

การวิเคราะห์ปรัชญาพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนา

การศึกษาและการวิเคราะห์ปรัชญาพลศึกษา ว่าเป็นไปตามแนวพุทธศาสนาหรือไม่นั้นผู้วิจัยจะพยายามวิเคราะห์ตามหัวข้อ ต่อไปนี้

1. ความหมายของพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนา
2. ความมุ่งหมายของพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนา
3. หลักสูตรพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนา
4. การสอนพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนา

เพื่อให้การวิเคราะห์ปรัชญาพลศึกษา ว่ามีความน่าจะเป็นไปตามแนวพุทธศาสนานั้น จึงขอแสดงตารางเปรียบเทียบในแต่ละด้าน เพื่อชี้ให้เห็นถึงความน่าจะเป็น ดังต่อไปนี้

ความหมายของพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนา

ตารางที่ 2 ความหมายพลศึกษาและพุทธศาสนา

ความหมายพลศึกษา	ความหมายพุทธศาสนา
พลศึกษา คือ กระบวนการศึกษาที่มุ่งพัฒนาบุคคลทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา โดยใช้กิจกรรมพลศึกษาที่เลือกเฟ้นแล้วเป็นสื่อในการเรียนรู้ (วรศักดิ์ เพียรชอบ,2527:2)	พุทธศาสนาหมายถึง คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า หรือหมายถึง ความเชื่อถือ การประพฤติปฏิบัติและกิจการทั้งหมดของชุมชนผู้กล่าววาทนนับถือพระพุทธศาสนา (พระธรรมปิฎก,2538:194)

ก่อนอื่นต้องเข้าใจตรงกันว่า ความมุ่งหมายสูงสุดของมนุษย์ก็คือ การพัฒนาและการดำรงสภาวะการมีชีวิตอยู่ให้สมบูรณ์และมีความสุข ด้วยเหตุที่มนุษย์ปรารถนาความสุขนี้เอง กิจกรรมต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตจึงเป็นไปเพื่อให้บรรลุถึงความสุขที่ตนปรารถนา มนุษย์เราส่วนใหญ่มักเข้าใจว่าความสุขของมนุษย์ไม่ใช่สิ่งที่เกิดขึ้นภายนอกเสมอไป ตัวของมนุษย์เราก็คือบ่อเกิดแห่งความสุขเหล่านี้ การเข้าใจสภาพร่างกายของเราตามความเป็นจริงที่ปรากฏเป็นจุดเริ่มต้นที่จะนำมนุษย์ไปสู่ความสุข พลศึกษาเป็นวิชาที่ช่วยให้มนุษย์ได้เข้าใจตนเอง เข้าใจสภาพของร่าง

กาย ระบบการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ดังที่ บูเชอร์ (Bucher : 1975) กล่าวว่า ขณะที่มนุษย์มีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษา สิ่งที่เกิดขึ้นขณะนั้นก็คือ การเรียนรู้สภาพที่แท้จริงของมนุษย์ตามธรรมชาติอีกแบบหนึ่ง ประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมพลศึกษาช่วยเสริมสร้างธรรมชาติที่แท้จริงของมนุษย์ให้สมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ เป็นผู้มีความพร้อมที่จะปฏิบัติหน้าที่ในสังคมอย่างดีที่สุด จะเป็นผู้มีความสุข และเป็นผู้มีสภาวะที่สมบูรณ์แห่งการดำรงชีวิต และ จอห์น ล็อค (John Locke) ซึ่งเป็นนักปรัชญาสมัยใหม่ได้กล่าวถึงเรื่องนี้ว่า จิตใจที่ดีย่อมอยู่ในร่างกายที่สมบูรณ์ (sound mind in a sound body) เป็นข้อความที่สั้นแต่บรรจุความหมายอย่างชัดเจนถึงภาวะความสุขของมนุษย์ในโลกนี้ ผู้ที่ถึงพร้อมทั้งสองประการดังกล่าวย่อมไม่ปรารถนาสิ่งอื่นใดอีก ผู้ที่ต้องการแต่ความสมบูรณ์แต่เพียงทางร่างกายหรือทางจิตใจเพียงอย่างเดียว ย่อมดั้นรอนปรารถนาในสิ่งอื่น ๆ อีก ผู้ที่มีจิตใจไม่สมบูรณ์ย่อมขาดการปฏิบัติอย่างถูกต้อง และผู้ที่ขาดความสมบูรณ์ทางร่างกายย่อมไม่อาจเจริญก้าวหน้าได้(จอห์น ล็อค อ้างถึงใน อุดร รัตนศักดิ์, 2523:12) ข้อความของ ล็อค เป็นข้อความเชิงปรัชญาที่ชี้ให้เห็นว่าธรรมชาติที่สมบูรณ์ของมนุษย์ทั้งทางร่างกายและจิตใจคือสิ่งที่มีค่าสูงสุดของมนุษย์ เป็นความสุขที่แท้จริงที่มีคุณค่าของตัวเอง (intrinsic value) ทำให้มนุษย์ไม่ปรารถนาสิ่งอื่นใดอีก แต่ขณะเดียวกันการมีร่างกายที่แข็งแรงและจิตใจที่สมบูรณ์ก็จะเป็นวิถีทางที่สามารถนำความสุขอื่น ๆ มาให้มนุษย์อีกด้วย พลศึกษาเป็นกระบวนการที่ช่วยให้ร่างกายและจิตใจมีความสมบูรณ์ พลศึกษาจึงเป็นสิ่งที่มีความหมายในตัวและเป็นสิ่งที่มีค่านอกตัวเอง (extrinsic value) ที่นำไปสู่สิ่งอื่นต่อไป

จากแนวความคิดดังกล่าวนี้ สอดคล้องกับทางพระพุทธศาสนา กล่าวคือพระพุทธศาสนาพัฒนาคนให้เจริญ 4 ประการ ได้แก่ การพัฒนาทางกาย การพัฒนาทางความประพฤติ การพัฒนาทางจิต และการพัฒนาทางปัญญา(กรมการศาสนา 2525:22:79) นอกจากนี้พระราชวรมุณี ได้กล่าวว่า ความมุ่งหมายของการศึกษาก็เพื่อพัฒนาร่างกายและจิตใจให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างปกติสุข มีคุณธรรม มีศีลธรรม เพื่อรู้จักทำให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม และสามารถดำรงชีวิตร่วมกันในสังคมได้ดี และยังกล่าวเพิ่มเติมว่า “ระบบการพัฒนามนุษย์ประกอบด้วย 3 ด้านแห่งการดำเนินชีวิตของมนุษย์ คือ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ซึ่งมีความสัมพันธ์อาศัยกันและส่งผลต่อกัน เป็นปัจจัยแก่กันในการบวนการพัฒนา จึงต้องพัฒนาเต็มทั้งคน” (พระราชวรมุณี อ้างใน ดลพัฒน์ ยศธร, 2542:81)

ตามที่กล่าวมาแล้วจะเห็นว่าพลศึกษาและพุทธศาสนามีความสอดคล้องกัน ดังนั้น ความหมายของพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนาจึงต้องมีความสอดคล้องกันด้วย ทั้งนี้การกำหนด ความหมายของพลศึกษาจำเป็นต้องแสดงให้เห็นความคิดรวบยอด มองเห็นปัญหาว่าความมุ่ง หมายสูงสุดคืออะไร มีกระบวนการอย่างไร ความหมายของพลศึกษาที่ได้กล่าวแล้วในบทที่ 3 นั้น แสดงให้เห็นว่ามีความสอดคล้องกันกับพุทธศาสนาโดยนัย กล่าวคือเป็นกระบวนการพัฒนาบุคคล ให้เจริญงอกงามในทุกด้าน ด้วยเหตุนี้การกำหนดความหมายของพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนา ผู้ วิจัยจึงขอสรุปตามความดังนี้ "พลศึกษา คือกระบวนการศึกษาที่มุ่งพัฒนาบุคคลทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา โดยใช้กิจกรรมพลศึกษาที่เลือกเฟ้นแล้วเป็นสื่อในการเรียนรู้"

ความมุ่งหมายของพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนา

การกระทำต่าง ๆ ตามปกติต้องมีความมุ่งหมาย กล่าวคือ จุดที่มุ่งให้บรรลุผลตาม ความต้องการ ความมุ่งหมายจะเป็นเครื่องกำหนดแนวทางของการกระทำ ในฐานะที่มนุษย์มีเหตุ ผลและมีปัญญา การที่มนุษย์จะกระทำสิ่งใดจึงจำเป็นต้องรู้ความมุ่งหมายของการกระทำ รู้และ เข้าใจในเจตจำนงของชีวิต รู้ว่าอะไรคือสิ่งที่ดีและควรปฏิบัติ จากเหตุผลดังกล่าวสามารถกล่าว ได้ว่าความมุ่งหมายของพลศึกษาจะช่วยกำหนดแนวทางของหลักและการจัดโครงการต่าง ๆ ที่ เกี่ยวข้องกับวิชาพลศึกษา และช่วยให้นักพลศึกษา ผู้ฝึก ตลอดจนครูพลศึกษาได้ตัดสินใจอย่างมี เหตุผล ว่าอะไรคือสิ่งที่ผู้เรียนควรจะเรียนรู้ และอะไรคือสิ่งที่เกิดขึ้นแก่ผู้เรียน สามารถทำให้ผู้ ที่เกี่ยวข้องได้เข้าถึงเจตนารมณ์อันเป็นส่วนรวมของวิชาชีพพลศึกษา รู้ถึงจุดยืนของตนเอง ตลอดจน จินตทัศน์ที่และบทบาทที่เหมาะสม นอกจากนี้ ความมุ่งหมายของพลศึกษา ยังเป็นสื่อกลางที่จะ นำมาซึ่งความเข้าใจระหว่างกันและกัน ในกลุ่มของวิชาชีพทางพลศึกษา และก่อให้เกิดความเข้าใจ ในหลักการ วิธีการ ตลอดจนเป้าหมายต่าง ๆ ร่วมกัน อันจะเป็นแนวทางที่จะส่งเสริมให้กิจ การทางพลศึกษาก้าวหน้าและสืบต่อไปในอนาคตอย่างมีประสิทธิภาพ การศึกษาความมุ่งหมาย ของพลศึกษาที่เกี่ยวข้องกับพุทธศาสนานั้น จะช่วยขยายพรหมแดนแห่งความรู้ให้กว้างขวางยิ่งขึ้น ซึ่งจะช่วยกระตุ้นให้มีการแสวงหาและพัฒนารูปแบบของหลักสูตรและการสอนพลศึกษาตามแนว คิดนี้ต่อไป การวิเคราะห์ความมุ่งหมายพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนา มีดังต่อไปนี้

ตารางที่ 3 ความมุ่งหมายของพลศึกษาและพุทธศาสนา

ความมุ่งหมายพลศึกษา	ความมุ่งหมายพระพุทศาสนา
แบ่งตามความมุ่งหมาย 5 ด้าน	การพัฒนาคนให้เจริญ 4 ประการ
1. การพัฒนาทางด้านร่างกาย	1. การพัฒนากาย(กายภาวนา)
2. การพัฒนาทางด้านจิตใจ	2. การพัฒนาศีล(ศีลภาวนา)
3. การพัฒนาทางด้านอารมณ์	3. การพัฒนาจิตใจ(จิตภาวนา)
4. การพัฒนาทางด้านสังคม	4. การพัฒนาปัญญา(ปัญญาภาวนา)
5. การพัฒนาทางด้านสติปัญญา	

จากตารางที่ 3 จะเห็นว่าการเปรียบเทียบความมุ่งหมายของพลศึกษา 5 ด้าน เปรียบเทียบได้กับการพัฒนาคนให้เจริญ 4 ประการในทางพุทธศาสนา เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างจุดความหมายพลศึกษาและพุทธศาสนา ให้ชัดเจนยิ่งขึ้น จะขอแยกวิเคราะห์แต่ละประเด็น ดังนี้

1. การพัฒนาทางด้านร่างกาย

ตารางที่ 4 ความมุ่งหมายการพัฒนาทางด้านร่างกายของพลศึกษาและพุทธศาสนา

ความมุ่งหมายทางพลศึกษา	ความมุ่งหมายทางพุทธศาสนา
การพัฒนาทางด้านร่างกาย (Organic development) ประกอบด้วย 2 ส่วนใหญ่ ๆ คือ 1. ด้านอวัยวะของร่างกาย 1.1 มีร่างกายเจริญเติบโตสมวัย 1.2 มีกล้ามเนื้อแข็งแรง และอดทน 1.3 หัวใจและระบบไหลเวียนเลือดทำงานได้อย่างดี 1.4 อวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ 2. การพัฒนาทางด้านทักษะการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ได้แก่ ทักษะการเคลื่อนไหวด้วยการเคลื่อนไหวที่ ทักษะการเคลื่อนไหวอยู่กับที่ ทักษะการเล่น เกม ทักษะการเล่นกีฬา ทักษะการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ (Jay B. Nash, 1948; Charle A. Bucher, 1975: 55; Seidel and Resick, 1972: 41)	กายภาวนา (Physical development) แบ่งออกเป็น 2 ประการ คือ 1. ทำให้ร่างกายเจริญเติบโตแข็งแรง หรือมีสุขภาพกายที่ดี 2. การพัฒนาทางกายให้สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ หรือ การพัฒนาอินทรีย์ อันได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย ให้สัมพันธ์กับโลกภายนอกมี 2 ด้านด้วยกัน คือ 2.1 ฝึกฝนในแง่การใช้งาน คือทำให้อินทรีย์เหล่านี้มีความละเอียดคม มีความละเอียดอ่อน มีความไว มีความคล่อง มีความชัดเจน เป็นการฝึกในแง่การใช้งาน เรียกอีกอย่างว่า ฝึกทักษะ 2.2 ฝึกให้รู้จักเลือกรับเอาสิ่งที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์เข้ามาให้แก่ชีวิต ป้องกันไม่ให้นำเอาสิ่งที่ไม่ดีหรือเป็นโทษ (พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต), 2533: 7-9)

จากตารางที่ 4 สามารถสรุปได้ว่า ความมุ่งหมายของพลศึกษาในการพัฒนาทางด้านร่างกาย คือ ส่งเสริมให้บุคคลมีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง เจริญเติบโตสมวัย มีกล้ามเนื้อแข็งแรง อดทน หัวใจและระบบไหลเวียนเลือดทำงานได้อย่างดี อวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งการพัฒนาทางด้านร่างกายอีกประการหนึ่งคือ การพัฒนาทางด้านทักษะ กิจกรรมการเคลื่อนไหวทางพลศึกษา จะช่วยส่งเสริมการทำงานประสานกันระหว่างประสาทและกล้ามเนื้อ ช่วยให้เกิดการเรียนรู้ทางด้านกลไก หรือการทำงานประสานกันของร่างกาย ได้แก่

การเล่นกีฬา การวิ่ง การกระโดด การขว้าง การปา รวมถึงทักษะการทำงาน การยืน เดิน นั่ง นอน ทำให้พัฒนาการเคลื่อนไหวได้จังหวะกลมกลื่นสง่างาม และใช้แรงน้อย กิจกรรมเหล่านี้สามารถถ่ายโยงทักษะการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ไปสู่ทักษะการดำเนินชีวิตประจำวัน เป็นผลให้สามารถเคลื่อนไหวในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยความเชื่อมั่น ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพดี

ความมุ่งหมายของพลศึกษา มีความสอดคล้องกับความมุ่งหมายทางพุทธศาสนา กล่าวคือ พุทธศาสนากล่าวถึงพัฒนาอินทรีย์ อันได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย ซึ่งเป็นสิ่งที่ใช้สำหรับสัมพันธ์กับโลกภายนอก เป็นช่องทางที่เราสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางวัตถุ และทางธรรมชาติทั้งหมด การฝึกฝนพัฒนา อินทรีย์นั้นมีความหมายคลุมไปถึงการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างตัวเรา กับสภาพแวดล้อมทั้งหมด ทั้งทางธรรมชาติ และวัตถุต่าง ๆ เนื่องจากการใช้อินทรีย์ทั้งหลายนั่นเอง คนเราจึงสัมพันธ์กับธรรมชาติแวดล้อมหรือสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้ เราจะใช้อินทรีย์ต่าง ๆ ไปสัมพันธ์กับโลกภายนอกให้ได้ผลดี ก็ต้องมีการพัฒนาอินทรีย์ หรือพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างตัวเรากับธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมเหล่านั้น การฝึกฝนพัฒนาอินทรีย์หรืออินทรีย์ภาวนานั้นมี 2 แง่ด้วยกัน(พระเทพเวที (ประยูรค์ ปยุตโต), 2533:8) คือ

ก) ฝึกฝนในแง่การใช้งานหรือเรียกว่าการฝึกทักษะ คือ ทำให้อินทรีย์เหล่านี้มีความเฉียบคม มีความละเอียดอ่อน มีความไว มีความคล่อง มีความชัดเจน เหล่านี้เป็นการฝึกในแง่การใช้งาน ฝึกในแง่การทำให้อินทรีย์เลือกรับเอาสิ่งที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์เข้ามาให้แก่ชีวิต ป้องกันไม่ให้รับเอาสิ่งที่ไม่ดีหรือเป็นโทษ

ข) การรู้จักเลือกรับเอาสิ่งที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์ให้แก่ชีวิต เป็นเรื่องของความสัมพันธ์ระหว่างอินทรีย์กับสภาพแวดล้อม ถือเป็นปัจจัยหลักในการดำเนินชีวิต การนำอินทรีย์ไปสัมพันธ์กับโลก การให้ตาสัมผัสกับสิ่งทั้งหลาย โดยใช้ตาดูสิ่งต่าง ๆ มองเห็นสิ่งต่าง ๆ ซึ่งเรียกว่าเป็นประสบการณ์ หรือทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า อารมณ์ที่รับเข้ามา ในการรับเข้ามาซึ่งอารมณ์หรือประสบการณ์ต่าง ๆ นั้น สามารถรับทั้งในแง่ที่เป็นคุณและในแง่ที่เป็นโทษแก่ชีวิต หากรับไม่เป็นเพราะไม่เคยพัฒนาอินทรีย์เลย ก็อาจรับเข้ามาในลักษณะที่เป็นโทษแก่ชีวิต ที่เรียกว่าทำให้กุศลธรรมเจริญออกมา หากรับเป็นคือ รับเข้ามาในลักษณะที่ถูกต้องเป็นคุณประโยชน์แก่ชีวิต เรียกว่า ทำให้กุศลธรรมเจริญออกมา คือ รับแล้วได้คุณภาพชีวิต การพัฒนาความ

สัมพันธ์ของชีวิตทางด้านกายภาพกับสิ่งแวดล้อมมีมากมาย สิ่งที่สำคัญในยุคปัจจุบันคือ เทคโนโลยี ซึ่งเป็นเครื่องหมายแห่งความเจริญของยุคสมัยก็ว่าได้ เทคโนโลยีเป็นตัวแกนสำคัญที่ทำให้เกิดความเจริญมนุษย์ต้องการได้รับประโยชน์จากเทคโนโลยีเพื่อให้ตนเจริญมากขึ้น แต่ในการกระทำตามความต้องการนั้น มนุษย์อาจจะทำความเสื่อมให้กับตนเอง สารสำคัญของกายภาวนา คือ การพัฒนาอินทรีย์ ถ้าหากว่ามนุษย์ไม่ลืมหลักการนี้ และยังพัฒนาอินทรีย์อยู่ตามหลักการ มนุษย์ก็จะสามารถมีความเจริญด้วยกายอย่างถูกต้อง และก็จะช่วยเสริมให้การพัฒนาในด้านอื่น ๆ ได้ผลดีตามไปด้วย แต่ปัญหาเกิดขึ้นว่าเมื่อเทคโนโลยีเกิดขึ้นและเจริญมากขึ้น มาช่วยสนองความต้องการของมนุษย์ ช่วยให้มนุษย์มีความพร้อมที่จะพัฒนาศักยภาพของตนได้สะดวกขึ้น แต่ปรากฏว่ากลับทำให้มนุษย์ไม่ฝึกฝนอินทรีย์ และกลายเป็นละเลยการฝึกฝนอินทรีย์ไปเสีย โทษจึงเกิดจากตัวมนุษย์เอง

พระเทพเวทียังได้กล่าวเพิ่มเติมว่า ความจริงนั้นเทคโนโลยีเป็นเครื่องขยายวิสัยแห่งอินทรีย์ของมนุษย์ เนื่องจากอินทรีย์ของมนุษย์นั้นมีวิสัยจำกัด จึงทำให้มนุษย์สามารถใช้อินทรีย์อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ทำให้มนุษย์มีความสะดวกสบาย เมื่อมีความสะดวกสบาย ก็มักจะมีปัญหาอย่างหนึ่งเกิดขึ้นคือมักจะเพลิดเพลีน ละเลยไม่ฝึกฝนอินทรีย์ของตัวเอง จึงตกอยู่ในภาวะที่เรียกว่า มีความประมาท ทำให้มนุษย์ไม่ฝึกฝนอินทรีย์ของตนเอง ละเลยทอดทิ้งการภาวนา เมื่ออินทรีย์ไม่ได้รับการพัฒนา มนุษย์ก็มีปัญหากับตนเอง กล่าวคือ เมื่ออินทรีย์ไม่ได้รับการฝึกฝนพัฒนา ก็ไม่มีความไว ไม่มีความเฉียบคม ไม่มีความละเอียดละออ ต่อไปมนุษย์จะไม่สามารถอยู่ได้ด้วยตนเองโดยไม่มีเทคโนโลยี ชีวิตจะขึ้นกับเทคโนโลยีมากขึ้น เป็นทาสต่อเทคโนโลยีมากขึ้น ทำอะไรไม่ได้หากไม่มีเทคโนโลยี จะเห็นว่ายิ่งเทคโนโลยีพัฒนาเจริญก้าวหน้ามากเท่าไร การพัฒนาคนก็ยิ่งมีความจำเป็นมากขึ้นเท่านั้น

ที่กล่าวมาเป็นเรื่องของการพัฒนาอินทรีย์หรือพัฒนากาย ในส่วนที่เป็นสาระสำคัญซึ่งโดยสรุปก็คือ การทำกายให้เจริญเติบโตแข็งแรง หรือการมีสุขภาพที่ดี ประการที่สองคือการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างตัวเรา หรืออินทรีย์ของเรากับวัตถุ สิ่งบริโภคต่าง ๆ เริ่มตั้งแต่ปัจจัย 4 เป็นต้นไป ต้องมีการพัฒนาให้มีความสัมพันธ์อย่างถูกต้อง ซึ่งรวมเรียกว่าเป็นการพัฒนาทางด้านร่างกาย

ในทางพระพุทธศาสนา แม้โดยหลักการพุทธปรัชญาถือว่าจิตสำคัญกว่ากาย แต่ก็มีได้หมายความว่ากายไม่สำคัญ พุทธปรัชญาถือว่า กายสำคัญเช่นเดียวกัน เพราะจิตจะทำงานหรือรู้ อารมณ์ต่าง ๆ ไม่ได้ถ้าขาดกาย (โสภณ ศรีกฤษดาพร, 2526:ข)

ความสำคัญทางด้านร่างกายแม้ในคำสอนทางพุทธศาสนาจะกล่าวไว้สั้นๆ แต่ในชีวิตประจำวันพุทธศาสนิกชนมักได้ยินพระสงฆ์ให้พรซึ่งแสดงให้เห็นถึงความสำคัญของกายเสมอ เช่น “ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ” และพรที่รู้จักกันมาก ได้แก่ จตุรพิธพร หรือพร 4 ประการ คือ อายุ วรรณะ สุขะ พละ (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 25:18:29 ; 21:58:87) พรหมายถึง สิ่งปรารถนาที่บุคคลหนึ่งอำนวยความสะดวกด้วยความปรารถนาดีให้เกิดมีขึ้นแก่บุคคลอื่น

อายุ คือพลังที่หล่อเลี้ยงชีวิตให้สืบต่ออยู่ได้ยาวนาน

วรรณะ คือความงามเอิบอิมผ่องใสหน้าเจริญตาเจริญใจ

สุขะ คือความสุข

พละ คือกำลังแรงความเข้มแข็งที่ทำให้เข้มขจัดได้แม้แต่กำลังแห่งมาร ทำให้สามารถดำเนินชีวิตที่ดั่งงามปลอดโปร่งเป็นสุข บำเพ็ญกิจด้วยบริสุทธิ์และเต็มที่ไม่มียกเลสหรือความทุกข์ใดใดจะสามารถบีบคั้นครอบงำ (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 11:50:85 ; 19:700:198)

2. การพัฒนาทางด้านจิตใจ

ตารางที่ 5 ความมุ่งหมายการพัฒนาทางด้านจิตใจของพลศึกษาและพุทธศาสนา

ความมุ่งหมายทางพลศึกษา	ความมุ่งหมายทางพุทธศาสนา
การพัฒนาทางด้านจิตใจ (Mental development)	จิตภาวนา (Cultivation of the heart ; Emotional development)
<ol style="list-style-type: none"> 1. รู้จักคิดพิจารณาและอธิบายความรู้ได้ 2. รู้จักวิธีการเพื่อพัฒนาการเล่นให้ดียิ่งขึ้น 3. สามารถตัดสินใจและตีความในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ถูกต้อง 4. เข้าใจผลของการออกกำลังกายที่มีต่อการเจริญเติบโต 5. สามารถแก้ไขปัญหาในการเล่นกีฬาได้ (วรศักดิ์ เพียรชอบ, 2527) (Annarino, cited in Bucher, 1975: 52 Seidel and Resick, 1972: 41) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. การพัฒนาคุณภาพจิต 2. การพัฒนาสมรรถภาพจิต 3. การพัฒนาสุขภาพจิต (พระเทพเวที (ป.อ.ปยุตโต), 2541: 102-103)

จากตารางที่ 5 แสดงให้เห็นว่าความมุ่งหมายการพัฒนาทางด้านจิตใจของพลศึกษา มีความหมายเดียวกันกับการพัฒนาทางสติปัญญา กล่าวคือ พัฒนาความสามารถในการสะสมรวบรวมแก่นสารความรู้ สามารถใช้ความคิดพิจารณาไตร่ตรอง ตีความหมาย และอธิบายความรู้นั้น ๆ ได้ รวมทั้งเห็นคุณค่าของความรู้ อันได้แก่ กฎกติกา ความปลอดภัย และมารยาทในการเล่น รู้จักวิธีการพัฒนาการเล่นให้ดียิ่งขึ้น สามารถตีความในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ถูกต้อง มีความเข้าใจหลักการเคลื่อนไหว และสามารถแก้ไขปัญหาดังกล่าว ในการเล่นกีฬาได้ การอธิบายการพัฒนาทางด้านจิตใจในความหมายดังกล่าว เป็นการอธิบายในความหมายที่ว่า จิต คือ สิ่งที่มีหน้าที่รู้ คิด และนึก (พจนานุกรม ฉบับเฉลิมพระเกียรติ, 2530: 145)

ส่วนความมุ่งหมายการพัฒนาทางด้านจิตใจของพุทธศาสนา อธิบายแตกต่างจากพลศึกษา กล่าวคือ อธิบายความหมายของจิตไว้ว่า จิต หมายถึง ธรรมชาติที่รับรู้อารมณ์ หมายถึงตรงกับคำว่า วิญญาณ ในพระสูตรตันตปิฎก (สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ,

2526:88) ซึ่งในความหมายนี้น่าจะตรงตามวัตถุประสงค์มากกว่า ส่วนความหมายตามนัยของพลศึกษาจะยกไปกล่าวในหัวข้อการพัฒนาทางปัญญาต่อไป

ดังนั้นความมุ่งหมายการพัฒนาทางด้านจิตใจของพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนา จึงสามารถอธิบายได้ว่า การพัฒนาทางด้านจิตใจมีความสำคัญ คือเพื่อให้มีสุขภาพและคุณภาพจิตที่ดี มีความสุขสงบอยู่ภายในตน การพัฒนาทางจิตนี้เป็นเรื่องที่กว้างขวางมาก สามารถแบ่งออกเป็น 3 ด้าน(พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตโต), 2541:102-103) ได้แก่

ด้านที่ 1 การพัฒนาคุณภาพจิต ต้องเป็นจิตใจที่มีคุณภาพ เริ่มตั้งแต่มีคุณธรรมต่าง ๆ ที่จะสร้างเสริมให้จิตใจประณีตดีงาม เป็นจิตใจที่สูง ให้มีเมตตา ความรัก ความเป็นมิตร ความปรารถนาประโยชน์สุขแก่ผู้อื่น มีกรุณา ออยากช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นทุกข์ มีจาคะ มีน้ำใจเผื่อแผ่ โอบอ้อมอารี มีคารวะ ความเคารพ เห็นความสำคัญของผู้อื่น มีความอ่อนโยน กตัญญู ความรู้คุณค่าแห่งการกระทำของผู้อื่น เป็นต้น เหล่านี้เป็นเรื่องของคุณภาพจิต

ด้านที่ 2 การพัฒนาสมรรถภาพจิตหรือสมรรถภาพของจิตใจ หมายถึง ความสามารถของจิตใจ ซึ่งมีความเข้มแข็งที่จะนำไปใช้ในการทำงานได้ดี จิตเป็นสิ่งสำคัญในการปฏิบัติหน้าที่การงาน หากต้องการทำงานให้เก่ง จะต้องมึจิตที่มีสมรรถภาพเป็นพื้นฐานก่อน การใช้ปัญญาคิดค้นสิ่งต่าง ๆ ให้ได้ผล ตลอดจนการพัฒนาชีวิตให้ก้าวหน้าไปด้วยดี จิตต้องมีสมรรถภาพเช่นเดียวกัน สมรรถภาพของจิตนั้นเน้นที่ตัวสมาธิ คือ จิตจะต้องมีสมาธิจึงจะทำงานได้ผลดี นอกเหนือจากสมาธิแล้ว จะต้องมึสติ จะต้องมึวิริยะ คือความเพียรพยายาม ความกล้าสู้ เอาใจใส่ รับผิดชอบ ความเข้มแข็งของจิตใจ ความอดทน เป็นต้น เหล่านี้เป็นเรื่องของสมรรถภาพจิต

ด้านที่ 3 การพัฒนาสุขภาพจิต นอกจากมีคุณธรรม มีคุณภาพจิต และนอกจากมีสมรรถภาพจิตเข้มแข็งแล้ว ก็ต้องมีสุขภาพจิตด้วย คือ จิตใจนั้นมีความสุข เป็นจิตใจที่มีความเบิกบาน มีปีติ มีความอิ่มใจ มีปราโมทย์ มีความร่าเริงบันเทิงใจ ปลอดโปร่ง สงบ ผ่องใส แ่มชื่นใจ มีความผ่อนคลายไม่คับข้องขุ่นมัว ไม่หม่นหมองหดหู่เหี่ยวแห้งหรือโศกเศร้า เป็นต้น ลักษณะต่าง ๆ ของจิตใจที่มีความสุขนี้เป็นสิ่งสำคัญและเน้นในพระพุทธศาสนา เวลาพูดถึงการ

พัฒนาจิต มักจะนึกถึงเฉพาะด้านสมรรถภาพจิต ไม่ให้ความสำคัญของคุณภาพจิตเท่าที่ควร การขาดสุขภาพจิตเป็นปัญหาสำคัญของสังคมในยุคปัจจุบัน จึงจำเป็นต้องเน้นเรื่องสุขภาพจิตให้มากยิ่งขึ้น

เกี่ยวกับการพัฒนาทางจิตใจนั้น พระเทพวิสุทธิเมธี(ปัญญานันทภิกขุ)(ม.ป.ป.:4-5) กล่าวว่า จิตใจเกี่ยวข้องกับร่างกายมาก หากใจเป็นอย่างไรกายก็เป็นอย่างนั้น หากสุขภาพทางจิตเสื่อม สุขภาพทางกายก็พลอยเสื่อมโทรมไปด้วย

นอกจากนี้ภาวะจิตที่มีคุณภาพและมีสมรรถภาพดีที่สุด จิตที่เป็นสมาธิ หรือมีคุณภาพดีมีสมรรถภาพสูงนั้น มีลักษณะที่สำคัญ (พระธรรมปิฎก(ป.อ. ปยุตโต), 2541:830)ดังนี้

ก. แข็งแรง มีพลังมาก ท่านเปรียบไว้ว่าเหมือนกระแสน้ำที่ถูกควบคุมให้ไหลพุ่งไปในทิศทางเดียวย่อมมีกำลังแรงกว่าน้ำที่ถูกปล่อยให้ไหลพรวดกระจายออกไป

ข. ราบเรียบ สงบซึ่ง เหมือนสระหรือบึงน้ำใหญ่ ที่มีน้ำนิ่ง ไม่มีลมพัดต้องไม่มีสิ่งรบกวนให้กระเพื่อมไหว

ค. ใส กระจ่าง มองเห็นอะไร ๆ ได้ชัด เหมือนน้ำสงบนิ่ง ไม่เป็นริ้วคลื่น และฝุ่นละอองที่มีก็ตกตะกอนนอนก้นหมด

ง. นุ่มนวล ควรแก่งาน หรือเหมาะแก่การใช้งาน เพราะไม่เครียด ไม่กระด้าง ไม่วุ่น ไม่ซุนมัว ไม่สับสน ไม่เร่าร้อน ไม่กระวนกระวาย

3. การพัฒนาทางด้านอารมณ์

ตารางที่ 6 ความมุ่งหมายการพัฒนาทางอารมณ์ของพลศึกษาและพุทธศาสนา

ความมุ่งหมายทางพลศึกษา	ความหมายทางพุทธศาสนา
การพัฒนาทางอารมณ์ (Emotional development)	อารมณ์ (object) 6 เป็นสิ่งที่จิตยึดเหนี่ยว ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ(สิ่งที่ถูกต้องกาย) และธรรมารมณ์(สิ่งที่ใจนึกคิด)
1. การเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาเป็นการตอบสนอง ความต้องการพื้นฐานของร่างกาย	และธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตโต), 2538: 236-237)
2. ผ่อนคลายความตึงเครียด	
3. ควบคุมความรู้สึกในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้	
3. มีความสุขและพึงพอใจ	
4. มีความสามารถสร้างความสุขสนุกสนานได้	
(Annarinao, cited in Bucher, 1975: 52; Andrews, 1979: 194)	

จากตารางที่ 6 สามารถสรุปได้ว่า กิจกรรมทางด้านพลศึกษาหรือการเข้าร่วมในการเล่นกีฬาในลักษณะที่อยู่ภายใต้การควบคุม จะสามารถทำให้เกิดการพัฒนาทางอารมณ์ กล่าวคือเป็นการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของร่างกาย อันได้แก่ เป็นการผ่อนคลายความตึงเครียด รู้จักควบคุมความรู้สึกและอารมณ์ในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ รู้จักแสดงออกในทางสร้างสรรค์ และเป็นผู้ที่มีความสามารถสร้างความสุขสนุกสนานได้

ในทางจิตวิทยา อารมณ์คือ สภาวะของร่างกายที่ถูกยั่วยุจนเกิดความรู้สึกในทางบวกและลบ เช่น ความพอใจ ความรื่นเริง ความโกรธ ความหงุดหงิด ความเศร้าใจ เป็นต้น ขณะเดียวกันจะมีการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ การรับรู้ และสรีรวิทยา อารมณ์มาจากภาษาอังกฤษว่า "emotion" ในแง่ของศัพท์บัญญัติบางที่ใช้คำว่า "ความสะเทือนใจ" "อารมณ์สะเทือนใจ" หรือ "อาเวค" หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งอารมณ์ คือ สิ่งเร้าที่มากระทบกับคนเราทางตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ ทำให้เกิดอารมณ์หรือความสะเทือนใจได้ในรูปแบบที่แตกต่างกันไป(จำลอง ดิษยวณิช, 2543:92) อารมณ์เป็นพลังที่ทรงอำนาจอย่างหนึ่งของมนุษย์ อารมณ์เกี่ยวข้องกับความรัก ความผูกพัน ความเอื้ออาทรและความปรารถนาดี อารมณ์เป็นเสมือนน้ำทิพย์ของชีวิตที่ทำให้ทุก

สิ่งทุกอย่างสวยงามสดงดงามและน่าอภิรมย์ ความสนุกสนาน ความเพลิดเพลิน ความพอใจ ความยินดี หรือความตลกขบขันล้วนแต่เป็นลักษณะอย่างหนึ่งของอารมณ์ที่ทำให้

ชีวิตมีคุณค่าและความหมาย ในทางตรงกันข้ามอารมณ์อาจเป็นสาเหตุของความรุนแรง ความก้าวร้าว อาชญากรรม สงคราม ความขัดแย้งเรื่องเชื้อชาติหรือศาสนา รวมทั้งความขัดแย้งอื่น ๆ ทุกชนิดระหว่างมนุษย์ด้วยกัน

ปัจจุบันนักวิจัยในเรื่องนี้ได้จำแนกอารมณ์หลักออกเป็น 8 กลุ่ม ดังนี้

1. ความโกรธ (anger)
2. ความเสียใจ (sadness)
3. ความกลัว (fear)
4. ความพอใจ (enjoyment)
5. ความรัก (love)
6. ความประหลาดใจ (surprise)
7. ความรังเกียจ (disgust)
8. ความละอายใจ (shame)

ในทางพุทธศาสนา อารมณ์ หมายถึง เครื่องยึดเหนี่ยวของจิต สิ่งที่จิตยึดเหนี่ยว สิ่งที่ถูกรู้ หรือถูกรับรู้ ได้แก่ อายตนะภายนอก 6 คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์(พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), 2538:411) หรือกล่าวอีกนัยหนึ่ง อารมณ์เป็นที่เชื่อมต่อไปให้เกิดความรู้ เป็นแดนต่อความรู้ เป็นสื่อในการปรุงแต่งให้กับจิต หากกล่าวให้ชัดเจนเข้าใจง่ายคือเป็นอาหารของจิตนั่นเอง อารมณ์ทำให้จิตเกิดความรู้สึกโกรธ เสียใจ กลัว พอใจ รัก ประหลาดใจ รังเกียจ ละอายใจ อารมณ์นั้นเกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ ส่วนจิตจะคอยควบคุมและรู้เท่าทันอารมณ์ เพราะฉะนั้นการพัฒนาจึงต้องพัฒนาที่จิตตั้งได้กล่าวไว้แล้วข้างต้น ในทางพุทธศาสนาจึงไม่มีการพัฒนาอารมณ์

4. การพัฒนาทางด้านสังคม

ตารางที่ 7 ความมุ่งหมายการพัฒนาทางสังคมของพลศึกษาและพุทธศาสนา

ความมุ่งหมายทางพลศึกษา	ความมุ่งหมายทางพุทธศาสนา
การพัฒนาทางสังคม (Social development)	ศีลภาวนา (Moral development) เป็นการ พัฒนาคนให้มีระเบียบในการดำเนินชีวิต และ อยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม
1. มีความจริงใจ	
2. มีความซื่อสัตย์	
3. เจรจาด้วยความยุติธรรม	- ศิลเป็นสภาพหรือคุณสมบัติของ ตัวบุคคล เป็นเรื่องของการที่ บุคคลมีระเบียบ
4. มีน้ำใจของการให้และการรับ	
5. มีความจงรักภักดี	
6. มีความถ่อมตน	- วินัยเป็นการจัดระเบียบในการอยู่ ร่วมกับผู้อื่น
7. มีความเอื้อเฟื้อ โอบอ้อมอารี	ศีลกับวินัยจึงเป็นของคู่กัน
8. ยอมรับความคิดเห็นของกลุ่ม	(พระเทพเวที(ประยูรย์ ปยุตโต), 2533: 11)
9. รู้จักบังคับใจตนเอง	
10. มีวินัยในตนเอง	
11. มีความสุภาพ	
12. มีความกล้าหาญ	
(วิลเลียมส์ แปลโดย วรศักดิ์ เพียรชอบ, 2540: 503)	

จากตารางที่ 7 จะเห็นว่าการเรียนพลศึกษามีผลต่อการสร้างคุณลักษณะทางสังคมที่มีคุณค่าและมีประโยชน์ช่วยให้สามารถมีชีวิตร่วมกันอย่างปกติสุข คุณลักษณะดังกล่าวประกอบด้วย ความจริงใจ ความซื่อสัตย์ ความยุติธรรม รู้จักการให้และการรับ ความจงรักภักดี ความถ่อมตน ความเอื้อเฟื้อโอบอ้อมอารี การยอมรับความคิดเห็นของกลุ่ม รู้จักบังคับใจตนเอง มีวินัยในตนเอง มีความสุภาพ และมีความกล้าหาญ

ในทางพุทธศาสนานั้นการจะสร้างคนให้มีคุณลักษณะทางสังคมที่ดีนั้นต้องพัฒนาในเรื่องของศีลก่อน ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่า การพัฒนาศีล เป็นการพัฒนาคนให้มีระเบียบในการดำเนินชีวิต และในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม เรียกอีกอย่างว่าการพัฒนาทางสังคม

ศิลปะการพัฒนาศิล คีลนั้นใกล้เคียงกับวินัย ในแง่หนึ่ง ศิลปะเป็นสภาพหรือคุณสมบัติของตัวบุคคล วินัยเป็นกิจกรรมที่เป็นไปในสังคมศิลปะเป็นเรื่องของการที่บุคคลนั้นมีระเบียบ หรือประพฤติตนอยู่ในระเบียบเรียกว่า ศิลปะ ส่วนวินัยนั้นเป็นการจัดระเบียบในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ตลอดจนการจัดระบบสังคมทั้งหมด ศิลปะกับวินัย จึงเป็นของคู่กัน คือ วินัยทำให้เกิดศิลปะถ้ารักษาวินัยก็ถือว่าเป็นผู้มีศิลปะ ทางพระตามปกติจะเรียกคนว่าเป็นผู้มีศิลปะ ไม่ใช่คำว่ามีวินัย แต่ในภาษาไทยนิยมใช้คำว่า มีวินัย ที่จริง สองคำนี้เป็นคู่กัน วินัยนั้นเนื่องอยู่กับสังคมโดยทั่วไป วินัยจะเป็นบัญญัติ คือ กำหนดวางขึ้นมาเพื่อเป็นแบบแผนสำหรับการประพฤติที่ติงามของบุคคล และเพื่อการอยู่ร่วมกันด้วยดีในสังคมซึ่งเป็นเรื่องสมมุติ เช่นการที่จะขับรถ ชิดซ้าย ชิดขวา เป็นต้น คือจัดอย่างไรก็ตามให้สังคมมีระเบียบได้ ก็เรียกว่าเป็นวินัย สรุปว่า วินัยนั้นเป็นการจัดสร้างกฎเกณฑ์ขึ้นมา ให้คนมีระเบียบในการดำเนินชีวิตและอยู่ร่วมกันให้ดี วินัยเป็นบัญญัติของมนุษย์ เป็นการจัดตั้งสมมุติ ได้แก่การจัดระเบียบความเป็นอยู่และการจัดระบบสังคม ซึ่งแยกเป็นความหมาย 3 อย่างคือ

1. การจัดระเบียบระบบ ก็เรียกว่าวินัย
2. ตัวระเบียบระบบ หรือตัวกฎเกณฑ์ ก็เรียกว่าวินัย
3. การฝึกคนให้ตั้งอยู่ในระบบระเบียบ 2 ก็เรียกว่าวินัย

เมื่อคนปฏิบัติตามวินัย จนเกิดเป็นคุณสมบัติของเขาขึ้นมา คุณสมบัตินี้เกิดขึ้นในตัวบุคคลนั้นเรียกว่า ศิลปะ คำว่าวินัยมักจะเข้าใจในความหมายเชิงลบ คือไปเข้าใจเป็นเครื่องบังคับ คนที่ยังไม่ได้พัฒนา

ความหมายที่ต้องการของวินัยเป็นความหมายเชิงบวกก็คือ วินัยเป็นการจัดสรรโอกาส ทำให้ชีวิตและสังคมมีระบบระเบียบ และมีโอกาสเกิดขึ้น ทำให้ทำอะไร ๆ ได้คล่องดำเนินชีวิตได้สะดวก ดำเนินกิจการได้สะดวก ถ้าชีวิตและสังคมไม่มีระเบียบ ไม่เป็นระบบ ก็จะมีสูญเสียโอกาส ในการที่จะดำเนินชีวิตและทำกิจการของสังคมให้เป็นไปด้วยดีตลอดจนทำให้การพัฒนาได้ผลดี

วินัยนั้นเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์และความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติด้วย เรื่องนี้เป็นไปตามหลักการที่แยกเป็นธรรมฝ่ายหนึ่งกับวินัยฝ่ายหนึ่งตามหลักการนี้มนุษย์เราดำเนินชีวิตอยู่ในโลกโดยมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์ที่แยกง่าย ๆ เป็นสองส่วนคือ

1. ความสัมพันธ์กับมนุษย์ด้วยกัน
2. ความสัมพันธ์กับความจริงของกฎธรรมชาติ

ในด้านหนึ่ง ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์เราก็ต้องรักษาให้ดี แต่พร้อมกันนั้นอีกด้านหนึ่ง ความสัมพันธ์ก็ต้องกับโลกของธรรมชาติ เราก็ละเลยไม่ได้ เพราะถึงอย่างไร ทั้งชีวิตเราและคนอื่นทุกคน รวมทั้งสังคมทั้งหมด ก็ต้องอยู่ภายใต้กฎธรรมชาติทั้งนั้น เราจะต้องมีความสัมพันธ์ทั้งสองด้านนี้ให้ถูกต้อง เพื่อให้ชีวิตที่ดำรงดำเนินไปด้วยดีบุคคลก็มีความสุข และสังคมก็อยู่เรียบร้อย

ถ้าเอาเฉพาะความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ด้วยกัน ละเลยหลักการแห่งเหตุและผลตามความจริงของกฎธรรมชาติ ความอยู่ดีนั้นก็ไม่มีมั่นคง สังคมก็จะปั่นป่วนภายหลัง หรือจะเอาแต่ความจริงของกฎธรรมชาติอย่างเดียว ละเลยความสัมพันธ์ที่ดำรงและความเกื้อกูลมีน้ำใจต่อกันระหว่างมนุษย์โลกก็แห้งแล้ง แล้วก็ทำให้อยู่กันไม่เป็นสุขเท่าที่ควรอีกเพราะฉะนั้นจะต้องคำนึงทั้ง 2 ด้าน คือมนุษย์จะต้องรักษาทั้งความสัมพันธ์กับกฎธรรมชาติไว้ ด้วยเหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงประทานหลักเกณฑ์ที่ทำให้เกิดดุลยภาพ ซึ่งเมื่อเราปฏิบัติตามก็จะเกิดระบบองค์ความที่สมบูรณ์ขึ้น เป็นดุลยภาพระหว่างความสัมพันธ์ในหมู่มนุษย์เองกับระบบของความสัมพันธ์กับธรรมชาตินั่นเอง ความสัมพันธ์นี้ โดยสรุปก็คือ

เราจะต้องรักษาความสัมพันธ์ที่ดำรงระหว่างมนุษย์ด้วยกันเองคือตัวเรากับมนุษย์คนอื่น ว่าเราจะต้องมีความเกื้อกูลช่วยเหลือมีน้ำใจต่อกัน ในสถานการณ์ 3 อย่าง คือ

1. ในยามที่เขาอยู่เป็นปกติสุข เราก็มีไมตรีจิตมิตรภาพ มีความปรารถนาดี เรียกว่า เมตตา
2. ในยามที่เขาตกต่ำลงเดือดร้อนเป็นทุกข์ประสบปัญหาเราก็เห็นใจพลอยห่วงใยด้วย ปรารถนาจะช่วยเหลือปลดเปลื้องให้เขาพ้นจากความทุกข์ เรียกว่า กรุณา
3. ในยามเขาขึ้นสูงประสบความสำเร็จได้ดีมีสุข เราก็มีความยินดีด้วยพลอยส่งเสริมสนับสนุนเรียกว่า มุทิตา

การพัฒนาทางด้านสังคมของพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนานั้น กิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดขึ้นจำเป็นต้องสร้างวินัยให้เกิดขึ้นก่อน เพราะวินัยทำให้เกิดศีล เมื่อคนมีศีลความมีระเบียบในการดำเนินชีวิตก็ตามมา ดังนั้นคุณลักษณะทางสังคมที่มีคุณค่าจึงเกิดขึ้น ประโยชน์ขั้นต่อไปคือช่วยให้

สามารถมีชีวิตอยู่ในสังคมอย่างปกติสุข ดังโอวาทครั้งสุดท้ายของท่านพุทธทาสภิกขุก่อนมรณภาพ ท่านได้กล่าวว่า “ศีลธรรมของยุวชน คือ สันติภาพของโลก” (พุทธทาสภิกขุ, รายการโทรทัศน์ ชุด “เนชั่นนิวส์ทอล์ค”)

การพัฒนาทางสังคม กล่าวอีกนัยหนึ่งคือการพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ หรือการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม นั้นเอง พระราชวรมุนีกล่าวว่า ข้อสังเกตประการหนึ่งในเรื่องหลัก จริยธรรมต่าง ๆ ที่เรียกกันมากมาย จัดเรียงเป็นข้อจัดลำดับเป็นหมวดหมู่นั้น เป็นเพียงช่องทาง สำหรับผู้ที่มีการศึกษา หรือมีจริยศึกษาที่ถูกต้องแล้วนำไปดำเนินชีวิตที่ดั่งงามหรือชีวิตที่มีประโยชน์ มากขึ้น กล่าวคือมิใช่ตัวจริงของจริยศึกษา จริยศึกษาที่แท้จริงนั้นอยู่ในตัวเองของการศึกษา หรือ การศึกษาที่ถูกต้องนั้นคือเป็นจริยศึกษาในตัวเองและเป็นพุทธิศึกษาด้วย ส่วนจริยศึกษาที่เรียนกัน เป็นข้อ ๆ ที่เราเรียกว่าจริยธรรมนั้น เป็นความรู้ชั้นรองหรือความรู้ประกอบ เป็นอุปกรณ์สำหรับผู้มี การศึกษาจะได้นำไปใช้ การสอนเพียงจริยธรรมเป็นข้อ ๆ โดยไม่เข้าถึงตัวภายในของการศึกษา ก็ เป็นได้แต่เพียงความรู้ข้อมูลอย่างเดียวนั้น เพราะฉะนั้น ในแง่ของพระพุทธานุศาสน์ จึงถือว่า พุทธิศึกษาและจริยศึกษาคืออันเดียวกัน เป็นตัวการศึกษาที่แท้จริง(พระราชวรมุนี, 2525:84-85)

พลศึกษาเป็นการศึกษาแขนงหนึ่งที่นอกจากพัฒนาทางด้านร่างกายแล้ว ยังพัฒนาทาง ด้านพุทธิศึกษาและจริยศึกษาไปพร้อม ๆ กันด้วย แต่การถ่ายทอดความรู้ทางพลศึกษาจะแตกต่าง จากสาขาอื่นตรงที่ ผู้เรียนฝึกปฏิบัติด้วยตัวเอง ความรู้ คุณค่า และคุณลักษณะที่พึงประสงค์จะเกิด ขึ้นกับผู้ปฏิบัติเหล่านั้น กล่าวคือ ให้ผู้เรียนได้เข้าถึงเนื้อแท้ของการศึกษาด้วยตนเอง

พระราชวรมุนียังกล่าวเพิ่มเติมว่า พลศึกษาในความหมายทางพระพุทธานุศาสน์ พลจะ แปลว่า กำลัง ความเข้มแข็ง หรือแข็งแรง ในแง่ของการศึกษาที่แท้เราจะกำหนดได้ชัดว่า เรา ต้องการพลังกำลังในทางร่างกายก็เพื่อให้มาอำนวยความสะดวกในการดำเนินชีวิตที่ดีของมนุษย์ หรือ ในการแก้ปัญหาของมนุษย์ ดังนั้น ถ้าจะให้มีความหมายสมบูรณ์ในทางการศึกษา พลจะต้องกิน ความถึงกำลังความเข้มแข็งในทางจิตใจด้วย ความเข้มแข็งในทางจิตเจ้านั้น แสดงออกมาในทางที่รู้ ความหมายคุณค่า มีแรงจูงใจต่าง ๆ อย่างถูกต้องแล้ว และนำพลังร่างกายนั้นไปใช้ในวิถีทางนั้น เท่านั้น ฉะนั้น พลศึกษาจะมีความหมายแค่การฝึกความแข็งแรงทางร่างกายเท่านั้นไม่ได้ จะต้อง หมายถึงการฝึกความเข้มแข็งทางจิตใจด้วย เมื่อหัดกีฬาจะสอนกันมาให้รู้จักแพ้รู้จักชนะ ให้รู้จักมี

ใจกว้าง ให้อภัยความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา คือการฝึกให้เขามีจิตใจที่เข้มแข็ง เริ่มต้นตั้งแต่การควบคุมตนเองได้ ดังนี้เป็นต้น

5. การพัฒนาทางด้านสติปัญญา

ตารางที่ 8 ความมุ่งหมายการพัฒนาทางด้านสติปัญญาของพลศึกษาและพุทธศาสนา

ความมุ่งหมายทางพลศึกษา	ความมุ่งหมายทางพุทธศาสนา
การพัฒนาทางด้านสติปัญญา (Intellectual development)	ปัญญาภาวนา (Cultivation of wisdom ; Intellectual development)
1. รู้จักคิดพิจารณาและอธิบายความรู้ได้	สัมมาทิฐิ รู้เข้าใจถูกต้องตรงตามความจริง
2. รู้จักวิธีการเพื่อพัฒนาการเล่นให้ดียิ่งขึ้น	เป็นตัวยืนของกระบวนการศึกษา สรุปได้ 2
3. สามารถตัดสินใจและตีความในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ถูกต้อง	อย่าง คือ 1. ปรโตโฆสะ เสี่ยงจากภายนอก
4. เข้าใจผลของการออกกำลังกายที่มีต่อการเจริญเติบโต	2. โยนิโสมนสิการ การการคิดถูกวิธี 10 ประการ
5. สามารถแก้ไขปัญหาในการเล่นกีฬาได้ (วรศักดิ์ เพียรชอบ, 2527)	(พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตโต),2542)
(Annarino, cited in Bucher, 1975: 52 Seidel and Resick, 1972: 41)	

จากตารางที่ 8 สามารถอธิบายได้ว่า กิจกรรมพลศึกษาช่วยส่งเสริมการพัฒนาทางสติปัญญา กล่าวคือ พัฒนาความสามารถในการสะสมรวบรวมแก่นสารความรู้ สามารถใช้ความคิดพิจารณาไตร่ตรอง ตีความหมาย และอธิบายความรู้ นั้น ๆ ได้ รวมทั้งเห็นคุณค่าของความรู้ อันได้แก่ กฎกติกา ความปลอดภัย และมารยาทในการเล่น รู้จักวิธีการพัฒนาการเล่นให้ดียิ่งขึ้น สามารถตีความในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ถูกต้อง มีความเข้าใจหลักการเคลื่อนไหว และสามารถแก้ไขปัญหาดังกล่าวต่าง ๆ ในการเล่นกีฬาได้

ในกระบวนการของการศึกษาทุกสาขาวิชานั้น ตัวแท้ของการศึกษา คือ การพัฒนาคน โดยมีการพัฒนาปัญญาเป็นแกนกลาง เป็นกระบวนการที่ดำเนินไปภายในตัวบุคคล แกนนำของกระบวนการแห่งการศึกษา ได้แก่ ความรู้ความเข้าใจ ความคิดเห็น แนวความคิด ทักษะคต ค่านิยม

ที่ถูกต้องดีงาม เกื้อกูลแก่ชีวิตและสังคม สอดคล้องกับความเป็นจริง ในทางพุทธศาสนาเรียกสั้น ๆ ว่า สัมมาทิฐิ เมื่อรู้เข้าใจ คิดเห็นดีงาม ถูกต้องตรงตามความจริงแล้ว การคิด การพูด การกระทำ และการแสดงออกหรือปฏิบัติกรต่าง ๆ ก็ถูกต้องดีงาม เกื้อกูล นำไปสู่การแก้ไขปัญหาและมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุขได้

ในทางพุทธศาสนานั้นการพัฒนาทางด้านสติปัญญา เรียกว่า ปัญญาภาวนา ซึ่งพระธรรมปิฎกได้อธิบายไว้ว่า กระบวนการของการศึกษาภายในตัวบุคคลจะเริ่มต้นและดำเนินไปได้ ต้องอาศัยความติดต่อกันเกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมและอิทธิพลจากภายนอกเป็นแรงผลักดัน หรือเป็นปัจจัยก่อตัว ถ้าได้รับการถ่ายทอดแนะนำชักจูง เรียนรู้จากแหล่งความรู้ความคิดที่ถูกต้องหรือรู้จักเลือก รู้จักมอง รู้จักเกี่ยวข้อง พิจารณาโลกและชีวิตในทางที่ถูกต้อง จะทำให้เกิดสัมมาทิฐิ และนำไปสู่การศึกษาที่ถูกต้อง

ปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ เป็นแหล่งที่มาเบื้องต้นของการศึกษาซึ่งเป็นแกนนำเป็นต้นทางและเป็นตัวยืนของกระบวนการศึกษาทั้งหมด สามารถสรุปได้ 2 อย่างคือ (พระธรรมปิฎก,2542:16)

1. ปรโตโมสะ แปลว่า เสียงจากอื่น หรือการแนะนำชักจูงจากภายนอก ได้แก่ การสั่งสอน แนะนำ การถ่ายทอด การโฆษณา คำบอกเล่า ข่าวสาร คำชี้แจงอธิบายจากผู้อื่น ตลอดจนการเรียนรู้ เลียนแบบจากแหล่งต่าง ๆ ภายนอก หรืออิทธิพลจากภายนอก แหล่งสำคัญของการเรียนรู้ ประเภทนี้ เช่น พ่อแม่ ครูอาจารย์ เพื่อน คนแวดล้อมใกล้ชิด ผู้ร่วมงาน ผู้บังคับบัญชา และผู้ได้บังคับบัญชา บุคคลที่มีชื่อเสียง คนโด่งดัง คนผู้ได้รับความนิยมในด้านต่าง ๆ หนังสือ สื่อมวลชนทั้งหลาย สถาบันทางศาสนาและวัฒนธรรม เป็นต้น ในที่นี้หมายถึงเฉพาะที่แนะนำในทางที่ถูกต้องดีงาม ให้ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง โดยเฉพาะที่สามารถช่วยนำไปสู่ปัจจัยที่ 2 ได้ ปัจจัยข้อนี้จัดเป็นองค์ประกอบฝ่ายภายนอก หรืออาจเรียกว่า ปัจจัยทางสังคม

บุคคลผู้มีคุณสมบัติเหมาะสม สามารถทำหน้าที่เป็นปรโตโมสะที่ดี มีคุณภาพสูง มีคำเรียกเฉพาะว่า กัลยาณมิตร ตามปกติกัลยาณมิตรจะทำหน้าที่เป็นผลดี ประสบความสำเร็จแห่งปรโตโมสะได้ ต้องสามารถสร้างศรัทธาให้เกิดขึ้นแก่ผู้เล่าเรียน หรือรับการฝึกสอนอบรมจึงเรียกวิธีเรียนรู้ในข้อนี้ได้ว่า วิธีการแห่งศรัทธา

2. โยนิโสมนสิการ แปลว่า การทำในใจโดยแยบคาย หรือคิดถูกวิธี แปลงาย ๆ ว่า ความรู้จักคิด หรือคิดเป็น หมายถึง การคิดอย่างมีระเบียบหรือคิดตามแนวทางของปัญญา คือ การรู้จักมอง รู้จักพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามสภาวะ เช่น ตามที่สิ่งนั้น ๆ มันเป็นของมัน โดยวิธีคิดหาเหตุปัจจัย สืบค้นถึงต้นเค้า สืบสาวให้ตลอดสาย แยกแยะสิ่งนั้น ๆ เรื่องนั้น ๆ ออกให้เห็นตามสภาวะ และตามความสัมพันธ์สืบทอดแห่งเหตุปัจจัย โดยไม่เอาความรู้สึกด้วยต้นหาอุปาทานของตนเอง เข้าจับหรือเคลือบคลุมทำให้เกิดความตึงาม และแก้ปัญหาได้ ข้อนี้เป็นองค์ประกอบฝ่ายภายใน หรือ ปัจจัยภายในตัวบุคคล และอาจเรียกตามองค์ธรรมที่ใช้งานว่า วิธีการแห่งปัญญา

กล่าวโดยสรุป คือ การทำในใจโดยแยบคาย สำหรับความหมายโดยสืบเนื่องจากคำแปล ลักษณะการคิดที่คิดถูกวิธี คิดมีระเบียบ คิดมีเหตุผล และคิดเร้ากุศล ซึ่งการคิดแต่ละครั้งอาจมีการคิดอย่างใดอย่างหนึ่งหรือครบทั้ง 4 ลักษณะก็ได้ ที่จะเรียกได้ว่ามีการทำในใจโดยแยบคาย นอกจากนี้พระธรรมปิฎก (2538:669-71,675-724) ได้ประมวลลักษณะวิธีคิด ที่เรียกว่า วิธีโยนิโสมนสิการ ไว้ 10 วิธี คือ

1. วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย หรือวิธีคิดแบบบิทัปปัจจยตา หรือคิดตามหลักปฏิจสุมุขบาท มีลักษณะที่เป็นการคิดแบบปัจจัยสัมพันธ์ และคิดแบบสอบสวน
2. วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ เพื่อให้เห็นองค์ประกอบที่แท้จริงที่เป็นสภาวะอีกด้านตามเป็นจริง วิธีนี้มักใช้วิธีคิดแบบที่ 1 และ 3 เข้าร่วม
3. วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์ หรือวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา หรือรู้กฎเกณฑ์ที่มี เช่น รู้กฎธรรมชาติเพื่อสามารถวางท่าที่ได้ถูกต้อง เช่น ประสบสถานการณ์ที่ต้องเป็นไปตามธรรมดาของกระบวนการธรรม แต่อาจไม่พอใจเมื่อใช้วิธีคิดนี้ก็จจะวางใจลงได้ว่ามันเป็นไปตามธรรมชาติ ก็ไม่นำความพอใจหรือไม่พอใจมาเกี่ยวข้อง และเมื่อวางท่าที่ได้แล้วต่อไปก็เป็นการกระทำ แก้ไขตามเหตุปัจจัย หรือให้สอดคล้องตามความเป็นจริง เพื่อยังประโยชน์ในต่อ ๆ ไปได้
4. วิธีแบบแก้ปัญหาหรือคิดแบบอริยสังข์ เป็นวิธีคิดหลักที่อาจขยายให้ครอบคลุมวิธีคิดอื่น ๆ ได้ โดยหลักการคิดเริ่มที่ตัวปัญหาโดยกำหนดรู้ให้ชัด แล้วสืบค้นสาเหตุเพื่อเตรียมแก้ไข โดยกำหนดเป้าหมายหรือทิศทางให้ชัดเจนและเป็นไปได้ และวางวิธีการหรือแนวการปฏิบัติที่จะให้บรรลุเป้าหมายได้ และลงมือปฏิบัติต่อไป

5. วิธีคิดแบบบรรทัดธรรมสัมพันธ์ หรือคิดตามหลักการและความมุ่งหมายหรือธรรมกับบรรทัด ซึ่งเป็น การคิดถึงความสัมพันธ์ระหว่างหลักการ หลักความจริง หรือหลักการของการปฏิบัติกับความมุ่งหมายหรือสาระประโยชน์ที่พึงประสงค์เพื่อให้ได้ผลตรงไม่คลาดเคลื่อนซึ่งนำไปสู่การปฏิบัติที่ถูกต้อง

6. วิธีคิดแบบคุณโทษและทางออก คือ เป็นการมองสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริงและรอบด้าน หรือรู้ทุกแง่ทุกมุม คือ รู้ในคุณ รู้ในโทษ และรู้ทางออก หรือรู้ในภาวะปลอดโทษและปัญหาที่มีความสมบูรณ์ในตัว ซึ่งเมื่อคิดได้เช่นนี้จะมีผลต่อการปฏิบัติต่อเนื่องกันไป

7. วิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม เป็นวิธีคิดเกี่ยวเนื่องกับการบริโภคปัจจัยต่าง ๆ เป็นวิธีคิดบรรเทาต้นเหตุหรือขจัดเกลากิเลสได้ กล่าวคือ การคิดถึงคุณค่าแท้หมายถึง การสนองความต้องการจำเป็นของชีวิตตนเองหรือผู้อื่นโดยตรง ส่วนคุณค่าเทียม หรือคุณค่าเสริมเป็นส่วนเพิ่มเติมตามความต้องการของต้นเหตุ เช่น ความอโรย ความสนุกเพลิดเพลิน เกียรติยศชื่อเสียง เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อให้ปฏิบัติหรือรับในสิ่งทั้งหลายตรงกับสาระประโยชน์แท้จริง

8. วิธีคิดแบบอุปายปลูกเร้าคุณธรรม หรือวิธีคิดแบบเร้ากุศล เป็นวิธีคิดที่พยายามพิจารณาในแง่ที่เกิดประโยชน์หรือเป็นกุศลไม่ว่าสิ่งที่พบ หรือสถานการณ์ที่เผชิญจะเป็นเช่นไรก็สามารถคิดถึงให้เกิดกุศลต่อ ๆ ไปได้

9. วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน เป็นลักษณะการคิดเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการกระทำกิจการที่ขณะนั้น ซึ่งจะเกี่ยวเนื่องกับกาลในอดีตหรืออนาคตได้ โดยการคิดจะมีสติรู้กิจนั้น ๆ อยู่ โดยมีใช้การคิดเลื่อนลอยเพื่อฝันไปกับอารมณ์ความรู้สึกพอใจหรือไม่พอใจ หรือฟุ้งซ่านไปอย่างไร้จุดหมายกับเรื่องที่ผ่านมาแล้ว หรือยังไม่เกิดขึ้น

10. วิธีคิดแบบวิภาษวาท เป็นลักษณะการคิดที่สัมพันธ์เน้นต่อพฤติกรรม การกล่าวแสดง หรือการพูดที่เป็นการวิเคราะห์แยกแยะ แจกแจงแง่มุมรอบด้าน ทำให้เห็นภาพกระจ่างชัดเจนรอบคอบ

บรรดาปัจจัย 2 อย่างนี้ ปัจจัยข้อที่ 2 คือ โยนิโสมนสิการเป็นแกนกลาง หรือส่วนที่ขาดไม่ได้ของการศึกษา การศึกษาจะสำเร็จผลแท้จริง บรรลุความมุ่งหมายได้ก็เพราะปัจจัยข้อที่ 2 นี้ ปัจจัยข้อที่ 2 อาจให้เกิดการศึกษาได้โดยไม่มีข้อที่ 1 แต่ปัจจัยข้อที่ 1 จะต้องนำไปสู่ปัจจัยข้อที่ 2 ด้วย จึงจะสัมฤทธิ์ผลของการศึกษาที่แท้ การค้นพบต่าง ๆ ความคิดริเริ่ม ความก้าวหน้าทางปัญญาที่สำคัญ ๆ และการตรัสรู้แจ้งธรรม ก็สำเร็จได้ด้วยโยนิโสมนสิการ

ดังนั้นการพัฒนาทางด้านสติปัญญาของพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนา อาจกล่าวได้ว่า ประการแรกปัญญาเกิดจากปรโตโฆสะ ได้แก่ การสั่งสอน แนะนำ การถ่ายทอด ตลอดจนการเรียนรู้ เลียนแบบจากแหล่งต่าง ๆ ภายนอก การจะประสบความสำเร็จแห่งปรโตโฆสะได้ ต้องมี กัลยาณมิตรที่ดี และมีวิธีการแห่งศรัทธา ประการที่สองปัญญาเกิดจากโยนิโสมนสิการ คือการคิด อย่างมีระเบียบหรือคิดตามแนวทางของปัญญา 10 วิธี หากพลศึกษาพัฒนาสติปัญญาได้ครบทั้ง 2 ประการดังกล่าว จะถือว่าประสบความสำเร็จอย่างแท้จริง

สุชีพ ปุญญานุภาพ ได้ยกตัวอย่างการใช้สติปัญญาเกี่ยวกับกีฬาไว้ว่า ในสถานการณ์แข่งขันกีฬานั้น นักกีฬานอกจากจะมีสมรรถภาพทางกายและทักษะกีฬาที่ดีแล้ว ยังต้องประกอบไปด้วยสติ สมาธิ และปัญญา นักกีฬาผู้นั้นจึงประสบความสำเร็จในการแข่งขัน (สุชีพ ปุญญานุภาพ, สัมภาษณ์, 26 ธันวาคม 2541)

สติ หมายถึงความระลึกได้ ได้แก่ความรู้สึกตัวว่าขณะนี้ เป็นนักกีฬา รู้ว่ากำลังปฏิบัติหน้าที่ ในการแข่งขัน รับรู้ถึงความรู้สึกต่าง ๆ ของตนเอง เป็นต้น พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ) (ม.ป.ป.) กล่าวว่า คนที่มีสติคอยกำหนดรู้ในการกระทำของตัว การเคลื่อนไหวจะมีจังหวะจะโคน เป็นไปด้วยความเรียบร้อย ไม่ผิดพลาด

ส่วนสมาธิหมายถึง ความตั้งใจมั่น มีใจจดจ่อเป็นหนึ่งในแต่ละขณะ ทุ่มพลังทั้งหมดไปใน การนั้น(ระวี ภาวิไล, สัมภาษณ์, 20 เมษายน 2544) ตัดสิ่งรบกวนภายนอก เช่น เสียงเชียร์ เสียง ต่ำหนิ เสียงรบกวน รวมทั้งความรู้สึกนึกคิดอันมีผลทำให้ความสนใจเบี่ยงเบนจากสิ่งที่กำลังกระทำ เมื่อมีทั้งสติและสมาธิแล้ว สิ่งสำคัญคือปัญญา ซึ่งเป็นเงาตามมาด้วยเสมอ ปัญญาจะช่วยคิด พิจารณา ตีความ แก้ไขปัญหา และพลิกแพลงกลยุทธ์ต่าง ๆ ในสนามแข่งขันอันเป็นผลให้นักกีฬาผู้นั้นประสบความสำเร็จ หากนักกีฬาคนใดที่ฝึกซ้อมอย่างดีพร้อมที่จะเข้าแข่งขันและเป็นผู้ที่พัฒนา แล้วทั้งทาง สติ สมาธิ และปัญญา เป็นองค์ประกอบสำคัญอีกส่วน นับได้ว่านักกีฬาผู้นั้นมีความพร้อมทั้งกายและใจ และเป็นผู้ที่พร้อมจะประสบความสำเร็จต่อไป

นโยบายหรือหลักสูตรพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนา

ตารางที่ 9 นโยบายหรือหลักสูตรพลศึกษาและพุทธศาสนา

นโยบายหรือหลักสูตรพลศึกษา	นโยบายหรือหลักสูตรพุทธศาสนา
เนื้อหาของหลักสูตร ต้องคำนึงถึงเกณฑ์ดังนี้	ไตรสิกขา
1. เกณฑ์เกี่ยวกับความมากน้อยของคุณค่าและประโยชน์ที่จะได้รับในแต่ละกิจกรรม	1. การฝึกอบรมในด้านความประพฤติ
2. เกณฑ์เกี่ยวกับความสนใจของผู้เรียน	2. การฝึกอบรมทางจิตใจ
3. เกณฑ์เกี่ยวกับประโยชน์ที่สามารถนำไปใช้ได้	3. การฝึกอบรมทางปัญญา
4. เกณฑ์เกี่ยวกับวุฒิภาวะของผู้เรียน	อริยมรรค หลักการปฏิบัติ 8 ประการ (พระธรรมปิฎก(ป.อ. ปยุตโต), 2542: 11)
5. เกณฑ์เกี่ยวกับประสบการณ์ของผู้เรียน	
6. เกณฑ์เกี่ยวกับความปลอดภัยของผู้เรียน	
7. เกณฑ์เกี่ยวกับความสัมฤทธิ์ผลในการเรียน	
ที่มาของเนื้อหาหลักสูตร ได้แก่	
1. จัดกิจกรรมที่มีความสนุกสนาน	
2. นำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้	
3. ปรับกิจกรรมให้เหมาะสมกับความสามารถและความต้องการของแต่ละบุคคล	
4. มุ่งคุณค่าของกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะทางสังคมที่พึงประสงค์	
5. สนใจการมีชีวิตอยู่ที่สมบูรณ์ควบคู่ไปกับการพัฒนาทางร่างกาย	
(วิเลียมส์ แปลโดย วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ, 2540: 536-539)	

จากตารางที่ 9 แสดงให้เห็นว่าหลักสูตรพลศึกษามีคุณภาพหรือไม่จะขึ้นอยู่กับเกณฑ์ที่ต้องใช้เลือกกิจกรรม อันได้แก่ เกณฑ์เกี่ยวกับความมากน้อยของคุณค่าและประโยชน์ที่จะได้รับในแต่ละกิจกรรม เกณฑ์เกี่ยวกับความสนใจของผู้เรียน เกณฑ์เกี่ยวกับประโยชน์ที่สามารถนำไปใช้ได้

เกณฑ์เกี่ยวกับบุคลิกภาวะของผู้เรียน เกณฑ์เกี่ยวกับประสบการณ์ของผู้เรียน เกณฑ์เกี่ยวกับความปลอดภัยของผู้เรียน และเกณฑ์เกี่ยวกับความสัมฤทธิ์ผลในการเรียน เกณฑ์ต่าง ๆ เหล่านี้สามารถนำมาเป็นแนวทางในการเลือกกิจกรรมทางพลศึกษาได้เป็นอย่างดี

ส่วนที่มาของเนื้อหาหลักสูตรพลศึกษา ต้องคำนึงถึงเรื่องการจัดโปรแกรมทางพลศึกษา กล่าวคือ ไม่มุ่งเน้นการจัดกิจกรรมที่สร้างกล้ามเนื้อแต่เพียงอย่างเดียว ต้องจัดกิจกรรมที่มีความสนุกสนาน สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ พยายามปรับกิจกรรมต่าง ๆ ให้เหมาะสมกับความสามารถ หรือความต้องการของแต่ละบุคคลให้มากที่สุด ควรมุ่งสอนกิจกรรมที่ให้คุณค่าในการพัฒนาทักษะทางสังคมที่พึงประสงค์ และให้มีความสนใจการมีชีวิตอยู่ที่สมบูรณ์ควบคู่ไปกับการพัฒนาทางร่างกายด้วย

ส่วนนโยบายหรือหลักสูตรทางพุทธศาสนานั้น ได้กล่าวแล้วว่า แกนนำแห่งกระบวนการของการศึกษา ได้แก่ สัมมาทิฏฐิ เมื่อมีสัมมาทิฏฐิเป็นแกนนำและเป็นฐานแล้ว กระบวนการแห่งการศึกษาภายในตัวบุคคลก็ดำเนินไปได้ กระบวนการนี้แบ่งเป็น ๓ ขั้นตอน ใหญ่ ๆ เรียกว่า ไตรสิกขา (สิกขา หรือหลักการการศึกษา ๓ ประการ) คือ (พระธรรมปิฎก(ป.อ. ปยุตโต), 2542)

1. การฝึกฝนอบรมในด้านความประพฤติ ระเบียบวินัย ความสุจริตทางกาย วาจา และอาชีวะ เรียกว่า อธิศีลสิกขา (เรียกว่า ศิล) หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งคือ การพัฒนาทางด้านกาย การพัฒนาทางด้านทักษะ และการพัฒนาทางด้านสังคม

2. การฝึกฝนอบรมทางจิตใจ การปลูกฝังคุณธรรม สร้างเสริมคุณภาพ สมรรถภาพ และสุขภาพของจิต เรียกว่า อธิจิตตสิกขา (เรียกว่า สมาธิ)

3. การฝึกฝนอบรมทางปัญญา ให้เกิดความรู้เข้าใจสิ่งทั้งหลาย ตามความเป็นจริง รู้ความเป็นไปตามเหตุปัจจัยที่ทำให้แก้ไขปัญหาไปตามแนวทางเหตุผล รู้เท่าทันโลกและชีวิต จนสามารถทำจิตใจให้บริสุทธิ์ หลุดพ้นจากความยึดติดถ่วงมั่นในสิ่งต่าง ๆ ได้ เป็นอยู่ด้วยจิตใจอิสระผ่องใสเบิกบาน เรียกว่า อธิปัญญาสิกขา (เรียกว่า ปัญญา)

หลักการการศึกษา ๓ ประการนี้ จัดวางขึ้นไว้โดยอาศัยหลักปฏิบัติที่เรียกว่า วิธีแก้ปัญหาของอารยชนเป็นพื้นฐาน วิธีแก้ปัญหาแบบอารยชนนี้ เรียกตามคำบาลีว่า อริยมรรค แปลว่า ทางดำเนินสู่ความดับทุกข์ที่ทำให้เป็นอริยชน หรือวิธีดำเนินชีวิตที่ประเสริฐ อริยมรรคนี้ มีองค์ประกอบที่เป็นเนื้อหาหรือรายละเอียดของการปฏิบัติ ๘ ประการ คือ

1. **ทัศนะ** ความคิดเห็น แนวความคิด ความเชื่อถือ ทัศนคติ ค่านิยมต่าง ๆ ที่ตั้งตามถูกต้อง มองสิ่งทั้งหลายตามเหตุปัจจัยสอดคล้องกับความเป็นจริง หรือตรงตามสภาวะ เรียกว่า **สัมมาทิฏฐิ** (เห็นชอบ)

2. **ความคิด** ความดำริไตรตรอง หรือคิดการต่าง ๆ ที่ไม่เป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ไม่เศร้าหมองขุ่นมัว เป็นไปในทางสร้างสรรค์ประโยชน์สุข เช่น คิดในทางเสียสละ หวังดี มีไมตรี ช่วยเหลือเกื้อกูลและความคิดที่บริสุทธิ์ อิงสัจจะ อิงธรรม ไม่เอนเอียงด้วยความเห็นแก่ตัว ความคิดจะได้จะเอา หรือความเคียดแค้นชิงชัง มุ่งร้ายคิดทำลาย เรียกว่า **สัมมาสังกัปปะ** (ดำริชอบ)

3. **การพูด** หรือการแสดงออกทางวาจา ที่สุจริต ไม่ทำร้ายผู้อื่น ตรงความจริง ไม่โกหกหลอกลวง ไม่ส่อเสียด ไม่ให้ร้ายป้ายสี ไม่หยาบคาย ไม่เหลวไหล ไม่เพ้อเจ้อเลื่อนลอย แต่สภาพนิมนวลชวนให้เกิดไมตรีสามัคคีกัน ถ้อยคำที่มีเหตุผล เป็นไปในทางสร้างสรรค์ก่อประโยชน์ เรียกว่า **สัมมาวาจา** (วาจาชอบ)

4. **การกระทำ** ที่ตั้งงาม สุจริต เป็นไปในทางสร้างสรรค์ ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ไม่เบียดเบียน ไม่ทำร้ายกัน สร้างความสัมพันธ์ที่ดีงาม ทำให้อยู่ร่วมกันด้วยดี ทำให้สังคมสงบสุข คือการกระทำหรือทำการต่าง ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง หรือไม่เป็นไปเพื่อการทำลายชีวิต ร่างกาย การทำลายทรัพย์สินของผู้อื่น การล่วงละเมิดในคู่ครองหรือของรักของหวงแหนของผู้อื่น เรียกว่า **สัมมากัมมันตะ** (กระทำชอบ)

5. **การประกอบอาชีพ** ที่สุจริต ไม่ก่อความเดือดร้อนเสียหายแก่ผู้อื่น เรียกว่า **สัมมาอาชีวะ** (อาชีพชอบ)

6. **การเพียรพยายาม** ในทางที่ตั้งงามชอบธรรม คือ เพียรหลีกเลี่ยงป้องกันสิ่งชั่วร้าย อุกุศลที่ยังไม่เกิดขึ้น เพียรระเล็งกำจัดสิ่งชั่วร้ายอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงาม หรือกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น เพียรส่งเสริมพัฒนาสิ่งดีงามหรือกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้เพิ่มพูนเจริญงอกงามยิ่งขึ้นไปจนเพียบพร้อมไพบุลย์ เรียกว่า **สัมมาวายามะ** (พยายามชอบ)

7. **การมีสติกำกับตัว** คุมใจไว้ให้อยู่กับสิ่งที่เกี่ยวข้องต้องทำในเวลานั้น ๆ ใจอยู่กับกิจ จิตอยู่กับงาน ระลึกได้ถึงสิ่งที่ตั้งงาม สิ่งที่เกี่ยวข้องเป็นประโยชน์ หรือธรรมที่ต้องใช้ในเวลานั้น ๆ ไม่หลงไหลเลื่อนลอย ไม่ละเลยหรือปล่อยตัวเผอเรอ โดยเฉพาะสติที่กำกับทันต่อพฤติกรรมของร่างกาย ความรู้สึก สภาพจิตใจ และความนึกคิดของตน ไม่ปล่อยให้อารมณ์ที่เข้ายวนหรือยั่วยามาจุดกระชากให้หลุดหลงเลื่อนลอยไปเสีย เรียกว่า **สัมมาลติ** (ระลึกชอบ)

8. ความมีจิตตั้งมั่น จิตใจดำเนินอยู่ในกิจในงานหรือในสิ่งที่กำหนด (อารมณ์) ได้ สม่ำเสมอ แน่วแน่เป็นอันหนึ่งอันเดียว สงบ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วอกแวกหวั่นไหว บริสุทธิ์ ผ่องใส ไม่ขุ่นมัว นุ่มนวล ผ่อนคลาย ไม่เครียดกระด้าง เข้มแข็ง เอาจาน ไม่หดหู่ท้อแท้ พร้อมทั้งจะใช้งานทางปัญญาอย่างได้ผลดี เรียกว่า สัมมาสมาธิ (จิตมั่นชอบ)

หลักการศึกษานี้ ๓ ประการ หรือ ไตรสิกขา นั้น ก็จัดวางรูปขึ้นโดยมุ่งให้เกิดขึ้นตามหลักปฏิบัติแห่งอริยมรรค (มรรควิธีแก้ปัญหา หรือ มรรคแห่งความดับทุกข์) คือ เป็นการฝึกฝนอบรมให้องค์ทั้ง ๘ แห่ง มรรคนั้นเกิดมีและเจริญงอกงาม ใช้ประโยชน์ได้บริบูรณ์ยิ่งขึ้น แก้ไขปัญหาดับทุกข์ได้ดียิ่งขึ้นตามลำดับจนถึงที่สุด กล่าวคือ

1. อธิศีลสิกขา คือ การศึกษาด้านหรือขั้นตอนที่ฝึกปรือให้เกิดมี สัมมาวาจา สัมมา กัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ เจริญงอกงามขึ้น จนบุคคลมีความพร้อมทางความประพฤติ วินัย และความสัมพันธ์ทางสังคมถึงมาตรฐานของอารยชน เป็นพื้นฐานแก่การสร้างเสริมคุณภาพจิตได้ดี

2. อธิจิตตสิกขา คือ การศึกษาด้านหรือขั้นตอนที่ฝึกปรือให้เกิดมี สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ เจริญงอกงามขึ้น จนบุคคลมีความพร้อมทางคุณธรรม มีคุณภาพจิต สมรรถภาพจิต และสุขภาพจิต พัฒนาถึงมาตรฐานของอารยชน เป็นพื้นฐานแห่งการพัฒนาปัญญาได้ดี

3. อธิปัญญาสิกขา คือ การศึกษาด้านหรือขั้นตอนที่ฝึกปรือให้เกิดมี สัมมาทฤษฎี และสัมมาสังกัปปะ เจริญงอกงามขึ้นจนบุคคลมีความพร้อมทางปัญญาถึงมาตรฐานของอารยชน สามารถดำรงชีวิตอยู่ด้วยปัญญา มีจิตใจผ่องใส เบิกบาน ไร้ทุกข์ หลุดพ้นจากความยึดติดถือมั่นต่าง ๆ เป็นอิสระเสรีด้วยปัญญาอย่างแท้จริง

แต่คงได้กล่าวแล้วข้างต้นว่า สัมมาทฤษฎี ที่เป็นแกนนำแห่งกระบวนการของการศึกษานั้น จะเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยปัจจัยแห่งสัมมาทฤษฎี ๒ ประการ ดังนั้น ในการดำเนินงานเกี่ยวกับการศึกษา จุดสนใจที่ควรเน้นกันเป็นพิเศษคือ เรื่องปัจจัยแห่งสัมมาทฤษฎี ที่เป็นจุดเริ่มต้นเป็นแหล่งเป็นที่มาของการศึกษา คำที่พูดกันว่า การให้การศึกษาก็อยู่ที่ปัจจัย ๒ ประการนี้เอง ส่วนกระบวนการของการศึกษาที่เรียกว่า ศิล สมาธิ ปัญญา นั้น เพียงแต่รู้เข้าใจไว้เพื่อจัดสภาพแวดล้อมให้เกื้อกูล และคอยเสริมคุ่มกระตุ้นเร้าให้เนื้อหาของการศึกษาหันเบนดำเนินไปตามกระบวนการนั้น

เนื่องจากการเรียนการสอนพลศึกษาส่วนใหญ่ใช้กิจกรรมทางกายเป็นสื่อ เนื้อหาของหลักสูตรจึงต้องคำนึงถึงเกณฑ์เกี่ยวกับความมากน้อยของคุณค่าและประโยชน์ที่จะได้รับในแต่ละกิจกรรม ความสนใจของผู้เรียน ประโยชน์ที่สามารถนำไปใช้ได้ คำนึงถึงวุฒิภาวะของผู้เรียน ประสบการณ์ของผู้เรียน ความปลอดภัย และความสัมฤทธิ์ผลในการเรียน ตามที่ได้กล่าวแล้วข้างต้น

แตกต่างจากเนื้อหาในพระพุทธศาสนา ซึ่งจัดแบ่งตามประเภทของหลักธรรมคำสอน หรือตามคัมภีร์ที่ปรากฏชัด คือ พระธรรมและพระวินัย หรืออาจแยกเป็น 3 ดังที่กำหนดเป็น 3 ปิฎก คือ วินัยปิฎก สุตตันตปิฎก และอภิธรรมปิฎก หากแบ่งตามลักษณะหลักใหญ่ของการศึกษาและพัฒนาสามารถสรุปลงในหลักสำคัญ 3 ส่วนคือ ศีล สมาธิ และปัญญา

ส่วนการจัดเนื้อหาหลักสูตรพลศึกษานั้น ต้องจัดกิจกรรมที่มีความสนุกสนาน นำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้ ต้องปรับให้เหมาะสมกับความสามารถและความต้องการของแต่ละบุคคล มุ่งคุณค่าของกิจกรรม มุ่งคุณค่าของกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะทางสังคมที่พึงประสงค์ และสนใจการมีชีวิตอยู่ที่สมบูรณ์ควบคู่ไปกับการพัฒนาทางร่างกาย(วิลเลียมส์ แปลโดย วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ, 2540)

ส่วนการจัดเนื้อหาทางพุทธศาสนา กล่าวคือ เนื้อหาความรู้มีมากมายแต่ที่พระพุทธเจ้า ทรงนำมาสอนนั้นมีการเลือกสรร เพื่อสนองวัตถุประสงค์ที่ดีแก่ผู้เรียน(พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 13:198:162 ;19:1712:434) เนื้อหาสำคัญ คือเนื้อหาที่เป็นจุดมุ่งหมายที่ชอบที่ควรของความเป็นไปของชีวิต และหมายรวมถึงสังคม ซึ่งเป็นมิติซ้อนมิติคือการจัดสาระของจุดหมาย หรือจุดพึงประสงค์ในฐานะที่เป็นเนื้อหาประเภทหนึ่งที่น่าสู่การสอน การเรียนรู้ เนื้อหาที่เป็นจุดหมายของชีวิตนี้ ดูจะเป็นจุดเด่นของพุทธศาสตร์เพราะมีเหตุผล และแนวปฏิบัติที่ชัดเจน มีเกณฑ์เงื่อนไขของการตรวจสอบมากและรัดกุมตามแต่ระดับของการพัฒนา การกำหนดจุดหมายในฐานะเป็นเนื้อหาที่น่าสู่การเรียนการสอนจะพบในหลายกรณี หลายระดับ ทั้งที่เป็นกระบวนการสอน และหลักธรรม เช่น อริยสัจ 4 จะมีส่วนของนิโรธ ที่เป็นการเสนอสาระที่เป็นจุดหมายสูงสุดที่พึงให้แจ้งหรือบรรลุ (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 :4:16:18) หรือเรื่องประโยชน์ 3 ที่เป็นเนื้อหาของประโยชน์ปัจจุบัน ประโยชน์ภายใน และประโยชน์สูงสุด (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 30:755:302)

แม้ว่าตัวเนื้อหาหลักสูตรพลศึกษาและพุทธศาสนามีความแตกต่างกัน แต่ที่มาและการจัดหลักสูตร ต่างมีความมุ่งหมายที่ใกล้เคียงกันหรือเหมือนกันมาก ในตารางที่ 14 แสดงให้เห็นชัดเจนถึงความสัมพันธ์ระหว่างไตรสิกขา มรรค 8 และ ผลที่เกิดขึ้นจากกิจกรรมของพลศึกษา

ตารางที่ 10 ความสัมพันธ์ระหว่าง ไตรสิกขา มรรค 8 และ ผลที่เกิดขึ้นจากกิจกรรมของพลศึกษา

ไตรสิกขา	มรรค 8	ผลที่เกิดขึ้นตามความมุ่งหมายของพลศึกษา
1. ศีล	วาจาชอบ, กระทำชอบ, เลี้ยงชีพชอบ	พัฒนาด้านร่างกาย, พัฒนาด้านสังคม
2. สมาธิ	จิตตั้งมั่นชอบ, ระลึกชอบ, เพียรชอบ	พัฒนาด้านจิตใจ
3. ปัญญา	ความเห็นชอบ, ความดำริชอบ	พัฒนาด้านสติปัญญา

การสอนพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนา

ตารางที่ 11 การสอนพลศึกษาและพุทธศาสนา

การสอนพลศึกษา	การสอนพุทธศาสนา
1. การวางแผนการสอน	1. คุณสมบัติผู้สอน
2. วิธีสอน	2. หลักทั่วไปในการสอน
3. การจัดปัจจัยและสภาพการณ์ต่าง ๆ	3. บริบทแวดล้อมการสอน
4. การประเมินผล	4. การวัดผล

จากตารางที่ 11 จะเห็นว่าการสอนพลศึกษามีองค์ประกอบ 4 ส่วนใหญ่ๆ ด้วยกัน ประการแรกเป็นการวางแผนการสอน คือการจัดทำโครงการสอน หรือแผนการสอน โดยพิจารณาความต้องการของนักเรียนเป็นบรรทัดฐาน เพื่อจูงใจให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมการเรียน กำหนดความมุ่งหมายและผลที่ต้องการ กำหนดอุปกรณ์และกิจกรรมต่าง ๆ ตามความมุ่งหมาย เนื้อหาต้องทันสมัย และจูงใจให้เกิดความสนใจและเกิดความพยายามเรียนรู้กิจกรรม

ประการที่สอง คือวิธีการสอน ครูต้องรู้จักเลือกใช้วิธีสอนให้เหมาะสมและสอดคล้องกับความมุ่งหมายในการสอน วิธีสอนพลศึกษามีหลายวิธี เช่น แบบอธิบาย แบบสาธิต แบบฝึก แบบใช้กิจกรรมนำ แบบอาศัยพื้นฐานความสามารถ แบบกำหนดขอบข่ายของกระบวนการเกิดความคิดรวบยอดตามเป้าหมาย เป็นต้น นอกจากนี้การสอนเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดยังต้องคำนึงถึงรายละเอียด ดังต่อไปนี้คือ วิธีการสอนการเรียนทางด้านเทคนิคหรือทักษะ หลักการของวิธีการสอนเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ และหลักการของวิธีการสอนการเรียนรู้อิงด้านทัศนคติ และหลักการเลือกเนื้อหากิจกรรม

ประการที่สาม ได้แก่การจัดปัจจัยและสภาพการณ์ต่าง ๆ เช่น จัดอุปกรณ์ สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวก บุคลากร แหล่งวิชาการ ความปลอดภัย งบประมาณ เป็นต้น

ประการที่สี่ การประเมินผลเพื่อพิจารณาพฤติกรรม ความรู้ ทัศนคติ และความเข้าใจของนักเรียน เพื่อแบ่งกลุ่มนักเรียน เพื่อตัดสินสถานภาพของนักเรียน ครู และหลักสูตร เพื่อวิเคราะห์นักเรียน เพื่อวัดประสิทธิภาพของครู และเพื่อวัดประสิทธิภาพของนักเรียน

การสอนทางด้านพุทธศาสนานั้นประกอบไปด้วย คุณสมบัติผู้สอน หลักทั่วไปในการสอน บริบทแวดล้อมการสอน และการวัดผล ซึ่งสามารถสรุปเป็นการสอนพลศึกษาตามแนวพุทธศาสนา ได้ ดังต่อไปนี้

คุณสมบัติของผู้สอน

คุณสมบัติของผู้สอนสามารถแยกออกเป็น 2 ส่วน คือ เป็นคุณสมบัติที่ปรากฏออกมาภายนอก อันได้แก่ บุคลิกภาพอย่างหนึ่ง และคุณสมบัติภายใน อันได้แก่ คุณธรรมต่าง ๆ อย่างหนึ่ง

ก. บุคลิกภาพ

ในด้านบุคลิกภาพถือเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่ทำให้ผู้เรียนมีความประทับใจ มีความศรัทธาต่อผู้สอน อันจะส่งผลให้การสอนบรรลุผล จึงขอสรุปบุคลิกภาพของผู้สอนได้ดังนี้

1. มีบุคลิกลักษณะที่ดี มีความสง่างาม
2. มีเสียงไพเราะ และพูดด้วยวาจาสุภาพสละสลวย ใช้ถ้อยคำที่ไม่มีโทษ ผู้ฟังเข้าใจเนื้อความได้ชัดเจน ก่อให้เกิดความรู้สึกเพลิดเพลินใจชวนให้อยากฟัง
3. มีกริยามารยาททุกอย่างที่งดงามน่าเลื่อมใส เริ่มแต่สมบัติผู้ดี และมารยาทอันเป็นที่ยอมรับของสังคม มีความองอาจ ความสง่างาม ความสงบเยือกเย็น

ข. คุณธรรม

คุณธรรมในพระพุทธศาสนามีมาก ไม่สามารถแสดงได้ครบทุกนัย จึงขอสรุปคุณธรรมสำหรับครูพลศึกษาไว้ 2 ประการ เป็นผู้ที่มีปัญญา และเป็นผู้บริสุทธิ์

ผู้มีปัญญา เป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถในเรื่องที่สอน และมีความแตกฉานในด้านต่าง ๆ พอสรุปได้ดังนี้

1. มีความรู้เข้าใจในเนื้อหา และขอบเขตของกฎเกณฑ์ และหลักการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง และที่จะนำมาใช้ในการสอนอย่างชัดเจน ตลอดจนรู้ขีดขั้นความสามารถของบุคคลที่มีพัฒนาการอยู่ในระดับต่าง ๆ

2. มีความรู้ความเข้าใจในกระบวนการพฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์เป็นอย่างดี
3. รู้วิธีการและกลวิธีปฏิบัติต่าง ๆ ที่จะนำเข้าสู่เป้าหมายที่ต้องการ
4. มีความรู้ในวิชาสรีรวิทยา และจิตวิทยา อย่างน้อยให้ทราบองค์ประกอบต่าง ๆ และการปฏิบัติหน้าที่ขององค์ประกอบเหล่านั้น ในกระบวนการเรียนรู้ของบุคคล และถ้าเป็นไปได้ควรมีความรู้ทั่วไปอย่างกว้างขวาง โดยเฉพาะในทางวิทยาศาสตร์เพื่อรู้จักสภาวะของสิ่งทั้งหลาย และมีทัศนคติที่ถูกต้องต่อสิ่งเหล่านั้น อันจะเป็นเครื่องเพิ่มพูนประสิทธิภาพในการสอนให้ได้ผลดียิ่งขึ้น
5. รู้ความแตกต่างระหว่างบุคคลในด้านความโน้มเอียง แนวความสนใจ และความถนัดโดยธรรมชาติ
6. รู้ความแตกต่างระหว่างบุคคลในด้านระดับสติปัญญา ความสามารถ พัฒนาการด้านต่าง ๆ และความพร้อมที่จะเรียนรู้
7. รู้ปัจจัยต่าง ๆ ที่เป็นอุปสรรคถ่วง หรือส่งเสริมเพิ่มพูนผลสำเร็จของการเรียนรู้และการฝึกอบรมในระดับต่าง ๆ กับรู้จักใช้เทคนิคต่าง ๆ เข้าแก้ไขหรือส่งเสริม นำการเรียนรู้และการฝึกอบรมให้ดำเนินก้าวหน้าไปด้อยดี
8. รู้ประวัติพื้นเพเดิม และประสบการณ์ในอดีตของผู้เรียน
9. พิจารณาสังเกตผู้เรียนในขณะที่เขามีบทบาทอยู่ในชีวิตจริงภายในกลุ่มชนหรือสังคม สามารถรู้เท่าทัน และเข้าใจพฤติกรรมต่าง ๆ ที่เขาแสดงออกในขณะนั้น ๆ ว่าเป็นผู้มีปัญหาหรือไม่ อย่างไร มองเห็นสาเหตุแห่งปัญหานั้น และพร้อมที่จะเข้าช่วยเหลือแก้ไขได้ทันที
10. รู้ชัดเข้าใจแจ่มแจ้งและแน่ใจว่าผลสัมฤทธิ์ที่เป็นจุดหมายนั้นคืออะไร เป็นอย่างไร และตนเองสามารถกระทำผลสัมฤทธิ์นั้นให้เกิดขึ้นได้จริงด้วย

ผู้บริสุทธิ์ ความบริสุทธิ์เป็นสิ่งสำคัญยิ่งเช่นกันที่จะทำให้ผู้เรียนเชื่อถือและเลื่อมใสในตัวผู้สอน ความบริสุทธิ์อาจมองได้จากลักษณะต่าง ๆ และผู้สอนสามารถปฏิบัติได้ ดังนี้

- ก. ไม่กระทำความชั่วทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ ไม่มีเหตุที่ใครจะยกขึ้นตำหนิได้
- ข. ทำได้อย่างที่สอน คือ สอนเขาอย่างไร ก็ประพฤติปฏิบัติอย่างนั้นด้วย เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นในคุณค่าของการสอนนั้น

ค. มีความบริสุทธิ์ใจในการสอน สอนผู้อื่นด้วยมุ่งหวังประโยชน์แก่เขาอย่างเดียว
ไม่มีใจเคลือบแฝงด้วยความหวังผลประโยชน์ส่วนตนหรืออามิสตอบแทนใด ๆ

หลักทั่วไปในการสอน

ในเรื่องหลักทั่วไปของการสอนนี้ แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ เกี่ยวกับตัวผู้เรียน และหลักการ
ทางการสอนทั่วไป

ก. เกี่ยวกับตัวผู้เรียน

ผู้เรียนแต่ละบุคคลมีความแตกต่างกัน ตามเหตุปัจจัยแต่ละชีวิต ความแตกต่างมีอยู่
มากมาย (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 35:843-4:413-5) เช่น

ร่างกาย มนุษย์มีความพร้อมความสมบูรณ์ของร่างกายแตกต่างกัน (พระไตรปิฎกฯ
ฉบับหลวง 2525 : 11:435:266) ทั้งนี้เพราะมีเหตุต่อการเกิดขึ้นและเป็นไปของร่างกาย ทั้งเหตุด้าน
กรรม จิตใจ อากาศหรืออุณหภูมิจ และอาหารที่ได้รับ จึงทำให้ร่างกายมีความแตกต่างกัน

มีความคิดเห็นแตกต่างกัน เพราะสิ่งที่มีการยึดถือมีมากมาย (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง
2525: 10:260:210)

มีความเชื่อแตกต่างกันตามแต่จะโน้มใจเชื่อ (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 :
12:166:98)

มีแนวโน้มความประพฤติของผู้นั้นหรืออุปนิสัยมีได้หลายลักษณะและมีได้แตกต่างกัน
(พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 29:889:434)

ปัญญาความสามารถทางการเรียนรู้จะมีได้มากน้อยหรือมีความสามารถเรียนรู้ได้ยาก
ง่าย ช้าเร็วต่างกัน (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525: 21:133:135; 6:108:153)

ด้วยเหตุที่บุคคลมีความแตกต่างกัน ผู้สอนจึงต้องคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้

1. รู้ คำนึงถึง และสอนให้เหมาะตามความแตกต่างระหว่างบุคคล กล่าวคือ ปรับวิธี
สอนผ่อนให้เหมาะกับบุคคล แม้สอนเรื่องเดียวกัน แต่ต่างบุคคล อาจใช้ต่างวิธี
2. นอกจากคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลแล้ว ผู้สอนยังจะต้องคำนึงถึงความ

พร้อมของผู้เรียนแต่ละบุคคลเป็นราย ๆ ไปด้วย ว่าในแต่ละคราว หรือเมื่อถึงเวลานั้น ๆ เขาควรจะได้เรียนอะไร และเรียนได้แค่ไหนเพียงไร หรือว่าสิ่งที่ต้องการให้เขารู้นั้นควรให้เขาเรียนได้หรือยัง

3. สอนโดยให้ผู้เรียนลงมือทำด้วยตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เกิดความรู้ความเข้าใจชัดเจน แม่นยำ และได้ผลจริง

4. การสอนดำเนินไปในรูปที่ให้ผู้รู้สึกว่าผู้เรียนกับผู้สอนมีบทบาทร่วมกัน ในการแสวงหาความจริง ให้มีการแสดงความคิดเห็น ได้ตอบเสรี หลักนี้เป็นข้อสำคัญในวิธีการแห่งปัญญา ซึ่งต้องการอิสรภาพในทางความคิด และโดยวิธีนี้เมื่อเข้าถึงความจริง ผู้เรียนก็จะรู้สึกว่าตนได้มองเห็นความจริงด้วยตนเอง และมีความชัดเจนมั่นใจหลักนี้เป็นหลักที่พระพุทธเจ้าทรงใช้เป็นประจำ และมักมาในรูปการถามตอบ ซึ่งอาจแยกลักษณะการสอนแบบนี้ได้เป็น

4.1 ล้อให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นของตนออกมา ซึ่งข้อคิดให้แก่เขา ส่งเสริมให้เขาคิด และให้ผู้เรียนเป็นผู้วินิจฉัยความรู้ันเอง ผู้สอนเป็นเพียงผู้นำซึ่งช่องทางเข้าสู่ความรู้ ในการนี้ผู้สอนมักกลายเป็นผู้ถามปัญหาแทนที่จะเป็นผู้ตอบ

4.2 มีการแสดงความคิดเห็น ได้ตอบอย่างเสรี แต่มุ่งหาความรู้ ไม่มุ่งมุ่งแสดงภูมิหรือข่มกัน

5. เอาใจใส่บุคคลที่ควรได้รับความสนใจพิเศษเป็นราย ๆ ไปตามควรแก่กาลเทศะ และเหตุการณ์

6. ช่วยเหลือเอาใจใส่คนที่ด้อย ที่มีปัญหา

ข. หลักการทางการสอนทั่วไป

หลักการทางการสอนทางพระพุทธศาสนา ผู้วิจัยได้สรุปแต่ละประเด็นที่เกี่ยวข้องและสามารถประยุกต์กับการสอนพลศึกษา ดังต่อไปนี้

1. ความมุ่งหมายการสอนที่ครอบคลุม จะเป็นการพิจารณาทั้งด้านกาย ด้านศีลหรือพฤติกรรม ด้านจิต และด้านปัญญา ทั้งนี้รวมถึงความมุ่งหมายรายทางที่มีควรสอดคล้อง หรือมุ่งสู่จุดหมายสูงสุด (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 20:540:237 ; 23:80:112)

2. การสอนที่ดีจัดดำเนินการอย่างมีลำดับขั้นตอน เช่น ลักษณะลำดับการสอนที่เป็นขั้นนำต้องมีการแจ้งจุดประสงค์ ชื่อเรื่อง สรุปหัวข้อเนื้อหา ส่วนของการสอนเนื้อหาก็จัดลำดับเนื้อหาได้เหมาะสม อย่างการลำดับการสอนเนื้อหาง่ายสู่เนื้อหาที่ยากขึ้น หรือเนื้อหาที่เป็นพื้นฐานสู่

เนื้อหาละเอียดขั้นสูง ๆ เป็นลำดับ อีจัดสอนเนื้อหาครอบคลุมรอบด้านของกระบวนการความรู้ัน เมื่อจบเนื้อหาแล้วมีการสรุปเนื้อหาและจุดมุ่งหมายอันเป็การทวนสรุปท้ายการสอน

(พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 5:65:66-69 ; 7:369:119-20 ; 10:59,273-300:52-5,261-33 ; 11:712:74 ; 12:342:245-7 ; 13 68-74:50-6 ; 24:165:224-6)

3. การจัดการสอนมีความจำเป็นอย่างยิ่งในการพิจารณาพื้นฐานความสามารถและประสบการณ์เดิมของผู้เรียน ที่โดยธรรมชาติจะแตกต่างกัน ซึ่งจะนำไปสู่การกำหนดเนื้อหากำหนดกระบวนการสอน หรือลำดับการเรียนรู้ และกำหนดวิธีสอนที่เหมาะสมกับผู้เรียน เช่น การโยงความรู้เดิมผู้เรียนสู่ความรู้ใหม่ที่สอน ทำให้ผู้เรียนรู้ได้เร็วขึ้น ซึ่งจำเป็นต่อรู้จักพื้นฐานที่ผู้เรียนมี หรือเนื้อหาบางลักษณะถ้าผู้เรียนไม่มีพื้นฐานหรือความสามารถพอจะไม่สามารถเรียนรู้เรื่องนั้นได้ การรู้ความรู้ความสามารถที่ผู้เรียนมีจึงมีผลต่อการคัดเลือกกำหนดเนื้อหา และกิจกรรมที่เหมาะสมได้เป็นต้น (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 9:184-196,260-73:123-43,222-51 ; 11:20-8,51-72:26-38,61-75 ; 12:383-7:290-5 ; 15:671-6:209-10)

4. การจัดการเรียนการสอน และการกำหนดเรื่องที่จะสอนจะยึดผู้เรียนเป็นฐานเป็นศูนย์กลาง ซึ่งจุดสำคัญของการพิจารณา คือ ลักษณะผู้เรียน และความพร้อมของผู้เรียน

(พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 4:26-31:25-31 ; 14:795:381)

5. เนื้อหาสาระที่จะเรียนรู้มีมากมายมหาศาล ผู้สอนผู้เรียนมีความจำเป็นต้องเลือกสรรเพื่อจะได้สนองจุดหมายที่ดีได้ (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 19:1712:434)

6. ก่อนดำเนินการสอนในเนื้อหา ความพยายามในการจูงใจ และกระทำให้ผู้เรียนเกิดศรัทธาในผู้สอนหรือต่อการเรียน มีความสำคัญ (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 4:12-7,57-9:12-9,51-3 ; 5:1:2-3)

7. การนำเสนอเนื้อหา การดำเนินการสอน การอธิบาย และการสาธิต ควรกระทำด้วยความมีเหตุมีผล หรือยกอ้างเหตุผลประกอบอย่างชัดเจน และมีความเป็นลำดับของความเป็นเหตุเป็นผล (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 9:368-85:359-83 ; 12:342:245-7 ; 24:156:224-6)

8. การสอนที่มีผู้เรียนหลายคนกิจกรรมมีสิ่งที่จะต้องกระทำหลายลักษณะจะจัดให้มีการแบ่งกลุ่มทำกิจกรรมต่างกันได้ตามความจำเป็น (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 13:514:353)

9. การเรียนการสอนจัดให้เกิดทั้ง ความรู้ ความจำ และการปฏิบัติ ทั้งนี้เป้าหมายของการเรียนการสอน ส่วนใหญ่จะสำเร็จผลได้ด้วยการปฏิบัติ (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 21:6:6 ; 22:73:78)

10. การสอนจัดให้เป็นไปในลักษณะไม่บังคับผู้เรียน ทั้งศรัทธาและการศึกษาปฏิบัติ หรือการเรียนการสอนเน้นดำเนินไปตามความต้องการของผู้เรียน (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 13:7:5)

11. การจูงใจผู้เรียนมีลักษณะกระตุ้นจันทะ(ความต้องการฝ่ายกุศล) มิใช่ลักษณะกระตุ้นตันทะ(ความต้องการฝ่ายอกุศล) เพื่อให้ผู้เรียนมีความหวัง โดยเป็นความหวังเพื่อให้ได้ประโยชน์โดยธรรม หรือเพื่อหนทางสู่ความสำเร็จ (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 4:26,127:25,143 ; 5:2:5 ; 12:27-52,132,151:23-31,73,87)

12. การดำเนินการสอน เป็นไปโดยพื้นฐานที่ผู้สอนมีความเมตตาปรารถนาดีและให้เกียรติผู้เรียน (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 10:138-40,255-72:120-2,205-15 ; 13:91-6:70-4)

13. เทคนิควิธีการสำคัญที่ใช้ในการสอน ได้แก่

13.1 การกระตุ้นให้ผู้เรียนสนใจติดตามการสอนอย่างต่อเนื่อง มีวิธีที่ใช่มาก เช่น การเรียนชื่อ เอ่ยชื่อผู้เรียนเป็นช่วย ๆ ตลอดการสอน ทำนองเดียวกับการตั้งคำถามนำแต่ละขณะ หรือประเด็นการบรรยายหรือสอนนั้น (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 10:62,273-300:58,216-33 ; 12:312-28,514-9:219-33,395-8)

13.2 การกระตุ้นผู้เรียนเมื่อจะเริ่มสอนเพื่อให้ผู้เรียนสนใจฟังคำสอน อาจกระทำโดยการย้ำความสำคัญของเรื่องที่จะเรียน หรือกล่าวกระตุ้นให้ตั้งใจฟัง (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 10:1:2 ; 14:677,810:328,386)

13.3 การเน้นประเด็นสรุปสำคัญหรือมโนทัศน์เรื่องที่สอนในช่วงเริ่มสอนกับช่วงจะจบการสอนเป็นวิธีช่วยในการทำความเข้าใจและการจำได้ (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 11:72,75 ; 12:388-91:346-9 ; 13:26-35:23-9)

13.4 การใช้วิธีการให้กำลังใจแก่ผู้เรียนในการสอน เพื่อให้ผู้เรียนมีพลังในการเพียรพยายามต่อไป โดยเน้นชมเชยส่วนดีหรือจุดเด่นของผู้เรียน (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 10:135:116-8)

13.5 การสอนเนื้อหาการปฏิบัติ และการแนะนำการฝึกทักษะย่อย ๆ ที่ชัดเจนช่วยในการเรียนรู้ได้มาก (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 10:273-300:216-33 ; 12:131-152:73-88)

13.6 การสอนเด็ก มีความจำเป็นในการใช้สื่อการสอนที่เป็นรูปธรรมหรือสิ่งเห็นได้ชัดที่มีอยู่ในชีวิตประจำวันของเด็ก และการสอนโดยเน้นใช้ตัวแบบให้เด็กดูเป็นแบบอย่าง (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 13:125-32:104-10)

13.7 การสอนลักษณะยาว ๆ หรือใช้เวลาการสอนมาก ๆ การใช้วิธีสอนหลายวิธี ประกอบกัน จะช่วยให้การสอนดำเนินได้น่าสนใจ (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 13:709-31:491-502)

14. การสอน พระพุทธองค์ ได้ทรงแนะนำผู้สอนที่จะดำเนินการสอนให้ตั้งเจตนาในการสอน 5 ประการ คือ

เราจักแสดงธรรมไปโดยลำดับ 1

เราจักแสดงอ้างเหตุผล 1

เราจักแสดงธรรมอาศัยความเอ็นดู 1

เราจักเป็นผู้ไม่เพ่งอามิสแสดงธรรม 1

เราจักไม่แสดงให้กระทบตนและผู้อื่น 1

(พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 22:159:166)

บริบทแวดล้อมการสอน

บริบทแวดล้อมการสอน ความหมายโดยกว้างแล้วจะครอบคลุมสภาพปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์การสอนที่เกิดขึ้น อาจแบ่งเป็น 2 ส่วน คือ บริบทแวดล้อมที่เป็นชีวิตบุคคลหรือสังคมกับที่เป็นส่วนของไม่ใช่ชีวิต เช่น สถานที่อาศัย วัตถุสิ่งของ และบรรยากาศ ซึ่งอาจสรุปที่ละส่วนได้ ดังนี้

1. บริบทแวดล้อมที่เป็นชีวิตหรือสังคม หมายถึงรวมถึงบุคคลแวดล้อมและกลุ่มบุคคลที่เกี่ยวข้องหรือกระทั่งสังคมที่อาศัยอยู่ บริบทแวดล้อมที่เป็นบุคคลหรือสังคมนี้อาจมีความสำคัญมากต่อการเรียนรู้ ได้แก่การมีกัลยาณมิตร ซึ่งจะช่วยยังประโยชน์อันยิ่งใหญ่ได้(พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 :19:4-7,129:2-3,30 ; 20:72:11 ; 25:195:168)

บริบทแวดล้อมที่เป็นชีวิตและสังคม อาจหมายรวมถึงบรรยากาศที่สืบเนื่องจากชีวิตและสังคมได้ เช่น บรรยากาศในทางวิชาการหรือการศึกษาเล่าเรียน บรรยากาศของการกำหนด และปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ เป็นต้น บรรยากาศลักษณะนี้มีความสำคัญไม่น้อย โดยมีส่วนกลมกลืนทำให้ชีวิตมีการเปลี่ยนแปลงทีละน้อย ๆ โดยไม่รู้ตัว ซึ่งแน่นอนว่าด้วยความมุ่งหมายแล้วต้องการบรรยากาศที่ดี หรือมีลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรที่ส่งเสริมการศึกษาเรียนรู้ ส่งเสริมความเพียรพยายามเพื่อพัฒนาชีวิตตน และผู้อื่นให้ได้รับประโยชน์สูงสุด

2. *บริบทแวดล้อมส่วนที่มีใช้ชีวิตหรือสังคม* อันหมายถึงสิ่งแวดล้อมที่เป็น วัตถุประสงค์ของ สถานที่ และบรรยากาศที่เกี่ยวข้องกัน เช่น สภาพอากาศ สภาพแสงสว่าง เป็นต้น สิ่งแวดล้อมสมัยนี้ พุทธศาสนาได้มีการกล่าวเน้นในส่วนของปัจจัย 4 โดยเป็นส่วนที่มุ่งหวังเพื่อ ช่วยเกื้อกูลให้ความเป็นไปได้ของการเรียนการสอนและการดำเนินชีวิตเป็นไปได้ด้วยดี ในทิศทางที่ดีงาม อย่างไรก็ตาม ใ้ตามในส่วนนี้ขึ้นอยู่กับความพยายามในการจัดการ ของบุคคลอยู่มาก ซึ่งผลก็คือ ถ้าการจัดการไม่เหมาะสม แทนที่จะเป็นการเกื้อกูล กลับส่งผลลบ ต่อการเรียนการสอนได้

โดยสรุปแล้วบริบทแวดล้อมต่าง ๆ ของการสอนและการเรียนรู้มีความสำคัญ และสามารถเชื้อหรือเกื้อกูลต่อการสอนและการเรียนรู้ของชีวิตได้มาก แต่ก็มีเงื่อนไขปัจจัยที่ต้องพิจารณาหลายระดับที่สำคัญ คือ เป้าหมายที่พึงประสงค์ และจำเป็นต้องฉลาดที่จะเลือกที่จะจัดการหรือไม่จัดการกับปัจจัยแวดล้อมนั้น เพื่อจะยังประโยชน์สูงสุดและมีประสิทธิภาพมากที่สุดต่อจุดหมายสูงสุดได้

การประเมินผล

การประเมินผลเป็นอีกองค์ประกอบหนึ่งของการเรียนการสอนที่มีความสำคัญ แต่ในทางพุทธศาสนาจะเป็นส่วนที่ไม่มีรายละเอียดเด่นเท่าองค์ประกอบอื่น ๆ และจากการวิเคราะห์ตามกรณีศึกษาที่ปรากฏก็มักเป็นส่วนที่แฝงมากกว่าเป็นส่วนที่ปรากฏชัดเจนในกระบวนการสอน ซึ่งผลการสรุปองค์ประกอบการประเมินผล ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

1. *เป้าหมายการประเมิน* อาจแยกเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนของการประเมินผลการสอนหรือการจัดการสอน และอีกส่วนเป็นการประเมินผลตัวผู้เรียนว่าเกิดผลจากการเรียนเป็นเช่นไร กล่าวคือ

ก) การประเมินผลการสอน ภาพที่ปรากฏชัด คือ การที่ผู้เรียนให้ผลย้อนกลับ หรือแสดงความคิดจากการได้เรียนหรือได้ฟังผู้สอน ซึ่งผลที่พบของกรณีที่มีข้อมูลพร้อมหรือละเอียดพอ จะเป็นการให้ผลย้อนกลับที่เป็นเชิงบวก เช่น

“ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ภาษิตของพระองค์แจ่มแจ้งนัก
 ภาษิตของพระองค์ไพเราะนัก พระพุทธเจ้าข้า
 พระองค์ทรงประกาศธรรมโดยอเนกปริยายอย่างนี้
 เปรียบเหมือนบุคคลหงายของที่คว่ำ เปิดของที่ปิด
 บอกทางแก่คนหลงทาง หรือส่องประทีปในที่มืด
 ด้วยตั้งใจว่า คนมีจักษุจักเห็นรูปนี้.....”
 (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 4:27:26)

การวัดและประเมินผลจะช่วยให้ครูสามารถสำรวจตรวจสอบวิธีการสอน การจัดกิจกรรม การดำเนินการสอน การวัดผลและกระบวนการเรียนการสอนด้านอื่น ๆ ว่าเป็นไปในลักษณะที่ได้ผลดีหรือควรจะมีการแก้ไขอย่างไร นอกจากนี้ยังช่วยให้สามารถวินิจฉัยและทำนายผลเกี่ยวกับการเรียนการสอนได้ ทำให้สามารถทราบข้อมูลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเรียนการสอนโดยตรงได้ (วรศักดิ์ เพียรชอบ, 2527:184)

ข. การประเมินผู้เรียน ถือว่าเป็นเป้าหมายสำคัญของการประเมินผลการเรียนการสอน ซึ่งการประเมินผลภาพที่ปรากฏจะเป็นการประเมินที่ยึดกับจุดหมาย หรือความมุ่งหมายการเรียนการสอนในแง่ต่าง ๆ หรือระดับต่าง ๆ ที่มี เช่น ประเมินว่าได้บรรลุธรรมขั้นต่าง ๆ หรือขั้นสูงสุด เป็นต้น (พระไตรปิฎกฯ ฉบับหลวง 2525 : 4:17,28:19,27 ; 13:198-202:161-167) อย่างไรก็ตามในรายละเอียดของการประเมินผู้เรียน จะเกี่ยวข้องกับเกณฑ์ต่าง ๆ หลายลักษณะ ดังเช่นการประเมินผลในวิชาพลศึกษานั้น วรศักดิ์ เพียรชอบ (2527:193) กล่าวว่า การให้คะแนนควรจะต้องยึดความมุ่งหมายของการสอนเป็นเกณฑ์สำคัญ กล่าวคือความมุ่งหมายของการสอนวิชาพลศึกษาได้กำหนดไว้ว่า เพื่อให้ นักเรียนมีการพัฒนาการในพฤติกรรมทุกด้าน ก็ควรให้คะแนนครบทุกด้าน คือ ด้านความรู้ ด้านทักษะของการเล่นกีฬา ด้านทัศนคติ ด้านคุณลักษณะ และด้านสมรรถภาพทางกาย เป็นต้น

2. เกณฑ์การประเมินผล เกณฑ์การประเมินผลของผู้เรียนนั้น ยึดหลักไตรสิกขาหรือการศึกษา 3 ด้าน คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ในทางพลศึกษานั้นประเมินกว้าง ๆ ตามความมุ่งหมายคือทางด้านร่างกาย ทางด้านจิตใจ ทางด้านสังคม และทางด้านสติปัญญา โดยเกณฑ์การประเมินผลนั้น วรศักดิ์ เพียรชอบ (2527 : 185-186) ได้สรุปไว้ดังนี้

2.1 ข้อทดสอบนั้นควรมีความแม่นยำ คือข้อทดสอบต้องสามารถวัดสิ่งที่ต้องการวัดได้โดยถูกต้อง

2.2 ข้อทดสอบนั้นควรมีความเชื่อถือได้ หมายความว่าข้อทดสอบจะใช้วัดสิ่งเดียวกันนั้นกี่ครั้งก็จะได้ผลเหมือนเดิมทุกครั้ง

2.3 ข้อทดสอบนั้นจะต้องมีความเป็นปรนัย หมายความว่า เป็นข้อทดสอบที่มีหลักเกณฑ์ในการให้คะแนนที่แน่นอน สามารถให้คะแนนข้อสอบนั้นเท่ากันทุกคนพร้อมกันได้

2.4 ข้อทดสอบนั้นสามารถนำผลการทดสอบไปใช้เป็นประโยชน์ต่อไปได้

2.5 ข้อทดสอบควรจะประหยัดทั้งเวลา ค่าใช้จ่าย และบุคลากรที่ต้องใช้

2.6 ข้อทดสอบควรมีผลการทดสอบที่เป็นเกณฑ์มาตรฐานวางไว้แล้ว

2.7 ข้อทดสอบควรเป็นข้อทดสอบที่สามารถนำไปทำการทดสอบได้ คือ มีความเหมาะสมกับสภาพการณ์ ความสามารถของบุคลากร และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการทดสอบอย่างอื่น ๆ

2.8 ข้อทดสอบที่เลือกมานั้นควรจะเป็นข้อทดสอบที่ช่วยส่งเสริมให้นักเรียนได้เกิดการเรียนรู้ควบคู่กันไปด้วย