

การพัฒนาผลการเรียนรู้โดยใช้แนวทางการเรียนรู้เชิงรุก รายวิชาพลศึกษา

เรื่อง การเต้นลีลาศ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

The Development of Learning Outcomes by using Active Learning Concept
on Ballroom Dancing in Physical education Subject of Health and
Physical Education of Mathayomsuksa 4 Studentsณัฐพร แผ่นแก้ว,¹ ไชยวัฒน์ นามบุญลือ² และภูมิพงศ์ จอมหงษ์พิพัฒน์³Natthaporn Phankaeo,¹ Chaiyawat Namboonlue² and Bhumbhong Jomhongbhibhat³

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนาผลการเรียนรู้ เรื่องการเต้นลีลาศ รายวิชาพลศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในประเด็นต่อไปนี้ 1) เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียนกับหลังเรียน 2) เปรียบเทียบความสามารถในการเต้นลีลาศก่อนเรียนกับหลังเรียน 3) เปรียบเทียบสมรรถภาพทางกายก่อนเรียนกับหลังเรียน และ 4) ศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุก เรื่อง การเต้นลีลาศ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4/9 โรงเรียนนาเรีนกุล จังหวัดอุบลราชธานี ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2566 จำนวน 40 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบกลุ่มเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ 1) แผนการจัดการเรียนรู้ เรื่อง การเต้นลีลาศ จำนวน 12 แผน 2) แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง การเต้นลีลาศ 3) แบบวัดความสามารถในการเต้นลีลาศ 4) แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย และ 5) แบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง การเต้นลีลาศโดยใช้แนวทางการเรียนรู้เชิงรุก สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบทีแบบกลุ่มไม่อิสระ

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุก เรื่องการเต้นลีลาศ รายวิชาพลศึกษา หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. ความสามารถในการเต้นลีลาศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุก เรื่องการเต้นลีลาศ รายวิชาพลศึกษา หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. สมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุก เรื่องการเต้นลีลาศ รายวิชาพลศึกษา หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุก เรื่องการเต้นลีลาศ รายวิชาพลศึกษา มีความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด

คำสำคัญ: ความสามารถในการเต้นลีลาศ สมรรถภาพทางกาย แนวทางการเรียนรู้เชิงรุก

¹ นักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาลูกเสือและการเรียนการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร., คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

³ รองศาสตราจารย์ ดร., คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

*ผู้ติดต่อ ณัฐพร แผ่นแก้ว อีเมล: natthaporn.pg63@ubru.ac.th

รับเมื่อ 19 ธันวาคม 2566 แก้ไข 18 มกราคม 2567 ตอบรับเมื่อ 21 มกราคม 2567

Abstract

The purposes of this research were to develop the learning outcomes of Mathayomsuksa 4 students on ballroom dance in Physical Education Subject of Health and Physical Education Learning Group using the active learning concept in the following issues: 1) to compare academic achievement before and after learning, 2) to compare dance ability before and after learning, 3) to compare physical fitness before and after learning and 4) To study the satisfaction of Mathayomsuksa 4 students who study with the concept of active learning on ballroom dance. The samples were 40 Mathayomsuksa 4 students of Narinukun School studying in the second semester of the academic year 2023 who were selected by a cluster random sampling method. The research instruments were 1) 12 ballroom dance learning plans, 2) ballroom dance achievement test, 3) ballroom dancing test and assessment, 4) physical fitness test and 5) students' satisfaction assessment form. Data were analyzed by percentage, mean, standard deviation and t-test dependent samples.

The research findings were as follows:

1. The academic achievement of Mathayomsuksa 4 students after using the active learning concept in learning ballroom dancing after studying was significantly higher than that of before studying at the .01 level.
2. The dancing ability of Mathayomsuksa 4 students who study with the concept Active learning about ballroom dancing after studying was significantly higher than before studying at the .01 level.
3. Physical fitness of Mathayomsuksa 4 students learning with the concept Active learning about ballroom dancing after studying was significantly higher than before studying at the .01 level.
4. Mathayomsuksa 4 students learning according to the concept Active learning about ballroom dancing found that students were overall satisfied at the highest level

Keywords: Dancing Ability, Physical Fitness, Active Learning Concept

บทนำ

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ. 2566 – 2570) มีสถานะเป็นแผนระดับที่ 2 ซึ่งเป็นกลไกที่สำคัญในการแปลงยุทธศาสตร์ชาติไปสู่การปฏิบัติ และใช้เป็นกรอบสำหรับการจัดทำแผนระดับที่ 3 เพื่อให้การดำเนินงานของภาคีการพัฒนาที่เกี่ยวข้อง สามารถสนับสนุนการบรรลุเป้าหมายตามยุทธศาสตร์ชาติในระยะของแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 13 เป็นช่วงเวลาที่แนวโน้มของการพัฒนาของเทคโนโลยีอย่างก้าวกระโดดการเป็นสังคมสูงวัยของประเทศไทยและหลายประเทศทั่วโลก ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงด้านภูมิรัฐศาสตร์ระหว่างประเทศ ดังนั้นการขับเคลื่อนการพัฒนาประเทศท่ามกลางกระแสแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจึงต้องให้ความสำคัญกับการเสริมสร้างความเข้มแข็งจากภายในให้สามารถเติบโตต่อไปได้อย่างมั่นคงท่ามกลางความผันแปรที่เกิดขึ้นรอบด้าน (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ 2560, น. 3) แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560 – 2579 สะท้อนให้เห็นความท้าทายที่

เป็นพลวัตของโลกศตวรรษที่ 21 ทั้งในส่วนที่เป็นแรงกดดันภายนอก ได้แก่การเปลี่ยนแปลงของบริบทเศรษฐกิจและสังคมโลกอันเนื่องจากการปฏิวัติดิจิทัล (Digital Revolution) การเปลี่ยนแปลงสู่อุตสาหกรรม 4.0 (The Fourth Industrial Revolution) การดำเนินงานเพื่อบรรลุเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืนขององค์การสหประชาชาติ 2573 (Sustainable Development Goals : SDGs 2030) ที่ประเทศไทยได้ให้สัตยาบัน รวมทั้งระบบการศึกษาที่ยังมีปัญหาหลายประการ นับตั้งแต่ปัญหาคุณภาพของคนไทยทุกช่วงวัย ปัญหาคุณภาพและมาตรฐานการจัดการศึกษาในทุกระดับ ส่งผลกระทบต่อระบบการศึกษา ที่ต้องปรับเปลี่ยนให้สนองและรองรับความท้าทายดังกล่าว จึงมีความจำเป็นที่ประเทศไทยต้องปฏิรูปการศึกษา เพื่อให้ระบบการศึกษาเป็นกลไกหลักของการขับเคลื่อนประเทศ (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา 2549, น. 8)

จากข้อมูลข้างต้นที่ได้กล่าวมาจะเห็นว่าหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 มุ่งพัฒนาคุณภาพผู้เรียนให้เป็นคนดี มีคุณธรรม และมีความรอบรู้อย่างเท่าทัน ให้มีความพร้อมทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และศีลธรรม สามารถก้าวทันการเปลี่ยนแปลง บนพื้นฐานการมีจิตใจที่ดีงามมีจิตสาธารณะ พร้อมทั้งมีสมรรถนะ ทักษะ และความรู้พื้นฐานที่จำเป็นในการดำรงชีวิตอันจะส่งผลต่อการพัฒนาประเทศอย่างยั่งยืน สอดคล้องกับนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการในการพัฒนาเยาวชนของชาติเข้าสู่โลกศตวรรษที่ 21 ซึ่งการพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพตรงตามจุดมุ่งหมายนั้นจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดสมรรถนะสำคัญสำหรับการดำรงชีวิตในศตวรรษที่ 21 ทั้งหมด 5 ประการ ได้แก่ ความสามารถในการสื่อสาร ความสามารถในการคิด ความสามารถในการแก้ปัญหา ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต และความสามารถในการใช้เทคโนโลยี (กระทรวงศึกษาธิการ 2551, น. 7)

หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 สาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา มุ่งเปิดโอกาสให้นักเรียนเข้าใจและเห็นความสำคัญของปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่ดีต่อสุขภาพชีวิตในช่วงวัยต่าง ๆ ยอมรับและสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สามารถตัดสินใจที่เหมาะสมในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย กิจกรรมทางกีฬา กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกลไกได้อย่างปลอดภัย และสำนึกในคุณค่า ปฏิบัติตามกฎหมายกติกาหน้าที่ความรับผิดชอบเคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่นให้ความร่วมมือในการแข่งขันกีฬาและการทำงานระหว่างทีมด้วยความมุ่งมั่นมีน้ำใจนักกีฬางานประสบความสำเร็จตามเป้าหมายด้วยความชื่นชมและสนุกสนาน (วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ 2540, น. 11)

การเดินลีลาเป็นกิจกรรมทางด้านพลศึกษารูปแบบหนึ่งที่มีการจัดการเรียนการสอนทั้งในระดับมัธยมศึกษาและอุดมศึกษา โดยสถาบันอุดมศึกษาหลายแห่งได้บรรจุวิชาลีลาเข้าไว้ในหลักสูตรการเรียนการสอน (รังสฤษฎ์ บุญชล 2549, น. 5) ดังที่ Lasley, T. J. & Matczynski, T. J. กล่าวไว้ว่า การเรียนการสอนวิชาพลศึกษาและกิจกรรมการเคลื่อนไหวที่ด้นั้น ผู้สอนควรใช้วิธีการเรียนการสอนที่หลากหลายโดยการเลือกรูปแบบการเรียนการสอนแต่ละครั้งให้เหมาะสมกับกีฬาหรือกิจกรรมการเคลื่อนไหว เพื่อช่วยให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จในการเรียนตามความสามารถของตน ดังนั้น ผู้สอนจึงไม่ควรใช้วิธีสอนวิธีใดวิธีหนึ่ง เพราะจะทำให้ผู้เรียนเกิดความเบื่อหน่ายในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน เพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นสิ่งที่สำคัญ เพราะจะทำให้ผู้เรียนเกิดพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยวิธีต่าง ๆ อย่างเหมาะสม โดยผู้สอนสามารถนำทฤษฎีมาประยุกต์ใช้ในการจัดการพฤติกรรมของผู้เรียนผ่านกิจกรรมการเรียนการสอน กระตุ้นและสร้างแรงจูงใจ ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Lasley, T. J. & Matczynski, T. J. 1997, น. 25)

สมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness) เป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาทางด้านร่างกายของมนุษย์ ซึ่งควรพัฒนาให้เกิดขึ้นตั้งแต่อายุยังน้อย สมรรถภาพทางกายนั้นเกิดขึ้นได้จากการเคลื่อนไหวของร่างกาย หรือการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และถูกหลักวิธีการเพื่อจะทำให้ร่างกายเกิดการพัฒนาย่างสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น (เจริญ กระบวนรัตน์ 2556, น. 6) ดังนั้น การออกกำลังกายจึงควรมีการส่งเสริมให้เหมาะสมกับทุกเพศทุกวัย โดยเฉพาะในวัยเด็กเพราะจะทำให้ร่างกายมีการเจริญเติบโตอย่างเต็มที่ที่เหมาะสมตามวัย เด็กในวัยนี้สามารถใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ได้ดี ชอบการเคลื่อนไหวมากกว่าการอยู่นิ่ง และชอบเคลื่อนไหวแบบธรรมชาติ การที่จะส่งเสริมให้ร่างกายของเด็กวัยนี้ทำงานได้คล่องแคล่วประสานงานกันได้ดี จึงจำเป็นต้องฝึกฝนโดยผ่านการทำกิจกรรมซึ่งจะพัฒนาให้เด็กมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง กระฉับกระเฉง คล่องแคล่วว่องไว และมีสมรรถภาพที่ดีด้วย (ดิศพล บุญผาชาติ 2558, น. 56)

การจัดกิจกรรมเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) เป็นการจัดกิจกรรมเรียนรู้ที่ผู้เรียนจะต้องค้นหาเนื้อหาเพื่อก่อให้เกิดองค์ความรู้โดยการพูดคุย การเขียน การอ่าน การสะท้อน การตั้งคำถามหรือการจัดกิจกรรมเรียนรู้ที่ผู้เรียนมีการเคลื่อนไหวอาจใช้ระยะเวลา 2-3 นาที หรือยาวตลอดทั้งหลักสูตรก็ได้ อาจให้ผู้เรียนทำงานคนเดียวเป็นกลุ่มเล็ก หรือกลุ่มใหญ่ก็ได้ และเป็นการเรียนรู้ที่มีคุณค่า น่าตื่นเต้น สนุกสนาน ทำทลายความรู้ความสามารถ ผู้เรียนได้เรียนรู้สอดคล้องกับความสนใจของตนเองได้ลงมือคิดและปฏิบัติอย่างมีความหมาย สามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตจริงได้อย่างแน่นอนอีกทั้งจะช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจได้ดีขึ้นและสามารถเก็บกักข้อมูลไว้ในความทรงจำได้นานขึ้น นอกจากนี้ยังมีประสิทธิภาพในการพัฒนากระบวนการรับรู้ในลำดับที่สูงขึ้น เช่น การแก้ปัญหาและการคิดวิเคราะห์คิดสังเคราะห์ เป็นต้น (ปริยานุช พรหมภาสิต 2558, น. 21)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะนำแนวคิดการจัดการเรียนรู้เชิงรุกมาใช้ในการจัดการเรียนการสอน การเรียนรู้มารยาททางสังคมลีลาศ นอกจากผู้เต้นลีลาศจะทำการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติในการลีลาศแล้วยังเป็นส่วนหนึ่งของการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม และช่วยให้เปิดโอกาสเกี่ยวกับการสร้างความสัมพันธ์อันดีต่อกัน ตลอดจนช่วยส่งเสริมสมรรถภาพทางกายจากการจัดการเรียนการสอนรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา และจะพัฒนาผลการเรียนรู้เรื่องการเต้นลีลาศ รายวิชาพลศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา จึงได้ทำการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนนารีนุกูล จังหวัดอุบลราชธานี เนื่องจากเป็นระดับชั้นที่มีทักษะพื้นฐานด้านการเต้นลีลาศ โดยการเปรียบเทียบผลการเรียนรู้เรื่องการเต้นลีลาศ รายวิชาพลศึกษาก่อนและหลังการจัดการเรียนรู้เชิงรุก เพื่อนำผลการวิจัยไปปรับปรุงการเรียนการสอนต่อไป

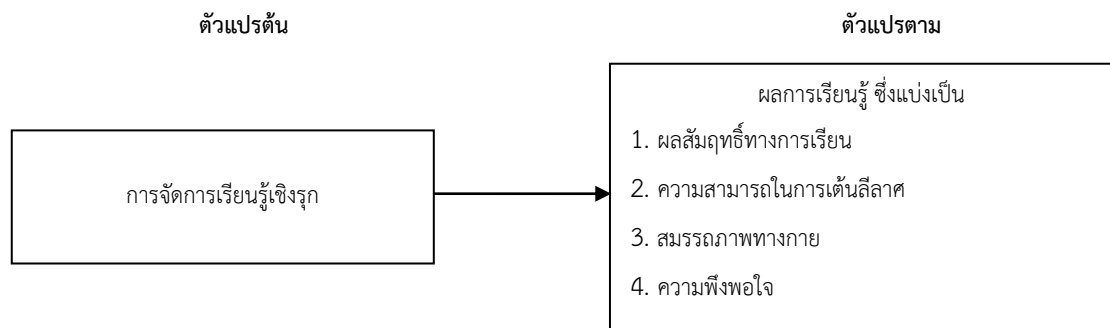
วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อพัฒนาผลการเรียนรู้ เรื่องการเต้นลีลาศ รายวิชาพลศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในประเด็นต่อไปนี้

1. เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียนกับหลังเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวคิดการเรียนรู้เชิงรุก
2. เปรียบเทียบความสามารถในการเต้นลีลาศก่อนเรียนกับหลังเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวคิดการเรียนรู้เชิงรุก
3. เปรียบเทียบสมรรถภาพทางกายก่อนเรียนกับหลังเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวคิดการเรียนรู้เชิงรุก
4. ศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวคิดการเรียนรู้เชิงรุก

กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการวิจัย การพัฒนาผลการเรียนรู้ โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้เชิงรุก รายวิชาพลศึกษา เรื่องการเดินลีลาศ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 นำเสนอแผนภาพความสัมพันธ์ ตัวแปรต้นและตัวแปรตาม ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนนารีนุกูล ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2566 จำนวน 640 คน โดยแบ่งออกเป็น 16 ห้องเรียน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4/9 โรงเรียนนารีนุกูล ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2566 จำนวน 40 คน ได้จากวิธีการสุ่มแบบกลุ่ม โดยใช้ห้องเรียนเป็นหน่วยการสุ่ม

2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรต้น คือ การจัดการเรียนรู้เชิงรุก

2.2 ตัวแปรตาม คือ ผลการเรียนรู้ ซึ่งแบ่งเป็น 1) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 2) ความสามารถในการเดินลีลาศ 3) สมรรถภาพทางกาย 4) ความพึงพอใจ

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 แผนการจัดการเรียนรู้ โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้เชิงรุก เรื่อง การเดินลีลาศ จำนวน 12 แผน

3.2 แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง การเดินลีลาศ ก่อนเรียนและหลังเรียน เป็นแบบทดสอบแบบปรนัย 4 ตัวเลือก จำนวน 20 ข้อ

3.3 แบบวัดความสามารถในการเดินลีลาศ ก่อนเรียนและหลังเรียน

3.4 แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย

3.5 แบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง การเดินลีลาศ โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้เชิงรุก

4. ขั้นตอนการสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

4.1 แผนการจัดการเรียนรู้ โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้เชิงรุก เรื่อง การเดินลีลาศ จำนวน 12 แผน ใช้เวลาในการสอนแผนละ 1 ชั่วโมง รวม 12 ชั่วโมง ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

1. ศึกษาหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551
 2. ศึกษาคำอธิบายรายวิชาและโครงสร้างรายวิชาหลักสูตรการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา จากหลักสูตรกลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนนารีนุกูล
 3. ศึกษาหลักการ แนวคิด และองค์ความรู้ เรื่อง การเขียนแผนการจัดการเรียนรู้
 4. ศึกษาหลักการ แนวคิด ทฤษฎี การจัดการเรียนรู้ เรื่อง การเดินลีลาศ
 5. เขียนแผนการจัดการเรียนรู้เรื่อง การเดินลีลาศ จำนวน 12 แผน โดยใช้รูปแบบแผนการจัดการเรียนรู้แบบเรียงหัวข้อ ซึ่งประกอบด้วย 1) มาตรฐานการเรียนรู้ 2) ตัวชี้วัด 3) สาระสำคัญ 4) จุดประสงค์การเรียนรู้ 5) สาระการเรียนรู้ 6) สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน 7) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ 8) กระบวนการเรียนรู้/กิจกรรมการเรียนรู้ 9) สื่อการเรียนรู้/อุปกรณ์ 10) การวัดและประเมินผล และ 11) บันทึกผลการสอน ดังนี้ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง ความหมายของลีลาศ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง ความรู้เบื้องต้นลีลาศแผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3 และ 4 เรื่อง การเดินลีลาศจังหวะปิกิน แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 และ 6 เรื่อง การเดินลีลาศจังหวะวอลซ์ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7 และ 8 เรื่อง การเดินลีลาศจังหวะชะชะซ่า แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9 และ 10 เรื่อง การเดินลีลาศจังหวะตูลู แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 และ 12 เรื่อง การเดินลีลาศเพื่อการเข้าสังคม
 6. นำแผนการจัดการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแล้วพร้อมแบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ เพื่อพิจารณาประเมินคุณภาพและความเหมาะสมของแผนการจัดการเรียนรู้
 7. นำแผนการจัดการเรียนรู้มาแก้ไขและปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ เกี่ยวกับกิจกรรมในแผนการเรียนรู้ ควรเน้นให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติและเกิดทักษะด้วยตนเอง ผลการประเมินแผนการจัดการเรียนรู้ มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.88 ซึ่งมีความเหมาะสมมากที่สุด
 8. นำแผนการจัดการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 40 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างเพื่อหาข้อบกพร่องเกี่ยวกับกิจกรรมการเรียนการสอนเวลาสื่อ และการวัดประเมินผล แล้วนำแผนกิจกรรมการเรียนรู้มาปรับปรุงก่อนนำไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่างจริง
 9. นำแผนการจัดการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแล้วเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้งก่อนจัดพิมพ์เพื่อนำไปทดลองใช้กับกลุ่มนักเรียนตัวอย่างต่อไป
- 4.2 แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง การเดินลีลาศ ก่อนเรียนและหลังเรียน เป็นแบบทดสอบแบบปรนัย 4 ตัวเลือก จำนวน 20 ข้อ ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้
1. ศึกษาหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 และหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนนารีนุกูล
 2. ศึกษาเอกสาร หนังสือ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เกี่ยวกับการสร้างแบบทดสอบแบบปรนัย
 3. วิเคราะห์เนื้อหาและจุดประสงค์ที่ต้องการวัดให้สัมพันธ์และครอบคลุม เรื่อง การเดินลีลาศ ทั้ง 12 แผน จำนวน 40 ข้อ และนำไปใช้จริง จำนวน 20 ข้อ

4. นำแบบทดสอบเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน (ชุดเดิม) ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อสอบกับเนื้อหาที่จะทดสอบ แล้วเลือกข้อสอบที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป ผลการตรวจสอบได้ข้อสอบจำนวน 20 ข้อ ซึ่งมีค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.80 – 1.00

5. นำแบบทดสอบไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 40 คน ซึ่งเคยเรียนเรื่องนี้แล้ว

6. นำผลการทดสอบมาหาคุณภาพของแบบทดสอบโดยการวิเคราะห์ข้อสอบรายข้อคำนวณหาค่าความยากง่าย (p) ต้องมีค่าอยู่ระหว่าง 0.20 - 0.80 และค่าอำนาจจำแนก (r) ต้องมีค่าตั้งแต่ 0.20 ขึ้นไป จากผลการทดสอบได้ข้อสอบจำนวน 20 ข้อ ซึ่งได้แบบทดสอบมีค่าความยากง่ายระหว่าง 0.30 – 0.75 และค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.20 – 0.80

7. นำแบบทดสอบมาหาความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ (Reliability KR-20) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบเท่ากับ 0.91

8. นำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

4.3 แบบวัดความสามารถในการเดินลีลาศ ก่อนเรียนและหลังเรียน ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

1. ศึกษาเอกสารและองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับแบบวัดความสามารถในการเดินลีลาศ ก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียน

2. ศึกษาวิธีการสร้างแบบวัดความสามารถในการเดินลีลาศ ก่อนเรียนและหลังเรียนจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3. ดำเนินการสร้างแบบวัดความสามารถในการเดินลีลาศ ก่อนเรียนและหลังเรียน

4. นำแบบวัดความสามารถในการเดินลีลาศมาแก้ไขและปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ โดยให้ปรับเกณฑ์การให้คะแนนให้เหมาะสมมากยิ่งขึ้น

5. นำแบบวัดความสามารถในการเดินลีลาศเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน (ชุดเดิม) ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อสอบกับเนื้อหาที่จะทดสอบ แล้วเลือกข้อสอบที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป ผลการตรวจสอบได้รายการวัดความสามารถในการเดินลีลาศจำนวน 5 ข้อ ซึ่งมีค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.80 – 1.00

6. นำแบบวัดความสามารถในการเดินลีลาศที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 40 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างเพื่อหาข้อบกพร่องเกี่ยวกับการวัดผลและประเมินผล แล้วนำแบบวัดความสามารถในการเดินลีลาศมาปรับปรุงก่อนนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง

7. นำแบบวัดความสามารถในการเดินลีลาศที่ปรับปรุงแล้วเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้งก่อนจัดพิมพ์เพื่อนำไปทดลองใช้กับกลุ่มนักเรียนตัวอย่างต่อไป

4.4 แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย ของนักเรียนที่เรียนด้วยกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง การเดินลีลาศ โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้เชิงรุก ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้

1. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียน

2. ศึกษาการวัดและประเมินผล สมรรถภาพทางกายที่ส่งผลความสามารถของร่างกายในการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวในลักษณะต่าง ๆ โดยใช้แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา (อายุ 13-18 ปี) ของสำนักวิทยาศาสตร์การกีฬากรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา พ.ศ. 2562 ได้แก่ 1) ค่าดัชนีมวลกาย 2) นั่งอตัวไปข้างหน้า 3) ดันพื้นประยুক্ত 30 วินาที 4) ลูกนั่ง 60 วินาที 5) ยืนยกเข่าขึ้นลง 3 นาที 6) แร่งบีบมือ 7) แร่งเหยียดขา

3. ดำเนินการสร้างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย ก่อนเรียนและหลังเรียน

4. นำแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย มาแก้ไขและปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ โดยให้ปรับเกณฑ์การให้คะแนนให้เหมาะสมมากยิ่งขึ้น

5. นำแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน (ชุดเดิม) ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อสอบกับเนื้อหาที่จะทดสอบ แล้วเลือกข้อสอบที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป ผลการตรวจสอบได้รายการทดสอบสมรรถภาพทางกายจำนวน 7 ข้อ ซึ่งมีค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.80 – 1.00

6. นำแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 40 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาข้อบกพร่องเกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกายแล้วนำแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายมาปรับปรุงก่อนนำไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่างจริง

7. นำแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายที่ปรับปรุงแล้วเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้งก่อนจัดพิมพ์เพื่อนำไปทดลองใช้กับกลุ่มนักเรียนตัวอย่างต่อไป

4.5 การสร้างแบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง การเดินลีลา โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้เชิงรุก ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้

1. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสารการประเมินการเรียนรู้ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจต่อการเรียนรู้และการสร้างแบบวัดหรือแบบสอบถาม

2. กำหนดประเด็นที่ต้องการวัดความพึงพอใจต่อการเรียนรู้

3. วิเคราะห์ข้อมูลที่ต้องการวัด แล้วกำหนดข้อคำถามที่เกี่ยวกับความพึงพอใจต่อการเรียนรู้และเขียนข้อคำถามที่ครอบคลุมต่อความรู้สึก ความพึงพอใจต่อการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โดยใช้ข้อความสั้น กระชับและเข้าใจง่าย ทั้งหมดจำนวน 15 ข้อ

4. สร้างแบบวัดความพึงพอใจต่อการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาแบบมาตราส่วนประมาณค่า มี 5 ระดับโดยมีคำถามครอบคลุมในด้านความรู้ ความรู้สึก แนวโน้มเชิงพฤติกรรม ตามวิธีของลิเคิร์ท

5. นำแบบวัดความพึงพอใจต่อการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เสนอต่อคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ เพื่อพิจารณาตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหาพิจารณาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับประเด็นการวัด ตรวจสอบข้อบกพร่อง ความสมบูรณ์ถูกต้องแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข
6. นำแบบวัดความพึงพอใจต่อการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญชุดเดิม เพื่อประเมินความสอดคล้อง
7. คัดเลือกข้อคำถามที่มีดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับพฤติกรรมชี้วัดความพึงพอใจ
8. ปรับปรุงแก้ไขแบบวัดความพึงพอใจต่อการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาที่ผู้เชี่ยวชาญเสนอแนะแล้วนำไปทดลองกับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง
9. พิมพ์แบบวัดความพึงพอใจต่อการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นฉบับจริงเพื่อนำไปเก็บข้อมูล

5. การเก็บรวบรวมข้อมูล

5.1 ทดสอบก่อนเรียน (Pre-test) โดยนำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่องการเดินลีลาศ ก่อนเรียนและหลังเรียน แบบวัดความสามารถในการเดินลีลาศ ก่อนเรียนและหลังเรียน และแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายก่อนเรียนและหลังเรียน ไปทดสอบกับนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4/9 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2566 โรงเรียนนารีนุกูล จำนวน 40 คน เวลา 1 ชั่วโมง

5.2 ดำเนินการสอนตามขั้นตอนของการใช้แผนการสอนการจัดการเรียนรู้เชิงรุก ซึ่งมีทั้งหมด 12 แผน ใช้เวลาในการใช้แผนการสอนการจัดการเรียนรู้เชิงรุก รวมทั้งสิ้น 12 ชั่วโมง

5.3 ทดสอบหลังเรียน (Post-test) โดยนำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่องการเดินลีลาศ ก่อนเรียนและหลังเรียน แบบวัดความสามารถในการเดินลีลาศ ก่อนเรียนและหลังเรียน และแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายก่อนเรียนและหลังเรียน ไปทดสอบกับนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4/9 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2566 โรงเรียนนารีนุกูล จำนวน 40 คน เวลา 1 ชั่วโมง แล้วตรวจให้คะแนน

5.4 นำแบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่องการเดินลีลาศ โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้เชิงรุก ไปทดสอบกับนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4/9 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2566 โรงเรียนนารีนุกูล จำนวน 40 คน

5.5 นำคะแนนจากแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่องการเดินลีลาศ ก่อนเรียนและหลังเรียน แบบวัดความสามารถในการเดินลีลาศ ก่อนเรียนและหลังเรียน และแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายก่อนเรียนและหลังเรียน มาวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐาน

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาผลการเรียนรู้ โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้เชิงรุก รายวิชาพลศึกษา เรื่อง การเดินลีลาศ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย 4 ข้อ ดังนี้

1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุก เรื่อง การเดินลีลาศ รายวิชาพลศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา มีค่าเฉลี่ยคะแนนหลังเรียนเท่ากับ 17.28 สูงกว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนเรียนซึ่งมีค่าเท่ากับ 10.83 จากคะแนนเต็ม 20 คะแนน เมื่อวิเคราะห์ด้วยการทดสอบค่าทีแล้ว พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่านักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา เรื่องการเดินลีลาศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุกสูงกว่าก่อนเรียน

2. ความสามารถในการเดินลีลาศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุก เรื่องการเดินลีลาศ รายวิชาพลศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา มีค่าเฉลี่ยคะแนนหลังเรียนเท่ากับ 20.03 สูงกว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนเรียนซึ่งมีค่าเท่ากับ 14.45 จากคะแนนเต็ม 25 คะแนน เมื่อวิเคราะห์ด้วยการทดสอบค่าทีแล้ว พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าความสามารถในการเดินลีลาศ ในรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา เรื่องการเดินลีลาศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุกสูงกว่าก่อนเรียน

3. สมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุกเรื่องการเดินลีลาศ รายวิชาพลศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา มีค่าเฉลี่ยคะแนนหลังเรียน สูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกด้าน ดังนี้

3.1 ค่าเฉลี่ยของคะแนนดัชนีมวลกายของนักเรียน ก่อนเรียน มีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 21.78 คะแนน คือ มีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในระดับสมส่วน และหลังเรียน มีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 22.33 คะแนน คือ มีดัชนีมวลกายอยู่ในระดับสมส่วน

3.2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกายด้านการนั่งงอตัวไปข้างหน้าของนักเรียน ก่อนเรียนมีค่าเฉลี่ยของคะแนน เท่ากับ 14.06 คะแนน คือ มีสมรรถภาพทางกายด้านนั่งงอตัวไปข้างหน้าอยู่ในระดับปานกลางและหลังเรียนมีค่าเฉลี่ยของคะแนน เท่ากับ 22.22 คะแนน คือ มีสมรรถภาพทางกายด้านนั่งงอตัวไปข้างหน้าอยู่ในระดับดี

3.3 ค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกายด้านการดันพื้นประยุกต์ 30 วินาทีของนักเรียนก่อนเรียนมีค่าเฉลี่ยของคะแนน เท่ากับ 16.90 คะแนน คือมีสมรรถภาพทางกายด้านการดันพื้นประยุกต์ 30 วินาทีอยู่ในระดับต่ำ และหลังเรียน มีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 30.55 คะแนน คือ มีสมรรถภาพทางกายด้านการดันพื้นประยุกต์ 30 วินาทีอยู่ในระดับดี

3.4 ค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกายด้านการลุกนั่ง 60 วินาที ของนักเรียนก่อนเรียนมีค่าเฉลี่ยของคะแนน เท่ากับ 26.90 คะแนน คือ มีสมรรถภาพทางกายด้านการลุกนั่ง 60 วินาทีอยู่ในระดับต่ำ และหลังเรียนมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 41.05 คะแนน คือ มีสมรรถภาพทางกายด้านการลุกนั่ง 60 วินาทีอยู่ในระดับดี

3.5 ค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกายด้านการยืนยกเข่าขึ้นลง 3 นาทีของนักเรียนก่อนเรียนมีค่าเฉลี่ยของคะแนน เท่ากับ 135.88 คะแนน คือ มีสมรรถภาพทางกายด้านการยืนยกเข่าขึ้นลง 3 นาทีอยู่ในระดับปานกลาง และหลังเรียน มีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 154.43 คะแนน คือ มีสมรรถภาพทางกายด้านการยืนยกเข่าขึ้นลง 3 นาทีอยู่ในระดับดี

3.6 ค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกายด้านแรงบีบมือของนักเรียน ก่อนเรียน มีค่าเฉลี่ยของคะแนน เท่ากับ 0.58 คะแนน คือ มีสมรรถภาพทางกายด้านแรงบีบมือ อยู่ในระดับปานกลาง และหลังเรียนมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 0.83 คะแนน คือ มีสมรรถภาพทางกายด้านแรงบีบมืออยู่ในระดับดีมาก

3.7 ค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกายด้านแรงเหยียดขาของนักเรียน ก่อนเรียน มีค่าเฉลี่ยของคะแนน เท่ากับ 1.34 คะแนน คือ มีสมรรถภาพทางกายด้านแรงเหยียดขาอยู่ในระดับปานกลาง และหลังเรียนมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 2.09 คะแนน คือ มีสมรรถภาพทางกายด้านแรงเหยียดขาอยู่ในระดับดีมาก

4. ผลการศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุก เรื่อง การเดินลีลา ร่ายวิชาพลศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา พบว่านักเรียนมีความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.72

อภิปรายผลการวิจัย

1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุก เรื่อง การเดินลีลา พบว่า นักเรียนมีค่าเฉลี่ยก่อนเรียน เท่ากับ 10.83 และหลังเรียนมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 17.28 จากคะแนนเต็ม 20 คะแนน ซึ่งพบว่า มีค่าคะแนนเฉลี่ยหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้เนื่องจากผู้วิจัยได้พัฒนาการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุก ซึ่งเป็นการสอนที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในชั้นเรียน สร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูผู้สอนกับผู้เรียน มุ่งให้ผู้เรียนลงมือปฏิบัติ โดยมีครูเป็นผู้อำนวยความสะดวก สร้างแรงบันดาลใจ ให้คำปรึกษา ดูแล แนะนำ ทำหน้าที่เป็นโค้ชและพี่เลี้ยง แสวงหาเทคนิควิธีการจัดการเรียนรู้ และแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลายให้ผู้เรียนได้เรียนรู้อย่างมีความหมาย ผู้เรียนสร้างองค์ความรู้ได้ มีความเข้าใจในตนเอง ใช้สติปัญญา คิด วิเคราะห์ สร้างสรรค์ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของจรรยา ดาสา (2552, น. 8) ที่กล่าวว่าแนวทางการเรียนรู้เชิงรุกเป็นการกระตุ้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมและเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมการเรียนการสอน ผู้เรียนจะได้เชื่อมโยงความรู้เดิมและความรู้ใหม่จากการได้คิด ได้ปฏิบัติระหว่างการเรียนการสอน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของอมวาสี สว่างวงศ์ (2563, น. 5) ที่ได้ศึกษาผลการจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามแนวทางการเรียนรู้เชิงรุกที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่องทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของนักเรียนประถมศึกษา ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่องทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของกลุ่มทดลองหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ผลการวัดความสามารถในการเดินลีลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุก พบว่า นักเรียนมีค่าเฉลี่ยก่อนเรียน เท่ากับ 14.45 และหลังเรียนมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 20.03 จากคะแนนเต็ม 25 คะแนน ซึ่งพบว่า มีค่าคะแนนเฉลี่ยหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้เนื่องจากผู้วิจัยได้นำการจัดการเรียนรู้ด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุกมาพัฒนา และส่งเสริมการมีอิสระทางด้านความคิดและการกระทำของผู้เรียน ผู้เรียนมีโอกาสมมีส่วนร่วมในการปฏิบัติจริงและมีการใช้วิจารณ์ญาณในการคิดและตัดสินใจในการปฏิบัติกิจกรรมนั้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของพลอยไพลิน นิลกรณ์ (2562, น. 2) ที่กล่าวว่าจัดการเรียนรู้ด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุกมุ่งสร้างให้ผู้เรียนเป็นผู้กำกับทิศทางการสนับสนุน ส่งเสริมให้เกิดความร่วมมือกันอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งความร่วมมือในการปฏิบัติงานกลุ่มจะนำไปสู่ความสำเร็จในภาพรวม ทำให้ผู้เรียนทุ่มเทในการเรียน มีแรงจูงใจในการเรียน และทำให้ผู้เรียนแสดงออกถึงความรู้ความสามารถเมื่อผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการปฏิบัติกิจกรรมอย่างกระตือรือร้น ในสภาพแวดล้อม ที่เอื้ออำนวยผ่านการใช้กิจกรรมที่ครูจัดเตรียมไว้ให้อย่างหลากหลาย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของจิรจิตต์ เนาวพงศ์รัตน์ (2562, น. 3) ได้ศึกษาผลการจัดการเรียนรู้พลศึกษาเชิงรุก ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความสามารถในการแก้ปัญหาของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ คุณธรรม เจตคติ ทักษะกีฬา สมรรถภาพทางกาย และความสามารถในการแก้ปัญหาหลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ค่าเฉลี่ยของคะแนนผลสัมฤทธิ์

ทางการเรียนด้านความรู้ คุณธรรม เจตคติ ทักษะกีฬา สมรรถภาพทางกาย และความสามารถในการแก้ปัญหาหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างจากก่อนการทดลอง

3. ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุก เรื่องการเดินลีลา พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกายของนักเรียน สูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกด้าน ทั้งนี้อาจเนื่องจากผู้วิจัยได้ส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยการยืดเหยียดกล้ามเนื้อก่อนเรียนและหลังเรียนทุกชั่วโมง และได้เสริมแรงทางบวกด้วยการมอบรางวัลให้กับนักเรียนที่มีผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายก่อนเรียนสูงกว่าก่อนเรียน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของสุพิตร สมานิต (2548, น. 3) ที่กล่าวว่า สมรรถภาพทางกายคือการพัฒนาสุขภาพและเพิ่มความสามารถในการทำงานของร่างกาย ซึ่งจะมีส่วนช่วยในการพัฒนาการเจริญเติบโตของร่างกาย โดยเฉพาะในวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอย่างรวดเร็ว และยังคงปัจจัยเสี่ยงในการเกิดโรคต่าง ๆ ได้ เช่น โรคหลอดเลือดหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง ตลอดจนปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดจากการขาดการออกกำลังกาย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของกัณทิมา เนียมโกะ (2564, น. 4) ได้ศึกษาการพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การเรียนรู้เชิงรุกร่วมกับการเรียนรู้แบบสร้างสรรค์เป็นฐานเพื่อส่งเสริมสมรรถภาพทางกายผ่านการคิดเชิงระบบของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ผลการศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุก เรื่องการเดินลีลา ในภาพรวม มีคะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 4.72 และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 0.62 ซึ่งอยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งนี้อาจเนื่องจากการเรียนด้วยแนวทางการเรียนรู้เชิงรุก เรื่องการเดินลีลา เป็นการจัดการเรียนการสอนที่เน้นการปฏิบัติ ทำให้นักเรียนเกิดความสุขสนุกสนานในการเรียน สามารถเรียนรู้ได้อย่างเต็มที่ผ่านการลงมือปฏิบัติจริง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เสฏฐวุฒิ ไชยฮัง (2562, น. 4) ได้ศึกษาการพัฒนาทักษะลีลาจังหวะชะชะช่า โดยการจัดการเรียนรู้แบบกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสรวงดาววิทยาคม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีความพึงพอใจในการเรียนอยู่ในระดับมากที่สุด นักเรียนมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และยอมรับซึ่งกันและกัน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. จากผลการวิจัยพบว่า เมื่อครูให้นักเรียนเลือกจับกลุ่มกันเองอย่างอิสระ พบว่านักเรียนเลือกจับกลุ่มเฉพาะคนเก่ง ดังนั้นครูควรจะมีวิธีการจัดกลุ่มนักเรียนแบบละความสามารถให้มีทั้งเก่ง กลาง อ่อน ในสัดส่วนที่เหมาะสมเพื่อให้นักเรียนในกลุ่มเกิดการช่วยเหลือกันและมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

2. จากผลการวิจัยพบว่า จากการจัดการเรียนการสอนโดยใช้แนวทางการเรียนรู้เชิงรุก เรื่องการเดินลีลา ครูมีการใช้สื่อที่หลากหลาย แต่อาจยังไม่เพียงพอ ดังนั้นครูควรใช้สื่อการสอนที่มีความหลากหลายและท้าทายความสามารถของนักเรียนมากยิ่งขึ้น และควรกระตุ้นให้นักเรียนทุกคนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้อย่างเต็มที่

3. จากผลการวิจัยพบว่า เมื่อครูให้นักเรียนใช้เวลาในการซ้อมและทบทวนท่าทางการเดินลีลา พบว่านักเรียนใช้เวลาเกินจากเวลาที่ครูกำหนดให้ ดังนั้น ครูจึงควรกำหนดเวลาให้ชัดเจน เพื่อให้เวลาในการจัดการเรียนการสอนเป็นไปตามที่กำหนด

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับการจัดการเรียนรู้โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้เชิงรุก เรื่องการเดินลีลาศ รายวิชา พลศึกษา เพิ่มเติมมากยิ่งขึ้นเพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในชั้นเรียนอื่น ๆ
2. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับการจัดการเรียนรู้โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้เชิงรุก เรื่องการเดินลีลาศ รายวิชา พลศึกษา เพื่อพัฒนาทักษะอื่น ๆ เพิ่มมากขึ้น เช่น ทักษะการออกกำลังกาย ทักษะทางด้านกีฬา เป็นต้น เพื่อที่จะได้รูปแบบการสอนที่เหมาะสม สอดคล้องและมีประสิทธิภาพ สำหรับใช้ในการจัดการเรียนรู้ในครั้งต่อไป
3. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับการจัดการเรียนรู้โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้เชิงรุก เรื่องการเดินลีลาศ รายวิชา พลศึกษา ที่มีผลต่อตัวแปรอื่น ๆ เช่น ความคงทนในการเรียนรู้ เจตคติในการเรียนพลศึกษา เป็นต้น

บรรณานุกรม

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). *หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*. กรุงเทพฯ: ชุมชน สหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กัณทิมา เนียมโกะ. (2564). *การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การเรียนรู้เชิงรุกร่วมกับการเรียนรู้แบบสร้างสรรค์*. (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จรรยา ดาสา. (2552). 15 เทคนิคในการจัดการเรียนรู้ที่เน้นการเรียนรู้เชิงรุก. *นิตยสาร สสวท.*, 36(163), 8-9.
- จิรกิตติ์ เนาวพงศ์รัตน์. (2562). *ผลการจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามแนวคิดการเรียนรู้เชิงรุกที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความสามารถในการแก้ปัญหาของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2*. (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เจริญ กระบวนรัตน์. (2556). กิจกรรมทางกาย (Physical Activity). *วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ*, 39 (1), 5-13 .
- ดิศพล บุปผาชาติ. (2558). *วิชาพลศึกษาสำคัญต่อการพัฒนาผู้เรียนอย่างไร*. กรุงเทพฯ:ครุอุบลสาร.
- ปริญญช พรหมภาสิต. (2558). *คู่มือการจัดการเรียนรู้ “Active Learning (AL) for HuSo at KPRU”*. คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร.
- พลอยไพลิน นิลกรรณ์. (2562). *แนวทางการจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning)*. กรุงเทพฯ:กลุ่มนิเทศ ติดตาม และประเมินผลการจัดการศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 35.
- รังสฤษฎ์ บุญชล. (2549). *ประวัติและการลีลาศ*. กรุงเทพฯ:สกายบุ๊กส์.
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2540). *การสอนพลศึกษา*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- สังวร จันทกร และคณะ. (2564). *การพัฒนาแบบการสอนลีลาศแบบผสมผสานรูปแบบสำหรับนักศึกษาระดับปริญญาตรีในรายวิชาหมวดวิชาศึกษาทั่วไปของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล*. (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เสฏฐวุฒิ ไชยยัง. (2526). *การพัฒนาทักษะลีลาศจังหวะชะชะช่า โดยการจัดการเรียนรู้แบบกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสองดาววิทยาคม*. (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน). มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

- สุพิตร สมานิต. (2548). รายงานการวิจัยเรื่องแนวทางการพัฒนานักกีฬาภายใต้การสนับสนุนและส่งเสริมของภาครัฐและภาคเอกชนอย่างเป็นระบบ กรณีศึกษากีฬาเทนนิสอาชีพและกีฬาฟุตบอลอาชีพ บทสรุปสำหรับผู้บริหาร. กรุงเทพฯ: สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2560). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่สิบสอง พ.ศ. 2560-2564. กรุงเทพฯ:สำนักนายกรัฐมนตรี.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2549). รวมกฎหมายการศึกษา. เล่ม1. กรุงเทพฯ:จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อมวสี สว่างวงศ์. (2563). ผลการจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามแนวความคิดการเรียนรู้เชิงรุกที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่องทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของนักเรียนประถมศึกษา. (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Lasley, T. J. & Matczynski, T. J. (1997). *Strategies for teaching in a diverse society:Instructional models*. Belmont. CA: Wadsworth.