บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบพัฒนาการด้านร่างกาย ด้านอารมณ์จิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา ของเด็กปฐมวัยในโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ก่อนและหลังทดลองการจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อวัสดุธรรมชาติ กลุ่มทดลองที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นเด็กปฐมวัย อายุ 5-6 ปี ศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาลปีที่ 3/1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2560 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ จำนวน 27 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ 1) แผนการจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อวัสดุธรรมชาติ 2) แบบทดสอบและแบบประเมินพัฒนาการทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ 2.1) แบบทดสอบด้านร่างกายจำนวน 6 รายการ เป็นแบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพของเด็กไทย อายุ 5-6 ปี ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส.) (พ.ศ.2549) จำนวน 6 รายการ คือ (1) ดัชนีมวลกาย (2) นั่งงอตัวไปข้างหน้า (3) ลุกนั่ง 30 วินาที (4) ยืนกระโดดไกล (5) วิ่งเก็บของ 3 จุด และ (6) วิ่งเร็ว 20 เมตร 2.2) แบบประเมินด้านอารมณ์จิตใจ 10 ข้อ 2.3) แบบประเมินด้านสังคม 10 ข้อ 2.4) แบบประเมินด้านสติปัญญา 10 ข้อ การวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบพัฒนาการด้านร่างกาย ด้านอารมณ์-จิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญาของเด็กปฐมวัย ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง โดยหาค่าร้อยละ นำเสนอข้อมูลตารางประกอบการบรรยาย

1. ผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อวัสดุธรรมชาติ มีพัฒนาการด้านร่างกาย ด้านอารมณ์-จิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา ของเด็กปฐมวัย มีคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองจัดกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 70.81 และ 91.98 ตามลำดับ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พัฒนาการด้านร่างกาย มีคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองจัดกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 61.11 และ 81.60 ตามลำดับ พัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ มีคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองจัดกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 75.55 และ 99.62 ตามลำดับ พัฒนาการด้านสังคม มีคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองจัดกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 84.07 และ 99.25 ตามลำดับ พัฒนาการด้านสติปัญญา มีคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองจัดกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 74.34 และ 98.91 ตามลำดับ และเมื่อ

เปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลองจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้วัสดุธรรมชาติ พบว่า เด็กปฐมวัยมีพัฒนาการด้านร่างกาย ด้านอารมณ์-จิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญาที่สูงขึ้น

2. อภิปรายผล

ผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า หลังการจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้วัสดุธรรมชาติที่มีต่อพัฒนาการ 4 ด้าน ของเด็กปฐมวัยมีพัฒนาการ 4 ด้านในภาพรวม และจำแนกเป็นรายด้านสูงขึ้นทุกด้าน ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ แสดงให้เห็นว่า การจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้วัสดุธรรมชาติสามารถส่งเสริมพัฒนาการ 4 ด้าน ของเด็กปฐมวัยให้สูงขึ้น ซึ่งสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

2.1 เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อวัสดุธรรมชาติที่มีต่อพัฒนาการด้านร่างกาย ด้านอารมณ์-จิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา ของเด็กปฐมวัย มีคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองจัดกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 70.81 และ 91.98 ตามลำดับ แสดงให้เห็นว่าหลังการจัดกิจกรรมเด็กมีพัฒนาการที่สูงขึ้น จึงกล่าวได้ว่าการจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อวัสดุธรรมชาติ เป็นกิจกรรมที่ทำให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกาย ได้ใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ในการเคลื่อนไหวผ่านกิจกรรมที่จัดขึ้น เด็กได้เดิน คลาน กระโดด และวิ่ง จากการสังเกตขณะที่เด็กเล่นกิจกรรมทางกาย เด็กมีกล้ามเนื้อมัดใหญ่ แขน ขา ไหล่แข็งแรง และมีความคล่องตัว ความอ่อนตัว การทรงตัวที่ดีขึ้น มีความสุขสนุกสนาน เพลิดเพลิน เล่นร่วมกับเพื่อน ๆ ได้อย่างมีความสุข รู้จักการรอคอย ปฏิบัติตามข้อตกลง และคิดแก้ปัญหาตัดสินใจในการเล่น ซึ่งสอดคล้องกับ เจริญ กระบวนรัตน์ (อ้างถึงในเพิ่มศักดิ์ สุริยจันทร์ 2558: 8-9) ได้กล่าวว่า การมีกิจกกรมทางกายเป็นประจำในช่วงวัยเด็กและวัยรุ่นมีผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกาย การหลั่งฮอร์โมน การสสมเกลือแร่ในกระดูกการพัฒนาระบบหัวใจและหลอดเลือด ซึ่งจะเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงมากในช่วงวัยเด็กและวัยแรกรุ่น รวมไปถึงทางด้านสุขภาพจิต นอกจากนี้สมองจะถูกกระตุ้น ขณะที่มีกิจกรรมทางกายโดยการเพิ่มปริมาณการไหลเวียนเลือดไปยังสมองส่วนที่เป็นความจำ ความเข้าใจ อารมณ์ และความสามารถในการตัดสินใจของเด็ก ตลอดจนส่วนที่จำเป็นต่อการกระตุ้นการ

2.2 การจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อวัสดุธรรมชาติที่มีต่อพัฒนาการด้านร่างกาย มีคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองจัดกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 61.11 และ 81.60 ตามลำดับ แสดงให้เห็นว่าหลังการทดลองจัดกิจกรรมเด็กมีพัฒนาการด้านร่างกายที่สูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ อภิสิทธิ์ ชัยมัง (2555 : บทคัดย่อ) ผลการวิจัยพบว่าหลังจากการฝึกในสัปดาห์ ที่ 8 การพัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็กก่อนวัยเรียนในด้านต่างๆ มีพัฒนาการที่ดีขึ้น ซึ่งเด็กสามารถตอบสนองต่อการออก

คำสั่งพร้อมทั้งปฏิบัติตามคำสั่งของครูได้ดีขึ้น อีกทั้งสามารถจัดทำชุดกิจกรรมฯ ที่ดึงดูดความสนใจและเหมาะสำหรับกลุ่มตัวอย่างได้เป็นอย่างดี และสมรรถภาพทางกายหลังจากได้มีการทดสอบก่อนระหว่าง และหลังการฝึกปรากฏว่าสมรรถภาพทางกายดีขึ้นกว่าก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.3 การจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อวัสดุธรรมชาติที่มีต่อพัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ มีคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองจัดกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 75.55 และ 99.62 ตามลำดับ แสดงให้เห็นว่าหลังการทดลองจัดกิจกรรม เด็กมีพัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ ที่สูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ เจริญ กระบวนรัตน์ (อ้างถึงใน เพิ่มศักดิ์ สุริยจันทร์ 2558: 8-9) ได้กล่าวว่า กิจกรรมทางกาย ช่วยลดความวิตกกังวล ความซึมเศร้า ความเครียด เพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง ความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง คุณภาพการนอน และการมีสมาธิ

2.4 การจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อวัสดุธรรมชาติที่มีต่อพัฒนาการด้านสังคม มีคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองจัดกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 84.07 และ 99.25 ตามลำดับ แสดงให้เห็นว่าหลังการทดลองจัดกิจกรรม เด็กมีพัฒนาการด้านสังคมที่สูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ พรเพ็ญ บัวทอง (2555 บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการจัดกิจกรรมศิลปะ สร้างสรรค์ ด้วยวัตถุธรรมชาติท้องถิ่นที่มีต่อพฤติกรรมทางสังคมของเด็กปฐมวัย ผลการวิจัยพบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ด้วยวัสดุธรรมชาติท้องถิ่นมีพฤติกรรมทางสังคมโดยรวมและรายด้านประกอบด้วย การช่วยเหลือ การแบ่งปัน และความร่วมมือสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ อนุบาล 1 และจากการวัดพฤติกรรมศิลปะสร้างสรรค์ด้วยวัสดุธรรมชาติท้องถิ่นทุกสัปดาห์ รวม 8 สัปดาห์ พบว่าเด็กปฐมวัยมีพฤติกรรมทางสังคมโดยรวมและรายด้านสูงขึ้นตามลำดับ

2.5 การจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อวัสดุธรรมชาติที่มีต่อพัฒนาการด้านด้านสติปัญญา มีคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองจัดกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 74.34 และ 98.91 ตามลำดับ แสดงให้เห็นว่าหลังการทดลองจัดกิจกรรมเด็กมีพัฒนาการด้านสติปัญญาที่สูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ เจริญ กระบวนรัตน์ (อ้างถึงใน เพิ่มศักดิ์ สุริยจันทร์ 2558: 8-9) ได้กล่าวว่า เด็กที่มีกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน 30 นาที/วัน เป็นเวลา 3 วัน/สัปดาห์มีผลการทดสอบความสามารถทางปัญญาหรือความฉลาด (IQ) และผลทางวิชาการเพิ่มขึ้น เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ขาดกิจกรรมทางกาย ดังนี้ ทำให้เด็กและวัยรุ่นมีสมาธิ ช่วยพัฒนาความจำและสติปัญญา ในขณะเดียวกันมีงานวิจัยจำนวนมากที่พบว่ากิจกรรมทางกายมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผลงานวิชาการ และความคิดสร้างสรรค์ และความต้องการในการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชน ที่สำคัญกิจกรรมทางกาย ไม่ได้ทำให้ความสามารถในการเรียนรู้ทางด้านวิชาการของเด็กต่ำลง ตรงกันข้าม กิจกรรมทางกายหรือการออกกำลังกายมีผลเชื่อมโยงกับการเรียนรู้และพัฒนาสติปัญญาในเด็กและเยาวชนดังนั้น การจัดให้เด็กมีกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน จะทำให้เด็กนักเรียนมีความกระตือรือร้น กระปรี้กระเปร่า และมีผลดีต่อการเรียนรู้ของเด็ก

3. ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. การจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อวัสดุธรรมชาติ มีเด็กบางคนเล่นไม่ได้ ควรให้กำลังใจ อยู่ใกล้ชิดเด็กขณะที่เล่นกิจกรรมเพื่อลดความกังวล ความกลัว

2. เพื่อให้เด็กเกิดการพัฒนาในการเล่นกิจกรรมทางกาย ควรจัดให้เด็กได้เล่นกิจกรรมครบทั้ง 8 กิจกรรมภายใน 1 ครั้ง

3. เพื่อป้องกันอันตรายที่จะเกิดขึ้นกับเด็กขณะเล่นกิจกรรม ครูหรือผู้เกี่ยวข้องควรดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด และกิจกรรมต่าง ๆ ควรจัดที่สนามหญ้า

4. เพื่อการเล่นกิจกรรมแต่ละครั้งควรให้เด็กสวมเสื้อผ้าที่สะดวกเคลื่อนไหวร่างกายได้ สวมรองเท้าที่กระชับ ควรหลีกเลี่ยงรองเท้าแตะ ร้องเท้าส้น เพื่อป้องกันการเกิดอุบัติเหตุขณะเล่นกิจกรรม

5. เพื่อให้ทราบถึงพัฒนาการของเด็ก ควรสังเกตเด็กเล่นกิจกรรมทางกายทุกครั้ง

6. ควรเพิ่มระยะเวลาในการเล่นกิจกรรมทางกาย

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการจัดกิจกรรมทางกายในรูปแบบอื่น ๆ ที่ส่งเสริมพัฒนาการ 4 ด้าน ของเด็กปฐมวัย

2. ควรมีการศึกษาผลการจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อวัสดุธรรมชาติที่มีต่อพัฒนาการ 4 ด้านในระดับชั้นอนุบาล 1 – 2

3. ควรจัดกิจกรรมทางกายให้ครบทั้ง 8 กิจกรรม ภายใน 1 ครั้ง