

คำอธิบายรายวิชาเพิ่มเติม

ເທເບີລເຫັນນີສ

ຫັ້ນມັຮຍມຄືກ່າວປັບປຸງທີ່ 1-3

ກລຸ່ມສາරະກາຣີນຮູ້ສຸຂະກິດຄືກ່າວແລະພລຄືກ່າວ
ເວລາ 20 ຂ້າໂມງ ຈຳນວນ 0.5 ມົກງົດ

ຄືກ່າວຄວາມຮູ້ເບື້ອງຕົ້ນເກີຍກັບກີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສ ວິທີກາຣູແລຮັກ່າວແລະສ້າງເສີມ
ສມຽດກາພາທາງກາຍໃນກາລັນກີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສ ທັກະໜີ່ພື້ນຖານຂອງກີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສ ເທັນນີດແລະ
ແບບຝຶກກີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສໃນຮະດັບແຂ່ງຂັນ ຮົມທັງແບບທົດສອບທັກະໜີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສ

ໂດຍໃຊ້ກະບວນກາທາງພລຄືກ່າວ ຄວາມສາມາດໃນກາລົດ ກາຣແກ້ປ້ອມຫາ ກາຣສື່ອສາຮາ ກາຣ
ໃຊ້ທັກະໜີ່ວິວໃຈໃນກາຣູແລຮັກ່າວແລະສ້າງເສີມສຸຂາພາແລະສມຽດກາພາທາງກາຍຂອງຕົນເອງ ຮົມທັງອອກ-
ກຳລັງກາຍ ປົງບົນຕິຕາມກົງ ກົດຕິກາ ຂ້ອຕກລົງໃນກາລັນກີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສຕາມຄຳແນະນຳ

ເພື່ອໃຫ້ການເຮັດວຽກໃໝ່ໄວ້ພລຄືກ່າວ ເຫັນຄວາມສຳຄັນຂອງການມີສຸຂາພາແລະສມຽດກາພາ
ທາງກາຍທີ່ດີ ໃໄເຮັດວຽກ ມົວນັຍ ມື້ນໍາໃຈນັກກີ່ພາ ແລະມີຈິຕສາຫາຮະນະ

ຜລກາຣເຮັດວຽກ

- ອົບັນຍາແລະນຳເສນອຄວາມຮູ້ເບື້ອງຕົ້ນເກີຍກັບກີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສໄດ້ອ່າຍ່າງຄູກຕ້ອງ ພັ້ນທັງ
ຕະຫັກຄື່ງຄວາມສຳຄັນແລະມີຄວາມກະຕືອງຮູ້ວັນໃນກາຣຄືກ່າວຄັ້ນຄວາມຮູ້ເບື້ອງຕົ້ນເກີຍກັບ
ກີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສ
- ອົບັນຍາແລະແສດງວິທີກາຣູແລຮັກ່າວແລະສ້າງເສີມສມຽດກາພາທາງກາຍໃນກາລັນກີ່ພາເທເບີ-
ເຫັນນີສ ພັ້ນທັງຕະຫັກຄື່ງຄວາມສຳຄັນຂອງກາຣູແລຮັກ່າວແລະສ້າງເສີມສມຽດກາພາທາງກາຍ
ໃນກາລັນກີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສ
- ອົບັນຍາແລະແສດງທັກະໜີ່ພື້ນຖານຂອງກີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສໄດ້ອ່າຍ່າງຄູກຕ້ອງ ພັ້ນທັງເຂົ້າວ່ວມຝຶກທັກະ
ກີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສດ້ວຍຄວາມກະຕືອງຮູ້ວັນ
- ອົບັນຍາແລະແສດງທັກະໜີ່ພື້ນຖານຂອງກີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສໃນຮະດັບແຂ່ງຂັນໄດ້ອ່າຍ່າງຄູກຕ້ອງ ພັ້ນ
ທັງເຂົ້າວ່ວມຝຶກເທັນນີດແລະແບບຝຶກກີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສໃນຮະດັບແຂ່ງຂັນດ້ວຍຄວາມກະຕືອງຮູ້ວັນ
- ບອກຄວາມສຳຄັນຂອງການທຳແບບທົດສອບທັກະໜີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສເທັນນີສ ແລະທຳກາຣທົດສອບ
ຕາມແບບທົດສອບຂອງທັກະໜີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສໄດ້ອ່າຍ່າງຄູກຕ້ອງ ພັ້ນທັງເຂົ້າວ່ວມຮັບກາຣທົດສອບ
ທັກະໜີ່ພາເທເບີລເຫັນນີສດ້ວຍຄວາມກະຕືອງຮູ້ວັນ

ຮັມທັງໝາດ 5 ຜລກາຣເຮັດວຽກ