

ตารางสอนอาจารย์สถิต จรูญไธสง

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

สอนวิชา	พลศึกษา 4 (วอลเลย์บอล)	รหัส พ22104	ห้อง ม.2.1 - ม.2.7	รวม	7	คาบ
สอนวิชา	พลศึกษา 6 (ฟุตบอล)	รหัส พ23104	ห้อง ม.3.1 - ม.3.7	รวม	7	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 2	รหัส พ21202	ห้อง ม.1	รวม	1	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 4	รหัส พ22202	ห้อง ม.2	รวม	1	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 2	รหัส พ31202	ห้อง ม.4	รวม	1	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 4	รหัส พ32202	ห้อง ม.5	รวม	1	คาบ

คาบสอน รวม 18 คาบ

คาบที่	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
วัน/เวลา	08.20-09.10	09.10-10.00	10.05-10.55	10.55-11.45	11.45-12.35	12.35-13.25	13.25-14.15	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50
จันทร์		พ22104 วอลเลย์บอล ม.2.4	พ22104 วอลเลย์บอล ม.2.2				พ23104 ฟุตบอล ม.3.7	พ23104 ฟุตบอล ม.3.1	พ31202 โครงการ ม.4	
อังคาร	ประชุม ระดับชั้น ม.2								กิจกรรม ลูกเสือ เนตรนารี	
พุธ		พ23104 ฟุตบอล ม.3.5	พ22104 วอลเลย์บอล ม.2.7	พ23104 ฟุตบอล ม.3.4		พ21202 โครงการ ม.1	พ22202 โครงการ ม.2			
พฤหัสบดี					พ22104 วอลเลย์บอล ม.2.1	พ22104 วอลเลย์บอล ม.2.3	พ22104 วอลเลย์บอล ม.2.5	พ23104 ฟุตบอล ม.3.3		พ32202 โครงการ ม.5
ศุกร์			พ23104 ฟุตบอล ม.3.6			พ23104 ฟุตบอล ม.3.2	พ22104 วอลเลย์บอล ม.2.6		กิจกรรม ชุมนุม	



โรงเรียนมัธยมสาริถมหาวิทยาลัยนครสวรรค์

ภาคเรียนที่ 2

ปีการศึกษา 2567

ตารางสอนอาจารย์ ดร.เอกสิทธิ์ หาแก้ว

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

สอนวิชา	สุขศึกษาและพลศึกษา 2	รหัส พ31102	ห้อง ม.4.1 - ม.4.6	รวม 6	คาบ
สอนวิชา	สุขศึกษาและพลศึกษา 2	รหัส พ31102	ห้อง ม.4.7 - ม. 4.8	รวม 2	คาบ
สอนวิชา	กระโดดเชือก	รหัส พ30204	เลือกเสรี ม. 4 1 กลุ่ม	รวม 2	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 2	รหัส พ21202	ห้อง ม.1	รวม 1	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 4	รหัส พ22202	ห้อง ม.2	รวม 1	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 2	รหัส พ31202	ห้อง ม.4	รวม 1	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 4	รหัส พ32202	ห้อง ม.5	รวม 1	คาบ

คาบสอน รวม 14 คาบ

คาบที่	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
วัน/เวลา	08.20-09.10	09.10-10.00	10.05-10.55	10.55-11.45	11.45-12.35	12.35-13.25	13.25-14.15	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50
จันทร์						พ31102 สุขะ+นันทา ม.4.6			พ31202 โครงการ ม.4	
อังคาร		พ31102 สุขะ+นันทา ม.4.2	พ31102 สุขะ+นันทา ม.4.7	พ31102 สุขะ+นันทา ม.4.5		พ30204 ม.4 Slot2 กลุ่ม1 ได้อาคร4			กิจกรรม ลูกเสือ เนตรนารี	
พุธ						พ21202 โครงการ ม.1	พ22202 โครงการ ม.2			
พฤหัสบดี								พ31102 สุขะ+นันทา ม.4.1	พ31102 สุขะ+นันทา ม.4.4	พ32202 โครงการ ม.5
ศุกร์	ประชุม ระดับ ม.4	พ31102 สุขะ+นันทา ม.4.3	พ31102 สุขะ+นันทา ม.4.8						กิจกรรม ชุมนุม	



โรงเรียนมัธยมสาธิตมหาวิทยาลัยนเรศวร

ภาคเรียนที่ 2

ปีการศึกษา 2567

ตารางสอนอาจารย์ขวัญชัย ศิริเวช

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

สอนวิชา	สุขศึกษาและพลศึกษา 6	รหัส พ33102	ห้อง ม.6.1 - ม.6.5 และ 6.8	รวม	6	คาบ
สอนวิชา	สุขศึกษาและพลศึกษา 6	รหัส พ33122	ห้อง ม.6.6 6.7	รวม	2	คาบ
สอนวิชา	รักบี้ฟุตบอล	รหัส พ20205	เลือกเสรี ม.1 1 กลุ่ม	รวม	2	คาบ
สอนวิชา	มวยไทยกับการออกกำลังกาย	รหัส พ30205	เลือกเสรี ม.4 1 กลุ่ม	รวม	2	คาบ
สอนวิชา	โยคะ	รหัส พ30301	เลือกเสรี ม.6	รวม	2	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 2	รหัส พ21202	ห้อง ม.1	รวม	1	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 4	รหัส พ22202	ห้อง ม.2	รวม	1	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 2	รหัส พ31202	ห้อง ม.4	รวม	1	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 4	รหัส พ32202	ห้อง ม.5	รวม	1	คาบ
				คาบสอน รวม	18	คาบ

คาบที่	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
วัน/เวลา	08.20-09.10	09.10-10.00	10.05-10.55	10.55-11.45	11.45-12.35	12.35-13.25	13.25-14.15	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50
จันทร์		พ33102 สุขะ+ลีลาศ ม.6.8			พ33102 สุขะ+ลีลาศ ม.6.2		ประชุม ระดับ ม.6		พ31202 โครงการ ม.4	
อังคาร					พ33102 สุขะ+ลีลาศ ม.6.5	พ30205 ม.4 Slot2 กลุ่ม1 โดม หน้า1107			กิจกรรม ลูกเสือ เนตรนารี	
พุธ						พ21202 โครงการ ม.1	พ22202 โครงการ ม.2	พ20205 ม.1 Slot2 กลุ่ม 1 สนามใหญ่		
พฤหัสบดี				พ33102 สุขะ+ลีลาศ ม.6.1	พ33102 สุขะ+ลีลาศ ม.6.3					พ32202 โครงการ ม.5
ศุกร์			พ33102 สุขะ+ลีลาศ ม.6.4	พ33122 สุขะ+ลีลาศ ม.6.7	พ33122 สุขะ+ลีลาศ ม.6.6		พ30301 โยคะ เลือกเสรี ม.6 ห้อง 1302		กิจกรรม ชุมนุม	

ข้อมูล ณ วันที่ 16 ตุลาคม 2567



โรงเรียนมัธยมสาธิตมหาวิทยาลัยนเรศวร

ภาคเรียนที่ 2

ปีการศึกษา 2567

ตารางสอนอาจารย์วรัญญา ทองใบ

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

สอนวิชา	สุขศึกษา 2	รหัส พ21103	ห้อง ม.1.1 - ม.1.7	รวม	7	คาบ
สอนวิชา	พลศึกษา 2 (แชร์บอล)	รหัส พ21104	ห้อง ม.1.1 - ม.1.7	รวม	7	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 2	รหัส พ21202	ห้อง ม.1	รวม	1	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 4	รหัส พ22202	ห้อง ม.2	รวม	1	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 2	รหัส พ31202	ห้อง ม.4	รวม	1	คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 4	รหัส พ32202	ห้อง ม.5	รวม	1	คาบ

คาบสอน รวม 18 คาบ

คาบที่	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
วัน/เวลา	08.20-09.10	09.10-10.00	10.05-10.55	10.55-11.45	11.45-12.35	12.35-13.25	13.25-14.15	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50
จันทร์	ประชุม ระดับชั้น ม.1				พ21104 แชร์บอล ม.1.6	พ21104 แชร์บอล ม.1.5		พ21104 แชร์บอล ม.1.7	พ31202 โครงการ ม.4	
อังคาร		พ21103 สุขศึกษา ม.1.2							กิจกรรม ลูกเสือ เนตรนารี	
พุธ	พ21103 สุขศึกษา ม.1.3		พ21104 แชร์บอล ม.1.3		พ21103 สุขศึกษา ม.1.5	พ21202 โครงการ ม.1	พ22202 โครงการ ม.2			
พฤหัสบดี	พ21104 แชร์บอล ม.1.2		พ21103 สุขศึกษา ม.1.6		พ21104 แชร์บอล ม.1.1		พ21104 แชร์บอล ม.1.4			พ32202 โครงการ ม.5
ศุกร์		พ21103 สุขศึกษา ม.1.4	พ21103 สุขศึกษา ม.1.7				พ21103 สุขศึกษา ม.1.1		กิจกรรม ชุมนุม	

ข้อมูล ณ วันที่ 16 ตุลาคม 2567



ตารางสอนอาจารย์ขวัญชัย อินทะนาค

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

สอนวิชา	สุขศึกษาและพลศึกษา 4	รหัส พ32102	ห้อง ม.5.1 - ม.5.6	รวม 6 คาบ
สอนวิชา	สุขศึกษาและพลศึกษา 4	รหัส พ32102	ห้อง ม.5.7 - ม.5.8	รวม 2 คาบ
สอนวิชา	กรีฑา (ประเภทลาน)	รหัส พ20201	เลือกเสรี ม.1 3 กลุ่ม	รวม 6 คาบ
สอนวิชา	บอดิเวท	รหัส พ30203	เลือกเสรี ม.5 1 กลุ่ม	รวม 2 คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 2	รหัส พ21202	ห้อง ม.1	รวม 1 คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 4	รหัส พ22202	ห้อง ม.2	รวม 1 คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 2	รหัส พ31202	ห้อง ม.4	รวม 1 คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 4	รหัส พ32202	ห้อง ม.5	รวม 1 คาบ

คาบสอน รวม 20 คาบ

คาบที่	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
วัน/เวลา	08.20-09.10	09.10-10.00	10.05-10.55	10.55-11.45	11.45-12.35	12.35-13.25	13.25-14.15	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50
จันทร์		พ20201 ม.1 Slot1 กลุ่ม1 สนามใหญ่							พ31202 โครงการ ม.4	
อังคาร	พ30203 ม.5 Slot3 กลุ่ม 1 โดมฝั่ง 1107						พ32102 สุขะ+เปตอง 5.3	พ32102 สุขะ+เปตอง 5.2	กิจกรรม ลูกเสือ เนตรนารี	
พุธ						พ21202 โครงการ ม.1	พ22202 โครงการ ม.2	พ20201 ม.1 Slot2 กลุ่ม2 สนามใหญ่		
พฤหัสบดี	ประชุม ระดับ ม.5	พ32102 สุขะ+เปตอง 5.8		พ32102 สุขะ+เปตอง 5.4	พ32102 สุขะ+เปตอง 5.1			พ20201 ม.1 Slot3 กลุ่ม3 สนามใหญ่	พ32202 โครงการ ม.5	
ศุกร์		พ32102 สุขะ+เปตอง 5.7					พ32102 สุขะ+เปตอง 5.6	พ32102 สุขะ+เปตอง 5.5	กิจกรรม ชุมนุม	

ข้อมูล ณ วันที่ 16 ตุลาคม 2567



ตารางสอนอาจารย์บุริม ศรีนาคา

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

สอนวิชา	สุขศึกษา 4	รหัส พ22103	ห้อง ม.2.1 - ม.2.7	รวม 7 คาบ
สอนวิชา	ฟุตบอลเพื่อการออกกำลังกาย	รหัส พ20203	เลือกเสรี ม. 1 1 กลุ่ม	รวม 2 คาบ
สอนวิชา	ฟุตบอลเพื่อการออกกำลังกาย	รหัส พ20203	เลือกเสรี ม. 2 3 กลุ่ม	รวม 6 คาบ
สอนวิชา	ฟุตบอลเพื่อการออกกำลังกาย	รหัส พ20203	เลือกเสรี ม. 3	รวม 2 คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 2	รหัส พ21202	ห้อง ม.1	รวม 1 คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 4	รหัส พ22202	ห้อง ม.2	รวม 1 คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 2	รหัส พ31202	ห้อง ม.4	รวม 1 คาบ
สอนวิชา	โครงการสุขภาพและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย 4	รหัส พ32202	ห้อง ม.5	รวม 1 คาบ

คาบสอน รวม 21 คาบ

คาบที่	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
วัน/เวลา	08.20-09.10	09.10-10.00	10.05-10.55	10.55-11.45	11.45-12.35	12.35-13.25	13.25-14.15	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50
จันทร์		พ20203 ม.1 Slot1 กลุ่ม1 โดมฝั่งเสาธง			พ20203 ม.2 Slot1 กลุ่ม 1 โดมฝั่งเสาธง				พ31202 โครงการ ม.4	
อังคาร					พ22103 สุขศึกษา ม.2.2			พ22103 สุขศึกษา ม.2.3	กิจกรรม ลูกเสือ เนตรนารี	
พุธ					พ22103 สุขศึกษา ม.2.4	พ21202 โครงการ ม.1	พ22202 โครงการ ม.2	พ20203 ม.2 Slot3 กลุ่ม 2 โดมฝั่งเสาธง		
พฤหัสบดี						พ20203 ฟุตบอล เลือกเสรี ม.3 โดมฝั่งเสาธง		พ20203 ม.2 Slot4 กลุ่ม 3 โดมฝั่งเสาธง	พ32202 โครงการ ม.5	
ศุกร์	พ22103 สุขศึกษา ม.2.6				พ22103 สุขศึกษา ม.2.1	พ22103 สุขศึกษา ม.2.5		พ22103 สุขศึกษา ม.2.7	กิจกรรม ชุมนุม	



ตารางสอนอาจารย์นิรชา ขำเมฆ

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

สอนวิชา	สุขศึกษา 6	รหัส พ23103	ห้อง ม.3.1 - ม. 3.7	รวม	7	คาบ
สอนวิชา	กบัตดี	รหัส พ20205	เลือกเสรี ม.3	รวม	2	คาบ
สอนวิชา	กระโดดเชือก	รหัส พ30302	เลือกเสรี ม.6	รวม	2	คาบ

คาบสอน รวม 11 คาบ

คาบที่	1	2		3	4	5	6	7		8	9	10
วัน/เวลา	08.20-09.10	09.10-10.00		10.05-10.55	10.55-11.45	11.45-12.35	12.35-13.25	13.25-14.15		14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50
จันทร์										พ23103 สุขศึกษา ม.3.3		
อังคาร		พ23103 สุขศึกษา ม.3.2										
พุธ		พ23103 สุขศึกษา ม.3.4			พ23103 สุขศึกษา ม.3.6							
พฤหัสบดี	พ23103 สุขศึกษา ม.3.1						พ20205 กบัตดี เลือกเสรี ม.3 โดมหน้าห้อง 1107				พ23103 สุขศึกษา ม.3.5	
ศุกร์					พ23103 สุขศึกษา ม.3.7			พ30302 กระโดดเชือก เลือกเสรี ม.6 ได้ทุนอาคาร 4				

ข้อมูล ณ วันที่ 16 ตุลาคม 2567

