



แบบเสนอหลักสูตรการศึกษา
ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านบึง
รายละเอียดหลักสูตร อาชีพกีฬาตะกร้อ ๘๐ ชั่วโมง
รับรองหลักสูตรโดยสำนักงานการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย
สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงศึกษาธิการ

๑. หลักการและเหตุผล

กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนมีภารกิจหลักในการแก้ไขบำบัด พื้นฟูเด็กและเยาวชนที่เข้าสู่กระบวนการยุติธรรมเพื่อให้เด็กและเยาวชนมีความเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นพร้อมกลับสู่สังคมได้อย่างปกติสุข โดยมีวิสัยทัศน์ “เป็นองค์กรที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีแก่เด็กและเยาวชนภายใต้กระบวนการยุติธรรม” และมีเป้าหมายลดการก่ออาชญากรรมจากเด็กและเยาวชน ที่เข้าสู่กระบวนการยุติธรรมได้รับการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงทางด้านความคิด ทักษะชีวิต จิตใจ พฤติกรรม ร่างกาย การศึกษาและอาชีพ สามารถกลับไปอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข ไม่กลับไปกระทำความผิดซ้ำอีก โดยปัจจุบันสังคมไทยกำลังประสบปัญหาวิกฤตจากสถานการณ์ปัญหายาเสพติดที่ได้เริ่มแพร่ระบาดและกำลังทวีความรุนแรงมากขึ้นอย่างน่าวิตก การทวนกลับมาระบาดของหนักของยาเสพติดในปัจจุบัน เป็นผลให้เยาวชนหลงผิดเข้าสู่วงจรของการซื้อขายและเสพยาเสพติดเพิ่มมากขึ้น ซึ่งเป็นอุปสรรคสำคัญในการพัฒนาประเทศ และเป็นการทำลายทรัพยากรบุคคลซึ่งเป็นอนาคตและเป็นพลังในการพัฒนาประเทศให้ด้วยคุณภาพ อันจะส่งผลกระทบต่อความมั่นคงของชาติ และเป็นภาระงบประมาณของประเทศในการบำบัดรักษาผู้ป่วยที่เกิดจากการเสพยาเสพติด อีกทั้งยังเป็นปัญหาที่สร้างความรู้สึกสะเทือนใจและเจ็บปวดให้กับพ่อแม่ผู้ปกครอง และปัญหาเสพติดได้นำมาซึ่งความรุนแรงในครอบครัวและอาชญากรรมต่างๆ ในสังคม ทำให้มีผลกระทบต่อสังคมโดยรวม ซึ่งรัฐบาลให้ความสำคัญเป็นอย่างยิ่งเนื่องจากเป็นรากฐานและเป็นทรัพยากรที่สำคัญในการพัฒนาประเทศ เฉพาะทั่วไปเด็กและเยาวชนที่มีอายุระหว่าง ๑๖-๑๗ ปี เป็นช่วงชีวิตที่มีปัจจัยเสี่ยงจำนวนมากที่แนวโน้มการกระทำผิดกฎหมายให้สูงขึ้นส่วนหนึ่งเป็นผลมาจากสมองที่ทำหน้าที่เกี่ยวข้องกับการคิดและวิเคราะห์ยังพัฒนาการทำงานได้ไม่เต็มที่การเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนและร่างกายที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์และการแสดงออก และปัจจัยนำไปสู่การกระทำความผิดกฎหมายได้

การฝึกทักษะกีฬาเป็นอีกกิจกรรมหนึ่งที่เหมาะสมกับช่วงวัยและความสนใจของเด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรม ซึ่งกระบวนการของการฝึกทักษะกีฬานั้นมีส่วนส่งเสริมให้ปัจจัยปกป้องต่างๆ ของเด็กและเยาวชนมีความเข้มแข็งขึ้นมีวินัยและความรับผิดชอบ ตลอดจนส่งเสริมการเรียนรู้และเปิดโอกาสให้ได้ฝึกฝนทักษะต่างๆ ที่ช่วยให้เด็กและเยาวชนสามารถเผชิญหน้ากับปัญหาอุปสรรคในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น เช่น ทักษะการควบคุมตนเอง ทักษะการวางแผนและการตัดสินใจ เป็นต้น อันจะนำไปสู่การลดแนวโน้มการกระทำผิดซ้ำ เมื่อเด็กและเยาวชนได้รับการปล่อยตัวจากศูนย์ฝึกและอบรม ในปี ๒๕๕๔ สถาบันแห่งชาติเพื่อ ป้องกันยาเสพติด ประเทศสหรัฐอเมริกา ได้รายงานผลการศึกษาวิจัยชื่อ “Monitoring the Future Survey” ซึ่งจะติดตามสถานการณ์การใช้ยาเสพติดของเยาวชนอย่างต่อเนื่อง พบว่ากิจกรรมการออกกำลังกาย เช่น การเล่นกีฬานั้นสามารถสร้างความเข้มแข็งต่อต้านแรงยั่วยุจากการอยากลองยาเสพติดได้ โดยมี

ข้อมูลสถิติแสดงว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ออกกำลังกายเป็นประจำหันไปใช้บุหรี่หรือกัญชาน้อยกว่ากลุ่มที่ชอบนั่งติดอยู่กับโต๊ะ และผลการวิจัย “เรื่องวิทยาศาสตร์การติดยาเสพติด” และก็ได้สำราญรู้เรื่องหนึ่งว่า การออกกำลังกาย รวมถึงการเล่นที่ออกแรง การผจญภัยในธรรมชาติ การเล่นกีฬาเป็นทีม การฝึกแบบทหาร หรือ การเต้นรำ ไม่เพียงแต่เป็นการกระตุ้นการใช้พลังงานหรือช่วยควบคุมน้ำหนักเท่านั้น ยังช่วยป้องกันการใช้ในทางที่ผิดหรือการติดยาเสพติดด้วยคนทั่วไปมักคิดว่าการออกกำลังกายเป็นสิ่งที่ดีต่อร่างกายซึ่งก็ถูกต้อง แต่ยังมีติดมากไปกว่านั้นอีกคือการออกกำลังกายดีต่อสมองด้วย ในขณะที่การออกกำลังกายสร้างความแข็งแรง กระฉับกระเฉงให้หัวใจ และปอด ระบบสมองก็เกิดการหลั่งสารเคมีให้ไหลเวียนไปยังศูนย์รับรู้ความสุขภายในสมองคนนั้นจะรู้สึกมีความสุขผ่อนคลาย นอกจากนี้เขาได้ทำการวิจัยทดลองในสัตว์ พบว่าการออกกำลังกายช่วยการสร้างหลอดเลือดในสมอง ทำให้เลือดไหลเวียนในเซลล์สมอง ช่วยเสริมการซ่อมเนื้อเยื่อในสมองและสร้างเซลล์ใหม่ในบริเวณส่วนความจำของสมองของคนเรา ยิ่งไปกว่านั้นการออกกำลังกายยังช่วยต้านทานภาวะความตึงเครียดได้ดีขึ้น โดยศึกษาจากผลของฮอร์โมนที่มีต่อระบบสมอง

ดังนั้นเพื่อบ่มเพาะให้เด็กและเยาวชนที่อยู่ในสถานที่ควบคุมของกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ได้รับการพัฒนาทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ทัศนคติ สติปัญญา เกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข โดยนำกีฬามาเป็นเครื่องมือในการบำบัด แก้อา และฟื้นฟู ให้กับเด็กและเยาวชนให้ห่างไกลจากยาเสพติดและเป็นการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ของชาติต่อไป

๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเป็นช่องทางและการตัดสินใจเลือกประกอบอาชีพที่เกี่ยวกับกีฬาตะกร้อ ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาตะกร้อ หลักการฝึกสมรรถภาพทางกายสำหรับกีฬาตะกร้อ วิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับกีฬาตะกร้อ พื้นฐาน การบังคับและควบคุมลูกตะกร้อด้วยการเตะ พื้นฐานการเล่นกีฬาตะกร้อ การเรียนเป็นผู้ตัดสินและผู้กำกับเส้นกีฬาตะกร้อ

๒. เพื่อส่งเสริมพัฒนาทักษะด้านกีฬาสำหรับเด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนตามศักยภาพรายบุคคล

๓. เพื่อส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนสามารถเล่นกีฬาเพื่อสร้างพื้นฐานค้นหาศักยภาพให้ตนเองการเตรียมตัวของนักกีฬาเพื่อแสดงออกถึงความสามารถในเชิงกีฬาที่ดี การแสดงออกที่ดีถูกต้องสุภาพ ไปสู่เป้าหมายร่วมกัน คือ “เส้นทางสู่ฝัน สรรค์สร้างแรงบันดาลใจ นักกีฬาไทยสู่สากล”

๔. เพื่อเป็นการสร้างสุขภาพอนามัยที่แข็งแรงและปลูกฝังความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย แก่เด็กและเยาวชน

๕. เพื่อส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนรักการเล่นกีฬา รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และห่างไกลยาเสพติด

๓. คุณลักษณะของเด็กและเยาวชนที่ได้รับการพัฒนา

เป็นเยาวชนที่อยู่ในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านบึงทุกคนที่สนใจอาชีพกีฬาตะกร้อ

๔.เป้าหมาย/สมรรถนะที่สำคัญ

- ๑.เด็กและเยาวชนสามารถการเรียนรู้หลักการ วิธีการปฏิบัติเพื่อประกอบอาชีพที่เกี่ยวกับการกีฬาตะกร้อ
- ๒.เด็กและเยาวชนสามารถพัฒนาทักษะด้านกีฬาสำหรับเด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนตามศักยภาพรายบุคคล
- ๓.เด็กและเยาวชนสามารถเล่นกีฬาเพื่อสร้างพื้นฐานค้นหาศักยภาพให้ตนเองการเตรียมตัวของนักกีฬาเพื่อแสดงออกถึงความสามารถในเชิงกีฬาที่ดี การแสดงออกที่ดีถูกต้องสุภาพ ไปสู่เป้าหมายร่วมกัน คือ “เส้นทางสู่ฝัน สรรค์สร้างแรงบันดาลใจ นักกีฬาไทยสู่สากล”
- ๔.มีสุขภาพอนามัยที่แข็งแรงและปลูกฝังความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย
- ๕.รักการเล่นกีฬา รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

กลุ่มเป้าหมาย

เด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านบึงทุกคนที่สนใจอาชีพกีฬาตะกร้อ

๖.เค้าโครงหลักสูตร

ที่	หัวเรื่อง	ตัวชี้วัด	เนื้อหา	จำนวนชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๑	ช่องทางและการตัดสินใจเลือกประกอบอาชีพกีฬาตะกร้อ	อธิบายช่องทางและการตัดสินใจเลือกประกอบอาชีพกีฬาตะกร้อ	๑. ช่องทางการเข้าสู่อาชีพกีฬาตะกร้อ ๒.ปรัชญา “คิดเป็น”	๒	-
๒	ประวัติความเป็นมาของกีฬาตะกร้อ	สามารถอธิบายประวัติความเป็นมาของกีฬาตะกร้อได้	๑.ประวัติความเป็นมาของกีฬาตะกร้อ ๒.ความหมายของกีฬาตะกร้อ ๓.ประโยชน์ในการเล่นกีฬาตะกร้อ ๔.วิวัฒนาการในการเล่นกีฬาตะกร้อ	๑	-
๓	หลักการฝึกสมรรถภาพทางกายสำหรับกีฬาตะกร้อ	สามารถอธิบายหลักการฝึกสมรรถภาพทางกายสำหรับกีฬาตะกร้อได้	๑.หลักการฝึกสมรรถภาพทางกายสำหรับกีฬาตะกร้อ ๒.วิธีการฝึกซ้อมสมรรถภาพทางกายสำหรับกีฬาตะกร้อ ๓.การฝึกความเร็ว ๔.การฝึกความแข็งแรง ๕.การฝึกความอ่อนตัว ๖.การฝึกความอดทน ๗.การฝึกความคล่องแคล่วว่องไว	๒	-

ที่	หัวข้อเรื่อง	ตัวชี้วัด	เนื้อหา	จำนวนชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๔	การบังคับและควบคุมลูกตะกร้อด้วยการเดาะ	สามารถบังคับและควบคุมลูกตะกร้อด้วยการเดาะรูปแบบต่างๆได้	การบังคับและควบคุมลูกตะกร้อด้วยการเดาะ ๑.การเดาะลูกตะกร้อภายในขอบเขตที่กำหนด ๒.การเดาะลูกตะกร้อเคลื่อนที่ไปข้างหน้า ๓.การเดาะลูกตะกร้อเคลื่อนที่ไปด้านหลัง ๔.การเดาะลูกตะกร้อข้ามศีรษะตัวเองแล้วกลับตัวไปรับลูก ๕.การสร้างความชำนาญในการบังคับและควบคุมลูกตะกร้อด้วยการเดาะ ๖.การเดาะลูกด้วยหน้าเท้า ๗.การเดาะลูกด้วยหลังเท้า ๘.การเดาะลูกด้วยเข่า ๙.การเดาะลูกด้วยศีรษะ	๒	๗
๕	พื้นฐานการเล่นกีฬาตะกร้อ	สามารถเล่นกีฬาตะกร้อได้	พื้นฐานการเล่นกีฬาตะกร้อ ๑.การฝึกตะกร้อเบื้องต้น ๒.การเสิร์ฟ ๓.การเปิดลูก ๔.การตั้งลูก ๕.การเล่นเกมรุก ๖.การประกอบทีม ๗.การเล่นทีม	๕	๓๕
๖	วิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับตะกร้อ	สามารถอธิบายและนำหลักวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้สำหรับการเล่นกีฬาตะกร้อได้	๑.การเตรียมร่างกายในการเล่นตะกร้อ ๒.วิทยาศาสตร์การกีฬาสำหรับกีฬาตะกร้อ ๓.จิตวิทยาการกีฬา	๒	๑
๗	การเรียนรู้เป็นผู้ตัดสินและผู้กำกับเส้นกีฬาตะกร้อ	รู้และเข้าใจสามารถอธิบายกฎกติกา มารยาท ศัพท์ทั่วไปกีฬาตะกร้อและสามารถนำไปใช้ได้อย่างถูกต้อง	๑.กฎกติกาการเล่นตะกร้อ ๑๙ ข้อ ๒.คำแนะนำกรรมการสนาม ๓.คำศัพท์ทั่วไปในการตัดสิน ๔.ระเบียบของกรรมการผู้ตัดสิน ๕.ระเบียบการแข่งขันทั่วไป	๓	๑๒

ที่	หัวข้อเรื่อง	ตัวชี้วัด	เนื้อหา	จำนวนชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
			๖.มาตรฐานการปฏิบัติหน้าที่ของ การเป็นกรรมการผู้ตัดสิน ๗.คุณสมบัติของการเป็นผู้ตัดสินที่ดี ๘.วินัยของกรรมการผู้ตัดสิน ๙.หลักปฏิบัติของกรรมการผู้ตัดสิน ๑๐.หลักคุณธรรม จรรยาบรรณ มารยาท หลักความสามารถ หลัก ความรับผิดชอบ ของผู้ตัดสิน ๑๑.การฝึกปฏิบัติการเป็นผู้ตัดสิน และผู้กำกับเส้น		
๘	การวิเคราะห์ วินิจฉัย ปัญหาที่เกิดขึ้นในการ แข่งขันกีฬาตะกร้อ	สามารถวิเคราะห์ วินิจฉัย แก้ไขปัญหเฉพาะหน้าที่ เกิดขึ้นในการแข่งขันกีฬา ตะกร้อได้	วิเคราะห์วินิจฉัยปัญหาจาก กรณีศึกษาและจากการปฏิบัติ	๕	-
๙	พัฒนาอาชีพกีฬา ตะกร้อให้มีความ มั่นคง	อธิบายวิธีการพัฒนาอาชีพ กีฬาตะกร้อให้มีความมั่นคง ได้	๑.การวางแผนอาชีพกีฬาตะกร้อ ๒.การรักษา และพัฒนามาตรฐาน อาชีพกีฬาตะกร้อ	๓	-
				๒๕	๕๕
รวม				๘๐	

วิธีการวัดและประเมินผล

ที่	แนวทางการประเมิน	เครื่องมือประเมิน	เกณฑ์การประเมิน
	ทดสอบความรู้ก่อนการฝึกอบรม	แบบทดสอบ/แบบสัมภาษณ์	๒๐
	ตรวจสอบการปฏิบัติงาน	แบบประเมินการปฏิบัติงาน	๔๐
	ตรวจสอบผลงาน	แบบประเมินผลงาน	๔๐
รวม			๑๐๐

ผู้รับผิดชอบหลักสูตร

ลงชื่อ.....

(นายอนุชา เพียวสูงเนิน)
นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพชำนาญการ

ผู้รับผิดชอบหลักสูตร

ลงชื่อ.....

(นายฤทธิรงค์ โวแสง)
นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพปฏิบัติการ

ผู้เสนอหลักสูตร

ลงชื่อ.....

(นายสมพัทธ์ สืบศรี)
ผู้ช่วยผู้อำนวยการศูนย์ฝึกฯบ้านบึง

ผู้เห็นชอบหลักสูตร

ลงชื่อ.....

(นายคมกฤษณ์ แสงจันทร์)
ผู้อำนวยการศูนย์ฝึกฯบ้านบึง