

บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การส่งเสริมให้เด็กไทยฉลาด และมีสุขภาพที่ดีเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะในช่วงอายุ 0 - 6 ปี ซึ่งเป็นช่วงที่สำคัญที่สุดที่จะส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการที่สมวัยทุกด้าน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา เด็กปฐมวัยเป็นวัยที่ต้องการการเรียนรู้ ในสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัว ผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 5 ด้าน จากการเลี้ยงดูจากบิดา มารดา วิธีการสอนของครู และสิ่งแวดล้อม ตลอดจนการจัดกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการให้กับเด็กปฐมวัยได้เจริญเติบโตเต็มศักยภาพในช่วงอายุนี้นี้ จะเป็นรากฐานที่ดีให้เติบโตเป็นเยาวชน พลเมืองที่ดี เจริญฉลาด คิดเป็น ทำเป็น และมีความสุข ซึ่งจะส่งผลให้เกิดพัฒนาการที่เป็นรากฐานของบุคลิกภาพ อุปนิสัยและการเจริญเติบโตทั้งทางร่างกาย และจิตใจ สมอง สติปัญญา ความสามารถ

ซึ่งในปัจจุบัน โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ เป็นโรงเรียนที่มุ่งเน้นให้นักเรียน มีทักษะในการแสวงหาความรู้ มีทักษะในการเรียนรู้สำหรับศตวรรษที่ 21 และเป็นแหล่งเรียนรู้ ของนักศึกษาวิชาชีพครู อีกทั้งเอกลักษณ์ของโรงเรียน คือ กิจกรรมนำผู้การเรียนรู้ และอัตลักษณ์ คือ ร่าเริงแจ่มใส ใฝ่การเรียนรู้ นักเรียนมีทักษะในการคิดเป็น ทำเป็น และแก้ปัญหาเป็น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กปฐมวัยที่ผ่านการเตรียมความพร้อมระดับอนุบาลต้องเป็นเด็กที่มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามหลักสูตรปฐมวัย พ.ศ. 2546 ของกระทรวงศึกษาธิการ อย่างไรก็ตามด้วยที่ตั้งของโรงเรียนอยู่ในเมือง สภาพชุมชนรอบบริเวณ โรงเรียนมีลักษณะแบบสังคมเมืองเป็นชุมชนหนาแน่น การใช้ชีวิตในแบบสังคมเมืองส่งผลต่อสมรรถภาพทางกายของเด็กปฐมวัยจากการประเมินสมรรถภาพทางร่างกายและสมรรถภาพทางกลไก เด็กปฐมวัยส่วนใหญ่ทำได้อยู่ในเกณฑ์พอใช้ อาจเนื่องจากเด็กขาดการออกกำลังกาย และการเคลื่อนไหวร่างกายที่เหมาะสมกับวัยขาดแรงจูงใจในการออกกำลังกาย เพราะในยุคปัจจุบันเด็กให้ความสนใจในการใช้เทคโนโลยีมากกว่าการทำกิจกรรมกลางแจ้ง เช่น การเล่นเกมจากโทรศัพท์มือถือ หรือใช้แทปเล็ตในการดูการ์ตูนที่ชอบ เป็นต้น

ซึ่งสอดคล้องกับองค์การอนามัยโลก (WHO, 2010 อ้างถึงใน เกษม นครเขตต์: 1) กล่าวว่า การมีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ (Physical Inactivity) ถูกกำหนดให้เป็นปัจจัยเสี่ยงอันดับที่ 4 ของสาเหตุการเสียชีวิตของประชากรโลก ทั้งนี้เนื่องจากการมีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอนำไปสู่การเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-Communicable Disease-NCDs) ได้แก่โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคหลอดเลือดสมอง มะเร็งลำไส้ มะเร็งเต้านม รวมถึงโรคซึมเศร้า ขณะที่ระดับของการมีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอเพิ่มสูงขึ้นในกลุ่มประเทศที่มีอัตราการแพร่ระบาดของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง และในประเทศไทยรองอธิบดีกรมอนามัย ได้กล่าวว่า สถานการณ์ปัญหาด้านสุขภาพของเด็กวัยเรียนปัจจุบันพบปัญหาการมีกิจกรรมทางกายเพียงพอของกลุ่มเด็กวัยเรียน อายุ 6-14 ปี ในปี 2558 เฉลี่ยอยู่ที่ร้อยละ 64.8 และภาวะเริ่มอ้วนและอ้วนระหว่างปี 2558-2559 มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 12.2 เป็นร้อยละ 13.1 ขณะที่ส่วนสูงดีและรูปร่างสมส่วนมีแนวโน้มที่ดี คือ ร้อยละ 64.2 (อรรถพล แก้วสัมฤทธิ์)

ทั้งนี้การส่งเสริมให้เด็กสูงสมส่วนและแข็งแรงนั้น เด็กต้องเคลื่อนไหวร่างกาย กระโดดโลดเต้น เล่นสนุกจนรู้สึกเหนื่อยหรือหอบ อย่างน้อย 60 นาที ทุกวัน ฝึกความแข็งแรง กล้ามเนื้อวันเว้นวัน ฝึกความยืดหยุ่นกล้ามเนื้อเอ็นและข้อต่อทุกวัน ร่วมกับการดื่มนม 2 แก้ว กินไข่ 1 ฟอง และนอนหลับสนิทวันละ 9 -11 ชั่วโมงต่อวัน โดยผู้ปกครอง ครู บุคลากรสาธารณสุข มีความสำคัญในการสนับสนุนด้านสิ่งแวดล้อม ความปลอดภัย ความสะดวกสบาย ส่วนการออกกำลังกายนั้นหากมีโค้ชที่มีความรู้ความสามารถอยู่ใกล้ตัวเด็ก และเด็กสามารถเข้าถึงการออกกำลังกายได้ง่าย มีความสนุกท้าทาย และไม่บังคับ จะทำให้เด็กออกกำลังกายได้นานขึ้นและต่อเนื่อง (อรรถพล แก้วสัมฤทธิ์) และข้อสรุปทางวิชาการจากผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อเสริมสร้างการมีสุขภาพและสมรรถภาพทางกายที่ดี สมชาย ลีทองอินและคณะ(2550: 2) กล่าวว่า iva เด็กควรได้รับโอกาสทำกิจกรรมทางกายหรือออกกำลังกายอย่างน้อยวันละ 60 นาที หรือสัปดาห์ละ 420 นาที ครอบครัว และโรงเรียน มีส่วนร่วมรับผิดชอบสนับสนุนหรือเปิดโอกาสให้เด็กได้ทำกิจกรรมทางกาย

การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ของเด็กปฐมวัยตามที่ พิทยาภรณ์ สิงหาคณตพงษ์ (2553: 6) กล่าวว่า ควรเริ่มการสร้างตัวอย่างให้เด็กปฐมวัยได้เรียนรู้ผ่านสื่อที่เด็กมีความสนใจตามช่วงวัยและพัฒนาการ และการจัดกิจกรรมในโรงเรียนสำหรับเด็กปฐมวัย ในรูปแบบของกิจกรรมทางกายที่ใช้วัสดุเหลือใช้ ในการจัดกิจกรรม ส่งเสริมให้เกิดการเคลื่อนไหวร่างกายทุกรูปแบบที่กระตุ้นการหดตัวของกล้ามเนื้อมัดใหญ่และมัดเล็ก ผ่านสื่ออุปกรณ์จากวัสดุเหลือใช้ ที่เป็นวัสดุซึ่งได้มาจากของเหลือใช้ในชีวิตประจำวันมากมายหลายชนิด ได้แก่ วัสดุเหลือใช้จากการอุปโภค บริโภค วัสดุเหลือใช้จากร้านค้า มาใช้ในการจัดกิจกรรมที่มีความเหมาะสมกับวัย สนองความต้องการของเด็ก เสริมสร้างความคิด และให้เด็กได้ใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้า วัสดุที่ใช้เป็นวัสดุที่ช่วย

ส่งเสริมพัฒนาการของเด็กปฐมวัย ง่ายๆ อยู่ใกล้ตัว แข็งแรง ออกแบบได้ง่ายไม่ยุ่งยาก ใ้ใจให้เด็กได้ใช้จินตนาการ และความคิดสร้างสรรค์ และราคาประหยัด อาจเป็นกิจกรรมอีกรูปแบบหนึ่งที่จะสามารถพัฒนาสมรรถภาพทางร่างกาย และสมรรถภาพทางกลไก ตลอดจนทักษะด้านอื่นๆของเด็กปฐมวัยได้

ดังนั้น การส่งเสริมให้มีการออกกำลังกายโดยการจัดกิจกรรมทางกายที่ใช้วัสดุเหลือใช้เป็นที่ เพื่อส่งผลต่อการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย พัฒนาการด้านอื่น ๆ และการเรียนรู้ให้กับเด็กปฐมวัย รวมทั้งการส่งเสริมการจัดพื้นที่ และสร้างอุปกรณ์สำหรับการออกกำลังกาย และกิจกรรมการเล่นเพื่อสุขภาพ แบบง่าย ประหยัด และเกิดประโยชน์คุ้มค่า รูปแบบของกิจกรรมดังกล่าวจึงอาจเป็น อีกทางเลือกหนึ่งในการส่งเสริมพัฒนาเด็กปฐมวัยในศตวรรษที่ 21 ให้มีคุณภาพ และสร้างความเป็นต้นแบบด้านการใช้กิจกรรมทางกายออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแก่เด็กปฐมวัย โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ และ โรงเรียนที่อยู่ในเขตสังคมเมืองต่อไป

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบพัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อจากวัสดุเหลือใช้

3. สมมติฐานการวิจัย

เด็กปฐมวัย โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ที่ได้รับการจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อจากวัสดุเหลือใช้ มีพัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาสูงขึ้น

4. ขอบเขตของการวิจัย

4.1 ประชากร

ประชากร ได้แก่ เด็กปฐมวัย อายุ 4-5 ปี ที่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นอนุบาลปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 70 คน

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เด็กปฐมวัย อายุ 4-5 ปี ที่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นอนุบาลปีที่

2/1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2560 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ จำนวน 35 คน โดย การเลือกแบบเจาะจง (Cluster sampling)

4.2 ระยะเวลา

ดำเนินการทดลองในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2560 เป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ ละ 3 วัน วันละ 40 นาที ในช่วงเวลากิจกรรมกลางแจ้ง

4.3 ตัวแปรที่ศึกษา

4.3.1 ตัวแปรต้น ได้แก่ การจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อจากวัสดุเหลือใช้

4.3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ พัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา ของ เด็กปฐมวัย

5. นิยามศัพท์เฉพาะ

5.1 กิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อจากวัสดุเหลือใช้ หมายถึง การจัดกิจกรรมที่ทำให้ เด็กปฐมวัยได้เคลื่อนไหวร่างกายทุกรูปแบบที่เกิดจากการหดตัวของกล้ามเนื้อใหญ่และมัดเล็ก ผ่านสื่ออุปกรณ์ที่สร้างจากวัสดุเหลือใช้จากการอุปโภคบริโภคในชีวิตประจำวัน ได้แก่ บ้านมหัศจรรย์ มนุษย์ถ้ำ เบาะอะระดิน กุ้งวิเศษ ปาเป้า แม่นกหวีดไข่ กระต่ายประลองความเร็ว ห่วงหรรษา วังซิกแซก

5.2 พัฒนาการของเด็กปฐมวัย หมายถึง ความแตกต่างระหว่างผลการประเมิน พัฒนาการในด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ จิตใจ ด้านสังคม และด้านปัญญาของเด็กปฐมวัย โรงเรียน สาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ดังนี้

5.2.1 พัฒนาการด้านร่างกาย หมายถึง ความแตกต่างระหว่างผลการประเมิน สมรรถภาพทางกายก่อน และหลังการจัดกิจกรรมทางกาย โดยใช้แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐาน สมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพของเด็กไทย อายุ 4-6 ปี ของสำนักงานกองทุนสนับสนุน การสร้างเสริมสุขภาพ(สสส.) พ.ศ.2549 จำนวน 6 รายการ คือ ดัชนีมวลกาย นั่งอตัวไปข้างหน้า ลูกนั่ง 30 วินาที ยืนกระโดดไกล วิ่งเก็บของ 3 จุด และวิ่งเร็ว 20 เมตร

5.2.2 พัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ หมายถึง ความแตกต่างระหว่างผลการ ประเมินด้านอารมณ์ จิตใจ ก่อน และหลังการจัดกิจกรรมทางกาย โดยใช้แบบประเมินพัฒนาการที่ ผู้วิจัยสร้างขึ้น

5.2.3 พัฒนาการด้านสังคม หมายถึง ความแตกต่างระหว่างผลการประเมินด้านสังคม ก่อน และหลังการจัดกิจกรรมทางกาย โดยใช้แบบประเมินพัฒนาการที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

5.2.4 พัฒนาการด้านปัญญา หมายถึง ความแตกต่างระหว่างผลการประเมินด้านปัญญาก่อน และหลังการจัดกิจกรรมทางกาย โดยใช้แบบประเมินพัฒนาการที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

5.3 เด็กปฐมวัย หมายถึง นักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 2 อายุ 4-5 ปี ที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่

6. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

6.1 เด็กปฐมวัยมีพัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาสูงขึ้น

6.2 ครู ผู้บริหารและผู้เกี่ยวข้องกับการศึกษา เห็นคุณค่าและความสำคัญของการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัย โดยใช้สื่อวัสดุเหลือใช้

7. กรอบแนวคิด

การจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้สื่อจากวัสดุเหลือใช้ที่มีต่อพัฒนาการ 4 ด้านของเด็กปฐมวัย

ตัวแปรต้น

ตัวแปรตาม

