



## คำอธิบายรายวิชาหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา (หลักสูตรใหม่ พ.ศ. 2555)

### หมวดวิชาพื้นฐาน

0505 101 สถิติและวิธีวิจัยขั้นสูงทางวิทยาศาสตร์ 3(3-0-6)

การออกกำลังกายและการกีฬา

**Advanced Statistics and Research**

**Methods in Exercise and Sport Science**

ทฤษฎีและการใช้วิธีการทางสถิติและวิจัยขั้นสูงภายใต้

การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสังเคราะห์โครงการศึกษาค้นคว้าอิสระ และการวิจัย การทบทวนวรรณกรรมที่เป็นผลงานตีพิมพ์เผยแพร่ระดับชาติและนานาชาติ การดำเนินงานอย่างเป็นระบบ มีโครงสร้างและรายละเอียดของจำนวนสถิติและวิธีวิจัยที่มีการใช้ในการศึกษาด้านการออกกำลังกายและการกีฬา รวมถึงเทคนิคในการทดสอบ ที่มีการใช้ในการศึกษาเชิงประวัติศาสตร์ สังคม เศรษฐกิจ นโยบาย วัฒนธรรม การทดลอง และความสามารถสูงสุดทางกายและจิตใจ ตลอดจนการออกแบบงานวิจัยที่มีหลายองค์ประกอบและการวิเคราะห์สถิติด้วยซอฟต์แวร์ต่างๆ ออกแบบโครงการวิจัยของตนเองและนำเสนอโครงการวิจัย ซึ่งอาจจะใช้เป็นวิทยานิพนธ์ต่อไปในอนาคต

Theories and Applications of professional statistics and research methods with in the critical thinking framework, synthesis of independent and research projects; a literature review of national and international published materials ; structured and detailed account of a range of statistics and research methods applicable to the academic study of exercise and sport including investigative techniques that are used to study the historical, socio-economic, political, cultural, experimental and peak physical and psychological performance as well as multi-factorial research designs and their statistical analyses using various software ; to design students' own project and to present a research proposal which may be used towards their future dissertation

0505 102 สัมมนาทางจิตสังคมวิทยาการ 1(1-0-2)

ออกกำลังกายและการกีฬา

**Seminar in Exercise and Sport Psycho-sociology**

การอภิปรายแนวคิดและประเด็นทางการวิจัยและการเสนอแนวคิดในการพัฒนาข้อบ่งชี้ ด้านจิตสังคมวิทยาการออกกำลังกายและการกีฬา แนวทางในการประยุกต์ใช้แนวคิดเพื่อพัฒนาสุขภาพแบบองค์รวมและความสามารถทางกีฬา ภายใต้บริบทของวิถีชุมชน

Discussion, concepts and issues of research and concept proposals in the development of exercise and sport

psycho-sociology scope; concepts application for developing the holistic health and sport performance in the context of community way of life

0505 103 สัมมนาทางสรีรวิทยาและโภชนาการ 1(1-0-2)

การออกกำลังกายและการกีฬา

**Seminar in Exercise and Sport Physiology and Nutrition**

การอภิปรายแนวคิดและประเด็นทางการวิจัยและการเสนอแนวคิดในการพัฒนาข้อบ่งชี้ ด้านสรีรวิทยาและโภชนาการการออกกำลังกายและการกีฬา แนวทางในการประยุกต์ใช้แนวคิดเพื่อพัฒนาสุขภาพแบบองค์รวม และความสามารถทางกีฬา ภายใต้บริบทของวิถีชุมชน

Discussion, concepts and issues of research and concept proposals in the development of exercise and sport physiology and nutrition scope; application of concepts for developing holistic health and sport performance in the context of community way of life

0505 104 สัมมนาทางเวชศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา 1(1-0-2)

**Seminar in Exercise and Sport Medicine**

การอภิปราย แนวคิดและประเด็นทางการวิจัยและการเสนอแนวคิดในการพัฒนาข้อบ่งชี้ด้านเวชศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา แนวทางในการประยุกต์ใช้แนวคิดเพื่อพัฒนาสุขภาพ แบบองค์รวมและความสามารถทางกีฬา ภายใต้บริบทของวิถีชุมชน

Discussion, concepts and issues of researches and concepts proposal in developing of exercise and sport medicine scope; application of concepts for developing holistic health and sport performance in the context of community way of life

0505 105 สัมมนาทางชีวกลศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา 1(1-0-2)

**Seminar in Exercise and Sport Biomechanics**

การอภิปราย แนวคิดและประเด็นทางการวิจัยและการเสนอแนวคิดในการพัฒนาข้อบ่งชี้ด้านชีวกลศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา แนวทางในการประยุกต์ใช้แนวคิดเพื่อพัฒนาสุขภาพ แบบองค์รวมและความสามารถทางกีฬา ภายใต้บริบทของวิถีชุมชน

Discussion, concepts and issues of researches and concepts proposal in developing of exercise and biomechanics scope; application of concepts for developing holistic health and

sport performance in the context of community way of life

**0505 106 สัมมนาทางการฝึกการออกกำลังกายและการกีฬา 1(1-0-2)**  
**Seminar in Exercise and Sport Training**

การอภิปราย แนวคิดและประเด็นทางการวิจัยและการเสนอแนวคิดในการพัฒนาขอบข่ายด้านการฝึกการออกกำลังกายและการกีฬา แนวทางในการประยุกต์ใช้แนวคิดเพื่อพัฒนาสุขภาพแบบองค์รวม และความสามารถทางกีฬา ภายใต้บริบทของวิถีชุมชน

Discussion, concepts and issues of research and concept proposals in the development of exercise and sport training scope; application of concepts for developing holistic health and sport performance in the context of community way of life

**0505 107 สัมมนาทางการจัดการกีฬาและกีฬาศึกษา 1(1-0-2)**  
**Seminar in Sport Management and Studies**

การอภิปราย แนวคิดและประเด็นทางการวิจัยและการเสนอแนวคิดในการพัฒนาขอบข่ายด้านการจัดการการออกกำลังกายและการกีฬา แนวทางในการประยุกต์ใช้แนวคิดเพื่อพัฒนาสุขภาพแบบองค์รวม และความสามารถทางกีฬา ภายใต้บริบทของวิถีชุมชน

Discussion, concepts and issues of research and concept proposals in the development of exercise and sport management scope; application of concepts for developing the holistic health and sport performance in the context of community way of life

**หมวดวิชาเฉพาะสาขา**

**กลุ่มวิชาเฉพาะบังคับ**

**0505 108 การวัดและประเมินสุขภาพ 3(3-0-6)**  
**และความสามารถทางกายขั้นสูง**

**Advanced Measurement and Evaluation of Health and Physical Performance**

หลักการและวิธีการในการวัดและประเมินสุขภาพ และความสามารถทางกาย การประยุกต์ แนวคิดทางด้านวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬาในการวัดและประเมินความสามารถทางกายสำหรับคนทั่วไป ผู้ป่วย และนักกีฬา การนำผลการวัดและประเมินผลไปใช้ได้อย่างเชี่ยวชาญ

Principles and methods in measurement and evaluation of health and physical performance; application of exercise and sport science concepts for physical performance measurement and evaluation for general population, patients, and athletes; the professional application of measurement and evaluation results

**0505 109 กระบวนทัศน์ทางวิทยาศาสตร์ 3(3-0-6)**  
**การออกกำลังกายและการกีฬา**

**Paradigm in Exercise and Sport Science**

มีทัศน์ ค่านิยม และผลลัพธ์ทางด้านวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา ที่นำมาประยุกต์ใช้เป็นเครื่องมือในการออกแบบการจัดการ และปรับเปลี่ยนแนวทางในการพัฒนา ทางด้านวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา ให้สอดคล้องกับบริบทของชุมชน ประเทศชาติและนานาชาติ

Concepts, values, and exercise and sport science achievement applied as an instrument for designing, managing, and directional adapting in the development of exercise and sport science relevant to the community, national, and international contexts

**กลุ่มวิชาเฉพาะเลือก**

**กลุ่มวิชาเฉพาะเลือกการออกกำลังกายและการส่งเสริมสุขภาพ (Exercise and Health Promotion)**

**0505 110 ทฤษฎีและเทคนิคในการออกกำลังกาย 3(3-0-6)**  
**และส่งเสริมสุขภาพ**

**Theories and Techniques in Exercise and Health Promotion**

การศึกษาเชิงลึกและโครงสร้างของทฤษฎี/เทคนิคของวิธีการต่างๆ ที่ใช้ในงานวิจัยและคลินิกทางการออกกำลังกายและส่งเสริมสุขภาพ เน้นการวางแผนและการจัดการ ระบาดวิทยาและประชากรศาสตร์ และวิถีการดำเนินชีวิตและความอยู่ดีมีสุข

In-depth study and theoretical/technical structures of procedures used in exercise and health promotion research and in a clinical setting ; with emphases on planning and management, epidemiology and population, and life styles and well being

**0505 111 สรีรวิทยาการออกกำลังกาย 3(3-0-6)**  
**และปฏิบัติการทางคลินิกขั้นสูง**

**Advanced Exercise Physiology and Clinic Practice**

การประยุกต์สรีรวิทยาในการตอบสนองต่อกิจกรรมทางกาย และการออกกำลังกาย การบูรณาการและปรับตัวของอวัยวะร่างกายทั้งระหว่างและหลังออกกำลังกาย เน้นปฏิบัติการทดสอบและการประเมินผล ข้อกำหนดในการออกกำลังกาย และปัจจัยต่างๆ ที่มีผล เช่น สิ่งแวดล้อม สภาพบุคคล หรือวิธีการออกกำลังกาย เป็นต้น

Application of physiology in responding to physical activity and exercise; integration and adaptation of body organs during and post exercise ; with emphases on practicing of test and evaluation, exercise recommendation, and influencing factors such as environments, personal state or mode of exercise



**0505 112 วัฒนธรรมและภูมิปัญญาพื้นบ้าน 3(3-0-6)**  
**เพื่อการออกกำลังกายและส่งเสริมสุขภาพ**  
**Cultural and Local Wisdom for Exercise and Health Promotion**

ความรู้ ความคิด ความเชื่อ และแนวปฏิบัติที่ตีมามในการออกกำลังกายและส่งเสริมสุขภาพของบุคคลและท้องถิ่นแต่ละแห่ง ทั้งเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตนหรือเป็นลักษณะสากล ความสัมพันธ์ของวัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่นกับการออกกำลังกายและสุขภาพ ผลกระทบทางสังคมและกระแสโลกาภิวัตน์กับการพัฒนางานทางด้านการออกกำลังกายและการส่งเสริมสุขภาพโดยบนพื้นฐาน ทางวัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่น

Knowledge, thought, beliefs, and good practice in exercise and health promotion for the individual and each local area in both self identity and international characteristics; relationships of culture and local wisdom with exercise and health; social and globalization impacts, and the development of exercise and health promotion task based on culture and local wisdom.

**0505 113 การออกกำลังกายและการส่งเสริมสุขภาพทางเลือก 3(3-0-6)**  
**Alternative Exercise and Health Promotion**

ผลย้อนกลับทางบวกระหว่างรูปแบบการออกกำลังกายและสิ่งแวดล้อม และสุขภาพส่วนบุคคลและความอยู่ดีมีสุข ธรรมชาติบำบัดด้วยการออกกำลังกายและสุขภาพทางเลือก หรือแหล่งพลังความสมดุลอื่น เช่น การเคลื่อนไหวร่างกาย แรงต้านและแรงพยุงของน้ำ การยืดและนวดกล้ามเนื้อ การฟังเพลง เล่นโยคะ การทำสมาธิ และการใช้สมุนไพร

Positive feedback between exercise mode and environment, and personal health and well-being; natural exercise therapy and alternative health or other balance power source such as body movement, water resistance and buoyancy force, muscle stretching and massage, music listening, doing yoga, meditation, and herbs usage

**0505 114 หลักการและกลยุทธ์การจัดการการออกกำลังกาย 3(3-0-6)**  
**และสร้างเสริมสุขภาพ**  
**Principle and Strategy for Exercise and Health Promotion Management**

การอธิบายข้อมูลทางด้านวิทยาศาสตร์ของการออกกำลังกายและสุขภาพส่วนบุคคล และสังคม และมุ่งเน้นประสิทธิผลของยุทธวิธีในการป้องกันและส่งเสริมพฤติกรรมออกกำลังกาย และส่งเสริมสุขภาพ องค์การและการบริหารงานทางการออกกำลังกายและสุขภาพแบบมืออาชีพ ปัจจุบันและแนวโน้มของปัญหาและสถิติการออกกำลังกายและการส่งเสริมสุขภาพ ที่เอื้อต่อการออกแบบและพัฒนาสำหรับยุทธวิธีที่มีศักยภาพในการจัดการส่งเสริมการออกกำลังกายและสุขภาพ

Explanation of scientific data on exercise and health of individual and society, and focuses on effectiveness of prevention and promotion strategies of exercise behavior and health promotion; Organization and administration of exercise and health services professions; Current and trends of exercise and health promotion problems and statistics facilitating design and development for potential strategy in exercise and health promotion management

**0505 215 การวางแผนการส่งเสริมการออกกำลังกาย 3(3-0-6)**  
**และสุขภาพขั้นสูง**  
**Advanced Exercise and Health Promotion Planning**

ความคิดรอบยอดและทฤษฎีของการวางแผน การออกแบบและการประเมินการส่งเสริมโปรแกรมการออกกำลังกายและส่งเสริมสุขภาพส่วนบุคคลและชุมชน ทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและประยุกต์ใช้เป็นยุทธวิธีในปรับเปลี่ยนพฤติกรรมออกกำลังกายและการให้สุศึกษา และแนวปฏิบัติสำหรับการส่งเสริมและควบคุมโรค หรือ แนวทางในการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมออกกำลังกายและสุขภาพของบุคคลและชุมชน

Concepts and theories of individual and community exercise and health-promotion program planning, design, and evaluation ; Behavioral changing theories and their applications to exercise behavior and health-education intervention strategies and practicing guidelines for promotion and control of disease or trends in solving individual and community exercise behavior and health problems

**0505 216 การประเมินสุขภาพและสมรรถภาพ 3(3-0-6)**  
**และการกำหนดขนาด การออกกำลังกายขั้นสูง**  
**Advanced Health and Fitness Assessment and Exercise Prescription**

หลักการประเมินสุขภาพและสมรรถภาพ การกำหนดขนาดและการยึดติดโปรแกรมการออกกำลังกาย ความสำคัญและความสัมพันธ์ของกิจกรรมทางกาย สุขภาพและโรคจากการขาดการเคลื่อนไหว การตรวจสุขภาพเบื้องต้นและการจำแนกปัจจัยเสี่ยง การประเมินและการออกแบบสมรรถภาพทางกาย ตลอดจนศึกษาค้นคว้าให้มีทักษะในการวิจัย

Principles of health and fitness assessment, prescription, and exercise program adherence; the significance and relationship of physical activity, health, and hypokinetic disease ; preliminary health screening and risk classification; assessing and designing physical fitness; also investigation for skill in research

**0505 217 หัวข้อคัดสรรทางการออกกำลังกาย และการส่งเสริมสุขภาพ 3(3-0-6)**

**Selected Topic in Exercise and Health Promotion**

การวิเคราะห์และอภิปราย วิทยาการร่วมสมัยและทิศทางการใหม่ทางการออกกำลังกายและการส่งเสริมสุขภาพ การประยุกต์ใช้ความคิดรวบยอดเพื่อพัฒนาสุขภาพแบบองค์รวม และประสิทธิผลของการออกกำลังกายภายใต้บริบทของวิถีชุมชน

Analysis and discussion of current and new directional discipline of exercise and health promotion; concepts application for developing holistic health and exercise efficiency under the context community way of life

**กลุ่มวิชาเฉพาะเลือกจิตวิทยาการออกกำลังกายและการกีฬาประยุกต์ (Applied Exercise and Psychology)**

**0505 118 ทฤษฎีและเทคนิคจิตวิทยาการออกกำลังกาย และการกีฬา 3(3-0-6)**

**Theories and Techniques**

**in Exercise and Sport Psychology**

การศึกษาเชิงลึกและโครงสร้างของทฤษฎี/เทคนิคของวิธีการต่างๆ ที่ใช้ในงานวิจัยและคลินิกทางจิตวิทยาการออกกำลังกายและการกีฬา เน้นการวางแผนและการจัดการ ระบาดวิทยาและประชากรศาสตร์ วิธีการดำเนินชีวิตและความอยู่ดีมีสุข และการพิชิตความเป็นเลิศในการกีฬา

In-depth study and theoretical/technical structures of procedures used in exercise and sport psychology research and in a clinical setting ; with emphases on planning and management, epidemiology and population, life styles and well being, and pursuit of excellent in sport

**0505 119 แนวคิดทางจิตสังคมสำหรับสุขภาพ ส่วนบุคคลและชุมชน 3(3-0-6)**

**Psycho-social Prospective for Personal and Community Health**

ทฤษฎีและหลักการทางจิตสังคมวิทยา การจำแนกและวิเคราะห์กิจกรรมต่างๆ ทางวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬาที่สอดคล้องตามแนวคิดทางจิตสังคมวิทยา การวิเคราะห์ใน 4 ประเด็นสำคัญ คือ การตีความ การกระตุ้น การทำงานประสานกันของประสาทและกล้ามเนื้อ และการดำรงชีวิต การประยุกต์องค์ความรู้ในการพัฒนาสุขภาพส่วนบุคคลและชุมชน รวมถึงการศึกษาค้นคว้าให้มีทักษะในการวิจัย

Psycho-sociological theories and principles; classifying and analyzing exercise and sport science activities according to psycho-sociological aspects ; the analysis will be made from four main points of view: interpretative, impulsive, neuromuscular, and living ; application of the body of knowledge for developing of personal and community health; also investigation for skills in research

**0505 120 การพัฒนาเครื่องมือทางจิตวิทยาการ ออกกำลังกายและการกีฬา 3(3-0-6)**

**Instrument Development**

**in Exercise and Sport Psychology**

นิยาม ทฤษฎี โครงสร้าง หลักการและเทคนิคในการสร้างเครื่องมือต่างๆ ทางจิตวิทยาการออกกำลังกายและการกีฬา การพิจารณาและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ การให้และความหมายของผลที่ได้จากเครื่องมือ ตลอดจนศึกษาค้นคว้าให้มีทักษะในการวิจัยขั้นสูง

Definitions, theories, structures, and techniques in the various instrument development of exercise and sport psychology; instrument quality consideration and testing; scoring and interpreting of results ; also investigation for skills in advanced research

**0505 121 การจูงใจและความแข็งแกร่งทางด้านจิตใจ ในการออกกำลังกาย และความสามารถทางกีฬา 3(3-0-6)**

**Motivation and Mental Toughness**

**in Exercise and Sport Performance**

ทฤษฎีและหลักการของการจูงใจและความแข็งแกร่งทางด้านจิตใจ ในการอธิบายกระบวนการสมบูรณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละบุคคลในการเริ่มต้น การเอาชนะ ยึดมั่นในกิจกรรมการออกกำลังกายและการกีฬา ปัจจัยสถานการณ์ที่ควรคำนึงและเป็นองค์ประกอบความสัมพันธ์ต่อผลลัพธ์ ประกอบด้วย การเพิ่มความมั่นใจ คัดบวก การแสดงในสิ่งที่เหมาะสม และการทนต่อสภาวะกดดัน การเผชิญกับ สิ่งทำลายรบกวนต่างๆ การอดทนต่อความเจ็บปวดและความไม่สะดวกสบาย การคงความยึดติดกับความคิดตน และการฟื้นคืนจากความผิดหวัง

Theories and principals of motivation and mental toughness in explaining a complex process individuals to begin, pursue, and persist in an activity in exercise and sport; Regardless and achieve relatively consistent performances of situational factors included to retain a confident, positive thinking, optimistic outlook, and endurance to pressure, to deal with distractions, and discomfort, to remain persistent with self thinking, and to have the resilience to bounce back from disappointments

**0505 222 ปฏิบัติการขั้นสูงทางจิตวิทยาการ ออกกำลังกายและการกีฬา 3(3-0-6)**

**Advanced Laboratory in Exercise and Sport Psychology**

การประยุกต์เทคนิคและงานวิจัยในการวัด การประเมิน และการฝึกในปัจจัยต่างๆ ทางจิต เน้นความเชี่ยวชาญในประสบการณ์ภาคสนาม การฝึกทักษะทางจิตวิทยา และธรรมชาติของสหปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมออกกำลังกายและการกีฬา



Techniques and research applications for measuring, evaluating, and training psychological parameters; with emphases on professional field experience, psychological skill training, and multifactorial nature related to exercise and sport behaviors

**0505 223 จิตวิทยาการออกกำลังกายและการกีฬาประยุกต์ขั้นสูง 3(3-0-6)**

**Advanced Applied Exercise and Sport Psychology**

การศึกษาเชิงลึกทางด้านจิตวิทยาการออกกำลังกายและการกีฬา ความเข้าใจและการประยุกต์ทฤษฎีและการวิจัยจากปัจจัยและบริบททางด้านจิตวิทยาในการเล่นกีฬาและพฤติกรรม การออกกำลังกาย การประยุกต์ความรู้ในสถานการณ์กีฬา การออกกำลังกาย และกิจกรรมทางกาย การทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยทางจิตวิทยาการออกกำลังกาย และการกีฬาได้อย่างมีวิจารณญาณ และศึกษาในหัวข้อต่างๆ ในหลากหลายมิติ

In-depth exploration of the field of exercise and sport psychology; understanding and applying theories and research from psychosocial and contextual factors in relation to sport and exercise behavior ; application of knowledge sports situations, exercise and physical activity settings ; critical review of contemporary literature and research in sport and exercise psychology and investigating course topics from multiple perspectives

**0505 224 หัวข้อคัดสรรทางจิตวิทยาการออกกำลังกายและการกีฬาประยุกต์ 3(3-0-6)**

**Selected Topics in Applied Exercise and Sport Psychology**

การวิเคราะห์และอภิปราย วิทยาการร่วมสมัยและทิศทางใหม่ทางจิตวิทยาการออกกำลังกายและการกีฬา การประยุกต์ใช้ความคิดรวบยอดเพื่อพัฒนาสุขภาพ ความสามารถทางกาย และความเป็นเลิศทางกีฬา

Analysis and discussion of current and new directional disciplines of exercise and sport psychology; concepts application for developing health, physical performance, and excellence in sport

**กลุ่มวิชาเฉพาะเลือกออกกำลังกายและการกีฬาศึกษา (Exercise and Sport Study)**

**0505 125 ทฤษฎีและเทคนิคการออกกำลังกายและการกีฬาศึกษา 3(3-0-6)**

**Theories and Techniques of Exercise and Sport Study**

การศึกษาเชิงลึกและโครงสร้างของทฤษฎี/เทคนิคของวิธีการต่างๆ ที่ใช้ในงานวิจัยและคลินิกทางกายออกกำลังกายและการกีฬา ศึกษาเน้นการวิเคราะห์ การวางแผน การเป็นผู้นำและการจัดการรูปแบบวิธีการออกกำลังกายและฝึกกีฬา ระบาดวิทยาและประชากรศาสตร์ วิธีการดำเนินชีวิตและความอยู่ดีมีสุข และการพิชิตความเป็นเลิศในการกีฬา

In-depth study and theoretical/technical structure of procedures used in exercise and sport psychology research and

clinical settings ; with emphases on planning and management, epidemiology and population, and life styles and well being, and pursuit of excellence in sport

**0505 126 สรีรวิทยาการออกกำลังกายสำหรับสุขภาพ 3(3-0-6)**

**สมรรถภาพทางกาย และความสามารถทางกีฬา Exercise Physiology for Health, Physical Fitness, and Sport Performance**

ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับผลของการออกกำลังกายที่มีต่อการเคลื่อนไหวและความสามารถของมนุษย์ ความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมทางกายและการทำงานของระบบหัวใจ-การหายใจ และประสิทธิภาพกล้ามเนื้อของร่างกาย วิธีการประเมินต่างๆ ทางด้านสรีรวิทยา การพิจารณาทฤษฎีและประยุกต์ทฤษฎีต่างๆ ในการอธิบายการเรียนรู้ทักษะ การพิจารณาวิธีการที่เหมาะสมที่สุดในการวิเคราะห์ทางสรีรวิทยาสำหรับบุคคลที่เล่นกีฬาและออกกำลังกายในกิจกรรมต่างๆ ทั้งเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกาย และความสามารถทางกีฬา

Theories and concepts associated with the effects of exercise on human movement and performance; the relationship between physical activity and the function of cardio-respiratory and neuromuscular systems of the body ; a number of common assessment methods in exercise physiology; Theoretical considerations and the practical application of those methods used to provide skill learning ; consideration of the most appropriate methods or the physiological analysis of participants in different types of sport or exercise activity for health, physical fitness and sport performance

**0505 127 แนวคิดทางปรัชญา สังคม เศรษฐกิจ การเมืองกับการออกกำลังกาย และการกีฬา 3(3-0-6)**

**Philosophical, Social, Economic, Political Concepts and Exercise and Sport**

ความเชื่อมโยงของแนวคิดปรัชญา สังคม เศรษฐกิจ และการเมืองกับการออกกำลังกายและการกีฬา การบูรณาการและการประยุกต์ใช้ในการพัฒนาหรือยกระดับมาตรฐานการออกกำลังกายและการกีฬา การเสนอวิธีการเพื่อพัฒนาการออกกำลังกายและการกีฬาโดยใช้ทฤษฎีทางปรัชญา สังคม เศรษฐกิจ และการเมือง ภายใต้บริบทของวิถีชุมชนและสากลนิยม

The relationship of concepts of philosophy, society, economics, and politics with exercise and sport; Integration and application in developing and elevating exercise and sport standardization ; Proposed methods for the development of exercise and sport by using philosophical, social, economic and political theories based on underlying community lifestyles' context and internationalism

**0505 128 การจัดการศูนย์ออกกำลังกายและกีฬาระดับนานาชาติ 3(3-0-6)****International Exercise and Sport Center Management**

การบริหารจัดการศูนย์กีฬาและศูนย์ออกกำลังกายนานาชาติแบบมืออาชีพทั้งใน ด้านการให้บริการสมาชิก การตลาด การเงิน การบริหารบุคคล และนโยบายธุรกิจร่วมสมัย โดยการประยุกต์วิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาศาสตร์สุขภาพ และเทคโนโลยีการกีฬาทันสมัย

Professional international sports and exercise center management In terms of member-services, marketing, finance, personnel management and contemporary business policy by applying sports science, health science and advanced sports technology

**0505 129 การเป็นผู้นำในองค์กรทางด้าน 3(3-0-6)****การออกกำลังกายและการฝึกกีฬา****Leadership in Exercise and Sport Training Organization**

การวิเคราะห์และพัฒนาบทบาทของผู้นำองค์กรท้องถิ่น สังคม นานาชาติ ทางด้าน วิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา พัฒนาไปสู่การเป็นผู้นำด้านการจัดการกีฬาและการบริการ ศูนย์ฝึกกีฬา การวิจัยทางด้านวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา และการฝึกกีฬาขั้นสูง

Analysis and development of the role of local social and international corporate leaders in exercise science and sport science; development into leading sports management and sport training center services, research in exercise and sports science, and advanced training

**0505 130 โปรแกรมการออกกำลังกายและการฝึกขั้นสูง 3(3-0-6)****Advanced Exercising and Training Programme**

การประยุกต์หลักการทางวิทยาศาสตร์ในการออกกำลังกายและฝึกซ้อมกีฬา เพื่อพัฒนาโปรแกรมการฝึกตลอดช่วง เน้นการเป็นส่วนบุคคลของผู้ที่ออกกำลังกายและนักกีฬาในแต่ละกิจกรรม หรือ กีฬาที่เล่น และอธิบายได้ถึงการควบคุมการจัดการสิ่งแวดล้อม การฝึก การปรับตัวของความสามารถที่เหมาะสม เทคนิคในการประเมินที่มีความเป็นวิทยาศาสตร์ การเพิ่มพูนและประยุกต์ใช้ในการออกกำลังกายและ กีฬาให้ได้อย่างลึกซึ้งควบคู่กับวิธีการฝึกแบบต่างๆ และยุทธวิธีในการเพิ่ม การยึดติดการออกกำลังกายและการฝึกกีฬาที่มีประสิทธิภาพ

The application of the scientific principles of exercise and athletic training for the development of a periodical training programme ; with emphases on the requirements of the individual exerciser and athlete along with those of the activity or sport engaged examining the manipulation control of the environment, training and appropriate ability adaptation; Scientific assessment techniques; their implementation and their practical application to exercise and sport together with different training methods, and strategies for improving exercise adherence and training effective

**0505 231 การประเมินสมรรถภาพทางกายและการกำหนด 3(3-0-6)****ขนาดการออกกำลังกาย และการฝึกกีฬาขั้นสูง****Advanced Physical Fitness Assessment and Exercise Prescription and Sport Training**

หลักการสมรรถภาพทางกาย การกำหนดขนาดและออกแบบ โปรแกรมการออกกำลังกาย และการฝึกกีฬาสำหรับคนทั่วไป ผู้ป่วยหรือมี ปัญหาเฉพาะและนักกีฬา การศึกษาค้นคว้าให้มีทักษะ ในการวิจัยทางด้านการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย และความสามารถสูงสุดทางกีฬา

Principles of physical fitness; exercise prescription and sport program designing for the general population, patients or special problem concerning, and athletes ; investigation skills in research in terms of physical fitness development and peak performance in sport

**0505 232 การวิเคราะห์กีฬาขั้นสูง 3(3-0-6)****Advanced Sport Analysis**

การวิเคราะห์เชิงปริมาณและคุณภาพในการเคลื่อนไหว ร่างกายของมนุษย์ โดยการเน้นประยุกต์ใช้หลักการขององค์ความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหว ชีวกลศาสตร์และการเรียนรู้กลไก การใช้และฝึกปฏิบัติการใช้เครื่องมือในการวิเคราะห์ทักษะกีฬารูปแบบต่างๆ เพื่อเพิ่มพูนประสบการณ์ทางการปฏิบัติ ตลอดจนศึกษาค้นคว้าให้ มีทักษะในการวิจัย

Qualitative and quantitative analysis of human movement using an interdisciplinary approach applying principles from major sub-disciplines of kinesiology, biomechanics and motor learning; Using and practicing various modes of sport analysis instrumentation for increasing practical experience ; also investigation for skills in research

**0505 233 หัวข้อคัดสรรทางการออกกำลังกายและกีฬาศึกษา 3(3-0-6)****Selected Topic in Exercise and Sport Studies**

การวิเคราะห์และอภิปราย วิทยาการร่วมสมัยและทิศทางการใหม่ทางการออกกำลังกายและกีฬาศึกษา การประยุกต์ใช้ความคิดรวบยอดเพื่อพัฒนาสุขภาพ ความสามารถทางกาย และความเป็นเลิศทางกีฬา

Analysis and discussion of current and new directional disciplines of exercise and sport psychology; concepts application for developing health, physical performance, and excellence in sport

**กลุ่มวิชาเฉพาะเลือกโภชนาการการออกกำลังกายและกีฬา****(Exercise and Sport Nutrition)****0505 134 ทฤษฎีและเทคนิคโภชนาการออกกำลังกาย 3(3-0-6)****และการกีฬา****Theories and Techniques of Exercise and Sport Nutrition**



การศึกษาเชิงลึกและโครงสร้างของทฤษฎี/เทคนิคของวิธีการต่างๆ ที่ใช้ในงานวิจัยและคลินิกโภชนาการการออกกำลังกายและการกีฬา เน้นการวิเคราะห์ การวางแผน และการจัดการปัจจัยต่างๆ ทางด้านโภชนาการและรูปแบบวิธีการออกกำลังกายและฝึกกีฬา ระบาดวิทยาและประชากรศาสตร์ วิธีการดำเนินชีวิตและความอยู่ดีมีสุข และการพิชิตความเป็นเลิศในการกีฬา

In-depth study and theoretical/technical structure of procedures used in exercise and sport nutrition research and in the clinical setting ; with emphases on planning and management, epidemiology and population, and life styles and well being, and pursuit of excellence in sport

**0505 135 แนวคิดสรีรวิทยาและโภชนาการขั้นสูง 3(3-0-6)**  
**สำหรับสุขภาพและความสามารถทางกาย**

**Advanced Physiological and Nutritional**

**Prospectives for Health and Physical Performance**

ผลการศึกษาด้านชีวเคมีและสรีรวิทยาของสารอาหารที่ใช้ ประกอบด้วยเนื้อหาสำคัญดังนี้ การขนส่งสารอาหารและหน้าที่ของสารอาหารในกระบวนการสันดาปพลังงาน กลไกการควบคุมภายในเซลล์ต่อการตอบสนองกระบวนการสันดาปพลังงานและการปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมของร่างกายมนุษย์ รูปแบบของการรับประทานอาหารที่เป็นสาเหตุของการเสียสมดุลของสารอาหารและผลที่มีต่อหน้าที่การทำงานของร่างกายสุขภาพและความสามารถทางกายของมนุษย์ และระเบียบวิธีและกระบวนการแนวคิดและงานวิจัยทางโภชนาการและสรีรวิทยา

The biochemical and physiological study of nutrient utilization which composed of importantly following topics: delivery of nutrients and the function of nutrients in energy metabolism, the cellular regulatory mechanisms by which the human body respond metabolically to changes in the nutritional environment, dietary patterns causing nutrient imbalances and the effect of these imbalances on body function, health, and physical performance of humans, and the methodological and conceptual processes, and research in nutrition and physiology

**0505 136 โภชนาการและอิทธิพลสิ่งแวดล้อมต่อสุขภาพ 3(3-0-6)**  
**และความสามารถทางกาย**

**Nutritional and Environmental Influences on Health and Physical Performance**

ทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับอาหารในบทบาทหน้าที่ที่พ้องเพียงกับความต้องการของร่างกาย เน้นการใช้พลังงาน แหล่งอาหาร การเลือกอาหารที่เหมาะสม ส่วนบุคคลและชุมชน และปัญหาารรุนแรง การบำบัดด้วยการรับประทานและการออกกำลังกายของนักกีฬา รายละเอียดและความรู้ความเข้าใจถึงโภชนาการและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อความสามารถทางกีฬาของนักกีฬา การสังเคราะห์องค์ความรู้และแนวคิดในการ

ประเมินการวิเคราะห์การรับประทานอาหาร การเลือกและการวิเคราะห์อย่างมีวิจารณญาณในการเลือกหัวข้อที่เหมาะสมและมีการนำเสนอบนพื้นฐานการวิจัยที่มีความเป็นปัจจุบันและรูปแบบทางวิชาการที่เหมาะสม

Theories and concepts about food as it functions to meet body needs, with emphases on utilization, food resources, selection of adequate diets for individual and community, and crisis health problems, diet therapy, athlete's performance; details and comprehensive understanding of how both nutrition and the environment can impact upon athletic performance; Synthesizing the knowledge and concepts in assessing a dietary analysis; Critically selecting and analyzing an appropriate topic of their choice and produce ; a presentation based on current research and an appropriate academic style

**0505 237 การประเมินโภชนาการขั้นสูง 3(3-0-6)**  
**และการจัดการน้ำหนักตัว**

**Advanced Nutrition Assessment and Weight Management**

ทฤษฎีและหลักการที่เกี่ยวข้องทางด้านโภชนาการและการควบคุมน้ำหนัก และทักษะในการประยุกต์ใช้ในการวัดและประเมินการมีน้ำหนักตัวและโภชนาการที่เหมาะสม เนื้อหาประกอบด้วยปฏิบัติการขั้นสูงทางด้านองค์ประกอบของร่างกาย ความเข้าใจผิดและความล้มเหลวในการรับประทานอาหาร การตรวจสอบการเพิ่มน้ำหนัก ปัจจัยพื้นฐานของการสะสมไขมัน และองค์ประกอบส่วนสำคัญในการควบคุมน้ำหนักที่ประสบผลสำเร็จ

Theories and principles relating to nutrition and weight control, and the skills to apply to measuring and evaluating optimal weight and nutrition status. Topics include, body composition advanced laboratory, dietary myths and fallacies, an investigation of weight gain, the fundamental factors of fat storage, and critical components for successful weight control

**0505 238 โภชนาการและการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ 3(3-0-6)**  
**Nutrition and Exercise for Elderly**

โภชนาการในผู้สูงอายุทั้งสารอาหารหลักและรอง ความสัมพันธ์ระหว่างอายุ การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจ โรค และปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อความต้องการทางด้านโภชนาการและการออกกำลังกายในผู้สูงอายุ กลยุทธ์และเครื่องมือในการดูแลทางด้านโภชนาการที่มีคุณภาพต่อผู้สูงอายุที่มีระดับสุขภาพและสภาวะการทำงานที่ต่างกัน ผลของปัจจัยสังคมส่วนบุคคล เศรษฐกิจ วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมที่มีต่อสภาวะโภชนาการและความต้องการในการบริการของผู้สูงอายุ การประเมินและการจัดการทางด้านโภชนาการในผู้สูงอายุ การวิจัยในอนาคต

Nutrition in older adults with micro/macro nutrients; The relationships between age, physiological and psychosocial

changes, diseases, and environmental factors affecting nutritional needs and exercise of older adults; Strategies and tools to provide a good quality of nutritional care to older adults at different levels of health and functional status; effects of sociodemographic, economic, cultural, and environmental factors on nutritional status and service needs of older adults; nutritional assessment and management for elderly; future directions in research

**0505 239 หัวข้อคัดสรรทางโภชนาการ 3(3-0-6)**  
**การออกกำลังกายและกีฬา**

**Selected Topics in Exercise and Sport Nutrition**

การวิเคราะห์และอภิปราย วิทยาการร่วมสมัยและทิศทางการโภชนาการ การออกกำลังกายและกีฬา การประยุกต์ใช้ความคิดรวบยอดเพื่อพัฒนาสุขภาพ ความสามารถทางกาย และความเป็นเลิศทางกีฬา

Analysis and discussion of current and new directional disciplines of exercise and sport psychology; concepts application for developing health, physical performance, and excellence in sport

**วิทยานิพนธ์**

**0505 940 วิทยานิพนธ์ 48 หน่วยกิต**  
**Thesis**

การวิจัยอิสระในการแก้ปัญหาหรือสร้างองค์ความรู้ใหม่ที่เกี่ยวข้องกับวิทยาศาสตร์ การออกกำลังกายและการกีฬา ภายใต้การแนะนำของคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ และนิสิตต้องเสนอความก้าวหน้าทุกภาคการศึกษาที่ลงทะเบียนวิทยานิพนธ์

Conducting an individual research project in resolving problems or in building a new body of knowledge in the field of exercise and sport science under the supervision of the thesis advisory committee. And the student has to present his/her research progress in each semester of his/her thesis enrollment

**0505 941 วิทยานิพนธ์ 72 หน่วยกิต**  
**Thesis**

การวิจัยอิสระในการแก้ปัญหาหรือสร้างองค์ความรู้ใหม่ที่เกี่ยวข้องกับวิทยาศาสตร์ การออกกำลังกายและการกีฬา ภายใต้การแนะนำของคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ และนิสิตต้องเสนอความก้าวหน้าทุกภาคการศึกษาที่ลงทะเบียนวิทยานิพนธ์

Conducting an individual research project in resolving problems or in building a new body of knowledge in the field of exercise and sport science under the supervision of the thesis advisory committee. And the student has to present his/her research progress in each semester of his/her thesis enrollment

**0505 942 วิทยานิพนธ์**

**36 หน่วยกิต**

**Thesis**

การวิจัยอิสระเพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่ในสาขาวิทยาศาสตร์ การออกกำลังกายและการกีฬา ภายใต้การแนะนำของคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ และต้องรายงานความก้าวหน้าการทำวิจัยต่อคณะกรรมการประเมินทุกภาคการศึกษา

Conducting an individual research project for generating a new body of knowledge in the field of exercise and sport science under the close supervision of the thesis advisory committee. And the student has to present the research progress to an examination committee in each semester

**0505 943 วิทยานิพนธ์**

**48 หน่วยกิต**

**Thesis**

การวิจัยอิสระเพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่ในสาขาวิทยาศาสตร์ การออกกำลังกายและการกีฬา ภายใต้การแนะนำของคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ และต้องรายงานความก้าวหน้าการทำวิจัย ต่อคณะกรรมการประเมินทุกภาคการศึกษา

Conducting an individual research project for generating a new body of knowledge in the field of exercise and sport science under the close supervision of the thesis advisory committee. And the student has to present the research progress to an examination committee in each semester