



มคอ.3 รายละเอียดรายวิชา

0319253 การสร้างเสริมสุขภาพองค์รวม
Holistic Health promotion

รายวิชานี้เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรการศึกษาระดับบัณฑิต(หลักสูตร 4 ปี) สาขาวิชาพลศึกษา
หลักสูตรปรับปรุง พ.ศ . 2562
คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยทักษิณ

รายละเอียดของรายวิชา

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา มหาวิทยาลัยทักษิณ

วิทยาเขต/คณะ/ภาควิชา สงขลา/ศึกษาศาสตร์ / สาขาวิชาพลศึกษา

1. รหัส ชื่อรายวิชา จำนวนหน่วยกิต และคำอธิบายรายวิชา

0319253

การสร้างเสริมสุขภาพองค์รวม
Holistic Health Promotion

3 (3-0-6)

คำอธิบายรายวิชา

แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพและ การประยุกต์ใช้ทฤษฎีในการส่งเสริมสุขภาพ หลักการสร้างเสริมสุขภาพองค์รวม การประเมินภาวะสุขภาพ การจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อสร้างเสริมสุขภาพองค์รวมตามวิถีชีวิตในแต่ละวัย

Concept, theory of health behavior and application of theory, principle through holistic health promotion, wellness assessment, learning process of holistic health promotion in each age

2. หลักสูตรและประเภทของรายวิชา

หลักสูตรพลศึกษา วิชาเอกเลือก

3. อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน

อ. อรพิน ทิพย์เดช

4. ภาคการศึกษาและ/หรือชั้นปีที่เรียน

ภาคการศึกษาที่ 1 ชั้นปีที่ 2

5. สถานที่เรียน

อาคารพลศึกษา ห้อง พล 3

6. วันที่จัดทำหรือปรับปรุงรายละเอียดของรายวิชาครั้งล่าสุด

15 มิถุนายน 2564

หมวดที่ 2 จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์รายวิชา

1. จุดมุ่งหมายของรายวิชา

เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้/มีความสามารถ/สมรรถนะที่ต้องการด้านต่าง ๆ

- 2.1 มีความรู้และความเข้าใจแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับสุขภาพและการสร้างเสริมสุขภาพ
- 2.2 อธิบายความสำคัญของสุขภาพ กระบวนการสร้างเสริมสุขภาพองค์รวม
- 2.3 สามารถออกแบบและวางแผนการดูแลสุขภาพในแต่ละกลุ่มวัยได้
- 2.4 สามารถวิเคราะห์ วางแผน และจัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพได้
- 2.5 นำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในดูแลสุขภาพตนเองและผู้อื่นได้

2. วัตถุประสงค์ของรายวิชา

เพื่อให้นิสิตมีความรู้ ความเข้าใจ และสามารถประยุกต์องค์ความรู้ทางด้านสุขภาพ ปรับตัวให้ทันกับสถานการณ์ทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีต่อการการพัฒนาศักยภาพของตนเองได้และบูรณาการศาสตร์ทางสุขภาพกับศาสตร์ทางพลศึกษาได้และให้เป็นไปตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษา พ.ศ. 2552

หมวดที่ 3 ลักษณะการดำเนินการ

1. จำนวนชั่วโมงที่ใช้ต่อภาคการศึกษา

บรรยาย	สอนเสริม	การฝึกปฏิบัติ	การศึกษาด้วยตนเอง
45 ชั่วโมง/ภาคเรียน	สอนเสริมตามความต้องการของนิสิต	กิจกรรมเสริมตามช่วงเวลาว่าง	90 ชั่วโมง/ภาคเรียน

2. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่ และช่องทางในการให้คำปรึกษาแนะนำทางวิชาการแก่นิสิตเป็นรายบุคคล

อาจารย์ผู้สอนจัดเวลาให้คำปรึกษาแก่นิสิตอย่างน้อย 1 ชั่วโมง/สัปดาห์ ตามที่ตกลงร่วมกันในวันปฐมนิเทศรายวิชา หากนิสิตต้องการเข้ารับคำปรึกษานอกเวลาทำงาน นิสิตจะต้องมีการนัดหมายเวลาล่วงหน้ากับอาจารย์ผู้สอน

(นำข้อมูลจาก ข้อ 3 หมวดที่ 4 ในเล่ม มคอ.2)

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
<p>1. ด้านคุณธรรม จริยธรรม(ELO1 ELO2)</p>		
<p>● 1.1 เอาใจใส่ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล สร้างความเท่าเทียมความเสมอภาคในการเรียนรู้ของผู้เรียน และสร้างคุณค่าจากความแตกต่างระหว่างบุคคล ความหลากหลายและสังคมพหุวัฒนธรรม</p>	<p>1. การเรียนรู้ผ่านกระบวนการวิเคราะห์และสะท้อนความคิดด้วยกิจกรรมการเรียนรู้ การส่งเสริมสุขภาพ</p>	<p>-ประเมินจากรายงานกลุ่ม -ประเมินจากผล การสะท้อนคิดของแต่ละบุคคลใน</p>
<p>○ 1.2 ประพฤติตนอยู่ในศีลธรรมอันดีเป็นที่ยอมรับและนับถือของบุคคล ชุมชน สังคม และปฏิบัติตามจรรยาบรรณวิชาชีพ ปรัชญาพลศึกษา ด้วยจิตวิญญาณความเป็นครู สะท้อนอัตลักษณ์ครุรักษ์พัฒนา</p>	<p>2. การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง โดยฝึกประสบการณ์ กระบวนการทฤษฎี</p>	<p>นำเสนองาน ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม</p>
<p>○ 2.1 แสดงออกถึงความมุ่งมั่น ทุ่มเท มีจิตสาธารณะ ความรับผิดชอบต่อสังคมส่วนรวม สามารถจัดการและคิดแก้ปัญหาทางคุณธรรมจริยธรรมด้วยความถูกต้องเหมาะสม ทั้งในการฝึกปฏิบัติงานครู การปฏิบัติการสอนทางพลศึกษา และกีฬา และการทำงานร่วมกับคนในชุมชน โดยเชื่อมโยงกับสิทธิและหน้าที่ความเป็นพลเมืองที่เข้มแข็ง</p>	<p>ส่งเสริมสุขภาพ 3. การเรียนรู้จากต้นแบบ เช่น กรณีตัวอย่างบุคคลทั้งในสังคมหรือท้องถิ่นที่เป็นต้นแบบการดูแลสุขภาพโดยมีตัวชี้วัดคือการดำรงชีวิตบนฐานสุขภาพที่แข็งแรง อายุยืนยาว</p>	
<p>● 2.2 สามารถประยุกต์ใช้แนวคิดปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และใช้กิจกรรมทางพลศึกษา กิจกรรมนันทนาการ ในการเรียนรู้ชุมชนเพื่อสร้างความเข้าใจ เข้าถึง และพัฒนาผู้เรียน สถานศึกษาและชุมชน รวมถึงการบริการทางวิชาการในด้านต่างๆ การฝึกและตัดสินกีฬา การจัดโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพแบบองค์รวม ที่สอดคล้องกับบทบาทหน้าที่ความเป็นครูพลศึกษาได้</p>	<p>4. การเรียนรู้ผ่านวัฒนธรรมองค์กร ที่ปลูกฝังให้นิสิตมีระเบียบวินัย โดยเน้นการเข้าชั้นเรียนให้ตรงเวลาตลอดจนการแต่งกายที่เป็นไปตามระเบียบของมหาวิทยาลัย 5. การสอดแทรกเรื่องคุณธรรม จริยธรรมในการสอนทุกคาบ รายวิชาโดยอาจารย์ผู้สอน</p>	

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
2. ด้านความรู้(ELO3)		
<p>● 3.1 วิเคราะห์ความรู้เนื้อหาวิชาที่สอน วิทยาการความรู้สมัยใหม่ และสรุปองค์ความรู้เกี่ยวกับหลักสูตรพลศึกษา การจัดการเรียนรู้ที่ตอบสนองความหลากหลายของผู้เรียน โดยใช้ความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีทางด้านพลศึกษา สุขศึกษา และวิทยาศาสตร์ การกีฬา จิตวิทยาพัฒนาการ จิตวิทยาการศึกษา จิตวิทยา การให้คำปรึกษา สังคมและการศึกษา ในการวิเคราะห์ แก้ปัญหาและพัฒนาผู้เรียนที่มีแตกต่างระหว่างบุคคล ได้เหมาะสมกับบริบทการจัดการเรียนรู้ ระดับการศึกษา ชุมชน และสังคมที่มีความหลากหลาย เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของ สังคมและบริบทโลก</p>	<p>1.การให้ภาพรวมความรู้ ก่อนเข้าสู่เนื้อหาที่เรียน การเชื่อมโยงความรู้ใหม่ กับความรู้เดิมหรือความรู้ จากศาสตร์ที่เกี่ยวข้อง และการสรุปความรู้ใหม่ หลังจบบทเรียน โดย เลือกใช้วิธีการสอนที่ เหมาะสมกับเนื้อหา</p> <p>2. การใช้วิธีจัดการเรียนรู้ ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ อย่างหลากหลายที่ เหมาะสมตามเนื้อหาสาระ และจุดมุ่งหมายในการ เรียนรู้ เพื่อการเรียนรู้ทั้ง องค์ความรู้และทักษะ กระบวนการเรียนรู้ ที่เน้น หลักการทางทฤษฎี และ ประยุกต์ใช้ทางปฏิบัติใน บริบทจริงการเรียนรู้ผ่าน ประสบการณ์ตรง โดย การแสดงบทบาทสมมติ ตามที่ได้รับมอบหมาย</p>	<p>-ประเมินจากรายงานกลุ่ม</p> <p>-ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในประเด็นต่างๆ</p> <p>-ประเมินจากชิ้นงานที่เกิดขึ้น</p> <p>จากเรียนรู้ร่วมกัน</p>
<p>● 3.2 ออกแบบหลักสูตร แผนการจัดการเรียนรู้ สื่อและ เทคโนโลยี การวัดและประเมินผล และปฏิบัติการจัดการเรียนรู้ในสถานการณ์จำลองและสถานการณ์จริงทางพลศึกษาได้สอดคล้องกับบริบทวิชาชีพ</p>	<p>อย่างหลากหลายที่ เหมาะสมตามเนื้อหาสาระ และจุดมุ่งหมายในการ เรียนรู้ เพื่อการเรียนรู้ทั้ง องค์ความรู้และทักษะ กระบวนการเรียนรู้ ที่เน้น หลักการทางทฤษฎี และ ประยุกต์ใช้ทางปฏิบัติใน บริบทจริงการเรียนรู้ผ่าน ประสบการณ์ตรง โดย การแสดงบทบาทสมมติ ตามที่ได้รับมอบหมาย</p>	
<p>○ 3.3 บูรณาการแนวคิดปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและองค์ความรู้เกี่ยวกับชุมชนเพื่อพัฒนาหลักสูตรและการจัดการเรียนรู้ทางพลศึกษา ในบริบทที่หลากหลาย บูรณาการเรียน การสอนกับการปฏิบัติจริงและการบูรณาการข้ามศาสตร์</p>	<p>3. การเรียนรู้จากสื่อและ แหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย ทั้งภายในและภายนอก ห้องเรียน โดยคำนึงถึงทั้ง การเปลี่ยนแปลงทาง เทคโนโลยี และการคงไว้ ซึ่งภูมิปัญญาที่ทรงคุณค่า เช่นการมอบหมายงานให้ ไปค้นคว้าเกี่ยวกับ สถานการณ์ด้านสุขภาพ</p> <p>4. จัดโครงการทาง สุขภาพโดยให้นิสิตได้ร่วม ฝึกประสบการณ์ตรง</p>	
3. ด้านทักษะทางปัญญา(ELO4 ELO5)		
<p>● 4.1 แสดงออกถึงความมีวินัย ความรับผิดชอบต่อตนเองใน องค์ความรู้ทางด้านพลศึกษา การกีฬา เพื่อพัฒนาให้เป็</p>	<p>. การเรียนรู้ผ่านกระบวนการ คิดเพื่อส่งเสริมการคิด วิเคราะห์ คิดสังเคราะห์ คิด อย่างมีวิจารณญาณ คิด</p>	<p>-ประเมินจากรายงาน</p> <p>-ประเมินจากผล</p>

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
ภายใต้การเปลี่ยนแปลงของสังคมอย่างมีภาวะผู้นำทาง	วิชาการและวิชาชีพ	
● 4.2 สามารถออกแบบสถานการณ์ที่กระตุ้นทางปัญญาเพื่อด้วยตนเอง การคิดเชิงวิพากษ์ การคิดเชิงสร้างสรรค์ และ	การเรียนรู้ที่หลากหลาย เช่น การมอบหมายงานกิจกรรม กลุ่มๆละ 3 คนให้ไปสอบถาม พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของ เพื่อนๆในมหาวิทยาลัยแต่ละ ประเภทว่ามีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ อย่างไรบ้าง	การสะท้อนคิดของแต่ละบุคคลในการลงพื้นที่ภาคปฏิบัติจริง
● 4.3 สามารถวิเคราะห์ข้อมูลและสารสนเทศ (data and in) ที่เป็นตัวเลขเชิงสถิติ หรือคณิตศาสตร์ เพื่อเข้าใจองค์ได้อย่างรวดเร็วและถูกต้อง	2. การนำผลการสำรวจพฤติกรรมมาอภิปรายร่วมกันในห้องเรียน และหาแนวทางร่วมกันในการแก้ปัญหาพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์	-ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในประเด็นต่างๆ
○ 5.1 วิเคราะห์และสรุปองค์ความรู้เกี่ยวกับการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ การวิจัย และการประกันคุณภาพเพื่อพัฒนาคุณภาพการจัดการศึกษาทางพลศึกษาเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน	-การทำกิจกรรมกลุ่มในลักษณะต่างๆ ทั้งในชั้นเรียน -การสืบค้นข้อมูลด้วยตนเอง การทำกิจกรรมกลุ่ม อภิปราย การนำเสนอผลงานโดยใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ	-ประเมินจากการ มีความรับผิดชอบกับงานที่ได้รับมอบหมาย -ประเมินจากแผนการออกแบบการจัดการเรียนรู้
○ 5.2 สร้างและใช้เครื่องมือวัดและประเมินผลการเรียนรู้เพื่อพัฒนาผู้เรียนในการจัดการเรียนรู้ การวิจัยในชั้นเรียน การประเมินเพื่อการประกันคุณภาพการศึกษา การวิเคราะห์ข้อมูลสารสนเทศและนำเสนอแผนพัฒนาหรือโครงการเกี่ยวกับการประเมินและประกันคุณภาพการศึกษาทางพลศึกษา	-การลงพื้นที่ปฏิบัติจริงในสถาบันการศึกษาโดยการจัดการกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพร่วมปฏิบัติการชุมชนการเรียนรู้เชิงวิชาชีพ (PLC) -การสะท้อนคิดจากการเรียนรู้ในแต่ละกิจกรรม	
○ 5.3 ใช้วิจัยเป็นฐานเพื่อแก้ปัญหาการเรียนรู้ของผู้เรียน สร้างองค์ความรู้ สร้างนวัตกรรมและเทคโนโลยีทางการกีฬา เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้เป็นนวัตกรรมทางด้านพลศึกษาและกีฬา พัฒนาความเชี่ยวชาญในวิชาชีพและประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานหรือพัฒนางานได้อย่างสร้างสรรค์		
4. ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ (ELO6 ELO7)		
● 6.1 รู้จักข้อมูลชุมชน ความคิด ความเชื่อ สภาพเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และภูมิปัญญาชุมชน ความรู้เกี่ยวกับรูปแบบ และกระบวนการสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้เชิงวิชาชีพ (PLC)	1. การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรงจากการทำงานร่วมกับผู้อื่นในลักษณะกิจกรรมคู่และกิจกรรมกลุ่มเพื่อ	-ประเมินจากรายงาน -ประเมินจากผล การสะท้อนคิดของแต่ละบุคคลในการลงพื้นที่ภาคปฏิบัติ
● 6.2		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
<p>เข้าใจกระบวนการที่ต้นเกี่ยวกับการสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับชุมชนและการเป็นผู้นำการสร้างชุมชนการเรียนรู้ และนำไปสู่การปรับกระบวนการทำงานของครูพลศึกษา ร่วมกับชุมชนเพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับชุมชน</p>	<p>ฝึกทักษะกระบวนการกลุ่ม ฝึกความรับผิดชอบ และการยอมรับในความแตกต่าง ในการเรียนรู้ รายวิชาที่ศึกษาในชั้นเรียน</p>	<p>จริง</p> <p>-ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในประเด็นต่างๆ</p>
<p>○ 6.3</p> <p>บูรณาการความรู้วิชาการกับความรู้ชุมชน เพื่อพัฒนาผู้เรียนและการอยู่ร่วมกันบนพื้นฐานความแตกต่างทางวัฒนธรรม และนำไปสู่ปฏิบัติการเรียนรู้ในการทำงานของครูพลศึกษาร่วมกับชุมชนได้สอดคล้องกับวิถีชีวิต วัฒนธรรมและความแตกต่างด้านบุคคล กลุ่ม และสังคมโดยใช้ทักษะการคิดที่จำเป็นต่อการเป็นผู้นำการสร้างชุมชนการเรียนรู้เชิงวิชาชีพ (PLC)</p>	<p>2. การเรียนรู้ผ่านกิจกรรมสะท้อนความคิด ความรู้สึก ร่วมกับผู้อื่น</p>	<p>-ประเมินจากแผนการออกแบบการจัดการเรียนรู้</p> <p>-ประเมินจากชิ้นงานที่เกิดขึ้นจากเรียนรู้ร่วมกัน</p>
<p>● 7.1</p> <p>เข้าใจความสัมพันธ์และการสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนเพื่อพัฒนาตนเองและผู้เรียนให้เห็นคุณค่าตนเองและผู้อื่นในการอยู่ร่วมกันบนพื้นฐานความแตกต่างทางวัฒนธรรม และนำไปสู่การใช้ทักษะการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างครูพลศึกษา นักเรียน ผู้ปกครอง และชุมชน อย่างมีปฏิสัมพันธ์การเรียนรู้</p>		
<p>○ 7.2</p> <p>แสดงออกถึงการเป็นบุคคลแห่งการเรียนรู้ในการเป็นครุนักพัฒนา สามารถออกแบบกระบวนการพัฒนาผู้เรียนที่มีความหลากหลายโดยอาศัยความร่วมมือกับชุมชนและสร้างเครือข่ายความร่วมมือ</p>		
<p>5. ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ(ELO8)</p>		
<p>○ 8.1</p> <p>ใช้ภาษาไทยและภาษาอังกฤษ เพื่อการสื่อสารกับผู้เรียน บุคคลและกลุ่มต่างๆ ด้วยวิธีการหลากหลาย ทั้งการพูด การเขียน การนำเสนอด้วยรูปแบบต่าง ๆ โดยใช้เทคโนโลยีและนวัตกรรมที่เหมาะสม สอดคล้องกับบริบทที่หลากหลาย</p>	<p>-การสืบค้นข้อมูลและการจัดการและวิเคราะห์ข้อมูลและสารสนเทศ ทางสุขภาพของนักกีฬา เพื่อนำมาใช้อธิบายแลกเปลี่ยนแนวคิดในการทำกิจกรรมกลุ่ม</p>	<p>-ประเมินจากรายงาน</p> <p>-ประเมินจากการนำเสนอผลงานการใช้ภาษาในการสื่อสาร ทั้งการพูด การเขียนและการนำเสนอ</p>
<p>○ 8.2</p> <p>สังเกต ติดตามการเปลี่ยนแปลงบริบทของโลกและสังคม สามารถใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อการศึกษา ค้นคว้า การพัฒนานวัตกรรมการเรียนรู้ การบูรณา</p>		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
การกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ภาษา และ ศาสตร์อื่นได้อย่างรู้เท่าทัน		
<p>○ 8.3</p> <p>สามารถใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ โปรแกรมสำเร็จรูปที่จาเป็นสำหรับการเรียนรู้ การจัดการเรียนรู้ การทำงาน การประชุม การจัดการและสืบค้นข้อมูลและสารสนเทศ การรับและส่งข้อมูลและสารสนเทศโดยใช้ ดุลยพินิจที่ดีและตระหนักถึงการละเมิดสิทธิของการลอกเลียนผลงาน</p>		
6.การจัดการเรียนรู้และบูรณาการอัตลักษณ์(ELO9 ELO10 ELO11 ELO12)		
<p>○ 9.1</p> <p>วิเคราะห์ความรู้ ทฤษฎี และแสวงหาความรู้เกี่ยวกับงานครูที่สะท้อนความรู้รอบเกี่ยวกับผู้เรียน ครู และโรงเรียน</p>	-การศึกษาเรียนรู้ในบริบทจริงกับการสร้างเสริมสุขภาพของเพื่อนๆในมหาวิทยาลัยได้	-ประเมินจากผล การสะท้อนคิดของแต่ละบุคคลในการลงพื้นที่ภาคปฏิบัติจริง
<p>○ 9.2</p> <p>แสดงออกถึงทักษะในการจัดการความรู้ การใช้ภาษา และการสื่อสารระหว่างบุคคล การสร้างสัมพันธภาพ และ การทำงานเป็นทีม การใช้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือในการสืบค้น จัดเก็บ และปฏิบัติงาน แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์</p>		-ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในประเด็นต่างๆ
<p>9.3</p> <p>แสดงออกถึงความเชื่อ ค่านิยมที่ยึดมั่น คุณธรรม จริยธรรม วินัย ความรับผิดชอบ และประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี</p>		-ประเมินจากชิ้นงานที่เกิดขึ้นจากเรียนรู้ร่วมกัน
<p>10.1</p> <p>ปฏิบัติการสอนเป็นผู้ช่วยครูทางพลศึกษา ดูแลช่วยเหลือผู้เรียนด้วยความรัก เมตตา กรุณา เอื้ออาทร รู้จักผู้เรียนเป็นรายบุคคลและยอมรับความแตกต่างของผู้เรียน สามารถวิเคราะห์ปัญหา พัฒนาผู้เรียนเป็นรายบุคคล และรายงานผลการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนได้อย่างเป็นระบบ</p>		
<p>10.2</p> <p>แสดงออกถึงการใช้ และพัฒนาทักษะการจัดการ</p>		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
<p>ความรู้ การใช้ภาษาและการสื่อสารระหว่างบุคคล การสร้างสัมพันธภาพ การจัดการอารมณ์ของตนเอง และเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น การทำงานเป็นทีม การใช้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือในการสืบค้น จัดเก็บ และ ปฏิบัติงานแลกเปลี่ยนเรียนรู้ทางพลศึกษาร่วมกับผู้อื่น อย่างสร้างสรรค์</p>		
<p>11.1 นำความรู้มาใช้วางแผน ออกแบบหลักสูตรรายวิชา กิจกรรมการจัดการเรียนรู้ การวัดประเมินผล ผลิต สื่อ/นวัตกรรมทางพลศึกษาเพื่อแก้ปัญหาหรือพัฒนา ผู้เรียน</p>		
<p>11.2 จัดการเรียนรู้ในสถานการณ์จริงอย่างน้อย 2 ระดับ หรือ 2 ระดับชั้น และสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ให้ ผู้เรียนมีความสุขในการเรียน ใช้วิธีการวัดและ ประเมินผลทางพลศึกษาเพื่อพัฒนาผู้เรียน บันทึกและ เขียนรายงานการปฏิบัติงานสอนและถอดบทเรียนเพื่อ แลกเปลี่ยนเรียนรู้</p>		
<p>12.1 วางแผนจัดการเรียนรู้และจัดการชั้นเรียนใน สถานการณ์จริงอย่างน้อย 1 ภาคเรียน เพื่อพัฒนา ผู้เรียนให้มีปัญญา รู้คิดและมีความเป็นนวัตกรรรม ใช้ วิธีการวัดและประเมินผลทางพลศึกษาเพื่อเสริมพลัง การเรียนรู้ ประยุกต์ใช้สื่อและเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อ การเรียนรู้และสร้างนวัตกรรมทางพลศึกษาและกีฬา</p>		
<p>12.2 แสดงออกถึงการพัฒนาทักษะการใช้ภาษาและการ สื่อสารระหว่างบุคคล การสร้างสัมพันธภาพ การ จัดการอารมณ์ของตนเองและเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น การทำงานเป็นทีม การใช้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือใน การพัฒนาการปฏิบัติงานในหน้าที่ครูอย่างมี ประสิทธิภาพ</p>		
<p>12.3 บูรณาการศาสตร์การสอน เนื้อหา เทคโนโลยี และ</p>		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
จรรยาบรรณวิชาชีพในการจัดการเรียนรู้ทางพลศึกษา เพื่อพัฒนาผู้เรียนโดยใช้วิจัยเป็นฐาน		
12.4 จัดการความรู้จากการปฏิบัติงานในหน้าที่ครูพลศึกษา โดยการสะท้อนคิด การถอดบทเรียน การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์ และเผยแพร่		

บรรยาย	สอนเสริม	การฝึกปฏิบัติ/การฝึกงานภาคสนาม	การศึกษาด้วยตนเอง
45	-	-	90

5. แผนการสอน

สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง		กิจกรรมการเรียนรู้ การสอน สื่อที่ใช้	ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ		
1	ปฐมนิเทศชี้แจงรายวิชาร่วมวางแผนการปฏิบัติ ตนร่วมกันในการเรียนการสอนตลอดภาคเรียน และทดสอบความรู้เบื้องต้นก่อนเรียนเกี่ยวกับ สถานการณ์ทางสุขภาพ	3	0	บรรยายและชี้แจงกิจกรรมการ เรียนการสอนและข้อตกลง เบื้องต้น รวมทั้งชี้แนะการเรียน การสอนแบบActive Learning แบบทดสอบความรู้พื้นฐานเดิม	อ.อรพิน
2	ความหมาย และขอบเขตการสร้างเสริม สุขภาพองค์รวม องค์ประกอบของสุขภาพองค์รวม	3	0	- บรรยาย -การเรียนรู้โดยการใช้สื่อและร่วม อภิปรายรวมทั้งมอบหมาย งานค้นคว้าสถานการณ์ทางสุขภาพ เพื่อมาทำกิจกรรมในคาบต่อไป	อ.อรพิน
3-4	แนวคิดและทฤษฎีการสร้างเสริมสุขภาพ กระบวนการ และกลยุทธ์การสร้างเสริมสุขภาพ การประเมินสุขภาพองค์รวม หลักการสร้างเสริมสุขภาพแบบองค์รวม	6	0	บรรยาย อภิปรายและซักถาม เรียนรู้จากปัญหาและ สถานการณ์ที่มอบหมายเป็น หลักรวมทั้งการนำเสนองานที่ ได้รับมอบหมาย	อ.อรพิน
5-6	พฤติกรรมสุขภาพ - ความหมายของสุขภาพและพฤติกรรม สุขภาพ - ลักษณะและประเภทของพฤติกรรม สุขภาพ - ระดับของพฤติกรรมสุขภาพ - การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ - หลักการดูแลและการสร้างเสริมสุขภาพ	6	0	บรรยาย อภิปรายและซักถาม เรียนรู้จากปัญหาและ สถานการณ์เป็นหลัก ดูวีดีโอ เรื่องการดูแลสุขภาพแต่ละกลุ่ม วัยรวมทั้งการใช้แนวทาง สุขภาพทางเลือกในการดูแล สุขภาพได้	อ.อรพิน
7,8	การสร้างเสริมสุขภาพตามกลุ่มวัย การสร้างเสริมสุขภาพระดับบุคคล ครอบครัว และชุมชน การสร้างเสริมสุขภาพในวิถีชีวิตแบบไทย	6	0	บรรยาย อภิปราย และซักถาม เรียนรู้จากปัญหาและ สถานการณ์เป็นหลักดูวีดีโอ เรื่องการดูแลสุขภาพของผู้เป็น ต้นแบบทางสุขภาพ	อ.อรพิน
9	สอบกลางภาค				

10-11	การแพทย์ทางเลือก ความหมายของการแพทย์ทางเลือก สถานการณ์การแพทย์ทางเลือกในประเทศไทย หลักในการพิจารณาเลือกใช้บริการแพทย์ทางเลือก	6	0	บรรยายอภิปรายและซักถาม เรียนรู้จากปัญหาและ สถานการณ์เป็นหลัก	อ.อรพิน
12	หน่วยงานที่เกี่ยวข้องและการคุ้มครอง ประชาชนด้านสุขภาพและหลักประกันสุขภาพ	3	0	บรรยายอภิปรายและซักถาม เรียนรู้จากปัญหาสถานการณ์ จริงในปัจจุบัน	
13-15	การวางแผนและการเขียนโครงการสร้างเสริม สุขภาพ ในวิชาชีพ	9	0	บรรยายอภิปรายและซักถาม เรียนรู้จากปัญหาและฝึกปฏิบัติ	อ.อรพิน
16	นำเสนองาน	3	0	นำเสนองานและซักถามเรียนรู้ ฝึกปฏิบัติตามกิจกรรม เนื้อหา	อ.อรพิน
17	มหาวิทยาลัยประกาศ หยุดทบทวนเอกสาร ตำรา ก่อนสอบปลายภาคให้กับนิสิต				
		45	0		
18	สอบปลายภาค				

ลำดับการ ประเมิน	ผลการเรียนรู้	ลักษณะการประเมิน	สัปดาห์ที่ ประเมิน	สัดส่วนของ คะแนนที่ประเมิน
1.	ด้านคุณธรรมจริยธรรม	การเข้าชั้นเรียน การส่งงานภายในกำหนดเวลา ความมีระเบียบวินัยในการเรียนออนไลน์และ กิจกรรมการทำงาน	ทุกสัปดาห์	10
2.	ด้านความรู้	งานที่ได้รับมอบหมายและกิจกรรมในชั้นเรียน การทดสอบย่อย การสอบกลางภาค การสอบปลายภาค	สัปดาห์ที่ 4,12 สัปดาห์ที่ 9 สัปดาห์ที่ 17- 18	15 30 30
3.	ด้านทักษะทางปัญญา	สังเกตผลจากการประเมินผลงาน การเลือกใช้เทคโนโลยีสารสนเทศในการ	ทุกสัปดาห์ สัปดาห์ที่	15
4.	ด้านทักษะความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคลและความ รับผิดชอบ	นำเสนอข้อมูล การนำเสนองานทั้งรายบุคคลและกิจกรรมกลุ่ม	นำเสนองาน สัปดาห์ที่มีการ นำเสนองาน สัปดาห์ที่	
5	ด้านทักษะการวิเคราะห์ เชิงตัวเลข การสื่อสารและ เทคโนโลยีสารสนเทศ		7,13,15,	

6	ด้านทักษะด้านการจัดการเรียนรู้ และบูรณาการอัตลักษณ์			
รวม				100

- ชิ้นงาน:**
1. ชิ้นงานเดี่ยว ทำรายงานส่งเสริมสุขภาพตามกลุ่มวัยในครอบครัวรวมตนเองด้วย (10 คะแนน)
 2. ชิ้นงานเดี่ยว การศึกษาการส่งเสริมสุขภาพทางเลือกในชุมชนของตนเอง (10 คะแนน)
 3. ชิ้นงานกลุ่ม ทำโครงการส่งเสริมสุขภาพโดยการศึกษาสถานการณ์ปัจจุบันตามกลุ่มวัย (10 คะแนน)

- ชิ้นงาน:**
1. ชิ้นงานเดี่ยว ทำรายงานส่งเสริมสุขภาพตามกลุ่มวัยในครอบครัวรวมตนเองด้วย (10 คะแนน)
 2. ชิ้นงานเดี่ยว การศึกษาการส่งเสริมสุขภาพทางเลือกในชุมชนของตนเอง (10 คะแนน)
 3. ชิ้นงานกลุ่ม ทำโครงการส่งเสริมสุขภาพโดยการศึกษาสถานการณ์ปัจจุบันตามกลุ่มวัย (10 คะแนน)

หมวดที่ 6 ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

1. ตำรา เอกสารหลัก และข้อมูลสำคัญ

กองสุขศึกษา สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข.(2541). แนวปฏิบัติเพื่อสนองนโยบายสาธารณสุขในการดำเนินงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข.

นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์แห่งประเทศไทย.

ไกรสิทธิ์ ตันติศิรินทร์. (2550).“ความท้าทายและอนาคตของอาหารและโภชนาการเพื่อความพอเพียง” ในเอกสารการประชุมวิชาการโภชนาการแห่งชาติ ครั้งที่ 2, (หน้า 43)

วันที่ 3 - 5 ตุลาคม 2550.

คณะกรรมการส่งเสริมกีฬาและการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในสถานศึกษา. (2539). โครงการเครือข่ายการสมาคม เวชศาสตร์ฟื้นฟูแห่งประเทศไทย. ตำราเวชศาสตร์ฟื้นฟู เล่มที่ 1.

กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เทคนิค 19 บางพลัด.

เฉลิมพล ตันสกุล. (ม.ป.ป.). พฤติกรรมศาสตร์. คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

วสุธร ตันวัฒนกุล. (2543). สุขภาพจิตกับคุณภาพชีวิต. ชลบุรี, คณะสาธารณสุขศาสตร์

มหาวิทยาลัยบูรพา.

ชูเกียรติ มณีธร. (2543). โภชนาการเรื่องโภชนาการงานช่วยชาติในยุควิกฤต. (พิมพ์ครั้งที่ 6).

ประยูรวงศ์พรินตัง จำกัด.

ชูศักดิ์ เวชแพทย์ และกันยา ปาละวิวัฒน์. (2536). สรีรวิทยาการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ: เทพรัตน์การพิมพ์.

สกุณา บุญนารากร. (2554). การสร้างเสริมสุขภาพแบบองค์รวมทุกช่วงวัย. สงขลา: เทมการพิมพ์.

ภาษาอังกฤษ

Brooks JB. **The process of parenting**. 2nd ed. Palo Alto : Mayfield Publishing. 1987; 120 - 352.
McArdls. Willian D. and others. **Exercise Physiology : Energy Nutrition and Human Performance**. 4 th ed.

หมวดที่ 7 การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา

1. กลยุทธ์การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนิสิต

- 1.1 การประเมินการบรรลุวัตถุประสงค์ตามรายวิชาที่กำหนดโดยการสอบถามผู้เรียนเมื่อสิ้นสุดการเรียน
- 1.2 การประเมินการสอนตามระบบของมหาวิทยาลัยทักษิณหลักสิ้นสุดการเรียนทุกภาคการศึกษา
- 1.3 การประเมินกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับชีวิตสถิติพื้นฐาน

2. กลยุทธ์การประเมินการสอน

แบบประเมินผลการสอน ซึ่งเป็นแบบประเมินผลการสอนของมหาวิทยาลัย ที่กำหนดให้มีการประเมินการสอนของอาจารย์ผู้สอน โดยนิสิต ทุกภาคการศึกษา

- 2.1 ประเมินการเข้าชั้นเรียน และ การมีส่วนร่วม อภิปราย เสนอความคิดเห็นในชั้นเรียน
- 2.2 ประเมินรายงานเดี่ยว รายงานกลุ่ม
- 2.3 ประเมินการนำเสนอ/อภิปรายงานเดี่ยวและงานกลุ่ม

3. การปรับปรุงการสอน

- 3.1 การประเมินจากการแสดงความคิดเห็นของนิสิตเพื่อเป็นข้อมูลในการปรับปรุงการเรียนการสอน
- 3.2 ปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของคณะกรรมการประกันคุณภาพหลักสูตรหลังเสร็จสิ้นภาคการศึกษา

4. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนิสิตในรายวิชา

คณะกรรมการประกันคุณภาพการศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา คณะกรรมการประจำคณะ ศึกษาศาสตร์ ตรวจสอบผลการเรียนรู้ของนิสิต โดยตรวจข้อสอบ วิธีการให้คะแนนสอบ และค่าระดับชั้น

5. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิผลของรายวิชา

ปรับปรุงเนื้อหาการสอน และวิธีการสอนทุกปี หรือตามข้อเสนอแนะของคณะกรรมการประกันคุณภาพหลักสูตร และคณะกรรมการประกันคุณภาพหลักสูตร และจากผลการทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ตามข้อ 4

