



ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางต้องรู้และควรรู้
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

กลุ่มพัฒนาหลักสูตรและมาตรฐานการเรียนรู้
สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ
๑๕ สิงหาคม ๒๕๕๙

สรุปตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางต้องรู้และควรรู้
 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

ชั้น	ตัวชี้วัดทั้งหมด	ต้องรู้	ควรรู้	หมายเหตุ
ป.๑	๑๕	๘	๗	
ป.๒	๒๑	๑๑	๑๐	
ป.๓	๑๘	๙	๙	
ป.๔	๑๙	๑๓	๖	
ป.๕	๒๕	๑๒	๑๓	
ป.๖	๒๒	๖	๑๖	
ม.๑	๒๓	๑๗	๖	
ม.๒	๒๕	๑๕	๑๐	
ม.๓	๒๔	๑๒	๑๒	
ม.๔-๖	๒๙	๑๒	๑๗	
รวม	๒๒๑	๑๑๕	๑๐๖	

ข้อมูล ณ วันที่ ๑๕ สิงหาคม ๒๕๕๙

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางต้องรู้และควรรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ป.๑	๑	พ ๑.๑ ป.๑/๑	อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอก	<ul style="list-style-type: none"> ลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอกที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการไปตามวัย - ตา หู คอ จมูก ฝ่ามือ ฝ่าเท้า เล็บ ผิวหนัง ฯลฯ - อวัยวะในช่องปาก (ปาก ลิ้น ฟัน เหงือก) 		✓
	๒	พ ๑.๑ ป.๑/๒	อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายนอก	<ul style="list-style-type: none"> การดูแลรักษาอวัยวะภายนอก - ตา หู คอ จมูก ปาก ลิ้น ฟัน ฝ่ามือ ฝ่าเท้า เล็บ ผิวหนัง ฯลฯ - อวัยวะในช่องปาก (ปาก ลิ้น ฟัน เหงือก) 	✓	
	๓	พ ๒.๑ ป.๑/๑	ระบุสมาชิกในครอบครัวและความรักความผูกพันของสมาชิกที่มีต่อกัน	<ul style="list-style-type: none"> สมาชิกในครอบครัว ความรักความผูกพันของสมาชิกในครอบครัว 		✓
	๔	พ ๒.๑ ป.๑/๒	บอกสิ่งที่ชื่นชอบ และภาคภูมิใจในตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> สิ่งที่ชื่นชอบและความภาคภูมิใจในตนเอง (จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง) 		✓
	๕	พ ๒.๑ ป.๑/๓	บอกลักษณะความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิง	<ul style="list-style-type: none"> ลักษณะความแตกต่างของเพศชายเพศหญิง - ร่างกาย - อารมณ์ - ลักษณะนิสัย 		✓
	๖	พ ๓.๑ ป.๑/๑	เคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ	<ul style="list-style-type: none"> ธรรมชาติของการเคลื่อนไหวร่างกายในชีวิตประจำวัน - แบบอยู่กับที่ เช่น นั่ง ยืน ก้มเงย เอียงซ้าย - ขวา เคลื่อนไหวข้อมือ ข้อเท้า แขน ขา - แบบเคลื่อนที่ เช่น เดิน วิ่ง กระโดด กicking ตัว - แบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น จับ โยน เตาะ เคาะ 	✓	
	๗	พ ๓.๑ ป.๑/๒	เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ	<ul style="list-style-type: none"> กิจกรรมทางกายที่ใช้ในการเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ - การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด 		✓

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ป.๑	๘	พ ๓.๒ ป.๑/๑	ออกกำลังกาย และเล่นเกมตามคำแนะนำอย่างสนุกสนาน	<ul style="list-style-type: none"> ● การออกกำลังกายและการเล่นเกม เบ็ดเตล็ด 		✓
	๙	พ ๓.๒ ป.๑/๒	ปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเกมนตามคำแนะนำ	<ul style="list-style-type: none"> ● กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเกม เบ็ดเตล็ด 		✓
	๑๐	พ ๔.๑ ป.๑/๑	ปฏิบัติตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติตามคำแนะนำ	<ul style="list-style-type: none"> ● การปฏิบัติตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ 	✓	
	๑๑	พ ๔.๑ ป.๑/๒	บอกอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> ● ลักษณะอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง - ปวดศีรษะ - ตัวร้อน - มีน้ำมูก - ปวดท้อง - ผื่นคัน (หนังศีรษะ ผิวหนัง) - ฟกช้ำ ฯลฯ 	✓	
	๑๒	พ ๔.๑ ป.๑/๓	ปฏิบัติตามคำแนะนำเมื่อมีอาการเจ็บป่วย	<ul style="list-style-type: none"> ● วิธีปฏิบัติตามเมื่อมีอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง 	✓	
	๑๓	พ ๕.๑ ป.๑/๑	ระบุสิ่งที่ทำให้เกิดอันตรายที่บ้าน โรงเรียน และการป้องกัน	<ul style="list-style-type: none"> ● สิ่งที่ทำให้เกิดอันตรายภายในบ้านและโรงเรียน ● การป้องกันอันตรายภายในบ้านและโรงเรียน 	✓	
	๑๔	พ ๕.๑ ป.๑/๒	บอกสาเหตุและการป้องกันอันตรายที่เกิดจากการเล่น	<ul style="list-style-type: none"> ● อันตรายจากการเล่น - สาเหตุที่ทำให้เกิดอันตรายจากการเล่น - การป้องกันอันตรายจากการเล่น 	✓	
	๑๕	พ ๕.๑ ป.๑/๓	แสดงคำพูดหรือท่าทางขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้านและโรงเรียน	<ul style="list-style-type: none"> ● การขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้านและโรงเรียน - บุคคลที่ควรขอความช่วยเหลือ - คำพูดและท่าทางการขอความช่วยเหลือ 	✓	
รวม ๑๕ ตัวชี้วัด					๘	๗

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ป.๒	๑	พ ๑.๑ ป.๒/๑	อธิบายลักษณะ และหน้าที่ของอวัยวะภายใน	<ul style="list-style-type: none"> ● ลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายในที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการไปตามวัย (สมอง หัวใจ ตับ ไต ปอด กระเพาะอาหาร ลำไส้ ฯลฯ) 		✓
	๒	พ ๑.๑ ป.๒/๒	อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายใน	<ul style="list-style-type: none"> ● การดูแลรักษาอวัยวะภายใน <ul style="list-style-type: none"> - การระมัดระวังการกระแทก - การออกกำลังกาย - การกินอาหาร 	✓	
	๓	พ ๑.๑ ป.๒/๓	อธิบายธรรมชาติของชีวิตมนุษย์	<ul style="list-style-type: none"> ● ธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย 		✓
	๔	พ ๒.๑ ป.๒/๑	ระบุบทบาทหน้าที่ของตนเองและสมาชิกในครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> ● บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว <ul style="list-style-type: none"> - ตนเอง - พ่อ แม่ - พี่น้อง - ญาติ 		✓
	๕	พ ๒.๑ ป.๒/๒	บอกความสำคัญของเพื่อน	<ul style="list-style-type: none"> ● ความสำคัญของเพื่อน (เช่น พุดคุย ปรึกษา เล่น ฯลฯ) 		✓
	๖	พ ๒.๑ ป.๒/๓	ระบุพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ	<ul style="list-style-type: none"> ● พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ <ul style="list-style-type: none"> - ความเป็นสุภาพบุรุษ - ความเป็นสุภาพสตรี 		✓
	๗	พ ๒.๑ ป.๒/๔	อธิบายความภาคภูมิใจในความเป็นเพศหญิงหรือเพศชาย	<ul style="list-style-type: none"> ● ความภาคภูมิใจในเพศหญิงหรือเพศชาย 		✓
	๘	พ ๓.๑ ป.๒/๑	ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ	<ul style="list-style-type: none"> ● ลักษณะและวิธีการของการเคลื่อนไหวร่างกายแบบอยู่กับที่ เช่น กระโดด บิดตัว ดึง ผลัก แบบเคลื่อนที่ เช่น กระโดดเขย่ง ก้าวชิดก้าว วิ่งตามทิศทางที่กำหนด และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น คีบ ขว้าง ตี 	✓	
	๙	พ ๓.๑ ป.๒/๒	เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่วิธีเล่นอาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ	<ul style="list-style-type: none"> ● การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด และเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่วิธีเล่นอาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ 		✓
	๑๐	พ ๓.๒ ป.๒/๑	ออกกำลังกาย และเล่นเกมได้ด้วยตนเองอย่างสนุกสนาน	<ul style="list-style-type: none"> ● การออกกำลังกายและเล่นเกมเบ็ดเตล็ด ● ประโยชน์ของการออกกำลังกายและการเล่นเกม 		✓

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ป.๒	๑๑	พ ๓.๒ ป.๒/๒	ปฏิบัติตามกฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่นเป็นกลุ่ม	<ul style="list-style-type: none"> ● กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเป็นกลุ่ม 		✓
	๑๒	พ ๔.๑ ป.๒/๑	บอกลักษณะของการมีสุขภาพดี	<ul style="list-style-type: none"> ● ลักษณะของการมีสุขภาพดี <ul style="list-style-type: none"> - ร่างกายแข็งแรง - จิตใจร่าเริง แจ่มใส - มีความสุข - มีความปลอดภัย 	✓	
	๑๓	พ ๔.๑ ป.๒/๒	เลือกกินอาหารที่มีประโยชน์	<ul style="list-style-type: none"> ● อาหารที่มีประโยชน์และไม่เป็นประโยชน์ 		✓
	๑๔	พ ๔.๑ ป.๒/๓	ระบุของใช้และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> ● ของใช้และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ 	✓	
	๑๕	พ ๔.๑ ป.๒/๔	อธิบายอาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วย การบาดเจ็บ ที่อาจเกิดขึ้น	<ul style="list-style-type: none"> ● อาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วย <ul style="list-style-type: none"> - ตาแดง ท้องเสีย ฯลฯ ● อาการและวิธีป้องกันการบาดเจ็บ <ul style="list-style-type: none"> - ถูกของมีคม แมลงสัตว์กัดต่อย หกล้ม ฯลฯ 	✓	
	๑๖	พ ๔.๑ ป.๒/๕	ปฏิบัติตามคำแนะนำเมื่อมีอาการเจ็บป่วยและบาดเจ็บ	<ul style="list-style-type: none"> ● วิธีปฏิบัติตนเมื่อเจ็บป่วยและบาดเจ็บ 	✓	
	๑๗	พ ๕.๑ ป.๒/๑	ปฏิบัติตนในการป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นทางน้ำ และทางบก	<ul style="list-style-type: none"> ● อุบัติเหตุทางน้ำ และทางบก <ul style="list-style-type: none"> - สาเหตุของอุบัติเหตุทางน้ำและทางบก - วิธีการป้องกันอุบัติเหตุทางน้ำและทางบก 	✓	
	๑๘	พ ๕.๑ ป.๒/๒	บอกชื่อยาสามัญประจำบ้าน และใช้ยาตามคำแนะนำ	<ul style="list-style-type: none"> ● ยาสามัญประจำบ้าน <ul style="list-style-type: none"> - ชื่อยาสามัญประจำบ้าน - การใช้ยาตามความจำเป็นและลักษณะอาการ 	✓	
	๑๙	พ ๕.๑ ป.๒/๓	ระบุโทษของสารเสพติด สารอันตราย ใกล้เคียงตัวและวิธีการป้องกัน	<ul style="list-style-type: none"> ● สารเสพติดและสารอันตรายใกล้ตัว <ul style="list-style-type: none"> - โทษของสารเสพติดและสารอันตรายใกล้ตัว - วิธีป้องกัน 	✓	
	๒๐	พ ๕.๑ ป.๒/๔	ปฏิบัติตนตามสัญลักษณ์และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย	<ul style="list-style-type: none"> ● สัญลักษณ์และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย <ul style="list-style-type: none"> - ความหมายของสัญลักษณ์และป้ายเตือน 	✓	
	๒๑	พ ๕.๑ ป.๒/๕	อธิบายสาเหตุ อันตราย วิธีป้องกัน อัคคีภัยและแสดงการหนีไฟ	<ul style="list-style-type: none"> ● อัคคีภัย <ul style="list-style-type: none"> - สาเหตุของการเกิดอัคคีภัย - อันตรายซึ่งได้รับจากการเกิดอัคคีภัย - การป้องกันอัคคีภัย และการหนีไฟ 	✓	
	รวม ๒๑ ตัวชี้วัด					๑๑

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ป.๓	๑	พ ๑.๑ ป.๓/๑	อธิบายลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์	<ul style="list-style-type: none"> ● ลักษณะการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ที่มีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล - ลักษณะรูปร่าง - น้ำหนัก - ส่วนสูง 		✓
	๒	พ ๑.๑ ป.๓/๒	เปรียบเทียบการเจริญเติบโตของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน	<ul style="list-style-type: none"> ● เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย 	✓	
	๓	พ ๑.๑ ป.๓/๓	ระบุปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต	<ul style="list-style-type: none"> ● ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต - อาหาร - การออกกำลังกาย - การพักผ่อน 	✓	
	๔	พ ๒.๑ ป.๓/๑	อธิบายความสำคัญและความแตกต่างของครอบครัวที่มีต่อตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> ● ความสำคัญของครอบครัว ความแตกต่างของแต่ละครอบครัว - เศรษฐกิจ - สังคม - การศึกษา 		✓
	๕	พ ๒.๑ ป.๓/๒	อธิบายวิธีสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	<ul style="list-style-type: none"> ● วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน 		✓
	๖	พ ๒.๑ ป.๓/๓	บอกวิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิดทางเพศ	<ul style="list-style-type: none"> ● พฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิดทางเพศ (การแต่งกาย การเที่ยวกลางคืน การคบเพื่อน การเสพสารเสพติด ฯลฯ) ● วิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิดทางเพศ (ทักษะปฏิเสธและอื่น ๆ) 	✓	
	๗	พ ๓.๑ ป.๓/๑	ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง	<ul style="list-style-type: none"> ● การเคลื่อนไหวร่างกายแบบอยู่กับที่ เช่น ย่อยืด เขย่ง พับตัว เคลื่อนไหวลำตัว การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ เช่น เดินต่อเท้า เดินถอยหลัง กระโจน และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบ โดยมีการบังคับทิศทาง เช่น ดึง ขว้าง โยน และรับ ● วิธีการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายแบบต่าง ๆ อย่างมีทิศทาง 	✓	
	๘	พ ๓.๑ ป.๓/๒	เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นเกมที่เบ็ดเตล็ด	<ul style="list-style-type: none"> ● กิจกรรมทางกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นเกมที่เบ็ดเตล็ด 		✓

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ป.๓	๙	พ ๓.๒ ป.๓/๑	เลือกออกกำลังกาย การละเล่น พื้นเมือง และเล่นเกมที่เหมาะสมกับ จุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัด ของตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> ● แนวทางการเลือกออกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมืองและเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของแต่ละบุคคล 		✓
	๑๐	พ ๓.๒ ป.๓/๒	ปฏิบัติตามกฎ กติกาและข้อตกลง ของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> ● การออกกำลังกาย เกม และการละเล่นพื้นเมือง ● กฎ กติกาและข้อตกลง ในการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการละเล่นพื้นเมือง 		✓
	๑๑	พ ๔.๑ ป.๓/๑	อธิบายการติดต่อและวิธีการ ป้องกันการแพร่กระจายของโรค	<ul style="list-style-type: none"> ● การติดต่อและวิธีการป้องกัน การแพร่กระจายของโรค 	✓	
	๑๒	พ ๔.๑ ป.๓/๒	จำแนกอาหารหลัก ๕ หมู่	<ul style="list-style-type: none"> ● อาหารหลัก ๕ หมู่ 		✓
	๑๓	พ ๔.๑ ป.๓/๓	เลือกกินอาหารที่หลากหลาย ครบ ๕ หมู่ ในสัดส่วนที่เหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> ● การเลือกกินอาหารที่เหมาะสม <ul style="list-style-type: none"> - ความหลากหลายของชนิดอาหารในแต่ละหมู่ - สัดส่วนและปริมาณของอาหาร (ตามธงโภชนาการ) 	✓	
	๑๔	พ ๔.๑ ป.๓/๔	แสดงการแปร่งฟันให้สะอาด อย่างถูกวิธี	<ul style="list-style-type: none"> ● การแปร่งฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี (ครอบคลุมบริเวณขอบเหงือกและคอฟัน) 		✓
	๑๕	พ ๔.๑ ป.๓/๕	สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ ตามคำแนะนำ	<ul style="list-style-type: none"> ● การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ <ul style="list-style-type: none"> - วิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย - วิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ โดยการออกกำลังกาย การพักผ่อน และกิจกรรมนันทนาการ 	✓	
	๑๖	พ ๕.๑ ป.๓/๑	ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัย จากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียน และการเดินทาง	<ul style="list-style-type: none"> ● วิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียน และการเดินทาง 	✓	
	๑๗	พ ๕.๑ ป.๓/๒	แสดงวิธีขอความช่วยเหลือ จากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้าย หรืออุบัติเหตุ	<ul style="list-style-type: none"> ● การขอความช่วยเหลือจากบุคคล และแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้าย หรืออุบัติเหตุ 		✓
	๑๘	พ ๕.๑ ป.๓/๓	แสดงวิธีปฐมพยาบาล เมื่อบาดเจ็บ จากการเล่น	<ul style="list-style-type: none"> ● การบาดเจ็บจากการเล่น <ul style="list-style-type: none"> - ลักษณะของการบาดเจ็บ - วิธีปฐมพยาบาล (บาดเจ็บ ห้ามเลือด ฯลฯ) 	✓	
รวม ๑๘ ตัวชี้วัด					๙	๙

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ป.๔	๑	พ ๑.๑ ป.๔/๑	อธิบายการเจริญเติบโตและ พัฒนาการของร่างกายและจิตใจ ตามวัย	<ul style="list-style-type: none"> การเจริญเติบโตและพัฒนาการ ของร่างกายและจิตใจตามวัย (ในช่วงอายุ ๙ - ๑๒ ปี) 	✓	
	๒	พ ๑.๑ ป.๔/๒	อธิบายความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ	<ul style="list-style-type: none"> ความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ 	✓	
	๓	พ ๑.๑ ป.๔/๓	อธิบายวิธีดูแลกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ	<ul style="list-style-type: none"> วิธีดูแลรักษากล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ ให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ 	✓	
	๔	พ ๒.๑ ป.๔/๑	อธิบายคุณลักษณะของความเป็น เพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> คุณลักษณะของความเป็นเพื่อนและ สมาชิกที่ดีของครอบครัว 		✓
	๕	พ ๒.๑ ป.๔/๒	แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ ของตนตามวัฒนธรรมไทย	<ul style="list-style-type: none"> พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตน ตามวัฒนธรรมไทย 		✓
	๖	พ ๒.๑ ป.๔/๓	ยกตัวอย่างวิธีการปฏิเสธการกระทำ ที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสม ในเรื่องเพศ	<ul style="list-style-type: none"> วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตราย และไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ 	✓	
	๗	พ ๓.๑ ป.๔/๑	ควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะการ เคลื่อนไหวในลักษณะผสมผสานได้ ทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้ อุปกรณ์ประกอบ	<ul style="list-style-type: none"> การเคลื่อนไหวร่างกายแบบผสมผสาน ทั้งแบบอยู่กับที่ เช่น กระโดดหมุนตัว กระโดดเหยียดตัว แบบเคลื่อนที่ เช่น ซิกแซ็ก วิ่งเปลี่ยนทิศทาง ควบม้า และ แบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น บอล เชือก 		✓
	๘	พ ๓.๑ ป.๔/๒	ฝึกการบริหารท่ามือเปล่าประกอบ จังหวะ	<ul style="list-style-type: none"> การบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ 		✓
	๙	พ ๓.๑ ป.๔/๓	เล่นเกมเลียนแบบและกิจกรรม แบบผลิต	<ul style="list-style-type: none"> เกมเลียนแบบและกิจกรรมแบบผลิต 		✓
	๑๐	พ ๓.๑ ป.๔/๔	เล่นกีฬาพื้นฐานอย่างน้อย ๑ ชนิด	<ul style="list-style-type: none"> กีฬาพื้นฐาน เช่น แชร์บอล แอนด์บอล ห่วงข้ามตาข่าย 	✓	
	๑๑	พ ๓.๒ ป.๔/๑	ออกกำลังกาย เล่นเกม และกีฬา ที่ตนเองชอบและมีความสามารถ ในการวิเคราะห์ผลพัฒนาการของ ตนเองตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติ ของผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> การออกกำลังกาย เล่นเกม ตามความชอบ ของตนเองและเล่นกีฬาพื้นฐานร่วมกับ ผู้อื่น การวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเอง ในการออกกำลังกาย เล่นเกม และ เล่นกีฬาตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติ ของผู้อื่น คุณค่าของการออกกำลังกาย เล่นเกม และเล่นกีฬาที่มีต่อสุขภาพ 	✓	

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ป.๔	๑๒	พ ๓.๒ ป.๔/๒	ปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่นกีฬา พื้นฐานตามชนิดกีฬาที่เล่น	<ul style="list-style-type: none"> ● การปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นกีฬา พื้นฐานตามชนิดกีฬาที่เล่น 		✓
	๑๓	พ ๔.๑ ป.๔/๑	อธิบายความสัมพันธ์ระหว่าง สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> ● ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อม กับสุขภาพ ● การจัดสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะ และเอื้อต่อสุขภาพ 	✓	
	๑๔	พ ๔.๑ ป.๔/๒	อธิบายสภาวะอารมณ์ ความรู้สึก ที่มีผลต่อสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> ● สภาวะอารมณ์และความรู้สึก เช่น โกรธ หงุดหงิด เครียด เกลียด เสียใจ เศร้าใจ วิตกกังวล กลัว ก้าวร้าว อิจฉา ริษยา เบื่อหน่าย ท้อแท้ ดีใจ ชอบใจ รัก ชื่นชม สนุก สุขสบาย ● ผลที่มีต่อสุขภาพ ทางบวก : สดชื่น ยิ้มแย้ม แจ่มใส ร่าเริง ฯลฯ ทางลบ : ปวดศีรษะ ปวดท้อง เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย ฯลฯ 	✓	
	๑๕	พ ๔.๑ ป.๔/๓	วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและ ผลิตภัณฑ์สุขภาพ เพื่อการเลือกบริโภค	<ul style="list-style-type: none"> ● การวิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหาร และผลิตภัณฑ์สุขภาพ 	✓	
	๑๖	พ ๔.๑ ป.๔/๔	ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพ ทางกายตามผลการตรวจสอบ สมรรถภาพทางกาย	<ul style="list-style-type: none"> ● การทดสอบสมรรถภาพทางกาย ● การปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผล การทดสอบสมรรถภาพทางกาย 	✓	
	๑๗	พ ๕.๑ ป.๔/๑	อธิบายความสำคัญของการใช้ยา และใช้ยาอย่างถูกวิธี	<ul style="list-style-type: none"> ● ความสำคัญของการใช้ยา ● หลักการใช้ยา 	✓	
	๑๘	พ ๕.๑ ป.๔/๒	แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อได้รับ อันตรายจากการใช้ยาผิด สารเคมี แมลงสัตว์กัดต่อย และการบาดเจ็บ จากการเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> ● วิธีปฐมพยาบาล <ul style="list-style-type: none"> - การใช้ยาผิด - สารเคมี - แมลงสัตว์กัดต่อย - การบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา 	✓	
	๑๙	พ ๕.๑ ป.๔/๓	วิเคราะห์ผลเสียของการสูบบุหรี่ และการดื่มสุราที่มีต่อสุขภาพ และการป้องกัน	<ul style="list-style-type: none"> ● ผลเสียของการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา และการป้องกัน 	✓	
	รวม ๑๙ ตัวชี้วัด					๑๓

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ป.๕	๑	พ ๑.๑ ป.๕/๑	อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่าย ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ	<ul style="list-style-type: none"> ● ความสำคัญของระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ 		✓
	๒	พ ๑.๑ ป.๕/๒	อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ	<ul style="list-style-type: none"> ● วิธีดูแลรักษาระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ 	✓	
	๓	พ ๒.๑ ป.๕/๑	อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> ● การเปลี่ยนแปลงทางเพศ การดูแลตนเอง ● การวางตัวที่เหมาะสมกับเพศ ตามวัฒนธรรมไทย 		✓
	๔	พ ๒.๑ ป.๕/๒	อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัว ที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย	<ul style="list-style-type: none"> ● ลักษณะของครอบครัวที่อบอุ่น ตามวัฒนธรรมไทย (ครอบครัวขยาย การนับถือญาติ) 	✓	
	๕	พ ๒.๑ ป.๕/๓	ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และ ไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญห ความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	<ul style="list-style-type: none"> ● พฤติกรรมที่พึงประสงค์และ ไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญห ความขัดแย้งในครอบครัว 	✓	
	๖	พ ๓.๑ ป.๕/๑	จัดรูปแบบการเคลื่อนไหว แบบผสมผสาน และควบคุมตนเอง เมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหว ตามแบบที่กำหนด	<ul style="list-style-type: none"> ● การจัดรูปแบบการเคลื่อนไหวร่างกาย แบบผสมผสาน และการปฏิบัติ กิจกรรมทางกาย ทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ ตามแบบที่กำหนด เช่น การฝึกกายบริหาร ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐาน เป็นต้น 		✓
	๗	พ ๓.๑ ป.๕/๒	เล่นเกมนำไปสู่กีฬาที่เลือกและ กิจกรรมการเคลื่อนไหวแบบผลัด	<ul style="list-style-type: none"> ● เกมนำไปสู่กีฬาและกิจกรรมแบบผลัด ที่มีการตี เชี่ยว รับ-ส่งสิ่งของ ขว้าง และวิ่ง 		✓
	๘	พ ๓.๑ ป.๕/๓	ควบคุมการเคลื่อนไหวในเรื่อง การรับแรง การใช้แรง และความสมดุล	<ul style="list-style-type: none"> ● การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุล 		✓
	๙	พ ๓.๑ ป.๕/๔	แสดงทักษะกลไกในการปฏิบัติ กิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> ● ทักษะกลไกที่ส่งผลต่อการปฏิบัติ กิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา 		✓
	๑๐	พ ๓.๑ ป.๕/๕	เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล ประเภทบุคคลและประเภททีม อย่างละ ๑ ชนิด	<ul style="list-style-type: none"> ● การเล่นกีฬาไทย เช่น ตะกร้อวง วิ่งชักธง และกีฬาสากล เช่น กรีฑา ประเภทลู่ แบดมินตัน เปตอง ฟุตบอล เทเบิลเทนนิส วายน้ำ 	✓	
	๑๑	พ ๓.๑ ป.๕/๖	อธิบายหลักการ และเข้าร่วม กิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม	<ul style="list-style-type: none"> ● หลักการและกิจกรรมนันทนาการ 	✓	

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ป.๕	๑๒	พ ๓.๒ ป.๕/๑	ออกกำลังกายอย่างมีรูปแบบ เล่นเกมที่ใช้ทักษะการคิดและ ตัดสินใจ	<ul style="list-style-type: none"> หลักการและรูปแบบการออกกำลังกาย การออกกำลังกาย และการเล่นเกม เช่น เกมเบ็ดเตล็ด เกมเลียนแบบ เกมนำ และการละเล่นพื้นเมือง 	✓	
	๑๓	พ ๓.๒ ป.๕/๒	เล่นกีฬาที่ตนเองชอบอย่างสม่ำเสมอ โดยสร้างทางเลือกในวิธีปฏิบัติ ของตนเองอย่างหลากหลาย และมีน้ำใจนักกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล ประเภทบุคคลและทีมที่เหมาะสม กับวัยอย่างสม่ำเสมอ การสร้างทางเลือกในวิธีปฏิบัติ ในการเล่นกีฬาอย่างหลากหลาย และมีน้ำใจนักกีฬา 		✓
	๑๔	พ ๓.๒ ป.๕/๓	ปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล ตามชนิดกีฬาที่เล่น	<ul style="list-style-type: none"> กฎ กติกาในการเล่นเกมกีฬาไทย และกีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น วิธีการรุกและวิธีป้องกันในการเล่น กีฬาไทยและกีฬาสากลที่เล่น 		✓
	๑๕	พ ๓.๒ ป.๕/๔	ปฏิบัติตนตามสิทธิของตนเอง ไม่ละเมิดสิทธิผู้อื่นและยอมรับ ในความแตกต่างระหว่างบุคคล ในการเล่นและกีฬาไทย กีฬาสากล	<ul style="list-style-type: none"> สิทธิของตนเองและผู้อื่นในการเล่น และกีฬา ความแตกต่างระหว่างบุคคล ในการเล่นและกีฬา 		✓
	๑๖	พ ๔.๑ ป.๕/๑	แสดงพฤติกรรมที่เห็นความสำคัญ ของการปฏิบัติตนตามสุขบัญญัติ แห่งชาติ	<ul style="list-style-type: none"> ความสำคัญของการปฏิบัติตน ตามสุขบัญญัติแห่งชาติ 		✓
	๑๗	พ ๔.๑ ป.๕/๒	ค้นหาข้อมูลข่าวสารเพื่อใช้ สร้างเสริมสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> แหล่งและวิธีค้นหาข้อมูลข่าวสาร ทางสุขภาพ การใช้ข้อมูลข่าวสารในการสร้างเสริม สุขภาพ 	✓	
	๑๘	พ ๔.๑ ป.๕/๓	วิเคราะห์สื่อโฆษณาในการตัดสินใจ เลือกซื้ออาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ อย่างมีเหตุผล	<ul style="list-style-type: none"> การตัดสินใจเลือกซื้ออาหารและ ผลิตภัณฑ์สุขภาพ (อาหาร เครื่องสำอาง ผลิตภัณฑ์ดูแลสุขภาพ ในช่องปาก ฯลฯ) 		✓
	๑๙	พ ๔.๑ ป.๕/๔	ปฏิบัติตนในการป้องกันโรคที่พบบ่อย ในชีวิตประจำวัน	<ul style="list-style-type: none"> การปฏิบัติตนในการป้องกันโรค ที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน - ไข้หวัด - ไข้เลือดออก - โรคผิวหนัง - ฟันผุและโรคปริทันต์ ฯลฯ 	✓	

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ป.๕	๒๐	พ ๔.๑ ป.๕/๕	ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	<ul style="list-style-type: none"> ● การทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย ● การปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย 		✓
	๒๑	พ ๕.๑ ป.๕/๑	วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด	<ul style="list-style-type: none"> ● ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด (สุรา บุหรี่ ยาบ้า สารระเหย ฯลฯ) - ครอบครัว สังคม เพื่อน - ค่านิยม ความเชื่อ - ปัญหาสุขภาพ - สื่อ ฯลฯ 	✓	
	๒๒	พ ๕.๑ ป.๕/๒	วิเคราะห์ผลกระทบของการใช้ยาและสารเสพติดที่มีต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา	<ul style="list-style-type: none"> ● ผลกระทบของการใช้ยาและสารเสพติดที่มีต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา 	✓	
	๒๓	พ ๕.๑ ป.๕/๓	ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยาและหลีกเลี่ยงสารเสพติด	<ul style="list-style-type: none"> ● การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยา ● การหลีกเลี่ยงสารเสพติด 	✓	
	๒๔	พ ๕.๑ ป.๕/๔	วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> ● อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ (อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ) 	✓	
	๒๕	พ ๕.๑ ป.๕/๕	ปฏิบัติตนเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> ● การปฏิบัติเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา 		✓
รวม ๒๕ ตัวชี้วัด					๑๒	๑๓

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ป.๖	๑	พ ๑.๑ ป.๖/๑	อธิบายความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ	<ul style="list-style-type: none"> ● ความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ 		✓
	๒	พ ๑.๑ ป.๖/๒	อธิบายวิธีการดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจ ให้ทำงานตามปกติ	<ul style="list-style-type: none"> ● วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจ ให้ทำงานตามปกติ 	✓	
	๓	พ ๒.๑ ป.๖/๑	อธิบายความสำคัญของการสร้าง และรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> ● ความสำคัญของการสร้างและรักษา สัมพันธภาพกับผู้อื่น ● ปัจจัยที่ช่วยให้การทำงานกลุ่ม ประสบความสำเร็จ <ul style="list-style-type: none"> - ความสามารถส่วนบุคคล - บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในกลุ่ม - การยอมรับความคิดเห็นและความแตกต่างระหว่างบุคคล - ความรับผิดชอบ 		✓
	๔	พ ๒.๑ ป.๖/๒	วิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงที่อาจนำไปสู่ การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อเอชไอวี และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร	<ul style="list-style-type: none"> ● พฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อเอชไอวี และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร 	✓	
	๕	พ ๓.๑ ป.๖/๑	แสดงทักษะการเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นในลักษณะแบบผลัด และแบบผสมผสานได้ตามลำดับทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบและการเคลื่อนไหว ประกอบเพลง	<ul style="list-style-type: none"> ● การเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นแบบผลัด ในลักษณะผสมผสาน ในการร่วม กิจกรรมทางกาย เช่น กิจกรรมแบบผลัด กายบริหารประกอบเพลง ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐานที่ใช้ทำต่อเนื่อง และการต่อตัวท่าง่าย ๆ 		✓
	๖	พ ๓.๑ ป.๖/๒	จำแนกหลักการเคลื่อนไหว ในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุลในการเคลื่อนไหว ร่างกายในการเล่น เล่นกีฬา และนำผลมาปรับปรุง เพิ่มพูนวิธีปฏิบัติของตนและผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> ● การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุล กับการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นและกีฬา 		✓
	๗	พ ๓.๑ ป.๖/๓	เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล และประเภททีมอย่างละ ๑ ชนิด	<ul style="list-style-type: none"> ● การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคลและประเภททีม เช่น กรีฑา ประเภทลู่วิ่งและลาน เปตอง วอลเลย์บอล เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ฟุตบอล ตะกร้อวง 	✓	

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ป.๖	๘	พ ๓.๑ ป.๖/๔	ใช้ทักษะกลไกเพื่อปรับปรุงเพิ่มพูนความสามารถของตนและผู้อื่นในการเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> การใช้ข้อมูลด้านทักษะกลไกเพื่อปรับปรุงและเพิ่มพูนความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา 		✓
	๙	พ ๓.๑ ป.๖/๕	ร่วมกิจกรรมนันทนาการ อย่างน้อย ๑ กิจกรรม แล้วนำความรู้และหลักการที่ได้ไปใช้เป็นการศึกษาหาความรู้เรื่องอื่น ๆ	<ul style="list-style-type: none"> การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เป็นฐานการศึกษาหาความรู้ 		✓
	๑๐	พ ๓.๒ ป.๖/๑	อธิบายประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกายและการสร้างเสริมบุคลิกภาพ	<ul style="list-style-type: none"> ประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกายและการสร้างเสริมบุคลิกภาพ 	✓	
	๑๑	พ ๓.๒ ป.๖/๒	เล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผน และสามารถเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ	<ul style="list-style-type: none"> การเล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผน การเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและการเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ 		✓
	๑๒	พ ๓.๒ ป.๖/๓	เล่นกีฬาที่ตนเองชื่นชอบและสามารถประเมินทักษะการเล่นของตนเป็นประจำ	<ul style="list-style-type: none"> การเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีมที่ชื่นชอบ การประเมินทักษะการเล่นกีฬาของตน 		✓
	๑๓	พ ๓.๒ ป.๖/๔	ปฏิบัติตามกฎ กติกาตามชนิดกีฬาที่เล่น โดยคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> กฎ กติกาในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น 		✓
	๑๔	พ ๓.๒ ป.๖/๕	จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกันและนำไปใช้ในการเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬา 		✓
	๑๕	พ ๓.๒ ป.๖/๖	เล่นเกมและกีฬาด้วยความสามัคคีและมีน้ำใจนักกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> การสร้างสามัคคีและความมีน้ำใจนักกีฬาในการเล่นและกีฬา 		✓
	๑๖	พ ๔.๑ ป.๖/๑	แสดงพฤติกรรมในการป้องกันและแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> ความสำคัญของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ ปัญหาของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ การป้องกันและแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ 		✓
	๑๗	พ ๔.๑ ป.๖/๒	วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรคและเสนอแนวทางการป้องกันโรคติดต่อสำคัญที่พบในประเทศไทย	<ul style="list-style-type: none"> โรคติดต่อสำคัญที่ระบาดในปัจจุบัน ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรค การป้องกันการระบาดของโรค 	✓	

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ป.๖	๑๘	พ ๔.๑ ป.๖/๓	แสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม	<ul style="list-style-type: none"> ● พฤติกรรมที่แสดงออกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม 		✓
	๑๙	พ ๔.๑ ป.๖/๔	สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง	<ul style="list-style-type: none"> ● วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย ● การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย 		✓
	๒๐	พ ๕.๑ ป.๖/๑	วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม	<ul style="list-style-type: none"> ● ภัยธรรมชาติ <ul style="list-style-type: none"> - ลักษณะของภัยธรรมชาติ - ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม 		✓
	๒๑	พ ๕.๑ ป.๖/๒	ระบุวิธีปฏิบัติตน เพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติ	<ul style="list-style-type: none"> ● การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติ 		✓
	๒๒	พ ๕.๑ ป.๖/๓	วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติด และชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด	<ul style="list-style-type: none"> ● สาเหตุของการติดสารเสพติด ● ทักษะการสื่อสารให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด 	✓	
รวม ๒๒ ตัวชี้วัด					๖	๑๖

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ม.๑	๑	พ ๑.๑ ม.๑/๑	อธิบายความสำคัญของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> ● ความสำคัญของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น 		✓
	๒	พ ๑.๑ ม.๑/๒	อธิบายวิธีดูแลรักษาระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ	<ul style="list-style-type: none"> ● วิธีดูแลรักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ 	✓	
	๓	พ ๑.๑ ม.๑/๓	วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน	<ul style="list-style-type: none"> ● การวิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐานและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง 	✓	
	๔	พ ๑.๑ ม.๑/๔	แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	<ul style="list-style-type: none"> ● แนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย 	✓	
	๕	พ ๒.๑ ม.๑/๑	อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> ● การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ <ul style="list-style-type: none"> - ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การยอมรับและการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การเบี่ยงเบนทางเพศ 	✓	
	๖	พ ๒.๑ ม.๑/๒	แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	<ul style="list-style-type: none"> ● ทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ 	✓	
	๗	พ ๓.๑ ม.๑/๑	เพิ่มพูนความสามารถของตนตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> ● หลักการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา 	✓	
	๘	พ ๓.๑ ม.๑/๒	เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬา อย่างละ ๑ ชนิด	<ul style="list-style-type: none"> ● การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทเบิลเทนนิส เทนนิส วูตวูต 	✓	
	๙	พ ๓.๑ ม.๑/๓	ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำหลักความรู้ที่ได้ไปเชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น	<ul style="list-style-type: none"> ● การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น 		✓

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ม.๑	๑๐	พ ๓.๒ ม.๑/๑	อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี	<ul style="list-style-type: none"> ● ความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี 	✓	
	๑๑	พ ๓.๒ ม.๑/๒	ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> ● การออกกำลังกาย เช่น กายบริหารแบบต่าง ๆ เต้นแอโรบิก โยคะ รำมวยจีน ● การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีม ● การประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น 		✓
	๑๒	พ ๓.๒ ม.๑/๓	ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น	<ul style="list-style-type: none"> ● กฎ กติกาการเล่นและการแข่งขันกีฬาที่เลือกเล่น 		✓
	๑๓	พ ๓.๒ ม.๑/๔	วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ	<ul style="list-style-type: none"> ● รูปแบบ วิธีการรุก และป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก 		✓
	๑๔	พ ๓.๒ ม.๑/๕	ร่วมมือในการเล่นกีฬาและการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน	<ul style="list-style-type: none"> ● การเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม 		✓
	๑๕	พ ๓.๒ ม.๑/๖	วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> ● การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา 	✓	
	๑๖	พ ๔.๑ ม.๑/๑	เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย	<ul style="list-style-type: none"> ● หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย 	✓	
	๑๗	พ ๔.๑ ม.๑/๒	วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> ● ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ <ul style="list-style-type: none"> - ภาวะการขาดสารอาหาร - ภาวะโภชนาการเกิน 	✓	
	๑๘	พ ๔.๑ ม.๑/๓	ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน	<ul style="list-style-type: none"> ● เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย ● วิธีการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน 	✓	
	๑๙	พ ๔.๑ ม.๑/๔	สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ	<ul style="list-style-type: none"> ● วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย ● วิธีสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ 	✓	

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ม.๑	๒๐	พ ๕.๑ ม.๑/๑	แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย	<ul style="list-style-type: none"> ● การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย - เป็นลม - บาดแผล - ไฟไหม้ - กระดูกหัก - น้ำร้อนลวก ฯลฯ 	✓	
	๒๑	พ ๕.๑ ม.๑/๒	อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดเชื้อสารเสพติดและการป้องกันการติดเชื้อสารเสพติด	<ul style="list-style-type: none"> ● ลักษณะของผู้ติดเชื้อสารเสพติด ● อาการของผู้ติดเชื้อสารเสพติด ● การป้องกันการติดเชื้อสารเสพติด 	✓	
	๒๒	พ ๕.๑ ม.๑/๓	อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ	<ul style="list-style-type: none"> ● ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ 	✓	
	๒๓	พ ๕.๑ ม.๑/๔	แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด โดยใช้ทักษะต่าง ๆ	<ul style="list-style-type: none"> ● ทักษะที่ใช้ในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิก สารเสพติด - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการสื่อสาร - ทักษะการตัดสินใจ - ทักษะการแก้ปัญหา ฯลฯ 	✓	
รวม ๒๓ ตัวชี้วัด					๑๗	๖

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ม.๒	๑	พ ๑.๑ ม.๒/๑	อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> ● การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น 	✓	
	๒	พ ๑.๑ ม.๒/๒	ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> ● ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา <ul style="list-style-type: none"> - พันธุกรรม - สิ่งแวดล้อม - การอบรมเลี้ยงดู 	✓	
	๓	พ ๒.๑ ม.๒/๑	วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพล ต่อเจตคติในเรื่องเพศ	<ul style="list-style-type: none"> ● ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ <ul style="list-style-type: none"> - ครอบครัว - วัฒนธรรม - เพื่อน - สื่อ 	✓	
	๔	พ ๒.๑ ม.๒/๒	วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบ ที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ ในวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> ● ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจาก การมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น 		✓
	๕	พ ๒.๑ ม.๒/๓	อธิบายวิธีป้องกันตนเอง และหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อ ทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และ การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์	<ul style="list-style-type: none"> ● โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ● โรคเอดส์ ● การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ 	✓	
	๖	พ ๒.๑ ม.๒/๔	อธิบายความสำคัญของความ เสมอภาคทางเพศและวางตัว ได้อย่างเหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> ● ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ ● การวางตัวต่อเพศตรงข้าม ● ปัญหาทางเพศ ● แนวทางการแก้ไขปัญหาทางเพศ 	✓	
	๗	พ ๓.๑ ม.๒/๑	นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะ กลไกและทักษะการเคลื่อนไหว ในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูล ที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธี ที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> ● การนำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับ ทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหว ในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่ หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมใน บริบทของตนเองในการเล่นกีฬา 	✓	
	๘	พ ๓.๑ ม.๒/๒	เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีม อย่างละ ๑ ชนิด	<ul style="list-style-type: none"> ● การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิด กีฬาที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และ ลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทนนิส ตระกร้อลอดบ่วง ฟุตซอล วายน้ำ เทควันโด 	✓	

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ม.๒	๙	พ ๓.๑ ม.๒/๓	เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	<ul style="list-style-type: none"> ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน 		✓
	๑๐	พ ๓.๑ ม.๒/๔	ร่วมกิจกรรมนันทนาการ อย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำความรู้และหลักการที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเป็นระบบ	<ul style="list-style-type: none"> การนำประสบการณ์จากการร่วมกิจกรรมนันทนาการไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน 		✓
	๑๑	พ ๓.๒ ม.๒/๑	อธิบายสาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ที่เกิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต	<ul style="list-style-type: none"> สาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา จากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอจนเป็นวิถีชีวิต การสร้างวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี โดยการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเป็นประจำ 	✓	
	๑๒	พ ๓.๒ ม.๒/๒	เลือกเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย เล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจ พร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา 	✓	
	๑๓	พ ๓.๒ ม.๒/๓	มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก	<ul style="list-style-type: none"> วินัยในการฝึก และการเล่นกีฬาตามกฎ กติกาและข้อตกลง 		✓
	๑๔	พ ๓.๒ ม.๒/๔	วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม	<ul style="list-style-type: none"> รูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม ประโยชน์ของการเล่นและการทำงานเป็นทีม หลักการให้ความร่วมมือในการเล่น การแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีม 		✓
	๑๕	พ ๓.๒ ม.๒/๕	นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่น	<ul style="list-style-type: none"> การพัฒนาวิธีเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง <ul style="list-style-type: none"> - การเลือกวิธีเล่น - การแก้ไขข้อบกพร่อง - การเพิ่มทักษะ การสร้างแรงจูงใจและการสร้างความมุ่งมั่นในการเล่นและแข่งขันกีฬา 		✓

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ม.๒	๑๖	พ ๔.๑ ม.๒/๑	เลือกใช้บริการทางสุขภาพ อย่างมีเหตุผล	● การเลือกใช้บริการทางสุขภาพ	✓	
	๑๗	พ ๔.๑ ม.๒/๒	วิเคราะห์ผลของการใช้เทคโนโลยี ที่มีต่อสุขภาพ	● ผลกระทบของเทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ		✓
	๑๘	พ ๔.๑ ม.๒/๓	วิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้า ทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ	● ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ ที่มีผลต่อสุขภาพ	✓	
	๑๙	พ ๔.๑ ม.๒/๔	วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของ ภาวะสมดุระหว่างสุขภาพกาย และสุขภาพจิต	● ความสมดุระหว่างสุขภาพกายและ สุขภาพจิต	✓	
	๒๐	พ ๔.๑ ม.๒/๕	อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้น ของผู้มีปัญหาสุขภาพจิต	● ลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหา สุขภาพจิต	✓	
	๒๑	พ ๔.๑ ม.๒/๖	เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการ กับอารมณ์และความเครียด	● วิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์ และความเครียด	✓	
	๒๒	พ ๔.๑ ม.๒/๗	พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเอง ให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด	● เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย ● การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย		✓
	๒๓	พ ๕.๑ ม.๒/๑	ระบุวิธีการ ป้จจัย และแหล่ง ที่ช่วยเหลือ พี่นผู้ติดสารเสพติด	● วิธีการ ป้จจัย และแหล่งที่ช่วยเหลือ พี่นผู้ติดสารเสพติด	✓	
	๒๔	พ ๕.๑ ม.๒/๒	อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรม เสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง	● การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและ สถานการณ์เสี่ยง - การมั่วสุม - การทะเลาะวิวาท - การเข้าไปในแหล่งอบายมุข - การแข่งจักรยานยนต์บนท้องถนน ฯลฯ		✓
	๒๕	พ ๕.๑ ม.๒/๓	ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง และหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขัน ที่อาจนำไปสู่อันตราย	● ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง (ทักษะปฏิเสธ ทักษะการต่อรอง ฯลฯ) และหลีกเลี่ยงสถานการณ์ คับขัน ที่อาจนำไปสู่อันตราย		✓
รวม ๒๕ ตัวชี้วัด					๑๕	๑๐

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ม.๓	๑	พ ๑.๑ ม.๓/๑	เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญาแต่ละช่วงของชีวิต	<ul style="list-style-type: none"> ● การเปลี่ยนแปลง ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญาในแต่ละวัย - วัยทารก - วัยก่อนเรียน - วัยเรียน - วัยรุ่น - วัยผู้ใหญ่ - วัยสูงอายุ 	✓	
	๒	พ ๑.๑ ม.๓/๒	วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> ● อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น 		✓
	๓	พ ๑.๑ ม.๓/๓	วิเคราะห์สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> ● สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น - โทรทัศน์ - วิทยุ - สื่อสิ่งพิมพ์ - อินเทอร์เน็ต 		✓
	๒๒	พ ๕.๑ ม.๓/๓	วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง	<ul style="list-style-type: none"> ● อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง (คลิปวิดีโอ การทะเลาะวิวาท อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ) 		✓
	๔	พ ๒.๑ ม.๓/๑	อธิบายอนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัวและวิธีการปฏิบัติตนที่เหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> ● องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์ - อนามัยแม่และเด็ก - การวางแผนครอบครัว 	✓	
	๕	พ ๒.๑ ม.๓/๒	วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรภ์	<ul style="list-style-type: none"> ● ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรภ์ - แอลกอฮอล์ - สารเสพติด - บุหรี่ - สภาพแวดล้อม - การติดเชื้อ - โรคที่เกิดจากภาวะการตั้งครรภ์ 	✓	
	๖	พ ๒.๑ ม.๓/๓	วิเคราะห์สาเหตุ และเสนอแนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> ● สาเหตุความขัดแย้งในครอบครัว ● แนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว 		✓

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ม.๓	๗	พ ๓.๑ ม.๓/๑	เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล อย่างละ ๑ ชนิด โดยใช้เทคนิค ที่เหมาะสมกับตนเองและทีม	<ul style="list-style-type: none"> ● เทคนิคและวิธีการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน วอลเลย์บอล บาสเกตบอล ดาบสองมือ เทนนิส ตะกร้อข้ามตาข่าย ฟุตบอล 	✓	
	๘	พ ๓.๑ ม.๓/๒	นำหลักการ ความรู้ และทักษะ ในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาไปใช้ สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง เป็นระบบ	<ul style="list-style-type: none"> ● การนำหลักการ ความรู้ ทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม การเล่นกีฬาไปใช้เป็นระบบสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง 		✓
	๙	พ ๓.๑ ม.๓/๓	ร่วมกิจกรรมนันทนาการ อย่างน้อย ๑ กิจกรรมและนำหลักความรู้วิธีการ ไปขยายผลการเรียนรู้ให้กับผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> ● การจัดกิจกรรมนันทนาการแก่ผู้อื่น 		✓
	๑๐	พ ๓.๒ ม.๓/๑	มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬา ด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> ● มารยาทในการเล่นและการดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา 		✓
	๑๑	พ ๓.๒ ม.๓/๒	ออกกำลังกายและเล่นกีฬา อย่างสม่ำเสมอและนำแนวคิด หลักการจากการเล่นไปพัฒนา คุณภาพชีวิตของตนด้วยความ ภาคภูมิใจ	<ul style="list-style-type: none"> ● การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีม ● การนำประสบการณ์ แนวคิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต 		✓
	๑๒	พ ๓.๒ ม.๓/๓	ปฏิบัติตนตามกฎ กติกา และข้อตกลง ในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือก และนำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนา คุณภาพชีวิตของตนในสังคม	<ul style="list-style-type: none"> ● กฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือกเล่น ● การประยุกต์ประสบการณ์การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬาไปใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตของตนในสังคม 		✓
	๑๓	พ ๓.๒ ม.๓/๔	จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือกและ ตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสมกับทีม ไปใช้ได้ตามสถานการณ์ของการเล่น	<ul style="list-style-type: none"> ● วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาได้ตามสถานการณ์ของการเล่น 		✓
	๑๔	พ ๓.๒ ม.๓/๕	เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของ ตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็นประจำ	<ul style="list-style-type: none"> ● การพัฒนาสุขภาพตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นประจำ 		✓

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ม.๓	๑๕	พ ๔.๑ ม.๓/๑	กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ	<ul style="list-style-type: none"> การกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ - วัยทารก วัยเด็ก (วัยก่อนเรียน วัยเรียน) วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ วัยสูงอายุ โดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ 	✓	
	๑๖	พ ๔.๑ ม.๓/๒	เสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	<ul style="list-style-type: none"> โรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย โรคติดต่อ เช่น - โรคที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ - โรคเอดส์ - โรคไข้หวัดนก ฯลฯ โรคไม่ติดต่อ เช่น - โรคหัวใจ - โรคความดันโลหิตสูง - เบาหวาน - มะเร็ง ฯลฯ 	✓	
	๑๗	พ ๔.๑ ม.๓/๓	รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> ปัญหาสุขภาพในชุมชน แนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน 	✓	
	๑๘	พ ๔.๑ ม.๓/๔	วางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อนและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	<ul style="list-style-type: none"> การวางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย 	✓	
	๑๙	พ ๔.๑ ม.๓/๕	ทดสอบสมรรถภาพทางกายและพัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล	<ul style="list-style-type: none"> การทดสอบสมรรถภาพทางกายแบบต่าง ๆ และการพัฒนาสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ 		✓
	๒๐	พ ๕.๑ ม.๓/๑	วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกัน	<ul style="list-style-type: none"> ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ แนวทางการป้องกันความเสี่ยงต่อสุขภาพ 	✓	
	๒๑	พ ๕.๑ ม.๓/๒	หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา	<ul style="list-style-type: none"> ปัญหาและผลกระทบจากการใช้ความรุนแรง วิธีหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรง 	✓	
	๒๓	พ ๕.๑ ม.๓/๔	วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ	<ul style="list-style-type: none"> ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ 	✓	
	๒๔	พ ๕.๑ ม.๓/๕	แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	<ul style="list-style-type: none"> วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี 	✓	
	รวม ๒๔ ตัวชี้วัด					๑๒

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ม.๔-๖	๑	พ ๑.๑ ม.๔-๖/๑	อธิบายกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ	<ul style="list-style-type: none"> กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ - การทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ - การสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพของอวัยวะต่าง ๆ (อาหาร การออกกำลังกาย นันทนาการ การตรวจสุขภาพ ฯลฯ) 	✓	
	๒	พ ๑.๑ ม.๔-๖/๒	วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> การวางแผนดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว 	✓	
	๓	พ ๒.๑ ม.๔-๖/๑	วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต	<ul style="list-style-type: none"> อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต 	✓	
	๔	พ ๒.๑ ม.๔-๖/๒	วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่น ๆ	<ul style="list-style-type: none"> ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่น ๆ 		✓
	๕	พ ๒.๑ ม.๔-๖/๓	เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> แนวทางในการเลือกใช้ทักษะต่าง ๆ ในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง และแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว - ทักษะการสื่อสารและสร้างสัมพันธ์ภาพ - ทักษะการต่อรอง - ทักษะการปฏิเสธ - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ฯลฯ 	✓	
	๖	พ ๒.๑ ม.๔-๖/๔	วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชนและเสนอแนวทางแก้ไขปัญหา	<ul style="list-style-type: none"> ความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน - สาเหตุของความขัดแย้ง - ผลกระทบที่เกิดจากความขัดแย้งระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน - แนวทางในการแก้ปัญหาที่อาจเกิดจากความขัดแย้งของนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน 	✓	

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ม.๔-๖	๗	พ ๓.๑ ม.๔-๖/๑	วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> ● ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา ● การวิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา 	✓	
	๘	พ ๓.๑ ม.๔-๖/๒	ใช้ความสามารถของตน เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม	<ul style="list-style-type: none"> ● การใช้ความสามารถของตนในการเล่นกีฬา เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม โดยคำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม 		✓
	๙	พ ๓.๑ ม.๔-๖/๓	เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล/คู่ กีฬาประเภททีม อย่างน้อย ๑ ชนิด	<ul style="list-style-type: none"> ● กีฬาประเภทบุคคล/คู่ ประเภททีม เช่น ฟุตซอล รักบี้ฟุตบอล ยิมนาสติก ลีลาศ ซอฟท์บอล เทนนิส เซปักตะกร้อ มวยไทย กระบี่กระบอง ฟล่อง ง้าว 	✓	
	๑๐	พ ๓.๑ ม.๔-๖/๔	แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์	<ul style="list-style-type: none"> ● การเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ เช่น กิจกรรมเข้าจังหวะ เซียร์ลีดเดอร์ 		✓
	๑๑	พ ๓.๑ ม.๔-๖/๕	เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ นอกโรงเรียน และนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม	<ul style="list-style-type: none"> ● การนำหลักการและแนวคิดของกิจกรรมนันทนาการ ไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม 		✓
	๑๒	พ ๓.๒ ม.๔-๖/๑	ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเองอย่างสม่ำเสมอ และใช้ความสามารถของตนเองเพิ่มศักยภาพของทีม ลดความเป็นตัวตน คำนึงถึงผลที่เกิดต่อสังคม	<ul style="list-style-type: none"> ● การออกกำลังกายด้วยวิธีที่ชอบ เช่น ฝึกกายบริหารแบบต่างๆ ซี่จักรยาน การออกกำลังกายจากการทำงาน ในชีวิตประจำวัน การรำกระบอง รำมวยจีน ● การเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีม ● การใช้ความสามารถของตนในการเพิ่มศักยภาพของทีมในการเล่นกีฬา และการเล่นโดยคำนึงถึงประโยชน์ต่อสังคม ● การวางแผนกำหนดกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา 		✓

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ม.๔-๖	๑๓	พ ๓.๒ ม.๔-๖/๒	อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่าง ๆ ในระหว่างการเล่น การแข่งขันกีฬากับผู้อื่น และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง	<ul style="list-style-type: none"> ● สิทธิ กฎ กติกาการเล่นกีฬา ● กลวิธี หลักการรุก การป้องกันอย่างสร้างสรรค์ในการเล่นและแข่งขันกีฬา ● การนำประสบการณ์จากการเล่นกีฬาไปใช้ในชีวิตประจำวัน 		✓
	๑๔	พ ๓.๒ ม.๔-๖/๓	แสดงออกถึงการมีมารยาทในการดู การเล่น และการแข่งขันกีฬา ด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา และนำไปใช้ปฏิบัติทุกโอกาส จนเป็นบุคลิกภาพที่ดี	<ul style="list-style-type: none"> ● การปฏิบัติตนในเรื่องมารยาทในการดู การเล่น การแข่งขัน ความมีน้ำใจนักกีฬา ● บุคลิกภาพที่ดี 		✓
	๑๕	พ ๓.๒ ม.๔-๖/๔	ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> ● ความสุขที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา ● คุณค่าและความงามของการกีฬา 		✓
	๑๖	พ ๔.๑ ม.๔-๖/๑	วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> ● บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน 	✓	
	๑๙	พ ๔.๑ ม.๔-๖/๔	วิเคราะห์สาเหตุและเสนอแนวทางการป้องกันการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	<ul style="list-style-type: none"> ● สาเหตุของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย เช่น โรคจากการประกอบอาชีพ โรคทางพันธุกรรม ● แนวทางการป้องกันการเจ็บป่วย 	✓	
	๒๕	พ ๕.๑ ม.๔-๖/๓	วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพหรือความรุนแรงของคนไทย และเสนอแนวทางป้องกัน	<ul style="list-style-type: none"> ● ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพหรือความรุนแรงของคนไทย และเสนอแนวทางป้องกัน 	✓	
	๑๗	พ ๔.๑ ม.๔-๖/๒	วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการเลือกบริโภค	<ul style="list-style-type: none"> ● อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพ ● แนวทางการเลือกบริโภคอย่างฉลาดและปลอดภัย 		✓
	๑๘	พ ๔.๑ ม.๔-๖/๓	ปฏิบัติตามตามสิทธิของผู้บริโภค	<ul style="list-style-type: none"> ● สิทธิพื้นฐานของผู้บริโภคและกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองผู้บริโภค 	✓	
	๒๐	พ ๔.๑ ม.๔-๖/๕	วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> ● การวางแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว 		✓
	๒๒	พ ๔.๑ ม.๔-๖/๗	วางแผนและปฏิบัติตามแผนพัฒนาสมรรถภาพกายและสมรรถภาพกลไก	<ul style="list-style-type: none"> ● การวางแผนพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพกลไก 		✓

ชั้น	ที่	รหัสตัวชี้วัด	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	ต้องรู้	ควรรู้
ม.๔-๖	๒๑	พ ๔.๑ ม.๔-๖/๖	มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน 		✓
	๒๓	พ ๕.๑ ม.๔-๖/๑	มีส่วนร่วมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการช้ำยา การใช้สารเสพติดและความรุนแรง เพื่อสุขภาพของตนเอง ครอบครัว และสังคม	<ul style="list-style-type: none"> การจัดกิจกรรมป้องกันความเสี่ยงต่อการช้ำยา สารเสพติดและความรุนแรง 		✓
	๒๔	พ ๕.๑ ม.๔-๖/๒	วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้และการจำหน่ายสารเสพติด	<ul style="list-style-type: none"> การวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่ายสารเสพติด (ตนเอง ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม) โทษทางกฎหมายที่เกิดจากการครอบครอง การใช้และการจำหน่ายสารเสพติด 	✓	
	๒๖	พ ๕.๑ ม.๔-๖/๔	วางแผน กำหนดแนวทาง ลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> การวางแผน กำหนดแนวทาง ลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน 		✓
	๒๗	พ ๕.๑ ม.๔-๖/๕	มีส่วนร่วมในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> กิจกรรมการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน 		✓
	๒๘	พ ๕.๑ ม.๔-๖/๖	ใช้ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหา ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง	<ul style="list-style-type: none"> ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหา ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพ 		✓
	๒๙	พ ๕.๑ ม.๔-๖/๗	แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	<ul style="list-style-type: none"> วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี 		✓
	รวม ๒๙ ตัวชี้วัด					๑๒
รวมทั้งหมด ๒๒๑ ตัวชี้วัด					๑๑๕	๑๐๖