

วิชา สุขศึกษา พลศึกษา ทช31002

มาตรฐานการเรียนรู้

รู้ เข้าใจ มีคุณธรรม จริยธรรม เจตคติที่ดี มีทักษะในการดูแล และสร้างเสริมการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี ปฏิบัติจนเป็นกิจนิสัย วางแผนพัฒนาสุขภาพ ดำรงสุขภาพของตนเอง และครอบครัว ตลอดจนสนับสนุนให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการส่งเสริมด้านสุขภาพพลานามัยและพัฒนาสภาพแวดล้อมที่ดี

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. อธิบายกระบวนการทำงานของระบบอวัยวะในร่างกายที่สำคัญ 5ระบบได้อย่างถูกต้อง
2. บอกวิธีการดูแลป้องกันความผิดปกติของระบบในร่างกาย 5 ระบบ
- 3.วางแผน และปฏิบัติตามแผนเพื่อสร้างเสริมพัฒนาการของตนเองและครอบครัว
- 4.อธิบายขั้นตอนการสื่อสารเพื่อขอ ความช่วยเหลือเกี่ยวกับปัญหาทางเพศ
- 5.อธิบายวิธีการจัดการกับอารมณ์และความต้องการทางเพศได้อย่างเหมาะสม
- 6.วิเคราะห์ความเชื่อผิดๆ เรื่องเพศที่ส่งผลต่อสุขภาพทางเพศ
7. วิเคราะห์การนำเสนอสื่อที่ส่งผลให้เกิดปัญหาทางเพศ
- 8.ระบุกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการล่วงละเมิดทางเพศ และกฎหมายคุ้มครองเด็กและสตรี
- 9.อธิบายปัญหา สาเหตุ อากาศ และการป้องกันโรคขาดสารอาหาร
- 10.บอกหลักการ และปฏิบัติตามหลักสุขภาพโภชนาการได้อย่างเหมาะสม
11. จัดโปรแกรมอาหารที่เหมาะสมสำหรับครอบครัว ผู้สูงอายุ และผู้ป่วย
12. มีส่วนร่วมในกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพของชุมชนอย่างสม่ำเสมอ
13. อธิบายวิธีการของการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพได้อย่างถูกต้อง