



มคอ. 3 รายละเอียดของรายวิชา

0319312 จิตวิทยาการกีฬาเบื้องต้น
Introduction to Sport Psychology

รายวิชานี้เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรพลศึกษาสาขาวิชาพลศึกษาและสุขศึกษา

หลักสูตรปรับปรุง พ.ศ.2560

คณะศึกษาศาสตร์

มหาวิทยาลัยทักษิณ

สารบัญ

หมวด		หน้า
หมวดที่ 1	ข้อมูลทั่วไป	3
หมวดที่ 2	จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์	4
หมวดที่ 3	ลักษณะและการดำเนินการ	4
หมวดที่ 4	การพัฒนาผลการเรียนรู้ของนิสิต	5-10
หมวดที่ 5	แผนการสอนและการประเมินผล	10-14
หมวดที่ 6	ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน	14
หมวดที่ 7	การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา	15

รายละเอียดของรายวิชา

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา

มหาวิทยาลัยทักษิณ

วิทยาเขต/คณะ/ภาควิชา สงขลา คณะศึกษาศาสตร์ สาขาวิชา พลศึกษาและสุขศึกษา

หมวดที่1 ข้อมูลทั่วไป

1. รหัสและชื่อรายวิชา จำนวนหน่วยกิต และคำอธิบายรายวิชา

0319312 จิตวิทยาการกีฬาเบื้องต้น

2(2-0-4)

Introduction to Sport Psychology

แนวคิด ทฤษฎี ขอบข่าย ความสำคัญของจิตวิทยาการกีฬาที่มีต่อการสอนพลศึกษา การฝึกทักษะ และการแข่งขัน เทคนิคและกลวิธีทางจิตวิทยาที่นำมาใช้กับการสอนพลศึกษา การออกแบบกิจกรรม และ การกีฬา

Concept, theory, scope and importance of sport psychology effecting physical education teaching, training and competing; technic and strategy of applying sport psychology through physical education teaching, exercise and sport

2. หลักสูตรและประเภทของรายวิชา

หลักสูตรระดับปริญญาตรี เป็นวิชาชีพบังคับ/วิชาเอก

3. อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา และอาจารย์สอน

อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา : อ.ดร.วีไลพิน แก้วเพ็ง

4. ภาคการศึกษา/ชั้นปีที่เรียน

ภาคการศึกษา ต้น / ชั้นปีที่ 3

5. สถานที่เรียน

อาคารเรียนพลศึกษา

6. วันที่จัดทำหรือปรับปรุงรายละเอียดของวิชาครั้งล่าสุด

1 กรกฎาคม 2563

หมวดที่ 2 จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์

1. จุดมุ่งหมายของรายวิชา

- 1.1 มีความรู้ ความเข้าใจ จิตวิทยาการกีฬาเบื้องต้น
- 1.2 ให้มีทัศนคติที่ดีต่อการนำวิชาจิตวิทยาการกีฬาไปประยุกต์ใช้
- 1.3 มีทักษะการถ่ายทอดด้านจิตวิทยาการกีฬา
- 1.4 สามารถวิเคราะห์ปัญหาและแก้ปัญหาทางด้านจิตวิทยาการกีฬาได้

2. วัตถุประสงค์ของรายวิชา

เพื่อให้สอดคล้องกับการเรียนการสอนและการทำงานในสังคมปัจจุบัน ที่ต้องอาศัยการทำงาน หลักการ ทักษะทางด้านจิตวิทยาการกีฬาไปประยุกต์ใช้ และสอดแทรกในการเรียนการสอนและการทำงาน ทางด้านพลศึกษา รวมทั้งพัฒนาระบบด้านต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตในประจำวัน

หมวดที่ 3 ลักษณะการดำเนินการ

1. จำนวนที่ใช้ต่อภาคการศึกษา

บรรยาย	สอนเสริม	การฝึกปฏิบัติ/การฝึกงาน ภาคสนาม	การศึกษาด้วยตนเอง
2 จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ $\times 15$ สัปดาห์ = 30 ชม.	-	-	4 จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ $\times 15$ สัปดาห์ = 60 ชม.

2. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่และช่องทางในการให้คำปรึกษาและแนวทางวิชาการแก่นิสิต เป็นรายบุคคล

2 ชั่วโมงต่อสัปดาห์

4. การพัฒนาผลการเรียนรู้ของนิสิต

แผนที่แสดงการกระจายความรับผิดชอบมาตรฐานผลการเรียนรู้จากหลักสูตรสู่รายวิชา (Curriculum mapping) หมวดเฉพาะ สาขาวิชาพลศึกษา



ความรับผิดชอบหลัก



ความรับผิดชอบรอง

รายวิชา	1. ด้านคุณธรรม จริยธรรม	2. ด้านความรู้						3. ด้านทักษะทาง ปัญญา				4. ด้านทักษะ ความสัมพันธ์ระหว่าง บุคคลและความ รับผิดชอบ				5. ด้านทักษะ การวิเคราะห์เชิง ตัวเลข การ สื่อสาร และ เทคโนโลยี สารสนเทศ			6. ด้านทักษะด้านการ จัดการเรียนรู้							
		1.1	1.2	1.3	2.1	2.2	2.3	2.4	2.5	2.6	3.1	3.2	3.3	3.4	4.1	4.2	4.3	4.4	5.1	5.2	5.3	6.1	6.2	6.3	6.4	
วิชาเอก																										
0319312	จิตวิทยาการกีฬาเบื้องต้น				○	○			○	○			○	●	●	○	○	●	●	○				●		●

ผลการเรียนรู้		วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
1. ด้านคุณธรรม จริยธรรม			
○	1.2 ยอมรับในคุณค่าของความแตกต่างหลากหลายและสามารถวิเคราะห์ สังเคราะห์ประเมิน และนำความรู้เกี่ยวกับคุณธรรมพื้นฐานและจรรยาบรรณของวิชาชีพครู และค่านิยมที่พึงประสงค์ไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต และประกอบวิชาชีพ เพื่อสร้างสรรค์สังคมแห่งความพอเพียง ยั่งยืน และมีสันติสุข	1. การเรียนรู้ผ่านกระบวนการวิเคราะห์ และสะท้อนความคิดด้วยกิจกรรมการเรียนรู้ในแบบเรียน 2. การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรงโดย กิจกรรมการมีส่วนร่วมตามที่ได้รับมอบหมาย	1. อาจารย์ประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนิสิต 2. อาจารย์และนิสิตประเมินจากความพร้อมเพียงของนิสิตในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ 3. นิสิตประเมินผลการเรียนรู้ด้วยตนเอง ก่อนและหลังการเรียน
○	1.3 ตระหนักถึงความสำคัญของการดำเนินชีวิตและประกอบวิชาชีพตามคุณธรรมพื้นฐาน และจรรยาบรรณของวิชาชีพครู	1. การเรียนรู้ผ่านกระบวนการวิเคราะห์ และสะท้อนความคิดด้วยกิจกรรมการเรียนรู้เป็นรายบุคคลโดยการกำหนดรายละเอียดให้ใช้เวลา 2 สัปดาห์ โดย ส่งทุกสัปดาห์ และกิจกรรมรายกลุ่มโดยการเรียนรู้ร่วมกันสร้างความเข้าใจด้วยตนเองผ่านการเขียนmindmapping สะท้อนผลการเรียนรู้จากกิจกรรมตั้งกล่าว 2. การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง โดยการฝึกประเมินทางจิตใจเบื้องต้นในกีฬา 3. การสอดแทรกเรื่องคุณธรรม จริยธรรมในการสอนทุกแบบเรียนโดยอาจารย์ผู้สอน	1. อาจารย์ประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนิสิต เช่น การตรวจเวลาของนิสิตในการเข้าชั้นเรียน การส่งงานตามกำหนดระยะเวลาที่มอบหมาย และการร่วมกิจกรรม 2. อาจารย์และนิสิตประเมินจากความพร้อมเพียงของนิสิตในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ 3. นิสิตประเมินผลการเรียนรู้ด้วยตนเอง ก่อนและหลังการเรียน

ผลการเรียนรู้		วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
2. ด้านความรู้			
○	2.2 สามารถบูรณาการความรู้ในศาสตร์สาขา วิชาต่างๆ ไปใช้ในการดำรงชีวิตและประกอบวิชาชีพอย่างมีประสิทธิภาพ		
○	2.3 ตระหนักถึงคุณค่าและความสำคัญของศาสตร์สาขาวิชาต่าง ๆ ที่มีต่อการดำรงชีวิตและประกอบวิชาชีพ	<p>1. การให้ภาพรวมความรู้ก่อนเข้าสู่เนื้อหาที่เรียน การเชื่อมโยงความรู้ใหม่กับความรู้เดิมหรือความรู้จากศาสตร์ที่เกี่ยวข้อง และการสรุปความรู้ใหม่หลังจบบทเรียน โดยเลือกใช้วิธีการสอนที่เหมาะสมกับเนื้อหา</p> <p>2. การใช้วิธีจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญอย่างหลากหลาย ที่เหมาะสมตามเนื้อหาสาระ และจุดมุ่งหมายในการเรียนรู้ เพื่อการเรียนรู้ทั้งองค์ความรู้และทักษะกระบวนการเรียนรู้ ที่เน้นหลักการทางทฤษฎี และประยุกต์ใช้ทางปฏิบัติในบริบทจริงการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง โดย การแสดงบทบาทสมมติ ตามที่ได้รับมอบหมายเรื่องคุณค่าของสารอาหารทั้ง 7 ประเภท</p>	<p>1. นิสิตประเมินตนเองก่อนเรียน และหลังเรียน</p> <p>2. อาจารย์ประเมินด้วยการทดสอบย่อย ทดสอบกลางภาค และทดสอบปลายภาคเรียน</p> <p>3. อาจารย์ประเมินความเข้าใจของนิสิตจากการสะท้อนความคิดในรูปแบบต่าง ๆ เช่น การนำเสนอปากเปล่า การตรวจผลงาน การแสดงออกระหว่างการทำกิจกรรม การเรียนรู้ เป็นต้น</p>
●	2.6 ตระหนักถึงคุณค่าของการนำความรู้เกี่ยวกับแนวคิด ทฤษฎีและหลักการที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการและการเรียนรู้ของผู้เรียน การจัดการเรียน การสอน การวิจัย และกognitiv ที่เกี่ยวข้อง กับการศึกษาบูรณาการใน การจัดการเรียนการสอน ทางด้านพลศึกษาอย่าง เหมาะสม		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
	<p>3. การเรียนรู้จากสื่อและแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลายทั้งภายในและภายนอกห้องเรียน โดยคำนึงถึงทั้งการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยีและการคงไว้ซึ่งภูมิปัญญาที่ทรงคุณค่า เช่น การอบรมห้องอาหารและโภชนาการในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง และให้นำเสนอห้องอาหารทุกสัปดาห์ อย่างน้อย 2-3 คน</p> <p>4. การเรียนรู้จากสถานการณ์จริงในการปฏิบัติงานในวิชาชีพครู</p>	
3. ด้านทักษะทางปัญญา		
● 3.1 มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหลักและกระบวนการคิดแบบต่าง ๆ	1. การเรียนรู้ผ่านกระบวนการคิด เพื่อส่งเสริมการคิดวิเคราะห์ คิด สังเคราะห์ คิดอย่างมีวิจารณญาณ คิดสร้างสรรค์ ด้วยกิจกรรมการเรียนรู้ที่ หลากหลาย เช่น การอบรมห้องอาหารทุกสัปดาห์ อย่างน้อย 2-3 คน ให้ไปสอบถาม พฤติกรรมของนักกีฬา มหาวิทยาลัยแต่ละประเภทว่ามีพฤติกรรมทางด้านจิตใจอย่างไร บ้าง	<p>1. นิสิตประเมินกระบวนการพัฒนาความสามารถทางปัญญาของตน เช่น การสังเกต การตั้งคำถาม การสืบค้นข้อมูล การคิดวิเคราะห์ การสังเคราะห์ การสะท้อนและสื่อความคิด เป็นต้น</p> <p>2. อาจารย์ประเมิน ความสามารถทางปัญญาทั้งการคิดที่เป็นนามธรรมและการแสดงออกที่เป็นรูปธรรม เช่น สังเกต พฤติกรรมการทำงานของนิสิต ประเมินจากการนำเสนอรายงาน ในชั้นเรียน การทดสอบโดยใช้แบบทดสอบหรือสัมภาษณ์ ประเมินตามสภาพจริงจากผลงาน และการปฏิบัติของนิสิต เป็นต้น</p>
○ 3.2 สามารถวิเคราะห์ ประเด็นปัญหาที่เกี่ยวกับสังคม วัฒนธรรม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม และสามารถปรับตัวและแก้ปัญหาต่างๆ ในการดำรงชีวิตได้โดยใช้วิถีทางปัญญา		
○ 3.3 สามารถวิเคราะห์และใช้วิจารณญาณในการตัดสินใจ กับการจัดการเรียนการสอน และการพัฒนาผู้เรียน และสร้างสรรค์องค์ความรู้ หรืออวัตกรรมไปใช้ในการพัฒนาตนเอง การจัดการเรียนการสอน และผู้เรียน	2. การนำผลการสำรวจ พฤติกรรมมาอภิปรายร่วมกันในห้องเรียน และหาแนวทางร่วมกันในการแก้ปัญหาพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์	

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
<p>รวมทั้งสามารถนำความรู้เกี่ยวกับแนวคิดทฤษฎีและหลักการที่เกี่ยวข้องในศาสตร์สาขาวิชาพลศึกษาไปใช้ในการจัดการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ</p>		
<ul style="list-style-type: none"> ● 3.4 translate ถึงคุณค่าของ การใช้วิถีทางปัญญาในการ ดำรงชีวิต การประกอบ วิชาชีพ และการแก้ปัญหา และมีความเป็นผู้นำในการ ปฏิบัติงานอย่างมีวิสัยทัศน์ใน การพัฒนาการสอนพลศึกษา 		
<p>4. ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และความรับผิดชอบ</p>		
<ul style="list-style-type: none"> ● 4.1 มีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับบทบาทหน้าที่และ ความรับผิดชอบของตนเอง และสามารถใช้สังคม และ หลักการทำงานและอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเป็น กัลยาณมิตร 	<p>1. การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ ตรงจากการทำงานร่วมกับผู้อื่น ใน ลักษณะกิจกรรมคู่ และกิจกรรม กลุ่ม เพื่อฝึกทักษะกระบวนการ กลุ่ม ฝึกความรับผิดชอบ และการ ยอมรับในความแตกต่าง ในการ เรียนรู้รายวิชาที่ศึกษาในชั้นเรียน 2. การเรียนรู้ผ่านกิจกรรมสะท้อน ความคิด ความรู้สึกร่วมกับผู้อื่น</p>	<p>1. อาจารย์ประเมินจากพฤติกรรม และการแสดงออกของนิสิตในการ ทำกิจกรรมกลุ่มในชั้นเรียน และ สังเกตจากพฤติกรรมที่แสดงออก ในการร่วมกิจกรรมต่าง ๆ 2. นิสิตประเมินตนเองโดยใช้แบบ ประเมินกระบวนการกรุ่น</p>
<ul style="list-style-type: none"> ○ 4.2 สามารถสร้าง ความสัมพันธ์ที่ดี มีความ รับผิดชอบ และสามารถ ทำงานร่วมกับผู้อื่นอย่างมี ความสุข และมีประสิทธิภาพ 		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
5. ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ		
● 5.3 translate ถึงคุณค่าของ การใช้ภาษาพูด ภาษาเขียน เทคโนโลยีสารสนเทศ และ คณิตศาสตร์และสถิติพื้นฐาน ใน การสื่อสาร การเรียนรู้ ข้อมูลข่าวสารด้านพลศึกษา และการจัดการเรียนการสอน	1. การเรียนรู้จากประสบการณ์ ตรงโดยใช้สื่อเทคโนโลยี โปรแกรมคอมพิวเตอร์ใน กิจกรรมการเรียนรู้รายวิชา โดย การสืบค้นข่าวสารทางจิตวิทยา การกีฬา 2. การเรียนรู้จากต้นแบบในการ ใช้เทคโนโลยีในการสืบค้น และ การสื่อสาร โดยการเขียนรายงาน วิเคราะห์บทความ ทางด้าน จิตวิทยาการกีฬา	1. อาจารย์ประเมินจากเทคนิคการ นำเสนอผลงาน 2. อาจารย์สังเกตพฤติกรรมการใช้ เทคโนโลยีระหว่างกระบวนการ เรียนรู้ 3. นิสิตสะท้อนความรู้ ความเข้าใจ ความคิดเห็นผ่านเทคโนโลยีใน รูปแบบต่าง ๆ
. ด้านทักษะด้านการจัดการเรียนรู้		
● 6.3 สามารถสร้างสรรค์ สภาพแวดล้อมทางกายภาพ และบรรยากาศการเรียนรู้ที่ อบอุ่น มั่นคง ปลอดภัย	1. การเรียนรู้จากประสบการณ์ ตรงผ่านการสอนของอาจารย์ด้วย วิธีการที่หลากหลาย เช่น การศึกษากรณีตัวอย่าง การ สังเกตการณ์สอน การสังเกต พฤติกรรมผู้เรียน เป็นต้น 2. การเรียนรู้จากต้นแบบ ได้แก่ ผู้สอน เพื่อน ครูประจําการ ผู้บริหารสถานศึกษา	1. อาจารย์สังเกตพฤติกรรมการ เรียนรู้ 2. อาจารย์ประเมินจากการ นำเสนอผลงาน และการเรียนรู้

หมวดที่ 5 แผนการสอนและการประเมินผล

สัปดาห์	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน* (ชั่วโมง)	กิจกรรมการเรียนการสอน	ผู้สอน
1	แนะนำรายวิชา ความหมาย ความสำคัญ กิจกรรมการเรียน การสอน การวัดและการประเมินผล	2	- บรรยาย	อ.ดร. วีไลพิน แก้วเพ็ง
2	ความหมายความสำคัญและประวัติของจิตวิทยาการกีฬา -พัฒนาการของจิตวิทยาการกีฬา -จุดมุ่งหมาย ความสำคัญของจิตวิทยาการกีฬา -บทบาทและหน้าที่ของนักจิตวิทยาการกีฬา -ประวัติจิตวิทยาการกีฬา แนวโน้ม สถานการณ์ ปัจจุบัน	2	- บรรยาย	อ.ดร. วีไลพิน แก้วเพ็ง
3	บุคลิกภาพกับการกีฬา -ทฤษฎีเบื้องต้นของบุคลิกภาพ -ทฤษฎีจิตวิเคราะห์(Psychoanalytic) -ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม(Behaviorism) -ทฤษฎีการเรียนรู้สังคมของแบบดูร่า(Social learning) -เกรท(Trait) -ทฤษฎีปฏิสัมMMdd(Interactionism)	2	- บรรยาย - การเรียนรู้โดยการใช้สื่อ	อ.ดร. เทเวศน์ จันทร์หอม
4-5	แรงจูงใจทางการกีฬา(Motivation) - ความหมายและความสำคัญของแรงจูงใจต่อการกีฬา -ทฤษฎีแรงจูงใจ แรงจูงใจภายนอกและแรงจูงใจภายใน(Ex-In Motivation) แรงจูงใจให้สำเร็จ(Achievement Motivation) -ความภูมิใจ รู้สึกดีต่อตนเอง(Self -Esteem) -ความเชื่อมั่นทางการกีฬา(Self-Confident) -การอ้างสาเหตุ(Attribution Theory)	4	- บรรยาย - การเรียนรู้โดยการใช้สื่อ	อ.ดร. วีไลพิน แก้วเพ็ง

ลำดับที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน* (ชั่วโมง)	กิจกรรมการเรียนการสอน	ผู้สอน
6	สิ่งเร้า การกระตุ้น ทางการกีฬา -ทฤษฎีแรงขับ(Drive Theory) -ทฤษฎีแรงกระตุ้นแบบ ยู กลับหัว(Inverted – U Theory) -แรงกระตุ้นกับความสามารถทางการกีฬา	2	- บรรยาย - การเรียนรู้โดยการใช้สื่อ	อ.ดร.วีไลพิน แก้วเพ็ง
7	ความเครียดและความวิตกกังวลทางการกีฬา	2	- บรรยาย - การเรียนรู้โดยการใช้สื่อ	อ.ดร.วีไลพิน แก้วเพ็ง
8	จริยธรรมและความมีน้ำใจกับการกีฬา - ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาจริยธรรม -หลักสำคัญการสร้างและพัฒนาจริยธรรมการกีฬา ทดสอบบ่อยๆ	2	- บรรยาย - การเรียนรู้โดยการใช้สื่อ	อ.ดร.เทเวศน์ จันทร์หอม
9	สอบกลางภาค			
10	ผู้นำทางการกีฬา -ทฤษฎีการเป็นผู้นำ(Chelladurais) -จิตวิทยาการเป็นผู้ฝึกสอนและประยุกต์ใช้ -บทบาทการเป็นผู้ฝึกสอนกับการพัฒนา กีฬา	2	- ฝึกปฏิบัติ - การเรียนรู้โดยการใช้สื่อ	อ.ดร.เทเวศน์ จันทร์หอม
11	การให้ผลย้อนกลับ (Feedback) และการเสริมแรง (Reinforcement)	2	- บรรยาย - การเรียนรู้โดยการใช้สื่อ	อ.ดร.เทเวศน์ จันทร์หอม
12-13	ทักษะทางจิตวิทยาการกีฬากับการเพิ่มศักยภาพทางการกีฬา การฝึกทักษะทางด้านจิตวิทยาการกีฬา (PST) -การสร้างความมั่นใจ(Self-Confident) -การฝึกกำหนดลมหายใจ(Breathing Control) -การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ(Relaxation) -การฝึกจินตภาพ(Imagery) -การฝึกพูดทางบวกกับตนเอง(Positive self-talk) -การตั้งจุดมุ่งหมาย(Goal setting) -การฝึกสมาธิ(Meditation) -การสื่อสารด้วยเสียง(Hypnosis)	4	- บรรยาย - การเรียนรู้โดยการใช้สื่อ	อ.ดร.วีไลพิน แก้วเพ็ง

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/รายละเอียด	จำนวน* (ชั่วโมง)	กิจกรรมการเรียนการสอน	ผู้สอน
14	ศึกษา วิเคราะห์และสังเคราะห์ อภิปราย (เพื่อนำเสนอรายงาน) -การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ(Relaxation) -การฝึกจินตภาพ(Imagery) -การฝึกพูดทางบวกกับตนเอง(Positive self-talk) -การตั้งจุดมุ่งหมาย(Goal setting)	2	- บรรยาย - การเรียนรู้โดยการใช้เลือก - เรียนรู้ด้วยตนเอง	อ.ดร. เทเวศน์ จันทร์หอม
15	นำเสนอใบความรู้ (กลุ่ม 1-2)	2	- บรรยาย - การเรียนรู้โดยการใช้เลือก - เรียนรู้ด้วยตนเอง	อ.ดร. เทเวศน์ จันทร์หอม
16	นำเสนอใบความรู้(กลุ่ม 3-4) ทดสอบย่อย	2	- บรรยาย - การเรียนรู้โดยการใช้เลือก	อ.ดร. เทเวศน์ จันทร์หอม
17-18	สัปดาห์สอบปลายภาค			
	สัปดาห์ที่ 9 สอบกลางภาค สัปดาห์ที่ 17 – 18 สอบปลายภาค			

2. แผนประเมินการเรียนรู้

(● : ประเมินเฉพาะความรับผิดชอบหลัก)

ลำดับ	ผลการเรียนรู้	วิธีประเมิน	สัดส่วนที่ประเมิน	สัดส่วนของการประเมินผล
1	1. ด้านคุณธรรม จริยธรรม	การเข้าชั้นเรียนและการมีส่วนร่วมในชั้นเรียน	ทุกสัปดาห์	10
2	2. ด้านความรู้	ทดสอบบ่อย การสอบกลางภาค การสอบปลายภาค	8และ15 ตามปฏิทิน มทช. ตามปฏิทิน มทช.	10 22 30
3	3. ด้านทักษะทางปัญญา	การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน กระบวนการทำงานและการนำเสนอ	13-15	10
4	4. ทักษะความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคลและความ รับผิดชอบ	กระบวนการทำงานและการนำเสนอ	13-15	10
5	5. ด้านทักษะการวิเคราะห์ เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยี สารสนเทศ	การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน กระบวนการทำงานและการนำเสนอ	13-15	10
6	6. ด้านทักษะด้านการ จัดการเรียนรู้	การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน กระบวนการทำงานและการนำเสนอ	13-15	10
รวม				100 %