

โครงการสอนรายวิชา

รายวิชา พลศึกษาเพื่อพัฒนาสุขภาพ

รหัสวิชา 2000-1603

ระดับ ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.)

สาขาวิชา บัญชี

ประเภทวิชา พาณิชยกรรม

จำนวน 1 หน่วยกิต

จำนวนชั่วโมง รวม 36 ชั่วโมง

ชื่อผู้สอน นายเกียรติศักดิ์ จุลปาน

จุดประสงค์รายวิชา

1. เข้าใจและมีทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้น กิจกรรมเกมและกีฬา
2. รักการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
3. มีวินัย มารยาท เคารพกฎกติกา มีน้ำใจนักกีฬา
4. มีสมรรถภาพทางกายตามเกณฑ์มาตรฐาน

สมรรถนะรายวิชา

1. ผู้เรียนสามารถออกกำลังกาย เล่นกีฬา เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ กิจกรรม เสริมสร้าง สมรรถภาพเพื่อสุขภาพและสมรรถภาพทางกลไกได้ถูกต้องตามหลักการพลศึกษาเป็นประจำสม่ำเสมอ
2. ผู้เรียนให้ความร่วมมือ ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา สิทธิ หลักความปลอดภัย ในการเข้าร่วม กิจกรรมทางกาย และเล่นกีฬาจนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายหรือแผนที่กำหนด
3. ผู้เรียนสามารถวิเคราะห์และประเมินสุขภาพส่วนบุคคลเพื่อกำหนดกลวิธีลดความเสี่ยง ด้านความปลอดภัย สร้างเสริมสุขภาพ ดำรงสุขภาพการป้องกันโรค และการจัดเก็บอารมณ์และความตึงเครียดได้ถูกต้องเหมาะสม
4. ผู้เรียนสามารถใช้ทักษะด้านกีฬาที่สนใจมาปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตเพื่อสุขภาพ และ บุคลิกภาพของตนเอง

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษา กฎ กติกา มารยาท ฝึกปฏิบัติทักษะในการเคลื่อนไหวเบื้องต้นของกีฬานิตต่างๆ และกิจกรรมทางพลศึกษาอื่นๆตามความถนัดและความสนใจ อันนำไปสู่การประยุกต์ใช้ออกกำลังกาย ในชีวิตประจำวัน เพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ

หน่วยการสอน
รายวิชา พลศึกษาเพื่อพัฒนาสุขภาพ **รหัสวิชา 2000-1603**

หน่วยที่	หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหา	จำนวนคาบ
1	หลักการเสริมสร้างสมรรถภาพทางร่างกาย -ความสำคัญของสมรรถภาพทางกาย -หลักการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย	4
2	การทดสอบสมรรถภาพทางกาย -ปัจจัยเกี่ยวข้องซึ่งเป็นตัวองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกาย	4
3	หลักการและรูปแบบสมรรถภาพ -เป้าหมายของการออกกำลังกาย -ประโยชน์ของการออกกำลังกาย	4
4	การเลือกกิจกรรมพลศึกษาหรือกีฬาให้เหมาะสมกับตนเอง -ความหมายของกีฬาเพื่อพัฒนาสุขภาพ	4
5	กีฬาไทยและกีฬาสากล -ชนิดของกีฬาไทย -ชนิดของกีฬาสากล	4
6	ทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้น -ประวัติกีฬาบาสเกตบอล	4
7	อันตรายหรือการบาดเจ็บที่อาจเกิดขึ้นจากการเล่นกีฬา -สาเหตุของการบาดเจ็บ -การบาดเจ็บและการปฐมพยาบาล	4
8	กฎ กติกา มารยาทของผู้เล่น -มารยาทของผู้เล่นที่ดี -กฎ กติกา -มารยาทของผู้ชมที่ดี	8



โครงการสอนรายวิชา

รายวิชา การพัฒนาคุณภาพชีวิต

รหัสวิชา 2000-1606

ระดับ ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.)

สาขาวิชา บัญชี

ประเภทวิชา พาณิชยกรรม

จำนวน 2 หน่วยกิต

จำนวนชั่วโมง รวม 54 ชั่วโมง

ชื่อผู้สอน นายเกียรติศักดิ์ จุลปาน

จุดประสงค์รายวิชา

1. มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับหลักการสร้างเสริมสุขอนามัย สมรรถภาพ และการป้องกันโรค
2. สามารถดูแลรักษาสุขภาพ และความปลอดภัยในชีวิต ของตนเองและครอบครัวตามหลักการ
3. มีทัศนคติที่ดีต่อการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ

สมรรถนะรายวิชา

1. แสดงความรู้เกี่ยวกับหลักการสร้างเสริมสุขอนามัย สมรรถภาพและการป้องกันโรค
2. บริโภคอาหารเพื่อสุขภาพตามหลักโภชนาการ
3. วางแผนป้องกัน อันตราย จากโรคติดต่อ สิ่งเสพติดและการใช้ยา
4. ปฏิบัติโครงการงานด้วยเกม กีฬาไทยหรือกีฬาสากลเพื่อคุณภาพชีวิต

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาและปฏิบัติเกี่ยวกับ การดำเนินชีวิตเรื่องหลักปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพอนามัยและพฤติกรรมทางเพศในวัยรุ่น อาหารและโภชนาการเพื่อสุขภาพ การใช้ยา การป้องกันอันตรายจากสิ่งเสพติด การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย คุณค่าของการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยกิจกรรมกีฬา การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ด้วยการ เล่นเกม กีฬาไทย หรือกีฬาสากล เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตในด้านสุขภาพ

หน่วยการสอน

รายวิชา การพัฒนาคุณภาพชีวิต

รหัสวิชา 2000-1606

หน่วยที่	หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหา	จำนวนคาบ
1	หลักการสร้างเสริมสุขอนามัย	9
2	สมรรถภาพทางร่างกายและจิตใจ	9
3	การป้องกันโรค	9
4	การดูแลรักษาสุขภาพ	9
5	การรักษาความปลอดภัยในชีวิต	9
6	การออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ	9



โครงการสอนรายวิชา

รายวิชา ภาษาไทยเพื่ออาชีพ

รหัสวิชา 2000-1102

ระดับ ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.)

สาขาวิชา บัญชี

ประเภทวิชา พาณิชยกรรม

จำนวน 1 หน่วยกิต

จำนวนชั่วโมง รวม 18 ชั่วโมง

ชื่อผู้สอน นายเกียรติศักดิ์ จุลปาน

จุดประสงค์รายวิชา

1. มีความรู้ความเข้าใจในการใช้ภาษาไทย
2. สามารถใช้ภาษาไทยสื่อสารในงานอาชีพอย่างถูกต้องตามหลักการใช้ภาษา
3. สามารถนำทักษะทางภาษาไทยไปใช้พัฒนาตนเองและงานอาชีพ
4. เห็นคุณค่าและความสำคัญของการใช้ภาษาไทย

สมรรถนะรายวิชา

1. แสดงความรู้เกี่ยวกับหลักการใช้ภาษาไทยในงานอาชีพ
2. วิเคราะห์ สังเคราะห์และประเมินค่าสารในงานอาชีพ จากการฟัง การดู การอ่านตามหลักการ
3. พูดยึดต่อกิจธุระและพูดในงานอาชีพตามหลักการ
4. เขียนเอกสารในงานอาชีพตามหลักการ

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับ การใช้ภาษาไทยในงานอาชีพ การฟังคำสั่งหรือข้อแนะนำการปฏิบัติงาน ฟัง และดูสารในงานอาชีพจากสื่อบุคคล สื่อสิ่งพิมพ์ สื่ออิเล็กทรอนิกส์และแหล่งเรียนรู้ในชุมชน การอ่านคู่มือการปฏิบัติงาน คู่มือการใช้ อุปกรณ์หรือรายละเอียดของผลิตภัณฑ์ การนำเสนอผลงาน สาธิตขั้นตอนการปฏิบัติงานหรือกระบวนการผลิตชิ้นงาน การพูดยึดต่อกิจธุระ สนทนากิจธุระทางโทรศัพท์ สัมภาษณ์งาน พูดเสนอความเห็นในที่ประชุม การเขียนรายงานการปฏิบัติงาน เขียนจดหมายกิจธุระ และเขียนโฆษณาประชาสัมพันธ์ในงานอาชีพ

หน่วยการสอน

รายวิชา ภาษาไทยเพื่ออาชีพ

รหัสวิชา 2000-1102

หน่วยที่	หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหา	จำนวนคาบ
1	การใช้ภาษาไทยในงานอาชีพ -พลังของภาษาไทย -มารยาทในการสื่อสาร	2
2	การฟังและการดูสารในงานอาชีพ -หลักการฟังและการดูที่ดี -ประเภทของสารที่น่าฟังและดู	2
3	การอ่านคู่มือการปฏิบัติงานหรือคู่มือการใช้อุปกรณ์ -ประโยชน์ของการอ่าน	2
4	การพูดนำเสนองานและการพูดสาธิต -ความสำคัญของการพูดในงานอาชีพ	2
5	การพูดติดต่อธุรกิจทางโทรศัพท์ -การพูดติดต่อธุรกิจทางโทรศัพท์	2
6	การสัมภาษณ์งาน -การสัมภาษณ์งาน	2
7	การพูดอภิปรายเพื่อเสนอความคิดเห็นในที่ประชุม -ความหมายและความสำคัญของการพูดอภิปราย	2
8	การเขียนรายงานการปฏิบัติงาน -การเขียนรายงานการปฏิบัติงาน	2
9	การเขียนจดหมายธุรกิจ -กลวิธีในการเขียนจดหมาย -มารยาทในการเขียนจดหมาย	1
10	การเขียนโฆษณาประชาสัมพันธ์ในงานอาชีพ -ความหมายของการโฆษณาประชาสัมพันธ์	1

โครงการสอนรายวิชา

รายวิชา เพศวิถีศึกษา รหัสวิชา 2000-1607

ระดับ ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.)

ประเภทวิชา พาณิชยกรรม

จำนวนชั่วโมง รวม 18 ชั่วโมง

สาขาวิชาคอมพิวเตอร์ธุรกิจ

จำนวน 1 หน่วยกิต

ชื่อผู้สอน นายเกียรติศักดิ์ จุลปาน

จุดประสงค์รายวิชา

1. มีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับสุขอนามัยของระบบสืบพันธุ์
2. เสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นตามหลักการ
3. สามารถประเมินโอกาสเสี่ยงจากพฤติกรรมจากพฤติกรรมทางเพศและปัญหาจากการมีเพศสัมพันธ์ไม่พร้อม
4. ตระหนักถึงคุณค่าของตนเอง สร้างแรงจูงใจในการตัดสินใจเลือกแนวทางการดำเนินชีวิตอย่างมี สุขภาวะ

สมรรถนะรายวิชา

1. แสดงความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยของระบบสืบพันธุ์ พัฒนาการทางเพศในวัยรุ่น
2. ทักษะด้านการจัดการเรื่องสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ทักษะการตัดสินใจ
3. วิเคราะห์อิทธิพลทางสังคมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศ
4. แสดงความรู้การป้องกันการรับเชื้อเอชไอวี
5. ปฏิบัติโครงการเกี่ยวกับเป้าหมายและแนวปฏิบัติในการดำเนินชีวิตที่มีสุขภาวะ

คำอธิบายรายวิชา

ปฏิบัติเกี่ยวกับ พัฒนาการทางเพศเมื่อเปลี่ยนแปลงเข้าสู่วัยรุ่น การดูแลสุขภาพทางเพศ สัมพันธภาพกับความคาดหวังต่อบทบาทและความรับผิดชอบ การแสดงออกทางเพศ ทักษะการตัดสินใจ การต่อรองและการสื่อสารความต้องการตามความคิดและความรู้สึก การตระหนักในคุณค่าของตนเองบน พื้นฐานของการเคารพในสิทธิของผู้อื่น สิทธิในการแสดงออกตามวิถีชีวิตทางเพศภายใต้กรอบของกฎหมาย ว่าด้วยเพศ สังคม และวัฒนธรรม ตลอดจนภาพลักษณ์ที่ส่งผลต่อความรู้สึกและพฤติกรรม การเลือกใช้ แหล่งบริการช่วยเหลือที่เป็นมิตรในพื้นที่

หน่วยการสอน
รายวิชา เพศวิถีศึกษา รหัสวิชา 2000-1607

หน่วยที่	หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหา	จำนวนคาบ
1	รู้จักตนเอง -รู้จักเพศศึกษา -รู้จักร่างกายตนเอง -รู้จักข้อมูลเรื่องเพศ -รู้ตัวตน	3
2	รู้จักคนอื่น -ความหมายและความสำคัญของสัมพันธภาพ -เพื่อน-มิตรภาพ	3
3	แสวงหาคำตอบ -เพศสัมพันธ์ -การคุมกำเนิด -โรคเอดส์	4
4	เรียนรู้ทักษะการใช้ชีวิต -เข้าใจทักษะชีวิต -ทักษะการตัดสินใจ	4
5	รู้จักสิทธิ -การแสดงออกทางเพศ -อารมณ์ทางเพศของวัยรุ่น	4

โครงการสอนรายวิชา

รายวิชาทักษะการดำรงชีวิตเพื่อสุขภาวะ	รหัสวิชา 2000-1601
ระดับ ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.)	สาขาวิชา การตลาด
ประเภทวิชา พาณิชยกรรม	จำนวน 1 หน่วยกิต
จำนวนชั่วโมง รวม 18 ชั่วโมง	ชื่อผู้สอน นายเกียรติศักดิ์ จุลปาน

จุดประสงค์รายวิชา

1. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหลักการและกระบวนการทางพลศึกษา สุขศึกษาและนันทนาการ
2. สามารถปฏิบัติกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพที่สัมพันธ์กับชุมชน กิจกรรมสร้างความสัมพันธ์กับชุมชน และกิจกรรมสาธารณประโยชน์
3. มีเจตคติและกิจนิสัยที่ดีในการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อสุขภาพและสังคม

สมรรถนะรายวิชา

1. แสดงความรู้เกี่ยวกับหลักการและกระบวนการทางพลศึกษา สุขศึกษาและนันทนาการเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตและสุขภาพ
2. เลือกปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพด้วยกิจกรรมพลศึกษา สุขศึกษา และนันทนาการตามหลักการ
3. พัฒนาสมรรถภาพทางการให้ปฏิบัติงานได้ตามลักษณะงาน
4. เป็นผู้นำและมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย
5. โน้มน้าวให้ผู้อื่นเข้าใจความต้องการและเหตุผลของตัวเองด้วยเทคนิคและวิธีการประชาธิปไตย
6. วางแผนดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกับวิชาชีพ

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักการและกระบวนการของพลศึกษา สุขศึกษา และนันทนาการหลักการเลือกกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตและสุขภาพการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับครอบครัวเพื่อน สังคม กระบวนการทางประชาสังคมเพื่อกำหนดบทบาทของตัวเองในการมีส่วนร่วมเกี่ยวกับ

กระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศอย่างรอบด้าน สารเสพติด สารพิษและอุบัติภัยของชุมชน และกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพที่สัมพันธ์กับชุมชน

หน่วยการสอน
รายวิชาทักษะการดำรงชีวิตเพื่อสุขภาพ รหัสวิชา 2000-1601

หน่วยที่	หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหา	จำนวนคาบ
1	หลักการและกระบวนการของพลศึกษา	2
2	สุขศึกษา และนันทนาการ	2
3	หลักการเลือกกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตและสุขภาพ	2
4	การจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับครอบครัวเพื่อน สังคม	2
5	กระบวนการทางประชาสังคมเพื่อกำหนดบทบาทของตนเอง	2
6	กระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศอย่างรอบด้าน	2
7	สารเสพติด	2
8	สารพิษและอุบัติภัยของชุมชน	2
9	กิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพที่สัมพันธ์กับชุมชน	2

โครงการสอนรายวิชา

รายวิชา วิทยาศาสตร์เพื่องานธุรกิจและบริการ

รหัสวิชา 2000-1303

ระดับ ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.)

สาขาวิชาคอมพิวเตอร์ธุรกิจ

ประเภทวิชา พาณิชยกรรม

จำนวน 2 หน่วยกิต

จำนวนชั่วโมง รวม 54 ชั่วโมง

ชื่อผู้สอน นายเกียรติศักดิ์ จุลปาน

จุดประสงค์รายวิชา

1. เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพันธุกรรม ความหลากหลายทางชีวภาพ เทคโนโลยีชีวภาพ จุลินทรีย์ในอาหาร ปิโตรเลียมและผลิตภัณฑ์ ยางและพอลิเมอร์ สารชีวโมเลกุลในอาหาร คลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า พลังงานนิวเคลียร์

2. เพื่อให้มีทักษะการคำนวณหาโอกาสของลักษณะการถ่ายทอดทางพันธุกรรม การจำแนกสิ่งมีชีวิต การทดลองจุลินทรีย์ในอาหาร การเลือกใช้เทคโนโลยีชีวภาพ การทดลองสมบัติของสารไฮโดรคาร์บอน การทดสอบสมบัติทางกายภาพของพอลิเมอร์ การทดสอบสารชีวโมเลกุลในอาหาร การวิเคราะห์ผลของคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าต่อมนุษย์ และพลังงานนิวเคลียร์

3. เพื่อให้มีเจตคติที่ดีต่อวิชาวิทยาศาสตร์และกิจนิสัยที่ดีในการทำงาน

สมรรถนะรายวิชา

1. แสดงความรู้และปฏิบัติเกี่ยวกับหลักการทางพันธุกรรม เทคโนโลยีชีวภาพและจุลินทรีย์ในอาหาร
2. แสดงความรู้และปฏิบัติเกี่ยวกับปิโตรเคมีและผลิตภัณฑ์
3. แสดงความรู้และปฏิบัติเกี่ยวกับสารชีวโมเลกุลของอาหาร
4. แสดงความรู้และปฏิบัติเกี่ยวกับคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า
5. แสดงความรู้และปฏิบัติเกี่ยวกับหลักการของพลังงานนิวเคลียร์

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาและปฏิบัติเกี่ยวกับ การถ่ายทอดลักษณะทางพันธุกรรม ความหลากหลายทางชีวภาพ เทคโนโลยีชีวภาพ จุลินทรีย์ในอาหาร ปิโตรเลียมและผลิตภัณฑ์ ยางและพอลิเมอร์ สารชีวโมเลกุลในอาหาร คลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า พลังงานนิวเคลียร์ต่อการดำรงชีวิต

หน่วยการสอน
รายวิชา วิทยาศาสตร์เพื่องานธุรกิจและบริการ รหัสวิชา 2000-1303

หน่วยที่	หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหา	จำนวนคาบ
1	ไฟฟ้าและเครื่องใช้ไฟฟ้าในบ้านและสำนักงาน -เซลล์ไฟฟ้าเคมี -เซลล์สุริยะ	6
2	การเก็บรักษาสินค้า -สินค้าที่ได้จากการแปรรูปเนื้อสัตว์ -ประเภทของบรรจุภัณฑ์	8
3	การใช้พลังงานเพื่อการขนส่ง -ประเภทของการขนส่ง -แหล่งพลังงานเพื่อการขนส่ง	6
4	การอนุรักษ์พลังงานและสิ่งแวดล้อม -หลักการอนุรักษ์พลังงาน -วิธีการอนุรักษ์พลังงาน	6
5	สารละลาย -ความหมายของสารละลาย -ตัวอย่างสารละลายบางชนิด	6
6	ปฏิกิริยาเคมี -ปฏิกิริยาของธาตุกับออกซิเจน -ปฏิกิริยากรด-เบส	6
7	สารเคมีในชีวิตประจำวันและสำนักงาน -ยาสีฟัน -ลิปสติก -แป้งหอม	8
8	การสังเคราะห์และผลิตภัณฑ์ -สี -กาว -หนังเทียม	8