



การจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย
EFFECTS OF INTEGRATED PHYSICAL EDUCATION ACTIVITIES USING LEARNING ON
FUNDAMENTAL MOVEMENT OF PRESCHOOL CHILDREN

วชิราภรณ์ งามประดิษฐ์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2565

การจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย



ปริญญานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา
คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ปีการศึกษา 2565
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

EFFECTS OF INTEGRATED PHYSICAL EDUCATION ACTIVITIES USING LEARNING ON
FUNDAMENTAL MOVEMENT OF PRESCHOOL CHILDREN



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of MASTER OF EDUCATION
(Health Education & Physical Education)
Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University

2022

Copyright of Srinakharinwirot University

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

การจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย

ของ

วชิราภรณ์ งามประดิษฐ์

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพศึกษาและพลศึกษา

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์

ที่ปรึกษาหลัก

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สาธิต ประจันบาน)

ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ดิงศภักดิ์)

กรรมการ

(อาจารย์ ดร.ชาญกิจ คำพวง)

ชื่อเรื่อง	การจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย
ผู้วิจัย	วชิราภรณ์ งามประดิษฐ์
ปริญญา	การศึกษามหาบัณฑิต
ปีการศึกษา	2565
อาจารย์ที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สาธิต ประจันบาน

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบพัฒนาการจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานที่มีต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน ระดับชั้นอนุบาล 3 โรงเรียนสารสาสน์วิเทศน์ร่มเกล้า ประจำปีการศึกษา 2565 จำนวน 34 คน ที่ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จำแนกเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 17 คนได้รับการเรียนด้วยแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสานเป็นเวลา 8 สัปดาห์ และกลุ่มควบคุมได้รับการเรียนแบบปกติ จำนวน 17 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้แบบผสมผสาน ทั้งฉบับมีค่าความเที่ยงตรง (IOC = 1.0) ค่าประสิทธิภาพ ($E_1/E_2 = 81.90/82.70$) และแบบทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย 4 ทักษะ ทั้งฉบับมีค่าความเที่ยงตรง (IOC = 0.97) ค่าความเชื่อมั่น ($r = .81$) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติที และสถิติเอฟ กำหนดระดับนัยสำคัญที่ .05 ผลการวิจัยพบว่า 1.) นักเรียนกลุ่มทดลองก่อนเรียนมีผลการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน ได้แก่ ทักษะการเดิน, ทักษะการวิ่ง, ทักษะการกระโดด, ทักษะการรับบอล และคะแนนรวม มีคะแนนเฉลี่ย ($\bar{x} = 0.29, 0.26, 0.65, 0.29$ และ 0.38 ตามลำดับ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D. = 0.40, 0.26, 0.34, 0.25 และ 0.15 ตามลำดับ) หลังการเรียน 4 สัปดาห์มีคะแนนเฉลี่ย ($\bar{x} = 0.74, 0.68, 0.71, 0.59$ และ 0.68 ตามลำดับ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D. = 0.26, 0.25, 0.31, 0.26 และ 0.11 ตามลำดับ) และหลังการเรียน 8 สัปดาห์มีคะแนนเฉลี่ย ($\bar{x} = 0.97, 0.85, 0.94, 0.76$ และ 0.88 ตามลำดับ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D. = 0.12, 0.23, 0.17, 0.26 และ 0.07 ตามลำดับ) 2.) นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน ระหว่างก่อนการเรียนกับหลังการเรียนสัปดาห์ที่ 4 และสัปดาห์ที่ 8 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้น ทักษะการกระโดดก่อนการเรียนกับหลังการเรียนสัปดาห์ที่ 4 และทักษะการรับบอล ก่อนการเรียนกับหลังการเรียนสัปดาห์ที่ 8 ที่ไม่แตกต่างกันทางสถิติ 3.) ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะพื้นฐานระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนเรียนไม่แตกต่างกันทางสถิติ หลังเรียนสัปดาห์ที่ 4 ทุกรายการไม่แตกต่างกันทางสถิติ ยกเว้นคะแนนรวมที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และหลังการเรียนสัปดาห์ที่ 8 ทุกรายการแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ยกเว้นทักษะการกระโดดที่ไม่แตกต่างกันทางสถิติ

คำสำคัญ : ทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน, เด็กปฐมวัย, กิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสาน

Title	EFFECTS OF INTEGRATED PHYSICAL EDUCATION ACTIVITIES USING LEARNING ON FUNDAMENTAL MOVEMENT OF PRESCHOOL CHILDREN
Author	WACHIRAPORN NGAMPRADIT
Degree	MASTER OF EDUCATION
Academic Year	2022
Thesis Advisor	Assistant Professor Sathin Prachanban , Ph.D.

This research aims to study and compare the progress of integrated physical education activities management effecting fundamental movement in early childhood. The population were 34 kindergarten students of Sarasas Witaed Rimklao School in the 2022 academic year and were selected with purposive sampling. The population were divided into the experimental group (17 participants) and the control group (17 participants). The experimental group studied integrated physical education activities content-based instruction in eight weeks, while the control group studied normally. The research instruments were Integrated content-based instruction with validity (IOC=1.0) and efficiency (E1/E2=81.90/82.70) and four fundamental movement skills tests of early childhood with validity (IOC=0.97) and reliability (r=.81). The data were analyzed by mean, standard deviation, t-test and F-test. The level of statistical significance was determined to be at a level of 0.05. The results of research were as follows: (1) The four fundamental movement skills test results of control group have means (\bar{x}) = 0.29,0.26,0.65,0.29 and 0.38 respectively, and standard deviation = 0.26,0.25,0.31,0.26 and 0.11 respectively. The control group was studied in four weeks and had means of (\bar{x}) = 0.74,0.68,0.71,0.59 and 0.68, respectively and standard deviation = 0.26,0.25,0.31,0.26 and 0.11 respectively. Post-study in eight weeks have means (\bar{x}) = 0.97,0.85,0.94,0.76 and 0.88, respectively, and standard deviation = 0.12,0.23,0.17,0.26 and 0.07 respectively; (2) the experimental group had fundamental movement skills test means among pre-study, four weeks post-study and eight weeks post-study and a found statistical difference of 0.05. There was no statistical difference in the jumping skill test in the pre-study and four weeks post-study and the passing ball skill test of pre-study and eight weeks post-study; (3) the results of basic skills means between the experimental group and control group, there were no statistical difference in pre-study, four weeks post-study and the jumping skill test of eight weeks post-study. There were statistical differences found at a level of 0.05 in total scores and eight weeks post-study.

Keyword : FUNDAMENTAL MOVEMENT SKILL, PRESCHOOL CHILDREN, INTEGRTED PHYSICAL
ACTIVITIER

กิตติกรรมประกาศ

ปริญญาานิพนธ์ฉบับนี้ถูกล่วงไปด้วยดี เนื่องด้วยความเมตตากรุณาอย่างดียิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สาธิต ประจันบาน อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาานิพนธ์ ที่ให้คำปรึกษาและข้อเสนอแนะรวมทั้ง ช่วยตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความเอาใจใส่อย่างดี จนทำให้ปริญญาานิพนธ์ฉบับนี้มีความถูกต้องสมบูรณ์และมีคุณค่าทางวิชาการ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพฑูริดา สังข์ทอง อาจารย์ ดร.ชาญกิต คำพวง อาจารย์ ดร.ลักษมี ฉิมวงษ์ ผู้ อาจารย์ ดร.ผกาวิไล ไวกสิกรรม และอาจารย์ อัญชลี คำเรืองฤทธิ์ ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือในการวิจัยในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ติงศภักดิ์ อาจารย์จากจุฬาลงกรณ์ วิทยาลัย ที่ให้ความกรุณามาเป็นประธานในการสอบปากเปล่าปริญญาานิพนธ์ และ ให้คำแนะนำอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียน และคณะครูโรงเรียนสาธิตสาธิตวิเทศร่วมเกล้า ที่ได้อำนวยความสะดวก ให้ความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูล ตลอดจนให้กำลังใจเสมอมา

ขอกราบขอบพระคุณผู้ปกครอง และ นักเรียนอนุบาล 3 โรงเรียนสาธิตสาธิตวิเทศร่วมเกล้า ปีการศึกษา 2565 ที่ให้ความร่วมมือตลอดการดำเนินการเป็นอย่างดี

และสุดท้ายนี้ ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อสุมิตร งามประดิษฐ์ คุณแม่ประไพ เอี่ยมแสง และผู้ที่มีส่วนร่วมเกี่ยวข้องทุกท่าน ที่ได้ให้กำลังใจ ให้การสนับสนุนในทุก ๆ ด้าน และให้คำปรึกษา ทำให้ผู้วิจัยผ่านอุปสรรคต่าง ๆ ในการทำวิจัยครั้งนี้ได้อย่างดี จนทำให้ปริญญาานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จ ล่วงได้ด้วยดี

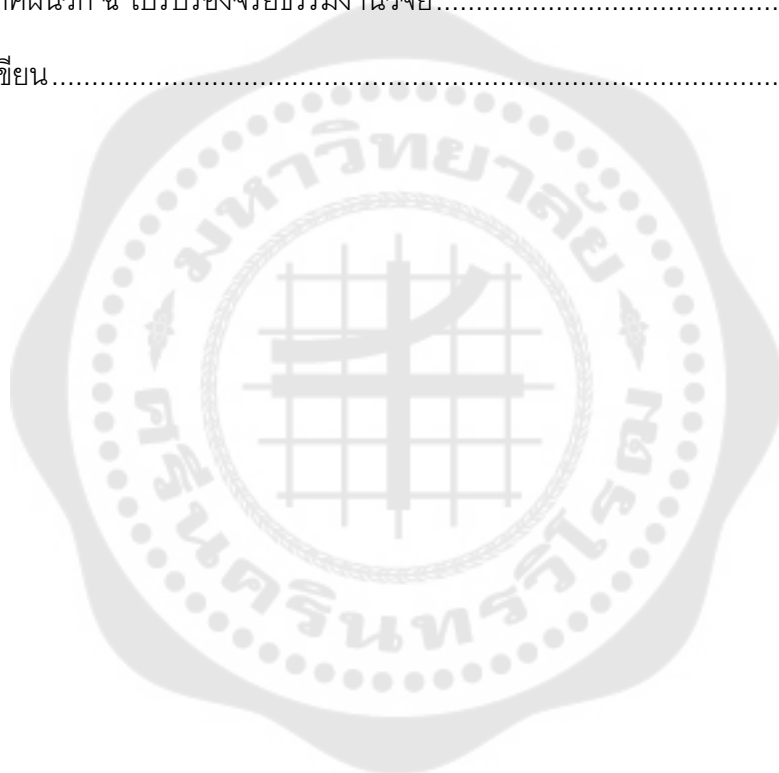
วชิราภรณ์ งามประดิษฐ์

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญรูปภาพ.....	ฎ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	4
ความสำคัญของการวิจัย.....	4
ขอบเขตของการวิจัย.....	4
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย.....	4
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	4
ตัวแปรที่ศึกษา.....	5
นิยามศัพท์.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
นิยามศัพท์เชิงปฏิบัติการ.....	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
สมมติฐานในการวิจัย.....	6
บทที่ 2 ทบทวนวรรณกรรม.....	7
แนวคิดการจัดการเรียนรู้อิชาพลศึกษา.....	8

แนวคิด ปรัชญา หลักการทางพลศึกษา	8
ความหมายของกิจกรรมพลศึกษา	9
กิจกรรมพลศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัย	11
หลักและวิธีการสอนเด็กปฐมวัย	12
หลักสูตรการศึกษাপฐมวัย	15
การเคลื่อนไหวพื้นฐาน.....	15
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	29
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	38
กำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	39
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	41
การเก็บรวบรวมข้อมูล	43
การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล	44
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	45
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	46
การวิเคราะห์ข้อมูล	46
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	47
บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	55
สรุปผลการวิจัย	55
อภิปรายผล.....	56
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัย	59
บรรณานุกรม.....	61
ภาคผนวก.....	68
ภาคผนวก ก แผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสาน.....	69

ภาคผนวก ข แบบทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานสำหรับเด็กปฐมวัย และเกณฑ์การประเมินแบบทดสอบ.....	133
ภาคผนวก ค ดัชนีความสอดคล้อง (IOC: Index of Item Objective Congruence) โดยผู้เชี่ยวชาญ.....	141
ภาคผนวก ง การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรม SPSS.....	146
ภาคผนวก จ รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ	164
ภาคผนวก ฉ ใบรับรองจริยธรรมงานวิจัย.....	166
ประวัติผู้เขียน.....	169



สารบัญตาราง

หน้า

ตาราง 1 แบบแผนการทดลอง No-Treatment Control Group Design.....	38
ตาราง 2 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	40
ตาราง 3 การหาประสิทธิภาพ $E_1 / E_2 = 80/80$ ของแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสาน โดยใช้นักเรียนชั้น อ 3/3 (n=29)	42
ตาราง 4 เปรียบเทียบคะแนนรวมผลการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของนักเรียนภายในกลุ่ม ทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8	47
ตาราง 5 เปรียบเทียบคะแนนรวมผลการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของนักเรียนภายใน กลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสานจำแนกเป็นรายคู่.....	47
ตาราง 6 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการเดินของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัด กิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ระหว่างก่อนฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึก สัปดาห์ที่ 8	48
ตาราง 7 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการเดินของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัด กิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสานจำแนกเป็นรายคู่.....	48
ตาราง 8 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการวิ่งของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัด กิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึก สัปดาห์ที่ 8.....	49
ตาราง 9 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการวิ่งของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัด กิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสานจำแนกเป็นรายคู่.....	49
ตาราง 10 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการกระโดดของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัด กิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึก สัปดาห์ที่ 8.....	50

ตาราง 11 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการกระโดดของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสานจำแนกเป็นรายคู่.....	50
ตาราง 12 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการรับบอลของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8	51
ตาราง 13 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการรับบอลของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสานจำแนกเป็นรายคู่.....	51
ตาราง 14 เปรียบเทียบคะแนนการทดสอบทักษะพื้นฐานก่อนการฝึก ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	52
ตาราง 15 เปรียบเทียบคะแนนการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	53
ตาราง 16 เปรียบเทียบคะแนนการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	54

สารบัญรูปภาพ

หน้า

ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย 6



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ปรัชญาการศึกษาและวิสัยทัศน์การศึกษาตามของหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 ที่อยู่บนรากฐานความรู้ ความเข้าใจของแนวคิดและ หลักการในการจัดการศึกษาของระดับปฐมวัย มีส่วนสำคัญและจำเป็นมากในการพัฒนาเด็ก ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา ให้ครอบคลุมทุกด้าน และยังคงสอดคล้องกับการทำงานของสมอง การเสริมสร้างในทักษะการคิดที่เป็นประโยชน์ในปัจจุบันและอนาคต การอบรมเลี้ยงดูด้วยการสร้างวินัยเชิงบวกต่อเด็ก และรวมทั้งการใช้การศึกษาที่มีคุณภาพ โดยมีสภาวะแวดล้อมที่เหมาะสม เอื้อต่อการเรียน เพื่อให้มีพัฒนาการและเกิดการเรียนรู้ตามจุดมุ่งหมายตามหลักสูตร ด้วยการประเมินตามสภาพจริง ที่แสดงถึงการเรียนรู้ที่แท้จริง (กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2560) ครอบครัว สถานศึกษา หรือชุมชน จำเป็นต้องมีส่วนร่วมในการพัฒนาเด็กให้มีคุณภาพชีวิตไปสู่ที่ดี เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ภายใต้อิทธิพลของสังคมวัฒนธรรม และความเป็นไทยกับการอยู่ร่วมกันในสังคมพหุวัฒนธรรม ในแผนพัฒนา กีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ. 2560 – 2564) ส่งเสริมให้เกิดความรู้และให้ความสำคัญในการออกกำลังกาย สนับสนุนให้เด็กและเยาวชนได้รับการศึกษาทางด้านกิจกรรมพลศึกษาหรือกิจกรรมทางกายที่มีคุณภาพ และได้รับความร่วมมือระหว่างคนในครอบครัว สถานศึกษา ช่วยให้การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ให้เป็นส่วนหนึ่งในชีวิตของเด็กและเยาวชน (กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2560) ถ้าเด็กปฐมวัย มีพฤติกรรมการออกกำลังกายที่สม่ำเสมอ ทำให้ร่างกายแข็งแรง องค์ประกอบอื่น ๆ จะส่งผล ในด้านการเจริญเติบโตที่สมบูรณ์ นอกจากนี้ การออกกำลังกายไม่เพียงแค่ลดการเกิดภาวะอ้วนกว่าเกณฑ์เท่านั้น แต่สามารถปลูกฝังให้เด็กมีนิสัยที่รักและดูแลสุขภาพที่ดีในระยะยาวไปจนถึงอนาคต สถาบันการออกกำลังกายของประเทศสหรัฐอเมริกา (American Council on Exercise, 2013) ได้ระบุว่า การออกกำลังกายเป็นประจำจะมีนิสัยรักการออกกำลังกาย การทำกิจกรรมทางกายประจำ จะเสริมสร้างให้มีสุขภาพดี กล้ามเนื้อ กระดูก และข้อต่อแข็งแรง และเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานของระบบประสาทได้ดีขึ้น เช่น รับ-ส่ง ข้อมูล ตอบสนองกับสิ่งเร้า นำไปสู่การพัฒนา ระบบกลไกการเคลื่อนไหวให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

เด็กปฐมวัยในปัจจุบันเกิดปัญหาของพัฒนาการที่ล่าช้าเป็นจำนวนมาก และจำเป็นต้องไปพบแพทย์ สาเหตุเนื่องมาจากเด็กเหล่านี้มีประวัติการเลี้ยงดูของครอบครัว จากการให้เด็กดูโทรทัศน์ เล่นสมาร์ทโฟน หรือเล่นแท็บเล็ต เกินความจำเป็น (นลินี เชื้อวณิชชากร, 2555) และปัญหา

พัฒนาการของเด็ก ยังเป็นปัญหาที่ยังไม่ได้ให้ความสำคัญและได้รับการแก้ไข ทั้งที่เป็นจุดเริ่มต้นของพัฒนาการ พบว่า การพัฒนาเด็กปฐมวัยเป็นช่วงที่สมองกำลังมีพัฒนาการในช่วงสามพันวัน ที่ครอบคลุมถึงพัฒนาการทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ ความรู้ความเข้าใจและเคลื่อนไหว ซึ่งเด็กที่ไม่ได้รับการแก้ไขพัฒนาการที่ผิดปกติตั้งแต่ต้นจะเป็นภาระต่อสังคมในอนาคตต่อไปด้วย ทั้งนี้พัฒนาการของระดับปฐมวัยในไทยยังเป็นปัญหาอยู่มาก จากการสุ่มสำรวจ ปี 2560 พบว่า 1 ใน 4 ของเด็กทุกช่วงวัยมีพัฒนาการล่าช้า และพบมากในเด็กปฐมวัย คือ พัฒนาการทางด้านภาษา และการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก ซึ่งสัมพันธ์กับ (สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว, 2562)

ดังนั้นการศึกษาด้านพัฒนาการที่ถูกต้อง จึงถือเป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่เน้นให้ได้พัฒนาอย่างเต็มศักยภาพ ส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการและเจริญเติบโต ทั้งรูปร่าง ขนาดการทำงานในร่างกาย มีพัฒนาการทางสมองของการใช้กล้ามเนื้อในการเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อนำไปสู่การปลูกฝังในการรักษาสุขภาพ มีร่างกายที่แข็งแรง แม้กระทั่งด้านจิตใจ ความรู้ ความจำที่ดี กิจกรรมพลศึกษาสามารถส่งเสริมให้เด็กมีการพัฒนาไปสู่จุดหมายตามที่คาดหวังของแต่ละช่วงวัยได้ ในกิจกรรมพลศึกษาจะสอดแทรกอยู่ในกิจวัตรประจำวันของเด็ก ๆ อยู่แล้ว เช่น การเดิน การวิ่ง การหยิบ การจับ สังเกตว่าจะมีพัฒนาการทางด้านร่างกายอยู่ตลอดเวลา การให้เด็กได้มีประสบการณ์ที่ส่งเสริมด้านร่างกาย การทำกิจกรรมทางกาย กิจกรรมทางพลศึกษา ได้แก่ การเล่นกีฬา เช่น การเล่นเกมต่าง ๆ เป็นการสนับสนุนมีพัฒนาการที่ดีขึ้น (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560) เพราะกิจกรรมทางกาย มีผลต่อการเจริญเติบโตของเด็กปฐมวัย ที่มุ่งเน้นให้เด็กทุกคนได้รับกิจกรรมการพัฒนาทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาอย่างมีคุณภาพ แต่ทั้งนี้การจะฝึกกิจกรรมทางกายหรือกิจกรรมทางพลศึกษาให้กับเด็ก ควรค่อยฝึกไปตามลำดับ เด็กยังเจริญเติบโตขึ้นทักษะการเคลื่อนไหวส่งผลต่อบุคลิกภาพ ครู ผู้ปกครองจำเป็นต้องส่งเสริม เพื่อที่จะสามารถเคลื่อนไหวในระดับที่ตรงกับพัฒนาการตามวัยของเด็กได้ (ธีรพงศ์ เจริญนาค, 2561) เช่นเดียวกับ กุลยา ตันติผลาชีวะ (2551) ที่กล่าวไว้ว่า พัฒนาการทางด้านร่างกายสำคัญต่อของเด็กปฐมวัย เพราะเป็นพัฒนาการ สร้างเสริมความมั่นใจให้กับเด็กมีวุฒิภาวะตามวัยที่สมบูรณ์ การที่เด็กได้รับกิจกรรมพัฒนาที่ถูกต้อง นอกจากจะสร้างเสริมร่างกายให้แข็งแรงแล้ว ยังช่วยให้เด็กเคลื่อนไหวและมีลักษณะท่าทางที่ถูกต้องเมื่อเติบโตขึ้น การควบคุมร่างกายได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Capio, Sit, Egula, Abernethy & Masters, 2015) ซึ่งเด็กปฐมวัยเป็นช่วงของการสะสมประสบการณ์เพื่อพัฒนาการทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานในการควบคุมร่างกายโดยเฉพาะการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ อย่าง เช่น การเดิน วิ่ง กระโดด ขว้าง ตะ โยน และรับ ซึ่งสมรรถนะพื้นฐานทางร่างกายเหล่านี้

หากไม่ได้รับการส่งเสริมระดับทักษะส่วนใหญ่จะยังคงค้างอยู่ในระดับเดิม (Gallahue & Donnelly, 2007)

ปรัชญาทางการศึกษา การพัฒนาเด็กตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 6 ปี ในเรื่องอบรมเลี้ยงดู ส่งเสริมการเรียนรู้ และพัฒนาตามช่วงวัยในการเจริญเติบโตของเด็ก เพื่อสร้างคุณภาพชีวิตให้พัฒนาไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่ครบถ้วน มีคุณค่าต่อตนเอง ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ ซึ่งการเคลื่อนไหวพื้นฐาน เป็นพัฒนาการที่ควรได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่องและถูกวิธี เพราะพัฒนาการเคลื่อนไหวพื้นฐานที่ดีจะช่วยให้เด็กมีความมั่นใจและกระตือรือร้นในการเคลื่อนไหวตามแรงบันดาลใจจากจินตนาการของตน การเคลื่อนไหวพื้นฐานจะประกอบด้วยทักษะ 3 ประเภท คือ 1) การเคลื่อนไหวที่ความมั่นคง เช่น ยืนขึ้น นั่งลง นอน ลุกขึ้น หมุนตัว กลิ้ง และ ห้อยลง เป็นต้น 2) การเคลื่อนไหวที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวที่ เช่น การเดิน วิ่ง กระโดด ปีนขึ้นและคลาน หลบและก้ม เป็นต้น 3) การเคลื่อนไหวที่ต้องใช้การเปลี่ยนแปลงให้เหมาะสม เช่น การถือ การแบก การขว้าง การจับ การเตะ การกลิ้งบนพื้น การผลัก การดึง การช้อน การขุด และการพายเรือ เป็นต้น (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2565) การเคลื่อนไหวพื้นฐานที่กล่าวถึงนี้ จะเกิดขึ้นและผสมผสานกันระหว่างการเคลื่อนไหวแบบพื้นฐาน และหลากหลายจะช่วยให้เด็กสามารถเคลื่อนไหวในรูปแบบที่ซับซ้อนได้มากขึ้น แตกต่างกันอย่างหลากหลายรูปแบบ และดำเนินการได้อย่างรวดเร็ว ราบรื่น ประสานสัมพันธ์กันตามสภาพและศักยภาพที่ควรเป็น ดังนั้นการจัดกิจกรรมพลศึกษาให้กับนักเรียนระดับปฐมวัย จึงควรเป็นกิจกรรมผสมผสานที่หลากหลายรูปแบบ เพื่อให้เด็กมีความสามารถเคลื่อนไหว อยู่กับที่ เคลื่อนที่ หรือประกอบกับอุปกรณ์ได้อย่างมั่นใจ และมั่นคง ซึ่งเชื่อว่าจะช่วยให้พัฒนาการทางร่างกายมีประสิทธิภาพไปในทางที่ดีขึ้น

จากการศึกษาสภาพปัญหา แนวคิด และแนวทางการเสริมสร้างพัฒนาการสำหรับเด็กปฐมวัยเพื่อให้สามารถมีทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานที่พัฒนาขึ้น ผู้วิจัยจึงมีแนวคิดที่จะนำกิจกรรมพลศึกษาเป็นการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวให้กับเด็ก เน้นการเคลื่อนไหวได้อย่างอิสระ การปฏิบัติตามข้อตกลง การนำเนื้อหาเข้ามาสัมพันธ์เข้ากับเกมให้เด็ก ๆ ได้สนุกสนาน การทำกิจกรรมของเด็กปฐมวัยจะมีจุดมุ่งหมายที่ชัดเจน เรียงจากง่ายไปยาก ไม่มีความซับซ้อน มีการสร้างแรงเสริมในกิจกรรมให้สนุกสนานไม่น่าเบื่อและเด็ก ๆ สามารถลงมือปฏิบัติได้ด้วยตนเอง เพื่อให้เกิดความพึงพอใจในการทำกิจกรรมจะทำให้เด็กทำกิจกรรมนั้น ๆ ได้ดี ดังนั้นการส่งเสริมให้เด็กปฐมวัยมีทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานที่ถูกต้องด้วยกิจกรรมที่เสริมสร้างทักษะการเคลื่อนไหวโดยมีทฤษฎีมาเชื่อมโยงเข้ากับขั้นตอนการสอนของพลศึกษาทั้ง 5 ขั้น และนำหลักการของทฤษฎีมาประยุกต์ให้สอดคล้องกับกิจกรรมเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาด้านร่างกายแบบผสมผสานทั้งในรูปแบบ

กิจกรรมอยู่กับที่ กิจกรรมเคลื่อนที่ และกิจกรรมประกอบอุปกรณ์ (เซาวลิต ภูมิภาค และคณะ, 2554) มาใช้ในการจัดการเรียนการสอนทางพลศึกษาให้กับเด็กระดับปฐมวัย ตามหลักการความเชื่อที่ว่า การจัดกิจกรรมทางพลศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัย ควรมุ่งพัฒนาให้ครอบคลุมกลุ่มกล้ามเนื้อให้มีความแข็งแรง อุดทน รวดเร็ว คล่องแคล่วว่องไว ยืดหยุ่น และการจัดกิจกรรมที่มุ่งพัฒนาให้ครอบคลุมระบบประสาทการประสานสัมพันธ์ระหว่างมือ เท้า และสายตา เพื่อให้เกิดความสมดุลในการเคลื่อนไหวของเด็ก ดังนั้นเมื่อเด็กปฐมวัยได้รับกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสานและมีพัฒนาการในด้านต่าง ๆ ที่สมบูรณ์จึงน่าจะส่งผลดีต่อความสามารถในการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กได้

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบพัฒนาการจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย

ความสำคัญของการวิจัย

1. ให้ทราบถึงผลพัฒนาการจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานที่มีผลการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย
2. เป็นประโยชน์และแนวทางสำหรับผู้สนใจจะศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการพัฒนาการเคลื่อนไหวพื้นฐานสามารถนำไปปรับปรุง แก้ไข พัฒนาในการจัดกิจกรรมต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปฐมวัย โรงเรียนสารสาสน์วิเทศร่มเกล้า ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 กรุงเทพมหานคร มีทั้งหมด 10 ห้อง จำนวน 272 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย เป็นนักเรียนที่กำลังเรียนอยู่ในระดับปฐมวัย โรงเรียนสารสาสน์วิเทศร่มเกล้า ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 ทำการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากห้องเรียนของนักเรียนที่มีคะแนนทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานก่อนการทดลองจำนวน 4 ทักษะ เลือกเฉพาะห้องเรียนที่มีนักเรียนมากกว่า 15 คนขึ้นไปที่มีผลการทดสอบไม่เกิน 4 คะแนน และมีผลคะแนนการทดสอบไม่แตกต่างกันทางสถิติ มาจำนวน 2 ห้อง แบ่งเป็น

กลุ่มทดลอง จำนวน 17 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 17 คน รวม 34 คน เพื่อกำหนดเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการเข้าร่วมกิจกรรม

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรต้น ได้แก่ กิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสาน
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ การเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย

นิยามศัพท์

นิยามศัพท์เฉพาะ

เด็กปฐมวัย หมายถึง นักเรียนระดับปฐมวัยที่กำลังเรียนอยู่ในระดับชั้นอนุบาลปีที่ 3 ประจำปีการศึกษา 2565 โรงเรียนสารสาสน์วิเทศน์ร่มเกล้า เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร

แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสาน หมายถึง แผนการจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษา สำหรับนักเรียนระดับชั้นอนุบาล 3 โรงเรียนสารสาสน์วิเทศน์ร่มเกล้า ประจำปีการศึกษา 2565 ประกอบด้วย เรื่องกิจกรรมการเคลื่อนไหวพื้นฐานด้วยการเดิน การวิ่ง การกระโดด และการรับบอล รวม 4 เรื่อง แบ่งออกเป็น 8 แผนการจัดการเรียนรู้ โดยนำหลักการทฤษฎีการเรียนรู้ของธอร์นไคด์ พัฒนาการของเพียเจต์ ขั้นการเรียนรู้ของซิมพ์สันมาผสมผสานในการจัดการเรียนรู้ในชั้นการสอนพลศึกษาทั้ง 5 ชั้น

นิยามศัพท์เชิงปฏิบัติการ

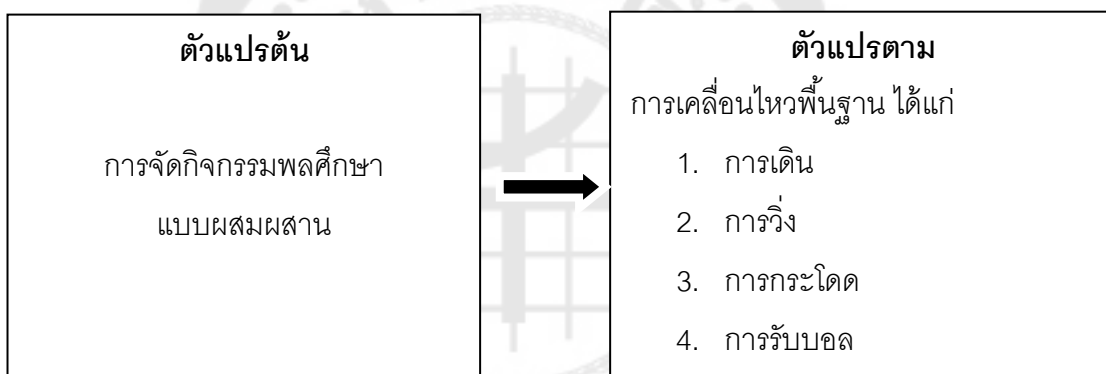
กิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสาน หมายถึง การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ได้นำกิจกรรมทางพลศึกษาหลายรูปแบบที่ผู้วิจัยเชื่อว่า จะสามารถนำกิจกรรมมาใช้เพื่อพัฒนาความสามารถในการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัยที่ประกอบด้วย การเดิน การวิ่ง การกระโดด และการรับบอล มาผสมผสานกันสำหรับนำไปใช้ในชั้นการสอนพลศึกษาให้กับเด็กปฐมวัยตามแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสาน

การเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย หมายถึง กระบวนการนำทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานได้แก่ แบบอยู่กับที่ แบบเคลื่อนที่ และแบบมีอุปกรณ์มาใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เพื่อช่วยพัฒนาสมรรถภาพทางกายให้กับเด็กปฐมวัยให้มีความสามารถในการเคลื่อนไหวพื้นฐานที่พัฒนาขึ้น ประกอบด้วย ทักษะการเดิน การวิ่ง การกระโดด และการรับบอล

แบบทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานสำหรับเด็กปฐมวัย หมายถึง แบบทดสอบความสามารถในการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัยที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเพื่อ

นำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย 4 ทักษะ ได้แก่ 1) ทักษะการเดิน แบ่งออกเป็น การเดินบนเชือกสลัดเท้าซ้าย-ขวาไปข้างหน้า 5 วินาที และการเดินบนเชือกสลัดเท้าซ้าย-ขวาไปข้างหลัง 10 วินาที 2) ทักษะการวิ่ง แบ่งออกเป็น วิ่งอ้อมกรวย ระยะทาง 2 เมตร เวลา 5 วินาที และ วิ่งถอยหลังทางตรงระยะทาง 1 เมตร เวลา 5 วินาที 3) ทักษะการกระโดด แบ่งออกเป็น กระโดดข้ามยางยืดความสูง 10 นิ้ว จำนวน 1 ครั้ง และ กระโดดขาเดียวเป็นระยะทาง 40 เซนติเมตร เวลา 10 วินาที และ 4) ทักษะการรับบอล แบ่งออกเป็น การรับบอลสองมือระยะ 1 เมตร และการรับบอลสองมือระยะ 2 เมตรแบบกระดอนพื้น กำหนดการให้คะแนนรายการละ 1 คะแนน รวมคะแนนเต็ม 8 คะแนน

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานในการวิจัย

ผลการจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานให้กับเด็กปฐมวัยเป็นเวลา 8 สัปดาห์ เด็กปฐมวัยมีความสามารถในการเคลื่อนไหวพื้นฐานระหว่างก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกัน และหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมแตกต่างกัน

บทที่ 2

ทบทวนวรรณกรรม

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อดังต่อไปนี้

1. แนวคิดการจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษา
 - 1.1 แนวคิด ปรัชญา หลักการทางพลศึกษา
 - 1.2 ความหมายของกิจกรรมพลศึกษา
 - 1.3 กิจกรรมพลศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัย
 - 1.4 หลักและวิธีการสอนเด็กปฐมวัย
 - 1.5 หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย
2. การเคลื่อนไหวพื้นฐาน
 - 2.1 ความหมายของการเคลื่อนไหวพื้นฐาน
 - 2.2 ความสำคัญของการเคลื่อนไหวพื้นฐาน
 - 2.3 การประเมินพัฒนาการทางทักษะร่างกาย
3. การจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสาน
 - 3.1 ความหมายกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสาน
 - 3.2 รูปแบบการจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสาน
 - 3.3 ประโยชน์การจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสาน
4. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสาน
 - 4.1 รูปแบบการเรียนแบบผสมผสาน
 - 4.2 กิจกรรมการเคลื่อนไหวทางพลศึกษาแบบผสมผสาน
 - 4.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมพลศึกษาและพัฒนาการทางร่างกาย
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 5.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 5.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

แนวคิดการจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษา

แนวคิด ปรัชญา หลักการทางพลศึกษา

ปรัชญาของพลศึกษา หมายถึง แนวความคิด หลักการและทฤษฎี กลวิธีต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับพลศึกษา ที่ช่วยให้ครูผู้สอนพลศึกษาได้ศึกษาแนวทางของหลักการต่าง ๆ ได้ถูกต้อง และแม่นยำในศาสตร์สาขาทางวิชาการด้วยความเข้าใจ และ คุณค่าที่สำคัญของการพลศึกษา และยังเป็นประโยชน์ที่นำไปสู่จุดหมายของการศึกษาอย่างแท้จริง ซึ่งส่งผลให้การเรียนการสอนเกิดผลที่เจริญงอกงามทางการศึกษาและเป็นไปในทิศทางเดียวกัน เพื่อให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2548) ได้ให้ความหมายของ ปรัชญาทางการพลศึกษาไว้ว่า หลักการ วิธีการและทฤษฎีต่าง ๆ ทางการศึกษาที่ได้ผ่านการวิเคราะห์ ให้ความหมายและมีความเข้าใจในคุณค่าของการพลศึกษาให้มีความหมายที่ชัดเจนยิ่งขึ้น โดยการเรียนรู้ปรัชญาทางการพลศึกษานั้นมีประโยชน์อย่างยิ่ง เนื่องจากตามปกติแล้ววิชาชีพนับแต่ละวิชาชีพ ย่อมมีความจำเป็นที่จะต้องมียุทธศาสตร์และปรัชญาในการจัดและดำเนินการสำหรับวิชาชีพอันตนเองไว้ โดยเฉพาะเสมอ ทั้งนี้ก็เพราะว่าปรัชญาของวิชาชีพนับเป็นค่านิยม หลักการหรือทฤษฎีที่ได้มีการทดลองและกลั่นกรองมาเป็นอย่างดีแล้วว่าเป็นสิ่งที่สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติ เพื่อให้การจัดและการดำเนินการของวิชาชีพนับเป็นผลดี และบรรลุผลตามเป้าหมายที่ได้วางไว้ได้ สำหรับในวิชาชีพพลศึกษา ก็เหมือนกับวิชาชีพอื่น ๆ ที่จำเป็นจะต้องมีปรัชญาในการจัดและดำเนินการโดยเฉพาะของตนเอง เพื่อให้การจัดและการดำเนินการนั้นได้ผลดีมีประสิทธิภาพและบรรลุเป้าหมายตามจุดหมายปลายทางตามที่วางไว้ได้เป็นอย่างดีด้วยเช่นเดียวกัน

ชฎานนท์ ไทรศักดิ์สิทธิ์ (2562) ได้สรุปว่า แนวคิด ปรัชญา หลักการทางพลศึกษา คุณค่าและประโยชน์ของการเรียนรู้และเข้าใจในหลักการปรัชญาทางการพลศึกษาเป็นอย่างดีที่สำคัญนั้นมีดังต่อไปนี้

1. ความรู้ ความเข้าใจ ในหลักการ ปรัชญาการพลศึกษา ช่วยให้ครูพลศึกษาได้ทราบถึงทิศทางและแนวทางของการพลศึกษาได้อย่างถูกต้อง เพราะการจัดการเรียนรู้ทางพลศึกษาต้องชัดเจนว่า จะเป็นการสอนเพื่ออะไร และจะเกิดประโยชน์ต่อผู้เรียนได้อย่างไร

2. ช่วยให้ครูพลศึกษาสามารถกำหนดทิศทางของจุดหมายปลายทางในการจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับพลศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีการกำหนดจุดประสงค์การเรียนรู้ เลือกกิจกรรมการเรียนการสอน ตลอดจนการวัดประเมินผลผู้เรียนได้ถูกต้องและสอดคล้องกับหลักการและปรัชญาการพลศึกษาอย่างแท้จริง

3. ช่วยให้ครูพลศึกษาดำเนินการทางพลศึกษาในทุก ๆ ขั้นตอนได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถจัดอุปกรณ์ สถานที่ สิ่งอำนวยความสะดวก และจะช่วยให้ได้ผลดีและเป็นที่ยอมรับแก่คนอื่น ๆ นอกจากนี้ผู้เรียนได้รับความรู้อย่างถูกต้อง ปฏิบัติกิจกรรมได้ตามความสามารถและความสนใจของตนเอง

ศิวิตฐ์ เล่อยิม (2560) ได้สรุปว่า แนวคิด ปรัชญา หลักการทางพลศึกษาว่า เป็นการช่วยให้ครูพลศึกษาได้ทราบถึงทิศทางและแนวทางในการปฏิบัติงานในด้านพลศึกษาได้โดยถูกต้อง และเป็นผลดีอย่างแท้จริง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาให้ เป็นไปอย่างถูกต้องและเหมาะสมตามความรู้ ความสามารถ และความสนใจของนักเรียนเป็นการช่วยให้ครูพลศึกษาได้ทราบถึงขอบข่ายและลักษณะของวิชาพลศึกษาที่แท้จริงสามารถจัดและ ดำเนินการต่าง ๆ ทางพลศึกษาในทุก ๆ ขั้นตอนเป็นไปโดยถูกต้อง มีเหตุผลทางวิชาการที่สามารถ ชี้แจงหรือเป็นหลักฐานอ้างอิงได้ เป็นการช่วยให้ครูพลศึกษาเห็นคุณค่าของวิชาพลศึกษาใน หลักสูตรของโรงเรียนมีความเข้าใจกัน มีการฝึกกำลังและการประสานงานกันในด้านต่าง ๆ ให้มี ความสอดคล้องและอยู่ในทิศทางเดียวกัน ซึ่งจะเป็นผลดีมากยิ่งขึ้น

สรุปได้ว่า แนวคิด ปรัชญา หลักการทางพลศึกษา คือ ค่านิยม หลักการ แนวคิดและทฤษฎี ต่าง ๆ ของพลศึกษาที่มีความสอดคล้องและอยู่ในทิศทางเดียวกัน และได้รับการยอมรับในแวดวงพล ศึกษา รวมถึงศาสตร์สาขาอื่น สามารถนำไปพัฒนาหรือปรับใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้โดย ถูกต้องและเป็นผลดีต่อการพัฒนาการของผู้เรียน ส่งผลให้ผู้เรียนมีความเข้าใจถึงหลักการ และแนวทาง ในการปฏิบัติที่ถูกต้องแม่นยำในศาสตร์ของพลศึกษา ครูผู้สอนสามารถกำหนดเนื้อหาในด้านการ จัดการเรียนรู้อย่างเหมาะสมตามความสามารถของผู้เรียนในแต่ละวัยอย่างเหมาะสม

ความหมายของกิจกรรมพลศึกษา

กิจกรรมพลศึกษาเป็นพื้นฐานของทักษะที่สำคัญของการเล่นกีฬาทุกชนิด และยัง สามารถช่วยให้ผู้เรียนรู้ฝึกฝนเคลื่อนไหวร่างกายได้ทุกสัดส่วนตามประเภทของกิจกรรม กิจกรรม พลศึกษาช่วยพัฒนาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ เช่น ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความ อึดทนของกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัว เป็นต้น ดังนั้นกิจกรรมทางพลศึกษาจึงมีความหมายและ คุณค่าที่หลากหลายดังนี้

สิริราช พับเพลิง (2555) กิจกรรมพลศึกษา หมายถึง การจัดการศึกษาที่ใช้กิจกรรม การทางกาย เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนได้พัฒนาอย่างสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และ สติปัญญา สามารถมีชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข ในปัจจุบันผู้บริหารการศึกษา

สังเกตเห็นความสำคัญในวิชาพลศึกษามากขึ้น โดยได้พยายามพัฒนาปรับปรุงกระบวนการเรียนการสอน เนื้อหาวิชา และตัวครูผู้สอนให้เหมาะสมอยู่ตลอดเวลา

ชนัญชิตา กองสุข (2556) กล่าวว่า พลศึกษาคือการพัฒนาได้ผลที่สุดทางด้านบุคลิกภาพ เป็นการปรับตัวทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม โดยได้รับการสอนและการเข้าร่วมกิจกรรม โดยให้คล้อยตามความต้องการของสังคมและมาตรฐานแห่งสุขภาพของแต่ละบุคคล โดยมีหลักการจัดกิจกรรม คือ ต้องคำนึงความสนใจและความสามารถแต่ละช่วงวัย ต้องเป็นกิจกรรมที่พัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่ พัฒนาจิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และคำนึงถึงความแตกต่างของเด็กแต่ละคน คอยเสริมสร้างให้เด็กใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ความต้องการของชุมชนและผู้ปกครอง และการประเมินผลต้องประเมินด้านร่างกายของเด็ก รวมถึงคนที่มีความผิดปกติทางสมองอีกด้วย

สาคร ศิริจันทร์ (2550) กล่าวว่า วิชาพลศึกษาเป็นการศึกษาแขนงหนึ่งที่ใช้ร่างกายเป็นสื่อในการประกอบกิจกรรมทำให้เกิดการพัฒนาทางด้านร่างกาย ครอบคลุมทุกด้าน สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

จรรยาศักดิ์ เบญจมาตย์ (2551) กล่าวว่า พลศึกษาเป็นการศึกษาที่ใช้กิจกรรมทางกายเป็นสื่อ เพื่อให้เกิดการพัฒนาครบทุกด้านอย่างสมบูรณ์ สามารถใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพ ในการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อของเด็กปฐมวัย ซึ่งเป็นส่วนที่สำคัญที่จะเสริมทักษะเด็กพร้อมที่สามารถเรียนรู้พื้นฐานความพร้อมให้มีการพัฒนาการทางด้านต่างๆให้มีความเหมาะสมกับเด็กในการพัฒนากล้ามเนื้อของเด็กปฐมวัยนั้น ผู้ปกครองต้องมีการเรียนรู้และส่งเสริมกิจกรรมให้มีความเหมาะสม สัมกับวัยเพื่อเตรียมความพร้อมในการเรียนรู้เข้าสู่สังคมต่อไปอนาคตเนื่องจากการส่งเสริมพัฒนาการเด็กวัยแรกเกิดถึง 5 ปีสามารถช่วยส่งเสริมให้เด็กปฐมวัยมีพัฒนาการที่สมวัยและสามารถช่วยเสริมสร้างความผูกพันระหว่างเด็กกับผู้ปกครอง ซึ่งถือว่าเป็นภูมิคุ้มกันที่สำคัญที่สุดสำหรับเด็ก โดยทั่วไปการส่งเสริมพัฒนาการเด็กนั้นผู้ปกครองสามารถใช้ของเล่นสอดแทรกในชีวิตประจำวันได้โดยใช้สิ่งของที่มีอยู่ในบ้านมาประยุกต์ใช้ในการเล่นกับเด็กเพื่อสร้างบทบาทสมมุติให้เด็กเกิดความรู้สึกลึกซึ้งสนุกสนานซึ่งการส่งเสริมพัฒนาการเด็กควรจะทำขณะที่เด็กมีสภาวะทางร่างกายมีความพร้อมและมีสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมปลอดภัย

เต็มเพชร สุขคนาภิบาล (2551) ได้กล่าวว่า วิชาพลศึกษามีเป้าหมายที่จะพัฒนาผู้เรียนให้มีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ และการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้ถูกต้อง ช่วยปลูกฝังให้มีน้ำใจเป็นนักกีฬา คือการรู้แพ้ รู้ชนะ รู้ภัย รู้จักช่วยเหลือเกื้อกูลและมี

จิตใจที่แจ่มใส ร่าเริง ฝึกให้ผู้เรียนได้แก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า รวมไปถึงการคิดวางแผน หรือการพัฒนาทักษะต่าง ๆ ของตนเอง และได้ฝึกประสบการณ์การเข้าไปมีส่วนร่วมในสังคม

กุลธิดา เหมมาเพชร (2553) ได้กล่าวว่า เป็นศาสตร์แขนงหนึ่งที่มีความสำคัญ เหมือนกับศาสตร์ทางการศึกษาอื่น ๆ ที่พัฒนาผู้เรียนให้มีการพัฒนาแบบครบคลุม และคุณค่าและประโยชน์ของพลศึกษา เกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อได้พัฒนาการเคลื่อนไหวในกิจกรรมเหล่านั้น เป็นส่วนที่จำเป็นของชีวิตประจำวัน

อติเทพ มโนนะที่ (2558) ได้กล่าวว่า การจัดการเรียนที่ใช้กิจกรรมทักษะทางการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ของร่างกายและกีฬา เป็นสื่อในการเรียนการสอน เพื่อให้ผู้เรียนได้เกิดการพัฒนา ซึ่งเกิดจากการเข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาด้วยตนเอง

แอนเดอร์สัน (Anderson 1989) ได้กล่าวว่า พลศึกษา (Physical Education) หมายถึง เป็นวิชาในระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา ซึ่งมุ่งหมายให้เกิดการเรียนรู้เชิงทักษะพิสัย (Psychomotor Learning)

คีร์ชเนอร์ (Kirchner 1992) ได้กล่าวว่า พลศึกษาสำหรับเด็ก หมายถึง เครื่องมือพิเศษโดยใช้การเคลื่อนไหวเพื่อให้ผู้เรียนได้แสดงออก ความคิดสร้างสรรค์ และความเป็นตัว

นิกซ์ตัน และ ลอคเค (Nixon & Locke 1973) กล่าวว่า พลศึกษา หมายถึง การศึกษาแขนงหนึ่งที่จะทำให้เกิดการพัฒนากับการเคลื่อนไหวและการพักผ่อน ซึ่งเป็นผลให้บุคคลเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและเกิดความรับผิดชอบสูงขึ้น นอกจากนี้พลศึกษายังทำให้คนที่ออกกำลังกายได้ฝึกร่างกายในรูปแบบต่าง ๆ ซึ่งทำให้เกิดประโยชน์ทางด้านร่างกาย สติปัญญา สังคม อารมณ์ และวัฒนธรรม

ความหมายของพลศึกษาที่กล่าวมาในข้างต้น สรุปได้ว่า พลศึกษา เป็นการจัดการเรียนรู้วิชาหนึ่งที่ต้องใช้ร่างกาย ในการจัดกิจกรรมทางกาย กีฬา เกมและการออกกำลังกายเป็นสื่อในการเรียนรู้ ให้ได้เกิดการพัฒนาดตนเองอย่างเต็มความสามารถตามศักยภาพ และส่งเสริมให้ผู้เรียนนั้นมีพัฒนาการที่สมวัยในทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านร่างกาย 2) ด้านจิตใจ 3) ด้านอารมณ์ 4) ด้านสังคม และ 5) ด้านสติปัญญา

กิจกรรมพลศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัย

พรใจ สายยศ (2553) กล่าวว่ากิจกรรมพลศึกษาเป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญสำหรับเด็กปฐมวัย เพราะการเคลื่อนไหว และการเล่น คือการเรียนรู้ของเด็ก ความสำคัญของกิจกรรมการเคลื่อนไหว ดังต่อไปนี้

1. กิจกรรมพลศึกษาส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย

2. กิจกรรมพลศึกษาส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญา
3. กิจกรรมพลศึกษาส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ
4. กิจกรรมพลศึกษาส่งเสริมพัฒนาการด้านสังคม
5. กิจกรรมพลศึกษาส่งเสริมพัฒนาการด้านคุณธรรมจริยธรรม

ชนัญชิตา กองสุข (2556) กล่าวว่า กิจกรรมพลศึกษาในระดับปฐมวัยมีจุดมุ่งหมาย เพื่อส่งเสริมพัฒนาทางการด้านร่างกาย ซึ่งส่งเสริมพัฒนาการด้านทักษะการเคลื่อนไหว ด้าน อารมณ์ สังคม และด้านสมอง จะเห็นว่าพลศึกษาเป็นกิจกรรมที่จะช่วยส่งเสริม โดยเฉพาะเด็ก ในช่วงปฐมวัยได้เกิดพัฒนาในทุก ๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา (2560) กล่าวว่า พัฒนาการด้านร่างกายเป็นสิ่งสำคัญด้านหนึ่งของเด็กปฐมวัย เพราะพัฒนาการทางร่างกายช่วยสร้างความมั่นใจ สมบูรณ์ตามวัย การที่เด็ก ได้รับกิจกรรมพลศึกษาที่พัฒนาทางกายที่ถูกต้อง นอกจากสร้างเสริมร่างกายให้แข็งแรงแล้วช่วยให้เคลื่อนไหวและท่าทางที่ถูกต้องเมื่อเติบโตขึ้น

สรุปกิจกรรมทางกายหรือพลศึกษาสำหรับเด็กในระดับปฐมวัยนี้มีความสำคัญในด้านการส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการไปในทางที่ดี เพราะกิจกรรมนั้นจะทำให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกาย ขยับร่างกาย สนุกกว่าเรื่อง เหมาะกับช่วงวัยที่กำลังซุกซน การออกกำลังกายเป็นประจำส่งผลให้อวัยวะต่าง ๆ ทั้งด้านในและด้านนอกร่างกายได้รับการเสริมสร้างให้ร่างกายมีความแข็งแรง มีการเจริญเติบโตตามช่วงอายุ ผ่อนคลาย ลดความเครียด ทำให้เกิดความสุขเพราะพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ยังช่วยเสริมสร้างความมั่นใจให้กับเด็กอีกด้วย นอกจากนั้นขณะร่วมกิจกรรมเด็กจะต้องเรียนรู้ กฎกติกา การช่วยเหลือ ซึ่งกันและกัน สิ่งเหล่านี้จะนำไปสู่พัฒนาการด้านคุณธรรม จริยธรรมมีน้ำใจสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้

หลักและวิธีการสอนเด็กปฐมวัย

พัฒนาการของเด็กปฐมวัยเป็นสิ่งสำคัญ การเจริญเติบโต ความสามารถ เด็กเป็นทรัพยากรที่มีค่า ยิ่งเป็นความหวังของครอบครัว ประเทศชาติ ซึ่งมีนักวิชาการได้กล่าวถึงวิธีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่เหมาะสมกับช่วงวัยในพัฒนาการของเด็กปฐมวัย ดังนี้

จิตติมา ชูใหม่ (2559) การดูแลเด็กปฐมวัยของครูผู้สอน มักให้ความสำคัญกับการเจริญเติบโต โดยใช้วิธีการซึ่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง แล้วปล่อยให้พัฒนาการเกิดขึ้นตามวัย ต่อมาความตื่นตัวทางวิทยาการใหม่ ๆ ส่งผลให้หันมาสนใจ และให้ความสำคัญต่อการส่งเสริมพัฒนาการเด็กตั้งแต่แรกเกิดถึง 5 ปี ทั้งเด็กปกติและเด็กที่มีปัญหาพัฒนาการสำหรับลักษณะ

พัฒนาการเด็กจะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตามลำดับขั้นตอนโดยเด็กจะชันคอ คืบ คลาน นั่ง ยืน เดิน และวิ่งได้ตามลำดับ

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา (2560) สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา (2560) กล่าวถึง ช่วยแนวทางให้กับครูผู้สอนและผู้เกี่ยวข้องได้เข้าใจในตัวเด็กมากขึ้น ส่งเสริมการเรียนรู้ การอบรม การมีพัฒนาการ และความแตกต่างระหว่างบุคคล ช่วยแก้ไขข้อบกพร่องให้เด็กได้พัฒนาตามเป้าหมายได้ชัดเจน

กัญชพร ต้นทอง (2562) กล่าวว่า ครูผู้สอนควรให้ความสำคัญต่อพัฒนาการของเด็กแต่ละช่วงวัยเฉพาะเด็กปฐมวัยซึ่งเป็นวัยที่สำคัญที่สุด ในการพัฒนาร่างกายจิตใจสมองและลักษณะนิสัยของบุคคลจะสร้างและหล่อหลอมได้ดีในเด็กปฐมวัย ร่างกายในการทำกิจกรรมอย่างเช่น วิ่งเล่น กระโดด เป็นต้น พัฒนาการด้านร่างกายเป็นการเปลี่ยนแปลงลักษณะและความสามารถทางร่างกายของเด็กตั้งแต่แรกเกิดที่ต่อเนื่อง เช่น การรับรู้ทางประสาทสัมผัสทางการเคลื่อนไหวซึ่งเกี่ยวข้องกับการบังคับกล้ามเนื้อใหญ่ กล้ามเนื้อมัดเล็กตามวัย

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2563) พัฒนาการของเด็กปฐมวัยต้องได้รับการพัฒนาครอบคลุม 5 ด้าน ซึ่งครูผู้สอนและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องต้องคำนึงถึง ดังนี้

1. ด้านสุขภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เด็กปฐมวัยกระทำสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างอิสระ มีประสบการณ์ในเรื่องของความรู้สึกสมหวัง สามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างเต็มที่และออกกำลังกายด้วยความเต็มใจ มีนิสัยและเจตคติที่จำเป็นต่อการมีสุขภาพดี และปลอดภัย

2. ด้านสัมพันธภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เด็กปฐมวัยรู้สึกสนุกสนานกับชีวิตตามช่วงวัย และได้รับประสบการณ์ในความรู้สึกสมหวังจากสิ่งต่าง ๆ พัฒนาจนเกิดความคุ้นเคยและมีความสัมพันธ์มากขึ้นกับผู้อื่น ๆ ที่ใกล้ชิด และยังพัฒนาความรู้สึกรักและไว้วางใจ เกิดลักษณะนิสัยและเจตคติที่เป็นที่ยอมรับของสังคม

3. สิ่งแวดล้อม มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เด็กปฐมวัยพัฒนาความสนใจและความอยากรู้สิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบ ๆ ตัว และการรู้สึกคุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อมรอบตัว การอยู่กับธรรมชาติ ได้รับการกระตุ้นด้านความคิดและค้นหาสิ่งใหม่ ๆ ที่เป็นสิ่งแวดล้อมรอบตัวด้วยตนเองอย่างสนุกสนาน ได้รับการส่งเสริมให้เข้าใจสิ่งต่าง ๆ ความคิดรวบยอด เป็นต้น

4. ภาษา มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เด็กปฐมวัยมีประสบการณ์ที่สนุกสนานกับการแสดงความรู้สึกด้วยคำพูดของตนเอง รู้จักการฟังผู้อื่น การเล่าประสบการณ์ การบอกสิ่งที่ตนเองคิด การพูดคุยอย่างสนุกสนาน มีความเข้าใจ มีความคุ้นเคยกับหนังสือภาพ เรื่องเล่า สามารถบอกสิ่งที่ตนเองรู้สึกกับครูหรือเพื่อน

5. การแสดงออก มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เด็กปฐมวัยรู้สึกถึงความสวยงามของสิ่งต่าง ๆ แสดงความรู้สึกและความคิดอย่างสนุกสนาน แสดงความรู้สึกผ่านจินตนาการซึ่งเกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน

ในส่วนทางด้านสุขภาพ ครูผู้สอนเด็กปฐมวัยควรดำเนินการดังนี้

1. ครูส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกายและจิตใจอย่างยืดหยุ่น โดยให้เด็กได้สนุกกับความรู้สึกของการมีอยู่ของตนเอง ซึ่งครูควรกระตุ้นให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายอย่างเต็มใจและรู้สึกที่ดีมีความสุขกับการเคลื่อนไหวร่างกาย

2. ครูต้องกระตุ้นและให้กำลังใจในการเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อพัฒนาความรู้สึกสนุกสนาน และตระหนักถึงความปลอดภัย ดูแลสุขภาพให้แข็งแรงอยู่เสมอ ผ่านการเล่นตามที่ได้ให้ความสนใจ

3. ครูต้องกระตุ้นและเด็กให้มีความสนใจ อยากรู้เกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน โดยให้เด็กได้เล่นอย่างอิสระในสภาพแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติเพื่อกระตุ้นพัฒนาการของกลไกต่าง ๆ ในร่างกายของเด็ก ครูจึงควรออกแบบสนามเด็กเล่นอย่างสร้างสรรค์ มีอุปกรณ์ต่าง ๆ ในเด็กได้เลือกเล่นตามความต้องการ

4. ครูต้องส่งเสริมให้เด็กรับประทานโดยรับประทานร่วมกับครูและเพื่อน บรรยากาศที่เป็นมิตรอบอุ่น ทำให้เกิดความสนใจในความหลากหลายของอาหาร

5. ครูควรแนะนำเด็กให้มีลักษณะนิสัยให้เด็กรู้จักการพึ่งพาตนเอง มีจิตอาสาสมัครในการทำกิจกรรม และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น

ทรงชัย เวินขุนทด (2564) กล่าวถึง การกิจกรรมพัฒนาสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็กต้องตระหนักธรรมชาติของเด็กวัยนี้ที่กำลังซุกซน ไม่อยู่นิ่ง ชอบเล่นกิจกรรมที่หลากหลาย การนำทักษะกีฬาไปให้เด็กปฐมวัยได้ฝึกหัดจึงเป็นกิจกรรมที่ทำหายเชื่อว่าจะสร้างแรงจูงใจที่ดีให้เด็กปฐมวัยเข้าร่วมกิจกรรมทางกายด้วยทักษะกีฬาที่สนุกสนาน การพัฒนาให้เปลี่ยนแปลงตามวัยทำให้เด็กมีการเจริญเติบโตเป็นคนที่สมบูรณ์และมีคุณภาพ จุดมุ่งหมายในการศึกษาสมรรถภาพของนักเรียนเพื่อพัฒนาสุขภาพในเรื่องของระบบหายใจและระบบไหลเวียนโลหิต องค์ประกอบของร่างกาย ความอดทนของกล้ามเนื้อ ความแข็งแรงและความยืดหยุ่น โดยใช้ความหลากหลายของกิจกรรมการออกกำลังกายมาประยุกต์ใช้ในรูปแบบการเรียนวิชาพลศึกษาให้เด็กเกิดความสนใจและรักในการออกกำลังกายมากยิ่งขึ้น

จากการศึกษาแนวทางการพัฒนาการของเด็กปฐมวัย สรุปได้ว่า พัฒนาการของเด็กปฐมวัยมีความสำคัญเป็นอย่างมากต่อการเจริญเติบโต ความสามารถในการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครอง การ

จัดกิจกรรมการที่เหมาะสมของครูผู้สอนตั้งแต่ในวัยเด็กปฐมวัย จะทำให้พัฒนาการบุคลิกภาพของเด็กเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ดังนั้นการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยด้วยความรักและความอบอุ่นจึงเป็นพื้นฐานสำคัญที่จะช่วยเสริมสร้างความมั่นใจในตนเองและเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ซึ่งจะทำให้เกิดการวางใจในผู้อื่น และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี

หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย

กระทรวงศึกษาธิการ (2560) กล่าวว่า หลักสูตรสำหรับเด็กอายุ 3 – 6 ปี เป็นการศึกษาในลักษณะของการอบรมเลี้ยงดูและให้การศึกษา มุ่งเน้นให้เด็กมีพัฒนาการตามวัย ความพร้อมของการเรียน จึงมีการกำหนดประสงค์เพื่อให้มีร่างกายเจริญเติบโตตามวัย

การจัดประสบการณ์

เป็นลักษณะของการบูรณาการผ่านการเล่น จัดประสบการณ์ลงมือทำ สร้างประสบการณ์ที่หลากหลายและต่อเนื่อง ซึ่งการจัดกิจกรรมต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อให้เกิดความรู้ทักษะต่าง ๆ ด้านคุณธรรม จริยธรรม ครอบคลุมไปจนถึงการพัฒนาด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา และประเมินพัฒนาการอย่างต่อเนื่องอย่างมีกระบวนการ ทางครอบครัว หรือผู้เกี่ยวข้องในการพัฒนาเด็ก

สรุปได้ว่า การศึกษาระดับปฐมวัย เป็นการส่งเสริมให้มีพัฒนาการทางความสามารถของการใช้กล้ามเนื้อร่างกาย เพื่อการเคลื่อนไหวได้อย่างปลอดภัย และตระหนักรู้เกี่ยวกับร่างกายตนเองว่าสามารถที่จะทำหรือเล่นกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งหากว่าเด็กมีความแข็งแรง และมีการประสานสัมพันธ์ระหว่างกล้ามเนื้อและระบบประสาทที่ดี และไม่รู้สึกรบกวนแปลกแยกไปจากคนอื่น ดังนั้นวิธีการจัดประสบการณ์ที่สำคัญ เพื่อพัฒนาเด็กอย่างต่อเนื่อง โดยเน้นการเคลื่อนไหวพื้นฐานโดยใช้กิจกรรมพลศึกษาที่หลากหลายที่ตอบสนองความสนใจ การจัดกิจกรรมทางกาย หรือพลศึกษานั้นจึงเป็นการจัดประสบการณ์ในการเรียนรู้อย่างหนึ่งสำหรับเด็ก ที่มีความเหมาะสมกับช่วงวัยและความพร้อมในด้านร่างกายของเด็ก การใช้ทักษะกีฬาสากลหรืออื่น ๆ จึงอาจไม่เหมาะเพราะมีระดับของความหนักและค่อนข้างยากในการใช้ความสามารถนั้นมากเกินไป การพัฒนาเพื่อให้เด็กมีความพร้อมจึงต้องเรียงตามลำดับพื้นฐานตามช่วงวัยที่ถูกต้อง ทั้งนี้กิจกรรมที่ต้องจัดกิจกรรมสลับกันที่หลากหลาย ไม่ใช่แรงมากเกินไป เพื่อเด็กสนใจในกิจกรรม และไม่เหนื่อยเกินไป

การเคลื่อนไหวพื้นฐาน

เป็นกิจกรรมสำคัญสำหรับเด็กปฐมวัยทั่วไป เมื่อเด็กสามารถลุก ยืน เดิน วิ่งได้แล้ว เด็กจะเริ่มเคลื่อนไหววัยจะได้ครอบคลุมทั้งร่างกาย แขน มือ ขา เท้า ลำตัว ศีรษะ และอื่น ๆ เพื่อให้เป็นไป

ตามที่ได้ก่อกำเนิดขึ้น ซึ่งการเคลื่อนไหวจะเริ่มจากพื้นฐานก่อน ซึ่งอาจจะไม่มั่นคงมากนัก แต่เมื่อเด็กมีประสบการณ์มากขึ้น การเคลื่อนไหวจะมีความมั่นคงตามลำดับ

ทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน

สาวิตรี แก้วรัก (2557) ได้กล่าวถึงความหมายของทักษะการเคลื่อนไหวไว้ว่า การเคลื่อนไหวเบื้องต้น หมายถึง การนำทักษะการเคลื่อนไหวของมนุษย์ตามธรรมชาติมาประกอบจังหวะเข้ากับเสียงดนตรี เป็นการวางรากฐานการเคลื่อนไหวที่ถูกต้อง เป็นการเสริมสร้างความแข็งแรง ความคล่องตัวและความสัมพันธ์กับระบบประสาท และกล้ามเนื้อในการเคลื่อนไหวนั้นมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ฤกษ์ สุวรรณฉาย (2558) ได้ให้ความหมายของ ทักษะการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานและ พัฒนาการการเรียนรู้ (Basic Motor Skill Development and Perceptual) ไว้ว่า คือทักษะของการพัฒนาการเคลื่อนไหว เพื่อให้เด็กที่มีพัฒนาการที่ล่าช้าหรือมีความบกพร่องในการเรียนรู้ทักษะ

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2548) การเคลื่อนไหวเบื้องต้น (Basic Movement) คือ กระบวนการของการเคลื่อนไหวช่วยพัฒนาอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายให้มีการทำงานร่วมกันและสัมพันธ์กัน ระหว่างระบบประสาทกับกล้ามเนื้อเหล่านั้น ให้สามารถทำงานได้อย่างเต็มที่ ดังนั้น ทักษะเบื้องต้นจึงมีความหมายว่า ผลที่เกิดขึ้นหลังจากการที่ได้มีส่วนร่วมในกระบวนการของการเคลื่อนไหวที่เป็นพื้นฐานต่าง ๆ อย่างมีจุดหมายปลายทางมาแล้ว

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (2565) หรือ ที่ส่วนใหญ่เรียกกันว่า สสส. ได้กล่าวถึงการเคลื่อนไหวพื้นฐาน เป็น 3 ประเภท คือ 1)การเคลื่อนไหวที่ใช้ความมั่นคง เช่น ยืนขึ้น นั่งลง นอน ลูกขึ้น หมุนตัว กลิ้ง และห้อยลง เป็นต้น 2)การเคลื่อนไหวมีผลต่อการเคลื่อนไหวที่ เช่น การเดิน วิ่ง กระโดด ปีนขึ้นและคลาน หลบและก้ม เป็นต้น 3)การเคลื่อนไหวที่ต้องใช้การเปลี่ยนแปลงให้เหมาะสม เช่น การถือ การแบก การขว้าง การจับ การเตะ การกลิ้งบนพื้น การผลัก การดึง การช้อน การขุด และการพายเรือ เป็นต้น การเล่นที่มีการเคลื่อนไหวร่างกายเป็นการผสมผสานระหว่างการเคลื่อนไหวแบบพื้นฐานที่หลากหลายขึ้น ตัวอย่างเช่น ไล่จับที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหวหลายอย่าง เช่น การวิ่ง การหลบ การปีนขึ้น และการมุดลง การเคลื่อนไหวเหล่านี้เกิดขึ้นในการกระทำต่าง ๆ ตัวอย่างเช่น การวิ่งเกี่ยวข้องกับการไล่ หนี หลบ หรือเปลี่ยนความเร็วหรือเปลี่ยนทิศทาง เด็ก ๆ จะได้สัมผัสกับการเคลื่อนไหวทางร่างกายที่แตกต่างกันในขณะที่สนุกกับการเล่น และได้รับทักษะที่หลากหลายตามธรรมชาติ

นิติธร ปิลวาสน์ (2561: ออนไลน์) การจัดกิจกรรมพื้นฐาน เพื่อเสริมสร้างพัฒนาการให้กับเด็กปฐมวัย มีดังนี้

1. กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ ได้แก่ การปั้น การวาดภาพ 2. กิจกรรมเล่นตามมุมที่สนใจหรือกิจกรรมอิสระเสรี ได้แก่ มุมเครื่องเล่น การร้อยลูกปัด มุมบล็อกต่าง ๆ
3. กิจกรรมทางกาย ได้แก่ เกมพลศึกษา เช่น การโยนลูกบอลลงตะกร้า การโยนรับลูกบอล เกมโยนถุงถ่วงตะกร้า
4. กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ ประกอบด้วย เคลื่อนไหวแบบประกอบเพลง
5. กิจกรรมเสริมประสบการณ์ เช่น การทดลอง การศึกษานอกห้องเรียน
6. เกมการศึกษา เช่น เกมจับคู่ภาพที่เหมือนกัน
7. กิจกรรมเบ็ดเตล็ดอื่น ๆ เช่น การเดินแบบปูด้วยมือ การลากเส้นประกอบภาพ

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (2565) กล่าวถึงพัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวร่างกายในเด็กปฐมวัยว่า หลังจากเด็กได้เรียนรู้ทักษะการเดินและเรียนรู้ด้วยตัวเอง ในที่สุดก็สามารถวิ่งไปรอบ ๆ ได้แล้ว เด็ก ๆ จะเริ่มสำรวจสภาพแวดล้อม ดังนั้นการจัดสภาพแวดล้อมเพื่อดึงดูดความสนใจจะกระตุ้นให้เด็กเคลื่อนไหวอย่างกระตือรือร้นซึ่งจะเป็นสิ่งที่สำคัญยิ่ง การเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อตอบสนองต่อสิ่งที่พบจะช่วยกระตุ้นการทำงานการควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายและนำไปสู่การได้มาซึ่งทักษะการเคลื่อนไหวใหม่ ๆ เป็นสิ่งสำคัญที่รู้สึกสนุกและเพลิดเพลินผ่านการเรียนรู้และสัมผัสกับการเคลื่อนไหว เช่น วิ่ง กระโดด ปีน กลิ้ง และขว้างลูกบอล เป็นต้น ในแง่ของพัฒนาการการเปลี่ยนแปลงรูปแบบของการเคลื่อนไหว เด็กอายุประมาณ 3 ขวบ มักจะระมัดระวังในการเคลื่อนไหว เมื่อโตขึ้นจะค่อย ๆ มีความมั่นใจและกระตือรือร้นในการเคลื่อนไหวไปรอบ ๆ มากขึ้น เมื่ออายุ 4-5 ขวบ แม้เด็กมักจะเคลื่อนไหวแบบไม่คอยระมัดระวัง แต่เด็ก ๆ จะมีการเคลื่อนไหวที่ประสานกันผ่านการทำกับกิจกรรมที่หลากหลาย ซึ่งได้รับแรงบันดาลใจจากจินตนาการของพวกเขา เด็กได้รับและมีความเชี่ยวชาญในทักษะการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานในช่วงปฐมวัย เมื่อพวกเขาอายุประมาณ 5-6 ขวบ เด็กจะสามารถควบคุมการเคลื่อนไหวของตัวเองได้มากขึ้น มีพฤติกรรมที่สงบมากขึ้น เมื่อเด็กเติบโตขึ้นทักษะการเคลื่อนไหวก็จะพัฒนาขึ้นเพื่อให้เด็กสามารถเคลื่อนไหวในรูปแบบที่ซับซ้อนได้มากขึ้นผสมกับกิจกรรม และดำเนินการได้อย่างราบรื่น ประสานกัน

เขาวลิต ภูมิภาค และคณะ (2554) ได้กล่าวถึง การศึกษาและปฏิบัติของทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นที่ถูกต้องเป็นพื้นฐานสำคัญที่ช่วยให้เคลื่อนไหวได้อย่างปลอดภัยและมีประสิทธิภาพ

1. ความสำคัญของทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้น แบ่งได้ 2 ลักษณะ คือ

1.1 ทักษะการเคลื่อนไหวที่ใช้ในชีวิตประจำวันที่ต้องศึกษาและฝึกให้เกิดความชำนาญประกอบด้วย คือ การเดิน การวิ่ง การก้มตัว ย่อตัว การลุกยืน การใช้อุปกรณ์ที่มีด้ามยาว

1.2 ทักษะของการจัดทำทางให้ถูกสุขลักษณะ ประกอบด้วย คือ การจัดทำทางการยืน นั่ง นอน และการแบกสิ่งของที่มีน้ำหนัก

สรุปทั้งสองลักษณะที่กล่าวมาข้างต้น พบว่า ในทักษะการเคลื่อนไหวที่กล่าวมาจะประกอบด้วยรูปแบบการเคลื่อนไหว 3 รูปแบบ คือ 1) รูปแบบการเคลื่อนไหวแบบอยู่กับที่ 2) รูปแบบการเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ และ 3) รูปแบบการเคลื่อนไหวแบบประกอบอุปกรณ์

1. การเคลื่อนไหวแบบอยู่กับที่ หมายถึง การเคลื่อนไหวที่ร่างกายของผู้ปฏิบัติไม่ได้เคลื่อนย้ายร่างกายไปจากตำแหน่งเดิม การเคลื่อนไหวแบบอยู่กับที่

2. การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ หมายถึง การเคลื่อนไหวที่ร่างกายของผู้ปฏิบัติเคลื่อนย้ายร่างกายไปจากตำแหน่งหนึ่งไปยังอีกตำแหน่งหนึ่ง

3. การเคลื่อนไหวประกอบอุปกรณ์ หมายถึง การเคลื่อนไหวที่ร่างกายของผู้ปฏิบัติใช้ร่างกายบังคับควบคุมวัตถุประกอบ จะเกี่ยวข้องกับการใช้มือและเท้าประกอบจะพบได้ทั้งในการปฏิบัติกิจกรรมการเล่นกีฬา

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2548: 132-142) ได้กล่าวถึง การเคลื่อนไหวจะช่วยให้มีพัฒนาการในทักษะเบื้องต้น ซึ่งแบ่งออกได้เป็น 3 ประเภทใหญ่ๆ คือ

1. การเคลื่อนไหวแบบไม่เคลื่อนที่ (Non-Locomotive Movement) หมายถึง ร่างกายอยู่นั้นไม่เคลื่อนที่หรือขยับ เช่น การเหยียดแขน การเหยียดขา การเหยียดตัว โดยที่ฐานรองรับน้ำหนักร่างกายไม่เคลื่อนที่ เป็นต้น

2. การเคลื่อนไหวเบื้องต้นแบบเคลื่อนที่ (Locomotive Movement) เป็นกิจกรรมการเคลื่อนที่จากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่ง เช่น การเคลื่อนไหวไปด้วยการเดิน การวิ่ง การกลิ้งตัว การม้วนตัว ไปในทิศทางต่าง ๆ

3. การเคลื่อนไหวเบื้องต้นแบบมีการประกอบอุปกรณ์ (Manipulative Movement) มีวัตถุประสงค์เพื่อให้มีพัฒนาการ ประสานกันกับกล้ามเนื้อในส่วนต่าง ๆ และยังช่วยให้ร่างกายแข็งแรง ใช้อุปกรณ์ประกอบเป็นกิจกรรม จะช่วยดึงดูดความสนใจและท้าทายนักเรียนมากขึ้น อุปกรณ์ที่ควรนำมาใช้ประกอบกิจกรรมการเรียนการสอนมีดังนี้

3.1 การใช้ถุงถั่วหรืออุปกรณ์ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันมาใช้ประกอบกิจกรรมทั้งเป็นรายบุคคลและเป็นคู่ เนื่องจากถุงถั่วสามารถประดิษฐ์ได้ง่าย ถุงถั่วยังมีความปลอดภัยจาก

สารพิษต่าง ๆ อีกด้วยด้วย การจัดกิจกรรมครูอาจสอดแทรกกิจกรรมอื่น ๆ ที่เหมาะสม อาจประยุกต์ได้เช่นเดียวกับเสมือนเป็นอุปกรณ์ลูกฟุตบอล ถ้าต้องการให้มีการจับคู่ก็สามารถทำได้เช่นกัน เช่น การโยนถุงถั่วให้คู่ตนเองรับ อาจโยนสองถุงด้วยมือข้างซ้ายและข้างขวาและให้คนที่รับต้องรับด้วยมือข้างซ้ายและขวาเหมือนกัน เป็นต้น

3.2 การใช้ลูกบอลประกอบการเคลื่อนไหว ทำคล้าย ๆ กับการใช้ถุงถั่ว ถ้าครูมีอุปกรณ์ลูกบอลที่เหมาะสม ได้แก่ ลูกบอลยางขนาดเล็ก หรือลูกเทนนิส ก็สามารถนำมาใช้เป็นอุปกรณ์การเรียนการสอนได้ การจัดกิจกรรมก็เช่นเดียวกับการใช้ถุงถั่ว แต่อาจมีเพิ่มเกี่ยวกับทักษะการเตะ การรับลูกกระดอนพื้น และอื่น ๆ เนื่องจากลูกบอลสามารถตั้งกระดอนพื้นและเตะได้ แต่ถุงถั่วทำเช่นนั้นไม่ได้

ไอเรส (Ayes, 1989) กล่าวว่า กิจกรรมตามแนวคิดการประมวลข้อมูลการรับรู้ความรู้สึก (Sensory Integration) ว่าเป็นกิจกรรมที่เน้นความคิดสร้างสรรค์ และจินตนาการเพื่อให้เด็กเกิดความสุขสนุกสนานและเกิดแรงจูงใจในการฝึก โดยกิจกรรมนั้นต้องตอบสนองความต้องการทางระบบประสาทของเด็ก โดยใช้ของเล่น หรือสื่อกิจกรรมที่หาได้ทั่วไปตามท้องตลาด ไม่จำเป็นจะต้องซื้อหากันในราคาแพง ๆ แต่ต้องมีการตรวจประเมินเด็กว่าเด็กมีความบกพร่องด้านการประมวลข้อมูลการรับรู้ความรู้สึกแบบใด และบอกเหตุผลในการเลือกสื่อในการรักษาและเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมกับความต้องการทางระบบประสาทของเด็กว่าเด็กต้องการกระตุ้นในระบบใด ซึ่ง 3 ระบบพื้นฐานที่ทำหน้าที่ประมวลผลร่วมกันเกี่ยวกับการรับรู้ตำแหน่งหน้าที่ของร่างกาย การทำงานประสานสัมพันธ์กันของร่างกาย 2 ซีก การรับรู้แนวกลางลำตัว ความตึงตัวของกล้ามเนื้อ การวางแผนการเคลื่อนไหวช่วงความสนใจ ความมั่นคงในอารมณ์ และการเรียนรู้สติปัญญา ได้แก่

1. ระบบการรับรู้การทรงตัวและการเคลื่อนไหว (Vestibular system) ทำหน้าที่รับและแปลผลเกี่ยวกับ การทรงตัว การรักษาสมดุลและทรงตัวด้านแรงโน้มถ่วง ระบบนี้มีอวัยวะรับสัมผัสอยู่ในหูชั้นใน สิ่งเร้าที่กระตุ้นระบบนี้ในทางธรรมชาติ คือการหมุนศีรษะและเคลื่อนไหวไปในระนาบที่แตกต่างกัน

2. ระบบรับรู้กล้ามเนื้อเอ็นและข้อ (Proprioceptive system) เป็นระบบที่รับรู้ความรู้สึกจากกล้ามเนื้อ เอ็น ข้อต่อ โดยอาศัยตัวรับรู้ความรู้สึกซึ่งจะอยู่ภายในกล้ามเนื้อ เอ็น ข้อต่อของแต่ละคน ทำให้เราสามารถทราบตำแหน่งแขนขา ทราบทิศทางและความเร็วของการเคลื่อนไหว แขน ขา

3. ระบบการสัมผัส (Tactile system) ระบบนี้มีตัวสัมผัสที่ผิวหนังซึ่งมีอยู่ทั่วร่างกาย รวมไปถึงลิ้นที่ตอบสนองต่อการสัมผัสออกมาในรูปแบบของกลิ่น และรสชาติ (Ayres, 1989) แต่เด็กไม่รู้ถึงปัญหาของตนเอง เพราะปัญหาเหล่านี้ขึ้นอยู่กับความบกพร่องทางการประมวลผลการรับรู้ความรู้สึก จะส่งผลถึงพฤติกรรมของเด็กที่มีต่อการเรียน การเคลื่อนไหว การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นและความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง สมรรถนะของเด็กกลุ่มนี้ จะไม่สามารถจัดการกับข้อมูลที่ได้รับจากการรับรู้ความรู้สึกพื้นฐานต่าง ๆ เด็กจึงไม่สามารถตอบสนองสิ่งเร้าได้อย่างมีความหมาย

สรุปได้ว่า การเคลื่อนไหวสำหรับเด็กปฐมวัย การพัฒนาการทางด้านร่างกายขั้นพื้นฐาน คือ การพัฒนากล้ามเนื้อของร่างกายตามวัยให้แข็งแรง ซึ่งมีผลต่อการพัฒนาทักษะอื่น ๆ ถ้าเด็กปฐมวัยมีกล้ามเนื้อที่แข็งแรงแล้ว เชื่อว่าจะช่วยให้เด็กมีความสมดุลในการทรงตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ และพร้อมที่จะปฏิบัติทักษะอื่นๆ ได้เต็มตามศักยภาพ กิจกรรมเคลื่อนไหวพื้นฐานที่มีรูปแบบที่ครอบคลุมทั้ง 3 ลักษณะ คือ การเคลื่อนไหวแบบอยู่กับที่ การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ และการเคลื่อนไหวประกอบอุปกรณ์ นั้นเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งต่อพัฒนาการของเด็กปฐมวัย ซึ่งการเคลื่อนไหวทั้งหมดจะพบในการใช้ชีวิตประจำวัน เช่น การเดิน ก้มหยิบของ การเดินเที่ยวตามห้างกับผู้ครอง การรับประทานอาหาร การวิ่งเล่นหรือเล่นเกมต่าง ๆ กับเพื่อน การทำกิจกรรมส่วนตัว เป็นต้น ล้วนแล้วแต่ใช้การเคลื่อนไหวทั้ง 3 ลักษณะนี้ทั้งหมดจึงมีความจำเป็นต่อพัฒนาการเด็กปฐมวัยอย่างยิ่ง

ความสำคัญของการเคลื่อนไหวพื้นฐาน

วรงค์ดี เพียรชอบ (2548) ได้กล่าวว่า เพื่อให้การเรียนนี้ได้บรรลุผลอย่างแท้จริงคือ นักเรียนได้มีพัฒนาการในด้านความรู้และเข้าใจของความสามารถการทำงานของส่วนต่าง ๆ มีพัฒนาการทางด้านร่างกาย นักเรียนมีร่างกายที่แข็งแรง สมบูรณ์ มีสุขภาพและพลานามัยที่ดี นักเรียนได้มีทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นของส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย อันเป็นผลเนื่องมาจากการทำงานประสานกันในระหว่างระบบประสาทและกล้ามเนื้อได้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจะนำไปสู่การมีทักษะเบื้องต้นในด้านต่าง ๆ ของชีวิตในอนาคตต่อไปได้นั้น ผู้มีหน้าที่เกี่ยวข้องและรับผิดชอบในการเรียนการสอนทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นแก่นักเรียน ควรจะได้คำนึงถึงหลักการที่สำคัญดังต่อไปนี้

1. เด็กในวัยก่อนเรียนจนถึงระดับประถมศึกษาตอนต้นเป็นวัยที่มีความกระหายและมีความต้องการการเคลื่อนไหวเพื่อสนองความต้องการของร่างกาย ควบคู่ไปกับการอยากรู้อยากลองในความสามารถในการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายของตนเองเป็นอย่างดี

มาก ครูจึงควรจัดกิจกรรมต่างๆ ให้นักเรียนในวัยนี้ได้มีส่วนร่วมอย่างทั่วถึงและเพียงพอสำหรับเด็กนักเรียนทุกๆ คน

2. การจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวเบื้องต้นแก่นักเรียน ครูควรจัดกิจกรรมหลาย ๆ อย่าง คือ ให้มีทั้งกิจกรรมการเคลื่อนไหวแบบอยู่กับที่ แบบเคลื่อนที่ และแบบมีการใช้อุปกรณ์ประกอบปะปนกันไป และกิจกรรมภายในของแต่ละแบบนี้ก็เช่นเดียวกันก็ควรจะมีกิจกรรมหลายๆ อย่างแตกต่างกันไปด้วย ทั้งนี้เพื่อเป็นการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมและมีประสบการณ์ในกิจกรรมการเคลื่อนไหวของส่วนต่างๆ ของร่างกายได้อย่างกว้างขวางและทั่วถึง ในขณะที่เดียวกันก็จะเป็นการป้องกันการเบื่อหน่ายที่อาจจะเกิดขึ้นในตัวนักเรียนด้วย

3. กิจกรรมการเคลื่อนไหวเบื้องต้นของส่วนต่างๆ ของร่างกายที่จะนำมาสอนนั้น ควรจะเป็นตามลักษณะของธรรมชาติการเคลื่อนไหวของส่วนต่างๆ ของร่างกายเหล่านั้น เช่น กิจกรรมการเคลื่อนไหวในการยืน การเดิน การวิ่ง การกระโดด การขว้าง การปา การเตะ การรับ การส่งลูกบอลด้วยมือ การรับการส่งลูกบอลด้วยเท้า เป็นต้น ซึ่งการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายเหล่านี้จะต้องไม่เป็นการฝืนความรู้สึกและธรรมชาติของการเคลื่อนไหวของส่วนต่างๆ ของร่างกายนั้นๆ

4. เพื่อให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ในแต่ละครั้งโดยไม่เบื่อหน่าย ควรจะการจัดการเรียนให้สร้างสรรค์ น่าเรียน ควบคู่กันไปด้วย เช่น มีความสนุกสนาน มีความท้าทาย ดึงดูดจิตใจนักเรียนทำให้นักเรียนมีการตื่นตัว อยากเรียน อยากมีส่วนร่วม และอยากเล่นด้วยความเต็มใจตลอดเวลา เช่น ครูอาจจะเป็นผู้ตั้งปัญหาเพื่อให้นักเรียนได้มีโอกาสคิดเอง ได้ลองทำเอง หรือได้ลองแสดงความสามารถของตนเองก่อนมากกว่าที่ครูเป็นผู้สาธิตหรือบอกนักเรียนโดยตรง

5. การจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวเบื้องต้น ครูควรจัดในกิจกรรมที่มีความหมายต่อนักเรียน นักเรียนได้เห็นประโยชน์ของกิจกรรมนั้นๆ ด้วย เช่น กิจกรรมนั้นเป็นกิจกรรมที่มีความเกี่ยวข้องกับชีวิตจริงประจำ วันที่จะต้องใช้หรือต้องพบในสภาพการณ์จริง และในขณะที่เดียวกันครูก็ควรจะได้เน้นในด้านปริมาณและในด้านคุณภาพของการเคลื่อนไหวนั้น ๆ ควบคู่กันไปด้วย

6. การจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวควรเป็นกิจกรรมที่เกี่ยวกับการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ ๆ ของร่างกายเป็นสำคัญ กล้ามเนื้อใหญ่ ๆ ของร่างกายที่ควรจะใช้หรือนำมาใช้เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการเคลื่อนไหวนั้น ได้แก่ กล้ามเนื้อลำตัว กล้ามเนื้อแขน หรือกล้ามเนื้อขา เป็นต้น กิจกรรมการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อลำตัวได้แก่ การงอ การแอ่น การบิด การเหยียด

ลำตัว เป็นต้น กิจกรรมการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อขา ได้แก่ การวิ่ง การกระโดด เป็นต้น และ กิจกรรมการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อแขน ได้แก่ การขว้าง การปา การรับและการส่งลูกบอล เป็นต้น

7. เพื่อให้การเรียนการสอนกิจกรรมการเคลื่อนไหวมีความสนุกสนานและเป็นที่สนใจของนักเรียนมากยิ่งขึ้น ครูควรใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหวให้มีการแข่งขันควบคู่กันไป ด้วย รูปแบบของการแข่งขันนี้อาจจะจัดในรูปแบบระหว่างบุคคลต่อบุคคลในชั้นเรียนเดียวกัน หรือ ในกลุ่มหรือหมู่เดียวกัน เช่น เริ่มด้วยคำว่า ใครสามารถทำตัวให้ได้สูงที่สุด หรือ ใครสามารถ กระโดดไปข้างหน้าได้ไกลที่สุด หรือ ใครสามารถวิ่งไปแตะพื้นที่เส้นข้างหน้าได้ก่อน เป็นต้น

8. การจัดให้นักเรียนได้แข่งขันในกิจกรรมการเคลื่อนไหว นับเป็นโอกาสดีที่ ครูจะได้ปลูกฝังคุณลักษณะต่าง ๆ ในตัวนักเรียน เช่น การมีระเบียบวินัย การมีน้ำใจนักกีฬา การทำงานร่วมกันเป็นหมู่คณะ หรืออื่น ๆ ควบคู่กันไป เพื่อให้ได้ดียิ่งขึ้นครูควรจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวในรูปแบบของการแข่งขันแบบผลัด (Relays) ต่างๆ ได้

9. ครูควรส่งเสริมให้นักเรียนได้สำนึกและเห็นความสำคัญในความสามารถ ในการเคลื่อนไหวของส่วนต่าง ๆ ของร่างกายของตนเองที่สามารถทำได้เสียก่อน ทั้งนี้เพื่อที่จะช่วย ให้นักเรียนได้เริ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองในกิจกรรมต่างๆ ที่ละน้อยๆ และทีละอย่างๆ ก่อน แล้วจึง ค่อยเพิ่มประสบการณ์ให้มากและสูงยิ่งขึ้นตามลำดับ

10. ครูควรให้นักเรียนสำนึกและได้มีความเข้าใจในความแตกต่างในระหว่าง ความสามารถของตนเองกับความสามารถของเพื่อนคนอื่นๆ ว่าเพื่อนนักเรียนคนอื่นๆ แต่ละคนมี ลักษณะและธรรมชาติของร่างกายแตกต่างกัน ดังนั้นจึงอาจจะมีอัตราการเจริญเติบโต พัฒนาการ การเรียนรู้ ตลอดจนความสามารถในการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายของแต่ละคนย่อมต้อง แตกต่างกันไปด้วย

11. บุคลิกลักษณะของครูผู้สอน ตลอดจนอาการ หน้าตาและอารมณ์ ความรู้สึกของครูที่ได้แสดงออกมาในขณะที่สอน นับว่าเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อบรรยากาศของ การเรียนการสอนเป็นอย่างมาก การเรียนการสอนกิจกรรมการเคลื่อนไหวจะได้ผลหรือไม่มากนักน้อย เพียงใดนั้น บุคลิกลักษณะตลอดจนหน้าตาและอารมณ์ของครูที่แสดงออกมาเป็นสิ่งที่มีความสำคัญเป็นอันมาก เพราะนักเรียนที่อยู่ในวัยระดับชั้นอนุบาลและระดับชั้นประถมศึกษา ตอนต้นเป็นวัยที่มีความไวต่อสิ่งเหล่านี้มาก

12. การเคลื่อนไหวของสิ่งต่าง ๆ ของนักเรียน ควรจะให้เป็นไปตามระดับ ความสามารถของร่างกายของนักเรียนแต่ละคนเป็นสำคัญ

13. นักเรียนควรจะได้รู้ชื่อการเคลื่อนไหวเบื้องต้นต่าง ๆ ที่เรียนรู้ในแต่ละอย่าง นั้นควบคู่กันไปด้วย ทั้งนี้เพื่อจะได้เป็นพื้นฐานในการที่เรียนรู้ในกิจกรรมการเคลื่อนไหวอื่น ๆ ต่อไป

สุภาพร เทพยสุวรรณ (2554) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการเคลื่อนไหวต่อเด็กไว้ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้สามารถพัฒนาทักษะในการเคลื่อนไหวได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

2. ช่วยให้ผู้พัฒนาอวัยวะทุกส่วนให้มีความสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวและสุขภาพร่างกายแข็งแรง

3. ช่วยพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของเด็ก การเคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ การเคลื่อนไหวเล่นบทบาทสมมุติตามเพลง การเคลื่อนไหวกับอุปกรณ์ต่าง ๆ ซึ่งเป็นการเสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการได้ดี

4. ช่วยเสริมสร้างความมั่นใจในตนเอง แสดงออกถึงอารมณ์ รู้สึกนึกคิด เป็นตัวของตัวเองได้อย่างอิสระ

5. ช่วยให้ผู้ทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นได้ จะเป็นกิจกรรมที่เด็กได้ทำร่วมกับผู้อื่น สามารถการพัฒนาทักษะทางสังคมได้เป็นอย่างดี

6. ช่วยทำให้อารมณ์ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส การที่เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะเพลง และเสียงดนตรีนั้นช่วยให้เด็กสนุกสนาน

7. ช่วยพัฒนาสติปัญญาและการเรียนรู้ เช่น ด้านภาษา เรียนรู้ด้านภาษาผ่านทางเนื้อเพลง

8. ช่วยให้ผู้เรียนรู้ วัฒนธรรมและเอกลักษณ์ประจำชาติของประเทศต่าง ๆ เช่น การรำ การเต้นระบำฮาวาย การเต้นแบบจีน การเต้นแบบแขก

9. ช่วยให้ผู้มีความสามัคคีและปฏิบัติตามข้อตกลง นอกจากนี้ยังช่วยฝึกการเป็นผู้นำและผู้ตามให้กับเด็กอีกด้วย เช่น ให้เด็กทำท่าทางเคลื่อนไหวร่างกายเป็นผู้นำแล้วให้เพื่อนปฏิบัติตาม โดยมีการสับเปลี่ยนหมุนเวียนกันไป

สรุปได้ว่า การเคลื่อนไหวพื้นฐานในเรื่องของการเคลื่อนไหวอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และประกอบอุปกรณ์ เป็นพื้นฐานที่สำคัญของเด็ก ในพัฒนาการการเคลื่อนไหวไปสู่ทักษะขั้นสูงได้ต่อไป ถ้าเด็กมีการเคลื่อนไหวอยู่กับที่ การเคลื่อนไหวขณะเคลื่อนที่ และการเคลื่อนไหวประกอบอุปกรณ์ต่าง ๆ ได้อย่างประสานและสมดุลไม่เกิดข้อผิดพลาด เด็กจะมีความมั่นใจ และจะนำความมั่นใจนี้ส่งต่อไปสู่การเคลื่อนไหวที่มีระดับความยากและซับซ้อนมากขึ้นอีกได้

การประเมินทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (2565) กล่าวถึงการประเมินเชิงคุณภาพของทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน เป็นมาตรการประเมินผลที่มีความสำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการช่วยให้เด็กปรับแต่งการเคลื่อนไหวของพวกเขา การวัดเชิงปริมาณ เช่น เด็กสามารถวิ่งได้เร็วเพียงใดในระยะทางหนึ่ง และระยะทางที่ได้รับอิทธิพลอย่างมากจากขนาดร่างกายของพวกเขา ดังนั้น การประเมินผลเชิงปริมาณ เช่น เวลาและระยะทางจึงไม่เหมาะสมในการประเมินการปรับแต่งการเคลื่อนไหวในการประเมินว่าเด็กมีประสิทธิภาพ และเหมาะสมเพียงใดในการใช้ร่างกายหรือการเคลื่อนไหวที่ละเอียดอ่อน ผู้ประเมินต้องสังเกตว่าเด็กมีการเคลื่อนไหวอย่างไร จำเป็นต้องมีการสังเกตเชิงคุณภาพในการประเมินการเคลื่อนไหวว่าอะไรเกี่ยวข้องกับประเมินคุณภาพของการเคลื่อนไหวบ้าง โดยในเด็กอายุระหว่าง 3 – 6 ขวบ การปรับแต่งรูปแบบการเคลื่อนไหวในการเดินและวิ่ง เมื่อเด็กเริ่มก้าวอาจแบ่งออกเป็น 5 ลักษณะ ได้แก่ 1) การแกว่งแขนทั้งสองข้าง 2) การวางแขนไปข้างหน้า แกว่งแขนซ้ายขวาได้สมดุล 3) สามารถเตะขาขึ้นได้ดีขึ้น 4) ออกแรงแกว่งแขนทั้ง 2 ข้าง และ 5) ยึดเข้าได้ดี เตะขาไปในแนวนอน ซึ่งในการประเมินเชิงคุณภาพของทักษะการเคลื่อนไหวทั้ง 5 ลักษณะนี้ จะอยู่ในกรอบของการแกว่งแขน การเตะเท้า และการงอเข้าประสานกันถูกต้องและสมบูรณ์

โบลเจอร์และคณะ (Bolger et al. 2018) ได้ศึกษาพบว่า ในเด็กช่วงอายุ 6 ปี ระหว่างเด็กชายกับเด็กหญิง มีความแตกต่างกันระหว่างพัฒนาการด้านทักษะกลไกการเคลื่อนไหว โดยเด็กชายจะมีคะแนนทักษะการควบคุมอุปกรณ์สูงกว่าเด็กหญิงในวัยเดียวกัน แต่เด็กหญิงจะมีคะแนนทักษะการเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่สูงกว่าเด็กชายในวัยเดียวกัน

นิโคลิช, มราโควิช และคุนเจซิช (Nikolic, Mrakovic and Kunjesic, 2016) ได้ศึกษาวิจัยพบว่า เด็กในช่วงอายุ 4 ปี ถึง 4 ปีครึ่งเด็กผู้หญิงจะมีพัฒนาการทักษะกลไกการเคลื่อนไหวสูงกว่าเด็กชายในวัยเดียวกัน และจะมีคะแนนทักษะกลไกการเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่สูงกว่าเด็กชายในวัยเดียวกัน ในขณะที่คะแนนทักษะการควบคุมอุปกรณ์ไม่แตกต่างกันระหว่างเด็กชายกับเด็กหญิง

สรุปได้ว่า การประเมินความสามารถการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย ควรใช้การสังเกตและการทดสอบ โดยการสังเกตสามารถกระทำได้จากความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมการทดสอบต่าง ๆ เพื่อประเมินว่าเด็กมีพัฒนาการการเคลื่อนไหวที่ดีมากน้อยเพียงใด โดยการประเมินจำเป็นต้องรวมพัฒนาการให้ครอบคลุมในหลาย ๆ ทักษะเพื่อให้ครอบคลุมทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ จะทำการประเมินทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็ก

ปฐมวัยโดยใช้แบบทดสอบและเกณฑ์การประเมินทักษะการยืน ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง และ ทักษะการกระโดด ตามแบบทดสอบสำหรับวัดความสามารถในการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย ของ อีริคสัน เจริญนาถ (2561) ซึ่งรายการทดสอบในทุกทักษะมีค่าความเที่ยงตรงและค่าความเชื่อมั่นตามเกณฑ์คุณภาพ

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสาน

กิจกรรมพลศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัยเป็นกิจกรรมที่เกี่ยวกับการเคลื่อนไหว พื้นฐานรวมทั้งการเคลื่อนไหวขั้นสูงที่หลากหลายสำหรับการเล่นเกม กีฬา หรือกิจกรรม นันทนาการในลักษณะต่าง ๆ ซึ่งจำเป็นต้องผสมผสานกิจกรรมต่าง ๆ เข้าด้วยกันเพื่อบูรณาการให้ เด็กสามารถเคลื่อนไหวได้อย่างครอบคลุม ซึ่งการเรียนแบบผสมผสานมีหลักการและแนวคิดต่าง ๆ ดังนี้

รูปแบบการเรียนแบบผสมผสาน

เกจัน, เวเจอร์ และโกลาส (Gague, Wager and Golas, 2005) ได้กล่าวว่า ทฤษฎีการจัดการเรียนรู้แบบผสมผสานระหว่างทฤษฎี พฤติกรรมนิยม และพุทธินิยมเข้าด้วยกัน โดยเน้นการจัดการจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับการเรียนรู้ โดยมีขั้นตอนการพัฒนาการเรียนการสอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การเร้าความสนใจ (Gaining Attention) เป็นการกระตุ้นความสนใจ เพื่อให้ผู้เรียนพร้อมที่จะเรียน

ขั้นที่ 2 การแจ้งวัตถุประสงค์ให้ผู้เรียนทราบ (Informing Learners of the Objective) เพื่อให้ผู้เรียนรู้ถึงสิ่งที่มุ่งหวังจากการเรียน และเป็นภาษาที่สามารถเข้าใจได้ง่าย

ขั้นที่ 3 ส่งเสริมให้นึกถึงสิ่งที่เรียนมา (Stimulating Recall of Prerequisite Learning) เป็นการช่วยในการดึงข้อมูลเดิมจากภายในตัวผู้เรียน เชื่อมโยงกับความรู้ใหม่

ขั้นที่ 4 การเสนอสิ่งเร้าหรือเนื้อหาใหม่ ๆ เพื่อการเรียนใหม่ ๆ (Presenting the Stimulus Materials) โดยที่สิ่งใหม่ ๆ จะต้องมีความชัดเจนเพื่อให้รับเข้ากับความรู้เดิมได้ง่าย

ขั้นที่ 5 การให้คำแนะนำช่วยเหลือในการเรียน (Providing Learning Guidance) เป็นการช่วยให้ผู้เรียนทำความเข้าใจกับเรื่องที่เรียนได้ง่ายขึ้น

ขั้นที่ 6 สนับสนุนให้ผู้เรียนได้มีการแสดงออก (Eliciting the Performance) เช่น ให้ผู้เรียนลงมือทำกิจกรรม ผู้สอนคอยให้จัดเตรียมเครื่องมือให้พร้อมสำหรับการทำกิจกรรม เป็นต้น

ขั้นที่ 7 การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Providing Feedback) ให้ทราบว่า การทำกิจกรรมได้ผลถูกต้อง หรือต้องได้รับแก้ไขเปลี่ยนแปลงเพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ตามจุดประสงค์ที่กำหนดไว้

ขั้นที่ 8 การประเมินผล (Assessing Performance) การวัดผลการเรียนรู้ในการทำกิจกรรม อาจทำได้โดยข้อสอบวัดได้ในขณะเรียนและเมื่อจบเนื้อหาการเรียน ซึ่งควรกำหนดแนวทางให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติ ทั้งที่ผลการประเมินนั้นผ่านและไม่ผ่าน เพื่อให้การเรียนของผู้เรียนบรรลุความสำเร็จ

ขั้นที่ 9 ส่งเสริมระดับการจดจำในเรื่องที่เรียน และการถ่ายโยง (Enhancing Retention and Transfer) การให้ผู้เรียนได้ฝึกปฏิบัติซ้ำ หรือการทบทวนและนำความรู้ไปใช้ในสถานการณ์ใหม่เพื่อฝึกการถ่ายโอนการเรียนรู้ ในส่วนของบทเรียนที่ใช้คอมพิวเตอร์เป็นฐาน แนะนำให้ใช้การยกตัวอย่างเพิ่มเติมที่ไม่ซ้ำซากและมีการใช้คำถามเพื่อทบทวน

ทิตนา แชมมณี (2556) ได้กล่าวถึงทฤษฎีการเรียนรู้ของ Knowles เชื่อว่าการมีส่วนร่วมจากการเรียนรู้ด้วยตนเองจะเรียนรู้ได้ดี ผู้เรียนผสมผสานประสบการณ์ของความรู้ และมีอิสระในการเรียนรู้ในสิ่งที่สนใจด้วยวิธีของตนเอง ตามที่พอใจ การเรียนรู้เน้นการมีส่วนร่วม เปิดโอกาสส่งเสริมประสบการณ์ จัดประสบการณ์ใหม่ ๆ ส่งเสริมให้ตัดสินใจด้วยตัวเอง ลงมือทำ ยอมรับภาระทำนั้น ๆ และผลของการตัดสินใจ

กิจกรรมการเคลื่อนไหวทางพลศึกษาแบบผสมผสาน

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (2565) กล่าวถึงการผสมผสานการเคลื่อนไหวร่างกายที่แตกต่างและหลากหลายเข้าด้วยกันไว้ว่า เด็ก ๆ สามารถสนุกกับการเล่นโดยใช้อุปกรณ์ที่อยู่ในมือ หรือคิดค้นวิธีต่าง ๆ ได้แม้ไม่มีอุปกรณ์ออกกำลังกายที่เหมาะสม การเล่นที่ดูง่ายเกินไปหรือเรียบง่ายสำหรับผู้ใหญ่อาจให้ความบันเทิงสำหรับเด็ก และถ้าเด็กชอบเล่นก็จะเล่นซ้ำ ๆ การเคลื่อนไหวซ้ำ ๆ นี้ นำไปสู่การปรับแต่ง ดังนั้น จึงควรเริ่มต้นด้วยการมุ่งเน้นไปในสิ่งที่เด็ก ๆ ชอบ จากนั้นเพิ่มรูปแบบและพัฒนาการเล่นของเด็กเพิ่มขึ้น ประเด็นคือ การรวมการเคลื่อนไหวที่ต่างกันไป วัยเด็กเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสำหรับการเคลื่อนไหวร่างกายที่หลากหลาย การสัมผัสกับการเคลื่อนไหวที่ดูเหมือนจะไม่เกี่ยวข้องโดยตรงกับทักษะการเล่นกีฬาอาจมีความสำคัญอย่างยิ่ง จึงควรคิดว่าจะใช้เครื่องมืออะไร และเล่นเกมตามการเคลื่อนไหวที่เด็กไม่เคยสัมผัสมาก่อน ตัวอย่างเช่น แทนที่จะเล่นวิ่งไล่จับ สามารถบอกให้เด็ก ๆ แกล้งทำเป็นกระต่ายได้ การทำเช่นนี้เด็ก ๆ จะได้สัมผัสกับการเคลื่อนไหวของการกระโดด ความฉลาดเล็ก ๆ สามารถเพิ่มความหลากหลายในการเคลื่อนไหวร่างกายได้ ในทางกลับกัน ต้องเพิ่มรูปแบบโดยใช้ตัวดัดแปลง

เป็นคำสำคัญ รูปแบบใหม่เกิดขึ้นโดยการเพิ่มตัวตัดแปลงของการเคลื่อนไหว เช่น ไปข้างหน้า สูงขึ้น เงียบ ๆ เป็นต้น นอกจากนี้ การผสมผสาน ยังหมายถึง การเคลื่อนไหวและเครื่องมือ เด็กโต อาจพบว่าเกมง่าย ๆ ค่อนข้างน่าเบื่อ จากนั้นครูสามารถทำให้เกมมีความซับซ้อนมากขึ้น โดยผสมผสานการเคลื่อนไหวอื่น ๆ เช่น การนำบอมมาเล่นพร้อมกับอุปกรณ์อื่น ๆ เด็ก ๆ ยังสามารถเพลิดเพลินกับการถือลูกบอลบนหนังสือพิมพ์ หรือทำลูกบอลด้วยหนังสือพิมพ์ ผูกเชือกกับลูกบอล แล้วโยนเหมือนขว้างก้อน เด็ก ๆ จะได้สัมผัสกับการเล่นและการเคลื่อนไหวใหม่ ๆ พยายามให้เด็ก ได้สัมผัสกับการเล่นที่หลากหลายอย่างสมดุล

มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา (2565) การเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน หมายถึง การเคลื่อนไหวทั้งแบบอยู่กับที่ แบบเคลื่อนที่ และเคลื่อนไหวแบบบังคับสิ่งของ ซึ่งในการปฏิบัติ กิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของเรา เรามักจะเคลื่อนไหวแบบผสมผสานรวมทั้งการเล่นกีฬา ด้วยเช่นกัน การฝึกการเคลื่อนไหวให้ถูกวิธีจึงเป็นเรื่องจำเป็น เพื่อให้ปฏิบัติกิจกรรมทางพลศึกษา หรือการเล่นกีฬา หรือการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและปลอดภัย

สรุปได้ว่า การเรียนแบบผสมผสาน เป็นกระบวนการที่สามารถนำมาประยุกต์กับทุก สาขาวิชาได้ ทั้งนี้ในทางปฏิบัติ ตามทฤษฎีการจัดการเรียนรู้แบบผสมผสาน (Eclecticism) ครูผู้สอนต้องเน้นการจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับการเรียนรู้ และส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ โดยจัดสภาพภายนอกที่เอื้อต่อกระบวนการเรียนรู้ภายในตัวผู้เรียน ดังนั้นในการสอนกิจกรรมพลศึกษาให้กับเด็กปฐมวัย การจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสาน จึงเป็นการนำกิจกรรมเคลื่อนไหวอยู่กับที่ แบบเคลื่อนที่ และประกอบอุปกรณ์มาผสมผสานกัน เพื่อให้เด็กได้เล่น ได้เข้าร่วมกิจกรรม และมีพัฒนาการทางร่างกายที่ครอบคลุมทุกส่วน

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมทางพลศึกษาและพัฒนาการทางร่างกาย

1. ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของเพียเจต์ (Piaget, 1963) ผู้เชี่ยวชาญใน ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านสติปัญญา เป็นการสร้างความรู้ผ่านการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อม โดย ซึมซับประสบการณ์ และตามสภาพแวดล้อมให้เกิดความสมดุลในโครงสร้าง ความคิด ความเข้าใจ และได้แบ่งลำดับขั้นไว้ 4 ขั้นดังนี้

1.1 ขั้นประสาทรับรู้และการเคลื่อนไหว (Sensorimotor Stage) พัฒนาการ ระยะเวลาอยู่ในช่วง 2 ปีแรกหลังเกิด การเรียนรู้จากประสาทสัมผัส ในขั้นนี้พัฒนาการ มีการ พัฒนาการเรียนรู้ การแก้ปัญหา และเด็กยังสามารถเลียนแบบ โดยไม่จำเป็นต้องมีตัวแบบให้เห็น ซึ่งแสดงถึงพัฒนาการด้านความจำที่มากขึ้นในช่วง 18 - 24 เดือน

1.2 ขั้นก่อนปฏิบัติการคิด (Preoperational Stage) ในช่วง 2-7 ปี ใน ระยะ 2-4 ปี ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง มีขีดจำกัดในการรับรู้ สามารถเข้าใจได้เพียงมิติเดียว ในระยะ 5-6 ปี ระยะนี้เป็นการคิดที่ขึ้นอยู่กับความรู้กับการคิดอย่างมีเหตุผลตามความจริง จะเริ่มมีความคิดรวบยอดกับสิ่งรอบตัวดีขึ้น

1.3 ขั้นปฏิบัติการคิดด้วยรูปธรรม (Concrete Operational Stage) อายุ 7-11 ปี มีความสามารถคิดเหตุผลและผลไม่ยึดอยู่เฉพาะการรับรู้เหมือนขั้นแรก ๆ สามารถคิดย้อนกลับเข้าใจ และสามารถจัดเรียงลำดับของสิ่งต่าง ๆ ได้

1.4 ขั้นปฏิบัติการคิดด้วยนามธรรม (Formal Operational Stage) ตั้งแต่อายุ 11 ปี จนถึงวัยผู้ใหญ่ สามารถจินตนาการ ปัญหาในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต โดยพัฒนาสมมติฐานอย่างสมเหตุสมผลเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้

2. ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของโฮเวิร์ด การ์ดเนอร์ (Gardner, 1993) นักจิตวิทยาโฮเวิร์ด การ์ดเนอร์ (Howard Gardner) เป็นนักจิตวิทยา (Psychologist) และผู้เชี่ยวชาญทางด้านสติปัญญา โดยใช้หลักการวิวัฒนาการทางชีววิทยา (Biological Evolution) เรียกว่า สติปัญญาด้านธรรมชาติ (Naturalistic) และ สติปัญญาด้านการดำรงชีวิต (Existential Intelligence) รวมทั้งหมด 9 ด้าน และเชื่อว่าสมองมนุษย์ได้แบ่งเป็นส่วน ๆ แต่ละส่วนได้กำหนดความสามารถที่ค้นหาและแก้ปัญหาที่เรียกว่าปัญญา

3. ทฤษฎีธอร์นไดค์ (Thorndike, 1978) ทฤษฎีความสัมพันธ์เชื่อมโยงของธอร์นไดค์ เป็นที่ได้รับการยกย่องว่าเป็นบิดาแห่งจิตวิทยาการศึกษา เกิดในอเมริกาในปี ค.ศ.1874 แนวคิดทฤษฎีนี้เน้นถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยงกับการตอบสนอง ซึ่งเชื่อว่าการเรียนรู้เกิดได้เมื่อมนุษย์ได้เลือกเอาปฏิกริยาที่ถูกต้องนั้นเชื่อมต่อไปกับสิ่งเร้าที่เหมาะสม ตั้งข้อสังเกตในการเรียนรู้เป็นสิ่งที่ค่อย ๆ สะสมเพิ่มขึ้นทีละน้อย มากกว่าจะเกิดขึ้นทันทีทันใดหรือการเรียนรู้จะเกิดขึ้นทีละน้อยด้วยการลองผิดลองถูก ทั้งนี้กฎการเรียนรู้ของธอร์นไดค์ แบ่งออกเป็น 3 กฎ คือ

3.1 กฎแห่งความพร้อม (Law of Readiness) ได้แก่ การเรียนรู้จะเกิดขึ้น เมื่อมีความพร้อมทั้งกายและใจ จะส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ที่ดีได้

3.2 กฎแห่งการฝึกหัด (Law of Exercise) การเรียนรู้จากการกระทำซ้ำ ๆ กัน หลายครั้ง เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวในแบบต่าง ๆ ซึ่งทำให้ระบบประสาทและกล้ามเนื้อทำงานได้ดี

3.3 กฎแห่งผล (Law of Effects) การเรียนรู้ดีขึ้น หากการกระทำนั้นเป็นไปทางบวกหรือทางที่ดี ทำให้เกิดความสนใจ เกิดทักษะทำให้ความสนุกสนานและ

6.ซิมป์สัน (Simpson, 1972) กล่าวว่า ทักษะเป็นเรื่องที่มีความเกี่ยวกับพัฒนาการทางกายของผู้เรียน ซึ่งเป็นความสามารถในการทำงานของกล้ามเนื้อและร่างกาย การทำงานที่ย่างยากและซับซ้อน การเรียนการสอนมีขั้นตอนดังนี้

- ขั้นที่ 1 การรับรู้ โดยการให้ผู้เรียนสังเกตการณ์การทำงาน
- ขั้นที่ 2 การเตรียมความพร้อม โดยการปรับตัวให้พร้อมที่จะแสดงทักษะนั้น
- ขั้นที่ 3 การสนองตอบในการควบคุม การเลียนแบบการกระทำ
- ขั้นที่ 4 การให้ลงมือ ให้ผู้เรียนเกิดผลสำเร็จในการปฏิบัติ
- ขั้นที่ 5 การกระทำที่ชำนาญ โดยอัตโนมัติ
- ขั้นที่ 6 การปรับปรุงการปฏิบัติให้ดีขึ้น
- ขั้นที่ 7 การคิดริเริ่ม เมื่อผู้เรียนปฏิบัติจนเกิดความชำนาญ ผู้ปฏิบัติจะเริ่มเกิดความคิดใหม่ ๆ

จากทฤษฎีที่กล่าวมาข้างต้นนี้จะเห็นได้ว่า นักจิตวิทยาและผู้เชี่ยวชาญได้ กล่าวถึงความสามารถและแนวทางการส่งเสริมพัฒนาการทางการเคลื่อนไหว ควรดำเนินการให้เหมาะสมกับช่วงวัยและหลากหลายที่ครอบคลุมทุกมิติ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าและเลือกทฤษฎีที่เหมาะสมกับช่วงวัยและหลากหลายที่ครอบคลุมทุกด้านมาผสมผสาน ทฤษฎีที่ใช้เป็นแนวความคิดในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ

1. ทฤษฎีการเรียนรู้ของธอร์นไดค์ (Thorndike's Law of Learning)
2. ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของเพียเจต์ (Piaget's Cognitive Development Theory)
3. ทฤษฎีการเรียนรู้ของซิมป์สัน (Simpson)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในประเทศ

ณภคกร เจะเลาะ (2563) การจัดประสบการณ์เรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะเพื่อพัฒนาทักษะความเป็นผู้นำในเด็กปฐมวัยชั้นอนุบาลปีที่ 3 วัตถุประสงค์คือ 1)พัฒนาและหาประสิทธิภาพของการจัดประสบการณ์การเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ ตามเกณฑ์ 80/80 2)เปรียบเทียบทักษะความเป็นผู้นำก่อนและหลังการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ 3)ศึกษาดัชนีประสิทธิผลของการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ โดยใช้ชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ และ 4)ศึกษาความพึงพอใจของเด็กปฐมวัยชั้นอนุบาลปีที่ 3 ที่มีต่อการจัดประสบการณ์การเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะเพื่อพัฒนาทักษะความเป็นผู้นำ

กลุ่มตัวอย่าง คือ เด็กปฐมวัยชั้นอนุบาลปีที่ 3/1 โรงเรียนเทศบาล 3 (วิมุกตายนวิทยา) ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 24 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งกลุ่ม (Cluster Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยคือ 1) ชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นผู้นำ จำนวน 6 ชุด 2) แผนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ จำนวน 30 แผน 3) แบบประเมินพัฒนาลักษณะความเป็นผู้นำ จำนวน 4 ชุด และ 4) แบบประเมินความพึงพอใจ จำนวน 1 ชุด การวิเคราะห์ข้อมูลคือ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความแตกต่างโดยใช้ t-test ผลการวิจัยพบว่า 1) ผลการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ โดยใช้ชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะมีประสิทธิภาพเท่ากับ 82.87/85.07 ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด 2) ผลการพัฒนาลักษณะความเป็นผู้นำในเด็กปฐมวัยชั้นอนุบาลปีที่ 3 หลังการใช้ชุดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะจัดประสบการณ์การเรียนรู้ โดยใช้ชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 3) ค่าดัชนีประสิทธิผลของการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ โดยใช้ชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ มีค่าเท่ากับ 0.73 แสดงว่านักเรียนมีความก้าวหน้าลักษณะความเป็นผู้นำเพิ่ม 0.73 หรือคิดเป็นร้อยละ 73 4) ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ โดยใช้ชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะในภาพรวมอยู่ในระดับชอบมาก ($\bar{x} = 2.61$, S.D. = 0.49)

ณัฐิกา เพ็งลี (2562) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานที่มีต่อทักษะกลไกการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาผลของโปรแกรมทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานที่มีต่อทักษะกลไกการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย ผลการศึกษาพบว่า ก่อนการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะกลไกการเคลื่อนไหวทั้ง 3 ด้านระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองไม่แตกต่างกัน และหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 8 กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะกลไกเคลื่อนไหวทั้ง 3 ด้านสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลผลเปรียบเทียบกับภายในกลุ่มทดลองค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะกลไกเคลื่อนไหวทั้ง 3 ด้าน หลังการทดลองสัปดาห์ที่ 8 สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันทางสถิติ

ธีรพงศ์ เจริญนาค (2561) ได้ศึกษาเรื่อง ผลของการฝึกการเคลื่อนไหวและการเล่นอย่างสร้างสรรค์ที่มีต่อความแม่นยำในการขว้างบอลของเด็กปฐมวัยโรงเรียนเตรียมประถมศึกษา มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาและเปรียบเทียบผลของการฝึกการเคลื่อนไหวและการเล่นอย่างสร้างสรรค์ที่มีต่อความแม่นยำในการขว้างบอลของเด็กปฐมวัย โรงเรียนเตรียมประถมศึกษา ผลการวิจัยพบว่า 1) เด็กปฐมวัยที่ได้รับกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ในรูปแบบบูรณาการการผ่าน

กิจกรรมการเคลื่อนไหวและการเล่นอย่างสร้างสรรค์ และเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวปกติ หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความแม่นยำในการขว้างบอล ทักษะการยืน ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ในรูปแบบบูรณาการการผ่านกิจกรรมการเคลื่อนไหวและการเล่นอย่างสร้างสรรค์มีคะแนนรวมเฉลี่ยหลังการทดลอง แตกต่างจากเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมด้วยกิจกรรมการเคลื่อนไหวปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ชัญญา ประครองญาติ (2561) ได้ศึกษาการพัฒนาชุดกิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านภาคอีสานเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่สำหรับนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 3 โรงเรียนเทศบาล 5 (วัดป่าจิตตสามัคคี) สังกัดสำนักการศึกษาเทศบาลนครราชสีมา จังหวัดนครราชสีมา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาและหาค่าดัชนีประสิทธิผลของชุดกิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านภาคอีสานเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่สำหรับนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 3 ตามเกณฑ์ 80/80 เปรียบเทียบการพัฒนา กล้ามเนื้อมัดใหญ่ก่อนกับหลังการใช้ชุดกิจกรรม และศึกษาความพึงพอใจของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นอนุบาล 3 จำนวน 20 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแผนการจัดประสบการณ์การละเล่นพื้นบ้านภาคอีสาน แบบประเมินความสามารถในการพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่ และแบบประเมินความพึงพอใจ ผลการศึกษาพบว่า ค่าดัชนีประสิทธิผลของชุดกิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านภาคอีสานเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่สำหรับนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 3 เท่ากับ 81.33/84.87 เป็นไปตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ ผลเปรียบเทียบการพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่ของนักเรียนหลังการใช้ชุดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนแสดงความพึงพอใจต่อการละเล่นพื้นบ้านภาคอีสานอยู่ในระดับมาก

กาญจนา เพ็ชรตะกั่ว, ธีระดา ภิญญ และดวงกมล ลูติเวช (2558) ได้ศึกษาเรื่องการจัดประสบการณ์การเรียนรู้กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะเพื่อพัฒนาร่างกายของเด็กปฐมวัย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบคะแนนพัฒนาการของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดประสบการณ์การเรียนรู้กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะเพื่อพัฒนาร่างกายของเด็กปฐมวัย กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 1 โรงเรียนนิมมานรดี เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร ภาคเรียน ที่ 2 ปีการศึกษา 2555 จำนวน 30 คน โดยการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะและแบบประเมินพัฒนาการด้านร่างกาย สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ และแบบประเมินพัฒนาการด้านร่างกาย สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติที่ กำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการวิจัยพบว่าเด็กปฐมวัยที่ได้รับการ

จัดประสบการณ์การเรียนรู้กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ มีพัฒนาด้านร่างกายหลังการจัดประสบการณ์ สูงกว่าก่อนการจัดประสบการณ์

ฐิติมาพร ชัยสมุทร (2556) ได้ศึกษา ผลของการใช้กิจกรรมการเล่นกลางแจ้งที่มีต่อความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 โรงเรียนอรรณาลัย อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความพร้อมของการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยชาย-หญิง ชั้นปีที่ 1 กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 อายุระหว่าง 3-4 ปี จำนวน 20 คน ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ชุดกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย และทดสอบค่าที (t-test) ผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่โดยรวมและรายด้าน ได้แก่ ด้านการเคลื่อนไหวอยู่กับที่ ด้านการเคลื่อนไหวเคลื่อนที่ ด้านการเคลื่อนไหวพร้อมอุปกรณ์ ด้านคุณลักษณะของการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ หลังการเล่นกลางแจ้งมีค่าสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรม และแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พาลาตี หมาดเต๊ะ (2557) ได้ศึกษา ผลของการฝึกการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อพัฒนาการของเด็กปฐมวัย การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลการฝึกการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อพัฒนาการของเด็กปฐมวัย กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลโรงเรียนบ้านบุญเกาะกุง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาศรีสะเกษ เขต 2 จำนวน 30 คน โดยวิธีการเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (purposive sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แผนการจัดประสบการณ์โดยใช้กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านจำนวน 12 กิจกรรม แบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้เรื่องการละเล่นพื้นบ้านที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และแบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กปฐมวัยของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ สถิติที่ใช้ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบสมมติฐานแบบ t-test dependent เมื่อทำการเปรียบเทียบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการฝึกกิจกรรมการละเล่นพื้นบ้าน พบว่าเด็กมีสมรรถภาพทางกลไกพัฒนาดีขึ้น

วรรณภรณ์ มะลิรัตน์ (2554) ได้ศึกษา ผลของการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวพื้นฐานแบบกลุ่มที่มีต่อทักษะทางสังคมของเด็กปฐมวัย วัตถุประสงค์ในการวิจัยคือ เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงระดับคะแนนทักษะทางสังคมของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวพื้นฐานแบบกลุ่ม กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยคือเด็กนักเรียนชาย-หญิง อายุระหว่าง 5-6 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาลปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2553 โรงเรียนวัดคันลัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาศุพรรณบุรี เขต 1 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้น

พื้นฐาน ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยคือ แผนการจัดการกิจกรรมการเคลื่อนไหวพื้นฐานแบบกลุ่ม และแบบประเมินทักษะทางสังคม การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยคือ ใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ (One Way Repeated-Measures ANOVA) และ t-test แบบ Dependent Sample ผลการวิจัยพบว่า คะแนนทักษะสังคมโดยรวม และทุกรายด้านของเด็กปฐมวัยมีการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

งานวิจัยในต่างประเทศ

ลูดมิลลา มิกลันโควา (Ludmila Miklanková, 2018) ได้ศึกษา เรื่องการศึกษาของเด็กในพื้นที่ของการกระทำทางกายภาพเพื่อเป็นรากฐานสำหรับกีฬาตลอดชีวิต วัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ระดับทักษะการเคลื่อนไหวของเด็กวัยก่อนเรียนในบริบทของการกระตุ้นให้มีกิจกรรมทางกายที่โรงเรียนและในครอบครัว กลุ่มตัวอย่างกลุ่มวิจัยประกอบด้วย 62 คนก่อนวัยเรียนเด็กอายุ (ชาย 28 คนหญิง 37 คน) อายุเฉลี่ย 5,6 ปี เครื่องมือที่ใช้คือ การทดสอบ TGMD-2 สำหรับการประเมินคุณภาพของทักษะการเคลื่อนไหว แบบสอบถาม ESPA ใช้สำหรับการประเมินระดับการกระตุ้นต่อการกระทำทางกายภาพของเด็ก ๆ การวิเคราะห์ข้อมูลคือ การวิเคราะห์ความแปรปรวนของ Kruskal-Wallis ระดับโดยรวมของการกระตุ้น PE ในบริบทของระดับ GMDQ ของประชากรในการวิจัยพิจารณาจากการทดสอบ t GMDQ จากมุมมองเรื่องเพศได้รับการประมวลผลโดยการทดสอบ Mann-Whitney ผลการวิจัยพบว่า ในกลุ่มเหล่านั้นพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p \leq 0,001$) เด็กที่มีส่วนสูงและการกระตุ้นให้มีกิจกรรมทางกายสูงกว่าค่าเฉลี่ยจะแสดงทักษะการเคลื่อนไหวที่มีการจัดการในระดับสูง เนื่องจากอายุน้อยเด็กผู้ปกครองมีบทบาทสำคัญ ผลการวิจัยในเด็กก่อนวัยเรียนชี้ให้เห็นถึงความสำคัญในเชิงบวกของการมุ่งเป้าการกระตุ้นกิจกรรมทางกายของเด็กซึ่งสร้างพื้นฐานคุณภาพสำหรับกีฬาตลอดชีวิตในอนาคต

เมห์เม็ต ลามาโมกดู, เมห์เม็ต อากิฟ ซิยาจิล (Mehmet Imamoglu, Mehmet Akif Ziyagil, 2017) ได้ศึกษา เรื่องบทบาทของอายุสัมพัทธ์ที่มีผลต่อทักษะการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานในเด็กชายและเด็กหญิง วัตถุประสงค์เพื่อตรวจสอบผลของอายุสัมพัทธ์ต่อการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานในเด็กชายและเด็กหญิง กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชาย 22 คนและนักเรียนหญิง 33 คนอายุ 5-6 ปี กลุ่มอายุ 3 กลุ่มประกอบด้วย 68-76, 77-80 และ 81-89 เดือนสำหรับเด็กผู้ชาย, 71-75, 76-80 และ 81-84 เดือนสำหรับเด็กผู้หญิงตามลำดับ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ ระดับทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานได้รับการกำหนดโดยการทดสอบการพัฒนามอเตอร์ขั้นต้น การวิเคราะห์ข้อมูลหลังจากการทดสอบความเป็นปกติ ANOVA ถูกใช้ในลักษณะเดียวกับการทดสอบหลังการทดสอบของ Scheffe เพื่อเปรียบเทียบระหว่างทั้งสามกลุ่ม

นอกจากนี้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันถูกคำนวณจากตัวแปร ผลการวิจัยพบว่าการศึกษานี้แสดงให้เห็นว่าความสูงของร่างกายของเด็กผู้ชายและดัชนีมวลกายของเด็กผู้หญิงมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญตามกลุ่มอายุ ความสามารถในการกระโดดของเพศชายและการกระโดดข้างในเพศหญิงเท่านั้นที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญตามกลุ่มอายุ ผลกระทบที่จำกัดของผลกระทบของอายุสัมพันธ์ในการศึกษานี้อาจเนื่องมาจากวิถีชีวิตที่ไม่ได้ใช้งานของเด็ก การขาดการศึกษาด้านการเคลื่อนไหวก่อนเข้าโรงเรียนและปฏิสัมพันธ์ระหว่างสภาพเศรษฐกิจและสังคมที่ไม่เพียงพอในตุรกี

ไมเคิลและซามูเอล (Michael and Samuel, 2017) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนากล้ามเนื้อเชิงบูรณาการ (INT) ที่มีต่อทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานและสมรรถภาพทางกายของเด็กอายุ 6-7 ปี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานและสมรรถภาพทางกายของเด็กอายุ 6-7 ปี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนจำนวน 94 คน แบ่งเป็นชาย 49 คน และหญิง 45 คน จากโรงเรียนประถม 2 แห่งในตอนกลางเมืองของประเทศอังกฤษ ได้รับการอนุมัติทางจริยธรรมจากสถาบันในมหาวิทยาลัยโคเวนทรี และได้รับความยินยอมจากกลุ่มตัวอย่างที่ยังไม่บรรลุนิติภาวะและครอบครัวหรือผู้ปกครองจาก 4 ห้องเรียนถูกสุ่มให้เหลือเป็นกลุ่มที่ใช้ INT 53 คน และกลุ่มควบคุม 42 คน ใช้โปรแกรมฝึกกล้ามเนื้อเชิงบูรณาการ 2 ครั้งต่อสัปดาห์ ทั้งหมด 10 สัปดาห์ สมรรถภาพทางกาย ประเมินโดยใช้แบบวัดสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็ก (PPCSC) และ TGMD-2 ในการประเมินทักษะการเคลื่อนไหว โคเลตต์ เอ็ม. เลเจนเดร (Colette M. LeGendre, 2016) ได้ศึกษาเรื่อง การตรวจสอบของนักเรียนก่อนวัยเรียน การดำเนินกิจกรรมมอเตอร์ วัตถุประสงค์เพื่อ 1) ความสำคัญของการเคลื่อนไหวในเด็กก่อนวัยเรียน 2) แนวปฏิบัติการสอนนิชานต์ศึกษาในเด็กก่อนวัยเรียน และ 3) กลยุทธ์ในการออกแบบกิจกรรมยนต์ที่เหมาะสมกับพัฒนาการสำหรับโปรแกรมเด็กปฐมวัย กลุ่มตัวอย่างคือ การวิเคราะห์ข้อมูลคือแบบสำรวจและแบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่า โดยรวมผลการสังเกตและการสัมภาษณ์พบว่าครูในสังกัดการตั้งค่าง่อนวัยเรียนมีความรู้เกี่ยวกับพัฒนาการของมอเตอร์และการศึกษาการเคลื่อนไหวในห้องเรียนของพวกเขา แต่อาจต้องการทฤษฎีที่มีเหตุผลมากกว่านี้ในรากฐานพื้นฐานของกิจกรรมพัฒนาการเคลื่อนไหวและการเคลื่อนไหวของเด็กปฐมวัย

อัลทินก็อก (Altinkok, 2016) ได้ศึกษาผลการศึกษากการเคลื่อนไหว และความร่วมมือที่มีต่อการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นของเด็กก่อนวัยเรียน งานวิจัยมีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ผลของโปรแกรมการศึกษาการเคลื่อนไหวโดยใช้ความร่วมมือเป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ที่มีต่อการพัฒนาการเคลื่อนไหวเบื้องต้นของเด็กก่อนวัยเรียน เด็กก่อนวัยเรียนจำนวนทั้งสิ้น 78

คน ประกอบด้วยกลุ่มทดลอง จำนวน 38 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 40 คน โดยได้รับความเห็นชอบและได้แจ้งให้ครอบครัวของเด็กก่อนวัยเรียนได้ทราบแล้ว ในช่วงของการวิจัยมีการใช้แบบวิจัยเชิงทดลองซึ่งประกอบด้วยกลุ่มควบคุม Pre-Test และ Post-Test เพื่อแสดงผลของโปรแกรมการศึกษาการเคลื่อนไหวโดยอาศัยความร่วมมือของเด็ก จึงได้มีการทดสอบความคล่องตัว ความว่องไว การยืนกระโดดไกลและการทดสอบที่เกี่ยวข้องกับการขว้างลูกเทนนิส การวิ่งเร็วมากในระยะเวลาสั้น ๆ (การวิ่งเร็ว) ความยืดหยุ่นการกระโดดในแนวตั้ง และการทดสอบการวิ่งประสานสัมพันธ์และการทดสอบสมรรถนะการเคลื่อนไหวการทรงตัวพลาซิงโก ในการวิเคราะห์ข้อมูลโปรแกรมสำเร็จรูป “Independent t” ถูกใช้เพื่อหาความแตกต่างระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ในทางตรงกันข้าม เพื่อหาความแตกต่างภายในระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ “Paired Samples t” สำหรับผลทางสถิติระหว่างค่า pre-test ของกลุ่มทั้งสอง และค่า pre-test และ posttest ของกลุ่มควบคุม พบว่าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญในตัวแปรใด ๆ ในขณะที่ระหว่างค่า Post-Test ของกลุ่มทั้งสอง และค่าเฉลี่ย Pre-Test และ Post-Test ของกลุ่มทดลอง พบว่า มีความแตกต่างอย่าง มีนัยสำคัญที่ระดับต่างกัน ในกลุ่มทดลอง และการทดสอบ Post-Test ระหว่างการทดสอบสมรรถนะในการเคลื่อนไหว ผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมการศึกษาการเคลื่อนไหวโดยใช้ความร่วมมือซึ่งได้รับการวางแผนและเตรียมการฝึกฝนในระยะยาว และส่งเสริมด้วยกิจกรรมต่างๆ ของเด็กกระหว่างการฝึกจะทำให้เด็กก่อนวัยเรียนมีพัฒนาการในการเคลื่อนไหวเบื้องต้น และจะพัฒนาพวกเขาไปจนถึงระดับ การศึกษาที่สูงขึ้นต่อไป เหมือนอย่างที่ได้รับการพัฒนาในขั้นทักษะพิสัย

โซโฟ, เซดู, อาโซลา, ยูจีน เอฟ. (Sofo, Seidu, Asola, Eugene F. 2015) ได้ศึกษาเรื่องการรับรู้อุปสรรคในการสอนการเคลื่อนไหวและกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กอนุบาลในกานา วัตถุประสงค์ของการศึกษาคือเพื่อตรวจสอบสิ่งที่ครูอนุบาลมองว่าเป็นอุปสรรคต่อการสอนการเคลื่อนไหวและกิจกรรมทางกาย ผู้เข้าร่วมประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่างครู 79 คน (32 KG1 และ 47 KG2) จากหนึ่งตำบลในต่อนบนภาคตะวันตกของกานา จากครู 79 คน 78 คนระบุเพศ (ชาย 30 คนและหญิง 48 คน) ตัวอย่างประกอบด้วยครูที่ไม่ผ่านการฝึกอบรม (16.46%) และครูที่ผ่านการฝึกอบรมที่มีใบรับรองหลังมัธยมศึกษา (5.06%) วุฒิปัตถ (65.82%) และปริญญาตรี (12.66%) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามใช้มาตราส่วน 5 จุด ข้อมูลคือ วิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและเชิงอนุมานการวิเคราะห์ข้อมูล คือการทดสอบ t แบบอิสระและการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ผลการวิจัยพบว่า มีขนาดชั้นเรียนตั้งแต่ 12-161 ฐานตามต่อครู. ครูระบุขาดทรัพยากร (62.0%) ขาดการสนับสนุนจากครูคนอื่น (36.80%) ขาดเวลา (25.30%) และการฝึกที่

ไม่เพียงพอ (25.30%) เป็นอุปสรรคสำคัญในการสอนการเคลื่อนไหวและร่างกายกิจกรรม การทดสอบที่อิสระและการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวพบเพศชั้นเรียนและมีอาชีพผู้ศึกษาไม่ได้มีอิทธิพลต่อการรับรู้ของครูอย่างมีนัยสำคัญเกี่ยวกับอุปสรรคในการสอนการเคลื่อนไหว / ร่างกายกิจกรรม. สถาบันการศึกษาของครูในกานามีความจำเป็นต้องเตรียมความพร้อมด้านร่างกายของเด็กปฐมวัยผู้เชี่ยวชาญด้านการศึกษา

ชู-จุง ลิน และ ชู-ชู หยาง (Shu-Jung Lin and Shu-Chu Yang 2015) ได้ศึกษาเรื่องการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานโดยเด็กอายุหกถึงเก้าขวบ วัตถุประสงค์หลักของการศึกษาในปัจจุบันคืออธิบายความแตกต่างใด ๆ ที่อาจมีอยู่ใน FMS ของเด็กอายุระหว่างหกถึงเก้าขวบ กลุ่มตัวอย่างคือ ใช้การสุ่มตัวอย่างเพื่อคัดเลือกผู้เข้าร่วมทั้งหมด 485 คน (244 เด็กชาย และเด็กหญิง 241 คน) ในเมืองเจียอี้และเทศมณฑลเจียอี้ ทั้งหมดของผู้เข้าร่วมมีอายุระหว่างหกถึงเก้าขวบและไม่มีภาวะพิการหรือปัญหาสุขภาพที่สำคัญ ของเหล่านี้, 92 มีอายุระหว่างหกถึงเจ็ดขวบ 197 คืออายุระหว่างเจ็ดถึงแปดขวบ และ 196 อยู่ระหว่างอายุแปดถึงเก้าขวบ อายุเฉลี่ยเจ็ดปี และแปดเดือน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ การทดสอบ Gross Motor Development-2 (TGMD-2) วิเคราะห์ข้อมูลวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีการและมาตรฐาน การเบี่ยงเบน การทดสอบค่าที่และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวคือใช้ในการเปรียบเทียบทักษะของหัตถการทักษะการควบคุมวัตถุและ FMS ของผู้เข้าร่วมเกี่ยวกับอายุและเพศ ผลการวิจัยพบว่า มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในวัตถุโดยรวมทั้งสอง ทักษะการควบคุม ($t = 9.08, p < .001$) และประสิทธิภาพโดยรวม ($t = 5.45, p < .001$) โดยเด็ก ๆ ทำผลงานได้ดีกว่าเด็กผู้หญิงทั้งในทักษะการควบคุมวัตถุโดยรวม ($M = 31.48 > M = 20.29$) และประสิทธิภาพโดยรวม ($M = 56.84 > M = 52.47$) นอกจากนี้ยังพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญสำหรับโดยรวมทักษะการเคลื่อนไหว ($F = 12.29, p < .001$), วัตถุโดยรวมทักษะการควบคุม ($F = 12.81, p < .001$) และ FMS โดยรวม ($F = 20.44, p < .001$) สำหรับทักษะการเคลื่อนไหวของหัตถการ Scheffé post hoc การทดสอบพบว่าผู้ที่อายุแปดถึงเก้าขวบทำได้ดีกว่ามากกว่าผู้ที่มีอายุระหว่างหกถึงแปดขวบและผู้ที่มีอายุระหว่างเจ็ดถึงแปดคนทำได้ดีกว่าผู้ที่มีอายุมากกว่าระหว่างหกถึงเจ็ด สำหรับทักษะการควบคุมวัตถุและโดยรวม FMSs การทดสอบโพสต์ของ Scheffé เปิดเผยว่าผู้ที่มีอายุระหว่างแปดถึงเก้าทำได้ดีกว่าผู้ที่มีอายุมากกว่าระหว่างหกถึงแปด ดังนั้นจึงเป็นที่ต้องการสำหรับครูพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา เด็กผู้หญิงมีส่วนร่วมในเกมนบอลที่หลากหลายและยังสนับสนุนให้เด็กผู้หญิงมีส่วนร่วมในการจับโยนและกิจกรรมเลี้ยงลูกหลังเลิกเรียน โดยสรุปแล้วโรงเรียนจำเป็นต้องจัดให้มีกิจกรรมการ

เคลื่อนไหวที่หลากหลายซึ่งนักเรียนพบว่าน่าสนใจและยังสนับสนุนให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกีฬา หลังเลิกเรียนและนอกโรงเรียน

กิลักจานี (Gilakjani 2011) ได้ศึกษา เรื่องผลของสายตาสีตประสาท และรู้แบบการเรียนรู้การรับรู้การเคลื่อนไหวต่อการสอนภาษาความสามารถที่จะเข้าใจในรูปแบบการเรียนรู้ของผู้เรียน สามารถเพิ่มประสบการณ์การเรียนรู้ครูอาจปรับรูปแบบ การสอนของครูเพื่อให้สอดคล้องกับการรับรู้ของผู้เรียน หรือรูปแบบการเรียนรู้การเรียนรู้อันหนึ่งของนักเรียน ในชั้นเรียน หนึ่งในสิ่งสำคัญที่ใช้ในรูปแบบการเรียนรู้ นั่นคือสิ่งที่ทำให้ง่ายต่อการรวมถึงการสอน เหล่านั้น รูปแบบการเรียนรู้มันแตกต่างกัน มีสามอย่างที่เป็นที่นิยมมาก สิ่งแรกคือการมองเห็น การได้ยิน และการรับรู้การเคลื่อนไหวในที่ซึ่งนักเรียนได้รับข้อมูล นักเรียนบางคนเรียนรู้ทางสายตา ในขณะที่คนอื่น ๆ เรียนรู้ทางการได้ยิน หรือเรียนรู้ทางการรับรู้การเคลื่อนไหว ในขณะที่นักเรียนหลายคนใช้ประสาทการรับรู้ทั้งหมดในการรับข้อมูล พวกเขาดูเหมือนมีสิ่งที่ชอบว่า พวกเขาเรียนให้ได้ดีในคำนี้สิ่งที่ช่วยการเรียนรู้ของนักเรียนหลายๆ คน ครูต้องสอนเหมือนมีความชอบเป็นอย่างมากและเหมือนจะเป็นไปได้ครูสามารถรวมรูปแบบการเรียนรู้ในกิจกรรมการเรียนรู้ ดังนั้นผู้เรียนสามารถที่จะประสบความสำเร็จในชั้นเรียน การศึกษานี้เป็นการวิเคราะห์รูปแบบการเรียนรู้เพื่อให้นักเรียนอิหฺร่านความมุ่งหมายของการศึกษานี้กล่าวถึงความตระหนักรู้และความเข้าใจของผลของรูปแบบการเรียนรู้บน กระบวนการสอน การทบทวนวรรณกรรมวิจัยกับการวิเคราะห์ข้อมูลจะกำหนดวิธีการรูปแบบการเรียนรู้แบบไหนที่ส่งผลกระทบต่อกระบวนการสอน

จากการศึกษางานวิจัยทั้งในประเทศและในต่างประเทศ สรุปได้ว่า การนำกิจกรรมทางกาย กิจกรรมการเคลื่อนไหว หรือแม้แต่กิจกรรมทางพลศึกษาที่หลากหลายมาผสมผสานกัน เพื่อใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนพลศึกษาให้กับเด็กปฐมวัย จะได้ประโยชน์ในแนวทางที่สอดคล้องกัน กล่าวคือ เด็กจะมีพัฒนาการทางร่างกายที่แข็งแรง มีสมรรถภาพทางกายที่ดีขึ้น อันจะส่งผลดีต่อความสามารถในการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กต่อไป และนอกจากนี้เด็กยังมีความพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาที่หลายซึ่งนำมาผสมผสานกัน ทุกกิจกรรมจะแตกต่างกันไป เด็กจะต้องแก้ปัญหาการเล่นทั้งในส่วนของตนและของกลุ่ม ทำให้เกิดประสบการณ์ที่เพิ่มมากขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาหลายรูปแบบ เมื่อเด็กร่วมปฏิบัติด้วยความตั้งใจ ต่อเนื่อง หรือจดจำนำไปเล่นเมื่อมีเวลาว่างเสมอ ๆ ย่อมส่งผลดีต่อสมรรถภาพความสามารถในการเคลื่อนไหวโดยรวมของเด็กตามที่กล่าวมาทั้งหมด

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. แผนการทดลอง
2. กำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
3. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยใช้แบบแผนการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองโดยอาศัยการวิจัยแบบการทดลองตามแบบแผนการวิจัยแบบ No-Treatment Control Group Design (Kerlinger and Lee, 2000) ตามตาราง ดังนี้

ตาราง 1 แบบแผนการทดลอง No-Treatment Control Group Design

Y_2	X	Y_a	(Experimental)
Y_2	$\sim X$	Y_a	(Control)

สัญลักษณ์ที่ใช้ในแบบแผนการวิจัย

Experimental	แทน	กลุ่มทดลอง
Control	แทน	กลุ่มควบคุม
Y_2	แทน	การประเมิน ก่อนการทดลอง (Pre-test)
Y_a	แทน	การประเมิน หลังการทดลอง (Post-test)
X	แทน	กลุ่มที่ได้รับการจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสาน
$\sim X$	แทน	กลุ่มที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนพลศึกษาแบบปกติ

กำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปฐมวัย โรงเรียนสารสาสน์วิเทศร่มเกล้า ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 กรุงเทพมหานคร มีทั้งหมด 10 ห้องเรียน จำนวน 272 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังอยู่ในระดับปฐมวัย โรงเรียนสารสาสน์วิเทศร่มเกล้า ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 โดยการทดสอบก่อนการฝึก (Pre-test) ระดับความสามารถในการเคลื่อนไหวพื้นฐาน 4 แบบ ประกอบด้วย ทักษะการยืน การเดิน การวิ่ง และการกระโดด (ธีรพงศ์ เจริญนาถ, 2561) การทดลองและเก็บข้อมูล ผู้วิจัยทำการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยเลือกห้องที่มีจำนวนนักเรียนที่ได้คะแนน 1 - 4 คะแนน ในลำดับท้ายสุดมากกว่า 15 คนขึ้นไป พบว่ามีจำนวน 3 ห้องเรียน ได้แก่ อ 3/3 , อ 3/4 และ อ 3/8 มีจำนวน 19, 17 และ 17 คนตามลำดับ จากนั้นนำคะแนนที่ได้ทดสอบความแตกต่างของคะแนนกลุ่ม พบว่า ห้อง อ 3/4 กับห้อง อ 3/8 มีคะแนนทดสอบก่อนการทดลองไม่แตกต่างกันทางสถิติจึงสามารถใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยได้ จากนั้นจับฉลากเพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม ดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 17 คน เป็นนักเรียนห้อง อ 3/4 ให้ได้รับการจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสาน

2. กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มควบคุม จำนวน 17 คน เป็นนักเรียนห้อง อ 3/8 ให้ได้รับการจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบปกติ

โดยกำหนดคุณสมบัติกลุ่มตัวอย่างดังนี้

1. เกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าร่วมการวิจัย (Inclusion criteria)

1. นักเรียนเพศหญิงและเพศชาย ที่กำลังศึกษาอยู่ระดับปฐมวัย ชั้นปีที่ 3
2. นักเรียนมีอายุอยู่ในระหว่าง 4 – 5 ปี
3. นักเรียนจะต้องมีสุขภาพแข็งแรงไม่มีโรคประจำตัวสภาวะร่างกายปกติ ไม่เหน็ดเหนื่อย ไม่เป็นอุปสรรคต่อการเคลื่อนไหว และไม่ทุพพลภาพ
4. นักเรียนจะต้องไม่เป็นโรคติดต่ออันตรายต่อผู้อื่น โดยมีใบรับรองแพทย์เป็นหลักฐาน
5. ผู้ปกครองและนักเรียนยินยอมเข้าร่วมโครงการ
6. นักเรียนที่ผลคะแนนการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน 4 ทักษะ

คือ การเดิน การวิ่ง การกระโดด การรับบอล ไม่ผ่านเกณฑ์ (ไม่เกิน4คะแนน)

2. เกณฑ์การคัดออกผู้เข้าร่วมการวิจัย (Exclusion criteria)

1. ผู้ปกครองและนักเรียนไม่ประสงค์ที่จะเข้าร่วมโครงการต่อ
 2. นักเรียนมีสุขภาพร่างกายไม่แข็งแรงเกิดอาการเจ็บป่วยและมีโรคประจำตัวที่เป็นอุปสรรคต่อการเคลื่อนไหวหรือโรคติดต่ออันตรายต่อผู้อื่นระหว่างเข้าร่วมโครงการ
 3. นักเรียนขาดการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนการสอนมากกว่าร้อยละ 80
- รายละเอียดดังตารางที่ 2

ตาราง 2 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ห้อง	จำนวนประชากร			จำนวนกลุ่มตัวอย่าง		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
อ 3/1	15	12	27	8	6	14
อ 3/2	15	12	27	9	5	14
อ 3/3	19	10	29	13	6	<u>19</u>
อ 3/4	11	17	28	7	10	<u>17</u>
อ 3/5	9	18	27	5	9	14
อ 3/6	13	14	27	7	7	14
อ 3/7	17	9	26	9	4	13
อ 3/8	11	19	30	6	11	<u>17</u>
อ 3/9	18	6	24	10	4	14
อ 3/10	11	16	27	5	9	14
รวม	139	133	272	79	71	150

จากตาราง 2 จำนวนประชากรจำแนกเป็นชาย 139 คน หญิง 133 คน รวม 272 คน ห้องเรียนที่ทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานก่อนการทดลองที่ได้คะแนนระหว่าง 1 - 4 คะแนน มีจำนวนรวมทั้งสิ้น 150 คน โดยมีห้องเรียนที่มีจำนวนมากกว่าห้องละ 15 คน 3 ห้องเรียน ได้แก่ อ 3/3, อ 3/4 และ อ 3/8 มีจำนวน 19, 17 และ 17 คนตามลำดับ

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสาน จำนวน 8 แผน
2. แบบทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย 4 ทักษะ ได้แก่ การเดิน การกระโดด การวิ่ง และการรับบอล ที่ปรับปรุงจากแบบทดสอบทักษะเด็กปฐมวัยของ ธีรพงศ์ เจริญนาถ (2561)

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

1. การพัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสาน โดยการนำแนวคิดการเคลื่อนไหวพื้นฐานสำหรับเด็กปฐมวัย การพัฒนาสมรรถภาพของเด็กปฐมวัย การใช้กิจกรรมทางพลศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัยเพื่อพัฒนาความแข็งแรง ความสามารถในการทรงตัว และพัฒนาการเคลื่อนไหว ได้แก่ การเดิน การวิ่ง การกระโดด และการรับบอล มาศึกษาพร้อมกันโดยมีขั้นตอนดังนี้

1.1 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี หลักการต่าง ๆ จากเอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสานสำหรับเด็กปฐมวัย หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 และมาตรฐานการศึกษาปฐมวัย

1.2 กำหนดกรอบในการสร้างแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสานสำหรับเด็กปฐมวัย จำนวน 8 แผน

1.3 เมื่อกรรมการหลักเห็นชอบแล้ว จึงนำแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสานสำหรับเด็กปฐมวัย ให้ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่านตรวจสอบหาความเที่ยงตรงเชิงปรากฏ (face Validity) (ประสพชัย พสุนนท์. 2558: 379) จำนวน 8 แผน

1.4 นำแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสาน ที่ผ่านความเห็นชอบของผู้เชี่ยวชาญไปทดลองกับใช้ (Try out) ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 กับเด็กปฐมวัยที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง อ 3/3 จำนวน 29 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (reliability) ของแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสานสำหรับเด็กปฐมวัย โดยใช้ค่า $E_1 / E_2 = 80/80$ ได้ค่าเท่ากับ $81.90/82.70$ แสดงว่าแผนการจัดการเรียนรู้มีประสิทธิภาพความเชื่อมั่นตามเกณฑ์ ดังตารางที่ 3

ตาราง 3 การหาประสิทธิภาพ $E_1 / E_2 = 80/80$ ของแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสาน โดยใช้นักเรียนชั้น อ 3/3 (n=29)

แผนการจัดการเรียนรู้	ค่าเฉลี่ยคะแนนระหว่างเรียน E_1 (20 คะแนน)	ค่าเฉลี่ยคะแนนผลสัมฤทธิ์ E_2 (10 คะแนน)	ประสิทธิภาพแผนการเรียนรู้ E_1 / E_2
แผนที่ 1	ทักษะการเดิน	8.27	81.90/82.70
แผนที่ 2	17.24		
แผนที่ 3	ทักษะการวิ่ง		
แผนที่ 4	15.70		
แผนที่ 5	ทักษะการกระโดด		
แผนที่ 6	16.38		
แผนที่ 7	ทักษะการรับบอล		
แผนที่ 8	16.20		
รวม/ร้อยละ	16.38/81.90	8.27/82.70	

จากตาราง 3 พบว่า ค่าประสิทธิภาพของแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสานมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 80/80 โดยมีค่าเท่ากับ 81.90/82.70

1.5 จากนั้นแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสานสำหรับเด็กปฐมวัยให้อาจารย์ที่ปรึกษาและกรรมการควบคุมปริญญาบัณฑิตพิจารณาอีกครั้ง แล้วจึงนำมาใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

2. แบบทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย 4 ทักษะ ได้แก่ ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง ทักษะการกระโดด และทักษะการรับบอล โดยประยุกต์มาจากแบบทดสอบพัฒนาการความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ของธีรพงศ์ เจริญนาค (2561)

2.1 ตรวจสอบความเที่ยงตรงของแบบทดสอบการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย 4 ทักษะ ได้แก่ ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง ทักษะการกระโดด และทักษะการรับบอลของเด็กปฐมวัย เพื่อลงความเห็นและให้คะแนนแบบประเมิน แล้วนำผลการประเมินของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่านโดยใช้ดัชนีความสอดคล้อง (IOC: Index of Item Objective Congruence) โดยใช้เกณฑ์ IOC มากกว่าหรือเท่ากับ 0.5 (สมบุญ สิริวงค์ และ คนอื่นๆ, 2553) กำหนดเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

- +1 หมายความว่า แบบประเมินมีความสอดคล้อง
- 0 หมายความว่า ไม่แน่ใจว่าแบบประเมินมีความสอดคล้อง
- 1 หมายความว่า แบบประเมินไม่มีความสอดคล้อง

ผลการประเมิน พบว่า ทุกทักษะมีค่า IOC ระหว่าง 0.8 – 1.0

2.2 ตรวจสอบคุณภาพของแบบทดสอบการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย 4 ทักษะ ได้แก่ ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง ทักษะการกระโดด และทักษะการรับบอล โดยพิจารณาตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยวิธีการคำนวณจากสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาช (Cronbach) (วาโร เพ็งสวัสดิ์, 2551) ได้ค่าเท่ากับ .82 แสดงว่ามีความเชื่อมั่นระดับสูง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยเรื่อง การจัดการกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวของเด็กปฐมวัย ครั้งนี้ มีวิธีการทดลองตามขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

1. ขออนุญาตจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อออกหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล และหนังสือการดำเนินการตรวจสอบความครบถ้วนของโครงการวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

2. ผู้วิจัยนำแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสานและแบบทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย 4 ทักษะ ได้แก่ ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง ทักษะการกระโดดและทักษะการรับบอล ไปจัดการกิจกรรมและเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยผู้วิจัยดำเนินการทดลองด้วยตนเอง ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 รวม 8 แผนการเรียนรู้ โดยมีขั้นตอน ดังนี้

2.1 สร้างความคุ้นเคยกับกลุ่มตัวอย่างเป็นเวลา 3 ครั้ง พร้อมจัดเตรียมสภาพแวดล้อมภายในสถานที่ทำการทดลองให้เหมาะสม

2.2 ขั้นตอนก่อนการทดลองทำการประเมินความสามารถก่อนการทดลอง (Pre-test) โดยใช้แบบทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย 4 ทักษะ ได้แก่ ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง ทักษะการกระโดด และทักษะการรับบอล ไปวัดความสามารถในการเคลื่อนไหวพื้นฐานของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แล้วตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด

2.3 ขั้นตอนดำเนินการทดลอง ดำเนินการทดลองด้วยตนเองโดยนำแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสาน ที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นมาทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 8 แผน

2.4 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย จำนวน 1 คน รวมผู้ประเมิน 2 คน ดำเนินการทดลอง โดยให้กลุ่มตัวอย่างได้รับกิจกรรมตามแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสาน ในการวิจัย ครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างเป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน/แผนการเรียนรู้อันละ 30 นาที ในการดำเนินการทดลองในแต่ละวัน นอกจากกิจกรรมที่ผู้วิจัยนำมาใช้แล้ว กลุ่มตัวอย่างยังได้ทำกิจกรรมอื่นๆ ตามตารางกิจกรรมประจำวันเหมือนเดิมทุกประการ สำหรับกลุ่มควบคุมให้จัดกิจกรรมการเรียนรู้อย่างปกติตามระยะเวลาเท่ากัน และจัดกิจกรรมประจำวันในลักษณะเดียวกันทุกประการ

2.5 ชั้นหลังการทดลอง เมื่อสิ้นสุดการทดลองกิจกรรมการเรียนการสอนด้วยแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสาน ผู้วิจัยทำการทดสอบการเคลื่อนไหวพื้นฐาน หลังการทดลอง (Post-test) กับกลุ่มทดลองในหลังสัปดาห์ที่ 4 และ ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในหลังสัปดาห์ที่ 8 แล้วตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด โดยใช้ แบบทดสอบการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย 4 ทักษะ ได้แก่ ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง ทักษะการกระโดด และทักษะการรับบอล และวิเคราะห์เช่นเดียวกับก่อนการทดลอง

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยวิเคราะห์ผลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ

1. คำนวณหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ค่าร้อยละ ของคะแนนความสามารถในการเคลื่อนไหวพื้นฐาน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการจัดกิจกรรม และหลังการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนตามแผนการจัดการเรียนรู้
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนในการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ตามลำดับภายในกลุ่มทดลอง โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบการทดลองซ้ำมิติเดียว (One-way Analysis of Variance With Repeated Measure)
3. ถ้าพบว่าความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน จึงทำการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยใช้วิธีการทดสอบ Least Significant Different (LSD) โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการเคลื่อนไหวพื้นฐานระหว่างกลุ่มทดลองที่จัดกิจกรรมโดยใช้แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบผสมผสานสำหรับเด็กปฐมวัย กับกลุ่มควบคุมที่เรียนแบบปกติโดยใช้การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติแบบที่

5. ทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
6. นำเสนอข้อมูลในรูปแบบตารางและความเรียง

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติที่ใช้การวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ การคำนวณค่าความเที่ยงตรง คำนวณจากสูตร ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) การคำนวณค่าความเชื่อมั่นด้วยการคำนวณจากสูตร สัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาช (Cronbach)

2. สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัย

2.1 สถิติบรรยาย ประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าร้อยละ

2.2 สถิติทดสอบสมมติฐาน ประกอบด้วย สถิติเอฟ (One way ANOVA) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างภายในกลุ่ม สถิติทดสอบค่าที (t-test dependent) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลองภายในกลุ่ม และ สถิติทดสอบค่าที (t-test Independent) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

เกณฑ์การประเมินการเคลื่อนไหวพื้นฐาน 4 ทักษะ ได้แก่ ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง ทักษะการกระโดด และทักษะการรับของ มีเกณฑ์ดังนี้

- | | | | |
|-----|-------|---------|---------------------------------------|
| 1 | คะแนน | หมายถึง | มีทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานน้อยที่สุด |
| 2-3 | คะแนน | หมายถึง | มีทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานน้อย |
| 4-5 | คะแนน | หมายถึง | มีทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานปานกลาง |
| 6-7 | คะแนน | หมายถึง | มีทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานดี |
| 8 | คะแนน | หมายถึง | มีทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานดีมาก |

เกณฑ์การแปลผลค่าร้อยละ

- | | | |
|-----------------------------|---------|------------------------|
| ต่ำกว่า ร้อยละ 50.00 ลงมา | หมายถึง | มีความสามารถน้อยที่สุด |
| ร้อยละ 50.00 – 59.55 | หมายถึง | มีความสามารถน้อย |
| ร้อยละ 60.00 – 69.99 | หมายถึง | มีความสามารถปานกลาง |
| ร้อยละ 70.00 - 79.99 | หมายถึง | มีความสามารถดี |
| ตั้งแต่ ร้อยละ 80.00 ขึ้นไป | หมายถึง | มีความสามารถน้อยที่สุด |

บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการทดลองและการแปลความหมายของการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้สัญลักษณ์ ดังต่อไปนี้

n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
\bar{X}	แทน	ค่าเฉลี่ยของคะแนน
S.D.	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	สถิติการทดสอบค่าที (t-test)
F	แทน	สถิติการทดสอบค่าเอฟ (F-test)
df	แทน	ชั้นแห่งความเป็นอิสระ
p	แทน	นัยสำคัญทางสถิติ
*	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล การแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูล และเสนอข้อมูลดังนี้

1. คำนวณหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ค่าร้อยละ ของคะแนนความสามารถในการเคลื่อนไหวพื้นฐาน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (ภาคผนวก ข)
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนในการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานระหว่างก่อนฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ตามลำดับภายในกลุ่มทดลอง โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA)
3. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน เป็นรายคู่โดยใช้วิธีการทดสอบ Least Significant Different (LSD) ที่นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการเคลื่อนไหวพื้นฐานระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้การวิเคราะห์สถิติแบบที (t-test for Independent) ที่นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. ทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการทดสอบ เรื่องการจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย ดังนี้

ตาราง 4 เปรียบเทียบคะแนนรวมผลการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS.	F	P
ระหว่างกลุ่ม	2.214	2	1.107	82.819	<.001*
ภายในกลุ่ม	.642	48	0.13		
รวม	2.855	50			

*มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 4 พบว่า การเปรียบเทียบคะแนนรวมผลการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 5 เปรียบเทียบคะแนนรวมผลการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสานจำแนกเป็นรายคู่

แหล่งความแปรปรวน		ก่อนการฝึก	หลังสัปดาห์ที่ 4	หลังสัปดาห์ที่ 8
	\bar{X}	0.38	0.68	0.88
ก่อนการฝึก	0.38	-	-0.301*	-0.507*
หลังสัปดาห์ที่ 4	0.68		-	-0.205*
หลังสัปดาห์ที่ 8	0.88			-

*มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 5 การเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่โดยใช้วิธีของ LSD พบว่า คะแนนรวมทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 6 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการเดินของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ระหว่างก่อนฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	P
ระหว่างกลุ่ม	4.010	2	2.005	25.169*	<.001
ภายในกลุ่ม	3.842	48	.080		
รวม	7.833	50			

*มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 6 พบว่า การเปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการเดินของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 7 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการเดินของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสานจำแนกเป็นรายคู่

แหล่งความแปรปรวน		ก่อนการฝึก	หลังสัปดาห์ที่ 4	หลังสัปดาห์ที่ 8
	\bar{X}	0.29	0.74	0.97
ก่อนการฝึก	0.29	-	-.441*	-.676*
หลังสัปดาห์ที่ 4	0.74		-	-.235*
หลังสัปดาห์ที่ 8	0.97			-

*มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 7 การเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่โดยใช้วิธีของ LSD พบว่า คะแนนทักษะการเดินของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 8 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการวิ่งของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	P
ระหว่างกลุ่ม	3.098	2	1.549	25.535*	<.001
ภายในกลุ่ม	2.912	48	.061		
รวม	6.010	50			

*มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 8 พบว่า การเปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการวิ่งของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ระหว่างก่อนการฝึกกับหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 9 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการวิ่งของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสานจำแนกเป็นรายคู่

แหล่งความแปรปรวน	\bar{X}	ก่อนการฝึก	หลังสัปดาห์ที่ 4	หลังสัปดาห์ที่ 8
ก่อนการฝึก	0.26	-	-0.411*	-0.588*
หลังสัปดาห์ที่ 4	0.68		-	-0.176*
หลังสัปดาห์ที่ 8	0.85			-

*มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 9 การเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่โดยใช้วิธีของ LSD พบว่า คะแนนทักษะการวิ่งของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 10 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการกระโดดของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	P
ระหว่างกลุ่ม	.824	2	.412	5.130*	.010
ภายในกลุ่ม	3.853	48	.080		
รวม	4.676	50			

*มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 10 พบว่า การเปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการกระโดดของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ระหว่างก่อนการฝึกกับหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 11 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการกระโดดของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสานจำแนกเป็นรายคู่

แหล่งความแปรปรวน		ก่อนการฝึก	หลังสัปดาห์ที่ 4	หลังสัปดาห์ที่ 8
	\bar{X}	0.65	0.71	0.94
ก่อนการฝึก	0.65	-	-0.058	-0.294*
หลังสัปดาห์ที่ 4	0.71		-	-0.235*
หลังสัปดาห์ที่ 8	0.94			-

*มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 11 การเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่โดยใช้วิธีของ LSD พบว่า คะแนนทักษะการกระโดดของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ก่อนการฝึกแตกต่างกับหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 แตกต่างจากหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 12 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการรับบอลของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	P
ระหว่างกลุ่ม	1.922	2	.916	14.385*	<.001
ภายในกลุ่ม	3.206	58	.067		
รวม	5.127	50			

*มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 12 พบว่า การเปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการรับบอลของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 13 เปรียบเทียบคะแนนทดสอบทักษะการรับบอลของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสานจำแนกเป็นรายคู่

แหล่งความแปรปรวน	\bar{X}	ก่อนการฝึก	หลังสัปดาห์ที่ 4	หลังสัปดาห์ที่ 8
ก่อนการฝึก	0.29	-	-0.294*	-0.470*
หลังสัปดาห์ที่ 4	0.59		-	-0.176
หลังสัปดาห์ที่ 8	0.76			-

*มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 13 การเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่โดยใช้วิธีของ LSD พบว่า คะแนนทักษะการรับบอลของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสาน ก่อนการฝึกแตกต่างกับหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 14 เปรียบเทียบคะแนนการทดสอบทักษะพื้นฐานก่อนการฝึก ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

รายการ	คะแนนการทดสอบ	n	\bar{X}	S.D.	df	t	P
ทักษะการเดิน	กลุ่มทดลอง	17	0.29	0.40	32	-.243	.810
	กลุ่มควบคุม	17	0.32	0.30			
ทักษะการวิ่ง	กลุ่มทดลอง	17	0.26	0.26	32	-.302	.765
	กลุ่มควบคุม	17	0.29	0.31			
ทักษะการกระโดด	กลุ่มทดลอง	17	0.65	0.34	32	.700	.489
	กลุ่มควบคุม	17	0.56	0.39			
ทักษะการรับบอล	กลุ่มทดลอง	17	0.29	0.25	32	-.625	.537
	กลุ่มควบคุม	17	0.35	0.29			
ทักษะคะแนนรวม	กลุ่มทดลอง	17	0.38	0.15	32	-.180	.858
	กลุ่มควบคุม	17	0.38	0.07			

*มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 14 พบว่า ก่อนการฝึก นักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม มีคะแนนเฉลี่ยการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานทุกรายการและคะแนนรวม แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 15 เปรียบเทียบคะแนนการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

รายการ	คะแนนการทดสอบ	n	\bar{X}	S.D.	df	t	P
ทักษะ การเดิน	กลุ่มทดลอง	17	0.74	0.26	32	1.644	.110
	กลุ่มควบคุม	17	0.59	0.26			
ทักษะ การวิ่ง	กลุ่มทดลอง	17	0.68	0.25	32	1.633	.112
	กลุ่มควบคุม	17	0.53	0.28			
ทักษะ การกระโดด	กลุ่มทดลอง	17	0.71	0.31	32	.569	.574
	กลุ่มควบคุม	17	0.65	0.29			
ทักษะ การรับบอล	กลุ่มทดลอง	17	0.59	0.26	32	1.947	.060
	กลุ่มควบคุม	17	0.41	0.26			
ทักษะ คะแนนรวม	กลุ่มทดลอง	17	0.68	0.11	32	4.366*	<.001
	กลุ่มควบคุม	17	0.54	0.06			

*มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 15 พบว่า หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 นักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานทุกรายการแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นทักษะคะแนนรวมที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 16 เปรียบเทียบคะแนนการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

รายการ	คะแนนการทดสอบ	n	\bar{X}	S.D.	df	t	P
ทักษะ การเดิน	กลุ่มทดลอง	17	0.97	0.12	32	2.588*	.014
	กลุ่มควบคุม	17	0.79	0.25			
ทักษะ การวิ่ง	กลุ่มทดลอง	17	0.85	0.23	32	3.024*	.005
	กลุ่มควบคุม	17	0.62	0.22			
ทักษะ การกระโดด	กลุ่มทดลอง	17	0.94	0.17	32	1.403	.170
	กลุ่มควบคุม	17	0.82	0.30			
ทักษะ การรับบอล	กลุ่มทดลอง	17	0.76	0.26	32	3.043*	.005
	กลุ่มควบคุม	17	0.50	0.25			
ทักษะ คะแนนรวม	กลุ่มทดลอง	17	0.88	0.07	32	8.647*	<.001
	กลุ่มควบคุม	17	0.68	0.06			

*มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 16 พบว่า หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 นักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม มีคะแนนเฉลี่ยการทดสอบทุกรายการและคะแนนรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้น การทดสอบทักษะการกระโดด ที่แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมาย เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบพัฒนาการจิตกิจกรรมผลศึกษาแบบผสมผสานที่มีต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นอนุบาล 3 โรงเรียนสารสาสน์วิเทศน์ร่มเกล้า ประจำปีการศึกษา 2565 ที่ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากห้องเรียนที่นักเรียนมีผลคะแนนทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานไม่เกิน 4 คะแนน มากกว่า 15 คนขึ้นไป ได้จำนวน 2 ห้องเรียน รวมจำนวนนักเรียน 34 คน สุ่มอย่างง่ายด้วยการจับฉลากเลือกห้องเรียนสำหรับใช้เป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียน จำนวนตัวอย่าง 17 คน ได้รับการเรียนด้วยแผนการจัดการเรียนรู้ผลศึกษาแบบผสมผสานเป็นเวลา 8 สัปดาห์ และกลุ่มควบคุมจำนวน 17 คน ได้รับการเรียนแบบปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง เป็นแผนการจัดการเรียนรู้แบบผสมผสาน มีค่าความเที่ยงตรง (IOC = 1.0) ค่าประสิทธิภาพ ($E_1/E_2 = 81.90/82.70$) และแบบทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย 4 ทักษะ มีค่าความเที่ยงตรง (IOC = 0.8) ค่าความเชื่อมั่น ($r = .81$) ซึ่งสรุปผลการศึกษาวิจัยได้ดังนี้

สรุปผลการวิจัย

1. นักเรียนกลุ่มทดลอง ของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย โรงเรียนสารสาสน์วิเทศน์ร่มเกล้า ปีการศึกษา 2565 ที่เรียนด้วยแผนการจัดการเรียนรู้ผลศึกษาแบบผสมผสาน มีทักษะการเดิน, ทักษะการวิ่ง, ทักษะการกระโดด, ทักษะการรับบอล และ คะแนนรวม ก่อนเรียนมีคะแนนเฉลี่ย ($\bar{X} = 0.29, 0.26, 0.65, 0.29$ และ 0.38 ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D. = 0.40, 0.26, 0.34, 0.25 และ 0.15 ตามลำดับ) หลังการเรียน 4 สัปดาห์มีคะแนนเฉลี่ย ($\bar{X} = 0.74, 0.68, 0.71, 0.59$ และ 0.68 ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D. = 0.26, 0.25, 0.31, 0.26 และ 0.11 ตามลำดับ) และหลังการเรียน 8 สัปดาห์มีคะแนนเฉลี่ย ($\bar{X} = 0.97, 0.85, 0.94, 0.76$ และ 0.88 ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D. = 0.12, 0.23, 0.17, 0.26 และ 0.07 ตามลำดับ)

2. นักเรียนกลุ่มควบคุม ของนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย โรงเรียนสารสาสน์วิเทศน์ร่มเกล้า ปีการศึกษา 2565 ที่เรียนผลศึกษาแบบปกติ มีทักษะการเดิน, ทักษะการวิ่ง, ทักษะการกระโดด, ทักษะการรับบอล และ คะแนนรวม ก่อนเรียนมีคะแนนเฉลี่ย ($\bar{X} = 0.32, 0.29, 0.56, 0.35$ และ 0.38 ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D. = 0.30, 0.31, 0.39, 0.29 และ 0.07 ตามลำดับ) หลังการเรียน 4 สัปดาห์มีคะแนนเฉลี่ย ($\bar{X} = 0.59, 0.53, 0.65, 0.41$ และ 0.54 ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบน

มาตรฐาน (S.D. = 0.26, 0.28, 0.29, 0.26 และ 0.06 ตามลำดับ) และหลังการเรียน 8 สัปดาห์มีคะแนนเฉลี่ย (\bar{X} = 0.79, 0.62, 0.82, 0.50 และ 0.68 ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D. = 0.25, 0.22, 0.30, 0.25 และ 0.06 ตามลำดับ)

3. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนรวมเฉลี่ยทักษะพื้นฐานภายในกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ผลการทดสอบแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยแต่ละทักษะทั้ง 4 ทักษะ ระหว่างก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกรายการ ยกเว้น ทักษะการกระโดดที่ก่อนการฝึกกับหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และทักษะการรับบอลที่ก่อนการฝึกกับหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ที่ไม่แตกต่างกันทางสถิติ

4. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะพื้นฐานก่อนการฝึก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 และหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม พบว่า ก่อนการฝึกผลการทดสอบทุกรายการแตกต่างกันทางสถิติที่ระดับ .05 หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 ผลการทดสอบมีทักษะคะแนนรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกนั้นไม่แตกต่างกันทางสถิติ และหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ผลการทดสอบทุกรายการแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นทักษะการกระโดดที่ไม่แตกต่างกันทางสถิติ

อภิปรายผล

เด็กปฐมวัยจำเป็นต้องได้รับการอบรมเลี้ยงดูและส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ที่สนองต่อธรรมชาติและพัฒนาการตามวัย และตามความแตกต่างของแต่ละบุคคล (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2560) เพื่อส่งเสริม เฝ้าระวังและช่วยแก้ไขปัญหาลูกให้เด็กได้พัฒนาจนบรรลุตามเป้าหมายที่หน่วยงานรับผิดชอบการจัดการศึกษาต้องการได้อย่างครบถ้วน สมบูรณ์ ครอบคลุมชัดเจน การพัฒนาเด็กในแต่ละช่วงวัย โดยเฉพาะเด็กปฐมวัยซึ่งเป็นวัยที่สำคัญที่สุด จึงต้องได้รับการพัฒนาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สมอง และลักษณะนิสัยของบุคคล (กัญชพล ตันทอง, 2562) ไปพร้อม ๆ กัน เพื่อสร้างและหล่อหลอมให้เด็กปฐมวัยมีพัฒนาการที่ดีในทุก ๆ ด้าน โดยในการพัฒนาทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัยนั้นจะเน้นเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงลักษณะและความสามารถทางร่างกายของเด็ก เช่น ความสามารถในการรับรู้ทางประสาทสัมผัส ทางการเคลื่อนไหวที่เกี่ยวข้องกับการบังคับกล้ามเนื้อใหญ่ กล้ามเนื้อมัดเล็กเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงลักษณะและพัฒนาเป็นไปตามวัย โดยเด็กต้องได้รับการกระตุ้นการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างเต็มที่ และได้รับประสบการณ์ความรู้สึที่ดี มีความสุขกับการเคลื่อนไหวและมีความสุขสนุกสนานในการทำกิจกรรมนั้น

ๆ (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2563) ที่สำคัญคือ เด็กต้องได้รับความปลอดภัยในการเล่น หรือการเข้าร่วมกิจกรรมทางพลศึกษานั้น ๆ สำหรับในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนในเด็กปฐมวัย ครูผู้สอนมักจะนำกิจกรรมพลศึกษามาจัดให้กับเด็กปฐมวัยโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกาย ด้านทักษะในการเคลื่อนไหว ด้านอารมณ์และสังคม และด้านสมอง (ชนัญชิตา กองสูง, 2556) ทั้งนี้เนื่องจากกิจกรรมทางพลศึกษาเป็นเครื่องมือสำคัญที่จะส่งเสริมการเคลื่อนไหวของผู้เรียน ให้ผู้เรียนได้แสดงออกด้านความคิดสร้างสรรค์และความเป็นตัวของตัวเอง (Kirchner, 1992) สอดคล้องกับความสำคัญของกิจกรรมทางพลศึกษาที่ อติเทพ มโนนะที่ (2558) ได้กล่าวว่า กิจกรรมทางพลศึกษาเป็นการใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหวทำให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสติปัญญาที่เกิดจากการเข้าร่วมกิจกรรมทางพลศึกษาด้วยตนเอง จากประโยชน์ของกิจกรรมพลศึกษาที่กล่าวถึงทั้งหมดจึงน่าจะมีความสัมพันธ์กับการพัฒนาความสามารถในทักษะพื้นฐานของเด็กปฐมวัยที่ต้องได้รับการฝึกฝน เตรียมความพร้อมให้เกิดขึ้นอย่างมีคุณภาพ ผู้วิจัยจึงมีแนวคิดที่จะนำการจัดการเรียนการสอนโดยใช้การจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานที่มีต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย ประกอบด้วย ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง ทักษะการกระโดด และทักษะการรับบอล มาใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้กับเด็กปฐมวัยเป็นเวลา 8 สัปดาห์ และผลที่ได้รับจากการจัดการเรียนการสอนประสบผลสำเร็จที่ดีในระดับหนึ่ง โดยสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

จากการที่นักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง ระดับชั้นอนุบาล 3 ได้เรียนและฝึกปฏิบัติตามกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานทั้ง 4 ทักษะ เป็นเวลา 8 สัปดาห์ พร้อม ๆ กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้เรียนและร่วมกิจกรรมทางกายแบบปกติเป็นเวลา 8 สัปดาห์เช่นกัน พบว่า หลังการเรียน 4 สัปดาห์ นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนรวมเฉลี่ยทักษะพื้นฐาน ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง ทักษะการกระโดด และทักษะการรับบอล มากกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมทุกรายการ ($\bar{X} = 0.68, 0.74, 0.68, 0.71,$ และ $0.59 > 0.54, 0.59, 0.53, 0.65$ และ 0.41 ตามลำดับ) และหลังการเรียนครบ 8 สัปดาห์แล้ว นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนรวมเฉลี่ยทักษะพื้นฐาน ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง ทักษะการกระโดด และทักษะการรับบอล มากกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมทุกรายการเช่นกัน ($\bar{X} = 0.88, 0.97, 0.85, 0.94,$ และ $0.76 > 0.68, 0.79, 0.62, 0.82$ และ 0.50 ตามลำดับ) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะเมื่อนักเรียนได้เริ่มเรียนตามแผนการจัดการเรียนรู้แบบผสมผสาน ที่สอดแทรกการฝึกกิจกรรมทางพลศึกษาที่เป็นทักษะพื้นฐานสำหรับเด็กปฐมวัยประกอบ ด้วยทักษะ การเดิน ทักษะการวิ่ง ทักษะการกระโดด และทักษะการรับบอลทั้งในแบบอยู่กับที่และแบบเคลื่อนที่อย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ ส่งผลให้นักเรียนกลุ่มทดลองเกิดทักษะประสบการณ์เรียนรู้ มีการปรับสภาพร่างกายของ

นักเรียนให้มีความพร้อมต่อการปฏิบัติทักษะพื้นฐานที่กล่าวถึงได้มากขึ้น สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ลุดมิลลา มิกลันโควา (Ludmila Miklánková, 2018) ที่วิเคราะห์ระดับทักษะการเคลื่อนไหวของเด็กก่อนวัยเรียนในบริบทของการกระตุ้นให้มีกิจกรรมทางกายที่โรงเรียนพบว่า การกระตุ้นเด็กให้มีกิจกรรมทางกายสูงกว่าค่าเฉลี่ย เด็กจะแสดงทักษะการเคลื่อนไหวที่มีการจัดการในระดับที่สูงขึ้น และสอดคล้องกับ ผลการศึกษาของ อันทินก็อก (Altinkok, 2016) ที่พบว่า การเคลื่อนไหวและความร่วมมือที่มีต่อการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นสำหรับเด็กก่อนวัยเรียน หลังจากให้เด็กได้รับโปรแกรมการเคลื่อนไหวพื้นฐานเป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์แล้ว พบว่า เด็กที่เป็นกลุ่มทดลองมีผลการทดสอบหลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลอง และดีกว่าเด็กที่เป็นกลุ่มควบคุม ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่า การจัดกิจกรรมทางพลศึกษาที่ดีและเหมาะสมกับเด็กปฐมวัย จะเป็นสาเหตุสำคัญที่จะช่วยเสริมสร้างพัฒนาการด้านทักษะพื้นฐานให้กับเด็กปฐมวัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้ากิจกรรมทางพลศึกษานั้น ๆ มีความสัมพันธ์กับทักษะพื้นฐาน ได้แก่ การเดิน การวิ่ง การกระโดด การรับบอล และหรืออื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องโดยตรง

สำหรับผลการศึกษาเปรียบเทียบสมรรถภาพทางกายของกลุ่มตัวอย่าง นักเรียนจึงสอดคล้องกับที่กล่าวข้างต้น กล่าวคือ หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนรวมทักษะพื้นฐานแตกต่างจากกลุ่มควบคุม ในขณะที่เมื่อศึกษาในแต่ละรายทักษะทั้งทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง ทักษะการกระโดด และทักษะการรับบอล กลับพบว่าไม่แตกต่างกันทางสถิติ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะระยะเวลาในการเรียนที่นำแผนการจัดการเรียนรู้ผสมผสานมาใช้เป็นปัจจัยสำคัญ เนื่องจากใน 4 สัปดาห์แรกจะเป็นการสอนทักษะการเดินก่อน 2 สัปดาห์ จากนั้นสอนทักษะการวิ่ง 2 สัปดาห์ แล้วทำการทดสอบเก็บข้อมูล ผลที่ได้จากการทดสอบทุกทักษะพื้นฐานของทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจะมีคะแนนที่พัฒนาขึ้นในระดับหนึ่ง แต่ทั้งนี้ไม่แตกต่างกันทางสถิติ ในขณะที่เมื่อนำคะแนนรวมทุกทักษะพื้นฐานมาเปรียบเทียบกัน กลับพบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า พัฒนาการทางด้านทักษะพื้นฐานในภาพรวมของกลุ่มทดลองดีกว่ากลุ่มควบคุม และเมื่อจัดการเรียนการสอนโดยใช้แผนการจัดการกิจกรรมการเรียนรู้แบบผสมผสานต่ออีก 4 สัปดาห์ ในด้านทักษะการกระโดด และทักษะการรับบอล พบว่ากลุ่มทดลองมีพัฒนาการทักษะพื้นฐานดีขึ้นมากอย่างเห็นได้ชัด เด็กมีความมั่นใจในการทดสอบ และสามารถปฏิบัติได้ดีในบางรายการเช่น การเดิน การวิ่งอ้อมกรวย และการกระโดด กลุ่มทดลองสามารถปฏิบัติได้คะแนนครบทุกคน ในขณะที่กลุ่มควบคุมไม่สามารถปฏิบัติได้คะแนนครบทุกคนในทักษะนั้น ๆ ดังนั้นผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยจากการทดสอบหลังสัปดาห์ที่ 8 จึงพบว่า กลุ่มทดลองดีกว่าและแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เกือบทุกราย เพราะเป็นผลมาจากการได้รับ

การฝึกปฏิบัติกิจกรรมทางพลศึกษาตามแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบผสมผสานนั่นเอง สอดคล้องกับ ญัตติกา เพ็งลี (2562) ที่ได้ศึกษาผลของโปรแกรมทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานที่มีต่อ ทักษะกลไกการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัยแล้วพบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะ กลไกการเคลื่อนไหวทั้ง 3 ด้านสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ทั้งนี้ผล การศึกษาเปรียบเทียบด้านทักษะการกระโดดของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมกลับพบว่า ไม่แตกต่าง กันทางสถิติ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ ธรรมชาติของเด็กปฐมวัยที่เป็นเด็กที่มีอายุระหว่าง 5 - 6 ปีจะมีความ ชุกชอนชอบใช้ทักษะพื้นฐานในการเคลื่อนไหว ได้แก่ การเดิน วิ่ง กระโดดหรืออื่น ๆ เป็นประจำวัน การ ได้รับการฝึกพลังกล้ามเนื้อขาที่เพียงพอจึงจะส่งผลให้มีพัฒนาการกระโดดที่สูงขึ้นแตกต่างกันได้ แต่สำหรับเด็กในวัยนี้ผู้วิจัยเห็นว่าควรเสริมสร้างพัฒนาการตามลำดับที่เหมาะสมมากกว่าที่จะเน้น การฝึกเฉพาะด้าน ดังนั้นการจัดกิจกรรมแบบผสมผสานทักษะพื้นฐานที่ครอบคลุมจึงน่าจะดีกว่า สำหรับการพัฒนาเด็กปฐมวัย เพื่อให้กล้ามเนื้อได้รับการพัฒนาที่เหมาะสมตามวัยอันควร

การจัดกิจกรรมทางพลศึกษาแบบผสมผสานที่เหมาะสมกับเด็กปฐมวัย จึงสามารถนำไปใช้ เพื่อเสริมสร้างพัฒนาการด้านสุขภาพ สมรรถภาพทางกาย และทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานให้กับ เด็กปฐมวัยได้อย่างเหมาะสม การที่ผู้วิจัยได้นำแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ผสมผสานทักษะการ เคลื่อนไหวทั้ง 4 แบบ ได้แก่ ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง ทักษะการกระโดด และทักษะการรับบอล มาใช้ในการเรียนการสอนพลศึกษาให้กับเด็กปฐมวัย โรงเรียนสารสาสน์วิเทศน์ร่มเกล้า จนได้ แผนการเรียนรู้การจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานที่มีต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย ที่เชื่อได้ว่าจะมีความเหมาะสมกับการนำไปใช้ในการฝึกทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานให้กับเด็ก ปฐมวัยได้ดีในระดับหนึ่ง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัย

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในครั้งนี้

1. การสร้างแรงจูงใจให้นักเรียนที่เป็นเด็กปฐมวัยเข้าร่วมกิจกรรมและปฏิบัติรูปแบบ การฝึกทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานในแต่ละแผนการจัดการเรียนรู้ อาจมีนักเรียนบางคนขาด ความสนใจ และให้ความร่วมมือไม่เต็มที่ ครูจึงควรกำกับดูแลใกล้ชิดเพื่อแก้ไขปัญหาให้เป็น ผลสำเร็จ

2. ระยะเวลาการฝึกที่น้อยเกินไป อาจไม่เพียงพอต่อการพัฒนาสมรรถภาพในบาง ด้าน เช่นทักษะการกระโดด เพราะเด็กปฐมวัยมีกล้ามเนื้อมัดใหญ่บางกลุ่มที่ยังแข็งแรงไม่เพียงพอ หากได้ฝึกต่อเนื่องมากกว่า 10 สัปดาห์ขึ้นไป น่าจะส่งผลดีต่อการพัฒนาสมรรถภาพได้มากขึ้น

3. การจัดเตรียมอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนและการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย เมื่อเริ่มการทดสอบควรมีผู้ทดสอบควรมีมากกว่า 1 คน เพื่อช่วยกันดูแลให้ผลการทดสอบมีความแม่นยำ ชัดเจน สามารถวัดและประเมินได้ตรงกับผลที่นักเรียนทดสอบอย่างถูกต้องสอดคล้องกับความจริง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในครั้งต่อไป

1. ในการฝึกทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน ควรเพิ่มความหลากหลายในขั้นการฝึกปฏิบัติของแต่ละแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้มากขึ้น โดยสามารถออกแบบกิจกรรมที่สร้างแรงจูงใจให้เด็กปฐมวัยต้องการเข้าร่วมกิจกรรมด้วยความสนุกสนาน ซึ่งจะช่วยให้เด็กได้ฝึกปฏิบัติอย่างเต็มที่
2. อาจใช้การทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานสำหรับเด็กปฐมวัยในรูปแบบอื่นๆ ได้ เพื่อให้มีความแตกต่างจากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้

บรรณานุกรม

- Altinkok, M. (2016). The Effects of Coordination and Movement Education on Pre School Children's Basic Motorskills Improvement . *Universal Journal of Educational Research*, 4 (5), 1050-1058.
- American council on exercise. (2013). *Top 10 reasons children should exercise*. [Online]. Available from: http://www.acefitness.org/update_display.aspx? pagellD=638 [2014,October 6].
- Anderson, D. (1989). *The Discipline and the Profession Foundations of Canadian Physical Education, Recreation and Sports Studies*. Dubuque, LA: Wm. C. Brown Publishers.
- Ayers, B. R. (1989). *Industrial metabolism in technology and environment*. Washington: National Academy Press.
- Bolger, L. E., Bolger, L. A., O' Neill, C., Coughlan, E., O'Brien, W., Lacey, S., & Burns, C. (2018). Age and sex differences in fundamental movement skills among a cohort Of Irish school children. *Journal of Motor Learning and Development*, 6(1), 1-20.
- Brotherson, S. E. (2006). *Understanding physical development in young children*. Nort Dakota State Universty. Fargo ND.
- Capio, C. M., Sit, C. H. P., Eguia, K. F., Abernethy, B., & Master, R. S. W. (2015). Fundamental movement skills training to promote physical activity in children with and without disability: A pilot study. *Journal of Sport and Health Science*, 4 (3), 235-243.
- Colette M. LeGendre. (2016). *Examination of Preschool Educators' Implementation of Motor Activities*. [Online]. Available from: <https://www.vc.bridgew.edu>
- Gardner, H. (1993). *Multiple Intelligence: The Theory in Practice*. New York: Basic Books.
- Gage, R. M., Wager, W. W., Golas, K. C. and Keller, J. M. (2005). Principles of Instructional Design. *Performance Improvement*, 44(2), 44-46.
- Gallahue, D., & Donnelly, F. C. (2007). *Developmental physical education for all children*. (4th ed). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gesell, A. (1940). *The First Five Years of life: A Guide to the study of the Preschool Child*.

New York: Harper.

- Gilakjani, A. P. A., S. M. (2011). *The Effect of Visual. Auditory. and Kinesthetic Learning Styles on Language Teaching*. Pinang,malaysia: School of Educational Studies.
- Hayrettin Gumusdag. (2019). Effects of Per-school Play on Motor Development in Chidren. *Journal of Educational Reearch*, 7(2), 580-587.
- Kephart, N. C. (1971). *The slow learner in the classroom (2nd ed)*. Columbus, OH: Charles E Merrill.
- Kerlinger, F. N. & Lee, H. B. (2000). *Foundations of Behavioral Research*. (4th edition). United State: Wadsworth, Thomson Learning.
- Kirchner, G. (1992). *Physical education for elementary school children*. (8th ed). Dubuque, LA: William C. Brown.
- Lady, J. Am. & Burridge, K. R. (2006). *Motor skills & Movement Station lesson plans for Young Children*. New York: West Nyack.
- Ludmila Mikláňková. (2018). *Education of Children in the Area of Physical Activities as a Foundation for Lifelong Sports*. [Online]. Availble from: <https://www.researchgate.net>.
- Mcafee, O. and D. Leong. (2004). *Assessing and guiding young children's development and learning*. Toronto: Allyn an Bacon.
- Mehmet Imamoglu and Mehmet Akif Ziyagil. (2017). *The role of relative effect on fundamental movement skills in boys abd girls*. [Online]. Availble from: <https://www.researchgate.net>.
- Michael J., E. L. J., And Samuel W. (2017). *The Effects of 10-Week Integrated Neuromuscular Tranning on Fundamental Movement Skills and Physical Self-eficacy in 6–7 Year-Old Children*. Coventry University, School of Life Sciences.
- Nikolic, I., Mrakoviv, S., & Kunjesic, M. (2016). Gender differences of preschool children in fundamental movement skill/ Spolne razlike predškolske djece u biotickim motorickim znanjima. *Croatian Journal of Education-Hrvatski casopis za odgoj I obrazovanje*; 18, 123-131.
- Nixon, J. E., & Locke, L. E. (1973). "Research on teaching physical education." In R.M.W.

- Travers (ed.), *Second Handbook of Research on Teaching*. (1210-1242).
- Piaget, J. (1963). *The origins of intelligence in children*. New York: w> w> Norton & Company, Inc.
- Shu-Jung Lin and Shu-Chu Yang. (2015). *The Development of Fundamental Movement Skills by Children Aged Six to Nine*. [Online]. Available from:
<https://www.semanticscholar.org>.
- Simson. D. (1972). *Teaching physical education: A system approach*. Boston: Houghton Mufflin Co.
- Sofo, Seidu, Asola, Eugene F. (2015). *Perceived Barriers to Teaching Movement and Physical Activity to Kindergarteners in Chana*. [Online]. Available from:
<https://www.eric.ed.gov>.
- Thorndike, R. M. (1978). *Correlation Procedures for Research*. New York: Gardner Press.
- กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2560). *แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 6 (พ.ศ.2560-2564)*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก
 กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2560). *คู่มือการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างพัฒนาการเด็ก*. กรุงเทพฯ: กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีทางการกีฬา สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา.
 กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). *หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560*. สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. กรุงเทพฯ: ชุมชมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- กัญชพร ต้นทอง. (2562). *การเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อในเด็กปฐมวัยโดยใช้กิจกรรมนาฏศิลป์*. กรุงเทพฯ: คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี.
- กาญจนา เพ็ชรตะกั่ว, ชีระดา ภิญโญ และดวงกมล ลีติเวช. (2558). *การจัดประสบการณ์การเรียนรู้กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะเพื่อพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย*. ปริญญาานิพนธ์ คม. (หลักสูตรและการสอน). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.
- กุลธิดา เหมเพชร. (2553). *การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนพลศึกษาโดยใช้ทฤษฎีพหุปัญญาเป็นฐานเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพลศึกษาของนักเรียนระดับประถมศึกษา*. วิทยานิพนธ์ ค.ด.(พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กุลยา ตันติผลาชีวะ. (2551). *การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย*. กรุงเทพฯ: มิตรสัมพันธ์กราฟฟิค.

- จรรยาศักดิ์ เบญจมาตย์. (2551). *ความคิดเห็นของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่มีต่อการเรียนการสอนวิชากิจกรรมพลศึกษา ปีการศึกษา 2550*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา).
 กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ชฎานนท์ ไทรศักดิ์สิทธิ์ และสุธนะ ติงศภิกย์. (2565). ผลการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบสถานี่ที่มีผลต่อทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กประถมศึกษาดอนต้น. *วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ ปีที่ 14 ฉบับที่ 1 (มกราคม – เมษายน):*213 – 223.
- ชนัญชิตา กองสุข. (2556). *กิจกรรมพลศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัย*. (ออนไลน์). สืบค้นเมื่อ 15 มกราคม 2566. จาก <http://kkkk765.blogspot.com>.
- ชนัญญา ประคองญาติ. (2561). การพัฒนาชุดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านภาคอีสานเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่สำหรับนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 3 โรงเรียนเทศบาล 5 (วัดป่าจิตตสามัคคี) สังกัดสำนักการศึกษาเทศบาลนครราชสีมา จังหวัดนครราชสีมา. *วารสารวิชาการศิลปศาสตร์และวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ*. 8(1), 30-36.
- เชาวลิต ภูมิภาค และคณะ. (2554). *วอลเลย์บอล ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช จำกัด.
- ฐิติมา ชูใหม่. (2559). การเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็กปฐมวัย. *Hua Hin Medical Journal*, 1(2), 18-33.
- ฐิติมาพร ชัยสมุทร. (2556). ผลของการใช้กิจกรรมการเล่นกลางแจ้งที่มีต่อความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 โรงเรียนอัสนาลัย อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร. *วารสารวิชาการมนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร*. 6(3), 186-192.
- ณภกกร เจะเลาะ. (2563). การจัดประสบการณ์การเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นผู้นำในเด็กปฐมวัยชั้นอนุบาลที่ 3. *วารสารเทคโนโลยีและสื่อสารการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม*, 3(8), 55-67.
- ณัฐิกา เพ็งลี. (2562). ผลของโปรแกรมทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานที่มีต่อทักษะกลไกการเคลื่อนไหวของเด็กปฐมวัย. *วารสารครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*, 47 (3), 196-216.
- ดวงพร พันธุ์แสง. (2551). *ผลการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวเชิงโยคะที่มีต่อพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ดาลัยทิ การสมสิทธิ์. (2556). *สภาพและความต้องการการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาของนักเรียน*

ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขนาดกลางเขตพื้นที่การศึกษาเขต 8 กาญจนบุรี.
(ปริญญาณีพนธ์ กศ.ม. (การจัดการเรียนรู้พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

เต็มเพชร สุขคนาภิบาล. (2551). พลศึกษากับการพัฒนาคคน (กีฬา กีฬา เป็นยาวิเศษ). *วารสารวิชา
การศิลปะศาสตร์ประยุกต์*, 1(1), 55-57.

ทรงชัย เวินขุนทด. (2564). ผลของกิจกรรมการออกกำลังกายด้วยทักษะพื้นฐานการเคลื่อนไหวและการ
เคลื่อนไหวของมวยไทยที่มีต่อสมรรถภาพทางกายของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3. *ปริญญาณีพนธ์
กศ.ม. (มวยไทย)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ทวีศักดิ์ ศรีวิรัตน์เรขา. (2560). *ออทิสติก*. [ออนไลน์]. สืบค้นเมื่อ 11 มกราคม 2565 จาก
<http://www.Happyhomeclinic.com/au02-autism.htm>.

ทิตนา แคมมณี. (2556). *ศาสตร์การสอน*. พิมพ์ครั้งที่ 17 สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ธีรพงศ์ เจริญนาถ. (2561). ผลของการฝึกการเคลื่อนไหวและการเล่นอย่างสร้างสรรค์ที่มีต่อความ
แม่นยำในการขว้างลูกบอลของเด็กปฐมวัยโรงเรียนเตรียมประถมศึกษา. *ปริญญาณีพนธ์
กศ.ม. (สุขศึกษาและพลศึกษา)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ณัฐพร สุคติ. (2561). กิจกรรมการเคลื่อนไหวสำหรับเด็ก. (ออนไลน์). สืบค้นเมื่อวันที่ 1 กุมภาพันธ์
2566. จาก <http://online.pubhtml5.com>

หนังสือคู่มือการสอนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา. (ออนไลน์) สืบค้นเมื่อวันที่ 4 กุมภาพันธ์ 2566. จาก
<http://wpp.co.th>

นลินี เชื้อวณิชชากร. (2555). *ปัญหาสุขภาพลูกน้อยไฮเทคพ่อแม่ต้องตระหนัก*. นโยบายและ
ยุทธศาสตร์การพัฒนาเด็กปฐมวัย. สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา,
กระทรวงศึกษาธิการ.

นิติธร ปิลวาสน์. (2561). *กิจกรรมพัฒนากล้ามเนื้อเล็ก (Fine-Motor Development Activities)*.
สืบค้นเมื่อ 24 พ.ย.2565 จาก WWW.taamkru.com/th/กิจกรรมพัฒนากล้ามเนื้อเล็ก/.

ประสพชัย พสุนนท์. (2558). ความเที่ยงตรงของแบบสอบถามสำหรับงานวิจัยทางสังคมศาสตร์.
วารสารสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ปีที่ 18 ฉบับเดือนมกราคม-ธันวาคม
2558.

พรใจ สายยศ. (2553). *ชุดกิจกรรมพลศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัย*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แม่คำกัด.

พาลาตี หมายเต๊ะ. (2557). *ผลของการฝึกการเล่นที่บ้านที่มีต่อพัฒนาการของเด็กปฐมวัย*.
วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (หลักสูตรและการสอน). สงขลา: บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา. (2565). *เคลื่อนไหวและกิจกรรมทางกาย*. สืบค้นเมื่อ 12 ธันวาคม 2565 จาก <http://elsd.ssru.ac.th/content/หน่วย 5>.

ฤกษ์ สุวรรณฉาย. (2558). *คู่มือการจัดกิจกรรมทักษะกลไกสำหรับเด็กออทิสติก*. [ออนไลน์]. สืบค้นเมื่อ 10 ธ.ค. 2566 จาก

<http://home.kku.ac.th/autistic/th/images/stories//basic%20matp.pdf>.

ละไม สีหาอาจ. (2551). *การส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัยโดยการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวเชิงสร้างสรรค์*. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

วรรณภรณ์ มะลิรัตน์. (2554). *ผลการจัดการเคลื่อนไหวพื้นฐานแบบกลุ่มที่มีต่อทักษะทางสังคมของเด็กปฐมวัย*. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2548). *รวมบทความเกี่ยวกับปรัชญา หลักการ วิธีสอน และการวัดเพื่อประเมินผลทางพลศึกษา*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วาโร เพ็งสวัสดิ์. (2551). *วิธีวิทยาการวิจัย*. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.

ศิวณัฐ เล่อยิ้ม ภาวดี ศรีรัตน์ และสุธนะ ดิงศภทิพย์ ผลการจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามแนวคิดของธอร์น ไตต์ที่มีความกระเป๋ยบวินัยของนักเรียนประถมศึกษา วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา Vol 13 No 4 (2018)(ตุลาคม – ธันวาคม 2561)

สมบูรณ์ สุริยวงศ์ และคนอื่นๆ. (2553). *วิจัยและสถิติทางการศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.

สาคร ศิริจันทร์. (2550). *ความคิดเห็นของผู้บริหาร ครูผู้สอน นักเรียน ที่มีต่อการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา โรงเรียนในเขตพื้นที่การศึกษาอุดรธานี ปีการศึกษา 2549*. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สาวิตรี แก้วรัก. (2557). *การเคลื่อนไหวเบื้องต้น*. [ออนไลน์]. สืบค้นเมื่อ 10 ธันวาคม 2565 จาก <http://sites.google.com/site/sawitreekaewruk/article2bthkwammimichux-1>.

สิริยาทุท พับเพลิง. (2555). *ความคิดเห็นของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพที่มีต่อการจัดการเรียนรู้พลศึกษา ของวิทยาลัยอาชีวศึกษาเอกชน สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2555*. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- สุภาพร เทพยสุวรรณ. (2554). พัฒนาการความฉลาดของลูกด้วยกิจกรรมการเคลื่อนไหว. [ออนไลน์].
สืบค้นเมื่อ 15 มกราคม 2566 จาก <http://www.bloggang.com>.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2565). คู่มือการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในเด็ก
ด้วยการเล่นตามแนวคิด ACP. [ออนไลน์]. สืบค้นเมื่อ 17 มกราคม 2565, จาก
<http://resourecer.thaihealth.or.th>.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2563). รายงานการศึกษารูปแบบการจัดการศึกษาปฐมวัยของ
ไทยและต่างประเทศ กรณีศึกษาประเทศญี่ปุ่น สิงคโปร์ ออสเตรเลีย และนิวซีแลนด์.
กรุงเทพฯ: สำนักนโยบายการพัฒนาเด็กปฐมวัย กระทรวงศึกษาธิการ.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2560). คู่มือหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560.
กรุงเทพฯ: สำนักคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกระทรวงศึกษาธิการ.
- อรชูลี นิราศรพ. (2561). รูปแบบการจัดกิจกรรมแบบทวิภาคีโดยใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหวเพื่อ
เสริมสร้างสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็กปฐมวัย. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ด. (สุขศึกษาและพล
ศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อติเทพ มโนนะที. (2558). ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้โปรแกรมการออกกำลังกายแบบใช้น้ำหนักเป็นแรงต้านเพื่อลดน้ำหนักและเปอร์เซ็นต์ไขมันของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา
ตอนต้นที่มีภาวะน้ำหนักเกิน. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (สุขศึกษาและพลศึกษา). กรุงเทพฯ:
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.





ภาคผนวก ก

แผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสาน

แผนการจัดกิจกรรมพลศึกษา

แบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

แผนการเรียนรู้ที่ 1

เรื่อง ทักษะการเดินตามห่วงวงกลม

รายวิชา PE

ชั้นปฐมวัย ปีที่ 3

จำนวน 1 คาบ

ครูผู้สอน นางสาวชिरาภรณ์ งามประดิษฐ์

โรงเรียนสารสาสน์วิเทศร่มเกล้า

มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐานที่ 2

กล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็กแข็งแรง ใช้งานได้อย่างคล่องแคล่ว และ

ประสานสัมพันธ์กัน

ตัวชี้วัด 2.1 เคลื่อนไหวร่างกายอย่างคล่องแคล่วประสานสัมพันธ์และทรงตัวได้

2.1.1 เดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงได้โดยไม่ต้องกางแขน

สาระสำคัญ

การเดิน (Walking) เป็นการเคลื่อนไหวพื้นฐานที่สำคัญในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ การมีท่าทางการเดินที่ถูกต้องจะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการใช้ชีวิตและเป็นพื้นฐานนำไปสู่ทักษะการเคลื่อนไหวอื่น ๆ ในระดับที่สูงขึ้น โดยการเดินจะเกี่ยวข้องกับถ่ายน้ำหนัก การทรงตัว จึงต้องจัดลำดับการวางตำแหน่งเท้า เพื่อรองรับน้ำหนักขณะเคลื่อนไหวและการรักษาสมดุล และ เป็นทักษะชีวิตที่สำคัญในการดำเนินชีวิต เนื่องจากผู้เดินจะลงน้ำหนักที่ส้นเท้าหน้าก่อน แล้วถ่ายน้ำหนักมาที่หน้าเท้า ในขณะที่เท้าหลังยังคงสัมผัสกับพื้น ในการทรงตัวรวมด้วย การเดินที่ถูกต้องนอกจากจะเป็นพื้นฐานสู่การเคลื่อนไหวอื่น ๆ ยังช่วยลดการเกิดอุบัติเหตุ ที่อาจเกิดขึ้นจากการเดินจนได้รับบาดเจ็บอาทิเช่น การสะดุดล้ม การก้าวพลาด เป็นต้น ซึ่งการเดินที่ถูกต้องมีวิธีการ คือ ลำตัวตั้งตรง หน้ามองตรงไปข้างหน้า ยืดอกขึ้น ก้าวเท้าไม่ยาวไม่สั้นจนเกินไป แกว่งแขนสัมพันธ์กับขาที่ก้าว

จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

1. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการเดินที่ถูกต้องได้

ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

2. เพื่อให้นักเรียนได้แสดงทักษะการเดินได้อย่างถูกต้อง

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

3. เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ

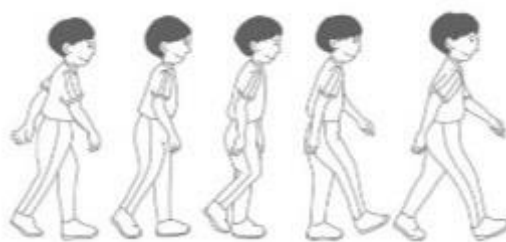
สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการสื่อสาร
2. ความสามารถในการคิด

สาระการเรียนรู้

วิธีการเดินที่ถูกต้อง

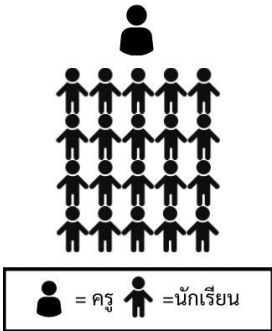
1. จัดลำตัวให้ตั้งตรง
2. ตามองตรงไปข้างหน้า
3. ยืดอกขึ้น
4. ก้าวเท้าไปข้างหน้า ไม่ก้าวยาวเกินไป
5. ลงน้ำหนักที่ส้นเท้า สลับเท้าไปเรื่อย ๆ
6. แกว่งแขนตามจังหวะการเดินตามธรรมชาติ












ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้

ที่มา : ญัฐพร สุคติ (2561) เอกสารคำสอน กิจกรรมเคลื่อนไหวสำหรับเด็ก

กิจกรรมการจัดการเรียนรู้

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>ขั้นเตรียม</p> <p>1. ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 5 แถว</p>  <p>2. ครูตรวจสอบความพร้อมเครื่องแบบแต่งกายของ</p>	<p>กฎแห่งความพร้อม-ทฤษฎีธอร์นไคด์</p> <p>กระตุ้นความสนใจของผู้เรียน และเสริมแรง</p> <p>1. ครูเตรียมความพร้อมสำหรับการเรียน ให้นักเรียนปฏิบัติตามคำสั่ง เช่น ประบมือ 1 ครั้ง , ประบมือ 2 ครั้ง ตามคำสั่ง การจัดระเบียบแถว และ การแต่งกาย</p> <p>เพื่อกระตุ้นการเตรียมความพร้อมในการเรียน</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>นักเรียนและตรวจสอบรายชื่อนักเรียน</p> <p>3.อบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นผู้นำแล้วให้นักเรียนปฏิบัติตามดังนี้</p> <p>ท่าที่ 1 ย้ำเท้าอยู่กับที่</p>  <p>ท่าที่ 2 ก้ม – ยกศีรษะ</p>  <p>ท่าที่ 3 เเฉียงศีรษะซ้าย-ขวา</p>  <p>ท่าที่ 4 กระโดดตบ</p>  <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้ ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	
<p>ชั้นอธิบายและสาธิต</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการเดินที่ถูกต้อง 2.ครูจะสังเกตการแสดงทักษะและแก้ไขให้นักเรียนที่ไม่สามารถปฏิบัติได้ 3.ครูจะมีการวางเงื่อนไขว่าหากนักเรียนคนใดตั้งใจและสามารถทำได้จะได้ดาวเพื่อเป็นการเสริมแรง 	<p>การเรียนรู้และสังเกต – ทฤษฎีชิมพ์สัน</p> <p>ขั้นการเรียนรู้ เป็นขั้นการให้ผู้เรียนรับรู้ในสิ่งที่จะทำ โดยการให้ผู้เรียนสังเกตการทำงานอย่างตั้งใจ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูสังเกตความตั้งใจในการเรียน <p>การฟัง การดู</p> <p>เสริมแรงด้วยดาวรางวัลแห่งความตั้งใจ</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>ขั้นปฏิบัติ</p> <p>1.ครูประจำชั้นและครูพี่เลี้ยงช่วยกันจัดแถวให้นักเรียนแบ่งออกเป็น 2 แถว เท่าๆ กัน</p> <p>2.นักเรียนปฏิบัติตามแบบฝึกดังนี้</p> <p>แบบฝึกที่ 1 การเดินตรงไปข้างหน้า</p>  <p>แบบฝึกที่ 2 การเดินถอยหลัง</p>  <p>แบบฝึกที่ 3 การเดินตามห่วงทางตรง</p>  <p>แบบฝึกที่ 4 การเดินห่วงแบบซิกแซก</p>  <p>แบบฝึกที่ 5 การเดินห่วงแบบซิกแซกแล้วเดินถอยหลังกลับ</p>  <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้ ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	<p>กฎแห่งการฝึกหัด-ทฤษฎีธอร์นไคด์</p> <p>การฝึกหัดเป็นการกระทำซ้ำ ๆ บ่อยๆ ด้วยความเข้าใจ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่คงทนถาวร</p> <p>หลักการฝึกหัดเรียงลำดับจากง่าย - ไปยาก</p> <p>ขั้นตอนการทำจะต้องชัดเจนไม่ซับซ้อน</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>ชั้นนำไปใช้</p> <p>กิจกรรมที่ 1 เดินไล่แปะ</p> <p>(ผู้หนี) (ผู้ไล่)</p>  <p>จับคู่ให้เดินไล่แปะคู่ของตนเอง เมื่อแปะโดนคู่ของตนเองแล้วให้สลับกัน ผู้ไล่มาเป็นผู้หนี และผู้หนีมาเป็นผู้ไล่</p> <p>กิจกรรมที่ 2 ห่วงหรรษา</p> <p>แบ่งสองแถวเท่า ๆ กัน คนแรกของแถวเดินตามห่วงวงกลม ไปหยิบลูกบอลและเดินตามห่วงกลับเพื่อเอาลูกบอลไปใส่ในตะกร้าสลับกันไปจนลูกบอลหมด</p> <p>กลุ่มไหนหมดก่อน กลุ่มนั้นเป็นฝ่ายชนะ</p>  <p>กลุ่มที่ชนะ จะได้ดาวเป็นรางวัล★</p>	<p>เสริมแรง-ทฤษฎีเพียเจต์</p> <p>หลักการสำคัญนำวิธีการฝึกต่าง ๆ มาผสมผสานเข้ากับเกมกิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูให้แรงเสริมโดยการให้ดาวกลุ่มที่ชนะ และครูก็ชมเชยเพื่อกระตุ้นเป็นแรงเสริมให้กับนักเรียนแล่นประสบการณ์จากการเรียนรู้มาใช้ 2.กลุ่มที่ชนะจะได้ดาวเป็นรางวัลแห่งผู้ชนะ
<p>ขั้นสรุป</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูให้นักเรียนเข้าแถวให้เรียบร้อยและสรุปกิจกรรมให้นักเรียนฟัง และมีการถามตอบเล็กน้อย 2.ครูกล่าวคำชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม 3.ครูให้นักเรียนทำความสะอาดร่างกาย ล้างมือ ล้างหน้า ขึ้นห้องเตรียมเรียนวิชาต่อไป 	<p>กฎแห่งผล - ทฤษฎีธอร์นไคด์</p> <p>ผู้เรียนจะต้องสนุกสนานและพึงพอใจในกิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการบวนการคิด คือ การ ถาม-ตอบ 2.ครูประเมินความพึงพอใจในกิจกรรมด้วยการสอบถามซักเรียนโดยรวม 3.ครูกล่าวคำชมเชยเสริมแรงนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม

วัสดุอุปกรณ์

- นกหวีด
- ห่วงวงกลม
- ลูกบอลพลาสติก
- ตะกร้าใส่ลูกบอล

การวัดและประเมินผล

จุดประสงค์การวัดผลและประเมินผล	การวัดผล	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมินผล
ด้านความรู้ : เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการเดินที่ถูกต้องได้	การตอบคำถาม	-	นักเรียนตอบคำถามได้ ร้อยละ 80
ด้านเจตคติ : เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหว	การเข้าร่วมกิจกรรม	-	นักเรียนมีความสนใจและสนุกสนาน ร้อยละ 80
ด้านทักษะ : เพื่อให้นักเรียนได้แสดงทักษะการเดินได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมินทักษะ	ผ่านเกณฑ์คะแนน 4 ขึ้นไป

แบบประเมินทักษะการปฏิบัติ

คำชี้แจง อ่านข้อความต่อไปนี้แล้วเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องคะแนน โดยมีเกณฑ์ดังนี้

0	หมายถึง	ไม่สามารถปฏิบัติได้
1	หมายถึง	สามารถปฏิบัติได้

ทักษะการปฏิบัติ	ระดับคะแนน	
	1	0
1. ลำตัวตั้งตรง		
2. ตามองตรงไปข้างหน้า		
3. ยืดอกขึ้น		
4. ก้าวเท้าไปข้างหน้า ไม่ก้าวยาวเกินไป		
5. ลงน้ำหนักที่ส้นเท้า สลับเท้าไปเรื่อย ๆ		
6. แกว่งแขนตามจังหวะการเดินตามธรรมชาติ		
รวม		

เกณฑ์การประเมินทักษะการเดิน

นักเรียนต้องผ่านเกณฑ์ทักษะการเดิน คะแนน 4 ขึ้นไป จะถือว่าผ่านเกณฑ์
เกณฑ์การประเมินระดับความสามารถ มีระดับดังต่อไปนี้

คะแนน 1	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะทันที
คะแนน 2	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะบางส่วน
คะแนน 3	หมายถึง	แสดงทักษะได้ดี
คะแนน 4 ขึ้นไป	หมายถึง	แสดงทักษะได้ถูกต้อง

บันทึกหลังการสอน

1. ผลการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

2. ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

3. ข้อเสนอแนะ/แนวทางการแก้ไข

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

นางสาววชิราภรณ์ งามประดิษฐ์

..... /..... /.....

แผนการจัดกิจกรรมพลศึกษา

แบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

แผนการเรียนรู้ที่ 2

เรื่อง ทักษะการเดินบนแท่น Balancing

รายวิชา PE

ชั้นปฐมวัย ปีที่ 3

จำนวน 1 คาบ

ครูผู้สอน นางสาวชिरาภรณ์ งามประดิษฐ์

โรงเรียนสารสาสน์วิเทศร่มเกล้า

มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐานที่ 2 กล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็กแข็งแรง ใช้งานได้อย่างคล่องแคล่ว และประสานสัมพันธ์กัน

ตัวชี้วัด 2.1 เคลื่อนไหวร่างกายอย่างคล่องแคล่วประสานสัมพันธ์และทรงตัวได้

2.1.1 เดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงได้โดยไม่ต้องกางแขน

สาระสำคัญ

การเดิน (Walking) เป็นการเคลื่อนไหวพื้นฐานที่สำคัญในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ การมีท่าทางการเดินที่ถูกต้องจะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการใช้ชีวิตและเป็นพื้นฐานนำไปสู่ทักษะการเคลื่อนไหวอื่น ๆ ในระดับที่สูงขึ้น โดยการเดินจะเกี่ยวข้องกับถ่ายน้ำหนัก การทรงตัว จึงต้องจัดลำดับการวางตำแหน่งเท้า เพื่อรองรับน้ำหนักขณะเคลื่อนไหวและการรักษาสมดุล และ เป็นทักษะชีวิตที่สำคัญในการดำเนินชีวิต เนื่องจากผู้เดินจะลงน้ำหนักที่ส้นเท้าหน้าก่อน แล้วถ่ายน้ำหนักมาที่หน้าเท้า ในขณะที่เท้าหลังยังคงสัมผัสกับพื้น ในการทรงตัวรวมด้วย การเดินที่ถูกต้องนอกจากจะเป็นพื้นฐานสู่การเคลื่อนไหวอื่น ๆ ยังช่วยลดการเกิดอุบัติเหตุ ที่อาจเกิดขึ้นจากการเดินจนได้รับบาดเจ็บ อาทิเช่น การสะดุดล้ม การก้าวพลาด เป็นต้น ซึ่งการเดินที่ถูกต้องมีวิธีการ คือ ลำตัวตั้งตรง หน้ามองตรงไปข้างหน้า ยืดอกขึ้น ก้าวเท้าไม่ยาวไม่สั้นจนเกินไป แกว่งแขนสัมพันธ์กับขาที่ก้าว

จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

1. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการเดินที่ถูกต้องได้

ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

2. เพื่อให้นักเรียนได้แสดงทักษะการเดินได้อย่างถูกต้อง

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

3. เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ

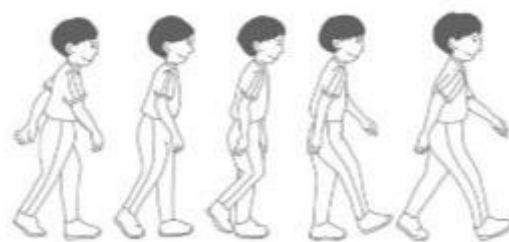
สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการสื่อสาร
2. ความสามารถในการคิด

สาระการเรียนรู้

วิธีการเดินที่ถูกต้อง

1. จัดลำตัวให้ตั้งตรง
2. ตามองตรงไปข้างหน้า
3. ยืดอกขึ้น
4. ก้าวเท้าไปข้างหน้า ไม่ก้าวยาวเกินไป
5. ลงน้ำหนักที่ส้นเท้า สลับเท้าไปเรื่อย ๆ
6. แกว่งแขนตามจังหวะการเดินตามธรรมชาติ










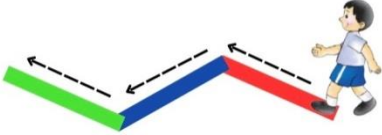
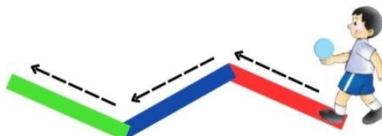
ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้

ที่มา : ญัฐพร สุคติ (2561) เอกสารคำสอน กิจกรรมเคลื่อนไหวสำหรับเด็ก

กิจกรรมการจัดการเรียนรู้

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>ขั้นเตรียม</p> <p>1. ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 5 แถว</p>  <p>2. ครูตรวจสอบความพร้อมเครื่องแบบแต่งกายของ</p>	<p>กฎแห่งความพร้อม-ทฤษฎีธอร์นไคด์</p> <p>กระตุ้นความสนใจของผู้เรียน และเสริมแรง</p> <p>1. ครูเตรียมความพร้อมสำหรับการเรียน ให้นักเรียนปฏิบัติตามคำสั่ง เช่น พรบมือ 1 ครั้ง , พรบมือ 2 ครั้ง ตามคำสั่ง การจัดระเบียบแถว และ การแต่งกาย</p> <p>เพื่อกระตุ้นการเตรียมความพร้อมในการเรียน</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>นักเรียนและตรวจสอบรายชื่อเพื่อนนักเรียน</p> <p>3.อบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นผู้นำแล้วให้นักเรียนปฏิบัติตามดังนี้</p> <p style="text-align: center;">ท่าที่ 1 ย้ำเท้าอยู่กับที่</p>  <p style="text-align: center;">ท่าที่ 2 ก้ม – ยกศีรษะ</p>  <p style="text-align: center;">ท่าที่ 3 เอียงศีรษะซ้าย-ขวา</p>  <p style="text-align: center;">ท่าที่ 4 กระโดดตบ</p>  <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้ ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	
<p>ชั้นอธิบายและสาธิต</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการเดินที่ถูกต้อง 2.ครูจะสังเกตวิธีการแสดงทักษะและแก้ไขให้นักเรียนที่ไม่สามารถปฏิบัติได้ 3.ครูจะมีการวางเงื่อนไขว่า หากนักเรียนคนใดตั้งใจและสามารถทำได้จะดาว เพื่อเป็นการเสริมแรง 	<p>การเรียนรู้และสังเกต – ทฤษฎีทิมพ์สัน</p> <p>ขั้นการรับรู้ เป็นขั้นการให้ผู้เรียนรับรู้ในสิ่งที่จะทำ โดยการให้ผู้เรียนสังเกตการทำงานอย่างตั้งใจ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูสังเกตความตั้งใจในการเรียน <p>การฟัง การดู</p> <p>เสริมแรงด้วยดาวรางวัลแห่งความตั้งใจ</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>ขั้นปฏิบัติ</p> <p>1. ครูประจำชั้นและครูพี่เลี้ยงช่วยกันจัดแถวให้นักเรียนแบ่งออกเป็น 2 แถว เท่าๆ กัน</p> <p>2. ให้นักเรียนปฏิบัติแบบฝึก ดังนี้</p> <p>แบบฝึกที่ 1 เดินบนแท่น Balancing ไปข้างหน้า</p>  <p>แบบฝึกที่ 2 เดินสไลด์ด้านข้าง บนแท่น Balancing</p>  <p>แบบฝึกที่ 3 เดินเลี้ยงของในมือ บนแท่น Balancing เป็นทางตรง</p>  <p>แบบฝึกที่ 4 เดินบนแท่น Balancing ซิกแซก</p>  <p>แบบฝึกที่ 5 เดินเลี้ยงของในมือ บนแท่น Balancing แบบซิกแซก</p> 	<p>กฎแห่งการฝึกหัด-ทฤษฎีธอร์นไคด์</p> <p>การฝึกหัดเป็นการกระทำซ้ำ ๆ บ่อยๆ ด้วยความเข้าใจ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่</p> <p>คงทนถาวร</p> <p>หลักการฝึกหัด เรียงลำดับจากง่าย - ไปยาก</p> <p>ขั้นตอนการทำจะต้องชัดเจนไม่ซับซ้อน</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>ขั้นนำไปใช้</p> <p>กิจกรรมที่ 1 เดินไล่แปะบนเส้น</p> <p>ให้นักเรียนเดินบนเส้นเท่านั้น หลบหนืออย่าให้โดนแปะ หากโดนแปะให้สลัดกัน ผู้ไล่มาเป็นผู้หนี และผู้หนีมาเป็นผู้ไล่</p>  <p>กิจกรรมที่ 2 เก็บลูกบอลพาเพลิน</p> <p>แบ่งสองแถวเท่า ๆ กัน คนแรกของแถว เดินบนแท่น Balancing เพื่อไปหยิบลูกบอล และเดินกลับไปวางในตะกร้าที่กำหนด จากนั้นสลัดกันเรื่อย ๆ จนลูกบอลหมด กลุ่มไหนหมดก่อนกลุ่มนั้นชนะ</p>  <p>กลุ่มที่ชนะ จะได้ดาวเป็นรางวัล</p>	<p>เสริมแรง-ทฤษฎีเพียเจต์</p> <p>หลักการสำคัญนำวิธีการฝึกต่าง ๆ มาผสมผสานเข้ากับเกมกิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูให้แรงเสริมโดยการให้ดาวกลุ่มที่ชนะ และครูก็ชมเชยเพื่อกระตุ้นเป็นแรงเสริมให้กับนักเรียนและนำประสบการณ์จากการเรียนรู้มาใช้ 2.กลุ่มที่ชนะจะได้ดาวเป็นรางวัลแก่ผู้ชนะ
<p>ขั้นสรุป</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูให้นักเรียนเข้าแถวให้เรียบร้อยและสรุปกิจกรรมให้นักเรียนฟัง และมีการถามตอบเล็กน้อย 2.ครูกล่าวคำชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม 3.ครูให้นักเรียนทำความสะอาดร่างกาย ล้างมือ ล้างหน้า ขึ้นห้องเตรียมเรียนวิชาต่อไป 	<p>กฎแห่งผล - ทฤษฎีธอร์นไคค์</p> <p>ผู้เรียนจะต้องสนุกสนานและพึงพอใจในกิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการบวนการคิด คือ การ ถาม-ตอบ 2.ครูประเมินความพึงพอใจในกิจกรรมด้วยการสอบถามทั้งเรียนโดยรวม 3.ครูกล่าวคำชมเชยเสริมแรงนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม

วัสดุอุปกรณ์

- นกหวีด
- แท่น Balancing
- ลูกบอลพลาสติก

การวัดและประเมินผล

จุดประสงค์การวัดผลและประเมินผล	การวัดผล	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมินผล
ด้านความรู้ : เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการเดินที่ถูกต้องได้	การตอบคำถาม	-	นักเรียนตอบคำถามได้ ร้อยละ 80
ด้านเจตคติ : เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหว	การเข้าร่วมกิจกรรม	-	นักเรียนมีความสนใจและสนุกสนาน ร้อยละ 80
ด้านทักษะ : เพื่อให้นักเรียนแสดงทักษะการเดินได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมินทักษะ	ผ่านเกณฑ์คะแนน 4 ขึ้นไป

แบบประเมินทักษะการปฏิบัติ

คำชี้แจง อ่านข้อความต่อไปนี้แล้วเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องคะแนน โดยมีเกณฑ์ดังนี้

0	หมายถึง	ไม่สามารถปฏิบัติได้
1	หมายถึง	สามารถปฏิบัติได้

ทักษะการปฏิบัติ	ระดับคะแนน	
	1	0
1. จัดลำดับตัวตั้งตรง		
2. ตามองตรงไปข้างหน้า		
3. ก้าวเท้าไปข้างหน้า ไม่ก้าวยาวเกินไป		
4. ลงน้ำหนักที่ส้นเท้า สลับเท้าไปเรื่อย ๆ		
5. ทรงตัวขณะเดินได้		
6. ไม่ล้มขณะเดินบนแท่น		
รวม		

เกณฑ์การประเมินทักษะการเดิน

นักเรียนต้องผ่านเกณฑ์ทักษะการเดิน คะแนน 4 ขึ้นไป จะถือว่าผ่านเกณฑ์
เกณฑ์การประเมินระดับความสามารถ มีระดับดังต่อไปนี้

คะแนน 1	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะทันที
คะแนน 2	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะบางส่วน
คะแนน 3	หมายถึง	แสดงทักษะได้ดี
คะแนน 4 ขึ้นไป	หมายถึง	แสดงทักษะได้ถูกต้อง

บันทึกหลังการสอน

1. ผลการเรียนรู้

.....
.....
.....
.....

2. ปัญหา/อุปสรรค

.....
.....
.....
.....

3. ข้อเสนอแนะ/แนวทางการแก้ไข

.....
.....
.....
.....

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

นางสาววชิราภรณ์ งามประดิษฐ์

..... /..... /.....

แผนการจัดกิจกรรมพลศึกษา

แบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

แผนการเรียนรู้ที่ 3

เรื่อง ทักษะการวิ่งไปด้านหน้า และ วิ่งถอยหลัง

รายวิชา PE

ชั้นปฐมวัย ปีที่ 3

จำนวน 1 คาบ

ครูผู้สอน นางสาวชिरาภรณ์ งามประดิษฐ์

โรงเรียนสารสาสน์วิเทศร่มเกล้า

มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐานที่ 2 กล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็กแข็งแรง ใช้งานได้อย่างคล่องแคล่ว และประสานสัมพันธ์กัน

ตัวชี้วัด 2.1 เคลื่อนไหวร่างกายอย่างคล่องแคล่วประสานสัมพันธ์และทรงตัวได้

2.1.3 วิ่งหลบหลีกสิ่งกีดขวางได้

สาระสำคัญ

การวิ่ง (Run) เป็นการเคลื่อนไหวพื้นฐานที่สำคัญในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ การมีท่าทางการวิ่งที่ถูกต้องจะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการใช้ชีวิตและเป็นพื้นฐานนำไปสู่ทักษะการเคลื่อนไหวอื่น ๆ ในระดับที่สูงขึ้น โดยการวิ่งจะคล้ายกับการเดิน คือ จะเกี่ยวข้องกับถ่ายน้ำหนัก การทรงตัว จึงต้องจัดลำดับการวางตำแหน่งเท้า เพื่อรองรับน้ำหนักขณะเคลื่อนไหวและการรักษาสมดุล การวิ่งจะเป็นการเคลื่อนไหวจากที่หนึ่งไปอีกที่หนึ่งด้วยความเร็ว และยังเป็นทักษะชีวิตที่สำคัญในการดำเนินชีวิต เนื่องจากการวิ่งจะลงน้ำหนักที่ส้นเท้าหน้าก่อน แล้วถ่ายน้ำหนักมาที่หน้าเท้า ในขณะที่เท้าหลังยังคงสัมผัสกับพื้น ในการทรงตัวรวมด้วย การวิ่งที่ถูกต้องนอกจากจะเป็นพื้นฐานสู่การเคลื่อนไหวอื่น ๆ ยังช่วยลดการเกิดอุบัติเหตุ ที่อาจเกิดขึ้นจากการเดินจนได้รับบาดเจ็บ อาทิเช่น การสะดุดล้ม การก้าวพลาด เป็นต้น ซึ่งการวิ่งที่ถูกต้องมีวิธีการ คือ ศีรษะตั้งตรงหน้ามองตรงไปข้างหน้า โนมตัวไปด้านหน้าเล็กน้อย ข้อศอกงอ แกว่งแขนเฉียงสัมพันธ์กับขาที่ก้าว งอเข่าเล็กน้อย

จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

1. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการวิ่งที่ถูกต้องได้

ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

2. เพื่อให้นักเรียนได้แสดงทักษะการวิ่งได้อย่างถูกต้อง

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

3. เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ

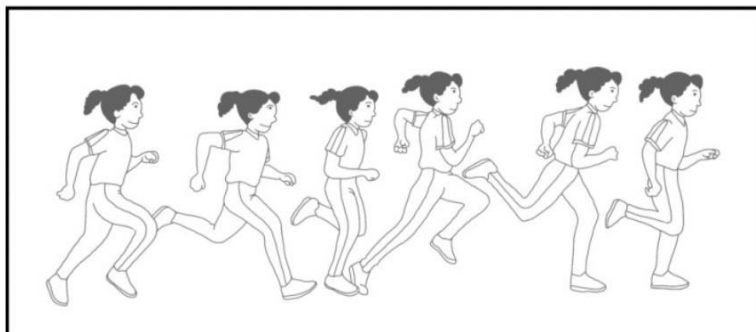
สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการสื่อสาร
2. ความสามารถในการคิด

สาระการเรียนรู้

วิธีการวิ่ง

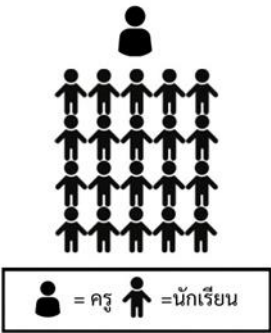



1. ศีรษะตั้งตรง
2. หันมองตรงไปข้างหน้า
3. โน้มตัวไปด้านหน้าเล็กน้อย
4. ข้อศอกงอ
5. แกว่งแขนเฉียงสัมพันธ์กับขาที่ก้าว
6. งอเข่าเล็กน้อย



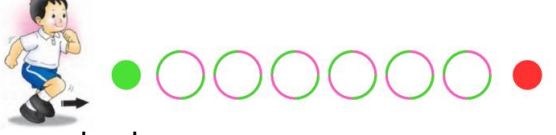

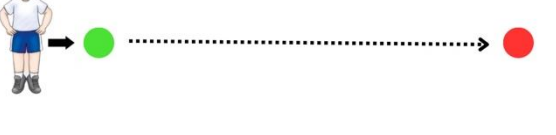


ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้

ที่มา : อนุรักษ์ สุคติ (2561) เอกสารคำสอน กิจกรรมเคลื่อนไหวสำหรับเด็ก

กิจกรรมการจัดการเรียนรู้

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>ขั้นเตรียม</p> <p>1. ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 5 แถว</p>  <p>2. ครูตรวจสอบความพร้อมเครื่องแบบแต่งกายของนักเรียนและตรวจสอบรายชื่อนักเรียน</p> <p>3. อบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นผู้นำแล้วให้นักเรียนปฏิบัติตามดังนี้</p> <p>ท่าที่ 1</p>  <p>ท่าที่ 2</p>  <p>ท่าที่ 3</p>  <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้ ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษาพ.</p>	<p>กฎแห่งความพร้อม-ทฤษฎีธอร์นไค้ กระตุ้นความสนใจของผู้เรียน และ เสริมแรง</p> <p>1. ครูเตรียมความพร้อมสำหรับการเรียน ให้นักเรียนปฏิบัติตามคำสั่ง เช่น ปรบมือ 1 ครั้ง , ปรบมือ 2 ครั้ง ตามคำสั่ง การจัด ระเบียบแถว และการแต่งกาย</p> <p>เพื่อกระตุ้นการเตรียมความพร้อม ในการเรียน</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>ขั้นอธิบายและสาธิต</p> <p>1. ครูผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการวิ่งที่ถูกต้อง</p> <p>2. ครูจะสังเกตวิธีการแสดงทักษะและแก้ไขให้นักเรียนที่ไม่สามารถปฏิบัติได้</p> <p>3. ครูจะมีการวางเงื่อนไขว่าหากนักเรียนคนใดตั้งใจและสามารถทำได้จะได้ดาว เพื่อเป็นการเสริมแรง</p>	<p>การเรียนรู้และสังเกต-ทฤษฎีซิมพ์สัน</p> <p>ขั้นการเรียนรู้ เป็นขั้นการให้ผู้เรียนรับรู้ในสิ่งที่จะทำ โดยการให้ผู้เรียนสังเกตการทำงานอย่างตั้งใจ</p> <p>1. ครูสังเกตความตั้งใจในการเรียน</p> <p>การฟัง การดู</p> <p>เสริมแรงด้วยดาวรางวัลแห่งความตั้งใจ</p>
<p>ขั้นปฏิบัติ</p> <p>1. ครูประจำชั้นและครูพี่เลี้ยงช่วยกันจัดแถวให้นักเรียนแบ่งออกเป็น 2 แถว เท่าๆ กัน</p> <p>2. นักเรียนปฏิบัติตามแบบฝึกดังนี้</p> <p>แบบฝึกที่ 1 วิ่งตรงไปข้างหน้า</p>  <p>แบบฝึกที่ 2 วิ่งถอยหลัง</p>  <p>แบบฝึกที่ 3 วิ่งตามห่วงวงกลม</p>  <p>แบบฝึกที่ 4 วิ่งถอยหลังตามห่วงวงกลม</p>  <p>แบบฝึกที่ 5 วิ่งสไลด์ไปด้านข้าง</p> 	<p>กฎแห่งการฝึกหัด-ทฤษฎีธอร์นไคค์</p> <p>การฝึกหัดเป็นการกระทำซ้ำ ๆ บ่อยๆ ด้วยความเข้าใจ</p> <p>เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่คงทนถาวร</p> <p>หลักการฝึกหัด</p> <p>เรียงลำดับจากง่าย - ไปยาก</p> <p>ขั้นตอนการทำจะต้องชัดเจนไม่ซับซ้อน</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>ชั้นนำไปใช้</p> <p>กิจกรรมที่ 1 ผีน้อยทำรัง</p> <p>ให้นักเรียนฟังคำสั่งจากครู เช่น ครูสั่งว่า จับกลุ่ม 2 คน นักเรียนทุกคนจะต้องไปหากกลุ่มตามคำสั่ง เมื่อได้กลุ่มแล้วให้นั่งลง</p>  <p>กิจกรรมที่ 2 วิ่งเปี้ยวอ้อมกรวย</p> <p>ให้นักเรียนเล่นเกมวิ่งแข่งกัน ตามที่ครูกำหนดให้ โดยเงื่อนไขคือต้องวิ่งอ้อมกรวยแล้ววิ่งกลับไปแตะมือคนถัดไป กลุ่มไหนวิ่งครบทุกคนก่อน กลุ่มนั้นเป็นฝ่ายชนะ</p>  <p>กลุ่มที่ชนะ จะได้ดาวเป็นรางวัล</p> <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้</p> <p>ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	<p>เสริมแรง-ทฤษฎีเพียเจต์</p> <p>หลักการสำคัญนำวิธีการฝึกต่าง ๆ มาผสมผสานเข้ากับเกมกิจกรรม</p> <p>1.ครูให้แรงเสริมโดยการให้ดาวกลุ่มที่ชนะ และครูก็ชมเชยเพื่อกระตุ้นเป็นแรงเสริมให้กับนักเรียนและนำประสบการณ์จากการเรียนรู้มาใช้</p> <p>2.กลุ่มที่ชนะจะได้ดาวเป็นรางวัลแก่ผู้ชนะ</p>
<p>ขั้นสรุป</p> <p>1.ครูให้นักเรียนเข้าแถวให้เรียบร้อยและสรุปกิจกรรมให้นักเรียนฟังและมีการถามตอบเล็กน้อย</p> <p>2.ครูกล่าวคำชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม</p> <p>3.ครูให้นักเรียนทำความสะอาดร่างกาย ล้างมือ ล้างหน้า ขึ้นห้องเตรียมเรียนวิชาต่อไป</p>	<p>กฎแห่งผล - ทฤษฎีธอร์นไคด์</p> <p>ผู้เรียนจะต้องสนุกสนานและพึงพอใจในกิจกรรม</p> <p>1.เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการบวนการคิด คือ การ ถาม-ตอบ</p> <p>2.ครูประเมินความพึงพอใจในกิจกรรมด้วยการสอบถามนักเรียนโดยรวม</p> <p>3.ครูกล่าวคำชมเชยเสริมแรงนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม</p>

วัสดุอุปกรณ์

- นกหวีด
- กรวย
- ลูกบอลพลาสติก

การวัดและประเมินผล

จุดประสงค์การวัดผลและประเมินผล	การวัดผล	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมินผล
ด้านความรู้ : เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการวิ่งที่ถูกต้องได้	การตอบคำถาม	-	นักเรียนตอบคำถามได้ ร้อยละ 80
ด้านเจตคติ : เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหว	การเข้าร่วมกิจกรรม	-	นักเรียนมีความสนใจและสนุกสนาน ร้อยละ 80
ด้านทักษะ : เพื่อให้นักเรียนแสดงทักษะการวิ่งได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมินทักษะ	ผ่านเกณฑ์คะแนน 4 ขึ้นไป

แบบประเมินทักษะการปฏิบัติ

คำชี้แจง อ่านข้อความต่อไปนี้แล้วเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องคะแนน โดยมีเกณฑ์ดังนี้

0	หมายถึง	ไม่สามารถปฏิบัติได้
1	หมายถึง	สามารถปฏิบัติได้

ทักษะการปฏิบัติ	ระดับคะแนน	
	1	0
1. ศีรษะตั้งตรง		
2. หน้ามองตรงไปข้างหน้า		
3. โน้มตัวไปด้านหน้าเล็กน้อย		
4. ข้อศอกงอ		
5. แกว่งแขนเฉียงสัมพันธ์กับขาที่ก้าว		
6. งอเข่าเล็กน้อย		
รวม		

เกณฑ์การประเมินทักษะการวิ่ง

นักเรียนต้องผ่านเกณฑ์ทักษะการวิ่ง คะแนน 4 ขึ้นไป จะถือว่าผ่านเกณฑ์
เกณฑ์การประเมินระดับความสามารถ มีระดับดังต่อไปนี้

คะแนน 1	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะทันที
คะแนน 2	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะบางส่วน
คะแนน 3	หมายถึง	แสดงทักษะได้ดี
คะแนน 4 ขึ้นไป	หมายถึง	แสดงทักษะได้ถูกต้อง

บันทึกหลังการสอน

1. ผลการเรียนรู้

.....
.....
.....
.....

2. ปัญหา/อุปสรรค

.....
.....
.....
.....

3. ข้อเสนอแนะ/แนวทางการแก้ไข

.....
.....
.....
.....

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

นางสาววชิราภรณ์ งามประดิษฐ์

..... /..... /.....

แผนการจัดกิจกรรมพลศึกษา

แบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

แผนการเรียนรู้ที่ 4

เรื่อง ทักษะการวิ่งเปลี่ยนทิศทาง

รายวิชา PE

ชั้นปฐมวัย ปีที่ 3

จำนวน 1 คาบ

ครูผู้สอน นางสาวชिरาภรณ์ งามประดิษฐ์

โรงเรียนสารสาสน์วิเทศร่มเกล้า

มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐานที่ 2 กล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็กแข็งแรง ใช้งานได้อย่างคล่องแคล่ว และประสานสัมพันธ์กัน

ตัวชี้วัด 2.1 เคลื่อนไหวร่างกายอย่างคล่องแคล่วประสานสัมพันธ์และทรงตัวได้

2.1.3 วิ่งหลบหลีกสิ่งกีดขวางได้

สาระสำคัญ

การวิ่ง (Run) เป็นการเคลื่อนไหวพื้นฐานที่สำคัญในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ การมีท่าทางการวิ่งที่ถูกต้องจะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการใช้ชีวิตและเป็นพื้นฐานนำไปสู่ทักษะการเคลื่อนไหวอื่น ๆ ในระดับที่สูงขึ้น โดยการวิ่งจะคล้ายกับการเดิน คือ จะเกี่ยวข้องกับถ่ายน้ำหนัก การทรงตัว จึงต้องจัดลำดับการวางตำแหน่งเท้า เพื่อรองรับน้ำหนักขณะเคลื่อนไหวและการรักษาสมดุล การวิ่งจะเป็นการเคลื่อนไหวจากที่หนึ่งไปอีกที่หนึ่งด้วยความเร็ว และยังเป็นทักษะชีวิตที่สำคัญในการดำเนินชีวิต เนื่องจากการวิ่งจะลงน้ำหนักที่ส้นเท้าหน้าก่อน แล้วถ่ายน้ำหนักมาที่หน้าเท้า ในขณะที่เท้าหลังยังคงสัมผัสกับพื้น ในการทรงตัวรวมด้วย การวิ่งที่ถูกต้องนอกจากจะเป็นพื้นฐานสู่การเคลื่อนไหวอื่น ๆ ยังช่วยลดการเกิดอุบัติเหตุ ที่อาจเกิดขึ้นจากการเดินจนได้รับบาดเจ็บ อาทิเช่น การสะดุดล้ม การก้าวพลาด เป็นต้น ซึ่งการวิ่งที่ถูกต้องมีวิธีการ คือ ศีรษะตั้งตรงหน้ามองตรงไปข้างหน้า ไน้มตัวไปด้านหลังเล็กน้อย ข้อศอกงอ แกว่งแขนเฉียงสัมพันธ์กับขาที่ก้าว งอเข่าเล็กน้อย

จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

1. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการวิ่งที่ถูกต้องได้

ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

2. เพื่อให้นักเรียนได้แสดงทักษะการวิ่งได้อย่างถูกต้อง

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

3. เพื่อให้นักเรียนเกิดความสุขสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ

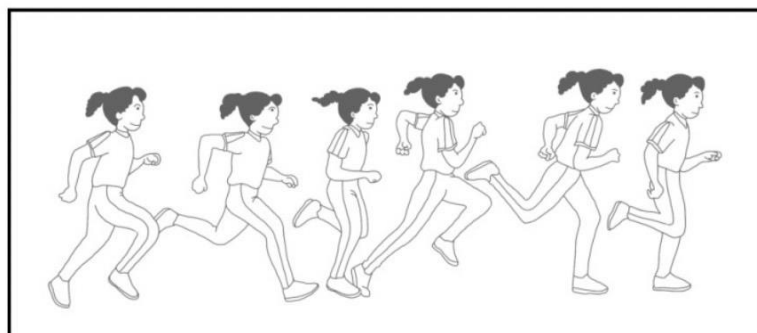
สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการสื่อสาร
2. ความสามารถในการคิด

สาระการเรียนรู้

วิธีการวิ่งไปด้านหน้า

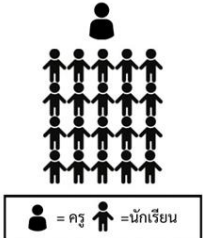
1. ศีรษะตั้งตรง
2. หน้ามองตรงไปข้างหน้า
3. โน้มตัวไปด้านหน้าเล็กน้อย
4. ข้อศอกงอ
5. แกว่งแขนเฉียงสัมพันธ์กับขาที่ก้าว
6. งอเข่าเล็กน้อย








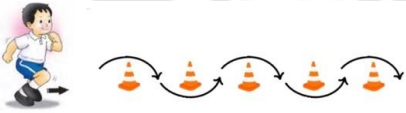
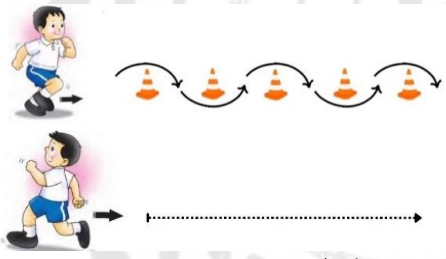

ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้


ที่มา : ญัฐพร สุดดี (2561) เอกสารคำสอน กิจกรรมเคลื่อนไหวสำหรับเด็ก

กิจกรรมการจัดการเรียนรู้

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>ขั้นเตรียม</p> <p>1. ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 5 แถว</p> 	<p>กฎแห่งความพร้อม-ทฤษฎีธอร์นไคค์</p> <p>กระตุ้นความสนใจของผู้เรียน และเสริมแรง</p> <p>1. ครูเตรียมความพร้อมสำหรับการเรียนให้นักเรียนปฏิบัติตามคำสั่ง เช่น จับหัว จับไหล่ จับเอว ตามคำสั่ง การจัดระเบียบแถว และการแต่งกาย</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>2. ครูตรวจสอบความพร้อมเครื่องแบบแต่งกายของนักเรียนและตรวจสอบรายชื่อนักเรียน</p> <p>3. อบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นผู้นำแล้วให้นักเรียนปฏิบัติตามดังนี้</p> <p style="text-align: center;">ท่าที่ 1</p>  <p style="text-align: center;">ท่าที่ 2</p>  <p style="text-align: center;">ท่าที่ 3</p>  <p style="text-align: center;">ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้ ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	<p style="color: red;">เพื่อกระตุ้นการเตรียมความพร้อมในการเรียน</p>
<p>ขั้นอธิบายและสาธิต</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ครูผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการวิ่งที่ถูกต้อง 2. ครูจะสังเกตวิธีการแสดงทักษะและแก้ไขให้นักเรียนที่ไม่สามารถปฏิบัติได้ 3. ครูจะมีการวางเงื่อนไขว่าหากนักเรียนคนใดตั้งใจและสามารถทำได้จะได้ดาว เพื่อเป็นการเสริมแรง 	<p>การเรียนรู้และสังเกต – ทฤษฎีซิมพ์สัน</p> <p>ขั้นการรับรู้ เป็นขั้นการให้ผู้เรียนรับรู้ในสิ่งที่จะทำโดยการให้ผู้เรียนสังเกตการทำงานอย่างตั้งใจ</p> <p>1. ครูสังเกตความตั้งใจในการเรียน การฟัง การดู เสริมแรงด้วยดาวรางวัลแห่งความตั้งใจ</p>
<p>ขั้นปฏิบัติ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ครูประจำชั้นและครูพี่เลี้ยงช่วยกันจัดแถวให้นักเรียนแบ่งออกเป็น 2 แถว เท่าๆ กัน 2. นักเรียนปฏิบัติตามแบบฝึกดังนี้ 	<p>กฎแห่งการฝึกหัด-ทฤษฎีธอร์นไคด์</p> <p>การฝึกหัดเป็นการกระทำซ้ำ ๆ บ่อยๆ ด้วยความเข้าใจ</p> <p>เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่คงทนถาวร</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>แบบฝึกที่ 1 วิ่งไปข้างหน้าและเปลี่ยนทิศทาง</p>  <p>แบบฝึกที่ 2 วิ่งถอยทางตรง</p>  <p>แบบฝึกที่ 3 วิ่งอ้อมกรวยไปด้านหน้า</p>  <p>แบบฝึกที่ 4 วิ่งอ้อมกรวยและวิ่งถอยหลังกลับ</p>  <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้ ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	<p>กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน</p> <p>หลักการฝึกหัด เรียงลำดับจากง่าย - ไปยาก ขั้นตอนการทำจะต้องชัดเจนไม่ซับซ้อน</p>
<p>ขั้นนำไปใช้</p> <p>กิจกรรมที่ 1 เปาะแข็ง</p> <p>จะมี 2 คนที่เป็นคนไล่เปาะ หากใครเปาะโดนจะต้องห้ามเคลื่อนที่จนกว่าจะมีคนในทีมมาช่วยเหลือถึงจะเคลื่อนที่ได้</p>  <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้ ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	<p>เสริมแรง-ทฤษฎีเพียเจต์</p> <p>หลักการสำคัญนำวิธีการฝึกต่าง ๆ มาผสมผสานเข้ากับเกมกิจกรรม</p> <p>1.ครูให้แรงเสริมโดยการให้ดาวกลุ่มที่ชนะและครูก็ชมเชยเพื่อกระตุ้นเป็นแรงเสริมให้นักเรียนและนำประสบการณ์จากการเรียนรู้มาใช้</p> <p>2.กลุ่มที่ชนะจะได้ดาวเป็นรางวัลแก่ผู้ชนะ</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>กิจกรรมที่ 2 วิ่งเปี้ยวแบบซิกแซก</p> <p>แบ่งออกเป็น 2 แถวเท่า ๆ กัน คนแรกของแถววิ่งซิกแซกหลบหลีกสิ่งกีดขวางทั้งไปและกลับ สลับกันไปจนกว่าจนครบทุกคน กลุ่มไหนทำคนทุกคนก่อน เป็นฝ่ายชนะ</p>  <p>กลุ่มที่ชนะ จะได้ดาวเป็นรางวัล</p> <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้</p> <p>ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	
<p>ขั้นสรุป</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูให้นักเรียนเข้าแถวให้เรียบร้อยและสรุปกิจกรรมให้นักเรียนฟัง และมีการถามตอบเล็กน้อย 2.ครูกล่าวคำชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม 3.ครูให้นักเรียนทำความสะอาดร่างกาย ล้างมือ ล้างหน้า ชื่นห้องเตรียมเรียนวิชาต่อไป 	<p>กฎแห่งผล - ทฤษฎีธอร์นไคค์</p> <p>ผู้เรียนจะต้องสนุกสนานและพึงพอใจในกิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการบวนการคิด คือ การ ถาม-ตอบ 2.ครูประเมินความพึงพอใจในกิจกรรมด้วยการสอบถามนักเรียนโดยรวม 3.ครูกล่าวคำชมเชยเสริมแรงนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม

วัสดุอุปกรณ์

- นกหวีด
- กรวย

การวัดและประเมินผล

จุดประสงค์การวัดผลและประเมินผล	การวัดผล	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมินผล
<u>ด้านความรู้</u> : เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการวิ่งที่ถูกต้องได้	การตอบคำถาม	-	นักเรียนตอบคำถามได้ ร้อยละ 80
<u>ด้านเจตคติ</u> : เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหว	การเข้าร่วมกิจกรรม	-	นักเรียนมีความสนใจและสนุกสนาน ร้อยละ 80
<u>ด้านทักษะ</u> : เพื่อให้นักเรียนแสดงทักษะการเดินได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมินทักษะ	ผ่านเกณฑ์คะแนน 4 ขึ้นไป

แบบประเมินทักษะการปฏิบัติ

คำชี้แจง อ่านข้อความต่อไปนี้แล้วเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องคะแนน โดยมีเกณฑ์ดังนี้

0	หมายถึง	ไม่สามารถปฏิบัติได้
1	หมายถึง	สามารถปฏิบัติได้

ทักษะการปฏิบัติ	ระดับคะแนน	
	1	0
1. ศีรษะตั้งตรง		
2. หน้านามองตรงไปข้างหน้า		
3. โน้มตัวไปด้านหน้าเล็กน้อย		
4. ข้อศอกงอ		
5. แกว่งแขนเฉียงสัมพันธ์กับขาที่ก้าว		
6. งอเข่าเล็กน้อย		
รวม		

เกณฑ์การประเมินทักษะการวิ่ง

นักเรียนต้องผ่านเกณฑ์ทักษะการวิ่ง คะแนน 4 ขึ้นไป จะถือว่าผ่านเกณฑ์
เกณฑ์การประเมินระดับความสามารถ มีระดับดังต่อไปนี้

คะแนน 1	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะทันที
คะแนน 2	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะบางส่วน
คะแนน 3	หมายถึง	แสดงทักษะได้ดี
คะแนน 4 ขึ้นไป	หมายถึง	แสดงทักษะได้ถูกต้อง

บันทึกหลังการสอน

1. ผลการเรียนรู้

.....
.....
.....
.....

2. ปัญหา/อุปสรรค

.....
.....
.....
.....

3. ข้อเสนอแนะ/แนวทางการแก้ไข

.....
.....
.....
.....

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

นางสาววชิราภรณ์ งามประดิษฐ์

...../...../.....

แผนการจัดกิจกรรมพลศึกษา

แบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

แผนการเรียนรู้ที่ 5

เรื่อง ทักษะการกระโดด

รายวิชา PE

ชั้นปฐมวัย ปีที่ 3

จำนวน 1 คาบ

ครูผู้สอน นางสาวชिरาภรณ์ งามประดิษฐ์

โรงเรียนสารสาสน์วิเทศร่มเกล้า

มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐานที่ 2 กล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็กแข็งแรง ใช้งานได้อย่าง

คล่องแคล่ว และประสานสัมพันธ์กัน

ตัวชี้วัด 2.1 เคลื่อนไหวร่างกายอย่างคล่องแคล่วประสานสัมพันธ์และทรงตัวได้

2.1.2 กระโดดขาเดียว อยู่กับที่โดยไม่เสียการทรงตัว

สาระสำคัญ

การกระโดด (Jumping) เป็นการเคลื่อนไหวพื้นฐานที่สำคัญในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ การมีท่าทางการวิ่งที่ถูกต้องจะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการใช้ชีวิตและเป็นพื้นฐานนำไปสู่ทักษะการเคลื่อนไหวอื่น ๆ ในระดับที่สูงขึ้น โดยคล้ายกับการเคลื่อนไหวอื่น ๆ คือ จะเกี่ยวข้องกับถ่ายน้ำหนัก การทรงตัว จึงต้องจัดลำดับการวางตำแหน่งเท้า เพื่อรองรับน้ำหนักขณะเคลื่อนไหวและการรักษาสมดุล การกระโดดจะเป็นการเคลื่อนไหวที่จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง และยังเป็นทักษะชีวิตที่สำคัญในการดำเนินชีวิต เนื่องจากการกระโดดจะลงน้ำหนักลงที่เท้าก่อน จากนั้นค่อย ๆ ส่งแรงจากเท้าขึ้นเพื่อกระโดดขึ้น และเท้าลงสู่พื้นทิ้งน้ำหนักลงเท้าอีกครั้ง การกระโดดที่ถูกต้องจะนำไปสู่พื้นฐานการเคลื่อนไหวอื่น ๆ และ ทักษะกีฬา เช่น บาสเกตบอล ยังช่วยลดการเกิดอุบัติเหตุในขณะเล่นกีฬา หรือ การใช้ชีวิตประจำวัน อาทิเช่น การกระโดดหลบหลีกสิ่งกีดขวาง การกระโดดข้ามสิ่งแปลกปลอม เป็นต้น

จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

1. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการกระโดดที่ถูกต้องได้

ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

2. เพื่อให้นักเรียนได้แสดงทักษะการกระโดดได้อย่างถูกต้อง

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

3. เพื่อให้นักเรียนเกิดความสุขสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการสื่อสาร
2. ความสามารถในการคิด

สาระการเรียนรู้

วิธีการกระโดดสองขา

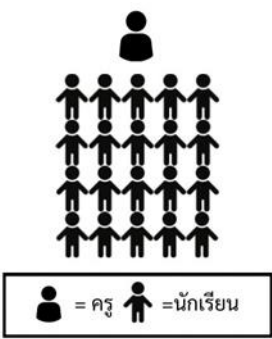


1. ยืนแยกเท้าออก 1 ช่วงไหล่
2. ย่อตัว
3. โน้มตัวไปข้างหน้า
4. เหวี่ยงแขนข้างลำตัว
5. ใช้เท้าทั้ง 2 ข้าง ออกแรงถีบตัวจากพื้นให้ลอยสูงขึ้นไป
6. ลงสู่พื้นด้วย ปลายเท้าทั้ง 2 ข้าง









ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้

ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.

กิจกรรมการจัดการเรียนรู้

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>ขั้นเตรียม</p> <p>1. ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 5 แถว</p>  <p> = ครู  = นักเรียน</p>	<p>กฎแห่งความพร้อม-ทฤษฎีธอร์นไคค์</p> <p>กระตุ้นความสนใจของผู้เรียน และ เสริมแรง</p> <p>1. ครูเตรียมความพร้อมสำหรับการเรียน ให้นักเรียนปฏิบัติตามคำสั่ง เช่น จับหัว จับไหล่ จับเอว ตามคำสั่ง การจัดระเบียบแถว และ การแต่งกายเพื่อกระตุ้นการเตรียมความพร้อมในการเรียน</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>2. ครูตรวจสอบความพร้อมเครื่องแบบแต่งกายของนักเรียนและตรวจสอบรายชื่อนักเรียน</p> <p>3. อบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นผู้นำแล้วให้นักเรียนปฏิบัติตามดังนี้</p> <p style="text-align: center;"><u>ท่าที่ 1 ย้ำเท้าอยู่กับที่</u></p> <p style="text-align: center;"></p> <p style="text-align: center;"><u>ท่าที่ 2 แกว่งขามือแตะปลายเท้า</u></p> <p style="text-align: center;"></p> <p style="text-align: center;"><u>ท่าที่ 3 ยืดขามือแตะปลายเท้า</u></p> <p style="text-align: center;"></p> <p style="text-align: center;">ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้</p> <p style="text-align: center;">ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	
<p>ขั้นอธิบายและสาธิต</p> <p>1. ครูผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการกระโดดที่ถูกต้อง</p> <p>2. ครูจะสังเกตวิธีการแสดงทักษะและแก้ไขให้นักเรียนที่ไม่สามารถปฏิบัติได้</p> <p>3. ครูจะมีการวางเงื่อนไขว่าหากนักเรียนคนใดตั้งใจและสามารถทำได้จะได้ดาว เพื่อเป็นการเสริมแรง</p>	<p>การเรียนรู้และสังเกต – ทฤษฎีซิมป์สัน</p> <p>ขั้นการรับรู้ เป็นขั้นการให้ผู้เรียนรับรู้ในสิ่งที่จะทำ โดยการให้ผู้เรียนสังเกตการทำงานอย่างตั้งใจ</p> <p>1. ครูสังเกตความตั้งใจในการเรียน</p> <p style="text-align: center;">การฟัง การดู</p> <p style="text-align: center;">เสริมแรงด้วยดาวรางวัลแห่งความตั้งใจ</p>
<p>ขั้นปฏิบัติ</p> <p>1. ครูประจำชั้นและครูพี่เลี้ยงช่วยกันจัดแถวให้นักเรียนแบ่งออกเป็น 2 แถว เท่าๆกัน</p> <p>2. ให้นักเรียนปฏิบัติตามแบบฝึกดังนี้</p>	<p>กฎแห่งการฝึกหัด-ทฤษฎีธอร์นไคด์</p> <p>การฝึกหัดเป็นการกระทำซ้ำ ๆ บ่อยๆ ด้วยความเข้าใจ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่คงทนถาวร</p> <p style="text-align: center;">หลักการฝึกหัด เรียงลำดับจากง่าย - ไปยาก</p> <p style="text-align: center;">ขั้นตอนการทำจะต้องชัดเจนไม่ซับซ้อน</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>แบบฝึกที่ 1 กระต่ายสองขา</p>  <p>แบบฝึกที่ 2 กระต่ายขาเดียว</p>  <p>แบบฝึกที่ 3 กระโดดสองขาตามห่วง</p>  <p>แบบฝึกที่ 4 กระโดดขาเดียวตามห่วง</p>  <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้ ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	
<p>ขั้นนำไปใช้</p> <p>กิจกรรมที่ 1 กระโดดสองขาไล่แปะ</p>  <p>กิจกรรมที่ 2 รอยเท้านำทาง</p> <p>แบ่ง 2 แถวเท่า ๆ กัน กระโดดตามรอยเท้า โดยเงื่อนไขคือเคลื่อนที่กระโดดไปตามรอยเท้าที่กำหนดให้เพื่อไปยังเป้าหมายที่กำหนด กลุ่มไหนทำเสร็จครบทุกคนก่อน กลุ่มนั้นเป็นฝ่ายชนะ</p>  <p>กลุ่มที่ชนะ จะได้ดาวเป็นรางวัล</p>	<p>เสริมแรง-ทฤษฎีเพียเจต์ หลักการสำคัญนำวิธีการฝึกต่าง ๆ มาผสมผสานเข้ากับเกมกิจกรรม</p> <p>1. ครูให้แรงเสริมโดยการให้ดาวกลุ่มที่ชนะ และครูก็ชมเชยเพื่อกระตุ้นเป็นแรงเสริมให้กับนักเรียนและนำประสบการณ์จากการเรียนรู้มาใช้</p> <p>2. กลุ่มที่ชนะจะได้ดาวเป็นรางวัลแก่ผู้ชนะ</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
ขั้นสรุป 1.ครูให้นักเรียนเข้าแถวให้เรียบร้อยและสรุปกิจกรรมให้นักเรียนฟัง และมีการถามตอบเล็กน้อย 2.ครูกล่าวคำชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม 3.ครูให้นักเรียนทำความสะอาดร่างกาย ล้างมือล้างหน้า ขึ้นห้องเตรียมเรียนวิชาต่อไป	กฎแห่งผล – ทฤษฎีธอร์นไคค์ ผู้เรียนจะต้องสนุกสนานและพึงพอใจในกิจกรรม 1.เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการบวนการคิด คือ การ ถาม-ตอบ 2.ครูประเมินความพึงพอใจในกิจกรรมด้วยการสอบถามซักเรียนโดยรวม 3.ครูกล่าวคำชมเชยเสริมแรงนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม

วัสดุอุปกรณ์

- นกหวีด
- รอยเท้า หรือ สัญลักษณ์
- ห่วงวงกลม

การวัดและประเมินผล

จุดประสงค์การวัดผลและประเมินผล	การวัดผล	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมินผล
ด้านความรู้ : เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการกระโดดที่ถูกต้องได้	การตอบคำถาม	-	นักเรียนตอบคำถามได้ ร้อยละ 80
ด้านเจตคติ : เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหว	การเข้าร่วมกิจกรรม	-	นักเรียนมีความสนใจและสนุกสนาน ร้อยละ 80
ด้านทักษะ : เพื่อให้นักเรียนแสดงการกระโดดได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมินทักษะ	ผ่านเกณฑ์คะแนน 4 ขึ้นไป

แบบประเมินทักษะการปฏิบัติ

คำชี้แจง อ่านข้อความต่อไปนี้แล้วเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องคะแนน โดยมีเกณฑ์ดังนี้

0	หมายถึง	ไม่สามารถปฏิบัติได้
1	หมายถึง	สามารถปฏิบัติได้

ทักษะการปฏิบัติ	ระดับคะแนน	
	1	0
	1. ยืนแยกเท้าออก 1 ช่วงไหล่	
2. ย่อตัว		
3. โน้มตัวไปข้างหน้า		
4. เหวี่ยงแขนข้างลำตัว		
5. ใช้เท้าทั้ง 2 ข้าง ออกแรงถีบตัวจากพื้นให้ลอยสูงขึ้น		
6. ลงสู่พื้นด้วย ปลายเท้าทั้ง 2 ข้าง		
รวม		

เกณฑ์การประเมินทักษะการกระโดด

นักเรียนต้องผ่านเกณฑ์ทักษะการกระโดด คะแนน 4 ขึ้นไป จะถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การประเมินระดับความสามารถ มีระดับดังต่อไปนี้

คะแนน 1	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะทันที
คะแนน 2	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะบางส่วน
คะแนน 3	หมายถึง	แสดงทักษะได้ดี
คะแนน 4 ขึ้นไป	หมายถึง	แสดงทักษะได้ถูกต้อง

บันทึกหลังการสอน

1. ผลการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

2. ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

3. ข้อเสนอแนะ/แนวทางการแก้ไข

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

นางสาววชิราภรณ์ งามประดิษฐ์

..... /..... /.....

แผนการจัดกิจกรรมพลศึกษา

แบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

แผนการเรียนรู้ที่ 6

เรื่อง ทักษะการกระโดดข้ามสิ่งกีดขวาง

รายวิชา PE

ชั้นปฐมวัย ปีที่ 3

จำนวน 1 คาบ

ครูผู้สอน นางสาวชिरาภรณ์ งามประดิษฐ์

โรงเรียนสารสาสน์วิเทศร่มเกล้า

มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐานที่ 2 กล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็กแข็งแรง ใช้งานได้อย่าง

คล่องแคล่ว และประสานสัมพันธ์กัน

ตัวชี้วัด 2.1 เคลื่อนไหวร่างกายอย่างคล่องแคล่วประสานสัมพันธ์และทรงตัวได้

2.1.2 กระโดดขาเดียว อยู่กับที่โดยไม่เสียการทรงตัว

สาระสำคัญ

การกระโดด (Jumping) เป็นการเคลื่อนไหวพื้นฐานที่สำคัญในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ การมีท่าทางการวิ่งที่ถูกต้องจะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการใช้ชีวิตและเป็นพื้นฐานนำไปสู่ทักษะการเคลื่อนไหวอื่น ๆ ในระดับที่สูงขึ้น โดยคล้ายกับการเคลื่อนไหวอื่น ๆ คือ จะเกี่ยวข้องกับถ่ายน้ำหนัก การทรงตัว จึงต้องจัดลำดับการวางตำแหน่งเท้า เพื่อรองรับน้ำหนักขณะเคลื่อนไหวและการรักษาสมดุล การกระโดดจะเป็นการเคลื่อนที่จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง และยังเป็นทักษะชีวิตที่สำคัญในการดำเนินชีวิต เนื่องจากการกระโดดจะลงน้ำหนักลงที่เท้าก่อน จากนั้นค่อย ๆ ส่งแรงจากเท้าขึ้นเพื่อกระโดดขึ้น และเท้าลงสู่พื้นทิ้งน้ำหนักลงเท้าอีกครั้ง การกระโดดที่ถูกต้องจะนำไปสู่พื้นฐานการเคลื่อนไหวอื่น ๆ และ ทักษะกีฬา เช่น บาสเกตบอล ยังช่วยลดการเกิดอุบัติเหตุในขณะเล่นกีฬา หรือ การใช้ชีวิตประจำวัน อาทิเช่น การกระโดดหลบหลีกสิ่งกีดขวาง การกระโดดข้ามสิ่งแปลกปลอม เป็นต้น

จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

1. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการกระโดดที่ถูกต้องได้

ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

2. เพื่อให้นักเรียนได้แสดงทักษะการกระโดดได้อย่างถูกต้อง

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

3. เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการสื่อสาร
2. ความสามารถในการคิด

สาระการเรียนรู้

วิธีการกระโดดขาเดียว

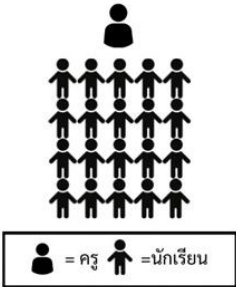
1. ยืนแยกเท้าออก 1 ช่วงไหล่
2. ย่อตัว
3. โน้มตัวไปข้างหน้า
4. พับขาขึ้น 1 ข้าง
5. เหวี่ยงแขนข้างลำตัว
6. ใช้ขาข้างเดียว ออกแรงถีบตัวจากพื้นให้ลอยสูงขึ้นไป




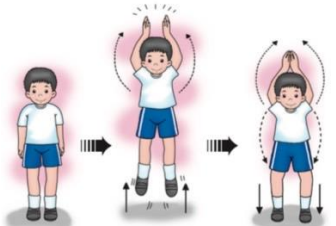



ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้


ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.

กิจกรรมการจัดการเรียนรู้

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>ขั้นเตรียม</p> <p>1. ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 5 แถว</p>  <p>■ = ครู □ = นักเรียน</p>	<p>กฎแห่งความพร้อม-ทฤษฎีธอร์นไคด์</p> <p>กระตุ้นความสนใจของผู้เรียน และเสริมแรง</p> <p>1. ครูเตรียมความพร้อมสำหรับการเรียน ให้นักเรียนปฏิบัติตามคำสั่ง เช่น จับหัว จับไหล่ จับเอว ตามคำสั่ง การจัดระเบียบแถว และการแต่งกายเพื่อกระตุ้นการเตรียมความพร้อมในการเรียน</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>2. ครูตรวจสอบความพร้อมเครื่องแบบแต่งกายของนักเรียนและตรวจสอบรายชื่อนักเรียน</p> <p>3. อบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นผู้นำแล้วให้นักเรียนปฏิบัติตามดังนี้</p> <p style="text-align: center;"><u>ท่าที่ 1 ย้ำเท้าอยู่กับที่</u></p> <p style="text-align: center;"></p> <p style="text-align: center;"><u>ท่าที่ 2 แกว่งขามือแตะปลายเท้า</u></p> <p style="text-align: center;"></p> <p style="text-align: center;"><u>ท่าที่ 3 ยืดขามือแตะปลายเท้า</u></p> <p style="text-align: center;"></p> <p style="text-align: center;">ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้</p> <p>ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	
<p>ขั้นอธิบายและสาธิต</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ครูผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการกระโดดที่ถูกต้อง 2. ครูจะสังเกตวิธีการแสดงทักษะและแก้ไขให้นักเรียนที่ไม่สามารถปฏิบัติได้ 3. ครูจะมีการวางเงื่อนไขว่าหากนักเรียนคนใดตั้งใจและสามารถทำได้จะได้ดาว เพื่อเป็นการเสริมแรง 	<p>การเรียนรู้และสังเกต – ทฤษฎีซิมพ์สัน</p> <p>ขั้นการรับรู้ เป็นขั้นการให้ผู้เรียนรับรู้ในสิ่งที่จะทำ โดยการให้ผู้เรียนสังเกตการทำงานอย่างตั้งใจ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ครูสังเกตความตั้งใจในการเรียน <p style="text-align: center;">การฟัง การดู</p> <p style="text-align: center;">เสริมแรงด้วยดาวรางวัลแห่งความตั้งใจ</p>
<p>ขั้นปฏิบัติ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ครูประจำชั้นและครูพี่เลี้ยงช่วยกันจัดแถวให้นักเรียนแบ่งออกเป็น 2 แถว เท่าๆ กัน 2. ให้นักเรียนปฏิบัติตามแบบฝึกดังนี้ 	<p>กฎแห่งการฝึกหัด-ทฤษฎีธอร์นไคค์</p> <p>การฝึกหัดเป็นการกระทำซ้ำ ๆ บ่อยๆ ด้วยความเข้าใจ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่คงทนถาวร</p> <p style="text-align: center;">หลักการฝึกหัด เรียงลำดับจากง่าย - ไปยาก</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>แบบฝึกที่ 1 กระโดดแยกขา-ชิดขา</p>  <p>แบบฝึกที่ 2 กระโดดตบมือเหนือศีรษะ</p>  <p>แบบฝึกที่ 3 กระโดดข้ามห่วงวงกลม</p>  <p>แบบฝึกที่ 4 กระโดดข้ามหนังยาง</p>  <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้ ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	<p>ขั้นตอนการทำจะต้องชัดเจนไม่ซับซ้อน</p>
<p>ขั้นนำไปใช้</p> <p>กิจกรรมที่ 1 ยืนขาเดียวเก็บของ</p> 	<p>เสริมแรง-ทฤษฎีเพียเจต์</p> <p>หลักการสำคัญนำวิธีการฝึกต่าง ๆ มาผสมผสานเข้ากับเกมกิจกรรม</p> <p>1.ครูให้แรงเสริมโดยการให้ดาวกลุ่มที่ชนะ และครูก็ชมเชยเพื่อกระตุ้นเป็นแรงเสริมให้กับนักเรียนและนำประสบการณ์จากการเรียนรู้มาใช้</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>กิจกรรมที่ 2</p> <p>แบ่งเป็น 2 กลุ่มเท่า ๆ กัน โดยคือเคลื่อนที่ด้วยการวิ่ง หากเจอสิ่งกีดขวางห้วงวงกลมให้กระโดดเข้าห้วง และหากเจอมาร์คเกอร์ให้กระโดดข้าม ตามที่กำหนดให้ เพื่อไปยังเป้าหมาย กลุ่มไหนทำเสร็จครบทุกคนก่อน กลุ่มนั้นเป็นฝ่ายชนะ</p>  <p>กลุ่มที่ชนะ จะได้ดาวเป็นรางวัล</p>	<p>2.กลุ่มที่ชนะจะได้ดาวเป็นรางวัลแก่ผู้ชนะ</p>
<p>ขั้นสรุป</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูให้นักเรียนเข้าแถวให้เรียบร้อยและสรุปกิจกรรมให้นักเรียนฟัง และมีการถามตอบเล็กน้อย 2.ครูกล่าวคำชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม 3.ครูให้นักเรียนทำความสะอาดร่างกาย ล้างมือ ล้างหน้า ขึ้นห้องเตรียมเรียนวิชาต่อไป 	<p>กฎแห่งผล - ทฤษฎีธอร์นไคค์ ผู้เรียนจะต้องสนุกสนานและพึงพอใจในกิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการบวนการคิด คือ การ ถาม-ตอบ 2.ครูประเมินความพึงพอใจในกิจกรรมด้วยการสอบถามทุกเรียนโดยรวม 3.ครูกล่าวคำชมเชยเสริมแรงนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม

วัสดุอุปกรณ์

- นกหวีด
- หนังสาย หรือ เชือก
- ห่วงวงกลม
- มาร์คเกอร์
- ลูกบอลสี

การวัดและประเมินผล

จุดประสงค์การวัดผลและประเมินผล	การวัดผล	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมินผล
<u>ด้านความรู้</u> : เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการกระโดดได้อย่างถูกต้อง	การตอบคำถาม	-	นักเรียนตอบคำถามได้ ร้อยละ 80
<u>ด้านเจตคติ</u> : เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหว	การเข้าร่วมกิจกรรม	-	นักเรียนมีความสนใจและสนุกสนาน ร้อยละ 80
<u>ด้านทักษะ</u> : เพื่อให้นักเรียนได้แสดงทักษะการกระโดดได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมินทักษะ	ผ่านเกณฑ์คะแนน 4 ขึ้นไป

แบบประเมินทักษะการปฏิบัติ

คำชี้แจง อ่านข้อความต่อไปนี้แล้วเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องคะแนน โดยมีเกณฑ์ดังนี้

0	หมายถึง	ไม่สามารถปฏิบัติได้
1	หมายถึง	สามารถปฏิบัติได้

ทักษะการปฏิบัติ	ระดับคะแนน	
	1	0
	1. ยืนแยกเท้าออก 1 ช่วงไหล่	
2. ย่อตัว		
3. โน้มตัวไปข้างหน้า		
4. พับขาขึ้น 1 ข้าง		
5. เหวี่ยงแขนข้างลำตัว		
6. ใช้ขาข้างเดียว ออกแรงถีบตัวจากพื้นให้ลอยสูงขึ้น		
รวม		

เกณฑ์การประเมินทักษะการกระโดด

นักเรียนต้องผ่านเกณฑ์ทักษะการกระโดด คะแนน 4 ขึ้นไป จะถือว่าผ่านเกณฑ์เกณฑ์การประเมินระดับความสามารถ มีระดับดังต่อไปนี้

คะแนน 1	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะทันที
คะแนน 2	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะบางส่วน
คะแนน 3	หมายถึง	แสดงทักษะได้ดี
คะแนน 4 ขึ้นไป	หมายถึง	แสดงทักษะได้ถูกต้อง

บันทึกหลังการสอน

1. ผลการเรียนรู้

.....
.....
.....
.....

2. ปัญหา/อุปสรรค

.....
.....
.....
.....

3. ข้อเสนอแนะ/แนวทางการแก้ไข

.....
.....
.....
.....



ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

นางสาววชิราภรณ์ งามประดิษฐ์

..... /..... /.....

แผนการจัดกิจกรรมพลศึกษา

แบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

แผนการเรียนรู้ที่ 7

เรื่อง ทักษะการรับและส่งบอล

รายวิชา PE

ชั้นปฐมวัย ปีที่ 3

จำนวน 1 คาบ

ครูผู้สอน นางสาวชिरาภรณ์ งามประดิษฐ์

โรงเรียนสารสาสน์วิเทศร่มเกล้า

มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐานที่ 2 กล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็กแข็งแรง ใช้งานได้อย่างคล่องแคล่ว และประสานสัมพันธ์กัน

ตัวชี้วัด 2.1 เคลื่อนไหวร่างกายอย่างคล่องแคล่วประสานสัมพันธ์และทรงตัวได้

2.1.4 รับลูกบอลโดยใช้มือทั้งสองข้าง

สาระสำคัญ

การรับ-ส่งลูกบอลเป็นทักษะพื้นฐานที่มีความสำคัญ การมีท่าทางการรับ-ส่งลูกบอลที่ถูกต้องจะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการใช้ชีวิต และเป็นพื้นฐานนำไปสู่ทักษะการเคลื่อนไหวอื่น ๆ ในระดับที่สูงขึ้น เช่น การเล่นกีฬาแฮนด์บอล บาสเกตบอล เป็นต้น โดยการรับ-ส่งบอลจะเกี่ยวข้องกับการถ่วงน้ำหนัก การทรงตัว การจัดวางตำแหน่งมือและเท้า สายตา จะต้องสัมพันธ์กัน การรับ-ส่งบอลที่ถูกต้องนอกจากจะเป็นพื้นฐานสู่การเคลื่อนไหวอื่น ๆ ยังช่วยให้การใช้การดำเนินชีวิตง่ายขึ้น เช่น การผลัก การดันประตู หรือการป้องกันตนเองจากสิ่งที่ไม่พึงประสงค์ เป็นต้น ซึ่งการส่งบอลที่ถูกต้องมีวิธีดังนี้ คือ จัดลำตัวให้ตรง ยืนเท้าหน้าเท้าตาม ถ่วงน้ำหนักจากเท้าหลังไปเท้าด้านหน้า ตามมองไปข้างหน้า งอข้อศอกเล็กน้อยเพื่อเป็นแรงส่งในการส่งบอล ใช้มือสองข้างผลักลูกบอลออกจากตัวไปยังเป้าหมาย และการรับบอลที่ถูกต้องมีวิธีดังนี้คือ จัดลำตัวให้ตรง ยืนเท้าหน้าเท้าตาม ถ่วงน้ำหนักจากเท้าหน้าไปยังเท้าหลัง ตามมองข้างหน้า ยกมือทั้งสองข้าง พร้อมกางนิ้วออกใช้มือสองข้างจับลูกบอลที่กำลังลอยเข้ามาที่ตัว

จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

1. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการรับ-ส่งบอลที่ถูกต้องได้

ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

2. เพื่อให้นักเรียนได้แสดงทักษะการรับบอล-ส่งบอลได้อย่างถูกต้อง

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

3. เพื่อให้นักเรียนเกิดความสุขสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการสื่อสาร
2. ความสามารถในการคิด

สาระการเรียนรู้

วิธีการรับบอล

1. จัดลำตัวให้ตรง
2. การยื่นเท้าหน้าเท้าตาม
3. ถ่ายน้ำหนักจากเท้าหน้าไปยังเท้าหลัง
4. ตามองข้างหน้า
5. ยกมือทั้งสองข้าง พร้อมกางนิ้วออก
6. ใช้มือสองข้างจับลูกบอลที่กำลังลอยเข้ามาที่ตัว

วิธีการส่งบอล

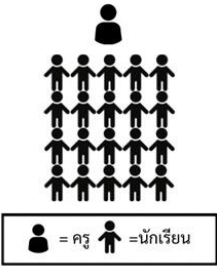


1. จัดลำตัวให้ตรง
2. การยื่นเท้าหน้าเท้าตาม
3. ถ่ายน้ำหนักจากเท้าหลังไปเท้าด้านหน้า
4. ตามองข้างหน้า
5. งอข้อศอกเพื่อส่งแรงในการส่งบอล
6. ใช้มือสองข้างผลักลูกบอลออกจากตัวไปยังเป้าหมาย




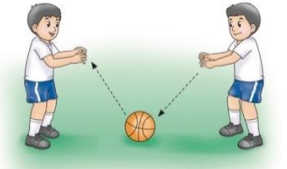


ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้

ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.

กิจกรรมการจัดการเรียนรู้

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>ขั้นเตรียม</p> <p>1. ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 5 แถว</p>  <p>2. ครูตรวจสอบความพร้อมเครื่องแบบแต่งกายของนักเรียนและตรวจสอบรายชื่อนักเรียน</p> <p>3. อบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นผู้นำแล้วให้นักเรียนปฏิบัติตามดังนี้</p> <p><u>ท่าที่ 1 ยกแขนโน้มตัวทาง ซ้าย-ขวา</u></p>  <p><u>ท่าที่ 2 ก้มตัว-ก้มศีรษะ</u></p>  <p><u>ท่าที่ 3 เหวี่ยงแขนขึ้นแอ่นตัวไปด้านหลัง</u></p> 	<p>กฎแห่งความพร้อม-ทฤษฎีธอร์นไคด์</p> <p>กระตุ้นความสนใจของผู้เรียน และเสริมแรง</p> <p>1. ครูเตรียมความพร้อมสำหรับการเรียนให้นักเรียนปฏิบัติตามคำสั่ง เช่น จับหัว จับไหล่ จับเอว ตามคำสั่ง การจัดระเบียบแถว และ การแต่งกาย</p> <p>เพื่อกระตุ้นการเตรียมความพร้อมในการเรียน</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p style="text-align: center;">ท่าที่ 4 เขยียดขาเข้าตึง</p>  <p style="text-align: center;">ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้ ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	
<p>ขั้นอธิบายและสาธิต</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการรับ-บอลที่ถูกต้อง 2.ครูจะสังเกตวิธีการแสดงทักษะและแก้ไขให้นักเรียนที่ไม่สามารถปฏิบัติได้ 3.ครูจะมีการวางเงื่อนไขว่าหากนักเรียนคนใดตั้งใจและสามารถทำได้จะได้ดาว เพื่อเป็นการเสริมแรง 	<p>การเรียนรู้และสังเกต – ทฤษฎีซิมพ์สัน ขั้นการรับรู้ เป็นขั้นการให้ผู้เรียนรับรู้ในสิ่งที่จะทำ โดยการให้ผู้เรียนสังเกตการทำงานอย่างตั้งใจ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูสังเกตความตั้งใจในการเรียน <p style="text-align: center;">การฟัง การดู</p> <p style="text-align: center;">เสริมแรงด้วยดาวรางวัลแห่งความตั้งใจ</p>
<p>ขั้นปฏิบัติ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูประจำชั้นและครูพี่เลี้ยงช่วยกันจัดแถวให้นักเรียนแบ่งออกเป็น 2 แถว เท่าๆ กัน 2.ให้นักเรียนปฏิบัติตามแบบฝึกดังนี้ <p>แบบฝึกที่ 1 กลิ้งบอล-รับบอล</p>  <p>แบบฝึกที่ 2 ส่งบอลลงห่วงวงกลม</p>  <p>แบบฝึกที่ 3 รับและส่งลูกบอลกระดอนพื้น</p> 	<p>กฎแห่งการฝึกหัด-ทฤษฎีธอร์นไคค์ การฝึกหัดเป็นการกระทำซ้ำ ๆ บ่อยๆ ด้วยความเข้าใจ</p> <p>เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่คงทนถาวร หลักการฝึกหัด เรียงลำดับจากง่าย - ไปยาก ขั้นตอนการทำจะต้องชัดเจนไม่ซับซ้อน</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>แบบฝึกที่ 4 รับและส่งลูกบอลระดับอก</p>  <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้</p> <p>ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	
<p>ขั้นนำไปใช้</p> <p>กิจกรรมที่ 1 ลิงชิงบอล</p> <p>แบ่ง 2 แถวเท่า ๆ กัน ยืนเป็นวงกลม เว้นระยะห่าง 1 ช่วงแขน 1 คน จะยืนในวงเป็นลิง แยกลูกบอลให้ได้ คนที่อยู่ด้านนอกจะต้องส่งบอลแบบใดก็ได้ โดยไม่ให้คนในวงกลมจับบอลได้</p>  <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้</p> <p>ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p> <p>กิจกรรมที่ 2 ลูกบอลหรรษา</p> <p>แบ่ง 2 แถวเท่า ๆ กัน เข้าแถวเว้นระยะห่าง 1 ช่วงแขน คนแรกของแถวส่งบอล 2 มือ ข้ามศีรษะให้คนต่อไปรับบอล 2 มือ ส่งต่อไปจนถึงคนสุดท้าย โดยเงื่อนไขคือการส่งลูกบอลสามารถหล่นพื้นได้ไม่เกิน 2 ครั้ง กลุ่มไหนทำเสร็จครบทุกคนก่อน กลุ่มนั้นเป็นฝ่ายชนะ</p>  <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้</p> <p>ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p> <p>กลุ่มที่ชนะ จะได้ดาวเป็นรางวัล</p>	<p>เสริมแรง-ทฤษฎีเพียงเจย์</p> <p>หลักการสำคัญนำวิธีการฝึกต่าง ๆ มาผสมผสานเข้ากับเกมกิจกรรม</p> <p>1.ครูให้แรงเสริมโดยการให้ดาวกลุ่มที่ชนะ และครูก็ชมเชยเพื่อกระตุ้นเป็นแรงเสริมให้กับนักเรียนและนำประสบการณ์จากการเรียนรู้มาใช้</p> <p>2.กลุ่มที่ชนะจะได้ดาวเป็นรางวัลแก่ผู้ชนะ</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
ขั้นสรุป 1.ครูให้นักเรียนเข้าแถวให้เรียบร้อยและสรุปกิจกรรมให้นักเรียนฟัง และมีการถามตอบเล็กน้อย 2.ครูกล่าวคำชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม 3.ครูให้นักเรียนทำความสะอาดร่างกาย ล้างมือ ล้างหน้า ขึ้นห้องเตรียมเรียนวิชาต่อไป	กฎแห่งผล - ทฤษฎีธอร์นไคค์ ผู้เรียนจะต้องสนุกสนานและพึงพอใจในกิจกรรม 1.เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการบวนการคิด คือ การ ถาม-ตอบ 2.ครูประเมินความพึงพอใจในกิจกรรมด้วยการสอบถามทั้งเรียนโดยรวม 3.ครูกล่าวคำชมเชยเสริมแรงนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม

วัสดุอุปกรณ์

- นกหวีด
- ห่วงวงกลม
- ลูกบอล

การวัดและประเมินผล

จุดประสงค์การวัดผลและประเมินผล	การวัดผล	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมินผล
ด้านความรู้ : เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการรับ-ส่งบอลที่ถูกต้องได้	การตอบคำถาม	-	นักเรียนตอบคำถามได้ ร้อยละ 80
ด้านเจตคติ : เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหว	การเข้าร่วมกิจกรรม	-	นักเรียนมีความสนใจและสนุกสนาน ร้อยละ 80
ด้านทักษะ : เพื่อให้นักเรียนได้ปฏิบัติทักษะการรับ-ส่งบอลได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมินทักษะ	ผ่านเกณฑ์คะแนน 4 ขึ้นไป

แบบประเมินทักษะการปฏิบัติ

คำชี้แจง อ่านข้อความต่อไปนี้แล้วเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องคะแนน โดยมีเกณฑ์ดังนี้

0	หมายถึง	ไม่สามารถปฏิบัติได้
1	หมายถึง	สามารถปฏิบัติได้

ทักษะการปฏิบัติ	ระดับคะแนน	
	1	0
	วิธีการรับบอล	
1. จัดลำตัวให้ตรง		
2. การยื่นเท้าเข้าเท้าตาม		
3. ถ่ายน้ำหนักจากเท้าหน้าไปยังเท้าหลัง		
4. ตามองข้างหน้า		
5. ยกมือทั้งสองข้าง พร้อมกางนิ้วออก		
6. ใช้มือสองข้างจับลูกบอลที่กำลังลอยเข้ามาที่ตัว		
รวม		

เกณฑ์การประเมินทักษะการรับ-ส่งลูกบอล

นักเรียนต้องผ่านเกณฑ์ทักษะรับลูกบอลคะแนน 4 ขึ้นไป จะถือว่าผ่านเกณฑ์เกณฑ์การประเมินระดับความสามารถ มีระดับดังต่อไปนี้

คะแนน 1	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะทันที
คะแนน 2	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะบางส่วน
คะแนน 3	หมายถึง	แสดงทักษะได้ดี
คะแนน 4 ขึ้นไป	หมายถึง	แสดงทักษะได้ถูกต้อง

บันทึกหลังการสอน

1. ผลการเรียนรู้

.....
.....
.....
.....

2. ปัญหา/อุปสรรค

.....
.....
.....
.....

3. ข้อเสนอแนะ/แนวทางการแก้ไข

.....
.....
.....
.....



ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

นางสาววชิราภรณ์ งามประดิษฐ์

..... /..... /.....

แผนการจัดกิจกรรมพลศึกษา

แบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

แผนการเรียนรู้ที่ 8

เรื่อง ทักษะการรับส่งบอลสองมือลอดได้ขา

รายวิชา PE

ชั้นปฐมวัย ปีที่ 3

จำนวน 1 คาบ

ครูผู้สอน นางสาวชिरาภรณ์ งามประดิษฐ์

โรงเรียนสารสาสน์วิเทศร่มเกล้า

มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐานที่ 2 กล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็กแข็งแรง ใช้งานได้อย่างคล่องแคล่ว และประสานสัมพันธ์กัน

ตัวชี้วัด 2.1 เคลื่อนไหวร่างกายอย่างคล่องแคล่วประสานสัมพันธ์และทรงตัวได้

2.1.4 รับลูกบอลโดยใช้มือทั้งสองข้าง

สาระสำคัญ

การรับ-ส่งลูกบอลเป็นทักษะพื้นฐานที่มีความสำคัญ การมีท่าทางการรับ-ส่งลูกบอลที่ถูกต้องจะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการใช้ชีวิต และเป็นพื้นฐานนำไปสู่ทักษะการเคลื่อนไหวอื่น ๆ ในระดับที่สูงขึ้น เช่น การเล่นเกมกีฬาแชร์บอล บาสเกตบอล เป็นต้น โดยการรับ-ส่งบอลจะเกี่ยวข้องกับการถ่ายน้ำหนัก การทรงตัว การจัดวางตำแหน่งมือและเท้า สายตา จะต้องสัมพันธ์กัน การรับ-ส่งบอลที่ถูกต้องนอกจากจะเป็นพื้นฐานสู่การเคลื่อนไหวอื่น ๆ ยังช่วยให้การใช้การดำเนินชีวิตง่ายยิ่งขึ้น เช่น การผลัก การดันประตู หรือการป้องกันตนเองจากสิ่งที่ไม่พึงประสงค์ เป็นต้น ซึ่งการส่งบอลที่ถูกต้องมีวิธีดังนี้ คือ จัดลำตัวให้ตรง ยืนเท้าหน้าเท้าตาม ถ่ายน้ำหนักจากเท้าหลังไปเท้าด้านหน้า ตามมองไปข้างหน้า งอข้อศอกเล็กน้อยเพื่อเป็นแรงส่งในการส่งบอล ใช้มือสองข้างผลักลูกบอลออกจากตัวไปยังเป้าหมาย และการรับบอลที่ถูกต้องมีวิธีดังนี้คือ จัดลำตัวให้ตรง ยืนเท้าหน้าเท้าตาม ถ่ายน้ำหนักจากเท้าหน้าไปยังเท้าหลัง ตามมองข้างหน้า ยกมือทั้งสองข้าง พร้อมกางนิ้ว ออกใช้มือสองข้างจับลูกบอลที่กำลังลอยเข้ามาที่ตัว

จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

1. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการรับ-ส่งบอลที่ถูกต้องได้

ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

2. เพื่อให้นักเรียนได้แสดงทักษะการรับบอล-ส่งบอลได้อย่างถูกต้อง

ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

3. เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการสื่อสาร
2. ความสามารถในการคิด

สาระการเรียนรู้

วิธีการรับบอล

1. จัดลำตัวให้ตรง
2. การยื่นเท้าหน้าเท้าตาม
3. ถ่ายน้ำหนักจากเท้าหน้าไปยังเท้าหลัง
4. ตามองข้างหน้า
5. ยกมือทั้งสองข้าง พร้อมกางนิ้วออก
6. ใช้มือสองข้างจับลูกบอลที่กำลังลอยเข้ามาที่ตัว

วิธีการส่งบอล

1. จัดลำตัวให้ตรง
2. การยื่นเท้าหน้าเท้าตาม
3. ถ่ายน้ำหนักจากเท้าหลังไปเท้าด้านหน้า
4. ตามองข้างหน้า
5. งอข้อศอกเพื่อส่งแรงในการส่งบอล
6. ใช้มือสองข้างผลักลูกบอลออกจากตัวไปยังเป้าหมาย




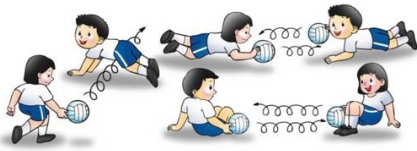

ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้

ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.

กิจกรรมการจัดการเรียนรู้

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>ขั้นเตรียม</p> <p>1. ให้นักเรียนเข้าแถวตอน 5 แถว</p>  <p>2. ครูตรวจสอบความพร้อมเครื่องแบบแต่งกายของนักเรียนและตรวจสอบรายชื่อนักเรียน</p> <p>3. อบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นผู้นำแล้วให้นักเรียนปฏิบัติตามดังนี้</p> <p><u>ท่าที่ 1 ยกแขนโน้มตัวทาง ซ้าย-ขวา</u></p>  <p><u>ท่าที่ 2 ก้มตัว-ก้มศีรษะ</u></p>  <p><u>ท่าที่ 3 เหวี่ยงแขนขึ้นแอ่นตัวไปด้านหลัง</u></p> 	<p>กฎแห่งความพร้อม-ทฤษฎีอีร์นไคด์</p> <p>กระตุ้นความสนใจของผู้เรียน</p> <p>และ เสริมแรง</p> <p>1. ครูเตรียมความพร้อมสำหรับการเรียนให้นักเรียนปฏิบัติตามคำสั่ง เช่น จับหัว จับไหล่ จับเข่า ตามคำสั่ง การจัดระเบียบแถว และ การแต่งกาย เพื่อกระตุ้นการเตรียมความพร้อมในการเรียน</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p style="text-align: center;">ทำที่ 4 เขยียดขาเข้าตึง</p>  <p style="text-align: center;">ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้ ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	
<p>ขั้นอธิบายและสาธิต</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการรับ-บอลที่ถูกต้อง 2.ครูจะสังเกตวิธีการแสดงทักษะและแก้ไขให้นักเรียนที่ไม่สามารถปฏิบัติได้ 3.ครูจะมีการวางเงื่อนไขว่าหากนักเรียนคนใดตั้งใจและสามารถทำได้จะได้ดาว เพื่อเป็นการเสริมแรง 	<p>การเรียนรู้และสังเกต – ทฤษฎีซิมพ์สัน ขั้นการรับรู้ เป็นขั้นการให้ผู้เรียนรับรู้ในสิ่งที่จะทำ โดยการให้ผู้เรียนสังเกตการทำงานอย่างตั้งใจ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูสังเกตความตั้งใจในการเรียน <p style="text-align: center;">การฟัง การดู</p> <p style="text-align: center;">เสริมแรงด้วยดาวรางวัลแห่งความตั้งใจ</p>
<p>ขั้นปฏิบัติ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ครูประจำชั้นและครูพี่เลี้ยงช่วยกันจัดแถวให้นักเรียนแบ่งออกเป็น 2 แถว เท่าๆ กัน 2.ให้นักเรียนปฏิบัติตามแบบฝึกดังนี้ <p>แบบฝึกที่ 1 กลิ้งบอล-รับบอล</p>  <p>แบบฝึกที่ 2 เคลื่อนไหวรับบอลตามทิศทาง</p>  <p>แบบฝึกที่ 3 รับ-ส่งบอลกระดอนพื้น</p> 	<p>กฎแห่งการฝึกหัด-ทฤษฎีธอร์นไคด์ การฝึกหัดเป็นการกระทำซ้ำ ๆ บ่อยๆ ด้วยความเข้าใจ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่คงทนถาวร</p> <p style="text-align: center;">หลักการฝึกหัด เรียงลำดับจากง่าย - ไปยาก ขั้นตอนการทำจะต้องชัดเจนไม่ซับซ้อน</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
<p>แบบฝึกที่ 4 โยนบอลลงตะกร้า</p>  <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้</p> <p>ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p>	
<p>ขั้นนำไปใช้</p> <p>กิจกรรมที่ 1 กลิ้งบอลลอดช่อง</p> <p>จับคู่หันหน้าเข้าหากัน กลิ้งบอลลอดช่องของร่างกาย</p>  <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้</p> <p>ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p> <p>กิจกรรมที่ 2 ส่งบอลลอดได้ขา</p> <p>แบ่ง 2 แถวเท่าๆ กัน ให้นักเรียนเล่นเกมส่งด้วยมือ 2 ข้าง ลอดได้ขาส่งต่อไปจนถึงคนสุดท้าย โดยเงื่อนไขคือการส่งลูกบอลสามารถหล่นพื้นได้ไม่เกิน 2 ครั้ง กลุ่มไหนทำเสร็จครบทุกคนก่อน กลุ่มนั้นเป็นฝ่ายชนะ</p>  <p>ภาพประกอบ : การจัดการเรียนรู้</p> <p>ที่มา : หนังสือคู่มือการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา วพ.</p> <p>กลุ่มที่ชนะ จะได้ดาวเป็นรางวัล★</p>	<p>เสริมแรง-ทฤษฎีเพียเจต์</p> <p>หลักการสำคัญนำวิธีการฝึกต่าง ๆ มาผสมผสานเข้ากับเกมกิจกรรม</p> <p>1. ครูให้แรงเสริมโดยการให้ดาวกลุ่มที่ชนะ และครูก็ชมเชยเพื่อกระตุ้นเป็นแรงเสริมให้กับนักเรียนและนำประสบการณ์จากการเรียนรู้มาใช้</p> <p>2. กลุ่มที่ชนะจะได้ดาวเป็นรางวัลแก่ผู้ชนะ</p>
<p>ขั้นสรุป</p> <p>1. ครูให้นักเรียนเข้าแถวให้เรียบร้อยและสรุปกิจกรรมให้นักเรียนฟัง และมีการถามตอบเล็กน้อย</p>	<p>กฎแห่งผล - ทฤษฎีธอร์นไคค์</p> <p>ผู้เรียนจะต้องสนุกสนานและพึงพอใจในกิจกรรม</p> <p>1. เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการ</p>

กิจกรรม	กฎการเรียนรู้แบบผสมผสาน
2.ครูกล่าวคำชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม 3.ครูให้นักเรียนทำความสะอาดร่างกาย ล้างมือ ล้างหน้า ขึ้นห้องเตรียมเรียนวิชาต่อไป	<p>บวนาการคิด คือ การ ถาม-ตอบ</p> <p>2.ครูประเมินความพึงพอใจในกิจกรรมด้วยการสอบถามทั้งเรียนโดยรวม</p> <p>3.ครูกล่าวคำชมเชยเสริมแรงนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรม</p>

วัสดุอุปกรณ์

- นกหวีด
- ตะกร้า
- ลูกบอล

การวัดและประเมินผล

จุดประสงค์การวัดผลและประเมินผล	การวัดผล	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมินผล
<u>ด้านความรู้</u> : เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการรับ-ส่งบอลที่ถูกต้องได้	การตอบคำถาม	-	นักเรียนตอบคำถามได้ ร้อยละ 80
<u>ด้านเจตคติ</u> : เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหว	การเข้าร่วมกิจกรรม	-	นักเรียนมีความสนใจและสนุกสนาน ร้อยละ 80
<u>ด้านทักษะ</u> : เพื่อให้นักเรียนได้ปฏิบัติทักษะการรับ-ส่งบอลได้อย่างถูกต้อง	การสังเกต	แบบประเมินทักษะ	ผ่านเกณฑ์คะแนน 4 ขึ้นไป

แบบประเมินทักษะการปฏิบัติ

คำชี้แจง อ่านข้อความต่อไปนี้แล้วเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องคะแนน โดยมีเกณฑ์ดังนี้

0	หมายถึง	ไม่สามารถปฏิบัติได้
1	หมายถึง	สามารถปฏิบัติได้

ทักษะการปฏิบัติ	ระดับคะแนน	
	1	0
	1. จัดลำตัวให้ตรง	
2. การยืนเท้าหน้าเท้าตาม		
3. ถ่ายน้ำหนักจากเท้าหลังไปเท้าด้านหน้า		
4. ตามองข้างหน้า		
5. งอข้อศอกเพื่อส่งแรงในการส่งบอล		
6. ใช้มือสองข้างผลัดลูกบอลออกจากตัวไปยังเป้าหมาย		
รวม		

เกณฑ์การประเมินทักษะการส่งลูกบอล

นักเรียนต้องผ่านเกณฑ์ทักษะส่งลูกบอลคะแนน 4 ขึ้นไป จะถือว่าผ่านเกณฑ์เกณฑ์การประเมินระดับความสามารถ มีระดับดังต่อไปนี้

คะแนน 1	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะทันที
คะแนน 2	หมายถึง	ควรปรับปรุงทักษะบางส่วน
คะแนน 3	หมายถึง	แสดงทักษะได้ดี
คะแนน 4 ขึ้นไป	หมายถึง	แสดงทักษะได้ถูกต้อง

บันทึกหลังการสอน

1. ผลการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

2. ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

3. ข้อเสนอแนะ/แนวทางการแก้ไข

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

นางสาววชิราภรณ์ งามประดิษฐ์

..... /..... /.....



ภาคผนวก ข
แบบทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานสำหรับเด็กปฐมวัย
และเกณฑ์การประเมินแบบทดสอบ

แบบทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานสำหรับเด็กปฐมวัย

(อ้างอิงจาก; ธีรพงศ์ เจริญนาค, 2561)

จุดประสงค์ : เพื่อวัดความสามารถในการปฏิบัติทักษะการเดิน วิ่ง และกระโดด และรับบอล

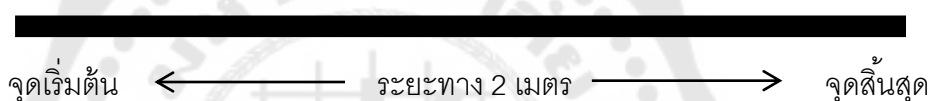
แบบทดสอบที่ 1 การเดิน

อุปกรณ์

1. เส้นบนสนาม หรือ เทปขาว ยาว 2 เมตร

การเตรียมอุปกรณ์

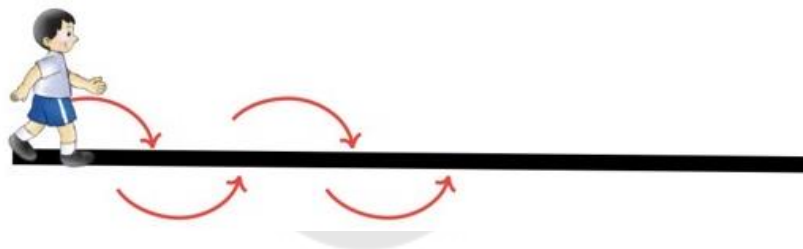
1. ทักษะการเดิน ใช้เส้นบนสนาม หรือ เทปขาวติด ยาว 2 เมตร ลงบนพื้นราบ ดังนี้



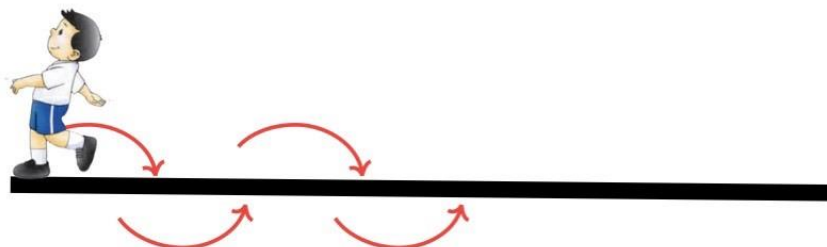
วิธีทดสอบ

1. การทดสอบทักษะการเดิน

- 1.1 การเดินบนเส้นสลับเท้าซ้าย-ขวาไปข้างหน้าในเวลา 5 วินาที



- 1.2 การเดินบนเส้นสลับเท้าซ้าย-ขวาไปข้างหลัง (ถอยหลัง) 10 วินาที



ภาพประกอบที่ 2 วิธีการทดสอบทักษะการเดิน

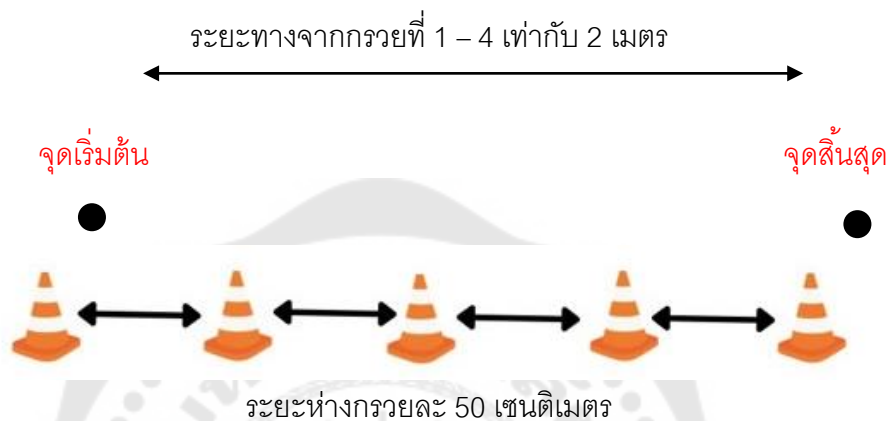
แบบทดสอบที่ 2 การวิ่งอ้อมกรวย

อุปกรณ์

1. กรวย 4 อัน

การเตรียมอุปกรณ์

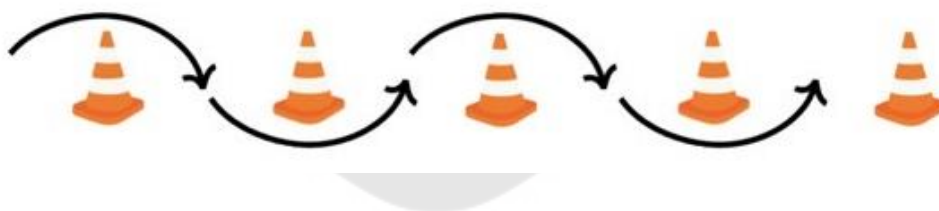
2. ทักษะการวิ่ง กรวย 4 กรวย ห่างกัน 50 เซนติเมตร ดังนี้



วิธีการทดสอบ

1.การทดสอบทักษะการวิ่ง

- 1.1 วิ่งอ้อมกรวย จากจุดเริ่มต้นไปจุดสิ้นสุดระยะทาง 2 เมตร เวลา 5 วินาที



- 1.2 วิ่งถอยหลังทางตรงระยะทาง 1 เมตร เวลา 5 วินาที



ภาพประกอบที่ 3 วิธีการทดสอบทักษะการวิ่ง

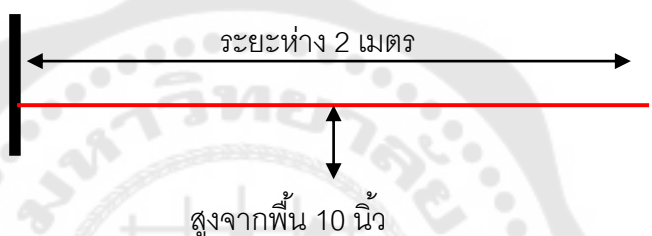
แบบทดสอบที่ 3 การกระโดด

อุปกรณ์

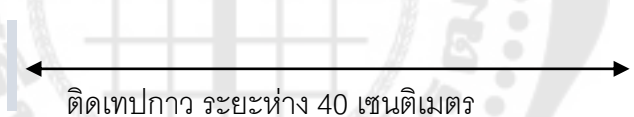
1. หนัวยางยืด หรือ เชือก 1 เส้น ยาว 1.50 เมตร
2. เทปกาว

การเตรียมอุปกรณ์

1. ทักษะการกระโดด ใช้หนัวยางยืด 1 เส้น (เส้นสีแดง) ผูกติดเสา 2 เสา หรือหลัก ระยะ 2 เมตร



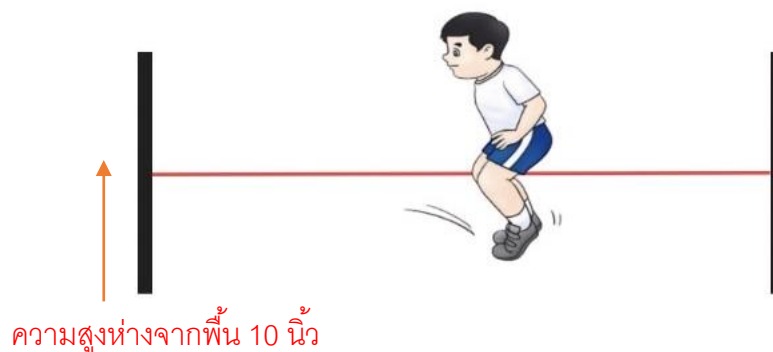
2. ทักษะการกระโดดขาเดียว ใช้เทปกาวติดห่างกัน ระยะห่าง 40 เซนติเมตร



วิธีการทดสอบ

1. การทดสอบทักษะการกระโดด

- 1.1 กระโดดข้ามหนัวยางที่ความสูงห่างจากพื้น 10 นิ้ว



1.2 กระโดดขาเดียวเป็นระยะทาง 40 เซนติเมตร เวลา 10 วินาที



ภาพประกอบที่ 4 วิธีการทดสอบทักษะการกระโดด

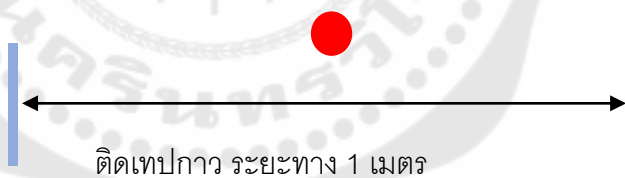
แบบทดสอบที่ 4 การรับบอล

อุปกรณ์

1. ลูกบอล เบอร์ 3
2. เทปกาว

การเตรียมอุปกรณ์

1. ทักษะการรับบอล ใช้ลูกบอล 1 ลูก
2. ติดเทปกาว



วิธีการทดสอบ

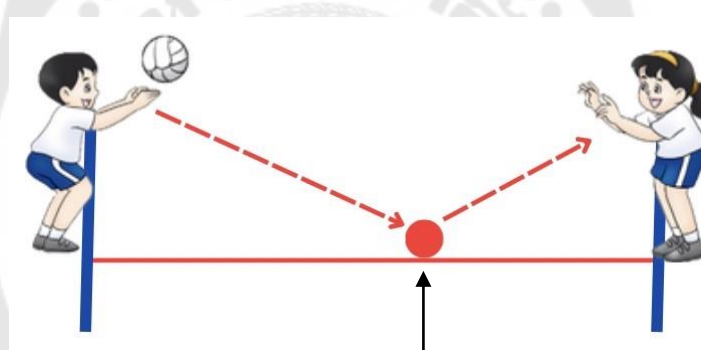
1.การทดสอบทักษะการรับบอล

1.1 การรับบอลอยู่กับที่ รับบอลจากการโยน 1 ครั้ง



ครูผู้โยน ← ระยะทาง 1 เมตร → เด็กผู้รับบอล

2.1 รับบอลในขณะที่เคลื่อนที่ รับบอลจากการโยน 1 ครั้ง



ระยะทาง 1 เมตร จุดรับบอล ระยะทาง 1 เมตร

ภาพประกอบที่ 5 วิธีการทดสอบทักษะการรับบอล

วิธีคิดคะแนน

การทดสอบทักษะการเดิน

1. การเดินบนเชือกสลัดเท้าซ้าย-ขวาไปข้างหน้าในเวลา 5 วินาที ต้องเป็นการเดินสลัดเท้าซ้าย-ขวา หรือ ขวา-ซ้ายไปเรื่อย ๆ และทุกครั้งที่ย่างเท้าลงต้องเหยียบเชือกเสมอ ถ้าทำได้ถูกต้องและทันเวลาได้ 1 คะแนน

2. การเดินบนเชือกสลัดเท้าซ้าย-ขวาไปข้างหลัง (ถอยหลัง) 10 วินาที ต้องเป็นการเดินสลัดเท้าซ้าย-ขวา หรือ ขวา-ซ้ายไปเรื่อย ๆ และทุกครั้งที่ย่างเท้าลงต้องเหยียบเชือกเสมอ ถ้าทำได้ถูกต้องและทันเวลาได้ 1 คะแนน

การทดสอบทักษะการวิ่ง

1. วิ่งอ้อมกรวยจากจุดเริ่มต้นไปจุดสิ้นสุดระยะทาง 2 เมตร เวลา 5 วินาที ไม่ชนกรวย และต้องอ้อมครบทุกกรวย ถ้าทำได้ทันเวลาได้ 1 คะแนน
2. วิ่งถอยหลังทางตรงระยะทาง 1 เมตร เวลา 5 วินาที ต้องไม่ออกนอกเส้นข้างที่กำหนด และถ้าทำได้ถูกต้องและทันเวลาได้ 1 คะแนน

การทดสอบทักษะการกระโดด

1. กระโดดข้ามหนังยางที่ความสูงห่างจากพื้น 10 นิ้ว กระโดด 1 ครั้ง สามารถทำได้ ถูกต้องเท้าหรือร่างกายไม่ถูกหนังยางและไม่ล้มลงได้ 1 คะแนน
2. กระโดดขาเดียวเป็นระยะทาง 40 เซนติเมตร เวลา 10 วินาที เป็นการกระโดดเขย่งขาข้างเดียวกันตลอดการทดสอบ ห้ามเปลี่ยนขา ถ้าทำได้ถูกต้องและทันเวลาได้ 1 คะแนน

การทดสอบทักษะการรับบอล

1. ผู้เข้ารับการทดสอบยืนอยู่กับที่ห่างจากผู้ส่งบอล 1 เมตร หันหน้าเข้าหากัน ผู้เข้ารับการทดสอบยื่นมือทั้งสองมาข้างหน้าเพื่อรอรับบอลที่ผู้ส่งบอลโยนมา ถ้ารับบอลได้ไม่ตกลงพื้นได้ 1 คะแนน
2. ผู้เข้ารับการทดสอบยืนห่างจากผู้ส่งบอล 2 เมตร หันหน้าเข้าหากัน เมื่อได้ยินสัญญาณ ให้ผู้เข้ารับการทดสอบเดินเข้าหาผู้ส่งบอล เมื่อใกล้ถึงจุดรับบอล (ระยะห่าง 1 เมตร) ให้ผู้ส่งบอลโยนบอลให้รับ ถ้ารับบอลได้ไม่ตกลงพื้นได้ 1 คะแนน

เกณฑ์การประเมินการทดสอบ การเดิน การวิ่ง การกระโดด และการรับบอล

เกณฑ์การประเมินระดับความสามารถ มีระดับดังต่อไปนี้

1	หมายถึง	มีความสามารถน้อยที่สุด
2 - 3	หมายถึง	มีความสามารถน้อย
4 - 5	หมายถึง	มีความสามารถปานกลาง
6 - 7	หมายถึง	มีความสามารถดี
8	หมายถึง	มีความสามารถดีมาก

ภาคผนวก ค
ดัชนีความสอดคล้อง (IOC: Index of Item Objective Congruence) โดยผู้เชี่ยวชาญ

การตรวจวัดค่า IOC จากผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ทรงคุณวุฒิ					
ลำดับ	เนื้อหา	+ 1	0	-1	ข้อเสนอแนะ
1	แบบทดสอบทักษะการยืน ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง และทักษะการกระโดด				
	รูปแบบผังการทดสอบ				
	อุปกรณ์				
	เชือกเส้นเล็ก หรือ เทป				
	กรวย 4 อัน				
	หนังยางยืด 1 เส้น				
	ลูกบอลเบอร์ 3 1 ลูก				
	วิธีทดสอบ				
	การทดสอบทักษะการเดิน				
	การทดสอบทักษะการวิ่ง				
	การทดสอบทักษะการกระโดด				
	การทดสอบทักษะการรับบอล				
	วิธีคิดคะแนน				
	การทดสอบทักษะการเดิน				
	การทดสอบทักษะการวิ่ง				
	การทดสอบทักษะการกระโดด				
	การทดสอบทักษะการรับบอล				
	เกณฑ์การประเมินการขว้างบอล				
	1 หมายถึง มีความสามารถน้อยที่สุด				
	2-3 หมายถึง มีความสามารถน้อย				
	4-5 หมายถึง มีความสามารถปานกลาง				
	6-7 หมายถึง มีความสามารถดี				
	8 หมายถึง มีความสามารถดีมาก				
2	ใบบันทึกการให้คะแนนการทดสอบ				
	การทดสอบทักษะการเดิน				
	การทดสอบทักษะการวิ่ง				
	การทดสอบทักษะการกระโดด				
	การทดสอบทักษะการรับบอล				

ตารางที่ 17 การประเมินคุณภาพของแบบทดสอบด้วยค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของ
ผู้เชี่ยวชาญ

ลำดับ	เนื้อหา	Ex1	Ex2	Ex3	Ex4	Ex5	เฉลี่ย
1	แบบทดสอบทักษะการเขียน ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง และทักษะการกระโดด						
	รูปแบบผังการทดสอบ	1	1	1	1	1	1.0
	อุปกรณ์						
	เชือกเส้นเล็ก หรือ เทป	1	1	1	1	-1	0.6
	กรวย 4 อัน	1	1	1	1	0	0.8
	หนังกายยืด 1 เส้น ยืดเสาะ 2 หลัก	1	1	1	1	1	1.0
	ลูกบอลเบอร์ 3 1 ลูก	1	1	1	1	1	1.0
	วิธีทดสอบ						
	การทดสอบทักษะการเดิน	1	1	1	1	1	1.0
	การทดสอบทักษะการวิ่ง	1	1	1	1	1	1.0
	การทดสอบทักษะการกระโดด	1	1	1	1	1	1.0
	การทดสอบทักษะการรับบอล	1	1	1	1	1	1.0
	วิธีคิดคะแนน						
	การทดสอบทักษะการเดิน	1	1	1	1	1	1.0
	การทดสอบทักษะการวิ่ง	1	1	1	1	1	1.0
	การทดสอบทักษะการกระโดด	1	1	1	1	1	1.0
	การทดสอบทักษะการรับบอล	1	1	1	1	1	1.0
	เกณฑ์การประเมินการขว้างบอล						
	1 หมายถึง มีความสามารถน้อยที่สุด	1	1	1	1	1	1.0
	2 – 3 หมายถึง มีความสามารถน้อย	1	1	1	1	1	1.0
	4 – 5 หมายถึง มีความสามารถปานกลาง	1	1	1	1	1	1.0
	6 – 7 หมายถึง มีความสามารถดี	1	1	1	1	1	1.0
	8 หมายถึง มีความสามารถดีมาก	1	1	1	1	1	1.0

2	ใบบันทึกการให้คะแนนการทดสอบ					
การทดสอบทักษะการเดิน	1	1	1	1	1	1.0
การทดสอบทักษะการวิ่ง	1	1	1	1	1	1.0
การทดสอบทักษะการกระโดด	1	1	1	1	1	1.0
การทดสอบทักษะการรับบอล	1	1	1	1	1	1.0
เฉลี่ยทั้งฉบับ						0.97



ตารางที่ 18 การประเมินคุณภาพของแผนกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานด้วยค่าดัชนีความ
สอดคล้อง (IOC) ของผู้เชี่ยวชาญ

ลำดับ	เนื้อหา	Ex1	Ex2	Ex3	Ex4	Ex5	เฉลี่ย
1	สาระสำคัญ						
	สอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.0
	มีประโยชน์ต่อชีวิตประจำวัน	1	1	1	1	1	1.0
	เหมาะสมกับวัยของผู้เรียน	1	1	1	1	1	1.0
	มีความชัดเจน เข้าใจง่าย	1	1	1	1	1	1.0
2	จุดประสงค์การเรียนรู้						
	สอดคล้องกับสาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.0
	ภาษาที่ใช้มีความชัดเจนเข้าใจง่าย	1	1	1	1	1	1.0
	เหมาะสมกับวัยของผู้เรียน	1	1	1	1	1	1.0
	ระบุพฤติกรรมที่สามารถวัดประเมินผลได้	1	1	1	1	1	1.0
3	สาระการเรียนรู้						
	สอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.0
	มีความชัดเจนและเข้าใจง่าย	1	1	1	1	1	1.0
	มีความยากง่ายเหมาะสมกับชั้นเรียน	1	1	1	1	1	1.0
	น่าสนใจและเป็นประโยชน์	1	1	1	1	1	1.0
4	การวัดและประเมินผล						
	สอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.0
	สอดคล้องกับสาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.0
	การวัดที่ระบุไว้สามารถประเมินได้	1	1	1	1	1	1.0
	ใช้เครื่องมือวัดได้เหมาะสม	1	1	1	1	1	1.0
	เฉลี่ยทั้งฉบับ						1.0



ภาคผนวก ง
การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรม SPSS

ตารางที่ 19 คะแนนการทดสอบก่อนการฝึกของกลุ่มทดลอง จำนวน 4 ทักษะ ทดสอบ 8 รายการ

ลำดับ	ทักษะการเดิน		ทักษะการวิ่ง		ทักษะการกระโดด		ทักษะการรับบอล		รวม
	ไปหน้า	ถอยหลัง	ไปหน้า	ถอยหลัง	ข้าม	เขย่ง	อยู่กับที่	เดินรับ	
1	1	0	1	0	1	1	0	0	4
2	1	1	0	0	1	1	0	0	4
3	0	0	1	0	1	0	1	0	3
4	0	0	0	1	0	0	1	0	2
5	0	0	0	0	1	0	0	0	1
6	0	0	0	1	1	0	1	0	3
7	1	1	0	1	1	0	0	0	4
8	1	0	0	1	0	1	1	0	4
9	0	0	1	0	1	1	0	0	3
10	0	0	0	0	1	0	1	0	2
11	0	0	0	0	1	0	1	0	2
12	0	0	0	0	0	0	0	0	0
13	0	0	1	0	1	1	1	0	3
14	0	0	0	0	1	1	0	1	3
15	1	1	0	0	1	1	0	0	4
16	1	0	1	0	0	1	1	0	4
17	1	0	0	0	1	1	1	0	4
\bar{X}	0.41	0.18	0.29	0.24	0.76	0.53	0.53	0.06	3.00
S.D.	0.51	0.39	0.47	0.44	0.44	0.51	0.51	0.24	1.22
\bar{X}	0.29		0.26		0.65		0.29		0.38
S.D.	0.40		0.26		0.34		0.25		0.15

จากตาราง 19 ผลการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานก่อนการทดลองของนักเรียน
กลุ่มทดลอง ภาพรวมอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 3.00$, S.D. = 1.22) โดยมีคะแนนเฉลี่ยของคะแนน
รวมทั้ง 8 รายการเท่ากับ $\bar{X} = 0.38$, S.D. = 0.15

ตาราง 20 คะแนนการทดสอบหลังสัปดาห์ที่ 4 ของกลุ่มทดลอง จำนวน 4 ทักษะ จำนวน 8 รายการ

ลำดับ	ทักษะการเดิน		ทักษะการวิ่ง		ทักษะการกระโดด		ทักษะการรับบอล		รวม
	ไปหน้า	ถอยหลัง	ไปหน้า	ถอยหลัง	ข้าม	เขย่ง	อยู่กับที่	เดินรับ	
1	1	1	1	0	1	1	1	0	6
2	1	1	1	0	1	1	1	0	6
3	1	0	1	0	1	1	1	0	5
4	1	0	1	1	0	1	1	0	5
5	1	0	1	0	1	0	1	1	5
6	1	0	1	1	1	0	1	0	5
7	1	1	0	1	1	0	0	0	4
8	1	1	1	1	0	1	1	0	6
9	1	0	1	1	1	1	1	0	6
10	1	1	1	0	1	0	1	0	5
11	1	0	1	0	1	0	1	0	4
12	1	0	1	1	0	0	1	0	4
13	1	0	1	0	1	1	1	1	6
14	1	0	1	0	1	1	1	1	6
15	1	1	1	0	1	1	1	0	6
16	1	1	1	1	0	1	1	1	7
17	1	1	1	0	1	1	1	0	6
\bar{X}	1.00	0.47	0.94	0.41	0.76	0.65	0.94	0.24	5.41
S.D.	0.00	0.51	0.24	0.51	0.44	0.49	0.24	0.44	0.87
\bar{X}	0.74		0.68		0.71		0.59		0.68
S.D.	0.26		0.25		0.31		0.26		0.11

จากตาราง 20 ผลการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานหลังสัปดาห์ที่ 4 ของนักเรียน
กลุ่มทดลอง ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 5.41$, S.D. = 0.87) โดยมีคะแนนเฉลี่ยของ
คะแนนรวมทั้ง 8 รายการเท่ากับ $\bar{X} = 0.68$, S.D. = 0.11

ตาราง 21 คะแนนการทดสอบหลังสัปดาห์ที่ 8 ของกลุ่มทดลอง จำนวน 4 ทักษะ ทดสอบ 8 รายการ

ลำดับ	ทักษะการเดิน		ทักษะการวิ่ง		ทักษะการกระโดด		ทักษะการรับบอล		รวม
	ไปหน้า	ถอยหลัง	ไปหน้า	ถอยหลัง	ข้าม	เขย่ง	อยู่กับที่	เดินรับ	
1	1	1	1	0	1	1	1	1	7
2	1	1	1	1	1	1	1	0	7
3	1	1	1	1	1	1	1	0	7
4	1	1	1	1	1	0	1	1	7
5	1	1	1	0	1	1	1	1	7
6	1	0	1	1	1	1	1	0	6
7	1	1	1	1	1	0	1	1	7
8	1	1	1	1	1	1	1	1	8
9	1	1	1	1	1	1	1	0	7
10	1	1	1	0	1	1	1	0	6
11	1	1	1	1	1	1	1	1	8
12	1	1	1	1	1	1	1	0	7
13	1	1	1	1	1	1	1	0	7
14	1	1	1	0	1	1	1	1	7
15	1	1	1	1	1	1	1	0	7
16	1	1	1	0	1	1	1	1	7
17	1	1	1	1	1	1	1	1	8
\bar{X}	1.00	0.94	1.00	0.71	1.00	0.88	1.00	0.53	7.06
S.D.	0.00	0.24	0.00	0.47	0.00	0.33	0.00	0.51	0.56
\bar{X}	0.97		0.85		0.94		0.76		0.88
S.D.	0.12		0.23		0.17		0.26		0.07

จากตาราง 21 ผลการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานหลังสัปดาห์ที่ 8 ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ภาพรวมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 7.06$, S.D. = 0.56) โดยมีคะแนนเฉลี่ยของคะแนนรวมทั้ง 8 รายการเท่ากับ $\bar{X} = 0.88$, S.D. = 0.07

ตาราง 22 คะแนนการทดสอบก่อนการฝึกของกลุ่มควบคุม จำนวน 4 ทักษะ ทดสอบ 8 รายการ

ลำดับ	ทักษะการเดิน		ทักษะการวิ่ง		ทักษะการกระโดด		ทักษะการรับบอล		รวม
	ไปหน้า	ถอยหลัง	ไปหน้า	ถอยหลัง	ข้าม	เขย่ง	อยู่กับที่	เดินรับ	
1	1	0	1	0	1	1	0	0	4
2	1	1	0	0	1	0	0	0	3
3	1	0	0	0	0	0	1	1	3
4	0	0	0	1	1	0	1	0	3
5	1	0	1	0	1	0	0	0	3
6	0	0	0	1	1	0	1	0	3
7	0	0	1	1	1	0	0	0	3
8	0	0	0	1	0	1	1	0	3
9	0	0	0	0	1	1	0	0	2
10	0	0	1	0	0	0	1	0	2
11	1	0	0	0	1	0	1	0	3
12	0	1	1	0	0	0	1	0	3
13	0	0	0	0	1	1	1	0	3
14	1	0	0	0	1	1	0	1	4
15	0	1	0	0	1	1	0	0	3
16	0	1	1	0	0	0	1	0	3
17	1	0	0	0	1	1	1	0	4
\bar{X}	0.41	0.24	0.35	0.24	0.71	0.41	0.59	0.12	3.06
S.D.	0.51	0.44	0.49	0.44	0.47	0.51	0.51	0.33	0.56
\bar{X}	0.32		0.29		0.56		0.35		0.38
S.D.	0.30		0.31		0.39		0.29		0.07

จากตาราง 22 ผลการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานก่อนการฝึกของนักเรียนกลุ่มควบคุม ภาพรวมอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 3.06$, S.D. = 0.56) โดยมีคะแนนเฉลี่ยของคะแนนรวมทั้ง 8 รายการเท่ากับ $\bar{X} = 0.38$, S.D. = 0.07

ตาราง 23 คะแนนการทดสอบหลังสัปดาห์ที่ 4 ของกลุ่มควบคุม จำนวน 4 ทักษะ จำนวน 8 รายการ

ลำดับ	ทักษะการเดิน		ทักษะการวิ่ง		ทักษะการกระโดด		ทักษะการรับบอล		รวม
	ไปหน้า	ถอยหลัง	ไปหน้า	ถอยหลัง	ข้าม	เขย่ง	อยู่กับที่	เดินรับ	
1	1	1	1	0	1	1	0	0	5
2	1	1	1	0	1	0	1	0	5
3	1	1	0	0	1	0	1	1	5
4	1	0	1	1	1	0	1	0	5
5	1	0	1	0	1	1	0	0	4
6	1	0	1	1	1	0	1	0	5
7	1	0	1	1	1	0	0	0	4
8	1	0	0	1	0	1	1	0	4
9	0	0	1	0	1	1	1	0	4
10	1	0	1	0	1	0	1	0	4
11	1	0	1	0	1	0	1	0	4
12	0	1	1	0	1	0	1	0	4
13	1	0	1	0	0	1	1	0	4
14	1	0	1	0	1	1	0	1	5
15	0	1	1	0	1	1	0	0	4
16	1	1	1	0	0	0	1	0	4
17	1	0	0	0	1	1	1	0	4
\bar{X}	0.82	0.35	0.82	0.24	0.82	0.47	0.71	0.12	4.35
S.D.	0.39	0.49	0.39	0.44	0.39	0.51	0.47	0.33	0.49
\bar{X}	0.59		0.53		0.65		0.41		0.54
S.D.	0.26		0.28		0.29		0.26		0.06

จากตาราง 23 ผลการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานหลังสัปดาห์ที่ 4 ของนักเรียน
กลุ่มควบคุม ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 4.35$, S.D. = 0.49) โดยมีคะแนนเฉลี่ยของ
คะแนนรวมทั้ง 8 รายการเท่ากับ $\bar{X} = 0.54$, S.D. = 0.06

ตาราง 24 คะแนนการทดสอบหลังสัปดาห์ที่ 8 ของกลุ่มควบคุม จำนวน 4 ทักษะ ทดสอบ 8 รายการ

ลำดับ	ทักษะการเดิน		ทักษะการวิ่ง		ทักษะการกระโดด		ทักษะการรับบอล		รวม
	ไปหน้า	ถอยหลัง	ไปหน้า	ถอยหลัง	ข้าม	เขย่ง	อยู่กับที่	เดินรับ	
1	1	1	1	0	1	1	1	0	6
2	1	1	1	0	1	1	1	0	6
3	1	1	1	0	1	0	1	1	6
4	1	0	1	1	1	0	1	0	5
5	1	0	1	0	1	1	1	0	5
6	1	1	1	1	1	0	1	0	6
7	1	0	1	1	1	1	0	0	5
8	1	1	0	1	0	1	1	0	5
9	1	1	1	0	1	1	1	0	6
10	1	0	1	0	1	1	1	0	5
11	1	1	1	0	1	1	1	0	6
12	0	1	1	0	1	1	1	0	5
13	1	0	1	0	1	1	1	1	6
14	1	1	1	0	1	1	0	1	6
15	1	1	1	0	1	1	0	0	5
16	1	1	1	1	0	0	1	0	5
17	1	0	0	1	1	1	1	0	5
\bar{X}	0.94	0.65	0.88	0.35	0.88	0.76	0.82	0.18	5.47
S.D.	0.24	0.49	0.33	0.49	0.33	0.44	0.39	0.39	0.51
\bar{X}	0.79		0.62		0.82		0.50		0.68
S.D.	0.25		0.22		0.30		0.25		0.06

จากตาราง 24 ผลการทดสอบทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานหลังสัปดาห์ที่ 8 ของนักเรียน
กลุ่มควบคุม ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 5.47$, S.D. = 0.51) โดยมีคะแนนเฉลี่ยของ
คะแนนรวมทั้ง 8 รายการเท่ากับ $\bar{X} = 0.68$, S.D. = 0.06

การวิเคราะห์สถิติที่ (t-test) ด้วยโปรแกรม SPSS

1. ก่อนเรียนระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

ทักษะการเดิน

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Walk1	1	17	.2941	.39760	.09643
	2	17	.3235	.30317	.07353
Walk2	1	17	.3235	.30317	.07353
	2	0 ^a	.	.	.

a. t cannot be computed because at least one of the groups is empty.

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Walk1	Equal variances assumed	2.273	.141	-.243	32	.810	-.02941	.12127	-.27643	.21760
	Equal variances not assumed			-.243	29.905	.810	-.02941	.12127	-.27711	.21828

ทักษะการวิ่ง

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Run1	1	17	.2647	.25725	.06239
	2	17	.2941	.30917	.07499
Run2	1	17	.2941	.30917	.07499
	2	0 ^a	.	.	.

a. t cannot be computed because at least one of the groups is empty.

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Run1	Equal variances assumed	.905	.349	-.302	32	.765	-.02941	.09755	-.22811	.16929
	Equal variances not assumed			-.302	30.976	.765	-.02941	.09755	-.22837	.16954

ทักษะการกระโดด

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Jump1	1	17	.6471	.34300	.08319
	2	17	.5588	.39061	.09474
Jump2	1	17	.5588	.39061	.09474
	2	0 ^a	.	.	.

a. t cannot be computed because at least one of the groups is empty.

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Jump1	Equal variances assumed	.095	.760	.700	32	.489	.08824	.12608	-.16857	.34505
	Equal variances not assumed			.700	31.474	.489	.08824	.12608	-.16874	.34521

ทักษะการรับบอล

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Receive1	1	17	.2941	.25365	.06152
	2	17	.3529	.29393	.07129
Receive2	1	17	.3529	.29393	.07129
	2	0 ^a	.	.	.

a. t cannot be computed because at least one of the groups is empty.

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Receive1	Equal variances assumed	.036	.850	-.625	32	.537	-.05882	.09416	-.25063	.13298
	Equal variances not assumed			-.625	31.329	.537	-.05882	.09416	-.25079	.13314

รวมทักษะ

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
SUM1	1	17	.3750	.15309	.03713
	2	17	.3824	.06946	.01685
SUM2	1	17	.3824	.06946	.01685
	2	0 ^a	.	.	.

a. t cannot be computed because at least one of the groups is empty.

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
SUM1	Equal variances assumed	8.402	.007	-.180	32	.858	-.00735	.04077	-.09041	.07570
	Equal variances not assumed			-.180	22.320	.859	-.00735	.04077	-.09184	.07714

1. หลังการเรียน 4 สัปดาห์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ทักษะการเดิน

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Walk1	1	17	.7353	.25725	.06239
	2	17	.5882	.26430	.06410
Walk2	1	17	.5882	.26430	.06410
	2	0 ^a	.	.	.

a. t cannot be computed because at least one of the groups is empty.

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Walk1	Equal variances assumed	1.726	.198	1.644	32	.110	.14706	.08945	-.03515	.32927
	Equal variances not assumed			1.644	31.977	.110	.14706	.08945	-.03515	.32927

ทักษะการวิ่ง

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Run1	1	17	.6765	.24630	.05974
	2	17	.5294	.27786	.06739
Run2	1	17	.5294	.27786	.06739
	2	0 ^a	.	.	.

a. t cannot be computed because at least one of the groups is empty.

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Run1	Equal variances assumed	1.241	.274	1.633	32	.112	.14706	.09005	-.03638	.33049
	Equal variances not assumed			1.633	31.546	.112	.14706	.09005	-.03648	.33060

ทักษะการกระโดด

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Jump1	1	17	.7059	.30917	.07499
	2	17	.6471	.29393	.07129
Jump2	1	17	.6471	.29393	.07129
	2	0 ^a	.	.	.

a. t cannot be computed because at least one of the groups is empty.

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Jump1	Equal variances assumed	.376	.544	.569	32	.574	.05882	.10347	-.15193	.26957
	Equal variances not assumed			.569	31.919	.574	.05882	.10347	-.15195	.26960

ทักษะการรับบอล

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Receive1	1	17	.5882	.26430	.06410
	2	17	.4118	.26430	.06410
Receive2	1	17	.4118	.26430	.06410
	2	0 ^a	.	.	.

a. t cannot be computed because at least one of the groups is empty.

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Receive1	Equal variances assumed	.000	1.000	1.947	32	.060	.17647	.09065	-.00818	.36113
	Equal variances not assumed			1.947	32.000	.060	.17647	.09065	-.00818	.36113

รวมทักษะ

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
SUM1	1	17	.6765	.10878	.02638
	2	17	.5441	.06157	.01493
SUM2	1	17	.5441	.06157	.01493
	2	0 ^a	.	.	.

a. t cannot be computed because at least one of the groups is empty.

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
SUM1	Equal variances assumed	6.991	.013	4.366	32	.000	.13235	.03032	.07060	.19411
	Equal variances not assumed			4.366	25.298	.000	.13235	.03032	.06995	.19475

3. หลังการเรียนสัปดาห์ที่ 8 ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม
ทักษะการเดิน

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Walk1	1	17	.9706	.12127	.02941
	2	17	.7941	.25365	.06152
Walk2	1	17	.7941	.25365	.06152
	2	0 ^a	.	.	.

a. t cannot be computed because at least one of the groups is empty.

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Walk1	Equal variances assumed	44.119	.000	2.588	32	.014	.17647	.06819	.03758	.31537
	Equal variances not assumed			2.588	22.951	.016	.17647	.06819	.03540	.31755

ทักษะการวิ่ง

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Run1	1	17	.8529	.23483	.05696
	2	17	.6176	.21862	.05302
Run2	1	17	.6176	.21862	.05302
	2	0 ^a	.	.	.

a. t cannot be computed because at least one of the groups is empty.

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Run1	Equal variances assumed	.573	.455	3.024	32	.005	.23529	.07782	.07679	.39380
	Equal variances not assumed			3.024	31.838	.005	.23529	.07782	.07676	.39383

ทักษะการกระโดด

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Jump1	1	17	.9412	.16605	.04027
	2	17	.8235	.30317	.07353
Jump2	1	17	.8235	.30317	.07353
	2	0 ^a	.	.	.

a. t cannot be computed because at least one of the groups is empty.

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Jump1	Equal variances assumed	8.531	.006	1.403	32	.170	.11765	.08384	-.05312	.28842
	Equal variances not assumed			1.403	24.807	.173	.11765	.08384	-.05509	.29038

ทักษะการรับบอล

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Receive1	1	17	.7647	.25725	.06239
	2	17	.5000	.25000	.06063
Receive2	1	17	.5000	.25000	.06063
	2	0 ^a	.	.	.

a. t cannot be computed because at least one of the groups is empty.

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Receive1	Equal variances assumed	6.120	.019	3.043	32	.005	.26471	.08700	.08749	.44192
	Equal variances not assumed			3.043	31.974	.005	.26471	.08700	.08748	.44193

รวมทักษะ

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
SUM1	1	17	.8824	.06946	.01685
	2	17	.6838	.06431	.01560
SUM2	1	17	.6838	.06431	.01560
	2	0 ^a	.	.	.

a. t cannot be computed because at least one of the groups is empty.

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
SUM1	Equal variances assumed	2.436	.128	8.647	32	.000	.19853	.02296	.15176	.24530
	Equal variances not assumed			8.647	31.812	.000	.19853	.02296	.15175	.24531



การวิเคราะห์สถิติเอฟ (ANOVA) ด้วยโปรแกรม SPSS

1. เปรียบเทียบคะแนนรวมก่อน หลัง 4 และ 8 สัปดาห์ ภายในกลุ่มทดลอง

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
SumBe	Between Groups	2.214	2	1.107	82.819	.000
	Within Groups	.642	48	.013		
	Total	2.855	50			

Multiple Comparisons

LSD

Dependent Variable	(I) group	(J) group	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
SumBe	1	2	-.30147 [*]	.03965	.000	-.3812	-.2217
		3	-.50735 [*]	.03965	.000	-.5871	-.4276
	2	1	.30147 [*]	.03965	.000	.2217	.3812
		3	-.20588 [*]	.03965	.000	-.2856	-.1262
	3	1	.50735 [*]	.03965	.000	.4276	.5871
		2	.20588 [*]	.03965	.000	.1262	.2856

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

2. เปรียบเทียบคะแนนทักษะการเดินก่อน หลัง 4 และ 8 สัปดาห์ ภายในกลุ่มทดลอง

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
WalkBe	Between Groups	4.010	2	2.005	25.169	.000
	Within Groups	3.824	48	.080		
	Total	7.833	50			

Multiple Comparisons

LSD

Dependent Variable	(I) group	(J) group	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
WalkBe	1	2	-.44118 [*]	.09681	.000	-.6358	-.2465
		3	-.67647 [*]	.09681	.000	-.8711	-.4818
	2	1	.44118 [*]	.09681	.000	.2465	.6358
		3	-.23529 [*]	.09681	.019	-.4299	-.0407
	3	1	.67647 [*]	.09681	.000	.4818	.8711
		2	.23529 [*]	.09681	.019	.0407	.4299

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

3. เปรียบเทียบคะแนนทักษะการวิ่งก่อน หลัง 4 และ 8 สัปดาห์ ภายในกลุ่มทดลอง

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
RunBe	Between Groups	3.098	2	1.549	25.535	.000
	Within Groups	2.912	48	.061		
	Total	6.010	50			

Multiple Comparisons

LSD

Dependent Variable	(I) group	(J) group	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
RunBe	1	2	-.41176 [*]	.08448	.000	-.5816	-.2419
		3	-.58824 [*]	.08448	.000	-.7581	-.4184
	2	1	.41176 [*]	.08448	.000	.2419	.5816
		3	-.17647 [*]	.08448	.042	-.3463	-.0066
	3	1	.58824 [*]	.08448	.000	.4184	.7581
		2	.17647 [*]	.08448	.042	.0066	.3463

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

4. เปรียบเทียบคะแนนทักษะการกระโดดก่อน หลัง 4 และ 8 สัปดาห์ ภายในกลุ่มทดลอง

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
JumpBe	Between Groups	.824	2	.412	5.130	.010
	Within Groups	3.853	48	.080		
	Total	4.676	50			

Multiple Comparisons

LSD

Dependent Variable	(I) group	(J) group	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
JumpBe	1	2	-.05882	.09718	.548	-.2542	.1366
		3	-.29412 [*]	.09718	.004	-.4895	-.0987
	2	1	.05882	.09718	.548	-.1366	.2542
		3	-.23529 [*]	.09718	.019	-.4307	-.0399
	3	1	.29412 [*]	.09718	.004	.0987	.4895
		2	.23529 [*]	.09718	.019	.0399	.4307

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

5. เปรียบเทียบคะแนนทักษะการรับของก่อน หลัง 4 และ 8 สัปดาห์ ภายในกลุ่มทดลอง

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
ReceiveBe	Between Groups	1.922	2	.961	14.385	.000
	Within Groups	3.206	48	.067		
	Total	5.127	50			

Multiple Comparisons

LSD

Dependent Variable	(I) group	(J) group	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
ReceiveBe	1	2	-.29412 [*]	.08864	.002	-.4723	-.1159
		3	-.47059 [*]	.08864	.000	-.6488	-.2924
	2	1	.29412 [*]	.08864	.002	.1159	.4723
		3	-.17647	.08864	.052	-.3547	.0018
	3	1	.47059 [*]	.08864	.000	.2924	.6488
		2	.17647	.08864	.052	-.0018	.3547

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.



ภาคผนวก จ
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

1. อาจารย์ ดร. ชานุกิจ คำพวง
ตำแหน่งอาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. อาจารย์ ดร. ลักษณ์มี ฉิมวงษ์
ตำแหน่งอาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ไพญาดา สังข์ทอง
ตำแหน่งอาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
4. อาจารย์ ดร. ผกาวดี ไวกสิกรรม
ตำแหน่งอาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม
5. อาจารย์ อัญชลี คำเรืองฤทธิ์
ตำแหน่งอาจารย์ประจำวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา
โรงเรียนสารสาสน์วิเทศน์ร่มเกล้า





ที่ อว 8734.1/ 795

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

24 เม.ย. 2566

เรื่อง ขอแจ้งผลการพิจารณาโครงการวิจัยเลขที่ SWUEC-G- 102/2566E

เรียน นางสาวชिरาภรณ์ งามประดิษฐ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย ใบรับรองโครงการวิจัย SWUEC/E/G-102/2566

ตามที่ท่านได้ส่งโครงการวิจัยเรื่อง การจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย โครงการวิจัยเลขที่ SWUEC-G 102/2566E เพื่อรับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ นั้น

คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ ได้พิจารณาโครงการวิจัยดังกล่าว บัดนี้ คณะกรรมการฯ ให้การรับรองโครงการวิจัยดังกล่าวแล้วเมื่อวันที่ 1 มีนาคม 2566 รายละเอียดดังนี้

Certificate Number	SWUEC/E/G-102/2566
Date of Approval	1 มีนาคม 2566 (อายุใบรับรองโครงการวิจัย 12 เดือน)
Date of Expiration	1 มีนาคม 2567
Continuing Review	ทุก 12 เดือน (ครบกำหนดส่งรายงานครั้งแรก วันที่ 1 มีนาคม 2567)

ในการนี้ คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ ใคร่ขอความกรุณาให้ผู้วิจัยส่งรายงานความก้าวหน้าของกรวิจัยและต่ออายุการรับรองก่อนกำหนดวันหมดอายุ 30 วัน เพื่อให้เป็นไปตามวิธีดำเนินการมาตรฐาน (SOPs version 2.0) ของคณะกรรมการฯ ทั้งนี้รายละเอียดขงเอกสารที่ให้การรับรองตามที่ปรากฏใน Certificate of Approval (Certificate Number SWUEC/E/G-102/2566) ที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(แพทย์หญิงสุรีพร ภัทรสุวรรณ)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

หน่วยจริยธรรมและมาตรฐานการวิจัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
โทรศัพท์ 0-2649-5000 ต่อ 17503
โทรสาร 0-2259-1822



หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยของข้อเสนอการวิจัย
เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยและยินยอม

หมายเลขข้อเสนอการวิจัย SWUEC-G- 102/2566E

ข้อเสนอการวิจัยนี้และเอกสารประกอบของข้อเสนอการวิจัยตามรายการแสดงด้านล่าง ได้รับการพิจารณาจาก คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแล้ว คณะกรรมการฯ มีความเห็นว่าข้อเสนอการวิจัยที่จะดำเนินการมีความสอดคล้องกับหลักจริยธรรมสากล ตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับและ ข้อกำหนดภายในประเทศ จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยตามข้อเสนอการวิจัยนี้ได้

ชื่อโครงการวิจัยเรื่อง: การจัดกิจกรรมพลศึกษาแบบผสมผสานที่มีผลต่อการเคลื่อนไหวพื้นฐานของเด็กปฐมวัย
ชื่อผู้วิจัยหลัก: นางสาวชिरาภรณ์ งามประดิษฐ์
สังกัด: คณะพลศึกษา
เอกสารที่รับรอง: 1. แบบเสนอโครงการวิจัย
2. โครงการวิจัย
3. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย
4. หนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

เอกสารที่พิจารณาทบทวน

1. แบบเสนอโครงการวิจัย	ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 1 มีนาคม 2566
2. โครงร่างการวิจัย	ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 1 มีนาคม 2566
3. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย	ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 1 มีนาคม 2566
4. หนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย	ฉบับที่ 2 วัน/เดือน/ปี 1 มีนาคม 2566

(ลงชื่อ).....

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทันตแพทย์หญิงนปภา เอี่ยมจิตรกุล)

กรรมการและเลขานุการคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

(ลงชื่อ).....

(แพทย์หญิงสุรีพร ภัทรสุารม)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

หมายเลขรับรอง : SWUEC/E/G-102/2566

วันที่ให้การรับรอง : 01/03/2566

วันหมดอายุใบรับรอง : 01/03/2567

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	นางสาววชิราภรณ์ งามประดิษฐ์
วัน เดือน ปี เกิด	16 ตุลาคม 2539
สถานที่เกิด	จังหวัดนครศรีธรรมราช
วุฒิการศึกษา	คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ที่อยู่ปัจจุบัน	106/21 หมู่ที่ 3 ตำบลมะเร็ด อำเภอเกาะสมุย จังหวัดสุราษฎร์ธานี

