

แบบเสนอขอปรับปรุงรายวิชา
ระดับปริญญาตรี
ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์

จำนวนหน่วยกิต (บรรยาย-ปฏิบัติการ-ศึกษาด้วยตนเอง)

1. รหัสวิชา 01175128 1(0-2-1)
ชื่อวิชาภาษาไทย รักบี้ฟุตบอลเพื่อสุขภาพ
ชื่อวิชาภาษาอังกฤษ Rugby Football 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 รักบี้ฟุตบอลเป็นการออกกำลังกายเพื่อสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย อันนำไปสู่ชีวิตวิถีสุขภาพ
 - 6.1.2 ปรับปรุงแผนที่แสดงการกระจายความรับผิดชอบมาตรฐานผลการเรียนรู้จากหลักสูตรสู่รายวิชา (Curriculum Mapping) และกำหนดผลลัพธ์การเรียนรู้ให้สอดคล้องตามโครงสร้างและมาตรฐานผลการเรียนรู้ หมวดศึกษาทั่วไป พ.ศ. 2564
 - 6.2 ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับนิสิต
 - 6.2.1 นิสิตสามารถประยุกต์กีฬารักบี้ฟุตบอลไปสู่การออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพในชีวิตประจำวัน
 - 6.2.2 นิสิตสามารถจัดโปรแกรมส่งเสริมชีวิตวิถีสุขภาพด้วยกีฬารักบี้ฟุตบอล
 - 6.2.3 นิสิตสามารถอธิบายถึงคุณค่าและประโยชน์ของการออกกำลังกายด้วยรักบี้ฟุตบอล

7.ตารางเปรียบเทียบการปรับปรุงรายวิชา

รายวิชาเดิม	รายวิชาปรับปรุง	สิ่งที่เปลี่ยนแปลง
<p>01175128 รักบี้ฟุตบอลเพื่อสุขภาพ 1(0-2-1) Rugby Football for Health</p> <p>วิชาที่ต้องเรียนมาก่อน ไม่มี วิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน ไม่มี</p> <p>คำอธิบายรายวิชา (Course Description) การออกกำลังกายด้วยกีฬารักบี้ฟุตบอล ทักษะและความรู้พื้นฐานกีฬารักบี้ฟุตบอล การประยุกต์กีฬารักบี้ฟุตบอลไปสู่การออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพในชีวิตประจำวัน</p> <p>Exercise with rugby football sport. Fundamental rugby football skills and knowledge. Applying rugby football sport to promote health with exercise lifestyle in daily lives.</p>	<p>01175128 รักบี้ฟุตบอลเพื่อสุขภาพ 1(0-2-1) Rugby Football for Health</p> <p>วิชาที่ต้องเรียนมาก่อน ไม่มี วิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน ไม่มี</p> <p>คำอธิบายรายวิชา (Course Description) ไม่เปลี่ยนแปลง</p>	ไม่มี

8.อาจารย์ผู้สอน

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

9. แผนที่แสดงการกระจายความรับผิดชอบมาตรฐานผลการเรียนรู้จากหลักสูตรสู่รายวิชา (Curriculum Mapping) หมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

กลุ่มสาระอยู่ดีมีสุข

- ความรับผิดชอบหลัก ○ ความรับผิดชอบรอง

รหัส/ชื่อรายวิชา ภาษาไทย	1. มีคุณธรรมจริยธรรมในการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานหลักเศรษฐกิจพอเพียง			2. ตระหนักและสําคัญในความเป็นไทย			3. มีความรอบรู้อย่างกว้างขวาง มีโลกทัศน์กว้างไกล เข้าใจและเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น สังคม ศิลปวัฒนธรรมและธรรมชาติ			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							
01175128 รักบี้ฟุตบอล เพื่อสุขภาพ	○							○	●	○	○	○	○	○										
1. มีคุณธรรม จริยธรรมในการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานหลักเศรษฐกิจพอเพียง	2. ตระหนักและสำนึกในความเป็นไทย																							
1.1 แสดงออกถึงการมีจิตสำนึก และตระหนักในคุณธรรม จริยธรรม	2.1 แสดงออกถึงความภาคภูมิใจในความเป็นไทย วัฒนธรรม เอกลักษณ์ที่สั่งงาม ภูมิปัญญาท้องถิ่นและประวัติศาสตร์ของไทย																							
1.2 จัดการกับปัญหาต่าง ๆ ตามหลักคุณธรรมจริยธรรม	2.2 แสดงออกถึงความสำคัญของทรัพยากร สิ่งแวดล้อม และวิถีชุมชน มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์																							
1.3 เลือกแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ให้เกิดประโยชน์	4. สามารถฝึกปฏิบัติการแสวงหาความรู้ตลอดชีวิต เพื่อพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง																							
3. มีความรอบรู้อย่างกว้างขวาง มีโลกทัศน์กว้างไกล เข้าใจและเห็นคุณค่าของตนเอง ผู้อื่น สังคม ศิลปวัฒนธรรมและธรรมชาติ	4.1 ดำเนินการแสวงหาความรู้ได้																							
3.1 แสดงออกถึงการเห็นคุณค่าของตนเองภายใต้วัฒนธรรมที่หลากหลาย เคารพในความแตกต่างของวัฒนธรรม ชุมชน วิถีชีวิตเพื่อการดำเนินชีวิตในสังคมอย่างมีคุณภาพ	4.2 กำหนดเป้าหมาย ประเมินตนเอง วางแผนและประเมินการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเองได้																							
3.2 เชื่อมโยงความรู้ในศาสตร์ที่หลากหลาย เพื่อคุณภาพชีวิตของตนเอง ครอบครัว ชุมชนและสังคม	6. มีจิตอาสาและสำนึกสาธารณะ เป็นพลเมืองที่มีคุณค่าของสังคมไทยและสังคมโลก																							
5. สามารถฝึกปฏิบัติการคิดแบบองค์รวม	6.1 แสดงออกถึงการเสียสละ แบ่งปัน เผื่อแผ่ กระตือรือร้นในการแก้ปัญหาส่วนรวม เพื่อช่วยเหลือผู้อื่นและสังคม โดยคำนึงถึงความเท่าเทียมในความเป็นมนุษย์																							
5.1 ใช้ชีวิตที่หลากหลายเพื่อการตัดสินใจได้อย่างมีวิจารณญาณ	6.2 กำหนดบทบาทหน้าที่ของตนเองทั้งการเป็นผู้นำและผู้ตามในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้																							
5.2 เชื่อมโยงความรู้อย่างองค์รวมเพื่อแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์	8. ใช้ภาษาในการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ																							
7. ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศอย่างรู้เท่าทัน	8.1 สื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพและสร้างสรรค์																							
7.1 ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศในการค้นคว้า รวบรวมข้อมูล ประมวลผล แปลความหมาย และนำเสนอข้อมูลสารสนเทศ	8.2 ใช้รูปแบบของการนำเสนอที่เหมาะสมสำหรับกลุ่มบุคคลที่แตกต่างกันได้																							
7.2 รู้เท่าทันสื่อและเลือกใช้เทคโนโลยีสารสนเทศอย่างเหมาะสม																								

เค้าโครงรายวิชา (Course Outline)

จำนวน
ชั่วโมง
ปฏิบัติการ

1. ปฐมนิเทศความรู้เบื้องต้น ประโยชน์ คุณค่า และหลักการของรักบี้ฟุตบอลเพื่อสุขภาพ	2
2. การประเมินสุขภาพและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ	2
3. ทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของกีฬารักบี้ฟุตบอล	2
4. ทักษะการส่งลูกและการรับลูก	4
5. ทักษะการแท็กเกิล	4
6. ทักษะการสกรัม	4
7. ทักษะการเล่นเป็นทีมของกีฬารักบี้ฟุตบอล	4
8. การประยุกต์ทักษะกีฬารักบี้ฟุตบอลไปใช้พัฒนาสมรรถภาพทางกายและสุขภาพโดยการ ออกแบบโปรแกรมการออกกำลังกายตามหลัก FITT ด้วยการเล่นกีฬารักบี้ฟุตบอล	4
9. การใช้ชีวิตวิถีสุขภาพด้วยกีฬารักบี้ฟุตบอล และการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	2
10. การทดสอบทักษะกีฬารักบี้ฟุตบอล	2
รวม	<u>30</u>

10. ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับนิสิต วิธีการสอน กิจกรรมการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับนิสิต วิธีการวัดและประเมินผลแยกตามหัวข้อ

หน่วย	หัวข้อ	จำนวนชั่วโมงปฏิบัติการ	กิจกรรม	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับนิสิต			รูปแบบการสอน	สื่อประกอบการสอน	วิธีการประเมินผลการเรียนรู้
				Knowledge	Skill	Attitude			
1	ปฐมนิเทศความรู้เบื้องต้น ประโยชน์ คุณค่า และ หลักการของรักบี้ฟุตบอล เพื่อสุขภาพ	2	-แนะนำวิชา ข้อตกลงในการเรียน -การวัดผลและการประเมินผล -กิจกรรมกลุ่ม สืบค้นและอภิปราย คุณค่า ความสำคัญ และหลักการของรักบี้ฟุตบอล -มอบหมายงานค้นคว้าเรื่อง สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ	นิตินสามารถอธิบายหลักการ เล่นกีฬา รักบี้ฟุตบอลได้ นิตินสามารถสืบค้นคุณค่า ความสำคัญ และหลักการ เล่นกีฬา รักบี้ฟุตบอลจาก แหล่งอ้างอิงที่ถูกต้องได้	นิตินสามารถฝึก ปฏิบัติการสร้างเสริม สมรรถภาพทางกาย ด้วยรักบี้ฟุตบอลได้	นิตินอธิบายคุณค่าและ ความสำคัญของการ ออกกำลังกายด้วยกีฬา รักบี้ฟุตบอลที่ส่งผลต่อ สุขภาพได้	บรรยาย สืบค้น อภิปราย	ใบงานที่ 1 การสืบค้นฯ	-ประเมินการ นำเสนอใน กิจกรรมอภิปราย -สังเกตพฤติกรรม
2	การประเมินสุขภาพ และการสร้างเสริม สมรรถภาพทางกาย ด้วยกีฬา รักบี้ฟุตบอล เพื่อ สุขภาพ	2	-นำเสนองานค้นคว้า -บรรยาย การสร้างเสริมสมรรถภาพทาง กายเพื่อสุขภาพด้วยรักบี้ฟุตบอล -สาธิตการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพด้วยรักบี้ฟุตบอล	-นิตินสามารถนำเสนองค์ประกอบของ สมรรถภาพทางกายเพื่อ สุขภาพได้	-นิตินสามารถฝึก ปฏิบัติการสร้างเสริม สมรรถภาพทางกาย ด้วยรักบี้ฟุตบอลได้	นิตินสามารถฝึก ปฏิบัติการสร้างเสริม สมรรถภาพทางกาย ด้วยรักบี้ฟุตบอลได้	นำเสนอ บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 1 การสร้างเสริม สมรรถภาพ ทางกายฯ	-ประเมินการ นำเสนอหน้าชั้น เรียน -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินจากการ สาธิตการสร้างเสริมสมรรถภาพ ทางกายของนิติน
3	ทักษะการเคลื่อนไหว พื้นฐานของกีฬา รักบี้ฟุตบอล	2	-อธิบายทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของ กีฬา รักบี้ฟุตบอล -ฝึกปฏิบัติทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน ของกีฬา รักบี้ฟุตบอล -ทดสอบย่อย	นิตินสามารถอธิบายการ เคลื่อนไหวพื้นฐานในกีฬา รักบี้ฟุตบอลได้	นิตินสามารถปฏิบัติ การ เคลื่อนไหวพื้นฐานของ กีฬา รักบี้ฟุตบอลได้	นิตินสามารถปฏิบัติทักษะ เคลื่อนไหวพื้นฐานของ กีฬา รักบี้ฟุตบอลได้	บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 2 การเคลื่อนไหว พื้นฐานของกีฬา รักบี้ฟุตบอล	-ประเมินจากการ ถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินทักษะ
4-5	ทักษะการส่งลูก และการ รับลูก	4	-อธิบายขั้นตอนการปฏิบัติทักษะการส่งลูก และการรับลูก -ฝึกปฏิบัติทักษะการส่งลูกและการรับลูก -ทดสอบย่อย	นิตินสามารถบอกขั้นตอน การปฏิบัติทักษะการส่งลูก และการรับลูกได้	นิตินสามารถปฏิบัติทักษะ การส่งลูกและการรับลูกได้	นิตินสามารถปฏิบัติทักษะ การส่งลูกและการรับลูกได้	บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 3 ทักษะการรับ-ส่งลูก	-ประเมินจากการ ถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินทักษะ
6-7	ทักษะการแท็กเกิด	4	-อธิบายขั้นตอนการปฏิบัติทักษะการแท็ก เกิด -ฝึกปฏิบัติทักษะการแท็กเกิด -ทดสอบย่อย	นิตินสามารถบอกขั้นตอน การปฏิบัติทักษะการแท็ก เกิดได้	นิตินสามารถปฏิบัติทักษะ การแท็กเกิดได้	นิตินสามารถปฏิบัติทักษะ การแท็กเกิดได้	บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 4 ทักษะการแท็ก เกิด	-ประเมินจากการ ถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินทักษะ

หน่วยการเรียนรู้	หัวข้อ	จำนวนชั่วโมงปฏิบัติการ	กิจกรรม	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับนิสิต			รูปแบบการสอน	สื่อประกอบการสอน	วิธีการประเมินผลการเรียนรู้
				Knowledge	Skill	Attitude			
8-9	ทักษะการสกริม	4	-อธิบายขั้นตอนการปฏิบัติทักษะการสกริม -ฝึกปฏิบัติทักษะการสกริม -ทดสอบย่อย	นิตินสามารถบอกขั้นตอนการปฏิบัติทักษะการสกริมได้	นิตินสามารถปฏิบัติทักษะการสกริมได้	บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 5 ทักษะการสกริม	-ประเมินผลจากการถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินทักษะ	
10-11	รูปแบบการเล่นทีมกีฬา รักบี้ฟุตบอล	4	-อธิบายรูปแบบการเล่นทีมกีฬา รักบี้ฟุตบอล -ฝึกปฏิบัติรูปแบบการเล่นทีมกีฬา รักบี้ฟุตบอล -ทดสอบย่อย	นิตินสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นทีมกีฬา รักบี้ฟุตบอลได้	นิตินสามารถปฏิบัติการเล่นทีมกีฬา รักบี้ฟุตบอลในรูปแบบต่าง ๆ ได้	บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 6 รูปแบบการเล่นทีมกีฬา รักบี้ฟุตบอล	-ประเมินผลจากการถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินผลการแข่งขัน	
12-13	การสร้างโปรแกรมการออกกำลังกายตามหลัก FITT ด้วยตัวกีฬา รักบี้ฟุตบอลเพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ	4	-อธิบายการใช้หลักการ FITT ในการออกแบบโปรแกรมเพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ -จัดกลุ่มนิตินร่วมกันใช้หลักการ FITT ในการออกแบบโปรแกรมพัฒนาเพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพให้ตนเอง -ฝึกปฏิบัติทักษะกีฬา รักบี้ฟุตบอลตามโปรแกรม FITT ที่ออกแบบไว้	นิตินสามารถออกแบบโปรแกรม FITT เพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพสำหรับตนเองได้	นิตินสามารถปฏิบัติตามโปรแกรม FITT เพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพสำหรับตนเองได้	บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ	ใบความรู้ที่ 7 โปรแกรม FITT เพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ	-ประเมินผลจากการถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -ประเมินทักษะ	
14	การประยุกต์กีฬา รักบี้ฟุตบอลไปสู่การออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ	2	-การประยุกต์กีฬา รักบี้ฟุตบอลไปสู่การออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ -การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	นิตินสามารถอธิบายถึงการประยุกต์กีฬา รักบี้ฟุตบอลไปสู่การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพได้	นิตินสามารถปฏิบัติตามแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายได้	-บรรยาย -การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย	-ประเมินผลจากการถามตอบ -สังเกตพฤติกรรม -แบบทดสอบสมรรถภาพ	
15	การทดสอบทักษะกีฬา รักบี้ฟุตบอล	2	-การทดสอบทักษะกีฬา รักบี้ฟุตบอล	นิตินสามารถแสดงทักษะของกีฬา รักบี้ฟุตบอลได้		การทดสอบ	แบบทดสอบ	แบบทดสอบทักษะ	