



รายการแข่งขันทักษะงานมหกรรมวิชาการมัธยมศึกษา ครั้งที่ ๒๘ ปีการศึกษา ๒๕๖๑

รายการประเภทแข่งขันภายใน (ไม่ส่งต่อระดับภาค)

ศูนย์พัฒนาวิชาการสุศึกษาและพลศึกษา

สรุปกิจกรรมการแข่งขันกลุ่มวิชาสุศึกษาและพลศึกษา

ที่	ชื่อกิจกรรม	ระดับชั้น		ประเภท	หมายเหตุ
		ม.1-3	ม.4-6		
1	ทักษะแฮนด์บอล	✓	✓	ทีม 2 คน	
2	ทักษะวอลเลย์บอล ข้ามตาข่าย	✓	✓	ทีม 2 คน	
3	ทักษะวอลเลย์บอล อันเดอร์ฝ่าผนัง	✓	✓	เดี่ยว	
4	ทักษะฟุตซอล (ยิงประตู)	✓	✓	ทีม 5 คน	
5	ทักษะเดาะบอล	✓	✓	ทีม 2 คน	
6	ทักษะบาสเกตบอล (ยิงลูกโทษ)	✓	✓	ทีม 3 คน	
7	ทักษะบาสเกตบอล (เลย์ อัฟ)	✓	✓	ทีม 3 คน	
8	ทักษะการแข่งขัน Street Basketball	✓	✓	ทีม 4 คน	
9	ทักษะตะกร้อข้ามตาข่าย	✓	✓	ทีม 2 คน	
10	ทักษะตะกร้อลอดห่วง	✓	✓	ทีม 6 คน	
11	ทักษะเปตอง	✓	✓	ทีม 3 คน	
12	เนตบอล (หญิง)	✓	✓	ทีม 3 คน	
รวม		12	12		
รวมทั้งสิ้น		24		รายการ	

ตารางการแข่งขันและเกณฑ์การแข่งขันทักษะศูนย์พัฒนาวิชาการศึกษาและพลศึกษา  
 งานมหกรรมวิชาการมัธยมศึกษา ครั้งที่ 28 ประจำปีการศึกษา 2561  
 ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย จังหวัดนครศรีธรรมราช  
 ระหว่างวันที่ 5 - 7 กันยายน 2561  
 ณ โรงเรียนเมืองนครศรีธรรมราช

1. กำหนดการแข่งขัน

วัน/เดือน/ปี	เวลา	ทักษะที่แข่งขัน	สถานที่	หมายเหตุ
5 ก.ย. 61	13.00 – 15.00 น.	1.ตอบปัญหาสุศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้น มัธยมศึกษาตอนต้น	ห้องราชพฤกษ์	
	15.00 – 17.00 น.	2.ตอบปัญหาสุศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้น มัธยมศึกษาตอนปลาย	ห้องราชพฤกษ์	
	09.00 – 10.00 น.	3.แอโรบิก	อาคารโดมจอมล้าน	
	10.00 – 12.00 น.	4. คีตะมวยไทย	อาคารโดมจอมล้าน	
		5. ทักษะพื้นฐานด้านกีฬามวย (ม.ต้น)	อาคารโดมจอมล้าน	
		6. ทักษะพื้นฐานด้านกีฬามวย (ม.ปลาย)	อาคารโดมจอมล้าน	
	10.00 – 16.30 น.	7.ทักษะแฮนด์บอล	สนามบาสเกตบอล	
	09.00 – 15.30 น.	8.ทักษะวอลเลย์บอล - ข้ามตาข่าย - อันเดอร์ฝ่าผนัง	สนามวอลเลย์บอล	
	09.00 – 15.30 น.	9.ทักษะฟุตซอล (ยิงประตู)	สนามฟุตซอล	
	09.00 – 14.00 น.	10. ทักษะเดาะบอล	สนามฟุตซอล	
	09.00 - 16.30 น.	11.ทักษะบาสเกตบอล (ยิงประตู)	อาคารเอนกประสงค์	
12.ทักษะบาสเกตบอล (เลย์ อัฟ)				
6 ก.ย. 61	09.00 – 16.30 น.	13.ทักษะการแข่งขัน Street Basetbal	อาคารเอนกประสงค์	
	09.00 – 15.30 น.	14.ทักษะตะกร้อข้ามตาข่าย	สนามตะกร้อ	
	09.00 – 12.00 น.	15.ตะกร้อลอดห่วง	สนามวอลเลย์บอล	

	09.00 – 15.30 น.	16.ทักษะเปตอง	สนามเปตอง	2
	09.00 – 12.00 น.	17.เนตบอล (หญิง)	สนามบาสเกตบอล	

## กติกาและเกณฑ์การแข่งขัน ปี 2561

### ศูนย์พัฒนาวิชาการสุศึกษาและพลศึกษา

#### 2. กติกาการแข่งขัน

##### 2.1 กติกาทักษะการแข่งขันแอโรบิค

คุณสมบัติผู้เข้าแข่งขัน

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 (สพม.)

##### ประเภทและจำนวนผู้เข้าแข่งขัน

- แข่งขันประเภททีม แบ่งเป็น  
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 (สพม.) จำนวน 1 ทีม
- จำนวนผู้เข้าแข่งขันทีมละ 10 คน ครูผู้ควบคุม 3 คน รวม 13 คน

**ถ้ามีทักษะมวยไทยในแอโรบิคจะมีคะแนนเพิ่ม**

##### วิธีการดำเนินการและรายละเอียดหลักเกณฑ์การแข่งขัน

- ส่งใบสมัคร พร้อมหลักฐานผู้เข้าแข่งขัน จำนวนทีมละไม่เกิน 18 คน และครูผู้ควบคุมจำนวนทีมละ 2 คน
- ในวันแข่งขัน ให้รายงานตัวเข้าแข่งขัน พร้อมส่งรายชื่อเข้าแข่งขัน 15 คน สำรอง 1-3 คน
- ทีมที่จะแข่งขันให้นำซีดีเพลงประกอบการแข่งขัน ส่งคณะกรรมการเพื่อเตรียมการก่อนการแข่งขัน อย่างน้อย 30 นาที
- ผู้เข้าแข่งขันใช้เวลา 7 นาที แต่อาจน้อยกว่าหรือมากกว่าได้ไม่เกิน 30 วินาที โดยจับเวลา เมื่อเพลงประกอบดังขึ้น (+, - 30 วินาที)

##### เกณฑ์การให้คะแนน

- การให้คะแนนเต็ม 100 คะแนน ให้รายการต่อไปนี้
- ความเหมาะสมของเวลาและท่าทางการแสดง
  - อบอุ่นร่างกาย ( 5 คะแนน)

- ออกกำลังกาย	(20 คะแนน)
- ผ่อนคลาย	( 5 คะแนน)
- ความพร้อมเพรียง	15 คะแนน
- ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์	15 คะแนน
- ความสัมพันธ์ต่อเนื่องของท่าทาง	10 คะแนน
- ความสัมพันธ์ของท่าทางกับจังหวะเพลง	10 คะแนน
- การแต่งกายเหมาะสมตรงตามแบบชุดแข่งขันเอโรบิก	10 คะแนน
- การใช้เวลาแข่งขันตามกำหนด	10 คะแนน

#### การหักคะแนน ให้พิจารณาจากกรณีต่อไปนี้

- ใช้เวลาแข่งขันน้อยกว่า 6 นาที 30 นาที หัก 1 คะแนน ทุก 5 วินาที แต่หักไม่เกิน 10 คะแนน
- ใช้เวลาแข่งขันมากกว่า 7 นาที 30 วินาที หัก 1 คะแนน ทุก 5 วินาที แต่หักไม่เกิน 10 คะแนน
- หากมีการหักคะแนน ต้องนำคะแนนที่หักไปลบจากคะแนนที่ให้
- ผลการตัดสินของคณะกรรมการถือเป็นที่สุด

#### เกณฑ์การตัดสิน

ร้อยละ 80 - 100	ได้รับรางวัลเหรียญทอง
ร้อยละ 70 - 79	ได้รับรางวัลเหรียญเงิน
ร้อยละ 60 - 69	ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง
ต่ำกว่าร้อยละ 60	ได้รับเกียรติบัตร เว้นแต่คณะกรรมการจะเห็นเป็นอย่างอื่น

**คณะกรรมการตัดสิน คณะกรรมการแต่ละชุด จำนวน 3 - 5 คน**

#### คุณสมบัติ

- เป็นผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้ความสามารถที่สอดคล้องกับกิจกรรม
- เป็นตัวแทนครูในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
- เป็นศึกษานิเทศน์ที่รับผิดชอบกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

#### การแข่งขันระดับชาติ

- ทีมที่ได้คะแนนสูงสุด ลำดับ 1-3 จากการแข่งขันระดับภาคจะได้เป็นตัวแทนแข่งขันในระดับชาติ

- ในกรณีที่มีทีมชนะเลิศให้คะแนนเท่ากันมากกว่า 3 ทีม ให้พิจารณาลำดับที่จากคะแนนที่  
ได้ในรายการต่อไปนี้

ความเหมาะสมของเวลาทำท่าทาง

ความพร้อมเพรียง

ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

ความสัมพันธ์ต่อเนื่องของท่าทาง

ความสัมพันธ์ของท่าทางกับจังหวะเพลง

การแต่งกายเหมาะสมตรงตามแบบชุดแข่งขันแอโรบิก

การใช้เวลาเหมาะสมตามกำหนด

\*\* กรณียังเท่ากันให้จับฉลาก

#### หมายเหตุ

ให้ครูผู้ควบคุมทีมของแต่ละโรงเรียนส่งทีมและสมัครเข้าร่วมแข่งขันได้ที่หน้าเว็บไซต์ระบบงาน  
ศิลปหัตถกรรม ครั้งที่ 28 เขตนครศรีธรรมราช (สพม.12) ศูนย์แข่งขันสุขศึกษาและพลศึกษา

ติดต่อสอบถาม ดร.มทูล พูลสวัสดิ์ เลขาธิการศูนย์พัฒนาวิชาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา  
และพลศึกษา โรงเรียนเมืองนครศรีธรรมราช โทร.081-9700772

## 2.2 กติกาการแข่งขันคีตะมวยไทย

### 1. คุณสมบัติผู้เข้าแข่งขัน

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 6

### 2. ประเภทและจำนวนผู้เข้าแข่งขัน

2.1 แข่งขันประเภททีม ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-6

2.2 จำนวนผู้เข้าแข่งขันทีมละ 7 - 10 คน (ชาย หรือ หญิง หรือชาย-หญิงรวมกัน) และครูผู้  
ฝึกสอนทีมละไม่เกิน 3 คน

### 3. วิธีดำเนินการและรายละเอียดหลักเกณฑ์การแข่งขัน

3.1 ในวันแข่งขัน ให้รายงานตัวเข้าแข่งขัน 7-10 คน

3.2 ทีมที่จะแข่งขันให้นำซีดีเพลงประกอบการแข่งขัน ส่งคณะกรรมการเพื่อเตรียมการก่อนการ  
แข่งขัน อย่างน้อย 30 นาที

3.3 ผู้เข้าแข่งขันต้องแต่งกายเหมาะสมกับชุดการแข่งขันคีตะมวยไทย (ชุดมวยไทยโบราณหรือ  
ชุดมวย ไทยสมัยใหม่ ผอมยาวรวบให้เรียบร้อย)

3.4 ผู้เข้าแข่งขันจะต้องใช้รำไหว้ครูมวยไทย ในการเริ่มต้นการแสดงช่วงแรก ตามท่าบังคับที่  
กำหนด 3 ท่า (ช่วงอบอุ่นร่างกาย)1.30นาที -2 นาที โดยใช้เพลงปี่มวญ

3.5 การแข่งขันใช้เวลา 8 นาที แต่อาจน้อยกว่าหรือมากกว่าได้ไม่เกิน 30 วินาที โดยเริ่มจับเวลา เมื่อ นักกีฬาเริ่มการเคลื่อนไหว โดยใช้สัญญาณเริ่มต้นด้วยเสียง Beep เดียวเท่านั้น (ต้องใช้นาฬิกาจับเวลาและ ประกาศเวลาที่ใช้ในการแข่งขันของแต่ละทีม)

#### 4. เกณฑ์การให้คะแนน

##### 4.1 คะแนนเต็มร้อย 100 คะแนน ประกอบด้วย

4.1.1	ท่าไหว้ครู (ท่าบังคับ) ตามเวลาที่กำหนด	15	คะแนน
4.1.2	ความเป็นมวยไทย ครบทุกอาวุธ (หมัด,เท้า,เข่า,ศอก)	20	คะแนน
4.1.3	ความแข็งแรงและความอ่อนตัว	15	คะแนน
4.1.4	การเชื่อมท่าการเคลื่อนไหว	10	คะแนน
4.1.5	ความสมบูรณ์ของท่า	10	คะแนน
4.1.6	ความพร้อมเพรียง	10	คะแนน
4.1.7	ความคิดสร้างสรรค์	10	คะแนน
4.1.8	ชุดการแต่งกายและความเหมาะสมของเพลง (ชุดมวยโบราณ หรือ มวยไทยสมัยใหม่) ให้ใส่เองก็เกิ้ลแทนรองเท้า	10	คะแนน

\*\*\*หมายเหตุ ความเป็นมวยไทย หมายถึง ผู้เข้าแข่งขันจะต้องใช้ลูกไม้ต่างๆ ที่หลากหลาย โดยมีความสัมพันธ์ กับเพลง และความแข็งแรง โดยไม่มีการตีลังกาหรือต่อตัว ในขณะที่ทำการแข่งขัน จะต้อง มี 3 ท่า บังคับ มีท่าไหว้ครูบังคับ เคลื่อนไหวโดยใช้ท่าการเคลื่อนไหวบังคับพื้นฐาน 8 ท่า บังคับอัน ได้แก่

##### - ท่าไหว้ครู

1. กราบเบญจางคประดิษฐ์
2. กรอบพระแม่ธรณี
3. ถวายบังคม

##### - ท่าเคลื่อนไหวบังคับ

1. หมัด
2. ควางเปิดสูง
3. ศอก
4. เตะ
5. เข่า
6. ทัดมาลา
7. ปิดสุทเทษ
8. ย่างสามชุก

##### 4.2 การหักคะแนน ให้พิจารณาจากกรณีต่อไปนี้

- 1) ใช้เวลาแข่งขันน้อยกว่า 7 นาที 30 วินาที หรือ ใช้เวลาแข่งขันมากกว่า 8 นาที 30 วินาที หัก 1 คะแนน ทุก 5 วินาที แต่หักได้ไม่เกิน 10 คะแนน
- 2) การล่าเส้น อนุญาตให้เหยียบเส้นได้แต่ไม่ล่าออกนอกเส้นให้หักคะแนนครั้งละ 1 คะแนนแต่ หักได้ไม่เกิน 10 คะแนน

4.3 หากมีการหักคะแนน ต้องนำคะแนนที่หักไปลบจากคะแนนที่ให้

4.4 ผลการตัดสินของคณะกรรมการถือเป็นที่สุด

## 5. เกณฑ์การตัดสิน

6

คะแนนร้อยละ 80 – 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง

คะแนนร้อยละ 70 – 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน

คะแนนร้อยละ 60 – 69 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง

ต่ำกว่าร้อยละ 60 ได้รับเกียรติบัตร

(เว้นแต่กรรมการจะเห็นเป็นอย่างอื่น ผลการตัดสินของคณะกรรมการถือเป็นสิ้นสุด)

## 6. คณะกรรมการตัดสิน

6.1 คณะกรรมการแต่ละชุด มีจำนวน 5 คน

6.2 คุณสมบัติ

- 1) เป็นผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้ความสามารถที่สอดคล้องกับกิจกรรม
- 2) เป็นตัวแทนครูในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุศึกษาและพลศึกษา
- 3) เป็นศึกษานิเทศก์ที่รับผิดชอบกลุ่มสาระการเรียนรู้สุศึกษาและพลศึกษา

### หมายเหตุ

ให้ครูผู้ควบคุมทีมของแต่ละโรงเรียนส่งทีมและสมัครเข้าร่วมแข่งขันได้ที่หน้าเว็บไซต์ระบบงานศิลปหัตถกรรม ครั้งที่ 28 เขตนครศรีธรรมราช (สพม.12) ศูนย์แข่งขันสุศึกษาและพลศึกษาติดต่อสอบถาม นายไพโรจน์ จุลนวล รองผู้อำนวยการโรงเรียนพรหมคีรีพิทยาคม ดร.มทูล พูลสวัสดิ์ เลขานุการศูนย์พัฒนาวิชาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนเมืองนครศรีธรรมราช โทร.081-9700772

## 2.3 การแข่งขันทักษะพื้นฐานด้านกีฬา (มวยสากลสมัครเล่น)

1. คุณสมบัติผู้เข้าแข่งขัน
  - 1.1 นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 3
  - 1.2 นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6
2. ประเภทและจำนวนผู้เข้าแข่งขัน
  - 2.1 แข่งขันประเภททีม แบ่งเป็น
    - ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1- 3 จำนวน 1 ทีม
    - ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 จำนวน 1 ทีม
  - 2.2 จำนวนผู้เข้าแข่งขันทีมละ 10 คน (ชาย หรือหญิง หรือชาย – หญิงรวมกัน ) และครูผู้สอนจำนวน ทีมละไม่เกิน 3 คน
3. วิธีดำเนินการและรายละเอียดหลักเกณฑ์การแข่งขัน
  - 3.1 ในวันแข่งขัน ให้รายงานตัวเข้าแข่งขัน 10 คน
  - 3.2 ทีมที่จะแข่งขันให้นำซีดีเพลงประกอบการแข่งขัน ส่งคณะกรรมการเพื่อเตรียมการก่อนการแข่งขัน อย่างน้อย 30 นาที
  - 3.3 ผู้เข้าแข่งขันต้องแต่งกายเหมาะสมกับชุดการแข่งขันทักษะพื้นฐานด้านกีฬา (มวยสากลสมัครเล่น) ประเภททีม ชุดรัดกุมผอมยาวรวบให้เรียบร้อย ประกอบ
    - 3.3.1 กางขาสั้นเหนือเข่าเล็กน้อยพอสมควร
    - 3.3.2 เสื้อไม่มีปกคอ ไม่มีแขน (เสื้อแขนกุด) ปิดหน้า ปิดหลัง
    - 3.3.3 เสื้อและกางเกงเป็นชุดเดียวกันทั้งชุดต้องมีผ้าคาดเอวสีขาวตามแนวเข็มขัดหรือสีอื่นที่ แตกต่างจากชุดที่ใส่เข้าแข่งขัน
    - 3.3.4 ไสกรองเท้าหุ้มข้อพร้อมกับถุงเท้า
  - 3.4 การแข่งขันใช้เวลา 10 นาที แต่อาจน้อยกว่าหรือมากกว่าได้ไม่เกิน 30 วินาที โดยเริ่มจับเวลา เมื่อนักกีฬาเริ่มการเคลื่อนไหว โดยใช้สัญญาณเริ่มต้นด้วยเสียง Beep เดียวเท่านั้น ถ้าเกินหรือ น้อยกว่าจะถูกตัด คะแนน (ต้องใช้นาฬิกาจับเวลาและประกาศเวลาที่ใช้ในการแข่งขันของแต่ละทีม)
4. เกณฑ์การให้คะแนน
  - 4.1 กรรมการควบคุมการตัดสิน ประกอบด้วย
    - 4.1.1. ประธานผู้ตัดสิน 1 คน
    - 4.1.2. กรรมการฝ่ายตัดสิน 5 คน



## 4.2 คะแนนเต็มร้อย 100 คะแนน

### 4.2.1 คะแนนการตัดสิน 100 คะแนน ประกอบด้วย ท่าบังคับ

4.2.1.1 การตั้งท่าเปิดจิ้งหะ 6 ขั้นตอน พร้อมกับนับตามจิ้งหะโดยการให้  
สัญญาณห้ามใช้ เสียงดนตรีประกอบ 10 คะแนน

4.2.1.2 การเคลื่อนที่เปิดจิ้งหะ 6 ขั้นตอน พร้อมกับนับตามจิ้งหะโดยการให้  
สัญญาณห้าม ใช้เสียงดนตรีประกอบ 10 คะแนน

4.2.1.3 การใช้หมัด 12 หมัด เปิดจิ้งหะ พร้อมกับนับตามจิ้งหะโดยการให้  
สัญญาณห้ามใช้ เสียงดนตรีประกอบ 10 คะแนน

4.2.1.4 การเคลื่อนที่พร้อมกับการชกหมัดตามจิ้งหะดนตรี 10 คะแนน

4.2.1.5 ความแข็งแรงและความอ่อนตัว 10 คะแนน

4.2.1.6 การเชื่อมท่าการเคลื่อนไหว 10 คะแนน

4.2.1.7 ความยากของท่า 10 คะแนน

4.2.1.8 ความสมบูรณ์ของท่า 5 คะแนน

4.2.1.9 ความพร้อมเพรียง 5 คะแนน

4.2.1.10 ท่าทางการแสดงออก/การลงจิ้งหะ/ความคิดสร้างสรรค์ 10 คะแนน

4.2.1.11 เครื่องแต่งกาย (ชุดมวยสากลสมัครเล่น) 10 คะแนน

\*\*\* หมายเหตุ การแข่งขันทักษะมวยสากลฯ ประเภททีม ตามจิ้งหะดนตรี ผู้เข้าแข่งขันจะไม่หยุดชะงัก  
ในขณะที่ทำการแข่งขัน และจะต้องเคลื่อนไหวโดยใช้ท่าการเคลื่อนไหวบังคับพื้นฐาน 3 ท่า บังคับ อันได้แก่

1. การตั้งท่า
2. การเคลื่อนที่
3. การออกหมัด 12 หมัด ตามจิ้งหะดนตรี

\*\*\* หมายเหตุ การล่าเส้น อนุญาตให้เหยียบเส้นได้แต่ไม่ล่าออกนอกเส้นให้หักคะแนนครั้งละ 1 คะแนน  
แต่หัก ได้ไม่เกิน 10 คะแนน

4.3 หากมีการหักคะแนน ต้องนำคะแนนที่หักไปลบจากคะแนนที่ให้

4.4 ผลการตัดสินของคณะกรรมการถือเป็นที่สุด

## 5. เกณฑ์การตัดสิน

คะแนนร้อยละ 80 – 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง

คะแนนร้อยละ 70 – 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน

คะแนนร้อยละ 60 – 69 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง

ต่ำกว่าร้อยละ 60 ได้รับเกียรติบัตร

(เว้นแต่กรรมการจะเห็นเป็นอย่างอื่น ผลการตัดสินของคณะกรรมการถือเป็นที่สุด)

## หมายเหตุ

ให้ครูผู้ควบคุมทีมของแต่ละโรงเรียนส่งทีมและสมัครเข้าร่วมแข่งขันได้ที่หน้าเว็บไซต์ระบบงานศิลปหัตถกรรม ครั้งที่ 28 เขตนครศรีธรรมราช (สพม.12) ศูนย์แข่งขันสุขศึกษาและพลศึกษาติดต่อสอบถาม นายไพโรจน์ จุลนวล รองผู้อำนวยการโรงเรียนพรหมคีรีพิทยาคม ต.รม.มท. พูลสวัสดิ์ เลขานุการศูนย์พัฒนาวิชาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนเมืองนครศรีธรรมราช โทร.081-9700772

## 2.4 กติกาการแข่งขันตอบปัญหาสุขศึกษาและพลศึกษา

### 1. คุณสมบัติผู้เข้าแข่งขัน

- 1.1 นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 3
- 1.3 นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6

### 2. ประเภทและจำนวนผู้เข้าแข่งขัน

#### 2.1 แข่งขันประเภททีม แบ่งเป็น

- ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1- 3 จำนวน 1 ทีม
- ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4- 6 จำนวน 1 ทีม

#### 2.2 จำนวนผู้เข้าแข่งขันทีมละ 2 คน (ชาย 2 คนหรือหญิง 2 คนหรือชาย – หญิงรวมกัน 2 คน)

### 3. วิธีดำเนินการ และรายละเอียดหลักเกณฑ์การแข่งขัน

#### 3.1 แต่ละระดับชั้นแข่งขันตอบปัญหา 2 รอบ คะแนนเต็ม 100 คะแนน

- 1) รอบแรก เป็นคำถามชนิดเลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 60 ข้อๆ ละ 1 คะแนน

รวม 60 คะแนน (สาระสุขศึกษา 30 ข้อ , สาระพลศึกษา 30 ข้อ) เวลา 1 ชั่วโมง

- 2) รอบสอง กรรมการจะถามคำถามนักเรียนเขียนตอบ จำนวน 20 ข้อ ๆ ละ 2 คะแนน

รวม 40 คะแนน คำถามเป็นเนื้อหาเกี่ยวกับสาระสุขศึกษา 10 ข้อ และสาระพลศึกษา 10 ข้อ

ใช้เวลาตอบคำถามข้อละ 1 นาที

- 3) การแข่งขันทั้ง 2 รอบ เป็นการร่วมคิดเป็นทีม (กระดาษคำตอบ 1 แผ่นต่อ 1 ทีม)

- 4) ส่งใบสมัคร พร้อมหลักฐานผู้เข้าแข่งขันทีมละ 2 คน และครูผู้ควบคุม ทีมละ 2 คน

- 5) ในวันแข่งขันให้รายงานตัว พร้อมส่งรายชื่อเข้าแข่งขัน 2 คน และผู้ควบคุม 2 คน

#### 3.2 ผลการตัดสินของคณะกรรมการถือเป็นสิ้นสุด

#### 4. หลักเกณฑ์การให้คะแนน

4.1 รวมคะแนนทั้ง 2 รอบ

4.2 ในกรณีที่แต่ละทีมมีคะแนนเท่ากันให้กรรมการใช้คำถามสำรองจนได้ทีมชนะเลิศลำดับที่ 1 – 3

#### 5. เกณฑ์การตัดสิน

คะแนนร้อยละ 81 – 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง

คะแนนร้อยละ 70 – 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน

คะแนนร้อยละ 60 – 69 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง

ต่ำกว่าร้อยละ 60 ได้รับเกียรติบัตร

(เว้นแต่กรรมการจะเห็นเป็นอย่างอื่น ผลการตัดสินของคณะกรรมการถือเป็นสิ้นสุด)

#### หมายเหตุ

ให้ครูผู้ควบคุมทีมของแต่ละโรงเรียนส่งทีมและสมัครเข้าร่วมแข่งขันได้ที่หน้าเว็บไซต์ระบบงานศิลปหัตถกรรม ครั้งที่ 28 เขตนครศรีธรรมราช (สพม.12) ศูนย์แข่งขันสุศึกษาและพลศึกษาติดต่อสอบถาม ครูจิตรา ยอดแก้ว ครูโรงเรียนสตรีทุ่งสง ดร.มพูน พูลสวัสดิ์ เลขานุการศูนย์พัฒนาวิชาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนเมืองนครศรีธรรมราช โทร.081-9700772

### 2.5 กติกาทักษะกีฬาแฮนด์บอล

- ทักษะการรับ-ส่งบอล ระยะ 5 เมตร จับเวลา นับจำนวนครั้งที่ได้ จำนวนผู้เล่น 2 คน

#### ผลการตัดสิน

##### ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

รับ – ส่งบอล คะแนน 100 คะแนน

##### ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

รับ – ส่งบอล คะแนน 100 คะแนน

**เกณฑ์การตัดสิน**

- คะแนนร้อยละ 80 – 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง
- คะแนนร้อยละ 70 – 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน
- คะแนนร้อยละ 60 – 69 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง

**หมายเหตุ**

ให้ครูผู้ควบคุมทีมของแต่ละโรงเรียนส่งทีมและสมัครเข้าร่วมแข่งขันได้ที่หน้าเว็บไซต์ระบบงานศิลปหัตถกรรม ครั้งที่ 28 เขตนครศรีธรรมราช (สพม.12) ศูนย์แข่งขันสุขศึกษาและพลศึกษา ติดต่อสอบถาม ดร.มทธร พูลสวัสดิ์ เลขานุการศูนย์พัฒนาวิชาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนเมืองนครศรีธรรมราช โทร. 081-9700772

**2.6 กติกาทักษะกีฬาฟุตบอล (ยิงประตู)**

- ประเภทที่ทำการแข่งขัน ระดับชั้น ม.ต้น ม.ปลาย
- ใช้ลูกฟุตบอล ในการยิงจุดโทษ
- ประตูฟุตบอล ขนาด กว้าง 3 เมตร สูง 2 เมตร
- ทีมละ 5 คน (ผู้เล่น 4 คน และผู้รักษาประตู 1 คน)
- ระยะในการยิงประตู หลังกว้าง 8 เมตร ขยาย 10 เมตร

**การแต่งกาย**

1. ใส่ชุดกีฬาฟุตบอล
2. ใส่รองเท้าผ้าใบ

**ผลการตัดสิน**

ยิงประตูโทษ ณ จุดเตะโทษ คะแนน 100 คะแนน

**เกณฑ์การตัดสิน**

- คะแนนร้อยละ 80 – 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง
- คะแนนร้อยละ 70 – 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน
- คะแนนร้อยละ 60 – 69 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง

ให้ครูผู้ควบคุมทีมของแต่ละโรงเรียนส่งทีมและสมัครเข้าร่วมแข่งขันได้ที่หน้าเว็บไซต์ระบบงานศิลปหัตถกรรม ครั้งที่ 28 เขตนครศรีธรรมราช (สพม.12) ศูนย์แข่งขันสุขศึกษาและพลศึกษา

ติดต่อสอบถาม ครูสมโชค เอียดเฉลิม ครูโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาภาคใต้ โทร. 084-6303587 ดร. มหุร พูลสวัสดิ์ เลขาธิการศูนย์พัฒนาวิชาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนเมืองนครศรีธรรมราช โทร.081-9700772

## **2.7 กติกาทักษะกีฬาบอลเลย์บอล**

ประเภทการแข่งขัน

แข่งขันประเภท ชาย-หญิง ระดับชั้น ม.ต้น และ ชั้น ม.ปลาย

**2.7.1** อันเดอร์หรือเซตโต้คู่ข้ามตาข่าย (ทีมละ 2 คน) สูง 2.24 เมตร ผู้เล่นยืนหลังเส้น 3 เมตร 1 โยน นับจำนวนครั้ง ที่ลูกข้ามตาข่าย

### **ผลการตัดสิน**

จำนวนลูกอันเดอร์หรือเซตโต้คู่ข้ามตาข่าย คะแนน 100 คะแนน

**2.7.2** การอันเดอร์หรือเซตกับฝ่าผนัง (ทีมละ 1 คน)

วิธีการการตัดสิน

การเริ่มเล่นให้ผู้เข้าแข่งขันยืนอยู่ห่างจากฝ่าผนัง 2 เมตร โยนลูกบอลให้กระทบฝ่าผนังอันเดอร์กลับไปกลับมาจำนวนใน 1 โยน ผู้เข้าแข่งขันเหยียบเส้นหยุดเล่นทันที

### **ผลการตัดสิน**

จำนวนลูกอันเดอร์หรือเซตฝ่าผนัง คะแนน 100 คะแนน

### **เกณฑ์การตัดสิน**

คะแนนร้อยละ 80 – 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง

คะแนนร้อยละ 70 – 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน

คะแนนร้อยละ 60 – 69 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง

ให้ครูผู้ควบคุมทีมของแต่ละโรงเรียนส่งทีมและสมัครเข้าร่วมแข่งขันได้ที่หน้าเว็บไซต์ระบบงาน ศิลปหัตถกรรม ครั้งที่ 28 เขตนครศรีธรรมราช (สพม.12) ศูนย์แข่งขันสุขศึกษาและพลศึกษา

ติดต่อสอบถาม ครูสมคิด พรหมดนตรี ครูโรงเรียนทุ่งสง ดร.มทур พูลสวัสดิ์ เลขาธิการศูนย์พัฒนา วิชาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนเมืองนครศรีธรรมราช โทร.081-9700772

## 2.8 กติกาทักษะกีฬาตะกร้อข้ามตาข่าย

เวลาในการแข่งขัน

- ประเภทชาย คู่ละ 2 นาที ประเภทหญิง คู่ละ 3 นาที

อุปกรณ์ในการแข่งขัน

- ประเภทชาย ตาข่าย สูง 155 เซนติเมตร ใช้ตะกร้อพลาสติก คาดสีน้ำตาล
- ประเภทหญิง ตาข่าย สูง 150 เซนติเมตร ใช้ตะกร้อพลาสติก คาดแดง

วิธีการตัดสิน

- เริ่มเล่นโยนลูกให้คู่ (เล่นลูกด้วยตนเองไม่นับจำนวนครั้ง)
- ลูกเสีย หรือ ตกพื้น ให้เคาะลงพื้นหนึ่งครั้ง ก่อนจะโยนให้คู่
- นับจำนวนครั้งติดต่อกันสำหรับลูกที่ข้ามตาข่าย
- ใช้มือเล่น (ไม่นับจำนวน)

### การตัดสินผล

จำนวนครั้งโต้คู่ข้ามตาข่าย

คะแนน 100 คะแนน

### เกณฑ์การตัดสิน

คะแนนร้อยละ 80 – 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง

คะแนนร้อยละ 70 – 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน

คะแนนร้อยละ 60 – 69 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง

## หมายเหตุ

ให้ครูผู้ควบคุมทีมของแต่ละโรงเรียนส่งทีมและสมัครเข้าร่วมแข่งขันได้ที่หน้าเว็บไซต์ระบบงาน ศิลปหัตถกรรม ครั้งที่ 28 เขตนครศรีธรรมราช (สพม.12) ศูนย์แข่งขันสุขศึกษาและพลศึกษา

ติดต่อสอบถาม ครูดำรงศักดิ์ ธาณิรัตน์ ครูโรงเรียนควนเกยสุทิววิทยา โทร. 087-8866947 ดร.มทур พูลสวัสดิ์ เลขาธิการศูนย์พัฒนาวิชาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียน เมืองนครศรีธรรมราช โทร.081-9700772

## 2.9 กติกาทักษะกีฬาตะกร้อลอดห่วงสากล

1. ประเภทการแข่งขัน
  - ทีมหญิงมัธยมต้น
  - ทีมชายมัธยมต้น
  - ทีมหญิงมัธยมปลาย
  - ทีมชายมัธยมปลาย
2. จำนวนนักกีฬา
  - นักกีฬา 6 คน
  - ผู้ควบคุม 2 คน
3. กติกาการแข่งขัน
  - ลูกตะกร้อใช้ลูกตะกร้อมาราคอนผิวยางรุ่น MT908
  - ห่วงชัยสูงจากพื้น
    - มัธยมปลาย ชาย 4.50 เมตร
    - มัธยมต้น ชาย 4.30 เมตร
    - มัธยมต้น มัธยมปลาย หญิง 4.20 เมตร
  - เวลาใช้การแข่งขัน 20 นาที

### ผลการตัดสิน

จำนวนคะแนนตะกร้อลอดห่วง                      คะแนน 100 คะแนน

### เกณฑ์การตัดสิน

คะแนนร้อยละ 80 – 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง  
 คะแนนร้อยละ 70 – 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน  
 คะแนนร้อยละ 60 – 69 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง

### หมายเหตุ

ให้ครูผู้ควบคุมทีมของแต่ละโรงเรียนส่งทีมและสมัครเข้าร่วมแข่งขันได้ที่หน้าเว็บไซต์ระบบงาน  
ศิลปหัตถกรรม ครั้งที่ 28 เขตนครศรีธรรมราช (สพม.12) ศูนย์แข่งขันสุขศึกษาและพลศึกษา 15

ติดต่อสอบถาม ครูดำหริ สกุลวิโรจน์ ผู้ทรงคุณวุฒิ โทร. 081-0781590 ดร.มพุง พูลสวัสดิ์  
เลขานุการศูนย์พัฒนาวิชาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนเมืองนครศรีธรรมราช  
โทร.081-9700772

## 2.10 กติกาทักษะกีฬาเปตอง

### ประเภทการแข่งขัน

- ประเภททีม 3 คน (ชาย – หญิง)
- 1.6.2 รุ่นการแข่งขัน
  - รุ่นมัธยมศึกษาตอนต้น (ชาย-หญิง)
  - รุ่นมัธยมศึกษาตอนต้น (ชาย-หญิง)
- 1.6.3 คุณสมบัติผู้ร่วมเข้าแข่งขัน
  - ต้องเป็นนักเรียนโรงเรียนเดียวกันทั้งทีม
- 1.6.4 จำนวนผู้เข้าแข่งขัน
  - แต่ละทีมส่งรายชื่อไม่เกิน 5 คน
  - แต่ละโรงเรียนส่งผู้เข้าแข่งขันได้ไม่เกิน 1 ทีม ในแต่ละช่วงชั้น
- 1.6.5 หลักฐานผู้เข้าร่วมแข่งขัน
  - ใบสมัครตามที่กำหนด
- 1.6.6 อุปกรณ์การแข่งขัน
  - ผู้เข้าร่วมแข่งขันต้องนำอุปกรณ์การแข่งขันมาเอง
- 1.6.7 วิธีการจัดการแข่งขัน
  - จับฉลากประกบคู่แข่งขัน
  - จัดการแข่งขันแบบแพ้คัดออก
- 1.6.8 การตัดสินการแข่งขัน
  - ทีมใดได้ 7 คะแนนก่อนเป็นผู้ชนะ
  - หากเสมอกันให้แข่งขันครั้งที่ 3
  - ผู้ได้คะแนนในครั้งที่ 3 เป็นผู้ชนะ
- 1.6.9 การแต่งกาย
  - ผู้เข้าแข่งขันต้องแต่งกายให้เรียบร้อยเหมือนกันทั้งทีม
  - ห้ามสวมรองเท้าแตะ



## การตัดสินผล

ทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ คะแนน 100 คะแนน

### เกณฑ์การตัดสิน

คะแนนร้อยละ 80 – 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง

คะแนนร้อยละ 70 – 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน

คะแนนร้อยละ 60 – 69 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง

### หมายเหตุ

ให้ครูผู้ควบคุมทีมของแต่ละโรงเรียนส่งทีมและสมัครเข้าร่วมแข่งขันได้ที่หน้าเว็บไซต์ระบบงานศิลปหัตถกรรม ครั้งที่ 28 เขตนครศรีธรรมราช (สพม.12) ศูนย์แข่งขันสุศึกษาและพลศึกษา

ติดต่อสอบถาม ครูนิวัฒน์ อรุณ ครูโรงเรียนโยธินบำรุง โทร. 081-7979708  
ดร.มทур พูลสวัสดิ์ เลขานุการศูนย์พัฒนาวิชาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนเมืองนครศรีธรรมราช โทร.081-9700772

## 2.11 กติกาทักษะการแข่งขัน บาสเกตบอล (Basketball)

### 2.11.1 ทักษะการ Lay up (เลย์ อัฟ)

- ใช้เวลา 2 นาที ทีมละ 3 คน ( ม.ต้น/ม.ปลาย) (ชาย – หญิง)

- เริ่มเล่น เริ่มต้นจากกรวย (Cone) ตั้งอยู่บริเวณเส้น 3 คะแนน ทำมุม 45 องศา

คนที่ 1 เริ่ม Lay up (เลย์ อัฟ) ตามไปด้วยคนที่ 2 และ 3 ตามลำดับ

- คนที่ 1 เริ่มตั้งต้น จากกรวยอยู่ตำแหน่งเดียวเหมือน แล้ว เริ่ม Lay (เลย์ อัฟ) ตามไป ด้วยคนที่ 2 และ 3 ตามลำดับ สลับกันไปเรื่อยๆ จนครบ 2 นาที

- นับลูกที่ลงห่วงประตูลูกละ 1 คะแนน และต้องไม่ผิดกติกาในการเคลื่อนที่พร้อมกับลูกบาสเกตบอล (Traveling)

- ขนาดลูกบาสเกตบอลผู้ชายเบอร์ 7 (Size 7) และผู้หญิงเบอร์ 6 (Size 6)

### การตัดสิน

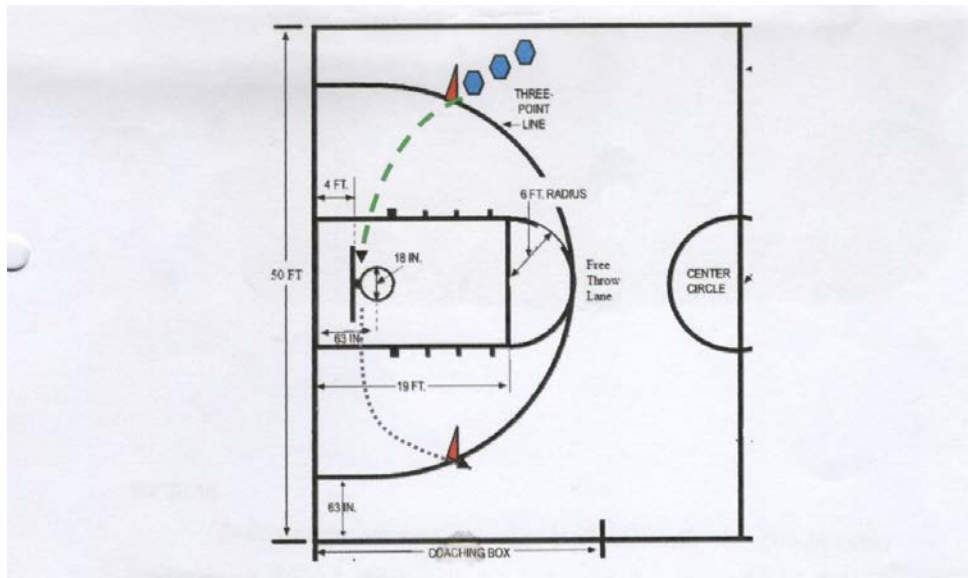
จำนวนลูก(คะแนน)ที่ลงห่วงประตู                      คะแนน 100 คะแนน

### เกณฑ์การตัดสิน

คะแนนร้อยละ 80 – 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง

คะแนนร้อยละ 70 – 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน

คะแนนร้อยละ 60 – 69 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง



### 2.11.2 ทักษะการยิงลูกโทษ (Free Throw)

- ใช้เวลา 1 นาที ทีมละ 3 คน จำนวน 10 ลูก แข่งเป็นบุคคล (ม.ต้น/ม.ปลาย) (ชาย – หญิง)
- ยิงลูกโทษที่เส้นโยนโทษ ใช้ลูกบาสเกตบอลไม่เกิน 3 ลูก และผู้ช่วยไม่เกิน 3 คน
- นับลูกที่ลงห่วงประตูโดยไม่ผิดกติกาการยิงลูกโทษ (สามารถกระโดดยิงได้แต่ห้ามเหยียบเส้นและล้ำเส้นโยนโทษ)
- ถ้ายิงลูกโทษไปยังไม่ถึง 10 ก แต่ เวลา หหมด 1 นาที แล้ว ถือว่าการแข่งขันสิ้นสุด
- ขนาดลูกบาสเกตบอลผู้ชายเบอร์ 7 (Size 7) และผู้หญิงเบอร์ 6 (Size 6)

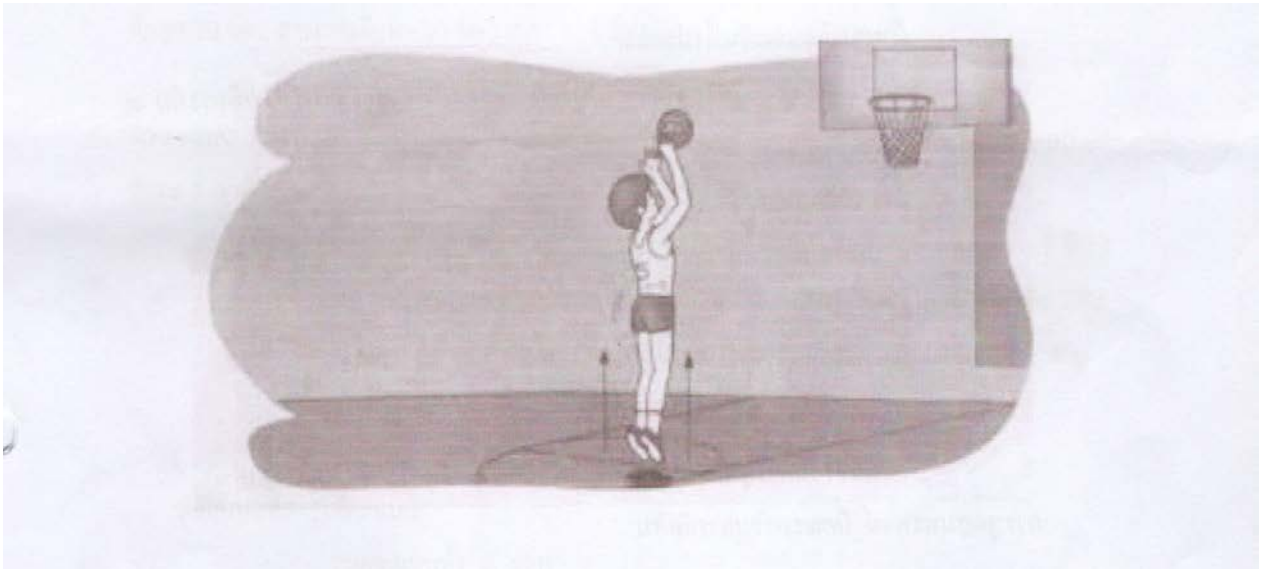
#### ผลการตัดสิน

จำนวนลูก (คะแนน) ยิงลูกโทษ คะแนน 100 คะแนน

#### เกณฑ์การตัดสิน

คะแนนร้อยละ 80 – 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง

คะแนนร้อยละ 70 – 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน



### 2.11.3 ทักษะการแข่งขัน Street Basketball

แต่ละโรงเรียนสามารถส่งเข้าแข่งขันได้โรงเรียนละ 1 ทีม ทีมละ 4 คน

- ระดับ ม.ต้น และ ม.ปลาย ประเภททีมชายและหญิง
- ใช้เวลาในการแข่งขัน 8 นาที
- นับลูกที่ลงห่วงประตูลูกละ 1 คะแนน
- การแข่งขันแบบแพ้คัดออก
- 

#### การตัดสินผล

ทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ คะแนน 100 คะแนน

#### เกณฑ์การตัดสิน

คะแนนร้อยละ 80 – 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง

คะแนนร้อยละ 70 – 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน

คะแนนร้อยละ 60 – 69 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง

#### หมายเหตุ

ให้ครูผู้ควบคุมทีมของแต่ละโรงเรียนส่งทีมและสมัครเข้าร่วมแข่งขันได้ที่หน้าเว็บไซต์ระบบงานศิลปหัตถกรรม ครั้งที่ 28 เขตนครศรีธรรมราช (สพม.12) ศูนย์แข่งขันสุขศึกษาและพลศึกษา



## 2.13 กติกาการแข่งขันเนตบอล

ประเภทการแข่งขันเนตบอล (ทักษะยิงประตู)

- นักเรียนหญิง ม.ต้น                      ประเภททีมละ 3 คน
- นักเรียนหญิง ม.ปลาย                      ประเภททีมละ 3 คน

กติกาการแข่งขัน

ยิงประตูระยะ	1 เมตร	10 ลูก
ยิงประตูระยะ	2 เมตร	6 ลูก
ยิงประตูระยะ	3 เมตร	4 ลูก

### ผลการตัดสิน

จำนวนประตู(คะแนน)ที่ผู้เล่นยิงประตูได้                      คะแนน 100 คะแนน

### เกณฑ์การตัดสิน

คะแนนร้อยละ 80 – 100 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทอง

คะแนนร้อยละ 70 – 79 ได้รับรางวัลระดับเหรียญเงิน

คะแนนร้อยละ 60 – 69 ได้รับรางวัลระดับเหรียญทองแดง

### หมายเหตุ

ให้ครูผู้ควบคุมทีมของแต่ละโรงเรียนส่งทีมและสมัครเข้าร่วมแข่งขันได้ที่หน้าเว็บไซต์ระบบงานศิลปหัตถกรรม ครั้งที่ 28 เขตนครศรีธรรมราช (สพม.12) ศูนย์แข่งขันสุศึกษาและพลศึกษาติดต่อสอบถาม ชุตินันท์ วุฒิमानพ โรงเรียนพระพรหมพิทยานุสรณ์ โทร.086-2707700 และ ดร.มทูล พูลสวัสดิ์ เลขานุการศูนย์พัฒนาวิชาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนเมืองนครศรีธรรมราช โทร.081-9700772