

รายการการแข่งขัน SMART TALENTS  
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ลำดับ	รายการ	ระยะเวลา	เวลา	สถานที่	ครูผู้รับผิดชอบ
1	ตอบปัญหาสุขศึกษาและพลศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น	1 ชม.	10.00-11.00 น.	โรงยิม	1.น.ส.ผุสดี ขำทอง 2.นายสันติชัย ประสานพานิช 3.นายณัฐภัทร จันทยา 4.นิสิตสุขศึกษาและพลศึกษา
2	ตอบปัญหาสุขศึกษาและพลศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย	1 ชม.	10.00-11.00 น.	โรงยิม	1.น.ส.จิราภรณ์ นุจร 2.นายทวีศักดิ์ ทวีรัตนธรรม 3.นายเสนีย์ คงประโคน 4.นิสิตสุขศึกษาและพลศึกษา
3	แอโรบิก	1ชม. 30นาที	13.00-16.00 น.	ใต้โดม	1.น.ส.ภัครินทร์ อะโรคา 2.นายสนอง คุณมี 3.นายนาวิน บัวถาวร 4.นิสิตสุขศึกษาและพลศึกษา
4	ทักษะพื้นฐานด้านกีฬา (มวยสากลสมัครเล่น)	30 นาที	13.00-16.00 น.	โรงยิม	1.นายสนอง คุณมี 2.นายนาวิน บัวถาวร 3.นายสันติชัย ประสานพานิช 4.นิสิตสุขศึกษาและพลศึกษา

## รายการที่ 1 ตอบปัญหาสุขศึกษาและพลศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

### 1. คุณสมบัติผู้เข้าแข่งขัน

ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3

### 2. ประเภทและจำนวนผู้เข้าแข่งขัน

2.1 ประเภทคู่ คณะระดับชั้นได้ ม.1- ม.3

2.2 รับสมัครจำนวน 50 คู่ = 100 คน

### 3. วิธีดำเนินการและหลักเกณฑ์การแข่งขัน

ให้นักเรียนใช้ดินสอ 2 ปี ปากกาน้ำเงินและปากกาลบคำผิดในการตอบคำถาม ทั้งข้อปรนัยและอัตนัย มีเนื้อหาเกี่ยวกับรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้น ม.1-ม.3

### 4. เกณฑ์การให้คะแนน (คะแนนเต็ม 100 คะแนน) ดังนี้

4.1 ปรนัยสุขศึกษา 30 ข้อ 30 คะแนน

4.2 ปรนัยพลศึกษา 30 ข้อ 30 คะแนน

4.3 อัตนัย 20 ข้อ 40 คะแนน

### 5. เกณฑ์การตัดสิน

ร้อยละ 80 - 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง

ร้อยละ 70 - 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน

ร้อยละ 60 - 69 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง

ต่ำกว่าร้อยละ 60 ได้รับเกียรติบัตรเข้าร่วมการแข่งขัน

## รายการที่ 2 ตอบปัญหาสุขศึกษาและพลศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

### 1. คุณสมบัติผู้เข้าแข่งขัน

ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6

### 2. ประเภทและจำนวนผู้เข้าแข่งขัน

2.1 ประเภทคู่ คณะระดับชั้นได้ ม.4 – ม.6

2.2 รับสมัครจำนวน 50 คู่ = 100 คน

### 3. วิธีดำเนินการและหลักเกณฑ์การแข่งขัน

ให้นักเรียนใช้ดินสอ 2 ปี ปากกาน้ำเงินและปากกาลบคำผิดในการตอบคำถาม ทั้งข้อปรนัยและอัตนัย มีเนื้อหาเกี่ยวกับรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้น ม.4 - ม.6

### 4. เกณฑ์การให้คะแนน (คะแนนเต็ม 100 คะแนน) ดังนี้

4.1 ปรนัยสุขศึกษา 30 ข้อ 30 คะแนน

4.2 ปรนัยพลศึกษา 30 ข้อ 30 คะแนน

4.3 อัตนัย 20 ข้อ 40 คะแนน

### 5. เกณฑ์การตัดสิน

ร้อยละ 80 - 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง

ร้อยละ 70 - 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน

ร้อยละ 60 - 69 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง

ต่ำกว่าร้อยละ 60 ได้รับเกียรติบัตรเข้าร่วมการแข่งขัน

## รายการที่ 3 แอโรบิก

### 1. คุณสมบัติผู้เข้าแข่งขัน

ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 6

### 2. ประเภทและจำนวนผู้เข้าแข่งขัน

- 2.1 ประเภททีม ทีมละ 10 คน คณะระดับชั้นได้
- 2.2 รับสมัครจำนวน 20 ทีม

### 3. วิธีดำเนินการและหลักเกณฑ์การแข่งขัน

3.1 ใช้เพลงแอโรบิก 4 นาที โดยมีขั้นตอนดังนี้ คือขึ้นอบอุ่นร่างกาย ชั้นแอโรบิกและชั้นยืดเหยียดกล้ามเนื้อ สามารถมิกซ์เพลงได้

3.2 มีท่าบังคับ 7 ท่า ได้แก่

### 4. เกณฑ์การให้คะแนน (คะแนนเต็ม 100 คะแนน) ดังนี้

4.1 คะแนนจากกรรมการฝ่ายเทคนิค ประกอบด้วย 60 คะแนนประกอบด้วย

- |                                  |          |
|----------------------------------|----------|
| - ความเป็นแอโรบิก                | 15 คะแนน |
| - ความแข็งแรงและความอ่อนตัว      | 10 คะแนน |
| - การเชื่อมท่าการเคลื่อนไหว      | 10 คะแนน |
| - ความยากของท่า                  | 10 คะแนน |
| - ความสมบูรณ์ของท่า              | 10 คะแนน |
| - ความปลอดภัยของท่าการเคลื่อนไหว | 5 คะแนน  |

\*\*หมายเหตุ ความเป็นแอโรบิก หมายถึง ผู้เข้าแข่งขันจะไม่หยุดชะงัก ในขณะที่ทำการแข่งขันและจะต้องเคลื่อนไหวโดยการใช้ทักษะการเคลื่อนไหวบังคับพื้นฐาน 7 ท่า

1. ลันจ์ (Lunge)
2. ย่ำเท้า (March)
3. วิ่ง (Jog)
4. ยกเข่า (Knee Lift)
5. เตะ (Kick)
6. กระโดดสลับเท้า (Skip)
7. กระโดดตบ (Jack)

#### 4.2 คะแนนจากกรรมการจากฝ่ายนำเสนอ 40 คะแนน ประกอบด้วย

- |   |          |
|---|----------|
| - ความพร้อมเพียง                                | 15 คะแนน |
| - ทำทางการแสดงออก/การลงจังหวะ/ความคิดสร้างสรรค์ | 10 คะแนน |
| - ความผิดพลาดการเคลื่อนไหว                      | 10 คะแนน |
| - รูปร่างและเครื่องแต่งกาย                      | 5 คะแนน  |

#### 4.3 การหักคะแนน

- ใช้เวลาแข่งขันน้อยกว่า 6 นาที 30 วินาที หรือมากกว่า 7 นาที 30 วินาที หัก 1 คะแนน

จากคะแนนทั้งหมด

- ผลการตัดสินของคณะกรรมการถือเป็นที่สุด

#### 5. เกณฑ์การตัดสิน

- |                  |                                     |
|------------------|-------------------------------------|
| ร้อยละ 80 - 100  | ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง          |
| ร้อยละ 70 - 79   | ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน         |
| ร้อยละ 60 - 69   | ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง       |
| ต่ำกว่าร้อยละ 60 | ได้รับเกียรติบัตรเข้าร่วมการแข่งขัน |

## รายการที่ 4 ทักษะพื้นฐานด้านกีฬา (มวยสากลสมัครเล่น)

### 1. คุณสมบัติผู้เข้าแข่งขัน

นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 รวมทีม มาทีมละ 10 คน

### 2. ประเภทและจำนวนผู้เข้าแข่งขัน

2.1 ประเภททีม ทีมละ 10 คน (รับสมัครจำนวน 3 ทีม)

### 3. วิธีดำเนินการและหลักเกณฑ์การแข่งขัน

3.1 ทักษะการออกหมัด 12 หมัด

3.2 ทักษะการเคลื่อนที่ฟุตเวิร์ค

### 4. เกณฑ์การให้คะแนน (คะแนนเต็ม 100 คะแนน) ดังนี้

4.1 ทักษะการออกหมัด 50 คะแนน

4.2 ทักษะการเคลื่อนที่ฟุตเวิร์ค 50 คะแนน

### 5. เกณฑ์การตัดสิน

ร้อยละ 80 - 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง

ร้อยละ 70 - 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน

ร้อยละ 60 - 69 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง

ต่ำกว่าร้อยละ 60 ได้รับเกียรติบัตรเข้าร่วมการแข่งขัน