



## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

- การุณ นาคสวัสดิ์. ปัญหาการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนมูลนิธิคณะเซนต์คาเบรียลแห่งประเทศไทย. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.
- ก่อ สวัสดิพานิชย์. บทบาทผู้ปกครองและครูในการพัฒนาการศึกษาของเยาวชน. มิตรครู 21 (31 ตุลาคม 2521) : 21.
- กิตติพงษ์ ชติยะ. การศึกษาการส่งเสริมของบิดา มารดา ด้านออกกำลังกายของเด็กก่อนวัยเรียนโรงเรียนอนุบาล จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.
- กฤษยา อนันตวงศ์. สภาพและปัญหาการจัดดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- ขจรพงษ์ เพชรเลิศอนันต์. การสำรวจบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนสาธิตประถมศึกษา สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536.
- ครรชิต นิสวอนุตรพันธ์. ความคาดหวังของครูศิลปศึกษาต่อบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมการเรียนศิลปศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาศิลปศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.
- คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน. ข่าวสารวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพมหานคร : รุ่งเรืองสาส์นการพิมพ์, 2534.
- จรรยา สุวรรณทัต. สุขภาพของครูในถิ่นกันดารที่สัมพันธ์กับปัญหาการสอนและเจตคติที่มีต่อเด็ก. วารสารวิจัยทางการศึกษา (มิถุนายน 2522) : 43 – 47.
- จรรยา แก่นวงษ์คำ. การจัดและการบริหารพลศึกษาในโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไอดีเอ็นเอสไตร์. พิมพ์ครั้งที่ 1, 2523.

- จันทร์พิมพ์ พลพะวงศ์. หลักและการบริหารพลศึกษาในโรงเรียน. เอกสารประกอบการสอน : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พลศึกษา, 2529.
- ชนิตา รักษ์พลเมเทือง. สังคมวิทยาการศึกษา สาระทัศนะแนวความคิดและทฤษฎี. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2531.
- ดุษฎี บริพัตร ณ. อยุธยา. เด็กปัญญาเลิศ. กรุงเทพมหานคร : บริษัทเลิฟแอนเลิฟเพรส, 2535.
- เดโช สนวนานนท์. จิตวิทยาสำหรับครูและผู้ปกครอง. พระนคร : สำนักพิมพ์ไอดีเอ็นเอสโตร์, 2514.
- ถาวร เกิดเกียรติพงศ์ และวราคม ทีสุกะ. สังคมวิทยาการศึกษา. ภาควิชาสังคมวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2522.
- บุญยืน เสริมศักดิ์สกุล. วันพบผู้ปกครอง ความร่วมมือระหว่างบ้านกับโรงเรียนที่น่าสนับสนุน. สารฟ้าขาว 4, (ตุลาคม 2526).
- บันลือ พุกกะวัน. การประถมศึกษา. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2525.
- ปฐาณี จิตวิวัฒนา. สังคมวิทยาเบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท., 2517.
- ประมวล ดิคคินสัน. เมื่อลูกรักได้ครูดี. กรุงเทพมหานคร : พับลิคบิสเนสพรีส, 2536.
- ประเทิน มหพันธ์. ศิลปะในโรงเรียนประถม. พิมพ์ครั้งที่2. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไอดีเอ็นเอสโตร์, 2531.
- ปรีชา สุริยะ. ความคิดเห็นของนักเรียนระดับมัธยม ในโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย เกี่ยวกับการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- ผุสดี เรื่องศรีมัน. บทบาทของผู้ปกครองหรือครูในการส่งเสริมนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีสติปัญญาเลิศ และความสามารถพิเศษ. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาวิจัยการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2527.
- พัฒนา เจริญวัฒนะมงคล. สภาพและปัญหาการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา คาทอลิกกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.
- พิทักษ์ ชูรวงษ. ปัญหาเด็กเรียนไม่ดี. ประชากรศึกษา 34 ( สิงหาคม 2527 ): 4 – 6.
- เพ็ญแข ประจันปัจฉนีก. พื้นฐานความเข้าใจทางจิตวิทยา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2521.

- เพ็ญศรี อรุณรุ่งเรือง. อิทธิพลของสถานภาพทางเศรษฐกิจ และสังคมของพ่อแม่ที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของลูก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์ ภาควิชาสังคมวิทยา และมนุษยวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522.
- เพื่อการพัฒนาเด็ก, มูลนิธิ. สื่อยุคใหม่กับเด็กไทยวันนี้. วารสารการศึกษา ปีที่ 21, (พฤศจิกายน 2540).
- ไพฑูริย์ สีนลารัตน์. ปรัชญาการศึกษาเบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาอุดมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.
- พอง เกิดแก้ว. การพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร : วัฒนาพานิช, 2520.
- รัตนา ตุงคสวัสดิ์. พื้นฐานการศึกษาทางสังคม. ภาควิชาสารัตถศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.
- เรื่องรัตน์ ปัญญารงค์. ลักษณะอำนาจในครอบครัวไทย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทครุศาสตร์บัณฑิต ภาควิชาอุดมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2526.
- ละเมียด ลิ้มอักษร. ที่พึ่งของเด็ก. ประชาศึกษา. 28 (พฤษภาคม 2521) : 42-48.
- วรรณงาม รุ่งพิสุทธิพงษ์. ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูกับสติปัญญา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2522.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. " แนวโน้มและวิธีการเรียนการสอนพลศึกษาในโรงเรียน ". วารสารพัฒนาหลักสูตร. ศูนย์พัฒนาหลักสูตร กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ อันดับที่ 32 พฤศจิกายน 2527.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. รายงานผลการวิจัยเงินทุนวิจัยรัชดาภิเษกและสมโภช เรื่องการประเมินโปรแกรมพลศึกษาของโรงเรียนรัฐบาลในระดับมัธยมศึกษาของไทย. ม.ป.ท. , 25.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. หลักและวิธีสอนวิชาพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2527.
- วราภรณ์ รักวิจัย. การอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย. กรุงเทพมหานคร : ต้นอ้อ, 2533.
- วิรุณ ตั้งเจริญ. วิวัฒนาการศิลปศึกษาและสุนทรียภาพของเด็กไทยในปัจจุบัน. กรุงเทพมหานคร : ฝ่ายวางแผนและพัฒนา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2527.
- วิรุณ ตั้งเจริญ. ศิลปะเด็ก. สภาพปัจจุบันและอนาคต. กรุงเทพมหานคร : 2532.
- วิรุณ ตั้งเจริญ. ศิลปะศึกษา. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์วิมลวรรณ, 2526.
- ศรีสุดา ศิริสิทธิ์. ความคิดเห็นของครูและผู้ปกครองต่อการให้ที่บ้านนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 4. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาประถมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522.

- ศักดิ์ดา ปรางค์ประทานพร. พ่อแม่จะช่วยให้ลูกเรียนรู้ได้อย่างไร. คุรุปริทัศน์ 4 (มิถุนายน 2522)  
: 32-34.
- ศิริมาศ ไทยวัฒนา. กิจกรรมพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา. กรุงเทพมหานคร : คณะครุศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522.
- ศิริวัลย์ อุดมพรวิรัตน์. การส่งเสริมการเรียนรู้คณิตศาสตร์ของผู้ปกครองนักเรียนชั้นประถมศึกษา  
ปีที่ 2. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาประถมศึกษา บัณฑิต  
วิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.
- ศึกษาธิการ, กระทรวง. คู่มือหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง 2533).  
พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, 2534.
- ศึกษาธิการ, กระทรวง. หลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง 2533). พิมพ์  
ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2535.
- ศึกษานิเทศก์, หน่วย, สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. จ. กลุ่มสร้างเสริม  
ลักษณะนิสัย : เรียนบ้าง เล่นบ้าง สร้างนิสัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภา  
ลาดพร้าว, 2527.
- สวัสดิ์ สุวรรณอักษร. ศึกษาปริทัศน์. กรุงเทพมหานคร, 2531.
- สวัสดิ์ สุวรรณอักษร. พ่อแม่ก็ช่วยครูในการสอนลูก. รายงานประจำปีและอนุสรณ์ชาติ 2527.  
สมาคมผู้ปกครองและครูโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, บรรณาธิการ.  
กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.
- สมุน อมรวิวัฒน์ และศิลา แซมณี. หลักการสอนจริยศึกษา. เอกสารการสอนชุดวิชาการสอน  
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย หน่วยที่ 1-7. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยสุโขทัย  
ธรรมาธิราช, 2526.
- สมุน อมรวิวัฒน์ และสมพงษ์ จิตระดับ. สาระและแผนการสอนวิชาหลักสูตรและการสอน  
ระดับประถมศึกษา. โครงการตำราและเอกสารทางวิชาการ คณะครุศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.
- สุวรรณแดง เวียง. สภาพและปัญหาการจัดและดำเนินงานโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนประถม  
ศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, 2539.

- สุวัฒนา แก้วสุวรรณ. บทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมการเรียนรู้ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามการรับรู้ของครูและนักเรียน. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาสารัตถศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.
- สิริวรรณ ฉายวิไล. ปัญหาการใช้หลักสูตรวิชาพลศึกษาตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 (ฉบับในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ ตามการรับรู้ของผู้บริหาร และครูผู้สอนวิชาพลศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2538.
- แสงโสม รัตระกูล. สร้างวินัยความสุขให้ลูกรัก. กรุงเทพมหานคร, 2531.
- โสภิตอนงค์ บุญช่วย. สภาพการจัดการเรียนการสอนระดับก่อนประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชน กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาประถมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2531.
- องค์การ อินทรมพรรย์. แนวทางการใช้หลักสูตรประถมศึกษาในปัจจุบัน. เอกสารการสอนชุดวิชา พฤติกรรมการสอนประถมศึกษา เล่มที่ 2. หน้า 65 – 117. กรุงเทพมหานคร: พินนี้พับลิชชิง, 2525.
- อนงค์ หงสา. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และเจตคติของผู้ปกครองเกี่ยวกับหลักสูตรกับการส่งเสริมการเรียนรู้ให้แก่ นักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา จังหวัดนครสวรรค์. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาประถมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.
- อารี รังสินันท์. ความคิดสร้างสรรค์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แพรวพิทยา, 2528.

### งานวิจัยต่างประเทศ

- Antonovsky, H.F. A Contribution to Research in the area of the of the Mother Child Relationship. Child Development XIV, 1958.
- Bali, Boris, Jr. Parents "always" matter in education. The education resources information center (1/82-3/91), 1985.
- Beakw, J.C. Employment of the Elementary School Physical Education Specialist And a Model For Change. Dissertation Abstracts, 1975.
- Bloom, Benjamin S. Taxonomy of Educational objectives Handbook I : cognitive Domain. New York : David Mickley, 1975.
- Bucher, C.A. Foundations of Physical Education. St. Louis : The C.V. Mosby, 1975.
- Burgess, Tyrrell. "Home and Background." In Home and School. P. 153 England : Penguin Press, 1973.
- Dwyer, Barry. Today's Primary School : A Handbook for Parents. New South Wales : Newtown, 1994.
- Fowler, John S. The Attitudes, Reaction, and perceptions of Elementary School children Towards Differents in Teaching in Teaching Method in Physical Education. Dissertation abstracts International, 1974.
- Hurlock, Elizabeth B. Adolescent Development. 3 rd. C.D. New York : M.C., Craw Hill Book, 1976.
- Loretta R. Lauritis. Parents' Perceptions of Their Children, Parents' child Rearing Practices, and Children's Interpersonal Behavior and Adult. Dissertation Abstracts International, 37 (June, 1977) : 636-A.
- Ligon, E.M. The growth and development of chistian personality. Schencetady. NY : The Union Collage Character Research Project, 1957.
- Paul B. Horton and Chester I Hunt. Sociology New York : McGraw-Hill, 1984. Pp. 238-241.
- Pucket, John R. Guide to and Effective Physical Education programs. New York : Parker Publishing, 1976.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก.

หลักสูตรระดับประถมศึกษา หลักสูตรระดับมัธยมศึกษา



## หลักสูตรระดับประถมศึกษา หลักสูตรระดับมัธยมศึกษา

### หลักสูตรประกอบด้วย

1. จุดมุ่งหมายของหลักสูตรแต่ละระดับ
2. การกำหนดวัยเรียน เวลาเรียน อัตราเวลาเรียน
3. สังเขปหัวข้อวิชาในแต่ละหมวดวิชา และประสบการณ์ทั้งหมด
4. กิจกรรมการเรียนการสอนในชั้นเรียน รวมทั้งการประเมินผล
5. กิจกรรมของโรงเรียนที่มุ่งเสริมพัฒนาการ และประสบการณ์ของนักเรียน
6. กิจกรรมเสริมหลักสูตร

### หลักสูตรประถมศึกษามีหลักการสำคัญ ดังนี้

1. เป็นการศึกษาขั้นพื้นฐานเพื่อป้องกัน
2. เป็นการศึกษาที่มุ่งให้ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้จากการเรียนไปใช้ประโยชน์ในการดำรงชีวิต
3. เป็นการศึกษาที่มุ่งสร้างเอกภาพของชาติ โดยมีเป้าหมายหลักร่วมกัน แต่ให้ท้องถิ่นมีโอกาสพัฒนาหลักสูตรบางส่วนให้เหมาะสมกับสภาพและความต้องการได้

### จุดมุ่งหมายของหลักสูตรประถมศึกษา

การศึกษาระดับประถมศึกษาเป็นการศึกษาขั้นพื้นฐานที่มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้สามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตให้พร้อมที่จะทำประโยชน์ให้กับสังคม ตามบทบาทและหน้าที่ของตนในฐานะพลเมืองดีตามระบอบการปกครองแบบประชาธิปไตยที่มีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข โดยให้ผู้เรียนมีความรู้และทักษะพื้นฐานในการดำรงชีวิต ทนต่อการเปลี่ยนแปลง มีสุขภาพสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ ทำงานเป็น และครองชีวิตอย่างสงบสุข

ในการจัดการศึกษาตามหลักสูตรนี้ จะต้องมุ่งปลูกฝังให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะดังต่อไปนี้

1. มีทักษะพื้นฐานในการเรียนรู้ คงสภาพอ่านออกเขียนได้และคิดคำนวณได้
2. มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง ธรรมชาติแวดล้อม และการเปลี่ยนแปลงของสังคม
3. สามารถปฏิบัติตนในการรักษาสุขภาพอนามัยของตนเองและครอบครัว
4. สามารถวิเคราะห์สาเหตุและเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองและครอบครัวได้อย่างมีเหตุผลด้วยทักษะกระบวนการทางวิทยาศาสตร์

5. มีความภูมิใจในความเป็นคนไทย มีนิสัยไม่เห็นแก่ตัว ไม่เอาเปรียบผู้อื่น และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข
6. มีนิสัยรักการอ่านและใฝ่หาความรู้อยู่เสมอ
7. มีความรู้และทักษะพื้นฐานในการทำงาน มีนิสัยรักการทำงาน และสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้
8. มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับสภาพและการเปลี่ยนแปลงของสังคมในบ้านและชุมชน สามารถปฏิบัติตนตามบทบาทและหน้าที่ในฐานะสมาชิกที่ดีของบ้านและชุมชน ตลอดจนอนุรักษ์และพัฒนาสิ่งแวดล้อม ศาสนา ศิลปะ วัฒนธรรมในชุมชนรอบ ๆ บ้าน

## หลักสูตรพลศึกษา ในระดับประถมศึกษา

### ป.1 – ป.2

ลักษณะของการเรียนการสอนเป็นแบบบูรณาการ จึงไม่ได้แยกวิชาออกมาอย่างชัดเจน แต่มีการจัดหน่วยการเรียนรู้ ซึ่งประกอบไปด้วย 10 หน่วย แต่กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับพลศึกษา หรือกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหว จะจัดอยู่ในหน่วยที่ 1 - 4

#### หน่วยที่ 1 มั่นใจในการเคลื่อนไหว

สังเกตรูปแบบของการเคลื่อนไหวที่สวยงามและไม่สวยงาม อภิปรายผลของการเคลื่อนไหวที่มั่นใจและไม่มั่นใจ ฝึกปฏิบัติด้วยการใช้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายทำจังหวะและเคลื่อนไหวให้สัมพันธ์กับจังหวะ รวมนวงเล่นเครื่องเคาะจังหวะ เล่นประกอบเพลง แสดงการเล่นพื้นเมือง วาดภาพระบายสีตามรูปแบบ บอกความรู้สึกที่เกิดจากการแสดงอย่างมั่นใจและไม่มั่นใจ และเลือกกิจกรรมที่แสดงได้อย่างมั่นใจไปใช้ในการเล่นอย่างเสรี

#### หน่วยที่ 2 ใฝ่รู้ใฝ่เรียน

สังเกต เปรียบเทียบลักษณะการเคลื่อนไหวของธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัว อภิปรายผลของการสังเกต เปรียบเทียบ ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัวเรา บอกผลของการสังเกตธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่นำไปสู่การเพิ่มพูนความเข้าใจ และความชื่นชม ความงามตามธรรมชาติ แล้วนำผลจากการสังเกตที่ดีไปใช้ในการถ่ายทอดความรู้สึกต่อ

ประสบการณ์ต่าง ๆ ด้วยการบรรยายชมธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เขียนภาพระบายสี พิมพ์ขึ้นจากธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เคลื่อนไหวร่างกาย ส่งเสียงเลียนแบบธรรมชาติ โดยใช้ดนตรีหรือเครื่องเคาะจังหวะประกอบ ทำท่าเลียนแบบธรรมชาติเชิงนาฏศิลป์

### หน่วยที่ 3 สนุกกับจินตนาการ

สังเกตภาพ ฟังเพลง เคลื่อนไหวร่างกายตามแบบที่กำหนดให้

อภิปรายผลการสังเกต ฟังเพลง เคลื่อนไหวร่างกาย ฝึกเขียนภาพระบายสีจากเรื่องราว นิทาน ออกแบบสร้างสรรค์จากวัสดุ โดยการพับ ตัด ฉีก ให้เป็นรูปแบบต่าง ๆ ฟังเพลงพระราชนิพนธ์ ร้องเพลงไทยเดิมง่าย ๆ เพลงไทยสากล เคลื่อนไหวร่างกาย ทำท่าทางประกอบเรื่องราว นิทานให้เข้ากับจังหวะเพลงอย่างอิสระ

### หน่วยที่ 4 พัฒนาความสามารถของตนเอง

ฝึกเคลื่อนไหวร่างกายด้วยการเดิน วิ่ง กระโดด หมุนตัว กลับตัว ยืน ขว้าง ปา เหยียด ให้เข้ากับจังหวะ ตามแบบที่กำหนดให้ ฝึกเล่นแบบผลัด เล่นโยดโผน

อภิปรายผลของการเคลื่อนไหวที่ปฏิบัติได้และปฏิบัติไม่ได้ สำรวจหาข้อบกพร่อง โดยศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมและฝึกปฏิบัติซ้ำ ๆ จนเกิดความมั่นใจ นำผลจากการศึกษาไปปรับปรุงกิจกรรมที่แสดงให้มีทักษะที่ดีขึ้น

## ป.3 – ป.4

ได้เรียนกิจกรรมพลศึกษา ดังนี้

1. เกมเบ็ดเตล็ดและเกมนำไปสู่กีฬา โดยฝึกเล่นเกมเบ็ดเตล็ด เช่น เกมจับหมู เกมลิงชิงบอล เกมตีบอลข้ามแดน เกมต่อแถว เกมนำไปสู่กีฬา โดยฝึกวิธีการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างมือกับตา เท้ากับตา
2. กิจกรรมเข้าจังหวะ โดยฝึกทำจังหวะตามเพลง ฝึกท่ากายบริหารไว้เข้ากับจังหวะเพลง ฝึกการเล่นพื้นเมือง
3. ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐาน ฝึกเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานด้วยการกลิ้งตัว ม้วนตัว กระโดด ห้อยโหน ใต้เชือก ปีนป่าย การทรงตัว ความอ่อนตัว ความคล่องแคล่ว โดยใช้อุปกรณ์ที่เหมาะสมกับเพศ วัย
4. กีฬา ให้เล่นกีฬาบังคับประเภทคู่ เช่น วิ่งระยะสั้น วิ่งผลัด และประเภทลาน เช่น วิ่งกระโดดไกล และเลือกเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภทหมู่คณะ เช่น แอนด์บอล ห่วงยาง ตามความสนใจ

5. กิจกรรมนันทนาการ ฝึกเข้าร่วมปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ที่สนใจ และเป็นประโยชน์ ต่อตนเองและครอบครัว

### ป.5 – ป.6

ได้เรียนกิจกรรมพลศึกษา ดังนี้

1. กิจกรรมเข้าจังหวะ โดยฝึกทำกายบริหาร คอ ไหล่ แขน ลำตัว ขา ให้เข้ากับ จังหวะดนตรี ฝึกการแปรขบวนให้เกิดความพร้อมเพรียง

2. ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐาน โดยฝึกการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานด้วยการกลิ้งตัว ม้วนตัว กระโดด ห้อยโหน หกกบ หกสามเหลี่ยม หกสี่เหลี่ยม การทรงตัว ความอ่อนตัว ความคล่องตัว โดยใช้อุปกรณ์ที่เหมาะสมกับเพศ และวัย

3. กีฬา ให้เล่นกีฬาบังคับประเภทคู่ เช่น วิ่งระยะสั้น วิ่งผลัด วิ่งข้ามรั้ว และ ประเภทลาน เช่น วิ่งกระโดดไกล วิ่งกระโดดสูง และเลือกเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภทหมู่ คณะ เช่น ปิงปอง แบดมินตัน วอลเลย์บอล ฟุตบอล วอลเลย์บอล ตามความสนใจ

4. กิจกรรมทดสอบสมรรถภาพทางกาย โดยฝึกสังเกตและทดสอบสมรรถภาพทางกายเบื้องต้น

5. กิจกรรมแบบผลัด สังเกตวิธีการฝึกเลี้ยงลูกบอลล้อมสิ่งกีดขวาง วิ่งผลัดทางตรง วิ่งหลบหลีก วิ่งข้ามเครื่องกีดขวาง และกระบวนกรที่จะทำให้เกิดความคล่องว่องไว

6. กิจกรรมนันทนาการ โดยฝึกเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่น่าสนใจ

หลักสูตรพลศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

### จุดประสงค์

1. เพื่อให้มีทักษะการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา การดูแลสุขภาพและ สวัสดิภาพ
2. เพื่อให้มีความรู้ความสามารถเกี่ยวกับการพัฒนา และรักษาสมรรถภาพทางกาย และจิตใจ สุขภาพและสวัสดิภาพ
3. เพื่อให้เห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา การดูแลสุขภาพ และ สวัสดิภาพ
4. เพื่อให้มีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา และมีสุขนิสัยที่ดี

## โครงสร้าง

## วิชาบังคับ

วิชาบังคับแกน

## ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

พ 101	พละนาถัย 1	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	------------	-------------------	-------------------

พ 102	พละนาถัย 2	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	------------	-------------------	-------------------

## ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

พ 203	พละนาถัย 3	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	------------	-------------------	-------------------

พ 204	พละนาถัย 4	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	------------	-------------------	-------------------

## ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

พ 305	พละนาถัย 5	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	------------	-------------------	-------------------

พ 306	พละนาถัย 6	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	------------	-------------------	-------------------

วิชาบังคับเลือก

## วิชาสุขศึกษา

พ 011	สุขศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	----------	-------------------	-------------------

พ 012	สุขศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	----------	-------------------	-------------------

พ 013	สุขศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	----------	-------------------	-------------------

พ 014	สุขศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	----------	-------------------	-------------------

พ 015	สุขศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	----------	-------------------	-------------------

พ 016	สุขศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	----------	-------------------	-------------------

## วิชาพลศึกษา

พ 021	สุขศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	----------	-------------------	-------------------

พ 022	สุขศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	----------	-------------------	-------------------

พ 023	สุขศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	----------	-------------------	-------------------

พ 024	สุขศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	----------	-------------------	-------------------

พ 025	สุขศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	----------	-------------------	-------------------

พ 026	สุขศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียน
-------	----------	-------------------	-------------------

วิชาเลือกเสรี

พ 017	โรคติดต่อที่สำคัญ ในสถานการณ์ปัจจุบัน	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 018	ปัญหาสุขภาพที่ สำคัญที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมและการประกอบอาชีพในปัจจุบัน	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 027	ยิมนาสติก	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 028	กรีฑา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 029	เทเบิลเทนนิส	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0210	แบดมินตัน	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0211	เทนนิส	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0212	ว่ายน้ำ	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0213	บาสเกตบอล	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0214	วอลเลย์บอล	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0215	ฟุตบอล	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0216	ตะกร้อ	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0217	เซปักตะกร้อ	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0218	ดาบสองมือ	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0219	กิจกรรมเข้าจังหวะ	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0220	กายบริหารประกอบดนตรี	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0221	แอโรบิกแดนซ์	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0222	กีฬานันทนาการ	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0223	พลอ์เอกเซอร์ไซส์	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0224	กระบี่	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0225	ศิลปะป้องกันตัว	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0226	แฮนด์บอล	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0227	จักรยาน	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0228	เน็ตบอล	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0229	ยกน้ำหนัก	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0230	เปตอง	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้

พ 0231	ยิมนาสติกลีลาใหม่	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0232	ซอฟท์บอล	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0233	ยูโด	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้

#### หมายเหตุ

1. ในกรณีที่เลือกเรียนรายวิชาเลือกเสรีซ้ำกับกิจกรรมที่กำลังเรียนหรือเรียนแล้วในวิชาบังคับเลือกให้โรงเรียนจัดการเรียนการสอนให้สอดคล้องและสนับสนุน ซึ่งกันและกัน หรือจัดการเรียนการสอนให้อยู่ในระดับที่สูงขึ้นแล้วแต่กรณี
2. รายวิชาเลือกเสรีพลศึกษาสามารถเลือกเรียนซ้ำได้ แต่ต้องจัดการเรียนการสอนให้อยู่ในระดับที่สูงขึ้น
3. ผู้เรียนที่มีปัญหาทางร่างกายหรือสุขภาพ ให้โรงเรียนและครูพลศึกษาปรึกษาแพทย์แล้วพิจารณาจัดกิจกรรมพลศึกษาให้เหมาะสม

#### วิชาบังคับแกน

พ 101	พละนามัย 1	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
-------	------------	-------------------	----------------------

#### คำอธิบายรายวิชา

ให้มีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมกายบริหาร การออกกำลังกายด้วยกิจกรรมยิมนาสติกเบื้องต้น เกี่ยวกับการกลิ้งตัว ม้วนตัว ย่อตัว การลงสู่พื้น และอื่น ๆ อย่างถูกต้องปลอดภัยและสนุกสนาน หรืออาจนำกิจกรรมพลศึกษาอื่น ๆ ที่มีคุณค่าเท่าเทียมกับยิมนาสติกเบื้องต้นมาแทนตามความเหมาะสม พร้อมทั้งให้เรียนรู้การป้องกันการแก้ไขการเสริมสร้างสุขภาพ เพื่อให้รู้หลักและวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง มีทักษะ มีสมรรถภาพทางกายและทางจิต มีระเบียบวินัย เห็นคุณค่า และนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

พ 102	พละนามัย 2	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
-------	------------	-------------------	----------------------

#### คำอธิบายรายวิชา

ให้มีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมกายบริหาร การออกกำลังกายด้วยกิจกรรมเทเบิลเทนนิส ในเรื่องการจัดไม้ การตีลูกหน้ามือ การตีลูกหลังมือ การเสิร์ฟลูก การรับลูก การส่งลูก การเล่นเกม และอื่น ๆ อย่างถูกต้อง ปลอดภัยและสนุกสนาน หรืออาจนำกิจกรรมพลศึกษาอื่น ๆ ที่มีคุณค่าเท่าเทียมกับเทเบิลเทนนิสมาแทนตามความเหมาะสมพร้อมทั้งให้เรียนรู้การป้องกัน การแก้ไข การเสริมสร้างสุขภาพ เพื่อให้รู้หลักและวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง

มีทักษะ มีสมรรถภาพทางกายและทางจิต มีระเบียบวินัย เห็นคุณค่าและนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

พ 203 พละนามัย 3 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

#### คำอธิบายรายวิชา

ให้มีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมการบริหาร การออกกำลังกายด้วยกิจกรรมกรีฑาในเรื่องการตั้งต้นการวิ่ง การเข้าสู่เส้นชัย การวิ่งผลัด การวิ่งข้ามรั้ว การกระโดดสูง การกระโดดไกล การทุ่มน้ำหนัก การขว้างจักร และอื่น ๆ อย่างถูกต้อง ปลอดภัยและสนุกสนาน หรืออาจนำกิจกรรมพลศึกษาอื่น ๆ ที่มีคุณค่าเท่าเทียมกับกรีฑามาแทนตามความเหมาะสม พร้อมทั้งให้เรียนรู้การป้องกัน การแก้ไข การเสริมสร้างสุขภาพ เพื่อให้รู้หลักและวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง มีทักษะ มีสมรรถภาพทางกายและทางจิต มีระเบียบวินัย เห็นคุณค่า และนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

พ 204 พละนามัย 4 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

#### คำอธิบายรายวิชา

ให้มีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมกายบริหาร การออกกำลังกายด้วยกิจกรรมกระบี่กระบองเบื้องต้นในเรื่องการป้องกันตัว การหลบหลีก การตีถูกไม้ การรำและอื่น ๆ อย่างปลอดภัยและสนุกสนาน หรืออาจนำกิจกรรมพลศึกษาอื่น ๆ ที่มีคุณค่าเท่าเทียมกับกระบี่กระบองเบื้องต้นมาแทนตามความเหมาะสม พร้อมทั้งให้เรียนรู้การป้องกัน การแก้ไข การเสริมสร้างสุขภาพเพื่อให้รู้หลักและวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง มีทักษะ มีสมรรถภาพทางกายและทางจิตใจ มีระเบียบวินัย เห็นคุณค่า และนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

พ 305 พละนามัย 5 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

#### คำอธิบายรายวิชา

ให้มีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมกายบริหาร การออกกำลังกายด้วยกิจกรรมวอลเลย์บอลในเรื่องการส่งลูก การรับลูก การตั้งลูก การตบลูก วิธีการเล่นในตำแหน่งต่าง ๆ ทั้งในขณะเป็นผู้เล่นฝ่ายส่งลูกและฝ่ายรับลูก การเล่นเป็นทีมและอื่น ๆ อย่างถูกต้อง ปลอดภัยและสนุกสนาน หรืออาจนำกิจกรรมพลศึกษาอื่น ๆ ที่มีคุณค่าเท่าเทียมกับวอลเลย์บอลมาแทนตามความเหมาะสม พร้อมทั้งให้เรียนรู้การป้องกัน การแก้ไข การเสริมสร้างสุขภาพเพื่อให้รู้จักหลัก



และวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง มีทักษะ มีสมรรถภาพทางกายและทาง จิตใจ มีระเบียบวินัย เห็นคุณค่า และนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

พ 306 พลานามัย 6 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้  
คำอธิบายรายวิชา

ให้มีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมกายบริหาร การออกกำลังกายด้วยกิจกรรม บาสเกตบอลในเรื่องการส่งลูก การรับลูก การเลี้ยงลูก การยิงประตู การรับลูกกระดอนจากแป้น แบบต่าง ๆ วิธีการเล่นในตำแหน่งต่าง ๆ ทั้งในขณะเป็นผู้เล่นฝ่ายรับและฝ่ายรุก การเล่นเป็น ทีมและอื่น ๆ อย่างถูกต้อง ปลอดภัยและสนุกสนาน หรืออาจนำกิจกรรมพลศึกษาอื่น ๆ ที่มีคุณค่า เท้าเทียบกับบาสเกตบอลมาแทนตามความเหมาะสม พร้อมทั้งให้เรียนรู้การป้องกัน การแก้ไข การเสริมสร้างสุขภาพ เพื่อให้รู้หลักและวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง มีทักษะ มีสมรรถภาพ ทางกายและทางจิตใจ มีระเบียบวินัย เห็นคุณค่า และนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

#### วิชาบังคับเลือก

พ 011 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้  
คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาและฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพผิวหนัง ตา หู จมูก ฟัน โภชนาการ การดูแล รักษาสุขภาพร่างกายและจิตใจ การป้องกันอุบัติเหตุในบ้าน เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ เห็นคุณค่าและปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องจนเป็นสุขนิสัย

พ 012 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้  
คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาและฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการป้องกันโรคติดต่อ การปฐมพยาบาลเมื่อมีสิ่งแปลกปลอมเข้าสู่ร่างกาย ถูกสารเคมี ถูกสัตว์มีพิษกัดต่อย เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ เห็นความสำคัญและปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องจนเป็นสุขนิสัย

พ 013 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้  
คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาและฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการป้องกันอันตรายจากการเดินทาง และการใช้พาหนะ ในชีวิตประจำวัน การใช้ยาสามัญประจำบ้านและยาสมุนไพร การหลีกเลี่ยงสิ่งเสพติด เพื่อให้

มีความรู้ ความเข้าใจ และเห็นคุณค่าของการป้องกันภัย การส่งเสริมสวัสดิภาพ และนำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้องจนเป็นสุขนิสัย

พ 014 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับสาเหตุของโรคไม่ติดต่อ การสร้างเสริมความต้านทานโรค การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ และการปรับตัวของวัยรุ่น ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการป้องกันโรคไม่ติดต่อและการส่งเสริมสุขภาพจิต เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ เห็นคุณค่าและนำไปปฏิบัติจนเป็นสุขนิสัย

พ 015 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

คำอธิบายรายวิชา

สำรวจและวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมและการประกอบอาชีพในท้องถิ่น ฝึกแก้ไขปัญหาสุขภาพและปรับปรุงสิ่งแวดล้อมให้ถูกสุขลักษณะ เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ เห็นคุณค่าของการป้องกันปัญหาสุขภาพและนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้

พ 016 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับสภาพความเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์และบุคลิกภาพของวัยรุ่น การวางแผนครอบครัว การบริการทางการแพทย์และสาธารณสุข หลักการรักษาพยาบาลเบื้องต้น ฝึกการรักษาพยาบาลง่าย ๆ เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ เห็นคุณค่าของการดูแลและฟื้นฟูสุขภาพนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้อง

พ 021 พลศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

พ 022 พลศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

พ 023 พลศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

พ 024 พลศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

พ 025 พลศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

พ 026 พลศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

### คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาหลักการเกี่ยวกับกิจกรรมพลศึกษาและกีฬา ฝึกทักษะการบริหารร่างกาย การเคลื่อนไหวพื้นฐาน และการเล่นกีฬาตามลำดับขั้นตอน เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับ กิจกรรมพลศึกษาและกีฬา มีทักษะในการเล่นกีฬา มีคุณธรรม เห็นคุณค่าของกิจกรรมพลศึกษา และกีฬา สามารถนำไปประยุกต์ให้เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวัน

### หมายเหตุ

ในการเลือกกิจกรรมพลศึกษาตามคำอธิบายรายวิชาข้างต้นให้เลือกกิจกรรมดังต่อไปนี้

กิจกรรมกีฬาบุคคลหรือคู่ อื่น ๆ	กิจกรรมกีฬาทีม	กิจกรรมกีฬาหรือกิจกรรมพลศึกษา
ยิมนาสติก	บาสเกตบอล	กระบี่
กรีฑา	วอลเลย์บอล	กิจกรรมเข้าจังหวะ
เทเบิลเทนนิส	ฟุตบอล	แอโรบิกแดนซ์
เทนนิส	ตะกร้อ	กีฬานันทนาการ
วูตวายน้ำ	เน็ตบอล	
แบดมินตัน	แชร์บอล	

ทั้งนี้ ภายใน 6 ภาคเรียน จะต้องเลือกกิจกรรมกีฬาบุคคลหรือคู่ 1 กิจกรรม กิจกรรมกีฬาทีม 1 กิจกรรม โดยใช้เวลาเรียนกิจกรรมละ 1 ภาคเรียน ส่วนอีก 4 ภาคเรียนที่เหลือนั้น ในแต่ละภาคเรียนอาจเลือกจัดกิจกรรมพลศึกษากิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งหรือหลายกิจกรรมก็ได้ และอาจเลือกกิจกรรมซ้ำกับที่เคยเลือกมาแล้วก็ได้ สำหรับกรณีที่เลือกซ้ำจะต้องจัดกิจกรรมการเรียนการสอนในระดับที่สูงขึ้น

### หลักสูตรพลศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจหลักการปฏิบัติตนให้มีสุขภาพดีทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม
2. เพื่อให้มีทักษะในการดูแลรักษาสุขภาพ สวัสดิภาพ การสร้างเสริม สมรรถภาพ ทางกายและทางจิต และนำไปปฏิบัติจนเป็นสุขนิสัย

3. เพื่อให้มีคุณธรรม เห็นคุณค่าของกิจกรรมพลศึกษา กีฬา การรักษาสุขภาพ และสวัสดิภาพ
4. เพื่อให้มีส่วนร่วมในการช่วยเหลือและส่งเสริมกิจกรรมพลศึกษา กีฬา และการสาธารณสุขของสังคม

### โครงสร้าง

#### วิชาบังคับ

##### วิชาบังคับแกน

##### ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

พ 401 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

พ 402 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

##### ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

พ 503 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

พ 504 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

##### ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

พ 605 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

พ 606 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

##### วิชาบังคับเลือก

พ 021 พลศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

พ 022 พลศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

พ 023 พลศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

พ 024 พลศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

พ 025 พลศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

พ 026 พลศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

วิชาเลือกเสรี

พ 011	โรคติดต่อที่สำคัญ ในสถานการณ์ปัจจุบัน	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 012	ปัญหาสุขภาพที่ สำคัญที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมและการประกอบอาชีพในปัจจุบัน	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 027	ยิมนาสติก (ประกอบอุปกรณ์)	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 028	กรีฑา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 029	เทเบิลเทนนิส	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0210	แบดมินตัน	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0211	เทนนิส	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0212	ว่ายน้ำ	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0213	บาสเกตบอล	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0214	วอลเลย์บอล	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0215	ฟุตบอล	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0216	ตะกร้อ	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0217	เซปักตะกร้อ	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0218	รักบี้ฟุตบอล	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0219	ศิลปะมวยไทย	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0220	ศิลปะมวยสากล	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0221	ศิลปะป้องกันตัว	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0222	กิจกรรมเข้าจังหวะ	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0223	แอโรบิกแดนซ์	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0224	กีฬานันทนาการ	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0225	ฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0226	ฮอกกี้นาม	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0227	ยกน้ำหนัก	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0228	เปตอง	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0229	ยิมนาสติกลีลาใหม่	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้

พ 0230	ซอฟต์แวร์บอล	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0231	ยูโด	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 0232	จักรยาน	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้

#### หมายเหตุ

1. ในกรณีที่เลือกเรียนรายวิชาเลือกเสรีซ้ำกับกิจกรรมที่กำลังเรียนหรือเรียนแล้วในวิชาบังคับเลือกให้โรงเรียนจัดการเรียนการสอนให้สอดคล้อง และสนับสนุนซึ่งกันและกัน หรือจัดการเรียนการสอนให้อยู่ในระดับที่สูงขึ้นแล้วแต่กรณี
2. รายวิชาเลือกเสรีพลศึกษา สามารถเลือกเรียนซ้ำได้ แต่ต้องจัดการเรียนการสอนให้อยู่ในระดับที่สูงขึ้น
3. ผู้เรียนที่มีปัญหาทางร่างกายหรือสุขภาพให้โรงเรียน และครูพลศึกษาปรึกษาแพทย์แล้วพิจารณาจัดกิจกรรมพลศึกษาให้เหมาะสม

#### วิชาบังคับแกน

พ 401 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

#### อธิบายรายวิชา

ศึกษาและวิเคราะห์เกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคในเรื่องพฤติกรรมผู้บริโภค สิทธิผู้บริโภค และการเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ การสุขภาพโภชนาการ การรักษาสิ่งแวดล้อมในชุมชนให้ถูกสุขลักษณะ และการปฏิบัติตามกฎหมายที่เกี่ยวข้อง

ฝึกการปฐมพยาบาลผู้ได้รับสารพิษ และการห้ามเลือด

เพื่อให้มีความเข้าใจแนวปฏิบัติ เห็นความสำคัญ รับผิดชอบและปฏิบัติตนอย่างเหมาะสมในการรักษาสุขภาพของตนเองและส่วนรวม

พ 402 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

#### อธิบายรายวิชา

ศึกษาและวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ กับพฤติกรรมทางสังคมของวัยรุ่น การเจริญเติบโตและพัฒนาการทางเพศ การป้องกัน และการแก้ปัญหาความขัดแย้งทางอารมณ์และปัญหาทางเพศ สาเหตุ โทษ และการป้องกัน สิ่งเสพติด และโรคไม่ติดต่อ เพื่อให้มีความเข้าใจและเห็นแนวทางในการปรับตัวให้เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงตามวัย และมีความพร้อมในการแนะนำและช่วยเหลือผู้อื่น

พ 503 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

อธิบายรายวิชา

ศึกษาหลักปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพและสวัสดิภาพในการประกอบอาชีพ การคุ้มครองความปลอดภัยของคนงาน

วิเคราะห์และเสนอแนวทางการป้องกันและควบคุมโรคที่เป็นปัญหาสาธารณสุขสำคัญของท้องถิ่น

ฝึกการปฐมพยาบาลผู้ที่ช็อคเคลื่อน การเข้าเฝ้ากักตัวควรว และการใช้ผ้าสามเหลี่ยม เพื่อให้มีความเข้าใจ เห็นความสำคัญในการมีส่วนร่วมและปฏิบัติตนอย่างเหมาะสมในการป้องกันโรคและอุบัติเหตุ

พ 504 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

อธิบายรายวิชา

ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสุขภาพจิตกับสภาพแวดล้อม สภาพผิดปกติทางด้านจิตใจและอารมณ์ แนวทางการป้องกัน และแก้ไขโดยเน้นการใช้หลักกรรมทางศาสนา และการใช้เหตุผลทางวิทยาศาสตร์ ส่งเสริมความเชื่อที่ถูกต้องทางด้านสุขภาพและสวัสดิภาพ

ศึกษาโทษของสิ่งเสพติดร้ายแรง การป้องกันและรักษา

ฝึกการนำหลักกรรมทางศาสนามาใช้ส่งเสริมสุขภาพจิต

เพื่อให้มีความเข้าใจสภาพจิตใจของตนเองและผู้อื่น ควบคุมอารมณ์ตนเองได้ หลีกเลี่ยงสิ่งเสพติดให้โทษ เลือกแนวปฏิบัติอย่างมีเหตุผล และมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพจิตของสังคม

พ 605 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

อธิบายรายวิชา

ศึกษาประเภทและการเลือกกิจกรรมนันทนาการ ความสัมพันธ์ระหว่างน้ำหนักของร่างกายกับสุขภาพ โรคทางพันธุกรรม โรคที่เกิดจากความเสื่อมของอวัยวะ การใช้ยาแผนปัจจุบัน อุบัติภัยจากการจราจร และกัมมันตภาพรังสี

ฝึกการพยาบาลผู้ป่วยในบ้าน

เพื่อให้มีความเข้าใจ เห็นความสำคัญและปฏิบัติตนในการป้องกัน ดูแลรักษา และฟื้นฟูสุขภาพ และมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพและสวัสดิภาพของส่วนรวม

พ 606 สุขศึกษา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

#### อธิบายรายวิชา

ศึกษาแนวทางการดำเนินชีวิตในเรื่อง การวางตัวต่อเพศตรงข้าม การเลือกคู่ครอง การปรับตัวในชีวิตสมรส การวางแผนและการแก้ปัญหาชีวิตครอบครัว

ศึกษาบทบาทขององค์กรและสถาบันที่เกี่ยวข้องกับการแพทย์และสาธารณสุข ความก้าวหน้าทางการแพทย์และสาธารณสุข

ศึกษาปัญหาประชากรที่มีผลกระทบต่อสาธารณสุข

เพื่อให้มีความเข้าใจและเห็นความสำคัญของการวางแผนในการดำเนินชีวิต และวางแนวทางดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม

#### วิชาบังคับเลือก

พ 021 พลศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 022 พลศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 023 พลศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 024 พลศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 025 พลศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้
พ 026 พลศึกษา	1 คาบ/สัปดาห์/ภาค	0.5 หน่วยการเรียนรู้

#### คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาหลักการเกี่ยวกับกิจกรรมพลศึกษาและกีฬา และฝึกทักษะการบริหารร่างกาย การเคลื่อนไหวพื้นฐาน และการเล่นกีฬาตามลำดับขั้นตอน โดยเน้นพัฒนาการตามศักยภาพของแต่ละบุคคล เพื่อให้มีความเข้าใจแนวทาง และมีการเสริมสร้างสมรรถภาพของตนเอง มีคุณธรรม และเห็นคุณค่าของกิจกรรมพลศึกษาและกีฬา และนำไปประยุกต์ให้เป็นประโยชน์แก่ตนเองและส่วนรวม

#### หมายเหตุ

ในการเลือกกิจกรรมพลศึกษาตามคำอธิบายรายวิชาข้างต้นให้เลือกกิจกรรมดังต่อไปนี้



กิจกรรมกีฬาบุคคลหรือคู่ อื่นๆ	กิจกรรมกีฬาทีม	กิจกรรมกีฬาหรือกิจกรรมพลศึกษา
ยิมนาสติก ( ประกอบอุปกรณ์ )	บาสเกตบอล	ศิลปะมวยไทย
กรีฑา	วอลเลย์บอล	ศิลปะมวยสากล
เทเบิลเทนนิส	ฟุตบอล	ศิลปะป้องกันตัว
เทนนิส	เซปักตะกร้อ	กิจกรรมเข้าจังหวะ
ว่ายน้ำ	แฮนด์บอล	
แบดมินตัน		

ทั้งนี้ ภายใน 6 ภาคเรียน จะต้องเลือกกิจกรรมกีฬาบุคคลหรือคู่ 1 กิจกรรม กิจกรรมกีฬาทีม 1 กิจกรรม โดยใช้เวลาเรียนกิจกรรมละ 1 ภาคเรียน ส่วนอีก 4 ภาคเรียนที่ เหลือนั้นในแต่ละภาคเรียนอาจเลือกจัดกิจกรรมพลศึกษากิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่ง หรือหลายกิจกรรมก็ได้ และอาจเลือกกิจกรรมซ้ำกับที่เคยเลือกมาแล้วก็ได้ สำหรับกรณีนี้ที่เลือกซ้ำจะต้องจัด กิจกรรมการเรียนการสอนในระดับที่สูงขึ้น

#### วิชาเลือกเสรี

พ 011 โรคติดต่อที่สำคัญ 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้  
ในสถานการณ์ปัจจุบัน

#### คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาโรคที่เกิดจากการติดเชื้อ ซึ่งเป็นปัญหาร้ายแรงในปัจจุบันในเรื่อง ความร้ายแรงของปัญหา สาเหตุของการเกิดโรค อาการและอาการแสดง การป้องกันและการควบคุมการแพร่กระจาย เพื่อให้มีความเข้าใจและตระหนักในอันตรายของโรคติดต่อร้ายแรง ปฏิบัติตนอย่างถูกต้องเหมาะสมในการป้องกันตนเอง และมีส่วนร่วมในการป้องกันการแพร่กระจายของโรค

พ 012 ปัญหาสุขภาพที่สำคัญ 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้  
ที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมและการประกอบอาชีพในปัจจุบัน

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาโรคและอันตรายที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมและการประกอบอาชีพในเรื่องปัญหาและสาเหตุของการเกิดโรคและอันตราย อาการและอาการแสดงของโรค การป้องกันและการควบคุม เพื่อให้มีความเข้าใจ เห็นแนวทางและปฏิบัติตนอย่างเหมาะสมในการป้องกันตนเอง และ ผู้อื่นให้ปลอดภัยจากโรคและอันตราย และมีส่วนร่วมในการปรับปรุงพัฒนาสภาพแวดล้อม

พ 027-พ 0232 รายวิชา 1 คาบ/สัปดาห์/ภาค 0.5 หน่วยการเรียนรู้

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาและฝึกทักษะการเล่นกิจกรรมพลศึกษา และกีฬาเฉพาะอย่างตามความถนัด ความสนใจ และศักยภาพของผู้เรียน เพื่อให้มีความสามารถในการเล่นกิจกรรมพลศึกษาและกีฬาเฉพาะอย่างเสริมสร้างความสามารถทางกีฬาให้แก่ตนเอง มีคุณธรรม เห็นคุณค่า มีแนวทาง และมีส่วนร่วมในการเสริมสร้างความก้าวหน้าทางกิจกรรมพลศึกษาและกีฬาให้แก่ส่วนรวม

ภาคผนวก ข.

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. รองศาสตราจารย์เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย ปัจจุบันดำรงตำแหน่งเลขานุการ คณะกรรมการบริหารในสำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นอาจารย์ประจำสำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา และอาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. รองศาสตราจารย์กิติพงษ์ เทียนตระกูล ปัจจุบันดำรงตำแหน่งรองผู้อำนวยการ โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถม เป็นอาจารย์ประจำโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถม คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. รองศาสตราจารย์นันทิยา วงศ์เสรีพัฒนา เป็นอาจารย์ประจำโรงเรียนสาธิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิลปชัย สุวรรณธาดา ปัจจุบันดำรงตำแหน่งคณบดี สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นอาจารย์ประจำสำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา และอาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. จริญญา มีสิน ปัจจุบันดำรงตำแหน่งผู้ช่วยคณบดีฝ่าย วิชาการและวิจัย ฯ สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา เป็นอาจารย์ประจำสำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา และอาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ค.

หนังสือขอความร่วมมือในการวิจัย



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักงานฝ่ายจัดการศึกษา คณะครุศาสตร์ โทร.218-2682  
 ที่ ทม.0302(2770.0603)1130 วันที่ 26 มิถุนายน 2543  
 เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน เลขาธิการคณะกรรมการบริหารในสำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา  
 (รองศาสตราจารย์เทพประสิทธิ์ ฤๅธวัชวิชัย)

ด้วย นางสาวณัฐพร สุดดี นิสิตชั้นปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา อยู่ในระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ความคาดหวังของครูพลศึกษาต่อบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย” โดยมี อาจารย์ ดร.วันชัย บุญรอด เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัยที่นิสิตสร้างขึ้น

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

16 มิถุนายน 2543

(รองศาสตราจารย์ ดร.เรจรัชณี นิ่มนวล)  
 รองคณบดีฝ่ายจัดการศึกษา  
 ปฏิบัติราชการแทนคณบดีคณะครุศาสตร์



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักงานฝ่ายจัดการศึกษา คณะครุศาสตร์ โทร.218-2682  
 ที่ ทม.0302(2770.0603)1120 วันที่ ๙ มิถุนายน 2543  
 เรื่อง ขอความร่วมมือในการวิจัย

เรียน รองคณบดีและผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถม

ด้วย นางสาวณัฐพร สุดดี นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา อยู่ในระหว่างการดำเนินงานวิทยานิพนธ์เรื่อง “ความคาดหวังของครูพลศึกษาต่อบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย” โดยมี อาจารย์ ดร.วันชัย บุญรอด เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องขอความร่วมมือในการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นครูพลศึกษาโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย จำนวน 109 คน ทั้งนี้ นิสิตจะประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดอนุญาตให้ นางสาวณัฐพร สุดดี ดำเนินการดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.เริงรัชณี นิ่มนวน)  
 รองคณบดีฝ่ายจัดการศึกษา  
 ปฏิบัติราชการแทนคณบดีคณะครุศาสตร์

ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

9 พฤศจิกายน 2543

เรื่อง ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

เรียน อาจารย์พลศึกษาที่นับถือ

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

2. ของเปล่าสีน้ำตาล ติดแสตมป์เจ้าหน้าที่ผู้วิจัย

ด้วยข้าพเจ้านางสาวณัฐพร สุดดี นิสิตปริญญาโท ภาควิชาพลศึกษา คณะ -  
ครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้ตระหนักถึงความสำคัญของบทบาทของผู้ปกครองในการ  
ส่งเสริมการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนสาธิต ลังกัดทบวงมหาวิทยาลัย ข้าพเจ้าจึงได้จัดทำ  
วิทยานิพนธ์เรื่อง " ความคาดหวังของครูพลศึกษาต่อบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมการจัด  
โปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนสาธิต ลังกัดทบวงมหาวิทยาลัย " เพื่อจะได้นำข้อมูลที่ได้จากการวิจัย  
ครั้งนี้มาใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียน อีกทั้งปรับปรุงให้มีประสิทธิภาพ  
เหมาะสมยิ่งขึ้นกับสภาพการณ์ในปัจจุบัน และนำไปใช้เป็นข้อมูลในการวิจัยครั้งต่อไป

จึงขอความอนุเคราะห์ท่านอาจารย์ช่วยตอบแบบสอบถามและส่งกลับมายังผู้วิจัย  
ตามที่อยู่หน้าของสีน้ำตาลที่แนบมาด้วย ภายในวันศุกร์ที่ 24 พฤศจิกายน 2543 นี้ ขอกราบ -  
ขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

( นางสาวณัฐพร สุดดี )



ภาคผนวก ง.

รายชื่อโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย

## รายชื่อโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย

โรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย จำนวน 15 โรงเรียน ประกอบด้วย

1. โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ บางเขน
2. โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน
3. โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยขอนแก่น (ศึกษาศาสตร์)
4. โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง ( ฝ่ายประถม )
5. โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ( ฝ่ายประถม )
6. โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ( ฝ่ายมัธยม )
7. โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
8. โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง
9. โรงเรียนสาธิต "พิบูลบำเพ็ญ" มหาวิทยาลัยบูรพา
10. โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปทุมวัน
11. โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ( ฝ่ายประถม )
12. โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ( ฝ่ายมัธยม )
13. โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศิลปากร
14. โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์วิโรฒ วิทยาเขตปัตตานี
15. โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยมหาสารคาม

ภาคผนวก จ.

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

## แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

### เรื่อง

ความคาดหวังของครูพลศึกษาต่อบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย

### คำชี้แจง

1. แบบสอบถามฉบับนี้เป็นแบบสอบถามสำหรับ ครูพลศึกษาโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย

2. แบบสอบถามฉบับนี้เป็นแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเพื่อศึกษาความคาดหวังของครูพลศึกษาต่อบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย คำถามเป็นเรื่องเกี่ยวกับความคาดหวัง ครูพลศึกษาสามารถตอบได้ตามความคาดหวังของตนเอง คำตอบทุกคำตอบ ถือเป็นข้อมูลที่มีค่าอย่างสูงในการวิจัย ผู้วิจัยจะนำข้อมูลที่ได้รับนี้ไปศึกษาวิเคราะห์เปรียบเทียบและสรุปมาเป็นแนวทางเสนอแนะที่จะนำไปสู่การพัฒนาในการเรียนวิชาพลศึกษาของนักเรียน ต่อไป

3. แบบสอบถามเรื่องความคาดหวังของครูพลศึกษาต่อบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย แบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับความคาดหวังของครูพลศึกษาต่อบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย มีโครงการต่าง ๆ ดังนี้

- 2.1 โครงการสอนพลศึกษาในชั้นเรียน
- 2.2 โครงการแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียน
- 2.3 โครงการแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียน
- 2.4 โครงการจัดกิจกรรมนันทนาการ
- 2.5 โครงการบรรดิกการทางพลศึกษา

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามให้แสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับความคาดหวังของครูพลศึกษาต่อบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในโครงการต่าง ๆ ดังนี้

- 3.1 โครงการสอนพลศึกษาในชั้นเรียน
- 3.2 โครงการแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียน
- 3.3 โครงการแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียน
- 3.4 โครงการจัดกิจกรรมนันทนาการ
- 3.5 โครงการบรรดิกการทางพลศึกษา

## แบบสอบถามตอนที่ 1

## สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดให้ข้อมูลเกี่ยวกับตัวท่าน โดยใช้เครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  ให้ตรงกับความเป็นจริง

1. เพศ  ชาย  หญิง
2. อายุ  21-25 ปี  26-30 ปี  
 31-35 ปี  36-40 ปี  
 41 ปีขึ้นไป
3. ระดับการศึกษา  ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี  ระดับปริญญาตรี  
 ระดับปริญญาโท  ระดับปริญญาเอก
4. สาขาวิชาที่จบการศึกษา  วิชาเอกพลศึกษา  วิชาโทพลศึกษา  
 อื่น ๆ โปรดระบุ .....
5. ตำแหน่งปัจจุบัน  พนักงานมหาวิทยาลัย ตำแหน่งอาจารย์  อาจารย์  
 ผู้ช่วยศาสตราจารย์  รองศาสตราจารย์
6. จำนวนวิชาที่สอน  1 วิชา  2 วิชา  
 3 วิชา  มากกว่า 3 วิชา
7. ประสบการณ์ในการสอน พลศึกษาในโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย  
 1-5 ปี  6-10 ปี  11-15 ปี  
 16-20 ปี  20 ปีขึ้นไป



## แบบสอบถามตอนที่ 2

ความคาดหวังของครูพลศึกษาต่อบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัยซึ่งมีทั้งหมด 5 โครงการ ดังนี้

- 2.1 โครงการสอนพลศึกษาในชั้นเรียน
- 2.2 โครงการแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียน
- 2.3 โครงการแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียน
- 2.4 โครงการจัดกิจกรรมนันทนาการ
- 2.5 โครงการบรรดิกการทางพลศึกษา

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความดังต่อไปนี้ แล้วประเมินว่าท่านมีความคิดเห็นอยู่ในระดับใด โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับความคิดเห็น ที่ท่านประเมิน ดังนี้

- |   |         |                               |
|---|---------|-------------------------------|
| 5 | หมายถึง | ต้องการให้ปฏิบัติมากที่สุด    |
| 4 | หมายถึง | ต้องการให้ปฏิบัติ             |
| 3 | หมายถึง | ไม่แน่ใจที่จะให้ปฏิบัติ       |
| 2 | หมายถึง | ไม่ต้องการให้ปฏิบัติ          |
| 1 | หมายถึง | ไม่ต้องการให้ปฏิบัติมากที่สุด |

ข้อที่	ความคาดหวังของครูพลศึกษา ต่อบทบาทของผู้ปกครอง	ระดับความคาดหวัง				
		ต้องการ ให้ปฏิบัติ มากที่สุด	ต้องการ ให้ปฏิบัติ	ไม่แน่ใจ ที่จะให้ ปฏิบัติ	ไม่ ต้องการ ให้ปฏิบัติ	ไม่ ต้องการ ให้ปฏิบัติ มากที่สุด
		5	4	3	2	1
1.	1. <u>โครงการสอนพลศึกษาในชั้นเรียน</u> จัดหาหนังสือเกี่ยวกับวิชาพลศึกษาและกีฬา ประเภทต่าง ๆ ให้นักเรียนอ่านอย่างสม่ำเสมอ					
2.	ส่งเสริมให้นักเรียนมีความสนใจในวิชา พลศึกษา และมีเจตคติที่ดีต่อวิชาพลศึกษาโดย การปลูกฝังให้นักเรียนเล่นกีฬาเป็น ดูกีฬาเป็น					
3.	ส่งเสริมให้นักเรียนเรียนรู้การดูแลสมรรถภาพ ทางกาย และทำให้ร่างกายของตนเองแข็งแรง สมบูรณ์ มีจิตใจสดชื่น แจ่มใสเสมอ					
4.	แนะนำให้นักเรียนติดตามข่าวเกี่ยวกับกีฬาและ กิจกรรมพลศึกษาทางวิทยุ หรือโทรทัศน์					
5.	อธิบาย ชี้แจงข้อสงสัยของนักเรียนเกี่ยวกับ ความรู้ทางพลศึกษาอย่างมีเหตุผล					
6.	พูดคุยกับนักเรียนถึงข่าวและเหตุการณ์สำคัญ ทางพลศึกษาที่เกิดขึ้นทั้งในและนอกประเทศ อย่างทันเหตุการณ์					
7.	ให้นักเรียนหมั่นฝึกฝนทักษะกีฬาทางพลศึกษา ที่นักเรียนกำลังศึกษาอยู่อย่างสม่ำเสมอ					
8.	แนะนำ และสนับสนุนให้นักเรียนนำความรู้ทาง พลศึกษาที่เรียนมาไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ อย่างถูกต้อง					



ข้อที่	ความคาดหวังของครูพลศึกษา ต่อบทบาทของผู้ปกครอง	ระดับความคาดหวัง				
		ต้องการ ให้ปฏิบัติ มากที่สุด	ต้องการ ให้ปฏิบัติ	ไม่แน่ใจ ที่จะให้ ปฏิบัติ	ไม่ ต้องการ ให้ปฏิบัติ	ไม่ ต้องการ ให้ปฏิบัติ มากที่สุด
		5	4	3	2	1
9.	ช่วยกระตุ้น และส่งเสริมให้นักเรียนเรียนรู้ด้วยตนเองพร้อมทั้งปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น อีกทั้งสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้เมื่อมีโอกาส					
10.	ฝึกให้นักเรียนมีสติปัญญา จิตใจที่สมบูรณ์ มีมนุษยสัมพันธ์ มีน้ำใจเป็นนักกีฬา อีกทั้งมีความเป็นระเบียบวินัยในขณะฝึกซ้อมกีฬา					
	<b>2. โครงการแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียน</b>					
1.	สนับสนุนให้นักเรียนกล้าแสดงออกทางด้านทักษะกีฬาที่ตนเองถนัด โดยการเข้าร่วมแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียน					
2.	ให้นักเรียนนำทักษะและกิจกรรมที่เรียนมาไปใช้ให้เกิดประโยชน์จริงในการแข่งขัน					
3.	แนะนำและอธิบายเกี่ยวกับการเคารพกติกาการแข่งขัน การรู้แพ้-รู้ชนะ-รู้ถ้อย การตรงต่อเวลา อีกทั้งมารยาทในการแข่งขันกีฬาภายในเพิ่มเติมกับนักเรียนเมื่อมีโอกาส					
4.	เปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีโอกาสเข้าร่วมการแข่งขันกีฬา เพื่อเป็นการเพิ่มพูนประสบการณ์ทางด้านการแข่งขัน ฝึกความเป็นระเบียบวินัย การวางแผนในการทำงานร่วมกัน การแก้ปัญหาในการแข่งขัน และการมีมนุษยสัมพันธ์ต่อผู้แข่งขัน					

ข้อที่	ความคาดหวังของครูพลศึกษา ต่อบทบาทของผู้ปกครอง	ระดับความคาดหวัง				
		ต้องการ ให้ปฏิบัติ มากที่สุด	ต้องการ ให้ปฏิบัติ	ไม่แน่ใจ ที่จะให้ ปฏิบัติ	ไม่ ต้องการ ให้ปฏิบัติ	ไม่ ต้องการ ให้ปฏิบัติ มากที่สุด
		5	4	3	2	1
5.	จัดเก็บอุปกรณ์ทางกีฬาไว้ให้นักเรียนสะดวกที่จะหยิบไปฝึกซ้อมกีฬาได้ง่าย อีกทั้งให้คำปรึกษาเมื่อนักเรียนมีปัญหาในการใช้วัสดุอุปกรณ์ทางกีฬาในการฝึกซ้อม					
6.	จัดซื้อ เทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาให้นักเรียนดู และสามารถนำสิ่งที่ได้จากการดูไปใช้ในการฝึกซ้อมได้อย่างถูกต้อง					
7.	แนะนำให้นักเรียนรู้จักนำอุปกรณ์ทางกีฬาที่ชำรุดมาซ่อมแซม และสามารถนำมาใช้ในการฝึกซ้อมกีฬาได้เหมือนเดิม					
8.	เสนอแนะกีฬาที่แปลกใหม่เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนเกิดแนวคิดที่จะเล่นกีฬาประเภทนั้น และนำผลที่ได้มาประยุกต์ใช้ในกีฬาประเภทต่าง ๆ ได้ดี					
9.	ฝึกให้นักเรียนสามารถเป็นผู้เล่นที่ดี และผู้ดูที่ดี					
10.	สนับสนุนให้นักเรียนมีประสบการณ์ที่หลากหลายด้วยการฝึกซ้อมและเล่นกีฬาอย่างอิสระ เพื่อฝึกให้นักเรียนมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์					
1.	3. โครงการแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียน สนับสนุนโครงการจัดการแข่งขันระหว่างโรงเรียนให้มีประสิทธิภาพด้วยวิธีการต่าง ๆ					

ข้อที่	ความคาดหวังของครูพลศึกษา ต่อบทบาทของผู้ปกครอง	ระดับความคาดหวัง				
		ต้องการ ให้ปฏิบัติ มากที่สุด	ต้องการ ให้ปฏิบัติ	ไม่แน่ใจ ที่จะให้ ปฏิบัติ	ไม่ ต้องการ ให้ปฏิบัติ	ไม่ ต้องการ ให้ปฏิบัติ มากที่สุด
		5	4	3	2	1
2.	จัดหาหรือซื้อวัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ในการฝึกซ้อมกีฬาที่นักเรียนต้องการ					
3.	ส่งเสริมนักเรียนที่มีความสามารถทางกีฬาให้พัฒนายิ่ง ๆ ขึ้น โดยให้นักเรียนแสดงออกซึ่งความสามารถในเชิงกีฬาได้อย่างเต็มความสามารถในการแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียน					
4.	จัดเก็บอุปกรณ์ทางกีฬาไว้ให้นักเรียนสะดวกที่จะหยิบไปฝึกซ้อมกีฬาในเวลาว่างได้ง่าย					
5.	จัดสถานที่ให้พร้อมที่จะฝึกซ้อม ไม่รบกวนนักเรียนระหว่างเวลาฝึกซ้อม และเล่นกีฬา					
6.	จัดซื้อเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาให้นักเรียนดู และสามารถนำสิ่งที่ได้จากการดูไปใช้ในการแข่งขันระหว่างโรงเรียนได้					
7.	ช่วยส่งเสริมกระตุ้นให้นักเรียนพยายามฝึกฝนทักษะ และพัฒนาขีดความสามารถของตนเองอย่างสม่ำเสมอ					
8.	จัดเตรียมผู้ที่มีความรู้ ความสามารถในประเภทกีฬาที่นักเรียนจะเข้าร่วมแข่งขันมาช่วยส่งเสริมให้นักเรียนมีพัฒนาการที่ดียิ่งขึ้น					
9.	สนับสนุนให้นักเรียนเป็นผู้มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีไหวพริบ รู้จักมารยาทในการเข้าร่วมแข่งขันกีฬา การตรงต่อเวลา และแก้ปัญหาเฉพาะหน้าในการแข่งขัน					

ข้อที่	ความคาดหวังของครูพลศึกษา ต่อบทบาทของผู้ปกครอง	ระดับความคาดหวัง				
		ต้องการ ให้ปฏิบัติ มากที่สุด	ต้องการ ให้ปฏิบัติ	ไม่แน่ใจ ที่จะให้ ปฏิบัติ	ไม่ ต้องการ ให้ปฏิบัติ	ไม่ ต้องการ ให้ปฏิบัติ มากที่สุด
		5	4	3	2	1
10.	ส่งเสริมสมรรถภาพทางกายของนักเรียนให้มีสมรรถภาพทางกายที่ดี และมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงอย่างสม่ำเสมอด้วยการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียน					
	<b>4. โครงการจัดกิจกรรมนันทนาการ</b>					
1.	ปลูกฝังให้นักเรียนรู้จักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ด้วยการออกกำลังกาย เพื่อเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิต					
2.	ช่วยสนองความต้องการของนักเรียนในด้านการออกกำลังกาย เพื่อให้เด็กนักเรียนมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง					
3.	ส่งเสริมและฝึกหัดให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจในทักษะด้านกิจกรรมทางนันทนาการ					
4.	ให้นักเรียนมีโอกาสได้พบปะสังสรรค์กับผู้อื่นมีมารยาทที่ดีในการเข้าร่วมกิจกรรมกับผู้อื่น					
5.	เป็นที่ปรึกษาให้นักเรียนในการเลือกกิจกรรมที่นักเรียนสนใจ และมีความต้องการเข้าร่วมให้นักเรียนเข้าไปมีส่วนร่วม					
6.	สร้างทัศนคติที่ดี และให้นักเรียนเห็นความสำคัญของกิจกรรมนันทนาการทุกเมื่อ					

ข้อที่	ความคาดหวังของครูพลศึกษา ต่อบทบาทของผู้ปกครอง	ระดับความคาดหวัง				
		ต้องการ ให้ปฏิบัติ มากที่สุด	ต้องการ ให้ปฏิบัติ	ไม่แน่ใจ ที่จะให้ ปฏิบัติ	ไม่ ต้องการ ให้ปฏิบัติ	ไม่ ต้องการ ให้ปฏิบัติ มากที่สุด
		5	4	3	2	1
7.	เปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงออกในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเสมอ					
8	ฝึกให้นักเรียนมั่นใจในตนเองเพื่อเสริมสร้างบุคลิกภาพการเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี					
9	แนะนำและสนับสนุนให้นักเรียนสามารถจัดกิจกรรมนันทนาการได้เองโดยใช้ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์					
10	สนับสนุนให้นักเรียนนำความรู้และประสบการณ์จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการไปใช้ในชีวิตประจำวันได้					
	<b>5. โครงการบรรดิกการทางพลศึกษา</b>					
1.	จัดสถานที่สำหรับฝึกซ้อมกีฬา และเล่นกีฬาที่เหมาะสมและปลอดภัยให้กับนักเรียนที่ผิดปกติ					
2.	เข้าไปมีส่วนร่วมในการเล่น หรือฝึกซ้อมกีฬากับนักเรียน					
3.	ส่งเสริมให้นักเรียนที่ผิดปกติได้เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาอย่างเหมาะสม					
4.	ให้นักเรียนได้มีโอกาสแสดงออกตามความสามารถของตนเอง และเกิดความภาคภูมิใจ					
5.	แสดงความชื่นชมและให้กำลังใจกับผลการแสดงความสามารถทางกีฬาของนักเรียน					

ข้อที่	ความคาดหวังของครูพลศึกษา ต่อบทบาทของผู้ปกครอง	ระดับความคาดหวัง				
		ต้องการ ให้ปฏิบัติ มากที่สุด	ต้องการ ให้ปฏิบัติ	ไม่แน่ใจ ที่จะให้ ปฏิบัติ	ไม่ ต้องการ ให้ปฏิบัติ	ไม่ ต้องการ ให้ปฏิบัติ มากที่สุด
		5	4	3	2	1
6.	คอยให้กำลังใจอยู่ใกล้ ๆ เมื่อให้นักเรียนฝึกซ้อมหรือเล่นกีฬา					
7.	ส่งเสริมให้นักเรียนได้มีเจตคติที่ดี และเห็นความสำคัญต่อการเข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษา					
8.	ชมเชยความสามารถทางกีฬากับผู้ปกครองของนักเรียนคนอื่น ในขณะที่นักเรียนกำลังฝึกซ้อมหรือเล่นกีฬา					
9.	ฝึกให้นักเรียนได้มีทักษะในกิจกรรมพลศึกษาอย่างสม่ำเสมอเมื่อมีโอกาส					
10.	ส่งเสริมให้นักเรียนรู้จักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ด้วยการเล่นกีฬา และเพิ่มความเชื่อมั่นในการเข้าสังคมเพื่อลดปมด้อยแก่นักเรียนที่ผิดปกติ					

**แบบสอบถามตอนที่ 3** ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับความคาดหวังของครูพลศึกษาต่อ  
 บทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนสาธิต สังกัดทบวง  
 มหาวิทยาลัย

3.1 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับความคาดหวังของครูพลศึกษาต่อบทบาทของ  
 ผู้ปกครองในโครงการสอนพลศึกษาในชั้นเรียน

.....

.....

.....

3.2 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับความคาดหวังของครูพลศึกษาต่อบทบาทของ  
 ผู้ปกครองในโครงการแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียน

.....

.....

.....

3.3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับความคาดหวังของครูพลศึกษาต่อบทบาทของ  
 ผู้ปกครองในโครงการแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียน

.....

.....

.....

3.4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับความคาดหวังของครูพลศึกษาต่อบทบาทของ  
 ผู้ปกครองในโครงการจัดกิจกรรมนันทนาการ

.....

.....

.....

3.5 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับความคาดหวังของครูพลศึกษาต่อบทบาทของ  
ผู้ปกครองในโครงการบรรดิกการทางพลศึกษา

.....

.....

.....





### ประวัติผู้เขียน

นางสาวณัฐพร สุดดี เกิดเมื่อวันที่ 1 สิงหาคม พ.ศ. 2517 สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลายที่โรงเรียนสมุทรสาครบูรณะ ในปีการศึกษา 2535 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2541 และเข้าศึกษาต่อในหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2541