

บทที่ 2

การสอนแอโรบิกแดนซ์

การสอนมีวิวัฒนาการมายาวนานพร้อมๆกับการมีมนุษย์ขึ้นในโลก เพราะเมื่อมีคนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป การสอนย่อมเกิดขึ้น เนื่องจากการสอนเป็นพฤติกรรมทางธรรมชาติของมนุษย์ในการที่จะช่วยเหลือกันและกัน ในการเรียนรู้สิ่งต่างๆรอบตัวเพื่อประโยชน์ในการดำรงชีวิต การสอนเป็นพฤติกรรมทางธรรมชาติของมนุษย์ ไม่เลือกเวลา สถานที่ เป็นลักษณะของการสอนที่ไม่มีรูปแบบแน่นอนตายตัว ต่อมา มีนักปราชญ์ นักคิด และเจ้าของลัทธิ ได้ถ่ายทอด เผยแพร่ ความรู้ ความคิด และความเชื่อ โดยใช้ความสามารถและศิลปะเฉพาะตัวในการสอน การสอนจึงมีรูปแบบเกิดขึ้นอย่างเป็นทางการ บทบาทสำคัญในเรื่องที่สอนเป็นการพัฒนาในการทำอาชีพต่างๆที่ชอบและตรงกับความต้องการของตน โดยเข้าไปสมัครขอเป็นศิษย์กับบุคคลที่มีความเก่ง ความชำนาญ จึงใช้ศัพท์ว่า “ครูและศิษย์” มากขึ้น การสอนในลักษณะของการถ่ายทอดความรู้ ความคิด ความเชื่อ ทักษะ เจตคติ โดยเน้นหนักที่บทบาทของผู้สอน ผู้สอนคือผู้ที่ถ่ายทอดความรู้ได้ชื่อว่า “ครู” (Teacher) การถ่ายทอดความรู้โดยครู เรียกว่าเป็น “การสั่งสอน” หรือ “การสอน” (Teaching) (ทีศนา แชมมณี 2550: 2-3)

การสั่งสอนหรือสั่งสอน ความหมายตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ. ศ. 2542 (2546: 1157) หมายถึง ชี้แจงให้เข้าใจและบอกให้ทำ เช่น แม่สั่งสอนลูกให้เป็นคนดี บางครั้งก็ใช้คำว่าสอนสั่ง ตอนเป็นคำสำคัญและมีความหมายตามวิถีชีวิตไทย ฉะนั้นสั่งสอนมีความหมายกว้างและครอบคลุมถึงการให้การศึกษาอบรมเพื่อให้เด็กเป็นผู้มีความรู้ มีคุณธรรมจริยธรรมหรือมารยาท มีความประพฤติดีมีศีลธรรมที่พึงามดังเช่น สุนน อมรวิวัฒน์ (2538: 51- 57) ได้อธิบายถึงประวัติความเป็นมาและวิวัฒนาการของการสั่งสอนในหนังสือความคิดและภูมิปัญญาไทยด้านการศึกษา สรุปได้ว่า ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการเรียนการสอน ควรเข้าใจคำว่า “การสั่งสอน” เพราะมีความหมายครอบคลุมถึงการให้การศึกษาแก่เยาวชน เช่น ในลักษณะการให้ การเรียนรู้วิถีชีวิต ปลูกฝัง บ่มเพาะ ให้มีความเจริญงอกงามทั้งด้านสังคม สติปัญญา ความรู้ และด้านคุณธรรม วัฒนาทำมาแต่อดีตกาล และรวมถึงกระบวนการบ่มเพาะซึมซับลักษณะนิสัยกระบวนการถ่ายทอดปลูกฝัง วัฒนธรรมประเพณีอันดีงาม กระบวนการให้การศึกษาด้านวิชาความรู้การอบรมกิริยามารยาท ความประพฤติ การสร้างคุณธรรมและพัฒนาจิตใจ

ความหมายของการสอน

การสอนหรือสอน ความหมายตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542(2546: 1147) หมายถึง บอกวิชาความรู้ให้ เช่น ครูสอนหนังสือให้นักเรียน แสดงให้เข้าใจโดยวิธีบอกหรือให้ ทำให้เห็นเป็นตัวอย่างเพื่อให้รู้ดีชั่ว เป็นต้น และมีนักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายของการสอนไว้ดังนี้

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2547: 16-17) ได้ให้ความหมายของการสอน สรุปไว้ว่า การสอนตรงกับคำภาษาอังกฤษ 2 คำ คือคำว่า “ Teaching” และคำว่า “ Instruction” ซึ่งมีความหมายแตกต่างกันคือ Teaching แปลว่า สอนและคำสั่งสอน คือการทำให้มีความรู้หรือให้สามารถทำอะไรได้เป็นกระบวนการที่ยึดครู

เป็นหลัก ส่วน Intruccion แปลว่า เรียนการสอน (To teach and to be taught) เป็นกระบวนการให้และรับความรู้ที่เกิดขึ้นพร้อมๆกัน

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2539: 16) ให้ความหมายไว้ว่า การสอน คือ วิธีการที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจ ความสามารถในการแก้ปัญหา ความสนุกสนาน และความรู้สึกที่ดีต่อสิ่งที่เรียน การสอนไม่ใช่เป็นเพียงการให้หรือการถ่ายทอดเพียงอย่างเดียว แต่การสอนยังเป็นการแลกเปลี่ยนด้วย เช่น การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างผู้สอนและผู้เรียน การสอนจึงต้องใช้ทั้งหลักและวิธีการที่ดีมีประสิทธิภาพกับความถูกต้อง ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะช่วยส่งเสริมให้ครูสามารถสอนนักเรียนให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้อย่างสมบูรณ์ครบถ้วน

วิชัย ตันศิริ (2550: 71-73) ได้ให้ความหมายของการสอนสรุปไว้ว่า เป้าหมายของการศึกษา คือ ความเจริญงอกงามของวิทยาการ การจัดการศึกษาเพื่อให้ทุกคนได้เข้าถึงวิทยาการด้วยวิธีการเรียน และวิธีการสอน ระบบการสอนต้องคำนึงถึงหลักสูตร กระบวนการสอนและกระบวนการเรียนรู้ และหลักสูตรการสอน จะสัมพันธ์กับปรัชญาการศึกษา จิตวิทยาการเรียนรู้กระบวนการสอนต้องคำนึงถึงทฤษฎีการเรียนรู้และศิลปะของการสื่อสาร ดังนั้น ระบบการสอนจึงมีความแตกต่างจากกระบวนการเรียนรู้ จะต้องเชื่อมโยงกัน

อาภรณ์ ใจเที่ยง (2550: 2) ได้ให้ความหมายไว้ว่า การสอน คือกระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับผู้เรียนเพื่อทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามจุดประสงค์ที่กำหนด ซึ่งต้องอาศัยทั้งศาสตร์และศิลป์ของผู้สอน

อนงค์ศิริ วิชาลัย (2550: 157) ได้ให้ความหมายไว้ว่า การสอนเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ต้องการให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ ให้มีความรู้ทักษะ และเจตคติ

จากแนวคิดของนักการศึกษา สรุปได้ว่า การสอนทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนซึ่งสามารถแบ่งได้ 3 ลักษณะ

1. เป็นการเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติ ที่คนทุกคนศึกษาเรียนรู้จากธรรมชาติ แวดล้อม และผู้คนในสังคมเป็นครูสอน ซึ่งไม่เป็นรูปแบบขั้นตอนอย่าง จนมีคำสำนวนไทยกล่าวว่า “ผิดเป็นครู” หรือ “ครูพักลักจำ” หรือธรรมชาติสอนให้รู้ เป็นต้น
2. เป็นการเปลี่ยนแปลง โดยมีผู้วางเงื่อนไขหรือเจตนาจะถ่ายทอดให้ผู้เรียนรู้แต่ไม่เป็นระบบระเบียบ แบบสอน คือการสอนของบิดา มารดา ปู่ ย่า ตา ยาย บรรพบุรุษสอนลูกสอนหลานของตนทั้งการให้ความรู้ และดำเนินชีวิต การประกอบงานอาชีพ ถ่ายทอดในครอบครัว ใช้ให้ทำงาน มอบหมายให้ทำ เมื่อเห็นว่าลูกหลานโตพอที่จะทำงานได้ หรือสอนด้านความประพฤติ จรรยา มารยาททันทีที่ผิดหรือประพฤติในสิ่งที่ไม่ถูกต้องก็จะสั่งสอนให้หลาบจำหรือเกิดการสอนให้เกิดการเรียนรู้ นอกกรอบโดยภูมิปัญญาท้องถิ่น
3. การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ไม่มีผู้วางเงื่อนไขโดยเกิดอย่างเป็นระบบแบบแผนชัดเจนโดยกำหนดหลักสูตร หารสาระ กิจกรรม เวลา สถานที่ และการวัดผลและประเมินผล เช่น การสอนในระบบโรงเรียน

จากความหมายของการสอน ที่นักการศึกษาได้ให้ไว้ และตามพระราชบัญญัติการศึกษา พ.ศ 2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ. ศ. 2545 หมวด 4 แนวจัดการศึกษา มาตรา 22 ต้องยึดหลักว่าผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้ พัฒนาตนเองได้และถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ครูควรศึกษาข้อมูลพื้นฐานให้ครบทุกด้านของผู้เรียนก่อนสอนหรือเรียกว่าวิเคราะห์ผู้เรียนเป็นรายบุคคลและให้สอดคล้องกับ มาตรา 24 (1) จัดเนื้อหาสาระและกิจกรรมให้สอดคล้องกับความสนใจและความถนัดของผู้เรียน โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลตั้งนั้นจากการสอนจึงนิยมใช้ “การเรียนการสอน” ซึ่งมีความหมายตาม พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ 2542 ดังนี้

“การ” หมายถึง งาน สิ่งหรือเรื่องที่ทำ ถ้าอยู่หน้ากริยาทำให้กริยาเป็นนาม เช่น การกิน การเดิน (ราชบัณฑิตยสถานพ. ศ. 2542 2546: 115)

“ เรียน” หมายถึง การรับความรู้จากผู้สอน รับการฝึกฝนอบรมเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจหรือความชำนาญ เช่น เรียนหนังสือ เรียนวิชาความรู้ (ราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ 2542 2546 : 969)

“ สอน” หมายถึง บอกวิชาความรู้ให้ เช่น ครูสอนหนังสือนักเรียน แสดงให้เข้าใจโดยวิธีบอกหรือทำให้เห็นเป็นตัวอย่าง เพื่อให้รู้ตัว (ราชบัณฑิตยสถานพ. ศ. 2542 2546: 1147)

ดังนั้น การเรียนการสอน จึงเป็นกิจกรรมที่ผู้สอนและผู้เรียนร่วมมือกันถ่ายทอดความรู้ ทักษะ เจตคติ โดยมีการวางแผนเป็นลำดับขั้นตอนมาก่อน

ทิตินา แคมมณี (2550: 4 -7) ได้แสดงทรรศนะความหมายเกี่ยวกับการเรียนการสอนสรุปได้ว่า

1. การเรียนการสอนมีความหมายแตกต่างไปจากการสอน เพราะการเรียนการสอนคำนึงถึงการเรียนรู้ของผู้เรียน ผู้เรียนมีส่วนร่วมมากกว่าการสอนที่ครูมีบทบาทสำคัญ
2. การเรียนการสอนเป็นการถ่ายทอดความรู้ ทักษะ และเจตคติอย่างมีขั้นตอนหรือกระบวนการมากกว่าการสอน
3. การเรียนการสอน กว้างกว่าการสอน เพราะครอบคลุมปฏิสัมพันธ์รูปแบบ มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคคลเท่านั้น เช่น บุคคลกับสื่อ อุปกรณ์ต่างๆ ที่ใช้ประกอบมากกว่าการสอนที่เน้นครูกับนักเรียน
4. การเรียนการสอน จัดขึ้นโดยตั้งใจให้เกิดสถานการณ์ แต่การสอนเกิดได้ตลอดเวลาและทุกสถานที่

ดังนั้น การเรียนการสอน (Instruction) จึงหมายถึง การสอนหรือการจัดการเรียนรู้โดยคำนึงถึงการเรียนรู้ของผู้เรียนเป็นสำคัญ ให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ มีความรู้ ความเข้าใจ มีความสามารถลงมือปฏิบัติได้และเกิดเจตคติที่ดีงาม ผู้เรียนมีบทบาทเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมกับครู เริ่มตั้งแต่ช่วยครูวางแผนการสอน แสดงความคิดเห็นและลงมือทำงานบรรลุจุดประสงค์ที่ครูกำหนด เป็นกิจกรรมที่สอดคล้องกับบรรยากาศการปกครองแบบประชาธิปไตยเพิ่มขึ้น

ความหมายของการสอนแอโรบิกแดนซ์

สุมาลี เพชรศิริ (2542: 229) ได้ให้ความหมายของการสอนแอโรบิกดันทซ์ หมายถึง กระบวนการที่ครูหรือผู้สอนพยายามสร้างความสัมพันธ์กับผู้เรียน เพื่อแนะนำให้ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ ประสบการณ์ ทักษะ โดยใช้เทคนิคหรือวิธีการที่แตกต่างกันไป ตามความเหมาะสมกับการพัฒนาของผู้เรียน

จุดประสงค์ของการสอนแอโรบิกดันทซ์

สุมาลี เพชรศิริ (2542: 229) ได้กล่าวถึงจุดประสงค์ของการสอนวิชาแอโรบิกดันทซ์ในการสอนแอโรบิกดันทซ์ จะต้องสอนไปตามจุดประสงค์ของวิชาพลศึกษา เพื่อให้เกิดการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา การสอนจำเป็นต้องเลือกกิจกรรมและวิธีการสอนให้เหมาะสม เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ ตามจุดประสงค์ของการสอนวิชาแอโรบิกดันทซ์ ดังนี้

1. เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีสมรรถภาพทางด้านร่างกาย ซึ่งได้แก่ความแข็งแรง ความเร็ว ความอดทน ความคล่องแคล่วว่องไว ความอ่อนตัว พลังของกล้ามเนื้อ และการทรงตัว
2. เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทักษะในการเคลื่อนไหวท่าทาง ให้เข้ากับจังหวะดนตรีหรือ
3. เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจ ในวิธีการ ระเบียบการ กติกา ตลอดจนมารยาทของการเล่น และการแข่งขันแอโรบิกดันทซ์
4. เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะประจำตัวคือ มีน้ำใจนักกีฬา มีความสามัคคีกลมเกลียว รักใคร่ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และมีลักษณะการเป็นผู้นำ ผู้ตามที่ดี
5. เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีเจตคติที่ดีต่อการออกกำลังกายของตนเอง และของผู้อื่น เพื่อให้มีสุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรง และเลือกกิจกรรมที่ดีมีประโยชน์

การจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง

วัฒนาพร ระงับทุกข์ (2542: 11) ได้ให้ความหมายของการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลางไว้ว่า หมายถึง การจัดการเรียนการสอนที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้มากที่สุด ทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา สังคมและอารมณ์ โดยเรียนรู้จากการปฏิบัติจริง การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลแวดล้อม การฝึกทักษะ กระบวนการเรียนรู้และกระบวนการทำงานที่สำคัญ การสรุปความรู้ด้วยตนเอง และการได้นำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ต่างๆ

การจัดการศึกษาตามแนวพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ. ศ. 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม(ฉบับที่ 2) พ. ศ. 2545 กำหนดแนวทางการจัดการศึกษาของชาติไว้ในหมวดที่ 4 มาตราที่ 22 ถึงมาตราที่ 30 สรุปได้ดังนี้ (สุนันทา สุนทรประเสริฐ 2550: 4 -7)

1. การจัดการศึกษาต้องเน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนประสบการณ์การเรียนรู้ยึดหลักอย่างนี้

- 1.1 ผู้เรียนทุกคนมีความสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ ดังนั้นจึงต้องจัดสภาวะแวดล้อม บรรยากาศ รวมทั้งแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ให้หลากหลายเพื่อเอื้อต่อความสามารถของแต่ละบุคคล เพื่อให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาธรรมชาติที่สอดคล้องกับความถนัดและความสนใจ เหมาะสมแก่วัย และ ศักยภาพของผู้เรียน เพื่อให้การเรียนรู้เกิดขึ้นได้ตลอดเวลา ทุกสถานที่ และเป็นการเรียนรู้กันและกัน อันก่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์เพื่อการมีส่วนร่วมในการพัฒนาตนเอง ชุมชน สังคมและ ประเทศชาติ โดยการประสานความร่วมมือระหว่างสถานศึกษากับผู้ปกครอง บุคคล ชุมชน และทุก ส่วนของสังคม
- 1.2 ผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด การเรียนการสอนมุ่งเน้นประโยชน์ของผู้เรียนเป็นสำคัญจึงต้องจัดให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง ฝึกปฏิบัติให้ทำได้ ทำเป็น มีนิสัยรักการเรียนรู้และการเกิดการ ใฝ่รู้ ต่อเนื่องตลอดชีวิต
2. มุ่งปลูกฝังและสร้างลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ให้กับผู้เรียน โดยเน้นความรู้ คุณธรรม ค่านิยมที่ดีงาม และบูรณาการความรู้ในเรื่องต่างๆ อย่างสมดุล รวมทั้งการฝึกทักษะและกระบวนการคิด การจัดการ การเผชิญสถานการณ์ และการประยุกต์ใช้ความรู้โดยให้ผู้เรียนมีความรู้และประสบการณ์ในเรื่องต่างๆ ดังนี้
 - 2.1 ความรู้เรื่องเกี่ยวกับตนเองและความสัมพันธ์ตนเองกับสังคม ได้แก่ ครอบครัว ชุมชน ชาติ และ สังคมโลก รวมถึงความรู้เกี่ยวกับประวัติศาสตร์ความเป็นมาของสังคมไทย และระบบการเมืองการ ปกครองในระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข
 - 2.2 ความรู้และทักษะด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี รวมทั้งความรู้ ความเข้าใจและประสบการณ์ เรื่องการจัดการ การบำรุงรักษา และการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมอย่าง สมดุลยั่งยืน
 - 2.3 ความรู้เกี่ยวกับศาสนา ศิลปะวัฒนธรรม การกีฬา ภูมิปัญญาไทย และการรู้จักการประยุกต์ใช้ ภูมิปัญญา
 - 2.4 ความรู้และทักษะด้านคณิตศาสตร์และภาษา เน้นการใช้ภาษาไทยอย่างถูกต้อง
 - 2.5 ความรู้และทักษะในการประกอบอาชีพ และการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข
3. กระบวนการเรียนรู้ ในพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ ได้กำหนดแนวทางในการจัดกระบวนการ เรียนรู้ของสถานศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ดังนี้
 - 3.1 จัดเนื้อหาสาระและกิจกรรมให้สอดคล้องกับความสนใจและความถนัดของผู้เรียนโดยคำนึงถึง ความแตกต่างระหว่างบุคคล
 - 3.2 ให้มีการฝึกทักษะ กระบวนการคิด การจัดการ การเผชิญสถานการณ์และการประยุกต์ความรู้มา ใช้เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหา
 - 3.3 ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง ฝึกการปฏิบัติให้ทำได้ คิดเป็น เป็น รักการอ่าน และ เกิดการใฝ่รู้อย่างต่อเนื่อง

3.4 จัดการเรียนการสอนโดยผสมผสานสาระความรู้ด้านต่างๆอย่างได้สัดส่วนสมดุลกันรวมทั้งปลูกฝังคุณธรรม ค่านิยมที่ดีงาม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ไว้ในทุกวิชา

3.5 ส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สอนสามารถจัดบรรยากาศ สภาพแวดล้อม สื่อการเรียนและอำนวยความสะดวก เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้และมีความรอบรู้รวมทั้งสามารถใช้การวิจัยเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเรียนรู้

3.6 ผู้เรียนและผู้สอนเรียนรู้ไปพร้อมกันจากสื่อการเรียนการสอนและแหล่งวิทยาการประเภทต่างๆ

3.7 การเรียนรู้เกิดขึ้นได้ตลอดเวลา ทุกสถานที่ มีการประสานความร่วมมือกับบิดามารดา ผู้ปกครอง และบุคคลในชุมชนทุกฝ่าย เพื่อร่วมกันพัฒนาผู้เรียนตามศักยภาพ

4. การส่งเสริมการจัดกระบวนการเรียนรู้ในพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติได้กำหนดบทบาทในการส่งเสริมการเรียนรู้ของรัฐ และสถานศึกษาต่างๆ ดังนี้

4.1 เราต้องส่งเสริมการดำเนินงานและการจัดตั้งแหล่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตทุกรูปแบบ ได้แก่ ห้องสมุดประชาชน พิพิธภัณฑ์ หอศิลป์ สวนสัตว์ สวนสาธารณะ สวนพฤกษศาสตร์ อุทยานวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ศูนย์การศึกษาและนันทนาการ แหล่งข้อมูล และแหล่งการเรียนรู้อย่างเพียงพอและมีประสิทธิภาพ

4.2 ให้คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกำหนดหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานเพื่อความ เป็นไทย ความเป็นพลเมืองดีของชาติ การดำรงชีวิตและการประกอบอาชีพตลอดจนเพื่อการศึกษาต่อ

4.3 ให้สถานศึกษาขั้นพื้นฐานมีหน้าที่จัดทำสาระของหลักสูตรในส่วนที่เกี่ยวข้องกับสภาพปัญหาใน ชุมชนและสังคม ภูมิปัญญาท้องถิ่น คุณลักษณะอันพึงประสงค์ เพื่อเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว ชุมชน สังคมและประเทศชาติ

4.4 หลักสูตรการศึกษาระดับต่างๆ ต้องมีลักษณะหลากหลายเหมาะสมกับแต่ละระดับโดยมุ่งพัฒนา คุณภาพชีวิตของบุคคล สาระของหลักสูตรทั้งที่เป็นวิชาการ วิชาชีพ ต้องมุ่งพัฒนาคนให้มีความสมดุล ทั้งด้านความรู้ ความคิด ความสามารถ ความดีงามและความรับผิดชอบต่อสังคม

4.5 ให้สถานศึกษาร่วมกับบุคคลครอบครัว ชุมชน องค์กรชุมชน องค์กรปกครองท้องถิ่น เอกชน องค์กรเอกชน องค์กรวิชาชีพ สถาบันศาสนา สถานประกอบการ และสถาบันสังคมอื่น ส่งเสริมความ เข้มแข็งของชุมชน โดยจัดกระบวนการเรียนรู้ภายในชุมชน เพื่อให้ชุมชนมีการจัดการศึกษาอบรม มี การแสวงหาความรู้ ข้อมูลข่าวสาร และรู้จักเลือกสรรคัมภีร์ปัญญาและวิทยาการต่างๆ เพื่อพัฒนาชุมชน ให้สอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการ รวมทั้งหาวิธีการสนับสนุนให้มีการเปลี่ยนแปลง ประสพการณ์การพัฒนาระหว่างชุมชน

4.6 ให้สถานศึกษาพัฒนากระบวนการเรียนการสอนที่มีประสิทธิภาพ รวมทั้งการส่งเสริมให้ผู้สอน สามารถวิจัยเพื่อพัฒนากระบวนการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียนในแต่ละระดับการศึกษา

5. การประเมินผลการเรียนรู้ ในพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติได้ระบุถึงวิธีการประเมินผลการจัดกระบวนการเรียนรู้ไว้ว่า ให้สถานศึกษาจัดการประเมินผลผู้เรียนโดยพิจารณาจากการพัฒนาของผู้เรียน ความประพฤติ การสังเกตพฤติกรรมการเรียน การร่วมกิจกรรมและการทดสอบควบคู่ไปในกระบวนการเรียนการสอนตามความเหมาะสมของแต่ละระดับและรูปแบบการศึกษา นอกจากนี้ การประเมินผลผู้เรียนอย่างต้องเกี่ยวข้องกับหลักการสำคัญ คือ

5.1 ใช้วิธีการที่หลากหลายในการประเมินผู้เรียน

5.2 วิธีการที่หลากหลายในการจัดสรรโอกาสเข้าศึกษาต่อ

5.3 ใช้การวิจัยเพื่อพัฒนากระบวนการเรียนการสอนที่เหมาะสมกับผู้เรียน

5.4 มุ่งการประกันคุณภาพ สถานศึกษาทำการประเมินผลภายในทุกปี และรายงานผลการประเมินต่อต้นสังกัดและสาธารณชน

5.5 สถานศึกษาได้รับการประเมินภายนอกอย่างน้อย 1 ครั้งทุก 5 ปี

แนวคิดของนักการศึกษาเกี่ยวกับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง

มีนักการศึกษาไทยที่ให้ความสนใจกับแนวคิดเรื่องนี้ และได้ให้ทัศนะไว้ดังนี้ (วิวัฒน์พร ระบุว่า พุทธศักราช 2540 :19-20)

ดร. สงบ ลักษณะ กล่าวถึงการจัดการเรียนการสอนที่ควรจะเป็นได้ว่า ควรเป็นการเรียนการสอนที่นักเรียนได้รับการยอมรับนับถือในการเป็นเอกัตบุคคล ได้เรียนรู้ด้วยวิธีที่เหมาะสมกับความสามารถ ได้เรียนรู้สิ่งที่สนใจต้องการหรือมีประโยชน์ ได้ปฏิบัติตามกระบวนการเพื่อการเรียนรู้ ได้รับการเอาใจใส่ ประเมิน และช่วยเหลือเป็นรายบุคคล และได้รับการพัฒนาเต็มศักยภาพและสำเร็จตามอัตภาพ

ดร.โกวิท วรพิพัฒน์ กล่าวว่า การเรียนการสอนที่พึงประสงค์ หมายถึง กระบวนการพัฒนาให้ผู้เรียนคิดเป็น คำเป็น และแก้ปัญหาเป็น.

ดร.โกวิท ประวาลพุกฤษ์ อธิบายได้ว่า กระบวนการเรียนรู้ตามหลักสูตร หมายถึง กระบวนการใดๆที่ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้กระบวนการ เช่น กระบวนการกลุ่มทักษะกระบวนการ 9 ชั้น กระบวนการสร้างความตระหนัก กระบวนการสร้างเจตคติ

ดร. อัจฉรา วงศ์โสธร กล่าวว่า การเรียนที่มีผู้เรียนเป็นศูนย์กลางของระบบการเรียนการสอนนั้น ผู้สอนจะเป็นผู้อำนวยการเรียนรู้ ช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ขึ้นได้ โดยการเตรียมการด้านเนื้อหา วัสดุอุปกรณ์ สื่อการเรียนต่างๆเหมาะสมกับผู้เรียน ตลอดจนเป็นผู้คอยสอดส่อง สํารวจในขณะที่ผู้เรียนฝึก และให้ข้อมูลป้อนกลับ เพื่อช่วยให้ผู้เรียนสามารถแก้ไขของตนเองและเกิดพัฒนาการขึ้น

ดร.ทิตินา แคมมณี ได้เสนอหลักในการจัดการเรียนการสอนที่เน้นนักเรียนเป็นศูนย์กลางการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนควรมีคุณสมบัติ ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้ให้ผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้ด้วยตนเองทำความเข้าใจ สร้างความหมายของสาระข้อความรู้ให้แก่ตนเอง ค้นพบข้อความรู้ด้วยตนเอง

2. ช่วยให้ผู้เรียนมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันและกัน และได้เรียนรู้จากกันและกัน ได้แลกเปลี่ยนข้อมูลความรู้

ความคิดประสบการณ์แก่กันและกันให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

3. ช่วยให้ผู้เรียนมีบทบาท มีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้ให้มากที่สุด
4. ช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ “กระบวนการ” ควบคู่ไปกับ “ผลงาน”
5. ช่วยให้ผู้เรียนนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในลักษณะใดลักษณะหนึ่ง

หลักการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลางของการเรียน

เพื่อให้การเรียนรู้เป็นไปอย่างได้ผล การจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ควรยึดหลักดังต่อไปนี้

1. การเรียนเป็นกระบวนการที่ควรเป็นไปอย่างมีชีวิตชีวา ดังนั้น ผู้เรียนจึงควรมีบทบาทรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตน และมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอน
2. การเรียนรู้เกิดขึ้นได้จากแหล่งต่างๆกัน มิใช่จากแหล่งใดแหล่งหนึ่งเพียงแหล่งเดียวประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิดของแต่ละบุคคลถือว่าเป็นแหล่งการเรียนรู้ที่สำคัญ
3. การเรียนรู้ที่ดีจะต้องเป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากความเข้าใจ จึงจะช่วยให้ผู้เรียนจดจำและสามารถการเรียนรู้นั้นให้เป็นประโยชน์ได้ การเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นผู้ค้นพบด้วยตนเองนั้น มีส่วนช่วยให้เกิดความเข้าใจลึกซึ้งและจดจำได้ดี
4. การเรียนรู้กระบวนการเรียนรู้นั้นมีความสำคัญ หากผู้เรียนเข้าใจและมีทักษะในเรื่องนี้แล้ว จะสามารถใช้เป็นเครื่องมือในการแสวงหาความรู้ และคำตอบต่างๆที่ตนต้องการ
5. การเรียนรู้ที่มีความหมายแก่ผู้เรียน คือ การเรียนรู้ที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

หลักการจัดการประสบการณ์การเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง

ความเชื่อในหลักการเรียนรู้ทั้ง 5 ประการ นำไปสู่หลักการจัดการประสบการณ์การเรียนรู้แก่ผู้เรียน ดังนี้

1. ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เรียนมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมในการเรียนการสอนอย่างทั่วถึงและมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ การที่ผู้เรียนมีบทบาทเป็นผู้กระทำจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความพร้อมและกระตือรือร้นที่จะเรียนอย่างมีชีวิตชีวา
2. ยึดกลุ่มเป็นแหล่งความรู้ที่สำคัญ โดยให้ผู้เรียนมีโอกาสได้ปฏิสัมพันธ์กันในกลุ่มได้พูดคุย ปรึกษาหา และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ข้อมูลต่างๆเหล่านี้ จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น และการเรียนรู้ที่จะปรับตัวให้สามารถอยู่ในสังคมร่วมกับผู้อื่นได้ดี
3. ยึดกลุ่มเป็นแหล่งความรู้ที่สำคัญ โดยผู้สอนพยายามจัดการสอนที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ค้นหาคำตอบด้วยตนเอง ทั้งนี้เพราะการค้นพบความจริงใดๆ ด้วยตนเองนั้น ผู้เรียนมักจะจดจำได้ดี และมีความหมายโดยตรงต่อผู้เรียน และเกิดความคงทนของความรู้
4. กระบวนการ (Process) ควบคู่ไปกับผลงาน (Product) การส่งเสริมให้ผู้เรียนได้คิดวิเคราะห์ถึงกระบวนการต่างๆ ที่ทำให้เกิดผลงานมิใช่มุ่งจะพิจารณาถึงผลงานแต่เพียงอย่างเดียว ทั้งนี้เพราะประสิทธิภาพของผลงานขึ้นอยู่กับประสิทธิภาพของกระบวนการ
5. เน้นการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน โดยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสคิดหาแนวทางที่จะนำความรู้

ความเข้าใจไปใช้ในชีวิตประจำวัน พยายามส่งเสริมให้เกิดการปฏิบัติจริงและตามติดตามผลการปฏิบัติของผู้เรียน

รูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง

รูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่ได้รับความสนใจ และง่ายต่อการนำไปปฏิบัติ คือ โมเดลซิปปา (CIPPA Model) ออกจากจะเป็นรูปแบบการจัดการเรียนการสอนแล้วยังสามารถนำไปเป็นตัวชี้วัดถือเป็นเครื่องตรวจสอบการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ซึ่งปริศนา แคมมณี (2550 :282-284) ได้พัฒนาขึ้นดังนี้

1. การสร้างองค์ความรู้ (Construct) คือการผู้เรียนสร้างความรู้ด้วยตนเอง โดยการศึกษาค้นคว้าหาข้อมูล ทำความเข้าใจ คิดวิเคราะห์ แผลความ ตีความ สร้างความหมาย สังเคราะห์ข้อมูล และสรุปเป็นข้อความรู้
2. การปฏิสัมพันธ์แลกเปลี่ยนความรู้ (interaction) คือ การให้ผู้เรียน ได้มีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน แลกเปลี่ยนและเรียนรู้ข้อมูล ความคิด ประสบการณ์ซึ่งกันและกัน
3. การมีส่วนร่วม (Participation) คือ การให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมทั้งในด้านร่างกาย อารมณ์ปัญญาและ สังคมในการเรียนรู้ให้มากที่สุด
4. การฝึกฝนทักษะกระบวนการ (Process and Product) คือการให้ผู้เรียนได้เรียนรู้กระบวนการ และมีผลงานจากการเรียนรู้
5. การนำความรู้ไปใช้ (Application) คือ การให้ผู้เรียนนำความรู้ที่ได้ประยุกต์หรือใช้ในชีวิตประจำวัน

จากรูปแบบการสอนของโมเดลซิปปา สามารถนำไปเป็นเครื่องมือตรวจสอบคุณภาพการเรียนการสอน ตามตัวบ่งชี้การเรียนการสอนที่ศูนย์พัฒนาคุณภาพการเรียนการสอน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษา แห่งชาติได้พัฒนาตัวบ่งชี้การเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลางไว้ดังนี้

ตัวบ่งชี้การเรียนผู้เรียน

1. ผู้เรียนมีประสบการณ์ตรงสัมพันธ์กับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
2. ผู้เรียนฝึกปฏิบัติจนค้นพบความถนัดและวิธีการของตนเอง
3. ผู้เรียนทำกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากกลุ่ม
4. ผู้เรียนฝึกคิดอย่างหลากหลายและสร้างสรรค์จินตนาการ ตลอดจนได้แสดงออกอย่างชัดเจน และมีเหตุผล
5. ผู้เรียนได้รับการเสริมแรงให้ค้นหาคำตอบ แก้ปัญหา ทั้งด้วยตนเองและร่วมด้วยช่วยกัน
6. ผู้เรียนได้ฝึกค้นคว้า รวบรวมข้อมูลและสร้างสรรค์ความรู้ด้วยตนเอง
7. ผู้เรียนได้เลือกทำกิจกรรมตามความสามารถ ความถนัดและความสนใจของตนเองอย่างมีความสุข

8. ผู้เรียนตนเองให้มีวินัยและความรับผิดชอบในการทำงาน
9. ผู้เรียนประเมิน ปรับปรุงตนเองและยอมรับผู้อื่น ตลอดจนสนใจใฝ่หาความรู้อย่างต่อเนื่อง

ตัวบ่งชี้การสอนของผู้สอน

1. ผู้สอนเตรียมการสอนทั้งเนื้อหาและวิธีการ
2. ผู้สอนสิ่งแวดล้อมและบรรยากาศที่ปลุกเร้า จูงใจ และเสริมแรง ให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้
3. ผู้สอนเอาใจใส่ผู้เรียนเป็นรายบุคคล และแสดงความเมตตาผู้เรียนอย่างทั่วถึง
4. ผู้สอนจัดกิจกรรมและสถานการณ์ให้ผู้เรียนได้แสดงออกและคิดอย่างสร้างสรรค์
5. ผู้สอนส่งเสริมให้ผู้เรียนฝึกคิด ฝึกทำและฝึกปรับปรุงตนเอง
6. ผู้สอนส่งเสริมกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากกลุ่ม พร้อมทั้งสังเกตส่วนดีและปรับปรุงส่วนด้อยของผู้เรียน
7. ผู้สอนใช้สื่อการสอนเพื่อฝึกการคิด การแก้ปัญหา และค้นพบความรู้
8. ผู้สอนฝึกฝนกิจกรรมรายทและวินัยตามวิถีวัฒนธรรมไทย
9. ผู้สอนสังเกตและประเมินพัฒนาการของผู้เรียนอย่างต่อเนื่อง

รูปแบบหรือระดับของการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง

การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง มีความสัมพันธ์ต่อเนื่องกับแนวคิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self - Directed learning หรือ learner independence) โดยมีหลักการสำคัญคือผู้เรียนจะเป็นผู้ให้ข้อมูลหรือเตรียมเนื้อหาเพื่อทำกิจกรรมในชั้นเรียนโดยใช้ประสบการณ์ ความรู้ และความชำนาญของผู้เรียนแต่ละคนเป็นฐาน ซึ่งการเรียนการสอนมีหลายรูปแบบ แต่ละรูปแบบมีระดับบทบาทของผู้สอนและผู้เรียนมากน้อยแตกต่างกันไปซึ่งแคมป์เบล และไครส์ชีวสกา (Campbell and Kryszewska อ้างถึงใน วัฒนาพร ระงับทุกข์ 2540 : 21) รูปแบบหรือระดับการจัดประสบการณ์เรียนรู้ไว้ 3 ระดับ คือ

รูปแบบที่ 1 ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง (Student centred Class) รูปแบบนี้ผู้สอนยังมีบทบาทอยู่โดยเป็นผู้เตรียมเนื้อหา วัสดุอุปกรณ์และสื่อทั้งหมด ผู้เรียนเป็นผู้ดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้โดยมีผู้สอนคอยดูแลกำกับและให้คำปรึกษา ในรูปแบบนี้ส่วนมากเป็นกิจกรรมกลุ่มหรือจับคู่

รูปแบบที่ 2 ประสบการณ์ผู้เรียนเป็นฐาน (Learner based teaching) รูปแบบนี้ผู้สอนลดบทบาทลง หรือมอบหมายให้ผู้เรียนค้นคว้าเนื้อหาข้อมูลที่จะเรียนหรือจัดทำสื่อการเรียนรู้ขึ้นเอง โดยใช้ความรู้ ประสบการณ์ และความชำนาญพิเศษของผู้เรียนเป็นฐาน

รูปแบบที่ 3 การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Learner independent or self directed Learning) รูปแบบนี้เป็นรูปแบบที่ผู้เรียนเป็นอิสระจากชั้นเรียน ผู้เรียนสามารถเลือกศึกษาจากสื่อที่จัดไว้ในห้องหรือศูนย์การเรียนรู้ด้วยตนเองแล้วเลือกทำงานหรือฝึกปฏิบัติตามต้องการ ความสนใจ และศักยภาพของตน จะศึกษาตามลำพังหรือจับคู่ศึกษากับเพื่อน

บทบาทของครูในการจัดประสบการณ์เรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง

แนวโน้มของการเรียนการสอนเปลี่ยนไป บทบาทของผู้เรียนสำคัญเด่นชัดมากขึ้น บทบาทของผู้สอนในการจัดประสบการณ์เรียนรู้ สำหรับผู้เรียนจะต้องปรับเปลี่ยนจากระดับบทบาทที่มีความสำคัญ ซึ่งในฐานะผู้บอกเล่าข้อความรู้ทั้งหมดแก่ผู้เรียนมาเป็นบทบาทในการสนับสนุนสร้างเสริมประสบการณ์เรียนรู้ที่มีความหมายแก่ผู้เรียน ให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้มากที่สุด ดีที่สุด ตามศักยภาพของแต่ละบุคคล ดังที่ เบนเนท (Bennet 1969 อ้างถึงใน วัฒนาพร รัชงษ์บุคข์ 2542: 22 -26) ได้เปรียบเทียบบทบาทของครูรุ่นใหม่กับครูรุ่นเก่าไว้ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงการเปรียบเทียบบทบาทของครูรุ่นใหม่กับครูรุ่นเก่า

ครูรุ่นใหม่(Progressive)	ครูรุ่นเก่า (Traditional)
1. สอนผู้เรียนโดยวิธีบูรณาการเนื้อหา	1. สอนแยกเนื้อหาวิชา
2. แสดงบทบาทในฐานะผู้แนะนำ (guid) ประสบการณ์ทางการศึกษา	2. มีบทบาทในฐานะตัวแทนของเนื้อหาวิชา (Knowledge)
3. กระตุ้นหรือรับในบทบาทความรู้สึกของผู้เรียน	3. ละเลย เฉยเมยต่อบทบาทของผู้เรียน
4. ให้มีส่วนร่วมในการวางแผนของหลักสูตร	4. ผู้เรียนไม่มีส่วนร่วมแม้แต่จะออกความเห็นเกี่ยวกับหลักสูตร
5. ใช้เทคนิคการค้นพบตนเองของผู้เรียนเป็นกิจกรรมหลัก	5. เทคนิคการเรียนโดยการท่องจำเป็นหลัก
6. การเสริมแรงหรือให้รางวัลมากกว่าการลงโทษ มีการใช้แรงจูงใจภายใน	6. มุ่งเน้นการให้รางวัลภายนอก เช่น ระดับผลการเรียน แรงจูงใจภายนอก
7. ไม่เคร่งครัดกับมาตรฐานทางวิชาการจนเกินไป	7. เคร่งครัดกับมาตรฐานทางวิชาการมาก
8. มีการทดสอบเล็กน้อย	8. มีการทดสอบสม่ำเสมอเป็นระยะๆ
9. มุ่งเน้นการทำงานเป็นกลุ่มแบบร่วมมือ	9. มุ่งเน้นการแข่งขัน
10. สอนโดยไม่ยึดติดกับห้องเรียน	10. สอนในขอบเขตของห้องเรียน
11. มุ่งสร้างสรรค์ประสบการณ์ใหม่ให้ผู้เรียน	11. เน้นย้ำประสบการณ์ใหม่เพียงเล็กน้อย
12. มุ่งเน้นความรู้ทางวิชาการ และทักษะด้านจิตพิสัยเท่าเทียมกัน	12. มุ่งเน้นความรู้ทางวิชาการเป็นสำคัญ ละเลย ความรู้สึกหรือทักษะทางด้านจิตพิสัย
13. เน้นการประเมินกระบวนการเป็นสำคัญ	13. ประเมินกระบวนการเล็กน้อย

ดังนั้น ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนทุกครั้งผู้สอนจะต้องมีบทบาทเตรียมการและดำเนินการด้านต่างๆ จัดประสบการณ์เรียนรู้บรรลุผลตามเป้าหมาย ดังนี้

บทบาทด้านการเตรียมการ

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนทุกครั้งผู้สอนจะต้องมีบทบาทในการเตรียมการประกอบด้วย

1. การเตรียมตนเอง ผู้สอนจะต้องเตรียมตนเองให้พร้อมสำหรับบทบาทของผู้เป็นแหล่งความรู้ (Resource person) ซึ่งต้องให้คำอธิบาย คำแนะนำ คำปรึกษา ให้ข้อมูลความรู้ที่ชัดเจนแก่ผู้เรียน รวมทั้งแหล่งความรู้ที่จะแนะนำให้ผู้เรียนไปศึกษาค้นคว้าข้อมูลได้
2. การเตรียมแหล่งข้อมูล เมื่อบทบาทผู้สอนไม่ใช่ผู้เร้ามวลความรู้ก็ต่อไปผู้สอนจึงต้องเตรียมแหล่งข้อมูลความรู้แก่ผู้เรียนทั้งในรูปแบบของสื่อการเรียน ใบความรู้และวัสดุอุปกรณ์ต่างๆ ที่จะใช้ประกอบกิจกรรมในห้องเรียน หรือศูนย์การเรียนด้วยตนเองที่มีข้อมูลความรู้ที่ผู้เรียนสามารถเลือกศึกษาค้นคว้าตามความต้องการ หรือแหล่งรู้ต่างๆ เช่น ศูนย์วิทยบริการ ศูนย์สื่อ ห้องสมุด ห้องโสตทัศนศึกษา ห้องสมุดวิชา ห้องปฏิบัติการวิชาต่างๆ และห้องพิพิธภัณฑ์
3. การเตรียมกิจกรรมการเรียน บทบาทของผู้สอนก่อนการเรียนการสอนทุกครั้ง คือ การวางแผนการจัดกิจกรรมการเรียนตามจุดประสงค์การเรียนรู้ที่กำหนด ครูจะต้องวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ เพื่อให้ได้สาระสำคัญและเนื้อหาข้อความรู้อันจะนำไปสู่การออกแบบกิจกรรมการเรียนที่เน้นให้ผู้เรียนมีบทบาทในการเรียนรู้ตามกำหนด
4. การเตรียมสื่อ วัสดุอุปกรณ์ เมื่อออกแบบหรือกำหนดกิจกรรมการเรียนแล้วผู้สอนจะต้องพิจารณาและกำหนดว่าจะใช้สื่อ วัสดุอุปกรณ์ใดเพื่อให้กิจกรรมการเรียนดังกล่าวบรรลุผล แล้วเตรียมให้พร้อม
5. การเตรียมการวัดและประเมินผล บทบาทในด้านการเตรียมอีกประการหนึ่งคือการเตรียมวัดและประเมินผลการเรียนรู้ที่เกิดขึ้น โดยการวัดให้ตรงตามจุดประสงค์การเรียนรู้และวัดให้ครอบคลุมทั้งในส่วนของกระบวนการ (Process) ผล (Product) ที่เกิดขึ้นทั้งด้านพุทธิพิสัย (Cognitive) จิตพิสัย (Affective) และทักษะพิสัย (Psychomotor) โดยเตรียมวิธีการวัดและเครื่องมือวัดให้พร้อมก่อนทุกครั้ง

บทบาทด้านการดำเนินการ

บทบาทด้านการดำเนินการเป็นบทบาทขณะผู้เรียนดำเนินกิจกรรมการเรียน ประกอบด้วย

1. การเป็นผู้ช่วยเหลือให้คำแนะนำปรึกษา (helper and advisor) คำตอบเมื่อผู้เรียนต้องการความช่วยเหลือ เช่น ให้ข้อมูลหรือความรู้ในเวลาผู้เรียนต้องการเพื่อให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น
2. การเป็นผู้สนับสนุนและเสริมแรง (Supportor and encourager) ช่วยสนับสนุนหรือกระตุ้นให้ผู้เรียนสนใจเข้าร่วมกิจกรรมหรือลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง
3. การเป็นผู้ร่วมทำกิจกรรม (Active participant) โดยเข้าร่วมทำกิจกรรมในกลุ่มผู้เรียน พร้อมทั้งให้ความคิด และความเห็นหรือเชื่อมโยงประสบการณ์ส่วนตัวของผู้เรียนขณะทำกิจกรรม
4. มันเป็นผู้ติดตามตรวจสอบ (Monitor) ตรวจสอบผลการทำงานตามกิจกรรมของผู้เรียน เพื่อให้ถูกต้องชัดเจนและสมบูรณ์ก่อนให้ผู้เรียนสรุปเป็นข้อความที่ได้จากการเรียนรู้
5. การเป็นผู้สร้างเสริมบรรยากาศ ที่อบอุ่นเป็นมิตร โดยสนับสนุนเสริมแรงและกระตุ้นให้ผู้เรียนได้เข้าร่วมทำกิจกรรมกับกลุ่ม แสดงความคิดเห็นอย่างเปิดเผยเต็มที่ ยอมรับฟังความคิดเห็นซึ่ง

กันและกัน และอภิปรายโต้แย้งด้วยท่วงทำนองนุ่มนวล ให้เกียรติอยากเป็นมิตรโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เป้าหมายของกลุ่มบรรลุความสำเร็จ

บทบาทด้านการประเมินผล

โดยการตรวจสอบว่า การจัดการเรียนการสอนบรรลุผลจุดประสงค์ที่กำหนดไว้หรือไม่ ซึ่งในการวัดและประเมินผล นอกจากผู้สอนจะต้องเป็นผู้วัดผลแล้ว ผู้เรียนควรเข้ามามีบทบาทในการประเมินตนเองและกลุ่มด้วย

ข้อดีของการจัดประสบการณ์เรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

ในการจัดประสบการณ์ หากผู้สอนหรือผู้เกี่ยวข้องยึดหลักแนวคิดดังที่กล่าวมา เรียนรู้ของผู้เรียนจะเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพเนื่องจาก

1. ผู้เรียนมีโอกาสพัฒนาศักยภาพของตน เพราะผู้เรียนแต่ละคนต่างก็มีความคิด ความเห็น ประสบการณ์ ความชำนาญด้านต่างๆ ติดตัวมาด้วยกันทุกคน อาจจะมีมากน้อยต่างกัน การที่ผู้เรียนได้มีโอกาสร่วมแสดงความรู้สึก ความคิดเห็น แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกันจะเป็นสิ่งสำคัญต่อพวกเขา
2. ผู้เรียนมีโอกาสได้ใช้ประสบการณ์ที่เรียนมาก่อนแล้ว เพราะเรียนการสอนที่มีผู้เรียนเป็นศูนย์กลางนั้น ในลักษณะปลายเปิดจะช่วยกระตุ้นให้ผู้เรียนเป็นผู้รับผิดชอบในการเติมรายละเอียดลงไป ดังนั้น กรอบแนวคิดอันเดียวกันอาจมีรายละเอียดแตกต่างหลากหลายวิธี เมื่อผู้คิดอยู่ต่างกลุ่มกัน ทำให้ค้นพบสิ่งใหม่ๆ ขึ้นอีกได้
3. ผู้เรียนให้ความสนใจในบทเรียนมากขึ้น เพราะผู้เรียนจะต้องปฏิบัติกิจกรรมที่ผู้สอนมอบหมายและสนใจอยากรู้ว่าตนจะต้องทำอะไรบ้าง เพราะไม่รู้ตัวล่วงหน้ามาก่อน
4. ผู้เรียนสามารถเรียนรู้จักเพื่อนในกลุ่ม เพราะผู้เรียนแต่ละคนมีพื้นฐานทางด้านเนื้อหาวิชา หรือประสบการณ์ต่างกัน ดังนั้นในขณะที่ร่วมทำกิจกรรมด้วยกัน ผู้เรียนแต่ละคนจะต้องตั้งใจฟังเพื่อนพูดว่าอะไร สามารถช่วยสอนหรือแลกเปลี่ยนความรู้กันได้ในการทำงานร่วมกัน ผู้เรียนสามารถดึงเอาความรู้ต่างๆ ที่มีอยู่มารวมกันได้
5. ผู้เรียนมีความสามัคคีกันในกลุ่มเพราะในการทำงานรวมกลุ่มกัน ทุกคนจะต้องช่วยกันทำเพื่อให้งานบรรลุเป้าหมาย ดังนั้น ผู้เรียนจะต้องช่วยกันทำไม่ไขว่แข่งกัน

ลักษณะการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง

1. ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดจุดประสงค์การเรียนรู้
2. ผู้เรียนมีบทบาทสำคัญและมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้แสดงออกอย่างสร้างสรรค์

3. เป็นการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ผู้เรียนได้ศึกษาค้นคว้าจนสามารถค้นพบความรู้ด้วยตนเอง
4. ผู้สอนมีบทบาทเป็นเพียงผู้ชี้แนะประสบการณ์การเรียนรู้
5. เป็นกระบวนการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเรียนร่วมกันและทำงานร่วมกัน
6. การพัฒนาศักยภาพส่วนบุคคลมีความหมายมากกว่ามาตรฐานการทำวิชาการ
7. ให้ความสำคัญกับกระบวนการ หรือวิธีการได้มาซึ่งความรู้
8. กระบวนการเรียนการสอนให้ความสำคัญทางด้านพุทธิพิสัย และจิตพิสัย
9. กิจกรรมการเรียนการสอนและการเรียนรู้ไม่จำกัดอยู่เฉพาะภายในห้องเรียน
10. การสอบไม่เน้นวัดความรู้ความสามารถทางวิชาการ

ลำดับชั้นการสอนวิชาแโรบิคดานซ์

การสอนวิชาแโรบิคดานซ์เหมือนการสอนวิชาพลศึกษาอื่นๆที่มีลำดับชั้นการสอน เพื่อให้บรรลุจุดประสงค์ของการสอนวิชาแโรบิคดานซ์ ซึ่งมี 5 ขั้นตอน ดังนี้ (สุมาลี เพชรศิริ 2542: 229- 231)

1. การเตรียม
2. การอธิบายและสาธิต
3. การฝึกหัด
4. นำไปใช้
5. การสรุปและสรุปปฏิบัติ

การเตรียม

เป็นการเตรียมร่างกายและจิตใจของผู้เรียน เรียกว่าการอบอุ่นร่างกาย มีหลักการจัดดังนี้

1. อบอุ่นกล้ามเนื้อใหญ่ เช่น กล้ามเนื้อแขน ขา และลำตัว
2. ทำต่างๆ ที่นำมาอบอุ่นร่างกาย ควรเป็นท่าออกกำลังกายที่หนัก การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย
3. ต้องใช้เวลาในการอบอุ่นร่างกายให้น้อย แต่ให้ออกกำลังกายให้มาก ประมาณ 7-15 นาที
4. ควรกำหนดถ้าในการอบอุ่นร่างกาย เพื่อให้ผู้เรียนทราบผลคืบหน้าของสมรรถภาพทางกายของตนเอง
5. เพื่อเป็นการส่งเสริมคุณลักษณะในการเป็นผู้นำ ควรให้ผู้เรียนตัดเปลี่ยนการเป็นผู้นำในการอบอุ่นร่างกาย

การอธิบายและสาธิต

เป็นการบอกให้ผู้เรียนทราบถึงวิธีการและท่าทางที่ถูกต้อง ในขั้นนี้ผู้สอนควรใช้เวลาน้อยที่สุด ปีระกาจะดังนี้

1. ให้ผู้เรียนจัดรูปแถวที่สามารถมองเห็นผู้สอนได้ชัดเจน
2. ควรใช้อุปกรณ์ประกอบอธิบายและสาธิต

3. ควรแยกแยะส่วนต่างๆ ของทักษะที่จะสอนให้ชัดเจน เช่น ตำแหน่งของการใช้แขน ขา ลำตัว สายตา ตลอดจนการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆของร่างกาย
4. การอธิบายและสาธิตจากทักษะที่ง่าย ไปหาทักษะที่ยากขึ้น
5. การเริ่มสาธิตทักษะควรจะเริ่มด้วยวิธีรวม แยก รวม (Whole part whole method)

การฝึกหัด

เป็นหัวใจสำคัญของการสอน ผู้เรียนจะได้ทักษะตามจุดประสงค์ของบทเรียนมีหลักการจัดดังนี้

1. จัดกิจกรรมให้ผู้เรียนทุกคนมีส่วนร่วมมาก
2. จัดกิจกรรมให้ผู้เรียนทำตลอดเวลา จะลดปัญหาการปกครองชั้นเรียน
3. การฝึกเริ่มจากฝึกอยู่กับที่ แล้วจึงมีการเคลื่อนที่
4. เริ่มจากฝึกแบบง่ายไปหายาก
5. ต้องมีอุปกรณ์เพียงพอ
6. ต้องแบ่งกลุ่มหรือหมู่ แล้วคัดเลือกผู้ที่มีลักษณะดีทำหน้าที่ช่วยเหลือผู้สอน
7. ผู้สอนควรเดินดู ให้คำแนะนำกลุ่มอย่างทั่วถึง
8. ถ้ามีข้อบกพร่องผู้สอนควรให้สัญญาณเรียกรวมแล้วอธิบายและสาธิตให้ผู้เรียนดูพร้อมๆกัน
9. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ฝึกทักษะที่ถูกต้องและหาโอกาสสัมผัสสิ่งทีก่อให้เกิดทักษะนั้นบ่อยๆ
10. ให้ผู้เรียนคิดสร้างสรรค์ถ้าเคลื่อนไหวให้หลากหลาย

การนำไปใช้

เป็นการนำทักษะที่เรียนมาแล้วไปลองใช้ เพื่อให้เกิดความสนุกสนานและเกิดประโยชน์อาจเป็นการจัดการแข่งขันหรือการเล่นเกมน มีหลักการดังนี้

1. แบ่งผสมลุ่มบอกให้มีจำนวนเท่าๆกัน ประมาณ 8 - 10 คน
2. คนมีหัวหน้ากลุ่มคอยให้ความช่วยเหลือ
3. ไม่ควรมีกติกามากเกินไป
4. อาจจะให้ผู้เรียนช่วยในการตัดสิน
5. การตัดสินควรให้มีความยุติธรรม

การสรุปและสรุปปฏิบัติ

เป็นการสรุปบทเรียนที่เรียนมาทั้งหมดในคาบนั้นๆ มีหลักการดังนี้

1. ให้ผู้เรียนเข้าแถวตามกลุ่มหรือหมู่
2. ผู้สอนและผู้เรียนช่วยกันสรุปเนื้อหาที่เรียนมาทั้งหมด
3. ให้ผู้เรียนซักถามข้อสงสัยต่างๆที่เกิดขึ้น
4. ให้ผู้เรียนดูความสะอาดเรียบร้อยของเครื่องแต่งกาย
5. นัดหมายในการเรียนคาบต่อไป

การจัดระดับชั้นเรียนในการฝึกแอโรบิคแดนซ์

ระดับชั้นในการฝึกแบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้ (พันทิพา สิริรัตนานันท์ 2541: 67)

1. ระดับผู้ฝึกสอน (Biginers Level) จะจัดให้ผู้ที่ยังไม่เคยเต้นแอโรบิคมาก่อน หรือผู้ที่ไม่เคยออกกำลังกาย ร่างกายไม่แข็งแรง จะเน้นการฝึกเทคนิค การเคลื่อนไหวร่างกายขั้นพื้นฐาน วิธีการวางท่าทาง ร่างกายทุกส่วน การบังคับการเคลื่อนไหวร่างกายเฉพาะส่วนท่าที่ใช้ควรง่าย มีประสิทธิภาพและปลอดภัย ผู้เรียนควรมีโอกาสได้เรียนรู้ประโยชน์ของท่าบริหารต่างๆ และอันตรายจากท่าที่ไม่ถูกต้อง ฝึกประสาทสัมผัสให้รู้จักการใช้กำลังให้เต็มที่ เพื่อเพิ่มความหนักในการฝึกเพลงช้าและชัดเจน ผู้เรียนได้ฝึกจากการนับจังหวะและการเคลื่อนไหวให้เข้ากับจังหวะ
2. ระดับกลาง (Intermediate Level) ระดับนี้ผู้เรียนจะต้องผ่านระดับผู้ฝึกมาแล้วมีการฝึกสม่ำเสมออย่างน้อย 6 เดือน ผู้ที่มีร่างกายแข็งแรงพอที่จะเคลื่อนไหวร่างกายได้ถูกต้องและคล่องแคล่ว ค่อนข้างทำพื้นฐานต่างๆ สามารถทำได้เร็วขึ้นและเปลี่ยนถ้าได้ราบรื่น จะใช้ท่าที่ยาก ซับซ้อน และเทคนิคมากขึ้น เล่นหนักและนานขึ้นด้วยจังหวะที่เร็ว เป็นระดับที่เหมาะสมสำหรับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สำหรับผู้ที่ชอบออกกำลังกายเป็นประจำ
3. ระดับสูง (Advanced Level) ระดับนี้เป็นชั้นเรียนของผู้ชำนาญการเต้นแอโรบิค และมีประสบการณ์มานาน ผู้เรียนควรมีความสมบูรณ์ แข็งแรงเต็มที่ เช่น นักกีฬา ควรมีอายุต่ำกว่า 30 ปี สามารถออกกำลังกายได้หนักและนาน มีความคล่องแคล่วและว่องไว ความอ่อนตัว การทรงตัวและประสาทสัมผัสที่ดี สามารถควบคุมการเคลื่อนไหวของตนเองได้ทุกสถานการณ์ และการเล่นในระดับนี้ยาก ซับซ้อน ได้กำลังเต็มที่ เป็นชั้นเรียนที่เหมาะสมสำหรับการฝึกเพื่อสมรรถภาพสูงสุด และความเป็นเลิศในการเล่นแอโรบิคแดนซ์

การเลือกชั้นและผู้สอนแอโรบิคแดนซ์

การเลือกชั้นเรียนและผู้สอนแอโรบิคแดนซ์การเป็นสิ่งสำคัญ ที่จะช่วยให้ผู้เรียน เรียนอย่างมีความสุข สนุกสนาน มีหลักการเลือกดังนี้ (สุกัญญา พานิชเจริญนาน และสีบสาย บุญวีรบุตร ม.ป.ป. : 42 อ้างถึงใน สุมาลี เพชรศิริ 2542 : 35- 237)

1. ให้ทดลองเรียนในชั้นเรียน ในเวลาที่ต้องการเต้น เต้นเพื่อสังเกตการสอนของผู้สอนและความ เป็นไปในชั้นเรียน ว่าเป็นไปด้วยความสนุกสนาน มีความปลอดภัย และเหมาะสมกับระดับ ความสามารถของผู้ตาม ถ้าหากสมาชิกมีความสามารถที่หลากหลาย ผู้สอนหรือผู้ฝึกควรปรับ ท่าทางการเคลื่อนไหวให้เหมาะสม
2. ให้พิจารณาคุณภาพการเคลื่อนไหวและคุณภาพของผู้สอน ควรเป็นการเคลื่อนไหวที่ปลอดภัย ไม่เตะสะบัดหรือไกว หรือเหวี่ยงแขนที่ขาดการควบคุม เป็นการเคลื่อนไหวเต็มช่วง มี ช่วงกว้างในการเคลื่อนไหวและเคลื่อนไหวที่

3. ผู้สอนมีความพยายามในการสอน แก้ไข อธิบายหรือบอกทิศทางที่สามารถทำได้ง่ายด้วย น้ำเสียงที่ดังฟังชัด รวมทั้งการบอกวิธีปรับท่าการเคลื่อนไหวให้เหมาะสมกับความต้องการของแต่ละคน
4. หากมีกระจก ผู้สอนจะต้องมองกระจกและสบตากับผู้เรียน กระจกจะช่วยให้ผู้สอนมองท่า การเคลื่อนไหวของผู้เล่น จะเป็นเครื่องมือสื่อสารระหว่างผู้เรียนและผู้สอน
5. การสอนควรเป็นไปตามขั้นตอนของแอโรบิกแดนซ์ คือ อบอุ่นร่างกาย ค่อยๆเพิ่มงานสู่ช่วงแอ โรบิก และค่อยๆลดงานเข้าสู่การบริหารเฉพาะส่วนและยืดเหยียดกล้ามเนื้อ จะช่วยให้ผู้เรียน อยากรเรียนมากขึ้น
6. การเคลื่อนไหวจะต้องต่อเนื่อง ราบรื่น ในเวลา 20-60 นาที และมีระดับความหนัก 60- 68% ของอัตราการเต้นหัวใจสูงสุด
7. ผู้เรียนสามารถทำตามผู้สอนได้ และทุกคนสามารถมองเห็นผู้สอนได้ดี
8. ผู้สอนได้สร้างแรงจูงใจหรือ กระตุ้นให้ผู้เรียนทำตามด้วยความสนุกสนาน
9. การเต้นควรท้าทายความสามารถและมีกิจกรรมที่หลากหลาย หรือจัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับ ระดับความสามารถของผู้เรียน
10. สร้างบรรยากาศในชั้นเรียนให้น่าเรียน
11. ได้ยินเสียงเพลงที่ชัดเจนทั่วทั้งห้องเรียน
12. ผู้สอนควรมีประกาศนียบัตรในการสอน หรือความรู้ทางด้านแอโรบิกแดนซ์
13. มีการสอบถามเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพก่อนเข้าร่วมกิจกรรม
14. สถานที่ออกกำลังกายควรมีราคาเหมาะสมกับรายได้ของตนเอง
15. ควรมีความสะดวกในการเดินทางเข้าร่วมกิจกรรม

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้สอนแอโรบิกแดนซ์

ในการจัดกิจกรรม เพื่อเพิ่มจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและทำให้คนรักการออกกำลังกาย เป็นประจำ ผู้สอนควรเข้าใจหลักวิธีการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวดังนี้

1. จัดกิจกรรมหลากหลายให้สอดคล้องกับความต้องการในการเข้าร่วมกิจกรรม เพศ วัย ระดับ สมรรถภาพ และทักษะการเคลื่อนไหวของผู้เรียน รวมถึงอุณหภูมิ และความชื้นของห้องเรียน
2. การจัดบรรยากาศในชั้นเรียนให้สนุกสนาน เป็นกันเอง และมีมิตรภาพ
3. ให้ความสำคัญกับการสืบ ใ้เป็นไปในทางที่ดี เห็นความสำคัญของพลังการให้แรงเสริม
4. เน้นการเข้าร่วมกิจกรรม เป็นกิจกรรมที่ท้าทายความสามารถและมีโอกาสประสบผลสำเร็จ
5. กิจกรรมการเคลื่อนไหวควรเริ่มจากง่ายไปยาก จากเบาไปหนัก
6. เป็นไปตามลำดับของการเต้นแอโรบิก ให้ความสำคัญกับการอบอุ่นร่างกายและเหยียดกล้ามเนื้อ
7. อธิบายหลักการเคลื่อนไหว บอกทิศทาง ให้สัญญาณก่อนเพื่อให้ทำตามได้ง่าย

8. สร้างคุณภาพการเคลื่อนไหว การทรงตัวที่ดีขณะเคลื่อนไหว สร้างกล้ามเนื้อคู่ตรงข้ามให้มีความสมดุล และพยายามพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่
9. เน้นถึงความสำคัญของการหายใจเข้า-ออก ขณะเคลื่อนไหวเฉพาะอย่างและเมื่อใช้น้ำหนักเพิ่ม
10. ให้สังเกตอาการที่แสดงถึงการออกกำลังกายมากขึ้น เพื่อลดอันตรายที่เกิดขึ้น

แผนการจัดการเรียนรู้วิชาแอโรบิคดานซ์

จากพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ. ศ. 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ. ศ. 2545 และนโยบายในการปฏิรูปการศึกษา ได้กำหนดให้ผู้สอนปรับวิธีเรียนเปลี่ยนวิธีการสอนจัดการเรียนการสอนโดยมุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ หากยังใช้แผนการสอนก็ดูจะยึดครูผู้สอนเป็นสำคัญเหมือนเดิม กรมวิชาการจึงกำหนดค่าใหม่เพื่อให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนไปว่าแผนการจัดการเรียนรู้ โดยคำนึงถึงว่าวิธีการจัดการเรียนรู้ให้กับผู้เรียนเป็นผู้เรียนรู้อย่างแท้จริง

ความหมายของแผนการจัดการเรียนรู้

แผนการจัดการเรียนรู้ หมายถึง แนวทางที่ช่วยให้ผู้สอนสามารถดำเนินการจัดการเรียนการสอนเป็นไปตามหลักสูตร ทั้งในด้านจุดประสงค์การเรียนรู้ แนวคิด เนื้อหาสาระโดยกิจกรรมการเรียนการสอน สื่อการเรียนการสอน วิธีการวัดผล และประเมินที่สอดคล้องกับเนื้อหาไว้ให้ผู้สอนเลือกใช้ตามความจำเป็นและความเหมาะสม

ทำไมต้องจัดแผนการจัดการเรียนรู้

การจัดทำแผนการเรียนรู้เป็นประโยชน์โดยตรงต่อผู้สอน ดังนี้

1. ผู้สอนมีโอกาสศึกษาหลักสูตรแนวการ การวัดประเมินผล รวมทั้งเอกสารหลักสูตร ได้อย่างละเอียดทุกแง่ทุกมุม
2. ผู้สอนสามารถเตรียมกระบวนการเรียนการสอน ได้สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงได้มากกว่าเช่น เครื่องอำนวยความสะดวกในการสอน ทรัพยากร ค่านิยมและความเชื่อของท้องถิ่น
3. เป็นคู่มือของผู้สอนที่มีคุณภาพสอดคล้องกับผู้เรียน ระยะเวลา จำนวนคาบ จำนวนชั่วโมง ที่ใช้จริงในแต่ละครั้ง โดยสรุปก็สามารถสอนได้ครบเนื้อหาและทันเวลา
4. ผู้สอนสามารถให้ข้อมูลที่ถูกต้อง เทียบตรง แก่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการกำหนดหลักสูตร กระบวนการเรียนการสอน เช่น ศูนย์พัฒนาหลักสูตร กรมวิชาการ หน่วยงานนิเทศก์และสถาบันการศึกษา

ประโยชน์ของแผนการจัดการเรียนรู้

การจัดทำแผนการเรียนรู้ เป็นประโยชน์โดยตรงต่อผู้สอนและผู้เรียน ดังนี้

1. ทำให้ผู้สอนเกิดความมั่นใจในการสอนยิ่งขึ้น

2. ทำให้การสอนของครูสอนต่อเนื่อง
3. ทำให้ผู้เรียนเกิดความศรัทธาในตัวผู้สอน
4. ทำให้บทเรียนมีประโยชน์และมีความหมายต่อชีวิตจริงของผู้เรียน
5. เป็นแนวทางการสอนสำหรับผู้อื่นที่จำเป็นต้องสอนแทน
6. เป็นหลักฐานในการวัดผลเรียนรู้
7. เป็นหลักฐานในการพิจารณาผลงานของผู้สอน
8. เป็นผลงานแสดงให้เห็นว่างานการสอนเป็นวิชาชีพที่จะต้องได้รับการฝึกฝนมีลักษณะเฉพาะของวิชาชีพครู มิใช่ใครๆก็ทำได้ ตามที่คุรุสภาได้กำหนดว่าผู้สอนทุกคนจะต้องมีใบประกอบวิชาชีพครู จึงจะทำการสอนได้

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ดี

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ดี มีกิจกรรมการเรียนรู้ที่เข้าลักษณะ 4 ประการ คือ

1. มีกิจกรรมหลากหลายที่ให้ผู้เรียน เป็นผู้ได้ลงมือปฏิบัติให้มากที่สุด โดยผู้สอนเป็นผู้คอยชี้แนะ ส่งเสริม หรือกระตุ้นให้กิจกรรมที่ผู้เรียนดำเนินการไปตามความมุ่งหมาย
2. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนค้นพบคำตอบ หรือทำสำเร็จด้วยตนเอง โดยผู้สอนพยายามลดบทบาทจากผู้บอกคำตอบมาเป็นคอยกระตุ้นด้วยคำถาม
3. เน้นทักษะกระบวนการ มุ่งให้ผู้เรียนรับรู้ และนำกระบวนการไปใช้จริง
4. ส่งเสริมการใช้วัสดุอุปกรณ์ที่สามารถจัดหาได้ในท้องถิ่น หลีกเลี่ยงการใช้วัสดุอุปกรณ์สำเร็จราคาสูง

ขั้นตอนการเขียนแผนการจัดการเรียนรู้

การเขียนแผนการจัดการเรียนรู้ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (กระทรวงศึกษาธิการ 2000 2500 2550: 170- 179) มีขั้นตอนการเขียน ดังนี้

1. สาระการเรียนรู้
2. มาตรฐานการเรียนรู้
3. ตัวชี้วัด
4. จุดประสงค์การเรียนรู้/ ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง
5. สาระสำคัญ
6. สมรรถนะ
7. คุณลักษณะอันพึงประสงค์
8. ทักษะ/กระบวนการเรียนรู้
9. เนื้อหาสาระ/สาระการเรียนรู้
10. กิจกรรมการเรียนรู้
 - การสอน 5 ชั้น

- การสอน 3 ชั้น
- การสอนเรียงตามลำดับกิจกรรมการเรียนรู้

11. สื่อและแหล่งเรียนรู้
12. การประเมินผล
 - วิธีการประเมิน
 - เกณฑ์การให้คะแนน
13. บันทึกหลังการสอน
14. ข้อเสนอแนะของผู้ตรวจ (หัวหน้ากลุ่มสาระ, รองผู้อำนวยการ, ผู้อำนวยการ)

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

ตำแหน่ง.....

วันที่.....เดือน.....พ. ศ.....

4. จุดประสงค์การเรียนรู้/ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

เมื่อเรียนการคิดสร้างสรรค์ถ้าการเคลื่อนไหวแล้วผู้เรียนสามารถ

4.1 อธิบายลักษณะการเคลื่อนไหวร่างกายของแต่ละถ้าได้อย่างถูกต้อง (K)

4.2 บอกประโยชน์ของการเคลื่อนไหวร่างกายแต่ละถ้าได้อย่างถูกต้อง (K)

4.3 เมื่อ เลือกถ้าการเคลื่อนไหวร่างกายให้สัมพันธ์กันเป็นชุด ชุดละ 4 ท่า (P)

5. สาระสำคัญ

การสร้างสรรค์ถ้าการเคลื่อนไหวบริหารร่างกายเป็นชุด เป็นการนำทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของ แอโรบิกดันทันซ์มาดัดแปลงเชื่อมโยงท่าทางให้เป็นท่าชุด โดยการออกแบบการใช้เท้า ใช้แขน ทิศทางการเคลื่อนไหวให้สวยงามและเคลื่อนไหวให้เข้าจังหวะดนตรี หรือเสียงเพลง 1 ชุดเท่ากับ 32 จังหวะ

6. สมรรถนะ

6.1 ความสามารถในการสื่อสาร

6.2 ความสามารถในการคิด

6.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา

6.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

6.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

7. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

7.1 ซื่อสัตย์สุจริต

7.2 มีวินัย

7.3 ใฝ่เรียนรู้

7.4 มุ่งมั่นในการทำงาน

7.5 มีจิตสาธารณะ

8. ทักษะ / กระบวนการเรียนรู้

8.1 กระบวนการสร้างความคิดรวบยอด

8.2 กระบวนการปฏิบัติ

8.3 กระบวนการกลุ่ม

9. เนื้อหาสาระ / สาระการเรียนรู้

การคิดสร้างสรรค์ภาพเคลื่อนไหวแอโรบิกดันทันซ์ที่จะทำให้ผู้เรียนเข้าใจและปฏิบัติได้ง่าย มี 6 วิธีดังนี้ (รายละเอียดอยู่ในใบความรู้ที่ 1)

1. แบบพีระมิด (Pyramid)

2. แบบพีระมิดกลับด้าน (Reverse Pyramid)

3. แบบเพิ่มท่า (Add -On)

4. แบบเชื่อมท่าร่วมกัน (Link technique)

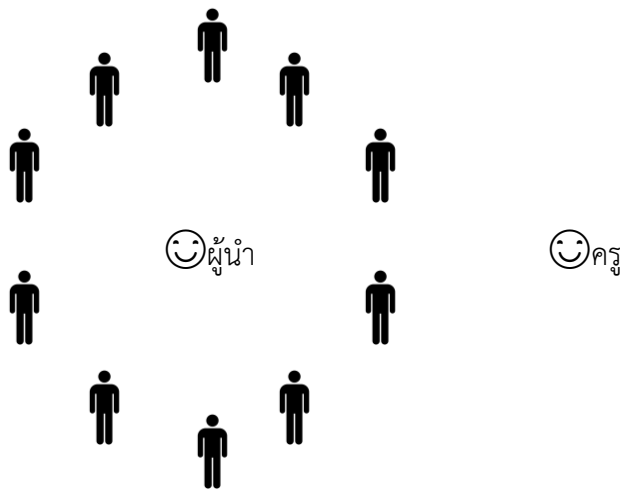
5 แบบเพิ่มทำเป็นชั้น (layer technique)

6 แบบโครงทำย้อยู่กับที่ (Hoding Pattern)

10. กิจกรรมการเรียนรู้

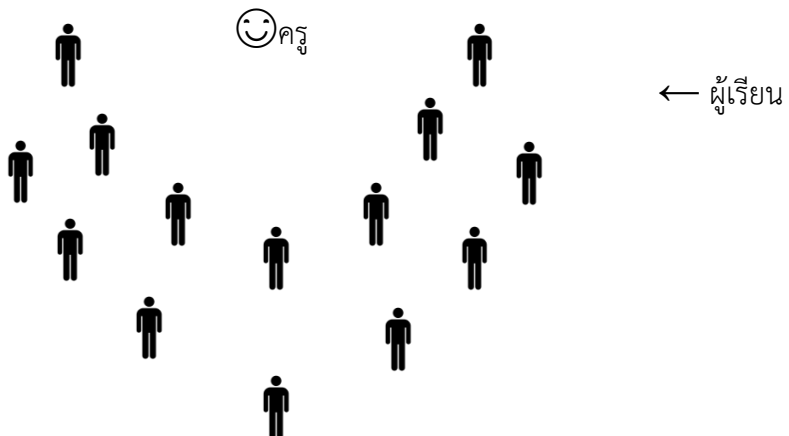
10.1 ชั้นเตรียมหรืออบอุ่นร่างกาย (10 นาที)

- ผู้เรียนเข้าแถวตอน ตามกลุ่ม 4 กลุ่ม (ใช้เทคนิคการร้องเพลง)
- ครูสำรวจจำนวนผู้เรียน ตรวจสอบสุขภาพ การแต่งกาย
- แจ่งจุดประสงค์การเรียนรู้
- ผู้เรียนเข้าแถวเป็นวงกลม อบอุ่นร่างกาย โดยทำตามผู้นำเล่นเกมการเคลื่อนไหวร่างกาย โดยใช้ลูกบอลเป็นอุปกรณ์



10.2 ชั้นอธิบายและสาธิต (10 นาที)

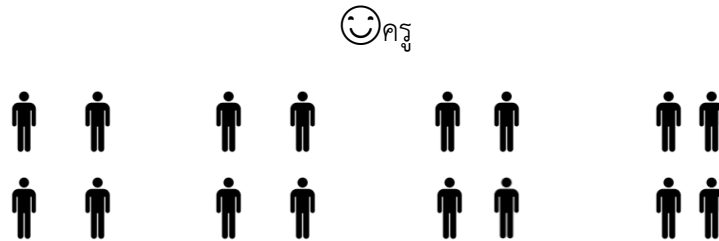
- ให้ผู้เรียนเข้าแถวครึ่งวงกลมสองแถวซ้อนกัน ครูอธิบายและสาธิตทำการเคลื่อนไหวของแอโรบิกแดนซ์ เพื่อเป็นตัวอย่างให้ผู้เรียนได้คิดสร้างสรรค์ท่าของตนเอง
- ดูวีดีทัศน์ตัวอย่างการเคลื่อนไหวทำแอโรบิกแดนซ์



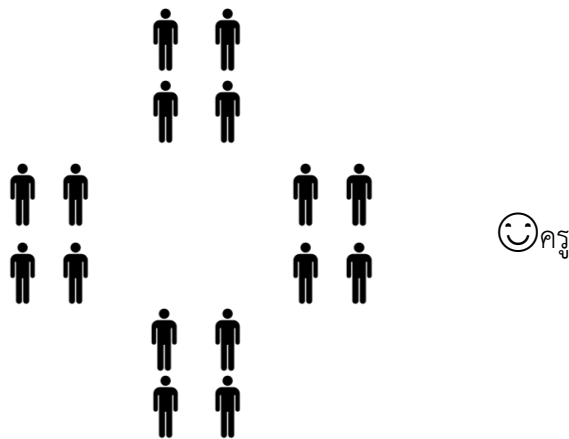
- ผู้เรียนอธิบายลักษณะการเคลื่อนไหวร่างกายแต่ละท่าว่ามีความสำคัญกับกล้ามเนื้อแต่ละข้อต่ออย่างไรบ้าง
- ผู้เรียนบอกประโยชน์ของการเคลื่อนไหวร่างกาย

10.3 ชั้นฝึกหัดหรือชั้นปฏิบัติ (20 นาที)

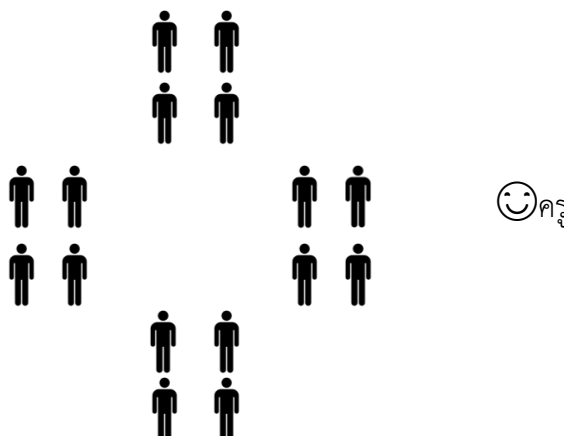
แบบฝึกที่ 1 ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มกลุ่มละ 4 คน รับผิดชอบงานที่ 1 ช่วยกันคิดสร้างสรรค์ถ้าการเคลื่อนไหวคนละ 1 ท่า เพื่อนำมาประกอบเป็นท่าชุด



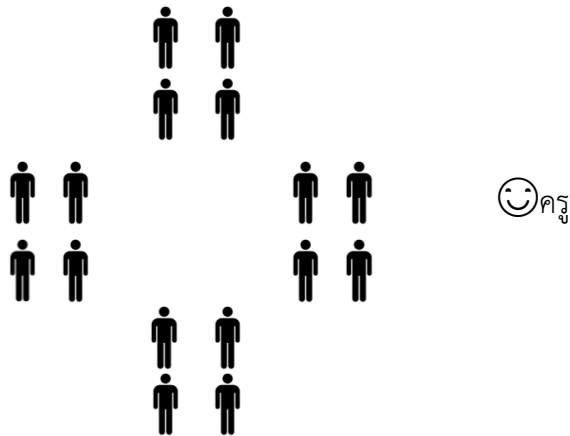
แบบฝึกที่ 2 ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มฝึกการเคลื่อนไหวเท้าและมือ ทั้ง 4 ท่า ตามจังหวะการนับ 1-2-3-4-5-6-7-8



แบบฝึกที่ 3 ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มการเคลื่อนไหวให้เข้ากับจังหวะดนตรีและฝึกเปลี่ยนทิศทางการเคลื่อนไหวโดยนับ 1-2-3-4-5-6-7-8

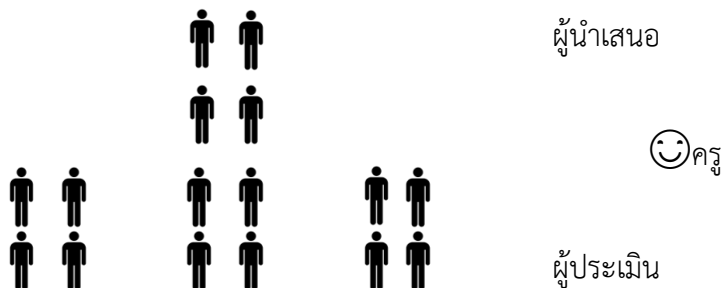


แบบฝึกที่ 4 ให้ผู้เรียนฝึกการเป็นผู้นำ โดยให้ทุกคนทำท่าที่คุณคิดแล้วออกไปนำกลุ่มแต่ละกลุ่มจะได้ถ้า การคิดสร้างสรรค์กลุ่มละ 1 ชุด เต้นให้ได้จังหวะดนตรี ตามใบงานที่ 1 ให้ให้ผู้นำกลุ่มตรวจสอบ พฤติกรรมการทำงานกลุ่ม



10.4 นำไปใช้ประเมินผล (10 นาที)

ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอผลงานโดยแสดงค่าชุดให้เข้ากับจังหวะดนตรีกลุ่มละ 2 ครั้งนำเสนอทีละ 1 กลุ่ม ให้กลุ่มที่ไม่ได้นำเสนอเป็นผู้ประเมินผลงานของกลุ่มที่นำเสนอผลงาน



10.5 ขั้นสรุป ขั้นสรุปหรือสรุปปฏิบัติ

- ผู้เรียนทำความสะอาดร่างกายแล้วเข้าแถวตามกลุ่ม
- สอนถามปัญหาที่เกิดขึ้น สิ่งที่ผู้เรียนยังไม่เข้าใจ สอนเรื่องคุณธรรม จริยธรรม เช่น ความซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น ความสามัคคีในหมู่คณะ
- ผู้สอนและผู้เรียนช่วยกันสรุปบทเรียนการคิดสร้างสรรค์ทำการเคลื่อนไหวโโรบิคแดนซ์
- ผู้สอนแก้ไขข้อบกพร่องแล้วแจ้งผลการประเมิน และนัดหมายคาบเรียนต่อไป
- ผู้เรียนยืนขึ้นบอกเลิกแถวแล้วเดินเข้าห้องเรียน

11. สื่อและแหล่งเรียนรู้

11.1 ใบความรู้ เรื่อง การคิดสร้างสรรค์ทำการเคลื่อนไหวโโรบิคแดนซ์

11.2 ใบงานที่ 1 เรื่อง การคิดสร้างสรรค์ทำการเคลื่อนไหวโโรบิคแดนซ์

11.3 วีดิทัศน์ เรื่องการเคลื่อนไหวพื้นฐานโโรบิคแดนซ์

11.4 ซีดี้เพลงแอร์บิกดานซ์

11.5 ลูกบอลออกกำลังกาย

11.6 นาฬิกาจับเวลา

12. การประเมินผล

12.1 วิธีการประเมินผล

- การสังเกตพฤติกรรมการเรียน
- ประเมินทักษะการเคลื่อนไหวท่าชุด

12.2 เครื่องมือการประเมิน

- แบบสังเกตพฤติกรรมการเรียน
- แบบประเมินทักษะการเคลื่อนไหว

12.3 เกณฑ์การประเมิน / การให้คะแนน

18-20	คะแนน	ดีมาก
15-17	คะแนน	ดี
12-14	คะแนน	พอใช้
10-13	คะแนน	ปรับปรุง

13. บันทึกหลังการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

13.1 ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้.....

.....

13.2 ปัญหา / อุปสรรคในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้.....

.....

13.3 แนวทางการแก้ปัญหา.....

.....

13.4 ผลการแก้ปัญหา.....

.....

13.5 แนวทางปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้.....

.....

14. ข้อเสนอแนะของผู้ตรวจ (หัวหน้ากลุ่มสาระ ผู้ช่วยวิชาการ ผู้อำนวยการ)

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

ตำแหน่ง.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ใบความรู้ เรื่อง การคิดสร้างสรรค์ท่าการเคลื่อนไหวแอโรบิคตามขั้น

การคิดสร้างสรรค์ท่าการเคลื่อนไหวแอโรบิคตามขั้นที่จะทำให้ผู้เรียนเข้าใจและปฏิบัติได้ง่ายมี 6 วิธี ดังนี้

1. แบบพีระมิด (Pyramid) หมายถึง การเคลื่อนไหวเบื้องต้นจาก 1 จังหวะแล้วค่อยๆเพิ่มจำนวนครั้งให้มากขึ้นเป็น 4 จังหวะแต่จังหวะ 16 จังหวะและ 32 จังหวะหรือ 1 บล็อก (Block) เช่น การทำท่าก้าวแตะ (Step touch) ไปทางสายลับจังหวัด 1-2 กลับไปทางขวามือจังหวะ 3-4 แล้วทำต่อไปจนครบ 32 จังหวะ (Beat)
2. แบบพีระมิดกลับด้าน (Reverse Pyramid) หมายถึงการเคลื่อนไหวที่นับจำนวนครั้งที่จำนวนครั้งลง เทคนิคการนับจังหวะแบบนี้จะช่วยให้ผู้เรียนมีเวลามากพอที่จะคิดถ้าต่อไปโดยไม่ติดขัดและทำให้เกิดการเรียนรู้เป็นอย่างดียิ่งขึ้น
8 ดับเบิลส텝 (Double Step) + 8 วิสเท็ป (V-step) x 2 - 4 ครั้ง
4 ดับเบิลส텝 (Double Step) + 4 วิสเท็ป (V-step) x 2 - 4 ครั้ง
2 ดับเบิลส텝 (Double Step) + 2 วิสเท็ป (V-step) x 2 - 4 ครั้ง
1 ดับเบิลส텝 (Double Step) + 1 วิสเท็ป (V-step) x 2 - 8 ครั้ง
3. แบบเพิ่มท่า (Add on) หมายถึง การเคลื่อนไหวที่เริ่มจากหนึ่งถ้าเพิ่มเป็น 2 ท่าเพิ่มเป็น 3ท่า เพิ่มเป็น 4 ท่า ผู้เรียนจะต้องจำท่าแต่ละท่าได้ สามารถที่จะทบทวนตั้งแต่ถ้าที่ 1 ไปถึงท่าสุดท้าย ผู้นำต้องสร้างแรงจูงใจให้ผู้เรียนจำได้ท่าอย่างต่อเนื่อง จากท่าง่ายไปท่าที่ยากขึ้น ถ้าผู้เรียนทำได้คล่องแคล่วแล้วจึงเปลี่ยนทิศทางการเคลื่อนไหว เช่น
ชุด A มี 2 ท่า คือ ท่าที่ 1 ก้าวแตะ (Step Touch) 8 ครั้ง + ท่าที่ 2 ดับเบิลส텝 (Double step)
นับ 4 ครั้ง
ชุด B มี 1 ท่า คือเดินไปข้างหน้า (Walk Forward) นับ 4 ครั้ง + เดินถอยหลัง (Walk backward) นับ 4 ครั้ง
นำชุด A + ชุด B ทำซ้ำๆกันหลายๆครั้ง
ชุด C มี 1 ท่า คือพับขา (Leg curl) นับ 8 ครั้ง
นำชุด A+ ชุด B+ ชุด C ทำซ้ำๆกันหลายๆครั้ง
ชุด D นำชุด A+ ชุด B+ ชุด C มี 4 ท่า ทำซ้ำๆกันหลายๆครั้ง เมื่อผู้เรียนคล่องแคล่วแล้วให้ทำท่าละ 8 จังหวะจะได้ 32 จังหวะหรือ 1 บล็อก (Block)
4. แบบเชื่อมท่าร่วมกัน (Link technique) หมายถึง การเคลื่อนไหวที่ให้ผู้เรียนฝึกทำทีละ 2 ท่า แล้วนำมาเชื่อมกันให้เป็นท่าชุด ผู้เรียนจะจำได้แล้วปฏิบัติได้ง่ายยิ่งขึ้น เช่น

ชุด A มี 2 ท่า คือ ท่าที่ 1 ก้าวเตะ (Step touch) นับ 8 ครั้งบวกค่าที่ 2 ดับเบิลสเต็ป (Double step) นับ 4 ครั้ง

ชุด B มี 2 ท่า คือ ท่าที่ 1 เดินไปข้างหน้าและเดินถอยหลัง (Walk Forward and Walk backward) นับ 4 ครั้ง + ค่าที่ 2 พับขา (Led curl) นับ 8 ครั้ง

นำชุด รวมกับชุด B จะได้ 4 ท่า ทำซ้ำๆกัน หลายๆครั้ง เมื่อผู้เรียนคล่องแคล่วแล้วให้ ทำท่าละ 8 จังหวะ ได้ 2 จังหวะหรือ 1 บล็อก (Block)

5. แบบเพิ่มท่าเป็นชั้น (Layer technique) หมายถึง การเคลื่อนไหวที่คิดค่าเตรียมไว้ตามจังหวะของเสียงเพลงตามห้องเพลงโดยผู้เรียนสามารถเลือกทำท่าง่าย แล้วยากขึ้นตามลำดับ ให้ใช้การฝึกแบบเพิ่มค่าหรือแบบเชื่อมถ่วงรวมกัน แล้วเพิ่มค่าให้มากขึ้น การเพิ่มท่ายากขึ้นต้องให้ผู้เรียนได้ฝึกทักษะให้มากและจำถ้าให้ได้ จะทำให้ผู้เรียนมีความมั่นใจ ปฏิบัติได้อย่างสนุกสนาน
6. แบบคงท่าอยู่กับที่ (holding Pattern) หมายถึง การเคลื่อนไหวง่ายๆ อยู่กับที่ แต่คงระดับความหนักตามจังหวะเสียงเพลง ขณะทำซ้ำๆ อยู่ต้องใช้เวลาในช่วงนั้นคิดสร้างสรรค์ท่าให้ยากขึ้นเพื่อให้ผู้เรียนมีความกระตือรือร้นในการปฏิบัติมากยิ่งขึ้น

ใบงานที่ 1

เรื่อง การคิดสร้างสรรค์ทำการเคลื่อนไหว

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

วิชาแอโรบิคแดนซ์

หน่วยการเรียนรู้ที่ 1

เรื่อง การคิดสร้างสรรค์ทำการเคลื่อนไหวแอโรบิคแดนซ์

คำชี้แจง ให้ผู้เรียนคิดสร้างสรรค์ทำการเคลื่อนไหวแอโรบิคแดนซ์ กลุ่มละ 1 ชุด โดยให้หัวหน้ากลุ่มเป็นผู้
ประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม และทักษะการนำเสนอลงในแบบประเมิน

จุดประสงค์

1. เลือกท่าทางการเคลื่อนไหวแบบแอโรบิคแดนซ์ตามความต้องการคนละ 1 ท่า
2. เขียนทำการเคลื่อนไหวกลุ่มละ 1 ชุด ชุดละ 4 ท่า
3. นำเสนอผลงานเป็นกลุ่มกลุ่มละ 2 ครั้ง

กิจกรรม

1. ให้คิดทำการเคลื่อนไหวจากใบความรู้และวีดิทัศน์
2. เขียนทำการเคลื่อนไหวกลุ่มละ 4 ท่า (1 ชุด)
 - 2.1.....
 - 2.2.....
 - 2.3.....
 - 2.4.....
- 3.ให้นำเสนอผลงานกลุ่มหน้าชั้น โดยแสดงกลุ่มละ 2 ครั้ง

ผลลัพธ์ที่ต้องการ

1. เขียนทำการเคลื่อนไหวกลุ่มละ 1 ชุด ประกอบด้วย 4 ท่า
2. นำเสนอผลงานกลุ่ม

รายการประเมิน

1. การปฏิบัติงานกลุ่ม
2. การประเมินทักษะ

แบบประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม

กลุ่มสาระการเรียนรู้.....วิชา.....

หน่วยการเรียนรู้ที่.....เรื่อง.....

สอนวันที่.....เดือน.....พ.ศ.....ระดับ.....ภาคเรียนที่.....เวลา.....ชั่วโมง

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็น

ลำดับ ที่	ชื่อสมาชิก/ชื่อกลุ่ม	ความร่วมมือ ของกลุ่ม				การยอมรับ ความคิดเห็น				การแสดงความ คิดเห็น				การช่วยเหลือ ผู้อื่น				ความสำเร็จ ของงาน			
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
1																					
2																					
3																					
4																					
5																					
6																					
7																					
8																					
9																					
10																					

เกณฑ์การประเมินผล

ดีมาก 4 คะแนน หมายถึง ปฏิบัติงานร่วมกันทุกคน

ดี 3 คะแนน หมายถึง ปฏิบัติงานร่วมกันเกินครึ่งของจำนวนกลุ่ม

พอใช้ 2 คะแนน หมายถึง ปฏิบัติร่วมกันครึ่งของจำนวนกลุ่ม

ปรับปรุง 1 คะแนน หมายถึง ปฏิบัติงานร่วมกันจำนวนไม่ถึงครึ่งกลุ่ม ปรับปรุง 9-11 คะแนน

สรุปการทำงานกลุ่ม/ข้อเสนอแนะ

การให้คะแนน

ดีมาก 18-20 คะแนน

ดี 15-17 คะแนน

พอใช้ 12-14 คะแนน

ปรับปรุง 9-11 คะแนน

ผลการประเมิน ดีมาก ดี พอใช้ ปรับปรุง.

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

แบบประเมินทักษะแอโรบิคดานซ์

กลุ่มสาระการเรียนรู้.....วิชา.....

หน่วยการเรียนรู้.....เรื่อง.....

สอนวันที่.....เดือน.....พ.ศ.....ระดับ.....ภาคเรียนที่.....เวลา.....ชั่วโมง

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็น

4 = ดีมาก 3 = ดี 2 = พอใช้ 1 = ปรับปรุง

ลำดับ ที่	รายการประเมิน	ระดับความคิดเห็น				หมายเหตุ
		4	3	2	1	
1	ความแข็งแรงของการเคลื่อนไหว					
2	การเลือกท่าการเคลื่อนไหวได้เหมาะสม					
3	การเชื่อมต่อและทิศทางการเคลื่อนไหวเข้ากับจังหวะดนตรี					
4	การเป็นผู้นำแอโรบิคดานซ์					
5	การนำเสนอข้อพร้อมเพย์					
รวมแต่ละระดับ						
รวมทุกรายการ						

เกณฑ์การประเมิน

18-20	คะแนน	เท่ากับ	ดีมาก
15-17	คะแนน	เท่ากับ	ดี
12-14	คะแนน	เท่ากับ	พอใช้
9-11	คะแนน	เท่ากับ	ปรับปรุง

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ. ศ.....

เกณฑ์การประเมินทักษะแอโรบิคตามซ์

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา หน่วยการเรียนรู้ที่..... วิชา.....

ชั้น.....ภาคเรียนที่.....คาบที่.....เวลา.....ชั่วโมง.....

ชื่อ/สกุล.....กลุ่มที่.....

ลำดับ ที่	รายการ ประเมิน	ระดับ น้ำหนัก	ระดับคุณภาพ				คะแนน เต็ม
			4 (ดีมาก)	3 (ดี)	2 (พอใช้)	1 (ปรับปรุง)	
1	ความแข็งแรง ของกล้ามเนื้อ ไหล่	1	ความแข็งแรง ของการใช้ กล้ามเนื้อ แขน ขา ในการ เคลื่อนไหวได้ อย่างคล่องแคล่ว	ความแข็งแรง ของการใช้ กล้ามเนื้อขาได้ดี	ความแข็งแรง ของการใช้ กล้ามเนื้อแขนได้ ดี	ความแข็งแรง ของการใช้ กล้ามเนื้อแขน และขาไม่ สัมพันธ์กัน	
2	การเลือกค่า การเคลื่อนไหว ได้เหมาะสม	1	เลือกทำการ เคลื่อนไหวได้ เหมาะสมกับ กล้ามเนื้อและข้อ ต่อได้สวยงาม	เลือกทำการ เคลื่อนไหวได้ เหมาะสมกับ กล้ามเนื้อและข้อ ต่อ	เลือกทำการ เคลื่อนไหวได้แต่ ไม่สัมพันธ์กันกับ แขนและขา	เลือกทำการ เคลื่อนไหวไม่ได้	
3	การเชื่อมต่อ และทิศ ทางการ	1	การเชื่อมต่อและ ทิศทางการ เคลื่อนไหว ไม่	การเชื่อมต่อและ ทิศทางการ เคลื่อนไหวเข้า	การเชื่อมต่อและ ทิศทางการ เคลื่อนไหวไม่	ไม่สามารถเลือก ท่าและทิศ ทางการ	

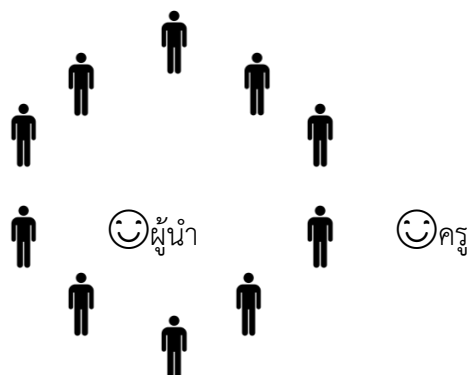
	เคลื่อนไหวเข้า กับจังหวะ ดนตรี		เข้ากับจังหวะ ดนตรีได้ถูกต้อง และสวยงาม	กับจังหวะดนตรี	สัมพันธ์กับ จังหวะดนตรี	เคลื่อนไหวได้	
4	การเป็นผู้นำ แอโรบิคแดนซ์	1	เป็นผู้นำแอโรบิก แดนซ์ได้ถูกต้อง สวยงาม	เป็นผู้นำแอโรบิก แดนซ์ได้	เป็นผู้นำแอโรบิก แดนซ์ได้เป็น บางครั้ง	ไม่สามารถ นำเสนอผลงาน ได้	
5	การนำเสนอให้ พร้อมเพียง และสวยงาม	1	การนำเสนอได้ ถูกต้องพร้อม เพรียงและ สวยงาม	การนำเสนอได้ ถูกต้องพร้อม เพรียง	การนำเสนอ ผลงานได้เป็น บางครั้ง	ไม่สามารถ นำเสนอผลงาน ได้	

กิจกรรมการเรียนรู้
แบบที่ 2 การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ 3 ชั้น

10.กิจกรรมการเรียนรู้

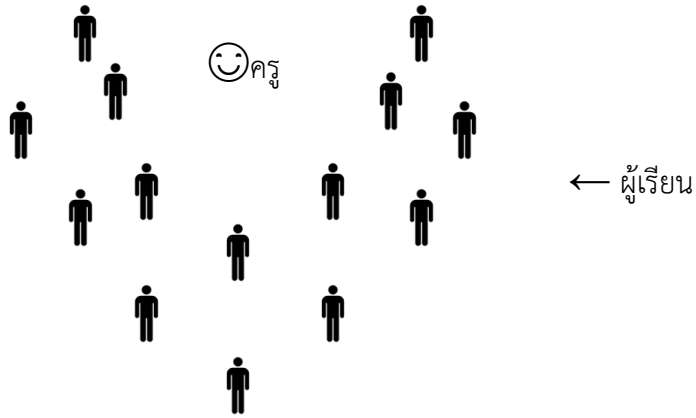
10.1 ชั้นเตรียมหรืออบอุ่นร่างกาย (10นาที)

- ผู้เรียนเข้าแถวตอน ตามกลุ่ม 4 กลุ่ม (ใช้เทคนิคการร้องเพลง)
- ผู้สำรวจจำนวนผู้เรียน ตรวจสอบสุขภาพ การแต่งกาย
- แจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้
- ให้ผู้เรียนเข้าแถวเป็นวงกลม อบอุ่นร่างกาย โดยทำตามผู้นำเล่นเกมการเคลื่อนไหวร่างกาย โดยใช้ลูกบอลเป็นอุปกรณ์



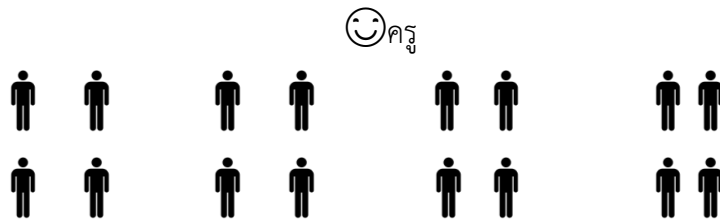
10.2 ชั้นอธิบายสาธิตและฝึกหัด (40 นาที)

- ให้ผู้เรียนเข้าแถวครึ่งวงกลมสองแถวซ้อนกัน ครูอธิบายและสาธิตท่าการเคลื่อนไหวของแอโรบิคแดนซ์ เพื่อเป็นตัวอย่างให้ผู้เรียนได้คิดสร้างสรรค์ท่าของตนเอง
- คู่มือที่ค้นตัวอย่างการเคลื่อนไหวทำแอโรบิคแดนซ์

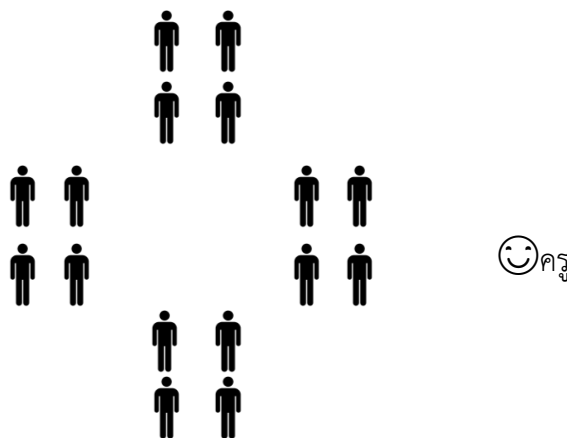


- ผู้เรียนอธิบายลักษณะการเคลื่อนไหวร่างกายแต่ละภาคว่ามีความสัมพันธ์กับกล้ามเนื้อและข้อต่ออย่างไรบ้าง
- ผู้เรียนบอกประโยชน์ของการเคลื่อนไหวร่างกาย

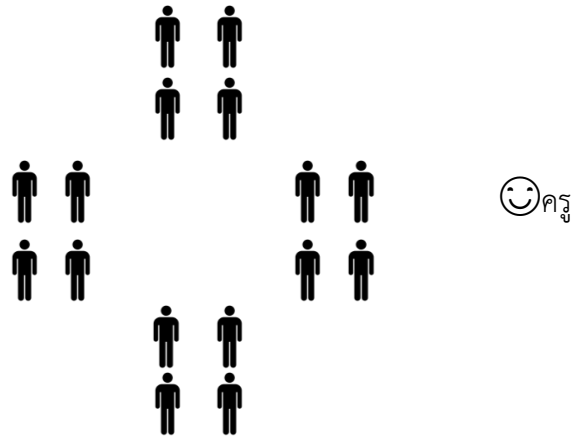
แบบฝึกที่ 1 ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มกลุ่มละ 4 คน รับผิดชอบงานที่ 1 ช่วยกันคิดสร้างสรรค์ถ้าการเคลื่อนไหวคนละ 1 ท่าเพื่อนำมาประกอบเป็นท่าชุด



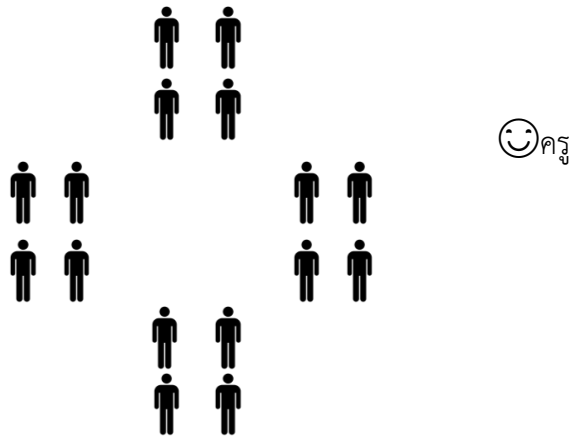
แบบฝึกที่ 2 ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มฝึกการเคลื่อนไหวเท้าและมือทั้ง 4 ท่า ตามจังหวะการนับ 1-2-3-4-5-6-7-8



แบบฝึกที่ 3 ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มฝึกการแก้ไขให้เข้ากับจังหวะดนตรีและฝึกเปลี่ยนทิศทางการเคลื่อนไหวโดยนับ 1-2-3-4-5-6-7-8

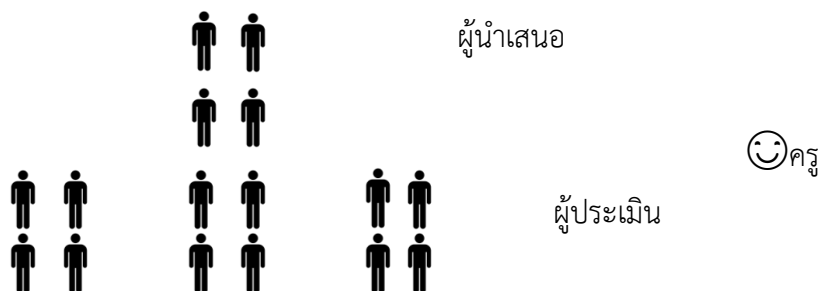


แบบฝึกที่ 4 ให้ผู้เรียนฝึกการเป็นผู้นำ โดยให้นำภาพที่ตนคิดแล้วออกไปนำกลุ่มแต่ละกลุ่มจะได้ถ้าการคิดสร้างสรรค์กลุ่มละ 1 ชุด จังหวะดนตรีตามใบงานที่ 1 ตรวจสอบพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม



การประเมินผล

ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอผลงานโดยแสดงค่าชุดให้เข้ากับจังหวะดนตรีกลุ่ม 2 ครั้ง นำเสนอทีละ 1 กลุ่มให้กลุ่มที่ไม่ได้นำเสนอเป็นผู้ประเมินผลงานของกลุ่มที่นำเสนอผลงาน



10.3 ขึ้นสรุปหรือสรุปปฏิบัติ (10 นาที)

- ผู้เรียนทำความสะอาดร่างกายแล้วเข้าแถวตามกลุ่ม
- ผู้สอนถามปัญหาที่เกิดขึ้น และสิ่งที่คุณเรียนยังไม่เข้าใจ พร้อมสอนเรื่องคุณธรรม จริยธรรม เช่น ความซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น ความสามัคคีในหมู่คณะ
- ผู้สอนและผู้เรียนช่วยกันสรุปบทเรียนการคิดสร้างสรรค์ถ้าการเคลื่อนไหวแอโรบิกแดนซ์
- ผู้สอนแจ้งผลการประเมินและนัดหมายคาบเรียนเป็นต่อไป
- ผู้เรียนยืนขึ้นบอกเลิกแถวแล้วเดินเข้าห้องเรียน

11. สื่อและแหล่งเรียนรู้

- 11.1 ใบความรู้เรื่องการคิดสร้างสรรค์ทำการเคลื่อนไหวแอโรบิกแดนซ์
- 11.2 ใบงานที่ 1 เรื่องการคิดสร้างสรรค์ทำการเคลื่อนไหวแอโรบิกแดนซ์
- 11.3 วีดิทัศน์เรื่องการเคลื่อนไหวพื้นฐานแอโรบิกแดนซ์
- 11.4 เต็นแอโรบิกแดนซ์
- 11.5 ลูกบอลออกกำลังกาย
- 11.6 นาฬิกาจับเวลา

12. การประเมินผล

- 12.1 วิธีการประเมินผล
 - การสังเกตพฤติกรรมการเรียน
 - ประเมินทักษะการเคลื่อนไหวท่าชุด
- 12.2 เครื่องมือการประเมิน
 - แบบสังเกตพฤติกรรมการเรียน
 - แบบประเมินทักษะการเคลื่อนไหว
- 12.3 เกณฑ์การประเมิน / การให้คะแนน

18-20 คะแนน	ดีมาก
15-17 คะแนน	ดี
12-14 คะแนน	พอใช้
10-13 คะแนน	ปรับปรุง

13. บันทึกหลังการจัดกิจกรรมการเรียนชั้น

- 13.1 ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้.....
- 13.2 ปัญหา /
- อุปสรรคในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้.....
-
- 13.3 แนวทางการแก้ปัญหา.....
-

13.4 ผลการแก้ปัญหา.....

.....

13.5 แนวทางปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้.....

.....

14 ข้อเสนอแนะของผู้ตรวจ (หัวหน้ากลุ่มสาระ ผู้ช่วยวิชาการ ผู้อำนวยการ)

.....
.....
.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

ตำแหน่ง.....

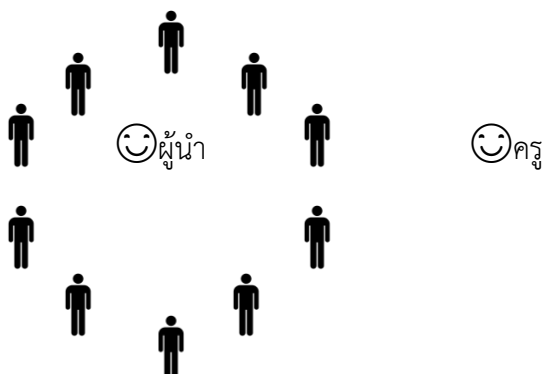
วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

กิจกรรมการเรียนรู้

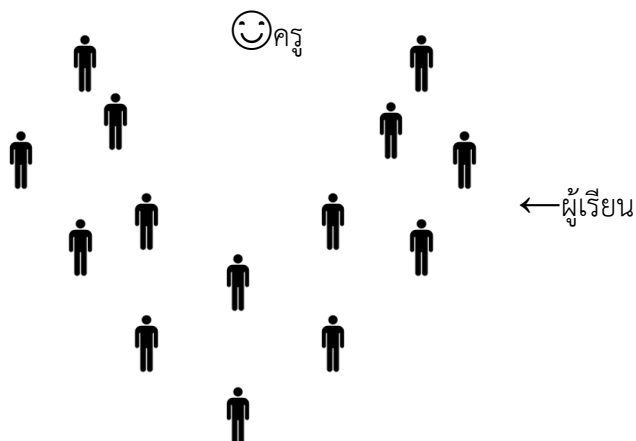
แบบที่ 3 การจดกิจกรรมการเรียนรู้จามลำดับ การเรียนรู้

10. กิจกรรมการเรียนรู้

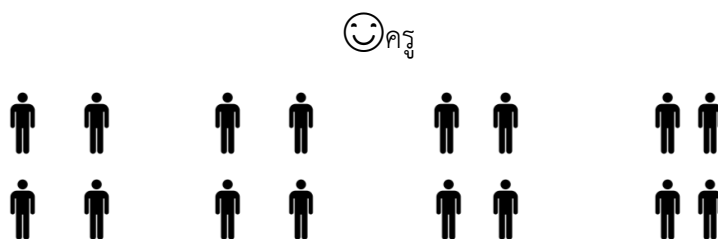
1. ผู้เรียนเข้าแถวตอนตามกลุ่ม 4 กลุ่ม (ใช้เทคนิคการร้องเพลง)
2. ครูสำรวจจำนวนเรียน ตรวจสอบสุขภาพ การแต่งกาย
3. แจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้
4. ให้ผู้เรียนเข้าแถวเป็นวงกลม อบอุ่นร่างกาย โดยทำตามผู้นำเล่นเกมการเคลื่อนไหวร่างกายโดยใช้ลูกบอลเป็นอุปกรณ์



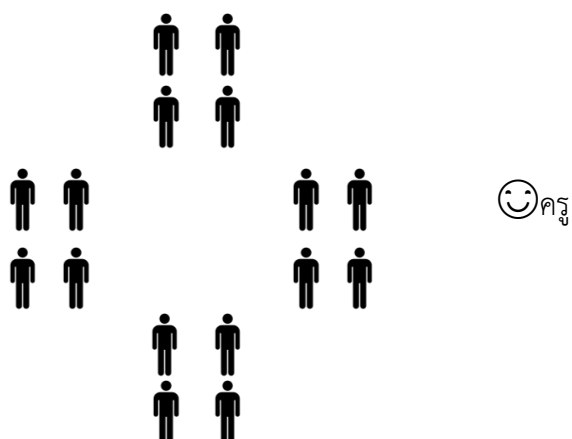
5. ให้ผู้เรียนเข้าแถวครึ่งวงกลมสองแถวซ้อนกัน ครูอธิบายและสาธิตการเคลื่อนไหวของแอโรบิกกาดานซ์ เพื่อเป็นตัวอย่างให้ผู้เรียนได้คิดสร้างสรรค์ท่าของตนเอง
6. ดูวิดีโอที่สนใจตัวอย่างการเคลื่อนไหวท่าแอโรบิกกาดานซ์



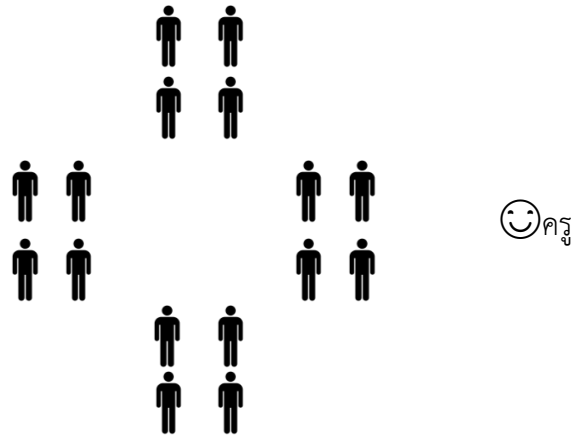
7. ผู้เรียนอธิบายลักษณะการเคลื่อนไหวร่างกายแต่ละท่าว่ามีความสัมพันธ์กับกล้ามเนื้อและข้อต่ออย่างไรบ้าง
8. ผู้เรียนบอกประโยชน์ของการเคลื่อนไหวร่างกาย
9. ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มกลุ่มละ 4 คนรับใบงานที่ 1 ช่วยกันคิดสร้างสรรค์ถ้าการเคลื่อนไหวคนละ 1 ท่า เพื่อนำมาประกอบเป็นชุด



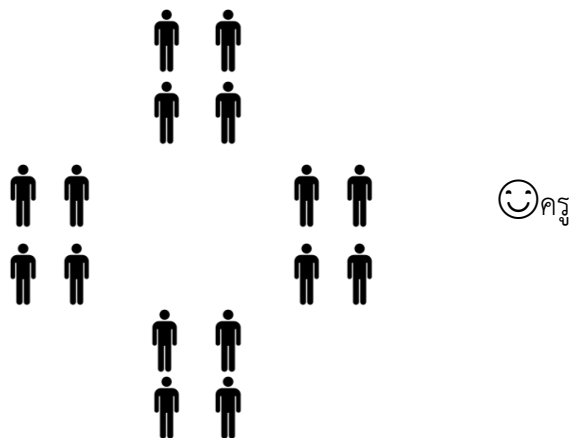
10. ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มการเคลื่อนไหวท่าและมีทั้ง 4 ท่าตามจังหวะการนับ 1-2-3-4-5-6-7-8



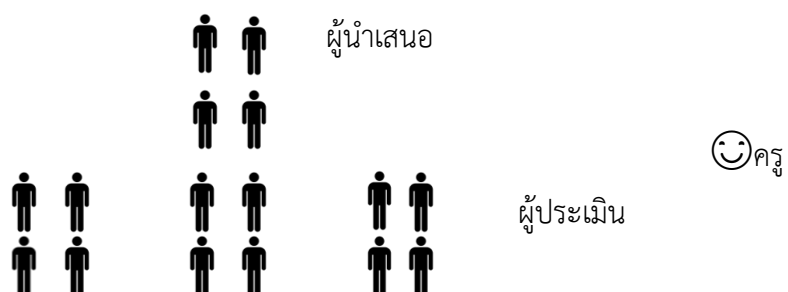
11. ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มฝึกการเคลื่อนไหวให้เข้ากับจังหวะดนตรีและฝึกเปลี่ยนทิศทางการเคลื่อนไหว โดยนับ 1-2-3-4-5-6-7-8



12. ให้ผู้เรียนฝึกการเป็นผู้นำ โดยให้ทุกคนนำธาตุที่ตนคิดแล้วออกไปนำกลุ่มแต่ละกลุ่มได้ทำการคิดสร้างสรรค์คนละ 1 ชุดและจังหวะดนตรีตามใบงานที่ 1 และผู้นำกลุ่มตรวจสอบพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม



14. แต่ละกลุ่มนำเสนอผลงานโดยแสดงค่าชุดให้เข้ากับจังหวะดนตรีกลุ่ม 2 การนำเสนอทีละ 1 กลุ่มให้กลุ่มที่ไม่ได้นำเสนอเป็นผู้ประเมินผลงานของกลุ่มที่นำเสนอผลงาน



14. ผู้เรียนทำความสะอาดร่างกายแล้วเข้าแถวตามกลุ่ม
15. ผู้สอนถามปัญหาที่เกิดขึ้น และสิ่งที่คุณเรียนยังไม่เข้าใจ พร้อมสอนเรื่องคุณธรรม จริยธรรมเช่นความซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น ความสามัคคีในหมู่คณะ
16. ผู้สอนและผู้เรียนช่วยกันสรุปบทเรียนการคิดสร้างสรรค์และการเคลื่อนไหวแอโรบิคตามซัน
17. ผู้สอนแก้ไขข้อบกพร่องแล้วแจ้งผลการประเมิน และนัดหมายคาบเรียนต่อไป
18. พูดเองเป็นคนบอกเลิกแถวแล้วเดินเข้าห้องเรียน

สรุปท้ายบท

การสอนแอโรบิคแดนซ์ หมายถึง กระบวนการที่ครูหรือผู้สอนเป็นความสัมพันธ์กับผู้เรียน เพื่อแนะนำให้ผู้เรียนเข้ากิจกรรมต่างๆ ที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ประสบการณ์ ทักษะ โดยใช้เทคนิคหรือวิธีการที่แตกต่างกันไปตามความเหมาะสมกับการพัฒนาของผู้เรียนซึ่งมีจุดประสงค์การสอน 5 ข้อดังนี้

1. เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีสมรรถภาพทางกาย
2. เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทักษะในการเคลื่อนไหวท่าทาง
3. เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจในวิธีการ ระเบียบการ กติกา
4. เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะประจำตัว
5. เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีเจตคติที่ดีต่อการออกกำลังกายของตน

โดยมีขั้นตอนการสอน 5 ขั้นตอนคือ

1. การเตรียม
2. การอธิบายและสาธิต
3. การฝึกหัด
4. การนำไปใช้
5. การสรุปและสุขปฏิบัติ

ถ้าผู้สอนทุกคนได้ยึดจุดประสงค์ของการสอนแอโรบิคแดนซ์และสอนไปตามขั้นตอนของการสอนแอโรบิคแดนซ์ โดยจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง จะทำให้ผู้สอนและผู้เรียนบรรลุตามจุดประสงค์ของรายวิชา

เอกสารอ้างอิง

- ชัยยงค์ พรหมวงศ์ และอดิฉันท์ อุปรนัย. (2547). เอกสารการสอนชุดวิชาวิทยาการการสอน (Instructional science) หน่วยที่ 1- 7. กรุงเทพมหานคร: บริษัททวิตอรีเพาเวอร์พอยท์ จำกัด.
- ทีศนา แคมมณี. (2550). ศาสตร์การสอนขององค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ปฏิรูปการศึกษา,สำนักงาน. (2546). พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติพ.ศ. 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 กรุงเทพมหานคร:บริษัทกราฟฟิค.
- พันทิพา สีนรัชตานนท์. (2541,ธันวาคม). “แอโรบิกแดนซ์ การออกกำลังกายตามเสียงเพลง” วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา. 7, (8) หน้า 67.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถานพ.ศ. 2542. กรุงเทพมหานคร: บริษัท นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์ จำกัด.
- วัฒนาพร ระวังทุกข์. (2540). การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- _____ . (2542). แผนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพมหานคร: บริษัทแอลทีเพรส จำกัด.
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2539). การสอนพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร: บริษัทพิมพ์ดี จำกัด.
- วิชัย ตันศิริ . (2550). อุดมการณ์ทางการศึกษา ทฤษฎีและภาคปฏิบัติ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุนันทา สุนทรประเสริฐ. (2550). แผนการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ. ราชบุรี:บริษัทธรรมรักษ์ การพิมพ์.
- สุนน อมรวินวัฒน์. (2538). ความคิดและภูมิปัญญาไทยด้านการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุมาลี เพชรศิริ . (2542). เอกสารประกอบการสอนแอโรบิกแดนซ์. สมุทรสาคร: วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร.
- อนงค์ศิริ วิชาลัย. (2550). หลักสูตรและกระบวนการจัดการเรียนรู้. เชียงใหม่: คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- อาภรณ์ ใจเที่ยง. (2550). หลักการสอน (ฉบับปรับปรุง). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.