



หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา (หลักสูตรปรับปรุง พ.ศ. 2556)

รหัสและชื่อหลักสูตร

ชื่อภาษาไทย

: หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

ชื่อภาษาอังกฤษ

: Bachelor of Science Program in Sport Science

ชื่อปริญญาและสาขาวิชา

ภาษาไทย (ชื่อเต็ม)

: วิทยาศาสตรบัณฑิต (วิทยาศาสตร์การกีฬา)

ภาษาไทย (ชื่อย่อ)

: วท.บ. (วิทยาศาสตร์การกีฬา)

ภาษาอังกฤษ (ชื่อเต็ม)

: Bachelor of Science (Sport Science)

ภาษาอังกฤษ (ชื่อย่อ)

: B.Sc. (Sport Science)

หลักสูตร

ไม่น้อยกว่า 125 หน่วยกิต

184

โครงสร้างหลักสูตร

1. หมวดวิชาศึกษาทั่วไป

กลุ่มวิชาบังคับ

กลุ่มวิชาเลือก

ไม่น้อยกว่า 30 หน่วยกิต

ไม่น้อยกว่า 12 หน่วยกิต

ไม่น้อยกว่า 18 หน่วยกิต

2. หมวดวิชาเฉพาะสาขา

กลุ่มวิชาเอกบังคับ

กลุ่มวิชาเอกเลือก

- กลุ่มทฤษฎี

- กลุ่มทักษะกีฬา

ไม่น้อยกว่า 89 หน่วยกิต

ไม่น้อยกว่า 46 หน่วยกิต

ไม่น้อยกว่า 43 หน่วยกิต

ไม่น้อยกว่า 28 หน่วยกิต

ไม่น้อยกว่า 15 หน่วยกิต

3. หมวดวิชาเลือกเสรี

รวม (หน่วยกิต)

ไม่น้อยกว่า 6 หน่วยกิต

ไม่น้อยกว่า 125 หน่วยกิต

รายวิชาในหลักสูตร

1. หมวดวิชาศึกษาทั่วไป ไม่น้อยกว่า 30 หน่วยกิต

(ให้บัณฑิตเรียนรายวิชาตามข้อกำหนดในหลักสูตรหมวดวิชาศึกษาทั่วไปของมหาวิทยาลัยมหาสารคาม)

2. หมวดวิชาเฉพาะสาขา ไม่น้อยกว่า 89 หน่วยกิต

1. กลุ่มวิชาเอกบังคับ ไม่น้อยกว่า 46 หน่วยกิต

0505 101	วิทยาศาสตร์การกีฬา Sport Science	2(2-0-4)
0505 128	กายวิภาคศาสตร์ของมนุษย์และสรีรวิทยา สำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬา 1 Human Anatomy and Physiology for Sport Science 1	2(1-2-3)
0505 129	กายวิภาคศาสตร์ของมนุษย์และสรีรวิทยา สำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬา 2 Human Anatomy and Physiology for Sport Science 2	2(1-2-3)
0505 130	ชีววิทยาสำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬา Biology for Sport Science	3(3-0-6)
0505 132	การฝึกด้วยน้ำหนัก 1 Weight Training 1	1(1-1-1)
0505 201	ชีวกลศาสตร์การกีฬา Sport Biomechanics	2(2-0-4)
0505 202	สรีรวิทยาการกีฬา Sport Physiology	2(2-0-4)
0505 203	ปฏิบัติการทางสรีรวิทยาการกีฬา Laboratory in Sport Physiology	2(2-0-4)
0505 204	โภชนาการการกีฬา Sport Nutrition	(2-0-4)
0505 205	เวชศาสตร์การกีฬา Sport Medicine	3(3-0-6)
0505 229	การออกกำลังกายเพื่อการฟื้นฟู Exercise for Rehabilitation	2(2-0-4)
0505 231	การฝึกด้วยน้ำหนัก 2 Weight Training 2	1(1-1-1)
0505 301	สังคมวิทยาการกีฬา Sport Sociology	2(2-0-4)
0505 302	การวัดและการประเมินผลทาง วิทยาศาสตร์การกีฬา Measurement and Evaluation in Sport Science	2(2-0-4)
0505 303	การฝึกกีฬา Sport Training	2(2-0-4)

0505 304 เทคโนโลยีและนวัตกรรมทางการกีฬา 2(2-0-4)

Technology and Innovation in Sport

0505 305 จรรยาบรรณวิชาชีพทางวิทยาศาสตร์การกีฬา 2(2-0-4)

Professional Code of Ethics in Sport Science

0505 306 กีฬาและการพัฒนาชุมชน 2(2-0-4)

Sport and Community Development

0505 307 การจัดการกีฬา 2(2-0-4)

Sport Management

0505 338 โครงการนิสิตทางวิทยาศาสตร์การกีฬา 1 1(1-1-1)

Senior Project in Sport Science 1

0505 362 ฝึกภาคสนาม 1 2(0-10-2)

Field Work 1

0505 401 จิตวิทยาการกีฬา 3(3-0-6)

Sport Psychology

0505 404 ฝึกภาคสนาม 2 4(0-20-4)

Field Work 2

0505 405 สัมมนาทางวิทยาศาสตร์การกีฬา 2(1-2-3)

Seminar in Sport Science

0505 421 โครงการนิสิตทางวิทยาศาสตร์การกีฬา 2 2(1-2-3)

Senior Project in Sport Science 2

2. กลุ่มวิชาเอกเลือก ไม่น้อยกว่า 43 หน่วยกิต

2.1 กลุ่มทฤษฎี ไม่น้อยกว่า 28 หน่วยกิต

2.1.1 รายวิชาเรียนรวม

0505 105	การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ Exercise for Health	2(2-0-4)
0505 131	การอยู่ค่ายพักแรม Camping	2(1-2-3)
0505 209	วิทยาศาสตร์สุขภาพและความปลอดภัย Health and Safety Science	2(2-0-4)
0505 210	การนวดเพื่อสุขภาพและการกีฬา Massage for Health and Sport	2(1-2-3)
0505 211	การเรียนรู้ทักษะกลไก Motor Skill Learning	2(2-0-4)
0505 308	ความปลอดภัยทางกีฬา Safety in Sport	2(2-0-4)
0505 310	การทดสอบและการประเมินสมรรถภาพ ทางกาย Physical Fitness Testing and Evaluation	2(2-0-4)
0505 311	คอมพิวเตอร์สำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬา Computer for Sport Science	2(2-0-4)

0505 315	การฝึกทักษะทางจิตวิทยาและการจัดการ ความเครียดทางการกีฬา Psychological Skill Training and Stress Management in Sport	2(2-0-4)
0505 318	บุคลิกภาพ Personality	2(2-0-4)
0505 337	การถ่ายภาพกีฬา Sport Photography	2(2-0-4)
0505 339	การวิจัยพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์การกีฬา Basic Research in Sport Science	2(2-0-4)
0505 340	ภาษาอังกฤษสำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬา English for Sport Science	2(2-0-4)

**2.1.2 รายวิชาเรียนแยกตามกลุ่ม ให้เลือกเรียนเพียง
กลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง**

กลุ่มที่ 1 การฝึกและการโค้ชกีฬา (Training and Coaching Sport)

0505 102	องค์กรและการจัดการ Organization and Management	2(2-0-4)
0505 103	ขบวนการโอลิมปิก Olympic Movement	2(2-0-4)
0505 235	การเสริมสร้างความสามารถทางกาย Body Conditioning	2(2-0-4)
0505 236	กีฬาบุคคลและทีม Individual and Team Sport	2(2-0-4)
0505 313	การดำเนินการแข่งขันและการตัดสินกีฬา Organization of Sports Competition and Officiating	2(2-0-4)
0505 320	ปัจจัยสิ่งอำนวยความสะดวกและอุปกรณ์ ทางการกีฬา Facilities and Equipment in Sport	2(2-0-4)
0505 357	ผู้ฝึกกีฬาบุคคลและทีม Individual and Team Sport Trainer	2(2-0-4)
0505 358	ผู้ฝึกกีฬาทางน้ำ Aquatic Sport Trainer	2(2-0-4)
0505 359	การจัดการกีฬาเบื้องต้น Introduction to Sport Management	2(2-0-4)
0505 360	ผู้สอนเต้นแอโรบิก Aerobic Dance Instructor	2(2-0-4)
0505 406	หลักการทางวิทยาศาสตร์ในการ ออกกำลังกายและการฝึกกีฬา Scientific Principles in Exercise and Sport Training	2(2-0-4)

0505 407	การท่องเที่ยวและธุรกิจการกีฬา Sport Tourism and Business	2(2-0-4)
0505 425	เทคนิคการโค้ชกีฬาและโปรแกรมการฝึก Sport Coaching Techniques and Training Program	2(2-0-4)

กลุ่มที่ 2 การฟื้นฟูสมรรถภาพ (Rehabilitation)

0505 106	การออกกำลังกายและการกีฬาสำหรับเด็ก และเยาวชน Exercise and Sport for Children and Youth	2(2-0-4)
0505 212	การออกกำลังกายและการกีฬาสำหรับสตรี Exercise and Sport for Women	2(2-0-4)
0505 230	ความยืดหยุ่นและการยืดเหยียดเพื่อสุขภาพ และการกีฬา Flexibility and Stretching for Sport and Health	2(2-0-4)
0505 238	โปรแกรมการออกกำลังกายเบื้องต้นสำหรับ การบาดเจ็บจากการกีฬา Preliminary Exercise Program for Sport Injury	2(2-0-4)
0505 316	การพัฒนากลไกการเคลื่อนไหว Motor Movement Development	2(2-0-4)
0505 341	การประเมินและการออกกำลังกายเพื่อ การฟื้นฟูในผู้สูงอายุ Assessment and Exercise for Rehabilitation in Aging	2(2-0-4)
0505 342	ความร้อนและความเย็นบำบัด Thermo and Cryotherapy	2(2-0-4)
0505 343	การพันผ้ายืดและผ้าเทปทางการกีฬา Elastic Bandaging and Taping in Sport	2(2-0-4)
0505 344	ธารบำบัด Hydrotherapy	2(2-0-4)
0505 345	การออกกำลังกายทางเลือก Alternative Exercise	2(2-0-4)
0505 346	การป้องกันการบาดเจ็บจากการ ออกกำลังกายและการกีฬา Exercise and Sport Injury Prevention	2(2-0-4)
0505 347	การปฐมพยาบาลทางการกีฬา First Aid in Sport	2(2-0-4)
0505 422	กลุ่มอาการและโรคจากการออกกำลังกาย และการกีฬา Exercise and Sport Syndromes and Diseases	2(2-0-4)

กลุ่มที่ 3 การออกกำลังกายและนันทนาการ (Exercise Recreation)

0505 103	ขบวนการโอลิมปิก	2(2-0-4)
	Olympic Movement	
0505 104	การจัดการนันทนาการ	2(2-0-4)
	Recreation Management	
0505 106	การออกกำลังกายและการกีฬาสำหรับเด็กและเยาวชน	2(2-0-4)
	Exercise and Sport for Children and Youth	
0505 212	การออกกำลังกายและการกีฬาสำหรับสตรี	2(2-0-4)
	Exercise and Sport for Women	
0505 213	การออกกำลังกายและการกีฬาสำหรับผู้สูงอายุ	2(2-0-4)
	Exercise and Sport for Aging	
0505 312	วิทยาศาสตร์การกีฬาในโรงเรียนและชุมชน	2(2-0-4)
	Sport Science in School and Community	
0505 317	นันทนาการชุมชน	2(2-0-4)
	Community Recreation	
0505 319	การโฆษณาและการส่งเสริมกีฬาและการออกกำลังกาย	2(2-0-4)
	Exercise and Sport Advertising and Promoting	
0505 320	ปัจจัยสิ่งแวดล้อมความสะดวกและอุปกรณ์ทางการกีฬา	2(2-0-4)
	Facilities and Equipment in Sport	
0505 406	หลักการทางวิทยาศาสตร์ในการออกกำลังกายและการฝึกกีฬา	2(2-0-4)
	Scientific Principles in Exercise and Sport Training	
0505 407	การท่องเที่ยวและธุรกิจการกีฬา	2(2-0-4)
	Sport Tourism and Business	

กลุ่มที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ (Health Promotion)

0505 106	การออกกำลังกายและการกีฬาสำหรับเด็กและเยาวชน	2(2-0-4)
	Exercise and Sport for Children and Youth	
0505 206	คุณภาพชีวิตและการสร้างเสริมสุขภาพ	2(2-0-4)
	Quality of Life and Health Promotion	
0505 212	การออกกำลังกายและการกีฬาสำหรับสตรี	2(2-0-4)
	Exercise and Sport for Women	
0505 213	การออกกำลังกายและการกีฬาสำหรับผู้สูงอายุ	2(2-0-4)
	Exercise and Sport for Aging	
0505 232	พฤติกรรมสุขภาพ	2(2-0-4)
	Health Behavior	

0505 237	วิถีสุขภาพร่วมสมัย	2(2-0-4)
	Contemporary Health Lifestyle	
0505 312	วิทยาศาสตร์การกีฬาในโรงเรียนและชุมชน	2(2-0-4)
	Sport Science in School and Community	
0505 319	การโฆษณาและการส่งเสริมกีฬาและการออกกำลังกาย	2(2-0-4)
	Exercise and Sport Advertising and Promoting	
0505 348	การออกกำลังกายและการกีฬาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต	2(2-0-4)
	Exercise and Sport for Quality of Life Development	
0505 349	โภชนาบำบัดและการออกกำลังกาย	2(2-0-4)
	Nutritional Therapy and Exercise	
0505 350	พืชสมุนไพรเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ	2(2-0-4)
	Herbal Plant for Health Promotion	
0505 351	การประเมินและการสร้างเสริมสุขภาพ	2(2-0-4)
	Health Evaluation and Promotion	
0505 354	การวิจัยด้านสุขภาพ	2(2-0-4)
	Health Research	
0505 361	การออกกำลังกายเพื่อการป้องกันโรค	2(2-0-4)
	Exercise for Disease Prevention	
0505 407	การท่องเที่ยวและธุรกิจการกีฬา	2(2-0-4)
	Sport Tourism and Business	
0505 423	ศาสนาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ	2(2-0-4)
	Religion for Health Promotion	
0505 426	สัมมนาการสร้างเสริมสุขภาพ	2(2-0-4)
	Health Promotion Seminar	

กลุ่มที่ 5 การฝึกกีฬามวยไทยและกีฬาพื้นบ้าน (Muay Thai and Traditional Sport Training)

0505 102	องค์การและการจัดการ	2(2-0-4)
	Organization and Management	
0505 103	ขบวนการโอลิมปิก	2(2-0-4)
	Olympic Movement	
0505 233	เทคนิคการสอนมวยไทย	2(2-0-4)
	Muay Thai Teaching Technique	
0505 234	เทคนิคการสอนกีฬาพื้นบ้าน	2(2-0-4)
	Traditional Sport Teaching Technique	
0505 319	การโฆษณาและการส่งเสริมกีฬาและการออกกำลังกาย	2(2-0-4)
	Exercise and Sport Advertising and Promoting	

0505 320	ปัจจัยสิ่งอำนวยความสะดวกและอุปกรณ์ ทางการกีฬา Facilities and Equipment in Sport	2(2-0-4)
0505 352	ผู้นำกีฬาพื้นบ้าน Traditional Sport Leader	2(2-0-4)
0505 353	การฝึกมวยไทย Muay Thai Training	2(2-0-4)
0505 355	ภาษาอังกฤษสำหรับมวยไทย English for MuayThai	2(2-0-4)
0505 356	ศิลปะการป้องกันตัวแบบไทย Thai Martial Arts	2(2-0-4)
0505 406	หลักการทางวิทยาศาสตร์ใน การออกกำลังกายและการฝึกกีฬา Scientific Principles in Exercise and Sport Training	2(2-0-4)
0505 407	การท่องเที่ยวและธุรกิจการกีฬา Sport Tourism and Business	2(2-0-4)
0505 424	เทคโนโลยีสารสนเทศสำหรับมวยไทย Information Technology for MuayThai	2(2-0-4)

- 2.2 กลุ่มทักษะกีฬา** ไม่น้อยกว่า 15 หน่วยกิต
- ประกอบด้วย กลุ่มวิชากีฬาและกิจกรรมประกอบดนตรี
- กลุ่มวิชากีฬาประเภทใช้อุปกรณ์ไม้ตี
- กลุ่มวิชากีฬาประเภทใช้ลูกบอล
- กลุ่มวิชากีฬาต่อสู้และป้องกันตัว
- กลุ่มวิชากีฬาทางน้ำ
- กลุ่มวิชาการฝึกกีฬา ไม่น้อยกว่า 4 หน่วยกิต
- กลุ่มวิชาอื่น ๆ
- * ต้องเรียนทุกกลุ่มวิชา** ไม่น้อยกว่า 1 หน่วยกิต

2.2.1 กลุ่มวิชากีฬาและกิจกรรมประกอบดนตรี

0505 107	แอโรบิกแดนซ์ Aerobic Dance	1(0-2-1)
0505 108	นาฏศิลป์ไทย Thai Classical Dance	1(0-2-1)
0505 109	กิจกรรมเข้าจังหวะ Rhythmic Activities	1(0-2-1)
0505 110	โมเดิร์นแดนซ์ Modern Dance	1(0-2-1)
0505 111	แอโรบิกยิมนาสติกส์ Aerobic Gymnastics	1(0-2-1)
0505 112	ลีลาศ Ballroom Dance	1(0-2-1)

0505 214	ไฟท์เตอร์ แอโรบิก Fighter Aerobic	1(0-2-1)
0505 215	คิกบ็อกซิ่งแอโรบิก Kickboxing Aerobic	1(0-2-1)

2.2.2 กลุ่มวิชากีฬาประเภทใช้อุปกรณ์ไม้ตี

0505 113	เทนนิส Tennis	1(0-2-1)
0505 114	แบดมินตัน Badminton	1(0-2-1)
0505 115	ซอฟท์เทนนิส Soft Tennis	1(0-2-1)
0505 116	เทเบิลเทนนิส Table Tennis	1(0-2-1)
0505 216	กอล์ฟ Golf	1(0-2-1)

2.2.3 กลุ่มวิชากีฬาประเภทใช้อุปกรณ์ลูกบอล

0505 117	ฟุตซอล Futsal	1(0-2-1)
0505 118	ตะกร้อและเซปักตะกร้อ Takraw and SepakTakraw	1(0-2-1)
0505 119	เบสบอล Baseball	1(0-2-1)
0505 120	ฮอกกี้ Hockey	1(0-2-1)
0505 121	ซอฟท์บอล Softball	1(0-2-1)
0505 122	แฮนด์บอล Handball	1(0-2-1)
0505 217	แอโรฟิตบอล Aerofitball	1(0-2-1)

0505 321	บาสเกตบอล Basketball	1(0-2-1)
0505 322	รักบี้ฟุตบอล Rugby Football	1(0-2-1)
0505 323	ฟุตบอล Football	1(0-2-1)
0505 324	วอลเลย์บอล Volleyball	1(0-2-1)

2.2.4 กลุ่มวิชากีฬาศิลปะป้องกันตัว

0505 218	มวยไทย MuayThai	1(0-2-1)
0505 219	กระบี่กระบอง KrabiKrabong	1(0-2-1)

0505 220 ยูโด	1(0-2-1)
Judo	
0505 221 เทควันโด	1(0-2-1)
Takwando	
0505 222 ดาบสากล	1(0-2-1)
Fencing	
0505 223 ศิลปะป้องกันตัว	1(0-2-1)
Martial Art	
0505 325 มวยสากล	1(0-2-1)
Boxing	

2.2.5 กลุ่มวิชากีฬาทางน้ำ

0505 224 เรือพาย	1(0-2-1)
Rowing	
0505 225 ว่ายน้ำ	1(0-2-1)
Swimming	
0505 226 การออกกำลังกายในน้ำ	1(0-2-1)
Aquatic Exercise	
0505 227 ระบำใต้น้ำ	1(0-2-1)
Synchronized Swimming	
0505 326 กระโดดน้ำ	1(0-2-1)
Diving	
0505 327 โปโลน้ำ	1(0-2-1)
Water Polo	
0505 328 การช่วยชีวิตและความปลอดภัยทางน้ำ	1(0-2-1)
Life Saving and Water Safety	

2.2.6 กลุ่มวิชาการฝึกกีฬา

0505 408 การฝึกกรีฑา	2(1-2-3)
Athletics Training	
0505 409 การฝึกว่ายน้ำ	2(1-2-3)
Swimming Training	
0505 410 การฝึกบาสเกตบอล	2(1-2-3)
Basketball Training	
0505 411 การฝึกรักบี้ฟุตบอล	2(1-2-3)
Rugby Football Training	
0505 412 การฝึกฟุตบอล	2(1-2-3)
Football Training	
0505 413 การฝึกวอลเลย์บอล	2(1-2-3)
Volleyball Training	
0505 414 การฝึกยิมนาสติกส์	2(1-2-3)
Gymnastics Training	
0505 415 การฝึกเทนนิส	2(1-2-3)
Tennis Training	

0505 416 การฝึกแบดมินตัน	2(1-2-3)
Badminton Training	
0505 417 การฝึกมวยสากล	2(1-2-3)
Boxing Training	
0505 418 การฝึกมวยไทย	2(1-2-3)
MuayThai Training	
0505 419 การฝึกยูโด	2(1-2-3)
Judo Training	
0505 420 การฝึกเทเบิลเทนนิส	2(1-2-3)
Table Tennis Training	

2.2.7 กลุ่มวิชาอื่น ๆ

0505 123 การวิ่งเพื่อสุขภาพ	1(0-2-1)
Running for Health	
0505 124 การกระโดดเชือกเพื่อสุขภาพ	1(0-2-1)
Rope Jumping for Health	
0505 125 โยคะเพื่อสุขภาพ	1(0-2-1)
Yoga for Health	
0505 126 เกมสกีเบ็ดเตล็ด	1(0-2-1)
Minor Games	
0505 127 เกมสกีพื้นบ้าน	1(0-2-1)
Traditional Playground Games	
0505 329 ยิมนาสติกส์	1(0-2-1)
Gymnastics	
0505 330 กรีฑา	1(0-2-1)
Athletics	
0505 331 โบว์ลิง	1(0-2-1)
Bowling	
0505 332 จักรยาน	1(0-2-1)
Cycling	
0505 333 การออกกำลังกายและการควบคุมน้ำหนัก	1(0-2-1)
Exercise and Weight Control	
0505 335 ยกน้ำหนัก	1(0-2-1)
Weight Lifting	
0505 336 การเสริมสร้างสัดส่วนร่างกาย	1(0-2-1)
Body Sculpting	

3. หมวดวิชาเลือกเสรี

ไม่น้อยกว่า 6 หน่วยกิต

นิสิตสามารถเลือกเรียนรายวิชาใดๆ ที่สนใจ ที่เปิดสอนในมหาวิทยาลัยมหาสารคามจัดให้เป็นวิชาเลือกเสรีได้ และได้รับความเห็นชอบจากอาจารย์ที่ปรึกษา

แสดงแผนการศึกษา

ชั้นปีที่ 1

ภาคต้น		ภาคปลาย	
หมวดวิชาศึกษาทั่วไป 12		หมวดวิชาศึกษาทั่วไป 12	
0021 001	ภาษาอังกฤษพื้นฐาน 2(2-0-4)	xxx xxx	เลือกเสรี 2(2-0-4)
วิชาเอกบังคับ		วิชาเอกบังคับ	
0505 101	วิทยาศาสตร์การกีฬา 2(2-0-4)	0505 129	กายวิภาคศาสตร์ของมนุษย์และสรีรวิทยา สำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬา 2 Human Anatomy and Physiology for Sport Science 2
0505 128	กายวิภาคศาสตร์ของมนุษย์และสรีรวิทยา สำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬา1 Human Anatomy and Physiology for Sport Science 1	0505 130	ชีววิทยาสำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬา 3(3-0-6) Biology for Spor Science
วิชาเอกเลือก (กลุ่มทฤษฎี 1 รายวิชา)		0505 132	Weight training 1 1(1-1-1) การฝึกด้วยน้ำหนัก 1
xxx xxx	2(2-0-4)	วิชาเอกเลือก (กลุ่มทฤษฎี 1 รายวิชา)	
วิชาเอกเลือก (กลุ่มทักษะกีฬา 2 รายวิชา)		xxx xxx	2(2-0-4)
xxx xxx	1(0-2-1)		
xxx xxx	1(0-2-1)		
รวม 22 หน่วยกิต		รวม 22 หน่วยกิต	

ชั้นปีที่ 2

ภาคต้น	ภาคปลาย
หมวดวิชาศึกษาทั่วไป 2 xxx xxx เลือกเสรี 2(2-0-4) วิชาเอกบังคับ 0505 202 สรีรวิทยาการกีฬา 2(2-0-4) Sport Physiology 0505 203 ปฏิบัติการทางสรีรวิทยาการกีฬา 2(2-0-4) Laboratory in Sport Physiology 0505 231 การฝึกด้วยน้ำหนัก 2 1(1-1-1) Weight training 2 วิชาเอกเลือก (กลุ่มทฤษฎี 3 รายวิชา) xxx xxx 2(2-0-4) xxx xxx 2(2-0-4) xxx xxx 2(2-0-4) วิชาเอกเลือก (กลุ่มทักษะกีฬา 2 รายวิชาและกลุ่มวิชาการฝึกกีฬา 1 รายวิชา) xxx xxx 1(0-2-1) xxx xxx 1(0-2-1) xxx xxx 2(1-2-3)	หมวดวิชาศึกษาทั่วไป 2 วิชาเอกบังคับ 0505 201 ชีวกลศาสตร์การกีฬา 2(2-0-4) Sport Biomechanics 0505 204 โภชนาการการกีฬา 2(2-0-4) Sport Nutrition 0505 205 เวชศาสตร์การกีฬา 3(3-0-6) Sport Medicine 0505 229 การออกกำลังกายเพื่อการฟื้นฟู 2(2-0-4) Exercise for Rehabilitation วิชาเอกเลือก (กลุ่มทฤษฎี 2 รายวิชา) xxx xxx 2(2-0-4) xxx xxx 2(2-0-4) วิชาเอกเลือก (กลุ่มทักษะกีฬา 3 รายวิชา) xxx xxx 1(0-2-1) xxx xxx 1(0-2-1) xxx xxx 1(0-2-1)
รวม 19 หน่วยกิต	รวม 18 หน่วยกิต

ชั้นปีที่ 3

ภาคต้น	ภาคปลาย
xxx xxx เลือกเสรี 2(2-0-4) วิชาเอกบังคับ	วิชาเอกบังคับ
0505 301 สังคมวิทยาการกีฬา 2(2-0-4) Sport Sociology	0505 303 การฝึกกีฬา 2(2-0-4) Sport Training
0505 302 การวัดและการประเมินผลทาง 2(2-0-4) วิทยาศาสตร์การกีฬา Measurement and Evaluation in Sport Science	0505 307 การจัดการกีฬา 2(2-0-4) Sport Mangement
0505 304 เทคโนโลยีและนวัตกรรมทางการกีฬา 2(2-0-4) Technology and Innovation in Sport	0505 338 โครงการผลิตทางวิทยาศาสตร์การกีฬา 1 1(1-1-1) Senior Project in Sport Science 1
วิชาเอกเลือก (กลุ่มทฤษฎี 3 รายวิชา)	วิชาเอกเลือก (กลุ่มทฤษฎี 3 รายวิชา)
xxx xxx 2(2-0-4)	xxx xxx 2(2-0-4)
xxx xxx 2(2-0-4)	xxx xxx 2(2-0-4)
xxx xxx 2(2-0-4)	xxx xxx 2(2-0-4)
วิชาเอกเลือก (กลุ่มทักษะกีฬา 2 รายวิชา)	วิชาเอกเลือก (กลุ่มทักษะกีฬา 2 รายวิชา)
xxx xxx 1(0-2-1)	xxx xxx 1(0-2-1)
xxx xxx 1(0-2-1)	xxx xxx 1(0-2-1)
รวม 16 หน่วยกิต	รวม 13 หน่วยกิต

ชั้นปีที่ 3

ภาคฤดูร้อน
วิชาเอกบังคับ
0505 362 ฝึกภาคสนาม 1 2(0-10-2) Field Work 1
รวม 2 หน่วยกิต

ชั้นปีที่ 4

ภาคต้น	ภาคปลาย
วิชาเอกบังคับ	วิชาเอกบังคับ
0505 401 จิตวิทยาการกีฬา 3(3-0-6) Sport Psychology	050 404 ฝึกภาคสนาม 2 4(0-20-4) Field Work 2
0505 421 โครงการผลิตทางวิทยาศาสตร์การกีฬา 2 2(1-2-3) Senior Project in Sport Science 2	
วิชาเอกเลือก (กลุ่มทฤษฎี 1 รายวิชา)	
xxx xxx 2(2-0-4)	
วิชาเอกเลือก (กลุ่มวิชาการฝึกกีฬา 1 รายวิชา)	
xxx xxx 2(1-2-3)	
รวม 9 หน่วยกิต	รวม 4 หน่วยกิต

คำอธิบายรายวิชา

1. หมวดวิชาศึกษาทั่วไป ไม่น้อยกว่า 30 หน่วยกิต
2. หมวดวิชาเฉพาะสาขา ไม่น้อยกว่า 89 หน่วยกิต
 - 2.1 กลุ่มวิชาเอกบังคับ ไม่น้อยกว่า 46 หน่วยกิต

0505 101 วิทยาศาสตร์การกีฬา 2(2-0-4) Sport Science

ประวัติและปรัชญา หลักการ ขอบข่าย วิวัฒนาการ ความสำคัญ ปัจจุบันและแนวโน้ม และการประยุกต์ใช้วิทยาศาสตร์การกีฬาทั้งในการกีฬาเพื่อมวลชนและการแข่งขัน

History and philosophy, principles, scopes, evolution, significance, current and trend, and application of sport science in both sport for all and competition

0505 128 กายวิภาคศาสตร์ของมนุษย์และสรีรวิทยา 2(1-2-3) สำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬา 1 Human Anatomy and Physiology for Sport Science 1

ความรู้และทฤษฎีเกี่ยวกับโครงสร้างและหน้าที่ของระบบร่างกายมนุษย์ที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการเคลื่อนไหวของร่างกาย ประกอบด้วย ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก ซึ่งประกอบด้วยอวัยวะที่สำคัญ คือ กระดูก กล้ามเนื้อ ข้อต่อ เอ็นกล้ามเนื้อ และเอ็นข้อต่อของศีรษะ คอ หลัง แขน มือ ทรวงอก ท้องเชิงกรานขาและเท้า รวมถึงระบบไหลเวียนและการหายใจซึ่งประกอบด้วยอวัยวะ เช่น หัวใจ หลอดเลือดทางเดินหายใจ และปอด สำหรับการนำไปใช้และอธิบายถึงข้อจำกัดการเคลื่อนไหวของร่างกายและการออกแบบท่าทางการเคลื่อนไหวของร่างกายในการออกกำลังกายและฝึกซ้อมกีฬา และปฏิบัติการที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหารายวิชา

Foundations and theories on the structure and function of the human body system that directly related to body movement; System are included the musculoskeletal system which composed of the major organs such as bones, muscles, tendons, joints and ligaments of head, neck, back, arms, hands, thoracic, abdominal, pelvic, legs and feet, as well as the cardiorespiratory system which composed of the organs such as heart, vessels, respiratory passages, and lungs for implicating and determining of body movement limitation and posture design in exercise and sport training; and laboratory related to subject contents

0505 129 กายวิภาคศาสตร์ของมนุษย์และ สรีรวิทยาสำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬา 2 Human Anatomy and Physiology for Sport Science 2

เงื่อนไขรายวิชา : 0505 128 กายวิภาคศาสตร์ของมนุษย์
และสรีรวิทยาสำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬา 1

Prerequisite : 0505 128 Human Anatomy and Physiology for Sport Science1

ความรู้และทฤษฎีเกี่ยวกับโครงสร้างและหน้าที่ของอวัยวะต่าง ๆ ในระบบร่างกายมนุษย์ที่เกี่ยวข้องโดยอ้อมกับการเคลื่อนไหวของร่างกาย ระบบประกอบด้วยระบบประสาท ระบบทางเดินอาหาร ระบบต่อมไร้ท่อ ระบบขับถ่ายของเสีย และระบบสืบพันธุ์เพื่อนำไปใช้ในการอธิบายกลไกการทำงานของร่างกายทั้งก่อน ระหว่างและหลังการออกกำลังกายและฝึกซ้อมกีฬาให้ได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุดและปฏิบัติการที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหารายวิชา

Foundations and theories on the structure and function of the various organs in human body system that indirectly related to body movement. Systems are included the nervous system, digestive system, excretory system, endocrine system and reproductive system for implicating to determine the mechanical body function at before, during, and after exercise and sport training with the most effectiveness; and laboratory related to subject contents

0505 130 ชีววิทยาสำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬา 3(3-0-6) Biology for Sport Science

โครงสร้างและหน้าที่ ออแกเนลล์และพฤติกรรมของเซลล์ ชีวเคมีของเซลล์ สรีรวิทยาและพันธุศาสตร์ ตลอดจนกลไกและการควบคุมการทำงานของอวัยวะในระบบต่างๆ ในร่างกายที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ การนำไปประยุกต์ใช้ในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและการฝึกกีฬาพัฒนาความสามารถทางกีฬา

Structure and function, cell, organelles and cell behavior, cell biochemistry, physiology and genetics including mechanism and control of cellular metabolism, processes and mechanical control of organ function of several body systems essential for human life , an application in exercise for health and sport training for enhancing sport performance

0505 132 การฝึกด้วยน้ำหนัก 1**1(1-1-1)****Weight Training 1**

หลักการและวิธีการฝึกด้วยน้ำหนักเพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงความอดทนความเร็วและกำลังของกล้ามเนื้อวิธีการออกแบบโปรแกรมการฝึกทดสอบและการประเมินผลมีการศึกษาออกนอกสถานที่

Principles and Methods of weight training for developing of muscle strength, endurance, speed, and power. Training program, designing, testing, and evaluating. Field trip requirement

0505 201 ชีวกลศาสตร์การกีฬา**2(2-0-4)****Sport Biomechanics**

ความรู้และวิธีการทางด้านชีวกลศาสตร์ในการประยุกต์ใช้ต่อโครงสร้างและหน้าที่ของการเคลื่อนไหวของมนุษย์ กิจกรรมการดำเนินชีวิตประจำวัน สุขภาพและความสามารถทางกีฬา

Knowledge and methods of biomechanics applied to structures and functions of human movements, daily living activities, health, and sport performance

0505 202 สรีรวิทยาการกีฬา**2(2-0-4)****Sport Physiology**

การรักษาสภาพสมดุลของร่างกาย การตอบสนองและการปรับตัวของระบบต่างๆในร่างกายมนุษย์ ทั้งแบบเฉียบพลันและระยะยาว ที่เกิดจากการเล่นและฝึกกีฬา

Homeostasis, response and adaptation of human body systems in both acute and chronic adaptation as a result of sport playing and training

0505 203 ปฏิบัติการทางสรีรวิทยาการกีฬา**2(2-0-4)****Laboratory in Sport Physiology**

เทคนิคปฏิบัติการทางด้านสรีรวิทยาทางกีฬาที่เกี่ยวข้องกับรายวิชา 0505 202 สรีรวิทยาทางกีฬา การปฏิบัติการประกอบด้วยทดสอบอากาศนิยมและอนากาสนิยม ส่วนประกอบของร่างกาย ความแข็งแรงและความอ่อนตัว การประสานงานและการตอบสนอง ความสมดุล และตัวชี้วัดอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกายและการกีฬา

Techniques of sport physiology laboratory that related to the course 0505 202: Sport Physiology; laboratory experiences included testing of aerobic and anaerobic, body composition, strength and flexibility, coordination and response, balance, and other indicators related to exercise and sport

0505 204 โภชนาการการกีฬา**2(2-0-4)****Sport Nutrition**

สารอาหารหลัก สารอาหารรอง และอาหารอื่นๆ ที่จำเป็น อันจะเป็นการประยุกต์ใช้เพื่อการพัฒนาสุขภาพ และความสามารถทางกีฬา รวมถึงความเข้าใจผลของเมตาโบลิซึมของอาหาร การเลือก และการประยุกต์ใช้สารอาหารเสริมเพื่อเพิ่มพลังงานในวิถีการดำเนินชีวิตจริง และบริบททางการกีฬา

Macronutrient, micronutrient, and other essential nutrients ingested that will be applied to improve health and sport performance including understanding the effect of food metabolism, selecting and applying nutritional supplements to enhance energy in real life scenarios and context of sport

0505 205 เวชศาสตร์การกีฬา**3(3-0-6)****Sport Medicine**

ขอบข่ายและบุคลากรทางเวชศาสตร์การกีฬา การประเมินสุขภาพและสมรรถภาพทางกายก่อนออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ความรู้พื้นฐานทางด้านเวชศาสตร์การกีฬาเพื่อการป้องกันและการบำบัดรักษาการบาดเจ็บ สาธิตหัตถการ การฟื้นฟูสภาพร่างกาย การออกกำลังกายในผู้ป่วยหรือบุคคลพิเศษ

Scopes and teams of sport medicine; health and physical fitness evaluation prior to exercise and sport playing; basic knowledge of sport medicine for prevention and treatment of injuries; doping; physical rehabilitation; exercise for patients or special population

0505 229 การออกกำลังกายเพื่อการฟื้นฟู**2(2-0-4)****Exercise for Rehabilitation**

การเพิ่มระดับความสามารถทางกายและการวิเคราะห์โปรแกรมการออกกำลังกาย โดยอาศัยหลักการและเทคนิคทางด้านกายภาพบำบัด

Improving physical performance level and analyzing exercises programs by using physical therapy principles and techniques

0505 231 การฝึกด้วยน้ำหนัก 2**1(1-1-1)****Weight Training 2**

เงื่อนไขรายวิชา : 0505 132 การฝึกด้วยน้ำหนัก 1

Prerequisite : 0505 132 Weight Training 1

ศึกษาและปฏิบัติเทคนิคการฝึกด้วยน้ำหนักเพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงความอดทนความเร็วและกำลังของกล้ามเนื้อพัฒนาบุคลิกภาพตนเองเพื่อให้มีสมรรถภาพทางกายที่ดี

Study and practice of weight training techniques to build strength, endurance, speed and strength of muscle. Develop their own personality in order to have a good physical fitness

0505 301 สังคมวิทยาการกีฬา 2(2-0-4)

Sport Sociology

วิวัฒนาการของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาในเชิงสังคมวิทยา วิเคราะห์ปัจจัยสิ่งแวดล้อม สังคม และวัฒนธรรม ที่มีผลต่อมาตรฐานและความก้าวหน้าในการออกกำลังกายและการกีฬา

Evolution of exercise and sport playing in terms of sociology; analyses of environmental, social, and cultural factors that influenced the standard and progress of exercise and sport

0505 302 การวัดและการประเมินผลทาง 2(2-0-4)

วิทยาศาสตร์การกีฬา

Measurement and Evaluation in Sport Science

การวัดและการประเมินทางการกีฬา การฝึกปฏิบัติ การเลือกใช้และการสร้างแบบวัดและแบบทดสอบทางการกีฬา การวิเคราะห์ข้อมูลโดยอาศัยวิธีการทางสถิติ

Measurement and evaluation in sport; practicing, selecting, and constructing sport measures and tests; data analysis by using statistical methods

0505 303 การฝึกกีฬา 2(2-0-4)

Sport Training

ทฤษฎี หลักการและวิธีการออกกำลังกายและฝึกกีฬา การออกแบบและบริหารโปรแกรมการฝึกเพื่อการพัฒนาสุขภาพ สมรรถภาพทางกาย และความสามารถทางกีฬา

Theories, principles, and exercise and sport training methods; design and administration of training programs for health, physical fitness, and sport performance improving

0505 304 เทคโนโลยีและนวัตกรรมทางการกีฬา 2(2-0-4)

Technology and Innovation in Sport

การสร้างและพัฒนาในรูปแบบ อุปกรณ์และ เครื่องมือใหม่ ๆ เพื่อใช้ในการออกกำลังกายและฝึกกีฬา เน้นการปรับปรุงและประยุกต์ใช้ให้ได้คุ้มค่ามากขึ้นในเชิงการแก้ปัญหาและความคิดสร้างสรรค์

Inventing and developing new models, equipment, and instrument for exercise and sport train-

ing; emphasizing on being worth from modification and application by using problem solving strategies and creative thinking

0505 305 จรรยาบรรณวิชาชีพทางวิทยาศาสตร์ 2(2-0-4)

การกีฬา

Professional Code of Ethics in Sport Science

แนวคิดพื้นฐาน ความหมาย และความสำคัญของจรรยาบรรณวิชาชีพด้านการกีฬา ทฤษฎีปรัชญาและขอบข่ายของจรรยาบรรณวิชาชีพด้านการกีฬา รวมทั้งหลักปฏิบัติเพื่อชี้แนะและยึดมั่นในการเป็นนักวิทยาศาสตร์การกีฬามืออาชีพ

Fundamental concept, definition, and significance of ethics in sport; theory, philosophy, and scope of ethics in sport; including practical principles for guiding and committing in order to be the professional sport scientist

0505 306 กีฬาและการพัฒนาชุมชน 2(2-0-4)

Sport and Community Development

กิจกรรมนันทนาการการออกกำลังกายและกีฬาต่างๆ ในชุมชน วิธีการบริหารจัดการกิจกรรมต่างๆ เหล่านั้นให้ตรงตามความต้องการของชุมชน

Recreation activities, exercise and sport activities in community; administration of those activities to meet the needs of the community

0505 307 การจัดการกีฬา 2(2-0-4)

Sport Management

ทฤษฎีและแนวคิดการบริหาร งานบุคคล การติดต่อสื่อสารและการแก้ปัญหา การบริหารงบประมาณค่าใช้จ่าย จรรยาบรรณและการประเมินโปรแกรมทั้งจากหน่วยงานราชการและเอกชน

Administrative theories and concepts; personal administration; communication and problem solving; fiscal management, budgeting, ethical considerations, and program evaluation in both government and private organizations

0505 338 โครงการงานนิสิตทางวิทยาศาสตร์การกีฬา 1 1(1-1-1)

Senior Project in Sport Science 1

เงื่อนไขรายวิชา : 0505 339 การวิจัยพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์การกีฬา

Prerequisite : 0505 339 Basic Research in Sport Science

รูปแบบและวิธีการเขียนโครงการงานวิทยาศาสตร์การกีฬา ทิศทางและประเด็นหัวข้อ รวมทั้งการเขียนเค้าโครงงานบทที่ 1-3 ได้เพื่อ

เตรียมการนำไปสู่รายวิชาโครงการวิทยาศาสตร์การกีฬา 2

Patterns and methods of project writing in sport science. Trends and issues, including project proposal writing of chapter 1-3 for preparing to the senior projects in sport science 2

0505 362 ฝึกภาคสนาม 1

2(0-10-2)

Field Work 1

เงื่อนไขรายวิชา : 0505 338 โครงการนิสิตทางวิทยาศาสตร์การกีฬา 1

Prerequisite : 0505 338 Senior Project in Sport Science 1

การสังเกตสถานการณ์ วิธีการและกระบวนการทำงาน กิจกรรมศึกษาดูงานในสถานประกอบการที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกายและกีฬา ไม่น้อยกว่า 10 ชั่วโมง/สัปดาห์ เป็นเวลา 2 สัปดาห์ การศึกษา ค้นคว้า และรายงานเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคจากการปฏิบัติงาน การแก้ไขปัญหา และข้อเสนอแนะในการปฏิบัติงาน

Situation observation, methods and working processes; field trip activities in work places that related to exercise and sport at least 10 hours per week for 2 weeks; studying, searching, and presenting problems and obstacles of working, problems solving and working suggestion

0505 401 จิตวิทยาการกีฬา

3(3-0-6)

Sport Psychology

ความสัมพันธ์ระหว่างการเคลื่อนไหวร่างกายและสภาวะภายใน เนื้อหาวิชาประกอบด้วยแรงจูงใจ ความเครียดและความวิตกกังวล ความก้าวร้าวและความรุนแรง พลวัตของกลุ่มและความเป็นผู้นำทักษะทางจิตใจ ภาพลักษณ์ทางกาย การเลิกเล่น การบาดเจ็บและอิทธิพลของสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับความสามารถทางร่างกายและจิตใจทั้งในบริบทของการเล่นกีฬาเพื่อมวลชนและการแข่งขัน

The reciprocal relationship of body movements and inner states; subject content included motivation, stress and anxiety, aggression and violence, group and leadership dynamics, psychological skills, body image, burn out, injury, and social and environmental influencing that related to physiological and psychological performance in the context of both sport for all and competition

0505 404 ฝึกภาคสนาม 2

4(0-20-4)

Field Work 2

เงื่อนไขรายวิชา : 0505 362 ฝึกภาคสนาม 1

Prerequisite : 0505 362 Field Work 1

ฝึกปฏิบัติงานที่เกี่ยวกับด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา เป็นผู้ฝึกสอนกีฬา และการออกกำลังกาย ในสถานประกอบการหรือชุมชน ไม่น้อยกว่า 20 ชั่วโมง/สัปดาห์ เป็นเวลา 1 ภาคการศึกษา พร้อมทั้งการศึกษา ค้นคว้า และรายงานผลเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคจากการปฏิบัติงาน การแก้ไขปัญหา และข้อเสนอแนะในการปฏิบัติงาน

Working practice related to sport science; sport and exercise trainers in the work place or community at least 20 hours per week for a semester; included studying, searching, and reporting problems and obstacles of working, problem solving and suggestion in working practice

0505 405 สัมมนาทางวิทยาศาสตร์การกีฬา

2(1-2-3)

Seminar in Sport Science

กิจกรรมการศึกษาดูงานในขอบข่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การศึกษา ค้นคว้า อภิปรายกลุ่มและการวิเคราะห์ประเด็นต่างๆ ที่เกี่ยวกับวิทยาศาสตร์การกีฬา เพื่อให้ก้าวทันต่อความต้องการและการเปลี่ยนแปลงทางวิทยาศาสตร์การกีฬา

Field trip activities in scopes of sport science; studying, searching, group discussion, and analysis of various issues related to sport science to meet the needs and changing of sport science

0505 421 โครงการนิสิตทางวิทยาศาสตร์การกีฬา 2

2(1-2-3)

Senior Project in Sport Science 2

เงื่อนไขรายวิชา : 0505 362 ฝึกภาคสนาม 1

Prerequisite : 0505 362 Field Work 1

การวิเคราะห์ การคิดค้น การสร้าง การพัฒนา การประเมิน และสรุปโครงการที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกายและกีฬาทั้งในการส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกาย ตลอดจนความสามารถทางกีฬา รวมถึงการนำเสนอโครงการต่อสาธารณะ

Analysis, invention, production, development, evaluation, and conclusion of projects related to exercise and sport in both health promotion and physical fitness as well as sport performance improvement including project presentation to the public

2. กลุ่มวิชาเอกเลือก ไม่น้อยกว่า 43 หน่วยกิต

2.1 กลุ่มทฤษฎี ไม่น้อยกว่า 28 หน่วยกิต

2.1.1 รายวิชาเรียนรวม

0505 105 การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ 2(2-0-4)

Exercise for Health

หลักการเบื้องต้นของการออกกำลังกาย ฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายชนิดต่างๆ แบบผสมผสาน เพื่อการเสริมสร้างสุขภาพและสมรรถภาพทางกาย

Basic principles of exercise, practicing in various types of exercise with combination for health and physical fitness improving

0505 131 การอยู่ค่ายพักแรม 2(1-2-3)

Camping

ประวัติ และวิวัฒนาการของค่ายพักแรมในยุคต่าง ๆ คุณค่าของค่ายพักแรมในด้านพัฒนาบุคคลและการพักผ่อนหย่อนใจ ประเภทของค่ายพักแรม องค์การที่จัดค่ายพักแรม การปฏิบัติตนเป็นชาวค่ายที่ดี การจัดและดำเนินงานค่ายพักแรมโดยสังเขป

History and evolution of camping in each period of time; values of camping in personal development and recreation; types of camping; camping organizations; behaving of good camping members, brief management and procedure of camping

0505 209 วิทยาศาสตร์สุขภาพและความปลอดภัย 2(2-0-4)

Health and Safety Science

สิ่งแวดล้อมทางกายภาพและชีวภาพ และการเชื่อมโยงไปสู่สุขภาพของมนุษย์และอุบัติเหตุ สาเหตุที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุจากการจราจรในบ้าน โรงเรียน โรงงานอุตสาหกรรม และสนามกีฬา การจัดโปรแกรมสวัสดิภาพในสถานที่ต่าง ๆ

Physical and biological environment and integrating to human health and accident; causes of traffic accident, accident at home, school, factory, and sport field; setting of safety programs in those places

0505 210 การนวดเพื่อสุขภาพและการกีฬา 2(1-2-3)

Massage for Health and Sport

โครงสร้างและหน้าที่ของระบบต่างๆของร่างกายที่เกี่ยวข้องกับการนวด ประโยชน์ของการนวดทางสรีรวิทยาและจิตวิทยา ฝึกปฏิบัติการนวดและการนำไปใช้เพื่อการผ่อนคลายและสุขภาพ รวมทั้งการประยุกต์การนวดในการเตรียมตัวของนักกีฬา ก่อนการแข่งขัน ขณะแข่งขัน และหลังการแข่งขัน

Structural and functional body systems related to massage; physiological and psychological benefits of massage; practices in massage and application for relaxation and health; including applying massage to prepare athletes before, during and after competition

0505 211 การเรียนรู้ทักษะกลไก 2(2-0-4)

Motor Skill Learning

ความรู้พื้นฐานด้านสรีรวิทยาและจิตวิทยา ขบวนการข่าวสาร และกลไกการเรียนรู้ เพื่อนำมาใช้ในการเรียนรู้ การฝึก และความคงอยู่ของทักษะ

Basic foundation of physiology and psychology; information processes and strategies applied to learning, training and retention of skills

0505 308 ความปลอดภัยทางกีฬา 2(2-0-4)

Safety in Sport

ความหมาย ขอบข่ายและความสำคัญของความปลอดภัยในการกีฬา การป้องกันการบาดเจ็บการจัดการและการส่งเสริมความปลอดภัยในการเล่นกีฬา การแก้ปัญหา มาตรฐานและกฎระเบียบด้านความปลอดภัยทางสุขภาพและกีฬา

Definition, scope, and significance of sports safety; prevention of injury, management and promotion of exercise and sport safety; problem solving, standards, and rules of health and sport safety

0505 310 การทดสอบและการประเมินสมรรถภาพทางกาย 2(2-0-4)

Physical Fitness Testing and Evaluation

แบบทดสอบและวิธีการดำเนินการของแบบทดสอบสมรรถภาพทางสุขภาพและทางกีฬา เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกาย การเลือกใช้แบบทดสอบ การพัฒนาแบบทดสอบมาตรฐาน

Test and procedure of health and sport related to physical fitness test; norms of physical fitness; selecting the test; developing standard test

0505 311 คอมพิวเตอร์สำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬา 2(2-0-4)

Computer for Sport Science

การใช้คอมพิวเตอร์และโปรแกรมสำเร็จรูปกิจกรรมทางด้านการออกกำลังกายและการกีฬา การสืบหาข้อมูลทางวิทยาศาสตร์การกีฬาจากอินเทอร์เน็ต การจัดทำการและการนำเสนอข้อมูล

Using of computer and computer - package programs in exercise and sport activities; searching for sport science data from internet; data management and presentation

0505 315 การฝึกทักษะทางจิตวิทยาและการจัดการ 2(2-0-4)

ความเครียดทางการกีฬา

Psychological Skill Training and Stress Management in Sport

หลักการ วิธีการและประโยชน์ของการฝึกทักษะทางจิตวิทยาเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของการแสดงออกทางกีฬา และวิธีการในการจัดการความเครียดจากการฝึกซ้อมและแข่งขันกีฬา

Principles, methods, and benefits of psychological skill training to improve sport performing and methods of stress coping from sport training and competition

0505 318 บุคลิกภาพ 2(2-0-4)

Personality

หลักการ บทบาท และวิธีการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ความสวยงามทางด้านร่างกายและจิตใจ กีฬาและการเสริมสร้างบุคลิกภาพ เทคนิคต่างๆในการเสริมสร้างความงามของมนุษย์

Principles, roles and methods of exercise and sport playing; physical and psychological beauty; sport and personality improvement; various techniques of human beauty

0505 337 การถ่ายภาพกีฬา 2(2-0-4)

Sport Photography

ทฤษฎี เทคนิค ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการถ่ายภาพกีฬา ประเภทของการถ่ายภาพกีฬา การจัดองค์ประกอบของภาพทางการกีฬา ซึ่งเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้เพื่อส่งเสริมและพัฒนาทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา

Theory, techniques, fundamentals of sport photography. Types of sport photography. The hue of image of sport. A guide to applying for promotion and development of sport science

0505 339 การวิจัยพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์การกีฬา 2(2-0-4)

Basic Research in Sport Science

หัวข้อ วัตถุประสงค์ สมมุติฐาน วิธีการในการวิจัยซึ่งประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่าง และการเลือกกลุ่มศึกษา การเก็บและวิเคราะห์ข้อมูล การรายงานผลและการสรุปผลการวิจัย การศึกษาทางวิจัยด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาทั้งในและต่างประเทศเพื่อฝึกอภิปรายผลและประยุกต์ใช้ผลงานวิจัย

Topics; objectives; hypotheses; methods of research composed of sampling and selection of study group, data collection and analysis; reporting and summaries of research results; studying sport science research in the country and abroad for practicing on discussion and applying research results

0505 340 ภาษาอังกฤษสำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬา 2(2-0-4)

English for Sport Science

ศัพท์เทคนิคทางวิทยาศาสตร์การกีฬา ทักษะการใช้ภาษาอังกฤษเพื่อพัฒนางานวิชาการและบริการทางวิทยาศาสตร์การกีฬา

Technical terminology for sport science, skills in using English for academic and service development in sport science

2.1.2 รายวิชาเรียนแยกตามกลุ่ม

กลุ่มที่ 1 การฝึกและการโค้ชกีฬา (Training and Coaching Sport)

0505 102 องค์การและการจัดการ 2(2-0-4)

Organization and Management

หลักการและความรู้พื้นฐาน ทฤษฎี และการดำเนินงานเกี่ยวกับองค์การและการจัดการ

Principles and foundation, theories, and procedure related to organization and management

0505 103 ขบวนการโอลิมปิก 2(2-0-4)

Olympic Movement

ประวัติและปรัชญา วิวัฒนาการ ความสำคัญและกระบวนการโอลิมปิก การใช้กิจกรรมกีฬาในการเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล กลุ่มคนและหน่วยงานต่างๆทั้งในและต่างประเทศ คุณค่าและเป้าหมายที่แท้จริงของการกีฬา

History and philosophy, evolution, importance, and olympic movement; using of sport activities for developing the relationship between individuals, groups of people, and organizations in the country and between the countries; real value and goals of sport

0505 235 การเสริมสร้างความสามารถทางกาย 2(2-0-4)

Body Conditioning

ความหมายความสำคัญหลักการและวิธีการฝึกทางกายเพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายและทักษะกีฬาที่มีการศึกษา นอกสถานที่

Definition, importance principles and physical training methods for improving physical fitness and sport skill. Field trip requirement

0505 236 กีฬาบุคคลและทีม 2(2-0-4)
Individual and Team Sport

ความหมายและชนิดกีฬาบุคคลและทีมท่าทางการเคลื่อนไหวและทักษะหลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อประยุกต์ใช้กับกีฬาบุคคลและทีม

Definition and types of individual and team sport, movement and skills. Sports science principles for individual and team sport application

0505 313 การดำเนินการแข่งขันและการตัดสินกีฬา 2(2-0-4)
Organization of Sports Competition and Officiating

กีฬาแต่ละชนิด ขั้นตอน การดำเนินงานและการจัดการแข่งขันกีฬา รูปแบบการจัดการแข่งขัน การบันทึกและรายงานผล และการตัดสินกีฬาในกีฬาแต่ละชนิด

Type of sport, stages, procedures, and organizations of sport competition; modes of organization of sport competition; data recording and reporting; sport officiating in each sport type

0505 320 ปัจจัยสิ่งแวดล้อมความสะดวกและอุปกรณ์ 2(2-0-4)
Facilities and Equipment in Sport

หลักการโครงสร้างและออกแบบสถานที่และอุปกรณ์ในการออกกำลังกายและการกีฬา ที่มีคุณภาพต่อการใช้งานตามมาตรฐานและหลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬา

Principles, structure and design of facilities and equipments in exercise and sport based on standard and principles of sport science

0505 357 ผู้ฝึกกีฬาบุคคลและทีม 2(2-0-4)
Individual and Team Sport Trainer

หลักการและเทคนิคของการเป็นผู้ฝึกกีฬาบุคคลและทีมการนำหลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬาไปประยุกต์ใช้ในการเตรียมนักกีฬาและทีมทั้งในสถานการณ์ก่อนการแข่งขัน ระหว่างการแข่งขัน และหลังการแข่งขัน

Principles and techniques of individual and team sport trainer. Application of sport science principles in athlete and team preparing in pre, mid, and post season

0505 358 ผู้ฝึกกีฬาทางน้ำ 2(2-0-4)
Aquatic Sport Trainer

หลักการและเทคนิคของการเป็นผู้ฝึกกีฬาทางน้ำการนำหลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬาไปใช้ในการออกกำลังกายและการเตรียมนักกีฬาทั้งในสถานการณ์ก่อนการแข่งขัน ระหว่างการแข่งขัน และหลังการแข่งขัน

Principles and techniques of aquatic sport trainer. Application of sports science principles in athlete preparing in pre, mid, and post season

0505 359 การจัดการกีฬาเบื้องต้น 2(2-0-4)
Introduction to Sport Management

ทฤษฎีและหลักการทางด้านการจัดการกีฬาการจัดการกีฬาในองค์กรของรัฐและเอกชนประกอบด้วย การบริหารการตลาดการเงินกระบวนการดำเนินงานการประชาสัมพันธ์การสร้างวิสัยทัศน์และมุมมองการกีฬาในเชิงธุรกิจเบื้องต้น มีกรณีศึกษาสถานที่

Theory and principles of sports management. Sports management in government and private sectors such as administration, marketing, financial, processes in management of activities, public relations, creating visions and sport business perspectives, etc. Field trip requirement

0505 360 ผู้สอนเต้นแอโรบิก 2(2-0-4)
Aerobic Dance Instructor

ความหมายและชนิดของการเต้นแอโรบิก ทักษะและรูปแบบของการเคลื่อนไหวที่เหมาะสม การเป็นผู้นำ เทคนิคและการออกแบบท่าทาง การประยุกต์หลักการทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับการเป็นผู้สอนเต้นแอโรบิก

Definition and type of aerobic dance, skills and pattern of appropriate movement, leadership, technique and choreographic design. Application of sports science principles for aerobic dance instructor

0505 406 หลักการทางวิทยาศาสตร์ในการออกกำลังกายและการฝึกกีฬา 2(2-0-4)
Scientific Principles in Exercise and Sport Training

หลักการทางวิทยาศาสตร์และวิธีการฝึกแบบต่างๆ เพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายและความสามารถทางการกีฬา การสร้างโปรแกรมและพัฒนาโปรแกรมการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายของแต่ละบุคคลและกิจกรรมกีฬา การเลือกใช้ เทคนิคและหลักการการฝึกต่าง ๆ เพื่อออกแบบโปรแกรมการออกกำลังกายและการฝึกกีฬา

Scientific principles and various training methods for improving physical fitness and sport performance; producing and developing exercise programs suitable for physical conditions of each person and sport activity; selection of training techniques and principles for setting an exercise and sport training programs

0505 407 การท่องเที่ยวและธุรกิจการกีฬา 2(2-0-4)
Sport Tourism and Business

กฎและระเบียบในการควบคุมการจัดการท่องเที่ยวทางธุรกิจ หลักการวิธีการ และเทคนิคการจัดกลุ่มท่องเที่ยวทางธุรกิจ การประชุมและสัมมนาทางกีฬาและการท่องเที่ยว หลักการและวิธีการของธุรกิจการกีฬาซึ่งเกี่ยวข้องถึงการเงิน การบัญชี การตลาด และการบริหารงานบุคคล

Rules and regulations to control tourism and business management; principles, methods, and techniques of sport-tour group; conference and seminar in sport and tourism; principles and methods of sport business related to budget, accounting, marketing, and personal administration

0505 425 เทคนิคการโค้ชกีฬาและโปรแกรมการฝึก 2(2-0-4)
Sport Coaching Techniques and Training Program

หลักการและวิธีการฝึก การจัดโปรแกรมการฝึก เทคนิคและกลวิธีในการเล่น การวิเคราะห์ การแข่งขัน การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย กติกาและระเบียบการแข่งขัน วิธีดำเนินการและการจัดการแข่งขันกีฬา

Principles and training methods; setting up training programs; techniques and playing strategies; competition analyses; physical fitness improvement; rules and regulations in competition; procedure and organization of sport competition

กลุ่มที่ 2 การฟื้นฟูสมรรถภาพ (Rehabilitation)

0505 106 การออกกำลังกายและการกีฬาสำหรับเด็กและเยาวชน 2(2-0-4)
Exercise and Sport for Children and Youth

ประเด็น และ/หรือ ปัญหาของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในเด็กและเยาวชน อิทธิพลเชิงกายวิภาค สรีรวิทยา จิตวิทยา และสังคมวิทยาของการออกกำลังกายและการแข่งขันกีฬาที่มีต่อเด็กและเยาวชน

Issues and /or problems of exercise and sport playing in children and youth; anatomical, physiological, psychological and sociological effects of exercise and sport competition on children and youth

0505 212 การออกกำลังกายและการกีฬาสำหรับสตรี 2(2-0-4)
Exercise and Sport for Women

ประเด็น และ/ หรือ ปัญหาของการออกกำลังกายและการกีฬาในสตรี อิทธิพลเชิงกายวิภาค สรีรวิทยา จิตวิทยา และสังคมวิทยาของการออกกำลังกาย การเล่นและการแข่งขันกีฬาของสตรี

Issues and/or problems of exercise and sport in females; anatomical, physiological, psychological and sociological effects of exercise, sport playing and competition of women

0505 230 ความยืดหยุ่นและการยืดเหยียด เพื่อสุขภาพและการกีฬา 2(2-0-4)
Flexibility and Stretching for Sport and Health

ทฤษฎีและหลักการของการเพิ่มความยืดหยุ่นโดยวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อชนิดต่างๆ เพื่อป้องกันการบาดเจ็บจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬา การบำบัดฟื้นฟู และเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานของร่างกายที่สัมพันธ์กับการมีสุขภาพที่ดี รวมทั้งฝึกปฏิบัติการยืดเหยียดกล้ามเนื้อมัดต่างๆ

Theory and principles of flexibility improving using types of muscle stretching in order to prevent exercise and sport injury, rehabilitation, and enhance efficiency body function that related to healthy. Including to practice in each group of muscle stretching

0505 238 โปรแกรมการออกกำลังกายเบื้องต้น สำหรับการบาดเจ็บจากการกีฬา 2(2-0-4)
Preliminary Exercise Program for Sport Injury

ทฤษฎีและหลักการเบื้องต้นของการบาดเจ็บจากการกีฬาและออกกำลังกาย ท่าตั้งต้นในการออกกำลังกาย การทำงานของกล้ามเนื้อ การตรวจประเมินกล้ามเนื้อในแต่ละท่าและการออกแบบโปรแกรม

Theory and basic principles of sport and exercise injuries, starting position in exercise, muscle functions, muscle examination for each position, and program designing

0505 316 การพัฒนากลไกการเคลื่อนไหว 2(2-0-4)
Motor Movement Development

การเจริญเติบโตของร่างกาย รูปแบบร่างกาย และการพัฒนาจากวัยเด็ก วัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ ความแตกต่างทางด้านเพศ ในการพัฒนาการ

Physical growth, body types, and motor development through children, adolescence, and adult stages; sexual differences in motor development

0505 341 การประเมินและการออกกำลังกาย 2(2-0-4)
เพื่อการฟื้นฟูในผู้สูงอายุ
Assessment and Exercise for
Rehabilitation in Aging

อุบัติการณ์ของผู้สูงอายุในปัจจุบัน การเปลี่ยนแปลงของระบบต่างๆ ในผู้สูงอายุ การตรวจประเมินทางด้านร่างกายและจิตใจ ประโยชน์ ข้อห้าม และข้อควรระวังในการฟื้นฟูสภาพผู้สูงอายุ และการออกกำลังกายที่เหมาะสมเพื่อการฟื้นฟูสำหรับผู้สูงอายุ

The incidence of the elderly in the present, change of the various system in the elderly, physical and mental assessment, benefits, contra-indication and precaution of exercise rehabilitation in aging, and the appropriate exercise rehabilitation for aging

0505 342 ความร้อนและความเย็นบำบัด 2(2-0-4)
Thermo and Cryotherapy

ทฤษฎี หลักการ ประโยชน์ ข้อห้าม ข้อควรระวังและข้อจำกัดของการนำบำบัดรักษาด้วยความร้อนและความเย็น การนำไปใช้ในผู้ป่วยและผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

Theory, principles, benefits, contra-indication, precaution and limitations of thermo and cryotherapy. Using in both patients and exercise and sport injury person

0505 343 การพันผ้ายืด และผ้าเทปทางการกีฬา 2(2-0-4)
Elastic Bandaging and Taping in Sport

ทฤษฎี ชนิดและหลักการในการพันผ้ายืดและผ้าเทปในนักกีฬาประเภทต่างๆ เพื่อป้องกันและรักษาอาการบาดเจ็บในนักกีฬา

Theory, types, and principles of elastic bandaging and taping for Athletes in order to prevent and treat of athlete injury

0505 344 ธาราบำบัด 2(2-0-4)
Hydrotherapy

ทฤษฎี ความสำคัญ หลักการและวิธีการของธาราบำบัด ข้อบ่งชี้ข้อห้ามและข้อควรระวังอุปกรณ์เทคนิคการออกแบบโปรแกรม เทคนิคพิเศษและการประยุกต์ใช้ในนักกีฬาที่ได้รับบาดเจ็บ

Theory, importance, principles, and method of hydrotherapy. Indications, contra-indications and precautions, equipment, program designing, special techniques and application in athlete injury

0505 345 การออกกำลังกายทางเลือก 2(2-0-4)
Alternative Exercise

หลักการ วัตถุประสงค์ ประโยชน์ ข้อควรระวังหรือข้อจำกัดของการออกกำลังกายทางเลือก และสามารถนำการออกกำลังกายทางเลือกในรูปแบบต่างๆ ไปใช้ได้อย่างเหมาะสม เช่น ชี่กง ไทเก๊ก ฤๅษีดัดตน ราล์ฟลอง เป็นต้น

Principles, objective, benefits, precaution or limitations of alternative exercise and can be used appropriately alternative exercise such as Qigong, Tai Chi, Thai Hermit Exercise, stick exercise, etc.

0505 346 การป้องกันการบาดเจ็บจากการ 2(2-0-4)
ออกกำลังกายและการกีฬา
Exercise and Sport Injury Prevention

พื้นฐานทางด้านกายวิภาคศาสตร์ สรีรวิทยา ปัจจัยและสาเหตุของการบาดเจ็บ ชนิดของการบาดเจ็บ เทคนิคและวิธีการป้องกันการบาดเจ็บจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬา

Basic anatomy, physiology, factors and causes of injury, type of injury, techniques and method of prevention of exercise and sport injury

0505 347 การปฐมพยาบาลทางการกีฬา 2(2-0-4)
First Aid in Sport

หลักการปฐมพยาบาล วิธีการและการฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลในการบาดเจ็บทางการกีฬา ได้แก่ ผิวหนัง กล้ามเนื้อเอ็น กล้ามเนื้อและข้อต่อ กระดูก อวัยวะภายใน ศีรษะ คอ หลัง แขนและขา รวมทั้งการบาดเจ็บจากความร้อนและความเย็น เป็นต้น การใช้ยาเบื้องต้น

Principle of first aid, method and first aid practicing in various sport injury include skin, muscles, tendons and ligaments, joints, bones, internal organ, head, neck, back, arms and legs, as well as injuries from heat and cool injury, etc. Basic of drug using

**0505 422 กลุ่มอาการและโรคจากการ
ออกกำลังกายและการกีฬา** **2(2-0-4)**

Exercise and Sport Syndrome and Disease

ความหมาย สาเหตุ กลไก การดำเนิน การพยากรณ์
และวิธีการดูแลรักษา กลุ่มอาการและโรคต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างและ
หลังการออกกำลังกายและการฝึกกีฬา

Definition, etiology, pathogenesis, progression,
prognosis and treatment of syndromes and diseases that
occurred during and post exercise and sport training

กลุ่ม 3 การออกกำลังกายและนันทนาการ (Exercise Recreation)

0505 103 ขบวนการโอลิมปิก **2(2-0-4)**

Olympic Movement

ประวัติและปรัชญา วิวัฒนาการ ความสำคัญและ
กระบวนการโอลิมปิก การใช้กิจกรรมกีฬาในการเชื่อมความสัมพันธ์
ระหว่างบุคคล กลุ่มคนและหน่วยงานต่างๆ ทั้งในและต่างประเทศ
คุณค่าและเป้าหมายที่แท้จริงของกีฬา

History and philosophy, evolution, importance,
and Olympic movement; using of sport activities for developing
the relationship between individuals, groups of people, and
organizations in the country and between the countries; real
value and goals of sport.

0505 104 การจัดการนันทนาการ **2(2-0-4)**

Recreation Management

ปรัชญาและพื้นฐานทางสังคม องค์การที่เกี่ยวข้องกับ
การจัดการนันทนาการและการกีฬา ทั้งองค์กรของรัฐและเอกชน การ
ดำเนินงานและรูปแบบการบริหาร การจัดการนันทนาการในสังคมและ
ชุมชน วิธีการและเทคนิคการเป็นผู้นำนันทนาการ

Philosophy and social foundation; organizations
related to recreation and sport management in both
government and private organizations; procedure and
administration models; recreation management in society and
communities; methods and techniques of recreation leaders

0505 106 การออกกำลังกายและการกีฬาสำหรับเด็กและเยาวชน **2(2-0-4)**

Exercise and Sport for Children and Youth

ประเด็น และ/หรือ ปัญหาของการออกกำลังกายและ
เล่นกีฬาในเด็กและเยาวชน อิทธิพลเชิงกายวิภาค สรีรวิทยา จิตวิทยา
และสังคมวิทยาของการออกกำลังกายและการแข่งขันกีฬาที่มีต่อเด็ก
และเยาวชน

Issues and /or problems of exercise and sport
playing in children and youth; anatomical, physiological,
psychological and sociological effects of exercise and sport
competition on children and youth

0505 212 การออกกำลังกายและการกีฬาในสตรี **2(2-0-4)**

Exercise and Sport in Women

ประเด็น และ/ หรือ ปัญหาของการออกกำลังกาย
และการกีฬาในสตรี อิทธิพลเชิงกายวิภาค สรีรวิทยา จิตวิทยา และ
สังคมวิทยาของการออกกำลังกาย การเล่นและการแข่งขันกีฬาของสตรี

Issues and/or problems of exercise and sport
in females; anatomical, physiological, psychological and
sociological effects of exercise, sport playing and competition
of women

0505 213 การออกกำลังกายและการกีฬาสำหรับผู้สูงอายุ **2(2-0-4)**

Exercise and Sport for Aging

การตอบสนองด้านกายวิภาค สรีรวิทยา จิตวิทยาและ
สังคมวิทยาที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย การออกกำลังกาย
และการเล่นกีฬา การพัฒนาโปรแกรมการออกกำลังกายแบบ
ของผู้สูงอายุ การส่งเสริมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาสำหรับผู้
สูงอายุ

Anatomical, physiological, psychological
and sociological responding that related to participation in
physical activities, exercise, and sport; development of
exercise programs; role of activities leaders ; promotion of
exercise and sport playing for aging population

0505 312 วิทยาศาสตร์การกีฬาในโรงเรียน **2(2-0-4)**

และชุมชน

Sport Science in School and Community

การใช้วิทยาศาสตร์การกีฬาในการทดสอบและพัฒนา
สมรรถภาพทางกาย การแข่งขัน การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน
และการดูแลนักเรียนทั้งกิจกรรมในชั้นเรียนและกิจกรรมเสริม รวม
ทั้งกิจกรรมต่างๆ เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเพื่อ
สุขภาพของชุมชน

Usage of sport science in testing and improving
physical fitness, competition, designing learning activities
and student caring in both classroom and supplement
activities; including other activities to promote exercise and
sport for community health

0505 317 นันทนาการชุมชน 2(2-0-4)
Community Recreation
 ศูนย์และกิจกรรมนันทนาการแบบต่างๆ ในชุมชน วิธี
 การจัดนันทนาการให้ตรงตามความต้องการของชุมชนและการพัฒนา
 Various centers and recreation activities in
 communities; methods of recreation to meet the needs of
 communities and development

0505 319 การโฆษณาและการส่งเสริมกีฬาและ 2(2-0-4)
การออกกำลังกาย
Exercise and Sport Advertising and
Promoting
 การวางแผนการโฆษณา การจัดการทางด้านโฆษณา
 การเผยแพร่แนวความคิดทางด้านการตลาดและการคิดวิธีการ
 สร้างสรรค์ผลงานที่นำไปใช้ในวงการตลาดกีฬาและการออกกำลังกาย
 Strategic planning for advertising; publicity
 advertising management of marketing concepts and
 formulating creative works applied to the sport and exercise
 marketing industry

0505 320 ปัจจัยสิ่งอำนวยความสะดวกและอุปกรณ์ 2(2-0-4)
ทางการกีฬา
Facilities and Equipment in Sport
 หลักการโครงสร้างและออกแบบสถานที่และอุปกรณ์
 ในการออกกำลังกายและการกีฬาที่มีคุณภาพต่อการใช้งานตาม
 มาตรฐานและหลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬา
 Principles, structure and design of facilities
 and equipments in exercise and sport based on standard and
 principles of sport science

0505 406 หลักการทางวิทยาศาสตร์ในการ 2(2-0-4)
ออกกำลังกายและการฝึกกีฬา
Scientific Principles in Exercise and
Sport Training
 หลักการทางวิทยาศาสตร์และวิธีการฝึกแบบต่างๆ เพื่อ
 เสริมสร้างสมรรถภาพทางกายและความสามารถทางการกีฬา การสร้าง
 โปรแกรมและพัฒนาโปรแกรมการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสภาพ
 ร่างกายของแต่ละบุคคลและกิจกรรมกีฬา การเลือกใช้ เทคนิคและ
 หลักการการฝึกต่าง ๆ เพื่อออกแบบโปรแกรมการออกกำลังกายและ
 การฝึกกีฬา
 Scientific principles and various training
 methods for improving physical fitness and sport performance;
 producing and developing exercise programs suitable for

physical conditions of each person and sport activity;
 selection of training techniques and principles for setting an
 exercise and sport training programs

0505 407 การท่องเที่ยวและธุรกิจการกีฬา 2(2-0-4)
Sport Tourism and Business
 กฎและระเบียบในการควบคุมการจัดการท่องเที่ยว
 และธุรกิจ หลักการวิธีการ และเทคนิคการจัดกลุ่มท่องเที่ยวทางการ
 กีฬา ประชุมและสัมมนาทางกีฬาและการท่องเที่ยว หลักการและวิธีการ
 ของธุรกิจการกีฬาซึ่งเกี่ยวข้องถึงการเงิน การบัญชี การตลาด และการ
 บริหารงานบุคคล
 Rules and regulations to control tourism and
 business management; principles, methods, and techniques
 of sport-tour group; conference and seminar in sport and
 tourism; principles and methods of sport business related to
 budget, accounting, marketing, and personal administration

กลุ่มที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ (Health Promotion)
0505 106 การออกกำลังกายและการกีฬาสำหรับเด็กและเยาวชน 2(2-0-4)
เด็กและเยาวชน
Exercise and Sport for Children and Youth
 ประเด็น และ/หรือ ปัญหาของการออกกำลังกายและ
 เล่นกีฬาในเด็กและเยาวชน อิทธิพลเชิงกายวิภาค สรีรวิทยา จิตวิทยา
 และสังคมวิทยาของการออกกำลังกายและการแข่งขันกีฬาที่มีต่อเด็ก
 และเยาวชน
 Issues and /or problems of exercise and sport
 playing in children and youth; anatomical, physiological,
 psychological and sociological effects of exercise and sport
 competition on children and youth

0505 206 คุณภาพชีวิตและการสร้างเสริมสุขภาพ 2(2-0-4)
Quality of Life and Health Promotion
 หลักพื้นฐานในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและโปรแกรม
 การส่งเสริมสุขภาพ รูปแบบและแนวทางต่าง ๆ ของโปรแกรมคุณภาพ
 ชีวิตและส่งเสริมสุขภาพ ประโยชน์ส่วนบุคคลและระหว่างบุคคล การ
 พัฒนาโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับบุคคลวัยต่างๆ
 Basic principles for quality of life improvement
 and health promotion programs; models and various
 dimensions of quality of life and health promotion programs;
 benefits to individual and group interaction; development of
 health promotion programs for individuals of various ages

0505 212 การออกกำลังกายและการกีฬาสำหรับสตรี 2(2-0-4)**Exercise and Sport for Women**

ประเด็น และ/ หรือ ปัญหาของการออกกำลังกาย และการกีฬาในสตรี อิทธิพลเชิงกายวิภาค สรีรวิทยา จิตวิทยา และ สังคมวิทยาของการออกกำลังกาย การเล่นและการแข่งขันกีฬาของสตรี

Issues and/or problems of exercise and sport in females; anatomical, physiological, psychological and sociological effects of exercise, sport playing and competition of women

0505 213 การออกกำลังกายและการกีฬาสำหรับผู้สูงอายุ 2(2-0-4)**ผู้สูงอายุ****Exercise and Sport for Aging**

การตอบสนองด้านกายวิภาค สรีรวิทยา จิตวิทยาและ สังคมวิทยาที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย การออกกำลังกาย และการเล่นกีฬา การพัฒนาโปรแกรมการออกกำลังกายแบบ ของผู้นำกิจกรรม การส่งเสริมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาสำหรับผู้สูงอายุ

Anatomical, physiological, psychological and sociological responding that related to participation in physical activities, exercise, and sport; development of exercise programs; role of activities leaders ; promotion of exercise and sport playing for aging population

0505 232 พฤติกรรมสุขภาพ 2(2-0-4)**Health Behavior**

ทฤษฎี หลักการและองค์ประกอบของพฤติกรรมสุขภาพ การสร้างเสริมและประยุกต์ใช้ในงานทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา

Theory, principles and components of health behavior. Promoting and application in the field of sport science

0505 237 วิถีสุขภาพร่วมสมัย 2(2-0-4)**Contemporary Health Lifestyle**

ความหมาย ความสำคัญและองค์ประกอบของสุขภาพ ในสภาวะการณ์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสาร สังคม เศรษฐกิจ นโยบาย การศึกษา ปัญหาและอุปสรรค หรือปัจจัยอื่นๆ ที่ส่งผลต่อการมีวิถีสุขภาพที่ดีและยั่งยืน

Definition, importance and component in various period of time related to communication, social, economic, policy, education, problem and barrier and other factors that affect to healthy lifestyle and sustainable

0505 312 วิทยาศาสตร์การกีฬาในโรงเรียนและชุมชน 2(2-0-4)**Sport Science in School and Community**

การใช้วิทยาศาสตร์การกีฬาในการทดสอบและพัฒนาสมรรถภาพทางกาย การแข่งขัน การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน และการดูแลนักเรียนทั้งกิจกรรมในชั้นเรียนและกิจกรรมเสริม รวมทั้งกิจกรรมต่างๆ เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา เพื่อสุขภาพของชุมชน

Usage of sport science in testing and improving physical fitness, competition, designing learning activities and student caring in both classroom and supplement activities; including other activities to promote exercise and sport for community health

0505 319 การโฆษณาและการส่งเสริมกีฬาและ 2(2-0-4)**การออกกำลังกาย****Exercise and Sport Advertising and Promoting**

การวางแผนการโฆษณา การจัดการทางด้านโฆษณา การเผยแพร่แนวความคิดทางด้านการตลาดและการคิดวิธีการ สร้างสรรค์ผลงานที่นำไปใช้ในการตลาดกีฬาและการออกกำลังกาย

Strategic planning for advertising; publicity advertising management of marketing concepts and formulating creative works applied to the sport and exercise marketing industry

0505 348 การออกกำลังกายและกีฬาเพื่อพัฒนา 2(2-0-4)**คุณภาพชีวิต****Exercise and Sport for Quality of Life Development**

ทฤษฎีและหลักการของการออกกำลังกายและกีฬา เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต วิธีการและการนำกิจกรรมการออกกำลังกาย และกีฬาไปประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลกลุ่มต่างๆ

Theory and principles of exercise and sport for quality of life improvement. Method and exercise and sport activity application for quality of life development in various group of people

0505 349 โภชนบำบัดและการออกกำลังกาย 2(2-0-4)**Nutrition Therapy and Exercise**

สรรพคุณของผักและผลไม้สมุนไพรพื้นบ้าน ข้อห้าม ข้อควรระวัง การคัดเลือก การผลิต และการประยุกต์ใช้สมุนไพรเพื่อสุขภาพ

Property of local vegetables and fruits herb.
Contra-indication, precaution, selecting, producing, and application for health

0505 350 พืชสมุนไพรเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ 2(2-0-4)

Herbal Plant for Health Promotion

พืช ผัก และผลไม้สมุนไพรพื้นบ้านที่มีสรรพคุณในการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค และการฟื้นฟูสุขภาพ ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการผลิต การแปรรูป และการประยุกต์ใช้สมุนไพร

Local herbal plants, vegetables and fruits that are properties for health promotion, disease prevention and health rehabilitation; local wisdom in herbal production, modification and application

0505 351 การประเมินและการสร้างเสริมสุขภาพ 2(2-0-4)

Health Evaluation and Promotion

ทฤษฎี หลักการและแนวคิดของการประเมินและการสร้างเสริมสุขภาพสำหรับบุคคลทั่วไป บุคคลพิเศษ และผู้ป่วย รวมทั้งการประยุกต์ใช้เพื่อสร้างเสริมสุขภาพด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณในงานทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา

Theory principles and concepts of health evaluation and promotion for general people, special person and patients. Include application for physical, mental, social and spiritual health promoting in sport science

0505 354 การวิจัยด้านสุขภาพ 2(2-0-4)

Health Research

ความหมาย ความสำคัญ ความรู้พื้นฐาน หลักการวัด การประเมินผลและวิจัยด้านสุขภาพ ประเภทของการวิจัย เครื่องมือวิจัย และวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล การสรุปผล และการเสนอรายงานการวิจัย

Definition, importance, basic knowledge, principles of health measurement, evaluation, and research. Classification of research methodology, research instrument, and data collection method. Data analysis, conclusion, and presentation

0505 361 การออกกำลังกายเพื่อการป้องกันโรค 2(2-0-4)

Exercise for Disease Prevention

หลักการและแนวคิดของโรคและการออกกำลังกาย การกำหนดโปรแกรมการออกกำลังกายเพื่อสร้างเสริมการทำงานของระบบในร่างกาย การควบคุมน้ำหนักและลดความอ้วน ป้องกันและรักษาการศึกษาสถานศึกษา

Principles and concepts of disease and exercise.

Exercise prescription for promoting functional body system. Weight control and diet, prevention and treatment. Field trip requirement

0505 407 การท่องเที่ยวและธุรกิจการกีฬา 2(2-0-4)

Sport Tourism and Business

กฎและระเบียบในการควบคุมการจัดการท่องเที่ยวและธุรกิจ หลักการวิธีการ และเทคนิคการจัดกลุ่มท่องเที่ยวทางการกีฬา ประชุมและสัมมนาทางกีฬาและการท่องเที่ยว หลักการและวิธีการของธุรกิจการกีฬาซึ่งเกี่ยวข้องถึงการเงิน การบัญชี การตลาด และการบริหารงานบุคคล

Rules and regulations to control tourism and business management; principles, methods, and techniques of sport-tour group; conference and seminar in sport and tourism; principles and methods of sport business related to budget, accounting, marketing, and personal administration

0505 423 ศาสนาเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ 2(2-0-4)

Religion for Health Promotion

หลักการ แนวคิด และความเชื่อทางศาสนาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ การฝึกปฏิบัติตามคำสอนของศาสนา และการประยุกต์ใช้เพื่อสร้างเสริมสุขภาพมีการศึกษาสถานศึกษา

Principles, concepts, and believability of religion related to health, practicing along religion teaching, and applications to health promotion. Field trip requirements

0505 426 สัมมนาการสร้างเสริมสุขภาพ 2(2-0-4)

Health Promotion Seminar

วิธีการและการดำเนินการจัดสัมมนาระยะสั้นทางด้านการสร้างเสริมสุขภาพในสถานการณ์จริง ภายใต้การควบคุมดูแลของอาจารย์ที่ปรึกษา

Method and procedure of short course of health promotion seminar in real situation under advisor supervision

กลุ่มที่ 5 การฝึกกีฬามวยไทยและกีฬาพื้นบ้าน (Muay Thai and Traditional Sport training)

0505 102 องค์การและการจัดการ 2(2-0-4)

Organization and Management

หลักการและความรู้พื้นฐาน ทฤษฎี และการดำเนินงานเกี่ยวกับองค์การและการจัดการ

Principles and foundation, theories, and procedure related to organization and management

0505 103 ขบวนการโอลิมปิก 2(2-0-4)

Olympic Movement

ประวัติและปรัชญา วิวัฒนาการ ความสำคัญและกระบวนการโอลิมปิก การใช้กิจกรรมกีฬาในการเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล กลุ่มคนและหน่วยงานต่างๆทั้งในและต่างประเทศ คุณค่าและเป้าหมายที่แท้จริงของการกีฬา

History and philosophy, evolution, importance, and Olympic movement; using of sport activities for developing the relationship between individuals, groups of people, and organizations in the country and between the countries; real value and goals of sport

0505 233 เทคนิคการสอนมวยไทย 2(2-0-4)

MuayThai Teaching Technique

ทักษะและเทคนิคการสอนมวยไทยประกอบด้วยการตั้งท่าการใช้ส่วนของร่างกายเป็นอาวุธเช่น ศีรษะหมัดเท้าเข้าศอกในการรุกและตอบโต้เทคนิคการถ่ายทอดความรู้และทักษะมวยไทย

Muay Thai Skill and teaching techniques include starting position, using body part weapon such as head, fist, foot, knee, elbow in situation of attack, defense and response. Knowledge and skill transferring of Muay Thai

0505 234 เทคนิคการสอนกีฬาพื้นบ้าน 2(2-0-4)

Traditional Sport Teaching Technique

ความหมายและชนิดกีฬาพื้นบ้านทักษะท่าทางการเคลื่อนไหวและวิธีการเล่นการประยุกต์ใช้หลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬาเกี่ยวกับกีฬาพื้นบ้าน

Definition and different types of traditional sport. Movement skills and playing method. Application sport science principle with traditional sport

0505 319 การโฆษณาและการส่งเสริมกีฬาและ 2(2-0-4)

การออกกำลังกาย

Exercise and Sport Advertising and Promoting

การวางแผนการโฆษณา การจัดการทางด้านโฆษณา การเผยแพร่แนวความคิดทางด้านการตลาดและการคิดวิธีการสร้างสรรค์ผลงานที่นำไปใช้ในการตลาดกีฬาและการออกกำลังกาย

Strategic planning for advertising; publicity advertising management of marketing concepts and formulating creative works applied to the sport and exercise marketing industry

0505 320 ปัจจัยสิ่งอำนวยความสะดวกและ 2(2-0-4)

อุปกรณ์ทางการกีฬา

Facilities and Equipment in Sport

หลักการโครงสร้างและออกแบบสถานที่และอุปกรณ์ในการออกกำลังกายและการกีฬา ที่มีคุณภาพต่อการใช้งานตามมาตรฐานและหลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬา

Principles, structure and design of facilities and equipments in exercise and sport based on standard and principles of sport science

0505 352 ผู้นำกีฬาพื้นบ้าน 2(2-0-4)

Traditional Sport Leader

หลักการและเทคนิคของกีฬาพื้นบ้านและการเป็นผู้นำการวิเคราะห์การเคลื่อนไหวและคุณค่าของกีฬาพื้นบ้านการบูรณาการกีฬาพื้นบ้านและการฝึกซ้อมเพื่อพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพ

Principles and techniques of traditional sport and leadership. Movement analysis and value of traditional sport. Integration of traditional sport and practicing for health and fitness developing

0505 353 การฝึกมวยไทย 2(2-0-4)

Muay Thai Training

หลักการและเทคนิคของมวยไทยและการฝึก การเตรียมอุปกรณ์ หลักการทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับการฝึกมวยไทย การออกแบบโปรแกรมการฝึกเพื่อเพิ่มสมรรถภาพร่างกาย การฝึกเป็นกรรมการและเจ้าหน้าที่ในการแข่งขัน

Principles and techniques of Muay Thai and training. Equipment preparation. Principles of sport science for Muay Thai training. Training program designing for enhancing physical fitness. Training to be referees and competition staff

0505 355 ภาษาอังกฤษสำหรับมวยไทย 2(2-0-4)

English for MuayThai

ศัพท์เทคนิคของมวยไทยที่เกี่ยวกับกฎกติกา การฝึกซ้อมและการแข่งขัน การใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารทั้งในสถานการณ์การสอนและการตัดสิน

Technical term of MuayThai that related to rule, training, and competitions. English using for communicating in both teaching and officiating

0505 356 ศิลปะการป้องกันตัวแบบไทย 2(2-0-4)

Thai Martial Arts

หลักการและวิธีการของศิลปะการป้องกันตัว ได้แก่ ดาบไทย กระบี่กระบอง ง้าว พลอง มวย เป็นต้น การนำศิลปะการป้องกันตัวไปประยุกต์ใช้ในการออกกำลังกายและกีฬา

Principles and method of martial arts such as sword, krabikrabong, halberd, staff, muay, etc. Martial arts application in exercise and sport

0505 406 หลักการทางวิทยาศาสตร์ในการ 2(2-0-4)

ออกกำลังกายและการฝึกกีฬา

Scientific Principles in Exercise and Sport Training

หลักการทางวิทยาศาสตร์และวิธีการฝึกแบบต่างๆ เพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายและความสามารถทางการกีฬา การสร้างโปรแกรมและพัฒนาโปรแกรมการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายของแต่ละบุคคลและกิจกรรมกีฬา การเลือกใช้ เทคนิคและหลักการการฝึกต่าง ๆ เพื่อออกแบบโปรแกรมการออกกำลังกายและการฝึกกีฬา

Scientific principles and various training methods for improving physical fitness and sport performance; producing and developing exercise programs suitable for physical conditions of each person and sport activity; selection of training techniques and principles for setting an exercise and sport training programs

0505 407 การท่องเที่ยวและธุรกิจการกีฬา 2(2-0-4)

Sport Tourism and Business

กฎและระเบียบในการควบคุมการจัดการท่องเที่ยวและธุรกิจ หลักการวิธีการ และเทคนิคการจัดกลุ่มท่องเที่ยวทางการกีฬา ประชุมและสัมมนาทางกีฬาและการท่องเที่ยว หลักการและวิธีการของธุรกิจการกีฬาซึ่งเกี่ยวข้องถึงการเงิน การบัญชี การตลาด และการบริหารงานบุคคล

Rules and regulations to control tourism and business management; principles, methods, and techniques of sport-tour group; conference and seminar in sport and tourism; principles and methods of sport business related to budget, accounting, marketing, and personal administration

0505 424 เทคโนโลยีสารสนเทศสำหรับมวยไทย 2(2-0-4)

Information Technology for MuayThai

หลักการและวิธีการของเทคโนโลยีสารสนเทศเช่น การสืบค้นข้อมูลข่าวสาร สื่อเทคโนโลยีและนวัตกรรม ทั้งในและต่างประเทศ มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนากีฬามวยไทย

Principles and method of information technology such as data searching, information, media, technology and innovation in country and abroad. Application for Muay Thai development

2.2 กลุ่มทักษะกีฬา ไม่น้อยกว่า 15 หน่วยกิต

2.2.1 กลุ่มวิชากีฬาและกิจกรรมประกอบดนตรี

0505 107 แอโรบิกแดนซ์ 1(0-2-1)

Aerobic Dance

หลักและวิธีการออกกำลังกายแบบแอโรบิก ที่ใช้การประยุกต์การบริหารกายและทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้น ประกอบดนตรีในจังหวะและรูปแบบลีลาต่างๆ เทคนิคและหลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับผู้สอน การออกแบบโปรแกรมการฝึกสำหรับบุคคลวัยต่างๆ

Principles and methods of aerobic exercise applied to body conditionings and basic movement skills with music in various rhythms and styles; techniques, and principles of sport science for instructor; design of training programs for individuals of various ages

0505 108 นาฏศิลป์ไทย 1(0-2-1)

Thai Classical Dance

ฝึกทักษะเบื้องต้นและเทคนิคการรำแบบต่างๆ การประยุกต์นาฏศิลป์ไทยให้เป็นทางเลือกใหม่ของรูปแบบการออกกำลังกาย ส่งเสริมเจตคติที่ดีต่อศิลปะและวัฒนธรรมประจำชาติ

Practice in various basic skills and techniques of Thai dancing; application of Thai dancing to be a newly alternative exercise modes; promoting positive attitude toward national art and culture

0505 109 กิจกรรมเข้าจังหวะ 1(0-2-1)

Rhythmic Activities

การฝึกทักษะเบื้องต้นของการเคลื่อนไหวแบบต่างๆ ทักษะเบื้องต้นของจังหวะดนตรี การเคลื่อนไหวประกอบไปกับดนตรี การร้องเพลงประกอบการเล่น การเต้นรำ หรือการเดินพื้นเมืองที่ง่าย ๆ และเป็นที่ยอมรับ เทคนิคและหลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับผู้สอน การออกแบบโปรแกรมการฝึกสำหรับบุคคลวัยต่างๆ

Practice in various basic movement skills; basic skills of music rhythms, movement to music; singing to playing, dancing or simple and popular folk dancing; techniques, and principles of sport science for instructor; design of training programs for individuals of various ages

0505 110 โมเดิร์นแดนซ์ 1(0-2-1)

Modern Dance

หลักการและวิธีการออกกำลังกายในรูปแบบการเต้นรำแนวใหม่และเป็นที่ยอมรับผสมผสานกับทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นประกอบดนตรีในจังหวะที่มีความเร็วช้าและลีลาต่างกัน ให้เกิดความท้าทายและน่าสนใจในการออกกำลังกาย เทคนิคและหลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับผู้สอน การออกแบบโปรแกรมการฝึกสำหรับบุคคลวัยต่างๆ

Principles and methods of exercise by popular and new style of dancing that integrated basic movement skills to different music rhythms and styles in order to be challenging and interesting in exercise; techniques and principles of sport science for instructor; design of training programs for individuals of various ages

0505 111 แอโรบิกยิมนาสติกส์ 1(0-2-1)

Aerobic Gymnastics

หลักและวิธีการออกกำลังกายในรูปแบบของการเต้นแอโรบิกที่ต้องใช้สมรรถภาพทางกีฬาและทักษะการเคลื่อนไหวจากยิมนาสติกส์และการเต้นรำประกอบดนตรีในจังหวะที่มีความเร็วช้าและลีลาต่างกันให้เกิดความท้าทายและน่าสนใจในการออกกำลังกาย เทคนิคการสอนและฝึก กติกาและการแข่งขัน

Principles and methods of exercise in a form of aerobic dance that needed sport fitness and movement skills of gymnastics and dancing in different music rhythms and styles in order to be challenging and interesting in exercise; techniques of instruction and training; rules and competition

0505 112 ลีลาศ 1(0-2-1)

Ballroom Dance

การฝึกทักษะเบื้องต้น ความรู้ความเข้าใจในการเต้นแบบต่างๆ ระเบียบ วิธีการและมารยาทการเข้าสังคมและการเต้นรำ เทคนิคการสอนและฝึก กติกาและการแข่งขัน

Practice in basic skills ; knowledge of various dancing; regulations, methods, and social and dancing manner; techniques of instruction and training; rules and competition

0505 214 ไฟท์เตอร์ แอโรบิก 1(0-2-1)

Fighter Aerobic

หลักและวิธีการออกกำลังกายในรูปแบบของศิลปะการป้องกันตัวที่ผสมผสานกับทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นประกอบดนตรีในจังหวะที่มีความเร็วช้าและลีลาต่างกัน เทคนิคและหลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับผู้สอน การออกแบบโปรแกรมการฝึกสำหรับบุคคลวัยต่างๆ

Principles and methods of exercise in form of various martial art styles that integrated basic movement skills with different music rhythms and styles; techniques, and principles of sport science for instructor; design of training programs for individuals of various ages

0505 215 คิกบ็อกซิ่งแอโรบิก 1(0-2-1)

Kickboxing Aerobic

หลักและวิธีการออกกำลังกายประกอบดนตรีโดยการประยุกต์ทักษะการเคลื่อนไหวจากมวยไทย ที่ผสมผสานกับทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นประกอบดนตรีและจังหวะที่มีความเร็วช้าและลีลาต่างกัน เทคนิคและหลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับผู้สอน การออกแบบโปรแกรมการฝึกสำหรับบุคคลวัยต่างๆ การส่งเสริมเจตคติที่ดีต่อศิลปะและวัฒนธรรมประจำชาติ

Principles and methods of exercise with music by applying movement action of Thai boxing movement skills that integrated basic movement skills and different music rhythms and styles; techniques, and principles of sport science for instructor; design of training programs for individuals of various ages; promotion of positive attitude toward national art and culture

2.2.2 กลุ่มวิชากีฬาประเภทใช้อุปกรณ์ไม้ตี

0505 113 เทนนิส 1(0-2-1)

Tennis

ประวัติและประโยชน์ของเทนนิส ทักษะ เทคนิคและกลวิธีการเล่นประเภทเดี่ยวและคู่ การบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเตรียมและการรักษาอุปกรณ์หลักการและวิธีการสอนและฝึก กติกาและการแข่งขัน

History and benefits of tennis; skills, techniques and strategies of individual and team playing; body conditioning and physical fitness improvement; preparation and maintenance of equipments ; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 114 แบดมินตัน**1(0-2-1)****Badminton**

ประวัติและประโยชน์ของแบดมินตัน ทักษะเทคนิค และกลวิธีการเล่นประเภทเดี่ยวและคู่ การบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเตรียมและการรักษาอุปกรณ์หลักการและวิธีการสอนและฝึก กติกาและการแข่งขัน

History and benefits of badminton; skills, techniques and strategies of individual and team playing; body conditioning and physical fitness improvement; preparation and maintenance of equipments ; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 115 ซอฟท์เทนนิส**1(0-2-1)****Soft Tennis**

ประวัติและประโยชน์ของซอฟท์เทนนิส ทักษะ เทคนิค และกลวิธีการเล่นประเภทเดี่ยวและคู่ การบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเตรียมและการรักษาอุปกรณ์หลักการและวิธีการสอนและฝึก กติกาและการแข่งขัน

History and benefits of tennis; skills, techniques and strategies of individual and team playing; body conditioning and physical fitness improvement; preparation and maintenance of equipments ; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 116 เทเบิลเทนนิส**1(0-2-1)****Table Tennis**

ประวัติและประโยชน์ของเทเบิลเทนนิส ทักษะ เทคนิค และกลวิธีการเล่นประเภทเดี่ยวและคู่ การบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเตรียมและการรักษาอุปกรณ์หลักการและวิธีการสอนและฝึก กติกาและการแข่งขัน

History and benefits of table tennis; skills, techniques and strategies of individual and team playing; body conditioning and physical fitness improvement; preparation and maintenance of equipments ; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 216 กอล์ฟ**1(0-2-1)****Golf**

ประวัติและประโยชน์ของกอล์ฟทักษะ เทคนิคและ กลวิธีการเล่นการบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเตรียมและการรักษาอุปกรณ์หลักการและวิธีการสอนและฝึก กติกา และการแข่งขัน

History and benefits of golf; skills, techniques and strategies playing; body conditioning and physical fitness improvement; preparation and maintenance of equipments; principles and methods of instruction and training; rules and competition

2.2.3 กลุ่มวิชากีฬาประเภทใช้อุปกรณ์ลูกบอล**0505 117 ฟุตซอล****1(0-2-1)****Futsal**

ประวัติและประโยชน์ของฟุตซอลทักษะ เทคนิคและ กลวิธีการเล่น การบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเตรียมและการรักษาอุปกรณ์หลักการและวิธีการสอนและฝึก กติกาและการแข่งขัน

History and benefits of futsal; skills, techniques and strategies of playing; body conditioning and physical fitness improvement; preparation and maintenance of equipments ; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 118 ตะกร้อและเซปักตะกร้อ**1(0-2-1)****Takraw and Sepak Takraw**

ประวัติและประโยชน์ของตะกร้อและเซปักตะกร้อ ทักษะ เทคนิคและกลวิธีการเล่นการบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเตรียมและการรักษาอุปกรณ์หลักการและวิธีการสอนและ ฝึก กติกาและการแข่งขัน

History and benefits of takraw and sepaktakraw; skills, techniques and strategies of playing; body conditioning and physical fitness improvement; preparation and maintenance of equipments ; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 119 เบสบอล**1(0-2-1)****Baseball**

ประวัติและประโยชน์ของเบสบอลทักษะ เทคนิคและ กลวิธีการเล่น การบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเตรียมและการรักษาอุปกรณ์หลักการและวิธีการสอนและฝึก กติกาและการแข่งขัน

History and benefits of baseball; skills, techniques and strategies of playing; body conditioning and physical fitness improvement; preparation and maintenance of equipments ; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 120 ฮอกกี้**1(0-2-1)****Hockey**

ประวัติและประโยชน์ของฮอกกี้ทักษะ เทคนิคและ กลวิธีการเล่น การบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเตรียมและการรักษาอุปกรณ์หลักการเล่นและวิธีการสอนและฝึก กติกา และการแข่งขัน

History and benefits of hockey; skills, techniques and strategies of playing; body conditioning and physical fitness improvement; preparation and maintenance of equipments ; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 121 ซอฟท์บอล**1(0-2-1)****Softball**

ประวัติและประโยชน์ของซอฟท์บอลทักษะ เทคนิค และกลวิธีการเล่น การบริหารร่างกายและ การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเตรียมและการรักษาอุปกรณ์หลักการเล่นและวิธีการสอนและฝึก กติกาและการแข่งขัน

History and benefits of softball; skills, techniques and strategies of playing; body conditioning and physical fitness improvement; preparation and maintenance of equipments ; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 122 แฮนด์บอล**1(0-2-1)****Handball**

ประวัติและประโยชน์ของแฮนด์บอลทักษะ เทคนิคและ กลวิธีการเล่น การบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเตรียมและการรักษาอุปกรณ์หลักการเล่นและวิธีการสอนและฝึก กติกา และการแข่งขัน

History and benefits of handball; skills, techniques and strategies of playing; body conditioning and physical fitness improvement; preparation and maintenance of equipments ; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 217 แอโรฟิตบอล**1(0-2-1)****Aerofitball**

หลักการ ประโยชน์และวิธีการออกกำลังกายในรูปแบบของการบริหารกายกับการควบคุมลูกบอล ทักษะการทรงตัวกับลูกบอล การเลือก การเตรียมและดูแลรักษาอุปกรณ์ ความปลอดภัยในการออกกำลังกายกับลูกบอล

Principles, benefits, and methods of exercise

by using body movement styles with ball controlling; balance skills with ball; selection preparation, and maintenance of equipments; safety in exercise with ball

0505 321 บาสเกตบอล**1(0-2-1)****Basketball**

ประวัติและประโยชน์ของบาสเกตบอลทักษะ เทคนิค และกลวิธีการเล่น การบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเตรียมและการรักษาอุปกรณ์หลักการเล่นและวิธีการสอนและฝึก กติกาและการแข่งขัน

History and benefits of basketball; skills, techniques and strategies of playing; body conditioning and physical fitness improvement; preparation and maintenance of equipments ; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 322 รักบี้ฟุตบอล**1(0-2-1)****Rugby Football**

ประวัติและประโยชน์ของรักบี้ฟุตบอลทักษะ เทคนิค และกลวิธีการเล่น การบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเตรียมและการรักษาอุปกรณ์หลักการเล่นและวิธีการสอนและฝึก กติกาและการแข่งขัน

History and benefits of rugby football; skills, techniques and strategies of playing; body conditioning and physical fitness improvement; preparation and maintenance of equipments ; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 323 ฟุตบอล**1(0-2-1)****Football**

ประวัติและประโยชน์ของฟุตบอลทักษะ เทคนิคและ กลวิธีการเล่น การบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเตรียมและการรักษาอุปกรณ์หลักการเล่นและวิธีการสอนและฝึก กติกาและการแข่งขัน

History and benefits of football; skills, techniques and strategies of playing; body conditioning and physical fitness improvement; preparation and maintenance of equipments ; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 324 วอลเลย์บอล**1(0-2-1)****Volleyball**

ประวัติและประโยชน์ของวอลเลย์บอลทักษะ เทคนิค และกลวิธีการเล่น การบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเตรียมและการรักษาอุปกรณ์หลักการและวิธีการสอนและฝึก กติกาและการแข่งขัน

History and benefits of volleyball; skills, techniques and strategies of playing; body conditioning and physical fitness improvement; preparation and maintenance of equipments ; principles and methods of instruction and training; rules and competition

2.2.4 กลุ่มวิชากีฬาศิลปะป้องกันตัว**0505 218 มวยไทย****1(0-2-1)****MuayThai**

ประวัติความรู้และความเข้าใจ ฝึกทักษะเบื้องต้นและยุทธวิธีการต่อสู้ ปลุกฝังทัศนคติที่ดีต่อศิลปะประจำชาติใช้มวยไทยเป็นเครื่องมือในการออกกำลังกายและป้องกันตัว หลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

History, knowledge, and understanding; basic skills training and fighting strategies; development of positive attitude toward national art; using thai boxing as an exercise instrument and self-defending; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 219 กระบี่กระบอง**1(0-2-1)****KrabiKrabong**

ประวัติความรู้และความเข้าใจ ฝึกทักษะเบื้องต้นและยุทธวิธีการต่อสู้ ปลุกฝังทัศนคติที่ดีต่อศิลปะประจำชาติใช้กระบี่กระบองเป็นเครื่องมือในการออกกำลังกายและป้องกันตัว หลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

History, knowledge, and understanding; basic skills training and fighting strategies; development of positive attitude toward national art; using krabikrabong as an exercise instrument and self-defending; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 220 ยูโด**1(0-2-1)****Judo**

ประวัติความรู้และความเข้าใจ ฝึกทักษะเบื้องต้นและยุทธวิธีการต่อสู้ ใช้ยูโดเป็นเครื่องมือในการออกกำลังกายและป้องกันตัว หลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

History, knowledge, and understanding; basic skills training and fighting strategies; using judo as an exercise instrument and self-defending; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 221 เทควันโด**1(0-2-1)****Takwando**

ประวัติความรู้และความเข้าใจ ฝึกทักษะเบื้องต้นและยุทธวิธีการต่อสู้ ใช้เทควันโดเป็นเครื่องมือ ในการออกกำลังกายและป้องกันตัว หลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

History, knowledge, and understanding; basic skills training and fighting strategies; using takwando as an exercise instrument and self-defending; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 222 ดาบสากล**1(0-2-1)****Fencing**

ประวัติความรู้และความเข้าใจ ฝึกทักษะเบื้องต้นและยุทธวิธีการต่อสู้ ใช้ดาบสากลเป็นเครื่องมือ ในการออกกำลังกายและป้องกันตัว หลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

History, knowledge, and understanding; basic skills training and fighting strategies; using fencing as an exercise instrument and self-defending; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 223 ศิลปะป้องกันตัว**1(0-2-1)****Martial Art**

ประวัติความรู้และความเข้าใจ ฝึกทักษะเบื้องต้นและยุทธวิธีการต่อสู้ ใช้ศิลปะป้องกันตัว เป็นเครื่องมือในการออกกำลังกายและป้องกันตัว หลักการและวิธีการสอนและการฝึก

History, knowledge, and understanding; basic skills training and fighting strategies; using martial art as an exercise instrument and self-defending; principles and methods of instruction and training

505 325 มวยสากล**1(0-2-1)****Boxing**

ประวัติความรู้และความเข้าใจ ฝึกทักษะเบื้องต้นและยุทธวิธีการต่อสู้ ใช้มวยสากลเป็นเครื่องมือ ในการออกกำลังกายและป้องกันตัว หลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

History, knowledge, and understanding; basic skills training and fighting strategies; using boxing as an exercise instrument and self-defending; principles and methods of instruction and training; rules and competition

2.2.5 กลุ่มวิชากีฬาทางน้ำ

0505 224 เรือพาย

1(0-2-1)

Rowing

การฝึกทักษะเบื้องต้นความรู้และความเข้าใจในเทคนิคต่าง ๆ ของเรือพาย การเลือก การเตรียมและดูแลรักษาอุปกรณ์ ความปลอดภัยในการเล่นและการแข่งขันใช้เป็นเครื่องมือในการออกกำลังกาย หลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

Basic skill trainings; knowledge and understanding of various rowing techniques; selection, preparation and maintenance of equipment; safety in playing and competition; using rowing as an instrument for exercise; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 225 ว่ายน้ำ

1(0-2-1)

Swimming

การฝึกทักษะเบื้องต้นความรู้และความเข้าใจในเทคนิคต่าง ๆ ของว่ายน้ำ การเลือก การเตรียมและดูแลรักษาอุปกรณ์ ความปลอดภัยในการเล่นและการแข่งขันใช้เป็นเครื่องมือในการออกกำลังกาย หลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

Basic skill trainings; knowledge and understanding of various swimming techniques; selection, preparation and maintenance of equipment; safety in playing and competition; using swimming as an instrument for exercise; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 226 การออกกำลังกายในน้ำ

1(0-2-1)

Aquatic Exercise

การฝึกทักษะเบื้องต้นความรู้และความเข้าใจในเทคนิคต่าง ๆ ของการออกกำลังกายในน้ำ การเลือก การเตรียมและดูแลรักษาอุปกรณ์ ความปลอดภัยในการเล่น ใช้เป็นเครื่องมือในการออกกำลังกาย หลักการและวิธีการสอนและการฝึก

Basic skill trainings; knowledge and understanding of various aquatic exercise techniques; selection, preparation and maintenance of equipment; safety in playing; using aquatic exercise as an instrument for exercise; principles and methods of instruction and training

0505 227 ระเบิดน้ำ

1(0-2-1)

Synchronized Swimming

การฝึกทักษะเบื้องต้นความรู้และความเข้าใจในเทคนิคต่าง ๆ ของระเบิดน้ำ การเลือก การเตรียมและดูแลรักษาอุปกรณ์ ความปลอดภัยในการเล่นและการแข่งขันใช้เป็นเครื่องมือในการออกกำลังกาย หลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

Basic skill trainings; knowledge and understanding of various synchronized swimming techniques; selection, preparation and maintenance of equipment; safety in playing and competition; using synchronized swimming as an instrument for exercise; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 326 กระโดดน้ำ

1(0-2-1)

Diving

การฝึกทักษะเบื้องต้นความรู้และความเข้าใจในเทคนิคต่าง ๆ ของกระโดดน้ำ การเลือก การเตรียมและดูแลรักษาอุปกรณ์ ความปลอดภัยในการเล่นและการแข่งขันใช้เป็นเครื่องมือในการออกกำลังกาย หลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

Basic skill trainings; knowledge and understanding of various diving techniques; selection, preparation and maintenance of equipment; safety in playing and competition; using diving as an instrument for exercise; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 327 โปโลน้ำ

1(0-2-1)

Water Polo

การฝึกทักษะเบื้องต้นความรู้และความเข้าใจในเทคนิคต่าง ๆ ของโปโลน้ำ การเลือก การเตรียมและดูแลรักษาอุปกรณ์ ความปลอดภัยในการเล่นและการแข่งขันใช้เป็นเครื่องมือในการออกกำลังกาย หลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

Basic skill trainings; knowledge and understanding of various water polo playing techniques; selection, preparation and maintenance of equipment; safety in playing and competition; using water polo playing as an instrument for exercise; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 328 การช่วยชีวิตและความปลอดภัยทางน้ำ 1(0-2-1)

Life Saving and Water Safety

หลักการ ทักษะเบื้องต้นและเทคนิคของการช่วยชีวิตและความปลอดภัยทางน้ำ การปฐมพยาบาลและการป้องกันอุบัติเหตุ
Principles, basic skills, and techniques of life saving and water safety; first aid and prevention of accident

2.2.6 กลุ่มวิชาการฝึกกีฬา

0505 408 การฝึกกรีฑา 2(1-2-3)

Athletics Training

เงื่อนไขของรายวิชา : 0505 330 กรีฑา

Prerequisite : 0505 330 Athletic

หลักการและเทคนิคของการสอนและฝึกกรีฑา การเตรียมอุปกรณ์ หลักการทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับการฝึกเพื่อความชำนาญและประสบการณ์ ทั้งประเภทลู่วิ่งและประเภทลาน การออกแบบโปรแกรมการฝึกเพื่อเพิ่มสมรรถภาพร่างกาย การฝึกเป็นกรรมการและเจ้าหน้าที่ในการแข่งขัน

Principles and techniques of track and field training and instruction; equipment preparation; principles of sport science for training expertise and experiences in both track and field event; design of training programs for enhancing physical fitness; training to be referees and other staffs in competition

0505 409 การฝึกว่ายน้ำ 2(1-2-3)

Swimming Training

เงื่อนไขของรายวิชา : 0505 225 ว่ายน้ำ

Prerequisite : 0505 225 Swimming

หลักการและเทคนิคของการสอนและฝึกว่ายน้ำ การเตรียมอุปกรณ์ หลักการทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับการฝึกเพื่อความชำนาญและประสบการณ์ การออกแบบโปรแกรมการฝึกเพื่อเพิ่มสมรรถภาพร่างกาย การฝึกเป็นกรรมการและเจ้าหน้าที่ในการแข่งขัน

Principles and techniques of swimming training and instruction; equipment preparation; principles of sport science for training expertise and experiences; design of training programs for enhancing physical fitness; training to be referees and other staffs in competition

0505 410 การฝึกบาสเกตบอล 2(1-2-3)

Basketball Training

เงื่อนไขของรายวิชา : 0505 321 บาสเกตบอล

Prerequisite : 0505 321 Basketball

หลักการและเทคนิคของการสอนและฝึกบาสเกตบอล

การเตรียมอุปกรณ์ หลักการทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับการฝึกเพื่อความชำนาญและประสบการณ์ การออกแบบโปรแกรมการฝึกเพื่อเพิ่มสมรรถภาพร่างกาย การฝึกเป็นกรรมการและเจ้าหน้าที่ในการแข่งขัน

Principles and techniques of basketball training and instruction; equipment preparation; principles of sport science for training expertise and experiences; design of training programs for enhancing physical fitness; training to be referees and other staffs in competition

0505 411 การฝึกรักบี้ฟุตบอล 2(1-2-3)

Rugby Football Training

เงื่อนไขของรายวิชา : 0505 322 รักบี้ฟุตบอล

Prerequisite : 0505 322 Rugby Football

หลักการและเทคนิคของการสอนและฝึกรักบี้ฟุตบอล

การเตรียมอุปกรณ์ หลักการทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับการฝึกเพื่อความชำนาญและประสบการณ์ การออกแบบโปรแกรมการฝึกเพื่อเพิ่มสมรรถภาพร่างกาย การฝึกเป็นกรรมการและเจ้าหน้าที่ในการแข่งขัน

Principles and techniques of rugby football training and instruction; equipment preparation; principles of sport science for training expertise and experiences; design of training programs for enhancing physical fitness; training to be referees and other staffs in competition

0505 412 การฝึกฟุตบอล 2(1-2-3)

Football Training

เงื่อนไขของรายวิชา : 0505 323 ฟุตบอล

Prerequisite : 0505 323 Football

หลักการและเทคนิคของการสอนและฝึกฟุตบอล

การเตรียมอุปกรณ์ หลักการทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับการฝึกเพื่อความชำนาญและประสบการณ์ การออกแบบโปรแกรมการฝึกเพื่อเพิ่มสมรรถภาพร่างกาย การฝึกเป็นกรรมการและเจ้าหน้าที่ในการแข่งขัน

Principles and techniques of football training and instruction; equipment preparation; principles of sport science for training expertise and experiences; design of training programs for enhancing physical fitness; training to be referees and other staffs in competition

0505 413 การฝึกวอลเลย์บอล 2(1-2-3)**Volleyball Training**

เงื่อนไขของรายวิชา : 0505 324 วอลเลย์บอล

Prerequisite : 0505 324 Volleyball

หลักการและเทคนิคของการสอนและฝึกวอลเลย์บอล

การเตรียมอุปกรณ์ หลักการทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับการฝึกเพื่อความชำนาญและประสบการณ์ การออกแบบโปรแกรมการฝึกเพื่อเพิ่มสมรรถภาพร่างกาย การฝึกเป็นกรรมการและเจ้าหน้าที่ในการแข่งขัน

Principles and techniques of volleyball training and instruction; equipment preparation; principles of sport science for training expertise and experiences; design of training programs for enhancing physical fitness; training to be referees and other staffs in competition

0505 414 การฝึกยิมนาสติกส์ 2(1-2-3)**Gymnastics Training**

เงื่อนไขของรายวิชา : 0505 329 ยิมนาสติกส์

Prerequisite : 0505 329 Gymnastics

หลักการและเทคนิคของการสอนและฝึกยิมนาสติกส์

การเตรียมอุปกรณ์ หลักการทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับการฝึกเพื่อความชำนาญและประสบการณ์ การออกแบบโปรแกรมการฝึกเพื่อเพิ่มสมรรถภาพร่างกาย การฝึกเป็นกรรมการและเจ้าหน้าที่ในการแข่งขัน

Principles and techniques of gymnastics training and instruction; equipment preparation; principles of sport science for training expertise and experiences; design of training programs for enhancing physical fitness; training to be referees and other staffs in competition

0505 415 การฝึกเทนนิส 2(1-2-3)**Tennis Training**

เงื่อนไขของรายวิชา : 0505 113 เทนนิส

Prerequisite : 0505 113 Tennis

หลักการและเทคนิคของการสอนและฝึกเทนนิสการ

เตรียมอุปกรณ์ หลักการทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับการฝึกเพื่อความชำนาญและประสบการณ์ การออกแบบโปรแกรมการฝึกเพื่อเพิ่มสมรรถภาพร่างกาย การฝึกเป็นกรรมการและเจ้าหน้าที่ในการแข่งขัน

Principles and techniques of tennis training and instruction; equipment preparation; principles of sport science for training expertise and experiences; design of training programs for enhancing physical fitness; training to be referees and other staffs in competition

0505 416 การฝึกแบดมินตัน 2(1-2-3)**Badminton Training**

เงื่อนไขของรายวิชา : 0505 114 แบดมินตัน

Prerequisite : 0505 114 Badminton

หลักการและเทคนิคของการสอนและฝึกแบดมินตัน

การเตรียมอุปกรณ์ หลักการทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับการฝึกเพื่อความชำนาญและประสบการณ์ การออกแบบโปรแกรมการฝึกเพื่อเพิ่มสมรรถภาพร่างกาย การฝึกเป็นกรรมการและเจ้าหน้าที่ในการแข่งขัน

Principles and techniques of badminton training and instruction; equipment preparation; principles of sport science for training expertise and experiences; design of training programs for enhancing physical fitness; training to be referees and other staffs in competition

0505 417 การฝึกมวยสากล 2(1-2-3)**Boxing Training**

เงื่อนไขของรายวิชา : 0505 325 มวยสากล

Prerequisite : 0505 325 Boxing

หลักการและเทคนิคของการสอนและฝึกมวยสากล

การเตรียมอุปกรณ์ หลักการทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับการฝึกเพื่อความชำนาญและประสบการณ์ การออกแบบโปรแกรมการฝึกเพื่อเพิ่มสมรรถภาพร่างกาย การฝึกเป็นกรรมการและเจ้าหน้าที่ในการแข่งขัน

Principles and techniques of boxing training and instruction; equipment preparation; principles of sport science for training expertise and experiences; design of training programs for enhancing physical fitness; training to be referees and other staffs in competition

0505 418 การฝึกมวยไทย 2(1-2-3)**Muay Thai Training**

เงื่อนไขของรายวิชา : 0505 218 มวยไทย

Prerequisite : 0505 218 Muay Thai

หลักการและเทคนิคของการสอนและฝึกมวยไทย

การเตรียมอุปกรณ์ หลักการทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับการฝึกเพื่อความชำนาญและประสบการณ์ การออกแบบโปรแกรมการฝึกเพื่อเพิ่มสมรรถภาพร่างกาย การฝึกเป็นกรรมการและเจ้าหน้าที่ในการแข่งขัน

Principles and techniques of thai boxing training and instruction; equipment preparation; principles of sport science for training expertise and experiences; design of training programs for enhancing physical fitness; training to be referees and other staffs in competition

0505 419 การฝึกยูโด 2(1-2-3)

Judo Training

เงื่อนไขของรายวิชา : 0505 220 ยูโด

Prerequisite : 0505 220 Judo

หลักการและเทคนิคของการสอนและฝึกยูโด การเตรียมอุปกรณ์ หลักการทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับการฝึก เพื่อความชำนาญและประสบการณ์ การออกแบบโปรแกรมการฝึก เพื่อเพิ่มสมรรถภาพร่างกาย การฝึกเป็นกรรมการและเจ้าหน้าที่ในการแข่งขัน

Principles and techniques of judo training and instruction; equipment preparation; principles of sport science for training expertise and experiences; design of training programs for enhancing physical fitness; training to be referees and other staffs in competition

0505 420 การฝึกเทเบิลเทนนิส 2(1-2-3)

Table Tennis Training

เงื่อนไขของรายวิชา : 0505 116 เทเบิลเทนนิส

Prerequisite : 0505 116 Table Tennis

หลักการและเทคนิคของการสอนและฝึกเทเบิลเทนนิส การเตรียมอุปกรณ์ หลักการทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับการฝึก เพื่อความชำนาญและประสบการณ์ การออกแบบโปรแกรมการฝึก เพื่อเพิ่มสมรรถภาพร่างกาย การฝึกเป็นกรรมการและเจ้าหน้าที่ในการแข่งขัน

Principles and techniques of table tennis training and instruction; equipment preparation; principles of sport science for training expertise and experiences; design of training programs for enhancing physical fitness; training to be referees and other staffs in competition

2.2.7 กลุ่มวิชาอื่น ๆ

0505 123 การวิ่งเพื่อสุขภาพ 1(0-2-1)

Running for Health

หลักการและประโยชน์ของกิจกรรมการวิ่งเพื่อการออกกำลังกายและสุขภาพ การฝึกทักษะเบื้องต้น ความรู้และเทคนิคของการฝึก การเตรียมร่างกายและอุปกรณ์ การปลูกฝังทัศนคติที่ดีต่อการวิ่ง ใช้เป็นเครื่องมือสำหรับการออกกำลังกาย

Principles and benefits of running activities for exercising and health; basic skill training; knowledge and techniques of training; physical and equipment preparation; development of positive attitude toward running; using running as an instrument for exercise

0505 124 การกระโดดเชือกเพื่อสุขภาพ 1(0-2-1)

Rope Jumping for Health

หลักการและประโยชน์ของการกระโดดเชือกเพื่อการออกกำลังกายและสุขภาพ วิธีการ รูปแบบและเทคนิคของการฝึก การกระโดดแบบต่างๆ เพื่อเป็นการเสริมสร้างสุขภาพและสมรรถภาพทางกาย การเตรียมสภาพร่างกายและอุปกรณ์ การปลูกฝังทัศนคติที่ดีต่อการกระโดดเชือก ใช้เป็นเครื่องมือสำหรับการออกกำลังกาย

Principles and benefits of jumping rope for exercising and health; methods, styles, and techniques of various jumping rope for health and physical fitness improvement; physical and equipment preparation; development of positive attitude toward jumping rope; using as an instrument for exercise

0505 125 โยคะเพื่อสุขภาพ 1(0-2-1)

Yoga for Health

หลักการและประโยชน์ของโยคะเพื่อการออกกำลังกายและสุขภาพ วิธีการ รูปแบบและเทคนิคของการฝึกโยคะแบบต่างๆ เพื่อเป็นการเสริมสร้างสุขภาพและสมรรถภาพทางกาย การเตรียมสภาพร่างกายและอุปกรณ์ การปลูกฝังทัศนคติที่ดีต่อโยคะ ใช้เป็นเครื่องมือสำหรับการออกกำลังกาย

Principles and benefits of yoga for exercising and health; methods, styles, and techniques of various yoga for health and physical fitness improvement; preparation of physical and equipments; development of positive attitude toward yoga; using as an instrument for exercise

0505 126 เกมสเบ็ดเตล็ด 1(0-2-1)

Minor Games

หลักการและประโยชน์ของเกมเบ็ดเตล็ดเพื่อการออกกำลังกายและนันทนาการ วิธีการ รูปแบบและเทคนิคของการเป็นผู้นำ การออกแบบกิจกรรม การเตรียมสถานที่และอุปกรณ์ ใช้เป็นเครื่องมือสำหรับกิจกรรมนันทนาการ

Principles and benefits of minor games for exercising and recreation; methods, styles, and techniques of leaders; design of activities; preparation of facilities and equipments; using as an instrument for recreation activities

0505 127 เกมสพื้นบ้าน 1(0-2-1)

Traditional Playground Game

ประวัติ หลักการคุณค่าและวิธีการเล่นของการละเล่นพื้นเมืองตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน เทคนิค การเป็นผู้นำและการออกแบบกิจกรรม การเตรียมสถานที่และอุปกรณ์ ใช้เป็นเครื่องมือ

สำหรับกิจกรรมนันทนาการ ปลุคฝังเจตคติที่ดีต่อการละเล่นพื้นเมือง การสืบสานการละเล่นพื้นเมืองให้คงอยู่

History, principles, values, and methods of minor games playing from past to present; techniques of leaders and design of activities; preparation of facilities and equipments; using as an instrument for recreation activities; development of positive attitude toward traditional games; conservation of traditional games

0505 329 ยิมนาสติกส์ 1(0-2-1)

Gymnastics

การฝึกทักษะเบื้องต้นความรู้และความเข้าใจในเทคนิคต่าง ๆ ของยิมนาสติกส์การเลือก การเตรียมและดูแลรักษาอุปกรณ์ ความปลอดภัยในการเล่นและการแข่งขันใช้เป็นเครื่องมือในการออกกำลังกายหลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

Basic skill trainings; knowledge and understanding of various gymnastics techniques; selection, preparation and maintenance of equipment; safety in playing and competition; using gymnastics as an instrument for exercise; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 330 กรีฑา 1(0-2-1)

Athletics

การฝึกทักษะเบื้องต้นความรู้และความเข้าใจในเทคนิคต่าง ๆ ของกรีฑาการเลือก การเตรียมและดูแลรักษาอุปกรณ์ ความปลอดภัยในการเล่นและการแข่งขันใช้เป็นเครื่องมือในการออกกำลังกายหลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

Basic skill trainings; knowledge and understanding of various track and field techniques; selection, preparation and maintenance of equipment; safety in playing and competition; using track and field as an instrument for exercise; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 331 โบว์ลิ่ง 1(0-2-1)

Bowling

การฝึกทักษะเบื้องต้นความรู้และความเข้าใจในเทคนิคต่าง ๆ ของโบว์ลิ่งการเลือก การเตรียมและดูแลรักษาอุปกรณ์ ความปลอดภัยในการเล่นและการแข่งขันใช้เป็นเครื่องมือในการออกกำลังกายหลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

Basic skill trainings; knowledge and understanding of various bowling techniques; selection, preparation and maintenance of equipment; safety in playing and competition; using bowling as an instrument for exercise; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 332 จักรยาน 1(0-2-1)

Cycling

การฝึกทักษะเบื้องต้นความรู้และความเข้าใจในเทคนิคต่าง ๆ ของจักรยานการเลือก การเตรียมและดูแลรักษาอุปกรณ์ ความปลอดภัยในการเล่นและการแข่งขันใช้เป็นเครื่องมือในการออกกำลังกายหลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

Basic skill trainings; knowledge and understanding of various cycling techniques; selection, preparation and maintenance of equipment; safety in playing and competition; using cycling as an instrument for exercise; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 333 การออกกำลังกายและการควบคุมน้ำหนัก 1(0-2-1)

Exercise and Weight Control

สมรรถภาพร่างกาย ปัจจัยเสี่ยงทางด้านสุขภาพและสมรรถภาพทางกายการทำงานระบบต่าง ๆ ของร่างกายในแต่ละบุคคลตามอายุเพศและน้ำหนักตัว โภชนาการและการออกกำลังกาย การเลือกกิจกรรมออกกำลังกายเพื่อการควบคุมน้ำหนัก การสร้างโปรแกรมเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายและควบคุมน้ำหนัก

Physical fitness; risk factors of health and physical fitness; function of various body systems for individual by age, gender, and body weight; nutrition and exercise; selecting exercise activities for weight control; development of programs to improve physical fitness and control body weight

0505 335 ยกน้ำหนัก 1(0-2-1)

Weight Lifting

การฝึกทักษะเบื้องต้นความรู้และความเข้าใจในเทคนิคต่าง ๆ ของการยกน้ำหนักการเลือก การเตรียมและดูแลรักษาอุปกรณ์ ความปลอดภัยในการเล่นและการแข่งขันใช้เป็นเครื่องมือในการออกกำลังกายหลักการและวิธีการสอนและการฝึก กติกาและการแข่งขัน

Basic skill trainings; knowledge and understanding of various weight lifting techniques; selection, preparation and maintenance of equipment; safety in playing

and competition; using weight lifting as an instrument for exercise; principles and methods of instruction and training; rules and competition

0505 336 การเสริมสร้างสัดส่วนร่างกาย

1(0-2-1)

Body Sculpting

หลักวิธีการ และทักษะเบื้องต้นของการฝึกด้วยน้ำหนัก หรือการฝึกที่มีแรงต้าน การใช้อุปกรณ์และออกแบบโปรแกรมการเสริมสร้างกล้ามเนื้อและสัดส่วนของร่างกาย รวมทั้งการปลูกฝังความรู้ความเข้าใจ และทัศนคติที่ดีในการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

Principles and basic skills of weight training or resistance training; using equipment and training programs designed to build up muscle structure and body composition including establishing knowledge, understanding, good attitude; and applying to activities in daily life

3. หมวดวิชาเลือกเสรี

ไม่น้อยกว่า 6 หน่วยกิต

นิสิตสามารถเลือกเรียนรายวิชาใดๆ ที่สนใจ ที่เปิดสอนในมหาวิทยาลัยมหาสารคามจัดให้เป็นวิชาเลือกเสรีได้ และได้รับความเห็นชอบจากอาจารย์ที่ปรึกษา