

## ประมวลการสอน(Course Syllabus)

ภาคปลาย ปีการศึกษา 2564

1. คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาพลศึกษา
2. รหัสวิชา 174231 หมู่เรียน 235 (วันจันทร์ 16.00-18.00น.) ชื่อวิชา นันทนาการเบื้องต้น  
จำนวน 2 หน่วยกิต (Introduction to Recreation)
3. เนื้อหารายวิชา

ประวัติ ปรัชญา ความหมาย ของนันทนาการและการใช้เวลาว่าง ประโยชน์ของนันทนาการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชน ระบบการนำส่งและการให้บริการนันทนาการและการใช้เวลาว่าง การเป็นผู้นำนันทนาการ สิ่งอำนวยความสะดวกทางนันทนาการ ความสัมพันธ์ระหว่างการศึกษาการใช้เวลาว่างกับการศึกษา และวิชาชีพอื่นๆ

History, Philosophy and definition of recreation and leisure. The advantage of recreation for people to develop the quality of life. Recreation and leisure delivery system and service area. Recreation leadership, recreation facility, relationship between leisure and education, and the other professional

### 4. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนรู้และเข้าใจ ประวัติ ปรัชญา และความหมาย ของนันทนาการและการใช้เวลาว่าง
2. เพื่อให้ผู้เรียนรู้และเข้าใจประโยชน์ของนันทนาการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนในสังคม
3. เพื่อให้ผู้เรียนรู้ระบบการนำส่ง สิ่งอำนวยความสะดวกทางนันทนาการ และการให้บริการนันทนาการและการใช้เวลาว่างที่มีอยู่ในสังคม
4. เพื่อให้ผู้เรียนรู้พัฒนาคุณลักษณะการเป็นผู้นำนันทนาการ การจัดกิจกรรม และการเตรียมความพร้อมในการจัดบริการนันทนาการ สามารถปฏิบัติงานได้อย่างหลากหลายในองค์การวิชาชีพนันทนาการ

### 5. หัวข้อรายวิชา (Course Outline)

1. คำจำกัดความและแนวคิดพื้นฐาน ของการศึกษาการใช้เวลาว่าง นันทนาการและการละเล่น
2. ประวัติของนันทนาการ และปรัชญาของการใช้เวลาว่าง ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับนันทนาการและการใช้เวลาว่าง
3. การใช้เวลาว่างและนันทนาการสำหรับบุคคลในสังคม ตามวงจรชีวิต(Life span) ความซับซ้อนของปรากฏการณ์ในสังคม และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้เวลาว่างและนันทนาการในเรื่อง เพศชาติพันธุ์ เผ่าพันธุ์ ศาสนา และชนชั้นทางเศรษฐกิจและสังคม
4. หน่วยงาน/องค์การ ที่เกี่ยวข้องกับนันทนาการและการใช้เวลาว่าง ได้แก่ หน่วยงานภาครัฐและเอกชน เช่นอุทยานแห่งชาติ นันทนาการในพื้นที่สาธารณะ หน่วยงานที่ไม่แสวงหาผลกำไร
5. รูปแบบนันทนาการประเภทต่างๆ ได้แก่ นันทนาการเชิงพาณิชย์และการท่องเที่ยว นันทนาการบำบัด นันทนาการเฉพาะกลุ่มประกอบด้วย นันทนาการในสถานศึกษา นันทนาการในหน่วยงานทหาร นันทนาการสำหรับลูกจ้าง นันทนาการเพื่อเสริมสร้างสุขภาพ นันทนาการเพื่อพัฒนาจิตใจ นันทนาการกลางแจ้งและผจญภัย นันทนาการศิลปะและวัฒนธรรม
6. หลักการจัดนันทนาการและการให้บริการการใช้เวลาว่าง การจัดรูปแบบนันทนาการและการออกแบบโปรแกรมนันทนาการ และการนำไปใช้ การจัดกีฬาเชิงนันทนาการ การส่งเสริม

สุขภาพ สุขภาวะและการมีชีวิตที่ยืนยาว

7. หลักการเป็นผู้นำนันทนาการสำหรับเด็กและเยาวชน ผู้สูงอายุ นันทนาการกลางแจ้งและการท่องเที่ยว
  8. สิ่งอำนวยความสะดวกทางนันทนาการ
  9. ความสัมพันธ์ระหว่างการศึกษาการใช้เวลาว่างกับการศึกษา และวิชาชีพอื่นๆ
6. **วิธีการสอน**  
 การบรรยาย การอภิปรายกลุ่ม การนำเสนอรายงานหน้าชั้นเรียน การฝึกปฏิบัติการจัดกิจกรรมนันทนาการ
7. **อุปกรณ์สื่อการสอน**
1. เอกสารประกอบการสอนวิชานันทนาการเบื้องต้น
  2. เครื่องฉาย LCD , เครื่องคอมพิวเตอร์
  3. Software : แผ่นซีดี Power point การจัดกิจกรรมนันทนาการในรูปแบบต่างๆ , แผ่นซีดีภาพกิจกรรมนันทนาการประเภทต่างๆ
8. **การวัดผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้**
- |                              |                     |
|------------------------------|---------------------|
| 1. การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน  | 10 %                |
| 2. การทำรายงานและการนำเสนอ   | 20 %                |
| 3. การสอบกลางภาค             | 20 %                |
| 4. การสอบปลายภาค             | 20 %                |
| 5. กิจกรรมฝึกการจัดนันทนาการ | 30 %                |
| <b>รวม</b>                   | <b><u>100 %</u></b> |
9. **การประเมินผลการเรียน**  
 ประเมินผลจากการมีส่วนร่วมในชั้นเรียน สังเกตความสนใจ การมีส่วนร่วมในการอภิปรายกลุ่ม ผลการสอบปลายภาค การเข้าร่วมกิจกรรมฝึกทักษะการจัดกิจกรรมนันทนาการ
10. **การให้โอกาสนอกเวลาแก่นิสิตและให้คำแนะนำในด้านการเรียน**  
 วันพุธ เวลา 13.00 – 16.30 น. ภาควิชาพลศึกษา อาคาร 3 ห้อง 3-106  
 โทรศัพท์: 02-9428672 (ต่อ 426), หรือ โทร 094-4988029 E-mail: nnp2506@hotmail.
11. **เอกสารอ่านประกอบ**
- Borsay, P. (2006). *A History of Leisure*. New York: Palgrave Macmillan.
- Bull, C., Hoose, J. and Weed, M. (2003). *Introduction to Leisure Studies*. New York: FT Prentice Hall.
- Cordes, K,A.,(2015) *Application in Recreation Leisure For Today and the Future*. Illinois: Sagamore.
- Edginton, C.R., Coles, R.L. and McClelland. (2003). *Leisure: Basic Concepts*. Virginia: American Association for Leisure & Recreation.

- Human Kinetics. (2006). *Introduction to Recreation and Leisure*. Illinois: Human Kinetics.
- Godbey, G. (2008). *Leisure in your life: New perspective*. Venture Publishing, State college Pennsylvania.
- Kelly, J.R., and Freysinger, V. (2006). *21<sup>st</sup> Century Leisure: Current Issues*. Boston: Allyn and Bacon.
- Kraus, R., (2001). *Recreation and Leisure in Modern Society*. Boston: Jones and Bartlett Publishers.
- Mclean, D.D, and Hurd, A.R., (2012). *Kraus' Recreation and Leisure in Modern Society*. 9<sup>th</sup> Illinois Jones and Bartlett Publishers Inc.
- Rojek, C., Shaw, S.M. and Veal, A.J. (2006). *A Handbook of Leisure Studies*. London: Palgrave MacMillan.
- Payne, L., Ainsworth, B., and Godbey, G., (2010). *Leisure, Health, and Wellness: Making the connections*. State college Pennsylvania, Venture Publishing.

## 12. ตารางกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเรียน วิชา (01174231) Introduction to Recreation

ครั้งที่	วัน/เดือน/ปี	เนื้อหา	กิจกรรม
1	29 พ.ย. 64	ปฐมนิเทศ แจ้งกำหนดการสอนและการประเมินผล ธรรมชาติและความเป็นวิชาชีพของการใช้เวลาว่าง	บรรยาย, อภิปราย (อ.ดร.พรจันทร์)
2	13 ธ.ค. 64	ประวัตินันทนาการ และใช้เวลาว่าง	บรรยาย, อภิปราย (ดร.พรจันทร์)
3	20 ธ.ค. 64	ปรัชญานันทนาการและใช้เวลาว่าง	บรรยาย, อภิปราย (ดร.พรจันทร์)
4	27 ธ.ค. 64	แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับนันทนาการ และใช้เวลาว่าง	บรรยาย, อภิปราย (ดร.พรจันทร์)
5	3 ม.ค. 65	การศึกษาใช้เวลาว่าง	บรรยาย, นำเสนองาน (ผศ.ดร.กัลพฤกษ์)
6	10 ม.ค. 65	นันทนาการและใช้เวลาว่างในแต่ละช่วงชีวิต	บรรยาย, อภิปราย (ผศ.ดร.กัลพฤกษ์)
7	17 ม.ค. 65	สอบกลางภาค	สอบข้อเขียน (อ.ดร.พรจันทร์, ผศ.ดร.กัลพฤกษ์)
8	24 ม.ค. 65	นันทนาการเชิงพาณิชย์และการท่องเที่ยว	บรรยาย, อภิปราย, ศึกษา ค้นคว้าและนำเสนองาน (ผศ.ดร.กัลพฤกษ์)
9	31 ม.ค. 65	นันทนาการบำบัด	บรรยาย, อภิปราย (ผศ.ดร.กัลพฤกษ์)
10	7 ก.พ. 65	การบริการนันทนาการในหน่วยงานต่างๆ (สถานศึกษา สโมสร, กองทัพ, ทัณฑสถาน, ลูกจ้าง, สถาบันทาง ศาสนา)	บรรยาย, ศึกษาค้นคว้า และนำเสนองาน (ผศ.ดร.กัลพฤกษ์)
11	14 ก.พ. 65	ผู้นำนันทนาการ	บรรยาย, ฝึกปฏิบัติ (ผศ.ดร.นพรัตน์)
12	21 ก.พ. 65	การจัดการกีฬาเชิงนันทนาการ	บรรยาย, ฝึกเขียนโครงการ (ผศ.ดร.นพรัตน์)
13	28 ก.พ. 65	นันทนาการกับสุขภาพ สมรรถภาพ สุขภาวะ และการมีชีวิตที่ยืนยาว	บรรยาย, ฝึกปฏิบัตินันทนาการเพื่อ พัฒนาสุขภาวะ (ผศ.ดร.นพรัตน์)
14	7 มี.ค. 65	นันทนาการกลางแจ้งและค่ายพักแรม	บรรยาย, อภิปราย (ผศ.ดร.นพรัตน์)
15	14 มี.ค. 65	การเรียนรู้วัฒนธรรมไทยและอาเซียน	บรรยาย, ศึกษาค้นคว้า และนำเสนองาน (ผศ.ดร.นพรัตน์)
16	21 มี.ค. 65	สอบปลายภาค	สอบข้อเขียน (ผศ.ดร.กัลพฤกษ์, ผศ.ดร.นพรัตน์)

หมายเหตุ ถ้าเหตุการณ์ปกติ นิสิตจะต้องมีการจัดแสดงวัฒนธรรมประเพณีไทยและอาเซียนในชั้นเรียน  
วันเวลาจะแจ้งให้ทราบภายหลัง

13. ผู้สอน 3 คน ได้แก่ 1) ผศ.ดร.นพรัตน์ ศุทธิถิกล 2) ผศ.ดร.กัลพฤกษ์ พลศรี  
3) อาจารย์ ดร.พรจันทร์ โลงนะศุภฤกษ์