



มคอ. 5 รายงานผลการดำเนินการของรายวิชา

(Course Report)

0319103 การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย

(PHYSICAL FITNESS TRAINING)

รายวิชานี้เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตร กศ.บ. พลศึกษา

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ

สารบัญ

หมวด		หน้า
หมวดที่ 1	ข้อมูลทั่วไป	3
หมวดที่ 2	การจัดการเรียนการสอนที่เปรียบเทียบกับแผนการสอน	3
หมวดที่ 3	สรุปผลการจัดการเรียนการสอนของรายวิชา	8
หมวดที่ 4	ปัญหาและผลกระทบต่อการดำเนินการ	9
หมวดที่ 5	การประเมินผล	10
หมวดที่ 6	แผนการปรับปรุง	10

รายงานผลการดำเนินการของรายวิชา

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. รหัสและชื่อรายวิชา

0319103 การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย
PHYSICAL FITNESS TRAINING

2. รายวิชาที่ต้องเรียนก่อนรายวิชานี้ (ถ้ามี)

-ไม่มี-

3. อาจารย์ผู้รับผิดชอบ อาจารย์ผู้สอนและกลุ่มเรียน (Section)

อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา อาจารย์ธีรพันธ์ สังข์แก้ว
อาจารย์ผู้สอนรายวิชา อาจารย์ธีรพันธ์ สังข์แก้ว

4. ภาคการศึกษา / ปีการศึกษาที่เปิดสอนรายวิชา :

1 / 2563

5. สถานที่เรียน

มหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง

หมวดที่ 2 การจัดการเรียนการสอนที่เปรียบเทียบกับแผนการสอน

1. รายงานชั่วโมงการสอนจริงเทียบกับแผนการสอน

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/ รายละเอียด	จำนวนชั่วโมง ตามแผนการสอน		จำนวนชั่วโมง ที่สอนจริง		ความ แตกต่าง (%)	เหตุผล (หาก ความแตกต่าง เกิน 25%)
		บรรยาย	ปฏิบัติการ	บรรยาย	ปฏิบัติการ		
1	แนะนำรายวิชา อุปกรณ์ที่ใช้ใน การฝึกปฏิบัติ กิจกรรมการเรียน การสอน วิธีการ วัดและ ประเมินผล	1	2	1	2	-	-

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/ รายละเอียด	จำนวนชั่วโมง ตามแผนการสอน		จำนวนชั่วโมง ที่สอนจริง		ความ แตกต่าง (%)	เหตุผล (หาก ความแตกต่าง เกิน 25%)
		บรรยาย	ปฏิบัติการ	บรรยาย	ปฏิบัติการ		
2	- ทดสอบ สมรรถภาพทาง กาย ครั้งที่ 1	1	2	1	2	-	-
3	- ความหมายและ ความสำคัญของ สมรรถภาพทาง กาย - องค์ประกอบ ของสมรรถภาพ ทางกาย	1	2	1	2	-	-
4	- ทบทวนเนื้อหา ในสัปดาห์ที่ 3 - ความแข็งแรง ของกล้ามเนื้อ - วิธีการสร้าง เสริมและแบบฝึก ต่างๆ	1	2	1	2	-	-
5	- ทบทวนเนื้อหา ในสัปดาห์ที่ 4 - องค์ประกอบ ของสัดส่วน ร่างกาย - ความอ่อนตัว - วิธีการสร้าง เสริมและแบบฝึก ต่างๆ	1	2	1	2	-	-
6	- ทบทวนเนื้อหา ในสัปดาห์ที่ 5 - ความอดทนของ กล้ามเนื้อ - วิธีการสร้าง เสริมและแบบฝึก ต่างๆ	1	2	1	2	-	-

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/ รายละเอียด	จำนวนชั่วโมง ตามแผนการสอน		จำนวนชั่วโมง ที่สอนจริง		ความ แตกต่าง (%)	เหตุผล (หาก ความแตกต่าง เกิน 25%)
		บรรยาย	ปฏิบัติการ	บรรยาย	ปฏิบัติการ		
7	- ทบทวนเนื้อหา ในสัปดาห์ที่ 6 - ความอดทนของ ระบบไหลเวียน เลือดและระบบ หายใจ - วิธีการสร้าง เสริมและแบบฝึก ต่างๆ	1	2	1	2	-	-
8	- ทบทวนเนื้อหา ในสัปดาห์ที่ 7 - ความอดทนของ ระบบไหลเวียน เลือดและระบบ หายใจ (ต่อ) - วิธีการสร้าง เสริมและแบบฝึก ต่างๆ (ต่อ)	1	2	1	2	-	-
9	- ความ คล่องแคล่วว่องไว - วิธีการสร้าง เสริมและแบบฝึก ต่างๆ	1	2	1	2	-	-
10	- ทบทวนเนื้อหา ในสัปดาห์ที่ 9 - พลังของ กล้ามเนื้อ - วิธีการสร้าง เสริมและแบบฝึก ต่างๆ	1	2	1	2	-	-
11	- ทบทวนเนื้อหา ในสัปดาห์ที่ 10 - การทรงตัว	1	2	1	2	-	-

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/ รายละเอียด	จำนวนชั่วโมง ตามแผนการสอน		จำนวนชั่วโมง ที่สอนจริง		ความ แตกต่าง (%)	เหตุผล (หาก ความแตกต่าง เกิน 25%)
		บรรยาย	ปฏิบัติการ	บรรยาย	ปฏิบัติการ		
	- วิธีการสร้าง เสริมและแบบฝึก ต่างๆ						
12	- ทบทวนเนื้อหา ในสัปดาห์ที่ 11 - การทำงาน ประสานสัมพันธ์ - วิธีการสร้าง เสริมและแบบฝึก ต่างๆ	1	2	1	2	-	-
13	- ทบทวนเนื้อหา ในสัปดาห์ที่ 12 - ความเร็ว - วิธีการสร้าง เสริมและแบบฝึก ต่างๆ	1	2	1	2	-	-
14	- ทบทวนเนื้อหา ในสัปดาห์ที่ 14 - ปฏิบัติ ตอบสนอง - วิธีการสร้าง เสริมและแบบฝึก ต่างๆ - นำเสนอ งานวิจัยที่ เกี่ยวข้องกับการ สร้างเสริม สมรรถภาพทาง กาย	1	2	1	2	-	-
15	- ทดสอบ สมรรถภาพทาง กาย ครั้งที่ 2 - ทบทวนเนื้อหา	1	2	1	2	-	-
รวมจำนวนชั่วโมงตลอด ภาคเรียน		15	30	15	30	-	-

2. หัวข้อที่สอนไม่ครอบคลุมตามแผน

ลำดับที่	หัวข้อที่สอนไม่ครอบคลุมตามแผนการสอน	นัยสำคัญของหัวข้อที่สอนไม่ครอบคลุมตามแผนการสอน	แนวทางชดเชย
-	-	-	-

3. ประสิทธิภาพของวิธีสอนที่ทำให้เกิดผลการเรียนรู้ตามที่ระบุในรายละเอียดของรายวิชา

ผลการเรียนรู้	วิธีสอนที่ระบุในรายละเอียดของรายวิชา	ประสิทธิภาพ		ปัญหาของการใช้วิธีสอน (ถ้ามี) พร้อมข้อเสนอแนะในการแก้ไข
		มี	ไม่มี	
คุณธรรม จริยธรรม	ความตรงต่อเวลา จริยธรรมทางวิชาการ ความซื่อสัตย์ความมีน้ำใจ เป็นนักกีฬาและดำเนินการตาม หลักธรรมาภิบาล (Good Governance) ความรับผิดชอบต่อ ตนเองและสังคม	/		
ความรู้	1. ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย 2. ความสามารถในการวิเคราะห์เสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย	/		
ทักษะทางปัญญา	1. การคิดเชิงวิเคราะห์ และวิพากษ์เกี่ยวกับเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย 2. การบูรณาการเชื่อมโยงองค์ความรู้เกี่ยวกับเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย	/		
ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ	1. การทำงานร่วมกันเป็นทีม 2. การยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล	/		
ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และเทคโนโลยีสารสนเทศ	1. การใช้ทักษะการสื่อสาร 2. การค้นคว้าจากอินเทอร์เน็ต	/		

4. ข้อเสนอการดำเนินการเพื่อปรับปรุงวิธีสอน

4.1 จัดหาเอกสาร ซีดี ดีวีดี เกี่ยวกับการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การฝึกเพื่อพัฒนาทักษะทางกลไกในรูปแบบต่างๆ ทั้งภาษาไทยและภาษาต่างประเทศ

4.2 จัดเตรียมเครื่องมือหรืออุปกรณ์ที่ใช้ในการฝึกให้มีความหลากหลายมากขึ้น

หมวดที่ 3 สรุปผลการจัดการเรียนการสอนของรายวิชา

กลุ่มที่ 1

1. จำนวนนิสิตที่ลงทะเบียนเรียน 28 คน
2. จำนวนนิสิตที่คงอยู่เมื่อสิ้นสุดภาคเรียน 28 คน
3. จำนวนนิสิตที่ถอน (W) 0 คน
4. อื่น ๆ (ถ้ามี)
5. การกระจายของระดับคะแนน (เกรด) : จำนวนและร้อยละของนิสิตในแต่ละระดับคะแนน

ระดับคะแนน (เกรด)	ช่วงคะแนน	จำนวน	ร้อยละ
A	>= 80	2	7.14
B+	75 - 79	4	14.29
B	70 - 74	2	7.14
C+	65 - 69	8	28.57
C	60 - 64	8	28.57
D+	55 - 59	2	7.14
D	50 - 54	2	7.14
F	< = 49	0	0.00
VG	-	0	0.00
G	-	0	0.00
S	-	0	0.00
U	-	0	0.00
I	-	0	0.00
IP	-	0	0.00

5. ปัจจัยที่ทำให้ระดับคะแนนผิดปกติ (ถ้ามี)

-ไม่มี-

6. ความคลาดเคลื่อนจากแผนการประเมินที่กำหนดไว้ในรายละเอียดรายวิชา : จากแผนการประเมินใน มคอ. 3 หมวดที่ 5 ข้อ 2

6.1 ความคลาดเคลื่อนด้านกำหนดเวลาการประเมิน

ความคลาดเคลื่อน	เหตุผล
-ไม่มี-	-ไม่มี-

6.2 ความคลาดเคลื่อนด้านวิธีการประเมินผลการเรียนรู้ (ถ้ามี)

ความคลาดเคลื่อน	เหตุผล
-ไม่มี-	-ไม่มี-

7. การทบทวนสอบผลสัมฤทธิ์ของนิสิต

วิธีการทบทวนสอบ	สรุปผล
มีการตั้งคณะกรรมการในสาขาวิชา ตรวจสอบผล การประเมินการเรียนรู้ของนิสิต โดยสุ่มตรวจสอบ ชิ้นงาน/รายงาน วิธีการให้คะแนน	ปรับคะแนนการทำงานกลุ่ม

หมวดที่ 4 ปัญหาและผลกระทบต่อการดำเนินการ

1. ประเด็นทรัพยากรประกอบการเรียนและสิ่งอำนวยความสะดวก

ปัญหาในการใช้แหล่งทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน (ถ้ามี)	ผลกระทบ
-ไม่มี-	-ไม่มี-

2. ประเด็นด้านการบริหารและองค์กร

ปัญหาด้านการบริหารและองค์กร (ถ้ามี)	ผลกระทบต่อผลการเรียนรู้ของนิสิต
-ไม่มี-	-ไม่มี-

หมวดที่ 5 การประเมินรายวิชา

1. ผลการประเมินรายวิชาโดยนิสิต
 - 1.1 ข้อวิพากษ์ที่สำคัญจากผลการประเมินโดยนิสิต
-ไม่มี-
 - 1.2 ความเห็นของอาจารย์ผู้สอนต่อข้อวิพากษ์ตามข้อ 1.1
-ไม่มี-
2. ผลการประเมินรายวิชาโดยวิธีอื่น
 - 2.1 ข้อวิพากษ์ที่สำคัญจากผลการประเมินโดยวิธีอื่น
-ไม่มี-
 - 2.2 ความเห็นของอาจารย์ผู้สอนต่อข้อวิพากษ์ตามข้อ 2.1
-ไม่มี-

หมวดที่ 6 แผนการปรับปรุง

1. ความก้าวหน้าของการปรับปรุงการเรียนการสอนตามที่เสนอในรายงานของรายวิชาครั้งที่ผ่านมา

แผนการปรับปรุง	ผลการดำเนินการ	เหตุผล (ในกรณีที่ไม่ได้ปรับปรุง หรือ ปรับปรุงแต่ไม่เสร็จสมบูรณ์)
-ไม่มี-	-ไม่มี-	-

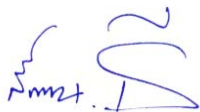
2. การดำเนินการอื่นๆ ในการปรับปรุงรายวิชา
-ไม่มี-

3. ข้อเสนอแผนการปรับปรุงสำหรับภาคการศึกษา/ปีการศึกษาต่อไป

ข้อเสนอ	กำหนดเวลาที่แล้วเสร็จ	ผู้รับผิดชอบ
-	-	-

4. ข้อเสนอแนะของอาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาต่ออาจารย์ผู้รับผิดชอบหลักสูตร
-ไม่มี-

ชื่ออาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา :



ลงชื่อ.....

(อาจารย์ธีรพันธ์ สังข์แก้ว)

วันที่รายงาน 18 ธันวาคม 2563

ชื่อประธานผู้รับผิดชอบหลักสูตร :

ลงชื่อ.....

(อาจารย์ ดร.นำโชค บัวดวง)

วันที่รายงาน 18 ธันวาคม 2563