

**กลุ่มสาระการเรียนรู้
สุขศึกษาและพลศึกษา**



ตารางสอน 0501 นายฉัตรชัย อินดี ภาคเรียนที่ 1/2566 โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ

คาบ	กิจกรรม	1	2	3	4 ม.ปลาย	4 ม.ต้น	5	6	7	8	9	10	
เวลา		07.40-08.30	08.30-09.20	09.20-10.10	10.10-11.00	11.00-11.50	11.50-12.40	12.40-13.30	13.30-14.20	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50	16.50-17.40
จันทร์	งานระบบดูแลนักเรียน	พ30201 4/4 800	พ30201 4/11 800		พ30201 4/12 800		พ30201 4/13 800	พ30201 4/8 800	พ30201 4/9 800				
อังคาร	งานระบบดูแลนักเรียน	ปฏิบัติ งาน วิชาการ	ปฏิบัติ งาน วิชาการ	ปฏิบัติ งาน วิชาการ	ปฏิบัติ งาน วิชาการ	ปฏิบัติ งาน วิชาการ		พ30201 4/7 800	พ30201 4/6 800				
พุธ	งานระบบดูแลนักเรียน	พ30201 4/10 800					พ30207 4/8-4/9 630	พ30207 4/8-4/9 630	ลูกเสือ ยุวกาชาด บำเพ็ญ				
พฤหัสบดี	งานระบบดูแลนักเรียน								กิจกรรม ชุมนุม	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	
ศุกร์	งานระบบดูแลนักเรียน	กิจกรรม คุณธรรม 3409	พ30201 4/5 800	พ30216 5/9-5/13 800	พ30216 5/9-5/13 800								

ครูประจำชั้น ม. 4/8 ลงชื่อ.....*Dwb*.....ผู้อำนวยการ



ตารางสอน 0502 นายสุวิสิทธิ์ รัตนสุข ภาคเรียนที่ 1/2566 โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ


คาบ	กิจกรรม	1	2	3	4 ม.ปลาย	4 ม.ต้น	5	6	7	8	9	10	
เวลา		07.40-08.30	08.30-09.20	09.20-10.10	10.10-11.00	11.00-11.50	11.50-12.40	12.40-13.30	13.30-14.20	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50	16.50-17.40
จันทร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน		พ21101 1/3 544*	พ21101 1/3 544*						พ21101 1/2 545*	พ21101 1/2 545*		
อังคาร	งาน ระบบดูแล นักเรียน						พ21101 1/5 543*	พ21101 1/5 543*	พ21101 1/11 521*	พ21101 1/11 521*			
พุธ	งาน ระบบดูแล นักเรียน		พ21102 1/1 546*	พ21102 1/1 546*			พ21101 1/7 533*	พ21101 1/7 533*	ลูกเสือ ยุวกาชาด บำเพ็ญ				
พฤหัสบดี	งาน ระบบดูแล นักเรียน		พ21101 1/12 526*	พ21101 1/12 526*			พ21101 1/4 164*	พ21101 1/4 164*	กิจกรรม ชุมนุม	PLC สุขศึกษาฯ	PLC สุขศึกษาฯ	PLC สุขศึกษาฯ	
ศุกร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน	กิจกรรม คุณธรรม 541					พ21101 1/13 525*	พ21101 1/13 525*	พ21101 1/6 541*	พ21101 1/6 541*			

ครูประจำชั้น ม. 1/6 ลงชื่อ..........ผู้อำนวยการ



ตารางสอน 0503 นายสมโภชน์ รักปรากฏ ภาคเรียนที่ 1/2566 โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ

คาบ	กิจกรรม	1	2	3	4 ม.ปลาย	4 ม.ต้น	5	6	7	8	9	10	
เวลา		07.40-08.30	08.30-09.20	09.20-10.10	10.10-11.00	11.00-11.50	11.50-12.40	12.40-13.30	13.30-14.20	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50	16.50-17.40
จันทร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน		พ21101 1/3 544*	พ21101 1/3 544*			พ21101 1/8 534*	พ21101 1/8 534*	พ21101 1/2 545*	พ21101 1/2 545*			
อังคาร	งาน ระบบดูแล นักเรียน	พ22101 2/5 524	พ21101 1/9 535*	พ21101 1/9 535*				พ22101 2/1 157	พ22101 2/3 159				
พุธ	งาน ระบบดูแล นักเรียน		พ21101 1/1 546*	พ21101 1/1 546*		พ22101 2/2 158			ลูกเสือ ยุวกาชาด บำเพ็ญ				
พฤหัสบดี	งาน ระบบดูแล นักเรียน						พ21101 1/4 164*	พ21101 1/4 164*	กิจกรรม ชุมนุม	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	
ศุกร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน	กิจกรรม คุณธรรม 524	พ21101 1/10 536*	พ21101 1/10 536*				พ22101 2/4 165					

ครูประจำชั้น ม. 2/5 ลงชื่อ..........ผู้อำนวยการ



ตารางสอน 0504 นายสุภัทรชัย นิรมิตรนุรักษ์ ภาคเรียนที่ 1/2566 โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ

คาบ	กิจกรรม	1	2	3	4 ม.ปลาย	4 ม.ต้น	5	6	7	8	9	10	
เวลา		07.40-08.30	08.30-09.20	09.20-10.10	10.10-11.00	11.00-11.50	11.50-12.40	12.40-13.30	13.30-14.20	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50	16.50-17.40
จันทร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน					พ30205 6/11 630			พ23101 3/1 630				
อังคาร	งาน ระบบดูแล นักเรียน	พ23101 3/8 630	พ30205 6/10 630			พ23101 3/10 630	พ23101 3/9 630	พ23101 3/3 630					
พุธ	งาน ระบบดูแล นักเรียน	พ30205 6/9 630				พ30205 6/13 630				ลูกเสือ ยุวกาชาด บำเพ็ญ			
พฤหัสบดี	งาน ระบบดูแล นักเรียน	พ23101 3/12 630		พ23101 3/6 630		พ23101 3/11 630	พ23101 3/13 630	พ23101 3/5 630	กิจกรรม ชุมนุม	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	
ศุกร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน	กิจกรรม คุณธรรม 3306		พ23101 3/4 630		พ23101 3/7 630	พ23101 3/2 630		พ30205 6/12 630				

ครูประจำชั้น ม. 3/5 ลงชื่อ..........ผู้อำนวยการ



ตารางสอน 0505 นางเอื้องฟ้า โมงขุนทด ภาคเรียนที่ 1/2566 โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ

คาบ	กิจกรรม	1	2	3	4 ม.ปลาย	4 ม.ต้น	5	6	7	8	9	10	
เวลา		07.40-08.30	08.30-09.20	09.20-10.10	10.10-11.00	11.00-11.50	11.50-12.40	12.40-13.30	13.30-14.20	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50	16.50-17.40
จันทร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน		พ33101 6/11 3610	พ33101 6/3 163				พ33101 6/9 3608	พ33101 6/10 3609				
อังคาร	งาน ระบบดูแล นักเรียน	พ33101 6/7 3606		พ33101 6/8 3607	พ33101 6/4 3601			พ33101 6/12 3510		พ33101 6/5 3602			
พุธ	งาน ระบบดูแล นักเรียน				พ33101 6/2 169				ลูกเสือ ยุวกาชาด บำเพ็ญ				
พฤหัสบดี	งาน ระบบดูแล นักเรียน	พ33101 6/6 3603		พ30219 6/2-6/13 621	พ30219 6/2-6/13 621				กิจกรรม ชุมนุม	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	
ศุกร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน	กิจกรรม คุณธรรม 3603	พ33101 6/1 161		พ33101 6/13 3509					ปฏิบัติ งาน ทั่วไป	ปฏิบัติ งาน ทั่วไป		

ครูประจำชั้น ม. 6/6 ลงชื่อ..........ผู้อำนวยการ



ตารางสอน 0506 นางสาววันอัยษาห์ บุญมาเลิศ ภาคเรียนที่ 1/2566 โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ

คาบ	กิจกรรม	1	2	3	4 ม.ปลาย	4 ม.ต้น	5	6	7	8	9	10	
เวลา		07.40-08.30	08.30-09.20	09.20-10.10	10.10-11.00	11.00-11.50	11.50-12.40	12.40-13.30	13.30-14.20	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50	16.50-17.40
จันทร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน	พ31101 4/11 3309			พ31101 4/8 3409				พ31101 4/3 145	พ31101 4/12 3308			
อังคาร	งาน ระบบดูแล นักเรียน			พ31101 4/2 167	พ31101 4/6 3407		พ31101 4/9 3410						
พุธ	งาน ระบบดูแล นักเรียน	พ22101 2/7 442	พ31101 4/13 3307			พ22101 2/8 443	พ22101 2/9 444		ลูกเสือ ยุวกาชาด บำเพ็ญ	พ31101 4/1 139			
พฤหัสบดี	งาน ระบบดูแล นักเรียน	พ31101 4/5 3406		พ31101 4/4 3405		พ22101 2/6 523			กิจกรรม ชุมนุม	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	
ศุกร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน	กิจกรรม คุณธรรม 3405	พ31101 4/7 3408		พ31101 4/10 3310		พ22101 2/10 445			ปฏิบัติ งาน ทั่วไป	ปฏิบัติ งาน ทั่วไป		

ครูประจำชั้น ม. 4/4 ลงชื่อ..........ผู้อำนวยการ



ตารางสอน 0507 นายธนวัฒน์ บุญช่วย ภาคเรียนที่ 1/2566 โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ

คาบ	กิจกรรม	1	2	3	4 ม.ปลาย	4 ม.ต้น	5	6	7	8	9	10	
เวลา		07.40-08.30	08.30-09.20	09.20-10.10	10.10-11.00	11.00-11.50	11.50-12.40	12.40-13.30	13.30-14.20	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50	16.50-17.40
จันทร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน	พ22101 2/5 625				พ23101 3/7 433	พ23101 3/5 3306		พ22101 2/11 436				
อังคาร	งาน ระบบดูแล นักเรียน	พ23101 3/6 3305	พ30221 4/2* 167	พ23101 3/9 431		พ22101 2/9 625	พ22101 2/3 625						
พุธ	งาน ระบบดูแล นักเรียน	พ22101 2/13 434	พ23101 3/4 166						ลูกเสือ ยุวกาชาด บำเพ็ญ				
พฤหัสบดี	งาน ระบบดูแล นักเรียน			พ22101 2/13 625		พ22101 2/7 625	พ22101 2/12 435		กิจกรรม ชุมนุม	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	
ศุกร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน	กิจกรรม คุณธรรม 442				พ23101 3/8 432	พ22101 2/11 625	พ30223 5/2* 168					

ครูประจำชั้น ม. 2/7 ลงชื่อ..........ผู้อำนวยการ



ตารางสอน 0508 นายชนะศักดิ์ ไชยกาล ภาคเรียนที่ 1/2566 โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ

คาบ	กิจกรรม	1	2	3	4 ม.ปลาย	4 ม.ต้น	5	6	7	8	9	10	
เวลา		07.40-08.30	08.30-09.20	09.20-10.10	10.10-11.00	11.00-11.50	11.50-12.40	12.40-13.30	13.30-14.20	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50	16.50-17.40
จันทร์	งานระบบดูแลนักเรียน	พ30215 5/11 630					พ22101 2/2 625	พ22101 2/10 625	พ22101 2/6 625				
อังคาร	งานระบบดูแลนักเรียน	พ22101 2/1 625		พ30215 5/13 630	พ30215 5/12 630				พ22101 2/8 625				
พุธ	งานระบบดูแลนักเรียน		พ30215 5/9 630						ลูกเสือ ยุวกาชาด บำเพ็ญ				
พฤหัสบดี	งานระบบดูแลนักเรียน	พ22101 2/4 625		พ30211 6/2-13 800	พ30211 6/2-13 800				พ22101 2/12 625	กิจกรรม ชุมนุม	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา
ศุกร์	งานระบบดูแลนักเรียน	กิจกรรม คุณธรรม 523	พ30215 5/10 630		พ30215 5/8 630		พ30225 6/2* 169	ปฏิบัติ งานกิจการ นักเรียน	ปฏิบัติ งานกิจการ นักเรียน				

ครูประจำชั้น ม. 2/6 ลงชื่อ.....*DW*.....ผู้อำนวยการ



ตารางสอน 0509 นายจักษ์ศุภิสซ์ เศรษฐภักคสุข ภาคเรียนที่ 1/2566 โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ

คาบ	กิจกรรม	1	2	3	4 ม.ปลาย	4 ม.ต้น	5	6	7	8	9	10	
เวลา		07.40-08.30	08.30-09.20	09.20-10.10	10.10-11.00	11.00-11.50	11.50-12.40	12.40-13.30	13.30-14.20	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50	16.50-17.40
จันทร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน		พ30215 5/4 630	พ30215 5/7 630			พ30215 5/5 630						
อังคาร	งาน ระบบดูแล นักเรียน	พ23101 3/11 423	พ21101 1/9 535	พ21101 1/9 535		พ23101 3/12 424			พ21101 1/11 521	พ21101 1/11 521			
พุธ	งาน ระบบดูแล นักเรียน			พ30215 5/6 630			พ23101 3/10 422	พ23101 3/13 425	ลูกเสือ ยุวกาชาด บำเพ็ญ				
พฤหัสบดี	งาน ระบบดูแล นักเรียน		พ21101 1/12 526	พ21101 1/12 526					กิจกรรม ชุมนุม	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	
ศุกร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน	กิจกรรม คุณธรรม 422	พ21101 1/10 536	พ21101 1/10 536		พ21101 1/13 525	พ21101 1/13 525	ปฏิบัติ งานกิจการ นักเรียน	ปฏิบัติ งานกิจการ นักเรียน				

ครูประจำชั้น ม. 3/10 ลงชื่อ.....ผู้อำนวยการ



ตารางสอน 0510 นางสาวจิตินันท์ ชีตดี ภาคเรียนที่ 1/2566 โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ

คาบ	กิจกรรม	1	2	3	4 ม.ปลาย	4 ม.ต้น	5	6	7	8	9	10	
เวลา		07.40-08.30	08.30-09.20	09.20-10.10	10.10-11.00	11.00-11.50	11.50-12.40	12.40-13.30	13.30-14.20	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50	16.50-17.40
จันทร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน			พ32101 5/8 3503				พ20201 3/5-3/13 621	พ20201 3/5-3/13 621				
อังคาร	งาน ระบบดูแล นักเรียน		พ32101 5/1 152	พ32101 5/7 3505			พ32101 5/10 3501	พ32101 5/13 3403					
พุธ	งาน ระบบดูแล นักเรียน	พ23101 3/1 154			พ32101 5/11 3401		พ32101 5/5 3507		พ32101 5/2 168	พ32101 5/6 3506			
พฤหัสบดี	งาน ระบบดูแล นักเรียน	พ32101 5/3 162		พ32101 5/9 3502	พ32101 5/12 3402		พ23101 3/2 155	พ23101 3/3 156	กิจกรรม ชุมนุม	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	
ศุกร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน	กิจกรรม คุณธรรม 3501					พ32101 5/4 3508	ปฏิบัติ งานกิจการ นักเรียน	ปฏิบัติ งานกิจการ นักเรียน				

ครูประจำชั้น ม. 5/10 ลงชื่อ.....*DW*.....ผู้อำนวยการ



ตารางสอน 0511 นางสาวอารีญา วงศ์มนตรี ภาคเรียนที่ 1/2566 โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ

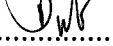
คาบ	กิจกรรม	1	2	3	4 ม.ปลาย	4 ม.ต้น	5	6	7	8	9	10	
เวลา		07.40-08.30	08.30-09.20	09.20-10.10	10.10-11.00	11.00-11.50	11.50-12.40	12.40-13.30	13.30-14.20	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50	16.50-17.40
จันทร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน							พ21101 1/8 534*	พ21101 1/8 534*				
อังคาร	งาน ระบบดูแล นักเรียน		พ21101 1/9 535*	พ21101 1/9 535*			พ21101 1/5 543*	พ21101 1/5 543*	พ21101 1/11* 521	พ21101 1/11* 521			
พุธ	งาน ระบบดูแล นักเรียน						พ21101 1/7 533*	พ21101 1/7 533*	ลูกเสือ ยุวกาชาด บำเพ็ญ				
พฤหัสบดี	งาน ระบบดูแล นักเรียน		พ21101 1/12* 526	พ21101 1/12* 526			พ21101 1/4 164*	พ21101 1/4 164*	กิจกรรม ชุมนุม	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	
ศุกร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน	กิจกรรม คุณธรรม 526	พ21101 1/10 536*	พ21101 1/10 536*		พ21101 1/13* 525	พ21101 1/13* 525	พ21101 1/6 541*	พ21101 1/6 541*				

ครูประจำชั้น ม. 1/12 ลงชื่อ.....ผู้อำนวยความสะดวก



ตารางสอน 0512 นายทันตะ คงนวล ภาคเรียนที่ 1/2566 โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ


คาบ	กิจกรรม	1	2	3	4 ม.ปลาย	4 ม.ต้น	5	6	7	8	9	10	
เวลา		07.40-08.30	08.30-09.20	09.20-10.10	10.10-11.00	11.00-11.50	11.50-12.40	12.40-13.30	13.30-14.20	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50	16.50-17.40
จันทร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน		พ21101 1/3* 544	พ21101 1/3* 544			พ21101 1/8* 534	พ21101 1/8* 534	พ21101 1/2* 545	พ21101 1/2* 545			
อังคาร	งาน ระบบดูแล นักเรียน		พ21101 1/9* 535	พ21101 1/9* 535			พ21101 1/5* 543	พ21101 1/5* 543					
พุธ	งาน ระบบดูแล นักเรียน		พ21101 1/1* 546	พ21101 1/1* 546			พ21101 1/7* 533	พ21101 1/7* 533	ลูกเสือ ยุวกาชาด บำเพ็ญ				
พฤหัสบดี	งาน ระบบดูแล นักเรียน						พ21101 1/4* 164	พ21101 1/4* 164	กิจกรรม ชุมนุม	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	PLC สุขศึกษา	
ศุกร์	งาน ระบบดูแล นักเรียน	กิจกรรม คุณธรรม 543	พ21101 1/10* 536	พ21101 1/10* 536				พ21101 1/6* 541	พ21101 1/6* 541				

ครูประจำชั้น ม. 1/5 ลงชื่อ..........ผู้อำนวยการ



ตารางสอน 0513 นายพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1/2566 โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ

คาบ	กิจกรรม	1	2	3	4 ม.ปลาย	4 ม.ต้น	5	6	7	8	9	10	
เวลา		07.40-08.30	08.30-09.20	09.20-10.10	10.10-11.00	11.00-11.50	11.50-12.40	12.40-13.30	13.30-14.20	14.20-15.10	15.10-16.00	16.00-16.50	16.50-17.40
จันทร์	งานระบบ ดูแล นักเรียน		พ21101 1/3 544*	พ21101 1/3 544*			พ21101 1/8 534*	พ21101 1/8 534*	พ21101 1/2 545*	พ21101 1/2 545*			
อังคาร	งานระบบ ดูแล นักเรียน						พ21101 1/5 543*	พ21101 1/5 543*	พ21101 1/11 521*	พ21101 1/11 521*			
พุธ	งานระบบ ดูแล นักเรียน		พ21101 1/1 546*	พ21101 1/1 546*			พ21101 1/7 533*	พ21101 1/7 533*	ลูกเสือ ยุวกาชาด บำเพ็ญ				
พฤหัสบดี	งานระบบ ดูแล นักเรียน		พ21101 1/12 526	พ21101 1/12 526					กิจกรรม ชุมนุม	PLC สุขศึกษาฯ	PLC สุขศึกษาฯ	PLC สุขศึกษาฯ	
ศุกร์	งานระบบ ดูแล นักเรียน	กิจกรรม คุณธรรม 521				พ21101 1/13 525*	พ21101 1/13 525*	พ21101 1/6 541*	พ21101 1/6 541*				

ครูประจำชั้น ม. 1/8 ลงชื่อ..........ผู้อำนวยการ