



มหาวิทยาลัยรังสิต

รายละเอียดของรายวิชา

หลักสูตร วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชา วิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬา (2565)

คณะ กายภาพบำบัดและเวชศาสตร์การกีฬา สาขา วิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬา

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

PTS 181 ศาสตร์ความเป็นมนุษย์ 3(1-4-4)
(Sciences of Humanity)

วิชาบังคับร่วม

-

วิชาบังคับก่อน

-

ภาคการศึกษา

1/2568

กลุ่ม

03, 13

ประเภทของวิชา

☐ วิชาปรับปรุงพื้นฐาน

☐ วิชาศึกษาทั่วไป

☐ วิชาเฉพาะ

☒ วิชาเลือกเสรี

อาจารย์ผู้รับผิดชอบ

อ.ดร.ช่อผกา

ดำรงไทย

☒ อาจารย์ประจำ

อาจารย์ผู้สอน

อ.ฉวีวรรตน์

จันทร์ศรี

☒ อาจารย์ประจำ

☐ อาจารย์พิเศษ

อ.ดร.ช่อผกา

ดำรงไทย

☒ อาจารย์ประจำ

☐ อาจารย์พิเศษ

อ.ดร.นลัท

อุตสาหพันธ์

☒ อาจารย์ประจำ

☐ อาจารย์พิเศษ

อ.ดร.จิรพิมล

เขาเขียว

☒ อาจารย์ประจำ

☐ อาจารย์พิเศษ

อ.อุสา

ไม้แก้ว

☒ อาจารย์ประจำ

☐ อาจารย์พิเศษ

อ.อภิสิทธิ์

เสลาหอม

☒ อาจารย์ประจำ

☐ อาจารย์พิเศษ

อ.วรานิ

สีบั้ง

☒ อาจารย์ประจำ

☐ อาจารย์พิเศษ

อ.ดร.ดวงฤดี

ดิษสงวน

☒ อาจารย์ประจำ

☐ อาจารย์พิเศษ

อ.ดร.ณัฐกาญจน์

แก้วคำ

☒ อาจารย์ประจำ

☐ อาจารย์พิเศษ

อ.ดร.สมชนก

รังสีธนกุล

☒ อาจารย์ประจำ

☐ อาจารย์พิเศษ

อ.ศิริพร วงศ์สายญาติ ศิริพร

☒ อาจารย์ประจำ

☐ อาจารย์พิเศษ

อ.ทิวา

โกศล

☒ อาจารย์ประจำ

☐ อาจารย์พิเศษ

อ.ดร.ณัฐริกา

นาคเพชร

☒ อาจารย์ประจำ

☐ อาจารย์พิเศษ

อ.ณัฐวุฒิ

ทรงเจริญ

☒ อาจารย์ประจำ

☐ อาจารย์พิเศษ

อ.ปฐมพงศ์	จันธิมา	☒ อาจารย์ประจำ	☐ อาจารย์พิเศษ
อ.ดร.เบญจรัตน์	แสงทอง	☒ อาจารย์ประจำ	☐ อาจารย์พิเศษ
อ.สุวัฒนา	ทองเอี้ย	☒ อาจารย์ประจำ	☐ อาจารย์พิเศษ
อ.ปกรณ์	เด่นเป็น	☒ อาจารย์ประจำ	☐ อาจารย์พิเศษ
อ.ดร.สุทิดา	ปลื้มปิติวิริยะเวช	☒ อาจารย์ประจำ	☐ อาจารย์พิเศษ
อ.ดร.กัลยา	ก้องวัฒนากุล	☒ อาจารย์ประจำ	☐ อาจารย์พิเศษ
อ.ดร.โชติกา	ลักษณะพุกก์	☒ อาจารย์ประจำ	☐ อาจารย์พิเศษ
อ.บดินทร์	คัมโนนชัย	☒ อาจารย์ประจำ	☐ อาจารย์พิเศษ
อ.ดร.บุศรา	ชินสงคราม	☒ อาจารย์ประจำ	☐ อาจารย์พิเศษ
อ.ดร.วรชาติ	เชิดชมจันทร์	☒ อาจารย์ประจำ	☐ อาจารย์พิเศษ
อ.ดร.อิสราภรณ์	เลิศวงศ์หัตถกุล	☒ อาจารย์ประจำ	☐ อาจารย์พิเศษ
อ.ปัญญนรินทร์	สุขสง	☒ อาจารย์ประจำ	☐ อาจารย์พิเศษ
อ.อารีย์	วิทย์สุนทร	☒ อาจารย์ประจำ	☐ อาจารย์พิเศษ
อ.จิตาธิปไตย	อรุณเวช	☐ อาจารย์ประจำ	☒ อาจารย์พิเศษ
ผศ.ดร.อารณีย์	วิวัฒนาภรณ์	☐ อาจารย์ประจำ	☒ อาจารย์พิเศษ
ผศ.ดร.นวกัทธ	ณรงค์ศักดิ์	☐ อาจารย์ประจำ	☒ อาจารย์พิเศษ
อ.ธนากร	อาษาสิงห์	☐ อาจารย์ประจำ	☒ อาจารย์พิเศษ
อ.แซไข	ธนสารโสภณ	☐ อาจารย์ประจำ	☒ อาจารย์พิเศษ
อ.พิเศษทางดนตรี		☐ อาจารย์ประจำ	☒ อาจารย์พิเศษ

สถานที่สอน คณะกายภาพบำบัดและเวชศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยรังสิต
☒ ในที่ตั้ง ☒ นอกที่ตั้ง

วันที่จัดทำ 19 สิงหาคม 2568

หมวดที่ 2 วัตถุประสงค์ของรายวิชาและส่วนประกอบของรายวิชา

1. วัตถุประสงค์รายวิชา

บรรยาย

1. มีความรู้ความเข้าใจถึงทักษะที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ได้แก่ การสื่อสารอย่างสร้างสรรค์ (creative communication) และการคิดเชิงระบบ (systems thinking)
2. มีความรู้ความเข้าใจในทักษะการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ ได้แก่ การจัดการความเครียด การรับมือกับภัยคุกคาม รวมทั้งการรู้เท่าทันอาชญากรรมในการก่อเหตุร้ายที่เป็นภัยสังคมต่างๆ
3. มีความรู้ความเข้าใจความเป็นมนุษย์กับการเคลื่อนไหว คำศัพท์เบื้องต้นทางวิทยาศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับพื้นฐานของการเคลื่อนไหวของมนุษย์

4. มีความรู้ความเข้าใจในหลักการและลักษณะการเคลื่อนไหวแต่ละประเภทที่แตกต่างกัน องค์ประกอบที่ทำให้เกิดการเคลื่อนไหว รูปแบบการเคลื่อนไหวพื้นฐานของมนุษย์ ที่เป็นท่าทางพื้นฐานในการเคลื่อนไหวในรูปแบบต่างๆ ทราบการเปลี่ยนท่าทางของมนุษย์ว่ามีลำดับขั้นตอนแบบใด มีการทำงานของระบบของร่างกายใด และสามารถเปลี่ยนท่าทางให้มีความมั่นคงและปลอดภัย
5. มีความรู้ความเข้าใจและสามารถเชื่อมโยงความสำคัญของการเคลื่อนไหวของมนุษย์ กับการนำมาประยุกต์ใช้กับดนตรีกับการเคลื่อนไหวของมนุษย์ได้

ปฏิบัติ

1. สามารถแสดงทักษะในการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ ทักษะการฟัง ทักษะการพูด และทักษะการคิดอย่างเป็นระบบ
2. สามารถแสดงทักษะการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ ได้แก่ การเข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถจัดการความเครียด การรับมือกับภัยคุกคาม รวมทั้งการรู้เท่าทันอาชญากรในการก่อเหตุร้ายที่เป็นภัยสังคมต่างๆ
3. สามารถวิเคราะห์การเคลื่อนไหวของมนุษย์ขั้นพื้นฐานในการทำกิจกรรมหรือใช้ชีวิตประจำวัน โดยอาศัยหลักการ องค์ประกอบ รูปแบบการเคลื่อนไหว ตลอดจนการใช้คำศัพท์เบื้องต้นทางวิทยาศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหวของมนุษย์มาอธิบาย
4. เรียนรู้จังหวะ เสียง การเข้าจังหวะ การเคลื่อนไหวสัมพันธ์ระหว่างกาย ใจ และบุคคล รวมถึงการใช้ดนตรีส่งเสริมการเคลื่อนไหว
5. ศึกษางานวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬาในรูปแบบต่างๆ เช่น งานวิทยาศาสตร์การกีฬาในทีมกีฬา งานวิทยาศาสตร์การกีฬาใน fitness & wellness center งาน sport massage & therapy center กองวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย และหน่วยเวชศาสตร์การกีฬา โรงพยาบาล เป็นต้น
6. สามารถแสดงทักษะในการนำเสนอการศึกษาคุณงานด้านวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬาในรูปแบบต่างๆ
7. สามารถตั้งเป้าหมายการเรียนรู้เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ของตนเอง
8. มีคุณธรรม จริยธรรม และเจตคติที่ดีต่อวิชาชีพวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬา

2. คำอธิบายรายวิชา

ธรรมชาติของมนุษย์กับการเรียนรู้ การสนใจและพฤติกรรมของมนุษย์ ทักษะพื้นฐานที่จำเป็นในการเรียนรู้ และอยู่ร่วมกับผู้อื่น ประกอบด้วย การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การตระหนักรู้ในตนเองและการเข้าใจผู้อื่น การจัดการกับอารมณ์และความเครียด การคิดสร้างสรรค์ ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและการรู้เท่าทันสื่อ พื้นฐานการเคลื่อนไหวของร่างกายมนุษย์ หลักการและทฤษฎีเบื้องต้น ลักษณะ ชนิดองค์ประกอบ และปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหว

3. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่อาจารย์ให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการแก่นักศึกษา

มี 3 ชั่วโมง/สัปดาห์

☒ e-mail: chorphaka.d@rsu.ac.th

☐ Facebook:

☐ Line:

☒ อื่น ๆ ระบุ: Google classroom

QR code
Here

หมวดที่ 3 การพัฒนาผลการเรียนรู้ของนักศึกษา

1.คุณธรรม จริยธรรม					2.ความรู้						3. ทักษะทางปัญญา					4. ทักษะความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคลและความ รับผิดชอบ					5. ทักษะการ วิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการ ใช้เทคโนโลยี สารสนเทศ			
1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4
○	●	●	○		○						●					●	○		●	○		●	○	●

การพัฒนาผลการเรียนรู้ในมาตรฐานผลการเรียนรู้แต่ละด้านที่มุ่งหวัง มีดังต่อไปนี้

1. คุณธรรม จริยธรรม

●	ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
1.2	มีระเบียบ วินัย ตรงต่อเวลา และ ความรับผิดชอบต่อตนเองและ สังคม	มีการทำข้อตกลงระหว่างผู้เรียนและ ผู้สอนเรื่องกฎระเบียบและแนว ทางการปฏิบัติตนในการเรียนวิชานี้ เช่น เวลาในการเข้าห้องเรียนและ ห้องสอบ การส่งงาน การแต่งกาย การปฏิบัติตัวขณะเรียน	มีการเช็คชื่อและสังเกตการ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของ นักศึกษาในระหว่างเรียน

●	ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
1.3	เคารพสิทธิและรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น รวมทั้งเคารพคุณค่าและศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์	จัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนและถอดบทเรียนการเรียนรู้ในแต่ละหัวข้อ	ประเมินระหว่างเรียน

2. ความรู้

●	ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
	-	-	-

3. ทักษะทางปัญญา

●	ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
3.1	สามารถคิดอย่างมีวิจารณญาณและเป็นระบบ	ให้นักศึกษาฝึกวิเคราะห์การเคลื่อนไหวพื้นฐานของมนุษย์โดยใช้องค์ความรู้วิวัฒนาการการเคลื่อนไหว ประเภทและองค์ประกอบของการเคลื่อนไหว	ประเมินระหว่างเรียน รายงาน สัมมนา Quiz

4. ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ

●	ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
4.1	มีความสามารถในการติดต่อสื่อสารข่าวสารให้เป็นที่น่าสนใจอย่างถูกต้อง	ฝึกให้นักศึกษามีความรับผิดชอบในงานที่ได้รับมอบหมาย ตรงต่อเวลา และมีทักษะในการสื่อสารทั้งการพูด การฟัง การอ่าน และการเขียน รวมถึงการเลือกใช้สื่อที่เหมาะสมกับการสื่อสาร	ประเมินระหว่างเรียน รายงาน สัมมนา
4.4	มีความรับผิดชอบต่อความคิด คำพูด และการกระทำของตนเองและกลุ่ม	สอดแทรกการฝึกให้นักศึกษาสื่อสารกับบุคคลอื่นๆ ในชั่วโมงปฏิบัติการ ด้วยการฝึกกล่าวทักทาย ชักถาม และอธิบายสิ่งที่ผู้รับบริการควรจะทราบด้วยภาษาที่สุภาพ กระชับและชัดเจนและฝึกทักษะการนำเสนอข้อมูลต่อหน้ากลุ่มคน	ประเมินระหว่างเรียน รายงาน สัมมนา

5. ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

●	ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
5.2	มีทักษะในการใช้ เครื่องมือสื่อสารที่จำเป็นที่มีอยู่ในปัจจุบันในการทำงาน	ให้นักศึกษานำเสนอเนื้อหาในการสัมมนาหน้าชั้นเรียนโดยเปิดโอกาสให้เลือกรูปแบบในการนำเสนอเองตามความถนัดเช่น การพูดอธิบายปากเปล่า การนำเสนอด้วย Power Point การเขียนกระดาน หรือการแสดงบทบาทสมมติ และการเลือกแหล่งที่มาของข้อมูลที่น่าเชื่อถือ	ประเมินระหว่างเรียน ชิ้นงาน สัมมนา
5.4	มีความสามารถใช้เทคโนโลยีสารสนเทศได้อย่างเหมาะสม	นักศึกษาเรียนผ่านการสอนบรรยายและทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาเทคโนโลยีสารสนเทศ และหลักการเลือกใช้อย่างเหมาะสม	ประเมินระหว่างเรียน ชิ้นงาน

หมวดที่ 4 แผนการสอนและการประเมินผล

1. แผนการสอน

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	ชั่วโมงเรียน			คะแนนประเมิน							ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ	สัมมนา	ระหว่างเรียน	quiz	สัมมนา	assignment	สอบบรรยาย	สอบปฏิบัติ	คะแนนรวม	
1	1. บทนำศาสตร์ความเป็นมนุษย์กับการคิดเชิงระบบ - มนุษย์กับการคิดเชิงระบบ เครื่องมือและกรอบแนวคิด - บทเรียนกรณีศึกษา และฝึกวิธีคิดเชิงระบบ	2			13						13	อ.ดร.ช่อผกา
2	2. ค่ายเรียนรู้ตนเอง เข้าใจผู้อื่น - เรียนรู้ตนเองผ่านกิจกรรมในสถานการณ์ต่างๆ วิเคราะห์จุดดี จุดด้อย และการพัฒนาตนเองเพื่อการเรียนรู้และให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข การตั้งเป้าหมายชีวิต		16		40			10			50	คณาจารย์
2	3. การสื่อสารอย่างสร้างสรรค์ - ทักษะพื้นฐาน (active listening & iceberg theory) - Communication games & activities	1	4		5			15			20	อ.ดร.ช่อผกา อ.ดร.อิสราภรณ์ อ.ปัญญนรินทร์ อ.ดร.กัลยา
3	4. ดนตรีกับการเคลื่อนไหว - เรียนรู้จังหวะ เสียง และการเข้าจังหวะ - เรียนรู้การเคลื่อนไหวสัมพันธ์ระหว่างร่างกาย ใจ และบุคคล - การใช้ดนตรีส่งเสริมการเคลื่อนไหว	1	2		14						14	อ.แซ่ไข อ...(พิเศษ).... อ.ดร.ช่อผกา

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	ชั่วโมงเรียน			คะแนนประเมิน							ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ	สัมมนา	ระหว่างเรียน	quiz	สัมมนา	assignment	สอบบรรยาย	สอบปฏิบัติ	คะแนนรวม	
4	5. รู้เท่าทันความคิดอาชญากร - เรียนรู้การก่อเหตุร้ายต่างๆ ผ่านมุมมองของอาชญากร - การหลีกเลี่ยงหรือลดความเสี่ยงที่จะตกเป็นเหยื่อของอาชญากร	1	2		14						14	ผศ.ดร.อารณีย์ ผศ.ดร.นวัทร อ.ธนกร
5	6. การจัดการความเครียด - การประเมินความเครียดด้วยตัวเองเบื้องต้น - การจัดการความเครียด	1	2		7			7			14	อ.ฐิตารีย์ อ.ดร.ช่อผกา อ.ปัญญาธิ์
6	7. การรับมือกับภัยคุกคาม - ประเภทของภัยคุกคาม - เทคนิคการสังเกตพฤติกรรมผิดปกติ - กลยุทธ์การรับมือกับภัยคุกคาม	1	2		7			7			14	อ.ฐิตารีย์ อ.ดร.ช่อผกา อ.บดินทร์
3	8. บทนำศาสตร์ความเป็นมนุษย์กับการเคลื่อนไหว - วิวัฒนาการของมนุษย์กับการเคลื่อนไหว - การเคลื่อนไหวที่ก่อให้เกิดความเป็นมนุษย์ ในมิติที่เป็นสัตว์สังคม - บทบาทของนักวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬาต่อการเคลื่อนไหว	2			13						13	อ.ดร.ช่อผกา
5	9. การเคลื่อนไหวในมนุษย์ - ประเภทและองค์ประกอบของการเคลื่อนไหว	2	2		20						20	อ.ดร.ช่อผกา อ.ดร.ณัฏกาญจน์

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	ชั่วโมงเรียน			คะแนนประเมิน							ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ	สัมมนา	ระหว่างเรียน	quiz	สัมมนา	assignment	สอบบรรยาย	สอบปฏิบัติ	คะแนนรวม	
	- Fundamental movements: squat & lunge, reach grasp & grip, push & pull, jump & land, lift and throw											อ.อุสา
6	10. การวิเคราะห์การเคลื่อนไหวในมนุษย์เบื้องต้น - ความรู้เบื้องต้นทางด้านกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาของระบบกล้ามเนื้อกระดูก ระบบหายใจและไหลเวียนเลือด ระบบประสาท ที่เชื่อมโยงกับการเคลื่อนไหว - การวิเคราะห์การเคลื่อนไหวในมนุษย์เบื้องต้น	2	2		20						20	อ.ดร.ช่อผกา อ.บดินทร์ อ.ปัญญาธิ์
7-13	11. The Mystery of Human Movement - การสังเกต สัมภาษณ์ ศึกษาแนวคิดด้านการเคลื่อนไหวจากนักวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬาต้นแบบ - นำเสนอ แลกเปลี่ยนระหว่างกลุ่ม		12	4	5		10	40			55	อ.ดร.ช่อผกา อ.ดร.อิสราภรณ์ อ.ดร.สุทิดา อ.อภิสิทธิ์ อ.อารีย์ อ.ปัญญาธิ์
13	12. เตรียมความพร้อมสู่การเรียนรู้เส้นทางอาชีพนักวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬา - ทบทวนทักษะการสื่อสาร		2		7						7	อ.ณัฐวุฒิ อ.ดร.สมชนก อ.ปัญญาธิ์

ลำดับที่	หัวข้อ/รายละเอียด	ชั่วโมงเรียน			คะแนนประเมิน							ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ	สัมมนา	ระหว่างเรียน	quiz	สัมมนา	assignment	สอบบรรยาย	สอบปฏิบัติ	คะแนนรวม	
	- รวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับสถานที่ดูงาน ตั้งเป้าหมายการเรียนรู้และเตรียมตัวเพื่อการศึกษาดูงานอย่างมีประสิทธิภาพ											
14	13. ศึกษาดูงานเส้นทางอาชีพนักวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายฯ - ศึกษาเรียนรู้งานวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬาที่น่าสนใจ ณ สถานที่จริง		4		8			5			13	อ.ณัฐวุฒิ อ.อภิสิทธิ์ อ.ปัญญารินทร์ อ.บัวภา
15	14. สรุปข้อมูลศึกษาดูงานเส้นทางอาชีพนักวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายฯ - สรุปข้อมูลที่ได้จากการศึกษาดูงาน - เตรียมข้อมูลเพื่อนำเสนอ แลกเปลี่ยนเรียนรู้		2		7						7	อ.ดร.ช่อผกา อ.ดร.สุทิดา อ.ปัญญารินทร์
15	15. แลกเปลี่ยนเรียนรู้เส้นทางอาชีพนักวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายฯ - นำเสนอข้อมูลที่ได้จากการศึกษาดูงาน - แลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างผู้สอนและผู้เรียน			4			13				13	อ.ดร.ช่อผกา อ.ฉัตรรัตน์ อ.ปัญญารินทร์
16	16. The Power of Being Human - พลังแห่งการเลือก (agency) - สะท้อนและสรุป “ศาสตร์ความเป็นมนุษย์”	2			13						13	อ.ดร.ช่อผกา
	รวม	15	52	8	193	-	23	84	-	-	300	
	คิดเป็นร้อยละ				64.33	-	7.67	28.00	-	-	100.00	

รายละเอียด student work load ในแต่ละหัวข้อ

หัวข้อ	คะแนนประเมิน						สัปดาห์ที่ประเมิน (วันหรือสัปดาห์ที่มอบหมายงาน)	ระยะเวลา Student work load (นาที)	รายละเอียด คำอธิบาย
	ระหว่างเรียน	Quiz	สัมมนา	Assignment	สอบบรรยาย	สอบปฏิบัติ			
1. บทนำศาสตร์ความเป็นมนุษย์กับการคิดเชิงระบบ	13								
2. ค่ายเรียนรู้ตนเอง เข้าใจผู้อื่น	40			10			2	15	ถอดบทเรียนการเรียนรู้ของตนเอง
3. การสื่อสารอย่างสร้างสรรค์	5			15			3		สะท้อนสิ่งที่ได้เรียนรู้เมื่อนำการสื่อสารอย่างสร้างสรรค์ไปใช้ในชีวิตประจำวัน กระบวนการทำงานอยู่ในชั่วโมงเรียน จึงไม่มี student workload
4. ดนตรีกับการเคลื่อนไหว	14								
5. การจัดการความเครียด	7			7			5	20	ชิ้นงานต่อเนื่องจากชั่วโมงเรียน
6. การรับมือกับภัยคุกคาม	7			7			6	20	ชิ้นงานต่อเนื่องจากชั่วโมงเรียน
7. รู้เท่าทันความคิดอาชญากร	14								
8. บทนำศาสตร์ความเป็นมนุษย์กับการเคลื่อนไหว	13								
9. การเคลื่อนไหวในมนุษย์	20								
10. การวิเคราะห์การเคลื่อนไหวในมนุษย์เบื้องต้น	20								
11. The Mystery of Human Movement	5		10	40			7		กระบวนการทำงานและแก้ไขงานอยู่ในชั่วโมงเรียน จึงไม่มี student workload
12. เตรียมความพร้อมสู่การเรียนรู้เส้นทางอาชีพ	7								

หัวข้อ	คะแนนประเมิน						สัปดาห์ที่ประเมิน (วันหรือสัปดาห์ที่มอบหมายงาน)	ระยะเวลา Student work load (นาที)	รายละเอียด คำอธิบาย
	ระหว่างเรียน	Quiz	สัมมนา	Assignment	สอบบรรยาย	สอบปฏิบัติ			
13. ศึกษางานเส้นทางอาชีพนักวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬา	8			5			14		ถอดบทเรียนการเรียนรู้ของตนเอง ภาระงานการทำงานอยู่ในชั่วโมงเรียน จึงไม่มี student workload
14. สรุปข้อมูลศึกษางานเส้นทางอาชีพนักวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬา	7								
15. แลกเปลี่ยนเรียนรู้เส้นทางอาชีพนักวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬา			13						
16. The Power of Being Human	13								
รวม	193		23	84				55	

2. แผนการประเมินผลการเรียนรู้

ผลการเรียนรู้	คะแนนประเมิน							สัปดาห์ที่ประเมิน	สัดส่วนของการประเมินผล
	สอบบรรยาย online	ระหว่างเรียน	Quiz	สัมมนา	Assignment	สอบบรรยาย	สอบปฏิบัติ		
1.2		/							
2.1		/			/				
3.2		/			/				
4.1		/		/	/				
4.2		/			/				
5.2		/			/				
รวม		193		23	84				
		64.33%		7.67%	28.00%				

ข้อปฏิบัติในการเรียน

การเข้าเรียน

- ในภาคทฤษฎีซึ่งมีทั้งหมด 15 ชั่วโมง นักศึกษาต้องเข้าเรียนตรงเวลา (เข้าช้าได้ไม่เกิน 10 นาที) และมีเวลาเรียนรวม ไม่ต่ำกว่าร้อยละ 80 ของภาคทฤษฎีทั้งหมด (คิดเป็น 12 ชั่วโมง) จึงจะมีสิทธิได้รับการประเมิน (ตัดเกรด) กรณีลาป่วย ลาป่วย และขาดเรียน รวมกันมากกว่าร้อยละ 20 (คิดเป็น 3 ชั่วโมง) จะถูกตัดสิทธิ์การประเมิน (ตัดเกรด) ทันที
- ในภาคปฏิบัติและสัมมนา นักศึกษาต้องเข้าเรียน 100 % ถ้าขาดเรียนในหัวข้อใด นักศึกษาจะถูกตัดสิทธิ์ได้รับการประเมินในหัวข้อนั้นทันที
- นักศึกษาต้องเข้าร่วมค่ายเรียนรู้ตนเอง เข้าใจผู้อื่น 100% หากมีเหตุจำเป็นให้ไม่สามารถเข้าร่วมได้ นักศึกษาจะต้องเข้าร่วมค่ายฯ ในปีการศึกษาถัดไป นักศึกษาจะได้รับผลการเรียน (เกรด) เป็น IP จนกว่าจะเข้าร่วมค่ายฯ เรียบร้อยแล้วเท่านั้น เกรดจึงจะได้รับการแก้ไข

กรณีการลา

- กรณีลาป่วย นักศึกษาต้องส่งใบลาพร้อมแนบใบรับรองแพทย์ โดยส่งอาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ผู้ประสานงาน และอาจารย์ผู้สอน ตามลำดับ โดยต้องดำเนินการทันทีหลังจากกลับมาเรียน
- กรณีลากิจ นักศึกษาต้องส่งใบลาล่วงหน้า 3 วัน โดยส่งอาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ผู้ประสานงาน และอาจารย์ผู้สอน ตามลำดับ

การแต่งกาย

- การเข้าเรียน นักศึกษาต้องใส่ชุดนักศึกษาหรือชุดไปเวทสุภาพ จึงจะได้รับการอนุญาตให้เข้าเรียน

เกณฑ์การพิจารณาตัดเกรด: แบบอิงเกณฑ์

เกรด	ระดับคะแนน
A	80-100
B ⁺	75-79
B	70-74
C ⁺	65-69
C	60-64
D ⁺	55-59
D	41-54
F	< 41

***นักศึกษาต้องได้รับผลการประเมิน ไม่ต่ำกว่า D จึงจะถือว่าผ่านการประเมินในวิชานี้

หมวดที่ 5 ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

1. ตำราและเอกสารหลัก

1. Creason C. Stedman's Medical Terminology: Steps to Success in Medical Language, 10th ed. Lippincott Williams & Wilkins; 2010.
2. Fremgen B and Frucht S. Medical Terminology: A living language, 4th ed. Pearson; 2009.
3. Adrian MJ and Cooper JM. Biomechanics of human movement, 2nded. Dubuque: WCB Brown & Benchmark; 1995.
4. Soderberg GL. Kinesiology: application to pathological motion, 2nded. Baltimore: Williams & Wilkins; 1997.
5. กานดา ใจภักดี. วิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหว Kinesiology, พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพฯ .; 2542.
6. Kisner C and Colby LA. Therapeutic exercise: foundations and techniques, 2nd ed. Philadelphia, F.A. Davis Company; 1985.
7. Oatis CA. Kinesiology the mechanics and pathomechanics of human movement, 2nded. Baltimore: William & Wilkins; 2009.
8. Neumann DA. Kinesiology of the musculoskeletal system: foundation for rehabilitation, 2nded. St.Louis, Missouri: Mosby Elsevier; 2010.
9. Susan HJ. Basic biomechanics, 3rd ed. McGraw-Hill; 1999.
10. เอกสารอ้างอิง ปรมะ สตะเวทิน . 2534. เอกสารการสอนชุดวิชาหลักและทฤษฎีการสื่อสาร หน่วยที่ 1-8 (พิมพ์ครั้งที่ 10). นนทบุรี :มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
11. เปลื้อง ณ นคร. 2515. จิตวิทยาสำหรับชีวิต. กรุงเทพฯ ฯ : รวมสาส์น.

12. มัลลิกา คณานุรักษ์. 2547. จิตวิทยาการสื่อสารของมนุษย์. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
13. วิรัช ลิขิตนกุล. 2546. การประชาสัมพันธ์. (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
14. ราตรี พัฒนรังสรรค์. 2542. พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน. กรุงเทพฯ : ภาควิชา จิตวิทยา และการแนะแนว. คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏจันทรเกษม.
15. วันดี ชวตณูช. (2549). การพูดในอาชีพสื่อมวลชน. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

2. เอกสารและข้อมูลสำคัญ

ดูรายละเอียดในแผนการสอนรายชั่วโมง

3. เอกสารและข้อมูลแนะนำ

-

หมวดที่ 6 การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา

1. กลยุทธ์การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนักศึกษา

- การสนทนากลุ่มระหว่างผู้สอนและผู้เรียน
- แบบประเมินผู้สอน และแบบประเมินรายวิชา

2. กลยุทธ์การประเมินการสอน

- การสังเกตการสอนของผู้ร่วมทีมการสอน
- การประเมินการสอนโดยอาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิในดำนนี้
- ผลการสอบ

3. การปรับปรุงการสอน

ปัญหาหรือข้อเสนอแนะจากการประเมินรายวิชา	การปรับปรุงการสอน	ความต้องการการช่วยเหลือ/สนับสนุนจากคณะ

4. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนักศึกษาในรายวิชา

- ☐ สัมภาษณ์นักศึกษา
- ☒ การสังเกตพฤติกรรมนักศึกษา ประเมินพฤติกรรมการเรียนรู้ ซึ่งสอดคล้องกับความเข้าใจและหลักการนำไปใช้
- ☒ การตรวจสอบการให้คะแนนและประเมินผลการเรียนรู้ของนักศึกษา มีการตรวจสอบโดยคณะกรรมการวิชาการคณะ ตรวจสอบผลการประเมินการเรียนรู้ของนักศึกษา โดยตรวจสอบข้อสอบ วิธีการให้คะแนนสอบ หัวข้อประเมิน และการให้คะแนนพฤติกรรม
- ☒ การประเมินความรู้รอบยอดโดยการทดสอบ ในการสอบปฏิบัติการ การประยุกต์ใช้กลุ่มคนที่แตกต่างกันเพื่อประเมินความรู้ความเข้าใจและการประยุกต์ใช้เนื้อหาทั้งรายวิชาในกรณีศึกษา

- ☐ รายงานผลการเก็บข้อมูลเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ในแต่ละด้าน.....
- ☐ แบบสำรวจ/แบบสอบถาม.....
- ☐ อื่นๆ ระบุ.....

5. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิผลของรายวิชา

ปรับปรุงการจัดการเรียนการสอน จากปัญหาและอุปสรรคที่พบ หรือ ตามข้อเสนอแนะและผลการทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ และเพื่อให้เข้ากับการพัฒนาความรู้ใหม่ๆทุกปี

หมวดที่ 7 ตารางเรียน

ตารางเรียน PTS181 ศาสตร์ความเป็นมนุษย์ (Sciences of Humanity) 3(1-4-4)

สำหรับวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬา ชั้นปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2568

กลุ่มเรียน 03, 13 สถานที่เรียน ห้องโถง สถาบันไทย-จีน (ศาลากวนอิม)

นักศึกษา 44 คน

สัปดาห์	วัน	เวลา	หัวข้อ	จำนวน ชม.			ผู้สอน	ห้องเรียน
				บรรยาย	ปฏิบัติ	สัมมนา		
1	จ 18 ส.ค. 68	10:00-12:00	Self-study					
	พ 21 ส.ค. 68	13:00-13:30	Course orientation				อ.ดร.ช่อผกา	ศาลา
		13:30-15:30	บทนำศาสตร์ความเป็นมนุษย์กับการคิดเชิงระบบ	2			อ.ดร.ช่อผกา	กวนอิม
2	จ 25 ส.ค. 68	10:00-12:00	Self-study					
	พ 28 ส.ค. 68	13:00-16:00	การสื่อสารอย่างสร้างสรรค์ 1	1	2		อ.ดร.ช่อผกา อ.ดร.อิสราภรณ์ อ.ปัญญาณรินทร์	ศาลา กวนอิม
	ส 30 ส.ค. 68	8:00-12:00	ค่ายเรียนรู้ตนเอง เข้าใจผู้อื่น 1		4		คณาจารย์	1-301
		13:00-17:00	ค่ายเรียนรู้ตนเอง เข้าใจผู้อื่น 2		4			
	อา 31 ส.ค. 68	8:00-12:00	ค่ายเรียนรู้ตนเอง เข้าใจผู้อื่น 3		4			
		13:00-17:00	ค่ายเรียนรู้ตนเอง เข้าใจผู้อื่น 4		4			
3	จ 1 ก.ย. 68	10:00-12:00	การสื่อสารอย่างสร้างสรรค์ 2		2		อ.ดร.ช่อผกา อ.ดร.กัลยา อ.ปัญญาณรินทร์	ศาลา กวนอิม
	พ 4 ก.ย. 68	13:00-15:00	บทนำศาสตร์ความเป็นมนุษย์กับการเคลื่อนไหว	2			อ.ดร.ช่อผกา	ศาลา กวนอิม
4	จ 8 ก.ย. 68	9:00-12:00	รู้เท่าทันความคิดอาชญากร	1	2		ผศ.ดร.อารณีย์ ผศ.ดร.นวกัทร อ.ธนากร	ศาลา กวนอิม
	พ 11 ก.ย. 68	13:00-16:00	ดนตรีกับการเคลื่อนไหว	1	2		อ.แฉไข อ...(พิเศษ).... อ.ดร.ช่อผกา	ศาลา กวนอิม
5	จ 15 ก.ย. 68	9:00-12:00	การจัดการความเครียด	1	2		อ.ฐิตารีย์ อ.ดร.ช่อผกา อ.ปัญญาณรินทร์	ศาลา กวนอิม
	พ 18 ก.ย. 68	13:00-17:00	การเคลื่อนไหวในมนุษย์	2	2		อ.ดร.ช่อผกา อ.ดร.ณัฐกาญจน์ อ.อุสา	ศาลา กวนอิม

สัปดาห์	วัน	เวลา	หัวข้อ	จำนวน ชม.			ผู้สอน	ห้องเรียน
				บรรยาย	ปฏิบัติ	สัมมนา		
6	จ 22 ก.ย. 68	9:00-12:00	การรับมือกับภัยคุกคาม	1	2		อ.จิตติารีย์ อ.ดร.ช่อผกา อ.บดินทร์	ศาลา กวนอิม
	พ 25 ก.ย. 68	13:00-17:00	การวิเคราะห์การเคลื่อนไหวใน มนุษย์เบื้องต้น	2	2		อ.ดร.ช่อผกา อ.ปัญญาณรินธุ์ อ.บดินทร์	ศาลา กวนอิม
7	จ 29 ก.ย. 68	10:00-12:00	Self-study					
	พ 2 ต.ค. 68	13:00-15:00	The Mystery of Human Movement 1 (assign project)		2		อ.ดร.ช่อผกา อ.ดร.อิสราภรณ์ อ.ปัญญาณรินธุ์	ศาลา กวนอิม
8	จ 6 ต.ค. 68	10:00-12:00	Term break					
	พ 9 ต.ค. 68	13:00-17:00	Term break					
9	จ 13 ต.ค. 68	10:00-12:00	หยุดวันสวรรคต ร.9					
	พ 16 ต.ค. 68	13:00-17:00	The Mystery of Human Movement 2 (run project)		4		อ.ดร.อิสราภรณ์ อ.ปัญญาณรินธุ์ อ.อารีย์	ศาลา กวนอิม
10	จ 20 ต.ค. 68	10:00-12:00	Term break					
	พ 23 ต.ค. 68	13:00-17:00	Term break					
11	จ 27 ต.ค. 68	10:00-12:00	Term break					
	พ 30 ต.ค. 68	13:00-17:00	The Mystery of Human Movement 3 (Check progression)		4		อ.ดร.อิสราภรณ์ อ.ดร.สุทิศา อ.ปัญญาณรินธุ์	ศาลา กวนอิม
12	จ 3 พ.ย. 68	10:00-12:00	The Mystery of Human Movement 4 (run project)		2		อ.ดร.ช่อผกา อ.ปัญญาณรินธุ์ อ.อารีย์	
	พ 6 พ.ย. 68	13:00-17:00	The Mystery of Human Movement 5 (project presentation)			4	อ.ดร.ช่อผกา อ.อภิสทิ อ.ปัญญาณรินธุ์	ศาลา กวนอิม
13	จ 10 พ.ย. 68	10:00-12:00	เตรียมความพร้อมสู่การเรียนรู้ เส้นทางอาชีพ		2		อ.ณัฐวุฒิ อ.ดร.สมชนก อ.ปัญญาณรินธุ์	ศาลา กวนอิม
	พ 13 พ.ย. 68	13:00-17:00	Self-study					
14	จ 17 พ.ย. 68	10:00-12:00	Self-study					
	พ 19 พ.ย. 68	13:00-17:00	ศึกษาดูงานเส้นทางอาชีพ นักวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย และสมรรถภาพทางการกีฬา		4		อ.ณัฐวุฒิ อ.อภิสทิ อ.บวรภัต	นอก สถานที่
	พ 20 พ.ย. 68	13:00-17:00	ศึกษาดูงานเส้นทางอาชีพ นักวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย และสมรรถภาพทางการกีฬา				อ.ปัญญาณรินธุ์	นอก สถานที่

สัปดาห์	วัน	เวลา	หัวข้อ	จำนวน ชม.			ผู้สอน	ห้องเรียน
				บรรยาย	ปฏิบัติ	สัมมนา		
15	จ 24 พ.ย. 68	10:00-12:00	สรุปข้อมูลศึกษาดูงานเส้นทางอาชีพ		2		อ.ดร.ช่อผกา อ.ดร.สุทิส อ.ปัญญนรินทร์	ศาลา กวนอิม
	พฤ 27 พ.ย. 68	13:00-17:00	แลกเปลี่ยนเรียนรู้เส้นทางอาชีพ นักวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย และสมรรถภาพทางการกีฬา			4	อ.ดร.ช่อผกา อ.ธัญวรัตน์ อ.ปัญญนรินทร์	ศาลา กวนอิม
16	จ 1 ธ.ค. 68	10:00-12:00	The Power of Being Human	2			อ.ดร.ช่อผกา	ศาลา กวนอิม
	พฤ 4 ธ.ค. 68	13:00-17:00	Self-study					
				15	52	8		