



มคอ.3รายละเอียดรายวิชา

Course Specification

0319366 ศิลปะป้องกันตัวประยุกต์  
Applied Martial Art

รายวิชานี้เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรการศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาพลศึกษาฯ

หลักสูตรใหม่/หลักสูตรปรับปรุง พ.ศ.2560

คณะศึกษาศาสตร์

# มหาวิทยาลัยทักษิณ

## รายละเอียดของรายวิชา (Course Specification)

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา มหาวิทยาลัยทักษิณ

วิทยาเขต/คณะ/ภาควิชา พลศึกษาและสุขศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ

### 1. รหัส ชื่อรายวิชา จำนวนหน่วยกิต และคำอธิบายรายวิชา

0319366 ศิลปะป้องกันตัวประยุกต์ 3(2-2-5)  
Applied Martial Art

ประวัติ และปรัชญาของศิลปะป้องกันตัว จุดอ่อนและจุดอันตรายในร่างกายมนุษย์ หลักการใช้  
อวัยวะในร่างกายเพื่อต่อสู้และป้องกันตัว เทคนิคการป้องกันตัวในภาวะคับขันที่สามารถนำไปใช้ในการฝึก  
ปฏิบัติเพื่อใช้ในชีวิตรประจำวันได้

History and philosophy of martial arts; weak and dangerous points on body, principles  
using the organ to fight and self - defense technic during critical situation and practicing.

### 2. จุดมุ่งหมายของรายวิชา : เพื่อให้ผู้เรียน

- 2.1 เพื่อให้มีจิตมีความรู้ ความเข้าใจในหลักในการป้องกันตัว
- 2.2 เพื่อให้มีจิตสามารถปฏิบัติทักษะในการป้องกันตัวที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันได้

### 3. วัตถุประสงค์ของรายวิชา

รายวิชานี้มีการปรับปรุงและพัฒนาให้เป็นที่ไปตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษา พ.ศ. 2561  
เพื่อให้เกิดความสอดคล้องกับความต้องการของสถานศึกษาในปัจจุบัน โดยนำหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาและ  
เทคโนโลยีมาประยุกต์ใช้ในการเรียนการสอนที่จะส่งผลให้นักศึกษามีความรู้และเข้าใจในหลักการเคลื่อนไหวที่  
จำเป็นและสามารถนำความรู้ไปพัฒนาสมรรถภาพทางกายที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันได้

4.การพัฒนาผลการเรียนของนิสิต

แผนที่แสดงการกระจายความรับผิดชอบมาตรฐานผลการเรียนรู้จากหลักสูตรสู่รายวิชา(Curriculum mapping) หมวดวิชาเฉพาะ สาขาวิชาพลศึกษา

● ความรับผิดชอบหลัก ○ ความรับผิดชอบรอง

รายวิชา	1.ด้านคุณธรรม จริยธรรม				2.ด้าน ความรู้			3.ทักษะทางปัญญา						4.ทักษะความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคลและ ความรับผิดชอบ					5.ทักษะ การ วิเคราะห์ เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้ เทคโนโลยี			6.การจัดการเรียนรู้และบูรณาการอัตลักษณ์										
	ELO 1		ELO 2		ELO 3			ELO 4			ELO 5			ELO 6		ELO 7			ELO 8			ELO 9			ELO 10		ELO 11			ELO 12		
หมวดวิชาเอกเลือก	1.1	1.2	1.3	1.4	2.1	2.2	2.3	3.1	3.2	3.3	3.4	3.5	3.6	4.1	4.2	4.3	4.4	4.5	5.1	5.2	5.3	6.1	6.2	6.3	6.4	6.5	6.6	6.7	6.8	6.9	6.10	6.11
0319366		●	○		●			●	○	○	○	○	●			○		○	●		○		●	○		○	●			●	●	○

(นำข้อมูลจาก ข้อ 3 หมวดที่ 4 ในเล่ม มคอ.2)

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
1. ด้านคุณธรรม จริยธรรม(ELO1 ELO2)		
<p>1.1 เอาใจใส่ ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล สร้างความเท่าเทียม ความเสมอภาคในการเรียนรู้ของผู้เรียน และสร้างคุณค่าจากความแตกต่างระหว่างบุคคล ความหลากหลาย และสังคมพหุวัฒนธรรม</p>	<p>1. การเรียนรู้ผ่านกระบวนการวิเคราะห์ และสะท้อนความคิดด้วยกิจกรรมการเรียนรู้เป็นรายบุคคล และรายกลุ่มสู่การสร้างความเข้าใจด้วยตนเองผ่านการเขียนอนุทินสะท้อนผลการเรียนรู้</p> <p>2. การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง เช่น การแสดงบทบาทสมมติ การทำกิจกรรมกลุ่ม การจัดกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์</p>	<p>1. อาจารย์ประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนิสิต เช่น การตรงเวลาของนิสิตในการเข้าชั้นเรียน การส่งงานตามกำหนดระยะเวลาที่มอบหมาย และการร่วมกิจกรรม</p> <p>2. อาจารย์และนิสิตประเมินจากความพร้อมเพรียงของนิสิตในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ</p>
<p>● 1.2 ประพฤติตนอยู่ในศีลธรรมอันดีเป็นที่ยอมรับและนับถือของบุคคล ชุมชน สังคม และปฏิบัติตนตามจรรยาบรรณวิชาชีพ ปรัชญาพลศึกษา ด้วยจิตวิญญาณ ความเป็นครูสะท้อนอัตลักษณ์ครูนักพัฒนา</p>	<p>3. การเรียนรู้จากต้นแบบ เช่น กรณีตัวอย่างบุคคลในสังคมหรือท้องถิ่น ครูผู้สอน เพื่อน วิทยากร หรือบุคคลในประวัติศาสตร์</p> <p>4. การเรียนรู้ผ่านวัฒนธรรมองค์กรที่ปลูกฝังให้นิสิตมีระเบียบวินัย โดยเน้นการเข้าชั้นเรียนให้ตรงเวลาตลอดจนการแต่งกายที่เป็นไปตามระเบียบของมหาวิทยาลัย</p>	<p>3. นิสิตประเมินผลการเรียนรู้ด้วยตนเอง ก่อนและหลังการเรียน</p>
<p>○ 1.3 แสดงออกถึงความมุ่งมั่นทุ่มเท มีจิตสาธารณะ ความรับผิดชอบต่อสังคมส่วนรวม สามารถจัดการ และคิดแก้ปัญหาทางคุณธรรม จริยธรรมด้วยความถูกต้องเหมาะสม ทั้งในการฝึก</p>	<p>5. การสอดแทรกเรื่องคุณธรรม จริยธรรมในการสอนทุกรายวิชาโดยอาจารย์ผู้สอน รวมทั้งมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม เช่น การยกย่องนิสิตที่ทำดี ทำประโยชน์แก่ส่วนรวม เป็นต้น</p>	

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
<p>1.4 สามารถประยุกต์ใช้แนวคิดปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และใช้กิจกรรมทางพลศึกษา กิจกรรมนันทนาการ ในการเรียนรู้ชุมชนเพื่อสร้างความเข้าใจ เข้าถึง และพัฒนาผู้เรียน สถานศึกษาและชุมชน รวมถึง การบริการทางวิชาการในด้านต่างๆ การฝึกและตัดสินกีฬา การจัดโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพแบบองค์รวม ที่สอดคล้องกับบทบาทหน้าที่ ความเป็นครูพลศึกษาได้</p>		
<p>2. ด้านความรู้(ELO3)</p>		
<p>● 2.1 วิเคราะห์ความรู้เนื้อหาวิชา ที่สอน วิทยาการความรู้ สมัยใหม่ และสรุปองค์ความรู้ เกี่ยวกับหลักสูตรพลศึกษา การจัดการเรียนรู้ที่ตอบสนองความหลากหลายของผู้เรียน โดยใช้ความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีทางด้านพลศึกษา สุขศึกษา และวิทยาศาสตร์การกีฬา จิตวิทยา พัฒนาการ จิตวิทยาการศึกษา จิตวิทยาการให้คำปรึกษา สังคม และการศึกษา ในการวิเคราะห์</p>	<p>1.การให้ภาพรวมความรู้ก่อนเข้าสู่เนื้อหาที่เรียน การเชื่อมโยงความรู้ใหม่กับความรู้เดิมหรือความรู้จากศาสตร์ที่เกี่ยวข้อง และการสรุปความรู้ใหม่หลังจบบทเรียน โดยเลือกใช้วิธีการสอนที่เหมาะสมกับเนื้อหา</p> <p>2. การใช้วิธีจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญอย่างหลากหลาย ที่เหมาะสมตามเนื้อหาสาระ และจุดมุ่งหมายในการเรียนรู้ เพื่อการเรียนรู้ทั้งองค์ความรู้และทักษะ กระบวนการเรียนรู้ ที่เน้นหลักการ</p>	<p>1. นิสิตประเมินตนเองก่อนเรียน และหลังเรียน</p> <p>2. อาจารย์ประเมินด้วยการทดสอบ ทักษะ และทดสอบปลายภาคเรียน</p> <p>3. อาจารย์ประเมินความเข้าใจของ นิสิตจากการสะท้อนความคิดใน รูปแบบต่าง ๆ เช่น การนำเสนอ ปากเปล่า การตรวจผลงาน การแสดงออกระหว่างการทำกิจกรรม การเรียนรู้ เป็นต้น</p>

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
<p>แก้ปัญหาและพัฒนาผู้เรียนที่มีแตกต่างระหว่างบุคคล ได้เหมาะสมกับบริบทการจัดการเรียนรู้ ระดับการศึกษา ชุมชน และสังคมที่มีความหลากหลายเท่าทันการเปลี่ยนแปลงของสังคมและบริบทโลก</p>	<p>ทางทฤษฎี และประยุกต์ใช้ทางปฏิบัติในบริบทจริง</p> <p>3. การเรียนรู้จากสื่อและแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลายทั้งภายในและภายนอกห้องเรียน โดยคำนึงถึงทั้งการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี และการคงไว้ซึ่งภูมิปัญญาที่ทรงคุณค่า</p>	
<p>2.2 ออกแบบหลักสูตร แผนการจัดการเรียนรู้ สื่อและเทคโนโลยี การวัดและประเมินผล และปฏิบัติการจัดการเรียนรู้ในสถาน การณ์ จำลอง และสถานการณ์จริงทางพลศึกษาได้สอดคล้องกับบริบทวิชาชีพ</p>		
<p>2.3 บูรณาการแนวคิดปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและองค์ความรู้เกี่ยวกับชุมชนเพื่อพัฒนาหลักสูตรและการจัดการเรียนรู้ทางพลศึกษา ในบริบทที่หลากหลาย บูรณาการเรียนการสอนกับการปฏิบัติจริงและการบูรณาการข้ามศาสตร์</p>		
<p>3. ด้านทักษะทางปัญญา(ELO4 ELO5)</p>		
<p>● 3.1 แสดงออกถึงความมีวินัย ความรับผิดชอบต่อตนเองใน</p>	<p>1. การเรียนรู้ผ่านกระบวนการคิดเพื่อส่งเสริมการคิดวิเคราะห์ คิด</p>	<p>1. นิสิตประเมินกระบวนการพัฒนาความสามารถทางปัญญาของตน เช่น</p>

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
<p>การเรียนรู้สามารถถ่ายทอดองค์ความรู้ทางด้านพลศึกษา การกีฬา เพื่อพัฒนาให้เป็นคน นำสมัยและนำตนเอง ภายใต้การเปลี่ยนแปลงของสังคม อย่างมีภาวะผู้นำทางวิชาการ และวิชาชีพ</p>	<p>สังเคราะห์ คิดอย่างมีวิจารณญาณ คิดสร้างสรรค์ ด้วยกิจกรรมการเรียนรู้ที่หลากหลาย</p>	<p>การสังเกต การตั้งคำถาม การสืบค้นข้อมูล การคิดวิเคราะห์ การสังเคราะห์ การสะท้อนและสื่อความคิด เป็นต้น</p> <p>2. อาจารย์ประเมินความสามารถทางปัญญาทั้งการคิดที่เป็นนามธรรมและการแสดงออกที่เป็นรูปธรรม เช่น สังเกตพฤติกรรมการทำงานของนิสิต ประเมินจากการนำเสนอรายงานในชั้นเรียน การทดสอบโดยใช้แบบทดสอบหรือสัมภาษณ์ ประเมินตามสภาพจริงจากผลงาน และการปฏิบัติของนิสิต เป็นต้น</p>
<p>○ 3.2 สามารถออกแบบสถานการณ์ที่กระตุ้นทางปัญญา เพื่อให้ผู้เรียนเกิดทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง การคิดเชิงวิพากษ์ การคิดเชิงสร้างสรรค์ และการคิดเชิงอนาคต</p>		
<p>○ 3.3 สามารถวิเคราะห์ข้อมูลและสารสนเทศ (data and information) ทางพลศึกษา ทั้งที่เป็นตัวเลขเชิงสถิติ หรือคณิตศาสตร์ เพื่อเข้าใจองค์ความรู้ ประเมิน แก้ปัญหาได้อย่างรวดเร็วและถูกต้อง</p>		
<p>○ 3.4 วิเคราะห์และสรุปองค์ความรู้เกี่ยวกับการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ การวิจัย และการประกันคุณภาพเพื่อ</p>		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
พัฒนาคุณภาพการจัดการศึกษาทางพลศึกษาเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน		
○ 3.5 สร้างและใช้เครื่องมือวัดและประเมินผลการเรียนรู้เพื่อพัฒนาผู้เรียนในการจัดการเรียนรู้ การวิจัยในชั้นเรียน การประเมินเพื่อการประกันคุณภาพการศึกษา การวิเคราะห์ข้อมูลสารสนเทศและนำเสนอแผนพัฒนาหรือโครงการเกี่ยวกับการประเมินและประกันคุณภาพการศึกษาทางพลศึกษา		
● 3.6 ใช้วิจัยเป็นฐานเพื่อแก้ปัญหาการเรียนรู้ของผู้เรียน สร้างองค์ความรู้ สร้างนวัตกรรมและเทคโนโลยีทางการกีฬา เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้เป็นนวัตกรทางด้านพลศึกษาและกีฬา พัฒนาความเชี่ยวชาญในวิชาชีพ และประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานหรือพัฒนางานได้อย่างสร้างสรรค์		
4. ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ(ELO6 ELO7)		



ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
<p>4.1 รู้จักข้อมูลชุมชน ความคิด ความเชื่อ สภาพเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และภูมิปัญญา ชุมชน ความรู้เกี่ยวกับรูปแบบ และกระบวนการสร้างชุมชน แห่งการเรียนรู้เชิงวิชาชีพ (PLC )</p>	<p>1. การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง จากการทำงานร่วมกับผู้อื่น ใน ลักษณะกิจกรรมคู่ และกิจกรรมกลุ่ม เพื่อฝึกทักษะกระบวนการกลุ่ม ฝึก ความรับผิดชอบ และการยอมรับในความแตกต่าง ในการเรียนรู้รายวิชาที่ ศึกษาในชั้นเรียน</p> <p>2. การเรียนรู้ผ่านกิจกรรมสะท้อน ความคิด ความรู้สีกร่วมกับผู้อื่น</p>	<p>1. อาจารย์ประเมินจากพฤติกรรม และการแสดงออกของนิสิตในการทำ กิจกรรมกลุ่มในชั้นเรียน และสังเกต จากพฤติกรรมที่แสดงออกในการร่วม กิจกรรมต่าง ๆ</p> <p>2. นิสิตประเมินตนเองโดยใช้แบบ ประเมินกระบวนการกลุ่ม</p>
<p>4.2 เข้าใจกระบวนการทัศน์เกี่ยวกับการสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับชุมชน และการเป็นผู้นำการสร้าง ชุมชนการเรียนรู้ และนำไปสู่ การปรับกระบวนการ ทัศน์การทำงานของครูพลศึกษาร่วมกับ ชุมชนเพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดี กับชุมชน</p>		
<p>○ 4.3บูรณาการความรู้วิชาการกับ ความรู้ชุมชน เพื่อพัฒนาผู้เรียน และการอยู่ร่วมกันบนพื้นฐาน ความแตกต่างทางวัฒนธรรม และนำไปสู่ปฏิบัติการเรียนรู้ใน การทำงานของครูพลศึกษา ร่วมกับชุมชนได้สอดคล้องกับ วิถีชีวิต วัฒนธรรมและความ แตกต่างด้านบุคคล กลุ่ม และ สังคมโดยใช้ทักษะการคิดที่จา</p>		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
<p>เป็นต่อการเป็นผู้નાการสร้า            ชุมชนการเรียนรู้เชิงวิชาชีพ            (PLC)</p>		
<p>4.4 เข้าใจความสัมพันธ์และการ            สร้างความสัมพันธ์กับชุมชนเพื่อ            พัฒนาตนเองและผู้เรียนให้เห็น            คุณค่าตนเองและผู้อื่นในการอยู่            ร่วมกันบนพื้นฐานความ            แตกต่างทางวัฒนธรรม และ            นำไปสู่การใช้ทักษะการสร้าง            ความสัมพันธ์ระหว่างครูพล            ศึกษา นักเรียน ผู้ปกครอง และ            ชุมชน อย่างมีปฏิสัมพันธ์การ            เรียนรู้</p>		
<p>○ 4.5 แสดงออกถึงการเป็นบุคคล            แห่งการเรียนรู้ในการเป็นครู            นักพัฒนา สามารถออกแบบ            กระบวนการพัฒนาผู้เรียนที่มี            ความหลากหลายโดยอาศัย            ความร่วมมือกับชุมชนและสร้าง            เครือข่ายความร่วมมือ</p>		
<p>5. ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ(ELO8)</p>		
<p>● 5. 1 ใช้ ภาษา ไทย และ            ภาษาอังกฤษ เพื่อการสื่อสาร            กับผู้เรียน บุคคลและกลุ่มต่างๆ</p>	<p>1. การเรียนรู้จากประสบการณ์            ตรงโดยใช้สื่อเทคโนโลยี โปรแกรม            คอมพิวเตอร์ และการสื่อสารแบบ</p>	<p>1. อาจารย์ประเมินจากเทคนิคการ            นำเสนอผลงาน</p>

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
<p>ด้วยวิธีการหลากหลายทั้งการพูด การเขียน การนำเสนอด้วยรูปแบบต่าง ๆ โดยใช้เทคโนโลยีและนวัตกรรมที่เหมาะสมสอดคล้องกับบริบทที่หลากหลาย</p>	<p>on-line ในกิจกรรมการเรียนรู้รายวิชาต่าง ๆ</p> <p>2. การเรียนรู้จากต้นแบบในการใช้เทคโนโลยีในการสืบค้น และสื่อสาร เช่น จากผู้สอน เพื่อน วิทยากรผู้เชี่ยวชาญ</p>	<p>2. อาจารย์สังเกตพฤติกรรมการใช้เทคโนโลยีระหว่างกระบวนการเรียนรู้</p> <p>3. นิสิตสะท้อนความรู้ ความเข้าใจความคิดเห็นผ่านเทคโนโลยีในรูปแบบต่าง ๆ</p>
<p>5.2 สังเกต ติดตามการเปลี่ยนแปลงบริบทของโลกและสังคม สามารถใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อการศึกษา ค้นคว้า การพัฒนานวัตกรรมการเรียนรู้ การบูรณาการกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ภาษา และศาสตร์อื่นได้อย่างรู้เท่าทัน</p>		
<p>○ 5.3 สามารถใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ โปรแกรมสำเร็จรูปที่จำเป็นสำหรับการเรียนรู้ การจัดการเรียนรู้ การทำงาน การประชุม การจัดการและสืบค้นข้อมูลและสารสนเทศ การรับและส่งข้อมูลและสารสนเทศ โดยใช้ดุลยพินิจที่ดี และตระหนักถึงการละเมิดสิทธิของการลอกเลียนผลงาน</p>		
<p>6.การจัดการเรียนรู้และบูรณาการอัตลักษณ์(ELO9 ELO10 ELO11 ELO12)</p>		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
<p>6.1 วิเคราะห์ความรู้ ทฤษฎี และแสวงหาความรู้เกี่ยวกับงาน ครูที่สะท้อนความรู้รอบเกี่ยวกับ ผู้เรียน ครู และโรงเรียน</p>	<p>1. การเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง ผ่านการสอนของอาจารย์ด้วยวิธีการที่หลากหลาย เช่น การศึกษากรณี ตัวอย่าง การสังเกตการณ์สอน การสังเกตพฤติกรรมผู้เรียน การสัมภาษณ์ผู้มีประสบการณ์ การฝึกเขียนแผนการจัดการเรียนรู้ การผลิตสื่อประกอบการจัดการเรียนรู้ การทดลองสอน เป็นต้น</p>	<p>1. อาจารย์สังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้และพัฒนาการด้านทักษะการสอน</p> <p>2. นิสิตประเมินตนเอง</p>
<p>● 6.2 แสดงออกถึงทักษะในการจัดการความรู้ การใช้ภาษาและการสื่อสารระหว่างบุคคล การสร้างสัมพันธภาพ และการทำงานเป็นทีม การใช้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือในการสืบค้น จัดเก็บ และปฏิบัติงาน แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์</p>	<p>2. การเรียนรู้จากต้นแบบ ได้แก่ ผู้สอน เพื่อน</p>	
<p>○ 6.3 แสดงออกถึงความเชื่อ ค่านิยมที่ยึดมั่น คุณธรรม จริยธรรม วินัย ความรับผิดชอบ และประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี</p>		
<p>6.4 ปฏิบัติการสอนเป็นผู้ช่วยครูทางพลศึกษา ดูแลช่วยเหลือผู้เรียนด้วยความรัก เมตตา กรุณา เอื้ออาทร รู้จักผู้เรียน เป็นรายบุคคลและยอมรับความแตกต่างของผู้เรียน สามารถ</p>		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
<p>วิเคราะห์ปัญหา พัฒนาผู้เรียน เป็นรายบุคคล และรายงานผล การพัฒนาคุณภาพผู้เรียนได้ อย่างเป็นระบบ</p>		
<p>○ 6.5 แสดงออกถึงการใช้ และ พัฒนาทักษะการจัดการความรู้ การใช้ภาษาและการสื่อสาร ระหว่างบุคคล การสร้าง สัมพันธภาพ การจัดการอารมณ์ ของตนเองและเข้าใจอารมณ์ ของผู้อื่น การทำงานเป็นทีม การใช้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือ ในการสืบค้น จัดเก็บ และ ปฏิบัติงานแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ทางพลศึกษาร่วมกับผู้อื่นอย่าง สร้างสรรค์</p>		
<p>● 6.6 นำความรู้มาใช้วางแผน ออกแบบหลักสูตรรายวิชา กิจกรรมการจัดการเรียนรู้ การ วัด ประเมินผล ผลิตสื่อ/ นวัตกรรมทางพลศึกษาเพื่อ แก้ปัญหาหรือพัฒนาผู้เรียน</p>		
<p>6.7 จัดการเรียนรู้ในสถานการณ์ จริงอย่างน้อย 2 ระดับ หรือ 2 ระดับชั้น และสร้างบรรยากาศ การเรียนรู้ให้ผู้เรียนมีความสุข</p>		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
<p>ในการเรียน ใช้วิธีการวัดและประเมินผลทางพลศึกษาเพื่อพัฒนาผู้เรียน บันทึกและเขียนรายงานการปฏิบัติงานสอนและถอดบทเรียนเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้</p>		
<p>6.8 วางแผนจัดการเรียนรู้และจัดการชั้นเรียนในสถานการณ์จริงอย่างน้อย 1 ภาคเรียน เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้มีปัญญา รู้คิด และมีความเป็นนวัตกรรม ใช้วิธีการวัดและประเมินผลทางพลศึกษาเพื่อเสริมพลังการเรียนรู้ ประยุกต์ใช้สื่อและเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อการเรียนรู้ และสร้างนวัตกรรมทางพลศึกษาและกีฬา</p>		
<p>6.9 แสดงออกถึงการพัฒนาทักษะการใช้ภาษาและการสื่อสารระหว่างบุคคล การสร้างสัมพันธภาพ การจัดการอารมณ์ของตนเองและเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น การทำงานเป็นทีม การใช้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือในการพัฒนาการปฏิบัติงานในหน้าที่ครูอย่างมีประสิทธิภาพ</p>		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
● 6.10 บูรณาการศาสตร์การสอน เนื้อหา เทคโนโลยี และ จรรยาบรรณวิชาชีพในการ จัดการเรียนรู้ทางพลศึกษาเพื่อ พัฒนาผู้เรียนโดยใช้วิจัยเป็น ฐาน		
○ 6.11 จัดการความรู้จากการ ปฏิบัติงานในหน้าที่ครูพลศึกษา โดยการสะท้อนคิด การถอด บทเรียน การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์ และเผยแพร่		

#### 5. แผนการสอน

บรรยาย	สอนเสริม	การฝึกปฏิบัติ/การฝึกงาน ภาคสนาม	การศึกษาด้วยตนเอง
30	-	30	75

ระบุหัวข้อ/รายละเอียด สัปดาห์ที่สอน จำนวนชั่วโมงการสอน (ซึ่งต้องสอดคล้องกับจำนวนหน่วยกิต)

กิจกรรมการเรียนการสอนและสื่อที่ใช้ รวมทั้งอาจารย์ผู้สอน ในแต่ละหัวข้อ/รายละเอียดของรายวิชา

#### 5.แผนการสอน

ลำดับ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวนชั่วโมง		กิจกรรมการเรียน การสอนและสื่อที่ใช้	ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ		
1.	ปฐมนิเทศ/ข้อปฏิบัติในการเรียน -ประวัติความเป็นมาของศิลปะป้องกันตัวในแต่ละ แขนง -หลักในการป้องกันตัว -การใช้งานและการบำรุงรักษาอุปกรณ์ในการฝึก มอบหมายงาน	4	-	บรรยายประกอบสื่อ Power Point / อภิปราย/สร้างชั้นเรียน online ในWeb Ex	อ.ภิญโญ
2	-การอบอุ่นร่างกายและการยืดเหยียด กล้ามเนื้อเฉพาะส่วน -สมรรถภาพทางกายที่มีความสำคัญต่อการ ฝึกศิลปะป้องกันตัว	2	2	บรรยาย / สาธิต พร้อม ทั้งฝึกปฏิบัติ	อ.ภิญโญ
3	-การเคลื่อนไหวร่างกายในการป้องกันตัว	2	2	บรรยาย/วิดีโอ ฝึกปฏิบัติ	อ.ภิญโญ
4	-หลักการล้ม การม้วนหน้า การกริ่ง	2	2	บรรยายและสาธิต พร้อมทั้งฝึกปฏิบัติ	อ.ภิญโญ
5	-ทักษะการชก หมัดตรง หมัดเหวี่ยง หมัด เสย -ทักษะการย่อเข้าและการชกเป้า	2	2	บรรยายและสาธิต พร้อมทั้งฝึกปฏิบัติ	อ.ภิญโญ
6	-ทบทวนทักษะการชก -ทักษะการศอก ประกอบด้วยศอกตี,ศอกตัด ,ศอกจัด,ศอกพุ่ง,ศอกกระทิง,ศอกสับ,ศอก กลับ -ทักษะการย่อเข้าและการชกเป้า	2	2	บรรยายและสาธิต พร้อมทั้งฝึกปฏิบัติ	อ.ภิญโญ
7	ทบทวนทักษะการชกและการศอก -ทักษะการเข้า ประกอบด้วย เข้าตรง,เข้าตี เข้าลอย	2	2	บรรยายและสาธิต พร้อมทั้งฝึกปฏิบัติ	อ.ภิญโญ
8	สอบการปฏิบัติทักษะการต่อสู้ครั้งที่ 1	1	3	บรรยาย/วิดีโอ ฝึกปฏิบัติ	อ.ภิญโญ
9	สอบกลางภาค				
10	เทคนิคการชก, การศอกและการเข้าในการ ต่อสู้ระยะสั้นและระยะประชิด	2	2	บรรยายและสาธิต พร้อมทั้งฝึกปฏิบัติ	อ.ภิญโญ



สัปดาห์ ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวนชั่วโมง		กิจกรรมการเรียน การสอนและสื่อที่ใช้	ผู้สอน
		บรรยาย	ปฏิบัติ		
11	สอบการปฏิบัติทักษะการต่อสู้ครั้งที่ 2	1	3	บรรยายและสาธิต พร้อมทั้งฝึกปฏิบัติ	อ.ภิญโญ
12	-ทักษะการถือ -การเตะเฉียง ประกอบด้วยเตะกวาด,เตะ เจาะยาง,เตะตัด และเตะก้านคอ -ทักษะการปล่อยเป้าถือและเป้าเตะ	2	2	บรรยาย/วิดีโอ ฝึกปฏิบัติ	อ.ภิญโญ
13-14	-เทคนิคการป้องกันตัวด้วยมือเปล่า	4	4	บรรยาย/วิดีโอ ฝึกปฏิบัติ	อ.ภิญโญ
15	-ทักษะการใช้อาวุธสั้น	2	2	บรรยาย/วิดีโอ ฝึกปฏิบัติ	อ.ภิญโญ
16	- เทคนิคการป้องกันตัวจากอาวุธ	2	2	บรรยาย/วิดีโอ ฝึกปฏิบัติ	อ.ภิญโญ
17	สอบปลายภาค				
รวม		30	30		

## 6. แผนประเมินการเรียนรู้

(●: ประเมินเฉพาะความรับผิดชอบหลัก)

ลำดับ	ผลการเรียนรู้	วิธีประเมิน	สัปดาห์ที่ประเมิน	สัดส่วนของการ ประเมิน
1.	ด้านคุณธรรม จริยธรรม(2.1)	การเข้าชั้นเรียน การส่งงานภายใน กำหนดเวลา ความมีระเบียบวินัย ในการทำงาน	ทุกสัปดาห์	15%
2.	ด้านความรู้(3.2)	การสอบปลายภาค	สัปดาห์ที่ 17	20 %
3.	ทักษะความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคลและ ความรับผิดชอบ (6.1)	สังเกตจากพฤติกรรมการเรียน,	ทุกสัปดาห์	5%
4.	ด้านทักษะทาง ปัญญา	การทดสอบทักษะเทควันโดครั้งที่ 1 การทดสอบทักษะเทควันโดครั้งที่ 2	สัปดาห์ที่ 5 สัปดาห์ที่ 8	20% 20%

		ชั้นงาน	สัปดาห์ที่ 16	10%
5	ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ(8.1)	การร่วมแสดงความคิดเห็น	ทุกสัปดาห์	5%
6	ด้านทักษะด้านการจัดการเรียนรู้( 12.2)	การเข้าชั้นเรียน การส่งงานภายใน กำหนดเวลา ความมีระเบียบวินัยในการทำงาน	ทุกสัปดาห์	5%
รวม				100%

### หมวดที่ 6 ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

#### 1. ตำรา เอกสารหลัก และข้อมูลสำคัญ

กรมพลศึกษา. (2552). คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโด T-Licence. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.

คึกเดช กันตามระ. (2551). แม่ไม้มวยไทยศิลปะป้องกันตัว. กรุงเทพฯ : จุฬาฯ

จตุรงค์ เหมรา. (2538). วิทยาศาสตร์การกีฬา. ลำปาง: วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดลำปาง.

เจริญ กระบวนรัตน์. (2544). การฝึกกล้ามเนื้อด้วยการยกน้ำหนัก. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ชาญณรงค์ สุหงษา. (2545). คู่มือการสอนมวยไทยเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : บรรณกิจ.

ทुरย มีกุดเวียง. (2551). ปรัชญาการฝึกและการโค้ชกีฬา. นครราชสีมา: วิทยาลัยนครราชสีมา.

รังสฤษฏ์ บุญชะลอ. (2550). มวยไทย. ปทุมธานี : สกายบุ๊กส์.

#### 2. เอกสารและข้อมูลแนะนำ

เอกสารประกอบการสอนเรื่อง “การป้องกันตนเองขั้นพื้นฐานฐาน”

## หมวดที่ 7 การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา

### 1. กลยุทธ์การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนิสิต

การประเมินประสิทธิผลในรายวิชานี้โดยนักศึกษา ซึ่งได้จัดกิจกรรมในการระดมความคิดเห็นจากนักศึกษาได้ ดังนี้

- การสนทนากลุ่มระหว่างผู้สอนและผู้เรียน
- การสังเกตการณ์จากพฤติกรรมของผู้เรียน
- แบบประเมินผู้สอน และแบบประเมินรายวิชา
- ข้อเสนอแนะผ่านเว็บบอร์ด ที่อาจารย์ผู้สอนได้จัดทำเป็นช่องทางการสื่อสารกับนักศึกษา

### 2. กลยุทธ์การประเมินการสอน

ในการเก็บข้อมูลเพื่อประเมินการสอน ได้มีกลยุทธ์ดังนี้

- ผลการสอบ
- การทวนสอบผลประเมินการเรียนรู้

### 3. การปรับปรุงการสอน

หลังจากผลการประเมินการสอนในข้อ 2 จึงมีการปรับปรุงการสอน โดยการจัดกิจกรรมในการระดม

สมอง และหาข้อมูลเพิ่มเติมในการปรับปรุงการสอน ดังนี้

- สัมมนาการจัดการเรียนการสอน
- การวิจัยในและนอกชั้นเรียน

### 4. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนิสิตในรายวิชา

ในระหว่างกระบวนการสอนรายวิชา มีการทวนสอบผลสัมฤทธิ์ในรายหัวข้อ ตามที่คาดหวังจากการ

เรียนรู้ในวิชา ได้จาก การสอบถามนักศึกษา หรือการสุ่มตรวจผลงานของนักศึกษา รวมถึงพิจารณาจากผลการ

ทดสอบย่อย และหลังการออกผลการเรียนรายวิชา มีการทวนสอบผลสัมฤทธิ์โดยรวมในวิชาได้ดังนี้

- การทวนสอบการให้ คะแนนจากการสุ่มตรวจผลงานของนักศึกษาโดยอาจารย์อื่น หรือ

ผู้ทรงคุณวุฒิที่ไม่ใช่อาจารย์ประจำหลักสูตร

- มีการตั้งคณะกรรมการในสาขาวิชา ตรวจสอบผลการประเมินการเรียนรู้ของนักศึกษา โดย

ตรวจสอบข้อสอบ รายงาน วิธีการให้คะแนนสอบ และการให้คะแนนพฤติกรรม

5. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิผลของรายวิชา

จากผลการประเมิน และทวนสอบผลสัมฤทธิ์ประสิทธิผลรายวิชา ได้มีการวางแผนการปรับปรุงการสอน

และรายละเอียดวิชา เพื่อให้เกิดคุณภาพมากขึ้น ดังนี้

- ปรับปรุงรายวิชาทุก 3 ปีหรือตามข้อเสนอแนะและผลการทวน