



### รายละเอียดของรายวิชา

หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬา (2568)

คณะกายภาพบำบัดและเวชศาสตร์การกีฬา

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬา (2568)

#### หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

|                     |                                                                                                                                                                                 |                                                                                              |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| SPM 381             | ทักษะการสอนและจิตวิทยาทางการกีฬา<br>Sports Teaching Skill and Psychology                                                                                                        | 2 (1-2-3)                                                                                    |
| วิชาบังคับก่อน      | ไม่มี                                                                                                                                                                           |                                                                                              |
| ภาคการศึกษา         | 1/2568                                                                                                                                                                          |                                                                                              |
| กลุ่ม               | 01                                                                                                                                                                              |                                                                                              |
| ประเภทของวิชา       | <input type="checkbox"/> วิชาปรับพื้นฐาน<br><input type="checkbox"/> วิชาศึกษาทั่วไป<br><input checked="" type="checkbox"/> วิชาเฉพาะ<br><input type="checkbox"/> วิชาเลือกเสรี |                                                                                              |
| อาจารย์ผู้รับผิดชอบ | อาจารย์อภิสิทธิ์ เสลาหอม                                                                                                                                                        | <input checked="" type="checkbox"/> อาจารย์ประจำ                                             |
| อาจารย์ผู้สอน       | อาจารย์อภิสิทธิ์ เสลาหอม                                                                                                                                                        | <input checked="" type="checkbox"/> อาจารย์ประจำ <input type="checkbox"/> อาจารย์พิเศษ       |
|                     | อาจารย์ ดร.อิสราภรณ์ เลิศวงศ์หัตถกุล                                                                                                                                            | <input checked="" type="checkbox"/> อาจารย์ประจำ <input type="checkbox"/> อาจารย์พิเศษ       |
|                     | อาจารย์ณัฐภูมิ ทรงเจริญ                                                                                                                                                         | <input checked="" type="checkbox"/> อาจารย์ประจำ <input type="checkbox"/> อาจารย์พิเศษ       |
|                     | อาจารย์ปัญญนรินทร์ สุขสง                                                                                                                                                        | <input checked="" type="checkbox"/> อาจารย์ประจำ <input type="checkbox"/> อาจารย์พิเศษ       |
| สถานที่สอน          | คณะกายภาพบำบัดและเวชศาสตร์การกีฬา                                                                                                                                               | <input checked="" type="checkbox"/> ในที่ตั้ง <input checked="" type="checkbox"/> นอกที่ตั้ง |
| วันที่จัดทำ         | 21 มิถุนายน 2567                                                                                                                                                                |                                                                                              |

## หมวดที่ 2 วัตถุประสงค์ของรายวิชาและส่วนประกอบของรายวิชา

### 1. วัตถุประสงค์ของรายวิชา

- 1) เพื่อให้ให้นักศึกษาบอกหลักการและเข้าใจกระบวนการทางจิตวิทยาทางการกีฬาได้
- 2) เพื่อให้ให้นักศึกษาสามารถบอกหลักการสอนทักษะเบื้องต้น เทคนิคการสอน และปรัชญาของการเป็นผู้นำการฝึกสอนการออกกำลังกาย
- 3) เพื่อให้ให้นักศึกษาสามารถใช้การสื่อสาร การเรียนการสอน การใช้กิริยาท่าทางและวาจา การอธิบายยกตัวอย่าง และสรุป บทเรียน ทางการศึกษาได้
- 4) เพื่อให้ให้นักศึกษาบอกหลักการและออกแบบการฝึกสอนทางการกีฬาเบื้องต้น ในประเภทบุคคล กลุ่มย่อย และกลุ่มใหญ่ ได้
- 5) เพื่อให้ให้นักศึกษาประยุกต์ใช้ทักษะการสอนการออกกำลังกายแบบกลุ่มในกีฬาแต่ละประเภทและการเลือกใช้อุปกรณ์เพื่อนำไปประกอบการออกแบบโปรแกรมการออกกำลังกาย

### 2. คำอธิบายรายวิชา

พื้นฐานการสอนและเทคนิคเบื้องต้นสำหรับการสอนการออกกำลังกายสำหรับบุคคลทั่วไปที่มีความสนใจในการออกกำลังกาย หลักการความเป็นผู้นำในการออกกำลังกายแบบกลุ่ม รูปแบบและเทคนิคเฉพาะสำหรับการฝึกสอนนักกีฬาแต่ละประเภทเพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพในการเล่นกีฬา และหลักการใช้จิตวิทยาทางการกีฬา

Principle and techniques for teaching exercise to everyone, Leading skill for group exercise, specific coaching technique and pattern in various sport types for improving the sports performance and sport psychology.

### 3. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่อาจารย์ให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการแก่นักศึกษา

มี .....3.....ชั่วโมง/สัปดาห์

☒ e-mail: Apisit.s@rsu.ac.th

☒ Facebook: RSU PTSM Student

อื่น ระบุ Google Classroom

QR code  
Here

### หมวดที่ 3 การพัฒนาผลการเรียนรู้ของนักศึกษา

| 1. คุณธรรม<br>จริยธรรม |                                  |                                  |                       |                       | 2. ความรู้                       |                       |                                  |                       |                       | 3. ทักษะทาง<br>ปัญญา  |                                  |                       |                                  |                                  | 4. ทักษะ<br>ความสัมพันธ์<br>ระหว่างบุคคลและ<br>ความรับผิดชอบ |                                  |                       |                                  |                       | 5. ทักษะการ<br>วิเคราะห์เชิงตัวเลข<br>การสื่อสารและ<br>เทคโนโลยี<br>สารสนเทศ |                                  |                                  |                       |                       | 6. การ<br>ปฏิบัติทาง<br>วิชาชีพ |                       |                       |  |
|------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------------------|----------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------------------|-----------------------|-----------------------|--|
| 1                      | 2                                | 3                                | 4                     | 5                     | 1                                | 2                     | 3                                | 4                     | 5                     | 1                     | 2                                | 3                     | 4                                | 5                                | 1                                                            | 2                                | 3                     | 4                                | 5                     | 1                                                                            | 2                                | 3                                | 4                     | 1                     | 2                               | 3                     | 4                     |  |
| <input type="radio"/>  | <input checked="" type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/>                             | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                                        | <input checked="" type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |

การพัฒนาผลการเรียนรู้ในมาตรฐานผลการเรียนรู้แต่ละด้านที่มุ่งหวัง มีดังต่อไปนี้

#### 1. คุณธรรม จริยธรรม

| ●   | ผลการเรียนรู้                                                                            | วิธีการสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                       | วิธีการประเมินผล                                                                                                                        |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.2 | มีระเบียบ วินัย ตรงต่อเวลา และ ความรับผิดชอบต่อนตนเองและสังคม                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ทำข้อตกลงร่วมระหว่างผู้เรียนและผู้สอนในกฎระเบียบ และแนวปฏิบัติในการเรียนวิชานี้ เช่น เวลาและการแต่งกายในการเข้าห้องเรียน การส่งงาน</li> <li>- อาจารย์ผู้สอนสอดแทรกเรื่องระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา และมีความรับผิดชอบต่อนตนเองและสังคมในบทเรียน</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- การเช็คชื่อเข้าเรียน</li> <li>- สังเกตการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักศึกษาในขณะเรียน</li> </ul>   |
| 1.3 | เคารพสิทธิและปฏิบัติตามกฎระเบียบและข้อบังคับต่างๆ ภายใต้หลักธรรมาภิบาลขององค์การและสังคม | <ul style="list-style-type: none"> <li>- อธิบายวิธีการโดยให้นักศึกษาอธิบายวิธีการ พูดคุย การเข้าหาและการแจ้งผู้รับบริการ/คู lab ทราบทุกครั้งก่อนการปฏิบัติ</li> </ul>                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- การสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกโดยการแนะนำตัวและอธิบายการปฏิบัติต่อผู้รับบริการทุกครั้ง</li> </ul> |

#### 2. ความรู้

| ●   | ผลการเรียนรู้                                         | วิธีการสอน                                                                       | วิธีการประเมินผล                                                                    |
|-----|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 2.1 | มีความรู้และความเข้าใจในทฤษฎีทางวิทยาศาสตร์พื้นฐานที่ | <ul style="list-style-type: none"> <li>- จัดการสอนบรรยายในแต่ละหัวข้อ</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- สอบบรรยาย</li> <li>- สอบปฏิบัติ</li> </ul> |

|     |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                |                                                                                            |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
|     | เกี่ยวข้อง เช่น กายวิภาคศาสตร์<br>ชีวกลศาสตร์ สรีรวิทยา<br>จิตวิทยา หลักการและวิธีการ<br>ออกแบบและการสอนออกกำลัง<br>กายสำหรับบุคคลทั่วไปและ<br>นักกีฬา รวมถึงการจัดการใน<br>การฟื้นฟูสมรรถภาพทางการ<br>กีฬา                             | - จัดการเรียนการสอนที่เน้นปฏิบัติและ<br>สัมมนาให้สอดคล้องกับภาคบรรยาย                                          | - ประเมินระหว่างเรียน<br>ปฏิบัติและสัมมนา                                                  |
| 2.3 | สามารถวิเคราะห์ปัญหา เข้าใจ<br>รวมทั้งประยุกต์ความรู้ ทักษะ<br>และการใช้เครื่องมือที่เหมาะสม<br>กับการแก้ไขปัญหาทาง<br>วิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย<br>และสมรรถภาพทางการกีฬา<br>เพื่อการเสริมสร้าง ป้องกัน และ<br>ฟื้นฟูสมรรถภาพทางการกีฬา | - มอบหมายงานให้นักศึกษาได้ค้นคว้าความรู้<br>เพิ่มเติมและ ร่วมกันนำเสนอ และ<br>แลกเปลี่ยนความคิดเห็นในชั้นเรียน | - สอบบรรยาย<br>- ประเมินรายงานหรือ<br>ชิ้นงาน<br>- การสอนและเมื่อสิ้นสุด<br>การเรียนการสอน |

### 3. ทักษะทางปัญญา

| ●   | ผลการเรียนรู้                                                                                                                                                                                | วิธีการสอน                                                                                                                                                               | วิธีการประเมินผล                                                                                            |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3.2 | สามารถสืบค้น ตีความ และ<br>ประเมินข้อมูลต่างๆ เพื่อใช้ใน<br>การแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์                                                                                                     | - จัดการเรียนการสอนเน้นให้นักศึกษาสืบหา<br>ค้นคว้าเป็นกลุ่มเพื่อให้เกิดกระบวนการ<br>แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน                                                            | - การประเมินจากข้อมูล<br>และแหล่งที่มาที่นักศึกษา<br>นำมาเสนอในชั้นเรียน                                    |
| 3.4 | สามารถประยุกต์ความรู้ และ<br>ทักษะกับการแก้ไขปัญหาในทาง<br>วิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย<br>และสมรรถภาพทางการกีฬาเพื่อ<br>สร้างเสริม ป้องกันและฟื้นฟู<br>ผู้บาดเจ็บทางการกีฬาได้อย่าง<br>เหมาะสม | - สร้างเหตุการณ์ หรือกรณีศึกษา เกี่ยวกับ<br>จิตวิทยาทางการกีฬา การฝึกสอนทางการ<br>กีฬา และจิตวิทยาผู้ฝึกสอนเพื่อให้<br>นักศึกษาได้ ตรวจสอบ ประเมิน วิเคราะห์<br>และแก้ไข | - สังเกตพฤติกรรมและการ<br>แสดงออกในการมีส่วน<br>ร่วมในชั้นเรียน<br>- ประเมินและใช้คะแนน<br>จากงานที่มอบหมาย |
| 3.5 | สามารถบูรณาการความรู้ใน<br>สาขาวิชาที่ศึกษากับความรู้ใน<br>ศาสตร์อื่นๆที่เกี่ยวข้อง                                                                                                          | - ให้นักศึกษามีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยน<br>ความคิดเห็นและถอดบทเรียนจากสิ่งที่ได้<br>เรียนรู้                                                                              | - การประเมินจากข้อมูล<br>และแหล่งที่มาที่นักศึกษา<br>นำมาเสนอในชั้นเรียน                                    |

#### 4. ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ

| ●   | ผลการเรียนรู้                                                                                                  | วิธีการสอน                                                                                                | วิธีการประเมินผล                                                                                |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4.1 | มีความสามารถในการติดต่อสื่อสารที่เข้าใจได้ถูกต้อง                                                              | - จัดให้มีกิจกรรมการนำเสนอรายงานในรูปแบบต่างๆ                                                             | - สังเกตพฤติกรรมและการแสดงออกในการมีส่วนร่วมในชั้นเรียน                                         |
| 4.2 | มีความเป็นผู้นำและผู้ตามสามารถทำงานเป็นทีมได้และมีความรับผิดชอบต่อความคิด คำพูด และการกระทำของตนเองและของกลุ่ม | - จัดการเรียนการสอนให้มีการแบ่งกลุ่มทำงาน เพื่อให้เกิดความรับผิดชอบในหน้าที่ ที่แบ่งตามบทบาทของแต่ละบุคคล | - สังเกตพฤติกรรมและการแสดงออกในการมีส่วนร่วมในชั้นเรียน<br>- ประเมินและใช้คะแนนจากงานที่มอบหมาย |
| 4.4 | มีความรับผิดชอบต่อความคิด คำพูดและการกระทำของตนเองและของกลุ่ม                                                  | - จัดการเรียนการสอนในรูปแบบนำเสนอกรณีศึกษา หรือเหตุการณ์ตัวอย่างให้นักศึกษาได้ทดลอง และพูดคุยตามบทบาท     | - สังเกตพฤติกรรมและการแสดงออกในการมีส่วนร่วมในการนำเสนอหน้าชั้นเรียน                            |

#### 5. ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

| ●   | ผลการเรียนรู้                                                          | วิธีการสอน                                                                                                      | วิธีการประเมินผล                                                 |
|-----|------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| 5.2 | มีทักษะในการใช้เครื่องมือสื่อสารที่จำเป็นที่มีอยู่ในปัจจุบันในการทำงาน | - ให้นักศึกษาสืบค้นข้อมูลจากแหล่งที่มาที่น่าเชื่อถือ และการกรองข้อมูลก่อนนำมาเสนอเพื่อความถูกต้อง และตรงประเด็น | - การประเมินจากข้อมูลและแหล่งที่มาที่นักศึกษานำมาเสนอในชั้นเรียน |
| 5.3 | มีทักษะสร้างสื่อในการนำเสนอ โดยเลือกใช้รูปแบบและวิธีการที่เหมาะสม      | - มีการนำเสนอหน้าห้อง โดยเลือกรูปแบบของสื่อการนำเสนออย่างเหมาะสมในชั่วโมงปฏิบัติและสัมมนา                       | - ประเมินและให้คะแนนงานและทักษะการนำเสนอ                         |

หมวดที่ 4 แผนการสอนและการประเมินผล

1. แผนการสอน

| ลำดับ<br>ที่ | หัวข้อ/รายละเอียด                     | ชั่วโมงบรรยาย |                     |                  |                 |        | คะแนนประเมิน |                        |                   |        |            |           |            |          | ผู้สอน      |
|--------------|---------------------------------------|---------------|---------------------|------------------|-----------------|--------|--------------|------------------------|-------------------|--------|------------|-----------|------------|----------|-------------|
|              |                                       | บรรยาย        |                     |                  | ปฏิบัติ         |        |              |                        |                   |        |            |           |            |          |             |
|              |                                       | บรรยาย        | บรรยายสดผ่าน Online | อภิปรายกลุ่มย่อย | ปฏิบัติการทักษะ | สัมมนา | สอบบรรยาย    | ระหว่างเรียนปฏิบัติการ | Quiz/ระหว่างเรียน | สัมมนา | Assignment | สอบบรรยาย | สอบปฏิบัติ | คะแนนรวม |             |
| 1            | เรื่อง sport psychology สำหรับนักกีฬา | 2             |                     |                  |                 |        | 10           |                        | 4                 |        |            |           |            | 14       | อ.อภิสิทธิ์ |

| ลำดับ<br>ที่ | หัวข้อ/รายละเอียด                                                                                                                                                                     | ชั่วโมงบรรยาย |                     |                  |                 |        | คะแนนประเมิน |                        |                   |        |            |           |            |          | ผู้สอน      |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------|------------------|-----------------|--------|--------------|------------------------|-------------------|--------|------------|-----------|------------|----------|-------------|
|              |                                                                                                                                                                                       | บรรยาย        |                     |                  | ปฏิบัติ         |        |              |                        |                   |        |            |           |            |          |             |
|              |                                                                                                                                                                                       | บรรยาย        | บรรยายสดผ่าน Online | อภิปรายกลุ่มย่อย | ปฏิบัติการทักษะ | สัมมนา | สอบบรรยาย    | ระหว่างเรียนปฏิบัติการ | Quiz/ระหว่างเรียน | สัมมนา | Assignment | สอบบรรยาย | สอบปฏิบัติ | คะแนนรวม |             |
| 2            | <ul style="list-style-type: none"><li>เรื่อง <u>ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับทักษะ เทคนิค การสอนเทคนิค และปรัชญาของการเป็นผู้นำ ในการสอนการออกกำลังกาย</u></li></ul>                      | 1             |                     |                  |                 |        | 7            |                        |                   |        |            |           |            | 7        | อ.อภิสิทธิ์ |
| 3            | <u>เรื่อง จิตวิทยาการฝึกสอน</u> <ul style="list-style-type: none"><li>การใช้สื่อการเรียนการสอน</li><li>การใช้กิริยาท่าทางและวาจา</li><li>การอธิบายยกตัวอย่างและสรุป บทเรียน</li></ul> | 1             |                     |                  |                 |        | 7            |                        |                   |        |            |           |            | 7        | อ.อภิสิทธิ์ |
| 4            | <u>เรื่อง การฝึกสอนเบื้องต้น</u> <ul style="list-style-type: none"><li>การสอนกลุ่มใหญ่ และกลุ่มย่อย</li></ul>                                                                         | 1             |                     |                  |                 |        | 7            |                        |                   |        |            |           |            | 7        | อ.อภิสิทธิ์ |

| ลำดับที่ | หัวข้อ/รายละเอียด                                                                                                                                                                                                                             | ชั่วโมงบรรยาย |                     |                  |                 |        | คะแนนประเมิน |                        |                   |        |            |           |            |          | ผู้สอน      |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------|------------------|-----------------|--------|--------------|------------------------|-------------------|--------|------------|-----------|------------|----------|-------------|
|          |                                                                                                                                                                                                                                               | บรรยาย        |                     |                  | ปฏิบัติ         |        |              |                        |                   |        |            |           |            |          |             |
|          |                                                                                                                                                                                                                                               | บรรยาย        | บรรยายสดผ่าน Online | อภิปรายกลุ่มย่อย | ปฏิบัติการทักษะ | สัมมนา | สอบบรรยาย    | ระหว่างเรียนปฏิบัติการ | Quiz/ระหว่างเรียน | สัมมนา | Assignment | สอบบรรยาย | สอบปฏิบัติ | คะแนนรวม |             |
|          | <ul style="list-style-type: none"><li>การสอนรายบุคคล</li></ul>                                                                                                                                                                                |               |                     |                  |                 |        |              |                        |                   |        |            |           |            |          |             |
| 5        | <u>เรื่องทักษะและวิธีการสอนกีฬา</u> <ul style="list-style-type: none"><li>Demonstration Method</li><li>Simulation</li><li>Role Playing</li><li>Case&amp;Game</li><li>หลักการสอนและให้คำแนะนำในการฝึกทักษะและเพิ่มสมรรถภาพทางการกีฬา</li></ul> | 3             |                     |                  | 8               | 2      | 10           | 16                     | 4                 | 8      | 10         |           |            | 48       | อ.อภิสิทธิ์ |



| ลำดับ<br>ที่ | หัวข้อ/รายละเอียด                                                                                                                                                                                                                                                               | ชั่วโมงบรรยาย |                     |                  |                 |        | คะแนนประเมิน |                        |                   |        |                      |           |            |          | ผู้สอน     |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------|------------------|-----------------|--------|--------------|------------------------|-------------------|--------|----------------------|-----------|------------|----------|------------|
|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                 | บรรยาย        |                     |                  | ปฏิบัติ         |        |              |                        |                   |        |                      |           |            |          |            |
|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                 | บรรยาย        | บรรยายสดผ่าน Online | อภิปรายกลุ่มย่อย | ปฏิบัติการทักษะ | สัมมนา | สอบบรรยาย    | ระหว่างเรียนปฏิบัติการ | Quiz/ระหว่างเรียน | สัมมนา | Assignment           | สอบบรรยาย | สอบปฏิบัติ | คะแนนรวม |            |
| 6            | <u>เรื่องทักษะการสอนการออกกำลังกายแบบกลุ่มในกีฬาแต่ละประเภทและการเลือกใช้อุปกรณ์</u><br><ul style="list-style-type: none"><li>● หลักการออกกำลังกายแบบกลุ่ม</li><li>● รูปแบบการออกแบบการออกกำลังกายแบบกลุ่ม</li><li>● การเลือกใช้อุปกรณ์</li><li>● Case</li><li>● Game</li></ul> | 4             |                     |                  | 8               | 2      | 18           | 15                     | 4                 | 7      | 6<br>เสริม<br>บรรยาย |           | 10         | 60       | อ.อริสทิธิ |

| ลำดับ<br>ที่ | หัวข้อ/รายละเอียด                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | ชั่วโมงบรรยาย |                     |                  |                 |        | คะแนนประเมิน |                        |                   |        |            |           |            |          | ผู้สอน         |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------|------------------|-----------------|--------|--------------|------------------------|-------------------|--------|------------|-----------|------------|----------|----------------|
|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | บรรยาย        |                     |                  | ปฏิบัติ         |        |              |                        |                   |        |            |           |            |          |                |
|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | บรรยาย        | บรรยายสดผ่าน Online | อภิปรายกลุ่มย่อย | ปฏิบัติการทักษะ | สัมมนา | สอบบรรยาย    | ระหว่างเรียนปฏิบัติการ | Quiz/ระหว่างเรียน | สัมมนา | Assignment | สอบบรรยาย | สอบปฏิบัติ | คะแนนรวม |                |
| 7            | <u>เรื่องการสอนทักษะและการฝึกซ้อมทางการกีฬา</u> <ul style="list-style-type: none"><li>● การเลือกใช้อุปกรณ์ หลักการพื้นฐานในการฝึกซ้อม</li><li>● ขั้นตอนการฝึกซ้อม</li><li>● หลักการฝึกซ้อม</li><li>● การวิเคราะห์การแข่งขัน</li><li>● วิวัฒนาการและระบบการเล่น</li><li>● กลยุทธ์และเทคนิคทางการกีฬา</li><li>● กติกาการแข่งขันในแต่ละประเภทกีฬา</li></ul> | 3             |                     |                  | 8               | 2      | 19           | 16                     | 4                 | 8      | 10         |           |            | 57       | อ.ดร.อิสราภรณ์ |
|              | รวม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 15            |                     |                  | 24              | 6      | 78           | 47                     | 12                | 23     | 20         |           | 10         | 200      |                |

## 2. แผนการประเมินผลการเรียนรู้

| ผลการเรียนรู้ | คะแนนประเมิน     |              |      |        |            |           |            | สัปดาห์ที่ประเมิน | สัดส่วนของการประเมินผล |
|---------------|------------------|--------------|------|--------|------------|-----------|------------|-------------------|------------------------|
|               | สอบบรรยาย online | ระหว่างเรียน | Quiz | สัมมนา | Assignment | สอบบรรยาย | สอบปฏิบัติ |                   |                        |
| 1.2           |                  | /            |      |        |            |           |            |                   | C:P:A=0:0:10           |
| 1.3           |                  | /            |      |        |            |           |            |                   | C:P:A=0:0:10           |
| 2.1           |                  | /            |      | /      | /          | /         |            |                   | C:P:A=7:2:1            |
| 2.3           |                  | /            |      | /      | /          | /         |            |                   | C:P:A=7:2:1            |
| 3.2           |                  | /            |      | /      | /          |           |            |                   | C:P:A=7:2:1            |
| 3.4           |                  |              |      | /      | /          | /         |            |                   | C:P:A=7:2:1            |
| 3.5           |                  | /            |      | /      |            | /         |            |                   | C:P:A=7:2:1            |
| 4.1           |                  | /            |      |        | /          |           |            |                   | C:P:A=2:7:1            |
| 4.2           |                  | /            |      |        | /          |           |            |                   | C:P:A=2:5:1            |
| 4.4           |                  | /            |      |        | /          |           |            |                   | C:P:A=2:4:1            |
| 5.2           |                  | /            |      | /      |            |           |            |                   | C:P:A=2:5:1            |
| 5.3           |                  |              |      | /      |            |           |            |                   | C:P:A=2:7:1            |
| คะแนน 200     |                  |              |      |        |            |           |            |                   |                        |
| ร้อยละ        |                  |              |      |        |            |           |            |                   |                        |

### ข้อปฏิบัติในการเรียน

#### การเข้าเรียน

- นักศึกษาต้องเข้าเรียนในภาคทฤษฎี ครบร้อยละ 80 ของเวลาเรียนทั้งหมด จึงจะมีสิทธิ์สอบ
- นักศึกษาต้องเข้าเรียนในภาคปฏิบัติ ครบร้อยละ 100 ของเวลาเรียนทั้งหมด จึงจะมีสิทธิ์สอบ
- กรณีเจ็บป่วยต้องมีใบรับรองแพทย์หรือใบรับรองจากอาจารย์ที่ปรึกษาหากไม่แสดงใบรับรองจะถือว่าขาดเรียน

#### การแต่งกาย

- การเข้าเรียนนักศึกษาต้องใส่ชุดนักศึกษาที่ถูกต้องตามระเบียบของคณะหรือมหาวิทยาลัยรังสิต  
จึงจะได้รับการอนุญาตให้เข้าเรียน

#### การขาด/ลาสอบ

- ต้องยื่นคำร้องขอสอบผ่านอาจารย์ที่ปรึกษา ไปยังคณะกรรมการฝ่ายวิชาการเพื่อพิจารณาเป็นกรณี

เกณฑ์การพิจารณาตัดเกรด: แบบอิงเกณฑ์ ตัด C ที่ 55.0 % (บรรยาย 1 หน่วยกิต ปฏิบัติการ 1 หน่วยกิต)

| เกรด           | ระดับคะแนน |
|----------------|------------|
| A              | 79-100     |
| B <sup>+</sup> | 73-78      |
| B              | 67-72      |
| C <sup>+</sup> | 61-66      |
| C              | 55-60      |
| D <sup>+</sup> | 49-54      |
| D              | 43-48      |
| F              | 0-42       |

นักศึกษาต้องได้รับผลการประเมิน ไม่ต่ำกว่า D จึงจะถือว่าผ่านการประเมินในวิชานี้

#### หมวดที่ 5 ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

##### 1. ตำราและเอกสารหลัก

เอกสารแนบในแผนการสอนแต่ละหัวข้อ

#### หมวดที่ 6 การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา

##### 1. กลยุทธ์การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนักศึกษา

- 1) การสนทนากลุ่มระหว่างผู้เรียนและผู้สอน
- 2) แบบประเมินผู้สอน และแบบประเมินรายวิชา

##### 2. กลยุทธ์การประเมินการสอน

- 1) ประเมินจากผลการเรียนของนักศึกษา
- 2) การประเมินการสอนโดยผู้ทรงคุณวุฒิ
- 3) ผลการสอบ

##### 3. การปรับปรุงการสอน

| ปัญหาหรือข้อเสนอนะ<br>จากการประเมินรายวิชา | การปรับปรุงการสอน | ความต้องการการช่วยเหลือ/สนับ<br>สุนจากคณะ |
|--------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------|
| -                                          | -                 | -                                         |

##### 4. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนักศึกษาในรายวิชา

- ☐ สัมภาษณ์นักศึกษา .....
- ☐ การสังเกตพฤติกรรมนักศึกษา.....
- ☒ การตรวจสอบการให้คะแนนและประเมินผลการเรียนรู้ของนักศึกษา.....
- ☐ การประเมินความรู้รอบยอดโดยการทดสอบ.....

- ☐ รายงานผลการเก็บข้อมูลเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ในแต่ละด้าน.....
- ☒ แบบสำรวจ/แบบสอบถาม เช่น comment ของนักศึกษาหลังจบการเรียนการสอน
- ☐ อื่นๆ ระบุ.....

5. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิภาพของรายวิชา

.....

.....

หมวดที่ 7 ตารางเรียน



คณะกายภาพบำบัดและเวชศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยรังสิต  
ตารางเรียนวิชา SPM 381 ทักษะการสอนและจิตวิทยาทางการกีฬา

นักศึกษาวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและสมรรถภาพทางการกีฬารุ่นปี 3 ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2568 (นักศึกษา 24 คน)

| วันที่                | เวลา        | หัวข้อ                                                                                                                    | บรรยาย | ปฏิบัติ | สัมมนา | ผู้สอน                           |
|-----------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------|--------|----------------------------------|
| พฤษภาคมที่ 21 ส.ค. 68 | 13.00-15.00 | <u>บรรยายเรื่องที่ 1 sport psychology สำหรับนักกีฬา</u>                                                                   | 2      |         |        | อ.อภิสิทธิ์                      |
|                       | 15.00-16.00 | <u>บรรยายเรื่องที่ 2 ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับทักษะ เทคนิคการสอนเทคนิค และปรัชญาของการเป็นผู้นำในการสอนการออกกำลังกาย</u> | 1      |         |        | อ.อภิสิทธิ์                      |
|                       | 16.00-17.00 | <u>บรรยายเรื่องที่ 3 จิตวิทยาผู้ฝึกสอน</u>                                                                                | 1      |         |        | อ.อภิสิทธิ์                      |
| พฤษภาคมที่ 28 ส.ค. 68 | 13.00-14.00 | <u>บรรยายเรื่องที่ 4 การฝึกสอนเบื้องต้น</u>                                                                               | 1      |         |        | อ.อภิสิทธิ์                      |
|                       | 14.00-15.00 | <u>บรรยายเรื่องที่ 5 ทักษะและวิธีการสอนกีฬา</u>                                                                           | 1      |         |        | อ.อภิสิทธิ์                      |
| พฤษภาคมที่ 4 ก.ย. 68  | 13.00-16.00 | <u>ปฏิบัติการเรื่องที่ 5 ทักษะและวิธีการสอนกีฬา</u>                                                                       |        | 3       |        | อ.ดร.อิสรากรณ์<br>อ.อภิสิทธิ์    |
| พฤษภาคมที่ 11 ก.ย. 68 | 13.00-16.00 | <u>ปฏิบัติการเรื่องที่ 5 ทักษะและวิธีการสอนกีฬา</u>                                                                       |        | 3       |        | อ.ดร.อิสรากรณ์<br>อ. ปัญญารินทร์ |
| พฤษภาคมที่ 18 ก.ย. 68 | 13.00-15.00 | <u>ปฏิบัติการเรื่องที่ 5 ทักษะและวิธีการสอนกีฬา</u>                                                                       |        | 2       |        | อ.ณัฐวุฒิ<br>อ. ปัญญารินทร์      |
|                       | 15.00-17.00 | <u>สัมมนาเรื่องที่ 5 ทักษะและวิธีการสอนกีฬา</u>                                                                           |        |         | 2      | อ.ณัฐวุฒิ<br>อ. ปัญญารินทร์      |

|                          |                    |                                                                                                        |   |   |   |                             |
|--------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|-----------------------------|
| พฤษีที่ 25 ก.ย. 68       | 13.00-15.00        | <u>บรรยายเรื่องที่ 6</u> เรื่องทักษะการสอการออกกำล้งกายแบบกลุ่มในกีฬาดัฒประภทและการเลือกใช่อุปกรณ์     | 2 |   |   | อ.ณัฐวุฒิ                   |
| พฤษีที่ 2 ต.ค. 68        | 13.00-16.00        | <u>ปฏิบัติการเรื่องที่ 6</u> เรื่องทักษะการสอการออกกำล้งกายแบบกลุ่มในกีฬาดัฒประภทและการเลือกใช่อุปกรณ์ |   | 3 |   | อ.อภิสัทธิ<br>อ.ณัฐวุฒิ     |
| <b>พฤษีที่ 8 ต.ค. 68</b> | <b>13.00-16.00</b> | <b>สอบกลางภาค</b>                                                                                      |   |   |   | <b>อ.อภิสัทธิ</b>           |
| พฤษีที่ 16 ต.ค. 68       | 13.00-16.00        | <u>ปฏิบัติการเรื่องที่ 6</u> เรื่องทักษะการสอการออกกำล้งกายแบบกลุ่มในกีฬาดัฒประภทและการเลือกใช่อุปกรณ์ |   | 3 |   | อ.อภิสัทธิ<br>อ.ณัฐวุฒิ     |
| พฤษีที่ 30 ต.ค. 68       | 13.00-15.00        | <u>สัมนาเรื่องที่ 6</u> เรื่องทักษะการสอการออกกำล้งกายแบบกลุ่มในกีฬาดัฒประภทและการเลือกใช่อุปกรณ์      |   |   | 2 | อ.อภิสัทธิ<br>อ.ณัฐวุฒิ     |
| พฤษีที่ 6 พ.ย. 68        | 13.00-15.00        | <u>บรรยายเรื่องที่ 7</u> การสอทักษะและการฝึกซ้อมทางการกีฬา                                             | 2 |   |   | อ.ดร.อิสราภรณ์              |
|                          | 15.00-17.00        | <u>ปฏิบัติการเรื่องที่ 7</u> การสอทักษะและการฝึกซ้อมทางการกีฬา                                         |   | 2 |   | อ.ดร.อิสราภรณ์<br>อ.ณัฐวุฒิ |
| พฤษีที่ 13 พ.ย. 68       | 13.00-16.00        | <u>ปฏิบัติการเรื่องที่ 7</u> การสอทักษะและการฝึกซ้อมทางการกีฬา                                         |   | 3 |   | อ.อภิสัทธิ<br>อ.ณัฐวุฒิ     |
| พฤษีที่ 20 พ.ย. 68       | 13.00-16.00        | <u>ปฏิบัติการเรื่องที่ 7</u> การสอทักษะและการฝึกซ้อมทางการกีฬา                                         |   | 3 |   | อ.ดร.อิสราภรณ์<br>อ.ณัฐวุฒิ |
| พฤษีที่ 27 พ.ย. 68       | 13.00-15.00        | <u>สัมนาเรื่องที่ 7</u> การสอทักษะและการฝึกซ้อมทางการกีฬา                                              |   |   | 2 | อ.ดร.อิสราภรณ์<br>อ.บัรภาด  |
| <b>พฤษีที่ 11 ธ.ค.68</b> | <b>สอบปลายภาค</b>  |                                                                                                        |   |   |   | <b>อ.อภิสัทธิ</b>           |