเดียว สังคมและวัฒนธรรมและปัจจัยทางจิตวิทยา (Psychological factor) ของแต่

ละบุคคลมีอิทธิพลในการพัฒนาการของบุคคลด้วย ซึ่งตัวแปรสำคัญในการพัฒนามี 3 อย่าง คือ 1) วุฒิภาวะทางร่างกาย 2) ความมุ่งหวังของสังคมและกลุ่มที่แต่ละบุคคลเป็นสมาชิก 3) ค่านิยมและแรงจูงใจ โดยฮาวิกเฮิร์สได้ กล่าวถึงงานพัฒนาการของวัยรุ่น ดังนี้

1. งานพัฒนาการของวัยรุ่น (อายุ 12-18 ปี)

1.1 สามารถสร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมวัย ทั้งเพศเดียวกันและต่างเพศได้อย่างมีวุฒิภาวะหรือแบบผู้ใหญ่

1.2 ยอมรับที่จะแสดงบทบาททางสังคมได้เหมาะสมกับเพศของตน

1.3 ยอมรับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและสามารถปรับตัวได้

1.4 มีความอิสระทางด้านจิตใจและอารมณ์จากพ่อแม่และผู้ใหญ่ที่ใกล้ชิด

1.5 เลือกลงและเตรียมตัวที่จะเลือกอาชีพในอนาคต

1.6 เตรียมตัวเพื่อการแต่งงานและการมีครอบครัว

1.7 พัฒนาทักษะทางเชาวน์ปัญญาและความคิดรวบยอดต่าง ๆ ที่จำเป็นสำหรับเป็นสมาชิกของชุมชนที่มีสมรรถภาพ

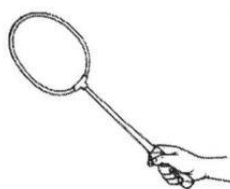
1.8 มีความต้องการที่จะแสดงพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบต่อสังคม

5. ทักษะเบดมินตัน

5.1 ทักษะเบดมินตันพื้นฐาน

การกีฬาแห่งประเทศไทย (2558) ได้กล่าวถึงทักษะพื้นฐานเบดมินตันดังนี้

1. จับไม้แร็กเกต (Grip) : จับไม้แน่นจนเกินไป และต้องตีลูกได้ทั้งสองด้านของแร็กเกต



ภาพประกอบ 2 จับไม้แร็กเกต

ที่มา : การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2558).คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาเบดมินตัน,น.121

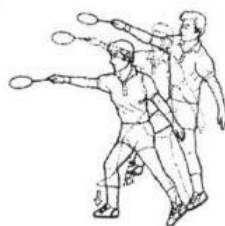
2. ตั้งท่าตีลูก (Stance) : เป็นการเตรียมพร้อมในการรับลูก โดยยืนในลักษณะเอียงลำตัวให้เท้าข้างไม่ถนัดอยู่หน้า และให้ปลายเท้าชี้ไปยังทิศทางที่จะตีลูก



ภาพประกอบ 3 ตั้งท่าตีลูก

ที่มา : การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2558).คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาแบดมินตัน,น.121

3.การถ่ายน้ำหนักตัว : ตั้งท่าตีลูกโดยใช้เท้าข้างไม่ถนัดอยู่หน้า และถ่ายน้ำหนักตัวจากเท้าหลังมายังเท้าหน้า พร้อมเหวี่ยงไม้ตีลูก



ภาพประกอบ 4 ถ่ายน้ำหนักตัว

ที่มา : การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2558).คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาแบดมินตัน,น.122

4. การยืนตีลูกขณะยืนอยู่กับที่

4.1 การส่งลูก (Serve)

4.1.1 ส่งลูกยาวหน้ามือ : เป็นการส่งลูกโค้งไปหลังคอร์ท ให้เท้าตรงข้ามกับที่จับไม้อยู่ด้านหน้า เอียงลำตัวไปด้านข้าง เท้าหลังยื่นคล้ายตัวที่



ภาพประกอบ 5 ส่งลูกยาวหน้ามือ

ที่มา : การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2558).คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาแบดมินตัน,น.123

4.1.2 ส่งลูกสั้นหลังมือ : ทำหน้าเป็นท่าข้างเดียวกับมือที่จับไม้ ใช้มืออีกข้างถือลูกให้หัวลูกชนไกซี่เข้าตัว ถือแร็กเกตใกล้กับลูก ใช้หัวแม่มือบังคับทิศทางพร้อมกับสะบัดข้อมือตีลูกเลียดตาข่ายและลงใกล้เส้นส่งลูกด้านหน้าให้มากที่สุด



ภาพประกอบ 6 ส่งลูกสั้นหลังมือ

ที่มา : การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2558).คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาแบดมินตัน,น.123

4.2 ลูกหยอด (Drop): ให้เท้าถนัดเป็นเท้าหน้า ยกหน้าไม้ให้ขนานพื้น แล้วตีลูกโดยใช้การสะบัดข้อมือเพียงเล็กน้อย บังคับให้ลูกเลียดข้ามตาข่ายแล้วตกลงอยู่ใกล้ตาข่าย



ภาพประกอบ 7 ตีลูกหยอด

ที่มา : การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2558).คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาแบดมินตัน,น.123

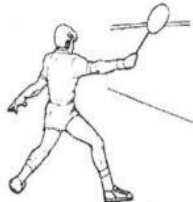
4.3 ลูกงัด (Net Lop) : ยืนโดยใช้เท้าถนัดเป็นเท้าหน้า แล้วตีลูกโดยสะบัดข้อมืออย่างแรงทั้งทางด้านหน้ามือและหลังมือให้ลูกลอยโด่งไปทำายสนาม



ภาพประกอบ 8 ลูกงัด

ที่มา : การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2558).คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาแบดมินตัน,น.124

4.4 ลูกแย็บ (Jap) : ทำถนัดเป็นเท่านั้น ยกไม้แรกเกิดเหนือตาข่าย แล้วตีลูกที่พุ่งข้ามตาข่ายมาโดยผ่านแร็กเกตออกทางด้านหน้ามือ หรือหลังมือ



ภาพประกอบ 9 ลูกแย็บ

ที่มา : การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2558).คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาแบดมินตัน,น.124

4.5 ลูกสวนดาต (Drive) : วางทำถนัดอยู่ด้านหน้า ตีลูกที่ลอยมาเหนือระดับเอวขึ้นไป โดยบังคับตีลูกทางด้านหน้ามือหรือหลังมือให้เลียดไปกับตาข่าย หัวของแร็กเกตจะตั้งฉากกับพื้นในจังหวะที่ตีลูกชนไก่พอดี



ภาพประกอบ 10 ลูกสวนดาต

ที่มา : การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2558).คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาแบดมินตัน,น.125

4.6 รับลูกตบ (Smash Recovery) : ยืนโดยทำถนัดเป็นเท่านั้นและรับลูกตบด้วยหน้าไม้หลังมือเป็นส่วนใหญ่ และการขยับเท้าถ่วงน้ำหนักตัวจะช่วยให้ช่วยความไวในการรับลูก



ภาพประกอบ 11 ตีรับลูกตบ

ที่มา : การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2558).คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาแบดมินตัน,น.125

4.7 ลูกเซฟหรือลูกโค้ง (Safe หรือ Lob) : วางเท้าถนัดด้านหลัง ขณะตีให้เหวี่ยงแขนพร้อมถ่ายน้ำหนักตัวจากเท้าหลังไปเท้านำ แล้วสะบัดข้อมือตีลูกในตำแหน่งสูงที่สุด



ภาพประกอบ 12 ตีลูกเซฟหรือลูกโค้ง

ที่มา : การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2558).คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาแบดมินตัน,น.126

4.8 ตีลูกตบ (Samash) : เหวี่ยงแขนพร้อมถ่ายน้ำหนักตัวและสะบัดข้อมือลง ให้แร็กเกตกระทบลูกขณะที่ลอยในตำแหน่งสูงสุดไปทางด้านหน้า



ภาพประกอบ 13 ตีลูกตบ

ที่มา : การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2558).คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาแบดมินตัน,น.127

4.9 ตีลูกตัดหยอด (Drop Short) : เหวี่ยงแขนพร้อมถ่ายน้ำหนักตัว สะบัดข้อมือให้แร็กเกตกระทบลูกในลักษณะหมุนหัวแร็กเกตจากบนลงล่าง ให้ลูกตกใกล้กับตาข่าย



ภาพประกอบ 14 ตีลูกตัดหยอด

ที่มา : การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2558).คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาแบดมินตัน,น.128

ประเสริฐ ข่ายม่าน (2541) กล่าวถึง ทักษะแบดมินตัน ดังนี้

1. ทักษะเบื้องต้น

1.1 จับไม้ : ในการจับไม้ ต้องจับให้คล่องมือ และมีความคล่องแคล่วในการรักษาหน้าไม้ให้ตีได้ทั้งด้านโฟร์แฮนด์และแบคแฮนด์

1.1.1 จับแบบโฟร์แฮนด์ (Forehand Grip) หรือที่เรียกกันว่าแบบวี-เชฟ (V-Shape) เป็นแบบการจับที่นิยมกันมากที่สุด มีลักษณะการจับไม้แรกเกิดโดยให้ไม้ตั้งตรงกับผู้เล่นด้วยมือซ้าย สอดมือขวาวางบนด้ามในลักษณะเหมือนกับสัมผัสของฝรั่ง

1.1.2 จับแบบแบคแฮนด์กริฟ (Backhand Grip) ใช้ในการตีลูกชนไก่ที่เคลื่อนที่มาทางซ้ายมือของผู้เล่น หรือเคลื่อนที่มาฝั่งตรงข้ามของมือที่จับไม้ โดยการจับไม้แบบแบคแฮนด์จะเริ่มการจับแบบโฟร์แฮนด์ แต่มีการเปลี่ยนแปลงเล็กน้อย ให้หัวแม่มือทาบกับด้ามไม้แรกเกิด จะอยู่เสมอกับหรือสูงกว่านิ้วชี้เล็กน้อย

1.1.3 จับแบบฟรายอิงเพนกริฟ (Frying pan Grip) นิยมใช้เฉพาะการตีลูกชนไก่ที่เคลื่อนที่อยู่บริเวณหน้าตาข่าย ลักษณะของการตีมักจะเป็นการผลักและปาดให้ลูกชนไก่ลงต่ำหรือบางครั้งก็ใช้ในการรับลูกตบ

1.2 ยืนเตรียมพร้อม: ลักษณะการยืนเตรียมพร้อมที่สำคัญ ๆ ในการเล่นกีฬาแบดมินตัน มีดังนี้

1.2.1 ยืนเตรียมพร้อมที่จะตีลูกชนไก่ ทำโดยการแยกเท้าทั้งสองข้างให้เหลื่อมล้ำกันเล็กน้อย ย่อตัวลงทิ้งน้ำหนักไว้บนปลายเท้าทั้งสอง โนมลำตัวไปข้างหน้าเล็กน้อย ตามองตามทิศทางของลูกชนไก่และคู่ต่อสู้ตลอดเวลา

1.2.2 ยืนเตรียมพร้อมในการรับลูกชนไก่ ควรยืนโดยใช้เท้าใดเท้าหนึ่งนำหน้า เพื่อการเคลื่อนที่ได้สะดวก การเคลื่อนที่ของเท้าที่ดี คือการก้าวเท้าแบบสลับเท้าไปด้านข้าง

1.3 จับลูกชนไก่

1.3.1 จับบริเวณรอบ ๆ ด้านนอกของใบลูกชนไก่

1.3.2 จับที่ใบของลูกชนไก่

1.4 ปล່อยลูกชนไก่: การปล່อยลูกชนไก่ที่ถูกต้องควรให้ลูกชนไก่ตกลงมาในลักษณะนิ่ง ซึ่งผู้เล่นจะบังคับและตีลูกชนไก่อายขึ้น

1.5 การใช้สายตา

1.5.1 จับตาดูลูกอยู่ตลอดเวลาทั้งขณะที่ฝ่ายตรงข้ามตีมา หรือจากการตีของตนเอง ต้องยกไม้แรกเกิดขึ้นสูงอยู่ตลอดเวลา

1.5.2 จากระดับสายตาของตนเองต้องหัดสังเกตตำแหน่งการยืนของฝ่ายตรงข้ามทุกขณะด้วย เพราะจะทำให้สามารถวางลูกได้ดีและเหมาะสม

1.5.3 สังเกตท่าทางการตีของฝ่ายตรงข้าม รวมทั้งการใช้ความเร็ว มุม และทิศทางของหน้าไม้แรกเกิดก่อนได้ตอบลูก

1.6 การใช้ข้อมือ: ในกีฬาแบดมินตันไม่ต้องใช้แรงแขนทั้งลำแขน แต่ต้องอาศัยจังหวะและข้อมือช่วยในการตีเพื่อจะได้เสริมให้เกิดความแรงและความเร็ว

1.7 การเคลื่อนที่: แบดมินตันเป็นเกมที่มีผู้เล่นทั้งสองฝ่ายต้องเคลื่อนที่วิ่งไล่ตีลูกตลอดเวลา ผู้เล่นจึงต้องอาศัยการวิ่งเข้าออกและประชิดตีลูกในจังหวะที่ถูกต้อง ในอิริยาบถที่ถนัด โดยมีหลักการทั่วไปที่เกี่ยวกับการเคลื่อนที่ ดังนี้

1.7.1 อยู่ในลักษณะท่ายืนเตรียมพร้อม เท้าทั้งสองห่างโดยประมาณเท่าช่วงไหล่ เข่าย่อเล็กน้อย ถือไม้แรกเกิดพร้อมที่จะตี

1.7.2 การเคลื่อนที่ไปข้างหน้าทำได้ง่ายกว่าการเคลื่อนที่ไปข้างหลัง

1.7.3 สำหรับผู้เล่นที่ถนัดมือขวา ก้าวสุดท้ายต้องลงด้วยเท้าขวา ส่วนผู้เล่นที่ถนัดซ้ายก็ต้องลงด้วยเท้าซ้าย

1.8 การทรงตัว: การทรงตัวที่ดีนั้นจะทำให้การเคลื่อนที่ในเกมการเล่นเป็นไปด้วยความคล่องแคล่วว่องไว หรือทำให้การเล่นดำเนินไปด้วยดี

1.9 การถ่ายน้ำหนัก: การถ่ายน้ำหนักตัวจะเป็นตัวช่วยในการตีลูกชนไก่ดีขึ้น

2. ทักษะขั้นสูง

2.1 ส่งลูก : เป็นหัวใจสำคัญในการแข่งขันแบดมินตัน การที่ผู้เล่นส่งลูกดี โอกาสที่จะได้ซึ่งชัยชนะจะมีมากขึ้น เพราะการจะทำคะแนนได้ก็ต่อเมื่อได้สิทธิ์ส่งลูก การส่งลูกที่ดีจะต้องเป็นลูกที่ข้ามตาข่ายไปอย่างรัดกุม มีจุดเป้าหมายที่แน่นอนและพุ่งไปตกอยู่ในแดนที่ต้องการ โดยที่ฝ่ายคู่ต่อสู้ตีได้กลับมาลำบากที่สุด โดยมีการส่งลูก 2 แบบ 1) แบบแบ็คแฮนด์หรือการส่งลูกสั้น เหมาะสำหรับการเล่นคู่ 2) แบบโฟร์แฮนด์ สำหรับการคนเดียว หรือเรียกการส่งลูกยาว

2.2 ลูกโยนหรือลูกโด่ง: เป็นลูกที่พุ่งโด่งขึ้นไปในอากาศ และตกลงมาในมุม 90 องศา ในสนามฝ่ายตรงข้าม มีหลักในการใช้ลูกโยน ดังนี้

2.2.1 ให้สำหรับแก้ไขสถานการณ์เป็นส่วนใหญ่ เพื่อเป็นการถ่วงเวลาสำหรับการกลับตัว

2.2.2 มีจังหวะการตีเช่นเดียวกับลูกตบ แทนที่จะกดลูกจากบนลงล่าง กลับเสียให้ลูกพุ่งโด่งขึ้นในระดับที่ต้องการ

2.2.3 ลูกโยนที่ดีจะต้องมีความร้อนแรงไปไกลสุดสนามแดนหลังของฝ่ายคู่ต่อสู้

2.2.4 ในกรณีที่คู่ต่อสู้เสียหลัก ลูกโยนอาจจะใช้เป็นการรุกคู่ต่อสู้ โดยตีลูกให้โด่งน้อยลง เพื่อไม่ให้คู่ต่อสู้กลับตัวได้ทัน

2.2.5 ลูกโยนเป็นลูกหลัก จะต้องฝึกตั้งแต่การเริ่มต้นเล่นกีฬาแบดมินตัน

2.3 การตีลูกจัดโยน: เป็นการตีลูกโยนตัวตบจากล่างขึ้นไปด้านบนหรือเป็นการตีขึ้นจากต่ำไปสูง การตีลูกจัดโยนจะตีเมื่อลูกเคลื่อนที่มาในระดับต่ำบริเวณหน้าตาข่าย เป็นลูกที่ต้องใช้แรงจากข้อมือในการตีลูกมากกว่าส่วนอื่น ๆ

2.4 ลูกดาต: เป็นการตีลูกชนไก่ที่ความสูงระดับไหล่ ในเมื่อลูกลอยมาต่ำไม่สามารถใช้ตีด้วยลูกโด่ง เหนือศีรษะได้และสูงเกินไปที่จะใช้ลูกจัดการตีลูกดาตใช้ได้ทั้งด้านโพร์แฮนด์และแบคแฮนด์ จะตีตรงจุดไหนของสนามก็ได้ เมื่อลูกลอยมาในระดับไหล่

2.5 ลูกตบ: เป็นลูกที่ตีจากเบื้องสูงลงสู่เบื้องต่ำในวิถีตรงที่รุนแรง และรวดเร็ว เป็นลูกที่วิ่งไปสู่เป้าหมายด้วยความเร็ว เป็นลูกที่ใช้สำหรับบีบบังคับให้คู่ต่อสู้ต้องตกเป็นฝ่ายรับ และมีเวลาจำกัดที่สุดสำหรับเตรียมตัวเพื่อการโต้ตอบ ลูกตบเป็นลูกที่ทำคะแนนได้ผลดีที่สุด ถ้าผู้เล่นรู้จักใช้ความถูกต้อง

2.6 ลูกหยอด: เป็นการตีลูกพุ่งให้ย้อยข้ามตาข่าย และตกลงสู่พื้นสนามโดยไม่เกินเส้นส่งลูกสั้น เป็นลูกที่ใช้สำหรับดึงให้คู่ต่อสู้ละทิ้งส่วนหลังของสนามเพื่อเข้ามาตีลูกบริเวณหน้าตาข่าย

สรุปได้ว่า ทักษะแบดมินตัน แบ่งออกเป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ 1) ทักษะเบื้องต้น เช่น จับไม้แร็กเกต, การปล่อยลูกชนไก่, การใช้สายตา, การใช้ข้อมือ 2) ทักษะขั้นสูง เช่น ส่งลูก, ตีลูกหยอด, ตีลูกโด่ง ซึ่งทุกทักษะมีความสำคัญต่อการเล่นแบดมินตัน และการวิจัยครั้งนี้จะกล่าวถึงทักษะส่งลูกเพียงทักษะเดียว

5.2 แบบทดสอบทักษะกีฬา

5.2.1 การสร้างแบบทดสอบทักษะกีฬา

ผาณิต บิลมาศ (2530) กล่าวไว้ว่า การจะได้แบบทดสอบที่เหมาะสมนั้น ๆ ครูพลศึกษามีความจำเป็นจะต้องตอบคำถามให้ได้ว่า ทำการทดสอบทำไม ต้องการอะไรจากการ

ทดสอบ และจะนำผลการทดสอบไปทำอะไร หากครูพลศึกษาสามารถตอบคำถามนี้ได้ก็จะได้แบบทดสอบที่เหมาะสม โดยมีคุณลักษณะของแบบทดสอบทักษะกีฬาที่ดีดังนี้

1. เป็นแบบทดสอบที่วัดความสามารถสำคัญ ๆ
2. เป็นแบบทดสอบที่คล้ายการเล่นจริง
3. เป็นแบบทดสอบที่วัดการกระทำของบุคคลหนึ่ง ๆ โดยเฉพาะ
4. เป็นแบบทดสอบที่เน้นท่าทางที่ดี
5. เป็นแบบทดสอบที่มีวิธีการให้คะแนนที่แม่นยำ
6. เป็นแบบทดสอบที่กำหนดจำนวนครั้งในการทดสอบเพียงพอ
7. เป็นแบบทดสอบที่น่าสนใจและมีความหมาย
8. เป็นแบบทดสอบที่มีความยากง่ายเหมาะสม
9. เป็นแบบทดสอบที่คะแนนสามารถนำมาตัดสินโดยใช้ค่าสถิติ
10. เป็นแบบทดสอบที่มีค่าเฉลี่ยสำหรับการแปลผลของการกระทำ

สุวิทย์ ทาศรีภู (2541) กล่าวว่าไว้ว่า การสร้างแบบทดสอบทักษะกีฬาจะต้องเป็นไปตามความมุ่งหมาย มีการวางแผน ดำเนินการทดลองใช้แบบทดสอบ ตลอดจนการประเมินผลเพื่อการปรับปรุงแก้ไข โดยแบบทดสอบที่สร้างขึ้นควรมีคุณสมบัติดังนี้

1. ความเที่ยงตรง (Validity) หมายถึง ความถูกต้องที่ข้อสอบวัดได้ตรงตามความมุ่งหมายที่ต้องการจะวัด โดยอาจจำแนกได้ดังนี้

1.1 ความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) : คุณสมบัติของเครื่องมือที่พิจารณาอย่างผิวเผินว่าสามารถใช้วัดได้ในสิ่งที่ต้องการจะวัดหรือไม่

1.2 ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) : คุณสมบัติของเครื่องมือที่ใช้วัดเนื้อหาได้ครบตามขอบเขตที่กำหนดไว้

1.3 ความเที่ยงตรงเชิงหลักสูตร (Curricular Validity) : คุณสมบัติของเครื่องมือที่วัดพฤติกรรม หรือทักษะต่าง ๆ ได้ครบตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตรที่กำหนดไว้

1.4 ความเที่ยงตรงเชิงสภาพ (Concurrent Validity) : คุณสมบัติของเครื่องมือที่สามารถวัดพฤติกรรมต่าง ๆ ให้สอดคล้องกับพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจริง ๆ ในระยะเวลาเดียวกัน

1.5 ความเที่ยงตรงเชิงพยากรณ์ (Predictive Validity) : คุณสมบัติของเครื่องมือที่สามารถพยากรณ์พฤติกรรมให้สอดคล้องกับพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจริง ๆ ในอนาคต

1.6 ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) : คุณสมบัติของเครื่องมือที่สามารถวัด หรืออธิบายพฤติกรรมหรือสิ่งที่ต้องการจะวัดได้ตรงตามทฤษฎี

2. ความเชื่อมั่น (Reliability) เป็นคุณสมบัติของแบบทดสอบหรือข้อสอบ เมื่อสอบไปแล้วผู้ตรวจสามารถให้คะแนนได้คงที่และแน่นอน แม้จะใช้แบบทดสอบชุดเดิมกับนักเรียนกลุ่มเดิม คำตอบที่ได้ก็จะเหมือนเดิม โดยความเชื่อมั่นหาได้หลายวิธีดังนี้

2.1 การวัดความคงที่ (Measure of Stability) : วิธีนี้ใช้การวัดซ้ำ (Test-retest) โดยให้ผู้สอบกลุ่มเดียวกันสอบข้อสอบชุดเดียวกันสองครั้ง โดยเว้นระยะห่างประมาณสองถึงสามสัปดาห์

2.2 การวัดความเท่ากัน (Measure of Equivalence) วิธีนี้ให้ผู้สอบกลุ่มเดียวกัน สอบข้อสอบสองชุดในเวลาใกล้เคียงกัน ข้อสอบทั้งสองชุดมีความคล้ายคลึงกัน วัดในเรื่องเดียวกันและมีระดับความยากง่ายเท่า ๆ กัน เรียกข้อสอบลักษณะนี้ว่า แบบทดสอบคู่ขนาน

2.3 การวัดความคงที่ภายใน (Measure of Internal Consistency) เป็นการหาค่าความเที่ยงของแบบทดสอบโดยใช้การทดสอบเพียงครั้งเดียว

3. ความเป็นปรนัย (Objectivity) เป็นมาตรฐานของการวัดแบบทดสอบ ต้องแน่นอนชัดเจนในการดำเนินการ และการให้คะแนน การวัดจากคนหลายคนไม่ว่าผู้ใดจะนำไปใช้สอบ คำตอบหรือคะแนนที่ได้เหมือนกัน

4. เกณฑ์ปกติ (Norms) เป็นมาตรฐานที่กำหนดไว้ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งของประชากรกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง ซึ่งครูสามารถนำผลจากการทดสอบไปเปรียบเทียบกับประชากรในลักษณะเดียวกันได้

5.2.2 ขั้นตอนและวิธีการสร้างแบบทดสอบทักษะกีฬา

ผาณิต บิลมาศ (2530) กล่าวไว้ว่า ขั้นตอนและวิธีการสร้างแบบทดสอบ มีดังนี้

1. ศึกษาปัญหา ความสำคัญสำหรับการสร้างแบบทดสอบนั้น ๆ
2. วิเคราะห์ความสามารถหรือทักษะที่จะทดสอบ
3. การเลือกข้อสอบไปทดลอง
4. การเลือกเกณฑ์เพื่อเปรียบเทียบกับแบบทดสอบใหม่
5. การเลือกกลุ่มตัวอย่างที่จะใช้แบบทดสอบ
6. การหาค่าความเชื่อถือได้ของแบบทดสอบ และข้อย่อย
7. การหาความเที่ยงตรงของแบบทดสอบ และข้อย่อย

ภูมินาถ สีแล (2559) กล่าวไว้ว่า ขั้นตอนและวิธีการสร้างแบบทดสอบ

ทักษะกีฬา 7 ขั้นตอน ดังนี้

1. กำหนดวัตถุประสงค์ของการทดสอบ
2. ตรวจสอบเอกสารเกี่ยวกับแบบทดสอบ
3. ออกแบบทดสอบ
4. ทำคำอธิบายการทดสอบให้เป็นมาตรฐาน
5. ทดลองนำแบบทดสอบไปใช้
6. หาค่าความเที่ยงตรงและความเชื่อถือได้
7. พัฒนาเกณฑ์ปกติ

สุวิทย์ ทาศรีภู (2541) กล่าวไว้ว่า การสร้างแบบทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตัน มีขั้นตอนดังนี้

1. ศึกษาทักษะเกี่ยวกับกีฬาแบดมินตัน ที่มีความสำคัญในการแข่งขัน จากตำรา คู่มือ เอกสาร สอบถามจากผู้เชี่ยวชาญ เพื่อให้ได้ทักษะที่สำคัญ
2. นำทักษะที่สำคัญมาศึกษาวิธีการทดสอบและวิธีการให้คะแนน
3. นำแบบทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตันที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ไปปรึกษาประธานและกรรมการควบคุมปริญญาโท
4. นำแบบทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตันที่แก้ไขแล้วไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบ
5. นำแบบทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตันที่ได้รับจากผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงแก้ไข นำไปปรึกษาประธานและกรรมการควบคุมปริญญาโท
6. นำแบบทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตันที่ผู้เชี่ยวชาญ ประธานและกรรมการควบคุมปริญญาโท พิจารณาแล้วไปทดลองใช้ (Try-out) กับนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดศรีสะเกษ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 คน
7. นำข้อมูลที่ได้ไปปรึกษาประธานและกรรมการควบคุมปริญญาโท เพื่อพัฒนา ปรับปรุง ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น
8. นำแบบทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตันที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นไปหาคุณภาพของแบบทดสอบ

บดินทร์ บันบัวรุจกิจ (2554) กล่าวไว้ว่า การสร้างแบบทดสอบแบดมินตัน มีขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษา วิเคราะห์ และสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี จากตำรา วารสาร เอกสาร และรายงานการวิจัยที่เกี่ยวกับแบบทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตัน จนได้แบบทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตันขั้นพื้นฐาน พร้อมทั้งต้นร่าง

2. ตรวจสอบความครอบคลุมเหมาะสมของต้นร่าง แบบทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตันขั้นพื้นฐาน และนำต้นร่างไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจและนำมาแก้ไขเพื่อเตรียมสร้างเครื่องมือต่อไป

3. นำแบบทดสอบทักษะด้านต่าง ๆ มาสร้างเป็นเครื่องมือการวิจัย เพื่อใช้ทำการทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตันขั้นพื้นฐาน และการให้คะแนน

4. หาความตรง (Validity) โดยให้กลุ่มตัวอย่างทดสอบรายการที่กำหนด โดยมีผู้ให้คะแนน 2 คน และนำคะแนนที่ได้จากผู้ให้คะแนนมาหาค่าความสัมพันธ์กับคะแนน

5. หาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยการทดสอบซ้ำให้ผู้รับการทดสอบที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างทดสอบครั้งที่ 1 และครั้งที่ 2 ห่างกันอย่างน้อย 3 วัน หรือ 7 วันแล้วทำซ้ำ แล้วนำมาหาค่าความสัมพันธ์

6. หาค่าความเป็นปรนัย (Objectivity) โดยให้ผู้รับการทดสอบทักษะต่าง ๆ ที่กำหนดแล้วให้ครูพลศึกษา 2 ท่าน ให้คะแนนแล้วนำคะแนนที่ได้มาหาค่าความสัมพันธ์กัน

7. ผู้วิจัยสร้างเกณฑ์ปกติแบบอิงเกณฑ์ของแบบทดสอบที่ผ่านการวิเคราะห์แล้วว่าเป็นเครื่องมือที่มีคุณภาพโดยได้ไปทำการทดสอบกับกลุ่มตัวอย่าง 400 คน

8. นำข้อมูลที่ได้จากการทดสอบทักษะแบดมินตันที่สร้างขึ้นมามีค่าความแตกต่าง ๆ

จากการศึกษาแบบทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตัน ได้ข้อสรุปว่า ในการสร้างแบบทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตันนั้น ครูผู้สอน จะต้องตอบให้ได้ว่า ทำการทดสอบทำไม ต้องการอะไรจากการทดสอบ และจะนำผลการทดสอบไปทำอะไร และมีความจำเป็นที่จะต้องศึกษาทักษะในการเล่นกีฬาแบดมินตัน เช่น ทักษะการส่งลูก ทักษะการตีลูกหยอด ทักษะการตีลูกโด่ง เพื่อนำมาออกแบบแบบทดสอบให้มีความเที่ยงตรง ความเชื่อมั่น ความเป็นปรนัย และมีเกณฑ์ปกติที่สามารถใช้วัดเพื่อแปรผลได้

5.3 การกายบริหารเพื่อกีฬาแบดมินตัน

การกีฬาแห่งประเทศไทย (2558) กล่าวว่าไว้ว่า กายบริหารเป็นสิ่งจำเป็นมากสำหรับการเล่นแบดมินตัน เพราะต้องใช้ร่างกายทุกส่วนแบ่งการกายบริหารออกเป็น 2 ชุด คือ การกายบริหารทั่วไป และการกายบริหารสำหรับแบดมินตัน

1. การกายบริหารทั่วไป : ใช้เพื่อเตรียมร่างกายก่อนการตีลูก โดยเริ่มการกายบริหารจากปลายเท้าจนถึงศีรษะดังนี้

1.1 ยืนแยกเท้าออกด้านหน้า - หลัง แล้ววกดปลายเท้าลงกับพื้น ทำสลับที่ละเท้า

1.2 ยืนบิดข้อเท้า และเอาข้อมือทวนเข็มนาฬิกาและตามเข็มนาฬิกาสลับกัน ทำที่ละเท้าสลับกันไป

1.3 ยืนตรงขีดเท้า เอามือจับหัวเข่าทั้งสองข้างแล้วหมุนทวนเข็มนาฬิกา และตามนาฬิกาสลับกัน

1.4 ยืนแยกเท้า เอามือจับหัวเข่าทั้งสองข้างแล้วหมุนหัวเข่าเข้าหากัน และหมุนแยกออกจากกันสลับกันไป

1.5 ยืนตรงเท้าขีดเอามือจับหัวเข่าแล้ววกด 2 ครั้ง ทำให้ขาเหยียดตรงแล้วนั่งยองลง 2 ครั้ง และยืนขึ้นอีกทำสลับกันไป

1.6 ยืนแยกเท้าให้ห่างกันมาก ๆ แล้วนั่งย่อเอนไปด้านข้าง ให้น้ำหนักตัวอยู่บนเท้าที่ละข้างสลับกันไป

1.7 ยืนแยกเท้า ยกแขนขึ้นให้สูงสุด เบะตัวออกไปด้านหลัง 2 ครั้ง แล้วก้มลงสอดมือทั้งสองสอดเท้าไปด้านหลัง 2 ครั้ง ทำสลับกันไป

1.8 ยืนแยกเท้า กางแขนออกด้านข้างให้เสมอไหล่ เหยียดเท้าตรงกัน หมุนลำตัวให้มือขวาไปแตะปลายเท้าซ้ายแล้วหมุนตัวกลับให้มือซ้ายไปแตะปลายเท้าขวาทำสลับกันไป

1.9 ยืนแยกเท้าแล้วก้มตัวหมุนเอวทวนเข็มนาฬิกาและตามเข็มนาฬิกา สลับกันไป

1.10 ยืนแยกเท้า เงยหน้าหงายขึ้น ก้มหน้ากลับตรงและก้มหน้าลงทำสลับกันไปมา

1.11 ยืนแยกเท้า หมุนศีรษะรอบคอทวนเข็มนาฬิกา และตามเข็มนาฬิกา สลับกัน

1.12 ยืนแยกเท้า หมุนลำคอออกข้างซ้าย หมุนกลับตรง และหมุนออกข้างขวาทำสลับกันไปมา

2. การกายบริหารสำหรับแบดมินตัน : เป็นการฝึกเพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงให้กับกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ซึ่งมีวิธีการฝึกให้ใช้เวลาช่วงสั้น ๆ ดังนี้

2.1 วิ่งสลับขาเหยาะ ๆ อยู่กับที่

- 2.2 วิ่งยกเข่าสูงสลับขาอยู่กับที่ ช้าสลับเร็ว
- 2.3 กระโดดแยกเท้าออกไปด้านหน้าและหลังให้กว้างที่สุด
- 2.4 กระโดดแยกเท้าออกด้านข้างสลับกันบกระโดดชิดเท้า
- 2.5 กระโดดย่อเข่าในลักษณะเท้าชิดไปข้างหน้าและหลังสลับกัน
- 2.6 กระโดดย่อเข่าในลักษณะเท้าชิดไปข้างซ้ายและขวาสลับกัน
- 2.7 วิ่งไขว้เข่าสลับซ้ายขวาอยู่กับที่ช้าสลับเร็ว
- 2.8 ก้าวเท้าออกไปด้านหน้าแล้วถอยหลังกลับมา สลับกันไป
- 2.9 วิ่งชอยเท้าอยู่กับที่ แล้วก้าวเท้าออกไปรับลูก ตามทิศทางที่ได้รับ

สัญญาณ

- 2.10 ดิ้นพื้น
- 2.11 เล่นกล้ำมท้องโดยนอนราบกับพื้นแล้วเกร็งตัวลูกนั่งสลับกัน
- 2.12 จับคู่ตัดหลัง

เจียมศักดิ์ พานิชชัยกุล (2530) กล่าวไว้ว่า การกายบริหาร เป็นการออกกำลังกาย อันมีผลทำให้ร่างกายมีความแข็งแรง กล้ามเนื้อมีการยืดหยุ่น หดตัวและคลายตัวได้ดี ส่งผลทำให้ร่างกายเกิดความแข็งแรงและความทนทาน โดยการกายบริหารแบ่งได้ดังนี้

1. การบริหารร่างกายโดยทั่วไป : เป็นการกระตุ้นให้กล้ามเนื้อทุกส่วนเกิดความยืดหยุ่น ข้อต่อต่าง ๆ เกิดการหล่อลื่น ระบบหายใจทำงานได้สะดวก หัวใจสูบฉีดเลือดได้ดี การบริหารร่างกายทั่วไปที่ทำกันเสมอ คือ การอบอุ่นร่างกาย (Warm up) การผ่อนคลาย (Warm Down) โดยมีตัวอย่างท่าทางการบริหารร่างกายโดยทั่วไปดังนี้

- 1.1 บริหารข้อมือและข้อเท้า โดยหมุนข้อมือ ข้อเท้า ซ้ายขวาสลับกันไป
- 1.2 หมุนเข้าไปมาทางซ้ายและขวา ขาชิดกันมือจับเข่า
- 1.3 เอามือจับเข่า ขาชิดติดกันย่อตัวลงนั่งแล้วยืนขึ้น เท้าไม่เขย่งขึ้น
- 1.4 หมุนเข้าเข้าออกเป็นวงกลม
- 1.5 บริหารคอ ก้มหน้า หลัง ซ้าย ขวา สลับกัน
- 1.6 หมุนคอไปโดยรอบทั้งซ้ายและขวา
- 1.7 หมุนช่วงไหล่ หมุนไปข้างหน้าและหมุนกลับ
- 1.8 บริหารอก ยกแขนงอแขนเข้าหากันตั้งฉาก แล้วแยกแขนออก
- 1.9 ก้าวเท้าแล้วย่อตัวไปข้างหน้า หมุนตัวไปทางซ้ายและขวาสลับกัน
- 1.10 นั่งแล้วแยกขาออก หมุนลำตัว เออปลายนิ้วและปลายเท้าทั้งสองข้าง

2. การบริหารร่างกายเฉพาะอย่าง : การบริหารร่างกายโดยเฉพาะประเภทกีฬา ซึ่งเป็นการเน้นให้ใช้กำลัง เฉพาะกล้ามเนื้อส่วนที่มีความจำเป็นสำหรับกีฬาชนิดนั้น ๆ โดยมี ตัวอย่างท่าทางการบริหารร่างกายเฉพาะอย่างดังนี้

- 2.1 วิ่งเป็นตัวเลข 8
- 2.2 วิ่งสลับเท้าหน้าหลัง
- 2.3 ก้าวไขว้เท้าหน้าหลัง
- 2.4 สไลด์เท้ากว้าง ๆ และชอยเท้า
- 2.5 ไขว้เท้าด้านขวา ซ้ายขวาสลับกัน
- 2.6 สไลด์ 2 ครั้ง แล้วกระโดดตีลูก 1 ครั้งหน้าหลังทแยงมุมตามลำดับ
- 2.7 ก้าวไขว้ก้าวรับลูกสลับกันซ้ายขวา
- 2.8 ชอยเท้าวิ่ง 4 มุม และสไลด์เท้าถี่ ๆ

วันชัย จันทการกุล, กฤษณพงษ์ ทรัพย์รัตน์, และ ชนาดา อรศรี (2563) กล่าวไว้ว่า การกายบริหารหรือการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ เป็นส่วนหนึ่งของการออกกำลังกาย ซึ่งช่วยส่งเสริมการทำงานของกล้ามเนื้อ เอ็นกล้ามเนื้อ เอ็นข้อต่อ และข้อต่อ และเส้นใยกล้ามเนื้อที่ได้รับการยืดเหยียด ระบบหัวใจ ระบบไหลเวียนโลหิต เพิ่มความอ่อนตัว ซึ่งสามารถช่วยลดอาการตึง การเกร็งของกล้ามเนื้อ การฉีกขาดของกล้ามเนื้อ ลดอาการบาดเจ็บ โดยแบ่งการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ ออกเป็น 2 กลุ่ม คือ 1) กลุ่มกล้ามเนื้อมัดใหญ่ 2) กลุ่มกล้ามเนื้อมัดเล็ก

จากการศึกษาสรุปได้ว่า การกายบริหารหรือการอบอุ่นร่างกาย คือ การออกกำลังกายหรือการยืดเหยียดกล้ามเนื้อเพื่อกระตุ้นกล้ามเนื้อให้แข็งแรง มีความทนทาน โดยกายบริหารที่นิยมมี 2 ประเภท คือ 1) กายบริหารทั่วไปหรือการอบอุ่นร่างกายทั่วไป 2) กายบริหารเฉพาะกีฬาหรือการอบอุ่นร่างกายเฉพาะกีฬา ซึ่งกายบริหารถือเป็นพื้นฐานของกีฬาทุกประเภท

6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

6.1 งานวิจัยในประเทศ

บุษยากร ซ้ายขวา, ผาสุข บุญธรรม, และ เพ็ญพิศุทธิ์ ใจสนิท (2560) ได้ศึกษาการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน เพื่อพัฒนาทักษะการพูดภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารของนักเรียนชนเผ่า ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนแม่แอบวิทยาคม มีวัตถุประสงค์ 1) ศึกษาผลของการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน เพื่อพัฒนาทักษะการพูดภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร 2) ศึกษาความพึงพอใจต่อการเรียนภาษาอังกฤษสำหรับนักเรียนชนเผ่า ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนแม่แอบวิทยาคม พบว่า 1) หลังการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยด้านทักษะการพูดภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน และสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ 2) นักเรียนมีความพึงพอใจต่อการเรียนภาษาอังกฤษอยู่ในระดับมาก

สุโชค ฉันทะนิ (2560) ได้ศึกษาประสิทธิผลของการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนตามแนวเสริมต่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะพื้นฐานการตะในกีฬาทะวันโด มีวัตถุประสงค์ 1) ศึกษาประสิทธิผลของการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนตามแนวการเสริมต่อการเรียนรู้ที่มีผลต่อการพัฒนาทักษะพื้นฐานกีฬาทะวันโด 2) ศึกษาทัศนคติต่อการเรียนตะวันโด 3) เพื่อทดสอบความแตกต่างของทักษะพื้นฐานกีฬาทะวันโดในกลุ่มนักเรียนเพศชายและหญิง พบว่า 1) ทัศนคติที่มีต่อการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนตามแนวเสริมต่อการเรียนรู้ เป็นไปในทางบวก 2) การสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนตามแนวเสริมต่อการเรียนรู้ ส่งผลทำให้ทักษะพื้นฐานกีฬาทะวันโดของนักเรียน สูงกว่ากลุ่มการสอนแบบปกติ 3) ในสัปดาห์ที่ 4 และ 8 นักเรียนชายและหญิงที่ได้รับการสอนตะวันโดแบบเพื่อนช่วยเพื่อนตามแนวเสริมต่อการเรียนรู้ มีการเปลี่ยนแปลงไปในระดับที่สูงขึ้น แต่มีความสามารถไม่แตกต่างกัน

เสาวรี ภูบาลชื่น และ สมทรง สิทธิ (2560) ได้ศึกษาการพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้โดยใช้วิธีสอนแบบทางตรงร่วมกับเทคนิคเพื่อนช่วยเพื่อน เพื่อส่งเสริมความสามารถด้านทักษะปฏิบัติผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความพึงพอใจ วิชาศิลปะ สาระนาฏศิลป์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีวัตถุประสงค์ 1) ศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดการเรียนรู้วิชาศิลปะ สาระนาฏศิลป์ 2) พัฒนาการกระบวนการจัดการเรียนรู้โดยใช้วิธีสอนแบบทางตรงร่วมกับเทคนิคเพื่อนช่วยเพื่อน 3) ศึกษาผลการใช้กระบวนการจัดการเรียนรู้โดยใช้วิธีสอนแบบทางตรงร่วมกับเทคนิคเพื่อนช่วยเพื่อน พบว่า 1) กระบวนการจัดการเรียนรู้มีความเหมาะสม อยู่ในระดับมากที่สุด 2) นักเรียนมีทักษะปฏิบัติทางนาฏศิลป์หลังการทดลองดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง 3) นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนเพิ่มขึ้นกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 4) นักเรียนมีความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้ ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด

อมรรัตน์ เหล่าบุญมา, นพพร แหยมแสง, และ วรนุช แหยมแสง (2560) ได้ศึกษาผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้วิชาคณิตศาสตร์ เรื่อง เวลา โดยการจัดการเรียนการสอนด้วยเทคนิคกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน เป็นรายบุคคล (TAI) ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ระหว่างการจัดการเรียนรู้ด้วยเทคนิคเพื่อนช่วยเพื่อนเป็นรายบุคคลก่อนเรียนกับหลังเรียน 2) เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ระหว่างการจัดการเรียนรู้ด้วยเทคนิคกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนเป็นรายบุคคลกับการสอน

แบบปกติ 3) ศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ด้วยเทคนิคกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนเป็นรายบุคคล พบว่า 1) นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนด้วยเทคนิคกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนเป็นรายบุคคล มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่าการเรียนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 2) นักเรียนมีความพึงพอใจ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก

จุฬาลักษณ์ สงฆ์สระน้อย (2561) ได้ศึกษาผลของการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีผลต่อความแม่นยำในการเล่นลูกสองมือล่างในกีฬาวอลเลย์บอล มีวัตถุประสงค์ 1) ศึกษาความแตกต่างของการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนกับการจัดการเรียนรู้แบบปกติ ที่มีต่อความแม่นยำในการเล่นลูกสองมือล่างในกีฬาวอลเลย์บอล และช่วงอายุที่แตกต่างกัน พบว่า 1) หลังทดลอง กลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 2) หลังทดลอง กลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่มอายุ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 3) กลุ่มควบคุมทั้ง 2 กลุ่มอายุ พบว่าไม่มีความแตกต่างกัน 4) ความแม่นยำในการเล่นลูกสองมือล่างของกลุ่มทดลองที่มีช่วงอายุ 15-16 ปี และ 17-18 ปี พบว่าไม่มีความแตกต่างกัน

วีรพรรณ จันทร์ขาว (2561) ได้ศึกษาประสิทธิผลของการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อความสามารถในการว่ายน้ำ มีวัตถุประสงค์ 1) ศึกษาผลของการสอนว่ายน้ำแบบเพื่อนช่วยเพื่อนต่อความสามารถในการว่ายน้ำท่าครอล สโตรค และท่ากรรเชียง 2) เปรียบเทียบความสามารถในการว่ายน้ำท่าครอล สโตรค และท่ากรรเชียงจากการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนกับแบบปกติ 3) ศึกษาผลของการสอนว่ายน้ำที่ส่งผลต่อทัศนคติในการเรียนว่ายน้ำแบบเพื่อนช่วยเพื่อน ผลการศึกษาพบว่า 1) กลุ่มทดลอง มีการพัฒนาความสามารถเพิ่มขึ้น ตั้งแต่ระยะก่อนการทดลองจนถึงระยะหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 2) กลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมมีความสามารถในการว่ายน้ำท่าครอล สโตรค และท่ากรรเชียงจากการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนกับแบบปกติ ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 3) นักเรียนมีทัศนคติในการเรียนที่ดี

อติมา อุ่นจิตร และ ชนกกานต์ สหัสทัศน์ (2561) ได้ศึกษา การพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง การแก้ระบบสมการเชิงเส้นสองตัวแปร ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 วิทยาลัยนาฏศิลปกาฬสินธุ์ โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน มีวัตถุประสงค์ 1) พัฒนาแผนการสอนโดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน ให้มีประสิทธิภาพ E_1/E_2 ตามเกณฑ์ 75/75 2) เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระหว่างก่อนและหลังใช้แผนการสอนที่ใช้การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน 3) ศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการเรียนโดยใช้แผนการจัดการ

เรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน พบว่า 1) นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ 2) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ใช้การเรียนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 3) นักเรียนที่มีทัศนคติที่ดีต่อการเรียนวิชาคณิตศาสตร์

เสฏฐวุฒิ ไชยฮัง และ วายุ กาญจนศร (2562) ได้ศึกษาการพัฒนาทักษะลีลาศจังหวัดหะชะซะซ่า โดยการจัดการเรียนรู้แบบกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสองดาววิทยาคม มีวัตถุประสงค์ 1) พัฒนาทักษะลีลาศจังหวัดหะชะซะซ่า 2) ศึกษาความพึงพอใจในการเรียนวิชาลีลาศ โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน ผลการศึกษาพบว่า 1) คะแนนทักษะลีลาศที่ได้จากการจัดการเรียนรู้แบบกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 2) นักเรียนมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุดและนักเรียนมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และยอมรับซึ่งกันและกัน

ศิวนันท์ อธิจันทร์รัตน์ (2564) ได้ศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือด้วยเทคนิคแบบเพื่อนช่วยเพื่อนและแบบ เอส.ที.เอ.ดี ที่มีต่อทักษะเทควันโดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย มีวัตถุประสงค์ 1) ศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือด้วยเทคนิคแบบเพื่อนช่วยเพื่อน แบบ เอส.ที.เอ.ดี และแบบปกติที่มีต่อทักษะเทควันโดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า 1) กลุ่มทดลองที่ใช้การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน กลุ่มทดลองที่ใช้การจัดการเรียนรู้แบบเอส.ที.เอ.ดี และกลุ่มปกติที่ใช้การจัดการเรียนรู้แบบปกติ มีทักษะเทควันโดหลังการฝึกดีกว่าก่อนการฝึก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 กลุ่มทดลองที่ใช้การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนมีทักษะเทควันโดดีกว่ากลุ่มควบคุม 3) หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 กลุ่มทดลองที่ใช้การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนมีทักษะเทควันโดทำคะแนนได้ดีกว่ากลุ่มทดลองที่ใช้การจัดการเรียนรู้แบบเอส.ที.เอ.ดี และกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนในประเทศ พบว่า มีการนำการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนไปใช้ในการจัดการเรียนรู้ในหลากหลายวิชา เช่น คณิตศาสตร์ ภาษาอังกฤษ ศิลปะ รวมทั้งพลศึกษา และมีการนำไปปรับใช้ในหลากหลายระดับชั้น ตั้งแต่ชั้นประถมศึกษา จนกระทั่งระดับมหาวิทยาลัย และพบว่า การเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนช่วยให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทั้งด้านความรู้ ด้านทักษะ หรือด้านพฤติกรรมให้สูงขึ้น และนักเรียนมีความพึงพอใจการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน มีการแลกเปลี่ยนความคิดและยอมรับซึ่งกันและกัน จึงเหมาะที่จะนำมาปรับใช้ในรายวิชาแบดมินตัน เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางด้านทักษะให้ดีขึ้น

7.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

อุงเยน เวียงโม (Ugyen Wangmo,2019) ได้ศึกษาประสิทธิผลของการเรียนแบบเพื่อนช่วยเพื่อน รายวิชาวิทยาศาสตร์ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการเรียนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนในรายวิชาวิทยาศาสตร์ เป็นกลุ่มตัวอย่างจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 58 คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบเจาะจง พบว่า การจัดการเรียนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนสามารถส่งผลกระทบต่อนักเรียนและความพึงพอใจในการเรียนแบบเพื่อนช่วยเพื่อน

จูเลีย แอนเน่ (Julie Anne,2019) ได้ศึกษาประโยชน์ของการใช้เพื่อนช่วยเพื่อนในการเรียนพลศึกษา มีวัตถุประสงค์เพื่อสังเกตการณ์มีส่วนร่วมของนักเรียนพิเศษในการเข้าร่วมทำกิจกรรมทางพลศึกษาพิเศษ โดยมีนักเรียนร่วมชั้นในชั้นพลศึกษาทั่วไปเป็นผู้ช่วยเหลือ เป็นกลุ่มตัวอย่างจากนักเรียนโรงเรียนมัธยมในรัฐเจอร์ซี จำนวน 2 กลุ่ม คือ กลุ่มนักเรียนพิเศษ 14 คน และกลุ่มนักเรียนทั่วไป 13 คน พบว่า 1) นักเรียนพิเศษมีส่วนร่วมและความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมกิจกรรมมากขึ้น เมื่อเพื่อนร่วมชั้นเข้าร่วมกิจกรรมด้วย 2) นักเรียนทั้งสองกลุ่ม ทั้งกลุ่มนักเรียนพิเศษและกลุ่มนักเรียนทั่วไปได้รับประโยชน์จากการมีส่วนร่วมในการศึกษานี้

ออสบอล และ เอสกี (Ozbal & Eski,2019) ได้ศึกษาความคิดเห็นของนักศึกษาและผู้สอนเกี่ยวกับการสอนสกีโดยการใช้รูปแบบการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อน มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักศึกษาที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนและนักเรียนที่เป็นผู้ให้ความช่วยเหลือ เป็นกลุ่มตัวอย่างจากนักศึกษาจากมหาวิทยาลัย กัสโตโมนู (Kastamonu) ที่เรียนในรายวิชาสกีแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มนักศึกษาที่รับหน้าที่เป็นผู้สอน จำนวน 8 คน และกลุ่มนักศึกษาที่รับหน้าที่เป็นผู้เรียน จำนวน 7 คน พบว่า 1) วิธีการสอนแบบเพื่อนช่วยสอนมีผลในเชิงบวกทั้งต่อผู้เรียนและผู้สอน 2) การสอนแบบเพื่อนช่วยสอน ช่วยพัฒนาทักษะทางสังคมและการสื่อสารของนักศึกษาทั้ง 2 กลุ่ม

อับฮัม นูรุล อลัม (Ilham Nurul Alam.2020) ได้ศึกษาการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนในทักษะการเล่นกีฬาฟุตบอลในกิจกรรมนอกหลักสูตรในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนในทักษะการเล่นกีฬาฟุตบอลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นกลุ่มตัวอย่างจากนักเรียนโรงเรียน 19 บันดุง จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน พบว่า 1) ผลการเรียนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนในการเล่นฟุตบอลหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน 2) กลุ่มทดลองมีสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุม

พอลไมซอล เอ อเล็ก ออกตาดีนาต้า (Palmizal A, Alek Octadinata, 2020) ได้ศึกษาผลของการเรียนรู้แบบสืบเสาะความรู้และการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนต่อผลการเรียนรู้ วอลเลย์บอลโดยส่งบอลด้วยแขนในกลุ่มนักเรียนชายมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการเรียนรู้แบบสืบเสาะความรู้และการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนต่อผลการเรียนรู้ วอลเลย์บอลโดยส่งบอลด้วยแขนในกลุ่มนักเรียนชายมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นกลุ่มตัวอย่างจากนักเรียนโรงเรียนจัมโบ จำนวน 32 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองแบบสืบเสาะ 16 คน และกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน 16 คน พบว่า การเรียนรู้แบบสืบเสาะและเพื่อนช่วยเพื่อนสามารถเพิ่มทักษะของการรับลูกวอลเลย์บอลด้วยปลายแขนของนักเรียนชายมัธยมศึกษาปีที่ 1

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนในต่างประเทศ พบว่า มีการนำการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนไปใช้ในการจัดการเรียนรู้ในหลากหลายวิชาและหลากหลายระดับชั้นเช่นเดียวกับการจัดการเรียนรู้ในประเทศ และจากจัดการเรียนรู้ส่งผลให้นักเรียนมีพัฒนาการที่ดีขึ้น และมีทักษะทางสังคม ทักษะด้านการสื่อสารที่ดีขึ้น รวมทั้งนักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการจัดการเรียนรู้

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการศึกษาวิจัยตามขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างและการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล
5. การพิทักษ์สิทธิ

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบ้านสวน (จันอนุสรณ์) ที่เรียนวิชาเบดมินตัน โดยผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple random sampling) ด้วยการจับฉลาก จำนวน 2 ห้องเรียน จาก 6 ห้องเรียน ที่มีค่าเฉลี่ยของทักษะการส่งลูกใกล้เคียงกัน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียน จำนวน 42 คน และกลุ่มควบคุม 1 ห้องเรียน จำนวน 42 คน รวมกลุ่มตัวอย่าง 84 คน

โดยกำหนดคุณสมบัติกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. เกณฑ์การคัดเลือกของกลุ่มตัวอย่าง
 - 1.1 เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่กำลังเรียนวิชาเบดมินตัน
 - 1.2 เป็นผู้สมัครใจเข้าร่วมการวิจัย
 - 1.3 ไม่มีความเจ็บป่วยที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วม
2. เกณฑ์การคัดออกของกลุ่มตัวอย่าง
 - 2.1 มีความเจ็บป่วยที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วม
 - 2.2 ขาดการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนการสอนมากกว่าร้อยละ 20

การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลองและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล โดยมีขั้นตอนในการสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ ดังนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1.1 แผนการจัดการเรียนรู้ จำนวน 2 แบบ ได้แก่

1) แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน เป็นการดำเนินกิจกรรมตามแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษา กับกลุ่มทดลอง โดยมีวิธีการจัดการจัดการเรียนรู้ในตารางเรียน 50 นาที (1 คาบเรียน/สัปดาห์) และจัดการเรียนรู้นอกตารางเรียน 30 นาที (2 ครั้ง/สัปดาห์) รวมทั้งหมด 8 แผนการจัดการเรียนรู้ ดังตาราง 1

ตาราง 1 แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน

แผนการจัดการเรียนรู้	กิจกรรม	เครื่องมือ	วิธีการประเมิน
ในการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน มีการดำเนินการในทุกแผนการจัดการเรียนรู้ ดังนี้			
-จับกลุ่มให้ผู้เรียน โดยในกลุ่มจะมีเพื่อนที่มีความสามารถที่มากกว่าคอยช่วยเหลือเพื่อน ผ่านรูปแบบออนไลน์จากการดูคลิปการฝึกของเพื่อนหรือผ่านกิจกรรม Face to Face ในห้องเรียนตามสถานการณ์ และให้เพื่อนที่มีความสามารถมากกว่าชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัด ก่อนที่จะเข้าชั้นเรียนในชั่วโมงนั้น ๆ			
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4	แบบฝึกหัดที่ 1 1.1สถานที่ 1 ท่าเตรียม 1.2 สถานที่ 2 ตีกอล์ฟ	1.คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 1 2. ใบงาน เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ 3.แบบประเมินทักษะ 4.แบบประเมินพฤติกรรม	1.ตรวจชิ้นงาน 2.สังเกตประเมินทักษะ 3.สังเกตประเมินพฤติกรรม
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5	แบบฝึกหัดที่ 2 1.1สถานที่ 1 ตีกอล์ฟ 1.2 สถานที่ 2 ส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่าย	1.คลิปวิดีโอ เรื่อง “Badminton-How to Serve Forehand” 2. คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 2 3. ใบงาน เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ 4.แบบประเมินทักษะ 5.แบบประเมินพฤติกรรม	1.ตรวจชิ้นงาน 2.สังเกตประเมินทักษะ 3.สังเกตประเมินพฤติกรรม

ตาราง 1 (ต่อ)

แผนการจัดการ การเรียนรู้	กิจกรรม	เครื่องมือ	วิธีการประเมิน
แผนการจัดการ เรียนรู้ที่ 6	แบบฝึกหัดที่ 3 1.1 สถานีที่ 1 ตีลูกหน้า มือกระทบผนัง 1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกยาว หน้ามือข้ามตาข่าย	1. คลิปวิดีโอ เรื่อง “How to long Serve” 2. คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 3 3. ใบงาน เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ 4. แบบประเมินทักษะ 5. แบบประเมินพฤติกรรม	1. ตรวจชิ้นงาน 2. สังเกตประเมิน ทักษะ 3. สังเกตประเมิน พฤติกรรม
แผนการจัดการ เรียนรู้ที่ 7	แบบฝึกหัดที่ 4 1.1 สถานีที่ 1 ส่งลูกยาว หน้ามือข้ามตาข่ายลงเป้า ขวา 1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกยาว หน้ามือข้ามตาข่ายลงเป้า ซ้าย	1. คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 4 2. ใบงานแผนผังความคิด 3. แบบประเมินทักษะ 4. แบบประเมินพฤติกรรม	1. ตรวจชิ้นงาน 2. สังเกตประเมิน ทักษะ 3. สังเกตประเมิน พฤติกรรม
แผนการจัดการ เรียนรู้ที่ 8	แบบฝึกหัดที่ 5 1.1 สถานีที่ 1 ท่าเตรียม 1.2 สถานีที่ 2 ตีลูกหลัง มือกระทบผนัง	1. คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 5 2. ใบงาน เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ 3. แบบประเมินทักษะ 4. แบบประเมินพฤติกรรม	1. ตรวจชิ้นงาน 2. สังเกตประเมิน ทักษะ 3. สังเกตประเมิน พฤติกรรม
แผนการจัดการ เรียนรู้ที่ 9	แบบฝึกหัดที่ 6 1.1 สถานีที่ 1 ตีลูกหลัง มือกระทบผนัง 1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้น หลังมือข้ามตาข่าย	1. คลิปวิดีโอ เรื่อง “Backhand Serve-A step-by-step guide EVERY BADMINTON PLAYER NEEDS” 2. คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 6 3. ใบงาน เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ 4. แบบประเมินทักษะ 5. แบบประเมินพฤติกรรม	1. ตรวจชิ้นงาน 2. สังเกตประเมิน ทักษะ 3. สังเกตประเมิน พฤติกรรม
แผนการจัดการ เรียนรู้ที่ 10	แบบฝึกหัดที่ 7 1.1 สถานีที่ 1 ส่งลูกหลัง มือกระทบผนัง 1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้น หลังมือข้ามตาข่าย	1. คลิปวิดีโอ เรื่อง “Backhand Serve” 2. คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 7 3. ใบงานแผนผังความคิด 4. แบบประเมินทักษะ 5. แบบประเมินพฤติกรรม	1. ตรวจชิ้นงาน 2. สังเกตประเมิน ทักษะ 3. สังเกตประเมิน พฤติกรรม

ตาราง 1 (ต่อ)

แผนการจัดการ การเรียนรู้	กิจกรรม	เครื่องมือ	วิธีการประเมิน
แผนการจัดการ เรียนรู้ที่ 11	แบบฝึกหัดที่ 8 1.1 สถานีที่ 1 ส่งลูกสั้นหลัง มือข้ามตาข่ายลงเป้าขวา 1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลัง มือข้ามตาข่ายลงเป้าซ้าย	1. คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 8 2. ใบงาน เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ 3. แบบประเมินทักษะ 4. แบบประเมินพฤติกรรม	1. ตรวจชิ้นงาน 2. สังเกตประเมิน ทักษะ 3. สังเกตประเมิน พฤติกรรม

2) แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ เป็นการดำเนินกิจกรรมตาม
แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษากับกลุ่มควบคุม โดยมีวิธีการจัดการจัดการเรียนรู้ในตารางเรียน
50 นาที (1 คาบเรียน/สัปดาห์) และจัดการเรียนรู้นอกตารางเรียน 30 นาที (2 ครั้ง/สัปดาห์) รวม
ทั้งหมด 8 แผนการจัดการเรียนรู้ ดังตาราง 2

ตาราง 2 แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ

แผนการจัดการ การเรียนรู้	กิจกรรม	เครื่องมือ	วิธีการประเมิน
แผนการจัดการ เรียนรู้ที่ 4	แบบฝึกหัดที่ 1 1.1 สถานีที่ 1 ท่าเตรียม 1.2 สถานีที่ 2 ตีกอล์ฟ	1.คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 1 2. ใบงาน เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ 3.แบบประเมินทักษะ 4.แบบประเมินพฤติกรรม	1.ตรวจชิ้นงาน 2.สังเกตประเมินทักษะ 3.สังเกตประเมิน พฤติกรรม
แผนการจัดการ เรียนรู้ที่ 5	แบบฝึกหัดที่ 2 1.1 สถานีที่ 1 ตีกอล์ฟ 1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกยาว หน้ามือข้ามตาข่าย	1.คลิปวิดีโอ เรื่อง “Badminton- How to Serve Forehand” 2. คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 2 3. ใบงาน เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ 4.แบบประเมินทักษะ 5.แบบประเมินพฤติกรรม	1.ตรวจชิ้นงาน 2.สังเกตประเมินทักษะ 3.สังเกตประเมิน พฤติกรรม

ตาราง 2 (ต่อ)

แผนการจัดการ การเรียนรู้	กิจกรรม	เครื่องมือ	วิธีการประเมิน
แผนการจัดการ เรียนรู้ที่ 6	แบบฝึกหัดที่ 3 1.1 สถานีที่ 1 ตีลูกหน้า มือกระทบผนัง 1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกยาว หน้ามือข้ามตาข่าย	1. คลิปวิดีโอ เรื่อง “How to long Serve” 2. คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 3 3. ใบงาน เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ 4. แบบประเมินทักษะ 5. แบบประเมินพฤติกรรม	1. ตรวจชิ้นงาน 2. สังเกตประเมิน ทักษะ 3. สังเกตประเมิน พฤติกรรม
แผนการจัดการ เรียนรู้ที่ 7	แบบฝึกหัดที่ 4 1.1 สถานีที่ 1 ส่งลูกยาว หน้ามือข้ามตาข่ายลงเป้า ขวา 1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกยาว หน้ามือข้ามตาข่ายลงเป้า ซ้าย	1. คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 4 2. ใบงานแผนผังความคิด 3. แบบประเมินทักษะ 4. แบบประเมินพฤติกรรม	1. ตรวจชิ้นงาน 2. สังเกตประเมิน ทักษะ 3. สังเกตประเมิน พฤติกรรม
แผนการจัดการ เรียนรู้ที่ 8	แบบฝึกหัดที่ 5 1.1 สถานีที่ 1 ท่าเตรียม 1.2 สถานีที่ 2 ตีลูกหลัง มือกระทบผนัง	1. คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 5 2. ใบงาน เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ 3. แบบประเมินทักษะ 4. แบบประเมินพฤติกรรม	1. ตรวจชิ้นงาน 2. สังเกตประเมิน ทักษะ 3. สังเกตประเมิน พฤติกรรม
แผนการจัดการ เรียนรู้ที่ 9	แบบฝึกหัดที่ 6 1.1 สถานีที่ 1 ตีลูกหลัง มือกระทบผนัง 1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้น หลังมือข้ามตาข่าย	1. คลิปวิดีโอ เรื่อง “Backhand Serve-A step-by-step guide EVERY BADMINTON PLAYER NEEDS” 2. คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 6 3. ใบงาน เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ 4. แบบประเมินทักษะ 5. แบบประเมินพฤติกรรม	1. ตรวจชิ้นงาน 2. สังเกตประเมิน ทักษะ 3. สังเกตประเมิน พฤติกรรม
แผนการจัดการ เรียนรู้ที่ 10	แบบฝึกหัดที่ 7 1.1 สถานีที่ 1 ส่งลูกหลัง มือกระทบผนัง 1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้น หลังมือข้ามตาข่าย	1. คลิปวิดีโอ เรื่อง “Backhand Serve” 2. คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 7 3. ใบงานแผนผังความคิด 4. แบบประเมินทักษะ 5. แบบประเมินพฤติกรรม	1. ตรวจชิ้นงาน 2. สังเกตประเมิน ทักษะ 3. สังเกตประเมิน พฤติกรรม

ตาราง 2 (ต่อ)

แผนการจัดการ การเรียนรู้	กิจกรรม	เครื่องมือ	วิธีการประเมิน
แผนการจัดการ เรียนรู้ที่ 11	แบบฝึกหัดที่ 8 1.1 สถานีที่ 1 ส่งลูกสั้น หลังมือข้ามตาข่ายลงเป้า ขวา 1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้น หลังมือข้ามตาข่ายลงเป้า ซ้าย	1. คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 8 2. ใบงาน เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ 3. แบบประเมินทักษะ 4. แบบประเมินพฤติกรรม	1. ตรวจชิ้นงาน 2. สังเกตประเมิน ทักษะ 3. สังเกตประเมิน พฤติกรรม

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือในการวิจัย

1. ศึกษาหลักสูตร จุดมุ่งหมายของหลักสูตร ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง การวัดและประเมินผล
2. ศึกษารายละเอียดของเนื้อหาทักษะแบริณดิน และนำมาสร้างแผนการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน และแบบปกติ
3. ศึกษาทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้ผลศึกษา
4. จัดทำแผนการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน และการจัดการเรียนรู้แบบปกติ ซึ่งสามารถเปรียบเทียบความแตกต่างของกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ ดังนี้

ตาราง 3 เปรียบเทียบกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ผลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน และแบบปกติ
ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

การจัดการเรียนรู้ผลศึกษา แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้ผลศึกษา แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
1.ขั้นเตรียม ตรวจสอบความพร้อม และอบอุ่นร่างกาย	1.ขั้นเตรียม ตรวจสอบความพร้อม และอบอุ่นร่างกาย
2.ขั้นสอน ครูอธิบายสาธิตทักษะให้นักเรียนดู และให้นักเรียนปฏิบัติตามครู	2.ขั้นสอน ครูอธิบายและสาธิตทักษะที่ถูกต้องให้นักเรียนดู พร้อมอธิบายผ่านสื่อการสอนรูปแบบต่าง ๆ

ตาราง 3 (ต่อ)

การจัดการเรียนรู้พลศึกษา แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้พลศึกษา แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
3.ขั้นการปฏิบัติ 1. ผู้เรียนจับกลุ่มเองตามความสมัครใจ 2. ฝึกปฏิบัติตามแบบฝึกหัด โดยมีครูคอยให้ คำแนะนำ	3.ขั้นการปฏิบัติ 1. จับกลุ่มให้ผู้เรียน โดยในกลุ่มจะมีเพื่อนที่มี ความสามารถที่มากกว่าคอยช่วยเหลือเพื่อน 2. ให้ช่วยเหลือเพื่อนผ่านรูปแบบออนไลน์จากการดู คลิปการฝึกของเพื่อนหรือผ่านกิจกรรม Face to Face ให้อ่านตามสถานการณ์ โดยครูจะมีหน้าที่คอย ให้คำแนะนำ และเดินดูนักเรียนอย่างใกล้ชิด 3. ให้เพื่อนที่มีความสามารถมากกว่าชมคลิปวิดีโอ แบบฝึกหัด ก่อนที่จะเข้าชั้นเรียนในชั่วโมงนั้น ๆ 4. ผู้เรียนแต่ละกลุ่มฝึกปฏิบัติตามแบบฝึกหัด
4.ขั้นการนำไปใช้ 1. ให้ผู้เรียนแสดงทักษะผ่านการอัดคลิปวิดีโอ	4.ขั้นการนำไปใช้ 1. ให้ผู้เรียนแสดงทักษะผ่านการอัดคลิปวิดีโอ โดย ผ่านการให้คำแนะนำจากเพื่อนๆในกลุ่ม
5.ขั้นสรุปและสรุปปฏิบัติ สรุปความรู้ แลกเปลี่ยน ซักถามข้อสงสัย และสรุป ปฏิบัติ	5.ขั้นสรุปและสรุปปฏิบัติ สรุปความรู้ แลกเปลี่ยน ซักถามข้อสงสัย และสรุป ปฏิบัติ

5. นำแผนการจัดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจพิจารณาเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

6. นำแผนการจัดการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแก้ไขไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้เชี่ยวชาญ ต้องเป็นผู้จบการศึกษาระดับปริญญาโทหรือปริญญาตรี สาขาพลศึกษา หรือผู้เชี่ยวชาญในการจัดการเรียนสอนวิชาพลศึกษา ตรวจพิจารณาความตรงตามจุดประสงค์ ความตรงเนื้อหา (Content Validity) ของการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน และการจัดการเรียนรู้แบบปกติ เพื่อนำมาปรับปรุงด้วยการนำมาตรวจหาดัชนีความสอดคล้อง (Index

of Item-Objective Congruence:IOC) พิจารณาหัวข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence:IOC) ทั้งฉบับเท่ากับ 0.84

7. แก้ไขปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ และนำไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อนำไปทดลอง

8. นำแผนการจัดการเรียนรู้ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 4 คาบ เพื่อดูความเหมาะสมของกิจกรรมการเรียนรู้และเวลาในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อนำไปใช้จริงต่อไป โดยมีค่าประสิทธิภาพ (E_1/E_2) ของแผนการจัดการเรียนรู้หน่วยที่ 4-7 เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ เท่ากับ 78.13/76.83 และมีค่าประสิทธิภาพ (E_1/E_2) ของแผนการจัดการเรียนรู้หน่วยที่ 8-11 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ เท่ากับ 76.02/77.64 เทียบกับเกณฑ์ 75/75 เนื่องจากเป็นการพัฒนาทางด้านทักษะ

1.2 สื่อการสอน ประเภท สื่อวิดีโอ (คลิปปิดิโอ)

โดยในการวิจัยครั้งนี้มีสื่อวิดีโอแบบฝึกทักษะการส่งลูก จำนวน 8 แบบฝึกหัด ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือในการวิจัย

1. นำสื่อวิดีโอที่สร้างขึ้น ไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อให้คำแนะนำ
2. ปรับแก้ไขและให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน พิจารณาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาในด้านเนื้อหาของสื่อวิดีโอ โดยมีคุณสมบัติเป็นผู้จบการศึกษาระดับปริญญาโท สาขาพลศึกษา หรือผู้เชี่ยวชาญในการจัดการเรียนสอนวิชาพลศึกษา โดยมีค่า IOC ทั้งฉบับเท่ากับ 0.91 เมื่อแยกเป็นรายแผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4-11 เท่ากับ 0.83, 0.89, 0.89, 0.94, 0.94, 0.94, 0.94, 0.94 ตามลำดับ และผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน พิจารณาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาในด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา โดยมีคุณสมบัติ ได้แก่ 1) เป็นผู้เชี่ยวชาญในด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา โดยมีค่า IOC ทั้งฉบับเท่ากับ 0.91 เมื่อแยกเป็นรายแผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4-11 เท่ากับ 0.82, 0.88, 0.91, 0.94, 0.94, 0.91, 0.97, 0.91ตามลำดับ

3. แก้ไขปรับปรุงสื่อวิดีโอ ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญและอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อนำไปใช้จริงต่อไป

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลแบ่งออกเป็น 2 แบบทดสอบ ดังนี้

- 2.1 แบบทดสอบทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือและแบบประเมินทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ

2.2 แบบทดสอบทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือและแบบประเมินทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือในการวิจัย

1. นำแบบทดสอบทักษะการส่งลูกและแบบประเมินทักษะการส่งลูกที่ผู้วิจัยได้ปรับปรุงของบดินทร์ บันบัวรุจกิจ (2554) ไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษา
2. นำแบบทดสอบทักษะการส่งลูกและแบบประเมินทักษะการส่งลูกได้รับการปรับปรุงไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน โดยมีคุณสมบัติตามข้อ 6. ตรวจสอบพิจารณาหาค่าดัชนีความสอดคล้องเช่นเดียวกับแผนการจัดการเรียนรู้ โดยมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Objective Congruence:IOC)ของแบบทดสอบทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ เท่ากับ 0.84 และแบบทดสอบทักษะส่งลูกสั้นหลังมือ เท่ากับ 0.92
3. แก้ไขปรับปรุงแบบทดสอบทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือและแบบประเมินทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ ทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือและแบบประเมินทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิและนำกลับไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อความสมบูรณ์ของแบบทดสอบก่อนนำไปใช้จริงต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) โดยมีรูปแบบ Pretest – Posttest Control Group Design ซึ่งมีแบบแผนการทดลองตามตาราง ดังนี้

ตาราง 4 แบบแผนการทดลอง

กลุ่ม	ทดสอบก่อนการทดลอง	ทดลอง	ทดสอบหลังการทดลอง
E	O ₁	X	O ₂
C	O ₁	-	O ₂

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการทดลอง

E คือ กลุ่มทดลอง

C คือ กลุ่มควบคุม

O₁ คือ ทดสอบก่อนการทดลอง

O₂ คือ ทดสอบหลังการทดลอง

X คือ การจัดการการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

วิจัยดำเนินการทดลองตามขั้นตอนดังนี้

1. จัดปฐมนิเทศนักเรียน เพื่อชี้แจงและทำความเข้าใจถึงวิธีการเรียนการสอน วัตถุประสงค์ของการเรียน และการวัดและประเมินผลการจัดการเรียนรู้

2. ทำการทดสอบก่อนการทดลอง โดยพัฒนาแบบทดสอบทักษะแถมดินของ บดินทร์ บันบำรุงกิจ (2554) เพื่อใช้ในการจัดกลุ่มและเป็นแบบวัดผลก่อนการทดลอง

3. กลุ่มควบคุมใช้แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ เป็นเวลา 18 สัปดาห์

4. กลุ่มทดลองใช้แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน เป็นเวลา 8 สัปดาห์ และใช้แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ เป็นเวลา 10 สัปดาห์ โดยมีวิธีดำเนินการสอน ดังนี้

4.1 การจัดการเรียนรู้ในตารางเรียน 50 นาที (1 คาบเรียน/สัปดาห์)

4.2 การจัดการเรียนรู้นอกตารางเรียน 30 นาที (2 ครั้ง/สัปดาห์)

4.3 การจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ 10 สัปดาห์

เป็นการดำเนินกิจกรรมตามแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาในระยะเวลา 8 ครั้ง ดังนี้

ครั้งที่ 1 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ โดยมีกิจกรรมของแบบฝึกหัดที่ 1 จำนวน 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 ทำเตรียมความพร้อม เป็นการฝึกปฏิบัติถึงการ ยืน การจับไม้ การจับลูก และทำเตรียมพร้อมในการส่งลูกสำหรับการส่งลูกยาวหน้ามือ และสถานี ที่ 2 ตีกอล์ฟ เป็นการฝึกปฏิบัติถึงการยืนการวางเท้าการจับไม้การเคลื่อนไหวในการตีลูกไป ข้างหน้า

ครั้งที่ 2 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ โดยมีกิจกรรมของแบบฝึกหัดที่ 2 จำนวน 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 ตีกอล์ฟ เป็นการฝึกปฏิบัติถึงการยืนการวางเท้า การจับไม้การเคลื่อนไหวในการตีลูกไปข้างหน้า และสถานีที่ 2 ส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่าย เป็นการฝึกปฏิบัติถึงการยืน การจับไม้ การตีลูก และทิศทางของลูก เพื่อให้ลูกลอยข้ามตาข่ายตาม กติกาการส่งลูกแถมดิน

ครั้งที่ 3 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6 เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ โดยมีกิจกรรมของแบบฝึกหัดที่ 3 จำนวน 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 ตีลูกหน้ามือกระทบผนัง เป็นการฝึกปฏิบัติถึงการ

ยื่นการวางเท้าการจับไม้การเคลื่อนไหวในการตีลูกไปกระทบผนัง และสถานีที่ 2 ส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่าย เป็นการฝึกปฏิบัติถึงการยืน การจับไม้ การตีลูก และทิศทางของลูก เพื่อให้ลูกลอยข้ามตาข่ายตามกติกาการส่งลูกแบดมินตัน

ครั้งที่ 4 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7 เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ โดยมีกิจกรรมของแบบฝึกหัดที่ 4 จำนวน 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 ส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่ายลงมุมขวา เป็นการฝึกปฏิบัติถึงการยืน การจับไม้ การตีลูก และทิศทางของลูก เพื่อให้ลูกลอยข้ามตาข่ายตามกติกาการส่งลูกแบดมินตันและบังคับทิศทางของลูกให้ลงมุมขวา และสถานีที่ 2 ส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่ายลงมุมซ้าย เป็นการฝึกปฏิบัติถึงการยืน การจับไม้ การตีลูก และทิศทางของลูก เพื่อให้ลูกลอยข้ามตาข่ายตามกติกาการส่งลูกแบดมินตันและบังคับทิศทางของลูกให้ลงมุมซ้าย และทำการทดสอบนอกเวลาเรียน

ครั้งที่ 5 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ โดยมีกิจกรรมของแบบฝึกหัดที่ 5 จำนวน 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 ทำเตรียมความพร้อม เป็นการฝึกปฏิบัติถึงการยืน การจับไม้ การจับลูก และทำเตรียมพร้อมในการส่งลูกสำหรับการส่งลูกสั้นหลังมือ และสถานีที่ 2 ตีลูกหลังมือกระทบผนัง เป็นการฝึกปฏิบัติถึงการยืนการวางเท้าการจับไม้การเคลื่อนไหวในการตีลูกไปกระทบผนัง

ครั้งที่ 6 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ โดยมีกิจกรรมของแบบฝึกหัดที่ 6 จำนวน 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 ตีลูกหลังมือกระทบผนัง เป็นการฝึกปฏิบัติถึงการยืนการวางเท้าการจับไม้การเคลื่อนไหวในการตีลูกไปกระทบผนัง และสถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายเป็นการฝึกปฏิบัติถึงการยืน การจับไม้ การตีลูก และทิศทางของลูก เพื่อให้ลูกลอยข้ามตาข่ายตามกติกาการส่งลูกแบดมินตัน

ครั้งที่ 7 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 10 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ โดยมีกิจกรรมของแบบฝึกหัดที่ 7 จำนวน 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 ส่งลูกหลังมือกระทบผนัง เป็นการฝึกปฏิบัติถึงการยืนการจับไม้การบังคับทิศทางเพื่อส่งลูกให้ตรงกับเป้าหมายที่กำหนดไว้ และสถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายเป็นการฝึกปฏิบัติถึงการยืน การจับไม้ การตีลูก และทิศทางของลูก เพื่อให้ลูกลอยข้ามตาข่ายตามกติกาการส่งลูกแบดมินตัน

ครั้งที่ 8 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ โดยมีกิจกรรมของแบบฝึกหัดที่ 8 จำนวน 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายลงเป้าขวา เป็นการฝึกปฏิบัติถึงการยืน การจับไม้ การตีลูก และทิศทางของลูก เพื่อให้ลูกลอยข้ามตาข่ายตามกติกาการส่งลูกแบดมินตันและบังคับทิศทางของลูกให้ลงตะกร้าที่วางไว้มุมขวา และสถานีที่ 2 ส่งลูกสั้น

หลังมือข้ามตาข่ายลงเป้าซ้าย เป็นการฝึกปฏิบัติถึงการยืน การจับไม้ การตีลูก และทิศทางของลูก เพื่อให้ลูกลอยข้ามตาข่ายตามกติกาการส่งลูกแบดมินตันและบังคับทิศทางของลูกให้ลงตะกร้าที่วางไว้มุมซ้าย และทำการทดสอบนอกเวลาเรียน

5. ทำการทดสอบหลังทดลอง

6. ทำแบบประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนในกลุ่มทดลอง โดยใช้แบบประเมินความพึงพอใจที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

จัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน โดยคำนวณหาค่าเฉลี่ยคะแนน (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองกับหลังการทดลอง โดยใช้ค่าที (paired sample t-test)

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง โดยใช้ค่าที (independent t-test)

4. วิเคราะห์ผลความพึงพอใจของกลุ่มทดลองที่มีต่อการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน โดยการหาค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

การพิทักษ์สิทธิ

การศึกษานี้ผู้วิจัยได้ชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบวัตถุประสงค์ในการศึกษา และได้ชี้แจงให้ทราบถึงสิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมศึกษาในครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างสามารถถอนตัวออกจากการศึกษาในระหว่างการดำเนินการโดยไม่เกิดผลเสียหายไม่ว่ากรณีใด ๆ ทั้งสิ้น เมื่อกลุ่มตัวอย่างตกลงให้ความร่วมมือ และลงชื่อในใบยินยอมแล้ว ผู้ศึกษาจึงเริ่มทำการเก็บข้อมูล โดยมีเอกสารชี้แจงและขออนุญาตหน่วยงานที่ดูแลก่อนการเก็บข้อมูล โดยข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างจะใช้ประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น การศึกษาวิจัยครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณาและรับรองจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ตามเอกสารรับรองหมายเลข SWUEC-G-290/2564E เมื่อวันที่ 5 กรกฎาคม พ.ศ. 2564

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์เพื่อใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
\bar{x}	แทน	ค่าเฉลี่ยเลขคณิต
S.D.	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	ค่าสถิติ T-test
p-value	แทน	นัยสำคัญทางสถิติ
*	แทน	ค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล การแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูลและเสนอข้อมูลดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน โดยคำนวณหาค่าเฉลี่ยคะแนน (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองกับหลังการทดลอง โดยใช้ค่าที (paired sample t-test)
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง โดยใช้ค่าที (independent t-test)
4. วิเคราะห์ผลความพึงพอใจของกลุ่มทดลองที่มีต่อการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน โดยการหาค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการจัดการเรียนรู้พลศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน โดยคำนวณหาค่าเฉลี่ยคะแนน (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทักษะการส่งลูก ก่อนทดลอง และหลังทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยรวม

กลุ่มตัวอย่าง	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง		
	n	\bar{x}	S.D.	n	\bar{x}	S.D.
กลุ่มทดลอง	42	13.00	1.87	42	19.62	1.50
กลุ่มควบคุม	42	13.00	2.10	42	17.02	1.84

จากตาราง 5 พบว่า ก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนของทักษะการส่งลูกเท่ากับ ($\bar{x} = 13.00$ S.D. = 1.87) หลังการทดลองของกลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยคะแนนของทักษะการส่งลูกเท่ากับ ($\bar{x} = 19.62$ S.D. = 1.50) ส่วนก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนของทักษะการส่งลูกเท่ากับ ($\bar{x} = 13.00$ S.D. = 2.10) หลังการทดลองของกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยคะแนนของทักษะการส่งลูกเท่ากับ ($\bar{x} = 17.02$ S.D. = 1.84)

ตาราง 6 คะแนนค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทักษะการส่งลูก ก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แยกตามตัวแปรทักษะ

ทักษะ	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง		
	n	\bar{x}	S.D.	n	\bar{x}	S.D.
ทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ						
<u>กลุ่มทดลอง</u>						
-การยื่น	42	1.62	0.49	42	2.88	0.33
-การจับไม้	42	1.88	0.63	42	2.88	0.33
-การตีลูก	42	1.79	0.42	42	2.50	0.51
-ทิศทางของลูก	42	1.00	0.00	42	1.40	0.50
คะแนนรวม	42	6.29	0.86	42	9.67	0.95
<u>กลุ่มควบคุม</u>						
-การยื่น	42	1.55	0.59	42	2.52	0.51
-การจับไม้	42	2.00	0.58	42	2.52	0.51
-การตีลูก	42	1.76	0.62	42	2.14	0.35
-ทิศทางของลูก	42	1.00	0.00	42	1.12	0.33
คะแนนรวม	42	6.31	1.32	42	8.31	1.09

ตาราง 6 (ต่อ)

ทักษะ	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง		
	n	\bar{x}	S.D.	n	\bar{x}	S.D.
ทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ						
<u>กลุ่มทดลอง</u>						
-การยื่น	42	2.05	0.22	42	2.93	0.26
-การจับไม้	42	2.10	0.66	42	2.88	0.33
-การตีลูก	42	1.57	0.70	42	2.64	0.48
-ทิศทางของลูก	42	1.00	0.00	42	1.43	0.50
คะแนนรวม	42	6.71	1.24	42	9.88	0.83
<u>กลุ่มควบคุม</u>						
-การยื่น	42	2.02	0.15	42	2.64	0.48
-การจับไม้	42	2.10	0.69	42	2.57	0.50
-การตีลูก	42	1.57	0.63	42	2.62	0.49
-ทิศทางของลูก	42	1.00	0.00	42	1.12	0.33
คะแนนรวม	42	6.69	1.20	42	8.95	1.03

จากตาราง 6 พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะส่งลูกยาวหน้ามือ ก่อนทดลองของกลุ่มทดลองเท่ากับ 6.29, 0.86 จำแนกเป็นรายข้อเท่ากับ 1.62 และ 0.49, 1.88 และ 0.63, 1.79 และ 0.42, 1.00 และ 0.00 กลุ่มควบคุมเท่ากับ 6.30, 1.32 จำแนกเป็นรายข้อเท่ากับ 1.55 และ 0.59, 2.00 และ 0.58, 1.76 และ 0.62, 1.00 และ 0.00 หลังทดลองของกลุ่มทดลองเท่ากับ 9.67, 0.95 จำแนกเป็นรายข้อเท่ากับ 2.88 และ 0.33, 2.88 และ 0.33, 2.50 และ 0.51, 1.40 และ 0.50 ของกลุ่มควบคุมเท่ากับ 8.31, 1.09 จำแนกเป็นรายข้อเท่ากับ 2.52 และ 0.51, 2.52 และ 0.51, 2.14 และ 0.35, 1.12 และ 0.30 ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะส่งลูกสั้นหลังมือ ก่อนทดลองของกลุ่มทดลองเท่ากับ 6.71, 1.24 จำแนกเป็นรายข้อเท่ากับ 2.05 และ 0.22, 2.10 และ 0.66, 1.57 และ 0.70, 1.00 และ 0.00 ของกลุ่มควบคุมเท่ากับ 6.69, 1.20 จำแนกเป็นรายข้อเท่ากับ 2.02 และ 0.15, 2.10 และ 0.69, 1.57 และ 0.63, 1.00 และ 0.00 หลังทดลองของกลุ่มทดลองเท่ากับ 9.88, 0.83 จำแนกเป็นรายข้อเท่ากับ 2.93 และ 0.26, 2.88 และ 0.33, 2.64 และ 0.48, 1.43 และ 0.50 กลุ่มควบคุมเท่ากับ 8.95, 1.03 จำแนกเป็นรายข้อเท่ากับ 2.64 และ 0.48, 2.57 และ 0.50, 2.62 และ 0.49, 1.12 และ 0.33 สรุปได้ว่า นักเรียนทั้งสองกลุ่มมีทักษะส่งลูกหลังทดลองดีกว่าก่อนทดลอง ซึ่งแสดงว่าทั้งสองกลุ่มมีพัฒนาการที่ดีขึ้น

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองกับหลังการทดลอง โดยใช้ค่าที (paired sample t-test)

ตาราง 7 ผลการเปรียบเทียบคะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองกับหลังการทดลอง โดยรวม

กลุ่มตัวอย่าง	n	\bar{x}	S.D.	t	p-value
<u>กลุ่มทดลอง</u>					
ก่อนทดลอง	42	13.00	1.87	-41.45*	0.00
หลังทดลอง	42	19.62	1.50		
<u>กลุ่มควบคุม</u>					
ก่อนทดลอง	42	13.00	1.49	-19.28*	0.00
หลังทดลอง	42	17.02	1.84		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 7 พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองกับหลังการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูกหลังการทดลอง (\bar{x} กลุ่มทดลอง = 19.62, S.D. = 1.50, \bar{x} กลุ่มควบคุม = 17.02, S.D. = 1.84) ดีวก่อนการทดลอง (\bar{x} กลุ่มทดลอง = 13.00, S.D. = 1.87, \bar{x} กลุ่มควบคุม = 13.00, S.D. = 1.49) สรุปได้ว่า การจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนและการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติช่วยให้นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนและแบบปกติ หลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลอง

ตาราง 8 คะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง
กับหลังการทดลอง แยกตามตัวแปรทักษะ

ทักษะ	n	\bar{x}	S.D.	t	p-value
ทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ					
<u>กลุ่มทดลอง</u>					
ก่อนทดลอง	42	6.28	0.86	-31.44*	0.00
หลังทดลอง	42	9.67	0.95		
<u>กลุ่มควบคุม</u>					
ก่อนทดลอง	42	6.31	1.32	-16.94*	0.00
หลังทดลอง	42	8.31	1.09		
ทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ					
<u>กลุ่มทดลอง</u>					
ก่อนทดลอง	42	6.71	1.24	-23.89*	0.00
หลังทดลอง	42	9.95	0.76		
<u>กลุ่มควบคุม</u>					
ก่อนทดลอง	42	6.69	1.20	-15.08*	0.00
หลังทดลอง	42	8.71	0.89		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 8 พบว่า ก่อนการทดลองกับหลังการทดลองของทั้งสองกลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 โดยทั้งสองกลุ่มมีทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลอง และมีทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลอง สรุปได้ว่าการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน และการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติสามารถช่วยพัฒนาทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือและทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือได้

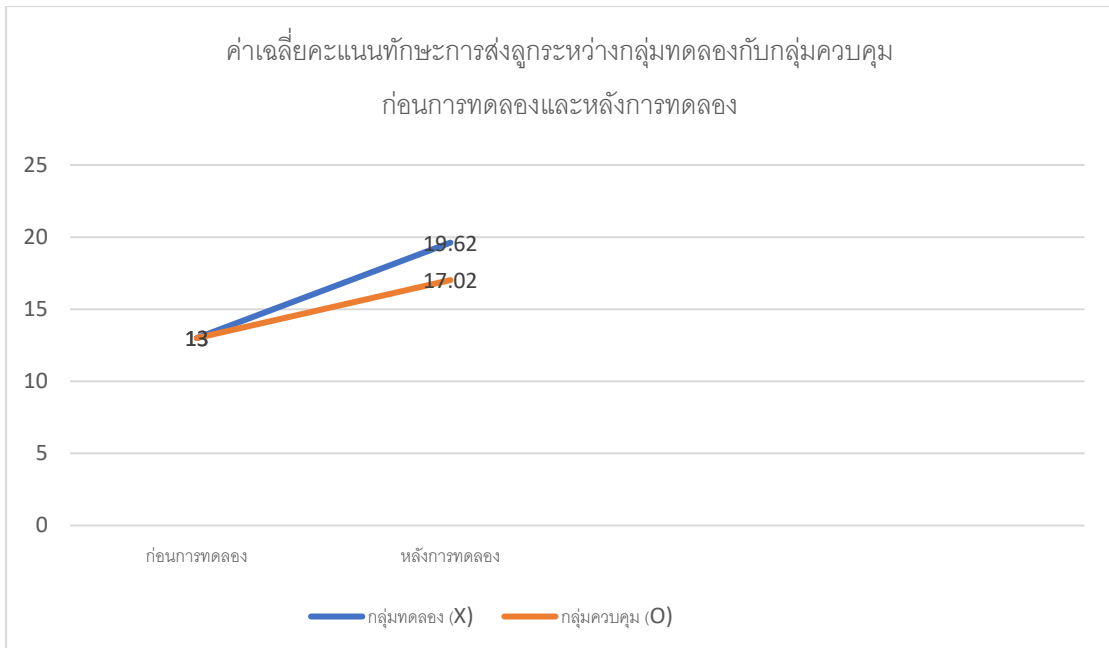
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูกระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง โดยใช้ค่าที (independent t-test)

ตาราง 9 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูกระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

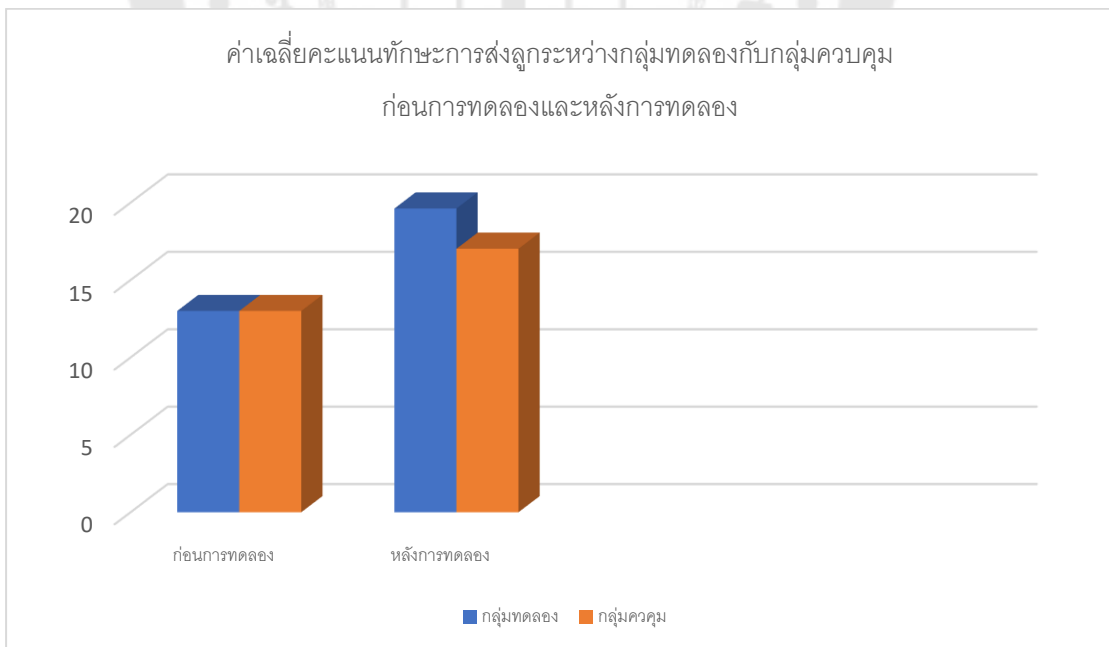
กลุ่มตัวอย่าง	n	\bar{x}	S.D.	t	p-value
<u>ก่อนทดลอง</u>					
กลุ่มทดลอง	42	13.00	1.87	0.00	1.00
กลุ่มควบคุม	42	13.00	2.10		
<u>หลังทดลอง</u>					
กลุ่มทดลอง	42	19.62	1.50	7.08*	0.00
กลุ่มควบคุม	42	17.02	1.84		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 9 พบว่า หลังการทดลองเป็นเวลา 8 สัปดาห์ ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูกระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มทดลอง ($\bar{x} = 19.62$, S.D. = 1.50) สูงกว่ากลุ่มควบคุม ($\bar{x} = 17.02$, S.D. = 1.84) สรุปได้ว่า การจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน ช่วยให้นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนมีทักษะการส่งลูกดีกว่านักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ ส่วนก่อนการทดลองไม่พบความแตกต่าง



ภาพประกอบ 15 แผนภูมิที่ 1 ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูกระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง



ภาพประกอบ 16 แผนภูมิที่ 2 แผนภูมิแท่งค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูก

ตาราง 10 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง แยกตามตัวแปรทักษะ

ทักษะ	n	\bar{x}	S.D.	t	p-value
ทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ					
<u>ก่อนทดลอง</u>					
กลุ่มทดลอง	42	6.29	0.86	-0.09	0.92
กลุ่มควบคุม	42	6.31	1.32		
<u>หลังทดลอง</u>					
กลุ่มทดลอง	42	19.62	1.50	7.08*	0.00
กลุ่มควบคุม	42	17.02	1.84		
ทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ					
<u>ก่อนทดลอง</u>					
กลุ่มทดลอง	42	6.71	1.24	0.09	0.92
กลุ่มควบคุม	42	6.69	1.20		
<u>หลังทดลอง</u>					
กลุ่มทดลอง	42	9.67	0.95	6.06*	0.00
กลุ่มควบคุม	42	8.31	1.09		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 10 พบว่า ก่อนทดลองไม่แตกต่างกัน และหลังทดลองทั้งสองทักษะของสองกลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุม สรุปได้ว่า การจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน ช่วยให้มีความรู้ทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือและทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือที่สูงกว่าการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ

4. วิเคราะห์ผลความพึงพอใจของกลุ่มทดลองที่มีต่อการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน โดยการหาค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

ตาราง 11 ค่าเฉลี่ยของคะแนนและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน ของกลุ่มทดลอง (n=42)

ประเด็นคำถาม	\bar{x}	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
1.ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ชัดเจน	4.57	0.50	มากที่สุด
2.เนื้อหาที่สอนทันสมัยนำไปใช้ได้จริง	4.48	0.55	มาก
3.กิจกรรมการเรียนการสอนสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนการสอน	4.48	0.51	มาก
4.กิจกรรมการเรียนสนุกและน่าสนใจ	4.40	0.59	มาก
5.กิจกรรมการเรียนมีความหลากหลายและเหมาะสมกับเนื้อหาวิชา	4.31	0.72	มาก
6.ครูตั้งใจสอน ให้คำแนะนำ ช่วยเหลือ อำนวยความสะดวกแก่นักเรียน ในการทำกิจกรรม	4.55	0.63	มากที่สุด
7.ครูส่งเสริมให้นักเรียนทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มและรายบุคคล	4.52	0.71	มากที่สุด
8.ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามปัญหา	4.48	0.63	มาก
9.สื่อวีดีโอสามารถกระตุ้นความสนใจให้ผู้เรียนมากขึ้น	4.43	0.67	มาก
10.ผู้เรียนสามารถนำสื่อวีดีโอกลับมาทบทวนได้อีก	4.36	0.66	มาก
11.นักเรียนนำความรู้จากวิชานี้ไปใช้ในการเล่นแบดมินตันได้	4.38	0.70	มาก
12.นักเรียนมีความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน	4.45	0.71	มาก
รวม	4.45	0.71	มาก

จากตาราง 11 พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจเท่ากับ 4.45 คะแนน ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า ข้อ 1, 6 และ 7 มีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 4.57, 4.55 และ 4.52 คะแนน อยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนข้อ 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12 มีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 4.48, 4.48, 4.40, 4.31, 4.48, 4.43, 4.36, 4.38 และ 4.45 คะแนน อยู่ในระดับมาก

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยในครั้งนี้ มีความมุ่งหมาย เพื่อ 1) ศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน ที่มีต่อทักษะการส่งลูกในรายวิชาแบดมินตันของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย 2) ศึกษาเปรียบเทียบผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน และแบบปกติ ที่มีต่อทักษะการส่งลูกในรายวิชาแบดมินตันของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย และ 3) ศึกษาผลของความพึงพอใจของนักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบ้านสวน (จันอนุสรณ์) ที่เรียนวิชาแบดมินตัน จำนวน 84 คน ได้มาด้วยการเลือกแบบง่ายด้วยการจับฉลากจำนวน 2 ห้องเรียน จาก 6 ห้องเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยการส่งลูกใกล้เคียงกันโดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียน และกลุ่มควบคุม 1 ห้องเรียน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ 1) แผนการจัดการเรียนรู้ จำนวน 8 แผน มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.84 2) อการสอน ประเภท สื่อวีดิทัศน์ (คลิปปิดิโอ) จำนวน 8 แบบฝึกหัด มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.91 ซึ่งสรุปผลการวิจัย ได้ดังนี้

สรุปผล

1. คะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลองเท่ากับ $\bar{x} = 13.00$, S.D. = 1.87 หลังการทดลองเท่ากับ $\bar{x} = 19.62$, S.D. = 1.50 คะแนนทักษะการส่งลูกของกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองเท่ากับ $\bar{x} = 13.00$, S.D. = 2.10 หลังการทดลองเท่ากับ $\bar{x} = 17.02$, S.D. = 1.84 เมื่อจำแนกตามตัวแปรทักษะ พบว่า ทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองเท่ากับ $\bar{x} = 6.29, 6.31$, S.D. = 0.86, 1.32 หลังการทดลองเท่ากับ $\bar{x} = 9.67, 8.31$, S.D. = 0.95, 1.09 ทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองเท่ากับ $\bar{x} = 6.71, 6.69$, S.D. = 1.24, 1.20 หลังการทดลองเท่ากับ $\bar{x} = 9.88, 8.95$, S.D. = 0.83, 1.03 สรุปได้ว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนของทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลองเพิ่มขึ้นจากก่อนการทดลอง แสดงว่าทั้งสองกลุ่มมีพัฒนาการที่ดีขึ้น

2. กลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนหลังการทดลอง เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ มีทักษะการส่งลูกดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 โดยพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูกหลังการทดลอง ($\bar{x} = 19.62$, S.D. = 1.50) ดีวก่อนการทดลอง ($\bar{x} = 13.00$, S.D. = 1.87) สรุปได้ว่า การจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนช่วยให้นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน หลังการทดลอง ดีวก่อนการทดลอง

3. กลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติหลังการทดลองเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ มีทักษะการส่งลูกตีดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูกหลังการทดลอง ($\bar{x} = 17.02$, S.D. = 1.84) ดีกว่าก่อนการทดลอง ($\bar{x} = 13.00$, S.D. = 1.49) สรุปได้ว่า การจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติช่วยให้นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ หลังการทดลองดีวก่อนการทดลอง

4. หลังการทดลองเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ กลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนมีทักษะการส่งลูกตีดีกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการส่งลูกหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง ($\bar{x} = 19.62$, S.D. = 1.50) ดีกว่ากลุ่มควบคุม ($\bar{x} = 17.02$, S.D. = 1.84) สรุปได้ว่า การจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนช่วยให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน หลังการทดลองดีวก่อนการทดลองดีวก่อนการทดลองไม่แตกต่างกัน

5. กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนหลังการทดลองเท่ากับ 4.45 มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก

อภิปรายผล

1. กลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนในทักษะส่งลูกพบว่า หลังการทดลองดีวก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 และความมุ่งหมายของการวิจัยข้อที่ 1 แสดงว่า การจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีการนี้สามารถช่วยให้นักเรียนมีทักษะการส่งลูกดีขึ้น เนื่องจากได้ออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้แบบพลศึกษา 5 ขั้นตอนและใช้การจับกลุ่มย่อย ซึ่งกลุ่มย่อยประกอบไปด้วยนักเรียนกลุ่มเก่งและนักเรียนกลุ่มอ่อนที่จับกลุ่มด้วยความสมัครใจของนักเรียน และกลุ่มเก่งจะอยู่ในบทบาทเป็นผู้ช่วยครู และก่อนการเข้าเรียนทุกครั้งนักเรียนกลุ่มเก่งจะต้องศึกษาบทเรียนให้เข้าใจก่อนที่จะนำมาถ่ายทอดให้กับสมาชิกได้อย่างเข้าใจ นอกจากนี้การสื่อสาร ภาษา การแสดงออกของลักษณะท่าทางรูปแบบของการสื่อสารของนักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยเดียวกัน จะช่วยกลุ่มอ่อนเข้าใจแบบฝึกหัดชัดเจนมากขึ้น ดังที่บันดูรา กล่าวว่า บุคคลจะเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบซึ่งมีทั้งตัวแบบที่เป็นคนจริงและตัวแบบสัญลักษณ์ การสังเกตตัวแบบทำให้บุคคลเรียนรู้ทั้งพฤติกรรมการแสดงออก ความคิด อารมณ์และอื่น ๆ พร้อม ๆ กัน ตัวแบบที่บุคคลเห็นจะช่วยให้นักเรียนเรียนรู้พฤติกรรมใหม่ เสริมพฤติกรรมเดิมให้ดีขึ้นและยับยั้งการแสดงพฤติกรรมบางอย่าง (สมพร สุทัศนีย์, ม.ร.ว., 2541) และหลังจากการเรียนรู้ นักเรียนต้องอัดคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดนั้น ๆ และแลกเปลี่ยนความถูกต้องของ

ทักษะภายในสมาชิกกลุ่ม เพื่อให้ได้รู้ข้อบกพร่องของตนเองและนำไปปรับปรุงจนถูกต้องที่สุด แล้วนำส่งครูผู้สอน จึงทำให้การจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนช่วยพัฒนาทักษะการส่งตีกว่าก่อนการทดลอง ซึ่งตรงกับพลอยไพลิน นิลภรณ์ (2552) ได้ศึกษาผลการให้ผลย้อนกลับที่มีต่อการเรียนรู้ทักษะการตีลูกซอฟท์บอล พบว่า การให้ผลย้อนกลับช่วยพัฒนาทักษะการตีลูกซอฟท์บอลของกลุ่มทดลองให้ดีขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยการใช้ผลย้อนกลับที่เป็นภาพถ่ายเปรียบเทียบกับภาพต้นแบบ ร่วมกับบันทึกหลังการฝึก ทำให้กลุ่มทดลองมีการทบทวนการแสดงทักษะของตนเอง หลังจากการฝึก เสมือนกับได้ฝึกอีกครั้งหนึ่ง และทำให้รู้ข้อบกพร่องของตนเองและนำไปปรับใช้ในครั้งต่อไป จนกระทั่งเกิดทักษะที่ถูกต้องที่สุด และผลทดลอง นักเรียนมีทักษะการตีลูกซอฟท์บอลหลังทดลองดีกว่าก่อนทดลอง เช่นเดียวกับผลการวิจัยของ บุษยากร ชัยชวา และคนอื่น ๆ (2560) พบว่า หลังการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยด้านทักษะการพูดภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 หลังจากได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนหลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลอง

2. กลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ ในทักษะส่งลูก พบว่าหลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากผู้วิจัยได้มีรูปแบบการเรียนตามคู่มือครูและเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยได้มีการแบ่งกลุ่มนักเรียนเพื่อช่วยเหลือกันในการเรียนรู้ ซึ่งในการแบ่งกลุ่มจะให้นักเรียนจับกลุ่มกันเองตามความสมัครใจ มีอิสระในการเลือกกลุ่ม ทำให้นักเรียนความพอใจและสบายใจในการเข้าร่วมกิจกรรม จึงส่งผลให้เกิดการเรียนรู้และมีพัฒนาการดีขึ้น ดังที่ ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2553) กล่าวถึง กฎการเรียนรู้ของธอร์นไคด์ว่า การเรียนรู้เกิดขึ้นเมื่อร่างกายและจิตใจมีความพร้อม (กฎความพร้อม) และการฝึกบ่อย ๆ ซ้ำ ๆ ย่อมทำให้เกิดการซึมซับ (กฎการฝึกหัด) และเมื่อผู้เรียนได้รับการเสริมแรงทางบวก หรือได้รับความพึงพอใจ ย่อมเกิดการกระทำที่ต่อเนื่อง (กฎแห่งผล) นอกจากนี้ยังสอนตามพลศึกษา 5 ขั้นตอน โดยขั้นสอนกับขั้นฝึกถือเป็นขั้นที่สำคัญ ซึ่งนักเรียนต้องทำความเข้าใจเกี่ยวกับเนื้อหาความรู้เพื่อนำไปสู่การฝึกปฏิบัติด้วยตนเองจึงเกิดการพัฒนาที่เพิ่มขึ้น โดย วรศักดิ์ เพียรชอบ (2561)กล่าวว่า การที่เกิดความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ต่าง ๆ ต้องผ่านการปฏิบัติด้วยตนเอง และอารมณ์ ใจเที่ยง (2553) กล่าวว่า การให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมด้วยตนเอง หรือได้มีส่วนร่วม จะช่วยให้เรียนรู้ได้ไวและ มีความกระตือรือร้น ดังทฤษฎีของจอห์น ดิวอี้ ที่ได้เสนอแนวคิด “การเรียนรู้โดยการกระทำ” ที่มุ่งเน้นการเรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเอง และนอกจากนี้ครูผู้สอนได้มีการส่งคลิปวิดีโอแบบฝึกให้กับนักเรียนทบทวนหลังเรียน และต้องอัปเดตคลิปวิดีโอหลัง

การฝึกแบบฝึกหัดนั้น ๆ ส่งให้กับครูผู้สอน จึงทำให้กลุ่มควบคุมมีทักษะการส่งลูกหลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลอง

3. หลังการทดลองเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ กลุ่มทดลองมีทักษะส่งลูกดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 แสดงได้ว่า การจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน สามารถพัฒนาทักษะการส่งลูกของกลุ่มทดลองให้เพิ่มมากขึ้นกว่ากลุ่มควบคุม อาจด้วยปัจจัยดังนี้ 1) รูปแบบกลุ่ม โดยกลุ่มทดลอง จะประกอบไปด้วยคนเก่งและคนอ่อน นักเรียนที่เก่งกว่าจะทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยครูในการให้ความช่วยเหลือเพื่อน ๆ โดยนักเรียนเลือกกลุ่มด้วยความสมัครใจ ส่วนกลุ่มควบคุม จัดกลุ่มอย่างอิสระ ซึ่งการเลือกกลุ่มอย่างอิสระ จะส่งผลทำให้นักเรียนเกิดความสบายใจ ฟังพอใจในการเรียน แต่การช่วยเหลือของแต่ละกลุ่มอาจจะไม่เท่ากัน เนื่องจากบางกลุ่มอาจจะมีนักเรียนที่มีทักษะไม่แตกต่างกัน 2) ภาวะผู้นำ โดยกลุ่มทดลองในทุก ๆ กลุ่มมีนักเรียนกลุ่มเก่งภายในกลุ่ม ซึ่งส่งเสริมการมีภาวะผู้นำที่ชัดเจน ส่งผลให้นักเรียนภูมิใจตนเองและพร้อมจะพัฒนาตัวเองยิ่งขึ้น ส่วนกลุ่มควบคุม เนื่องด้วยเป็นการจัดกลุ่มตามความอิสระ อาจจะทำให้บางกลุ่มไม่ได้มีนักเรียนที่มีทักษะโดดเด่นที่จะคอยให้ความช่วยเหลือเพื่อน ๆ ได้ จึงทำให้บางกลุ่มขาดการมีภาวะผู้นำ 3) การฝึกทักษะ ทั้งสองกลุ่มได้รับคลิปวิดีโอแบบฝึกไปทบทวนหลังจากเรียนจบแล้วเหมือนกัน แต่ในการฝึกฝนนั้น กลุ่มทดลองต้องมีการแลกเปลี่ยนแนะนำภายในกลุ่ม ก่อนที่จะส่งคลิปวิดีโอการฝึกของนักเรียนให้กับครูผู้สอน จึงเป็นสาเหตุทำให้กลุ่มทดลองหลังการทดลองมีทักษะการส่งลูกดีกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งตรงกับ จุฬาลักษณ์ สงษ์สระน้อย (2561) พบว่า กลุ่มทดลองมีผลความแม่นยำในการเล่นลูกสองมือดีกว่ากลุ่มควบคุม เช่นเดียวกับผลการวิจัยของ ศิวรินทร์ อธิจันทร์ธรัตน์ (2564) พบว่า กลุ่มทดลองที่ได้สอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อน มีทักษะท่าเตะเฉียงดีกว่ากลุ่มควบคุม

4. ความพึงพอใจของกลุ่มทดลองที่มีต่อการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน พบว่า ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก แสดงให้เห็นว่า วิธีการสอนด้วยเพื่อนช่วยเพื่อนส่งผลให้นักเรียนมีทัศนคติทางบวก และมีความสนุกสนานในการเข้าร่วมกิจกรรม สอดคล้องกับผลการวิจัยของอดิมา อุ่นจิตร และ ชนกกานต์ สหัสทัศน์ (2561) พบว่า นักเรียนที่เรียนโดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน มีทัศนคติที่ดีต่อการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ และผลการศึกษาของ เสฎฐวุฒิ ไชยอึ้ง และ วายุ กาญจนศร (2562) พบว่า ผู้เรียนมีทัศนคติในการเรียนที่ดี มีความเข้าใจในท่าทางขั้นตอนวิธีการว่ายน้ำมากขึ้น และสนุกสนานในการเข้าร่วมกิจกรรม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งนี้

1. ครูผู้สอนต้องมีหลักเกณฑ์ในการจัดกลุ่มที่ชัดเจน และต้องอธิบาย วัตถุประสงค์ บทบาทหน้าที่ให้นักเรียนเข้าใจ ตลอดจนพร้อมให้นักเรียนปรึกษาเมื่อต้องการ
2. นักเรียนกลุ่มเก่งที่ต้องศึกษาสื่อวิดีโอทัศน์ก่อนเข้าชั้นเรียนนั้น ครูผู้สอนต้องมีความใส่ใจติดตามนักเรียนเป็นอย่างมาก ก่อนที่นักเรียนจะนำไปช่วยเหลือเพื่อน

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรจะมีการทำวิจัยในรายวิชาพลศึกษาอื่น ๆ เช่น บาสเกตบอล วอลเลย์บอล เซปักตะกร้อ เป็นต้น เพื่อให้มีแนวทางการพัฒนาทักษะเพิ่มขึ้น
2. ควรจะนำไปทดลองใช้กับทักษะอื่น ๆ ของแบดมินตัน เช่น ทักษะหยอดลูก ทักษะ ตบลูก เป็นต้น



บรรณานุกรม

- Kent A. Greenes. (2010). Peer Assist: Learning Before Doing. Retrieved from www.greenesconsulting.com>GCPeerAssistGuide
- Sivasilam T. (1973, December). "Madras System Revised: A New Structure for Peer Tutoring". *Educational Technology*, 10-15.
- Ugyen Wangmo. (2019). A Study of effectiveness of peer assisted learning strategy (PALS) as remedial program in 7th grade science. *Recent Sciences*, 8(3), 30-35.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2558). คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาแบดมินตัน. กรุงเทพมหานคร.
- สมโนทัย บ่วงเพ็ชร. (2562). ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้เทคนิคการเรียนรู้แบบร่วมมือ ที่มีต่อคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. (ปริญญาโท กศ.ม. (สุขศึกษาและพลศึกษา))
-). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ. (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ).
- จาดุรนต์ มหากรก. (2562). ผลของการจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษาตามแนวคิดห้องเรียนกลับด้านที่มีต่อคุณลักษณะอันพึงประสงค์ด้านใฝ่เรียนรู้และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. (ปริญญาโท กศ.ม. (สุขศึกษาและพลศึกษา)). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ. (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ).
- จิรัชญา ทิขัตติ. (2550). การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความรับผิดชอบทางการเรียน วิชาภาษาไทยที่ได้รับการสอนแบบร่วมมือ แบบ เอส ที เอ ดี (STAD) และการสอนแบบปกติ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนอัสสัมชัญธนบุรี. (สารนิพนธ์ กศ.ม. (การมัธยมศึกษา)). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- จุฬาลักษณ์ สงฆ์สระน้อย. (2561). ผลของการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อความแม่นยำในการเล่นลูกสองมือลงในกีฬาออลเลย์บอล. (วิทยานิพนธ์ วท.ม. (วิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา)). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- เจียมศักดิ์ พานิชชัยกุล. (2530). แบดมินตัน: กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตพลศึกษา.
- จิรัชพร อภิชาติตระกูล. (2561). ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบร่วมมือที่มีต่อความสามัคคี และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. (ปริญญาโท กศ.ม. (สุขศึกษาและพลศึกษา))

-). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ. (ปริญญาานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ).
- ธวัชชัย สอนนุช. (2557). การเปรียบเทียบทักษะการเขียนภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ได้รับการสอนโดยการประยุกต์ใช้กระบวนการสร้างความรู้แบบ *SECI Model* กับการสอนแบบปกติ. (ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและพัฒนาศึกษาศาสตร์ศึกษาศาสตร์)). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- นรวิทย์ ผันเชียร. (2561). เทคนิคการรับมือกับเด็กนักเรียนในห้องเรียน. สืบค้นจาก <https://www.trueplookpanya.com/blog/content/68010/teaartedu-teaart-teaarttea->
- บดินทร์ บำรุงกิจ. (2554). การพัฒนาแบบทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตันขั้นพื้นฐานสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย. (วิทยานิพนธ์ ค.ม. (สุขศึกษาและพลศึกษา)). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2546). การวิจัยสำหรับครู. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- บุษยากร ช้ายขวา, ผาสุข บุญธรรม, และ เพ็ญพิศุทธิ ใจสนิท. (2560, กันยายน-ธันวาคม). การจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน (Peer-assisted Learning) เพื่อพัฒนาทักษะการพูดภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วารสารบัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย, 10(3), 77-86.
- ประนอม ดอนแก้ว. (2550). การใช้กลวิธีการเรียนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวทางกายในการเล่นวอลเลย์บอลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเวียงมอกวิทยา. (ปริญญาานิพนธ์ ศษ.ม. (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว)). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- ประเสริฐ ช่างมาน. (2541). แบดมินตัน: กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์. (2553). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: ศูนย์สื่อเสริมกรุงเทพ.
- เปรม ป้อมกระโทก. (2561). ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามแนวคิดทฤษฎีพหุปัญญาเพื่อเสริมสร้างคามมีน้ำใจนักกีฬาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. (ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษาและพลศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ผาณิต บิลมาศ. (2530). การวัดทักษะกีฬา: กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- พลอยไพลิน นิลกรรณ. (2552). ผลของการให้ผลย้อนกลับที่มีต่อการเรียนรู้ทักษะการตีลูกซอฟท์

- บอฉ. (ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา).). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- พัตฉา บุตรดิวงค์. (2562). การวิจัยและพัฒนาวิธีการเพื่อนช่วยเพื่อนร่วมชั้นแบบจับคู่เพื่อยกระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวิทยาศาสตร์จุฬารณราชวิทยาลัย. (วิทยานิพนธ์ กศ.ด. (สาขาวิชาวิจัย วัดผลและสถิติการศึกษา)). มหาวิทยาลัยบูรพา, ฉลบุรี.
- พินิจ อินตา. (2554). ผลของการจัดการเรียนรู้อัลศึกษาโดยใช้โปรแกรมการออกกำดังกายแบบผสมผสานที่มีต่อความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย. (วิทยานิพนธ์ ค.ม. (สุขศึกษาและพลศึกษา)). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- ไพวัน เพลิดพราว. (2559). การเคลื่อนไหวเบื้องต้น [เอกสารประกอบการสอน]. อุตรธานี:คณะศึกษาศาสตร์ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตอุตรธานี.
- ภัทรพงศ์ รัตนกาญจน์. (2560). ผลการจัดการเรียนตามหลักการทรงงานของรัชกาลที่ 9 และทฤษฎีพัฒนาด้านจิตพิสัยที่มีต่อเจตคติในการเรียนพลศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. (วิทยานิพนธ์ ค.ม. (สุขศึกษาและพลศึกษา)). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- มรุต สังกัดดิษฐ์. (2559). สภาพและปัญหาการจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ตามความคิดเห็นของครูและนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย เขตพื้นที่การศึกษากุุงเทพมหานคร เขต 2 ปีการศึกษา 2558. (ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา))
-). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพฯ.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2527). หลักและวิธีการสอนพลศึกษา: กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2561). รวบรวมทศความเกี่ยวกับปรัชญา หลักการ วิธีสอน และการวัดเพื่อประเมินผลทางพลศึกษา พิมพ์ครั้งที่ 2: กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วันชัย จันทการกุล, กฤษณพงษ์ ทรัพย์รัตน์, และ ฉนาดา อรศิริ. (2563). การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ [เอกสารประกอบการสอน]. ฉอนแก่น: มหาวิทยาลัยฉอนแก่น.
- วิเชียร ทุวิลลา. (2556). ความคิดเห็นของนิสิตที่มีต่อการจัดการเรียนรู้อาษาพลศึกษาของมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยาปีการศึกษา 2555. (ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา)). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- วีรพรรณ จันทร์ชาว. (2561). ประสิทธิภาพของการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อความสามารถใน

การว่ายน้ำ. (วิทยานิพนธ์ วท.ม.(วิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา)).

มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.

- ศิวพันธ์ อธิจันทร์รัตน์. (2564). ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบร่วมมือด้วยเทคนิคแบบเพื่อนช่วยเพื่อน และแบบ เอส.ที.เอ.ดี.ที่มีต่อทักษะเทคนิควันโดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย. (ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษาและพลศึกษา)). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- สายพิน จิตต์ศิริ. (2558). ความคิดเห็นของนักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิต ที่มีต่อการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ สถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2557. (ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา)). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- สุจิตรา บุญเกิด. (2543). ปัญหาการวัดและประเมินผลวิชาพลศึกษา ในมหาวิทยาลัย. (ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา)). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- สุโชค ฉันทะนิ. (2560). ประสิทธิภาพของการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนตามแนวเสริมต่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะพื้นฐานการเตะในกีฬาเทควันโด. (วิทยานิพนธ์ วท.ม.(วิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา).). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- สุธิวัชร ศุภลักษณ์. (2561). ระบบการเรียนรู้บนคลาวด์ตามแนวคิดวิศวกรรมผันกลับและเทคนิคการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน เพื่อส่งเสริมความคิดเชิงประมวผล. (วิทยานิพนธ์ ค.ม. (เทคโนโลยีและสื่อสารการศึกษา)). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- สุรางค์ ไคว่ตระกูล. (2556). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ:สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เสฏฐวุฒิชัย ชัยฮัง, และ วายุ กาญจนศร. (2562, พฤษภาคม-สิงหาคม). การพัฒนาทักษะลีลาศจังหวะชะชะช่า โดยการจัดการเรียนรู้ แบบกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสองดาววิทยาคม. วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา, 31(2), 107-122.
- เสาวรี ภูบาลชื่น, และ สมทรง สิทธิ. (2560, เมษายน-มิถุนายน). การพัฒนาระบบการจัดการเรียนรู้โดยใช้วิธีสอนแบบทางตรงร่วมกับเทคนิคเพื่อนช่วยเพื่อน เพื่อส่งเสริมความสามารถด้านทักษะปฏิบัติ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความพึงพอใจ วิชาศิลปะ สาระนาฏศิลป์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 11(2), 211-221.
- อดิกันต์ ภูติพิพย์. (2552). การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิทยาศาสตร์และพฤติกรรมด้านคุณธรรม จริยธรรมพื้นฐาน 8 ประการ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน.(ปริญญานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อติมา อุ่นจิตร, และ ชนกกานต์ สหัสทัศน์. (2561). การพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง การแก้ระบบสมการเชิงเส้นสองตัวแปร ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 วิทยาลัยนาฏศิลป์กาฬสินธุ์ โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน. วารสารวิทยาศาสตร์และวิทยาศาสตร์ศึกษา, 1(2), 196-205.

อมรรัตน์ เหล่าบุญมา, นพพร แหยมแสง, และ วรนุช แหยมแสง. (2560, พฤษภาคม-สิงหาคม). ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้วิชาคณิตศาสตร์ เรื่องเวลา โดยการจัดการเรียนการสอน ด้วยเทคนิคกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน เป็นรายบุคคล (TAI) ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3. วารสารสังคมศาสตร์วิชาการ, 10(2), 234-248.

อาภรณ์ ใจเที่ยง. (2553). หลักการสอน (พิมพ์ครั้งที่ 5, (ฉบับปรับปรุง)).: กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.





ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

โครงสร้างรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา 1 รหัสวิชา พ31101

โครงสร้างรายวิชา

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

โรงเรียนบ้านสวน (จันอนุสรณ์)

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1

รหัสวิชา พ 31101

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

เวลา 20 ชั่วโมง/ ภาคเรียน

จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ภาคเรียนที่ 1

อัตราส่วนน้ำหนักคะแนน 80 : 20

สัปดาห์ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้ ตัวชี้วัด	สาระสำคัญ	เวลา (คาบ)	รูปแบบ การ เรียน	หมายเหตุ
1	ปฐมนิเทศ ทดสอบ สมรรถภาพ	พ 3.1 ; ม. 4/1 พ 4.1 ; ม. 4/7	ชี้แจงเนื้อหา การวัด ประเมินผล ข้อตกลงการ เรียนการสอนและทดสอบ สมรรถภาพ	1		
2-3	หลักการ เคลื่อนไหว พื้นฐานและการ สร้าง ความคุ้นเคย	พ 3.1 ; ม. 4/1 พ 3.2 ; ม. 4/4	1.หลักการเคลื่อนไหว พื้นฐานและการ เคลื่อนไหวในกีฬา แบดมินตัน 2.การสร้างความคุ้นเคยดี ลูกแบบหน้ามือและหลัง มือ	2		
4-11	ทักษะการส่งลูก	พ 3.1 ; ม. 4/1 พ 3.2 ; ม. 4/4	1.หลักการและวิธีการส่ง ลูกยาวหน้ามือ 2.หลักการและวิธีการส่ง ลูกสั้นหลังมือ	4 4	เพื่อน ช่วย เพื่อน	เรียนนอก ตารางอีก 8 คาบ และ ปรับเปลี่ยน รูปแบบการฝึก ตาม สถานการณ์
12-13	ทักษะการตีลูก โด่ง	พ 3.1 ; ม. 4/1 พ 3.2 ; ม. 4/4	หลักการและวิธีการตีลูก โด่ง	2		

สัปดาห์ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้ ตัวชี้วัด	สาระสำคัญ	เวลา (คาบ)	รูปแบบ การ เรียน	หมายเหตุ
14-15	ทักษะการตีลูก ตบ	พ 3.1 ; ม. 4/1 พ 3.2 ; ม. 4/4	หลักการและวิธีการตีลูก ตบ	2		
16-19	สนุกกับการเล่น แบดมินตัน	พ 3.1 ; ม. 4/2, ม.4/3 พ 3.2 ; ม 4/3, ม.4/4	การเล่น แข่งขันกีฬา แบดมินตันประเภทคู่อย่าง สร้างสรรค์และมีความสุข	4		
20	สอบวัดผลปลายภาคเรียน			1		
รวมตลอดภาคเรียน				20		



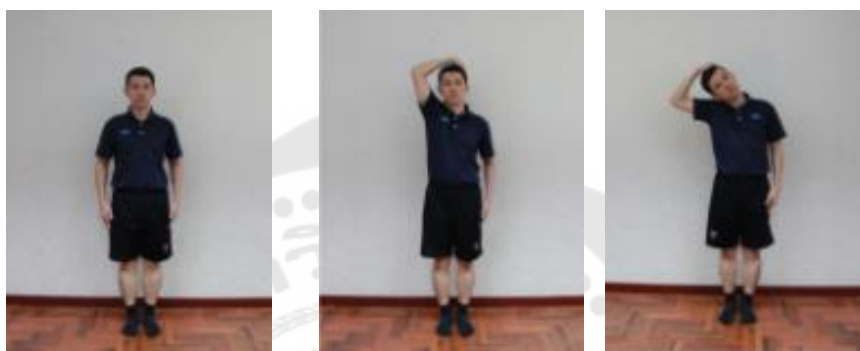
ภาคผนวก ข

รายละเอียดการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ/อบอุ่นร่างกาย
ตามแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน และแบบปกติ

รายละเอียดการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ/อบอุ่นร่างกายตามแผนการจัดการเรียนรู้ พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนและแบบปกติ

1.1 การอบอุ่นร่างกายทั่วไป

1.1.1 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านข้าง : ยืนตัวตรง ใช้มือขวาจับศีรษะทางด้านซ้ายเฉียงไปทางขวา นิ่งค้างไว้ นับ 1-10 แล้วปฏิบัติลักษณะเดียวกันในด้านตรงข้าม



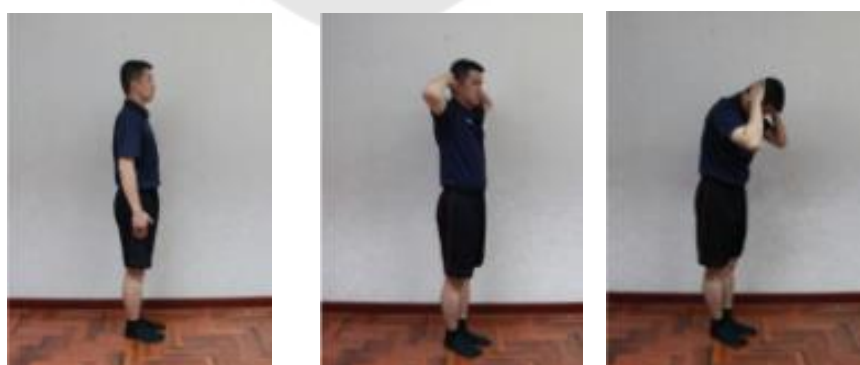
ท่าเริ่มต้น

ท่าปฏิบัติ

ภาพภาคผนวก ข-1 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านข้าง

ที่มา : วันชัย จันทการกุลและคณะ,2563

1.1.2 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหลัง : ยืนตัวตรง ใช้มือทั้งสองข้างวางบนศีรษะด้านหลัง กดศีรษะให้ก้มลงมาทางด้านหน้า จนกระทั่งรู้สึกตึงที่บริเวณต้นคอด้านหลัง นิ่งค้างไว้ นับ 1-10



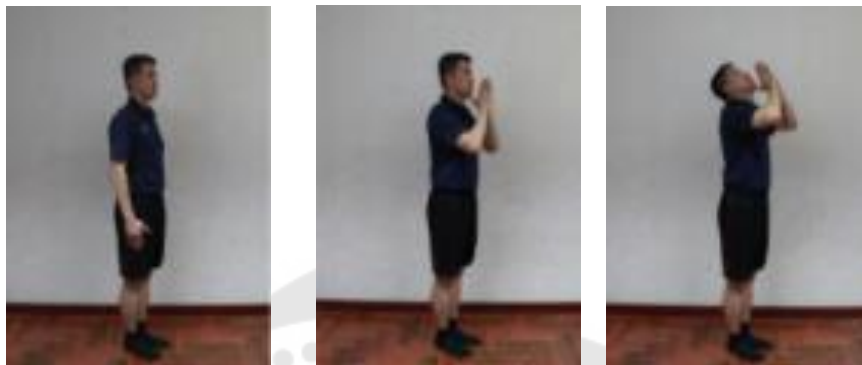
ท่าเริ่มต้น

ท่าปฏิบัติ

ภาพภาคผนวก ข-2 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านข้าง

ที่มา : วันชัย จันทการกุลและคณะ,2563

1.1.3 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหน้า : ยืนตัวตรง ใช้หัวแม่มือทั้งสองข้างแตะไว้ได้คาง ออกแรงดันคางพร้อมเงยหน้าขึ้น จนกระทั่งรู้สึกตึงที่บริเวณต้นคอด้านหน้า นิ่งค้างไว้ นับ 1-10



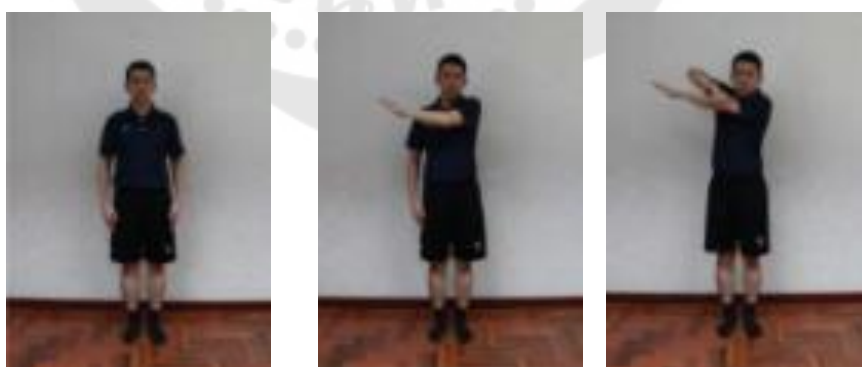
ท่าเริ่มต้น

ท่าปฏิบัติ

ภาพภาคผนวก ข-3 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหน้า

ที่มา : วันชัย จันทการกุลและคณะ.2563

1.1.4 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อไหล่ : ยืนตัวตรง ยื่นแขนซ้ายออกมาข้างหน้าในระดับหัวไหล่ ยกแขนขวาพาดผ่าด้านหน้าลำตัวมาทางซ้าย ใช้มือซ้ายจับที่ศอกขวา พร้อมกับดึงเข้าหาลำตัว จนกระทั่งรู้สึกตึงบริเวณหัวไหล่ซ้าย นิ่งค้างไว้ นับ 1-10 แล้วปฏิบัติลักษณะเดียวกันในด้านตรงข้าม



ท่าเริ่มต้น

ท่าปฏิบัติ

ภาพภาคผนวก ข-4 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อไหล่

ที่มา : วันชัย จันทการกุลและคณะ,2563

1.1.5 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นแขนด้านหลังและไหล่หลัง : ยืนตัวตรง ยกแขนขวาขึ้นเหนือศีรษะงอศอกขวาลงมาทางด้านหลังศีรษะ ใช้มือซ้ายจับที่ศอกขวา แล้วดึงศอกขวามาทางไหล่ซ้าย โดยให้ต้นแขนขวาอยู่ด้านหลังศีรษะ จนกระทั่งรู้สึกตึงบริเวณต้นแขนด้านหลัง และไหล่หลัง นิ่งค้างไว้ นับ 1-10 แล้วปฏิบัติลักษณะเดียวกันในด้านตรงข้าม



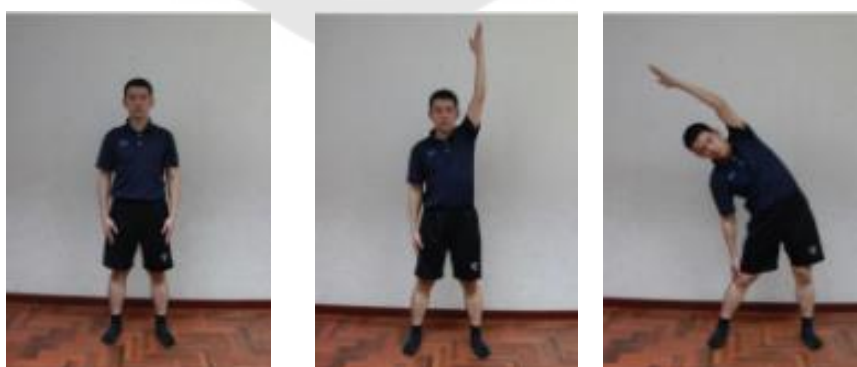
ทำเริ่มต้น

ทำปฏิบัติ

ภาพภาคผนวก ข-5 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นแขนด้านหลังและไหล่หลัง

ที่มา : วันชัย จันทการกุลและคณะ,2563

1.1.6 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อลำตัว สะโพกด้านข้างไหล่ และต้นขาด้านหลัง : ยืนแยกเท้าห่างกันเล็กน้อย ยกมือซ้ายเหยียดแขนชูขึ้นเหนือศีรษะ ฝ่ามือหันไปทางด้านขวาของลำตัว งอลำตัวลงทางด้านขวา ให้แขนซ้ายและฝ่ามือซ้ายยกดลงทางด้านขวาของลำตัว ต้นแขนอยู่เหนือไหล่ ศอกไม่งอ นิ่งค้างไว้ นับ 1-10 แล้วปฏิบัติลักษณะเดียวกันในด้านตรงข้าม



ทำเริ่มต้น

ทำปฏิบัติ

ภาพภาคผนวก ข-6 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อลำตัว สะโพกด้านข้างไหล่ และต้นขาด้านหลัง

ที่มา : วันชัย จันทการกุลและคณะ,2563

1.1.7 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ ต้นขาด้านหลัง ต้นขาด้านใน ลำตัวข้าง และ ไหล่ด้านหน้า : ยืนตัวตรง แยกขาห่างกันเล็กน้อย ปลายเท้าและเข่าชี้่ออกทางด้านข้าง งอเข่า งอ สะโพก ย่อตัวลง ใช้มือทั้งสองข้างค้ำยันไว้ที่เข่า ออกแรงดันเข้าทั้งสองข้างให้กางออกพร้อมกับบิด ไหล่ขวามาด้านหน้า และลำตัวไปทางซ้าย นิ่งค้างไว้ นับ 1-10 แล้วเปลี่ยนไปบิดไหล่ซ้ายมา ด้านหน้าและลำตัวไปทางขวา นิ่งค้างไว้ นับ 1-10



ทำเริ่มต้น



ทำปฏิบัติ



ภาพภาคผนวก ข-7 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ ต้นขาด้านหลัง ต้นขาด้านใน ลำตัวข้าง และไหล่ ด้านหน้า

ที่มา : วันชัย จันทการกุลและคณะ,2563

1.1.8 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้าและหน้าแข้ง : ยืนตัวตรง งอเข่า ขวาทิ้งปลายเท้าขวาขึ้นทางด้านหลังสะโพก มือทั้งสองข้างจับบริเวณปลายเท้าขวาพร้อมกับดึง เข่าหาสะโพกมากที่สุด นิ่งค้างไว้ นับ1-10 แล้วเปลี่ยนเป็นเท้าด้านซ้ายทำเช่นเดียวกับเท้าด้านขวา



ทำเริ่มต้น



ทำปฏิบัติ



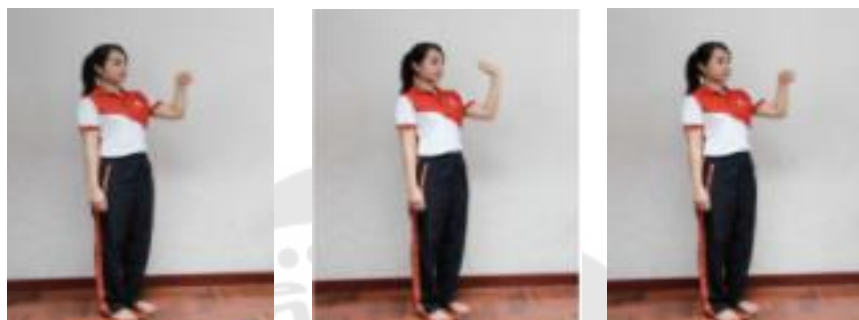
ภาพภาคผนวก ข-8 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้าและหน้าแข้ง

ที่มา : วันชัย จันทการกุลและคณะ,2563

1.2 การอบอุ่นร่างกายเฉพาะกีฬา

1.2.1 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อแขนและข้อมือ

- กำมือข้างซ้ายยกขึ้นหลวม ๆ พร้อมกระดกข้อมือขึ้น ค้างนิ่งไว้ นับ 1-4 แล้ว
กระดกข้อมือลง ค้างนิ่งไว้ นับ 1-4 ทำซ้ำ 8 ครั้ง แล้วเปลี่ยนไปปฏิบัติทางมือด้านขวา



ทำเริ่มต้น

ทำปฏิบัติ

- กำมือข้างขวา ยกขึ้นหลวม ๆ พร้อมบิดข้อมือไปทางซ้าย ค้างนิ่งไว้ นับ 1-4 แล้ว
บิดข้อมือไปทางขวา ค้างนิ่งไว้ นับ 1-4 ทำซ้ำ 8 ครั้ง แล้วเปลี่ยนไปปฏิบัติทางมือด้านซ้าย



ทำเริ่มต้น

ทำปฏิบัติ

- เขี่ยดแขนซ้ายไปข้างหน้าคว่ำฝ่ามือลง ใช้มือขวาจับหลังมือซ้าย กดหลังมือ
ลงช้า ๆ จนกระทั่งรู้สึกตึงบริเวณข้อมือ นิ่งค้างไว้ นับ 1-10 แล้วเปลี่ยนไปปฏิบัติทางมือด้านขวา



ทำเริ่มต้น

ทำปฏิบัติ

- เขี่ยดแขนซ้ายไปข้างหน้าตั้งฝ่ามือขึ้น ใช้มือขวาจับบริเวณ 4 นิ้วของมือ
ซ้าย ค่อยๆ ดัดนิ้วทั้ง 4 ขึ้น จนกระทั่งรู้สึกตึงบริเวณข้อมือ นิ่งค้างไว้ นับ 1-10 แล้วเปลี่ยนไปปฏิบัติ
ทางมือด้านขวา



ทำเริ่มต้น

ทำปฏิบัติ

ภาพภาคผนวก ข-9 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อแขนและข้อมือ

ที่มา : วันชัย จันทการกุลและคณะ, 2563

1.2.2 ยกขาสลับอยู่กับที่ : ยกขาขวาขึ้น 90 องศา และดึงแขนขวาไปด้านหลัง
ขาซ้ายยืดตรง ดึงแขนซ้ายไปด้านหน้า ทำสลับกันไปมา นับ 1-10



ท่าเริ่มต้น

ท่าปฏิบัติ

ภาพภาคผนวก ข-10 ยกขาสลับอยู่กับที่

ที่มา : MThai,2553

1.2.3 กระโดดสลับขาอยู่กับที่ : กระโดดยกขาขวาขึ้น 90 องศา พร้อมดึง
แขนขวาไปด้านหลัง ส่วนขาซ้ายยืดตรง ดึงแขนซ้ายไปข้างหน้า ทำสลับกันไปมา นับ 1-10



ท่าเริ่มต้น

ท่าปฏิบัติ

ภาพภาคผนวก ข-11 กระโดดสลับขาอยู่กับที่

ที่มา : MThai,2553


1.2.4 **วิ่งอยู่กับที่** : วิ่งอยู่กับที่ นับ 1-10 ทำซ้ำ ๆ 3 ครั้ง แล้วก้าวเท้าออกไปรับลูกตามทิศทางที่ได้รับสัญญาณ



ทำปฏิบัติ

ภาพภาคผนวก ข-12 วิ่งอยู่กับที่

ที่มา : MThai,2553



ภาคผนวก ค

แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน
และแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ

แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน
และแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ
ที่มีต่อทักษะเบดมินตันของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 รหัสวิชา พ31101 ภาคเรียนที่ 1/2565
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ 1 คาบ/สัปดาห์

1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐาน

พ3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด

พ3.1 ม.4/1 วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่น
กีฬา

พ3.1 ม.4/2 ใช้ความสามารถของตนเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อ
ผู้อื่นและสังคม

พ3.1 ม.4/3 เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล/คูกีฬาระเภททีมได้อย่างน้อย
1 ชนิด

มาตรฐาน

พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ
อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และ
ชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด

พ 3.2 ม.4/4 อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎกติกา กลวิธีต่าง ๆ ในระหว่าง
การเล่น การแข่งขันกีฬา

พ3.2 ม.4/5 แสดงออก ถึงการมีมารยาท ในการดู การเล่นและการแข่งขันกีฬา
ด้วยความมีน้ำใจ

2. สารสำคัญ

การส่งลูกหรือการเสิร์ฟเป็นวิธีการของการเริ่มเล่นในการเล่นหรือฝึกทักษะแบบต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเริ่มฝึกตีลูกแบบต่าง ๆ ตลอดจนเริ่มการแข่งขัน การส่งลูกจะส่งได้ทั้งลูกหน้ามือและหลังมือ ซึ่งสามารถส่งไปยังตำแหน่งทั้งคอร์ทหน้า (ลูกสั้น) หรือคอร์ทหลัง (ลูกยาว) ได้ การส่งลูกยาวหน้ามือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทเดี่ยว ส่วนการส่งลูกสั้นหลังมือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทคู่ โดยการส่งลูกที่ดีจะต้องทำตามกติกาการส่งลูกได้อย่างถูกต้อง และการส่งลูกที่ดียังทำให้เป็นฝ่ายได้เปรียบในการแข่งขันอีกด้วย

3. สารการเรียนรู้

1. การยื่นเตรียมความพร้อมและการเคลื่อนที่
2. ทักษะการส่งลูก
3. กฎกติกาการส่งลูก
4. มารยาทและการมีน้ำใจนักกีฬา

4. จุดประสงค์การเรียนรู้

4.1 ด้านความรู้ (K)

- 4.1.1 ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะท่าทางการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้อง

4.2 ด้านทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

- 4.2.1 ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้องตามกฎ กติกา

4.3 ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

- 4.3.1 ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมกิจกรรม ตรงต่อเวลา มีมารยาทและการให้เกียรติผู้อื่นในระหว่างการเรียนรู้แบดมินตัน ทั้งในฐานะผู้เล่นและผู้ชม


5. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน



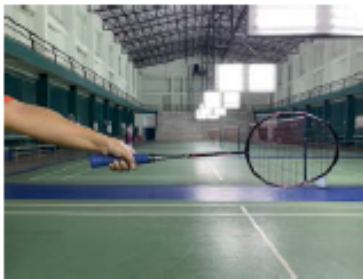

- ความสามารถในการสื่อสาร ความสามารถในการคิด ความสามารถในการแก้ปัญหา
 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. คุณลักษณะอันพึงประสงค์



- รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์ สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้
 อยู่อย่างพอเพียง มุ่งมั่นในการทำงาน รักความเป็นไทย มีจิตสาธารณะ

7. กระบวนการจัดการเรียนรู้



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
1. ขั้นเตรียม (5 นาที)	
<p>1.1 ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 6 แถว</p>  <p>*หมายเหตุ : ในการเข้าแถวสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์</p> <p>1.2 กล่าวทักทายผู้เรียน</p> <p>1.3 ครูสำรวจความพร้อมและตรวจสอบรายชื่อผู้เรียน</p> <p>1.4 ครูบอกความสำคัญของการอบอุ่นร่างกายและให้ผู้เรียนอบอุ่นร่างกายตามครูผู้สอน ดังนี้</p> <p>ท่าที่ 1 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านข้าง</p> <p>ท่าที่ 2 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหลัง</p> <p>ท่าที่ 3 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหน้า</p> <p>ท่าที่ 4 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อไหล่</p> <p>ท่าที่ 5 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นแขนด้านหลังและไหล่หลัง</p> <p>ท่าที่ 6 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อลำตัว สะโพกด้านข้างไหล่ และต้นขาด้านหลัง</p> <p>ท่าที่ 7 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง ต้นขาด้านใน ลำตัวข้าง และไหล่ด้านหน้า</p> <p>ท่าที่ 8 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้าและหน้าแข้ง (ภาคผนวก ข รายละเอียดการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ)</p> <p>1.5 ให้ผู้เรียนยืดเหยียดกล้ามเนื้อผ่านกิจกรรมเกม "อวนจับปลา" โดยมีวิธีการเล่น ดังนี้</p> <p>1.5.1 กำหนดให้ผู้เรียน 2 คน เป็น "อวน" โดยให้ผู้เรียนที่เป็นอวนจับมือกันตลอดและวิ่งไปจับผู้เรียนคนอื่น ๆ ที่เป็นปลา โดยหากจับปลาได้ ก็ให้คนที่จับปลาย้ายมาเป็นอวน</p> <p>1.5.2 ให้ผู้เรียนเล่นไปเรื่อย ๆ จนได้ยินเสียงสัญญาณจากครูผู้สอน</p> <p>*หมายเหตุ : กิจกรรมเกมสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
2. ชั้นสอน (10 นาที)	
<p>2.1 ให้ผู้เรียนยืนเข้าแถวครึ่งวงกลม</p>  <p>2.2 ครูอธิบายความสำคัญของทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ</p> <p>2.3 ครูอธิบายลักษณะท่าเตรียมความพร้อมของการส่งลูกยาวหน้ามือ ดังนี้</p> <p>2.3.1 การจับไม้</p> <p>- ในการจับไม้ ให้ร่องระหว่างนิ้วโป้งกับนิ้วชี้อยู่บริเวณสันของด้ามไม้ ลักษณะคล้ายตัว V และใช้นิ้วโป้งนิ้วชี้สอดตามโค้งของด้ามไม้ไว้ ส่วนนิ้วกลาง นิ้วนางและนิ้วก้อยให้กำรอบด้ามไม้</p>   <p>2.3.2 การยืน</p> <p>- ให้ยืนโดยเท้าฝั่งตรงข้ามกับที่จับไม้อยู่เท้าหน้า หรือเรียกว่าเท้านำนั่นเอง ส่วนเท้าอีกข้างให้อยู่ด้านหลังในลักษณะคล้ายตัว T และในการยืนนั้นให้เปิดปลายเท้าข้างหน้าเล็กน้อย</p> 	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>2.3.3 การจับลูก</p> <p>-สำหรับการจับลูกเพื่อส่งลูกหรือเสิร์ฟนั้น สามารถจับลูกได้ทั้งแบบลักษณะจับมือ โดยใช้นิ้วโป้งกับนิ้วชี้จับที่บริเวณปลายขนของลูกขนไก่ หรือจับลักษณะคล้ายกับการจับแก้วน้ำ โดยจับลูกบริเวณก้านขนไก่ที่เชื่อมต่อกับหัวไม้คอร์ก ใช้นิ้วโป้ง นิ้วชี้ และนิ้วกลางจับลูก</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	
<p>2.3.4 ทำเตรียมพร้อมส่งลูก</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ให้อันลักษณะคล้ายตัว T ห่างจากเส้นส่งลูก 2-3 นิ้ว หรือ 60-90 ซม. โดยไม่เหยียบเส้นใด ๆ 2. จับลูกในลักษณะใดลักษณะหนึ่งออกไปข้างหน้า ง้างไม้ขึ้นข้างลำตัว พร้อมเปิดปลายเท้าข้างหน้าเล็กน้อย ถ่ายน้ำหนักไปที่เท้าหลัง <div style="text-align: center;">  </div>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>2.4 ครูอธิบายพื้นที่สนามสำหรับการส่งลูกในการแข่งขันประเภทต่าง ๆ</p> <p>2.5 ตรวจสอบความเข้าใจของผู้เรียนโดยให้ผู้เรียนทำแบบทดสอบท้ายบทเรียน</p>	
3.ขั้นฝึกปฏิบัติ (20 นาที)	
	<p>-จับกลุ่มให้ผู้เรียน โดยในกลุ่มจะมีเพื่อนที่มีความสามารถที่มากกว่าคอยช่วยเหลือเพื่อน</p> <p>-ให้ช่วยเหลือเพื่อนผ่านรูปแบบออนไลน์จากการดูคลิปการฝึกของเพื่อนหรือผ่านกิจกรรม Face to Face ในห้องเรียนตามสถานการณ์</p> <p>-ให้เพื่อนที่มีความสามารถมากกว่าชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 1 ก่อนที่จะเข้าชั้นเรียน</p>
<p>3.1 ให้ผู้เรียนชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 1</p> <p>3.2 ให้ผู้เรียนซักถามเพิ่มเติมเกี่ยวกับแบบฝึกหัดที่ 1 และครูสาธิตให้ดูอีกรอบ</p> <p>3.3 ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติตามแบบฝึกหัดที่ 1 โดยมีแบบฝึกอยู่ 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 ทำเตรียมความพร้อม สถานีที่ 2 ตีกอล์ฟ โดยแต่ละสถานีมีขั้นตอนการฝึก ดังนี้</p> <p>สถานีที่ 1 ทำเตรียมความพร้อม</p> <p>1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p>1.1 การจับไม้</p> <p>- ในการจับไม้ ให้ร่องระหว่างนิ้วโป้งกับนิ้วชี้ที่อยู่บริเวณสันของด้ามไม้ ลักษณะคล้ายตัว V และใช้นิ้วโป้งนิ้วชี้สอดตามโค้งของด้ามไม้ไว้ ส่วนนิ้วกลาง นิ้วนางและนิ้วก้อยให้กำรอบด้ามไม้</p>	
<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>1.2 การยีน</p> <p>-ให้ยีนโดยเท้าฝั่งตรงข้ามกับที่จับไม้อยู่เท้าหน้า หรือเรียกว่าเท้านำนั่นเอง ส่วนเท้าอีกข้างให้อยู่ด้านหลังในลักษณะคล้ายตัว T และในการยีนนั้นให้เปิดปลายเท้าข้างหน้าเล็กน้อย</p> <div data-bbox="552 667 1023 981" data-label="Image"> </div> <p>1.3 การจับลูก</p> <p>-สำหรับการจับลูกเพื่อส่งลูกหรือเสิร์ฟนั้น สามารถจับลูกได้ทั้งแบบลักษณะจับมือ โดยใช้นิ้วโป้งกับนิ้วชี้จับที่บริเวณปลายขนของลูกขนไก่ หรือจับลักษณะคล้ายกับการจับแก้วน้ำ โดยจับลูกบริเวณก้านขนไก่ที่เชื่อมต่อกับหัวไม้กอร์ก ใช้นิ้วโป้ง นิ้วชี้ และนิ้วกลางจับลูก</p> <div data-bbox="311 1361 820 1727" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="863 1361 1370 1727" data-label="Image"> </div>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>1.4 ทำเตรียมพร้อมส่งลูก</p> <p>1. ให้อินลักษณะคล้ายตัว T ห่างจากเส้นส่งลูก 2-3 นิ้ว หรือ 60-90 ซม. โดยไม่เหยียบเส้นใด ๆ</p> <p>2. จับลูกในลักษณะใดลักษณะหนึ่งออกไปข้างหน้า ง้างไม้ขึ้นข้างลำตัว พร้อมเปิดปลายเท้าข้างหน้าเล็กน้อย ถ่ายน้ำหนักไปที่เท้าหลัง</p>	
	
<p>2. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติตามลำดับตั้งแต่ลำดับที่ 1-4 เป็นจำนวน 5 รอบ</p>	
<p>สถานีที่ 2 คิกออฟ</p> <p>1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p>1.1 ให้อ่างลูกไว้บนฐาน โดยผู้เรียนสามารถนำวัสดุ-อุปกรณ์ที่สามารถนำมาทำเป็นฐานรองได้หรือจะใช้ฝาปิดหลอดลูกชนโกก็ก็ได้ ให้อ่างห่างจากผนังประมาณ 1.50-2 เมตร</p> <p>1.2 ยืนในท่าเตรียมส่งลูก โดยวางเท้าหน้าข้างฐานที่วางลูกชนโก</p> <p>1.3 ใช้สายตาโฟกัสที่ลูก บิดสะโพก บิดปลายเท้าหลังมาด้านหน้า เปิดสันเท้าข้างหลังขึ้นเล็กน้อย ถ่ายน้ำหนักไปที่เท้าหน้า พร้อมกับเหยียดไม้ข้างลำตัว หัวไม้ชี้ลงด้านล่าง ให้น้ำหนักกระแทบลูกบริเวณหัวไม้กอร์คของลูกชนโก</p>	
	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>2. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติจำนวน 5 รอบ ๆ ละ 5 ครั้ง</p> <p>3. ให้ผู้เรียนแยกย้ายฝึกเป็นเวลา 10-15 นาที</p>	
4. ชี้นำไปใช้ (10 นาที)	4. ชี้นำไปใช้ (10 นาที)
<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละสถานี ดังนี้</p> <p>4.1.1 สถานีที่ 1 ทำเตรียมความพร้อม ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่องตั้งแต่การจับไม้ การยืน และการจับลูก โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ</p> <p>4.1.2 สถานีที่ 2 ตีกอล์ฟ ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.1.3 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอนเป็นผู้ประเมิน</p>	<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละสถานี แล้วส่งให้เพื่อนช่วยเพื่อนในกลุ่มคอยให้คำแนะนำเพิ่มเติม</p> <p>4.2 เมื่อผู้เรียนได้ผ่านการรับคำแนะนำและมีความพร้อมในการส่งคลิปวิดีโอแล้ว ให้ผู้เรียนปฏิบัติดังนี้</p> <p>4.2.1 ให้อัดคลิปวิดีโอการฝึกสถานีที่ 1 ทำเตรียมความพร้อมแบบต่อเนื่องตั้งแต่การจับไม้ การยืน และการจับลูก โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ</p> <p>4.2.2 ให้อัดคลิปวิดีโอการฝึกสถานีที่ 2 ตีกอล์ฟแบบต่อเนื่อง โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.3 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอนเป็นผู้ประเมิน</p>
5. ชี้นำสรุป (5 นาที)	
<p>5.1 ครูกล่าวชมเชยผู้เรียนที่ร่วมกิจกรรมอย่างตั้งใจ</p> <p>5.2 ครูสรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนซักถามข้อสงสัย</p> <p>5.3 ครูนัดหมายให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติแบบฝึกหัดที่ 1 นอกเวลาเรียนเพิ่มเติมเป็นเวลา 2 วัน /สัปดาห์ เพื่อเพิ่มความชำนาญ</p>	

8. สื่อการเรียนรู้

- 8.1 คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 1
- 8.2 สื่อ powerpoint เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ
- 8.3 แบบทดสอบท้ายบทเรียน

9. การวัดและประเมินผล

ประเด็น การประเมิน	วิธีการ ประเมิน	เครื่องมือ การประเมิน	เกณฑ์การ ผ่านประเมิน
ด้านความรู้ (K) ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะท่าทางการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้อง	การตอบ คำถาม	แบบประเมิน ใบงาน	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้น
ด้านทักษะ (P) ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมิน ทักษะการส่ง ลูกยาวหน้ามือ	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้น
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมกิจกรรม (ใฝ่เรียนรู้) ตรงต่อเวลา (มีวินัย) มีมารยาทและการให้เกียรติผู้อื่นในระหว่างการเรียนแบบมินิตัน	การสังเกต	แบบประเมิน พฤติกรรม	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้น

แบบทดสอบท้ายบทเรียน
เรื่อง การส่งลูกยาวหน้ามือ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

➤ คำชี้แจง : ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของผู้เรียน

รายการ	ใช่	ไม่ใช่	แก้ไขที่ถูกต้อง
1. ในการส่งลูกยาวหน้ามือ นิยมใช้ในการแข่งขันประเภทเดี่ยว			
2. ในกรียืน ใช้ขาข้างเดียวกับที่จับแร็กเกตอยู่ด้านหน้า			
3. ในการส่งลูกยาวหน้ามือ ผู้ส่งลูกจะต้องปล่อยลูกออกจากมือก่อนถึงจะทำการตีลูกข้ามตาข่ายได้			
4. ในการส่งลูกยาวหน้ามือ ใช้วิธีการจับไม้แบบ Backhand Grip			
5. ในการส่งลูกยาวหน้ามือ จะต้องมีการตีลูกชนไม้จากด้านข้างลำตัว เพื่อให้ลูกลอยโด่งขึ้นไปบริเวณคอร์ท หลังของสนาม			

เฉลยแบบทดสอบท้ายบทเรียน
เรื่อง การส่งลูกยาวหน้ามือ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

➤ คำชี้แจง : ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของผู้เรียน

รายการ	ใช่	ไม่ใช่	แก้ไขที่ถูกต้อง
1.ในการส่งลูกยาวหน้ามือ นิยมใช้ในการแข่งขันประเภทเดี่ยว	/		
2.ในการยืน ใช้ขาข้างเดียวกับที่จับแร็กเกตอยู่ด้านหน้า ในลักษณะคล้ายตัว T		/	ใช้ขาตรงข้ามกับที่จับแร็กเกตอยู่ด้านหน้า ในลักษณะคล้ายตัว T
3.ในการส่งลูกยาวหน้ามือ ผู้ส่งลูกจะต้องปล่อยลูกออกจากมือก่อนถึงจะทำการตีลูกข้ามตาข่ายได้	/		
4.ในการส่งลูกยาวหน้ามือ ใช้วิธีการจับไม้แบบ Backhand Grip		/	ในการส่งลูกยาวหน้ามือ ใช้วิธีการจับไม้แบบ Forehand Grip
5.ในการส่งลูกยาวหน้ามือ จะต้องมีการตีลูกชนไม้จากด้านข้างลำตัว เพื่อให้ลูกลอยโด่งขึ้นไปบริเวณคอร์ทหลังของสนาม	/		

แบบประเมินด้านความรู้ (K)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง การส่งลูกยาวหน้ามือ

ลำดับ	รหัสนักเรียน	คะแนนที่ได้	ผลการประเมินระดับคุณภาพ			ผลการประเมิน	
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)	ผ่าน	ไม่ผ่าน

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
4-5	ดีมาก (3)
2-3	ดี (2)
0-1	ปรับปรุง (1)

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง สังกะยวาทน์น้ำมือ

ชื่อ-สกุลผู้ประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

แบบประเมินสถานที่ที่ 1 ทำเตรียมความพร้อม

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	3	2	1
การยืน			
การจับไม้			
การจับลูก			
ทำเตรียมพร้อมส่งลูก			
รวม			
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3) <input type="checkbox"/> ดี (2) <input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)		
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน		

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้น

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
10-12	ดีมาก (3)
7-9	ดี (2)
0-6	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง ส่องลูกยวหน้ามือ
 สถานที่ 1 ท่าเตรียมความพร้อม

รายละเอียด ทักษะ	น้ำหนัก คะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าข้างตรงข้ามกับที่จับแรกเกิดอยู่ข้างหน้า 2. ยื่นให้เท้าหน้าและเท้าหลังมีความห่างกัน ประมาณหัวไม้แรกเกิดวางระหว่างกลางเท้าทั้งสองข้างได้ 3.ยื่นคล้ายตัว T	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.สันของด้ามไม้อยู่บริเวณร่องระหว่างนิ้วโป้งกับ นิ้วชี้ คล้ายตัว v 2.นิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วก้อยกำรอบด้ามไม้ 3. นิ้วโป้งและนิ้วชี้ล้อมคอบริเวณส่วนโค้งของด้าม	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การจับ ลูก	3	*กรณีจับแบบจับมือ 1.จับลูกบริเวณปลายขนไก่ ลักษณะจับมือ 2.หัวของลูกขนไก่ชี้เข้าหาตัว *กรณีจับแบบการจับแก้วน้ำ 1.จับลูกบริเวณก้านขนไก่ลงมา 2.จับลูกขนไก่คล้ายการจับแก้วน้ำ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ	ไม่ ปฏิบัติ สักข้อ
4.ท่าเตรียม พร้อมส่องลูก	3	1.ยื่นลักษณะคล้ายตัว T เท้าหน้าและเท้าหลัง มีความห่างกันประมาณหัวไม้แรกเกิดวางระหว่าง กลางเท้าทั้งสองข้างได้ 2.จับลูกแบบจับมือหรือจับลูกแบบการจับแก้ว น้ำยื่นไปข้างหน้า 3.จางไม้ขึ้นข้างลำตัว	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

แบบประเมินสถานที่ที่ 2 ตีกอล์ฟ

รายการประเมิน	ระดับคะแนน										รวม	เฉลี่ย	น้ำหนักคะแนน
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	ครั้งที่ 5	ครั้งที่ 6	ครั้งที่ 7	ครั้งที่ 8	ครั้งที่ 9	ครั้งที่ 10			
การยืน													
การจับไม้													
การตีลูก													
รวม													
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3) <input type="checkbox"/> ดี (2) <input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)												
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน												

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
8-9	ดีมาก (3)
6-7	ดี (2)
0-5	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง ส่งลูกยวหน้ามือ
สถานที่ 2 ตีกอล์ฟ

รายละเอียด ทักษะ	น้ำหนัก คะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าข้างตรงข้ามกับที่จับแร็กเกต อยู่ข้างหน้า ใกล้กับลูกชนไก่และ เท้าหลัง ยืนคล้ายรูปตัว T 2. ยืนห่างจากผนัง 1.50-2 เมตร 3.เท้าหน้าและเท้าหลังมีความห่าง กันประมาณหัวไม้แร็กเกตวาง ระหว่างกลางเท้าทั้งสองข้างได้	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.สันของด้ามไม้อยู่บริเวณร่อง ระหว่างนิ้วโป้งกับนิ้วชี้ คล้ายตัว v 2.นิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วก้อยกำ รอบด้ามไม้ 3.นิ้วโป้งและนิ้วชี้ล้อมคอบริเวณส่วน โค้งของด้าม	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	1.บิดสะโพก บิดปลายเท้าหลัง ถ่าน้ำหนักไปที่เท้าหน้า 2.เหยียดแร็กเกตโดนบริเวณหัวของ ลูกชนไก่ 3.ลูกถูกตีให้ไปยังด้านหน้า	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ

แบบประเมินด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด / ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

คุณลักษณะอันพึงประสงค์	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1. มีวินัย	1.ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของโรงเรียน				
	2.มีความตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ				
2. มุ่งมั่นในการทำงาน	1.เอาใจใส่ต่อการปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย				
	2.ตั้งใจและรับผิดชอบในการทำงานให้สำเร็จ				
	3.ปรับปรุงและพัฒนาการทำงานอย่างรอบคอบ				
	4.ทุ่มเท ทำงาน อุตุน ไม่ท้อต่อปัญหาและอุปสรรค				
	5.พยายามแก้ปัญหาและอุปสรรคในการทำงานให้สำเร็จ				
	6.ชื่นชมผลงานความสำเร็จด้วยความภาคภูมิใจ				
รวม					
ผลรวมทั้งหมด					
ระดับคุณภาพ					

ลงชื่อ..... ผู้ประเมิน

(นางสาวณัชชาภัทร ยุระหาร)

เกณฑ์การให้คะแนน

แสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4 คะแนน
แสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3 คะแนน
แสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2 คะแนน
แสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1 คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
26 - 32	ดีมาก (4)
19 - 25	ดี (3)
11 - 18	พอใช้ (2)
0 - 10	ปรับปรุง (1)

**แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน
และแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ
ที่มีต่อทักษะเบดมินตันของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4**

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 รหัสวิชา พ31101 ภาคเรียนที่ 1/2565
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ 1 คาบ/สัปดาห์

1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐาน

พ3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด

พ3.1 ม.4/1 วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่น
กีฬา

พ3.1 ม.4/2 ใช้ความสามารถของตนเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อ
ผู้อื่นและสังคม

พ3.1 ม.4/3 เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล/คูกีฬาระเภททีมได้อย่างน้อย
1 ชนิด

มาตรฐาน

พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ
อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และ
ชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด

พ 3.2 ม.4/4 อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎกติกา กลวิธีต่าง ๆ ในระหว่าง
การเล่น การแข่งขันกีฬา

พ3.2 ม.4/5 แสดงออก ถึงการมีมารยาท ในการดู การเล่นและการแข่งขันกีฬา
ด้วยความมีน้ำใจ

2. สารสำคัญ

การส่งลูกหรือการเสิร์ฟเป็นวิธีการของการเริ่มเล่นในการเล่นหรือฝึกทักษะแบบต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเริ่มฝึกตีลูกแบบต่าง ๆ ตลอดจนเริ่มการแข่งขัน การส่งลูกจะส่งได้ทั้งลูกหน้ามือและหลังมือ ซึ่งสามารถส่งไปยังตำแหน่งทั้งคอร์ทหน้า (ลูกสั้น) หรือคอร์ทหลัง (ลูกยาว) ได้ การส่งลูกยาวหน้ามือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทเดี่ยว ส่วนการส่งลูกสั้นหลังมือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทคู่ โดยการส่งลูกที่ดีจะต้องทำตามกติกาการส่งลูกได้อย่างถูกต้อง และการส่งลูกที่ดียังทำให้เป็นฝ่ายได้เปรียบในการแข่งขันอีกด้วย

3. สารการเรียนรู้

1. การยื่นเตรียมความพร้อมและการเคลื่อนที่
2. ทักษะการส่งลูก
3. กฎกติกาการส่งลูก
4. มารยาทและการมีน้ำใจนักกีฬา

4. จุดประสงค์การเรียนรู้

4.1 ด้านความรู้ (K)

- 4.1.1 ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะท่าทางการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้อง

4.2 ด้านทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

- 4.2.1 ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้องตามกฎ กติกา

4.3 ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

- 4.3.1 ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมกิจกรรม ตรงต่อเวลา มีมารยาทและการให้เกียรติผู้อื่นในระหว่างการเรียนรู้แบดมินตัน ทั้งในฐานะผู้เล่นและผู้ชม

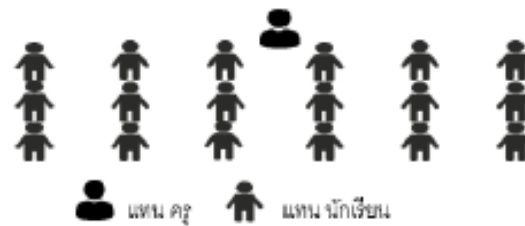
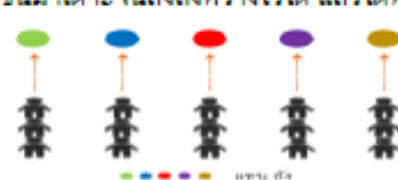
5. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน


- ความสามารถในการสื่อสาร ความสามารถในการคิด ความสามารถในการแก้ปัญหา
 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์ สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้
 อยู่อย่างพอเพียง มุ่งมั่นในการทำงาน รักความเป็นไทย มีจิตสาธารณะ

7. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
1.ขั้นเตรียม (5 นาที)	
<p>1.1 ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 6 แถว</p>  <p style="text-align: center;">*หมายเหตุ : ในการเข้าแถวสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์</p> <p>1.2 กล่าวทักทายผู้เรียน</p> <p>1.3 ครูสำรวจความพร้อมและตรวจสอบรายชื่อผู้เรียน</p> <p>1.4 ครูบอกความสำคัญของการอบอุ่นร่างกายและให้ผู้เรียนอบอุ่นร่างกายตามครูผู้สอน ดังนี้</p> <p>ท่าที่ 1 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านข้าง</p> <p>ท่าที่ 2 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหลัง</p> <p>ท่าที่ 3 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหน้า</p> <p>ท่าที่ 4 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อไหล่</p> <p>ท่าที่ 5 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นแขนด้านหลังและไหล่หลัง</p> <p>ท่าที่ 6 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อลำตัว สะโพกด้านข้างไหล่ และต้นขาด้านหลัง</p> <p>ท่าที่ 7 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง ต้นขาด้านใน ลำตัวข้าง และไหล่ด้านหน้า</p> <p>ท่าที่ 8 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้าและหน้าแข้ง</p> <p style="text-align: center;">(ภาคผนวก ข รายละเอียดการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ)</p> <p>1.5 ให้ผู้เรียนยืดเหยียดกล้ามเนื้อผ่านกิจกรรมเกม “เดาะลูกลงดัง” โดยมีวิธีการเล่น ดังนี้</p> <p>1.5.1 แบ่งผู้เรียนออกเป็น 5 แถว ให้ผู้เรียนแต่ละแถวเดาะลูกขนไก่ไปลงดังฝั่งตรงข้าม ซึ่งหากลูกตกระหว่างทางสามารถหยิบลูกขึ้นมาเดาะจนถึงดังที่วางไว้ได้ แถวใดทำครบก่อนเป็นผู้ชนะ</p>  <p style="text-align: center;">*หมายเหตุ : กิจกรรมเกมสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
2.ชั้นสอน (10 นาที)	
<p>2.1 ครูใช้คลิปวิดีโอ ในการอธิบายลักษณะท่าทางการส่งลูกยวหน้ามือ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ โดยให้ผู้เรียนดูคลิปวิดีโอ เรื่อง "Badminton - How to Serve Forehand" สืบค้นได้จาก https://www.youtube.com/watch?v=Lk2LuqoSUBQ&t=80s หรือตามลิงก์ QR CODE</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>2.2. ครูตรวจสอบความเข้าใจของผู้เรียนเกี่ยวกับการส่งลูกยวหน้ามือ ผ่านใบงาน</p>	
3.ชั้นฝึกปฏิบัติ (20 นาที)	
	<p>-จับกลุ่มให้ผู้เรียน โดยในกลุ่มจะมีเพื่อนที่มีความสามารถที่มากกว่าคอยช่วยเหลือเพื่อน</p> <p>-ให้ช่วยเหลือเพื่อนผ่านรูปแบบออนไลน์จากการดูคลิปการฝึกของเพื่อนหรือผ่านกิจกรรม Face to Face ในห้องเรียนตามสถานการณ์</p> <p>-ให้เพื่อนที่มีความสามารถมากกว่าชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 2 ก่อนที่จะเข้าชั้นเรียน</p>
<p>3.1 ให้ผู้เรียนชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 2</p> <p>3.2 ให้ผู้เรียนซักถามเพิ่มเติมเกี่ยวกับแบบฝึกหัดที่ 2 และครูสาธิตให้ดูอีกรอบ</p> <p>3.3 ให้ผู้เรียนแต่ละคนไปฝึกปฏิบัติตามแบบฝึกหัดที่ 2 โดยมีแบบฝึกอยู่ 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 ตีกอล์ฟ สถานีที่ 2 ส่งลูกยวหน้ามือข้ามตาข่าย โดยแต่ละสถานีมีขั้นตอนการฝึกดังนี้</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>สถานีที่ 1 คิกอล์ฟ</p> <p>1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p>1.1 ให้วางลูกไว้บนฐาน โดยผู้เรียนสามารถนำวัสดุ-อุปกรณ์ที่สามารถนำมาทำเป็นฐานรองได้หรือจะใช้ผ้าปิดหลอดลูกชนโก้กี้ได้ ให้วางห่างจากผนังประมาณ 1.50-2 เมตร</p> <p>1.2 ยืนในท่าเตรียมส่งลูก โดยวางเท้าหน้าข้างฐานที่วางลูกชนโก้กี้</p> <p>1.3 ใช้สายตาโฟกัสที่ลูก บิดสะโพก บิดปลายเท้าหลังมาด้านหน้า เปิดส้นเท้าข้างหลัง ชันเล็กน้อย ถ่ายน้ำหนักไปที่เท้าหน้า พร้อมกับเหวี่ยงไม้ข้างลำตัว หัวไม้ชี้ลงด้านล่าง ให้หน้าไม้กระทบลูกบริเวณหัวไม้กอร์ชของลูกชนโก้กี้</p> <div data-bbox="643 891 954 1243" data-label="Image"> </div> <p>2. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติจำนวน 3 รอบ ๆ ละ 5 ครั้ง</p> <p>สถานีที่ 2 ส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่าย</p> <p>1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p>1.1 ให้ผู้เรียนอยู่ในท่าเตรียมพร้อมส่งลูก ห่างจากเส้นส่งลูก 2-3 นิ้ว หรือ 60-90 ซม. โดยไม่เหยียบเส้นใด ๆ</p> <p>1.2 ปลปล่อยลูกออกจากมือ สายตาโฟกัสที่ลูก บิดสะโพก บิดปลายเท้าหลังมาด้านหน้า เปิดส้นเท้าข้างหลังชันเล็กน้อย ถ่ายน้ำหนักไปที่เท้าหน้า พร้อมกับเหวี่ยงไม้ข้างลำตัวให้หน้าไม้กระทบกับลูกชนโก้กี้ที่บริเวณต่ำกว่า 1.15 เมตรจากพื้นสนาม</p> <p>1.3 ส่งลูกให้ลอยข้ามตาข่ายตาม que ผู้เรียนสร้างขึ้นมาจากอุปกรณ์ที่มีตามสถานการณ์ เช่น เชือก ราวตากผ้า เป็นต้น ไปยังตกยังบริเวณที่ห่างจากจุดเส้นสมมติเส้นส่งลูกสั้น ประมาณ 8-9 เมตร หรือประมาณ 11 -13 ช่วงไม้แรกเกิด</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
	
<p>*หมายเหตุ : ให้ผู้เรียนสร้างเส้นสมมติเส้นส่งลูกสั้นขึ้นมาและให้วัดระยะทางจากเส้นส่งลูกสั้นไปประมาณ 8-9 เมตร หรือหากผู้เรียนไม่มีสายวัดให้ใช้ไม้แรกเกดวัดไป 11-13 ช่วงไม้แรกเกดซึ่งจะเป็นบริเวณที่ลูกตก</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. ให้ผู้เรียนฝึกส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่าย จำนวน 3 รอบ ๆ ละ 10 ครั้ง 3. ให้ผู้เรียนแยกย้ายฝึกเป็นเวลา 10-15 นาที 	
4. ชี้นำไปใช้ (10 นาที)	4. ชี้นำไปใช้ (10 นาที)
<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละสถานี ดังนี้</p> <p>4.1.1 สถานีที่ 1 ตีกอล์ฟ ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่าย ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.2 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอนเป็นผู้ประเมิน</p>	<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละสถานี แล้วส่งให้เพื่อนช่วยเพื่อนในกลุ่มคอยให้คำแนะนำเพิ่มเติม</p> <p>4.2 เมื่อผู้เรียนได้ผ่านการรับคำแนะนำและมีความพร้อมในการส่งคลิปวิดีโอแล้ว ให้ผู้เรียนปฏิบัติดังนี้</p> <p>4.2.1 ให้อัดคลิปการฝึกสถานีที่ 1 ตีกอล์ฟแบบต่อเนื่อง 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.2.2 ให้อัดคลิปวิดีโอการฝึกสถานีที่ 2 ส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่ายแบบต่อเนื่อง โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.3 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอนเป็นผู้ประเมิน</p>

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
5.ขั้นสรุป (5 นาที)	
5.1 ครูกล่าวชมเชยผู้เรียนที่ร่วมกิจกรรมอย่างตั้งใจ 5.2 ครูสรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนซักถามข้อสงสัย 5.3 ครูนัดหมายให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติแบบฝึกหัดที่ 2 นอกเวลาเรียนเพิ่มเติมเป็นเวลา 2 วัน / สัปดาห์ เพื่อเพิ่มความชำนาญ	

8. สื่อการเรียนรู้

- 8.1 คลิปวิดีโอ เรื่อง "Badminton - How to Serve Forehand"
- 8.2 คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 2
- 8.3 สื่อ powerpoint เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ
- 8.4 แบบทดสอบท้ายบทเรียน

9. การวัดและประเมินผล

ประเด็น การประเมิน	วิธีการ ประเมิน	เครื่องมือ การประเมิน	เกณฑ์การ ผ่านประเมิน
ด้านความรู้ (K) ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะท่าทางการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้อง	การตอบ คำถาม	แบบประเมิน ใบงาน	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้น
ด้านทักษะ (P) ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมิน ทักษะการส่ง ลูกยาวหน้ามือ	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้น
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมกิจกรรม (ใฝ่เรียนรู้) ตรงต่อเวลา (มีวินัย) มีมารยาทและก่อให้เกิดเกียรติผู้อื่นในระหว่างการเรียนรู้แบบมีต้น	การสังเกต	แบบประเมิน พฤติกรรม	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้น

แบบทดสอบท้ายบทเรียน
เรื่อง ส่งลูกยวหน้ามือ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

➤ คำชี้แจง : ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของผู้เรียน

รายการ	ใช่	ไม่ใช่	แก้ไขที่ถูกต้อง
1. ในการจับไม้สำหรับส่งลูกยวหน้ามือให้ใช้นิ้วมือทั้ง 5 นิ้ว กำรอบด้ามไม้ โดยด้ามไม้อยู่บริเวณฝ่ามือ			
2. ในการยื่นส่งลูกยวหน้ามือ เท้าหน้าจะเป็นเท้าข้างเดียวกับที่จับไม้แรกเกิด			
3. ในการส่งลูกยวหน้ามือที่ตีลูกที่ตีออกไปจะต้องตบใกล้กับเส้นส่งลูกสั้น			
4. ในการส่งลูกยวหน้ามือ ผู้ส่งลูกสามารถเหยียบเส้นส่งลูกสั้นในการส่งลูกได้			
5. ในการส่งลูกยวหน้ามือ สามารถตีลูกในระดับศีรษะเพื่อส่งลูกยวหน้ามือข้ามตาข่ายได้			

เฉลยแบบทดสอบท้ายบทเรียน
เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

➤ คำชี้แจง : ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของผู้เรียน

รายการ	ใช่	ไม่ใช่	แก้ไขที่ถูกต้อง
1. ในการจับไม้สำหรับส่งลูกยาวหน้ามือ ให้ใช้นิ้วมือทั้ง 5 นิ้ว กำรอบด้ามไม้ โดยด้ามไม้อยู่บริเวณฝ่ามือ		/	ในการส่งลูกยาวหน้ามือ จะใช้นิ้วโป้งและนิ้วชี้ถือคส่วนโค้งของสันแรกเกิด ลักษณะคล้ายตัว V ส่วนอีก 3 นิ้วจะกำรอบด้ามไม้
2. ในการยื่นส่งลูกยาวหน้ามือ เท้าหน้าจะเป็นเท้าข้างเดียวกับที่จับไม้แรกเกิด		/	ในการยื่นส่งลูกยาวหน้ามือ เท้าหน้าจะเป็นเท้าฝั่งตรงข้ามกับที่จับไม้แรกเกิด
3. ในการส่งลูกยาวหน้ามือที่ตีลูกที่ตีออกไปจะต้องตกใกล้กับเส้นส่งลูกสั้น		/	ในการส่งลูกยาวหน้ามือที่ตีลูกที่ตีออกไปจะต้องตกใกล้กับเส้นหลังคอร์ท (เส้นท้ายคอร์ท)
4. ในการส่งลูกยาวหน้ามือ ผู้ส่งลูกสามารถเหยียบเส้นส่งลูกสั้นในการส่งลูกได้		/	ในการส่งลูกยาวหน้ามือ ผู้ส่งลูกไม่สามารถเหยียบเส้นส่งลูกสั้นในการส่งลูกได้
5. ในการส่งลูกยาวหน้ามือ สามารถตีลูกในระดับศีรษะเพื่อส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่ายได้		/	ในการส่งลูกยาวหน้ามือ ไม่สามารถตีลูกในระดับศีรษะเพื่อส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่ายได้

แบบประเมินด้านความรู้ (K)
แบบประเมินใบงาน เรื่อง การส่งลูกยวหน้ามือ

ลำดับ	รหัสนักเรียน	คะแนนที่ได้	ผลการประเมินระดับคุณภาพ			ผลการประเมิน	
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)	ผ่าน	ไม่ผ่าน

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
4-5	ดีมาก (3)
2-3	ดี (2)
0-1	ปรับปรุง (1)

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง สังกะยวาทน์

ชื่อ-สกุลผู้ประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

แบบประเมินสถานที่ 1 ดีกอล์ฟ

รายการประเมิน	ระดับคะแนน										รวม	เฉลี่ย	น้ำหนักคะแนน
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	ครั้งที่ 5	ครั้งที่ 6	ครั้งที่ 7	ครั้งที่ 8	ครั้งที่ 9	ครั้งที่ 10			
การขึ้น													
การจับไม้													
การตีลูก													
รวม													
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3) <input type="checkbox"/> ดี (2) <input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)												
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน												

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนนเฉลี่ย	ระดับคุณภาพ
8-9	ดีมาก (3)
6-7	ดี (2)
0-5	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง ส่องลูกยาวหน้ามือ
สถานที่ 1 ตีกออล์ฟ

รายละเอียด ทักษะ	น้ำหนัก คะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าข้างตรงข้ามกับที่จับเร็กเกต อยู่ข้างหน้า ใกล้กับลูกชนไก่และเท้า หลัง ยื่นคล้ายรูปตัว T 2. ยื่นห่างจากผนัง 1.50-2 เมตร 3.เท้าหน้าและเท้าหลังมีความห่าง กันประมาณหัวไม้เร็กเกตวาง ระหว่งกลางเท้าทั้งสองข้างได้	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.สันของด้ามไม้อยู่บริเวณร่อง ระหว่งนิ้วโป้งกับนิ้วชี้ คล้ายตัว V 2.นิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วก้อยกำ รอบด้ามไม้ 3.นิ้วโป้งและนิ้วชี้ถือคบริเวณส่วน โค้งของด้าม	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	1.บิดสะโพก บิดปลายเท้าหลัง ถ่าย น้ำหนักไปที่เท้าหน้า 2.เหวี่ยงเร็กเกตโดนบริเวณหัวของ ลูกชนไก่ 3.ลูกถูกตีให้ไปยังด้านหน้า	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง สังกะยวาทน์น้ำมือ

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

แบบประเมินสถานที่ที่ 2 สังกะยวาทน์น้ำมือข้ามตาข่าย

รายการประเมิน	ระดับคะแนน										รวม	เฉลี่ย	น้ำหนักคะแนน
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	ครั้งที่ 5	ครั้งที่ 6	ครั้งที่ 7	ครั้งที่ 8	ครั้งที่ 9	ครั้งที่ 10			
การยืน													
การจับไม้													
การตีลูก													
ทิศทางของลูก													
รวม													
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3) <input type="checkbox"/> ดี (2) <input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)												
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน												

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

*หมายเหตุ : บัดเลขทศนิยมให้เป็นจำนวนเต็ม

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
10-12	ดีมาก (3)
7-9	ดี (2)
0-6	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง ส่องลูกยวหน้ามือ

สถานีที่ 2 ส่องลูกยวหน้ามือข้ามตาข่าย

รายละเอียด ทักษะ	น้ำหนัก คะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าข้างตรงข้ามกับที่จับแร็กเกตอยู่ ข้างหน้าและเท้าหลัง ยืนคล้ายรูปตัว T 2. ยืนห่างจากเส้นส่งลูกสั้น 2-3 นิ้ว (60-90 ซม.) ไม่เหยียบเส้นใด ๆ 3.เปิดปลายเท้าหน้าและถ่าน้ำหนักไปที่ เท้าหน้า	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.สันของด้ามไม้อยู่บริเวณร่องระหว่าง นิ้วโป้งกับนิ้วชี้ คล้ายตัว v 2.นิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วก้อยกำรอบด้าม ไม้ 3.นิ้วโป้งและนิ้วชี้ถือคบริเวณส่วนโค้งของ ด้าม	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	1.จับลูกแบบใดแบบหนึ่ง (จับมือ/จับแก้วน้ำ) โดยยื่นลูกไปด้านหน้าปล่อยลูกจากมือ เหวี่ยงไม้ข้างลำตัว 2.บิดสะโพก บิดปลายเท้าหลัง ถ่าน้ำหนัก ไปที่เท้าหน้า สายตาโฟกัสลูก เหวี่ยงแร็กเกต ตีลูกในระดับความสูงไม่เกิน 1.15 ม. จาก พื้นสนาม 3.ตีลูกลอยข้ามตาข่าย	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
4.ทิศทาง ของลูก	3	ลูกลอยข้ามตาข่ายไปยังจุดตกที่กำหนดไว้ ห่างจากเส้นส่งลูกสั้น 7-9 เมตร	ลูกตก 8-10 ลูก	ลูกตก 5-7 ลูก	ลูกตก 0-4 ลูก

แบบประเมินด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด / ลง
ในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1. มีวินัย	1.ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของโรงเรียน 2.มีความตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ				
2. มุ่งมั่นในการทำงาน	1.เอาใจใส่ต่อการปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย				
	2.ตั้งใจและรับผิดชอบในการทำงานให้สำเร็จ				
	3.ปรับปรุงและพัฒนาการทำงานอย่างรอบคอบ				
	4.ทุ่มเท ทำงาน อุตทน ไม่ท้อต่อปัญหาและอุปสรรค				
	5.พยายามแก้ปัญหาและอุปสรรคในการทำงานให้สำเร็จ				
	6.ชื่นชมผลงานความสำเร็จด้วยความภาคภูมิใจ				
รวม					
ผลรวมทั้งหมด					
ระดับคุณภาพ					

ลงชื่อ..... ผู้ประเมิน

(นางสาวณัชชาภัทร ยุระหาร)

เกณฑ์การให้คะแนน

แสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้	4	คะแนน
แสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้	3	คะแนน
แสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้	2	คะแนน
แสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้	1	คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
26 - 32	ดีมาก (4)
19 - 25	ดี (3)
11 - 18	พอใช้ (2)
0 - 10	ปรับปรุง (1)

**แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน
และแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ
ที่มีต่อทักษะเบดมินตันของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4**

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 รหัสวิชา พ31101 ภาคเรียนที่ 1/2565
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6 เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ 1 คาบ/สัปดาห์

1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐาน

พ3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด

พ3.1 ม.4/1 วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่น
กีฬา

พ3.1 ม.4/2 ใช้ความสามารถของตนเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อ
ผู้อื่นและสังคม

พ3.1 ม.4/3 เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล/คูกีฬาระเภททีมได้อย่างน้อย
1 ชนิด

มาตรฐาน

พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ
อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และ
ชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด

พ 3.2 ม.4/4 อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎกติกา กลวิธีต่าง ๆ ในระหว่าง
การเล่น การแข่งขันกีฬา

พ3.2 ม.4/5 แสดงออก ถึงการมีมารยาท ในการดู การเล่นและการแข่งขันกีฬา
ด้วยความมีน้ำใจ

2. สารสำคัญ

การส่งลูกหรือการเสิร์ฟเป็นวิธีการของการเริ่มเล่นในการเล่นหรือฝึกทักษะแบบต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเริ่มฝึกตีลูกแบบต่าง ๆ ตลอดจนเริ่มการแข่งขัน การส่งลูกจะส่งได้ทั้งลูกหน้ามือและหลังมือ ซึ่งสามารถส่งไปยังตำแหน่งทั้งคอร์ทหน้า (ลูกสั้น) หรือคอร์ทหลัง (ลูกยาว) ได้ การส่งลูกยาวหน้ามือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทเดี่ยว ส่วนการส่งลูกสั้นหลังมือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทคู่ โดยการส่งลูกที่ดีจะต้องทำตามกติกาการส่งลูกได้อย่างถูกต้อง และการส่งลูกที่ดียังทำให้เป็นฝ่ายได้เปรียบในการแข่งขันอีกด้วย

3. สารการเรียนรู้

1. การยื่นเตรียมความพร้อมและการเคลื่อนที่
2. ทักษะการส่งลูก
3. กฎกติกาการส่งลูก
4. มารยาทและการมีน้ำใจนักกีฬา

4. จุดประสงค์การเรียนรู้

4.1 ด้านความรู้ (K)

- 4.1.1 ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะท่าทางการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้อง

4.2 ด้านทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

- 4.2.1 ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้องตามกฎ กติกา

4.3 ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

- 4.3.1 ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมกิจกรรม ตรงต่อเวลา มีมารยาทและการให้เกียรติผู้อื่นในระหว่างการเรียนรู้แบดมินตัน ทั้งในฐานะผู้เล่นและผู้ชม


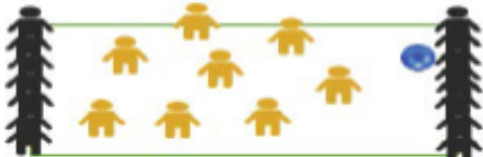
5. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- ความสามารถในการสื่อสาร ความสามารถในการคิด ความสามารถในการแก้ปัญหา
 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี



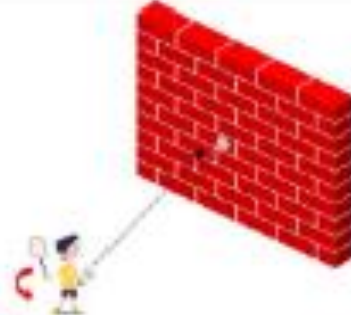
6. คุณลักษณะอันพึงประสงค์



- รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์ สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้
 อยู่อย่างพอเพียง มุ่งมั่นในการทำงาน รักความเป็นไทย มีจิตสาธารณะ

7. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
1. ขั้นเตรียม (5 นาที)	
<p>1.1 ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 6 แถว</p>  <p>*หมายเหตุ : ในการเข้าแถวสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์</p> <p>1.2 กล่าวทักทายผู้เรียน</p> <p>1.3 ครูสำรวจความพร้อมและตรวจสอบรายชื่อผู้เรียน</p> <p>1.4 ครูบอกความสำคัญของการอบอุ่นร่างกายและให้ผู้เรียนอบอุ่นร่างกายตามครูผู้สอน ดังนี้</p> <p>ท่าที่ 1 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านข้าง</p> <p>ท่าที่ 2 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหลัง</p> <p>ท่าที่ 3 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหน้า</p> <p>ท่าที่ 4 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อไหล่</p> <p>ท่าที่ 5 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นแขนด้านหลังและไหล่หลัง</p> <p>ท่าที่ 6 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อลำตัว สะโพกด้านข้างไหล่ และต้นขาด้านหลัง</p> <p>ท่าที่ 7 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง ต้นขาด้านใน ลำตัวข้าง และไหล่ด้านหน้า</p> <p>ท่าที่ 8 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้าและหน้าแข้ง (ภาคผนวก ข รายละเอียดการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ)</p> <p>1.5 ให้ผู้เรียนยืดเหยียดกล้ามเนื้อผ่านกิจกรรมเกม "ตอบบอล" โดยมีวิธีการเล่น ดังนี้</p> <p>1.5.1 แบ่งผู้เรียน 2 กลุ่ม 1 กลุ่มให้เป็นผู้ขว้างบอลใส่คู่ต่อสู้ อีกกลุ่มจะต้องหลบหลีกบอล โดยหากกลุ่มที่เป็นฝ่ายขว้างบอลโดนคู่ต่อสู้จนหมด ก็ให้สลับฝ่ายกันเล่น</p>  <p>*หมายเหตุ : กิจกรรมเกมสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
2.ชั้นสอน (10 นาที)	
<p>2.1 ครูอธิบายความสำคัญของทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือและลักษณะท่าเตรียมความพร้อมของการส่งลูกยาวหน้ามืออีกครั้ง</p> <p>2.2ครูใช้คลิปวิดีโอ ในการอธิบายลักษณะท่าทางการส่งลูกยาวหน้ามือ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ โดยให้ผู้เรียนดูคลิปวิดีโอ เรื่อง "How to long Serve" สืบค้นได้จาก https://www.youtube.com/watch?v=q86NeMeWXeA หรือตามลิงก์ QR CODE</p> <div data-bbox="558 817 997 1288" data-label="Image"> </div> <p>2.3 ตรวจสอบความเข้าใจของผู้เรียนผ่านใบงาน เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ</p>	
3.ชั้นฝึกปฏิบัติ (20 นาที)	
	<p>-จับกลุ่มให้ผู้เรียน โดยในกลุ่มจะมีเพื่อนที่มีความสามารถที่มากกว่าคอยช่วยเหลือเพื่อน</p> <p>-ให้ช่วยเหลือเพื่อนผ่านรูปแบบออนไลน์จากการดูคลิปการฝึกของเพื่อนหรือผ่านกิจกรรม Face to Face ในห้องเรียนตามสถานการณ์</p> <p>-ให้เพื่อนที่มีความสามารถมากกว่าชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 3 ก่อนที่จะเข้าชั้นเรียน</p>

ชั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
3. ชั้นฝึกปฏิบัติ (20 นาที)	
<p>3.1 ให้ผู้เรียนชมสื่อคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 3</p> <p>3.2 ให้ผู้เรียนซักถามเพิ่มเติมเกี่ยวกับแบบฝึกหัดที่ 3 และครูสาธิตให้ดูอีกรอบ</p> <p>3.3 ให้ผู้เรียนแต่ละคนไปฝึกปฏิบัติตามแบบฝึกหัดที่ 3 โดยมีแบบฝึกอยู่ 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 คือลูกหน้ามือกระทบผนัง สถานีที่ 2 ส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่าย โดยแต่ละสถานีมีขั้นตอนการฝึก ดังนี้</p> <p>สถานีที่ 1 คือลูกหน้ามือกระทบผนัง</p> <p>1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p>1.1 ให้ผู้เรียนยืนห่างจากผนังประมาณ 1.50-2 เมตร</p>  <p>1.2 ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p>1.2.1 จับไม้แบบ Forehand Grip ปลดขลุ่ยจากมือแล้วใช้น้ำไม้ตีให้กระทบผนัง</p> <p>1.2.2 ให้ผู้เรียนฝึก 2 รอบ ดังนี้</p> <p>รอบที่ 1 ให้ตีตามจำนวนครั้งแล้วปล่อยให้ลูกชนไม้ตกหรือจับขนไม้ไว้ เช่น ครั้งที่ 1 ตีกระทบผนัง 1 ครั้ง แล้วปล่อยให้ลูกตกพื้น ครั้งที่ 2 ตีกระทบผนัง 2 ครั้ง แล้วปล่อยให้ลูกตกพื้น ทำแบบนี้ไปเรื่อย ๆ จนครบครั้งที่ 10</p> <p>รอบที่ 2 ให้ผู้เรียนตีลูกหน้ามือกระทบผนังแบบต่อเนื่อง จำนวน 10 ครั้ง</p>  	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>สถานีที่ 2 ส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่าย</p> <p>1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p>1.1 ให้ผู้เรียนอยู่ในท่าเตรียมพร้อมส่งลูก ห่างจากเส้นส่งลูก 2-3 นิ้ว หรือ 60-90 ซม. โดยไม่เหยียบเส้นใด ๆ</p> <p>1.2 ปล่อยลูกออกจากมือ สายตาโฟกัสที่ลูก บิดสะโพก บิดปลายเท้าหลังมาด้านหน้า เปิดส้นเท้าข้างหลังขึ้นเล็กน้อย ถ่ายน้ำหนักไปที่เท้าหน้า พร้อมกับเหวี่ยงไม้ข้างลำตัวให้หน้าไม้กระทบกับลูกชนไก่ที่บริเวณต่ำกว่า 1.15 เมตรจากพื้นสนาม</p> <p>1.3 ส่งลูกให้ลอยข้ามตาข่ายตามที่คุณเรียนสร้างขึ้นมาจากอุปกรณ์ที่มีตามสถานการณื เช่น เชือก ราวตากผ้า เป็นต้น ไปยังตกยังบริเวณที่ห่างจากจุดเส้นสมมติเส้นส่งลูกสั้น ประมาณ 8-9 เมตร หรือประมาณ 11 -13 ช่วงไม้แร็กเกต</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>*หมายเหตุ : ให้ผู้เรียนสร้างเส้นสมมติเส้นส่งลูกสั้นขึ้นมาและให้วัดระยะทางจากเส้นส่งลูกสั้นไปประมาณ 8-9 เมตร หรือหากผู้เรียนไม่มีสายวัดให้ใช้ไม้แร็กเกตวัดไป 11-13 ช่วงไม้แร็กเกต ซึ่งจะเป็นบริเวณที่ลูกตก</p> <p>2. ให้ผู้เรียนฝึกส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่าย จำนวน 3 รอบ ๆ ละ 10 ครั้ง</p> <p>3. ให้ผู้เรียนแยกย้ายฝึกเป็นเวลา 10-15 นาที</p>	
4. นำไปใช้ (10 นาที)	4. นำไปใช้ (10 นาที)
<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละสถานี ดังนี้</p> <p>4.1.1 สถานีที่ 1 ตีลูกหน้ามือกระทบผนัง ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p>	<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละสถานี แล้วส่งให้เพื่อนช่วยเพื่อนในกลุ่มคอยให้คำแนะนำเพิ่มเติม</p>

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>4.1.2 สถานที่ 2 ส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาซ้าย ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.2 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอน เป็นผู้ประเมิน</p>	<p>4.2 เมื่อผู้เรียนได้ผ่านการรับคำแนะนำและมีความพร้อมในการส่งคลิปวิดีโอแล้ว ให้ผู้เรียนปฏิบัติดังนี้</p> <p>4.2.1 ให้อัดคลิปการฝึกสถานที่ 1 ตีลูกหน้ามือกระทบผนังแบบต่อเนื่อง 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.2.2 ให้อัดคลิปวิดีโอการฝึกสถานที่ 2 ส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาซ้ายแบบต่อเนื่อง โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.3 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอน เป็นผู้ประเมิน</p>
5.ขั้นสรุป (5 นาที)	
<p>5.1 ครูกล่าวชมเชยผู้เรียนที่ร่วมกิจกรรมอย่างตั้งใจ</p> <p>5.2 ครูสรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนซักถามข้อสงสัย</p> <p>5.3 ครูนัดหมายให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติแบบฝึกหัดที่ 3 นอกเวลาเรียนเพิ่มเติมเป็นเวลา 2 วัน / สัปดาห์ เพื่อเพิ่มความชำนาญ</p>	

8. สื่อการเรียนรู้

- 8.1 คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 3
- 8.2 คลิปวิดีโอ เรื่อง How to long Serve
- 8.3 สื่อ powerpoint เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ
- 8.4 แบบทดสอบท้ายบทเรียน

9. การวัดและประเมินผล

ประเด็น การประเมิน	วิธีการ ประเมิน	เครื่องมือ การประเมิน	เกณฑ์การ ผ่านประเมิน
ด้านความรู้ (K) ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะท่าทางการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้อง	การตอบ คำถาม	แบบประเมิน ใบงาน	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้นไป
ด้านทักษะ (P) ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมิน ทักษะการส่ง ลูกยาวหน้ามือ	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้นไป
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมกิจกรรม (ไฟเรียนรู้) ตรงต่อเวลา (มีวินัย) มีมารยาทและการให้เกียรติผู้อื่นในระหว่างการเรียนรู้แบบคมินตัน	การสังเกต	แบบประเมิน พฤติกรรม	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้นไป

แบบทดสอบท้ายบทเรียน
เรื่อง ส่งลูกยวหน้ามือ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

➤ คำชี้แจง : ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของผู้เรียน

รายการ	ใช่	ไม่ใช่	แก้ไขที่ถูกต้อง
1.ในการส่งลูกยวหน้ามือ จะใช้นิ้วโป้งในการควบคุมทิศทาง			
2.ในการยื่น ใช้ขาข้างตรงข้ามกับที่จับแร็กเกตให้อยู่ด้านหน้า			
3.ในการยื่นเตรียมความพร้อม จะมีการยื่นในลักษณะคล้ายตัว T			
4.ในการแข่งขันประเภทเดี่ยว ผู้ที่ได้คะแนนเป็นเลขคี่ จะต้องส่งลูกที่สนามส่งลูกด้านขวา			
5.เมื่อมีการส่งลูก แต่ผู้ส่งลูกตีไม่โดนลูก สามารถส่งใหม่ได้			

เฉลยแบบทดสอบท้ายบทเรียน
เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

➤ คำชี้แจง : ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของผู้เรียน

รายการ	ใช่	ไม่ใช่	แก้ไขที่ถูกต้อง
1.ในการส่งลูกยาวหน้ามือ จะใช้นิ้วโป้งในการควบคุมทิศทาง	/		ในการส่งลูกยาวหน้ามือ จะใช้นิ้วโป้งและนิ้วชี้ถือคส่วนโค้งของสันแร็กเกต โดยจะใช้นิ้วชี้ในการควบคุม
2.ในการยืน ใช้ขาข้างตรงข้ามกับที่จับแร็กเกตให้อยู่ด้านหน้า	/		
3.ในการยืนเตรียมความพร้อม จะมีการยืนในลักษณะคล้ายตัว T	/		
4.ในการแข่งขันประเภทเดี่ยว ผู้ที่ได้คะแนนเป็นเลขคี่จะต้องส่งลูกที่สนามส่งลูกด้านขวา	/		ผู้ที่ได้คะแนนคี่จะต้องส่งลูกที่สนามส่งลูกด้านซ้าย ผู้ที่ได้คะแนนคู่จะต้องส่งลูกที่สนามส่งลูกด้านขวา
5.เมื่อมีการส่งลูก แต่ผู้ส่งลูกตีไม่โดนลูก สามารถส่งใหม่ได้	/		เมื่อมีการส่งลูก แต่ผู้ส่งลูกตีไม่โดนลูก ให้ถือว่าได้ส่งลูกแล้ว

แบบประเมินด้านความรู้ (K)
แบบประเมินใบงาน เรื่อง การส่งลูกยวหน้ามือ

ลำดับ	รหัสนักเรียน	คะแนนที่ได้	ผลการประเมินระดับคุณภาพ			ผลการประเมิน	
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)	ผ่าน	ไม่ผ่าน

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
4-5	ดีมาก (3)
2-3	ดี (2)
0-1	ปรับปรุง (1)

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6 เรื่อง สังกะยาสวรรค์

ชื่อ-สกุลผู้ประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

แบบประเมินสถานที่ 1 ตีลูกหน้ามือกระทบผนัง

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	3	2	1
การยืน			
การจับไม้			
การตีลูก			
ทิศทางของลูก			
รวม			
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3) <input type="checkbox"/> ดี (2) <input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)		
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน		

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้น

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
10-12	ดีมาก (3)
7-9	ดี (2)
0-6	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6 เรื่อง สงลุยกยาวหน้ามือ

สถานีที่ 1 ตีลูกหน้ามือกระทบผนัง

รายละเอียดทักษะ	น้ำหนักคะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าทั้งสองข้างยื่นห่างกันเล็กน้อย 2. ยื่นห่างจากผนัง 1.50 - 2 เมตร 3.ลักษณะเท้าทั้งสองข้างพร้อมเคลื่อนที่ตลอด	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.สันของด้ามไม้อยู่บริเวณร่องระหว่างนิ้วโป้งกับนิ้วชี้ คล้ายตัว v 2.นิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วก้อยกำรอบด้ามไม้ 3.นิ้วโป้งและนิ้วชี้ล้อมคอบริเวณส่วนโค้งของด้าม	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	1.ใช้น้ำมือในการตีลูกมากกว่า 6 ครั้งขึ้นไป 2.ควบคุมน้ำหนักการตีลูกได้ค่อนข้างคงที่ 3.ระดับความสูงของจุดกระทบค่อนข้างคงที่เป็นส่วนใหญ่	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
4.ทิศทางของลูก	3	ลูกลอยกระทบผนังอย่างต่อเนื่อง	8-10 ครั้ง	5-7 ครั้ง	0-4 ครั้ง

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6 เรื่อง สงูยกยาวหน้ามือ

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

แบบประเมินสถานที่ 2 สงูยกยาวหน้ามือข้ามตาข่าย

รายการประเมิน	ระดับคะแนน										รวม	เฉลี่ย	น้ำหนักคะแนน
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	ครั้งที่ 5	ครั้งที่ 6	ครั้งที่ 7	ครั้งที่ 8	ครั้งที่ 9	ครั้งที่ 10			
การยื่น													
การจับไม้													
การตีลูก													
ทิศทางของลูก													
รวม													
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3) <input type="checkbox"/> ดี (2) <input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)												
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน												

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
10-12	ดีมาก (3)
7-9	ดี (2)
0-6	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6 เรื่อง ส่งลูกยวหน้ามือ

สถานีที่ 2 ส่งลูกยวหน้ามือข้ามตาข่าย

รายละเอียด ทักษะ	น้ำหนัก คะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าข้างตรงข้ามกับที่จับแรกกดอยู่ข้างหน้า และเท้าหลัง ยื่นคล้ายรูปตัว T 2. ยื่นห่างจากเส้นส่งลูกสั้น 2-3 นิ้ว (60-90 ซม.) ไม่เหยียบเส้นใด ๆ 3.เปิดปลายเท้าหน้าและถ่าน้ำหนักไปที่เท้าหน้า	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.สันของด้ามไม้อยู่บริเวณร่องระหว่างนิ้วโป้งกับ นิ้วชี้ คล้ายตัว v 2.นิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วก้อยกำรอบด้ามไม้ 3.นิ้วโป้งและนิ้วชี้ล้อมคอบริเวณส่วนโค้งของด้าม	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	1.จับลูกแบบใดแบบหนึ่ง (จับมือ/จับแกว่น้ำ) โดย ยื่นลูกไปด้านหน้าปล่อยลูกจากมือ เหวี่ยงไม้ข้าง ลำตัว 2.บิดสะโพก บิดปลายเท้าหลัง ถ่าน้ำหนักไปที่ เท้าหน้า สายตาโฟกัสลูก เหวี่ยงแรกเกิดตีลูกใน ระดับความสูงไม่เกิน 1.15 ม. จากพื้นสนาม 3.ตีลูกลอยข้ามตาข่าย	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
4.ทิศทาง ของลูก	3	ลูกลอยข้ามตาข่ายไปยังจุดตกที่กำหนดไว้ ห่าง จากเส้นส่งลูกสั้น 7-9 เมตร	ลูกตก 8-10 ลูก	ลูกตก 5-7 ลูก	ลูกตก 0-4 ลูก

แบบประเมินด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด / ลง
ในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1. มีวินัย	1.ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของโรงเรียน 2.มีความตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ				
2. มุ่งมั่นในการทำงาน	1.เอาใจใส่ต่อการปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย				
	2.ตั้งใจและรับผิดชอบในการทำงานให้สำเร็จ				
	3.ปรับปรุงและพัฒนาการทำงานอย่างรอบคอบ				
	4.ทุ่มเท ทำงาน อุตทน ไม่ท้อต่อปัญหาและอุปสรรค				
	5.พยายามแก้ปัญหาและอุปสรรคในการทำงานให้สำเร็จ				
	6.ชื่นชมผลงานความสำเร็จด้วยความภาคภูมิใจ				
รวม					
ผลรวมทั้งหมด					
ระดับคุณภาพ					

ลงชื่อ..... ผู้ประเมิน

(นางสาวณัชชาภัทร ยุระหาร)

เกณฑ์การให้คะแนน

แสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4 คะแนน
แสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3 คะแนน
แสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2 คะแนน
แสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1 คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
26 - 32	ดีมาก (4)
19 - 25	ดี (3)
11 - 18	พอใช้ (2)
0 - 10	ปรับปรุง (1)

**แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน
และแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ
ที่มีต่อทักษะเบดมินตันของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4**

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 รหัสวิชา พ31101 ภาคเรียนที่ 1/2565
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7 เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ 1 คาบ/สัปดาห์

1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐาน

พ3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด

พ3.1 ม.4/1 วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่น
กีฬา

พ3.1 ม.4/2 ใช้ความสามารถของตนเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อ
ผู้อื่นและสังคม

พ3.1 ม.4/3 เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล/คูกีฬาระเภททีมได้อย่างน้อย
1 ชนิด

มาตรฐาน

พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ
อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และ
ชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด

พ 3.2 ม.4/4 อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎกติกา กลวิธีต่าง ๆ ในระหว่าง
การเล่น การแข่งขันกีฬา

พ3.2 ม.4/5 แสดงออก ถึงการมีมารยาท ในการดู การเล่นและการแข่งขันกีฬา
ด้วยความมีน้ำใจ

2. สารสำคัญ

การส่งลูกหรือการเสิร์ฟเป็นวิธีการของการเริ่มเล่นในการเล่นหรือฝึกทักษะแบบต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเริ่มฝึกตีลูกแบบต่าง ๆ ตลอดจนเริ่มการแข่งขัน การส่งลูกจะส่งได้ทั้งลูกหน้ามือและหลังมือ ซึ่งสามารถส่งไปยังตำแหน่งทั้งคอร์ทหน้า (ลูกสั้น) หรือคอร์ทหลัง (ลูกยาว) ได้ การส่งลูกยาวหน้ามือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทเดี่ยว ส่วนการส่งลูกสั้นหลังมือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทคู่ โดยการส่งลูกที่ดีจะต้องทำตามกติกาการส่งลูกได้อย่างถูกต้อง และการส่งลูกที่ดียังทำให้เป็นฝ่ายได้เปรียบในการแข่งขันอีกด้วย

3. สารการเรียนรู้

1. การยื่นเตรียมความพร้อมและการเคลื่อนที่
2. ทักษะการส่งลูก
3. กฎกติกาการส่งลูก
4. มารยาทและการมีน้ำใจนักกีฬา

4. จุดประสงค์การเรียนรู้

4.1 ด้านความรู้ (K)

- 4.1.1 ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะท่าทางการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้อง

4.2 ด้านทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

- 4.2.1 ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้องตามกฎ กติกา

4.3 ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

- 4.3.1 ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมกิจกรรม ตรงต่อเวลา มีมารยาทและการให้เกียรติผู้อื่นในระหว่างการเรียนแบดมินตัน ทั้งในฐานะผู้เล่นและผู้ชม


5. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

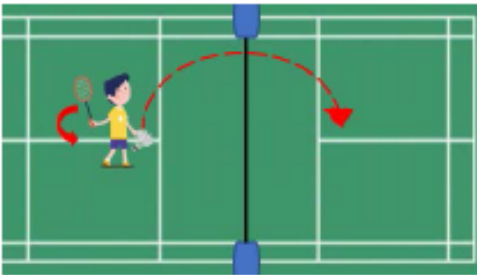
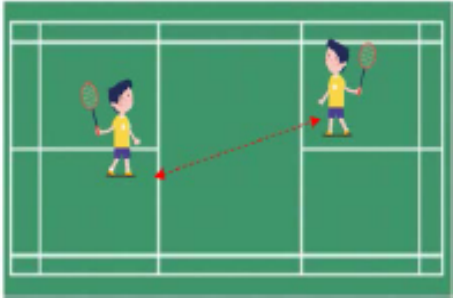
- ความสามารถในการสื่อสาร ความสามารถในการคิด ความสามารถในการแก้ปัญหา
 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์ สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้
 อยู่อย่างพอเพียง มุ่งมั่นในการทำงาน รักความเป็นไทย มีจิตสาธารณะ

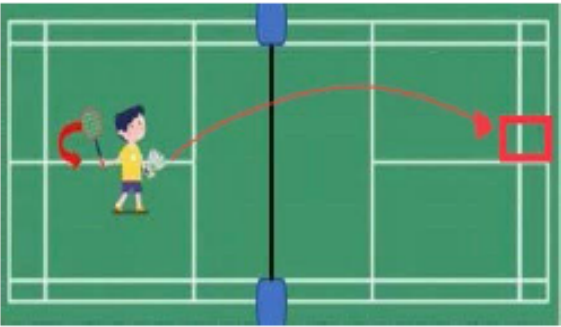
7. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
1.ขั้นเตรียม (5 นาที)	
<p>1.1 ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 6 แถว</p>  <p style="text-align: center;">*หมายเหตุ : ในการเข้าแถวสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์</p> <p>1.2 กล่าวทักทายผู้เรียน</p> <p>1.3 ครูสำรวจความพร้อมและตรวจสอบรายชื่อผู้เรียน</p> <p>1.4 ครูบอกความสำคัญของการอบอุ่นร่างกายและให้ผู้เรียนอบอุ่นร่างกายตามครูผู้สอน ดังนี้</p> <p style="padding-left: 40px;">ท่าที่ 1 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านข้าง</p> <p style="padding-left: 40px;">ท่าที่ 2 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหลัง</p> <p style="padding-left: 40px;">ท่าที่ 3 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหน้า</p> <p style="padding-left: 40px;">ท่าที่ 4 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อไหล่</p> <p style="padding-left: 40px;">ท่าที่ 5 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นแขนด้านหลังและไหล่หลัง</p> <p style="padding-left: 40px;">ท่าที่ 6 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อลำตัว สะโพกด้านข้างไหล่ และต้นขาด้านหลัง</p> <p style="padding-left: 40px;">ท่าที่ 7 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง ต้นขาด้านใน ลำตัวข้าง และไหล่</p> <p>ด้านหน้า</p> <p style="padding-left: 40px;">ท่าที่ 8 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้าและหน้าแข้ง</p> <p style="padding-left: 80px;">(ภาคผนวก ข รายละเอียดการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ)</p> <p>1.5 ให้ผู้เรียนยืดเหยียดกล้ามเนื้อผ่านกิจกรรมเกม "ส่งบอลสลับกัน" โดยมีวิธีการเล่น ดังนี้</p> <p style="padding-left: 40px;">1.5.1 แบ่งผู้เรียน 5 แถว</p> <p style="padding-left: 40px;">1.5.2 ให้คนที่ 1 ของแต่ละแถวส่งบอลลอดขาไปหาคนที่ 2 ส่วนคนที่ 2 ส่งบอลขึ้นเหนือหัวให้คนที่ 3</p> <p>3 โดยให้ทำสลับกันไปมาจนถึงคนสุดท้าย</p> <p style="padding-left: 40px;">1.5.3 เมื่อถึงคนสุดท้ายของแถวแล้ว ให้คนสุดท้ายยกบอลขึ้นเหนือหัวแล้วร้อง "เฮ้"</p> <p style="text-align: center;">*หมายเหตุ : กิจกรรมเกมสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
2. ชั้นสอน (10 นาที)	
<p>2.1 ครูอธิบายความสำคัญของทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือและลักษณะท่าเตรียมความพร้อมของการส่งลูกยาวหน้ามืออีกครั้ง</p> <p>2.2 ครูอธิบายกฎ กติกาการส่งลูกสำหรับการแข่งขันประเภทเดี่ยว ดังนี้</p> <p>2.2.1 การส่งลูกที่ถูกต้อง วิถีของลูกจะต้องลอยขึ้นสูงจากแร็กเกตของผู้ส่งลูกข้ามตาข่าย ถ้าไม่ถูกสกัดกั้น ลูกจะตกลงสู่สนามส่งลูกของผู้รับ (บนหรือภายในเส้นเขต)</p>	
	
<p>2.2.2 ทั้งสองฝ่ายไม่ควรจะก่อให้เกิดความล่าช้าในการส่งลูก เมื่อผู้ส่งและผู้รับลูกพร้อม</p> <p>2.2.3 การที่ผู้ส่งลูก ดึงหัวแร็กเกตมาด้านหลังพร้อมที่จะส่งลูก หากมีการถ่วงเวลาใด ๆ ในการเริ่มส่งลูก ควรจะถือว่าเป็นการถ่วงเวลาในการส่งลูก</p> <p>2.2.4 ผู้ส่งลูก และผู้รับลูก ควรยืนในสนามส่งลูกในตำแหน่งที่ทแยงมุมตรงข้ามกัน โดยเท้าต้องไม่เหยียบเส้นขอบใด ๆ ของสนามส่งลูก</p>	
	
<p>2.2.5 บางส่วนของเท้าทั้งสองข้างของผู้ส่งลูก และผู้รับลูก ควรจะแตะพื้นสนามในท่านี้ตั้งแต่เริ่มส่งลูกจนกระทั่งส่งลูกแล้ว</p> <p>2.2.6 แร็กเกตของผู้ส่งลูกควรจะสัมผัสที่ฐานของลูกเป็นจุดแรก</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>2.2.7 ทุกส่วนของลูกขนไก่ควรจะต้องอยู่ในระดับต่ำกว่า 1.15 เมตร จากพื้นสนามในเวลาที่เริ่มเกิดของผู้ส่งลูกสัมผัสลูกขนไก่</p> <p>2.2.8 เมื่อเริ่มเคลื่อนแรกเกิดไปข้างหน้าของผู้ส่งลูก ถือว่าเป็นการเริ่มส่งลูกแล้ว ถึงเวลาแรกเกิดจะสัมผัสลูกขนไก่หรือไม่สัมผัสลูกขนไก่ ถือว่าได้เริ่มส่งลูกแล้ว</p> <p>2.2.9 ผู้ส่งลูกไม่ควรจะส่งลูกจนกว่าผู้รับจะพร้อม แต่จะถือว่าผู้รับพร้อมเมื่อเริ่มพยายามส่งลูกกลับ</p> <p>2.2.10 การแข่งขันประเภทเดี่ยว</p> <p>-ผู้เล่นจะต้องส่งลูกและรับลูกในสนามส่งลูกด้านขวา เมื่อผู้ส่งลูกยังไม่ได้คะแนนหรือคะแนนที่ได้เป็นเลขคู่ในเกมนั้น</p> <p>-ผู้เล่นจะต้องส่งลูกและรับลูกในสนามส่งลูกด้านซ้าย เมื่อผู้ส่งลูกได้คะแนนเป็นเลขคู่ในเกมนั้น</p> <p>2.3 ให้ผู้เรียนสร้างภาพในใจเกี่ยวกับท่าทางการส่งลูกยาวหน้ามือ</p> <p>2.4 ตรวจสอบความเข้าใจของผู้เรียนผ่านใบงาน เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ</p>	
3.ขั้นฝึกปฏิบัติ (20 นาที)	
	<p>-จับกลุ่มให้ผู้เรียน โดยในกลุ่มจะมีเพื่อนที่มีความสามารถที่มากกว่าคอยช่วยเหลือเพื่อน</p> <p>-ให้ช่วยเหลือเพื่อนผ่านรูปแบบออนไลน์จากการดูคลิปการฝึกของเพื่อนหรือผ่านกิจกรรม Face to Face ในห้องเรียนตามสถานการณ์</p> <p>-ให้เพื่อนที่มีความสามารถมากกว่าชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 4 ก่อนที่จะเข้าชั้นเรียน</p>
<p>3.1 ให้ผู้เรียนชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 4</p> <p>3.2 ให้ผู้เรียนซักถามเพิ่มเติมเกี่ยวกับแบบฝึกหัดที่ 4 และครูสาธิตให้ดูอีกรอบ</p> <p>3.3 ให้ผู้เรียนแต่ละคนไปฝึกปฏิบัติตามแบบฝึกหัดที่ 4 โดยมีแบบฝึกอยู่ 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 ส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่ายลงเป้าขวา สถานีที่ 2 ส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่ายลงเป้าซ้าย โดยแต่ละสถานีมีขั้นตอนการฝึก ดังนี้</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>สถานีที่ 1 ส่งลูกยาวหน้ามือข้ามตาข่ายลงเป้าขวา</p> <p>1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p>1.1 ให้ผู้เรียนอยู่ในท่าเตรียมพร้อมส่งลูก ห่างจากเส้นส่งลูก 2-3 นิ้ว หรือ 60-90 ซม. โดยไม่เหยียบเส้นใด ๆ</p> <p>1.2 ปล่ยลูกออกจากมือ สายตาโฟกัสที่ลูก บิดสะโพก บิดปลายเท้าหันมาด้านหน้า เปิดส้นเท้าข้างหลังขึ้นเล็กน้อย ถ่ายน้ำหนักไปที่เท้าหน้า พร้อมกับเหวี่ยงไม้ข้างลำตัวให้หน้าไม้กระทบกับลูกชนไก่ที่บริเวณต่ำกว่า 1.15 เมตรจากพื้นสนาม</p> <p>1.3 ส่งลูกให้ลอยข้ามตาข่ายตาม que ผู้เรียนสร้างขึ้นมาจากอุปกรณ์ที่มีตามสถานการณ์ เช่น เชือก ราวตากผ้า เป็นต้น ไปตกยังมุมขวาห่างจากเส้นส่งลูกสั้นประมาณ 8-9 เมตร หรือ ประมาณ 11 -13 ช่วงไม้แร็กเกต โดยให้กำหนดจุดตกขนาด 70 x 70 เซนติเมตร</p>	
	
<p>2. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ จำนวน 3 รอบ ๆ ละ 10 ครั้ง</p> <p>สถานีที่ 2 ส่งลูกยาวข้ามตาข่ายลงมุมซ้าย</p> <p>1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p>1.1 ให้ผู้เรียนอยู่ในท่าเตรียมพร้อมส่งลูก ห่างจากเส้นส่งลูก 2-3 นิ้ว หรือ 60-90 ซม. โดยไม่เหยียบเส้นใด ๆ</p> <p>1.2 ปล่ยลูกออกจากมือ สายตาโฟกัสที่ลูก บิดสะโพก บิดปลายเท้าหันมาด้านหน้า เปิดส้นเท้าข้างหลังขึ้นเล็กน้อย ถ่ายน้ำหนักไปที่เท้าหน้า พร้อมกับเหวี่ยงไม้ข้างลำตัวให้หน้าไม้กระทบกับลูกชนไก่ที่บริเวณต่ำกว่า 1.15 เมตรจากพื้นสนาม</p> <p>1.3 ส่งลูกให้ลอยข้ามตาข่ายตาม que ผู้เรียนสร้างขึ้นมาจากอุปกรณ์ที่มีตามสถานการณ์ เช่น เชือก ราวตากผ้า เป็นต้น ไปยังตมมุมซ้ายห่างจากเส้นส่งลูกสั้นประมาณ 8-9 เมตร หรือ ประมาณ 11 -13 ช่วงไม้แร็กเกต โดยให้กำหนดจุดตกขนาด 70 x 70 เซนติเมตร</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
	
<p>2. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ จำนวน 3 รอบ ๆ ละ 10 ครั้ง</p> <p>3. ให้ผู้เรียนแยกย้ายฝึกเป็นเวลา 10-15 นาที</p>	
4. ชี้นำไปใช้ (10 นาที)	4. ชี้นำไปใช้ (10 นาที)
<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละสถานี ดังนี้</p> <p>4.1.1 สถานีที่ 1 ส่งลูกหน้ามือข้ามตาข่ายลงมุมขวา ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง 1 รอบ โดยให้ปฏิบัติ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกหน้ามือข้ามตาข่ายลงมุมซ้าย ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.2 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอนเป็นผู้ประเมิน</p>	<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละสถานีแล้วส่งให้เพื่อนช่วยเพื่อนในกลุ่มคอยให้คำแนะนำเพิ่มเติม</p> <p>4.2 เมื่อผู้เรียนได้ผ่านการรับคำแนะนำและมีความพร้อมในการส่งคลิปวิดีโอแล้ว ให้ผู้เรียนปฏิบัติดังนี้</p> <p>4.2.1 ให้อัดคลิปการฝึกสถานีที่ 1 ส่งลูกหน้ามือข้ามตาข่ายลงมุมขวา ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง 1 รอบ โดยให้ปฏิบัติ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.2.2 ให้อัดคลิปการฝึกส่งลูกหน้ามือข้ามตาข่ายลงมุมซ้าย ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.3 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอนเป็นผู้ประเมิน</p>

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
5.ขั้นสรุป (5 นาที)	
5.1 ครูกล่าวชมเชยผู้เรียนที่ร่วมกิจกรรมอย่างตั้งใจ 5.2 ครูสรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนซักถามข้อสงสัย 5.3 ครูนัดหมายให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติแบบฝึกหัดที่ 4 นอกเวลาเรียนเพิ่มเติมเป็นเวลา 2 วัน / สัปดาห์ เพื่อเพิ่มความชำนาญ	



8. สื่อการเรียนรู้

- 8.1 คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 4
- 8.2 สื่อ powerpoint เรื่อง ส่งลูกยาวหน้ามือ
- 8.3 ใบงานแผนผังความคิด

9. การวัดและประเมินผล

ประเด็น การประเมิน	วิธีการ ประเมิน	เครื่องมือการ ประเมิน	เกณฑ์การ ผ่านประเมิน
ด้านความรู้ (K) ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะท่าทางการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้อง	ตรวจ ชิ้นงาน	แบบประเมิน ชิ้นงาน (แผนผัง ความคิด)	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้นไป
ด้านทักษะ (P) ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมิน ทักษะการส่งลูก ยาวหน้ามือ	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้นไป
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมกิจกรรม (ใฝ่เรียนรู้) ตรงต่อเวลา (มีวินัย) มีมารยาทและการให้เกียรติผู้อื่นในระหว่างการเรียนแบบมินตัน	การสังเกต	แบบประเมิน พฤติกรรม	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้นไป

เกณฑ์ประเมินชิ้นงาน (แผนผังความคิด)

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ		
	ดี(3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
เนื้อหา	ข้อมูลครบถ้วนทุกประเด็น หลากหลาย ถูกต้อง สมบูรณ์ ชัดเจน	มีข้อมูลที่ขาดไปเพียง 1-2 ประเด็น	ดำเนินการค้นคว้าข้อมูลที่ ต้องการได้เพียงบางส่วน
รูปแบบ	รูปแบบแผนผังความคิดมีประเด็นหลัก ประเด็นรองและประเด็นย่อยอย่าง ชัดเจน เข้าใจได้ง่าย	ขาดไปเพียง 1-2 ประเด็น ขาด องค์ประกอบของ รูปแบบแผนผังความคิด	ขาดองค์ประกอบของ รูปแบบแผนผังความคิด มากกว่า 2 ประเด็น
ความสวยงาม/สร้างสรรค์	รูปแบบมีความสวยงาม มีความคิด สร้างสรรค์ นำเสนอรูปแบบแปลกใหม่	รูปแบบสวยงาม	รูปแบบไม่สวยงาม มี ความคิดสร้างสรรค์น้อย

เกณฑ์การให้คะแนน

คะแนน 7-9 คะแนน หมายถึง ดี

คะแนน 4-6 คะแนน หมายถึง พอใช้

คะแนน 0-3 คะแนน หมายถึง ต้องปรับปรุงใหม่

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7 เรื่อง ส่องดูยาวหน้ามือ

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

แบบประเมินสถานีที่ 2 ส่องดูยาวหน้ามือข้ามตาข่ายลงมุมขวา

รายการประเมิน	ระดับคะแนน										รวม	เฉลี่ย	น้ำหนักคะแนน
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	ครั้งที่ 5	ครั้งที่ 6	ครั้งที่ 7	ครั้งที่ 8	ครั้งที่ 9	ครั้งที่ 10			
การยื่น													
การจับไม้													
การตีลูก													
ทิศทางของลูก													
รวม													
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3) <input type="checkbox"/> ดี (2) <input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)												
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน												

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
10-12	ดีมาก (3)
7-9	ดี (2)
0-6	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7 เรื่อง ส่องดูยาวหน้ามือ

สถานที่ 1 ส่องดูยาวหน้ามือข้ามตาข่ายลงมุมขวา

รายละเอียด ทักษะ	น้ำหนัก คะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าข้างตรงข้ามกับที่จับแรกเกิดเป็นเท้าหน้า 2. ยื่นให้เท้าหน้าและเท้าหลังมีความห่างกันประมาณหัวไม้แรกเกิดวางระหว่างกลางของเท้าทั้งสองข้างได้ 3.ยื่นในลักษณะคล้ายตัว T	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.สันของด้ามไม้อยู่บริเวณร่องระหว่างนิ้วโป้งกับนิ้วชี้ คล้ายตัว v 2.นิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วก้อยกำรอบด้ามไม้ 3.นิ้วโป้งและนิ้วชี้ถือคบริเวณส่วนโค้งของด้าม	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	1.จับลูกแบบใดแบบหนึ่ง (จับมือ/จับแก้วน้ำ) โดยยื่นลูกไปด้านหน้าปล่อยลูกจากมือ เหยียงไม้ข้างลำตัว 2.บิดสะโพก บิดปลายเท้าหลัง ถ่ายน้ำหนักไปที่เท้าหน้า สายตาโฟกัสลูก เหยียงแรกเกิดตีลูกในระดับความสูงไม่เกิน 1.15 ม. จากพื้นสนาม 3.ตีลูกลอยข้ามตาข่าย	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
4.ทิศทาง ของลูก	3	ลูกลอยข้ามตาข่ายไปยังจุดตกมุมขวาที่กำหนดไว้ ห่างจากเส้นส่งลูกสั้น 7-9 เมตร	ลูกตก 8-10 ลูก	ลูกตก 5-7 ลูก	ลูกตก 0-4 ลูก

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7 เรื่อง ส่องดูกายาวหน้ามือ

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

แบบประเมินสถานที่ที่ 2 ส่องดูกายาวหน้ามือข้ามตาข่ายลงมุมซ้าย

รายการประเมิน	ระดับคะแนน										รวม	เฉลี่ย	น้ำหนักคะแนน
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	ครั้งที่ 5	ครั้งที่ 6	ครั้งที่ 7	ครั้งที่ 8	ครั้งที่ 9	ครั้งที่ 10			
การยื่น													
การจับไม้													
การตีลูก													
ทิศทางของลูก													
รวม													
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3) <input type="checkbox"/> ดี (2) <input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)												
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน												

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
10-12	ดีมาก (3)
7-9	ดี (2)
0-6	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7 เรื่อง ส่องดูยาวหน้ามือ

สถานีที่ 2 ส่องดูยาวหน้ามือข้ามตาข่ายลงมุมซ้าย

รายละเอียด ทักษะ	น้ำหนัก คะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าข้างตรงข้ามกับที่จับแรกกดอยู่ ข้างหน้าและเท้าหลัง ยืนคล้ายรูปตัว T 2. ยืนห่างจากเส้นส่องดูสั้น 2-3 นิ้ว (60- 90 ซม.) ไม่เหยียบเส้นใด ๆ 3.เปิดปลายเท้าหน้าและถ่าน้ำหนักไปที่ เท้าหน้า	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.สันของด้ามไม้อยู่บริเวณร่องระหว่าง นิ้วโป้งกับนิ้วชี้ คล้ายตัว v 2.นิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วก้อยกำรอบ ด้ามไม้ 3.นิ้วโป้งและนิ้วชี้ล้อมคอบริเวณส่วนโค้ง ของด้าม	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	1.จับลูกแบบใดแบบหนึ่ง (จับมือ/จับแก้ว น้ำ) โดยยื่นลูกไปด้านหน้าปล่อยลูกจาก มือ เหยียงไม้ข้างลำตัว 2.บิดสะโพก บิดปลายเท้าหลัง ถ่าน้ำ หนักไปที่เท้าหน้า สายตาโฟกัสลูก เหยียงแรกกดตีลูกในระดับความสูงไม่ เกิน 1.15 ม. จากพื้นสนาม 3.ตีลูกลอยข้ามตาข่าย	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
4.ทิศทาง ของลูก	3	ลูกลอยข้ามตาข่ายไปยังจุดตกมุมซ้ายที่ กำหนดไว้ ห่างจากเส้นส่องดูสั้น 7-9 เมตร	ลูกตก 8-10 ลูก	ลูกตก 5-7 ลูก	ลูกตก 0-4 ลูก

แบบประเมินด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด / ลง
ในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1. มีวินัย	1.ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของโรงเรียน 2.มีความตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ				
2. มุ่งมั่นในการทำงาน	1.เอาใจใส่ต่อการปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย				
	2.ตั้งใจและรับผิดชอบในการทำงานให้สำเร็จ				
	3.ปรับปรุงและพัฒนาการทำงานอย่างรอบคอบ				
	4.ทุ่มเท ทำงาน อุตทน ไม่ท้อต่อปัญหาและอุปสรรค				
	5.พยายามแก้ปัญหาและอุปสรรคในการทำงานให้สำเร็จ				
	6.ชื่นชมผลงานความสำเร็จด้วยความภาคภูมิใจ				
รวม					
ผลรวมทั้งหมด					
ระดับคุณภาพ					

ลงชื่อ..... ผู้ประเมิน

(นางสาวณัชชาภัทร ยุระหาร)

เกณฑ์การให้คะแนน

แสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้	4	คะแนน
แสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้	3	คะแนน
แสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้	2	คะแนน
แสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้	1	คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
26 - 32	ดีมาก (4)
19 - 25	ดี (3)
11 - 18	พอใช้ (2)
0 - 10	ปรับปรุง (1)

**แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน
และแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ
ที่มีต่อทักษะเบดมินตันของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4**

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 รหัสวิชา พ31101 ภาคเรียนที่ 1/2565
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ 1 คาบ/สัปดาห์

1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐาน

พ3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด

พ3.1 ม.4/1 วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่น
กีฬา

พ3.1 ม.4/2 ใช้ความสามารถของตนเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อ
ผู้อื่นและสังคม

พ3.1 ม.4/3 เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล/คูกีฬาระเภททีมได้อย่างน้อย
1 ชนิด

มาตรฐาน

พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ
อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และ
ชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด

พ 3.2 ม.4/4 อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎกติกา กลวิธีต่าง ๆ ในระหว่าง
การเล่น การแข่งขันกีฬา

พ3.2 ม.4/5 แสดงออก ถึงการมีมารยาท ในการดู การเล่นและการแข่งขันกีฬา
ด้วยความมีน้ำใจ

2. สารสำคัญ

การส่งลูกหรือการเสิร์ฟเป็นวิธีการของการเริ่มเล่นในการเล่นหรือฝึกทักษะแบบต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเริ่มฝึกตีลูกแบบต่าง ๆ ตลอดจนเริ่มการแข่งขัน การส่งลูกจะส่งได้ทั้งลูกหน้ามือและหลังมือ ซึ่งสามารถส่งไปยังตำแหน่งทั้งคอร์ทหน้า (ลูกสั้น) หรือคอร์ทหลัง (ลูกยาว) ได้ การส่งลูกยาวหน้ามือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทเดี่ยว ส่วนการส่งลูกสั้นหลังมือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทคู่ โดยการส่งลูกที่ดีจะต้องทำตามกติกาการส่งลูกได้อย่างถูกต้อง และการส่งลูกที่ดียังทำให้เป็นฝ่ายได้เปรียบในการแข่งขันอีกด้วย

3. สารการเรียนรู้

1. การยื่นเตรียมความพร้อมและการเคลื่อนที่
2. ทักษะการส่งลูก
3. กฎกติกาการส่งลูก
4. มารยาทและการมีน้ำใจนักกีฬา

4. จุดประสงค์การเรียนรู้

4.1 ด้านความรู้ (K)

- 4.1.1 ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะท่าทางการส่งลูกสั้นหลังมือได้อย่างถูกต้อง

4.2 ด้านทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

- 4.2.1 ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือได้อย่างถูกต้องตามกฎ กติกา

4.3 ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

- 4.3.1 ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมกิจกรรม ตรงต่อเวลา มีมารยาทและการให้เกียรติผู้อื่นในระหว่างการเรียนรู้แบดมินตัน ทั้งในฐานะผู้เล่นและผู้ชม



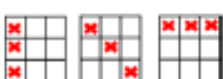
5. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- ความสามารถในการสื่อสาร ความสามารถในการคิด ความสามารถในการแก้ปัญหา
 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์ สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้
 อยู่อย่างพอเพียง มุ่งมั่นในการทำงาน รักความเป็นไทย มีจิตสาธารณะ

7. กระบวนการจัดการเรียนรู้

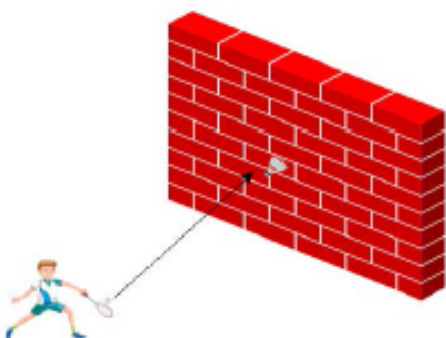
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
1. ชั้นเตรียม (5 นาที)	
<p>1.1 ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 6 แถว</p>  <p>*หมายเหตุ : ในการเข้าแถวสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์</p> <p>1.2 กล่าวทักทายผู้เรียน</p> <p>1.3 ครูสำรวจความพร้อมและตรวจสอบรายชื่อผู้เรียน</p> <p>1.4 ครูบอกความสำคัญของการอบอุ่นร่างกายและให้ผู้เรียนอบอุ่นร่างกายตามครูผู้สอน ดังนี้</p> <p>ท่าที่ 1 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านข้าง</p> <p>ท่าที่ 2 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหลัง</p> <p>ท่าที่ 3 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหน้า</p> <p>ท่าที่ 4 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อไหล่</p> <p>ท่าที่ 5 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นแขนด้านหลังและไหล่หลัง</p> <p>ท่าที่ 6 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อลำตัว สะโพกด้านข้างไหล่ และต้นขาด้านหลัง</p> <p>ท่าที่ 7 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง ต้นขาด้านใน ลำตัวข้าง และไหล่ด้านหน้า</p> <p>ท่าที่ 8 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้าและหน้าแข้ง (ภาคผนวก ข รายละเอียดการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ)</p> <p>1.5 ให้ผู้เรียนยืดเหยียดกล้ามเนื้อผ่านกิจกรรมเกม "xo" โดยมีวิธีการเล่น ดังนี้</p> <p>1.5.1 แบ่งผู้เรียน 3 กลุ่ม และแต่ละกลุ่มแบ่งเป็น 2 แถว</p>  <p>1.5.2 ให้แต่ละแถววิ่งวางฝ่ามือลงช่อง โดยแถวใดสามารถวางฝ่ามือในลักษณะดังนี้ถือว่าเป็นผู้ชนะ</p>  <p>*หมายเหตุ : กิจกรรมเกมสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
2.ชั้นสอน (5 นาที)	
<p>2.1 ครูอธิบายความสำคัญของทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือและลักษณะท่าเตรียมความพร้อมของการส่งลูกสั้นหลังมือ ดังนี้</p> <p>การจับไม้ : ในการจับไม้ ให้ร่องระหว่างนิ้วโป้งกับนิ้วชี้อยู่บริเวณสันของด้ามไม้ ลักษณะคล้ายตัว V และใช้นิ้วโป้งแนบกับด้านแบนของไม้ ส่วนนิ้วชี้ นิ้วกลาง นี้วนางและนิ้วก้อยให้กำรอบด้ามไม้ คว้ามือลง กดส่วนหัวของไม้แรกกดลง กางข้อศอกออกเล็กน้อย ใช้นิ้วโป้งในการควบคุม</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>การยืน : ให้ยืนโดยเท้าฝั่งเดียวกับที่จับไม้อยู่เท้าหน้า หรือเป็นเท้าหน้านั้นเอง ส่วนเท้าอีกข้างให้อยู่ด้านหลัง และในการยืนนั้นให้เปิดส้นเท้าหลังเล็กน้อย</p> <div style="text-align: center;">  </div>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>การจับลูก : จับลูกขนไก่บริเวณปลายขนไก่ ในลักษณะจับมือ ยึดแขนข้างที่จับลูกขนไก่ ออกไปข้างหน้า งอศอกเล็กน้อย และหันหัวไม้ก๊อกชี้เข้าหาตัวในบริเวณหน้าขาหรือหัวเข่า โดยให้ลูกขนไก่อยู่ด้านหน้าของไม้แร็กเกต</p>	
	
<p>ท่าเตรียมพร้อมส่งลูก</p> <ol style="list-style-type: none"> เท้าข้างเดียวกับที่จับไม้อยู่ด้านหน้า ส่วนอีกเท้าอยู่ด้านหลัง เปิดส้นเท้าหลังเล็กน้อย ยืนห่างจากเส้นส่งลูกสั้น 2-3 นิ้ว หรือ 60-90 ซม. ไม่เหยียบเส้นใด ๆ ในสนามขณะส่งลูก จับลูกขนไก่บริเวณปลายขนไก่ในลักษณะจับมือ ให้ลูกขนไก่อยู่ด้านหน้าไม้ โดยให้คว่ำมือลงพร้อมกดส่วนหัวของไม้แร็กเกตลง และหันหัวไม้ก๊อกชี้เข้าหาตัวในบริเวณหน้าขาหรือหัวเข่า เท้าทั้งสองข้างจะต้องมีส่วนใดส่วนหนึ่งแตะพื้นในลักษณะนิ่งจนกว่าจะส่งลูกเสร็จ 	
	
<p>2.2 ตรวจสอบความเข้าใจของผู้เรียนผ่านการตอบคำถามใบงาน เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
3. ชั้นฝึกปฏิบัติ (20 นาที)	
	<p>-จับกลุ่มให้ผู้เรียน โดยในกลุ่มจะมีเพื่อนที่มีความสามารถที่มากกว่าคอยช่วยเหลือเพื่อน</p> <p>-ให้ช่วยเหลือเพื่อนผ่านรูปแบบออนไลน์จากการดูคลิปการฝึกของเพื่อนหรือผ่านกิจกรรม Face to Face ในห้องเรียนตามสถานการณ์</p> <p>-ให้เพื่อนที่มีความสามารถมากกว่าชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 5 ก่อนที่จะเข้าชั้นเรียน</p>
<p>3.1 ให้ผู้เรียนชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 5</p> <p>3.2 ให้ผู้เรียนซักถามเพิ่มเติมเกี่ยวกับแบบฝึกหัดที่ 5 และครูสาธิตให้ดูอีกรอบ</p> <p>3.3 ให้ผู้เรียนแต่ละคนไปฝึกปฏิบัติตามแบบฝึกหัดที่ 5 โดยมีแบบฝึกอยู่ 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 ทำเตรียมความพร้อม สถานีที่ 2 ตีลูกหลังมือกระทบผนัง โดยแต่ละสถานีมีขั้นตอนการฝึก ดังนี้</p> <p>สถานีที่ 1 ทำเตรียมความพร้อม</p> <p>1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p>การจับไม้ : ในการจับไม้ ให้ร่องระหว่างนิ้วโป้งกับนิ้วชี้อยู่บริเวณสันของด้ามไม้ ลักษณะคล้ายตัว V และใช้นิ้วโป้งแนบกับด้ามแบนของไม้ ส่วนนิ้วชี้ นิ้วกลาง นี้วนางและนิ้วก้อยให้กำรอบด้ามไม้ คอ่มือลง กดส่วนหัวของไม้แรกเกิดลง กางข้อศอกออกเล็กน้อย ใช้นิ้วโป้งในการควบคุม</p>	
	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>การยืน : ให้ยืนโดยเท้าฝั่งเดียวกับที่จับไม้อยู่เท้าหน้า หรือเป็นเท้านำนั่นเอง ส่วนเท้าอีกข้างให้อยู่ด้านหลัง และในการยืนนั้นให้เปิดส้นเท้าหลังเล็กน้อย</p>  <p>การจับลูก : จับลูกขนไก่บริเวณปลายขนไก่ ในลักษณะจับมือ ยึดแขนข้างที่จับลูกขนไก่ออกไปข้างหน้า งอศอกเล็กน้อย และหันหัวไม้ก๊อกชี้เข้าหาตัวในบริเวณหน้าขาหรือหัวเข่า โดยให้ลูกขนไก่อยู่ด้านหน้าของไม้แรกเกิด</p>  <p>ท่าเตรียมพร้อมส่งลูก</p> <ol style="list-style-type: none"> เท้าข้างเดียวกับที่จับไม้อยู่ด้านหน้า ส่วนอีกเท้าอยู่ด้านหลัง เปิดส้นเท้าหลังเล็กน้อย ยืนห่างจากเส้นส่งลูกสั้น 2-3 นิ้ว หรือ 60-90 ซม. ไม่เหยียบเส้นใด ๆ ในสนามขณะส่งลูก จับลูกขนไก่บริเวณปลายขนไก่ในลักษณะจับมือ ให้ลูกขนไก่อยู่ด้านหน้าไม้ โดยให้ศอกว่ามือลงพร้อมกอดส่วนหัวของไม้แรกเกิดลง และหันหัวไม้ก๊อกชี้เข้าหาตัวในบริเวณหน้าขาหรือหัวเข่า เท้าทั้งสองข้างจะต้องมีส่วนใดส่วนหนึ่งแตะพื้นในลักษณะนิ่งจนกว่าจะส่งลูกเสร็จ 	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>2. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ จำนวน 5 รอบ</p> <p>สถานีที่ 2 ตีลูกหลังมือกระทบผนัง</p> <p>1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p>1.1 ให้ผู้เรียนยืนห่างจากผนังประมาณ 1.50 – 2 เมตร</p> <p>1.2 ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p>1.2.1 จับไม้แบบ Backhand Grip ปลดลูกจากมือแล้วให้ใช้หน้าไม้ตีให้กระทบผนัง</p> <p>1.2.2 ให้ผู้เรียนฝึก 2 รอบ ดังนี้</p> <p>รอบที่ 1 ให้ตีตามจำนวนครั้งแล้วปล่อยให้ลูกชนไม้ตกหรือจับชนไม้ไว้ เช่น ครั้งที่ 1 ตีกระทบผนัง 1 ครั้ง แล้วปล่อยให้ลูกตกพื้น ครั้งที่ 2 ตีกระทบผนัง 2 ครั้ง แล้วปล่อยให้ลูกตกพื้น ทำแบบนี้ไปเรื่อย ๆ จนครบครั้งที่ 10</p> <p>รอบที่ 2 ให้ผู้เรียนตีลูกหน้ามือกระทบผนังแบบต่อเนื่อง จำนวน 10 ครั้ง</p>	
	
<p>2. ให้ฝึกปฏิบัติทั้ง 2 รอบ เป็นจำนวน 3 ครั้ง</p> <p>3. ให้ผู้เรียนแยกย้ายฝึกเป็นเวลา 10-15 นาที</p>	
4. ชี้นำไปใช้ (10 นาที)	4. ชี้นำไปใช้ (10 นาที)
<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละสถานี ดังนี้</p> <p>4.1.1 สถานีที่ 1 ทำเตรียมความพร้อม ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่องตั้งแต่การจับไม้ การยืน และการจับลูก โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ</p>	<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละสถานี แล้วส่งให้เพื่อนช่วยเพื่อนในกลุ่มคอยให้คำแนะนำเพิ่มเติม</p>

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>4.1.2 สถานที่ 2 ส่งลูกสุนัขหลังมือ ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.1.3 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอนเป็นผู้ประเมิน</p>	<p>4.2 เมื่อผู้เรียนได้ผ่านการรับคำแนะนำและมีความพร้อมในการส่งคลิปวิดีโอแล้ว ให้ผู้เรียนปฏิบัติดังนี้</p> <p>4.2.1 ให้อัดคลิปวิดีโอการฝึกสถานที่ 1 ทำเตรียมความพร้อมแบบต่อเนื่องตั้งแต่การจับไม้ การยืน และการจับลูก โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ</p> <p>4.2.2 ให้อัดคลิปวิดีโอการฝึกสถานที่ 2 ส่งลูกสุนัขหลังมือแบบต่อเนื่อง โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.3 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอนเป็นผู้ประเมิน</p>
5.ขั้นสรุป (5 นาที)	
<p>5.1 ครูกล่าวชมเชยผู้เรียนที่ร่วมกิจกรรมอย่างตั้งใจ</p> <p>5.2 ครูสรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนซักถามข้อสงสัย</p> <p>5.3 ครูนัดหมายให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติแบบฝึกหัดที่ 5 นอกเวลาเรียนเพิ่มเติมเป็นเวลา 2 วัน / สัปดาห์ เพื่อเพิ่มความชำนาญ</p>	

8. สื่อการเรียนรู้

- 8.1 คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 5
- 8.2 สื่อ powerpoint เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ
- 8.3 แบบทดสอบท้ายบทเรียน

9. การวัดและประเมินผล

ประเด็น การประเมิน	วิธีการ ประเมิน	เครื่องมือ การประเมิน	เกณฑ์การ ผ่านประเมิน
ด้านความรู้ (K) ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะท่าทางการส่งลูกสั้นหลังมือได้อย่างถูกต้อง	การตอบ คำถาม	แบบประเมิน ใบงาน	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้น
ด้านทักษะ (P) ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมิน ทักษะการส่ง ลูกสั้นหลังมือ	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้น
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมกิจกรรม (ใฝ่เรียนรู้) ตรงต่อเวลา (มีวินัย) มีมารยาทและการให้เกียรติผู้อื่นในระหว่างการเรียนรู้แบบมินิตัน	การสังเกต	แบบประเมิน พฤติกรรม	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้น

แบบทดสอบท้ายบทเรียน
เรื่อง ส่องลูกสั้นหลังมือ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

➤ คำชี้แจง : ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของผู้เรียน

รายการ	ใช่	ไม่ใช่	แก้ไขที่ถูกต้อง
1. ในการส่องลูกสั้นหลังมือนิยมใช้ในการแข่งขันประเภทเดี่ยว			
2. ในกรอื่น ใช้ขาข้างเดียวกับที่จับแร็กเกตเป็นเท้าหน้า			
3. ในการจับลูกนิยมจับคล้ายการจับแก้วน้ำ			
4. ในการส่องลูกสั้นหลังมือ ใช้วิธีการจับไม้แบบ Backhand Grip			
5. ในการส่องลูกสั้นหลังมือ จะต้องมีการตีลูกชนโก่จากด้านข้างลำตัว เพื่อให้ลูกลอยโค้งขึ้นไปบริเวณคอร์ทหลังของสนาม			

เฉลยแบบทดสอบท้ายบทเรียน
เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

➤ คำชี้แจง : ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของผู้เรียน

รายการ	ใช่	ไม่ใช่	แก้ไขที่ถูกต้อง
1. ในการส่งลูกสั้นหลังมือนิยมใช้ในการแข่งขันประเภทเดี่ยว		/	ในการส่งลูกสั้นหลังมือนิยมใช้ในการแข่งขันประเภทคู่
2. ในกรยืน ใช้ขาข้างเดียวกับที่จับแร็กเกตอยู่ด้านหน้า	/		
3. ในการจับลูกนิยมจับคล้ายการจับแก้วน้ำ		/	ในการจับลูกนิยมจับคล้ายกับการจับมือ
4. ในการส่งลูกสั้นหลังมือ ใช้วิธีการจับไม้แบบ Backhand Grip	/		
5. ในการส่งลูกสั้นหลังมือ จะต้องมีการตีลูกชนไถ่จากด้านข้างลำตัว เพื่อให้ลูกลอยโค้งขึ้นไปบริเวณคอร์ทหลังของสนาม		/	ในการส่งลูกสั้นหลังมือ จะต้องมีการตีลูกชนไถ่จากด้านข้างลำตัว เพื่อให้ลูกลอยโค้งขึ้นไปบริเวณคอร์ทหน้าของสนาม

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง สงูกลิ้งหลังมือ

ชื่อ-สกุลผู้ประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่..... แบบ

ประเมินสถานที่ที่ 1 ทำเตรียมความพร้อม

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	3	2	1
การยืน			
การจับไม้			
การจับลูก			
ทำเตรียมพร้อมส่งลูก			
รวม			
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3)	<input type="checkbox"/> ดี (2)	<input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน		

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้น

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
10-12	ดีมาก (3)
7-9	ดี (2)
0-6	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ
 สถานที่ 1 ท่าเตรียมความพร้อม

รายละเอียดทักษะ	น้ำหนักคะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าข้างเดียวกับที่จับแรกเกิดอยู่ด้านหน้า 2. ยื่นห่างจากเส้นส่งลูกสั้น 2-3 นิ้ว (60-90 ซม.) ไม่เหยียบเส้นใด ๆ 3.เปิดสั้นเท้าหลังและถ่าน้ำหนักไปที่เท้าหน้า	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.ใช้นิ้วโป้งวางแนบกับด้านแบนของด้ามแรกเกิด 2.คว่ำมือลงและกดให้ส่วนหัวแรกเกิดอยู่ต่ำ และตั้งข้อศอกขึ้น 3.หัวไม้อยู่หน้าลำตัวในระดับหน้าท้อง	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การจับลูก	3	1.จับลูกบริเวณปลายขนไก่ ลักษณะจับมือ 2.หัวของลูกขนไก่ชี้เข้าหาตัว	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ	ไม่ปฏิบัติ สักข้อ
4.ท่าเตรียมพร้อมส่งลูก	3	1.เท้าข้างเดียวกับที่จับไม้อยู่ด้านหน้า ส่วนอีกเท้าอยู่ด้านหลัง 2.จับลูกขนไก่ในลักษณะจับมือ 3. เท้าทั้งสองข้างจะต้องมีส่วนใดส่วนหนึ่งแตะพื้นในลักษณะนี้	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง สงูกลิ้งหลังมือ

ชื่อ-สกุลผู้ประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

แบบประเมินสถานที่ที่ 2 ตีลูกหลังมือกระทบผนัง

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	3	2	1
การยืน			
การจับไม้			
การตีลูก			
ทิศทางของลูก			
รวม			
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3) <input type="checkbox"/> ดี (2) <input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)		
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน		

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้น

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
10-12	ดีมาก (3)
7-9	ดี (2)
0-6	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ
 สถานที่ที่ 2 ตีลูกหลังมือกระทบนั่ง

รายละเอียด ทักษะ	น้ำหนัก คะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าทั้งสองข้างยื่นห่างกัน เล็กน้อย 2. ยื่นห่างจากผนัง 1.50 - 2 เมตร 3.ลักษณะเท้าทั้งสองข้างพร้อม เคลื่อนที่ตลอด	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.ใช้นิ้วโป้งวางแนบกับด้านแบน ของด้ามแร็กเกต 2.คว่ำมือลงและกดให้ส่วนหัว แร็กเกตอยู่ต่ำ และตั้งข้อศอกขึ้น 3.หัวไม้อยู่หน้าลำตัวในระดับหน้า ท้อง	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	1.ใช้น้ำมือในการตีลูกเป็นส่วน ใหญ่ 2.ควบคุมน้ำหนักการตีลูกได้ ค่อนข้างคงที่ 3.ระดับความสูงของจุดกระทบบ ค่อนข้างคงที่เป็นส่วนใหญ่	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
4.ทิศทาง ของลูก	3	ลูกลอยกระทบนั่งอย่างต่อเนื่อง	8-10 ลูก	5-7 ลูก	0-4 ลูก

แบบประเมินด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด / ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

คุณลักษณะอันพึงประสงค์	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1. มีวินัย	1.ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของโรงเรียน 2.มีความตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ				
2. มุ่งมั่นในการทำงาน	1.เอาใจใส่ต่อการปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย				
	2.ตั้งใจและรับผิดชอบในการทำงานให้สำเร็จ				
	3.ปรับปรุงและพัฒนาการทำงานอย่างรอบคอบ				
	4.ทุ่มเท ทำงาน อุตทน ไม่ท้อต่อปัญหาและอุปสรรค				
	5.พยายามแก้ปัญหาและอุปสรรคในการทำงานให้สำเร็จ				
	6.ชื่นชมผลงานความสำเร็จด้วยความภาคภูมิใจ				
รวม					
ผลรวมทั้งหมด					
ระดับคุณภาพ					

ลงชื่อ..... ผู้ประเมิน

(นางสาวณัชชาภัทร ยุระหาร)

เกณฑ์การให้คะแนน

แสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4 คะแนน
แสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3 คะแนน
แสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2 คะแนน
แสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1 คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
26 - 32	ดีมาก (4)
19 - 25	ดี (3)
11 - 18	พอใช้ (2)
0 - 10	ปรับปรุง (1)

**แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน
และแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ
ที่มีต่อทักษะเบดมินตันของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4**

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 รหัสวิชา พ31101 ภาคเรียนที่ 1/2565
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ 1 คาบ/สัปดาห์

1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐาน

พ3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด

พ3.1 ม.4/1 วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่น
กีฬา

พ3.1 ม.4/2 ใช้ความสามารถของตนเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อ
ผู้อื่นและสังคม

พ3.1 ม.4/3 เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล/คู่มือกีฬาประเภททีมได้อย่างน้อย
1 ชนิด

มาตรฐาน

พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ
อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และ
ชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด

พ 3.2 ม.4/4 อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎกติกา กลวิธีต่าง ๆ ในระหว่าง
การเล่น การแข่งขันกีฬา

พ3.2 ม.4/5 แสดงออก ถึงการมีมารยาท ในการดู การเล่นและการแข่งขันกีฬา
ด้วยความมีน้ำใจ

2. สารระสำคัญ

การส่งลูกหรือการเสิร์ฟเป็นวิธีการของการเริ่มเล่นในการเล่นหรือฝึกทักษะแบบต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเริ่มฝึกตีลูกแบบต่าง ๆ ตลอดจนเริ่มการแข่งขัน การส่งลูกจะส่งได้ทั้งลูกหน้ามือและหลังมือ ซึ่งสามารถส่งไปยังตำแหน่งทั้งคอร์ทหน้า (ลูกสั้น) หรือคอร์ทหลัง (ลูกยาว) ได้ การส่งลูกยาวหน้ามือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทเดี่ยว ส่วนการส่งลูกสั้นหลังมือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทคู่ โดยการส่งลูกที่ดีจะต้องทำตามกติกาการส่งลูกได้อย่างถูกต้อง และการส่งลูกที่ดียังทำให้เป็นฝ่ายได้เปรียบในการแข่งขันอีกด้วย

3. สารการเรียนรู้

1. การยื่นเตรียมความพร้อมและการเคลื่อนที่
2. ทักษะการส่งลูก
3. กฎกติกาการส่งลูก
4. มารยาทและการมีน้ำใจนักกีฬา

4. จุดประสงค์การเรียนรู้

4.1 ด้านความรู้ (K)

- 4.1.1 ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะท่าทางการส่งลูกสั้นหลังมือได้อย่างถูกต้อง

4.2 ด้านทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

- 4.2.1 ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือได้อย่างถูกต้องตามกฎ กติกา

4.3 ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

- 4.3.1 ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมกิจกรรม ตรงต่อเวลา มีมารยาทและการให้เกียรติผู้อื่นในระหว่างการเรียนรู้แบดมินตัน ทั้งในฐานะผู้เล่นและผู้ชม




5. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน


- ความสามารถในการสื่อสาร ความสามารถในการคิด ความสามารถในการแก้ปัญหา
 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

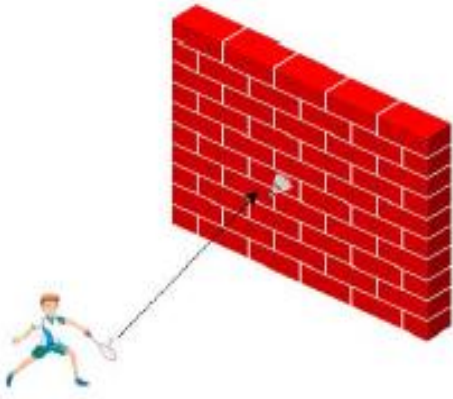

6. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์ สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้
 อยู่อย่างพอเพียง มุ่งมั่นในการทำงาน รักความเป็นไทย มีจิตสาธารณะ

7. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
1. ขั้นเตรียม (5 นาที)	
<p>1.1 ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 6 แถว</p>  <p>*หมายเหตุ : ในการเข้าแถวสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์</p> <p>1.2 กล่าวทักทายผู้เรียน</p> <p>1.3 ครูสำรวจความพร้อมและตรวจสอบรายชื่อผู้เรียน</p> <p>1.4 ครูบอกความสำคัญของการอบอุ่นร่างกายและให้ผู้เรียนอบอุ่นร่างกายตามครูผู้สอน ดังนี้</p> <p>ท่าที่ 1 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านข้าง</p> <p>ท่าที่ 2 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหลัง</p> <p>ท่าที่ 3 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหน้า</p> <p>ท่าที่ 4 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อไหล่</p> <p>ท่าที่ 5 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นแขนด้านหลังและไหล่หลัง</p> <p>ท่าที่ 6 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อลำตัว สะโพกด้านข้างไหล่ และต้นขาด้านหลัง</p> <p>ท่าที่ 7 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง ต้นขาด้านใน ลำตัวข้าง และไหล่</p> <p>ด้านหน้า</p> <p>ท่าที่ 8 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้าและหน้าแข้ง</p> <p>(ภาคผนวก ข รายละเอียดการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ)</p> <p>1.5 ให้ผู้เรียนยืดเหยียดกล้ามเนื้อผ่านกิจกรรมเกม "xo" โดยมีวิธีการเล่น ดังนี้</p> <p>1.5.1 แบ่งผู้เรียน 3 กลุ่ม และแต่ละกลุ่มแบ่งเป็น 2 แถว</p>  <p>1.5.2 ให้แต่ละแถววิ่งวางฝ่ามือลงช่อง โดยแถวใดสามารถวางฝ่ามือในลักษณะดังนี้ถือว่าเป็นผู้ชนะ</p>  <p>*หมายเหตุ : กิจกรรมเกมสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
2.ชั้นสอน (10 นาที)	
<p>2.1 ครูใช้คลิปวิดีโอ ในการอธิบายลักษณะท่าทางการส่งลูกสั้นหลังมือ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ โดยให้ผู้เรียนดูคลิปวิดีโอ เรื่อง "Backhand Serve - A step-by-step guide EVERY BADMINTON PLAYER NEEDS" สืบค้นได้จาก https://www.youtube.com/watch?v=kzWpvuWeih0&t=56s หรือตามลิงก์ QR CODE</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>2.2 ผู้เรียนและครูผู้สอนร่วมกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากการดูคลิปวิดีโอ</p> <p>2.3 ตรวจสอบความเข้าใจของผู้เรียนผ่านการตอบคำถามใบงาน เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ</p>	
3.ชั้นฝึกปฏิบัติ (20 นาที)	
	<p>-จับกลุ่มให้ผู้เรียน โดยในกลุ่มจะมีเพื่อนที่มีความสามารถที่มากกว่าคอยช่วยเหลือเพื่อน</p> <p>-ให้ช่วยเหลือเพื่อนผ่านรูปแบบออนไลน์จากการดูคลิปการฝึกของเพื่อนหรือผ่านกิจกรรม Face to Face ในห้องเรียนตามสถานการณ์</p> <p>-ให้เพื่อนที่มีความสามารถมากกว่าชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 6 ก่อนที่จะเข้าชั้นเรียน</p>
<p>3.1 ให้ผู้เรียนชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 6</p> <p>3.2 ให้ผู้เรียนซักถามเพิ่มเติมเกี่ยวกับแบบฝึกหัดที่ 6 และครูสาธิตให้ดูอีกรอบ</p> <p>3.3 ให้ผู้เรียนแต่ละคนไปฝึกปฏิบัติตามแบบฝึกหัดที่ 6 โดยมีแบบฝึกอยู่ 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 ตีลูกหลังมือกระทบผนัง สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่าย โดยแต่ละสถานีมีขั้นตอนการฝึก ดังนี้</p> <p style="padding-left: 20px;">สถานีที่ 1 ตีลูกหลังมือกระทบผนัง</p> <p style="padding-left: 40px;">1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p style="padding-left: 60px;">1.1 ให้ผู้เรียนยืนห่างจากผนังประมาณ 1.50 – 2 เมตร</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>1.2 ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p>1.2.1 จับไม้แบบ Backhand Grip ปลดลูกจากมือแล้วให้ใช้หน้าไม้ตีให้กระทบผนัง</p> <p>1.2.2 ให้ผู้เรียนฝึก 2 รอบ ดังนี้</p> <p>รอบที่ 1 ให้ตีตามจำนวนครั้งแล้วปล่อยให้ลูกชนไม้ตกหรือจับชนไม้ไว้ เช่น ครั้งที่ 1 ตีกระทบผนัง 1 ครั้ง แล้วปล่อยให้ลูกตกพื้น ครั้งที่ 2 ตีกระทบผนัง 2 ครั้ง แล้วปล่อยให้ลูกตกพื้น ทำแบบนี้ไปเรื่อย ๆ จนครบครั้งที่ 10</p> <p>รอบที่ 2 ให้ผู้เรียนตีลูกหน้ามือกระทบผนังแบบต่อเนื่อง จำนวน 10 ครั้ง</p>	
 	
<p>2. ให้ฝึกปฏิบัติทั้ง 2 รอบ เป็นจำนวน 3 ครั้ง</p>	
<p>สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่าย</p> <p>1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p>1.1 ให้ผู้เรียนอยู่ในท่าเตรียมพร้อมส่งลูก ห่างจากเส้นส่งลูก 2-3 นิ้ว หรือ 60-90 ซม. โดยไม่เหยียบเส้นใด ๆ</p> <p>1.2 ใช้ข้อมือสวิงและใช้นิ้วโป้งควบคุมทิศทางให้หน้าไม้แรกเกิดกระทบกับลูกชนไม้ในระดับความสูงไม่เกิน 1.15 ม.จากพื้น ให้ลูกลอยข้ามตาข่ายตามที่คุณผู้เรียนสร้างขึ้นมาจากอุปกรณ์ที่มีตามสถานการณ์ เช่น เชือก รวตาคาผ้า เป็นต้น ไปตกยังบริเวณที่ห่างจากจุดเส้นสมมติเส้นส่งลูกสั้นของผู้ส่งลูกประมาณ 5.10 เมตร หรือประมาณ 7 ช่วงไม้แรกเกิด</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
	
<p>2.ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ จำนวน 3 รอบ ๆ ละ 10 ครั้ง</p> <p>3.ให้ผู้เรียนแยกฝึกเป็นเวลา 10-15 นาที</p>	
4.ขั้นนำไปใช้ (10 นาที)	4.ขั้นนำไปใช้ (10 นาที)
<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละสถานี ดังนี้</p> <p>4.1.1 สถานีที่ 1 ตีลูกหลังมือกระทบผนัง ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง 1 รอบ โดย ตีลูกหลังมือกระทบผนัง จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่าย ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง โดย ให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.1.3 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอน เป็นผู้ประเมิน</p>	<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละ สถานี แล้วส่งให้เพื่อนช่วยเพื่อนในกลุ่มคอยให้ คำแนะนำเพิ่มเติม</p> <p>4.2 เมื่อผู้เรียนได้ผ่านการรับคำแนะนำและมีความพร้อมในการส่งคลิปวิดีโอแล้ว ให้ผู้เรียน ปฏิบัติดังนี้</p> <p>4.2.1 ให้อัดคลิปการฝึกสถานีที่ 1 ตีลูกหลังมือกระทบผนัง ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง 1 รอบ โดยตีลูกหลังมือกระทบผนัง จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.2.2 ให้อัดคลิปวิดีโอการฝึกสถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายแบบต่อเนื่อง โดยให้ ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.3 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอน เป็นผู้ประเมิน</p>

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
5.ขั้นสรุป (5 นาที)	
<p>5.1 ครูกล่าวชมเชยผู้เรียนที่ร่วมกิจกรรมอย่างตั้งใจ</p> <p>5.2 ครูสรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนซักถามข้อสงสัย</p> <p>5.3 ครูนัดหมายให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติแบบฝึกหัดที่ 6 นอกเวลาเรียนเพิ่มเติมเป็นเวลา 2 วัน / สัปดาห์ เพื่อเพิ่มความชำนาญ</p>	



8. สื่อการเรียนรู้

8.1 คลิปวิดีโอ เรื่อง “Backhand Serve - A step-by-step guide EVERY BADMINTON PLAYER NEEDS”

8.2 คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 6

8.3 สื่อ powerpoint เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ

8.4 แบบทดสอบท้ายบทเรียน

9. การวัดและประเมินผล

ประเด็น การประเมิน	วิธีการ ประเมิน	เครื่องมือ การประเมิน	เกณฑ์การ ผ่านประเมิน
ด้านความรู้ (K) ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะท่าทางการส่งลูกสั้นหลังมือได้อย่างถูกต้อง	การตอบ คำถาม	แบบประเมิน ใบงาน	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้น
ด้านทักษะ (P) ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมิน ทักษะการส่ง ลูกสั้นหลังมือ	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้น
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมกิจกรรม (ใฝ่เรียนรู้) ตรงต่อเวลา (มีวินัย) มีมารยาทและการให้เกียรติผู้อื่นในระหว่างการเรียนรู้แบบมีต้น	การสังเกต	แบบประเมิน พฤติกรรม	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้น

แบบทดสอบท้ายบทเรียน
เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

➤ คำชี้แจง : ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของผู้เรียน

รายการ	ใช่	ไม่ใช่	แก้ไขที่ถูกต้อง
1. ในการส่งลูกสั้นหลังมือมักพบในการแข่งขันประเภทคู่			
2. ในการยื่นส่งลูกสั้นหลังมือ ทำหลังจะยื่นคล้ายตัว T			
3. ในการจับลูกส่งลูกสั้นหลังมือสามารถจับโดยการใช่มือกำรอบลูกชนไก่			
4. ในการส่งลูกสั้นหลังมือ ใช้วิธีการจับไม้แบบ Forehand Grip			
5. ในการส่งลูกสั้นหลังมือที่ดี ลูกที่ต้อออกไปต้องตกใกล้เส้นส่งลูกมากที่สุด			

เฉลยแบบทดสอบท้ายบทเรียน
เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

➤ คำชี้แจง : ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของผู้เรียน

รายการ	ใช่	ไม่ใช่	แก้ไขที่ถูกต้อง
1. ในการส่งลูกสั้นหลังมือมักพบในการแข่งขันประเภทคู่	/		
2. ในการยืนส่งลูกสั้นหลังมือ เท้าหลังจะยืนคล้ายตัว T		/	ในการยืนส่งลูกสั้นหลังมือ เท้าหลังจะยืนในลักษณะเปิดสั้นเท้าขึ้นเล็กน้อย
3. ในการจับลูกส่งลูกสั้นหลังมือสามารถจับโดยการใช้นิ้วมือกำรอบลูกชนไก่		/	ในการจับลูกส่งลูกสั้นหลังมือสามารถจับโดยการใช้นิ้วโป้งกับนิ้วชี้จับไปที่บริเวณปลายชนลูกชนไก่
4. ในการส่งลูกสั้นหลังมือ ใช้วิธีการจับไม้แบบ Forehand Grip		/	ในการส่งลูกสั้นหลังมือ ใช้วิธีการจับไม้แบบBackhand Grip
5. ในการส่งลูกสั้นหลังมือที่ดี ลูกที่ตีออกไปต้องตกใกล้เส้นส่งลูกมากที่สุด	/		

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9 เรื่อง สงูกลิ้งหลังมือ

ชื่อ-สกุลผู้ประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

แบบประเมินสถานที่ที่ 1 ตีลูกหลังมือกระทบผนัง

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	3	2	1
การยืน			
การจับไม้			
การตีลูก			
ทิศทางของลูก			
รวม			
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3) <input type="checkbox"/> ดี (2) <input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)		
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน		

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
10-12	ดีมาก (3)
7-9	ดี (2)
0-6	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ

สถานที่ 1 ส่งลูกหลังมือกระทบบผนัง

รายละเอียด ทักษะ	น้ำหนัก คะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าทั้งสองข้างยื่นห่างกันเล็กน้อย 2. ยื่นห่างจากผนัง 1.50 - 2 เมตร 3.ลักษณะเท้าทั้งสองข้างพร้อมเคลื่อนที่ตลอด	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.ใช้นิ้วโป้งวางแนบกับด้านแบนของด้ามแร็กเกต 2.คว่ำมือลงและกดให้ส่วนหัวแร็กเกตอยู่ต่ำ และตั้งข้อศอกขึ้น 3.หัวไม้อยู่หน้าลำตัวในระดับหน้าท้อง	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	1.ใช้น้ำมือในการตีลูกเป็นส่วนใหญ่ 2.ควบคุมน้ำหนักการตีลูกได้ค่อนข้างคงที่ 3.ระดับความสูงของจุดกระทบบค่อนข้างคงที่เป็นส่วนใหญ่	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
4.ทิศทาง ของลูก	3	ลูกลอยกระทบบผนังอย่างต่อเนื่อง	8-10 ลูก	5-7 ลูก	0-4 ลูก

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

แบบประเมินสถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่าย

รายการประเมิน	ระดับคะแนน										รวม	เฉลี่ย	น้ำหนักคะแนน
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	ครั้งที่ 5	ครั้งที่ 6	ครั้งที่ 7	ครั้งที่ 8	ครั้งที่ 9	ครั้งที่ 10			
การยืน													
การจับไม้													
การตีลูก													
ทิศทางของลูก													
รวม													
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3) <input type="checkbox"/> ดี (2) <input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)												
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน												

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนนเฉลี่ย	ระดับคุณภาพ
10-12	ดีมาก (3)
7-9	ดี (2)
0-6	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9 เรื่อง ส่องลูกสั้นหลังมือ

สถานที่ 2 ส่องลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่าย

รายละเอียด ทักษะ	น้ำหนัก คะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าข้างเดียวกับที่จับแร็กเกตอยู่ด้านหน้า 2. ยื่นห่างจากเส้นส่องลูกสั้น 2-3 นิ้ว (60-90 ซม.) ไม่เหยียบเส้นใด ๆ 3.เปิดเส้นเท้าหลังและถ่ายน้ำหนัก ไปที่เท้าหน้า	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.ใช้นิ้วโป้งวางแนบกับด้านแบน ของด้ามแร็กเกต 2.คว่ำมือลงและกดให้ส่วนหัว แร็กเกตอยู่ต่ำ และตั้งข้อศอกขึ้น 3.หัวไม้อยู่หน้าลำตัวในระดับหน้า ท้อง	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	1.จับลูกบริเวณปลายขนไก่ ลักษณะจับมือ 2.หัวของลูกขนไก่ชี้เข้าหาตัว 3.ใช้ข้อมือสวิงหน้าไม้แร็กเกตผลักลูกที่ระดับ ความสูงไม่เกิน 1.15 ม.	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
4.ทิศทาง ของลูก	3	ลูกลอยไปยังจุดตกที่กำหนดไว้ ห่างจากเส้นส่องลูกสั้น 5 เมตร	ลูกตก 8-10 ลูก	ลูกตก 5-7 ลูก	ลูกตก 0-4 ลูก

แบบประเมินด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด / ลง
ในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1. มีวินัย	1.ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของโรงเรียน 2.มีความตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ				
2. มุ่งมั่นในการทำงาน	1.เอาใจใส่ต่อการปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย				
	2.ตั้งใจและรับผิดชอบในการทำงานให้สำเร็จ				
	3.ปรับปรุงและพัฒนาการทำงานอย่างรอบคอบ				
	4.ทุ่มเท ทำงาน อุตทน ไม่ท้อต่อปัญหาและอุปสรรค				
	5.พยายามแก้ปัญหาและอุปสรรคในการทำงานให้สำเร็จ				
	6.ชื่นชมผลงานความสำเร็จด้วยความภาคภูมิใจ				
รวม					
ผลรวมทั้งหมด					
ระดับคุณภาพ					

ลงชื่อ..... ผู้ประเมิน

(นางสาวณัชชาภัทร ยุระหาร)

เกณฑ์การให้คะแนน

แสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้	4	คะแนน
แสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้	3	คะแนน
แสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้	2	คะแนน
แสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้	1	คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
26 - 32	ดีมาก (4)
19 - 25	ดี (3)
11 - 18	พอใช้ (2)
0 - 10	ปรับปรุง (1)

**แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน
และแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ
ที่มีต่อทักษะเบดมินตันของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4**

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 รหัสวิชา พ31101 ภาคเรียนที่ 1/2565
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 10 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ 1 คาบ/สัปดาห์

1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐาน

พ3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด

พ3.1 ม.4/1 วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่น
กีฬา

พ3.1 ม.4/2 ใช้ความสามารถของตนเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อ
ผู้อื่นและสังคม

พ3.1 ม.4/3 เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล/คูกีฬาระเภททีมได้อย่างน้อย
1 ชนิด

มาตรฐาน

พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ
อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และ
ชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด

พ 3.2 ม.4/4 อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎกติกา กลวิธีต่าง ๆ ในระหว่าง
การเล่น การแข่งขันกีฬา

พ3.2 ม.4/5 แสดงออก ถึงการมีมารยาท ในการดู การเล่นและการแข่งขันกีฬา
ด้วยความมีน้ำใจ

2. สารระสำคัญ

การส่งลูกหรือการเสิร์ฟเป็นวิธีการของการเริ่มเล่นในการเล่นหรือฝึกทักษะแบบต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเริ่มฝึกตีลูกแบบต่าง ๆ ตลอดจนเริ่มการแข่งขัน การส่งลูกจะส่งได้ทั้งลูกหน้ามือและหลังมือ ซึ่งสามารถส่งไปยังตำแหน่งทั้งคอร์ทหน้า (ลูกสั้น) หรือคอร์ทหลัง (ลูกยาว) ได้ การส่งลูกยาวหน้ามือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทเดี่ยว ส่วนการส่งลูกสั้นหลังมือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทคู่ โดยการส่งลูกที่ดีจะต้องทำตามกติกาการส่งลูกได้อย่างถูกต้อง และการส่งลูกที่ดียังทำให้เป็นฝ่ายได้เปรียบในการแข่งขันอีกด้วย

3. สารการเรียนรู้

1. การยืนเตรียมความพร้อมและการเคลื่อนที่
2. ทักษะการส่งลูก
3. กฎกติกาการส่งลูก
4. มารยาทและการมีน้ำใจนักกีฬา

4. จุดประสงค์การเรียนรู้

4.1 ด้านความรู้ (K)

- 4.1.1 ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะท่าทางการส่งลูกสั้นหลังมือได้อย่างถูกต้อง

4.2 ด้านทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

- 4.2.1 ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือได้อย่างถูกต้องตามกฎ กติกา

4.3 ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

- 4.3.1 ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมกิจกรรม ตรงต่อเวลา มีมารยาทและการให้เกียรติผู้อื่นในระหว่างการเรียนรู้แบดมินตัน ทั้งในฐานะผู้เล่นและผู้ชม


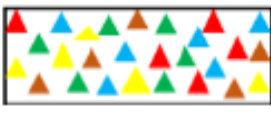
5. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน


- ความสามารถในการสื่อสาร ความสามารถในการคิด ความสามารถในการแก้ปัญหา
 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์ สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้
 อยู่อย่างพอเพียง มุ่งมั่นในการทำงาน รักความเป็นไทย มีจิตสาธารณะ

7. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
1.ขั้นเตรียม (5 นาที)	
<p>1.1 ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 6 แถว</p>  <p style="color: red;">*หมายเหตุ : ในการเข้าแถวสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์</p> <p>1.2 กล่าวทักทายผู้เรียน</p> <p>1.3 ครูสำรวจความพร้อมและตรวจสอบรายชื่อผู้เรียน</p> <p>1.4 ครูบอกความสำคัญของการอบอุ่นร่างกายและให้ผู้เรียนอบอุ่นร่างกายตามครูผู้สอน ดังนี้</p> <p>ท่าที่ 1 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านข้าง</p> <p>ท่าที่ 2 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหลัง</p> <p>ท่าที่ 3 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหน้า</p> <p>ท่าที่ 4 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อไหล่</p> <p>ท่าที่ 5 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นแขนด้านหลังและไหล่หลัง</p> <p>ท่าที่ 6 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อลำตัว สะโพกด้านข้างไหล่ และต้นขาด้านหลัง</p> <p>ท่าที่ 7 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง ต้นขาด้านใน ลำตัวข้าง และไหล่ด้านหน้า</p> <p>ท่าที่ 8 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้าและหน้าแข้ง</p> <p style="text-align: center;">(ภาคผนวก ข รายละเอียดการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ)</p> <p>1.5 ให้ผู้เรียนยืดเหยียดกล้ามเนื้อผ่านกิจกรรมเกม "วิ่งเปลี่ยนสี" โดยมีวิธีการเล่น ดังนี้</p> <p>1.5.1 ครูตั้งกรวยสีต่าง ๆ กระจายให้ทั่วบริเวณ</p>  <p>1.5.2 กำหนดสัญญาณนกหวีดดังนี้ >> เป่าครั้งเดียว ให้ย้ายไปสีใหม่ /เป่า 2 ครั้ง ให้ย้ายไปสีเดิม</p> <p>1.5.3 หากย้ายผิดตามกติกา ผู้เรียนต้องออกจากการเล่น โดยเล่นสัก 5-6 รอบ</p> <p style="color: red;">*หมายเหตุ : กิจกรรมเกมสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
2.ชั้นสอน (10 นาที)	
<p>2.1 ครูใช้คลิปวิดีโอ ในการอธิบายลักษณะท่าทางการส่งลูกสั้นหลังมือ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ โดยให้ผู้เรียนดูคลิปวิดีโอ เรื่อง "Backhand Serve" สืบค้นได้จาก https://www.youtube.com/watch?v=VAciL9qcqOY หรือตามลิงก์ QR CODE</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>2.2 ผู้เรียนและครูผู้สอนร่วมกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากการดูคลิปวิดีโอ</p> <p>2.3 ตรวจสอบความเข้าใจของผู้เรียนผ่านการตอบคำถามใบงาน เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ</p>	
3.ชั้นฝึกปฏิบัติ (20 นาที)	
	<p>-จับกลุ่มให้ผู้เรียน โดยในกลุ่มจะมีเพื่อนที่มีความสามารถที่มากกว่าคอยช่วยเหลือเพื่อน</p> <p>-ให้ช่วยเหลือเพื่อนผ่านรูปแบบออนไลน์จากการดูคลิปการฝึกของเพื่อนหรือผ่านกิจกรรม Face to Face ในห้องเรียนตามสถานการณ์</p> <p>-ให้เพื่อนที่มีความสามารถมากกว่าชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 7 ก่อนที่จะเข้าชั้นเรียน</p>
<p>3.1 ให้ผู้เรียนชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 7</p> <p>3.2 ให้ผู้เรียนซักถามเพิ่มเติมเกี่ยวกับแบบฝึกหัดที่ 7 และครูสาธิตให้ดูอีกรอบ</p> <p>3.3 ให้ผู้เรียนแต่ละคนไปฝึกปฏิบัติตามแบบฝึกที่ 7 โดยมีแบบฝึกอยู่ 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 ส่งลูกหลังมือกระทบนั่ง สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่าย โดยแต่ละสถานีมีขั้นตอนการฝึกดังนี้</p> <p style="padding-left: 40px;">สถานีที่ 1 ส่งลูกหลังมือกระทบนั่ง</p> <p style="padding-left: 80px;">1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p style="padding-left: 120px;">1.1 ยืนห่างจากผนัง ประมาณ 1.50-2 เมตร ให้ขาข้างเดียวกับมือที่จับไม้อยู่หน้า ส่วนขาอีกข้างอยู่หลัง เปิดส้นเท้าหลังเล็กน้อย พร้อมถ่ายน้ำหนักไปที่ขาส่วนหน้า</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>1.2 จับลูกบริเวณปลายขนไก่ ในลักษณะจับมือ หันหัวไม้ก๊อกชี้เข้าหาตัวในบริเวณหน้าขาหรือหัวเข่า ใช้สายตามองลูกขนไก่และสนามฝั่งตรงข้าม</p> <p>1.3 คว่ำมือลง กดหัวไม้ลงต่ำ ใช้ข้อมือสวิงและใช้นิ้วโป้งควบคุมทิศทางให้หน้าไม้แรกเกิดกระทบกับลูกขนไก่ในระดับความสูงไม่เกิน 1.15 เมตรจากพื้น ให้ลูกลอยไปกระทบบนผนัง โดยให้ผู้เรียนกำหนดจุดกระทบของลูกบนผนังให้สูงจากพื้นประมาณ 1.50-1.60 เมตร</p>	
 	
<p>2. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติจำนวน 3 รอบ ๆ ละ 10 ครั้ง</p>	
<p>สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่าย</p>	
<p>1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p>	
<p>1.1 ให้ผู้เรียนอยู่ในท่าเตรียมพร้อมส่งลูก ห่างจากเส้นส่งลูก 2-3 นิ้ว หรือ 60-90 ซม. โดยไม่เหยียบเส้นใด ๆ</p>	
<p>1.2 ใช้ข้อมือสวิงและใช้นิ้วโป้งควบคุมทิศทางให้หน้าไม้แรกเกิดกระทบกับลูกขนไก่ในระดับความสูงไม่เกิน 1.15 ม.จากพื้น ให้ลูกลอยข้ามตาข่ายตามที่คุณเรียนสร้างขึ้นมาจากอุปกรณ์ที่มีตามสถานการณ์ เช่น เชือก ราวตากผ้า เป็นต้น ไปตกยังบริเวณที่ห่างจากจุดเส้นสมมติเส้นส่งลูกสั้นของผู้ส่งลูกประมาณ 5.10 เมตร หรือประมาณ 7 ช่วงไม้แรกเกิด</p>	
	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>2.ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ จำนวน 5 รอบ ๆ ละ 10 ครั้ง</p> <p>3.ให้ผู้เรียนแยกฝึกเป็นเวลา 10-15 นาที</p>	
4.ชั้นนำไปใช้ (10 นาที)	4.ชั้นนำไปใช้ (10 นาที)
<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละสถานี ดังนี้</p> <p>4.1.1 สถานีที่ 1 ส่งลูกหลังมือกระทบผนัง ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง 1 รอบ โดยตีลูกหลังมือกระทบผนัง จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่าย ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.1.3 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอน เป็นผู้ประเมิน</p>	<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละสถานี แล้วส่งให้เพื่อนช่วยเพื่อนในกลุ่มคอยให้คำแนะนำเพิ่มเติม</p> <p>4.2 เมื่อผู้เรียนได้ผ่านการรับคำแนะนำและมีความพร้อมในการส่งคลิปวิดีโอแล้ว ให้ผู้เรียนปฏิบัติดังนี้</p> <p>4.2.1 ให้อัดคลิปการฝึกสถานีที่ 1 ส่งลูกหลังมือกระทบผนัง ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง 1 รอบ โดยให้ยื่นส่งลูกหลังมือกระทบผนัง จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.2.2 ให้อัดคลิปวิดีโอการฝึกสถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่าย ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.3 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอน เป็นผู้ประเมิน</p>
5.ขั้นสรุป (5 นาที)	
<p>5.1 ครูกล่าวชมเชยผู้เรียนที่ร่วมกิจกรรมอย่างตั้งใจ</p> <p>5.2 ครูสรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนซักถามข้อสงสัย</p> <p>5.3 ครูนัดหมายให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติแบบฝึกหัดที่ 7 นอกเวลาเรียนเพิ่มเติมเป็นเวลา 2 วัน / สัปดาห์ เพื่อเพิ่มความชำนาญ</p>	

8. สื่อการเรียนรู้

- 8.1 คลิปวิดีโอ เรื่อง “Backhand Serve”
- 8.2 คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 7
- 8.3 สื่อ powerpoint เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ
- 8.4 ใบงานแผนผังความคิด

9. การวัดและประเมินผล

ประเด็น การประเมิน	วิธีการ ประเมิน	เครื่องมือการ ประเมิน	เกณฑ์การ ผ่านประเมิน
ด้านความรู้ (K) ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะท่าทางการส่งลูกสั้นหลังมือได้อย่างถูกต้อง	การตอบ คำถาม	แบบประเมิน ชิ้นงาน (แผนผัง ความคิด)	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้นไป
ด้านทักษะ (P) ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมิน ทักษะการส่งลูก สั้นหลังมือ	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้นไป
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมกิจกรรม (ไม่เรื้อรัง) ตรงต่อเวลา (มีวินัย) มีมารยาทและการให้เกียรติผู้อื่นในระหว่างการเรียนรู้แบบมีต้น	การสังเกต	แบบประเมิน พฤติกรรม	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้นไป

เกณฑ์ประเมินชิ้นงาน (แผนผังความคิด)

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ		
	ดี(3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
เนื้อหา	ข้อมูลครบถ้วนทุกประเด็น หลากหลาย ถูกต้อง สมบูรณ์ ชัดเจน	มีข้อมูลที่ขาดไปเพียง 1-2 ประเด็น	ดำเนินการค้นคว้าข้อมูลที่ ต้องการได้เพียงบางส่วน
รูปแบบ	รูปแบบแผนผังความคิดมีประเด็นหลัก ประเด็นรองและประเด็นย่อยอย่าง ชัดเจน เข้าใจได้ง่าย	ขาดไปเพียง 1-2 ประเด็น ขาด องค์ประกอบของ รูปแบบแผนผังความคิด	ขาดองค์ประกอบของ รูปแบบแผนผังความคิด มากกว่า 2 ประเด็น
ความสวยงาม/สร้างสรรค์	รูปแบบมีความสวยงาม มีความคิด สร้างสรรค์ นำเสนอรูปแบบแปลกใหม่	รูปแบบสวยงาม	รูปแบบไม่สวยงาม มี ความคิดสร้างสรรค์น้อย

เกณฑ์การให้คะแนน

คะแนน 7-9 คะแนน หมายถึง ดี

คะแนน 4-6 คะแนน หมายถึง พอใช้

คะแนน 0-3 คะแนน หมายถึง ต้องปรับปรุงใหม่

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 10 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ

ชื่อ-สกุลผู้ประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

แบบประเมินสถานีที่ 1 ส่งลูกหลังมือกระทบผนัง

รายการประเมิน	ระดับคะแนน										รวม	เฉลี่ย	น้ำหนักคะแนน
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	ครั้งที่ 5	ครั้งที่ 6	ครั้งที่ 7	ครั้งที่ 8	ครั้งที่ 9	ครั้งที่ 10			
การยืน													
การจับไม้													
การตีลูก													
ทิศทางของลูก													
รวม													
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3) <input type="checkbox"/> ดี (2) <input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)												
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน												

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนนเฉลี่ย	ระดับคุณภาพ
10-12	ดีมาก (3)
7-9	ดี (2)
0-6	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 10 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ

สถานที่ 1 ส่งลูกหลังมือกระทบนั่ง

รายละเอียด ทักษะ	น้ำหนัก คะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าข้างเดียวกับที่จับแรกเกิดเป็นเท้าหน้า 2. ยื่นห่างจากผนัง 1.50 – 2 เมตร 3.เปิดเส้นเท้าหลังและถ่ายน้ำหนัก ไปที่เท้าหน้า	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.ใช้นิ้วโป้งวางแนบกับด้านแบน ของด้ามแรกเกิด 2.คว่ำมือลงและกดให้ส่วนหัว แรกเกิดอยู่ต่ำ และตั้งข้อศอกขึ้น 3.หัวไม้อยู่นำลำตัวในระดับหน้า ท้อง	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	1.ใช้หลังมือในการตีลูกเป็นส่วน ใหญ่ 2.ควบคุมน้ำหนักการตีลูกได้ ค่อนข้างคงที่ 3.ระดับความสูงของจุดกระทบบน ค่อนข้างคงที่เป็นส่วนใหญ่	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
4.ทิศทางของ ลูก	3	ลูกลอยกระทบนั่งอย่างต่อเนื่อง	8-10 ครั้ง	5-7 ครั้ง	0-4 ครั้ง

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 10 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

แบบประเมินสถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่าย

รายการประเมิน	ระดับคะแนน										รวม	เฉลี่ย	น้ำหนักคะแนน
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	ครั้งที่ 5	ครั้งที่ 6	ครั้งที่ 7	ครั้งที่ 8	ครั้งที่ 9	ครั้งที่ 10			
การยืน													
การจับไม้													
การตีลูก													
ทิศทางของลูก													
รวม													
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3) <input type="checkbox"/> ดี (2) <input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)												
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน												

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนนเฉลี่ย	ระดับคุณภาพ
10-12	ดีมาก (3)
7-9	ดี (2)
0-6	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 10 เรื่อง ส่องลูกสั้นหลังมือ

สถานที่ 2 ส่องลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่าย

รายละเอียด ทักษะ	น้ำหนัก คะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าข้างเดียวกับที่จับแร็กเกตอยู่ด้านหน้า 2. ยื่นห่างจากเส้นส่องลูกสั้น 2-3 นิ้ว (60-90 ซม.) ไม่เหยียบเส้นใด ๆ 3.เปิดเส้นเท้าหลังและถ่าน้ำหนักไปที่เท้าหน้า	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.ใช้นิ้วโป้งวางแนบกับด้านแบนของด้ามแร็กเกต 2.คว่ำมือลงและกดให้ส่วนหัวแร็กเกตอยู่ต่ำ และตั้งข้อศอกขึ้น 3.หัวไม้อยู่หน้าลำตัวในระดับหน้าท้อง	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	1.จับลูกบริเวณปลายขนไก่ ลักษณะจับมือ 2.หัวของลูกขนไก่ชี้เข้าหาตัว 3.ใช้ข้อมือสวิงหน้าไม้แร็กเกตผลักลูกที่ระดับความสูงไม่เกิน 1.15 ม.	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
4.ทิศทาง ของลูก	3	ลูกลอยไปยังจุดตกที่กำหนดได้ ห่างจากเส้นส่องลูกสั้น 5 เมตร	ลูกตก 8-10 ลูก	ลูกตก 5-7 ลูก	ลูกตก 0-4 ลูก

แบบประเมินด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด / ลง
ในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1. มีวินัย	1.ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของโรงเรียน 2.มีความตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ				
2. มุ่งมั่นในการทำงาน	1.เอาใจใส่ต่อการปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย				
	2.ตั้งใจและรับผิดชอบในการทำงานให้สำเร็จ				
	3.ปรับปรุงและพัฒนาการทำงานอย่างรอบคอบ				
	4.ทุ่มเท ทำงาน อุตทน ไม่ท้อต่อปัญหาและอุปสรรค				
	5.พยายามแก้ปัญหาและอุปสรรคในการทำงานให้สำเร็จ				
	6.ชื่นชมผลงานความสำเร็จด้วยความภาคภูมิใจ				
รวม					
ผลรวมทั้งหมด					
ระดับคุณภาพ					

ลงชื่อ..... ผู้ประเมิน

(นางสาวณัชชาภัทร ยุระหาร)

เกณฑ์การให้คะแนน

แสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้	4	คะแนน
แสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้	3	คะแนน
แสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้	2	คะแนน
แสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้	1	คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
26 - 32	ดีมาก (4)
19 - 25	ดี (3)
11 - 18	พอใช้ (2)
0 - 10	ปรับปรุง (1)

**แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน
และแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ
ที่มีต่อทักษะเบดมินตันของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4**

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 รหัสวิชา พ31101 ภาคเรียนที่ 1/2565
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ 1 คาบ/สัปดาห์

1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐาน

พ3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด

พ3.1 ม.4/1 วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่น
กีฬา

พ3.1 ม.4/2 ใช้ความสามารถของตนเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อ
ผู้อื่นและสังคม

พ3.1 ม.4/3 เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล/คู่มือกีฬาประเภททีมได้อย่างน้อย
1 ชนิด

มาตรฐาน

พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ
อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และ
ชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด

พ 3.2 ม.4/4 อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎกติกา กลวิธีต่าง ๆ ในระหว่าง
การเล่น การแข่งขันกีฬา

พ3.2 ม.4/5 แสดงออก ถึงการมีมารยาท ในการดู การเล่นและการแข่งขันกีฬา
ด้วยความมีน้ำใจ

2. สารสำคัญ

การส่งลูกหรือการเสิร์ฟเป็นวิธีการของการเริ่มเล่นในการเล่นหรือฝึกทักษะแบบต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเริ่มฝึกตีลูกแบบต่าง ๆ ตลอดจนเริ่มการแข่งขัน การส่งลูกจะส่งได้ทั้งลูกหน้ามือและหลังมือ ซึ่งสามารถส่งไปยังตำแหน่งทั้งคอร์ทหน้า (ลูกสั้น) หรือคอร์ทหลัง (ลูกยาว) ได้ การส่งลูกยาวหน้ามือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทเดี่ยว ส่วนการส่งลูกสั้นหลังมือนั้นเป็นที่นิยมในการแข่งขันแบดมินตันประเภทคู่ โดยการส่งลูกที่ดีจะต้องทำตามกติกาการส่งลูกได้อย่างถูกต้อง และการส่งลูกที่ดียังทำให้เป็นฝ่ายได้เปรียบในการแข่งขันอีกด้วย

3. สารการเรียนรู้

1. การยื่นเตรียมความพร้อมและการเคลื่อนที่
2. ทักษะการส่งลูก
3. กฎกติกาการส่งลูก
4. มารยาทและการมีน้ำใจนักกีฬา

4. จุดประสงค์การเรียนรู้

4.1 ด้านความรู้ (K)

- 4.1.1 ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะท่าทางการส่งลูกสั้นหลังมือได้อย่างถูกต้อง

4.2 ด้านทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

- 4.2.1 ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือได้อย่างถูกต้องตามกฎ กติกา

4.3 ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

- 4.3.1 ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมกิจกรรม ตรงต่อเวลา มีมารยาทและการให้เกียรติผู้อื่นในระหว่างการเรียนรู้แบดมินตัน ทั้งในฐานะผู้เล่นและผู้ชม


5. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- ความสามารถในการสื่อสาร ความสามารถในการคิด ความสามารถในการแก้ปัญหา
- ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี


6. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

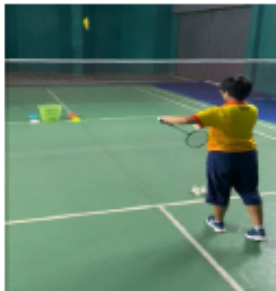
- รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์ สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้
- อยู่อย่างพอเพียง มุ่งมั่นในการทำงาน รักความเป็นไทย มีจิตสาธารณะ

7. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
1. ขั้นเตรียม (5 นาที)	
<p>1.1 ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 6 แถว</p>  <p style="text-align: center;">*หมายเหตุ : ในการเข้าแถวสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์*</p> <p>1.2 กล่าวทักทายผู้เรียน</p> <p>1.3 ครูสำรวจความพร้อมและตรวจสอบรายชื่อผู้เรียน</p> <p>1.4 ครูบอกความสำคัญของการอบอุ่นร่างกายและให้ผู้เรียนอบอุ่นร่างกายตามครูผู้สอน ดังนี้</p> <p>ท่าที่ 1 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านข้าง</p> <p>ท่าที่ 2 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหลัง</p> <p>ท่าที่ 3 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อคอด้านหน้า</p> <p>ท่าที่ 4 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อไหล่</p> <p>ท่าที่ 5 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นแขนด้านหลังและไหล่หลัง</p> <p>ท่าที่ 6 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อลำตัว สะโพกด้านข้างไหล่ และต้นขาด้านหลัง</p> <p>ท่าที่ 7 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลัง ต้นขาด้านใน ลำตัวข้าง และไหล่ด้านหน้า</p> <p>ท่าที่ 8 การยืดเหยียดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้าและหน้าแข้ง (ภาคผนวก ข รายละเอียดการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ)</p> <p>1.5 ให้ผู้เรียนยืดเหยียดกล้ามเนื้อผ่านกิจกรรมเกม "คว่ำ-หงาย" โดยมีวิธีการเล่น ดังนี้</p> <p>1.5.1 แบ่งผู้เรียน 2 กลุ่ม กำหนดให้ 1 กลุ่ม เป็นกลุ่มคว่ำ และอีกกลุ่มเป็นกลุ่มหงาย</p> <p>1.5.2 ครูผู้สอนวางกรวยทั้งแบบคว่ำและหงายกระจายให้ทั่วสนาม</p> <p>1.5.3 เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่ม ให้แต่ละกลุ่มจะต้องวิ่งไปคว้าหรือหงายกรวยตามที่กลุ่มได้รับมอบหมาย และเมื่อได้ยินสัญญาณอีกครั้ง ให้แต่ละกลุ่มหยุด กลุ่มที่มีกรวยของฝั่งตนเองมากที่สุดเป็นผู้ชนะ</p> <p style="text-align: center;">*หมายเหตุ : กิจกรรมเกมสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์*</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
2.ขั้นสอน (10 นาที)	
<p>2.1 ครูอธิบายความสำคัญของทักษะการส่งลูกยวหน้ามือและลักษณะท่าเตรียมความพร้อมของการส่งลูกยวหน้ามืออีกครั้ง</p> <p>2.2 ครูอธิบายกฎ กติกาการส่งลูกสำหรับการแข่งขันประเภทคู่ ดังนี้</p> <p>2.2.1 การเล่นประเภทคู่</p> <ul style="list-style-type: none"> -ผู้เล่นจะต้องส่งลูกและรับลูกในสนามส่งลูกด้านขวา เมื่อผู้ส่งลูกยังไม่ได้คะแนน หรือคะแนนที่ได้เป็นเลขคู่ในเกมนั้น -ผู้เล่นจะต้องส่งลูกและรับลูกในสนามส่งลูกด้านซ้าย เมื่อผู้ส่งลูกได้คะแนนเป็นเลขคู่ในเกมนั้น -ผู้เล่นฝ่ายรับที่ส่งลูกสุดท้ายจะต้องอยู่ในสนามส่งลูกเดิมจากที่ส่งลูกสุดท้าย คู่ของผู้รับจะใช้รูปแบบกลับกัน -ผู้เล่นฝ่ายรับซึ่งยืนอยู่ในสนามส่งลูกตรงข้ามแนวทแยงกับผู้ส่งลูกจะเป็นผู้รับ -ผู้เล่นจะต้องไม่เปลี่ยนสนามส่งลูก จนกว่าผู้เล่นจะได้คะแนนเมื่อฝ่ายตนเป็นผู้ส่งลูก -สิทธิ์ในการส่งลูกจะต้องเรียงลำดับตามนี้ <ol style="list-style-type: none"> 1. เริ่มจากผู้ส่งลูกคนแรก ซึ่งส่งลูกจากสนามส่งลูกด้านขวา 2. คนส่งลูกถัดไปคือ คู่ของผู้รับลูกคนแรก 3. คนส่งลูกถัดไปคือ คู่ของผู้ส่งลูกคนแรก 4. หลังจากนั้นผู้รับลูกคนแรกจะเป็นผู้ส่งลูก -กรณีส่งลูกหรือรับลูกผิดลำดับ ส่งลูกหรือรับลูกจากสนามส่งลูกที่ไม่ถูกต้อง ให้แก้ไขให้ถูกต้อง โดยไม่มีการเปลี่ยนแปลงคะแนน <p>2.3 ครูอธิบายพื้นที่สนามสำหรับการแข่งขันประเภทคู่</p> <p>2.4 มอบหมายให้ผู้เรียนสรุปความเข้าใจเกี่ยวกับการส่งลูกยวหน้ามือเป็นแผนผังความคิด โดยให้นำส่งในครั้งถัดไป</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
3.ขั้นฝึกปฏิบัติ (20 นาที)	
	<p>-จับกลุ่มให้ผู้เรียน โดยในกลุ่มจะมีเพื่อนที่มีความสามารถที่มากกว่าคอยช่วยเหลือเพื่อน</p> <p>-ให้ช่วยเหลือเพื่อนผ่านรูปแบบออนไลน์จากการดูคลิปการฝึกของเพื่อนหรือผ่านกิจกรรม Face to Face ในห้องเรียนตามสถานการณ์</p> <p>-ให้เพื่อนที่มีความสามารถมากกว่าชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 8 ก่อนที่จะเข้าชั้นเรียน</p>
<p>3.1 ให้ผู้เรียนชมคลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 8</p> <p>3.2 ให้ผู้เรียนซักถามเพิ่มเติมเกี่ยวกับแบบฝึกหัดที่ 8 และครูสาธิตให้ดูอีกรอบ</p> <p>3.3 ให้ผู้เรียนแต่ละคนไปฝึกปฏิบัติตามแบบฝึกหัดที่ 8 โดยมีแบบฝึกอยู่ 2 สถานี ได้แก่ สถานีที่ 1 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายลงจุดขวา สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายลงจุดซ้าย โดยแต่ละสถานีมีขั้นตอนการฝึก ดังนี้</p> <p style="padding-left: 40px;">สถานีที่ 1 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายลงเป้าขวา</p> <p style="padding-left: 40px;">1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p style="padding-left: 80px;">1.1 ให้ผู้เรียนอยู่ในท่าเตรียมความพร้อม</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="padding-left: 80px;">1.2 ให้ผู้เรียนส่งลูกสั้นหลังมือลอยข้ามตาข่ายตามที่ผู้เรียนสร้างขึ้นมาจากอุปกรณ์ที่มีตามสถานการณ์ เช่น เชือก ราวตากผ้า เป็นต้น ไปตกในตะกร้าที่วางไว้บริเวณมุมขวา ซึ่งห่างจากจุดเส้นสมมติเส้นส่งลูกสั้น 5.10 เมตร หรือประมาณ 7 ช่วงไม้แร็กเกต (ดังภาพประกอบ)</p> <p style="padding-left: 40px;">2. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ จำนวน 5 รอบ ๆ ละ 10 ครั้ง</p>	

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
<p>สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายลงเป้าซ้าย</p> <p>1. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ ดังนี้</p> <p>1.1 ให้ผู้เรียนอยู่ในท่าเตรียมความพร้อม</p>  <p>1.2 ให้ผู้เรียนส่งลูกสั้นหลังมือลอยข้ามตาข่ายตามที่ผู้เรียนสร้างขึ้นมาจากอุปกรณ์ที่มีตามสถานการณ์ เช่น เชือก รวดตากผ้า เป็นต้น ไปตกในตะกร้าที่วางไว้บริเวณมุมขวา ซึ่งห่างจากจุดเส้นสมมติเส้นส่งลูกสั้น 5.10 เมตร หรือประมาณ 7 ช่วงไม้แร็กเกต</p> <p>2. ให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ จำนวน 5 รอบ ๆ ละ 10 ครั้ง</p> <p>3. ให้ผู้เรียนแยกฝึกเป็นเวลา 10-15 นาที</p>	
4. ชี้นำไปใช้ (10 นาที)	4. ชี้นำไปใช้ (10 นาที)
<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละสถานี ดังนี้</p> <p>4.1.1 สถานีที่ 1 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายลงเป้าขวา ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง 1 รอบ โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.1.2 สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายลงเป้าซ้าย ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง 1 รอบ โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.1.3 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอนเป็นผู้ประเมิน</p>	<p>4.1 ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอการฝึกแต่ละสถานี แล้วส่งให้เพื่อนช่วยเพื่อนในกลุ่มคอยให้คำแนะนำเพิ่มเติม</p> <p>4.2 เมื่อผู้เรียนได้ผ่านการรับคำแนะนำและมีความพร้อมในการส่งคลิปวิดีโอแล้ว ให้ผู้เรียนปฏิบัติดังนี้</p> <p>4.2.1 ให้อัดคลิปการฝึกสถานีที่ 1 ตีส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายลงเป้าขวา ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง 1 รอบ โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p> <p>4.2.2 ให้อัดคลิปวิดีโอการฝึกสถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายลงเป้าซ้าย ให้ผู้เรียนอัดคลิปวิดีโอแบบต่อเนื่อง 1 รอบ โดยให้ปฏิบัติ 1 รอบ จำนวน 10 ครั้ง</p>

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	
การจัดการเรียนรู้แบบปกติ	การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน
	4.3 โดยการประเมินผลจะเป็นครูผู้สอนเป็นผู้ประเมิน
5.ขั้นสรุป (5 นาที)	
<p>5.1 ครูกล่าวชมเชยผู้เรียนที่ร่วมกิจกรรมอย่างตั้งใจ</p> <p>5.2 ครูสรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนซักถามข้อสงสัย</p> <p>5.3 ครูนัดหมายให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติแบบฝึกหัดที่ 8 นอกเวลาเรียนเพิ่มเติมเป็นเวลา 2 วัน / สัปดาห์ เพื่อเพิ่มความชำนาญ</p>	



8. สื่อการเรียนรู้

- 8.2 คลิปวิดีโอแบบฝึกหัดที่ 8
- 8.3 สื่อ powerpoint เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ
- 8.4 แบบทดสอบท้ายบทเรียน

9. การวัดและประเมินผล

ประเด็น การประเมิน	วิธีการ ประเมิน	เครื่องมือการ ประเมิน	เกณฑ์การ ผ่านประเมิน
ด้านความรู้ (K) ผู้เรียนอธิบายความสำคัญและลักษณะ ท่าทางการส่งลูกสั้นหลังมือได้อย่างถูกต้อง	ตรวจชิ้นงาน	แบบประเมิน ชิ้นงาน (ใบงาน)	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้นไป
ด้านทักษะ (P) ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะการส่งลูกสั้นหลัง มือได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมิน ทักษะการส่งลูก สั้นหลังมือ	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้นไป
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ผู้เรียนแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการ ร่วมกิจกรรม (ใฝ่เรียนรู้) ตรงต่อเวลา (มีวินัย) มีมารยาทและการให้เกียรติผู้อื่นในระหว่าง การเรียนแบบมินิตัน	การสังเกต	แบบประเมิน พฤติกรรม	ผ่านระดับคุณภาพ ดีขึ้นไป

แบบทดสอบท้ายบทเรียน
เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

➤ คำชี้แจง : ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของผู้เรียน

รายการ	ใช่	ไม่ใช่	แก้ไขที่ถูกต้อง
1. ในการส่งลูกสั้นหลังมือที่พบในการแข่งขันประเภทคู่ ในการแข่งขันแต่มีคู่ผู้เล่นเดี่ยวจะต้องยืนอยู่คอรัทซ้าย			
2. ในการส่งลูกสั้นหลังมือเข้าเล่น ผู้เล่นเดี่ยวจะต้องส่งลูกให้กับคู่ที่ยืนตรงข้ามกับผู้เล่นเดี่ยว			
3. กรณีส่งลูกหรือรับลูกผิดลำดับ ส่งลูกหรือรับลูกจากสนามส่งลูกที่ไม่ถูกต้องจะโดนตัดคะแนน			
4. ในการแข่งขันแต่มีคู่ จะต้องเสิร์ฟจากคอรัทซ้าย			
5. ในการส่งลูกสั้นหลังมือจังหวะหน้าไม้กับลูกชนไก่กระทบกันจะต้องมีระดับความสูงไม่เกิน 1.15 ม.			

เฉลยแบบทดสอบท้ายบทเรียน
เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

➤ คำชี้แจง : ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของผู้เรียน

รายการ	ใช่	ไม่ใช่	แก้ไขที่ถูกต้อง
1. ในการส่งลูกสั้นหลังมือที่พบในการแข่งขันประเภทคู่ ในการแข่งขันแต้มคู่ผู้เสิร์ฟจะต้องยืนอยู่คอร์ทซ้าย	/		ผู้เสิร์ฟจะต้องยืนอยู่คอร์ทขวา
2. ในการส่งลูกสั้นหลังมือเข้าเล่น ผู้เสิร์ฟจะต้องส่งลูกให้กับคู่ที่ยืนตรงข้ามกับผู้เสิร์ฟ	/		ผู้เสิร์ฟจะต้องส่งลูกให้กับคู่ที่ยืนเคียงกับผู้เสิร์ฟ
3. กรณีส่งลูกหรือรับลูกผิดลำดับ ส่งลูกหรือรับลูกจากสนามส่งลูกที่ไม่ถูกต้องจะโดนตัดคะแนน	/		กรณีส่งลูกหรือรับลูกผิดลำดับ ส่งลูกหรือรับลูกจากสนามส่งลูกที่ไม่ถูกต้อง ให้แก้ไขให้ถูกต้อง โดยไม่มีการเปลี่ยนแปลงคะแนน
4. ในการแข่งขันแต้มคู่ จะต้องเสิร์ฟจากคอร์ทซ้าย	/		
5. ในการส่งลูกสั้นหลังมือจังหวะหน้าไม้กับลูกชนไม้กระทบกันจะต้องมีระดับความสูงไม่เกิน 1.15 ม.	/		

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

แบบประเมินสถานที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายลงเข้าขวา

รายการประเมิน	ระดับคะแนน										รวม	เฉลี่ย	น้ำหนักคะแนน
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	ครั้งที่ 5	ครั้งที่ 6	ครั้งที่ 7	ครั้งที่ 8	ครั้งที่ 9	ครั้งที่ 10			
การยืน													
การจับไม้													
การตีลูก													
ทิศทางของลูก													
รวม													
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3) <input type="checkbox"/> ดี (2) <input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)												
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน												

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนนเฉลี่ย	ระดับคุณภาพ
10-12	ดีมาก (3)
7-9	ดี (2)
0-6	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 เรื่อง ส่องลูกสั้นหลังมือ

สถานีที่ 1 ส่องลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายลงเป้าขาว

รายละเอียด ทักษะ	น้ำหนัก คะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าข้างเดียวกับที่จับแรกเกิดอยู่ ด้านหน้า 2. ยืนห่างจากเส้นส่องลูกสั้น 2-3 นิ้ว (60-90 ซม.) ไม่เหยียบเส้นใด ๆ 3.เปิดเส้นเท้าหลังและถ่ายน้ำหนักไปที่ เท้าหน้า	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.ใช้นิ้วโป้งวางแนบกับด้านแบนของ ด้ามแรกเกิด 2.คว่ำมือลงและกดให้ส่วนหัวแรกเกิด อยู่ต่ำ และตั้งข้อศอกขึ้น 3.หัวไม้อยู่หน้าลำตัวในระดับหน้าท้อง	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	1.จับลูกบริเวณปลายขนไก่ ลักษณะ จับมือ 2.หัวของลูกขนไก่ชี้เข้าหาตัว 3.ใช้ข้อมือสวิงหน้าไม้แรกเกิดผลัด ลูกที่ระดับความสูงไม่เกิน 1.15 ม.	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
4.ทิศทางของ ลูก	3	ลูกลอยไปยังจุดเป้าขาวที่กำหนดไว้ ห่างจากเส้นส่องลูกสั้น 5.10 เมตร	ลูกตก 8-10 ลูก	ลูกตก 5-7 ลูก	ลูกตก 0-4 ลูก

แบบประเมินด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ

ชื่อ-สกุลผู้ประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

แบบประเมินสถานที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายลงบ่้าซ้าย

รายการประเมิน	ระดับคะแนน										รวม	เฉลี่ย	น้ำหนักคะแนน
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3	ครั้งที่ 4	ครั้งที่ 5	ครั้งที่ 6	ครั้งที่ 7	ครั้งที่ 8	ครั้งที่ 9	ครั้งที่ 10			
การยืน													
การจับไม้													
การตีลูก													
ทิศทางของลูก													
รวม													
ระดับคุณภาพ	<input type="checkbox"/> ดีมาก (3) <input type="checkbox"/> ดี (2) <input type="checkbox"/> ปรับปรุง (1)												
ผลการประเมิน	<input type="checkbox"/> ผ่าน <input type="checkbox"/> ไม่ผ่าน												

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

*หมายเหตุ : บัดเลขทศนิยมให้เป็นจำนวนเต็ม

ลงชื่อผู้ประเมิน.....

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนนเฉลี่ย	ระดับคุณภาพ
10-12	ดีมาก (3)
7-9	ดี (2)
0-6	ปรับปรุง (1)

เกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 เรื่อง ส่งลูกสั้นหลังมือ

สถานีที่ 2 ส่งลูกสั้นหลังมือข้ามตาข่ายลงเป้าซ้าย

รายละเอียดทักษะ	น้ำหนักคะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าข้างเดียวกับที่จับแรกเกิดอยู่ ด้านหน้า 2. ยืนห่างจากเส้นส่งลูกสั้น 2-3 นิ้ว (60-90 ซม.) ไม่เหยียบเส้นใด ๆ 3.เปิดเส้นเท้าหลังและถายน้ำหนักไปที่เท้าหน้า	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.ใช้นิ้วโป้งวางแนบกับด้านแบนของด้ามแรกเกิด 2.คว่ำมือลงและกดให้ส่วนหัวแรกเกิดอยู่ต่ำ และตั้งข้อศอกขึ้น 3.หัวไม้อยู่หน้าลำตัวในระดับหน้าท้อง	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	1.จับลูกบริเวณปลายชนไก่ ลักษณะจับมือ 2.หัวของลูกชนไก่ชี้เข้าหาตัว 3.ใช้ข้อมือสวิงหน้าไม้แรกเกิดผลักลูกที่ระดับความสูงไม่เกิน 1.15 ม.	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
4.ทิศทางของลูก	3	ลูกลอยไปยังจุดเป้าซ้ายที่กำหนดไว้ ห่างจากเส้นส่งลูกสั้น 5.10 เมตร	ลูกตก 8-10 ลูก	ลูกตก 5-7 ลูก	ลูกตก 0-4 ลูก

แบบประเมินด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด / ลง
ในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ชื่อ-สกุลผู้รับประเมิน..... รหัสนักเรียน..... ชั้น..... เลขที่.....

คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1. มีวินัย	1.ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของโรงเรียน 2.มีความตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ				
2. มุ่งมั่นในการทำงาน	1.เอาใจใส่ต่อการปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย				
	2.ตั้งใจและรับผิดชอบในการทำงานให้สำเร็จ				
	3.ปรับปรุงและพัฒนาการทำงานอย่างรอบคอบ				
	4.ทุ่มเท ทำงาน อุตทน ไม่ท้อต่อปัญหาและอุปสรรค				
	5.พยายามแก้ปัญหาและอุปสรรคในการทำงานให้สำเร็จ				
	6.ชื่นชมผลงานความสำเร็จด้วยความภาคภูมิใจ				
รวม					
ผลรวมทั้งหมด					
ระดับคุณภาพ					

ลงชื่อ..... ผู้ประเมิน

(นางสาวณัชชาภัทร ยุระหาร)

เกณฑ์การให้คะแนน

แสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4 คะแนน
แสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3 คะแนน
แสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2 คะแนน
แสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1 คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
26 - 32	ดีมาก (4)
19 - 25	ดี (3)
11 - 18	พอใช้ (2)
0 - 10	ปรับปรุง (1)



ภาคผนวก ง

แบบทดสอบทักษะการส่งลูก โดยพัฒนาจากบทดิษฐ์ บั้่นบ่ารุงกิจ (2554)

และเกณฑ์การประเมินแบบทดสอบทักษะการส่งลูก

แบบทดสอบทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ พัฒนาจากบดินทร์ บันบัวรุ่งกิจ (2554)

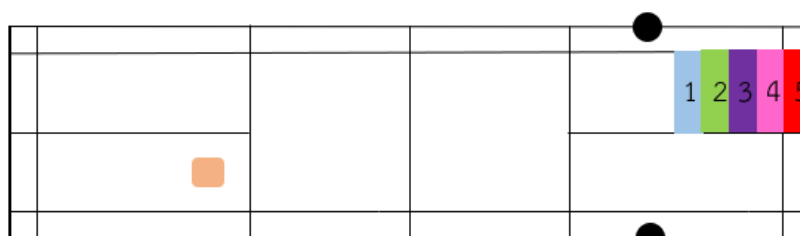
วัตถุประสงค์ : เพื่อวัดความสามารถในการส่งลูกยาวหน้ามือ

อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ

1. ไม้แบดมินตัน
2. ลูกขนไก่
3. สนามแบดมินตัน พร้อมตาข่าย
4. เทปกระดาษขาว
5. เสาสสูง 7 ฟุต
6. เชือก
7. ใบบันทีกคะแนน, เกณฑ์การประเมินทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ, แบบประเมินทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ

การเตรียมสนาม

1. แบ่งสนามออกเป็นช่องคะแนน โดยวัดจากเส้นหลังเข้ามาในสนาม 7, 14, 21, 28, 35 นิ้ว ตามลำดับ แล้วลากเส้นขนานกับเส้นหลัง
2. ใช้เทปกระดาษขาวกว้าง 1 นิ้ว ทำเป็นช่องคะแนน ตั้งเสาสสูง 7 ฟุต ห่างจากช่อง 1 คะแนนประมาณ 1 ฟุต
4. กำหนดคะแนนจากช่องหลังสุด จนถึงช่องหน้าสุด เป็น 5, 4, 3, 2, 1 ตามลำดับ ดังรูป



■ แทน ผู้รับการทดสอบ

● แทน เสาส 7 ฟุต

■ แทน 1 คะแนน

■ แทน 2 คะแนน

■ แทน 3 คะแนน

■ แทน 4 คะแนน

■ แทน 5 คะแนน

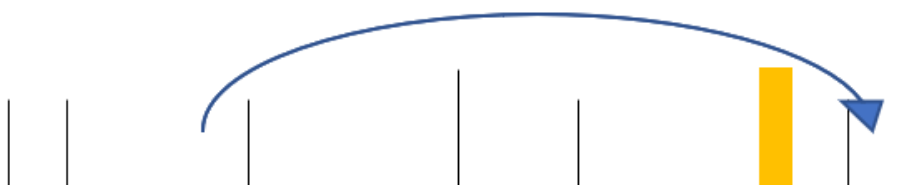
วิธีการทดสอบ

1. ผู้รับการทดสอบ ยืนฝั่งสนามส่งลูกด้านขวา ยืนห่างจากเส้นส่งลูกสั้นประมาณ 1 ฟุต และเส้นกลางประมาณ 6 นิ้ว ในบริเวณที่กำหนด
2. ผู้รับการทดสอบทำการส่งลูกยาวหน้ามือไปยังสนามส่งลูกด้านขวาของฝั่งตรงข้าม 10 ครั้ง
3. ในการส่งลูกแต่ละครั้ง ผู้รับการทดสอบต้องพยายามส่งลูกไปยังเป้าหมายอย่างถูกต้องตามที่ผู้ทดลองได้กำหนดไว้ โดยจะต้องใช้น้ำมือเท่านั้น
4. การส่งลูก ผู้รับการทดสอบจะต้องส่งลูกให้ข้ามผ่านเชือกที่เสาสสูง 7 ฟุต ไปตกยังเขตที่กำหนดคะแนนไว้

เกณฑ์การประเมินทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ

1. ประเมินตามเกณฑ์คะแนนรูบรีคตามที่ผู้ทดสอบได้สร้างขึ้นมา

ภาพแสดงวิถีของการส่งลูกยาวหน้ามือของผู้รับการทดสอบ



เกณฑ์การประเมินทักษะการส่งลูกยวหน้ามือ

รายละเอียดทักษะ	น้ำหนักคะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	1.เท้าข้างตรงข้ามกับที่จับแรกเกิดเป็นเท้าหน้า 2. ยื่นให้เท้าหน้าและเท้าหลังมีความห่างกันประมาณหัวไม้แรกเกิดวางระหว่างกลางของเท้าทั้งสองข้างได้ 3.ยื่นในลักษณะคล้ายตัว T	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	1.สันของด้ามไม้อยู่บริเวณร่องระหว่างนิ้วโป้งกับนิ้วชี้ คล้ายตัว v 2.นิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วก้อยกำรอบด้ามไม้ 3.นิ้วโป้งและนิ้วชี้คีบบริเวณส่วนโค้งของด้าม	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	1.จับลูกแบบใดแบบหนึ่ง (จับมือ/จับแกว่น้ำ) โดยยื่นลูกไปด้านหน้าปล่อยลูกจากมือ เหยียงไม้ข้างลำตัว 2.บิดสะโพก บิดปลายเท้าหลัง ถ่ายน้ำหนักไปที่เท้าหน้า สายตาโฟกัสลูก เหยียงแรกเกิดตีลูกในระดับความสูงไม่เกิน 1.15 ม. จากพื้นสนาม 3.ตีลูกลอยข้ามตาข่าย	ปฏิบัติ ตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
4.ทิศทางของลูก	3	ลูกตกลงในฝั่งของสนามที่กำหนดไว้ และตกลงยังช่องคะแนน	ตกช่อง 4-5 คะแนน	ตกช่อง 3 คะแนน	ลูตกช่อง 1-2 คะแนน

แบบทดสอบทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ พัฒนาจากบดินทร์ บันบำรุงกิจ (2554)

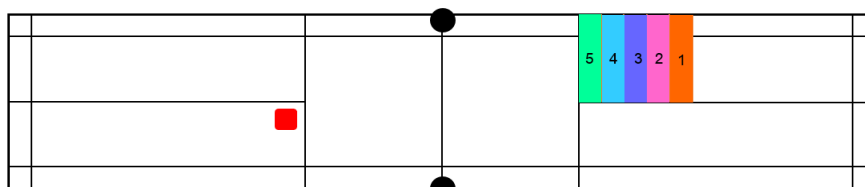
วัตถุประสงค์: เพื่อวัดความสามารถในการส่งลูกสั้นหลังมือ

อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ

1. ไม้แบดมินตัน
2. ลูกขนไก่
3. สนามแบดมินตัน พร้อมตาข่าย
4. เทปกระดาษขาว
5. เสาสสูง 7 ฟุต
6. เชือก
7. ใบบันทึกระยะแนบ, เกณฑ์การประเมินทักษะส่งลูกสั้นหลังมือ, แบบประเมินทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ

การเตรียมสนาม

1. แบ่งสนามออกเป็นช่องคะแนน โดยวัดจากเส้นส่งลูกสั้น เข้ามาในสนาม 6,12,18,24,30 นิ้ว ตามลำดับ แล้วลากเส้นขนานกับเส้นส่งลูกสั้น
2. ใช้เทปกระดาษขาวกว้าง 1 นิ้ว ทำเป็นเส้นจากเส้นส่งลูกสั้น เข้ามาด้านในของสนามส่งลูก
3. ตั้งเสาสสูง 7 ฟุตอยู่ติดกับตาข่าย มัดเชือกสูงจากขอบตาข่ายบน 20 นิ้ว เพื่อให้ผู้รับการทดสอบตีลูกขนไก่ให้ลอดไปตกในเขตที่กำหนดคะแนน
4. กำหนดคะแนนจากช่องหน้าสุด จนถึงช่องหลังสุด เป็น 5,4,3,2,1 ตามลำดับ ดังรูป



- | | |
|--|---|
| ■ แทน ผู้รับการทดสอบ | ■ แทน 5 คะแนน |
| ● แทน เสาสสูง 7 ฟุต | ■ แทน 4 คะแนน |
| | ■ แทน 3 คะแนน |
| | ■ แทน 2 คะแนน |
| | ■ แทน 1 คะแนน |

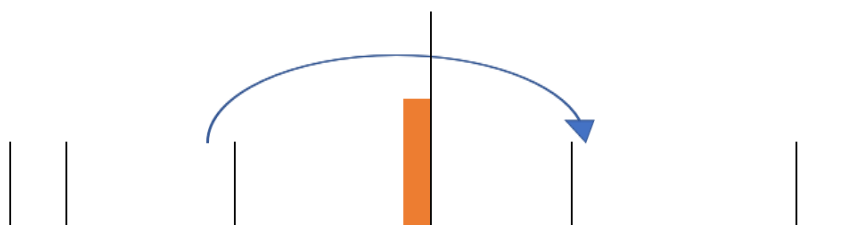
วิธีการทดสอบ

1. ผู้รับการทดสอบ ยืนฝั่งสนามส่งลูกด้านขวา ยืนห่างจากเส้นส่งลูกสั้นประมาณ 1 ฟุต และเส้นกลางประมาณ 6 นิ้ว
2. ผู้รับการทดสอบทำการส่งลูกสั้นไปยังสนามส่งลูกด้านขวาของฝั่งตรงข้าม 10 ครั้ง
3. ในการส่งลูกแต่ละครั้ง ผู้รับการทดสอบต้องพยายามส่งลูกไปยังเป้าหมายอย่างถูกต้องตามที่ผู้ทดลองได้กำหนดไว้ โดยจะต้องใช้หลังมือเท่านั้น
4. การส่งลูก ผู้รับการทดสอบจะต้องให้ลูกลอดผ่านเชือกที่ห่างจากขอบตาข่ายบน 20 นิ้ว ไปตกยังเขตที่กำหนดคะแนนไว้
5. ผู้ทดสอบเป็นผู้ตรวจสอบวิธีของลูกในการส่งลูกสั้นแต่ละครั้งว่าถูกต้องหรือไม่

เกณฑ์การประเมินทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ

1. ประเมินตามเกณฑ์คะแนนรูปรีดตามที่ผู้ทดสอบได้สร้างขึ้นมา

ภาพแสดงวิธีของการส่งลูกสั้นของผู้รับการทดสอบ



เกณฑ์การประเมินทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ

รายละเอียดทักษะ	น้ำหนักคะแนน	รายการประเมินการปฏิบัติ	ผลการประเมินปฏิบัติ		
			ดีมาก (3)	ดี (2)	ปรับปรุง (1)
1.การยื่น	3	<p>1.เท้าข้างเดียวกับที่จับแรกเกิดเป็นเท้าหน้า เท้าทั้งสองยื่นห่างกันเล็กน้อย</p> <p>2. ยื่นห่างจากเส้นส่งลูกสั้น 2-3 นิ้ว (60-90 ซม.) ไม่เหยียบเส้นใด ๆ</p> <p>3.เปิดสั้นเท้าหลังและถ่ายน้ำหนักไปที่เท้าหน้า</p>	ปฏิบัติตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
2.การจับไม้	3	<p>1.ใช้นิ้วโป้งวางแนบกับด้านแบนของด้ามแรกเกิด</p> <p>2.คว่ำมือลงและกดให้ส่วนหัวแรกเกิดอยู่ต่ำ และตั้งข้อศอกขึ้น</p> <p>3.หัวไม้อยู่หน้าลำตัวในระดับหน้าท้อง</p>	ปฏิบัติตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
3.การตีลูก	3	<p>1.จับลูกบริเวณปลายขนไก่ ลักษณะจับมือ</p> <p>2.สายตาโฟกัสลูก ใช้ข้อมือสวิงหน้าไม้แรกเกิดผลักลูกที่ระดับความสูงไม่เกิน 1.15 ม.</p> <p>3.ลูกลอยลอดช่องที่กำหนดไว้</p>	ปฏิบัติตาม 3 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 2 ข้อ	ปฏิบัติ ตาม 1 ข้อ
4.ทิศทางของลูก	3	ลูกตกลงในฝั่งของสนามที่กำหนดไว้ และตกลงยังช่องคะแนน	ตกช่อง 4-5 คะแนน	ตกช่อง 3 คะแนน	ลูตกช่อง 1-2 คะแนน

แบบประเมินทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ

รายวิชา.....รหัสวิชา.....ชั้น..... ภาคเรียนที่ ปีการศึกษา.....
โรงเรียน..... ครูผู้สอน.....

ลำดับ	รหัส นักเรียน	รายการประเมิน				รวม 12 คะแนน	ระดับ คุณภาพ	ผลการประเมิน	
		การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก			ผ่าน	ไม่ผ่าน

เกณฑ์การผ่านประเมิน ระดับคุณภาพดีขึ้นไป

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
10-12	ดีมาก (3)
7-9	ดี (2)
0-6	ปรับปรุง (1)



ภาคผนวก จ

ตารางคะแนนทักษะการส่งลูกก่อนทดลองและหลังทดลองของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 12 คะแนนทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ ก่อนทดลองและหลังทดลองของกลุ่มทดลอง

ลำดับ	ก่อนทดลอง					หลังทดลอง				
	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม
1	2	3	2	1	8	3	3	3	2	11
2	2	3	2	1	8	3	3	3	2	11
3	1	2	2	1	6	3	3	3	2	11
4	2	3	2	1	8	3	3	3	2	11
5	2	2	2	1	7	3	3	3	2	11
6	2	3	2	1	8	3	3	3	2	11
7	1	2	2	1	6	3	3	2	1	9
8	2	3	2	1	8	3	3	3	2	11
9	2	2	1	1	6	3	3	3	2	11
10	2	1	2	1	6	3	3	3	2	11
11	2	3	2	1	8	3	3	3	2	11
12	1	2	2	1	6	3	3	2	1	9
13	1	2	2	1	6	3	3	2	1	9
14	1	2	2	1	6	3	3	2	1	9
15	1	2	2	1	6	3	3	2	1	9
16	2	2	2	1	7	3	3	3	2	11
17	2	2	2	1	7	3	3	2	2	10
18	2	1	2	1	6	3	2	3	1	9
19	2	1	2	1	6	3	3	2	2	10
20	2	2	1	1	6	3	3	2	1	9
21	2	2	2	1	7	3	3	2	1	9
22	2	2	2	1	7	3	3	3	2	11
23	2	2	1	1	6	3	3	2	1	9
24	1	2	1	1	5	3	2	2	1	8
25	2	2	1	1	6	3	3	2	1	9
26	2	2	1	1	6	3	3	2	1	9
27	1	2	2	1	6	3	3	2	1	9

ตาราง 12 (ต่อ)

ลำดับ	ก่อนทดลอง					หลังทดลอง				
	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม
28	2	2	1	1	6	3	3	2	1	9
29	1	2	2	1	6	3	3	2	1	9
30	1	2	2	1	6	2	3	3	1	9
31	1	2	2	1	6	2	3	3	1	9
32	1	1	2	1	5	3	2	3	1	9
33	2	1	2	1	6	3	2	2	2	9
34	2	1	2	1	6	2	2	3	2	9
35	2	2	1	1	6	3	3	3	2	11
36	2	2	1	1	6	3	3	2	1	9
37	1	2	2	1	6	2	3	3	1	9
38	1	1	2	1	5	2	3	3	1	9
39	2	1	2	1	6	3	3	2	1	9
40	1	1	2	1	5	3	3	2	1	9
41	1	1	2	1	5	3	3	2	1	9
42	2	1	2	1	6	3	3	3	1	10
\bar{X}	1.62	1.88	1.79	1.00	6.29	2.88	2.88	2.50	1.40	9.67
S.D.	0.49	0.63	0.42	0.00	0.86	0.33	0.33	0.51	0.50	0.95

ตาราง 13 คะแนนทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ ก่อนทดลองและหลังทดลองของกลุ่มควบคุม

ลำดับ	ก่อนทดลอง					หลังทดลอง				
	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม
1	1	1	2	1	5	2	2	2	1	7
2	1	2	2	1	6	2	2	2	1	7
3	2	3	3	1	9	3	3	2	2	10
4	3	3	2	1	9	3	3	3	2	11
5	3	3	3	1	10	3	3	2	1	9
6	1	2	1	1	5	2	3	2	1	8
7	2	3	2	1	8	3	3	2	1	9
8	2	3	3	1	9	3	3	2	2	10
9	1	1	2	1	5	2	2	3	1	8
10	1	2	2	1	6	2	3	2	1	8
11	2	2	2	1	7	3	3	2	2	10
12	2	3	3	1	9	3	3	3	1	10
13	2	2	2	1	7	3	3	3	1	10
14	2	2	2	1	7	3	3	3	1	10
15	2	3	2	1	8	3	3	2	2	10
16	1	2	2	1	6	2	3	3	1	9
17	1	2	1	1	5	2	2	2	1	7
18	2	2	1	1	6	3	2	2	1	8
19	2	2	2	1	7	3	3	2	1	9
20	1	1	2	1	5	2	2	2	1	7
21	2	2	1	1	6	3	2	2	1	8
22	2	2	1	1	6	3	2	2	1	8
23	1	2	2	1	6	2	3	2	1	8
24	2	2	1	1	6	3	2	2	1	8
25	2	2	1	1	6	3	3	2	1	9
26	1	2	1	1	5	2	2	2	1	7
27	1	2	2	1	6	2	3	2	1	8

ตาราง 13 (ต่อ)

ลำดับ	ก่อนทดลอง					หลังทดลอง				
	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม
28	1	2	2	1	6	3	2	2	1	8
29	2	2	1	1	6	3	2	2	1	8
30	2	2	1	1	6	3	3	2	1	9
31	1	2	1	1	5	2	3	2	1	8
32	1	2	2	1	6	2	3	2	1	8
33	1	2	2	1	6	3	2	2	1	8
34	2	1	2	1	6	3	2	2	1	8
35	1	1	2	1	5	2	2	2	1	7
36	2	2	1	1	6	3	2	2	1	8
37	2	2	1	1	6	2	3	2	1	8
38	1	1	2	1	5	2	2	2	1	7
39	1	2	2	1	6	2	2	2	1	7
40	1	2	2	1	6	2	3	2	1	8
41	1	1	2	1	5	2	2	2	1	7
42	1	2	1	1	5	2	2	2	1	7
\bar{X}	1.55	2.00	1.76	1.00	6.31	2.52	2.52	2.14	1.12	8.31
S.D.	0.59	0.58	0.62	0.00	1.32	0.51	0.51	0.35	0.33	1.09

ตาราง 14 คะแนนทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ ก่อนทดลองและหลังทดลองของกลุ่มทดลอง

ลำดับ	ก่อนทดลอง					หลังทดลอง				
	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม
1	2	3	2	1	8	3	3	3	2	11
2	2	3	3	1	9	3	3	3	2	11
3	2	2	2	1	7	3	2	3	2	10
4	2	3	2	1	8	3	3	3	2	11
5	2	3	3	1	9	3	3	3	1	10
6	2	3	2	1	8	3	3	3	2	11
7	2	1	1	1	5	3	2	2	2	9
8	2	3	3	1	9	3	3	3	2	11
9	2	3	2	1	8	3	3	3	2	11
10	2	1	3	1	7	3	3	3	1	10
11	3	3	2	1	9	3	3	3	2	11
12	2	1	1	1	5	3	3	2	1	9
13	2	1	1	1	5	3	3	2	1	9
14	2	2	1	1	6	3	3	2	2	10
15	2	2	1	1	6	2	3	2	2	9
16	2	2	3	1	8	3	3	3	1	10
17	2	2	2	1	7	3	3	3	2	11
18	2	2	2	1	7	3	3	3	1	10
19	2	2	2	1	7	3	3	3	2	11
20	2	2	1	1	6	3	3	2	1	9
21	2	1	1	1	5	2	2	3	1	8
22	2	2	1	1	6	2	3	3	1	9
23	2	3	2	1	8	3	3	3	2	11
24	2	1	1	1	5	3	2	2	1	8
25	2	2	1	1	6	3	3	2	1	9
26	2	2	1	1	6	3	3	2	1	9
27	2	2	1	1	6	3	3	3	1	10

ตาราง 14 (ต่อ)


ลำดับ	ก่อนทดลอง					หลังทดลอง				
	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม
28	2	3	2	1	8	3	3	3	1	10
29	2	3	2	1	8	3	3	3	1	10
30	2	2	1	1	6	3	3	3	1	10
31	2	2	1	1	6	3	3	3	1	10
32	2	2	1	1	6	3	3	3	1	10
33	2	2	1	1	6	3	3	3	1	10
34	2	2	2	1	7	3	3	3	1	10
35	2	2	1	1	6	3	3	2	1	9
36	2	1	1	1	5	3	2	2	2	9
37	2	2	1	1	6	3	3	2	2	10
38	3	2	2	1	8	3	3	3	1	10
39	2	2	1	1	6	3	3	2	1	9
40	2	2	1	1	6	3	3	2	2	10
41	2	2	1	1	6	3	3	3	1	10
42	2	2	1	1	6	3	3	2	2	10
\bar{X}	2.05	2.10	1.57	1.00	6.71	2.93	2.88	2.64	1.43	9.88
S.D.	0.22	0.66	0.70	0.00	1.24	0.26	0.33	0.48	0.50	0.83

ตาราง 15 คะแนนทักษะการส่งลูกสั้นหลังมือ ก่อนทดลองและหลังทดลองของกลุ่มควบคุม

ลำดับ	ก่อนทดลอง					หลังทดลอง				
	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม
1	2	2	1	1	6	2	2	3	1	8
2	2	2	1	1	6	2	2	3	1	8
3	3	2	3	1	9	3	3	3	1	10
4	2	3	2	1	8	3	3	2	2	10
5	2	2	3	1	8	3	2	3	2	10
6	2	2	1	1	6	3	2	2	1	8
7	2	2	1	1	6	3	3	2	1	9
8	2	3	2	1	8	3	3	3	2	11
9	2	2	3	1	8	2	3	3	1	9
10	2	1	1	1	5	2	2	2	1	7
11	2	1	1	1	5	2	2	2	1	7
12	2	3	2	1	8	3	3	3	2	11
13	2	3	2	1	8	3	3	3	1	10
14	2	3	2	1	8	3	3	2	1	9
15	2	3	2	1	8	3	3	3	1	10
16	2	3	2	1	8	3	3	3	1	10
17	2	2	2	1	7	3	3	3	1	10
18	2	2	1	1	6	2	3	3	1	9
19	2	2	1	1	6	2	2	3	1	8
20	2	1	1	1	5	3	2	3	1	9
21	2	2	1	1	6	3	3	3	1	10
22	2	2	1	1	6	2	3	3	1	9
23	2	2	1	1	6	2	2	3	1	8
24	2	2	2	1	7	3	2	3	1	9
25	2	3	2	1	8	3	3	3	1	10
26	2	2	2	1	7	2	3	3	1	9
27	2	3	2	1	8	3	3	3	1	10

ตาราง 15 (ต่อ)

ลำดับ	ก่อนทดลอง					หลังทดลอง				
	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม	การ ยื่น	การ จับไม้	การ ตีลูก	ทิศทาง ของลูก	รวม
28	2	3	2	1	8	3	3	3	1	10
29	2	1	1	1	5	3	2	2	1	8
30	2	1	1	1	5	3	2	2	1	8
31	2	2	1	1	6	3	2	2	1	8
32	2	1	1	1	5	2	2	2	1	7
33	2	2	1	1	6	3	2	3	1	9
34	2	1	1	1	5	2	3	2	1	8
35	2	2	1	1	6	2	3	3	1	9
36	2	1	1	1	5	3	2	2	1	8
37	2	2	1	1	6	3	3	2	1	9
38	2	3	2	1	8	3	3	2	2	10
39	2	2	2	1	7	3	2	3	1	9
40	2	2	2	1	7	3	2	3	1	9
41	2	3	2	1	8	2	3	2	1	8
42	2	2	2	1	7	2	3	2	1	8
\bar{X}	2.02	2.10	1.57	1.00	6.69	2.64	2.57	2.62	1.12	8.95
S.D.	0.15	0.69	0.63	0.00	1.20	0.48	0.50	0.49	0.33	1.03



ภาคผนวก จ

ดัชนีความสอดคล้อง IOC (Index of Item-Objective Congruence)
เพื่อหาคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาและสัอวดิทัศน์ โดยผู้เชี่ยวชาญ



ผลการประเมินเครื่องมือจากผู้เชี่ยวชาญ

เพื่อความเข้าใจของผู้ที่จะนำวิจัยเล่มนี้ไปศึกษาต่อ ผู้วิจัยได้จำแนกแบบประเมินเครื่องมือวิจัย จำนวน 3 เครื่องมือ ดังนี้

- 1.แบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน
- 2.แบบประเมินสื่อการสอน ประเภท สื่อวีดิทัศน์
- 3.แบบประเมินแบบทดสอบทักษะการส่งลูก

ส่วนที่ 1 แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน

ผู้วิจัยได้ได้หาคุณภาพของเครื่องมือด้านความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา จากการวิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Congruence: IOC) จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน และพิจารณาเกณฑ์สอดคล้องตั้งแต่ 0.50 ถึง 1.00 โดยพิจารณาเกณฑ์ดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด,2556)

ให้คะแนน +1	หมายถึง	ข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้อง
ให้คะแนน 0	หมายถึง	ไม่แน่ใจหรือตัดสินใจไม่ได้
ให้คะแนน -1	หมายถึง	ข้อคำถามนั้นไม่มีความสอดคล้อง

ตาราง 16 ดัชนีความสอดคล้อง IOC (Index of Item-Objective Congruence) เพื่อหาคุณภาพ
แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาทั้งฉบับ ซึ่งมีผลดังต่อไปนี้

รายการ	ค่าIOC	แปลผล
1.ด้านเป้าหมายการเรียนรู้	1	สอดคล้อง
2.ด้านสาระสำคัญ	0.8	สอดคล้อง
3.ด้านสาระการเรียนรู้	0.8	สอดคล้อง
4.ด้านจุดประสงค์การเรียนรู้	0.93	สอดคล้อง
5.ด้านเนื้อหา	0.8	สอดคล้อง
6.ด้านกิจกรรมการเรียนรู้	0.8	สอดคล้อง
7.ด้านสื่อ/แหล่งเรียนรู้	0.8	สอดคล้อง
8.ด้านการวัดและประเมินผล	0.8	สอดคล้อง
รวม	0.84	สอดคล้อง

ส่วนที่ 2 ผลการประเมินสื่อการสอน ประเภทสื่อวีดิทัศน์

ผู้วิจัยได้หาคุณภาพของเครื่องมือด้านความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา จากการวิเคราะห์หาค่าดัชนี
ความสอดคล้อง (Index of Congruence: IOC) จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 6 ท่าน โดย 3 ท่าน
พิจารณาด้านเนื้อหา และอีก 3 ท่าน พิจารณาด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา และพิจารณาเกณฑ์
สอดคล้องตั้งแต่ 0.50 ถึง 1.00 โดยพิจารณาเกณฑ์ดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด, 2556)

- ให้คะแนน +1 หมายถึง ข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้อง
- ให้คะแนน 0 หมายถึง ไม่แน่ใจหรือตัดสินใจไม่ได้
- ให้คะแนน -1 หมายถึง ข้อคำถามนั้นไม่มีความสอดคล้อง

ตาราง 17 ดัชนีความสอดคล้อง IOC (Index of Item-Objective Congruence) เพื่อหาคุณภาพ
 สื่อวิทัศน์ ซึ่งมีผลดังต่อไปนี้

รายการ	ค่าIOC	แปลผล
<u>สื่อวิทัศน์แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4</u>		
1.ด้านเนื้อหา	0.83	สอดคล้อง
2. ด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา	0.82	สอดคล้อง
<u>สื่อวิทัศน์แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5</u>		
1.ด้านเนื้อหา	0.89	สอดคล้อง
2. ด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา	0.88	สอดคล้อง
<u>สื่อวิทัศน์แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6</u>		
1.ด้านเนื้อหา	0.89	สอดคล้อง
2. ด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา	0.91	สอดคล้อง
<u>สื่อวิทัศน์แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7</u>		
1.ด้านเนื้อหา	0.94	สอดคล้อง
2. ด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา	0.94	สอดคล้อง
<u>สื่อวิทัศน์แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8</u>		
1.ด้านเนื้อหา	0.94	สอดคล้อง
2. ด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา	0.94	สอดคล้อง
<u>สื่อวิทัศน์แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9</u>		
1.ด้านเนื้อหา	0.94	สอดคล้อง
2. ด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา	0.91	สอดคล้อง
<u>สื่อวิทัศน์แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 10</u>		
1.ด้านเนื้อหา	0.94	สอดคล้อง
2. ด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา	0.97	สอดคล้อง
<u>สื่อวิทัศน์แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11</u>		
1.ด้านเนื้อหา	0.94	สอดคล้อง
2. ด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา	0.91	สอดคล้อง

ส่วนที่ 3 ผลการประเมินแบบทดสอบทักษะการส่งลูก

ผู้วิจัยได้หาคุณภาพของเครื่องมือด้านความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา จากการวิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Congruence: IOC) จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน และพิจารณาเกณฑ์สอดคล้องตั้งแต่ 0.50 ถึง 1.00 โดยพิจารณาเกณฑ์ดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด, 2556)

- ให้คะแนน +1 หมายถึง ข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้อง
 ให้คะแนน 0 หมายถึง ไม่แน่ใจหรือตัดสินใจไม่ได้
 ให้คะแนน -1 หมายถึง ข้อคำถามนั้นไม่มีความสอดคล้อง

ตาราง 18 ดัชนีความสอดคล้อง IOC (Index of Item-Objective Congruence) เพื่อหาคุณภาพแบบทดสอบทักษะการส่งลูก ซึ่งมีผลดังต่อไปนี้

รายการ	ค่า IOC	แปลผล
ทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ		
1. การยื่น	0.67	สอดคล้อง
2. การจับไม้	1.00	สอดคล้อง
3. การตีลูก	0.67	สอดคล้อง
4. ทิศทางของลูก	1.00	สอดคล้อง
รวม	0.84	สอดคล้อง
ทักษะการส่งลูกยาวหน้ามือ		
1. การยื่น	0.67	สอดคล้อง
2. การจับไม้	1.00	สอดคล้อง
3. การตีลูก	1.00	สอดคล้อง
4. ทิศทางของลูก	1.00	สอดคล้อง
รวม	0.89	สอดคล้อง



ภาคผนวก ช

รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือ

รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือ

1. ผศ.เจียมศักดิ์ พานิชชัยกุล อาจารย์คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (ข้าราชการบำนาญ)
2. ดร.ธัญมา หลงสยพัฒน์ อาจารย์ภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. ดร.ภาณุ กุศลวงศ์ อาจารย์ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
4. ผศ.ดร.ระพีพัฒน์ เตือนเพ็ญศรี อาจารย์ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
5. ผศ.ดร.ขวัญหญิง ศรีประเสริฐภาพ อาจารย์ภาควิชาเทคโนโลยีทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
6. ผศ.ดร.กนกรัตน์ จิรส์จจานุกูล อาจารย์ภาควิชาคณิตศาสตร์และคอมพิวเตอร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
7. ดร.ศิริพร ชอบสะอาด ครูชำนาญการพิเศษ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนบ้านสวน (จันอนุสรณ์)
8. นางขวัญจิตร บุญรัตน์บัณฑิต ครูชำนาญการพิเศษ กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี โรงเรียนบ้านสวน (จันอนุสรณ์)



ภาคผนวก ช

ใบรับรองจริยธรรมการวิจัยที่ทำในมนุษย์



หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยของข้อเสนอการวิจัย
เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยและยินยอม

หมายเลขข้อเสนอการวิจัย SWUEC-G- 290/2564E

ข้อเสนอการวิจัยนี้และเอกสารประกอบของข้อเสนอการวิจัยตามรายการแสดงด้านล่าง ได้รับการพิจารณาจาก คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแล้ว คณะกรรมการฯ มีความเห็นว่าข้อเสนอการวิจัยนี้จะดำเนินการมีความสอดคล้องกับหลักจริยธรรมสากล ตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับและข้อกำหนดภายในประเทศ จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยตามข้อเสนอการวิจัยนี้ได้

ชื่อโครงการวิจัยเรื่อง: ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบร่วมมือด้วยวิธีการเพื่อนช่วยเพื่อน ที่มีต่อทักษะการส่งลูกและหยอดลูกในรายวิชาเบดมินตันของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ชื่อผู้วิจัยหลัก: นางสาว ณัชชาภัทร ยุระหฺร

สังกัด: คณะพลศึกษา

เอกสารที่รับรอง:

1. แบบเสนอโครงการวิจัย
2. โครงการวิจัย
3. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย
4. หนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

เอกสารที่พิจารณาทบทวน

1. แบบเสนอโครงการวิจัย	ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 5 กรกฎาคม 2564
2. โครงร่างการวิจัย	ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 5 กรกฎาคม 2564
3. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย	ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 5 กรกฎาคม 2564
4. หนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย	ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 5 กรกฎาคม 2564

(ลงชื่อ).....

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. หินตแพทย์หญิงณปภา เอี่ยมจิรังกุล)

กรรมการและเลขานุการคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

(ลงชื่อ).....

(แพทย์หญิงสุวิพร ภัทรสุวรรณ)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

หมายเลขรับรอง : SWUEC/E/G-290/2564

วันที่ให้การรับรอง : 05/07/2564

วันหมดอายุใบรับรอง : 05/07/2565

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	นางสาวณัชชาภัทร ยุระหาร
วัน เดือน ปี เกิด	20 กุมภาพันธ์ 2537
สถานที่เกิด	ร้อยเอ็ด
วุฒิการศึกษา	พ.ศ.2559 การศึกษาระดับบัณฑิต สาขาการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา จากมหาวิทยาลัยบูรพา พ.ศ. 2565 การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

