

มคอ.5

รายละเอียดของรายวิชา กบ 492 การออกกำลังกายเพื่อรักษาสุขภาพและสุขภาวะ

สาขาวิชากิจกรรมบำบัด

คณะกายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ภาคเรียนที่ 1 ประจำปีการศึกษา 2568

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไป**1. รหัสและชื่อรายวิชา**

กบ 492 การออกกำลังกายเพื่อรักษาสุขภาพและสุขภาวะ

PTX 492 Therapeutic exercise for health and wellness

2. รายวิชาที่ต้องเรียนก่อนรายวิชานี้ (ถ้ามี)

-

3. อาจารย์ผู้รับผิดชอบ อาจารย์ผู้สอนและกลุ่มเรียน (Section)

อาจารย์ ดร.ธัญญา หมดสะและ	thanyam@gs.wu.ac.th	อาจารย์ผู้ประสานงาน (หลัก)
อาจารย์ สุวัฒน์ จิตรดำรงค์	suwatj@gs.wu.ac.th	อาจารย์ผู้ประสานงาน (รอง)
อาจารย์ ดร.วีรยา ประโมทยกุล	weeraya@gs.wu.ac.th	อาจารย์ผู้สอน
อาจารย์ ดร. युภาภรณ์ รัตนวิจิตร	yupapornr@gs.wu.ac.th	อาจารย์ผู้สอน
อาจารย์ ดร.ณัฐภัทชกฤษฎ์ ทิมาบุตร	natapatchakrid@gs.wu.ac.th	อาจารย์ผู้สอน
อาจารย์ จินตนา ตันหยง	jintanat@gs.wu.ac.th	อาจารย์ผู้สอน
อาจารย์ รุจิรวรรณ บุปผาพรหม	rujirawan@gs.wu.ac.th	อาจารย์ผู้สอน
อาจารย์ ดร.ลักษิกา หวังอึ้ง	laksikaw@gs.wu.ac.th	อาจารย์ผู้สอน
ผศ. ดร.ธีรวัฒน์ นิธิอรธวานนท์	teerawatn@gs.wu.ac.th	อาจารย์ผู้สอน
ผศ.ดร.พัชรินทร์ นิลมาท	patcharinn@gs.wu.ac.th	อาจารย์ผู้สอน
ผศ.ดร.ประสิทธิ์ ปิปทุม	คณะพลศึกษา	อาจารย์พิเศษ
อาจารย์ มงคล ศิริวัฒน์	Tai Chi instructor	อาจารย์พิเศษ
กบ.สิรภัทร เรืองมณี	Pilates instructor	อาจารย์พิเศษ

4. ภาคการศึกษา/ปีการศึกษาที่เปิดสอนรายวิชา :

ภาคการศึกษาที่ 1 ชั้นปีที่ 2

5. สถานที่เรียน

ภาคปฏิบัติ และสัมมนา ณ ห้อง 220, 234/2, 308 อาคารคณะกายภาพบำบัด องค์กรักซ์ และ Online class

หมวดที่ 2 การจัดการเรียนการสอนที่เปรียบเทียบกับแผนการสอน

1. รายงานชั่วโมงการสอนจริงเทียบกับแผนการสอน

บรรยาย	ปฏิบัติ	สัมมนา	สอบบรรยาย	จำนวนชั่วโมงตาม แผนการสอน	หัวข้อ	เหตุผลที่ สอนจริง ต่างจาก แผนการ สอนจริง
	2			2	Tai Chi for health	-
	2			2	Yoga for health	-
	2			2	Pilates for health	-
	3			3	Mindfulness exercise	-
	2			2	Relaxation exercise (ประเมินในชั้นเรียน 10%)	-
		3		3	Applied exercise for relaxing stress (ประเมินในชั้นเรียน 10%)	-
		2		2	Applied exercise for reducing problems of office syndrome (ประเมินในชั้นเรียน 15%)	-
	2			2	Cognitive exercise (ประเมินในชั้นเรียน 5%)	-
		2		2	Applied cognitive exercise for improved brain function (ประเมินในชั้นเรียน 10%)	-
	3			3	Exercise for weight control (ประเมินในชั้นเรียน 10%)	-
	3			3	Aerobic exercise (ประเมินในชั้นเรียน 10%)	-
		2		2	Applied exercise for elderly wellness (ประเมินในชั้นเรียน 10%)	-
		1		1	Designed wellness program and prescription of exercise for smart-body and anti-aging (ประเมินในชั้นเรียน 10%)	-
		1		1	Designed wellness program and prescription of exercise for managed Non-communicable disease Hypertension/ DM/cholesterol (ประเมินในชั้นเรียน 10 คะแนน)	-
	19	11		30		

2. หัวข้อที่สอนไม่ครอบคลุมตามแผน

หัวข้อที่สอนไม่ครอบคลุมตาม แผน	นัยสำคัญของหัวข้อที่สอนไม่ ครอบคลุมตามแผน	แนวทางชดเชย
ไม่มี	ไม่มี	ไม่มี

3. ประสิทธิภาพของวิธีสอนที่ทำให้เกิดผลการเรียนรู้ตามที่ระบุไว้ในรายละเอียดของรายวิชา

ผลการเรียนรู้	วิธีสอนที่ระบุในรายละเอียดรายวิชา	ประสิทธิภาพ		ปัญหาของการใช้วิธีสอน (ถ้ามี) พร้อมข้อเสนอแนะในการแก้ไข
		มี	ไม่มี	
คุณธรรม จริยธรรม (ตัวหนา หมายถึง หัวข้อหลักที่ประเมิน) 1. มีความซื่อสัตย์ มีวินัย ตรงต่อเวลา 2. มีจิตสำนึกสาธารณะ เสียสละเพื่อส่วนรวม 3. ไม่ประเมิน 4. ไม่ประเมิน	- สอดแทรกเนื้อหาด้านคุณธรรม จริยธรรม และจรรยาบรรณทางวิชาการตลอดการสอน - ฝึกปฏิบัติ และการสัมมนา - ชี้แจงกฎระเบียบและแนวปฏิบัติในการเรียนการสอนอย่างชัดเจน - ให้นักศึกษาเรียนรู้การร่วมกับผู้อื่น มีความรับผิดชอบ ร่วมมือกันทำงาน รับฟังความคิดเห็นผู้อื่น และช่วยเหลือกันทำงานสำเร็จลุล่วง	✓		-
ความรู้ 1. บูรณาการความรู้ที่เรียนเพื่อใช้ประโยชน์ในการเรียนรู้ การทำงาน และการดำเนินชีวิตในสังคมพหุวัฒนธรรม 2. อธิบายความรู้พื้นฐานทางวิชาชีพ กิจกรรมบำบัด 3. ไม่ประเมิน 4. ไม่ประเมิน	- จัดการเรียนการสอนในลักษณะบูรณาการ และเน้นให้ผู้เรียนลงมือปฏิบัติ (Active Learning) - มีการแนะนำวิธีการเรียนรู้/การสืบค้นข้อมูลด้วยตนเอง และฝึกปฏิบัติ - ใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ที่หลากหลายทั้งการปฏิบัติ และการสัมมนา	✓		-
ทักษะทางปัญญา 1. ไม่ประเมิน 2. คิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบและแก้ไขปัญหาได้	- วิเคราะห์ปัญหาและฝึกบูรณาการความรู้เพื่อใช้ในการแก้ไขปัญหาอย่างเป็นระบบ - ใช้ตัวอย่างที่ดีเป็นกรณีศึกษา เพื่อให้นักศึกษาได้เรียนรู้วิธีแก้ไขปัญหาอย่างเหมาะสม	✓		-

ผลการเรียนรู้	วิธีสอนที่ระบุในรายละเอียดรายวิชา	ประสิทธิผล		ปัญหาของการใช้วิธีสอน (ถ้ามี) พร้อมข้อเสนอแนะในการแก้ไข
		มี	ไม่มี	
3. สามารถประเมิน วิพากษ์ สถานการณ์ต่าง ๆ โดยใช้ความรู้เป็นฐาน 4. ไม่ประเมิน	- เลือกกรณีศึกษา ให้นักศึกษา วิพากษ์วิจารณ์ในชั้นเรียน และเสนอแนะแนวทางแก้ไข - นำเสนอ อภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และสะท้อนคิดในชั้นเรียน			
ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ 1. ไม่ประเมิน 2. ไม่ประเมิน 3. ไม่ประเมิน 4. สามารถสื่อสารเพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพหรือการทำงานเป็นทีม	- จัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่เน้นรูปแบบของกิจกรรมกลุ่ม เพื่อผลักดันให้เกิดการอภิปรายแลกเปลี่ยนเรียนรู้ - ระหว่างผู้เรียนและผู้สอนอันจะนำไปสู่ การฝึกที่จะสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล - จัดการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ได้แสดงความคิดเห็นของตนและพร้อมที่จะยอมรับฟังความคิดเห็นของบุคคลอื่น	✓		-
ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ 1. สามารถวิเคราะห์ข้อมูลเชิงตัวเลข เพื่อให้เข้าใจองค์ความรู้หรือประเด็นปัญหา	- สอดแทรกทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลขเพื่อพัฒนาทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลขอย่างต่อเนื่อง - มอบหมายงาน รายงานกรณีศึกษารวมถึงการนำเสนอผลงาน โดยให้นักศึกษาได้ใช้ทักษะ	✓		-

ผลการเรียนรู้	วิธีสอนที่ระบุในรายละเอียดรายวิชา	ประสิทธิผล		ปัญหาของการใช้วิธีสอน (ถ้ามี) พร้อมข้อเสนอแนะในการแก้ไข
		มี	ไม่มี	
2. สามารถใช้ภาษาในการสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ 3. ไม่ประเมิน	ทางการสื่อสาร และเทคโนโลยีสารสนเทศ รวมถึงการใช้เครื่องมือที่เกี่ยวข้องอย่างมีประสิทธิภาพ			
ทักษะปฏิบัติทางวิชาชีพ ไม่ประเมิน			✓	-

4. ข้อเสนอการดำเนินการเพื่อปรับปรุงวิธีสอน

ไม่มี

หมวดที่ 3 สรุปผลการจัดการเรียนการสอนของรายวิชา

1. จำนวนนักศึกษาที่ลงทะเบียน (ณ วันหมดกำหนดการเพิ่มถอน)

34 คน (เครดิต 34 คน)

2. จำนวนนักศึกษาที่คงอยู่เมื่อสิ้นสุดภาคการศึกษา

34 คน (เครดิต 34 คน)

3. จำนวนนักศึกษาที่ถอน (W)

ไม่มี

4. การกระจายของระดับคะแนน (เกรด)

ระดับเกรด	จำนวนนิสิตที่ได้ (คน)	คิดเป็น (%)
A	34	100%
B+	-	-
B	-	-
C+	-	-
C	-	-
D+	-	-
D	-	-
E	-	-

5. ปัจจัยที่ทำให้ระดับคะแนนผิดปกติ (ถ้ามี)

-

6. ความคลาดเคลื่อนจากแผนการประเมินที่กำหนดไว้ในรายละเอียดรายวิชา

6.1 ความคลาดเคลื่อนด้านกำหนดเวลาการประเมิน

ไม่มี

6.2 ความคลาดเคลื่อนด้านวิธีการประเมินผลการเรียนรู้ (ถ้ามี)

7. การทบทวนสอบผลสัมฤทธิ์ของนิสิตและผู้สอน

วิธีการทวนสอบ การให้คะแนนภาคปฏิบัติ และสัมมนา	สรุปผล
1. ส่งแผนการประเมิน ทวนแบบประเมิน และวิธีประเมินให้แก่ผู้ร่วมสอนในหัวข้อนั้น และกรรมการบริหารหลักสูตร	มีการส่งแบบประเมินแต่ละหัวข้อเพื่อพิจารณา ก่อนการให้ประเมิน
2. พิจารณาตัดเกรดในที่ประชุมกรรมการบริหาร หลักสูตรและคณาจารย์	ผลการพิจารณาตัดเกรดในที่ประชุม กรรมการบริหารหลักสูตรกิจกรรมบำบัดและ คณาจารย์ผู้สอน
3. พิจารณาผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาโดยคณาจารย์ ผู้สอน 5 คน ประเมินนิสิตด้วยแบบประเมินทวน สอบผลสัมฤทธิ์	อาจารย์ผู้ประเมินมีความเห็นว่านิสิตมีการ พัฒนาทักษะการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ของ รายวิชาอยู่ในระดับดี โดยมีระดับคะแนนอยู่ที่ 4.40 จากคะแนนเต็ม 5 (เอกสารแนบสรุปผล ทวนสอบผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา)
4. ประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาโดยนิสิต ประเมินตนเองด้วยแบบประเมินทวนสอบ ผลสัมฤทธิ์ (นิสิตทำการประเมินตนเองจำนวน 22 คน)	นิสิตมีความเห็นว่าตนเองมีการพัฒนาทักษะการ เรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ของรายวิชาอยู่ในระดับ ดีมาก โดยมีระดับคะแนนอยู่ที่ 4.53 จาก คะแนนเต็ม 5 (เอกสารแนบสรุปผลทวนสอบ ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา)

หมวดที่ 4 ปัญหาและผลกระทบต่อการดำเนินการ

1. ประเด็นด้านทรัพยากรประกอบการเรียนและสิ่งอำนวยความสะดวก

ปัญหาในการใช้แหล่งทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน	ผลกระทบ
ไม่มี	ไม่มี

2. ประเด็นด้านการบริหารและองค์กร

ปัญหาด้านการบริหารและองค์กร (ถ้ามี)	ผลกระทบต่อผลการเรียนรู้ของนิสิต
ไม่มี	ไม่มี

หมวดที่ 5 การประเมินรายวิชา

1. ผลการประเมินรายวิชาโดยนิสิต (เอกสารแนบ)

นิสิตมีความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนการสอนของรายวิชาการออกกำลังกายเพื่อรักษาสุขภาพ และสุขภาวะด้วยคะแนนเฉลี่ยในระดับดีมาก คะแนน 4.73 จากฐานคะแนนเต็ม 5

1.1 ข้อเสนอแนะจากนิสิต

ไม่มี

1.2 ความเห็นของอาจารย์ผู้สอนต่อข้อวิพากษ์ตามข้อ 1.1

ไม่มี

2. ผลการประเมินรายวิชาโดยวิธีอื่น

จากสอบถามความพึงพอใจนิสิต (จากหลักสูตร) เพิ่มเติมเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนและการประเมินผล มีผลคะแนนเฉลี่ยในระดับดีมาก 4.71 คะแนน จากฐานคะแนนเต็ม 5 และจากการทวนผลสัมฤทธิ์รายวิชาในหมวด 3 ข้อ 7

2.1 ข้อวิพากษ์ที่สำคัญจากผลการประเมินโดยวิธีอื่น

ไม่มี

2.2 ความเห็นของอาจารย์ผู้สอนต่อข้อวิพากษ์ตามข้อ 2.1

ไม่มี

หมวดที่ 6 แผนการปรับปรุง

1. ความก้าวหน้าของการปรับปรุงการเรียนการสอนตามที่เสนอในรายงานของรายวิชาครั้งที่ผ่านมา

แผนการปรับปรุงของภาคเรียน/ปีการศึกษาที่ผ่านมา	ผลการดำเนินการ
ไม่มี	ไม่มี

2. การดำเนินการอื่นๆ ในการปรับปรุงรายวิชา

การดำเนินการอื่นๆ ในการปรับปรุงรายวิชา	ผลการดำเนินการ
ไม่มี	ไม่มี

3. ข้อเสนอแผนการปรับปรุงสำหรับภาคการศึกษา/ปีการศึกษาต่อไป

ข้อเสนอ	กำหนดเวลาแล้วเสร็จ	ผู้รับผิดชอบ
ไม่มี	ไม่มี	ไม่มี

4. ข้อเสนอแนะของอาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาต่ออาจารย์ผู้รับผิดชอบหลักสูตร

ไม่มี

ชื่ออาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชา :

ลงชื่อ.....วันที่รายงาน.....24 ธันวาคม 2568.....

(อาจารย์ ดร.ธัญญา หมดสะและ)

ชื่ออาจารย์ผู้รับผิดชอบหลักสูตร :

ลงชื่อ.....วันที่รับรายงาน.....

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พิรยา เต็มเจริญสุข)

ลงชื่อ.....วันที่รับรายงาน.....

(อาจารย์ ดร. วีรยา ประโมทยกุล)

ลงชื่อ.....วันที่รับรายงาน.....

(อาจารย์ ดร.ณัฐภัทชกฤษฎ์ ทิมาบุตร)

ลงชื่อ.....วันที่รับรายงาน.....

(อาจารย์พรสวรรค์ โพธิ์สว่าง)

ลงชื่อ.....วันที่รับรายงาน.....

(อาจารย์อภิญาพัชญ์ กองเกิด)