

การพัฒนาคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัยสำหรับนักศึกษา
สาขาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์
DEVELOPMENT OF LEARNING PHYSICAL ACTIVITIES MANUAL OF EARLY
CHILDHOOD FOR STUDENTS OF EARLY CHILDHOOD FACULTY EDUCATION
NAKHON SAWAN RAJABHAT UNIVERSITY

อังศุมาลิน ติดตระกูลชัย¹, ปรียาภรณ์ คงแก้ว²
Aungsumalin Tidtragulchai¹, Preeyapron kongkeaw²

Corresponding Author E-mail: Aomaungsumalin.t@nsru.ac.th

Received: Jul 14, 2023; Revised: Aug 01, 2023; Accepted: Aug 17, 2023

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ 2) ประเมินคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ มีขั้นตอนการวิจัย 2 ดังนี้ 1) พัฒนาคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัย 2) ประเมินคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัย ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ 1) นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ ได้มาโดยการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็น 1) แบบประเมินความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญที่มีต่อคู่มือการจัดกิจกรรมทางกาย 2) แบบประเมินความพึงพอใจของผู้ใช้คู่มือการจัดกิจกรรมทางกาย ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดย วิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยและ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นรายข้อ และนำเสนอเป็นตารางประกอบความเรียง ผลการวิจัยพบว่า

คู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษา สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มีองค์ประกอบดังนี้ หน้าปกคู่มือ คำนำ สารบัญ คำแนะนำในการใช้คู่มือวัตถุประสงค์ ประโยชน์ของคู่มือ ส่วนประกอบของคู่มือ เนื้อหา สื่อ และ แหล่งข้อมูลเพื่อศึกษาเพื่อเติม ผลการประเมินความเหมาะสมของคู่มือในการนำคู่มือไปใช้ ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นโดยรวมว่า คู่มือความเหมาะสมในการนำไปใช้ออยู่ในระดับมากที่สุด (มีค่าเฉลี่ย = 4.76 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 0.57) และผลการประเมินความพึงพอใจของผู้ใช้คู่มือการจัดกิจกรรมทางกาย พบว่า โดยรวมมีระดับความพึงพอใจของผู้ใช้คู่มืออยู่ในระดับมากที่สุด (มีค่าเฉลี่ย = 4.76 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 0.57)

คำสำคัญ : กิจกรรมทางกาย , การพัฒนาคู่มือ , เด็กปฐมวัย

^{1,2} คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

^{1,2} Faculty of Education, Nakhon Sawan Rajabhat University

Abstract

The purposes of the study were to 1) develop physical activities manual for students of major early childhood faculty education Nakhon Sawan Rajabhat university and 2) evaluate physical activities manual for students of major early childhood faculty education Nakhon Sawan Rajabhat university. There were 2 steps; 1. Development of physical activities manual. 2. Evaluate the suitability of manual. The sample was students of major early childhood faculty education Nakhon Sawan Rajabhat university. They were selected by purposive sampling. The instruments for collecting data were 1) Evaluate the suitability of physical activity manual and 2) a satisfaction questionnaire. Statistics used to analyze data were mean and standard deviation. The results showed that:

The physical activities manual had components as follows: manual cover, introduction, list of contents, instructions for using the manual, content and material. The evaluation of the physical activities manual for using in practice agree in overall, the manual physical activities was suitable to use in the highest level of 4.76. SD.0.57 and satisfaction assessment results agree that overall, the physical activities manual was suitable to use in the highest level of 4.76. SD. 0.57.

Keywords : Physical Activities, Development of Manual, Early Childhood

บทนำ

การพัฒนาประเทศชาติให้เจริญได้ ประชากรในประเทศต้องมีความสมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย และ จิตใจ แผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2560 – 2579) ได้กำหนด ยุทธศาสตร์การพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคน ซึ่งมุ่งเน้นในการพัฒนาเพื่อให้ประชาชนทุกช่วงวัยมีคุณภาพชีวิตที่ดีและได้รับการบริการทางสังคมที่มีคุณภาพ เพื่อพัฒนาคนและสังคมไทยให้เป็นรากฐานที่แข็งแกร่งของประเทศมีความพร้อมทางกาย ใจ สติปัญญา มีความเป็นสากล มีกรอบแนวทางที่ต้องให้ความสำคัญ คือส่งเสริมให้มีการพัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิตให้สนับสนุนการเจริญเติบโตของประเทศสร้างเสริมให้คนมีความสุขภาวะที่ดี และสร้างความอยู่ดีมีสุขของครอบครัวไทยให้เอื้อต่อการพัฒนาคน (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2560) จากผลการสำรวจ การมีกิจกรรมทางกายของเด็กและเยาวชนไทย โดยศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (ทีแพค) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล พบว่า ระหว่างปี 2555 – 2562 มีเด็กและเยาวชนไทยประมาณ 1 ใน 4 เท่านั้น ที่มีกิจกรรมทางกายเพียงพอตามคำแนะนำขององค์การอนามัยโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในปี 2563 ผลกระทบจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ได้ส่งผลกระทบต่อให้กิจกรรมทางกายของเด็กและเยาวชนไทยลดลงต่ำสุดในรอบ 9 ปี (ลดลงมาอยู่ที่ร้อยละ 17.1) นอกจากนี้ การสำรวจในปี 2561 ยังพบว่า เด็กและเยาวชนไทยมีการเล่นออกแรงแบบไม่มีกฎกติกาหรือการเล่นแบบอิสระมากกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน (Active Play) เพียงร้อยละ 8.7 เท่านั้น รวมถึงมีเด็กและเยาวชนไทยเพียงร้อยละ 44.1 เท่านั้น ที่ได้เล่นกีฬาและ/หรือกิจกรรมทางกาย ที่มีโครงสร้าง เช่น กิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายในวิชาพลศึกษา (ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (TPAK). 2565).

รายงานผลการประเมินพัฒนาการนักเรียนที่จบหลักสูตรการศึกษาระดับปฐมวัย พุทธศักราช 2560 ปีการศึกษา 2563 กล่าวถึงสภาพปัญหาด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย ในภาพรวมนักเรียนส่วนใหญ่มีพัฒนาการด้านร่างกาย พัฒนาการระดับดีต่ำสุด คือ ตัวบ่งชี้ที่ 1.1 น้ำหนักและส่วนสูงตามเกณฑ์ ร้อยละ 66.36 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัยต่ำสุดเมื่อเทียบกับพัฒนาการด้านอื่น ๆ (รายงานผลการประเมินพัฒนาการนักเรียนที่จบหลักสูตรการศึกษาระดับปฐมวัย พุทธศักราช. 2560)

ความสำคัญในจัดกิจกรรมพัฒนาการด้านร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย จะช่วยพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่ กล้ามเนื้อมัดเล็ก รวมถึงกระดูก และข้อต่อต่าง ๆ ให้มีความแข็งแรงเพิ่มขึ้น ส่งผลให้เด็กปฐมวัยมีการเจริญเติบโตสมวัย มีพัฒนาการทั้ง 4 ด้าน (พัฒนาการด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา) อย่างสมบูรณ์ ทั้งนี้ผู้ปกครองและคุณครูควรปล่อยให้เด็ก ๆ ได้ทำกิจกรรมอย่างอิสระ เรียนรู้การอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นอย่างมีความสุข อย่างน้อยวันละ 40-50 นาที ควรเน้นกิจกรรมที่ใช้การทำงานระหว่างมือ เท้า และตา ให้สัมพันธ์กัน การพัฒนาด้านร่างกายให้แก่เด็กปฐมวัย เป็นสิ่งสำคัญ การจัดประสบการณ์เพื่อพัฒนาการด้านร่างกายให้แก่เด็กปฐมวัยควรมีความเหมาะสมกับวุฒิภาวะหรือความพร้อมของแต่ละบุคคลโดยมีแนวทางการจัดที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ คำนึงถึงความปลอดภัยและให้เด็กเรียนรู้ได้อย่างมีความสุข และจำเป็นต้องทำควบคู่ไปกับ พัฒนาการด้านอื่น ๆ ทั้งนี้เนื่องจากพัฒนาการแต่ละด้านมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงส่งผลถึงกันและกัน (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. 2564)

ครูคือทรัพยากรทางการศึกษาที่สำคัญที่สุดที่จะส่งผลสำเร็จของการยกระดับคุณภาพการศึกษาของประเทศชาติ ซึ่งในปัจจุบันมีสถาบันอุดมศึกษาที่ทำหน้าที่ผลิตครูเพื่อหล่อหลอมเยาวชนให้เป็นพลเมือง 4.0 ถือได้ว่าเป็นวิชาชีพที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาประเทศตามนโยบายประเทศไทย 4.0 (สุวิทย์ เมษินทรีย์. 2559) โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในสังคมไทย วิธีการใช้ชีวิต การเรียน และรูปแบบการเล่นของเด็กที่มีการเปลี่ยนไปจากเดิมใช้ที่ใช้เวลาว่างในการออกไปเล่นกับธรรมชาติ เปลี่ยนไปใช้เวลาว่างกับหน้าจออิเล็กทรอนิกส์มากขึ้น (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. 2564) ดังนั้นการจัดการเรียนรู้ในยุคนี้ ครูต้องเรียนรู้ทักษะในการออกแบบการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับวัย สร้างสภาพแวดล้อมและกิจกรรมที่ออกแบบมาเพื่อให้เด็กได้มีโอกาสเล่นหรือมีกิจกรรมทางกายเพิ่มมากขึ้น เพื่อกระตุ้นให้เด็กได้มีการเคลื่อนไหวร่างกาย จะเห็นได้จากงานวิจัยและผลการสำรวจพบสภาพปัญหาในการจัดกิจกรรมทางกายยังไม่เพียงพอ

สะท้อนให้เห็นว่าเด็กและเยาวชนไทยยังไม่ได้รับโอกาสในการจัดกิจกรรมทางกายอย่างเพียงพอ (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ. 2564)

กิจกรรมทางกาย ถือเป็นอีกหนึ่งพฤติกรรมทางสุขภาพที่สำคัญและมีความจำเป็นของมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนกระทั่งเข้าสู่ผู้สูงอายุ เนื่องจากกิจกรรมทางกาย เป็นวิถีการที่ดีที่สุดที่สามารถพัฒนาทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคมของมนุษย์ได้อย่างเป็นองค์รวม หากผู้คนสามารถปฏิบัติได้อย่างเพียงพอและเหมาะสมก็จะส่งผลเชิงบวกให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างมีคุณภาพ มีสุขภาพกาย สุขภาพใจที่ดีและใช้ชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข อีกทั้ง การมีกิจกรรมทางกายอย่างเพียงพอยังสามารถพัฒนาทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคมของมนุษย์ได้อย่างเป็นองค์รวม แต่อย่างไรก็ตามไม่ใช่ทุกคนที่สามารถปฏิบัติให้มีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอได้ ไม่ว่าจะเป็นด้วยสาเหตุจากปัจจัยสิ่งแวดล้อมภายนอก หรือปัจจัยที่เกิดขึ้นจากภายในตัวบุคคลเอง ที่จะเป็อุปสรรคต่อโอกาสของการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ(กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. 2564) โดยเฉพาะในวัยแรกเกิด ถึง 6 ปี ซึ่งเป็นช่วงวัยที่อยู่ระหว่างการมีพัฒนาการทางกลไกการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกายที่เหมาะสม ในช่วงวัยนี้จึงต้องเป็นกิจกรรมที่ได้รับการออกแบบให้ส่งเสริมพัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวพื้นฐาน ของเด็ก เล็ก ได้แก่ กิจกรรมการเดิน การทรงตัว การวิ่ง กระโดด ปีนป่าย ขว้างปา การเต้นประกอบจังหวะเพลง การทำท่ากายบริหาร ฯลฯ ทั้งนี้การใช้ร่างกายเป็นสื่อในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ของเด็ก มีผลต่อพัฒนาการ ของระบบกล้ามเนื้อโครงสร้าง พัฒนาการเคลื่อนไหว รวมทั้งพัฒนาการประสานสัมพันธ์ของระบบอวัยวะต่าง ๆ ที่ช่วยในการทรงตัว ขณะเคลื่อนไหวไปตามอุปกรณ์ที่ออกแบบไว้ ทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ในความสามารถ ของตน สร้างความมั่นใจและความรู้จักตนเอง ซึ่งจะส่งผลต่อพัฒนาการด้านบุคลิกภาพของตัวเด็กเองในอนาคต

จากความสำคัญข้างต้นที่กล่าวมาด้วย แสดงให้เห็นถึงปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อการมีกิจกรรมทางกาย เพื่อประโยชน์ที่ดีของสุขภาพของคนไทยทุกกลุ่มวัย และมีความจำเป็นอย่างยิ่งในเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะนำกิจกรรมทางกาย มาจัดทำเป็นคู่มือการจัดกิจกรรมทางกาย ซึ่งเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนและเป็นเครื่องมือที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมสำหรับเด็กปฐมวัย และส่งเสริมให้นักศึกษาฝึกทักษะกระบวนการคิดแก้ปัญหา การคิดสร้างสรรค์ การสืบเสาะหาข้อมูล ผ่านการลงมือปฏิบัติจริง และนำไปใช้ในการประกอบวิชาชีพต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัยสำหรับนักศึกษา สาขาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์
2. เพื่อประเมินคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัยสำหรับนักศึกษาสาขาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

การทบทวนวรรณกรรม

ผู้วิจัยได้ศึกษา หลักการ แนวคิด และทบทวนวรรณกรรมตามประเด็นต่อไปนี้

1. ความหมายของกิจกรรมทางกาย

คณะกรรมการพัฒนาแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (2560: 1) ได้อธิบายถึงคำว่ากิจกรรมทางกาย หมายถึง การขยับเคลื่อนไหวร่างกายทั้งหมดในชีวิตประจำวัน ในอิริยาบถต่าง ๆ ซึ่งก่อให้เกิดการใช้ และเผาผลาญพลังงานโดยกล้ามเนื้อ อันครอบคลุมการเคลื่อนไหวร่างกายทั้งหมด ในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นการทำงาน การเดินทาง และกิจกรรมนันทนาการ

องค์การอนามัยโลก ให้คำนิยาม กิจกรรมทางกาย หมายถึงการเคลื่อนไหวร่างกายในลักษณะใด ๆ ที่เกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อโครงร่าง ซึ่งต้องการใช้พลังงาน องค์ความรู้ทางการแพทย์ในปัจจุบัน ชี้ให้เห็นว่า การมีกิจกรรมทาง

กายอย่างพอเหมาะนั้นช่วยส่งเสริมการอยู่ดีมีสุข ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต อีกทั้งยังส่งผลต่อการป้องกันโรค พัฒนาความเชื่อมโยงทางสังคมและพัฒนาคุณภาพชีวิต ก่อให้เกิดคุณประโยชน์ทางเศรษฐกิจและมีคุณูปการต่อความยั่งยืน ด้านสิ่งแวดล้อม (เกษม นครเขตต์ และอัจฉรา ปราคม. 2554 :33)

สรุปได้ว่า กิจกรรมทางกาย คือ กิจกรรมที่พัฒนาด้านร่างกาย โดยพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก และกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ให้แข็งแรง โดยการออกกำลังกาย ทำท่ากายบริหาร และเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย

2. การส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย

2.1 พัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย อายุ 3-6 ปี

เป็นพัฒนาการที่สำคัญด้านหนึ่งของเด็กปฐมวัย เพราะพัฒนาการทางร่างกายเป็นพัฒนาการที่สร้างเสริมความมั่นใจให้กับเด็ก เด็กที่มีวุฒิภาวะตามวัยที่สมบูรณ์ ส่วนหนึ่งเกิดจากการที่เด็กมีรูปร่าง มีร่างกายที่สมบูรณ์ และมีสมรรถนะทางกายที่ทัดเทียมกับผู้อื่น การที่เด็กได้รับกิจกรรมพัฒนาทางกายที่ถูกต้อง นอกจากสร้างเสริมร่างกายให้แข็งแรงแล้ว ยังช่วยให้เด็กเคลื่อนไหว และใช้ลักษณะท่าทางที่ถูกต้องเมื่อเติบโตขึ้น (กุลยา ตันติผลาชีวะ. 2551)

3. ข้อเสนอแนะกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัย

การส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้เหมาะสมตามวัยนั้น ควรพิจารณาจัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้เด็กได้เคลื่อนไหว กล้ามเนื้อทุกส่วนของร่างกาย สอดคล้องกับพัฒนาการของเด็กในแต่ละวัย และการจัดสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายที่เหมาะสม ซึ่งเด็กปฐมวัยควรมีกิจกรรมที่เน้นกิจกรรมเคลื่อนไหวพื้นฐาน ที่มีความหลากหลาย อย่างน้อย 180 นาทีต่อวัน โดยสามารถแบ่งการมีกิจกรรมทางกายเป็นช่วง ๆ สะสมอย่างน้อยครั้งละ 10 นาทีได้ และควรมีกิจกรรมที่สร้างความแข็งแรงและสร้างความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อ ผสมผสานกัน และควรให้เด็กได้เคลื่อนไหวทั้งในห้องเรียน และนอกห้องเรียนไปเป็นแนวทางเดียวกัน เพื่อให้เด็กมีพัฒนาการสมวัย (กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. 2561)

ดังนั้นรูปแบบกิจกรรมทางกายเพื่อส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา สามารถจัดกิจกรรมทางกายตามรูปแบบกิจกรรมเสริมประสบการณ์ตามหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 เป็นหลักสูตรแกนกลาง ทั้ง 6 กิจกรรมหลัก และเสริมฝึกให้เด็กมีทักษะชีวิต

วิธีดำเนินการวิจัย ประกอบด้วย

การวิจัยการพัฒนาคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาศาสาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ มีขั้นตอนการวิจัยและพัฒนา 2 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การพัฒนาคู่มือการจัดกิจกรรมทางกาย

ในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยดำเนินการออกแบบและพัฒนาคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายจากการนำข้อมูลพื้นฐาน จากศึกษาหลักการ แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวกับการทางกายสำหรับเด็กปฐมวัยจากเอกสาร บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศ การศึกษาหลักการ แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวกับการพัฒนาคู่มือ จากเอกสาร บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศ มาวิเคราะห์และสังเคราะห์โดยแบ่งเป็นขั้นตอนดังนี้ 1) การกำหนดโครงสร้างของคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายฉบับร่าง มีวิธีการดำเนินการดังนี้ 1) กำหนดองค์ประกอบของคู่มือประกอบด้วย หน้าที่ปกคู่มือ คำนำ สารบัญ คำแนะนำในการใช้คู่มือ วัตถุประสงค์ ประโยชน์ของคู่มือ 2) กำหนดเนื้อหา ประกอบด้วย ตอนที่ 1 ความรู้พื้นฐานสำหรับใช้ในการจัดกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัย ประกอบด้วย แนวคิดพื้นฐานพัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย รูปแบบลักษณะของกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัย บทบาทหน้าที่ของผู้จัดกิจกรรม การวัดและประเมินผล ตอนที่ 2 ขั้นตอนการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัย และ สื่อ

ขอบเขตการวิจัย

1. กลุ่มผู้ให้ข้อมูล

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่ใช้ในการศึกษาค้นครั้งนี้ได้แก่ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยชั้นปีที่ 3 สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ จำนวน 52 คน ได้มาโดยการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง

2. แหล่งข้อมูล ได้แก่

2.1 หลักการ แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวกับการทางกายสำหรับเด็กปฐมวัยจากเอกสาร บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศ

2.2 หลักการ แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวกับการพัฒนาคู่มือ จากเอกสาร บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศ

2.3 หลักสูตรการศึกษาปฐมวัยพุทธศักราช 2560 และมาตรฐานสถานพัฒนาเด็กปฐมวัยแห่งชาติ

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบบันทึกและแบบสังเกตข้อมูลจากเอกสาร

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการวิเคราะห์และสังเกตข้อมูลจากการศึกษาเอกสาร และการสัมภาษณ์นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลจากการวิเคราะห์เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาทำการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา และนำเสนอในรูปแบบของการพรรณนา และเทคนิคเชิงปริมาณ

ขั้นตอนที่ 2 ประเมินความเหมาะสมของคู่มือ

เพื่อให้คู่มือการจัดกิจกรรมทางกาย มีคุณภาพเหมาะสมในการนำไปใช้เป็นแนวทางให้กับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยใช้ในการจัดกิจกรรมให้กับเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยพัฒนาแบบประเมินความเหมาะสมของคู่มือขึ้นโดยศึกษารายละเอียดขององค์ประกอบของคู่มือแล้วกำหนดประเด็นสำคัญที่จะประเมิน จากข้อมูลที่ได้จากการศึกษาแล้วเขียนข้อคำถามให้ครอบคลุมประเด็นเหล่านั้น

2. สร้างแบบประเมินความคิดเห็นเกี่ยวกับความเหมาะสมของคู่มือมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประเมินให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาว่าส่วนประกอบของคู่มือฉบับร่าง แต่ละด้านมีความเหมาะสมหรือไม่ พร้อมข้อเสนอแนะ

3. นำไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ความเหมาะสมและความชัดเจนของข้อคำถามปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ จัดทำแบบประเมินคู่มือฉบับร่าง

4. จัดทำคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัยสำหรับนักศึกษา สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ฉบับสมบูรณ์

5. ดำเนินการทดลองใช้คู่มือที่สร้างขึ้นมากับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย และดำเนินการประเมินความพึงพอใจในการใช้คู่มือการจัดกิจกรรมทางกาย

กลุ่มผู้ให้ข้อมูล

1. ผู้เชี่ยวชาญประเมินความเหมาะสมของคู่มือ จำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญด้านหลักสูตรการศึกษา ด้านการศึกษาปฐมวัย ด้านการวัดประเมินผล

2. นักศึกษาชั้นปีที่ 3 สาขาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัย

ราชภัฏนครสวรรค์ จำนวน 52 คน ซึ่งได้จากการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ

1. แบบประเมินความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญที่มีต่อคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์
2. แบบประเมินความพึงพอใจของผู้ใช้คู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์
3. คู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษา สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. แบบประเมินความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญที่มีต่อคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย วิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นรายชื่อ และนำเสนอเป็นตารางประกอบความเรียง
2. แบบประเมินความพึงพอใจของผู้ใช้คู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย วิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นรายชื่อ และนำเสนอเป็นตารางประกอบความเรียง

ผลการวิจัย

1. ผลการพัฒนาคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ มีองค์ประกอบของคู่มือดังนี้

ตอนที่ 1

- 1.1 ความรู้พื้นฐานสำหรับใช้ในการจัดกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัย ประกอบด้วย แนวคิดพื้นฐานพัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย

- 1.2 รูปแบบลักษณะกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัย

- 1.3 บทบาทหน้าที่ของผู้จัดกิจกรรม

- 1.4 การวัดและประเมินผล

ตอนที่ 2 ขั้นตอนการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัย

- 2.1 ชื่อกิจกรรมและการดำเนินการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัย

- 2.2 สื่อ

- 2.3 การประเมินผล

- 2.4 แหล่งข้อมูลเพื่อศึกษาเพื่อเติม

2. ผลการประเมินความเหมาะสมของคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

ตารางที่ 1 แสดงผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ด้านความเหมาะสมของคู่มือ

รายการประเมิน	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	แปลผล
1.รูปลักษณ์ของเล่มคู่มือ	4.66	0.51	มากที่สุด
2.ขนาดตัวอักษร ชัดเจน อ่านง่าย	4.66	0.51	มากที่สุด

รายการประเมิน	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	แปลผล
3.คำแนะนำการใช้คู่มือเข้าใจง่าย ครอบคลุมวัตถุประสงค์ ประโยชน์ และองค์ประกอบของคู่มือ	4.66	0.51	มากที่สุด
4. คู่มือมีความเหมาะสมในรายละเอียดของเนื้อหา คือความรู้พื้นฐาน การจัดกิจกรรม และแบบวัดและประเมินผล	4.83	0.40	มากที่สุด
5. เนื้อหาสาระของคู่มือครอบคลุม กิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัย	4.83	0.40	มากที่สุด
6. วัตถุประสงค์ของคู่มือมีความสอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560	4.83	0.40	มากที่สุด
7. การจัดกิจกรรมทางกายมีขั้นตอน วิธีการที่เข้าใจง่าย	4.66	0.51	มากที่สุด
8. กิจกรรมมีความหลากหลายเหมาะสมในทางปฏิบัติ	4.83	0.40	มากที่สุด
9. ลำดับขั้นตอนของเนื้อหาในคู่มือมีความเหมาะสม	4.66	0.51	มากที่สุด
10. กิจกรรมมีวิธีการวัดและประเมินผลที่เหมาะสม	4.66	0.51	มากที่สุด
รวม	4.76	0.57	มากที่สุด

จากตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ด้านความเหมาะสมของคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย พบว่า โดยรวมผู้ประเมินมีความคิดเห็นว่า คู่มือมีความเหมาะสมในการนำไปใช้อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.76$ และ $SD = 0.57$)

3. ผลการประเมินความพึงพอใจของผู้ใช้คู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ด้านความพึงพอใจของผู้ใช้คู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย สาขาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

รายการประเมิน	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	แปลผล
1.ความเหมาะสมของขนาดเล่มคู่มือ	4.73	0.48	มากที่สุด
2.ขนาดตัวอักษร ชัดเจน อ่านง่าย	4.71	0.45	มากที่สุด
3.ความสอดคล้องของเนื้อหาเกี่ยวกับวัตถุประสงค์	4.67	0.54	มากที่สุด
4. ความยาก-ง่ายของเนื้อหาเหมาะสมกับผู้ใช้งาน	4.69	0.50	มากที่สุด
5. ความเหมาะสมของการออกแบบกิจกรรมทางกาย	4.80	0.39	มากที่สุด
6. ความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติของกิจกรรม	4.82	0.37	มากที่สุด
7. การจัดกิจกรรมทางกายมีขั้นตอน วิธีการที่เข้าใจง่าย	4.67	0.61	มากที่สุด
8. สามารถนำรูปแบบการจัดกิจกรรมทางกายไปประยุกต์ใช้ในการจัดทำคู่มือ และกิจกรรมอื่นได้	4.84	0.36	มากที่สุด
9. นำเนื้อหาและกิจกรรมไปใช้ประโยชน์ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัยได้	4.63	0.51	มากที่สุด
10. กิจกรรมมีวิธีการวัดและประเมินผลที่เหมาะสม	4.51	0.53	มากที่สุด
รวม	4.71	0.57	มากที่สุด

จากตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ด้านความพึงพอใจของผู้ใช้คู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์พบว่า โดยรวมมีระดับความพึงพอใจของผู้ใช้คู่มืออยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}$ = 4.76 และ SD = 0.57)

อภิปรายผล

1. ผลการพัฒนาคู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง กับกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กปฐมวัย การพัฒนาคู่มือ เพื่อจัดทำโครงร่างคู่มือแล้วนำโครงร่างคู่มือไปให้ผู้ประเมินซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านหลักสูตรและการสอน การศึกษาปฐมวัย การวัดและประเมินผล มีความคิดเห็นว่า คู่มือมีความเหมาะสมในการนำคู่มือไปใช้ อยู่ในระดับมากที่สุด ที่เป็นเช่นนี้ เนื่องจากความเหมาะสมของคู่มือมีรูปลักษณ์ ขนาดตัวอักษร มีความชัดเจนอ่านง่าย มีคำแนะนำให้ผู้นำไปใช้ได้ศึกษาอย่างละเอียด เนื้อหาในคู่มือครอบคลุมในการจัดกิจกรรมทางกายและหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 ซึ่งสอดคล้องกับ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ กนกวรรณ ศิรินิติกุล (2553) ที่กล่าวว่าองค์ประกอบของคู่มือควรมีรายละเอียดสำคัญ คือ คำชี้แจงในการใช้คู่มือ เนื้อหาสาระ การเตรียมการ กระบวนการจัดกิจกรรม การวัดและประเมินผล ความรู้เสริม แหล่งข้อมูลและแหล่งอ้างอิงต่างๆ และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ อรณิข เกียรติอุบลไพบูรณ์ (2542: 13, อ้างถึงใน จิราพร โสทรโยม. 2555) ที่กล่าวว่าคู่มือที่ดีสามารถช่วยให้ครูเข้าใจลักษณะเนื้อหาวิชา ขอบข่าย หรือสิ่งที่จะสอนได้กระจ่างและเด่นชัด เช่น มองเห็นโครงร่างของงานสอนทั้งหมด หรืออาจกล่าวอย่างย่อได้ว่าช่วยให้ครูเกิดมโนทัศน์กับงานที่จะสอนช่วยให้ครูสามารถดำเนินตามแนวทางและขั้นตอนนั้นๆ ได้ดี โดยที่ครูสามารถดัดแปลงและยืดหยุ่นได้เอง ไม่เป็นการให้แนวทางแบบบังคับ ดังนั้นแนวทางแห่งการเสนอแนะจึงเปิดโอกาสให้ผู้สอนสามารถปฏิบัติได้คล่องตัวขึ้น

2. ผลการประเมินความพึงพอใจของผู้ใช้คู่มือการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ พบว่า ความพึงพอใจหลังการใช้คู่มือ โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งในด้านการออกแบบและรูปแบบ ด้านเนื้อหา ด้านการนำไปใช้ประโยชน์ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุเทพ ไชยวุฒิ (2560) ที่พบว่าผู้ใช้คู่มือมีความพึงพอใจต่อคู่มือการบริหารจัดการงานวิชาการของคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด 3 ด้านได้แก่ ด้านรูปแบบของคู่มือ ด้านเนื้อหาของคู่มือ และด้านการนำคู่มือไปใช้ เนื่องจากในการพัฒนาคู่มือผู้วิจัยให้ความสำคัญกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้คู่มือด้วย ทำให้ได้ข้อมูลที่สอดคล้องกับสภาพจริง และได้ขอเสนอแนะในการพัฒนาคู่มือเป็นอย่างดี และยังสอดคล้องกับหลักการเรียนรู้ที่ต้องมีความยืดหยุ่น ให้โอกาสมีกิจกรรมเป็นรายบุคคล การสอนที่เน้นการปฏิบัติและการมีปฏิสัมพันธ์ และประการสำคัญกิจกรรมตรงกับประสบการณ์ความต้องการ ความสนใจของครูและนักเรียน (Glatthorn, A. A.; & Fox, L.E.. 1996: 7-8)

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากการวิจัยพบว่า หลังจากศึกษาคู่มือการจัดกิจกรรมทางกาย นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย จึงควรเผยแพร่คู่มือการจัดกิจกรรมทางกายของเด็กปฐมวัย ไปยังหน่วยงานอื่นๆ เพื่อนำไปปรับใช้ในการจัดกิจกรรมทางกายให้กับเด็กปฐมวัยเพื่อลดพฤติกรรมการอยู่นิ่งในเด็กปฐมวัย

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยในครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการวิจัยติดตามผล พัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัยหลังจากที่นำคู่มือไปใช้ในการจัดกิจกรรมให้กับเด็กปฐมวัย

2.2 ควรศึกษาขั้นตอนการจัดทำคู่มือในการจัดกิจกรรมทางกาย ในกลุ่มตัวอย่างอื่น เช่น ครูปฐมวัย หรือ ผู้ปกครอง

เอกสารอ้างอิง

กนกวรรณ ศิรินิมิตรกุล. (2553). การพัฒนาคู่มือการควบคุมคุณภาพสินค้าบริษัทเจนซิสแอลโซซิเอทจำกัด. วิทยานิพนธ์ปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต (บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต). นนทบุรี. กรุงเทพฯ:มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2564). กรมอนามัยเผยเด็กไทยอ้วนเปิดอาหารสุขภาพเสริมออกกำลังกายป้องกัน. สืบค้นเมื่อ 12 มกราคม 2567 จาก <https://multimedia.anamai.moph.go.th/news/news0633-2/>

กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2561). คู่มือข้อเสนอแนะกิจกรรมทางกายและการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายเด็กสำหรับสถานพัฒนาเด็กปฐมวัย. นนทบุรี:บริษัทเอ็นซีคอนเซ็ปต์จำกัด.

เกษม นครเขตต์ และ อัจฉรา ปุราคม (2554). ความเคลื่อนไหวระดับสากล : หลักและแนวทางการจัดกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ. วารสารสุศึกษา พลศึกษา และสันตนาการ. 3(3). 71 - 76.

กุลยา ตันติผลาชีวะ. (2551). การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย. กรุงเทพฯ: เบรน-เบส บุ๊คส์

คณะกรรมการพัฒนาแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย. (2560). แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (พ.ศ. 2561-2573). กรุงเทพฯ : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. เอ็มซี คอนเซ็ปต์ จำกัด.

จิราพร โสทรโยม. (2555). การพัฒนาคู่มือการนิเทศภายในโรงเรียนยุคศึกษา สังกัดสำนักงาน เขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษาสุราษฎร์ธานี เขต 1. ภาคนิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต (การบริหารการศึกษา). มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี.

ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (TPAK). (2565). ความจำเป็นสำหรับการส่งเสริม “ความรอบรู้ทางกาย (Physical literacy: PL)” ให้กับคนไทยทุกกลุ่มวัย. ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (TPAK), สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล สืบค้นเมื่อ 3 มีนาคม 2567, จาก https://tpak.or.th/backend/print_media_file/551/Research_Brief_S&P.pdf

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2560). ยุทธศาสตร์ชาติ ระยะ 20ปี (พ.ศ. 2560 - 2579). สืบค้นเมื่อ 9 มีนาคม 2567, จาก <http://www.senate.go.th/w3c/senate/pictures/comm/52/lawguide/law1/6.pdf>.

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2552). สมรรถนะของเด็กปฐมวัยในการพัฒนาตามวัย 3-5ปี แนวสำหรับผู้ดูแลเด็กครูและอาจารย์. กรุงเทพฯ: บริษัทแปลนฟอร์คิดส์ จำกัด.

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. (2565). รายงานผลการประเมินพัฒนาการนักเรียนที่จบหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 ปีการศึกษา 2563. สืบค้นเมื่อ 3 มีนาคม 2567, จาก <http://academic.obec.go.th/web/document/view/167>

สุวิทย์ มูลคำ. (2550). ครบเครื่องเรื่องการศึกษา. (พิมพ์ครั้งที่9). กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์.

- สุเทพ ไชยวุฒิ. (2560). การพัฒนาคู่มือการบริหารจัดการงานวิชาการของคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต (การบริหารการศึกษา). มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- อัจฉริยา กสิยะพัท. (2564). ผลของโปรแกรมการส่งเสริมกิจกรรมทางกายสำหรับนักเรียนปฐมวัยอายุ 2-5ปีที่มีต่อการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย อารมณ์จิตใจ สังคม และปัญญา เพื่อนำไปสู่การมีความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย. วารสารวิจัยราชภัฏเชียงใหม่, 21(3), 49-6
- Glatthorn, A. A.; & Fox, L. E. (1996). *Quality Teaching Through Professional Development*. California: Corwin Press, Inc.