

Li Kun. (2023). Development of Physical Education Course Based on Self-Regulated Learning to Improve Students' Physical Literacy. Doctor of Philosophy (Curriculum and Instruction). Advisors: Asst. Prof. Dr.Nitikorn Onyon, Asst. Prof. Dr.Thapana Choichareon, Assoc. Prof. Dr.Orasa Charoontham

ABSTRACT

This research and development aimed to 1) study the background information relevant to developing a physical education course based on self-regulated learning, 2) develop a physical education course based on self-regulated learning to improve students' physical literacy, and 3) determine the effectiveness of implementing the physical education course based on self-regulated learning by comparing the physical literacy scores of students before and after learning through the physical education course based on self-regulated learning. The sample of this study was 40 freshmen students of Zhoukou Normal University, the People's Republic of China. They were derived from cluster random sampling method. The experimental design was one-group pretest-posttest design. The research instruments were 1) a physical literacy test with .81 of reliability, the item difficulty ranged from .28-.78, and the item discrimination ranged from .36-.73 and 2) a physical literacy self-evaluation form, which assesses students' physical ability, physical behavior, and physical experience, with the item discrimination ranged from .21-.77, .21-.95, and .34-.89, respectively and reliability of .81. The statistics used for data analysis were mean, standard deviation, and t-test for dependent samples.

The results revealed that 1) the traditional physical education course focused mainly on teachers' instruction and students' passive acceptance, which did not form students' active learning consciousness and lifelong sports consciousness. 2) The physical education course based on self-regulated learning consisted of the principle, objectives, content, teaching steps, instructional material, and learning assessment. The teaching steps comprised of (1) teacher's organizing learning activities and giving guidance, (2) students' self-setting for their practice goals, (3) students' self-choosing for their practice methods, (4) students self-monitoring for their exercise process, (5) students' self-feedback giving for their practice results, and (6) students' summarizing learning results. 3) After learning in the physical education course based on self-regulated learning, posttest scores of students' physical literacy were greater than pretest scores at .05 level of statistical significance.

The innovation gained from this research is the course components which consist of six aspects: principle, objective, content, teaching steps, instructional material, and learning assessment. Moreover, the 6 teaching steps developed based on self-regulated learning can greatly improve students' physical literacy, particularly the physical experience which enhances students' positive experience toward exercising and leads to independent physical behavior.

Keywords: Physical Education Course, Self-Regulated Learning, Physical Literacy

Li Kun. (2566). การพัฒนารายวิชาพลศึกษาตามแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการกำกับตนเองเพื่อส่งเสริมความฉลาดรู้ทางกายของนักศึกษา. ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต (หลักสูตรและการสอน). อาจารย์ที่ปรึกษา : ผศ.ดร.นิติกร อ่อนโยน ผศ.ดร.ฐาปนา จ้อยเจริญ รศ.ดร.อรสา จรุงธรรม

บทคัดย่อ

การวิจัยและพัฒนานี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาข้อมูลภูมิหลังเกี่ยวกับรายวิชาพลศึกษาตามแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการกำกับตนเองของผู้เรียน 2) พัฒนารายวิชาพลศึกษาตามแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการกำกับตนเองเพื่อส่งเสริมความฉลาดรู้ทางกายของนักศึกษา 3) เปรียบเทียบความฉลาดรู้ทางกายของนักเรียนก่อนและหลังการได้รับการจัดการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษาตามแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการกำกับตนเอง กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยประกอบด้วย นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ของ Zhoukou Normal University สาธารณรัฐประชาชนจีน จำนวน 40 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม วิธีการดำเนินการวิจัยใช้แบบแผนการวิจัยแบบกลุ่มเดียวมีการทดสอบก่อนและหลังเรียน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) แบบทดสอบด้านความรู้เกี่ยวกับความฉลาดรู้ทางกายซึ่งมีค่าความเชื่อมั่น .81 ค่าระดับความยากของแบบวัด ระหว่าง .28-.78 ค่าอำนาจจำแนก ระหว่าง .36-.73 และ 2) แบบประเมินตนเองเกี่ยวกับความฉลาดรู้ทางกาย ซึ่งประกอบด้วย ด้านความสามารถทางกาย ด้านพฤติกรรมทางกาย และด้านประสบการณ์ทางกาย ซึ่งมีค่าอำนาจจำแนกในแต่ละด้านอยู่ระหว่าง .21-.77, .21-.95 และ .34-.89 ตามลำดับ ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .81 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่สำหรับทดสอบกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน

ผลการวิจัยพบว่า 1) รายวิชาพลศึกษาแบบดั้งเดิมนั้นเป็นการเรียนการสอนเน้นครูเป็นหลัก และนักศึกษาเป็นผู้รับความรู้โดยไม่สร้างความตระหนักรู้ตลอดชีวิตเกี่ยวกับการเรียนรู้เชิงรุกและการออกกำลังกาย 2) รายวิชาพลศึกษาตามแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการกำกับตนเอง มีองค์ประกอบ ได้แก่ หลักการ วัตถุประสงค์ เนื้อหาสาระ ขั้นตอนการเรียนการสอน สื่อการจัดการเรียนรู้ และการประเมินผลการเรียนรู้ โดยขั้นตอนการเรียนการสอนรายวิชาพลศึกษาตามแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการกำกับตนเอง ประกอบด้วย (1) ขั้นเตรียมกิจกรรมการเรียนรู้และคำชี้แนะของผู้สอน (2) ขั้นการตั้งเป้าหมายของการฝึกปฏิบัติด้วยตนเองของนักศึกษา (3) ขั้นการเลือกวิธีการฝึกปฏิบัติด้วยตนเองของนักศึกษา (4) ขั้นการกำกับติดตามตนเองในการออกกำลังกายของนักศึกษา (5) ขั้นการให้ข้อมูลสะท้อนกลับเกี่ยวกับการปฏิบัติด้วยตนเองของนักศึกษา (6) ขั้นการสรุปผลที่ได้จากการเรียนรู้ด้วยตนเองของนักศึกษา และ 3) ภายหลังจากได้รับการจัดการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษาตามแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการกำกับตนเอง นักศึกษามีคะแนนความฉลาดรู้ทางกายสูงกว่าก่อนได้รับการจัดการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษาตามแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการกำกับตนเองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

นวัตกรรมที่ได้จากการวิจัยในครั้งนี้ คือ หลักสูตรรายวิชาซึ่งมี 6 องค์ประกอบ ได้แก่ หลักการวัตถุประสงค์ เนื้อหาสาระ ขั้นตอนการเรียนการสอน สื่อการจัดการเรียนรู้ และการประเมินผลการเรียนรู้ นอกจากนี้กระบวนการเรียนการสอนตามแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการกำกับตนเองทั้ง 6 ขั้น ที่พัฒนาขึ้นช่วยพัฒนาความฉลาดรู้ทางกายให้นักศึกษาได้เป็นอย่างดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านประสบการณ์ทางกายซึ่งช่วยให้นักศึกษาเกิดประสบการณ์เชิงบวกต่อการออกกำลังกาย และนำไปสู่การเกิดพฤติกรรมในการออกกำลังกายได้ด้วยตนเองอย่างอิสระในที่สุด

คำสำคัญ : รายวิชาพลศึกษา การเรียนรู้ด้วยการกำกับตนเอง ความฉลาดรู้ทางกาย