

บทที่ 1

บทนำ



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การศึกษาเป็นรากฐานของการพัฒนาคุณภาพประชากรให้มีคุณภาพ หากจัดการศึกษาได้ดี จะได้กำลังคนของชาติที่มีพฤติกรรม ผลผลิตและอุดมการณ์ที่ดีงาม การศึกษาจึงเป็นการสร้างคน เพื่อนำไปสู่การสร้างชาติที่มั่นคง ซึ่งคุณภาพของประชากรในประเทศเป็นตัวบ่งชี้ที่สำคัญอย่างยิ่งว่า ประเทศใดเจริญก้าวหน้ามากน้อยเพียงใด (จรววยพร ธรณินทร์, 2544) ปัจจุบันประเทศไทยได้รับผลกระทบจากปัญหาของสังคมโลกและการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของเทคโนโลยี ส่งผลให้การดำเนินชีวิตและสุขภาพของประชาชนยุ่งยากและซับซ้อนขึ้น การต่อสู้ดิ้นรนแข่งขันกัน ในทางสังคมและเศรษฐกิจทำให้ประชาชนเจ็บป่วยด้วยโรคที่เกิดจากปัจจัยทางสิ่งแวดล้อมและพฤติกรรม เช่น โรคเครียด และโรคที่เกิดจากการขาดการออกกำลังกายมากขึ้นกว่าในอดีต และมีแนวโน้มจะรุนแรงมากยิ่งขึ้นหากประชาชนในประเทศยังไม่ได้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง (กรมวิชาการ, 2545)

นอกจากปัญหาด้านการศึกษาแล้ว ปัญหาในด้าน คุณธรรม จริยธรรม ตลอดจน ศิลปวัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทยที่เกิดขึ้นในสังคมไทยปัจจุบัน ต่างก็เป็นประเด็นปัญหาซึ่ง ก่อให้เกิดวิกฤติอย่างรุนแรงไม่ยิ่งหย่อนไปกว่าปัญหาด้านการศึกษา (สำนักงานคณะกรรมการ การศึกษา แห่งชาติ, 2543; จรววยพร ธรณินทร์, 2544; อนุช อภาภิรม, 2544) ประเทศไทยจึงได้มี ความพยายามที่จะแก้ไขปัญหาของชาติด้วยการปฏิรูปการศึกษาและเริ่มมีแนวทางปรากฏขึ้นเป็น รูปธรรม เมื่อมีพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ซึ่งเป็นกฎหมายแม่บททางการศึกษา ฉบับแรก และได้ประกาศใช้อย่างเป็นทางการ โดยลงประกาศในราชกิจจานุเบกษา เล่ม 116 ตอนที่ 14 ก ในวันที่ 19 สิงหาคม พ.ศ. 2542 เหตุผลที่มีการประกาศใช้พระราชบัญญัติฉบับนี้เพราะใน มาตรา 50 ของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทยกำหนดให้รัฐต้องจัดให้มีกฎหมายเกี่ยวกับการ การศึกษาแห่งชาติ ปรับปรุงการศึกษาให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคม (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2545)

ต่อมากระทรวงศึกษาธิการจึงได้ประกาศใช้หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 เมื่อวันที่ 2 พฤศจิกายน พ.ศ. 2544 โดยมีเงื่อนไขว่า ปีการศึกษา 2546 เริ่มในชั้นประถมศึกษา ปีที่ 1 และ 4 ในปีการศึกษา 2547 เริ่มในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และ 4 และในปีการศึกษา 2548 ให้ ใช้หลักสูตรใหม่นี้ ทุกชั้นเรียน ดังนั้นหลักสูตรที่ยังคงใช้อยู่ด้วยก่อนถึงปีการศึกษา 2548 คือ

หลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533) หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533) หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลาย พุทธศักราช 2524 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533) ซึ่งจากการศึกษาพบว่า วิชาพลศึกษา มีความสำคัญมากเพราะมีการบรรจุไว้ในทุกหลักสูตร เนื่องจากพลศึกษามี ปรชญาว่า “ มุ่งให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยใช้กิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสื่อ และกิจกรรมเหล่านั้นได้รับการคัดกรองหรือเลือกสรรมาเป็นอย่างดีแล้ว ” (กรมวิชาการ, 2545; วรศักดิ์ เพียรชอบ, มปป.)

จากการวิเคราะห์แล้วจะพบว่า การจัดการศึกษาให้บรรลุผลตามความต้องการของ รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย ตรงความมุ่งหมาย และหลักการของพระราชบัญญัติการศึกษา แห่งชาติ พ.ศ. 2542 นั้นจะต้องมีองค์ประกอบที่สำคัญ คือ หลักสูตร ซึ่งหมายถึงแผน ที่ได้ออกแบบ จัดทำขึ้นเพื่อแสดงถึงจุดหมาย การจัดเนื้อหา กิจกรรม ประมวลความรู้และประสบการณ์ทั้งหลายที่ สอดคล้องกับเหตุการณ์ปัจจุบันเพื่อให้ผู้เรียนมีพัฒนาการทางด้านต่างๆตามจุดหมายที่ได้กำหนดไว้ และหลักสูตรประกอบด้วยแม่บท เอกสารและวัสดุอุปกรณ์ กิจกรรม การเรียนและการประเมินผล (วิชัย ดิสสระ, 2535; ธำรง บัวศรี, 2542)

หลักสูตรพลศึกษาที่เคยใช้มาในประเทศไทยมีตั้งแต่หลักสูตรการศึกษา พ.ศ. 2441 มี จุดหมายว่าเมื่อเรียนประโยคหนึ่งแล้วต้องเรียนพลศึกษา ซึ่งสมัยนั้นในระดับประถมศึกษาเรียกว่า “การหัดร่างกาย” หรือ “การฝึกหัดร่างกาย” ในระดับประถมศึกษาตอนปลาย ส่วนในระดับ มัธยมศึกษาตอนต้น เรียกวิชาพลศึกษาว่า “การฝึกซ้อมร่างกาย” ต่อมาในหลักสูตรประโยค ประถมศึกษาตอนต้น พ.ศ. 2503 และหลักสูตรประโยคประถมศึกษาตอนปลาย พ.ศ. 2503 เริ่มมี หมวดพลานามัย มีวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา เน้นให้นักเรียนมีสุขภาพสมบูรณ์ทั้งทางกายและทาง จิต ให้รู้จักเล่นและทำงานด้วยกันโดยราบรื่น รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์แก่ร่างกายและจิตใจ มีหน้าที่ต้องช่วยป้องกันอันตรายจากโรคภัยไข้เจ็บและอุบัติเหตุในชุมชน ส่วนในหลักสูตรประโยค มัธยมศึกษาตอนต้น พ.ศ. 2503 มีความมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมการเรียนพลานามัย และเพิ่มพูนทักษะ ในกิจกรรมพลานามัยให้กว้างขวางยิ่งขึ้น ส่งเสริมพัฒนาการทางกาย ทางจิต อารมณ์ และสังคม ปลุกนิสัยให้เป็นผู้กล้าและผู้ตามที่ดี มีน้ำใจเป็นนักกีฬา รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เพื่อเพิ่มพูน สมรรถภาพของตน รู้จักหน้าที่รับผิดชอบต่อสวัสดิภาพของชุมชนด้วยการร่วมมือ ช่วยเหลือและ ป้องกัน รู้จักประมาณในความสามารถของตน เพาะนิสัยให้รู้จักเล่นและพักผ่อน

เมื่อเปลี่ยนเป็นหลักสูตรประโยคมัธยมศึกษาตอนต้น พ.ศ. 2518 วิชาพลศึกษามีจุดประสงค์ ให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจ มีทักษะและเจตคติที่ดีทางด้านสุขศึกษา พลศึกษา นันทนาการ และ การกีฬา เพื่อให้เกิดพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม เกิดคุณลักษณะที่ดี มี คุณธรรมและพฤติกรรมที่สังคมยอมรับ เน้นความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา ความสามัคคีความยุติธรรม

รู้จักการแก้ปัญหา มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีระเบียบวินัย รู้จักรับผิดชอบในการป้องกันรักษา และเสริมสร้างสุขภาพ สมรรถภาพทางร่างกายให้สมบูรณ์ แข็งแรงกับสวัสดิภาพของตนเองและส่วนรวม เพื่อนำความรู้ ความเข้าใจ และประสบการณ์ไปใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ในหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พ.ศ. 2521 ความมุ่งหมายของการสอนวิชาพลศึกษาเน้นให้นักเรียนมีทักษะในการกีฬาและกิจกรรมพลศึกษาต่างๆ และสามารถนำทักษะไปใช้ให้เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวัน เป็นผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี ให้มีคุณลักษณะประจำตัว เช่น มีน้ำใจเป็นนักกีฬา ความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบ ความรักหมั่นุ่คณะ ความสามัคคี ฯลฯ

ความมุ่งหมายของการสอนวิชาพลศึกษาในหลักสูตรการศึกษา พุทธศักราช 2524 เน้นให้นักเรียนมีทักษะและมีนิสัยในการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายด้วยกิจกรรมพลศึกษา เพื่อความสนุกสนานและเพื่อสุขภาพ เน้นให้มีคุณธรรม เช่น การมีน้ำใจนักกีฬา ความสามัคคี ความมีระเบียบวินัย ความรับผิดชอบ ฯลฯ และสามารถนำคุณธรรมเหล่านี้ ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ เน้นให้เห็นคุณค่าของการเล่นกีฬาตามอุดมคติของการกีฬา เช่น กีฬาเพื่อสุขภาพ กีฬาเพื่อมิตรภาพ และกีฬาเพื่อความสนุกสนาน เพื่อเพิ่มพูนสมรรถภาพทางร่างกาย และสมรรถภาพทางจิต เน้นให้เห็นคุณค่าและมีนิสัยในการออกกำลังกายเป็นประจำด้วยความปลอดภัยทั้งตนเองและผู้อื่น รวมทั้งสามารถใช้วิจารณญาณในการเลือกและคัดแปลงกิจกรรมพลศึกษา เพื่อออกกำลังกายให้เหมาะสมกับสภาพและความสามารถของตนเพื่อเสริมสร้างและดำรงไว้เพื่อสุขภาพและบุคลิกภาพ (วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ, 2544) นอกจากนี้ในการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาโดยทั่วไป มีการสอน พลศึกษาอยู่ 5 ชั้น คือ 1) การอบอุ่นร่างกาย 2) การอธิบายและสาธิต 3) การฝึกหัดเพื่อให้มีทักษะ 4) การนำสิ่งที่เรียนแล้วไปใช้ และ 5) การสรุปและสรุปปฏิบัติ (จิรกรรม ศิริประเสริฐ, 2543)

กระทรวงศึกษาธิการ โดยกรมวิชาการ ได้ติดตามผลและดำเนินการวิจัยเพื่อการพัฒนาหลักสูตรตลอดมา ผลการศึกษาพบว่า หลักสูตรที่ใช้ในปัจจุบันนานกว่า 10 ปี มีข้อจำกัดอยู่หลายประการ และไม่สามารถส่งเสริมให้สังคมไทยก้าวไปสู่สังคมความรู้ได้ทันการณ์ในเรื่องที่สำคัญดังต่อไปนี้(กรมวิชาการ, 2544)

1. การกำหนดหลักสูตรจากส่วนกลาง ไม่สามารถสะท้อนสภาพความต้องการที่แท้จริงของสถานศึกษาและท้องถิ่น
2. การจัดหลักสูตรและการเรียนรู้อุดมคติศาสตร์ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ยังไม่สามารถผลักดันให้ประเทศไทยเป็นผู้นำด้านวิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ และเทคโนโลยีในภูมิภาค จึงจำเป็นต้องปรับปรุงกระบวนการเรียนการสอนให้คนไทยมีทักษะกระบวนการและเจตคติที่ดีทางคณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มีความคิดสร้างสรรค์

3. การนำหลักสูตรไปใช้ยังไม่สามารถสร้างพื้นฐานการคิด สร้างวิธีการเรียนรู้ให้คนไทยมีทักษะในการจัดการและทักษะในการดำเนินชีวิต สามารถเผชิญปัญหาสังคมและเศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4. การเรียนรู้ภาษาต่างประเทศยังไม่สามารถที่จะทำให้ผู้เรียนใช้ภาษาต่างประเทศ โดยเฉพาะภาษาอังกฤษในการติดต่อสื่อสาร และการค้นคว้าหาความรู้จากแหล่งการเรียนรู้ที่มีอยู่หลากหลายในยุคสารสนเทศ

ด้วยเหตุผลดังกล่าวจึงเป็นสาเหตุทำให้กระทรวงศึกษาธิการได้กำหนดให้เริ่มใช้หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 แทนหลักสูตรทุกฉบับที่กระทรวงศึกษาธิการได้มีคำสั่งให้ใช้ไว้ก่อนหน้านี้ (กรมวิชาการ, 2544) ส่งผลให้เกิดกระแสที่สร้างความตื่นตัว และความเคลื่อนไหวในการดำเนินงานทั้งต่อหน่วยงาน องค์กรและบุคคลที่เกี่ยวข้องอย่างกว้างขวาง และมีคำถามหลายอย่างเกี่ยวกับเรื่องที่ต้องจัดการกระบวนการเรียนการสอนอย่างไรจึงจะบรรลุผลตามจุดหมายของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน

การจัดการศึกษาให้บรรลุผลตามจุดหมายของหลักสูตรจึงต้องมีหลักการ ซึ่งหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 มีหลักการ คือ เพื่อความเป็นเอกภาพของชาติ มุ่งเน้นความเป็นไทยควบคู่กับความเป็นสากล เป็นการศึกษาเพื่อปวงชน ที่ประชาชนทุกคนจะได้รับการศึกษาอย่างเสมอภาค และเท่าเทียมกัน โดยสังคมมีส่วนร่วมในการจัดเป็นการศึกษา ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้พัฒนาและเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต โดยถือว่าผู้เรียนสำคัญที่สุด สามารถพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มตามศักยภาพ เป็นหลักสูตรที่มีโครงสร้างยืดหยุ่นทั้งด้านสาระ เวลาและการจัดการเรียนรู้ สามารถจัดการศึกษาได้ทุกรูปแบบ ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมาย สามารถเทียบโอนผลการเรียนรู้และประสบการณ์ได้

หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานจึงเป็นหลักสูตรแกนกลางของประเทศที่มีมาตรฐานการเรียนรู้เป็นข้อกำหนดคุณภาพของผู้เรียนทั้งด้านความรู้ ทักษะ/กระบวนการ คุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมและมีสาระการเรียนรู้ เป็นการกำหนดองค์ความรู้ที่เป็นเนื้อหาสาระครอบคลุมการศึกษาขั้นพื้นฐานทั้ง 12 ปี เพื่อใช้เป็นหลักในการกำกับ ดูแล ตรวจสอบ และประเมินผลในด้านคุณภาพการศึกษา มีการกำหนดมาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มวิชา และมาตรฐานการเรียนรู้ช่วงชั้น โดยให้ส่วนกลางกำหนดไว้ ส่วนมาตรฐานการเรียนรู้ รายปี/ รายภาค และมาตรฐานการเรียนรู้ตามแผนการจัดการเรียนรู้ ให้สถานศึกษากำหนดเอง เพื่อความเหมาะสมกับสภาพปัญหาในชุมชนและสังคม ภูมิปัญญาท้องถิ่น คุณลักษณะ อันพึงประสงค์ เพื่อเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ ตลอดจนมาตรฐานการเรียนรู้ที่เข้มข้นตามความสามารถ ความถนัด และความสนใจของผู้เรียน ให้สถานศึกษาพัฒนาเพิ่มเติมได้

โครงสร้างของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 มีการกำหนดเป็นระดับ
 ช่วงชั้น 4 ช่วงชั้น ตามระดับพัฒนาการของผู้เรียน และกำหนดสาระการเรียนรู้ ซึ่งประกอบด้วย
 องค์ความรู้ ทักษะหรือกระบวนการเรียนรู้ และคุณลักษณะหรือค่านิยม คุณธรรม จริยธรรมของ
 ผู้เรียนเป็น 8 กลุ่ม ดังนี้ คือ 1. ภาษาไทย 2. คณิตศาสตร์ 3. วิทยาศาสตร์ 4. สังคมศึกษา ศาสนา
 และวัฒนธรรม 5. สุขศึกษาและพลศึกษา 6. ศิลปะ 7. การงานอาชีพและเทคโนโลยี 8. ภาษา
 ต่างประเทศ

สาระการเรียนรู้ทั้ง 8 กลุ่มนี้ เป็นพื้นฐานสำคัญที่ทุกคนต้องเรียนรู้ โดยอาจจัดเป็น 2 กลุ่ม
 คือ กลุ่มแรก ประกอบด้วยภาษาไทย คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม
 เป็นสาระการเรียนรู้ที่สถานศึกษาต้องใช้เป็นหลักในการจัดการเรียนการสอน เพื่อสร้างพื้นฐาน
 การคิดและเป็นกลยุทธ์ในการแก้ปัญหาและวิกฤตของชาติ กลุ่มที่สอง ประกอบด้วยสุขศึกษาและ
 พลศึกษา ศิลปะ การงานอาชีพและเทคโนโลยี และภาษาต่างประเทศ เป็นสาระการเรียนรู้ที่
 เสริมสร้างความเป็นมนุษย์และสร้างศักยภาพในการคิดและการทำงานอย่างสร้างสรรค์ จาก
 หลักสูตรนี้จะเห็นได้ว่า วิชาสุขศึกษาและพลศึกษาเป็นกลุ่มวิชาหนึ่งของสาระการเรียนรู้ใน
 หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน (กรมวิชาการ, 2544)

สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นการศึกษาที่มีจุดหมายเพื่อสร้างเสริมสุขภาพและการพัฒนา
 คุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และชุมชนให้ยั่งยืน สุขศึกษามุ่งเน้นให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนา
 พฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพควบคู่ไปด้วย ส่วน
 พลศึกษามุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ทางพลศึกษาและกีฬาด้วยตนเองจริงๆ การ
 เข้าร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา และกิจกรรมเหล่านั้นที่ได้รับการคัดสรรมาเป็นอย่างดี
 แล้ว พฤติกรรมในการนำไปสู่การมีสุขภาพดีจึงจะเกิดขึ้น(กรมวิชาการ, 2545:7)ซึ่งตรงกับ วรศักดิ์
 เพ็ชรชอบ (2533) ที่กล่าวว่า จริงอยู่แม้ว่าสุขศึกษาและพลศึกษามีจุดหมายสูงสุดอย่างเดียวกัน แต่
 วิธีการไปสู่จุดหมายปลายทางของสอง วิชานี้มีความแตกต่างกัน โดยวิชาพลศึกษามีความหมายว่า
 เป็นการศึกษาแขนงหนึ่งที่แตกต่างจากการศึกษาอื่นตรงที่ วิธีการและสิ่งที่นำมาใช้ พลศึกษาเป็น
 การศึกษาที่ใช้กิจกรรมการออกกำลังกาย หรือการเล่นกีฬาเป็นสื่อกลางของการเรียนการสอน โดย
 ให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษาต่างๆ แต่ความมุ่งหมายและวัตถุประสงค์หลักมีเช่นเดียวกับ
 การศึกษาอื่นๆ คือ เป็นวิชาที่จะส่งเสริมให้ผู้เรียนได้มีพัฒนาการ ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ
 อารมณ์ สังคมและสติปัญญา

สรุป ตามหลักการของการเรียนการสอน และปรัชญาพลศึกษานั้น มุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้
 เรียนรู้และมีพัฒนาการด้วยการลงมือปฏิบัติจริงในกิจกรรมพลศึกษา และมีพัฒนาการครบ 5 ด้านทั้ง
 ทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและทักษะ พร้อมๆ กันด้วยการปฏิบัติจริง เช่นในขณะที่ผู้เรียนเล่น

กีฬาจะทำให้ 1) มีร่างกายแข็งแรง 2) ผู้เรียนจะมีการเรียนรู้ทักษะเพิ่มขึ้น 3) มีการเรียนรู้และเข้าใจ ในวิธีการเล่นเพิ่มขึ้น 4) เห็นความสำคัญและปฏิบัติตามระเบียบข้อบังคับทำให้ผู้เรียนมีระเบียบวินัย ในการเล่นกีฬาดีขึ้น ผู้เรียนจะมีความสุขสนุกสนาน ทำให้เกิดความสนใจ เห็นคุณค่าของการกีฬา แต่ กระบวนการเรียนการสอนพลศึกษาเท่าที่ผ่านมา นั้น มักจะไม่บรรลุตามที่กล่าวนี้เท่าที่ควร ทั้งนี้ อาจจะเป็นเพราะว่าไม่มีรูปแบบการเรียนการสอนพลศึกษาที่ดีและถูกต้องนั่นเอง

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความเห็นว่า การสอนพลศึกษาคตามหลักสูตรการศึกษา ขั้นพื้นฐาน ที่จะช่วยให้บรรลุวัตถุประสงค์การเรียนรู้อย่างแท้จริงนั้น ควรประกอบด้วย

1. ขั้นร่วมกันทำสัญญาการเรียนการสอน (Learning Contract) เพราะว่าช่วยให้มีการควบคุมกำกับตนเอง รับผิดชอบการเรียนรู้ของตนเอง ระหว่างผู้เรียนและผู้สอน ทำให้ผู้เรียนมีแรงจูงใจ ที่จะตั้งใจเรียนมากขึ้น
2. ขั้นเตรียมความพร้อมในการเรียนการสอน ด้วยกระบวนการมีส่วนร่วมในหน้าที่ที่รับผิดชอบ และการอบอุ่นร่างกายโดยอาศัย กระบวนการกลุ่ม (Participation / Group Process) เพราะว่าเมื่อผู้เรียนได้รับการมอบหมายให้ทำหน้าที่และมีความรับผิดชอบเรื่องใดๆแล้ว เช่น สำรองการมาเรียนหรือขาดเรียนของเพื่อนๆ หรือนำอบอุ่นร่างกายจะทำให้ผู้เรียนกล้าแสดงออกและเป็นการฝึกความเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี
3. ขั้นการเรียนรู้แบบบูรณาการและเน้นการสร้างความรู้ด้วยตนเอง (Integration / Construction) เพราะว่า เป็นไปตามความต้องการของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ที่กำหนดให้ผู้เรียนมีความรอบรู้ทุกด้าน โดยให้มีการจัดการเรียนการสอนแบบบูรณาการ
4. ขั้นฝึกหัดหรือขั้นการเรียนรู้กระบวนการ/ผลงานความรู้และทักษะ (Skill Learning and Skill Practice) เพราะว่า การได้สร้างความรู้เอง ทำให้ผู้เรียนตระหนัก และจดจำรายละเอียดต่างๆ ได้ดี เพราะต้องค้นคว้า ฝึกซ้อม ฯลฯ ผ่านกระบวนการต่างๆ ด้วยตนเอง
5. ขั้นนำไปประยุกต์ใช้เน้นให้มีประสบการณ์การเรียนรู้เพิ่มขึ้น (Application) เพราะว่าตรงกับแนวคิดที่ว่า เรียนรู้จากการกระทำ (Learning by Doing)
6. การทำสมาธิเพื่อให้จิตใจและร่างกายได้พักหายเหนื่อยเป็นการ ฝึกหัดการรู้จักควบคุมตนเอง (Cool Down / Meditation) เพราะว่าหลังจากร่างกายได้ออกกำลังในการเล่นหรือ การเรียนการสอนแล้ว ผู้เรียนจะเหน็ดเหนื่อยมาก การได้นั่งพักทั้งกายและพักจิต จะทำให้ผู้เรียนไปเรียนวิชาอื่นๆ ต่อไปได้อย่างไม่เหน็ดเหนื่อยมากนัก
7. สรุปและสุขปฏิบัติโดยผู้สอนและผู้เรียนร่วมมือช่วยกันสรุปพร้อมกัน (Conclusion)

จากเหตุผลดังกล่าวนี้ ผู้วิจัยจึงมีความต้องการ ที่จะสร้างรูปแบบการเรียนการสอนรูปแบบใหม่ เพื่อให้ครูผู้สอนได้นำไปเป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอนผลศึกษาต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนผลศึกษาตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544

ขอบเขตของการวิจัย

หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ได้แบ่งสาระการเรียนรู้ออกเป็น 8 กลุ่มวิชา ดังนี้ คือ 1. ภาษาไทย 2. คณิตศาสตร์ 3. วิทยาศาสตร์ 4. สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม 5. สุขศึกษาและพลศึกษา 6. ศิลปะ 7. การงานอาชีพและเทคโนโลยี 8. ภาษาต่างประเทศ และวิชา สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นหนึ่งใน 8 กลุ่มวิชานี้

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะทำการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนเฉพาะทางด้านผลศึกษาของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เพียงด้านเดียวเท่านั้น

สมมติฐานของการวิจัย

รูปแบบการเรียนการสอนผลศึกษาตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นมาี้ เป็นรูปแบบที่ทำให้มีประสิทธิภาพทางการเรียนผลศึกษามากกว่า รูปแบบการเรียนการสอนผลศึกษาตามปกติ

ข้อตกลงเบื้องต้น

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีความตั้งใจใ้การเรียนการสอนและการทดสอบต่างๆ รวมทั้งเข้าร่วมกระบวนการเรียนการสอนครบตามเวลาที่ทำการทดลองด้วยความเต็มใจ

นิยามที่ใช้ในการวิจัย

หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน หมายถึง หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ซึ่งเป็นหลักสูตรแกนกลางที่จัดต่อเนื่อง 12 ปี ตั้งแต่ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จนถึงมัธยมศึกษาปีที่ 6 โดยจัดแบ่งเป็น 4 ช่วงชั้น ๆ ละ 3 ปี ดังนี้

ช่วงชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 – 3 ช่วงชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6
 ช่วงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 3 ช่วงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6

รูปแบบการสอนหรือรูปแบบการเรียนการสอน หมายถึง แบบแผนของการสอนที่แสดงความสัมพันธ์และส่งเสริมซึ่งกันและกัน ระหว่างองค์ประกอบต่างๆ ในการสอน ได้แก่ หลักการ วัตถุประสงค์ เนื้อหา ขั้นตอนการสอน การประเมินผล รวมถึงกิจกรรมสนับสนุนอื่นๆ โดยที่ได้ผ่านขั้นตอนการดำเนินการสร้างอย่างเป็นระบบ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ ตามผลการเรียนรู้ที่คาดหวังอย่างมีประสิทธิภาพ

รูปแบบการเรียนการสอนพลศึกษาแบบปกติ หมายถึงการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาที่ใช้ 5 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนร่างกาย ขั้นตอนวิชาและสารคดี ขั้นฝึกหัด ขั้นนำไปใช้ และขั้นสรุป

รูปแบบการเรียนการสอนพลศึกษาตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 หมายถึง กระบวนการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ให้สามารถตอบสนองต่อมาตรฐานและผลการเรียนรู้ที่คาดหวังตามที่กำหนดไว้ในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 โดยใช้หลักการควบคุมกำกับตนเอง หลักการเรียนรู้แบบบูรณาการ หลักการสร้างความรู้ด้วยตนเอง หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม หลักการเรียนรู้กระบวนการกลุ่ม หลักการวัดและประเมินผลทางพลศึกษา โดยมีกระบวนการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาด้วย 7 ขั้นตอน คือ 1) ขั้นการทำสัญญาการเรียนการสอน 2) ขั้นเตรียมความพร้อมในการเรียนการสอนด้วยกระบวนการมีส่วนร่วมในหน้าที่ที่รับผิดชอบและการอบอุ่นร่างกาย 3) ขั้นการเรียนการสอนเน้นการสร้างความรู้ด้วยตนเอง 4) ขั้นฝึกหัดหรือขั้นการเรียนรู้กระบวนการ/ผลงานความรู้และทักษะ 5) ขั้นนำไปประยุกต์ใช้ 6) ขั้นสมาธิ และ 7) ขั้นสรุปและสุขปฏิบัติ

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษา หมายถึงคะแนนรวมซึ่งได้มาจากคะแนนจากแบบทดสอบความรู้ คะแนนจากผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ คะแนนจากผลงานบุคคลคะแนนผลงานกลุ่ม และคะแนนจากแบบวัดคุณธรรมและจริยธรรม

คะแนนผลงานบุคคล หมายถึง คะแนนที่ได้จากการประเมินผลงานและทักษะเฉพาะรายบุคคล

คะแนนจากผลงานกลุ่ม หมายถึงคะแนนที่ได้จากการประเมินผลงานและทักษะของผู้เรียนทุกคนในกลุ่มนั้นๆ

คะแนนจากสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ หมายถึง คะแนนรวมที่ได้จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ (Health – Related Physical Fitness) 5 อย่าง คือ ค่าดัชนีมวลกาย (Body Mass Index) การนั่งงอตัว (Sit and Reach Test) นอนยกตัว (Abdominal Curls) การดันพื้น (Push - Ups) เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (1 ไมล์) (One Mile Walk/Run)

คะแนนจากแบบวัดคุณธรรมและจริยธรรม หมายถึง คะแนนที่ได้จากแบบวัดคุณธรรม และจริยธรรมจำนวน 10 ข้อ รวมทั้งคะแนนที่ได้จากแบบสังเกตพฤติกรรมจำนวน 10 รายการ
คะแนนจากแบบทดสอบความรู้ หมายถึงคะแนนที่ได้จากแบบทดสอบความรู้จำนวน 20 ข้อ

สัญญาการเรียนการสอน หมายถึง การเรียนการสอนตามข้อตกลงที่ร่วมกันพิจารณาโดย ผู้สอนและผู้เรียน ทั้งในด้านกิจกรรมการเรียนการสอน การประเมินผล และ สื่อการเรียนรู้ เพื่อช่วยให้ผู้เรียนควบคุม กำกับตนเองและรับผิดชอบในการเรียนรู้ของตน

กลุ่มสาระการเรียนรู้ หมายถึงเนื้อหาและกระบวนการเรียนรู้ที่ทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ หรือมีคุณภาพตามมาตรฐานการเรียนรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

คุณธรรม หมายถึง คุณงามความดีที่สั่งสมอยู่ในจิตใจ โดยอาศัยประสบการณ์ การเรียนรู้ ซึ่งแสดงออกมาทางกาย วาจา ใจ เป็นลักษณะที่ดี และเป็นคุณประโยชน์ต่อตัวบุคคลที่ได้ประพฤติ ปฏิบัติและคิดในทางที่ถูกต้องดีงาม

จริยธรรม หมายถึง หลักความประพฤติที่อบรมกิริยาและปลูกฝังลักษณะนิสัยให้อยู่ในครรลองของคุณธรรมหรือศีลธรรม เป็นความควรในการปฏิบัติตนเพื่ออยู่ในสังคมได้อย่างสงบ เรียบร้อยถูกต้องและดีงาม

สมาธิ หมายถึง การเพ่งความสนใจแน่วแน่นมั่นคงในการตั้งใจเรียน ไม่ฟุ้งซ่านในขณะที่เรียน และเมื่ออบอุ่นร่างกาย หลังเลิกเล่นหรือเรียน ก็เพ่งความสนใจไปที่ลมหายใจเพื่อให้จิตใจและร่างกายได้พักหายเหนื่อย

การเรียนการสอนแบบบูรณาการ หมายถึง การจัดการเรียนการสอนแบบสอดแทรกเนื้อหา สาระการเรียนรู้อื่นๆ เข้าในการเรียนการสอนตน (Infusion Instruction) เป็นการวางแผนการจัดการ เรียนรู้และประเมินผลโดยครูผู้สอนคนเดียว

การสร้างความรู้ด้วยตนเอง หมายถึง แนวคิดของทฤษฎีการสร้างความรู้ด้วยตนเอง ซึ่ง ผู้เรียนสามารถสร้างสรรค์ความรู้ได้ โดยมีการจัดการศึกษาที่เอื้ออำนวยในบรรยากาศและ สิ่งแวดล้อมที่กระตุ้นให้ผู้เรียนคิดกระทำและสร้างสรรค์ด้วยตนเอง

การเรียนการสอนแบบร่วมมือ หมายถึง การจัดสภาพทางการเรียนให้แก่ผู้เรียนที่มีความรู้ ความสามารถแตกต่างกัน โดยแต่ละคนมีส่วนร่วมอย่างแท้จริงในการเรียนรู้ ความสำเร็จของแต่ละ บุคคล คือความสำเร็จของกลุ่ม

การเรียนรู้กระบวนการ หมายถึง การเรียนรู้ทักษะการคิด ทักษะการเคลื่อนไหว และทักษะ การทำงานร่วมกับผู้อื่น

การฝึกปฏิบัติทักษะ หมายถึง กระบวนการเรียนการสอนพลศึกษา ซึ่งใช้ทฤษฎี

การฝึกปฏิบัติทักษะ หมายถึง กระบวนการเรียนการสอนพลศึกษา ซึ่งใช้ทฤษฎี
กระบวนการทางสมองในการประมวลข้อมูล หรือทฤษฎีกระบวนการข่าวสาร

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้รู้รูปแบบการเรียนการสอนพลศึกษาตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544
2. ได้เอกสารหรือคู่มือการใช้รูปแบบการเรียนการสอนพลศึกษาตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544
3. ได้ตัวอย่างวิธีการออกแบบการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาให้สอดคล้องกับรูปแบบการเรียนการสอนพลศึกษาตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544