

การพัฒนาสมรรถภาพทางกายของเด็กปฐมวัย โดยใช้การจัด
ประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT
ร่วมกับการเล่นพื้นบ้านไทย
DEVELOPING PHYSICAL ACTIVITIES OF EARLY CHILDHOOD
USING COOPERATIVE LEARNING WITH TGT TECHNIQUE
WITH THAI LOCAL FOLK PLAY

¹ศิริประภา รักษาพล และ ²แสงสุรีย์ ดวงคำน้อย
¹Siriprapa Raksapol and ¹Sangsuree Duangkhamnoi

มหาวิทยาลัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ, ประเทศไทย
North Eastern University, Thailand.

¹Siriprapa.rak@msu.ac.th

Received September 10, 2021; Revised November 2, 2021; Accepted December 3, 2021

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกาย โดยใช้การจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการเล่นพื้นบ้านไทยของเด็กปฐมวัย ให้มีคะแนนตั้งแต่ร้อยละ 70 และมีจำนวนนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์ตั้งแต่ร้อยละ 70 ขึ้นไป กลุ่มเป้าหมาย เป็นนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 3 โรงเรียนบ้านโนนม่วงเขาน้อยโคกใหญ่เสือเผ่น อำเภอบรบือ จังหวัดมหาสารคาม สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา มหาสารคาม เขต 1 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2563 จำนวน 15 คน ใช้รูปแบบการวิจัยการทดลองเบื้องต้น (Post-Experimental Research Design) เป็นการวิจัยแบบหนึ่งกลุ่มวัดหลังการทดลอง (One - Shot Case Design) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แผนการจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการเล่นพื้นบ้านไทย แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย และแบบสอบถามความพึงพอใจ วิเคราะห์ข้อมูล โดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และร้อยละผลการวิจัย พบว่า 1) นักเรียนที่จัดประสบการณ์แบบร่วมมือ

¹ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ,

² อาจารย์ ดร., สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

เทคนิค TGT ร่วมกับการละเล่นพื้นบ้านไทย มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 36.53 คิดเป็นร้อยละ 91.33 ของคะแนนเต็ม และมีจำนวนนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์เท่ากับ 15 คน คิดเป็นร้อยละ 100 ของนักเรียนทั้งหมด 2) นักเรียนมีความพึงพอใจต่อการจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการละเล่นพื้นบ้านไทย มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.87 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.30 อยู่ในระดับความพึงพอใจมากที่สุด

คำสำคัญ: สมรรถภาพทางกาย, การจัดประสบการณ์แบบร่วมมือ, การละเล่นพื้นบ้านไทย

Abstract

This research aims to develop physical activities by using Cooperative Learning with TGT Technique with Thai Local Folk Play for early childhood children, the score is 70% and the number of students who pass the criteria is 70% or more. The target group is Kindergarten 3 (K3) students at Ban Non Muang Khao Noi Khok Yai Suea Thao School, Borabue District, Maha Sarakham Province, under Maha Sarakham Primary Educational Service Area Office 1, Semester 1, Academic Year 2020, total 15 students using the post-experimental research design is a one-shot case design study. The research instruments were a plan to organize cooperative learning with TGT Technique with Thai Local Folk Play, physical activities test and satisfaction questionnaire. The data were analyzed by finding mean, standard deviation, and percentage. The research results were found that 1) The students who held the Cooperative Learning with TGT Technique with Thai Local Folk Play had an average score of 36.53, or 91.33 percent of the full score, and the number of students who met the criteria was 15, representing 100 percent of the total students. 2) The students were satisfied of cooperatively with TGT Technique with Thai Local Folk Play had a mean score of 4.87 and a standard deviation of 0.30, which was the most satisfied.

Keywords: Physical Fitness, Cooperative Learning Experience Management by TGT Technique, Thai Traditional Games

บทนำ

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 และ (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2553 มาตรา 6 ระบุว่า “การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สติปัญญา ความรู้และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิตสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข” และในมาตรา 22 ว่าด้วยการจัดการศึกษาต้องยึดหลักว่าผู้เรียนทุกคนมีความรู้ความสามารถในการเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ และถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด กระบวนการจัดการศึกษาต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มตามศักยภาพ การจัดการศึกษาสำหรับเด็ก ในระดับอนุบาลถือว่าเป็นพื้นฐานที่สำคัญที่สุดของการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ เด็กตั้งแต่แรกเกิดจนถึงช่วงอายุ 5-6 ปี เป็นช่วงอายุที่ร่างกายและสมองของเด็กเจริญเติบโตสูงสุดและสามารถพัฒนาได้อย่างต่อเนื่องไปจนถึงอายุประมาณ 8 ปี การจัดกิจกรรมหรือประสบการณ์ให้กับเด็กจึงควรประกอบด้วยกิจกรรมการใช้ทักษะการเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ เด็กอายุ 3-6 ปี มีความต้องการที่จะเล่น ต้องการที่จะเคลื่อนไหวร่างกาย ต้องการที่จะออกกกำลังกายเพื่อสนองต่อธรรมชาติและความต้องการของร่างกาย ซึ่งพัฒนาการในด้านต่างๆ ของเด็กวัยนี้สามารถพัฒนาได้อย่างรวดเร็วที่สุด กิจกรรมการออกกกำลังกายเป็นสิ่งสำคัญของชีวิต เพราะการออกกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะทำให้ร่างกายแข็งแรง สุขภาพสมบูรณ์ ระบบการทำงานของร่างกายเกิดการพัฒนา และทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นจึงควรปลูกฝังกิจกรรมการออกกกำลังกายตั้งแต่วัยเด็ก เนื่องจากเป็นวัยเริ่มต้นของชีวิต และเป็นรากฐานที่สำคัญของการพัฒนาประเทศชาติในอนาคต

ในปัจจุบันเด็กในวัยเรียนและเยาวชนไม่สนใจออกกกำลังกาย เนื่องจากความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีได้เข้ามามีบทบาทในชีวิตประจำวันของมนุษย์ สิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ถูกนำมาใช้ทดแทนแรงงานของมนุษย์มากขึ้น จึงทำให้กิจกรรมการเคลื่อนไหวของมนุษย์ในชีวิตประจำวันน้อยลง เมื่อการดำเนินชีวิตเปลี่ยนไปการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น หัวใจ หลอดเลือด และกล้ามเนื้อหัวใจไม่ได้รับการกระตุ้นจากการออกกกำลังกาย ทำให้การทำงานของอวัยวะต่าง ๆ อ่อนแอลงหรือผิดปกติไป ส่งผลให้สมรรถภาพทางกายลดลง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยเรื่อง ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยที่มีต่อสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับทักษะของเด็กอนุบาล ซึ่งจากการวิจัยพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยมีการพัฒนาสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับทักษะ ดีกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดกิจกรรมพลศึกษาตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (เดชนริศ หาญโรจนกุล, 2553)

นอกจากประเด็นปัญหาและศึกษาหลักการเกี่ยวกับการเล่นพื้นบ้านไทยดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยยังได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาใช้พัฒนาการจัดประสบการณ์ พบว่าการจัดประสบการณ์ ด้วยการจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการเล่นพื้นบ้านไทย สามารถนำมาใช้ในการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย เพราะเด็กได้ทำงานร่วมกัน มีการช่วยเหลือพึ่งพาซึ่งกันและกัน และมีความรับผิดชอบร่วมกัน ทั้งในส่วนตนและส่วนรวม เพื่อให้ตนเองและสมาชิกทุกคนในกลุ่มประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนด ได้ออกกำลังกาย โดยตามธรรมชาติของเด็กที่ชอบการเคลื่อนไหว จะอยู่นิ่งไม่ได้ ต้องมีการเคลื่อนไหวบ่อยๆ ซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้มีพัฒนาการที่ดีทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ จิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา และเพื่อบริหารร่างกายให้มีการเจริญเติบโต การเคลื่อนไหวหรือออกกำลังกายนับเป็นสิ่งจำเป็นอย่างหนึ่งของเด็ก ผู้วิจัยในฐานะครูปฐมวัย จึงมีความสนใจที่จะทำวิจัย เพื่อพัฒนาเด็กและปรับปรุงการจัดประสบการณ์ โดยนำวิธีการจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการเล่นพื้นบ้านไทย มาใช้ในการพัฒนาสมรรถภาพทางกายของเด็กปฐมวัย

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายของเด็กปฐมวัย โดยใช้การจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการเล่นพื้นบ้านไทย ให้มีคะแนนตั้งแต่ร้อยละ 70 และมีจำนวนนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์ตั้งแต่ร้อยละ 70 ขึ้นไป
2. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของเด็กปฐมวัย ที่มีต่อการจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการเล่นพื้นบ้านไทย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นวิจัยเชิงทดลองเบื้องต้น (Post Experimental Research) แผนการวิจัยแบบหนึ่งกลุ่มหลังเรียน (One Group Post Test Design) ได้ดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2563 จำนวน 15 คน ที่กำลังศึกษาอยู่โรงเรียนบ้านโนนม่วงเขาน้อยโคกใหญ่เสื่อเตา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษามหาสารคาม เขต 1 ได้กลุ่มเป้าหมายโดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 แผนการจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการละเล่นพื้นบ้านไทย โดยใช้การจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการละเล่นพื้นบ้านไทย จำนวน 12 แผนการจัดประสบการณ์ รวม 12 ชั่วโมง

2.2 แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย วัด 4 ด้าน คือ 1) ความอ่อนตัว 2) ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ 3) ความเร็ว 4) ความคล่องแคล่วว่องไว

2.3 แบบสอบถามความพึงพอใจของเด็กปฐมวัยที่มีต่อการจัดประสบการณ์แบบร่วมมือ เทคนิค TGT ร่วมกับการละเล่นพื้นบ้านไทย เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 12 ข้อ

3. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามมาวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป โดยใช้สถิติพื้นฐาน ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยตามเกณฑ์ (บุญชม ศรีสะอาด, 2554 : 103)

ผลการวิจัย

การศึกษาเรื่อง การพัฒนาสมรรถภาพทางกายของเด็กปฐมวัย โดยใช้การจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการละเล่นพื้นบ้านไทย ผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัย ดังนี้

1. พัฒนาสมรรถภาพทางกายของเด็กปฐมวัย โดยใช้การจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการละเล่นพื้นบ้านไทย แสดงดังตารางที่ 1 ดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงคะแนนการทดสอบสมรรถภาพทางกายของเด็กปฐมวัย

จำนวนนักเรียนทั้งหมด	คะแนนเต็ม	คะแนนที่ผ่านเกณฑ์	คะแนน			จำนวนนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์		จำนวนนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์	
			ค่าเฉลี่ย	ร้อยละ	S.D.	ผ่าน	ไม่ผ่าน	ผ่าน	ไม่ผ่าน
15	40	28	36.53	91.33	2.00	15	0	100.00	0.00

จากตารางที่ 1 พบว่า ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของเด็กปฐมวัยที่จัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการละเล่นพื้นบ้านไทย มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ

36.53 คิดเป็นร้อยละ 91.33 และมีนักเรียนผ่านเกณฑ์จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 100.00 ของจำนวนนักเรียนทั้งหมด

2. ความพึงพอใจของเด็กปฐมวัย ที่มีต่อการจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการละเล่นพื้นบ้านไทย แสดงดังตารางที่ 2 ดังนี้

ตารางที่ 2 ผลการศึกษาความพึงพอใจของเด็กปฐมวัย ที่มีต่อการจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการละเล่นพื้นบ้านไทย

ด้านที่	รายการ	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1	ด้านการจัดประสบการณ์	4.84	0.29	มากที่สุด
2	ด้านสื่อการจัดประสบการณ์	4.90	0.30	มากที่สุด
3	ด้านการวัดและประเมินผล	4.85	0.36	มากที่สุด
4	ด้านประโยชน์ที่ได้รับจากการจัดประสบการณ์	4.91	0.23	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ยรวม		4.87	0.30	มากที่สุด

จากตารางที่ 2 พบว่า กลุ่มเป้าหมาย มีความพึงพอใจของเด็กปฐมวัย ที่มีต่อการจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการละเล่นพื้นบ้านไทยมีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 4.87 อยู่ในระดับความพึงพอใจมากที่สุด โดยด้านที่มีความพึงพอใจสูงที่สุด คือ ด้านประโยชน์ที่ได้รับจากการจัดประสบการณ์มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.91 มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด และด้านที่มีระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด คือ ด้านการจัดประสบการณ์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.84 มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด

อภิปรายผล

การศึกษาเรื่อง การพัฒนาสมรรถภาพทางกายของเด็กปฐมวัย โดยใช้การจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการละเล่นพื้นบ้านไทย มีประเด็นที่สำคัญในการอภิปรายดังนี้

ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย แสดงให้เห็นว่า หลังจากที่เด็กปฐมวัยได้รับการจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการละเล่นพื้นบ้านไทย พบว่า เด็กปฐมวัยมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 36.53 คิดเป็นร้อยละ 91.33 และมีนักเรียนผ่านเกณฑ์จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 100.00 ของจำนวนนักเรียนทั้งหมด จากการศึกษาทำให้เห็นว่าผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของเด็กปฐมวัยดีขึ้นทั้ง 4 ด้าน ประกอบด้วย 1) ด้านความอ่อนตัว มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.40 2) ด้านความ แข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ มี

คะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.80 3) ด้านความเร็ว มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.63 4) ด้านความคล่องแคล่วว่องไว มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.43 เนื่องมาจากนํ้าการเรียนรู้แบบร่วมมือมาใช้ส่งเสริมให้เด็กได้ทำงานร่วมกัน มีการช่วยเหลือพึ่งพาซึ่งกันและกัน และมีความรับผิดชอบร่วมกัน ทั้งในส่วนตนและส่วนรวม เพื่อให้ตนเองและสมาชิกทุกคนในกลุ่มประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ฉวีวรรณ คูหาภินันท์ (2529) อีกทั้งยังนํ้าการละเล่นพื้นบ้านไทย มาร่วมจัดประสบการณ์ ซึ่งเป็นการละเล่นที่ทำให้เด็กเกิดความสุขสนุกสนาน รู้สึกตื่นเต้น ได้ออกกำลังกาย โดยตามธรรมชาติของเด็กที่ชอบการเคลื่อนไหว จะอยู่นิ่งไม่ได้ ต้องมีการเคลื่อนไหวบ่อยๆ ซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้มีพัฒนาการที่ดีทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ จิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา และเพื่อบริหารร่างกายให้มีการเจริญเติบโต การเคลื่อนไหวหรือออกกำลังกายนับเป็นสิ่งจำเป็นอย่างหนึ่งของเด็ก

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

การจัดประสบการณ์แบบร่วมมือเทคนิค TGT ร่วมกับการละเล่นพื้นบ้านไทย ช่วยพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ของเด็กปฐมวัย ได้เป็นอย่างดี โดยนํ้าการละเล่นพื้นบ้านไทยมาควบคู่กับการจัดประสบการณ์ โดยนํ้าการละเล่นพื้นบ้านไทยมาจัดประสบการณ์ ซึ่งทำให้เด็กได้ออกกำลังกาย เกิดความสุขสนุกสนาน และยังทำให้เด็กเกิดความสนใจในการจัดประสบการณ์ และสามารถนํ้าการละเล่นพื้นบ้านไทยไปเล่นในเวลาว่างได้อีกด้วย

เอกสารอ้างอิง

- กิตติพงษ์ ตรวรรัตน์. (2558). ผลของการจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษาโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อส่งเสริมสมรรถภาพทางกายที่จำเป็นต่อการป้องกันอุบัติเหตุจากการหกล้มของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนต้น. บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ฉวีวรรณ คูหาภินันท์ (2529) เทคโนโลยีการสอนและการศึกษา. กรุงเทพฯ : ประสานมิตร
- เดชนริศ หาญโรจนกุล. (2553). ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยที่มีต่อสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับทักษะของเด็กอนุบาล. บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธนู ประเสริฐศรี. (2545). ผลของการฝึกกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบดนตรีที่มีผลต่อสมรรถภาพทางกลไกของนักเรียนระดับก่อนประถมศึกษา. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2554). การวิจัยเบื้องต้น. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.

