

Guidelines for Management and Problem Solving to Reduce Human Rights Violations for Thai Youth in Higher Education

Thitirat Rodthong ^{1*} Parinda Srimunee ² Yada Boonkong ³ Suntorn Pantang ⁴

Varunya Rumsaeng ⁵ และ Pranee Thanyadee ⁶

^{1, 2, 3, 4, 5, 6} North Bangkok University, Bangkok, Thailand

* Corresponding author. E-mail: thitirat.ro@northbkk.ac.th โทรศัพท์ 094-5501144

ABSTRACT

This research aimed to This study aimed to examine the effects of traditional play activities on fundamental movement skills in young children. The research employed a mixed-methods approach. The sample consisted of 25 boys and girls aged 4 – 5 years who were enrolled in Kindergarten Year 2, Semester 2, in the 2024 academic year at Wat Rat Bamrung School under the Office of the Basic Education Commission. The participants were selected using a purposive sampling method. The research instruments included a traditional play activity plan, an early childhood movement ability assessment form, and an observation record for tracking children's movement development. Data analysis and evaluation of children's movement abilities were conducted using content analysis. The findings revealed that: 1. The fundamental movement skills of young children in three aspects—agility, balance, and coordination—showed an overall improvement after participating in traditional play activities. 2. When comparing the overall average scores of fundamental movement skills before and after the intervention, the post-test scores were higher than the pre-test scores. 3. Observational data showed that the average pre-test score was 9.24, with a high degree of score dispersion. After the intervention, the standard deviation decreased to 0.07, indicating reduced score variation and greater consistency in post-test scores. 4. A comparison of average scores in each aspect of fundamental movement skills before and after participating in traditional play activities further confirmed the positive impact of the intervention.

Keywords: Traditional play activities, Motor skills, Physical movement, Early childhood

ผลของการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านที่มีต่อทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกาย สำหรับเด็กปฐมวัย

ฐิติรัตน์ รอดทอง ^{1*} ปริณดา ศรีมณี ² ญาดา บุญคง ³ สุนทร พันธัง ⁴

วรัญญา รุมแสง ⁵ และ ปราณี ธัญญาดี ⁶

^{1, 2, 3, 4, 5, 6} มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย

* Corresponding author. E-mail: thitirat.ro@northbkk.ac.th โทรศัพท์ 094-5501144

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านที่มีต่อทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็ก เป็นการวิจัยแบบแบบผสมผสาน กลุ่มตัวอย่าง คือ เด็กชายและเด็กหญิงที่มีอายุระหว่าง 4 - 5 ปี ที่ศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาลปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2567 โรงเรียนวัดราษฎร์บำรุง สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จำนวน 25 คน ได้มาโดยการเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง เครื่องมือ คือ แผนการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน แบบประเมินความสามารถในการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย แบบบันทึกการสังเกตพัฒนาการการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย การวิเคราะห์ข้อมูลและประเมินความสามารถในการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย โดยการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า 1) ทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย 3 ด้าน คือ ด้านความคล่องตัว ด้านการทรงตัว และด้านประสานสัมพันธ์ หลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านมีคะแนนเฉลี่ยในภาพรวมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัยโดยภาพรวม ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านมาเปรียบเทียบกัน พบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง และจากการสังเกตค่ามีค่าเฉลี่ย พบว่า มีค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนการจัดกิจกรรมมีค่าเท่ากับ 9.24 มีการกระจายตัวของคะแนนการทดสอบก่อนเรียนอยู่มาก และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานหลังการจัดกิจกรรม มีค่าเท่ากับ 0.07 มีค่าลดลง คะแนนหลังการจัดกิจกรรมที่ใกล้เคียงกันมากขึ้น ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัยรายด้านก่อนและหลังได้รับจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน

คำสำคัญ: การเล่นพื้นบ้าน, ทักษะกลไก, การเคลื่อนไหวร่างกาย, เด็กปฐมวัย

© 2025 JISSD: Journal of Integration Social Sciences and Development

บทนำ

ปัจจุบันการจัดการศึกษาระดับปฐมวัย มีความสำคัญอย่างยิ่งในการวางรากฐานของชีวิตเพราะการเป็นผู้ใหญ่ที่ดีมีคุณภาพในวันข้างหน้า จะต้องได้รับการปูพื้นฐานที่ดีมาตั้งแต่ปฐมวัย ดังที่หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 กล่าวว่า สำหรับเด็กอายุ 2 - 3 ปี ประสพการณ์เป็นสิ่งสำคัญที่ต้องส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย อันจะเป็นการสนับสนุนให้เด็กได้มีโอกาสพัฒนาการใช้กล้ามเนื้อใหญ่กล้ามเนื้อเล็ก การประสานสัมพันธ์ระหว่างกล้ามเนื้อและระบบประสาทที่จะการทำกิจวัตรประจำวันหรือทำกิจกรรมต่างๆ การนอนหลับพักผ่อน ตลอดจนการดูแลสุขภาพอนามัย และความปลอดภัยของตนเอง ซึ่งประสพการณ์สำคัญที่ควรส่งเสริมได้แก่ การเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายตามจังหวะดนตรี การเล่นออกกำลังกายกลางแจ้งอย่างอิสระ การเคลื่อนไหวและการทรงตัว การประสานสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อและระบบประสาท การเล่นเครื่องเล่นสัมผัส การวาด การเขียนขีด เขียน การปั้น การฉีกการตัดปะ การดูแลรักษาความสะอาดของร่างกาย ของใช้ส่วนตัว และการรักษาความปลอดภัย เป็นต้น (มณีรัตน์ ลีลา, 2563)

พัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย เป็นพัฒนาการที่เป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นของร่างกายในด้านโครงสร้างของร่างกาย ด้านความสามารถในการเคลื่อนไหว และด้านการมีสุขภาพอนามัยที่ดีรวมถึงการใช้สัมผัสรับรู้ การใช้ตา

และมือประสานกันในการทำกิจกรรมต่างๆ เด็กอายุ 3-5 ปีมีการเจริญเติบโตรวดเร็วโดยเฉพาะในเรื่องน้ำหนักและส่วนสูง กล้ามเนื้อใหญ่จะมีความก้าวหน้ามากกว่ากล้ามเนื้อเล็ก สามารถบังคับการเคลื่อนไหวของร่างกายได้ดี มีความคล่องแคล่วว่องไว ในการเดิน สามารถวิ่ง กระโดด ควบคุมและบังคับการทรงตัวได้ดี จึงชอบเคลื่อนไหว ไม่หยุดนิ่ง พร้อมทั้งจะออกกำลังและ เคลื่อนไหวในลักษณะต่าง ๆ ส่วนกล้ามเนื้อเล็กและความสัมพันธ์ระหว่างตาและมือยังไม่สมบูรณ์ การสัมผัสหรือการใช้มือมี ความละเอียดขึ้นใช้มือหยิบจับสิ่งของต่าง ๆ ได้มากขึ้น ถ้าเด็กไม่เครียดหรือกังวลจะสามารถทำกิจกรรมที่พัฒนากล้ามเนื้อเล็กได้ ดีและนานขึ้น (โรงเรียนวัดชีราลงกรณวราราม, 2560)

ซึ่งกล้ามเนื้อมัดใหญ่นั้น เปรียบเสมือนรากฐานสำคัญของระบบการเรียนรู้ทั้งหมดของเด็กปฐมวัย เพราะหากพื้นฐาน ทางร่างกายของเด็กไม่แข็งแรง ก็ยากที่ระบบการเรียนรู้ของร่างกายในส่วนต่างๆ ของเด็กจะทำงานได้อย่างเต็มที่ โดยเฉพาะ ในช่วงระยะแรกเกิดจนถึง 1 ขวบ จะเป็นช่วงที่ร่างกายกำลังได้รับการพัฒนาในทุกๆ ด้าน โดยจะมีการเสริมสร้างทักษะในด้าน ต่างๆ อย่างต่อเนื่องเป็นขั้นบันได ซึ่งหากทักษะทางด้านใดด้านหนึ่งถูกพัฒนาข้ามขั้นตอนหรือพัฒนาได้อย่างไม่สมบูรณ์ อาจทำ ให้การพัฒนาโครงสร้างทักษะของร่างกายทางด้านอื่นทำงานได้อย่างไม่มีประสิทธิภาพ และอาจส่งผลกระทบต่อการพัฒนา ทักษะในระดับที่สูงขึ้นไปอีกด้วย และในช่วงวัย 1-3 ขวบ จะเป็นช่วงที่พัฒนาการของกล้ามเนื้อมัดใหญ่กำลังเริ่มต้น เราสามารถ ส่งเสริมโดยการให้เด็กเดินด้วยตัวเอง เพื่อให้เขาได้พัฒนากล้ามเนื้อที่ใช้ในการทรงตัว โดยส่งเสริมให้เด็กเกิดการเคลื่อนไหวเพื่อ เสริมสร้างความสัมพันธ์ของแขนและขา เช่น การฝึกให้เด็กได้ปีนป่ายได้เดินเอง ได้ล้มเอง ซึ่งก็เป็นทักษะหนึ่งที่ได้ควรจะ ได้เรียนรู้ และได้ใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่อย่างระมัดระวังในครั้งต่อไป (สุภาพรรณ ศรีสุข, 2561)

จะเห็นได้ว่าพัฒนาการกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัย มีผลเป็นอย่างมากต่อพัฒนาการการเรียนรู้ในด้านอื่นๆ ของ เด็กในวัยนี้อีกด้วย ซึ่งหากเด็กขาดการพัฒนาทักษะดังกล่าวในช่วงวัยที่พวกเขาต้องการจะทำให้พัฒนาการเด็กล่าช้าไม่เป็นไป ตามวัย ยกตัวอย่างเช่น เด็กวัย 6 ขวบ ยังเดินแล้วหกล้มง่าย และมีปัญหาด้านความสัมพันธ์ของร่างกายเคลื่อนไหวไม่คล่องแคล่ว อาจทำให้เป็นอุปสรรคในการทำกิจกรรมการเรียนรู้และการเล่นกีฬาร่วมกับเพื่อนๆจนส่งผลให้พฤติกรรมการเรียนรู้ถดถอยและ เกิดความบกพร่องหน่วงในการเรียน การเล่นและการทำกิจกรรมเหล่านี้น่ามากที่สุด ดังนั้น การจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกายรวมทั้งจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ ส่งเสริมพัฒนาความสามารถ ในการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กผ่านการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย การเดิน การวิ่ง การกระโดดลักษณะต่างๆ นี่เป็น การช่วยส่งเสริมการเคลื่อนไหวร่างกายให้สัมพันธ์กันอย่างคล่องแคล่ว (มณีรัตน์ ลีลา, 2563)

การละเล่นพื้นบ้านเป็นกิจกรรมที่ทำให้เด็กสนุกสนานเพลิดเพลิน ผ่อนคลายความเครียดและทำให้เด็กเรียนรู้เรื่องราว เกี่ยวกับตนเองและสิ่งแวดล้อมและเป็นกระบวนการพัฒนาการในด้านต่างๆ ได้แก่ ด้านร่างกายเป็นการเสริมสร้างพัฒนาการ กล้ามเนื้อทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง คล่องแคล่วว่องไว ด้านอารมณ์และสังคม การเล่นสอนให้เด็กรู้จักเหตุผล ปรับตัวให้เข้ากับ สังคม การอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ การรู้จักกติกาในสังคม รู้จักแบ่งปันทำให้เด็กมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น นอกจากนั้นการเล่นยัง ทำให้เด็กมีอารมณ์แจ่มใส รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเองด้านสติปัญญา การเล่นทำให้เด็กมีโอกาสแสดงความคิดเห็นตาม สภาพแวดล้อมได้แสดงออกเรียนรู้ที่จะใช้ความคิดสร้างสรรค์ ส่งเสริมให้เกิดจินตนาการ ดังนั้น การเล่นจึงเป็นกิจกรรมที่สำคัญ ในวัยเด็ก ทำให้เด็กสามารถเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีประสิทธิภาพ และคุณภาพต่อสังคม การเล่นมีหลายประเภท เช่นการเล่น กลางแจ้ง การเล่นในร่ม การเล่นออกกกำลังกาย การเล่นเกมในบ้าน การเล่นที่น่าสนใจอีกอย่างหนึ่ง คือ การละเล่นพื้นบ้านของ ไทย ซึ่งเป็นเอกลักษณ์และวัฒนธรรมของคนไทยที่สืบทอดกันมาและอยู่ในวิถีชีวิตของ คนไทย การละเล่นพื้นบ้านของไทยที่หา ได้ง่าย โดยไม่ต้องซื้อในราคาแพง เช่นการเล่นพายเรือแข่ง กระโดดคบ หนุมานชนหิน ช้อนมะนาว เป่ากบ หยอดหลุม ร่อนรูป อีชีต้อเขียน ผูกหางวัว ปิดตาตีหม้อ (พรณี นิลสุวรรณ, 2555)

จากสภาพปัญหาที่กล่าวมาข้างต้น ผู้ศึกษาจึงมีความสนใจที่จะศึกษาและนำการใช้กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านเพื่อ พัฒนาทักษะกลไกด้านร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย นอกจากการละเล่นพื้นบ้านจะช่วยส่งเสริมให้เด็กปฐมวัยมีความเพลิดเพลินกับการ เล่นอย่างเป็นอิสระแล้วยังจะช่วยปลูกฝังให้เด็กได้ตระหนักและเห็นคุณค่าความสำคัญในการออกกกำลังกายแบบยั่งยืนและ

ประหยัดค่าใช้จ่ายที่สูง ในการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านยังเป็นพัฒนาการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างท้าทายและมีประโยชน์สำหรับปฐมวัยเพราะเป็นการฝึกการเคลื่อนไหวหลาย ๆ มิติ ฝึกการทำงานของสมอง ฝึกการทำงานของประสาท และการประสานงานของระบบต่าง ๆ ภายในร่างกาย เช่น สมอง ตา มือ และเท้า ซึ่งถ้าเด็กปฐมวัยได้ฝึกปฏิบัติเป็นประจำสม่ำเสมอ ก็จะส่งผลให้เด็กเกิดพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เด็กสามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างคล่องแคล่วว่องไวอย่างต่อเนื่อง เด็กสามารถทรงตัวได้ในการเล่นหรือการทำกิจกรรม อวัยวะร่างกายประสานสัมพันธ์กันเป็นอย่างดี ซึ่งส่งผลในการพัฒนาด้านสมรรถภาพทางกลไกด้านร่างกายและผลสัมฤทธิ์ในการเรียนรู้ที่ดี อีกทั้งยังเป็นการปลูกฝังให้เด็กปฐมวัยรักในศิลปวัฒนธรรมพื้นบ้านของตนเองเพื่อที่จะให้เด็กรักความเป็นไทยและรักษาขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงามต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านที่มีต่อทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย
2. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนการทดลอง ก่อน - หลัง การจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านที่มีต่อทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย

ระเบียบวิธีวิจัย

งานวิจัย ผลของการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านที่มีต่อทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยได้ออกแบบการวิจัยด้วย วิธีการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods Research) ระหว่างข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และข้อมูลเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ดังนี้

1. ระยะที่ 1 การสร้างแผนกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน จำนวน 24 แผน

ระยะนี้ ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน จาก White (2012) และ The Welsh Government Play Policy (2002) เพื่อนำมาใช้ในการออกแบบแผนการจัดกิจกรรมประกอบอุปกรณ์ จำนวน 24 แผน แผนละ 4 ขั้นตอน ประกอบด้วย ขั้นที่ 1 ขั้นนำ ขั้นที่ 2 ขั้นสร้างสถานการณ์ ขั้นที่ 3 ขั้นดำเนินกิจกรรม และขั้นที่ 4 ขั้นสรุป สร้างแผนกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านให้สอดคล้องกับทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกาย ที่ผู้ศึกษาได้กำหนดไว้คือ ทักษะด้านความคล่องตัว ทักษะด้านการทรงตัว และทักษะด้านการประสานสัมพันธ์ ทดลองกับเด็กปฐมวัยชาย-หญิงที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 25 คน ที่มีอายุระหว่าง 4-5 ปี ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาลปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 โรงเรียนวัดราชบำรุง สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยใช้เวลาการทดลองรวมทั้งสิ้น 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 แผน แผนละ 4 ขั้นตอน ในวันที่ 1 วันที่ 2 และวันที่ 3 ของสัปดาห์ ระหว่างเวลา 10.30-11.00 น. ใช้เวลาวันละ 30 นาที

2. ระยะที่ 2 แบบสังเกตพัฒนาการทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย

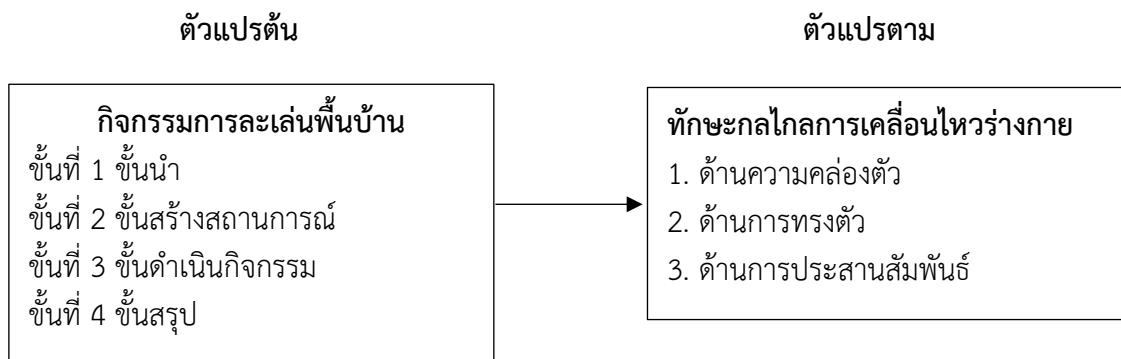
ระยะนี้ เป็นการกำหนดการฝึกปฏิบัติทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย แบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบ คือ 1) ด้านความคล่องตัว 2) ด้านการทรงตัว และ 3) ด้านการประสานสัมพันธ์

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสังเกตพัฒนาการทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย 3 องค์ประกอบๆละ 2 รายการ ได้แก่ 1) ด้านความคล่องตัว คือ ความสามารถของเด็กในการเปลี่ยนทิศทางเคลื่อนไหวหรือการเคลื่อนไหวได้ที่เป็นไปอย่างรวดเร็ว และสามารถควบคุมการเคลื่อนไหวได้อย่างต่อเนื่อง 2) ด้านการทรงตัว คือ การรักษาสมดุลของร่างกาย ท่าทางในขณะที่อยู่กับที่หรือเคลื่อนไหวให้อยู่ในแนวตั้งตรง และควบคุมอุปกรณ์ในขณะที่อยู่กับที่และเคลื่อนไหว โดยที่ไม่ล้ม เซ ตก และหล่น 3) ด้านการประสานสัมพันธ์ คือ เคลื่อนไหวร่างกายในการรับสิ่งของหรืออุปกรณ์ต่าง ๆ จากฝ่ายตรงข้าม และเคลื่อนไหวร่างกายในการส่งสิ่งของหรืออุปกรณ์ต่าง ๆ ให้ฝ่ายตรงข้าม ซึ่งการศึกษาในครั้งนี้ได้ค่าความสอดคล้อง ระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ หรือเนื้อหา (IOC: Index of Consistency) อยู่ระหว่าง 0.67- 1.00 ทุกรายการ

4. การวิเคราะห์ข้อมูล หาความเที่ยงตรงของแบบสังเกตพฤติกรรม โดยนำแบบสังเกตพัฒนาการทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัยนำคะแนนที่ได้มาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ระหว่าง ข้อคำถาม จุดประสงค์การเรียนรู้จึงถือว่าใช้ได้

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผลของการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านที่มีต่อทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย โดยศึกษาการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน ซึ่งการวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยนำแนวคิดของ 1) White (2012) The Welsh Government Play Policy (2002) และ และศึกษาทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกาย จาก สุขพัชรา ชัมเจริญ และคณะ, (2560) และ Duncan et al. (2021) มาสรุปเป็นกรอบแนวคิดการวิจัย แสดงดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง ผลของการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านที่มีต่อทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย มีผลการวิจัย ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย ภาพรวมก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน

1. ผลการเปรียบเทียบคะแนนทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับปฐมวัย ในภาพรวมก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน พบว่า ผลการเปรียบเทียบคะแนนจากแบบสังเกตพัฒนาการทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ ด้านความคล่องตัว ด้านการทรงตัว และด้านการประสานสัมพันธ์ ในภาพรวมคะแนนหลังการจัดประสบการณ์สูงขึ้นกว่าก่อนการจัดประสบการณ์ ซึ่งมีผลต่างของคะแนนน้อยที่สุด คือ 6 คะแนน และผลต่างของคะแนนมากที่สุด คือ 13 คะแนน

2. ผลการเปรียบเทียบคะแนนทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับปฐมวัย ด้านความคล่องตัว ทั้ง 2 รายการ ก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน พบว่า 1) การเปลี่ยนทิศทางการเคลื่อนที่หรือการเคลื่อนไหวได้ที่เป็นไปอย่างรวดเร็ว 2) ควบคุมการเคลื่อนไหวได้อย่างต่อเนื่อง มีผลคะแนนหลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านสูงขึ้นกว่าก่อนการจัดกิจกรรม ซึ่งผลต่างของคะแนนน้อยที่สุด คือ 1 คะแนน และผลต่างของคะแนนมากที่สุด คือ 5 คะแนน

3. ผลการเปรียบเทียบคะแนนทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับปฐมวัย ด้านการทรงตัว ทั้ง 2 รายการ ก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน พบว่า 1) รักษาสมดุลของร่างกาย ท่าทาง ในขณะอยู่กับที่หรือเคลื่อนที่ให้อยู่ในแนวตั้งตรง 2) ควบคุมอุปกรณ์ในขณะที่อยู่กับที่และเคลื่อนไหว โดยที่ไม่ล้ม เช่น ตก และหล่น มีผลคะแนนหลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านสูงขึ้นกว่าก่อนการจัดกิจกรรม ซึ่งผลต่างของคะแนนน้อยที่สุด คือ 1 คะแนน และผลต่างของมากที่สุด คือ 5 คะแนน

4. ผลการเปรียบเทียบคะแนนทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับปฐมวัย ด้านการทรงตัว ทั้ง 2 รายการ ก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน พบว่า 1) เคลื่อนไหวร่างกายในการรับสิ่งของหรืออุปกรณ์ต่าง ๆ จากฝ่ายตรงข้าม 2) เคลื่อนไหวร่างกายในการส่งสิ่งของหรืออุปกรณ์ต่าง ๆ ให้ฝ่ายตรงข้าม มีผลคะแนนหลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านสูงขึ้นกว่าก่อนการจัดกิจกรรม ซึ่งผลต่างของคะแนนน้อยที่สุด คือ 2 คะแนน และผลต่างของคะแนนมากที่สุด คือ 5 คะแนน

ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน

1. ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย ในภาพรวมก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน พบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัยในภาพรวมก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 5.64 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.03 และหลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 14.88 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.10 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยมาวิเคราะห์ พบว่าหลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านมีคะแนนเฉลี่ยในภาพรวมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน

2. ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัยรายด้านก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน แสดงดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัยรายด้านก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน

ด้านความคล่องตัว	μ	σ
ก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน	1.64	0.75
หลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน	4.72	1.06
ด้านการทรงตัว	μ	σ
ก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน	2.12	2.12
หลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน	5.16	0.74
ด้านการประสานสัมพันธ์	μ	σ
ก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน	1.80	0.86
หลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน	4.96	0.93

ด้านความคล่องตัว ก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.64 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.75 และหลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.72 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.06 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยมาวิเคราะห์ พบว่า หลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน มีคะแนนเฉลี่ยด้านความคล่องตัว สูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน

ด้านการทรงตัว ก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.12 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.72 และ หลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 5.16 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.74 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยมาวิเคราะห์ พบว่า หลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน มีคะแนนเฉลี่ยด้านการทรงตัว สูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน

ด้านการประสานสัมพันธ์ ก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.80 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.86 และหลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.96 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.93 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยมาวิเคราะห์ พบว่า หลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน มีคะแนนเฉลี่ยด้านการประสานสัมพันธ์ สูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน

ตอนที่ 3 ผลการสังเกตและบันทึกพัฒนาการทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับปฐมวัยในขณะทำกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน พบว่า หลังจากที่เด็กได้รับการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านแล้ว ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าสูงขึ้น ซึ่งอาจมีผลมาจากพัฒนาการของเด็กที่ค่อนข้างมีความแตกต่างกัน จัดได้ 3 กลุ่มคือ เด็กที่มีพัฒนาการสูง มีความสามารถโดดเด่น เด็กที่มีพัฒนาการสมวัยตามเกณฑ์ และเด็กที่ต้องการการส่งเสริม ดังนั้นความแตกต่างของพัฒนาการการนี้ จึงมีผลต่อการกระจายของค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานที่สูงขึ้นหลังจากการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน การจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านที่มีต่อทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัยใช้เวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน ในช่วงเวลา 09.00 – 10.00 น. ผู้ศึกษาได้ทำการบันทึกพฤติกรรมของการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านที่มีต่อทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย จึงสรุปเป็นรายด้านดังนี้

1. ด้านความคล่องตัว เป็นความสามารถของเด็กในการเปลี่ยนทิศทาง การเคลื่อนที่หรือการเคลื่อนไหวได้ที่เป็นไปอย่างรวดเร็ว ทันทีทันใด พร้อมทั้งสามารถควบคุมการเคลื่อนไหวได้อย่างต่อเนื่อง ในระหว่างการเล่นหรือทำกิจกรรม
2. ด้านการทรงตัว เป็นความสามารถของเด็กในการรักษาสมดุลของร่างกาย ท่าทางในขณะที่อยู่กับที่หรือเคลื่อนที่ให้อยู่ในแนวตั้งตรง และการควบคุมอุปกรณ์ ในขณะที่อยู่กับที่และเคลื่อนไหว โดยที่ไม่ล้ม เซ ตก และหล่นในระหว่างการเล่นหรือทำกิจกรรม
3. ด้านการประสานสัมพันธ์ เป็นความสามารถของเด็กในการเคลื่อนไหวร่างกายในส่วนต่าง ๆ การรับ-ส่ง สิ่งของหรืออุปกรณ์ต่าง ๆ อย่างกลมกลืน และมีประสิทธิภาพ ซึ่งเป็นการทำงานที่ประสานสัมพันธ์กันระหว่างตา มือ และเท้าในระหว่างการเล่นหรือทำกิจกรรม

สัปดาห์ที่ 1 กิจกรรมการเล่นโพงพาง การเล่นแมวไล่หนู การเล่นกระต่ายขาเดียว

เด็กในช่วงสัปดาห์แรกยังไม่สามารถเคลื่อนไหวได้คล่องแคล่วเท่าที่ควร เช่น ในการเล่นโพงพาง เด็กอาจจะสะดุดหรือล้มบ่อยครั้ง ขณะกระโดดข้ามช่องที่ต้องมีความแม่นยำในการข้าม ในกิจกรรมการเล่นแมวไล่หนู เด็กบางคนยังไม่สามารถวิ่งได้เร็วและเปลี่ยนทิศทางได้อย่างคล่องแคล่ว อาจทำให้การหลบหนีหรือไล่จับไม่เป็นไปตามที่ต้องการ มีปัญหาในการทรงตัวเนื่องจากการยืนขาเดียวทำให้เด็กเสียสมดุลบ่อยครั้ง ในช่วงแรก เด็กอาจจะล้มบ่อยหรือไม่สามารถยืนขาเดียวได้อย่างมั่นคง การประสานการเคลื่อนไหวระหว่างขาและแขนที่ยังไม่สมบูรณ์ แต่เด็กจะค่อย ๆ เรียนรู้และปรับตัวได้จากการฝึกซ้อม

สัปดาห์ที่ 2 กิจกรรมการเล่นวิ่งเปี้ยว การเล่นชาวประมง การเล่นแบะแซ

เด็กเริ่มมีพัฒนาการในการวิ่งเปี้ยว โดยสามารถหมุนและเปลี่ยนทิศทางได้เร็วขึ้น แต่ยังคงมีการสะดุดหรือผิตังหวะบ้าง บางคนยังวิ่งได้ไม่เร็วพอ หรือมีปัญหาเกี่ยวกับการกระโดดในกิจกรรมแบะแซ มีความพยายามในการทรงตัวในกิจกรรมการเคลื่อนไหวพร้อมกันทั้งร่างกาย และค่อย ๆ ทำได้ดีขึ้นในการเคลื่อนไหวที่ต้องมีความละเอียดและแม่นยำ

สัปดาห์ที่ 3 การเล่นรื้อข้าวสาร การเล่นเดินกะลา การเล่นงูกินหาง

เด็กเริ่มมีพัฒนาการในการเคลื่อนไหว โดยสามารถเดินบนกะลาหรือกระโดดได้ดีขึ้นกว่าเดิม แต่ยังไม่สามารถทำได้อย่างรวดเร็วหรือต่อเนื่อง เด็กเริ่มทรงตัวได้ดีขึ้นในกิจกรรมที่ต้องยืนหรือเดินด้วยท่าทางที่ไม่ธรรมดา เช่น การเล่นรื้อข้าวสารที่ต้องทรงตัวและกระโดดหลายครั้ง การประสานการเคลื่อนไหวระหว่างเพื่อน ๆ ได้ดีขึ้น โดยสามารถเคลื่อนไหวไปข้างหน้าและหลบหลีกการจับได้ดีขึ้น

สัปดาห์ที่ 4 การเล่นแมงมุม การเล่นม้าก้านกล้วย การเล่นมอญซ่อนผ้า

เด็กเริ่มมีความคล่องแคล่วมากขึ้นในกิจกรรมที่ต้องเคลื่อนไหวอย่างรวดเร็ว เด็กเริ่มวิ่งได้เร็วขึ้นและเปลี่ยนทิศทางได้ดีกว่าสัปดาห์แรก สามารถยืนได้ดีขึ้นเมื่อกระโดดหรือเคลื่อนไหวในลักษณะที่ไม่มั่นคง การประสานการเคลื่อนไหวระหว่างร่างกายและท่าทางต่าง ๆ ได้ดีขึ้นในการเล่นมอญซ่อนผ้า เช่น การขยับแขนขาให้ตรงตามจังหวะในเกม การเคลื่อนไหวเริ่มราบรื่นและแม่นยำมากขึ้น

สัปดาห์ที่ 5 การเล่นเป่ายิงฉุบท่าทาง การเล่นกาฟักไข่ การเล่นกระโดดเชือก

เด็กเริ่มแสดงความคล่องแคล่วในการเคลื่อนไหวได้ดีกว่าเดิม กระโดดได้อย่างต่อเนื่องโดยไม่สะดุดทรงตัวได้ดีขึ้นในขณะทำท่าทางต่าง ๆ ขณะกระโดดหรือยืนนิ่ง เด็กสามารถรักษาสมดุลได้ดียิ่งขึ้นและไม่ล้มบ่อยเหมือนในช่วงแรก ประสานมือ

และทำให้การเคลื่อนไหวได้ดีขึ้น เช่น การเก็บไข่และวิ่งไปยังจุดหมาย เด็กเริ่มทำได้เร็วขึ้นและแม่นยำขึ้นในการประสานมือกับการวิ่ง

สัปดาห์ที่ 6 การเล่นซ่อนหา การเล่นอีตัก การเล่นตั่งเต

เด็กเริ่มวิ่งได้เร็วขึ้นในการเล่นซ่อนหาและการเล่นอีตัก โดยสามารถหลบซ่อนหรือวิ่งได้อย่างรวดเร็ว การทรงตัวในท่าที่ต้องยืนและเคลื่อนไหวได้ดีขึ้น เด็กสามารถรักษาสสมดุลในการยืนในท่าทางต่าง ๆ ได้ดีกว่าในช่วงแรก เด็กสามารถประสานการเคลื่อนไหวกับเพื่อน ๆ ได้ดีขึ้นในกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การวิ่งในการเล่นซ่อนหา หรือการทำท่าทางในกิจกรรมอีตัก เด็กเริ่มทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดีขึ้นและมีประสิทธิภาพ

สัปดาห์ที่ 7 การเล่นตีจ๊อบ การเล่นไล่จับกบ การเล่นไอ้ไข่ ไอ้โงง

เด็กเริ่มมีทักษะในการเคลื่อนไหวที่รวดเร็ว โดยเฉพาะในการเล่นตีจ๊อบและไล่จับกบ เด็กตัดสินใจที่รวดเร็วในการหลบหลีกหรือวิ่งไล่จับ วิ่งได้เร็วขึ้นและสามารถหลบหลีกการจับได้ดีขึ้น สามารถทรงตัวในขณะที่วิ่งและหยุดทันที สามารถประสานการเคลื่อนไหวทั้งการวิ่งและการหลบหลีกได้ดีขึ้น โดยไม่แค่เคลื่อนไหวเป็นรายบุคคล แต่ยังต้องมีการประสานงานกับเพื่อน ๆ ในการจับหรือหลบหลีกได้

สัปดาห์ที่ 8 การเล่นต่อจ๊อบ การเล่นลิงชิงหาง ตีลูกล้อ หรือหมากล้อกลิ้ง

เด็กเริ่มแสดงความคล่องแคล่วในการเคลื่อนไหวอย่างเห็นได้ชัด โดยเฉพาะในการเล่นลิงชิงหางและตีลูกล้อ ซึ่งต้องใช้ความเร็วและการควบคุมร่างกายอย่างมาก ในการเล่นลิงชิงหาง เด็กสามารถวิ่งได้เร็วขึ้นในการเล่นไล่จับและหลบหลีกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ในขณะเดียวกันก็สามารถปรับทิศทางและเปลี่ยนจังหวะได้ดีขึ้นเมื่อเจออุปสรรคหรือเมื่อเล่นกับเพื่อน ๆ สามารถในการทรงตัวที่ดี เนื่องจากในขณะที่เล่น เด็กต้องคอยควบคุมทิศทางของลูกล้อและรักษาสสมดุลของร่างกายขณะวิ่งหรือลากลูกล้อไปข้างหน้า การประสานการเคลื่อนไหวระหว่างมือและขาได้ดีขึ้น โดยเฉพาะการจับลูกบอลในขณะที่วิ่งหรือเคลื่อนไหวไปข้างหน้า เด็กจะต้องมีการประสานมือในการจับลูกบอลและเท้าที่ต้องวิ่งตามจังหวะ โดยไม่สะดุดหรือล้ม

อภิปรายผล

1. การจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านจากผลการศึกษา พบว่า ก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านมีคะแนนเฉลี่ยทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายเท่ากับ 5.64 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.03 และหลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 14.88 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.10 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยมาวิเคราะห์ พบว่า หลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านมีคะแนนเฉลี่ยในภาพรวมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน ซึ่งเป็นผลมาจากการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านให้กับเด็ก ๆ อย่างต่อเนื่อง ส่งผลดีต่อพัฒนาการทั้งด้านร่างกายและจิตใจของเด็ก ๆ โดยเฉพาะในเรื่องของการเคลื่อนไหวและความคล่องแคล่วในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เด็ก ๆ ได้พัฒนาทักษะทางกายที่สำคัญ เช่น ความแข็งแรง ความรวดเร็ว ความยืดหยุ่น และการประสานงานระหว่างมือและตา อีกทั้งยังช่วยเสริมสร้างความมั่นใจในตนเองจากการที่ได้ฝึกฝนและทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตัวเอง นอกจากนี้ เด็ก ๆ ยังได้เรียนรู้การทำงานเป็นทีม การมีวินัย และการปฏิบัติตามกฎกติกา ซึ่งเป็นการส่งเสริมความรับผิดชอบและการเคารพสิทธิของผู้อื่น เด็ก ๆ ได้ฝึกทักษะการสื่อสารและการร่วมมือกันในการทำกิจกรรม โดยเฉพาะการเรียนรู้การรอคอยตามลำดับ ซึ่งช่วยให้เด็ก ๆ เข้าใจถึงการรอคอยการผลัดกันทำกิจกรรมและเรียนรู้การใช้เวลารออย่างมีประสิทธิภาพ จากการปฏิบัติจริงและการฝึกฝน เด็ก ๆ ได้เรียนรู้วิธีการปรับตัวและการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในระหว่างการเล่น ซึ่งเป็นการเสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์และการตัดสินใจอย่างรอบคอบ เด็ก ๆ ยังได้เรียนรู้ถึงความสำคัญของการตั้งใจและการมีสมาธิในกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งเป็นพื้นฐานที่ดีในการพัฒนาไปสู่ทักษะในด้านอื่น ๆ ต่อไปในอนาคต สอดคล้องกับ Piaget (1952) เกี่ยวกับทฤษฎีการพัฒนารการเรียนรู้ของเด็ก ซึ่งเน้นการเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติและการเล่น ที่ช่วยส่งเสริมพัฒนาการทั้งด้านการเคลื่อนไหวและการคิด ซึ่งเป็นการเชื่อมโยงกับการที่เด็กเรียนรู้การปฏิบัติตามกติกาและการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวจากกิจกรรมที่ทำจริง ในขณะที่ Vygotsky (1978) ที่เน้นการเรียนรู้ผ่านการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นและการทำกิจกรรมร่วมกันในสังคม ซึ่งสอดคล้องกับการที่เด็กได้เรียนรู้จากการเล่นร่วมกับผู้อื่น การรอคอยตามลำดับ และการปฏิบัติตามกฎกติกาที่ได้ตกลงร่วมกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ วราภรณ์ สวัสดิ์เสนา (2563) กล่าวว่า เด็กที่เข้าร่วมกิจกรรมเหล่านี้มีการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวและการสื่อสารที่ดีขึ้น รวมถึงการเรียนรู้การทำงานร่วมกันและการปฏิบัติตามกฎกติกาอย่างมีประสิทธิภาพ

สอดคล้องกับงานวิจัยของ อัมพิกา พรณราย (2565) กล่าวว่า เด็กที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเล่นที่บ้านได้พัฒนาทักษะทางสังคม เช่น การรอคอย การทำงานร่วมกัน และการปฏิบัติตามกฎกติกา ซึ่งเป็นพื้นฐานที่สำคัญสำหรับการพัฒนาความสัมพันธ์ในสังคม

2. ทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเล่นที่บ้าน มีค่าเฉลี่ยของทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายที่สูงขึ้นทั้ง 3 ด้าน โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด คือ ด้านความคล่องตัว ด้านการประสานสัมพันธ์ และด้านการทรงตัว ซึ่งจากการจัดกิจกรรมการเล่นที่บ้านให้กับเด็ก พบว่า

ด้านความคล่องตัว เด็กที่ได้เล่นกิจกรรมโดยการเคลื่อนไหวอย่างต่อเนื่องจะช่วยฝึกให้เด็กปรับตัวได้อย่างรวดเร็วเมื่อเจอสถานการณ์ต่าง ๆ เช่น การเปลี่ยนทิศทางในการวิ่งหรือการหลบหลีก การเคลื่อนไหวเช่นนี้ทำให้กล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ได้รับการฝึกฝนและทำงานประสานกันอย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับ Silliman & McMullan (2013) เด็กที่เล่นกิจกรรมที่บ้านที่ต้องการการเคลื่อนไหวอย่างรวดเร็ว เช่น การวิ่งเล่น "วิ่งจับ" หรือ "วิ่งตามหาคน" จะช่วยเพิ่มความคล่องตัว การเล่นที่ต้องใช้ความเร็วในการเคลื่อนไหว และการปรับตัวอย่างรวดเร็ว เช่น การหลบหลีก หรือการกระโดดจะช่วยพัฒนาความคล่องตัวของเด็ก โดยการฝึกเล่นจะช่วยพัฒนากล้ามเนื้อและระบบประสาทส่วนกลางที่ควบคุมการเคลื่อนไหวที่รวดเร็วและปรับตัวตามสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ดีขึ้น ในขณะที่ World Health Organization (2020) กล่าวว่า ความคล่องตัวของเด็กเกิดจากการที่กล้ามเนื้อของเด็กมีความแข็งแรงและสามารถทำงานได้เร็วขึ้น การเล่นที่ต้องใช้แรงและการเคลื่อนไหวหลายทิศทาง เช่น การกระโดดหรือการวิ่งระยะสั้น จะช่วยฝึกให้กล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ของร่างกายแข็งแรงและทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ การพัฒนากล้ามเนื้อเหล่านี้จะส่งผลโดยตรงต่อความคล่องตัวในการเคลื่อนไหว

ด้านการทรงตัว เด็กพัฒนาทักษะด้านการทรงตัวดีขึ้นนั้น เกิดจากการที่เด็กได้มีโอกาสทำกิจกรรมซ้ำ ๆ อย่างต่อเนื่องผ่านการเล่น เด็กมีความสามารถในการปรับท่าทาง ได้เรียนรู้วิธีการรักษาสมดุลในขณะที่เคลื่อนไหวสามารถทรงตัวดีขึ้นในสถานการณ์ต่าง ๆ และมีความมั่นคงของร่างกายในการเคลื่อนไหวอย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับ Penrose & Watson (2015) กล่าวถึง การฝึกให้เด็กมีทักษะในการรักษาความมั่นคงของร่างกายขณะเคลื่อนไหว เช่น การทรงตัวขณะวิ่งหรือการยืนบนขาข้างเดียว จะช่วยพัฒนาความมั่นคงและความยืดหยุ่นของร่างกาย การฝึกให้เด็กสามารถรักษาสมดุลในท่าทางต่าง ๆ นี้จะเสริมทักษะการทรงตัวในสถานการณ์ที่หลากหลาย และช่วยให้พวกเขามีความมั่นใจในการเคลื่อนไหวได้ดีขึ้น สอดคล้องกับ Suriya (2020) กล่าวว่า ทักษะการทรงตัวของเด็กคือการเล่น การเล่นเกมนี้จะช่วยเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อส่วนกลาง เช่น กล้ามเนื้อท้องและหลัง ซึ่งจำเป็นต่อการรักษาสมดุลของร่างกาย เด็กต้องมีสมาธิในการควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกาย เพื่อไม่ให้ล้ม การฝึกฝนจะช่วยพัฒนาทักษะการประสานงานระหว่างมือและตา ทำให้เด็กสามารถควบคุมการทรงตัวได้ดีขึ้นในสถานการณ์ที่ท้าทาย

ด้านการประสานสัมพันธ์ เด็กมีทักษะด้านการประสานสัมพันธ์ดีขึ้นนั้น เกิดจากการฝึกฝนและทำกิจกรรมที่ต้องใช้การประสานงานระหว่างส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เคลื่อนไหวทั้งการวิ่งและการหลบหลีกได้ดีมือและขาประสานสัมพันธ์ สอดคล้องกับ Suriya (2020); Chirawut (2021) กล่าวว่า เด็กปฐมวัยมีทักษะด้านการประสานสัมพันธ์ที่ดีขึ้นได้จากการฝึกฝนและทำกิจกรรมที่ต้องใช้การประสานงานระหว่างส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย การเล่นที่บ้านที่ส่งเสริมการประสานสัมพันธ์ เช่น การวิ่งหลบหลีกสิ่งกีดขวาง หรือการเล่น "โยนลูกบอลรับบอล" ช่วยให้เด็กพัฒนาความสามารถในการทำงานร่วมกันของมือและขาได้อย่างคล่องตัว โดยไม่สะดุดหรือล้มขณะทำกิจกรรม สอดคล้องกับ Chirawut (2021) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมการเล่นที่บ้านที่ท้าทาย เช่น การวิ่งหลบหลีกและการโยนรับลูกบอล จะช่วยเสริมสร้างทักษะด้านการประสานสัมพันธ์ของเด็กปฐมวัยได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งในแง่ของการควบคุมร่างกายและการเคลื่อนไหวที่สอดคล้องกัน

สรุปผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาสรุปได้ว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัยในภาพรวมก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นที่บ้าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 5.64 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.03 และหลังการจัดกิจกรรมการเล่นที่บ้านมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 14.88 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.10 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยมาวิเคราะห์ พบว่า หลังการจัดกิจกรรมการเล่นที่บ้านมีคะแนนเฉลี่ยในภาพรวมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมการเล่นที่บ้าน เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยทักษะกลไกการเคลื่อนไหว

ร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัยโดยภาพรวม ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านมาเปรียบเทียบกัน พบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง และจากการสังเกตค่ามีค่าเฉลี่ยพบว่า มีค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนการจัดกิจกรรมมีค่าเท่ากับ 9.24 มีการกระจายตัวของคะแนนการทดสอบก่อนเรียนอยู่มาก และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานหลังการจัดกิจกรรม มีค่าเท่ากับ 0.07 มีค่าลดลง คะแนนหลังการจัดกิจกรรมที่ใกล้เคียงกันมากขึ้น ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัยรายด้านก่อนและหลังได้รับจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน

2. ทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย เด็กปฐมวัยแสดงออกถึงทักษะกลไกการเคลื่อนไหวร่างกาย แบ่งออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้

2.1 ด้านความคล่องตัว เด็กสามารถในการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างรวดเร็ว มีความคล่องแคล่วในการเคลื่อนไหวผ่านกิจกรรม วิ่งไปข้างหน้าและหลบหลีกตามสถานการณ์ ในสัปดาห์แรก เด็กอาจยังไม่สามารถวิ่งได้รวดเร็วหรือกระโดดได้ไกล และบางครั้งอาจจะล้มบ่อยเนื่องจากความไม่มั่นคงของการเคลื่อนไหว เมื่อเด็กได้ฝึกฝนการเคลื่อนไหวซ้ำ ๆ และผ่านการเล่นในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ต้องการความเร็วและการปรับเปลี่ยนทิศทาง เด็กจะสามารถวิ่งได้เร็วขึ้นและหลบหลีกได้ดีขึ้น การกระโดดและการเปลี่ยนทิศทางจะทำได้อย่างมั่นคง และเด็กจะสามารถทำกิจกรรมเหล่านี้ได้โดยไม่สะดุดหรือล้ม

2.2 ด้านการทรงตัว เด็กสามารถควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายและรักษาความสมดุลในขณะที่ทำกิจกรรม และสามารถกระโดดขาเดียวได้อย่างมั่นคงมากขึ้น โดยไม่ล้ม ควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายและใช้กล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ เพื่อรักษาความสมดุลได้

2.3 ด้านการประสานสัมพันธ์ เด็กสามารถในการประสานการเคลื่อนไหวระหว่างส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น การประสานระหว่างมือและเท้า รวมถึงการทำงานร่วมกับผู้อื่นในกิจกรรมต่าง ๆ เด็กจะเรียนรู้ที่จะควบคุมการเคลื่อนไหวระหว่างมือและเท้าให้สามารถทำงานร่วมกันได้ดีขึ้น ทำให้สามารถวิ่งได้เร็วขึ้น พร้อมทั้งหลบหลีกหรือเปลี่ยนทิศทาง

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้ประโยชน์

1.1 โรงเรียนควรจัดกิจกรรมให้ความรู้แก่ผู้ปกครองในการส่งเสริมสนับสนุนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะเพื่อปฏิสัมพันธ์กับเด็กปฐมวัย

1.2 เวลาที่ใช้ในการทำกิจกรรมควรยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสมและความสนใจของเด็ก เนื่องจากเด็กมีความเด็กมีประสบการณ์เดิมไม่เท่ากัน ครูควรเปิดโอกาสให้เด็กได้ใช้เวลาในการตัดสินใจ

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการศึกษาครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการพัฒนาทักษะการคิดพื้นฐานด้วยกิจกรรมอื่น ๆ เช่น กิจกรรมเสริมประสบการณ์ หนังสือนิทาน ชุดฝึกกิจกรรม หรือเทคนิคการสอนแบบต่าง ๆ เป็นต้น

2.2 ควรมีการศึกษาผลของการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะที่มีต่อการพัฒนาทักษะในด้านอื่น ๆ ของเด็กปฐมวัย เช่น การคิดสร้างสรรค์ การทำงานเป็นกลุ่ม สังคม อารมณ์ เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

- วรารณ สวัสดิ์เสนา. (2020). ผลของการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านต่อพัฒนาการทางร่างกายและการสื่อสารของเด็กปฐมวัย. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- มณีรัตน์ ลีลา. (2563). การพัฒนาความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัยระดับชั้นบ้านสาธิต โดยการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ(รายงานการวิจัยปฏิบัติการในชั้นเรียน). กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต.
- โรงเรียนวัดชีราลงกรณวราราม. (2560). หลักสูตรสถานศึกษาปฐมวัยพุทธศักราช 2560. สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครราชสีมา เขต 4.

- พรรณิ นิลสุวรรณ. (2555). *การพัฒนาทักษะทางคณิตศาสตร์ของเด็กปฐมวัยโดยการใช้เกมการเล่นพื้นบ้าน*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา)
- สุขพัชรา ชุ่มเจริญ และคณะ. (2560). *ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา. ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑. พิมพ์ครั้งที่ ๑. บริษัท อักษรเจริญทัศน์ อจท จำกัด.*
- สุภาพรรณ ศรีสุข. (2561). *กล้ามเนื้อมัดใหญ่ สำคัญอย่างไรต่อการเรียนรู้ของลูก*. สืบค้น 16 สิงหาคม 2565. จาก <https://www.trueplookpanya.com/knowledge/content/69805/-blogparpres-par>
- อัมพิกา พรหมฉาย. (2022). *การศึกษามูลค่าการจัดกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านที่มีต่อการพัฒนาการทางสังคมและอารมณ์ของเด็กปฐมวัย*. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- Chirawut, T. (2021). The effect of traditional play on young children's physical development. *Journal of Thai Physical Education*, 12(2), 15-30.
- Penrose, T., & Watson, M. (2015). *The impact of physical play on young children's development*. Early Child Development and Care.
- Piaget, J. (1952). *The origins of intelligence in children*. International Universities Press.
- Silliman, S., & McMullan, D. (2013). The role of physical activities in child development. *Journal of Physical Education*, 65(2), 220 – 240.
- Suriya, S. (2020). Traditional Thai games and their impact on the balance and coordination skills of young children. *Thai Journal of Child Development*, 5(4), 40-51.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- World Health Organization (WHO). (2020). *Physical activity and young children*. WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour.