ผลการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้านเพื่อพัฒนาความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัย

THE RESULTS OF THE FOLK PLAY ACTIVITIES FOR THE GROSS MOTOR ABILITY OF EARLY CHILDHOOD

[1]เบญจธนิษฐาพร วงศ์คำ, [2]นนทชนนปภพ ปาลินทร,
[3]ชลิลลา บุษบงก์ และ [4]อนุพันธ์ พูลเพิ่ม

[1]Benjathanitthaporn Wongkam, [2]Nontachanonpaphop Palintorn
[3]Chalinla Butsabong and [4]Anupan Poonperm

มหาวิทยาลัยราชธานี, ประเทศไทย
Ratchathani University, Thailand.

Wongkom.benja@gmail.com

Received :January 20, 2022; **Revised** :February 12, 202; **Accepted** :May 2, 2022

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาผลการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้านเพื่อพัฒนาความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัย และ 2) เปรียบเทียบความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการวิจัย คือ เด็กปฐมวัย ชาย–หญิง อายุระหว่าง 3-4 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลปีที่ 1/2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนเทศบาล 3

[1] นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชธานี

[2] อาจารย์ ดร. หลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชธานี

[3] อาจารย์ ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชธานี

[4] ครูโรงเรียนบ้านหนองผือ อำเภอเขมราฐ จังหวัดอุบลราชธานี

สามัคคีวิทยาคาร จำนวน 20 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Random sampling) ใช้เวลาในการทดลองรวม 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 40 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แผนการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้านเพื่อพัฒนาความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ จำนวน 24 แผน แบบวัดความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัย สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความแตกต่างด้วยค่าทีแบบกลุ่มตัวอย่างไม่อิสระต่อกัน (dependent-samples t-test analysis) ผลการวิจัย พบว่า 1) ความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้านโดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับสูง 2) ความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้านมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ : กิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน, ความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่, เด็กปฐมวัย

Abstract

The objective of this research was to 1) study the result of the implement by using the folk play activities to development the Gross Motor Ability of early childhood and 2) compare the Gross Motor Ability of early childhood student before and after the implement of the folk play activities. The sample included 20 students, ages between 3-4 years old, studying in the second term of the year 2563 B.E. of Pre-Primary School at Tessaban 3 Samakkeewittayakarn. The Cluster Random sampling was select by using. The experiment was conducted in a period of 8 weeks, 3 day, between 10.20 –11.00 AM. The research tools were 24 the folk play activities plans and Gross Motor Ability Test. The statistics included mean, standard deviation and t-test (dependent-samples t-test analysis) The research findings were as follow: 1) The Gross Motor Ability of Early Childhood by implementing the folk play activities was at the high level, as a whole and in each aspects. 2) The Gross Motor Ability of Early Childhood by implementing the folk play activities, after

the implement of the activities found to be higher than before the implementation the folk play activities statistically significant at .01 level.

Keyword : Folk play activities, Gross Motor Ability, Early Childhood

บทนำ

พัฒนาการทางด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัยในช่วงอายุ 3-6 ปี จะเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วโดยเฉพาะเรื่องความสูงและน้ำหนัก เด็กจะมีสัดส่วนของร่างกายใกล้เคียงกับผู้ใหญ่มากขึ้น แขนและขายาวขึ้น เคลื่อนไหวคล่องแคล่วขึ้น ขอบวิ่งเล่น กระโดด โลดเต้น ไม่อยู่นิ่งพร้อมทำกิจกรรมที่ต้องใช้แรงใช้กำลังมากขึ้น (ประไพ ประดิษฐ์สุขถาวร, 2558) การเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ จำเป็นต้องใช้ส่วนที่เรียกว่ากล้ามเนื้อมัดใหญ่ ซึ่งกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ได้แก่ กล้ามเนื้อบริเวณลำตัว แขน ขา รวมไปถึงความสัมพันธ์กัน ของอวัยวะต่างๆ ซึ่งทักษะกล้ามเนื้อมัดใหญ่มีหน้าที่สำคัญในการเคลื่อนไหวอวัยวะหรือส่วนต่างๆ ของร่างกาย และยังช่วยในการทรงตัวเพื่อทำกิจกรรมต่างๆ ได้แก่ การเดิน การวิ่ง กระโดดจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องฝึกกล้ามเนื้อให้แข็งแรง เพื่อที่จะสามารถทำกิจกรรมต่างๆได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้นความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ คือ ความสามารถในการควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกาย ซึ่งเริ่มจากศีรษะไปสู่ปลายเท้า จากลำตัวไปยังแขน มือ และนิ้ว จากสะโพกไปยังขา จนถึงปลายเท้า การเคลื่อนไหวของเด็กจะพัฒนาได้เพียงใดขึ้นอยู่กับความพร้อมของร่างกาย ซึ่งการเคลื่อนไหวร่างกายพื้นฐาน แบ่งออกเป็น 3 รูปแบบ คือ 1) การเคลื่อนไหวร่างกายแบบเคลื่อนที่ 2) การเคลื่อนไหวร่างกายแบบไม่เคลื่อนที่ และ 3) การเคลื่อนไหวร่างกายแบบประกอบอุปกรณ์ การจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมความสามารถด้านกเล้ามเนื้อมัดใหญ่นั้น สามารถจัดได้หลายกิจกรรม เช่น กิจกรรมกลางแจ้ง กิจกรรมเคลื่อนไหวประกอบจังหวะ เป็นต้น

การจัดกิจกรรมพัฒนาความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ทำให้เด็กได้พัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมัดใหญ่ การเคลื่อนไหวและความคล่องแคล่วในการใช้อวัยวะต่างๆ โดยให้เด็กได้เล่นอิสระกลางแจ้งด้วยเวลาที่เพียงพอจึงจะส่งเสริมความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ นอกจากนี้ ดวงพร คำนูณวัฒน์และคณะ (2547, หน้า16) กล่าวว่า ในการเล่น

จำเป็นต้องใช้ของเล่นเป็นสื่อกลางที่ทำให้เด็กได้ออกกำลังกาย ฝึกความว่องไวของอวัยวะต่างๆ ฝึกความสามารถในการใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 พัฒนาทักษะการควบคุมการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่-ย่อย ทำให้ร่างกายแข็งแรงดังนั้น จึงถือได้ว่าการเล่นของเล่นเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยส่งเสริมความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ซึ่งปัจจุบันนักวิชาการและนักจิตวิทยาต่างยอมรับว่า การเล่นของเล่นมีส่วนช่วยเสริมสร้างพัฒนาการและประสบการณ์แก่เด็กในด้านต่างๆ นอกจากนี้เด็กใช้ร่างกายของตนเองเป็นเครื่องมือพื้นฐานในการเล่น ไม่ว่าจะเป็นการเล่นกับตนเองหรือเล่นกับของเล่นก็ตาม พัฒนาการด้านร่างกายที่เห็นชัดคือ การรู้จักและเรียนรู้ที่จะใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ในการประกอบกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวัน กล้ามเนื้อมัดใหญ่จึงเป็นกล้ามเนื้อส่วนสำคัญ ได้แก่ กล้ามเนื้อบริเวณแขน ขา ซึ่งเป็นกลไกสำคัญในการเคลื่อนไหวและการทรงตัวของมนุษย์ เมื่อเด็กได้เล่นกล้ามเนื้อมัดใหญ่จะพัฒนาขึ้นทำให้เด็กมีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ เคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างคล่องแคล่วว่องไว กระฉับกระเฉง (นลินี เชื้อวณิชชากร, 2545) สอดคล้องกับรุ่งนภา สุขมล (2548) ซึ่งเสนอแนวคิดว่ากิจกรรมที่สำคัญต่อการเรียนรู้ของเด็ก คือ การเล่นซึ่งมีเป้าหมายเพื่อทำความรู้จักกับสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวและทำความเข้าใจปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งประสบการณ์จากการสัมผัสสิ่งเหล่านั้นจะนำไปสู่กระบวนการเรียนรู้ที่มีผลต่อพัฒนาการด้านต่างๆ ของเด็ก ดังนั้นการที่เด็กได้เล่นจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะพัฒนาความสามารด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กได้ดีขึ้น

ปัจจุบันของเล่นมีความหลากหลายทั้งรูปแบบและเนื้อหา การเลือกของเล่นให้เด็กจึงพิจารณาถึงคุณภาพและประโยชน์ที่เด็กจะได้รับจากการเล่นของเล่นนั้นฯ โดยคำนึงถึงวัสดุที่ใช้ทำของเล่นที่ผลิตขึ้นจากวัสดุที่ไม่เป็นอันตรายต่อเด็กทั้งในขณะที่เล่นและในระยะยาว วัสดุที่ใช้ทำของเล่นควรเป็นวัสดุที่มาจากธรรมชาติหรือวัสดุสังเคราะห์ที่ไม่มีสารพิษตกค้าง (วราภรณ์ รักวิจัย, 2540) นั่นก็คือ“ของเล่นพื้นบ้าน”ซึ่งบวร งามศิริอุดม และคณะ (2544) ได้ให้ความหมายของของเล่นพื้นบ้านว่า เป็นของเล่นที่ได้จากการใช้วัสดุเหลือใช้หรือที่อยู่รอบบ้านมาจัดทำเป็นของไว้ให้เด็กเล่น การจัดทำของเล่นให้เด็กส่วนหนึ่งเกิดจากผู้ใหญ่ได้ใช้เวลาว่างในการประดิษฐ์ ของเล่นบางชนิดเป็นของเล่นที่เด็กประดิษฐ์เอง เพื่อใช้ประกอบในการเล่น สอดคล้องกับโครงการพัฒนาองค์ความรู้เรื่องการสื่อสารเพื่อสุขภาพ (2547) ซึ่งได้เสนอแนวคิดว่าของเล่นพื้นบ้านเป็นสิ่งของวัสดุที่นำมาเล่น โดยทำจากวัสดุที่หาได้ง่ายในท้องถิ่นที่สะท้อนให้เห็นภูมิปัญญาท้องถิ่นและวัฒนธรรมความเป็นอยู่ของสังคมนั้นๆ ช่วยส่งเสริมสุขภาวะทั้ง 4 ด้าน คือร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ รวมทั้งส่งเสริมจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ด้วย ของเล่นพื้นบ้านจึงเป็นของเล่นเพื่อส่งเสริมสุขภาพทางกาย เป็น

สื่อกลางที่ทำให้เด็กได้ออกกำลังกาย ฝึกความว่องไวของอวัยวะต่างๆ ฝึกความสามารในการใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้า พัฒนาทักษะการควบคุมการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ (ปัทมาพร ชเลิศเพ็ชร และคณะ 2544 อ้างถึงในดวงพร คำนูญ 2547, หน้า 15-17) อีกทั้งของเล่นพื้นบ้านยังเป็นกิจกรรมที่จะช่วยให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกาย เป็นทักษะพื้นฐานการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย เป็นการสร้างและพัฒนาให้สัมพันธ์ในหน้าที่ของร่างกาย สามารถควบคุมการใช้งานของส่วนต่างไของร่างกายให้สัมพันธ์กันอย่างถูกจังหวะ เวลา การเคลื่อนไหวร่างกายประกอบด้วย การควบคุมการทรงตัว การควบคุมการใช้กล้ามเนื้อแขน ขา และการตระหนักในการเคลื่อนไหว (สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์และคณะ 2551, หน้า 32,37) ซึ่งของเล่นพื้นบ้านจะช่วยพัฒนาความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ เช่น ทักษะการทรงตัว ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่งและทักษะการโยน-รับลูกบอล ได้เป็นอย่างดี

จากการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลรายงานผลการประเมินคุณภาพการศึกษาของสำนักรับรองมาตรฐานและประเมินคุณภาพการศึกษา (สมศ.) ของโรงเรียนเทศบาล 3 สามัคคีวิทยาคาร ได้ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมและพัฒนาให้เด็กมีพัฒนาการด้านร่างกายสมวัย ซึ่งสถานศึกษาได้มีการส่งเสริมและพัฒนาที่ดีอยู่แล้ว แต่ควรทำการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกตามช่วงอายุของเด็ก เพื่อเป็นการส่งเสริมและพัฒนาเด็กได้ตามหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 โดยดำเนินการอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง อีกทั้งยังพบว่าปัญหาการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของนักเรียนชั้นอนุบาล 1 ซึ่งสังเกตเห็นได้จาการจัดกิจกรรมกลางแจ้ง เด็กบางคนไม่สามารถทรงตัวขณะกระโดดได้ ยืนขาเดียวได้เป็นเวลาสั้น รับลูกบอลที่กระดอนจากพื้นไม่ดี ทำให้ผู้วิจัยเห็นความสำคัญของการพัฒนาความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ในการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้านเพื่อพัฒนาความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ให้สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งผู้วิจัยคาดหวังว่าการวิจัยครั้งนี้จะเป็นแนวทางให้ครูและผู้ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาในระดับปฐมวัย ได้นำไปปรับใช้เพื่อพัฒนาความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัยให้มีความเหมาะสมต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้านเพื่อพัฒนาความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัย

2. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ เด็กปฐมวัย ชาย–หญิง อายุระหว่าง 3-4 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนเทศบาล 3 สามัคคีวิทยาคาร สังกัดสำนักการศึกษา เทศบาลนครอุบลราชธานี จำนวน 40 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ เด็กปฐมวัย ชาย–หญิง อายุระหว่าง 3-4 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลปีที่ 1/2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนเทศบาล 3 สามัคคีวิทยาคาร จำนวน 20 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Random sampling)

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 2 ชนิด ดังนี้

2.1 แผนการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้านเพื่อพัฒนาความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ จำนวน 24 แผน 8สัปดาห์ ใช้ของเล่นพื้นบ้านจำนวน 8 ชนิด ได้แก่ 1) กระดานทรงตัว 2) กะลาททรงตัว 3) รถลาก 4) ตีนเลียน 5) จักรยานขาไถ 6) ม้าก้านกล้วย 7) โยนตะกร้อ 8) โยนห่วง นำแผนเสนอให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาความเหมาะสม จำนวน 3 ท่าน ผลการประเมินคุณภาพของแผน ปรากฏว่าได้ค่าเฉลี่ยโดยรวมเท่ากับ 4.94 หมายความว่า แผนการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสมมากที่สุด

2.2 แบบวัดความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ดำเนินการสร้างแบบทดสอบความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ จำนวน 4 ชุด รวม 16 ข้อ คือ ชุดที่ 1 แบบวัดทักษะการทรงตัว จำนวน 4 ข้อ ชุดที่ 2 แบบวัดทักษะการเดิน จำนวน 4 ข้อ ชุดที่ 3 แบบวัดทักษะการวิ่ง จำนวน 4 ข้อ ชุดที่ 4 แบบวัดทักษะการโยน-รับลูกบอล จำนวน 4 ข้อ
นำแบบวัดความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ เสนอผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน ชุดเดิม นำมาคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objectives Congruence : IOC) ผลปรากฏว่า มีค่า IOC เท่ากับ 0.67-1.00 ทุกข้อ

3. วิธีรวบรวมข้อมูล

เป็นการวิจัยเชิงทดลองกับกลุ่มตัวอย่างเดียว โดยดำเนินการทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน (One Group Pretest Posttest Design) ดำเนินการในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 โดยกลุ่มการทดลองจะได้รับการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้านเพื่อพัฒนาความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัย ดังนี้

3.1 ขั้นก่อนการทดลอง ผู้วิจัยทำการประเมินความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัย ก่อนการทดลอง (Pretest) โดยใช้แบบวัดความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ เพื่อนำไปวิเคราะห์และเปรียบเทียบกับคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

3.2 ขั้นการทดลอง จัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้านเพื่อพัฒนาความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่สำหรับเด็กปฐมวัยมาใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ใช้เวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 40 นาที ในวันอังคาร วันพุธและวันพฤหัสบดี รวม 24 ครั้ง

3.3 เมื่อดำเนินการทดลองครบทั้ง 8 สัปดาห์แล้ว ผู้วิจัยดำเนินการประเมินหลังเรียน (Post-test) โดยใช้แบบวัดความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัยชุดเดิมที่ใช้ในการทดสอบก่อนเรียน จำนวน 4 ชุด รวม 16 ข้อ พร้อมเก็บคะแนนไว้สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูล

4. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ร้อยละ (Percentage) และสถิติ t กรณีกลุ่มตัวอย่างไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test Dependent Sample)

ผลการวิจัย

การวิจัย เรื่อง ผลการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้านเพื่อพัฒนาความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยสรุปผลการวิจัย ดังนี้

1. ความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัย หลังการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน สูงกว่าก่อนจัดกิจกรรมทุกด้านโดยพบว่าด้านความทักษะการเดิน มีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุด ($\overline{X}$ = 7.80, S.D. =.41) รองลงมาได้แก่ด้านทักษะการทรงตัว ($\overline{X}$ =7.30, S.D. = .66) ด้านทักษะการวิ่ง ($\overline{X}$ = 6.95, S.D. = .51) และด้านทักษะการโยน-รับลูกบอล ($\overline{X}$ = 6.05, S.D.= .51) ตามลำดับ

2. หลังการจัดกิจกรรมโดยใช้การเล่นพื้นบ้าน เด็กปฐมวัยมีความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่สูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 ก่อนการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัยมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ ($\overline{X}$ = 16.45, S.D.=1.47) และหลังการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัยมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ ($\overline{X}$ = 28.10, S.D. = 1.45)

อภิปรายผล

ความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัย โดยผลการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนทุกด้าน ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ว่า หลังการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้านเด็กปฐมวัยมีความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่สูงขึ้น โดยมีคะแนนความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัย ก่อนการจัดกิจกรรมอยู่ในระดับต่ำ มีคะแนนเฉลี่ยเป็น 16.45 คะแนน แต่หลังการจัดกิจกรรมเด็กปฐมวัยมีคะแนนความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่อยู่ในระดับสูง มีคะแนนเฉลี่ยเป็น 28.10 คะแนน ทั้งนี้เนื่องจากกิจกรรมการใช้ของเล่นพื้นบ้านที่ผู้วิจัยได้นำมาใช้ เช่น กระดานทรงตัว กะลาทรงตัว รถลาก ตีนเลียน จักรยานขาไถ ม้าก้านกล้วย โยนตะกร้อ โยนห่วง เป็นกิจกรรมทางกายที่ส่งเสริมการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย ส่งเสริมความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ สอดคล้องกับ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพกรมอนามัย (2563, หน้า 4-5) ได้กล่าวว่าการเล่นเป็นกิจกรรมที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับเด็ก เพราะเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันของเด็กเป็นโอกาสที่เด็กจะได้เรียนรู้ประสบการณ์ต่างๆ ได้ด้วยตนเอง การเล่นยังเป็นกิจกรรมที่พัฒนาการด้านร่างกาย ในขณะที่เด็กๆ เล่นนั้น เด็กๆ จะต้องมีการเคลื่อนไหวร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ได้แก่ การทรงตัวกล้ามเนื้อแขน ขา ซึ่งทำให้เด็กมีการเคลื่อนไหวที่ดี คล่องแคล่ว กระฉับกระเฉง

เมื่อจำแนกรายด้าน พบว่า คะแนนความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัย อยู่ในระดับสูงทั้ง 4 ด้าน แสดงให้เห็นว่าการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้านส่งผลให้เด็กปฐมวัยมีความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ที่สูงขึ้นทุกด้าน ทั้งนี้สามารถอภิปรายผลในแต่ละด้าน ได้ดังนี้คือ

1.1 ด้านทักษะการทรงตัว เด็กปฐมวัยมีความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ด้านทักษะการทรงตัว ก่อนการทดลองมีค่าคะแนนอยู่ในระดับปานกลาง คะแนนเฉลี่ยเท่ากับ

4.25 คะแนน แต่หลังการทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงเท่ากับ 7.30 คะแนน แสดงว่าการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน ช่วยส่งเสริมในเรื่องทักษะการทรงตัว เนื่องจากการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน เช่น กระดานทรงตัว กะลาทรงตัว เปิดโอกาสให้เด็กได้ฝึกการทรงตัว ส่งเสริมการใช้และควบคุมกล้ามเนื้อมัดใหญ่ สอดคล้องกับพัฒนา ชัชพงศ์ (2555) ได้กล่าวว่าการสริมพัฒนาการกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ได้แก่ กล้ามเนื้อโครงสร้างของร่างกาย เช่น แขน ขาคอและลำตัว ช่วยให้เด็กเคลื่อนไหวยืน เดิน ผลัก ดัน วิ่งและห้อยโหนได้แข็งแรง รวดเร็วและมั่นคงได้แก่การเล่นหรือของเล่นประเภทที่ต้องใช้กำลังเป็นส่วนใหญ่

1.2 ด้านทักษะการเดิน เด็กปฐมวัยมีความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ ด้านทักษะการเดิน ก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง คะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 5.10 คะแนน แต่หลังการทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงเท่ากับ 7.80 คะแนน แสดงว่าการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน ช่วยส่งเสริมในเรื่องทักษะการเดิน เนื่องจากการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน เช่น การเล่นรถลาก การเล่นตีนเลียน เปิดโอกาสให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกาย ควบคุมกล้ามเนื้อ และฝึกฝนการเดิน สอดคล้องกับนันทิยา น้อยจันทร์ (2548, หน้า 204-206) ได้นำเสนอวิธีการประเมินความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ว่าควรสังเกตทักษะและพฤติกรรมที่เด็กแสดงออกการเคลื่อนไหวและระยะทาง เด็กจะสามารถเดินไปข้างหน้าเดินถอยหลังเดินด้านข้างในระยะที่ไกลขึ้น เช่น เด็กสามารถเดินบนไม้กระดานได้อย่างคล่องแคล่ว เป็นต้น และยังสอดคล้องกับศิรินทร ทาสีทอง (2559, หน้า 13) ได้กล่าวว่ากล้ามเนื้อมัดใหญ่มีความสำคัญต่อเด็กปฐมวัยมากและเด็กปฐมวัยจะมีพัฒนาการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ได้ดีขึ้นอยู่กับการฝึกทักษะที่ต่อเนื่องและสม่ำเสมอและการได้รับการ ฝึกจากการแยกย่อยขั้นตอนที่เหมาะสม

1.3 ด้านทักษะการวิ่ง เด็กปฐมวัยมีความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ด้านทักษะการวิ่ง ก่อนการทดลองมีค่าคะแนนอยู่ในระดับต่ำ คะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 3.55 คะแนน แต่หลังการทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงเท่ากับ 6.95 คะแนน แสดงว่าการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน ช่วยส่งเสริมในเรื่องทักษะการวิ่ง เนื่องจากการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน เช่น ม้าก้านกล้วย จักรยานขาไถ ตีนเลียน เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวกล้ามเนื้อแขน ขา ลำตัว ฝึกฝนการวิ่ง รวมทั้งเคลื่อนไหวกล้ามเนื้อบริเวณขาตะโพกและลำตัว จะมีการเหยียดงอและเกร็งกล้ามเนื้อ ทำให้กล้ามเนื้อใหญ่บริเวณนี้มีความแข็งแรงและเคลื่อนไหวได้คล่องแคล่วมากขึ้นสอดคล้องกับ สิริมา ภิญโญอนันตพงษ์ (2553,

หน้า 124 – 128) การพัฒนาด้านร่างกายให้ได้ผลดีนั้น เด็กวัยนี้ควรได้วิ่งเล่นออกกำลังกายอย่างเพียงพอเพื่อช่วยพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่

1.4 ด้านทักษะการโยน-รับลูกบอล เด็กปฐมวัยมีความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ด้านทักษะการโยน-รับลูกบอล ก่อนการทดลองมีค่าคะแนนอยู่ในระดับต่ำ คะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 3.55 คะแนน แต่หลังการทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงเท่ากับ 6.05 คะแนน แสดงว่าการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน ช่วยส่งเสริมในเรื่องทักษะการโยน-รับลูกบอล เนื่องจากการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน เช่น การเล่นโยนตะกร้อ การเล่นโยนห่วง เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวกล้ามเนื้อแขน ขา ลำตัว เด็กมีความสามารถควบคุมการทำงานของมือกับสายตาให้ประสานกันและมีทักษะการโยน-รับลูกบอลดีขึ้น สอดคล้องกับสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ (2551, หน้า 16) เด็กต้องได้รับการจัดประสบการณ์ที่เหมาะสมเปิดโอกาสให้เด็กได้เรียนรู้และนำประสบการณ์ไปใช้ในการแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเองในอนาคต การที่เด็กเกิดความอยากรู้อยากเห็น ได้เล่น สำรวจ ทดลอง หยิบ จับ เขย่า โยน หรือขว้างปา คือการเรียนรู้และพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาถ้าเด็กได้รับการส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกายอย่างถูกวิธีให้เด็กใช้กล้ามเนื้อในการทำงานได้คล่องแคล่วขึ้น จะส่งผลให้เด็กสามารถร่วมและปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ได้อย่างมีคุณภาพ พัฒนาการด้านร่างกายที่สำคัญ สำหรับเด็กปฐมวัย คือ พัฒนาการด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่

2. เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน หลังการทดลองมีความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่สูงกว่าก่อนการทดลองจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับกุลยา ตันติผลาชีวะ (2551 :100 -101) กล่าวว่า พัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย เป็นการแสดงถึงความสามารถของร่างกายของเด็กที่สามารถทรงตัวได้ในอิริยาบถต่างๆ โดยเป็นกระบวนการที่มีการเปลี่ยนแปลงลักษณะของร่างกายโดยส่งผลให้เกิดความเจริญเติบโตทางร่างกายซึ่งเด็กในวัยนี้จะมีลักษณะของพัฒนาการที่สำคัญทางด้านการเคลื่อนไหวการทำงานของระบบประสาท กล้ามเนื้อมัดใหญ่ เด็กจะมีความสามารถทางกายคล่องแคล่ว ซึ่งการเปิดโอกาสให้เด็กมีกิจกรรมทางกายเป็นการกระตุ้นกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ได้ออกกำลังและเพิ่มความแข็งแรง การให้เด็กได้วิ่งได้เล่นและเคลื่อนไหวอย่างสม่ำเสมอนอกจากจะทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรงแล้ว ยังช่วยให้เกิดการเคลื่อนไหวและการทรงตัวที่สวยงามด้วย

สรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมโดยใช้ของเล่นพื้นบ้าน เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้ลงมือกระทำกับสื่อ วัสดุ อุปกรณ์ต่าง ๆ ด้วยตนเอง เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหว แขน ขา ลำตัว ควบคุมกล้ามเนื้อทำให้อวัยวะทุกส่วนในร่างกายทำงานประสานสัมพันธ์กันได้ดีขึ้น มีความคล่องแคล่วว่องไว เป็นกิจกรรมทางกายที่ส่งเสริมการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ทำให้เด็กเรียนรู้อย่างมีความสุข และสนุกสนาน เป็นการพัฒนาความสามารถด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ได้เป็นอย่างดี

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า ในการจัดกิจกรรมนอกห้องเรียนโดยใช้ของเล่นพื้นบ้านตามแนวคิดการประมวลข้อมูลการรับความรู้สึกเพื่อส่งเสริมทักษะการเคลื่อนไหวของเด็กอนุบาลเป็นแนวทางในการพัฒนาทักษะด้านการเคลื่อนไหวร่างกายของเด็กในอีกรูปแบบหนึ่ง ส่งเสริมการเจริญเติบโตของกล้ามเนื้อมัดใหญ่ พัฒนาขนาดและโครงสร้างของร่างกายให้เป็นไปตามธรรมชาติ ซึ่งกิจกรรมกลางแจ้งมีหลายประเภท การเล่นอุปกรณ์กีฬา เกม การละเล่น การละเล่นเครื่องเล่นสนาม ซึ่งกิจกรรมการประมวลข้อมูลความรู้สึกสามารถนามาใช้กับกิจกรรมนอกห้องเรียนจัดกิจกรรมที่ใช้ร่างกายเป็นสื่อ เพื่อตอบสนองความสามารถทางธรรมชาติในการเคลื่อนไหวของเด็ก

เอกสารอ้างอิง

กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย. (2563). *คู่มือเล่นเปลี่ยนโลกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและความสูงสำหรับสถานพัฒนาเด็กปฐมวัย.* กรุงเทพฯ : บริษัท ทีเอส อินเตอรพริ้นท์ จำกัด.

กุลยา ตันติผลาชีวะ. (2551). *การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย.* กรุงเทพฯ: เบรนเบสบุ๊คส์.

โครงการสื่อพื้นบ้านเพื่อการเสริมสร้างสุขภาพชุมชน. (2547). *เอกสารแนะนำโครงการสื่อพื้นบ้านเพื่อการเสริมสร้างสุขภาพชุมชน.* กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนการสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.

ดวงพร คำนูณวัฒน์ และคณะ. (2547). *ของเล่นพื้นบ้าน สื่อเพื่อชีวิต สื่อเพื่อสุขภาพ.* กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยและพัฒนาแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

นลินี เชื้อวณิชชากร. (2545). *สาระน่ารู้เพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัวทำเนียบบริการและผลิตภัณฑ์.*นนทบุรี: บริษัทแระแสธุรกิจจำกัด.

นันทิยา น้อยจันทร์. (2548). *การประเมินผลพัฒนาการเด็กปฐมวัย.* นครปฐม: นิตินัย.

บวร งามศิริอุดมและคณะ. (2544). *ของเล่นพื้นบ้านภาคกลางเพื่อการพัฒนาเด็ก.* กรุงเทพฯ: บริษัทสยามเจริญพาณิชย์.

ประไพ ประดิษฐ์สุขถาวร. (2558). *พัฒนาการด้านสติปัญญาของเด็ก.* (ออนไลน์). http://taamkru.com/th/%E0%B8%99/. วันที่20 ธันวาคม 2562.

พัฒนา ชัชพงศ์. (2555). *การเล่นเพื่อการพัฒนา.* (เว็บบล็อก). สืบค้นจาก http://www.kuhai.ac.th/. (วันที่ 20 ธันวาคม 2563).

วราภรณ์ รักวิจัย. (2540). *การอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย.*กรงเทพฯ: แสงศิลป์การพิมพ์.

ศิรินทร ทาสีทอง. (2559). *การศึกษาความสามารถใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กที่มีความบกพร่องทาง สติปัญญาจากการใช้โปรแกรมการฝึกกิจกรรมทักษะกลไกของสเปเชียลโอลิมปิค แห่งประเทศไทย.* รายงานการวิจัยสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.

Pakka, H. and Visa, P. (2008). *The Effects of Playground Activities and Exercising on Playground Equipment on theMotor Coordination of Preschool Children.*(Online). (n.d.). Available from: http://www.newtest.com.

R. R. Pratama, Sukirno and Syafaruddin. (2020). *Development of Basic Motion Learning Models Based on Traditional Games in Early Childhood*. Advances in Social Science, Education and Humanities Research, volume 407, 63-65.