



บทที่ 2

วรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

กรีฑามีความหมายตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (ราชบัณฑิตย-
สถาน, 2525) คือ "กีฬาประเภทหนึ่ง แบ่งออกเป็นแผนกลู่วิ่ง และแผนกลาน" ส่วน
กีฬา หมายถึง "กิจกรรมหรือการเล่นเพื่อความสนุก เพลิดเพลิน เพื่อเป็นการบำรุง
แรง หรือเพื่อผ่อนคลายความเคร่งเครียดทางจิต" ดังนั้น จากความหมายของคำว่า
กรีฑาและกีฬา เมื่อนำมาประกอบกันเข้าแล้วได้ใจความได้ว่า กรีฑา เป็นกิจกรรม
การเล่นหรือการแข่งขันชนิดหนึ่ง เพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลินและเพื่อให้เกิด
สมรรถภาพทางกาย ความแข็งแรง หรือเพื่อผ่อนคลายความเครียดทางจิตใจ ซึ่ง
พรชัย สมจริง (2532) ได้กล่าวถึงความสำคัญของกรีฑาว่า "กรีฑาเป็นกีฬาที่ว่าด้วย
กิริยาอาการที่แสดงออกอันเป็นธรรมชาติของมนุษย์ เช่น เดิน วิ่ง กระโดด ขว้าง
ปา โดยธรรมชาติเหล่านี้มีมาคู่กับมนุษย์ตั้งแต่เกิด จึงกล่าวได้ว่า กรีฑาก็คือ "กีฬา
ที่ว่าด้วยธรรมชาติ" นอกจากนี้กรีฑายังสามารถช่วยพัฒนาในทุกกิจกรรมของมนุษย์
อีกด้วย ความสำคัญอันนี้ทำให้หลายประเทศทั่วโลก โดยเฉพาะเกือบทุกประเทศใน
ค่ายสังคมนิยมมีกฎหมายบังคับให้ประชาชนต้อง เล่นหรือ เรียนกรีฑาในหลักสูตรบังคับ
เพื่อเป็นการเสริมสร้างให้พลเมืองในชาติมีความพร้อมในด้านการทำงานและการ
ป้องกันประเทศ กล่าวโดยสรุป กรีฑาเป็นกีฬาที่ใช้พัฒนาส่วนอันเป็นธรรมชาติของ
มนุษย์ได้มากที่สุดและให้ประโยชน์สูงสุดในการฝึกด้านต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความเร็ว
ความสูง ความไกล และความแข็งแรงที่สุด จากความสำคัญดังกล่าวมาแล้ว กรีฑา
จึงเป็นกีฬาหลักในการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกเกมส์ เอเชียนเกมส์ ซีเกมส์ตามข้อบังคับ
ของสหพันธ์กำหนดให้เจ้าภาพต้องจัดให้มีการแข่งขันกรีฑาด้วยเสมอ

ประวัติกรีฑา

กรีฑานับว่าเป็นกีฬาที่เก่าแก่ที่สุด (ชวัญชัย เชาว์สุโข และปริดา รอดโพธิ์ทอง, 2516) เกิดมาพร้อมกับมนุษย์ เพราะแต่ก่อนมนุษย์เราไม่รู้จักทำมาหากินเป็นหลักแหล่ง ไม่รู้จักสร้างที่พัก ตลอดจนสร้างเครื่องนุ่งห่ม เหมือนมนุษย์สมัยปัจจุบัน มนุษย์สมัยนั้นต้องต่อสู้กับภัยธรรมชาติและความดุร้ายของสัตว์ป่านานาชนิด มีที่อยู่อาศัยตามถ้ำ พวกนี้เป็นต้นกำเนิดของการกีฬา โดยมนุษย์เหล่านี้ต้องป้องกันตนเองจากสัตว์ บางครั้งต้องวิ่งหนีและพยายามวิ่งเร็วเพื่อให้พ้นอันตราย การวิ่งเร็วของคนถ้าหากเทียบกับปัจจุบันก็เป็นพวกวิ่งระยะสั้น หากการวิ่งต้องใช้เวลานาน ๆ ก็เป็นการวิ่งระยะไกลหรือวิ่งทน การวิ่งอาจจะรวมไปถึงการวิ่งเพื่อไล่จับสัตว์มาเป็นอาหารหรือการต่อสู้ระหว่างเผ่า ขณะวิ่งถ้ามีต้นไม้หรือก้อนหินขวางหน้า ถ้าต่ำก็กระโดดข้ามไปในลักษณะกระโดดข้ามเร็วและกระโดดสูงในปัจจุบันถ้าต้องกระโดดข้ามลำธารเล็ก ๆ แคน ๆ เป็นช่วง ๆ ติดต่อกันก็กลายมาเป็นการกระโดดไกลและเขย่งก้าวกระโดด แต่ถ้าลำธารหรือเหวนั้นกว้างสุดที่จะข้ามได้ อย่างธรรมดาจำเป็นต้องหาไม้ยาว ๆ มาปักกลางลำธารหรือหรือแ่งหินแล้วโหนตัวข้ามไปอีกฝั่งหนึ่ง ก็กลายมาเป็นการกระโดดค้ำ การที่ใช้หอกหรือแหลนหลาวที่ทำด้วยไม้ยาว ๆ เป็นอาวุธพุ่งฆ่าสัตว์ ปัจจุบันก็เป็นการพุ่งแหลน และการเอาก้อนหินใหญ่ ๆ ทุ่มใส่สัตว์ ขว้างสัตว์ ก็กลายมาเป็นการทุ่มน้ำหนัก การขว้างจักรในปัจจุบันจึงเห็นได้ว่า การวิ่ง กระโดด ทุ่ม พุ่ง ขว้าง เขวี้ยง ที่พ่อแม่หรือหัวหน้าเผ่าสั่งสอนถ่ายทอดให้กันในสมัยนั้นเพื่อไว้ใช้ในการดำรงชีวิตประจำวัน มาในปัจจุบันผู้ทำหน้าที่สั่งสอนคือครูบาอาจารย์และผู้ฝึกสอนนั่นเอง

มีนิยายปรัมปราของพวก ติวโตนิค (Teutonic) (ฟอง เกิดแก้ว, สวัสดิ์ ทรัพย์จางงค์, 2524) ได้กล่าวถึงความมหัศจรรย์ในเรื่องของผู้กล้าหาญได้มีนายคูลลิน (Cuchullin) เป็นหัวหน้าเผ่าเซลติก (Celtic) ได้เป็นแชมป์ชนในการวิ่ง เร็ว พุ่งหอก (Spear Throwing) การขว้างหิน (Stone Hurling) เพราะฉะนั้นนายคูลลินได้มีส่วนส่งเสริมกรีฑาในสมัยนั้น มีกรีฑาอีกประเภทหนึ่งซึ่งมีการแข่งขันโดยการใช้วัตถุผูกปลายเชือกเหวี่ยงเป็นวงกลมแล้วขว้างไป (Wheel-

Feat event) ได้เป็นกีฬาที่นำมาสู่การชว้างค้อนในปัจจุบันวรรณคดีลาตินอีกเรื่องหนึ่งที่เกี่ยวกับเรื่องราวของผู้กล้าหาญที่ป้องกันกรุงทรอย (Aeneid of Virgin) ได้กล่าวถึงเกมส์กีฬาที่ใช้ในพิธีฝังศพ ประกอบด้วยการแข่งขันกรีฑาซึ่งเรียกว่า "การประลองกรีฑา" (Athletic Contest) และมีวรรณคดีที่แต่งโดย วอลเตอร์ สกอตต์ (Walter Scotts) เรื่อง "เทพีแห่งทะเลสาบ" (The Lady of the Lake) กล่าวถึงชาวสกอตชื่อ ดักกลาส (Douglas) ซึ่งได้รับเกียรติให้โยนแหวนแสดงความยินดีจากประชาชนเนื่องจากสามารถชว้างเซเบอร์ (Caber) ได้ไกลกว่าวีรบุรุษใด ๆ ในสมัยนั้น นิยายศักดิ์สิทธิ์ของชาวอียิปต์ ได้กล่าวถึงพวกเผ่าฮิบรูและชาวอาราเบียจนได้ให้ความรู้เกี่ยวกับกีฬาประเภทลู่วิ่งและลาน ซึ่งมีการแข่งขันครั้งแรกในประเทศกรีซ กรีซนิยมชมชอบในการพัฒนาร่างกายให้มีสุขภาพพลานามัยดีที่สุดในโลก เช่นเดียวกับวัฒนธรรมอื่น ๆ ที่เริ่มมาจากกีฬาในสมัยนั้น มีมาจาก

เหตุผล 3 ประการ

1. ความนิยมชมชอบเป็นทุนเดิม
2. ความเป็นมาแห่งวัฒนธรรม
3. ความเป็นมาแห่งการบวงสรวง

สมัยกรีก (ฟอง เกิดแก้ว, 2524) เชื่อกันว่าชาวกรีกโบราณเป็นผู้ริเริ่มการเล่นกีฬาขึ้นหลายอย่าง เดิมทีเดิยวเมื่อ 1,000 ปีก่อนคริสตกาล กรีกคือชนเผ่าหนึ่งซึ่งอพยพมาจากทางเหนือเข้ามาอยู่ในคาบสมุทรบอลข่านและตั้งรกรากปะปนกับชาวพื้นเมืองเดิม ได้สืบเชื้อสายผสมกันมาเป็นชาวกรีก ในสมัยต่อมานั้นกรีกได้เจริญรุ่งเรืองจนถึงขีดสูงสุดในด้านต่าง ๆ รวมทั้งในด้านปรัชญา วรรณคดี ดนตรี และการพลศึกษา โดยเฉพาะด้านการพลศึกษานับว่ามีบทบาทสำคัญในชีวิตความเป็นอยู่ของชาวกรีกเป็นอย่างมาก

เนื่องจากประเทศกรีกมีลักษณะทางภูมิศาสตร์เต็มไปด้วยภูเขา ความเป็นอยู่ในสมัยนั้นก็เป็นอย่างหยาบ ๆ กรีกจึงแบ่งตนเองออกเป็นรัฐ แต่ละรัฐก็ปกครองตนเอง อยู่ ๆ มาแต่ละรัฐก็แย่งกันเป็นใหญ่จึงมีการรบพุ่งกันอยู่เสมอรัฐที่เข้มแข็งมีอยู่ 2 รัฐคือเอเธนส์ และสปาร์ต้า ชาวกรีกมีความเชื่อในพระเจ้า

ต่าง ๆ เช่น พระเจ้า "ซีอุส" ซึ่งถือเป็นพระเจ้าองค์ใหญ่ที่สุดในพระเจ้าทั้งหลาย นอกจากนั้นก็มีพระเจ้า "เอเชนนา" เป็นพระเจ้าแห่งความฉลาด พระเจ้าเอเชนนา และอโปไรด์น เป็นพระเจ้าแห่งความรัก และความสวยงาม เป็นต้น และเชื่อกันว่า พระเจ้าเหล่านี้สถิตอยู่บนภูเขา "โอลิมปัส" คล้ายกับเป็นผู้ชี้ชะตาของชาวกรีก ดังนั้น ชาวกรีกจึงพยายามที่จะเอาใจ ทำความเข้าใจ และสนิทสนมกับพระเจ้า โดยการ บวงสรวงหรือทำพิธีกรรมต่าง ๆ เพื่อเฉลิมฉลองพระเกียรติของพระเจ้าเหล่านั้น เมื่อเสร็จการบวงสรวงตามพิธีทางศาสนาแล้วก็มีการจัดการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ การแข่งขันก็ไม่มีพิธีรีตรองอะไรมากนักเป็นเพียงการแข่งขันไปตามที่ที่กำหนดให้เท่านั้น ผู้ชนะการแข่งขันก็ได้รับรางวัล ความมุ่งหมายในการแข่งขันของกรีกสมัยนั้นก็เพื่อให้พลเมืองมีสุขภาพสมบูรณ์และมีร่างกายที่สมส่วนสวยงาม

กรีกเมื่อสมัย 1445 ปีก่อนคริสตกาล มีความเชื่อว่า ถ้ามีผู้ใดผู้หนึ่ง ตายลงดวงวิญญาณจะสิงห์สถิตย์ ณ ที่แห่งนั้น จึงเป็นหน้าที่ของคนรุ่นหลังที่จะต้องจัด มหรสพบวงสรวงสังเวทดวงวิญญาณนั้น ๆ ถ้าผู้ตายเป็นกวี ก็จะจัดให้มีการแข่งขัน เกี่ยวกับบทกวีขึ้น ถ้าผู้ตายเป็นนักดนตรี ก็จะจัดให้มีการบรรเลงดนตรีเป็นการ เฉลิมฉลองรวมทั้งกิจกรรมอื่น ๆ ที่ผู้ล่วงลับได้กระทำไว้ แต่มีกิจกรรมรวมอยู่ในพิธีกรรมต่าง ๆ คือ พิธีทางศาสนา ซึ่งก็คือการแข่งขันกีฬานั้นเอง

สมัยโรมัน ในปลายสมัยของ "โฮเมอร์" มีชนเผ่าหนึ่งมาตั้งรกราก อยู่แถบลุ่มน้ำ "ไทเบอร์" ทางด้านตะวันออกของกรีก พวกนี้ตอนหลังกลายเป็นพวก โรมันเป็นชาตินี้กรบ มีความกล้าหาญ อดทน และมีอิทธิพลยิ่งใหญ่ขึ้นมาพร้อม ๆ กับการเสื่อมลงของประเทศกรีก และในที่สุดกรีกก็ตกอยู่ใต้อำนาจของจักรวรรดิโรมัน การกีฬาของกรีกก็เสื่อมลงเป็นลำดับ ส่วนการพลศึกษาของโรมันเจริญขึ้น โดยมี วัตถุประสงค์ด้านพลศึกษาเพื่อให้พลเมืองมีร่างกายแข็งแรง สมบูรณ์ เพื่อเป็นทหาร ของชาติต่อไป

จากประวัติของการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกเกมส์เมื่อ 776 ปีก่อน คริสตกาล ชาวกรีกได้ทำการแข่งขันที่เชิงเขาโอลิมปัส โดยมีการแข่งขันที่ถือเป็น ทางการครั้งแรก 5 ชนิด คือ การวิ่ง การกระโดด มวยปล้ำ พุ่งแหลน และขว้าง

จักร (พรชัย สมจริง, 2532) ผู้แข่งขันคนหนึ่ง ๆ ต้องเล่นทั้ง 5 ประเภท ผู้ชนะ จะได้รับรางวัลคือมงกุฎที่ทำด้วยกิ่งไม้มะกอก ซึ่งขึ้นอยู่บนยอดเขาโอลิมปัส การแข่งขันดำเนินติดต่อกันมานับเป็นเวลาถึง 1,200 ปี จนในปีค.ศ. 193 จักรพรรดิ ซีโอคอซีอัส แห่งโรมันได้ทรงประกาศให้ยกเลิกการแข่งขันนั้นเสีย เป็นอันว่าโอลิมปิกเกมส์ยุคโบราณได้สิ้นสุดลง ต่อมาเป็นเวลาอีก 1,500 ปี โอลิมปิกเกมส์สมัยใหม่ จึงได้เกิดขึ้นโดยเปิดการแข่งขันครั้งแรก ณ กรุงเอเธนส์ ค.ศ. 1896 (พ.ศ. 2439) เพื่อเป็นอนุสรณ์แก่การกำเนิดเมื่อครั้งโบราณ การแข่งขันและวิธีการเล่น กรีฑาก็พัฒนาไปอย่างกว้างขวาง การแข่งขันทุกครั้งให้ถือกรีฑาเป็นหลักซึ่งจะขาด เสียมิได้ นอกจากนั้นในการแข่งขันก็พิจารณาว่าชาติที่สำคัญ ๆ ทุกมุมโลกไม่ว่าจะเป็น เอเชียเกมส์ ซีเกมส์ ฯลฯ ตามข้อบังคับของสหพันธ์กำหนดให้เจ้าภาพต้องจัดให้มีการ แข่งขันกรีฑาไว้ด้วยเสมอ

การจัดการแข่งขันกรีฑาจัดแข่งขันแบ่งออกเป็น 2 แผนกคือ
แผนกลุ่มและแผนกลาน

1. แผนกลุ่ม แบ่งระยะทางแข่งขันออกเป็น 3 ประเภท
 - 1.1 ประเภทวิ่งระยะสั้น มี 100, 200, 4X100, 4X400 เมตร วิ่งข้ามรั้ว 100, 110 และวิ่งข้ามรั้ว 400 เมตร
 - 1.2 ประเภทวิ่งระยะกลาง มี 400, 800, 1,500, 4X800, 4X1,600 เมตร
 - 1.3 ประเภทวิ่งระยะไกลและเดิน มีวิ่ง 3,000, 5,000, 10,000 เมตร วิ่งวิบาก 3,000 เมตร เดิน 5,000 เมตร 10, 20, และ 50 กม.
2. แผนกลาน แบ่งประเภทการแข่งขันเป็น 3 ประเภท
 - 2.1 ประเภทกระโดดเพื่อความไกล มีกระโดดไกล และเขย่งก้าวกระโดด
 - 2.2 ประเภทกระโดดเพื่อความสูง มีวิ่งกระโดดสูง และวิ่งกระโดดค้ำ

2.3 ประเภทกว้างป้าทั่วไป มีท่มน้ำหนัก ข้างจักร

พุงแหล่น และข้างค้อน

หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาค้นสูง พ.ศ. 2529 (กรมพลศึกษา, 2525) ตามประกาศของกรมพลศึกษาเป็นหลักสูตรที่ใช้สอนกันอยู่ในวิทยาลัยพลศึกษาในปัจจุบัน ซึ่งหลักสูตรดังกล่าวมีปรัชญาผลิตบุคลากรเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านสุขภาพ พละนามัย และความปลอดภัย โดยมีความมุ่งหมายของหลักสูตรดังนี้

1. เพื่อผลิตบุคลากรทางพลศึกษา สุขศึกษา นันทนาการ และการรักษาความปลอดภัย ให้เป็นผู้มีความรู้ ทักษะ เจตคติที่ถูกต้อง และสามารถนำไปประกอบอาชีพได้
2. เพื่อผลิตบุคลากรที่สามารถให้คำปรึกษา แนะนำ และส่งเสริมเกี่ยวกับการรักษาสุขภาพ การออกกำลังกาย การรักษาความปลอดภัย และการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
3. เพื่อผลิตบุคลากรให้เป็นผู้มีความกระตือรือร้นในการใฝ่หาความรู้ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีสุนนินสัยที่ส่งเสริมสุขภาพและบุคลิกภาพอยู่เป็นนิจ
4. เพื่อผลิตบุคลากรให้เป็นผู้มีคุณธรรม จริยธรรม ความมีน้ำใจ นักกีฬาและจรรยาบรรณในวิชาชีพ
5. เพื่อผลิตบุคลากรให้เป็นผู้มีความรู้ ความเข้าใจ ทักษะ และเจตคติที่เอื้ออำนวยต่อการพัฒนาท้องถิ่น และสอดคล้องกับการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ
6. เพื่อผลิตบุคลากรให้เป็นผู้ยึดมั่นในสถาบันชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และการปกครองระบบประชาธิปไตย

โครงสร้างของหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาค้นสูง (พลศึกษา) พ.ศ. 2529 เป็นหลักสูตร 2 ปี ผู้เรียนจะต้องเรียนรายวิชาต่าง ๆ ที่กำหนดไว้ในหลักสูตรไม่น้อยกว่า 80 หน่วยกิต โดยมีโครงสร้างของหลักสูตรดังนี้

1. หมวดวิชาพื้นฐานทั่วไป ไม่น้อยกว่า 18 หน่วยกิต

2. หมวดวิชาเฉพาะด้าน ไม่น้อยกว่า 60 หน่วยกิต
 3. หมวดวิชาเลือกเสรี ไม่น้อยกว่า 2 หน่วยกิต
 วิชากรีกา 1 (พล 107) และวิชากรีกา 2 (พล 113) เป็นวิชา
 ที่อยู่ในกลุ่มที่ 2 ซึ่งอยู่ในกลุ่มวิชาเอกพลศึกษาที่หลักสูตรกำหนดให้นักศึกษาต้องลงเรียน
 ประมวลการสอนรายวิชากรีกา 1

พล. 107 กรีกา 1

PE. 107 TRACK AND FIELD ATHLETICS

จุดประสงค์

1. เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับประวัติกรีกา
2. เพื่อให้มีทักษะพื้นฐานและสามารถนำไปสอนได้
3. เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับระเบียบและกติกาแข่งขัน
4. เพื่อให้มีเจตคติที่ดีต่อวิชากรีกาและสามารถนำไปใช้ในชีวิตร
ประจำวันได้

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาประวัติวิชากรีกา ทักษะเบื้องต้นและวิธีสอนวิชากรีกา อุปกรณ์
และการบำรุงรักษา การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย มารยาทและความปลอดภัย
ในการเล่นกติกากการแข่งขัน

หัวข้อเนื้อหาวิชา

1. ประวัติกรีกาสมัยต่าง ๆ
 - 1.1 สมัยโบราณ
 - 1.2 กรีกาในโอลิมปิคสมัยโบราณ
 - 1.3 กรีกาในโอลิมปิคสมัยปัจจุบัน
 - 1.4 กรีกาในซีเกมส์
 - 1.5 กรีกาในประเทศไทย
2. อุปกรณ์และการบำรุงรักษา
3. การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

4. มารยาทและความปลอดภัยในการเล่น
5. ทักษะพื้นฐานและวิธีสอนวิชากรีฑา
 - 5.1 การวิ่งระยะสั้น (Sprint)
 - 5.2 การวิ่งระยะกลาง (Middle Distance)
 - 5.3 การวิ่งระยะไกลและมาราธอน (Long Distance and Marathon)
 - 5.4 การวิ่งผลัด (Relay Racing)
 - 5.5 การวิ่งข้ามรั้ว (Hurdles)
 - 5.6 การวิ่งวิบาก (Steeple Chase)
 - 5.7 การเดินทน (Walking)
 - 5.8 การวิ่งกระโดดไกล (Long Jump)
 - 5.8.1 ทำกระตุกเข้า (Knee Cut)
 - 5.8.2 ทำกระตุกเหยียด (Sail Style)
 - 5.8.3 ทำเหวี่ยงตะโพก (Hip Swing)
 - 5.8.4 ทำก้าวขาในอากาศ (Hitch Kick or Running in the air)
 - 5.9 กระโดดสูง
 - 5.9.1 ทำกรรไกรเฉียง (Scissor)
 - 5.9.2 กรรไกรตรง (Eastern Roll)
 - 5.9.3 กลิ้งตัว (Western Roll)
 - 5.9.4 ทำชันม้า (Straddle Style)
 - 5.9.5 ทำชันทางหลัง (Fosbury Style or Back Style)
 - 5.10 ทุ่มน้ำหนัก (Shot Put)
 - 5.10.1 ทำเคลื่อนที่ด้านข้าง (Slide)
 - 5.10.2 ทำเตะเท้าด้านข้าง (Side Swing)

5.10.3 ท่าเตะเท้าด้านหลัง (O'Brien)

5.10.4 ท่าหมุนตัวทิ่ม (Reverse Style)

5.11 ขว้างจักร (Discus)

5.11.1 การขึ้นขว้างอยู่กับที่

5.11.2 การหมุนตัวขว้าง

5.12 พุ่งแหลน (Javelin Throw)

5.12.1 ท่าไขว้ขา (Cross Step Style)

5.12.2 เตะเท้าด้านหน้า (Touch Ward)

5.13 กระโดดค้ำ (Pole Vault)

5.14 เขย่งก้าวกระโดด (Tripple Jump)

5.15 ขว้างหมอน (Hammer Throw)

6. กติกาการแข่งขัน

แนวทางการจัดการเรียนการสอน

1. บรรยาย, ศึกษาค้นคว้า
2. อธิบาย, สาธิต, ฝึกปฏิบัติ
3. สื่อการสอน
4. กิจกรรม
5. วิทยาการ

การวัดและประเมินผล

1. ความสนใจและตั้งใจในการเรียน
2. งานที่กำหนดให้
3. ทดสอบภาคทฤษฎี
4. ทดสอบภาคปฏิบัติ

ประมวลรายวิชากรีฑา 2

พล 113 กรีฑา 2

PE 113 TRACK AND FIELD ATHLETICS 2

จุดประสงค์

1. เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ และสามารถสร้างสนามกรีฑาได้
2. เพื่อให้มีความสามารถในการตัดสินกรีฑา
3. เพื่อให้มีความรู้ ความสามารถในการดำเนินการจัดการแข่งขันกรีฑาได้
4. เพื่อให้มีความรู้ ความสามารถในการเป็นผู้ฝึกสอนกรีฑา
(วิชาพื้นฐาน กรีฑา 1)

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาวิธีการสร้าง และการคำนวณสนามกรีฑา กติกา และระเบียบการแข่งขัน การเป็นเจ้าของหน้าที่ และกรรมการผู้ตัดสินกรีฑา การจัดและดำเนินการแข่งขัน การเป็นผู้ฝึกสอน

หัวข้อเนื้อหาวิชา

1. การสร้างสนามกรีฑา ประเภทลู่วิ่ง
 - 1.1 การหาพื้นที่ของสนามเพื่อสร้างสนามกรีฑา
 - 1.2 การหาจุดศูนย์กลางสนามกรีฑา
 - 1.3 การจัดจุดเริ่มต้นของแต่ละประเภท
 - 1.4 การวัดตามเข็มนาฬิกา และทวนเข็มนาฬิกาในการสร้างสนามกรีฑา
 - 1.5 การหาระยะต่อต่าง ๆ และวัดเขตวิ่งผลัด
 - 1.6 วิธีการตีเส้นในการสร้างสนามกรีฑา
2. การสร้างสนามกรีฑา ประเภทลาน
 - 2.1 ทุ่มน้ำหนัก
 - 2.2 ขว้างจักร
 - 2.3 ขว้างขว้อน
 - 2.4 พุ่งแหลน
 - 2.5 กระโดดสูง

- 2.6 กระโดดคำ
- 2.7 กระโดดไกลและเขย่งก้าวกระโดด
3. กติกาและระเบียบการแข่งขัน
4. เจ้าหน้าที่และกรรมการผู้ตัดสินกรีฑา
5. การจัดและดำเนินการแข่งขันกรีฑา
 - 5.1 คณะกรรมการจัด และดำเนินการแข่งขันกรีฑา
 - 5.2 การกำหนดวัน เวลา สถานที่ และตารางการแข่งขัน
 - 5.3 พิธีการต่าง ๆ ในการจัดและดำเนินการแข่งขันกรีฑา
 - 5.4 การเตรียมอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการแข่งขัน
6. หลักการเป็นผู้ฝึกสอน

แนวทางการจัดการเรียนการสอน

1. การบรรยาย ศึกษาค้นคว้า
2. อธิบาย สาธิต ฝึกปฏิบัติ
3. สื่อการสอน
4. กิจกรรม
5. วิทยากร

พยุ่งศักดิ์ สนเทศ (2529) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของการเรียน

การสอนพลศึกษาว่าประกอบด้วย

1. หลักสูตร
 2. ผู้สอน
 3. ผู้เรียน
 4. กระบวนการเรียนการสอน
 5. การบริหารและบริการสนับสนุนที่เอื้อต่อการเรียนการสอน
- องค์ประกอบเหล่านี้ มีการเปลี่ยนแปลงตามสิ่งแวดล้อมและสภาพสังคมอยู่เสมอ แต่ก็ยังมีปัญหาพื้นฐานในองค์ประกอบเหล่านี้ ที่แม้ว่าสภาพสังคมและ

สิ่งแวดล้อมจะเปลี่ยนไปเช่นไร ปัญหาพื้นฐานเหล่านี้ก็ยังคงมีอยู่ คือ

1. ปัญหาการสอนให้บรรลุจุดหมายของหลักสูตร
2. ปัญหาการเรียนของผู้เรียน
3. ปัญหาการสอนของผู้สอน
4. ปัญหาด้านอุปกรณ์ สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวก
5. ปัญหาด้านการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร
6. ปัญหาด้านการใช้แหล่งค้นคว้า
7. ปัญหาด้านการประเมินผลการเรียน

วิธีสอนกริธา (ทวิชชัย เชาว์สุโข และปรีดา รอดโพธิ์ทอง, 2516)

ในปัจจุบันนี้ วิทยาการด้านการสอนต่าง ๆ ได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก เพื่อให้การสอนดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ ผู้สอนต้องเข้าใจกระบวนการเรียนซึ่งประกอบไปด้วย

- กฎแห่งความพร้อม - กฎแห่งการฝึก - กฎแห่งความเป็นผล
กฎเหล่านี้สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการสอนกริธา ดังนี้

1. สอนทีละอย่างเป็นขั้น ๆ ไป
2. ใช้วิธีสอนอย่างง่าย ๆ และให้ความกระจ่าง
3. สอนทักษะให้ก้าวหน้าและถูกต้อง
4. ปรับปรุงทีมให้มีมาตรฐานและขวัญดีขึ้น
5. กระทำบ่อย ๆ ให้เกิดความเข้าใจโดยอัตโนมัติ
6. ปรับปรุงวิธีสอนให้ดีขึ้นตลอดเวลา
7. วิเคราะห์ข้อดีข้อเสียและหาทางแก้ไขในเรื่องการสอนการฝึก
8. ใช้แบบฝึกทักษะเบื้องต้นที่ง่าย ๆ
9. ใช้ทักษะที่เป็นอยู่แล้ว เชื่อมโยงทักษะที่ยาก
10. ส่งเสริมทัศนคติการรับรู้ การสนองตอบที่ถูกต้องในการเรียน

แนวปฏิบัติในการสอนกรีทา

1. กรีทามีเทคนิคการเล่นมากมายเหมือนกับการศึกษา ผู้สอนต้องทำให้นักกีฬาเข้าใจความมุ่งหมายของกีฬาแต่ละประเภท โดยศึกษาจากปรัชญา กติกา โปรแกรม การตีความ การเสนอแนะ และการฝึกให้ละเอียด แล้วนำมาถ่ายทอดให้นักกีฬารู้และปฏิบัติ

2. การอธิบาย การใช้คำสั่ง ผู้สอนจะต้องทำให้เข้าใจง่ายและปฏิบัติตามได้โดยทันที

3. การเตรียมแบบฝึกเบื้องต้น ผู้สอนต้องเตรียมล่วงหน้า ศึกษาข้อดีหรือข้อเสียก่อนใช้

4. เน้นการสาธิตที่ถูกต้อง ผู้สอนควรทำให้ดูเพื่อสร้างศรัทธาถ้าทำไม่ได้จึงใช้ตัวแทน

5. ผู้สอนควรใช้รูปภาพของทักษะต่าง ๆ ให้มาก เพื่อให้ผู้เรียนได้เกิดภาพพจน์และสามารถวิเคราะห์รูปภาพนั้นได้อย่างถูกต้อง

6. สื่อที่เป็นภาพยนตร์ สไลด์ फिल्मสตริป อุปกรณ์โสตฯต่าง ๆ ต้องนำมาใช้ให้มาก ๆ เพราะจะช่วยให้ผู้เรียนได้เห็นท่าทางและเทคนิคต่าง ๆ

7. ผู้สอนต้องมีไบบันทึกลับนิสัยของผู้เรียนเกี่ยวกับความก้าวหน้า

8. ตู้ประกาศ กระดานดำ ก็เป็นอุปกรณ์การสอนที่สำคัญของผู้สอน

เดโช สวานานนท์ (2512) ได้ให้ความหมายการรับรู้ (Perception) ว่ามีหลายความหมายด้วยกัน ความหมายที่ใช้กันทั่วไปได้แก่ความหมายที่บ่งถึงเหตุการณ์ในบุคคลอันมีประสาทส่วนการรับรู้เป็นตัวการสำคัญก่อให้เกิดขึ้นและได้รับอิทธิพลจากปัจจัยหรือองค์ประกอบอื่น ๆ หนึ่งเนื่อง

คาร์เตอร์ วี (Carter V, 1973) ให้ความหมายของการรับรู้ (Perception) ว่า (1) ในความหมายที่แคบที่สุด หมายถึง การตระหนัก (Awareness) ถึงสิ่งภายนอกสภาวะการณภายนอก และความสัมพันธ์อื่น ๆ ซึ่งเป็นผลมาจากการได้รับการกระตุ้นทางประสาทสัมผัส (2) เป็นกระบวนการต่อเนื่องซึ่งเชื่อมโยงปัจจุบันกับความประทับใจในอดีต (3) ในความหมายที่กว้างกว่านั้นก็คือ



การตระหนักไม่ว่าในเรื่องใดหรือเกิดขึ้นอย่างไร

นอกจากนั้นการรับรู้สิ่งต่าง ๆ ยังขึ้นอยู่กับคุณลักษณะของผู้รับรู้ ซึ่งจะแตกต่างกันไปในแต่ละคน สุชา จันทน์เอม (2527) ได้กล่าวถึงอิทธิพลที่ทำให้บุคคลมีการรับรู้ต่างกันได้แก่ (1) ประสบการณ์ (Experience) ประสบการณ์เดิมของแต่ละบุคคลจะทำให้บุคคลรับรู้ภาพหรือเหตุการณ์ต่าง ๆ หรือรูปที่มีการรับรู้ได้เป็นสองแง่สองมุม (2) ความต้องการ ซึ่งขึ้นอยู่กับ ถ้าสภาวะทางร่างกายของบุคคลใดต้องการสิ่งใดมาก ก็จะได้รับรู้นั้นได้ดี (3) อิทธิพลทางสังคม (Social Factor) สภาพความเป็นอยู่ของวัฒนธรรมและสังคมก็ทำให้คนแต่ละกลุ่มรับรู้ในสิ่งต่าง ๆ แตกต่างกันไป

จากแนวคิดของนักจิตวิทยาต่าง ๆ การรับรู้จึงหมายถึง การตระหนักและตีความเกี่ยวกับสิ่งภายนอก สภาวะการณภายนอก และความสัมพันธ์เชื่อมโยงระหว่างสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดจากประสาทสัมผัส ซึ่งการตีความนี้จะขึ้นอยู่กับประสบการณ์ ความต้องการ และอิทธิพลทางสังคมของผู้รับรู้

ฉะนั้น การรับรู้ของผู้สอนและนักศึกษา คือการที่ผู้สอนและนักศึกษาระหนักและตีความเกี่ยวกับปัญหาการเรียนการสอนวิชากริธาจากประสบการณ์ และสภาพแวดล้อมทางสังคมของผู้รับรู้ ได้รับจากการเรียนการสอนวิชากริธาในวิทยาลัยพลศึกษา

งานวิจัยในประเทศ

สุนนมาลย์ สุเทพภักดี (2510) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การสำรวจอุปสรรคและปัญหาการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาในวิทยาลัยพลศึกษา" โดยใช้แบบสอบถามกับนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา ทั้ง ป.กศ.ต้น และ ป.กศ.สูง ผลการวิจัยพบว่า สถานที่เรียนพลศึกษา อุปกรณ์ต่าง ๆ เช่น แบดมินตัน ฟันดาบ การสอนว่ายน้ำมีไม่เพียงพอ กับจำนวนนักศึกษา และนักศึกษามีความคิดเห็นต่อผู้สอน คือ ผู้สอนเคร่งต่อระเบียบวินัยมากเกี่ยวกับการวัดผล ควรมีการทดสอบทุกครั้งเมื่อจบบทเรียน ไม่ควรสอบ

ข้อ เขียนเวลาที่สอนยังไม่จบหลักสูตร และปัญหาที่อาจารย์ผู้สอนพบ คือ นักศึกษามีความรู้ไม่เท่ากัน และสถานที่ไม่เพียงพอต่อการเรียนการสอน

เสมือน พิชิตกุล (2512) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การศึกษาปัญหาการจัดและบริหารด้านพลศึกษาในสถาบันฝึกหัดครู" โดยใช้แบบสอบถามกับอาจารย์พลศึกษาในสถาบันฝึกหัดครู 26 แห่ง จำนวน 62 คน ผลการวิจัยพบว่า อัตราส่วนของอาจารย์พลศึกษาต่อจำนวนนักเรียนฝึกหัดครูระดับ ป.ศ. ยังต่ำกว่าอัตราที่กระทรวงศึกษาธิการกำหนดไว้ อาจารย์พลศึกษาส่วนมากมีวุฒิต่ำกว่าปริญญาตรี อุปกรณ์การสอนรวมทั้งสถานที่ในการสอนยังมีจำนวนไม่เพียงพอกับจำนวนนักเรียน

สุภาภรณ์ สุขถาวร (2515) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัญหาการสอนวิชาพลานามัยในสถาบันฝึกหัดครู" โดยใช้แบบสอบถามกับอาจารย์ที่สอนวิชาพลานามัยในสถาบันฝึกหัดครู 25 แห่ง จำนวน 74 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. อาจารย์พลานามัยยังมีจำนวนไม่เพียงพอ และส่วนใหญ่มีวุฒิต่ำกว่าปริญญาตรี
2. ความมุ่งหมายทั่วไปของหลักสูตรไม่สอดคล้องกับเนื้อหาวิชา แต่ความมุ่งหมายเฉพาะของแต่ละวิชาเหมาะสมดีแล้ว
3. เนื้อหาของแต่ละวิชาในหลักสูตรไม่ได้สัดส่วนกับเวลาและจำนวนหน่วยกิต
4. หนังสือ และวารสารสำหรับให้นักศึกษาได้ศึกษาค้นคว้ามีไม่เพียงพอ
5. สถาบันฝึกหัดครูทุกแห่ง มีสถานที่กลางแจ้งสำหรับสอนกิจกรรมพลศึกษาเพียงพอแต่ยังขาดสถานที่สำหรับการสอนกิจกรรมพลศึกษาในร่ม
6. สถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และอาบน้ำของนักศึกษาในสถาบันฝึกหัดครูยังไม่มี
7. อุปกรณ์การสอนยังมีไม่เพียงพอ
8. การอบรมอาจารย์ประจำการ และการนิเทศการสอน ยังไม่มีการจัดให้แก่อาจารย์พลานามัยในสถาบันฝึกหัดครู

พัชรินทร์ ลาวิณยกุล (2521) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัญหาการสอนของ นิสิตฝึกสอนคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย" เพื่อศึกษาปัญหาการสอนของ นิสิตฝึกสอนวิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยใช้แบบสอบถาม กับอาจารย์นิเทศก์ จำนวน 11 คน อาจารย์พี่เลี้ยง 39 คน และนิสิตฝึกสอน 61 คน ผลการวิจัยพบว่า ปัญหาส่วนใหญ่ที่นิสิตฝึกสอนพบคือ การตั้งวัตถุประสงค์ในการ สอนเชิงพฤติกรรม การจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ การเลือกวิธีสอน ให้เหมาะสมกับกิจกรรมและสถาบันนักเรียน และประสบปัญหาเกี่ยวกับอุปกรณ์และ สถานที่ในการสอนไม่เพียงพอ และประสบปัญหาในการเก็บรักษาอุปกรณ์ ส่วนปัญหา ที่เกิดขึ้นกับอาจารย์นิเทศก์และอาจารย์พี่เลี้ยง คือ อาจารย์นิเทศก์ และอาจารย์ พี่เลี้ยงมีงานต้องรับผิดชอบมาก ทำให้ไม่มีเวลาในการให้คำแนะนำแก่นิสิตฝึกสอน อย่างเพียงพอ นอกจากนี้แล้วอาจารย์นิเทศก์และอาจารย์พี่เลี้ยงขาดการประสาน งานกันในเรื่องเกี่ยวกับการฝึกสอนของนิสิต

กาญจนา คงเจริญ (2522) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัญหาการใช้หลักสูตร ของวิทยาลัยพลศึกษา พุทธศักราช 2520" โดยส่งแบบสอบถามไปยังผู้บริหาร 48 คน และอาจารย์จำนวน 357 คน ผลการวิจัยพบว่า ในด้านความมุ่งหมายของ หลักสูตรทั้งผู้บริหารและอาจารย์เห็นว่า เป็นความมุ่งหมายที่เหมาะสมดีแล้ว วิทยาลัย พลศึกษาสามารถผลิตนักศึกษาให้เป็นไปตามหลักสูตรได้มาก สำหรับในด้านเนื้อหา วิชาทั้งผู้บริหารและอาจารย์เห็นว่า รายวิชาในหมวดต่าง ๆ ส่วนใหญ่มีความเหมาะสม ดี หมวดวิชาที่ควรได้รับการแก้ไขปรับปรุง คือ หมวดวิชาโท (นันทนาการ) ส่วนใน ภาคปฏิบัตินักศึกษาส่วนใหญ่เห็นว่าควรตัด วิชากอล์ฟ ซี่มา โบว์ลิ่งออกไป เพราะ เป็นวิชาที่ให้ประโยชน์แก่นักศึกษาน้อยมาก นอกจากนี้วิทยาลัยพลศึกษายังขาด งบประมาณในการจัดหาอุปกรณ์การสอน โสตทัศนอุปกรณ์ ตำราประกอบการเรียน การสอน และการดำเนินการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรและอาจารย์ผู้สอนประสบ ปัญหาการสร้างแบบทดสอบให้ได้มาตรฐาน

เอนก ช้างน้อย (2523) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัญหาการเรียนการ สอนวิชากระบี่กระบองในชั้นมัธยมศึกษา ในกรุงเทพมหานคร" โดยใช้แบบสอบถาม

กับครูผู้สอนวิชากระบี่กระบอง จำนวน 55 คน และนักเรียนที่เรียนวิชากระบี่กระบองมาแล้วในภาคต้น ปีการศึกษา 2523 จำนวน 350 คน ผลการวิจัยพบว่า ปัญหาที่ครูประสบมากได้แก่ วิธีปลูกฝังและเสริมแนวคิดในการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ความไม่เหมาะสมของสถานที่ การขาดความระมัดระวังของนักเรียนในการใช้และเก็บรักษาอุปกรณ์กระบี่กระบอง การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้ได้ผลทางออกกำลังกาย การมอบหมายให้นักเรียนฝึกซ้อมนอกเวลาในโรงเรียน เวลาที่ใช้ในการทดสอบ ความเชื่อมั่นในตนเอง และกลัวที่เผชิญกับภาวะต่าง ๆ อย่างมีหลักการและเหตุผล และในด้านประสบการณ์และทักษะการใช้อาวุธต่อสู้ป้องกันตัว ส่วนนักเรียนประสบปัญหามากทางด้านทักษะของครู สถานที่เรียนมีพื้นแข็ง การจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับการเรียนศิลปวัฒนธรรมไทย การสอนทักษะท่ารำ และด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะการเคลื่อนไหวอันเป็นธรรมชาติของวิชากระบี่กระบอง และจากการเปรียบเทียบปัญหาของครูและนักเรียนที่ได้ประสบปรากฏว่า ด้านทักษะของครู ความไกลของสถานที่ การใช้อาวุธจริงมาประกอบการเรียนการสอน การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้ได้ผลทางด้านการออกกำลังกาย การมอบหมายงานให้นักเรียนฝึกนอกเวลาเรียนในโรงเรียน การทดสอบความรู้รอบตัวเกี่ยวกับวิชากระบี่กระบอง ความเชื่อมั่นในตนเองและกลัวที่จะเผชิญภาวะต่าง ๆ อย่างมีหลักการและเหตุผล มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุวัตร สุทธิหล่อ (2525) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การบริหารงานวิชาการของวิทยาลัยพลศึกษา" โดยใช้แบบสอบถามกับผู้อำนวยการ ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ และหัวหน้าแผนกวิชาของวิทยาลัยพลศึกษาทั้ง 14 แห่ง จำนวน 98 คน ผลการวิจัยพบว่า

การบริหารงานวิชาการของวิทยาลัยพลศึกษา มีการปฏิบัติดังต่อไปนี้

1. ด้านกระบวนการบริหารงานวิชาการของวิทยาลัยพลศึกษา ผู้อำนวยการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ จัดให้มีการดำเนินงานวิชาการของวิทยาลัยให้สอดคล้องกับนโยบายทั่วไปเกี่ยวกับวิทยาลัยพลศึกษาที่กรมพลศึกษากำหนดไว้ ผู้ช่วย



ผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ศึกษาโครงสร้างระบบบริหารวิชาการของวิทยาลัยพลศึกษาที่กรมพลศึกษากำหนดไว้ หัวหน้าแผนกวิชาการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ควบคุมการเรียนการสอนให้เป็นไปตามหลักสูตร และการวัดผลที่วิทยาลัยและกระทรวงศึกษาธิการกำหนดไว้

2. ด้านการบริหารบุคลากรและการกำหนดอาจารย์ปฏิบัติงานวิชาการ ผู้อำนวยการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ สนับสนุนให้อาจารย์เข้ารับการอบรมทางด้านวิชาการและการกีฬา ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการและหัวหน้าแผนกวิชาการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ กำหนดตัวอาจารย์ให้รับผิดชอบงานทางวิชาการได้คำนึงถึงความรู้ความสามารถและความถนัด

3. ด้านหลักสูตรและเอกสารการใช้หลักสูตร ผู้อำนวยการและผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ จัดการเรียนการสอนให้เป็นไปตามความมุ่งหมายของหลักสูตรวิทยาลัยพลศึกษา ส่วนหัวหน้าแผนกวิชาการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ศึกษาความมุ่งหมายและเนื้อหาของหลักสูตรวิทยาลัยพลศึกษา

4. ด้านวิธีสอนและตารางสอน ผู้อำนวยการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ จัดตารางสอนโดยยึดหลักการและวิธีการของการจัดตารางสอน ส่วนผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ และหัวหน้าแผนกวิชาการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ จัดตารางสอนโดยมีข้อมูลต่าง ๆ อย่างเพียงพอ

5. ด้านการนิเทศการสอนและการนิเทศนักศึกษาฝึกสอน ผู้อำนวยการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ชี้แจงแนะนำให้อาจารย์ได้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของการฝึกสอน ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ กำหนดนโยบายและวัตถุประสงค์ของการฝึกสอนของวิทยาลัย หัวหน้าแผนกวิชาการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ เข้าใจในหลักการและวิธีการของการนิเทศ

6. ด้านวัสดุอุปกรณ์การเรียนการสอนและห้องสมุด ผู้อำนวยการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ กำหนดระเบียบการใช้วัสดุอุปกรณ์อาคารสถานที่และวัสดุครุภัณฑ์ ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ให้

คำแนะนำในการใช้วัสดุอุปกรณ์การเรียนการสอนแก่อาจารย์และนักศึกษา หัวหน้าแผนกวิชาที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ จัดสรรอาคารสถานที่และบริเวณต่าง ๆ ของวิทยาลัยให้ตอบสนองต่อความต้องการเพื่อบริการการเรียนการสอน

7. ด้านการวัดผลและประเมินผลการเรียนการสอน และการประเมินผลทางวิชาการ ผู้อำนวยการและผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ควบคุมให้อาจารย์ทำการวัดผลและประเมินผลการเรียนการสอนของวิทยาลัยให้เป็นไปตามระเบียบการวัดผลที่กรมพลศึกษากำหนดไว้ ส่วนหัวหน้าแผนกวิชาที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ วัดผลและประเมินผลแต่ละวิชาในภาคเรียนหนึ่ง ๆ โดยวิธีต่าง ๆ

8. ด้านการใช้ทรัพยากรและแหล่งวิชาในท้องถิ่น และการให้บริการทางด้านวิชาการแก่ชุมชน ผู้อำนวยการและผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ จัดให้วิทยาลัยได้มีบทบาทในการเป็นศูนย์กลางแหล่งวิชาการทางด้านพลศึกษาสำหรับชุมชน ส่วนหัวหน้าแผนกวิชาที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ มีบทบาทในการเผยแพร่ความรู้และทักษะกีฬาแก่เยาวชนและประชาชน

9. ด้านการวางแผนปรับปรุงงานวิชาการของวิทยาลัย ทั้งผู้อำนวยการ ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการและหัวหน้าแผนกวิชาที่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ได้แก่ จัดทำปฏิทินในการปฏิบัติงานด้านวิชาการของวิทยาลัยไม่เพียงพอ บุคลากรมีไม่เพียงพอ ขาดการประสานงานระหว่างอาจารย์ผู้สอนแต่ละวิชา เอกสารและคู่มือประกอบการใช้หลักสูตร ตลอดจนหนังสือตำราในห้องสมุดมีจำนวนไม่เพียงพอ ไม่มีข้อทดสอบที่เป็นมาตรฐาน ขาดนักวิชาการและการวางแผนที่ดีในการปรับปรุงงานวิชาการ

ปรีชา ไวยโกศา (2526) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความคิดเห็นของครูพลศึกษาและนักเรียนเกี่ยวกับปัญหาการเรียนการสอนวิชาตะกร้อในชั้นมัธยมศึกษา" ผลการวิจัยพบว่า ปัญหาการสอนวิชาตะกร้อที่ครูพลศึกษามีความคิดเห็นว่าประสบอยู่ในระดับมาก ได้แก่ เนื้อหาทักษะมีมากเกินไปและไม่สัมพันธ์กับเวลาเรียนทั้งหมด เนื้อหาทักษะเฉพาะตัวชั้นสูงยากเกินไป มีเวลาในการสอนแต่ละคาบน้อยเกินไป และจำนวนนักเรียนในชั้นเรียนที่เรียนวิชาตะกร้อมากเกินไป ความสามารถในการ

เรียนรู้ สมรรถภาพทางกายและเพศของนักเรียนต่างกัน ทำให้ยุ่งยากในการจัดกิจกรรม และไม่มีวัสดุทัศนูปกรณ์เกี่ยวกับวิชาตะกร้อมาประกอบการสอน มีสถานที่ที่ใช้เรียนเป็นสนามกลางแจ้ง เมื่อเวลาฝนตกมักเป็นอุปสรรคในการสอน นักเรียนไม่ช่วยกันระมัดระวังดูแลรักษาตะกร้อ และมีเวลาที่ใช้ในการทดสอบทักษะน้อยเกินไป ไม่มีแหล่งศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมในวิชาตะกร้อ ตลอดจนไม่ได้รับการนิเทศก์และไม่สามารถติดต่อหรือเชิญวิทยากรมาให้ความรู้แก่นักเรียนได้ รวมทั้งมีความยากลำบากในการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรให้แก่นักเรียน และจากการเปรียบเทียบความคิดเห็นระหว่างครูพลศึกษาส่วนกลางกับครูพลศึกษาส่วนภูมิภาคในแต่ละด้าน พบว่าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สำหรับปัญหาการเรียนวิชาตะกร้อที่นักเรียนมีความคิดเห็นว่าประสบอยู่ในระดับมาก ได้แก่ เวลาในการเรียนแต่ละคาบน้อยเกินไป สถานที่ที่ใช้เรียนเป็นสนามกลางแจ้งเมื่อฝนตกมักเป็นอุปสรรคในการเรียน ส่วนเสาและตาข่ายเซปักตะกร้อรวมทั้งบ่วงของตะกร้อลวดบ่วงยังมีไม่เพียงพอ และไม่มีการฝึกทักษะตะกร้อเพิ่มเติมนอกเวลาเรียน ตลอดจนครูไม่เคยพื่อนักเรียนไปชมการแข่งขันตะกร้อประเภทต่าง ๆ อีกด้วย และจากการเปรียบเทียบความคิดเห็นระหว่างนักเรียนหญิงกับนักเรียนชายในแต่ละด้าน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เพียงด้านเดียว คือ ด้านการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

แกมซัย ชัยเพชร (2526) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความคิดเห็นของผู้บริหาร อาจารย์ และนักศึกษาเกี่ยวกับปัญหาการจัดดำเนินการกิจกรรมนักศึกษาในวิทยาลัยพลศึกษา" ผลการวิจัยพบว่า ความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาด้านการบรรจุวัสดุประสงค์ ได้แก่ การส่งเสริมความมีระเบียบวินัยในตนเอง การปลูกฝังคุณธรรมแก่นักศึกษา การเสริมสร้างบุคลิกภาพในการเป็นครู การส่งเสริมให้นักศึกษามีความคิดริเริ่มในการทำงานและอื่น ๆ ปัญหาด้านการเงิน ได้แก่ งบประมาณค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมไม่เพียงพอ วิทยาลัยพลศึกษาไม่ได้รับเงินงบประมาณสนับสนุนจากรัฐเพื่อใช้จ่ายเกี่ยวกับกิจกรรมของนักศึกษา โดยเฉพาะและไม่มีการตรวจสอบและรายงานผลการใช้เงินกิจกรรมนักศึกษาให้อาจารย์และนักศึกษาทราบผลเป็นระยะ

ปัญหาด้านการจัดดำเนินการกิจกรรมนักศึกษา ได้แก่ วิทยาลัยพลศึกษาไม่สนับสนุนในการจัดตั้งองค์การสโมสรหรือสภาของนักศึกษาและขาดการแนะแนวและประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับกิจกรรมนักศึกษาก่อนอาจารย์และนักศึกษา ปัญหาด้านการประเมินผล ได้แก่ ไม่มีการประเมินผลการทำงานของอาจารย์ที่ปรึกษา และไม่มีการเก็บรวบรวมระเบียบข้อมูลต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการประเมินผลไว้เพื่อประโยชน์ในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

สรชัย ศุภสิทธิ์กุลชัย (2528) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความคิดเห็นของครูพลศึกษาและนักเรียนเกี่ยวกับปัญหาการเรียนการสอนวิชากรีฑาในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น" โดยใช้แบบสอบถามกับครูพลศึกษา จำนวน 137 คน และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 685 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. ปัญหาเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ในการเรียนการสอนวิชากรีฑา ครูพลศึกษาและนักเรียนมีความคิดเห็นว่ามีปัญหาอยู่ในระดับมาก คือ การส่งเสริมให้นักเรียนเป็นผู้เล่นกรีฑาที่ดี การส่งเสริมให้นักเรียนมีน้ำใจนักกีฬา การส่งเสริมให้นักเรียนมีความรับผิดชอบ ส่วนปัญหาเกี่ยวกับการส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะขั้นสูงของกรีฑาครูพลศึกษามีความคิดเห็นว่าอยู่ในระดับมากที่สุด แต่นักเรียนมีความคิดเห็นว่าอยู่ในระดับน้อย

2. ปัญหาเกี่ยวกับวิธีการดำเนินการและการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนวิชากรีฑา ครูพลศึกษาและนักเรียนมีความคิดเห็นว่ามีปัญหาอยู่ในระดับมาก คือ การประสบความสำเร็จในการฝึกทักษะกรีฑาของนักเรียนในแต่ละคาบเรียน การให้นักเรียนค้นคว้าวิชากรีฑาเพิ่มเติมจากตำราหรือเอกสารต่าง ๆ และจำนวนหรือปริมาณนักเรียนในแต่ละคาบเรียนมีมากเกินไป

3. ปัญหาเกี่ยวกับการเรียนการสอนเนื้อหาวิชากรีฑา 1 (พ. 203) ครูพลศึกษามีความคิดเห็นว่าปัญหาทั้งหมดอยู่ในระดับน้อย ส่วนปัญหาที่นักเรียนมีความคิดเห็นว่ามีปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด คือ การวิ่ง-การจรดเท้า การเตะเท้าหน้าและการทำสปริงเท้าตามในการกระโดดสูงแบบกรรไกรทางตรง การลงสู่พื้นของท่ากระโดดสูงแบบกรรไกรทางตรง และการลงสู่พื้นของท่ากระโดดสูงแบบกรรไกรทางเฉียง

4. ปัญหาเกี่ยวกับการเรียนการสอนเนื้อหาวิชากรีฑา 2 (พ. 204) ครูพลศึกษาและนักเรียนมีความคิดเห็นว่ามีปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด คือ การเคลื่อนที่

หมุนตัวเพื่อขว้างจักร และทิศทางและมุมของการขว้างจักร

5. ปัญหาเกี่ยวกับอุปกรณ์และสถานที่ในการเรียนการสอนวิชากรีฑา ครูพลศึกษาและนักเรียนมีความคิดเห็นว่ามีปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด คือ สถานที่อาบน้ำชำระล้างร่างกายหลังจากการเรียนการสอนวิชากรีฑา สำหรับปัญหาที่ครูพลศึกษาและนักเรียนมีความคิดเห็นว่าเป็นที่ประสพมาก คือ สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายเพื่อการเรียนการสอนวิชากรีฑา จำนวนรั้วกระโดดที่ใช้ในการเรียนการสอนวิ่งกระโดดข้ามรั้ว จำนวนจักรที่ใช้ในการเรียนการสอนขว้างจักร จำนวนเบาะลดแรงกระแทกในการเรียนการสอนกระโดดสูง และจำนวนที่ยืนเท้าสำหรับการเรียนการสอนทำตั้งต้นในการวิ่ง

6. ปัญหาเกี่ยวกับการวัดและการประเมินผลวิชากรีฑา ครูพลศึกษาและนักเรียนมีความคิดเห็นว่ามีปัญหามาก คือ ความเพียงพอของเวลาที่ใช้ในการทดสอบทักษะ ส่วนปัญหาเกี่ยวกับการวัดและการประเมินผลของครูในแต่ละคาบเรียน ครูพลศึกษามีความคิดเห็นว่ามีปัญหาอยู่ในระดับน้อยแต่นักเรียนมีความคิดเห็นว่ามีปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด

7. ปัญหาเกี่ยวกับกิจกรรมเสริมหลักสูตรวิชากรีฑา ครูพลศึกษาและนักเรียนมีความคิดเห็นว่ามีปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด คือ โอกาสที่ครูพลศึกษาจะจัดนิทรรศการหรือจัดฉายภาพยนตร์เกี่ยวกับกรีฑาเพื่อเป็นการส่งเสริมการเรียนการสอน ส่วนปัญหาที่ครูพลศึกษาและนักเรียนมีความคิดเห็นว่ามีปัญหาอยู่ในระดับมาก คือ โอกาสที่ครูพลศึกษาจะให้ความช่วยเหลือเพิ่มเติมในการฝึกทักษะกรีฑาแก่นักเรียนนอกเวลาเรียน โอกาสในการเข้าร่วมแข่งขันกรีฑาภายในและกรีฑาระหว่างโรงเรียน และโอกาสในการฝึกทักษะกรีฑานอกเวลาของนักเรียน

จากการเปรียบเทียบความคิดเห็นของครูพลศึกษาและนักเรียนเกี่ยวกับปัญหาการเรียนการสอนวิชากรีฑาในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 ในเรื่องปัญหาเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ในการเรียนการสอนวิชากรีฑา ปัญหาเกี่ยวกับการเรียนการสอนเนื้อหาวิชากรีฑา 2 (พ. 204) ปัญหาเกี่ยวกับอุปกรณ์และสถานที่ในการเรียนการสอนวิชากรีฑา และปัญหาเกี่ยวกับการวัดและ

การประเมินผลวิชากริธา

สุรัตน์ จินตสกุล (2528) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัญหาการใช้หลักสูตร ประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาระดับสูง (พลศึกษา) ฉบับ พ.ศ. 2525 ของวิทยาลัยพลศึกษา" ผลการวิจัยพบว่า

1. ลักษณะความมุ่งหมายของหลักสูตร เหมาะสมสอดคล้องกับแผนพัฒนา การศึกษาชาติในปัจจุบัน และวิทยาลัยพลศึกษาแต่ละแห่งสามารถผลิตนักศึกษาให้เป็นไปตามหลักสูตรได้มาก

2. เนื้อหาวิชาตามหลักสูตร รายวิชาในหมวดต่าง ๆ มีความสำคัญและเป็นประโยชน์ต่อนักศึกษามาก โดยเฉพาะหมวดวิชาครู ส่วนวิชาเลือกในหมวดต่าง ๆ บางวิชายังไม่เหมาะสม คือ สังคัตนิยม ซี่มา กอล์ฟ โบว์ลิ่ง ยิงธนู นาฏศิลป์สากล ดาบสากล และมวยปล้ำ เพราะเป็นวิชาที่มีประโยชน์ต่อนักศึกษาน้อย

3. การจัดการเรียนการสอนในวิทยาลัยพลศึกษามีปัญหาเกี่ยวกับการขาดแหล่งศึกษาด้านควา อุปกรณ์โสตทัศนศึกษาและสื่อการสอนมีไม่เพียงพอเพราะขาดงบประมาณในการจัดซื้อและจัดหา ทำให้การจัดการเรียนการสอนไม่ได้รับผลดีเท่าที่ควร

4. การจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร กิจกรรมส่วนใหญ่เป็นการเผยแพร่ความรู้ทางพลศึกษาและกีฬาแก่ชุมชน การจัดการแข่งขันกีฬากลางในเพื่อเสริมความรู้ทักษะ และประสบการณ์ทางวิชาชีพพลศึกษาก่อนนักศึกษา

5. อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ส่วนใหญ่มีปัญหาเกี่ยวกับการขาดเอกสารหนังสือคู่มือ และตำราที่ใช้ในการศึกษาด้านควา อุปกรณ์บางอย่างมีแต่ไม่ได้ใช้ให้เกิดประโยชน์เพราะขาดคุณภาพและมาตรฐานที่ดีพอ

6. การวัดและประเมินผล มีการสอบวัดผลย่อย สอบกลางภาคและปลายภาค ทั้งวิชาภาคทฤษฎีและปฏิบัติ แต่บางวิชาผู้สอนตั้งเกณฑ์ในการเรียนไว้สูงเกินไป ทำให้นักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติให้บรรลุได้

สมาลี ดิยศิวาพร (2529) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความคิดเห็นของ อาจารย์และนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษาเกี่ยวกับปัญหาการเรียนการสอน ระดับประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาระดับสูงในวิทยาลัยพลศึกษา" โดยใช้แบบสอบถามกับ

อาจารย์จำนวน 225 คน และนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษา จำนวน 870 คน ในวิทยาลัยพลศึกษา 17 แห่ง ผลการวิจัยพบว่า ปัญหาการเรียนการสอนอยู่ในระดับน้อย แต่พิจารณาตามรายข้อพบว่ามีปัญหามากในเรื่องนักศึกษาขาดการค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติม ขาดความกระตือรือร้นในการเรียน และขาดการอภิปรายซักถามนำดีมนำใช้ไม่เพียงพอ ขาดแคลนงบประมาณในการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรพลศึกษา และขาดการประเมินผลกิจกรรม ห้องสมุดมีหนังสือ วารสาร เอกสารทางพลศึกษา และหนังสือวิชาการทั่วไป น้อย นักศึกษาไม่เห็นความสำคัญและความจำเป็นในการใช้ห้องสมุด

งานวิจัยในต่างประเทศ

เจมและเวบบ์ (Jame and Webb, 1965) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ทำไมนักเรียนหญิงจึงไม่สนใจวิชาพลศึกษา" โดยใช้แบบสอบถามกับนักเรียน จำนวน 500 คน จากโรงเรียนที่มีความพร้อมด้านอุปกรณ์การสอนวิชาพลศึกษา ครูพลศึกษา ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนจะสนใจเรียนวิชาพลศึกษาน้อยเพียงใดนั้น ย่อมขึ้นอยู่กับโครงการสอนของครู การจัดบทเรียนที่เหมาะสมกับความต้องการและความสนใจของนักเรียน การเรียนการสอนวิชาพลศึกษาจึงจะได้ผลดี

ชาร์ลส์ (Charles, 1974) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "สถานภาพของการเรียนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในรัฐเซาท์ดาโกต้า" โดยมีจุดมุ่งหมายของการวิจัยเพื่อแสดงผลของสถานภาพของวิชาพลศึกษาที่เลือกเรียน โดยโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในรัฐเซาท์ดาโกต้าในปีการศึกษา 1973-1974 และใช้แบบสำรวจของลาพอร์ต (Laporte Score Card) ในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในรัฐเซาท์ดาโกต้า จำนวน 27 โรงเรียน ผลการวิจัยพบว่า

1. ร้อยละ 7 ของโรงเรียนที่สำรวจเท่านั้นที่ทำแผนการสอน และกำหนดจุดประสงค์ที่แน่นอนในการเรียนการสอน
2. ร้อยละ 37 ของโรงเรียนได้จัดกิจกรรมการแข่งขันกีฬาภายในทั้งชายและหญิงรวมทั้งจัดโปรแกรมนันทนาการได้ตามความต้องการ

3. ร้อยละ 60 ของโรงเรียนที่สำรวจไม่มีห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งกายของนักเรียนอย่างเพียงพอ
4. ร้อยละ 37 ของโรงเรียนทั้งหมดได้จัดโปรแกรมนันทนาการได้ตามความต้องการ
5. โรงเรียนเกือบทุกโรงเรียนได้จัดโปรแกรมการสอนว่ายน้ำในภาคฤดูร้อนที่สระว่ายน้ำในเขตชุมชน
6. ร้อยละ 25 ของโรงเรียนทั้งหมดเท่านั้นได้เตรียมโครงการสอนพลศึกษา
7. น้อยกว่าร้อยละ 10 ของครูพลศึกษาที่เป็นสมาชิกของสมาคมสุขศึกษาพลศึกษาและสันทนาการแห่งอเมริกา
8. นักเรียนในโรงเรียนเล็ก ๆ ไม่มีโอกาสเข้าร่วมในโปรแกรมพลศึกษาที่จัดขึ้นโดยส่วนรวมเนื่องจากขาดงบประมาณ

ปอร์เทลลา (Portella, 1975) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การประเมินผลโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนรัฐบาลระดับมัธยมศึกษาในรัฐเปอร์โตริโก" โดยใช้วิธีสังเกตการณ์และสัมภาษณ์ครูผู้สอนพลศึกษา จำนวน 12 โรงเรียน ผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนส่วนใหญ่ยังอยู่ในเกณฑ์ที่ไม่ดี การนำโปรแกรมพลศึกษาที่วางแผนโดยรัฐมาใช้เป็นโปรแกรมที่ไม่ตรงกับสภาพของความเป็นจริงกับสภาพของโรงเรียนนั้น ๆ จำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรมทางพลศึกษามีน้อย นักเรียนในแต่ละชั้นมีจำนวนไม่เพียงพอ ขาดอุปกรณ์และเครื่องอำนวยความสะดวก อีกทั้งโปรแกรมทางพลศึกษายังต้องได้รับการปรับปรุงในด้านต่าง ๆ อีกมากมาย เพื่อพัฒนาและตอบสนองความต้องการของผู้เรียนได้อย่างเต็มที่ในปัจจุบันและอนาคต

วิลด์ (Wilke, 1983) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "อนาคตของโครงการสอนพลศึกษาทั่วไปในระดับอุดมศึกษา โดยวิธีเคสไฟ" โดยใช้แบบสอบถามกับผู้บริหารโครงการสอนพลศึกษาทั่วไปของวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยในสหรัฐอเมริกา จำนวน 100 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. ควรจะมีวิชาเกี่ยวกับสมรรถภาพของระบบหายใจ โภชนาการ และ การควบคุมน้ำหนักของร่างกายให้มากขึ้น และควรมีภาคปฏิบัติด้วย
2. ผู้บริหารควรเข้าใจและเห็นคุณค่าของกิจกรรมพลศึกษา และต้อง ตอบสนองต่อความต้องการของนักศึกษาด้วย
3. ควรพิจารณาจัดโครงการพลศึกษาให้เป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญของกระบวนการ การศึกษา
4. ควรจัดให้เป็นวิชาที่นับหน่วยกิตการเรียนด้วย
5. ควรปลุกฝังให้ผู้เรียนมีนิสัยรักการออกกำลังกาย และเข้าร่วมกิจกรรม ทางพลศึกษาเพื่อสุขภาพมากกว่าเพื่อการแข่งขัน
6. บทบาทของโปรแกรมพลศึกษาจะเพิ่มมากขึ้นในอนาคต
7. วิธีสอนกิจกรรมพลศึกษาควรคำนึงถึงความจำเป็นและความต้องการ ของผู้เรียน
8. ควรมีการรวมวิชาที่เข้าซ้อนเข้าด้วยกัน

กรีฑาเป็นกิจกรรมที่สำคัญสำหรับการเรียนการสอนอันเป็นพื้นฐานของทักษะ กีฬาทุกประเภท การจะมีพื้นฐานที่ดีจำเป็นที่จะต้องได้รับการเรียนการฝึกที่ถูกต้องตาม หลักการเรียนรู้เพื่อพัฒนาให้เป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถในการกีฬาโดยเฉพาะ การ เรียนการสอนจำเป็นที่จะต้องมีการศึกษาถึงปัญหา ค้นหาสาเหตุเพื่อเป็นแนวทางในการ พัฒนาการเรียนการสอน อันจะนำไปสู่การพัฒนาประเทศชาติต่อไป