

ปี 2564 ปีที่ 21 แห่งศ. ที่ 21: ปฏิรูปการเรียนรู้พลศึกษาในสถานศึกษาหรือยัง 2021 The 21 st Year of The 21 st Century: Did We Reform Physical Education Learning in School?

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์*
Wasana Kuna-apisit*



“การดำเนินชีวิตโดยใช้วิชาการอย่างเดียวยังไม่เพียงพอ จะต้อง
อาศัยความรู้รอบตัวและหลักศีลธรรมประกอบด้วย
ผู้ที่มีความรู้ดีแต่ขาดความยั้งคิด นำความรู้ไปใช้ในทางมิชอบก็
เท่ากับเป็นบุคคลที่เป็นภัยแก่สังคมของมนุษย์”
พระบรมราโชวาทพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ วันที่ ๑๘ กันยายน ๒๕๐๔

บทนำ



“...ร่างกายของคนเรานั้นธรรมชาติสร้างมาสำหรับให้ออกแรงใช้งาน
มิใช่ให้อยู่เฉยๆ ถ้าใช้แรงให้พอเหมาะพอดีโดยสม่ำเสมอ
ร่างกายก็จะเจริญคล่องแคล่ว อดทน ยั่งยืน
ถ้าไม่ใช้แรงเลยหรือไม่เพียงพอ ร่างกายก็จะเจริญแข็งแรงไปไม่ได้
แต่จะค่อย ๆ หมดแรงลงและหมดสภาพไปก่อนเวลาอันควร
ดังนั้น ผู้ที่ปกติมีการทำงานโดยไม่ใช้กำลังหรือใช้กำลังแต่น้อย
จึงจำเป็นต้องหาเวลาออกกำลังให้พอเพียงความต้องการตาม
ธรรมชาติเสมอทุกวัน มิฉะนั้นจะเป็นที่น่าเสียดายอย่างยิ่ง
ที่เขาจะใช้สติปัญญาความสามารถของเขาทำประโยชน์ให้แก่ตนเอง
และแก่ส่วนรวมได้น้อยเกินไป เพราะร่างกายอันกลับอ่อนแอลงนั้น
จะไม่อำนวยโอกาสให้ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ...”

*รองศาสตราจารย์ ดร.

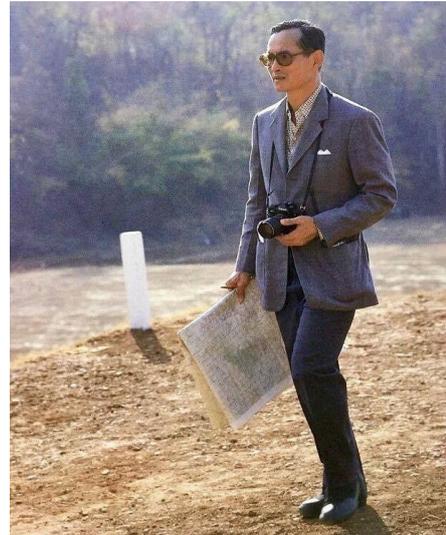
ติดต่อผู้พิมพ์: วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ E-mail: wlangkulsen@gmail.com มือถือ: 089-1229341

วันที่รับบทความ 21 พฤษภาคม 2564 วันที่แก้ไขบทความ 5 มิถุนายน 2564

วันที่ตอบรับ 5 มิถุนายน 2564

“...การออกกำลังกายนั้น
ถ้าทำน้อยไปร่างกายและจิตใจจะเฉา
แต่ถ้าทำมากไปร่างกายและจิตใจจะซ้ำ
การออกกำลังกายแบบมีระบบทำให้ร่างกายแข็งแรงตลอดเวลา...”

ความตอนหนึ่งในพระราชดำรัสใน
พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช พระราชทานแก่
ข้าราชการบริหารหลังการออกกำลังกายพระวรกายประจำวัน เพื่อฟื้นฟูพระ
วรกายหลังจากทรงพระประชวร
ในปี พ.ศ. ๒๕๒๕



เป็นเวลามากกว่า 20 ปีมาแล้วที่ผู้เขียนได้แสดงความคิดเห็นในหลายบทความ รวมทั้งในการ
ฝึกอบรมครู ตลอดจนงานในการประชุมวิชาการหลายที่และหลายโอกาสว่า การจัดการเรียนรู้พลศึกษาใน
โรงเรียนหรือสถานศึกษาควรปฏิรูปให้สอดคล้องกับบริบทสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปหรือไม่ และอย่างไร

ลองถามตัวเอง.....ตั้งแต่เรามีพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติฉบับแรก พ.ศ.2552 จนถึงปัจจุบัน
เรา“ปฏิรูป” กันไปถึงไหนแล้ว เพราะนับแต่กฎหมายฉบับนี้ประกาศใช้ มีหลักสูตรอิงมาตรฐานมารองรับ
(และกำลังจะมีหลักสูตรอิงสมรรถนะ ซึ่งมีข่าวว่าจะประกาศใช้ปี 2565) และมีระบบประกันคุณภาพมา
ตรวจสอบ

ทั้งผู้เขียนและผู้อ่านคงได้ฟังได้ยินคำว่า “ปฏิรูป” กันจนเบื่อ จึงเป็นคำที่น่าเคลือบแคลงเป็นอัน
มากกว่า เราเห็นรูปธรรมของการปฏิรูปตรงไหน เมื่อไร อย่างไร เป็น “ของจริง” หรือไม่ “ใครได้ ใครเสีย”
ซึ่งย่อหมายถึงผู้สอนระดับอุดมศึกษาด้วย เพราะบางครั้งบางคราวผู้เขียนเองในฐานะครูคนหนึ่ง ยัง
สงสัยตนเองว่าได้“ปฏิรูป”แล้วหรือยัง ทุกวันนี้ได้ตื่นรับเพียงพอต่อการจัดการเรียนรู้ให้ผู้เรียนเกิดการ
“ปฏิรูป” หรือยัง และเป็นไปตามที่กระทรวงศึกษาธิการคาดหวังไว้หรือไม่เพียงใด นั้นหมายถึงว่า ครูได้รับ
การพัฒนาศักยภาพให้พร้อมรับกับการ “ปฏิรูป” เพียงพอแล้วหรือยัง

การจัดการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาให้สอดคล้องกับการปฏิรูปการศึกษา

ในแง่ของหลักสูตรได้มีการปฏิรูปจากหลักสูตร พ.ศ.2533 เป็น “หลักสูตรอิงมาตรฐาน”
(Standard-Based Curriculum) ฉบับแรกของประเทศไทย มีชื่อเป็นทางการว่า “หลักสูตรการศึกษาขั้น
พื้นฐาน พุทธศักราช 2544” โดยกำหนดคุณภาพผู้เรียนด้วยมาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระและมาตรฐาน
การเรียนรู้ช่วงชั้น (ป.1-3 ป.4-6 ม.1-3 และ ม.4-6) คณะกรรมการฯ ได้ดำเนินการจัดทำโดยการผสมผสาน
ความเป็นสากลกับความเป็นไทยเข้าด้วยกัน ขอกล่าวในฐานะหนึ่งในคณะกรรมการฯว่า ได้ศึกษาค้นคว้า

ข้อมูลเพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาหลักสูตรจากมาตรฐานสากล (International Standards) ที่ประกาศโดย องค์การการศึกษา วิทยาศาสตร์ และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ (UNESCO, 2000 citing in ICHPER.SD, 2012) ต่อมาในปี 2551 มีการประกาศใช้หลักสูตรฉบับปรับปรุง ชื่อ “หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551” หนึ่งที่ไม่เรียกว่าหลักสูตรใหม่ (คาดเดา) เพราะปรับและเพิ่มจาก หลักสูตรฉบับก่อนหน้าเพียงส่วนน้อย คือ จุดหมาย วิสัยทัศน์ สมรรถนะสำคัญ คุณลักษณะที่พึงประสงค์ โครงสร้างหลักสูตร ตัวชี้วัด **นอกนั้นเหมือนเดิม** การเติมคำว่า “แกนกลาง” ลงไปเหตุผลหนึ่งคงเพื่อให้ตรงกับที่พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติระบุไว้ มาในปัจจุบันปรับเป็น “หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551 และมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดฯ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560)” ซึ่งไม่เกี่ยวกับกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา แต่เป็นกลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ และสาระภูมิศาสตร์ในกลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรมเท่านั้น

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบหลักสูตร ปีพุทธศักราช 2544 กับ 2551

พ.ศ. 2544	พ.ศ.2551
○ ไม่มีวิสัยทัศน์ 	วิสัยทัศน์ “มุ่งพัฒนาผู้เรียนทุกคนซึ่งเป็นกำลังของชาติ ให้เป็นมนุษย์ที่มีความสมดุลทั้งด้านร่างกาย <u>ความรู้ คุณธรรม</u> ..มุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญบนพื้นฐานความเชื่อว่าทุกคนสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้เต็มตามศักยภาพ”
○ หลักการ 5 ข้อ ข้อ 5. รักการออกกำลังกาย ดูแลตนเองให้มีสุขภาพและบุคลิกภาพที่ดี	○ หลักการ 6 ข้อ ข้อ 3. มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี มีสุขนิสัย และรักการออกกำลังกาย
○ ไม่มีสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	○ สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน <ol style="list-style-type: none"> 1. ความสามารถในการสื่อสาร 2. ความสามารถในการคิด 3. ความสามารถในการแก้ปัญหา 4. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 5. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี (โรงเรียนเพิ่มเติมได้)
○ ไม่มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์	○ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ 8 ข้อ รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์ สุจริต มีวินัย

พ.ศ. 2544	พ.ศ.2551
	ไฟ้เรียนรู้ อยู่อย่างพอเพียง มุ่งมั่นในการทำงาน รักความเป็นไทย มีจิตสาธารณะ (โรงเรียนเพิ่มเติมได้)
พ.ศ.2544	พ.ศ.2551
<ul style="list-style-type: none"> ○ มาตรฐาน 8 กลุ่มสาระ ○ มาตรฐานช่วงชั้น ○ ผลการเรียนรู้(K – A – P) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ มาตรฐาน 8 กลุ่มสาระ ○ ตัวชี้วัด (K – A – P) <ol style="list-style-type: none"> 1. ตัวชี้วัดชั้นปี (ป.1 – ม.3) ๒. ตัวชี้วัดช่วงชั้น (ม.4 –ม.6) (นำไปจัดทำคำอธิบายรายวิชาและหน่วยการเรียนรู้)
<ul style="list-style-type: none"> ○ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน กิจกรรมแนะแนว และกิจกรรมผู้เรียน 	<ul style="list-style-type: none"> ○ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน กิจกรรมแนะแนว กิจกรรมผู้เรียน และกิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณะประโยชน์
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา 5 สาระ 6 มาตรฐาน	
<ul style="list-style-type: none"> ○ สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์ มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์ ○ สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจ และเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต ○ สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว <u>กิจกรรมทางกาย</u> การเล่นเกม และกีฬา ○ มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา ○ สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่า และมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค <u>และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ</u> ○ สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่ายสารเสพติด และความรุนแรง 	

การจัดการเรียนรู้ตามมาตรฐานการเรียนรู้ในสถานศึกษา



ภาพที่ 1 มิติของการจัดการเรียนรู้ตามมาตรฐานการเรียนรู้ในสถานศึกษา

เมื่อได้ศึกษาเอกสารงานวิจัยของประเทศต่างๆ ที่มีประสบการณ์ในการใช้หลักสูตรอิงมาตรฐานมาก่อน ประเทศไทย พบว่า การจัดหลักสูตรและการเรียนรู้ตามมาตรฐานการเรียนรู้ในสถานศึกษาหรือโรงเรียน แต่ละโรงเรียนควรดำเนินการบริหารให้ครบ 4 มิติดังรายละเอียดต่อไปนี้ (ภาพที่ 1)

1. การนำมาตรฐานไปใช้อย่างเป็นระบบ โดยปฏิบัติดังนี้

1) กำหนดความคาดหวังระดับสูงให้แก่ผู้เรียนทุกคน เป็นการนำตัวชี้วัดในหลักสูตรแกนกลาง (ซึ่งเป็นหลักสูตรระดับชาติ) มากำหนดระดับสัมฤทธิ์ผลของผู้เรียนในสถานศึกษาแต่ละแห่ง โดยพิจารณาจากปรัชญา วิสัยทัศน์ของสถานศึกษา ความคาดหวังของพ่อแม่ผู้ปกครอง ชุมชน ความต้องการจำเป็นของผู้เรียน (needs) ความคาดหวังที่กำหนดขึ้นนี้อาจเรียกว่า “จุดประสงค์การเรียนรู้” ซึ่งอยู่ในแผนการจัดการเรียนรู้ หรืออาจเพิ่มเติมเข้าไปในตัวชี้วัดที่กำหนดมาให้แล้วก็ได้

2) สิ่งที่คาดหวังชัดเจน กระชับ และใช้ได้จริง สืบเนื่องจากข้อ 1) การกำหนดตัวชี้วัดและจุดประสงค์การเรียนรู้ ต้องสามารถนำมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้จริง ไม่มากไปหรือสูงเกินไป เขียนด้วยภาษาที่ชัดเจน ไม่กำกวมให้เข้าใจยากหรือเข้าใจเป็นอย่างอื่น เพราะจะส่งผลกระทบต่อประเมินผลการเรียนรู้ที่แม่นยำเป็นลำดับต่อไปอีกได้

3) ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้สอดคล้องกับมาตรฐานเชิงเนื้อหาและมาตรฐานเชิงการปฏิบัติ ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้ ต้องขยายความมาจากมาตรฐานเชิงเนื้อหาว่า ต้องการให้ผู้เรียนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอะไรบ้างที่สามารถสังเกตเห็นได้ว่า *ผู้เรียนรู้อะไรบ้าง (knowledge) ผู้เรียนทำอะไรเป็นบ้าง (practice/psychomotor/process) และมีความดีเพียงใด (affective)* และพฤติกรรมทั้งหมดนี้ผู้เรียนต้องทำได้ในระดับใด หรืออยู่ในเกณฑ์ใด ซึ่งเป็นความสามารถในเชิงการปฏิบัติ(สมรรถนะ) อันเป็นผลลัพธ์สุดท้ายของการเรียนรู้ และเป็นความสามารถที่สำคัญ

4) **ชุมชนเข้าใจและให้การสนับสนุน** ครอบครัว พ่อแม่ผู้ปกครอง ชุมชนที่แวดล้อมย่อมต้องการรู้ว่าผู้เรียนจะเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร ได้อะไรจากการเรียน ดีหรือไม่ อย่างไร และควรมีสิทธิ์ร่วมวิพากษ์วิจารณ์ แสดงความคิดเห็นได้ด้วย และเมื่อเห็นพ้องก็ยอมให้การสนับสนุนกิจการต่างๆ ของสถานศึกษาเป็นอย่างดี เพราะผู้เรียนเป็นผู้ได้ประโยชน์โดยตรง

2. **การมีหลักสูตรที่มีคุณภาพ** หลักสูตรสถานศึกษาที่มีคุณภาพควรมีร่องรอยหลักฐาน ดังนี้

1) **หลักสูตรมีพื้นฐานการจัดทำมาจากมาตรฐาน (มาตรฐานหลักสูตรแกนกลาง)** มีระบบการจัดทำสาระหลักสูตรสถานศึกษา (แต่ละกลุ่มสาระ) โดยดำเนินการแปลงหลักสูตรไปสู่การสอน หรือการนำหลักสูตรไปใช้

ผู้เขียนขอเสนอแนะกระบวนการจัดทำสาระหลักสูตรสถานศึกษาที่มีระบบและขั้นตอนที่ผู้เขียนได้วิจัยและพัฒนาแล้ว (ภาพที่ 2) และผู้เขียนได้ใช้ขั้นตอนตามภาพที่ 2 อบรมครูได้ผลดีมาแล้วเป็นจำนวนมากเช่นกัน ซึ่งมีใช้เพียงครูสุขศึกษาและพลศึกษา แต่เป็นครู 7 กลุ่มสาระด้วย ทั้งโรงเรียนขนาดเล็ก และขนาดใหญ่



ภาพที่ 1 ขั้นตอนการจัดทำสาระหลักสูตรสถานศึกษาหรือการแปลงหลักสูตรไปสู่การสอน

จากประสบการณ์ของผู้เขียน พบว่า ครูมักมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องนี้ไม่สมบูรณ์นัก โดยเฉพาะการวิเคราะห์ K-A-P การพิจารณาเพิ่มสาระสถานศึกษาตามจุดเน้นของแต่ละแห่ง การจัดทำคำอธิบายรายวิชา และ การประเมินผล ส่งผลให้มีความสามารถในการจัดทำสาระหลักสูตรสถานศึกษาไม่เป็นไปตามมาตรฐานและตัวชี้วัด และยังส่งผลกระทบต่อความแตกต่างของการเรียนรู้ที่ผู้เรียนแต่ละระดับชั้นในแต่ละโรงเรียนได้รับ ตลอดจนการประเมินผลการเรียนรู้ และการประเมินความรู้ความสามารถของครูเองอีกด้วย ผลกระทบปลายทางคือ ผลการสอบระดับชาติของผู้เรียนไม่ได้มาตรฐานตามมาอีก เรื่องนี้ไม่อาจชี้ชัดไปที่ครูฝ่ายเดียวได้ แต่น่าจะเป็นกระทรวงศึกษาธิการที่ต้องวางแผนการพัฒนาครูอย่างจริงจังและทำงาน

เป็นมืออาชีพให้มากกว่าที่เป็นมา และทำมาแต่ในอดีตจนถึงปัจจุบัน เพราะเป็นหน้าที่โดยตรง ส่วนผู้บริหารโรงเรียน ต้องเป็นผู้นำเชิงวิชาการให้มากขึ้น

2) หลักสูตรมีความสอดคล้อง ทำท่าย และมีประโยชน์ต่อผู้เรียน การจัดทำสาระหลักสูตรสถานศึกษา เป็นการนำเอาตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางที่อยู่ในหลักสูตรระดับชาติมาพิจารณาเพิ่มเติมจุดเน้น เพราะตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติแล้ว “หลักสูตรสถานศึกษา (School Curriculum) คือ หลักสูตรของโรงเรียนแต่ละโรงเรียนที่ยึดกรอบการจัดทำสาระหลักสูตรมาจากหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน ผสมผสานกับสภาพปัญหาในชุมชนและสังคม ภูมิปัญญาท้องถิ่น คุณลักษณะอันพึงประสงค์ เพื่อการเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ” จึงเป็นหลักสูตรที่ดำเนินการแบบกระจายอำนาจ ครูและโรงเรียนจึงต้องเก็บรวบรวมและสะสมข้อมูลที่เกี่ยวข้องเหล่านี้ไว้อย่างต่อเนื่อง ด้วยการทวิจายการเรียนการสอน การวิจัยปฏิบัติการในชั้นเรียน การวิจัยสถาบัน ข้อมูลและสถานการณ์เชิงประจักษ์ และอื่นๆ สิ่งที่คุณเขียนพบบ่อยครั้ง คือ มีโรงเรียนจำนวนมากในทุกภูมิภาคของประเทศไทยที่ไม่ได้ดำเนินการจัดทำหลักสูตรสถานศึกษาขึ้นมาใช้เอง

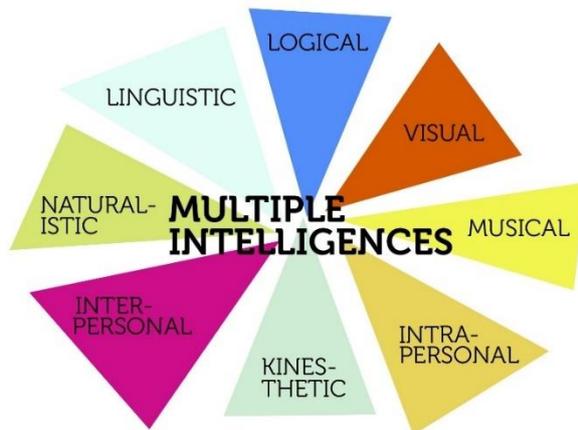
3. การเรียนการสอนที่มีคุณภาพ การจัดการเรียนรู้เป็นตัวแปรสำคัญของความสำเร็จในการปฏิรูปการศึกษา ที่ส่งต่อไปถึงผู้เรียนได้อย่างแท้จริง การเรียนการสอนจะมีคุณภาพมากน้อยเพียงใด ย่อมขึ้นอยู่กับ “ประสิทธิภาพของครู” เป็นสำคัญ ซึ่งควรดำเนินการดังนี้

3.1 จัดการเรียนรู้ให้ตรงตามความผันแปรของความต้องการจำเป็น (needs) และรูปแบบการเรียนรู้ของผู้เรียน การจะดำเนินการเช่นนี้ได้ นั้น ครูควรต้อง “เข้าใจ” ผู้เรียนทุกคนก่อนว่ามีความแตกต่างระหว่างบุคคลในเรื่องใด อย่างไร และมากน้อยเพียงใด อย่างน้อยควรศึกษาแนวคิด ดังนี้

ก. บั้วสี่เหล่า ความหมายของบั้วสี่เหล่า คือ



ข. ทฤษฎีพหุปัญญา (Multiple Intelligences) (Gardner, 1993) เป็นทฤษฎีที่บ่งชี้ว่าผู้เรียนแต่ละคนมีศักยภาพแตกต่างกัน ไม่เท่าเทียมกันในความสามารถ ความฉลาด หรือปัญญา 8 อย่าง เด็กจึงมีความแตกต่างระหว่างบุคคล ประกอบด้วยปัญญาดังต่อไปนี้ (ภาพที่ 4)



ภาพที่ 4 ปัญญา 8 ประการ (Multiple Intelligences)

- 1) ปัญญาการเคลื่อนไหว-ปัญญาทางกาย (Kinesthetic -Body Smart) เป็นความฉลาดทางกาย เกิดขึ้นในลักษณะของความสามารถในการเคลื่อนไหว การเล่นเกม และสามารถเล่นได้ดี
- 2) ปัญญาการใช้ภาษา-ปัญญาทางถ้อยคำ (Linguistic - Word Smart) เป็นความฉลาดทางการใช้ภาษา ในลักษณะการอ่าน การเขียน และการพูดได้ดี
- 3) ปัญญาการใช้เหตุผล-ปัญญาทางตัวเลข (Logical - Number Smart) เป็นความฉลาดทางตัวเลข เกิดขึ้นในลักษณะของการเรียนคณิตศาสตร์และการทำกิจกรรมเกี่ยวกับตัวเลขได้ดี และมีการแก้ปัญหาได้ดี
- 4) ปัญญาการเข้าสังคม -ปัญญากับผู้คน (Interpersonal - People Smart) เป็นความนิยมชมชื่นที่จะรวมกลุ่มกับคนอื่น ๆ การเข้าชมรม การชอบเล่นเกมเป็นทีม และการมีส่วนร่วมกับคนอื่นได้อย่างดี ซึ่งเป็นความฉลาดในการเข้าสังคม
- 5) ปัญญาการรู้จักตนเอง-ปัญญาในตนเอง (Intrapersonal - Myself Smart) เป็นความฉลาดในการรู้จักตนเอง รู้จักจุดแข็งและจุดอ่อนของตนเอง มีการจดบันทึกประจำวัน
- 6) ปัญญาทางดนตรี (Musical - Music Smart) เป็นความฉลาดทางดนตรี สามารถจดจำเสียงดนตรี จังหวะ และคุณภาพของเสียงดนตรี
- 7) ปัญญาการเห็นภาพ/ศิลปะ-ปัญญาทางภาพ (Visual/Spatial - Picture Smart) เป็นความฉลาดทางด้านศิลปะ และกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวกับทัศนศิลป์ เช่น การอ่านแผนที่ การค้นพบทางออกของภาพปริศนาและกราฟ

8) การนิยมธรรมชาติ -ปัญหาทางธรรมชาติ (Naturalistic - Nature Smart) เป็นความฉลาดเกี่ยวกับธรรมชาติ ความนิยมชมชอบในโลกของพืชพรรณและสัตว์ต่างๆ ชอบที่จะเรียนรู้เกี่ยวกับสิ่งเหล่านี้

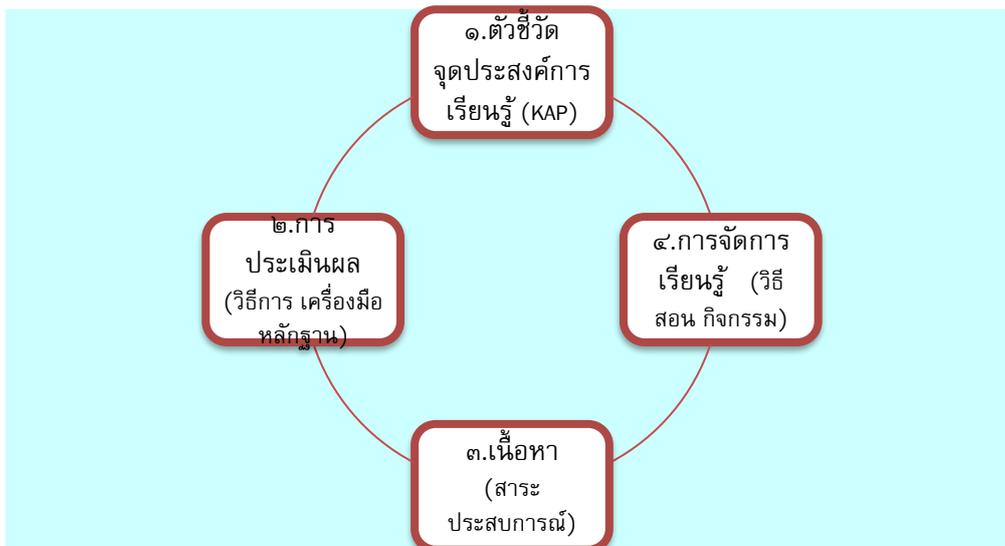
ความฉลาดด้าน	มีความเข้มแข็งในการ...	ชอบที่จะ...	เรียนรู้ได้ดีที่สุดจากการ...
การใช้ภาษา	อ่าน เขียน เล่าเรื่อง จำ คิคออกมาเป็นคำพูด	อ่าน เขียน พูดคุย จำ แก่ปริศนา	อ่าน ฟัง เห็นคำต่างๆ พูด เขียน อภิปราย ตกเถียง
การใช้เหตุผล	คณิตฯ ให้เหตุผล มีเหตุ-ผล แก่ปัญหา จัดรูปแบบ	แก่ปัญหา ตั้งคำถาม ทำงานแก่เกี่ยวกับตัวเลข ทดลอง	ทำงานมีรูปแบบและความ เชื่อมโยง แบ่งแยก จัดกลุ่ม ทดลอง
การเห็นภาพ	อ่านแผนที่ กราฟ วาดภาพ หายปริศนา จินตนาการ มองเห็นภาพ	ออกแบบ วาดภาพ สร้างสรรค์ วาดฝัน มองภาพ	ทำงานกับภาพและสี วาดภาพ นึกภาพ
การเคลื่อนไหว	เล่นกีฬา เดินรำ แสดงบทบาท แก่สลัก ใช้เครื่องมือต่างๆ	เคลื่อนไหวไปในที่ต่างๆ สัมผัสและพูดคุย ใช้ภาษากาย	แตะสัมผัส เคลื่อนไหว ใช้กระบวนการความรู้ด้วยการแสดงออกทางกาย
ทางดนตรี	ร้องเพลง ฟังเสียง จดจำ เสียงดนตรี มีจังหวะ	ร้องเพลง สัมเพลง เล่น ดนตรี ฟังดนตรี	จังหวะ ทำนอง ร้องเพลง ฟังเพลงและทำนอง
Interpersonal	understanding people, lead-	have friends, talk to people,	sharing, comparing, relat-
ทางดนตรี	ร้องเพลง ฟังเสียง จดจำ เสียงดนตรี มีจังหวะ	ร้องเพลง สัมเพลง เล่น ดนตรี ฟังดนตรี	จังหวะ ทำนอง ร้องเพลง ฟังเพลงและทำนอง
การเข้าสังคม	เข้าใจคน เป็นผู้นำ บริหารจัดการ สื่อสารทำความเข้าใจ จัดความขัดแย้ง ขยายความคิด	มีเพื่อนฝูง พูดคุยกับผู้คน ทำงานเป็นกลุ่ม	แบ่งปัน ร้องทุกข์ สร้างความสัมพันธ์ สัมภาษณ์ ให้ความร่วมมือ
รู้จักตนเอง	เข้าใจตนเอง เข้าใจและ ยอมรับจุดอ่อน จุดแข็งของ ตน ตั้งเป้าหมาย	ทำงานคนเดียว สะท้อนความรู้สึกนึกคิด แสดงความสนใจ	ทำงานคนเดียว ทำงาน / โครงการที่ละขั้นตอนด้วย ตนเอง มีพื้นที่ของตนเอง สะท้อนความรู้สึกนึกคิด
ธรรมชาติ	เข้าใจธรรมชาติ สร้างชื่อเสียง เกียรติยศ แยกแยะพืชและ สัตว์	เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ สร้างชื่อเสียง เกียรติยศ สร้างงาน	ทำงานเกี่ยวกับธรรมชาติ สำนวณสิ่งต่างๆ เรียนรู้ เกี่ยวกับพืช และเหตุการณ์ทางธรรมชาติ

ภาพที่ 5 ปัญญา 8 ประการ (Multiple Intelligences) กับการเรียนรู้

3.2 ช่วยให้ผู้เรียนขยัน ใฝ่รู้ และแก้ปัญหาเป็น เป็นการจัดกิจกรรมที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญในการวางแผนการจัดการเรียนรู้ เช่น การมอบหมายงานและหน้าที่ การให้การบ้าน การทำโครงการงาน (project-based) การแก้ปัญหาด้วยตนเอง (problem-based) การเรียนรู้แบบร่วมมือ (collaborative) ผสมผสานกับการให้แรงจูงใจเป็นผลย้อนกลับทางบวก (รางวัล คำชมเชย คะแนน)

ก. การประเมินผลที่มีคุณภาพ เป็นองค์ประกอบลำดับสุดท้าย และทำให้รู้ว่าผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ที่ได้คุณภาพตามมาตรฐานหรือไม่ เพียงใด โดยมีข้อควรปฏิบัติดังนี้

- 1) การประเมินระดับชั้นเรียนและระดับเขตพื้นที่สอดคล้องกับมาตรฐาน (มาตรฐานหลักสูตรแกนกลาง)
 - 2) การประเมินความสามารถเชิงการปฏิบัติเป็นสำคัญ (performance -based)
 - 3) การใช้ข้อมูลจากการประเมินในการปรับปรุงหลักสูตรและการจัดการเรียนรู้
- ทั้งสามส่วนต้องมีความสอดคล้อง ต่อเนื่อง มีวิธีการและเครื่องมือประเมินที่มีคุณภาพ โดยมีเอกสารหลักฐานยืนยัน โดยผู้เขียนขอแนะนำกระบวนการใช้หลักสูตรอิงมาตรฐาน ดังนี้



ภาพที่ 6 การวางแผนการจัดการเรียนรู้และการประเมินผลที่อิงมาตรฐาน

ทำไมต้องเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา

เหตุผล(ตามหลักสูตร) คือ สุขภาพหรือสภาวะ หมายถึง ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิตทางสังคม ทางปัญญา สุขภาพหรือสภาวะเกี่ยวข้องกับทุกมิติของชีวิต การเรียนรู้สุขภาพหรือสุข

ภาวะ จะได้มีความรู้ความเข้าใจ มีเจตคติ คุณธรรม และค่านิยมที่เหมาะสม มีทักษะปฏิบัติ ด้านสุขภาพจน เป็นกิจนิสัย ส่งผลให้สังคมโดยรวมมีคุณภาพ

ดังนั้น การจัดการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาจึงต้องบูรณาการเข้าด้วยกัน **ไม่แบ่งแยกว่าสาระใดมาตรฐานใดเป็นสุขศึกษาหรือพลศึกษา** ต้องดำเนินการจัดการเรียนรู้ทั้ง 5 สาระ 6 มาตรฐานในทุกภาคเรียนและ **ทุกระดับชั้น**ตามเจตนารมณ์ของหลักสูตรกลุ่มสาระนี้ ครูสุขศึกษาและครูพลศึกษาจึงต้องวางแผนร่วมกัน มิใช่แบ่งแยกว่าสาระที่ 1 2 4 กับ 6 เป็นสุขศึกษา ส่วนพลศึกษามีเพียงสาระที่ 3 เท่านั้น ซึ่งนับเป็นความเข้าใจผิดอย่างมหันต์ หากได้พิจารณา วิเคราะห์ และทำความเข้าใจให้ถ่องแท้จะพบว่า ทั้งตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางมีสุขศึกษาและพลศึกษาผสมผสานกันอยู่ตามการออกแบบหลักสูตรของคณะกรรมการ ดังนั้น.....อดีตจนถึงในปัจจุบัน ท่านทำอย่างไร

ทำไมเด็กต้อง Movement ทำไมเด็กต้อง Physical Activity-Physical Literacy

ก่อนอื่นครูอธิบายได้หรือไม่ว่า “การออกกำลังกาย กิจกรรมทางกาย กีฬา พลศึกษา กีฬาศึกษา” แตกต่างกันหรือไม่ และอย่างไร เพื่อความรู้ความเข้าใจเบื้องต้นและตรงกัน ขอนำเสนอตัวอย่างด้านล่าง





กีฬา (SPORT)

หมายถึง เกม การเล่น การออกกำลังกาย ที่มีรูปแบบหรือมีแบบแผนเฉพาะเจาะจง มีการกำหนด กฎ ระเบียบ กติกาขึ้นมาเฉพาะชนิดกีฬานั้น ๆ กีฬามีทั้งระดับท้องถิ่น (local or native) กับกีฬาที่เป็นระดับชาติ (national sport) หรือนานาชาติ (international sport) ซึ่งประเภทหลังนี้จะต้องได้รับการรับรองหรือการยอมรับจากสมาพันธ์หรือสหพันธ์กีฬานานาชาติด้วย จึงจะนำมาใช้แข่งขันได้

กีฬาจึงเป็นพัฒนาการที่สูงกว่าการเคลื่อนไหวและการออกกำลังกาย แต่มีประโยชน์ต่อการสร้างเสริมสุขภาพร่างกายของผู้เล่นเช่นเดียวกับการออกกำลังกาย

กีฬาเป็นกิจกรรมทางกายชนิดหนึ่งด้วยเช่นเดียวกัน

ข้อมูล : รองศาสตราจารย์ ดร. วาสนา คุณาอภิสิทธิ์
 จัดทำ : พลศึกษา จักรเกษม



การออกกำลังกาย (EXERCISE)

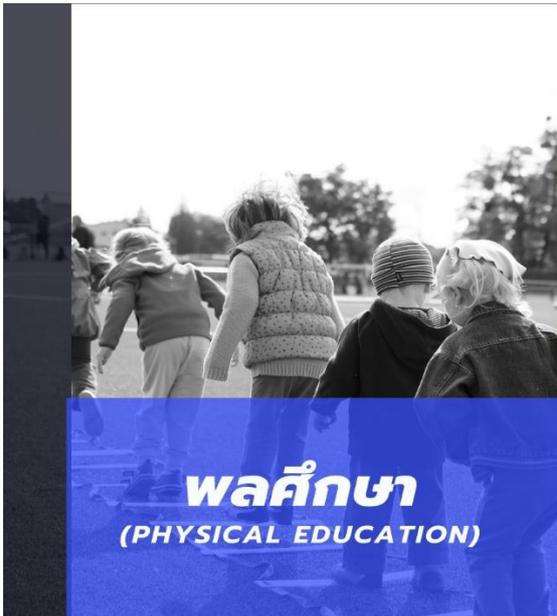


หมายถึง การเคลื่อนไหวร่างกายในลักษณะที่ทำให้ร่างกายได้ใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ ออกแรงทำงาน ซึ่งจะส่งผลให้ระบบต่าง ๆ ในร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

ปัจจุบันมีการนิยามศัพท์คำว่า “กิจกรรมทางกาย” หรือ Physical activity ซึ่งมีความหมายว่า เป็นกิจกรรมต่าง ๆ ที่ร่างกายได้ออกแรงกระทำโดยการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ ๆ เช่น แขน ขา ลำตัว มีใช้กล้ามเนื้อเล็ก ๆ เช่น นิ้วมือ เป็ลือกตา ดังนั้น จึงเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายที่ตรงกันข้ามกับการนั่ง ๆ นอน ๆ

การออกกำลังกายจึงเป็นกิจกรรมทางกายชนิดหนึ่ง เช่น การวิ่ง การกระโดดเชือก โดยไม่มีกติกาอะไรใช้บังคับ

ข้อมูล : รองศาสตราจารย์ ดร. วาสนา คุณาอภิสิทธิ์
 จัดทำ : พลศึกษา จักรเกษม

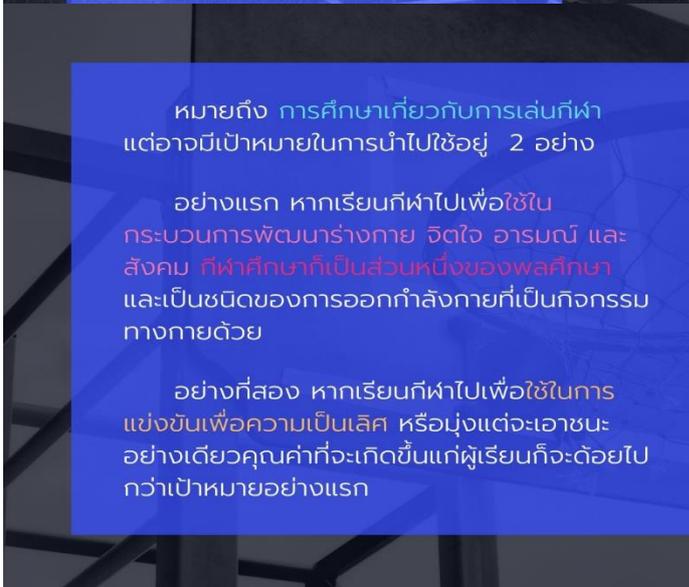


พลศึกษา (PHYSICAL EDUCATION)

หมายถึง กระบวนการทางการศึกษา
 แขนงหนึ่งที่มุ่งเน้นให้คนได้เกิดการพัฒนา
 ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยใช้
 กิจกรรมการออกกำลังกายหรือกิจกรรมทาง
 กายเป็นสื่อ และกิจกรรมเหล่านั้นได้รับการ
 คัดสรร (selected) มาเป็นอย่างดีแล้ว

พลศึกษาจึงเป็นกระบวนการที่ช่วย
 พัฒนาคอนให้เป็นคนที่มีสมบูรณ์ (holistic)
 และต้องมีการจัดกระบวนการเรียนการสอน
 ตลอดจนมีความสำคัญเท่าเทียมกับวิชาการ
 ในแขนงอื่น ๆ เช่นเดียวกัน

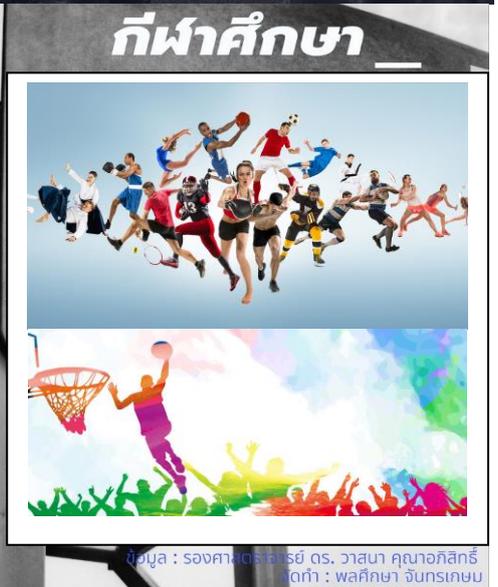
ข้อมูล : รองศาสตราจารย์ ดร. วาสนา คุณาอภิสิทธิ์
 จัดทำ : พลศึกษา จันทรเกษม



หมายถึง การศึกษาเกี่ยวกับการเล่นกีฬา
 แต่อาจมีเป้าหมายในการนำไปใช้อยู่ 2 อย่าง

อย่างแรก หากเรียนกีฬาไปเพื่อใช้ใน
 กระบวนการพัฒนาร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และ
 สังคม กีฬาศึกษาก็เป็นส่วนหนึ่งของพลศึกษา
 และเป็นชนิดของการออกกำลังกายที่เป็นกิจกรรม
 ทางกายด้วย

อย่างที่สอง หากเรียนกีฬาไปเพื่อใช้ในการ
 แข่งขันเพื่อความเป็นเลิศ หรือมุ่งแต่จะเอาชนะ
 อย่างเดียวคุณค่าที่จะเกิดขึ้นแก่ผู้เรียนก็จะด้อยไป
 กว่าเป้าหมายอย่างแรก



กีฬาศึกษา



ข้อมูล : รองศาสตราจารย์ ดร. วาสนา คุณาอภิสิทธิ์
 จัดทำ : พลศึกษา จันทรเกษม

ในความเป็นจริงแล้ว เป้าหมายทั้งสองอย่างสามารถกลมกลืนเข้าด้วยกันได้ในลักษณะของการจัด
 โปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียน หรือในแง่ของการบริหารหลักสูตรพลศึกษาในโรงเรียน ดังภาพต่อไปนี้



5	พลศึกษาพิเศษ (5%)
4	พลศึกษาเพื่อนันทนาการ (5-20%)
3	การแข่งขันกีฬายานนอก (20-30%)
2	การแข่งขันกีฬายานใน (80%)
1	การจัดการเรียนรู้ในชั้นเรียน 100%

ภาพ : โปรแกรมพลศึกษาในสถานศึกษา



กีฬาศึกษา (SPORT EDUCATION)

จากภาพโปรแกรมพลศึกษาในสถานศึกษา เป้าหมายของกีฬาศึกษา
 อย่างแรกคือโปรแกรม 1 ส่วนเป้าหมายของกีฬาอย่างที่สองคือโปรแกรม 2

ข้อมูล : รองศาสตราจารย์ ดร. วาสนา คุณาอภิสิทธิ์
 จัดทำ : พลศึกษา จันทรเกษม

ความแตกต่างของความหมายของคำทั้ง 4 คำจึงมีดังที่กล่าวมาแล้ว แต่อย่างไรก็ตาม ทั้ง 4 คำสามารถดำเนินการให้สอดคล้องกันได้ โดยเฉพาะในแนวคิดของหลักสูตรการศึกษา ขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา จะพิจารณาให้ทั้ง 4 คำนี้ดำเนินไปเพื่อเป้าหมายเดียวกัน คือ การพัฒนาสุขภาพ ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาสุขภาพ: (well-being) ที่ดี โดยรวม และรวมเข้ากับสุขศึกษา (Health Education) ด้วย

ปัญหาที่ทำให้การดำเนินการทางวิชาชีพพลศึกษาไม่ค่อยตรงทาง คือ ผู้ที่เกี่ยวข้องอาจมีความเข้าใจในความหมายของคำดังกล่าวไม่ถูกต้อง และไม่เหมือนกัน จึงมีผลต่อการพัฒนาวิชาชีพ พลศึกษามากพอควร

หมายเหตุ รวมทั้งหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ด้วย



ข้อมูล : รองศาสตราจารย์ ดร. วาสนา คุณาอภิสิทธิ์
 จัดทำ : พลศึกษา จันทกรเกษม



ข้อมูล : รองศาสตราจารย์ ดร. วาสนา คุณาอภิสิทธิ์
 จัดทำ : พลศึกษา จันทกรเกษม

กิจกรรมทางกาย (Physical Activity) บรรจุไว้ในหลักสูตรของชาติตั้งแต่ปีพุทธศักราช 2544 แต่ขอทบทวนอีกครั้งตามกระแสแรงของ “กิจกรรมทางกาย” และ “ความฉลาดรู้ทางกาย” ในช่วงเวลาปัจจุบัน

กิจกรรมทางกาย (Physical Activity) : สสส., WHO

- การเคลื่อนไหวของร่างกายโดยกล้ามเนื้อและกระดูกที่ทำให้เกิดการเผาผลาญพลังงาน ซึ่งครอบคลุมการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวัน และในสายอาชีพ การทำกิจกรรมในเวลาว่าง รวมถึงการออกกำลังกาย (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.))

กิจกรรมทางกาย(Physical Activity) ทางเลือกในการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย-สสส.,WHO



การดำเนินชีวิตประจำวันที่กระฉับกระเฉง (active living) → กิจกรรมเพื่อสุขภาพ (Activity for Health) → การออกกำลังกายเพื่อสร้างสมรรถภาพทางกาย (Exercise for Fitness) → การฝึกเพื่อเป็นนักกีฬา (Training for Sports)

ลองดูในต่างประเทศสักตัวอย่างหนึ่ง: **The 2018 Scientific Report reinforces the 2008** ได้ให้คำแนะนำว่า กิจกรรมทางกายช่วยลดและป้องกันโรคได้หลายชนิด และการปฏิบัติกิจกรรมทางกายเป็นประจำสม่ำเสมอยิ่งช่วยให้นอนหลับดีขึ้น มีความสุขขึ้น และปฏิบัติงานในชีวิตประจำวันได้สะดวกขึ้น ง่ายตายขึ้น และยังชี้ว่าคุณประโยชน์ของกิจกรรมทางกายสามารถเกิดขึ้นได้ทันทีในวันที่ปฏิบัติมันเอง โดยปฏิบัติให้มีความหนักในระดับปานกลาง (moderate) ดังตัวอย่างในภาพต่อไปนี้

SIEGE และ BRYSON (2017) ได้แนะนำไว้ในหนังสือขายดี ชื่อ "THE WHOLE-BRAIN CHILD" ว่า การเคลื่อนไหวร่างกายเปรียบเสมือนกลวิธีช่วยสร้างเสริมความมั่นคงของสภาวะทางอารมณ์ ดังนั้น ตามการวิจัยพบว่า "การเคลื่อนไหวร่างกายโดยตรงมีผลต่อเคมีในสมอง เพราะเมื่อเราเปลี่ยนท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายหรือผ่อนคลายด้วยการเคลื่อนไหว สภาพอารมณ์ของเราจะแปรเปลี่ยนตามไปด้วย"

" MOVE IT OR LOSE IT."

What counts as moderate physical activity

Any physical activity is better than none. It is never too late to get more active to improve health. Activities could include:

walking	gardening	hiking	dancing
cycling	active n		

การศึกษาเกี่ยวกับสมองมนุษย์ด้วยกระบวนการทางวิทยาศาสตร์จึงได้บอกกล่าวเรามากมายถึงพัฒนาการของเด็ก รวมทั้งการทำงานหลาย ๆ ส่วนของสมองที่สัมพันธ์เชื่อมโยงกัน ทั้งสมองซีกซ้ายและขวา หรือ "upstairs" and "downstairs" ด้วยการบูรณาการการทำงาน ซึ่งจะทำให้เด็กมีความสุขมากขึ้น มีสุขภาพดีขึ้น ทั้งในช่วงยัง

ครูพลศึกษาจึงจำเป็นต้องรู้และอธิบายได้ และไม่ใช่เรื่องใหม่แต่อย่างใด

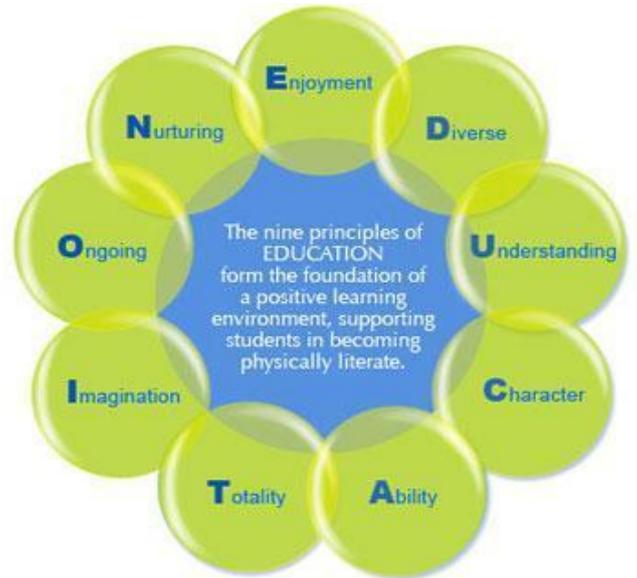
ความฉลาดรู้ทางกาย(Physical Literacy)

ช่วงนี้มีผู้คนกล่าวถึงคำนี้กันมาก ...มาหลังแต่มาแรง..... ลองดูตามภาพต่อไปนี้

ความฉลาดรู้ทางกาย(Physical Literacy)

- **ความฉลาดรู้ทางกาย** คือ แรงจูงใจ ความมั่นใจ ความสามารถทางกาย (ทักษะและสมรรถภาพทางกาย) ความรู้ และความเข้าใจในคุณค่าของกิจกรรมทางกาย และการมีความรับผิดชอบในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกายเพื่อชีวิต

(สมาคมความฉลาดรู้ทางกายสากล -The International Physical Literacy Association, 2014)



ความฉลาดรู้ทางกาย(Physical Literacy)-ต่อ

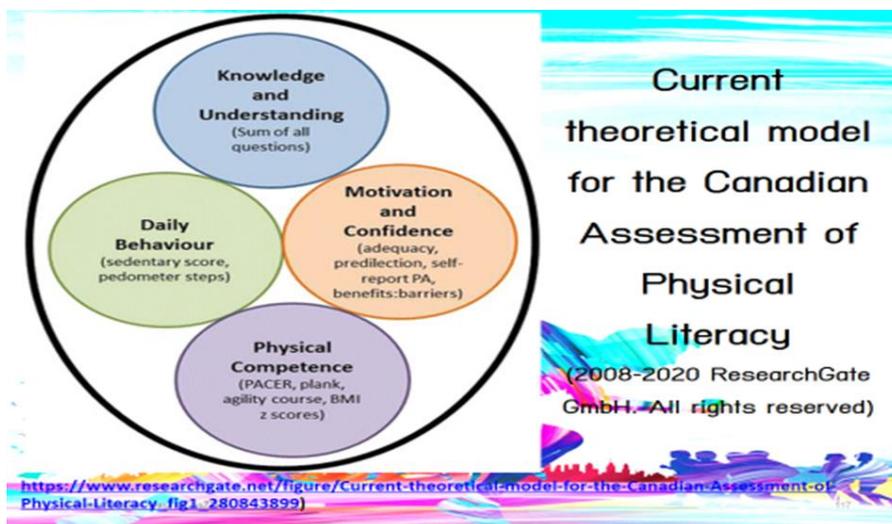
บุคคลที่มีความฉลาดรู้ทางกาย.....

- แสดงทักษะการเคลื่อนไหวรูปแบบต่างๆ ได้อย่างมั่นใจ สมบูรณ์แบบ สร้างสรรค์ และใช้กลวิธีต่างๆในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ (health-related physical activities)

(PHE Canada, 2010 อ้างถึงใน วาสนา คุณาอภิสิทธิ์, 2559)



จะเห็นว่ากิจกรรมทางกายกับความฉลาดรู้ทางกายเป็นเรื่องเดียวกัน และสามารถสอดแทรกไปพร้อมกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาในชั้นเรียนรวมทั้งกิจกรรมนอกชั้นเรียน (ที่โรงเรียน บ้าน และสวนสาธารณะ) และในวิชาอื่นๆ ได้ ผู้จัดกิจกรรมจึงเป็นไปได้ทั้งครูพลศึกษาและครูวิชาอื่นๆ รวมทั้งผู้ปกครอง ภาพต่อไปนี้จะทำให้เข้าใจได้กระจ่างในองค์ประกอบของความฉลาดรู้ทางกาย และจะจัดกิจกรรมการเรียนรู้อะไรให้ผู้เรียนได้ และต้องประเมินอะไรบ้าง



บทสรุป

ผู้เขียนมีความเห็นว่าการจัดการเรียนรู้ตามมาตรฐานการเรียนรู้ในสถานศึกษาและเป็น “การปฏิรูป” ให้ได้ผลดีที่สุด จำเป็นต้องอาศัยพึ่งพาวัฒนธรรมในองค์กร (โรงเรียน) แต่ละแห่ง คือ มีวิสัยทัศน์ร่วมกัน มุ่งมั่นในการทำงานร่วมกัน แต่ละคนเป็นมืออาชีพ มีกฎระเบียบ ข้อตกลงที่เห็นพ้องกันและยินดี

ปฏิบัติตาม ทำงานร่วมกันเป็นทีมได้อย่างดี แบบ “*เล่นรวมกำลังกันทั้งพวก เอาชัยสะดวก...*” เพราะสถานศึกษาเป็นของทุกคน โดยเฉพาะผู้บริหารโรงเรียน ต้องเป็น “ผู้นำทางวิชาการ” จึงจะช่วยกันเดินช่วยกันผลักดันให้ทุกคนในโรงเรียนเดินไปสู่เป้าหมายคุณภาพได้ตามที่ควรจะเป็น ส่วนครูพลศึกษาควรได้เปลี่ยนแปลงตนเองให้เทียบทันเพื่อผู้เรียน ตนเอง และวิชาชีพที่มั่นคงต่อไป

<p>Coming together is beginning การมารวมมือกัน คือ การเริ่มต้น</p>	<p>Keeping together is progress การดำรงรักษาความร่วมมือกัน ไว้ได้ คือ ความก้าวหน้า</p>	<p>Working together is success การช่วยกันทำงาน คือ ความสำเร็จ</p>
---	---	--

สิ่งสำคัญ “ที่เหลือกำลัง” ของเราๆ ท่านๆ คือ กระทรวงศึกษาธิการต้องให้ความสำคัญกับ “การปฏิรูป” ด้วยการพัฒนาครูให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลอย่างตั้งใจ เต็มใจ และเป็นมืออาชีพ โดยการวางแผนการบริหารจัดการอย่างเป็นระบบ ใช้เครือข่ายการพัฒนา มีการติดตามผล และนำมาใช้เออย่างจริงจัง มิฉะนั้น การปฏิรูปการศึกษาจะไม่มีวันประสบความสำเร็จเหมือนกับประเทศต่างๆ ที่ผ่านประสบการณ์นี้มาแล้ว

เอกสารอ้างอิง

กระทรวงศึกษาธิการ. 2552. *หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

กระทรวงศึกษาธิการ. 2552. *ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

กระทรวงศึกษาธิการ. 2561. *หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 และมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดฯ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560)*. <http://academic.obec.go.th/newsdetail.php?id=75>. เข้าถึงเมื่อ 19 กุมภาพันธ์ 2564.

ข่าวการศึกษา. *มติชนออนไลน์*. “บอร์ด กพฐ.’ เผยผลวิจัยพบผอ.ขาดความเป็นผู้นำทางวิชาการ”. เข้าถึงเมื่อ 19 กุมภาพันธ์ 2564.

ข่าวการศึกษา. *มติชนออนไลน์*. “สพฐ. คาดหลักสูตรใหม่ทันใช้ปีการศึกษา 2565 เน้นสมรรถนะให้เรียนตามความชอบ”. เข้าถึงเมื่อ 9 กุมภาพันธ์ 2564.

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. 2563. *กิจกรรมทางกายสำหรับครูพลศึกษา*. เอกสารประกอบการบรรยาย วันที่ 7 พฤศจิกายน พ.ศ.2563 ณ คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน.

สกุลไทยรายสัปดาห์. *พระบรมราโชวาท*. ปีที่ 57 ฉบับที่ 2968 ประจำวันอังคารที่ 6 กันยายน 2554
หน้า 3.

อับดุล อุ่นอำไพ. 2563. *ในหลวง ร.9 ผู้ทรงเป็นต้นแบบด้านกิจกรรมทางกาย*.
<https://tpak.or.th/?p=4194>. เข้าถึงเมื่อ 9 กุมภาพันธ์ 2564.

Cherry, Kendra. 2019. Gardner's Theory of Multiple Intelligences.
<https://www.verywellmind.com/gardners-theory-of-multiple-intelligences-2795161>.
เข้าถึงเมื่อ 20 กุมภาพันธ์ 2564.

ICHPER.SD. 2012. *International Standards for Physical Education and Sport for School Children*. <http://www.ichpersd.org/index.php/standards/international-standards>. เข้าถึงเมื่อ 19 กุมภาพันธ์ 2564.

Putnam Ridge Adult Day care center. 2018. *Physical Activity Guidelines Committee Submits Scientific Report 2018*. March 5. New York, USA. เข้าถึงเมื่อ 20 กุมภาพันธ์ 2564.

SHAPE America. *National PE Standards: SHAPE America Sets the Standard*.
<https://www.shapeamerica.org/standards/pe/>. เข้าถึงเมื่อ 19 กุมภาพันธ์ 2564.

Siegel, Daniel J. and Tina Payne Bryson. 2017. *The Whole-Brain Child*.
<https://www.storytel.com/th/th/books/> เข้าถึงเมื่อ 20 กุมภาพันธ์ 2564.