



นักศึกษาครู “พลศึกษาไทย” : ทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21

Thai Physical Education Students: 21st Century Learning Skills

ดร. วายุ กาญจนสร*

Wayu Kanjanasorn, Ph.D.*

สาขาวิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น 40002

Department of Physical Education, Faculty of Education, Khon Kaen University, Thailand, 40002

บทคัดย่อ

บทความวิชาการฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อถ่ายทอดองค์ความรู้เกี่ยวกับทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ที่นักศึกษาพลศึกษาไทยควรจะได้รับรู้เพื่อพัฒนาตนเองให้ก้าวไปสู่การเป็นครูพลศึกษามืออาชีพ โดยเป้าหมาย คือ การเป็นนักศึกษาพลศึกษาที่ดี เก่ง และมีความสุข โดยสรุป ดี คือ ต้องรู้จักให้เกียรติ อ่อนน้อมถ่อมตน รักษากฎ กติกา มีมารยาททางสังคม มีจริยธรรม สามารถปรับตัว ความรับผิดชอบต่อตัวเองและสังคม มีน้ำใจไมตรี สามัคคี ยึดถือประโยชน์ส่วนรวม เป็นผู้นำ ให้ความสำคัญกับศีลธรรมและวัฒนธรรมที่ดีงาม เป็นต้น เก่ง คือ ต้องมีองค์ ความรู้ด้านพลศึกษา กีฬา การออกกำลังกาย และนันทนาการ ในรูปแบบที่เป็นองค์รวม มีทักษะปัญญาทั้ง 8 ด้าน มีทักษะ 3R x 7C ที่สำคัญต้องมีความสามารถของจิตทั้ง 3 ด้าน คือ จิตเชี่ยวชาญ จิตสังเคราะห์ และจิตสร้างสรรค์ มีความสุข คือ ต้องสามารถดำเนินชีวิตแบบบูรณาการ มีชีวิตสมดุลระหว่างการเรียน งาน เงิน และคุณภาพชีวิต เปลี่ยนมุมมองการทำงาน และการเรียนเป็นสิทธิพิเศษแทนที่จะมองว่าเป็นหน้าที่ แต่ ความสุข ที่ลบลวง คือ กิเลส ซึ่งไม่รู้จักอิมจักพอ

คำสำคัญ: นักศึกษาพลศึกษา ทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21

Abstract

The purpose of this article were to transfer of knowledge regarding 21st Century Learning Skills to Thai physical education students should be recognized for self-development towards becoming a physical education professional teacher. By the goal is to be a physical education student at the good, sharp, and happiness. In addition, good was learn to honor, humble, keeping the rules, social etiquette, ethical, adaptation, responsibility for themselves and society, kindness, cohesion, sahel public interests, leadership, the focus is on moral and cultural beauty and etc. Sharp were must have body

*Corresponding author. Mobile +66 85-739-5827

Email address: wayukan@kku.ac.th

of knowledge on physical education, sports, exercise, and recreation in a format that a holistic, there are eight aspects intellectual skills, 3R × 7C skills, the ability of three mental aspects are required; disciplined mind, synthesizing mind, and creating mind. Happiness of lifestyle could be integrated, balance lifestyle among learning, work, money and quality of life. Changing the perspective to work and learning are privilege rather than duty. But the tricky happiness is passion which insatiable.

Keywords: Physical Education Student, 21st Century Learning Skills

บทนำ

เฮาเวิร์ด การ์ดเนอร์ (Howard Gardner) ได้คิดค้นทฤษฎีพหุปัญญา (Theory of Multiple Intelligences) และได้เสนอแนวคิดที่ว่า สติปัญญาของมนุษย์มีหลายด้านที่มีความสำคัญเท่าเทียมกัน ขึ้นอยู่กับว่าใครจะโดดเด่นในด้านไหนบ้าง เป็นลักษณะเฉพาะตัวของแต่ละคนไป ปัจจุบันมีปัญญาอยู่อย่างน้อย 8 ด้าน ดังนี้

1. ปัญญาด้านภาษา (Linguistic Intelligence) คือ ความสามารถในการใช้ภาษารูปแบบต่างๆ ตั้งแต่ภาษาพื้นเมือง จนถึงภาษาอื่นๆ ด้วย สามารถรับรู้เข้าใจภาษา และสามารถสื่อภาษาให้ผู้อื่นเข้าใจได้ตามที่ต้องการ

2. ปัญญาด้านตรรกศาสตร์และคณิตศาสตร์ (Logical-Mathematical Intelligence) คือ ความสามารถในการคิดแบบมีเหตุและผล การคิดเชิงนามธรรม การคิดคาดการณ์ และการคิดคำนวณทางคณิตศาสตร์

3. ปัญญาด้านมิติสัมพันธ์ (Visual-Spatial Intelligence) คือ ความสามารถในการรับรู้ทางสายตาได้ดี สามารถมองเห็นพื้นที่ รูปทรง ระยะทาง และตำแหน่ง อย่างสัมพันธ์เชื่อมโยงกัน แล้วถ่ายทอดแสดงออกอย่างกลมกลืน มีความไวต่อการรับรู้ในเรื่องทิศทาง

4. ปัญญาด้านร่างกายและการเคลื่อนไหว (Bodily Kinesthetic Intelligence) คือ ความสามารถในการควบคุมและแสดงออกซึ่งความคิด ความรู้สึก โดยใช้อวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกาย รวมถึงความสามารถในการใช้มือประดิษฐ์ ความคล่องแคล่ว ความแข็งแรง

ความรวดเร็ว ความยืดหยุ่น ความประณีต และความไวทางประสาทสัมผัส

5. ปัญญาด้านดนตรี (Musical Intelligence) คือ ความสามารถในการซึมซับ และเข้าถึงสุนทรียะทางดนตรี ทั้งการได้ยิน การรับรู้ การจดจำ และการแต่งเพลง สามารถจดจำจังหวะ ทำนอง และโครงสร้างทางดนตรีได้ดี และถ่ายทอดออกมาโดยการเคาะจังหวะ เล่นดนตรี และร้องเพลง

6. ปัญญาด้านมนุษยสัมพันธ์ (Interpersonal Intelligence) คือ ความสามารถในการเข้าใจผู้อื่น ทั้งด้านความรู้สึกนึกคิด อารมณ์ และเจตนาที่ซ่อนเร้นอยู่ภายใน มีความไวในการสังเกต สีหน้า ท่าทาง น้ำเสียง สามารถตอบสนองได้อย่างเหมาะสม สร้างมิตรภาพได้ง่าย เจรจาต่อรอง ลดความขัดแย้ง สามารถเข้าใจผู้อื่นได้ดี เป็นปัญญาด้านที่จำเป็นต้องมีอยู่ในทุกคน

7. ปัญญาด้านการเข้าใจตนเอง (Intrapersonal Intelligence) คือ ความสามารถในการรู้จัก ตระหนักรู้ในตนเอง สามารถเท่าทันตนเอง ควบคุมการแสดงออกอย่างเหมาะสมตามกาลเทศะ และสถานการณ์ รู้ว่าเมื่อไหร่ควรเผชิญหน้า เมื่อไหร่ควรหลีกเลี่ยง เมื่อไหร่ต้องขอความช่วยเหลือ มองภาพตนเองตามความเป็นจริง รู้ถึงจุดอ่อน หรือข้อบกพร่องของตนเอง ในขณะที่เดียวกันก็รู้ว่าตนมีจุดแข็ง หรือความสามารถในเรื่องใด มีความรู้เท่าทันอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ความคาดหวัง ความปรารถนา และตัวตนของตนเองอย่าง

8. ปัญญาด้านธรรมชาติวิทยา (Naturalist Intelligence) คือ ความสามารถในการรู้จัก และเข้าใจธรรมชาติอย่างลึกซึ้ง เข้าใจกฎเกณฑ์ ปรากฏการณ์ และการรังสรรค์ต่างๆ ของธรรมชาติ มีความไวในการสังเกต เพื่อคาดการณ์ความเป็นไปของธรรมชาติ มีความสามารถในการจัดจำแนก แยกแยะประเภทของสิ่งมีชีวิต ทั้งพืชและสัตว์ [4]

นักศึกษา “พลศึกษา” ซึ่งในอนาคตจะประกอบวิชาชีพเกี่ยวกับสุขภาพ และวิชาชีพที่สำคัญที่สุด คือ “ครูพลศึกษา” เป็นส่วนใหญ่ นั้น ถูกคาดหวังอย่างยิ่งว่า จะเป็นผู้ที่มีความสามารถทางด้านการเล่นกีฬา เป็นเลิศ การเคลื่อนไหวที่ยืดหยุ่น มีสมรรถภาพทางร่างกายที่ดี จัดการแข่งขันกีฬาเป็น พร้อมกันนั้น จะต้องเป็นผู้ที่มีความรอบรู้ด้านการออกกำลังกาย และสุขภาพ ที่สำคัญต้องเป็นผู้ที่มีคุณธรรม และจริยธรรมอย่างยิ่ง เป็นต้น

ดังนั้น ปัญญาด้านที่ 4 ด้านร่างกายและการเคลื่อนไหว (Bodily Kinesthetic Intelligence) จึงน่าจะเป็นสติปัญญาที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาครู “พลศึกษา” มากที่สุดตามความคาดหวังของสังคม

แต่อย่างไรก็ตามขึ้นชื่อว่าบุคคลที่เข้ามาเรียนทางด้าน ครุศาสตร์ หรือ ศึกษาศาสตร์ นั้นคงไม่ใช่ว่าจะรู้แค่ศาสตร์ในสาขาวิชาเอกของตนเองเท่านั้น เพราะทั้งหมดทั้งมวลนั้นขึ้นต้นด้วยคำว่า “ครู” ฉะนั้นแล้วผู้เขียนจึงเห็นว่าความจำเป็นที่นักศึกษาพลศึกษาต้องรอบรู้ในสติปัญญาทุกๆ ด้าน ยกตัวอย่างเช่น

ต้องมีปัญญาด้านภาษา เพราะบางครั้งการฟังหรือพูดภาษาท้องถิ่นก็มีความจำเป็นต่อการเข้าใจ เข้าถึง และพัฒนาตัวนักเรียน

ต้องมีปัญญาด้านตรรกศาสตร์ เพราะคนที่จะเป็นครูต้องมีเหตุผล และเชื่อถือได้

ต้องมีปัญญาด้านมิติสัมพันธ์

เพราะครูต้องออกแบบการเรียนการสอน การจัดและคุมชั้นเรียน การออกแบบและผลิตสื่อการสอน

ต้องมีปัญญาด้านดนตรี เพราะครูต้องเข้าถึงสุนทรียะทางดนตรี ทั้งการได้ยิน การรับรู้ การจดจำ หรือแม้กระทั่งมีอารมณ์ขัน

ต้องมีปัญญาด้านมนุษยสัมพันธ์ เพราะต้องสอนนักเรียน มีความเข้าใจเด็ก เข้าใจผู้ปกครอง และชุมชน ทำงานกับคนอื่นได้

ต้องมีปัญญาด้านการเข้าใจตนเอง เพราะครูจะต้องมีการควบคุมอารมณ์ในขณะสอน ใจเย็น รู้ว่าอะไรควรไม่ควร

ต้องมีปัญญาด้านธรรมชาติวิทยา เพราะต้องมีการจัดบรรยากาศในชั้นเรียน ในโรงเรียนให้ร่มรื่น เชื้อต่อการเรียนรู้ เป็นต้น

ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่นักศึกษา ครู “พลศึกษา” ต้องพัฒนาตนเองเพื่อให้มีความรอบรู้ในทุกๆ ด้าน ดังที่กล่าวมา แต่อย่างไรก็ตามการที่จะเป็นอนาคตครูพลศึกษาที่มีประสิทธิภาพ มีคุณภาพ ในศตวรรษที่ 21 นั้น สำหรับปัญญาทั้ง 8 ด้าน คงยังไม่เพียงพอต่อการพัฒนาตนเองให้เป็นนักศึกษาครูพลศึกษาที่เพียบพร้อมในอนาคตได้ เพราะที่สุดแล้วการจะเป็นครูพลศึกษาที่เพียบพร้อมนั้นต้องทั้ง **“ดี เก่ง และ มีความสุข”** สอดคล้องกับ เฮาเวิร์ด การ์ดเนอร์ (Howard Gardner) ได้กล่าวไว้ในหนังสือทักษะแห่งอนาคตใหม่ การศึกษาเพื่อศตวรรษที่ 21 ของ เจมส์ เบลลันกา และ รอน แบรินต์ (James Bellanca and Ron Brandt) [2] ไว้ที่น่าสนใจว่า เพราะทุกวันนี้ ความเชี่ยวชาญมากกว่าหนึ่งสาขาวิชาเป็นสิ่งที่ต้องการอย่างมาก เรายกย่องผู้รู้แบบสหวิทยาการอย่างแท้จริง

ในบทความฉบับนี้จึงมุ่งไปที่การพัฒนา นักศึกษาครู “พลศึกษา” เกี่ยวกับทักษะการเรียนรู้ เพื่อเป็น ครูดี ครูเก่ง และมีความสุข ในศตวรรษที่ 21 ที่นักศึกษาครูพลศึกษาต้องรู้ให้เท่าทัน เพื่อที่จะนำไปพัฒนาตนเอง และจบออกไปประกอบอาชีพเป็นครูพลศึกษามีอาชีพต่อไป โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. นักศึกษาครู “พลศึกษาไทย” เป็น “ครูดี”

ทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21

การเปลี่ยนแปลงภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ สิ่งหนึ่งที่สำคัญที่ต้องพัฒนาไปพร้อมกันนั้นคือ จิตของมนุษย์ที่มีความหลากหลายและซับซ้อน ทั้งนี้ เฮาเวิร์ด การ์ดเนอร์ (Howard Gardner) ได้กล่าวถึงจิตห้าลักษณะสำหรับอนาคต ไว้ในหนังสือทักษะแห่ง

อนาคตใหม่ การศึกษาเพื่อศตวรรษที่ 21 [2] ไว้อย่างน่าสนใจว่า จิตที่เกี่ยวข้องกับการรู้คิดเป็นหลักมีสามลักษณะได้แก่ จิตเชี่ยวชาญ (disciplined mind) จิตรู้สังเคราะห์ (synthesizing mind) และจิตสร้างสรรค์ (creating mind) อีกสองลักษณะที่เกี่ยวข้องกับความเป็นมนุษย์นั่นคือ จิตรู้เคารพ (respectful mind) และจิตรู้จริยธรรม (ethical mind)

ทั้งนี้บุคคลใดที่จะจบการศึกษาออกไปเป็นครูแล้วนั้นย่อมต้องมีให้ครบจิตทั้งห้าลักษณะจึงจะสามารถประกอบวิชาชีพได้อย่างเชี่ยวชาญ สง่างาม และภาคภูมิใจในวิชาชีพครู อีกทั้งยังได้กล่าวถึง จิตรู้จริยธรรม ไว้ที่น่าสนใจว่า เราไม่ได้เป็นแค่ นักวิชาชีพ เรายังเป็นสมาชิกของครอบครัว เป็นพลเมืองของชุมชน และเป็นผู้อยู่อาศัยบนโลกใบนี้

อีกทั้ง คริส ดีดี (Chris Dede) ก็ได้นำเสนอกรอบแนวคิดเพื่อการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ของภาคีเพื่อทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 ในหนังสือ ของ [2] ในหลายประเด็นเช่นเดียวกัน ประเด็นที่สำคัญหนึ่งประเด็น คือ ทักษะชีวิต ครูที่ดีย่อมรู้จักสอดแทรกทักษะชีวิตในบทเรียน ได้แก่ ความเป็นผู้นำ ความมีจริยธรรม ความสามารถในการปรับตัว การรู้จักเพิ่มพูนประสิทธิภาพผลของตัวเอง ความรับผิดชอบต่อตัวเอง ทักษะในการเข้าถึงคน ความสามารถในการชี้นำตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม

จากแนวคิดข้างต้นได้สอดคล้องกับ แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) [10] โดยให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนและสังคมไทยให้มีคุณภาพ ทั้งนี้ ประเทศไทยจะเผชิญกับความเสี่ยงที่ต้องเตรียมการสร้างภูมิคุ้มกันให้ประเทศพร้อมเผชิญการเปลี่ยนแปลงอย่างมีประสิทธิภาพ 6 ประการ หนึ่งในประการที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง คือ ค่านิยมที่ดีงามเสื่อมถอยและประเพณีดั้งเดิมถูกบิดเบือน เนื่องด้วยการเปลี่ยนแปลงภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ ส่งผลให้สังคมไทยมีความเป็นวัตถุนิยมให้ความสำคัญกับศีลธรรมและวัฒนธรรมที่ดีงามลดลง ทั้งการดำรงชีวิตประจำวัน การใช้ชีวิตและความสัมพันธ์กับผู้อื่น การช่วยเหลือเกื้อกูลกันลดลง ความมี

น้ำใจไมตรีน้อยลง ขาดความสามัคคี ไม่เคารพสิทธิผู้อื่น และขาดการยึดถือประโยชน์ส่วนรวม

จากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 ข้างต้นได้เชื่อมโยงกับนโยบายและยุทธศาสตร์การวิจัยของชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2555-2559) [11] ยุทธศาสตร์การวิจัยที่ 1 การสร้างศักยภาพและความสามารถเพื่อการพัฒนาทางสังคม กลยุทธ์การวิจัยที่ 1 ปฏิรูปการศึกษา กระบวนการเรียนการสอน ตลอดจนการพัฒนากระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเอง ระบบสนับสนุนการเรียนรู้ตลอดชีวิต ที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตในแต่ละท้องถิ่นด้วยการพัฒนาคน เด็ก และเยาวชน ประเด็นการวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาระบบการเรียนการสอนเพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนพัฒนาด้านคุณธรรม จริยธรรม ความมั่นคงทางอารมณ์ กลยุทธ์การวิจัยที่ 2 ส่งเสริมอนุรักษ์ และพัฒนาคุณค่าทางศาสนา คุณธรรม จริยธรรม ศิลปวัฒนธรรมและเอกลักษณ์ที่หลากหลาย ประเด็นการวิจัยเกี่ยวกับการเสริมสร้างธรรมาภิบาลในสังคม

ทั้งนี้ ในช่วงหลายปีที่ผ่านมา [9] ได้รวบรวมข่าวสื่อมวลชนจากหนังสือพิมพ์ วิทยุ และโทรทัศน์ ประมวลเป็นเหตุการณ์ปัญหาทางคุณธรรมจริยธรรมของนักศึกษาสรุปได้ ดังนี้ เช่น กรณีนักศึกษาก้าวร้าว อาจารย์ผู้สอนโดยใช้อาวุธรุนแรงไม่สุภาพ รับจ้างสอบเข้าสถาบันอุดมศึกษา การนำเอาเอกสารเข้าห้องสอบลอกรายงานเพื่อน เสพยาเสพติด และของมีค่ามาจนครองสติไม่ได้ไปทะเลาะวิวาทกับเพื่อน และ นำเงินที่ผู้ปกครองส่งมาให้ไปเล่นพนันหมดตัวส่งผลให้มีปัญหาต่างๆ อีกมากมาย ที่สำคัญในปัจจุบันได้มีข่าวตามสื่อต่างๆ ที่เป็นไปในทิศทางที่ไม่ดี เกี่ยวกับพฤติกรรมของครูพลศึกษา เช่น ช่มชู้เด็กนักเรียน ลงโทษนักเรียนอย่างรุนแรง คำยาเสพติด และอื่นๆ เป็นต้น [3]

ดังนั้นจากเหตุการณ์ที่ผ่านมาเห็นได้ว่าปัญหาที่เกี่ยวกับคุณธรรมจริยธรรม ความรับผิดชอบของนักศึกษาไทยหรือวิชาชีพครู พลศึกษายังอยู่ในช่วงวิกฤต ยิ่งในยุคปัจจุบันภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ ส่งผลให้สังคมไทยมีความเป็นวัตถุนิยม ให้ความสำคัญ

กับศีลธรรมและวัฒนธรรมที่ดิ่งามลดลง ทุกภาคส่วน
ยังต้องเร่งพัฒนา และแก้ปัญหาด้านคุณธรรมจริยธรรม
ความรับผิดชอบของนักศึกษาไทยอย่างเร่งด่วน

จากข้อมูลและปัญหาข้างต้น การศึกษาจึงมี
ความสำคัญต่อการพัฒนาประเทศชาติเป็นอย่างยิ่ง
เพราะเป็นพื้นฐานที่จะทำให้ประชาชนเกิดคุณลักษณะ
ตามเป้าหมายของการพัฒนาประเทศชาติ ซึ่งอีกปัจจัย
หนึ่งที่มีความสำคัญที่สุดในการพัฒนาคุณภาพ
การศึกษานั้น คือ “ครู” ทั้งนี้การที่ครูจะประกอบภารกิจ
อันสำคัญยิ่งดังกล่าวอย่างสมบูรณ์ได้นั้น ครูจะต้อง
เป็นผู้มีความรู้ ความสามารถและคุณลักษณะอื่นๆ
ที่จำเป็นต่อการสอนตามหลักสูตรอย่างมีประสิทธิภาพ
โดยเฉพาะ “คุณธรรม จริยธรรม”

“ครูพลศึกษา” เป็นครูอีกสาขาหนึ่งที่นับว่า
มีความสำคัญยิ่งต่อการพัฒนาคุณภาพการศึกษา
และพัฒนาผู้เรียนให้เกิดคุณลักษณะที่พึงประสงค์
เพราะวิชาพลศึกษา เป็นวิชาที่ส่งเสริมให้นักเรียน
ได้มีพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และ
สังคม [8] พร้อมกันนั้นยังสอนให้รู้จักเคารพกฎ กติกา
มารยาท ระเบียบวินัย พลศึกษาจึงมีส่วนหล่อหลอม
ให้ผู้เรียนเป็นผู้ที่มีความรู้คู่คุณธรรม

ทั้งอดีต ปัจจุบัน และอนาคต ได้เน้นย้ำถึง
คุณธรรม จริยธรรม ไว้อย่างหนักแน่นว่าสิ่งที่มีมนุษย์
จะขาดไม่ได้ในการดำรงชีวิต คือ ต้องมีความดี
เพราะไม่ว่าโลกของเราจะพัฒนาไปในทิศทางใดสิ่งที

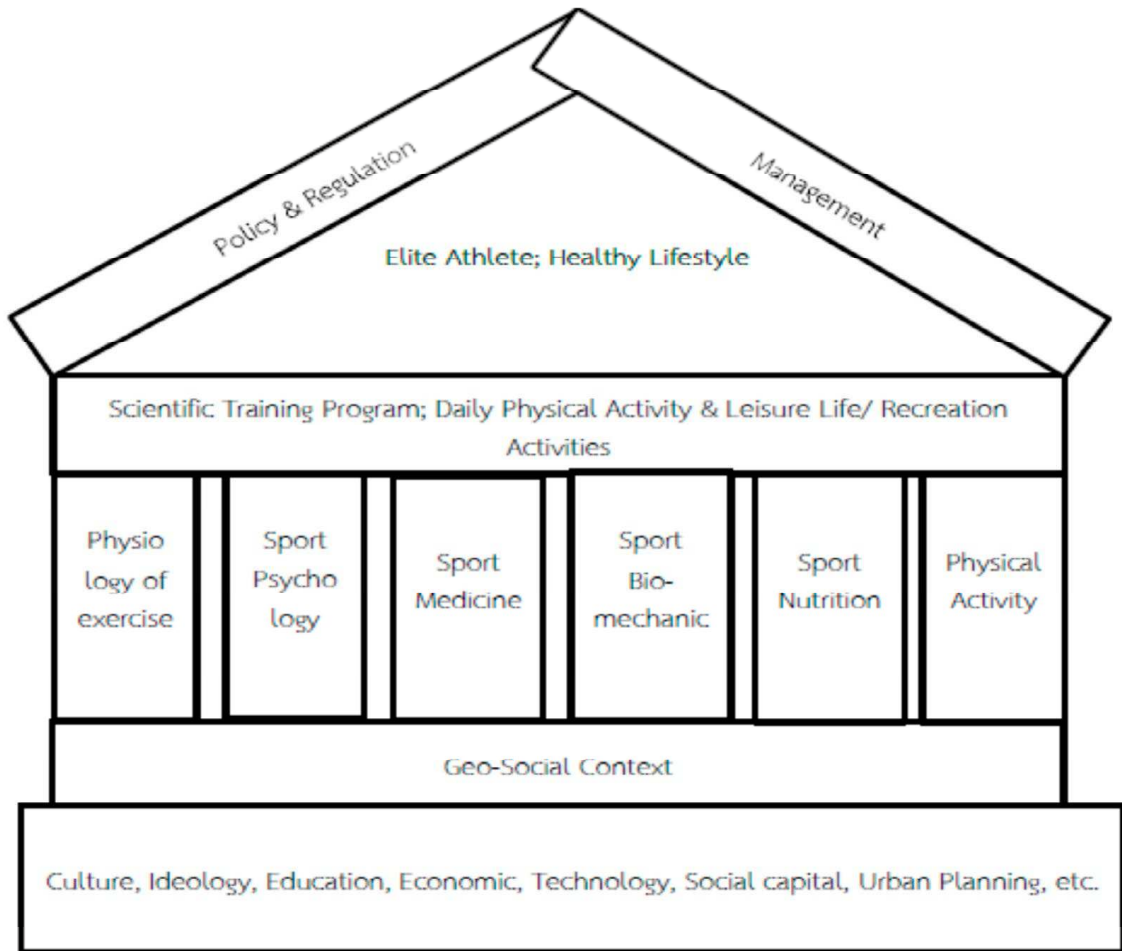
จะยังคงอยู่ให้เราอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข คือ
ความดี และบุคคลสำคัญที่จะเป็นตัวตั้งต้น และเป็น
แม่พิมพ์ที่ดีให้กับบุคคลรุ่นต่อไป คือ ครู

สรุป นักศึกษาครู “พลศึกษา” เป็น “ครูดี”
ในศตวรรษที่ 21 คือ ต้องเป็นผู้ที่รู้จักเรียนรู้ที่จะเป็น
อนาคตครูพลศึกษาที่ดีโดย มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์
เช่น รู้จักให้เกียรติ รู้เคารพ สุภาพ อ่อนน้อมถ่อมตน
รักษากฎกติกา มีมารยาททางสังคม มีจริยธรรม
สามารถปรับตัว ความรับผิดชอบต่อตัวเองและสังคม
ทักษะในการเข้าถึงคน ความมีน้ำใจไมตรี ความสามัคคี
เคารพสิทธิผู้อื่น ยึดถือประโยชน์ส่วนรวม เป็นผู้นำ
ให้ความสำคัญกับศีลธรรมและวัฒนธรรมที่ดิ่งาม
ที่สำคัญต้องมีจรรยาบรรณในวิชาชีพครู เป็นต้น

2. นักศึกษาครู “พลศึกษาไทย” เป็น “ครูเก่ง”

ทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21

ขึ้นชื่อว่า นักศึกษา “ครูพลศึกษา” มีความจำเป็น
ต้องรอบรู้ และเชี่ยวชาญ ในศาสตร์ทางด้านพลศึกษา
กีฬา การออกกำลังกาย และนันทนาการ ซึ่งทั้งหมด
ที่กล่าวมานั้นมีความสัมพันธ์ และเกี่ยวโยงกันอย่างขาด
สิ่งใดสิ่งหนึ่งไปไม่ได้ รวมไปถึงศาสตร์พันธมิตรอื่นๆ
ที่ต้องเข้ามามีส่วนร่วมช่วยกันพัฒนาให้วงการพัฒนา
ต่อไปอย่างมั่นคง ทั้งนี้ [1] ได้ให้กรอบแนวคิดดังกล่าว
ที่เชื่อมโยงกันอย่างน่าสนใจเป็น “The House of
Sports” ในหนังสือ ศิลปะแห่งกีฬา รายละเอียดดัง รูปที่ 1



รูปที่ 1 The House of Sports

จากรูปที่ 1 อธิบายได้โดยมีนัยที่จะแสดงถึงความสัมพันธ์เชิงโครงสร้างขององค์ประกอบกลุ่มต่างๆ ดังนี้

องค์ประกอบส่วนฐาน เป็นองค์ประกอบส่วนล่างสุดของการดำเนินงานกิจกรรมกีฬาในสังคมเป็นรากฐานเพื่อรองรับโครงสร้างของกีฬาทั้งระบบ โดยเริ่มจากบริบทแวดล้อมทางภูมิสังคมของไทยที่ตั้งอยู่บนรากฐานทางวัฒนธรรม คุณค่าของชาติ การศึกษา เศรษฐกิจ เทคโนโลยี ทุนทางสังคม รวมไปถึงการออกแบบผังเมืองเพื่อรองรับกิจกรรมกีฬา การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ และกิจกรรมทางกายในชีวิตประจำวัน เช่น เดิน ปั่นจักรยาน หรืออื่นๆ เป็นต้น

องค์ประกอบส่วนต้นเสา เป็นองค์ประกอบกลุ่มวิชาการ มีความเข้มแข็งเชิงองค์ความรู้ทางวิทยาศาสตร์การกีฬา และองค์ความรู้ด้านการมี

กิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพที่ดีของประชาชน จึงเปรียบเสมือนต้นเสาอันเป็นโครงสร้างหลักของบ้าน ประกอบด้วย สรีระวิทยาการออกกำลังกาย จิตวิทยาการกีฬา เวชศาสตร์การกีฬา ชีวกลศาสตร์ทางการกีฬา โภชนศาสตร์ทางการกีฬา และกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

องค์ประกอบคานหัวเสา ทำหน้าที่รองรับหลังคา องค์ประกอบส่วนนี้จึงถูกเปรียบให้เป็นส่วนที่จะรับเอาองค์ความรู้เชิงวิชาการทุกแขนงจากต้นเสาขึ้นมาเป็นกรอบในการกำหนดโปรแกรมการฝึกอบรมทางวิทยาศาสตร์ กิจกรรมทางกายในชีวิตประจำวัน กิจกรรมยามว่าง และนันทนาการ

องค์ประกอบหลังคา เป็นส่วนที่อยู่บนสุดของโครงสร้างทำหน้าที่ให้ความร่มเย็นและมั่นคงแก่ผู้อยู่อาศัย เปรียบได้กับฝ่ายบริหารที่มีหน้าที่ดูแลชีวิตทุกข์ สุข ของสมาชิกในองค์กร กำหนดนโยบาย กฎ

ระเบียบ และข้อบังคับต่างๆ เพื่อให้ส่วนต่างๆ ในโครงสร้าง ได้ถือปฏิบัติ พร้อมทั้งบริหารจัดการให้ภารกิจภารกิจกีฬา ก้าวหน้า บรรลุผลตามแนวนโยบายที่วางไว้ ทั้งด้าน กีฬาเพื่อความเป็นเลิศ กีฬามวลชน และการออกกำลังกาย ที่มีเป้าหมายเพื่อสร้างสุขภาวะแก่ประชาชน ในวงกว้าง

องค์ประกอบหน้าจั่ว ถือเป็นส่วนหน้าของ บ้านเรือนแสดงอัตลักษณ์ของอาคารนั้นๆ ต่อสาธารณะ ด้วยการออกแบบภาพลักษณ์ที่ต้องการนำเสนอ บนหน้าจั่วด้วยความวิจิตรบรรจง และหน้าจั่วของบ้าน หลังนี้ คือ ผลพวงของความสำเร็จในการนิกีฬาไปใช้อย่างมีศิลปะ จนสามารถบรรลุเป้าหมายตามต้องการ ทั้งด้านพัฒนานักกีฬามีความสามารถระดับสูง ให้ทัดเทียม กับนานาชาติ และการส่งเสริมให้ประชาชนมีวิถีชีวิต ที่เอื้ออำนวยต่อการสร้างเสริมสุขภาพ โดยมีกีฬา และการออกกำลังกายเป็นส่วนสำคัญของชีวิต

จากองค์ประกอบของ “The House of Sports” ข้างต้น เป็นสิ่งที่มีประโยชน์ต่อนักศึกษาครูพลศึกษา อย่างยิ่งในการที่จะพัฒนาตนเองให้เป็น “ครูพลศึกษา ที่เก่ง” รอบด้านในศาสตร์ที่เกี่ยวข้องและบริบทแวดล้อม โดยสามารถนำไปประยุกต์และปรับใช้ ทั้งในปัจจุบันและอนาคตได้ อย่างดียิ่ง ตัวอย่างเช่น ในการดำเนินกิจการกีฬาและการออกกำลังกาย ในโรงเรียนก็สามารถนำแนวคิดนี้ไปปรับใช้ได้ โดยง่าย คือ ต้องมีการใช้บุคลากรทุกสาขาเพื่อมาดำเนินงาน ช่วยกัน บริเวณต่าง ๆ ของโรงเรียนถูกออกแบบเพื่อเอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพ ครูพลศึกษาต้องมีความรู้ ทางวิชาการในต้นเสาพอสสมควร สามารถกำหนด โปรแกรมการฝึกกีฬาให้กับทีมโรงเรียนได้ หรือสำหรับ ครู และนักเรียนที่ต้องการลดน้ำหนัก เป็นต้น เข้าปรึกษาผู้อำนวยการ รองผู้อำนวยการในการกำหนด กิจกรรมทางกายต่าง ๆ เป็นนโยบายของโรงเรียนและให้ท่านช่วยส่งเสริม สร้างนักกีฬาเพื่อสร้างชื่อเสียง ให้กับโรงเรียน พร้อมทั้งนำการออกกำลังกายสู่มวลชน

ส่วนใหญ่ในโรงเรียนจนเห็นผลอย่างชัดเจนต่อสาธารณชน เป็นต้น สิ่งต่างๆ เหล่านี้ นักศึกษาครูพลศึกษาต้องขยัน ฝึกฝนฝีมือตั้งแต่กำลังศึกษาเพราะเมื่อจบออกไป จะต้องสามารถปฏิบัติงานได้ทันที และมีคุณภาพ เป็น นักศึกษาครู “พลศึกษาที่เก่ง” ในศาสตร์วิชาชีพ พลศึกษา กีฬา การออกกำลังกาย และนันทนาการ ในศตวรรษที่ 21

ทักษะของคนในศตวรรษที่ 21

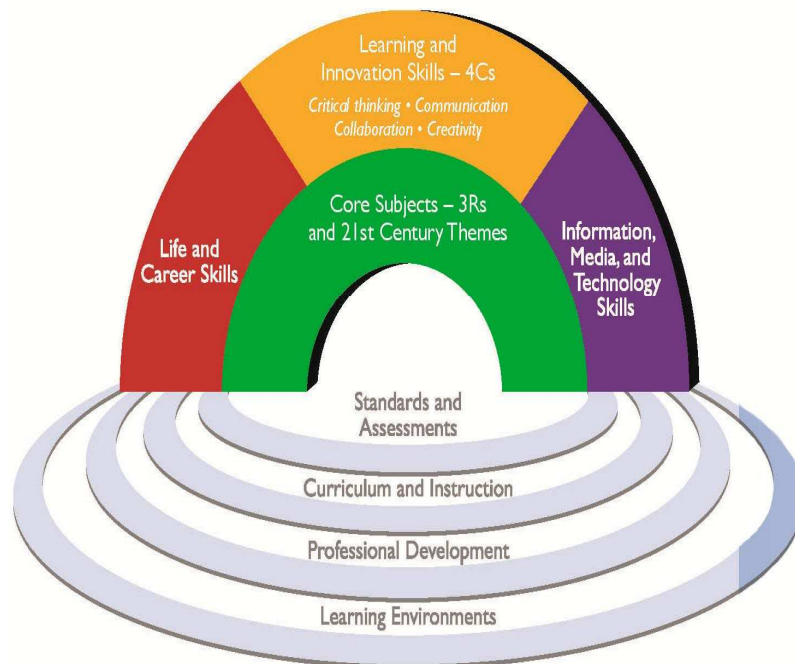
อย่างไรก็ตาม ความเชี่ยวชาญในศาสตร์สาขา วิชาชีพคงยังไม่พอที่จะเป็นนักศึกษาครู “พลศึกษา ที่เก่ง” ในศตวรรษที่ 21 ได้อย่างสมบูรณ์ นั่นเป็นเพราะ การศึกษาในศตวรรษที่ 21 ต้องเตรียมคนออกไปเป็น คนทำงานที่ใช้ความรู้ และเป็นบุคคลพร้อมเรียนรู้ ไม่ว่าจะประกอบอาชีพใดก็ตาม ดังนั้นทักษะสำคัญ ที่สุดของศตวรรษที่ 21 จึงเป็นทักษะของการเรียนรู้

ทักษะของคนในศตวรรษที่ 21 ที่ทุกคนต้อง เรียนรู้ตั้งแต่ชั้นอนุบาลไปจนถึงระดับมหาวิทยาลัย และตลอดชีวิต คือ $3R \times 7C$

$3R$ ได้แก่ อ่านออก Reading, เขียนได้ [W] Riting, คิดเลขเป็น [A] Rithmetics

$7C$ ได้แก่ ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา (Critical Thinking & Problem solving) ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity & Innovation) ทักษะด้านความเข้าใจ ต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding) ทักษะด้านความร่วมมือ การทำงาน เป็นทีม และภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork & leadership), ทักษะด้านการสื่อสาร สารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ (Communication, information & media literacy) ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยี สารสนเทศและการสื่อสาร (Computing & ICT literacy) ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career & learning skills) [7] รายละเอียดเพิ่มเติมดังรูปที่ 2

Framework for 21st Century Learning

รูปที่ 2 Framework for 21st Century Learning

ที่มา: [12]

จากเนื้อหาก่อนหน้านี้ เฮาเวิร์ด การ์ดเนอร์ (Howard Gardner) ได้กล่าวถึงจิตหาลักษณะสำหรับอนาคตไว้ในหนังสือทักษะแห่งอนาคตใหม่ การศึกษาเพื่อศตวรรษที่ 21 [2] ไว้อย่างน่าสนใจว่า จิตที่เกี่ยวข้องกับการรู้คิดเป็นหลักมีสามลักษณะได้แก่จิตเชี่ยวชาญ (disciplined mind) จิตรู้สังเคราะห์ (synthesizing mind) และจิตสร้างสรรค์ (creating mind) อีกสองลักษณะที่เกี่ยวข้องกับความเป็นมนุษย์นั่นคือ จิตรู้เคารพ (respectful mind) และ จิตรู้จริยธรรม (ethical mind) แต่ในส่วนของนักศึกษาครูพลศึกษาไทย เป็น ครูเก่ง นี้ ผู้เขียนจะขอกล่าวถึงแค่จิตสามลักษณะแรก เท่านั้นที่อาจจะเป็นอีก

สามองค์ประกอบที่จะมีส่วนทำให้นักศึกษาครูพลศึกษาเก่ง เพราะจิตอีกสองลักษณะหลังได้กล่าวไปแล้วในนักศึกษาครู “พลศึกษาไทย” เป็น “ครูดี” (อย่างไรก็ตามการเรียนรู้ทั้งจิตหาลักษณะไม่ทำงานแยกส่วนแต่เรียนรู้ไปพร้อมๆ กันทุกด้าน เรียกว่าเรียนรู้แบบบูรณาการ)

จิตเชี่ยวชาญ หรือสมองด้านวิชาและวินัย (disciplined mind) คำว่า disciplined มีได้ 2 ความหมายคือ มีวิชา เป็นรายวิชา และหมายถึงเป็นคนมีระเบียบวินัยบังคับตัวเองให้เรียนรู้เพื่ออยู่ในพรมแดนของความรู้ก็ได้ในที่นี้หมายถึง มีความรู้และทักษะในวิชาในระดับที่เรียกว่าเชี่ยวชาญ และสามารถพัฒนาตนเองในการเรียนรู้อยู่ตลอดเวลา เช่น นักศึกษาพลศึกษาต้องเชี่ยวชาญหรือเรียนรู้อย่างสม่ำเสมอในศาสตร์ด้านการสอนพลศึกษา กีฬา การออกกำลังกายและนันทนาการ เป็นต้น

จิตรู้สังเคราะห์ หรือสมองด้านสังเคราะห์ (synthesizing mind) นี่คือความสามารถในการรวบรวมสารสนเทศและความรู้ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องนำมากลั่นกรองคัดเลือกเอาเฉพาะส่วนที่สำคัญ จัดระบบ นำเสนอใหม่อย่างมีความหมาย คนที่มีความสามารถในการสังเคราะห์เรื่องต่างๆ ได้ดีเหมาะที่จะเป็น “ครู นักสื่อสาร และผู้นำ” เช่น นักศึกษาพลศึกษาต้องสามารถรวบรวมองค์ความรู้ในศาสตร์ด้านพลศึกษาหรือที่เกี่ยวข้องและจากนั้นสามารถสังเคราะห์ออกมาเป็นองค์ความรู้ใหม่หรือต่อยอดองค์ความรู้ใหม่ๆ ได้ เป็นต้น

จิตสร้างสรรค์ หรือสมองด้านสร้างสรรค์ (creating mind) นี้คือ ทักษะที่คนไทยขาดที่สุด โดยคุณสมบัติที่สำคัญที่สุดของสมองส่วนนี้คือ คิดนอกกรอบ แต่การที่คนเราจะคิดนอกกรอบได้ ต้องคิดในกรอบให้เก่งเสียก่อน แต่ถ้าคิดนอกกรอบ โดยที่ไม่มีความรู้ในกรอบเราเรียกว่า คิดเลื่อนลอย สมองที่สร้างสรรค์ คือ สมองที่ไม่เชื่อว่าวิธีการหรือสภาพซึ่งถือว่าดีที่สุดที่มีอยู่ในนั้นถือเป็นที่สุดแล้ว แต่เป็นสมองที่เชื่อว่ายังมีวิธีการหรือสภาพที่ดีกว่า อย่างมากมายซ่อนอยู่ หรือรอปรากฏตัวอยู่ แต่สภาพ หรือวิธีการเช่นนั้นจะเกิดได้ ต้องละจากกรอบวิธีคิด หรือวิธีดำเนินการแบบเดิมๆ และศัตรูที่สำคัญที่สุด ของความคิดสร้างสรรค์ คือ การเรียนแบบท่องจำ [7] เช่น นักศึกษาพลศึกษาต้องสามารถท่องยุด ปรับใช้ หรือประยุกต์ศาสตร์การสอนต่างๆ เพื่อนำมาใช้ พัฒนาการเรียนการสอน หรือการเรียนรู้ของตนเอง สามารถคิดสร้างสรรค์แบบฝึกกีฬา การออกกำลังกาย ต่างๆ เพื่อให้เหมาะสมกับเพศ และวัยของผู้รับการฝึก บนพื้นฐานขององค์ความรู้ เป็นต้น

เมื่อเปรียบเทียบสมองหรือจิต 3 แบบข้างต้น ได้ว่าจิตเชี่ยวชาญหรือสมองด้านวิชาและวินัย (disciplined mind) เน้นความลึก (depth) จิตรู้สังเคราะห์ หรือสมอง ด้านสังเคราะห์ (synthesizing mind) เน้นความกว้าง (breadth) และจิตสร้างสรรค์ หรือสมองด้านสร้างสรรค์ (creating mind) เน้นการขยายหรือผืน (stretch) [7]

สรุป การที่จะเป็นนักศึกษาครู “พลศึกษาที่เก่ง” ในศตวรรษที่ 21 ได้อย่างสมบูรณ์นั้นต้องมีองค์ประกอบ หลายอย่างมารวมกัน คือ ต้องมีองค์ความรู้ด้านศาสตร์ พลศึกษา กีฬา การออกกำลังกาย และนันทนาการ ในรูปแบบที่เป็นองค์รวมสามารถบูรณาการทุกอย่าง เข้าด้วยกันเพื่อความมั่นคงของวิชาชีพ พร้อมกันนั้น ก็ต้องมีทักษะอื่นๆ ที่ต้องเรียนรู้เพื่อทักษะการเรียนรู้ใน ศตวรรษที่ 21 นั่นคือ 3R x 7C และที่สำคัญต้องมีความ สามารถของจิตทั้ง 3 ด้าน คือ เชี่ยวชาญ สังเคราะห์ และสร้างสรรค์ ทั้งหมดนี้จะส่งผลต่อการเป็น นักศึกษาครู “พลศึกษาที่เก่ง” ในศตวรรษที่ 21 ได้อย่าง ค่อนข้างสมบูรณ์ และสง่างาม

3. นักศึกษาครู “พลศึกษาไทย มีความสุข” ทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21

ความสุข คือ ความหมายและเป้าหมาย ของชีวิต เป็นจุดมุ่งหมายและจุดสิ้นสุดโดยรวม ในการดำรงชีวิตของมนุษย์ [13]

ทำไมใครๆ จึงสนใจศึกษาเรื่องความสุขกัน มากขึ้น เป็นไปได้ไหมว่าอาจเป็นเพราะปัจจุบันผู้คน รู้สึกหดหู่กันมากขึ้น มีอะไรผิดปกติเกี่ยวกับการศึกษา ในศตวรรษที่ 21 ที่สำคัญขณะที่ความมั่งคั่งทางวัตถุ กำลังพุ่งสูงขึ้น ความหดหู่ก็พุ่งสูงตามไปด้วยเช่นกัน “ถึงแม้ความร่ำรวยจะมากขึ้น แต่กลับไม่ทำให้เรามี ความสุขมากขึ้นเลย” [13]

ประเด็น คือ เมื่อนักศึกษาได้รับรู้แล้วว่าทักษะ การเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 เพื่อให้ดำรงชีวิตให้เป็นครู พลศึกษาดี และครูพลศึกษาเก่ง มีแนวทางและวิธีการ อย่างไรแล้วนั้น แต่ที่สุดแล้ว “ดี และ เก่ง” คงยังไม่เพียงพอต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์เพราะสิ่งที่ สำคัญที่สุด เป็นคำตอบที่สำคัญที่สุด เป็นคำตอบ ปลายทาง ที่ทุกคนควรมี ควรจะได้ และควรจะได้รับ และจะทำอะไรก็ตามถ้าขาดสิ่งนี้ไปก็ถือว่าไม่บรรลุ เป้าหมาย เพราะสิ่งนั้นคือ “การมีความสุข” เมื่อเป้าหมาย สุดท้ายของการทำอะไรบางอย่างของชีวิต คือ ความสุข แล้วเราในฐานะนักศึกษาครู พลศึกษาจะมีวิธีการเรียน รู้อย่างไรเพื่อให้ตัวเราเองนั้นเรียนรู้ได้อย่างมีความสุข และคนอื่นที่อยู่ใกล้เราก็มีความสุขด้วยเช่นกัน (ผู้เขียน ขอไม่นิยามคำว่าความสุข เพราะ ความสุขของคนเรา ไม่เหมือนกัน แต่จะขออธิบายความเกี่ยวกับความสุข ที่ควรจะเป็นในการเรียนรู้ และความสุขในการดำรงชีวิต ที่ควรจะเป็น)

เป้าหมายของการเรียนในศตวรรษที่ 21 คือ ปูพื้นฐานความรู้ และทักษะเอาไว้สำหรับการมีชีวิต ที่ดีในวันหน้า ดังนั้นลักษณะของการเรียนรู้จึงเป็น สมดุลระหว่างคุณลักษณะของตารางผังซ้ายและขวา 15 ประการ รายละเอียดดังตาราง

ตารางลักษณะของการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21

ครูเป็นตัวตั้ง (Teacher-directed)	เด็กเป็นหลัก (Learner-centered)
สอน	แลกเปลี่ยนเรียนรู้
ความรู้	ทักษะ
เนื้อหา	กระบวนการ
ทักษะพื้นฐาน	ทักษะประยุกต์
ข้อความจริงและหลักการ	คำถามและปัญหา
ทฤษฎี	ปฏิบัติ
หลักสูตร	โครงการ
ช่วงเวลา	ตามความต้องการ
เหมือนกันทั้งห้อง (One-size-fits-all)	เหมาะสมรายบุคคล (Personalized)
แข่งขัน	ร่วมมือ
ห้องเรียน	ชุมชนทั่วโลก
ตามตำรา	ใช้เว็บ
สอบความรู้	ทดสอบการเรียนรู้
เรียนเพื่อโรงเรียน	เรียนเพื่อชีวิต

ที่มา: [7]

อย่างไรก็ตาม ขอย้ำว่าไม่ใช่ตารางฝั่งซ้ายผิดหรือฝั่งขวาถูก แต่ครูเพื่อศิษย์หรือว่าที่คุณครูพลศึกษาต้องใช้แนวทางทั้งสองฝั่งอย่างสมดุล อย่างมีศิลปะ ทั้งนี้เพื่อให้การเรียนรู้เกิดประสิทธิภาพอย่างมีความสุข จากข้อมูลข้างต้น คือ ทักษะการเรียนรู้ที่ควรจะเป็นเพื่อปูพื้นฐานความรู้ และทักษะเอาไว้อำนาจการเรียนรู้ที่ดี ในศตวรรษที่ 21

แต่ถ้านอกเหนือจากการเรียนแล้วเราก็ต้องประสบกับการดำเนินชีวิตปกติของปุถุชนทั่วไป เช่นเดียวกัน ดังนั้นนักศึกษาครูพลศึกษา ทำอย่างไรจึงจะมีวิธีการดำรงชีวิตให้มีความสุข ภายใต้กระแสการพัฒนาไปอย่างรวดเร็วของโลกในศตวรรษที่ 21 ซึ่งเป็นสิ่งที่

ท้าทายสำหรับบุคคลที่จะไปประกอบวิชาชีพครูพลศึกษาในอนาคต เพราะประเด็นคือ เราคือ “ครู” ต้องดำเนินชีวิตให้เป็นแบบอย่างแก่ลูกศิษย์ ทั้งการทำงาน และการใช้ชีวิตปกติ โดยวิธีการเรียนรู้ในการใช้ชีวิตอย่างมีความสุข คือ ถ้าเปรียบเทียบความสุขเมื่อนักกีฬา และการก้าวขึ้นเป็นนักกีฬาชั้นแนวหน้าเป็นค่านิยมที่ฝังลึกอยู่ในใจของพวกเขา ดังนั้น พวกเขาจึงสร้างกิจวัตรไว้ในทุกอณูของการฝึกซ้อม ในทำนองเดียวกัน การมีสุขอนามัยที่ดีเป็นค่านิยมที่ฝังลึกอยู่ในใจของพวกเขา ทุกคน เราจึงสร้างกิจวัตรในการแปร่งพั้นขึ้นมา และถ้าหากเรายึดมั่นว่าความสุขเป็นค่านิยมของเรา และเราอยากมีความสุขมากขึ้น เราก็จำเป็นต้องสร้างกิจวัตรเกี่ยวกับ สุขภาพ ขึ้นมาเช่นกัน [13]

ดังนั้น ในวัฒนธรรมที่มองการทำงานว่าเป็นความทุกข์นั้น และ การบอกว่ามีความปิติยินดีอย่างล้นเหลือเป็นสัญญาณที่บ่งบอกว่าเราได้ค้นพบอาชีพที่เหมาะสมแล้วนั้น ถือว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่เลยทีเดียว การเปรียบเทียบการทำงานและความพยายามว่าเป็นความเจ็บปวดและความทุกข์ได้สร้างกำแพงในใจขึ้นมาปิดกั้นผู้คนมากมาย ไม่ให้สัมผัสกับความสุขในการเรียนและการทำงาน ที่สำคัญเพื่อให้ความสุขในโรงเรียนและที่ทำงาน เพิ่มมากขึ้น เราสามารถสร้างกรอบความคิดขึ้นมาใหม่ได้ โดยกำจัดอคติที่มีต่อการเรียนและการทำงานให้หมดไป และถ้าเราเรียนรู้ที่จะสร้างกรอบความคิดขึ้นมาใหม่ ว่า การทำงาน และการศึกษาเล่าเรียนของเราเป็นสิทธิพิเศษ แทนที่จะมองว่าเป็นหน้าที่ และควรปลูกฝังให้กับคนโง่ด้วย สุดท้ายไม่เพียงแต่เราเท่านั้นที่จะมีความสุขมากขึ้น แต่เราจะเรียนรู้และทำผลงานได้ดีเยี่ยมขึ้นอีกด้วย [13]

เช่นเดียวกันนักศึกษาครูพลศึกษา ถ้าหากเรามองว่า การเรียนคือ สิ่งพิเศษที่จะทำให้ตัวเรานั้นสามารถพัฒนาตนเองไปสู่อนาคตได้ การเล่นกีฬาเป็นกีฬาเป็นกิจวัตรประจำวันจะส่งผลต่อการมีสุขภาพที่ดี การออกกำลังกายเป็นสิ่งที่ดีที่ทำให้เราได้รู้จักแบ่งปัน เอาใจเขามาใส่ใจเรา การทำงานร่วมกันระหว่างเพื่อนต่างสาขาวิชาเป็นโอกาสอันดีที่จะช่วยสร้างสัมพันธภาพ

ที่ดี การแต่งกายเรียบร้อย สะอาด ทำให้คนอื่น
อยากอยู่ใกล้เป็นต้น ต่าง ๆ เหล่านี้ถ้านักศึกษาครู
พลศึกษาสามารถคิด และปฏิบัติได้จะส่งผลต่อ
ความสุขและประสิทธิภาพในการเรียนรู้ศตวรรษที่ 21
เช่นกัน

ทั้งหมดตั้งแต่ตอนต้นของความสุขนั้นได้
สอดคล้องและตรงกันกับคำปาฐกถาของ ท่านพุทธ
ทาส ในหนังสือ แก่นพุทธศาสนา ความว่า “ธรรมะ คือ
สิ่งที่เรียกกันภาษาไทยว่า น้ำที่ของทุกสิ่งมีชีวิต
อันเขาจะต้องทำเพื่อความรอดทั้งทางกายและทางจิต
ทั้งเพื่อตนเองและเพื่อสังคม แม้จะแปลคำนี้กันว่า
คำสั่งสอน การเรียน การปฏิบัติ ความหมายสำคัญ
ก็ยังคงอยู่ที่ความเป็นหน้าที่เพื่อความรอด ดังนั้น
เมื่อใดมีการทำหน้าที่ เมื่อนั้นก็คือ การปฏิบัติธรรม”
นอกจากนั้นท่านยังปาฐกถาอีกว่า “จงทำให้งานของท่าน
ทุกชิ้น ทุกอนุภาค กลายเป็นธรรมะ ด้วยความมี
สติสัมปชัญญะ รู้ลึกอยู่ว่าหน้าที่นั้นแหละคือธรรมะ
ปฏิบัติหน้าที่นั้นแหละ คือ ปฏิบัติธรรมะ แล้วท่าน
ก็จะมีธรรมะอยู่ทุกอิริยาบถ ทุกเวลา ทุกสถานที่
แล้วทำงานทุกอย่างได้สนุกเหมือนเล่นกีฬา มีความสุข
เสียแล้วในขณะที่ทำงาน ไม่ต้องไปหาสถานเริงรมย์
อบายมุข หรือ ยาเสพติด” [5]

ที่สำคัญท่านยังอธิบายต่ออีกว่า “ความสุข
ที่แท้จริงไม่ต้องใช้เงินเลย แต่กลับทำให้เงินเหลือ
ความสุขที่หลอกลวงยังต้องใช้เงินจนเงินไม่พอใช้
ความสุขที่แท้จริงเกิดจากการทำงานด้วยความพอใจ
จนเกิดความสุขเมื่อกำลังทำงาน จึงไม่ต้องการ
ความสุขชนิดไหนอีก เงินที่เป็นผลของงานจึงยังเหลือ
อยู่ ส่วนความสุข ที่หลอกลวงนั้นคนทำความพอใจ
ให้แก่ กิเลส ซึ่งไม่รู้จักอิ่มจักพอ เงินจึงไม่มีเหลือ” [5]

นอกจากนี้ ท่าน ว.วชิรเมธี ได้กล่าวไว้ใน

หนังสือกิเลส Management ตอนหนึ่งความว่า
มนุษย์เราใช้เวลาส่วนใหญ่ 3 ใน 4 ของชีวิตหลงไปกับ
การหาเงิน หาเงินงๆ ตลอดเวลา แล้วก็บ้าเงินกัน
ทั้งโลก รูปแบบของชีวิตที่สูญเสียสมดุลเพราะผลจาก
การอุทิศเวลาให้กับลัทธิเงินตรานิยมมากเกินไป มีดังนี้

การกินพักผ่อนหลับนอน ขับถ่าย (ไม่เป็นเวลา)
ทำงานหนัก แต่ เงินเดือนน้อย
เงินเดือนสูง แต่ ความสุขต่ำ
ความรับผิดชอบงานครบจักรวาล แต่ความ
รับผิดชอบชีวิต ดิตถลบ
งานสัมฤทธิ์ แต่ ชีวิตไม่รื่นรมย์
เงินมหาศาล แต่ ไม่มีสังขารจะใช้เงิน
เวลาที่ใช้ร่วมกับครอบครัว ลดน้อย ถอยลง
ศักยภาพของความเป็นคนด้านอื่นๆ ถูกลดทอน
เน้นแต่การหาเงิน

ที่น่าเป็นห่วง คือ ลัทธิบูชาเงิน ยังทำให้ความ
อบอุ่นในสถาบันครอบครัวหายไป เพราะพ่อ แม่
จำนวนไม่น้อยทำงานกันสัปดาห์ละ 7 วัน เวลาของ
ครอบครัวจึงแทบจะไม่มี ป้อนเงินให้ลูกๆ แทนการ
ป้อนข้าว ป้อนน้ำ เลี้ยงลูกๆ ผ่านเทคโนโลยี เช่น
โทรศัพท์ โทรทัศน์ และอื่นๆ เป็นต้น ดังนั้น หากเราไม่รู้
จักแสวงหาความสุขระหว่าง เงิน งาน กับคุณภาพ
ชีวิต การได้มาซึ่งเงิน อาจหมายถึงการหายไปของ
คุณภาพชีวิต และการเสื่อมสภาพของสังขารก่อนวัย
อันควร ท่านพุทธทาสจึงสอนว่า “เงินคือปัจจัย” ไม่ใช่
เป้าหมายอันสูงส่งของชีวิต หาเงินแค่พอกิน พอใช้
พอเก็บสำหรับเป็นหลักประกันความมั่นคงในอนาคต
แล้วให้เวลาส่วนใหญ่กับการพัฒนาคุณภาพชีวิตจึงจะ
ถูกต้อง [6]

สรุป การเป็นนักศึกษาครูพลศึกษาที่มีความสุข
คือ มีชีวิตที่สมดุลระหว่างการเรียน งาน เงิน และ
คุณภาพชีวิต มองการเรียนของเราเป็นสิทธิพิเศษ
แทนที่จะมองว่าเป็นหน้าที่ ให้เวลาส่วนใหญ่กับ
การพัฒนาคุณภาพชีวิตจึงจะถูกต้อง ส่วนความสุข
ที่หลอกลวง คือ กิเลส ซึ่งไม่รู้จักอิ่มจักพอ

กล่าวโดยสรุป การดำเนินชีวิตเพื่อการเรียน
รู้ในศตวรรษที่ 21 เพื่อให้เป็นนักศึกษาครู “พลศึกษา”
ที่ดี ที่เก่ง และมีความสุข คือ ต้องเป็นผู้ที่รู้จักให้เกียรติ
สุขภาพ รักษากฎกติกา มีมารยาททางสังคม มีจริยธรรม
ความรับผิดชอบต่อตัวเองและสังคม ความมีน้ำใจ
เมตตากรุณา ความสามัคคี เคารพสิทธิผู้อื่น ยึดถือประโยชน์
ส่วนรวม มีความเป็นผู้นำ ให้มีความสำคัญกับศีลธรรม

และวัฒนธรรมที่ดั่งาม เป็นต้น และต้องมีการเรียนรู้ ผักผ่อนจนเชี่ยวชาญในศาสตร์ของตนเอง บริบท บ้านเมือง นโยบาย และองค์ประกอบอื่น ๆ เป็นต้น พร้อมกันนั้นก็ต้องรอบรู้ในสหสาขาวิชาชีพ และ ท้ายที่สุดต้องสามารถดำเนินชีวิตแบบบูรณาการมีชีวิต ที่สมดุลระหว่างงาน เงิน และคุณภาพชีวิต ภายใต้ กระแสทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษ ที่ 21 ได้ อย่างมี ความสุข

เอกสารอ้างอิง

- [1] เกษม นครเขตต์. ศิลปะแห่งกีฬา. กรุงเทพฯ: เพชรเกษมปรีณติงกู๊ป; 2555.
- [2] เจมส์ เบลเลนกา และ รอน แบรนต์ท. ทักษะแห่งอนาคตใหม่ การศึกษาเพื่อ ศตวรรษที่ 21. แปลโดย วรพจน์ วงศ์กิจ รุ่งเรือง และอริป จิตตฤกษ์. กรุงเทพฯ: โอ เพนเวิลด์ส์; 2554.
- [3] ครูพลละ. Retrieved July 29, 2015, from <http://www.sanook.com/hot/search/all/ครูพลละ>; 2015.
- [4] ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. ทฤษฎีพหุปัญญา (Theory of Multiple Intelligences). ค้นเมื่อ 26 เมษายน 2559, จาก http://www.babybestbuy.in.th/shop/theory_of_multiple_intelligences; 2559.
- [5] พุทธทาส. แก่นพุทธศาสน์ หนังสือรางวัล ชนะเลิศจาก UNESCO. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนา ธรรมสภา; 2558.
- [6] ว.วชิรเมธี. กิเลส MANAGEMENT. กรุงเทพฯ: บริษัท อัมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน); 2555.
- [7] วิจารย์พานิช. วิธีสร้างการเรียนรู้เพื่อศิษย์ใน ศตวรรษที่ 21. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์บริษัท ตาตา พับลิเคชั่น จำกัด; 2555.
- [8] วรศักดิ์ เพียรชอบ. หลักการและวิธีการสอน วิชาพลศึกษา. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช; 2527.
- [9] วังภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา. การพัฒนา คุณธรรมจริยธรรมนิสิตนักศึกษา. กรุงเทพฯ: ชวนพิมพ์. 2543.
- [10] สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการ เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. แผนพัฒนา เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 พ.ศ. 2555-2559. กรุงเทพฯ: สำนักนายกรัฐมนตรี. 2555.
- [11] สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ. นโยบายและยุทธศาสตร์การวิจัยของชาติ ฉบับที่ 8 พ.ศ. 2555-2559. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่ง ประเทศไทย จำกัด. 2555.
- [12] Framework for 21st Century Learning. Retrieved April 26, 2015, from <http://www.nccfoundation.org/Newsletters/2013Newsletters/November 2013 /tabid/511/Default.aspx>; 2015.
- [13] Tal Ben-Shaha. Happier เปิดห้องเรียน วิชาความสุข. กรุงเทพฯ: วีเลิร์น; 2011.