

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กรอบนโยบายเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร พ.ศ.255 4-2563 ของประเทศไทยมีวิสัยทัศน์ว่า ไอซีที เป็นพลังขับเคลื่อนสำหรับการนำพาคนไทยสู่ความรู้และปัญญา เศรษฐกิจไทย สู่การเติบโตอย่างยั่งยืน สังคมไทยสู่ความเสมอภาค ซึ่งหมายถึง ประเทศไทยในปี พ.ศ. 2563 จะมีการพัฒนาอย่างฉลาด การดำเนินกิจกรรมทางเศรษฐกิจและสังคมอยู่บนพื้นฐานความรู้และปัญญาโดยให้โอกาสแก่ประชาชนทุกคนมีส่วนร่วมในกระบวนการพัฒนาอย่างเสมอภาคนำไปสู่การเติบโตอย่างยั่งยืน (กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร(2550:10)

สายฝน เป้าพะเนา (2556) กล่าวว่า ในปัจจุบันเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารได้เข้ามา มีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาขีดความสามารถของประเทศและในสังคมโลกปัจจุบัน เป็นกลไกสำคัญในการเปลี่ยนแปลงวิถีการดำรงชีวิตของประชาชน ส่งผลต่อการพัฒนาในทุก ๆ ด้านไม่ว่าจะเป็น เศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อมและการศึกษา สถานศึกษาไม่สามารถหลีกเลี่ยงการนำเทคโนโลยีมาใช้ในการเรียนการสอน แต่ยังคงตระหนักว่าจะนำมาใช้อย่างไรจึงจะส่งเสริมการเรียนรู้ของผู้เรียนรวมทั้งผลักดันให้ก้าวไปสู่สังคม สารสนเทศและสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต นำไปสู่การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้มีคุณภาพตามความต้องการของประเทศ เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารจะยิ่งเพิ่มบทบาทความสำคัญมากขึ้นในอนาคต โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสถาบันอุดมศึกษานั้นมีคุณค่าต่อระบบการศึกษาเป็นอย่างมาก เพราะการนำเทคโนโลยีมาใช้อย่างเหมาะสมนั้น เท่ากับเป็นการขยายขอบเขตของการเรียนรู้ออกไปอย่างกว้างขวางรวมทั้งยังเป็นการผสมผสานในรูปแบบต่าง ๆ ขององค์ประกอบของกระบวนการศึกษาทั้งหมด คือ ผู้สอน ผู้เรียน วัสดุ อาคารสถานที่ เวลาและงบประมาณ ให้สามารถสนองตอบความต้องการทางด้านจัดการเรียนการสอนที่มีประสิทธิภาพได้และการศึกษาวิจัยของ ชมพูนุท ร่วมชาติ (2548) ได้ศึกษาเกี่ยวกับอนาคตภาพของหลักสูตรวิชาชีพครู ในทศวรรษหน้า พบว่า คุณลักษณะของครูที่พึงประสงค์ในอนาคตจะประกอบ 4 ด้านที่สำคัญคือ ด้านความรู้ในวิชาชีพ ได้แก่ ความรู้ในด้านผู้เรียน การวิจัย การวัดและประเมินผลสื่อและเทคโนโลยีสารสนเทศ จิตวิทยา หลักการศึกษา หลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน ด้านคุณลักษณะความเป็นครู ได้แก่ คุณธรรมจริยธรรม บุคลิกภาพและจรรยาบรรณ ด้านทักษะวิชาชีพครู ได้แก่ ทักษะทางด้าน การสื่อสาร การจัดการเรียนรู้ การวิจัย เทคโนโลยีและการสื่อสารและการแนะแนว และ ด้านการมีส่วนร่วมและพัฒนาชุมชน

ในปี พ.ศ. 2538 ประเทศไทยมีการเน้นการพัฒนาสมรรถนะครูด้านไอซีทีที่เรียกว่าครูแกนนำ โดยสถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์มีเป้าประสงค์เพื่อให้มีการช่วยเหลือแนะนำในการใช้สื่อด้านเทคโนโลยีและออกแบบ การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ ให้เกิดการพัฒนาด้านการจัดเครือข่ายความรู้ หลักสูตรที่ครูแกนนำต้องเรียนประกอบด้วย หลักการเบื้องต้นด้านไอซีที การใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ สร้างงาน การใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์เพื่อวัตถุประสงค์ประเมินผล และเรียนด้านเครือข่ายคอมพิวเตอร์และ วิชาตรรกศาสตร์ ผลจากโครงการดังกล่าวของสถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ก่อให้เกิดการพัฒนาประกอบด้วย ด้านการเรียนทางไกล ปรับปรุงครูด้านไอซีที และครูสามารถ เตรียมหลักสูตรทางไกลด้านไอซีทีได้

ภาพรวมเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารไทยและในปี 2558 ประเทศไทยจะเข้าสู่ประชาคมอาเซียน ความเชื่อมโยงด้านโครงสร้างพื้นฐานที่เพิ่มพูนขึ้นในอาเซียนต้องอาศัยโครงสร้างพื้นฐานทางเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารที่ดี ซึ่งวิโรจน์ สารรัตนะ (2553) กล่าวว่า การที่จะทำให้ประเทศก้าวหน้า รวดเร็ว และดีมาน้อยเพียงใด ย่อมขึ้นอยู่กับปัจจัยที่สำคัญหลายประการ แต่ที่สำคัญที่สุดคือคน ถึงกับมีคำกล่าวที่ว่าถ้าชุมชนใดหรือประเทศใดไม่สามารถพัฒนาคนได้ ก็จะไม่สามารถพัฒนาอย่างอื่นได้ ไม่ว่าจะเป็นด้านเศรษฐกิจ สังคม หรือการเมือง และเป็นที่ยอมรับกันว่า การจะใช้พัฒนาคนให้มีคุณค่าต่อมิติการพัฒนาในด้านต่าง ๆ นั้นก็คือ การศึกษา สอดคล้องกับแนวคิดของไพฑูรย์ สินลารัตน์ (2553) ที่กล่าวว่า การศึกษาควรเป็นไปในทิศทางที่มีคุณค่าต่อตัวผู้เรียนต่อสังคม ในทางสร้างสรรค์มากยิ่งขึ้น และเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาประเทศให้ดำรงอยู่ในภาวะสังคมโลกที่แข่งขันอย่างรุนแรงเช่นในปัจจุบัน เราจึงควรเปลี่ยนกระแสนการศึกษาใหม่ ให้เป็นไปในทิศทางที่ก่อให้เกิดผลในทางปฏิบัติก่อให้เกิดรูปธรรมในการศึกษา ก่อให้เกิดผลผลิตขึ้นในวงการศึกษ แล้วให้ผลผลิตนั้นเป็นผลผลิตในทางสร้างสรรค์ ดังนั้นอาชีพที่สำคัญและผลักดันให้ประเทศชาติประสบความสำเร็จอย่างยั่งยืนคือผู้สอนหรือครู ซึ่งเยาวชนจะพัฒนาไม่ได้เลยถ้าหากครูผู้สอนไม่มีคุณภาพดังนั้นจึงต้องให้ความสำคัญในเรื่องการพัฒนาสมรรถนะครู ซึ่งยนต์ ชุ่มจิตร(2546) ได้กล่าวถึงสมรรถนะของครูก่อให้เกิดประโยชน์คือ ครูมีสมรรถนะในการสอน เข้าใจบทบาทและปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และแก้ไขข้อบกพร่องให้ดีขึ้น การพัฒนาครูช่วยให้ลดความสูญเปล่าทางวิชาการ การสอนได้เต็มที่ตรงตามจุดประสงค์ การพัฒนาครูช่วยให้ครูได้เรียนรู้งานในหน้าที่ได้เร็วขึ้น การพัฒนาครูช่วยแบ่งเบาภาระผู้บังคับบัญชา เพื่อให้ก้าวหน้าในตำแหน่งหน้าที่การงาน ช่วยให้ครูเป็นบุคคลทันสมัยอยู่เสมอ จากสมรรถนะของครูดังกล่าวมีความสอดคล้องกับการพัฒนาโครงสร้างพื้นฐานด้านไอซีที ซึ่งครูต้องมียุทธศาสตร์ความรู้ด้านไอซีทีในระดับดีและทันต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านเทคโนโลยีตลอดเวลา และในการสอนแต่ละครั้งหากเนื้อหาต่างกันจะต้องใช้วิธีการสอนที่ต่างกัน (Judith Harris & Mark Hofer, 2011) และคณะกรรมการอุดมศึกษา (2550 : 45) กล่าวว่า อุดมศึกษาพัฒนา

และใช้ศักยภาพทางด้านเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร เพื่อรองรับนโยบายเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารของชาติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งยุทธศาสตร์ e-Society, e-Industry, e-Commerce, E-Education, และ e-Government ทั้งนี้ให้รัฐใช้ประโยชน์จากบุคลากรและองค์ความรู้ของสถาบันอุดมศึกษาทั้งของรัฐและเอกชนในการพัฒนาทั้ง 5 ยุทธศาสตร์ดังกล่าวโดยนโยบายการจัดซื้อจัดจ้างของภาครัฐ (Government procurement) ทั้งส่วนกลางและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น โดยสถาบันอุดมศึกษา หรือกลุ่มสถาบันอุดมศึกษา เป็นผู้รับจ้างและให้บริการและ ในปี พ.ศ.2558 จะมีการเปิดการค้าเสรีอาเซียน โดยเฉพาะด้านการศึกษา ก่อให้เกิดการแข่งขันกันมากขึ้นทำให้มีมหาวิทยาลัยต่างชาติทั่วโลกมาตั้งวิทยาเขตในประเทศไทย (สำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา 2556 : 29)

สถาบันการพลศึกษาเป็น สถาบันอุดมศึกษาที่มีวัตถุประสงค์ในการผลิตและพัฒนาบุคลากรทางพลศึกษา การกีฬา วิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาศาสตร์สุขภาพ นันทนาการ และบุคลากรในด้านที่เกี่ยวข้อง (พรบ.สถาบันการพลศึกษา,2548) มีการจัดการเรียนการสอนเป็นไปตามแบบของสถาบันอุดมศึกษา คือ กำหนดให้นักศึกษามีส่วนร่วมในการเรียนการสอน โดยมีทั้งฟังบรรยาย ปฏิบัติการ กิจกรรมเสริมหลักสูตรทั้งในและนอกสถานที่ จัดกลุ่มการเรียนรู้ที่เหมาะสมตามเกณฑ์ที่กำหนด ปรับปรุงหลักสูตรให้ทันสมัยและเหมาะสมสอดคล้องกับสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปตลอดจนการพัฒนาสิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียนการสอนให้ทันสมัยอยู่เสมอ(หลักสูตรสถาบันการพลศึกษา,2548:5) แต่จากการศึกษาวิเคราะห์สภาพแวดล้อมภายในและภายนอก (SWOT Analysis)พบว่าจุดอ่อนของผู้สอนในสถาบันการพลศึกษายังขาดความรู้ทางด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ (ยุทธศาสตร์สถาบันการพลศึกษา พศ.2556-2560,2556: 12)ซึ่งความรู้เป็นองค์ประกอบของสมรรถนะการทำงานซึ่งประกอบด้วย ทักษะ ความรู้ ความรู้สึกลึกต่อตนเอง คุณลักษณะและแรงจูงใจ (สุภิญญา รัศมีธรรมโชติ ,2547:47-49) ซึ่งแสดงว่าหากขาดความรู้ด้านนั้นๆ ย่อมส่งผลกระทบต่อสมรรถนะด้านดังกล่าว

สถาบันการพลศึกษาได้กำหนดให้มีการประเมินสมรรถนะบุคลากรด้านการสอนในสถาบันการพลศึกษาโดยสร้างเกณฑ์ในการประเมินสมรรถนะผู้สอนออกเป็น 2 ส่วนคือ ส่วนที่ 1 เป็นการประเมินผลสัมฤทธิ์ของงาน สถาบันการพลศึกษาได้นำเครื่องมือที่เรียกว่าการจัดทำข้อตกลงการปฏิบัติงานล่วงหน้ามาใช้ และกำหนดให้ค่าของผลสัมฤทธิ์ของงานมีน้ำหนักเท่ากับ 50 % ส่วนที่ 2 การประเมินสมรรถนะ โดยจะได้มีการกำหนดสมรรถนะหลัก และสมรรถนะเฉพาะสำหรับใช้เป็นกรอบในการประเมิน และพัฒนาสมรรถนะให้สอดคล้องกับ วิสัยทัศน์ พันธกิจ ค่านิยมของสถาบันการพลศึกษา และกำหนดให้ค่าของสมรรถนะมีน้ำหนักเท่ากับ 50 % (คู่มือการประเมินผลการปฏิบัติการข้าราชการตำแหน่งคณาจารย์ สถาบันการพลศึกษา ,2555:10)ซึ่งสมรรถนะดังกล่าวยังไม่ครอบคลุมสมรรถนะด้านไอซีทีซึ่งเป็นจุดค้อยของผู้สอนในสถาบันการพล

ศึกษา เพื่อให้สอดคล้องกับการศึกษาวิเคราะห์สภาพแวดล้อมภายในและภายนอกดังกล่าว และจากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยมีความเห็นว่า การพัฒนาสมรรถนะด้านไอซีทีสำหรับผู้สอนนั้นมีความสำคัญและมีความซับซ้อน ยังขาดตัวแบบตัวบ่งชี้สมรรถนะด้านไอซีทีสำหรับผู้สอนที่เหมาะสม และยังไม่พบงานวิจัยที่สนับสนุนสมรรถนะด้านไอซีทีของผู้สอนในสถาบันการพลศึกษาดังกล่าว ดังนั้นผู้วิจัยจึงพัฒนาตัวแบบตัวบ่งชี้สมรรถนะไอซีทีให้กับผู้สอนในสถาบันการพลศึกษาขึ้นเพื่อนำไปเป็นแนวทางในการสร้างหลักสูตรด้านสมรรถนะไอซีทีสำหรับผู้สอนในสถาบันการพลศึกษาต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อพัฒนาตัวแบบตัวบ่งชี้สมรรถนะด้านไอซีทีสำหรับผู้สอนในสถาบันการพลศึกษาในประเทศไทย

คำถามการวิจัย

ตัวแบบตัวบ่งชี้สมรรถนะไอซีทีสำหรับผู้สอนในสถาบันการพลศึกษาควรเป็นเช่นไร

สมมุติฐานงานวิจัย

ตัวแบบตัวบ่งชี้ด้านสมรรถนะด้านไอซีทีที่มีความเหมาะสมเชิงประจักษ์กับผู้สอนในสถาบันการพลศึกษาในประเทศไทย

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านตัวแปร

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดเอาไว้ 3 ด้านดังนี้

1.1 ด้านความรู้ ผู้วิจัยกำหนดตัวแปรเอาไว้ 10 ตัวแปร ได้แก่

- 1.1.1 ความรู้ความเข้าใจระบบปฏิบัติการคอมพิวเตอร์ (CK_1)
- 1.1.2 ความรู้ความเข้าใจในพื้นฐานทางด้านคอมพิวเตอร์ (CK_2)
- 1.1.3 ความรู้ความเข้าใจในพื้นฐานทางระบบเครือข่ายคอมพิวเตอร์ (CK_3)
- 1.1.4 ความรู้ความเข้าใจในการสื่อสารทางอีเมลล์ (e-mail) (CK_4)
- 1.1.5 ความรู้ความเข้าใจในการสื่อสารทางด้านสังคมออนไลน์ (CK_5)
- 1.1.6 ความรู้ทั่วไปทางไอซีที (CK_6)
- 1.1.7 ความรู้ความเข้าใจการสร้างบทเรียนออนไลน์ (CK_7)

1.1.8 ความรู้ความเข้าใจการออกแบบการเรียนการสอนบนเว็บ (CK_8)

1.1.9 ความรู้หลักการ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับไอซีที (CK_9)

1.1.10 ความรู้ความเข้าใจการใช้โปรแกรมสำเร็จรูปอย่างเหมาะสมกับตั้งเขป

รายวิชา (CK_10)

1.2 ด้านทักษะ ผู้วิจัยกำหนดตัวแปรเอาไว้ 13 ตัวแปร ได้แก่

1.2.1 บูรณาการการเรียนการสอนโดยใช้สื่อสังคมออนไลน์ (CS_1)

1.2.2 การใช้ไอซีทีเป็นเครื่องมือในการแสวงหาความรู้และการสื่อสาร (CS_2)

1.2.3 เป็นผู้นำในการสนับสนุนการใช้สื่อนวัตกรรมและการเรียนรู้แบบต่อเนื่อง

ในสังคมของสถาบัน (CS_3)

1.2.4 จัดเก็บและสืบค้นความรู้ด้วยไอซีที (CS_4)

1.2.5 ใช้ซอฟต์แวร์สำเร็จรูปสำหรับการพิมพ์และจัดเก็บเอกสาร (CS_5)

1.2.6 ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการนำเสนอผลงานและประกอบการสอน (CS_6)

1.2.7 ถ่ายทอดความรู้ทางด้านไอซีที ได้แก่ เพื่อนคณาจารย์ บุคลากรทางการศึกษา

นักศึกษา และชุมชน (CS_7)

1.2.8 บูรณาการสื่อด้านไอซีทีกับมาตรฐานคุณวุฒิอุดมศึกษาตามรายวิชา (CS_8)

1.2.9 ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการผลิตสื่อการเรียนการสอน (CS_9)

1.2.10 แก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าด้านไอซีที (CS_10)

1.2.11 พัฒนาตนเองด้านไอซีทีอย่างสม่ำเสมอ (CS_11)

1.2.12 ใช้ระบบไอซีทีบริหารจัดการสื่อการสอน (e-education) (CS_12)

1.2.13 ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ในการวัดและประเมินผลการศึกษา (CS_13)

1.3 ด้านเจตคติ ผู้วิจัยกำหนดตัวแปรเอาไว้ 9 ตัวแปร ได้แก่

1.3.1 ความกระตือรือร้นในการหาความรู้ด้านไอซีทีใหม่ ๆ (CA_1)

1.3.2 ตระหนักในนโยบายการศึกษาของชาติด้านไอซีที (CA_2)

1.3.3 มุ่งมั่นใช้ไอซีทีในการประกอบการเรียนการสอน (CA_3)

1.3.4 เห็นคุณค่าการใช้ไอซีทีในการบูรณาการกับการศึกษา (CA_4)

1.3.5 วินัยในตัวเองและเคารพกฎเกณฑ์ในการใช้ไอซีที (CA_5)

1.3.6 พยายามแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นขณะใช้ไอซีที (CA_6)

1.3.7 จรรยาบรรณการใช้ไอซีที (CA_7)

1.3.8 เปิดโลกทัศน์ในการรับความรู้ด้านไอซีทีที่ทันสมัยตลอดเวลา (CA_8)

1.3.9 ตระหนักถึงความสำคัญของไอซีทีที่จะนำมาใช้ในการเรียนการสอน
(CA_9)

2. ขอบเขตด้านพื้นที่

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเพื่อพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะด้านเทคโนโลยีสารสนเทศสำหรับผู้สอนในสถาบันการพลศึกษาของประเทศไทย ซึ่งประกอบด้วย สถาบันพลศึกษาจำนวน 17 แห่ง

3. ขอบเขตด้านเนื้อหา

เนื้อหาในการวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาที่มุ่งศึกษาสมรรถนะด้านเทคโนโลยีสารสนเทศสำหรับผู้สอนในสถาบันการพลศึกษาของประเทศไทยใน 3 ด้าน ได้แก่

3.1 สมรรถนะด้านความรู้

3.2 สมรรถนะด้านทักษะ

3.3 สมรรถนะด้านเจตคติ

นิยามศัพท์เฉพาะ

งานวิจัยเรื่องตัวแบบตัวบ่งชี้สมรรถนะด้านเทคโนโลยีสารสนเทศสำหรับผู้สอนในสถาบันการพลศึกษาของประเทศไทย ผู้วิจัยกำหนดนิยามศัพท์เอาไว้ดังนี้

1. ตัวแบบ ตัวบ่งชี้ หมายถึง ตัวแบบความสัมพันธ์ระหว่าง องค์ประกอบกับตัวแปรสังเกตได้ที่วัดความสำเร็จของการปฏิบัติงานที่ถูกกำหนดขึ้น

2. สมรรถนะ หมายถึง ความสามารถในการปฏิบัติงานให้สำเร็จด้วย ทักษะความรู้ และเจตคติ

3. ความสัมพันธ์เชิงประจักษ์ หมายถึง ความเหมาะสมของข้อมูลจากผู้สอนในสถาบันการพลศึกษาเทียบกับตัวแบบตัวบ่งชี้สมรรถนะไอซีทีสถาบันการพลศึกษา

4. ไอซีที หมายถึง การสื่อสารข้อมูลด้วยระบบดิจิทัล

5. สมรรถนะด้านไอซีที หมายถึง การใช้สมรรถนะด้านไอซีทีในการทำงาน

6. ผู้สอนหมายถึง ผู้ที่ทำหน้าที่สอนในสถาบันการพลศึกษา

7. สมรรถนะด้านไอซีทีสำหรับผู้สอน หมายถึงความสามารถในการปฏิบัติงานให้สำเร็จด้วย ทักษะ ความรู้ และเจตคติ ด้านการสื่อสารข้อมูลด้วยระบบดิจิทัลสำหรับผู้ที่ทำการสอนในสถาบันการพลศึกษา

8. สถาบันการพลศึกษา หมายถึงสถาบันที่เปิดสอนเฉพาะทางด้านกีฬาในระดับอุดมศึกษาสังกัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาในประเทศไทย

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

การวิจัยเรื่อง ตัวแบบตัวบ่งชี้สมรรถนะด้านเทคโนโลยีสารสนเทศสำหรับผู้สอน
ในสถาบันการพลศึกษาของประเทศไทย เกิดประโยชน์ดังนี้

1. ใช้เป็นแนวทางในการสร้างหลักสูตรเสริมสมรรถนะด้านไอซีทีสำหรับผู้สอนสถาบัน
การพลศึกษา
2. ใช้จัดกระบวนการจัดการความรู้เพื่อสร้างหลักสูตรเสริมทักษะด้านสมรรถนะไอซีที
ของผู้สอนในสถาบันการพลศึกษา
3. ใช้เป็นแนวทางในการจัดหลักสูตรพัฒนาผู้สอนในสถาบันการพลศึกษา
4. ใช้เป็นแนวทางในการคัดเลือกผู้เข้ารับการบรรจุเข้าทำงานสายผู้สอนในสถาบัน
การพลศึกษา