



การพัฒนาศักยภาพของครูปฐมวัยด้านการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะ  
ทางกายระดับปฐมวัยในยุคชีวิตวิถีถัดไปสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น  
จังหวัดฉะเชิงเทรา\*

DEVELOPING THE POTENTIAL OF EARLY CHILDHOOD TEACHERS  
IN ACTIVITY MANAGEMENT TO PROMOTE PHYSICAL HEALTH  
AT THE EARLY CHILDHOOD LEVEL IN THE NEXT LIFE ERA UNDER THE  
LOCAL ADMINISTRATIVE ORGANIZATION OF CHACHOENGSARO PROVINCE

สุรสา จันทนา\*, พจนีย์ เชื้อบัณฑิต

Surasa Janthana\*, Podjane Chuebundit

มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์, ประเทศไทย

Rajabhat Rajanagarindra University, Thailand

\*Corresponding author Email: mynamesurasa@hotmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาศักยภาพของครูปฐมวัยด้านการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายระดับปฐมวัยในยุคชีวิตวิถีถัดไป และ 2) ประสิทธิภาพของรูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายระดับปฐมวัยของครูปฐมวัยในยุคชีวิตวิถีถัดไปสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดฉะเชิงเทรา โดยมีวิธีดำเนินการวิจัยแบ่งเป็น 3 ขั้นตอน คือ (1) การพัฒนาชุดการจัดกิจกรรมส่งเสริม สุขภาวะทางกาย (2) การตรวจสอบรูปแบบการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรม และ (3) การประเมิน กลุ่มตัวอย่างคือ ครูปฐมวัยที่ปฏิบัติการสอนในสถานศึกษาและศูนย์พัฒนาเด็กเล็กที่สังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดฉะเชิงเทรา 4 ศูนย์ รวม 15 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ชุดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัย และแบบประเมินสมรรถนะครูในการจัดกิจกรรมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัย สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การทดสอบค่า (t-test) และการหาค่าประสิทธิภาพ (E1/E2)



**ผลการวิจัยพบว่า:**

1. ชุดการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพร่างกายของเด็กปฐมวัย มีประสิทธิภาพเท่ากับ 85.20/90.10 ตามเกณฑ์การสร้างและพัฒนาเครื่องมือ

2. คะแนนผลการใช้ชุดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพร่างกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพร่างกายของเด็กปฐมวัยของครูปฐมวัย ก่อนทดสอบ มีค่าเฉลี่ย 5.33 และหลังทดสอบ มีค่าเฉลี่ย 7.00

3. การเปรียบเทียบคะแนน ผลการใช้ชุดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพร่างกายของเด็กปฐมวัย พบว่าคะแนนหลังการทดสอบสูงกว่าคะแนนก่อนการทดสอบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

**คำสำคัญ:** ชุดกิจกรรมสุขภาพร่างกายของเด็กปฐมวัย, สุขภาพร่างกายของเด็กปฐมวัย, ยุคชีวิตวิถีถัดไป

**ABSTRACT**

This research aims to 1) development the potential of early childhood teachers in organizing activities to promote early childhood physical health in the next lifestyle era and 2) to find out the effectiveness of the format for organizing activities to promote early childhood physical health of early childhood teachers in the next lifestyle era under the local administrative organization in Chachoengsao Province. The research method is divided into 3 steps: (1) developing a set of activities to promote physical health, (2) examining the development model for organizing activities, and (3) evaluating the sample group: Early childhood teachers who teach in educational institutions and child development centers under the local administrative organization of Chachoengsao Province, 4 centers, totaling 15 people. The research tools were a set of activities to promote physical health of early childhood children. and teacher competency assessment form in organizing physical health activities for early childhood children. Statistics used in the research include mean ( $\bar{X}$ ), standard deviation (S.D.), value test (t-test), and efficiency determination (E1/E2).

**The research results found that:**

1. A set of activities to promote the physical health of early childhood children Equally effective 85.20/90.10 according to the criteria for creating and developing tools





2. Scores of the results of using activity sets to promote physical health to promote the physical health of early childhood teachers by early childhood teachers before the test had a mean of 5.33 and after the test had a mean of 7.00.

3. Score comparison Results of using activity sets to promote physical health in early childhood children. It was found that the post-test score was significantly higher than the pre-test score at the .05 level.

**Keywords:** Activity set for physical health of early childhood children, Physical health of early childhood children, The next life era.

## บทนำ

นักจิตวิทยา นักประสาทวิทยา และนักเศรษฐศาสตร์ต่างมีความเห็นสอดคล้องกันว่าช่วงปฐมวัยเป็นช่วงที่สำคัญที่สุดของชีวิตมนุษย์ ดังที่ Heckman (2012) กล่าวว่า การลงทุนในเด็กช่วงปฐมวัยเป็นการลดการขาดดุลและเสริมสร้างเศรษฐกิจได้ในระยะยาว เพราะเด็กในช่วงแรกเกิดถึง 5 ปี เป็นวัยที่มีพัฒนาการทางสมองอย่างรวดเร็ว มีศักยภาพในการเรียนรู้ และสามารถเสริมสร้างทักษะที่จำเป็นต่อชีวิต การลงทุนเด็กในช่วงนี้จึงมีความคุ้มค่าสูง โดยเฉพาะการลงทุนกับเด็กที่อยู่ในภาวะเสี่ยงเด็กด้อยโอกาสเด็กที่มาจากครอบครัวที่ขาดการศึกษา ขาดแคลนทรัพยากรหรือเศรษฐกิจ หากเด็กเหล่านี้ได้รับการสนับสนุน ส่งเสริม และจัดสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมย่อมส่งผลต่อความสำเร็จในการศึกษา สุขภาพ อาชีพการงาน และชีวิตในระยะยาว สำนักงานส่งเสริมสังคมแห่งการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพเยาวชน กล่าวว่า เด็กที่ได้รับการเลี้ยงดูที่ดีได้รับสารอาหาร และการดูแลสุขภาพที่ดีในช่วงแรกของชีวิตมักจะมีทักษะทางกายภาพ ความสามารถทางสติปัญญา และความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีกว่า มีโอกาสเข้าเรียนจนถึงระดับอุดมศึกษาสูงกว่า สามารถลดโอกาสการเรียนซ้ำชั้นหรือการออกกลางคันได้ รวมถึงมีโอกาสเป็นกำลังแรงงานที่มีคุณภาพ สามารถสร้างรายได้ให้กับครอบครัวได้ในอนาคต (สำนักงานส่งเสริมสังคมแห่งการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพเยาวชน, 2555)

จากการสำรวจเชิงพื้นที่โดยการไปมีส่วนร่วมกับครูปฐมวัยในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดองค์ปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดฉะเชิงเทรา พบว่าข้อมูลเด็กปฐมวัยมีปัญหาด้านสุขภาวะทางร่างกายที่ไม่เป็นไปตามเกณฑ์ ซึ่งเด็กปฐมวัยจะต้องมีร่างกายสมบูรณ์ แข็งแรง คล่องแคล่ว ไม่มีโรค มีสุขภาพอนามัยและมีสุขนิสัยในการบริโภคที่ดี ซึ่งสภาพแวดล้อมที่นำไปสู่สุขภาวะทางกาย ได้แก่ สภาพแวดล้อมที่สะอาด ปลอดภัย มีการพักผ่อนเพียงพอ มีปัจจัย 4 เพียงพอ ไม่มีมลภาวะ หรือพฤติกรรมทำลายสุขภาพ เด็กได้ทำกิจกรรมที่มีประโยชน์ ได้แก่ การเล่น การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย รวมถึงการบริโภคสื่อ เทคโนโลยี ของเล่นที่ปลอดภัย มีประโยชน์ต่อสุขภาพและการดำเนินชีวิตไปในทิศทางที่ไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพของตนเอง (Minnesota's public school, 2011) สอดคล้องกับกรอบสมรรถนะของเด็กปฐมวัยในการพัฒนาตามวัย 3-5 ปี ซึ่งระบุพฤติกรรม





บ่งชี้ที่ครอบคลุมสภาวะทางกายทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ 1) โภชนาการ คือ เด็กรับประทานอาหารหลากหลายชนิดที่มีประโยชน์และปลอดภัย 2) สมรรถภาพทางกาย คือ เด็กทำกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกาย ออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมความแข็งแรงและความทนทานของร่างกาย 3) ความปลอดภัย คือ เด็กแสดงออกว่ามีความเข้าใจเกี่ยวกับความปลอดภัย และ 4) การช่วยเหลือและดูแลตนเอง คือ เด็กสามารถช่วยเหลือพึ่งพาตนเองได้ในกิจวัตรประจำวัน (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2556) ดังนั้นการส่งเสริมสภาวะทางกายของเด็กจึงต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่และพัฒนาให้สมบูรณ์พร้อมทั้ง 4 ด้านดังกล่าว

การแก้ปัญหาสภาวะทางกายของเด็กปฐมวัยให้ประสบความสำเร็จนั้นต้องมุ่งสร้างความรู้ ความเข้าใจ รวมทั้งฝึกฝนทักษะของครู การชี้แนะนับเป็นแนวทางหนึ่งที่เหมาะสมกับการนำมาพัฒนาครูให้สามารถส่งเสริมสภาวะทางกายของเด็กปฐมวัยได้ เพราะเป็นแนวทางการเรียนรู้ การแก้ปัญหา หรือพัฒนาที่เน้นการทำงานอย่างใกล้ชิดกับครูเป็นรายบุคคล ซึ่งมีความต้องการศักยภาพและข้อจำกัดที่แตกต่างกัน เป็นการให้คำแนะนำ ช่วยเหลือในบริบทของชีวิตจริง กระบวนการชี้แนะเอื้อให้ครูเกิดพลัง มีแรงบันดาลใจ ร่วมคิด วิเคราะห์ วางแผน ลงมือปฏิบัติ สะท้อนและประเมินตนเองร่วมกับผู้ชี้แนะ อันจะนำไปสู่การแก้ปัญหาหรือพัฒนาตามเป้าหมายที่กำหนดได้

ดังนั้น การส่งเสริมให้ครูปฐมวัยจัดกิจกรรมส่งเสริมสภาวะทางกายเพื่อให้สามารถพัฒนาเด็กปฐมวัยให้ประสบความสำเร็จอย่างมีคุณภาพนั้น สอดคล้องกับหลักการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง (transformative learning) และแนวคิดทฤษฎีระดับขั้นการเปลี่ยนแปลง (stages of change) พฤติกรรมการเปลี่ยนแปลงของบุคคล มีระยะเวลาและความพร้อมแตกต่างกัน จึงต้องอาศัยกระบวนการทางปัญญา อันประกอบด้วย การสร้างจิตสำนึกหรือการตระหนักรู้ในตน การปลุกเร้า โดยสร้างประสบการณ์ทั้งด้านความคิดและความรู้สึก การใคร่ครวญประเมินตนเองและสิ่งแวดล้อมรอบตัว (Prochaska, DiClemente and Norcross, 1998) รวมถึงการเปิดแรงสนับสนุนจากสังคม และกระบวนการทางพฤติกรรม การรับความช่วยเหลือเพื่อให้เกิดพฤติกรรมใหม่ การเสริมแรง การสร้างข้อมูลผูกมัดในการเปลี่ยนพฤติกรรมและควบคุมสิ่งกระตุ้นพฤติกรรม หลีกเลี่ยงสิ่งเร้าที่จะสร้างปัญหา เพื่อให้พฤติกรรมใหม่ที่ดีนั้นคงอยู่ (Lee & Huddleston, 2009) ดังนั้น การที่จะทำใ้บุคคลตระหนักในปัญหาและเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนั้นควรมีการศึกษาสภาพปัญหาและความต้องการเพื่อจะได้วางแผนการพัฒนาได้อย่างสอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมาย รวมทั้งควรมีการสร้างแรงจูงใจเพื่อให้เกิดการกำกับตนเองในการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง ซึ่งจะนำไปสู่การเรียนรู้เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ในที่สุด การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นว่าควรมีแนวทางดำเนินการพัฒนาครูปฐมวัยของเด็กวัยอนุบาลอย่างเหมาะสมเพื่อให้เกิดแนวปฏิบัติกับเด็กอย่างมีคุณภาพ อันจะนำไปสู่การป้องกัน และแก้ปัญหาด้านสภาวะทางกายของเด็กได้อย่างเหมาะสมสอดคล้องต่อสถานการณ์ปัจจุบันให้เกิดประสิทธิภาพต่อไป





### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาศักยภาพของครูปฐมวัยด้านการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางกายระดับปฐมวัยในยุคชีวิตวิถีถัดไปสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น อำเภอบางน้ำเปรี้ยว จังหวัดฉะเชิงเทรา
2. เพื่อหาประสิทธิภาพรูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางกายระดับปฐมวัยของครูปฐมวัยในยุคชีวิตวิถีถัดไปสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น อำเภอบางน้ำเปรี้ยว จังหวัดฉะเชิงเทรา

### วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) มีวิธีการดำเนินการวิจัย ประกอบด้วย ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา วิธีการดำเนินการทดลอง โดยมีรายละเอียดดังนี้

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ ครูปฐมวัยที่ปฏิบัติการสอนในสถานศึกษาและศูนย์พัฒนาเด็กเล็กที่สังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นของอำเภอบางน้ำเปรี้ยวจังหวัดฉะเชิงเทราจำนวน 10 ศูนย์

กลุ่มตัวอย่าง คือ ครูปฐมวัยที่ปฏิบัติการสอนในสถานศึกษาและศูนย์พัฒนาเด็กเล็กที่สังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดฉะเชิงเทราจำนวน 4 ศูนย์ ได้แก่ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กกองกลางการบริหารส่วนตำบลดอนฉิมพลี ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดสุวรรณเทมีย์ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กอบรมเด็กก่อนเกณฑ์มัธยมี่ดารู้ลมุตตากิน และโรงเรียนอนุบาลอบต.ดอนฉิมพลี สังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นอำเภอบางน้ำเปรี้ยว จังหวัดฉะเชิงเทรา จำนวน 15 คน โดยการสุ่มตัวอย่างได้มาด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling) ครูปฐมวัยที่ปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา และศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก สังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น อำเภอบางน้ำเปรี้ยว จังหวัดฉะเชิงเทรา

#### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

1. แบบประเมินสมรรถนะของครูปฐมวัยในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางกายของเด็กปฐมวัย
2. รูปแบบการจัดกิจกรรมสุขภาพทางกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพทางกายของเด็กปฐมวัย

#### วิธีการดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยและพัฒนา (Research and Development) เก็บรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ โดยการกำหนดขอบข่ายของการวิจัยเป็น 3 ขั้นตอนดังนี้

##### ขั้นตอนที่ 1 การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางกายของเด็กปฐมวัย

1. ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้อง เพื่อกำหนดกรอบแนวคิดในการศึกษา แนวทางการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางกายของเด็กปฐมวัย และการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
2. สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ เพื่อสำรวจความคิดเห็นและความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางกายของเด็กปฐมวัย





3. นำไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา แล้วนำไป (Try Out) โดยการสัมภาษณ์ครูปฐมวัยที่เป็นแบบอย่างที่ดี จำนวน 3 คน โดยการเลือกแบบเจาะจงจากผู้ที่มีความรู้และประสบการณ์ในการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ระดับปฐมวัย วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ ด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ทั้งโดยรวมและรายด้าน มีค่าที่ผ่านเกณฑ์อยู่ระหว่าง 0.66-1.00 และปรับแบบประเมินในบางข้อให้สอดคล้องกับพฤติกรรมและการประเมิน

**ขั้นตอนที่ 2** การตรวจสอบรูปแบบการพัฒนาชุดการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัยของครูปฐมวัย ในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดฉะเชิงเทรา

1. ร่างรูปแบบการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัยของครูปฐมวัย ในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดฉะเชิงเทรา ผู้วิจัยนำข้อมูลจากการศึกษาในขั้นตอนที่ 1 มาร่างเป็นรูปแบบการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัย ประกอบด้วย 1) คู่มือการจัดกิจกรรม 2) แนวทางการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัย 3) แบบประเมินตามคู่มือการจัดกิจกรรม

2. การตรวจสอบร่างรูปแบบการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบตรวจสอบความเหมาะสมของคู่มือการจัดกิจกรรม มีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List) และบันทึกความคิดเห็นเพิ่มเติม (Open Form) แล้วนำไปสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน โดยการเลือกแบบเจาะจงจากครูที่มีความรู้และเกี่ยวข้องกับด้านการศึกษาปฐมวัยเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัย ด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ประเมินคุณภาพเนื้อหาของชุดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัย โดยรวมจากผู้เชี่ยวชาญ อยู่ในระดับมากที่สุด

**ขั้นตอนที่ 3** การประเมินรูปแบบการพัฒนาชุดการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัย โดยใช้แบบประเมินสมรรถนะของครูในการจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัย

1. ผู้วิจัยประสานขอความร่วมมือสถานศึกษาและศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น อำเภอบางน้ำเปรี้ยว เพื่อขออาสาสมัครวิจัย

2. ชี้แจงหลักการและเหตุผลของการวิจัย การใช้ชุดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัย

3. ดำเนินการทดลองโดยใช้แบบแผนการวิจัยแบบ (One-Group Pretest-Posttest Design) ดำเนินการทดลอง 3 ระยะคือ ก่อนการทดลอง ระหว่างการทดลอง และหลังการทดลอง

4. วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

5. สรุปผลการวิจัยและอภิปรายผล





## ผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง การพัฒนาศักยภาพของครูปฐมวัยด้านการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางกาย ระดับปฐมวัยในยุคชีวิตวิถีถัดไปสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดฉะเชิงเทรา ในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดฉะเชิงเทรา ดังนี้

1. ผลการประเมินการใช้รูปแบบกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพทางกายของเด็กปฐมวัยของครูปฐมวัย จากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน โดยปรับจากข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญตามประเด็นด้านเนื้อหาปรับปรุงให้สอดคล้องกับพัฒนาการของผู้เรียน สอดแทรกบริบทของชุมชนในกิจกรรม กำหนดสาระการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ให้หลากหลายในการส่งเสริมสุขภาพเด็กในสถานพัฒนาเด็กปฐมวัย ปัจจัยนำเข้า ประกอบด้วย ความรู้ทักษะ (เทคนิค วิธีการ) การดูแลเด็กปฐมวัย 5 ด้าน และจัดประสบการณ์การเรียนรู้และการเล่นเพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัย ข้อมูลด้านคุณภาพของเด็กปฐมวัย ข้อมูลด้านการจัดการระบบรายงานสารสนเทศ ข้อมูลการประเมินการจัดการสภาพแวดล้อมเพื่อความปลอดภัย องค์กรประกอบและเนื้อหาสาระของแต่ละองค์ประกอบของรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพเด็กในสถานพัฒนาเด็กปฐมวัย โดยผลการเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ของครูกลุ่มทดลอง พบว่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ก่อนการทดลองแตกต่างจากหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $<0.001$ )

**ตารางที่ 1** แสดงผลค่าเฉลี่ยคะแนนการใช้ชุดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพทางกายของเด็กปฐมวัยของครูปฐมวัย ในระยะก่อนและหลังการทดลอง สังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น อำเภอบางน้ำเปรี้ยว จังหวัดฉะเชิงเทรา

โรงเรียน /ศพด.	ผลการประเมิน (ก่อน/หลังทดลอง)					ก่อนทดลอง		หลังทดลอง	
	ข้อ 1	ข้อ 2	ข้อ 3	ข้อ 4	ข้อ 5	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
สถานพัฒนาเด็กฯ 1	2/3	1/2	2/3	2/2	2/3	1.80	0.32	2.60	0.48
สถานพัฒนาเด็กฯ 2	2/2	2/3	1/3	2/3	3/3	2.00	0.40	2.80	0.32
สถานพัฒนาเด็กฯ 3	1/2	2/3	2/3	3/3	2/3	1.80	0.64	2.80	0.32
สถานพัฒนาเด็กฯ 4	2/2	2/3	1/3	2/3	3/3	2.00	0.40	2.80	0.32

จากตารางพบว่า ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลการใช้ชุดกิจกรรมในระยะก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพทางกายของเด็กปฐมวัยของครูปฐมวัย ในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดฉะเชิงเทรา ก่อนทดลองพบว่าค่าเฉลี่ยผลการประเมินการใช้ชุดกิจกรรม ค่าเฉลี่ยในระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง





**ตารางที่ 2** แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนการกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัยของครูปฐมวัย ในระยะก่อนและหลังการทดลอง สังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น อำเภอบางน้ำเปรี้ยว จังหวัดฉะเชิงเทรา

ระดับความรู้	$\bar{X}$	S.D.	t	Sig.
ก่อนทดลอง	5.33	1.07	5.86	<0.001
หลังทดลอง	7.00	0.43		

\*p ≥ .05

จากตารางพบว่า ผลการทดสอบแบบจับคู่ตัวอย่างของคะแนนการใช้ชุดกิจกรรมในระยะก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัยของครูปฐมวัย ในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดฉะเชิงเทรา พบว่าค่า  $t=5.86$  และค่า  $Sig=0.001$  ซึ่งค่า  $Sig$  มีค่าน้อยกว่า 0.05 แสดงให้เห็นว่า หลังจากที่คุณครูใช้ชุดกิจกรรมในระยะก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัยมีคะแนนที่สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2. ผลการหาค่าประสิทธิภาพของรูปแบบการจัดกิจกรรมในระยะก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัยของครูปฐมวัย ในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดฉะเชิงเทรา ตามเกณฑ์ (80/80) โดยใช้สูตร (E1/E2) ที่ทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง 15 คน ดังนี้

**ตารางที่ 3** ตารางแสดงผลการหาค่าประสิทธิภาพของรูปแบบการจัดกิจกรรม

ค่าประสิทธิภาพของรูปแบบการจัดกิจกรรม	E1	E2	เกณฑ์ (80/80)
	85.20	90.10	ตามเกณฑ์

จากตารางพบว่า ค่าประสิทธิภาพของรูปแบบกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัยของครูปฐมวัย ระหว่างดำเนินกิจกรรม (E1) มีค่าเท่ากับ 85.20 และการทดสอบหลังการจัดกิจกรรม (E2) มีค่าเท่ากับ 90.10 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าชุดกิจกรรมมีความเหมาะสม

## อภิปรายผล

จากการศึกษาการพัฒนาศักยภาพของครูปฐมวัยด้านการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายระดับปฐมวัยในยุคชีวิตวิถีถัดไปสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดฉะเชิงเทรา ผู้วิจัยนำเสนอการอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ ดังนี้





1. เพื่อพัฒนาศักยภาพของครูปฐมวัยด้านการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายระดับปฐมวัยในยุคชีวิตวิถีถัดไปสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น อำเภอบางน้ำเปรี้ยว จังหวัดฉะเชิงเทรา

การพัฒนาศักยภาพของครูปฐมวัยด้านการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายระดับปฐมวัยในยุคชีวิตวิถีถัดไป ในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดฉะเชิงเทรา โดยใช้แนวคิดเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายที่เกี่ยวข้องกับเด็กปฐมวัย หลักสูตรและคู่มือหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2560 และแนวคิดเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาวะทางกาย และดำเนินการหาประสิทธิภาพของรูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัยของครูปฐมวัย ในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดฉะเชิงเทรา โดยการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity) แสดงให้เห็นว่า เครื่องมือวิจัยนี้หากได้รับการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ ทั้ง 3 ท่าน และผ่านการศึกษาค้นคว้าจากเอกสารและงานวิจัยที่ครอบคลุมกับเนื้อหาที่ต้องการศึกษาแล้วนั้นจะทำให้เครื่องมือที่พัฒนามีคุณภาพแล้วสามารถนำไปใช้กับเด็กปฐมวัยได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ สามารถทำได้โดยการให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวนหนึ่งพิจารณาความครอบคลุมเนื้อหาของคำถามที่ใช้วัด รวมถึงพิจารณาว่าข้อคำถามแต่ละข้อสามารถวัดได้ตรงตามเนื้อหาที่ระบุไว้ในตารางโครงสร้างเนื้อหาและคำนิยามตัวแปรหรือไม่ แล้วนำผลการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมดมาคำนวณหาค่าความสอดคล้อง ดังการศึกษาของ ญัฐนิชา มณีพุกษ์ และคณะ ที่มีการศึกษาคุณภาพของเครื่องมือ จากนั้นได้ทำการศึกษาผลการพัฒนากิจกรรมการปั้นมันดาลาชุด “Mediclaytion” เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมสำหรับเด็กปฐมวัย จำนวน 3 กิจกรรมการปั้น คือ 1) ดาวเคราะห์ดวงน้อย 2) ดาวเสาร์แปลงประกาย 3) ดวงอาทิตย์ยิ้มแฉ่ง โดยผู้วิจัยได้นำชุดกิจกรรมไปตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (IOC) โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน พบว่าในแต่ละกิจกรรมมีผลการประเมินคุณภาพ 0.66 ขึ้นไป ซึ่งผ่านเกณฑ์คุณภาพและมีความเหมาะสมกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นอนุบาล 3 อายุประมาณ 5-6 ปี จำนวน 5 คน ผลการประเมินสุขภาวะรายบุคคล พบว่า กิจกรรมที่ผู้เรียนมีผลประเมินสุขภาวะมากที่สุด คือ กิจกรรมที่ 3 พระอาทิตย์ยิ้มแฉ่ง รองลงมาคือ กิจกรรมที่ 2 ดาวเสาร์แปลงประกาย และกิจกรรมที่ 1 ดาวเคราะห์ดวงน้อย และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านจากการทำกิจกรรมการปั้นทั้ง 3 กิจกรรม พบว่าผู้เรียนมีผลประเมินสุขภาวะมากที่สุด คือ สุขภาวะด้านจิตใจ สุขภาวะด้านร่างกาย สุขภาวะด้านสติปัญญา และสุขภาวะด้านสังคม จากผลการทดลองแสดงให้เห็นว่า กิจกรรมการปั้น มันดาลาชุด “Mediclaytion” สามารถเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวม และมีความเหมาะสมกับการนำไปใช้ในการจัดประสบการณ์ศิลปะเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและพัฒนาการด้านต่าง ๆ ตลอดจนการฝึกสมาธิของเด็กปฐมวัยได้เป็นอย่างดี (ญัฐนิชา มณีพุกษ์ และคณะ, 2567)

2. เพื่อหาประสิทธิภาพรูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายระดับปฐมวัยในยุคชีวิตวิถีถัดไปสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดฉะเชิงเทรา





จากผลการหาประสิทธิภาพของรูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางกายระดับปฐมวัยของครูปฐมวัย ในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดฉะเชิงเทรา ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบกิจกรรมมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐานเท่ากับ 85.20/90.10 ซึ่งมีประสิทธิภาพสูงกว่าเกณฑ์ 80/80 แสดงให้เห็นว่า รูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางกายระดับปฐมวัยเพื่อส่งเสริมสุขภาพทางกายระดับปฐมวัย ได้ถูกพัฒนาขึ้นอย่างละเอียดตามขั้นตอนกระบวนการพัฒนาชุดกิจกรรมที่ถูกต้อง เริ่มตั้งแต่การศึกษาหาข้อมูล กำหนดรูปแบบกิจกรรม รวมถึงผ่านการตรวจสอบคุณภาพความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญและมีการปรับปรุงแก้ไขจนส่งผลให้ชุดกิจกรรมนี้มีคุณภาพ และสามารถนำไปใช้พัฒนาผู้เรียนได้ เมื่อนำไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่างส่งผลให้ชุดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางกายระดับปฐมวัยของครูปฐมวัยในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดฉะเชิงเทรามีประสิทธิภาพสูงกว่าเกณฑ์ 80/80 สอดคล้องกับงานวิจัยของ จรรย์ธศิริ ภางาม และคณะ ได้ทำงานวิจัยเรื่อง การพัฒนาชุดกิจกรรมการเคลื่อนไหวเชิงสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกาย สำหรับนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 1 พบว่า ประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมมีประสิทธิภาพ 86.75/83.03 สูงกว่าเกณฑ์ 80/80 ที่ตั้งไว้ ค่าดัชนีประสิทธิผลของชุดกิจกรรมมีค่าเท่ากับ .69 ผลการเปรียบเทียบพัฒนาการทางด้านร่างกายสำหรับเด็กนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 1 หลังการจัดประสบการณ์สูงกว่าก่อนการจัดประสบการณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมของนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 1 อยู่ในระดับมาก (จรรย์ธศิริ ภางาม และคณะ, 2565)

จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่ารูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางกายของเด็กปฐมวัยของครูปฐมวัยในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดฉะเชิงเทรา มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ เพราะครูมีบทบาทและเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับเด็กปฐมวัย ดังที่ กุสุมาลี โพธิ์ปัสสา กล่าวไว้ว่า ครูที่เลี้ยงมีการส่งเสริมและกระตุ้นพัฒนาการเด็กให้เป็นไปตามวัย ตามแบบประเมิน DSPM ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กควรมีสถานที่มีสิ่งส่งเสริมพัฒนาการเด็ก ทั้งสนามเด็กเล่น สนามกลางแจ้ง ของเล่น สื่อการเรียนรู้ต่างๆล้วนส่งเสริมพัฒนาการเด็กให้สมวัยเป็นไปตามเกณฑ์ รวมทั้งครูที่เลี้ยงที่คอยส่งเสริม กระตุ้นพัฒนาการโดยการทำกิจกรรมการเรียนรู้กับเด็ก และการประเมินผลตามพัฒนาการ (กุสุมาลี โพธิ์ปัสสา, 2562) ซึ่งสอดคล้องกับหน้าที่และความรับผิดชอบของครูที่เลี้ยงที่กำหนดในมาตรฐานการดำเนินศูนย์พัฒนาเด็กเล็กขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น 2559 กล่าวไว้ว่า “ปฏิบัติหน้าที่หลักเกี่ยวกับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ การส่งเสริมการเรียนรู้พัฒนาผู้เรียน ปฏิบัติงานทางวิชาการของสถานศึกษา (ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก)” ส่งผลให้เด็กมีพัฒนาการด้านต่าง ๆ เป็นไปตามเกณฑ์ นับว่าครูผู้ดูแลเด็กและพี่เลี้ยงเด็กเป็นผู้มีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะต้องอยู่ใกล้ชิดเด็กกรองจากพ่อแม่ และทำหน้าที่ในการถ่ายทอดความรู้ ความดี และประสบการณ์อันเป็นประโยชน์ต่อเด็ก ตลอดจนดูแลส่งเสริมพัฒนาการเด็ก ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา ให้มีความงอกงามเต็มตามศักยภาพ และเติบโตไปเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพต่อไป ดังที่ นิภาพร สิงห์โตไทย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง บทบาทครูในการส่งเสริมสุขภาพทางกายแก่





เด็กวัยอนุบาลโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร เขตบางขุนเทียน เพื่อศึกษาบทบาทของครูในการส่งเสริมสุขภาวะทางกายของประชากรแก่เด็กวัยอนุบาล 3 ด้าน ได้แก่ 1) การเป็นแบบอย่าง 2) การจัดสภาพแวดล้อม 3) การส่งเสริมและสนับสนุน ผลการวิจัยในด้านการเป็นแบบอย่าง แสดงให้เห็นว่า ครูปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างในการส่งเสริมสุขภาวะทางกายในระดับมาก โดยรายการที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนระดับการปฏิบัติสูงที่สุด คือ การดูแลตนเองให้ปลอดภัย ไม่เสี่ยงอันตราย แสดงให้เห็นว่าครูใส่ใจในเรื่องการดูแลสุขภาพและความปลอดภัย (นิภาพร สิงโตไทย, 2561) และสอดคล้องกับบทความของ Cole ได้นำเสนอถึงแนวทางของครูต่อการส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กในโรงเรียน ดังนี้ การสร้างสุขนิสัยที่ดีกับเด็ก เช่น การล้างมือ การเลือกโภชนาการที่ดี กิจกรรมการกลางแจ้ง ครูต้องเป็นผู้ปฏิบัติต้นแบบที่ดีเกี่ยวกับสุขภาวะทางกาย และคำนึงถึงความเสี่ยงอันตรายจากการเล่นด้วย (Cole, 2006)

## องค์ความรู้ใหม่

การส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัยนับเป็นรากฐานสำคัญของการพัฒนามนุษย์ในระยะยาว งานวิจัยเรื่องการพัฒนาชุดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัยได้ก่อให้เกิดองค์ความรู้ใหม่ที่มีคุณค่า ทั้งในเชิงรูปแบบกิจกรรม กระบวนการพัฒนา และลักษณะของกิจกรรมที่มีประสิทธิผล ซึ่งสามารถสรุปองค์ความรู้ใหม่ที่สำคัญได้ 3 ประการ ดังนี้

1. องค์ความรู้เกี่ยวกับรูปแบบของชุดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัย ชุดกิจกรรมที่พัฒนาขึ้นมีลักษณะเด่นคือการบูรณาการการเคลื่อนไหว การดูแลสุขภาพ และบริบทของชีวิตวิถีถัดไปเข้าด้วยกัน โดยมุ่งเน้นการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านการลงมือปฏิบัติ (Active Learning) และการเคลื่อนไหวที่เหมาะสมกับพัฒนาการตามวัยของเด็ก ชุดกิจกรรมดังกล่าวไม่ได้มุ่งเน้นเพียงการพัฒนาทางกายเท่านั้น แต่ยังส่งเสริมทักษะชีวิตที่จำเป็น เช่น การดูแลตนเอง การรักษาสุขอนามัย และการป้องกันตนเองด้านความปลอดภัย อีกทั้งสามารถนำไปปรับใช้ได้ทั้งในและนอกห้องเรียน ภายใต้ข้อจำกัดของบริบททางสังคมและสุขภาพที่เปลี่ยนแปลงไป

2. องค์ความรู้เชิงกระบวนการในการสร้างชุดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกาย งานวิจัยสะท้อนให้เห็นถึงความสำคัญของการออกแบบกิจกรรม โดยคำนึงถึงลักษณะของชุมชน วัฒนธรรม และศักยภาพของครูปฐมวัย กระบวนการพัฒนาชุดกิจกรรมเน้นการมีส่วนร่วมของครูปฐมวัย ซึ่งช่วยให้ชุดกิจกรรมมีความเหมาะสม สอดคล้องกับสภาพจริง และสามารถนำไปใช้งานได้มีประสิทธิภาพ

3. องค์ความรู้เกี่ยวกับลักษณะของกิจกรรมที่มีประสิทธิผลต่อการส่งเสริมสุขภาวะทางกายของเด็กปฐมวัย ธรรมชาติการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัยคือการเรียนรู้ผ่านการเล่น ควบคู่กับกิจกรรมการดูแลสุขอนามัยส่วนบุคคล เช่น การล้างมือ การดูแลร่างกาย และการเรียนรู้เรื่องโภชนาการที่เหมาะสม รวมถึงกิจกรรมที่เชื่อมโยงกับชีวิตประจำวันของเด็กและบริบทของชุมชน ยังช่วยสร้างความหมายในการเรียนรู้ และส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะทางกายอย่างยั่งยืน





## สรุป

การพัฒนาศักยภาพของครูปฐมวัยด้านการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายระดับปฐมวัยในยุคชีวิตวิถีถัดไปสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดฉะเชิงเทราเกิดประโยชน์กับเด็กปฐมวัยในพัฒนาการทางร่างกายที่สมวัยและแข็งแรง ได้ทำกิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย และการเล่นอย่างเหมาะสมตามวัย พัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่-มัดเล็กแข็งแรง การทรงตัวและการประสานงานของร่างกายดีขึ้น ลดความเสี่ยงของภาวะอ้วน ขาดการเคลื่อนไหว หรือปัญหาสุขภาพในระยะยาว เด็กเรียนรู้การดูแลสุขภาพตนเองตั้งแต่วัยเด็ก มีนิสัยรักการออกกำลังกาย รู้จักการพักผ่อน การกินอาหารที่เหมาะสม และสุขอนามัยพื้นฐาน ปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพที่ดีอย่างต่อเนื่องในชีวิตประจำวัน เด็กมีความสุข สนุก และกล้าแสดงออก กิจกรรมที่ครูออกแบบอย่างสร้างสรรค์ช่วยให้เด็กเรียนรู้ผ่านการเล่น เด็กเกิดความมั่นใจ กล้าเคลื่อนไหว กล้าลองสิ่งใหม่ ๆ และมีอารมณ์เชิงบวก อีกทั้งยังส่งเสริมพัฒนาการด้านสมองและการเรียนรู้การเคลื่อนไหวร่างกาย ช่วยกระตุ้นการทำงานของสมอง เด็กมีสมาธิดีขึ้น เรียนรู้ได้ดีขึ้น และพร้อมต่อการพัฒนาด้านสติปัญญาในอนาคต เด็กปรับตัวได้ดีในยุคชีวิตวิถีถัดไป ได้เรียนรู้กิจกรรมที่ผสมผสานเทคโนโลยีอย่างเหมาะสมกับวัย มีทักษะการปรับตัว การใช้ชีวิตอย่างปลอดภัย และรู้เท่าทันสิ่งแวดล้อมรอบตัว ลดความเหลื่อมล้ำด้านสุขภาวะของเด็กในท้องถิ่น เด็กในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดฉะเชิงเทราได้รับโอกาสในการพัฒนาสุขภาพอย่างมีคุณภาพและเท่าเทียม ส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีได้ตั้งแต่ปฐมวัย สรุปแล้วการพัฒนาศักยภาพครูปฐมวัยด้านการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกาย ช่วยให้เด็กปฐมวัยเติบโตอย่างแข็งแรง สมวัย มีความสุข พร้อมเรียนรู้ และมีรากฐานสุขภาพที่ดี เพื่อก้าวสู่การพัฒนาที่ยั่งยืนในอนาคต

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

#### ระดับหน่วยงาน

1. ครูผู้สอนควรศึกษาชุดรูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายระดับปฐมวัยให้เข้าใจอย่างละเอียด ทั้งในด้านวัตถุประสงค์ ขั้นตอน วิธีดำเนินกิจกรรม และการประเมินผล ก่อนนำไปวางแผนจัดกิจกรรมให้กับเด็กปฐมวัย เพื่อให้การดำเนินงานเกิดประสิทธิภาพสูงสุดและสอดคล้องกับพัฒนาการของเด็ก
2. สถานศึกษาควรวางแผนบูรณาการชุดรูปแบบกิจกรรมดังกล่าวเข้ากับแผน การจัดการประสบการณ์ประจำวัน/ประจำสัปดาห์ โดยปรับให้เหมาะสมกับบริบทของเด็กแต่ละพื้นที่
3. ควรมีการนิเทศ ติดตาม และสะท้อนผลการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เพื่อพัฒนาปรับปรุงการดำเนินงานให้เหมาะสมและตอบสนองต่อความต้องการของเด็ก
4. ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการสนับสนุนกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกาย เพื่อให้เกิดความต่อเนื่องทั้งที่โรงเรียนและที่บ้าน





### ระดับองค์กร (องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดฉะเชิงเทรา)

1. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดฉะเชิงเทรา ควรสนับสนุนการอบรมเชิงปฏิบัติ การให้ครูปฐมวัยในสังกัด เพื่อสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับแนวทางและขั้นตอนการใช้ชุดรูปแบบการจัดกิจกรรม
2. ควรจัดสรรงบประมาณและทรัพยากรที่เพียงพอ เช่น สื่อ อุปกรณ์ และพื้นที่ที่เหมาะสม เพื่อสนับสนุนการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายอย่างมีคุณภาพ
3. พัฒนาระบบติดตามและประเมินผลในภาพรวมขององค์กร เพื่อรวบรวมข้อมูลผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับเด็ก และนำข้อมูลไปใช้ในการปรับปรุงหรือขยายผลในหน่วยงานอื่น ๆ
4. สนับสนุนการสร้างเครือข่ายแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างศูนย์พัฒนาเด็กเล็กหรือสถานศึกษาในสังกัด เพื่อแบ่งปันแนวปฏิบัติที่ดี (Best Practices)

### ระดับนโยบาย

1. หน่วยงานที่กำหนดนโยบายด้านการศึกษาปฐมวัยควรนำผลการวิจัยไปใช้เป็นข้อมูลประกอบการกำหนดแนวทางหรือมาตรฐานการส่งเสริมสุขภาวะทางกายในเด็กปฐมวัยในระดับพื้นที่และระดับประเทศ
2. ควรกำหนดให้การส่งเสริมสุขภาวะทางกายเป็นนโยบายสำคัญที่บูรณาการอยู่ในแผนพัฒนาการศึกษาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นอย่างชัดเจน
3. สนับสนุนงบประมาณและทรัพยากรในระยะยาว เพื่อให้การดำเนินงานมีความต่อเนื่องและยั่งยืน
4. ส่งเสริมการวิจัยและพัฒนาต่อยอดรูปแบบกิจกรรมให้เหมาะสมกับบริบทที่หลากหลาย เพื่อยกระดับคุณภาพการจัดการศึกษาปฐมวัยโดยรวม

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. การศึกษาพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัยในแต่ละช่วงอายุ เพื่อพัฒนาแนวทางการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมและสอดคล้องกับพัฒนาการตามวัย
2. การศึกษาผลของการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายที่มีต่อความสามารถด้านอื่นของเด็กปฐมวัย ได้แก่ ความสามารถทางการคิด ความร่วมมือ ความเชื่อมั่นในตนเอง พฤติกรรมการช่วยเหลือ และความสามารถทางคณิตศาสตร์
3. การพัฒนาคู่มือชุดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกายสำหรับผู้ปกครอง เพื่อส่งเสริมพัฒนาการเด็กปฐมวัยที่บ้านให้สอดคล้องกับการจัดการเรียนการสอนในสถานศึกษา

### เอกสารอ้างอิง

- กุสุมาลี โปธิปัสสา. (2562). สภาวะการส่งเสริมพัฒนาการเด็กก่อนวัยเรียนของศูนย์พัฒนาเด็ก ตำบลโนนสูง-น้ำคำ อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี. วารสารโรงพยาบาลสกลนคร, 22(2), 25-37.





- จรรยาธศิริ ภางาม และคณะ. (2565). การพัฒนาชุดกิจกรรมการเคลื่อนไหวเชิงสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกาย สำหรับนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 1. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยการจัดการและเทคโนโลยีอีสเทิน, 19(2), 245-256.
- ณัฐนิชา มณีพฤกษ์, อินทิรา พรหมพันธุ์ และเพชร วงษ์วรรณ. (2567). การเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมสำหรับเด็กปฐมวัยด้วยการกิจกรรมปั้นมันดาลา ชุด “Mediclaytion”. วารสารนวัตกรรมการศึกษาและการวิจัย, 8(4), 1-12.
- นิภาพร สิงห์โตไทย. (2561). บทบาทครูในการส่งเสริมสุขภาวะทางกายแก่เด็กวัยอนุบาลในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร เขตบางขุนเทียน. วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา (OJED), 13(3), 121-130.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2556). รายงานประจำปี 2556 สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กับเส้นทางการพัฒนาการศึกษาไทย. กรุงเทพฯ: สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา.
- สำนักงานส่งเสริมสังคมแห่งการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพเยาวชน. (2555). แนวทางการสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพเยาวชน. กรุงเทพฯ: สสค.
- Cole, P. (2006). All children ready for school: Health and physical well-being. Indiana Institute on Disability and Community.
- DiClemente, C. C., & Prochaska, J. O. (1998). Toward a comprehensive, transtheoretical Model of change. Applied and Preventive Psychology, 7(1), 23-32.
- Heckman, J. J. (2012). Invest in early childhood development: Reduce deficits, strengthen the economy. The Heckman Equation.
- Minnesota Department of Education & Minnesota Department of Children, Youth, and Families. (2011). Minnesota early learning standards: Early Childhood Indicators of Progress (ECIPs). State of Minnesota.

