

แบบเสนอขอปรับปรุงรายวิชา
ระดับปริญญาตรี
ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์

จำนวนหน่วยกิต (บรรยาย-ปฏิบัติการ-ศึกษาด้วยตนเอง)

1. รหัสวิชา 01175127 1(0-2-1)
ชื่อวิชาภาษาไทย ฮอกกีเพื่อสุขภาพ
ชื่อวิชาภาษาอังกฤษ Hockey for Health
2. รายวิชาที่ขอปรับปรุงอยู่ในหมวดวิชาระดับปริญญาตรีดังนี้
 - 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 ฮอกกีเป็นการออกกำลังกายเพื่อสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย อันนำไปสู่ชีวิตวิถีสุขภาพ
 - 6.1.2 ปรับปรุงแผนที่แสดงการกระจายความรับผิดชอบมาตรฐานผลการเรียนรู้จากหลักสูตรสู่รายวิชา (Curriculum Mapping) และกำหนดผลลัพธ์การเรียนรู้ให้สอดคล้องตามโครงสร้างและมาตรฐานผลการเรียนรู้ หมวดศึกษาทั่วไป พ.ศ. 2564
 - 6.2 ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับนิสิต
 - 6.2.1 นิสิตสามารถประยุกต์กีฬาฮอกกีไปสู่การออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพในชีวิตประจำวัน
 - 6.2.2 นิสิตสามารถจัดโปรแกรมส่งเสริมชีวิตวิถีสุขภาพด้วยกีฬาฮอกกี
 - 6.2.3 นิสิตสามารถอธิบายถึงคุณค่าและประโยชน์ของการออกกำลังกายด้วยกีฬาฮอกกี

7.ตารางเปรียบเทียบการปรับปรุงรายวิชา

รายวิชาเดิม	รายวิชาปรับปรุง	สิ่งที่เปลี่ยนแปลง
<p>01175127 ฮอกกี้เพื่อสุขภาพ 1(0-2-1)</p> <p>Hockey for Health</p> <p>วิชาที่ต้องเรียนมาก่อน ไม่มี</p> <p>วิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน ไม่มี</p> <p>คำอธิบายรายวิชา (Course Description)</p> <p>การออกกำลังกายด้วยกีฬาฮอกกี้ ทักษะและความรู้พื้นฐานกีฬาฮอกกี้ การประยุกต์กีฬาฮอกกี้ไปสู่การออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพในชีวิตประจำวัน</p> <p>Exercise with hockey sport. Fundamental hockey skills and knowledge. Applying hockey sport to promote health with exercise lifestyle in daily lives.</p>	<p>01175127 ฮอกกี้เพื่อสุขภาพ 1(0-2-1)</p> <p>Hockey for Health</p> <p>วิชาที่ต้องเรียนมาก่อน ไม่มี</p> <p>วิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน ไม่มี</p> <p>คำอธิบายรายวิชา (Course Description)</p> <p>ไม่เปลี่ยนแปลง</p>	ไม่มี

8.อาจารย์ผู้สอน

ชื่อ-นามสกุล	ตำแหน่งทางวิชาการ/สาขาวิชาที่เกี่ยวข้อง	คุณวุฒิ (สาขาวิชา)	ชื่อสถาบัน, ปี พ.ศ. ที่สำเร็จการศึกษา
นายบุญเลิศ อุทยานิก	ผู้ช่วยศาสตราจารย์/พลศึกษา	ศศ.บ.(ศึกษาศาสตร์-พลศึกษา) ศศ.ม. (พลศึกษา) ศศ.ต. (พลศึกษา)	มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2532 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2542 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2553

เค้าโครงรายวิชา (Course Outline)

	จำนวน ชั่วโมง ปฏิบัติการ
1. ปฐมนิเทศความรู้เบื้องต้น ประโยชน์ คุณค่า และหลักการของฮอกกีเพื่อสุขภาพ	2
2. การประเมินสุขภาพและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ	2
3. ทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของกีฬาฮอกกี	2
4. ทักษะการส่งลูกและการรับลูก	4
5. ทักษะการเลี้ยงลูก	4
6. ทักษะการยิงประตู	4
7. ทักษะการเล่นเป็นทีมของกีฬาฮอกกี	4
8. การประยุกต์ทักษะกีฬาฮอกกีไปใช้พัฒนาสมรรถภาพทางกายและสุขภาพโดยการออกแบบโปรแกรมการออกกำลังกายตามหลัก FITT ด้วยการเล่นกีฬาฮอกกี	4
9. การใช้ชีวิตวิถีสุขภาพด้วยกีฬาฮอกกี และการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	2
10. การทดสอบทักษะกีฬาฮอกกี	2
รวม	<u>30</u>

10. ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับนิสิต กิจกรรมการเรียนการสอน วิธีการวัดและประเมินผลแยกตามหัวข้อ

หัวข้อ	จำนวนชั่วโมงปฏิบัติการ	กิจกรรม	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับนิสิต			รูปแบบการสอน	สื่อประกอบการสอน	วิธีการประเมินผลการเรียนรู้
			Knowledge	Skill	Attitude			
1	2	-แนะนำวิชา ข้อตกลงในการเรียน -การวัดผลและการประเมินผล -กิจกรรมกลุ่ม สืบค้นและอภิปราย คุณค่า ความสำคัญ และหลักของออกกั -มอบหมายงานค้นคว้าเรื่อง สมรรถภาพ ทางกายเพื่อสุขภาพ	นิตสามารถอธิบายหลักการ การเล่นกีฬาออกกัได้ นิตสามารถสืบค้นคุณค่า ความสำคัญและหลักการ เล่นกีฬาออกกัจากแหล่ง อ้างอิงที่ถูกต้องได้	-นิตสามารถฝึก ปฏิบัติการสร้างเสริม สมรรถภาพทางกายฯ ด้วยออกกัได้	นิตอธิบายคุณค่าและ ความสำคัญของการ ออกกัที่ส่งผลต่อสุขภาพ ได้	บรรยาย สืบค้น อภิปราย	ใบงานที่ 1 การสืบค้นฯ	-ประเมินการ นำเสนอใน กิจกรรมอภิปราย -สังเกตพฤติกรรม
2	2	-นำเสนองานค้นคว้า -บรรยาย การสร้างเสริมสมรรถภาพทาง กายเพื่อสุขภาพด้วยออกกั -สาธิตการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพด้วยออกกั	-นิตสามารถนำเสนอ องค์ประกอบของ สมรรถภาพทางกายเพื่อ สุขภาพได้	-นิตสามารถฝึก ปฏิบัติการสร้างเสริม สมรรถภาพทางกายฯ ด้วยออกกัได้		นำเสนอ บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 1 การสร้างเสริม สมรรถภาพ ทางกายฯ	-ประเมินการ นำเสนอที่ เรียน -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินจากการ สาธิตการสร้าง เสริมสมรรถภาพ ทางกายของนิสิต
3	2	-อธิบายทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของ กีฬาออกกั -ฝึกปฏิบัติทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน ของกีฬาออกกั -ให้นิตข้อสอบย่อย (Quiz) -ประเมินการเคลื่อนไหวพื้นฐานของนิสิต	นิตสามารถอธิบายการ เคลื่อนไหวพื้นฐานในกีฬา ออกกัได้	นิตสามารถปฏิบัติ เคลื่อนไหวพื้นฐานของ กีฬาออกกัได้		บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 2 การเคลื่อนไหว พื้นฐานในกีฬา ออกกั -แบบประเมิน การเคลื่อนไหวพื้นฐาน พื้นฐานกีฬา ออกกั	-ประเมินจากการ ถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินจากการ ประเมินการ เคลื่อนไหวพื้นฐาน กีฬาออกกัของ นิสิต
4-5	4	-อธิบายขั้นตอนการปฏิบัติทักษะการส่งลูก และการรับลูก -ฝึกปฏิบัติทักษะการส่งลูกและการรับลูก -ให้นิตเล่นเกมเรียงภาพการรับส่งลูก -ทดสอบทักษะการรับ-ส่งลูก	นิตสามารถบอกขั้นตอน การปฏิบัติทักษะการส่งลูก และการรับลูกได้	นิตสามารถปฏิบัติทักษะ การส่งลูกและการรับลูกได้		บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 3 ทักษะการรับ- ส่งลูกออกกั -แบบทดสอบ ทักษะการรับ- ส่งลูกออกกั	-ประเมินจากการ ถามตอบ -ประเมินจากการ เล่นเกม -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินผลการ ทดสอบทักษะ

หน่วยการเรียนรู้	หัวข้อ	จำนวนชั่วโมงปฏิบัติการ	กิจกรรม	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวังกับนิสิต			รูปแบบการสอน	สื่อประกอบการสอน	วิธีการประเมินผลการเรียนรู้
				Knowledge	Skill	Attitude			
6-7	ทักษะการเลี้ยงลูก	4	-อธิบายขั้นตอนปฏิบัติทักษะการเลี้ยงลูก -ฝึกปฏิบัติทักษะการเลี้ยงลูก -ให้นิสิตจัดกลุ่มสรุปขั้นตอนปฏิบัติทักษะการเลี้ยงลูกและส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอข้อมูลการสรุป -ทดสอบทักษะการเลี้ยงลูก	นิสิตสามารถอธิบายขั้นตอนการปฏิบัติทักษะการเลี้ยงลูกได้	นิสิตสามารถปฏิบัติทักษะการเลี้ยงลูกได้	บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	-ใบความรู้ที่ 4 ทักษะการเลี้ยงลูก -แบบทดสอบ ทักษะการเลี้ยงลูก	-ประเมินจากการนำเสนอข้อมูลการสรุปของนิสิต -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินผลการทดสอบทักษะ	
8-9	ทักษะการยิงประตู	4	-อธิบายและอภิปรายขั้นตอนการปฏิบัติทักษะการยิงประตู -ฝึกปฏิบัติทักษะการยิงประตู -ทดสอบทักษะการยิงประตู	นิสิตสามารถบอกขั้นตอนการปฏิบัติทักษะการยิงประตูได้	นิสิตสามารถปฏิบัติทักษะการยิงประตูได้	บรรยาย อภิปราย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	-ใบความรู้ที่ 4 ทักษะการยิงประตู -แบบทดสอบ ทักษะการยิงประตู	-ประเมินจากการถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินทักษะ	
10-11	รูปแบบการเล่นทีมในกีฬาฮอกกี้	4	-อธิบายและอภิปรายรูปแบบและวิธีการเล่นทีมในกีฬาฮอกกี้ -ฝึกปฏิบัติการเล่นทีมกีฬาฮอกกี้ -จัดการแข่งขันและให้นิสิตจัดทีมเข้าแข่งขัน	นิสิตสามารถบอกทักษะการเล่นเป็นทีมของกีฬาฮอกกี้ได้	นิสิตสามารถฝึกปฏิบัติทักษะการเล่นเป็นทีมของกีฬาฮอกกี้ได้	บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 4 รูปแบบการเล่นทีมกีฬาฮอกกี้	-ประเมินจากการถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินผลการแข่งขันของนิสิต	
12-13	การใช้หลักการ FITT เพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ	4	-อธิบายการใช้หลักการ FITT ในการออกแบบโปรแกรมเพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ -จัดกลุ่มนิสิตร่วมกันใช้หลักการ FITT ในการออกแบบโปรแกรมพัฒนาเพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพให้ตนเอง -ฝึกปฏิบัติที่ทักษะกีฬาฮอกกี้ตามโปรแกรม FITT ที่ออกแบบไว้	นิสิตสามารถออกแบบโปรแกรม FITT เพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพสำหรับตนเองได้	นิสิตสามารถฝึกปฏิบัติตามโปรแกรม FITT เพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพสำหรับตนเองได้	บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 5 โปรแกรม FITT เพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ	-ประเมินจากการถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินทักษะ	
14	การประยุกต์กีฬาฮอกกี้ไปสู่การออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ	2	-บรรยายการประยุกต์กีฬาฮอกกี้ไปสู่การออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ -การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	นิสิตสามารถปฏิบัติตามแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายได้	นิสิตสามารถปฏิบัติตามแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายได้	-บรรยาย -การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย	-ประเมินจากการถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -แบบทดสอบสมรรถภาพ	
15	การทดสอบทักษะกีฬาฮอกกี้	2	-การทดสอบทักษะกีฬาฮอกกี้	นิสิตสามารถแสดงทักษะของกีฬาฮอกกี้ได้	นิสิตสามารถแสดงทักษะของกีฬาฮอกกี้ได้	การทดสอบ	แบบทดสอบ	แบบทดสอบทักษะ	