



กำหนดการสอน รายวิชาสุขศึกษา
รหัสวิชา พ.11110 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2562

| ลำดับที่ | หน่วยที่สอน | หัวข้อการเรียนรู้ | วันที่ เดือน ปี | หมายเหตุ |
|----------|--|--|------------------------|--------------------------------------|
| 1 | | ปฐมนิเทศ | 16-17 พ.ค. 2562 | |
| 2 | อวัยวะ ภายนอก | อวัยวะต่างๆของร่างกาย 1 | 20 - 24 พ.ค. 2562 | |
| 3 | | อวัยวะต่างๆของร่างกาย 2 | 27 - 31 พ.ค. 2562 | วันที่ 31 พ.ค. *วันงดสูบบุหรี่โลก |
| 4 | | ลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอก 1 | 3 - 7 มิ.ย. 2562 | |
| 5 | | ลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอก 2 | 10 - 14 มิ.ย. 2562 | |
| 6 | | ทดสอบท้ายบทเรียน | 17 - 21 มิ.ย. 2562 | |
| 7 | | ความรักและ ความผูกพัน ในครอบครัว | สมาชิกในครอบครัว 1 | 24 - 28 มิ.ย. 2562 |
| 8 | สมาชิกในครอบครัว 2 | | 1 - 5 ก.ค. 2562 | |
| 9 | สมาชิกในครอบครัว 3 | | 8 - 12 ก.ค. 2562 | 30 ก.ค.*หยุดชดเชย วันอาสาฬหบูชา |
| 10 | สมาชิกในครอบครัว 4 | | 15 - 19 ก.ค. 2562 | |
| 11 | ทดสอบท้ายบทเรียน | | 22 - 26 ก.ค. 2562 | |
| 12 | | สอบพญาไทเทส ครั้งที่ 1/2562 | 29 ก.ค. - 2 ส.ค. 2562 | |
| 13 | ความ ภาคภูมิใจใน ตนเองและ ความแตกต่าง ทางเพศ | จุดเด่นจุดด้อยและความภูมิใจในตนเอง 1 | 5 - 9 ส.ค. 2562 | |
| 14 | | จุดเด่นจุดด้อยและความภูมิใจในตนเอง 2 | 12 - 16 ส.ค. 2562 | 13 ส.ค. *ชดเชย วันแม่แห่งชาติ |
| 15 | | ความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิง 1 | 19 - 23 ส.ค. 2562 | |
| 16 | | ความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิง 2 | 26. - 30 ส.ค. 2562 | |
| 17 | | การปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับเพศชาย | 2 - 6 ก.ย. 2562 | |
| 18 | | การปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับเพศหญิง | 9 - 13 ก.ย. 2562 | |
| 19 | | การปฏิบัติตนระหว่างเพศชายและเพศหญิง | 16 - 20 ก.ย. 2562 | |
| 20 | | ทดสอบท้ายบทเรียน | 23 ก.ย. - 27 ก.ย. 2562 | |
| 21 | | สอบปลายภาคเรียนที่ 1/2562 | 30 ก.ย. - 4 ต.ค. 2562 | |



กำหนดการสอน รายวิชาสุขศึกษา
รหัสวิชา พ.12110 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2562

| ลำดับที่ | หน่วยที่สอน | หัวข้อการเรียนรู้ | วันที่ เดือน ปี | หมายเหตุ |
|----------|-----------------------|---|------------------------|---------------------------------------|
| 1 | | ปฐมนิเทศ | 16-17 พ.ค. 2562 | |
| 2 | สารเสพติด | สารเสพติดที่เป็นปัญหา (บุหรี่ , สุรา) | 20 - 24 พ.ค. 2562 | |
| 3 | และสาร อันตรายใกล้ | สารอันตรายใกล้ตัว (กาเฟอีน , สารระเหย) | 27 - 31 พ.ค. 2562 | วันที่ 31 พ.ค. *วันงดสูบบุหรี่โลก |
| 4 | ตัว | สารอันตรายใกล้ตัว (สารเคมีใกล้ตัว) | 3 - 7 มิ.ย. 2562 | |
| 5 | อวัยวะ | อวัยวะภายใน (สมอง , หัวใจ) | 10 - 14 มิ.ย. 2562 | |
| 6 | ภายใน | อวัยวะภายใน (ปอด , ตับ) | 17 - 21 มิ.ย. 2562 | |
| 7 | ร่างกายที่ | อวัยวะภายใน (ไต , กระเพาะอาหาร) | 24 - 28 มิ.ย. 2562 | วันที่ 26 มิ.ย. วันต่อต้านยาเสพติด |
| 8 | สำคัญ | อวัยวะภายใน (ลำไส้) | 1 - 5 ก.ค. 2562 | |
| 9 | ธรรมชาติ | ช่วงวัยต่างๆของมนุษย์ | 8 - 12 ก.ค. 2562 | 30 ก.ค.*หยุดชดเชย วันอาสาฬหบูชา |
| 10 | ของมนุษย์ | ช่วงวัยต่างๆของมนุษย์ | 15 - 19 ก.ค. 2562 | |
| 11 | | การ เกิด แก่ เจ็บ ตาย | 22 - 26 ก.ค. 2562 | |
| 12 | | สอบพญาไทเทศ ครั้งที่ 1/2562 | 29 ก.ค. - 2 ส.ค. 2562 | |
| 13 | บทบาท หน้าที่ของ | บทบาทหน้าที่ (ตนเอง) | 5 - 9 ส.ค. 2562 | |
| 14 | สมาชิกใน | บทบาทหน้าที่ (พ่อ , แม่) | 12 - 16 ส.ค. 2562 | 13 ส.ค. *ชดเชย วันแม่แห่งชาติ |
| 15 | ครอบครัว | บทบาทหน้าที่ (พี่น้อง , ญาติ) | 19 - 23 ส.ค. 2562 | |
| 16 | | ความภาคภูมิใจในความเป็นเพศ (ชาย , หญิง) | 26. - 30 ส.ค. 2562 | |
| 17 | พฤติกรรม | พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ (ชาย , หญิง) | 2 - 6 ก.ย. 2562 | |
| 18 | ทางเพศ | มารยาทที่เหมาะสมกับเพศและกาลเทศะ | 9 - 13 ก.ย. 2562 | |
| 19 | | คุณค่าของการมีเพื่อน | 16 - 20 ก.ย. 2562 | |
| 20 | | การปฏิบัติตนเป็นเพื่อนที่ดี | 23 ก.ย. - 27 ก.ย. 2562 | |
| 21 | | สอบปลายภาคเรียนที่ 1/2562 | 30 ก.ย. - 4 ต.ค. 2562 | |



กำหนดการสอน รายวิชาสุขศึกษา
รหัสวิชา พ.13110 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2562

| ลำดับที่ | หน่วยที่สอน | หัวข้อการเรียนรู้ | วันที่ เดือน ปี | หมายเหตุ |
|----------|---------------------------------|---|------------------------------|---------------------------------------|
| 1 | | ปฐมนิเทศ | 16-17 พ.ค. 2562 | |
| 2 | สารเสพติด | ความหมาย และ สาเหตุ ของสารเสพติด | 20 - 24 พ.ค. 2562 | |
| 3 | ควรรู้ | โทษ ของสารเสพติด การป้องกันตนเองจากสารเสพติด | 27 - 31 พ.ค. 2562 | วันที่ 31 พ.ค. *วันงดสูบบุหรี่โลก |
| 4 | การ เจริญเติบโต ของมนุษย์ | การเจริญเติบโตของเด็กวัยเรียน | 3 - 7 มิ.ย. 2562 | |
| 5 | | การเปรียบเทียบการเจริญเติบโตของ | 10 - 14 มิ.ย. 2562 | |
| 6 | | ตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน | 17 - 21 มิ.ย. 2562 | |
| 7 | | ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต | 24 - 28 มิ.ย. 2562 | วันที่ 26 มิ.ย. วันต่อต้านยาเสพติด |
| 8 | | การปฏิบัติตนเพื่อให้เจริญเติบโตตามวัย | 1 - 5 ก.ค. 2562 | |
| 9 | | ความสำคัญของไอโอดีน | 8 - 12 ก.ค. 2562 | 30 ก.ค.*หยุดชดเชย วันอาสาฬหบูชา |
| 10 | | คุณค่าของ | ความสำคัญของครอบครัว | 15 - 19 ก.ค. 2562 |
| 11 | ครอบครัว และเพื่อน | ความแตกต่างของครอบครัว | 22 - 26 ก.ค. 2562 | |
| 12 | | สอบพญาไทเทส ครั้งที่ 1/2562 | 29 ก.ค. - 2 ส.ค. 2562 | |
| 13 | คุณค่าของ | ความแตกต่างของครอบครัว | 5 - 9 ส.ค. 2562 | |
| 14 | ครอบครัว และเพื่อน | วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัว | 12 - 16 ส.ค. 2562 | 13 ส.ค. *ชดเชย วันแม่แห่งชาติ |
| 15 | | วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในกลุ่มเพื่อน | 19 - 23 ส.ค. 2562 | |
| 16 | การถูกล่วง ละเมิดทาง เพศ | การล่วงละเมิดทางเพศ | 26. - 30 ส.ค. 2562 | |
| 17 | | สิทธิในร่างกาย สัมผัสที่ไม่ดีและสัมผัสที่ดี | 2 - 6 ก.ย. 2562 | |
| 18 | | การป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ | 9 - 13 ก.ย. 2562 | |
| 19 | | การป้องกันตนเองจากบุคคลใกล้ชิด | 16 - 20 ก.ย. 2562 | |
| 20 | | ทบทวนบทเรียน | 23 ก.ย. - 27 ก.ย. 2562 | |
| 21 | | สอบปลายภาคเรียนที่ 1/2562 | 30 ก.ย. - 4 ต.ค. 2562 | |



กำหนดการสอน รายวิชาสุขศึกษา
รหัสวิชา พ.14110 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4
ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2562

| ลำดับที่ | หน่วยที่สอน | หัวข้อการเรียนรู้ | วันที่ เดือน ปี | หมายเหตุ |
|----------|---|---|------------------------|---------------------------------------|
| 1 | | ปฐมนิเทศ | 16-17 พ.ค. 2562 | |
| 2 | ยาและสาร | บุหรี สารเสพติดให้โทษ | 20 - 24 พ.ค. 2562 | |
| 3 | เสพติดให้ โทษ | สุรา สารเสพติดให้โทษ | 27 - 31 พ.ค. 2562 | วันที่ 31 พ.ค. *วันงดสูบบุหรี่โลก |
| 4 | การ เจริญเติบโต และ พัฒนาการที่ เหมาะสม ตามวัย | การเจริญเติบโตด้านร่างกาย | 3 - 7 มิ.ย. 2562 | |
| 5 | | ปัจจัยสำคัญต่อการเจริญเติบโต | 10 - 14 มิ.ย. 2562 | |
| 6 | | ระบบกล้ามเนื้อ | 17 - 21 มิ.ย. 2562 | |
| 7 | | การดูแลรักษาระบบกล้ามเนื้อ | 24 - 28 มิ.ย. 2562 | วันที่ 26 มิ.ย. วันต่อต้านยาเสพติด |
| 8 | เหมาะสม ตามวัย | ระบบกระดูก | 1 - 5 ก.ค. 2562 | |
| 9 | | การดูแลรักษาระบบกระดูก | 8 - 12 ก.ค. 2562 | 30 ก.ค.*หยุดชดเชย วันอาสาฬหบูชา |
| 10 | คุณค่าของ ครอบครัว และเพื่อน | ครอบครัวและเพื่อน 1 | 15 - 19 ก.ค. 2562 | |
| 11 | | ครอบครัวและเพื่อน 2 | 22 - 26 ก.ค. 2562 | |
| 12 | | สอบพญาไทเทส ครั้งที่ 1/2562 | 29 ก.ค. - 2 ส.ค. 2562 | |
| 13 | พฤติกรรม ทางเพศ | การปฏิบัติตนให้เหมาะสมตามเพศและ วัฒนธรรม | 5 - 9 ส.ค. 2562 | |
| 14 | | การปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและ ไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ | 12 - 16 ส.ค. 2562 | 13 ส.ค. *ชดเชย วันแม่แห่งชาติ |
| 15 | | อันตรายทางเพศ | 19 - 23 ส.ค. 2562 | |
| 16 | สภาวะทาง อารมณ์ที่ ส่งผลต่อ สุขภาพ | สภาวะทางอารมณ์และความรู้สึก 1 | 26. - 30 ส.ค. 2562 | |
| 17 | | สภาวะทางอารมณ์และความรู้สึก 2 | 2 - 6 ก.ย. 2562 | |
| 18 | | สภาวะทางอารมณ์ที่มีผลต่อสุขภาพ | 9 - 13 ก.ย. 2562 | |
| 19 | | การสร้างสภาวะทางอารมณ์ด้านบวก | 16 - 20 ก.ย. 2562 | |
| 20 | | ทบทวนเนื้อหาการสอน | 23 ก.ย. - 27 ก.ย. 2562 | |
| 21 | | สอบปลายภาคเรียนที่ 1/2562 | 30 ก.ย. - 4 ต.ค. 2562 | |



กำหนดการสอน รายวิชาสุขศึกษา
รหัสวิชา พ.15110 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2562

| ลำดับที่ | หน่วยที่สอน | หัวข้อการเรียนรู้ | วันที่ เดือน ปี | หมายเหตุ |
|----------|---|--|------------------------------|--------------------------------------|
| 1 | | ปฐมนิเทศ | 16-17 พ.ค. 2562 | |
| 2 | ยาและสาร เสพติดให้ โทษ | ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด | 20 - 24 พ.ค. 2562 | |
| 3 | | ผลกระทบของการใช้สารเสพติด | 27 - 31 พ.ค. 2562 | วันที่ 31 พ.ค. *วันงดสูบบุหรี่โลก |
| 4 | | อันตรายจากการใช้ยาที่ผิด | 3 - 7 มิ.ย. 2562 | |
| 5 | | การปฏิบัติตนให้ปลอดภัยจากการใช้ยา | 10 - 14 มิ.ย. 2562 | |
| 6 | | ชิ้นงาน ยาและสารเสพติดให้โทษ | 17 - 21 มิ.ย. 2562 | |
| 7 | | การ เจริญเติบโต และ | ระบบย่อยอาหาร | 24 - 28 มิ.ย. 2562 |
| 8 | ระบบขับถ่ายปัสสาวะ | | 1 - 5 ก.ค. 2562 | |
| 9 | พัฒนาการ ของมนุษย์ | ชิ้นงาน ระบบต่างๆในร่างกาย | 8 - 12 ก.ค. 2562 | 30 ก.ค.*หยุดชดเชย วันอาสาฬหบูชา |
| 10 | ชีวิตและ ครอบครัว | ครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย | 15 - 19 ก.ค. 2562 | |
| 11 | | การเปลี่ยนแปลงทางเพศและสุขอนามัย | 22 - 26 ก.ค. 2562 | |
| 12 | | สอบพญาไทเทส ครั้งที่ 1/2562 | 29 ก.ค. - 2 ส.ค. 2562 | |
| 13 | ชีวิตและ ครอบครัว | การแก้ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว และกลุ่มเพื่อน | 5 - 9 ส.ค. 2562 | |
| 14 | | ชิ้นงาน ชีวิตและครอบครัว | 12 - 16 ส.ค. 2562 | 13 ส.ค. *ชดเชย วันแม่แห่งชาติ |
| 15 | การสร้าง เสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการ ป้องกันโรค | การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติ | 19 - 23 ส.ค. 2562 | |
| 16 | | ชิ้นงาน การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติ | 26. - 30 ส.ค. 2562 | |
| 17 | | ข้อมูลข่าวสารเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ | 2 - 6 ก.ย. 2562 | |
| 18 | | การใช้ข้อมูลข่าวสารในการสร้างเสริม สุขภาพ | 9 - 13 ก.ย. 2562 | |
| 19 | | ชิ้นงาน ข้อมูลข่าวสาร | 16 - 20 ก.ย. 2562 | |
| 20 | | ทบทวนบทเรียน | 23 ก.ย. - 27 ก.ย. 2562 | |
| 21 | | สอบปลายภาคเรียนที่ 1/2562 | 30 ก.ย. - 4 ต.ค. 2562 | |



กำหนดการสอน รายวิชาสุขศึกษา
รหัสวิชา พ.16110 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2562

| ลำดับที่ | หน่วยที่สอน | หัวข้อการเรียนรู้ | วันที่ เดือน ปี | หมายเหตุ |
|----------|--|--|-----------------------------|---------------------------------------|
| 1 | | ปฐมนิเทศ | 16-17 พ.ค. 2562 | |
| 2 | สารเสพติด ให้โทษ | บุหรี่ สารเสพติดให้โทษ | 20 - 24 พ.ค. 2562 | |
| 3 | | ยาอี , ยาเลิฟ , ยาไอซ์ , กัญชา | 27 - 31 พ.ค. 2562 | วันที่ 31 พ.ค. *วันงดสูบบุหรี่โลก |
| 4 | | สาเหตุของการติดสารเสพติด | 3 - 7 มิ.ย. 2562 | |
| 5 | | การป้องกันตนเองให้ห่างไกลสารเสพติด | 10 - 14 มิ.ย. 2562 | |
| 6 | | ระบบสืบพันธุ์ 1 | 17 - 21 มิ.ย. 2562 | |
| 7 | การ เจริญเติบโต และ พัฒนาการ ของมนุษย์ | ระบบสืบพันธุ์ 2 | 24 - 28 มิ.ย. 2562 | วันที่ 26 มิ.ย. วันต่อต้านยาเสพติด |
| 8 | | ระบบไหลเวียนโลหิต 1 | 1 - 5 ก.ค. 2562 | |
| 9 | | ระบบไหลเวียนโลหิต 2 | 8 - 12 ก.ค. 2562 | 30 ก.ค.*หยุดชดเชย วันอาสาฬหบูชา |
| 10 | | ระบบหายใจ 1 | 15 - 19 ก.ค. 2562 | |
| 11 | | ระบบหายใจ 2 | 22 - 26 ก.ค. 2562 | |
| 12 | | | สอบพญาไทเทส ครั้งที่ 1/2562 | 29 ก.ค. - 2 ส.ค. 2562 |
| 13 | ชีวิตและ ครอบครัว | การสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น | 5 - 9 ส.ค. 2562 | |
| 14 | | ชิ้นงาน การสร้างและรักษาสัมพันธภาพ กับผู้อื่น | 12 - 16 ส.ค. 2562 | 13 ส.ค. *ชดเชย วันแม่แห่งชาติ |
| 15 | | พฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ | 19 - 23 ส.ค. 2562 | |
| 16 | | ชิ้นงาน เพศศึกษา | 26. - 30 ส.ค. 2562 | |
| 17 | สร้างเสริม สุขภาพ | สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ | 2 - 6 ก.ย. 2562 | |
| 18 | | ภาวะโลกร้อน | 9 - 13 ก.ย. 2562 | |
| 19 | | ชิ้นงาน สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ | 16 - 20 ก.ย. 2562 | |
| 20 | | ทบทวนบทเรียน | 23 ก.ย. - 27 ก.ย. 2562 | |
| 21 | | สอบปลายภาคเรียนที่ 1/2562 | 30 ก.ย. - 4 ต.ค. 2562 | |