

กิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัยกับการส่งเสริมความเข้าใจเรื่องจังหวะพื้นฐาน

PHYSICAL ACTIVITY FOR EARLY CHILDHOOD AND DEVELOPMENT OF UNDERSTANDING ON RHYTHM BASED-SKILLS*

อินทรตรง นิตยโรจน์

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยขอนแก่น ฝายอนุบาล

Introng Nittayarote

Kindergarten Demonstration School, Khon Kaen University, Thailand

E-mail: introng@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิชาการ เรื่องกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัย กับ การส่งเสริมความเข้าใจเรื่องจังหวะพื้นฐาน เป็นแนวทางในการสร้างบูรณาการระหว่างศาสตร์การจัดกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัย และ ศาสตร์ของดนตรีศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัย มีวัตถุประสงค์เพื่อชี้ประเด็นทางวิชาการเรื่องจังหวะ สิ่งที่เป็นพื้นฐานสำคัญของกิจกรรมทางกาย ความเข้าใจเรื่องจังหวะเป็นกระบวนการส่งเสริมพัฒนาการทางกายของเด็กในส่วนของการเคลื่อนไหว (Motion) และการเคลื่อนที่ (Movement) จังหวะที่ดีและเหมาะสมจะส่งเสริมพัฒนาการทางด้านการทรงตัวและการถ่ายเทน้ำหนัก บทความนี้ใช้แนวคิดยูริธึมมิกส์ ในการนำเสนอสรุกระหว่างการใช้ดนตรีที่วางอยู่บนพื้นฐานจังหวะที่เหมาะสมเพื่อออกแบบกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัยอย่างเป็นกระบวนการขั้นตอน และใช้ระเบียบวิธีในการวิเคราะห์จังหวะในการสร้างแนวทางกาย ออกแบบกิจกรรมทางกาย

คำสำคัญ: กิจกรรมทางกาย; เด็กปฐมวัย; จังหวะพื้นฐาน; ยูริธึมมิกส์

Abstract

This academic article entitled ‘Physical Activity for Early Childhood and Development of Understanding on Rhythm Based-Skills’ tended to examine the integrity of the physical activity science for early childhood and knowledge of music education for the early childhood. The aim of this paper is to point out academic content as the rhythm — the necessarily fundamental based-practice for the physical activities. The understanding of the rhythmic patterns thus enhances the well physical practices of motions and movements which influentially bring about stability of weighing and balancing. The paper also suggests using the concept of *Eurhythmic* on designing the physical activity for early childhood. Additionally, rhythm analysis is a based matter as processed-learning management.

*ได้รับบทความ: 28 ม.ค. 2564; แก้ไขบทความ: 12 ก.พ. 2564; ตอรับตีพิมพ์: 30 เม.ย. 2564

Keywords: Physical Activity; Early Childhood; Basic Rhythm; Eurhythmic

บทนำ

จังหวะเป็นองค์ประกอบหลักของดนตรีไม่ว่าจะชนชาติใด กล่าวคือดนตรีประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญหลัก คือ จังหวะและทำนอง ซึ่งเป็นวิวัฒนาการความบันเทิงของมนุษยชาติมาแต่ครั้งโบราณกาล ทว่า ความสำคัญของดนตรียังส่งผลต่อกิจกรรมอื่นๆของมนุษย์ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมทางศาสนาของพุทธศาสนาฝ่ายมหายาน หรือกิจกรรมทางคริสต์ศาสนา จะเห็นได้ว่าความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับดนตรีมีมาอย่างยาวนาน และผูกพันกับความเชื่อความศรัทธา ตลอดจนการที่มนุษย์รับรู้รับปรับใช้ดนตรีกับกิจกรรมอื่นๆที่มีความสำคัญกับการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ความรู้พื้นฐานของดนตรีคือการจัดสัดส่วนของทำนองตามลักษณะของการเคลื่อนไหวของเวลาอย่างเป็นสัดส่วน ซึ่งเป็นการแบ่งช่วงเวลาย่อยๆ ตามลักษณะทางโครงสร้างดนตรีอย่างเป็นระเบียบสม่ำเสมอ ซึ่งเป็นความรู้พื้นฐานของนักดนตรีหรือผู้ที่มีความรู้ทางดนตรีอยู่แล้ว อนึ่งหากกล่าวถึงคุณสมบัติของจังหวะตามแนวทางของดนตรีย่อมมีความสลับซับซ้อนหลากหลายด้วยชนิดของจังหวะที่ผ่านวิวัฒนาการของเวลาปรุงแต่งและผ่านผู้ร่วมสนับสนุนทางความคิดไม่ว่าจะเป็นประโยชน์ใช้สอย และยุคทางดนตรี หากเมื่อกลับไปพิจารณาว่าพื้นฐานของดนตรีเป็นเรื่องหนึ่งที่ยืนอยู่บนประวัติศาสตร์ของดนตรี ผู้เรียนดนตรีย่อมจำแนกแจกแจงสุนทรียรสของจังหวะ ทำนอง ได้อย่างถูกต้องตามตำรา หรือทฤษฎีที่เรียนมา แต่สำหรับบุคคลทั่วไปหรือแม้แต่เด็กเล็กย่อมเกิดคำถามว่าอะไรคือสิ่งเบื้องต้นขององค์ประกอบดนตรีที่เขาเหล่านั้นพึงต้องเข้าใจ จังหวะจึงเป็นเรื่องของการจัดสัดส่วนเวลาที่พื้่นนำมาขยายประเด็นในบริบทของดนตรีที่มีส่วนร่วมกับกิจกรรมอื่นๆของมนุษย์

การศึกษาทางดนตรีที่ผนวกความรู้ทางการศึกษาศาสตร์ในแขนงของดนตรีศึกษา ให้ความสำคัญกับการเรียนและการสอนดนตรีของเด็กตามแนวทางMusic Pedagogy ว่าด้วยศาสตร์การสอนเด็ก โดยในส่วน ofดนตรีตะวันตกดนตรี ได้ถูกดึงมาเป็นเครื่องมือในการสอน และเป็นอุปกรณ์หลักในการส่งเสริมพัฒนาการของมนุษย์โดยเฉพาะเด็ก การตั้งคำถามว่าเด็กเล็กโดยเฉพาะเด็กปฐมวัย มีสิ่งใดที่สำคัญของการส่งเสริมและพัฒนาทักษะทางความคิดและทักษะการปฏิบัติหากจะกล่าวโดยง่ายคือ อะไรที่เด็กเล็กต้องทำเพื่อเป็นพื้นฐานในการพัฒนาทักษะ โดยมีข้อแนะนำว่าการเล่น เป็นสิ่งสำคัญโดยการส่งเสริมให้เด็กได้เล่นหรือขยับเขยื้อนร่างกายหรือกิจกรรมต่างๆที่เป็นการเล่นของเด็กเป็นแนวโน้มที่ใช้ในการดูแลเด็กเล็กอย่างหนึ่ง การเล่นจึงเป็นการส่งเสริมพัฒนาการรอบด้าน เด็กจะได้เรียนรู้สัญลักษณ์ การคิดยืดหยุ่น การคิดสร้างสรรค์ มีความสามารถในการเชื่อมโยงผ่านการใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้า ส่งผลต่อการสัมผัส การชิม การดมกลิ่น และการได้ยิน (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2561: 6-7) ดังนั้นการนำความรู้ทางดนตรีศึกษาของโลกตะวันตกมาเป็นเครื่องมือในการจัดกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัยจึงเป็นการศึกษาในรูปแบบสหสาขาวิชาที่ให้ความสำคัญในความสัมพันธ์ของศาสตร์ทั้งสอง โดยการจัดกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัยเป็นกิจกรรมขั้นต้นที่วางบน

พื้นฐานการใช้เพลง ร้องเพลง และเคลื่อนไหวร่างกายโดยใช้ความเข้าใจพื้นฐานเรื่องจังหวะ จังหวะเป็นสิ่งที่เริ่มต้นของกิจกรรมที่ไม่ว่าจะเป็นการใช้เพลงหรือการนับการเคลื่อนไหวย่อมต้องคำนึงถึงเรื่องจังหวะ ในที่นี้จึงมีความหมายครอบคลุมไปถึงการจัดระเบียบทางการรับรู้เรื่องเวลาและการแบ่งสัดส่วนเบื้องต้น แม้การปรบมือก็ย่อมที่จะใช้พื้นฐานของจังหวะเป็นสำคัญกล่าวคือการปรบมือเข้าจังหวะเป็นพื้นฐานในการแบ่งสัดส่วนของเวลากับกิจกรรมที่ต้องกระทำ โดยเด็กในช่วงอายุ 2-7 ขวบ เรียกว่าเป็นช่วง Preoperational stage เด็กจะมีความสามารถในการจดจำสิ่งต่างๆที่อยู่รอบตัว แต่ยังไม่สามารถทำความเข้าใจกับความหมายต่างๆที่มีอยู่เชิงนามธรรมได้ หรือรู้จักการใช้เหตุผล ดังนั้นการพัฒนาทางกาย (Physical development) จึงเป็นการเริ่มต้นตั้งแต่การสร้างภูมิคุ้มกันตลอดจนการใช้อวัยวะส่วนต่างๆของร่างกาย (บุษกรณ บินทสันต์, 2553: 62-54)

การจัดกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัย จึงเป็นการส่งเสริมพัฒนาการของเด็กซึ่งสามารถใช้เป็นเครื่องมือในการส่งเสริมการเรียนรู้อื่นๆได้ เช่น การเรียนรู้ทางคณิตศาสตร์ กล่าวคือการจัดกิจกรรมทางกายที่ใช้การนับ การเปรียบเทียบ การจำแนกสัดส่วน โดยแสดงให้เห็นว่าเด็กปฐมวัยมีพฤติกรรมทางสติปัญญาด้านทักษะพื้นฐานทางคณิตศาสตร์โดยใช้กิจกรรมกลางแจ้งอยู่ในระดับดี และดีมาก (อมรรัตน์ สารหงษ์, 2553) การเรียนรู้ของเด็กปฐมวัยเริ่มต้นด้วยการที่นักเรียนจำเป็นต้องเรียนรู้จากลักษณะรูปธรรมเป็นสำคัญ โดยกล่าวได้ว่าการเรียนแบบเรียนรู้จริงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับเด็กในช่วงปฐมวัย John Carroll ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ผู้เรียนจะสามารถบรรลุตามวัตถุประสงค์ของการเรียนได้ย่อมที่จะต้องได้อาศัยความสัมพันธ์ในเงื่อนไขเวลาเวลาจะทำให้เห็นว่าผู้เรียนแต่ละคนมีความถนัดในกิจกรรมนั้นมากหรือน้อย ผู้เรียนจำเป็นต้องใช้เวลาในการค้นหาพื้นฐานความรู้ จากการแสวงหาวิธีการที่ผู้สอนได้กำหนดไว้โดยละเอียด (ทีศนา แหมมณี, 2553: 126) กิจกรรมที่ให้ผู้เรียนโดยเฉพาะเด็กปฐมวัยได้เรียนรู้ผ่านผัสสะ การเล่น โดยการจัดกิจกรรมทางการเป็นเครื่องมือที่อยู่ระหว่างการเล่นและการเรียน เป็นกิจกรรมที่สามารถสร้างบรรยากาศทางการเรียนรู้ได้อย่างมาก อีกทั้งเป็นการจัดการเรียนรู้ที่ทำให้ผู้เรียนได้ลงมือทำจริงเกิดกระบวนการเรียนแบบเรียนรู้จริง

กิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัยมีส่วนประกอบของกิจกรรมสำคัญคือเพลง การร้องเพลง และการออกแบบลีลาที่ถือเป็นหัวใจหลักของกิจกรรม สิ่งที่เป็นพื้นฐานการเรียนรู้ที่ส่งผลโดยตรงต่อกิจกรรมคือเรื่องของจังหวะ ดังนั้นความใส่ใจในเรื่องพื้นฐานที่ผู้สอนจำเป็นต้องเล็งเห็นคือเรื่องของความเข้าใจของเด็กปฐมวัยที่มีต่อรูปแบบของจังหวะ (Rhythmic Patterns) และจัดรูปแบบการคัดสรรเพลงที่มีจังหวะเหมาะสมต่อการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย เนื้อหาสาระของบทความนี้จึงมุ่งประเด็นในการชี้ให้เห็นรูปแบบของจังหวะที่ผู้สอนจำเป็นต้องใส่ใจและเป็นข้อคำนึงในการเลือกสรรสำหรับช่วงวัยการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย และเป็นการทำความเข้าใจข้ามศาสตร์ระหว่างศาสตร์การสอนและการใช้เครื่องมือทางดุริยางคศาสตร์

รูปแบบของจังหวะ

จังหวะ เป็นหนึ่งในสองสิ่งสำคัญของดนตรีเป็นพื้นฐานของดนตรีไม่ว่าจะชนชาติใด จังหวะจึงเป็นเรื่องของคณิตศาสตร์ว่าด้วยเรื่องของเวลา แตกต่างจากทำนองที่เป็นเรื่องของเสียง เมื่อเสียงเคลื่อนที่ไปเรื่อยๆ ย่อมผ่านช่วงของเวลา และการแบ่งสัดส่วนของเวลาอย่างสม่ำเสมอตามเกณฑ์ทางดนตรีจึงนับว่าเป็นจังหวะ คุณสมบัติเบื้องต้นของเวลาที่ดำเนินไปสามารถแยกย่อยไปถึงส่วนองค์ประกอบพื้นฐานคือ ความเร็วของจังหวะ (Tempo) อัตราของจังหวะ (Meter) และจังหวะ (Rhythm) โดยการศึกษาเรื่องจังหวะเป็นเรื่องราวของนักดนตรีวิทยา ที่สืบค้นและจัดหมวดหมู่ดนตรีตามรูปแบบของจังหวะ โดยนักดนตรีชาวตะวันตกให้ความสำคัญกับเรื่องเนื้อหาของจังหวะไว้มาก กล่าวคือ

1. ความเร็วของจังหวะ (Tempo) แบ่งออกเป็นความเร็วตามเวลา เช่น ช้า ปานกลาง และเร็ว อาศัยการสังเกตวิธีการเพิ่มหรือลดของจังหวะจากการตบมือ หรือการเคาะ เรียกลักษณะนี้ว่าจังหวะตบ (Beat)

2. อัตราจังหวะ (Meter) เป็นการจัดหมวดหมู่หรือจัดกลุ่มจังหวะตบ ออกเป็นช่วงๆ ตามการวนรอบของรูปแบบจังหวะหนึ่งๆ โดยจัดการให้จังหวะที่ 1 คือจังหวะหนัก เช่น 1-2-3 หรือ 1-2-3-4 เป็นการวนรอบชุดของจังหวะ แบ่งเป็นอัตราจังหวะธรรมดา และอัตราจังหวะผสม[†]

3. จังหวะ (Rhythm) นักดนตรีวิทยาระบุว่าแนวคิดเรื่องจังหวะเป็นการหาค่าจำกัดความได้ยากมาก จังหวะที่จะสรุปคร่าวๆ ได้ว่าด้วยการเน้น และความยาว อาทิ การเน้น (Accent) เป็นการสร้างจังหวะหนักโดยเน้นที่พยางค์ใดพยางค์หนึ่งของกลุ่มอัตราจังหวะ และความยาว (Duration) ได้แก่ความยาว-สั้นของจังหวะในพยางค์นั้นๆ (ณรุทธ์ สุทธจิตต์, 2555: 26-27)

คุณสมบัติทั้ง 3 ประการจึงเป็นเรื่องสำคัญที่ใช้ในการสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องและเป็นการปูพื้นฐานของผู้สอนที่ต้องการใช้เพลงเป็นส่วนหนึ่งของการสร้างกิจกรรมการเรียนรู้ จังหวะมีความสำคัญที่ต้องอาศัยความรู้ที่ถูกต้อง ยิ่งไปกว่านั้นพื้นฐานทางดนตรีที่ดี ผ่านกระบวนการจัดกิจกรรมทางกายจะยิ่งเสริมให้เด็กปฐมวัยสามารถต่อยอดการเรียนรู้ทางดนตรี และการสร้างความเข้าใจกิจกรรมทางกายอย่างมีพื้นฐานทางจังหวะที่ดี

กิจกรรมทางกาย และพื้นฐานดนตรีสำหรับเด็กปฐมวัย

เด็กปฐมวัย เป็นเด็กที่อยู่ในวัยก่อนอนุบาลและเด็กวัยอนุบาล ในช่วงวัยนี้จำเป็นต้องส่งเสริมให้เล่นตามใจชอบ การวิ่งการกระโดด และมีกิจกรรมที่ได้ใช้การปีนป่ายตามธรรมชาติ เมื่อเข้าสู่วัยอนุบาลควรกระตุ้นให้ใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกาย เพื่อพัฒนากล้ามเนื้อและระบบหายใจ โดยส่งเสริมให้มีการเล่นและกิจกรรมทางกายเพื่อให้เด็กมีความกระฉับกระเฉงทั้งก่อนเวลาเรียนและในช่วงพัก โดยการออกแรงหรือการเคลื่อนไหวสามารถช่วยให้เด็กมีสมาธิในการเรียน ช่วยในการจดจำ และกิจกรรมทางกายที่อาศัยทักษะการเคลื่อนไหว

[†] อัตราจังหวะผสมคือ อัตราจังหวะที่วนรอบด้วยอัตราจังหวะธรรมดาแบบต่างๆ ผสมกันซึ่งมีอัตราที่แตกต่างกัน มีการนับรอบและความซับซ้อนสูง

พื้นฐานมีความสำคัญสามารถส่งเสริมและพัฒนาสมรรถภาพทางกาย และความสามารถเชิงการพัฒนาสมอง (Brain-Based Learning-BBL) จากการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย นอกจากนั้นความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเรียนรู้และกิจกรรมทางกายระบุว่า การจัดกิจกรรมทางกายต้องควบคู่กับความรู้เรื่อง การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยง การป้องกันโรค การพักผ่อน และการจัดการอารมณ์ ในด้านประโยชน์ของกิจกรรมทางกายโดยตรงแบ่งเป็น 4 ด้าน คือด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ด้านระบบหายใจและระบบไหลเวียนเลือด ด้านความอ่อนตัว และด้านองค์ประกอบของร่างกาย (วาสนา คุณา อภิลิทธิ, 2557: 53, 64, 100) การจัดกิจกรรมทางกายที่ต้องอาศัยการใช้เพลงเป็นสื่อกลาง ต้องคำนึงถึงเสียงและจังหวะที่เหมาะสมกับเด็กปฐมวัย เพลงจึงเป็นภาษาทางดนตรีที่สามารถถ่ายทอดความรู้สึกที่แตกต่างจากภาษาพูด และเป็นสิ่งควรที่จะให้เด็กปฐมวัยเรียนรู้ สามารถเชื่อมโยงได้โดยพิจารณาถึงการใช้เพลงเวลาเด็กนอน บิดามารดามักร้องเพลงกล่อม จึงเห็นได้ว่าดนตรีเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับเด็กซึ่งบทบาทของดนตรีกับเด็กปฐมวัยส่งเสริมพัฒนาการพื้นฐานของเด็ก

ดนตรีส่งเสริมพัฒนาการของเด็กโดยตรง เมื่อเด็กก้าวสู่วัยที่เริ่มพูดและเลียนเสียงได้การที่เด็กพยายามร้องเพลงซึ่งยังไม่เป็นทำนองนักมีปัจจัยบ่งชี้ว่าเด็กมีพัฒนาการทางการรับรู้ดนตรีและมีการตอบสนอง ซึ่งถือว่าจังหวะเป็นสิ่งพื้นฐานที่เด็กเล็กสามารถรับรู้ได้ถึงกระนั้นความเข้าใจจังหวะยังไม่สามารถเข้าถึงอย่างถูกต้องได้มากนัก แต่จะสังเกตว่าเด็กจะพยายามขยับเขยื้อนร่างกายตามจังหวะเสมอ โดยเมื่อเด็กเข้าสู่วัยปฐมวัยช่วงวัยก่อนอนุบาล พัฒนาการที่มีต่อจังหวะและดนตรีจะมีความก้าวหน้า ข้อสังเกตประการหนึ่งคือ เด็กพยายามสร้างการเคาะจังหวะไปตามทำนองเพลงหรือเคลื่อนไหวร่างกายให้เป็นจังหวะ นอกจากนั้นเด็กปฐมวัยในวัยอนุบาลจะมีพัฒนาการความสามารถดีขึ้น เด็กมีทักษะในการพูดเรื่องราวได้มากขึ้นการจัดกิจกรรมต่างๆต้องสอดคล้องกับการพัฒนากล้ามเนื้อทั้งมัดใหญ่และมัดเล็ก โดยช่วงวัยนี้จะมีการเคลื่อนไหวประกอบจังหวะของดนตรีได้สมบูรณ์มากขึ้น สังเกตได้จากการตบมือเข้ากับจังหวะที่ได้ยิน และมีพัฒนาการเกี่ยวกับจังหวะและทำนอง แยกแยะความดัง-ความเบา ความช้า-ความเร็ว มีความเข้าใจองค์ประกอบทางดนตรีได้มากขึ้นตามลำดับอายุ (ณรุทธ์ สุทธจิตต์, 2541: 20-21) จะเห็นว่าครูผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กปฐมวัยมีการออกแบบกิจกรรมที่เหมาะสมการทำกิจกรรมแบบกลุ่ม ดนตรีประกอบการเคลื่อนไหวเด็กจะเกิดความสนุกสนานซึ่งกิจกรรมทางการเคลื่อนไหวที่มีดนตรีประกอบจะเป็นสิ่งกระตุ้นพัฒนาการของเด็ก โดยรูปแบบการเคลื่อนไหวสามารถจำแนกได้ดังนี้ 1. การเคลื่อนไหวที่เกี่ยวข้องกับร่างกาย (Body Manipulative) และ 2. การเคลื่อนไหวที่เกี่ยวข้องกับวัตถุ (Object Manipulative) โดยการเคลื่อนไหวแบบแรกนั้นยังสามารถจำแนกเป็นการเคลื่อนไหวพื้นฐาน (Fundamental Movement) ที่มุ่งพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่ เช่น ลำตัว แขน ขา โดยกิจกรรมที่เหมาะสมคือการเดิน การวิ่ง การกระโดด เป็นต้น และในส่วนที่สองคือการเคลื่อนไหวเสริม (Accessory Movement) เป็นการเคลื่อนไหวที่พัฒนาทักษะละเอียด (วารุณี สกุลภารักษ์, 2562: 205) การออกแบบกิจกรรมจึงจำเป็นต้องคำนึงถึงจังหวะที่เหมาะสมกับการเคลื่อนไหวของเด็กปฐมวัย

การพัฒนากิจกรรมเคลื่อนไหวเข้าจังหวะ หรือกิจกรรมทางกายที่ใช้พื้นฐานของจังหวะเป็นพื้นฐานมีรูปแบบของกิจกรรม กล่าวคือ การเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานตามจังหวะ การปฏิบัติตามสัญญาณหรือข้อตกลงและอื่นๆ โดยการปูพื้นฐานที่ดีจะส่งเสริมให้เด็กปฐมวัยมีความสามารถในการเข้าใจจังหวะ และต่อยอดทางความคิดสร้างสรรค์ได้ โดยสามารถจำแนกรูปแบบกิจกรรมดังนี้ 1. การเรียนรู้การตบมือตามจังหวะ 2. การเดินย่ำเท้าตามจังหวะเพลง 3. การย่ำเท้าตามจังหวะสัญญาณ 4. การกระโดดตามจังหวะสัญญาณ และ 5. การเลียนแบบการเคลื่อนไหวตามจังหวะ โดยการสอนทักษะการเคลื่อนไหวของเด็กปฐมวัยจะเว้นการสอนเชิงวิชาการ แต่จะเป็นกิจกรรมทางกายที่กระตุ้นให้เด็กเกิดความสุขสนาน (เยาวยา เดชะคุปต์, 2542: 84) การเรียนรู้ทางดนตรีของเด็กปฐมวัยจึงเป็นการมุ่งพัฒนาความพร้อมด้านต่างๆ โดยมีได้มุ่งหมายที่จะเน้นเนื้อหาทางวิชาการ เนื้อหาของการสร้างหลักสูตรหรือแม้แต่กิจกรรมจึงเป็นการสร้างความพร้อมและเป็นเพียงการปูพื้นฐานทางดนตรีเท่านั้น โดยแบ่งเป็นการปูพื้นฐานองค์ประกอบของดนตรี และการปูพื้นฐานทักษะทางดนตรี โดยองค์ประกอบที่สำคัญคือการเน้นเรื่องการรับรู้จังหวะ และทำนอง โดยทักษะที่ควรเน้นต้องสร้างผ่านกิจกรรมที่ใช้การฟัง การร้อง การเล่น และการเคลื่อนไหว โดยทักษะที่ควรเน้นเป็นพิเศษคือการเคลื่อนไหวโดยเน้นให้เด็กมีการเคลื่อนไหวอย่างเสรี (ธนุทธิ์ สุทธิจิตต์, 2560: 19)

จังหวะเป็นพื้นฐานหลักที่เป็นปัจจัยประการแรกของเด็กปฐมวัยที่จำเป็นต้องได้รับการพัฒนาทักษะอย่างถูกต้องโดยการพัฒนาทักษะเรื่องจังหวะเป็นไปตามรูปแบบการสร้างกิจกรรมที่让孩子ปฐมวัยมีส่วนร่วมในการเล่น และการซึมซับจากกิจกรรมมากกว่าการสร้างรูปแบบและเกณฑ์ทางการเรียนที่เน้นการบรรยายเพื่อสร้างความเข้าใจ การที่เด็กปฐมวัยเกิดความสุขสนุกสนานเป็นประเด็นสำคัญที่จะนำพาเข้าสู่การที่ผู้สอนจะค่อยๆ นำพาความรู้เรื่องจังหวะที่ถูกต้องใส่เข้าไปตามกระบวนการเรียนรู้ โดยเน้นการเล่นแบบโดยผู้สอนจะต้องสร้างกิจกรรมเพื่อปูพื้นฐานความเข้าใจเรื่องจังหวะอย่างเป็นพื้นฐานที่สุด โดยการสร้างเสียงไม่ว่าจะเป็นการเคาะ หรือการตบมือด้วยอัตราสม่ำเสมอความสม่ำเสมอจะเป็นพื้นฐานด่านแรกให้ผู้สอนจะสามารถสังเกตพฤติกรรมของเด็กปฐมวัยและความสม่ำเสมอในการให้เด็กปฐมวัยเลียนแบบการเคาะ หรือการปรบมือยังเป็นการง่ายต่อการจำ และการคาดคะเนระยะเวลาในการตบมือหรือเคาะจากครั้งที่หนึ่งไปสู่ครั้งถัดไปของเด็กปฐมวัยด้วย ซึ่งการเคลื่อนไหวตามจังหวะที่ดีจะเป็นพื้นฐานส่งเสริมพัฒนาการทั้งการพัฒนากล้ามเนื้อ และทักษะความคิดของเด็กปฐมวัย

แนวคิด ยูริธึมิกส์ (Eurhythmics)

แนวคิดเรื่องการเคลื่อนไหวทางจังหวะ โดยนักดนตรีศึกษาที่มีชื่อเสียงคือ Emile Jaques-Dalcroze ชาวสวิส ผู้มีความสามารถทั้งเป็นนักร้อง นักแสดง ผู้อำนวยการเพลง และคีตกวี รวมถึงความสามารถทางด้านมนุษยวิทยาดนตรี โดยแนวคิดที่ ดัลโครส ใช้สอนดนตรีนั้นมีหลักการว่าด้วยการเคลื่อนไหวที่เกี่ยวข้องกับ

จังหวะ โดยเชื่อว่าการพัฒนาการฟังต้องควบคู่กับการเคลื่อนไหวร่างกาย โดยการเคลื่อนไหวที่สนองตอบต่อดนตรีจะสามารถบังคับกล้ามเนื้อ ได้ 3 ลักษณะ กล่าวคือ

1. การเคลื่อนไหวสอดคล้องกับเวลา (Tempo)
2. การเคลื่อนไหวสอดคล้องกับที่ว่างของจังหวะ (Duration)
3. การเคลื่อนไหวด้วยแรงที่เหมาะสม (Dynamics)

การเรียนรู้ตามแนวทาง ยูริธึมมิกส์ ผู้เรียนต้องรับรู้เสียงที่ได้ยินจากนั้นแปลเสียงที่ได้ยินออกมาผ่านกระบวนการคิดและเปลี่ยนเป็นการเคลื่อนไหวซึ่งเกี่ยวข้องโดยตรงกับสรีรวิทยา จิตวิทยา และกายภาพวิทยา (ณรุทธ์ สุทธจิตต์, 2560: 120) การสร้างกิจกรรมจะสามารถควบคู่กับการฝึกทักษะ ประกอบด้วย 1. ทักษะการฟังดนตรี แยกเสียงและจังหวะ 2. ไหวพริบทางจังหวะ เคลื่อนไหวตามจังหวะที่หลากหลาย 3. การทำงานของส่วนต่างๆของร่างกาย 4. จินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ 5. การทำกิจกรรมร่วมกัน แนวคิด ยูริธึมมิกส์ จึงเป็นการเน้นการเคลื่อนไหวร่างกาย และเรียนรู้จังหวะด้วยการให้นักเรียนเริ่มต้นจากการก้าวเท้า กระตุ้นทักษะร่างกาย โดยแบ่งขั้นตอนเป็น 1. การก้าวเท้าตามจังหวะของเพลงเบื้องต้น 2. การก้าวเท้าตามจังหวะตัวโน้ตจากท่า-ถ้ 3. การเปลี่ยนจังหวะแบบผสมผสาน การจัดกิจกรรมตามรูปแบบนี้จะช่วยให้กิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัยสามารถคิดคำนวณเรื่องสัดส่วนสัมพันธ์ของจังหวะ (นิลวรรณ อึ้งอัมพร, 2557: 11) วิธีการในการเคลื่อนไหวตามแนวคิด ยูริธึมมิกส์ จำเป็นต้องอาศัยการสร้างสรรค์และดัดแปลงของผู้สอน ซึ่งการเคลื่อนไหวที่เป็นพื้นฐานสำหรับนำมาเป็นส่วนหนึ่งของการใช้เพื่อสร้างกิจกรรมทางกาย สามารถแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. การเคลื่อนไหวอยู่กับที่ ประกอบด้วย การตบมือ การเหวี่ยง การหมุนตัว การให้จังหวะ การโน้มตัว การเอียงตัว การเบี่ยงตัว การพูด และการร้อง

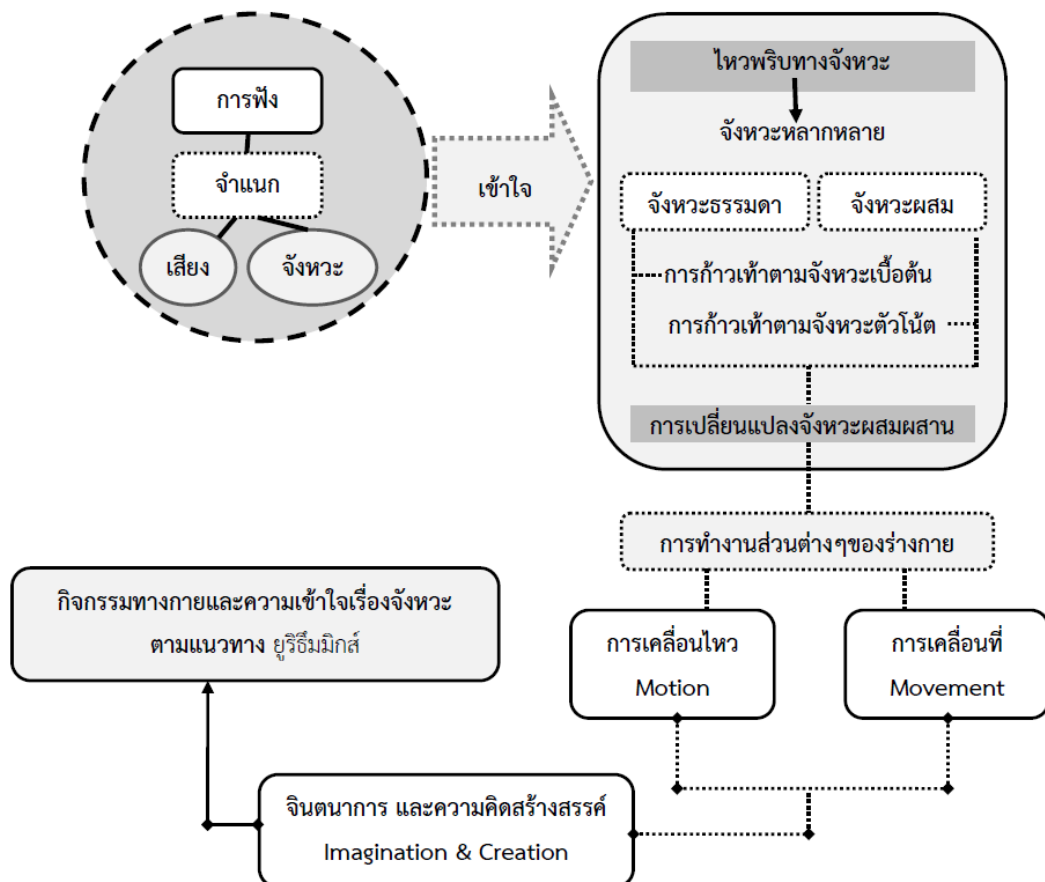
2. การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ ประกอบด้วย การเดิน การวิ่ง การคลาน การกระโดด การเคลื่อนไหวขวาง การควบ การกระโดดขาคู่

การเคลื่อนไหวตามแนวทางของ ดัลโครส จึงเป็นการเริ่มที่การเข้าใจจังหวะด้วยการกระทำจากง่าย ไปยาก จากพื้นฐานสู่ความซับซ้อน ดัลโครสให้ข้อเสนอว่าการสร้างกิจกรรมตามแนวทาง ยูริธึมมิกส์ เป็นการฝึกการได้ยินและการเคลื่อนไหวโดยเป็นการทำงานของทักษะความคิดที่ได้รับรู้ในกฎสำคัญ คือเรื่องของ สัดส่วน เวลา พื้นที่ และพลังงาน เป็นการใชการเคลื่อนไหว (Motion) การเคลื่อนที่ (Movement) ตามจังหวะ (Rhythm) เพื่อส่งเสริมเรื่องแรงโน้มถ่วงของน้ำหนัก (Weight) และการทรงตัว (Balance) (อภิญญพร ชัยวานิชศิริ, 2559: 29) จะพบว่าแนวคิดของ ดัลโครส เน้นเรื่องการเคลื่อนไหวที่ใช้ในกิจกรรมที่มีจังหวะเป็นองค์ประกอบหลัก ซึ่งความเข้าใจเรื่องจังหวะเป็นพื้นฐานที่ส่งผลต่อการเคลื่อนไหวร่างกายของเด็กปฐมวัย นอกจากนี้รูปแบบของการเคลื่อนไหวยังเป็นสิ่งที่ถูกจำแนกเป็น 2 ลักษณะที่เด็กปฐมวัยจำเป็นต้องใช้ในชีวิตประจำวัน การสร้างกิจกรรมทางกายที่ส่งเสริมทักษะเรื่องจังหวะและพื้นฐานความเข้าใจเรื่องจังหวะจึง

เป็นกิจกรรมที่ส่งผลโดยตรงต่อวิถีปฏิบัติของเด็กปฐมวัยในการเคลื่อนไหวไม่ว่าจะเป็นการ นอน นั่ง ยืน เดิน หากเด็กปฐมวัยรู้จักการถ่ายโอนน้ำหนักอย่างเหมาะสม และการปรับสมดุลร่างกายจากกิจกรรมที่ส่งเสริมการทรงตัวจะสามารถเป็นปัจจัยหลักอันส่งผลต่อพัฒนาการด้านอื่นๆต่อไป

การกำหนดแผนภาพแสดงรูปแบบกิจกรรมทางกายเพื่อส่งเสริมความเข้าใจเรื่องจังหวะ

การจัดระเบียบความคิดด้วยการกำหนดรูปแบบกิจกรรมทางกายตามขั้นตอนจากการสร้างกิจกรรมควบคู่กับการพัฒนาทักษะมีกระบวนการขั้นตอน และเกณฑ์การจัดลำดับที่วางอยู่บนขั้นตอนต่างๆ โดยมีรายละเอียดและวิธีการโดยรวมดังแผนภาพด้านล่าง ทว่าในส่วนรายละเอียดที่เป็นเรื่องเฉพาะทางดนตรีว่าด้วยลักษณะของเพลง และจังหวะที่นำมาประกอบเข้ากระบวนการจัดรูปแบบกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัยเป็นส่วนหัวข้อย่อยที่มีความสำคัญ ซึ่งสามารถปรับเปลี่ยนตามความเหมาะสมจากสภาวะของแผนภาพได้อย่างลงตัว แนวโน้มในการจัดกิจกรรมจะช่วยส่งเสริมความเข้าใจเรื่องจังหวะและการใช้วัยวะต่างๆในร่างกายตามรูปแบบของจังหวะได้อย่างเหมาะสม



แผนภาพ 1 แผนการจัดกระบวนการสร้างกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัยโดยใช้แนวทาง ยูริธึมมิกส์ ที่มา: ผู้เขียน

วิเคราะห์รูปแบบของจังหวะ จากรูปแบบจังหวะของเพลงร้องไทย

เพลงไทยเป็นเพลงที่มีรูปแบบเรียบง่าย การนำเพลงไทยมาประยุกต์ใช้โดยต้นกำเนิดมาจากเพลงไทยเดิม หรือเพลงไทยอัตรารั้วสองชั้นมีพบเห็นได้ในสังคมวัฒนธรรมไทย ทั้งการขับกล่อมเด็กแต่โบราณ การทำขวัญ การร้องเล่นในฤดูเก็บเกี่ยว หรือการใช้ในการปลุกใจ แม้กระทั่งกิจกรรมที่ส่งผลต่อความสามัคคีและการเสียสละ อาทิ กิจกรรมลูกเสือ ทั้งหมดนี้ล้วนเป็นเครื่องบ่งชี้ให้เห็นความสำคัญของเพลงไทยที่มีบทบาทและสถานภาพเป็นเครื่องมือในการสร้างสรรค์กิจกรรมของคนไทยมาอย่างยาวนาน เป็นภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมเรื่องเสียงและการใช้ภาษา โดยเป็นอารยธรรมที่ส่งต่อจากรุ่นสู่รุ่นนับเนื่องหลายศตวรรษ การพินิจเรื่องการนำเพลงไทยที่ขับร้องในโรงเรียนเป็นเรื่องปกติของบุคลากรทางการศึกษาโดยทั่วไปที่มีส่วนเกี่ยวข้องทว่าการนำเครื่องมือทางการเรียนการสอนในส่วนของเพลงไทย หรือเป็นเครื่องมือในการจัดความบันเทิงในสถานศึกษามาสร้างความกระจำด้วยการวิเคราะห์ด้วยหลักการจำแนกคำร้อง และจังหวะของเพลง โดยวิเคราะห์ที่ลักษณะของเนื้อหาจังหวะเพื่อประยุกต์ในการทำทำความเข้าใจสาระหน้าที่ของจังหวะที่เป็นองค์ประกอบหลักสำคัญของเพลง

จังหวะมีความหลากหลายแตกต่าง ทั้งโครงสร้างจังหวะ และอัตรารั้ว การสร้างบรรทัดฐานผ่านบทวิเคราะห์รูปแบบของจังหวะที่เหมาะสมนำมาให้เป็นเครื่องมือพื้นฐานในการสร้างความเข้าใจและส่งผลต่อการออกแบบกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัยจึงเป็นประเด็นศึกษาสำคัญจากการแยกองค์ประกอบเพื่อประกอบสร้างชุดกิจกรรมสำหรับเด็ก

รูปแบบสัดส่วนจังหวะหลัก และจังหวะย่อยในเพลงไทย

1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------

บรรทัดของเพลงไทยแบ่งออกเป็นห้องๆ เพื่อจัดสัดส่วนของทำนองเพลง ตัวอย่างที่ยกให้เห็นนี้ จะพบว่าในห้องเพลงหนึ่งๆนั้น สามารถมีจังหวะหลัก 1 จังหวะ เกิดจากจังหวะย่อย 4 จังหวะรวมกัน โดยจังหวะหลักจะอยู่ในตำแหน่ง เลข 4 คือตำแหน่งย่อยสุดท้ายของทุกห้องเพลง หรือหากลองตบมือเป็นจังหวะย่อย ให้เน้นจังหวะการตบมือหนัก (แรง) ในจังหวะย่อยที่ 4 และจังหวะย่อยที่ 1 2 และ 3 ให้ตบมือเบา ดังนี้
เบา เบา เบา **หนัก** แทน 1 2 3 4 วนแบบนี้เรื่อยไป เป็นการเน้นจังหวะหนักและทำความเข้าใจรายละเอียดของจังหวะย่อยด้วย

รูปแบบสัดส่วนจังหวะยก และจังหวะตกในเพลงไทย

- 2 - 4	- 2 - 4	- 2 - 4	- 2 - 4	- 2 - 4	- 2 - 4	- 2 - 4	- 2 - 4
---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------

เมื่อเทียบกับตารางโน้ตแรก จะเห็นว่าจังหวะถูกแบ่งห่างลงให้มีแค่ 2 จังหวะคือจังหวะยก และจังหวะตก โดยสมมติให้ตำแหน่งย่อยที่ 2 เป็นจังหวะยก และจังหวะย่อยที่ 4 ซึ่งก็คือจังหวะหลัก เป็นจังหวะตก จึงเป็น - ยก - ตก วนแบบนี้เรื่อยไปอย่างสม่ำเสมอ ดังนี้

- ยก - ตก	- ยก - ตก	- ยก - ตก	- ยก - ตก	- ยก - ตก	- ยก - ตก	- ยก - ตก	- ยก - ตก
-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

จากตารางจะพบว่ามีตัวแปรที่แตกต่างกันเพียง 2 ตัวในแต่ละห้องเพลงโดยจังหวะย่อยที่ 4 เป็นจังหวะตก มีความสำคัญกับรูปแบบจังหวะแบบนี้อยู่ หากสร้างภาพลูกศร แทน 2 ตัวแปรนี้จะได้ตาราง ดังนี้

- ↑ - ↓	- ↑ - ↓	- ↑ - ↓	- ↑ - ↓	- ↑ - ↓	- ↑ - ↓	- ↑ - ↓	- ↑ - ↓
---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------

การเริ่มต้นที่การสร้างความเข้าใจด้วยการให้เด็กปฐมวัยรู้จักการ ยกมือ - ตบมือ ในจังหวะที่มีตัวแปร 2 ตัว จะทำให้เด็กมีความรู้สึกถึงความแตกต่างเบื้องต้น หรือการ ยกเท้า - วางเท้า หรือ การเอี้ยวตัว ซ้าย - ขวา หรือการก้าวเดินด้วยเท้า ซ้าย - ขวา หรือ ขวา - ซ้าย การกำหนดความเร็วของจังหวะ (Tempo) โดยให้การดำเนินของความเร็วนั้นระดับช้า เพื่อให้เด็กได้มีเวลาในการเตรียมพร้อมความคิดล่วงหน้า จากนั้นกระชับจังหวะให้ดำเนินความเร็วนั้นระดับปานกลาง สำหรับเด็กปฐมวัยไม่ควรเร่งการดำเนินของความเร็วจนอยู่ในระดับเร็ว และควรควบคุมสัดส่วนความสม่ำเสมอให้คงที่

การประยุกต์เพลงร้องไทยสำหรับกิจกรรมทางกาย

เพลงร้องไทยที่ปรากฏการใช้สำหรับเด็กประถมศึกษา และมัธยมศึกษาชั้นร้องในสมัยก่อนคือเพลงประเภทเพลงวิทยุโรงเรียน ที่มีเนื้อหาง่ายต่อความเข้าใจ และมีทำนองที่สั้นวนไป-วนมา และมีสำนวนลีลาของบทเพลงสนุกสนาน จูงใจให้ร้องและด้วยความง่ายของบทเพลงจึงเป็นสาระหลักที่ส่งผลต่อการจดจำได้อย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพ โดยมีการเสนอความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณลักษณะเด่นของเพลงวิทยุโรงเรียน ดังนี้

“การร้องเพลงวิทยุโรงเรียนเรื่องจังหวะเป็นสิ่งสำคัญมากต้องร้องให้ถูกสม่ำเสมอ กระชับเหมาะสม ไม่หน่วงจังหวะให้เหนื่อยจนเกินไป หรือไม่ลงจังหวะ จังหวะจึงเป็นหัวใจของบทเพลงที่จะต้องถือว่าสำคัญมาก”

(กาญจนา อินทรสุนานนท์, ม.ป.ป.: 23-24)

ตัวอย่างเพลงข้ามถนน

คำร้อง คุณหญิงจีน ศิลปบรรเลง

อย่าเหม่อมอง	ต้องดูข้างหน้า
อีกซ้ายและขวา	เมื่อจะข้ามถนน
ถ้ายวดยานหลาย	ก็ต้องอดใจทน
อย่าตัดหน้ารถยนต์	ทุกคนจงระวังเอย
มั่งแซะ มั่งแซะ แซะมั่ง	ตะลุ่มตุ้มมั่ง
มั่งแซะ มั่งแซะ แซะมั่ง	ตะลุ่มตุ้มมั่ง

การกระจายคำร้องตามตำแหน่ง เพื่อเปรียบเทียบจังหวะ

----	--- X	----	- X - X	----	- X - X	----	- X - X
----	--- ↓	----	- ↑ - ↓	----	- ↑ - ↓	----	- ↑ - ↓
----	--- อย่า	----	- หมื่อ - มอง	----	- ต้อง - ดู	----	- ข้าง - หน้า

----	- X - X	----	- X - X	--- X	- X - X	----	- X - X
----	- ↑ - ↓	----	- ↑ - ↓	--- ↓	- ↑ - ↓	----	- ↑ - ↓
----	- อีก - ซ้าย	----	- และ - ขวา	--- เมื่อ	- จะ - ข้าม	----	- ถ - นน

----	- X - X	----	- X - X	--- X	- X - X	--- X	--- X
----	- ↑ - ↓	----	- ↑ - ↓	--- ↓	- ↑ - ↓	--- ↓	--- ↓
----	- ถ้า - ยวด	----	- ยาน - หลาย	--- ก็	- ต้อง - อด	--- ใจ	--- ทน

--- X	- X - X	----	- X - X	--- X	--- X	- X - X	- X - X
--- ↓	- ↑ - ↓	----	- ↑ - ↓	--- ↓	--- ↓	- ↑ - ↓	- ↑ - ↓
--- อย่า	- ตัด - หน้า	----	- รถ - ยนต์	--- ทุก	--- คน	- จง - ระ	- วัง - เอย

เมื่อกระจายคำตามตำแหน่งที่ถูกต้องแล้ว บรรทัดแรกใช้ X แทนการตบมือตามตำแหน่งของคำ เป็นการย้ำจังหวะของการวางคำโดยการตบมือพร้อมกับการร้องเพลง จากนั้นใช้ลูกศร ↑ แทนจังหวะยก และใช้ลูกศร ↓ แทนจังหวะตกในบรรทัดที่ 2 โดยแทนการตบมือโดยตระหนักรู้ว่าจังหวะยกอยู่ตรงไหน และคำๆใดอยู่ที่ตำแหน่งของจังหวะยก เช่นเดียวกันนั้นก็ทราบว่าจะตกอยู่ตรงไหน และคำๆใดอยู่ที่ตำแหน่งของจังหวะตกจากนั้นให้ตบมือเฉพาะตามสัดส่วนที่มีคำร้องที่มีตำแหน่งอยู่ในจังหวะตกเท่านั้นการฝึกทักษะเบื้องต้นเช่นนี้จะทำให้เด็กปฐมวัยเรียนรู้ในความแม่นยำของจังหวะในขณะที่ร้องเพลงไปด้วย

จากนั้นครูผู้สอนแสดงท่าทางประกอบโดยออกแบบท่าทางตามวิธีการจำแนกการเคลื่อนไหว (Motion) และการเคลื่อนที่ (Movement) ด้วยการใส่ท่าทางการเคลื่อนไหวทางกาย เพียงเล็กน้อยด้วยท่าทางที่มีตัวแปร 2 ตัว เช่น การยก - วาง หรือ ซ้าย - ขวา เป็นการเริ่มต้นตามตำแหน่งคำ โดยคำนึงถึงตำแหน่งตบมือ ของ X จากนั้นเพิ่มเติมท่าทางตามตำแหน่งลูกศร ↑ แทนจังหวะยก และใช้ลูกศร ↓ แทนจังหวะตกโดยใช้ท่าทางเพียงไม่กี่ท่า ซ้ำๆไปมา จากนั้นเมื่อเด็กปฐมวัยจำตำแหน่งของสัดส่วนจังหวะจากการทำท่าทางคล่องแคล่วถูกต้องแล้ว จึงแปรท่าทางให้มีความหลากหลายเข้ากับสื่าสื่อความหมายของคำร้องเพิ่มเติมขึ้นไป

การเปลี่ยนลีลาของจังหวะตามตำแหน่งคำร้อง ในส่วนของสร้อยเพลง (กระชับจังหวะ)

----	--- X	--- X	- X - X	- X - -	- X - X	--- X	- X - X
----	--- ↓	--- ↓	--- ↓	- ↑ - -	- ↑ - ↓	--- ↓	- ↑ - ↓
----	--- มง	--- แซะ	--- มง	- แซะ - -	- แซะ -	- - ตะลุ่ม	- ตุ่ม - มง

การใช้ทำนองสร้อยของเพลง ที่เลียนแบบเสียงของเครื่องดนตรี กล่าวคือ มง คือเสียงที่เลียนแบบเสียงของโหม่ง แซะ คือเสียงที่เลียนแบบเสียงของฉาบ และ ตะลุ่ม ตุ่ม คือเสียงที่เลียนแบบเสียงของกลอง ซึ่งเป็นเครื่องดนตรีหลักที่ควบคุมจังหวะทั้งสี่ ในขั้นตอนนี้สามารถใช้การเลียนแบบเสียงของเครื่องดนตรีในวรรคสร้อยเพลงนี้เพื่อทำการเร่งกระชับจังหวะเพิ่มขึ้นเล็กน้อย จะสังเกตได้ว่าทำนองที่เลียนเสียงเครื่องดนตรีนี้ มีสัดส่วนและลีลาของทำนองคล้ายกัน แต่อัตราจากเสียงหนึ่งไปอีกเสียงหนึ่งต่างกัน สามารถแสดงอรรถาธิบายดังนี้ เมื่อวิเคราะห์เสียง มง - แซะ โดยเสียง มง ที่ 1 อยู่ในจังหวะตกของห้องเพลงที่ 2 และเสียง แซะ ที่ 1 ก็อยู่ในจังหวะตกของห้องเพลงที่ 3 จากนั้น เสียง มง ที่ 2 ยังคงดำเนินอยู่ในจังหวะตกของห้องเพลงที่ 4 โดยที่เสียง มง - แซะ โดยเฉพาะเสียง แซะ ที่ 2 กระชั้นจังหวะเข้ามาอยู่ในจังหวะยกของห้องเพลงที่ 5 รูปแบบที่เสียงดำเนินอยู่บนตำแหน่งของจังหวะอย่างสม่ำเสมอ คือ มง - แซะ - มง เป็นการวางเสียงอยู่ในจังหวะปกติซึ่งง่ายต่อการเข้าใจ เพราะเป็นจังหวะตก หรือตำแหน่งเน้นจังหวะ แต่การที่ เสียง แซะ ที่ 2 กระชั้นเสียงเข้ามาใกล้เสียง มง ที่ 2 ทำให้สัดส่วนของจังหวะมีความเปลี่ยนแปลงไปซึ่งถือว่าเป็นจังหวะผสมผสาน

การประยุกต์เพลงร้องไทยสำหรับกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัย ความเข้าใจอย่างลึกซึ้งเรื่องจังหวะของผู้สอนจะส่งผลโดยตรงต่อการจัดรูปแบบการทำกิจกรรมเพื่อส่งเสริมพัฒนาการของเด็ก ดังนั้นความเข้าใจพื้นฐานเรื่องจังหวะจะสามารถใช้ในการสร้างกระบวนการรับรู้และเข้าใจของเด็กปฐมวัยได้อย่างดี

สรุป

ประเด็นความเข้าใจเรื่องจังหวะกับกิจกรรมต่างๆ แม้กระทั่งวิถีการดำเนินชีวิตประจำวันของมนุษย์ล้วนมีพื้นฐานจากการรับรู้ปรับใช้วิธีการของพื้นฐานจังหวะทั้งในส่วนนามธรรมอันได้แก่ความคิดและรูปธรรมอันได้แก่กิริยาท่าทาง จังหวะแฝงอยู่ในมโนสำนึกของมนุษย์ทั้งท่วงท่าในการเดิน ท่วงท่าในการเคลื่อนไหว หรือแม้กระทั่งการหายใจล้วนต้องมีความสม่ำเสมอ ความสม่ำเสมอนี้เองเป็นหน่วยองค์ประกอบหลักซึ่งเป็นคุณสมบัติประการหลักของจังหวะ บทความวิชาการนี้ชี้ประเด็นให้เห็นถึงสิ่ง 2 สิ่ง กล่าวคือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัยและจังหวะ จังหวะเป็นหน่วยย่อยทางสำคัญโดยเฉพาะทางดนตรี ร้องรำทำเพลงหรือกิจกรรมที่มีดนตรีเป็นส่วนประกอบ ความมุ่งหมายในการที่ผู้สอนเข้าใจกระบวนการวิเคราะห์จังหวะสามารถช่วยพัฒนาการเลือกใช้รูปแบบกิจกรรมที่มีการร้องรำทำเพลง หรือกิจกรรมทางกายที่เน้นให้เกิดความ

สนุกสนานสำหรับเด็กปฐมวัย โดยเป็นที่ทราบกันว่าช่วงวัยของเด็กปฐมวัยเป็นช่วงวัยที่ต้องการพัฒนา กล้ามเนื้อ และการได้เล่นได้ออกแรงอย่างเหมาะสมเป็นปัจจัยหลักในการพัฒนาสุขภาพและพัฒนาความคิดใน ระยะต่อไป เด็กปฐมวัยจึงจำเป็นต้องได้รับการเอาใจใส่ในการหากิจกรรมทางกายที่เหมาะสม

กิจกรรมที่เหมาะสมตามแนวคิด ยูริธึมมิคส์ จึงเป็นกิจกรรมที่เน้นความสัมพันธ์ของการเคลื่อนไหว (Motion) และการเคลื่อนที่ (Movement) ซึ่งใช้พื้นฐานของจังหวะโดยผลจากใช้แนวคิดส่วนมากอยู่ในกลุ่ม ผู้เรียนและผู้สอนทางด้านดนตรีศึกษา บทความนี้จึงต้องการขยายประเด็นให้แนวคิด ยูริธึมมิคส์ ซึ่งเป็นองค์ ความรู้สำคัญนำเข้ามาประยุกต์ใช้กับกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัย โดยผนวกกับแนวคิดเรื่องจังหวะพื้นฐาน ของเพลงไทย ที่เป็นเครื่องมือในการใช้เสริมทักษะความรู้มาแต่อดีต การประสานทั้งทำนองของเพลงไทยผ่าน การร้องด้วยภาษาเรียบง่าย จะเกิดความเข้าใจที่ง่ายเมื่อใช้สื่อสารกับเด็กปฐมวัย การใช้ทำนองที่มีลักษณะห่าง และไม่ซับซ้อนจะเป็นสิ่งกระตุ้นให้เด็กปฐมวัยเรียนรู้และสนุกไปกับบทเพลง นอกจากนั้นการที่ผู้สอน สามารถวิเคราะห์จังหวะได้อย่างง่ายจะนำมาซึ่งการปรับใช้ทำทางจากกิจกรรมสันทนการของเด็กปฐมวัย ให้ เข้ากับรูปแบบของจังหวะเพลง โดยการใช้หน่วยย่อยของจังหวะเป็นพื้นฐานในการบรรจุกทำทาง ความเข้าใจ เรื่องจังหวะจึงเป็นพื้นฐานสำคัญที่สุดในการจัดกิจกรรมทางกายทั้งต่อผู้เรียนและผู้สอน ผลสำเร็จของกิจกรรม ทางการในรูปแบบนี้จึงเป็นประตูสำคัญที่วางพื้นฐานการแสดงออกอย่างเป็นจังหวะ และรู้จักการวางและ บริหารสรีระของเด็กปฐมวัยกระตุ้นการใช้กล้ามเนื้อและประสาทด้านการทรงตัว

เอกสารอ้างอิง

- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2561). *คู่มือข้อเสนอแนะกิจกรรมทางกายและการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อ ต่อการมีกิจกรรมทางกายของเด็กสำหรับสถานพัฒนาเด็กปฐมวัย*. กรุงเทพฯ: บริษัท เอ็นซี คอนเซ็ปต์ จำกัด.
- กาญจนา อินทรสุนานนท์. (ม.ป.ป.). คุณหญิงขึ้น ศิลปบรรเลง กับบทเพลงร้องในโรงเรียน. *วารสารศิลปกรรม ศาสตร์ คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*, 12(2), 23-28.
- ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2555). *สังคีตนิยม ความซาบซึ้งในดนตรีตะวันตก*. (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- _____. (2541). *จิตวิทยาการสอนดนตรี*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- _____. (2560). *วิธีวิทยาการสอนดนตรี*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: บริษัท พรณิพรีนติ้งเซ็นเตอร์ จำกัด.
- ทิตนา แคมมณี. (2553). *ศาสตร์การสอน องค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ*. (พิมพ์ครั้งที่ 12). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- นิลวรรณ อึ้งอัมพร. (2557). *สรีระสัมพันธ์: กระบวนการพัฒนาทักษะความเป็นนักดนตรีโดยใช้บทฝึกดนตรีเพื่อการเคลื่อนไหว*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- บุษกร ปิณฑสันต์. (2553). *ดนตรีบำบัด*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เยาวพา เดชะคุปต์. (2542). *การจัดการศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัย*. กรุงเทพฯ: แม็ค.
- วารุณี สกฤฬารักษ์. (2562). *ดนตรีและกิจกรรมเคลื่อนไหวสำหรับเด็กปฐมวัย*. *วชิรเวชสารและวารสารเวชศาสตร์เขตเมือง*, 63(3), 203-208.
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2557). *การพัฒนาหลักสูตรกิจกรรมทางกาย (รายงานการวิจัย)*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ.
- อภิญาพร ชัยวานิชศิริ. (2559). *ผลการจัดกิจกรรมละครเพื่อพัฒนาความเข้าใจทางดนตรี ทักษะการเคลื่อนไหวแบบยูริธึมมิกส์ และความสามารถทางสังคม ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อมรรัตน์ สารหงษ์. (2553). *ผลการจัดกิจกรรมกลางแจ้งโดยใช้การเล่นของเด็กไทยที่มีต่อทักษะพื้นฐานทางคณิตศาสตร์ของเด็กปฐมวัย*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ. มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์.