



## การจัดการเรียนรู้พลศึกษาสำหรับบุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็นภายใต้แนวคิด Universal Design for Learning

### Physical education instruction for individuals with visual impairments using the Universal Design for Learning concept.

ระวีวรรณ แซ่หลี่

มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตยะลา

Rawiwan Zaelee

Thailand National Sports University, Yala Campus

Email: rawiwan.aue@g.swu.ac.th

วันที่รับบทความ: 20 พฤษภาคม 2569; วันที่แก้ไขบทความ 7 สิงหาคม 2569; วันที่ตอบรับบทความ: 30 กันยายน 2569

Received: May 20, 2026; Revised: August 7, 2026; Accepted: September 30, 2026

#### บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์แนวคิดหลักการออกแบบการเรียนรู้ที่เป็นสากล (Universal Design for Learning: UDL) และนำเสนอแนวทางการจัดการเรียนรู้พลศึกษาสำหรับนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็น ในบริบทมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ บทความนี้ใช้วิธีการศึกษาจากการทบทวนวรรณกรรมและเอกสารวิชาการที่เกี่ยวข้อง ทั้งงานวิจัยต่างประเทศและในประเทศ ครอบคลุมประเด็นด้าน UDL พลศึกษาสำหรับบุคคลพิเศษ (Adapted Physical Education: APE) และการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน (Peer-assisted Learning) ร่วมกับข้อมูลสถานการณ์บุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็นและแนวโน้มการศึกษาเรียนรวมในประเทศไทย

ผลการสังเคราะห์วรรณกรรมพบว่า แม้ UDL จะได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวางในฐานะกรอบแนวคิดที่ช่วยลดอุปสรรคทางการเรียนรู้ แต่งานวิจัยส่วนใหญ่ยังกระจุกตัวอยู่ในบริบทการศึกษาทั่วไปของต่างประเทศ ขณะที่งานวิจัยไทยที่เกี่ยวข้องกับ UDL ยังจำกัดอยู่ในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน และยังไม่พบงานวิชาการที่บูรณาการ UDL เข้ากับ APE และ Peer-assisted Learning ในบริบทสถาบันอุดมศึกษาเฉพาะทางด้านกีฬา บทความจึงสังเคราะห์องค์ความรู้เกี่ยวกับความหมาย ประเภท และผลกระทบของความบกพร่องทางการเห็นต่อการเรียนรู้และการเคลื่อนไหว หลักการของ APE และหลักการสำคัญสามประการของ UDL แล้วบูรณาการเป็นแนวทางเชิงปฏิบัติสำหรับมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ 5 ด้าน ได้แก่ 1) การพัฒนาหลักสูตรที่บูรณาการ UDL และ APE 2) การเสริมสมรรถนะผู้สอนด้านการปรับการสอนและกระบวนการเพื่อนช่วยเพื่อน 3) การพัฒนาสิ่งอำนวยความสะดวกและสภาพแวดล้อมทางกายภาพตามหลักการออกแบบที่เป็นสากล 4) การจัดระบบช่วยเหลือ ให้คำปรึกษา และดูแลด้านจิตสังคม และ 5) การส่งเสริมกีฬาเพื่อบุคคลที่มีความบกพร่องโดยให้ความสำคัญกับคุณภาพชีวิตควบคู่กับความเป็นเลิศทางกีฬา

**คำสำคัญ:** ความบกพร่องทางการเห็น; พลศึกษาสำหรับบุคคลพิเศษ; การออกแบบการเรียนรู้ที่เป็นสากล (UDL); มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ



## Abstract

This academic article aims to analyze the concept of Universal Design for Learning (UDL) and to propose guidelines for physical education instruction for students with visual impairments within the context of a national sports university. The article employs a review of relevant literature and academic documents, drawing on both international and Thai research covering UDL, Adapted Physical Education (APE), and Peer-assisted Learning, together with data on the situation of individuals with visual impairments and trends in inclusive higher education in Thailand.

The literature synthesis reveals that although UDL is widely recognized as a conceptual framework that reduces barriers to learning, most existing research remains concentrated within general education contexts abroad. Thai research related to UDL, meanwhile, remains limited to basic education levels, and no academic work has yet been found that integrates UDL with APE and Peer-assisted Learning within the context of higher education institutions specializing in sport. The article therefore synthesizes knowledge regarding the definition, types, and impact of visual impairment on learning and movement, the principles of APE, and the three core principles of UDL, integrating them into five practical guidelines for national sports universities: 1) developing curricula that integrate UDL and APE; 2) building instructors' competencies in instructional adaptation and peer-assisted learning processes; 3) developing facilities and physical environments in accordance with universal design principles; 4) establishing support, counseling, and psychosocial care systems; and 5) promoting sport for individuals with disabilities by emphasizing quality of life alongside athletic excellence.

**Keywords:** Universal Design for Learning; Adapted Physical Education; visual impairment; Peer-assisted Learning, National sports university

## บทนำ

การศึกษาเป็นสิทธิพื้นฐานของมนุษย์ที่ทุกคนควรได้รับอย่างเท่าเทียมโดยปราศจากการเลือกปฏิบัติ โดยเฉพาะบุคคลที่มีความบกพร่องซึ่งจำเป็นต้องได้รับโอกาสทางการศึกษาที่เหมาะสมและสอดคล้องกับศักยภาพของแต่ละบุคคล ภายใต้แนวคิด "การศึกษาเพื่อทุกคน" (Education for All) และ "การศึกษาแบบเรียนรวม" (Inclusive Education) ที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนทุกกลุ่มเข้าถึงการเรียนรู้ได้อย่างมีคุณภาพ (UNESCO, 2020) บุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็นเป็นกลุ่มที่มีข้อจำกัดด้านการรับรู้ข้อมูลผ่านการมองเห็น ส่งผลต่อการเรียนรู้ การเคลื่อนไหว การรับรู้เชิงพื้นที่ และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ โดยเฉพาะในรายวิชาพลศึกษาซึ่งเป็นศาสตร์ที่เน้นการปฏิบัติ การเคลื่อนไหว และการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง หากผู้สอนไม่มีการปรับรูปแบบการเรียนรู้ที่เหมาะสม นักศึกษากลุ่มนี้อาจไม่สามารถเข้าถึงและมีส่วนร่วมใน



กิจกรรมได้อย่างเต็มศักยภาพ ทั้งยังมีความเสี่ยงด้านความปลอดภัยมากกว่าผู้เรียนทั่วไป ซึ่งส่งผลกระทบต่อเนื่องไปถึงการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหว สมรรถภาพทางกาย การเข้าสังคมและคุณภาพชีวิตในระยะยาว

ประเด็นนี้มีความสำคัญยิ่งขึ้นในบริบทของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ ซึ่งเป็นสถาบันอุดมศึกษาเฉพาะทางด้านกีฬา พลศึกษา สุขศึกษาและวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ โดยมีนักศึกษาบางส่วนเป็นนักกีฬาที่มีความบกพร่องระดับชาติและนานาชาติที่เข้ามาพัฒนาศักยภาพทั้งด้านการศึกษาและการกีฬาอย่างต่อเนื่อง กีฬาจึงมิใช่เพียงพื้นที่พัฒนาศักยภาพด้านร่างกาย อารมณ์และสังคมเท่านั้น แต่ยังเป็นเส้นทางประกอบอาชีพและสร้างความมั่นคงในชีวิต ทว่าเส้นทางนักกีฬามีข้อจำกัดด้านช่วงเวลาของการประกอบอาชีพจากปัจจัยด้านวัยและความเสี่ยงจากการบาดเจ็บ การจัดการศึกษาในระดับอุดมศึกษาจึงมีบทบาทสำคัญในการเตรียมความพร้อมทั้งด้านวิชาการ ทักษะวิชาชีพและทักษะการดำรงชีวิตควบคู่กับการพัฒนาความเป็นเลิศทางกีฬา ด้วยเหตุนี้ การจัดการเรียนรู้อาจจำเป็นต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล และแนวคิด Universal Design for Learning (UDL) ซึ่งบทความนี้ขอใช้คำว่า "UDL" แทนชื่อเต็ม จึงเป็นแนวทางที่เหมาะสมในการออกแบบการเรียนรู้ให้ยืดหยุ่นและเปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคนเข้าถึงการเรียนรู้ได้อย่างเท่าเทียม ผ่านหลักการสำคัญ 3 ประการ ได้แก่ การนำเสนอข้อมูลที่หลากหลาย (Multiple Means of Representation) การเปิดโอกาสให้แสดงความสามารถได้หลายรูปแบบ (Multiple Means of Action and Expression) และการสร้างแรงจูงใจในการเรียนรู้ (Multiple Means of Engagement) (CAST, 2024) ซึ่งในบริบทพลศึกษาสามารถประยุกต์ใช้ได้หลากหลาย เช่น การใช้สื่อเสียงและสื่อสัมผัส การอธิบายทักษะการเคลื่อนไหวเป็นลำดับขั้น การปรับอุปกรณ์กีฬาและการออกแบบสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย ซึ่งไม่เพียงช่วยให้ผู้เรียนปฏิบัติกิจกรรมได้อย่างมั่นใจ แต่ยังส่งเสริมความภาคภูมิใจในตนเองและคุณภาพชีวิตอีกด้วย (Doyle et al., 2025)

สถานการณ์บุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็นและแนวโน้มการศึกษาเรียนรวมในประเทศไทย ข้อมูลสถานการณ์บุคคลที่มีความบกพร่องล่าสุดในปี 2568 ของคณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ ระบุว่าประเทศไทยมีบุคคลที่มีความบกพร่องที่จดทะเบียนแล้วกว่า 2.28 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 3.45 ของประชากรทั้งประเทศ โดยความบกพร่องทางการเคลื่อนไหวมีสัดส่วนสูงสุดที่ร้อยละ 52.26 รองลงมาคือความบกพร่องทางการได้ยินร้อยละ 19.27 และความบกพร่องทางการเห็นร้อยละ 7.54 ซึ่งเมื่อคำนวณตามสัดส่วนดังกล่าวแล้ว คาดว่าประเทศไทยมีบุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็นอยู่ราวหนึ่งแสนเจ็ดหมื่นคนขึ้นไป และบุคคลที่มีความบกพร่องกลุ่มนี้ยังคงเผชิญข้อจำกัดในการเข้าถึงเทคโนโลยี ระบบสารสนเทศและบริการสาธารณะอย่างต่อเนื่อง

ในด้านการศึกษาระดับอุดมศึกษา สำนักงานปลัดกระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (อว.) ได้จัดเก็บข้อมูล "นักศึกษาปัจจุบันที่มีความบกพร่อง" ซึ่งครอบคลุมความบกพร่องทางการเห็น ความบกพร่องทางการได้ยิน ความบกพร่องทางการสื่อความหมายและความทางบกพร่องสติปัญญา สะท้อนให้เห็นว่าสถาบันอุดมศึกษาของไทยมีการติดตามและรับรองสิทธิทางการศึกษาของนักศึกษาที่มีความบกพร่องอย่างเป็นระบบมากขึ้น สอดคล้องกับที่สถาบันอุดมศึกษาหลายแห่ง เช่น มหาวิทยาลัยราชภัฏเลยและมหาวิทยาลัยรามคำแหง ได้ออกประกาศหลักเกณฑ์การรับนักศึกษาที่มีความบกพร่องเข้าศึกษาในระดับปริญญาตรีเป็นการเฉพาะ และจัดตั้งศูนย์บริการนักศึกษาที่มีความบกพร่องเพื่อสนับสนุนการเรียนรู้ ทั้งนี้ แม้บุคคลที่มีความบกพร่องในภาพรวมของประเทศที่ได้รับการศึกษาแล้วจะมีสัดส่วนสูงถึงร้อยละ 77.30 ของบุคคลที่มีความบกพร่องที่มีบัตรประจำตัว แต่สัดส่วนที่ศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษายังคงเป็นส่วนน้อย



เมื่อเทียบกับระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน แนวโน้มดังกล่าวชี้ให้เห็นว่านโยบายการศึกษาเรียนรวมในระดับอุดมศึกษาของไทยกำลังขยายตัว แต่ยังคงต้องการการพัฒนาแนวทางการจัดการเรียนการสอนเฉพาะด้านที่รองรับความหลากหลายของผู้เรียนอย่างเป็นรูปธรรมมากขึ้น โดยเฉพาะในสาขาวิชาที่มีลักษณะเฉพาะทาง เช่น พลศึกษาและวิทยาศาสตร์การกีฬา นอกจากนี้ ในบริบททางสังคมยังพบว่าบุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็นมักเผชิญกับทัศนคติของคนรอบข้างที่มองว่าไม่สามารถเล่นกีฬาหรือเข้าร่วมกิจกรรมทางพลศึกษาได้อย่างเต็มศักยภาพ ซึ่งเป็นอุปสรรคสำคัญต่อการเข้าถึงโอกาสทางการศึกษาและการมีส่วนร่วมทางสังคม (Haegele & Zhu, 2017)

### ช่องว่างการวิจัย

แม้ UDL จะได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวางว่าเป็นกรอบแนวคิดที่ช่วยลดอุปสรรคในการเรียนรู้และส่งเสริมการเข้าถึงการศึกษาสำหรับผู้เรียนทุกกลุ่ม แต่เมื่อทบทวนงานวิชาการที่ผ่านมาอย่างเป็นระบบ พบว่ายังคงมีช่องว่างทางวิชาการที่สำคัญหลายประการ

ประการแรก การทบทวนวรรณกรรมของ Al-Azawei, Serenelli และ Lundqvist (2016) ซึ่งวิเคราะห์เนื้อหาบทวิจัยที่ใช้กรอบ UDL ระหว่างปี 2012–2015 จำนวน 12 บทความ พบว่าร้อยละ 75 ของงานวิจัยดำเนินการในสหรัฐอเมริกา และส่วนใหญ่จัดอยู่ในบริบทการศึกษาทั่วไปหรือการศึกษาขั้นพื้นฐาน ยังไม่ปรากฏงานวิจัยที่ประยุกต์ใช้ UDL ในบริบทพลศึกษาหรือกีฬาโดยเฉพาะ และผู้วิจัยยังเสนอแนะให้ขยายผลการศึกษาไปสู่ประเทศกำลังพัฒนาเพื่อยืนยันความเป็นสากลของแนวคิดนี้

ประการที่สอง งานของ Preety และ Rani (2024) ได้นำเสนอหลักการและแนวปฏิบัติของ UDL อย่างครอบคลุม แต่ยกตัวอย่างการประยุกต์ใช้ในบริบทวิชาสังคมศึกษาระดับมัธยมศึกษาเป็นหลัก มิได้กล่าวถึงการจัดการเรียนรู้พลศึกษาหรือกิจกรรมทางกายซึ่งมีลักษณะเฉพาะที่แตกต่างจากวิชาในห้องเรียนทั่วไป

ประการที่สาม งานวิจัยของไทยที่เกี่ยวข้องกับ UDL ยังจำกัดอยู่ในบริบทการศึกษาขั้นพื้นฐาน เช่น การศึกษาของจินตนา สุริยพงศ์ และวิมลลั โล่เจริญรัตน์ (2567) ที่ประยุกต์ใช้ UDL ในวิชาคณิตศาสตร์สำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและออทิสติกในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งพบผลลัพธ์เชิงบวกต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน แต่ไม่ได้อยู่ในบริบทพลศึกษาระดับอุดมศึกษาหรือกลุ่มบุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็น ขณะที่ปณิดา วงศ์จันตา (2563) ศึกษาการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาของนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน แม้จะอยู่ในบริบทพลศึกษาโดยตรงและแสดงให้เห็นว่ากิจกรรมพลศึกษาที่เหมาะสมสามารถยกระดับผลสัมฤทธิ์และสมรรถภาพทางกีฬาของผู้เรียนที่มีความบกพร่องได้ แต่ก็มิได้ใช้กรอบ UDL เป็นฐานในการออกแบบและมุ่งเน้นกลุ่มผู้บกพร่องทางการได้ยินในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานเช่นกัน

ประการที่สี่ งานของนวรรตน์ หัสดี (2559) ได้วางกรอบแนวคิดพลศึกษาสำหรับเด็กพิเศษ (Adapted Physical Education: APE) ไว้อย่างละเอียด ทั้งขั้นตอนการประเมิน การวางแผนและรูปแบบกิจกรรมที่ปรับให้เหมาะกับข้อจำกัดของผู้เรียนแต่ละประเภท ซึ่งเป็นองค์ความรู้พื้นฐานที่สำคัญ แต่ยังมีได้เชื่อมโยงหรือบูรณาการเข้ากับหลักการ UDL และแนวคิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน (Peer-assisted Learning) ซึ่งเป็นแนวทางที่มีศักยภาพในการเสริมความพลอดภัยและการมีส่วนร่วมของนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็นในกิจกรรมทางกาย



จากการทบทวนวรรณกรรมข้างต้น สามารถสรุปช่องว่างทางวิชาการที่สำคัญได้ดังนี้ 1) ยังขาดงานวิชาการที่ศึกษาการประยุกต์ใช้ UDL ในบริบทของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติหรือสถาบันอุดมศึกษาเฉพาะทางด้านพลศึกษาและกีฬาของไทย 2) ยังขาดกรอบแนวคิดเชิงบูรณาการที่เชื่อมโยงหลักการ UDL เข้ากับพลศึกษาสำหรับบุคคลพิเศษ (APE) และการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน (Peer-assisted Learning) ให้เป็นแนวทางเดียวกันอย่างเป็นระบบ และ 3) ยังขาดแนวทางเชิงปฏิบัติที่เป็นรูปธรรมสำหรับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาที่ออกแบบมาเฉพาะสำหรับนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระดับอุดมศึกษา ซึ่งมีความแตกต่างจากกลุ่มผู้เรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานทั้งในด้านวุฒิภาวะ เป้าหมายการเรียนรู้ และความซับซ้อนของทักษะกีฬา

### ความหมายและลักษณะของบุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็น

การมองเห็นเป็นประสาทสัมผัสสำคัญที่มีบทบาทต่อการรับรู้ การเรียนรู้ การเคลื่อนไหวและการดำเนินชีวิตของมนุษย์ เนื่องจากมนุษย์ใช้การมองเห็นเป็นช่องทางหลักในการรับข้อมูลจากสิ่งแวดล้อมทั้งด้านการสื่อสาร การเรียนรู้ทางวิชาการ การสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ตลอดจนการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวและการใช้ชีวิตประจำวัน ดังนั้น เมื่อบุคคลมีความบกพร่องทางการเห็นจึงอาจส่งผลกระทบต่อพัฒนาการและการเรียนรู้ในหลายมิติ โดยเฉพาะด้านการเข้าถึงข้อมูล การรับรู้เชิงพื้นที่ การเคลื่อนไหว และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม (World Health Organization [WHO], 2023)

นักวิชาการและหน่วยงานทางการศึกษาหลายแห่งได้อธิบายความหมายของบุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็นในลักษณะที่สอดคล้องกัน โดยมองว่าเป็นบุคคลที่มีข้อจำกัดด้านการมองเห็นจนส่งผลการเรียนรู้และการดำเนินชีวิต แม้จะได้รับการรักษาหรือใช้อุปกรณ์ช่วยทางสายตาแล้วก็ตาม Hallahan et al. (2022) อธิบายว่า บุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็น คือ บุคคลที่สูญเสียความสามารถทางการมองเห็นในระดับที่ส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพในการเรียนรู้ การเคลื่อนไหวและการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ขณะที่ American Foundation for the Blind (AFB, 2024) ให้ความหมายว่า บุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็นหมายถึง บุคคลที่มีความสูญเสียทางการมองเห็นตั้งแต่ระดับสายตาเลือนรางไปจนถึงตาบอดสนิท ซึ่งจำเป็นต้องใช้วิธีการเรียนรู้หรืออุปกรณ์ช่วยเหลือเฉพาะทางในการดำรงชีวิตและการศึกษา สอดคล้องกับสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2565) ที่อธิบายว่า บุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็นเป็นผู้เรียนที่มีความต้องการจำเป็นพิเศษ ซึ่งต้องได้รับการสนับสนุนด้านสื่อ สิ่งอำนวยความสะดวก เทคโนโลยี และการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับศักยภาพและความต้องการเฉพาะบุคคล เพื่อให้สามารถเข้าถึงการศึกษาและพัฒนาคุณภาพชีวิตได้อย่างเท่าเทียมกับบุคคลทั่วไป

จากแนวคิดดังกล่าว สามารถสรุปได้ว่า บุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็น หมายถึง บุคคลที่มีข้อจำกัดหรือสูญเสียความสามารถด้านการมองเห็นในระดับที่ส่งผลการรับรู้ การเรียนรู้ การเคลื่อนไหวและการดำเนินชีวิตประจำวัน แม้จะได้รับการรักษาหรือใช้อุปกรณ์ช่วยทางสายตาแล้วก็ตาม โดยความบกพร่องดังกล่าวอาจเกิดขึ้นตั้งแต่กำเนิดหรือเกิดขึ้นภายหลังจากโรค อุบัติเหตุ หรือความเสื่อมของระบบการมองเห็น ส่งผลให้บุคคลจำเป็นต้องได้รับการสนับสนุนด้านสื่อ เทคโนโลยี สิ่งอำนวยความสะดวก และการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสม เพื่อให้สามารถเข้าถึงการศึกษา การเรียนรู้ และการมีส่วนร่วมทางสังคมได้อย่างเต็มศักยภาพ



## ประเภทของความบกพร่องทางการเห็น

ความบกพร่องทางการเห็นสามารถจำแนกได้หลายลักษณะ โดยทั่วไปแบ่งออกเป็น 2 ประเภทหลัก ได้แก่

**1. บุคคลตาบอด (Blindness)** หมายถึง บุคคลที่สูญเสียการมองเห็นอย่างรุนแรงจนไม่สามารถใช้สายตาในการเรียนรู้หรือดำเนินชีวิตประจำวันได้ แม้จะได้รับการแก้ไขทางการแพทย์แล้วก็ตาม บุคคลกลุ่มนี้มักอาศัยประสาทสัมผัสด้านอื่น เช่น การฟัง การสัมผัส และการเคลื่อนไหวร่างกายในการเรียนรู้และการดำรงชีวิต (AFB, 2024) ตัวอย่างเช่น การใช้ตัวอักษรเบรลล์ การใช้เสียงบรรยาย หรือการใช้ไม้เท้าขาว เพื่อช่วยในการเดินทางและการรับรู้สภาพแวดล้อม

**2. บุคคลสายตาสั้น (Low Vision)** หมายถึง บุคคลที่ยังคงมีความสามารถในการมองเห็นบางส่วน แต่มีข้อจำกัดที่ส่งผลต่อการเรียนรู้หรือการดำเนินชีวิต เช่น มองเห็นภาพไม่ชัด มองเห็นในระยะจำกัด หรือมีลานสายตาแคบ บุคคลกลุ่มนี้สามารถใช้เทคโนโลยีช่วยการมองเห็นหรือการปรับสภาพแวดล้อมเพื่อช่วยในการเรียนรู้ได้ เช่น การใช้ตัวอักษรขนาดใหญ่ โปรแกรมขยายหน้าจอ หรือการเพิ่มความแตกต่างของสีและแสงในพื้นที่เรียนรู้ (WHO, 2023)

นอกจากนี้ ความบกพร่องทางการเห็นยังอาจแบ่งตามช่วงเวลาที่เกิดความบกพร่อง ได้แก่ ความบกพร่องทางการเห็นตั้งแต่กำเนิด และความบกพร่องทางการเห็นภายหลัง ซึ่งมีผลต่อการพัฒนาด้านการรับรู้และการปรับตัวแตกต่างกัน ผู้ที่สูญเสียการมองเห็นภายหลังมักมีประสบการณ์ด้านภาพและการรับรู้เชิงพื้นที่มาก่อน จึงอาจสามารถเชื่อมโยงข้อมูลจากคำอธิบายกับประสบการณ์เดิมได้ง่ายกว่า ขณะที่บุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็นตั้งแต่กำเนิดจำเป็นต้องเรียนรู้สิ่งแวดล้อมผ่านประสาทสัมผัสด้านอื่นเป็นหลัก

## ผลกระทบต่อการเรียนรู้และการเคลื่อนไหว

ความบกพร่องทางการเห็นส่งผลกระทบโดยตรงต่อการรับรู้และการเข้าถึงข้อมูล เนื่องจากกระบวนการศึกษาอาศัยการมองเห็นเป็นพื้นฐาน ผู้เรียนกลุ่มนี้จึงเผชิญอุปสรรคในการอ่าน การสังเกต การเลียนแบบพฤติกรรม และการทำความเข้าใจสื่อวีดิทัศน์ (Hallahan et al., 2022) ในบริบทของวิชาพลศึกษาและกิจกรรมทางกาย ข้อจำกัดดังกล่าวจะทวีความรุนแรงขึ้น เนื่องจากกิจกรรมทางกายจำเป็นต้องอาศัยการมองเห็นเพื่อระบุทิศทาง ระยะทางและแนวทางการเคลื่อนไหว ส่งผลให้ผู้เรียนมีข้อจำกัดด้านการทรงตัว การประสานสัมพันธ์ของระบบกล้ามเนื้อและประสาท การรับรู้ตำแหน่งของร่างกาย (Body Awareness) และการรับรู้ทิศทางและการเคลื่อนไหวในพื้นที่ (Orientation and Mobility) ซึ่งบั่นทอนความมั่นใจในการเข้าร่วมกิจกรรมและเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ (Haeghele & Porretta, 2015)

## พลศึกษาสำหรับบุคคลพิเศษ

การจัดการเรียนรู้ทางพลศึกษาเป็นองค์ประกอบสำคัญของการพัฒนามนุษย์ในทุกช่วงวัย เนื่องจากกิจกรรมทางกายมิได้ส่งผลเฉพาะต่อสมรรถภาพทางร่างกายเท่านั้น แต่ยังมีบทบาทต่อการพัฒนาด้านอารมณ์ สังคม สติปัญญาและคุณภาพชีวิตโดยรวมของผู้เรียน โดยเฉพาะสำหรับบุคคลที่มีความบกพร่อง การจัดการเรียนรู้ทางพลศึกษาที่เหมาะสมสามารถช่วยลดข้อจำกัดทางร่างกายและสังคม ส่งเสริมความสามารถในการดำรงชีวิตและเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางกายได้อย่างเท่าเทียมกับบุคคลทั่วไป (Winnick & Porretta, 2017)



### ความหมายและหลักการของพลศึกษาสำหรับบุคคลพิเศษ

พลศึกษาสำหรับบุคคลพิเศษ (Adapted Physical Education: APE) คือ การจัดกิจกรรมทางพลศึกษา การออกกำลังกายและการเคลื่อนไหวที่ได้รับการปรับเปลี่ยนหรือออกแบบให้เหมาะสมกับลักษณะ ศักยภาพ และความต้องการจำเป็นเฉพาะบุคคล เพื่อให้ผู้เรียนสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้อย่างปลอดภัย มีประสิทธิภาพและเกิดการพัฒนาด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม (Winnick & Porretta, 2017) ซึ่งบทความนี้ขอใช้คำว่า APE แนวคิดของ APE ตั้งอยู่บนหลักความเสมอภาคทางการศึกษา (Educational Equity) และการมีส่วนร่วมของทุกคน (Participation for All) โดยมุ่งเน้นการปรับรูปแบบการสอน อุปกรณ์ กติกา วิธีการสื่อสาร และสภาพแวดล้อมทางกายภาพ เพื่อหลายอุปสรรคในการเข้าถึง มิใช่การลดมาตรฐานการเรียนรู้ (Sherrill, 2004)

### ความสำคัญของพลศึกษาสำหรับบุคคลพิเศษต่อการพัฒนาการและคุณภาพชีวิต

พลศึกษาสำหรับบุคคลพิเศษมีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาผู้เรียนในหลายมิติ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และการดำรงชีวิต โดยกิจกรรมทางกายช่วยส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย ความแข็งแรง ความยืดหยุ่น การทรงตัว และการประสานสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อ ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของการใช้ชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะในผู้ที่มีความบกพร่องทางการเห็นซึ่งมักมีข้อจำกัดด้านการเคลื่อนไหว การทรงตัว และความมั่นใจในการใช้พื้นที่ (Haeghele & Zhu, 2017) นอกจากผลด้านร่างกายแล้ว การเข้าร่วมกิจกรรมทางพลศึกษายังช่วยพัฒนาด้านจิตใจและอารมณ์ เช่น การสร้างความมั่นใจในตนเอง การลดความวิตกกังวล การพัฒนาความกล้าแสดงออก และการเรียนรู้ที่จะเผชิญความท้าทายผ่านกิจกรรมทางกีฬา ขณะเดียวกัน กิจกรรมกลุ่มยังช่วยส่งเสริมทักษะทางสังคม การสื่อสาร การทำงานร่วมกับผู้อื่นและการยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งล้วนเป็นทักษะสำคัญต่อการดำรงชีวิตในสังคม (Sherrill, 2004) ในบริบทของมหาวิทยาลัย การกีฬาแห่งชาติ พลศึกษายังมีบทบาทในฐานะ “พื้นที่แห่งโอกาส” ที่เปิดโอกาสให้นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็นได้พัฒนาศักยภาพทางกีฬาไปสู่การแข่งขันในระดับชาติและนานาชาติ ตลอดจนการสร้างอาชีพและความมั่นคงในอนาคตผ่านเส้นทางกีฬา อย่างไรก็ตาม แม้ว่ากีฬาอาจเป็นพื้นที่สำคัญในการสร้างคุณค่าและความภาคภูมิใจในตนเอง แต่การมุ่งเน้น “ความเป็นเลิศทางกีฬา” เพียงด้านเดียวอาจทำให้ละเลยมิติของคุณภาพชีวิตและการพัฒนาศักยภาพเชิงองค์รวมของผู้เรียน ดังนั้น การจัดการเรียนรู้ทางพลศึกษาจึงควรให้ความสำคัญทั้งต่อการพัฒนาสมรรถภาพทางกีฬาและการพัฒนาทักษะชีวิต การเข้าสังคม และการเรียนรู้เพื่อการดำรงชีวิตในระยะยาวควบคู่กัน

### สรุป

บุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็นคือผู้ที่สูญเสียหรือมีข้อจำกัดด้านการมองเห็นในระดับที่กระทบต่อการเรียนรู้และการดำเนินชีวิต แม้ได้รับการรักษาหรือใช้อุปกรณ์ช่วยแล้วก็ตาม ซึ่งแบ่งได้เป็นกลุ่มตาบอดที่ต้องอาศัยประสาทสัมผัสอื่นทดแทนการมองเห็นโดยสิ้นเชิง และกลุ่มสายตาสั้นหรือตาเหล่ที่ยังพอใช้การมองเห็นบางส่วนร่วมกับเทคโนโลยีช่วยเหลือได้ ความแตกต่างของช่วงเวลาที่เกิดความบกพร่อง ไม่ว่าจะเป็นแต่กำเนิดหรือเกิดขึ้นภายหลัง ก็ส่งผลต่อรูปแบบการรับรู้และการปรับตัวที่แตกต่างกันไปด้วย ผลกระทบที่เกิดขึ้นจึงมีได้จำกัดอยู่เพียงการเข้าถึงข้อมูลทางวิชาการ แต่ยังคงลามไปถึงการทรงตัว การประสานสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อและประสาท การรับรู้ตำแหน่งร่างกายและการรับรู้ทิศทางในพื้นที่ ซึ่งล้วนเป็นทักษะพื้นฐานสำคัญของการดำรงชีวิต



การเข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาและยังเพิ่มความเสี่ยงด้านความปลอดภัยหากขาดการออกแบบกิจกรรมที่รอบคอบ

ด้วยเหตุนี้ พลศึกษาสำหรับบุคคลพิเศษ หรือ Adapted Physical Education จึงเข้ามามีบทบาทสำคัญในฐานะแนวทางที่ปรับกิจกรรม อุปกรณ์ กติกาและสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับศักยภาพของผู้เรียนแต่ละคน โดยไม่ลดทอนมาตรฐานการเรียนรู้ ควบคู่ไปกับแนวคิด UDL ที่เน้นความยืดหยุ่นผ่านการนำเสนอข้อมูลที่หลากหลาย การเปิดโอกาสให้แสดงออกได้หลายรูปแบบ และการสร้างแรงจูงใจในการมีส่วนร่วม การผสมผสานแนวคิดนี้เข้าด้วยกันจึงมีคุณค่าทั้งในเชิงวิชาการ ที่ช่วยเติมเต็มช่องว่างงานวิจัยซึ่งยังไม่เคยมีผู้ศึกษาในบริบทนี้มาก่อน และในเชิงปฏิบัติ ที่จะนำไปสู่แนวทางจัดการเรียนรู้พลศึกษาอย่างเป็นรูปธรรมสำหรับนักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็น ท้ายที่สุดแล้ว คุณค่าที่แท้จริงของแนวทางนี้มิได้จำกัดอยู่เพียงการพัฒนาสมรรถภาพทางกายหรือความเป็นเลิศทางกีฬาเท่านั้น หากยังครอบคลุมถึงการเสริมสร้างความมั่นใจ การเข้าสังคม การลดทัศนคติเชิงลบที่สังคมมีต่อศักยภาพของคนกลุ่มนี้ และการยกระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาให้สามารถดำรงชีวิตและพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพในสังคมแห่งการเรียนรู้ร่วมกันอย่างแท้จริง

### แนวคิด Universal Design for Learning (UDL)

ในบริบทของการจัดการศึกษาในศตวรรษที่ 21 ประเด็นเรื่อง “ความเสมอภาคทางการศึกษา” (Educational Equity) และ “การศึกษาแบบเรียนรวม” (Inclusive Education) ได้รับความสำคัญเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในระดับอุดมศึกษาที่ผู้เรียนมีความหลากหลายทั้งด้านความสามารถ รูปแบบการเรียนรู้ ภาษา วัฒนธรรม ตลอดจนข้อจำกัดด้านร่างกายและการรับรู้ การจัดการเรียนรู้ในรูปแบบเดียวสำหรับผู้เรียนทุกคนจึงอาจไม่สามารถตอบสนองต่อความต้องการที่แตกต่างกันได้อย่างเหมาะสม แนวคิด Universal Design for Learning (UDL) จึงได้รับการพัฒนาขึ้นเพื่อเป็นกรอบแนวคิดสำคัญในการออกแบบการเรียนรู้ที่ยืดหยุ่น เปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคนสามารถเข้าถึง มีส่วนร่วม และแสดงศักยภาพของตนเองได้อย่างเท่าเทียม (CAST, 2024)

### ความหมายของ Universal Design for Learning (UDL)

Universal Design for Learning (UDL) เป็นแนวคิดการออกแบบการเรียนรู้ที่พัฒนาขึ้นโดย CAST โดยได้รับอิทธิพลจากแนวคิด Universal Design ทางสถาปัตยกรรม ซึ่งมุ่งออกแบบสิ่งแวดล้อมให้ทุกคนสามารถใช้งานได้โดยไม่ต้องปรับแก้ภายหลัง ก่อนนำมาประยุกต์ใช้ในบริบททางการศึกษา แนวคิดดังกล่าวมุ่งเน้นการออกแบบหลักสูตร วิธีสอน สื่อการเรียนรู้ และการประเมินผลให้มีความยืดหยุ่น เพื่อลดอุปสรรคในการเรียนรู้และตอบสนองต่อความแตกต่างระหว่างบุคคลของผู้เรียน (CAST, 2024)

Meyer et al. (2014) อธิบายว่า UDL เป็นกรอบแนวคิดที่ช่วยให้ผู้สอนออกแบบประสบการณ์การเรียนรู้ที่เข้าถึงผู้เรียนได้หลากหลายกลุ่ม ผ่านวิธีการเรียนรู้ที่ยืดหยุ่นและหลากหลาย ขณะที่ Rao et al. (2014) ชี้ว่า UDL สนับสนุนการจัดการศึกษาแบบเรียนรวม โดยเน้น “การลดอุปสรรคตั้งแต่วิธีขั้นตอนการออกแบบการสอน” มากกว่าการแก้ปัญหาเฉพาะรายภายหลัง ดังนั้น UDL จึงมิใช่เพียงแนวทางสำหรับผู้เรียนที่มีความบกพร่องเท่านั้น แต่เป็นแนวคิดที่เป็นประโยชน์ต่อผู้เรียนทุกคนในชั้นเรียน เนื่องจากยอมรับว่าผู้เรียนแต่ละคนมีรูปแบบการเรียนรู้ ความสนใจ และศักยภาพแตกต่างกัน



อย่างไรก็ตาม แม้ UDL จะได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวางในฐานะแนวคิดที่ส่งเสริมความเท่าเทียมทางการศึกษา แต่การนำไปใช้ในทางปฏิบัติยังคงเผชิญข้อจำกัดหลายประการ โดยเฉพาะในสถาบันอุดมศึกษาที่มีข้อจำกัดด้านทรัพยากร บุคลากร และความพร้อมด้านเทคโนโลยี ผู้สอนบางส่วนอาจยังขาดความเข้าใจเกี่ยวกับการออกแบบการเรียนรู้แบบยืดหยุ่น หรือมองว่า UDL เป็นภาระเพิ่มเติมในการจัดการเรียนการสอน ส่งผลให้การประยุกต์ใช้ยังไม่เกิดขึ้นอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง

### หลักการสำคัญของ UDL

กรอบแนวคิด Universal Design for Learning (UDL) ประกอบด้วยหลักการสำคัญ 3 ประการ ซึ่งพัฒนาขึ้นจากองค์ความรู้ด้านประสาทวิทยาศาสตร์การเรียนรู้ (Neuroscience of Learning) เพื่อรองรับความแตกต่างระหว่างบุคคลและลดอุปสรรคเชิงระบบ (CAST, 2024) ดังนี้:

1. **การนำเสนอข้อมูลที่หลากหลาย (Multiple Means of Representation)** มุ่งเน้นการถ่ายทอดเนื้อหาผ่านช่องทางการรับรู้ที่หลากหลายเพื่อป้องกันภาวะข้อมูลล้นเกิน (Cognitive Overload) โดยผู้สอนควรปรับเปลี่ยนจากการบรรยายหรือใช้สื่อทัศนูปแบบเดียว มาเป็นการประยุกต์ใช้ไฟล์เสียง สื่อสัมผัส โมเดลจำลอง หรือการสาธิตเชิงพื้นที่ร่วมกับคำอธิบายที่เป็นลำดับขั้น ซึ่งช่วยให้ผู้เรียนที่มีความบกพร่องทางการเห็นสามารถสร้างมโนทัศน์และเข้าถึงข้อมูลได้อย่างแม่นยำ

2. **การเปิดโอกาสให้ผู้เรียนแสดงความสามารถได้หลายรูปแบบ (Multiple Means of Action and Expression)** มุ่งให้ผู้เรียนสะท้อนความรู้ความเข้าใจตามศักยภาพและจุดแข็งเฉพาะบุคคล แทนการประเมินผลแบบข้อเขียนดั้งเดิม ในศาสตร์พลศึกษาผู้เรียนที่มีความบกพร่องทางการเห็นสามารถแสดงออกผ่านการปฏิบัติทักษะกลไกเคลื่อนไหว การอธิบายกระบวนการด้วยวาจาหรือการบันทึกการรายงานเสียง อย่างไรก็ตาม ผู้สอนจำเป็นต้องกำหนดเกณฑ์การประเมิน (Assessment Criteria) ที่ชัดเจนและเป็นธรรมเพื่อรักษามาตรฐานทางวิชาการ

3. **การสร้างแรงจูงใจและการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ (Multiple Means of Engagement)** มุ่งสร้างบรรยากาศเชิงบวกเพื่อลดความวิตกกังวลและเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง ผ่านการจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือ (Collaborative Learning) และระบบเพื่อนช่วยเพื่อน (Peer-assisted Learning) ทั้งนี้ การสร้างแรงจูงใจต้องรักษาสมดุลระหว่าง "การสนับสนุนจากคนรอบข้าง" และ "การพัฒนาความสามารถ ในการกำกับตนเอง (Self-regulation)" เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้เรียนเกิดภาวะพึ่งพา (Dependency) มากเกินไป

### การประยุกต์ใช้ UDL ในระดับอุดมศึกษาและหลักพลศึกษา

ในระดับอุดมศึกษา แนวคิด UDL สามารถนำมาสอดแทรกได้ทั้งด้านการพัฒนาหลักสูตร การปรับกติกาสอนและวิธีการสอน ตลอดจนการจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่ปลอดภัย (Universal Design) สำหรับมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ การบูรณาการ UDL ร่วมกับทักษะกีฬาพื้นฐานสามารถทำได้โดยให้ผู้เรียนที่มองเห็นทำหน้าที่เป็นเพื่อนช่วยสอน (Peer Tutor) คอยบอกทิศทาง ระยะทางและจังหวะควบคู่กับการใช้คำสั่งเสียง ซึ่งกลไกนี้ช่วยลดการตีตรา (Stigma) สลายความรู้สึกแตกต่าง และขับเคลื่อนแนวคิด "การศึกษาเพื่อทุกคน" (Education for All) อย่างเป็นรูปธรรม อย่างไรก็ตาม การขับเคลื่อน UDL ยังคงเผชิญความท้าทายเชิงโครงสร้าง อาทิ ข้อจำกัดด้านงบประมาณ เทคโนโลยี สิ่งอำนวยความสะดวกเฉพาะทาง และภาระงานอาจารย์ ซึ่งจำเป็นต้องได้รับการสนับสนุนเชิงนโยบายจากผู้บริหารระดับสถาบันอย่างเป็นระบบ



สำหรับการจัดการเรียนรู้ภาคปฏิบัติในวิชาพลศึกษา ซึ่งเดิมที่ต้องพึ่งพาการสังเกตเชิงทัศน์และการเคลื่อนไหวในสภาพแวดล้อมที่แปรเปลี่ยนตลอดเวลา (Lieberman & Houston-Wilson, 2018) ผู้สอนสามารถประยุกต์ใช้หลัก UDL เพื่อลดอุปสรรคทางกายภาพและสร้างความปลอดภัยได้ผ่าน 2 กลไกหลัก (Winnick & Porretta, 2017; Lieberman et al., 2019) ได้แก่

1. การใช้สื่อเสียงและสื่อสัมผัส ปรับเปลี่ยนอุปกรณ์กีฬาให้เหมาะสม เช่น การใช้ลูกบอลเสียง เส้นเชือกนำทาง พื้นผิวสัมผัส (Tactile Paving) หรือโมเดลจำลองเพื่อช่วยให้ผู้เรียนระบุตำแหน่งและทิศทางของวัตถุผ่านประสาทสัมผัสที่คงเหลืออยู่ การใช้วัสดุนุ่มเพื่อลดการบาดเจ็บ หรือการปรับกติกาการเล่นให้เหมาะสมกับศักยภาพของผู้เรียน (Winnick & Porretta, 2017)
2. การอธิบายทักษะกลไกเคลื่อนไหวด้วยวาจา หลีกเลี่ยงคำสั่งที่คลุมเครือ เช่น "ทำตามผู้สอน" แล้วเปลี่ยนเป็นการอธิบายเชิงพื้นที่ที่มีลำดับขั้นและทิศทางที่ชัดเจน เช่น "ยกแขนขวาวนระดับไหล่ แล้วเหวี่ยงไปด้านหน้า" ซึ่งช่วยให้ผู้เรียนที่มีความบกพร่องทางการเห็นเข้าใจกลไกและฝึกปฏิบัติทักษะได้อย่างถูกต้องแม่นยำ

### แนวทางการจัดการเรียนรู้ในมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ

#### 1. การพัฒนาหลักสูตรและการบูรณาการองค์ความรู้

การพัฒนาหลักสูตรถือเป็นกลไกเชิงระบบในการสร้างระบบนิเวศการศึกษาเรียนรวม (Inclusive Education) ในระดับอุดมศึกษา โดยหลักสูตรด้านพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การกีฬามหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ ควรได้รับการออกแบบให้มีความยืดหยุ่นและบูรณาการองค์ความรู้ด้านพลศึกษาสำหรับบุคคลพิเศษ (Adapted Physical Education: APE) และกรอบแนวคิด UDL เข้าไว้ในรายวิชาหลัก (CAST, 2024) มุ่งเน้นการเสริมสร้างสมรรถนะให้นักศึกษาคูพลศึกษาและบุคลากรทางการกีฬามีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมทางกายแบบปรับประยุกต์ การประยุกต์ใช้สื่อเสียงและสื่อสัมผัส การสื่อสารเชิงพื้นที่สำหรับผู้เรียนที่มีความบกพร่องทางการเห็น ตลอดจนการเปิดโอกาสให้ประเมินผลผ่านแนวทางที่ยืดหยุ่น (Multiple Means of Action and Expression) เช่น การสาธิตปฏิบัติจริง การสะท้อนคิด (Reflection) หรือแฟ้มสะสมงาน (Portfolio) อย่างไรก็ตาม บทวิพากษ์สำคัญในบริบทปัจจุบันพบว่า หลายสถาบันมักจัดเนื้อหาการศึกษาเรียนรวมแยกเป็น "รายวิชาเฉพาะกลุ่ม" มากกว่าการบูรณาการเชิงระบบ ส่งผลให้ผู้เรียนมองการจัดการศึกษาสำหรับบุคคลที่มีความบกพร่องเป็นเรื่องแยกส่วน ดังนั้น การพัฒนาหลักสูตรจึงควรมุ่งเปลี่ยนกระบวนทัศน์จาก "การช่วยเหลือบุคคลที่มีความบกพร่องเป็นรายบุคคล" ไปสู่ "การออกแบบการเรียนรู้สำหรับทุกคน" (Design-for-All Paradigm) อย่างแท้จริง

#### 2. การพัฒนาศักยภาพผู้สอนและทักษะเชิงปฏิบัติการ

ผู้สอนคือปัจจัยขับเคลื่อนหลักในการแปรนโยบายเรียนรวมไปสู่การปฏิบัติในชั้นเรียน มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติจึงจำเป็นต้องส่งเสริมสมรรถนะอาจารย์อย่างต่อเนื่อง ทั้งในมิติความรู้เท่าทันความบกพร่อง เทคโนโลยีสิ่งอำนวยความสะดวก และทักษะการปรับเปลี่ยนการจัดการเรียนรู้พลศึกษา (Instructional Adaptation) เช่น การใช้คำอธิบายเชิงพื้นที่เป็นลำดับขั้น การบริหารจัดการกระบวนการเพื่อนช่วยเพื่อน (Peer-assisted Learning) และการจัดกิจกรรมภาคปฏิบัติอย่างปลอดภัย ซึ่งงานวิจัยของ Lieberman และ Houston-Wilson (2018) ยืนยันว่าผู้สอนที่มีทักษะเหล่านี้จะสามารถยกระดับการมีส่วนร่วม ความมั่นใจ และ



ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ของผู้เรียนได้อย่างมีนัยสำคัญ ทว่า ปัญหาสำคัญในบริบทอุดมศึกษาไทยคือผู้สอนส่วนใหญ่ยังขาดประสบการณ์ตรงร่วมกับผู้เรียนพิการ นำไปสู่ความวิตกกังวลด้านความปลอดภัยจนเกิดภาวะ "ลดโอกาสการมีส่วนร่วม" ของผู้เรียนโดยไม่ตั้งใจ การพัฒนาศักยภาพผู้สอนจึงต้องก้าวข้ามการอบรมเชิงทฤษฎี ไปสู่การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์จริงและการทำงานร่วมกับนักศึกษาที่มีความบกพร่องโดยตรง

### 3. การสนับสนุนสิ่งอำนวยความสะดวกและสภาพแวดล้อมทางกายภาพ

การจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพตามหลักการออกแบบที่เป็นสากล (Universal Design: UD) เป็นองค์ประกอบพื้นฐานของการเป็นมหาวิทยาลัยเรียนรวม (Inclusive University) โดยเฉพาะสำหรับผู้เรียนที่มีความบกพร่องทางการเห็น มหาวิทยาลัยควรวางระบบโครงสร้างพื้นฐานที่เอื้อต่อการเข้าถึงอย่างปลอดภัยและเป็นอิสระ (CAST, 2024) เช่น การติดตั้งพื้นผิวสัมผัส (Tactile Paving) ระบบเสียงนำทาง ป้ายอักษรเบรลล์ การกำหนดขอบเขตสนามด้วยวัสดุสัมผัสหรือสัญญาณเสียง การจัดวางตำแหน่งอุปกรณ์ในโรงยิมให้คงที่เพื่อลดความเสี่ยงจากการชน ตลอดจนการจัดเตรียมเอกสารดิจิทัลที่รองรับโปรแกรมอ่านหน้าจอ (Screen Reader) อย่างไรก็ตาม ในทางปฏิบัติมักพบข้อจำกัดจากการปรับสภาพแวดล้อมในลักษณะ "ปรับเพิ่มภายหลัง" (Retrofitting) ซึ่งมักไม่สอดคล้องกับการใช้งานจริง ดังนั้น การพัฒนาสภาพแวดล้อมทางการศึกษาและสนามกีฬาจึงต้องอาศัยกลไกการมีส่วนร่วมของผู้ใช้งานจริง โดยเฉพาะนักศึกษาที่มีความบกพร่องตั้งแต่ขั้นตอนเริ่มต้นของการออกแบบ

### 4. ระบบช่วยเหลือ ให้คำปรึกษา และมิติจิตสังคม

นอกเหนือจากมิติทางวิชาการ นักศึกษาที่มีความบกพร่องทางการเห็นจำเป็นต้องได้รับการดูแลด้านจิตสังคม (Psychosocial Support) การปรับตัว และการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยอย่างเป็นระบบผ่านศูนย์บริการนักศึกษาที่มีความบกพร่อง เครือข่ายอาจารย์ที่ปรึกษาเฉพาะด้าน และระบบเพื่อนช่วยเพื่อน (Buddy System) เพื่อช่วยแนะนำสถานที่และส่งเสริมการสร้างปฏิสัมพันธ์ภายในชั้นเรียน ซึ่งนอกจากจะลดความวิตกกังวลของผู้เรียนแล้ว ยังช่วยเสริมสร้างความตระหนักรู้และการยอมรับความหลากหลายในกลุ่มนักศึกษาทั่วไป ยิ่งไปกว่านั้น ระบบให้คำปรึกษาต้องครอบคลุมถึงการแนะแนวอาชีพและการเตรียมความพร้อมในระยะยาว โดยเฉพาะกลุ่มนักศึกษาที่เป็นนักกีฬามืออาชีพที่มีความบกพร่องซึ่งมีข้อจำกัดด้านช่วงเวลาการประกอบอาชีพทางกีฬา การสนับสนุนด้านการวางแผนการศึกษาและการใช้ชีวิตหลังสิ้นสุดเส้นทางนักกีฬาจึงเป็นสิ่งสำคัญในการสร้างคุณภาพชีวิตที่มั่นคงและยั่งยืน

### 5. การส่งเสริมกีฬาเพื่อบุคคลที่มีความบกพร่องและการพัฒนามนุษย์

มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติควรทำหน้าที่เป็นศูนย์กลางในการผลิตครูพลศึกษา บุคลากรทางการกีฬา การวิจัยและการพัฒนานวัตกรรมกีฬาเพื่อบุคคลที่มีความบกพร่องเพื่อขยายโอกาสสู่สังคม ทั้งการสนับสนุนชมรมกีฬามืออาชีพที่มีความบกพร่อง การจัดแข่งขันระดับสถาบัน และการประยุกต์ใช้วิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อพัฒนาสมรรถภาพอย่างเหมาะสม อย่างไรก็ตาม การขับเคลื่อนนโยบายด้านกีฬาเพื่อบุคคลที่มีความบกพร่องไม่ควรมุ่งเน้นเพียง "ความเป็นเลิศทางกีฬา" (Athletic Excellence) หรือการแข่งขันเพื่อถ้วยรางวัลเท่านั้น แต่ต้องให้ความสำคัญกับกีฬาในฐานะเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพชีวิต การสร้างความมั่นใจและการหลอมรวมทางสังคม (Social Inclusion) เพราะหากสถาบันมุ่งเน้นเพียงมิติการแข่งขัน อาจเกิดการเลือกปฏิบัติและลดทอนโอกาสเข้าถึงกิจกรรมทางกายของผู้เรียนกลุ่มอื่น ทั้งที่เป้าหมายสูงสุดของพลศึกษาคือการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ทุกคนอย่างเท่าเทียมและทั่วถึง



## สรุป

การจัดการเรียนรู้พลศึกษาสำหรับบุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระดับอุดมศึกษา โดยเฉพาะในบริบทของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ เป็นมิติสำคัญที่สะท้อนถึงความเสมอภาคทางการศึกษาและการพัฒนาศักยภาพมนุษย์อย่างรอบด้าน แม้ประเทศไทยจะมีกลไกทางกฎหมายรองรับสิทธิของบุคคลที่มีความบกพร่อง ทว่าในทางปฏิบัติยังคงเผชิญข้อจำกัดเชิงระบบ ทั้งด้านการเข้าถึงกิจกรรม สื่อการเรียนรู้ อุปกรณ์กีฬา และสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่ไม่สอดคล้องกับช่องทางการรับรู้ของผู้เรียน การบูรณาการกรอบแนวคิด Universal Design for Learning (UDL) ร่วมกับหลักพลศึกษาสำหรับบุคคลพิเศษ (APE) จึงเป็นทางออกเชิงกลไกที่สร้างความยืดหยุ่นผ่านการปรับเปลี่ยนสื่อเสียง สื่อสัมผัส คำอธิบายเชิงพื้นที่ และระบบการวัดประเมินผลทางเลือก ซึ่งช่วยลดอุปสรรคและส่งเสริมการมีส่วนร่วมอย่างปลอดภัย ควบคู่กับการประยุกต์ใช้กระบวนการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน (Peer-assisted Learning) ที่ช่วยเสริมสร้างสุขภาวะทางจิต สัมพันธภาพทางสังคม และขับเคลื่อนเป้าหมายของการศึกษาเรียนรวม (Inclusive Education) เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้เรียนในระยะยาวอย่างยั่งยืน

## เอกสารอ้างอิง

- คณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ. (2568). สารเนื่องใน "วันบุคคลที่มีความบกพร่องแห่งชาติ" ประจำปี 2568. สืบค้นจาก <https://www.nhrc.or.th/th/NHRC-News-and-Important-Events/16217>
- จินตนา สุริยพงศ์ และ วีรพล โล่เจริญรัตน์. (2567). ผลการจัดการเรียนรู้ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน รายวิชาคณิตศาสตร์ตามหลักการออกแบบการเรียนรู้ที่เป็นสากล สำหรับนักเรียนที่มีความต้องการจำเป็นพิเศษ ในห้องเรียนการศึกษาพิเศษ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1. *วารสาร มจร อุบลปริทรรศน์*, 9(3), 1037-1048.
- ดร.ณนา นาชัยฤทธิ. (2550). ผลการเรียนรู้จากบทเรียนมัลติมีเดียบนระบบเครือข่ายที่พัฒนาตามแนวคอนสตรัคติวิสต์เรื่องการใช้เทคโนโลยีการศึกษาในห้องเรียน ของนิสิตปริญญาตรี สาขาวิชาเทคโนโลยีและสื่อสารการศึกษา [ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นพรัตน์ หัสดี. (2559). การสอนพลศึกษาสำหรับเด็กพิเศษ. *วารสารครุศาสตร์*, 44(2), 259-269.
- ปนัดดา วงศ์จินดา. (2563). การส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาของนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน โรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์. *วารสารวิจัยและพัฒนาศึกษาพิเศษ*, 9(1), 44-55.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2565). *แนวทางการจัดการศึกษาสำหรับนักเรียนพิการเรียนรวม*. กระทรวงศึกษาธิการ.
- สำนักงานปลัดกระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม. (ม.ป.ป.). *นักศึกษายุคปัจจุบันที่มีความบกพร่อง*. ศูนย์กลางข้อมูลเปิด (MHESI Open Data). สืบค้นจาก [https://data.mhesi.go.th/dataset/univ\\_std\\_11\\_07](https://data.mhesi.go.th/dataset/univ_std_11_07)
- Al-Azawei, A., Serenelli, F., & Lundqvist, K. (2016). Universal Design for Learning (UDL): A content analysis of peer-reviewed journal papers from 2012 to 2015. *Journal of the Scholarship of Teaching and Learning*, 16(3), 39-56.



- American Foundation for the Blind. (2024). *What is blindness and low vision?* American Foundation for the Blind.
- CAST. (2024). *Universal Design for Learning guidelines version 3.0*. CAST.
- Doyle, A. J., O'Toole, M., Cassidy, D., & Condrón, C. M. (2025). Universal Design for Learning (UDL) in simulation-based health professions education. *Advances in Simulation*, 10(33). <https://doi.org/10.1186/s41077-025-00361-3>
- Haegerle, J. A., & Porretta, D. L. (2015). Physical activity and school-age individuals with visual impairments: A literature review. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 32(1), 68–82. <https://doi.org/10.1123/APAQ.2013-0110>
- Haegerle, J. A., & Zhu, X. (2017). Experiences of individuals with visual impairments in integrated physical education: A retrospective study. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 88(4), 425–435. <https://doi.org/10.1080/02701367.2017.1346785>
- Hallahan, D. P., Kauffman, J. M., & Pullen, P. C. (2022). *Exceptional learners: An introduction to special education* (15th ed.). Pearson.
- Imel, S. (1994). *Peer tutoring*. ERIC Clearinghouse on Adult, Career, and Vocational Education.
- Kohn, A., & Vajda, D. (1975). *Peer-mediated instruction and learning*. Educational Research Press.
- Lieberman, L. J., & Houston-Wilson, C. (2018). *Strategies for inclusion: A handbook for physical educators* (3rd ed.). Human Kinetics.
- Lieberman, L. J., Houston-Wilson, C., & Kozub, F. M. (2002). Perceived barriers to including students with visual impairments in general physical education. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 19(3), 364–377. <https://doi.org/10.1123/apaq.19.3.364>
- Lieberman, L. J., Robinson, B., & Rollheiser, H. (2019). Teaching students with visual impairments. In J. P. Winnick & D. L. Porretta (Eds.), *Adapted physical education and sport* (6th ed., pp. 263–282). Human Kinetics.
- Maheady, L., Mallette, B., Harper, G. F., Sacca, M. K., & Pomerantz, D. S. (1994). The effects of reciprocal peer tutoring on the academic achievement of students with mild disabilities in secondary general education classes. *Exceptional Children*, 60(6), 545–555.
- Meyer, A., Rose, D. H., & Gordon, D. (2014). *Universal Design for Learning: Theory and practice*. CAST Professional Publishing.
- Miller, A., Barbetta, P. M., & Heron, T. E. (1994). Effects of classwide peer tutoring on the acquisition of sight words. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 27(2), 289–300.
- Preety, & Rani, R. (2024). Enhancing learning and exploring Universal Design for Learning (UDL) principles and practices in the classroom. *International Journal of Novel Research and Development*, 9(9), c640-c649.
- Rao, K., Ok, M. W., & Bryant, B. R. (2014). A review of research on Universal Design



- educational models. *Remedial and Special Education*, 35(3), 153–166.  
<https://doi.org/10.1177/0741932513518980>
- Sherrill, C. (2004). *Adapted physical activity, recreation, and sport: Crossdisciplinary and lifespan* (6th ed.). McGraw-Hill.
- Thomas, S. B. (1993). *Peer tutoring in higher education*. Routledge.
- Topping, K. J. (2001). *Peer assisted learning: A practical guide for teachers*. Brookline Books.
- Winnick, J. P., & Porretta, D. L. (2017). *Adapted physical education and sport* (6th ed.). Human Kinetics.
- World Health Organization. (2023). *Blindness and vision impairment*. World Health Organization.