****

**แผนการจัดการเรียนรู้ฉบับย่อ**

**รายวิชา พ21103 สุขศึกษา 2 (HPE21103 Health 2 ) กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา**

**ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต/ภาคเรียน**

1. **คำอธิบายรายวิชา**

 การเจริญเติบโตทางร่างกาย การหาค่าดัชนีมวลกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน ตามแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย โดยคำนึงถึงปัจจัยของการมีสุขภาพดีตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง บอกอาการของผู้ติดสารเสพติดและป้องกันการติดสารเสพติดประเภท เหล้า บุหรี่ ยาบ้า ยาอี ยาไอซ์ ฯลฯ การใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคประสาท โรคจิต และอุบัติเหตุ การชักชวนผู้อื่นให้ลดละเลิกสารเสพติดโดยใช้ทักษะการคิดวิเคราะห์ ทักษะการสื่อสาร ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะชีวิต และทักษะการใช้เทคโนโลยี แสดงวิธีปฐมพยาบาลการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง เห็นคุณค่าและมีทักษะในการป้องกันโรค การเสริมสร้างสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน และสามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปใช้ในชีวิตประจำวัน และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

**2. ตัวชี้วัด**

1. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย

1. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
2. ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน
3. แสดงวิธีการปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
4. อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติดและการป้องกันการติดยาเสพติด
5. อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ
6. แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ ลด ละ เลิก สารเสพติดโดยใช้ทักษะต่าง ๆ

 **3. โครงสร้างรายวิชา พ21103 สุขศึกษา 2 (HPE21103 Health 2 )**

* 1. **กำหนดการสอนและตัวชี้วัด**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **สัปดาห์ที่**  | **หัวข้อ/สาระการเรียนรู้** | **ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้** |
| **1** | - ปฐมนิเทศ/ชี้แจง/ แนะนำเกี่ยวกับการเรียนการสอน- หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย | 1. บอกองค์ประกอบสาระและมาตรฐานของการเรียน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาได้1. อธิบายและวิเคราะห์ความสำคัญของสาระการเรียนรู้

 สุขศึกษาและพลศึกษาได้1. อธิบายวิธีการศึกษาและระบุแหล่งการเรียนรู้

ที่ สนับสนุนการเรียนรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา1. อธิบายและระบุเกณฑ์การตัดสินผลการเรียนในกลุ่ม

สาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาได้1. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมได้สัดส่วน ส่งผลดีต่อการ

 เจริญเติบโตและการพัฒนาการตามวัย |
| **2-5** | - ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ- ภาวะการขาดสารอาหาร- ภาวะโภชนาการเกิน- เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย- วิธีการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน |  1. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ 2. รู้เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโต 3. ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน |
| **6-9** | - วิธีการทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย- วิธีสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ | 1. วิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
2. สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผล

การทดสอบ |
| **10** | **สอบวัดผลกลางภาค** |  |
| **11-15** | - การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยอย่างปลอดภัย - เป็นลม - บาดแผล - ไฟไหม้ - กระดูกหัก -น้ำร้อนลวก ฯลฯ |  1. แสดงวิธีการปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย - เป็นลม - บาดแผล - ไฟไหม้ - กระดูกหัก -น้ำร้อนลวก ฯลฯ |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **สัปดาห์ที่** | **หัวข้อ/สาระการเรียนรู้** | **ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้** |
| **16-19** | - ลักษณะของผู้ติดสารเสพติด- อาการของผู้ติดสารเสพติด- การป้องกันการติดสารเสพติด- ความสัมพันธ์ของการใช้สาร  เสพติดกับการเกิดโรคและ  อุบัติเหตุ- ทักษะที่ใช้ในการชักชวนผู้อื่นให้ ลด ละ เลิกสารเสพติด - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการสื่อสาร - ทักษะการตัดสินใจ - ทักษะการแก้ปัญหา ฯลฯ |  1. อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติดและการป้องกันการติดสารเสพติด 2. อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ 3. แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด โดยใช้ทักษะต่าง ๆ  - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการสื่อสาร - ทักษะการตัดสินใจ - ทักษะการแก้ปัญหา ฯลฯ |
| **20** | **วัดผลปลายภาค** |  |

**3.2 โครงสร้างแผนการจัดการเรียนรู้**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **สัปดาห์ที่**  | **หัวข้อ/สาระการเรียนรู้** | **วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้** | **สื่อ/แหล่งเรียนรู้** |
| **1** | - ปฐมนิเทศชี้แจง แนะนำเกี่ยวกับ การเรียนการสอน- หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย |  1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล:  กระบวนการกลุ่ม | 1. เอกสาร
2. รูปภาพ
3. วีดีทัศน์
4. หนังสือแบบเรียน
 |
| **2-5** | - ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ - ภาวการณ์ขาดสารอาหา - ภาวะโภชนาการเกิน- เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโต ของเด็กไทย- วิธีการควบคุมน้ำหนักของ ตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน | 1. วิธีสอนแบบบรรยาย2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล3. วิธีสอนโดยกระบวนการ กลุ่ม |  1. เอกสาร2. วีดีทัศน์3. หนังสือแบบเรียน4. อินเตอร์เน็ต |
| **6-9** | - วิธีการทดสอบสมรรถภาพ  ทางกาย- วิธีสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ | 1. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก
2. วิธีสอนแบบสาธิต
3. วิธีสอนโดยกระบวนการปฏิบัติ
 | 1. แบบบันทึกการทดสอบ
2. เครื่องมือทดสอบสมรรถภาพ
 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **สัปดาห์ที่** | **หัวข้อ/สาระการเรียนรู้** | **วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้** | **สื่อ/แหล่งเรียนรู้** |
| **10** | **สอบวัดผลกลางภาค** |  |  |
| **11-15** | - การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้าย  ผู้ป่วยอย่างปลอดภัย - เป็นลม - บาดแผล - ไฟไหม้ - กระดูกหัก -น้ำร้อนลวก ฯลฯ | 1. วิธีสอนแบบบรรยาย
2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล:
3. วิธีสอนโดยกระบวนการกลุ่ม
4. วิธีสอนแบบสาธิต
5. วิธีสอนโดยกระบวนการปฏิบัติ
 | 1. แบบบันทึก

 งานกลุ่ม2. เครื่องมือการปฐมพยาบาล3. วีดีทัศน์4. อินเตอร์เน็ต |
| **16-19** | - ลักษณะของผู้ติดสารเสพติด- อาการของผู้ติดสารเสพติด- การป้องกันการติดสารเสพติด- ความสัมพันธ์ของการใช้สาร  เสพติดกับการเกิดโรคและ อุบัติเหตุ- ทักษะที่ใช้ในการชักชวนผู้อื่นให้ ลด ละ เลิกสารเสพติด - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการสื่อสาร - ทักษะการตัดสินใจ - ทักษะการแก้ปัญหา ฯลฯ |  1. วิธีสอนแบบบรรยาย2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล:1. วิธีสอนโดยกระบวนการกลุ่ม
2. วิธีสอนแบบสาธิต
3. วิธีสอนโดยกระบวนการปฏิบัติ
 |  1.เอกสาร2. รูปภาพ3. แบบบันทึก  งานกลุ่ม4. วีดีทัศน์5. หนังสือแบบเรียน6. อินเตอร์เน็ต |
| **20** | **สอบวัดผลปลายภาค** |  |  |

**4. แผนการประเมินผลการเรียนรู้และการมอบหมายงาน**

การสอนรายวิชา พ21103 สุขศึกษา 2 (HPE21103 Health 2) ประจำภาคเรียนที่ 2

มีแผนการประเมินผลการเรียนรู้ ดังนี้

* 1. ด้านความรู้ (ทดสอบภาคทฤษฎี)
	2. ด้านเจตคติ (กิจกรรมกลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม)
	3. ด้านทักษะ(ปฏิบัติ/แบบทดสอบ/การสังเกต)
	4. ด้านสมรรถภาพทางกาย(ปฏิบัติ/แบบทดสอบ/แบบบันทึก)
	5. ด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์(กิจกรรมกลุ่ม/แบบบันทึก/พฤติกรรม)

**รายละเอียดของการประเมินผลรายวิชา พ21102 สุขศึกษา 2 (HPE21102 Health 2)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ด้าน** | **ระหว่างภาค****(Formative)**  | **ปลายภาค** **(Summative) Final** | **รวม****(Total)** | **วิธีการ/เครื่องมือ** |
| Q1 | Mid | Q2 |
|  1. ความรู้ | 10 | 10 | 5 | 10 | 35 | รายงาน/แบบทดสอบ |
|  2. เจตคติ | 5 | 5 | 5 | 10 | 25 | กิจกรรมกลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม |
|  3. ทักษะ | 5 | 5 | 5 | 10 | 25 | นักเรียนปฏิบัติ/แบบทดสอบ,แบบสังเกตและ Rating Scales |
| 4. สมรรถภาพ ทางกาย | 5 | - | - | - | 5 | นักเรียนปฏิบัติ/การทดสอบ/แบบบันทึกพฤติกรรม |
| 5.คุณลักษณะที่ พึงประสงค์ | 5 | - | 5 | - | 10 | กิจกรรมกลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม |
| **รวม** | 30 | 20 | 20 | **30** | **100** |  |
| **70** |

 **หมายเหตุ :** **ด้านเจตคติ** คือ ด้านคุณธรรม การเข้าเรียน ซื่อสัตย์สุจริต เสียสละ เห็นประโยชน์ส่วนรวม

 **ด้านจริยธรรม** คือ การมีระเบียบวินัย รับผิดชอบ ตรงต่อเวลา และรู้จักควบคุมอารมณ์

  **ด้านค่านิยม** คือ ขยันหมั่นเพียร สนใจการเรียน พัฒนาตนเองอยู่เสมอ ศรัทธาในปรัชญาของโรงเรียน รู้จักดูแลสุขภาพ สร้างนิสัยในการดูแลสุขภาพ ร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรมพลานามัย รู้จักป้องกันตนเองจากโรคภัยและอุบัติเหตุต่าง ๆ

  **ด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์**  คือ ความประพฤติ พฤติกรรมของนักเรียน การมีส่วนร่วมของกิจกรรมการเรียนการสอน

**รายวิชา พ 21103 สุขศึกษา 2 ( HPE 21103 Health 2)**

 **ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง คะแนน 100 คะแนน**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ลำดับที่** | **ชื่อหน่วยการเรียนรู้** | **มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด** | **ชั่วโมง** |  | **น้ำหนักคะแนน** | **รวม** |
| **ด้าน****K** | **ด้าน****A** | **ด้าน****P** | **ด้าน****Pf** | **ด้าน****S** |
| 1 | โภชนาการ | พ4.1 ม4/1, ม4/2 | 5 | 6 | 2 | 5 | - | 3 | **16** |
| 2 | การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย | พ4.1 ม4/3, ม4/4 | 4 | 4 | 3 | - | 5 | 2 | **14** |
| **คะแนนสอบกลางภาค** | **1** | **10** | **5** | **5** | **-** | **-** | **20** |
| 3 | การปฐมพยาบาล | พ5.1 ม5/1, ม5/2 | 5 | 3 | 3 | 3 | - | 3 | **12** |
| 4 | สารเสพติด | พ5.1 ม5/3, ม5/4 | 4 | 2 | 2 | 2 | - | 2 | **8** |
| **คะแนนสอบปลายภาค** | **1** | **10** | **10** | **10** | **-** | **-** | **30** |
| **รวมคะแนนตลอดภาคเรียน** | **-** | **35** | **25** | **25** | **5** | **10** | **100** |
| **รวมทั้งสิ้นตลอด 1 ภาคเรียน** | **20** |  |  |  |  |  |  |

**4.1 ด้านความรู้**

 **4.1.1 ประเมินผลจากการสอบกลางภาค ( 20 คะแนน )**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **หัวข้อ/เนื้อหาที่ใช้ในการทดสอบ** | **ลักษณะและจำนวนข้อสอบ** | **คะแนน** |
| -หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย  | ข้อสอบเป็นปรนัย จำนวน 20 ข้อ | 10 |
| -ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ | ข้อสอบเป็นปรนัย จำนวน 10 ข้อ | 5 |
| -วิธีการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน | ข้อสอบเป็นอัตนัย จำนวน 1 ข้อ | 2 |
| -วิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย | ข้อสอบเป็นอัตนัย จำนวน 1 ข้อ | 3 |
|  | **รวมคะแนนสอบ** | **20** |

**4.1.2 ประเมินผลจากการสอบกลางภาค ( 30 คะแนน )**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **หัวข้อ/เนื้อหาที่ใช้ในการทดสอบ** | **ลักษณะและจำนวนข้อสอบ** | **คะแนน** |
| -หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย  | ข้อสอบเป็นปรนัย จำนวน 4 ข้อ | **2** |
| -ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ | ข้อสอบเป็นปรนัย จำนวน 10 ข้อ | **5** |
| -วิธีการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน | ข้อสอบเป็นอัตนัย จำนวน 1 ข้อ | **2** |
| -วิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย | ข้อสอบเป็นอัตนัย จำนวน 1 ข้อ | **3** |
| -การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย | ข้อสอบเป็นปรนัย จำนวน 10 ข้อ | **5** |
| -ลักษณะของผู้ติดสารเสพติด | ข้อสอบเป็นปรนัย จำนวน 4 ข้อ | **2** |
| -อาการของผู้ติดสารเสพติด | ข้อสอบเป็นปรนัย จำนวน 4 ข้อ | **2** |
| -การป้องกันการติดสารเสพติด | ข้อสอบเป็นปรนัย จำนวน 4 ข้อ | **2** |
| -ทักษะที่ใช้ในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด | ข้อสอบเป็นอัตนัย จำนวน 1 ข้อ | **5** |
| -ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและ  อุบัติเหตุ | ข้อสอบเป็นปรนัย จำนวน 4 ข้อ | **2** |
|  | **รวมคะแนนสอบ** | **30** |

**4.2 ด้านเจตคติ (กิจกรรมเดี่ยว/กลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม) 25 คะแนน**

 **ประเมินจากการสังเกตพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนตามแบบประเมิน มีดังนี้**

|  |  |
| --- | --- |
| **การประเมิน** | **ผลการประเมิน** |
| **ดีเยี่ยม****(5คะแนน)** | **ดีมาก****(4คะแนน)** | **ดี****(3คะแนน)** | **ปานกลาง****(2คะแนน)** | **ปรับปรุง****(1คะแนน)** |
| **1. ด้านคุณธรรม** |
| 1.1 การเข้าเรียนสม่ำเสมอ |  |  |  |  |  |
| 1.2 ความซื่อสัตย์ |  |  |  |  |  |
| 1.3 การเสียสละ |  |  |  |  |  |
| 1.4 เห็นประโยชน์ส่วนรวม |  |  |  |  |  |
| 1. **ด้านจริยธรรม**
 |
| 2.1 มีระเบียบวินัย |  |  |  |  |  |
| 2.2 ความรับผิดชอบ |  |  |  |  |  |
| 2.3 การตรงต่อเวลา |  |  |  |  |  |
| 2.4 รู้จักควบคุมอารมณ์ |  |  |  |  |  |
| 1. **ด้านค่านิยม**
 |
| 3.1 ความขยันหมั่นเพียร สนใจใน  การเรียน |  |  |  |  |  |
| 3.2 พัฒนาตนเองอยู่เสมอ |  |  |  |  |  |
| 3.3 ศรัทธาในปรัชญาของโรงเรียน |  |  |  |  |  |
| 3.4 รู้จักดูแลสุขภาพ |  |  |  |  |  |
| 3.5 สร้างนิสัยในการดูแลสุขภาพ |  |  |  |  |  |
| 3.6 ร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรม |  |  |  |  |  |
| * 1. รู้จักป้องกันตนเองจากโรคภัยและ

 อุบัติภัยต่าง ๆ  |  |  |  |  |  |

**4.3 ด้านทักษะ ( ปฏิบัติ/แบบทดสอบ/การสังเกต) 25 คะแนน**

 **ประเมินจากการสังเกตพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนตามแบบประเมิน มีดังนี้**

|  |  |
| --- | --- |
| **รายการประเมิน** | **ผลการประเมิน** |
| **ดีเยี่ยม****(5คะแนน)**  |  **ดีมาก****(4คะแนน)** |  **ดี****(3คะแนน)** |  **ปานกลาง****(2คะแนน)** | **ปรับปรุง****(1คะแนน)**  |
| **ทักษะชีวิต** |
|  1. การเลือกบริโภคอาหาร |  |  |  |  |  |
|  2. การควบคุมน้ำหนักตัว  |  |  |  |  |  |
|  3. การดูแลสุขภาพตนเอง/ช่วยเหลือผู้ป่วย |  |  |  |  |  |
|  4. การหลีกเลี่ยง/การปฏิเสธสารเสพติด |  |  |  |  |  |

**4.4 ด้านสมรรถภาพทางกาย ( ปฏิบัติ/แบบทดสอบ/บันทึก) 5 คะแนน**

|  |  |
| --- | --- |
| **รายการประเมิน** | **ผลการประเมิน** |
|  **ดีเยี่ยม****(5คะแนน)** |  **ดีมาก****(4คะแนน)** |  **ดี****(3คะแนน)** | **ปานกลาง****(2คะแนน)** | **ปรับปรุง****(1คะแนน)** |
| **ทักษะการปฏิบัติ** |
|  1. การสร้างเสริมสมรรถภาพ |  |  |  |  |  |

**4.5 ด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์(กิจกรรมกลุ่ม/แบบบันทึก/พฤติกรรม) 10 คะแนน**

ประเมินจากการสังเกตพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนตามแบบประเมิน มีดังนี้

 **แบบบันทึกพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม**

 **คำชี้แจง** ทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับรายชื่อผู้ปฏิบัติและพฤติกรรมที่ปฏิบัติที่พฤติกรรมใดที่นักเรียนยังไม่ปฏิบัติหรือปฏิบัติได้ยังไม่ดีให้เว้นว่างไว้

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ลำดับที่ | ชื่อ-สกุล | ความตั้งใจในการทำงาน | ความรับผิดชอบ | การตรงต่อเวลา | ความสะอาดเรียบร้อย | ผลสำเร็จของงาน | รวม |
| 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 1 | 10 |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 20 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 21 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 22 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 23 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 24 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**เกณฑ์การให้คะแนน**

 ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ ให้ 4 คะแนน

 ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง ให้ 3 คะแนน

 ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง ให้ 2 คะแนน

 ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง ให้ 1 คะแนน