

แผนการศึกษา COURSE HANDBOOK

วิทยาศาสตร์การกีฬา และการออกกำลังกาย SPORTS AND EXERCISE SCIENCE



วิทยาศาสตร์การกีฬาและการออกกำลังกาย

“วิทยาศาสตร์การกีฬาสุขภาพ DPU จาก Science สู่การโค้ชได้อย่างมืออาชีพมาตรฐานสากล”

ออกแบบมาเพื่อสร้างผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพและการออกกำลังกายในยุคใหม่โดยมุ่งเน้นการเรียนรู้ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติบนพื้นฐานวิทยาศาสตร์สุขภาพอย่างแท้จริง ครอบคลุมองค์ความรู้ด้านกายวิภาค สรีรวิทยา โภชนาการ จิตวิทยา การกีฬา การวัดและประเมินสมรรถภาพ รวมถึงการใช้สถิติในการวิเคราะห์สุขภาพอย่างมีมาตรฐาน พร้อมฝึกปฏิบัติจริงในห้องปฏิบัติการ ฟิตเนสและสถานประกอบการด้านสุขภาพ เพื่อให้ผู้เรียนสามารถทำงานได้จริงตั้งแต่สำเร็จการศึกษา หลักสูตรโดดเด่นด้วยการบูรณาการวิทยาศาสตร์การกีฬาเข้ากับแนวคิด Integrative Medicine และวิทยาการชะลอวัย (Anti-Aging & Wellness) ซึ่งตอบโจทย์เทรนด์สุขภาพระดับโลกเปิดโอกาสฝึกงานกับฟิตเนสคลับ โรงพยาบาล และศูนย์กายภาพบำบัดพร้อมทางเลือกการเรียนที่ยืดหยุ่นทั้งสายวิชาการและสายวิชาชีพ และได้รับการรับรองมาตรฐานสากลจาก ISSA (USA) เพื่อรองรับการประกอบอาชีพ Personal Trainer และผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพทั้งในประเทศและระดับนานาชาติ

YEAR 1 - Science Base: ร่างกายและการเคลื่อนไหว

วางรากฐานวิทยาศาสตร์การกีฬาสุขภาพ กายวิภาค สรีรวิทยาและการเคลื่อนไหว

YEAR 2 - Performance Plan: ฝึก+โภชนาการ+คัดกรอง

ออกแบบการฝึกโภชนาการ ประเมินและคัดกรองการเคลื่อนไหว ดูแลรายบุคคล พร้อมพื้นฐานเวชศาสตร์กีฬาและธุรกิจฟิตเนส

YEAR 3 - Business Mind: โค้ชได้ บริหารฟิตเนส

จากการฝึกสู่การบริหาร วางโปรแกรมได้ ทำโค้ชได้ และคิดธุรกิจฟิตเนสเป็น

YEAR 4 - Career Ready: เฉพาะทาง + ฝึกวิชาชีพ

เจาะลึกเฉพาะทาง + ฝึกงานจริง สู่ความพร้อมทำงานสายเทรนเนอร์และฟิตเนสแบบมืออาชีพ

คุณสมบัติของผู้สมัคร

- จบ ม.6 / ปวช. / กศน. สำหรับหลักสูตร 4 ปี
- ปวส. สำหรับหลักสูตรเทียบโอน

โครงสร้างหลักสูตรวิทยาศาสตร์บัณฑิต (4 ปี)
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาและการออกกำลังกาย (123 หน่วยกิต)

หมวดวิชาศึกษาทั่วไป 24 หน่วยกิต	หมวดวิชาเฉพาะ 93 หน่วยกิต		
	กลุ่มวิชาพื้นฐานวิชาชีพ 21 หน่วยกิต	กลุ่มวิชาเอก 66 หน่วยกิต	กลุ่มประสบการณ์วิชาชีพ 6 หน่วยกิต
กลุ่มวิชามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ กลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี และกลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ไม่น้อยกว่า 18 หน่วยกิต กลุ่มวิชามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ EO100 เศรษฐกิจยุคดิจิทัล (3) GE122 ปรัชญากับชีวิต (3) GE123 ไทยศึกษา (3) GE136 จิตวิทยาเชิงบวก เพื่อคุณภาพชีวิต (3) GE138 การศึกษาเพื่อสร้างพลเมือง (3) GE147 จิตสาธารณะเพื่อชุมชน (3) GE172 เศรษฐกิจใหม่และวัฒนธรรมในประเทศไทย กลุ่ม AEC และจีน (3) GE173 ชีวิตและวัฒนธรรมดิจิทัล (3) GE174 สังคมและเศรษฐกิจ เพื่อความยั่งยืน (3) GE176 ความคิดสร้างสรรค์ เพื่อนวัตกรรม (3) GE177 ความเป็นผู้ประกอบการ ดิจิทัลเพื่อความยั่งยืน (3) GE205 ผู้ประกอบการรายย่อย (6) LW103 กฎหมายในชีวิตประจำวัน (3) PA101 คุณภาพชีวิตตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง (3)	SC218 กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา (3) SS201 ความรู้พื้นฐานทางวิทยาศาสตร์การกีฬาและการออกกำลังกาย (3) SS202 กายวิภาคศาสตร์สำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬาและการออกกำลังกาย (3) SS203 สรีรวิทยาสำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬาและการออกกำลังกาย (3) SS204 วิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหว (3) SS205 โภชนาการทางการกีฬาและการออกกำลังกาย (3) SS206 จิตวิทยาการกีฬาและการออกกำลังกาย (3)	วิชาเอกบังคับ 60 หน่วยกิต SS301 หลักการในการฝึกกีฬา และการออกกำลังกาย (3) SS302 เวชศาสตร์การกีฬา การออกกำลังกาย และการชะลอวัย (3) SS303 การจัดการธุรกิจฟิตเนส กีฬา และการชะลอวัย (3) SS304 การจัดการนักกีฬาเฉพาะบุคคล (3) SS305 การประเมินสมรรถภาพทางกาย (3) SS306 การคัดกรองท่าทางการเคลื่อนไหว (3) SS307 การกำหนดโปรแกรมการฝึกกีฬาและการออกกำลังกาย (3) SS308 การออกกำลังกายท่าทางที่ถูกต้อง (3) SS309 หัวข้อเฉพาะด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาและการออกกำลังกาย (3) SS310 การกำหนดโปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ (3) SS311 การฝึกด้วยแรงต้าน (3) SS312 การฝึกฟังก์ชันนอล (3) SS313 การออกกำลังกายแบบกลุ่มพื้นฐาน (3) SS314 การนวด (3) SS315 โยคะ (3) SS316 การวางแผนกลยุทธ์ธุรกิจฟิตเนสและกีฬา (3) SS317 ทักษะการสื่อสารเพื่อการจัดการ (3) SS318 ผู้ฝึกสอนออกกำลังกายส่วนบุคคล (3)	SS412 การฝึกวิชาชีพด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา และการออกกำลังกาย (6)
กลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี CE100 ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับนวัตกรรมหุ่นยนต์ (3) CT101 โลกของปัญญาประดิษฐ์และ IoTs (3) CT102 ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับเทคโนโลยีเสมือนจริงและเทคโนโลยีความเป็นจริงเสริม (3)			กลุ่มวิชาเลือกเสรี 6 หน่วยกิต เลือกเรียนจากรายวิชาที่เปิดสอนในมหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต หรือรายวิชาที่เปิดสอนในระดับอุดมศึกษาทั้งภายในและต่างประเทศที่วิทยาลัยอนุมัติให้เป็นวิชาเลือกเสรีได้

*แผนการเรียนรู้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

โครงสร้างหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต (4 ปี)
สาขาวิชาวิทยาศาสตรการกีฬาและการออกกำลังกาย (123 หน่วยกิต)

หมวดวิชาศึกษาทั่วไป 24 หน่วยกิต	หมวดวิชาเฉพาะ 93 หน่วยกิต		
	กลุ่มวิชาพื้นฐานวิชาชีพ 29 หน่วยกิต	กลุ่มวิชาเอก 66 หน่วยกิต	กลุ่มประสบการณ์วิชาชีพ 6 หน่วยกิต
MA109 คณิตศาสตร์และสถิติ (3) SC106 วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (3) กลุ่มวิชาวิทยาศาสตรสุขภาพ GE201 วิทยาศาสตรสุขภาพพื้นฐาน (3) GE202 การดูแลสุขภาพด้วยชีวิต (3) GE203 การแพทย์ทางเลือก (3) GE204 วิทยาศาสตรการชะลอวัย (3) กลุ่มวิชาภาษา ไม่น้อยกว่า 6 หน่วยกิต กลุ่มภาษาอังกฤษ LA161 ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร 1 (3) LA162 ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร 2 (3) กลุ่มภาษาญี่ปุ่น JP101 ภาษาญี่ปุ่นพื้นฐาน (3) JP102 ภาษาญี่ปุ่นเพื่อการสื่อสาร 1 (3) กลุ่มภาษาเกาหลี KO101 ภาษาเกาหลีพื้นฐาน (3) KO102 ภาษาเกาหลีเพื่อการสื่อสาร 1 (3) กลุ่มภาษาจีน ZH301 ภาษาจีน 1 (3) ZH302 ภาษาจีน 2 (3)		SS411 โครงการงานการบริหารธุรกิจ (6) ด้านวิทยาศาสตรการกีฬาและการออกกำลังกาย วิชาเอกเลือก เลือกเรียนจากรายวิชาต่อไปนี้ กลุ่มใดกลุ่มหนึ่งไม่น้อยกว่า 6 หน่วยกิต กลุ่มผู้ฝึกสอนออกกำลังกายส่วนบุคคล มืออาชีพ SS401 การออกกำลังกายแบบกลุ่ม ขั้นสูง (3) SS402 พิลาทิส (3) SS403 การกำหนดโปรแกรมการออกกำลังกายสำหรับกลุ่มคนพิเศษ (3) กลุ่มผู้ฝึกสอนสมรรถภาพนักกีฬา SS404 การฝึกและพัฒนาักกีฬาประเภททีม (3) SS405 การฝึกและพัฒนาักกีฬาทางน้ำ (3) SS406 การฝึกและพัฒนาักกีฬาประเภทเร็กเก็ต (3) กลุ่มผู้จัดการสถานออกกำลังกาย (ฟิตเนส) และนักกีฬา SS407 การตลาดธุรกิจด้านฟิตเนสและกีฬา (3) SS408 การจัดการทรัพยากรบุคคลในธุรกิจฟิตเนสและกีฬา (3) SS409 กฎหมายและจรรยาบรรณในธุรกิจฟิตเนสและกีฬา (3) SS410 การประเมินผลและการวัดประสิทธิภาพ (3)	

*แผนการเรียนอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

แผนการศึกษาของหลักสูตรวิทยาศาสตร์บัณฑิต (4 ปี)
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาและการออกกำลังกาย (123 หน่วยกิต)

ชั้นปีที่ 1					
ภาคเรียนที่ 1 (15 หน่วยกิต)			ภาคเรียนที่ 2 (15 หน่วยกิต)		
รหัสวิชา	ชื่อวิชา	หน่วยกิต	รหัสวิชา	ชื่อวิชา	หน่วยกิต
SC218	กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา	3	SS203	สรีรวิทยาสำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬา	3
SS201	ความรู้พื้นฐานทางวิทยาศาสตร์การกีฬาและการออกกำลังกาย	3	SS204	วิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหว	3
SS202	กายวิภาคศาสตร์สำหรับวิทยาศาสตร์การกีฬาและการออกกำลังกาย	3		หมวดวิชาศึกษาทั่วไป	9
	หมวดวิชาศึกษาทั่วไป	6			

ปีที่ 2					
ภาคเรียนที่ 1 (15 หน่วยกิต)			ภาคเรียนที่ 2 (18 หน่วยกิต)		
รหัสวิชา	ชื่อวิชา	หน่วยกิต	รหัสวิชา	ชื่อวิชา	หน่วยกิต
SS205	โภชนาการทางการกีฬาและการออกกำลังกาย	3	SS302	เวชศาสตร์การกีฬา การออกกำลังกาย และการชะลอวัย	3
SS206	จิตวิทยาการกีฬาและการออกกำลังกาย	3	SS304	การจัดการนักกีฬาเฉพาะบุคคล	3
SS303	การจัดการธุรกิจฟิตเนส กีฬา และการชะลอวัย	3	SS305	การประเมินสมรรถภาพทางกาย	3
SS311	การฝึกด้วยแรงต้าน	3	SS306	การคัดกรองท่าทางการเคลื่อนไหว	3
	หมวดวิชาศึกษาทั่วไป	3		หมวดวิชาศึกษาทั่วไป	6

*แผนการเรียนอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

แผนการศึกษาของหลักสูตรวิทยาศาสตร์บัณฑิต (4 ปี)
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาและการออกกำลังกาย (123 หน่วยกิต)

ชั้นปีที่ 3					
ภาคเรียนที่ 1 (21 หน่วยกิต)			ภาคเรียนที่ 2 (21 หน่วยกิต)		
รหัสวิชา	ชื่อวิชา	หน่วยกิต	รหัสวิชา	ชื่อวิชา	หน่วยกิต
SS301	หลักการในการฝึกกีฬาและออกกำลังกาย	3	SS307	การกำหนดโปรแกรมการฝึกกีฬา	3
SS312	การฝึกฟังก์ชันนอล	3		และการออกกำลังกาย	
SS313	การออกกำลังกายแบบกลุ่มพื้นฐาน	3	SS308	การออกกำลังกายท่าทางที่ถูกต้อง	3
SS316	การวางแผนกลยุทธ์ธุรกิจฟิตเนส	3	SS310	การกำหนดโปรแกรมการออกกำลังกาย	3
	และกีฬา			สำหรับผู้สูงอายุ	
SS317	ทักษะการสื่อสารเพื่อการจัดการ	3	SS314	การนวด	3
	วิชาเลือกเสรี	6	SS315	โยคะ	3
			SS411	โครงการการบริหารธุรกิจด้านวิทยาศาสตร์	6
				การกีฬาและการออกกำลังกาย	

ชั้นปีที่ 4					
ภาคเรียนที่ 1 (12 หน่วยกิต)			ภาคเรียนที่ 2 (6 หน่วยกิต)		
รหัสวิชา	ชื่อวิชา	หน่วยกิต	รหัสวิชา	ชื่อวิชา	หน่วยกิต
SS309	หัวข้อเฉพาะด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา	3	SS412	การฝึกวิชาชีพด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา	6
	และการออกกำลังกาย			และการออกกำลังกาย	
SS318	ผู้ฝึกสอนออกกำลังกายส่วนบุคคล	3			
	วิชาเอกเลือก	6			

*แผนการเรียนอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

สมัครวันนี้

สแกนเลย!
พร้อมรับการการศึกษาเลือก **รับการการศึกษา**

หรือ

รับทุน +

COUPON

คูปองแลกซื้อ
อุปกรณ์ไอที

สแกนเพื่อดูรายละเอียดเพิ่มเติม

สมัครออนไลน์ 24 ชั่วโมง
ติดต่อศูนย์รับสมัครนักศึกษาใหม่
ได้ทุกวันจันทร์ - วันศุกร์
เวลา 8.30 - 16.30 น.



ติดต่อเรา

📍 **มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์**
110/1-4 ถนนประชาชื่น แขวงทุ่งสองห้อง
เขตหลักสี่ กรุงเทพมหานคร 10210

☎ **02-954-7300 ต่อ 111**
082-442-7290

💬 **@dpuofficial**

✉ **contact@dpu.ac.th**

Notes

คำเตือน
สแกนเลย!

📘 dpu_university
📷 dpu_university
🎵 @dekdpu
📺 DPU_Channel