



รายวิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี

ชื่อรายวิชา สีสาคเพื่อสุขภาพ

รหัสวิชา วกศท ๑๖๑

ระดับปริญญาตรี

วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา

ภาควิชา -

## มคอ.๓ รายละเอียดของรายวิชา

### หมวดที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป

#### ๑. รหัสและชื่อรายวิชา

ภาษาไทย

วกศท ๑๖๑ สีสาคเพื่อสุขภาพ

ภาษาอังกฤษ

SPGE 161 Social Dance for health

#### ๒. จำนวนหน่วยกิต

๒ (๑-๒-๓) หน่วยกิต

(ทฤษฎี ๑ ชม. ปฏิบัติ ๒ ชม. เรียนรู้-ค้นคว้าด้วยตัวเอง ๓ ชม./สัปดาห์)

#### ๓. หลักสูตรและประเภทของรายวิชา

๓.๑ หลักสูตร

หลักสูตรปริญญาตรี ปกติ จัดทำเอกสารเป็นภาษาไทย

๓.๒ ประเภทของรายวิชา

วิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี

๓.๓ รายวิชานี้จัดอยู่ในกลุ่ม Literacy

MU Literacy (Core Values, SEP, GE for Human Development)

Health Literacy (Health, Sport)

Digital Literacy (ICT, Applied Mathematics)

Social and Humanity Literacy (Social, Humanity, Law, Ethics, Arts)

Communication Literacy (Language, Academic Communication)

Science and Environmental Literacy (Applied Science for Life, Environmental Responsibility)

Finance and Management Literacy (Finance, Management, Entrepreneur)

๓.๔ ความสัมพันธ์ระหว่างรายวิชาและค่านิยมองค์กร

M – Mastery

รู้แจ้ง รู้จริง สมเหตุ สมผล

A – Altruism

มุ่งผลเพื่อผู้อื่น

H – Harmony

กลมกลืนกับสรรพสิ่ง

I – Integrity

มั่นคงยิ่งในคุณธรรม

D – Determination

แน่วแน่ทำ กล้าตัดสินใจ

O – Originality

สร้างสรรค์สิ่งใหม่

L – Leadership

ใส่ใจเป็นผู้นำ

#### ๔. อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา และอาจารย์ผู้สอน

๔.๑ อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา

พิกุลแก้ว คลื่นสุวรรณ

วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา มหาวิทยาลัยมหิดล

โทร. 02-441-4296-8 ต่อ 203 e-mail: pikulkaew.klu@mahidol.ac.th



รายวิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี  
ชื่อรายวิชา สีสาคเพื่อสุขภาพ  
รหัสวิชา วทศท ๑๖๑

ระดับปริญญาตรี  
วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา  
ภาควิชา -

๔.๒ อาจารย์ผู้สอน

พิกุลแก้ว คลื่นสุวรรณ

วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา มหาวิทยาลัยมหิดล

โทร. 02-441-4296-8 ต่อ 203 e-mail: pikulkaew.klu@mahidol.ac.th

๕. ภาคการศึกษา / ชั้นปีที่เรียน

๕.๑ ภาคการศึกษาที่ ๑ และ ๒ นักศึกษาทุกชั้นปี

๕.๒ จำนวนผู้เรียนที่รับได้ ๓๐ คน/กลุ่ม

๖. รายวิชาที่ต้องเรียนมาก่อน (Pre-requisite) .

ไม่มี

๗. รายวิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน (Co-requisites)

ไม่มี

๘. สถานที่เรียน วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา

๙. วันที่จัดทำหรือปรับปรุงรายละเอียดของรายวิชาครั้งล่าสุด

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....



รายวิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี  
ชื่อรายวิชา สีสาคเพื่อสุขภาพ  
รหัสวิชา วทศท ๑๖๑

ระดับปริญญาตรี  
วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา  
ภาควิชา -

## หมวดที่ ๒ จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์

### ๑. จุดมุ่งหมายของรายวิชา (Course Goals)

นักศึกษาพัฒนาทักษะการฟังและต้นลีลาศจังหวะพื้นฐาน คือ ปีกิน วอลซ์ คิวบัน-รัมบ้า ซ่า ซ่า ซ่า และทักษะการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น

### ๒. วัตถุประสงค์ในการพัฒนา/ปรับปรุงรายวิชา

#### ๒.๑ วัตถุประสงค์ของรายวิชา (Course Objectives)

๑. เข้าใจ เห็นคุณค่า และประยุกต์หลักการต้นลีลาศเพื่อสร้างเสริมสุขภาพได้อย่างถูกต้องปลอดภัย
๒. มีทักษะพื้นฐานการต้นลีลาศคือ จังหวะปีกิน วอลซ์ คิวบัน-รัมบ้า ซ่า ซ่า ซ่า และเพื่อเป็นการเสริมสร้างสุขภาพทั้งกายใจและสังคม

#### ๒.๒ ผลลัพธ์การเรียนรู้ระดับรายวิชา (Course-level Learning Outcomes: CLOs)

เมื่อสิ้นสุดการเรียนการสอนแล้ว นักศึกษาที่สำเร็จการศึกษาในรายวิชา สามารถ (CLOs)

๑. CLO1 อธิบายแนวคิด หลักการ คุณค่าความสำคัญในการเรียนลีลาศในการเชื่อมโยงเรื่องสุขภาพทั้งกายและใจ
๒. CLO 2 มีทักษะการฟังการเต้น จังหวะปีกิน วอลซ์ คิวบัน-รัมบ้า ซ่า ซ่า ซ่า ได้
๓. CLO3 มีเจตคติและการทำงานเป็นทีมกับเพื่อน มารยาทในการเต้น การจับคู่ การใช้พื้นที่ระหว่างคู่
๔. CLO4 สื่อสารและถ่ายทอดความรู้วิธีการต้นลีลาศเพื่อนำไปส่งเสริมสุขภาพให้แก่เพื่อนร่วมชั้นและชุมชนได้



รายวิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี  
ชื่อรายวิชา สีสากลเพื่อสุขภาพ  
รหัสวิชา วศศท ๑๖๑

ระดับปริญญาตรี  
วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา  
ภาควิชา -

### หมวดที่ ๓ ลักษณะและการดำเนินการ

#### ๑. คำอธิบายรายวิชา (Course Description)

สีสันเพื่อสุขภาพ เจตคติในการเรียน การฝึกซ้อม ทักษะพื้นฐานลีลาศจังหวะปีกิน วอลซ์ คิวบัน-รัมบ้า ซ่า ซ่า ซ่า กฎกติกา มารยาท และความปลอดภัย

Social Dance for health; Attitude in training practice basic skills; Beguine, Waltz, Cuban-Rumba, Cha Cha Cha, rules and regulations safety.

#### ๒. จำนวนชั่วโมงที่ใช้ต่อภาคการศึกษา

บรรยาย (ชั่วโมง)	การฝึกปฏิบัติ (ชั่วโมง)	การศึกษาด้วยตนเอง (ชั่วโมง)
๑๕	๓๐	๔๕

#### ๓. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่อาจารย์ให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการแก่นักศึกษาเป็นรายบุคคล อาจารย์จัดเวลาให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล หรือรายกลุ่มตามความต้องการ ๑ ชั่วโมงต่อสัปดาห์ (เฉพาะราย ที่ต้องการ)



## หมวดที่ ๔ การพัฒนาผลการเรียนรู้ที่คาดหวังระดับรายวิชาของนักศึกษา

### ๑. สรุปสั้นๆ เกี่ยวกับความรู้ หรือทักษะที่รายวิชามุ่งหวังที่จะพัฒนานักศึกษา (CLOs)

เมื่อสิ้นสุดการเรียนการสอนแล้ว นักศึกษาที่สำเร็จการศึกษาในรายวิชา จะสามารถ

๑. CLO1 อธิบายแนวคิด หลักการ คุณค่าความสำคัญในการเรียนสีสาคในการเชื่อมโยงเรื่องสุขภาพทั้งกายและใจ
๒. CLO 2 มีทักษะการฟังการเต้น จังหวะปีกิน วอลซ์ คิวบัน-รุมบ้า ซ่า ซ่า ซ่า ได้
๓. CLO3 มีเจตคติและการทำงานเป็นทีมกับเพื่อน มารยาทในการเต้น การจับคู่ การใช้พื้นที่ระหว่างคู่
๔. CLO4 สื่อสารและถ่ายทอดความรู้วิธีการเต้นสีสาคเพื่อนำไปส่งเสริมสุขภาพให้แก่เพื่อนร่วมชั้นและชุมชนได้

### ๒. วิธีการจัดประสบการณ์การเรียนรู้เพื่อพัฒนาความรู้ หรือ ทักษะ ในข้อ ๑ และการวัดผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ของรายวิชา

รหัสวิชา	วิธีการจัดการสอน/ ประสบการณ์การเรียนรู้	วิธีการวัดผลสัมฤทธิ์การ เรียนรู้
CLO1 อธิบายแนวคิด หลักการ คุณค่าความสำคัญในการเรียนสีสาคในการเชื่อมโยงเรื่องสุขภาพทั้งกายและใจ	บรรยาย สาธิต ฝึกปฏิบัติ	สอบปฏิบัติ/ สอบปากเปล่า
CLO 2 มีทักษะการฟังการเต้น จังหวะปีกิน วอลซ์ คิวบัน-รุมบ้า ซ่า ซ่า ซ่า ได้	บรรยาย สาธิต ฝึกปฏิบัติ	สอบปฏิบัติ
CLO3 มีเจตคติและการทำงานเป็นทีมกับเพื่อน มารยาทในการเต้น การจับคู่ การใช้พื้นที่ระหว่างคู่	บรรยาย สาธิต ฝึกปฏิบัติ	สอบปฏิบัติ/ สอบปากเปล่า
CLO4 สื่อสารและถ่ายทอดความรู้วิธีการเต้นสีสาคเพื่อนำไปส่งเสริมสุขภาพให้ แก่เพื่อนร่วมชั้นและชุมชน ได้	บรรยาย สาธิต ฝึกปฏิบัติ	สอบปฏิบัติ/ สอบปากเปล่า/สังเกต



รายวิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี  
ชื่อรายวิชา ลีลาศเพื่อสุขภาพ  
รหัสวิชา วทศท ๑๖๑

ระดับปริญญาตรี  
วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา  
ภาควิชา -

## หมวดที่ ๕ แผนการสอนและการประเมินผล

### ๑. แผนการสอน

สัปดาห์ที่	หัวข้อเรื่อง/รายละเอียด	จำนวน ชม.		กิจกรรมการ เรียนการสอน/ สื่อที่ใช้	ผู้สอน
		กิจกรรม ในชั้นเรียน	ฝึก ปฏิบัติ		
๑	ประโยชน์ มารยาท การแต่งกาย รวมถึงความปลอดภัยของการเต้นลีลาศ เบสิคการเดิน จังหวะวอลซ์	๑	๒	บรรยาย อธิบาย สาธิต ฝึกปฏิบัติ	พิกุลแก้ว
๒	จังหวะปิกิน - ฝึกฟังจังหวะ - Basic movements (Foreword & Backword) - underarm turn	๑	๒	อธิบาย สาธิต ฝึกปฏิบัติ	พิกุลแก้ว
๓	จังหวะปิกิน -shoulder to shoulder (หน้า-หลัง) -New York -Hand to Hand	๑	๒	อธิบาย สาธิต ฝึกปฏิบัติ	พิกุลแก้ว
๔	จังหวะปิกิน -Promenade -Sliding door - Sweet Heart	๑	๒	อธิบาย สาธิต ฝึกปฏิบัติ	พิกุลแก้ว
๕	สอบปฏิบัติจังหวะปิกิน	-	๓	ฝึกปฏิบัติ สอบปฏิบัติ	พิกุลแก้ว
๖	จังหวะวอลซ์ - ฝึกฟังจังหวะ -Box Step 2 แบบ(อยู่ที่-เคลื่อนที่) -Progressive Foreword and back word, Balance Step	๑	๒	อธิบาย สาธิต ฝึกปฏิบัติ	พิกุลแก้ว
๗	จังหวะวอลซ์	๑	๒	อธิบาย	พิกุลแก้ว



รายวิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี

ชื่อรายวิชา ลีลาศเพื่อสุขภาพ

รหัสวิชา วทศท ๑๖๑

ระดับปริญญาตรี

วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา

ภาควิชา -

สัปดาห์ที่	หัวข้อเรื่อง/รายละเอียด	จำนวน ชม.		กิจกรรมการ เรียนการสอน/ สื่อที่ใช้	ผู้สอน
		กิจกรรม ในชั้นเรียน	ฝึก ปฏิบัติ		
	-underarm turn -Balance Step -Promenade			สาธิต ฝึกปฏิบัติ	
๘	จังหวะวอลซ์ -Simple twinkle -Triple twinkle -Face to Face back to back -ทบทวน	๑	๒	อธิบาย สาธิต ฝึกปฏิบัติ	พิกุลแก้ว
๙	สอบปฏิบัติจังหวะวอลซ์		๓	สอบปฏิบัติ	พิกุลแก้ว
๑๐	จังหวะคิวบัน-รัมบ้า (Cuban Rumba) -- ฝึกฟังจังหวะ -เบสิคการเดิน - Underarm turn	๑	๒	อธิบาย สาธิต ฝึกปฏิบัติ	พิกุลแก้ว
๑๑	จังหวะคิวบัน-รัมบ้า -- ฝึกฟังจังหวะ -Hand to hand - New York - การเดิน Fan	๑	๒	อธิบาย สาธิต ฝึกปฏิบัติ	พิกุลแก้ว
๑๒	สอบปฏิบัติ จังหวะคิวบัน-รัมบ้า	๑	๒	ฝึกปฏิบัติ สอบปฏิบัติ	พิกุลแก้ว
๑๓	จังหวะซ่า ซ่า ซ่า (Cha Cha Cha) -- ฝึกฟังจังหวะ -การเดินเบสิค -Underarm turn	๑	๒	อธิบาย สาธิต ฝึกปฏิบัติ	พิกุลแก้ว
๑๔	จังหวะซ่า ซ่า ซ่า (Cha Cha Cha) -Hand to hand, -New York -การออกแฟน (Fan) ซ่า ซ่า ซ่า	๑	๒	อธิบาย สาธิต ฝึกปฏิบัติ	พิกุลแก้ว



รายวิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี  
ชื่อรายวิชา ศิลาสเพื่อสุขภาพ  
รหัสวิชา วทศท ๑๖๑

ระดับปริญญาตรี  
วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา  
ภาควิชา -

สัปดาห์ที่	หัวข้อเรื่อง/รายละเอียด	จำนวน ชม.		กิจกรรมการ เรียนการสอน/ สื่อที่ใช้	ผู้สอน
		กิจกรรม ในชั้นเรียน	ฝึก ปฏิบัติ		
๑๕	สอบปฏิบัติ	๑	๒	สอบปฏิบัติ	พิกุลแก้ว
	รวม	๑๕	๓๐		

## ๒. แผนการประเมินผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ที่คาดหวังระดับรายวิชา CLOs

### ๒.๑ การวัดและประเมินผลสัมฤทธิ์ในการเรียนรู้

#### ก. การประเมินเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ (Formative Assessment)

การวัดและประเมินผลสัมฤทธิ์ ด้านการประเมินตนเอง มีการติดตามพัฒนาการทักษะของนักศึกษาโดยการสังเกตพฤติกรรมจากการเรียนและซ่อมเพื่อทบทวนบทเรียนเก่าก่อนขึ้นบทเรียนใหม่ทุกคาบ เพื่อดูความสามารถหากมีผู้ปฏิบัติยังไม่ได้ผู้สอนแนะนำและบันทึกข้อมูลนักศึกษาไว้เพื่อพัฒนาการต่อไปโดยไม่มีการเก็บคะแนน

#### ข. การประเมินเพื่อตัดสินผลการเรียนรู้ (Summative Assessment)

(๑) เครื่องมือและน้ำหนักในการวัดและประเมินผล แบบ rubic Scale

ผลลัพธ์การเรียนรู้	วิธีการวัดผล	น้ำหนักการประเมินผล (ร้อยละ)	
CLO1 อธิบายแนวคิด หลักการ คุณค่าความสำคัญในการเรียนศิลปะในการเชื่อมโยงเรื่องสุขภาพทั้งกายและใจ	สอบปฏิบัติ/ สอบปากเปล่า	๒๐	๒๐
CLO 2 มีทักษะการฟังการเต้น จังหวะบิกิน วอลซ์ คิวบัน-รุมบ้า ซ่า ซ่า ซ่า ได้	สอบปฏิบัติ	๔๐	๔๐
CLO3 มีเจตคติและการทำงานเป็นทีมกับเพื่อน มารยาทในการเต้น การจับคู่ การใช้พื้นที่ระหว่างคู่ และทบทวนบทเรียน	สอบปฏิบัติ/ สอบปากเปล่า	๒๐	๒๐
CLO4 สื่อสารและถ่ายทอดความรู้วิธีการเต้นศิลปะเพื่อนำไปส่งเสริมสุขภาพให้แก่เพื่อนร่วมชั้นและชุมชนได้	สอบปฏิบัติ/ สอบปากเปล่า/สังเกต	๒๐	๒๐
<b>รวม</b>		<b>๑๐๐</b>	





รายวิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี  
ชื่อรายวิชา ศึกษาศาสตร์เพื่อสุขภาพ  
รหัสวิชา วศศท ๑๖๑

ระดับปริญญาตรี  
วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา  
ภาควิชา -

หัวข้อการประเมิน	0	1	2	3	4	5
นับจังหวะ	ทำไม่ได้เลย	ক্রমজংহะ มากกว่า 5 ครั้ง	ক্রমজংহะ มากกว่า 3 ครั้ง	ক্রমজংহะ มากกว่า 2 ครั้ง	ক্রমজংহะ 2 ครั้ง	ถูกต้อง/ สมบูรณ์
ทักษะในการเดิน (ท่าเดิน)	ทำไม่ได้เลย	ผิด มากกว่า 5 ครั้ง	ผิด มากกว่า 3 ครั้ง	ผิด มากกว่า 2 ครั้ง	ผิด 2 ครั้ง	ถูกต้อง/ สมบูรณ์
การแต่งกาย/การมี น้ำใจต่อเพื่อน	แต่งกายไม่ สุภาพและไม่ให้ ความช่วยเหลือ เพื่อน	ไม่ถูกต้อง 4 อย่างและให้ ความช่วยเหลือ น้อย	ไม่ถูกต้อง 3 อย่างและให้ ความช่วยเหลือ น้อย	ไม่ถูกต้อง 2 อย่างและให้ ความช่วยเหลือ น้อย	ไม่ถูกต้อง 1 อย่างและให้ ความ ช่วยเหลือน้อย	ถูกต้อง/ให้ ความ ช่วยเหลือ เพื่อนสมบูรณ์
มารยาทในการเดิน ลีลาศ	ไม่ดูแลและไม่ เชิญคู่เข้า-ออก จากฟลอร์เลย	ไม่ดูแลและมี มารยาทเชิญคู่ เข้า-ออกจาก ฟลอร์มากกว่า มากกว่า 4 ครั้ง	ไม่ดูแลและมี มารยาทเชิญคู่ เข้า-ออกจาก ฟลอร์มากกว่า มากกว่า 3 ครั้ง	ไม่ดูแลและมี มารยาทเชิญคู่ เข้า-ออกจาก ฟลอร์มากกว่า มากกว่า 2 ครั้ง	ไม่ดูแลและมี มารยาทเชิญคู่ เข้า-ออกจาก ฟลอร์ 2 ครั้ง	ดูแลและมี มารยาทเชิญคู่ เข้า-ออกจาก ฟลอร์ ตลอดเวลา

(๒) การตัดสินผล

ก. เกณฑ์และเงื่อนไขการวัดผล และการประเมินผลเป็นไปตามข้อบังคับมหาวิทยาลัยมหิดล ว่าด้วย  
การศึกษาระดับอนุปริญญาและปริญญาตรี และประกาศวิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา เรื่อง  
การศึกษาระดับปริญญาตรี ฉบับปัจจุบัน โดยใช้สัญลักษณ์ O, S, U

ข. ระดับคะแนนการตัดสิน

ระดับคะแนน	สัญลักษณ์	ผลการประเมิน
๙๐-๑๐๐	O	Outstanding
๖๐-๘๙	S	Satisfied
ต่ำกว่า ๖๐	U	Unsatisfied

(๓) การสอบแก้ตัว (ถ้ารายวิชากำหนดให้มีการสอบแก้ตัว)

๑. กรณีที่นักศึกษาติด 1 เนื่องจากขาดสอบโดยมีเหตุผลความจำเป็น หลังจากสอบแก้ตัวแล้ว การให้ผล  
การศึกษา จะได้ผลการเรียนตามจริง

๒. กรณีที่นักศึกษาติด 1 เนื่องจากการสอบไม่ผ่านทักษะจะให้สิทธิ์สอบแก้ตัวได้ไม่เกิน 2 ครั้งภายใน  
ระยะเวลาที่กำหนด และหลังจากสอบแก้ตัวแล้ว การให้ผลการศึกษาจะได้ผลการเรียนตามจริง



รายวิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี  
ชื่อรายวิชา ศึกษาศาสตร์เพื่อสุขภาพ  
รหัสวิชา วทศท ๑๖๑

ระดับปริญญาตรี  
วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา  
ภาควิชา -

---

### ๓. การอุทธรณ์ของนักศึกษา

กรณีที่นักศึกษามีข้อสงสัยเกี่ยวกับผลการเรียน สามารถติดต่อสอบถามขอคำแนะนำกับอาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาได้ โดยนักศึกษาต้องเขียนคำร้องทำงานบริการการศึกษา วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา ชั้น ๒ และหากยังไม่ได้รับความกระจ่างหรือเคลือบแคลงสงสัย นักศึกษาสามารถยื่นคำร้องต่อรองคณบดีฝ่ายการศึกษา ก่อนปริญญาและกิจการนักศึกษา และคณบดี ได้ตามลำดับ



รายวิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี  
ชื่อรายวิชา ศึกษาศาสตร์เพื่อสุขภาพ  
รหัสวิชา วทศท ๑๖๑

ระดับปริญญาตรี  
วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา  
ภาควิชา -

---

## หมวดที่ ๖ ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

### ๑. ตำราและเอกสารหลัก (Required Texts)

- ๑) Bottomer, P. (2002). *How to Dance Step by Step*. London: Lorenz Books.

### ๒. เอกสารและข้อมูลแนะนำ (Suggested Materials)

-

### ๓. ทรัพยากรอื่นๆ (ถ้ามี)

-



รายวิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี  
ชื่อรายวิชา สีลาศเพื่อสุขภาพ  
กีฬา  
รหัสวิชา วกศท ๑๖๑

ระดับปริญญาตรี  
วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการ  
ภาควิชา -

## หมวดที่ ๗ การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา

### ๑. กลยุทธ์การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนักศึกษา

๑. ให้นักศึกษาสะท้อนความคิดและเสนอแนะเพื่อปรับปรุงเนื้อหาและหรือวิธีการและหรือกิจกรรมการเรียนการสอน
๒. ให้อาจารย์ผู้สอนประชุมถอดบทเรียนเพื่อปรับปรุงพัฒนาเนื้อหาและหรือวิธีการและหรือกิจกรรมการเรียนการสอน

### ๒. กลยุทธ์การประเมินการสอน

๑. ให้นักศึกษาประเมินผู้สอนประเด็นต่อไปนี้
  ๑. ความตรงเวลา
  ๒. การแต่งกาย และบุคลิกภาพ
  ๓. คำพูดสุภาพเหมาะสม
  ๔. การแจ้ง การจัดชั้นเรียน และการสรุปเนื้อหาตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้
  ๕. ความสามารถเรื่องการถ่ายทอดความรู้และจัดการเรียนรู้
  ๖. การเปิดโอกาสให้นักศึกษาได้ซักถามและแสดงความคิดเห็น
  ๗. การเป็นแบบอย่างที่ดี สอดแทรกคุณธรรมจริยธรรมระหว่างสอน
๒. ประเมินจากการสังเกตการสอนโดยผู้ได้รับมอบหมายจากวิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา ประเด็นต่อไปนี้
  ๑. ความตรงเวลา
  ๒. การแต่งกาย และบุคลิกภาพ
  ๓. คำพูดสุภาพเหมาะสม
  ๔. การแจ้ง การจัดชั้นเรียน และการสรุปเนื้อหาตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้
  ๕. ความสามารถเรื่องการถ่ายทอดความรู้และจัดการเรียนรู้
  ๖. การเปิดโอกาสให้นักศึกษาได้ซักถามและแสดงความคิดเห็น
  ๗. การเป็นแบบอย่างที่ดี สอดแทรกคุณธรรมจริยธรรมระหว่างสอน
๓. อาจารย์ผู้สอนประเมินตนเอง ประเด็นต่อไปนี้
  ๑. ความพึงพอใจของผู้สอนต่อผลการสอน
  ๒. ข้อดีหรือจุดแข็งของการจัดการเรียนการสอน
  ๓. ข้อที่ควรปรับปรุงแก้ไขเพื่อพัฒนาการสอนครั้งต่อไป



รายวิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี  
ชื่อรายวิชา สีลาศเพื่อสุขภาพ  
การกีฬา  
รหัสวิชา วกศท ๑๖๑

ระดับปริญญาตรี  
วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี  
ภาควิชา -

#### ๔. ความเหมาะสมของเวลาที่ใช้เตรียมสอน

๓. การปรับปรุงการสอน นำผลการประเมินการเรียนการสอน (มคอ.๕) และผลการประเมินการจัดการเรียนการสอนโดยนักศึกษาและคณะผู้สอนมาวิเคราะห์เพื่อปรับปรุงการสอนภายหลังสิ้นภาคการศึกษา

#### ๔. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนักศึกษาในรายวิชา

จัดกระบวนการทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนักศึกษา ประเด็นต่อไปนี้

๑. เป้าหมายที่กำหนดมีความชัดเจนและเป็นไปได้
๒. ประสพการณ์การเรียนรู้เหมาะสมกับเป้าหมาย
๓. ประสพการณ์การเรียนรู้กระตุ้นให้นักศึกษามีทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง
๔. การวัดผลการประเมินผลเหมาะสมกับเป้าหมายและการจัดประสพการณ์การเรียนรู้
๕. นำข้อมูลการประเมินครั้งก่อนมาปรับปรุง

#### ๕. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิผลของรายวิชา

เมื่อสิ้นสุดปีการศึกษา คณะอาจารย์ประชุมเพื่อพิจารณาสรุปผลการประเมินรายวิชาและผลสัมฤทธิ์ของผู้เรียนเพื่อกำหนดประเด็นที่ควรปรับปรุงในการสอนครั้งต่อไป ปีละ ๑ ครั้ง



รายวิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี  
ชื่อรายวิชา สีสาคเพื่อสุขภาพ  
รหัสวิชา วคศท ๑๖๑

ระดับปริญญาตรี  
วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา  
ภาควิชา -

### ภาคผนวก

### ความสอดคล้องระหว่างรายวิชากับหมวดวิชาศึกษาทั่วไป

**ตารางที่ ๑** ความสัมพันธ์ระหว่าง CLOs และ MU-GE Module LOs (หมายเลขในตาราง = Sub LOs)

(รหัสวิชา) SPGE 161	ผลลัพธ์การเรียนรู้หมวดวิชาศึกษาทั่วไป (MU-GE LOs)								
	MLO1	MLO2	MLO3	MLO4	MLO5	MLO6	MLO7	MLO8	MLO9
CLO1 อธิบายแนวคิด หลักการ คุณค่าความสำคัญใน การเรียนรู้สีสาคในการเชื่อมโยง เรื่องสุขภาพทั้งกายและใจ	1.1 1.4				5.1		7.2 7.3		
CLO 2 มีทักษะการฟังการต้น จิงหะปีกิน วอลซ์ คิวบัน-รุม บ้า ช่า ช่า ช่า ได้		2.2							
CLO3 มีเจตคติและการ ทำงานเป็นทีมกับเพื่อน มารยาทในการต้น การจับคู่ การใช้พื้นที่ระหว่างคู่						6.3 6.4			9.1 9.2
CLO4 สื่อสารและถ่ายทอด ความรู้วิธีการต้นสีสาคเพื่อ นำไปส่งเสริมสุขภาพให้ แก่ เพื่อนร่วมชั้นและชุมชน ได้						6.3 6.4	7.2 7.3	8.1 8.2	

**ตารางที่ ๒** คำอธิบาย MU-GE LOs และ Sub LOs ที่รายวิชารับผิดชอบ

MU-GE Los	Sub LOs
MLO1 create & construct an argument effectively as well as identify, critique and evaluate the logic & validity of arguments	1.1 identify concepts related to the context of learned issues/topics 1.4 synthesize information to arrive at logical reasoning
MLO2 select & use techniques and methods to solve open-ended, ill-defined and multistep problems	2.2 make judgement & decision through correct analysis, inferences, and evaluations on quantitative basis and multiple perspectives
MLO5 explore and situate oneself in a new physical environment and intel-	5.1 demonstrate cultural competencies and adaptabilities in different working environments



รายวิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี  
ชื่อรายวิชา ศึกษาศาสตร์เพื่อสุขภาพ  
รหัสวิชา วคศท ๑๖๑

ระดับปริญญาตรี  
วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา  
ภาควิชา -

MU-GE Los	Sub LOs
lectual perspectives	
MLO6 act autonomously within context of relationships to others, law, rules, codes, and values	6.3 exhibit characteristics of responsible citizenship 6.4 work effectively in diverse team (and multi-cultural settings)
MLO7 apply ethical frameworks or principles and consider their implications in his/her decision-making and interacting with others	7.2 guide & lead others 7.3 apply principle of ethical leadership, collaborative engagement, and respect diversity
MLO8 use a variety of means/ technologies to communicate effectively and purposefully- e.g., share information/ knowledge, express ideas, demonstrate or create individual & group product, etc.	8.1 communicate/present ideas effectively both oral & written forms, proper to a range of audience groups, such as verbal discussion with peers, project report. 8.2 prepare a purposeful oral presentation designed to increase knowledge, to foster understanding, or to promote change in the listeners' attitudes, values, beliefs, or behaviors.
MLO9 collaborate and work effectively as part of a student group/team member to arrive at the team shared-goals in time	9.1 collaborate effectively with others as a responsible team member to achieve team goals in time 9.2 interact with others respectfully, whether as a team member or leader, to create a productive teamwork

**MU-GE Module LOs:** At the end of studying MU-GE Module, successful students will be able to

Competences	LOs:	Sub LOs:
1. <b>Critical thinking &amp; Analysis:</b> Use various sources and methods to collect and manage data & information and make a logical judgement and decision to arrive at solution or problem solving relevant to real-world issues/problems	1. create & construct an argument effectively as well as identify, critique and evaluate the logic & validity of arguments	3 identify concepts related to the context of learned issues/topics 4 demonstrate ICT literacy: use appropriate technology to find, evaluate, and ethically use information 5 collect, analyses, synthesize data, & evaluate information and ideas from multiple sources relevant to issues/problems 6 synthesize information to arrive at logical reasoning
	2. select & use techniques and methods to solve open-ended, ill-defined and multi-step problems	1. apply simple mathematical methods to the solution of 'real-world' problems 2. make judgement & decision through correct analysis, inferences, and evaluations on quantitative basis and multiple perspectives 3. apply concept of process management to solve problems



รายวิชาศึกษาทั่วไปและวิชาเลือกเสรี

ชื่อรายวิชา ศึกษาศาสตร์เพื่อสุขภาพ

รหัสวิชา วคศท ๑๖๑

ระดับปริญญาตรี

วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา

ภาควิชา -

Competences	LOs:	Sub LOs:
<b>2. Creativity &amp; Innovation:</b> Shows capability to initiate alternative/ new ways of thinking, doing things or solving problems to improve his/her or team solutions/results by applying the evidence-based process management concepts	3. acquire specific strategies & skills within a particular discipline and adapt them to a new problem or situation	1. connect, synthesize and/or transform ideas or solutions within a particular framework 2. integrate alternative, divergent, or contradictory perspectives or ideas in the solution of a problem or question
	4. create a novel or unique ideas, question, format, or product within a particular framework	1. Create an original explanation or solution to the issues/problems 2. articulate the rationale for & consequences of his/her solution- identify opportunities & risk 3. implement innovation through process management approach
	5. explore and situate oneself in a new physical environment and intellectual perspectives	1. demonstrate cultural competencies and adaptabilities in different working environments 2. resort to multi-dimensional settings and tools to acquire knowledge and skills relevant to the problem or situation at hand
<b>3. Global perspectives &amp; Ethics:</b> Express one's own ideas, interact with others, guide or lead team, as proper, as an ethically- engaged and responsible member of the society	6. act autonomously within context of relationships to others, law, rules, codes, and values	1. demonstrate an understanding of the principles upon which sustainable ecosystems and societies are built 2. identify the national & global challenges associated with current economic, political, and social systems 3. exhibit characteristics of responsible citizenship 4. work effectively in diverse team (and multi-cultural settings)
	7. apply ethical frameworks or principles and consider their implications in his/her decision-making and interacting with others	1. identify ethical issues and recognize different viewpoint and ideologies 2. guide & lead others 3. apply principle of ethical leadership, collaborative engagement, and respect diversity
<b>4. Communication:</b> communicate effectively and confidently using oral, visual, and written language	8. use a variety of means/ technologies to communicate effectively and purposefully- e.g., share information/ knowledge, express ideas, demonstrate or create individual & group product, etc.	1. communicate/present ideas effectively both oral & written forms, proper to a range of audience groups, such as verbal discussion with peers, project report. 2. prepare a purposeful oral presentation designed to increase knowledge, to foster understanding, or to promote change in the listeners' attitudes, values, beliefs, or behaviors. 3. prepare written documents to express ideas/solutions using different writing technologies, and mixing texts, data, and images. 4. demonstrate competence in a second or additional language
<b>5. Collaboration and Working with team:</b> collaborate and work effectively with team to arrive at team goals	9. collaborate and work effectively as part of a student group/team member to arrive at the team shared-goals in time	1. collaborate effectively with others as a responsible team member to achieve team goals in time 2. interact with others respectfully, whether as a team member or leader, to create a productive teamwork