Chulalongkorn University
Chula Digital Collections

Chulalongkorn University Theses and Dissertations (Chula ETD)

2022

# การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา

ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์
*คณะครุศาสตร์*

Follow this and additional works at: https://digital.car.chula.ac.th/chulaetd

Part of the Health and Physical Education Commons

## Recommended Citation

จันทร์ประดิษฐ์, ฉฏาธร, "การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา" (2022). *Chulalongkorn University Theses and Dissertations (Chula ETD)*. 6692.
https://digital.car.chula.ac.th/chulaetd/6692

This Thesis is brought to you for free and open access by Chula Digital Collections. It has been accepted for inclusion in Chulalongkorn University Theses and Dissertations (Chula ETD) by an authorized administrator of Chula Digital Collections. For more information, please contact ChulaDC@car.chula.ac.th.

# การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา

นายฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2565

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

# PHYSICAL EDUCATION LEARNING MANAGEMENT USING SHAPE'S OLPE AND PEER-TO-PEER LEARNING CONCEPT TO HOCKEY SKILLS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS

Mr. Chatathorn Chanpradit

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education in Health and Physical Education
Department of Curriculum and Instruction
FACULTY OF EDUCATION
Chulalongkorn University
Academic Year 2022
Copyright of Chulalongkorn University

| | |
|---|---|
| หัวข้อวิทยานิพนธ์ | การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา |
| โดย | นายฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์ |
| สาขาวิชา | สุขศึกษาและพลศึกษา |
| อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก | ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รุ่งระวี สมะวรรธนะ |

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

..... คณบดีคณะครุศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ ดร.ศิริเดช สุชีวะ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เติมเพชร สุขคณาภิบาล)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รุ่งระวี สมะวรรธนะ)

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ติงศภัทิย์)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เติมเพชร สุขคณาภิบาล)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์ : การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา. ( PHYSICAL EDUCATION LEARNING MANAGEMENT USING SHAPE'S OLPE AND PEER-TO-PEER LEARNING CONCEPT TO HOCKEY SKILLS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS) อ.ที่ปรึกษาหลัก : ผศ. ดร.รุ่งระวี สมะวรรธนะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา การศึกษานี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง ซึ่งเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 30 คน โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลอง 15 คน เป็นกลุ่มที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน และ กลุ่มควบคุม จำนวน 15 คน ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน จำนวน 8 แผน แบบวัดผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนด้วยค่า "ที"

ผลการวิจัยพบว่า

1) ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ หลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2) ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

| | | |
|---|---|---|
| สาขาวิชา | สุขศึกษาและพลศึกษา | ลายมือชื่อนิสิต ..... |
| ปีการศึกษา | 2565 | ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก ..... |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

# # 6380032327 : MAJOR HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION
KEYWORD: SHAPE'S OLPE, PEER TO PEER, Learning concept, Hockey skills, Conventional teaching method

Chatathorn Chanpradit : PHYSICAL EDUCATION LEARNING MANAGEMENT USING SHAPE'S OLPE AND PEER-TO-PEER LEARNING CONCEPT TO HOCKEY SKILLS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS. Advisor: Asst. Prof. RUNGRAWEE SAMAWATHDANA, Ph.D.

This research aimed to study Physical education learning management using SHAPE'S OLPE and PEER-TO-PEER learning concept to Hockey skills of secondary school students. This study is quasi-experemental research. There were 60 purposive sampling of the Tenth grade students, divided into 15 students for the experimental group who were assigned to study under the Physical education learning management using SHAPE'S OLPE and PEER-TO-PEER learning concept and 15 students of the control group were assigned to study with the conventional teaching method. The research instruments were composed of eight Physical education lesson plans using SHAPE'S OLPE and PEER-TO-PEER learning concept The data were analyzed by mean, standard deviation and t-test.

The research findings were as follows:

1) The mean scores of the right skills performance in hockey of the experimental group students after learning were significantly higher than before learning at .05 level.

2) The mean scores of the right skills performance in hockey of the experimental group students after learning were significantly higher than the control group at .05 level

| | | |
|---|---|---|
| Field of Study: | Health and Physical Education | Student's Signature ..... |
| Academic Year: | 2022 | Advisor's Signature ..... |

# กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุได้ด้วยความกรุณาและความเอาใจใส่อย่างดียิ่งจาก อาจารย์ ดร.รุ่งระวี สมะวรรธนะ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ในการให้คำปรึกษา และคำแนะนำ ตรวจทานแก้ไขวิทยานิพนธ์ให้มีความถูกต้องสมบูรณ์ มีคุณค่าทางวิชาการ รวมทั้งให้กำลังใจและความช่วยเหลือในทุกด้านมาโดยตลอด ทำให้ผู้วิจัยได้รับประสบการณ์ในการทำวิจัย ตลอดจนการเป็นแบบฉบับของอาจารย์ที่ทุ่มเทให้กับนิสิตในงานด้านวิชาการ ผู้วิจัยรูสึกซาบซึ้งในความเมตตาเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

กราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เติมเพชร สุขคณาภิบาล ประธานกรรมการการสอบวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ติงศภัทิย์ กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้ข้อคิดและเสนอแนะแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขพร้อมทั้งตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ทำให้วิทยานิพนธ์มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

กราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เติมเพชร สุขคณาภิบาล ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ติงศภัทิย์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์

อาจารย์ ดร.ธานินทร์ บุญญาลงกรณ์ อาจารย์ สุรเชษฐ์ วิศวธีรานนท์ ที่ให้คำแนะนำและตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

กราบขอบพระคุณผู้อำนวยการ คณะผู้บริหาร และคณาจารย์โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ที่ให้ความร่วมมือ อำนวยความสะดวก สนับสนุนและเปิดโอกาสให้ผู้วิจัยได้ทำการวิจัยในครั้งนี้ และขอขอบคุณนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง และให้ความร่วมมือในการวิจัยเป็นอย่างดี

กราบขอบพระคุณ คุณพ่อกนกพล จันทร์ประดิษฐ์ คุณแม่สุธินี เจี๊ยะรักษา เป็นอย่างสูงที่ให้การสนับสนุนทางด้านการศึกษามาโดยตลอดและเป็นกำลังใจอันมีค่ายิ่งตลอดจนสำเร็จการศึกษา ผู้วิจัยขอมอบวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นเครื่องบูชาเพื่อทดแทนคุณ

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอขอบคุณเพื่อนร่วมรุ่นสาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา และบุคคลผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ที่เป็นกัลยาณมิตรที่ดี ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจตลอดเวลาที่เข้าศึกษาในระดับปริญญามหาบัณฑิตนี้ สิ่งดีงามที่ผู้วิจัยได้รับจากทุกส่วนที่กล่าวมา จะประทับอยู่ในใจของผู้วิจัยตลอดไป

ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

# สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย ..... ค

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ ..... ง

กิตติกรรมประกาศ ..... จ

สารบัญ ..... ฉ

สารบัญตาราง ..... ฌ

สารบัญภาพ ..... ญ

บทที่ 1 บทนำ ..... 1

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา ..... 1

คำถามวิจัย ..... 6

วัตถุประสงค์ของการวิจัย ..... 6

สมมติฐานการวิจัย ..... 6

ขอบเขตของการวิจัย ..... 7

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย ..... 7

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย ..... 9

บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ..... 10

1. หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551) ..... 11

1.1 วิสัยทัศน์ หลักการ จุดหมาย สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน คุณลักษณะที่พึงประสงค์ ..... 11

1.2 มาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา ..... 13

1.3 ตัวชี้วัด กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ..... 13

2. แนวคิดการจัดการเรียนรู้พลศึกษา ..... 14

2.1 ความหมาย ปรัชญา และหลักการจัดการเรียนรู้พลศึกษา ..... 14

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

2.2 จุดมุ่งหมายในการสอนพลศึกษา ..... 16
3. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้กีฬาฮอกกี้ ..... 21
3.1 ความหมายและประเภทของกีฬาฮอกกี้ในการจัดการเรียนรู้พลศึกษา ..... 21
3.2 สาระสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้กีฬาฮอกกี้ ..... 22
3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกีฬาฮอกกี้ ..... 42
4. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนการรู้พลศึกษาออนไลน์ Online Physical Education 44
4.1 ความหมายและองค์ประกอบการจัดการเรียนรู้ออนไลน์ ..... 44
4.2 แนวทางการจัดการเรียนรู้ OLPE โดย SHAPE America, 2018 ..... 48
4.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาออนไลน์ (OLPE) ..... 51
5. แนวคิดการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน ..... 55
5.1 ความหมายที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน ..... 56
5.2 หลักการใช้การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน ..... 56
5.3 รูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน ..... 57
5.4 ขั้นตอนการจัดกิจกรรมโดยใช้วิธีการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน ..... 59
5.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน ..... 61
6. กรอบแนวคิดการวิจัย ..... 67
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย ..... 68
ขั้นที่ 1 การเตรียมการทดลอง ..... 70
1.1 การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ..... 70
1.2 กำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ..... 70
1.3 สร้างและพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ..... 70
ขั้นที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล ..... 73
2.1 กำหนดแบบแผนการทดลอง ..... 73
2.2 ติดต่อประสานงานก่อนการทดลอง ..... 73

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

2.3 การดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล ..... 73
ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ การวิเคราะห์ข้อมูล..... 74
บทที่ 4 ผลวิเคราะห์ข้อมูล ..... 76
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย..... 77
ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ t-test.. 78
ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ t-test .. 79
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปลายผล และข้อเสนอแนะ ..... 84
สรุปผลการวิจัย..... 84
อภิปรายผลการวิจัย..... 86
ข้อเสนอแนะ..... 92
บรรณานุกรม..... 93
ภาคผนวก..... 97
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ..... 98
ภาคผนวก ข ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินงานทดลอง..... 100
ภาคผนวก ค การวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ..... 155
ประวัติผู้เขียน..... 166

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

# สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 1 ตัวอย่างการประเมินทักษะกีฬา ..... 21

ตารางที่ 2 แผนการจัดการเรียนรู้ระยะยาว ..... 42

ตารางที่ 3 ตารางสรุปองค์ประกอบแนวทางการสอน OLPE โดย SHAPE America, 2018 ..... 54

ตารางที่ 4 ตารางสรุปขั้นตอนการจัดวิธีการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน ..... 60

ตารางที่ 5 ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้เพื่อนำไปพัฒนาการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน ..... 63

ตารางที่ 6 แผนระยะยาวสำหรับเนื้อหาในการจัดการเรียนรู้ ..... 74

ตารางที่ 7 แสดงจำนวนและค่าร้อยละเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ..... 77

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ การเลี้ยงบอล การผลักบอลและการรับบอล ก่อนการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม ..... 78

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม ..... 79

CHULALONGKORN UNIVERSITY

# สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 1 การจับไม้ ..... 23

ภาพที่ 2 การกลับหน้าไม้หรือการกรอลูก ..... 24

ภาพที่ 3 การเลี้ยงลูก ..... 25

ภาพที่ 4 การผลักลูก (Push) ..... 26

ภาพที่ 5 การเคาะลูก (Tab) ..... 27

ภาพที่ 6 การตวัดลูก (Flick) ..... 28

ภาพที่ 7 การช้อนลูก (Scoop) ..... 29

ภาพที่ 8 ลักษณะการจับไม้แบบตัววี (V-Shope) ..... 30

ภาพที่ 9 ท่าการยืน ..... 30

ภาพที่ 10 การกลับหน้าไม้ (Reverse) ..... 31

ภาพที่ 11 การเลี้ยงลูกฮอกกี้ (Dribbling) ..... 32

ภาพที่ 12 การเลี้ยงลูกฮอกกี้อ้อมหลัก หรือเลี้ยงลูกซิกแซก (Six-Sox Dribbling) ..... 33

ภาพที่ 13 การผลักบอล (Pushing) ..... 34

ภาพที่ 14 การเคาะหรือการกระแทก (Tab) ..... 34

ภาพที่ 15 การตวัด (Fick) ..... 35

ภาพที่ 16 การช้อนลูกหรือตักลูก (Scoop) ..... 36

ภาพที่ 17 แบบทดสอบทักษะการเลี้ยงลูกฮอกกี้ ..... 39

ภาพที่ 18 แบบทดสอบทักษะการเลี้ยงลูกฮอกกี้ ..... 41

ภาพที่ 19 ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ในทักษะการเลี้ยงบอล ก่อนการทดลองและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ..... 80

ภาพที่ 20 ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ในทักษะการผลักบอล ก่อนการทดลองและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ..... 81

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ภาพที่ 21 ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ในทักษะการรับบอล ก่อนการทดลองและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม..... 82

ภาพที่ 22 ค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ก่อนการทดลองและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม..... 83

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

# บทที่ 1
# บทนำ

## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กีฬาฮอกกี้เป็นชนิดกีฬาสำหรับกิจกรรมการออกกำลังกาย ที่ช่วยเสริมสร้างพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ อามรมณ์ สังคม และความสนุกสนาน ซึ่งสอดคล้องกับเป้าหมายทางพลศึกษาของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมและกีฬา เป็นเครื่องมือในการพัฒนาโดยรวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา รวมทั้งเพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพและทักษะกีฬา และโดยในเฉพาะสาระที่ 3 ที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล และฮอกกี้ก็จัดเป็นกีฬาสากล ตรงตาม ตามอภิธานศัพท์ของหลักสูตรแกนกลางดังกล่าว ที่ระบุว่ากีฬาสากลหมายถึง *“กีฬาที่เป็นที่ยอมรับจากมวลสมาชิกขององค์กรกีฬาระดับนานาชาติให้เป็นชนิดกีฬาที่บรรจุอยู่ในเกมการแข่งขัน”* (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551) โดยฮอกกี้เป็นกีฬาที่ถูกบรรจุไว้ในการแข่งขันทั้งในระดับชาติ เช่น การแข่งขันกีฬาแห่งชาติ การแข่งขันฮอกกี้ชิงแชมป์ประเทศไทย กีฬามหาวิทยาลัย กีฬาเยาวชนแห่งชาติ กีฬานักเรียนไทย กีฬากองทัพไทย กีฬาสาธิตสามัคคี ไปจนถึงการจัดการแข่งขันที่จัดโดยสโมสรต่างๆ ทั่วประเทศไทย และระดับนานาชาติ เช่น โอลิมปิกเกมส์ เอเชียนเกมส์ ซีเกมส์ และฮอกกี้ชิงแชมป์โลก ในประเทศแถบทวีปยุโรปมีการจัดแข่งขันเป็นลีคมืออาชีพ เช่น ลีคฮอกกี้นานาชาติ The National Field Hockey League (NFHL) ลีคฮอกกี้ยุโรป Euro Hockey League (EHL) รวมถึงในระดับมือสมัครเล่น นักศึกษา และนักเรียน ทั้งในและต่างประเทศอีกด้วย (สมาคมฮอกกี้แห่งประเทศไทย, 2564) นอกจากนี้กีฬาฮอกกี้ยังมีประวัติความเป็นมาที่ยาวนาน สำหรับในประเทศไทย มีการเล่นฮอกกี้ ตั้งแต่ก่อนปี พ.ศ. 2505 โดยเล่นกันในหมู่ของชาวต่างประเทศที่เข้ามาทำงานในประเทศไทย และในระดับนานาชาตินั้นมีหลักฐานการเล่นกีฬาชนิดนี้มานานตั้งแต่สมัยกรีก โรมัน แต่ที่มีข้อมูลชัดเจนนั้นฮอกกี้ได้ถูกบรรจุไว้ในการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกครั้งแรก ในปี ค.ศ. 1908 รวมถึงได้มีการก่อตั้งสมาพันธ์กีฬาฮอกกี้ระหว่างประเทศขึ้นตั้งแต่ปี ค.ศ. 1924 โดยปัจจุบัน มีสมาชิกทั้งหมด 138 ประเทศ (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2564)

ดังนั้นกีฬาฮอกกี้จึงเป็นกีฬาสากลที่ได้ถูกบรรจุอยู่ในหลักสูตรรายวิชาทั้งในระดับมัธยมศึกษาและในระดับมหาวิทยาลัย และมีหลายโรงเรียนที่เลือกกีฬาฮอกกี้มาเป็นส่วนหนึ่งในวิชาพลศึกษาในโรงเรียน เช่น กลุ่มโรงเรียนสาธิต ในสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัย และนวัตกรรม (อว.) และกลุ่มโรงเรียนในสังกัด สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) นอกจากนี้ สมาคมฮอกกี้แห่งประเทศไทย ภายใต้การสนับสนุนจากการกีฬาแห่งประเทศไทย ยังได้มี

การจัดการแข่งขันกีฬาฮอกกี้ขึ้นในประเทศไทยเพิ่มขึ้น ทำให้นักกีฬาประจำของแต่ละสโมสรหรือโรงเรียนให้ความสนใจที่ต้องการจะเรียนรู้พัฒนาศักยภาพทางด้านสมรรถภาพและทักษะในกีฬาฮอกกี้เพิ่มมากขึ้น (สมาคมฮอกกี้แห่งประเทศไทย, 2564) เพื่อให้เกิดผลชัยชนะในการแข่งขันและเพื่อเพิ่มจำนวนนักกีฬาให้มากยิ่งขึ้น ปัจจัยที่มีความสำคัญในการเป็นนักกีฬาที่ดีควรมีพื้นฐานสมรรถภาพที่ดีเพื่อต่อยอดในการนำไปใช้กับทักษะกีฬาต่างๆ ทักษะในกีฬาฮอกกี้ ได้แก่ การผลักลูกฮอกกี้ การตีลูกฮอกกี้ การรับลูกฮอกกี้ และการเลี้ยงลูกฮอกกี้ กีฬาฮอกกี้เป็นกีฬาที่มีการปะทะ และความเร็วในการเคลื่อนที่ การเปลี่ยนทิศทางการวิ่ง การออกตัววิ่ง การหยุดวิ่ง และในกีฬาฮอกกี้นักกีฬาจะต้องอาศัยการใช้ทักษะขั้นพื้นฐานส่วนบุคคลที่ดี โดยเริ่มจากการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในการจัดท่าทางทางกายการเคลื่อนไหวในรูปแบบต่างๆ จังหวะการเคลื่อนไหว ในการพัฒนาทักษะในกีฬาฮอกกี้ให้ดีต่อไปและที่สำคัญเพื่อป้องกันการบาดเจ็บทางกีฬา ซึ่งทักษะพื้นฐานส่วนบุคคล ที่สำคัญ คือ การทำความคุ้นเคยกับอปกรณ์ฮอกกี้ เช่น การจับไม้ การควบคุมลูกฮอกกี้ การผลักลูกฮอกกี้ การตีลูกฮอกกี้ การเลี้ยงลูกเพื่อพาลูกไปทำสู่การเล่นร่วมกับผู้เล่นทีม และสามารถเริ่มเล่นในเกม จนสามารถทำประตูฝ่ายตรงข้าม (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2564; สมาคมฮอกกี้แห่งประเทศไทย, 2564)

กีฬาฮอกกี้เป็นกีฬาที่ต้องใช้อุปกรณ์เฉพาะในการเล่น และเป็นกีฬาที่มีการปะทะซึ่งอาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุและเป็นอันตรายต่อนักเรียนได้ ดังนั้นโรงเรียนที่มีการจัดการเรียนรู้พลศึกษาจึงจัดกีฬาฮอกกี้อยู่ในช่วงมัธยมศึกษาตอนปลาย เช่น โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชลาดกระบัง โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย (สระบุรี) โรงเรียนกระสังพิทยาคม (บุรีรัมย์) โรงเรียนกีฬาจังหวัดนครนายก โรงเรียนกีฬาจังหวัดชลบุรี และ โรงเรียนในเครือสาธิต ทำให้นักเรียนส่วนใหญ่ขาดประสบการณ์และทักษะพื้นฐานของกีฬาฮอกกี้ ซึ่งแตกต่างจากกีฬาอื่นๆที่โรงเรียนมีการจัดการเรียนการสอนมาตั้งแต่ชั้นประถมศึกษา ที่นักเรียนได้เรียนรู้และนำไปใช้ออกกำลังกายในชีวิตประจำวันทำให้มีประสบการณ์และทักษะพื้นฐาน

CHULALONGKORN UNIVERSITY

นอกเหนือจากนั้นปัญหาสำคัญที่ส่งผลต่อการจัดการเรียนรู้พลศึกษาเป็นอย่างมากอันเนื่องมาจาก สถานการณ์โรคระบาดรุนแรงของ Covid-19 ทำให้การจัดการเรียนรู้ต้องใช้ระบบการในหลายรูปแบบที่มี การผสมผสานทั้งแบบเผชิญหน้าและแบบสอนออนไลน์ จากการศึกษาของ Gemin and Pape (2016) อ้างถึงใน SHAPE America (2018) ที่ระบุว่าปัจจุบันมีนักเรียนหลายล้านคน เข้าเรียนออนไลน์ และในจำนวนเหล่านั้น มีการเรียนออนไลน์แบบเต็มเวลาหรือเต็มรูปแบบหรือเป็นลักษณะการเรียนออนไลน์แบบผสมผสานกับการเรียนแบบเผชิญหน้าในห้องเรียนที่สถานศึกษา และในช่วงระหว่างปีการศึกษา ค.ศ. 2015-2016 มีครูพลศึกษาจัด การเรียนการสอนผ่านออนไลน์ให้กับผู้เรียนกว่า 2 ล้านคน เฉพาะในสหรัฐอเมริกา โดยมีแนวโน้มที่จะมีครู พลศึกษาจัดการเรียนการสอนออนไลน์สูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ขณะที่ในปี ค.ศ. 2021 นี้ ด้วย สถานการณ์ Covid-19 ทำให้ทั่วโลกมีการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ในทุกวิชาเพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง และใน

ประเทศไทยกระทรวงศึกษาธิการ (ศธ) ได้มีประกาศแนวปฏิบัติให้โรงเรียนในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ดังต่อไปนี้

> *"ศธ จะไม่กำหนดรูปแบบใดรูปแบบหนึ่งเพื่อให้ทุกโรงเรียนจัดการเรียนการสอนเหมือนกันทั้งหมด แต่ได้เสนอแนวทางในรูปแบบ การจัดการเรียนการสอนเป็น 5 รูปแบบ เพื่อให้มีความเหมาะสมต่อการรับมือกับการแพร่ระบาดระลอกใหม่นี้ คือ 1.On-site เรียนที่โรงเรียน โดยมีมาตรการเฝ้าระวังตามประกาศของศูนย์บริหารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (ศบค.) 2.On-air เรียนผ่านมูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์ หรือ DLTV 3.On-demand เรียนผ่านแอปพลิเคชันต่างๆ 4.On-line เรียนผ่านอินเตอร์เน็ต และ 5.On-hand เรียนที่บ้านด้วยเอกสาร เช่น หนังสือ แบบฝึกหัดใบงาน ในรูปแบบผสมผสาน หรืออาจใช้วิธีอื่นๆ เช่น วิทยุ เป็นต้น"*
>
> (ไทยรัฐออนไลน์, 2564)

ดังนั้นในกลุ่มโรงเรียนที่มีความพร้อมในด้านเทคโนโลยี การจัดการเรียนรู้ออนไลน์จึงเป็นทางเลือกที่มีความเป็นได้สูง รวมทั้งการสอนออนไลน์ทางพลศึกษา โดย ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์, ธีรนันท์ ตันพานิชย์, ฐิติกมลสิริ ลาโพธิ์, วิชนนท์ พูลศรี และธนวัฒน์ ชลานนท์ (2564); Collin, Emily, Urtel, McMullen, Culp, Egan L.oiacono, & Killian (2021); Crosby (2018); Tyler & Emily (2017); Hyu-Chung J. & Wi-Yong S., (2020) แสดงให้เห็นว่าการจัดการเรียนการสอนพลศึกษานั้นสามารถดำเนินการได้เช่นเดียวกันกับรายวิชาอื่นๆ และยังสามารถป้องกันผู้เรียนจากการติดเชื้อโรคได้ ในระหว่างการเรียน รวมถึง ลดปริมาณการเดินทางเพื่อ มาเรียนที่สถานศึกษา (On-site) ได้เป็นอย่างดี อย่างไรก็ตามด้วยการจัดการเรียนรู้พลศึกษานั้นมุ่งเน้นการปฏิบัติทักษะ จึงเป็นข้อกัดต่อการจัดการเรียนรู้ในด้านการฝึกปฏิบัติ (Hyu-Chung & Wi-Yong, 2020) แต่เนื่องจากการเรียนการสอนตามหลักสูตร โดยเฉพาะหลักสูตรการศึกษาแห่งชาติทั่วโลก มีความจำเป็นที่จะต้องศึกษาค้นคว้าวิจัยในด้านการจัดการเรียนรู้รูปแบบใหม่ เพื่อให้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่มีการเผชิญปัญหาโรคระบาด หรือการเปลี่ยนแปลงทางด้านการสังคม วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ส่งผลให้การดำเนินชีวิตต้องปรับสู่ วิถีชีวิตใหม่ (New Normal Life) ซึ่งการจัดการเรียนรู้ออนไลน์ จึงเป็นทางเลือกที่ดีอีกทางเลือกหนึ่งสำหรับการจัด การเรียนรู้แบบวิถีชีวิตใหม่ให้เป็น New Normal Instruction นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยในต่างประเทศเกี่ยวข้องกับการเรียนการสอนทักษะปฏิบัติออนไลน์ ที่สามารถส่งเสริมผู้เรียนให้ปฏิบัติได้ รวมทั้ง Daum & Woods, 2015 ได้กล่าวว่าการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาที่มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นและมีความเป็นไปที่จะสามารถพัฒนาการจัดการเรียนรู้และการประเมินพลศึกษามากขึ้น โดยสามารถจัดการเรียนการสอนออนไลน์แบบการ

ติดต่อสื่อสารต่างเวลา (Asynchronous) เช่น การนำสื่อการเรียนรู้ PowerPoint หรือ เอกสารการสอน Upload ไว้บนเครือข่ายสังคม ออนไลน์ อย่าง Blackboard YouTube Facebook ให้ผู้เรียนเข้าไปศึกษาตามช่วงเวลาที่เหมาะสมกับผู้เรียน หรือที่ครูกำหนดเวลาไว้ให้ เป็นต้น หรือในลักษณะของการติดต่อสื่อสาร ในช่วงเวลาเดียวกัน (Synchronous) เช่น การใช้โปรแกรม ZOOM Google-meet หรือ Line-meet โดยครูนัดหมายผู้เรียนเข้ามาเรียนพร้อมๆ กัน เพื่อการบรรยาย สาธิต หรือทำกิจกรรมในห้องเรียนออนไลน์ เป็นต้น สอดคล้องกับสมาคมสำหรับนักการสุขศึกษาและพลศึกษาเป็นที่รู้จักในฐานะ SHAPE America (Society of Health and Physical Education Educators) เป็นองค์กรที่จัดตั้งขึ้นในประเทศสหรัฐอเมริกา เป็นองค์กรที่รวบรวมแหล่งข้อมูลในการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการสุขศึกษาและพลศึกษาร่วมกับหน่วยงานการศึกษาระดับชาติของสหรัฐอเมริกา ในการจัดทำแนวทางการจัดการเรียนรู้พลศึกษา (Guidelines for K-12 Online Physical Education) หรือ OLPE (SHAPE America, 2018) โดยใน Guidelines มีองค์ประกอบสำคัญ คือ เนื้อหารายวิชา (Course Content), การจัดการสถานที่ (Site Management) การออกแบบการสอน (Instructional Design) เทคโนโลยี (Technology) และการประเมิน (Assessment) ซึ่งแนวการสอน OLPE โดย SHAPE America, 2018 นั้นเป็นแนวทางการจัดการเรียนรู้นี้เป็นข้อแนะนำที่มีการพัฒนาจากการวิจัยและจากการปฏิบัติในการจัดการเรียนการสอนที่เกี่ยวข้องกับการสอนพลศึกษาออนไลน์ ที่มีความยืดหยุ่น โดยผู้สอนสามารถนำไปประยุกต์ใช้ตามความเหมาะสม ซึ่ง SHAPE America, 2018 ได้กล่าวถึงความหมายของ Online Physical Education (OLPE) นั้นเป็นการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาออนไลน์ ที่ใช้เป็นทางเลือกที่ส่วนมากใช้กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาเพื่อให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ จากการเรียนรู้ภายในห้องเรียน โดยสามารถนำไปใช้กับการเรียนการสอนแบบผสมผสาน (Hybrid Instruction) ซึ่งผู้เรียนสามารถเรียนรู้ผ่านออนไลน์ร่วมกับการเรียนรู้ในห้องเรียนแบบเผชิญหน้าระหว่างผู้สอนและผู้เรียน หรือมีลักษณะการเรียนรู้แบบออนไลน์เต็มรูปแบบที่ผู้สอนและผู้เรียนมีปฏิสัมพันธ์ผ่านระบบการจัดการเรียนรู้ที่เป็นได้ทั้ง 1) Synchronous Learning เป็นการสอนที่ผู้สอนนัดหมายผู้เรียนทุกคนมาเรียนพร้อมกัน ได้แก่ การสอนผ่านระบบ Teleconference ต่าง ๆ เช่น Zoom, Google Meet, Webex และ หรือ 2) Lsynchronous Learning เป็น การสอนที่ผู้สอนนำเสนอบทเรียนให้ผู้เรียนสามารถเข้ามาเรียนต่างเวลากัน เช่น การบรรจุเอกสารการสอน หรือ สื่อการสอนที่เป็น VDO Clip ที่บันทึกไว้บนระบบ (Upload) Moodle หรือผ่าน เครือข่ายสังคมออนไลน์ หรือ Application เช่น Blackboard, YouTube, Face Book, Line เป็นต้นเพื่อให้ผู้เรียนสามารถเข้าถึงสื่อการเรียนรู้ หรือบทเรียน ดังกล่าว ได้ในช่วงเวลาที่สะดวกตามเป้าหมายการเรียนรู้และหรือตามความสนใจของผู้เรียน (SHAPE America, 2018 อ้างถึงใน Buschner, 2006; Daum & Bushner, 2014; Mohsen, 2012; Mosier, 2012; NASPE, 2017) และนอกจากนี้ SHAPE America ได้ร่วมมือกับ AIR Assessment ร่วมมือกันจัดทำโครงการที่เรียกว่า

*"Pilot National Assessment for Health & Physical Education"* ซึ่งเริ่มขึ้นในปี ค.ศ. 2018 เป็นโครงการเกี่ยวกับการประเมินทางสุขศึกษาและพลศึกษา ซึ่ง AIR Assessment เป็นองค์กรที่ไม่แสวงหาผลกำไรที่รวบรวมข้อมูลสถิติ เทคโนโลยี ประสบการณ์ และนวัตกรรมมาพัฒนาและแก้ปัญหาหลักสูตรการสอนและเรียนรู้ข้อมูลเกี่ยวกับอากาศ

ดังนั้นเพื่อให้การจัดการเรียนรู้สามารถพัฒนาผู้เรียนในด้านทักษะกีฬาฮอกกี้ได้ เพราะผู้เรียนจะสามารถเล่นกีฬาและพัฒนาทักษะทางกีฬาที่ดีได้ จำเป็นต้อง รู้วิธีการจัดวางท่าทางของร่างกายและการใช้อุปกรณ์กีฬา เช่น ไม้ฮอกกี้ และ ลูกฮอกกี้ จนมีความคุ้นเคย จึงจะสามารถพัฒนาทักษะขั้นสูงขึ้นจนเป็นนักกีฬา หรือสามารถเล่นกีฬานั้นๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพและปลอดภัยตามเป้าหมายของการสอนกีฬาในพลศึกษา ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ศึกษาค้นคว้าจากงานวิจัยที่จะสามารถช่วยพัฒนาผู้เรียนด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องเหมาะสมกับพลศึกษา และพบว่า แนวคิดการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน เป็นวิธีการเรียนรู้ทักษะที่ให้ผู้เรียนร่วมกัน และช่วยเหลือกันทำกิจกรรมเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ทางการเรียนร่วมกัน และการเรียนแบบตามแบบอย่างที่ให้ผู้เรียนสอนกันเอง ภายใต้คำแนะนำ กำกับของครูจะทำให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจในการปฏิบัติตามขั้นตอนที่ถูกต้องมากกว่าการเรียนรู้จากการบรรยาย โดยไม่ได้ให้ผู้เรียนได้ลองฝึกปฏิบัติ เป็นการจัดการเรียนรู้ที่มีเพื่อนคอยแนะนำช่วยกันแลกเปลี่ยนสังเกตการณ์ปฏิบัติ ผู้เรียนไม่มีแรงกดดันที่เกิดจากความประหม่าหากผู้เรียนมีความคุ้นเคยกับเพื่อนที่ทำหน้าที่ช่วยสอนช่วยแนะนำ จึงทำให้ผู้เรียนกล้าที่จะซักถามและแสดงออกในการฝึกปฏิบัติมากขึ้น ครูมีหน้าที่คอยชี้แนะ จัดเตรียมแบบฝึกทักษะหรือกิจกรรมต่างๆ รวมถึงคอยกระตุ้น เสริมแรงให้แก่ผู้เรียน นอกจากการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนจะช่วยในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแล้ว ยังช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้และพัฒนาทักษะทางการเรียนและทักษะทางสังคมไปพร้อมๆ กัน จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องขั้นตอนการปฏิบัติแบบเพื่อนช่วยเพื่อน 1) ขั้นการฝึกอบรม 2) ขั้นจับคู่ผู้เรียน 3) ขั้นฝึกปฏิบัติ 4) ขั้นการแข่งขันและ 5) ขั้นทดสอบ (จุฬาลักษณ์ สงฆ์สระน้อย, นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร, สันติพงษ์ ปลั่งสุวรรณ และ สุรีพร อนุศาสนนันท, 2563; ชนานนท์ เชื้อนิลพิพัฒน์, 2559; วีรพรรณ จันทร์ขาว, 2561)

จากสภาพปัญหาภาวะโรคระบาดที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิตส่งผลต่อการจัดการเรียนรู้ของผู้เรียนที่ต้องปรับสู่ วิถีชีวิตใหม่ ระบบการเรียนรู้แบบใหม่ในแบบ New Normal Instruction และการเรียนการสอนพลศึกษามีความจำเป็นต้องปรับการจัดการเรียนรู้ให้สามารถพัฒนาผู้เรียนในด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้อง และแม้ว่าพลศึกษาที่ผ่านมาจะพบว่ามีปัญหาเกี่ยวกับการเรียนการสอนด้านการปฏิบัติ ทั้งนี้การประยุกต์ใช้แนวคิดการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน มีการจัดกิจกรรมฝึกปฏิบัติกลุ่มย่อยขณะสอนออนไลน์พร้อมกัน และการฝึกปฏิบัติแบบออนไลน์ต่างช่วงเวลากันได้โดยมีเพื่อนช่วยเพื่อน รวมทั้งเมื่อมีการสอนแบบเผชิญหน้าแนวคิดแบบเพื่อนช่วยเพื่อนก็ยังสามารถนำมาปรับใช้เพื่อพัฒนาทักษะปฏิบัติของผู้เรียนได้ ดังนั้นแนวคิดดังกล่าวนี้จึงสามารถเติม

ช่องว่างของปัญหาในการพัฒนาผู้เรียนที่พลศึกษาแบบดั้งเดิมประสบอยู่ได้ และเพื่อจะสามารถปรับปรุงการจัดการเรียนการสอนให้ดียิ่งขึ้น โดยการพัฒนาผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะกีฬาฮอกกี้ที่ถูกต้อง เพื่อนำไปสู่การพัฒนาการเล่นกีฬาและสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายตามเป้าหมายทางพลศึกษาได้ต่อไป ทั้งนี้ฮอกกี้เป็นกีฬาสากลชนิดหนึ่งที่สามารถนำมาเป็นกีฬาในการจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ที่มีน้อยมากในการวิจัยในบริบทของประเทศไทย ผู้วิจัยจึงศึกษาการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนจะมีต่อผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา

**คำถามวิจัย**

การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนจะสามารถเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา ได้หรือไม่มากน้อยเพียงใด

**วัตถุประสงค์ของการวิจัย**

เพื่อศึกษาผลการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา

1. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**สมมติฐานการวิจัย**

การตั้งสมมติฐานของการวิจัยครั้งนี้มีที่มาจากการพิจารณาข้อมูลต่อไปนี้

จากการศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE (SHAPE America, (2018) และแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วย (จุฬาลักษณ์ สงฆ์สระน้อย และคณะ, 2563; ชนานนท์ เชื้อนิลพิพัฒน์, 2559; วีรพรรณ จันทร์ขาว, 2561) พบว่า แนวทางการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบ OLPE ของ SHAPE มีแนวทางการจัดการเรียนรู้ที่ชัดเจนสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายทางพลศึกษา มีองค์ประกอบเพื่อนำไปใช้ในออกแบบการจัดการเรียนรู้ ทั้งนี้มีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษา ได้แก่ ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์ และคณะ (2564); Collin et al. (2021); Crosby (2018); Tyler & Emily (2017); Hyu-Chung & Wi-Yong, (2020) นอกจากนี้การใช้แนวคิดการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนซึ่งมีขั้นตอน การให้ความรู้

การสาธิต การปฏิบัติทักษะย่อย แบบจับคู่และแบบกลุ่มย่อย เพื่อการช่วยเหลือและให้ข้อมูลย้อนกลับระหว่างผู้เรียนกับผู้เรียน และครูกับผู้เรียน ในทันทีทันใด เพื่อการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้อง ซึ่งสามารถใช้ในกระบวนการเรียนการสอนที่เน้นทักษะปฏิบัติรายบุคคล และกลุ่มย่อยขนาดเล็กได้ เป็นการเรียนรู้ที่มีลำดับขั้นตอนที่ชัดเจน และจากการศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน (จุฬาลักษณ์ สงฆ์สระน้อย และคณะ, 2563; ชนานนท์ เชื้อนิลพิพัฒน์, 2559; วีรพรรณ จันทร์ขาว, 2561)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานการวิจัย ดังนี้

1. ค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง

2. ค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม

**ขอบเขตของการวิจัย**

1. ประชากรกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

ประชากร คือ นักเรียนมัธยมศึกษา ปีการศึกษา 2565 ในโรงเรียนที่ใช้หลักสูตรแกนกลาง พุธศักราช 2551 จำนวน 2,890,361 คน (สารสนเทศเพื่อการศึกษาแห่งชาติ, 2565)

2. ตัวแปรที่ต้องการจะศึกษา

2.1 ตัวแปรต้น คือ

2.1.1 การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อทักษะฮอกกี้

2.2 ตัวแปรตาม คือ

2.2.1 ผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้

3. ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 วัน วันละ 50 นาที โดยการจัดการเรียนการสอนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจะมีสัดส่วนจำนวนคาบการสอนแบบออนไลน์ และแบบเผชิญหน้าที่เท่ากัน แตกต่างกันตามขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตามคำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

**คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย**

**1. การจัดการเรียนรู้พลศึกษาในกีฬาฮอกกี้** การจัดการเรียนการสอนพลศึกษาในกีฬาฮอกกี้ โดยใช้ รูปแบบห้องเรียนออนไลน์พร้อมกันในเวลาเดียวกัน (Synchronous) เช่น นัดเวลาเรียนผ่าน ZOOM หรือ การเรียนแบบต่างเวลา (Asynchronous) เช่น ผู้สอน Upload สื่อการเรียนรู้ บน

เครือข่ายออนไลน์ ให้กำหนดกิจกรรมให้ผู้เรียนเข้ามาทำการศึกษาด้วยตนเอง รวมทั้งสามารถใช้ในการสอนแบบเผชิญหน้า

**2. การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่** หมายถึง การจัดการเรียนการสอนออนไลน์ (Online) และการสอนแบบเผชิญหน้า (Onsite) โดยใช้การสอนออนไลน์ใช้ทั้ง 2 รูปแบบ คือ การเรียนแบบออนไลน์พร้อมกันในเวลาเดียวกัน (Synchronous) การเรียนแบบต่างเวลา (Asynchronous) เป็นการเรียนออนไลน์แบบไม่พร้อมกัน รวมทั้งสามารถใช้ในการสอนแบบเผชิญหน้า (Onsite) ที่มีการนำเอารูปแบบการสอนแบบเพื่อช่วยเพื่อนมาใช้จัดการเรียนรู้ที่ผสมผสานระหว่างการจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือ และการเรียนการสอนรายบุคคลเข้าด้วยกัน เน้นการสนองความแตกต่างระหว่างบุคคลโดยให้นักเรียนทำกิจกรรมการเรียนด้วยตนเองตามความสามารถ และส่งเสริมความร่วมมือภายในกลุ่ม มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้ และปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเหมาะสมกับทุกวิชาและทุกระดับชั้น โดยมีองค์กระกอบในการจัดการเรียนรู้ ได้แก่ **1) เนื้อหา** รายวิชาพลศึกษา โดยใช้ทักษะย่อยส่วนบุคคลในกีฬาฮอกกี้ (การจับไม้การเดาะการครอบครองบอล การกรอกลูกแบบต่างๆ การเลี้ยงลูก) **2) การจัดการสถานที่** ซึ่งเป็นห้องเรียนออนไลน์ผู้สอน เตรียมสถานที่ในการสาธิตทักษะหรือสื่อการสอน อุปกรณ์การสอน และนัดหมายผู้เรียนในการเตรียมสถานที่ของผู้เรียนที่สามารถฝึกปฏิบัติทักษะที่จำเป็นขณะเรียนพร้อมกันในห้องเรียนออนไลน์ **3) การออกแบบการสอน** ผู้สอนใช้ทั้ง 2 รูปแบบห้องเรียนออนไลน์ คือ การเรียนแบบออนไลน์พร้อมกัน ตามตารางเรียนที่โรงเรียนหรือผู้สอนกำหนดนัดหมาย โดยมี ขั้นการบรรยาย อธิบาย สาธิต และ ฝึกปฏิบัติ ได้แก่ 1) ขั้นการฝึกอบรม 2) ขั้นจับคู่ผู้เรียน 3) ขั้นฝึกปฏิบัติ 4) ขั้นการแข่งขัน และ 5) ขั้นทดสอบ **4) ข้อกำหนดเบื้องต้นของผู้เรียน** กรอบแนวทางการปฏิบัติที่จะนำไปสู่การจัดการเรียนรู้ให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ที่เป็นประโยชน์ต่อการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนาไปในทิศทางที่สอดคล้องกับความมุ่งหมายทางการศึกษาที่กำหนด **5) การประเมิน** กระบวนการในการรวบรวมข้อมูลสารสนเทศที่เกี่ยวข้องกับผู้เรียนอย่างเป็นระบบ เพื่อสะท้อนให้เห็นความสามารถที่แท้จริงของผู้เรียนทั้งจุดเด่นที่ควรส่งเสริม และจุดด้อยที่ต้องปรับปรุงแก้ไข เน้นการประเมินเชิงประจักษ์ โดยการจัดการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นการพัฒนาทักษะของผู้เรียนกลุ่มอ่อนและปานกลาง โดยให้ผู้เรียนกลุ่มเก่งทำหน้าที่ช่วยสอน เป็นการจับคู่ระหว่างผู้เรียนที่เรียนเก่ง และผู้เรียนที่เรียนอ่อนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมโดยคอยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้ หรือให้มีการผลัดเปลี่ยนกันเป็นผู้สอนและผู้เรียน เพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับบทเรียน โดยครูผู้สอนมีหน้าที่เพียงให้คำแนะนำและจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งจะเป็นการสอนสำหรับกลุ่มทดลอง

**3. การจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ** หมายถึง การจัดการเรียนการสอนออนไลน์ ทั้ง 2 รูปแบบห้องเรียนออนไลน์ คือ การเรียนแบบออนไลน์พร้อมกันในเวลาเดียวกัน (Synchronous) การ

เรียนแบบต่างเวลา (Asynchronous) เป็นการเรียนออนไลน์แบบไม่พร้อมกัน รวมทั้งสามารถใช้ในการสอนแบบเผชิญหน้า โดยมีขั้นตอนนการจัดการเรียนรู้ ได้แก่ 1) ขั้นเตรียม 2) ขั้นอธิบายและสาธิต 3) ขั้นปฏิบัติ 4) ขั้นนำไปใช้ 5) ขั้นสรุป ซึ่งจะเป็นวิธีสอนสำหรับกลุ่มควบคุม โดยมีระยะเวลาจัดการเรียนการสอนสัปดาห์ละ 1 คาบเรียน คาบเรียนละ 50 นาที รวม 8 สัปดาห์ และมีสัดส่วนของคาบเรียนในการจัดการเรียนรู้ที่เป็นแบบออนไลน์ และเผชิญหน้าในสัดส่วนที่เท่ากันกับกลุ่มทดลอง

**4. ผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้** หมายถึงคะแนนจากการทดสอบการปฏิบัติทักษะพื้นฐานส่วนบุคคล โดยผ่านการทดสอบทักษะการเลี้ยงลูกบอล การผลักบอล และการรับบอล

**ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย**

1. ทำให้ทราบถึงผลการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา

2. ได้ขั้นตอนในการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา

3. ข้อมูลที่ได้จากการศึกษางานวิจัยสามารถนำไปพัฒนาการจัดการเรียนรู้พลศึกษาได้ต่อไป

4. เป็นแนวทางสำหรับครูผู้สอนในการจัดการเรียนพลศึกษา หรือการศึกษาวิจัยที่มุ่งพัฒนาผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาอื่นๆ ได้ต่อไป

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

# บทที่ 2
# เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีเนื้อหาครอบคลุมในด้านต่างๆ และมีการสรุป วิเคราะห์และสังเคราะห์งานวิจัยในหัวข้อต่างๆ ดังต่อไปนี้

**1. หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551**

1.1 วิสัยทัศน์ หลักการ จุดหมาย สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน คุณลักษณะที่พึงประสงค์

1.2 มาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา

1.3 ตัวชี้วัด กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

**2. แนวคิดการจัดการเรียนรู้พลศึกษา**

2.1 ความหมาย ปรัชญา และหลักการจัดการเรียนรู้พลศึกษา

2.2 จุดมุ่งหมายในการสอนพลศึกษา

**3. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้กีฬาฮอกกี้**

3.1 ความหมายและประเภทของกีฬาฮอกกี้ในการจัดการเรียนรู้พลศึกษา

3.2 สาระสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้กีฬาฮอกกี้

3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกีฬาฮอกกี้

**4. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนการพลศึกษาออนไลน์ (Online Physical Education)**

4.1 ความหมายและองค์ประกอบการจัดการเรียนรู้ออนไลน์

4.2 แนวทางการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทางแบบ OLPE ของ SHAPE America

4.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

**5. แนวคิดการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน**

5.1 ความหมายกลการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

5.2 หลักการใช้การจัดการเรียนรู้การเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

5.3 แนวคิดการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

5.4 ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

5.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

**6. กรอบแนวคิดการวิจัย**

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

**1. หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551)**

**1.1 วิสัยทัศน์ หลักการ จุดหมาย สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน คุณลักษณะที่พึงประสงค์**

**1.1.1 วิสัยทัศน์** หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งพัฒนาผู้เรียนทุกคนด้านร่างกายให้เป็นที่มีความสมดุล มีความรู้ คุณธรรม และจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและเป็นพลโลกยึดมั่นในการปกครองตามระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขมีความรู้และทักษะพื้นฐาน รวมทั้งเจตคติที่จำเป็นต่อการศึกษาต่อ การประกอบอาชีพและการศึกษาตลอดชีวิต โดยมุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญบนพื้นฐานความเชื่อว่า ทุกคนสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้เต็มตามศักยภาพ

**1.1.2 หลักการ** หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มีหลักการที่สำคัญ

1) เป็นหลักสูตรการศึกษาเพื่อความเป็นเอกภาพของชาติ มีจุดหมายและมาตรฐานการเรียนรู้เป็นเป้าหมายสำหรับพัฒนาเด็กและเยาวชนให้มีความรู้ ทักษะ เจตคติ และคุณธรรมบนพื้นฐานของความเป็นไทยควบคู่กับความเป็นสากล 2) เป็นหลักสูตรการศึกษาเพื่อปวงชน ที่ประชาชนทุกคนมีโอกาสได้รับการศึกษาอย่างเสมอภาคและมีคุณภาพ 3) เป็นหลักสูตรการศึกษาที่สนองการกระจายอำนาจ ให้สังคมมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษาให้สอดคล้องกับสภาพและความต้องการของท้องถิ่น 4) เป็นหลักสูตรการศึกษาที่มีโครงสร้างยืดหยุ่นทั้งด้านสาระการเรียนรู้ เวลา และการจัดการเรียนรู้ 5) เป็นหลักสูตรการศึกษาที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ 6) เป็นหลักสูตรการศึกษาสำหรับการศึกษาในระบบ นอกระบบ และตามอัธยาศัย ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมาย สามารถเทียบโอนผลการเรียนรู้และประสบการณ์

**1.1.3 จุดหมาย**

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้เป็นคนดี มีปัญญา มีความสุข มีศักยภาพในการศึกษาต่อ และประกอบอาชีพ จึงกำหนดเป็นจุดหมายเพื่อให้เกิดกับผู้เรียนเมื่อจบการศึกษาขั้นพื้นฐาน ดังนี้

1) มีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ เห็นคุณค่าของตนเอง มีวินัยและปฏิบัติตนตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนา หรือศาสนาที่ตนนับถือ ยึดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

2) มีความรู้ ความสามารถในการสื่อสาร การคิด การแก้ปัญหา การใช้เทคโนโลยี และมีทักษะชีวิต

3) มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี มีสุขนิสัย และรักการออกกำลังกาย

4) มีความรักชาติ มีจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและพลโลก ยึดมั่นในวิถีชีวิตและการปกครองตามระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข

5) มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์วัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทย การอนุรักษ์และพัฒนาสิ่งแวดล้อมมีจิตสาธารณะที่มุ่งทำประโยชน์และสร้างสิ่งที่ดีงามในสังคม และอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข”

**1.1.4 สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน**

ในการพัฒนาผู้เรียนตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพมาตรฐานการเรียนรู้ ซึ่งพัฒนาผู้เรียนให้บรรลุมาตรฐานการเรียนรู้ที่กำหนดนั้น จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดสมรรถนะสำคัญ 5 ประการ ดังนี้

1) ความสามารถในการสื่อสาร เป็นความสามารถในการรับและส่งสาร มีวัฒนธรรมในการใช้ภาษาถ่ายทอดความคิด ความรู้ความเข้าใจ ความรู้สึก และทัศนะของตนเองเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารและประสบการณ์อันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเองและสังคม รวมทั้งการเจรจา ต่อรองเพื่อขจัดและลดปัญหาความขัดแย้งต่าง ๆ การเลือกรับหรือไม่รับข้อมูลข่าวสารด้วยหลักเหตุผล และความถูกต้องตลอดจนการเลือกใช้วิธีการสื่อสาร ที่มีประสิทธิภาพโดยคำนึงถึงผลกระทบที่มีต่อ ตนเองและสังคม

2) ความสามารถในการคิด เป็นความสามารถในการคิดวิเคราะห์ การคิดสังเคราะห์ การคิดอย่างสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการคิดเป็นระบบ เพื่อนำไปสู่การสร้างองค์ ความรู้หรือสารสนเทศเพื่อการตัดสินใจเกี่ยวกับตนเองและสังคมได้อย่างเหมาะสม

3) ความสามารถในการแก้ปัญหา เป็นความสามารถในการแก้ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่เผชิญได้อย่างถูกต้องเหมาะสมบนพื้นฐานของหลักเหตุผล คุณธรรมและข้อมูลสารสนเทศ เข้าใจความสัมพันธ์และการเปลี่ยนแปลงของเหตุการณ์ต่าง ๆ ในสังคม แสวงหาความรู้ ประยุกต์ความรู้มาใช้ในการป้องกันและแก้ไขปัญหา และมีการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพโดยคำนึงถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อตนเอง สังคมและสิ่งแวดล้อม

4) ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต เป็นความสามารถในการนำกระบวนการต่าง ๆ ไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน การเรียนรู้ด้วยตนเอง การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง การทำงาน และการอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยการสร้างเสริมความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล การจัดการปัญหาและความ ขัดแย้งต่าง ๆ อย่างเหมาะสม การปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสภาพแวดล้อม และการรู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น

5) ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี เป็นความสามารถในการเลือก และใช้เทคโนโลยีด้านต่าง ๆ และมีทักษะกระบวนการทางเทคโนโลยี เพื่อการพัฒนาตนเองและสังคม ในด้านการเรียนรู้ การสื่อสารการทำงาน การแก้ปัญหา อย่างสร้างสรรค์ ถูกต้องเหมาะสมและมีคุณธรรม

**1.1.5 คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข ทั้งในฐานะพลเมืองไทยและพลโลก ดังนี้ 1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2. ซื่อสัตย์สุจริต 3. มีวินัย 4. ใฝ่เรียนรู้ 5. อยู่อย่างพอเพียง 6. มุ่งมั่นในการทำงาน 7. รักความเป็นไทย 8. มีจิตสาธารณะนอกจากนี้ สถานศึกษาสามารถกำหนดคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เพิ่มเติมให้สอดคล้อง ตามบริบทและจุดเน้นของตนเอง

**1.2 มาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา**

**มาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา ประกอบด้วย 5 สาระ ได้แก่** สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์ มี 1 มาตรฐาน สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว มี 1 มาตรฐาน มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต และ สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล มี 2 มาตรฐาน ได้ มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพการป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุการใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

จากที่กล่าวข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2551 กำหนดให้มีการจัดทำหลักสูตรขั้นพื้นฐาน เพื่อมุ่งพัฒนาผู้เรียนทุกคนให้มีความสมดุลทั้งด้านร่างกาย ความรู้ ทักษะ เจตคติ และคุณธรรม นำไปสู่การเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพของประเทศควบคู่กับการเป็นสากล โดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ การเรียนรู้จากประสบการณ์จริง การใฝ่รู้อย่างต่อเนื่องการบูรณาการความรู้ต่าง ๆ ที่สามารถทำให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ที่สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข ทั้งในฐานะพลเมืองไทยและพลโลก

**1.3 ตัวชี้วัด กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4**

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

1. วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่างๆ ในการเล่นกีฬา

2. ใช้ความสามารถของตน เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม

3. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล / คู่ กีฬาประเภททีมได้อย่างน้อย 1 ชนิด

4. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์

5. เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียน และนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

1. ออกกำลังกาย เล่นเกม และกีฬาที่ตนเองชอบและมีความสามารถในการวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเองตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น

2. ปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่นกีฬาพื้นฐาน ตามชนิดกีฬาที่เล่น

**2. แนวคิดการจัดการเรียนรู้พลศึกษา**

**2.1 ความหมาย ปรัชญา และหลักการจัดการเรียนรู้พลศึกษา**

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2548) ได้กล่าวว่า การจัดการเรียนการสอนพลศึกษาเป็นกระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ใช้การปฏิบัติกิจกรรมทางพลศึกษาหรือกีฬาเป็นสื่อในการเรียนรู้ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาในทุก ๆ ด้าน ทั้งในด้านสมรรถภาพทางกาย ด้านทักษะการเคลื่อนไหวของร่างกาย ด้านความรู้ความเข้าใจในการออกกำลังกาย ด้านคุณธรรม การมีน้ำใจนักกีฬา และด้านเจตคติที่ดีในการออกกำลังกาย โดยการมีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษาหรือกิจกรรมกีฬาต่าง ๆ ด้วยตนเอง

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2523) ได้กล่าวว่า พลศึกษา เป็นการศึกษาที่มีบทบาทสำคัญยิ่งอย่างหนึ่งในหลักสูตรของโรงเรียน ในการที่จะช่วยส่งเสริมให้ นักเรียนได้มีการพัฒนาทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม สามารถมีชีวิตอยู่ในสังคมปัจจุบัน ได้อย่างดีและมีประสิทธิภาพ

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2548) กล่าวว่า ปรัชญาการพลศึกษา หมายถึง ค่านิยม หลักการ วิธีการและทฤษฎีต่าง ๆ ทางการพลศึกษาที่ได้ผ่านการวิเคราะห์ การทดลอง การพิสูจน์และการกลั่นกรองพิจารณาด้วยเหตุด้วยผล อย่างละเอียดลออถี่ถ้วนเป็นอย่างดีและถูกต้อง ได้เป็นที่ยอมรับของวิชาพลศึกษาแล้วว่า สามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการจัดและดำเนินการ ตลอดจนการจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนให้ได้ผลดีและมีประสิทธิภาพ ดังนั้นปรัชญาการพลศึกษาจึงถือว่าเป็นปรัชญาประยุกต์สาขาหนึ่ง เพราะเป็นปรัชญาที่เริ่มมาจากความอยากรู้อยากเห็นในเรื่องที่เกี่ยวกับพลศึกษาตลอดจนความพยายามที่จะนำแนวคิดทางปรัชญามาวิเคราะห์ความรู้ต่าง ๆ ทางพลศึกษาให้มีความหมายและมีความเข้าใจในคุณค่าของพลศึกษาให้มีความหมายที่ชัดเจนยิ่งขึ้น

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2548) กล่าวว่า การที่ครูผู้สอนวิชาพลศึกษามีความรู้และความเข้าใจในหลักการและปรัชญาทางการพลศึกษาเป็นอย่างดีนั้น จะช่วยให้การจัดและการดำเนินการต่าง ๆ ทางพลศึกษาในทุก ๆ ขั้นตอนเป็นไปอย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ การจัดการและการดำเนินการต่าง ๆ ทางพลศึกษาในแต่ละขั้นตอนนั้น สามารถที่จะมีเหตุผลทางวิชาการพร้อมที่จะชี้แจงหรือเป็นหลักฐานในการอ้างอิงได้ และในขณะเดียวกันนั้นก็จะช่วยทำให้การจัดการและการดำเนินการต่าง ๆ ในทาง พลศึกษาได้ผลดี และมีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้นด้วย

1. การที่ครูผู้สอนวิชาพลศึกษามีความรู้ความเข้าใจในหลักการและปรัชญาทางการพลศึกษาโดยถูกต้องเป็นอย่างดีนั้น จะช่วยทำให้ครูพลศึกษามีความเข้าใจกันมีการผนึกกำลังกันและมีการประสานกันในการทำงานด้านต่าง ๆ ทางพลศึกษาได้ดี ทำให้การจัดการและการดำเนินการทางพลศึกษา มีความสอดคล้องกันและเป็นไปในทิศทางเดียวกัน เป็นผลทำให้การจัดการและการดำเนินการทาง พลศึกษาเป็นผลดีและมีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น

2. การมีความรู้และความเข้าใจในหลักการและปรัชญาการพลศึกษา เป็นการช่วยทำให้มีการจัดการและการดำเนินการทางพลศึกษาเป็นไปตามขั้นตอนตามหลักการและปรัชญาการพลศึกษาและช่วยทำให้การจัดการและการดำเนินการทางพลศึกษาของโรงเรียนเป็นผลดียิ่งขึ้นตามที่ได้กล่าวมาแล้ว ทำให้ผลการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาและการจัดการและการดำเนินการทางพลศึกษาต่าง ๆ ได้ผลดีเป็นที่ประจักษ์ชัดแก่บุคคลอื่น ๆ ได้มากยิ่งขึ้น ซึ่งก็เท่ากับว่าเป็นการช่วยประชาสัมพันธ์ให้ครูคนอื่น ๆ ผู้บริหารโรงเรียน ผู้ปกครองนักเรียน และประชาชน ทั่วไปได้ตระหนักและเห็นความสำคัญของบทบาทของการพลศึกษาในโรงเรียนตลอดจนในระบบการศึกษามากยิ่งขึ้น ช่วยทำให้มีการส่งเสริมและสนับสนุนการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนมากยิ่งขึ้น

3. ความรู้และความเข้าใจในหลักการและปรัชญาการพลศึกษา จะช่วยให้มีการจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาเป็นไปโดยถูกต้องและเหมาะสมตามความรู้ ความสามารถ และความสนใจของนักเรียน ทำให้นักเรียนได้มีการเรียนรู้และมีพัฒนาการตามหลักการของการพลศึกษาและตามจุดประสงค์ของการเรียนรู้ที่วางไว้ได้ดียิ่งขึ้น และครูเองก็สามารถที่จะทำการวัดและประเมินผลการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา ตลอดจนการให้คะแนนนักเรียนเป็นไปด้วยความยุติธรรมตามหลักการและสอดคล้องกับจุดประสงค์ของการเรียนรู้ที่วางไว้อย่างเป็นรูปธรรม

4. ความรู้และความเข้าใจในหลักการและปรัชญาการพลศึกษา จะช่วยทำให้ครูทราบขอบข่ายและลักษณะวิชาพลศึกษาที่แท้จริง ทำให้ครูสามารถจัดสถานที่ เครื่องอำนวยความสะดวกตลอดจนอุปกรณ์และวัสดุการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาได้สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ทำให้การเรียนการสอนเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

5. ความรู้และความเข้าใจในหลักการและปรัชญาการพลศึกษา นอกจากจะช่วยทำให้ครูมีความเข้าใจในบทบาทของวิชาพลศึกษาในหลักสูตรของโรงเรียนได้เป็นอย่างดีแล้ว ยังจะช่วยทำให้ครู

พลศึกษามีความเข้าใจในความสัมพันธ์ของหลักสตูรวิชาพลศึกษากับหลักสูตรวิชาอื่น ๆ ในโรงเรียนได้ดียิ่งขึ้นอีกด้วย

6. ความรู้และความเข้าใจในหลักการและปรัชญาการพลศึกษา จะช่วยทำให้ครูพลศึกษาสามารถจัดการและการดำเนินการทางพลศึกษาในโรงเรียน ตลอดจนการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนสอดคล้องกับปรัชญาการศึกษาของโรงเรียน ตลอดจนหลักการและปรัชญาการศึกษาของชาติได้ดียิ่งขึ้น

7. ความรู้และความเข้าใจในหลักการและปรัชญาการพลศึกษา ทำให้ครูสามารถทำการประชาสัมพันธ์ถึงความสำคัญและคุณค่าของวิชาพลศึกษาในหลักสูตรของโรงเรียน แก่นักเรียน ครูสาขาวิชาอื่น ๆ ผู้ปกครองนักเรียน ผู้บริหารโรงเรียน ตลอดจนผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาในโรงเรียน และประชาชนโดยทั่วไปได้ดีและชัดเจนมากยิ่งขึ้น

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า ครูพลศึกษามีความจำเป็นที่จะต้องมีความรู้ ความเข้าใจในหลักการและปรัชญาทางพลศึกษา เพื่อที่ให้การจัดและการดำเนินการทางพลศึกษาเป็นไปอย่างถูกต้องตามลำดับขั้นตอนและมีประสิทธิภาพ อันจะส่งผลให้ผู้เรียนมีพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาอย่างสมดุล

**2.2 จุดมุ่งหมายในการสอนพลศึกษา**

สุวิมล ตั้งสัจพจน์ (2541) กล่าวว่า การพลศึกษา เป็นการศึกษาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตทางกายทางสุขภาพ และสมรรถภาพ รวมทั้งเป็นการเรียนรู้ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการออกกำลังกายที่ถูกต้อง การสร้างให้คนรู้จักวิธีการส่งเสริมสุขภาพ เพื่อความยืนยาวของชีวิตและการกระทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม พลศึกษาต้องพัฒนาทั้ง หลักสูตร บทบาทและการเรียนการสอนที่มุ่งให้ผู้เรียนสามารถเป็นบุคคลที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมใน ฐานะนักสุขภาพที่ดี

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2548) การพลศึกษาเป็นการศึกษาที่สำคัญส่วนหนึ่งของหลักสูตร ในการที่จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีการเจริญเติบโตและมีการพัฒนาตามจุดหมายปลายทางที่โรงเรียนได้วางไว้ การพลศึกษาอาจจะกล่าวได้ว่า “เป็นกระบวนการศึกษาอย่างหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนได้มีการเจริญงอกงามและมีพัฒนาทั้งร่างกาย จิตใจอารมณ์และสังคม โดยอาศัยกิจกรรมพลศึกษาที่ได้เลือกเฟ้นแล้วเป็นสื่อกลางของการเรียนรู้” การพลศึกษาในระบบโรงเรียนนั้น จุดมุ่งหมายสำคัญประการหนึ่งก็ คือ ต้องการให้เด็กมีความเข้าใจและออกกำลังกายเป็นกิจนิสัยในชีวิตประจำวัน

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2548) กล่าวว่า การเรียนการสอนพลศึกษา เป็นการจัดการเรียนรู้ที่มุ่งให้ผู้เรียนบรรลุตามตามจุดประสงค์ของการเรียนรู้ตามหลักการและปรัชญาของการพลศึกษา คือ การจัดการเรียนการสอนที่ให้ผู้เรียนปฏิบัติจริงด้วยตนเองเป็นสำคัญ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้และพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ อย่างเต็มศักยภาพ ซึ่งมีกระบวนการเรียนรู้ที่สำคัญ คือ

1. กระบวนการสร้างความพร้อมทางร่างกายและจิตใจ เป็นกระบวนการเตรียมร่างกายและจิตใจของผู้เรียนก่อนที่จะเริ่มเรียนพลศึกษา ซึ่งมีความสำคัญและจำเป็นในการเรียนพลศึกษาเป็นอันมาก เนื่องจากกระบวนการสร้างความพร้อมทางด้านร่างกายและจิตใจ เป็นการกระตุ้นให้นักเรียนมีความตื่นตัวและพร้อมที่จะเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายด้วยความปลอดภัย และทำให้ระบบต่าง ๆ ของร่างกายได้รับการกระตุ้นให้ตื่นตัวและพร้อมที่จะเคลื่อนไหวได้โดยไม่เกิดการบาดเจ็บ

2. กระบวนการสร้างความเข้าใจและความสามารถในการปฏิบัติ เป็นกระบวนการที่ครูช่วยให้ผู้เรียนได้มีความเข้าใจและเห็นความสำคัญในสิ่งที่เรียน เห็นคุณค่าและประโยชน์ของกีฬาหรือกิจกรรมที่จะสอน รวมทั้งกำหนดระเบียบ กติกาการเล่น หรือข้อตกลงอื่น ๆ ที่จะช่วยให้การเล่นกีฬาเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและบรรลุตามจุดประสงค์การเรียนรู้ที่วางไว้

3. กระบวนการปฏิบัติจริงเพื่อความสนุกสนาน เป็นหัวใจสำคัญของการจัดการเรียนการสอนพลศึกษา เพราะเป็นการทำให้ผู้เรียนได้เกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง และได้พัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ตามที่จุดประสงค์การเรียนรู้ได้วางไว้

4. กระบวนการสรุป ประเมินผลและสุขปฏิบัติ เป็นกระบวนการสุดท้ายของการเรียนการสอนพลศึกษา เพราะเป็นการสรุปและประเมินผลของการเรียนการสอนที่ผ่านมาให้ผู้เรียนทราบเพื่อปรับปรุงให้ดีขึ้น สิ่งที่ครูควรแจ้งให้ผู้เรียนทราบจะมีทั้งในด้านการเล่น และพฤติกรรมการแสดงออกของผู้เรียนเกี่ยวกับระเบียบ กติกา การมีน้ำใจนักกีฬา และอื่น ๆ ที่ควรส่งเสริมให้ดีขึ้น ผู้เรียนจะได้มีเวลาพักก่อนที่จะทำความสะอาดร่างกายและเข้าเรียนในวิชาอื่น ๆ ต่อไป

ฟอง เกิดแก้ว (2526) กล่าวว่า การสอนพลศึกษานั้นมีจุดมุ่งหมายเฉพาะที่สามารถมองเห็นได้เด่นชัด ดังต่อไปนี้

1. เพื่อให้มีสมรรถภาพและสุขภาพของร่างกายดีขึ้น รวมทั้งการรักษาไว้ซึ่งสุขภาพ (Maintain Health) ที่ดีให้คงสภาพอยู่ต่อไป ความมุ่งหมายข้อนี้นับว่าสำคัญและเป็นหัวใจของการ สอนพลศึกษา เพราะการศึกษาแขนงอื่นมีส่วนบกพร่องทางด้านนี้ การสอนพลศึกษาเท่านั้นมีบทบาท ที่จะเสริมสร้างสมรรถภาพทางด้านร่างกายได้อย่างแท้จริง ถ้าการสอนไม่บรรลุผลตามความมุ่งหมายนี้ ย่อมหมายถึงความล้มเหลวของการสอน ในสภาพความเป็นอยู่ของบุคคลทุกเพศทุกวัยถือว่า สมรรถภาพของร่างกายเป็นรากฐานอันสำคัญยิ่งที่จะสร้างความสำเร็จในการดำรงชีวิตและประกอบภารกิจต่าง ๆ ในวัยเรียนเป็นช่วงระยะที่จะต้องสร้างสมให้เกิดขึ้นและหาทางรักษาไว้ต่อไป ฉะนั้นวิธีการสอนจำเป็นจะต้องมุ่งไปสู่สภาวะการมีสมรรถภาพและสุขภาพเป็นสำคัญ

2. เพื่อให้มีทักษะในกิจกรรมทางพลศึกษาและสามารถนำทักษะเหล่านี้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้ในโอกาสต่อไป เนื่องจากการเรียนการสอนพลศึกษาอาศัยกิจกรรมต่าง ๆ ทางกายเป็นสื่อ ฉะนั้นจึงจะต้องสร้างทักษะเสียก่อนให้เพียงพอ เพื่อจะได้นำทักษะอันเป็นพื้นฐานของกิจกรรมไปใช้ถ้าขาดทักษะย่อมเป็นอุปสรรคอย่างยิ่งในการเข้าร่วมกิจกรรม ฉะนั้นการสอนส่วนใหญ่จึงเป็นการสร้าง

ทักษะด้านต่าง ๆ ให้นักเรียน วิธีการสอนที่ดีก็คือวิธีการใดก็ตามที่สามารถให้ผู้เรียนมีทักษะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วและเป็นทักษะที่ถูกต้อง ทักษะที่ได้ฝึกได้เรียนนอกจากจะใช้ประโยชน์ในขณะเป็นนักเรียนและอยู่ในโรงเรียนแล้ว ควรจะเป็นทักษะที่สามารถนำไปใช้ในโอกาสอื่น คือ นอกบริเวณโรงเรียนและภายหลังจากสำเร็จการศึกษาไปแล้วด้วย เพราะถือว่ากิจกรรมทางพลศึกษามีความสำคัญตลอดชีวิต

3. ให้มีความรู้ความเข้าใจด้านต่าง ๆ ได้แก่ ความรู้ด้านคุณค่าของวิชาพลศึกษาประโยชน์ของกิจกรรมประเภทต่าง ๆ ประวัติความเป็นมาของกีฬา กฎกติกา วิธีการเล่น มารยาทในการเล่นกีฬา หลักเกี่ยวกับความปลอดภัย ประโยชน์ของการออกกำลังกาย เพราะความเข้าใจเป็นส่วนสำคัญที่จะสร้างทัศนคติต่อวิชาพลศึกษา ถ้าขาดความรู้เสียแล้ว การประกอบกิจกรรมพลศึกษาย่อมจะไม่ได้ผลดีเท่าที่ควร ทั้งยังจะเกิดผลเสียขึ้นด้วย

4. เพื่อให้คุณลักษณะต่าง ๆ ประจำตัว คุณลักษณะดังกล่าวนี้ครอบคลุมไปทุก ๆ ด้าน ซึ่งเชื่อว่ากิจกรรทางพลศึกษาจะมีส่วนช่วยและส่งเสริมได้ แม้ว่าคุณธรรมเหล่านี้จะไม่สามารถสร้างได้ในระยะสั้น แต่ในการสอนพลศึกษาทุกครั้งจำเป็นจะต้องสร้างทางใดทางหนึ่ง โดยที่เราเชื่อว่าผู้เรียนจะต้องค่อย ๆ เพิ่มลักษณะคุณธรรมขึ้นเรื่อย ๆ จนถึงจุดหมายอันสูงสุด คุณธรรมเหล่านี้ ได้แก่ ความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา ความรักหมู่คณะ ความเป็นผู้มีระเบียบวินัย มารยาทในการเล่นและการดูกีฬา การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี

5. เพื่อให้มีสุขนิสัยที่จะเป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม โดยทั่วไปแล้วถือว่าวิชาพลศึกษาเป็นวิชาสุขศึกษาภาคปฏิบัติ เพราะในการเรียนพลศึกษาต้องอาศัยการปฏิบัติเป็นหลักเพื่อให้นักเรียนมีสุขภาพดี มีความรู้ดี มีทักษะดี

จากที่กล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายในการสอนพลศึกษา เพื่อให้นักเรียนมีความเป็นคนที่สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น คือ เป็นการเรียนการสอนที่ทำให้นักเรียนมีพัฒนาการ ได้แก่ 1. ด้านพุทธิพิสัย คือ การสอนเพื่อมุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจวิชาพลศึกษาในด้านต่าง ๆ ได้แก่ ประวัติความเป็นมา กฎ กติกา มารยาท วิธีการเล่น ทักษะการปฏิบัติ ข้อตกลงต่าง ๆ และประโยชน์ที่ได้รับจากการเล่นกีฬา และการออกกำลังกาย 2. ด้านจิตพิสัย แบ่งออกเป็น 2 ข้อย่อย แบ่งเป็น 2.1 คุณธรรม จริยธรรม คือ การส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมให้ผู้เรียน โดยใช้การเล่นเกม กีฬาเป็นสื่อ ได้แก่ ความมีน้ำใจนักกีฬา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความซื่อสัตย์ความมีระเบียบวินัย ความรับผิดชอบ เป็นต้น 2.2 เจตคติ คือ การสอนเพื่อมุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีทัศนคติที่ดีต่อวิชาพลศึกษา ได้แก่การเห็นคุณค่า ความสำคัญ ประโยชน์ ของการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายอันนำไปสู่การนำไปปฏิบัติเองนอกเหนือจากเวลาเรียน และ 3. ด้านทักษะพิสัย แบ่งออกเป็น 2 ข้อย่อย ได้แก่ 3.1 ทักษะ คือ การสอนเพื่อมุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีทักษะการปฏิบัติที่ถูกต้องในการเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย เพื่อนำทักษะเหล่านี้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไปได้ 3.2 ร่างกายและสมรรถภาพ คือ การสอนเพื่อมุ่งเน้นให้

ผู้เรียนมีสมรรถภาพทางกายที่ดี และร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง อันจะเป็นพื้นฐานสำคัญในการดำรงชีวิตและการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ

จากการศึกษาทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการประเมินผลการเรียนรู้ด้านทักษะ จาก สุวิมล ว่องวาณิช (2546); กมลวรรณ ตังธนกานนท์ (2559); สำนักทดสอบทางการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ (2555); กฤธยากาญจน์ โตพิทักษ์ (2563); จตุภูมิ เขตจัตุรัส (2560) มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

การเรียนรู้สามารถประเมินได้ใน 3 ลักษณะ ได้แก่

1. การประเมินผลการเรียนรู้ (Assessment of Learning-AOL) คือ การประเมินที่ผู้สอนใช้ในการตัดสินระดับความสำเร็จของผู้เรียน (level of achievement) ตามเกณฑ์ที่มาตรฐานที่กำหนดไว้เช่น การตดัเกรด การตดัสินผ่าน ไม่ผ่าน เป็นต้น จากร่องรอยหลักฐานการเรียนรู้ของผู้เรียน (evidence of learning) ตัวอย่างเครื่องมือเช่น แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์แบบประเมินทักษะ แบบประเมินผลงาน เป็นต้น

2. การประเมินเป็นการเรียนรู้ (Assessment as Learning-AAL) การประเมินที่ผู้สอนเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ใช้เครื่องมือในการกำกับติดตามการเรียนรู้ (monitor) ของตัวผู้เรียนเองและตรวจสอบตนเองว่าอยู่ใ นระดับใดของความสำเร็จ (Milestone) เพื่อไปใหถึงจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ตลอดจนการปรับปรุงให้ชั้นเรียนมีประสิทธิภาพมากขึ้น เช่น แบบรายงานตนเองแบบตรวจสอบรายงาน แบบสะท้อนผลการเรียนรู้ แบบประเมินตนเอง เป็นต้น

3. การประเมินเพื่อการเรียนรู้ (Assessment for Learning-AFL) ครูผู้สอนใช้กระบวนการประเมินในการให้ข้อมูลย้อนกลับ (feedback) เพื่อปรับปรุงและ พัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียนให้ไปถึงจุดมุ่งหมายของการเรียนรู้ตามศักยภาพของแต่ละ บุคคลผ่านกิจกรรมต่างๆ ที่ให้ผู้เรียนมีโอกาสได้ แสดงพฤติกรรมการเรียนรู้ทักษะการปฏิบัติต่างๆ เช่น การใช้คำถาม การเขียนบันทึกการปฏิบัติ การสังเกต การสัมภาษณ์เป็นต้น

กฤธยากาญจน์ โตพิทักษ์ (2563) กล่าวว่า เครื่องมือประเภทที่ใช้การทดสอบ เครื่องมือประเภทที่ใช้การทดสอบในการวัดและประเมินทักษะการปฏิบัติ คือ แบบทดสอบ (test) โดยประเภทของเครื่องมือวัดการปฏิบัติที่ใช้การทดสอบสามารถแบ่งเป็น แบบทดสอบข้อเขียน (paper and pencil) และแบบทดสอบปากเปล่า (oral test) รายละเอียด ของเครื่องมือประเภทที่ใช้ในการสอบสามารถทำในรูปแบบแบบทดสอบข้อเขียน (paper and pencil) แบบทดสอบข้อเขียนที่ใช้ใน เช่น แบบทดสอบวัดความรู้ใช้เนื้อหาเกี่ยวกับการปฏิบัติ (test item) ใช้วัดความรู้ในเนื้อหาที่เกี่ยวกับการปฏิบัติ หรือวัดความรู้เกี่ยวกับกฎหรือความรู้ทางทฤษฎีที่เกี่ยวข้องหรือ สัมพันธ์กับการปฏิบัติ ผู้ประเมินควรใช้เครื่องมือนี้ในการวัดก่อนที่จะทดสอบในภาคปฏิบัติ เช่น วัดความรู้เกี่ยวกับกฎแรงโน้มถ่วงก่อนการทดลองทางวิทยาศาสตร์ หรือการวัดความรู้เกี่ยวกับ ทฤษฎีสนามแม่เหล็กไฟฟ้าก่อนการ

สอบปฏิบัติการส่งคลื่นวิทยุ การเลือกใช้วิธีการและเครื่องมือประเมินผลการเรียนรู้ตามลักษณะการแสดงผลการเรียนรู้ และหลักฐานการเรียนรู้ของผู้เรียน อาจพิจารณาได้โดย

1) การแสดงผลการเรียนรู้ของผู้เรียน แบ่งได้ 2 ลักษณะ

1.1) แบบเลือกคำตอบ เป็นการแสดงผลการเรียนรู้ของผู้เรียนด้วยวิธีการเลือกคำตอบจาก

สถานการณ์ คำถาม ตัวเลือกที่ผู้สอนเป็นผู้กำหนด เช่น แบบเลือกตอบ แบบถูกผิด เป็นต้น

1.2) แบบสร้างคำตอบ เป็นการแสดงผลการเรียนรู้ของผู้เรียนด้วยวิธีการที่ผู้เรียนเขียนแสดงคำตอบ แสดงความคิดเห็น ลงมือปฏิบัติสร้างผลงาน ผลผลิตด้วยตัวผู้เรียนเอง

2) หลักฐานการเรียนรู้จำแนกเป็น 2 ประเภท ดังนี้

2.1) ผลผลิต เช่น รายงานที่เป็นรูปเล่ม สิ่งประดิษฐ์แบบจำลองแผนภูมิแฟ้มสะสมงาน ผัง

มโนทัศน์ การเขียนอนุทิน การเขียนความเรียง ค าตอบที่ผู้เรียนสร้างเอง โครงงาน ฯลฯ

2.2) ผลกการปฏิบัติเช่น การรายงานด้วยวาจาการสาธิต การทดลองการปฏิบัติการภาคสนาม การอภิปราย การจัดนิทรรศการ การสังเกตพฤติกรรมผู้เรียนของครู รายงานการประเมินตนเองของผู้เรียน ฯลฯ

จตุภูมิ เขตจัตุรัส (2560) กล่าวว่า การประเมินบนพื้นฐานของหลักฐาน (evidence-based assessment) เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูล สังเคราะห์ และตีความข้อมูลจาก หลักฐานที่มีความน่าเชื่อถือซึ่งเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการ ตัดสินใจผู้ประเมินจึงต้องสืบค้น วิเคราะห์ และน าข้อมูลหลักฐานที่มี ความชัดเจน มีเหตุมีผล ไปใช้ประกอบการพิจารณาและการตัดสิน คุณค่าอย่างรอบคอบข้อเท็จจริงที่สังเกต/พิสูจน์/ยืนยัน โดยมีข้อมูลหรือหลักฐานประกอบการยืนยัน รวบรวมได้จากบุคคล 2 ฝ่าย คือผู้ประเมินและผู้ถูกประเมิน Evidences มี 3 กลุ่มใหญ่ๆ ได้แก่ direct evidence, indirect evidence และ supplementary evidence แหล่งข้อมูลเป็นได้ทั้งงานเอกสารและไม่ใช่เอกสาร วิธีเก็บข้อมูลจากร่องรอยหลักฐานควรใช้หลายๆวิธี เก็บและใช้ร่องรอยหลักฐานหลายเหตุการณ์จะทำให้การประเมินน่าเชื่อถือขึ้น เช่น จาก VDO จากแฟ้มสะสมงาน เป็นต้น

นอกจากนี้ จตุภูมิ เขตจัตุรัส (2560) ยังกล่าวถึงการประเมินแบบองค์รวม (Holistic Assessment) หรือ “การประเมินแบบบูรณาการ (Integrated Assessment)” ว่าเป็นการประเมินมุ่งประเมินงาน/กิจกรรม/องค์กร ในภาพรวมมากกว่าจะประเมิน องค์ประกอบย่อย ๆ การประเมินแบบองค์รวม จึงเป็นวิธีการให้คะแนนสิ่งที่จะประเมิน (ผลงาน กิจกรรม กระบวนการ องค์กร) ซึ่งมีความสัมพันธ์กันอยู่ภายใน โดยพิจารณาจากภาพรวมตามเกณฑ์หรือมาตรฐานที่กำหนดและมีการอธิบายระดับคุณภาพไว้ชัดเจน ด้วยวิธีการประเมินหลากหลายวิธี

**ตารางที่ 1** ตัวอย่างการประเมินทักษะกีฬา

| แบบประเมินทักษะการดีลูกเหนือศีรษะในกีฬาแบดมินตัน | | | | |
|---|---|---|---|---|
| ชื่อผู้เรียน.....ชั้น..... | | | | |
| วันเดือนปี.....ผู้ประเมิน..... | | | | |
| คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ตรงกับระดับการปฏิบัติของผู้เรียนในแต่ละรายการ | | | | |
| พฤติกรรม | ระดับการปฏิบัติ | | | |
| | ดีมาก | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| 1. เคลื่อนไหวเท้าอย่างคล่องแคล่วไปที่จุดที่จะดีลูก | | | | |
| 2. ไหล่ตั้งฉากกับเนต | | | | |
| 3. หันไม้เพื่อเตรียมดีลูกเหนือศีรษะ | | | | |
| 4. ไม้สัมผัสลูกขนไก่ในขณะที่แขนอยู่เหนือศีรษะ | | | | |
| 5. สะบัดข้อมือเมื่อลูกขนไก่สัมผัสไม้ | | | | |
| 6. ปรับสมดุลการทรงตัวของร่างกาย | | | | |

ที่มา: กมลวรรณ ตังธนกานนท์ (2559)

สรุปสำหรับการประเมินผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติ จะต้องสามารถอธิบายลักษณะการปฏิบัติหรือผลการปฏิบัติของทักษะต่างๆ ตามวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ โดยสามารถประเมินการปฏิบัติได้จากการออกแบบข้อเขียนให้เป็นลักษณะของความรู้ ความเข้าใจที่นำไปสู่การปฏิบัติที่ถูกต้องได้ และรูปแบบการทดสอบการปฏิบัติแบบองค์รวมสามารถดำเนินการได้ จากศึกษาองค์ประกอบภาพรวมของการปฏิบัติและนำมาสร้างเกณฑ์การประเมิน ซึ่งสามารถใช้เกณฑ์ การให้คะแนนแบบรูบริกส์ ที่มีการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาเป็นการตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างมิติหรือองค์ประกอบที่ประเมินกับวัตถุประสงค์หรือนิยามขององค์ประกอบนั้น และหากเป็นได้ควรจะให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างมิติหรือองค์ประกอบของเกณฑ์การให้คะแนนแบบรูบริกส์ และเกณฑ์แต่ละระดับคะแนนของมิตินั้นด้วย

## 3. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้กีฬาฮอกกี้

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับกีฬาฮอกกี้ โดยมีผู้ให้ความหมายและรูปแบบของแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับกีฬาฮอกกี้ ดังนี้

### 3.1 ความหมายและประเภทของกีฬาฮอกกี้ในการจัดการเรียนรู้พลศึกษา

ชาตรี พรมพุทธ (2555) กล่าวว่า กีฬาฮอกกี้ หมายถึง กีฬาประเภททีมมีการเล่นคล้ายกีฬาฟุตบอล คือมีผู้เล่นทีมละ 11 คน ผู้รักษาประตูทีมละ 1 คน โดยผู้เล่นแต่ละคนจะมีไม้ฮอกกี้

อยู่ในมือตลอดเวลาในการเล่น ผู้เล่นสามารถใช้ไม้ออกกี้ทำการเลี้ยงลูก การตีลูก การแทปลูก และการรับลูกหรือการหยุดลูก

พิริยา ชนรักษา (2560) กล่าวว่า กีฬาฮอกกี้ หมายถึง เป็นการแข่งขันกันระหว่าง 2 ทีม มีผู้เล่นฝ่ายละ 11 คน โดยการตีลูกบอล ที่มีลักษณะกลม แข็ง ที่เรียกว่า ลูกฮอกกี้ ให้เข้าโกลด์ตะข่ายของฝั่งตรงกันข้าม โดยจะให้ลูกบอลถูกส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายไม่ได้ เว้นผู้รักษาประตูทีมีสิทธิใช้เท้าเตะและมือปัดลูกบอลได้แต่ก็เฉพาะในเขตที่ยิงประตูเท่านั้น การยิงประตูที่ถือว่าได้ประตูต้องเป็นการยิงจากภายในเขตประตู คือภายในเขต 16 หลา โดยมีเส้นโค้งเป็นเครื่องหมาย เรียกกันเป็นที่เข้าใจว่าหัวกะโหลก คือจะต้องพาลูกเข้าไปยิงประตูภายในหัวกะโหลกนั้น

สมาคมฮอกกี้แห่งประเทศไทย (2563) กล่าวว่า สำหรับประเภทของกีฬาฮอกกี้ในการจัดการเรียนรู้พลศึกษา และการจัดการแข่งขั้นทั้งในระดับท้องถิ่นและระดับประเทศในประเทศไทยนั้น แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ ฮอกกี้สนามหญ้า และฮอกกี้ในร่ม โดยลักษณะวิชามุ่งเน้นให้นักเรียนได้รับความสนุกสนานด้วยกิจกรรมกีฬาฮอกกี้ สามารถนำทักษะการเรียนไปใช้สถานการณ์จริงได้ รู้จักวิธีการออกกำลังกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย มีความสามัคคีในหมู่คณะ มีน้ำใจนักกีฬา รู้จักการทำงานร่วมกัน มีระเบียบวินัย มีความรับผิดชอบอย่างสม่ำเสมอ และรู้จักใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายด้วยกีฬา

สรุปได้ว่า กีฬาฮอกกี้ หมายถึง กีฬาประเภททีมที่มีการแข่งขันระหว่าง 2 ทีม ซึ่งกีฬาฮอกกี้แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ ฮอกกี้สนามหญ้า มีผู้เล่นฝ่ายละ 11 คน และ ฮอกกี้ในร่ม มีผู้เล่นฝ่ายละ 6 คน โดยผู้เล่นแต่ละคนจะมีไม้ฮอกกี้อยู่ในมือของตนเองเสมอ สำหรับใช้ทักษะต่างๆในการพาบอลเพื่อไปยิงประตูของฝ่ายตรงข้าม โดยการยิงประตูที่ถือว่าได้ประตูต้องเป็นการยิงจากภายในเขตยิงประตูเท่านั้น ซึ่งเป้าหมายของกีฬาฮอกกี้คือการทำประตูให้ได้มากกว่าอีกฝ่ายก่อนจะหมดเวลา

CHULALONGKORN UNIVERSITY

### 3.2 สาระสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้กีฬาฮอกกี้

ลักษณะวิชามุ่งเน้นให้นักเรียนมีพัฒนนาการทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อามรมณ์ และสังคม ได้รับความสนุกสนานด้วยกิจกรรมกีฬาฮอกกี้ สามารถนำทักษะกีฬาฮอกกี้ไปใช้ในการแข่งขันหรือสถานการณ์จริงได้ มีความสม่ำเสมอ และมีการพัฒนาการอย่างต่อเนื่อง รู้จักใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายด้วยกิจกรรมกีฬาในยามว่าง รู้จักวิธีการออกกำลังกายและการสร้างสมรรถภาพแบบได้ด้วยตนเองอย่างถูกต้อง การวัดประเมินผลการเรียนรู้การสอนด้วยแบบทดสอบทักษะต่างๆในกีฬาฮอกกี้ และการจัดกิจกรรมการแข่งขัน โดยการสร้างสถานการณ์ให้นักเรียนหรือผู้ฝึกกีฬาได้รับบทบาทและหน้าที่ และส่วนร่วมในการจัดการแข่งขันในด้านต่างๆ อาทิเช่น ภาวะผู้นำ ผู้ตาม การเป็นผู้เล่น และอื่นๆ ตามความถนัดและเหมาะสม ให้นักเรียนรับความสุข สนุกสนาน สุขภาพดีขึ้น มี

วัตถุประสงค์มุ่งให้ผู้เรียนหรือผู้ฝึกสามารถมความรู้ และสามารถนำวิธีการปฏิบัติทักษะในกีฬาฮอกกี้ไปใช้ได้อย่างถูกต้อง สามารถพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจากฝึกทักษะในกีฬาฮอกกี้ สามารถที่จะปฏิบัติทักษะในกีฬาฮอกกี้ได้อย่างถูกต้อง มีเจตคติ ความกระตือรือร้น สนใจในกีฬาฮอกกี้และมีน้ำใจนักกีฬา (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2564; โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์ฝ่ายมัธยม, 2561)

**เนื้อหาทักษะเบื้องของกีฬาฮอกกี้ (ชาตรี พรมพุทธ, 2555)**

ในส่วนของเนื้อหาสำหรับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาในกีฬาฮอกกี้ จะเป็นเนื้อหาสาระสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการฝึกปฏิบัติทักษะเบื้องต้นของกีฬาฮอกกี้ ดังนี้

**1. การจับไม้**

**วิธีการปฏิบัติ**

1. วางไม้ให้น้ำหนักของไม้ตกลงบนกลางฝ่ามือขวา ข้อศอกขวาตั้งฉากกับลำตัว จับไม้ลักษณะหงายมือและหงายหน้าไม้ขึ้นข้างบน
2. มือซ้ายจับตรงส่วนปลายของไม้ในลักษณะคว่ำมือ ให้หลังมือชี้ไปด้านหน้าและให้มือซ้ายอยู่สูงกว่ามือขวาเล็กน้อย
3. ลักษณะหน้าไม้ชี้ด้านหน้า หลังไม้จะหันเข้าหาลำตัว หัวไม้ชี้ขึ้นด้านบน
4. ยืนให้เท้าซ้ายอยู่ด้านหน้าเท้าขวาเล็กน้อย ย่อเข่าพอประมาณ ก้มตัวตัวเล็กน้อย น้ำหนักตัวอยู่ตรงกลางฝ่าเท้าค่อนไปด้านปลายเท้าหน้า

ภาพที่ 1 การจับไม้

ภาพถ่ายโดย ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

**2. การกลับหน้าไม้หรือการกรอลูก**

การใช้ฮอกกี้เพื่อเล่นลูกนั้นผู้เล่นจะใช้ได้เฉพาะไม้ด้านแบนเท่านั้นหากลูกฮอกกี้โดนไม้ด้านบนหรือหลังไม้ถือว่าผิดกติกาถ้าเราถือไม้ฮอกกี้อยู่ตรงหน้าด้านแบนของไม้จะอยู่ทางซ้ายมือและ

ด้านนูนหรือหลังไม้จะอยู่ทางด้านขวามือ ในการเลี้ยงบอลจากขวามือไปซ้ายมือจะเล่นได้ง่าย แต่ถ้าเล่นจากซ้ายมือให้ไปทางขวามือผู้เล่นจะต้องกลับหน้าไม้ เพื่อให้ด้านแบนของไม้บังคับลูก ซึ่งไม่ค่อยจะถนัดนัก ผู้เล่นที่จะเล่นฮอกกี้ได้ดีจะต้องสามารถกลับหน้าไม้เพื่อบังคับลูกไปทางซ้ายทางขวาได้อย่างคล่องแคล่ว ทั้งนี้เพื่อเป็นพื้นฐานในการเลี้ยงลูกบังคับเพื่อหลบหลีกคู่ต่อสู้หรือเปลี่ยนทิศทางในการเล่นลูก

**วิธีการปฏิบัติ**

1. จับไม้ด้วยมือซ้ายทางปลายสุดของไม้ และให้หัวไม้วางอยู่บนพื้น
2. ให้ไม้ด้านแบนอยู่ทางซ้ายมือและด้านนูนหรือหลังไม้อยู่ทางขวามือ
3. ให้สันไม้อยู่ตรงแนวกึ่งกลางของนิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือ หรือการจับไม้ในลักษณะตัววี (V - Shape)
4. กำไม้ด้วยมือซ้ายให้แน่น
5. ค่อยๆหมุนข้อมือและแขนท่อนล่าง ให้หัวแม่มือหมุนออกไปทางซ้ายหรือตามเข็มนาฬิกา
6. หมุนแขนท่อนล่างโดยให้หน้าไม้ด้านแบนเปลี่ยนไปอยู่ทางขวา และด้านนูนหรือหลังไม้อยู่ทางซ้ายมือ หัวไม้ที่งอชี้ลงสู่พื้น
7. หมุนข้อมือและแขนท่อนล่างมาอยู่ในลักษณะเดิม
8. เริ่มต้นใหม่ พยามฝึกกลับหน้าไม้ให้คล่อง
9. ฝึกการก้มตัวลง โดยให้มือขวาจับกึ่งกลางไม้หลวมๆ เพื่อช่วยประคองในการเล่นลูกบอล
10. ทุกครั้งที่มือซ้ายบังคับไม้ให้หมุนหรือกลับหน้าไม้ มือขวาจะปล่อยไม้ให้หลวม แล้วจับไม้บังคับลูก

ภาพที่ 2 การกลับหน้าไม้หรือการกรอลูก

ภาพถ่ายโดย ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

**3. การเลี้ยงลูก**

การเลี้ยงลูกฮอกกี้เป็นทักษะที่สำคัญมาก โดยมีทักษะในการกลับหน้าไม้ทั้งซ้ายและขวาเป็นพื้นฐาน เพราะการเลี้ยงลูกนั้นลูกจะต้องเคลื่อนที่ไปตามทิศทางที่ไม้สัมผัสกับลูก ดังนั้นการเลี้ยงลูกบอลที่ดี บอลจะต้องอยู่ในการบังคับของหน้าไม้ ไม่ว่าจะต้องการให้ลูกไปทางตรง ให้เลี้ยงปาทงซ้ายหรือขวา หรือให้หยุดอยู่กับที่ ดังนั้นผู้ที่มีพื้นฐานการกลับหน้าไม้ได้ดี มีโอกาสที่จะเลี้ยงหรอบังคับลูกบอลได้ดีด้วย โอกาสที่จะเลี้ยงลูกไปแดนของคู่ต่อสู้ เพื่อไปยิงประตู หรือส่งให้ฝ่ายเดียวกัน ก็ย่อมทำได้ง่ายยิ่งขึ้น และเป็นการยากที่คู่ต่อสู้จะสกัดกั้นได้

**วิธีการปฏิบัติ**

1. จับไม้ให้ตรงสุดปลายไม้ด้วยมือ และใช้มือขวาจับประมาณกึ่งกลางไม้
2. ยืนแยกเท้าให้น้ำหนักตัวจกที่เท่าทั้งสอง ย่อเข่าเล็กน้อย
3. วางลูกไว้ที่หน้าขวา วางหน้าไม้ให้สัมผัสลูกบอลในตำแหน่งทางขวา เขี่ยบอลมาทางได้ซ้ายมือพร้อมเคลื่อนที่ไปด้านหน้า และกลับหน้าไม้เขี่ยบอลกลับมาทางด้านขวา สลับกันไปโดยเคลื่อนที่ไปด้านหน้า

ภาพที่ 3 การเลี้ยงลูก

ภาพถ่ายโดย ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

**4. การส่งลูกและรับลูก**

**4.1 การผลักลูก (Push)**

การส่งลูกแบบนี้เป็นวิธีการส่งได้ง่าย รวดเร็ว แน่นอน และผู้รับซึ่งเป็นฝ่ายเดียวกันกับผู้ส่งก็สามารถรับลูกหรือเล่นลูกต่อไปได้ง่าย

**วิธีการปฏิบัติ**

1. ให้ผู้ส่งยืนหันไหล่ว้ายไปยังทิศทางที่ต้องการส่งลูกไป
2. ใช้มือซ้ายจับทางด้านปลายไม้ และมือขวาจับประมาณกึ่งกลางไม้
3. ก้มตัวลง วางหน้าไม้ด้านแบนสัมผัสและทำมุมฉากกับพื้น
4. ลูกบอลจะอยู่ด้านหน้าของผู้ส่ง ระยะห่างพอประมาณขึ้นอยู่กับส่วนสูงของแต่ละคน
5. หน้าไม้ที่วางบนพื้นและติดชิดกับลูกบอล
6. ใช้ไม้สัมผัสลูกบอลออกไปโดยไม่ลากไปกับพื้น ถ่ายน้ำหนักตัวมมาอยู่ที่เท้าซ้าย โดยย่อเข่าของเท้าหน้า เพื่อการทรงตัว
7. เมื่อส่งลูกไปแล้ว ไม้ชี้ตรงไปยังทิศทางที่ลูกส่งไป และลูกจะเลียดไปกับพื้น

มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ภาพที่ 4 การผลักลูก (Push)

ภาพถ่ายโดย ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

**4.2 การเคาะลูก (Tab)**

เป็นการตีที่ผู้เล่นสามารถตีลูกฮอกกี้ได้โดยไม่ต้องเปลี่ยนการจับไม้ในขณะเล่นลูก หรือเปลี่ยนตำแหน่งของร่างกาย วิธีนี้สามารถทำให้ผู้เล่นตีบอลได้อย่างรวดเร็ว

**วิธีการปฏิบัติ**

1. ตำแหน่งของลูกฮอกกี้ควรอยู่บริเวณเท้าหน้า
2. ข้อศอกซ้ายไม่งอ
3. ช่วงจังหวะของการเหวี่ยงไม้ไปด้านหลังจนมาถึงเท้าหน้า ให้ทำอย่างฉับพลัน

4. การผลักลูกให้ไปอยู่ในตำแหน่งที่ถูกต้องบริเวณหน้าจะช่วยให้ตีลูกไปข้างหน้าได้มากขึ้น

ภาพที่ 5 การเคาะลูก (Tab)

ภาพถ่ายโดย ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

**4.3 การตวัดลูก (Flick)**

การตวัดลูกที่เร็วและแรง เหมาะที่ใช้ในการยิง บางโอกาสใช้ในการส่งลูกให้ฝ่ายเดียวกันได้ โดยฝ่ายตรงข้ามจะสกัดได้ลำบากมาก หากฝ่ายตรงข้ามยืนอยู่ใกล้ๆ กับผู้ส่งในระยะ 3-5 หลา เพราะว่าลูกตวัดเป็นลูกที่ลอยขึ้นจากพื้นทันทีที่ออกจากหน้าไม้ ลูกตวัดที่ดีจะอยู่ในระดับเหนือข้อมือและต่ำกว่าระดับเข่าของฝ่ายตรงข้าม เมื่อลูกบอลลงสู่พื้นในระยะแรกจะกระดอนไปบนพื้นสนาม จึงไม่เหมาะแก่การส่งให้ฝ่ายเดียวกันในระยะใกล้

**วิธีการปฏิบัติ**

1. ให้ยืนเท้าคู่ห่างกันเล็กน้อย วางบอลอยู่ระหว่างเท้าทั้งสองข้าง ห่างจากปลายเท้าพอประมาณที่จะใช้ไม้แตะเมื่อส่งลูกบอลออกไปได้

2. ก้มตัวลง วางหน้าไม้ชิดาลูกบอลให้ลูกบอลอยู่ตรงกึ่งกลางหน้าไม้

3. มือซ้ายจับปลายไม้ส่วนมือขวาจับประมาณกึ่งกลางเหมือนกับการผลักลูก

4. เมื่อจะส่งลูกออกไปให้ก้าวเท้าซ้ายออกไปทางด้านข้างพร้อมกับหน้าไม้ตวัดลูกออกไปพร้อมๆกับ ก้าวเท้า

5. การตวัดลูกจะต้องใช้ความเร็วและความสัมพันธ์ในส่วนต่างๆให้สัมพันธ์กัน

ภาพที่ 6 การตวัดลูก (Flick)
ภาพถ่ายโดย ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

**4.4 การช้อนลูก (Scoop)**

การช้อนลูกให้ลอยไปในอากาศ เป็นทักษะที่ค่อนข้างลำบากสำหรับผู้ที่ฝึกเล่นใหม่ๆ การช้อนลูกเราจะใช้ในกรณีที่ไม่สามารถส่งลูกเลียดไปกับพื้นได้ เนื่องจากมีคู่ต่อสู้ยืนปิดทางไว้หมด เราจึงใช้การช้อนลูกบอลให้ลอยข้ามศีรษะคู่ต่อสู้ เพื่อส่งบอลให้ฝ่ายเดียวกัน แต่การช้อนลูกนั้นจะต้องช้อนลูกเมื่อไม่มีคู่ต่อสู้ยืนอยู่ในทิศทางที่ช้อนลูกบอลน้อยกว่า 5 หลา และที่ลูกบอลไปนั้นจะต้องไม่ไปตกในกลุ่มผู้เล่น เพราะเป็นการช่วยให้เกิดการ ตีลูกบอลขณะที่ลอยอยู่ในอากาศเป็นการเล่นที่อันตราย

**วิธีการปฏิบัติ**

1. ยืนไหล่ซ้ายไปทิศทางที่จะส่งลูกไป
2. วางลูกข้างหน้าระหว่างเท้าซ้าย และเท้าขวา
3. วางหน้าไม้หลังลูก ก้มตัวลงเล็กน้อย
4. มือซ้ายจับที่ด้ามไม้ มือขวาจับที่กึ่งกลางไม้เหมือนการส่งลูกผลักหรือการตวัดลูก
5. ให้โยกตัวถ่ายน้ำหนักไปเท้าหน้า คือเท้าซ้าย
6. ใช้ไม้ดันลูกบอลไปข้างหน้าพร้อมกับบิดข้อมือขวาให้หน้าไม้หงายขึ้นตักลูกบอล
7. เหยียดลำตัวขึ้น เป็นแรงในการส่งลูกไปข้างหน้า
8. การตวัดลูกและการเหยียดลำตัว จะต้องทำให้สัมพันธ์กัน มิฉะนั้นลูกจะไม่ขึ้น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ภาพที่ 7 การช้อนลูก (Scoop)

ภาพถ่ายโดย ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

**ทักษะฮอกกี้กลางแจ้งเบื้องต้น (ธีรนันท์ ตันพานิชย์, 2563)**

**<u>ทักษะพื้นฐาน (Basic skills)</u>**

การเริ่มต้นของการฝึกหัดเล่นกีฬากลางแจ้ง ผู้เล่นจะต้องเรียนรู้และฝึกทักษะพื้นฐานเพื่อนำไปสู่ทักษะขั้นต่อไปของฮอกกี้กลางแจ้ง เช่น การจับไม้ การยืน การกลับหน้าไม้ การเคาะบอล เป็นต้น

**1. การจับไม้ (Holding the Stick)**

ลักษณะของการจับไม้ฮอกกี้ มีการจับไม้ฮอกกี้ในลักษณะเป็นแบบรูปตัววี (V-Shape) ผู้ที่ถนัดมือขวาให้จับไม้ฮอกกี้ด้วยมือขวาด้านล่าง และมือซ้ายจับที่ด้ามไม้ฮอกกี้ด้านบน ส่วนคนที่ถนัดมือซ้ายให้มือซ้ายจับไม้ฮอกกี้ด้านล่าง มือขวาจับด้ามไม้ฮอกกี้ด้านบน

**วิธีการปฏิบัติ**

1. วางไม้ฮอกกี้ให้น้ำหนักของไม้ฮอกกี้ตกลงกลางมือขวา ข้อศอกตั้งฉากกับลำตัว จะจับไม้ฮอกกี้ลักษณะหงายมือ และหงายหน้าไม้ฮอกกี้ขึ้น

2. มือซ้ายจับตรงส่วนปลายของไม้ฮอกกี้ในลักษณะคว่ำมือ ให้หลังมือชี้ไปด้านหน้า

3. หัวของไม้ออกกี้ขี้ขึ้นด้านบน หลังไม้หันเข้าหาลำตัว หน้าไม้ชี้ไปด้านหน้าการวัดและประเมินผลในกีฬาฮอกกี้

4. ยืนแยกเท้าโดยให้เท้าซ้ายอยู่ด้านหน้าเท้าขวาเล็กน้อย ย่อเข่า ก้มตัว ถ่ายน้ำหนักตัวลงบนกลางฝ่าเท้า ค่อนไปด้านปลายเท้า ดังภาพที่ 8

ภาพที่ 8 ลักษณะการจับไม้แบบตัววี (V-Shope)

ที่มาของภาพ : ธีรนันท์ ตันพานิชย์ (2563)

**2. การยืน (Position of Players)**

เป็นท่าเริ่มต้นของการฝึกทักษะกีฬฮอกกี้กลางแจ้ง โดยการยืนแยกเท้าเท่าช่วงหัวไหล่ ย่อขาเล็กน้อยเพื่อความมั่นคง และสามารถที่จะเคลื่อนที่ในการเล่นลูกฮอกกี้ต่อไป

**วิธีการปฏิบัติ**

1. ยืนแยกเท้าเท่าช่วงหัวไหล่ มือซ้ายจับปลายไม้ฮอกกี้ลักษณะกำมือ ทิ้งน้ำหนักหัวไม้ห้อยลงมากับพื้นสนาม

2. หน้าไม้ฮอกกี้หันออกด้านหน้า สันไม้หันเข้าหาสำตัว

3. มือขวาจับบริเวณกึ่งกลางไม้ฮอกกี้ ลักษณะรูปตัววี มือขวาจับไม้ฮอกกี้หลวมๆ ยกไม้ฮอกกี้ขึ้นมาขนานกับลำตัวเพื่ออยู่ในท่าเตรียมพร้อมการเล่น ดังภาพที่ 9

จังหวะที่ 1 จังหวะที่ 2

ภาพที่ 9 ท่าการยืน

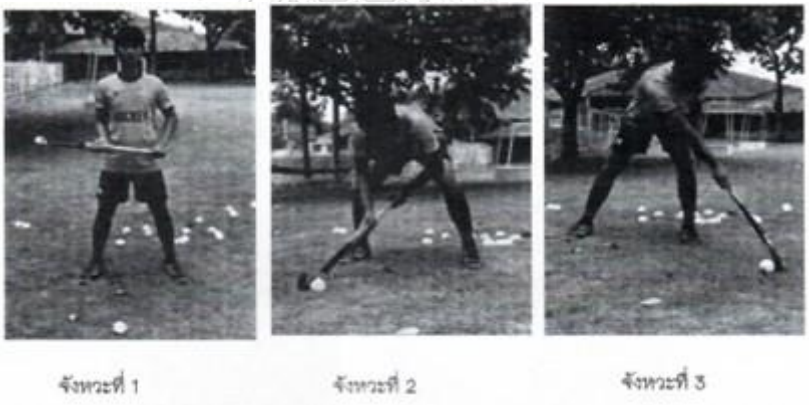
ที่มาของภาพ : ธีรนันท์ ตันพานิชย์ (2563)

**3. การกลับหน้าไม้ (Reverse)**

คือ การใช้หน้าไม้บังคับลูกจากทางซ้ายของผู้เล่นเคลื่อนที่ไปทางขวามือของผู้เล่น เนื่องจากการเล่นกีฬาฮอกกี้กลางแจ้ง ส่วนของไม้ฮอกกี้ที่จะสัมผัสลูกฮอกก็ได้นั้น จะเป็นด้านแบนของไม้หรือหน้าไม้เพื่อเป็นพื้นฐานในการบังคับลูกหลบหลีกคู่ต่อสู้หรือเปลี่ยนทิศทางในการเล่น ส่วนหลังไม้หรือสันไม้ที่นูนไม่สามารถใช้ในการเล่นลูกฮอกกี้ได้ ถือว่าผิดกฎกติกาการเล่นหรือการแข่งขัน

**วิธีการปฏิบัติ**

1. จับไม้ฮอกกี้ด้วยมือซ้ายทางส่วนปลายสุดของไม้ และหัวไม้วางแตะบนพื้น
2. ให้หน้าไม้อยู่ทางซ้ายมือ และหลังไม้อยู่ทางขวามือ
3. จับไม้ลักษณะตัววี (V-Shape) กำไม้ด้วยมือซ้ายให้แน่น
4. หมุนแขนท่อนล่างโดยให้หน้าไม้เปลี่ยนไปทางขวา และหลังไม้อยู่ทางซ้ายมือ หัวไม้ชี้ลงบนพื้นสนาม
5. หมุนข้อมือและแขนท่อนล่างมาอยู่ในลักษณะเดิม เริ่มต้นใหม่ และฝึกให้คล่อง
6. ก้มตัวลง มือขวาจับไม้หลวมๆ เพื่อประคองการเล่นลูก มือซ้ายบังคับการกลับไม้ทำอย่างต่อเนื่อง ดังภาพที่ 10




ภาพที่ 10 การกลับหน้าไม้ (Reverse)

ที่มาของภาพ : ธีรนันท์ ตันพานิชย์ (2563)

**4. การเลี้ยงลูกฮอกกี้ (Dribbling)**

คือ การพาลูกเคลื่อนที่ไปข้างหน้า โดยใช้ไม้ฮอกกี้ควบคุมลูกฮอกกี้ให้ไปในทิศทางต่างๆ เพื่อไปยังเป้าหมายที่ต้องการ การเสี้ยงลูกเป็นทักษะที่สำคัญอย่างมาก ซึ่งจะต้องใช้ทักษะการกลับหน้าไม้ทั้งซ้ายและขวาเป็นพื้นฐาน เพราะการเลี้ยงลูกเป็นการเคลื่อนที่ไปตามทิศทางที่ไม้สัมผัสไปกับลูก การเลี้ยงลูกที่ดีจะต้องอยู่ในการบังคับของหน้าไม้ หากผู้ที่ฝึกทักษะการกลับหน้าไม้ได้ดี ก็สามารถเลี้ยงและบังคับลูกได้ศึ ทำให้มีโอกาสเลี้ยงลูกไปในแดนคู่ต่อสู้ หลบหลีกคู่ต่อสู้เพื่อไปยิงประตู หรือส่งให้

ฝ่ายเดียวกันยิงประตูและยากที่ฝ่ายตรงข้ามจะสกัดกั้นได้ เช่น การเลี้ยงลูกซิกแซก การเลี้ยงลูกด้วยหน้าไม้ไปข้างหน้าห่างตัว เป็นต้น

**4.1 การเลี้ยงลูกฮอกกี้ด้วยหน้าไม้ไปข้างหน้า (Dribbling Forward)**

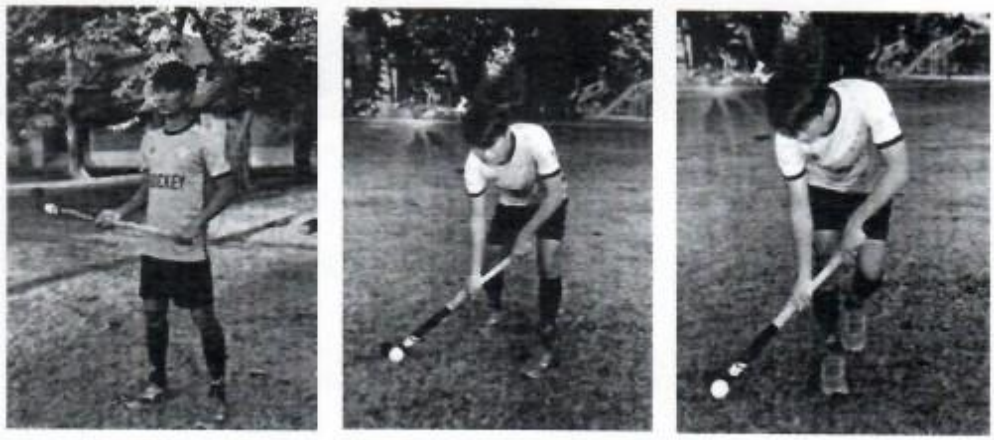
เป็นลักษณะการเคลื่อนที่ไปพร้อมกับลูกฮอกกี้ โดยวางไม้ซอกกี้ชิดติดลูกฮอกกี้แล้วเคลื่อนที่ไปข้างหน้า

**วิธีการปฏิบัติ**

1. จับไม้ฮอกกี้ด้วยมือซ้ายทางส่วนปลายสุดของไม้ฮอกกี้ มือขวาจับประมาณกึ่งกลางไม้ฮอกกี้

2. ยืนแยกเท้าให้น้ำหนักตกที่เท้าทั้งสองข้าง ย่อขาเล็กน้อย

3. วางลูกไว้ที่หน้าเท้าขวา วางหน้าไม้ให้สัมผัสลูกฮอกกี้ในตำแหน่งทางขวา เคาะลูกฮอกกี้มาทางด้านซ้ายมือของผู้ฝึก พร้อมทั้งเคลื่อนที่ไปข้างหน้า และกลับหน้าไม้เคาะบอล กลับทางด้านขวาทำสลับไป-มา พร้อมก้าวเท้าเคลื่อนที่ไปข้างหน้า ดังภาพที่ 11



จังหวะที่ 1 จังหวะที่ 2 จังหวะที่ 3

ภาพที่ 11 การเลี้ยงลูกฮอกกี้ (Dribbling)

ที่มาของภาพ : ธีรนันท์ ตันพานิชย์ (2563)

**4.2 การเลี้ยงลูกฮอกกี้อ้อมหลัก หรือเลี้ยงลูกซิกแซก (Six-Sax Dribbling)**

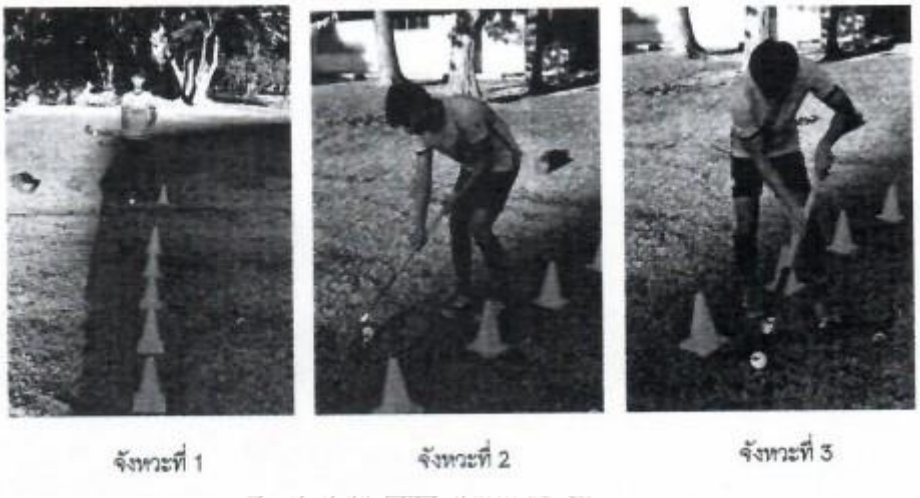
เป็นลักษณะการเคลื่อนที่ไปพร้อมกับลูกฮอกกี้ ไม้ชิดติดลูกฮอกกี้ แล้วเคลื่อนที่ไปข้างหน้าโดยอ้อมหลัก ซิกแซก เพื่อฝึกการควบคุมบอลและหลบหลีกคู่ต่อสู้

**วิธีการปฏิบัติ**

1. จับไม้ฮอกกี้ด้วยมือซ้ายทางส่วนปลายสุดของไม้ฮอกกี้ มือขวาจับประมาณกึ่งกลางไม้ฮอกกี้

2. ยืนแยกเท้าให้น้ำหนักตกที่เท้าทั้งสองข้าง ย่อขาเล็กน้อย

3. วางลูกฮอกกี้ไว้หน้าไม้ ให้สัมผัสลูกฮอกกี้ เลี้ยงลูกฮอกกี้อ้อมหลัก โดยใช้การเลี้ยงลูกฮอกกี้ด้วยการกลับหน้าไม้ไปทางซ้ายและทางขวา เคลื่อนที่ซิกแซกไปข้างหน้า ทำซ้ำกัน 3-4 รอบ จนเกิดความชำนาญ ดังภาพที่ 12




ภาพที่ 12 การเลี้ยงลูกฮอกกี้อ้อมหลัก หรือเลี้ยงลูกซิกแซก (Six-Sox Dribbling)
ที่มาของภาพ : ธีรนันท์ ตันพานิชย์ (2563)

**ทักษะกีฬาฮอกกี้กลางแจ้ง (Field Hockey Skills)**

ทักษะกีฬาฮอกกี้กลางแจ้ง (Field Hockey Skills) มี 2 ทักษะหลัก ประกอบด้วย ทักษะการส่งบอล และทักษะการรับบอล

**1. ทักษะการส่งบอล (Passing Skills) มีดังนี้**

**1.1 การผลักบอล (Pushing)**

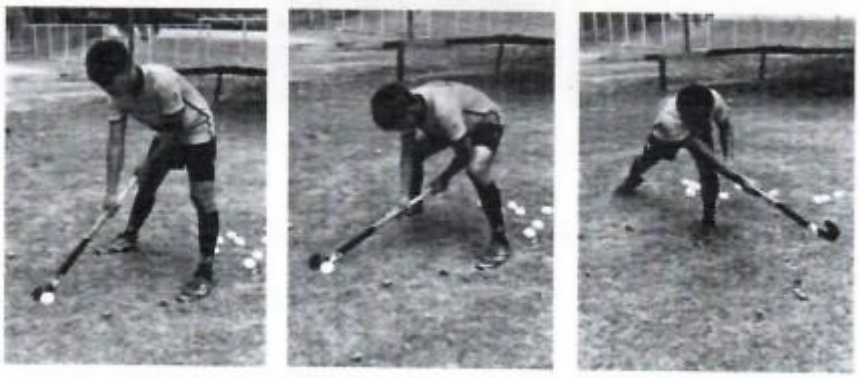
การส่งลูกในลักษณะทำให้ลูกฮอกกี้เคลื่อนที่ไปกับพื้นโดยอาศัยการผลัก โดยไม้ฮอกกี้จะต้องอยู่ใกล้กับลูกฮอกกี้ในจังหวะเริ่มต้นและหลังจากที่ทำการผลักลูกฮอกกี้ออกไปแล้ว ทั้งลูกฮอกกี้และหัวไม้จะต้องอยู่กับพื้นสนามฮอกกี้

**วิธีการปฏิบัติ**

1. ยืนแยกเท้า ลำตัวตรง ลูกฮอกกี้อยู่ใกล้กับหน้าไม้ฮอกกี้

2. ย่อขาลงเล็กน้อย ไม้ฮอกกี้ชิดติดลูกฮอกกี้

3. ออกแรงผลักลูกฮอกกี้ไปข้างหน้า โดยให้แขนตึง ออกแรงจากแขนและหัวไหล่ลำตัวโล้เอียงขนานกับพื้นสนามฮอกกี้ ดังภาพที่ 13



จังหวะที่ 1 จังหวะที่ 2 จังหวะที่ 3

ภาพที่ 13 การผลักบอล (Pushing)

ที่มาของภาพ : ธีรนันท์ ตันพานิชย์ (2563)

**1.2 การเคาะหรือการกระแทก (Tab)**

เป็นการส่งบอลในลักษณะของการกระแทกหรือเตาะบอลให้ลูกเคลื่อนที่ไปยังที่ทางที่ต้องการ ลักษณะคล้ายกับการผลักบอล แต่จะมีข้อสังเกตคือจะมีเสียงไม้กระทบลูกฮอกกี้

**วิธีการปฏิบัติ**

1. ยืนแยกเท้า โค้งตัวลง พร้อมย่อขาลง มือจับไม้ฮอกกี้แบบตัว V แขนบน งอศอกเล็กน้อย
2. ไม้ออกกี้อยู่ห่างจากลูกฮอกกี้เล็กน้อย แขนล่างตรงเหยียดตรง
3. ออกแรงเคาะหรือกระแทกบอลไปข้างหน้า โดยให้แขนตึง ออกแรงจากแขนและหัวไหล่ ดังภาพที่ 14

จังหวะที่ 1 จังหวะที่ 2 จังหวะที่ 3

ภาพที่ 14 การเคาะหรือการกระแทก (Tab)

ที่มาของภาพ : ธีรนันท์ ตันพานิชย์ (2563)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

**1.3 การตวัด (Fick)**

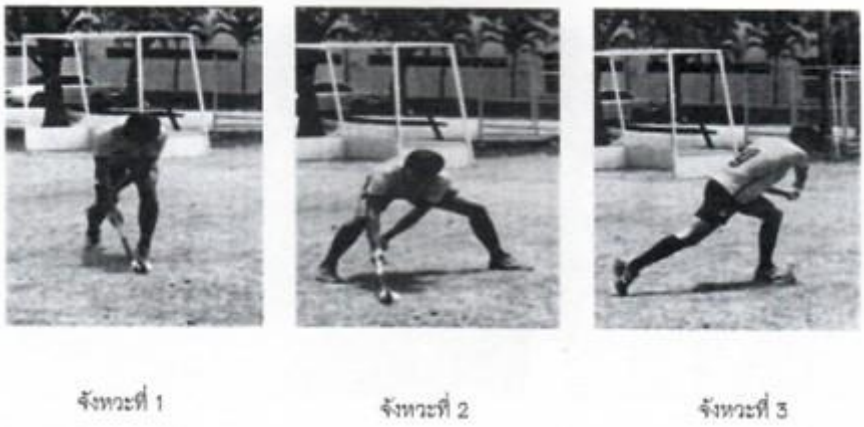
คือ เป็นการส่งลูกฮอกกี้ในลักษณะ การผลักลูกฮอกกี้โดยให้ลูกฮอกกี้ลอยเหนือพื้นสนามฮอกกี้ในระยะความสูงที่กำหนดตามมาตรฐานสหพันธ์ฮอกกี้

**วิธีการปฏิบัติ**

1. ยืนแยกเท้า เท้านำเท้าตาม ลูกอยู่ด้านข้างลำตัว โค้งตัวลง พร้อมย่อขาลง มือจับไม้ฮอกกี้แบบตัว V แขนทั้งสองข้างงอเล็กน้อย

2. ไม้ฮอกกี้อยู่ห่างจากลูกฮอกกี้เล็กน้อย แขนล่างตรงเหยียดตรง แยกเท้าให้กว้างเพื่อให้เกิดแรงส่งลูกฮอกกี้

3. ออกแรงผลักลูกฮอกกี้ไปข้างหน้า แขนตึงออกแรงเหวี่ยงให้ลูกลอยเหนือพื้นสนาม ดังภาพที่ 15




ภาพที่ 15 การตวัด (Fick)

ที่มาของภาพ : ธีรนันท์ ตันพานิชย์ (2563)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**1.4 การช้อนลูกหรือตักลูก (Scoop)**

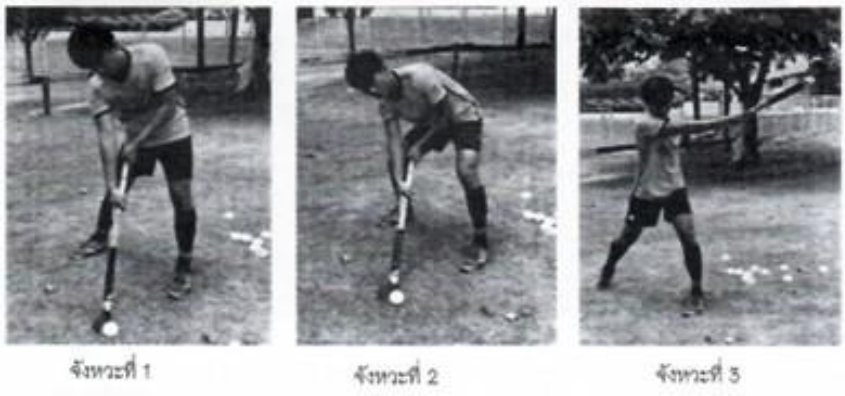
คือ การส่งลูกฮอกกี้ในลักษณะการทำให้ลูกฮอกกี้ลอยขึ้นจากพื้นโดยใช้ด้านหัวไม้วางไว้ใต้ลูกฮอกกี้ และใช้การเคลื่อนไหวโดยการยกหรืองัดลูกฮอกกี้ขึ้น

วิธีการปฏิบัติ

1. ยืนแยกเท้า โค้งตัวลง มือจับไม้ฮอกกี้แบบตัว V แขนบนงอศอกเล็กน้อย แขนล่างเหยียดตรง

2. ไม้อยู่ชิดติดลูกฮอกกี้ แขนล่างเหยียตตรง ลำตัวเอียงไปด้านหลังเล็กน้อยเพื่อความสมดุลในการช้อนลูกฮอกกี้

3. ใช้แรงจากแขน หัวไหล่ และลำตัวให้การออกแรงช้อนลูกฮอกกี้หรือตักลูกฮอกกี้ให้ลอยไปข้างหน้าสูงกว่าศีรษะออกไปให้ไกล ดังภาพที่ 16




ภาพที่ 16 การช้อนลูกหรือตักลูก (Scoop)
ที่มา : ธีรนันท์ ตันพานิชย์ (2563)

**กระบวนการจัดการเรียนรู้กีฬาฮอกกี้**

1. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน
    1.1 ครูตรวจสอบรายชื่อและอุปกรณ์การเรียนของนักเรียน
    1.2 ครูนำนักเรียนอบอุ่นร่างกาย
2. ขั้นอธิบายและสาธิต
    2.1 ครูอธิบายเรื่องมารยาทและความปลอดภัยในการเรียน
    2.2 ครูอธิบายพร้อมสาธิตทักษะ
    2.3 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนถามข้อสงสัย
3. ขั้นฝึกปฏิบัติทักษะ
    3.2 ครูให้นักเรียนหาพื้นที่ว่างให้กับตนเอง
    3.3 ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติทักษะแบบปิดจังหวะ
    3.4 ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติทักษะแบบเปิดจังหวะ
    3.5 ครูให้นักเรียนเพิ่มระดับความยากของการฝึก
4. ขั้นนำไปใช้
    4.1 ครูให้นักเรียนทำกิจกรรมเกมหรือการแข่งขันที่ได้ใช้ทักษะที่เรียนมาปรับใช้กับสถารการณ์จริง
5. ขั้นสรุป
    5.1 ให้นักเรียนไปล้างมือล้างหน้าดื่มน้ำและกลับมารวม

5.2 สรุปเนื้อหาที่ได้เรียนไปในวันนี้และเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม

5.3 ครูตรวจเช็คความเรียบร้อยหลังการเรียนโดยการเช็คชื่อและตรวจความเรียบร้อยของเครื่องแต่งกาย

5.4 ปล่อยเลิกแถวให้นักเรียนรีบกลับไปเรียน

การวัดประเมินผลการเรียนรู้การสอนด้วยแบบทดสอบทักษะต่างๆในกีฬาฮอกกี้ และการจัดกิจกรรมการแข่งขัน โดยการสร้างสถานการณ์ให้นักเรียนได้รับบทบาทและหน้าที่ และส่วนร่วมในการจัดการแข่งขันในด้านต่างๆ อาทิเช่น ภาวะผู้นำ ผู้ตาม การเป็นผู้เล่น และอื่นๆ ตามความถนัดและเหมาะสม ให้นักเรียนรับความสุข สนุกสนาน สุขภาพดีขึ้น

1. วิธีการวัดประเมินผล

1.1 สังเกตการณ์สามารถตอบคำถามเกี่ยวกับทักษะในคาบที่เรียนได้ ได้อย่างถูกต้องอย่างน้อย 2 ใน 3 ข้อ

1.2 สังเกตจากการปฏิบัติทักษะการเล่นทีมได้

1.3 สังเกตจากการปฏิบัติอย่างต่อเนื่องเพื่อฝึกสมรรถภาพทางกาย

1.4 สังเกตว่านักเรียนทำหน้าที่รับผิดชอบในการแต่งกาย และดูแลอุปกรณ์การเรียนที่ได้รับมอบหมายเป็นไปด้วยความเรียบร้อย

1.5 สังเกตว่านักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียน ตลอดจนจบการเรียนการสอน

สำหรับแบบวัดหรือแบบทดสอบทักษะพื้นฐานในกีฬาฮอกกี้นั้น มีตัวอย่างแบบวัดทักษะพื้นฐาน ดังนี้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**ตัวอย่างที่ 1. แบบทดสอบทักษะการเลี้ยงลูกฮอกกี้**

**<u>วัตถุประสงค์</u>** เพื่อวัดความสามารถในการเลี้ยงลูกฮอกกี้

**<u>อุปกรณ์ที่ใช้</u>**

1. ลูกฮอกกี้ 1 ลูก
2. นาฬิกาจับเวลา 1 เรือน
3. กรวยสูง 30 ซ.ม. 12 อัน

**<u>วิธีทดสอบ</u>**

1. ผู้ให้การทดสอบอธิบายและสาธิตวิธีการทดสอบ โดยให้ผู้เข้ารับการทดสอบ ทดสอบคนละ 1 รอบ ทำการเลี้ยงถูกฮอกกี้อ้อมหลัก ตามทิศทางที่กำหนด
2. ก่อนทำการทดสอบ ให้ผู้เข้ารับการทดสอบ ทดลองปฏิบัติ คนละ 2 รอบ
3. ผู้เข้ารับการทดสอบยืนเตรียมพร้อม และวางลูกที่จุดเริ่มต้น

4. การเริ่มทดสอบ ผู้ให้การทดสอบจะให้สัญญาณนกหวีด พร้อมกับจับเวลา จากนั้นผู้เข้ารับการทดสอบทำการเลี้ยงถูกฮอกกี้แบบซิกแซกอ้อมหลัก โดยเข้าทางขวาของหลักแรก จากนั้นเลี้ยงอ้อมหลักไปตามเส้นทางที่กำหนดไว้ แล้วเลี้ยงลูกผ่านเข้าเส้นสิ้นสุด ผู้ให้การทดสอบจึงจะทำการหยุดเวลาและบันทึกเวลาที่ทำได้ ซึ่งในการทดสอบผู้ช่วยในการทดสอบจะทำหน้าที่คอยบอกทิศทางการเคลื่อนที่ให้กับผู้ข้ารับการทดสอบ และขานว่า “หยุด” ทุกครั้งที่มีการทำผิดระเบียบการทดสอบ

**<u>การคิดคะแนน</u>**

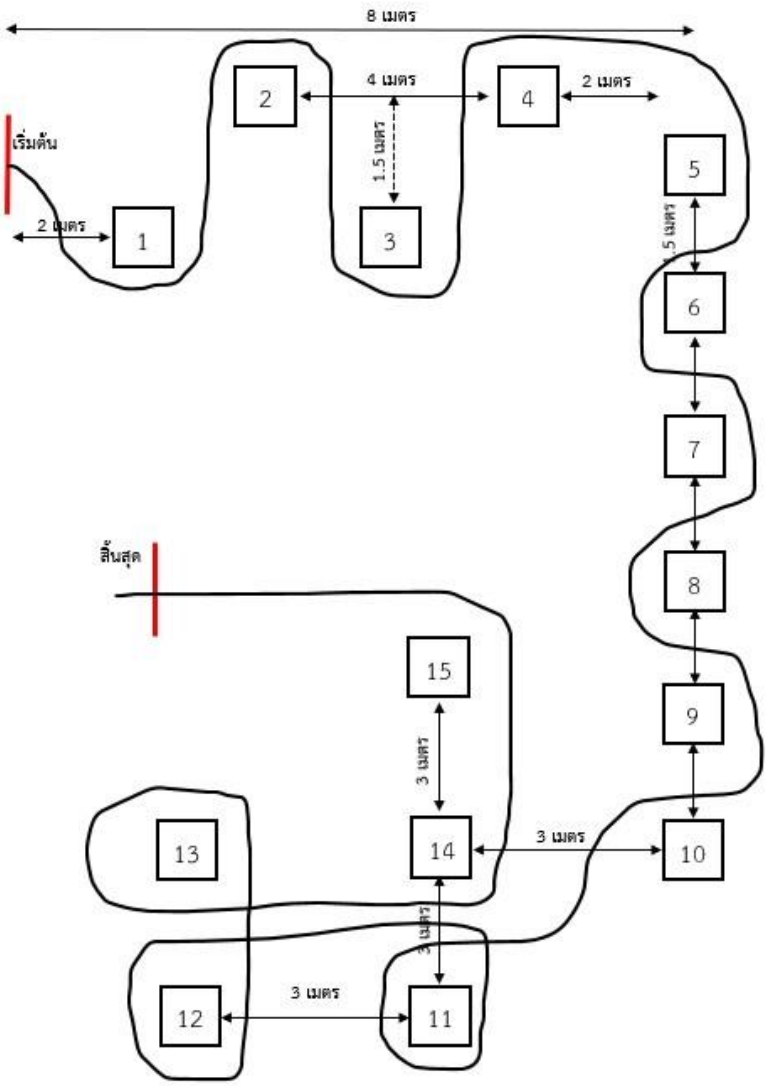
1. คิดคะแนนจากเวลาที่ผู้เข้ารับการทดสอบทำได้ โดยจับเวลาตั้งแต่เลี้ยงลูกออกจากเส้นเริ่มต้น และหยุดเวลาเมื่อผู้เข้ารับการทดสอบเลี้ยงลูกมาหยุดหลังเส้นสิ้นสุด เป็นคะแนนของการทดสอบ

2. บันทึกเวลาเป็นวินาที (ทศนิยม 2 ตำแหน่ง) เช่น จับเวลาได้ 1 นาที 45.25 วินาที ให้บันทึกว่า 105.25 วินาที (1x60)+45.25 = 105.25 เป็นต้น

**<u>เกณฑ์คะแนน</u>**

| ระดับความสามารถ | นักเรียนชาย (วินาที) | นักเรียนหญิง (วินาที) |
|---|---|---|
| 5 | 31 วินาที ลงไป | 35 วินาที ลงไป |
| 4 | 32-26 วินาที | 36-40 วินาที |
| 3 | 37-41 วินาที | 41-45 วินาที |
| 2 | 42-46 วินาที | 46-50 วินาที |
| 1 | 47 วินาที ขึ้นไป | 51 วินาที ขึ้นไป |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY




CHULALONGKORN UNIVERSITY

ภาพที่ 17 แบบทดสอบทักษะการเลี้ยงลูกฮอกกี้

ที่มาของภาพ : สุพรรณี ยิ้มนวล (2556)

**ตัวอย่างที่ 2 แบบทดสอบทักษะการผลักลูกฮอกกี้ (Push Test)**

<u>วัตถุประสงค์</u> เพื่อวัดความสามารถในการผลักลูกฮอกกี้

<u>อุปกรณ์</u>

1. ลูกออกกี้จำนวน 4 ลูก
2. นาฬิกาจับเวลา
3. กรวยสูง 30 ซ.ม. 8 อัน

<u>วิธีทดสอบ</u>

1. ผู้ให้การทดสอบอธิบายและสาธิตวิธีการทดสอบ โดยให้ผู้เข้ารับการทดสอบ ทดสอบคนละ 1 รอบ ทำการทดสอบโดยการผลักลูกฮอกกี้ (Push) ให้เข้าช่องที่กำหนด 4 ลูก

2. ก่อนทำการทดสอบ ให้ผู้เข้ารับการทดสอบ ทดลองปฏิบัติ คนละ 1 ลูก

3. ผู้เข้ารับการทดสอบยืนเตรียมพร้อม และวางลูกฮอกกี้ภายในพื้นที่ที่กำหนดให้

4. การเริ่มทดสอบ ผู้ให้การทดสอบจะให้สัญญาณนกหวีด จากนั้นผู้เข้ารับการทดสอบทำการส่งลูกด้วยการผลักให้เข้าประตูที่ 1, 2 3, และ 4 ตามลำดับ ในการส่งลูกจะต้องส่งภายในพื้นที่ที่กำหนดให้เป็นจุดส่งลูก ผู้ช่วยในการทดสอบจะทำหน้าที่วางลูกให้ผู้เข้ารับการทดสอบ และจะขานคะแนนทุกครั้งที่ผู้เข้ารับการทดสอบส่งลูกออกไป พร้อมทั้งบันทึกคะแนน

<u>การคิดคะแนน</u>

1. การส่งลูกที่ได้คะแนน คือ การส่งลูกด้วยการผลัก ซึ่งได้ระยะทางตามที่กำหนดและตรงเป้าหมาย ดังนี้

1.1 ลูกเข้าประตูได้ 3 คะแนน

1.2 ลูกไม่เข้าประตูแต่ได้ระยะทางตามที่กำหนด (ส่งลูกผ่านออกด้านข้างหรือลูกชนกรวย แล้วไม่เข้าประตู) ได้ 1 คะแนน

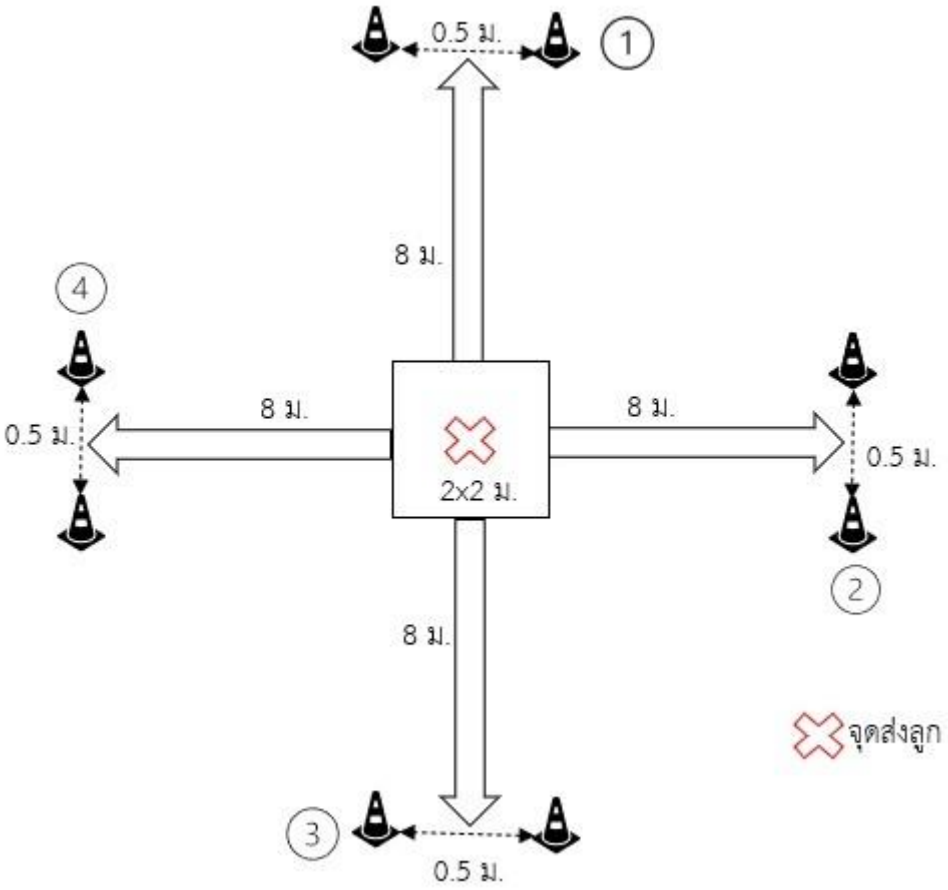
2. การส่งลูกที่ผิดวิธี และไม่ได้ระยะทางตามที่กำหนด (ส่งลูกไปไม่ถึงประตู) ให้ถือว่าไม่ได้คะแนน

3. เมื่อส่งลูกด้วยการผลักครบทั้ง 4 ลูก แล้วรวมคะแนน จะเป็นผลการทดสอบ จากนั้นบันทึกผลการทดสอบ

**<u>เกณฑ์คะแนน</u>**

| **ระดับความสามารถ** | **นักเรียนชาย (วินาที)** | **นักเรียนหญิง (วินาที)** |
|---|---|---|
| 5 | 12 คะแนน ขึ้นไป | 12 คะแนน ขึ้นไป |
| 4 | 10-11 คะแนน | 10-11 คะแนน |
| 3 | 8-9 คะแนน | 8-9 คะแนน |
| 2 | 6-7 คะแนน | 6-7 คะแนน |
| 1 | 5 คะแนน ลงไป | 5 คะแนน ลงไป |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University




ภาพที่ 18 แบบทดสอบทักษะการเลี้ยงลูกฮอกกี้

ที่มาของภาพ : สุพรรณี ยิ้มนวล (2556)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

จากการวิเคราะห์เนื้อหา โดยผู้วิจัยได้วิเคราะห์ทักษะที่เป็นทักษะพื้นฐานส่วนบุคคลที่สอดคล้องกับการนำมาใช้ในการวิจัย เรื่อง ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา โดยสามารถสรุปเป็นแผนการสอนระยะยาว ได้ดังนี้

จากผลการศึกษาตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้พลศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย ผู้วิจัย วิเคราะห์จัดการวางแผนการจัดการเรียนรู้ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย ปีการศึกษา 2564 จำนวน 8 แผนการจัดการเรียนรู้ ใช้เวลา 8 สัปดาห์ ดังนี้

**ตารางที่ 2** แผนการจัดการเรียนรู้ระยะยาว

| | **แผนระยะยาวสำหรับเนื้อหาในการจัดการเรียนรู้** | **จำนวนคาบ** |
|---|---|---|
| 0 | การทดสอบก่อนเรียน ปฐมนิเทศ | 90 นาที |
| 1 | การจับไม้ และการเดาะบอล | 1 |
| 2 | การจับไม้ และการเดาะบอล (ออนไลน์) | 1 |
| 3 | การครอบครองบอล และการกรอลูกแบบต่างๆ | 1 |
| 4 | การครอบครองบอล และการกรอลูกแบบต่างๆ (ออนไลน์) | 1 |
| 5 | การเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที่ | 1 |
| 6 | การเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที่ (ออนไลน์) | 1 |
| 7 | การผลักลูก (Push) | 1 |
| 8 | การผลักลูก (Push) (ออนไลน์) | 1 |
| 0 | ทดสอบหลังเรียน | 1 |

**3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกีฬาฮอกกี้**

สถาพร พาขุนทด, ธีรนันท์ ตันพาณิชย์, มยุรี ถนอมสุขและ นิรอมลี มะกาเจ (2564) ได้ศึกษาและเปรียบเทียบผลของการฝึกลูกบอลปฏิกิริยาที่มีต่อ เวลาปฏิกิริยาตอบสนองการรับลูกแบบเคลื่อนที่ของนักกีฬาฮอกกี้กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักกีฬาฮอกกี้ชายของ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จำนวน 20 คน มีอายุระหว่าง 19-28 ปี โดยสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 10 คน คือ กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ทำการฝึก 8 สัปดาห์ๆ ละ 3 วัน เครื่องมือการวิจัย คือ 1) โปรแกรมการฝึกทักษะกีฬาฮอกกี้และการฝึกรับลูกแบบเคลื่อนที่ 2) โปรแกรมฝึกลูกบอลปฏิกิริยา 3) แบบทดสอบปฏิกิริยาตอบสนองของร่างกายสำหรับนักกีฬาฮอกกี้ หาคุณภาพเครื่องมือจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน มีค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา เท่ากับ .91, 1 และ .82 มีค่าความเชื่อถือได้ เท่ากับ .91 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์ เพื่อหาค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบน และความแปรปรวนสองทาง ชนิดวัดซ้ำ (two-way analysis of variance with repeated measure) ค่าที (t-test dependent) ก่อนการฝึก และหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 และค่าที (t-test independent) หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ของทั้ง สองกลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า 1) เวลาปฏิกิริยาตอบสนองการรับลูกแบบเคลื่อนที่ของกลุ่มควบคุมก่อนการฝึก และหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 และกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ไม่แตกต่างกัน ส่วน กลุ่มทดลองก่อนการฝึก และหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) เวลา ปฏิกิริยาตอบสนองระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ 8 ไม่ แตกต่างกัน และทดสอบกลุ่มควบคุมก่อนการฝึก หลังการฝึก

สัปดาห์ที่ 4 และ 8 ลดลงอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ 8 ไม่แตกต่างกัน ส่วนกลุ่มทดลองก่อนการฝึก หลัง การฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ 8 เช่นเดียวกับหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ 8 ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

พิชญา กัณหา (2560) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการฝึกจินตภาพที่มีต่อระดับความเชื่อมั่นและความแม่นยำในการยิงประตูฮอกกี้ กลุ่มตัวอย่างคือ นักกีฬาฮอกกี้ทีมมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จำนวน 36 คน นำเข้ากลุ่มตัวอย่างแบบสุ่ม แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้ กลุ่มควบคุมฝึกทักษะการยิงประตูฮอกกี้ กลุ่มทดลองที่ 1 ฝึกจินตภาพแบบฟังเทปเสียงและฝึกทักษะการยิงประตูฮอกกี้ กลุ่มทดลองกลุ่มที่ 2 ฝึกจินตภาพแบบวิดิโอและฝึกทักษะการยิงประตูฮอกกี้ ระยะเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน โดยสอบถามความเชื่อมั่นก่อนทดสอบความแม่นยำในการยิงประตูฮอกกี้ ทั้งก่อนการฝึกและภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และภายหลังสัปดาห์ที่ 8 นำผลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความแปรปรวนททางเดียว และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความเชื่อมั่นและความแม่นยำในการยิงประตูฮอกกี้ ผลการวิจัยพบว่า การฝึกจินตภาพควบคู่กับการฝึกทักษะการยิงประตูฮอกกี้ช่วยเพิ่มความแม่นยำได้ดีกว่าการฝึกทักษะการยิงประตูฮอกกี้เพียงอย่างเดียว โดยการฝึกจินตภาพแบบฟังเทปเสียงจะส่งผลต่อระดับความเชื่อมั่นในการยิงประตูฮอกกี้หลังจากการฝึกเป็นเวลา 8 สัปดาห์ และส่งผลต่อความแม่นยำในการยิงประตูฮอกกี้หลังจากการฝึกเป็นเวลา 4 สัปดาห์ ส่วนการฝึกจินตภาพแบบดูวิดิโอช่วยเพิ่มความแม่นยำในการยิงประตูฮอกกี้หลังจากการฝึกเป็นเวลา 8 สัปดาห์ และระดับความเชื่อมั่นในการยิงประตูฮอกกี้ไม่มีความสัมพันธ์กับความแม่นยำในการยิงประตูฮอกกี้

พิริยา ชนรักษา (2560) ได้ศึกษาผลของการฝึกเสริมด้วยการวิ่งหลายทิศทางที่มีต่อความคล่องแคล่วว่องไวในนีก๊ฬาฮอกกี้หญิงระดับเยาวชน วิธีการดำเนินงานวิจัย นักกีฬาฮอกกี้ทีมโรงเรียนกีฬาจังหวัดชลบุรี เพศหญิง อายุระหว่าง 17-18 ปี จำนวน 24 คน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่ได้รับการฝึกเสริมด้วยการฝึกวิ่งหลายทิศทาง ประกอบด้วยการฝึก 3 วันนต่อสัปดาห์ เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ ทำการทดสอบตัวแปรด้านสรีรวิทยาทั่วไป ความคล่องแคล่วว่องไว ความเร็วในการเปลี่ยนทิศทางการวิ่ง ความเร็วในการวิ่งสปริ๊นท์ระยะทาง 20 เมตร การวิ่งซ้ำ และการกระโดดสูง ผลที่ได้นำมาวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างก่อนและหลังการฝึก ทดสอบค่าทีแบบรายคู่ (pair t-test) และทดสอบระหว่างกลุ่มด้วยการทดสอบค่าทีแบบอิสระ (independent t-test) ที่ระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการทดลอง 6 สัปดาห์ กลุ่มที่ได้รับการฝึกเสริมด้วยโปรแกรมการฝึกวิ่งหลายทิศทาง มีค่าเฉลี่ยความว่องไว ความเร็วในการเปลี่ยนทิศทางการวิ่ง ความเร็วในการวิ่งสปริ๊นท์ระยะทาง 20 เมตร การวิ่งซ้ำ ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเทียบกับก่อนการทดลอง และความสูงของการกระโดดแนวดิ่งเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่

ระดับ .05 กลุ่มควบคุม พบว่า ความเร็วในการทดสอบความคล่องแคล่วว่องไว ลดลงแต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และของตัวแปรอื่นๆ

สรุปการศึกษาทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องการการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาในกีฬาฮอกกี้ โดยผู้วิจัยได้วิเคราะห์ทักษะที่เป็นทักษะพื้นฐานส่วนบุคคลที่ สอดคล้องกับการนำมาใช้ในการวิจัย เรื่องผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา โดยสามารถสรุปนำไปพัฒนาเป็นแผนการจัดการเรียนรู้ ได้ดังนี้ การจับไม้ การเดาะ การเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที่ทางตรง การเลี้ยงลูกบอลซิกแซก การผลักลูก (Push) การเคาะลูก (Tab) การตวัดลูก (Flick) การช้อนลูก (Scoop) ในด้านการทดสอบทักษะปฏิบัติที่ถูกต้อง โดยประเมินจากผู้เรียนบันทึกการปฏิบัติทักษะลง VDO คลิป ในทักษะ การจับไม้ การเดาะ การเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที่ทางตรงและซิกแซก การผลักลูก การเคาะลูก การตวัดลูก การช้อนลูก โดยใช้เกณฑ์รูบิกส์ และรูปแบบการประเมินที่ปรับจาก ชาตรี พรหมพุทธ (2555) แบ่งเป็น ด้านท่าทางการปฏิบัติ และด้านผลการปฏิบัติแบบองค์รวม

**4. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนการรู้พลศึกษาออนไลน์ Online Physical Education**

ในการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาออนไลน์ ผู้วิจัยได้ศึกษาสรุป วิเคราะห์และสังเคราะห์ ความหมาย องค์ประกอบการจัดการเรียนรู้ออนไลน์ ลักษณะเฉพาะของการจัดการเรียนรู้ตามแนวทางการจัดการเรียนรู้พลศึกษาออนไลน์ OLPE ของ SHAPE America, 2018 และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ OLPE โดยมีรายละเอียดดังนี้

**4.1 ความหมายและองค์ประกอบการจัดการเรียนรู้ออนไลน์**

**4.1.1 ความหมายของการจัดการเรียนรู้ออนไลน์**

อาณัติ รัตนถิรกุล (2553) ได้ให้ความหมายของ การเรียนแบบออนไลน์คือ การเรียนการสอนผ่านทางสื่ออิเล็กทรอนิกส์ ไม่ว่าจะเป็นวิทยุกระจายเสียง (Radio Broadcast) โทรทัศน์ (Television) ซีดีรอม/ดีวีดีรอม(CD-ROM/DVD-ROM) เครือข่ายอินทราเน็ต (Intranet) เครือข่ายเอ็กซ์ทราเน็ต (Extranet) เครือข่ายอินเทอร์เน็ต (Internet) ดาวเทียม (Satellite Broadcast) โทรศัพท์มือถือ (Mobile Phone) เครื่องพีดีเอ (PDA) หรืออุปกรณ์ไร้สายต่างๆ โดยที่ผู้เรียนสามารถเข้าเรียนรู้เพื่อพัฒนา ตนเองได้ตามอัธยาศัย ได้ทุกที่ทุกเวลา ผ่านทางเว็บไซต์ในรูปแบบมัลติมีเดีย ไม่ว่าจะเป็นข้อความ เสียง ภาพเคลื่อนไหว และวีดีโอ อีกทั้งผู้ใช้งานสามารถทำการโต้ตอบได้เสมือนการนั่งเรียนในห้องเรียนปกติ นับเป็นการลดช่องว่างทางการศึกษาอย่างแท้จริง ทำให้ทุกคนสามารถเรียนรู้ได้เท่าเทียมกัน 24 ชั่วโมง

สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (2545) ได้ให้ความหมายของการเรียนแบบออนไลน์คือการเรียนการสอนทุกชนิดที่ใช้อิเล็กทรอนิกส์ เป็นสื่อในการเชื่อมระหว่างผู้เรียนกับผู้สอนหรืออาจเรียกได้ว่ากระบวนการเรียนการสอนผ่านเครื่องคอมพิวเตอร์หรือเครื่องที่ใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ เช่น เครื่องวิดีโอ ระบบดาวเทียม ระบบอินเทอร์เน็ต แต่ในปัจจุบันการใช้ E-learning เป็นระบบการศึกษาที่ใช้ Internet Technology เป็นหลัก เพื่อเชื่อมต่อไปยังแหล่งข้อมูลเสริมต่าง ๆ ได้จากความหมายและคำจำกัดความต่าง ๆ ข้างต้นสามารถสรุปได้ดังนี้ การเรียนแบบออนไลน์มีลักษณะการเรียนการสอนผ่านทางสื่ออิเล็กทรอนิกส์ ไม่ว่าจะ เป็นรูปแบบใดก็ได้ เพื่อเป็นช่องทางในการติดต่อสื่อสารระหว่างผู้เรียน และผู้สอนที่อยู่ห่างไกลกัน ทำให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้ทุกที่ทุกเวลา รวมถึงการตอบสนองความสนใจและความสามารถของผู้เรียนได้เป็นอย่างดี

อมรเทพ เทพวิชิต (2552) ได้ให้ความหมายของ การเรียนแบบออนไลน์ คือ เป็นการจัดการเรียนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต โดยใช้ร่วมกับเนื้อหาที่เป็นสื่อประสม ร่วมกับระบบจัดการเรียนการสอน ซึ่งผู้เรียนและผู้สอนใช้เป็นช่องทางในการติดต่อสื่อสารกันโดยมีส่วนประกอบที่สำคัญได้แก่ ส่วนจัดการระบบส่วนของเนื้อหาหรือการจัดการเรียน เครื่องมือช่วยจัดการเรียน การปฏิสัมพันธ์ และกระบวนการในการเรียน ทำให้ไม่มีขีดจำกัดทางการเรียนในระยะทาง เวลา และสถานที่ ทำให้ตอบสนองต่อความสนใจและความสามารถของผู้เรียนได้เป็นอย่างดี

**4.1.2 องค์ประกอบของการจัดการเรียนรู้ออนไลน์**

ฐาปนีย์ ธรรมเมธา (2557) แบ่งองค์ประกอบของการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ออกเป็น 6 องค์ประกอบ

1) เนื้อหาและสื่อการเรียน

2) ระบบนำส่งสารสนเทศและการสื่อสาร

3) ระบบการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์ทางการเรียน

4) ระบบการวัดและการประเมินผล

5) ระบบสนับสนุนการเรียน

6) ผู้สอนและผู้เรียน

ถนอมพร เลาหจรัส แสง (2545) กล่าวว่า องค์ประกอบของการจัดการเรียนรู้ออนไลน์ ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ ได้แก่

**1. เนื้อหา (Content)** เป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่สุดสำหรับ E-Learning คุณภาพของการเรียนการสอนของ E-Learning และการที่ผู้เรียนจะบรรลุวัตถุประสงค์การเรียนในลักษณะนี้หรือไม่ อย่างไรสิ่งที่สำคัญที่สุดก็คือเนื้อหาการเรียนซึ่งผู้สอนได้จัดหาให้แก่ผู้เรียน ซึ่งผู้เรียนมีหน้าที่ในการใช้เวลาส่วนใหญ่ศึกษาเนื้อหาด้วยตนเอง เพื่อทำการปรับเปลี่ยน (Convert) เนื้อหาสารสนเทศที่

ผู้สอนเตรียมไว้ให้เกิดเป็นความรู้โดยผ่านการคิดค้น วิเคราะห์อย่างมีหลักการและเหตุผลด้วยตัวของผู้เรียน

**2. ระบบบริหารจัดการรายวิชา (Course Management System)** องค์ประกอบที่สำคัญมากเช่นกันสำหรับ E-Learning ได้แก่ระบบบริหารจัดการรายวิชา ซึ่งเป็นเสมือนระบบที่รวบรวมเครื่องมือซึ่งออกแบบไว้เพื่อให้ความสะดวกแก่ผู้ใช้ในการจัดการกับการ เรียนการสอนออนไลน์นันเอง ซึ่งในที่นี้อาจแบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ผู้สอน ผู้เรียน และผู้บริหารระบบเครือข่าย ซึ่งเครื่องมือและระดับของสิทธิในการเข้าใช้ที่จัดหาไว้ให้ก็จะมีความแตกต่างกันไปตามแต่การใช้งานของแต่ละกลุ่ม ตามปกติแล้วเครื่องมือที่ระบบบริหารจัดการรายวิชาต้องจัดหาไว้ให้กับผู้ใช้ได้แก่ พื้นที่และเครื่องมือสำหรับการช่วยผู้เรียนในการเตรียมเนื้อหาบทเรียน พื้นที่และเครื่องมือสำหรับการทำแบบทดสอบ แบบสอบถาม การจัดการแฟ้มข้อมูลต่างๆ นอกจากนี้ระบบบริหารจัดการรายวิชา ที่สมบูรณ์จะจัดหาเครื่องมือในการติดต่อสื่อสารไว้สำหรับผู้ใช้ระบบ ไม่ว่าจะเป็นในลักษณะของ ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ เว็บบอร์ด ห้องสนทนา (Chat room) บางระบบยังจัดหาองค์ประกอบพิเศษอื่น ๆ เพื่ออำนวยความสะดวกให้กับผู้ใช้อีกมากมายเช่น การจัดให้ผู้ใช้สามารถเข้าดูคะแนนการทดสอบ ดูสถิติการเข้าใช้งานในระบบ การอนุญาตให้ผู้ใช้สร้างตารางการเรียน ปฏิทินการเรียน เป็นต้น

**3. โหมดการติดต่อสื่อสาร (Modes of Communication)** องค์ประกอบสำคัญของ E-Learning ที่ขาดไม่ได้อีกประการหนึ่งก็คือ การจัดให้ผู้เรียนสามารถติดต่อสื่อสารกับผู้สอน วิทยากร ผู้เชี่ยวชาญอื่น ๆ รวมทั้งผู้เรียนด้วยกัน ในลักษณะที่หลากหลายและสะดวกต่อการใช้ กล่าวคือ มีเครื่องมือที่จัดหาให้ผู้เรียนไว้ใช้ได้มากกว่า1 แบบ รวมทั้ง เครื่องมือนั้นจะต้องมีความสะดวกใช้ (User-friendly) ด้วย ซึ่งเครื่องมือที่ E-Learning ควรจัดหาให้ ผู้เรียนได้แก่

3.1 การประชุมทางคอมพิวเตอร์การประชุมทางคอมพิวเตอร์ทั้งในลักษณะของ การติดต่อสื่อสารแบบต่างเวลา (Asynchronous) เช่น การแลกเปลี่ยนข้อความผ่านทางกระดานอิเล็กทรอนิกส์หรือรู้จักกันในชื่อของเว็บบอร์ด เป็นต้น หรือในลักษณะของการติดต่อสื่อสารแบบเวลาเดียวกัน (Synchronous) เช่น การสนทนาออนไลน์หรือ Chat หรือในบางระบบอาจจัดให้มีการถ่ายทอด สัญญาณภาพและเสียงสด (Live Broadcast) ผ่านทางเว็บ เป็นต้น ในการนำไปใช้ดำเนินกิจกรรมการเรียนการสอน ผู้สอนสามารถเปิดสัมมนาในหัวข้อเกี่ยวข้องกับเนื้อหาในคอร์ส ซึ่งอาจอยู่ในรูปของการบรรยายการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ การเปิดอภิปรายออนไลน์เป็นต้น

3.2 ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ เป็นองค์ประกอบสำคัญเพื่อให้ผู้เรียนสามารถติดต่อกับผู้สอน หรือผู้เรียนอื่น ๆ ในลักษณะรายบุคคลการส่งงานและผลป้อนกลับให้ผู้เรียน ผู้สอนสามารถให้คำแนะนำปรึกษาแก่ผู้เรียนเป็นรายบุคคล ทั้งนี้เพื่อกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความกระตือรือร้นในการเข้า

ร่วมกิจกรรมการเรียนอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้ผู้สอนสามารถใช้ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ในการให้ความคิดเห็นและผลป้อนกลับที่ทันต่อเหตุการณ์

**4. แบบฝึกหัดหรือแบบทดสอบ** องค์ประกอบสุดท้ายของ E-Learning แต่ไม่ได้มีความสำคัญน้อยที่สุดแต่อย่างใด ได้แก่ การจัดให้ผู้เรียนได้มีโอกาสในการโต้ตอบกับเนื้อหาในรูปแบบของการทำแบบฝึกหัด และทดสอบ ความรู้

จึงสรุปได้ว่า ความหมายของการจัดการเรียนรู้ออนไลน์ คือ การจัดการเรียนการสอนทางไกลโดยการออนไลน์ผ่านอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ ไม่ว่าจะเป็น สัญญาณอินทราเน็ต โทรทัศน์ หรือวิทยุ เพื่อแก้ไขปัญหาเรื่องระยะทาง เวลา และสถานที่ โดยผู้เรียนสามารถเรียนรู้ที่ไหนก็ได้ตามความเหมาะสมของตัวผู้เรียน และองค์ประกอบของการจัดการเรียนรู้ออนไลน์ มีองค์ประกอบจากการวิเคราะห์ ฐาปนีย์ ธรรมเมธา (2557) แบ่งองค์ประกอบของการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ออกเป็น 6 องค์ประกอบ 1) เนื้อหาและสื่อการเรียน 2) ระบบนำส่งสารสนเทศและการสื่อสาร 3) ระบบการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์ทางการเรียน 4) ระบบการวัดและการประเมินผล 5) ระบบสนับสนุนการเรียน 6) ผู้สอนและผู้เรียนด้วย ขณะที่ ถนอมพร เลาหจรัส แสง (2545) 4 องค์ประกอบ ได้แก่ เนื้อหา ระบบบริหารจัดการรายวิชา โหมดการติดต่อสื่อสาร แบบฝึกหัดหรือแบบทดสอบ จากการวิเคราะห์นักการศึกษาทั้ง 2 ท่านจะพบว่า มีความสอดคล้องกัน แต่ใช้คำที่แตกต่างกัน และบางหัวข้อสามารถพิจารณาได้ว่าเป็นองค์ประกอบย่อยได้ ทั้งนี้ผู้วิจัยได้สรุปเป็น 4 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) เนื้อหา 2) ระบบบริหารจัดการรายวิชา 3) โหมดการติดต่อสื่อสาร มี 2 ลักษณะ ได้แก่ (3.1) การติดต่อสื่อสาร**แบบต่างเวลา** (Asynchronous) เช่น การแลกเปลี่ยนข้อความผ่านทางกระดาน อิเล็กทรอนิกส์หรือรู้จักกันในชื่อของเว็บบอร์ด เป็นต้น และ (3.2) ในลักษณะของการติดต่อสื่อสาร**แบบเวลาเดียวกัน** (Synchronous) เช่น การสนทนาออนไลน์หรือ Chat หรือในบางระบบอาจจัดให้มีการถ่ายทอดสัญญาณภาพและเสียงสด (Live Broadcast) ผ่านทางเว็บ เป็นต้น 4) แบบฝึกหัดและแบบทดสอบ ทั้ง 4 องค์ประกอบเป็นการจัดการระบบและควบคุมคุณภาพมาตรฐานการเรียนการสอนแบบออนไลน์ จึงมีความสำคัญกับการเรียนรู้ของผู้เรียน

**4.1.3 การประเมินทักษะโดยการใช้คลิปวิดิโอ**

ปราวีณยา สุวรรณณัฐโชติ (2562) ได้กล่าวไว้ว่า ในการจัดสอบและประเมินผลผู้เรียนแบบออนไลน์ มีสิ่งที่ต้องพิจารณาดังต่อไปนี้

ก่อนสอบ

1. ควรสำรวจอุปกรณ์ที่ผู้เรียนมี (Notebook / Tablet / Smartphone) และการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตของ ผู้เรียน (High Speed Internet ที่บ้านหรือใช้สัญญาณอินเทอร์เน็ต 3G / 4G จาก Smartphone)

2. นำข้อมูลการสำรวจอุปกรณ์จากข้อ 1. มาประกอบการตัดสินใจในการเลือกใช้ระบบการสอบหรือ เครื่องมือสร้างข้อสอบ (เพื่อมิให้เกิดความเหลื่อมล้ำและปัญหาการร้องเรียนภายหลัง)

3. วิเคราะห์และออกแบบรูปแบบของการวัดและประเมินผลที่จะปรับใช้ในครั้งนี้ เช่น ประเภทของ ข้อสอบ (ข้อสอบปรนัย / ข้อสอบอัตนัย / รายงาน / โครงงาน / คลิปวิดีโอบันทึกผลงาน / ทักษะต่างๆ / การ สัมภาษณ์) การกำหนดเวลาสอบ (กำหนดเวลาสอบเดียวกันทั้งหมด/ กำหนดระยะเวลาเปิด- ปดรับส่ง / เปิดระยะเวลาให้ส่งตามกำหนด) และการแจ้งรูบริก (Rubric) การประเมินแก่ผู้เรียน

กรณีคลิปวิดีโอ บันทึกพฤติกรรม ท่าทาง หรือการปฏิบัติขันตอนต่างๆ ควรมีคำแนะนำเกี่ยวกับมุมกล้องและการถ่ายทำ (1) ให้ถ่ายวิดีโอแบบ Long Take คือตั้งแต่เริ่มต้นจนสิ้นสุดตามข้อกำหนด ใช้มุมกล้องแบบ Long Shot หรือ Medium Shot (2) ในขั้นตอนที่ต้องเห็นใกล้ๆให้ผู้เรียนบันทึกซ้ำ แจ้งให้เปลี่ยนมุมกล้องเป็น Medium Shot หรือ Close-Up (3) กรณีให้รวมคลิปส่งให้คำแนะนำและให้เวลาแก่ผู้เรียนพอเพียงกับการดำเนินการ (4) หากมีข้อสงสัยไฟล์คลิปวิดีโอต้นฉบับสามารถตรวจสอบ Metadata ของวันและเวลาที่ใช้บนทึกได้ ทั้งนี้คลิปวิดีโออาจเป็นทางเลือกของการบันทึกวิธีคิด (Think-A-Loud) หรืออธิบายกระบวนการคิดหรือ การแก้ปัญหาโจทย์

**4.2 แนวทางการจัดการเรียนรู้ OLPE โดย SHAPE America, 2018**

แนวทางการสอน OLPE โดย SHAPE America, 2018 นั้นเป็นแนวทางการจัดการเรียนรู้นี้เป็นข้อแนะนำที่มีการพัฒนาจากการวิจัยและจากการปฏิบัติในการจัดการเรียนการสอนที่เกี่ยวข้องกับการสอน พลศึกษาออนไลน์ ที่มีความยืดหยุ่น โดยผู้สอนสามารถนำไปประยุกต์ใช้ตามบริบทได้ต่อไป

สำหรับความหมายของ Online Physical Education (OLPE) นั้นเป็นการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาออนไลน์ ที่ใช้เป็นทางเลือกที่ส่วนมากใช้กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษา เพื่อให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ จากการเรียนรู้ภายในห้องเรียน โดยสามารถนำไปใช้กับการเรียนการสอนแบบผสมผสาน (Hybrid Instruction) ซึ่งผู้เรียนสามารถเรียนรู้ผ่านออนไลน์ร่วมกับการเรียนรู้ในห้องเรียนแบบเผชิญหน้าระหว่างผู้สอนและผู้เรียน หรือมีลักษณะการเรียนรู้แบบออนไลน์เต็มรูปแบบ ที่ผู้สอนและผู้เรียนมีปฏิสัมพันธ์ผ่านระบบการจัดการเรียนรู้ที่เป็นได้ทั้ง 1) Synchronous Learning เป็นการสอนที่ผู้สอนนัดหมายผู้เรียนทุกคนมาเรียนพร้อมกัน ได้แก่ การสอนผ่านระบบ Teleconference ต่าง ๆ เช่น Zoom, Google Meet, Webex และ หรือ 2) Lsynchronous Learning เป็น การสอนที่ผู้สอนนำเสนอบทเรียนให้ผู้เรียนสามารถเข้ามาเรียนต่างเวลากัน เช่น การบรรจุเอกสารการสอน หรือ สื่อการสอนที่เป็น VDO Clip ที่บันทึกไว้บนระบบ (Upload) Moodle หรือผ่าน เครือข่ายสังคมออนไลน์ หรือ Application เช่น Blackboard, YouTube, Face Book, Line เป็นต้นเพื่อให้ผู้เรียน

สามารถเข้าถึงสื่อการเรียนรู้ หรือบทเรียน ดังกล่าว ได้ในช่วงเวลาที่สะดวกตามเป้าหมายการเรียนรู้ และหรือตามความสนใจของผู้เรียน (SHAPE America, 2018 อ้างถึงใน Buschner, 2006; Daum & Bushner, 2014; Mohsen, 2012; Mosier, 2012; NASPE, 2017)

ทั้งนี้ SHAPE America ได้เสนอแนวทาง OLPE ไว้ 4 ด้าน ได้แก่ 1) หลักสูตร 2) การจัดสิ่งแวดล้อมเพื่อการเรียนรู้และกลยุทธ์ในการจัดการเรียนรู้หรือการเรียนการสอน 3) ข้อกำหนดเบื้องต้นของผู้เรียน และ 4) การประเมินผล โดยได้อธิบายโดยสรุป ดังต่อไปนี้

1) หลักสูตร (Curriculum)

1.1) ศึกษาค้นคว้าปรับปรุงเนื้อหา พัฒนาเทคโนโลยีให้ทันสมัย มีการปรับปรุงหลักสูตร หรือหลักสูตรรายวิชาทุกๆ 3 ปี ผ่านกระบวนการสำรวจวิจัยอย่างเป็นทางการ เกี่ยวกับความต้องการ หรือความพึงพอใจ และความต้องการจำเป็นในการจัดหาเรียนรู้หลักสูตร หรือ หลักสูตรรายวิชา

1.2) วิเคราะห์หลักสูตรมาตรฐานตัวชี้วัดของหลักสูตรแกนกลางแห่งชาติโดยให้แน่ในว่า การจัดรายวิชาครอบคลุมในทุกมาตรฐานตัวชี้วัดสำหรับพลศึกษา

2) การจัดสิ่งแวดพร้อมเพื่อการเรียนรู้และกลยุทธ์ในการจัดการเรียนรู้ หรือ การเรียนการสอน (Learning Environment and Instructional Strategies)

2.1) มีการสื่อสารขอความร่วมมือกับผู้ปกครองในการดูแล ภาระงาน ในรายวิชาพลศึกษา ที่ผู้สอนมอบหมายกับผู้เรียน โดยอาจมีการสอบถาม หรือสัมภาษณ์ผู้ปกครองเกี่ยวกับ การฝึกทักษะ หรือ กิจกรรมทางกาย ของผู้เรียนที่ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติ และหรือปฏิบัติกิจกรรมดังกล่าวร่วมกับครอบครัว

2.2) สนับสนุนให้ผู้เรียนสามารถเลือกกิจกรรม หรือวิธีการฝึกที่สนุกสนาน และหรือ ผู้สอนออกแบบตัวอย่างในการสร้างฝึกสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพและทักษะกีฬา โดยสามารถ จัดรูปแบบการฝึกเป็นกลุ่มย่อยกับเพื่อนๆ ร่วมชั้นเรียน หรือ เพื่อนบ้าน เพื่อเป็นทางเลือกในการออกกำลังกาย ฝึกสมรรถภาพทางกายและทักษะกีฬา

2.3) เปิดโอกาสให้ผู้เรียนในการออกแบบ สังเกตการณ์ และประเมินตนเอง ในการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย รวมทั้งการสะท้อนการเรียนรู้ การปฏิบัติ ความสำเร็จและเข้าใจจุดอ่อนที่ควรนำไปปรับปรุงตนเอง

2.4) โดยผู้เรียนสามารถใช้สถานที่ในบ้านหรือชุมชน ทั้งในและนอกอาคาร และพยายามจัดเวลาในการออกกำลังกาย ฝึกทักษะกีฬา และหรือปฏิบัติกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ ซึ่งผู้สอนต้องให้ความรู้ที่ถูกต้องให้ครอบคลุม

2.5) ผู้สอนควรมีการสื่อสารเป็นรายบุคคลกับผู้เรียนและผู้ปกครอง อย่างสม่ำเสมอ ทุกสัปดาห์ หรือ อย่างน้อยเดือนละ ครั้ง การสื่อสารนี้ควรจะต้องมีการจัดระบบ Synchronous Learning ที่เป็นการสอนที่ผู้สอนนัดหมายผู้เรียนทุกคนมาเรียนพร้อมกัน ได้แก่ การสอนผ่านระบบ teleconference ต่าง ๆ เช่น Zoom, Google Meet, Webex, Line VDO Conference เป็นต้น

2.6) ผู้สอนพลศึกษาควรได้มีการพัฒนาตนเองในการเข้ารับการฝึก อบรม หรือศึกษาค้นคว้าพัฒนาตนเองในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับ OLPE

3) ข้อกำหนดเบื้องต้นของผู้เรียน (Student Prerequisites)

3.1) ควรจัดปฐมนิเทศก์กับผู้เรียนเกี่ยวกับข้อตกลงเบื้องต้นในการเรียน OLPE กับผู้เรียน และหรือ ควรจัดการเรียนการสอนแบบ OLPE กับผู้เรียนที่มีพัฒนาการที่เหมาะสม หลีกเลี่ยงการจัดการเรียนการสอนกับผู้เรียนที่มีปัญหาทางด้านจิตใจ โดยผู้สอนควรมีข้อมูลพื้นฐานของผู้เรียน และข้อมูลด้านทักษะทางกายของผู้เรียนก่อนการจัดการเรียนรู้ OLPE

3.2) ออกแบบเกณฑ์การประเมินความพร้อมของผู้เรียนออนไลน์ (Online Course Readiness Quiz) ในด้านการใช้เทคโนโลยี การใช้คอมพิวเตอร์ และพิจารณาใช้เครื่องมือการทดสอบออนไลน์ ที่มีคุณภาพบนเครือข่ายออนไลน์ได้ตามความเหมาะสม

4) การประเมินผล (Assessment)

4.1) ใช้เทคโนโลยี เช่น Application บนโทรศัพท์มือถือ หรือเครื่องมือการวัดประเมินทางสุขภาพ ในการประเมินการเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่หลากหลาย และมีกิจกรรมทางกายระดับปานกลาง 60 นาที ต่อวัน และมีอาจมีการวัดระดับการเต้นของหัวใจ ตามมาตรฐานที่ ศูนย์ควบคุมโรคติดต่อ หรือที่เรียกย่อๆว่า CDC (Centers for Diseases Control) ได้แนะนำไว้

4.2) ออกแบบเกณฑ์การประเมินที่ครอบคลุมหรือไม่น้อยกว่าที่มาตรฐานตัวชี้วัดของหลักสูตรแห่งชาติกำหนด ทั้งการประเมินระหว่างเรียน (Formative Assessment) และการประเมินผลสรุปการเรียนรู้ (Summative Assessment)

ข้อดีข้อจำกัดของ OLPE โดย NASPE, 2007

National Association of Sport and Physical Education (NASPE) ได้กล่าถึงข้อดีข้อจำกัดของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาออนไลน์ ไว้ดังนี้

ข้อดีของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาออนไลน์

1) ผู้เรียนสามารถเลือกเวลาเรียนตามความเหมาะสมหรือความต้องการของตนเองได้
2) ผู้เรียนสามารถพัฒนาตนเองภายใต้การวางแผนของตนเองได้ .
3) ผู้เรียนสามารถเรียนรู้และสำเร็จหลักสูตรของตนเองจากที่ใดก็ได้

4) ผู้เรียนสามารถสื่อสารกับเพื่อนร่วมเรียนเมื่อใดก็ได้อย่างง่ายดายสะดวกรวดเร็วผ่านออนไลน์
5) ผู้เรียนที่อาศัยในพื้นที่ห่าวไกลก็สามารถเข้ามาเรียนรู้ออนไลน์ได้
6) ผู้เรียนสามารถได้รับ ข้อมูลย้อนกลับ หรือ ใขอรับการปรึกษาได้อย่างรวดเร็ว
7) ผู้เรียนสามารถทบทวนบทเรียนออนไลน์ได้ทุกที่ ทุกเวลา
8) ผู้สอนสามารถจัดการออนไลน์ในการปรับเปลี่ยนพัฒนาบทเรียนได้ อย่างง่ายดายและรวดเร็ว
9) ผู้สอนสามารถสอนผู้เรียนได้เป็นรายบุคคล

ข้อจำกัดของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาออนไลน์

1) ยังมีงานวิจัยในด้านการเรียนการสอนพลศึกษาออนไลน์จำกัด
2) มีประเด็นด้านภาระที่ผู้สอนต้องรับผิดชอบ ในการเตรียมการเรียนการสอน การจัดการในด้านความรับผิดชอบของผู้เรียน และผลการเรียนรู้ของผู้เรียน
3) ข้อจำกัดในการพัฒนาสมรรถภาพทางกายของผู้เรียน และยังไม่มีงานวิจัยที่ศึกษาความครอบคลุมเป้าหมายทางพลศึกษา
4) ผู้เรียนยังมีความรับผิดชอบต่อการปฏิบัติกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ

**4.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาออนไลน์ (OLPE)**

การศึกษางานวิจัยที่เกี่ยงข้องกับการจัดการจัดการเรียนรู้นั้นเป็นลักษณะงานวิจัยเชิงคุณภาพ โดยมีการสรุปและวิเคระห์สู่การดำเนินการวิจัย ดังต่อไปนี้

ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์ และคณะ (2564) ได้ทำการวิจัย เรื่อง “การพัฒนาการเรียนการสอนโดยใช้ Google Classroom ในรายวิชากิจกรรมพลศึกษา สำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน” โดยมีวัตถุประสงค์การวิจัย เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชากิจกรรมพลศึกษา สำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน โดยใช้ Google Classroom ในการจัดกิจกรรม การเรียนการสอน และเพื่อศึกษาความพึงพอใจของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน ต่อจัด กิจกรรมการเรียนการ สอนโดยใช้ Google Classroom ในรายวิชากิจกรรมพลศึกษา เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ 1) ระบบ จัดการเรียนการสอนออนไลน์ Google Classroom รายวิชากิจกรรมพลศึกษา 2) แบบวัดผลสัมฤทธิทางการเรียนรายวิชากิจกรรมพลศึกษา 3) แบบประเมินความพึงพอใจของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน ต่อจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้ Google Classroom ในรายวิชากิจกรรมพลศึกษา โดยผลการวิจัยพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน มีคะแนนผ่านเกณฑ์ประเมินทุกคน และระดับความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด

Crosby (2018) ได้ศึกษาวิจัยเชิงปรากฏการณ์ เรื่อง *"Discovering the Best Practices for Design and Development of High School Online Physical Education: A Phenomenological Study"* โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวปฏิบัติที่ดี (Best Practices) ในการออกแบบและพัฒนาการเรียนการสอนพลศึกษาออนไลน์ (OLPE) ในโรงเรียนมัธยมศึกษา การรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างกับผู้เชี่ยวชาญ ด้านการออกแบบและพัฒนาการเรียนการสอนพลศึกษาออนไลน์ (OLPE) 13 ท่านทั่วสหรัฐอเมริกา เครื่องมือพัฒนาจาก the National Standards for Quality Online Courses (iNACOL) ผลการวิจัยพบว่า แนวปฏิบัติที่ดี (Best practices) นั้นมีการออกแบบโดยการเลือกเนื้อหาสาระ ออกแบบการเรียนรู้ การประเมิน และใช้เทคโนโลยีบูรณาการในการจัดการเรียนรู้และการประเมินผล

Tyler & Emily (2017) วิจัยใน West Virginia University ประเทศสหรัฐอเมริกา เรื่อง *"Training Online Physical Educators: A Phenomenological Case Study"* กรณีศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยาการฝึกอบรมนักการพลศึกษาออนไลน์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ของครูพลศึกษา โดยการศึกษา ประสบการณ์การรับรู้ของผู้เรียน และผู้สอนที่จบการศึกษาระดับบัณฑิตศึกษาที่ใช้วิธี OLPE (Online Physical Education) ซึ่งเป็นการสอนพลศึกษาผ่านออนไลน์ ที่มีความท้าทายและมีความเฉพาะตัวที่แตกต่างจากการสอนออนไลน์ปกติภายใต้การจัดการเรียนรู้ที่มีตัวชี้วัด และวัตถุประสงค์ หลักสูตรและการประเมินตามมาตรฐานของการจัดการเรียนรู้ตามหลักสูตรแกนกลางและสถานศึกษาแบบปกติ การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพในลักษณะเชิงปรากฏการณ์วิทยา กลุ่มตัวอย่างใช้เทคนิค Snowball จากประชาการที่เข้าตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ ผลการศึกษาพบว่า การจัดการเรียนรู้ OLPE ที่สามารถพัฒนาผู้เรียนได้บรรลุเป้าหมายมาตรฐานตัวชี้วัดหลักสูตรแกนกลางได้ นั้นสามารถสรุปองค์ประกอบหลักได้ 4 ด้าน คือ 1) รูปแบบการเรียนการสอนการปฏิบัติออนไลน์ (Modeling Online Instructional Practices), 2) ปฏิสัมพันธ์ของผู้เรียน (Instructor and Student Interactions) 3) การถ่ายทอดการเรียนการสอนออนไลน์และเนื้อหาออนไลน์ (Transitioning Pedagogical and Content Knowledge Online) และ4) การใช้สื่อการสอนและเทคโนโลยี (Navigating Instructional Tools and Technology).

Hyu-Chung & Wi-Yong, (2020) ได้ศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพในเกาหลีใต้ เรื่อง "Difficulties of Online Physical Education Classes in Middle and High School and an Efficient Operation Plan to Address Them" มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความยากลำบากในการจัดการเรียนการสอน OLPE ในช่วงสถานการณ์ Covid-19 และนำผลการศึกษาไปพัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้ให้มีประสิทธิภาพ การวิจัยนี้มีการเก็บรวบรวมข้อมูลจากครูพลศึกษาในระดับมัธยมศึกษาจำนวน 6 คน และเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการเรียนรู้ OLPE ที่ได้รับการรับรองจาก Korea Council School Physical Education Promotion จำนวน 3 คน และอีก 3 คน เป็นครูพลศึกษาที่มีความ

ประสบการณ์ในการพัฒนาการจัดการเรียนรู้ OLPE ที่ได้รับการสนับสนุนจากกระทรวงศึกษาธิการแห่งเกาหลีใต้ ผลการวิจัยพบว่า ความยากลำบากในการจัดการเรียนการสอน OLPE คือ (1) การน่าเบื่อ เนื่องจาก ข้อจำกัดทางสิ่งแวดล้อม และข้อจำกัดในการเลือกเนื้อหาที่สามารถนำมาใช้สอนออนไลน์ ซึ่งหากมีการจัดการเรียนรู้ที่ไม่มีการวางแผนที่ดีพอจะทำให้ไม่สามารถครอบคลุมเป้าหมายและคุณค่าทางพลศึกษาได้ (2) การลองผิดลองถูกในการนำ OLPE ไปใช้ในการจัดการเรียนรู้ อันเนื่องมาจากขาดแนวทางที่ชัดเจนสำหรับการจัดการเรียนรู้ OLPE และหรือผู้สอนขาดประสบการณ์ และ 3) ขาดแนวทางการประเมิน และการจัดการระบบการประเมินออนไลน์ที่ชัดเจนจากกระทรวงศึกษาธิการ ซึ่งอาจนำไปสู่การประเมินแบบออนไลน์ที่ขาดประสิทธิภาพ ดังนั้นจากการวิเคราะห์ปัญหา รวมถึงปัญหาด้านการจัดการสิ่งอำนวยความสะดวกในการจัดการเรียนรู้ OLPE ในระดับมัธยมศึกษา การปรับเปลี่ยนกลยุทธ์วิธีสอนพลศึกษาผ่านระบบออนไลน์ นั้นมีความสำคัญจำเป็นที่จะต้องเข้าใจลักษณะเฉพาะของ OLPE และต้องคำนึงถึงเป้าหมายละวัตถุประสงค์ทางพลศึกษา โดยเฉพาะในด้านคุณค่าทางพลศึกษา นอกจากนี้ในผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับหลักสูตรและการจัดการเรียนรู้ทั้งระดับชาติและระดับในสถานศึกษา จำเป็นต้องมีการจัดตั้งระบบความร่วมมือหรือศูนย์กลางในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการจัดการเรียนการสอนแบบ OLPE โดยมีผู้เชี่ยวชาญให้คำแนะนำในการนำไปใช้พัฒนาการจัดการชั้นเรียน การจัดการเรียนรู้ และการประเมิน ที่สำคัญกระบวนการประเมินควรมีลักษณะที่ไม่เป็นในลักษณะที่เป็นทางการมาก (Less Formal Evaluation) แต่เน้นการประเมินที่ช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนนำความรู้จากการเรียนรู้พลศึกษา OLPE ไปใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวันอย่างสม่ำเสมอจนเป็นนิสัย

Collin et al., (2021) ศึกษาวิจัยเรื่อง *"Physical Education in the COVID Era: Considerations for Online Program Delivery Using the Comprehensive School Physical Activity Program Framework"* โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการการจัดการเรียนรู้ OLPE ในสถานการณ์ Covid-19 ซึ่งนับเป็นความสำคัญจำเป็นที่ครูพลศึกษาจำเป็นต้องจัดการเรียนรู้ผ่านออนไลน์ และหรือ การจัดโปรแกรมกิจกรรมทางกายออนไลน์ ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อประสิทธิผลการเรียนรู้ OLPE ประกอบไปด้วย ปัจจัยการหลักสูตรการเรียนการสอนจัดพลศึกษามีความสัมพันธ์กันกับ ปัจจัยทางด้านครอบครัว และปัจจัยด้านชุมชน ในการวิจัยนี้ได้เสนอแนวทางสำหรับครูพลศึกษาสามารถนำไปบูรณาการการจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคโนโลยีกับการสอนออนไลน์ โดยส่งเสริมผู้เรียนด้านการปฏิบัติกิจกรรมทางกายตามเป้าหมายของ CSPAPs (The Comprehensive School Physical Activity Program) ซึ่งเป็นหนึ่งในเป้าหมายหลักของพลศึกษาในโรงเรียน ผู้สอนพัฒนาตนเองในการจัดการเรียนการสอน OLPE ที่เหมาะสมกับผู้เรียน โดยสามารถบริหารจัดการช่องทางที่ผู้เรียนสามารถเข้าถึงสื่อการเรียนรู้ได้อย่างเท่าเทียมและทั่วถึงกัน ทั้งนี้สื่อการเรียนรู้นี้ สามารถจัดเนื้อหาที่ ทำให้ผู้เรียนนำไปปฏิบัติกิจกรรมทางกายด้วยตนเอง ร่วมกับครอบครัว

และชุมชน ทั้งนี้ยังสมารถให้ครอบครัวและชุมชนสามารถเข้าถึงสื่อการเรียนรู้ ที่สามารถคัดเลือกความเหมาะสมของเนื้อหา เพื่อที่คนในครอบครัวและชุมชนสามารถนำไปปฏิบัติร่วมกัน เพื่อส่งเสริมระดับการมีกิจกรรมทางกายได้อีกด้วย นอกจากนี้จากผลการวิจัยนี้ได้เสนอแนะให้มีการพัฒนาประสบการณ์ครูพลศึกษาให้มีการพัฒนาการใช้ OLPE ผ่านกระบวนการวิจัยวิเคราะห์ความต้องการจำเป็น (Needs Assessment) โดยสามารถนำไปใช้เป็นทางเลือกไปใช้เป็นแหล่งเรียนรู้ในการส่งเสริมครอบครัว และชุมชนในการส่งเสริมการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย ซึ่งจะช่วยส่งเสริมผลการเรียนรู้พลศึกษาและระดับการมีกิจกรรมทางกายของผู้เรียนให้ดีขึ้นอีกด้วย

**ตารางที่ 3** ตารางสรุปองค์ประกอบแนวทางการสอน OLPE โดย SHAPE America, 2018

| | **องค์ประกอบแนวทางการสอน OLPE โดย SHAPE America, 2018** |
|---|---|
| 1 | เนื้อหา<br>- ศึกษาค้นคว้าปรับปรุงเนื้อหา พัฒนาเทคโนโลยีให้ทันสมัย มีการปรับปรุงหลักสูตร หรือหลักสูตรรายวิชาทุกๆ 3 ปี ผ่านกระบวนการสำรวจวิจัยอย่างเป็นทางการ เกี่ยวกับความต้องการ หรือความพึงพอใจ และความต้องการจำเป็นในการจัดหาเรียนรู้หลักสูตร หรือหลักสูตรรายวิชา |
| 2 | การจัดการสถานที่<br>- ผู้เรียนสามารถใช้สถานที่ในบ้านหรือชุมชน ทั้งในและนอกอาคาร และพยายามจัดเวลาในการออกกำลังกาย ฝึกทักษะกีฬา และหรือปฏิบัติกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ ซึ่งผู้สอนต้องให้ความรู้และคำแนะนำที่ถูกต้องและครอบคลุม |
| 3 | การออกแบบการสอน<br>- รูปแบบการเรียนรู้สามารถใช้ทั้ง 2 รูปแบบห้องเรียนออนไลน์ คือ การเรียนแบบออนไลน์พร้อมกันในเวลาเดียวกัน (Synchronous) และการเรียนแบบต่างเวลา (Asynchronous) โดยมีองค์ประกอบการจัดการเรียนรู้ ได้แก่ 1) เนื้อหา 2) การจัดการสถานที่ 3) การออกแบบการสอน 4) ข้อกำหนดเบื้องต้นของผู้เรียน 5) การประเมิน และมีขั้นตอนการสอนได้แก่ 1) ขั้นการฝึกอบรม 2) ขั้นจับคู่หรือกลุ่มผู้เรียน<br>3) ขั้นการฝึกปฏิบัติ 4) ขั้นการแข่งขัน 5) ขั้นทดสอบ |
| 4 | ข้อกำหนดเบื้องต้นของผู้เรียน<br>- ผู้สอนจัดปฐมนิเทศก์กับผู้เรียนเกี่ยวกับข้อตกลงเบื้องต้นในการเรียน OLPE กับผู้เรียน และหรือ ควรจัดการเรียนการสอนแบบ OLPE กับผู้เรียนที่มีพัฒนาการที่เหมาะสมหลีกเลี่ยงการจัดการเรียนการสอนกับผู้เรียนที่มีปัญหาทางด้านจิตใจ โดยผู้สอนควรมีข้อมูลพื้นฐานของผู้เรียน และข้อมูลด้านทักษะทางกายของผู้เรียนก่อนการจัดการเรียนรู้ OLPE |

**ตารางที่ 3** (ต่อ)

| | องค์ประกอบแนวทางการสอน OLPE โดย SHAPE America, 2018 |
|---|---|
| 5 | การประเมิน<br>- ออกแบบเกณฑ์การประเมินที่ครอบคลุมหรือไม่น้อยกว่าที่มาตรฐานตัวชี้วัดของหลักสูตรแห่งชาติกำหนด ทั้งการประเมินระหว่างเรียน (Formative Assessment) และการประเมินผลสรุปการเรียนรู้ (Summative Assessment) |

สรุปได้ว่าปัญหาของการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ในวิชาพลศึกษา ได้แก่ การเลือกเนื้อหาที่สามารถนำมาใช้สอนออนไลน์ กีฬาบางชนิดไม่สามารถปฏิบัติทักษะได้ที่บ้าน พื้นที่ในบ้านหรือที่พักอาศัยไม่เหมาะสมในการปฏิบัติ การขาดอุปกรณ์ในการเรียน รวมถึงขาดแนวทางการประเมิน และการจัดการระบบการประเมินออนไลน์ที่ชัดเจน ซึ่งอาจนำไปสู่การประเมินแบบออนไลน์ที่ขาดประสิทธิภาพ จึงสรุปได้ว่าการจัดการเรียนรู้รูปแบบออนไลน์ในวิชาพลศึกษา มีปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน ได้แก่ ปัจจัยด้านหลักสูตร ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ปัจจัยด้านสังคมและครอบครัว รวมถึงการวัดประเมินผล ส่งผลให้ผู้เรียนไม่ได้รับการเรียนรู้และพัฒนาได้อย่างเต็มที่ ดังนั้นการปรับเปลี่ยนวิธีสอนพลศึกษาผ่านระบบออนไลน์ นั้นมีความสำคัญจำเป็นที่จะต้องเข้าใจลักษณะเฉพาะของ OLPE และต้องคำนึงถึงเป้าหมายละวัตถุประสงค์ทางพลศึกษา โดยเฉพาะในด้านคุณค่าทางพลศึกษา ควรนำแนวคิดหรือวิธีการสอนอื่นๆมาปรับใช้ในการจัดการเรียนรู้แบบออนไลน์ในวิชาพลศึกษา เพื่อให้นักเรียนได้เกิดเรียนรู้และพัฒนาในทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมร์ และสังคม ได้อย่างดีและมีประสิทธิภาพ ส่งเสริมให้ผู้เรียนนำความรู้จากการเรียนรู้พลศึกษา OLPE ไปใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวันอย่างสม่ำเสมอ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**5. แนวคิดการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน**

การสอน หรือการจัดการเรียบนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนภาษาอังกฤษใช้คำว่า Peer-assisted learning (PAL) เป็นการสอน ที่มีพื้นฐานมาจากแนวคิดเกี่ยวกับการกระจายบทบาทในการจัดการเรียนรู้ หรือ การใช้การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยสอนเป็นการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนสอนกันเอง วิธีการจัดการเรียนการสอนนี้มีรากฐาน มาจากแนวคิดทัศนคติเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ซึ่งการให้ผู้เรียนมาช่วยสอน สามารถทำได้ 2 แบบ คือให้ผู้เรียนรุ่นเดียวกันหรือเพื่อนร่วมชั้นที่อยู่ในระดับเดียวกันเป็นผู้สอน และให้รุ่นพี่หรือผู้เรียนในระดับชั้น ที่สูงกว่าเป็นผู้สอน อีกทั้งผู้สอนจะต้องเข้าใจเทคนิคและวิธีการในการสอนเป็นอย่างดีการดำเนินการสอนต้อง เป็นไปตามขั้นตอนรวมทั้งการจัดอัตราส่วนระหว่างนักศึกษาผู้เรียนกับนักศึกษาผู้สอนอย่างเหมาะสมและมีการบันทึกผลการปฏิบัติงานของผู้เรียน โดยผู้สอนจะต้องเป็นผู้ควบคุมดูแลในการสอนโดยเพื่อนช่วยเพื่อน ไม่มอบ

ภาระการสอนให้เป็นของผู้เรียนเพียงฝ่ายเดียวเพื่อทำ ให้การจัดการเรียนรู้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและมีข้อบกพร่องน้อยที่สุด (ทิศนา แขมมณี, 2556)

**5.1 ความหมายที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน**

สำหรับความหมายการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน เป็นการจัดการความรู้ก่อนลงมือทำกิจกรรม (Learning Before Doing) เพื่อแสวงหาผู้ช่วยที่มาแลกเปลี่ยนประสบการณ์ความรู้ เพื่อขยาย กรอบความคิดให้กว้างและมีประสิทธิภาพมายิ่งขึ้น โดยอาศัย “คน” เป็นธงนำ (People Driven) เปิดมุมมองความคิดที่หลากหลายจากการแลกเปลี่ยนระหว่างผู้ที่มีทักษะ ความสามารถ และประสบการณ์ที่แตกต่างกัน ทำให้ไม่มองอะไรเพียงด้านเดียว ทั้งนี้มีหน่วยงานและนักการศึกษาได้ให้มีการเรียกชื่อที่แตกต่างกันออกไป แต่เป็นลักษณะของความหมายที่สอดคล้องกัน ไว้ดังต่อไปนี้

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ (2543) ได้ให้ความหมายว่า การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน หมายถึงการเรียนการสอนที่รวมเอาหลักการเรียนแบบร่วมมือเข้าร่วมกับการเรียนเป็น รายบุคคลมาเป็นการเรียนเป็นกลุ่ม โดยนักเรียนแต่ละคนจะมีชุดการสอนคนละชุดเพื่อศึกษาเนื้อหาเดียวกัน ให้นักเรียนในกลุ่มทำการศึกษาและเรียนรู้ร่วมกัน เมื่อนักเรียนคนใดคนหนึ่งมีปัญหาในการเรียน ปรึกษาหารือกับเพื่อนในกลุ่มได้ครูผู้สอนจะให้ความเป็นอิสระแก่นักเรียนในการหาความรู้จากเพื่อนในกลุ่ม

กรมวิชาการ (2544) ได้ให้ความหมายไว้ว่า การเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเหลือเพื่อน เป็นรายบุคคล เป็นการเรียนการสอนที่ผสมผสานระหว่างการจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือ และการเรียนการสอนรายบุคคลเข้าด้วยกัน เน้นการสนองความแตกต่างระหว่างบุคคลโดยให้นักเรียนทำกิจกรรมการเรียนด้วย ตนเองตามความสามารถ และส่งเสริมความร่วมมือภายในกลุ่ม มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้ และปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเหมาะสมกับทุกวิชาและทุกระดับชั้น

สรุป การเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน หมายถึง การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เป็นกลุ่มย่อย หรือเป็นคู่ ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการทากิจกรรมโดยคอยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน หรือให้มีการผลัดเปลี่ยนกันเพื่อเป็นผู้สอนและผู้เรียน เพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับบทเรียน โดยครูผู้สอนมีหน้าที่เพียงผู้ให้คาแนะนาและจัดกิจกรรมการ

**5.2 หลักการใช้การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน**

นักการศึกษาหลายคนได้ประมวลการสอนที่มีแนวคิดจากการจัดสอนการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนไว้หลากหลาย โดยสรุป ดังนี้

Bender (2002) ได้กล่าวถึงหลักการใช้การจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อว่า การให้เพื่อนช่วยเพื่อนจะมีประสิทธิภาพสูงสุดนั้น ควรดำเนินไปตามหลักเกณฑ์ ดังนี้

1) เพื่อนที่เป็นเรียนจะต้องมีทักษะที่จำเป็น เช่น ความเข้าใจในจุดประสงค์ของการสอนจำแนกความถูกต้อง และไม่ถูกต้องต่างกันอย่างไร มีการให้แรงเสริมแก่เพื่อน มีการบันทึกความก้าวหน้าในการเรียนของเพื่อนร่วมกัน และมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนผู้เรียน

2) กำหนดจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมให้ชัดเจน ทั้งนี้เพื่อให้บุคคลทั้งสองช่วยกันบรรลุเป้าหมายในการเรียน

3) ครูเป็นผู้กำหนดขั้นตอนในการสอนให้ชัดเจนและให้เพื่อนผู้เรียนดำเนินการตามขั้นตอนเหล่านั้น

4) สอนทีละขั้นหรือทีละแนวคิดจนกว่าเพื่อนผู้เรียนเข้าใจดีแล้วจึงสอนขั้นต่อไป

5) ฝึกให้เพื่อผู้สอนเข้าใจพฤติกรรมการแสดงออกของเพื่อนผู้เรียนด้วยว่าพฤติกรรมใดแสดงว่าเพื่อนผู้เรียนไม่เข้าใจ ทั้งนี้จะได้การแก้ไขที่ถูกต้อง

6) เพื่อนผู้สอนควรบันทึกความก้าวหน้าในการเรียนของเพื่อนผู้เรียนตามจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมที่กำหนดไว้

7) ครูผู้ดูแลรับผิดชอบจะต้องติดตามผลการสอนของเพื่อนผู้สอนและการเรียนของเพื่อนผู้เรียนด้วยว่าดำเนินการไปในลักษณะใด มีปัญหาหรือไม่

8) ครูให้แรงเสริมแก่ทั้ง 2 คนอย่างสม่ำเสมอ

9) ช่วงเวลาในการให้เพื่อนช่วยเพื่อนไม่ควรใช้เวลานานเกินไป งานวิจัยระบุว่าระยะเวลาที่มีประสิทธิภาพในการให้เพื่อนช่วยเพื่อนในระดับชั้นประถมศึกษาอยู่ระหว่าง 15– 30นาที

10) เพื่อนผู้สอนมีการยกตัวอย่างประกอบการสอน จึงจะช่วยให้เพื่อนผู้เรียนเรียนเข้าใจเนื้อหาได้ดียิ่งขึ้น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

5.3 รูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

Miller, Barbetta and Heron (อ้างใน ประนอม ดอนแก้ว, 2550) ได้ กล่าวถึงรูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนไว้หลายรูปแบบดังนี้

1) การสอนโดยเพื่อนร่วมชั้น (Classwide-Peer Tutoring) เป็นการสอนที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนทั้งสองคนที่จับคู่กันมีส่วนร่วมในการเรียนการสอน โดยให้ผู้เรียนทั้งสองสลับบทบาทเป็นทั้งนักเรียนผู้สอนที่คอยถ่ายทอดความรู้ให้แก่นักเรียนผู้เรียน และนักเรียนผู้เรียนซึ่งเป็นผู้ที่ได้รับการสอน

2) การสอนโดยเพื่อนต่างระดับชั้น (Cross-Age Peer Tutoring) เป็นการสอนที่มีการจับคู่ระหว่างผู้เรียนที่มีระดับอายุแตกต่างกัน โดยให้ผู้เรียนที่มีระดับอายุสูงกว่าทำหน้าที่เป็นผู้สอนและให้ความรู้ ซึ่งผู้เรียนทั้งสองคนไม่จำเป็นต้องมีความสามารถทางการเรียนที่แตกต่างกันมาก

3) การสอนโดยการจับคู่ (One-to-One Tutoring) เป็นการสอนที่ให้ผู้เรียนที่มีความสามารถทางการเรียนสูงกว่าเลือกจับคู่กับผู้เรียนที่มีความสามารถทางการเรียนต่ำกว่าด้วยความสมัครใจของตนเอง แล้วทำหน้าที่สอนในเรื่องที่ตนมีความสนใจ มีความถนัดและมีทักษะที่ดี

4) การสอนโดยบุคคลทางบ้าน (Home-Based Tutoring) เป็นการสอนที่ให้บุคคลที่บ้านของผู้เรียนมีส่วนร่วมในการสอน ให้ความช่วยเหลือในการพัฒนาความรู้ความสามารถแก่บุตรหลานของตนระหว่างที่บุตรหลานอยู่ที่บ้าน

Maheady (1994) ได้รวบรวมการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนดังนี้

1) การสอนโดยเพื่อนต่างระดับชั้น (Cross-Age Tutoring) เป็นการสอนที่มีการจับคู่ระหว่างผู้เรียนที่มีระดับอายุแตกต่างกัน โดยให้ผู้เรียนที่อยู่ในระดับชั้นสูงกว่าหรือผู้เรียนที่มีอายุกว่า ซึ่งอยู่ภายใต้การดูแลและความควบคุมของครูผู้สอน เป็นผู้รับผิดชอบ ช่วยเหลือและถ่ายทอดความรู้แก่ผู้เรียนที่มีความสามารถทางการเรียนน้อยกว่า

2) การสอนโดยการสลับบทบาท (Reverse-Role Tutoring) เป็นการสอนที่ให้ผู้เรียนจับคู่กันท ากิจกรรม โดยเป็นการจับคู่ระหว่างผู้เรียนที่มีระดับอายุมากกว่าแต่เป็นผู้ที่มีความสามารถทางการเรียนต่ำกว่า หรือเป็นผู้ที่มีความบกพร่องในการเรียนรู้ กับผู้เรียนที่อายุน้อยกว่าแต่มีระดับสติปัญญาที่อยู่ในระดับปกติ ผู้เรียนทั้งสองจะได้สลับบทบาทกันเป็นทั้งนักเรียนผู้สอนซึ่งเป็นผู้ที่ถ่ายทอดความรู้และนักเรียนผู้เรียนซึ่งเป็นผู้ที่ได้รับการสอน การสอนนี้ยังเป็นการสอนที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกมองเห็นคุณค่าในตนเอง

3) การสอนโดยเพื่อนร่วมชั้น (Classwide-Peer Tutoring) เป็นการสอนที่มีการจัดกิจกรรมโดยครูแบ่งผู้เรียนออกเป็นสองทีม ภายในแต่ละทีมมีการจับคู่กันเพื่อร่วมกันทำกิจกรรม ผู้เรียนแต่ละคู่จะได้สลับบทบาทกันเป็นทั้งนักเรียนผู้สอนและนักเรียนผู้เรียนในขณะทำกิจกรรม หากนักเรียนผู้เรียนทำสิ่งใดได้ถูกต้องจะได้รับการเสริมแรงจากนักเรียนผู้สอนเพื่อนเป็นการสร้างกำลังใจแก่นักเรียนผู้เรียน และการสอนนี้ยังเป็นวิธีสอนที่สร้างแรงจูงใจให้แก่ผู้เรียนอีกด้วยเนื่องจากมีการแข่งขันระหว่างทีม มีการประกาศทีมที่ชนะและมอบของรางวัลให้

4) สรุปได้ว่า รูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนมีหลากหลายรูปแบบ ผู้สอนสามารถเลือกรูปแบบการจัดการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับระดับความสามารถผู้เรียนได้โดยคำนึงถึงศักยภาพของผู้เรียนในแต่ละคนแต่ละระดับชั้น ซึ่งในที่นี้ผู้ศึกษาได้ปรับเอารูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนสอนโดยการจับคู่ (One-to-One Tutoring) ซึ่งเป็นการสอนที่ให้ผู้เรียนที่มีความสามารถทางการเรียนสูงกว่าเลือกจับคู่กับผู้เรียนที่มีความสามารถทางการเรียนต่ำกว่าด้วยความสมัครใจของตนเอง แล้วทำหน้าที่สอนในเรื่องที่ตนมีความสนใจ มีความถนัดและมีทักษะที่ดี

5.4 ขั้นตอนการจัดกิจกรรมโดยใช้วิธีการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

วิธีการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเป็นการสอนที่มุ่งเน้นการพัฒนาทักษะของผู้เรียนกลุ่มอ่อนและปานกลาง โดยให้ผู้เรียนกลุ่มเก่งทำหน้าที่ช่วยสอน เป็นการจับคู่ระหว่างผู้เรียนที่เรียนเก่ง และผู้เรียนที่เรียนอ่อน ในการจัดกิจกรรมโดยใช้วิธีการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน มีขั้นตอนดังนี้

1) ขั้นการฝึกอบรม ครูอธิบายให้ผู้เรียนทราบถึงจุดประสงค์และความสำคัญในการรับบทบาทและการทำหน้าที่ของการเป็นนักเรียนผู้สอนรวมทั้งอธิบายให้ผู้เรียนทราบถึงวิธีการให้ข้อมูลย้อนกลับ การใช้คำพูด การชมเชย การแสดงสีหน้าและท่าทาง รวมทั้งการใช้ภาษากายต่อนักเรียนผู้เรียน และครูแสดงบทบาทการเป็นนักเรียนผู้สอนเพื่อเป็นตัวอยางแก่ผู้เรียน ให้ผู้เรียนทราบถึงวิธีการใช้คำพูด การพูดชมเชย การใช้คำถามเพื่อให้เกิดการทบทวนการคิด การกระทำ การให้ข้อมูลย้อนกลับ การตรวจแก้ไข การเสริมแรง การให้กำลังใจ และเกณฑ์การให้คะแนน

2) ขั้นจับคู่ผู้เรียน ครูสอบวัดระดับความสามารถพื้นฐานทางการศึกษาของผู้เรียน แล้วจับคู่ผู้เรียนระหว่างผู้ที่ได้คะแนนสูงกับผู้เรียนที่ได้คะแนนต่ำ โดยเรียงคะแนนจากมากไปหาน้อย แบ่งครึ่งจำนวนผู้เรียน ทั้งหมด จะได้กลุ่มผู้เรียนที่มีคะแนนสูงกับกลุ่มผู้เรียนที่มีคะแนนต่ำ จากนั้นให้จับคู่กันตามความสนใจและความพึงพอใจกลุ่มผู้เรียนที่ได้คะแนนต่ำ

3) ขั้นฝึกปฏิบัติ ครูและนักเรียนผู้สอนได้ศึกษาทำความเข้าใจบทเรียน โดยผู้เรียนที่ได้คะแนนสูง (มีบทบาทเป็นนักเรียนผู้สอน) เป็นผู้ลงมือสอนและเป็นแบบอย่างให้กับผู้เรียนที่มีคะแนนต่ำ (มีบทบาทเป็นนักเรียนผู้เรียน) นักเรียนผู้สอนจะต้องคอยกระตุ้นนักเรียนผู้เรียนในการทำกิจกรรมต่างๆ มีการให้ข้อมูล ย้อนกลับ การเสริมแรง การชมเชย การให้กำลังใจ เมื่อนักเรียนผู้เรียนปฏิบัติได้ดีในระดับหนึ่งแล้ว นักเรียนผู้เรียนผลัดเปลี่ยนสลับบทบาทกันเพื่อเปิดโอกาสให้นักเรียนผู้เรียนได้ทำหน้าที่เป็นทั้งนักเรียนผู้สอนและนักเรียนผู้เรียน

4) ขั้นหาคู่และทีมชนะ เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมต่างๆ ครูและผู้เรียนรวบรวมคะแนนทั้งหมดของทุกๆกิจกรรม เพื่อหาคู่หรือทีมที่มีคะแนนสูงสุดเพื่อมอบรางวัล

5) ขั้นทดสอบ ครูมีการทดสอบความรู้ที่นักเรียนผู้สอนรับบทบาทหน้าที่ถ่ายทอดความรู้ให้แก่ผู้เรียน

ผู้เรียน โดยใช้ข้อสอบเดียวกับการทดสอบวัดความรู้พื้นฐานในครั้งแรก เพื่อเปรียบเทียบผลการเรียนว่าหลังจากการใช้วิธีการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนนั้น ผู้เรียนผู้เรียนมีการพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้นหรือไม่อย่างไร

**ตารางที่ 4** ตารางสรุปขั้นตอนการจัดวิธีการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

| | |
|---|---|
| 1 | ขั้นการฝึกอบรม<br>- ครูอธิบายให้ผู้เรียนทราบถึงจุดประสงค์และความสำคัญในการรับบทบาทและการทำหน้าที่ของการเป็นนักเรียนผู้สอนรวมทั้งอธิบายให้ผู้เรียนทราบถึงวิธีการให้ข้อมูลย้อนกลับ การใช้คำพูด การชมเชย การแสดงสีหน้าและท่าทาง รวมทั้งการใช้ภาษากายต่อนักเรียนผู้เรียน และครูแสดงบทบาทการเป็นนักเรียนผู้สอนเพื่อเป็นตัวอย่างแก่ผู้เรียน ให้ผู้เรียนทราบถึงวิธีการใช้คำพูด การพูดชมเชย การใช้คำถามเพื่อให้เกิดการทบทวนการคิด การกระทำ การให้ข้อมูลย้อนกลับ การตรวจแก้ไข การเสริมแรง การให้กำลังใจ และเกณฑ์การให้คะแนน |
| 2 | ขั้นจับคู่ผู้เรียน<br>- ครูสอบวัดระดับความสามารถพื้นฐานทางการศึกษาของผู้เรียน แล้วจับคู่ผู้เรียนระหว่างผู้ที่ได้คะแนนสูงกับผู้เรียนที่ได้คะแนนต่ำ โดยเรียงคะแนนจากมากไปหาน้อย แบ่งครึ่งจำนวนผู้เรียนทั้งหมด จะได้กลุ่มผู้เรียนที่มีคะแนนสูงกับกลุ่มผู้เรียนที่มีคะแนนต่ำ จากนั้นให้จับคู่กันตามความสนใจและความพึงพอใจกลุ่มผู้เรียนที่ได้คะแนนต่ำ |
| 3 | ขั้นฝึกปฏิบัติ<br>- ครูและนักเรียนผู้สอนได้ศึกษาทำความเข้าใจบทเรียน โดยผู้เรียนที่ได้คะแนนสูง (มีบทบาทเป็นนักเรียนผู้สอน) เป็นผู้ลงมือสอนและเป็นแบบอย่างให้กับผู้เรียนที่มีคะแนนต่ำ (มีบทบาทเป็นนักเรียนผู้เรียน) นักเรียนผู้สอนจะต้องคอยกระตุ้นนักเรียนผู้เรียนในการทำกิจกรรมต่างๆ มีการให้ข้อมูล ย้อนกลับ การเสริมแรง การชมเชย การให้กำลังใจ เมื่อนักเรียนผู้เรียนปฏิบัติได้ดีในระดับหนึ่งแล้ว นักเรียนผู้เรียนผลัดเปลี่ยนสลับบทบาทกันเพื่อเปิดโอกาสให้นักเรียนผู้เรียนได้ทำหน้าที่เป็นทั้งนักเรียนผู้สอนและนักเรียนผู้เรียน |
| 4 | ขั้นหาคู่และทีมชนะ<br>- เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมต่างๆ ครูและผู้เรียนรวบรวมคะแนนทั้งหมดของทุกๆกิจกรรม เพื่อหาคู่หรือทีมที่มีคะแนนสูงสุดเพื่อมอบรางวัล |
| 5 | ขั้นทดสอบ<br>- ครูมีการทดสอบความรู้ที่นักเรียนผู้สอนรับบทบาทหน้าที่ถ่ายทอดความรู้ให้แก่ผู้เรียน |

สรุป การนำวิธีการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน นับได้ว่าการจัดนี้ที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของการเรียนแบบช่วยเหลือกัน เนื่องจากเป็นวิธีการเรียนรู้ทักษะที่ให้ผู้เรียนร่วมกันและ ช่วยเหลือกันทำกิจกรรมเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ทางการเรียนร่วมกัน และการเรียนแบบตามแบบอย่างที่ให้ผู้เรียนสอนกันเอง ภายใต้คำแนะนำ กำกับของครูจะทำให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจในการปฏิบัติตามขั้นตอนที่ถูกต้องมากกว่าการเรียนรู้จากการบรรยาย หรือสาธิตโดยไม่ได้ให้ผู้เรียนได้ลองฝึกปฏิบัติ เนื่องจาก

การเรียนจากเพื่อนหรือมีเพื่อนคอยแนะนำนั้น ผู้เรียนไม่มีแรงกดดันที่เกิดจากความประหม่า ผู้เรียนกล้าที่จะซักถามและกล้าแสดงออกมากขึ้น ครูมีหน้าที่คอยชี้แนะ จัดเตรียมแบบฝึกทักษะหรือกิจกรรมต่างๆ รวมถึงคอยกระตุ้น เสริมแรงให้แก่ผู้เรียน นอกจากการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนจะช่วยในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแล้ว ยังช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้และพัฒนาทักษะทางการเรียนและทักษะทางสังคมไปพร้อมๆ กัน โดยมีขั้นตอนการปฏิบัติแบบเพื่อนช่วยเพื่อน 1) ขั้นการฝึกอบรม 2) ขั้นจับคู่ผู้เรียน 3) ขั้นฝึกปฏิบัติ 4) ขั้นหาคู่และทีมชนะ และ 5) ขั้นทดสอบ

**5.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน**

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน ผู้วิจัยได้รวบรวมและสรุป เพื่อนำไปสู่การวิเคราะห์และสังเคราะห์ ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

จุฬาลักษณ์ สงฆ์สระน้อย และคณะ (2563) ศึกษาผลของการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อความแม่นยำในการเล่นลูกสองมือล่างในกีฬาวอลเลย์บอล การวิจัยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความแตกต่างของการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนกับการ สอนแบบปกติที่มีต่อความแม่นยำในการเล่นลูกสองมือล่างในกีฬาวอลเลย์บอล และช่วงอายุที่แตกต่างกัน กลุ่มตัวอย่างที่อาสาสมัครมา เป็นผู้เรียนชั้นมัธยมศึกษา เพศหญิง ที่มีอายุระหว่าง 15-18 ปี ในปี การศึกษา 2560 จำนวน 32 คน แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 16 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือโปรแกรมการฝึกวอลเลย์บอลแบบเพื่อนช่วยเพื่อน 8 สัปดาห์ แบบทดสอบความแม่นยำใน ทักษะการเล่นลูกสองมือล่าง และแบบสังเกตพฤติกรรมขณะฝึกทักษะการเล่นลูกสองมือล่าง สถิติที่ใช้ใน การวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ Mean, SD, t-test independent sample และวิเคราะห์ความแปรปรวนโดยวิธี One – way ANOVA with repeated measures ที่กำหนดนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 ผลการวิจัย พบว่า 1) ความแม่นยำในการเล่นลูกสองมือล่างระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในสัปดาห์ที่ 8 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 2) ความแม่นยำในการเล่นลูกสองมือล่าง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่มีช่วงอายุ 15-16 ปี ในสัปดาห์ที่ 8 กลุ่มทดลองแตกต่างกันอย่างมี นัยสำคัญทางสถิ 3) ความแม่นยำในการเล่นลูกสองมือล่างระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมที่มีช่วงอายุ 17-18 ปี ในสัปดาห์ที่ 8 พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 4) ความแม่นยำในการเล่นลูกสองมือล่างภายในกลุ่มทดลองที่มีช่วงอายุ 15-16 ปี และ 17-18 ปี พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และ 5. ความแม่นยำในการเล่นลูกสองมือล่างภายในกลุ่มควบคุมที่มีช่วงอายุ 15-16 ปี และ 17-18 ปี พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

วีรพรรณ จันทร์ขาว (2561) ศึกษาประสิทธิผลของการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อความสามารถในการวายน้ำ การวิจัยกึ่งทดลองมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการสอนว่ายน้ำแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อความสามารถในการว่ายน้ำท่าครอล สโตรค และท่ากรรเชียง ผลการวิจัยพบว่า

ผลของการสอนว่ายน้ำ แบบเพื่อนช่วยเพื่อนต่อความสามารถในการว่ายน้ำ ท่าครอลสโตรค และท่ากรรเชียง มีการพัฒนาความสารมารถเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่ระยะก่อนการทดลองจนถึงระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการว่ายน้ำ ท่าครอล สโตรคและท่ากรรเชียงจากการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนกบัแบบปกติไม่มีความแตกต่างกนั อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ การเรียนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนทา ให้ผู้เรียนมีทัศนคติในการเรียนที่ดี ความเข้าใจในท่าทางข้นั ตอนวิธีการว่ายน้ำ มากขึ้น และวิธีการแก้ไขข้อผิดพลาดต่าง ๆ ในการว่ายน้ำ ทำให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานมีเจตคติที่ดีต่อการว่ายน้ำ และมีปฏิสัมพันธ์กันมากขึ้น

ชนานนท์ เชื้อนิลพิพัฒน์ (2559) ได้ศึกษาโดยการวิจัยแบบกึ่งทดลอง เรือง “การปรับพฤติกรรมของผู้เรียนที่ไม่กล้าว่ายน้ำโดยการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน” ผลการวิจัยพบว่า 1)ผู้เรียนไม่กล้าว่าน้ำชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 สามารถปรับ พฤติกรรมที่ไม่กล้าว่ายน้ำมีคะแนนคิดเป็นร้อยละ 93.33 -100 2) ความพึงพอใจ ของผู้เรียนที่ไม่กล้าว่ายน้ำโดยการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน พบว่าผู้เรียน ที่ไม่กล้าว่ายน้ำจำนวน 10 คน มีความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้วิธีการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน โดยรวมอยู่ในระดับมาก (Mean= 3.47, S.D. = 0.63)

สรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่สามารถพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้เรียนสามารถพัฒนาผู้เรียนให้มีพัฒนาการดีด้านทักษะที่ดีขึ้น และเสริมสร้างการเรียนรู้แบบร่วมมือกันเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความสามัคคีและความปรองดองกัน โดยมีขั้นตอนการปฏิบัติแบบเพื่อนช่วยเพื่อน คือ 1) ขั้นการฝึกอบรม 2) ขั้นจับคู่หรือกลุ่มผู้เรียน 3) ขั้นฝึกปฏิบัติ 4) ขั้นหาคู่และการแข็งขันเพื่อหากลุ่มหรือทีมชนะ และ 5) ขั้นทดสอบ แนวการสอนพลศึกษา ของ OLPE ซึ่งมีองค์ประกอบสำคัญคือ เนื้อหารายวิชา (Course Content), การจัดการสถานที่ (Site Management), การออกแบบการสอน (Instructional Design, เทคโนโลยี (technology), และ การประเมิน (assessment)

ดังนั้นจากการศึกษาทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยสรุปองค์ประกอบการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา มี 5 องค์ประกอบดังนี้

1) เนื้อหารายวิชาพลศึกษา ทักษะในกีฬาฮอกกี้

2) การจัดการสถานที่ ซึ่งเป็นห้องเรียนออนไลน์ ผู้สอน เตรียมสถานที่ในการสาธิตทักษะ หรือสื่อการสอน อุปกรณ์กีฬา สื่อการสอน และนัดหมายผู้เรียนในการเตรียมสถานที่ อุปกรณ์ของผู้เรียนที่สามารถฝึกปฏิบัติทักษะที่จำเป็นขณะเรียนพร้อมกันในห้องเรียนออนไลน์

3) การออกแบบการสอน ผู้สอนใช้การจัดการเรียนการสอนออนไลน์ ทั้ง 2 รูปแบบห้องเรียนออนไลน์ คือ การเรียนแบบออนไลน์พร้อมกันในเวลาเดียวกัน (Synchronous) การเรียน

แบบต่างเวลา (Asynchronous) เป็นการเรียนออนไลน์แบบไม่พร้อมกัน โดยมีขั้นตอนการจัดกิจกรรมที่ประยุกต์จากแนวคิดการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อช่วยเพื่อนในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ โดยสรุปขั้นตอน ดังต่อไปนี้

**ตารางที่ 5** ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้เพื่อนำไปพัฒนาการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

| ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ โดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน | เรียนแบบเวลาเดียวกัน (ออนไลน์และหรือแบบเผชิญหน้า) | เรียนแบบต่างเวลา (ออนไลน์) |
|---|---|---|
| จากแนวทางการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาของ OLPE และแนวคิดเพื่อนช่วยเพื่อน | เพื่อให้ผู้เรียนได้รับความรู้ เจตคติ และสามารถการปฏิบัติทักษะได้ถูกต้องก่อนนำไปฝึกนอกเวลาเรียน ตามวัตถุประสงค์ตัวชี้วัด | เพื่อการฝึกทักษะ และนำไปใช้ในการให้ผู้เรียนมีระดับกิจกรรมทางกายในแต่ละวันให้ได้ตามที่มาตรฐานที่กระทรวงสาธารณสุข แนะนำ |
| **ขั้นเตรียม**<br>- ผู้สอนจัดหาสื่อการเรียนรู้<br>- แนะนำกิจกรรมการเรียนรู้ นัดหมายเวลาผู้เรียน วิธีการศึกษาค้นคว้า เข้าถึงสื่อการเรียนรู้<br>- ตกลงกฎ กติกา มารยาท คุณธรรม จริยธรรม ในการเรียนรู้ออนไลน์<br>- แบบบันทึกการปฏิบัติ ครูกำหนดประเด็น สำคัญ ที่ผู้เรียนสามารถไปใช้ในการสังเกตการณ์การปฏิบัติที่ถูกต้องได้ โดยมีการให้คะแนนจากแบบบันทึก และคลิป VDO | - อบอุ่นร่างกาย<br>- อธิบายกิจกรรมการเรียนรู้ แนะนำ | - โดยมอบหมายให้ผู้เรียนไปศึกษาทบทวนและปฏิบัติด้วยตนเอง โดยอาจกำหนดตารางของช่วงเวลาที่ให้ผู้เรียนเข้าไปศึกษา<br>- โดยแบ่ง สื่อการเรียนรู้ควรแบ่งแยกไฟล์ ตามลำดับขั้น เช่น เอกสารหรือไฟล์ ขั้นเตรียม ขั้นสอน ขั้นสรุป ให้ชัดเจน อาจใส่หมายเลขให้ชัดเจน และ Upload สื่อการเรียนรู้ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**ตารางที่ 5** (ต่อ)

| ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ โดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน | เรียนแบบเวลาเดียวกัน (ออนไลน์และหรือแบบเผชิญหน้า) | เรียนแบบต่างเวลา (ออนไลน์) |
|---|---|---|
| **ขั้นสอน**<br>1) ขั้นการฝึกอบรม | - ครูอธิบาย สาธิต ตัวอย่างการปฏิบัติ สาระสำคัญตามวัตถุประสงค์ตัวชี้วัดการเรียนรู้ที่กำหนดไว้<br>- ครูให้นักเรียนปฏิบัติท่าทางตามขั้นตอนของทักษะที่กำหนดไว้<br>- ครูตรวจสอบผู้เรียนว่าสามารถปฏิบัติท่าทางได้ตามขั้นตอนของการปฏิบัติทักษะ โดย สุ่มผู้เรียนและให้ข้อมูลย้อนกลับ | - ผู้เรียน จัดหาเวลาเพื่อเข้าไปศึกษาตามที่ได้รับมอบหมายเป็นรายบุคคล และหรือ กลุ่มย่อยตามที่ครูและผู้เรียนร่วมกันกำหนด (กลุ่ม) และที่ครูได้มีการอธิบาย ใบงาน ภาระงาน ในแต่ละสัปดาห์ท้ายคาบเรียนในห้องเรียนตามตารางเรียน โดยศึกษาจากสื่อออนไลน์ที่ครูเตรียมไว้ |
| 2) ขั้นจับคู่หรือกลุ่มผู้เรียน ครูและผู้เรียนจับคู่ หรือ กลุ่มขนาดเล็ก กลุ่มละ 2-4 คน ในการฝึกปฏิบัติร่วมกันผ่านออนไลน์ โดยใช้ Zoom, line meeting, หรือ Facebook เป็นต้น<br><br>3) ขั้นการฝึกปฏิบัติ | - ครูแยกกลุ่มปฏิบัติ เช่น Zoom แยกกลุ่มในกรณีออนไลน์ และหรือแยกกลุ่มฝึกปฏิบัติร่วมกันแบบเผชิญหน้า ให้สมาชิกแต่ละกลุ่ม ช่วยเหลือกันในการสังเกตและให้ข้อมูลสะท้อนการปฏิบัติ<br>- ครูเข้าไปดูแล ผู้เรียนในแต่ละห้องแยก (หากเป็น ZOOM อาจต้องใช้การแบ่งกลุ่มแบบ Auto random ครูจะสามารถเข้า | - ผู้เรียนนัดหมายเวลากันเองเพื่อ เข้าร่วมกันฝึกปฏิบัติ และเรียนรู้ร่วมกัน บันทึก ตามประเด็นที่ครูกำหนด อัดคลิป VDO ในการฝึกปฏิบัติร่วมกัน โดยผู้เรียนสามารถใช้ Zoom, line หรือ Facebook ในการสร้างกลุ่มปรึกษา แนะนำเพื่อนและส่งคลิปวิดีโอภายในกลุ่มเพื่อนเป็นการให้ข้อมูลสะท้อนกลับกันภายในกลุ่ม, หรือ<br>- ผู้เรียนฝึกหรือทำงานตามมอบหมายร่วมกัน แต่ละคนมี |

**ตารางที่ 5** (ต่อ)

| ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ โดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน | เรียนแบบเวลาเดียวกัน (ออนไลน์และหรือแบบเผชิญหน้า) | เรียนแบบต่างเวลา (ออนไลน์) |
|---|---|---|
| | ร่วมสังเกตผู้เรียนได้) โดยแต่ละกลุ่ม ส่ง Link ให้ครูเพื่อครูจะสามารถช่วยแนะนำการปฏิบัติได้) (แบบบันทึกการปฏิบัติมีการให้คะแนน-รายกลุ่ม) | หน้าที่ให้ข้อมูลสะท้อนการปฏิบัติกันภายในกลุ่ม (แบบบันทึกการปฏิบัติมีการให้คะแนน-รายบุคคล และหรือรายกลุ่ม)<br>หมายเหตุ: สลับทุกสับดาห์ระหว่างรายบุคคล กับ รายกลุ่ม |
| 4) ขั้นการแข่งขันเพื่อหาทีมชนะ | - ครูให้นักเรียนแข่งขันเกมการปฏิบัติทักษะในทุกสัปดาห์ โดยครูให้คะแนนและสะสมคะแนน เพื่อหากลุ่มชนะ | - แต่ละกลุ่ม อัดคลิป VDO สาธิตวิธีการปฏิบัติทักษะหลังจากการฝึกปฏิบัติ โดยสมาชิกทุกคนในกลุ่มต้องปฏิบัติสาธิตในคลิป และ Upload ลงในบน Plate form online ที่ครูกำหนด เช่น กลุ่มปิด Facebook หรือ Line **เดือนละครั้ง**<br>- โดยครูให้คะแนนและสะสมคะแนน เพื่อหากลุ่มชนะ |
| **ขั้นสรุป** | - ครูและผู้เรียน ร่วมกันสรุปการเรียนรู้ และ อธิบายด้วยการวิเคราะห์ ตนเองและของเพื่อนๆ ในการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ โดยครูเตรียม หัวข้อ ประเด็นการเรียนรู้ เพื่อสะท้อนการเรียนรู้ และให้ ข้อมูลย้อนกลับ<br>- อธิบายกิจกรรมที่มอบหมายให้ผู้เรียนไป ศึกษาและปฏิบัติออนไลน์นอกตาราง | |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**ตารางที่ 5** (ต่อ)

| ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ โดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน | เรียนแบบเวลาเดียวกัน (ออนไลน์และหรือแบบเผชิญหน้า) | เรียนแบบต่างเวลา (ออนไลน์) |
|---|---|---|
| 5) ขั้นทดสอบ | - ครูกำหนดทักษะ ในการประเมินและอธิบาย เกณฑ์การประเมิน โดย ประเมิน จากใบงาน และ คลิป VDO รายกลุ่มและรายบุคคล | |

4) ข้อกำหนดเบื้องต้นของผู้เรียน (Student Prerequisites)

4.1) ควรจัดปฐมนิเทศก์กับผู้เรียนเกี่ยวกับข้อตกลงเบื้องต้นในการเรียน OLPE กับผู้เรียน และหรือ ควรจัดการเรียนการสอนแบบ OLPE กับผู้เรียนที่มีพัฒนาการที่เหมาะสมหลีกเลี่ยงการจัดการเรียนการสอนกับผู้เรียนที่มีปัญหาทางด้านจิตใจ โดยผู้สอนควรมีข้อมูลพื้นฐานของผู้เรียนและข้อมูลด้านทักษะทางกายของผู้เรียนก่อนการจัดการเรียนรู้ OLPE

4.2) ออกแบบเกณฑ์การประเมินความพร้อมของผู้เรียนออนไลน์ (Online Course Readiness Quiz) หรือแบบผเชิญหน้า มีการแนะนำในด้านการใช้เทคโนโลยี การใช้คอมพิวเตอร์และพิจารณาใช้เครื่องมือการทดสอบออนไลน์ หรือ อุกรณ์การทดสอบแบบเผชิญหน้า ที่มีคุณภาพบนเครือข่ายออนไลน์ได้ตามความเหมาะสม

5) การประเมินผล (Assessment) ในกรณี ออนไลน์

5.1) ใช้เทคโนโลยี เช่น Application บนโทรศัพท์มือถือ หรือเครื่องมือการวัดประเมินทางสุขภาพ ในการประเมินการเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่หลากหลาย และมีกิจกรรมทางกายระดับปานกลาง 60 นาที ต่อวัน และมีอาจมีการวัดระดับการเต้นของหัวใจ ตามมาตรฐานที่ ศูนย์ควบคุมโรคติดต่อ หรือที่เรียกย่อๆว่า CDC (Centers for Diseases Control) ได้แนะนำไว้

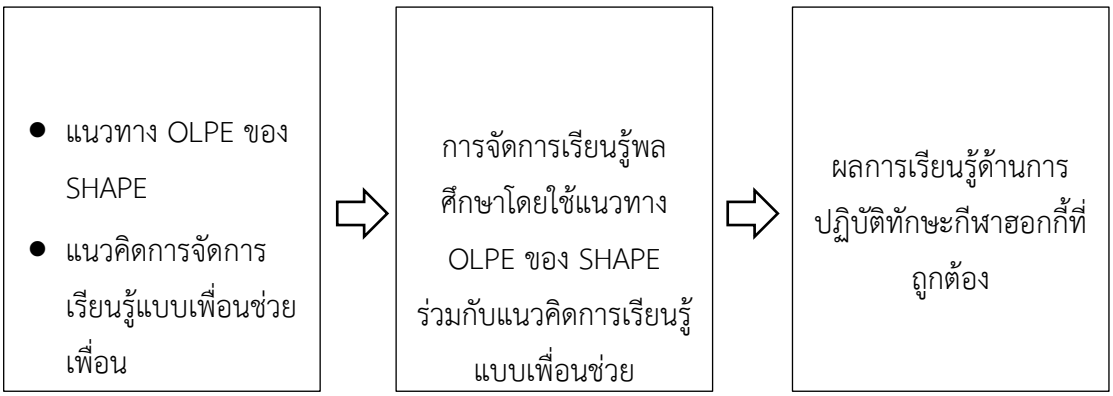
5.2) ออกแบบเกณฑ์การประเมินที่ครอบคลุมหรือไม่น้อยกว่าที่มาตรฐานตัวชี้วัดของหลักสูตรแห่งชาติกำหนด ทั้งการประเมินระหว่างเรียน (Formative Assessment) และการประเมินผลสรุปการเรียนรู้ (Summative Assessment)

หมายเหตุ ในการทดสอบแบบเผชิญหน้าใช้คำแนะนำตามแบบทดสอบปกติ

สรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่สามารถพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้เรียนสามารถพัฒนาผู้เรียนให้มีพัฒนาการดีด้านทักษะที่ดีขึ้น และเสริมสร้างการเรียนรู้แบบร่วมมือกันเพื่อให้ผู้เรียนเกิด

ความสามัคคีและความปรองดองกัน โดยมีขั้นตอนการปฏิบัติแบบเพื่อนช่วยเพื่อน คือ 1) ขั้นการฝึกอบรม 2) ขั้นจับคู่หรือกลุ่มผู้เรียน 3) ขั้นฝึกปฏิบัติ 4) ขั้นหาคู่และการแข็งขันเพื่อหากลุ่มหรือทีมชนะ และ 5) ขั้นทดสอบ แนวการสอนพลศึกษา ของ OLPE ซึ่งมีองค์ประกอบสำคัญคือ เนื้อหารายวิชา (Course Content) การจัดการสถานที่ (Site Management), การออกแบบการสอน (Instructional Design) เทคโนโลยี (Technology), และ การประเมิน (Assessment) ดังนั้น การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา นั้นมีองค์กระกอบในการจัดการเรียนรู้ ได้แก่ 1) เนื้อหารายวิชาพลศึกษา โดยใช้ทักษะย่อยส่วนบุคคลในกีฬาฮอกกี้ (การจับไม้การเดาะการครอบครองบอล การกรอกลูกแบบต่างๆ การเลี้ยงลูก การรับส่งลูก) 2) การจัดการสถานที่ ซึ่งเป็นห้องเรียนออนไลน์ผู้สอน เตรียมสถานที่ในการสาธิตทักษะ หรือสื่อการสอน อุปกรณ์การสอน และนัดหมายผู้เรียนในการเตรียมสถานที่ของผู้เรียนที่สามารถฝึกปฏิบัติทักษะที่จำเป็นขณะเรียนพร้อมกันในห้องเรียนออนไลน์ 3) การออกแบบการสอน ผู้สอนใช้ทั้ง 2 แบบห้องเรียนออนไลน์ คือ การเรียนแบบออนไลน์พร้อมกัน ตามตารางเรียนที่โรงเรียนหรือผู้สอนกำหนดนัดหมาย โดยมี ขั้นการ การบรรยาย อธิบาย สาธิต และ ฝึกปฏิบัติ ได้แก่ (1) ขั้นการฝึกอบรม (2) ขั้นจับคู่หรือกลุ่มผู้เรียน (3) ขั้นฝึกปฏิบัติ (4) ขั้นหาคู่และการแข็งขันเพื่อหากลุ่มหรือทีมชนะ และ (5) ขั้นทดสอบ องค์ประกอบที่ 4) ข้อกำหนดเบื้องต้นของผู้เรียน และองค์ประกอบที่ 5) การประเมินผลโดยการ**ผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้** ซึ่งหมายถึงคะแนนจากการทดสอบ แบ่งออกเป็น 1) แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติทักษะส่วนบุคคลที่เป็นพื้นฐานในกีฬาฮอกกี้ ได้แก่ การจับไม้การเดาะการครอบครองบอล การกรอกลูกแบบต่างๆ การเลี่ยงลูก เป็นการสอบข้อเขียน จำนวน 30 ข้อ (เลือกตอบ จำนวน 20 ข้อ และ การเขียนตอบ 10 ข้อ) และ 2) การทดสอบทักษะปฏิบัติที่ถูกต้อง จากการบันทึก VDO คลิป ในการปฏิบัติทักษะ

**6. กรอบแนวคิดการวิจัย**



# บทที่ 3
# วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้มุ่งศึกษาการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา ระเบียบวิธีการวิจัยในครั้งนี้ใช้รูปแบบการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research Design) มีขั้นตอนการดำเนินการวิจัยแบ่งเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 การเตรียมการทดลอง

1.1 การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.2 กำหนดกลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.3 การสร้างและพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1.3.1 สร้างและพัฒนาการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

1.3.2 สร้างและพัฒนาแบบทดสอบผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้

ขั้นที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 การกำหนดแบบแผนการทดลอง

2.2 การติดต่อและประสานงานก่อนการทดลอง

2.3 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

3.1 วิเคราะห์ข้อมูล

3.2 สถิติที่ใช้ในการวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

สรุปขั้นตอนการดำเนินงานวิจัย

ขั้นที่ 1 การเตรียมการทดลอง

1.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.2 การกำหนดประชากร กลุ่มตัวอย่างและตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

1.3 สร้างและพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

↓

ขั้นที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

กลุ่มทดลอง | กลุ่มควบคุม

↓

การทดสอบก่อนการจัดการเรียนรู้

↓

เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้การทดสอบค่า ที (t-test)

↓

การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

การจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ

↓

การทดสอบหลังการจัดการเรียนรู้

↓

ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

3.1 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้การทดสอบค่า ที 69(Paired-sample t-test)

3.2 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้การทดสอบค่า ที 69(Independent-sample t-test)

**ขั้นที่ 1 การเตรียมการทดลอง**

1.1 การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.1.1 ศึกษาหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ในระดับมัธยมศึกษา

1.1.2 ศึกษาเอกสาร วารสาร บทความและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษา

1.1.3 ศึกษาเอกสาร วารสาร บทความและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

1.1.4 ศึกษาเอกสาร วารสาร บทความและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวัดและประเมินผลพลศึกษา เพื่อเป็นแนวทางในการจัดทำแบบวัดผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้

1.2 กำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีการศึกษา 2565 ในโรงเรียนที่ใช้หลักสูตรแกนกลางการศึกษา พุทธศักราช 2551 จำนวน 2,890,361 คน (สารสนเทศเพื่อการศึกษาแห่งชาติ, 2565)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนวิชาพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน

1.2.1 การเลือกโรงเรียนตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selection) เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2565 ภาคเรียนที่ 1 โดยมีเกณฑ์ดังนี้

1.2.1.1 เป็นโรงเรียนที่ผู้บริหารและอาจารย์ให้ความร่วมมือในการทดลองการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน โดยมีเกณฑ์คัดเข้าดังนี้

1) เป็นโรงเรียนที่นักเรียนมีระดับความสามารถและองค์ประกอบอื่น ๆ ไม่แตกต่างจากโรงเรียนที่ใช้หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 การสุ่มห้องเรียนเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผู้วิจัยทำการสุ่มห้องเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากห้องเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาที่ใกล้เคียงกันมา 2 กลุ่ม จากนั้นทำการจับฉลากเพื่อกำหนดเข้า กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

1.3 สร้างและพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ แผนการจัดการเรียนรู้เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1.3.1 สร้างและพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง คือ การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

1. ศึกษาหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4 เพื่อนำมากำหนดสาระการเรียนรู้ในแผนการจัดการเรียนรู้

2. ศึกษาการออกแบบการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนจากเอกสาร วารสาร บทความและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3. วิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ กิจกรรมการเรียนการสอนที่สอดคล้อง กับแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

4. ดำเนินการเขียนแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

5. นำแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน ที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจพิจารณาเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

6. นำแผนการวิเคราะห์ กิจกรรมการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่ปรับปรุงแล้ว ให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิ ต้องเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับบัณฑิตศึกษาทางสาขาวิชาพลศึกษา ตรวจพิจารณาความตรงตามจุดประสงค์ ความตรงตามเนื้อหา และความเหมาะสมของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา ได้ค่าความสอดคล้อง (Index of Congruence หรือ IOC) 0.92 ซึ่งสามารถใช้ได้ และรวบรวมข้อเสนอแนะที่ได้จากผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อดำเนินการแก้ไขตามข้อแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

7. แก้ไขปรับปรุงการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนให้มีความสมบูรณ์ตามข้อแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

8. นำการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำนวน 15 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง เพื่อดูความเหมาะสมในเรื่องการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เวลาที่ใช้ในการจัดการเรียนรู้ นำมาปรับปรุงแผนการเรียนรู้โดยประยุกต์หลักการของรูปแบบซิปาร่วมกับทฤษฎีแรงจูงใจให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้นไปเพื่อนำไปใช้จริงต่อไป

1.3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบวัดผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้

1. ศึกษาการสร้างแบบวัดผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้

2. สร้างแบบวัดผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้โดยปรับจากการสร้างแบบทดสอบทักษะกีฬาฮอกกี้สำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ของ สุพรรณี ยิ้มนวล (2556) และได้นำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจพิจารณาเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสม

3. กำหนดเกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้

4. นำแบบวัดผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา ความสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้ และความถูกต้องด้านภาษาพร้อมทั้งนำข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

5. นำแบบวัดผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิ ต้องเป็นกรรมการการระดับบัณฑิตศึกษา ทางพลศึกษา ตรวจพิจารณาความตรงเชิงเนื้อหา ความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมของแบบวัดผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ที่ได้ค่าความสอดคล้อง (Index of Congruence หรือ IOC) 1.00 ซึ่งสามารถใช้ได้ และรวบรวมข้อเสนอแนะที่ได้จากผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อดำเนินการแก้ไขตามข้อแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

6. นำข้อเสนอแนะที่ได้จากผู้ทรงคุณวุฒิ ไปปรับปรุงแก้ไขและตัดข้อที่ไม่เหมาะสมออกทำการเลือกแบบทดสอบก่อนที่จะนำไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมกับกลุ่มนักเรียนที่ไม่ใช่ตัวอย่างแต่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง

7. นำแบบวัดความรู้ด้านทักษะปฏิบัติ และแบบวัดทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ไปทดลองใช้กับนักเรียนจำนวน 15 คน โรงเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง เพื่อดูความเหมาะสมในเรื่องการทดสอบผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ และนำมาปรับปรุงให้เหมาะสมยิ่งขึ้นก่อนนำไปใช้จริง

**ขั้นที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล**

2.1 กำหนดแบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) แบ่งเป็น 2 กลุ่ม มีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง ดังนี้

| กลุ่มตัวอย่าง | การวัดก่อนการทดลอง | | การวัดหลังการทดลอง |
|---|---|---|---|
| **E** | $O_1$ | X | $O_2$ |
| **C** | $O_1$ | | $O_2$ |

E = กลุ่มทดลองได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

C = กลุ่มควบคุมได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาในแบบปกติ

$O_1$ $O_2$ = ผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้

X = การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

2.2 ติดต่อประสานงานก่อนการทดลอง

2.2.1 ติดต่อขอความร่วมมือในการทำวิจัยจากผู้บริหารโรงเรียน

2.3 การดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล

2.3.1 การดำเนินการก่อนทดลองการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

2.3.1.1 ทำการทดสอบผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่ม (Pre-test)

2.3.1.2 นำผลการทดสอบก่อนการทดลอง (Pre-test) มาทดสอบความแตกต่าง ของค่าเฉลี่ยโดยการทดสอบค่าที (t-test) เพื่อทดสอบว่านักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ แตกต่างกันหรือไม่

2.3.2 การดำเนินการทดลองการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

2.3.2.1 กลุ่มทดลอง ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการสอนโดยใช้การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน จำนวน 8 แผนการจัดการเรียนรู้ จัดการเรียนการสอนสัปดาห์ละ 1 คาบเรียน คาบเรียนละ 50 นาที รวม 8 สัปดาห์ ดังตาราง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**ตารางที่ 6** แผนระยะยาวสำหรับเนื้อหาในการจัดการเรียนรู้

| | **แผนระยะยาวสำหรับเนื้อหาในการจัดการเรียนรู้** | **จำนวนคาบ** |
|---|---|---|
| 0 | การทดสอบก่อนเรียน ปฐมนิเทศ | 50 นาที |
| 1 | การจับไม้ และการเดาะบอล | 1 |
| 2 | การจับไม้ และการเดาะบอล (ออนไลน์) | 1 |
| 3 | การครอบครองบอล และการกรอลูกแบบต่างๆ | 1 |
| 4 | การครอบครองบอล และการกรอลูกแบบต่างๆ (ออนไลน์) | 1 |
| 5 | การเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที่ | 1 |
| 6 | การเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที่ (ออนไลน์) | 1 |
| 7 | การผลักลูก (Push) | 1 |
| 8 | การผลักลูก (Push) (ออนไลน์) | 1 |
| 0 | ทดสอบหลังเรียน | 1 |

2.3.2.2 กลุ่มควบคุม ผู้วิจัยดำเนินการสอนโดยใช้การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยแบบปกติโดยมีขั้นตอนการสอน 1) ขั้นเตรียม 2) ขั้นอธิบายและสาธิต 3) ขั้นปฏิบัติ 4) ขั้นนำไปใช้ 5) ขั้นสรุป มีระยะเวลาจัดการเรียนการสอนสัปดาห์ละ 1 คาบเรียน คาบเรียนละ 50 นาที รวม 8 สัปดาห์ และสัดส่วนระหว่างการจัดการเรียนรู้ที่เป็นแบบออนไลน์ กับแบบเผชิญหน้าในสัดส่วนคาบเรียนที่เท่ากันกับกลุ่มทดลอง

2.3.3 การดำเนินงานหลังการทดลอง ทำการทดสอบผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้หลังการทดลอง (Post-Test) ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้แบบทดสอบผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ฉบับเดียวกับกับแบบวัดก่อนเรียน

**ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ การวิเคราะห์ข้อมูล**

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้คอมพิวเตอร์หาค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้โดยการทดสอบค่าที (t-test)

3.1 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยคะแนนผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมโดยการทดสอบค่าที (Paired-sample t-test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

3.2 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยคะแนนทักษะผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติ

ที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที (Independent-sample t-test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

3.3 วิเคราะห์ข้อมูลโดยคำนวณค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์

3.4 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

# บทที่ 4
# ผลวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลจากการวิจัยเรื่อง การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยทดลองฝึกกับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 30 คน ผู้วิจัยได้เก็บและรวบรวมข้อมูล ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง แล้วจึงนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติคำนวณด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยนำเสนอในในรูปตารางและแผนภาพประกอบความเรียงดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ t-test

ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ t-test

**ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย**

นักเรียนจากโรงเรียนแห่งหนึ่ง เขตลาดกระบัง สังกัดกรุงเทพมหานครฯ จำนวน 30 คน โดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selection)

**ตารางที่ 7** แสดงจำนวนและค่าร้อยละเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐานของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

| **รายการ** | **นักเรียน n = 30** | |
|---|---|---|
| | **จำนวน (คน)** | **ร้อยละ** |
| **กลุ่มทดลอง** | 15 | 50 |
| เพศชาย | 10 | 66.6 |
| เพศหญิง | 5 | 33.3 |
| **กลุ่มควบคุม** | 15 | 50 |
| เพศชาย | 10 | 66.6 |
| เพศหญิง | 5 | 33.3 |

จากตารางที่ 7 พบว่า กลุ่มทดลอง จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 แบ่งเป็นเพศชาย 10 คนคิดเป็นร้อยละ 66.6 และเพศหญิง 5 คน คิดเป็นร้อยละ 33.3

กลุ่มควบคุม จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 แบ่งเป็นเพศชาย 10 คนคิดเป็นร้อยละ 66.6 และเพศหญิง 5 คน คิดเป็นร้อยละ 33.3

**ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ t-test**

**ตารางที่ 8** ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ การเลี้ยงบอล การผลักบอลและการรับบอล ก่อนการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม

| **รายการ** | **กลุ่มทดลอง (n = 15)** | | **กลุ่มควบคุม (n = 15)** | | **t** | **p** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | Mean | S.D. | Mean | S.D. | | |
| **การปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้** | | | | | | |
| การเลี้ยงบอล | 2.93 | 0.7 | 3.07 | 0.96 | 0.43 | 0.66 |
| การผลักบอล | 3.27 | 0.88 | 3.2 | 1.26 | 0.16 | 0.86 |
| การรับบอล | 2.8 | .067 | 2.53 | 0.91 | 0.9 | 0.37 |
| คะแนนรวมการปฏิบัติทักษะ | 3 | 0.47 | 2.9 | 0.59 | 0.34 | 0.73 |

จากตารางที่ 8 พบว่า ก่อนการทดลองกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนในทักษะฮอกกี้ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ก่อนการทดลอง โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการเลี้ยงบอลเท่ากับ 2.93 คะแนน กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการเลี้ยงบอลเท่ากับ 3.06 คะแนน กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการผลักบอลเท่ากับ 3.26 คะแนน กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการผลักบอลเท่ากับ 3.2 คะแนน กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับบอลเท่ากับ 2.8 คะแนน กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับบอลเท่ากับ 2.5 คะแนน กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้เท่ากับ 2.99 คะแนน กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้เท่ากับ 2.92 คะแนน แสดงให้เห็นว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ไม่แตกต่างกับนักเรียนกลุ่มควบคุม

**ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ t-test**

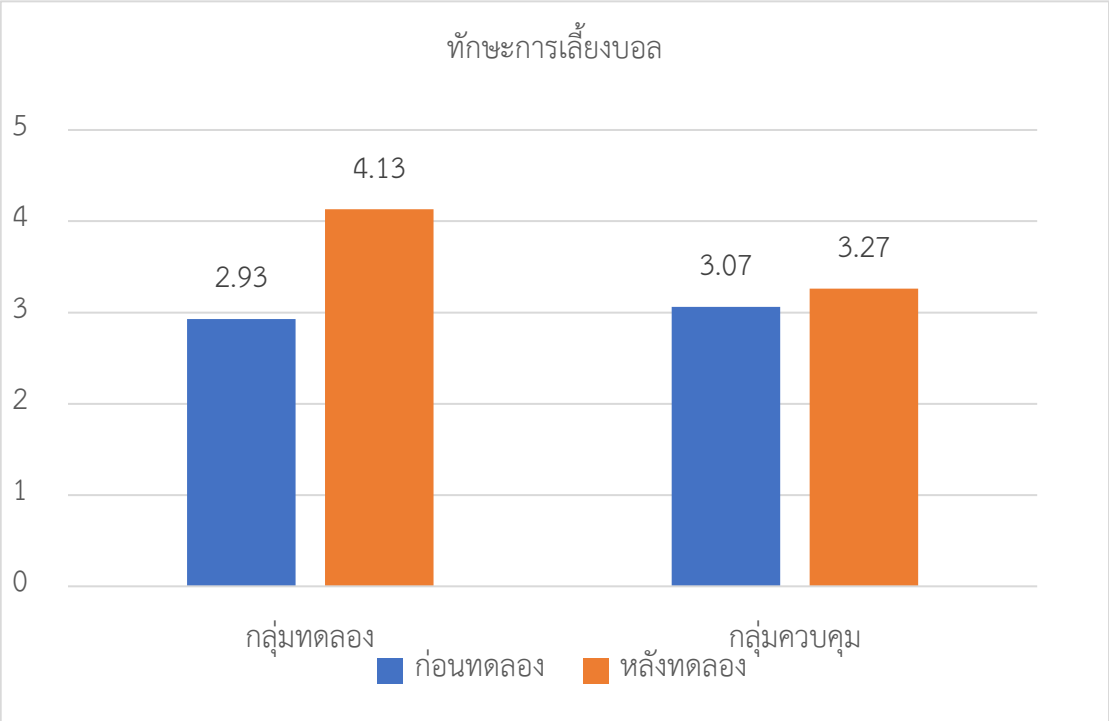
**ตารางที่ 9** ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม

| รายการ | กลุ่มทดลอง (n = 15) | | กลุ่มควบคุม (n = 15) | | t | p |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | Mean | S.D. | Mean | S.D. | | |
| **การปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้** | | | | | | |
| การเลี้ยงบอล | 4.13 | 0.64 | 3.27 | 0.96 | 2.9 | .00* |
| การผลักบอล | 4.2 | 0.67 | 3.47 | 0.91 | 2.4 | .01* |
| การรับบอล | 4 | 0.92 | 2.93 | 0.7 | 3.5 | .00* |
| คะแนนรวมการปฏิบัติทักษะ | 4.11 | 0.37 | 3.22 | 0.46 | 5.78 | .00* |

จากตารางที่ 9 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ หลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้หลังการทดลอง โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการเลี้ยงบอลเท่ากับ 4.13 คะแนน กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการเลี้ยงบอลเท่ากับ 3.26 คะแนน กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการผลักบอลเท่ากับ 4.2 คะแนน กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการผลักบอลเท่ากับ 3.4 คะแนน กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับบอลเท่ากับ 4 คะแนน กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับบอลเท่ากับ 2.93 คะแนน กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ เท่ากับ 4.11 คะแนน กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ เท่ากับ 3.19 คะแนน แสดงให้เห็นว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้แตกต่างกับนักเรียนกลุ่มควบคุม

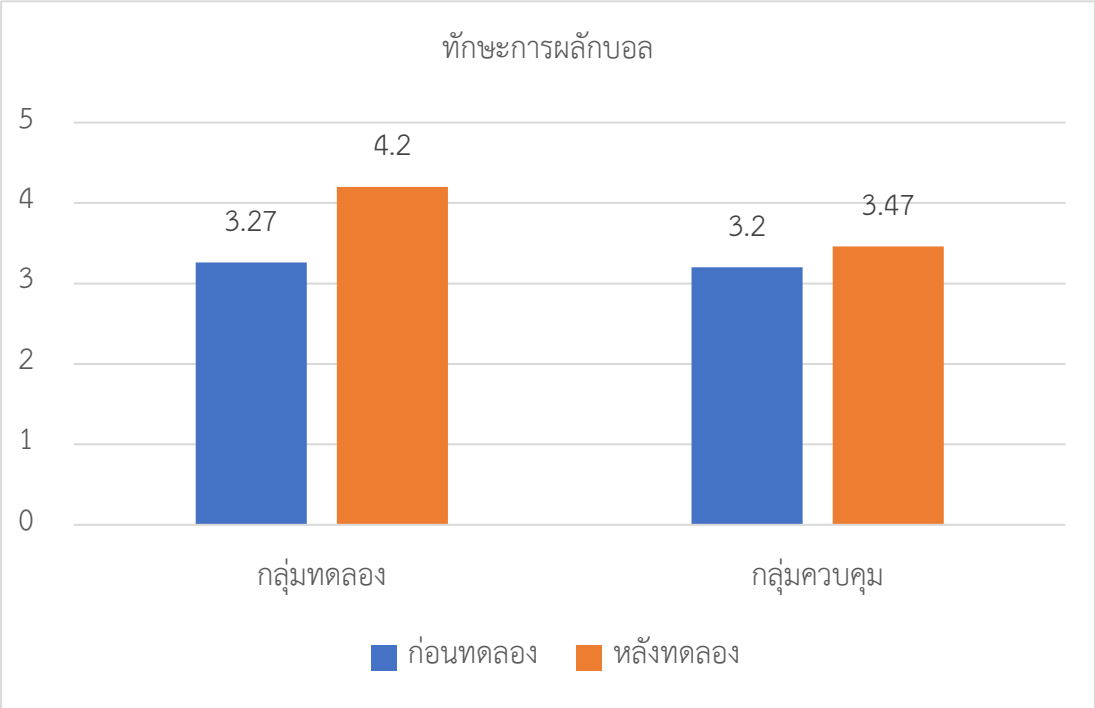
**ภาพที่ 19** ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ในทักษะการเลี้ยงบอล ก่อนการทดลองและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม




จากภาพที่ 19 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ในทักษะการเลี้ยงบอลของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนการทดลองเท่ากับ 2.93 คะแนน หลังการทดลองเท่ากับ 4.13 คะแนน และนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองเท่ากับ 3.07 คะแนน หลังการทดลองเท่ากับ 3.27 คะแนน

เมื่อเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ในทักษะการเลี้ยงบอล หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในทักษะการเลี้ยงบอลสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม

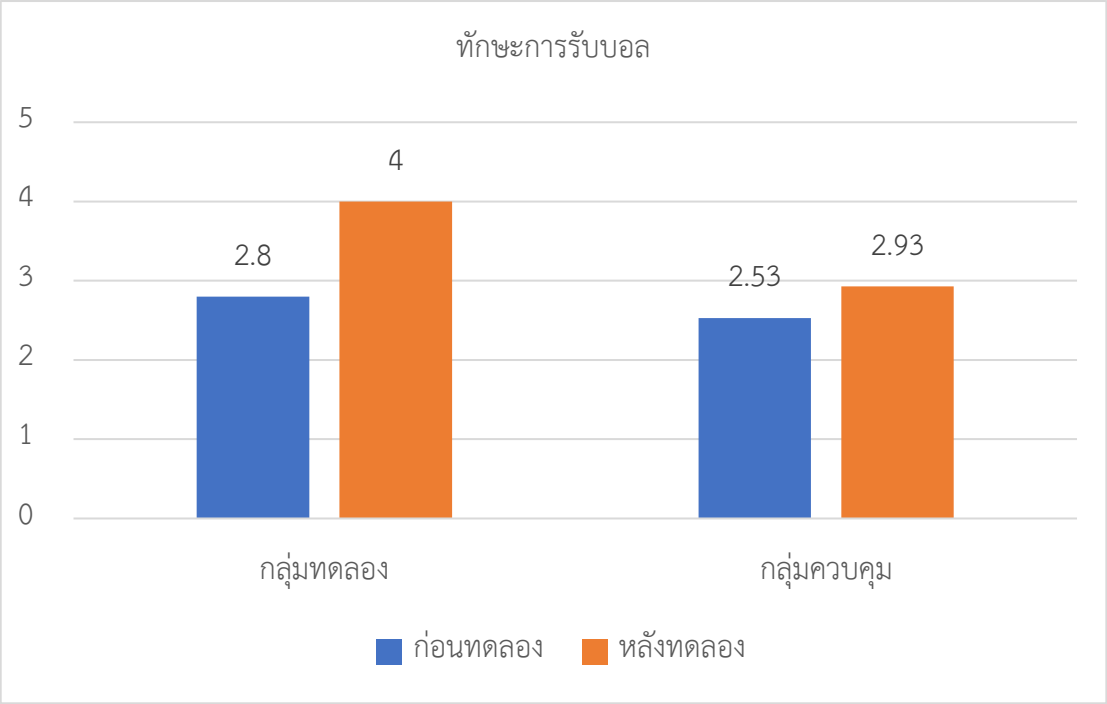
**ภาพที่ 20** ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ในทักษะการผลักบอล ก่อนการทดลองและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม




จากภาพที่ 20 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ในทักษะการผลักบอลของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนทดลองเท่ากับ 3.27 คะแนน หลังการทดลองเท่ากับ 4.2 คะแนน และนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองเท่ากับ 3.2 คะแนน หลังการทดลองเท่ากับ 3.47 คะแนน

เมื่อเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ในทักษะการเลี้ยงบอล หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในทักษะการผลักบอลสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม

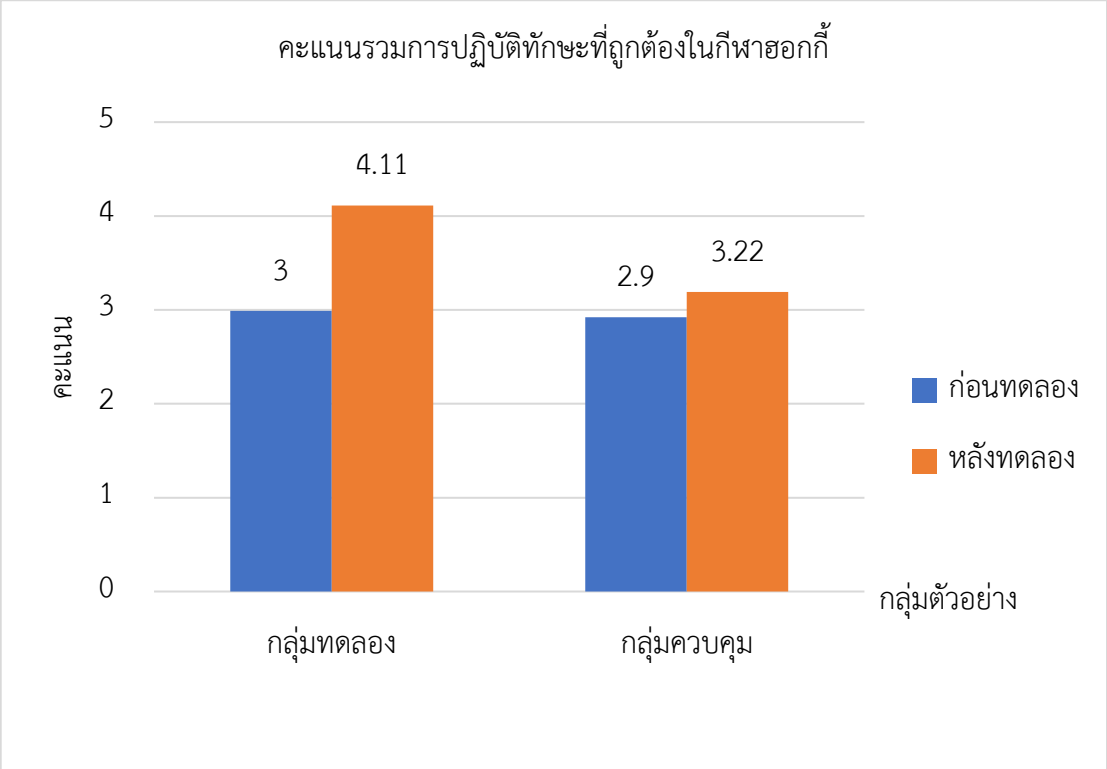
**ภาพที่ 21** ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ในทักษะการรับบอล ก่อนการทดลองและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม




จากภาพที่ 21 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ในทักษะการรับบอลของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนการทดลองเท่ากับ 2.8 คะแนน หลังการทดลองเท่ากับ 4 คะแนน และนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองเท่ากับ 2.93 คะแนน หลังการทดลองเท่ากับ 2.53 คะแนน

เมื่อเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ในทักษะการเลี้ยงบอล หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในทักษะการรับบอล สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม

**ภาพที่ 22** ค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ก่อนการทดลองและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม




จากภาพที่ 22 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนการทดลองเท่ากับ 3 คะแนน หลังการทดลองเท่ากับ 4.11 คะแนน และนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองเท่ากับ 2.9 คะแนน หลังการทดลองเท่ากับ 3.22 คะแนน

เมื่อเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนรวมความสามารถในทักษะการเลี้ยงบอล สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม

# บทที่ 5
# สรุปผลการวิจัย อภิปลายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Selection) เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนวิชาพลศึกษากีฬาฮอกกี้ ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 ทำการสุ่มห้องเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากห้องเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาที่ใกล้เคียงกันมา 2 กลุ่ม จากนั้นทำการจับฉลากเพื่อกำหนดเข้า กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย 8 สัปดาห์ โดยทำการฝึกสัปดาห์ละ 1 วัน วันละ 50 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง คือ แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ได้ค่าความสอดคล้อง (Item Objective Congruence, IOC) 0.92 และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบประเมินทักษะกีฬาฮอกกี้ ได้ค่าความสอดคล้องเท่ากับ (Item Objective Congruence, IOC) 1.00 และมีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.75 งานวิจัยนี้ มีการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย (Mean), ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนของการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ดังนี้ ค่าเฉลี่ยของผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ t-test และค่าเฉลี่ยของผลการเรียนรู้ด้านการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ t-test

**สรุปผลการวิจัย**

การวิจัยเรื่อง การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนของการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับรับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE

ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ มีดังนี้

1.1 การปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ในทักษะการเลี้ยงบอล

1.1.1 ค่าเฉลี่ยในทักษะการเลี้ยงบอลของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังจากการทดลองสูงขึ้นจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการเลี้ยงบอลเท่ากับ 2.93 คะแนน หลังทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการเลี้ยงบอลเท่ากับ 4.13 คะแนน

1.1.2 ค่าเฉลี่ยในทักษะการเลี้ยงบอลของนักเรียนกลุ่มควบคุม หลังจากการทดลองสูงขึ้นจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการเลี้ยงบอลเท่ากับ 3.06 คะแนน หลังทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการเลี้ยงบอลเท่ากับ 3.26 คะแนน

1.2 การปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ในทักษะการผลักบอล

1.2.1 ค่าเฉลี่ยในทักษะการผลักบอลของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังจากการทดลองสูงขึ้นจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการผลักบอลเท่ากับ 3.26 คะแนน หลังทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการผลักบอลเท่ากับ 4.2 คะแนน

1.2.2 ค่าเฉลี่ยในทักษะการผลักบอลของนักเรียนกลุ่มควบคุม หลังจากการทดลองสูงขึ้นจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการผลักบอลเท่ากับ 3.2 คะแนน หลังทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการผลักบอลเท่ากับ 3.46 คะแนน

1.3 การปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ในทักษะการรับบอล

1.3.1 ค่าเฉลี่ยในทักษะการรับบอลของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังจากการทดลองสูงขึ้นจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการรับบอลเท่ากับ 2.8 คะแนน หลังทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการรับบอลเท่ากับ 4 คะแนน

1.3.2 ค่าเฉลี่ยในทักษะการรับบอลของนักเรียนกลุ่มควบคุม หลังจากการทดลองสูงขึ้นจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการรับบอลเท่ากับ 2.53 คะแนน หลังทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการรับบอลเท่ากับ 2.93 คะแนน

1.4 คะแนนรวมการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้

1.4.1 ค่าเฉลี่ยคะแนนรวมการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังจากการทดลองสูงขึ้นจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนรวมของผลการทดสอบปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้เท่ากับ 2.99 คะแนน หลังทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้เท่ากับ 4.11 คะแนน

1.4.2 ค่าเฉลี่ยคะแนนรวมการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ของนักเรียนกลุ่มควบคุม หลังจากการทดลองสูงขึ้นจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนรวมของผลการทดสอบปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้เท่ากับ 2.92 คะแนน หลังทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้เท่ากับ 3.19 คะแนน

โดยสรุปผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม

**อภิปรายผลการวิจัย**

การวิจัยเรื่อง การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา มีประเด็นนำมาอภิปรายผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. ค่าเฉลี่ยของผลของการทดสอบการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ด้วยทักษะการเลี้ยงบอล ทักษะการผลักบอล ทักษะการรับบอล และผลรวมคะแนน ก่อนและหลังของนักเรียนกลุ่มทดลอง

จากการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของการทดสอบการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ด้วยทักษะการเลี้ยงบอล ทักษะการผลักบอล ทักษะการรับบอล และผลรวมคะแนน ก่อนและหลังของนักเรียนกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนการทดสอบการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ซึ่งการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ประกอบไปด้วย การทดสอบทักษะการเลี้ยงบอล ทักษะการผลักบอล ทักษะการรับบอล และผลรวมคะแนน สามารถอภิปรายประเด็นดังต่อไปนี้

1.1 ค่าเฉลี่ยในทักษะการเลี้ยงบอล ของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังจากการทดลองมีค่าเฉลี่ยสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการเลี้ยงบอลเท่ากับ 2.93 คะแนน หลังทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการเลี้ยงบอลเท่ากับ 4.13 คะแนน

1.2 ค่าเฉลี่ยในทักษะการผลักบอล ของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังจากการทดลองมีค่าเฉลี่ยสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการผลักบอลเท่ากับ 3.26 คะแนน หลังทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการผลักบอลเท่ากับ 4.2 คะแนน

1.3 ค่าเฉลี่ยในทักษะการรับบอล ของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังจากการทดลองมีค่าเฉลี่ยสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการรับบอลเท่ากับ 2.8 คะแนน หลังทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบในทักษะการรับบอลเท่ากับ 4 คะแนน

1.4 ค่าเฉลี่ยคะแนนรวมการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังจากการทดลองสูงขึ้นจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนรวมของผลการทดสอบปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้เท่ากับ 2.99 คะแนน หลังทดลองมีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้เท่ากับ 4.11 คะแนน

จากการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ของนักเรียนมัธยมศึกษา ที่มีการจัดโปรแกรมในนักเรียนได้มีการฝึกเสริมสร้างทักษะฮอกกี้อย่างเหมาะสมด้วยการจัดการเรียนรู้พลศึกษาที่หลากหลาย โดยนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน 8 สัปดาห์ โดยมีการจัดการเรียนการสอนแบบปกติ 4 สัปดาห์ และจัดการเรียนการสอนแบบออนไลน์ 4 สัปดาห์ ด้วยรูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบผสมผสาน (Hybrid Instruction) ทั้งรูปแบบ Synchronous Learning เป็นการสอนที่ผู้สอนนัดหมายผู้เรียนทุกคนมาเรียนพร้อมกัน เช่น Zoom และ Lsynchronous Learning เป็นการสอนที่ผู้สอนนำเสนอบทเรียนให้ผู้เรียนสามารถเข้ามาเรียนต่างเวลากัน เช่น สื่อการสอนที่เป็น VDO Clip ที่เผยแพร่ใน Youtube ด้วยการจัดการเรียนการรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน โดยจะมีการจับคู่ผู้เรียนระหว่างผู้ที่ได้คะแนนสูงกับผู้เรียนที่ได้คะแนนต่ำ เพื่อแลกเปลี่ยนมุมมองความคิด ทักษะ ความสามารถ ประสบการณ์ และมีการให้ข้อมูล ย้อนกลับ การเสริมแรง การชมเชย การให้กำลังใจซึ่งกันและกัน เมื่อได้รับการจัดการเรียนรู้ผ่านไประยะเวลา 8 สัปดาห์ ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองมีการพัฒนาขึ้นจริง แสดงให้เห็นว่า การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนส่งผลต่อการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ซึ่งสามารถอธิบายได้ดังนี้

การทดสอบการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ นักเรียนกลุ่มทดลองมีความมั่นใจในการปฏิบัติมากขึ้น สังเกตได้จาก การตั้งใจในการปฏิบัติทักษะในทุกๆขั้นตอน ตั้งแต่การยืน การจับไม้ การถ่ายเทน้ำหนักตัวเพื่อส่งแรง การจัดระเบียบร่างกาย และความประหม่าที่กังวลว่าจะปฏิบัติผิดลดลง ซึ่งสอดคล้องกับหลักการของแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจในการปฏิบัติตามขั้นตอนที่ถูกต้องมากกว่าการเรียนรู้จากการบรรยาย หรือสาธิตโดยไม่ได้ให้ผู้เรียนได้ลองฝึกปฏิบัติ เนื่องจากมีเพื่อนคอยให้คำปรึกษา กระตุ้นเสริมแรง ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แลกเปลี่ยนประสบการณ์ความคิดเห็น ให้ผลย้อนกลับ และบันทึกความก้าวหน้าในการเรียนของเพื่อน โดยมีครูผู้สอนคอยให้คำแนะนำและจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ที่ให้ผู้เรียนสามารถทบทวนบทเรียนและฝึกปฏิบัติด้วยตนเองนอกเวลาเรียนได้ด้วยตนเอง ส่งผลให้การทดสอบการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ทั้งทักษะการเลี้ยงบอล การผลักบอล และการรับบอลของกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการทดสอบที่ดีขึ้น

ผลจากการวิจัยดังกล่าวมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ จุฬาลักษณ์ สงฆ์สระน้อย และคณะ (2563) ศึกษาผลของการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อความแม่นยำในการเล่นลูกสองมือล่างในกีฬาวอลเลย์บอล พบว่าหลังจากฝึกโปรแกรมการฝึกวอลเลย์บอลแบบเพื่อนช่วยเพื่อน 8 สัปดาห์ ผู้ฝึกมีความแม่นยำในการเล่นลูกสองมือล่างในกีฬาวอลเลย์บอลดีขึ้นกว่าเดิม และวีรพรรณ จันทร์ขาว (2561) ศึกษาประสิทธิผลของการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อความสามารถในกาว่ายน้ำ ผลการวิจัยพบว่า การว่ายน้ำ ท่าครอลสโตรค และท่ากรรเชียง มีการพัฒนาความสารมารถเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่ระยะก่อนการทดลองจนถึงระยะหลังการทดลอง และทำให้ผู้เรียนมีทัศนคติในการเรียนที่ดี ความเข้าใจในท่าทางขั้น ตอนวิธีการว่ายน้ำมากขึ้น และวิธีการแก้ไขข้อผิดพลาดต่าง ๆ ในการว่ายน้ำ ทำให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานมีเจตคติที่ดีต่อการว่ายน้ำ และมีปฏิสัมพันธ์กันมากขึ้น และ ชนานนท์ เชื้อนิลพิพัฒน์ (2559) ได้ศึกษาโดยการวิจัยแบบกึ่งทดลอง เรื่อง *“การปรับพฤติกรรมของผู้เรียนที่ไม่กล้าว่ายน้ำโดยการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน”* ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนสามารถปรับพฤติกรรมที่ไม่กล้าว่ายน้ำมีคะแนนดีขึ้น และความพึงพอใจ ของผู้เรียนที่ไม่กล้าว่ายน้ำโดยการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน พบว่าผู้เรียน ที่ไม่กล้าว่ายน้ำจำนวน 10 คน มีความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้วิธีการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน โดยรวมอยู่ในระดับมาก จากการวิจัยข้างต้นแสดงให้เห็นว่า จากการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้ ครั้งนี้มีความเหมาะสม โดยส่งผลให้การปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้เกิดการพัฒนายิ่งขึ้น ทั้งทักษะการเลี้ยงบอล ทักษะการผลักบอล และทักษะการรับบอล

2. ค่าเฉลี่ยของผลของการทดสอบการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ด้วยทักษะการเลี้ยงบอล ทักษะการผลักบอล ทักษะการรับบอล และผลรวมคะแนน หลังจากการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม

จากการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของการทดสอบการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ด้วยทักษะการเลี้ยงบอล ทักษะการผลักบอล ทักษะการรับบอล และผลรวมคะแนน หลังจากการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาในกีฬาฮอกกี้แบบปกติ พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนการทดสอบการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ซึ่งการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ประกอบไปด้วย การทดสอบทักษะการเลี้ยงบอล ทักษะการผลักบอล ทักษะการรับบอล และผลรวมคะแนน สามารถอภิปรายประเด็นดังต่อไปนี้

2.1 ค่าเฉลี่ยในทักษะการเลี้ยงบอลของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังจากการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของการทดสอบทักษะการเลี้ยงบอลเท่ากับ 4.13 คะแนน นักเรียนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของการทดสอบทักษะการเลี้ยงบอลเท่ากับ 3.26 คะแนน พบว่า หลังจากการทดลอง ค่าเฉลี่ยผลการทอดสอบทักษะการเลี้ยงบอลของนักเรียนกลุ่มทดลองดีกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2 ค่าเฉลี่ยในทักษะการผลักบอลของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังจากการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของการทดสอบทักษะการผลักบอลเท่ากับ 4.2 คะแนน นักเรียนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของการทดสอบทักษะการผลักบอลเท่ากับ 3.46 คะแนน พบว่า หลังจากการทดลอง ค่าเฉลี่ยผลการทอดสอบทักษะการผลักบอลของนักเรียนกลุ่มทดลองดีกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.3 ค่าเฉลี่ยในทักษะการรับบอลของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังจากการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของการทดสอบทักษะการรับบอลเท่ากับ 4 คะแนน นักเรียนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของการทดสอบทักษะการรับบอลเท่ากับ 2.93 คะแนน พบว่า หลังจากการทดลอง ค่าเฉลี่ยผลการทอดสอบทักษะการผลักบอลของนักเรียนกลุ่มทดลองดีกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.4 ค่าเฉลี่ยคะแนนรวมการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังจากการทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนรวมของผลการทดสอบปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้เท่ากับ 4.11 คะแนน นักเรียนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนรวมการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้เท่ากับ 3.22 คะแนน พบว่า หลังจากการทดลอง ค่าเฉลี่ยคะแนนรวมการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ของนักเรียนกลุ่มทดลองดีกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

รายการทดสอบการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ เพื่อประเมินทักษะการเลี้ยงบอล ทักษะการผลักบอล ทักษะการรับบอล และผลรวมคะแนน ซึ่งรายการทดสอบดังกล่าวแสดงให้เห็นถึงการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ของนักเรียน จากผลการวิจัยสามารถอธิบายได้ว่า ค่าเฉลี่ยของการทดสอบการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ หลังจากการทดลอง 8 สัปดาห์ ระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อเสริมสร้างทักษะฮอกกี้กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาในกีฬาฮอกกี้แบบปกติ พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนการทดสอบการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 ดังนั้นการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน มีผลต่อการพัฒนาการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้มากกว่าการจัดการเรียนรู้พลศึกษาในกีฬาฮอกกี้แบบปกติ ซึ่งการจัดการเรียนรู้พลศึกษาในกีฬาฮอกกี้ทั้ง 2 กลุ่ม มีการจัดการเรียนรู้ที่แตกต่างกันดังนี้

**นักเรียนกลุ่มทดลอง** ในการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน เป็นการเรียนออนไลน์ 4 และออนไซต์ 4 สัปดาห์ โดยขั้นตอนการจัดการเรียนรู้แบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน **1) ขั้นเตรียม** ครูจัดเตรียมเนื้อหา สื่อออนไลน์ เพื่อให้ผู้เรียนสามารถศึกษาค้นคว้าเนื้อหานอกชั้นเรียน แนะนำวิธีการศึกษาค้นคว้า และแนะนำกิจกรรมการเรียนการรู้ในสัปดาห์นั้นเพื่อให้ผู้เรียนได้เข้าใจถึงวัตถุประสงค์ตัวชี้วัดการเรียนรู้ที่กำหนดไว้ ครูอธิบายให้ผู้เรียนทราบถึงจุดประสงค์และความสำคัญในการรับบทบาทและการทำหน้าที่ของการเป็นนักเรียนผู้สอนรวมทั้งอธิบายให้ผู้เรียนทราบถึงวิธีการให้ข้อมูลย้อนกลับ การใช้คำพูด การชมเชย การแสดงสีหน้าและท่าทาง รวมทั้งการใช้ภาษากายต่อนักเรียนผู้เรียน **2) ขั้นสอน** แบ่งเป็น 5 ขั้นตอนดังนี้ 2.1 ขั้นการฝึกอบรม ผู้สอนอธิบายและสาธิตตัวอย่างการปฏิบัติ และให้นักเรียนปฏิบัติตามท่าทางที่กำหนดไว้ 2.2 ขั้นจับกลุ่มผู้เรียน โดยครูให้นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ระหว่างผู้เรียนที่ได้คะแนนสูงกับผู้เรียนที่ได้คะแนนต่ำ ให้จับกลุ่มกันตามความสนใจและความพึงพอใจกลุ่มผู้เรียนที่ได้คะแนนต่ำ 2.3 ขั้นปฏิบัติ ครูให้นักเรียนแยกกลุ่มปฏิบัติร่วมกัน และให้นักเรียนแต่ละกลุ่ม ช่วยเหลือกันในการสังเกตและให้ข้อมูลสะท้อนการปฏิบัติซึ่งกันและกัน ในขณะเดียวกันครูสามารถเข้าไปสังเกตและ

แนะนำแต่ละกลุ่มได้ 2.4 ขั้นการแข่งขันเพื่อหาทีมชนะ ในทุกๆสัปดาห์ครูจัดกิจกรรมเกมการแข่งขันปฏิบัติทักษะและเก็บคะแนน เพื่อรวบรวมคะแนนทั้งหมดในสัปดาห์สุดท้ายและมอบรางวัลให้แก่กลุ่มผู้ชนะ **3) ขั้นสรุป** ครูอธิบายรายละเอียดชิ้นงานในการประเมิน ครูอธิบายเกณฑ์การประเมินจากใบงานและคลิปวิดีโอ รายกลุ่มและรายบุคคล ครูและผู้เรียน ร่วมกันสรุปการเรียนรู้ และอธิบายด้วยการวิเคราะห์ตนเองและของเพื่อนในการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ โดยครูเตรียม หัวข้อประเด็นการเรียนรู้ เพื่อสะท้อนการเรียนรู้ และการให้ข้อมูลย้อนกลับ และนัดหมายการเรียนครั้งถัดไป

จากการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ จุฬาลักษณ์ สงฆ์สระน้อย และคณะ (2563) ได้กล่าวว่า การสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อน เป็นการจัดให้นักเรียนที่เรียนเก่งช่วยสอนนักเรียนที่เรียนอ่อนแบบตัวต่อตัวทำให้นักเรียนที่เรียนเก่งเกิดความภาคภูมิใจรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่าที่ได้ทำประโยชน์ นั่นก็คือ การสอนเพื่อนให้ได้รับความรู้และปฏิบัติกิจกรรมได้ ในส่วนนักเรียนที่เรียนอ่อนก็ไม่วิตกกังวลกับการเรียนไม่มีความรู้สึกในข้อบกพร่องของตนเองและเกิดกำลังใจเพราะได้รับการช่วยเหลือ การดูแลเอาใจใส่จากเพื่อนด้วย จนทำให้ตัวเองเกิดความเข้าใจและสามารถปฏิบัติสิ่งนั้นได้ดี ทำให้บรรยากาศในการเรียนรู้เป็นกันเอง เกิดความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกันเกิดความชื่นชอบต่อการเรียน ทำให้นักเรียนเกิดทัศนคติที่ดีต่อการเรียน สามารถเรียนรู้และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ และ วีรพรรณ จันทร์ขาว (2561) กล่าวว่า การเรียนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนทำให้ผู้เรียนมีทัศนคติในการเรียนที่ดี ความเข้าใจในท่าทางขั้นตอนวิธีการว่ายน้ำมากขึ้น และวิธีการแก้ไขข้อผิดพลาดต่าง ๆ ในการว่ายน้ำ ทำให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานมีเจตคติที่ดีต่อการว่ายน้ำ และมีปฏิสัมพันธ์กันมากขึ้น และทำให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานมีเพื่อนคอยให้คำแนะนำ แก้ไขในข้อผิดพลาดต่างๆ วิธีการพูดและความเป็นกันเองระหว่างเพื่อนกับเพื่อนทำให้เกิดความรู้สึกทางจิตใจที่ดีกว่าการเรียนผ่านครูผู้สอนโดยตรง ไม่เกิดความเกร็งในการเรียน ทำให้ผู้เรียนได้พูดคุยกันมากขึ้น ได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แนะนำกัน และมีความเข้าใจในการเรียนไม่ว่าจะเป็น ด้านขั้นตอนวิธีการ ด้านทักษะ และการปฏิบัติต่างๆ มากขึ้น

**นักเรียนกลุ่มควบคุม** ในการจัดการเรียนการสอนของนักเรียนกลุ่มควบคุมได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ 8 สัปดาห์ เป็นการเรียนออนไลน์ 4 และการเรียนออนไซต์ 4 สัปดาห์ โดยขั้นตอนการจัดการเรียนรู้พลศึกษา แบ่ง 5 ขั้นตอน **1) ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน** ครูนำนักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยให้นักเรียนปฏิบัติตาม จากนั้นครูกล่าวถึงบทเรียนและกิจกรรมในคาบเรียน **2) ขั้นอธิบายและสาธิต** ครูอธิบายและแสดงท่าทางการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องให้ผู้เรียนสังเกต **3) ขั้นฝึกปฏิบัติ** ครูให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติทักษะตามด้วยตนเองและคอยให้คำแนะนำแต่ละบุคคล **4) ขั้นนำไปใช้** ครูจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนนำทักษะที่เรียนไปมาใช้ปฏิบัติจริง **5) ขั้นสรุป** ครูตั้งคำถามเพื่อทดสอบความรู้ที่ได้เรียนไป ครูสรุปความรู้และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนสอบถาม ครูอธิบายรายละเอียดชิ้นงานในการประเมิน ครูอธิบายเกณฑ์การประเมินจากใบงานและคลิปวิดีโอรายบุคคล และนัดหมายการเรียนครั้งถัดไป

จากตารางที่ 2 หลังการทดลอง 8 สัปดาห์ นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ ในทักษะการเลี้ยงบอล ทักษะการผลักบอล ทักษะการรับบอล และผลรวมคะแนน มีค่าคะแนนเฉลี่ยที่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากกลุ่มควบคุมได้รับการจัดการเรียนรู้ที่แตกต่างจากกลุ่มทดลอง แสดงให้เห็นว่าการจัดการเรียนรู้แบบปกติของกลุ่มควบคุมไม่สามารถพัฒนาการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้เท่าที่ควร โดยกลุ่มควบคุมปฏิบัติท่าทางที่ไม่ถูกต้องในการเลี้ยงบอล ขาดความแม่นยำในการผลักบอล ไม่สามารถรับบอลได้เนื่องจากขาดความมั่นใจในการปฏิบัติ กลัวปฏิบัติผิดขั้นตอน เช่น การจัดระเบียบร่างกายในการเลี้ยงบอล การถ่ายเทน้ำหนักร่างกายเพื่อช่วยเสริมแรงในการผลักบอล และการจับไม้สลับมือซ้ายขวา การเกร็งแขนก่อนที่บอลจะสัมผัสไม้ในการรับบอล ดังนั้นจึงเป็นปัจจัยที่ทำให้คะแนนการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ของกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยที่ไม่แตกต่างกันหลังการทดลอง

อย่างไรก็ตามผลการทดสอบการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้หลักการทดลองของกลุ่มควบคุมมีการพัฒนาเพิ่มขึ้น อาจเกิดจากการออกกำลังกาย เล่นกีฬาฮอกกี้ นอกชั้นเรียน ซึ่งทำให้เกิดปัจจัยแทรกซ้อนที่ส่งผลต่อการพัฒนาการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้ผู้วิจัยไม่สามารถควบคุมได้

**ข้อเสนอแนะ**

จากงานวิจัยดังกล่าว ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1.1 ผู้ฝึกสอนหรือครูที่จะนำการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนไปใช้ควรมีความรู้ความเข้าใจถึงหลักการของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE และแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อให้การจัดการเรียนรู้เกิดประสิทธิภาพมากที่สุด

1.2 ผู้ฝึกสอนหรือครูที่จะนำการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนไปใช้ ควรให้ผู้เรียนทราบถึงจุดประสงค์และความสำคัญในการรับบทบาทและการทำหน้าที่ของการเป็นผู้สอนและผู้เรียนอย่างครบถ้วน เพื่อให้การจัดการเรียนรู้เกิดประสิทธิภาพมากที่สุด

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้รูปแบบอื่นๆที่มีผลต่อทักษะฮอกกี้ เพื่อพัฒนาการจัดการเรียนรู้พลศึกษาให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

2.2 ควรนำแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนไปปรับใช้ในการพัฒนาทักษะกีฬาอื่นๆ

# บรรณานุกรม

ภาษาไทย


กรมวิชาการ. 2544. *หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน.* พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การรับส่ง

กระทรวงศึกษาธิการ (2551). *ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุธศักราช 2551.*

กฤธยากาญจน์ โตพิทักษ์. (2563). *การประเมินการปฏิบัติ: แนวคิดสู่การปฏิบัติ = Performance assessment : concept to practice.* พิษณุโลก: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2563

การกีฬาแห่งประเทศไทย (2564). *กีฬาฮอกกี้เพื่อการเรียนรู้.* https://www.satc.or.th/esport/history.aspx?sid=21

จตุภูมิ เขตจัตุรัส. (2560). *การพัฒนาตัวบ่งชี้ทักษะการเรียนรู้และนวัตกรรมของนักเรียนในศตวรรษที่ 21.* ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

จุฬาลักษณ์ สงฆ์สระน้อย, นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร, สันติพงษ์ ปลั่งสุวรรณ และ สุรีพร อนุศาสนนันท. (2563). ผลของการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อความแม่นยำในการเล่นลูกสองมือล่าง ในกีฬาวอลเลย์บอล. *วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ, 46*(2) เดือนกรกฎาคม-ธันวาคม 2563.

ชนานนท์ เชื้ออนิลพิพัฒน์. (2559). การปรับพฤติกรรมของนักเรียนที่ไม่กล้าว่ายน้ำโดยการเรียนรู้ แบบเพื่อนช่วยเพื่อน. [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์. https://so03.tci-thaijo.org/index.php/tahper/article/download/238966/168282/+&cd=2&hl=en&ct=clnk&gl=th มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ชาตรี พรมพุทธ. (2555). การสร้างแบบทดสอบทักษะกีฬาฮอกกี้สำหรับนักศึกษาสถาบัน การพลศึกษา. [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต] มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. http://thesis.swu.ac.th/swuthesis/Phy_Ed/Chatree_P.pdf

ฐาปณีย์ ธรรมเมธา. (2557). *จากทฤษฎีสู่การปฏิบัติ.* นนทบุรี: สหมิตรพริ้นติ้ง แอนด์พับลิชชิ่ง.

ถนอมพร เลาหจรัสแสง. (2545). *Design e-Learning หลักการออกแบบและการสร้างเว็บเพื่อการเรียนการสอน.* กรุงเทพ : ศูนย์หนังสือแห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ทิศนา แขมมณี. (2556). *ศาสตร์การสอน: องค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ.*

พิมพ์ครั้งที่ 17. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ประนอม ดอนแก้ว. (2550). *การใช้กลวิธีการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวทางกายใน การเล่นวอลเล่ย์บอลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเวียงมอกวิทยา.* [การค้นคว้าแบบอิสระศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต] มหาวิทยาลัยเชียงใหม่., https://doi.nrct.go.th/ListDoi/listDetail?Resolve_DOI=10.14457/CMU.res.2007.540

ผศ.ดร.ธีรนันท์ ตันพาณิชย์. (2563). กีฬาฮอกกี้กลางแจ้ง(Field Hockey). (พิมพ์ครั้ง1). กรุงเทพมหานคร: บริษัท วิสต้า อินเตอร์ปริ้นท์ จำกัด. สืบค้นจาก http://pe.edu.kps.ku.ac.th/pes2016/images/stories/Theeranan/E-BOOK_HOCKY_TP.pdf

พิริยา ชนรักษา. (2560). ผลของการฝึกเสริมด้วยการวิ่งหลายทิศทางที่มีต่อความคล่องแคล่วว่องไวในนักกีฬาฮอกกี้หญิงระดับเยาวชน. [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต] จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

รองศาสตราจารย์ดร.ปราวีณยา สุวรรณณัฐโชติ. (2562). *การจัดการเรียนการสอนและการประเมินผลผู้เรียนแบบออนไลน์ภายใต้สถานการณ์และมารการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019* : สำนักบริหารวิชาการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ศูนย์นวัตกรรมการเรียนรู้ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์ ฝ่ายมัธยม. (2561). *ประมวลวิชาพลศึกษากีฬาฮอกกี้ มัธยมศึกษาปีที่ 4.* [เอกสารไม่ได้ตีพิมพ์]. โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2548). *ปรัชญา หลักการ วิธีสอนและการวัดเพื่อประเมินผลทางพลศึกษา.* กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วีรพรรณ จันทร์ขาว. (2561). ประสิทธิผลของการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีต่อความสามารถในการว่ายน้ำ. [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต] มหาวิทยาลัยบูรพา. http://digital_collect.lib.buu.ac.th/dcms/files/57910101.pdf

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2556). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม (พิมพ์ครั้งที่ 14). กรุงเทพ

สมาคมฮอกกี้แห่งประเทศไทย. (2563). *ฮอกกี้ประเทศไทย.* http://www.thailandhockey.or.th/

สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (2545) . *E-Learning.* กรุงเทพฯ. http://www.tnrr.in.th/?page=result_search&record_id=83653 สินค้าและพัสดุภัณฑ์.

สุพรรณี ยิ้มนวล. (2556). การสร้างแบบทดสอบทักษะกีฬาฮอกกี้ สำหรับนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต] มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

สุวิมล ตั้งสัจพจน์. (2541). *พลศึกษาและนันทนาการ.* กรุงเทพฯ: ภาควิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

อมรเทพ เทพวิชิต.(2552). *การจัดการเรียนการสอนบนเว็บด้วย Moodle 1.9 สำหรับผู้สอน.* นครราชสีมา: ศูนย์นวัตกรรมและเทคโลยีการศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโลยีสุรนารี.

อาณัติ รัตนถิรกุล. (2553). *สร้างระบบ E-Learning ด้วย Moodle ฉบับสมบูรณ์*. กรุงเทพฯ : ซีเอ็ดยูเคชั่น

ภาษาต่างประเทศ

Bender, W. N. (2002). *Differentiating instruction for students with learning disabilities: Best practices for general and special educators*. Thousand Oaks, CA: Corwin Press.https://education.wm.edu/centers/ttac/resources/articles/inclusion/effectiveteach/

Collin A. W., Emily D'A., Urtel M., McMullen J., Culp B., Egan L.oiacono C. A., and Killian C.. (2021). Physical education in the COVID era: Considerations for online program delivery using the comprehensive school Physical activity program framework. *Journal of Teaching in Physical Education*. DOI: https://doi.org/10.1123/jtpe.2020-0182

Crosby, M. (2018). *Discovering the best practices for design and development of high school online Physical education: A phenomenological study.* [Doctoral dissertation]. Brandman University. https://digitalcommons.brandman.edu/edd_dissertations/147

Daum & Woods, 2015. Physical education teacher educator's perceptions toward and understanding of K-12 online Physical education. https://experts.illinois.edu/en/publications/physical-education-teacher-educators-perceptions-toward-and-under

HPEAmerican (2021). *Online Physical Education: The elephant in the room*. https://www.pheamerica.org/2014/online-physical-education-the-elephant-in-the-room/

Hyndman, B. P. (2017). A Simulation pedagogical approach to engaging generalist pre-service teachers in Physical education online: The GoPro Trial 1.0. *Australian Journal of Teacher Education, 42*(1). http://dx.doi.org/10.14221/ajte.2017v42n1.6

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

https://ro.ecu.edu.au/cgi/viewcontent.cgi?article=3321&context=ajte

Hyu-Chung J. and Wi-Yong S., (2020). Difficulties of online Physical education classes in middle and high school and an efficient operation plan to address them. *International Journal of Environmental Research and Public Health 17*(19). https://www.mdpi.com/1660-4601/17/19/7279

Maheady (1994). *Peer-mediated teaching and students with learning disabilities*. State University of New York College at Buffalo. https://www.researchgate.net/publication/238437303_Peer-Mediated_Teaching_and_Students_With_Learning_Disabilities

Mohnsen B. (2012) Implementing online Physical education. *Journal of Physical Education Recreation & Dance 83*(2):1-60 DOI:10.1080/07303084.2012.10598727

SHAPE America (2018). *Guidelines for K-12 online Physical education [Guidance document]. Reston*, VA: Author. https://www.shapeamerica.org/uploads/pdfs/2020/guidelines/Online-PE-Guidance-Document.pdf

Tyler G. and Emily J. (2017) Training online Physical educators: A phenomenological case study. *Hindawi Education Research International Volume 2017*, Article ID 3757489, 12 pages. https://doi.org/10.1155/2017/3757489

University of Leicester. (2021). *Peer assisted learning (PAL): Introduction*. https://www2.le.ac.uk/offices/lli/case-studies-and-resources/repository/student-learning-resources/engaging-students-as-partners/Peer%20Assisted%20Learning%20-PAL

Ward P. and Myung-Ah L. (2005). Peer-assisted learning in Physical education: A review of theory and research. *Journal of Teaching in Physical Education 24*(3) Follow journal. DOI: 10.1123/jtpe.24.3.205

# ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

# ภาคผนวก ก
# รายนามผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

# รายนามผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเครื่องมือในการวิจัย

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เติมเพชร สุขคณาภิบาล
   หัวหน้าภาควิชามนุษย์ศาสตร์ หลักสูตรสาขาวิชาพลศึกษา คณะศิลปะศาสตร์ประยุกต์
   มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ติงศภัทิย์
   อาจารย์ประจำสาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา
   ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิยาลัย
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศุภวรรณ วงศ์สร้างทรัพย์
   รองหัวหน้าภาควิชาฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการ คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนาศาสตร์
   ภาควิชาพลศึกษาและกีฬา
4. อาจารย์ ดร.ธานินทร์ บุญญาลงกรณ์
   อาจารย์ประจำกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
   โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ฝ่ายมัธยม)
5. อาจารย์ สุรเชษฐ์ วิศวธีรานนท์
   อาจารย์ประจำกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
   โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ฝ่ายประถม)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**ภาคผนวก ข**

**ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินงานทดลอง**

ข-1 แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษา

โดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน

ข-2 แบบวัดผลการเรียนรู้ด้านทักษะปฏิบัติที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้

ข-3 แบบบันทึกผลการประเมินการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**ข-1 แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน**

| | **แผนระยะยาวสำหรับเนื้อหาในการจัดการเรียนรู้** | **จำนวนคาบ** |
|---|---|---|
| 0 | การทดสอบก่อนเรียน ปฐมนิเทศ | 90 นาที |
| 1 | การจับไม้ และการเดาะบอล | 1 |
| 2 | การจับไม้ และการเดาะบอล (ออนไลน์) | 1 |
| 3 | การครอบครองบอล และการกรอลูกแบบต่างๆ | 1 |
| 4 | การครอบครองบอล และการกรอลูกแบบต่างๆ (ออนไลน์) | 1 |
| 5 | การเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที่ | 1 |
| 6 | การเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที่ (ออนไลน์) | 1 |
| 7 | การผลักลูก (Push) | 1 |
| 8 | การผลักลูก (Push) (ออนไลน์) | 1 |
| 0 | ทดสอบหลังเรียน | 1 |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1**

**รายวิชา** พลศึกษา กีฬาฮอกกี้ **ระดับชั้น** มัธยมศึกษาปีที่ 4

**ภาคเรียนที่ 1** **เวลา** 50 นาที

**เรื่อง** การจับไม้ และการเดาะบอล

**ผู้สอน** อาจารย์ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

---

**1. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด**

**สาระที่ 3** การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

**มาตรฐาน พ 3.1.** เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

**มาตรฐาน พ 3.2**. รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรภาพของการกีฬา

**ตัวชี้วัด**

1. วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา
2. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล/คู่ กีฬาประเภททีม อย่างน้อย 1 ชนิด
3. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์
4. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆ ในระหว่างการเล่นการแข่งขันกีฬากับผู้อื่น และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง
5. ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬาชื่นชมและเห็นคุณค่าของการเล่นกีฬา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**2. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. นักเรียนสามารถอธิบายขั้นตอนการจับไม้และการเดาะบอลได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**การเดาะบอล
3. นักเรียนสามารถปฏิบัติตามขั้นตอนการจับไม้และการเดาะบอลได้อย่างถูกต้อง
4. นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียนมีการแสดงความสนใจในการเรียน
5. นักเรียนมีระเบียบวินัยตั้งใจในการเรียนและการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนการสอน

**3. สาระการเรียนรู้**

**สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้**

วิธีการปฏิบัติ

1. วางไม้ให้น้ำหนักของไม้ตกลงบนกลางฝ่ามือขวา ข้อศอกขวาตั้งฉากกับลำตัว จับไม้ลักษณะหงายมือและหงายหน้าไม้ขึ้นข้างบน

2. มือซ้ายจับตรงส่วนปลายของไม้ในลักษณะคว่ำมือ ให้หลังมือชี้ไปด้านหน้าและให้มือซ้ายอยู่สูงกว่ามือขวาเล็กน้อย

3. ลักษณะหน้าไม้ชี้ด้านหน้า หลังไม้จะหันเข้าหาลำตัว หัวไม้ชี้ขึ้นด้านบน

4. ยืนให้เท้าซ้ายอยู่ด้านหน้าเท้าขวาเล็กน้อย ย่อเข่าพอประมาณ ก้มตัวตัวเล็กน้อย น้ำหนักตัวอยู่ตรงกลางฝ่าเท้าค่อนไปด้านปลายเท้าหน้า

**สาระย่อยที่ 2 การเดาะบอล**

เพื่อสร้างความคุ้นเคยกับลูก และผู้เล่นจะสามารถเพิ่มประสิทธิภาพในการเล่นกีฬาฮอกกี้ที่ดีขึ้น

**วิธีการเดาะบอล**

1. ยืนเตรียมพร้อม น้ำหนักตัวตกลงบนเท้าทั้งสองข้าง
2. มือซ้ายจับปลายไม้ มือขวาจับกึ่งกลางไม้ให้หน้าไม้อยู่ข้างลำตัว
3. ขณะที่ลูกลอยมา ให้ยกไม้ขึ้นแตะลูก
4. ระวังอย่าให้ไม้สูงเกินระดับไหล่

**4. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| **1. ขั้นนำ / การอบอุ่นร่างกาย (5 นาที)**<br>1.1 ครูเช็คชื่อและอุปกรณ์การเรียนของนักเรียน<br>1.2 อบอุ่นร่างกาย (Warm – up) ในท่าต่างๆ ครูนำนักเรียนยืดเหยียดกล้ามเนื้อ | **1. ขั้นนำ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย<br>- การปฏิบัติ |
| **2. ขั้นอธิบายและสาธิต (10 นาที)**<br>2.1 ครูอธิบายและสาธิตการปฏิบัติทักษะ ดังนี้<br>สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้<br>สาระย่อยที่ 2 การเดาะบอล<br>2.2 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนถามข้อสงสัย | **2. ขั้นอธิบายและสาธิต**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย |
| **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ (20 นาที)**<br>3.1 ครูให้นักเรียนจับคู่กัน<br>3.2 ครูให้นักเรียนฝึกจับไม้ให้ถูกต้อง (โดยให้นักเรียนช่วยกันให้คำปรึกษากันเป็นคู่และครูคอยให้คำแนะนำ)<br>3.3 ครูให้นักเรียนหาพื้นที่ว่างให้กับตนเองแล้วฝึกปฏิบัติการเดาะบอลตาม | **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ**<br>- การปฏิบัติ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| จำนวนที่ครูโดยกำหนดจำนวนจากน้อยไปมาก 3 ครั้ง 5 ครั้ง 10 ครั้ง 20 ครั้ง<br>3.4 ครูให้คำแนะนำวิธีการปฏิบัติเพิ่มเติมสำหรับนักเรียนที่ยังทำไม่ถูกต้อง | |
| **4. ขั้นนำไปใช้ (10 นาที)**<br>4.1 ครูให้นักเรียนทำกิจกรรมเดาะบอล<br>- จับเวลา 2 นาที ปฏิบัติ 2 รอบ<br>- รอบที่ 1 ให้นักเรียนเดาะบอลให้ได้จำนวนมากที่สุด (บอลตกนับต่อจนหมดเวลา)<br>- รอบที่ 2 ให้นักเรียนเดาะบอลให้ได้จำนวนมากที่สุด (บอลตกให้เริ่มนับใหม่ตั้งแต่ 0 จนหมดเวลา)<br>4.2 นักเรียนที่ได้จำนวนรวมกัน 2 รอบมากที่สุด 3 คน จะได้รับคะแนนโบนัสไป<br>4.3 ครูเก็บคะแนนการเดาะบอลของนักเรียนทุกคน | **4. ขั้นนำไปใช้**<br>- การปฏิบัติ |
| **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ (5 นาที)**<br>5.1 ครูสรุปเนื้อหาการเรียนการสอนในคาบเรียนโดยร่วมกันอภิปรายกับนักเรียน<br>5.2 ครูให้นักเรียนทบทวนบทเรียนและศึกษาเนื้อหาเพิ่มเติมจากคลิปวิดิโอที่บันทึกไว้ในระบบออนไลน์<br>5.3 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย<br>5.4 ครูเน้นย้ำให้นักเรียนรักษาสุขภาพให้แข็งแรง เพื่อป้องกันอาการเจ็บป่วยของตนเอง<br>5.5 ครูปล่อยแถวให้นักเรียนไปล้างมือล้างหน้าดื่มน้ำและเตรียมตัวเรียนวิชาถัดไป | **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย<br>- การอภิปราย<br>- การยกตัวอย่าง |

**5. สื่อการเรียนรู้/วัสดุอุปกรณ์**

5.1 ไม้ฮอกกี้ 5.2 ลูกฮอกกี้ 5.3 PPT เรื่อง การจับไม้ และการเดาะบอล

5.4 คลิปวิดีโอทักษะการจับไม้ และการเดาะบอล

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**6. การวัดและประเมินผล**

| **จุดประสงค์การเรียนรู้** | **วิธีการวัดผล** | **เครื่องมือวัดผล** | **เกณฑ์การประเมิน** | **การประเมินผล** (ผ่าน/ไม่ผ่าน) |
|---|---|---|---|---|
| **<u>ด้านความรู้</u>** : นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. อธิบายขั้นตอนการจับไม้และการเดาะบอลได้อย่างถูกต้อง | สังเกตจากการตอบคำถามในห้องเรียน | แบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน | นักเรียนมากกว่าร้อยละ 70 สามารถตอบคำถามได้ | |
| **<u>ด้านทักษะและกระบวนการ</u> :** นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. พัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**การเดาะบอล<br>2. ปฏิบัติตามขั้นตอนการจับไม้และการเดาะบอลได้อย่างถูกต้อง | ทดสอบการปฏิบัติทักษะ | แบบทดสอบการปฏิบัติทักษะ | ผลการประเมินมากกว่าร้อยละ 50 ขึ้นไป | |
| **<u>ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์</u>** : นักเรียนทำกิจกรรมด้วย | | | | |
| 1. ความถูกต้อง ครบถ้วน และสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้ | สังเกตจากการตอบคำถามในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 2. ความตั้งใจและความกระตือรือร้นในการเรียนหรือการทำกิจกรรม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 3. การปฏิบัติตนและการทำกิจกรรมอย่างเหมาะสม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |

**7. บันทึกผลหลังการสอน**

**1. ผลการสอน**

.....

.....

.....

.....

**2. ปัญหาและอุปสรรค**

.....

.....

.....

.....

**3. ข้อเสนอแนะ**

.....

.....

.....

.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2**

**รายวิชา** พลศึกษา กีฬาฮอกกี้ **ระดับชั้น** มัธยมศึกษาปีที่ 4

**ภาคเรียนที่ 1** **เวลา** 50 นาที

**เรื่อง** การจับไม้ และการเดาะบอล (ออนไลน์)

**ผู้สอน** อาจารย์ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

---

**1. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด**

**สาระที่ 3** การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

**มาตรฐาน พ 3.1.** เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

**มาตรฐาน พ 3.2**. รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรภาพของการกีฬา

**ตัวชี้วัด**

1. วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา
2. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล/คู่ กีฬาประเภททีม อย่างน้อย 1 ชนิด
3. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์
4. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆ ในระหว่างการเล่นการแข่งขันกีฬากับผู้อื่น และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง
5. ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬาชื่นชมและเห็นคุณค่าของการเล่นกีฬา

**2. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. นักเรียนสามารถอธิบายขั้นตอนการจับไม้และการเดาะบอลได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**การเดาะบอล
3. นักเรียนสามารถปฏิบัติตามขั้นตอนการจับไม้และการเดาะบอลได้อย่างถูกต้อง
4. นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียนมีการแสดงความสนใจในการเรียน
5. นักเรียนมีระเบียบวินัยตั้งใจในการเรียนและการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนการสอน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

**3. สาระการเรียนรู้**

**สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้**

วิธีการปฏิบัติ

1. วางไม้ให้น้ำหนักของไม้ตกลงบนกลางฝ่ามือขวา ข้อศอกขวาตั้งฉากกับลำตัว จับไม้ลักษณะหงายมือและหงายหน้าไม้ขึ้นข้างบน

2. มือซ้ายจับตรงส่วนปลายของไม้ในลักษณะคว่ำมือ ให้หลังมือชี้ไปด้านหน้าและให้มือซ้ายอยู่สูงกว่ามือขวาเล็กน้อย

3. ลักษณะหน้าไม้ชี้ด้านหน้า หลังไม้จะหันเข้าหาลำตัว หัวไม้ชี้ขึ้นด้านบน

4. ยืนให้เท้าซ้ายอยู่ด้านหน้าเท้าขวาเล็กน้อย ย่อเข่าพอประมาณ ก้มตัวตัวเล็กน้อย น้ำหนักตัวอยู่ตรงกลางฝ่าเท้าค่อนไปด้านปลายเท้าหน้า

**สาระย่อยที่ 2 การเดาะบอล**

เพื่อสร้างความคุ้นเคยกับลูก และผู้เล่นจะสามารถเพิ่มประสิทธิภาพในการเล่นกีฬาฮอกกี้ที่ดีขึ้น

**วิธีการเดาะบอล**

1. ยืนเตรียมพร้อม น้ำหนักตัวตกลงบนเท้าทั้งสองข้าง
2. มือซ้ายจับปลายไม้ มือขวาจับกึ่งกลางไม้ให้หน้าไม้อยู่ข้างลำตัว
3. ขณะที่ลูกลอยมา ให้ยกไม้ขึ้นแตะลูก
4. ระวังอย่าให้ไม้สูงเกินระดับไหล่

**4. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (ออนไลน์)**

| **กิจกรรม** | **วิธีการสอน** |
|---|---|
| **1. ขั้นนำ / การอบอุ่นร่างกาย (5 นาที)**<br>1.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียน<br>1.2 ครูตรวจสอบรายชื่อนักเรียนที่เข้าเรียน<br>1.3 ครูนำเข้าสู่บทเรียน โดยการสำรวจความพร้อมในการเรียนออนไลน์ของนักเรียน ทั้งในเรื่องภาพ เสียงและสัญญาณในการสื่อสาร | **1. ขั้นนำ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย |
| **2. ขั้นอธิบายและสาธิต (10 นาที)**<br>2.1 ครูอธิบายและสาธิตการปฏิบัติทักษะผ่านสื่อ Power Point และคลิปวิดิโอ ดังนี้<br>สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้<br>สาระย่อยที่ 2 การเดาะบอล | **2. ขั้นอธิบายและสาธิต**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| 2.2 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนถามข้อสงสัย | |
| **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ (20 นาที)**<br>3.1 ครูให้นักเรียนจับคู่กัน โดยครู Breakout rooms ให้นักเรียนแต่ละคู่<br>3.2 ครูให้นักเรียนฝึกจับไม้ให้ถูกต้อง (โดยให้นักเรียนช่วยกันให้คำปรึกษากันเป็นคู่และครูคอยให้คำแนะนำ)<br>3.3 ครูให้นักเรียนหาพื้นที่ว่างให้กับตนเองแล้วฝึกปฏิบัติการเดาะบอลตามจำนวนที่ครูโดยกำหนดจำนวนจากน้อยไปมาก 3 ครั้ง 5 ครั้ง 10 ครั้ง 20 ครั้ง<br>3.4 ครูให้นักเรียนกลับเข้าห้องรวมและให้คำแนะนำวิธีการปฏิบัติเพิ่มเติมสำหรับนักเรียนที่ยังทำไม่ถูกต้อง | **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ**<br>- การปฏิบัติ |
| **4. ขั้นนำไปใช้ (10 นาที)**<br>4.1 ครูให้นักเรียนทำกิจกรรมเดาะบอล<br>- จับเวลา 2 นาที ปฏิบัติ 2 รอบ<br>- รอบที่ 1 ให้นักเรียนเดาะบอลให้ได้จำนวนมากที่สุด (บอลตกนับต่อจนหมดเวลา)<br>- รอบที่ 2 ให้นักเรียนเดาะบอลให้ได้จำนวนมากที่สุด (บอลตกให้เริ่มนับใหม่ตั้งแต่ 0 จนหมดเวลา)<br>4.2 นักเรียนที่ได้จำนวนรวมกัน 2 รอบมากที่สุด 3 คน จะได้รับคะแนนโบนัสไป<br>4.3 ครูเก็บคะแนนการเดาะบอลของนักเรียนทุกคน | **4. ขั้นนำไปใช้**<br>- การปฏิบัติ |
| **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ (5 นาที)**<br>5.1 ครูสรุปเนื้อหาการเรียนการสอนในคาบเรียนโดยร่วมกันอภิปรายกับนักเรียน<br>5.2 ครูให้นักเรียนทบทวนบทเรียนและศึกษาเนื้อหาเพิ่มเติมจากคลิปวิดีโอที่บันทึกไว้ในระบบออนไลน์<br>5.3 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย<br>5.4 ครูเน้นย้ำให้นักเรียนรักษาสุขภาพให้แข็งแรง เพื่อป้องกันอาการเจ็บป่วยของตนเอง | **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย<br>- การอภิปราย<br>- การยกตัวอย่าง |

**5. สื่อการเรียนรู้/วัสดุอุปกรณ์**

5.1 ไม้ฮอกกี้ 5.2 ลูกฮอกกี้ 5.3 PPT เรื่อง การจับไม้ และการเดาะบอล

5.4 คลิปวิดีโอทักษะการจับไม้ และการเดาะบอล

**6. การวัดและประเมินผล**

| **จุดประสงค์การเรียนรู้** | **วิธีการวัดผล** | **เครื่องมือวัดผล** | **เกณฑ์การประเมิน** | **การประเมินผล** (ผ่าน/ไม่ผ่าน) |
|---|---|---|---|---|
| **<u>ด้านความรู้</u>** : นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. อธิบายขั้นตอนการจับไม้และการเดาะบอลได้อย่างถูกต้อง | สังเกตจากการตอบคำถามในห้องเรียน | แบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน | นักเรียนมากกว่าร้อยละ 70 สามารถตอบคำถามได้ | |
| **<u>ด้านทักษะและกระบวนการ</u> :** นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. พัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**การเดาะบอล<br>2. ปฏิบัติตามขั้นตอนการจับไม้และการเดาะบอลได้อย่างถูกต้อง | ทดสอบการปฏิบัติทักษะ | แบบทดสอบการปฏิบัติทักษะ | ผลการประเมินมากกว่าร้อยละ 50 ขึ้นไป | |
| **<u>ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์</u>** : นักเรียนทำกิจกรรมด้วย | | | | |
| 1. ความถูกต้อง ครบถ้วน และสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้ | สังเกตจากการตอบคำถามในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 2. ความตั้งใจและความกระตือรือร้นในการเรียนหรือการทำกิจกรรม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 3. การปฏิบัติตนและการทำกิจกรรมอย่างเหมาะสม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |

**7. บันทึกผลหลังการสอน**

**1. ผลการสอน**

.....

.....

.....

.....

**2. ปัญหาและอุปสรรค**

.....

.....

.....

.....

**3. ข้อเสนอแนะ**

.....

.....

.....

.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3**

**รายวิชา** พลศึกษา กีฬาฮอกกี้ **ระดับชั้น** มัธยมศึกษาปีที่ 4

**ภาคเรียนที่ 1** **เวลา** 50 นาที

**เรื่อง** การครอบครองบอล และการกรอลูกแบบต่างๆ

**ผู้สอน** อาจารย์ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

---

**1. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด**

**สาระที่ 3** การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

**มาตรฐาน พ 3.1.** เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

**มาตรฐาน พ 3.2**. รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรภาพของการกีฬา

**ตัวชี้วัด**

1. วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา
2. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล/คู่ กีฬาประเภททีม อย่างน้อย 1 ชนิด
3. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์
4. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆ ในระหว่างการเล่นการแข่งขันกีฬากับผู้อื่น และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง
5. ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬาชื่นชมและเห็นคุณค่าของการเล่นกีฬา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**2. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. นักเรียนสามารถอธิบายขั้นตอนวิธีการกรอลูกได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**การกรอบอล
3. นักเรียนสามารถปฏิบัติขั้นตอนในทักษะกรอลูกได้อย่างถูกต้อง
4. นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียนมีการแสดงความสนใจในการเรียน
5. นักเรียนมีระเบียบวินัยตั้งใจในการเรียนและการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนการสอน

**3. สาระการเรียนรู้**

**สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้**

วิธีการปฏิบัติ

1. วางไม้ให้น้ำหนักของไม้ตกลงบนกลางฝ่ามือขวา ข้อศอกขวาตั้งฉากกับลำตัว จับไม้ลักษณะหงายมือและหงายหน้าไม้ขึ้นข้างบน

2. มือซ้ายจับตรงส่วนปลายของไม้ในลักษณะคว่ำมือ ให้หลังมือชี้ไปด้านหน้าและให้มือซ้ายอยู่สูงกว่ามือขวาเล็กน้อย

3. ลักษณะหน้าไม้ชี้ด้านหน้า หลังไม้จะหันเข้าหาลำตัว หัวไม้ชี้ขึ้นด้านบน

4. ยืนให้เท้าซ้ายอยู่ด้านหน้าเท้าขวาเล็กน้อย ย่อเข่าพอประมาณ ก้มตัวตัวเล็กน้อย น้ำหนักตัวอยู่ตรงกลางฝ่าเท้าค่อนไปด้านปลายเท้าหน้า

**สาระย่อยที่ 2 การกลับหน้าไม้หรือการกรอลูก**

<u>วิธีการปฏิบัติ</u>

1. จับไม้ด้วยมือซ้ายทางปลายสุดของไม้ และให้หัวไม้วางอยู่บนพื้น

2. ให้ไม้ด้านแบนอยู่ทางซ้ายมือและด้านนูนหรือหลังไม้อยู่ทางขวามือ

3. ให้สันไม้อยู่ตรงแนวกึ่งกลางของนิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือ หรือการจับไม้ในลักษณะตัววี (V – Shape)

4. กำไม้ด้วยมือซ้ายให้แน่น

5. ค่อยๆหมุนข้อมือและแขนท่อนล่าง ให้หัวแม่มือหมุนออกไปทางซ้ายหรือตามเข็มนาฬิกา

6. หมุนแขนท่อนล่างโดยให้หน้าไม้ด้านแบนเปลี่ยนไปอยู่ทางขวา และด้านนูนหรือหลังไม้อยู่ทางซ้ายมือ หัวไม้ที่งอชี้ลงสู่พื้น

7. หมุนข้อมือและแขนท่อนล่างมาอยู่ในลักษณะเดิม

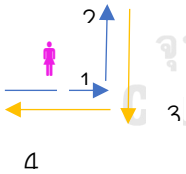
8. เริ่มต้นใหม่ พยามฝึกกลับหน้าไม้ให้คล่อง

9. ฝึกการก้มตัวลง โดยให้มือขวาจับกึ่งกลางไม้หลวมๆ เพื่อช่วยประคองในการเล่นลูกบอล

10. ทุกครั้งที่มือซ้ายบังคับไม่ให้หมุนหรือกลับหน้าไม้ มือขวาจะปล่อยไม้ให้หลวม แล้วจับไม้บังคับลูก

**4. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| **1. ขั้นนำ / การอบอุ่นร่างกาย (5 นาที)**<br>1.1 ครูเช็คชื่อและอุปกรณ์การเรียนของนักเรียน<br>1.2 อบอุ่นร่างกาย (Warm – up) ในท่าต่างๆ ครูนำนักเรียนยืดเหยียดกล้ามเนื้อ | **1. ขั้นนำ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย<br>- การปฏิบัติ |
| **2. ขั้นอธิบายและสาธิต (10 นาที)**<br>2.1 ครูอธิบายและสาธิตการปฏิบัติทักษะ ดังนี้ | **2. ขั้นอธิบายและสาธิต**<br>- การสอบถาม |

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้<br>สาระย่อยที่ 2 การกลับหน้าไม้หรือการกรอลูก 2 ทิศ และ 4 ทิศ<br>2.2 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนถามข้อสงสัย | - การอธิบาย |
| **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ (20 นาที)**<br>3.1 ครูจับคู่นักเรียนระหว่างนักเรียนที่ได้คะแนนสูงกับนักเรียนที่ได้คะแนนต่ำ โดยเรียงคะแนนจากมากไปหาน้อย แบ่งครึ่งจำนวนนักเรียนทั้งหมด จะได้กลุ่มนักเรียนที่มีคะแนนสูงกับนักเรียนที่ได้คะแนนต่ำ จากนั้นให้นักเรียนที่มีคะแนนสูงจับคู่กันตามความสนใจและความพึงพอใจกับกลุ่มผู้เรียนที่ได้คะแนนต่ำ<br>3.2 ครูให้นักเรียนฝึกจับไม้ให้ถูกต้อง (โดยให้นักเรียนช่วยกันให้คำปรึกษากันเป็นคู่และครูคอยให้คำแนะนำ)<br>3.3 ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการกรอบอล 2 ทิศ ไปกลับขวา-ซ้ายระยะประมาณ 1 ช่วงตัวแบบปิดจังหวะและเปิดจังหวะ<br> <br>3.4 ครูเรียกให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการกรอบอล 4 ทิศ ระยะประมาณ 1 ช่วงตัว<br>  <br><br>3.5 ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการกรอบอล 4 ทิศแบบปิดจังหวะและเปิดจังหวะ | **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ**<br>- การอธิบาย<br>- การปฏิบัติ |
| **4. ขั้นนำไปใช้ (10 นาที)**<br>4.1 ครูให้นักเรียนทำกิจกรรม “บอลข้าใครอย่าแตะ” โดยมีกติกาดังนี้<br>1. นักเรียนต้องครอบครองบอลของตนเองอยู่ในกรอบที่ครูกำหนด<br>2. พยามทำให้บอลของคนอื่นออกนอกเขต และต้องระวังไม่ให้คนอื่นทำบอลของตนเองออกนอกเขตด้วย (บอลออกนอกเขตถือว่า ตกรอบ)<br>3. ครูจับเวลา รอบละ 2 นาที<br>4. รอบต่อไปลดขนาดของเขต จนเหลือคนสุดท้ายเป็นผู้ชนะ | **4. ขั้นนำไปใช้**<br>- การปฏิบัติ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ (5 นาที)**<br>5.1 ครูสรุปเนื้อหาการเรียนการสอนในคาบเรียนโดยร่วมกันอภิปรายกับนักเรียน<br>5.2 ครูให้นักเรียนทบทวนบทเรียนและศึกษาเนื้อหาเพิ่มเติมจากคลิปวิดิโอที่บันทึกไว้ในระบบออนไลน์<br>5.3 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย<br>5.4 ครูเน้นย้ำให้นักเรียนรักษาสุขภาพให้แข็งแรง เพื่อป้องกันอาการเจ็บป่วยของตนเอง<br>5.5 ครูปล่อยแถวให้นักเรียนไปล้างมือล้างหน้าดื่มน้ำและเตรียมตัวเรียนวิชาถัดไป | **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย<br>- การอภิปราย<br>- การยกตัวอย่าง |

**5. สื่อการเรียนรู้/วัสดุอุปกรณ์**

5.1 ไม้ฮอกกี้

5.2 ลูกฮอกกี้

5.3 PPT เรื่อง การจับไม้ฮอกกี้และการกรอลูกแบบต่างๆ

5.4 คลิปวิดีโอทักษะการจับไม้ฮอกกี้และการกรอลูกแบบต่างๆ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**6. การวัดและประเมินผล**

| **จุดประสงค์การเรียนรู้** | **วิธีการวัดผล** | **เครื่องมือวัดผล** | **เกณฑ์การประเมิน** | **การประเมินผล** (ผ่าน/ไม่ผ่าน) |
|---|---|---|---|---|
| **<u>ด้านความรู้</u>** : นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. อธิบายขั้นตอนวิธีการกรอลูกได้อย่างถูกต้อง | สังเกตจากการตอบคำถามในห้องเรียน | แบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน | นักเรียนมากกว่าร้อยละ 70 สามารถตอบคำถามได้ | |
| **<u>ด้านทักษะและกระบวนการ</u> :** นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. พัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**การกรอลูก<br>2. ปฏิบัติตามขั้นตอนการกรอลูกได้อย่างถูกต้อง | ทดสอบการปฏิบัติทักษะ | แบบทดสอบการปฏิบัติทักษะ | ผลการประเมินมากกว่าร้อยละ 50 ขึ้นไป | |
| **<u>ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์</u>** : นักเรียนทำกิจกรรมด้วย | | | | |
| 1. ความถูกต้อง ครบถ้วน และสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้ | สังเกตจากการตอบคำถามในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 2. ความตั้งใจและความกระตือรือร้นในการเรียนหรือการทำกิจกรรม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 3. การปฏิบัติตนและการทำกิจกรรมอย่างเหมาะสม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |

CHULALONGKORN UNIVERSITY

**7. บันทึกผลหลังการสอน**

**1. ผลการสอน**

.....

.....

.....

.....

**2. ปัญหาและอุปสรรค**

.....

.....

.....

.....

**3. ข้อเสนอแนะ**

.....

.....

.....

.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4**

**รายวิชา** พลศึกษา กีฬาฮอกกี้ **ระดับชั้น** มัธยมศึกษาปีที่ 4

**ภาคเรียนที่ 1** **เวลา** 50 นาที

**เรื่อง** การครอบครองบอล และการกรอลูกแบบต่างๆ (ออนไลน์)

**ผู้สอน** อาจารย์ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

---

**1. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด**

**สาระที่ 3** การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

**มาตรฐาน พ 3.1.** เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

**มาตรฐาน พ 3.2**. รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรภาพของการกีฬา

**ตัวชี้วัด**

1. วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา
2. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล/คู่ กีฬาประเภททีม อย่างน้อย 1 ชนิด
3. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์
4. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆ ในระหว่างการเล่นการแข่งขันกีฬากับผู้อื่น และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง
5. ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬาชื่นชมและเห็นคุณค่าของการเล่นกีฬา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**2. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. นักเรียนสามารถอธิบายขั้นตอนวิธีการกรอลูกได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**การกรอบอล
3. นักเรียนสามารถปฏิบัติขั้นตอนในทักษะกรอลูกได้อย่างถูกต้อง
4. นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียนมีการแสดงความสนใจในการเรียน
5. นักเรียนมีระเบียบวินัยตั้งใจในการเรียนและการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนการสอน

**3. สาระการเรียนรู้**

**สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้**

วิธีการปฏิบัติ

1. วางไม้ให้น้ำหนักของไม้ตกลงบนกลางฝ่ามือขวา ข้อศอกขวาตั้งฉากกับลำตัว จับไม้ลักษณะหงายมือและหงายหน้าไม้ขึ้นข้างบน

2. มือซ้ายจับตรงส่วนปลายของไม้ในลักษณะคว่ำมือ ให้หลังมือชี้ไปด้านหน้าและให้มือซ้ายอยู่สูงกว่ามือขวาเล็กน้อย

3. ลักษณะหน้าไม้ชี้ด้านหน้า หลังไม้จะหันเข้าหาลำตัว หัวไม้ชี้ขึ้นด้านบน

4. ยืนให้เท้าซ้ายอยู่ด้านหน้าเท้าขวาเล็กน้อย ย่อเข่าพอประมาณ ก้มตัวตัวเล็กน้อย น้ำหนักตัวอยู่ตรงกลางฝ่าเท้าค่อนไปด้านปลายเท้าหน้า

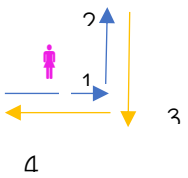
**สาระย่อยที่ 2 การกลับหน้าไม้หรือการกรอลูก**

<u>วิธีการปฏิบัติ</u>

1. จับไม้ด้วยมือซ้ายทางปลายสุดของไม้ และให้หัวไม้วางอยู่บนพื้น
2. ให้ไม้ด้านแบนอยู่ทางซ้ายมือและด้านนูนหรือหลังไม้อยู่ทางขวามือ
3. ให้สันไม้อยู่ตรงแนวกึ่งกลางของนิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือ หรือการจับไม้ในลักษณะตัววี (V – Shape)
4. กำไม้ด้วยมือซ้ายให้แน่น
5. ค่อยๆหมุนข้อมือและแขนท่อนล่าง ให้หัวแม่มือหมุนออกไปทางซ้ายหรือตามเข็มนาฬิกา
6. หมุนแขนท่อนล่างโดยให้หน้าไม้ด้านแบนเปลี่ยนไปอยู่ทางขวา และด้านนูนหรือหลังไม้อยู่ทางซ้ายมือ หัวไม้ที่งอชี้ลงสู่พื้น
7. หมุนข้อมือและแขนท่อนล่างมาอยู่ในลักษณะเดิม
8. เริ่มต้นใหม่ พยามฝึกกลับหน้าไม้ให้คล่อง
9. ฝึกการก้มตัวลง โดยให้มือขวาจับกึ่งกลางไม้หลวมๆ เพื่อช่วยประคองในการเล่นลูกบอล
10. ทุกครั้งที่มือซ้ายบังคับไม่ให้หมุนหรือกลับหน้าไม้ มือขวาจะปล่อยไม้ให้หลวม แล้วจับไม้บังคับลูก

**4. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (ออนไลน์)**

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| **1. ขั้นนำ / การอบอุ่นร่างกาย (5 นาที)**<br>1.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียน<br>1.2 ครูตรวจสอบรายชื่อนักเรียนที่เข้าเรียน<br>1.3 ครูนำเข้าสู่บทเรียน โดยการสำรวจความพร้อมในการเรียนออนไลน์ของนักเรียน ทั้งในเรื่องภาพ เสียงและสัญญาณในการสื่อสาร | **1. ขั้นนำ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย |

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| **2. ขั้นอธิบายและสาธิต (10 นาที)**<br>2.1 ครูอธิบายและสาธิตการปฏิบัติทักษะผ่านสื่อ Power Point และคลิปวิดีโอ ดังนี้<br>สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้<br>สาระย่อยที่ 2 การกลับหน้าไม้หรือการกรอลูก 2 ทิศ และ 4 ทิศ<br>2.2 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนถามข้อสงสัย | **2. ขั้นอธิบายและสาธิต**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย |
| **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ (20 นาที)**<br>3.1 ครูจับคู่นักเรียนระหว่างนักเรียนที่ได้คะแนนสูงกับนักเรียนที่ได้คะแนนต่ำ โดยเรียงคะแนนจากมากไปหาน้อย ให้นักเรียนแต่ละคู่ แบ่งครึ่งจำนวนนักเรียนทั้งหมด จะได้กลุ่มนักเรียนที่มีคะแนนสูงกับนักเรียนที่ได้คะแนนต่ำ จากนั้นให้นักเรียนที่มีคะแนนสูงจับคู่กันตามความสนใจและความพึงพอใจกับกลุ่มผู้เรียนที่ได้คะแนนต่ำ<br>3.2 ครู Breakout rooms ให้นักเรียนแต่ละคู่ให้นักเรียนฝึกจับไม้ให้ถูกต้อง (โดยให้นักเรียนช่วยกันให้คำปรึกษากันเป็นคู่และครูคอยให้คำแนะนำ)<br>3.3 ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการกรอบอล 2 ทิศ ไปกลับขวา-ซ้ายระยะประมาณ 1 ช่วงตัวแบบปิดจังหวะและเปิดจังหวะ<br> <br>3.4 ครูเรียกให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการกรอบอล 4 ทิศ ระยะประมาณ 1 ช่วงตัว<br>  <br><br>3.5 ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการกรอบอล 4 ทิศแบบปิดจังหวะและเปิดจังหวะ | **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ**<br>- การอธิบาย<br>- การปฏิบัติ |
| **4. ขั้นนำไปใช้ (10 นาที)**<br>4.1 ครูให้นักเรียนปฏิบัติการกรอบอล 2 ทิศ จับเวลา 1 นาที โดยวิธีการ | **4. ขั้นนำไปใช้**<br>- การปฏิบัติ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| นับแบบไปกลับนับ 1 (กรอลูกไปด้านซ้ายกลับมาขวานับ1) ปฏิบัติ 2 รอบ<br>4.2 ครูให้นักเรียนปฏิบัติการกรอบอล 4 ทิศ จับเวลา 1 นาที โดยวิธีการนับแบบไปกลับนับ 1 (กรอลูกไปด้านซ้ายกลับมาขวานับ1) ปฏิบัติ 2 รอบ<br>4.3 ครูบันทึกคะแนนการปฏิบัติรอบที่ดีที่สุดของทั้ง 2 ทักษะ | |
| **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ (5 นาที)**<br>5.1 ครูสรุปเนื้อหาการเรียนการสอนในคาบเรียนโดยร่วมกันอภิปรายกับนักเรียน<br>5.2 ครูให้นักเรียนทบทวนบทเรียนและศึกษาเนื้อหาเพิ่มเติมจากคลิปวิดิโอที่บันทึกไว้ในระบบออนไลน์<br>5.3 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย<br>5.4 ครูเน้นย้ำให้นักเรียนรักษาสุขภาพให้แข็งแรง เพื่อป้องกันอาการเจ็บป่วยของตนเอง | **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย<br>- การอภิปราย<br>- การยกตัวอย่าง |

**5. สื่อการเรียนรู้/วัสดุอุปกรณ์**

5.1 ไม้ฮอกกี้

5.2 ลูกฮอกกี้

5.3 PPT เรื่อง การจับไม้ฮอกกี้และการกรอลูกแบบต่างๆ

5.4 คลิปวิดิโอทักษะการจับไม้ฮอกกี้และการกรอลูกแบบต่างๆ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**6. การวัดและประเมินผล**

| **จุดประสงค์การเรียนรู้** | **วิธีการวัดผล** | **เครื่องมือวัดผล** | **เกณฑ์การประเมิน** | **การประเมินผล** (ผ่าน/ไม่ผ่าน) |
|---|---|---|---|---|
| **<u>ด้านความรู้</u>** : นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. อธิบายขั้นตอนวิธีการกรอลูกได้อย่างถูกต้อง | สังเกตจากการตอบคำถามในห้องเรียน | แบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน | นักเรียนมากกว่าร้อยละ 70 สามารถตอบคำถามได้ | |
| **<u>ด้านทักษะและกระบวนการ</u> :** นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. พัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**การกรอลูก<br>2. ปฏิบัติตามขั้นตอนการกรอลูกได้อย่างถูกต้อง | ทดสอบการปฏิบัติทักษะ | แบบทดสอบการปฏิบัติทักษะ | ผลการประเมินมากกว่าร้อยละ 50 ขึ้นไป | |
| **<u>ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์</u>** : นักเรียนทำกิจกรรมด้วย | | | | |
| 1. ความถูกต้อง ครบถ้วน และสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้ | สังเกตจากการตอบคำถามในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 2. ความตั้งใจและความกระตือรือร้นในการเรียนหรือการทำกิจกรรม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 3. การปฏิบัติตนและการทำกิจกรรมอย่างเหมาะสม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |

CHULALONGKORN UNIVERSITY

**7. บันทึกผลหลังการสอน**

**1. ผลการสอน**

.....

.....

.....

.....

**2. ปัญหาและอุปสรรค**

.....

.....

.....

.....

**3. ข้อเสนอแนะ**

.....

.....

.....

.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5**

**รายวิชา** พลศึกษา กีฬาฮอกกี้ **ระดับชั้น** มัธยมศึกษาปีที่ 4

**ภาคเรียนที่ 1** **เวลา** 50 นาที

**เรื่อง** การเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที่

**ผู้สอน** อาจารย์ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

---

**1. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด**

**สาระที่ 3** การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

**มาตรฐาน พ 3.1.** เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

**มาตรฐาน พ 3.2**. รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรภาพของการกีฬา

**ตัวชี้วัด**

1. วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา
2. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล/คู่ กีฬาประเภททีม อย่างน้อย 1 ชนิด
3. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์
4. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆ ในระหว่างการเล่นการแข่งขันกีฬากับผู้อื่น และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง
5. ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬาชื่นชมและเห็นคุณค่าของการเล่นกีฬา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**2. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. นักเรียนสามารถอธิบายขั้นตอนวิธีการเลี้ยงบอลได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**การเลี้ยงบอล
3. นักเรียนสามารถปฏิบัติขั้นตอนในทักษะการเลี้ยงบอลได้อย่างถูกต้อง
4. นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียนมีการแสดงความสนใจในการเรียน
5. นักเรียนมีระเบียบวินัยตั้งใจในการเรียนและการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนการสอน

**3. สาระการเรียนรู้**

**สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้**

วิธีการปฏิบัติ

1. วางไม้ให้น้ำหนักของไม้ตกลงบนกลางฝ่ามือขวา ข้อศอกขวาตั้งฉากกับลำตัว จับไม้ลักษณะหงายมือและหงายหน้าไม้ขึ้นข้างบน

2. มือซ้ายจับตรงส่วนปลายของไม้ในลักษณะคว่ำมือ ให้หลังมือชี้ไปด้านหน้าและให้มือซ้ายอยู่สูงกว่ามือขวาเล็กน้อย

3. ลักษณะหน้าไม้ชี้ด้านหน้า หลังไม้จะหันเข้าหาลำตัว หัวไม้ชี้ขึ้นด้านบน

4. ยืนให้เท้าซ้ายอยู่ด้านหน้าเท้าขวาเล็กน้อย ย่อเข่าพอประมาณ ก้มตัวตัวเล็กน้อย น้ำหนักตัวอยู่ตรงกลางฝ่าเท้าค่อนไปด้านปลายเท้าหน้า

**สาระย่อยที่ 2 การเลี้ยงบอล**

เป็นทักษะการพาบอลไปในทิศทางต่างๆจะคล้ายการกรอลูก โดยในการจะควบคุมทิศทางของลูกได้ดีนั้นจะต้องกรอลูกให้ได้คล่องก่อนจึงจะได้ประสิทธิภาพที่ดียิ่งขึ้น

การเลี้ยงลูกฮอกกี้เป็นทักษะที่สำคัญมาก โดยมีทักษะในการกลับหน้าไม้ทั้งซ้ายและขวาเป็นพื้นฐาน เพราะการเลี้ยงลูกนั้นลูกจะต้องเคลื่อนที่ไปตามทิศทางที่ไม้สัมผัสกับลูก ดังนั้นการเลี้ยงลูกบอลที่ดีบอลจะต้องอยู่ในการบังคับของหน้าไม้ ไม่ว่าจะต้องการให้ลูกไปทางตรง ให้เลี้ยงไปทางซ้ายหรือขวา หรือให้หยุดอยู่กับที่ ดังนั้นผู้ที่มีพื้นฐานการกลับหน้าไม้ได้ดี มีโอกาสที่จะเลี้ยงหรือบังคับลูกบอลได้ดีด้วย โอกาสที่จะเลี้ยงลูกไปแดนของคู่ต่อสู้ เพื่อไปยิงประตู หรือส่งให้ฝ่ายเดียวกัน ก็ย่อมทำได้ง่ายยิ่งขึ้น และเป็นการยากที่คู่ต่อสู้จะสกัดกั้นได้

**การเลี้ยงบอลแบบกลับหน้าไม้ หรือ Indian**

<u>วิธีการฝึกปฏิบัติ</u>

1. จับไม้ให้ตรงสุดปลายไม้ด้วยมือซ้าย และใช้มือขวาจับประมาณกึ่งกลางไม้

2. ยืนแยกเท้าให้น้ำหนักตัวตกที่เท้าทั้งสอง ย่อเข่าเล็กน้อยวางลูกไว้ที่หน้าเท้าขวา

3. วางหน้าไม้ให้สัมผัสลูกบอลในตำแหน่งทางขวา เขี่ยบอลมาทางซ้ายมือพร้อมทั้งเคลื่อนที่ไปข้างหน้าและกลับไม้เขี่ยบอลกลับมาทางด้านขวา สลับกันไปโดยเคลื่อนที่ไปข้างหน้า

**การเลี้ยงบอลแบบหน้าเดียว**

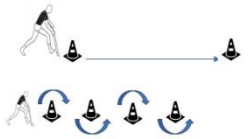
<u>วิธีการฝึกปฏิบัติ</u>

1. จับไม้ให้ตรงสุดปลายไม้ด้วยมือซ้าย และใช้มือขวาจับประมาณกึ่งกลางไม้

2. วางบอลไว้หน้าลำตัวแล้วนำหน้าไม้ไปติดลูก

3. เคลื่อนที่พร้อมดันลูกไปข้างหน้าโดยให้ลูกอยู่ข้างหน้าตัวเสมอ

**4. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| **1. ขั้นนำ / การอบอุ่นร่างกาย (5 นาที)**<br>1.1 ครูเช็คชื่อและอุปกรณ์การเรียนของนักเรียน<br>1.2 อบอุ่นร่างกาย (Warm – up) โดยครูให้นักเรียนเดาะบอล | **1. ขั้นนำ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย<br>- การปฏิบัติ |
| **2. ขั้นอธิบายและสาธิต (10 นาที)**<br>2.1 ครูอธิบายและสาธิตการปฏิบัติทักษะ ดังนี้<br>สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้<br>สาระย่อยที่ 2 การเลี้ยงบอลแบบกลับหน้าไม้และแบบหน้าเดียว<br>2.2 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนถามข้อสงสัย | **2. ขั้นอธิบายและสาธิต**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย |
| **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ (20 นาที)**<br>3.1 ครูจับคู่นักเรียนระหว่างนักเรียนที่ได้คะแนนสูงกับนักเรียนที่ได้คะแนนต่ำ โดยเรียงคะแนนจากมากไปหาน้อย แบ่งครึ่งจำนวนนักเรียนทั้งหมด จะได้กลุ่มนักเรียนที่มีคะแนนสูงกับนักเรียนที่ได้คะแนนต่ำ จากนั้นให้นักเรียนที่มีคะแนนสูงจับคู่กันตามความสนใจและความพึงพอใจกับกลุ่มผู้เรียนที่ได้คะแนนต่ำ<br>3.2 ครูให้นักเรียนฝึกจับไม้ให้ถูกต้อง (โดยให้นักเรียนช่วยกันให้คำปรึกษากันเป็นคู่และครูคอยให้คำแนะนำ)<br>3.3 ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการเลี้ยงบอล ดังนี้<br>1. ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการเลี้ยงบอลแบบกลับหน้าไม้ และแบบหน้าเดียว โดยเคลื่อนที่ข้างหน้าเป็นเส้นตรง (ระยะ 10 ม.)<br>2. ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการเลี้ยงบอลแบบกลับหน้าไม้ และแบบหน้าเดียว โดยเคลื่อนที่แบบซิกแซกอ้อมหลักไปด้านหน้าและอ้อมกลับ (ระยะ 10 ม.)<br>  | **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ**<br>- การอธิบาย<br>- การปฏิบัติ |
| **4. ขั้นนำไปใช้ (10 นาที)**<br>4.1 ครูให้นักเรียนทำกิจกรรม “เร็วกว่านี้” โดยมีกติกาดังนี้<br>1. ครูให้นักเรียนแบ่ง กลุ่มละ 5-6 คน | **4. ขั้นนำไปใช้**<br>- การปฏิบัติ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| 2. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเลี้ยงบอลไปแบบซิกแซกอ้อมหลัก และเลี้ยงบอลกลับแบบหน้าเดียว (ระยะ 10 เมตร) แล้วกลับมาส่งบอลให้เพื่อนคนต่อไป<br>3. กลุ่มไหนทำครบทุกคนก่อนจะเป็นกลุ่มที่ชนะไป | |
| **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ (5 นาที)**<br>5.1 ครูสรุปเนื้อหาการเรียนการสอนในคาบเรียนโดยร่วมกันอภิปรายกับนักเรียน<br>5.2 ครูให้นักเรียนทบทวนบทเรียนและศึกษาเนื้อหาเพิ่มเติมจากคลิปวิดิโอที่บันทึกไว้ในระบบออนไลน์<br>5.3 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย<br>5.4 ครูเน้นย้ำให้นักเรียนรักษาสุขภาพให้แข็งแรง เพื่อป้องกันอาการเจ็บป่วยของตนเอง<br>5.5 ครูปล่อยแถวให้นักเรียนไปล้างมือล้างหน้าดื่มน้ำและเตรียมตัวเรียนวิชาถัดไป | **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย<br>- การอภิปราย<br>- การยกตัวอย่าง |

**5. สื่อการเรียนรู้/วัสดุอุปกรณ์**

5.1 ไม้ฮอกกี้

5.2 ลูกฮอกกี้

5.3 PPT เรื่อง การเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที่

5.4 คลิปวิดีโอทักษะการเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**6. การวัดและประเมินผล**

| **จุดประสงค์การเรียนรู้** | **วิธีการวัดผล** | **เครื่องมือวัดผล** | **เกณฑ์การประเมิน** | **การประเมินผล** (ผ่าน/ไม่ผ่าน) |
|---|---|---|---|---|
| **<u>ด้านความรู้</u>** : นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. อธิบายขั้นตอนวิธีการเลี้ยงบอลได้อย่างถูกต้อง | สังเกตจากการตอบคำถามในห้องเรียน | แบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน | นักเรียนมากกว่าร้อยละ 70 สามารถตอบคำถามได้ | |
| **<u>ด้านทักษะและกระบวนการ</u> :** นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. พัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**เลี้ยงบอล<br>2. ปฏิบัติตามขั้นตอนเลี้ยงบอลได้อย่างถูกต้อง | ทดสอบการปฏิบัติทักษะ | แบบทดสอบการปฏิบัติทักษะ | ผลการประเมินมากกว่าร้อยละ 50 ขึ้นไป | |
| **<u>ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์</u>** : นักเรียนทำกิจกรรมด้วย | | | | |
| 1. ความถูกต้อง ครบถ้วน และสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้ | สังเกตจากการตอบคำถามในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 2. ความตั้งใจและความกระตือรือร้นในการเรียน หรือการทำกิจกรรม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 3. การปฏิบัติตนและการทำกิจกรรมอย่างเหมาะสม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |

CHULALONGKORN UNIVERSITY

**7. บันทึกผลหลังการสอน**

**1. ผลการสอน**

.....

.....

.....

.....

**2. ปัญหาและอุปสรรค**

.....

.....

.....

.....

**3. ข้อเสนอแนะ**

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6**

**รายวิชา** พลศึกษา กีฬาฮอกกี้ **ระดับชั้น** มัธยมศึกษาปีที่ 4

**ภาคเรียนที่ 1** **เวลา** 50 นาที

**เรื่อง** การเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที่ (ออนไลน์)

**ผู้สอน** อาจารย์ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

---

**1. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด**

**สาระที่ 3** การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

**มาตรฐาน พ 3.1.** เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

**มาตรฐาน พ 3.2**. รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรภาพของการกีฬา

**ตัวชี้วัด**

1. วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา
2. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล/คู่ กีฬาประเภททีม อย่างน้อย 1 ชนิด
3. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์
4. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆ ในระหว่างการเล่นการแข่งขันกีฬากับผู้อื่น และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง
5. ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬาชื่นชมและเห็นคุณค่าของการเล่นกีฬา

**2. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. นักเรียนสามารถอธิบายขั้นตอนวิธีการเลี้ยงบอลได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**การเลี้ยงบอล
3. นักเรียนสามารถปฏิบัติขั้นตอนในทักษะการเลี้ยงบอลได้อย่างถูกต้อง
4. นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียนมีการแสดงความสนใจในการเรียน
5. นักเรียนมีระเบียบวินัยตั้งใจในการเรียนและการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนการสอน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

**3. สาระการเรียนรู้**

**สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้**

วิธีการปฏิบัติ

1. วางไม้ให้น้ำหนักของไม้ตกลงบนกลางฝ่ามือขวา ข้อศอกขวาตั้งฉากกับลำตัว จับไม้ลักษณะหงายมือและหงายหน้าไม้ขึ้นข้างบน
2. มือซ้ายจับตรงส่วนปลายของไม้ในลักษณะคว่ำมือ ให้หลังมือชี้ไปด้านหน้าและให้มือซ้ายอยู่สูงกว่ามือขวาเล็กน้อย
3. ลักษณะหน้าไม้ชี้ด้านหน้า หลังไม้จะหันเข้าหาลำตัว หัวไม้ชี้ขึ้นด้านบน
4. ยืนให้เท้าซ้ายอยู่ด้านหน้าเท้าขวาเล็กน้อย ย่อเข่าพอประมาณ ก้มตัวตัวเล็กน้อย น้ำหนักตัวอยู่ตรงกลางฝ่าเท้าค่อนไปด้านปลายเท้าหน้า

**สาระย่อยที่ 2 การเลี้ยงบอล**

เป็นทักษะการพาบอลไปในทิศทางต่างๆจะคล้ายการกรอลูก โดยในการจะควบคุมทิศทางของลูกได้ดีนั้นจะต้องกรอลูกให้ได้คล่องก่อนจึงจะได้ประสิทธิภาพที่ดียิ่งขึ้น

การเลี้ยงลูกฮอกกี้เป็นทักษะที่สำคัญมาก โดยมีทักษะในการกลับหน้าไม้ทั้งซ้ายและขวาเป็นพื้นฐาน เพราะการเลี้ยงลูกนั้นลูกจะต้องเคลื่อนที่ไปตามทิศทางที่ไม้สัมผัสกับลูก ดังนั้นการเลี้ยงลูกบอลที่ดีบอลจะต้องอยู่ในการบังคับของหน้าไม้ ไม่ว่าจะต้องการให้ลูกไปทางตรง ให้เลี้ยงไปทางซ้ายหรือขวาหรือให้หยุดอยู่กับที่ ดังนั้นผู้ที่มีพื้นฐานการกลับหน้าไม้ได้ดี มีโอกาสที่จะเลี้ยงหรือบังคับลูกบอลได้ดีด้วย โอกาสที่จะเลี้ยงลูกไปแดนของคู่ต่อสู้ เพื่อไปยิงประตู หรือส่งให้ฝ่ายเดียวกัน ก็ย่อมทำได้ง่ายยิ่งขึ้น และเป็นการยากที่คู่ต่อสู้จะสกัดกั้นได้

**การเลี้ยงบอลแบบกลับหน้าไม้ หรือ Indian**

<u>วิธีการฝึกปฏิบัติ</u>

1. จับไม้ให้ตรงสุดปลายไม้ด้วยมือซ้าย และใช้มือขวาจับประมาณกึ่งกลางไม้
2. ยืนแยกเท้าให้น้ำหนักตัวตกที่เท้าทั้งสอง ย่อเข่าเล็กน้อยวางลูกไว้ที่หน้าเท้าขวา
3. วางหน้าไม้ให้สัมผัสลูกบอลในตำแหน่งทางขวา เขี่ยบอลมาทางซ้ายมือพร้อมทั้งเคลื่อนที่ไปข้างหน้าและกลับไม้เขี่ยบอลกลับมาทางด้านขวา สลับกันไปโดยเคลื่อนที่ไปข้างหน้า

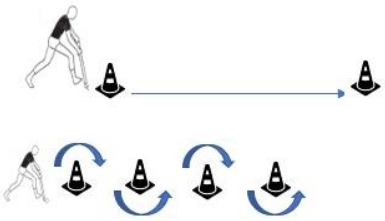
**การเลี้ยงบอลแบบหน้าเดียว**

<u>วิธีการฝึกปฏิบัติ</u>

1. จับไม้ให้ตรงสุดปลายไม้ด้วยมือซ้าย และใช้มือขวาจับประมาณกึ่งกลางไม้
2. วางบอลไว้หน้าลำตัวแล้วนำหน้าไม้ไปติดลูก
3. เคลื่อนที่พร้อมดันลูกไปข้างหน้าโดยให้ลูกอยู่ข้างหน้าตัวเสมอ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**4. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (ออนไลน์)**

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| **1. ขั้นนำ / การอบอุ่นร่างกาย (5 นาที)**<br>1.1 ครูเช็คชื่อและอุปกรณ์การเรียนของนักเรียน<br>1.2 อบอุ่นร่างกาย (Warm – up) โดยครูให้นักเรียนเดาะบอล | **1. ขั้นนำ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย |
| **2. ขั้นอธิบายและสาธิต (10 นาที)**<br>2.1 ครูอธิบายและสาธิตการปฏิบัติทักษะผ่านสื่อ Power Point และคลิปวิดีโอ ดังนี้<br>สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้<br>สาระย่อยที่ 2 การเลี้ยงบอลแบบกลับหน้าไม้และแบบหน้าเดียว<br>2.2 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนถามข้อสงสัย | **2. ขั้นอธิบายและสาธิต**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย |
| **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ (20 นาที)**<br>3.1 ครูจับคู่นักเรียนระหว่างนักเรียนที่ได้คะแนนสูงกับนักเรียนที่ได้คะแนนต่ำ โดยเรียงคะแนนจากมากไปหาน้อย แบ่งครึ่งจำนวนนักเรียนทั้งหมด จะได้กลุ่มนักเรียนที่มีคะแนนสูงกับนักเรียนที่ได้คะแนนต่ำ จากนั้นให้นักเรียนที่มีคะแนนสูงจับคู่กันตามความสนใจและความพึงพอใจกับกลุ่มผู้เรียนที่ได้คะแนนต่ำ<br>3.2 ครูให้นักเรียนฝึกจับไม้ให้ถูกต้อง (โดยให้นักเรียนช่วยกันให้คำปรึกษากันเป็นคู่และครูคอยให้คำแนะนำ)<br>3.3 ครู Breakout rooms ให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการเลี้ยงบอล ดังนี้<br>1. ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการเลี้ยงบอลแบบกลับหน้าไม้ และแบบหน้าเดียว โดยเคลื่อนที่ข้างหน้าเป็นเส้นตรง (ระยะ 5 ม.)<br>2. ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการเลี้ยงบอลแบบกลับหน้าไม้ และแบบหน้าเดียว โดยเคลื่อนที่แบบซิกแซกอ้อมหลักไปด้านหน้าและอ้อมกลับ (ระยะห่างหลัก 1 ม.) *สามารถใช้อุปกรณ์อย่างอื่นทดแทนหลักได้เช่น ขวดน้ำ*<br>  | **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ**<br>- การอธิบาย<br>- การปฏิบัติ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| | |
| **4. ขั้นนำไปใช้ (10 นาที)**<br>4.1 ครูให้นักเรียนทำกิจกรรม “เร็วกว่านี้” โดยมีกติกาดังนี้<br>1. ครูให้นักเรียนแต่ละคู่เลี้ยงบอลไปแบบซิกแซกอ้อมหลัก และเลี้ยงบอลกลับแบบหน้าเดียว (ระยะ 5 เมตร)<br>2. จับเวลา 1 นาที นับจำนวนรอบที่ทำได้ | **4. ขั้นนำไปใช้**<br>- การปฏิบัติ |
| **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ (5 นาที)**<br>5.1 ครูสรุปเนื้อหาการเรียนการสอนในคาบเรียนโดยร่วมกันอภิปรายกับนักเรียน<br>5.2 ครูให้นักเรียนทบทวนบทเรียนและศึกษาเนื้อหาเพิ่มเติมจากคลิปวิดีโอที่บันทึกไว้ในระบบออนไลน์<br>5.3 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย<br>5.4 ครูเน้นย้ำให้นักเรียนรักษาสุขภาพให้แข็งแรง เพื่อป้องกันอาการเจ็บป่วยของตนเอง | **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย<br>- การอภิปราย<br>- การยกตัวอย่าง |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**5. สื่อการเรียนรู้/วัสดุอุปกรณ์**

5.1 ไม้ฮอกกี้

5.2 ลูกฮอกกี้

5.3 PPT เรื่อง การเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที่

5.4 คลิปวิดีโอทักษะการเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที

**6. การวัดและประเมินผล**

| **จุดประสงค์การเรียนรู้** | **วิธีการวัดผล** | **เครื่องมือวัดผล** | **เกณฑ์การประเมิน** | **การประเมินผล** (ผ่าน/ไม่ผ่าน) |
|---|---|---|---|---|
| **<u>ด้านความรู้</u>** : นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. อธิบายขั้นตอนวิธีการเลี้ยงบอลได้อย่างถูกต้อง | สังเกตจากการตอบคำถามในห้องเรียน | แบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน | นักเรียนมากกว่าร้อยละ 70 สามารถตอบคำถามได้ | |
| **<u>ด้านทักษะและกระบวนการ</u> :** นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. พัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**เลี้ยงบอล<br>2. ปฏิบัติตามขั้นตอนเลี้ยงบอลได้อย่างถูกต้อง | ทดสอบการปฏิบัติทักษะ | แบบทดสอบการปฏิบัติทักษะ | ผลการประเมินมากกว่าร้อยละ 50 ขึ้นไป | |
| **<u>ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์</u>** : นักเรียนทำกิจกรรมด้วย | | | | |
| 1. ความถูกต้อง ครบถ้วน และสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้ | สังเกตจากการตอบคำถามในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 2. ความตั้งใจและความกระตือรือร้นในการเรียน หรือการทำกิจกรรม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 3. การปฏิบัติตนและการทำกิจกรรมอย่างเหมาะสม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |

CHULALONGKORN UNIVERSITY

**7. บันทึกผลหลังการสอน**

**1. ผลการสอน**

.....

.....

.....

.....

**2. ปัญหาและอุปสรรค**

.....

.....

.....

.....

**3. ข้อเสนอแนะ**

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7**

**รายวิชา** พลศึกษา กีฬาฮอกกี้ **ระดับชั้น** มัธยมศึกษาปีที่ 4

**ภาคเรียนที่ 1** **เวลา** 50 นาที

**เรื่อง** การผลักลูก (Push)

**ผู้สอน** อาจารย์ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

---

**1. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด**

**สาระที่ 3** การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

**มาตรฐาน พ 3.1.** เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

**มาตรฐาน พ 3.2**. รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรภาพของการกีฬา

**ตัวชี้วัด**

1. วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา
2. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล/คู่ กีฬาประเภททีม อย่างน้อย 1 ชนิด
3. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์
4. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆ ในระหว่างการเล่นการแข่งขันกีฬากับผู้อื่น และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง
5. ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬาชื่นชมและเห็นคุณค่าของการเล่นกีฬา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**2. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. นักเรียนสามารถอธิบายขั้นตอนวิธีการการผลักลูกและการเคาะลูกได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**การผลักลูก
3. นักเรียนสามารถปฏิบัติขั้นตอนในทักษะการผลักลูกและการเคาะลูกอย่างถูกต้อง
4. นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียนมีการแสดงความสนใจในการเรียน
5. นักเรียนมีระเบียบวินัยตั้งใจในการเรียนและการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนการสอน

**3. สาระการเรียนรู้**

**สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้**

<u>วิธีการปฏิบัติ</u>

1. วางไม้ให้น้ำหนักของไม้ตกลงบนกลางฝ่ามือขวา ข้อศอกขวาตั้งฉากกับลำตัว จับไม้ลักษณะหงายมือและหงายหน้าไม้ขึ้นข้างบน

2. มือซ้ายจับตรงส่วนปลายของไม้ในลักษณะคว่ำมือ ให้หลังมือชี้ไปด้านหน้าและให้มือซ้ายอยู่สูงกว่ามือขวาเล็กน้อย

3. ลักษณะหน้าไม้ชี้ด้านหน้า หลังไม้จะหันเข้าหาลำตัว หัวไม้ชี้ขึ้นด้านบน

4. ยืนให้เท้าซ้ายอยู่ด้านหน้าเท้าขวาเล็กน้อย ย่อเข่าพอประมาณ ก้มตัวตัวเล็กน้อย น้ำหนักตัวอยู่ตรงกลางฝ่าเท้าค่อนไปด้านปลายเท้าหน้า

**สาระย่อยที่ 2 การส่งบอล**

**1. การผลักลูก (Push)**

การส่งลูกแบบนี้เป็นวิธีการส่งได้ง่าย รวดเร็ว แน่นอน และผู้รับซึ่งเป็นฝ่ายเดียวกันกับผู้ส่งก็สามารถรับลูกหรือเล่นลูกต่อไปได้ง่าย

<u>วิธีการปฏิบัติ</u>

1. ให้ผู้ส่งยืนหันไหล่ว้ายไปยังทิศทางที่ต้องการส่งลูกไป
2. ใช้มือซ้ายจับทางด้านปลายไม้ และมือขวาจับประมาณกึ่งกลางไม้
3. ก้มตัวลง วางหน้าไม้ด้านแบนสัมผัสและทำมุมฉากกับพื้น
4. ลูกบอลจะอยู่ด้านหน้าของผู้ส่ง ระยะห่างพอประมาณขึ้นอยู่กับส่วนสูงของแต่ละคน
5. หน้าไม้ที่วางบนพื้นและติดชิดกับลูกบอล
6. ใช้ไม้สัมผัสลูกบอลออกไปโดยไม่ลากไปกับพื้น ถ่ายน้ำหนักตัวมาอยู่ที่เท้าซ้าย โดยย่อเข่าของเท้าหน้า เพื่อการทรงตัว
7. เมื่อส่งลูกไปแล้ว ไม้ชี้ตรงไปยังทิศทางที่ลูกส่งไป และลูกจะเลียดไปกับพื้น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**4. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| **1. ขั้นนำ / การอบอุ่นร่างกาย (5 นาที)**<br>1.1 ครูเช็คชื่อและอุปกรณ์การเรียนของนักเรียน<br>1.2 อบอุ่นร่างกาย (Warm – up) โดยครูให้นักเรียนเดาะบอล | **1. ขั้นนำ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย<br>- การปฏิบัติ |
| **2. ขั้นอธิบายและสาธิต (10 นาที)**<br>2.1 ครูอธิบายและสาธิตการปฏิบัติทักษะ ดังนี้<br>สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้ | **2. ขั้นอธิบายและสาธิต**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย |

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| สาระย่อยที่ 2 การส่ง-รับบอล การผลักลูก (Push)<br>2.2 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนถามข้อสงสัย | |
| **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ (15 นาที)**<br>3.1 ครูจับคู่นักเรียนระหว่างนักเรียนที่ได้คะแนนสูงกับนักเรียนที่ได้คะแนนต่ำ โดยเรียงคะแนนจากมากไปหาน้อย แบ่งครึ่งจำนวนนักเรียนทั้งหมด จะได้กลุ่มนักเรียนที่มีคะแนนสูงกับนักเรียนที่ได้คะแนนต่ำ จากนั้นให้นักเรียนที่มีคะแนนสูงจับคู่กันตามความสนใจและความพึงพอใจกับกลุ่มผู้เรียนที่ได้คะแนนต่ำ<br>3.2 ครูให้นักเรียนฝึกจับไม้ให้ถูกต้อง (โดยให้นักเรียนช่วยกันให้คำปรึกษากันเป็นคู่และครูคอยให้คำแนะนำ)<br>3.3 ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการส่งบอล ดังนี้<br>1. ครูให้นักเรียนจับคู่และยืนห่างกันระยะ 3 ม.<br>2. ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการส่งบอลโดยการผลักลูก (Push) โดยปฏิบัติแบบปิดจังหวะและเปิดจังหวะ ตามลำดับ<br>3. ครูให้นักเรียนเพิ่มระยะการส่งบอลเป็น 5 ม. | **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ**<br>- การอธิบาย<br>- การปฏิบัติ |
| **4. ขั้นนำไปใช้ (15 นาที)**<br>4.1 ครูให้นักเรียนทำกิจกรรม “แข่งขันสนามเล็ก” โดยมีกติกาดังนี้<br>1. ครูให้นักเรียนแบ่ง กลุ่มละ 7 คน<br>2. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเล่นทีมสนามเล็กแข่งขันกัน คู่ละ 7 นาที แล้วสลับคู่แข่งกัน | **4. ขั้นนำไปใช้**<br>- การปฏิบัติ |
| **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ (5 นาที)**<br>5.1 ครูสรุปเนื้อหาการเรียนการสอนในคาบเรียนโดยร่วมกันอภิปรายกับนักเรียน<br>5.2 ครูให้นักเรียนทบทวนบทเรียนและศึกษาเนื้อหาเพิ่มเติมจากคลิปวิดิโอที่บันทึกไว้ในระบบออนไลน์<br>5.3 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย<br>5.4 ครูเน้นย้ำให้นักเรียนรักษาสุขภาพให้แข็งแรง เพื่อป้องกันอาการเจ็บป่วยของตนเอง<br>5.5 ครูปล่อยแถวให้นักเรียนไปล้างมือล้างหน้าดื่มน้ำและเตรียมตัวเรียน | **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย<br>- การอภิปราย<br>- การยกตัวอย่าง |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| วิชาถัดไป | |

**5. สื่อการเรียนรู้/วัสดุอุปกรณ์**

5.1 ไม้ฮอกกี้

5.2 ลูกฮอกกี้

5.3 PPT เรื่อง การผลักลูก (Push)

5.4 คลิปวิดีโอทักษะการผลักลูก (Push)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**6. การวัดและประเมินผล**

| **จุดประสงค์การเรียนรู้** | **วิธีการวัดผล** | **เครื่องมือวัดผล** | **เกณฑ์การประเมิน** | **การประเมินผล** (ผ่าน/ไม่ผ่าน) |
|---|---|---|---|---|
| **<u>ด้านความรู้</u>** : นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. อธิบายขั้นตอนวิธีการผลักลูก (Push) และการเคาะลูก (Tab) ได้อย่างถูกต้อง | สังเกตจากการตอบคำถามในห้องเรียน | แบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน | นักเรียนมากกว่าร้อยละ 70 สามารถตอบคำถามได้ | |
| **<u>ด้านทักษะและกระบวนการ</u> :** นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. พัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**การผลักลูก (Push)<br>2. ปฏิบัติตามขั้นตอนการผลักลูก (Push) ได้อย่างถูกต้อง | ทดสอบการปฏิบัติทักษะ | แบบทดสอบการปฏิบัติทักษะ | ผลการประเมินมากกว่าร้อยละ 50 ขึ้นไป | |
| **<u>ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์</u>** : นักเรียนทำกิจกรรมด้วย | | | | |
| 1. ความถูกต้อง ครบถ้วน และสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้ | สังเกตจากการตอบคำถามในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 2. ความตั้งใจและความกระตือรือร้นในการเรียน หรือการทำกิจกรรม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 3. การปฏิบัติตนและการทำกิจกรรมอย่างเหมาะสม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |

**7. บันทึกผลหลังการสอน**

**1. ผลการสอน**

.....

.....

.....

.....

**2. ปัญหาและอุปสรรค**

.....

.....

.....

.....

**3. ข้อเสนอแนะ**

.....

.....

.....

.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8**

**รายวิชา** พลศึกษา กีฬาฮอกกี้ **ระดับชั้น** มัธยมศึกษาปีที่ 4

**ภาคเรียนที่ 1** **เวลา** 50 นาที

**เรื่อง** การผลักลูก (Push) (ออนไลน์)

**ผู้สอน** อาจารย์ฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์

---

**1. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด**

**สาระที่ 3** การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

**มาตรฐาน พ 3.1.** เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

**มาตรฐาน พ 3.2**. รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรภาพของการกีฬา

**ตัวชี้วัด**

1. วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา
2. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล/คู่ กีฬาประเภททีม อย่างน้อย 1 ชนิด
3. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์
4. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆ ในระหว่างการเล่นการแข่งขันกีฬากับผู้อื่น และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง
5. ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬาชื่นชมและเห็นคุณค่าของการเล่นกีฬา

**2. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. นักเรียนสามารถอธิบายขั้นตอนวิธีการการผลักลูกและการเคาะลูกได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถพัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**การผลักลูก
3. นักเรียนสามารถปฏิบัติขั้นตอนในทักษะการผลักลูกและการเคาะลูกอย่างถูกต้อง
4. นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียนมีการแสดงความสนใจในการเรียน
5. นักเรียนมีระเบียบวินัยตั้งใจในการเรียนและการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนการสอน

**3. สาระการเรียนรู้**

**สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้**

<u>วิธีการปฏิบัติ</u>

1. วางไม้ให้น้ำหนักของไม้ตกลงบนกลางฝ่ามือขวา ข้อศอกขวาตั้งฉากกับลำตัว จับไม้ลักษณะหงายมือและหงายหน้าไม้ขึ้นข้างบน
2. มือซ้ายจับตรงส่วนปลายของไม้ในลักษณะคว่ำมือ ให้หลังมือชี้ไปด้านหน้าและให้มือซ้ายอยู่สูงกว่ามือขวาเล็กน้อย
3. ลักษณะหน้าไม้ชี้ด้านหน้า หลังไม้จะหันเข้าหาลำตัว หัวไม้ชี้ขึ้นด้านบน
4. ยืนให้เท้าซ้ายอยู่ด้านหน้าเท้าขวาเล็กน้อย ย่อเข่าพอประมาณ ก้มตัวตัวเล็กน้อย น้ำหนักตัวอยู่ตรงกลางฝ่าเท้าค่อนไปด้านปลายเท้าหน้า

**สาระย่อยที่ 2 การส่งบอล**

**1. การผลักลูก (Push)**

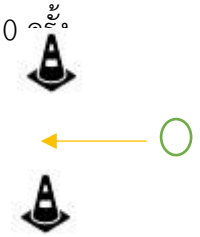
การส่งลูกแบบนี้เป็นวิธีการส่งได้ง่าย รวดเร็ว แน่นอน และผู้รับซึ่งเป็นฝ่ายเดียวกันกับผู้ส่งก็สามารถรับลูกหรือเล่นลูกต่อไปได้ง่าย

<u>วิธีการปฏิบัติ</u>

1. ให้ผู้ส่งยืนหันไหล่ว้ายไปยังทิศทางที่ต้องการส่งลูกไป
2. ใช้มือซ้ายจับทางด้านปลายไม้ และมือขวาจับประมาณกึ่งกลางไม้
3. ก้มตัวลง วางหน้าไม้ด้านแบนสัมผัสและทำมุมฉากกับพื้น
4. ลูกบอลจะอยู่ด้านหน้าของผู้ส่ง ระยะห่างพอประมาณขึ้นอยู่กับส่วนสูงของแต่ละคน
5. หน้าไม้ที่วางบนพื้นและติดชิดกับลูกบอล
6. ใช้ไม้สัมผัสลูกบอลออกไปโดยไม่ลากไปกับพื้น ถ่ายน้ำหนักตัวมาอยู่ที่เท้าซ้าย โดยย่อเข่าของเท้าหน้า เพื่อการทรงตัว
7. เมื่อส่งลูกไปแล้ว ไม้ชี้ตรงไปยังทิศทางที่ลูกส่งไป และลูกจะเลียดไปกับพื้น

**4. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (ออนไลน์)**

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| **1. ขั้นนำ / การอบอุ่นร่างกาย (5 นาที)**<br>1.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียน<br>1.2 ครูตรวจสอบรายชื่อนักเรียนที่เข้าเรียน<br>1.3 ครูนำเข้าสู่บทเรียน โดยการสำรวจความพร้อมในการเรียนออนไลน์ของนักเรียน ทั้งในเรื่องภาพ เสียงและสัญญาณในการสื่อสาร | **1. ขั้นนำ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย |

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| **2. ขั้นอธิบายและสาธิต (10 นาที)**<br>2.1 ครูอธิบายและสาธิตการปฏิบัติทักษะผ่านสื่อ Power Point และคลิปวิดิโอ ดังนี้<br>สาระย่อยที่ 1 การจับไม้ฮอกกี้<br>สาระย่อยที่ 2 การส่ง-รับบอล การผลักลูก (Push)<br>2.2 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนถามข้อสงสัย | **2. ขั้นอธิบายและสาธิต**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย |
| **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ (15 นาที)**<br>3.1 ครูจับคู่นักเรียนระหว่างนักเรียนที่ได้คะแนนสูงกับนักเรียนที่ได้คะแนนต่ำ โดยเรียงคะแนนจากมากไปหาน้อย แบ่งครึ่งจำนวนนักเรียนทั้งหมด จะได้กลุ่มนักเรียนที่มีคะแนนสูงกับนักเรียนที่ได้คะแนนต่ำ จากนั้นให้นักเรียนที่มีคะแนนสูงจับคู่กันตามความสนใจและความพึงพอใจกับกลุ่มผู้เรียนที่ได้คะแนนต่ำ<br>3.2 ครูให้นักเรียนฝึกจับไม้ให้ถูกต้อง (โดยให้นักเรียนช่วยกันให้คำปรึกษากันเป็นคู่และครูคอยให้คำแนะนำ)<br>3.3 ครู Breakout rooms ให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการส่งบอลกับกำแพง ดังนี้<br>1. ครูให้นักเรียนยืนห่างจากกำแพงระยะ 3 ม.<br>2. ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการส่งบอลโดยการผลักลูก (Push) โดยปฏิบัติแบบปิดจังหวะและเปิดจังหวะ ตามลำดับ | **3.ขั้นฝึกหัดทักษะ**<br>- การอธิบาย<br>- การปฏิบัติ |
| **4. ขั้นนำไปใช้ (15 นาที)**<br>4.1 ครูให้นักเรียนนำขวดน้ำมาตั้ง 2 ขวด ห่างกัน1.5 ม.<br>4.2 ครูให้นักเรียนยืนห่างจากขวดน้ำ 3 ม. และส่งลูกให้ผ่านช่อง 5 ลูก ภายใน 10 ครั้ง<br>  | **4. ขั้นนำไปใช้**<br>- การปฏิบัติ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

| กิจกรรม | วิธีการสอน |
|---|---|
| **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ (5 นาที)**<br>5.1 ครูสรุปเนื้อหาการเรียนการสอนในคาบเรียนโดยร่วมกันอภิปรายกับนักเรียน<br>5.2 ครูให้นักเรียนทบทวนบทเรียนและศึกษาเนื้อหาเพิ่มเติมจากคลิปวิดิโอที่บันทึกไว้ในระบบออนไลน์<br>5.3 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย<br>5.4 ครูเน้นย้ำให้นักเรียนรักษาสุขภาพให้แข็งแรง เพื่อป้องกันอาการเจ็บป่วยของตนเอง<br>5.5 ครูปล่อยแถวให้นักเรียนไปล้างมือล้างหน้าดื่มน้ำและเตรียมตัวเรียนวิชาถัดไป | **5. ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ**<br>- การสอบถาม<br>- การอธิบาย<br>- การอภิปราย<br>- การยกตัวอย่าง |

**5. สื่อการเรียนรู้/วัสดุอุปกรณ์**

5.1 ไม้ฮอกกี้

5.2 ลูกฮอกกี้

5.3 PPT เรื่อง การผลักลูก (Push)

5.4 คลิปวิดีโอทักษะการผลักลูก (Push

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**6. การวัดและประเมินผล**

| **จุดประสงค์การเรียนรู้** | **วิธีการวัดผล** | **เครื่องมือวัดผล** | **เกณฑ์การประเมิน** | **การประเมินผล** (ผ่าน/ไม่ผ่าน) |
|---|---|---|---|---|
| **<u>ด้านความรู้</u>** : นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. อธิบายขั้นตอนวิธีการผลักลูก (Push) ได้อย่างถูกต้อง | สังเกตจากการตอบคำถามในห้องเรียน | แบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน | นักเรียนมากกว่าร้อยละ 70 สามารถตอบคำถามได้ | |
| **<u>ด้านทักษะและกระบวนการ</u> :** นักเรียนสามารถ | | | | |
| 1. พัฒนาสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของร่างกายจาก**ฝึกทักษะ**การผลักลูก (Push)<br>2. ปฏิบัติตามขั้นตอนการผลักลูก (Push) ได้อย่างถูกต้อง | ทดสอบการปฏิบัติทักษะ | แบบทดสอบการปฏิบัติทักษะ | ผลการประเมินมากกว่าร้อยละ 50 ขึ้นไป | |
| **<u>ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์</u>** : นักเรียนทำกิจกรรมด้วย | | | | |
| 1. ความถูกต้อง ครบถ้วน และสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้ | สังเกตจากการตอบคำถามในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 2. ความตั้งใจและความกระตือรือร้นในการเรียน หรือการทำกิจกรรม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |
| 3. การปฏิบัติตนและการทำกิจกรรมอย่างเหมาะสม | สังเกตจากพฤติกรรมในชั้นเรียน | แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | ระดับคุณภาพ “ดี” ขึ้นไป | |

**7. บันทึกผลหลังการสอน**

**1. ผลการสอน**

.....

.....

.....

.....

**2. ปัญหาและอุปสรรค**

.....

.....

.....

.....

**3. ข้อเสนอแนะ**

.....

.....

.....

.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

## ข-2. แบบทดสอบการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้

**1. แบบทดสอบทักษะการเลี้ยงลูกฮอกกี้ (Dribbling Test)**

**<u>วัตถุประสงค์</u>** เพื่อวัดความสามารถในการเลี้ยงลูกฮอกกี้

**<u>อุปกรณ์ที่ใช้</u>**

1. ลูกฮอกกี้ 1 ลูก
2. นาฬิกาจับเวลา 1 เรือน
3. กรวยสูง 30 ซ.ม. 12 อัน

**<u>วิธีทดสอบ</u>**

1. ผู้ให้การทดสอบอธิบายและสาธิตวิธีการทดสอบ โดยให้ผู้เข้ารับการทคสอบ ทดสอบคนละ 1 รอบ ทำการเลี้ยงถูกฮอกกี้อ้อมหลัก ตามทิศทางที่กำหนด

2. ก่อนทำการทดสอบ ให้ผู้เข้ารับการทดสอบ ทดลองปฏิบัติ คนละ 2 รอบ

3. ผู้เข้ารับการทดสอบยืนเตรียมพร้อม และวางลูกที่จุดเริ่มต้น

4. การเริ่มทดสอบ ผู้ให้การทดสอบจะให้สัญญาณนกหวีด พร้อมกับจับเวลา จากนั้นผู้เข้ารับการทดสอบทำการเลี้ยงถูกฮอกกี้แบบซิกแซกอ้อมหลัก โดยเข้าทางขวาของหลักแรก จากนั้นเลี้ยงอ้อมหลักไปตามเส้นทางที่กำหนดไว้ แล้วเลี้ยงลูกผ่านเข้าเส้นสิ้นสุด ผู้ให้การทดสอบจึงจะทำการหยุดเวลาและบันทึกเวลาที่ทำได้ ซึ่งในการทคสอบผู้ช่วยในการทดสอบจะทำหน้าที่คอยบอกทิศทางการเคลื่อนที่ให้กับผู้ข้ารับการทดสอบ และขานว่า “หยุด” ทุกครั้งที่มีการทำผิดระเบียบการทดสอบ

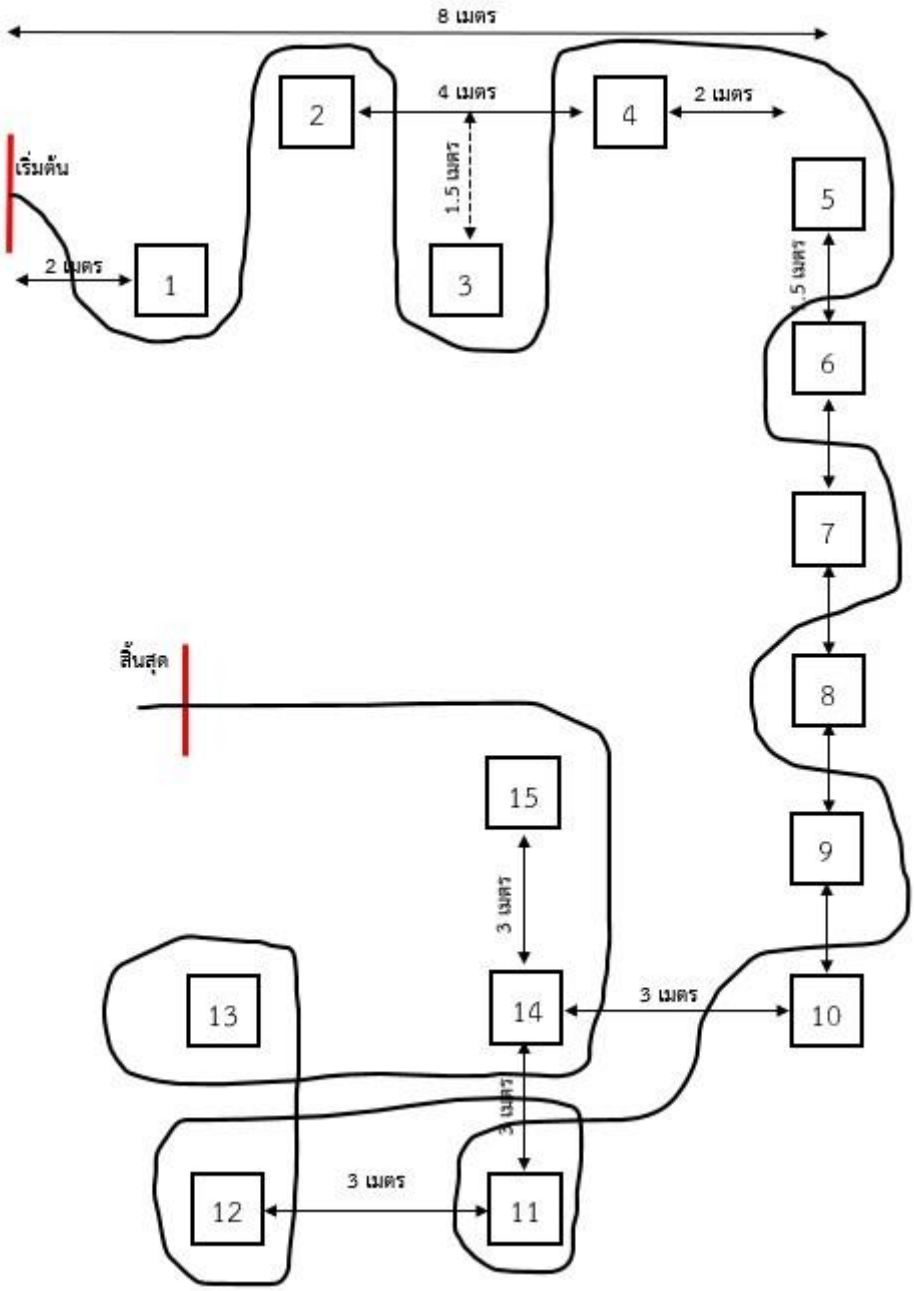
**<u>การคิดคะแนน</u>**

1. คิดคะแนนจากเวลาที่ผู้เข้ารับการทดสอบทำได้ โดยจับเวลาตั้งแต่เลี้ยงลูกออกจากเส้นเริ่มต้น และหยุดเวลาเมื่อผู้เข้ารับการทดสอบเลี้ยงลูกมาหยุดหลังเส้นสิ้นสุด เป็นคะแนนของการทดสอบ

2. บันทึกเวลาเป็นวินาที (ทศนิยม 2 ตำแหน่ง) เช่น จับเวลาได้ 1 นาที 45.25 วินาที ให้บันทึกว่า 105.25 วินาที (1x60)+45.25 = 105.25 เป็นต้น

**<u>เกณฑ์คะแนน</u>**

| ระดับความสามารถ | นักเรียนชาย (วินาที) | นักเรียนหญิง (วินาที) |
|---|---|---|
| 5 | 31 วินาที ลงไป | 35 วินาที ลงไป |
| 4 | 32-26 วินาที | 36-40 วินาที |
| 3 | 37-41 วินาที | 41-45 วินาที |
| 2 | 42-46 วินาที | 46-50 วินาที |
| 1 | 47 วินาที ขึ้นไป | 51 วินาที ขึ้นไป |




แบบทดสอบทักษะการเลี้ยงลูกฮอกกี้ (Dribbling Test) ภาพที่ 19

**2. แบบทดสอบทักษะการผลักลูกฮอกกี้ (Push Test)**

<u>วัตถุประสงค์</u> เพื่อวัดความสามารถในการผลักลูกฮอกกี้

<u>อุปกรณ์</u>

1. ลูกออกกี้จำนวน 4 ลูก 2. นาฬิกาจับเวลา

3. กรวยสูง 30 ซ.ม. 8 อัน

<u>วิธีทดสอบ</u>

1. ผู้ให้การทดสอบอธิบายและสาธิตวิธีการทดสอบ โดยให้ผู้เข้ารับการทดสอบ ทดสอบคนละ 1 รอบ ทำการทดสอบโดยการผลักลูกฮอกกี้ (Push) ให้เข้าช่องที่กำหนด 4 ลูก

2. ก่อนทำการทดสอบ ให้ผู้เข้ารับการทดสอบ ทดลองปฏิบัติ คนละ 1 ลูก

3. ผู้เข้ารับการทดสอบยืนเตรียมพร้อม และวางลูกฮอกกี้ภายในพื้นที่ที่กำหนดให้

4. การเริ่มทดสอบ ผู้ให้การทดสอบจะให้สัญญาณนกหวีด จากนั้นผู้เข้ารับการทดสอบทำการส่งลูกด้วยการผลักให้เข้าประตูที่ 1, 2 3, และ 4 ตามลำดับ ในการส่งลูกจะต้องส่งภายในพื้นที่ที่กำหนดให้เป็นจุดส่งลูก ผู้ช่วยในการทดสอบจะทำหน้าที่วางลูกให้ผู้เข้ารับการทดสอบ และจะขานคะแนนทุกครั้งที่ผู้เข้ารับการทดสอบส่งลูกออกไป พร้อมทั้งบันทึกคะแนน

<u>การคิดคะแนน</u>

1. การส่งลูกที่ได้คะแนน คือ การส่งลูกด้วยการผลัก ซึ่งได้ระยะทางตามที่กำหนดและตรงเป้าหมาย ดังนี้

1.1 ลูกเข้าประตูได้ 3 คะแนน

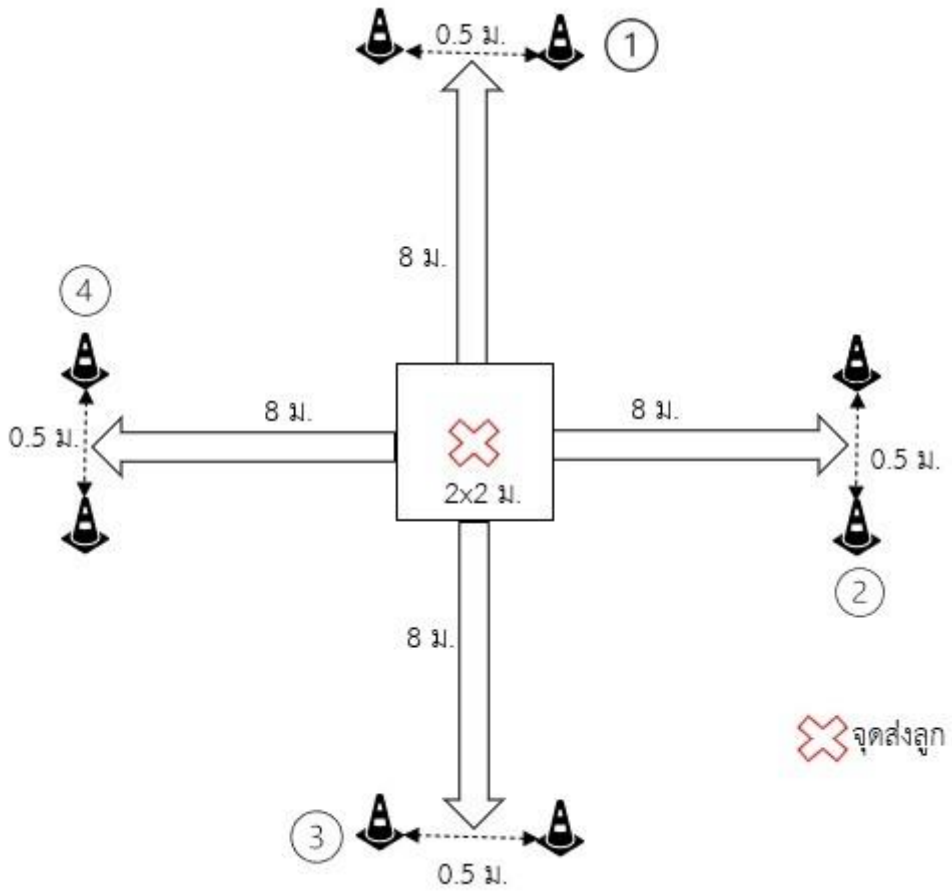
1.2 ลูกไม่เข้าประตูแต่ได้ระยะทางตามที่กำหนด (ส่งลูกผ่านออกด้านข้างหรือลูกชนกรวย แล้วไม่เข้าประตู) ได้ 1 คะแนน

2. การส่งลูกที่ผิดวิธี และไม่ได้ระยะทางตามที่กำหนด (ส่งลูกไปไม่ถึงประตู) ให้ถือว่าไม่ได้คะแนน

3. เมื่อส่งลูกด้วยการผลักครบทั้ง 4 ลูก แล้วรวมคะแนน จะเป็นผลการทดสอบ จากนั้นบันทึกผลการทดสอบ

**<u>เกณฑ์คะแนน</u>**

| ระดับความสามารถ | นักเรียนชาย (วินาที) | นักเรียนหญิง (วินาที) |
|---|---|---|
| 5 | 12 คะแนน ขึ้นไป | 12 คะแนน ขึ้นไป |
| 4 | 10-11 คะแนน | 10-11 คะแนน |
| 3 | 8-9 คะแนน | 8-9 คะแนน |
| 2 | 6-7 คะแนน | 6-7 คะแนน |
| 1 | 5 คะแนน ลงไป | 5 คะแนน ลงไป |




แบบทดสอบทักษะการผลักลูกฮอกกี้ (Push Test) ภาพที่ 20

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**3. แบบทดสอบทักษะการรับหรือการหยุดลูกฮอกกี้ (Fielding)**

<u>วัตถุประสงค์</u> เพื่อวัดความสามารถในการรับหรือการหยุดลูกฮอกกี้

<u>อุปกรณ์</u>

1. ไม้ฮอกกี้
2. ลูกฮอกกี้
3. นาฬิกาจับเวลา
4. เทปกาว

<u>วิธีทดสอบ</u>

1. ผู้ให้การทดสอบอธิบายและสาธิตวิธีการทดสอบ โดยให้ผู้เข้ารับการทดสอบ ทดสอบคนละ 1 ครั้ง ทำการส่ง-รับลูกฮอกกี้กระทบกำแพงปูน ภายในเวลา 45 วินาที

2. ก่อนทำการทดสอบ ให้ผู้เข้ารับการทดสอบ ทดลองปฏิบัติ คนละ 10 วินาที

3. ผู้เข้ารับการทดสอบยืนเตรียมพร้อม และวางลูกฮอกกี้บริเวณใดก็ได้ภายในกรอบพื้นที่ส่ง-รับลูกที่กำหนดให้ ซึ่งอยู่ห่างจากกำแพง 2.5 เมตร

4. การเริ่มทดสอบ ผู้ให้การทดสอบจะให้สัญญาณนกหวีด พร้อมกับจับเวลา จากนั้นให้ผู้เข้ารับการทดสอบส่งลูกไปกระทบกำแพงปูน ภายในกรอบที่กำหนดไว้ และเคลื่อนที่รับลูกภายในกรอบพื้นที่ส่ง-รับถูก ปฏิบัติการส่งและรับซ้ำไปมา จนครบกำหนดเวลา 45 วินาที ผู้ให้การทดสอบให้สัญญาณนกหวีดหมดเวลา ผู้ช่วยในการทดสอบจะทำหน้าที่นับคะแนน และขานว่า “เสีย” ทุกครั้งที่มีการทำผิดระเบียบการทดสอบ

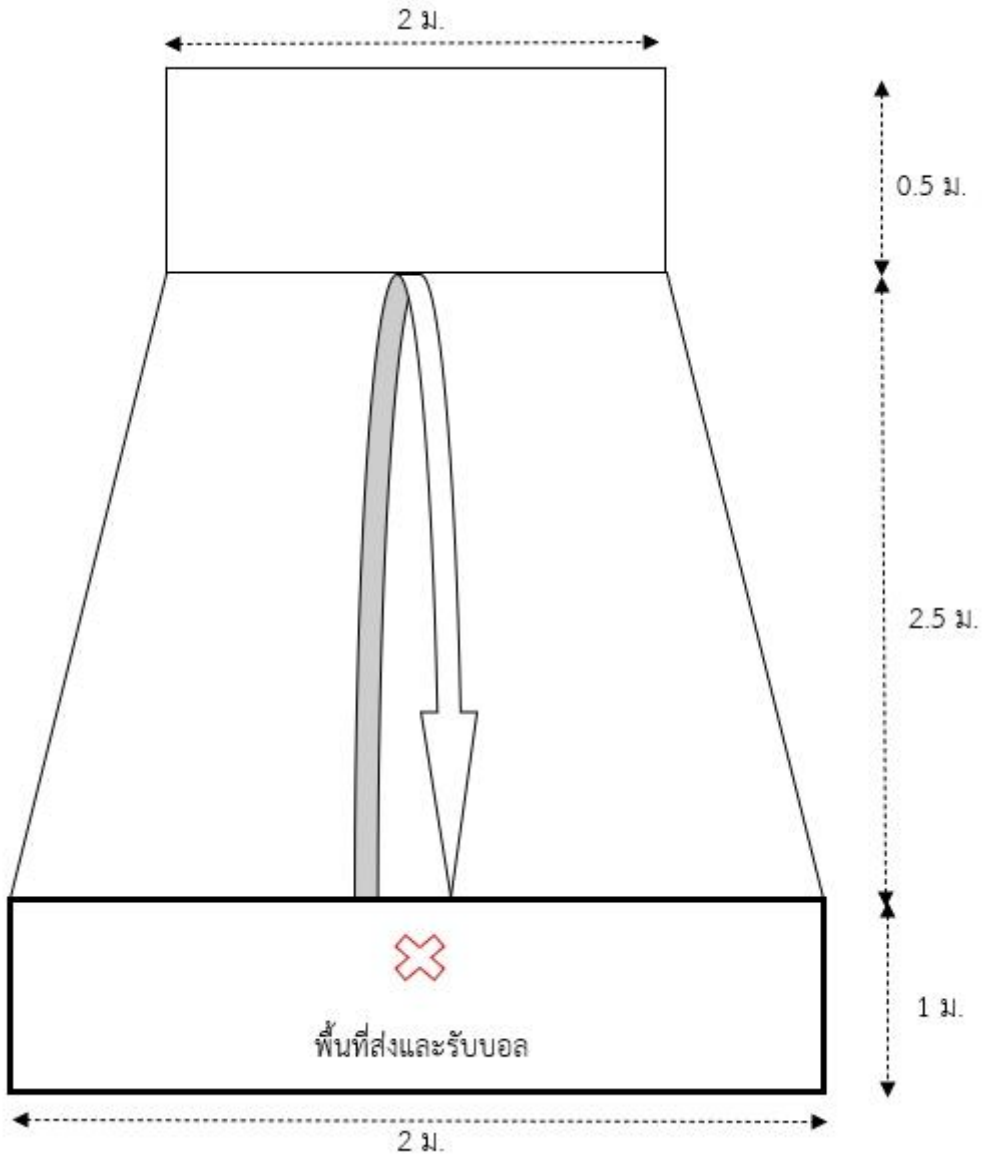
<u>การคิดคะแนน</u>

1. การส่ง-รับลูกที่ได้คะแนน คือ การส่งและรับลูกในกรอบพื้นที่ส่ง-รับลูก

2. เมื่อส่งและรับลูกได้ ให้ 1 คะแนน รวมคะแนนจากการทดสอบภายในเวลา 45 วินาที และบันทึกผลการทดสอบ

**<u>เกณฑ์คะแนน</u>**

| ระดับความสามารถ | นักเรียนชาย (คะแนน) | นักเรียนหญิง (คะแนน) |
|---|---|---|
| 5 | 21 คะแนน ขึ้นไป | 12 คะแนน ขึ้นไป |
| 4 | 17-20 คะแนน | 10-11 คะแนน |
| 3 | 13-16 คะแนน | 8-9 คะแนน |
| 2 | 9-12 คะแนน | 6-7 คะแนน |
| 1 | 8 คะแนน ลงไป | 5 คะแนน ลงไป |




แบบทดสอบทักษะการรับหรือการหยุดลูกฮอกกี้ (Fielding) ภาพที่ 21

**ข-3 แบบบันทึกผลการประเมินการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้**

**แบบบันทึกผลการประเมินการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้**

ก่อนการทดลอง วันที่.....เดือน.....พ.ศ..... หลังการทดลอง วันที่.....เดือน.....

พ.ศ.....

ด.ช./ด.ญ./นาย/นางสาว.....ระดับชั้น ม.....ห้อง.....

เลขที่.....

คำชี้แจง : ให้ผู้ประเมินใส่ผลการประเมินทักษะกีฬาฮอกกี้ให้ตรงตามการปฏิบัติจริง โดยพิจารณาจากเกณฑ์การประเมินทักษะกีฬาฮอกกี้สำหรับนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา สุพรรณี ยิ้มนวล (2556)

| ลำดับ | รายการทดสอบ | ผลการทดสอบ (ก่อนเรียน) | คะแนน (ก่อนเรียน) | ผลการทดสอบ (หลังเรียน) | คะแนน (หลังเรียน) | หมายเหตุ |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | การเลี้ยงบอล | | | | | |
| 2 | การผลักบอล | | | | | |
| 3 | การรับหรือการหยุดบอล | | | | | |

ลงนาม.....ผู้ประเมิน

(.....)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**ภาคผนวก ค**

**การวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ**

1. ตารางแสดงค่า IOC ในการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแผนการเรียนรู้พลศึกษา
2. ตารางแสดงค่า IOC ในการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแบบทดสอบการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**1. ตารางแสดงค่า IOC ในการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแผนการเรียนรู้พลศึกษา**

ตารางแสดงค่า IOC ในการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแผนการเรียนรู้ที่ 1 การจับไม้ และการเดาะบอล

| รายการประเมิน | ผู้ทรงคุณวุฒิ | | | | | ผลรวมของคะแนน | ค่า IOC | แปลผล |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 1. สาระสำคัญมีความเหมาะสมกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 2. จุดประสงค์การเรียนรู้ครอบคลุมและมีจุดเน้นด้านทักษะกีฬาฮอกกี้ | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 3. สาระการเรียนรู้พลศึกษาสอดคล้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษากีฬาฮอกกี้โดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4. กระบวนการจัดการเรียนรู้ | | | | | | | | |
| 4.1 ขั้นเตรียม มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.2 ขั้นอธิบายสาธิต มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4.3 ขั้นฝึกทักษะ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.4 ขั้นนำไปใช้ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.5 ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| | | | | | | | 0.92 | ใช้ได้ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตารางแสดงค่า IOC ในการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแผนการเรียนรู้ที่ 2 การจับไม้ และการเดาะบอล (ออนไลน์)

| รายการประเมิน | ผู้ทรงคุณวุฒิ | | | | | ผลรวมของคะแนน | ค่า IOC | แปลผล |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 1. สาระสำคัญมีความเหมาะสมกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 2. จุดประสงค์การเรียนรู้ครอบคลุมและมีจุดเน้นด้านทักษะกีฬาฮอกกี้ | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 3. สาระการเรียนรู้พลศึกษาสอดคล้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษากีฬาฮอกกี้โดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4. กระบวนการจัดการเรียนรู้ | | | | | | | | |
| 4.1 ขั้นเตรียม มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.2 ขั้นอธิบายสาธิต มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4.3 ขั้นฝึกทักษะ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.4 ขั้นนำไปใช้ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.5 ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| | | | | | | | 0.92 | ใช้ได้ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตารางแสดงค่า IOC ในการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแผนการเรียนรู้ที่ 3 การครอบครองบอลและการกรอลูกแบบต่างๆ

| รายการประเมิน | ผู้ทรงคุณวุฒิ | | | | | ผลรวมของคะแนน | ค่า IOC | แปลผล |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 1. สาระสำคัญมีความเหมาะสมกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 2. จุดประสงค์การเรียนรู้ครอบคลุมและมีจุดเน้นด้านทักษะกีฬาฮอกกี้ | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 3. สาระการเรียนรู้พลศึกษาสอดคล้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษากีฬาฮอกกี้โดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4. กระบวนการจัดการเรียนรู้ | | | | | | | | |
| 4.1 ขั้นเตรียม มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.2 ขั้นอธิบายสาธิต มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4.3 ขั้นฝึกทักษะ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.4 ขั้นนำไปใช้ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.5 ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| | | | | | | | 0.92 | ใช้ได้ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางแสดงค่า IOC ในการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแผนการเรียนรู้ที่ 4 การครอบครองบอลและการกรอลูกแบบต่างๆ (ออนไลน์)

| รายการประเมิน | ผู้ทรงคุณวุฒิ | | | | | ผลรวมของคะแนน | ค่า IOC | แปลผล |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 1. สาระสำคัญมีความเหมาะสมกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 2. จุดประสงค์การเรียนรู้ครอบคลุมและมีจุดเน้นด้านทักษะกีฬาฮอกกี้ | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 3. สาระการเรียนรู้พลศึกษาสอดคล้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษากีฬาฮอกกี้โดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4. กระบวนการจัดการเรียนรู้ | | | | | | | | |
| 4.1 ขั้นเตรียม มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.2 ขั้นอธิบายสาธิต มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4.3 ขั้นฝึกทักษะ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.4 ขั้นนำไปใช้ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.5 ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| | | | | | | | 0.92 | ใช้ได้ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางแสดงค่า IOC ในการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแผนการเรียนรู้ที่ 5 การเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที่

| รายการประเมิน | ผู้ทรงคุณวุฒิ | | | | | ผลรวมของคะแนน | ค่า IOC | แปลผล |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 1. สาระสำคัญมีความเหมาะสมกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 2. จุดประสงค์การเรียนรู้ครอบคลุมและมีจุดเน้นด้านทักษะกีฬาฮอกกี้ | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 3. สาระการเรียนรู้พลศึกษาสอดคล้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษากีฬาฮอกกี้โดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4. กระบวนการจัดการเรียนรู้ | | | | | | | | |
| 4.1 ขั้นเตรียม มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.2 ขั้นอธิบายสาธิต มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4.3 ขั้นฝึกทักษะ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.4 ขั้นนำไปใช้ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.5 ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| | | | | | | | 0.92 | ใช้ได้ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตารางแสดงค่า IOC ในการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแผนการเรียนรู้ที่ 6 การเลี้ยงลูกบอลเคลื่อนที่ (ออนไลน์)

| รายการประเมิน | ผู้ทรงคุณวุฒิ | | | | | ผลรวมของคะแนน | ค่า IOC | แปลผล |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 1. สาระสำคัญมีความเหมาะสมกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 2. จุดประสงค์การเรียนรู้ครอบคลุมและมีจุดเน้นด้านทักษะกีฬาฮอกกี้ | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 3. สาระการเรียนรู้พลศึกษาสอดคล้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษากีฬาฮอกกี้โดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4. กระบวนการจัดการเรียนรู้ | | | | | | | | |
| 4.1 ขั้นเตรียม มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.2 ขั้นอธิบายสาธิต มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4.3 ขั้นฝึกทักษะ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.4 ขั้นนำไปใช้ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.5 ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| | | | | | | | 0.92 | ใช้ได้ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตารางแสดงค่า IOC ในการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแผนการเรียนรู้ที่ 7 การผลักลูก (Push)

| รายการประเมิน | ผู้ทรงคุณวุฒิ | | | | | ผลรวมของคะแนน | ค่า IOC | แปลผล |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 1. สาระสำคัญมีความเหมาะสมกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 2. จุดประสงค์การเรียนรู้ครอบคลุมและมีจุดเน้นด้านทักษะกีฬาฮอกกี้ | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 3. สาระการเรียนรู้พลศึกษาสอดคล้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษากีฬาฮอกกี้โดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4. กระบวนการจัดการเรียนรู้ | | | | | | | | |
| 4.1 ขั้นเตรียม มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.2 ขั้นอธิบายสาธิต มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4.3 ขั้นฝึกทักษะ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.4 ขั้นนำไปใช้ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.5 ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| | | | | | | | 0.92 | ใช้ได้ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางแสดงค่า IOC ในการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแผนการเรียนรู้ที่ 8 การผลักลูก (Push) (ออนไลน์)

| **รายการประเมิน** | **ผู้ทรงคุณวุฒิ** | | | | | **ผลรวมของคะแนน** | **ค่า IOC** | **แปลผล** |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | | | |
| 1. สาระสำคัญมีความเหมาะสมกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 2. จุดประสงค์การเรียนรู้ครอบคลุมและมีจุดเน้นด้านทักษะกีฬาฮอกกี้ | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 3. สาระการเรียนรู้พลศึกษาสอดคล้องกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษากีฬาฮอกกี้โดยใช้แนวทาง OLPE ของ SHAPE ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4. กระบวนการจัดการเรียนรู้ | | | | | | | | |
| 4.1 ขั้นเตรียม มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.2 ขั้นอธิบายสาธิต มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0.80 | ใช้ได้ |
| 4.3 ขั้นฝึกทักษะ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.4 ขั้นนำไปใช้ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4.5 ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ มีกิจกรรมและระยะเวลาที่เหมาะสม | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| | | | | | | | 0.92 | ใช้ได้ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

**2. ตารางแสดงค่า IOC ในการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแบบทดสอบการปฏิบัติทักษะที่ถูกต้องในกีฬาฮอกกี้**

| รายการประเมิน | ผู้ทรงคุณวุฒิ | | | | | ผลรวมของคะแนน | ค่า IOC | แปลผล |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| **1. การเลี้ยงลูกฮอกกี้** | | | | | | | | |
| 1.1 ผู้ทดสอบสามารถเลี้ยงลูกฮอกกี้จากจุดเริ่มต้นมายังจุดสิ้นสุด นักเรียนชายใช้เวลาภายใน 31 วินาที ลงไป และนักเรียนหญิงใช้เวลาภายใน 35 วินาที ลงไป ได้ 5 คะแนน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 1.2 ผู้ทดสอบสามารถเลี้ยงลูกฮอกกี้จากจุดเริ่มต้นมายังจุดสิ้นสุด นักเรียนชายใช้เวลาภายใน 32-26 วินาที และนักเรียนหญิงใช้เวลาภายใน 36-40 วินาที ได้ 4 คะแนน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 1.3 ผู้ทดสอบสามารถเลี้ยงลูกฮอกกี้จากจุดเริ่มต้นมายังจุดสิ้นสุด นักเรียนชายใช้เวลาภายใน 37-41 วินาที และนักเรียนหญิงใช้เวลาภายใน 41-45 วินาที ได้ 3 คะแนน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 1.4 ผู้ทดสอบสามารถเลี้ยงลูกฮอกกี้จากจุดเริ่มต้นมายังจุดสิ้นสุด นักเรียนชายใช้เวลาภายใน 42-46 วินาที และนักเรียนหญิงใช้เวลาภายใน 46-50 วินาที ได้ 2 คะแนน | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 1.5 ผู้ทดสอบสามารถเลี้ยงลูกฮอกกี้จากจุดเริ่มต้นมายังจุดสิ้นสุด | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| นักเรียนชายใช้เวลา47 วินาที ขึ้นไป และนักเรียนหญิงใช้เวลาภายใน 51 วินาที ขึ้นไป ได้ 1 คะแนน | | | | | | | | |
| **2. การผลักลูกฮอกกี้** | | | | | | | | |
| 1.1 ผู้ทดสอบสามารถส่งลูกฮอกกี้ ตั้งแต่ 20 ครั้งขึ้นไป | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 1.2 ผู้ทดสอบสามารถส่งลูกฮอกกี้ ระหว่าง 15 - 19 ครั้ง | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 1.3 ผู้ทดสอบสามารถส่งลูกฮอกกี้ ระหว่าง 10 - 14 ครั้ง | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 1.4 ผู้ทดสอบสามารถส่งลูกฮอกกี้ ระหว่าง 5 - 9 ครั้ง | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 1.5 ผู้ทดสอบสามารถลูกฮอกกี้ต่ำกว่า 5 ครั้ง | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| **3. การรับหรือหยุดลูกฮอกกี้** | | | | | | | | |
| 1. ผู้ทดสอบสามารถหยุดลูกฮอกกี้ ตั้งแต่ 20 ครั้งขึ้นไป | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 2. ผู้ทดสอบสามารถหยุดลูกฮอกกี้ ระหว่าง 15 - 19 ครั้ง | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 3. ผู้ทดสอบสามารถหยุดลูกฮอกกี้ ระหว่าง 10 - 14 ครั้ง | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 4. ผู้ทดสอบสามารถหยุดลูกฮอกกี้ ระหว่าง 5 -9 ครั้ง | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |
| 5. ผู้ทดสอบสามารถหยุดลูกฮอกกี้ ต่ำกว่า 5 ครั้ง | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1.00 | ใช้ได้ |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

# ประวัติผู้เขียน

| | |
|---|---|
| **ชื่อ-สกุล** | นายฉฏาธร จันทร์ประดิษฐ์ |
| **วัน เดือน ปี เกิด** | 26 พฤศจิกายน 2538 |
| **สถานที่เกิด** | กรุงเทพมหานคร |
| **วุฒิการศึกษา** | สำเร็จการศึกษาหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต สาขาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและารสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2561<br>ศึกษาต่อในหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2563 |
| **ที่อยู่ปัจจุบัน** | 1422/68 ซอยประชาสงเคราะห์ 16 แขวงดินแดง เขตดินแดง กรุงเทพฯ 10400 |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY