

**ตารางมอบหมายงาน**  
**ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID – 19)**  
**โรงเรียนเคหะทุ่งสองห้องวิทยา 1 สำนักงานเขตหลักสี่ กรุงเทพมหานคร**  
**ระหว่างวันที่ 2 สิงหาคม 2564 - 30 กันยายน 2564 (ช่วงที่ 4)**  
**ครูผู้สอน นางสาวกนิษฐา พิรักษา**  
**รหัสวิชา..พ 21101..ชื่อวิชา.....สุขศึกษาและพลศึกษา...1...ระดับชั้นที่สอน....ม.1.....**

\*\*\*\*\*

วัน เดือน ปี ที่สอน	การมอบหมายงาน /ใบงาน / การบ้าน / ชิ้นงาน แบบฝึกหัด ฯลฯ	หมายเหตุ (สื่อ/แหล่งเรียนรู้)
2 ส.ค. 2564	<b>สัปดาห์ที่ 10</b> ให้นักเรียนศึกษา เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และพัฒนาการทางเพศ หน้า 48-49 ในชุดกิจกรรม จากนั้นทำกิจกรรมที่ 2 เรื่อง การป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศ ข้อ 1 และ 2 หน้า 52-53 ในชุดกิจกรรมวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ม.1	ชุดกิจกรรมวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ม.1 , กิจกรรมที่ 2 (ข้อ 4,5)
9 ส.ค. 2564	<b>สัปดาห์ที่ 11</b> ให้นักเรียนศึกษา เรื่อง การเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหว หน้า 135-139 ในชุดกิจกรรม จากนั้นทำกิจกรรม เรื่อง การเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหว ข้อ 1 หน้า 142 ในชุดกิจกรรมวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ม.1	ชุดกิจกรรมวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ม.1 , กิจกรรมการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหว ข้อ 1 หน้า 142
16 ส.ค. 2564	<b>สัปดาห์ที่ 12</b> ให้นักเรียนศึกษา เรื่อง การเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหว หน้า 135-139 ในชุดกิจกรรม จากนั้นให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการเคลื่อนไหว แบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และแบบบังคับสิ่งของ	ชุดกิจกรรมวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ม.1 หน้า 135-139
23 ส.ค. 2564	<b>สัปดาห์ที่ 13</b> ให้นักเรียนศึกษา เรื่อง การเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหว หน้า 140-141 ในชุดกิจกรรม จากนั้นทำกิจกรรม เรื่อง การเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหว ข้อ 2 หน้า 143 ในชุดกิจกรรมวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ม.1	ชุดกิจกรรมวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ม.1 , กิจกรรมการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหว ข้อ 2 หน้า 143
30 ส.ค.2564	<b>สัปดาห์ที่ 14</b> ให้นักเรียนทบทวน เรื่อง การเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหว หน้า 135-141 ในชุดกิจกรรม จากนั้นทำแบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบ หน้า 145-146 ในชุดกิจกรรม	ชุดกิจกรรมวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ม.1 หน้า 145-146

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

(นางสาวกนิษฐา พิรักษา)

ตำแหน่ง.....

- หมายเหตุ**
1. เอกสาร 1 ใบ/ 1 รายวิชา เท่านั้น
  2. เมื่อครูผู้สอนจัดทำรายละเอียดเรียบร้อยแล้วให้จัดส่งไปยังหัวหน้าสายชั้น เพื่อรวบรวมส่ง
- ฝ่ายบริหารต่อไป (ส่งเป็นไฟล์เท่านั้น)

**ตารางมอบหมายงาน**  
**ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID – 19)**  
**โรงเรียนเคหะทุ่งสองห้องวิทยา 1 สำนักงานเขตหลักสี่ กรุงเทพมหานคร**  
**ระหว่างวันที่ 2 สิงหาคม 2564 - 30 กันยายน 2564 (ช่วงที่ 4)**  
**ครูผู้สอน นางสาวกนิษฐา พิรักษา**

รหัสวิชา..พ 21101..ชื่อวิชา.....สุขศึกษาและพลศึกษา...1...ระดับชั้นที่สอน....ม.1.....

\*\*\*\*\*

วัน เดือน ปี ที่สอน	การมอบหมายงาน / ใบงาน / การบ้าน / ชิ้นงาน แบบฝึกหัด ฯลฯ	หมายเหตุ (สื่อ/แหล่งเรียนรู้)
6 ก.ย. 2564	สัปดาห์ที่ 15 ให้นักเรียนศึกษา เรื่อง กีฬาไทยและกีฬาสากล หน้า 148-149 ในชุดกิจกรรม จากนั้นทำใบงานที่ 1 เรื่อง ประโยชน์ของกีฬามวยไทย	ชุดกิจกรรมวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ม.1 , ใบงานที่ 1
13 ก.ย. 2564	สัปดาห์ที่ 16 ให้นักเรียนศึกษา เรื่อง กีฬาไทยและกีฬาสากล หน้า 150-155 ในชุดกิจกรรม จากนั้นทำใบงานที่ 2 เรื่อง กติกาการแข่งขันมวยไทย	ชุดกิจกรรมวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ม.1 , ใบงานที่ 2
20 ก.ย. 2564	สัปดาห์ที่ 17 ให้นักเรียนศึกษา เรื่อง กีฬาไทยและกีฬาสากล หน้า 163-167 ในชุดกิจกรรม จากนั้นให้นักเรียนฝึกปฏิบัติตาม ดังนี้ 1. การใช้หมัด 2. การชก 3. การใช้เท้า	ชุดกิจกรรมวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ม.1 หน้า 163-167
27 ก.ย. 2564	สัปดาห์ที่ 18 ให้นักเรียนศึกษา เรื่อง กีฬาไทยและกีฬาสากล หน้า 167-169 ในชุดกิจกรรม จากนั้นให้นักเรียนฝึกปฏิบัติตาม ดังนี้ 4. การใช้เข้า 5. การใช้ศอก พร้อมบันทึกผลลงในตารางแล้วตอบคำถาม หน้า 171	ชุดกิจกรรมวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ม.1 หน้า 167-169, บันทึกผลลงในตารางแล้วตอบคำถาม หน้า 171

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

(นางสาวกนิษฐา พิรักษา)

ตำแหน่ง.....

หมายเหตุ 1. เอกสาร 1 ใบ/ 1 รายวิชา เท่านั้น  
2. เมื่อครูผู้สอนจัดทำรายละเอียดเรียบร้อยให้จัดส่งไปยังหัวหน้าสายชั้น เพื่อรวบรวมส่งฝ่ายบริหารต่อไป (ส่งเป็นไฟล์เท่านั้น)