



การนำเสนอแนวทางการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กิจกรรมศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัว
ในระดับมัธยมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร

PROPOSED GUIDELINES OF PHYSICAL EDUCATION LEARNING MANAGEMENT BY USING MARTIAL
ARTS ACTIVITY IN SECONDARY SCHOOL LEVEL IN BANGKOK METROPOLITAN

นางสาวภาขวัญ ทัศนธนากร *

Pakwan Tadsanatanakorn

ผศ.ดร.สุธนะ ติงศภัทิย์ **

Asst. Prof. Suthana Tingsabhat, Ph.D.

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาสภาพและปัญหาในการจัดการเรียนรู้พลศึกษาด้วยกีฬายูโดตัวในระดับมัธยมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร 2) เพื่อเป็นแนวทางในการจัดการเรียนรู้พลศึกษาด้วยกีฬายูโดในระดับมัธยมศึกษาเขตกรุงเทพมหานคร โดยเป็นการวิจัยแบบผสมผสาน คือ เชิงปริมาณ เครื่องมือวิจัยเป็นแบบสอบถามความคิดเห็นกับนักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษาเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีผ่านการเรียนวิชายูโด แบบสอบถามได้รับคืนกลับมาร้อยละ 95.67 จากทั้งหมด 300 ฉบับ เชิงคุณภาพเป็นการสัมภาษณ์ ครูผู้สอนวิชายูโดในโรงเรียนมัธยมศึกษาเขตกรุงเทพมหานคร 10 คน

ผลการวิจัยพบว่า 1) การจัดการเรียนรู้พลศึกษาด้วยกีฬายูโดประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการวัดวัตถุประสงค์และเนื้อหา ด้านการบริหารจัดการชั้นเรียน ด้านสถานที่และอุปกรณ์ ด้านการวัดและประเมินผล มีสภาพในการจัดการเรียนรู้ โดยมีการกำหนดวัตถุประสงค์และข้อกำหนดต่างๆ ที่ชัดเจน มีเบาะยูโดและอุปกรณ์ต่างๆ ใช้ในการเรียนการสอน และมีการวัดและประเมินผลที่สอดคล้องกับเนื้อหาที่เรียน พบปัญหาทุกด้านอยู่ในระดับน้อย 2) แนวทางการจัดการเรียนรู้พลศึกษาด้วยกีฬายูโด ด้านสถานที่และอุปกรณ์ ควรมีห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย ปรับปรุงการระบายอากาศให้มีการถ่ายเทที่ดีขึ้น และควรมีการรักษาความสะอาดของสถานที่และอุปกรณ์มากยิ่งขึ้น

* นิสิตรมหาบัณฑิตสาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

E-mail Address:somchunka@gmail.com

** อาจารย์ประจำสาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

E-mail Address:suthana.t@chula.ac.th

ISSN1905-4491

Abstract

The purposes of this research were: 1) to study conditions and problems of physical education learning management by judo sport; 2) to propose the learning management guidelines of physical education learning management by judo sport This study was a mixed method research. The instrument in quantitative methodology used a questionnaire to investigate the opinions of students 95.67 % from 150 questionnaires were returned. The qualitative method utilized was interviews with Teachers 3 people. The results were as follows: 1) the physical education learning comprised four aspects: the purpose and content. Management classes The location and equipment Measurement and Evaluation Conditions in the curriculum. By having a clear set of objectives and requirements. Padded judo and various equipment used in teaching. And the measurement and evaluation in line with the course content. All the problems found least level; 2) the guidelines of physical education learning management The location and equipment should have room for a costume change. Improve ventilation, with a better transfer and should maintain the cleanliness of the place and even more devices.

คำสำคัญ: พลศึกษา/ การจัดการเรียนรู้/ ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัว/ ยูโด / มัธยมศึกษา

KEYWORDS: PHYSICAL EDUCATION / LEARNING MANAGEMENT / MARTIAL ARTS / SECONDARY SCHOOL

บทนำ

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ได้กำหนดให้ผู้เรียนเรียนรู้ 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้ คือภาษาไทย คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม สุขศึกษาและพลศึกษา ศิลปะ การงานอาชีพและเทคโนโลยี และภาษาต่างประเทศ โดยในแต่ละกลุ่มสาระการเรียนรู้ได้กำหนดมาตรฐานการเรียนรู้ เป็นเป้าหมายสำคัญของการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน มาตรฐานการเรียนรู้ ระบุสิ่งที่ผู้เรียนพึงรู้ และปฏิบัติได้ ซึ่งกลุ่มสุขศึกษาและพลศึกษา เป็นกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นในการให้ความรู้ ทักษะและเจตคติ ในการสร้างเสริมสุขภาพพลานามัยของตนเอง และผู้อื่น รวมถึงการป้องกันและปฏิบัติต่อสิ่งต่างๆ ที่มีผลต่อสุขภาพอย่างถูกวิธี และทักษะในการดำเนินชีวิต (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551) ดังที่ Bucher (อ้างถึงใน วรรณรัตน์ วัฒนจินดา, 2544) ได้กล่าวว่า วิชาพลศึกษา เป็นการศึกษาแขนงหนึ่งที่มีความสัมพันธ์กับการศึกษาแขนงอื่นๆ คือ เป็นวิชาที่ส่งเสริมให้บุคคลได้มีพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม โดยมีกิจกรรมพลศึกษา ซึ่งได้เลือกเฟ้นแล้วเป็นอย่างดี เป็นสื่อที่จะทำให้คนเกิดการเรียนรู้ และวรศักดิ์ เพียรชอบ (2548) ได้กล่าวว่า วิชาพลศึกษาเป็นวิชาหนึ่งที่มีความสำคัญในการที่จะพัฒนาผู้เรียนเป็นคนที่มีสมบูรณ์ เป็นกระบวนการศึกษาที่ก่อให้เกิดพัฒนาการ 5 ด้านไปพร้อมๆ กัน คือ การพัฒนาการทางด้านร่างกาย การพัฒนาการทางด้าน การพัฒนาการทางด้านความรู้ การพัฒนาการด้านคุณธรรม การพัฒนา และด้านเจตคติที่ดีต่อการพลศึกษาและการกีฬา ตลอดจนการออกกำลังกาย

สังคมไทยในปัจจุบันเป็นสังคมที่ยึดติดกับวัตถุนิยม ความอยากได้ อยากมี จึงทำให้จิตใจของคนตกต่ำ เป็นเหตุให้ก่ออาชญากรรมต่างๆ เช่นการจี้ ปล้น ทำร้ายร่างกายเพื่อชิงทรัพย์ดังที่เป็นข่าวอยู่เสมอ

จากสถิติของกองบัญชาการตำรวจนครบาลพบว่า ในพื้นที่กองบังคับการตำรวจนครบาล1-9 ตั้งแต่เดือน มกราคม-ตุลาคม 2554 มีคดีอุกฉกรรจ์สะเทือนขวัญจำนวน 144 คดี แบ่งเป็นคดีฆ่าผู้อื่นโดยเจตนา 96 คดี คดี ปล้นทรัพย์ 48 คดี และเป็นคดีที่เกี่ยวข้องกับชีวิตร่างกายและเพศ มีจำนวน 1,851 คดี แบ่งเป็นคดีทำร้ายร่างกาย 1,683 คดี รองลงมาคือ คดีข่มขืนกระทำชำเรา จำนวน 168 คดี

กิจกรรมศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวเป็นกิจกรรมพลศึกษาที่เน้นการออกกำลังกายด้วยการต่อสู้ป้องกันตัว และมีการจำลองสถานการณ์อันตรายที่อาจเกิดกับตนเองในชีวิตจริง ทำให้ผู้เรียนเกิดทักษะในการต่อสู้ป้องกันตัว

และสามารถนำเอาทักษะไปใช้ป้องกันตนเองในสถานการณ์จำเป็นได้ ปัจจุบันได้มีการเรียนการสอนศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาอย่างแพร่หลาย เช่น กระบี่กระบอง มวยไทย เทควันโด ยูโด เป็นต้น เพื่อฝึกฝนร่างกายให้มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ฝึกจิตใจให้มั่นคงและฝึกทักษะในการต่อสู้ป้องกันตัวควบคู่ไปด้วย ในแต่ละประเทศก็จะมีศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวที่เป็น

เอกลักษณ์ประจำชาติของตน ซึ่งพัฒนามาจากศาสตร์การต่อสู้ของนักรบสมัยก่อน โดยแต่ละประเทศก็จะมีเอกลักษณ์ในการต่อสู้ที่แตกต่างกันไป ทำให้เกิดศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวขึ้นหลายประเภทตามวิชาการต่อสู้ของประเทศนั้นๆ เช่น ประเทศไทย : มวยไทย กระบี่กระบอง ประเทศเกาหลี : เทควันโด ประเทศญี่ปุ่น : ยูโด ไคโด้ เป็นต้น

ยูโด (Judo) เป็นศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวประเภทหนึ่งที่แตกแขนงออกมาจากศาสตร์การต่อสู้ป้องกันตัวของประเทศญี่ปุ่นที่ชื่อว่ายูยิตสึ (Jujitsu) ซึ่งรับอิทธิพลมาจากศิลปะการต่อสู้โบราณของชาวมุโรวินยุคที่ประเทศญี่ปุ่นเกิดภาวะสงครามเมื่ออยู่ในจังหวะประชิดตัว มีจุดประสงค์เพื่อการทำร้ายคู่ต่อสู้ให้หมดสภาพในการต่อสู้ขัดขืน โดยเน้นที่การจับบิดและหักข้อต่อ และเมื่อสงครามได้สิ้นสุดลงยูยิตสึก็ได้มีการปรับปรุงวิธีการต่อสู้จากเพื่อการเอาชนะ ไร้ศีลธรรม มาเป็นการป้องกันตัว การต่อสู้ด้วยกำลังกายและกำลังใจอันประกอบด้วย คุณธรรม มีจรรยา มารยาทที่สุภาพเรียบร้อยขึ้น เพื่อให้เหมาะสมกับคำว่า ยูยิตสึ ซึ่งหมายความว่า ศิลปะแห่งความสุภาพ ต่อมา ดร.คานโน จิโกโร (Kano Jigoro) ได้มีความคิดที่จะพัฒนาปรับเปลี่ยนยูยิตสึให้เป็นกีฬา โดยตัดกระบวนการที่อันตรายและรุนแรงออก และได้จัดตั้งสถาบันโคโดกันยูโด (Kodokan Judo) ขึ้น ยูโดใช้วิธีการโอบอ้อมผ่อนตาม หรือที่เรียกว่า "ทางแห่งความสุภาพ" ดร.คานโน จิโกโร (Kano Jigoro) ได้เคยกล่าวเกี่ยวกับหลักการของยูโดอย่างสั้นๆ อีกประการหนึ่งว่า “กลวิธีที่ให้งบเกิดผลตามหลักการของยูโดแท้จริงปรากฏชัดเจนอยู่ในชื่อของวิชาซึ่งท่านได้ขนานใหม่อยู่แล้ว คือ ยู (Ju) หมายถึงความโอบอ้อมหรือให้ทาง โด (Do) หมายถึงวิธีการหรือหลักการ” ปัจจุบัน ยูโดเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมไปอย่างแพร่หลายทั่วทั้งโลก และได้มีการจัดการแข่งขันในระดับต่าง ๆ ตั้งแต่ระดับพื้นฐาน ไปจนถึงระดับโลก เช่นการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ กีฬาแห่งชาติ กีฬาซีเกมส์ กีฬาเอเชียนเกมส์ การแข่งขันชิงแชมป์เอเชีย การแข่งขันชิงแชมป์โลก และการแข่งขันกีฬาโอลิมปิก โดยได้มีการบรรจุยูโดเข้าแข่งขันในกีฬาโอลิมปิกเป็นครั้งแรกในที่ประเทศญี่ปุ่นในปี ค.ศ.1964

จากเหตุดังกล่าวผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาสภาพ ปัญหา และความต้องการจำเป็นของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กิจกรรมศิลปะการต่อสู้ในระดับมัธยมศึกษา เพื่อให้ได้มาซึ่งแนวทางในการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กิจกรรมศิลปะการต่อสู้สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพและปัญหาในการจัดการเรียนรู้พลศึกษาด้วยกีฬายูโดตัวในระดับมัธยมศึกษา
เขตกรุงเทพมหานคร
2. นำเสนอแนวทางการจัดการเรียนรู้พลศึกษาด้วยศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัว ในระดับมัธยมศึกษา
เขตกรุงเทพมหานคร

นิยามศัพท์เฉพาะ

แนวทางการจัดการเรียนรู้ หมายถึง หลักการ หรือ สิ่งที่ควรปฏิบัติในการจัดการเรียนรู้

การจัดการเรียนรู้พลศึกษา หมายถึง การจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาด้วยกิจกรรมกีฬาประเภทต่างๆ ตามที่โรงเรียนจะสามารถจัดให้ได้ ตามหลักการพัฒนาหลักสูตร 4 ด้าน คือ ด้านวัตถุประสงค์และเนื้อหา ด้านการบริหารจัดการชั้นเรียน ด้านสถานที่และอุปกรณ์ ด้านการวัดและประเมินผล

ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัว หมายถึง กลวิธีในการต่อสู้และเอาตัวรอด โดยใช้กิจกรรมกีฬาการต่อสู้ประเภทต่างๆ ในการวิจัยครั้งนี้จะทำการวิจัยเฉพาะกีฬายูโด

ครู หมายถึง ครู ผู้สอนวิชาพลศึกษา ในโรงเรียนที่มีการจัดการเรียนรู้พลศึกษากีฬายูโดในระดับมัธยมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร ในปีการศึกษา 2558

นักเรียน หมายถึง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในโรงเรียนที่มีการจัดการเรียนรู้พลศึกษากีฬายูโดในโรงเรียนมัธยมศึกษา ในปีการศึกษา 2558

สภาพ หมายถึง ลักษณะที่ปรากฏเป็นจริงในการจัดการเรียนรู้พลศึกษากีฬายูโด

ปัญหา หมายถึง อุปสรรคหรือข้อขัดข้องต่างๆ ที่เป็นสาเหตุให้ การจัดการเรียนรู้พลศึกษากีฬายูโดไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักเรียน ในโรงเรียนที่มีการเรียนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กีฬายูโด ในระดับมัธยมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2558 จำนวน 753 คน และครูผู้สอนวิชายูโดในโรงเรียนที่มีการเรียนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กีฬายูโด ในระดับมัธยมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2558 จำนวน 10 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนในโรงเรียนที่มีการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กีฬายูโด ในระดับมัธยมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2558 โดยใช้สูตรของ ทาโร่ ยามาเน่ (อ้างถึงใน ยุทธ ไทยวรรณ, 2545) จำนวนกลุ่มตัวอย่างในการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ เท่ากับ 270 คน และครูผู้สอนวิชายูโดในโรงเรียนที่มีการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กีฬายูโดในระดับมัธยมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2558 จำนวน 10 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและวิธีการสร้างเครื่องมือ

2.1 แบบสอบถาม โดยแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 สภาพในการเรียนการสอนวิชายูโด

ตอนที่ 3 ปัญหาในการเรียนการสอนวิชายูโด

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆในการเรียนการสอนวิชายูโด

2.2 แบบสัมภาษณ์ เป็นแบบมีโครงสร้าง สอบถามสภาพและปัญหาในการจัดการเรียนรู้พลศึกษากีฬายูโดในระดับมัธยมศึกษา

3. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือในการวิจัย ซึ่งเป็นแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ดำเนินการ เป็นขั้นตอน มีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

3.1 ศึกษาและสำรวจ สภาพและปัญหาการจัดการเรียนรู้ศึกษาโดยใช้กัลยาณโศ ในระดับมัธยมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร จากเอกสาร วารสาร หนังสือ วิทยานิพนธ์ บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทาง ในการสร้างแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์

3.2 ศึกษาแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ จากรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำแนวคิดที่ได้จากการศึกษาและสำรวจมาประยุกต์ ปรับปรุงแล้วสร้างแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ขึ้นให้เหมาะสม ครอบคลุมขอบเขตของการวิจัยและตรงตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้

3.3 นำแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจแก้ไข และปรับปรุงให้ถูกต้องและเหมาะสมก่อนนำไปหาคุณภาพเครื่องมือต่อไป

3.4 นำแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบพิจารณาความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) แก้ไขข้อผิดพลาด หลังจากนั้นนำแบบสอบถามมาวิเคราะห์ ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (Index of Item Objective Congruence; IOC) แล้วนำมาแก้ไขปรับปรุงเครื่องมือให้ถูกต้อง เหมาะสม ก่อนนำไปใช้ ซึ่งเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มีค่าดัชนีเท่ากับ 0.96

3.5 นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try-Out) กับนักเรียนและครูพลศึกษาในโรงเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาความเที่ยง (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach Alpha Coefficient) ซึ่งเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มีความเที่ยงของแบบสอบถามเท่ากับ 0.96

3.6 ตรวจสอบแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ ปรับแก้ไข ให้เป็นเครื่องมือฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลต่อไป

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยมีลำดับขั้นตอน ดังนี้

4.1 ขอหนังสือจากทางฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อขอความอนุเคราะห์ให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบและแก้ไขแบบสอบถาม

4.2 นำหนังสือจากฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ส่งถึงผู้อำนวยการโรงเรียนเพื่อแจ้งวัตถุประสงค์ให้ทราบ และขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสอบถามถึงหัวหน้ากลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา โดยมีหนังสือขอความร่วมมือของผู้วิจัยไปด้วย

4.3 ผู้วิจัยเดินทางไปเก็บข้อมูลด้วยตัวเองโดยวิธีการแจกแบบสอบถามให้กับนักเรียนที่ผ่านการเรียนวิชาโยโด ระหว่างรอนักเรียนทำแบบสอบถามได้ดำเนินการเก็บข้อมูลแบบสัมภาษณ์ครูผู้สอนโยโดด้วย โดยการสัมภาษณ์

4.4 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้รับกลับคืนกลับมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลแล้วนำไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ต่อไป

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล และค่าสถิติต่างๆ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ ช่วยในการวิเคราะห์ข้อมูล ในการวิจัยครั้งนี้คือ

1. ค่าความเที่ยง (Reliability)
2. ค่าความตรง (Validity)

3. ค่าร้อยละ (Percentages)
4. ค่าเฉลี่ย (Mean)
5. ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูลสภาพและปัญหาในการจัดการเรียนรู้พลศึกษาด้วยกีฬาโยโดประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านวัตถุประสงค์และเนื้อหา ด้านการบริหารจัดการชั้นเรียน ด้านสถานที่และอุปกรณ์ ด้านการวัดและประเมินผล

1. ด้านวัตถุประสงค์และเนื้อหา มีวิธีดำเนินการสอนวิชาโยโดด้วยวิธีครูอธิบายและสาธิต ร่วมกับนักเรียน ร้อยละ 69.10 สามารถนำทักษะโยโดไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ ร้อยละ 91.80 ไม่มีการบาดเจ็บของผู้เรียนจากการเรียนการสอนโยโด ร้อยละ 92.80

มีการพัฒนาผู้เรียนสูงสุดคือด้านสมรรถภาพทางกาย ร้อยละ 92.60 รองมาคือด้านทักษะกีฬาโยโด ร้อยละ 85.80 และบรรลุวัตถุประสงค์ในการเรียนการสอนโยโดสูงสุดคือผู้เรียนได้เรียนรู้โดยการปฏิบัติจริง ร้อยละ 84.20 รองมาคือผู้เรียนได้รับรู้ผลการพัฒนาตัวเอง ร้อยละ 55.30

พบปัญหาในระดับน้อย (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.85)

2. ด้านการบริหารจัดการชั้นเรียน มีการเช็คชื่อนักเรียนทุกครั้งที่มีการเรียนการสอน ร้อยละ 99.00 มีการชี้แจงและทำความเข้าใจกับนักเรียนในกิจกรรมที่ต้องทำเป็นประจำทั้งก่อนเรียน ระหว่างเรียน และหลังเรียน ร้อยละ 100 มีการวางแผนการสอนไว้อย่างชัดเจน ร้อยละ 97.90 มีการวางระเบียบและแนวทางปฏิบัติต่างๆ ในชั้นเรียน ที่มีความเหมาะสมและมีความเป็นไปได้ ร้อยละ 99.00 มีเวลาให้นักเรียนเปลี่ยนเครื่องแต่งกายและทำความสะอาดร่างกายก่อนไปเรียนวิชาต่อไปเป็นเวลา 5 นาที ร้อยละ 71.10 มีข้อกำหนดหรือการป้องกันการบาดเจ็บของนักเรียนภายในชั้นเรียนอย่างชัดเจน ร้อยละ 53.60 มีการมอบหมายงานให้กับนักเรียนที่ขาด ลา ป่วย เพื่อให้นักเรียนเรียนทันเพื่อนในครั้งต่อไป ร้อยละ 74.20 และมีวิธีการมอบหมายงานให้กับนักเรียนที่ ขาด / ลา / ป่วย ติดตามเนื้อหาวิชาในคาบเรียนที่ไม่เข้าเรียนสูงสุดคือวิธีสอบถามจากเพื่อนในชั้นเรียนเกี่ยวกับเนื้อหาวิชา ร้อยละ 62.90 รองมาคือวิธีหาความรู้และวิธีการฝึกจากแหล่งอื่นนอกห้องเรียน ร้อยละ 35.10 พบปัญหาในระดับน้อย (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.83)

3. ด้านสถานที่และอุปกรณ์ มีการแต่งกายในการเรียนวิชาโยโดด้วยชุดโยโดระดับฝึกซ้อม ร้อยละ 95.80 มีเบาะใช้ในการเรียน ร้อยละ 100 ซึ่งเบาะที่ใช้เป็นเบาะฟองน้ำหุ้มหนังเทียม ร้อยละ 56.30 จำนวนเบาะโยโดเพียงพอต่อการเรียน ร้อยละ 88.90 ไม่มีห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งกายสำหรับนักเรียน 69.50 และมีการนำวัสดุทัศนูปกรณ์มาใช้ประกอบการสอนหลายๆครั้ง ร้อยละ 61.10

พบปัญหาในระดับน้อย (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.94)

4. ด้านการวัดและมีการมอบหมายงานเพื่อให้เป็นคะแนนเก็บวิธีชมการแข่งขันโยโด ร้อยละ 52.10 มีการแจ้งจุดประสงค์การเรียนให้นักเรียนทราบก่อนทำการเรียนการสอนโยโด ร้อยละ 98.90 มีการแจ้งกำหนดการสอบให้นักเรียนทราบล่วงหน้า ร้อยละ 95.80 มีการชี้แจงเกณฑ์การทดสอบและวิธีการสอบให้นักเรียนทราบอย่างชัดเจน ร้อยละ 92.60 มีความสอดคล้องของเนื้อหาที่ทดสอบกับเนื้อหาที่เรียน ร้อยละ 96.80 มีการวัดและประเมินผลด้านทักษะระหว่างเรียนเป็นระยะ ร้อยละ 99.50 มีการสอนซ่อมเสริมเพิ่มเติมให้กับนักเรียนที่มีทักษะไม่เพียงพอ ก่อนที่จะมีการสอบแก้ตัว ร้อยละ 83.20 มีการแจ้งผลการทดสอบให้นักเรียน

ทราบอย่างสม่ำเสมอ ร้อยละ 87.30 มีการประเมินผลการเรียนตามจุดประสงค์ที่กำหนด ร้อยละ 97.90 มีการนำผลการประเมินไปเป็นข้อมูลในการพัฒนาคุณภาพของผู้เรียนต่อไป ร้อยละ 93.10

พบปัญหาในระดับน้อย (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.71)

อภิปรายผล

การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการอภิปรายใน 2 ประเด็น ดังนี้

ประเด็นที่ 1 เพื่อศึกษาสภาพและปัญหาในการจัดการเรียนรู้พลศึกษาด้วยกีฬาโยดัวในระดับมัธยมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร จากผลการสอบถามสภาพและปัญหาในการจัดการเรียนรู้พลศึกษาด้วยกีฬาโยดัวในระดับมัธยมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร ทั้ง 4 ด้าน คือ 1.ด้านการวัตถุประสงค์และเนื้อหา 2.ด้านการบริหารจัดการชั้นเรียน 3.ด้านสถานที่และอุปกรณ์ 4.ด้านการวัดและประเมินผล ผู้วิจัยสามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

1.ด้านการวัตถุประสงค์และเนื้อหา แสดงให้เห็นว่าครูผู้สอนพลศึกษาได้จัดการเรียนรู้พลศึกษาตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ในการจัดการเรียนรู้พลศึกษา ครูผู้สอนพลศึกษาควรจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามหลักสูตรของกระทรวงศึกษาธิการที่กำหนดไว้ ตามความเหมาะสมของแต่ละโรงเรียน สอดคล้องกับ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551) มีวิสัยทัศน์คือ มุ่งพัฒนาผู้เรียนทุกคน ซึ่งเป็นกำลังของชาติให้เป็นมนุษย์ที่มีความสมดุลทั้งด้านร่างกาย ความรู้ คุณธรรม มีจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและเป็นพลโลก ยึดมั่นในการปกครองตามระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข มีความรู้และทักษะพื้นฐาน รวมทั้ง เจตคติ ที่จำเป็นต่อการศึกษาต่อ การประกอบอาชีพและการศึกษาตลอดชีวิต โดยมุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญบนพื้นฐานความเชื่อว่า ทุกคนสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้เต็มตามศักยภาพ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน และสอดคล้องกับ อัสรี สะอิตี (2555) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การนำเสนอโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษาของ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยใช้เทคนิคการวิจัยแบบเดลฟาย ผลการวิจัยพบว่าด้านการสอนพลศึกษาควรมีดังนี้ หลักสูตรที่กำหนดไว้มีความเหมาะสมกับพัฒนาการนักเรียนแต่ละช่วงวัย กิจกรรมพลศึกษามีความหลากหลายและเหมาะสมต่อนักเรียน กิจกรรมทางพลศึกษาที่กำหนดไว้ เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาให้นักเรียนด้านระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา และมีคุณธรรมจริยธรรม มีครูที่มีวุฒิทางพลศึกษา ปลุกฝังให้นักเรียนเห็นความสำคัญของวิชาพลศึกษา ความต้องการจำเป็นในการจัดการเรียนรู้พลศึกษา อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่ามีความต้องการจำเป็นอยู่ในระดับมาก ผลการวิจัยพบว่า ครูผู้สอนจำเป็นต้องมีความรู้ ความเข้าใจในกระบวนการจัดการเรียนรู้ ถ้าครูผู้สอนไม่เข้าใจในหลักสูตร ก็จะส่งผลให้การจัดการเรียนรู้พลศึกษานั้นไม่เป็นไปตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้ที่กำหนดไว้ เพราะการจัดการเรียนรู้พลศึกษามีมากกว่า ทักษะกีฬา ทักษะการเคลื่อนไหว ก็คือคุณธรรม จริยธรรม ซึ่งสอดคล้องกับ สำนักงานคณะกรรมการประถมศึกษาแห่งชาติ (2545) ได้กล่าวถึงความสำคัญของพลศึกษาไว้ว่า พลศึกษาเป็นการศึกษาที่ส่งเสริมพัฒนาการในทุกๆ ด้าน โดยใช้กิจกรรมพลศึกษาที่เหมาะสมเป็นสื่อทำให้เกิดสมรรถภาพทางกายและจิตใจ โดยให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการปฏิบัติด้วยตนเองอย่างเต็มที่ ควบคู่ไปกับการให้ความรู้และปลุกฝังคุณธรรม จริยธรรม ดังนั้น ผู้วิจัยเห็นว่า ครูผู้สอนควรมีเทคนิคการสอน วิธีการสอน และเข้าใจในกระบวนการจัดการเรียนรู้ ครูผู้สอนจึงจะสามารถวางแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การเรียนรู้ที่กำหนดไว้ เพื่อส่งเสริมและพัฒนาการผู้เรียนได้อย่างครบถ้วน ซึ่งสอดคล้องกับ Eby (1998) ได้กล่าวว่า เทคนิคและทักษะการสอนของครูล้วนมีอิทธิพลต่อบรรยากาศใน ชั้นเรียนได้ทั้งสิ้น การสร้างแรงจูงใจ การปรับเปลี่ยนความสนใจ การเปลี่ยนกิจกรรมการเรียนการสอนที่หลากหลายจะทำให้เด็กไม่เบื่อเมื่อเทียบกับการที่ครูใช้วิธีการ

สอนแบบเดียวเป็นระยะเวลายาวนานจนเกินไป เช่นการใช้วิธีการสอนแบบบรรยาย ทำให้เด็กอาจเรียนรู้ได้ไม่เท่ากับที่ครูตั้งใจจะสอนเพราะเด็กเกิดความเบื่อหน่ายไม่สนใจเรียน

2.ด้านการบริหารจัดการชั้นเรียน แสดงให้เห็นว่าครูผู้สอนพลศึกษาได้บริหารจัดการชั้นเรียนได้เป็นอย่างดี มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ซึ่งสอดคล้องกับเบอร์เดน (Paul Burden, 1993 อ้างถึงใน สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2548) ให้คำจำกัดความของการจัดการชั้นเรียนไว้ว่า เป็นยุทธศาสตร์และ การปฏิบัติที่ครูใช้เพื่อคงสภาพความเป็นระเบียบ ได้อธิบายความหมายของการจัดการห้องเรียนอย่างมีประสิทธิภาพว่า หมายถึงการสร้างและการรักษาสิ่งแวดล้อมของห้องเรียนเพื่อเอื้อต่อการเรียนรู้ของนักเรียน หรือหมายถึงกิจกรรมทุกอย่างที่ครูทำเพื่อจะช่วยให้การสอนมีประสิทธิภาพและนักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ในการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ เพื่อสนับสนุนให้เด็กเกิดการเรียนรู้อย่างมีความสุข การจัดสภาพแวดล้อมจะต้องคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้ความสะอาด ความปลอดภัย ความมีอิสระอย่างมีขอบเขตในการเล่น ความสะดวกในการทำกิจกรรม ความพร้อมของอาคารสถานที่ เช่น ห้องเรียน ห้องน้ำห้องส้วม สนามเด็กเล่น ฯลฯ ความเพียงพอเหมาะสมในเรื่องขนาด น้ำหนัก จำนวน สีของสื่อและเครื่องเล่น และบรรยากาศในการเรียนรู้ การจัดที่เล่นและมุมประสบการณ์ต่างๆ และสอดคล้องกับ นันทวัน วงษ์ประเสริฐ (2557) ได้ทำการวิจัยเรื่อง แนวทางการจัดการเรียนรู้พลศึกษาสำหรับเด็กที่มีความต้องการพิเศษ: กรณีศึกษา โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ ผลการวิจัยพบว่า ด้านครูพลศึกษา แสดงให้เห็นว่า สภาพปัญหาการจัดการเรียนรู้พลศึกษาสำหรับเด็กที่มีความต้องการพิเศษ:กรณีศึกษาโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ โดยรวมพบว่ามีสภาพปัญหาอยู่ในระดับน้อย และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่ามีสภาพปัญหาอยู่ในระดับน้อย เนื่องจากครูผู้สอนพลศึกษาได้จัดการเรียนรู้พลศึกษาตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

3.ด้านสถานที่และอุปกรณ์ แสดงให้เห็นว่าโรงเรียนมีการจัดเตรียมสถานที่และอุปกรณ์ไว้อย่างเหมาะสมและมีคุณภาพ พบปัญหาในระดับน้อย ทำให้มีการเรียนการสอนมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับ วรศักดิ์ เพียรชอบ (2548) ได้กล่าวไว้ว่า การจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา ให้เป็นไปตามความมุ่งหมายของหลักสูตรวิชาพลศึกษา ที่กำหนดตามความเหมาะสมของสถานที่ อุปกรณ์และเครื่องอำนวยความสะดวก การจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษานั้น นอกจากครูผู้สอนและผู้เรียนแล้ว ยังต้องอาศัยอุปกรณ์ต่างๆ ให้มีความพร้อมและความเหมาะสมกับกิจกรรมแต่ละประเภท หากไม่มีอุปกรณ์ในการฝึกกิจกรรมพลศึกษาจะทำให้การจัดการเรียนรู้พลศึกษามีประสิทธิภาพลดลง ซึ่งสอดคล้องกับ สมคิด ชิตประสงค์ (อ้างถึงใน สุวพร แสงรักษา, 2543) ได้กล่าวไว้ว่า อุปกรณ์ต้องมีความเหมาะสมกับสภาพ และขนาดของผู้เรียนเพื่อช่วยให้การฝึกสัมฤทธิ์ผล และ วิจิตร ศรีสอาน (อ้างถึงใน สุวพร แสงรักษา, 2543) ได้กล่าวว่า การจัดการเรียนการสอนจะประสบผลสัมฤทธิ์สูงสุดถ้าผู้สอนรู้จักนำเอาอุปกรณ์มาช่วยในการสอน รวมถึงที่ ศิริมาส ไทยวัฒนา (2522) ได้กล่าวไว้ว่า ถ้ามีจำนวนอุปกรณ์มาก ก็เป็นการกระตุ้นให้นักเรียนสนใจเรียนและตั้งใจฝึกหัดทักษะมาก ในทางตรงกันข้ามถ้ามีอุปกรณ์น้อยไม่เพียงพอกับจำนวนนักเรียน นักเรียนก็อาจจะขาดความสนใจและเกิดความเบื่อหน่ายในการเรียน

4.ด้านกรวัดและประเมินผล แสดงให้เห็นว่ามีการวัดและประเมินผลในด้านต่างๆอย่างครบถ้วน มีการประเมินผลการพัฒนาของผู้ครบทั้ง 5 ด้าน คือ ด้านความรู้ ด้านสมรรถภาพทางกาย ด้านคุณธรรม จริยธรรม และด้านเจตคติ ซึ่งสอดคล้องกับ สังวร จันทกร (2546) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาปัญหาการดำเนินการวัดและ ประเมินผลการเรียนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร” พบว่าด้านสมรรถภาพทางกาย ครู พลศึกษาส่วนใหญ่ใช้วิธีการวัดผลโดยวิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย รองลงมา คือ การสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียน ในขณะที่ปฏิบัติ

ประเด็นที่ 2. นำเสนอแนวทางการจัดการเรียนรู้พลศึกษาด้วยศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัว ในระดับมัธยมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร จากที่กล่าวมาทั้งหมดในประเด็นที่ 1 แนวทางการจัดการเรียนรู้พลศึกษาด้วย

ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัว ในระดับมัธยมศึกษา เขตกรุงเทพมหานคร มีดังนี้ 1.ด้านการวัดผลประสงค์และเนื้อหา มีการเตรียมความพร้อมและวางแผนในการจัดทำหลักสูตร โดยให้สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 และนำมาปรับใช้ให้เหมาะสมตามสภาพแวดล้อมของโรงเรียน 2.ด้านการบริหารจัดการชั้นเรียน มีการกำหนดแนวทางการปฏิบัติไว้อย่างเหมาะสมและมีความเป็นไปได้ ทำให้พบปัญหาในด้านนี้ในระดับน้อย 3.ด้านสถานที่และอุปกรณ์ สถานที่ในการจัดการเรียนรู้พลศึกษานั้น ส่วนใหญ่มีเพียงพอต่อความต้องการในการใช้งานและเพียงพอสำหรับผู้เรียน แต่ในเรื่องของความสะอาดของวัสดุและอุปกรณ์กีฬาไม่เพียงพอต่อการจัดการเรียนรู้พลศึกษา และเรื่องห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งกายควรมีพื้นที่ที่มิดชิดกว่าปัจจุบันที่เป็นเพียงการแบ่งพื้นที่ไว้สำหรับเปลี่ยนชุดเท่านั้น 4.ด้านการวัดและประเมินผล มีการกำหนดเนื้อหาที่จะทดสอบสอดคล้องกับเนื้อที่เรียน มีการแจ้งจุดประสงค์ กำหนดการสอบ ชี้แจงเกณฑ์และวิธีการสอบให้กับผู้เรียนทราบล่วงหน้า และนำเอาผลการประเมินไปเป็นข้อมูลในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนต่อไป สอดคล้องกับ อดิศักดิ์ พงษ์ลี (2550) ได้ทำงานวิจัยเรื่อง สภาพและปัญหาการเรียนการสอนพลศึกษา ช่วงชั้นที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษา จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ เขต 1 ปีการศึกษา 2547 ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และ สิ่งอำนวยความสะดวก ส่วนใหญ่มีปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด เพราะในปัจจุบันนี้นักเรียนได้ให้การยอมรับในเรื่องการจัดหาวัสดุ อุปกรณ์ รวมถึงสถานที่สิ่งอำนวยความสะดวกไว้อย่างบริการให้กับนักเรียนได้อย่างเพียงพอ ซึ่งทำให้การเรียนการสอนวิชา พลศึกษามีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น และมีความสุขในการเรียน เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมในการเรียนการสอนดีขึ้น และมีประสิทธิภาพดีด้วย

ข้อเสนอแนะ

1. ด้านการบริหารจัดการชั้นเรียน ควรจัดเวลาให้นักเรียนได้มีเวลาเปลี่ยนเครื่องแต่งกายและทำความสะอาดร่างกายก่อนหมดคาบเรียนอย่างน้อย 5 นาที ในทุกครั้งที่มีการเรียนการสอน
2. ด้านสถานที่และอุปกรณ์ ควรมีการจัดห้องหรือสถานที่ในการเปลี่ยนเครื่องแต่งกายที่มิดชิดกว่าในปัจจุบัน ควรมีทำความสะอาดของเบาะยูโดและอุปกรณ์ต่างๆเป็นประจำ และควรปรับปรุงสถานที่ที่ใช้เป็นห้องเรียนวิชายูโดให้มีการระบายอากาศที่ดียิ่งขึ้น
3. แนวทางการจัดการเรียนรู้พลศึกษาด้วยศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัว ในระดับมัธยมศึกษา เขต กรุงเทพมหานคร สามารถนำผลการวิจัยไปปรับ ประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมตามความต้องการของผู้เรียนแต่ละโรงเรียน เพื่อพัฒนาและส่งเสริมการจัดการเรียนรู้พลศึกษาสำหรับโรงเรียนของตนเองได้

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). *หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน. (2545). *แนวทางการวัดและประเมินผลในชั้นเรียน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- นันทวัน วงษ์ประเสริฐ. (2557). แนวทางการจัดการเรียนรู้พลศึกษาสำหรับเด็กที่มีความต้องการพิเศษ: กรณีศึกษาโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์. *วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา (OJED)*, 7, 86-99.
- ยุทธ ไถยวรรณ. (2545). *พื้นฐานการวิจัย*. กรุงเทพมหานคร: สุวีริยาสาส์น.

- วรรณัทธ วัฒนจินดา. (2544). *สภาพและปัญหาการจัดดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนสังกัดกองการศึกษาสงเคราะห์ กรมสามัญศึกษา* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารการศึกษา). สาขาวิชาพลศึกษา ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2548). *ปรัชญา หลักการวิธีสอน และการวัดเพื่อการประเมินผลทางพลศึกษา* (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ศิริมาส ไทยวัฒนา. (2522). *กิจกรรมพลศึกษาในโรงเรียนประถม*. กรุงเทพมหานคร: โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถม.
- สังวร จันทกร. (2546). *การศึกษาปัญหาการดำเนินการวัดและประเมินผลการเรียนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารการศึกษา). มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2548). *จิตวิทยาการศึกษา*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุวพร แสงรักษา. (2543). *สภาพและปัญหาการสอนพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารการศึกษา). สาขาวิชาพลศึกษา ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อดิศักดิ์ พงษ์กุล. (2550). *สภาพและปัญหาการเรียนการสอนพลศึกษา ช่วงชั้นที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ เขต 1 ปีการศึกษา 2547*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารการศึกษา) สาขาวิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อัสรี สะอิดี. (2555). *การนำเสนอโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษาของ 3 จังหวัด ชายแดนภาคใต้*. *วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา (OJED)*, 7, 1708-1722.

ภาษาอังกฤษ

- Eby. J. W. (1998). *Reflective planning, teaching, and evaluation: K-12*. Ohio: Prentice hall.