



บทเรียนสำเร็จรูป กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ชุด การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค เล่มที่ 1 สมรรถภาพทางกาย จัดทำขึ้นเพื่อให้ นักเรียนได้ค้นคว้าหาความรู้และหาคำตอบด้วยตนเอง เกี่ยวกับความหมายของสมรรถภาพทางกาย องค์ประกอบสมรรถภาพทางกาย และประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย เป็นคู่มือให้ นักเรียนได้ศึกษาแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง เนื้อหา มีภาพประกอบสีสันสวยงาม นักเรียนเพลิดเพลินกับการเรียนและส่งเสริมนิสัยรักการอ่าน ส่งผลให้การเรียนรู้ของนักเรียนมีประสิทธิภาพ บรรลุวัตถุประสงค์ตามหลักสูตรและยกระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนสูงขึ้น

บทเรียนสำเร็จรูปนี้ ประกอบไปด้วยคำแนะนำการใช้บทเรียนสำเร็จรูป สำหรับครูและนักเรียน จุดประสงค์การเรียนรู้ เนื้อหาบทเรียน แบบทดสอบก่อนเรียน และหลังเรียน ทำให้นักเรียนมีโอกาสศึกษาบทเรียนด้วยตนเองได้ ทั้งในและนอกเวลาเรียน

ผู้จัดทำหวังว่าบทเรียนสำเร็จรูปชุดนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อการจัดการเรียนการสอนวิชาสุขศึกษา ระดับประถมศึกษาตอนปลาย และเป็นประโยชน์ต่อผู้สนใจศึกษาค้นคว้าทั่วไป

นาริน ศรีสาคร



เรื่อง	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
แผนภูมิการใช้บทเรียนสำเร็จรูป	ค
คำแนะนำการใช้บทเรียนสำเร็จรูปสำหรับครู	1
คำแนะนำการใช้บทเรียนสำเร็จรูปสำหรับนักเรียน	2
สาระ มาตรฐานการเรียนรู้และสาระสำคัญ	3
จุดประสงค์การเรียนรู้	4
แบบทดสอบก่อนเรียน	5
เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน	8
กรอบที่ 1 ความสำคัญของสมรรถภาพทางกาย	9
กรอบที่ 2 องค์ประกอบของสมรรถภาพทางกาย	12
กรอบที่ 3 ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย	16
แบบฝึกหัดท้ายบทเรียน	21
เฉลยแบบฝึกหัดท้ายบทเรียน	22
แบบทดสอบหลังเรียน	23
เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน	26
เกณฑ์การให้คะแนน	26
บรรณานุกรม	27

แผนภูมิขั้นตอนการเรียนรู้ด้วยบทเรียนสำเร็จรูป กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ชุด การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

