

การพัฒนาและประเมินผลโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้าน
เพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย*
DEVELOPMENT AND EVALUATION OF A RECREATION PROGRAM USING
TRADITIONAL GAMES AND FOLK PLAYS TO PROMOTE GROWTH MINDSET
AMONG UPPER SECONDARY SCHOOL STUDENTS

ชญานิ์ สวานทอง*, สุมณรตรี นิมเนตพันธ์, อนันต์ มลารัตน์

Chayanee Suanthong*, Sumonratree Nimnatipun, Anan Malarat

คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย

Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University, Bangkok, Thailand

*Corresponding author E-mail: chayanee.bcc@gmail.com

*Tel: 095-840-2756

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย และ 2) เพื่อประเมินผลโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย การวิจัยเป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and Development: R&D) โดยทดลองแบบกลุ่มเดียว วัดก่อนและหลังการทดลอง (One-group Pretest-posttest Design) กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 30 คน และผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 9 คน คัดเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือวิจัย ได้แก่ โปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้าน แบบประเมินคุณภาพโปรแกรม แบบวัดกรอบความคิดแบบเติบโต และแบบประเมินความพึงพอใจ ทดลองเป็นเวลา 8 สัปดาห์ วิเคราะห์ด้วยค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ Paired Samples t-test พบว่า โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นประยุกต์ใช้กิจกรรมนันทนาการและการละเล่นพื้นบ้าน 16 กิจกรรม ต่อเนื่องเป็นเวลา 8 สัปดาห์ โดยออกแบบกิจกรรมให้ครอบคลุมองค์ประกอบกรอบความคิดแบบเติบโต 5 ด้าน ได้แก่ เห็นคุณค่าของความพยายาม เผชิญความท้าทาย ก้าวข้ามอุปสรรค เรียนรู้จากความสำเร็จของผู้อื่น และยอมรับคำวิจารณ์และข้อเสนอแนะ ผลการประเมินคุณภาพโปรแกรมอยู่ในระดับมากที่สุด ($M = 4.87$, $S.D. = 0.34$, $I-CVI = 0.98$) หลังการเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนมีคะแนนกรอบความคิดแบบเติบโตสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ก่อนทดลอง $M = 3.29$, $S.D. = 0.48$; หลังทดลอง $M = 4.03$, $S.D. = 0.54$; $t = 5.887$, $p < .001$) และมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด

สะท้อนว่าโปรแกรมสามารถส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย และประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนในสถานศึกษาได้

คำสำคัญ: โปรแกรมนันทนาการ, การละเล่นพื้นบ้าน, การส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโต

Abstract

This research aimed to 1) Develop and 2) Evaluate a recreation program using traditional games and folk plays to promote growth mindset among upper secondary school students. This study employed a Research and Development (R&D) approach. The experimental phase adopted a One-Group Pretest-Posttest Design. The participants consisted of 30 Grade 10 students from Srinakharinwirot University Prasarnmit Demonstration School (Secondary) and nine experts, selected through purposive sampling. The research instruments included a recreation program using traditional games and folk plays, a program quality evaluation form, a growth mindset assessment, and a satisfaction questionnaire. The program was implemented over eight weeks. Data were analyzed using mean, standard deviation, and the paired-samples t-test. The findings revealed that the developed program integrated 16 recreation activities based on traditional games and folk plays and was designed to promote the five dimensions of growth mindset, including valuing effort, embracing challenges, overcoming obstacles, learning from others' success, and accepting feedback. The overall quality of the program was rated at the highest level by the experts ($M = 4.87$, $S.D. = 0.34$, $I-CVI = 0.98$). After participating in the program, the students demonstrated significantly higher growth mindset scores than before participation at the .05 level (pre-test: $M = 3.29$, $S.D. = 0.48$; post-test: $M = 4.03$, $S.D. = 0.54$; $t = 5.887$, $p < .001$). In addition, the participants reported the highest level of overall satisfaction with the program. These findings indicate that the recreation program effectively promoted growth mindset among upper secondary school students and can be appropriately applied to student development activities in educational settings.

Keywords: Recreation Program, Traditional Games and Folk Plays, Growth Mindset

บทนำ

การพัฒนาผู้เรียนให้สามารถเรียนรู้ ปรับตัว และเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมในศตวรรษที่ 21 เป็นเป้าหมายสำคัญของการจัดการศึกษาในปัจจุบัน โดยนอกจากความรู้ทางวิชาการแล้ว ผู้เรียนจำเป็นต้องได้รับการส่งเสริมให้มีคุณลักษณะด้านการคิด การแก้ปัญหา ความมุ่งมั่นพยายาม และการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง แนวทางดังกล่าวสอดคล้องกับ พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม ซึ่งกำหนดให้การจัดการศึกษามุ่งพัฒนาผู้เรียนให้เป็นบุคคลที่สมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม ตลอดจนสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง (พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ (ฉบับที่ 4), 2562)

นอกจากนี้ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560) ยังมุ่งพัฒนาสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน โดยเฉพาะความสามารถในการคิด การแก้ปัญหา การใช้ทักษะชีวิต และการทำงานร่วมกับผู้อื่น ซึ่งล้วนเป็นคุณลักษณะที่สอดคล้องกับการส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโต (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560) สอดคล้องกับแผนพัฒนานันทนาการแห่งชาติ ฉบับที่ 3 (พ.ศ. 2560 - 2564) ที่มุ่งส่งเสริมให้ประชาชนทุกช่วงวัยได้รับโอกาสในการเข้าถึงกิจกรรมนันทนาการที่มีคุณภาพ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต ทักษะการเรียนรู้ และศักยภาพของตนเองอย่างรอบด้าน (กรมส่งเสริมวัฒนธรรม, 2560) กรอบความคิดแบบเติบโต (Growth Mindset) เป็นแนวคิดที่ได้รับความสนใจอย่างแพร่หลาย โดย Dweck, C. S. อธิบายว่าเป็นความเชื่อว่าความสามารถและสติปัญญาของบุคคลสามารถพัฒนาได้ผ่านความพยายาม การเรียนรู้ และประสบการณ์ (Dweck, C. S., 2006) ขณะที่ Blackwell, L. S. et al. พบว่า ผู้เรียนที่มีกรอบความคิดแบบเติบโตมีแนวโน้มที่จะเผชิญความท้าทาย เรียนรู้จากความผิดพลาด และมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่าผู้ที่มีกรอบความคิดแบบตายตัว (Fixed Mindset) (Blackwell, L. S. et al., 2007) นอกจากนี้ Ricci, M. C. ยังเสนอว่าการสร้างสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติและเรียนรู้จากประสบการณ์ จะช่วยส่งเสริมการพัฒนากรอบความคิดแบบเติบโตได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Ricci, M. C., 2013)

อย่างไรก็ตาม แม้แนวคิดกรอบความคิดแบบเติบโตจะได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวาง แต่ยังคงพบว่า ผู้เรียนจำนวนไม่น้อยมีแนวโน้มหลีกเลี่ยงความท้าทาย ขาดความมั่นใจในการพัฒนาความสามารถของตนเอง และมองความผิดพลาดเป็นสิ่งที่ควรหลีกเลี่ยง โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่นซึ่งเป็นช่วงวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และอัตลักษณ์ของตนเอง (Yeager, D. S. & Dweck, C. S., 2012) การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้เผชิญสถานการณ์ที่ท้าทาย ได้ทดลองแก้ปัญหา และเรียนรู้จากความสำเร็จและความผิดพลาดของตนเอง จึงเป็นแนวทางสำคัญในการส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโต ทั้งนี้ แนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (Experiential Learning) ของ Kolb, D. A. ได้อธิบายว่าการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพเกิดจากกระบวนการลงมือปฏิบัติ การสะท้อนคิด และการนำประสบการณ์ไปประยุกต์ใช้ ซึ่งสอดคล้องกับลักษณะของกิจกรรมนันทนาการที่เน้นการมีส่วนร่วมและการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง (Kolb, D. A., 1984)

นอกจากนี้ งานทบทวนวรรณกรรมในช่วงหลังยังชี้ให้เห็นว่า กรอบความคิดแบบเติบโตมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการเรียนรู้แบบกำกับตนเอง (Self-regulated Learning) ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถกำหนดเป้าหมาย วางแผน ติดตาม และปรับกลยุทธ์การเรียนรู้ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่นที่กำลังพัฒนาทักษะการเรียนรู้และการกำกับตนเองอย่างต่อเนื่อง (Xu, K. M. et al., 2025) ผลการศึกษาสภาพปัจจุบันเกี่ยวกับกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีระดับกรอบความคิดแบบเติบโตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ขณะที่ผลการศึกษาความต้องการกิจกรรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านพบว่า นักเรียนมีความต้องการกิจกรรมในระดับมาก โดยเฉพาะกิจกรรมที่ส่งเสริมความพยายาม การเผชิญความท้าทาย การทำงานร่วมกับผู้อื่น และการเรียนรู้จากประสบการณ์ ทั้งนี้ เกมและการละเล่นพื้นบ้านถือเป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่สะท้อนภูมิปัญญาไทยและมีคุณค่าต่อการพัฒนาผู้เรียนทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา (สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ, 2545); (กรมส่งเสริมวัฒนธรรม, 2560) อีกทั้งยังเป็นกิจกรรมที่เอื้อต่อการสร้างปฏิสัมพันธ์ การแก้ปัญหา และการเรียนรู้ร่วมกันภายใต้บรรยากาศที่สนุกสนาน (สุนทรศรี นิมเนตพันธ์, 2564)

จากความสำคัญและสภาพปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงพัฒนาโปรแกรมนันทนาการเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตด้วยเกมและการเล่นเกมที่บ้านสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยบูรณาการแนวคิดกรอบความคิดแบบเติบโต (Dweck, C. S., 2006) แนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (Kolb, D. A., 1984) กระบวนการพัฒนาโปรแกรมตามแนวคิด APIE (Austin, D. R., 2004) และแนวคิดองค์ประกอบกิจกรรมนันทนาการ (Rossman, J. R. & Schlatter, B. E., 2015) ร่วมกับคุณค่าของเกมและการเล่นเกมที่บ้านไทย ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ผ่านการลงมือปฏิบัติ การเผชิญสถานการณ์ที่ท้าทาย การแก้ปัญหา การทำงานร่วมกับผู้อื่น และการเรียนรู้ภายใต้บริบททางสังคมและวัฒนธรรม (สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ, 2545); (กรมส่งเสริมวัฒนธรรม, 2560) ทั้งนี้ การเล่นเกมที่บ้านมิได้มุ่งเพียงสร้างความสนุกสนานเท่านั้น แต่ยังเป็นเครื่องมือในการพัฒนาทักษะทางสังคม ความรับผิดชอบ การยอมรับกติกา การควบคุมอารมณ์ และการเรียนรู้จากประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่น (สุนทรศรีนิมิตพันธ์, 2564) ซึ่งสอดคล้องกับองค์ประกอบสำคัญของกรอบความคิดแบบเติบโต ได้แก่ การเห็นคุณค่าของความพยายาม การเผชิญความท้าทาย การก้าวข้ามอุปสรรค การเรียนรู้จากความสำเร็จของผู้อื่น และการยอมรับคำวิจารณ์ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงนำเกมและการเล่นเกมที่บ้านมาประยุกต์เป็นกิจกรรมนันทนาการเพื่อสร้างประสบการณ์การเรียนรู้ที่ส่งเสริมการพัฒนากรอบความคิดแบบเติบโตของผู้เรียน และก่อให้เกิดองค์ความรู้ด้านการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาผู้เรียนในบริบทสถานศึกษาได้อย่างเหมาะสม

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการเล่นเกมที่บ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
2. เพื่อประเมินผลโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการเล่นเกมที่บ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and Development: R&D) มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาและประเมินผลโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการเล่นเกมที่บ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยดำเนินการวิจัย 3 ระยะ ได้แก่ 1) การศึกษาสภาพปัจจุบันเกี่ยวกับกรอบความคิดแบบเติบโตและความต้องการกิจกรรมนันทนาการ 2) การพัฒนาโปรแกรมนันทนาการ และ 3) การประเมินผลโปรแกรมนันทนาการ

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มเป้าหมายในการวิจัยแตกต่างกันตามแต่ละระยะของการวิจัย โดยประกอบด้วย นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 1,671 คน และผู้เชี่ยวชาญด้านนันทนาการ เกม การเล่นเกมที่บ้าน และกรอบความคิดแบบเติบโต

1.1 กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 1 ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 525 คน ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นอย่างมีสัดส่วน (Proportional Stratified Random Sampling)

1.2 กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 2 ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 9 คน ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยเป็นผู้มีความเชี่ยวชาญด้านนันทนาการ เกม หรือการเล่นพื้นบ้านไม่น้อยกว่า 5 ปี มีประสบการณ์ด้านการพัฒนากรอบความคิดแบบเติบโต และมีส่วนร่วมในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

1.3 กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 3 ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 30 คน ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยเป็นผู้สมัครใจเข้าร่วมการวิจัย สามารถเข้าร่วมโปรแกรมได้อย่างต่อเนื่องตลอดระยะเวลาการทดลอง และผ่านเกณฑ์การคัดเลือกที่กำหนด

2. การสร้างเครื่องมือและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

2.1 แบบวัดกรอบความคิดแบบเติบโต (Growth Mindset Scale)

2.2 โปรแกรมนันทนาการเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตด้วยเกมและการเล่นพื้นบ้าน

2.3 แบบประเมินคุณภาพเครื่องมือ

2.4 แบบประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโปรแกรม

เครื่องมือทุกฉบับผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 9 คน โดยแบบวัดกรอบความคิดแบบเติบโตมีค่าความเชื่อมั่น (Cronbach's Alpha) เท่ากับ .708 แบบประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโปรแกรม (Cronbach's Alpha) เท่ากับ .957 และโปรแกรมนันทนาการ ผลการประเมินความเหมาะสมขององค์ประกอบโปรแกรม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.82 (I-CVI = 0.98) ด้านความสอดคล้องกับการพัฒนากรอบความคิดแบบเติบโต มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.89 (I-CVI = 0.98) และด้านความเป็นไปได้ในการนำไปใช้จริง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.89 (I-CVI = 0.98) แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมมีความเหมาะสมและสามารถนำไปใช้ได้จริง

3. การเก็บรวบรวมข้อมูลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยดำเนินการ 3 ระยะ ได้แก่ ระยะที่ 1 ศึกษาสภาพปัจจุบันเกี่ยวกับกรอบความคิดแบบเติบโตและความต้องการกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน เพื่อนำผลไปใช้ในการพัฒนาโปรแกรม ระยะที่ 2 พัฒนาและตรวจสอบคุณภาพโปรแกรมจากผลการศึกษาและแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง พร้อมตรวจสอบคุณภาพโดยผู้เชี่ยวชาญและปรับปรุงตามข้อเสนอแนะ ก่อนนำไปทดลองใช้ และระยะที่ 3 นำโปรแกรมไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 30 คน เป็นเวลา 8 สัปดาห์ พร้อมเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนและหลังการทดลอง

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สำหรับการเปรียบเทียบคะแนนกรอบความคิดแบบเติบโตก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม ใช้การทดสอบค่าทีสำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน (Paired Samples t-test) โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยนำเสนอตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

1. ผลการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการเล่นพื้นบ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ผลการศึกษาระยะที่ 1 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีระดับกรอบความคิดแบบเติบโตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และมีความต้องการกิจกรรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นที่บ้านอยู่ในระดับมาก ผลการศึกษาดังกล่าวจึงถูกนำมาใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโต ซึ่งประกอบด้วย กิจกรรมนันทนาการ จำนวน 16 กิจกรรม ดำเนินการต่อเนื่องเป็นเวลา 8 สัปดาห์ โดยประยุกต์ใช้เกมและการละเล่นที่บ้านเป็นสื่อกลางในการเรียนรู้ กิจกรรมมีลักษณะเน้นการมีส่วนร่วม การลงมือปฏิบัติ การทำงานร่วมกับผู้อื่น การเผชิญสถานการณ์ท้าทาย การแก้ปัญหา และการสะท้อนคิด ครอบคลุมองค์ประกอบของกรอบความคิดแบบเติบโต 5 ด้าน ได้แก่ การเห็นคุณค่าของความพยายาม การเผชิญความท้าทาย การก้าวข้ามอุปสรรค การเรียนรู้จากความสำเร็จของผู้อื่น และการยอมรับคำวิจารณ์และข้อเสนอแนะ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงองค์ประกอบของโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นที่บ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

องค์ประกอบกรอบ ความคิดแบบเติบโต	การละเล่นที่บ้าน ที่ประยุกต์ใช้	กิจกรรมนันทนาการ	ผลลัพธ์ที่คาดหวัง
การเห็นคุณค่าของ ความพยายาม (Effort)	รีรีข้าวสาร, ลิงชิงหลัก	ภารกิจยึด ครองพื้นที่ The Zone Seeker, ซ้ำม คิด เติบโต Cross & Choose	ผู้เรียนตระหนักถึงความสำคัญ ของความพยายาม ความอดทน และการฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง
การเผชิญความท้าทาย (Challenge)	มวยตบจาก	นักสู้ไร้เงา Blind Duel, City Defender	ผู้เรียนกล้าเผชิญสถานการณ์ ที่ท้าทาย กล้าตัดสินใจและ ทดลองสิ่งใหม่
การก้าวข้ามอุปสรรค (Obstacle)	งูกินหาง	สมรภูมิพิทักษ์ Protect Team, Battle Royale	ผู้เรียนสามารถปรับตัว แก้ปัญหา และไม่ยอมแพ้ต่ออุปสรรค
การเรียนรู้จาก ความสำเร็จของผู้อื่น (Success of Others)	ม้าก้านกล้วย, ชักเย่อ	ก้าวตามเพื่อก้าวต่อ Design Phase, Rebuild to Grow, Follow to Move Forward	ผู้เรียนเปิดใจเรียนรู้จากผู้อื่นและ นำแบบอย่างที่ดีมาพัฒนานตนเอง
การยอมรับคำวิจารณ์ และข้อเสนอแนะ (Criticism)	ตะกร้อลอดห่วง	ภารกิจพิชิต แด้ม Spotter, Count & Improve	ผู้เรียนยอมรับความคิดเห็นและ ข้อเสนอแนะเพื่อนำไปปรับปรุง ตนเอง
การบูรณาการ กรอบความคิดแบบเติบโต (Growth Mindset Integration)	มอญซ่อนผ้า	มอญซ่อน การ์ด Voice Command, Feedback Loop	ผู้เรียนสามารถเชื่อมโยง ประสบการณ์ที่ได้รับไปสู่ การพัฒนาความคิดและ พฤติกรรมในชีวิตประจำวัน

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นว่า โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นมีโครงสร้างเชื่อมโยงระหว่างองค์ประกอบของกรอบความคิดแบบเติบโต การละเล่นที่บ้าน กิจกรรมนันทนาการ และผลลัพธ์ที่คาดหวัง โดยมุ่งให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์และสามารถนำประสบการณ์จากกิจกรรมไปสู่การพัฒนาความคิดและพฤติกรรมที่สะท้อนกรอบความคิดแบบเติบโตได้อย่างเป็นระบบ

ผลการประเมินคุณภาพโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตโดยผู้เชี่ยวชาญ แสดงดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงผลการประเมินคุณภาพโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยผู้เชี่ยวชาญ

ด้านการประเมิน	M	S.D.	I-CVI	ระดับคุณภาพ
ความเหมาะสมขององค์ประกอบโปรแกรม	4.82	0.44	0.98	มากที่สุด
ความสอดคล้องกับการพัฒนากรอบความคิดแบบเติบโต	4.89	0.29	0.98	มากที่สุด
ความเป็นไปได้ในการนำไปใช้จริง	4.89	0.29	0.98	มากที่สุด
โดยรวม	4.87	0.34	0.98	มากที่สุด

จากตารางที่ 2 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 9 คน ประเมินคุณภาพโปรแกรมอยู่ในระดับมากที่สุดทุกด้าน โดยด้านความเหมาะสมขององค์ประกอบโปรแกรมมีค่าเฉลี่ย 4.82 ด้านความสอดคล้องกับการพัฒนากรอบความคิดแบบเติบโตและด้านความเป็นไปได้ในการนำไปใช้จริงมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.89 และทุกด้านมีค่าดัชนีความตรงเชิงเนื้อหา (I-CVI) เท่ากับ .98 สะท้อนให้เห็นว่าโปรแกรมมีความเหมาะสม สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ และสามารถนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนได้

2. ผลการประเมินผลโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ผลการเปรียบเทียบคะแนนกรอบความคิดแบบเติบโตก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม แสดงดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนกรอบความคิดแบบเติบโต (Growth Mindset) ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

การทดสอบ	M	S.D.	t	df	p
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	3.29	0.48	5.887	29	.000*
หลังเข้าร่วมโปรแกรม	4.03	0.54	-	-	-

จากตารางที่ 3 พบว่า ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนมีคะแนนกรอบความคิดแบบเติบโตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 3.29$, $S.D. = 0.48$) และภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนเพิ่มขึ้นเป็นระดับมาก ($M = 4.03$, $S.D. = 0.54$) เมื่อเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม พบว่า คะแนนภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = 5.887$, $df = 29$, $p < .001$) แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านสามารถส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ผลการประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโปรแกรม แสดงดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ผลการประเมินความพึงพอใจต่อโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ด้านความพึงพอใจ	M	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
ด้านความสนุกสนานและรูปแบบกิจกรรม	4.58	0.54	มากที่สุด
ด้านการเรียนรู้เกี่ยวกับกรอบความคิดแบบเติบโต	4.60	0.54	มากที่สุด
ด้านความพึงพอใจโดยรวม	4.68	0.42	มากที่สุด
โดยรวม	4.63	0.46	มากที่สุด

จากตารางที่ 4 พบว่า ผู้เข้าร่วมโปรแกรมมีความพึงพอใจต่อโปรแกรมโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($M = 4.63$, $S.D. = 0.46$) โดยทุกด้านมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ ด้านความเหมาะสมและรูปแบบกิจกรรม ($M = 4.58$, $S.D. = 0.54$) ด้านการเรียนรู้เกี่ยวกับกรอบความคิดแบบเติบโต ($M = 4.60$, $S.D. = 0.54$) และด้านความพึงพอใจโดยรวม ($M = 4.68$, $S.D. = 0.42$) สะท้อนให้เห็นว่าโปรแกรมมีความเหมาะสมทั้งด้านกิจกรรม กระบวนการดำเนินงาน และประโยชน์ที่ผู้เข้าร่วมได้รับ

อภิปรายผล

การศึกษาวิจัยเรื่องการพัฒนาและประเมินผลโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สามารถอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์การวิจัย โดยเชื่อมโยงกับแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. การพัฒนาโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย การศึกษาครั้งนี้พบว่า โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นมีคุณภาพอยู่ในระดับมากที่สุด สะท้อนให้เห็นว่าโปรแกรมมีความเหมาะสม สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ และสามารถนำไปใช้ได้จริง ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากผู้วิจัยพัฒนาโปรแกรมอย่างเป็นระบบ โดยเริ่มจากการศึกษาข้อมูลพื้นฐานของผู้เรียน สังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ก่อนออกแบบกิจกรรมให้เชื่อมโยงกับองค์ประกอบของกรอบความคิดแบบเติบโตอย่างชัดเจน สอดคล้องกับแนวคิด APIE ของ Austin, D. R. ที่เน้นการวิเคราะห์ความต้องการ การวางแผน การดำเนินการ และการประเมินผล (Austin, D. R., 2004) รวมถึงแนวคิดของ Dweck, C. S. ที่อธิบายว่าความสามารถของบุคคลสามารถพัฒนาได้ผ่านความพยายาม การเรียนรู้ และประสบการณ์ (Dweck, C. S., 2006) การออกแบบโปรแกรมที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติ เฝchyสถานการณ์ที่ท้าทาย ทำงานร่วมกับผู้อื่น และสะท้อนผลการเรียนรู้ สอดคล้องกับแนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ของ Kolb, D. A. ที่เน้นกระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง การสะท้อนคิด และการนำประสบการณ์ไปประยุกต์ใช้ (Kolb, D. A., 1984) นอกจากนี้ ผลการศึกษาดังกล่าว ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ เสาวณีย์ ไม่เศร้า ซึ่งศึกษาการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เกมเพื่อพัฒนากรอบความคิดแบบเติบโตด้านการเรียนรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 พบว่า ผู้เรียนภายหลังเข้าร่วมกิจกรรม มีกรอบความคิดแบบเติบโตสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (เสาวณีย์ ไม่เศร้า, 2564) สะท้อนให้เห็นว่า การใช้กิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติ เฝchyความท้าทาย และเรียนรู้จากประสบการณ์จริง

เป็นแนวทางที่ช่วยส่งเสริมการพัฒนารอบความคิดแบบเติบโตได้อย่างมีประสิทธิภาพ อีกทั้งยังสอดคล้องกับงานทบทวนวรรณกรรมของ Xu, K. M. et al. ที่พบว่า กรอบความคิดแบบเติบโตมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการเรียนรู้แบบกำกับตนเอง โดยเฉพาะการตั้งเป้าหมาย การวางแผน การติดตาม และการปรับกลยุทธ์การเรียนรู้ของผู้เรียน (Xu, K. M. et al., 2025)

นอกจากนี้ การใช้เกมและการละเล่นพื้นบ้านเป็นสื่อกลางของกิจกรรมยังช่วยสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่สนุกสนานและเอื้อต่อการมีส่วนร่วมของผู้เรียน สอดคล้องกับงานของ Azlan, A. et al. ที่พบว่า การใช้การละเล่นพื้นบ้านในกิจกรรมพลศึกษาช่วยเพิ่มการมีส่วนร่วมของผู้เรียน (Azlan, A. et al., 2021) และสอดคล้องกับงานทบทวนวรรณกรรมของ Mo, W. et al. ที่รายงานว่า โปรแกรมพลศึกษาที่ใช้เกมช่วยเพิ่มความสุข ความมีส่วนร่วม และแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กและวัยรุ่น (Mo, W. et al., 2024)

2. การประเมินผลโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโต การศึกษาครั้งนี้ พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนมีคะแนนกรอบความคิดแบบเติบโตสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลดังกล่าวสามารถอธิบายได้ว่า กิจกรรมภายในโปรแกรมเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ผ่านการปฏิบัติจริง ฝึกความพยายาม เผชิญความท้าทาย แก้ปัญหา เรียนรู้จากข้อผิดพลาด และรับฟังข้อเสนอแนะจากผู้อื่นอย่างต่อเนื่อง กระบวนการดังกล่าวช่วยให้ผู้เรียนมองเห็นว่าความสามารถสามารถพัฒนาได้จากการฝึกฝนและประสบการณ์ ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของกรอบความคิดแบบเติบโต (Dweck, C. S., 2006) ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับ Blackwell, L. S. et al ที่พบว่า การส่งเสริมความเชื่อเกี่ยวกับการพัฒนาความสามารถของตนเองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเรียนรู้ของผู้เรียน (Blackwell, L. S. et al., 2007) รวมถึงงานของ จารุวรรณ มุ่งเอื้อกลาง และคณะ ที่รายงานว่า หลักสูตรเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตสามารถทำให้ผู้เรียนมีคะแนนกรอบความคิดแบบเติบโตหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (จารุวรรณ มุ่งเอื้อกลาง และคณะ, 2566) ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโปรแกรม ผลการศึกษาสะท้อนว่า กิจกรรมนันทนาการที่ประยุกต์ใช้เกมและการละเล่นพื้นบ้านสามารถตอบสนองต่อความสนใจของผู้เรียน สร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมอย่างมีความหมาย ความพึงพอใจในระดับสูงจึงอาจเกิดจากลักษณะกิจกรรมที่มีความหลากหลาย สนุก เข้าใจง่าย มีความท้าทาย และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ร่วมกับเพื่อน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (Kolb, D. A., 1984) และผลการศึกษาของ Mo, W. et al. เกี่ยวกับ โปรแกรมพลศึกษาที่ใช้เกมช่วยเพิ่มความสุข ความมีส่วนร่วม และแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กและวัยรุ่น (Mo, W. et al., 2024)

องค์ความรู้ใหม่

ผลการวิจัยครั้งนี้นำไปสู่การสังเคราะห์องค์ความรู้ใหม่ในรูปแบบ RTG Knowledge Model (Recreation through Traditional Games for Growth Mindset) ซึ่งอธิบายความสัมพันธ์ของการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านในลักษณะ Input-Process-Output-Outcome โดยสังเคราะห์จากผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ทั้ง 2 ข้อ ได้แก่ ผลการพัฒนาโปรแกรม และผลการประเมินผลการใช้โปรแกรม เพื่อแสดงให้เห็นกลไกของการส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของผู้เรียนอย่างเป็นระบบ ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 RTG Knowledge Model (Recreation through Traditional Games for Growth Mindset)

RTG Knowledge Model เป็นองค์ความรู้ที่สังเคราะห์จากผลการวิจัยครั้งนี้ โดยอธิบายความสัมพันธ์ของการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านในลักษณะ Input-Process-Output-Outcome เริ่มจาก Input ซึ่งประกอบด้วย กิจกรรมนันทนาการและการละเล่นพื้นบ้านไทยที่ใช้เป็นฐานในการออกแบบโปรแกรม ต่อด้วย Process ซึ่งเป็นกระบวนการสำคัญที่สังเคราะห์จากการดำเนินกิจกรรมจริง ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การจัดกิจกรรม 2) การมีส่วนร่วม 3) การเรียนรู้จากการละเล่น และ 4) การสะท้อนผล ซึ่งเป็นกลไกที่ทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ จากนั้นเกิด Output คือ โปรแกรมนันทนาการเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตที่ได้รับการพัฒนาและผ่านการตรวจสอบคุณภาพโดยผู้เชี่ยวชาญ จนสามารถนำไปใช้ในสถานศึกษาได้ และนำไปสู่ Outcome คือ การพัฒนารอบความคิดแบบเติบโตของผู้เรียนใน 5 องค์ประกอบ ได้แก่ การเห็นคุณค่าของความพยายาม การเผชิญความท้าทาย การก้าวข้ามอุปสรรค การเรียนรู้จากความสำเร็จของผู้อื่น และการยอมรับคำวิจารณ์และข้อเสนอแนะ

RTG Model แตกต่างจากแนวคิดเดิม เนื่องจากเป็นองค์ความรู้ที่สังเคราะห์จากผลการวิจัยครั้งนี้ โดยอธิบายความสัมพันธ์ของกิจกรรมนันทนาการ การละเล่นพื้นบ้าน และกระบวนการดำเนินโปรแกรมที่นำไปสู่การพัฒนารอบความคิดแบบเติบโตของผู้เรียนอย่างเป็นระบบ จึงสามารถใช้เป็นแนวทางในการออกแบบและพัฒนาโปรแกรมนันทนาการในบริบทสถานศึกษาได้

สรุปและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาและประเมินผลโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านเพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมที่พัฒนาขึ้น ประกอบด้วย กิจกรรมนันทนาการที่ประยุกต์ใช้เกมและการละเล่นพื้นบ้านไทย จำนวน 16 กิจกรรม

ดำเนินการเป็นเวลา 8 สัปดาห์ ครอบคลุมองค์ประกอบของกรอบความคิดแบบเติบโต ได้แก่ การเห็นคุณค่าของ ความพยายาม การเผชิญความท้าทาย การก้าวข้ามอุปสรรค การเรียนรู้จากความสำเร็จของผู้อื่น และการยอมรับ คำวิจารณ์และข้อเสนอแนะ โดยผลการประเมินจากผู้เชี่ยวชาญ พบว่า โปรแกรมมีคุณภาพอยู่ในระดับมากที่สุด และมีความเหมาะสมในการนำไปใช้กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการประเมินผลโปรแกรม พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนมีคะแนนกรอบความคิดแบบเติบโตสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมโปรแกรมอยู่ในระดับมากที่สุด สะท้อนให้เห็นว่า การจัดกิจกรรมนันทนาการที่ประยุกต์ใช้เกมและการละเล่นพื้นบ้านไทยร่วมกับกระบวนการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ สามารถส่งเสริมการพัฒนากลอบความคิดแบบเติบโตของผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ ดังนี้ 1) สถานศึกษาสามารถนำโปรแกรมนันทนาการด้วยเกมและการละเล่นพื้นบ้านไปประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน กิจกรรมชุมนุม หรือกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อส่งเสริมกรอบความคิดแบบเติบโต และทักษะการเรียนรู้ของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 และ 2) ครูและผู้จัดการกิจกรรมสามารถเลือกเล่นเกมและการละเล่นพื้นบ้านให้สอดคล้องกับบริบทของผู้เรียนและวัตถุประสงค์ของการพัฒนาแต่ละด้าน โดยควรเตรียมอุปกรณ์และพื้นที่จัดกิจกรรมให้เหมาะสม คำนึงถึงความปลอดภัยของผู้เข้าร่วมกิจกรรม และเน้นกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ การมีส่วนร่วม และการสะท้อนคิดภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อให้ผู้เรียนเชื่อมโยงประสบการณ์ที่ได้รับไปสู่การพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่วนข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้ 1) ควรศึกษาผลของโปรแกรมกับกลุ่มผู้เรียนในระดับการศึกษาอื่น เช่น ระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษาตอนต้น หรือระดับอุดมศึกษา เพื่อเปรียบเทียบความเหมาะสมและประสิทธิผลของโปรแกรมในแต่ละช่วงวัย 2) ควรศึกษาผลการติดตามในระยะยาว (Follow-up Study) เพื่อประเมินความคงอยู่ของกรอบความคิดแบบเติบโตภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรม และ 3) ควรพัฒนาและศึกษารูปแบบกิจกรรมนันทนาการที่ประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นหรือการละเล่นพื้นบ้านในภูมิภาคต่าง ๆ เพื่อขยายองค์ความรู้และเพิ่มทางเลือกในการส่งเสริมการพัฒนาผู้เรียนในบริบทที่หลากหลาย

เอกสารอ้างอิง

- เสาวณีย์ ไม่เศร้า. (2564). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เกมเพื่อพัฒนากลอบความคิดแบบเติบโตด้านการเรียนรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสีกัน (วัฒนานคร) กรุงเทพมหานคร. ใน วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- กรมส่งเสริมวัฒนธรรม. (2560). การละเล่นพื้นบ้านไทย. กรุงเทพมหานคร: กรมส่งเสริมวัฒนธรรม.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- จารุวรรณ มุ่งเอี่ยมกลาง และคณะ. (2566). การพัฒนาหลักสูตรเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. วารสารราชพฤกษ์, 21(1), 74-90.
- พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ (ฉบับที่ 4). (2562). ราชกิจจานุเบกษา เล่ม 136 ตอนที่ 57 ก หน้า 49 (1 พฤษภาคม 2562).

- สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ. (2545). การละเล่นพื้นบ้านไทย. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ.
- สุนทรศรี นิ่มเนติพันธ์. (2564). นันทนาการ. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- Austin, D. R. (2004). Recreation program planning and delivery. San Francisco: Benjamin Cummings.
- Azlan, A. et al. (2021). Playing traditional games vs. free-play during physical education lessons to improve physical activity: A comparison study. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 25(3), 178-187. <https://doi.org/10.15561/26649837.2021.0306>.
- Blackwell, L. S. et al. (2007). Implicit theories of intelligence predict achievement across an adolescent transition: Longitudinal study and an intervention. *Child Development*, 78(1), 246-263. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2007.00995.x>.
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. New York: Random House.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Mo, W. et al. (2024). Effects of game-based physical education programs on enjoyment in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 24(2024), 517. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18043-6>.
- Ricci, M. C. (2013). *Mindsets in the classroom: Building a culture of success and student achievement in schools*. Waco: Prufrock Press.
- Rossmann, J. R. & Schlatter, B. E. (2015). *Recreation programming: Designing leisure experiences*. (7th ed.). Urbana: Sagamore Publishing.
- Xu, K. M. et al. (2025). A review of the relationship between student growth mindset and self-regulated learning. *Frontiers in Education*, 10(2025), 1539639. <https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1539639>.
- Yeager, D. S. & Dweck, C. S. (2012). Mindsets that promote resilience: When students believe that personal characteristics can be developed. *Educational Psychologist*, 47(4), 302-314. <https://doi.org/10.1080/00461520.2012.722805>.