



รูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน ระดับชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์

Model for enhancing physical education potential for Secondary education
student with hearing impairment of the Setsatian School for the deaf.

ปนัดดา วงศ์จินดา^{1*} Panadda Wongchanta¹

¹ผู้อำนวยการโรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์

Setsatian school for the deaf under the royal Patronage of His Royal Highness Crown Prince Maha Vajiralongkorn

* Corresponding author e-mail: por2704@hotmail.com

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์ การดำเนินการวิจัยแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ 1) ศึกษาสภาพและความต้องการในการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษา โดยสนทนากลุ่มครูและนักเรียน จำนวน 20 คน และทดสอบสมรรถภาพทางกายนักเรียน จำนวน 93 คน 2) พัฒนารูปแบบและคู่มือแล้วนำไปสอบถามความความเป็นไปได้และการนำไปใช้ โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 20 คน 3) ศึกษาประสิทธิผลของรูปแบบจากทดสอบสมรรถภาพทางกายนักเรียนจำนวน 31 คน ก่อนและหลังการใช้รูปแบบและคู่มือและสอบถามความพึงพอใจของผู้ปกครอง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติขั้นพื้นฐาน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติทดสอบที (t - test for dependent Samples) และวิเคราะห์เนื้อหา ผลการศึกษา พบว่า

1. นักเรียนมีสมรรถภาพทางกายต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน เฉลี่ยร้อยละ 60.76 ขาดรูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษา และต้องการให้ มีแนวทางแก้ไขปัญหาดังกล่าว ที่ชัดเจน
2. รูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษา มี 3 องค์ประกอบ คือ 1) หลักการและแนวคิดพื้นฐาน 2) จุดมุ่งหมายของรูปแบบประกอบด้วย กลุ่มเป้าหมาย หลักการและแนวคิดพื้นฐาน 3) กระบวนการของรูปแบบ 3.1) ระบบสนับสนุน 3.2) ขั้นตอนการส่งเสริม ร่างรูปแบบฯและร่างคู่มือฯ ความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}$ =4.66, S.D. =.11) และ ($\bar{x}$ =4.56, S.D. =.12) ตามลำดับ
3. ประสิทธิผลการใช้รูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน พบว่า ระดับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนก่อนและหลังแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ .05 นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}$ =4.79, S.D. =.32) ครูและผู้ปกครองมีความพึงพอใจต่อการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษา อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}$ =4.70, S.D. =.21)

คำสำคัญ: หูหนวก; พลศึกษา; เศรษฐเสถียร; สมรรถภาพทางกาย; รูปแบบบริหาร



ABSTRACT

This study was to develop a Model for enhancing physical education potential for Secondary education student with hearing impairment of the Setsatian School. The research was conducted in 3 phases are: 1) study of the condition and need for enhancing physical education potential for secondary school students with hearing impairment. By discussing a group of teachers and 20 students and physical fitness test for 93 students 2) Develop patterns and manuals and bring to ask the possibility and application. By experts in the amount of 20 people 3) Study the effectiveness of the model from the physical fitness test of 31 students. Before and after using the pattern and the manual and asked the parents' satisfaction. The data were analyzed using basic statistics, percentage, mean, standard deviation, t-test for dependent samples and content analysis. The results of the study showed that

1. The students had physical fitness lower than the average standard of 60.76 percent, lacking a model for promoting potential in physical education and clear solution to the problem.

2. A model for promoting physical education potential for students with hearing impairment at the secondary school level consists of 3 components: 1) The principles and objectives of the model consist of objectives, target groups. Basic principles and concepts 2) Operation steps 3) Support systems are feasible to implement. Were at the highest level ($\bar{X} = 4.66$, S.D. = .11) and ($\bar{X} = 4.56$, S.D. = .12).

3. The effectiveness of using the model for promoting physical education potential for students with hearing impairment found that the levels of physical fitness of the students before and after were significantly different from .05. The students had a positive attitude towards the promotion of physical education potential at the highest level ($\bar{X} = 4.79$, S.D. = .32). Teachers and parents were satisfied with the promotion of physical education potential. At the highest level ($\bar{X} = 4.70$, S.D. = .21)

Keywords: Model; Deaf; Physical Education; Setsatian School for The Deaf; Physical fitness



บทนำ

สุขภาพเป็นเรื่องสำคัญและเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพการทำงานของมนุษย์ รัฐบาลไทยได้ให้ความสำคัญกับสุขภาพของคนไทยโดยระบุในยุทธศาสตร์ชาติ ระยะ 20 ปี (พ.ศ. 2560–2579) ใช้กีฬาเป็นหลักการพื้นฐานของการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ทั้งสมอง สติปัญญา การสร้างวินัย จิตสำนึก ความสามัคคีและการมีน้ำใจนักกีฬา รวมทั้งสร้างคุณค่าและคุณภาพชีวิตให้ประชาชนและกำหนดให้ทุกสถานศึกษาส่งเสริมการออกกำลังกาย เล่นกีฬาเป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรที่ทุกสถานศึกษาต้องจัดให้แก่แก่นักเรียนทั้งในและนอกห้องเรียน นอกจากนี้รัฐบาล ได้กำหนดแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561-2573 เพื่อให้ประชาชนทุกกลุ่มวัยมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ อาทิ การกำหนดวันออกกำลังกายของทุกองค์กร การจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย ปรับปรุงสนามเด็กเล่น ทางเท้า สวนสาธารณะ เพิ่มพื้นที่ออกกำลังกายในชุมชน (กองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข, 2561) กระทรวงศึกษาธิการกำหนดให้ทุกสถานศึกษาจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหว เช่น ออกกำลังกายหลังเลิกเรียนทั้งใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ ภายในและภายนอกห้องเรียน ส่งเสริมให้ครูจัดการเรียนรู้ที่ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติ เช่น นักเรียนได้เคลื่อนไหวร่างกายในช่วงเวลาเรียน สนับสนุนให้นักเรียนที่อาศัยอยู่ใกล้โรงเรียนเดินมาโรงเรียน จัดกิจกรรมพลศึกษาอย่างต่อเนื่องร่วมกับกระบวนการเรียนรู้ของสมอง เช่น กิจกรรมรับ-ส่งลูกบอล กระโดดเชือก เดินสั้ขา หรือ เล่นกีฬาที่ใช้เวลาต่อเนื่องกัน อย่างน้อย 15-20 นาทีขึ้นไป เป็นต้น (กรมพลศึกษา, 2562)

บุคคลที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน ร้อยละ 30-70 มีความบกพร่องของระบบการทรงตัว (Vestibular dysfunction) และมีพัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวล่าช้า (Motor delays) (Cushing et al, 2013; Maes, 2014; Fernandes, Hariprasad, and Kumar, 2015) ระบบการทรงตัว มีหน้าที่ควบคุมการเคลื่อนไหวของตา (Eye movement and oculomotor activity) ตำแหน่งข้อต่อและการรับรู้เอ็น ข้อต่อ (Joint position and proprioceptive) ทักษะการควบคุมกลไกการเคลื่อนไหว (Control of motor skills) การควบคุมสมดุลของท่าทาง (Control of posture) (Rajendran, Roy and Jeevanantham, 2012) ทั้งนี้การส่งเสริมทักษะการเคลื่อนไหว ที่เหมาะสมมีความสำคัญต่อพัฒนาการของการกล้ามเนื้อมัดเล็ก (Fine motor development) และสติปัญญาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับขั้นมัธยมศึกษาในระยะยาว (Crowe and Horak, 1988.; Dair, Ellis, Lieberman, 2006; Hartman, Houwen, Visscher, 2011 and Lieberman, 2011) จากการวิจัยเปรียบเทียบสมรรถภาพทางกายนักเรียนหูหนวกกับนักเรียนทั่วไปอายุ 10-13 ปี ของ Al-Rahamneh, Eston, Dababseh (2013) พบว่า นักเรียนทั่วไปมีสมรรถภาพทางกายดีกว่านักเรียนหูหนวกวัยเดียวกัน และนักเรียนที่มีสมรรถภาพทางกายสูงมีแนวโน้มที่จะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่าเด็กที่มีสมรรถภาพทางกายต่ำ และ Li, Haegle and Wu (2019) พบว่า นักเรียนระดับขั้นมัธยมศึกษาที่หูหนวกมีพฤติกรรมน้อยนิ่งอยู่กับที่ระดับที่สูงสอดคล้องกับระดับการออกกำลังกายหรือ เล่นกีฬาที่ต่ำถึงต่ำมากเมื่อเทียบกับนักเรียนระดับขั้นมัธยมศึกษาที่มีการได้ยิน สอดคล้องกับ อรจิรา ทะลิทอง (2561) ศึกษาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนระดับขั้นมัธยมศึกษา พบว่า นักเรียนระดับขั้นมัศึกษามีสมรรถภาพทางกายเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง จึงควรส่งเสริมสมรรถภาพทางกายในนักเรียนที่มีสมรรถภาพทางกายเป็นตามวัย

โรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์จัดการศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน จากรายงานผลการจัดการศึกษาวิชาพลศึกษาในปีการศึกษา 2561 พบว่า นักเรียนระดับขั้นมัศึกษามี



ระดับสมรรถภาพทางกายตามมาตรฐานสุขภาพสำหรับเด็กไทย ของกรมพลศึกษา (2555) ระดับต่ำถึงต่ำมาก เฉลี่ยร้อยละ 55.46 ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาตั้งแต่ 60 นาทีขึ้นไปต่อวัน ร้อยละ 29.1 และทุกคนไม่ได้ร่วม กิจกรรมออกกำลังกายหรือเล่นกีฬานอกเหนือจากการเรียนในวิชาพลศึกษา เนื่องจากโรงเรียนมีข้อจำกัด เรื่อง สนามฝึกซ้อมกีฬา ขาดแคลนผู้ฝึกสอนกีฬา (โค้ช) ที่ใช้ภาษามือได้ และการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาไม่ต่อเนื่อง (โรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์, 2561) การส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษามี ความสำคัญกับนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาเป็นอย่างยิ่งเนื่องจากเป็นช่วงของการเจริญเติบโต พัฒนาการทางร่างกายที่พัฒนาไปสู่บุคลิกภาพและสุขภาพที่ดี ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ห่างไกลจาก ยาเสพติด มีจิตใจที่ร่าเริงแจ่มใส เข้ากับสังคมได้เป็นอย่างดี ผู้ศึกษารับหน้าที่บริหารโรงเรียน ได้ศึกษา สภาพ ความต้องการและพัฒนารูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความ บกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษาขึ้น เพื่อเพิ่มระดับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนให้เป็นไป ตามมาตรฐานที่กรมพลศึกษากำหนดต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

2.1 ศึกษาสภาพและความต้องการในการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์

2.2 พัฒนารูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษา สำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์

2.3 ศึกษาประสิทธิผลของรูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยและพัฒนาเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและคุณภาพ การดำเนินงานมี 3 ระยะ คือ ระยะที่ 1 ศึกษาสภาพและความต้องการในการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษา ระยะที่ 2 พัฒนารูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษา สำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษา และระยะที่ 3 ศึกษาประสิทธิผลของการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษา มีขั้นตอนและแผนการศึกษา แสดงดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ขั้นตอนและแผนการศึกษารูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มี

ความ

บกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์

วัตถุประสงค์	วิธีการ	แหล่งข้อมูล	เครื่องมือ	ผลลัพธ์
เพื่อศึกษาสภาพและความต้องการในการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับ	1.ทดสอบสมรรถภาพทางกายตามมาตรฐานสุขภาพนักเรียน 2.สนทนากลุ่มครูผู้สอนและนักเรียน	1. สารสนเทศ และรายงานการประเมินตนเอง 2. ครูผู้สอน จำนวน 10 คน	1. แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายตามมาตรฐานสุขภาพของเด็กไทย	ทราบสภาพและความต้องการจำเป็น ในการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษา



วัตถุประสงค์	วิธีการ	แหล่งข้อมูล	เครื่องมือ	ผลลัพธ์
นักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษา		3. นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 10 คน	2. แนวคำถามสนทนากลุ่มครู 3. แนวคำถามสนทนากลุ่มนักเรียน	สำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินของโรงเรียนเศรษฐเสถียรฯ
เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษา สำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษา	1.วิเคราะห์เอกสารวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง 2.จัดทำร่างรูปแบบฯ และร่างคู่มือฯ 3.เสนอร่างรูปแบบฯ และร่างคู่มือฯ ต่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา 4. สอบถามความเป็นไปได้ในการนำร่างรูปแบบฯ และร่างคู่มือฯ ไปใช้	ผู้ทรงคุณวุฒิ ประกอบด้วย ผู้บริหาร ครูผู้สอนวิชาพลศึกษา โรงเรียนที่จัดการศึกษา สำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน และผู้ฝึกสอนกีฬาที่มีประสบการณ์สอนนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน อย่างน้อย 5 ปี จำนวน 15 คน	1 แบบประเมินความตรงเชิงเนื้อหาร่างรูปแบบฯ และคู่มือฯ ไปใช้ 2.แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำร่างรูปแบบฯ และร่างคู่มือฯ ไปใช้	ได้รูปแบบและคู่มือรูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษา สำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์ มีความเป็นไปได้ในการนำไปใช้
เพื่อศึกษาประสิทธิผลของรูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษา สำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษา	1. นำรูปแบบและคู่มือฯ ไปใช้หาผลในปีการศึกษา 2562 2. วัดเจตคตินักเรียน 3. สอบถามความพึงพอใจในการนำรูปแบบฯ และคู่มือฯ ไปใช้ที่โรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์	1. นักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษาที่มีสมรรถภาพทางกายระดับต่ำและต่ำมาก จำนวน 31 คน 2. ครูผู้สอน จำนวน 32 คน 3. ผู้ปกครอง จำนวน 31 คน	1. แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายตามมาตรฐานสุขภาพของเด็กไทย 2. แบบวัดเจตคติต่อการพัฒนาศักยภาพด้านพลศึกษาของนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน 3.แบบสอบถามความพึงพอใจของครูและผู้ปกครอง	ทราบผลการนำรูปแบบและคู่มือฯ ไปใช้ที่โรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์

การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้สถิติขั้นพื้นฐาน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติทดสอบที่ (t - test for dependent Samples) และวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาศักยภาพและความต้องการในการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับมัธยมศึกษาของโรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์ ดังตารางที่ 2



ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของนักเรียนฯ ระดับชั้นมัธยมศึกษาจำแนกตามระดับสมรรถภาพทางกายตามมาตรฐานสุขภาพสำหรับเด็กไทย ปีการศึกษา 2562

รายการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	ระดับสมรรถภาพทางกาย(จำนวน 93 คน)					
	ดีขึ้นไป		ปานกลาง		ต่ำ ลงไป	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
นั่งงอตัวไปข้างหน้า	17	18.28	21	22.58	55	59.14
ดันพื้นประยูกต์ 30 วินาที	14	15.05	27	29.03	52	55.92
ลูกนั่ง 60 วินาที	10	10.75	25	26.88	58	62.37
ยืนยกเข่าขึ้นลง 3 นาที	9	9.68	23	24.73	61	65.59
เฉลี่ย		13.44		25.80		60.76

จากตารางที่ 2 พบว่า ผลการศึกษาสมรรถภาพระดับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน ระดับชั้นมัธยมศึกษา ปีการศึกษา 2562 ในภาพรวม พบว่า นักเรียนมีระดับสมรรถภาพทางกายตามมาตรฐานสุขภาพสำหรับเด็กไทย อยู่ในระดับดีขึ้นไป เฉลี่ยร้อยละ 13.44 ระดับปานกลาง เฉลี่ยร้อยละ 25.80 ระดับต่ำ เฉลี่ยร้อยละ 60.76

ผลการสนทนากลุ่มครูผู้สอน พบว่า ครูมีความเห็นว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา มีสมรรถภาพทางกายต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ซึ่งนักเรียนมัธยมศึกษาอยู่ในช่วงวัยสำคัญของการพัฒนาการทางร่างกาย โรงเรียนควรมีกระบวนการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาพร้อมคู่มือที่ชัดเจน สนับสนุนสื่ออุปกรณ์ เพิ่มเวลาออกกำลังกายหลังเลิกเรียน อย่างน้อยวันละ 60 นาที สัปดาห์ละ 3 วัน กำหนดผู้รับผิดชอบและประสานงานกับผู้ที่เกี่ยวข้องอย่างชัดเจน เพื่อให้ นักเรียนมีสมรรถภาพทางกายอยู่ในระดับมาตรฐานตามวัย

ผลการสนทนากลุ่มนักเรียน พบว่า นักเรียนได้รับการทดสอบสมรรถภาพทางกายปีละ 1 ครั้ง นักเรียนคิดว่าการมีสมรรถภาพทางกายต่ำทำให้ร่างกายไม่แข็งแรง เจ็บป่วยได้ง่าย ปัญหา คือ นักเรียนรับทราบระดับสมรรถภาพทางกายของตนเองแต่ไม่มีแนวทางการพัฒนาสมรรถภาพทางกายนอกจากการเรียนวิชาพลศึกษา ทั้งนี้ครูไม่ได้จัดกิจกรรมเฉพาะสำหรับนักเรียนที่มีสมรรถภาพทางกายต่ำ

ความต้องการของครูผู้สอนและนักเรียน คือ ให้โรงเรียนกำหนดแนวทางและจัดกิจกรรมส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาแก่นักเรียนที่มีระดับสมรรถภาพทางกายต่ำ ส่งเสริมให้นักเรียนทุกคนทั้งโรงเรียนออกกำลังกาย เล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ โดยจัดหาอุปกรณ์กีฬา สนามกีฬาที่ปลอดภัย อาสาสมัครนักกีฬา และมีครูเป็นล่ามภาษามือและกำกับการเล่นกีฬา อย่างน้อยวันละ 60 นาที หลังเลิกเรียนเพื่อให้ นักเรียนมีสมรรถภาพทางกายตามเกณฑ์มาตรฐานแต่ละช่วงวัยที่กรมพลศึกษากำหนด

2. ผลการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษา โดยศึกษาจากแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำร่างรูปแบบและร่างคู่มือไปใช้ ของผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ทรงคุณวุฒิ เห็นว่าร่างรูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์ มีความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=4.66$, S.D. =.11) เมื่อพิจารณาแต่ละรายการเรียงลำดับ



จากมากไปหาน้อยได้ ดังนี้ หลักการและแนวคิด มีความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=4.68$, S.D. =.28) ขั้นตอนการดำเนินงาน มีความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=4.66$, S.D. =.15) และระบบสนับสนุน มีความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=4.64$, S.D. =.21) และผู้ทรงคุณวุฒิ เห็นว่าร่างคู่มือฯ มีความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=4.56$, S.D. =.12) เมื่อพิจารณาแต่ละรายการเรียงลำดับ จากมากไปหาน้อยได้ ดังนี้ หลักการและแนวคิดมีความชัดเจน อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=4.80$, S.D. =.41) ความสมบูรณ์และความทันสมัยของเนื้อหา อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=4.75$, S.D. =.44) ความถูกต้องของเนื้อหา อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=4.70$, S.D. =.47)

3. ประสิทธิภาพของรูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน ระดับชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์ พบว่า ระดับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนเพิ่มขึ้น ประกอบด้วย ความอ่อนตัว ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ และความอดทนของระบบหัวใจ และไหลเวียนเลือดก่อนและหลังการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ .05 ทุกรายการทดสอบ มีเจตคติที่ดีต่อการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษา อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=4.79$, S.D. =.32) ครูและผู้ปกครองมีความพึงพอใจต่อการนำรูปแบบฯ มาใช้ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=4.70$, S.D. =.21)

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ก่อนและหลังการ ส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษา

องค์ประกอบ สมรรถภาพทางกาย	รายการทดสอบ สมรรถภาพทางกาย	ระดับสมรรถภาพทางกาย (จำนวน 31 คน)				t	*Sig
		ก่อน		หลัง			
		$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
ความอ่อนตัว	นั่งงอตัวไปข้างหน้า	5.16	9.51	8.29	9.22	-11.16	.000
ความแข็งแรงและ ความอดทนของ กล้ามเนื้อ	ดันพื้นประยুক্ত 30 วินาที	20.35	9.18	23.90	9.46	-9.22	.000
	ลุกนั่ง 60 วินาที	23.00	9.92	26.90	11.07	-8.76	.000
ความอดทนของระบบ หัวใจ และไหลเวียน เลือด	ยืนยกเข่าขึ้นลง 3 นาที	149.00	14.68	160.77	15.09	-14.09	.000

* นัยสำคัญที่ระดับ .05

จากตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ก่อนและหลังการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษา พบว่า สมรรถภาพทางกายของนักเรียนก่อนและหลังแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกรายการทดสอบ



ครูผู้สอนและผู้บริหารมีความพึงพอใจต่อการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษา อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=4.70$, S.D. =.21) เมื่อพิจารณาแต่ละรายการเรียงลำดับ จากมากไปหาน้อยได้ ดังนี้ มีสื่อวีดิทัศน์ ภาษามือและอุปกรณ์ออกกำลังกายเพียงพอ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=4.90$, S.D.=.30) นักเรียนมีสมรรถภาพทางกายเพิ่มขึ้น อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=4.87$, S.D.=.34) มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายก่อนและหลังการฝึก อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}=4.84$, S.D.=.38)

อภิปรายผล

1. ผลการศึกษาสภาพและความต้องการในการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์ สอดคล้องกับ Cushing et al (2013) Maes (2014) และ Fernandes, Hariprasad, and Kumar (2015) ที่พบว่า บุคคลที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน ร้อยละ 30-70 สอดคล้องกับ ข้อเสนอแนะของ กองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข (2561) แนะนำโรงเรียนให้จัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักเรียนที่อยู่ในวัยรุ่น (6 - 17 ปี) เพื่อลดพฤติกรรมเนือยนิ่งที่ใช้พลังงานต่ำ เช่น การนั่งเล่นโทรศัพท์มือถือ การใช้คอมพิวเตอร์ให้มีกิจกรรมทางกายในชีวิตประจำวันอย่างน้อย 60 นาทีต่อวัน เพื่อให้มีสมรรถภาพทางกายอยู่ในเกณฑ์มาตรฐานตามวัย สอดคล้องกับ Al-Rahamneh, Eston, Dababseh (2013) ที่เสนอแนะให้โรงเรียนเพิ่มเวลาให้นักเรียนได้เคลื่อนไหวและยกระดับคุณภาพการศึกษาด้านพลศึกษา

2. รูปแบบการส่งเสริมศักยภาพสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับมัธยมศึกษาของโรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์สอดคล้องกับ แนวคิดการบริหารโดยใช้โรงเรียนเป็นฐาน (SBM) ของ Wohlstetter (1995) ที่ได้เสนอให้ใช้ขับเคลื่อนประสิทธิภาพของโรงเรียน ประกอบด้วย ศักยภาพผู้เรียนเป็นสำคัญ วิเคราะห์บริบทโรงเรียน กำหนดพันธกิจของโรงเรียน การจัดการเชิงกลยุทธ์ การตัดสินใจ การใช้ทรัพยากร คุณภาพของผู้บริหารและบทบาทของบุคลากรที่เกี่ยวข้องในโรงเรียนและชุมชน สอดคล้องกับ Presidential Youth Fitness Program; PYFP (2014) กล่าวว่า โปรแกรมพลศึกษาที่มีคุณภาพสำหรับเยาวชนระดับมัธยมศึกษาในโรงเรียน ประกอบด้วย 1) หลักสูตรพลศึกษาที่มีมาตรฐานกลางของชาติ 2) นโยบายการสนับสนุนของโรงเรียน 3) เพิ่มเวลาในการจัดกิจกรรมด้านพลศึกษา 4) การประเมินสมรรถภาพทางกายของนักเรียนที่เป็นมาตรฐาน

3. ประสิทธิภาพของรูปแบบ สอดคล้องกับ Barboza, Ramos, Abreu and Castro (2019) ที่มีข้อค้นพบว่าวิธีการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่มีประสิทธิภาพ ครูและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องต้องเข้าใจถึงข้อจำกัดทางกายรวมถึงสมรรถภาพทางกายของนักเรียนแต่ละคนในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ครูเป็นผู้คอยอำนวยความสะดวก เตรียมสื่ออุปกรณ์ ให้นักเรียนทำกิจกรรมอบอุ่นร่างกาย ฝึกซ้อม เล่นเกมเล็ก ระเบียบแถว เล่นกีฬา เก็บอุปกรณ์ ผ่อนคลาย ฯลฯ จัดกิจกรรมส่งเสริมการสมรรถภาพทางกาย การทรงตัว การเคลื่อนไหวแบบแอโรบิคในช่วงเวลาอบอุ่นร่างกายหรือก่อนการเรียนวิชาพลศึกษาเพื่อแก้ปัญหาการเคลื่อนไหวพื้นฐานของนักเรียนสอดคล้อง โปรแกรมพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวสำหรับนักเรียนหูหนวกของ Soori, Heyrani and Rafe (2019) ประกอบด้วย กิจกรรมการทรงตัว กิจกรรมการรับ-ส่ง ลูกบอล กิจกรรมวิ่งข้ามสิ่งกีดขวาง ครั้งละ 60 นาทีต่อวัน 3 ครั้งต่อสัปดาห์ พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะการเคลื่อนไหวเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ



ข้อเสนอแนะการวิจัย

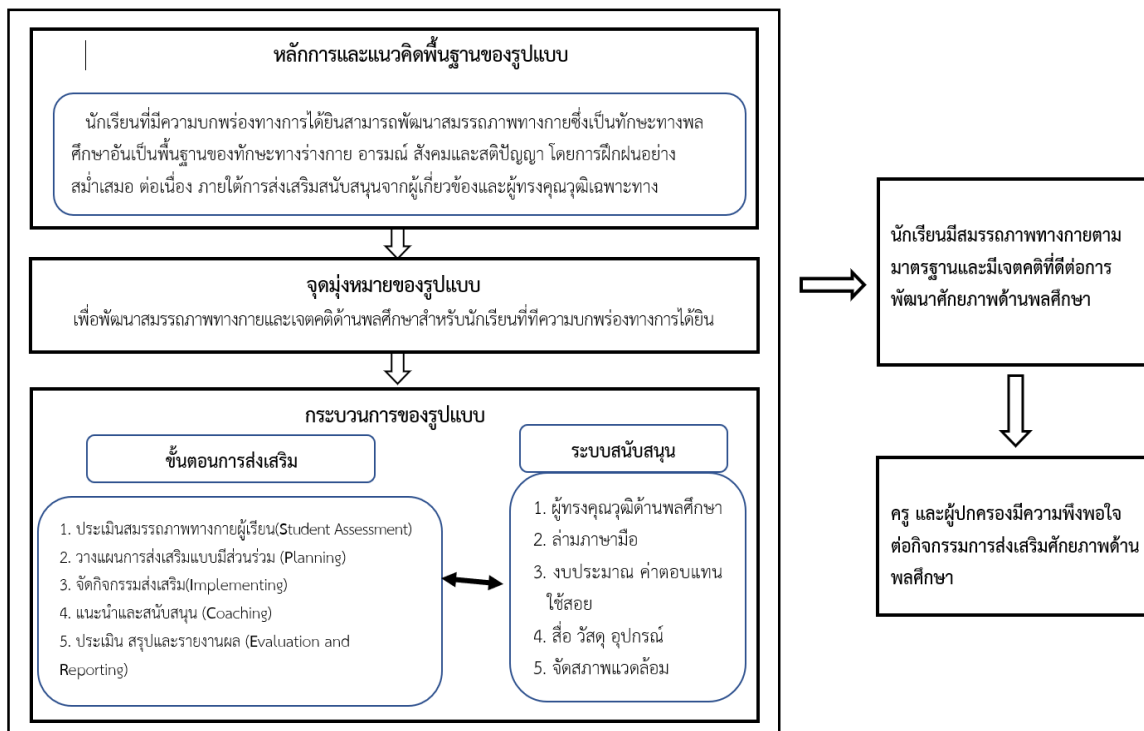
1. ควรส่งเสริมให้นักเรียนมีกิจกรรมออกกำลังกายตามองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกาย อย่างน้อย 3 วัน ต่อสัปดาห์ เพื่อให้มีสมรรถภาพทางกายสมบูรณ์ตามวัย
2. ควรพัฒนาหลักสูตรอบรมครูผู้สอนในโรงเรียนที่จัดการศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินให้สามารถบูรณาการกิจกรรมเคลื่อนไหวให้เป็นส่วนหนึ่งของสอนแต่ละวิชา เพื่อเพิ่มการไหลเวียนโลหิตเข้าสู่สมอง เพิ่มการเรียนรู้ และลดพฤติกรรมเนือยนิ่งของนักเรียน
3. ควรพัฒนาหลักสูตรสถานศึกษาด้านพลศึกษาเพิ่มเติมตามรูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาของนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน เพื่อให้นักเรียนทุกคนได้รับการช่วยเหลือตั้งแต่ระยะแรกเริ่มด้านทักษะกลไกการเคลื่อนไหว และมีระดับสมรรถภาพทางกายระดับดีขึ้น

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรนำรูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษา สำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับมัธยมศึกษา ไปศึกษาวิจัยเพิ่มเติมสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินระดับประถมศึกษาหรือนักเรียนที่มีความพิการประเภทอื่น
2. ควรวิจัยพัฒนารูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินโรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์ โดยร่วมมือกับทีมสหวิชาชีพ เช่นนักวิทยาศาสตร์การกีฬา โค้ชหรือผู้ฝึกสอนกีฬาอาชีพ นักประสาทวิทยา นักกายภาพบำบัด นักกิจกรรมบำบัดและ ผู้ทรงคุณวุฒิ ด้านกีฬาแขนงต่างๆ เป็นต้น พัฒนาเป็นนวัตกรรมการบริหารโรงเรียนด้านกีฬาต่อไป
3. ควรศึกษาวิจัยอนาคตภาพการพัฒนาศักยภาพด้านพลศึกษาและพัฒนานักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยินให้เป็นนักกีฬาอาชีพในระดับชาติและนานาชาติ สร้างชื่อเสียงแก่ประเทศไทย และสร้างการยอมรับจากนานาชาติ

องค์ความรู้ใหม่

รูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน ระดับชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์ที่มีประสิทธิผล เป็นการดำเนินงานส่งเสริมการเคลื่อนไหวและสมรรถภาพทางกายสำหรับนักเรียน ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ซึ่งมีเป้าหมายของหลักสูตรเพื่อพัฒนาเยาวชนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม สติปัญญา มีความรู้ คุณธรรม จริยธรรมและสามารถดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข จากการศึกษาวิจัยและพัฒนา ประกอบด้วย 1) หลักการและแนวคิดพื้นฐาน 2) จุดมุ่งหมายของรูปแบบ และ 3) กระบวนการของรูปแบบ ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 รูปแบบการส่งเสริมศักยภาพด้านพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน ระดับชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์ที่มีความเป็นไปได้ในการนำไป

เอกสารอ้างอิง

- กรมพลศึกษา. (2555). *แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายที่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพ สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี*. กรุงเทพฯ: สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
- _____. (2562). *แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของนักเรียน ระดับมัธยมศึกษา (อายุ 13 - 18 ปี)*. กรุงเทพฯ: สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
- กองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข. (2561). *แผนปฏิบัติการการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (พ.ศ. 2561-2563) สอดคล้องตามแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (พ.ศ. 2561-2573)*. กรุงเทพฯ: บริษัท เอ็นซี คอนเซ็ปต์จำกัด.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2559). *การวิจัยสำหรับครู*. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- โรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์. (2561). *รายงานการประเมินตนเอง โรงเรียนเศรษฐเสถียร ในพระราชูปถัมภ์ ปีการศึกษา 2561*. กรุงเทพฯ: สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ.
- ลัดดาวัลย์ เพชรโรจน์, สุภาส อังคุโชติ, อัจฉรา ชำนิประศาสน์. (2555). *สถิติสำหรับการวิจัยและเทคนิคการใช้ SPSS (Statistic For Research and SPSS Application Techniques)* ฉบับปรับปรุง ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: มิสซัน มีเดีย.



- Al-Rahamneh, H., Eston R.G., Dababseh, M. (2013). Fitness level of deaf students compared to hearing students in Jordan. *Journal of Physical Education and Sport*, 13(4), 528-532.
- Barboza, C., Ramos, A., Abreu, P. and Castro, H. (2019) Physical Education: Adaptations and Benefits for Deaf Students. *Creative Education*, 10 (4), 714-725.
- Crowe, T.K., Horak, F.B. (1988). Motor proficiency associated with vestibular deficits in children with hearing impairments. *Physical Therapy*, 68(10), 1493–1499.
- Cushing, C.L, Gordon, K.A, Rutka, J.A, James, A.L, Papsin, B.C. (2013). Vestibular end-organ dysfunction in children with sensorineural hearing loss and cochlear implants—An expanded cohort and etiologic assessment. *Otol Neurotol*, 34(3), 422-428.
- Dair, J., Ellis, M.K., Lieberman, L.J. (2006). Prevalence of overweight among deaf children. *American Annals of the Deaf*, 151, 318–326.
- Fernandes, R., Hariprasad, S, and Kumar, V.K. (2015). Physical therapy management for balance deficits in children with hearing impairments: A systematic review. *Journal of Paediatrics and Child Health*, 51(8), 753–758.
- Hartman E., Houwen S., Visscher C. (2011). Motor skill performance and sport participation in deaf elementary school children. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 28 (2), 132-145.
- Lieberman L. J. (2011). Hard-of-hearing, deaf or deafblind. In Winnick J. P. (Ed.), *Adapted physical education and sport* (5th Ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Li. C. , Haegele A.J., Wu. L. (2019). Comparing physical activity and sedentary behavior levels between deaf and hearing adolescents. *Disabilities Health Journal*. 12(3), 514-518. doi: 10.1016/j.dhjo.2018.12.002.
- Maes, L., De Kegel A, Van, W.H., Dhooge, I. (2014). Association between vestibular function and motor performance in hearing-impaired children. *Otology and neurotology*, 35(10), 343-347.
- Presidential Youth Fitness Program.(2014). Assessment: Free Assessment Materials Web site. Retrieved June 13, 2019, from <http://www.pyfp.org/assessment/free-materials.shtml>.
- Soori, Z., Heyrani, A. and Rafe, F. (2019). Exercise effects on motor skills in hearing-impaired children. *Sport Sciences for Health*, 15(4), 635–639.
- Wohlstetter, P. (1995). Getting School-based Management Right: What works and What Doesn't. *Phi Delta Kappan*, 77(2), 22-25.