มหาวิทยาลัยนเรศวร
Naresuan University
รายละเอียดของรายวิชาและแผนการจัดการเรียนการสอน
Course Specifications and Syllabus

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของรายวิชา
Section 1 General Information of the Course

1. รหัสและชื่อรายวิชา (Course Code and Course Title)

002408 กีฬาและกิจกรรมทางกาย

002408 Sports and Physical Activity

2. สังกัดของรายวิชา

☑ คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย

☑ มหาวิทยาลัย (งานจัดการวิชาศึกษาทั่วไป กองบริการการศึกษา)

3. จำนวนหน่วยกิต (Credits) ☐ 3(2-2-5) ☐ 3(3-0-6) ☑ 1(0-2-1)

☐ อื่น ๆ (ระบุ) .....

4. คำอธิบายรายวิชา/Course Description

การทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวทางกายด้วยการฝึกปฏิบัติเล่นกีฬา ออกกำลังกาย และเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย เพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพ

Bodily movement by doing sports and exercise and participating in physical activities for the improvement of health-related physical fitness.

5. กลุ่มวิชาตามหมวดวิชาศึกษาทั่วไป ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2567

Categories of General Education Courses (Revised Version 2567 BE)

☐ กลุ่มภาษาและการสื่อสาร (Language and Communication)

☐ กลุ่มความรู้เพื่อการใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพ (Knowledge for Quality Living)

☐ กลุ่มการพัฒนาทักษะและลักษณะบุคคล (Skills and Character Development)

☑ กลุ่มการพัฒนาสุขภาพกายและจิต (Physical and Mental Development)

☐ กลุ่มการเป็นพลเมืองไทยและพลโลกเพื่อสังคมที่ยั่งยืน (Thai and Global Citizenship for Sustainability)

6. ภาคการศึกษา/ปีการศึกษา (Semester/Academic Year)

☑ ภาคเรียนต้น (First Semester)

☑ ภาคเรียนปลาย (Second Semester)

☐ ภาคเรียนฤดูร้อน (Summer Semester)

ปีการศึกษา/Academic year 2569

7. อาจารย์ผู้ประสานงานรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน (Course Coordinator and Instructors)

ชื่อ – นามสกุล Name - Surname	ความรับผิดชอบ Responsibilities	ติดต่อ Contacts
ผศ.ดร.อมรเทพ วันดี	ผู้ประสานงานรายวิชา Course Coordinator	ห้อง 2103 ชั้น 1 คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย E-mail: amorntheapw@nu.ac.th
ผศ.ดร.อมรเทพ วันดี	ผู้สอน Instructor	ห้อง 2103 ชั้น 1 คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย E-mail: amorntheapw@nu.ac.th
ผศ. ว่าที่ ร.ต.ดร.ทวีทรัพย์ เขยผักแว่น	ผู้สอน Instructor	ห้อง 2103 ชั้น 1 คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย E-mail: thaweesubk@nu.ac.th
ผศ.ดร.ขจรศักดิ์ รุ่นประพันธ์	ผู้สอน Instructor	ห้อง 2109 ชั้น 1 คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย E-mail: kajornsakr@nu.ac.th
ผศ.ดร.พงษ์เอก สุขใส	ผู้สอน Instructor	ห้อง 2109 ชั้น 1 คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย E-mail: pongeks@nu.ac.th
ผศ.ดร.ทวีศักดิ์ สว่างเมฆ	ผู้สอน Instructor	ห้อง 1108 สำนักงานวิจัยและบริการวิชาการ Ed1 ชั้น 1 คณะศึกษาศาสตร์ E-mail: taweesaksa@nu.ac.th
ผศ.ดร.ทัศนา จารุชาต	ผู้สอน Instructor	ห้อง 2103 ชั้น 1 คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย E-mail: tussanaj@nu.ac.th
ผศ.ดร.อมรเทพ วันดี	ผู้สอน Instructor	ห้อง 2103 ชั้น 1 คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย E-mail: amorntheapw@nu.ac.th
ดร.ภัควัฒน์ เชิดพุทธ	ผู้สอน Instructor	ห้อง 2103 ชั้น 1 คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย E-mail: pakkawats@nu.ac.th
	ผู้ช่วยสอน	
	ผู้สอน / ผู้ช่วยสอน	

8. วัน เวลาเรียน (Class Schedule – Day/Time)

จันทร์ อังคาร พุธ เวลา 15.00 – 16.50 น.

9. สถานที่เรียน (Classroom - Include room number and building.)

อาคารอเนกประสงค์, อาคารกีฬาในร่ม, ลานกิจกรรม, สนามฟุตบอล 2, สนามฟุตซอล และสนาม กีฬากลาง มหาวิทยาลัยนเรศวร และห้องเรียนออนไลน์ในระบบ MS TEAMS

10. วันเดือนปีที่ปรับปรุงเนื้อหาสาระรายวิชา (Date of course modifications) 26/ มีนาคม /2569

หมวดที่ 2 รายละเอียดเนื้อหาและกิจกรรมการเรียนการสอน
Section 2 Course Content and Teaching and Learning Activities

1. ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวังของหมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยนเรศวร (Expected Learning Outcomes (ELOs) of Naresuan University's General Education Courses)
เมื่อศึกษารายวิชาต่าง ๆ ในหมวดวิชาศึกษาทั่วไปแล้ว นิสิตสามารถ:
Upon completing general education courses, the students will be able to:

ELOs	รายละเอียด ELOs
ELO1	อธิบายเนื้อหา แนวคิด และหลักการในรายวิชาที่เรียนและประยุกต์หรือเชื่อมโยงความรู้นั้น กับการทำงานและชีวิตประจำวันได้ Explain the content, concepts, and principles in the courses studied and apply or connect that knowledge to work and everyday life.
ELO2	คิดวิเคราะห์และวิพากษ์อย่างมีเหตุผลและมีวิจารณญาณ ประมวลและประเมินข้อมูลและสารสนเทศจากสื่อต่าง ๆ ได้อย่างสมเหตุสมผล และใช้ทักษะเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต Think analytically and critically with reason and discernment, synthesize and evaluate information and data from various media appropriately, and use skills for lifelong learning.
ELO3	ใช้ภาษาในการสื่อสาร ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ หรืออาจรวมถึงภาษาอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ และใช้ภาษา สื่อ และเทคโนโลยีที่เหมาะสม เพื่อการใช้ชีวิต และเพื่อการแสวงหาความรู้ใหม่ได้ด้วยตนเอง Use language for communication effectively, both Thai and English, and possibly other languages, and appropriate language, media, and technology for living and for independently seeking new knowledge.
ELO4	ทำงานเป็นทีม แสดงออกซึ่งความเป็นผู้นำและผู้ตามได้อย่างเหมาะสม แก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม แสดงออกซึ่งความคิดสร้างสรรค์ และความสามารถในการปรับตัว Work as a team, demonstrate appropriate leadership and followership, solve problems appropriately, show creativity, adaptability.
ELO5	แสดงออกซึ่งคุณธรรมจริยธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต จิตสาธารณะ ความมีวินัย ความรับผิดชอบ ปฏิบัติตามกฎหมาย และเคารพสิทธิ์เสรีภาพของผู้อื่น Demonstrate ethical conduct, honesty, public-mindedness, discipline, responsibility, compliance with the law, and respect for the rights and freedoms of others.
ELO6	แสดงออกถึงความเป็นพลเมืองที่ดีของประเทศและของโลก ความเข้าใจสภาวการณ์ของประเทศและของโลก ความภูมิใจในชาติ และความเข้าใจและการยอมรับความหลากหลายในสังคมไทยและสังคมโลก Demonstrate good citizenship at both national and global levels, understand the national and global situation, show pride in the nation, and understand and accept diversity in Thai society and the global community.
ELO7	ปฏิบัติตนให้มีความเข้มแข็งทั้งร่างกายและจิตใจ Conduct oneself to maintain physical and mental strength.

2. ผลลัพธ์การเรียนรู้รายวิชาและความสอดคล้องกับผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวังของหมวดวิชาศึกษาทั่วไป Course Learning Outcome (CLOs) and their alignment with GE Expected Learning Outcomes (ELOs)

CLO	ผลลัพธ์การเรียนรู้รายวิชา Course Learning Outcome (CLOs)	ELO	ความสอดคล้องกับทักษะเชิงผู้ประกอบการของมหาวิทยาลัยนเรศวร[1] Alignment with domains of NU's entrepreneurial mindset
1	ปฏิบัติตนเป็นคนตรงต่อเวลา มีจิตสาธารณะ ในการเข้าร่วมกิจกรรม	5	ความรับผิดชอบ (Responsibility) และ การบริหารเวลา (Time Management)
2	มีความรู้หลักการเล่นกีฬา กิจกรรมทางกาย และการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ	1	การคิดเชิงวิเคราะห์ (Analytical Thinking)
3	เข้าร่วมการเล่นกีฬาไทยหรือกีฬาสากล กิจกรรมทางกายที่สนใจ และเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ	7	ความรับผิดชอบ (Responsibility)
4	แสดงออกถึงความสามารถในการทำงานเป็นทีม มีความเป็นผู้นำ และมีมนุษยสัมพันธ์ในการเล่นกีฬา และกิจกรรมทางกาย	4	การทำงานเป็นทีม (Teamwork and Collaboration) และความเป็นผู้นำ (Leadership)
5	แสดงออกถึงความสามารถในการสื่อสาร วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุปประเด็นเนื้อหา ทั้งการพูด การเขียน และการนำเสนอ ในการเล่นกีฬาและกิจกรรมทางกาย	2,3	การสื่อสารและการนำเสนอ (Communication, Presentation) และ การคิดเชิงวิเคราะห์ (Analytical Thinking)

[1] ทักษะเชิงผู้ประกอบการของมหาวิทยาลัยนเรศวร (NU's Entrepreneurial mindset domains): การแก้ปัญหา (Problem solving), การคิดเชิงวิเคราะห์ (Analytical Thinking), การทำงานเป็นทีมและการร่วมมือกัน (Teamworking and collaboration), ความรับผิดชอบ (Responsibility), การสื่อสาร การนำเสนอ (Communication and/or presentation), การโน้มน้าวใจ และ/หรือการเจรจาต่อรอง (persuasion, and/or negotiation), การจัดการเวลา (Time management), การสร้างสรรค์และการสร้างนวัตกรรม (Creativity and innovation), ความรู้เทคโนโลยีและดิจิทัล (Technology and digital literacy), ความรู้เรื่องการเงินและการจัดการ (Finance and management literacy), การวางแผน (Planning), ความเป็นผู้นำ (Leadership)

3. ผลลัพธ์การเรียนรู้ของรายวิชา และความสอดคล้องกับผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง (Expected Learning Outcomes – ELOs) หมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยนเรศวร

CLO	ผลลัพธ์การเรียนรู้ของรายวิชา Course Learning Outcomes (CLOs)	โดเมนการเรียนรู้[2]และระดับ Learning Domain and Level	กิจกรรมการเรียนการสอน Teaching & Learning Activities[3]	วิธีการประเมิน Assessment Methods[4]
1	ปฏิบัติตนเป็นคนตรงต่อเวลา มีจิตสาธารณะ ในการเข้าร่วมกิจกรรม	Affective -Characterization	- การบรรยาย - การทำกิจกรรมในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน - การนำเสนอผลงาน - การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน	- ประเมินผลจากเข้าชั้นเรียน การส่งงาน การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในชั้นเรียน และการแต่งกาย - ประเมินจากการส่งงาน ความรับผิดชอบต่องานการทำงานเป็นทีม การช่วยเหลืองานภายในกลุ่ม ภายในห้องเรียน - ประเมินผลจากการสังเกตการณ์ของผู้สอน ต่อความกระตือรือร้นให้ความสนใจในการเรียน การถาม-ตอบ การแสดงความคิดเห็นแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และการมีส่วนร่วมในชั้นเรียน
2	มีความรู้หลักการเล่นกีฬา กิจกรรมทางกาย และการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ	Cognitive - Understand	- บรรยายในชั้นเรียนและถามตอบ - การสาธิตและฝึกปฏิบัติ - เล่นกีฬา กิจกรรมทางกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพได้	- ประเมินความรู้และทักษะจากการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ สอบปฏิบัติ และสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ - ประเมินผลงานที่ส่ง จากความเหมาะสม ครบถ้วน และความครอบคลุมของเนื้อหา - ประเมินผลจากการสอบกลางภาคและสอบปลายภาค
3	เข้าร่วมการเล่นกีฬาไทยหรือกีฬาสากล กิจกรรมทางกายที่สนใจ และเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ	Psychomotor - Apply	- เข้าร่วมการเล่นกีฬาไทยหรือกีฬาสากล และกิจกรรมทางกายที่สนใจในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน	- ประเมินการเข้าร่วมปฏิบัติการเล่นกีฬาไทยหรือกีฬาสากล และกิจกรรมทางกาย สอบปฏิบัติ การเข้าร่วมโครงการการเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ และสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้
4	แสดงออกถึงความสามารถในการทำงานเป็นทีม มีความเป็นผู้นำ และมีมนุษยสัมพันธ์ในการเล่นกีฬา และกิจกรรมทางกาย	Affective - Characterization	- เข้าร่วมการเล่นกีฬาไทยหรือกีฬาสากล และกิจกรรมทางกายที่สนใจ ร่วมกับเพื่อนในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน - ใช้การเรียนการสอนแบบเน้นทำงานเป็นทีม	- ประเมินความรับผิดชอบการมีส่วนร่วมของผู้เรียนในกิจกรรมการเรียนการสอนต่างๆ - ประเมินผลงานที่นิสิตได้รับมอบหมายและวัดผลแบบเพื่อนประเมินเพื่อน โดยให้เพื่อนในกลุ่มประเมินพฤติกรรมการทำงาน

[2] โดเมนการเรียนรู้และระดับ (Learning Domains and Levels)
Cognitive Domain – remember, understand, apply, analyze, evaluate, create
Psychomotor Domain – imitation, manipulation, precision, articulation, naturalization
Affective Domain – receiving, responding, valuing, organizing, characterizing

[3] เช่น การบรรยาย การทำงานกลุ่ม การทำกิจกรรมฝึกปฏิบัติ การใช้กรณีศึกษา การจำลองสถานการณ์จริง การเล่นบทบาทสมมุติ การใช้ห้องเรียนกลับด้าน การลงพื้นที่หรือการฝึกภาคสนาม การทำกิจกรรมโดยใช้เทคโนโลยีช่วย เช่น การทดสอบออนไลน์
Such as lecturers, group work, hands-on activities e.g. experiments, cases studies e.g. problem-based learning, simulation and role-playing, mock trials, flipped classroom – in-class activities, field trips, technology-enhanced learning (using digital and resources e.g. online quizzes)

[4] เช่น การทดสอบย่อย การสอบ การมีส่วนร่วมในการอภิปรายกลุ่ม โครงงาน รายงานการค้นคว้า แฟ้มสะสมงาน การนำเสนอ การเขียนสะท้อนคิด การประเมินโดยเพื่อน การทดสอบการปฏิบัติ
Such as quizzes, exams, participation in class discussion, projects, term-paper, portfolios, presentation, reflective essays, peer review, practice exam

CLO	ผลลัพธ์การเรียนรู้ของรายวิชา Course Learning Outcomes (CLOs)	โดเมนการเรียนรู้[2]และระดับ Learning Domain and Level	กิจกรรมการเรียนการสอน Teaching & Learning Activities[3]	วิธีการประเมิน Assessment Methods[4]
5	แสดงออกถึงความสามารถในการสื่อสาร วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุปประเด็นเนื้อหา ทั้งการพูด การเขียน และการนำเสนอ ในการเล่นกีฬา และกิจกรรมทางกาย	Cognitive - Analyze	- บรรยายในชั้นเรียนและถามตอบ - การสาธิตและการฝึกปฏิบัติ - เข้าร่วมการเล่นกีฬาไทยหรือกีฬาสากล และกิจกรรมทางกายที่สนใจ	- ประเมินความสามารถในการสื่อสารทั้งการพูด การเขียน การนำเสนอ ในการเล่นกีฬา การออกกำลังกาย และจากรายงานการออกกำลังกายและเล่นกีฬา กิจกรรมทางกายที่ได้รับมอบหมาย - การสังเกตพฤติกรรม การทำกิจกรรมร่วมกันในชั้นเรียน และนอกชั้นเรียน

4. แผนการสอน (Course Plan)

สัปดาห์ที่ Week[5]	หัวข้อที่สอน Topic	ผลลัพธ์การเรียนรู้รายบทเรียน (ถ้ามี) Lesson Learning Outcome (LLO) (if available)	กิจกรรมการเรียนการสอน Teaching & Learning Activities	หมายเหตุ/แหล่งเรียนรู้เพิ่มเติม (ถ้ามี) Notes/ Supplementary Sources of Learning (if available)	ผู้สอน (กรณีมีผู้สอนหลายคน) Instructor (In case the course is taught more than one instructor)
1	หัวข้อ : ปฐมนิเทศ และ ชี้แจงกระบวนการเรียนการสอน การวัดและประเมินผล แนวทางปฏิบัติตนในการเรียน		- บรรยาย และอภิปรายกลุ่ม		ผศ.ดร.อมรเทพ วันดี และคณะ
2-3	หัวข้อ : การทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ ครั้งที่ 1		- บรรยาย และ สาธิตการฝึกปฏิบัติฯ		ผศ.ดร.อมรเทพ วันดี และคณะ
4	หัวข้อ : หลักการออกกำลังกาย กิจกรรมทางกาย และการเสริมสร้างการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ		- บรรยาย และ สาธิตการฝึกปฏิบัติฯ		ผศ.ดร.อมรเทพ วันดี และคณะ
5-7	หัวข้อ : กิจกรรมทางกาย / การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ		- มอบหมายงาน/ภารกิจ ผ่านระบบ MS TEAMS		ผศ.ดร.อมรเทพ วันดี และคณะ
9-13	หัวข้อ : กิจกรรมทางกาย / การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ (ต่อ)		- มอบหมายงาน/ภารกิจ ผ่านระบบ MS TEAMS		ผศ.ดร.อมรเทพ วันดี และคณะ
14	หัวข้อ : โครงการการเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ		-การเข้าร่วมโครงการการเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ		ผศ.ดร.อมรเทพ วันดี และคณะ
15-16	หัวข้อ : การทดสอบ สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ ครั้งที่ 2		- บรรยาย และ สาธิตการฝึกปฏิบัติฯ		ผศ.ดร.อมรเทพ วันดี และคณะ

[5] ใส่เฉพาะสัปดาห์ของเนื้อหาการเรียนการสอน ไม่ต้องใส่สัปดาห์สอบกลางภาคและปลายภาค (This is to include only the lessons for 15 weeks, excluding the mid-term and final exam weeks.)

5. หนังสือ ตำรา สื่อ ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน (Coursebook/Textbook/Learning Resources) [ระบุ/specify]

[1. กณิกนันท์ บานชื่น และหรลักษณ์ บานชื่น. (2562). พลศึกษาเพื่อพัฒนาสุขภาพ. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : ซีเอ็ดยูเคชั่น.]

[2. จิตานันท์ เหล่าศิริไพศาล. (2565). การออกกำลังกายเพื่อพัฒนาระบบหัวใจและหลอดเลือด. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.]

[3. ดรุณวรรณ สุขสม. (2561). การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.]

[4. ถาวร กมุทศรี. (2560). การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย. (พิมพ์ครั้งที่ 1). หจก.มีเดีย เพรส.]

[5. ถาวร กมุทศรี. (2560). การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย (ฉบับปรับปรุง). กรุงเทพฯ: มีเดีย เพรส.]

[6. ทวีทรัพย์ เขยผักแว่น. (2556). เอกสารประกอบการสอนรายวิชา 001281 กีฬาและการออกกำลังกาย. พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยนเรศวร.]

[7. ทัศนา จารุชาต, ปัญญา สังขวดี, ทวีทรัพย์ เขยผักแว่น, ทะเนศ วงศ์นาม, ขจรศักดิ์ รุ่นประพันธ์, ทวีศักดิ์ สว่างเมฆ , พงษ์เอก สุขใส, ภัควัฒน์ เชิดพุทธ, และอาพัทธ์ เตียวตระกูล. (2565). สมรรถภาพทางกายและภาวะอ้วนลงพุงของนิสิต มหาวิทยาลัย. วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร, 24(3), 158-168.]

[8. สำราญ ศรีสังข์. (2565). การฝึกสมรรถภาพทางกาย. (พิมพ์ครั้งที่ 1). สมุทรปราการ : สำนักพมพ์ บริษัท สีสันกราฟฟิคส์จำกัด.]

[9. สุพิตร สมาหิโต และคณะ. (2562). แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของประชาชน อายุ 19-59 ปี. กรุงเทพฯ : สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.]

[10. สุวิมล ทรัพย์วโรบล, แพรว จันทสลปิน, และวรัญญา เตชะสุขถาวร. (2562). โภชนาการกับการควบคุมน้ำหนัก. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.]

[11. อาพัทธ์ เตียวตระกูล. (2556). เอกสารประกอบการสอนกีฬาและการออกกำลังกาย. พิษณโลก: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร.]

[12. American College of Sports Medicine. (2022). ACSM’s Guidelines for Exercise Testing and Prescription (11th Ed.). Wolters Kluwer]

หมวดที่ 3 การประเมินผลผู้เรียน
Section 3 Student Assessment

1. แผนการประเมินผลการเรียนรู้ (Learning Assessment Plan)

1.1 วิธีการประเมินผลผู้เรียน (Assessment Methods)

ลำดับ	วิธีการประเมินผลผู้เรียน[6] Assessment Methods	สัปดาห์ที่ประเมิน Week	ความสอดคล้องกับCLO Alignment with CLO	สัดส่วนของการประเมินผล Weight
1	การเข้าชั้นเรียน/การมีส่วนร่วมในกิจกรรม	1-16	1-5	10%
2	การปฏิบัติการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	2,3,14,15	1, 2, 4	20%
3	กิจกรรมกีฬา/กิจกรรมทางกาย ประจำสัปดาห์	1-16	1-5	40%
4	การเข้าร่วมโครงการการเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ	14	1-5	10%
5	การสอบกลางภาค (ภาคปฏิบัติ)	8	1, 2, 4	10%
6	การสอบปลายภาค (ภาคปฏิบัติ)	16	1, 2, 4	10%
รวม				**100%**

1.2 รายละเอียดวิธีการประเมินผลผู้เรียนที่สอดคล้องกับ CLOs/ELOs และน้ำหนักคะแนน

Details of assessment methods aligned with CLOs/ELOs and scoring weights

ผลลัพธ์การเรียนรู้รายวิชา* CLOs*	CLO1	CLO2	CLO3	CLO4	CLO5	CLO6	CLO7	รวม Total
ความสอดคล้องกับ ELOs Alignment with ELOs / วิธีการวัดผล Assessment Methods	ELO5	ELO1	ELO7	ELO4	ELO2,3	ELO-	ELO-	
1. การเข้าชั้นเรียน/การมีส่วนร่วมในกิจกรรม	10%	-	-	-	-			10%
2. การปฏิบัติการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ	-	20%	-	-	-			20%
3. กิจกรรมกีฬา/กิจกรรมทางกาย ประจำสัปดาห์	10%	10%	10%	10%	-			40%
4. การเข้าร่วมโครงการการเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ	-	-	-	-	10%			10%
5. การสอบกลางภาค (ภาคปฏิบัติ)	5%	5%	-	-	-			10%
6. การสอบปลายภาค (ภาคปฏิบัติ)	5%	5%	-	-	-			10%
Total	**45%**	**30%**	**5%**	**5%**	**15%**			**100**

[6] เช่น การสอบกลางภาค การสอบปลายภาค การทดสอบย่อย การทำแบบฝึกหัดหรืองานมอบหมาย โครงงาน การเขียนรายงาน การเข้าชั้นเรียน การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอน เป็นต้น (e.g. mid-term exam, final exam, quiz, exercises or assignments, projects, term paper, attendance, participation, etc.)

2. การประเมินผลรายวิชา (Course Evaluation)

เกรด Grade	ช่วงเกรด Grade Intervals
S	70+
U	69-0

(.....)

(ผศ.ดร.อมรเทพ วันดี)

ผู้รับผิดชอบรายวิชา/Course Co-Ordinator)

วันที่รายงาน / Date of Report .....