



ความหมายของพลศึกษาและประวัติวิทยาลัยพลศึกษา

ความหมายของพลศึกษา

คำว่าพลศึกษา (Physical Education) ในสมัยกรีกโบราณ เรียกว่า ยิมนาสติกส์ (Gymnastics) ซึ่งปัจจุบันนี้ จะพบว่า ยิมนาสติกส์ เป็นกิจกรรมส่วนหนึ่งของพลศึกษา ประเทศญี่ปุ่น และประเทศเยอรมันยังนิยมใช้คำว่า ยิมนาสติกส์ ต่อมาคำว่า ยิมนาสติกส์ที่ใช้ในสมัยกรีกโบราณนั้นคนส่วนใหญ่ไม่นิยม จึงเปลี่ยนจากคำยิมนาสติกส์ มาเป็น physical culture หมายถึงมุ่งการจัดพลศึกษาเพื่อพัฒนาให้ร่างกายสง่างาม มีบุคลิกภาพที่ดี มีร่างกายที่สมส่วน เนื่องจากระยะหลังมีนักการพลศึกษาเป็นจำนวนมาก พยายามที่จะปรับปรุงและหาค่าที่เหมาะสม การพลศึกษาในช่วงต่อมาได้รับอิทธิพลจากการทหารที่เน้นให้คนมีความแข็งแรงสมบูรณ์ จึงเปลี่ยนจากคำเดิมที่ใช้ว่า Physical Culture มาใช้คำว่ากายบริหาร (Physical Training)

ศตวรรษที่ 20 แนวความคิดในการจัดการศึกษาได้เปลี่ยนแปลงไปมาก ประกอบกับนักการพลศึกษาในสมัยนี้มีหลายคนเช่น โทมัสวูด (Thomas Wood) ลูเชอร์ กุลลิก (Luther Gulick) คลาร์ก แฮทเธริงตัน (Clark Hatherington) เจ.เอฟ. วิลเลียม (J.F. William) เจย์ บี. แนช (Jay B. Nash) คาร์ลคัมเบลว. บุค วอลเตอร์ (Carl W. Beed Walter) เฟรดเคอริค แรนโรเจอร์ (Federich Ranroger) และแคสซิดี้ (Cassidy) ซึ่งถือว่า พลศึกษาเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาที่มุ่งพัฒนาบุคคลทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม พลศึกษาในสมัยนี้จึงเรียกว่า พลศึกษา (Physical Education)

เจย์ บี. แนช (Jay B. Nash) ได้ให้ความหมายของคำพลศึกษาว่า พลศึกษาเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาทั้งหมด ซึ่งใช้กิจกรรมเป็นสื่อที่จะให้เกิดพัฒนาการ อวัยวะต่าง ๆ ทางระบบประสาท สติปัญญา อารมณ์ ผลที่เกิดขึ้นจะเกิดจากการจัดกิจกรรม ในสถานที่ที่เป็นสนาม โรงฝึกพลศึกษาและสระว่ายน้ำ

แจคสัน อาร์แซร์แมน (Jackson R. Sharman) ได้ให้คำจำกัดความของคำว่าพลศึกษาว่า พลศึกษาคือ การศึกษาส่วนหนึ่งซึ่งเกิดจากกลไกการเคลื่อนไหวของร่างกาย บังเกิดผลค่านพฤติกรรมต่าง ๆ แก่บุคคลด้วย

แฮทเธอริงตัน (Hatherington) ได้ให้คำจำกัดความของพลศึกษาว่า พลศึกษาหมายถึงสิ่งที่จำเป็นสองประการ คือ พลศึกษาว่าด้วยการจัดกิจกรรมที่ชักล้ามนเนื้อเป็นใหญ่ เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกายและพลศึกษาคือ กิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพและความเจริญเติบโตให้กับเด็ก

ในที่นี้จะใช้ว่าพลศึกษา หมายถึงการศึกษาแขนงหนึ่ง ซึ่งมีเป้าหมายที่จะส่งเสริมพัฒนาตัวบุคคลทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยใช้กิจกรรมกีฬาเป็นสื่อกลางในการออกกำลังกาย เพื่อให้เกิดการพัฒนาดังกล่าว

ความสำคัญและความเป็นมาของพลศึกษา

1. สมัยโบราณยุคก่อนการอุตสาหกรรม หรือยุคโบราณ (Pre - Industrial Period หรือ Primitive)

มนุษย์สมัยโบราณ มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ลำบาก ต้องอาศัยอยู่ตามป่า ตามโพรงต้นไม้ ตามหุบเขา ตามถ้ำ มนุษย์ต้องดิ้นรนเพื่อการมีชีวิตอยู่รอด ต่อสู้กับสัตว์ร้าย ช้างศึกศัตรู และสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ด้วยเหตุนี้จึงทำให้คนในสมัยนั้นได้มีการพลศึกษา หรือออกกำลังกายเพื่อสนองความต้องการของร่างกายอยู่เสมอ คนที่แข็งแรงเท่านั้นที่จะมีชีวิตรอดอยู่ได้ วิธีการพลศึกษาในสมัยโบราณนั้นบุคคลได้รับการฝึกพลศึกษาโดยไม่รู้สึกรู้สียง โดยการทำให้เหนื่อยแบบบิดามารดาและหมุ่คณะ และปฏิบัติตามกันไป และต่อมาได้รับความรู้จากพวกหัวหน้าและหมุ่คณะจากพระ วาควรจะกระทำอย่างไร เด็กเหล่านั้นก็จะพยายามศึกษาและกระทำอย่างผิด ๆ ถูก ๆ (Trial and error) วิธีโคตก็ใช้ปฏิบัติต่อไปวิธีที่ไม่เหมาะสมก็ละทิ้งไม่ปฏิบัติความแข็งแรงทนทานนับว่า เป็นปัจจัยสำคัญของมนุษย์ในสมัยดึกดำบรรพ์เพื่อการดำรงชีวิตให้อยู่รอด

2. ยุคอุตสาหกรรม (Industrial Period)

ยุคนี้เป็นยุคซึ่งวิทยาศาสตร์เจริญมาก มนุษย์สามารถประดิษฐ์คิดค้นเครื่องอำนวยความสะดวกต่าง ๆ รวมทั้งเทคโนโลยีใหม่ ๆ ทำให้มนุษย์ออกกำลังกายลดน้อยกว่าเคิมคั้งนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง ที่จะต้องหาวิธีการต่าง ๆ เพื่อให้ได้มีการออกกำลังกาย วิธีการเหล่านั้นคือ การคิดเล่นกีฬาต่าง ๆ ขึ้น

ในศตวรรษที่ 18 ได้มีการปรับปรุงผลศึกษาให้เข้ากับหลักการทางด้านวิทยาศาสตร์ โดย พี.เอช ลิงค์ (P.H. Ling) ซึ่งได้ชื่อว่าเป็นบิดาแห่งการผลศึกษาของประเทศสวีเดน ได้แยกการผลศึกษาให้เหมาะสมกับบุคคลแต่ละพวก เป็นการจัดการผลศึกษา เพื่อการทางการแพทย์ สำหรับโรงเรียน และกายภาพบำบัด เป็นต้น ส่วนในสหรัฐอเมริกา¹ โรงเรียนมัธยมศึกษาส่วนใหญ่ ทั้งระดับมัธยมต้น และมัธยมปลายได้กำหนดให้เรียนวิชาผลศึกษา เป็นวิชาหมวดบังคับทั้งสิ้น การผลศึกษาในสมัยนี้เป็นการฝึกให้ร่างกายมีรูปทรงสวยงาม และได้สัดส่วน ผู้ที่ได้รับการศึกษาถูกต้องจะต้องมีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ มุ่งฝึกให้มีร่างกายแข็งแรง และสร้างกล้ามเนื้อเป็นส่วนใหญ่

ในศตวรรษที่ 20 แนวคิดด้านการศึกษาเปลี่ยนไปอย่างกว้างขวาง นักการศึกษาได้เห็นความสำคัญของการผลศึกษาและถือว่าการผลศึกษาเป็นส่วนหนึ่งของการให้การศึกษา อันจะขาดเสียมิได้ ผู้ที่ได้รับการศึกษาที่สมบูรณ์จะต้องได้รับการศึกษารวม 4 ด้าน คือ ทางด้านพุทธิศึกษา (Head) จริยศึกษา (Heart) ผลศึกษา (Health) และหัตถศึกษา (Hand) บรรดานักการศึกษาสำคัญ ๆ ได้เห็นความจำเป็นของการให้การศึกษาที่สมบูรณ์ว่าจะต้องให้การผลศึกษาควบคู่กันไปด้วย เช่น จอห์น ล็อก (John Locke) รัสโซ เปสตาลอส์ จอห์น คิวอี้ เป็นต้น วิชาผลศึกษาจึงได้จัดเข้าไว้ในหลักสูตรของโรงเรียน

¹ ระบุปะนี ย นาคทรพ และคณะ, รายงานการกุงานประเทศสหรัฐอเมริกาและคานาคา 9 ต.ค. 2511 - 9 ก.พ. 2512, เอกสารสัมมนาศึกษานิเทศน์ กรมวิสามัญศึกษา 26/2512.

ทั่วไป การพลศึกษาในช่วงนี้มีระบบและระเบียบและใช้กันมาจนถึงในปัจจุบันนี้¹

ประวัติพลศึกษาในประเทศไทย

การพลศึกษาในประเทศไทยจะเริ่มต้นมาแต่เมื่อใดนั้น ไม่มีเอกสารหรือหลักฐานปรากฏแน่นอน แต่พอสรุปโดยทั่วไปได้ว่า ชาวไทยเล่นกีฬา เช่น กระบี่กระบอง ฟันดาบ มวยไทย ตะกร้อ มาตั้งแต่โบราณแล้ว โดยใช้สอนใช้ฝึกกันขึ้น เมื่อกิจกรรรมฝึกไปๆกลายเป็นกีฬาและเป็นของหมู่บ้านเมือง เป็นมรดกประจำชาติตกทอดสืบกันมาอย่างน้อยตั้งแต่สมัยสุโขทัย

ตามหลักฐานทางประวัติศาสตร์ ปรากฏว่า กษัตริย์ไทย และชาวไทยสนใจกีฬา กลางแจ้งมาช้านานแล้ว ในสมัยกรุงสุโขทัยเป็นราชธานี พ่อขุนรามคำแหงมหาราช ทรงนิยมกีฬาฟันดาบ กระบี่กระบอง ซี่มา ล่าสัตว์ ไล่ของ้าว ชนช้าง จึงทรงสามารถกระทำ ยุทธหัตถ์ชนะศึกขุนสามชน เจ้าเมืองฉอด และกีฬาต่าง ๆ ได้ตกทอดกันมาถึงสมัยกรุงศรีอยุธยา มีการศึกษาอบรมกันตามสำนักต่าง ๆ ในหมู่ประชาชน ตลอดจนในราชสำนัก คงจะเห็นได้จากกรณีที่สมเด็จพระนเรศวรมหาราชทรงชำนานุกีฬา ซี่มา ฟันดาบ ชนช้าง ไล่ของ้าว ไล่อาวุธอย่างอื่น ๆ จนทรงสามารถในการศึกสงครามอย่างเอก และกู้อิสรภาพได้สำเร็จ ยุคกรุงธนบุรีก็ได้รับมรดกการกีฬาจากกรุงศรีอยุธยามาอีกทอดหนึ่ง โดยพระเจ้าตากสินมหาราชทรงชำนานูทางฟันดาบกับการรบบนหลังม้า ทรงสามารถกู้อิสรภาพของบ้านเมืองให้กลับเป็นปึกแผ่นได้ และในสมัยนี้เอง ที่กีฬามวยไทยมีชื่อมาก

ในระยะตอนต้นสมัยกรุงรัตนโกสินทร์นั้น กษัตริย์ไทยทรงโปรดการกีฬา ซี่มา ฟันดาบ กระบี่กระบอง เช่น พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว โปรดให้ลูกยาเขอหลายองค์หัดกระบี่กระบอง ฟลอง ของ้าว คาบสองมือ ในหมู่ประชาชนก็มีการฝึกฝนกระบี่กระบองกับมวยไทยกันตามบ้านเรือนหรือสำนักต่าง ๆ

ต่อมาในสมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว การกีฬาได้รับการส่งเสริมกว้างขวางขึ้นเป็นยุคหัวเลี้ยวหัวต่อในประวัติศาสตร์การกีฬาของไทยเพราะพระมหากษัตริย์ทรงสนพระทัยการพลศึกษาของชาติเป็นอันมาก และการพลศึกษาแบบยุโรปได้แพร่หลายเข้ามาในประเทศไทยด้วย ในรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว พระองค์ทรง

¹ กอง เลิกแก้ว, ประวัติพลศึกษา, 2520, หน้า 55

สนพระทัยในการกีฬาของต่างประเทศ โดยที่เคยเสด็จไปศึกษา ณ มหาวิทยาลัยออกซฟอร์ด ประเทศอังกฤษมาแล้ว จึงทรงนำกีฬาฟุตบอลมาเผยแพร่ในเมืองไทยใน พ.ศ. 2458 มีการจัดตั้ง "สมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยขึ้นและเริ่มจัดแข่งขันฟุตบอล ระหว่างโรงเรียน การนำกีฬาฟุตบอล เข้ามาเผยแพร่ในประเทศไทยมีผลดีแก่การศึกษามาก คือ ช่วยให้ ประชาชนตื่นตัวหันมานิยมกีฬามากขึ้นนับตั้งแต่รัชสมัย พระบาทสมเด็จพระปกเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชสมัยพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช ประเทศไทยให้ความสนใจแก่การ พุฒิกษากว้างขวางยิ่งขึ้น เป็นล่ำคับ รัฐบาลได้มีการจัดการการศึกษาให้เป็นระเบียบแบบ แขนงจัดให้มีการเรียนวิชาพลศึกษาในโรงเรียน จึงเป็นผลให้พลศึกษาของประเทศไทยได้รับความ นิยมกว้างขวางขึ้นเป็นอันมาก

ประวัติของวิทยาลัยพลศึกษา¹

การผลิตครูพลศึกษา เริ่มใน พ.ศ. 2456 โดยกระทรวงธรรมการได้จัดตั้ง สถานที่ฝึกหัดพลศึกษาขึ้น ณ โรงเรียนมัธยมวัดราชบูรณะ (โรงเรียนสวนกุหลาบในปัจจุบันนี้) เรียกว่า "ห้องพลศึกษากลาง" สังกัดกรมศึกษาธิการ กระทรวงธรรมการ มีวิชาเรียน 2 วิชา คือ มวยไทย และการคักคนส่วนห้อยโหน หรือ ยิมนาสติกส์ เท่านั้น ต่อมา พ.ศ. 2462 กรมศึกษาธิการได้แก้ไขหลักสูตรใหม่ และให้ชื่อใหม่ว่า "โรงเรียนพลศึกษากลาง" แต่ยังคง ตั้งอยู่ ณ ที่เดิม เรียนเฉพาะภาคค่ำ เวลา 16.00 - 19.00 น. และกำหนดหลักสูตรใหม่ มี 4 วิชา คือ

1. วิชาลูกเสือ
2. วิชาคักคนส่วนห้อยโหน (ยิมนาสติกส์)
3. วิชาญูญิตสู (ยูโด)
4. วิชามวยไทย มวยฝรั่ง (ลากล) และฟันดาบ

ผู้เรียนส่วนมากเป็นครูสอนวิชาสามัญ และอบรมวิชาชุกอยู่ ณ สามัคยาจารย์ สมาคม (ในบริเวณเดียวกัน) ถ้าผู้ใดสอบได้ 2 วิชา ได้รับประกาศนียบัตรครูผู้สอนพลศึกษา ชั้นตรี (พ.ศ.) สอบได้ 3 วิชา ได้รับประกาศนียบัตรครูผู้สอนพลศึกษาชั้นโท (พ.ท.) และ ถ้าสอบได้ทุกวิชาจะได้รับประกาศนียบัตรครูผู้สอนพลศึกษาเอก (พ.อ.) ระยะเวลาที่ศึกษา

¹ พุฒิกษา, กรม, วิทยาลัยพลศึกษาส่วนภูมิภาค, 2524, หน้า 1

ตามหลักสูตรไม่แน่นอน ใน 4 วิชา อาจเรียนได้ในปีเดียวหรือก็ปีจนก็ได้ตามความสามารถ

ใน พ.ศ. 2476 รัฐบาลเห็นความสำคัญของการพลศึกษาได้ประกาศตั้งกรมพลศึกษาขึ้นเมื่อวันที่ 9 ธันวาคม พ.ศ. 2476 มีพระยาประมวลวิชามูลรักษากรตำแหน่งอธิบดีอยู่จนสิ้นปีและหลวงศุภชลาศัยก็ได้ดำรงตำแหน่งอธิบดีกรมพลศึกษาคนแรก เมื่อวันที่ 1 เมษายน พุทธศักราช 2477 ท่านผู้นี้ได้ทำงานด้วยความตั้งใจและวางรากฐานทางพลศึกษาได้อย่างกว้างขวาง กรมพลศึกษาจึงใช้นามของท่านขนานนามสนามกีฬาแห่งชาติ ไว้เป็นอนุสรณ์ เมื่อวันที่ 4 พฤษภาคม พุทธศักราช 2485

วัตถุประสงค์ของการพลศึกษาจากคำแถลงกรรม ของรัฐบาลพุทธศักราช 2476 ว่าไว้ดังนี้¹

มาตรา 12 รัฐตั้งกรมพลศึกษา เพื่อให้มีนักเรียนและลูกเสือเป็นนักกีฬา ให้เป็นผู้มีสุขภาพอนามัยอันดีเป็นสำคัญยิ่ง ดังนั้นนโยบายกรมพลศึกษา พุทธศักราช 2477 กล่าวว่าบุคคลที่จะให้ประโยชน์แก่ประเทศชาตินั้น แม้จะได้รับความรู้ ทางพุทธิศึกษา และจริยศึกษา หากสุขภาพไม่แข็งแรง จิตใจไม่หนักแน่น ซากอนามัย มีโรคภัยเบียดเบียน ก็จะทำงานได้ไม่ดีเท่าที่ควร เหตุนี้จึงตั้งกรมพลศึกษาขึ้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ดำเนินงานทางค่านนี้โดยตรง หลวงศุภชลาศัย จึงออกแบบเครื่องหมายกรมพลศึกษา เป็นรูป 3 ห่วง สีเขียว, ขาวและเหลืองแทนสัญลักษณ์ของพลศึกษา พุทธิศึกษาและจริยศึกษา"

ใน พ.ศ. 2479 ได้โอน "โรงเรียนพลศึกษากลาง" มาสังกัดกรมพลศึกษา แต่ยังคงตั้งอยู่ ณ ที่เดิม และได้เช่าที่ดินของจุฬา 3 แปลง ค่าเช่าปีละ 13,677.50 บาท (ปัจจุบัน พ.ศ. 2526 ยังเช่าอยู่) และได้เริ่มก่อสร้างกรีฑาสถานแห่งชาติ เมื่อต้น พ.ศ. 2483 และได้ปรับปรุงแก้ไขหลักสูตรใหม่โดยแบ่งวิชาออกเป็น 2 หมวด คือ

1. หมวดวิชาบังคับ ได้แก่ วิชาจรรยาครู ลูกเสือ สุขศึกษา ปฐมพยาบาล

¹ ฟอง เกิดแก้ว, ประวัติพลศึกษา, 2520 หน้า 78.

กายบริหาร กรีฑาและกีฬา (กีฬาหญิง มีเนตบอล วอลเลย์บอล กีฬาชาย มี บาสเกตบอล ฟุตบอล ตะกร้อ)

2. หมวดวิชาไม่บังคับมี 4 วิชา คือ
 - ก. มวยไทย และมวยสากล
 - ข. กระบี่กระบอง และฟันดาบ
 - ค. คักคนส่วนห้อยโหน (ยิมนาสติก)
 - ง. ญูญิตสู (ยูโคะ)

เมื่อผู้เรียนสอบวิชาบังคับได้แล้วจะได้รับประกาศนียบัตรประโยคครูพลศึกษาตรี (พ.ท.) ถ้าสอบได้หมด 4 ชุด ได้รับประกาศนียบัตรประโยคครูพลศึกษาเอก (พ.อ.)

ใน พ.ศ. 2483 ทางกรมพลศึกษาได้ปรับปรุงภายในกรีฑาสถานแห่งชาติ โดยทำลู่วิ่ง สนามฟุตบอล สนามกรีฑาสถาน เสร็จใน พ.ศ. 2484

ต่อมาสงครามโลกครั้งที่ 2 เกิดขึ้น เมื่อวันที่ 8 ธันวาคม พุทธศักราช 2484 กองทัพญี่ปุ่นบุกไทย และส่วนหนึ่งของกองทหารได้เข้าอาศัยในบริเวณกรีฑาสถานแห่งชาติ กระทรวงศึกษาธิการจึงย้ายกรมพลศึกษาไปอยู่ที่หลังกระทรวงศึกษาธิการ บริเวณคุรุสภา ปัจจุบัน เสียชั่วคราว และย้ายกลับมาเมื่อวันที่ 5 กันยายน พุทธศักราช 2485 ปรากฏว่า ทรัพย์สิน เอกสารสำคัญและพัสดุของกรมถูกทำลายเสียหายไปมาก ซึ่งกรมพลศึกษาได้มาบูรณะอาคาร และกรีฑาสถานเสร็จสิ้นเมื่อ พุทธศักราช 2490 และปีเดียวกันนี้สร้างสนาม บาสเกตบอล ลากยาง แอสฟัลต์ และสร้างโรงเรียนพลศึกษาเพิ่มเติมอีก 1 หลัง

ใน พ.ศ. 2493 กรมพลศึกษาได้ปรับปรุงหลักสูตรการผลิตครูพลศึกษาให้ สอดคล้องกับการผลิตครูสามัญอื่น ๆ โดยมีหลักสูตร 5 ปี และให้ชื่อโรงเรียนใหม่ว่า "โรงเรียนฝึกหัดครูพลศึกษา" รับนักเรียนต่อจากชั้นมัธยมปีที่ 6 เฉพาะผู้ได้รับทุนของแต่ละจังหวัด (เฉพาะนักเรียนชาย) โดยจังหวัดสอบคัดเลือกมา จังหวัดละ 2 คน การเรียนเป็นแบบประจำวิชาที่เรียนมี 5 หมวด คือ

1. หมวทวิชาครู และสังคมศึกษา
2. หมวทวิชาภาษาอังกฤษ
3. หมวทวิชาภาษาไทย
4. หมวทวิชาพลศึกษา (กรีฑา และกีฬา)
5. หมวทวิชาประกอบ มีสุขศึกษา อนามัย สรีระ กายบริหารศาสตร์ ชีววิทยา
การเล่นเข้าจังหวะ

วุฒิที่ได้รับจาก "โรงเรียนฝึกหัดครูพลศึกษา" นั้นผู้เรียนที่จบปี 1 ได้รับประกาศนียบัตรประโยคครูพลศึกษาตรี (พ.ต.) จบปีที่ 3 ได้รับประกาศนียบัตรประโยคครูพลศึกษาโท (พ.ท.) และจบปีที่ 5 ได้รับประโยคครูพลศึกษาเอก (พ.อ.) และใน พ.ศ. 2497 "โรงเรียนฝึกหัดครูพลศึกษา" ได้เปิดรับส่วนกลางโดยโรงเรียนสอบคัดเลือกเอง เรียนแบบไปกลับและรับนักเรียนหญิงด้วย

พ.ศ. 2497 กระทรวงศึกษาธิการ ได้ขยายโครงการค่านการฝึกหัดครู โดยตั้งกรมการฝึกหัดครูขึ้นเพื่อจะได้อบรมรวมการฝึกหัดครู ซึ่งอยู่ในสังกัดต่าง ๆ มาอยู่ด้วยกัน ทั้งนี้โรงเรียนฝึกหัดครูพลศึกษา" ได้โอนไปสังกัดในแผนกฝึกหัดครูพลานามัย กองโรงเรียนฝึกหัดครู กรมการฝึกหัดครู ดังนั้นกรมพลศึกษาจึงได้ขอตั้ง "วิทยาลัยพลศึกษา" ขึ้นแทน "โรงเรียนฝึกหัดครูพลศึกษา" เมื่อวันที่ 1 มกราคม พ.ศ. 2498 โดยมีหลักสูตรการเรียน 4 ปี และ 2 ปี หลักสูตร 4 ปี ชั้นนักเรียนที่สำเร็จมัธยมศึกษาปีที่ 6 ส่วนหลักสูตร 2 ปี รับนักเรียนที่สำเร็จชั้นเตรียมอุดมหรือเทียบเท่าทั้งสองหลักสูตรนี้ ผู้สำเร็จจะได้รับประกาศนียบัตรวิชาการศึกษา (พลศึกษา) หรือ ป.ก.ศ.สูง (พลศึกษา)

เนื่องจากจำนวนครูพลศึกษาไม่เพียงพอกับความต้องการ โดยเฉพาะในระดับประถมศึกษา กรมการฝึกหัดครูจึงมีนโยบายผลิตครู เพื่อสอนวิชาพลศึกษาในระดับนี้ขึ้น แต่เนื่องจากขาดผู้ดำเนินการในค่านนี้ จึงฝากให้กรมพลศึกษาค่าเป็นการแทน ดังนั้น "โรงเรียนฝึกหัดครูพลานามัย" จึงตั้งขึ้นใน พ.ศ. 2501 โดยรับนักเรียนที่สำเร็จชั้นมัธยมศึกษาที่มีหลักสูตร 2 ปี ผู้เรียนสำเร็จได้รับประกาศนียบัตรวิชาการศึกษา (พลานามัย)

ส่วน "วิทยาลัยพลศึกษา" คงผลิตเฉพาะหลักสูตร 2 ปี เพื่อรับประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาระดับสูง (พลศึกษา)

ต่อมา พ.ศ. 2511 กระทรวงศึกษาธิการได้ระงับการผลิตครูระดับประกาศนียบัตรวิชาการศึกษา (พลานามัย) และมอบหมายให้กรมพลศึกษา ดำเนินการผลิตครูเฉพาะประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาระดับสูง (พลศึกษา) อย่างเดียว

ใน พ.ศ. 2513 ได้รับอนุมัติจากกระทรวงศึกษาธิการ ให้จัดตั้งเป็นวิทยาลัยวิชาการศึกษา (พลศึกษา) โดยถือเป็นสาขาหนึ่งของวิทยาลัยวิชาการศึกษา สังกัดกรมการฝึกหัดครู แต่ได้มอบให้กรมพลศึกษารับผิดชอบผลิตครูพลศึกษา ระดับปริญญา

ใน พ.ศ. 2517 ได้โอนวิทยาลัยวิชาการศึกษาพลศึกษาเป็นคณะหนึ่งในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ แต่อัตรากำลังของวิทยาลัยวิชาการศึกษาพลศึกษาเดิมนั้นยังคงเป็นของกรมพลศึกษาอยู่ โดยเรียกส่วนงานนี้ว่า "วิทยาลัยพลศึกษา (ส่วนกลาง)" แต่ยังมีใ้รับนักศึกษา เพราะกรมพลศึกษามีนโยบายที่จะขยายการผลิตครูพลศึกษาไปในส่วนภูมิภาค โดยทั่วถึงก่อนแล้วจึงขยายในส่วนกลาง ภายหลัง

ใน พ.ศ. 2514 ได้เริ่มเปิดวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดเชียงใหม่ขึ้นเป็นแห่งแรก

ใน พ.ศ. 2517 ได้เปิดวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดขอนแก่นในปีการศึกษา 2525 นายไพฑูรย์ จัยสินเป็นผู้อำนวยการวิทยาลัย

ในปีการศึกษา 2522 ได้เปิดรับนักเรียนเข้าศึกษาในวิทยาลัยพลศึกษา (ส่วนกลาง) ที่มีอยู่เดิม เนื่องจากกรมพลศึกษาเห็นสมควรให้เปลี่ยนชื่อวิทยาลัยพลศึกษา (ส่วนกลาง) เสียใหม่ เพื่อความเหมาะสม จึงขออนุญาตกระทรวงศึกษาธิการและอาศัยอำนาจตามความในข้อ 23 แห่งประกาศของคณะปฏิวัติ ฉบับที่ 216 ลงวันที่ 29 กันยายน พ.ศ. 2515 จึงได้เปลี่ยนชื่อ "วิทยาลัยพลศึกษาส่วนกลาง" เป็น วิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ ตั้งแต่วันที่ 13 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2522 โดยใช้สระว่ายนน้ำโอลิมปิค สนามกีฬาแห่งชาติเป็นที่ตั้งวิทยาลัย มีนายชนิต คงมนต์ เป็นผู้อำนวยการคนแรก ปีการศึกษา 2525 นายพิพิธพร แก้วมุกดาเป็นผู้อำนวยการ และในปีการศึกษา 2525 ได้ย้ายงานบางส่วนไปอยู่ที่จังหวัดปทุมธานี และจะย้ายไปทั้งหมดในปีการศึกษา 2526

ใน พ.ศ. 2526 ทั่วประเทศมีวิทยาลัยพลศึกษาทั้งหมด 17 แห่ง