

ผลการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายที่มีต่อการพัฒนา
ผลการเรียนรู้ 5 ด้านของนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษา
และวิทยาศาสตร์การกีฬา ชั้นปีที่ 3

4

EFFECTS OF EXERCISE PROGRAM ON FIVE LEARNING OUTCOMES OF THE THIRD
YEARS STUDENTS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT SCIENCE PROGRAM

อภิวัฒน์ ปานทอง*

บทคัดย่อ

การศึกษานี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายที่มีต่อการพัฒนาผลการเรียนรู้ 5 ด้าน ของนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การกีฬา ชั้นปีที่ 3 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยจำนวน 10 คน โดยเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นโปรแกรมการออกกำลังกาย แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายมาตรฐานระหว่างประเทศ (International Committee of the Standardization of Physical Fitness Test = ICSPFT) และแบบประเมินผลการเรียนรู้ 5 ด้าน ได้แก่ ด้านคุณธรรม จริยธรรม ด้านความรู้ ด้านทักษะทางปัญญา ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ และด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบค่าที (t-test)

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผลการเรียนรู้ 5 ด้าน ได้แก่ ด้านคุณธรรม จริยธรรม ด้านความรู้ ด้านทักษะทางปัญญา ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ และด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ ก่อนการใช้โปรแกรมการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลางและหลังการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของผลการเรียนรู้ 5 ด้าน หลังการใช้โปรแกรมออกกำลังกาย สูงกว่าก่อนการใช้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. เปรียบเทียบผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักศึกษา หลังการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายสูงกว่า ก่อนการใช้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

* คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ABSTRACT

The purposes of this study were to examine the effects of five developing learning outcomes through the third years students of physical education and sport science. A sample was selected from 10 students, using purposive sampling. The instrument were International Committee of the Standardization of Physical Fitness Test (ICSPFT) and assessment of five learning outcome, ethics and moral, knowledge, cognitive skills, interpersonal skills and responsibility, numerical analysis, communication and information technology skills. Data were analyzed by mean, standard deviation and t-test with significant at 0.05 level.

The results were found as follows:

1. learning outcomes in ethics and moral, knowledge, cognitive skills, interpersonal skills and responsibility, numerical analysis, communication and information technology skills before using exercise program were at the moderate level and after using exercise program were at the high level.
2. To compare five learning outcomes after using exercise program higher than before using exercise program statistically significance at .05 level.
3. To compare physical fitness test after using exercise program higher than before using exercise program statistically significance at .05 level.

บทนำ

การเปลี่ยนแปลงภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ส่งผลให้สังคมไทยมีความเป็นวัตถุนิยม พึ่งพาเทคโนโลยีสารสนเทศในชีวิตประจำวันมากขึ้น การหลั่งไหลของวัฒนธรรมต่างชาติทำให้ค่านิยมและประเพณีดั้งเดิมที่สั่งสมกันมาถูกทำลาย สังคมไทยเผชิญวิกฤติความเสื่อมถอยด้านคุณธรรมและจริยธรรม มีการแสวงหารายได้เพื่อสนองการบริโภค การช่วยเหลือเกื้อกูลกันลดลง ขาดความมั่นใจ เกิดการแก่งแย่งชิงดีกันและกัน ขาดความสามัคคี มีความขัดแย้งทางความคิดอย่างรุนแรง ไม่เคารพสิทธิผู้อื่นและขาดการคำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวม เป็นแนวโน้มสถานการณ์ที่อุดมศึกษาต้องมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาวะของคนไทยให้มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ และให้ความสำคัญกับความรับผิดชอบต่อสังคม ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม การต่อต้านการทุจริตประพฤติมิชอบให้มากยิ่งขึ้นควบคู่ไปกับการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมในตัวผู้เรียน

จากข้อมูลข้างต้นจะเห็นว่าอุดมศึกษาไทย นอกจากจะต้องเป็นแหล่งความรู้ที่ตอบสนองการแก้ไขปัญหาวิกฤติและชี้นำการพัฒนาที่ยั่งยืนของชาติและท้องถิ่นโดยเร่งสร้างภูมิคุ้มกันในประเทศให้เข้มแข็งขึ้นภายใต้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงแล้ว ยังต้องส่งเสริมการพัฒนาประเทศให้สามารถแข่งขันได้ในประชาคมอาเซียนและประชาคมโลก โดยให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนและสังคมไทยให้มีคุณภาพ ผลิดักำลังคนที่มีศักยภาพตรงตามความต้องการของตลาดงานสามารถทำงานเพื่อดำรงชีพตนเองและเพื่อช่วยเหลือสังคม มีคุณธรรม มีความรับผิดชอบต่อสังคม และมีสุขภาวะทั้งร่างกายและจิตใจ รวมทั้งพัฒนาอาจารย์ให้เป็นมืออาชีพ และพัฒนาผู้เชี่ยวชาญมืออาชีพให้เป็นอาจารย์ พัฒนาริชาชีพอาจารย์ให้เป็นที่ยอมรับของสังคม มีการจัดการเพื่อพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศโดยใช้ความรู้ เทคโนโลยี นวัตกรรม ความคิดสร้างสรรค์ บนพื้นฐานการผลิตและการบริโภคที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาเพื่อประโยชน์สุขที่ยั่งยืนของประเทศไทย ทั้งนี้โดยอาศัยการบริหารจัดการอุดมศึกษาเชิงรุก ซึ่งมีกลยุทธ์การเงิน และพระราชบัญญัติอุดมศึกษา เป็นเครื่องมือสำคัญในการขับเคลื่อน (แผนพัฒนาการศึกษาระดับอุดมศึกษาฉบับที่ 11)

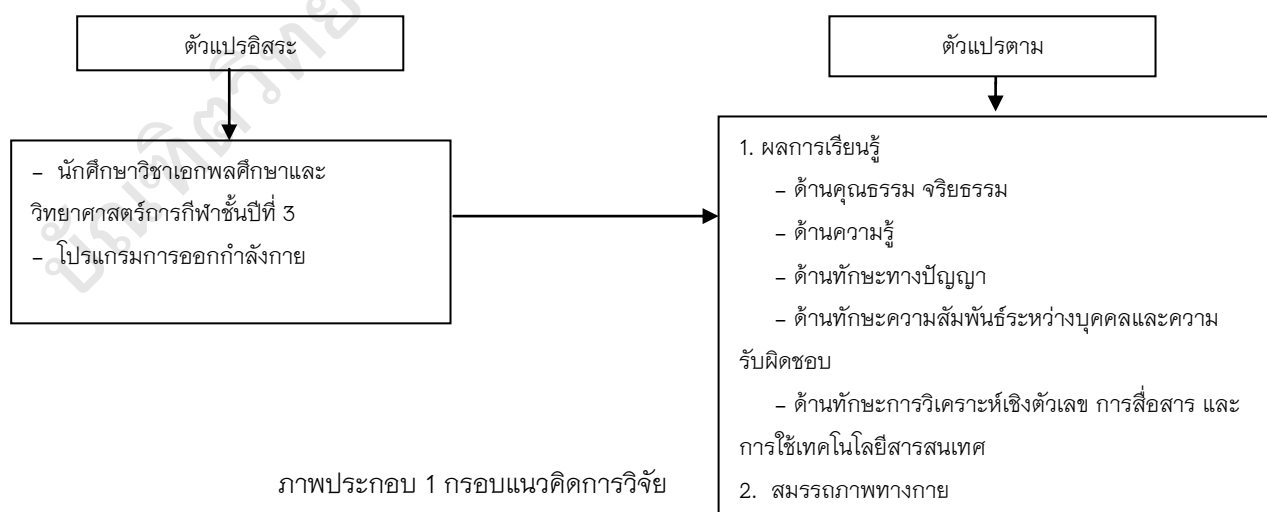
กระทรวงศึกษาธิการได้ออกประกาศ เรื่อง กรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ (TQF) พ.ศ. 2552 ขึ้น เพื่อสร้างความเข้าใจตรงกันของผู้เกี่ยวข้องกับการอุดมศึกษา ทั้งสถาบันอุดมศึกษา ผู้ควบคุมมาตรฐาน ผู้ใช้บัณฑิต และ เพื่อให้มีหลักประกันที่ชัดเจนในคุณภาพของบัณฑิตระดับอุดมศึกษา อีกทั้งเพื่อเป็นแรงกระตุ้นให้แต่ละสถาบันมีการพัฒนา คุณภาพที่สูงขึ้น จึงจำเป็นต้องปรับปรุงรายวิชาในกลุ่มครุศาสตร์และศึกษาศาสตร์ ให้สอดคล้องกับกรอบมาตรฐาน คุณวุฒิระดับอุดมศึกษาดังกล่าว โดยมุ่งเน้นมาตรฐานผลการเรียนรู้ (Learning outcomes) 5 ด้าน ซึ่งเป็นข้อกำหนดเฉพาะ หรือเป็นผลที่มุ่งหวังให้ผู้เรียนพัฒนาขึ้นจากการเรียนรู้ทั้ง 5 ด้านที่ได้รับการพัฒนาระหว่างการศึกษา จากการเรียนและ การเข้าร่วมในกิจกรรมต่างๆ ที่สถาบันอุดมศึกษาจัดให้ทั้งในและนอกหลักสูตรและแสดงออกถึงความรู้ ความเข้าใจและ ความสามารถจากการเรียนรู้เหล่านั้นได้อย่างเป็นที่เชื่อถือเมื่อเรียนจบในรายวิชาหรือหลักสูตรนั้นแล้ว ซึ่งประกอบไปด้วย 1. ด้านคุณธรรม จริยธรรม 2. ด้านความรู้ 3. ด้านทักษะทางปัญญา 4. ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความ รับผิดชอบและ 5. ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการพัฒนาผลการเรียนรู้ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิ ระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ (TQF) โดยใช้โปรแกรมการออกกำลังกายของนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การกีฬา ชั้นปีที่ 3 ในรายวิชาการเสริมสร้างและทดสอบสมรรถภาพทางกาย ปีการศึกษา 2556 ทั้งนี้เพื่อให้นักศึกษาได้นำมาตรฐาน ผลการเรียนรู้ทั้ง 5 ด้าน ซึ่งประกอบไปด้วย 1. ด้านคุณธรรม จริยธรรม 2. ด้านความรู้ 3. ด้านทักษะทางปัญญา 4. ด้าน ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ 5. ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข ไปพัฒนาต่อยอดความรู้และ สร้างคุณลักษณะที่จำเป็นในตัวนักศึกษา และเพื่อนำข้อมูลที่ได้จากการวิจัยไปใช้ในการปรับปรุงพัฒนาการเรียนการสอน ในรายวิชาดังกล่าวต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายของนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การกีฬาชั้นปีที่ 3 ที่มีต่อผลการเรียนรู้ทั้ง 5 ด้าน ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษา
2. เพื่อเปรียบเทียบผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายก่อนและหลังการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายของนักศึกษา วิชาเอกพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การกีฬาชั้นปีที่ 3

กรอบแนวคิดของการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การกีฬา ชั้นปีที่ 3 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนครจำนวน 100 คน โดยจำแนกเป็นนักศึกษาชายจำนวน 70 คน และนักศึกษาหญิงจำนวน 30 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การกีฬา ชั้นปีที่ 3 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จำนวน 10 คน โดยเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) ผู้วิจัยได้ใช้วิธีคัดเลือกจากการทดสอบสมรรถภาพทางกาย โดยใช้แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายมาตรฐานของคณะกรรมการนานาชาติ (International Committee for the Standardization of the Physical Fitness Test : ICSPFT) ซึ่งกลุ่มตัวอย่างมีผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายโดยรวมอยู่ในระดับดี เมื่อเทียบกับระดับสมรรถภาพทางกายโดยรวมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

1. แบบประเมินผลการเรียนรู้

แบบประเมินผลการเรียนรู้ 5 ด้าน เป็นแบบสังเกต (Observation) เกี่ยวกับผลการเรียนรู้ทั้ง 5 ด้านตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาของนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การกีฬาชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ซึ่งประกอบไปด้วย 1.ด้านคุณธรรม จริยธรรม 2.ด้านความรู้ 3.ด้านทักษะทางปัญญา 4.ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ 5.ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลขการสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ โดยเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ (Rating Scale)

2. แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายมาตรฐานของคณะกรรมการนานาชาติ (International Committee for the Standardization of Physical Fitness Test หรือ ICSPFT) ได้ใช้ทดสอบสมรรถภาพทางกายของเยาวชน และประชาชนประเทศต่างๆ ทั้งชายและหญิงอายุระหว่าง 6 – 32 ปี

3. อุปกรณ์และเครื่องอำนวยความสะดวกที่ใช้ในการทดสอบ ประกอบด้วย

3.1 กล้องวัดความอ่อนตัว

3.2 เบาะยืดหยุ่นสำหรับทดสอบการลุก-นั่ง หรือสนามหญ้า

3.3 แผ่นวัดการกระโดดไกล

3.4 ราว สำหรับดึงข้อ

3.5 นาฬิกาจับเวลา นกหวีด

3.6 สนามที่มีทางวิ่งหรือพื้นราบอื่นๆ

3.7 เครื่องขยายเสียง

3.8 เทปวัดระยะ

3.9 เครื่องมือวัดแรงบีบมือ

3.10 ใบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายภาพของนักศึกษา

4. โปรแกรมการออกกำลังกายที่ผู้วิจัยและนักศึกษาร่วมกัน สร้างขึ้น ตั้งแต่วันที่ 1 เดือน พฤศจิกายน ถึง วันที่ 30 เดือน ธันวาคม พ.ศ. 2556 รวมเป็นเวลา 8 สัปดาห์

วิธีรวบรวมข้อมูล และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยดำเนินการเป็นขั้นตอนดังนี้

1. ทำการทดสอบสมรรถภาพทางกายกับกลุ่มตัวอย่างก่อนการฝึกและหลังการฝึก โปรแกรมการออกกำลังกาย โดยมีขั้นตอนต่อไปนี้

1.1 นัดหมายนักศึกษา กำหนดวัน เวลา เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล และนัดหมายการแต่งกายของผู้เข้ารับการทดสอบ ให้แต่งกายด้วยชุดพลศึกษา

1.2 จัดเตรียมอุปกรณ์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลทุกรายการ

1.3 อธิบาย – สาธิตขั้นตอนการปฏิบัติงาน รายละเอียดต่างๆ ในการเก็บรวบรวมข้อมูล กับผู้ช่วยในการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อความเข้าใจให้ถูกต้องตรงกัน

1.4 ก่อนทำการทดสอบผู้วิจัยและผู้ช่วย อธิบายและสาธิตวิธีการทดสอบแต่ละรายการ

1.5 ให้ผู้เข้ารับการทดสอบฟังและดู เพื่อความเข้าใจและสามารถปฏิบัติตามกติกาทดสอบเองได้

1.6 ก่อนดำเนินการทดสอบ ให้ผู้เข้ารับการทดสอบอบอุ่นร่างกายก่อน 5 – 10 นาที

1.7 ทำการทดสอบสมรรถภาพทางกายของกลุ่มตัวอย่าง

2. ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทำการฝึกตามโปรแกรมการออกกำลังกายที่สร้างขึ้น ตั้งแต่วันที่ 1 เดือน พฤศจิกายน ถึง วันที่ 30 เดือน ธันวาคม พ.ศ. 2556 รวมเป็นเวลา 8 สัปดาห์ ช่วงเวลา 16.30 – 18.00 น. ทุกวันจันทร์ – วันศุกร์

3. ผู้วิจัยประเมินผลการเรียนรู้ 5 ด้าน หลังการฝึก

4. นำข้อมูลไปวิเคราะห์ทางสถิติ

5. สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะที่ได้จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์

1. หาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายและการประเมินผล การเรียนรู้ในแต่ละด้าน

2. ทดสอบสมมติฐานความแตกต่างของผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายและผลการเรียนรู้ 5 ด้านระหว่าง ก่อนและหลังการฝึกโปรแกรมการออกกำลังกายของนักศึกษา โดยใช้สถิติที่ (t-test Dependent) แล้วนำเสนอในรูปแบบของ ตารางประกอบความเรียง

สรุปผลการวิจัย

1. ผลการเรียนรู้ 5 ด้าน

1.1 ผลการเรียนรู้ 5 ด้าน ก่อนการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายทุกข้อได้คะแนนอยู่ในระดับปานกลาง และหลังการใช้ได้คะแนนอยู่ในระดับมาก

1.2 ผลการประเมินการเรียนรู้ด้านคุณธรรม จริยธรรม ก่อนการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายทุกข้อได้คะแนน ระดับปานกลาง หลังการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายทุกข้อได้คะแนนระดับมาก

1.3 ผลการประเมินการเรียนรู้ด้านความรู้ ก่อนการใช้โปรแกรมการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง หลังการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก

1.4 ผลการประเมินการเรียนรู้ด้านทักษะทางปัญญาก่อนการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายในระดับน้อย หลังการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายในระดับปานกลาง

1.5 ผลการประเมินการเรียนรู้ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบก่อนการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายในระดับน้อย หลังการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายในระดับปานกลาง

1.6 ผลการประเมินการเรียนรู้ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ ก่อนการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายในระดับปานกลาง หลังการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายในระดับมาก

1.7 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยของผลการเรียนรู้ 5 ด้านของนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การกีฬา ชั้นปีที่ 3 โดยจำแนกเป็นรายด้าน ด้วยสถิติ t -test Dependent พบว่า ผลการเรียนรู้ทั้ง 5 ด้าน หลังการใช้โปรแกรมออกกำลังกาย สูงกว่าก่อนการใช้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

2. สมรรถภาพทางกาย

2.1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายก่อนการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายในรายการวิ่งเร็ว 50 เมตร เท่ากับ 8.31 วินาที, 1.03 วินาที รายการยืนกระโดดไกล เท่ากับ 198.25 เซนติเมตร, 19.3 เซนติเมตร รายการลูก - นิ่ง เท่ากับ 21.6 ครั้ง, 4.6 ครั้ง รายการแรงบีบมือ เท่ากับ 39.6 กิโลกรัม, 6.45 กิโลกรัม รายการดึงข้อ เท่ากับ 6.46 ครั้ง, 4.4 ครั้ง รายการวิ่งเก็บของ เท่ากับ 11.50 วินาที, 1.7 วินาที รายการนั่งอตัวไปข้างหน้า เท่ากับ 5.02 เซนติเมตร, 4.09 เซนติเมตร รายการวิ่ง 1,000 เมตร เท่ากับ 6.36 นาที, 0.62 นาที

2.2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายหลังการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายในรายการวิ่งเร็ว 50 เมตร เท่ากับ 8.14 วินาที, 1.19 วินาที รายการยืนกระโดดไกล เท่ากับ 198.74 เซนติเมตร, 18.91 เซนติเมตร รายการลูก - นิ่ง เท่ากับ 22.4 ครั้ง, 3.9 ครั้ง รายการแรงบีบมือ เท่ากับ 39.5 กิโลกรัม, 6.35 กิโลกรัม รายการดึงข้อ เท่ากับ 6.47 วินาที, 4.5 วินาที รายการวิ่งเก็บของ เท่ากับ 11.31 วินาที, 1.9 วินาที รายการนั่งอตัวไปข้างหน้า เท่ากับ 5.13 เซนติเมตร, 4.18 เซนติเมตร รายการวิ่ง 1,000 เมตร เท่ากับ 6.23 นาที, 0.55 นาที

2.3 เปรียบเทียบแต่ละรายการทดสอบสมรรถภาพทางกายหลังการใช้โปรแกรมการออกกำลังกายสูงกว่าก่อนการใช้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

ควรมีการเผยแพร่ความรู้ด้านการออกกำลังกายให้แก่นักศึกษาและบุคลากร เพื่อให้เห็นประโยชน์ของการออกกำลังกายทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา รวมถึงการนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับมาตรฐานผลการเรียนรู้ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษา

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาวิจัยผลการเรียนรู้ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษากับนักศึกษาสาขาวิชาต่างๆ ซึ่งจะมีประโยชน์ด้านการวัดและประเมินผลตามสภาพความเป็นจริง

เอกสารอ้างอิง

กอบกุล ปราบประชา. กลยุทธ์การสอนและกลยุทธ์การประเมินผลการเรียนรู้. วันที่สืบค้น 21 กรกฎาคม 2555.

จาก www.technologyudru.com/images/column.../TQF%2000.doc

- ประสพโชค โชคเหมาะะ. การสอนพลศึกษากับการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยม:กรณีศึกษา นักเรียนประถมศึกษา
ชั้นปีที่ 6 โรงเรียนสาธิต แห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ปรินูญานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. อุดลำนเา, 2545.
- วาลนา คุณาอภิสิทธิ์. การสอนพลศึกษา. กรุงเทพฯ: บริษัทวิทยพัฒน์ จำกัด, 2539.
- _____. การพัฒนาหลักสูตรพลศึกษา. (เอกสารประกอบคำสอน), กรุงเทพฯ : คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
อูดลำนเา, 2549.
- สมใจ เจียรพะงษ์ . ผลการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาลด้วยการจัดการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษาตามกรอบมาตรฐาน
คุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ ในรายวิชา สม.1102 ทักษะชีวิต ปีการศึกษา 2554. รายงานวิจัย. ขอนแก่น:
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ขอนแก่น, 2554.
- สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. กรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2552 และแนวทางการปฏิบัติ.
กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2552.
- _____. แผนพัฒนาการศึกษาระดับอุดมศึกษา ฉบับที่ 11 (พ.ศ.2555 – 2559)
http://www.mua.go.th/~bpp/developplan/download/higher_edu_plan/PlanHEdu11_2555-2559.pdf สืบค้นเมื่อ 11
มกราคม 2558.
- อนเา เพียรทอง. คุณลักษณะที่เป็นจริงของนักศึกษสถาบันการพลศึกษาในเขตภาคกลางตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิ
ระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ ปีการศึกษา 2555. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
อูดลำนเา, 2556.
- American College of Sports Medicine. ACSM's guideline for exercise testing & prescription. 8Th edition. Lippincott
Williams & Wilkins, Philadelphia, 2010.
- Asnul Dahar M.; & Ruhizan, M. A Sustainable Framework for Technical and Vocational Education in Malaysia.
Procedia Social and Behavioral Sciences. 9: 1233 – 1237, 2010.
- Howley ET, Franks BD. “*Health fitness instructor’s handbook*”. 3rd edition ; Human Kinetics, Champaign, USA.
- Isabel, C.; Martín, P.; & Adolfo, C. An approach of the European Higher Education Framework to the
Management of Higher Education At university Level in Peru.Procedia Social and Behavioral Sciences.
15 : 586 – 591, 2011.
- Liljana, K. G.; et al. Implementation of National Qualification Framework for Higher Education in Republic of Macedonia.
Procedia Social and Behavioral Sciences. 46: 2556 – 2560, 2012.

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร