



มคอ.3 รายละเอียดรายวิชา

0319253 การสร้างเสริมสุขภาพองค์รวม
Holistic Health promotion

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

รายละเอียดของรายวิชา

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา มหาวิทยาลัยทักษิณ

วิทยาเขต/คณะ/ภาควิชา สงขลา/ศึกษาศาสตร์ / สาขาวิชาพลศึกษา

1. รหัส ชื่อรายวิชา จำนวนหน่วยกิต และคำอธิบายรายวิชา

0319253

การสร้างเสริมสุขภาพองค์รวม

3 (3-0-6)

Holistic Health Promotion

คำอธิบายรายวิชา

แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพและ การประยุกต์ใช้ทฤษฎีในการส่งเสริมสุขภาพ หลักการสร้างเสริมสุขภาพองค์รวม การประเมินภาวะสุขภาพ การจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อสร้างเสริมสุขภาพองค์รวมตามวิถีชีวิตในแต่ละวัย

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

2. หลักสูตรและประเภทของรายวิชา

หลักสูตรพลศึกษา วิชาเอกเลือก

3. อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน

อ. อรพิน ทิพย์เดช

4. ภาคการศึกษาและ/ชั้นปีที่เรียน

ภาคการศึกษาที่ 1 ชั้นปีที่ 2

5. สถานที่เรียน

อาคารพลศึกษา

6. วันที่จัดทำหรือปรับปรุงรายละเอียดของรายวิชาครั้งล่าสุด

15 มิถุนายน 2567

หมวดที่ 2 จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์รายวิชา

1. จุดมุ่งหมายของรายวิชา

เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้/มีความสามารถ/สมรรถนะที่ต้องการด้านต่าง ๆ

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

2. วัตถุประสงค์ของรายวิชา

เพื่อให้บัณฑิตมีความรู้ ความเข้าใจ และสามารถประยุกต์องค์ความรู้ทางด้านสุขภาพ ปรับตัวให้ทันกับสถานการณ์ทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีต่อการการพัฒนาศักยภาพของตนเองได้และบูรณาการศาสตร์ทางสุขภาพกับศาสตร์ทางพลศึกษาได้และให้เป็นไปตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษา พ.ศ. 2552

หมวดที่ 3 ลักษณะการดำเนินการ

1. จำนวนชั่วโมงที่ใช้ต่อภาคการศึกษา

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

2. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่ และช่องทางในการให้คำปรึกษาแนะนำทางวิชาการแก่นิสิตเป็นรายบุคคล

อาจารย์ผู้สอนจัดเวลาให้คำปรึกษาแก่นิสิตอย่างน้อย 1 ชั่วโมง/สัปดาห์ ตามที่ตกลงร่วมกันในวันปฐมนิเทศรายวิชา หากนิสิตต้องการเข้ารับคำปรึกษานอกเวลาทำงาน นิสิตจะต้องมีการนัดหมายเวลาล่วงหน้ากับอาจารย์ผู้สอน

4. การพัฒนาผลการเรียนของนิสิต

ระบุวิธีการประเมินผลการเรียนรู้หัวข้อย่อยแต่ละหัวข้อตามที่ปรากฏในแผนที่แสดงการกระจายความรับผิดชอบของรายวิชา (Curriculum Mapping) ตามที่กำหนดใน เล่ม มคอ.2 สัปดาห์ที่ประเมิน และสัดส่วนของการประเมินแผนที่การกระจายความรับผิดชอบ (นำข้อมูลจาก ข้อ 3 หมวดที่ 4 ในเล่ม มคอ.2)

รายวิชา	1.ด้านคุณธรรม จริยธรรม				2. ด้านความรู้			3.ทักษะทางปัญญา					4.ทักษะความสัมพันธ์ระหว่าง บุคคลและความรับผิดชอบ					5.ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลขการสื่อสาร และการ ใช้เทคโนโลยี					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					
หมวด วิชาเอก	1.1	1.2	2.1	2.2	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	5.1	5.2	5.3	6.1	6.2	6.3	7.1	7.2	8.1	8.2	8.3	9.1	9.2	9.3	10.1	10.2	11.1	11.2	12.1	12.2	12.3	12.4		
0319253 การสร้างเสริม สุขภาพองค์กรวม	●	○	○	●	●	●	○	●	●	●	○	○	○	●	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○										

(นำข้อมูลจาก ข้อ 3 หมวดที่ 4 ในเล่ม มคอ.2)

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

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
	การสอนทุกคาบ รายวิชาโดยอาจารย์ ผู้สอน	
2. ด้านความรู้(ELO3)		
● 3.1 วิเคราะห์ความรู้เนื้อหาวิชาที่สอน วิทยาการความรู้สมัยใหม่ และสรุปองค์ความรู้เกี่ยวกับหลักสูตรพลศึกษา การจัดการเรียนรู้ที่ตอบสนองความหลากหลายของผู้เรียน โดยใช้ความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีทางด้านพลศึกษา สุขศึกษา และวิทยาศาสตร์ การกีฬา จิตวิทยาพัฒนาการ จิตวิทยาการศึกษา จิตวิทยา การให้คำปรึกษา สังคมและการศึกษา ในการวิเคราะห์ แก้ปัญหาและพัฒนาผู้เรียนที่มีแตกต่างระหว่างบุคคล ได้เหมาะสมกับบริบทการจัดการเรียนรู้ ระดับการศึกษา ชุมชน และสังคมที่มีความหลากหลาย เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของ สังคมและบริบทโลก	1.การให้ภาพรวมความรู้ ก่อนเข้าสู่เนื้อหาที่เรียน การเชื่อมโยงความรู้ใหม่ กับความรู้เดิมหรือความรู้ จากศาสตร์ที่เกี่ยวข้อง และการสรุปความรู้ใหม่ หลังจบบทเรียน โดย เลือกใช้วิธีการสอนที่ เหมาะสมกับเนื้อหา 2. การใช้วิธีจัดการเรียนรู้ ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ อย่างหลากหลายที่ เหมาะสมตามเนื้อหาสาระ และจุดมุ่งหมายในการ เรียนรู้ เพื่อการเรียนรู้ทั้ง องค์ความรู้และทักษะ กระบวนการเรียนรู้ ที่เน้น หลักการทางทฤษฎี และ ประยุกต์ใช้ทางปฏิบัติใน บริบทจริงการเรียนรู้ผ่าน ประสบการณ์ตรง โดย การแสดงบทบาทสมมติ ตามที่ได้รับมอบหมาย 3. การเรียนรู้จากสื่อและ แหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย ทั้งภายในและภายนอก ห้องเรียน โดยคำนึงถึงทั้ง การเปลี่ยนแปลงทาง เทคโนโลยี และการคงไว้ ซึ่งภูมิปัญญาที่ทรงคุณค่า	-ประเมินจาก รายงานกลุ่ม - -ประเมินจากการ มีส่วนร่วมในการทำ กิจกรรมในประเด็น ต่างๆ -ประเมินจาก ชิ้นงานที่เกิดขึ้น จากเรียนรู้ร่วมกัน
● 3.2 ออกแบบหลักสูตร แผนการจัดการเรียนรู้ สื่อและ เทคโนโลยี การวัดและประเมินผล และปฏิบัติการจัดการ เรียนรู้ในสถานการณ์จำลองและสถานการณ์จริงทางพล ศึกษาได้สอดคล้องกับบริบทวิชาชีพ		
○ 3.3 บูรณาการแนวคิดปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและองค์ ความรู้เกี่ยวกับชุมชนเพื่อพัฒนาหลักสูตรและการจัดการ เรียนรู้ทางพลศึกษา ในบริบทที่หลากหลาย บูรณาการเรียน การสอนกับการปฏิบัติจริงและการบูรณาการข้ามศาสตร์		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
	เช่นการมอบหมายงานให้ไปค้นคว้าเกี่ยวกับสถานการณ์ด้านสุขภาพ 4. จัดโครงการทางสุขภาพโดยให้นักเรียนได้ร่วมฝึกประสบการณ์ตรง	
3. ด้านทักษะทางปัญญา(ELO4 ELO5)		
● 4.1 แสดงออกถึงความมีวินัย ความเป็นผู้นำ ความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมาย สามารถถ่ายทอดความรู้ทางด้านการพลศึกษา การกีฬา เพื่อพัฒนาให้ตนเองมีความรู้และทักษะของตนเอง ภายใต้การเปลี่ยนแปลงของสังคมอย่างมีภาวะผู้นำทางวิชาการและวิชาชีพ	การเรียนรู้ผ่านกระบวนการคิดเพื่อส่งเสริมการคิดวิเคราะห์ คิดสังเคราะห์ คิดสร้างสรรค์ ด้วยกิจกรรมการเรียนรู้ที่หลากหลาย เช่น การมอบหมายงานกิจกรรม	-ประเมินจาก การสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้นักเรียน -ประเมินจากผล การสะท้อนคิดของแต่ละบุคคลในการเรียนรู้ที่ภาคปฏิบัติ
● 4.2 สามารถออกแบบสถานการณ์ที่กระตุ้นทางปัญญาเพื่อให้นักเรียนเกิดทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง การคิดเชิงวิพากษ์ การคิดเชิงสร้างสรรค์ และการคิดเชิงอนาคต	การมอบหมายงานกิจกรรม การสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้นักเรียน	การสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้นักเรียน การสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้นักเรียน
● 4.3 สามารถวิเคราะห์ข้อมูลและสารสนเทศ (data and information) ทางพลศึกษา ที่เป็นตัวเลขเชิงสถิติ หรือคณิตศาสตร์ เพื่อเข้าใจองค์ความรู้ ประเมิน แก้ปัญหาได้อย่างรวดเร็วและถูกต้อง	การสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้นักเรียน การสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้นักเรียน	-ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในประเด็นต่างๆ
○ 5.1 วิเคราะห์และสรุปองค์ความรู้เกี่ยวกับการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ การวิจัย และการประกันคุณภาพเพื่อพัฒนาคุณภาพการจัดการศึกษาทางพลศึกษาเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน	การสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้นักเรียน การสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้นักเรียน	-ประเมินจากการมีความรับผิดชอบกับงานที่ได้รับมอบหมาย -ประเมินจากแผนการออกแบบการจัดการเรียนรู้
○ 5.2 สร้างและใช้เครื่องมือวัดและประเมินผลการเรียนรู้เพื่อพัฒนาผู้เรียนในการจัดการเรียนรู้ การวิจัยในชั้นเรียน การประเมินเพื่อการประกันคุณภาพการศึกษา การวิเคราะห์ข้อมูลสารสนเทศและนำเสนอแผนพัฒนาหรือโครงการเกี่ยวกับการประเมินและประกันคุณภาพการศึกษาทางพลศึกษา	การสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้นักเรียน การสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้นักเรียน	

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
○ 5.3 ใช้วิจัยเป็นฐานเพื่อแก้ปัญหาการเรียนรู้ของผู้เรียน สร้างองค์ความรู้ สร้างนวัตกรรมและเทคโนโลยีทางการกีฬา เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้เป็นนักกีฬาด้านพลศึกษาและกีฬา พัฒนาความเชี่ยวชาญในวิชาชีพ และประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานหรือพัฒนางานได้อย่างสร้างสรรค์		
4. ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ (ELO6 ELO7)		
● 6.1 รู้จักข้อมูลชุมชน ความคิด ความเชื่อ สภาพเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และภูมิปัญญาชุมชน ความรู้เกี่ยวกับรูปแบบ และกระบวนการสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้เชิงวิชาชีพ (PLC)	1. การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรงจากการทำงานร่วมกับผู้อื่น ในลักษณะกิจกรรมคู่และกิจกรรมกลุ่มเพื่อฝึกทักษะกระบวนการกลุ่ม ฝึกความรับผิดชอบ และการยอมรับในความแตกต่าง ในการเรียนรู้รายวิชาที่ศึกษาในชั้นเรียน 2. การเรียนรู้ผ่านกิจกรรมสะท้อนความคิด ความรู้สึก ร่วมกับผู้อื่น	-ประเมินจากรายงาน -ประเมินจากผล การสะท้อนคิดของแต่ละบุคคลในการลงพื้นที่ภาคปฏิบัติจริง -ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในประเด็นต่างๆ -ประเมินจากแผนการออกแบบ การจัดการเรียนรู้ -ประเมินจากชิ้นงานที่เกิดขึ้น จากเรียนรู้ร่วมกัน
● 6.2 เข้าใจกระบวนการทัศน์เกี่ยวกับการสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับชุมชนและการเป็นผู้นำการสร้างชุมชนการเรียนรู้ และนำไปสู่การปรับกระบวนการทำงานของครูพลศึกษา ร่วมกับชุมชนเพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับชุมชน		
○ 6.3 บูรณาการความรู้วิชาการกับความรู้ชุมชน เพื่อพัฒนาผู้เรียนและการอยู่ร่วมกันบนพื้นฐานความแตกต่างทางวัฒนธรรม และนำไปสู่ปฏิบัติการเรียนรู้ในการทำงานของครูพลศึกษาร่วมกับชุมชนได้สอดคล้องกับวิถีชีวิต วัฒนธรรมและความแตกต่างด้านบุคคล กลุ่ม และสังคมโดยใช้ทักษะการคิดที่จำเป็นต่อการเป็นผู้นำการสร้างชุมชนการเรียนรู้เชิงวิชาชีพ (PLC)		
● 7.1 เข้าใจความสัมพันธ์และการสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนเพื่อพัฒนาตนเองและผู้เรียนให้เห็นคุณค่าตนเองและผู้อื่นในการอยู่ร่วมกันบนพื้นฐานความ		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
แตกต่างทางวัฒนธรรม และนำไปสู่การใช้ทักษะการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างครูพลศึกษา นักเรียน ผู้ปกครอง และชุมชน อย่างมีปฏิสัมพันธ์การเรียนรู้ ○ 7.2 แสดงออกถึงการเป็นบุคคลแห่งการเรียนรู้ในการเป็นครูนักพัฒนา สามารถออกแบบกระบวนการพัฒนาผู้เรียนที่มีความหลากหลายโดยอาศัยความร่วมมือกับชุมชนและสร้างเครือข่ายความร่วมมือ		
5. ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ(ELO8)		
○ 8.1 ใช้ภาษาไทยและภาษาอังกฤษ เพื่อการสื่อสารกับผู้เรียน บุคคลและกลุ่มต่างๆ ด้วยวิธีการหลากหลาย ทั้งการพูด การเขียน การนำเสนอด้วยรูปแบบต่าง ๆ โดยใช้เทคโนโลยีและนวัตกรรมที่เหมาะสม สอดคล้องกับบริบทที่หลากหลาย	-การสืบค้นข้อมูลและการจัดการและวิเคราะห์ข้อมูลและสารสนเทศ ทางสุขภาพของนักกีฬาเพื่อนำมาร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนแนวคิดในการทำกิจกรรมกลุ่ม	-ประเมินจากรายงาน -ประเมินจากการนำเสนอผลงานการใช้ภาษาในการสื่อสาร ทั้งการพูด การเขียนและการนำเสนองาน
○ 8.2 สังเกต ติดตามการเปลี่ยนแปลงบริบทของโลกและสังคม สามารถใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อการศึกษา ค้นคว้า การพัฒนานวัตกรรมการเรียนรู้ การบูรณาการกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ภาษา และศาสตร์อื่นได้อย่างรู้เท่าทัน		
○ 8.3 สามารถใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ โปรแกรมสำเร็จรูปที่เป็นสำหรับการเรียนรู้ การจัดการเรียนรู้ การทำงาน การประชุม การจัดการและสืบค้นข้อมูลและสารสนเทศ การรับและส่งข้อมูลและสารสนเทศโดยใช้ดุลยพินิจที่ดีและตระหนักถึงการละเมิดสิทธิ์ของการลอกเลียนผลงาน		
6.การจัดการเรียนรู้และบูรณาการอัตลักษณ์(ELO9 ELO10 ELO11 ELO12)		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
○ 9.1 วิเคราะห์ความรู้ ทฤษฎี และแสวงหาความรู้เกี่ยวกับงานครูที่สะท้อนความรู้รอบเกี่ยวกับผู้เรียน ครู และโรงเรียน	-การศึกษาเรียนรู้ในบริบทจริงกับการสร้างเสริมสุขภาพของเพื่อนๆในมหาวิทยาลัยได้	-ประเมินจากผล การสะท้อนคิดของแต่ละบุคคลในการลงพื้นที่ภาคปฏิบัติจริง
○ 9.2 แสดงออกถึงทักษะในการจัดการความรู้ การใช้ภาษาและการสื่อสารระหว่างบุคคล การสร้างสัมพันธภาพและการทำงานเป็นทีม การใช้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือในการสืบค้น จัดเก็บ และปฏิบัติงานแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์		-ประเมินจากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในประเด็นต่างๆ
9.3 แสดงออกถึงความเชื่อ ค่านิยมที่ยึดมั่น คุณธรรม จริยธรรม วินัย ความรับผิดชอบ และประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี		-ประเมินจากการนำเสนอผลงาน
10.1 ปฏิบัติการสอนเป็นผู้ช่วยครูทางพลศึกษา ดูแลช่วยเหลือผู้เรียนด้วยความรัก เมตตา กรุณา เอื้ออาทร รู้จักผู้เรียนเป็นรายบุคคลและยอมรับความแตกต่างของผู้เรียน สามารถวิเคราะห์ปัญหา พัฒนาผู้เรียนเป็นรายบุคคล และรายงานผลการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนได้อย่างเป็นระบบ		--ประเมินจาก ชิ้นงานที่เกิดขึ้น จากเรียนรู้ร่วมกัน
10.2 แสดงออกถึงการใช้ และพัฒนาทักษะการจัดการความรู้ การใช้ภาษาและการสื่อสารระหว่างบุคคล การสร้างสัมพันธภาพ การจัดการอารมณ์ของตนเอง และเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น การทำงานเป็นทีม การใช้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือในการสืบค้น จัดเก็บ และปฏิบัติงานแลกเปลี่ยนเรียนรู้ทางพลศึกษาร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
11.1 นำความรู้มาใช้วางแผน ออกแบบหลักสูตรรายวิชา กิจกรรมการจัดการเรียนรู้ การวัดประเมินผล ผลิต สื่อ/นวัตกรรมทางพลศึกษาเพื่อแก้ปัญหาหรือพัฒนา ผู้เรียน		
11.2 จัดการเรียนรู้ในสถานการณ์จริงอย่างน้อย 2 ระดับ หรือ 2 ระดับชั้น และสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ให้ ผู้เรียนมีความสุขในการเรียน ใช้วิธีการวัดและ ประเมินผลทางพลศึกษาเพื่อพัฒนาผู้เรียน บันทึกและ เขียนรายงานการปฏิบัติงานสอนและถอดบทเรียนเพื่อ แลกเปลี่ยนเรียนรู้		
12.1 วางแผนจัดการเรียนรู้และจัดการชั้นเรียนใน สถานการณ์จริงอย่างน้อย 1 ภาคเรียน เพื่อพัฒนา ผู้เรียนให้มีปัญญา รู้คิดและมีความเป็นนวัตกรรม ใช้ วิธีการวัดและประเมินผลทางพลศึกษาเพื่อเสริมพลัง การเรียนรู้ ประยุกต์ใช้สื่อและเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อ การเรียนรู้และสร้างนวัตกรรมทางพลศึกษาและกีฬา		
12.2 แสดงออกถึงการพัฒนาทักษะการใช้ภาษาและการ สื่อสารระหว่างบุคคล การสร้างสัมพันธภาพ การ จัดการอารมณ์ของตนเองและเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น การทำงานเป็นทีม การใช้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือใน การพัฒนาการปฏิบัติงานในหน้าที่ครูอย่างมี ประสิทธิภาพ		
12.3 บูรณาการศาสตร์การสอน เนื้อหา เทคโนโลยี และ จรรยาบรรณวิชาชีพในการจัดการเรียนรู้ทางพลศึกษา เพื่อพัฒนาผู้เรียนโดยใช้วิจัยเป็นฐาน		
12.4 จัดการความรู้จากการปฏิบัติงานในหน้าที่ครูพลศึกษา		

ผลการเรียนรู้	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
โดยการสะท้อนคิด การถอดบทเรียน การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์ และเผยแพร่		

บรรยาย	สอนเสริม	การฝึกปฏิบัติ/การฝึกงานภาคสนาม	การศึกษด้วยตนเอง
45	-	-	90

5. แผนการสอน

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

7-8	การสร้างเสริมสุขภาพตามกลุ่มวัย การสร้างเสริมสุขภาพระดับบุคคล ครอบครัว และชุมชน การสร้างเสริมสุขภาพในวิถีชีวิตแบบไทย			บรรยาย อภิปราย และซักถาม เรียนรู้จากปัญหาและ สถานการณ์เป็นหลักดูวิดีโอ เรื่องการดูแลสุขภาพของผู้เป็น ต้นแบบทางสุขภาพ	อ.อรพิน
9	สอบกลางภาค				
10-11	การแพทย์ทางเลือก ความหมายของการแพทย์ทางเลือก สถานการณ์การแพทย์ทางเลือกในประเทศไทย หลักในการพิจารณาเลือกใช้การแพทย์ทางเลือก	6	0	บรรยายอภิปรายและซักถาม เรียนรู้จากปัญหาและ สถานการณ์เป็นหลัก	อ.อรพิน
12	หน่วยงานที่เกี่ยวข้องและการคุ้มครอง ประชาชนด้านสุขภาพและหลักประกันสุขภาพ	3	0	บรรยายอภิปรายและซักถาม เรียนรู้จากปัญหาสถานการณ์ จริงในปัจจุบัน	
13-15	การวางแผนและการเขียนโครงการสร้างเสริม สุขภาพ ในวิชาชีพ	9	0	บรรยายอภิปรายและซักถาม เรียนรู้จากปัญหาและฝึกปฏิบัติ	อ.อรพิน
16	นำเสนองาน	3	0	นำเสนองานและซักถามเรียนรู้ ฝึกปฏิบัติตามกิจกรรม เนื้อหา	อ.อรพิน
17	มหาวิทยาลัยประกาศ หยุดทบทวนเอกสาร ตำรา ก่อนสอบปลายภาคให้กับนิสิต				
		45	0		
18	สอบปลายภาค				

ลำดับการ ประเมิน	ผลการเรียนรู้	ลักษณะการประเมิน	สัปดาห์ที่ ประเมิน	สัดส่วนของ คะแนนที่ประเมิน
1.	ด้านคุณธรรมจริยธรรม	การเข้าชั้นเรียน การส่งงานภายในกำหนดเวลา ความมีระเบียบวินัยในการเรียนและกิจกรรม การทำงาน	ทุกสัปดาห์	10
2.	ด้านความรู้	งานที่ได้รับมอบหมายและกิจกรรมในชั้นเรียน ชิ้นงานและกิจกรรม การสอบกลางภาค การสอบปลายภาค	สัปดาห์ที่ 4,12 สัปดาห์ที่ 9 สัปดาห์ที่ 17- 18	15 30 30

3.	ด้านทักษะทางปัญญา	สังเกตผลจากการประเมินผลงาน การเลือกใช้เทคโนโลยีสารสนเทศในการ นำเสนอข้อมูล การนำเสนองานทั้งรายบุคคลและกิจกรรมกลุ่ม	ทุกสัปดาห์ สัปดาห์ที่ นำเสนองาน สัปดาห์ที่มีการ นำเสนองาน สัปดาห์ที่ 7,13,15,	15
4.	ด้านทักษะความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคลและความ รับผิดชอบ			
5	ด้านทักษะการวิเคราะห์ เชิงตัวเลข การสื่อสารและ เทคโนโลยีสารสนเทศ			
6	ด้านทักษะด้านการจัดการ เรียนรู้ และบูรณาการอัต ลักษณ์			
รวม				100

หมวดที่ 6 ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

1. ตำรา เอกสารหลัก และข้อมูลสำคัญ

กองสุศึกษา สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข.(2541). แนวปฏิบัติเพื่อสนองนโยบายสาธารณสุข
ในการดำเนินงานสุศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุภาพ สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข.

นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์แห่งประเทศไทย.

ไกรสิทธิ์ ตันศิริรินทร์. (2550).“ความท้าทายและอนาคตของอาหารและโภชนาการเพื่อความ
พอเพียง” ในเอกสารการประชุมวิชาการโภชนาการแห่งชาติ ครั้งที่ 2, (หน้า 43)

วันที่ 3 - 5 ตุลาคม 2550.

คณะกรรมการส่งเสริมกีฬาและการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในสถานศึกษา. (2539). โครงการ
เครือข่ายการสมาคม เวชศาสตร์ฟื้นฟูแห่งประเทศไทย. ตำราเวชศาสตร์ฟื้นฟู เล่มที่ 1.

กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เทคนิค 19 บางพลัด.

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

วสุธร ตันวัฒนกุล. (2543). สุภาพจิตกับคุณภาพชีวิต. ชลบุรี, คณะสาธารณสุขศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา.

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

ประยูรวงศ์พรัตน์ตั้ง จำกัด.

ชูศักดิ์ เวชแพทย์ และกันยา ปาละวิวัฒน์. (2536). สรีรวิทยาการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ: เทพรัตน์
การพิมพ์.

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

ภาษาอังกฤษ

Brooks JB. **The process of parenting**. 2nd ed. Palo Alto : Mayfield Publishing. 1987; 120 - 352.

McArdls. Willian D. and others. **Exercise Physiology : Energy Nutrition and Human Performance**. 4 th ed.

หมวดที่ 7 การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา

1. กลยุทธ์การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนิสิต

- 1.1 การประเมินการบรรลุวัตถุประสงค์ตามรายวิชาที่กำหนดโดยการสอบถามผู้เรียนเมื่อสิ้นสุดการเรียนรู้
- 1.2 การประเมินการสอนตามระบบของมหาวิทยาลัยทักษิณหลักสิ้นสุดการเรียนรู้ทุกภาคการศึกษา
- 1.3 การประเมินกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับชีวิตสถิติพื้นฐาน

2. กลยุทธ์การประเมินการสอน

แบบประเมินผลการสอน ซึ่งเป็นแบบประเมินผลการสอนของมหาวิทยาลัย ที่กำหนดให้มีการประเมินการสอนของอาจารย์
ผู้สอน โดยนิสิต ทุกภาคการศึกษา

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

3. การปรับปรุงการสอน

- 3.1 การประเมินจากการแสดงความคิดเห็นของนิสิตเพื่อเป็นข้อมูลในการปรับปรุงการเรียนการสอน
- 3.2 ปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของคณะกรรมการประกันคุณภาพหลักสูตรหลังเสร็จสิ้นภาคการศึกษา

4. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนิสิตในรายวิชา

คณะกรรมการประกันคุณภาพการศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา คณะกรรมการประจำคณะ ศึกษาศาสตร์ ตรวจสอบผล
การเรียนรู้ของนิสิต โดยตรวจข้อสอบ วิธีการให้คะแนนสอบ และค่าระดับชั้น

5. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิผลของรายวิชา

ปรับปรุงเนื้อหาการสอน และวิธีการสอนทุกปี หรือตามข้อเสนอแนะของคณะกรรมการประกันคุณภาพหลักสูตร และ คณะกรรมการประกันคุณภาพหลักสูตร และจากผลการทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ตามข้อ 4