

แบบเสนอขอปรับปรุงรายวิชา
ระดับปริญญาตรี
ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์

วช.มก. 1-2

จำนวนหน่วยกิต (บรรยาย-ปฏิบัติการ-ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง)

1. รหัสวิชา 01175124 1(0-2-1)
ชื่อวิชาภาษาไทย แขนด์บอลเพื่อสุขภาพ
ชื่อวิชาภาษาอังกฤษ Handball for Health
2. รายวิชาที่ขอปรับปรุงอยู่ในหมวดวิชาการระดับปริญญาตรีดังนี้
 - (✓) หมวดวิชาศึกษาทั่วไป กลุ่มสาระอยู่ดีมีสุข
 - () หมวดวิชาเฉพาะในหลักสูตร..... สาขาวิชา.....
 - () วิชาเฉพาะบังคับ
 - () วิชาเฉพาะเลือก
 - () หมวดวิชาเลือกเสรี
 - () วิชาบริการสำหรับหลักสูตร..... สาขาวิชา.....
3. วิชาที่ต้องเรียนมาก่อน ไม่มี
4. วิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน ไม่มี
5. วันที่จัดทำรายวิชา วันที่ 29 เดือนมกราคม พ.ศ. 2564
6. วัตถุประสงค์ในการปรับปรุงรายวิชา
 - 6.1 ความสำคัญของรายวิชาและเหตุผลในการปรับปรุง
 - 6.1.1 แขนด์บอลเป็นการออกกำลังกายเพื่อสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย อันนำไปสู่ชีวิตวิถีสุขภาพ
 - 6.1.2 ปรับปรุงแผนที่แสดงการกระจายความรับผิดชอบมาตรฐานผลการเรียนรู้จากหลักสูตรสู่รายวิชา (Curriculum Mapping) และกำหนดผลลัพธ์การเรียนรู้ให้สอดคล้องตามโครงสร้างและมาตรฐานผลการเรียนรู้ หมวดศึกษาทั่วไป พ.ศ. 2564
 - 6.2 ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับนิสิต
 - 6.2.1 นิสิตสามารถประยุกต์กีฬาแฮนด์บอลไปสู่การออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพในชีวิตประจำวัน
 - 6.2.2 นิสิตสามารถจัดโปรแกรมส่งเสริมชีวิตวิถีสุขภาพด้วยกีฬาแฮนด์บอล
 - 6.2.3 นิสิตสามารถอธิบายถึงคุณค่าและประโยชน์ของการออกกำลังกายด้วยกีฬาแฮนด์บอล

7.ตารางเปรียบเทียบการปรับปรุงรายวิชา

รายวิชาเดิม	รายวิชาปรับปรุง	สิ่งที่เปลี่ยนแปลง
<p>01175124 แอนด์บอลเพื่อสุขภาพ 1(0-2-1) Handball for Health วิชาที่ต้องเรียนมาก่อน ไม่มี วิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน ไม่มี คำอธิบายรายวิชา (Course Description) การออกกำลังกายด้วยกีฬาแฮนด์บอล ทักษะ และความรู้พื้นฐานกีฬาแฮนด์บอล การประยุกต์กีฬา แฮนด์บอลไปสู่การออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ในชีวิตประจำวัน Exercise with handball sport. Fundamental handball skills and knowledge. Applying handball sport to promote health with exercise lifestyle in daily lives.</p>	<p>01175124 แอนด์บอลเพื่อสุขภาพ 1(0-2-1) Handball for Health วิชาที่ต้องเรียนมาก่อน ไม่มี วิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน ไม่มี คำอธิบายรายวิชา (Course Description) ไม่เปลี่ยนแปลง</p>	ไม่มี

8.อาจารย์ผู้สอน

ชื่อ-นามสกุล	ตำแหน่งทางวิชาการ/ สาขาวิชาที่เกี่ยวข้อง	คุณวุฒิ (สาขาวิชา)	ชื่อสถาบัน, ปี พ.ศ. ที่สำเร็จการศึกษา
นายชาติชาย อมิตรพ่าย	ผู้ช่วยศาสตราจารย์/พลศึกษา	วท.บ.(ศึกษาศาสตร์-พลศึกษา) ศศ.ม.(พลศึกษา)	มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2528 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2536

9. แผนที่แสดงการกระจายความรับผิดชอบมาตรฐานการเรียนรู้จากหลักสูตรรายวิชา (Curriculum Mapping) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

กลุ่มสาระอยู่ดีมีสุข

● ความรับผิดชอบหลัก ○ ความรับผิดชอบรอง

รหัส/ชื่อรายวิชา ภาษาไทย	1. มีคุณธรรมจริยธรรมในการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานหลักเศรษฐกิจเพียง			2. ตระหนักและสำนึกในความรับผิดชอบต่อสังคม			3. มีความรอบรู้อย่างกว้างขวาง มีโลกทัศน์กว้างไกล เข้าใจและเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น			4. สามารถฝึกปฏิบัติการแสวงหาความรู้ตลอดชีวิต เพื่อพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง			5. สามารถฝึกปฏิบัติการคิดแบบองค์รวม			6. มีจิตอาสาและสำนึกสาธารณะ เป็นพลเมืองที่มีคุณค่าของสังคมไทยและสังคมโลก			7. ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศอย่างรู้เท่าทัน			8. ใช้ภาษาในการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ		
	1.1	1.2	1.3	2.1	2.2	3.1	3.2	4.1	4.2	5.1	5.2	6.1	6.2	7.1	7.2	8.1	8.2							
01175124 แขนงศิลปศึกษา	○					○		○	●	○		○		○										
1. มีคุณธรรม จริยธรรมในการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานหลักเศรษฐกิจพอเพียง	2. ตระหนักและสำนึกในความเป็นไทย																							
1.1 แสดงออกถึงการมีจิตสำนึก และตระหนักในคุณธรรม จริยธรรม	2.1 แสดงออกถึงความภาคภูมิใจในความเป็นไทย วัฒนธรรม เอกลักษณ์ท้องถิ่นและประวัติศาสตร์ของไทย																							
1.2 จัดการกับปัญหาต่าง ๆ ตามหลักคุณธรรมจริยธรรม	2.2 แสดงออกถึงการให้ความสำคัญของทรัพยากร สิ่งแวดล้อม และวิถีชุมชน มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์																							
1.3 เลือกรับชมหรือฟังวิทยุ โทรทัศน์ สื่อออนไลน์ หรือสื่ออื่น ๆ ที่เหมาะสม	4. สามารถฝึกปฏิบัติการแสวงหาความรู้ตลอดชีวิต เพื่อพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง																							
3. มีความรอบรู้อย่างกว้างขวาง มีโลกทัศน์กว้างไกล เข้าใจและเห็นคุณค่าของตนเอง ผู้อื่น สังคม ศิลปวัฒนธรรมและธรรมชาติ	4.1 ดำเนินการแสวงหาความรู้ได้																							
3.1 แสดงออกถึงการเห็นคุณค่าของตนเองภายใต้วัฒนธรรมที่หลากหลาย เคารพในความแตกต่างของวัฒนธรรมชาตินิยม วัถุชีวิตเพื่อการดำเนินชีวิตในสังคมอย่างมีดุลยภาพ	4.2 กำหนดเป้าหมาย ประเมินตนเอง วางแผนและประเมินการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเองได้																							
3.2 เชื่อมโยงความรู้ในศาสตร์ที่หลากหลาย เพื่อคุณภาพชีวิตของตนเอง ครอบครัว ชุมชนและสังคม	6. มีจิตอาสาและสำนึกสาธารณะ เป็นพลเมืองที่มีคุณค่าของสังคมไทยและสังคมโลก																							
5. สามารถฝึกปฏิบัติการคิดแบบองค์รวม	6.1 แสดงออกถึงการเสียสละ แบ่งปัน เผื่อแผ่ กระตือรือร้นในการแก้ปัญหาส่วนรวม เพื่อช่วยเหลือผู้อื่น																							
5.1 ใช้วิถีคิดที่หลากหลายเพื่อการตัดสินใจได้อย่างมีวิจารณญาณ	6.2 กำหนดบทบาทหน้าที่ของตนเองทั้งการเป็นผู้รับและผู้ตามในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้																							
5.2 เชื่อมโยงความรู้ขององค์รวมเพื่อแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์	8. ใช้ภาษาในการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ																							
7. ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศอย่างรู้เท่าทัน	8.1 สื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพและสร้างสรรค์																							
7.1 ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศในการค้นคว้า รวบรวมข้อมูล ประมวลผล แปลความหมาย และนำเสนอข้อมูลสารสนเทศ	8.2 ใช้รูปแบบของงานนำเสนอที่เหมาะสมสำหรับกลุ่มบุคคลที่แตกต่างกันได้																							
7.2 รู้เท่าทันสื่อและเลือกใช้เทคโนโลยีสารสนเทศอย่างเหมาะสม																								

เค้าโครงรายวิชา (Course Outline)

	จำนวน ชั่วโมง ปฏิบัติการ
1. ปฐมนิเทศความรู้เบื้องต้น ประโยชน์ คุณค่า และหลักการของแฮนด์บอลเพื่อสุขภาพ	2
2. การประเมินสุขภาพและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ	2
3. ทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของกีฬาแฮนด์บอล	2
4. ทักษะการรับ – ส่งลูกบอล	4
5. ทักษะการเลี้ยงบอล	4
6. ทักษะการทำประตูและทักษะการป้องกันประตู	4
7. ทักษะการเล่นเป็นทีมของกีฬาแฮนด์บอล	4
8. การประยุกต์ทักษะกีฬาแฮนด์บอลไปใช้พัฒนาสมรรถภาพทางกายและสุขภาพโดยการออกแบบโปรแกรมการออกกำลังกายตามหลัก FITT ด้วยการเล่นกีฬาแฮนด์บอล	4
9. การประยุกต์กีฬาแฮนด์บอลไปสู่การออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ	2
10. การทดสอบทักษะกีฬาแฮนด์บอล	2
รวม	<u>30</u>

10. ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับนิสิต กิจกรรมการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับนิสิต วิธีการวัดและประเมินผลแยกตามหัวข้อ

ชั้นปี	หัวข้อ	จำนวนชั่วโมงปฏิบัติการ	กิจกรรม	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับนิสิต			รูปแบบการสอน	สื่อประกอบการสอน	วิธีการประเมินผลการเรียนรู้
				Knowledge	Skill	Attitude			
1	ปฐมนิเทศความรู้เบื้องต้น ประโยชน์ คุณค่า และ หลักการของแอนดบอล เพื่อสุขภาพ	2	-แนะนำวิชา บัณฑิตในการเรียน -การวัดผลและการประเมินผล -กิจกรรมกลุ่ม สืบค้นและอภิปราย คุณค่า ความสำคัญ และหลักของแอนดบอล -มอบหมายงานค้นคว้าเรื่อง สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ	นิตินิเทศความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายด้วยกีฬาแอนดบอลเพื่อสุขภาพ	ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์เกี่ยวกับสุขภาพ	บรรยาย สืบค้น อภิปราย	ใบงานที่ 1 การสืบค้น	-ประเมินการนำเสนอ -ประเมินการอภิปราย -สังเกตพฤติกรรม	
2	การประเมินสุขภาพ และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย ด้วยกีฬาแอนดบอลเพื่อสุขภาพ	2	-นำเสนองานค้นคว้า -บรรยาย การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพด้วยแอนดบอล -สาธิตการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพด้วยแอนดบอล	-นิตินิเทศความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายด้วยแอนดบอลได้	-นิตินิเทศความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับความคิดริเริ่มสร้างสรรค์เกี่ยวกับสุขภาพได้	นำเสนอ บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 1 การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	-ประเมินการนำเสนอหน้าชั้นเรียน -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินจากการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายของนิสิต	
3	ทักษะการเคลื่อนไหว พื้นฐานของกีฬาแอนดบอล	2	-อธิบายทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของกีฬาแอนดบอล -ฝึกปฏิบัติทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของกีฬาแอนดบอล -ทดสอบย่อย	นิตินิเทศความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายด้วยแอนดบอลได้	นิตินิเทศความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับความคิดริเริ่มสร้างสรรค์เกี่ยวกับสุขภาพได้	บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 2 ทักษะการเคลื่อนไหว พื้นฐานของกีฬาแอนดบอล	-ประเมินจาก การถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินทักษะ	
4-5	ทักษะการรับ - ส่งลูกบอล	4	-อธิบายขั้นตอนการปฏิบัติทักษะการรับ - ส่งลูกบอล -ฝึกปฏิบัติทักษะการรับ - ส่งลูกบอล -ทดสอบย่อย	นิตินิเทศความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และการรับ - ส่งลูกบอล ได้	นิตินิเทศความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับความคิดริเริ่มสร้างสรรค์เกี่ยวกับสุขภาพได้	บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 3 ขั้นตอนการปฏิบัติทักษะการรับ - ส่งลูกบอล	-ประเมินจาก การถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินทักษะ	
6-7	ทักษะการเลี้ยง	4	-อธิบายขั้นตอนการปฏิบัติทักษะการเลี้ยง -ฝึกปฏิบัติทักษะการเลี้ยง -ทดสอบย่อย	นิตินิเทศความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และการเลี้ยงได้	นิตินิเทศความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับความคิดริเริ่มสร้างสรรค์เกี่ยวกับสุขภาพได้	บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 4 ขั้นตอนการปฏิบัติทักษะการเลี้ยง	-ประเมินจาก การถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินทักษะ	

หน่วย วัด	หัวข้อ	จำนวน ชั่วโมง ปฏิบัติ การ	กิจกรรม	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับนิสิต			รูปแบบการ สอน	สื่อประกอบ การสอน	วิธีการ ประเมินผลการ เรียนรู้
				Knowledge	Skill	Attitude			
8-9	ทักษะการทำประตูและ ทักษะการป้องกันประตู	4	-อธิบายขั้นตอนการปฏิบัติทักษะการทำ ประตูและทักษะการป้องกันประตู -ฝึกปฏิบัติทักษะการทำประตูและทักษะ การป้องกันประตู -ทดสอบย่อย	นิตินสามารถอธิบายขั้นตอน การปฏิบัติทักษะการทำ ประตูและทักษะการ ป้องกันประตูได้	นิตินสามารถปฏิบัติทักษะ การทำประตูและทักษะ การป้องกันประตูได้	บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 5 ขั้นตอนการ ปฏิบัติทักษะ การทำประตู และทักษะการ ป้องกันประตู	-ประเมินจากการ ถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินทักษะ	
10-11	ทักษะการเล่นเป็นทีม ของกีฬาแฮนด์บอล	4	-อธิบายทักษะการเล่นเป็นทีมของกีฬา แฮนด์บอล -ฝึกปฏิบัติทักษะการเล่นเป็นทีมของกีฬา แฮนด์บอล -ทดสอบย่อย	นิตินสามารถอธิบายทักษะ การเล่นเป็นทีมของกีฬา แฮนด์บอลได้	นิตินสามารถเล่นเป็น ทีมแฮนด์บอลได้	บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 6 ทักษะการเล่น เป็นทีมของ กีฬา แฮนด์บอล	-ประเมินจากการ ถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินทักษะ	
12-13	การสร้างโปรแกรมการ ออกกำลังกายตามหลัก FITT ด้วยตัวกีฬา แฮนด์บอลเพื่อพัฒนา สมรรถภาพทางกายเพื่อ สุขภาพ	4	-อธิบายการใช้หลักการ FITT ในการ ออกแบบโปรแกรมเพื่อพัฒนาสมรรถภาพ ทางกายเพื่อสุขภาพ -จัดกลุ่มนิสิตร่วมกันใช้หลักการ FITT ใน การออกแบบโปรแกรมพัฒนาเพื่อพัฒนา สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพให้ตนเอง -ฝึกปฏิบัติการทำกีฬาแฮนด์บอลตาม โปรแกรม FITT ที่ออกแบบไว้	นิตินสามารถออกแบบ โปรแกรม FITT เพื่อพัฒนา สมรรถภาพทางกายเพื่อ สุขภาพสำหรับตนเองได้	นิตินสามารถฝึกปฏิบัติ ตามโปรแกรม FITT เพื่อ พัฒนาสมรรถภาพทาง กายเพื่อสุขภาพสำหรับ ตนเองได้	บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 7 โปรแกรม FITT เพื่อ พัฒนา สมรรถภาพ ทางกายเพื่อ สุขภาพ	-ประเมินจากการ ถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินทักษะ	
14	การประยุกต์กีฬา แฮนด์บอลไปสู่การออก กำลังกายเพื่อส่งเสริม สุขภาพ	2	-การประยุกต์กีฬาแฮนด์บอลไปสู่การออก กำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ -การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	นิตินสามารถอธิบายถึงการ ประยุกต์กีฬาแฮนด์บอล ไปสู่การออกกำลังกายเพื่อ สุขภาพได้	นิตินสามารถปฏิบัติตาม แบบทดสอบสมรรถภาพ ทางกายได้	-บรรยาย -การทดสอบ สมรรถภาพ ทางกาย	แบบทดสอบ สมรรถภาพ ทางกาย	-ประเมินจากการ ถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -แบบทดสอบ สมรรถภาพฯ	
15	การทดสอบทักษะกีฬา แฮนด์บอล	2	-การทดสอบทักษะกีฬาแฮนด์บอล	นิตินสามารถแสดงทักษะ ของกีฬาแฮนด์บอลได้		การทดสอบ	แบบทดสอบ	แบบทดสอบทักษะ	