

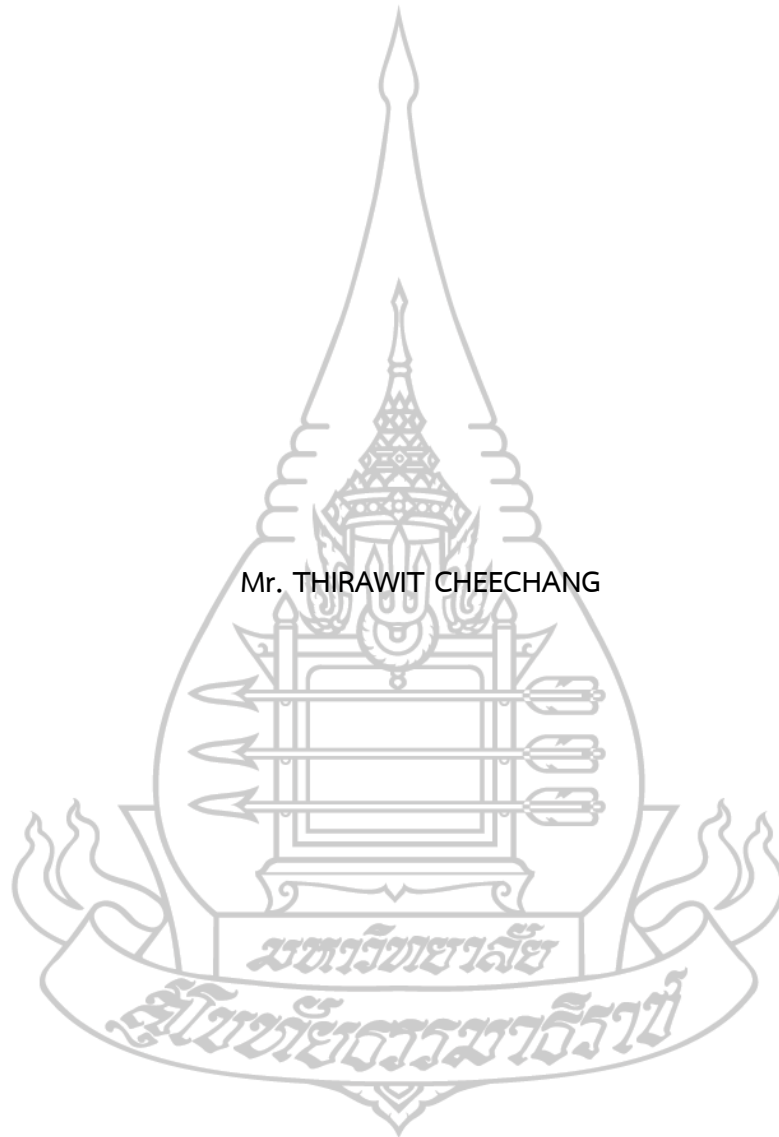
บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริม  
กิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา  
ประถมศึกษาราชนบุรี เขต 1



การศึกษาค้นคว้าอิสระนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาบริหารการศึกษา  
สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

พ.ศ. 2566

Roles of School Administrators in Developing Student Quality in  
Promoting Physical Activities in Schools under Ratchaburi Primary  
Educational Service Area Office 1



Mr. THIRAWIT CHEECHANG

An Independent Study Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for  
the Degree of Master of Education in Educational Administration  
School of Educational Studies Sukhothai Thammathirat Open University

2023

หัวข้อการศึกษาค้นคว้าอิสระ	บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงาน เขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1
ชื่อและนามสกุล	นายถิรวิทย์ ชีซ้าง
แขนงวิชา / วิชาเอก	บริหารการศึกษา
สาขาวิชา	ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
อาจารย์ที่ปรึกษา	รองศาสตราจารย์ ดร.สุทธิวรรณ ตันติรจนางค์

การศึกษาค้นคว้าอิสระนี้ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 12 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2567

คณะกรรมการสอบการศึกษาค้นคว้าอิสระ



(รองศาสตราจารย์ ดร.ทวีวัฒน์ วัฒนกุลเจริญ)

ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

ชื่อการศึกษา คำนวณว่าอิสระ บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1

ผู้ศึกษา นายถิรวิทย์ ชีซ้าง รหัสนักศึกษ 2652300241

ปริญญา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาบริหารการศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร.สุทิวรรณ ตันติรจนาวงศ์ ปีการศึกษา 2566

### บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาบทบาทของผู้บริหารในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา 2) เปรียบเทียบบทบาทของผู้บริหารในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา จำแนกตามขนาดของสถานศึกษา และ 3) ศึกษาแนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ครูผู้ปฏิบัติงานฝ่ายกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนของสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1 จำนวน 123 คน โดยสุ่มแบบชั้นภูมิตามขนาดของสถานศึกษา เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนค่าเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .96 และแบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว การเปรียบเทียบรายคู่ด้วยวิธีการของฟิชเชอร์ และการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการศึกษาพบว่า 1) บทบาทของผู้บริหารในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงค่าเฉลี่ยสูงสุดไปหาค่าเฉลี่ยต่ำสุด ดังนี้ การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน และการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา 2) การเปรียบเทียบบทบาทของผู้บริหารในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา จำแนกตามขนาดของสถานศึกษา พบว่า สถานศึกษาขนาดเล็กมีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดกลาง และขนาดใหญ่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในด้านการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย และการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน และ 3) แนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ผู้บริหารสถานศึกษาควรสื่อสารกับผู้เรียน ผู้ปกครองให้เห็นถึงประโยชน์ของการส่งเสริมกิจกรรมทางกายทั้งภายในและภายนอกชั้นเรียน พัฒนาพื้นที่การมีกิจกรรมทางกายให้ผู้เรียนเข้าถึงอย่างปลอดภัย กำกับติดตามกิจกรรมการส่งเสริมการเคลื่อนไหวทางกายอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง เสริมสร้างเครือข่ายในการส่งเสริมการเคลื่อนไหวทางกายของสถานศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

**คำสำคัญ** บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา การพัฒนาคุณภาพผู้เรียน การส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ประถมศึกษา

Independent Study title: “Roles of School Administrators in Developing Student Quality in Promoting Physical Activities in Schools under Ratchaburi Primary Educational Service Area Office 1”

Author: “Mr. THIRAWIT CHEECHANG”; ID: “2652300241”;

Degree: Master of Education (Educational Administration)

Independent Study Advisor: Associate Professor Dr. Suttiwan Tuntirojanawong;

Academic year: 2023

### Abstract

The purposes of this research were 1) to study roles of school administrators in developing student quality in promoting physical activities; 2) to compare roles of school administrators in developing student quality in promoting physical activities, as classified by school size; and 3) to study guidelines for the roles of school administrators in developing student quality in promoting physical activities in schools under Ratchaburi Primary Educational Service Area Office 1.

The sample group consisted of 123 school teachers under Ratchaburi Primary Educational Service Area Office 1, determined based on the Krejcie and Morgan’s Sample Size Table and obtained by simple random sampling based on school size. The research instrument were a questionnaire on the role of school administrators in developing student quality in promoting physical activities with a reliability of .96, and an interview form on guidelines for the role of school administrators in developing student quality in promoting physical activities. Statistics employed for data analysis were the percentage, mean, standard deviation, one- way ANOVA, pairwise comparison using Fisher’s Least Significant Difference (LSD) method, and content analysis.

The research findings Indicated that 1) the overall and aspects of the role of school administrators in developing student quality in promoting physical activities were rated at the high level, and the specific aspects could be ranked based on their rating means from the highest to the lowest as follows: development of areas to promote physical activity, development of physical activity plan, development of physical activity personnel, promotion of physical active in the classroom, and setting policies to promote movement in school; 2) regarding the comparison of the role of school administrators in developing student quality in promoting physical activities in schools, it was found that the small-size schools differ significantly from the medium-size schools and the large-size schools at the .05 level, in terms of setting policies to promote movement in school, development of physical activity personnel, development of physical activity personnel, development of physical activity plan, development of areas to promote physical activity, and promotion of physical active in the classroom; and 3) guidelines for the roles of school administrators in developing student quality in promoting physical activities, it was found that school administrators should communicate to students and parents to recognize the benefits of promoting physical activities both inside and outside the classroom, develop physical activity areas for students to access safely, supervise and monitor physical activities to promote physical movement in a systematic and continuous manner, and strengthen networks to promote physical movement among schools and related agencies.

**Keywords :** Role of school administrator, Development student quality, Promotion of physical activity, Primary school

## กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาค้นคว้าอิสระฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ด้วยความช่วยเหลือ ให้คำแนะนำ แก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ จาก รองศาสตราจารย์ ดร.สุทธิวรรณ ตันติรัตนวงศ์ ซึ่งเป็นอาจารย์ที่ปรึกษา และประธานกรรมการสอบ รวมทั้ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศจี จิระโร กรรมการสอบ ที่ให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไข และพัฒนางานให้มีความสมบูรณ์

ขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้เชี่ยวชาญทุกท่านที่สละเวลาในการตรวจทานแก้ไขข้อบกพร่องของเครื่องมือที่ใช้ในวิจัย ตรวจทานความถูกต้องของภาษา และพิจารณาความเที่ยงของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ขอขอบคุณผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปทุมธานี เขต 1 พร้อมทั้งคณะผู้บริหารสถานศึกษา ข้าราชการครู และบุคลากรทางการศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปทุมธานี เขต 1 ทุกท่าน ที่ให้การสนับสนุน และกรุณาตอบแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ รวมไปถึงผู้ปกครอง และนักเรียนที่เป็นผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ทำให้ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยในครั้งนี้

ขอขอบพระคุณคณาจารย์ แขนงวิชาบริหารการศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราชทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาท ถ่ายทอดวิชาความรู้ให้ตลอดมา ขอขอบคุณ พี่ น้องนักศึกษาบริหารการศึกษาทุกท่าน โดยเฉพาะเพื่อน พี่ น้องนักศึกษากลุ่มที่ 5 ที่ให้คำแนะนำ และให้ความช่วยเหลือเป็นอย่างดีเสมอมา

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอขอบคุณกำลังใจจากครอบครัวที่คอยห่วงใย สนับสนุน และคอยช่วยเหลือในทุก ๆ เรื่อง โดยเฉพาะภรรยาผู้เป็นที่รักยิ่ง และกำลังใจดวงน้อย ๆ ที่กำลังจะลืมตาขึ้นมาดูโลก หากขาดกำลังใจจากครอบครัวไปแล้ว การวิจัยครั้งนี้คงไม่ประสบผลสำเร็จ การทำวิจัยในการศึกษาค้นคว้าอิสระครั้งนี้ คือ บทเรียนชีวิตครั้งสำคัญที่ทำให้ผู้วิจัยได้พัฒนาตนเอง และทำให้ผู้วิจัยได้เรียนรู้ความเป็นผู้บริหารสถานศึกษา ซึ่งสามารถนำมาปรับใช้กับความใฝ่ฝันที่จะต้องไปให้ถึงในอนาคต

นายถิรวิทย์ ชีช้าง

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย .....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	จ
กิตติกรรมประกาศ .....	ฉ
สารบัญตาราง .....	ฅ
สารบัญภาพ .....	ฉ
บทที่ 1 บทนำ .....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
วัตถุประสงค์ในการวิจัย .....	6
กรอบแนวคิดในการวิจัย .....	6
สมมติฐานในการวิจัย .....	7
ขอบเขตของการวิจัย .....	7
นิยามศัพท์เฉพาะ .....	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	10
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง .....	11
แนวคิดเกี่ยวกับการบริหารสถานศึกษา .....	11
แนวคิดเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย .....	23
บริบทของสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 .....	36
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	48
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย .....	69
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	69
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	71
การเก็บรวบรวมข้อมูล .....	73
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	73
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	75
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม .....	75

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 .....	77
ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพ ผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงาน เขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามขนาด ของสถานศึกษา .....	83
ตอนที่ 4 แนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพ ผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงาน เขตพื้นที่การศึกษา .....	90
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	105
สรุปการวิจัย .....	105
อภิปรายผล .....	109
ข้อเสนอแนะ .....	116
บรรณานุกรม .....	119
ภาคผนวก .....	128
ก หนังสือขอความร่วมมือ .....	129
ข แบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์เพื่อวิจัย .....	135
ค รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ และรายนามผู้ให้ข้อมูลสำคัญ .....	148
ง การหาคุณภาพเครื่องมือ .....	151
จ ผลการวิเคราะห์หาค่าความเที่ยง (Reliability) .....	157
ฉ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรม SPSS .....	165
ประวัติผู้ศึกษา .....	178



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 จำนวนสถานศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามอำเภอ และขนาดสถานศึกษา 4 ขนาด .....	36
ตารางที่ 2.2 ภาวะโภชนาการ – ความสูงตามเกณฑ์อายุ .....	38
ตารางที่ 2.3 ภาวะโภชนาการ – น้ำหนักตามความสูง .....	38
ตารางที่ 2.4 ผลการสำรวจพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และความรอบรู้สุขภาพของนักเรียน ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 ในพื้นที่จังหวัดราชบุรี .....	39
ตารางที่ 3.1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามขนาดสถานศึกษา .....	70
ตารางที่ 4.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม .....	75
ตารางที่ 4.2 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา ในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา โดยภาพรวม .....	77
ตารางที่ 4.3 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับบทบาทในการกำหนดนโยบาย ส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา .....	78
ตารางที่ 4.4 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับบทบาทในการพัฒนาบุคลากร ด้านการจัดกิจกรรมทางกาย .....	79
ตารางที่ 4.5 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับบทบาทในการพัฒนาแผน การจัด กิจกรรมทางกาย .....	80
ตารางที่ 4.6 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับบทบาทในการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริม การมีกิจกรรมทางกาย .....	81
ตารางที่ 4.7 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับบทบาทในการส่งเสริมกิจกรรม ทางกายในชั้นเรียน .....	82
ตารางที่ 4.8 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนา คุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขต พื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามขนาดสถานศึกษา .....	83
ตารางที่ 4.9 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมแบบทางเดียว จำแนกตามขนาดสถานศึกษา โดยภาพรวม .....	84

สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 4.10 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมแบบทางเดียว จำแนกตาม ขนาดสถานศึกษา แยกเป็นรายด้าน .....	85
ตารางที่ 4.11 แสดงผลการเปรียบเทียบรายคู่จำแนกตามขนาดสถานศึกษาโดยภาพรวม .....	86
ตารางที่ 4.12 แสดงผลการเปรียบเทียบรายคู่จำแนกตามขนาดสถานศึกษาแยกเป็นรายด้าน .....	87



สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 2.1 โอกาสและเวลาแต่ละช่วงของนักเรียนที่สามารถมีกิจกรรมทางกายในขณะ อยู่โรงเรียน .....	27
ภาพที่ 2.2 สัดส่วนของกิจกรรมทางกายแต่ละประเภทในแต่ละวัน .....	28
ภาพที่ 2.3 แผนผังโครงสร้างการบริหารแบ่งส่วนราชการเพื่อกระบวนการพัฒนา คุณภาพผู้เรียน .....	37
ภาพที่ 2.4 แผนผังโครงสร้างการบริหารงานด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายภายใน สถานศึกษา โรงเรียนวัดปากท่อ (ปากท่อวิทยาคาร) สพป.ราชบุรี เขต 1.....	40



# บทที่ 1

## บทนำ

### 1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การศึกษาไทยในปัจจุบันมีการจัดการศึกษาตามบริบทของการจัดการศึกษาอันเป็นไปตามแผน การศึกษาของชาติ คือ พัฒนาคน พัฒนาครูอาจารย์ พัฒนาสังคม การศึกษาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทย เป็นการเพิ่มต้นทุนให้แก่ประเทศ การมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนของสังคมในการจัดการศึกษา โดยเน้นให้เด็กเป็นคนดี คนเก่ง มีความสุข มีคุณธรรม มีการจัดการเรียนการสอนที่มีความหลากหลาย บูรณาการวิชาต่าง ๆ เข้าด้วยกันเป็นสหวิทยาการเพื่อให้การศึกษาสอดคล้องกับวิถีชีวิต และความต้องการของผู้เรียน (ประหยัด พิมพา, 2561) ซึ่งในปัจจุบันการจัดการศึกษาได้มีวิวัฒนาการมีความเจริญก้าวหน้าทั้งทางด้านสื่อและเทคโนโลยี รวมไปถึงนวัตกรรม การศึกษาที่มีการคิดค้น และพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ทันตามยุคสมัยของโลกที่มีการเปลี่ยนแปลง ออมรรัตน์ เดชชนอก (2563) ได้กล่าวถึง การจัดการศึกษาในศตวรรษที่ 21 จำเป็นต้องพัฒนาทักษะเพิ่มเติม และจำเป็นต้องมีทักษะการเรียนรู้ และนวัตกรรม ซึ่งมีองค์ประกอบ คือ 3R4C โดย 3 R ได้แก่ Reading (การอ่าน), Writing (การเขียน) และ Arithmetic (คณิตศาสตร์) และ 4C ได้แก่ Critical Thinking (การคิดวิเคราะห์), Communication (การสื่อสาร), Collaboration (การร่วมมือ) และ Creativity (ความคิดสร้างสรรค์) รวมถึงทักษะชีวิต และอาชีพ ตลอดจนทักษะด้านสารสนเทศ สื่อและเทคโนโลยี และการบริหารจัดการด้านการศึกษาแบบใหม่ตลอดถึงการคำนึงถึงความสนใจของผู้เรียนเป็นหลัก ดังนั้นหน้าที่สำคัญในการจัดการศึกษาของสถานศึกษา คือ การจัดการเรียนการสอน เพื่อพัฒนาผู้เรียน โดยการพัฒนาผู้เรียนนั้นมีทั้งการพัฒนาด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ซึ่งสถานศึกษาจะต้องระบุไว้ในหลักสูตรของสถานศึกษา และผู้บริหารเป็นผู้กำหนดทิศทางการทำงาน ผู้บริหารที่มีประสิทธิภาพทั้งหลายเป็นผู้ที่มีความเป็นผู้นำสูง มีความคิดริเริ่ม มีวิสัยทัศน์รอบรู้ เป็นที่พึ่งให้แก่ผู้ใต้บังคับบัญชาได้ มีความสามารถในการจัดโครงสร้าง และจัดบุคลากรให้เหมาะสมกับศักยภาพ สอดรับกับภาระ และปริมาณงาน บริหารโดยใช้หลักการกระจายอำนาจ การมีส่วนร่วมบริหารโดยมุ่งผลสัมฤทธิ์ของงาน มีการตรวจสอบ และถ่วงดุลการทำงานทุกด้าน ส่งเสริมให้มีการจัดหลักสูตรสถานศึกษาที่เหมาะสมกับผู้เรียน และท้องถิ่น ส่งเสริมการพัฒนา นวัตกรรม การพัฒนาบุคลากร การพัฒนาผู้เรียนให้เป็นผู้มีความสมบูรณ์รอบด้านทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เหล่านี้เป็นภารกิจหลักของสถานศึกษาที่ต้องบริหาร และจัดการให้เกิด

ประสิทธิภาพ สิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งที่ทำทลายความสามารถของผู้บริหาร คือ ทำให้บุคลากรทุกคนในสถานศึกษาตระหนักถึงหน้าที่ที่รับผิดชอบแม้งานสอนจะเป็นงานหลักแต่งานในหน้าที่พิเศษที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาผู้เรียนเป็นหน้าที่ที่ครูปฏิเสธไม่ได้ (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2550)

การพัฒนาคุณภาพผู้เรียนนั้นมีความสำคัญอย่างมาก เพราะการจัดการศึกษาในสถานศึกษา นอกจากมุ่งเน้นการพัฒนาความรู้ และความสามารถในด้านการเรียนให้แก่ผู้เรียนแล้ว การพัฒนาด้านอื่น ๆ ก็ถือเป็นองค์ประกอบสำคัญในการจัดการศึกษา ซึ่งผู้บริหารรวมไปถึงครูผู้สอนจะต้องพัฒนาคุณภาพผู้เรียนให้มีคุณภาพในทุก ๆ ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา ซึ่งการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านร่างกายถือเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นมาก เพราะหากร่างกายมีความแข็งแรงก็จะทำให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตนเองในด้านอื่น ๆ ได้โดยปราศจากอุปสรรคที่จะเข้ามาขัดขวางการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน เมื่อกล่าวถึงการพัฒนาผู้เรียนด้านร่างกาย การดูแลสุขภาพพลานามัยของผู้เรียนให้มีความสมบูรณ์แข็งแรงถือเป็นสิ่งสำคัญที่สถานศึกษาควรคำนึงถึง เพราะสุขภาพเป็นสิ่งสำคัญสำหรับชีวิต การมีสุขภาพที่ดีถือเป็นสิ่งที่ทุกคนพึงปรารถนา ซึ่งมนุษย์ทุกช่วงวัยควรมีสุขภาพที่ดีเพื่อที่จะสามารถประกอบกิจวัตรประจำวันได้อย่างปกติ โดยเฉพาะเด็กวัยเรียนที่เป็นวัยกำลังเจริญเติบโตนั้น การมีสุขภาพที่ดีจะเป็นสิ่งที่สำคัญมากต่อการพัฒนาการเรียนรู้ให้เหมาะสมตามวัย การทำให้ร่างกายมีสุขภาพที่ดีนั้นมีหลากหลายวิธี แต่วิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้ร่างกายสามารถมีสุขภาพดี และทุกคนควรปฏิบัติให้เป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ ก็คือ การมีกิจกรรมทางกาย

การมีกิจกรรมทางกายทำให้สุขภาพดีขึ้น และช่วยลดปัจจัยเสี่ยงในการเกิดโรคต่าง ๆ เช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคเมะเร็ง โรคหัวใจ และหลอดเลือด เป็นต้น การทำกิจกรรมทางกายช่วยให้สมองทำงานดีขึ้นทั้งในระยะสั้น และระยะยาว สามารถลดความเสี่ยงต่อการสูญเสียความทรงจำได้ รวมถึงช่วยเพิ่มสารเคมีที่เป็นประโยชน์ในสมอง และลดฮอร์โมนความเครียด เพิ่มการทำงานของสมอง ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญของกระบวนการเรียนรู้ นอกจากนั้นกิจกรรมทางกายยังก่อให้เกิดประโยชน์ต่อผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการ หากผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางกายเป็นประจำ และมีการเพิ่มระดับกิจกรรมทางกายให้สูงขึ้น พบว่าสมรรถภาพทางกายมีความเชื่อมโยงกับผลการเรียนที่ดีขึ้น เนื่องจากผู้เรียนมีสมาธิดีขึ้น และมีการเชื่อมโยงด้านความจำได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น ซึ่งผู้สอนสามารถนำไปประยุกต์ใช้สำหรับการออกแบบการสอนที่ควบคู่ไปกับการทำกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน โดยหากิจกรรมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ ทำให้ผู้เรียนได้มีการเคลื่อนไหวร่างกายมากกว่าที่จะนั่งเรียนอยู่กับที่ ซึ่งจะส่งผลให้ความจำ และผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการดีขึ้น (ธิดิ ญาณปรีชาเศรษฐ, 2563) สอดคล้องกับงานวิจัยของ E. Murtagh (2022) ที่ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับอิทธิพลของการเรียนรู้จากการเล่นที่มีต่อผลการเรียนของนักเรียนระดับประถมศึกษาชาวปาเลสไตน์ ซึ่งผลการสำรวจ

ความสัมพันธ์ระหว่างการเรียนรู้จากการเล่นกับความสำเร็จทางคณิตศาสตร์ในนักเรียนระดับประถมศึกษาชาวปาเลสไตน์ พบว่า กลุ่มนักเรียนที่ได้รับการเรียนรู้ผ่านการเล่นมีคะแนนการทดสอบสูงกว่ากลุ่มที่เรียนแบบปกติ ทั้ง 2 ภาคเรียน และในระยะที่ 2 นักเรียนหญิงที่ได้รับการเรียนรู้ผ่านการเล่นก็ยังคงได้คะแนนสูงสุด จากผลการศึกษาดังกล่าวชี้ให้เห็นว่าแนวทางการเรียนรู้จากการเล่นสามารถช่วยเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ ขณะที่การศึกษาวิจัยการส่งเสริม Active School ในประเทศไทย พบว่า นักเรียนที่ได้รับการส่งเสริมกิจกรรม Active Classroom จะมีสมาธิและความเข้าใจในการเรียนดีกว่านักเรียนทั่วไป และมีความรู้สึกที่ห้องเรียนเป็นสถานที่ที่มีความสุขสนุกสนานมากกว่าด้วย จากข้อมูลเชิงประจักษ์เบื้องต้น สะท้อนให้เห็นว่า การส่งเสริมกิจกรรม Active Classroom ในโรงเรียน สามารถช่วยเพิ่มประสิทธิภาพด้านการศึกษาของนักเรียนได้อย่างชัดเจน เช่น ผลลัพธ์ทางการศึกษา ความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาวิชาไปพร้อมกับการเรียนรู้อย่างมีความสุข ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาศักยภาพด้านต่าง ๆ ของนักเรียนได้อย่างยั่งยืน (ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย, 2563)

การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาจึงถือเป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่สามารถพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านร่างกายได้ ซึ่งปัจจุบันมีหลากหลายหน่วยงานทั้งภาครัฐ และเอกชนพยายามส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายให้เกิดขึ้นในทุกวัย โดยเฉพาะการมีกิจกรรมทางกายของเด็กและเยาวชน แต่ผลจากการสำรวจการมีกิจกรรมทางกายของเด็กและเยาวชนไทย โดยศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (ทีแพค) สถาบันวิจัยประชากรและสังคมมหาวิทยาลัยมหิดล พบว่า ระหว่างปี 2555 – 2562 มีเด็ก และเยาวชนไทยประมาณ 1 ใน 4 เท่านั้นที่มีกิจกรรมทางกายเพียงพอตามคำแนะนำขององค์การอนามัยโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในปี 2563 ผลกระทบจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด – 19 ได้ส่งผลกระทบต่อทำกิจกรรมทางกายของเด็ก และเยาวชนไทยลดลงต่ำสุดในรอบ 9 ปี (ลดลงมาอยู่ที่ร้อยละ 17.1) สถานการณ์ดังกล่าว เน้นย้ำให้เห็นถึงความจำเป็นในการเร่งฟื้นฟู และส่งเสริมกิจกรรมทางกายในเด็ก และเยาวชนไทย โดยเฉพาะกลุ่มของผู้เรียนระดับประถมศึกษาภายในโรงเรียน เพื่อสร้างเสริมสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง สุขภาวะ และพัฒนาการสมวัยอย่างรอบด้าน สมรรถนะหลัก และกระบวนการเรียนรู้ที่เหมาะสม และเต็มศักยภาพ ความสุข และความผูกพันกับโรงเรียนที่ ล้วนแล้วแต่เป็นปัจจัยสำคัญต่อการพัฒนาคุณลักษณะของผู้เรียน และทรัพยากรมนุษย์ในศตวรรษที่ 21 (ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย, 2563) นอกจากนี้ยังมีรายงานระดับการมีกิจกรรมทางกายของเด็กและเยาวชนไทยที่มีการสำรวจโดยสถาบันวิจัยประชากรและสังคมมหาวิทยาลัยมหิดล สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และสมาชิก Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA) ใน 49 ประเทศทั่วโลก ได้ร่วมมือกันศึกษาประเด็นสำคัญทางสุขภาพที่ส่งผลต่อความแข็งแรง พัฒนาการตามช่วงวัย ตลอดจนการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-

communicable Disease: NCDs) ซึ่งการสำรวจจะครอบคลุมการมีกิจกรรมทางกายของเด็ก และเยาวชนโดยมีตัวชี้วัดหลัก 10 ด้าน ตามกรอบการเปรียบเทียบการจัดกิจกรรมทางกายของเด็ก และเยาวชนระดับสากล (Global Matrix) ประกอบไปด้วย (1) การมีกิจกรรมทางกายทั่วไปในแต่ละวัน มีผลสำรวจอยู่ที่ร้อยละ 27 (2) การเล่นกีฬา และกิจกรรมทางกายที่มีโครงสร้าง มีผลสำรวจอยู่ที่ร้อยละ 37 (3) การเล่นออกแรง มีผลสำรวจอยู่ที่ร้อยละ 19 (4) การเดินทางที่ใช้แรงกาย มีผลสำรวจอยู่ที่ร้อยละ 58 (5) พฤติกรรมเนือยนิ่ง มีผลสำรวจอยู่ที่ร้อยละ 15 (6) ครอบครัว และบุคคลรอบข้าง มีผลสำรวจอยู่ที่ร้อยละ 82 (7) โรงเรียน มีผลสำรวจอยู่ที่ร้อยละ 65 (8) ชุมชน และสิ่งแวดล้อม มีผลสำรวจอยู่ที่ร้อยละ 41 (9) ยุทธศาสตร์ มีผลสำรวจอยู่ที่ร้อยละ 70 และ (10) สมรรถภาพทางกาย มีผลสำรวจอยู่ที่ร้อยละ 25 (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2565) จากรายงานฉบับนี้ชี้ได้ชัดว่าระดับการมีกิจกรรมทางกายของเด็ก และเยาวชนไทยยังอยู่ในระดับที่น่าเป็นห่วง และจำเป็นต้องยิ่งที่สถานศึกษาโดยผู้บริหารสถานศึกษา ครู และบุคลากรทางการศึกษา รวมไปถึงผู้ปกครอง และทุกหน่วยงาน ต้องร่วมแรง ร่วมใจกันพัฒนา ปรับปรุง แก้ไขพฤติกรรมของผู้เรียนให้มีกิจกรรมทางกายให้เพิ่มขึ้น

บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษานั้น ถือว่ามีความสำคัญอย่างมากในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน เพราะผู้บริหารสถานศึกษาถือเป็นผู้ที่มีส่วนสำคัญในการกำหนดนโยบายของสถานศึกษา และเป็นบุคคลที่จะต้องประสานการทำงานร่วมกับครู และบุคลากรทางการศึกษา รวมไปถึงผู้ปกครอง และหน่วยงานภายนอก เพื่อให้การดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนสามารถประสบความสำเร็จได้ โดยศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) ได้กล่าวถึงบทบาทที่สำคัญของผู้บริหารต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ไว้ 5 ข้อ ดังนี้ (1) ผู้บริหารสถานศึกษาต้องแสดงบทบาท และทำที่สนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายอย่างจริงจัง (2) ผู้บริหารสถานศึกษาต้องจัดตั้งคณะทำงาน และผู้รับผิดชอบในการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (3) ผู้บริหารสถานศึกษามีการประชุมชี้แจงนโยบาย และแผนงานการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (4) ผู้บริหารสถานศึกษามีการประชุมชี้แจงการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้คณะกรรมการสถานศึกษา ผู้ปกครอง และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องเพื่อขอรับการสนับสนุนการดำเนินงาน และ (5) ผู้บริหารสถานศึกษาต้องเป็นที่ปรึกษา และติดตามผลการดำเนินงานอย่างใกล้ชิด ซึ่งจากบทบาทที่สำคัญของผู้บริหารสถานศึกษาต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาทั้ง 5 ข้อที่ได้กล่าวมานั้น จะเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้สถานศึกษาสามารถขับเคลื่อนการดำเนินงานการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้ผู้เรียนมีพัฒนาการด้านต่าง ๆ ที่เหมาะสมตามช่วงวัย มีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีจิตใจร่าเริงแจ่มใส มีอารมณ์ที่ดี สามารถอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข และมีสติปัญญาที่ดี

ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพตรงตามนโยบายของหน่วยงานต้นสังกัดที่ได้กำหนดเป็นแนวทางไว้สำหรับสถานศึกษาทุกแห่ง

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 มีนโยบายเกี่ยวกับการส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนให้มีทั้งความรู้ ความสามารถ และเป็นผู้เรียนที่มีคุณภาพ เป็นพลเมืองที่ดีของสังคม มีความสุขในการดำเนินชีวิต จึงได้กำหนดกลยุทธ์ด้านการพัฒนาคุณภาพการศึกษาไว้ในกลยุทธ์ที่ 3 ยุทธศาสตร์คุณภาพการศึกษาให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ 21 นั้น ได้มีแนวทางการพัฒนาผู้เรียนกล่าวไว้ในข้อที่ 2 ระบุว่า จะต้องมีการพัฒนาผู้เรียนตามแนวทางพหุปัญญา (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1) ซึ่งการพัฒนาผู้เรียนตามแนวทางพหุปัญญา นั้นจะมีการพัฒนาผู้เรียน 9 ด้าน โดยการพัฒนาผู้เรียนด้านการเคลื่อนไหวร่างกายถือเป็น 1 ใน 9 ด้านจากแนวทางพหุปัญญา ซึ่งการเคลื่อนไหวที่ดี และมีประสิทธิภาพนั้น ผู้เรียนจำเป็นที่จะต้องมีการออกกำลังกายที่เหมาะสมตามช่วงวัยของตนเอง แต่ผลจากการสำรวจปัญหาด้านการเคลื่อนไหวร่างกาย ปัญหาสุขภาพเกี่ยวกับภาวะโภชนาการพฤติกรรมสุขภาพ กิจกรรมทางกาย รวมไปถึงความรู้ด้านสุขภาพของผู้เรียนระดับประถมศึกษาในพื้นที่จังหวัดราชบุรี ปรากฏว่า พบมีภาวะเริ่มอ้วน และอ้วน ร้อยละ 15.78 สูงกว่าเป้าหมายที่ตั้งไว้ที่ร้อยละ 10 และในการสำรวจพฤติกรรมสุขภาพ ฟังเพลง และความรู้ในผู้เรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 ปี 2564 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมสุขภาพที่ฟังเพลงโดยรวม 6 ด้าน เพียงร้อยละ 22.5 ในขณะที่เป้าหมายระดับประเทศ กำหนดให้ผู้เรียนมีพฤติกรรมที่ฟังเพลงไม่น้อยกว่าร้อยละ 30 โดยได้จำแนกพฤติกรรมฟังเพลงเป็น 6 ด้าน ได้แก่ ด้านโภชนาการ ด้านการบริโภคอาหารที่ไม่เสี่ยงต่อ โรคพญาด้านกิจกรรมทางกาย ด้านการอาบน้ำ ด้านการแปรงฟัน และด้านการนอนหลับ โดยสัดส่วนของผู้เรียนที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่ฟังเพลงด้านกิจกรรมทางกายสามารถปฏิบัติกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ 60 นาทีใน 1 วัน อย่างน้อย 5 วันต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 54.2 (ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี, 2564) ซึ่งการมีกิจกรรมทางกายที่อยู่ในระดับนี้ ทำให้ผู้เรียนระดับประถมศึกษาประสบปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ นอกจากนี้ยังมีพฤติกรรมเนือยนิ่ง นิ่งอยู่กับที่ เช่น การดูโทรทัศน์ การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ การอยู่กับหน้าจอมากกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน แทนการออกกำลังกายหรือวิ่งเล่น โดยจากการสำรวจสถานการณ์พฤติกรรมสุขภาพที่ฟังเพลงในกลุ่มผู้เรียนอายุ 12 ปี ของศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี (2562) พบว่า ด้านกิจกรรมทางกายผู้เรียนมีกิจกรรมทางกายมากกว่า 3 วันต่อสัปดาห์ และมากกว่า 60 นาทีใน 1 วัน คิดเป็นร้อยละ 18.5 และใช้เวลาเล่นเกมคอมพิวเตอร์ โทรศัพท์มือถือเกิน 2 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 38.3 ซึ่งจากผลการสำรวจดังกล่าวสถานศึกษาจำเป็นต้องมีแนวทางในการปรับปรุง แก้ไข รวมไปถึงการพัฒนาพฤติกรรมให้ผู้เรียนระดับประถมศึกษาได้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางที่ดีมากขึ้น และมีกิจกรรมทางกายให้เหมาะสมตามช่วงวัยของตนเอง



ด้วยเหตุผลดังกล่าวนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา ในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษาประถมศึกษาจันทบุรี เขต 1 ทั้งนี้เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้ไปเป็นแนวทางสำหรับ ผู้บริหารสถานศึกษา ตลอดจนคณะครูในสถานศึกษาได้ปรับปรุง แก้ไข และพัฒนารูปแบบ การจัด กิจกรรมทางกายของสถานศึกษา อันจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริม กิจกรรมทางกายในสถานศึกษาให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นต่อไป

## 2. วัตถุประสงค์ในการวิจัย

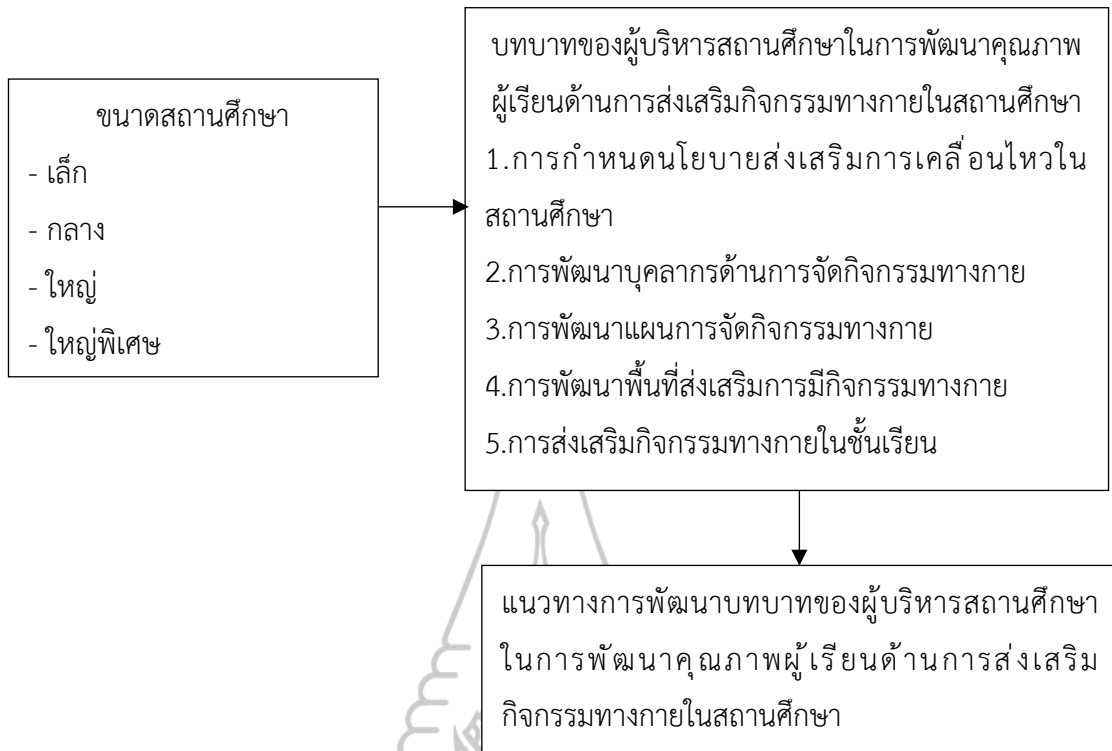
2.1 เพื่อศึกษาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการ ส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาจันทบุรี เขต 1

2.2 เพื่อเปรียบเทียบบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา จันทบุรี เขต 1 จำแนกตามขนาดสถานศึกษา

2.3 เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพ ผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษาราชบุรี เขต 1

## 3. กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษารoles of school administrators in developing physical activity promotion activities in schools, affiliated with the Office of Education, Chanthaburi Province, District 1. The researcher is interested in studying the role of school administrators in developing the quality of students in terms of physical activity promotion in schools, affiliated with the Office of Education, Chanthaburi Province, District 1. This is to provide a guideline for school administrators, teachers, and staff in schools to improve, modify, and develop the model of physical activity promotion in schools, which will lead to the development of the quality of students in terms of physical activity promotion in schools to have higher efficiency. This study aims to study the role of school administrators in developing the quality of students in terms of physical activity promotion in schools, affiliated with the Office of Education, Chanthaburi Province, District 1. This is to provide a guideline for school administrators, teachers, and staff in schools to improve, modify, and develop the model of physical activity promotion in schools, which will lead to the development of the quality of students in terms of physical activity promotion in schools to have higher efficiency. This study aims to study the role of school administrators in developing the quality of students in terms of physical activity promotion in schools, affiliated with the Office of Education, Chanthaburi Province, District 1. This is to provide a guideline for school administrators, teachers, and staff in schools to improve, modify, and develop the model of physical activity promotion in schools, which will lead to the development of the quality of students in terms of physical activity promotion in schools to have higher efficiency.



#### 4. สมมติฐานในการวิจัย

ผู้บริหารสถานศึกษามีบทบาทในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับที่แตกต่างกัน ตามขนาดสถานศึกษา

#### 5. ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 มีขอบเขตการวิจัย ดังนี้

##### 5.1 ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษาครั้งนี้มุ่งศึกษาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา จากการสังเคราะห์ตามแนวคิดการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเชิงระบบแบบ 4PC (แนวทางการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมกิจกรรมทางกายในประเทศไทย) ประกอบไปด้วย

5.1.1 การกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา

5.1.2 การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย

5.1.3 การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย

5.1.4 การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย

5.1.5 การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน

## 5.2 ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ ครูผู้ปฏิบัติงานฝ่ายกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ของสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 สถานศึกษาละ 1 คน รวมจำนวน 172 คน ปีการศึกษา 2566

## 5.3 ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

5.3.1 **ตัวแปรอิสระ** ได้แก่ ขนาดสถานศึกษา จำแนกเป็น 4 ขนาด ดังนี้

- 1) สถานศึกษาขนาดเล็ก
- 2) สถานศึกษาขนาดกลาง
- 3) สถานศึกษาขนาดใหญ่
- 4) สถานศึกษาขนาดใหญ่พิเศษ

5.3.2 **ตัวแปรตาม** ได้แก่ บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ประกอบด้วย

- 1) การกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา
- 2) การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย
- 3) การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย
- 4) การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย
- 5) การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน

## 6. นิยามศัพท์เฉพาะ

6.1 **บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา** หมายถึง หน้าที่ของบุคคลในการควบคุม ปกครอง และการดำเนินงานในทุก ๆ ด้านของสถานศึกษา เพื่อให้งานดังกล่าวบรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ โดยมีการกำกับ และติดตามการทำงานอย่างใกล้ชิด และมีความเป็นผู้นำที่เป็นมิตร มีวิสัยทัศน์ มีคุณธรรม และจริยธรรม พร้อมขับเคลื่อนสถานศึกษาให้ประสบความสำเร็จอย่างมีคุณภาพ

6.2 **การพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา** หมายถึง รูปแบบกิจกรรมการส่งเสริมการเคลื่อนไหวที่สถานศึกษากำหนดขึ้น เพื่อเป็นแนวทางให้นักเรียนได้ปฏิบัติในช่วงเวลาต่าง ๆ เป็นการสร้างเสริมสุขภาพกายของนักเรียนให้มีความแข็งแรง

สมบูรณ์ตามช่วงวัยโดยการดูแลของผู้บริหาร และคณะครูในสถานศึกษา ทั้งนี้มีการกำหนดเป็นนโยบายที่เป็นลายลักษณ์อักษร และบูรณาการกิจกรรมการเคลื่อนไหวกับกิจกรรมอื่น ๆ

**6.3 บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา** หมายถึง หน้าที่ของผู้อำนวยการสถานศึกษา รองผู้อำนวยการสถานศึกษา หรือรักษาการในตำแหน่งผู้อำนวยการสถานศึกษา ในการเสริมสร้างให้นักเรียนมีสุขภาพกายที่สมบูรณ์แข็งแรงเหมาะสมตามวัยจากการมีกิจกรรมการเคลื่อนไหว โดยมีการกำหนดนโยบายเป็นลายลักษณ์อักษร มีการบูรณาการกิจกรรมการเคลื่อนไหวกับกิจกรรมอื่น ๆ มีการแต่งตั้งคณะทำงานในการขับเคลื่อนกิจกรรม และมีการกำกับติดตามการดำเนินงานอย่างสม่ำเสมอ ประกอบด้วย การกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย และการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน

**6.3.1 การกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา** หมายถึง หน้าที่ของผู้บริหารสถานศึกษาเกี่ยวกับการจัดทำแผนการพัฒนากิจกรรมทางกายภายในโรงเรียนที่เป็นลายลักษณ์อักษร โดยการมีส่วนร่วมของครู นักเรียน ผู้ปกครอง และครอบครัวของนักเรียน รวมถึงการมีส่วนร่วมของชุมชนรอบข้าง โดยจัดตั้งในรูปแบบของคณะทำงาน มีการประชุม กำกับ และติดตามการทำงานเพื่อให้สามารถขับเคลื่อนแผนการได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

**6.3.2 การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย** หมายถึง การกำหนดวิธีการให้ผู้บริหารสถานศึกษา ครู บุคลากรทางการศึกษา มีความรู้ ความเข้าใจ และมีทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับการส่งเสริมการเคลื่อนไหว สามารถเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักเรียน โดยการเปิดโอกาสให้ครู และนักเรียนมีส่วนร่วม และผู้บริหารสถานศึกษามีหน้าที่ให้คำปรึกษา กำกับ และติดตามกระบวนการอย่างใกล้ชิด

**6.3.3 การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย** หมายถึง กระบวนการสร้างรูปแบบการส่งเสริมการเคลื่อนไหวร่างกายในสถานศึกษา โดยบูรณาการเข้ากับแผนการจัดการเรียนรู้ในวิชาต่าง ๆ ซึ่งผู้บริหารสถานศึกษา คณะครู และนักเรียนมีส่วนร่วมในการจัดวางโปรแกรมส่งเสริมการเคลื่อนไหว มีการสำรวจความพร้อมของพื้นที่ และอุปกรณ์ต่าง ๆ ให้มีความเหมาะสมตามความสามารถของนักเรียน พร้อมทั้งกระตุ้นให้มีกิจกรรมการเคลื่อนไหวตามหลัก 5 ส. (สนุกสนาน, สมวัย, สมดุล, เสมอภาค, ส่วนร่วม) เพื่อให้ให้นักเรียนมีกิจกรรมการเคลื่อนไหวสะสมครบ 60 นาทีต่อวัน และมีการประชุมติดตามอย่างต่อเนื่อง

**6.3.4 การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย** หมายถึง การกำหนดบริเวณสำหรับการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวลงในแผนผังของโรงเรียน โดยนักเรียนสามารถเข้าไปเล่นในบริเวณดังกล่าวได้อย่างสะดวก และปลอดภัย มีการสำรวจตรวจสอบเครื่องเล่นให้พร้อมใช้งาน

อยู่เสมอ จัดอุปกรณ์กีฬาให้เพียงพอต่อความต้องการ พร้อมส่งเสริมการเล่นกีฬา และออกกำลังกายตามความถนัด และความสนใจ ทั้งนี้มีการประชุมติดตามการดำเนินงานอยู่เสมอ

**6.3.5 การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน** หมายถึง การบูรณาการกิจกรรมการเคลื่อนไหวให้เป็นส่วนหนึ่งของแผนการจัดการเรียนรู้ เพื่อกระตุ้นความสนใจในการเรียน และลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง โดยการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการออกแบบกิจกรรมร่วมกับครู ซึ่งผู้บริหารสถานศึกษามีการสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์ สื่อการเรียนการสอน มีการนิเทศ และติดตามการสอน มีการจัดชุมชนแห่งการเรียนรู้ทางวิชาชีพเพื่อรับฟังเสียงสะท้อนของครู และนักเรียน ทั้งนี้มีการสร้างความเข้าใจกับผู้ปกครองให้เห็นถึงความสำคัญของการจัดการเรียนรู้ในรูปแบบดังกล่าว

**6.4 ขนาดสถานศึกษา** หมายถึง สภาพทางกายภาพของโรงเรียนที่กำหนดขึ้นตามจำนวนของนักเรียนภายในโรงเรียนนั้น ๆ แบ่งออกเป็น 4 ขนาด ตามเกณฑ์การแบ่งขนาดสถานศึกษาของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1, 2566ข) ประกอบไปด้วย

6.4.1 สถานศึกษาขนาดเล็ก หมายถึง โรงเรียนที่มีนักเรียนตั้งแต่ 120 คนลงมา

6.4.2 สถานศึกษาขนาดกลาง หมายถึง โรงเรียนที่มีนักเรียนตั้งแต่ 121 – 600 คน

6.4.3 สถานศึกษาขนาดใหญ่ หมายถึง โรงเรียนที่มีนักเรียนตั้งแต่ 601 – 1,500 คน

6.4.4 สถานศึกษาขนาดใหญ่พิเศษ หมายถึง โรงเรียนที่มีนักเรียนตั้งแต่ 1,501 คน

ขึ้นไป

**6.5 สถานศึกษา** หมายถึง โรงเรียนที่มีการจัดการเรียนการสอนระดับประถมศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1

## 7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

7.1 ผู้บริหารสถานศึกษา และครูในสถานศึกษามีแนวทางในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา

7.2 ผู้บริหารสถานศึกษา และครูในสถานศึกษาได้พัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ทำให้ผู้เรียนมีระดับการปฏิบัติกิจกรรมทางกายที่เพิ่มสูงขึ้น

7.3 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาได้ข้อมูลสารสนเทศเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา

## บทที่ 2

### วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีสาระสำคัญ ดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับการบริหารสถานศึกษา
  - 1.1 ความหมายของการบริหารสถานศึกษา
  - 1.2 บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา
  - 1.3 กระบวนการบริหารแบบ PDCA
2. แนวคิดเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย
  - 2.1 ความหมายของกิจกรรมทางกาย
  - 2.2 การส่งเสริมกิจกรรมทางกายเชิงระบบแบบ 4PC
  - 2.3 ประโยชน์ของกิจกรรมทางกาย
3. บริบทของสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1
  - 3.1 ข้อมูลทั่วไปของสถานศึกษา
  - 3.2 นโยบายการส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในสถานศึกษา
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
  - 4.1 งานวิจัยภายในประเทศ
  - 4.2 งานวิจัยภายนอกประเทศ

#### 1. แนวคิดเกี่ยวกับการบริหารสถานศึกษา

##### 1.1 ความหมายของการบริหารสถานศึกษา

ความหมายของคำว่า “การบริหารสถานศึกษา” มีผู้ให้ความหมายและคำจำกัดความไว้อย่างมากมาย ซึ่งความหมายของคำว่าการบริหารการศึกษานั้น มีดังนี้

จันทรานี สงวนนาม (2551) ได้กล่าวว่า การบริหารสถานศึกษาเป็นทั้งศาสตร์ และศิลป์ ที่ผู้บริหารจะต้องอาศัยความรู้ ความสามารถ ทักษะ และประสบการณ์ ตลอดจนความสามารถ

ในการติดต่อสื่อสารด้วยภาวะผู้นำมนุษย์สัมพันธ์เพื่อบริหารงานให้บรรลุเป้าหมายได้ อย่างมีประสิทธิภาพ

ราชบัณฑิตยสถาน (2551) ได้ให้ความหมายการบริหารการศึกษา (Educational Administration) ในพจนานุกรมศัพท์ศึกษาศาสตร์ ไว้ว่า การปฏิบัติตามหน้าที่และตามกระบวนการของการจัดการศึกษาของบุคคล หรือคณะบุคคลโดยปฏิบัติงานร่วมกับบุคคล หรือโดยผ่านบุคคลอื่น และอาศัยทรัพยากรบริหารอย่างอื่นประกอบ เพื่อให้เป็นไปตามนโยบายและบรรลุเป้าหมายที่กำหนด

รุ่งชัชดาพร เวหะชาติ (2552) ได้กล่าวว่า การบริหารสถานศึกษา คือ การดำเนินงานของกลุ่มบุคคลเพื่อพัฒนาสมาชิกของสังคมให้มีความเจริญงอกงามในด้านต่าง ๆ เป็นสมาชิกที่ดีของสังคม

นิพนธ์ กินาวงศ์ (2553) ได้กล่าวว่า การบริหารสถานศึกษา หมายถึง กระบวนการต่าง ๆ ในการดำเนินงานของกลุ่มบุคคล ซึ่งเรียกว่า ผู้บริหาร โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อให้บริหารทางการศึกษาแก่สมาชิกในสังคม

ปรัชญา เวสารัชช์ (2554) ได้กล่าวว่า การบริหารสถานศึกษา คือ กิจกรรมต่าง ๆ ที่บุคคลหลายคนร่วมกันดำเนินการ เพื่อให้บริการทางการศึกษาแก่เยาวชนและผู้สนใจเกิด การพัฒนา ด้านความสามารถ ทักษะ ค่านิยม พฤติกรรมและคุณธรรมต่าง ๆ เพื่อเป็นสมาชิกที่ดีของสังคมและแก่ประเทศชาติ

จิตติมา อัครธิติพงษ์ (2561) กล่าวว่า การบริหารสถานศึกษา หมายถึง การดำเนินการต่าง ๆ ภายในสถานศึกษาที่จะทำให้นักลากรเกิดการรับรู้กระบวนการในการบริหารสถานศึกษาสร้างความพึงพอใจ ในการปฏิบัติงาน ทำให้เกิดความร่วมมือและความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ เพื่อให้การดำเนินงานบรรลุตามวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายของสถานศึกษา ประกอบด้วย การบริหารงานวิชาการ การบริหารงานงบประมาณ การบริหารงานบุคคล และการบริหารงานทั่วไป

Good (1974) ได้ให้ความหมายของการบริหารการศึกษาไว้ว่า การบริหารการศึกษา หมายถึง การควบคุม และการจัดการด้านการบริหารโรงเรียน ซึ่งเกี่ยวกับกระบวนการเรียนการสอน งานธุรการ งานที่เกี่ยวกับตัวครู และนักเรียนตลอดจนบุคลากรอื่น ๆ

Campbell (1980) กล่าวว่า การบริหารการศึกษา หมายถึง การจัดแผนยุทธศาสตร์ทางการศึกษา เพื่อให้การศึกษาบรรลุเป้าหมายอย่างแท้จริง

จากความหมายข้างต้นสามารถสรุปคำว่าการบริหารการศึกษา หมายถึง การปฏิบัติหน้าที่ของกลุ่มบุคคลตามกระบวนการจัดการศึกษา เพื่อขับเคลื่อนการจัดการศึกษาในสถานศึกษา หรือหน่วยงานการศึกษาให้บรรลุตามนโยบายหรือเป้าหมายที่ตั้งไว้ ประกอบด้วย การบริหารงานวิชาการ การบริหารงานงบประมาณ การบริหารงานบุคคล และการบริหารงานทั่วไป

## 1.2 บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา

ความหมายของคำว่า “บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา” ได้มีผู้จำกัดความไว้อย่างหลากหลาย ซึ่งมีผู้ให้ความหมายของคำว่า “บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา” ไว้ดังนี้

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2553) กล่าวถึง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา หมายถึง ผู้มีบทบาทสำคัญต่อการบริหารมาก เพราะโรงเรียนเป็นระบบย่อยของระบบการศึกษา และระบบสังคม การจัดการศึกษาในโรงเรียนจึงต้องสอดคล้องกันกับการเปลี่ยนแปลงทางสภาพ เศรษฐกิจและสังคม รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี ผู้บริหารยังต้องเป็นผู้ชำนาญการทางการเปลี่ยนแปลง รวมทั้งการจัดการศึกษาให้มีคุณภาพ

ธงชัย สันติวงษ์ (2555) กล่าวถึง ผู้บริหารสถานศึกษา เป็นผู้ที่ปฏิบัติหน้าที่โดยมีหลักเกณฑ์ มีหลักวิชาการมาประยุกต์กับความสามารถ และมีการใช้ยุทธศิลป์คู่กันไปกับยุทธศาสตร์ ทั้งนี้ภายใต้สภาพโลกาภิวัตน์ที่เปลี่ยนแปลงจับใจ ผู้บริหารจึงต้องเก่งกว่ายุคก่อน ๆ คือ แทนที่จะทำแต่การจัดการองค์กรภายในเป็นส่วนใหญ่ให้มีระบบและดำเนินการไปได้ราบรื่นแล้ว จะต้องสามารถเผชิญและเอาชนะวิกฤตต่าง ๆ ได้ด้วย

กุลชลี จงเจริญ (2565) กล่าวว่า บทบาทของผู้บริหารในการใช้อำนาจหน้าที่ให้ประสบความสำเร็จ ควรมีบทบาทที่สำคัญ ประกอบไปด้วย การเสริมพลังอำนาจ การสร้างแรงจูงใจให้มีส่วนร่วมในการทำงาน การสร้างบรรยากาศในการทำงาน การเป็นผู้นำที่มีอารมณ์มั่นคง และปรับตัวได้เก่ง การให้คำปรึกษาแนะนำ การผูกพันเป็นมิตร การเตรียมพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง การติดต่อสื่อสาร การประนีประนอม การกระทำในทิศทางที่ตรงกันข้าม การเป็นนักแสดง การเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่น และการวางตนเป็นผู้บังคับบัญชา

เสริมศักดิ์ วิชาลาภรณ์ (2565) กล่าวว่า บทบาทที่สำคัญของผู้บริหารสถานศึกษานั้น แบ่งเป็น 3 บทบาท คือ (1) บทบาทในฐานะผู้บริหาร (2) บทบาทในฐานะผู้นำทางวิชาการ (3) บทบาทในฐานะเป็นหัวหน้าของกลุ่ม

Sergiovanni & Carver (1980) ได้กล่าวถึงบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาไว้ว่า ผู้บริหารสถานศึกษาจะต้องแสดงความเป็นผู้นำใน 3 ประการ ประกอบไปด้วย

1. พฤติกรรมของผู้บริหาร กล่าวคือ ผู้บริหารจะต้องแสดงความเป็นผู้นำโดยการมีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเกียรติและศักดิ์ศรีของตำแหน่ง จะต้องประสานงานกับกลุ่มต่าง ๆ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและบรรลุเป้าหมาย มีการสร้างขวัญกำลังใจกับคณะครู นักเรียน ดูแลเรื่องการจัดการศึกษา

2. พัฒนาคณะอื่น กล่าวคือ การพัฒนาผู้เรียน และผู้สอนให้มีศักยภาพสร้างความรู้ ความสามารถและจิตใจจนถึงระดับที่ปรารถนา ซึ่งจะส่งผลดีต่อสถานศึกษาในท้ายที่สุด



3. หน้าที่ผู้นำของกลุ่ม กล่าวคือ ผู้บริหารสถานศึกษาจะต้องแสดงบทบาทของผู้นำใน 2 ประการ คือ การแสดงบทบาทการทำงานให้สำเร็จ และบทบาทการสร้างกลุ่มบุคคลให้มีความสมัครสมานกลมเกลียว ปลุกฝังการทำงานเป็นทีม การพัฒนากลุ่มให้ดียิ่งขึ้น และรู้จักการประเมินผลที่ทำไปแล้วเพื่อนำผลนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไข

Gorton (1983) กล่าวว่า บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษามี 6 ประการ ประกอบด้วย

1. บทบาทในฐานะเป็นผู้บริหาร
2. บทบาทในฐานะเป็นผู้นำในด้านการสอนหรือด้านวิชาการ
3. บทบาทในฐานะเป็นผู้รักษากฎระเบียบ
4. บทบาทในฐานะเป็นผู้ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์
5. บทบาทในฐานะเป็นผู้ประเมินผล
6. บทบาทในฐานะเป็นผู้แก้ปัญหาความขัดแย้ง

จากความหมายข้างต้นสามารถสรุปบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาได้ว่า ผู้บริหารสถานศึกษามีหน้าที่ของบุคคลในการควบคุม ปกครอง และการดำเนินงานในทุก ๆ ด้านของสถานศึกษา เพื่อให้งานดังกล่าวบรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ โดยมีการกำกับและติดตามการทำงานอย่างใกล้ชิด และมีความเป็นผู้นำที่เป็นมิตร มีวิสัยทัศน์ มีคุณธรรมและจริยธรรม พร้อมขับเคลื่อนสถานศึกษาให้ประสบความสำเร็จอย่างมีคุณภาพ

### 1.3 กระบวนการบริหารแบบ PDCA

กระบวนการบริหารมีหลากหลายรูปแบบ ซึ่งการบริหารงานต่าง ๆ ในสถานศึกษา ผู้บริหารสถานศึกษาก็ต้องเลือกรูปแบบการบริหารให้มีความเหมาะสมกับงาน โดยกระบวนการบริหารรูปแบบหนึ่งที่นิยมนำมาประยุกต์ใช้ในการบริหารงานต่าง ๆ ในสถานศึกษาอย่างแพร่หลายก็คือ รูปแบบกระบวนการบริหารแบบ PDCA ทั้งนี้กระบวนการบริหารแบบ PDCA นั้น ถูกนำมาใช้ในการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา โดยศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) ได้เสนอแนวทางการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาตามแนวคิดการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเชิงระบบแบบ 4PC ซึ่งกระบวนการตามแนวทางดังกล่าวต้องอาศัยวิธีการในการวางแผนงาน การร่วมมือปฏิบัติ การตรวจสอบ กำกับ และติดตาม รวมไปถึงการดำเนินการปรับปรุงแก้ไข และพัฒนาการดำเนินงานด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้ประสบความสำเร็จ ลดจุดบกพร่องของงาน ทั้งนี้หากสามารถดำเนินการได้ตามขั้นตอนดังกล่าว ก็จะทำให้การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาสามารถพัฒนาคุณภาพด้านต่าง ๆ ของผู้เรียนได้ดียิ่งขึ้น

กระบวนการบริหารแบบ PDCA เป็นแนวคิดทางการบริหารซึ่งถูกคิดค้นโดย Dr. Edwards W. Deming ปัจจุบันมีผู้นำกระบวนการบริหารแบบ PDCA มาปรับประยุกต์ใช้กับการบริหารงานอย่างกว้างขวาง โดยมีผู้ให้ความหมาย และคำจำกัดความอย่างมากมาย ดังนี้

ยุทธนา เกื้อกุล (2560) ได้กล่าวถึงการบริหารด้วยกระบวนการ PDCA ไว้ว่า โครงสร้างการบริหารงานให้ประสบความสำเร็จ มีประสิทธิภาพ และมีประสิทธิผลตามวงจร PDCA ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน โดยมีรายละเอียดในแต่ละด้านดังนี้

### 1. ขั้นตอนการวางแผน (Planning)

เป็นการกำหนดเป้าหมาย/วัตถุประสงค์ในการดำเนินงานวิธีการ และขั้นตอนที่จำเป็นเพื่อให้การดำเนินงานบรรลุเป้าหมาย การวางแผนจะต้องทำความเข้าใจกับเป้าหมาย/วัตถุประสงค์ให้ชัดเจน เป้าหมายที่กำหนดต้องเป็นไปตามนโยบาย วิสัยทัศน์ และพันธกิจขององค์กร เพื่อก่อให้เกิดการพัฒนาที่เป็นไปในแนวทางเดียวกันทั่วทั้งองค์กร การวางแผนในบางด้านอาจจำเป็นต้องกำหนดมาตรฐานของวิธีการทำงานหรือเกณฑ์มาตรฐานต่าง ๆ ไปพร้อมกันด้วยข้อกำหนดที่เป็นมาตรฐานนี้จะช่วยให้การวางแผนมีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น เพราะใช้เป็นเกณฑ์ในการตรวจสอบการปฏิบัติงานให้เป็นไปตามมาตรฐานที่ได้ระบุไว้ในแผน การวางแผนช่วยให้ผู้บริหารรับรู้สภาพปัจจุบัน และการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นในอนาคตโดยอาศัยประสบการณ์ ทักษะ และความรู้ที่แต่ละคนสั่งสมมาอย่างลงตัว การเปลี่ยนแปลงในโลกปัจจุบันเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว การคิดและการวางแผนอย่างรอบคอบสามารถเชื่อมระหว่างปัญหาปัจจุบัน และผลที่จะเกิดขึ้นในอนาคต นับเป็นสิ่งสำคัญสำหรับสถาบันการศึกษา การวางแผนจึงเป็นกิจกรรมที่ต้องให้ความสำคัญ กระบวนการวางแผนจะต้องรวมถึงการพิจารณาเกี่ยวกับสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีอยู่ อาทิ ทรัพยากรมนุษย์ บุคลากร และงบประมาณ โดยจะต้องมั่นใจว่าองค์ประกอบต่าง ๆ เหล่านี้มีการอยู่ร่วมกันอย่างลงตัว ดังนั้น การบริหารจัดการในสถานศึกษา ต้องมีการวางแผนให้เป็นระบบ ครอบคลุม เพื่อให้การบริหารงานด้านต่าง ๆ มีประสิทธิภาพ และประสิทธิผลตามแผนที่วางไว้ทุกประการ

### 2. ขั้นตอนการปฏิบัติ (Doing)

เป็นการปฏิบัติให้เป็นไปตามแผนที่ได้กำหนดไว้ซึ่งก่อนที่จะปฏิบัติงานใด ๆ จำเป็นต้องศึกษาข้อมูล และเงื่อนไขต่าง ๆ ของสภาพงานที่จะลงมือปฏิบัติให้ถ่องแท้ก่อน ในกรณีที่ เป็นงานประจำที่เคยปฏิบัติ หรือเป็นงานเล็กอาจใช้วิธีการเรียนรู้ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง แต่ถ้าเป็นงานใหม่ หรืองานใหญ่ที่ต้องใช้บุคลากรจำนวนมากอาจต้องจัดให้มีการฝึกอบรมก่อนที่จะปฏิบัติงานจริง การปฏิบัติจะต้องดำเนินการไปตามแผน วิธีการ และขั้นตอน ที่ได้กำหนดไว้ และจะต้องเก็บรวบรวม และบันทึกข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติงานไว้ด้วยเพื่อใช้เป็นข้อมูลในการดำเนินงานในขั้นตอนต่อไป การปฏิบัติงานให้ประสบความสำเร็จ และมีความชัดเจนต้องอาศัยผู้บริหารในการแบ่งภาระงานสู่ระบบย่อย และแบ่งความรับผิดชอบให้กับผู้ปฏิบัติ โดยมีโครงสร้างการปฏิบัติงานที่ชัดเจน

ตามความเปลี่ยนแปลงที่สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม เศรษฐกิจ และสังคม การจัดการแบ่งภาระงาน จึงทำให้ผู้ปฏิบัติงาน รู้หน้าที่ความรับผิดชอบของตนเอง และมีการปรับปรุงสู่การปฏิบัติงานที่ดีขึ้น ตามลำดับ โครงสร้างการปฏิบัติงานในองค์กรต้องมีความชัดเจน และมีการแบ่งงานตามความถนัดของแต่ละคน ผู้ปฏิบัติงานต้องทราบหน้าที่ และกรอบงานของตน และพยายามปฏิบัติตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายโดยมิให้ขาดตกบกพร่อง และหากสามารถช่วยเหลืองานอื่นในองค์กรได้ ก็ถือว่าเป็นสิ่งที่ดีเพื่อป้องกันมิให้ความผิดพลาดเกิดขึ้นในองค์กร ผู้ปฏิบัติงานทุกคนจึงต้องมีความฉลาด และมองเป้าหมายขององค์กรว่าจะมีแนวโน้มไปทางไหน และนอกจากภาระงานของตนแล้วผู้ปฏิบัติงานสามารถช่วยเหลือการงานอย่างอื่นได้ตามความเหมาะสม โดยมีให้งานในหน้าที่หลัก ที่รับผิดชอบเกิดความบกพร่อง ดังนั้น ทุกครั้งที่มีการปฏิบัติงาน ผู้ปฏิบัติงานต้องมีการตั้งเจตนาที่ดี ในการปฏิบัติต่างๆ

การบริหารจัดการแบบค่อยเป็นค่อยไปจึงมีความจำเป็นและผู้บริหารต้องทราบถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลและพยายามให้พวกเขาได้ปฏิบัติงานอย่างมีความสุข และยึดมั่นกับองค์กร การที่องค์กรมีผู้ปฏิบัติงานที่มีความรู้ความสามารถนับเป็นจุดดี และจุดได้เปรียบขององค์กร

### 3. ขั้นตอนการตรวจสอบ (Checking)

เป็นขั้นตอนการเพื่อประเมินผลว่ามีการปฏิบัติงานตามแผน หรือไม่มีปัญหาเกิดขึ้นในระหว่างการปฏิบัติงานหรือไม่ ขั้นตอนนี้มีความสำคัญ เนื่องจากในการดำเนินงานใด ๆ มักจะเกิดปัญหาแทรกซ้อนที่ทำให้การดำเนินงานไม่เป็นไปตามแผนอยู่เสมอ ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อประสิทธิภาพ และคุณภาพของการทำงาน การติดตาม การตรวจสอบ และการประเมินปัญหา จึงเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องกระทำควบคู่ไปกับการดำเนินงาน เพื่อจะได้ทราบข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการปรับปรุงคุณภาพของการดำเนินงานต่อไป ในการตรวจสอบ และการประเมินการปฏิบัติงานจะต้องตรวจสอบด้วยการปฏิบัติ นั้น เป็นไปตามมาตรฐานที่กำหนดไว้หรือไม่ทั้งนี้เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพของงาน การตรวจสอบเป็นการประเมิน และติดตามการปฏิบัติงานต่าง ๆ ในองค์กรอย่างเป็นระบบ เริ่มตั้งแต่การวางแผน และเข้าสู่การปฏิบัติงานในองค์กร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการปรับปรุง และแก้ไขกระบวนการทำงานต่าง ๆ ให้ดียิ่งขึ้นตามลำดับ เป็นการปฏิบัติงานตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย และความรับผิดชอบของแต่ละส่วน

จากที่กล่าวมานั้นชี้ให้เห็นว่า ผู้นำองค์กรจะต้องให้ความสำคัญกับการกำหนดหน้าที่ และบทบาทของผู้ใต้บังคับบัญชาอย่างชัดเจน และต้องมั่นใจคุณสมบัติเหมาะสมเพียงพอที่จะปฏิบัติหน้าที่ดังกล่าว จึงทำให้พวกเขามีความรับผิดชอบ และพร้อมที่จะได้รับการตรวจสอบผ่านกระบวนการประเมิน โดยผู้นำต้องตรวจสอบว่าพวกเขาได้ปฏิบัติหน้าที่ตามที่ได้กำหนดไว้หรือไม่เพียงใด และหากปฏิบัติหน้าที่อย่างดีตามที่ได้รับมอบหมาย และเป็นไปตามวัตถุประสงค์ขององค์กร

ก็ถือว่าประสบผลสำเร็จ และสามารถขับเคลื่อนองค์กรไปได้ แต่หากบกพร่องในการปฏิบัติงานก็ต้องมีการปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นต่อไป

#### 4. ขั้นตอนการปรับปรุง (Action)

เป็นขั้นตอนของการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นหลังจากได้ทำการตรวจสอบแล้วการปรับปรุงอาจเป็นการแก้ไขแบบเร่งด่วนเฉพาะหน้า หรือการค้นหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหา เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาซ้ำรอยเดิม การปรับปรุงอาจนำไปสู่การกำหนดมาตรฐานของวิธีการทำงานที่ต่างจากเดิม เมื่อมีการดำเนินงานตามวงจร PDCA ในรอบใหม่ข้อมูลที่ได้จากการปรับปรุง จะช่วยให้การวางแผนมีความสมบูรณ์และมีคุณภาพเพิ่มขึ้นได้ด้วยการปรับปรุง และเปลี่ยนแปลงกระบวนการทำงานต่างๆ ในองค์กรให้มีประสิทธิภาพ และประสิทธิผลเพิ่มมากขึ้น นับเป็นสิ่งที่สำคัญและมีความจำเป็นเพื่อสร้างความก้าวหน้าขององค์กร โดยการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ในองค์กรจำเป็นต้องอาศัยผู้บริหารและผู้ปฏิบัติงานได้บังคับบัญชาพร้อมกันปรับปรุง และเปลี่ยนแปลงดังนั้น เมื่อใดก็ตามที่พบว่าการปฏิบัติงานไม่เป็นไปตามมาตรฐาน ผู้บริหารจำเป็นต้องปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่อง มิฉะนั้นจะทำให้กระบวนการประเมินและตรวจสอบจะไร้ผล การปรับปรุงงานให้สอดคล้องกับมาตรฐานเป็นสิ่งจำเป็น กระบวนการประเมินและตรวจสอบจะเป็นตัวชี้วัดให้เห็นถึงระดับมาตรฐานว่าต่ำเกินไปหรือสูงเกินไป การปรับปรุงแก้ไขจึงต้องสอดคล้องกับมาตรฐาน การทำงานย่อมมีข้อผิดพลาด แต่ไม่ควรผิดพลาดหลายครั้งเพราะผู้ปฏิบัติงานต้องเรียนรู้จากข้อผิดพลาด และต้องปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับผิดชอบอย่างเต็มความสามารถและสิ้นสุดลงด้วยการมอบหมายการงานต่าง ๆ

การบริหารงานในองค์กรส่วนใหญ่มีการนำหลักการปฏิบัติงาน PDCA เสมอ โดยมีการดำเนินกิจกรรมบางกิจกรรมที่ครบวงจร ในขณะที่บางกิจกรรมอาจจะไม่ครบวงจรตามลักษณะงานและสภาพแวดล้อมในการทำงาน ในแต่ละองค์กรจะมีวงจร PDCA อยู่หลาย ๆ วง วงใหญ่สุด คือ วงที่มีวิสัยทัศน์ และแผนยุทธศาสตร์ขององค์กรเป็นแผนงาน (P) แผนงานวงใหญ่อาจครอบคลุมระยะเวลาต่อเนื่องกันหลายปีจึงจะบรรลุผล การจะผลักดันให้วิสัยทัศน์และแผนยุทธศาสตร์ขององค์กรปรากฏเป็นจริงได้จะต้องปฏิบัติ (P) โดยนำแผนยุทธศาสตร์มากำหนดเป็นแผนการปฏิบัติงานประจำปีของหน่วยงานต่าง ๆ ขององค์กร แผนการปฏิบัติงานประจำปีจะก่อให้เกิดวงจร PDCA ของหน่วยงานขึ้นใหม่ หากหน่วยงานมีขนาดใหญ่ มีบุคลากรที่เกี่ยวข้องจำนวนมาก ก็จะต้องแบ่งกระจายความรับผิดชอบไปยังหน่วยงานต่าง ๆ ทำให้เกิดวงจร PDCA เพิ่มขึ้นอีกหลาย ๆ วงโดยมีความเชื่อมโยง และซ้อนกันอยู่ การปฏิบัติงานของหน่วยงาน ทั้งหมดจะรวมกันเป็น (D) ขององค์กรนั้น ซึ่งองค์กรจะต้องทำการติดตามตรวจสอบ (C) และแก้ไขปรับปรุงจุดที่เป็นปัญหา หรืออาจต้องปรับแผนใหม่ในแต่ละปี (A) เพื่อให้วิสัยทัศน์และแผนยุทธศาสตร์ระยะยาวนั้นปรากฏเป็นจริง และทำให้การดำเนินงานบรรลุเป้าหมาย และวัตถุประสงค์รวมขององค์กร ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีคุณภาพ

สทธร เพชรวิโรจน์ชัย (2564) ได้กล่าวถึง ความหมาย ประโยชน์ และตัวอย่าง การใช้ 4 ขั้นตอนของ PDCA เพื่อพัฒนาองค์กรอย่างต่อเนื่อง ไว้ดังนี้

PDCA คือ วงจรบริหารงานคุณภาพ ประกอบไปด้วย 4 ขั้นตอน Plan Do Check Act เป็นกระบวนการที่ใช้ปรับปรุงการทำงานขององค์กรอย่างเป็นระบบ โดยมีเป้าหมาย เพื่อ แก้ปัญหา และเกิดการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง (Continuous improvement) จุดเด่น คือเป็น กระบวนการที่ทำซ้ำได้เรื่อย ๆ จนกลายเป็นวงจร (Cycle) วนลูปนั่นเอง

แนวคิดดังกล่าวเกิดขึ้นมาช่วงปี 1950's โดยบิดาแห่งการควบคุมคุณภาพสมัยใหม่ ดร.วิลเลียม เอ็ดเวิร์ด เดมมิ่ง (Dr.William Edward Deming) ซึ่งพัฒนามาจากปรมาจารย์ของเขาคือ วอลเตอร์ เอ ชิวฮาร์ต (Walter Andrew Shewhart) ทำให้วงจรนี้มีชื่อเรียกอื่นว่า Deming Cycle หรือ Shewhart Cycle

เดมมิ่งคิดค้น PDCA ผ่านความเชื่อที่ว่า “คุณภาพสามารถปรับปรุงพัฒนาได้” โดย สามารถประยุกต์กับองค์กรทุกประเภท ธุรกิจทุกรูปแบบ หรือแม้กระทั่งชีวิตประจำวัน จนกลายเป็น เครื่องมือเรียบง่ายที่ได้รับความนิยมมาถึงทุกวันนี้

สทธร เพชรวิโรจน์ชัย (2564) กล่าวว่า ประโยชน์ของ PDCA เรียบง่าย และทำซ้ำได้ คือ คุณสมบัติหลักของวงจรบริหารงานคุณภาพ สิ่งนี้ทำให้ PDCA มีประโยชน์เหนือเครื่องมืออื่นดังนี้

1. สร้างประสิทธิภาพและประสิทธิผลที่ดีกว่า เพราะกระบวนการนี้เริ่มต้นที่ปัญหา และต้องการแก้ไขมันเพื่อนำไปสู่เป้าหมายขององค์กร
2. เกิดการปรับปรุงพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เพราะเป็นกระบวนการที่ทำซ้ำได้ ในระยะยาว จึงเกิดประสิทธิภาพสูงสุดหากปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง
3. ทำให้ตัดสินใจง่ายขึ้น เพราะมีการตั้งเป้าหมายและการวัดผลที่ชัดเจน ข้อมูลที่ได้มาสามารถนำมาวิเคราะห์เพื่อพัฒนาองค์กรต่อไป

4. ลดความเสี่ยงในการจัดการ เพราะกระบวนการนี้ประยุกต์ใช้กับทีมเล็ก ๆ ก่อน หากเกิดความผิดพลาดก็จะควบคุมสถานการณ์ได้ง่ายกว่า ทั้งยังสามารถอุดรอยรั่วไม่ให้เกิดความเสี่ยงในอนาคต

5. อย่างไรก็ตาม PDCA ไม่เหมาะกับโครงการที่ต้องการแก้ปัญหาอย่างเร่งด่วน เพราะต้องใช้ระยะเวลายาวนานในการดำเนินการ ฉะนั้นถ้าเป็นโปรเจกต์สั้น ๆ เครื่องมืออื่นอาจจะ ตอบโจทย์กว่า ที่สำคัญ PDCA ต้องการความร่วมมือจากผู้มีส่วนเกี่ยวข้องเป็นอย่างมาก การจูงใจ พนักงานให้เข้าใจเป้าหมายเดียวกันจึงสำคัญ

สทธร เพชรวิโรจน์ชัย (2564) กล่าวถึง 4 ขั้นตอนสู่ความสำเร็จของ PDCA โครงสร้าง PDCA ประกอบ 4 ขั้นตอน ดังนี้

P – PLAN ระบุและวิเคราะห์ปัญหา

เริ่มต้นการวางแผนจะต้องมีเป้าหมายที่ชัดเจนเสียก่อน โดยขั้นตอนนี้ ต้องกำหนดให้ครอบคลุมทั้งกระบวนการตั้งแต่เริ่มไปจนถึงสุดสิ้นสุดว่า มีปัญหาอะไรที่จะต้องแก้ไข ใครเป็นผู้รับผิดชอบที่เกี่ยวข้อง กระบวนการค้นหาข้อมูลคืออะไร กระบวนการแก้ไขคืออะไร โดยเฉพาะระบุตัวชี้วัด เช่น KPIs หรือ OKR ที่ชัดเจน แล้วนำออกมาเป็นแผนการดำเนินงาน (Action Plan) ซึ่งสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสมทั้งนี้ ควรมีคำถามเอาไว้ถามตัวเองก่อนข้ามไปยังขั้นตอนต่อไปว่า

- 1) ปัญหาสำคัญที่จะต้องได้รับการแก้ไขคืออะไร
- 2) ทรัพยากรที่ต้องการคืออะไร
- 3) ทรัพยากรที่มีอยู่คืออะไร
- 4) อะไรคือทางออกที่ดีที่สุดภายใต้ทรัพยากรที่มีอยู่
- 5) แผนนี้จะสำเร็จด้วยเงื่อนไขอะไรบ้าง
- และ 6) อะไรคือเป้าหมายที่แท้จริงที่เราต้องการ

ถ้าสามารถตอบคำถามเหล่านี้ได้อย่างชัดเจน ก็เตรียมพร้อมสู่ขั้นตอนต่อไป

D – DO พัฒนาทางออกและดำเนินการตามแผน

หลังจากกำหนดแผนแล้วก็ถึงเวลาที่จะลงมือทำ เพราะเราจะต้องนำแผนดังกล่าวมาใช้จริง ดำเนินการจริง เพื่อให้เห็นผลลัพธ์จริง

ในขั้นตอนนี้ทุกคนต้องระลึกไว้เสมอว่า การดำเนินการจะเกิดปัญหาอื่นตามมาเสมอ นั่นจึงเป็นเหตุผลว่าควรใช้แผนดังกล่าวกับทีมนำร่องไม่กี่คนหรือเป็นโปรเจกต์เล็ก ๆ เสียก่อน เพราะสภาพแวดล้อมที่ควบคุมได้จะป้องกันความเสียหายที่เกิดขึ้นไม่ให้ส่งผลกระทบต่อทั้งบริษัท

C – Check ประเมินและสรุปผล

เมื่อดำเนินการมาถึงจุดหนึ่งแล้ว เราจะต้องตรวจสอบให้ได้ว่า แผนดังกล่าวมีผลลัพธ์เป็นไปตามตัวชี้วัดที่ต้องการหรือไม่

ถ้าประสบความสำเร็จตามตัวชี้วัด ก็สามารถดำเนินการไปสู่ขั้นตอนสุดท้ายได้เลย แต่ถ้าไม่ประสบความสำเร็จ ก็ควรนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหา แล้วดำเนินการขั้นตอนที่ 1 ถึง 3 ใหม่จนกว่าจะประสบความสำเร็จหรือผ่านตัวชี้วัดที่กำหนดไว้

A – Act ปรับปรุงแก้ไขและวางแผนใหม่ต่อไป

ถ้าการปฏิบัติแผนดังกล่าวประสบความสำเร็จเป็นอย่างดี ก็ถึงเวลานำแผนนั้นมาประยุกต์ใช้กับทุกคนองค์กร ผ่านการประกาศ ประชุม อีเมล หรือการจัดการอบรมภายในบริษัท เพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงจนเกิดตามมาตรฐานใหม่

ทั้งนี้ PDCA เป็นกระบวนการที่ทำซ้ำได้ ไม่ใช่สำเร็จแล้วจะหยุดเลยทันที ทางที่ดีควรต่อยอดแผนใหม่ภายใต้ความคิดว่า “จะต้องดีกว่าเดิมเสมอ” และมองหาวิธีใหม่ ๆ เพื่อปรับปรุงพัฒนาองค์กรไปเรื่อย ๆ อย่างไม่มีวันหยุด

สุภัทรา เอื้อวงศ์ (2565) กล่าวว่า วงจร Deming เป็นระบบที่เน้นการดำเนินการที่เป็นวงรอบตั้งแต่ การวางแผน (Plan-P) การปฏิบัติการ (Do-D) การตรวจสอบผลการปฏิบัติการ (Check-C) และการแก้ปัญหาหรือการนำผลมาปรับปรุง (Act-A) โดยมีสาระ ดังต่อไปนี้

1. การวางแผน (Plan) หมายถึง การวางแผนการดำเนินงานรวมถึง การกำหนดเป้าหมาย/วัตถุประสงค์ ในการดำเนินงาน กำหนดขั้นตอนและวิธีการที่จำเป็น เพื่อให้การดำเนินงานให้บรรลุเป้าหมาย ในการวางแผน จะต้องทำความเข้าใจกับเป้าหมายวัตถุประสงค์ให้ชัดเจน ซึ่งเป้าหมายที่กำหนดต้องเป็นไปตามนโยบาย วิสัยทัศน์ และพันธกิจขององค์กร เพื่อก่อให้เกิดการพัฒนาไปในทิศทางเดียวกันทั่วทั้งองค์กร ในการวางแผน ควรต้องกำหนดมาตรฐาน ตัวชี้วัด และเกณฑ์อันเป็นมาตรฐาน เพื่อใช้ในการประเมินความสำเร็จ ของการดำเนินการตามแผนที่กำหนด

2. การปฏิบัติตามแผน (Do) หมายถึง การปฏิบัติงานให้เป็นไปตามแผน และมาตรฐานที่กำหนด โดยก่อนที่จะปฏิบัติจริง ต้องศึกษาข้อมูลและเงื่อนไขต่าง ๆ ทราบวิธีการ และขั้นตอนการปฏิบัติ จะต้องดำเนินการไปตามแผนวิธีการและขั้นตอนที่ได้กำหนดไว้ และจะต้องเก็บรวบรวม และบันทึกข้อมูลที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้เป็นข้อมูลในขั้นตอนต่อไป

3. การตรวจสอบการปฏิบัติตามแผน (Check) หมายถึง การตรวจสอบ และประเมินผลแผนการ ดำเนินงานตามแผน ทั้งด้านกระบวนการและผลลัพธ์ว่าเป็นไปตามมาตรฐานที่กำหนดหรือไม่ ซึ่งการติดตาม ตรวจสอบและการประเมินปัญหาเป็นการดำเนินการเพื่อประโยชน์ ในการพัฒนาปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพ ของงาน ทั้งนี้ ในการประเมินสามารถทำได้เองในลักษณะของการประเมินตนเอง

4. การปรับปรุงแก้ไข (Act) หมายถึง การปรับปรุง การแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นจากการที่ได้ทำการ ตรวจสอบแล้วแก้ไขแบบเร่งด่วนเฉพาะหน้าหรือการค้นหาคำสาเหตุที่แท้จริง เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาซ้ำ การปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นขั้นตอนใดก็ตาม จะเป็นการแก้ไขปรับปรุงเพื่อให้เกิดคุณภาพ ดังนั้น วงจร PDCA จึงเรียกว่า วงจรบริหารงานคุณภาพ

หลักการบริหารของ Deming ประกอบด้วยประเด็นสำคัญ 14 ประการ (ศิริพงษ์ ลดาวัลย์ ณ อยุธยา, 2550 อ้างถึงใน สุภัทรา เอื้อวงศ์, 2565) ดังนี้

1. การกำหนดวัตถุประสงค์ในการปรับปรุงคุณภาพที่แน่นอน ชัดเจนเพื่อนำไปสู่การปรับปรุง ผลผลิต และการบริการ โดยใช้การศึกษาค้นคว้า และนำนวัตกรรมมาปรับปรุงการออกแบบการผลิต และการบริการอย่างสม่ำเสมอ

2. การยอมรับการเปลี่ยนแปลง รวมทั้งการนำแนวคิดของทุกคนทุกฝ่ายมาใช้ ตัดสินใจร่วมกัน นอกจากนี้ ผู้บริหารระดับสูงจะต้องสร้างวัฒนธรรมด้านคุณภาพขึ้น ในองค์การจน กลายเป็นวิถีชีวิต

3. การยึดมั่นในหลักการสร้างคุณภาพการผลิตโดยใช้กระบวนการทางสถิติ เพื่อให้เป็นหลักในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ขององค์การ

4. การสร้างความเชื่อมั่นให้กับผู้รับบริการในด้านต่าง ๆ ให้ความสนใจ และยอมรับ แนวคิด และข้อเสนอแนะของผู้รับบริการ รวมทั้งการตอบสนองความต้องการ เพื่อให้ผู้รับบริการพึง พอใจ

5. การปรับปรุงระบบการทำงานเพื่อให้เกิดคุณภาพการผลิต และการลดต้นทุนอย่างต่อเนื่องเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของการผลิตและการบริการ

6. การจัดการฝึกอบรมความรู้ที่เกี่ยวกับการปฏิบัติงานที่มีคุณภาพให้กับบุคลากรใน หน่วยงานทุกคน โดยอาจจัดให้มีสถาบันเพื่อการฝึกอบรมขึ้นเป็นการเฉพาะ

7. การสร้างภาวะผู้นำทางการบริหารให้เกิดขึ้นกับบุคลากรทุกระดับเพื่อ ประสิทธิภาพการทำงาน

8. การขจัดความกลัวหรืออุปสรรคในการแสดงความคิดเห็นของบุคลากร โดยมีการ สื่อสารแบบสองทาง และผู้บริหารโรงเรียนต้องใช้วิธีการปรึกษาหารือมากกว่าการสั่งการ

9. การร่วมกันทำงานเป็นทีม และสนับสนุนการทำงานร่วมกัน

10. การเน้นการกระตุ้นให้ทุกคนมีแรงจูงใจในการทำงาน โดยบอกวิธีการกระทำให้ ถึงเป้าหมายว่า ควรทำอย่างไร (how to) เพื่อนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพงานเป็นหลัก โดยไม่ยึดติดกับ คำขวัญหรือเป้าหมายที่เป็นตัวเลขเพียงอย่างเดียว

11. การเน้นการทำงานโดยคำนึงถึงคุณภาพ (how good) มากกว่าการมุ่งเน้น ปริมาณหรือมุ่งการทำงานให้ได้ตามจำนวนที่ต้องการโดยไม่คำนึงถึงคุณภาพ

12. การขจัดสิ่งที่เป็นอุปสรรคต่อการทำงานของบุคลากร กระตุ้นให้ทุกคนใช้ ความสามารถในการทำงานให้เต็มศักยภาพ ให้ความเป็นธรรมและเอาใจใส่บุคลากรทุกคนอย่างเท่า เทียมกัน

13. การสนับสนุนให้บุคลากรได้รับการศึกษาและฝึกอบรม เพื่อเพิ่มพูนความรู้ที่เป็น ประโยชน์ในการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพ รวมทั้งการปรับปรุงการทำงานอย่างสม่ำเสมอ

14. การจัดคนเข้าทำงานให้เหมาะสมเพื่อนำสู่การเปลี่ยนแปลงที่ทำให้เกิดคุณภาพ

โดยหลักการ 14 ข้อของ Deming จะเป็นแนวทางสำหรับองค์การที่จะนำไปสู่การ พัฒนาสู่ความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพขององค์การต่อไป



ประโยชน์ของการบริหารจัดการคุณภาพ (ศิริพงษ์ ลดาวัลย์ ณ อยุธยา, 2550 อ้างถึงใน สุภัทรา เอื้อวงศ์, 2565) การบริหารจัดการคุณภาพทั้งองค์การเป็นแนวคิดผสมผสาน ทั้งในแง่ ทฤษฎีองค์การและการจัดการคุณภาพ การบริหารจัดการคุณภาพที่ประสบความสำเร็จย่อมทำให้ ผลผลิตและการบริการมีคุณภาพและมีประโยชน์ต่อองค์การ คือ

1. ทำให้องค์การมีภาพลักษณ์ที่ดี ช่วยเพิ่มผลผลิต และคุณภาพมากขึ้น องค์การที่ สร้างผลผลิต และบริการที่มีคุณภาพย่อมได้รับความเชื่อถือจากสังคม และผู้รับบริการ
2. เพิ่มส่วนแบ่งการตลาด ผลผลิตเป็นที่ยอมรับและยอดนิยม มีผู้มาใช้บริการมากขึ้น
3. ลดภาระค่าใช้จ่ายในการดำเนินการ รวมทั้งลดข้อผิดพลาดที่อาจเกิดขึ้นในการ ดำเนินการ และการจัดการคุณภาพที่ประสบความสำเร็จจะช่วยป้องกันความผิดพลาดที่อาจเกิดขึ้น

จากความหมายของนักวิชาการที่ได้หยิบยกมาข้างต้น สามารถสรุปกระบวนการ บริหารแบบ PDCA ได้ว่า กระบวนการบริหาร PDCA ตามวงจร Deming เป็นระบบการดำเนินการ ที่เป็นวงรอบ เริ่มตั้งแต่ขั้นการวางแผน (Plan-P) ขั้นการปฏิบัติ (Do-D) ขั้นการตรวจสอบผล การปฏิบัติ (Check-C) และขั้นการแก้ปัญหาหรือการนำผลมาปรับปรุง (Act-A) มีประโยชน์ต่อการ บริหารอย่างมาก ทำให้ผู้บริหารสามารถทราบถึงปัญหาหรือจุดบกพร่องที่เกิดจากการดำเนินงาน สามารถตรวจสอบคุณภาพของการปฏิบัติงาน สามารถสร้างแผนงาน และปรับปรุงคุณภาพการทำงาน ให้ดียิ่งขึ้น ทำให้ส่งผลดีต่อการบริหาร และการพัฒนางานให้มีประสิทธิภาพสูงขึ้น

ทั้งนี้หากนำกระบวนการบริหารแบบ PDCA เข้ามาประยุกต์ใช้กับการดำเนินงาน ส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ก็จะทำให้ผู้บริหารสถานศึกษาได้มีการกำหนดนโยบาย ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายอย่างเป็นลายลักษณ์อักษร มีการแต่งตั้งคณะทำงานที่ทำให้แต่ละ ฝ่ายมีหน้าที่รับผิดชอบที่ชัดเจนในการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายของ สถานศึกษา (Plan-P) คณะทำงานได้มีการทำหน้าที่ของตนเองอย่างเต็มศักยภาพตามแผนงานที่ได้ วางแผนไว้ (Do-D) ผู้บริหารมีการนิเทศ กำกับ และติดตามการดำเนินงาน เพื่อประเมินผลการ ดำเนินงานว่าอยู่ในระดับใด สามารถสนองได้ตามเป้าหมายที่วางไว้หรือไม่ (Check-C) และสุดท้าย ผู้บริหารได้มีการนำปัญหา ข้อผิดพลาด หรือจุดบกพร่องต่าง ๆ มาปรับปรุง แก้ไข และร่วมกันกับ คณะทำงานเพื่อพัฒนาการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษาให้มีประสิทธิภาพ ยิ่งขึ้น (Act-A) ซึ่งหากผู้บริหารสถานศึกษาสามารถขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ของสถานศึกษาได้ตามวงรอบของกระบวนการ PDCA ข้างต้น ก็จะส่งผลให้การส่งเสริม กิจกรรมทางกายของสถานศึกษามีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จ และสามารถพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ได้ดียิ่งขึ้นเช่นกัน

## 2. แนวคิดเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

### 2.1 ความหมายของกิจกรรมทางกาย

ความหมายของคำว่า “กิจกรรมทางกาย” ได้มีผู้ให้คำจำกัดความไว้มากมาย ซึ่งผู้ให้ความหมายต่างนิยามคำว่ากิจกรรมทางกายไปในทิศทางเดียวกัน โดยมีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

สำนักโรคไม่ติดต่อ (2555) ให้คำจำกัดความของกิจกรรมทางกายว่า การทำกิจกรรมเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายซึ่งเกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อลาย และทำให้มีการใช้พลังงานเพิ่มขึ้นจากภาวะปกติขณะพัก การเคลื่อนไหวร่างกายสามารถจัดหมวดหมู่ได้เป็น 4 ประเภทตามบริบทที่กระทำ ได้แก่

1. การทำงาน.ระกอบอาชีพ (Occupational activity) เช่น ทาบขนมขาย ขนของ ขึ้นลง ถีบสามล้อ เกี่ยวข้าว ฯลฯ

2. การทำงานบ้าน/งานสวน/งานสนาม ในบริเวณบ้าน (Household activity) เช่น ทำงานบ้าน ทำครัว ล้างถ้วยชาม เช็ดถูกระจก ล้างซัฟพื้น ถูบ้าน เก็บเกี่ยวดอกไม้/ผลไม้/ผัก ขุดดิน ตัดแต่งกิ่ง ดายหญ้า ฯลฯ

3. การเดินทางจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง (Transportation activity) เช่น เดินไปทำงาน ถีบจักรยานไปทำงาน เดินไปทำธุระ เดินขึ้นบันได ฯลฯ

4. การทำกิจกรรมในเวลาว่าง หรืองานอดิเรก (Leisure time activity) เช่น เดินเล่น เดินทางไกล ถีบจักรยาน ลีลาศ รำมวยจีน เล่นโยคะ วิ่ง/วิ่งเหยาะ เต้นแอโรบิก วายน้ำ และการเล่นกีฬาต่าง ๆ ฯลฯ ทั้งนี้การทำกิจกรรมในเวลาว่างยังสามารถ แบ่งย่อยได้อีก 3 ประเภท ได้แก่

4.1 การทำกิจกรรมนันทนาการ (Recreational activity) เช่น เดินเล่น เดินทางไกล ปีนเขา ถีบจักรยาน วายน้ำ ลีลาศ รำมวยจีน เล่นโยคะ ฯลฯ

4.2 การเล่นกีฬา (Competitive sports)

4.3 การออกกำลังกายหรือการฝึกฝนร่างกาย (Exercise training) คือ การเคลื่อนไหวร่างกายที่สร้างขึ้นอย่างเป็นแบบแผน กระทำซ้ำ ๆ โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อสร้างเสริมสมรรถภาพอย่างใดอย่างหนึ่งหรือทั้งหมด เป็นกิจกรรมที่ค่อนข้างหนัก เช่น เดิน กระโดด วิ่ง/วิ่งเหยาะ ถีบจักรยาน เต้นแอโรบิก วายน้ำ กระโดดเชือก กรรเชียงเรือ เล่นกีฬาประเภทฝึกความอดทน ฯลฯ

สนธยา สีละมาต (2557) ได้กล่าวว่า กิจกรรมทางกาย หมายถึงการเคลื่อนไหวของร่างกายทุกรูปแบบที่เกิดจากการหดตัวของกล้ามเนื้อ และทำให้ร่างกายมีการใช้พลังงานเพิ่มขึ้นจากขณะพัก ฉะนั้นกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมจึงจะส่งผลดีต่อสุขภาพ

ณัฐวุฒิ เอี่ยมอรุณชัย (2558) ได้กล่าวถึงความหมายของกิจกรรมทางกายไว้ว่า การทำกิจกรรมเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ซึ่งเกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อลาย และทำให้มีการใช้พลังงานเพิ่มขึ้นจากภาวะปกติ

อัจฉรา ปุราคม (2558) ได้กล่าวว่ากิจกรรมทางกาย หมายถึง การเคลื่อนไหวของร่างกายที่ทำให้เกิดการเผาผลาญพลังงานในวิถีชีวิตประจำวันที่ส่งผลต่อสุขภาพ และการลดปัจจัยเสี่ยงต่อโรคไม่ติดต่อเรื้อรังอย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ยังสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตประจำวันในทุกช่วงชีวิตของมนุษย์

คณะกรรมการพัฒนาแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (2561) ได้กล่าวถึงคำว่ากิจกรรมทางกายไว้ว่า การขยับเคลื่อนไหวร่างกายทั้งหมดในชีวิตประจำวันในอิริยาบถต่าง ๆ ซึ่งก่อให้เกิดการใช้ และเผาผลาญพลังงานโดยกล้ามเนื้อ อันครอบคลุมการเคลื่อนไหวทั้งหมดในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นการทำงาน การเดินทาง และกิจกรรมนันทนาการ โดยแบ่งออกเป็น 3 ระดับ คือ ระดับเบา ระดับปานกลาง และระดับหนัก

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (2561) ให้คำจำกัดความของคำว่ากิจกรรมทางกายว่า กิจกรรมทางกาย (Physical Activities) หมายถึง การเคลื่อนไหวร่างกาย ซึ่งถ้าได้กระทำอย่างสม่ำเสมอจะเป็นพฤติกรรมที่สร้างเสริมสุขภาพ และมีผลต่อการป้องกันโรคไม่ติดต่อทั้งหลาย แต่ถ้าให้อธิบายกันง่าย ๆ กิจกรรมทางกาย ก็คือการขยับทุกอย่างตั้งแต่ตื่นจนถึงเราเข้านอน หรือถ้าจะพูดกันให้ง่ายอีก กิจกรรมทางกายก็คือ การขยับนั่นเอง ทางองค์การอนามัยโลกได้แบ่งระดับความหนักของกิจกรรมทางกายไว้เป็น 3 ระดับ ดังนี้

1. ใช้กำลังน้อย (inactive) คือ กิจกรรมเบา ๆ ที่เราสามารถทำไปด้วยร้องเพลงไปด้วยได้อย่างสบาย ๆ เช่น การนั่ง นอน ยืน หรือเดินใกล้ ๆ ใช้ระยะเวลา ต่ำกว่า 10 นาที
2. ใช้กำลังปานกลาง (moderate physical activity) คือ กิจกรรมที่เริ่มทำให้หัวใจเราเต้นแรง หายใจเร็วขึ้น ทำให้ไม่สามารถร้องเพลงได้อย่างต่อเนื่อง แต่สามารถพูดคุยประโยคยาว ๆ ได้ เช่น เดิน เดินขึ้นบันได เดินเร็ว ทำสวน หรือขี่จักรยานต่อเนื่อง 10 นาที ขึ้นไป
3. ใช้กำลังอย่างหนัก (vigorous physical activity) คือ กิจกรรมที่ทำให้หัวใจเราเต้นแรง หายใจหอบ ไม่สามารถพูดประโยคยาว ๆ ได้ เพราะหายใจไม่ทัน เช่น การขุดดิน ผ่าฟัน ยกของหนัก วิ่ง เล่นกีฬา

กรมอนามัย (2562) ให้คำจำกัดความของกิจกรรมทางกายว่า กิจกรรมทางกาย คือ การขยับเคลื่อนไหวร่างกายทั้งหมดในชีวิตประจำวันในอิริยาบถต่าง ๆ ทำให้เกิดการใช้ และเผาผลาญพลังงาน เคลื่อนไหวร่างกายทั้งหมด รวมถึงการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นการทำงาน เช่น การทำงานบ้าน ทำไร่ ทำสวน การยกของ การเดินทาง เช่น เดิน และขี่จักรยาน และกิจกรรมนันทนาการ เช่น การเดินชมสวน การออกกำลังกายแบบต่าง ๆ และการเล่นกีฬา เป็นต้น

สุรียัณาย พุดสีเสณ (2563) ให้คำจำกัดความของกิจกรรมทางกายว่า กิจกรรมทางกาย หมายถึง การขยับเคลื่อนไหวร่างกาย เกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อ และร่างกาย ต้องใช้พลังงานมากกว่าขณะพัก ตัวอย่างกิจกรรมทางกาย ได้แก่ การประกอบอาชีพ การเดินทาง งานบ้าน งานอดิเรก งานสันตนาการ การออกกำลังกาย เล่นกีฬา และสมรรถภาพทางกาย

จากความหมายข้างต้นจึงสรุปคำจำกัดความของคำว่ากิจกรรมทางกาย หมายถึง กิจกรรมที่เน้นการเคลื่อนไหวของร่างกาย ทำให้ร่างกายมีการขยับในระดับต่าง ๆ เกิดการเผาผลาญพลังงาน สามารถปฏิบัติเป็นงานอดิเรก หรือเพื่อสร้างเสริมสุขภาพได้ ทั้งนี้รวมถึงการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน โดยสามารถแบ่งออกเป็น 3 ระดับ คือ ระดับเบา ระดับปานกลาง และระดับหนัก

## 2.2 การส่งเสริมกิจกรรมทางกายเชิงระบบแบบ 4PC

ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) ได้กล่าวถึงกิจกรรมทางกายภายในสถานศึกษาว่า การส่งเสริมกิจกรรมทางกายภายในโรงเรียน คล้ายกับเป็นสิ่งที่ทำได้ไม่ยาก แต่จากข้อมูลเชิงสถานการณ์ด้านการมีกิจกรรมทางกายของนักเรียน ได้ชี้ให้เห็นแล้วว่า กิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ยังมีอุปสรรค และภัยคุกคามต่าง ๆ ที่มีผลทำให้นักเรียนไม่สามารถมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอต่อการส่งเสริมพัฒนาการได้ ดังนั้น การจัดกิจกรรมทางกายในสถานศึกษานั้นมีเป้าหมายสูงสุดเพื่อให้นักเรียนทุกคนได้รับโอกาส และมีกิจกรรมทางกายอย่างมีคุณภาพ และเพียงพอ ซึ่งศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทยได้จัดทำแนวคิดการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเชิงระบบแบบ 4PC เพื่อให้สถานศึกษาได้นำไปปรับใช้ในการจัดกิจกรรมทางกายภายในสถานศึกษา โดย 4PC เป็นแนวคิดที่ถูกออกแบบ และพัฒนาขึ้น โดยทบทวน และศึกษาข้อมูลจากงานวิจัยในต่างประเทศมาทำการออกแบบ และปรับประยุกต์ เพื่อจัดการระบบนิเวศด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย นโยบายด้านการจัดการเรียนการสอน บริบทเชิงพื้นที่ของโรงเรียน และพฤติกรรมของนักเรียนไทย ทั้งนี้แนวคิดดังกล่าวถูกนำมาใช้เป็นเครื่องมือในการจัดการเชิงระบบเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน โดยได้ผ่านกระบวนการวิจัย และทดสอบประสิทธิผลของเครื่องมือตลอดระยะเวลา 3 ปีของนักเรียน ขณะเดียวกันยังยืนยันโดยผู้บริหารโรงเรียน และคุณครูผู้เชื่อว่า เป็นแนวคิดที่สามารถปรับประยุกต์ และบูรณาการเข้ากับกิจกรรมเชิงนโยบายและการเรียนรู้ อื่นๆ ได้อย่างไม่ติดขัด

ทั้งนี้ องค์ประกอบสำหรับการดำเนินการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน ด้วยแนวคิดการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเชิงระบบแบบ 4PC มี 5 องค์ประกอบที่สำคัญ คือ

- 1) นโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวร่างกายในทุกโอกาส (Active Policy)
- 2) บุคลากรที่มีความกระฉับกระเฉงตื่นรู้ (Active People)
- 3) แผนกิจกรรมฉลาดเล่นไปปฏิบัติ (Active Program)
- 4) พื้นที่ส่งเสริมการเล่น (Active Place) และ
- 5) ห้องเรียนฉลาดรู้ (Active Classroom)

1. นโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวร่างกายในทุกโอกาส (Active Policy)

ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) กล่าวว่า นโยบายของโรงเรียนเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่ช่วยให้การดำเนินการโรงเรียนส่งเสริมกิจกรรมทางกายเป็นไปอย่างราบรื่น และประสบผลสัมฤทธิ์ตามเป้าหมาย โรงเรียนมีความจำเป็นที่จะต้องกำหนดนโยบายที่ชัดเจนเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย นอกเหนือจากการเห็นความสำคัญในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของผู้บริหารโรงเรียนแล้ว ครูตลอดจนบุคลากรของโรงเรียนที่มีส่วนเกี่ยวข้อง จำเป็นที่จะต้องทราบ และมีความพร้อมในการดำเนินการดังกล่าวร่วมกันด้วย เพื่อก่อให้เกิดการขับเคลื่อนกิจกรรมที่ยั่งยืน โดยแต่ละฝ่ายมีบทบาท ดังนี้

1.1 บทบาทของโรงเรียน ผู้บริหารโรงเรียนจะต้องแสดงบทบาท ในการสนับสนุน การส่งเสริมกิจกรรมทางกายต่าง ๆ ที่เน้นการส่งเสริมการเคลื่อนไหวร่างกาย ของนักเรียน รวมถึง บุคลากรทุกคนในโรงเรียนในทุก ๆ โอกาสของช่วงวัน โดยกำหนดให้เป็นนโยบายที่สำคัญของโรงเรียน และบรรจุอยู่ในแผนดำเนินงานอย่างเป็นลายลักษณ์อักษร

1.2 การมีส่วนร่วมของบุคลากรในโรงเรียนและนักเรียน ผู้บริหารควรเปิดโอกาส ให้ครู และนักเรียนได้มีส่วนร่วมในการเสนอแนะนโยบาย และการกำหนดแผนกิจกรรม ด้านการส่งเสริม กิจกรรมทางกาย ตลอดจนมีส่วนร่วมในการประเมินและติดตามผล

1.3 การมีส่วนร่วมของครอบครัวและชุมชน โรงเรียนควรสื่อสารและสร้างความ เข้าใจกับครอบครัวและชุมชนให้เข้ามามีส่วนร่วม และมีบทบาทในการสนับสนุน และส่งเสริมกิจกรรม ทางกายในโรงเรียน โดยใช้กลไกของคณะกรรมการสถานศึกษาเป็นตัวแทนของผู้ปกครองร่วมกันเข้า มามีส่วนร่วม และติดต่อกับหน่วยงานต่าง ๆ ในพื้นที่ให้เข้ามาสนับสนุน หรือเข้ามามีส่วนร่วมในการ จัดกิจกรรม เช่น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบล หน่วยงานปกครองในท้องถิ่น เป็นต้น

## 2. บุคลากรที่มีความกระฉับกระเฉงตื่นรู้ (Active People)

ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) กล่าวว่า ผู้ กระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลง คือ ครูและบุคลากรที่เกี่ยวข้องในการดำเนินกิจกรรมของโรงเรียน ที่ จำเป็นที่จะต้องมีความรู้ และมีความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย รวมถึง เป็นแบบอย่างที่ดี ตระหนักต่อการมีสุขภาพที่ดี และความกระฉับกระเฉงในการดำเนินชีวิต ทั้งนี้เพราะครู คือ แบบอย่างที่ดีที่เด็กให้ความเคารพ และเลียนแบบพฤติกรรมไปปฏิบัติ

## 3. แผนกิจกรรมฉลาดเล่นไปปฏิบัติ (Active Program)

ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) กล่าวว่า แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้กับนักเรียนตลอดช่วงวันที่สามารถบูรณาการกิจกรรมการส่งเสริม การเรียนรู้อื่น ๆ มาประยุกต์รวมเข้าด้วยกันเป็นแผนกิจกรรมฉลาดเล่น โดยแผนการจัดกิจกรรม ดังกล่าวเกิดขึ้นจากการวิเคราะห์ และระดมสมองจากครูที่เกี่ยวข้องในทุก ๆ ฝ่ายในการวางแผน

ร่วมกัน เพื่อการจัดทำแผนการส่งเสริมให้นักเรียนทุกคนมีกิจกรรมทางกายสะสม 60 นาทีทุกวัน ตามเกณฑ์ขององค์การอนามัยโลก

การออกแบบแผนกิจกรรมฉลาดเล่นเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายจะเป็นหน้าที่ของคณะครูที่ได้รับการมอบหมายจากผู้บริหารให้ทำหน้าที่เป็นคณะทำงานหลักของโรงเรียน โดยการออกแบบแผนมีอยู่ด้วยกัน 5 ขั้นตอนสำคัญประกอบไปด้วย

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาความเป็นไปได้ก่อนดำเนินการ คือ การทราบถึงข้อมูลเบื้องต้นของโรงเรียน โดยผู้บริหารและคณะครูจะต้องร่วมกันประเมินความพร้อมด้านต่าง ๆ ของโรงเรียน เกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เช่น ด้านนโยบายของโรงเรียน ความพร้อมด้านพื้นที่ และอุปกรณ์ต่าง ๆ สถานการณ์การมีกิจกรรมทางกายของนักเรียน เป็นต้น

ขั้นตอนที่ 2 วิเคราะห์เวลาและโอกาสที่มีสำหรับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน คือ การที่ผู้บริหารและคณะครูร่วมกันจัดสรรเวลาให้นักเรียนได้มีกิจกรรมทางกายอย่างเหมาะสมในช่วงเวลาต่าง ๆ ขณะอยู่ในโรงเรียนตั้งแต่เช้าจนถึงเลิกเรียน ทั้งนี้เบื้องต้นพบว่า นักเรียนแต่ละคนมีเวลาเฉลี่ยประมาณ 135 นาทีต่อวัน นับเฉพาะเวลาที่นักเรียนอยู่ในโรงเรียนเท่านั้น ซึ่งมีโอกาสและเวลาแต่ละช่วง ดังนี้



ภาพที่ 2.1 โอกาสและเวลาแต่ละช่วงของนักเรียนที่สามารถมีกิจกรรมทางกายในขณะที่อยู่ในโรงเรียน

ขั้นตอนที่ 3 ออกแบบกิจกรรมโดยพิจารณาถึงสัดส่วน และหลักพิจารณา ในการจัดกิจกรรม คือ การวางแผนและกำหนดกิจกรรมตามสัดส่วน ของกิจกรรมทางกายแต่ละประเภทตามพีระมิดการเล่นเพื่อเสริมพัฒนาการ เพื่อให้ได้ตามสัดส่วนที่เหมาะสมและสอดคล้องกับความต้องการของนักเรียน รวมไปถึงประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม สัดส่วนของกิจกรรมทางกายแต่ละประเภทในแต่ละวัน ควรเป็นดังนี้

1. การเล่นเพื่อความสนุกสนานผ่อนคลาย เป็นการเล่น เพื่อคลายเครียด ทำให้ร่างกาย และจิตใจร่าเริงแจ่มใส สร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น และเป็นการเพิ่มความฉลาดทางอารมณ์ โดยโรงเรียนควรเปิดโอกาสให้นักเรียนได้เล่นอย่างมีอิสระ

2. การเล่นเพื่อเสริมสร้างทักษะ เป็นกิจกรรมที่โรงเรียน ควรให้นำหนัก/สัดส่วนของกิจกรรมในระดับปานกลาง ซึ่งกิจกรรมนี้เหมาะสำหรับการจัดกิจกรรมภายในชั้นเรียน เพื่อเป็นการเสริมสร้างพัฒนาการตามเป้าหมายในชั้นเรียน รวมไปถึงกิจกรรมต่าง ๆ ที่มีเป้าหมายเพื่อสร้างการเรียนรู้เฉพาะทาง

3. กิจกรรมทางกายเพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงเป็นกิจกรรมที่เน้นให้กับนักเรียนได้ปฏิบัติอย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์ อย่างน้อยครั้งละ 30 นาที เพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ และศักยภาพทางกายให้กับนักเรียน ซึ่งเหมาะกับกิจกรรมในช่วงเวลาพักพิศศึกษา หรือกิจกรรมการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา



ภาพที่ 2.2 สัดส่วนของกิจกรรมทางกายแต่ละประเภทในแต่ละวัน

ขั้นตอนที่ 4 การออกแบบกิจกรรมที่กระตุ้นการมีส่วนร่วม และความสนใจตามหลัก 5 ส. ประกอบไปด้วย

1. สนุกสนาน ถือเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของเด็ก ๆ ที่เข้าร่วมกิจกรรม โดยครูควรให้ความสำคัญกับความสนุกสนานเป็นลำดับต้น ๆ เพื่อเป็นการจูงใจ และให้นักเรียนรักการเคลื่อนไหว ที่สำคัญควรคำนึงถึงความปลอดภัยเป็นหลักสำคัญควบคู่ไปด้วย

2. สมวัย คำนึงถึงพัฒนาการ และความสามารถของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม โดยออกแบบกิจกรรมให้สอดคล้องกับพัฒนาการของนักเรียนแต่ละช่วงวัย

3. สมดุล เป็นการกระจายสัดส่วนของกิจกรรม แต่ละประเภทให้มีความเหมาะสม รวมถึงการคำนึงถึงโอกาสของการเคลื่อนไหวในแต่ละช่วงเวลาให้เหมาะสม

4. เสมอภาค นักเรียนทุกคนสามารถเข้าถึงพื้นที่ อุปกรณ์ และมีส่วนร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างเท่าเทียม

5. ส่วนร่วม การมีส่วนร่วมของนักเรียนในการแสดงความคิดเห็น เสนอแนะความต้องการของแต่ละกิจกรรม หรือการให้นักเรียนเป็นผู้นำในการทำกิจกรรม ซึ่งเป็นกระบวนการทำให้นักเรียนมีส่วนร่วมกิจกรรม และรู้สึกถึงความเป็นเจ้าของทำให้เกิดการยั่งยืนในการจัดกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 5 ติดตามและปรับปรุงแผน คือการติดตามการดำเนินกิจกรรมอย่างใกล้ชิด เพื่อดูพฤติกรรม และท่าทีของนักเรียนต่อการจัดกิจกรรม ใช้วิธีการสังเกต และสอบถามนักเรียนโดยตรง เพื่อเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลในการปรับปรุง และพัฒนาแผนให้ดียิ่งขึ้น

#### 4. พื้นที่ส่งเสริมการเล่น (Active Place)

ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) กล่าวว่า การพัฒนาหรือประยุกต์ใช้พื้นที่ต่าง ๆ ในสถานศึกษาให้มีความเหมาะสมสำหรับการมีกิจกรรมทางกาย การออกกำลังกาย การเล่นกีฬา รวมไปถึงการเคลื่อนไหวร่างกายในกิจกรรมตามความรับผิดชอบ และการเรียนรู้อื่น ๆ ที่สามารถทำได้โดยเริ่มจากการวิเคราะห์สภาพแวดล้อม และพื้นที่เล่นที่มีอยู่เดิมของโรงเรียน ว่ามีความพร้อม เหมาะสม และมีความปลอดภัยมากน้อยเพียงใด หรือต้องพัฒนา หรือปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพื้นที่ในส่วนใดบ้าง เพื่อให้สอดคล้องกับแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของโรงเรียนที่ได้วางไว้

พื้นที่เล่นจะเป็นพื้นที่สำหรับการรองรับกิจกรรมต่าง ๆ ที่ระบุไว้ในแผนกิจกรรม ฉลาดเล่น (Active Program) ซึ่งการดำเนินการมีขั้นตอน ดังนี้

4.1 วาดแผนผังของโรงเรียน แล้วเพิ่มรายละเอียดของสนามกีฬา และพื้นที่เล่นที่โรงเรียนมีลงในแผนผัง ซึ่งเป็นพื้นที่ที่นักเรียนสามารถเข้าถึงอย่างสะดวกและปลอดภัย

4.2 ระบุกิจกรรมและช่วงเวลาที่นักเรียนแต่ละกลุ่มจะเข้าถึงพื้นที่กิจกรรม เพื่อเป็นการจัดสรรเวลาให้เหมาะสม ทั้งนี้ควรระบุพื้นที่เสี่ยงที่อาจทำให้เกิดความไม่ปลอดภัยในการมีกิจกรรมทางกายของนักเรียน

4.3 สสำรวจพื้นที่เล่นจริงในโรงเรียน เพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์และวางแผนพัฒนาต่อไป

#### 5. ห้องเรียนฉลาดรู้ (Active Classroom)



ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) กล่าวว่า ห้องเรียนฉลาดรู้ (Active Classroom) เป็นการออกแบบ และส่งเสริมกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกาย ให้เข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของแผนการเรียนการสอนและกิจกรรมการเรียนรู้ต่าง ๆ ที่มีอยู่เดิม โดยมุ่งหวังที่จะตัดลดพฤติกรรมเนือยนิ่งของนักเรียนไม่ให้หนึ่งนิ่งต่อเนื่องนาน 1 ชั่วโมงต่อครั้ง หรือต่อคาบเรียน อีกทั้งเป็นการกระตุ้นให้นักเรียนมีสมาธิ และมีความพร้อมต่อการเรียนมากยิ่งขึ้น โดยใช้แนวคิด “เล่น เรียน รู้” เข้าไปแทรกในช่วงก่อนและหลังการเรียน หรือการผสมการเคลื่อนไหวร่างกายเข้ากับการเรียนตลอดทั้งคาบเรียนก็ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมของเนื้อหา

จากการศึกษาแนวคิดการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเชิงระบบแบบ 4PC ทั้ง 5 องค์ประกอบ ทำให้สามารถทำการสังเคราะห์แนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา และสามารถนำแนวทางดังกล่าวมาปรับประยุกต์ใช้ เพื่อดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมกิจกรรมทางกายได้ ดังนี้

1. การกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา กล่าวคือ หน้าที่ของผู้บริหารสถานศึกษาเกี่ยวกับการจัดทำแผนการพัฒนากิจกรรมทางกายภายในโรงเรียนที่เป็นลายลักษณ์อักษร โดยการมีส่วนร่วมของครู นักเรียน ผู้ปกครองและครอบครัวของนักเรียน รวมไปถึงการมีส่วนร่วมของชุมชนรอบข้าง โดยจัดตั้งในรูปแบบของคณะกรรมการมีการประชุม กำกับ และติดตามการทำงาน เพื่อให้สามารถขับเคลื่อนแผนการได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

2. การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย กล่าวคือ การกำหนดวิธีการให้ผู้บริหารสถานศึกษา ครู บุคลากรทางการศึกษา มีความรู้ ความเข้าใจ และมีทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย โดยครูสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีด้านการมีกิจกรรมทางกายให้นักเรียนได้เห็นเป็นตัวอย่าง มีการเปิดโอกาสให้ครู และนักเรียนมีส่วนร่วมในขั้นตอนของการพัฒนากิจการทางกาย และผู้บริหารสถานศึกษามีหน้าที่ให้คำปรึกษา กำกับ และติดตามกระบวนการอย่างใกล้ชิด

3. การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย กล่าวคือ กระบวนการสร้างรูปแบบการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา โดยบูรณาการเข้ากับแผนการจัดการเรียนรู้ในกลุ่มสาระการเรียนรู้ทั้ง 8 กลุ่มสาระ ซึ่งผู้บริหาร คณะครู และนักเรียนมีส่วนร่วมในการจัดวางโปรแกรมส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย มีการสำรวจความพร้อมของพื้นที่และอุปกรณ์ต่าง ๆ ให้มีความเหมาะสมตามความสามารถของนักเรียน พร้อมทั้งกระตุ้นให้มีการเคลื่อนไหวตามหลัก 5 ส. คือ (ส.1) มีความสนุกสนาน (ส.2) มีกิจกรรมที่เหมาะสมตามช่วงวัย (ส.3) มีความสมดุลในการจัดกิจกรรมทางกายทั้ง 3 ประเภทให้มีความเหมาะสม และมีโอกาสของการเคลื่อนไหวในแต่ละช่วงเวลาให้เหมาะสม (ส.4) เสมอภาค นักเรียนทุกคนสามารถเข้าถึงพื้นที่

อุปกรณ์ และมีส่วนร่วมับกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างเท่าเทียม และ (ส.5) ส่วนร่วม นักเรียนมีสิทธิในการแสดงความคิดเห็น เสนอแนะความต้องการของแต่ละกิจกรรม ทั้งนี้เพื่อให้ นักเรียนมีกิจกรรมการเคลื่อนไหวสะสมครบ 60 นาทีต่อวัน และผู้บริหารสถานศึกษาต้องมีการประชุม ติดตามการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง

4. การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย กล่าวคือ การกำหนดบริเวณสำหรับการจัดกิจกรรมทางกายของนักเรียนลงในแผนผังของโรงเรียน โดยนักเรียนสามารถเข้าไปเล่นในบริเวณดังกล่าวได้อย่างสะดวก และมีความปลอดภัย โดยผู้บริหาร และคณะทำงาน มีการสำรวจตรวจสอบเครื่องเล่นให้พร้อมใช้งานอยู่เสมอ มีการจัดสรรอุปกรณ์กีฬาให้เพียงพอต่อความต้องการของนักเรียน พร้อมส่งเสริมการเล่นกีฬา และออกกำลังกายตามความถนัดและสนใจ ทั้งนี้มีผู้บริหาร และคณะทำงาน มีการประชุมติดตามการดำเนินงานอยู่เสมอ

5. การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน กล่าวคือ การบูรณาการกิจกรรมทางกายให้เข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของแผนการจัดการเรียนรู้ในแต่ละคาบการสอน เพื่อกระตุ้นความสนใจในการเรียน เป็นการสร้างความพร้อมก่อนการเรียน และลดพฤติกรรมเนือยนิ่งระหว่างการเรียน โดยการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการออกแบบกิจกรรมร่วมกับครู ซึ่งผู้บริหารมีการสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์ สื่อการเรียนการสอน มีการนิเทศและติดตามการสอน มีการจัดชุมชนแห่งการเรียนรู้ทางวิชาชีพ เพื่อรับฟังเสียงสะท้อนของครูและนักเรียน ทั้งนี้จำเป็นที่จะต้องมีการสร้างความเข้าใจกับผู้ปกครองให้เห็นถึงความสำคัญของการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการเพื่อให้เห็นถึงประโยชน์ของการมีกิจกรรมทางกาย

### 2.3 ประโยชน์ของกิจกรรมทางกาย

ประโยชน์ของกิจกรรมทางกายนั้น ได้มีผู้ให้คำจำกัดความไว้มากมาย ซึ่งมีผู้กล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมทางกายไปในทิศทางเดียวกัน โดยมีดังนี้

สนธยา สีละมาม (2557) ได้กล่าวว่า การมีกิจกรรมทางกายเป็นประจำในช่วงวัยเด็ก และวัยรุ่นมีผลดีต่อการเจริญเติบโต และพัฒนาของร่างกายอย่าง มีสุขภาพดี เช่น มีผลดีต่อความสามารถทางด้านวิชาการ การพัฒนาของกระดูกและข้อ สุขภาพของระบบหัวใจและหลอดเลือด และสุขภาพจิตใจ ซึ่งประโยชน์ของกิจกรรมทางกายสามารถสรุปได้ดังนี้

#### 1. ความสามารถด้านวิชาการ (Academic Performance)

กิจกรรมทางกาย มีผลดีต่อความสามารถทางด้านวิชาการ การมีสมาธิ (Concentration) ความจำ (Memory) พฤติกรรมในชั้นเรียน และสติปัญญา (Intellectual Performance)

## 2. การพัฒนาของกระดูกและกล้ามเนื้อ (Musculoskeletal Development)

การมีกิจกรรมทางกายร่วมกับการรับประทานอาหารที่มีคุณค่ามีผลดีต่อการเจริญเติบโตของกระดูก โดยมีผลร้อยละ 20 - 40 ของมวลกระดูกสูงสุด การมีกิจกรรมทางกาย มีผลเพิ่มปริมาณเกลือแร่ในกระดูก (Bone Mineral Density--BMD) ความแข็งแรง และความอดทนของกล้ามเนื้อเด็ก และวัยรุ่น

## 3. สุขภาพของระบบหัวใจและหลอดเลือด (Cardiovascular Health) กิจกรรมทางกายมีผลดีต่อสุขภาพระบบหัวใจและหลอดเลือด โดยช่วยป้องกัน และลดปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด เช่น ลดการสะสมของไขมันในร่างกาย ปัญหาเกี่ยวกับการเผาผลาญพลังงาน ความดันโลหิต และเพิ่มสมรรถภาพของระบบหัวใจและหายใจ

## 4. สุขภาพจิตใจ (Mental Health) นอกจากสุขภาพทางกายกิจกรรมทางกายยังมีผลดีต่อการพัฒนาทางด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคมของเด็กและวัยรุ่น โดยกิจกรรมทางกายช่วยลดความวิตกกังวล และความซึมเศร้า ความเครียด เพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง ความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง

เจริญ กระบวนรัตน์ (อ้างถึงในเพิ่มศักดิ์ สุริยจันทร์, 2558) กล่าวว่า กิจกรรมทางกายส่งผลดีทางด้านวิชาการ ทำให้เด็กและวัยรุ่นมีสมาธิช่วยพัฒนาความจำ และสติปัญญา ในขณะเดียวกันมีงานวิจัยจำนวนมากที่พบว่า กิจกรรมทางกายมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผลงานวิชาการ และความคิดสร้างสรรค์ และความต้องการในการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชน ที่สำคัญกิจกรรมทางกายไม่ได้ทำให้ความสามารถในการเรียนรู้ทางด้านวิชาการของเด็กต่ำลง ตรงกันข้ามกิจกรรมทางกาย หรือการออกกำลังกายมีผลเชื่อมโยงกับการเรียนรู้ และพัฒนาสติปัญญาในเด็กและเยาวชน ดังนั้นการจัดให้เด็กมีกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน จะทำให้เด็กนักเรียนมีความกระตือรือร้น กระปรี้กระเปร่า และมีผลดีต่อการเรียนรู้ของเด็ก

เจริญ กระบวนรัตน์ (อ้างถึงในเพิ่มศักดิ์ สุริยจันทร์, 2558) ยังกล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมทางกายที่มีต่อสมองโดยได้กล่าวไว้ว่า กิจกรรมทางกายสามารถส่งผลต่อสมอง ดังนี้

1. กิจกรรมทางกาย ช่วยเพิ่มระดับปัจจัยบำรุงเลี้ยงเนื้อประสาท
2. กิจกรรมทางกาย ช่วยเพิ่มการเรียนรู้และการรับรู้
3. กิจกรรมทางกาย ช่วยกระตุ้นและควบคุมการเจริญเติบโตของเซลล์ประสาท
4. กิจกรรมทางกาย มีความสำคัญสำหรับการพัฒนาความเข้าใจ และความจำ
5. กิจกรรมทางกาย ช่วยเพิ่มเส้นใยประสาท (Dendrite)
6. กิจกรรมทางกาย ช่วยเพิ่มจุดประสานประสาท (Synapse) ทั้งในระบบประสาทระดับปัจจัยบำรุงเนื้อประสาทซีรัม (Serum) จะเพิ่มขึ้นขณะที่ออกกำลังกายที่มีหนัก ระดับสูง (High intensity) และจะลดลงหลังการออกกำลังกาย ซึ่งจะมีผลในการช่วยปรับปรุงความจำและช่วยป้องกันการลดลงของการรับรู้เรียนรู้ที่เสื่อมลงตามอายุที่เพิ่มมากขึ้น หรือช่วยป้องกัน โรคความจำเสื่อม (อัลไซเมอร์)

ทั้งนี้ ประโยชน์ของกิจกรรมทางกายที่มีผลต่อสุขภาพยังมีอีกหลายประการ ซึ่งเจริญ กระบวนรัตน์ (อ้างถึงในเพิ่มศักดิ์ สุริยจันทร์, 2558) ได้กล่าวไว้ดังนี้

1. การมีกิจกรรมทางกายเป็นประจำในช่วงวัยเด็กและวัยรุ่นมีผลต่อการเจริญเติบโต และพัฒนาการของร่างกายการหลั่งฮอร์โมน การสะสมเกลือแร่ในกระดูก การพัฒนาระบบหัวใจ และหลอดเลือด ซึ่งจะเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงมากในช่วงวัยเด็กและวัยแรกรุ่น รวมไปถึงทางด้านสุขภาพจิต นอกจากนี้สมองจะถูกกระตุ้นขณะที่มีกิจกรรมทางกายโดยการเพิ่มปริมาณการไหลเวียนเลือดไปยังสมองส่วนที่เป็นความจำ ความเข้าใจ อารมณ์ และความสามารถในการตัดสินใจของเด็ก ตลอดจนส่วนที่จำเป็นต่อการกระตุ้นการเรียนรู้

2. การออกกำลังกาย ส่งผลต่อสุขภาพของหัวใจและหลอดเลือด
3. ช่วยลดการสะสมไขมันในร่างกาย
4. เพิ่มสมรรถภาพระบบหัวใจและระบบหายใจ
5. ลดความดันโลหิตและอินซูลิน
6. ป้องกันอาการภูมิแพ้และหอบหืด
7. ลดความวิตกกังวล ความซึมเศร้า ความเครียด
8. เพิ่มความเชื่อมั่นในตนเองความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง คุณภาพการนอน และการมี

สมาธิ

เกษม นครเขตต์ (2559) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมทางกายไว้ว่า

1. มีเพื่อน/สนุกสนาน
2. ทักษะทางสังคม การให้/แบ่งปัน
3. สร้างเสริมคุณธรรม/จริยธรรม
4. กระตุ้นการเรียนรู้และป้องกันความจำเสื่อม
5. หัวใจหลอดเลือดแข็งแรง
6. ลดน้ำตาลในเลือด และเบาหวาน
7. ช่วยลดการสะสมไขมันในร่างกาย
8. ป้องกันอาการภูมิแพ้ และหอบหืด
9. ลดความวิตกกังวล ซึมเศร้า เครียด
10. เพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง มีสมาธิ

ปกเกล้า อนันต์ (2562) ยังได้กล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมทางกายไว้ 3 ด้าน คือ

1. ด้านสุขภาพกาย ได้แก่ สร้างความแข็งแรงและอดทนของกล้ามเนื้อ เพิ่มภูมิคุ้มกัน เพิ่มความแข็งแรงให้ระบบหัวใจและหลอดเลือด ลดการสะสมของไขมันในร่างกาย

2. ด้านสุขภาพจิต ได้แก่ ลดความวิตกกังวลและความเครียด ลดภาวะซึมเศร้า เสริมสร้างความมั่นใจในตนเอง

3. ด้านวิชาการ ได้แก่ เพิ่มสมาธิ ความจำ และสติปัญญา

สุรียณาย พุดสีเสน (2563) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมทางกายไว้ว่า

1. เป็นกิจกรรมที่ลดอัตราการเสียชีวิตจากทุกสาเหตุและทุกโรค
2. ลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด
3. ลดความดันโลหิตและภาวะความดันโลหิตสูง
4. ลดไขมันหรือไตรกลีเซอไรด์ในเส้นเลือดและเพิ่มไขมันดี
5. ลดภาวะการแข็งตัวของหลอดเลือดและสร้างสมดุลในร่างกาย
6. ป้องกันภาวะน้ำหนักเกิน อ้วนและการสะสมของไขมัน ควบคุมภาวะน้ำตาลในเลือดสูง และเพิ่มการทำงานของอินซูลิน

7. ลดความเสี่ยงการเกิดโรคเบาหวาน

8. ลดภาวะซึมเศร้าและกังวลใจ

9. ลดความเสี่ยงและการเสียชีวิตจากโรคมะเร็ง

10. ป้องกันข้อเสื่อมและกระดูกพรุน

ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการมีกิจกรรมทางกายไว้ว่า กิจกรรมทางกายช่วยเสริมสร้างพัฒนาการทั้ง 5 ด้าน ประกอบไปด้วย

1. ด้านร่างกาย กล่าวคือ กิจกรรมทางกายช่วยเสริมสร้างความแข็งแรง ของกระดูก ข้อต่อ และกล้ามเนื้อ ส่งผลให้เกิดการเคลื่อนไหวที่ดี

2. ด้านอารมณ์และสังคม กล่าวคือ กิจกรรมทางกายช่วยทำให้เกิดความสามารถในการปรับตัว การนับถือตนเอง ความสุขและความผูกพันกับโรงเรียน

3. ด้านการสื่อสารและทักษะชีวิต กล่าวคือ กิจกรรมทางกายช่วยให้สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี มีความสามารถในการแก้ไขปัญหา และมีความมั่นใจในตนเอง

4. ด้านการคิดวิเคราะห์ กล่าวคือ กิจกรรมทางกายช่วยให้เกิดการคิดอย่างเป็นระบบ และช่วยพัฒนาการด้านการรู้จักคิด

5. ด้านวิชาการ กล่าวคือ กิจกรรมทางกายช่วยให้มีความสามารถทางวิชาการที่ดีขึ้น ช่วยในการเรียนให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

และศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) ได้นำเสนอประสิทธิผลที่จะเกิดจากการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนไว้ว่า กิจกรรมทางกายที่เพิ่มขึ้นในสถานศึกษา ช่วยทำให้นักเรียนมีความสุขในการมาโรงเรียน และการมีความสุขในห้องเรียนมากขึ้น

ทำให้นักเรียนมีสมาธิ และเข้าใจการเรียนรู้ได้ดียิ่งขึ้น ส่งผลต่อทักษะทางวิชาการที่ดียิ่งขึ้น และลดพฤติกรรมเนือยนิ่งที่เกิดจากการอยู่กับหน้าจอเป็นระยะเวลานาน

นอกจากนี้ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) ยังได้หยิบยกข้อมูล และการสะท้อนของผลดำเนินการโครงการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนไว้ว่า การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนเป็นเครื่องมือที่ช่วยให้โรงเรียนสามารถนำกิจกรรมต่าง ๆ ที่มีการดำเนินการอยู่มาบูรณาการเข้าด้วยกัน เพื่อกระตุ้นการเรียนรู้ของผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับธรรมชาติ และบริบทของโรงเรียน ดำเนินการได้จริงไม่ยุ่งยากสลับซับซ้อน โดยโอกาส และประโยชน์จากการดำเนินการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนสามารถจำแนกประโยชน์ได้ออกเป็น 3 ระดับ กล่าวคือ

### 1. ระดับโรงเรียน

1.1 มีเครื่องมือสำหรับการบูรณาการการทำงานตามตัวชี้วัด ด้านการส่งเสริมสุขภาพและการรอบรู้ทางสุขภาพของนักเรียน

1.2 เสริมสร้างบรรยากาศในโรงเรียน ความผูกพันระหว่างนักเรียนกับครู ตลอดจนกระบวนการสร้างการเรียนรู้แบบ Active Learning และเครือข่ายการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ อย่างเป็นรูปธรรม

### 2 ระดับครูผู้สอน

2.1 มีข้อมูลประกอบการติดตามช่วยเหลือ และส่งเสริมพฤติกรรมทางสุขภาพของนักเรียน ทั้งนี้ร่วไปถึงการใช้ข้อมูลเพื่อยกระดับการมีวิทยฐานะให้สูงขึ้น

2.2 มีเครื่องมือสนับสนุนกระบวนการจัดการเรียนการสอน แบบ Active Learning และเกิดความสนุกในการสอนเนื่องจากการตอบรับที่ดีจากนักเรียน

### 3. ระดับเขตพื้นที่การศึกษา

3.1 เพิ่มทางเลือกของ Platform สำหรับการส่งเสริมสุขภาพนักเรียนที่สามารถบูรณาการโครงการและกิจกรรมอื่น ๆ รวมไปถึงการจัดการปัญหาที่เกี่ยวข้องได้เป็นระบบ

3.2 ผลของการดำเนินกิจกรรมในภาพรวม จะช่วยหนุนเสริมประสิทธิผลการดำเนินงานของสถานศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาของผู้เรียน

ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) ยังได้กล่าวถึงประโยชน์ของการเล่น โดยกล่าวว่า การเล่นหรือเคลื่อนไหวร่างกายเพียงระยะเวลาสั้น ๆ ประมาณ 20 นาที สามารถกระตุ้นกระบวนการทำงานและคลื่นสมองของเด็กให้มีความพร้อมกับการเรียนรู้ได้มากขึ้น เปรียบกับสมองของเด็กเป็นแก้วใบเล็กให้กลายเป็นเขื่อนขนาดใหญ่พร้อมที่จะรับความรู้ได้เต็มที่

จากการศึกษาประโยชน์ของกิจกรรมทางกายจึงสามารถสรุปได้ว่า กิจกรรมทางกายมีประโยชน์ทำให้ร่างกายห่างไกลจากโรคภัยต่าง ๆ ช่วยทำให้ร่างกายมีความสุขจากการได้ร่วม

กิจกรรมกับผู้อื่น ลดความเครียด อีกทั้งยังช่วยส่งเสริมสุขภาพร่างกาย และพัฒนาการด้านสมอง และกระบวนการคิด ทำให้มีความมั่นใจ มีความเชื่อมั่นในตนเอง ทั้งนี้กิจกรรมทางกายในสถานศึกษา มีประโยชน์ต่อทั้งนักเรียน ครูผู้สอน โรงเรียน รวมไปถึงเขตพื้นที่การศึกษาอีกด้วย

### 3. บริบทของสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1

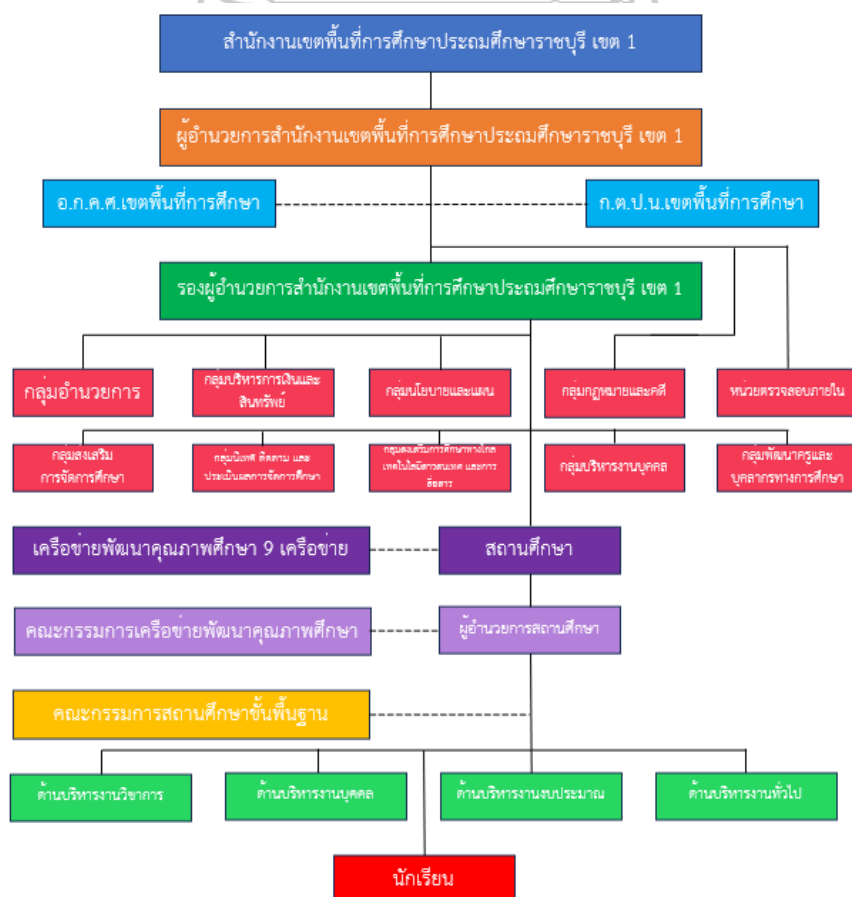
#### 3.1 ข้อมูลทั่วไปของสถานศึกษา

สถานศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 เป็นสถานศึกษาที่มีพื้นที่การรับผิดชอบใน 6 อำเภอ ได้แก่ อำเภอเมือง อำเภอวัดเพลง อำเภอปากท่อ อำเภอบ้านคา อำเภอจอมบึง และอำเภอสวนผึ้ง ซึ่งมีสถานศึกษาในสังกัดรวมทั้งสิ้น 172 โรงเรียน มีผู้บริหารและคณะครู รวมทั้งสิ้น 1,909 คน และมีนักเรียนทั้งหมด 33,198 คน โดยทางสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ได้จำแนกสถานศึกษาออกเป็น 4 ขนาด ประกอบด้วยสถานศึกษาขนาดเล็ก สถานศึกษาขนาดกลาง สถานศึกษาขนาดใหญ่ และสถานศึกษาขนาดใหญ่พิเศษ ทั้งนี้สถานศึกษาแต่ละโรงจะมีการบริหารงานร่วมกันในลักษณะของกลุ่มเครือข่าย ทั้งนี้เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพทางการศึกษา และร่วมมือประสานงานกันขับเคลื่อนนโยบายด้านการศึกษาของหน่วยงานต้นสังกัด และร่วมกันพัฒนาคุณภาพการศึกษาในทุกๆ ด้าน ซึ่งสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 นั้นมีกลุ่มเครือข่ายพัฒนาคุณภาพการศึกษาทั้งหมด 9 เครือข่าย (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1, 2566ข)

ตารางที่ 2.1 จำนวนสถานศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามอำเภอ และขนาดสถานศึกษา 4 ขนาด

อำเภอ	จำนวนสถานศึกษาจำแนกตามขนาด (จำนวนนักเรียน)				รวม
	ขนาดเล็ก (120 คนลงมา)	ขนาดกลาง (121-600 คน)	ขนาดใหญ่ (601-1,500 คน)	ขนาดใหญ่พิเศษ (1,501 คนขึ้นไป)	
เมืองราชบุรี	28	18	-	2	48
ปากท่อ	32	14	-	-	46
จอมบึง	21	14	-	1	36
วัดเพลง	3	2	-	-	5
สวนผึ้ง	8	9	3	-	20
บ้านคา	9	8	-	-	17
รวมทั้งสิ้น	101	65	3	3	172

สถานศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาราชบุรี เขต 1 ทั้ง 172 โรงเรียน ได้ดำเนินการขับเคลื่อนนโยบายด้านการศึกษาด้านนโยบายของหน่วยงานต้นสังกัด ซึ่งนโยบายด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายนั้น สถานศึกษาได้มีการดำเนินงานตามกลยุทธ์ของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 คือ กลยุทธ์ที่ 3 ยกระดับคุณภาพการศึกษาให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ 21 ทั้งนี้การพัฒนาคุณภาพการศึกษาในศตวรรษที่ 21 นั้น จะมีการพัฒนาคุณภาพของผู้เรียนตามแนวทางพหุปัญญา 9 ด้าน ซึ่งในทุกๆ ด้านสถานศึกษาสามารถนำไปใช้ในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนได้ วิสัย วังษ์ใหญ่ และมารุต พัฒนาผล (2564) กล่าวว่า พหุปัญญาในชั้นเรียน คือ การจัดการเรียนรู้ที่มีกิจกรรมการเรียนรู้ อย่างหลากหลาย ตอบสนองความแตกต่างด้านพหุปัญญาของผู้เรียน การออกแบบการจัดการเรียนรู้ มีลักษณะเป็นการเรียนรู้ แบบบูรณาการอย่างสอดคล้องกับบริบททางสังคมและวัฒนธรรมใช้วิธีการจัดการเรียนรู้เชิงรุก Active Learning ผู้เรียนมีโอกาสได้ใช้พหุปัญญาที่โดดเด่นของตนเอง ผู้สอนมีบทบาทเป็น Coach และ Mentor โดยมีเป้าหมายเพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ ในความคิดรวบยอดหลัก (Main concept) พัฒนาสมรรถนะ และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน ทั้งนี้สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1, (2566ก) ได้นำเสนอ แผนผังโครงสร้างการบริหารแบ่งส่วนราชการ เพื่อกระบวนการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ไว้ดังนี้



ภาพที่ 2.3 แผนผังโครงสร้างการบริหารแบ่งส่วนราชการเพื่อกระบวนการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน



ในส่วน of ข้อมูลด้านภาวะสุขภาพของนักเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ซึ่งมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในทุกๆ ด้าน โดยเฉพาะการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายนั้น สถานศึกษาทั้ง 172 โรงเรียน ได้มีการเก็บข้อมูลด้านภาวะสุขภาพของนักเรียนในสถานศึกษา และสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาได้ดำเนินการรวบรวมข้อมูลด้านภาวะสุขภาพของนักเรียน (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1, 2566ข) มีดังนี้

ตารางที่ 2.2 ภาวะโภชนาการ – ความสูงตามเกณฑ์อายุ

ประเภท	ปฐมวัย	ประถมศึกษา	ม.ต้น/ขยายโอกาส	รวมทั้งสิ้น
นักเรียนทั้งหมด	6,855	23,149	3,194	33,198
เตี้ย	448	913	222	1,583
ค่อนข้างเตี้ย	425	1,089	134	1,648
สูงตามเกณฑ์	5,321	17,751	2,586	25,658
ค่อนข้างสูง	312	1,735	169	2,216
สูง	349	1,661	81	2,091
อายุนอกเกณฑ์	-	-	2	2

ตารางที่ 2.3 ภาวะโภชนาการ – น้ำหนักตามความสูง

ประเภท	ปฐมวัย	ประถมศึกษา	ม.ต้น/ขยายโอกาส	รวมทั้งสิ้น
นักเรียนทั้งหมด	6,855	23,149	3,194	33,198
ผอม	691	1,435	96	2,222
ค่อนข้างผอม	676	1,755	204	2,635
สมส่วน	4,482	14,970	2,300	21,752
ท้วม	214	1,328	185	1,727
เริ่มอ้วน	355	2,122	222	2,699
อ้วน	404	1,538	183	2,125
ค่านอกเกณฑ์	33	1	2	36
อายุนอกเกณฑ์	-	-	2	2

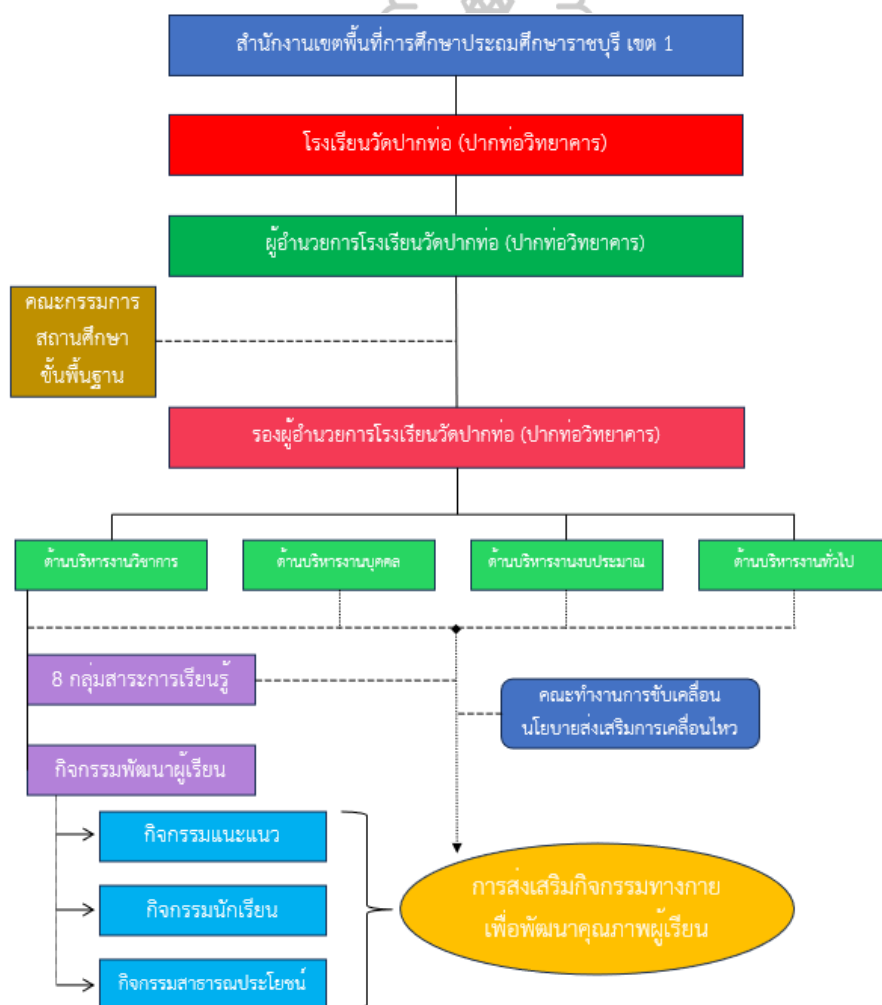
นอกจากข้อมูลด้านภาวะสุขภาพของนักเรียนในสถานศึกษาซึ่งมีการรวบรวมผลจากทางสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ไว้แล้วนั้น ยังมีผลการสำรวจพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และความรอบรู้สุขภาพของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 ในพื้นที่จังหวัดราชบุรี ซึ่งสำรวจโดยศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี มีดังนี้

ตารางที่ 2.4 ผลการสำรวจพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และความรอบรู้สุขภาพของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 ในพื้นที่จังหวัดราชบุรี (ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี, 2564)

พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์	ป.4-6		ป.4		ป.5		ป.6	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
นักเรียนที่ตอบแบบสอบถาม	120	100	39	100	40	100	41	100
พฤติกรรมที่พึงประสงค์ผ่านเกณฑ์ทั้ง 6 ด้าน	27	22.5	9	23.1	6	15.0	12	29.3
การอาบน้ำ	106	88.3	33	84.6	35	87.5	38	92.7
กิจกรรมทางกาย	65	54.2	17	43.6	17	42.5	31	75.6
การแปรงฟัน	78	65.0	30	76.9	25	62.5	23	56.1
การนอนหลับ	68	56.7	24	61.5	24	60.0	20	48.8
การบริโภคอาหารที่ไม่เสี่ยงต่อโรคฟันผุ	49	40.8	16	41.0	18	45.0	15	36.6
โภชนาการ	39	32.5	13	33.3	11	27.5	15	36.6

กระบวนการสำคัญประการหนึ่งที่สามารถพัฒนาภาวะสุขภาพของนักเรียนได้นั้นก็คือ การส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา ซึ่งสถานศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 นั้น จะดำเนินการส่งเสริมกิจกรรมทางกายตามกระบวนการของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ทั้งนี้ การดำเนินงานกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายนั้น สถานศึกษาแต่ละโรงจะมีโครงสร้างการควบคุม และการบริหารงานด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายภายในสถานศึกษา เพื่อเป้าหมายสำคัญที่สุดก็คือ การพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ในการนี้โรงเรียนวัดปากท่อ(ปากท่อวิทยาคาร) (2565) ได้นำเสนอโครงสร้างการดำเนินงานกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษาไว้ว่า ผู้อำนวยการสถานศึกษาจะเป็นผู้นำในการขับเคลื่อนการดำเนินงานการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของ

สถานศึกษาผ่านทางรองผู้อำนวยการสถานศึกษา และฝ่ายบริหารทั้ง 4 ฝ่าย โดยมีฝ่ายบริหารวิชาการเป็นผู้รับผิดชอบหลักในการบูรณาการกิจกรรมทางกายกับกิจกรรมการเรียนการสอนทั้ง 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ทั้งกิจกรรมแนะแนว กิจกรรมนักเรียน (ชุมนุม/ชมรม/กิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี) และกิจกรรมสาธารณประโยชน์ของสถานศึกษา ซึ่งผู้อำนวยการมีการแต่งตั้งคณะทำงานขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวขึ้นโดยมีผู้อำนวยการสถานศึกษาเป็นประธาน มีหัวหน้างานกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนเป็นกรรมการและเลขานุการ และมีคณะครู นักเรียน กรรมการสถานศึกษา รวมไปถึงผู้ปกครองทำหน้าที่เป็นคณะกรรมการหลักในการขับเคลื่อนนโยบายดังกล่าว ซึ่งโครงสร้างการดำเนินงานกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา โรงเรียนวัดปากท่อ (ปากท่อวิทยาคาร) สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1 มีดังแผนผังนี้ (โรงเรียนวัดปากท่อ(ปากท่อวิทยาคาร), 2565)



ภาพที่ 2.4 แผนผังโครงสร้างการบริหารงานด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายภายในสถานศึกษา  
โรงเรียนวัดปากท่อ (ปากท่อวิทยาคาร) สพป.สุพรรณบุรี เขต 1

### 3.2 นโยบายการส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ของสถานศึกษา

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุราษฎร์ธานี เขต 1 (2566) ได้มีการกำหนดนโยบายเกี่ยวกับการส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนลงในแผนปฏิบัติการประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2566 โดยมีการส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทั้งความรู้ ความสามารถ และเป็นผู้เรียนที่มีคุณภาพ สามารถเป็นพลเมืองที่ดีของสังคม มีความสุขในการดำเนินชีวิต โดยนโยบายที่มีความเกี่ยวข้องเชื่อมโยงกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของผู้เรียนนั้น ได้กำหนดอยู่ในกลยุทธ์ด้านการพัฒนาคุณภาพการศึกษา ซึ่งกลยุทธ์ดังกล่าว ก็คือ กลยุทธ์ที่ 3 ยุทธศาสตร์คุณภาพการศึกษาให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ 21 โดยมีแนวทางการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนกล่าวไว้ในข้อที่ 2 กล่าวคือ จะต้องมีการพัฒนาผู้เรียนตามแนวทางพหุปัญญา ประกอบไปด้วย

- 1) ด้านภาษา
- 2) ด้านตรรกศาสตร์ / คณิตศาสตร์
- 3) ด้านดนตรี
- 4) ด้านมิติสัมพันธ์
- 5) ด้านการเคลื่อนไหวร่างกาย
- 6) ด้านมนุษยสัมพันธ์
- 7) ด้านการเข้าใจตนเอง
- 8) ด้านธรรมชาติวิทยา
- 9) ด้านการคิดวิเคราะห์

ซึ่งการพัฒนาผู้เรียนตามแนวทางพหุปัญญานั้นจะมีโครงการ และกิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดขึ้นเพื่อให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาคุณภาพให้ครบทั้ง 9 ด้าน โดยโครงการหรือกิจกรรมที่จัดขึ้นล้วนทำให้ผู้เรียนเกิดการเคลื่อนไหวร่างกาย เกิดการเรียนรู้นอกห้องเรียน เป็นการจัดประสบการณ์ที่แปลกใหม่ โดยการบูรณาการความรู้ ความสามารถ เพื่อพัฒนาศักยภาพ และพัฒนาคุณภาพผู้เรียน โดยอาศัยการมีกิจกรรมของผู้เรียนเข้ามามีส่วนสำคัญในการพัฒนาคุณภาพของตัวผู้เรียนได้เอง

นอกจากนี้แล้วยังได้มีหน่วยงานอื่น ๆ ได้การกล่าวถึงนโยบายส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษาไว้อย่างหลากหลาย ดังนี้

กรมอนามัย (2561) ได้นำเสนอตัวอย่างการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาไว้ดังนี้

1. การเดินทางด้วยการเดิน การปั่นจักรยาน การโดยสารขนส่งสาธารณะไปและกลับโรงเรียนแทนการเดินทางด้วยรถส่วนตัว

- 2) การออกกำลังในช่วงเช้าก่อนเข้าเรียน
- 3) การจัดกิจกรรมทางกายในคาบเรียน เช่น การเรียนนอกห้องเรียน การเรียนวิชาพลศึกษา การเรียนเกษตรกรรม การเรียนดนตรี หรือการทำศนศึกษา
- 4) การเดินทางภายในโรงเรียนระหว่างวัน เช่น การเดินทางเปลี่ยนห้องเรียน การเปลี่ยนอาคารเรียน การเดินขึ้นลงบันได เป็นต้น
- 5) การจัดกิจกรรมนอกหลักสูตร เช่น กิจกรรมจิตอาสา กิจกรรมชมรม ชุมนุม กิจกรรมส่งเสริมทักษะอาชีพ กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ การทำความสะอาดห้องเรียน การแข่งขันกีฬา ภายในโรงเรียน เป็นต้น
- 6) การออกกำลังกายหรือเล่นตามอิสระ เช่น การฝึกซ้อมกีฬา การเล่น ในสนามเด็กเล่น การละเล่นพื้นบ้าน หรือการวิ่งเล่น และเกมการเคลื่อนไหวตามความชอบ

คณะกรรมการพัฒนาแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (2561) ได้จัดทำแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ.2561-2573 เพื่อส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย และลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง ให้ประโยชน์ต่อสุขภาพ เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อม และสังคม ซึ่งการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย และลดพฤติกรรมเนือยนิ่งของประชาชนมีความเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิต ซึ่งในส่วนที่มีความเกี่ยวข้อง และเชื่อมโยงกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษานั้น ได้มีการกล่าวถึง ประโยชน์ของการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ทำให้ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และการส่งผลที่ดีต่อการเรียนรู้ ทักษะคิด และพฤติกรรมการเรียนรู้ในการเรียน ส่งผลดีต่อการมีสมาธิในการเรียน ทำให้สามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ นอกจากนี้มีข้อเสนอแนะทางนโยบายให้ผู้กำหนดนโยบาย และจัดการศึกษา ให้ความสำคัญกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาทั้งในการจัดการเรียน การสอนวิชาพลศึกษา การมีเวลาว่างให้เด็กได้วิ่งเล่นและออกกำลังกายอย่างอิสระ การเรียนนอกห้องเรียน การเปลี่ยนอาคารเรียนระหว่างวัน การใช้บันได การเรียนเกษตร ดนตรี ศิลปะ ทักษะอาชีพ การส่งเสริมการเดิน หรือปั่นจักรยานมาโรงเรียน เป็นต้น

คณะอนุกรรมการพัฒนาข้อเสนอเชิงนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (2562) ได้กล่าวถึงนโยบายการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาไว้ว่า การจัดการเรียนการสอนที่เน้นให้นักเรียนนั่งเรียนในห้องเรียนตลอดทั้งวัน และการไปเรียนพิเศษต่อในตอนเย็นนั้น เป็นการทำให้นักเรียนเกิดพฤติกรรมเนือยนิ่ง โดยพบว่า เด็กไทยมีกิจกรรมทางกายต่ำในหลายด้าน ซึ่งการจัดการเรียนการสอนเฉพาะวิชาพลศึกษาคงไม่เพียงพอ ที่ผ่านมามีการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายผ่านทาง การกำหนดหลักสูตรการเรียนการสอนที่เน้นการเคลื่อนไหวของเด็กในสถานศึกษา ซึ่งได้ความร่วมมือจากกระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงท่องเที่ยวและกีฬา กระทรวงสาธารณสุข องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น กระทรวงการพัฒนาสังคม และความมั่นคง

ของมนุษย์ และอีกหลากหลายหน่วยงาน ทำให้เกิดโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเพื่อพัฒนาเด็ก และเยาวชนทางด้านสุขภาพ

คณะอนุกรรมการพัฒนาข้อเสนอเชิงนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (2562) ได้มีการกล่าวถึง นโยบาย BBL (Brain based Learning) Playground หรือสนามเด็กเล่นสร้างปัญญา ซึ่งคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ได้ดำเนินโครงการสนามเด็กเล่นที่ส่งเสริมพัฒนาการสมอง เล่นตามรอยพระยุคลบาท ร่วมกับสำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้ โดยวิธีดำเนินการสร้างสนามเด็กเล่น ยึดหลักการเรียนรู้ของสมองเป็นฐาน คือการเล่นจะกระตุ้นให้มีการเพิ่มขึ้นของการส่งสัญญาณประสาท และเพิ่มการประสานงานระหว่างการทำงานของสมองกับการทำงานของร่างกายได้ดีขึ้น การเล่นของเด็กปฐมวัย และเด็กประถมศึกษามีความสำคัญ และมีคุณค่าอย่างมหาศาล เพราะในวัยนี้ สมองจะมีการสร้างใยประสาทมากและเร็วที่สุด การเรียนรู้ของเด็กในวัยนี้ จึงเหมาะสมที่จะต้องเรียนรู้ผ่านการเล่น การเล่นที่มีการเกื้อหนุนที่ดี จะช่วยส่งเสริมพัฒนาการที่ดีในทุกๆ ด้าน ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ ปัญญา อารมณ์ สังคม และมีวินัย มีการคิดวิเคราะห์ เกิดความคิดสร้างสรรค์ และเรียนรู้การปรับตัว รวมทั้งการเล่นอย่างมีบทบาท ในการป้องกันและรักษาปัญหาในด้านพัฒนาการ อารมณ์ ความสัมพันธ์กับผู้อื่น ทั้งนี้ต้องมีผู้ดูแลความปลอดภัยและเกื้อหนุนการเล่น ซึ่งการดำเนินงานตามโครงการสนามเด็กเล่นสร้างปัญญา ในโรงเรียน ประกอบไปด้วย 5 ฐาน คือ

- 1) ฐานบ้านต้นไม้
- 2) ฐานลานเล่นดิน เล่นทราย เล่นน้ำ
- 3) ฐานลานเล่นนิทาน
- 4) ฐานสระเล่นน้ำ
- 5) ฐานพื้นที่เศรษฐกิจพอเพียง

โดยสถานศึกษามีการจัดตั้งคณะทำงานในการออกแบบและสร้างสนามเด็กเล่นตามหลักพัฒนาสมอง โดยมีทั้งผู้นำองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้นำหมู่บ้าน ผู้นำทางศาสนา ผู้ปกครอง และภาคเอกชน เข้ามามีส่วนร่วมขับเคลื่อนการสร้างสนามเด็กเล่น ทั้งนี้เมื่อได้มีสนามเด็กเล่นแล้ว โรงเรียนก็ต้องจัดตารางการเล่นเพื่อพัฒนาเด็กนักเรียนต่อไป

นอกจากนี้ยังมีโครงการเปิดรั้วโรงเรียนให้ประชาชนเข้ามาออกกำลังกาย ซึ่งกระทรวงศึกษาธิการ ได้ออกนโยบายให้สถานศึกษาเปิดให้บริการแก่บุคคลภายนอกเข้ามาออกกำลังกายในโรงเรียนนอกเวลาราชการ เพื่อเป็นการสร้างเสริมสุขภาพที่ดี และเป็นการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายของประชาชนอีกด้วย (คณะอนุกรรมการพัฒนาข้อเสนอเชิงนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกาย, 2562)

คณะอนุกรรมการพัฒนาข้อเสนอเชิงนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (2562) ได้มีการมีผลการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง และพิจารณาเลือกข้อเสนอแนะนโยบายการส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมสำหรับเด็กและเยาวชน โดยได้ 3 ข้อเสนอแนะ ได้แก่

1. Active children
2. National steps challenge
3. มาตรการทางภาษีสำหรับอุปกรณ์ออกกำลังกาย ฟิตเนส และงานเดินวิ่ง

ปั่นเพื่อสุขภาพ

ซึ่งในส่วนของนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชน รวมไปถึงสถานศึกษาก็คือ นโยบาย Active children คือ การสร้างกิจกรรมและสภาพแวดล้อม เพื่อให้เด็กเข้าใจ และเข้าถึงการมีกิจกรรมทางกายที่สอดคล้องกับชีวิตประจำวัน เช่น การเดินทางไปโรงเรียนด้วยการเดิน การปั่นจักรยาน หรือขนส่งสาธารณะ โรงเรียนส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่ส่งเสริมให้เด็กได้มีการเคลื่อนไหวร่างกายในทุกเช้า การมีหลักสูตรพลศึกษา เกษตร ดนตรี การเรียนการสอนนอกห้องเรียน นอกสถานที่ การเปลี่ยนห้องเรียนหรืออาคารเรียนระหว่างคาบเรียน กิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน กิจกรรมนอกหลักสูตร เช่น ชมรมต่างๆ การเล่นอย่างอิสระ จิตอาสา ร่วมกับชุมชนส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ที่มีสนามเด็กเล่น สวนสาธารณะ สนามกีฬา เลนจักรยาน เมืองส่งเสริมการเดิน เป็นต้น

นอกจากนี้ยังมีข้อมูลเพิ่มเติมการดำเนินการส่งเสริมกิจกรรมทางกายจากหน่วยงานการศึกษาที่เกี่ยวข้อง มีดังนี้

1. สำนักพัฒนากิจกรรมนักเรียน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ (คณะอนุกรรมการพัฒนาข้อเสนอเชิงนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกาย, 2562) มีดังนี้

- 1.1 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จำนวน 28,358 โรงเรียน มีการส่งเสริมการออกกำลังกายตอนเช้าก่อนเข้าเรียนช่วงเวลา 08.00 น. เป็นเวลา 15 นาที

- 1.2 มีหลักสูตรพลศึกษา 0.5 คาบ ต่อสัปดาห์

- 1.3 มีกิจกรรมให้เด็กได้ออกกำลังกายเพิ่มสัปดาห์ละ 2 ชั่วโมง จากการจัดกิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้

- 1.4 มีกิจกรรมชุมนุม ชมรม โดยจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย การเล่นกีฬาที่หลากหลาย เพื่อให้นักเรียนได้เลือกกิจกรรมที่ถนัดและสนใจ

- 1.5 การจัดการเรียนการสอนการออกกำลังกายบูรณาการกับกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่นๆ

- 1.6 การจัดกีฬาโรงเรียน, กีฬาระหว่างโรงเรียน, สพฐ.เกมส์

### 1.7 การติดตามด้านสุขภาพ ส่วนสูงน้ำหนัก สมรรถภาพทางกาย

2. สำนักการลูกเสือ ยุวกาชาด และกิจการนักเรียน มีการพัฒนา MOU ร่วมกับกระทรวงท่องเที่ยวและกีฬาในการเปิดรั้วโรงเรียนให้ประชาชนสามารถเข้ามาใช้พื้นที่ เช่น สนามกีฬา สนามเด็กเล่นในการทำกิจกรรมต่าง ๆ หลังเวลาเลิกเรียนหรือนอกเวลาราชการ โดยมีประเด็นท้าทาย คือ การจัดการเรื่องค่าใช้จ่ายการใช้สถานที่ และความปลอดภัยของนักเรียน

นอกจากนี้ในยุทธศาสตร์ 20 ปี ยังได้กล่าวถึงแผนแม่บทที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (คณะอนุกรรมการพัฒนาข้อเสนอเชิงนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกาย, 2562) สามารถสรุปเป็นหัวข้อที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในสถานศึกษา ได้ดังนี้

1. ศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต คือ การส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิต และการเรียนรู้อย่างมีคุณภาพ และได้มาตรฐานตั้งแต่ปฐมวัยโดยครอบครัว ชุมชน ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก โรงเรียน และสถานประกอบการ มีการจัดประสบการณ์เรียนรู้ที่มาจากการเล่น และเรียนรู้จากประสบการณ์จริง มีการจัดสรรพื้นที่การออกกำลังกาย การเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ เพื่อให้ประชาชนทุกกลุ่มสามารถเข้าถึงพื้นที่ เป็นการส่งเสริมสุขภาพ พลานามัย และเป็นการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายของประชาชนทุกกลุ่มวัย

2. การพัฒนาการเรียนรู้ คือ กระบวนการพัฒนานวัตกรรม และการออกแบบการเรียนรู้ในทุกระดับชั้นสำหรับศตวรรษที่ 21 ด้วยการเน้นการลงมือปฏิบัติ และการทำกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะสำคัญในศตวรรษที่ 21 ควบคู่ไปกับการส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ของผู้เรียนผ่านรูปแบบสะเต็มศึกษา และบูรณาการด้านกีฬา ศิลปะและดนตรี (SAM : Sport Art Music) ในการพัฒนาทักษะการคิด วิเคราะห์ การแก้ปัญหา คิดสร้างสรรค์ เป็นการเพิ่มกิจกรรมทางกายระหว่างเรียน

3. การเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาพที่ดี คือ แผนการบูรณาการสร้างความปลอดภัยด้านสุขภาพ การป้องกัน และควบคุมปัจจัยเสี่ยง เพื่อสร้างความรู้ทางสุขภาพ รวมถึงการมีกิจกรรมทางกายที่ไม่เพียงพอ โดยมีโครงการที่สนับสนุนตามแผนเพื่อให้ประชาชนมีความรู้ ด้านสุขภาพ โดยมีการกำหนดมาตรฐานในการมีสุขภาพ การปลอดภัย โรค ความปลอดภัยของโรงเรียน มหาวิทยาลัย สำนักงาน ไปจนถึงโรงงาน ทั้งนี้เพื่อให้ประชาชนทุกกลุ่มวัยมีสุขภาพที่ดี

4. ศักยภาพการกีฬา คือ แผนบูรณาการการส่งเสริมการออกกำลังกาย และการกีฬาขั้นพื้นฐานให้กลายเป็นวิถีชีวิต และส่งเสริมให้ประชาชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ โดยผลักดันให้มีการให้ประโยชน์จากศูนย์กีฬาและนันทนาการบนฐานของวิทยาศาสตร์การกีฬาที่มีคุณภาพที่มีอยู่ในทุกชุมชน รวมไปถึงมีในสถานศึกษาส่งเสริมนิสัยการรักการออกกำลังกายจนกลายเป็นวิถีชีวิต เพิ่มบทบาทของสถาบันครอบครัว ให้ความรู้ด้านการออกกำลังกาย



กาย การสร้างพื้นฐาน การเล่นกีฬาระดับโรงเรียน หมู่บ้าน และส่งเสริมการออกกำลังกาย เล่นกีฬานันทนาการในชุมชน

ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2564) ได้กล่าวถึงข้อเสนอเชิงนโยบายเพื่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมกิจกรรมทางกายในประเทศไทยในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด - 19 โดยแบ่งออกเป็น 2 รูปแบบ ดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกาย สำหรับช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด - 19 มุ่งเป้าหมายการลงทุนด้านนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายในระดับบุคคล โดยเน้นการสนับสนุน และส่งเสริมให้เกิดการมีกิจกรรมทางกายด้วยตนเองเป็นหลัก เพื่อหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมร่วมกันเป็นหมู่คณะ หรือทำกิจกรรมรวมกลุ่มจำนวนมากให้น้อยลง เพื่อรักษามาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด - 19 โดยทุกภาคส่วนสามารถลงทุนด้านนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่ถือว่ามีความคุ้มค่า และสอดคล้องกับสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด - 19

2. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกาย หลังผ่อนคลายมาตรการ หลังสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด - 19 หรือสถานการณ์กลับสู่ภาวะปกติ การลงทุนด้านนโยบายเพื่อทำให้เกิดการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายที่ครอบคลุม รอบด้านเท่าเทียมอย่างเหมาะสม ซึ่งสามารถดำเนินการสนับสนุนและส่งเสริมนโยบายด้านกิจกรรมทางกาย ในโรงเรียนเต็มรูปแบบ (Whole-Of-School Programmes) สนับสนุนและส่งเสริมการลงทุนกับกิจกรรมทางกายของเด็กในโรงเรียนในช่วงพัก หลังเลิกเรียน ช่วงปิดเทอม รวมไปถึงในชั้นเรียน เพื่อยกระดับให้เป็นห้องเรียนที่กระฉับกระเฉง จะสามารถส่งเสริมกิจกรรมทางกายได้ในระยะยาว โดยสามารถกำหนดนโยบายที่สามารถทำได้โดยง่าย ให้ครูเป็นผู้นำหรือเป็นต้นแบบของนักเรียน และนักเรียนสามารถเข้ามามีส่วนร่วมในการออกแบบกิจกรรม ในการช่วยกันให้เกิดกิจกรรมทางกายของทุกช่วงวัย และสามารถมีกิจกรรมทางกายได้ในทุกช่วงเวลา

ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2564) ยังได้กล่าวถึงการดำเนินการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนให้เป็นไปได้ตามเป้าหมายสูงสุด คือ เด็กนักเรียนทุกคนได้รับโอกาส และมีกิจกรรมทางกายอย่างมีคุณภาพและเพียงพอ จึงจำเป็นต้องมีเครื่องมือการจัดการเชิงระบบเข้ามาช่วยหนุนเสริมการออกแบบ และวางแผนนโยบายและกิจกรรม อันจะช่วยให้โรงเรียนสามารถบูรณาการกิจกรรมส่งเสริมกิจกรรมทางกายเข้ากับกิจกรรมเชิงนโยบาย และการเรียนรู้ต่าง ๆ ได้อย่างไร้รอยต่อ ไม่เป็นการเพิ่มภาระงานให้กับโรงเรียน และครูผู้ปฏิบัติหน้าที่ โดยได้กล่าวถึงแนวคิดการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเชิงระบบแบบ 4PC

4PC เป็นแนวคิดการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน โดยผลการวิจัยจากโครงการวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน : “โรงเรียนฉลาดเล่น”

ที่ติดตามศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนไทยที่เป็นกลุ่มเป้าหมายของโครงการอย่างต่อเนื่อง ก็มีข้อค้นพบที่ยืนยันถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกที่เกิดจากการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอใน 5 มิติ ดังนี้ ประกอบไปด้วย

มิติที่ 1 ด้านร่างกายและการเคลื่อนไหว

มิติที่ 2 ด้านการคิดวิเคราะห์

มิติที่ 3 ด้านการสื่อสารและทักษะชีวิต

มิติที่ 4 ด้านอารมณ์และสังคม

มิติที่ 5 ด้านความสามารถทางวิชาการ

ข้อเสนอทางนโยบายจากสถานการณ์ความจำเป็นในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในเด็กและเยาวชนไทย ประกอบกับข้อค้นพบจากโมเดลนวัตกรรมสำหรับการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนที่ได้นำเสนอข้างต้น จึงขอเสนอแนวทางการดำเนินนโยบาย (ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย, 2564) ดังต่อไปนี้

1. สื่อสารประชาสัมพันธ์และส่งเสริมเชิงนโยบายให้เกิดการนำแนวคิด การส่งเสริมกิจกรรมทางกายเชิงระบบแบบ 4PC ไปใช้ในโรงเรียนทั่วประเทศโดยในช่วงเริ่มต้น อาจพิจารณาจากความพร้อมและความสนใจของโรงเรียน โดยใช้กลไกการทำงานที่มีอยู่ในระดับพื้นที่ เช่น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา (สพป.) หรือสำนักงานศึกษาธิการจังหวัด เป็นหน่วยการจัดการระดับพื้นที่

2. สนับสนุนให้ผู้บริหารสถานศึกษาและครูในโรงเรียนทั่วประเทศได้รับการพัฒนาศักยภาพ และฝึกปฏิบัติการเพื่อสร้างความเข้าใจอย่างถูกต้อง เกี่ยวกับแนวคิดการดำเนินงานการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนอันจะนำไปสู่การปรับประยุกต์ใช้เพื่อการส่งเสริมสมรรถนะผู้เรียนตามเป้าประสงค์ของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานหลักสูตรฐานสมรรถนะ (Competency-based Curriculum) ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. สนับสนุนและพิจารณารับรองหลักสูตรการอบรมเกี่ยวกับ แนวคิดการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน ให้เป็นหนึ่งในหลักสูตรของสถาบันครูพัฒนาเพื่อให้ผู้บริหารสถานศึกษาและครู ได้มีโอกาสและช่องทางสำหรับการเรียนรู้และพัฒนาศักยภาพอย่างเหมาะสม

จากนโยบายส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายที่ได้กล่าวมาทั้งหมดข้างต้นนั้น จะเห็นได้ว่ากิจกรรมทางกายถือเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของประชาชน และหากประชาชนสามารถทำให้กิจกรรมทางกายเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิต ก็จะทำร่างกายมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง ห่างไกลจากโรคภัยต่าง ๆ ได้ ด้วยเหตุนี้ทำให้ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชนเกิดการประสานความร่วมมือกัน เพื่อผลักดันและขับเคลื่อนนโยบายต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการเคลื่อนไหวให้ประชาชนทุกคน ทุกกลุ่มวัยมีกิจกรรมทางกายได้ปฏิบัติ และทำให้ประชาชนทุกคน ทุกกลุ่มวัย

มีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ ซึ่งสถานศึกษาก็เป็นหนึ่งในกลไกที่จะสามารถขับเคลื่อนการดำเนินงานตามนโยบายและแผนต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้น โดยสถานศึกษานั้นมีความจำเป็นที่จะต้องนำไปปฏิบัติเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เพื่อสุขภาพที่สมบูรณ์และแข็งแรง การเจริญเติบโตตามวัยของผู้เรียนทุกคน ทั้งนี้เขตพื้นที่การศึกษาก็ต้องเข้ามามีส่วนในการขับเคลื่อนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา โดยการนำของผู้บริหารสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ผู้บริหารสถานศึกษา รวมไปถึงบุคลากรทางการศึกษา ทุกคนก็จะต้องมีการประสานงานและบูรณาการความร่วมมือกัน เพื่อขับเคลื่อนงานตามนโยบายต่าง ๆ ทั้งนี้สถานศึกษาจำเป็นที่จะต้องมีการประสานงาน สร้างความร่วมมือกับชุมชน และหน่วยงานภายนอกเพื่อขับเคลื่อนนโยบายที่เกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้ประสบความสำเร็จต่อไป

#### 4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

##### 4.1 งานวิจัยภายในประเทศ

ชนาธิป ชูอักษร (2562) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับผลของการจัดโปรแกรมกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนที่มีต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพของนักเรียนชาย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล 4 (บ้านแหลมทราย) จังหวัดสงขลา สำหรับการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการวิจัยขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล 4 (บ้านแหลมทราย) จังหวัดสงขลา และ 2) เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชาย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล 4 (บ้านแหลมทราย) จังหวัดสงขลา ก่อนและหลังจากการได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมทางกายและหลังจากหยุดกิจกรรมทางกาย 8 สัปดาห์ ซึ่งผลการวิจัยพบว่า หลังจากการจัดกิจกรรมทางกายกลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในระดับดีมาก และหลังจากหยุดกิจกรรมทางกาย 8 สัปดาห์ อยู่ในระดับดี ส่วนผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกาย พบว่า ผลการทดสอบกลุ่มเป้าหมายของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพก่อนการจัดกิจกรรมทางกาย และหลังการจัดกิจกรรมทางกายมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยหลังการจัดกิจกรรมทางกายสูงกว่าก่อนจัดกิจกรรมทางกาย และหลังหยุดกิจกรรมทางกายสูงกว่าก่อนจัดกิจกรรมทางกาย

ปกเกล้า อนันต์ (2562) ได้ทำการวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมทางกายกับความฉลาดทางอารมณ์และความสุขของนักเรียนประถมศึกษา โดยการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับกิจกรรมทางกาย ความฉลาดทางอารมณ์และความสุขของ

นักเรียนประถมศึกษา 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมทางกายกับ ความฉลาดทางอารมณ์และ ความสุขของนักเรียนประถมศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5-6 ปีการศึกษา 2562 จำนวน 482 คน ในกรุงเทพมหานคร ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามการมี กิจกรรมทางกาย แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ และแบบประเมินความสุข มีค่าความตรง เท่ากับ 0.99, 0.97 และ 0.99 ตามลำดับ ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.83, 0.90 และ 0.83 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์โดยการ หาค่าสัมประสิทธิ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่า 1) นักเรียนประถมศึกษาที่มีกิจกรรมทางกายโดย รวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีกิจกรรมทางกายในการทำงานอยู่ในระดับมาก กิจกรรมทางกาย ในชีวิตประจำวันและในยามว่างอยู่ในระดับปานกลาง นอกจากนี้ นักเรียนประถมศึกษาที่มีความฉลาด ทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และมีความสุขโดยรวมอยู่ในระดับคนทั่วไป 2) กิจกรรมทาง กายกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมีความสัมพันธ์กันทางบวกในระดับปานกลาง อย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และ กิจกรรมทางกายกับความสุขของนักเรียนมีความสัมพันธ์กัน ทางบวกในระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 สรุปผลการวิจัย นักเรียนประถมศึกษา ส่วนใหญ่มีกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้นควรสนับสนุนให้นักเรียนวัยนี้มีกิจกรรมทาง กายเพิ่มมากขึ้น และการมีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้น ยังเป็นการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์และ ความสุขของนักเรียนเพิ่มขึ้นอีกด้วย

ภัสรพร ทองวัตร และนิทรา กิจธิระวุฒิมังษ์ (2562) ได้ทำการศึกษาเรื่องปัจจัย ทำนายพฤติกรรมการทำกิจกรรมทางกายของเด็กนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 ในเขต ตำบลหนองกู่ลา อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก วัตถุประสงค์ในการศึกษาครั้งนี้ เพื่อศึกษา พฤติกรรมการทำกิจกรรมทางกาย และค้นหาอำนาจของปัจจัยทำนายพฤติกรรมการทำกิจกรรมทาง กายของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 ในเขตตำบลหนองกู่ลา อำเภอบางระกำ จังหวัด พิษณุโลก สำหรับผลการศึกษาครั้งนี้ปรากฏว่า นักเรียนมีพฤติกรรมการทำกิจกรรมทางกาย อยู่ใน ระดับดี ( $\bar{X}=3.70$ ,  $SD=.67$ ) และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน พบว่า ปัจจัยเสริมต่อการ ทำกิจกรรมทางกาย ( $\beta =.41$ ,  $b=.48$ ,  $p<.001$ ) เพศ( $\beta=.22$ ,  $b=2.70$ ,  $p<.001$ ) และภาวะโภชนาการ ( $\beta=-.12$ ,  $b=-2.69$ ,  $p=.011$ ) สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการทำกิจกรรมทางกายของนักเรียน ได้ร้อยละ 21.6 ทั้งนี้ในการศึกษานี้มีข้อเสนอแนะให้บุคลากรสาธารณสุข ควรแนะนำผู้ปกครอง และ ครู สนับสนุนการทำกิจกรรมทางกายให้กับนักเรียนอย่างต่อเนื่อง โดยให้คำแนะนำเรื่องการทำ กิจกรรมทางกายที่เหมาะสมกับเพศ และภาวะโภชนาการ ของนักเรียนที่แตกต่างกัน มีการจัด กิจกรรมเพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับประโยชน์การทำกิจกรรมทางกาย และมีการติดตามภาวะโภชนาการ ของเด็กนักเรียนอย่างต่อเนื่อง อันจะนำไปสู่การมีสุขภาพที่เหมาะสมในเด็กนักเรียน

ฐิติกร โตโพธิ์ไทย (2562) ได้ทำการศึกษาบทเรียนจากการพัฒนาแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 โดยมีข้อสรุปเป็นบทเรียนที่ได้รับจากศึกษา ดังนี้ บทเรียนที่ 1 การเรียนรู้หลักการ เป้าประสงค์เชิงยุทธศาสตร์และกลไกการขับเคลื่อนไปสู่การปฏิบัติของนโยบายการส่งเสริมกิจกรรมทางกายระดับนานาชาติ ซึ่งเป้าประสงค์เชิงยุทธศาสตร์และกลไกการขับเคลื่อนไปสู่การปฏิบัตินั้น มีความสอดคล้องกับแผนปฏิบัติการการส่งเสริมกิจกรรมทางกายโลก พ.ศ. 2561 – 2573 และแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายมีเป้าหมายกลุ่มอายุครอบคลุมมากกว่า คือ ตั้งแต่วัยเด็กปฐมวัยและวัยเด็กเป็นต้นไป ในขณะที่แผนปฏิบัติการการส่งเสริมกิจกรรมทางกายโลก พ.ศ. 2561 – 2573 มีเป้าหมายตั้งแต่วัยรุ่น (อายุตั้งแต่ 11 ปีขึ้นไป) นอกจากนี้แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายยังเน้นเป้าหมายสภาพแวดล้อมที่เป็นสถานศึกษา สถานที่ทำงาน สถานบริการสาธารณสุข และชุมชนด้วย บทเรียนที่ 2 การสร้างการมีส่วนร่วมของภาคส่วนต่างๆ ในกระบวนการพัฒนานโยบาย เพื่อสร้างความเป็นเจ้าของ และการยอมรับนโยบายแม้จะต้องใช้ระยะเวลาเพิ่มขึ้น และบทเรียนที่ 3 การเห็นความสำคัญของศักยภาพของหน่วยงานภาครัฐส่วนกลาง รวมถึงทักษะการทำงานด้านนโยบายและยุทธศาสตร์สำหรับบุคลากรในการพัฒนานโยบายที่ควรต้องมีการลงทุน ในการวางแผนและพัฒนาบุคลากร

จินตนา สรายุทธพิทักษ์, สริญญา รอดพิพัฒน์, จักริน ด้วงคำ และวิรตี เอกธรรรงค์ชัย (2562) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับกลยุทธ์ส่งเสริมกิจกรรมทางกายของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ผ่านการบริหารโปรแกรมสุขภาพในโรงเรียน ซึ่งการศึกษาครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้ทำการศึกษาโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาองค์ประกอบการบริหารโปรแกรมสุขภาพในโรงเรียนที่ส่งผลต่อกิจกรรมทางกายของนักเรียน และ 2) สังเคราะห์กลยุทธ์ส่งเสริมกิจกรรมทางกายผ่านการบริหารโปรแกรมสุขภาพในโรงเรียน โดยผลการวิจัยพบว่า 1) ผลการตรวจสอบอิทธิพลของตัวแปรโดยใช้ โมเดลสมการโครงสร้าง พบว่า มีค่าความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ( $\chi^2 = 24.31$ ,  $df = 13$ ,  $p = .06$ ,  $CFI = .95$ ,  $RMSEA = .03$ ,  $SRMR = .04$ ) โดยมี 2 องค์ประกอบของการบริหารโปรแกรมสุขภาพในโรงเรียนที่ส่งผลทางบวกต่อกิจกรรมทางกาย คือ การจัดสิ่งแวดล้อมให้ถูกสุขลักษณะ และการเรียนการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา และมี 1 องค์ประกอบที่ส่งผลทางลบ คือ การจัดอาหารและโภชนาการ 2) ผลการสังเคราะห์กลยุทธ์ส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ได้แก่ จัดพื้นที่โล่งหรือสนามให้นักเรียนได้เล่น จัดสอนสุขศึกษาและพลศึกษาอย่างน้อย 1-2 คาบ/สัปดาห์ จัดเวลาให้นักเรียนมีโอกาสเล่นหลังรับประทานอาหารกลางวัน จากผลการศึกษาครั้งนี้ สามารถแสดงให้เห็นว่ามี 3 องค์ประกอบที่สำคัญสำหรับการบริหารโปรแกรมสุขภาพในโรงเรียน ได้แก่ การจัดการสิ่งแวดล้อม การเรียนการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา และการจัดอาหารและโภชนาการ ซึ่งองค์ประกอบที่ได้กล่าวมาล้วนส่งผลต่อกิจกรรมทางกายของนักเรียนประถมศึกษา

ภิมณณ์ภู่ พงษ์เกษตรการ, นภัสบงกช ศุภะพิชน, และนางสาวชนิษฐา ระโหลฐาน (2563) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง กระบวนการดำเนินงานสู่ความเป็นเลิศด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนวิถีอิสลาม กรณีศึกษา โรงเรียนสะแกโตดประชาสรรค์ พบว่า 1) แรงจูงใจในการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายของโรงเรียน วิถีอิสลาม คือ ความต้องการความสำเร็จโดยมีเป้าหมายที่ชัดเจน ความคาดหวังต่อผลลัพธ์ 2) กระบวนการดำเนินงานสู่ความเป็นเลิศด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนวิถีอิสลาม กรณีศึกษา โรงเรียนสะแกโตดประชาสรรค์ ประกอบด้วย การเข้าถึงข้อมูลการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การตัดสินใจ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การตรวจสอบ การประเมิน ปรับปรุง และ การบอกต่อขยายผล 3) องค์ประกอบการปฏิบัติที่เป็นเลิศซึ่งประกอบด้วย ภาวะผู้นำ การเข้าถึงข้อมูล และเข้าใจงานและวิถีชุมชน เป้าหมายชัดเจน ทำงานเป็นทีม มีเครือข่าย มีการวางแผนและดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง การติดตามประเมินผล ปรับปรุง และพัฒนาอยู่เสมอ มีทักษะการสื่อสารที่ดี อุปสรรคและข้อจำกัดที่พบ คือ การปฏิบัติที่ยึดหลักและอยู่ในกรอบหรือขอบข่ายศาสนาอย่างเคร่งครัด โดยปรับกิจกรรมให้เหมาะสมกับวิถีชุมชนด้านการสื่อสารใช้วิธีพูดทางวาจาโดยใช้เวลาและโอกาสที่เหมาะสม รวมทั้งใช้เวทีระดับชุมชนในการสื่อสาร

ภิมณณ์ภู่ พงษ์เกษตรการ (2563) ได้ทำการศึกษาเรื่องความพร้อมของสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพระนครศรีอยุธยาต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ภายใต้แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561-2573 สำหรับการศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความพร้อม ปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อม ปัญหา อุปสรรคและข้อจำกัดในการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพระนครศรีอยุธยาต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ภายใต้แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 - 2573 ใช้การวิจัยแบบผสมผสาน โดยเก็บข้อมูลการวิจัยเชิงปริมาณร่วมกับเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลเชิงปริมาณในกลุ่มผู้อำนวยการสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพระนครศรีอยุธยา จำนวน 180 คน และการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้อำนวยการสถานศึกษา จำนวน 10 คน เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสอบถามออนไลน์และแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและสถิติถดถอยพหุคูณ ส่วนการสัมภาษณ์ใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา ผลการศึกษาพบว่า สถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพระนครศรีอยุธยามีความพร้อมต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ภายใต้แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 - 2573 ภาพรวมอยู่ในระดับสูง ค่าเฉลี่ย 5.41 (S.D.= 1.07) โดยมีความพร้อมด้านระบบองค์การและนโยบาย อยู่ในระดับสูงมาก ค่าเฉลี่ย 6.19 (S.D.= 0.87) และค่าเฉลี่ย 5.94 (S.D.= 0.98) ตามลำดับ มีความพร้อมด้านทรัพยากรและการมีส่วนร่วมของชุมชน อยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ย 4.29 (S.D.= 1.28) และค่าเฉลี่ย 4.48 (S.D.= 1.35) ตามลำดับ เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งหมด พบว่า มีความพร้อมด้านระบบองค์การมากที่สุด มีความ

พร้อมด้านทรัพยากรน้อยที่สุด และพบว่าปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อความพร้อม คือ ระดับการศึกษา สาขาวิชาที่สำเร็จการศึกษาและระยะเวลาในการปฏิบัติงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกันกับตัวแปรร่วมทำนาย ระดับสูง ( $R = 0.77$ ) โดยปัจจัยส่วนบุคคล ทั้ง 3 ตัวดังกล่าว สามารถร่วมทำนายความพร้อมได้ร้อยละ 59.00 ( $R^2 = 0.59$ ) มีความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของการพยากรณ์อยู่ที่  $SEEST = 11.35$  และเมื่อเทียบกันระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ตัวแปรระดับการศึกษา (ปริญญาเอก) ส่งผลต่อความพร้อมมากที่สุด (ค่า Beta 0.44) และพบว่า ปัจจัยสนับสนุนที่ส่งผลต่อความพร้อมของสถานศึกษา คือ ความรู้ ภาวะผู้นำและการเปิดรับ ข้อมูลข่าวสาร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งมีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกันกับตัวแปร ร่วมทำนาย ระดับสูง ( $R = 0.82$ ) โดยปัจจัยสนับสนุนทั้ง 3 ตัวดังกล่าว สามารถร่วมพยากรณ์ ความพร้อมได้ร้อยละ 67.00 ( $R^2 = 0.67$ ) มีความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของการพยากรณ์อยู่ที่  $SEEST = 9.84$  เมื่อเปรียบเทียบกันระหว่างปัจจัยสนับสนุน พบว่า ความรู้ ส่งผลต่อความพร้อมมากที่สุด (ค่า Beta 0.46) และผลการศึกษาเชิงคุณภาพ พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อม ประกอบด้วย ด้านระดับการศึกษา สาขาวิชาที่สำเร็จการศึกษา ระยะเวลาที่ปฏิบัติงานด้านความรู้ ภาวะผู้นำ การเปิดรับข้อมูลข่าวสาร เช่นเดียวกับการศึกษาเชิงปริมาณ โดยมีปัจจัยเพิ่มเติมด้านนโยบายจาก หน่วยงานต้นสังกัด จะส่งผลให้สถานศึกษามีความพร้อมเพิ่มขึ้น ส่วนปัญหาอุปสรรคและข้อจำกัด พบว่า ขาดแคลนงบประมาณ รองลงมาคือ สภาพแวดล้อมไม่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย จากผล การศึกษาได้มีข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย คือ สถานศึกษาควรดำเนินการแสวงหาความร่วมมือให้ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องเข้ามามีส่วนร่วมในการขับเคลื่อนแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ในสถานศึกษามากขึ้น ให้ความสำคัญต่อการพัฒนาศักยภาพบุคลากรให้มีความรู้ในการดำเนินงาน และการประสานแหล่งทุน ควรสร้างกระแสกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาและให้ความสำคัญผู้นำ องค์กร เนื่องจากเป็นผู้ที่มีอำนาจตัดสินใจและบริหารจัดการทรัพยากรให้พร้อมต่อการส่งเสริม กิจกรรมทางกาย

อารีกุล อมรศรีวัฒนกุล (2564) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับกิจกรรมทางกายในเด็กและ เยาวชนไทย อายุ 0-22 ปี : การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ โดยการศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาประเด็นการวิจัยที่ผ่านมาและนำเสนอช่องว่างที่ยังเป็นส่วนขาดทางการวิจัยด้านกิจกรรม ทางกายในเด็กและเยาวชนไทย อายุระหว่าง 0-22 ปี สำหรับการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้ระเบียบวิธี วิจัยโดยทำการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ โดยสืบค้นงานวิจัยจากบทความวิจัยและ วิทยานิพนธ์จากฐานข้อมูลงานวิจัยในประเทศไทยและนานาชาติ เกณฑ์ในการคัดเลือกงานวิจัย คือ งานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับกิจกรรมทางกายในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเด็กและเยาวชนที่มีสุขภาพดี ในประเทศไทย อายุระหว่าง 0-22 ปี ในช่วงปี พ.ศ. 2552-2562 ที่ผ่านการประเมินความน่าเชื่อถือ ของงานวิจัย โดยแบบประเมินคุณภาพงานวิจัย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ความถี่ ร้อยละ และจำแนก

งานวิจัยออกเป็นกลุ่มตามประเด็นการวิจัยที่ผู้วิจัยได้ตั้งไว้ด้วยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา ซึ่งการศึกษาครั้งนี้มีผลการศึกษา พบว่า มีการวิจัยในกลุ่มตัวอย่างอายุ 0-5 ปี เป็นจำนวนน้อยมาก (ร้อยละ 1.3) ประเด็นที่ยังมีการศึกษาอยู่จำนวนไม่มาก ได้แก่ อิทธิพลของกิจกรรมทางกายต่อความสามารถทางการรู้คิด สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ สังคมและวัฒนธรรมที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย การวิจัยที่ยังไม่มีการวิจัยในประเทศไทยและควรได้รับการสนับสนุน และศึกษาวิจัยในอนาคต ได้แก่ ความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมทางกายและตัวแปรด้านสุขภาพจิต เศรษฐฐานะ การพัฒนาเทคโนโลยี เพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เป็นต้น

ชฎานนท์ สุวรรณเพชร และพีระพร รัตนาเกียรติ (2564) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย โดยการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะสำหรับการศึกษา ในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ 2) เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ โดยกลุ่มเป้าหมายใช้วิธีเลือกแบบเจาะจง เป็นนักเรียนระดับอนุบาลชั้นปีที่ 3 โรงเรียนบ้านดงใหญ่ อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดมหาสารคาม สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษามหาสารคาม เขต 2 ปีการศึกษา 2563 จำนวน 11 คน โดยเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาประกอบไปด้วย แผนการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย 3 ด้าน คือ 1) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง 2) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น 3) ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยใช้แบบแผนการทดลองแบบ Pre-Experimental Design สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าร้อยละ การศึกษาครั้งนี้ปรากฏว่า 1) ระดับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะมีความฉลาดทางอารมณ์ อยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X}=40.09$ ) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง อยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X}=12.90$ ) ด้านการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น อยู่ในระดับดีมาก ( $\bar{X}=13.36$ ) ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น อยู่ในระดับดีมาก  $\bar{X}=13.81$ ) 2) ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ พบว่าเด็กปฐมวัยมีความฉลาดทางอารมณ์ สูงขึ้นในทุกๆ ด้าน โดยมีค่าร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ 53.53

วาริรัตน์ แยมประดิษฐ์, อนันต์ มลารัตน์, และสาธิต ประจัญบาน (2565) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ความต้องการจำเป็นและแนวทางในการพัฒนาชุดกิจกรรมทางกายเชิงบูรณาการเพื่อเสริมสร้างการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัยในจังหวัดสุรินทร์ ผลการวิจัย 1) สภาพและปัญหาการจัดกิจกรรมทางกาย พบว่า จัดกิจกรรมทางกายร่วมกับกิจกรรมกลางแจ้ง และกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ กิจกรรมทางกายไม่หลากหลาย และยังขาดกระบวนการเสริมสร้างการคิดเชิงบริหาร 2) ความต้องการจำเป็นต่อชุดกิจกรรมทางกายเชิงบูรณาการพบว่า ความต้องการจำเป็น



มากที่สุดคือด้านกระบวนการมีค่า  $PNI_{Modified}$  เท่ากับ 0.17 3) แนวทางการพัฒนาชุดกิจกรรมทางกายเชิงบูรณาการ ดังนี้คือ กิจกรรมทางกายแบ่งออกเป็น 3 ระดับ คือ ระดับ 1 การสอนทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานที่สอดคล้องกับกิจกรรม ระดับ 2 ระดับการปฏิบัติที่ออกแรงเพิ่มขึ้น มีการเคลื่อนไหวประกอบอุปกรณ์ ระดับ 3 เป็นระดับท้าทายมีอุปสรรค หรือเงื่อนไขเพื่อให้เด็กได้คิดวางแผนแก้ปัญหาออกแบบกิจกรรมทางกาย ให้มีทั้งการเล่นแบบเดี่ยว และแบบกลุ่มจัดกิจกรรมทางกายสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 50-60 นาที

จิตติกร โตโพธิ์ไทย (2565) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการถ่ายทอดหลักฐานวิชาการกิจกรรมทางกายสู่นโยบายการสร้างเมืองที่กระฉับกระเฉง : การทบทวนวรรณกรรมแบบย่อ ผลวิจัยพบว่า การส่งเสริมการเดินทางด้วยการเดิน การใช้จักรยาน และ ขนส่งสาธารณะ การออกแบบและพัฒนาเมืองโดยใช้สถานีขนส่งสาธารณะเป็นศูนย์กลาง และการสนับสนุนนันทนาการในทุกกลุ่มวัยเป็นนโยบายสำคัญในการจัดการปัญหาพฤติกรรมเนือยนิ่งในประเทศไทย ซึ่งการศึกษาค้นคว้านี้ได้กล่าวถึงเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืนของสหประชาชาติ หมวดที่ 11 ที่ต้องการให้เมืองและการตั้งถิ่นฐานของมนุษย์มีความครอบคลุม ปลอดภัย มีภูมิทัศน์ และยั่งยืน โดยปัจจุบันประเทศไทยยังขาดข้อมูลกิจกรรมทางกายของประชากรในเขตเมือง รวมถึงหลักฐานวิชาการด้านมาตรการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในเขตเมือง การศึกษานี้จึงมุ่งทบทวนหลักฐานวิชาการเกี่ยวกับกิจกรรมทางกาย และมาตรการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในเขตเมืองจากนานาชาติและในประเทศ และเสนอข้อเสนอเชิงนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายในเขตเมือง

จิตติภรณ์ ดวงรัตนานนท์ (2565) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในระดับสิ่งแวดล้อมและนโยบายในประเทศไทย: การทบทวนเชิงวิเคราะห์ โดยการศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อประเมินการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในระดับสิ่งแวดล้อมและนโยบาย 2) เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในประเทศไทย ด้วยการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบจากฐานข้อมูล ได้แก่ PubMed, Scopus, Web of Science รวมถึงฐานข้อมูลในประเทศ และแผนพัฒนาองค์การบริหารส่วนจังหวัด 77 จังหวัด โดยใช้การทบทวนวรรณกรรมเชิงวิเคราะห์ โดยคัดเลือกเหลือ 11 การศึกษามาวิเคราะห์จาก 1,681 การศึกษา ผลการศึกษา พบว่าหลักฐานเชิงประจักษ์เรื่องการส่งเสริมกิจกรรมทางกายด้านสิ่งแวดล้อมและนโยบายในประเทศไทยยังมีข้อจำกัดในด้านจำนวนและความหลากหลาย โดยการส่งเสริมมุ่งเน้นที่การสนับสนุนสถานที่เพื่อเล่นกีฬามากกว่าเพื่อกิจกรรมทางกาย ประชากรวัยผู้ใหญ่ให้ความสำคัญ การส่งเสริมโครงสร้างพื้นฐานและการผังเมือง ในขณะที่ผู้สูงอายุให้ความสำคัญกับสถานที่สำหรับกิจกรรมนันทนาการในระดับพื้นที่ พบว่า 9 จาก 77 จังหวัดสนับสนุนการสร้างทางจักรยาน 16 จังหวัด สนับสนุนการสร้างพื้นที่สีเขียว ในขณะที่ 42 จังหวัดสนับสนุนสถานที่เล่นกีฬา การสื่อสารและสนับสนุน การนำนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายไปปฏิบัติในพื้นที่ กลไกการสร้างความร่วมมือระหว่างกระทรวงสาธารณสุขและ

กระทรวงมหาดไทย การสื่อสารสาธารณะและการประเมินนโยบายอย่างต่อเนื่อง เหล่านี้เป็นประเด็นที่ควรให้ความสำคัญ รวมถึงการศึกษาในอนาคตควรมุ่งเน้นเรื่อง การประเมินนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายในแต่ละกลุ่มวัยด้วย

จิริฐิติกาล ชัยประทุม (2565) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพกับกิจกรรมทางกายของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น เขตอำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพกับกิจกรรมทางกายของนักเรียน มีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 458 คน โดยสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 1) แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพ 4 รายการ 2) แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่า IOC เท่ากับ 0.98 และค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.73วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าสถิติพื้นฐานและสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์โดยวิธีของเพียร์สัน จากการวิจัยพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอต่อการมีสุขภาพดี 1) นักเรียนมีกิจกรรมทางกายในระดับปานกลางและหนักโดยเฉลี่ย  $311 \pm 194$  นาที/สัปดาห์ 2) นักเรียนชายและนักเรียนหญิง ส่วนใหญ่มี BMI ในระดับปกติ ความอ่อนตัวส่วนใหญ่อยู่ในระดับต่ำ ความแข็งแรงและความอดทนส่วนใหญ่ อยู่ในระดับปานกลาง ความอดทนของระบบหัวใจและหลอดเลือดอยู่ในระดับต่ำมาก 3) กิจกรรมทางกาย มีความสัมพันธ์กับระดับความอดทนของระบบหัวใจและการไหลเวียนเลือดและความแข็งแรงและความอดทนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องภายในประเทศสามารถแบ่งงานวิจัยที่หยิบยกมานำเสนอแบ่งออกเป็น 4 หมวด ประกอบไปด้วย 1) หมวดที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาระดับการมีกิจกรรมทางกายของผู้เรียน, 2) หมวดที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาความสัมพันธ์ของกิจกรรมทางกายกับพัฒนาการด้านอื่น ๆ, 3) หมวดที่เกี่ยวข้องกับการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย และ 4) หมวดที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานขับเคลื่อนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ซึ่งแต่ละหมวดสามารถสรุปเนื้อหาสาระของงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. หมวดที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาระดับการมีกิจกรรมทางกายของผู้เรียน ประกอบไปด้วย 3 งานวิจัย คือ 1.1) การวิจัยเรื่องผลของการจัดโปรแกรมกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนที่มีต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล 4 (บ้านแหลมทราย) จังหวัดสงขลา ของชนาธิป ชูอักษร, 1.2) การวิจัยเรื่องปัจจัยทำนายพฤติกรรมการทำกิจกรรมทางกายของเด็กนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 ในเขตตำบลหนองกุลา อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก ของภัศราพร ทองวัตร และนิทรา กิจธีระวุฒิมังษ์, และ 1.3) การวิจัยเรื่องการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของ เด็กปฐมวัยโดยการจัดการกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะสำหรับการศึกษา ของชญานันท์ สุวรรณเพชร และพีระพร รัตนาเกียรติ์ ซึ่ง

วัตถุประสงค์ของการวิจัยทั้ง 3 งานวิจัยมุ่งศึกษาเกี่ยวกับระดับการมีกิจกรรมทางกายของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบกับการเปรียบเทียบการมีกิจกรรมทางกายของกลุ่มตัวอย่าง และการค้นหาอำนาจของปัจจัย ทำนายพฤติกรรมการทำกิจกรรมทางกาย

ซึ่งจากงานวิจัยทั้ง 3 เรื่องดังกล่าวทำให้ผู้วิจัยได้มีข้อมูลเกี่ยวกับระดับการมีกิจกรรมทางกายของกลุ่มตัวอย่าง ทำให้ผู้วิจัยสามารถเปรียบเทียบการมีกิจกรรมทางกายของกลุ่มตัวอย่างได้นอกจากนี้ในงานวิจัยของชฎานนท์ สุวรรณเพชร และพีระพร รัตนาเกียรติ์ ยังได้มีการทำนายพฤติกรรมการทำกิจกรรมทางกายจากผลการศึกษาระดับการมีกิจกรรมทางกาย

2. หมวดที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาความสัมพันธ์ของกิจกรรมทางกายกับพัฒนาการด้านอื่น ๆ ประกอบไปด้วย 2 งานวิจัย คือ 2.1) การวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่าง กิจกรรมทางกายกับความฉลาดทางอารมณ์ และความสุขของนักเรียนประถมศึกษา ของปกเกล้า อนันต์, และ 2.2) การวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพกับกิจกรรมทางกายของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น เขตอำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา ของจิรจิตติกาล ชัยประทุม ซึ่งวัตถุประสงค์ของการวิจัยทั้ง 2 งานวิจัยมุ่งศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของกิจกรรมทางกายที่มีผลต่อพัฒนาการด้านความฉลาดทางอารมณ์และมีความสุข รวมไปถึงสมรรถภาพทางกายที่มีผลต่อสุขภาพ

ซึ่งจากงานวิจัยทั้ง 2 เรื่องทำให้ผู้วิจัยได้มีข้อมูลเกี่ยวกับระดับการมี กิจกรรมทางกายที่มีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ ความสุข และสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพ ส่งผลทำให้เห็นถึงประโยชน์ และคุณค่าของการมีกิจกรรมทางกายที่ควรส่งเสริมให้ผู้เรียนได้มีกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมตามวัย

3. หมวดที่เกี่ยวข้องกับการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ประกอบไปด้วย 4 งานวิจัย คือ 3.1) การศึกษาบทเรียนจากการพัฒนาแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 ของฐิติกร โตโพธิ์ไทย, 3.2) การศึกษาเกี่ยวกับกิจกรรมทางกายในเด็กและเยาวชนไทย อายุ 0-22 ปี : การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบของอารีกุล อมรศรีวัฒนกุล, 3.3) การศึกษาเกี่ยวกับการถ่ายทอดหลักฐานวิชาการกิจกรรมทางกายสู่นโยบายการสร้างเมืองที่กระฉับกระเฉง : การทบทวนวรรณกรรมแบบย่อ ของฐิติกร โตโพธิ์ไทย และ 3.4) การศึกษาเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในระดับสิ่งแวดล้อมและนโยบายในประเทศไทย: การทบทวนเชิงวิเคราะห์ ของฐิติกรณ ดวงรัตนานนท์ ซึ่งวัตถุประสงค์ของการวิจัยทั้ง 4 งานวิจัย มุ่งศึกษาเกี่ยวกับประเด็นการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของเด็กและเยาวชนในประเทศไทย ทั้งในแง่ของนโยบายการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย และการประเมินผลการมีกิจกรรมทางกายจากงานวิจัยที่เคยมีการศึกษาค้นคว้ามาก่อนหน้า

ซึ่งจากงานวิจัยทั้ง 4 เรื่องทำให้รับทราบถึงข้อมูลเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย รวมไปถึงพฤติกรรมการทำกิจกรรมทางกายของกลุ่มตัวอย่าง ทำให้เห็นถึงช่องว่าง

ของการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย และเกิดการเสนอแนวทางในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้มีประสิทธิภาพ และเกิดประสิทธิผลมากขึ้นในอนาคต

4. หมวดที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานขับเคลื่อนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ประกอบไปด้วย 4 งานวิจัย คือ 4.1) การวิจัยเรื่องกลยุทธ์ส่งเสริมกิจกรรมทางกายของนักเรียน ประถมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานครผ่านการบริหารโปรแกรมสุขภาพในโรงเรียน ของจินตนา สรายุทธพิทักษ์ , สิริญา รอดพิพัฒน์ , จักริน ด้วงคำ และวิรตี เอกธรรงค์ชัย, 4.2) การวิจัยเรื่อง กระบวนการดำเนินงานสู่ความเป็นเลิศด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนวิถีสถาภกรณศึกษาโรงเรียนสะแกโตดประชาสรรค์ ของภิมณณันท์ พงษ์เกษตรการ, นภัสภงกช ศุภะพิชน์, และนางสาวณิชชฎา ระโหลฐาน, 4.3) การวิจัยเรื่องความพร้อมของสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษาประถมศึกษาพระนครศรีอยุธยาต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกายภายใต้แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561-2573 ของภิมณณันท์ พงษ์เกษตรการ และ 4.4) การวิจัยเรื่อง ความต้องการจำเป็นและแนวทางในการพัฒนาชุดกิจกรรมทางกายเชิงบูรณาการเพื่อเสริมสร้างการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัยในจังหวัดสุรินทร์ ของวาริรัตน์ แยมประดิษฐ์, อนันต์ มาลารัตน์, และสาธิต ประจัญบาน ซึ่งวัตถุประสงค์ของการวิจัยทั้ง 4 งานวิจัยมุ่งศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบในการบริหาร โปรแกรมสุขภาพ และการสังเคราะห์กลยุทธ์ส่งเสริมกิจกรรมทางกายผ่านโปรแกรมสุขภาพ แรงจูงใจ ในการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกาย และกระบวนการดำเนินงานสู่ความเป็นเลิศ ปัจจัยที่ส่งผล ต่อความพร้อม ปัญหา อุปสรรค และข้อจำกัดในการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายตามแผนการ ส่งเสริมกิจกรรมทางกาย และแนวทางในการพัฒนาชุดกิจกรรมทางกายของผู้เรียน

ซึ่งจากงานวิจัยทั้ง 4 เรื่องทำให้ผู้ที่สนใจในการศึกษาทราบถึงแนวทางในการ พัฒนาการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้เกิดประสิทธิภาพผ่านโปรแกรมสุขภาพ พร้อมทั้ง วิธีการในการสร้างแรงจูงใจเพื่อเป็นแนวทางในการขับเคลื่อนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ทั้งนี้รวมไป ถึงการพัฒนาการจัดกิจกรรมทางกายตามแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ.2561 - 2573

งานวิจัยภายในประเทศที่เกี่ยวข้องทั้ง 4 หมวดที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้นนั้น สามารถ นำไปเป็นแนวทางสำหรับการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริม กิจกรรมทางกายของสถานศึกษาได้เป็นอย่างดี สามารถขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทาง กายภายในสถานศึกษาอย่างมีคุณภาพ มีรูปแบบ และวิธีการที่มีความชัดเจน มีตัวอย่างที่ประสบ ความสำเร็จให้ศึกษา และสามารถนำไปเป็นแบบอย่างในการพัฒนาการจัดกิจกรรมทางกายของ สถานศึกษาได้ นอกจากนี้ยังได้รับทราบถึงข้อผิดพลาดหรือจุดบกพร่องที่เกิดจากงานวิจัยที่ศึกษา สามารถนำมาเป็นตัวอย่างในการป้องกัน และลดความผิดพลาดจากการขับเคลื่อนการส่งเสริม กิจกรรมทางกายในสถานศึกษาต่อไป

## 4.2 งานวิจัยภายนอกประเทศ

Andriy Mandiuk (2018) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับระดับการมีส่วนร่วมของเด็กและเยาวชนในรูปแบบต่าง ๆ ของกิจกรรมการมีกิจกรรมทางกายในยูเครน และประเทศสมาชิก Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA) ซึ่งวัตถุประสงค์ของการศึกษาคั้งนี้เพื่อเปรียบเทียบค่าประมาณของตัวบ่งชี้กิจกรรมการเคลื่อนไหวส่วนบุคคลในยูเครนและประเทศอื่น ๆ ตามมาตรฐานของ Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA) โดยใช้การวิเคราะห์ และลักษณะทั่วไปของวรรณกรรมทางวิทยาศาสตร์ วิธีการวิจัยระดับทฤษฎี (การวิเคราะห์และการสังเคราะห์) การสำรวจทางสังคมวิทยา การประเมินข้อมูลโดยใช้วิธี Active Healthy Kids Global Alliance การศึกษาดำเนินการในกลุ่มนักเรียนอายุ 12-14 ปี (n=1893 โดยเป็นผู้ชาย 899 คนและเด็กผู้หญิง 994 คน) และอายุ 15-17 ปี (n=925 คนในจำนวนนี้เป็นผู้ชาย 449 คนและเด็กผู้หญิง 476 คน) การประเมินตัวชี้วัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวของเด็กในวัยต่าง ๆ นำเสนอในฐานข้อมูล AHKGA และรายงานพิเศษจากประเทศต่าง ๆ จากผลการศึกษาปรากฏว่านักเรียนโรงเรียนมัธยมในยูเครน มีกิจกรรมทางกายเมื่อเปรียบเทียบกับเด็กและเยาวชนในประเทศสมาชิก AHKGA ทำให้สามารถเปรียบเทียบการประมาณการของตัวบ่งชี้กิจกรรมทางกายด้านการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายอยู่ในระดับ "D" การเล่นออกแรงอยู่ในระดับ "B" และการเดินทางอยู่ในระดับ "C"

Kimberley Foley (2019) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับระเบียบวิธีการพัฒนาผลลัพธ์สำหรับการประเมินผลการจัดกิจกรรมทางกายในโรงเรียนประถมศึกษา จากการศึกษาการจัดกิจกรรมทางกายในโรงเรียนประถมศึกษา จากโครงการ The Daily Mile มีศักยภาพในการเพิ่มระดับการออกกำลังกายของเด็กเมื่อเวลาผ่านไป ซึ่งสัมพันธ์กับประโยชน์ด้านสุขภาพที่หลากหลาย การเปรียบเทียบสิ่งแทรกแซง หรือการรวมผลลัพธ์ของการศึกษาหลายรายการของสิ่งแทรกแซงเดี่ยวนั้นเป็นเรื่องที่ท้าทาย เนื่องจากการศึกษาก่อนหน้านี้ได้ตรวจสอบผลลัพธ์ที่แตกต่างกัน หรือใช้มาตรการที่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สามารถทำได้หรือเกี่ยวข้องกันกับวิจัยในสถานศึกษา การพัฒนาและการดำเนินการชุดผลลัพธ์หลัก (COS) สำหรับการแทรกแซงกิจกรรมทางกายในโรงเรียนประถมศึกษา จะช่วยให้มั่นใจได้ว่าผลลัพธ์ที่สำคัญต่อผู้ที่เกี่ยวข้องในการดำเนินการ และประเมินการแทรกแซงนั้นเป็นมาตรฐาน ซึ่งการศึกษาคั้งนี้มีวิธีการ และการวิเคราะห์เป้าหมาย คือการพัฒนา COS สำหรับการศึกษการจัดกิจกรรมทางกายในโรงเรียน และมีขั้นตอนการดำเนินการเป็น 4 ขั้นตอน คือ 1) ระบุรายการผลลัพธ์ที่ได้รับการประเมินในการศึกษาผ่านการทบทวนวรรณกรรมนานาชาติ อย่างเป็นระบบ 2) กำหนดขอบเขตจากผลลัพธ์เหล่านี้เพื่อจัดทำรายการแบบสอบถาม 3) จัดลำดับความสำคัญของผลลัพธ์ผ่านการสำรวจ Delphi 2 ขั้นตอนกับกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย 4 กลุ่ม (นักวิจัย ผู้เชี่ยวชาญด้านสาธารณสุข นักการศึกษา และผู้ปกครอง) โดยที่ผู้มีส่วนได้ส่วนเสียจะให้คะแนนความสำคัญของผลลัพธ์แต่ละรายการในระดับ Likert 9 จุด (ผลการสำรวจควรจะรวมอยู่ใน

COS จะถูกกำหนดเป็น 70% หรือมากกว่าของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียทั้งหมดที่ให้คะแนนผลลัพธ์ 7 % – 9% และ 15% หรือน้อยกว่าให้คะแนน 1 ถึง 3) และ 4) การสำรวจเกี่ยวกับ COS ขั้นสุดท้ายในการสัมภาษณ์กับกลุ่มตัวอย่างของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียและเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษา

Monica A.F. (2019) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการจัดลำดับความสำคัญของกิจกรรมทางกายในโรงเรียน: มุมมองของผู้บริหารการศึกษา ซึ่งวัตถุประสงค์ของการศึกษาคือเพื่อประเมินมุมมองของผู้บริหารโรงเรียนที่หลากหลายที่เกี่ยวข้องกับนโยบายและแนวปฏิบัติด้านการออกกำลังกาย (PA) ที่เป็นไปได้ โดยมีวัตถุประสงค์หลัก คือการระบุอุปสรรคต่อกิจกรรมทางกายของโรงเรียน และค้นหาวิธีแก้ปัญหาที่สร้างสรรค์เพื่อเอาชนะสิ่งเหล่านั้น และวัตถุประสงค์รอง คือเพื่อประเมินมุมมองของผู้บริหารโรงเรียนเกี่ยวกับการบูรณาการด้านสุขภาพ และการศึกษาในฐานะหน้าที่ของ ASCD (องค์กรวิชาชีพที่ใหญ่ที่สุดสำหรับผู้บริหารด้านการศึกษาในสหรัฐอเมริกา) และศูนย์ควบคุมและป้องกันโรคทั้งโรงเรียนและชุมชน โดยการศึกษาครั้งนี้มีการดำเนินการจัดการสนทนากลุ่มเป็น 3 กลุ่มจากกลุ่มตัวอย่างของผู้บริหารโรงเรียน ASCD (n = 20) จากวอชิงตัน ออริกอน และแคลิฟอร์เนีย ใช้วิธีการแบ่งชั้นตามภูมิหลังเชิงประชากรศาสตร์ (เช่น โรงเรียน เขต และระดับบริบทที่หลากหลาย) และเราใช้โปรโตคอลและสคริปต์ที่เป็นมาตรฐาน บันทึกเสียงแล้ววิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีเปรียบเทียบคงที่ ผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้พบว่า ข้อกำหนดด้านเวลาสำหรับสาขาวิชาอื่นๆ ถูกระบุว่าเป็นอุปสรรคหลักต่อกิจกรรมทางกายของโรงเรียน และการไม่มีผลลัพธ์ด้านพลศึกษา (PE) ที่ชัดเจนถูกอ้างถึงเป็นสาเหตุของการทำให้กิจกรรมพลศึกษา การพัฒนาผลลัพธ์ด้านพลศึกษาที่ชัดเจน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการมุ่งเน้นไปที่สมรรถภาพทางกายและกิจกรรมทางกายถือเป็นวิธีแก้ปัญหา ผู้เข้าร่วมเห็นพ้องกันว่าจำเป็นต้องมีโอกาสสวามิภักดิ์ในโรงเรียนสำหรับกิจกรรมทางกาย แต่ผู้นำทุกระดับยังไม่คุ้นเคยกับโมเดลทั้งโรงเรียน ชุมชนทั้งหมด และเด็กทั้งหมด จากการศึกษาครั้งนี้มีข้อสรุปว่า เวลาที่จำกัดในระหว่างวันเป็นอุปสรรคสำคัญที่สุดสำหรับกิจกรรมทางกายในโรงเรียน และโปรแกรมที่ไม่มีผลลัพธ์เฉพาะเจาะจงจะได้รับการจัดสรรเวลาน้อยลง ผู้นำตระหนักถึงความสำคัญของการมีโอกาสนี้ในโครงการกิจกรรมทางกายมากขึ้น และกิจกรรมพลศึกษามีผลลัพธ์ที่ชัดเจน และมีผลกระทบต่อนโยบาย คือ ผู้นำโรงเรียนจากหลากหลายระดับควรได้รับการตรวจสอบตามเกณฑ์เมื่อออกแบบนโยบาย และแนวปฏิบัติของกิจกรรมทางกาย นโยบายที่รวมผลลัพธ์ที่วัดได้สำหรับกิจกรรมพลศึกษาอาจทำหน้าที่เป็นตัวเร่งในการปรับปรุงโปรแกรม

Cheryl Kelly (2019) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การเพิ่มกิจกรรมทางกายในโรงเรียน: กลยุทธ์สำหรับผู้ปฏิบัติงานด้านสุขภาพในโรงเรียน มีวัตถุประสงค์ของการศึกษา คือ 1) เพื่ออธิบายผลลัพธ์ของโครงการริเริ่มระยะเวลา 3 ปีเพื่อเพิ่มโอกาสให้กับกิจกรรมทางกาย และ 2) เพื่อให้คำแนะนำสำหรับผู้ประกอบวิชาชีพด้านสุขภาพในโรงเรียนที่ใช้โปรแกรมที่คล้ายกัน ซึ่งหลังจากรัฐโคโลราโดผ่านกฎหมายที่กำหนดให้โรงเรียนประถมศึกษาของรัฐทุกแห่งจัดให้มีการออกกำลังกาย

อย่างน้อย 30 นาทีต่อวันในโรงเรียน เขตการศึกษา 13 แห่งได้รับทุนเพื่อเพิ่มกิจกรรมทางกายของนักเรียนในช่วงเวลาเรียนและก่อนและหลังเวลาเรียน กิจกรรมการแทรกแซงครอบคลุมองค์ประกอบทั้งหมดของกรอบโครงการกิจกรรมทางกายของโรงเรียนที่ครอบคลุม มีการประเมินเพื่อประเมินจำนวนโรงเรียนที่ให้บริการกิจกรรมทางกาย อย่างน้อย 30 นาทีต่อวัน มีการนำการออกแบบการประเมินด้วยวิธีผสมผสานมาใช้ ซึ่งรวมถึงการติดตามจำนวนนาทีของกิจกรรมทางกายที่จัดให้ก่อน ระหว่าง และหลังเลิกเรียน และการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างกับผู้ประสานงานด้านสุขภาพของโรงเรียน โดยผลการศึกษาปรากฏว่า ในปีที่ 1 มีการจัดให้มีกิจกรรมทางกาย โดยเฉลี่ย 48 นาทีต่อวัน ภายในสิ้นปีที่ 3 นาทีเฉลี่ยของกิจกรรมทางกาย เพิ่มขึ้นสองเท่าเป็น 90 นาทีต่อวัน ครูและเจ้าหน้าที่ระบุว่าการพัฒนาวิชาชีพและการสนับสนุนผู้ดูแลระบบเป็นองค์ประกอบสำคัญในการรวมกิจกรรมทางกายมากขึ้นตลอดทั้งวันที่โรงเรียน ข้อเสนอแนะ มาตรการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนสามารถเพิ่มโอกาสการเข้าถึงกิจกรรมทางกายให้กับนักเรียนได้ ความยั่งยืนของ ความพยายามของกิจกรรมทางกายในโรงเรียนขึ้นอยู่กับเงินทุนเพื่อสนับสนุนการพัฒนาวิชาชีพสำหรับครูและเจ้าหน้าที่ และการสร้างการสนับสนุนด้านการบริหารสำหรับกิจกรรมทางกายในโรงเรียน

Eduardo L. Caputo and Filipe F. Reichert (2020) ได้ทำการวิจัยเรื่องการศึกษาการจัดกิจกรรมทางกาย และ COVID – 19 ระหว่างการระบาดใหญ่: การทบทวนขอบเขต ผลการวิจัยพบว่า การเปลี่ยนแปลงของระดับการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย เนื่องจากการแพร่ระบาดของ COVID-19 เป็นผลที่ได้รับการประเมินมากที่สุด รองลงมาคือความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาสุขภาพจิตและการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย ผลประเมินผลโดยตรงของการปฏิบัติกิจกรรมทางกายต่อ COVID-19 สรุป: หลักฐานส่วนใหญ่ระบุว่าระดับการปฏิบัติกิจกรรมทางกายลดลงเนื่องจากมาตรการรักษา ระยะห่างทางสังคม และการปฏิบัติกิจกรรมทางกายอาจช่วยลดภาระด้านสุขภาพจิตที่เกี่ยวข้องกับการระบาดของ COVID-19 ได้

Alexandra van den Berg (2020) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ผลกระทบของการจัดกิจกรรมการทำสวนและการออกกำลังกายในโรงเรียน การศึกษา TGEg โดยมีจุดประสงค์ในการศึกษา (TGEg) คือ การประเมินผลกระทบต่อส่วนบุคคล และผลรวมของการแทรกแซงกิจกรรมทางกายในโรงเรียน และการทำสวนในโรงเรียนที่มีต่อการรับประทานอาหารของเด็ก และพฤติกรรมกิจกรรมทางกาย และสถานะโรคอ้วน กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ประกอบไปด้วยนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 และผู้ปกครอง 1,326 คน ผลการศึกษาปรากฏว่า การวิเคราะห์ผลกระทบต่อหลักบ่งชี้ว่าเมื่อเทียบกับเด็กในโรงเรียนที่ไม่ได้รับ LGEg เด็กในโรงเรียนที่ได้รับ LGEg ไม่ว่าจะป็นรายบุคคล แสดงให้เห็นว่ามีความรู้ด้านโภชนาการ ความชื่นชอบผัก และรสชาติผักเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ( $p < 0.001$  ในทุกกรณี) วิเคราะห์ภายในกลุ่มพบว่าเมื่อเทียบกับ การเปรียบเทียบ

เด็กในกลุ่มระยะเวลาที่พ่อแม่และลูกทำกิจกรรมร่วมกันเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ( $p = 0.038$ ) นอกจากนี้เด็ก ๆ ใน LGEG โรงเรียนมีอัตราการลดเปอร์เซ็นต์ไขมัน BMI ลงอย่างมีนัยสำคัญ ( $p = 0.042$ ,  $p = 0.039$  ตามลำดับ) เมื่อเทียบกับเด็กในโรงเรียนทั่วไป การศึกษาครั้งนี้สามารถสรุปได้ว่า กิจกรรมทางกายที่โรงเรียนได้จัดให้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทั้งสวนและการแทรกแซงของกิจกรรมทางกาย ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการใช้ชีวิตที่มีสุขภาพดีอย่างเป็นอิสระ อย่างไรก็ตามการรวมวิธีการทั้งสองเข้าด้วยกันไม่ได้แสดงผลกระทบมากไปกว่าการแทรกแซงเพียงครั้งเดียว ซึ่งเน้นย้ำถึงความจำเป็นในการวิจัยเพิ่มเติมเพื่อกำหนดวิธีนำวิธีการแทรกแซงแบบครอบคลุมไปใช้ในโรงเรียนได้ดียิ่งขึ้น

Salomé Aubert (2020) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ การประเมินกระบวนการและผลลัพธ์ของ Global Matrix 3.0 ตามระดับของการออกกำลังกายสำหรับเด็กและเยาวชน โดยมีวัตถุประสงค์ คือ เพื่อประเมินกระบวนการและผลการวิจัยของ Global Matrix 3.0 และกำหนดข้อเสนอแนะสำหรับการปรับปรุง ซึ่งกระบวนการในการประเมิน Global Matrix 3.0 ได้รับการวางแผนก่อนการพัฒนา และมีการระบุรายการกระบวนการที่เป็นไปได้ ผลกระทบ และตัวชี้วัดผลลัพธ์ไว้ล่วงหน้า ตัวบ่งชี้เหล่านี้ได้รับแจ้งจากการสำรวจออนไลน์ รายงานโดยตรง สถิติของ MailChimp, Google Analytics ของเว็บไซต์ AHKGA และอีเมลที่ส่งไปยังคณะกรรมการบริหารของ AHKGA จากผลการศึกษาครั้งนี้ปรากฏว่า การสำรวจออนไลน์ 5 รายการเสร็จสมบูรณ์โดย 88%–100% ของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นเป้าหมาย มีการให้คะแนนความพึงพอใจสูงสำหรับวิธี Global Matrix 3.0 ขั้นตอนหลัก แนวคิด และทรัพยากร (e-blasts และเว็บไซต์) ส่วนใหญ่ที่ AHKGA มอบให้ ความคิดเห็นปลายเปิดทั้งหมด 496 รายการได้รับการระบุไว้ในแบบสำรวจทั้ง 5 ครั้ง รวมถึงความคิดเห็น 199 รายการในการรายงานปัญหา และ 38 รายการรายงานทั้งความคิดเห็นเชิงบวก และประเด็นต่าง ๆ ที่มียุทธศาสตร์ที่เข้าร่วมได้มอบหมายคะแนนให้กับตัวบ่งชี้กิจกรรมทางกายแต่ละรายการได้สำเร็จ จัดทำเอกสารบรรทัดรายงาน และเขียนบทความสั้นในบรรทัดรายงาน ซึ่งกระบวนการประเมินนี้อนุญาตให้ระบุการปรับปรุงที่จำเป็นและการกำหนดคำแนะนำสำหรับโครงการริเริ่ม Global Matrix ในอนาคต งานนี้เน้นย้ำถึงความจำเป็นในการพัฒนาเครื่องมือประเมินพฤติกรรมออกกำลังกายที่จะนำมาใช้ในระดับสากลและปรับเปลี่ยนทางวัฒนธรรมให้เข้ากับบริบทที่แตกต่างกัน เพื่อปรับปรุงมาตรฐานของการเฝ้าระวังกิจกรรมทางกายในระดับโลก

Salomé Aubert (2020) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการ ผลลัพธ์ ผลกระทบ และการประเมินผลจาก Active Healthy Kids Global Alliance “Global Matrix” โดยการศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาว่าโครงการริเริ่ม Global Matrix มีส่วนสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในเด็กทั่วโลกอย่างไร 2) เพื่อศึกษารายละเอียดและอธิบายเกี่ยวกับการบรรลุ



เป้าหมายนี้ประวัติความเป็นมาของกระบวนการพัฒนาตั้งแต่ Global Matrix 1.0 ถึง Global Matrix 3.0 3) ศึกษาความสัมพันธ์ของระดับกิจกรรมทางกายจาก Global Matrix 3.0 และ 4) ศึกษาแนวโน้มของระดับกิจกรรมทางกายในช่วงเวลาหนึ่ง ผลกระทบระหว่างประเทศของ Global Matrices และ Report Cards ผลการศึกษาปรากฏว่า มีการประเมินกระบวนการ Global Matrix 3.0 ตั้งแต่การพัฒนาจนถึงการเปิดตัว และดำเนินการและวิเคราะห์เพื่อกำหนดคำแนะนำสำหรับรุ่นต่อ ๆ ไป รายงานประวัติกระบวนการพัฒนาตั้งแต่ Global Matrix 1.0 ถึง Global Matrix 3.0 แสดงให้เห็นว่า Global Matrix ของระดับกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กและเยาวชนมีการขยายตัวอย่างมากนับตั้งแต่มีการสร้างขึ้นมา แม้ว่าข้อมูลจะมีความแปรปรวนอย่างมาก (เช่น ในแง่ของเกณฑ์มาตรฐาน เครื่องมือวัด ช่วงอายุ ขนาดตัวอย่าง คุณภาพ ปริมาณ) ที่แจ้งเกรตระหว่างประเทศสำหรับตัวบ่งชี้แต่ละตัว การมีส่วนร่วมของ 49 ประเทศใน Global Matrix 3.0 ช่วยให้สามารถศึกษาได้ ความสัมพันธ์ที่เป็นไปได้ระหว่างระดับตัวบ่งชี้กิจกรรมทางกายในวัยเด็กและศักยภาพมีความสัมพันธ์กับพลังทางสถิติที่มากกว่าในอดีต มีการสังเกตความสัมพันธ์เชิงลบที่มีนัยสำคัญระหว่างตัวบ่งชี้กิจกรรมทางกายโดยรวมกับตัวชี้วัดทางสังคม และประชากรศาสตร์หลายประการ รวมถึงดัชนีการพัฒนามนุษย์ (HDI) และรายได้มวลรวมประชาชาติต่อหัว โดยทั่วไปแล้ว ระดับพฤติกรรมที่สูงขึ้นและแหล่งที่มาของระดับอภិทธิพลที่ต่ำกว่านั้นมักพบในที่มีประเทศดัชนีการพัฒนามนุษย์ ต่ำและปานกลาง ในขณะที่ระดับพฤติกรรมที่ต่ำกว่า และแหล่งที่มาของระดับอภิทธิพลที่สูงกว่านั้น พบว่าในประเทศดัชนีการพัฒนามนุษย์ที่สูงมาก และโดยทั่วไปแล้วเกรดเฉลี่ยจะต่ำสำหรับตัวบ่งชี้แต่ละตัว ในระดับสูง ประเทศเอชดีไอ Global Matrix 3.0 ให้หลักฐานใหม่ที่แสดงให้เห็นว่าสถานการณ์เกี่ยวกับกิจกรรมทางกายของเด็กและเยาวชนเป็นปัญหาสากลทั่วโลก นอกจากนี้การประเมิน Global Matrix 3.0 ช่วยให้สามารถระบุจุดแข็งและพื้นที่สำหรับการปรับปรุงในแนวทาง Global Matrix และกำหนดข้อเสนอแนะสำหรับ Global Matrix รุ่นต่อ ๆ ไป ผลงานที่น่าเสนอในวิทยานิพนธ์นี้แสดงให้เห็นว่า Report Cards และ Global Matrices มีส่วนช่วยในการพัฒนาความรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะของการออกกำลังกาย ในแง่ของพฤติกรรมและแหล่งที่มาของอภิทธิพล ตัวชี้วัดกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กและเยาวชนในระดับโลก ข้อค้นพบจาก Global Matrix 3.0 เน้นย้ำถึงความจำเป็นในการลงทุนสาธารณะเชิงกลยุทธ์เพื่อดำเนินมาตรการแทรกแซงที่มีประสิทธิผลภายในครอบครัว ชุมชน และโรงเรียน เพื่อเพิ่มโอกาสในการออกกำลังกายให้กับเด็กทุกคน ความจำเป็นในการพัฒนาและการนำวิธีการมาตรฐานมาใช้ในระดับสากลเพื่อสร้างแนวคิดและวัดตัวชี้วัดกิจกรรมทางกายทั้ง 10 ประการ ก็ถูกเน้นย้ำในงานนี้ด้วย และการศึกษารุ่นนี้แสดงให้เห็นว่าความคิดริเริ่มระดับนานาชาตินี้มีศักยภาพในการสร้างความตระหนักรู้เกี่ยวกับปัญหาการไม่ออกกำลังกาย อำนวยความสะดวกในการพัฒนาระเบียบการรวบรวมข้อมูลกิจกรรมทางกายแบบใหม่ และสนับสนุนการพัฒนานโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกาย แม้แต่ในประเทศที่มีคุณภาพต่ำหรือข้อมูลขาดหายไป

E. Murtagh (2022) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับอิทธิพลของการเรียนรู้จากการเล่นที่มีต่อผลการเรียนของเด็กนักเรียนประถมศึกษาชาวปาเลสไตน์ ซึ่งผลการสำรวจความสัมพันธ์ระหว่างการเรียนรู้จากการเล่นกับความสำเร็จทางคณิตศาสตร์ในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปาเลสไตน์ครู 40 คนจากโรงเรียน 8 แห่งได้รับการฝึกอบรมเกี่ยวกับการสอนด้วยการเล่นและการเยี่ยมชมติดตามผลจากเจ้าหน้าที่โครงการ (กลุ่มการแทรกแซง) โรงเรียนที่จัดการเรียนการสอนลักษณะเดียวกัน 4 แห่งทำหน้าที่เป็นกลุ่มควบคุม มีการจัดการทดสอบตามเกรดที่เหมาะสมกับนักเรียนทุกคนใน 2 ภาคเรียนของโรงเรียนติดต่อกัน นักเรียนทั้งหมด 859 คน (หญิง 458 คน ชาย 401 คน) และนักเรียน 832 คน (หญิง 477 คน ชาย 355 คน) ผ่านการทดสอบคณิตศาสตร์ในภาคเรียนที่ 1 และ 2 ตามลำดับ ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มแทรกแซงได้รับคะแนนการทดสอบสูงกว่ากลุ่มควบคุมในทั้ง 2 ภาคเรียน ( $P < 0.01$ ) นอกจากนี้ ในระยะที่ 2 พบผลกระทบปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มและเพศ ( $P < 0.05$ ) โดยเด็กผู้หญิงในกลุ่มแทรกแซงได้รับคะแนนสูงสุด การศึกษาชี้ให้เห็นว่าแนวทางการเรียนรู้จากการเล่นอาจช่วยเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้

Michael Braksiek (2022) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการดำเนินการตามมาตรการส่งเสริมสุขภาพโดยเน้นกิจกรรมทางกายในโรงเรียน: ตัวอย่างและการประเมินผลจากประเทศเยอรมนี โดยการศึกษาครั้งนี้ทำการศึกษาได้คำนึงถึงการป้องกันและส่งเสริมสุขภาพที่มีความสำคัญมากขึ้นในบริบทของโรงเรียน นอกเหนือจากพลศึกษาแล้ว ยังมีการนำมาตรการที่เน้นไปที่การออกกำลังกายมาใช้เพื่อปรับปรุงสุขภาพจิตและร่างกายของนักเรียน ซึ่งการศึกษานี้มีจุดประสงค์ คือ 1) เพื่ออธิบายมาตรการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนสองอย่างเป็นระบบ ซึ่งมีพื้นฐานอยู่บนแนวคิดของแนวคิดของโรงเรียนที่กระตือรือร้นกับภูมิหลังของนโยบายการศึกษาและสุขภาพของเยอรมันตลอดจนระบบโรงเรียนของเยอรมัน 2) เพื่อประเมินคุณภาพกระบวนการและการดำเนินการ และผลลัพธ์ที่เป็นไปได้ของมาตรการ และ 3) เพื่อระบุปัจจัยที่ส่งเสริมหรือขัดขวางการดำเนินการตามมาตรการ โดยการส่งเสริมโครงการที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมทางกายที่โรงเรียน ในกรณี Active School NRW โรงเรียนที่นำแนวคิดของโรงเรียนที่กระตือรือร้นมาใช้ได้ดีที่สุดจะได้รับรางวัลผลลัพธ์ดังกล่าวให้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคและสนับสนุนการดำเนินการตามมาตรการส่งเสริมสุขภาพตามกิจกรรมทางกายที่โรงเรียน และจะมีการหารือเกี่ยวกับภูมิหลังของการส่งเสริมสุขภาพที่ยั่งยืน โดยรวมแล้วการประเมินบ่งชี้ว่าการลงทุนทางการเงินในมาตรการป้องกันและส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนมีประโยชน์

Carolina Fernandes Silva (2022) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับนโยบายการมีกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กและวัยรุ่นในบราซิล: การวิเคราะห์บัตรรายงานบราซิลเกี่ยวกับกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กและวัยรุ่น โดยการศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อตรวจสอบนโยบาย

การออกกำลังกายในบราซิล ผ่านการดำเนินการ/โครงการปัจจุบันเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กและวัยรุ่นมีการเยี่ยมชมเว็บไซต์อย่างเป็นทางการทั้ง 23 แห่งของหน่วยงานรัฐบาลกลางในบราซิล โปรแกรม/การดำเนินการทั้งหมดได้รับการวิเคราะห์ตามตัวบ่งชี้ของโครงการ Global Matrix จาก Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA) และเครื่องมือตรวจสอบนโยบายที่แนะนำโดยองค์การอนามัยโลก นอกจากนี้เรายังใช้การวิเคราะห์ "จุดแข็ง จุดอ่อน โอกาส และภัยคุกคาม" (SWOT) สำหรับนโยบายต่างๆ โครงการ/การดำเนินการ 17 โครงการ ประกอบด้วย การส่งเสริมกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กและวัยรุ่นในบราซิล อย่างไรก็ตามไม่มีโครงการใดที่มีสิ่งนี้เป็นวัตถุประสงค์หลัก และไม่มีการวางแผนเป็นการดำเนินการตามนโยบายสาธารณะที่มุ่งเป้าไปที่ การส่งเสริมกิจกรรมทางกาย คะแนนโดยรวมของเครื่องมือประเมินคือ 37 (จากทั้งหมด 100 คะแนน) ซึ่งจัดประเภทบราซิลว่ามีเกรด D+ ตามเกณฑ์ AHKGA บราซิลจำเป็นต้องกำหนดให้กิจกรรมทางกายเป็นนโยบายของรัฐ เพื่อให้การดำเนินการที่ระบุในการศึกษานี้อาจส่งผลกระทบต่อเด็กและวัยรุ่น

Zoe Elizabeth Helme (2022) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการประเมินผลกระทบของการสร้างโรงเรียนที่กระตือรือร้นต่อวัฒนธรรมองค์กรเพื่อกิจกรรมทางกาย โดยการศึกษาประเมินผลกระทบของโปรแกรม Create Active School (CAS) ต่อการเปลี่ยนแปลงการจัดกิจกรรมทางกายขององค์กร ซึ่งมีวิธีการในการศึกษาคือ ให้ผู้บริหารในโรงเรียนดำเนินการจัดกิจกรรมทางกายตามรูปแบบโปรแกรม Create Active School (CAS) แล้วตอบแบบสอบถาม 77 ข้อเพื่อประเมินการเปลี่ยนแปลงองค์กรระดับโรงเรียน แบบสอบถามประกอบด้วย 19 หัวข้อที่สอดคล้องกับกรอบงาน CAS และแบบจำลองการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม COM-B โดยการจัดกิจกรรมทางกายจะเป็นการประเมินการเปลี่ยนแปลงก่อนถึง 9 เดือน โดยผลของการทดสอบปรากฏว่า จำนวนกลุ่มตัวอย่าง น้อยกว่า 70% ของโรงเรียน (n = 53) ก่อน CAS มีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอทั้งโรงเรียน หลังจาก 9 เดือน (n = 32) CAS มีผลเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญต่อกิจกรรมการออกกำลังกายขององค์กร สำหรับการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกสังเกตได้จากวัฒนธรรมและจริยธรรมทั้งโรงเรียน ครูและบุคลากรในโรงเรียน บทเรียนทางวิชาการ บทเรียนพลศึกษา การเดินทางไป/กลับจากโรงเรียน และพฤติกรรมของนักเรียน ซึ่งการศึกษาในครั้งนี้สามารถสรุปได้ว่า การศึกษานี้ให้หลักฐานเบื้องต้นว่า CAS เป็นแบบจำลองที่สามารถดำเนินการได้เพื่ออำนวยความสะดวกในการเปลี่ยนแปลงระดับระบบสำหรับการออกกำลังกายในโรงเรียนที่ตั้งอยู่ในพื้นที่ด้อยโอกาสของเมืองที่มีความหลากหลายทางเชื้อชาติ เพื่อยืนยันผลลัพธ์ จำเป็นต้องมีการศึกษาในอนาคตซึ่งนำการออกแบบที่ได้รับการควบคุมมาผสมผสานกับความเข้าใจแบบองค์รวมเกี่ยวกับปัจจัยกำหนดการปฏิบัติและกลไกพื้นฐาน

Maria Martinez-Andres (2022) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การรับรู้ของครูเกี่ยวกับอุปสรรค และการเป็นผู้อำนวยความสะดวกในสภาพแวดล้อมของโรงเรียนสำหรับกิจกรรมทางกาย

ในเด็กนักเรียน: การศึกษาเชิงคุณภาพ จากการวิจัยพบว่า การศึกษาเชิงคุณภาพตามทฤษฎีพื้นฐาน ได้ดำเนินการเพื่อวิเคราะห์ผู้อำนวยความสะดวก และอุปสรรคของสภาพแวดล้อมของโรงเรียนสำหรับกิจกรรมทางกาย โดยครูที่โรงเรียนในเคเวกาและซิวัดเรอัล (คาสตีลา ลามันชา-สเปน) รับรู้เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง มีศึกษา 3 หัวข้อ คือ 1) ผู้อำนวยความสะดวก 2) อุปสรรคต่อกิจกรรมทางกาย และ 3) การริเริ่มเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายในหมู่เด็กนักเรียน สิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ทัศนคติเชิงบวกของครู ประโยชน์ที่ได้รับจากการปฏิบัติ การสนับสนุนกิจกรรมของครู และความเชี่ยวชาญด้านพลศึกษา โดยพิจารณาว่าโรงเรียนเป็นสถานที่ที่ดีในการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ผู้อำนวยความสะดวกในองค์ประกอบของหลักสูตรและสภาพแวดล้อมที่สร้างขึ้น สนับสนุนจากคณะผู้บริหาร และจัดเวลาพัก อุปสรรคคือครูไม่สนับสนุนกิจกรรม เหตุผลที่ไม่ทำกิจกรรมเคลื่อนไหวในชั้นเรียน การลดคุณค่าของวิชาพลศึกษา ความเห็นต่างของครูเกี่ยวกับปริมาณวิชาพลศึกษาที่ต้องทำ ปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อหลักสูตร สภาพแวดล้อมที่สร้างขึ้น และการจัดห้องเรียน และสภาพอากาศที่ไม่เป็นใจ การสร้างความตระหนักรู้ถึงความสำคัญของกิจกรรมทางกาย การเพิ่มจำนวนชั่วโมงพลศึกษา และทักษะจิตประสาท การฝึกอบรมครูในการใช้วิธีการเชิงรุก และการจัดกิจกรรมนอกหลักสูตรที่มีต้นทุนต่ำหรือฟรีเป็นขั้นตอนสำคัญในการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ในหมู่เด็กนักเรียนในสภาพแวดล้อมของโรงเรียน เป็นสิ่งสำคัญที่ความคิดริเริ่มที่จัดตั้งขึ้น เพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ไม่เพียงมุ่งเน้นที่การจัดตั้งโปรแกรมที่มีเป้าหมายเพื่อเพิ่มการปฏิบัติของกิจกรรมทางกายในหมู่เด็กนักเรียนเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการเอาชนะอุปสรรคในสภาพแวดล้อมของโรงเรียนด้วย ดังนั้นจึงให้ความสำคัญกับองค์ประกอบของโรงเรียนที่เอื้อต่อกิจกรรมทางกาย

Patrick Abi Nader (2023) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับผลลัพธ์จากการรายงานการมีกิจกรรมทางกายของเด็กและเยาวชนในประเทศเลบานอนปี 2022 โดยความเป็นมาและวัตถุประสงค์ของการศึกษารั้งนี้ทางกลุ่มงาน Active Healthy Kids Work Group ของเลบานอน (LAHKWG) ส่งเคราะห์วรรณกรรมที่ตีพิมพ์เกี่ยวกับตัวชี้วัดกิจกรรมทางกายในกลุ่มเด็กอายุ 5 ถึง 17 ปี โดยใช้กระบวนการที่ประสานกันที่แนะนำโดย Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA) เพื่อสำรวจว่าเด็กและเยาวชนในประเทศเลบานอนมีประสิทธิภาพนับตั้งแต่การตีพิมพ์บัตรรายงานจากการสำรวจครั้งก่อนอย่างไร ซึ่งการศึกษารั้งนี้ได้มีการตรวจสอบวรรณกรรมที่มีการทบทวนโดยผู้ทรงคุณวุฒิ การสำรวจระดับชาติ และวรรณกรรมที่ตีพิมพ์ตั้งแต่ปี 2017 เกี่ยวกับ AHKGA ทั่วไป 10 รายการ และตัวบ่งชี้ที่แนะนำของ LAHKWG 2 รายการ ตัวชี้วัดทั่วไป ได้แก่ การมีกิจกรรมทางกายทั่วไปในแต่ละวัน การเล่นเกมและกิจกรรมทางกายที่มีโครงสร้าง การเล่นออกแรง การเดินทางที่ใช้ร่างกาย พฤติกรรมเนือยนิ่ง ครอบครัวและบุคคลรอบข้าง โรงเรียน ชุมชนและสิ่งแวดล้อม ยุทธศาสตร์ และสมรรถภาพทางกาย ผลการศึกษาปรากฏว่า ข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นตัวแทนระดับประเทศในเด็กและเยาวชนอายุ 13-17 ปี

(กล่าวคือ ไม่มีข้อมูล <13 ปี) ตัวชี้วัด 5 ประการ จากการสำรวจมีผลที่ "ไม่สมบูรณ์" (การเล่นกีฬา และกิจกรรมทางกายที่มีโครงสร้าง; การเล่นออกแรง; สมรรถภาพทางกาย; ครอบครัวยุคครอบครัวและบุคคลรอบข้าง; ชุมชนและสิ่งแวดล้อม) กิจกรรมทางกายโดยรวมได้รับ D- ; การเดินทางที่ใช้แรงกาย D+; โรงเรียนและยุทธศาสตร์ได้รับ D; พฤติกรรมเนือยนิ่งได้รับ C; และสมรรถภาพทางกายได้รับ B- ดังนั้น LAHKWG สนับสนุนอย่างยิ่งให้ผู้มีส่วนได้ส่วนเสียดำเนินการอย่างเป็นทางการเป็นรูปธรรมต่อการจัดลำดับความสำคัญของการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในระดับชาติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในภาคการศึกษา การให้โอกาสในการมีกิจกรรมทางกายที่มีคุณภาพมากขึ้นแก่เด็กและเยาวชนชาวเลบานอน ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตของเด็กและเยาวชนในทุกบริบท

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องภายนอกประเทศสามารถแบ่งงานวิจัยที่หยิบยกมานำเสนอแบ่งออกเป็น 4 หมวด ประกอบไปด้วย 1) หมวดที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาระดับการมีกิจกรรมทางกาย, 2) หมวดที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาความสัมพันธ์ของกิจกรรมทางกายกับพัฒนาการด้านอื่น ๆ, 3) หมวดที่เกี่ยวข้องกับการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย และ 4) หมวดที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานขับเคลื่อนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ซึ่งแต่ละหมวดสามารถสรุปเนื้อหาสาระของงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. หมวดที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาระดับการมีกิจกรรมทางกาย ได้หยิบยกมา 1 งานวิจัย คือ การศึกษาระดับการมีส่วนร่วมของเด็กและเยาวชนในรูปแบบต่าง ๆ ของกิจกรรมการมีกิจกรรมทางกายในยูเครนและประเทศสมาชิก Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA) ของ Andriy Mandiuk โดยวัตถุประสงค์ของงานวิจัยครั้งนี้ เพื่อเปรียบเทียบค่าประมาณของตัวบ่งชี้กิจกรรมการเคลื่อนไหวส่วนบุคคลในยูเครนและประเทศอื่น ๆ ตามมาตรฐานของ Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA) โดยใช้การวิเคราะห์ และลักษณะทั่วไปของวรรณกรรมทางวิทยาศาสตร์ วิธีการวิจัยระดับทฤษฎี (การวิเคราะห์และการสังเคราะห์) การสำรวจทางสังคมวิทยา

2. หมวดที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาความสัมพันธ์ของกิจกรรมทางกายกับพัฒนาการด้านอื่น ๆ ประกอบไปด้วย 2 งานวิจัย คือ 2.1) การวิจัยเรื่องการศึกษากิจการทางกาย และ COVID – 19 ระหว่างการระบาดใหญ่: การทบทวนขอบเขต ของ Eduardo L. Caputo และ Filipe F. Reichert และ 2.2) การวิจัยเรื่องอิทธิพลของการเรียนรู้จากการเล่นที่มีต่อผลการเรียนของเด็กนักเรียนประถมศึกษาชาวปาเลสไตน์ ของ E. Murtagh โดยวัตถุประสงค์ของงานวิจัยทั้ง 2 เรื่องมุ่งศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของการมีกิจกรรมทางกายกับปัจจัยด้านอื่น ๆ รวมไปถึงสถานการณ์ที่ส่งผลทำให้เกิดการมีกิจกรรมทางกาย

3. หมวดที่เกี่ยวข้องกับการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ประกอบไปด้วย 4 งานวิจัย คือ 3.1) การศึกษาการประเมินกระบวนการและผลลัพธ์ของ Global Matrix 3.0 ตามระดับของการออกกำลังกายสำหรับเด็กและเยาวชน ของ Salomé Aubert,

3.2) การวิจัยเรื่อง กระบวนการ ผลลัพธ์ ผลกระทบ และการประเมินผลจาก Active Healthy Kids Global Alliance “Global Matrix” ของ Salomé Aubert, 3.3) การศึกษานโยบายการมีกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กและวัยรุ่นในบราซิล: การวิเคราะห์บัตร์รายงานบราซิลเกี่ยวกับกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กและวัยรุ่น ของ Carolina Fernandes Silva และ 3.4) การศึกษาผลลัพธ์จากการรายงานการมีกิจกรรมทางกายของเด็กและเยาวชนในประเทศเลบานอนปี 2022 ของ Patrick Abi Nader โดยวัตถุประสงค์ของทั้ง 4 งานวิจัยนั้นมุ่งศึกษาเกี่ยวกับการประเมินผลจากการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในพื้นที่ต่าง ๆ

4. หมวดที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานขับเคลื่อนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายประกอบไปด้วย 7 งานวิจัย คือ 4.1) การศึกษาเกี่ยวกับระเบียบวิธีการพัฒนาผลลัพธ์สำหรับการประเมินผลการจัดกิจกรรมทางกายในโรงเรียนประถมศึกษา ของ Kimberley Foley, 4.2) การศึกษาการจัดลำดับความสำคัญของกิจกรรมทางกายในโรงเรียน: มุมมองของผู้นำทางการศึกษา ของ Monica A.F., 4.3) การวิจัยเรื่องการเพิ่มกิจกรรมทางกายในโรงเรียน: กลยุทธ์สำหรับผู้ปฏิบัติงานด้านสุขภาพในโรงเรียน ของ Cheryl Kelly, 4.4) การวิจัยเรื่องผลกระทบของการจัดกิจกรรมการมีส่วนร่วมและการออกกำลังกายในโรงเรียน ของ Alexandra van den Berg, 4.5) การศึกษาการดำเนินการตามมาตรการส่งเสริมสุขภาพโดยเน้นกิจกรรมทางกายในโรงเรียน: ตัวอย่างและการประเมินผลจากประเทศเยอรมนี ของ Michael Braksiek, 4.6) การศึกษาการประเมินผลกระทบของการสร้างโรงเรียนที่กระตือรือร้นต่อวัฒนธรรมองค์กรเพื่อกิจกรรมทางกาย ของ Zoe Elizabeth Helme, และ 4.7) การวิจัยเรื่อง การรับรู้ของครูเกี่ยวกับอุปสรรค และการเป็นผู้อำนวยความสะดวกในสภาพแวดล้อมของโรงเรียนสำหรับกิจกรรมทางกาย ในเด็กนักเรียน: การศึกษาเชิงคุณภาพ ของ Maria Martinez-Andres โดยวัตถุประสงค์ของทั้ง 7 งานวิจัยนั้นมุ่งศึกษาเกี่ยวกับหลักการในการดำเนินการส่งเสริม และขับเคลื่อนการมีกิจกรรมทางกาย

งานวิจัยภายนอกประเทศที่เกี่ยวข้องทั้ง 4 หมวดที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้นถือเป็นสิ่งที่ผู้บริหารสถานศึกษา หรือผู้ที่มีความสนใจเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายสามารถนำไปปรับใช้เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในสถานศึกษาได้ โดยสามารถนำผลการวิจัยมาเป็นแนวทางในการดำเนินงานที่มีประสิทธิภาพ และนำข้อบกพร่องรวมไปถึงข้อผิดพลาดนำมาเป็นข้อพึงระวังในการดำเนินงาน ทำให้การดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายมีวิธีการที่ถูกต้อง ชัดเจน และลดข้อบกพร่อง รวมไปถึงข้อผิดพลาดต่าง ๆ ได้

เมื่อนำงานวิจัยภายในประเทศ และงานวิจัยภายนอกประเทศมาทำการเปรียบเทียบกันแล้วนั้น แสดงให้เห็นว่าการส่งเสริมกิจกรรมทางกายนั้นมีความสำคัญต่อเด็กและเยาวชน รวมไปถึงประชาชนทุกกลุ่มวัย ซึ่งจุดมุ่งหมายของงานวิจัยทั้งภายในประเทศและภายนอกประเทศนั้น ต่างมุ่งส่งเสริมให้เกิดการมีกิจกรรมทางกายทั้งในแง่ของวิธีการ หรือรูปแบบในการขับเคลื่อนการมีกิจกรรม

ทางกาย โดยงานวิจัยทั้งภายในประเทศ และงานวิจัยภายนอกประเทศผู้วิจัยสามารถแบ่งออกได้เป็น 4 หมวดที่มีความคล้ายคลึงกัน ประกอบไปด้วย

- 1) การศึกษาระดับการมีกิจกรรมทางกาย
- 2) การศึกษาความสัมพันธ์ของกิจกรรมทางกาย
- 3) การทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย
- 4) การดำเนินงานขับเคลื่อนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

การศึกษางานวิจัยทั้ง 4 หมวดที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้นนั้นก็ทำให้เกิดความเชื่อมโยง และมีความสอดคล้องกับวิธีการในการสังเคราะห์แนวคิดการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเชิงระบบแบบ 4PC ซึ่งแนวคิดดังกล่าวมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้สถานศึกษานั้นได้มีการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายของผู้เรียน ทำให้ผู้เรียนมีกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมตามวัย และมีพัฒนาการที่ดี ส่งผลต่อสุขภาพของผู้เรียนในทุก ๆ ด้าน ทั้งนี้ ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) ได้กล่าวถึงแนวคิดการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเชิงระบบแบบ 4PC ว่าถูกออกแบบและพัฒนาขึ้น โดยการทบทวนวรรณกรรม และศึกษาข้อมูลจากงานวิจัยในต่างประเทศ นำมาออกแบบ และปรับประยุกต์เพื่อจัดการระบบนิเวศด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ด้านนโยบายการจัดการเรียนการสอน บริบทเชิงพื้นที่ของสถานศึกษา และพฤติกรรมของผู้เรียน ทำให้ผู้บริหารสถานศึกษา ตลอดจนคณะครู และบุคลากรทางการศึกษาได้เห็นถึงระดับการมีกิจกรรมทางกายของผู้เรียนในสถานศึกษา ได้เห็นถึงความสัมพันธ์ของกิจกรรมทางกายที่ส่งผลต่อพัฒนาการด้านอื่น ๆ ของผู้เรียน และสามารถนำไปขับเคลื่อนการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมกิจกรรมทางกายได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

การศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องได้นำมาเป็นกรอบแนวคิดการวิจัย บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ประกอบด้วย 1) การกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา 2) การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย 3) การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย 4) การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย และ 5) การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 2) เปรียบเทียบบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามขนาดสถานศึกษา และ 3) แนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมผสานทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการเป็นลำดับขั้นตอนดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

#### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

##### 1.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ครูผู้ปฏิบัติงานฝ่ายกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนของสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ปีการศึกษา 2566 สถานศึกษาละ 1 คน รวมจำนวน 172 คน

##### 1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ครูผู้ปฏิบัติงานฝ่ายกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนของสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ปีการศึกษา 2566



โดยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจากตารางสำเร็จรูปของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie and Morgan, 1970 อ้างถึงใน บุญชม ศรีสะอาด, 2560) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 123 คน และดำเนินการสุ่มแบบหลายขั้นตอน โดยขั้นตอนที่ 1 ใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ตามขนาดของสถานศึกษา ขั้นตอนที่ 2 นำมาเทียบสัดส่วน และขั้นตอนที่ 3 สุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) แสดงตามตารางที่ 3.1

ตารางที่ 3.1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามขนาดสถานศึกษา

ขนาดสถานศึกษา	ครูผู้ปฏิบัติงานฝ่ายกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนของสถานศึกษา (คน)	
	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
ขนาดเล็ก	101	72
ขนาดกลาง	65	47
ขนาดใหญ่	3	2
ขนาดใหญ่พิเศษ	3	2
รวม	172	123

### 1.3 ผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คัดเลือกด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling) จำนวน 10 คน โดยมีคุณสมบัติของผู้ให้ข้อมูล ประกอบไปด้วย

1.3.1 เป็นผู้บริหารสถานศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ที่มีผลงานด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาเป็นที่ประจักษ์ จำนวน 4 คน จำแนกตามขนาดสถานศึกษาละ 1 คน

1.3.2 เป็นผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำนวน 2 คน

1.3.3 เป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำนวน 2 คน

1.3.4 เป็นครูระดับประถมศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำนวน 2 คน

## 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

### 2.1 ลักษณะของเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบไปด้วย

#### 2.1.1 แบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ประสบการณ์ในการทำงาน และขนาดของสถานศึกษา โดยเป็นคำถามแบบสำรวจรายการ (Check List) โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงข้อเดียว มีข้อความทั้งหมด จำนวน 4 ข้อ

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำนวน 40 ข้อ แบ่งเป็น 5 ด้าน โดยใช้แบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale Method) มี 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

คะแนน 5 หมายถึง ความคิดเห็นเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อยู่ในระดับมากที่สุด

คะแนน 4 หมายถึง ความคิดเห็นเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อยู่ในระดับมาก

คะแนน 3 หมายถึง ความคิดเห็นเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน 2 หมายถึง ความคิดเห็นเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อยู่ในระดับน้อย

คะแนน 1 หมายถึง ความคิดเห็นเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อยู่ในระดับน้อยที่สุด

#### 2.1.2 แบบสัมภาษณ์

มีลักษณะของแบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview) เกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา โดยผู้วิจัยใช้สัมภาษณ์กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญซึ่งคัดเลือกด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง จำนวน 10 คน ประกอบไปด้วย ผู้บริหารสถานศึกษาที่มีผลงานด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาเป็นที่ประจักษ์ จำนวน 4 คน, ผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา จำนวน 2 คน, นักเรียนระดับประถมศึกษา จำนวน 2 คน และครูระดับประถมศึกษา จำนวน 2 คน ซึ่งกำหนดแนวประเด็นคำถามให้เนื้อหาเกี่ยวกับ 1) การกำหนดนโยบาย

ส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา 2) การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย 3) การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย 4) การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย และ 5) การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน จากนั้นนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความเหมาะสมและนำมาปรับปรุงแก้ไข เพื่อให้มีความสมบูรณ์แล้วจึงนำไปใช้ในการเก็บข้อมูลต่อไป

## 2.2 การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

2.2.1 ศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา

2.2.2 สร้างแบบสอบถามฉบับร่างให้ครอบคลุมเนื้อหา ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 4 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ (Check list)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ประกอบไปด้วย การกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย และการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน เป็นข้อความแบบประมาณค่า 5 ระดับ (Likert scale)

2.2.3 นำแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นเสนออาจารย์ที่ปรึกษาการศึกษาค้นคว้าอิสระเพื่อตรวจสอบความถูกต้อง และนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไข

2.2.4 นำแบบสอบถามที่ผ่านความเห็นชอบจากอาจารย์ที่ปรึกษาเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) และความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับนิยามศัพท์เฉพาะ โดยใช้วิธีหาค่า Index of item-objective congruence (IOC) มีค่าดัชนีความสอดคล้อง ระหว่าง 0.67-1.00 แปลผลว่า ใช้ได้เพราะผ่านเกณฑ์ 0.50 (ภาคผนวก ง)

2.2.5 นำแบบสอบถามที่ได้รับนำกลับมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญจนมีความสมบูรณ์ และมีความเหมาะสม แล้วนำไปทดลองใช้ (Tryout) กับครูในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 30 คน นำมาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยง (Reliability) ของแบบสอบถามทั้งฉบับ โดยการหาสัมประสิทธิ์แอลฟา (Coefficient alpha) ตามวิธีการของครอนบาค (Cronbach, 1990) โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป พบว่า แบบสอบถามเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา มีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ .956 และค่าความเที่ยงรายด้าน ประกอบไปด้วย ด้านการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา เท่ากับ .918 ด้านการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย เท่ากับ .755 ด้านการพัฒนา

แผนการจัดกิจกรรมทางกาย เท่ากับ .794 ด้านการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย เท่ากับ .808 และด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน เท่ากับ .834 (ภาคผนวก จ)

2.2.6 นำแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์นำไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง

2.2.7 สร้างแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างมีเนื้อหาเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ประกอบไปด้วย 1) ข้อคิดเห็นทั่วไปเกี่ยวกับนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา 2) ข้อคิดเห็นทั่วไปเกี่ยวกับการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย 3) ข้อคิดเห็นทั่วไปเกี่ยวกับการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย 4) ข้อคิดเห็นทั่วไปเกี่ยวกับการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย และ 5) ข้อคิดเห็นทั่วไปเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน

### 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 ผู้วิจัยส่งหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลการวิจัยจากสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ไปยังผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 และผู้อำนวยการสถานศึกษาในสังกัดโดยแนบลิงก์ และ QR Code ในการตอบแบบสอบถาม โดยใช้อินเทอร์เน็ต Google Form

3.2 ผู้วิจัยติดตามประสานงานกับสถานศึกษา เมื่อได้รับอนุญาตจากผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 และผู้อำนวยการสถานศึกษาในสังกัด ผู้วิจัยนำหนังสือพร้อมแบบสอบถามเพื่อเก็บข้อมูลจากการกลุ่มตัวอย่าง

3.3 เก็บรวบรวมแบบสอบถาม โดยผู้วิจัยรับคำตอบจากการส่งแบบสอบถามออนไลน์ผ่านแอปพลิเคชัน Google Form รวบรวมกลับคืนมา จากนั้นดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลการค้นคว้าอิสระต่อไป

3.4 ขอความอนุเคราะห์ไปยังผู้ให้ข้อมูลสำคัญเพื่อขอเข้าสัมภาษณ์ จากนั้นจึงเข้าสัมภาษณ์ตามวันและเวลาที่นัดหมาย แล้วจึงนำข้อมูลกลับมาวิเคราะห์ต่อไป

### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์และประมวลผลข้อมูลเพื่อหาค่าสถิติ ผู้วิจัยนำข้อมูลที่รวบรวมได้จากแบบสอบถาม และการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลมาวิเคราะห์ ดังนี้

4.1 นำแบบสอบถามที่ได้รับคืนมาตรวจสอบความสมบูรณ์

4.2 นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ดังนี้

4.2.1 วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ประสบการณ์ทำงาน และขนาดสถานศึกษา วิเคราะห์โดยหาค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage)

4.2.2 วิเคราะห์บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาบุรีรัมย์ เขต 1 โดยคำนวณหาค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) แล้วนำมาแปลความหมาย ได้ดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด, 2560)

ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00 หมายถึง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อยู่ในระดับมากที่สุด

ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50 หมายถึง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อยู่ในระดับมาก

ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50 หมายถึง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อยู่ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50 หมายถึง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อยู่ในระดับน้อย

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50 หมายถึง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย อยู่ในระดับน้อยที่สุด

4.3 การเปรียบเทียบบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาบุรีรัมย์ เขต 1 ตามขนาดสถานศึกษา ใช้การวิเคราะห์ความแตกต่างด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way ANOVA) และการทดสอบรายคู่ด้วยวิธีของฟิชเชอร์ (Fisher's. Least Significant Difference: LSD)

4.4 นำข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลมาทำการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) เพื่อหาแนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัย เรื่อง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 มีลำดับชั้นในการวิเคราะห์ข้อมูลและการนำเสนอข้อมูลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย แบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1

ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามขนาดของสถานศึกษา

ตอนที่ 4 แนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

#### ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ลำดับที่	เพศ	ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
1				
		1.1 ชาย	61	49.59
		1.2 หญิง	62	50.41
		รวม	123	100.00

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ลำดับที่	ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
2	ช่วงอายุ		
	2.1 20 – 30 ปี	44	35.77
	2.2 31 – 40 ปี	60	48.78
	2.3 41 – 50 ปี	12	9.76
	2.4 51 ปี ขึ้นไป	7	5.69
	<b>รวม</b>	<b>123</b>	<b>100.00</b>
3	ประสบการณ์ในการทำงาน		
	3.1 ไม่ถึง 5 ปี	37	30.08
	3.2 5 – 10 ปี	62	50.41
	3.3 11 – 15 ปี	13	10.57
	3.4 15 ปีขึ้นไป	11	8.94
	<b>รวม</b>	<b>123</b>	<b>100.00</b>
4	ขนาดสถานศึกษา		
	4.1 ขนาดเล็ก (จำนวนนักเรียน 120 คนลงมา)	72	58.53
	4.2 ขนาดกลาง (จำนวนนักเรียน 121 – 600 คน)	47	38.21
	4.3 ขนาดใหญ่ (จำนวนนักเรียน 601 – 1,500 คน)	2	1.63
	4.4 ขนาดใหญ่พิเศษ (จำนวนนักเรียน 1,501 คนขึ้นไป)	2	1.63
	<b>รวม</b>	<b>123</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 4.1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถามโดยส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 50.41 มีอายุระหว่าง 31 – 40 ปี จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 48.78 โดยที่ส่วนใหญ่มีประสบการณ์ในการทำงานระหว่าง 5 – 10 ปี มีจำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 50.41 และปฏิบัติหน้าที่ในสถานศึกษาขนาดเล็ก จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 58.53

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพ  
ผู้เรียน ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงาน  
เขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1

ผลการวิเคราะห์บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน  
ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา  
ราชบุรี เขต 1 ดังแสดงในตารางที่ 4.2 ถึง 4.7

ตารางที่ 4.2 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการ  
พัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาโดยภาพรวม

n = 123

บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนา คุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
การกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา	3.12	0.75	ปานกลาง
การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย	3.54	0.49	มาก
การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย	3.88	0.46	มาก
การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย	4.08	0.52	มาก
การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน	3.12	0.61	ปานกลาง
<b>รวม</b>	<b>3.55</b>	<b>0.49</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.2 พบว่า บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน  
ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.55$ , S.D. = 0.49) และเมื่อ  
พิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ค่าเฉลี่ยสูงสุดไปหาค่าเฉลี่ยต่ำสุด ได้แก่ การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมี  
กิจกรรมทางกายมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ( $\bar{X} = 4.08$ , S.D. = 0.52) รองลงมาคือ การพัฒนาแผนการจัด  
กิจกรรมทางกาย ( $\bar{X} = 3.88$ , S.D. = 0.46) ต่อด้วยการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย  
( $\bar{X} = 3.54$ , S.D. = 0.49) ถัดไปคือ การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน ( $\bar{X} = 3.12$ , S.D. = 0.61)  
และสุดท้ายการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา ( $\bar{X} = 3.12$ , S.D. = 0.75)



ตารางที่ 4.3 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับบทบาทในการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา

n = 123

การกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. ผู้บริหารมีแผนพัฒนาการมีกิจกรรมทางกายของนักเรียนในสถานศึกษาอย่างเป็นลายลักษณ์อักษร	3.34	0.84	ปานกลาง
2. ผู้บริหารมีการกำหนดเป้าหมายการมีกิจกรรมทางกายของนักเรียนในสถานศึกษา	3.48	0.84	ปานกลาง
3. ผู้บริหารมีการสนับสนุนการมีกิจกรรมทางกายของนักเรียนในสถานศึกษา	3.94	0.94	มาก
4. ผู้บริหารให้ครูและนักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดแผนตามนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวสำหรับนักเรียน	3.61	0.94	มาก
5. ผู้บริหารมีการสื่อสารทำความเข้าใจกับผู้ปกครองและครอบครัวของนักเรียน รวมถึงถึงชุมชนในการส่งเสริมและสนับสนุนการมีกิจกรรมทางกาย	3.00	0.93	ปานกลาง
6. ผู้บริหารมีการจัดตั้งคณะกรรมการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหว	2.54	1.03	ปานกลาง
7. ผู้บริหารมีการกำกับและติดตามการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหว	2.62	0.98	ปานกลาง
8. ผู้บริหารมีการประชุมชี้แจงให้ทราบถึงผลการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวต่อคณะกรรมการสถานศึกษา เครือข่ายผู้ปกครอง และชุมชน	2.44	0.93	น้อย
<b>รวม</b>	<b>3.12</b>	<b>0.75</b>	<b>ปานกลาง</b>

จากตารางที่ 4.3 พบว่า บทบาทการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.12$ , S.D. = 0.75) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ผู้บริหารมีการสนับสนุนการมีกิจกรรมทางกายของนักเรียนในสถานศึกษา มีค่าเฉลี่ยสูงสุดและอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.94$ , S.D. = 0.94) และ ผู้บริหารมีการประชุมชี้แจงให้ทราบถึงผล

การขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวต่อคณะกรรมการสถานศึกษา เครือข่ายผู้ปกครอง และชุมชน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด และอยู่ในระดับน้อย ( $\bar{X} = 2.44$ , S.D. = 0.93)

ตารางที่ 4.4 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับบทบาทในการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย

				n = 123
การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	
1. ผู้บริหารมีการกำหนดแผนพัฒนาบุคลากรให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย	3.05	0.82	ปานกลาง	
2. ผู้บริหารมีการกำหนดวิธีการส่งเสริมให้ครูมีกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักเรียน	3.33	0.84	ปานกลาง	
3. ผู้บริหารมีการสร้างความรู้ ความเข้าใจให้ครูและคณะทำงานปฏิบัติหน้าที่อย่างถูกต้อง	3.35	0.91	ปานกลาง	
4. ผู้บริหารมีทัศนคติเชิงบวกต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย โดยการสนับสนุนและช่วยเหลือการจัดกิจกรรมต่างๆ	4.31	0.70	มาก	
5. ผู้บริหารเป็นต้นแบบและมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางกายกับนักเรียน	4.13	0.61	มาก	
6. ผู้บริหารเปิดโอกาสให้ครูได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนากิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียน	3.83	0.70	มาก	
7. ผู้บริหารเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกระบวนการจัดกิจกรรมทางกาย	3.44	0.75	ปานกลาง	
8. ผู้บริหารคอยดูแล ให้คำปรึกษา กำกับและติดตามกระบวนการพัฒนาครูและการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียน	2.90	0.77	ปานกลาง	
<b>รวม</b>	<b>3.54</b>	<b>0.49</b>	<b>มาก</b>	

จากตารางที่ 4.4 พบว่า บทบาทการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.54$ , S.D. = 0.49) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ผู้บริหารมีทัศนคติเชิงบวกต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย โดยการสนับสนุนและช่วยเหลือการจัด

กิจกรรมต่าง ๆ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด และอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.31$ , S.D. = 0.70) และ ผู้บริหารคอยดูแลให้คำปรึกษา กำกับ และติดตามกระบวนการพัฒนาครูและการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด และอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 2.90$ , S.D. = 0.77)

ตารางที่ 4.5 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับบทบาทในการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย

				n = 123
การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	
1. ผู้บริหารกำหนดกระบวนการสร้างรูปแบบกิจกรรมการส่งเสริมการเคลื่อนไหวร่างกายในสถานศึกษา ร่วมกับครูและนักเรียน	3.22	0.68	ปานกลาง	
2. ผู้บริหารมอบหมายให้ครูพัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้ให้มีการบูรณาการกิจกรรมทางกายเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งในขั้นตอนส่งเสริมการเรียนรู้	3.46	0.83	ปานกลาง	
3. ผู้บริหารส่งเสริมให้นักเรียนมีกิจกรรมทางกายสะสมครบ 60 นาทีต่อวัน ผ่านกิจกรรมในช่วงเวลาต่างๆ ของวัน	4.32	0.61	มาก	
4. ผู้บริหารมีการจัดวางโปรแกรมส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้แก่ นักเรียนตลอดวัน	3.89	0.78	มาก	
5. ผู้บริหารมีการสำรวจความพร้อมของพื้นที่ อุปกรณ์ในการพัฒนาและส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายให้แก่ นักเรียน	4.22	0.73	มาก	
6. ผู้บริหารส่งเสริมให้นักเรียนได้มีกิจกรรมทางกายที่เหมาะสม และสอดคล้องกับความสามารถของนักเรียน	4.23	0.76	มาก	
7. ผู้บริหารมีการกระตุ้นการมีกิจกรรมทางกายให้กับนักเรียนตามหลัก 5 ส. (สนุกสนาน, สมวัย, สมดุล, เสมอภาค, ส่วนร่วม)	4.84	0.37	มากที่สุด	
8. ผู้บริหารมีการประชุมติดตามในการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย	2.89	0.70	ปานกลาง	
<b>รวม</b>	<b>3.88</b>	<b>0.46</b>	<b>มาก</b>	

จากตารางที่ 4.5 พบว่า บทบาทการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกายโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.88$ , S.D. = 0.46) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ผู้บริหารมีการกระตุ้น

การมีกิจกรรมทางกายให้กับนักเรียนตามหลัก 5 ส. (สนุกสนาน, สมวัย, สมดุล, เสมอภาค, ส่วนร่วม) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด และอยู่ในระดับมากที่สุด ( $\bar{X} = 4.84$ , S.D. = 0.37) และ ผู้บริหารมีการประชุมติดตามในการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด และอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 2.89$ , S.D. = 0.70)

ตารางที่ 4.6 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับบทบาทในการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย

n = 123			
การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. ผู้บริหารได้กำหนดพื้นที่ส่งเสริมกิจกรรมทางกายในแผนผังของโรงเรียน	3.65	0.79	มาก
2. ผู้บริหารมีการพัฒนาพื้นที่การมีกิจกรรมทางกายให้นักเรียนได้เข้าถึงอย่างสะดวก	4.15	0.68	มาก
3. ผู้บริหารมีการพัฒนาพื้นที่การมีกิจกรรมทางกายให้นักเรียนได้เข้าถึงอย่างปลอดภัย	4.62	0.54	มากที่สุด
4. ผู้บริหารจัดพื้นที่ส่งเสริมการเคลื่อนไหวร่างกายผ่านการเล่นให้กับนักเรียน	4.46	0.68	มาก
5. ผู้บริหารมีการสำรวจ ตรวจสอบเครื่องเล่น และพื้นที่ส่งเสริมการเคลื่อนไหวให้พร้อมใช้งานอยู่เสมอ	4.36	0.73	มาก
6. ผู้บริหารจัดพื้นที่ให้นักเรียนได้เล่นกีฬา หรือออกกำลังกายตามความถนัดและความสนใจ	4.54	0.64	มากที่สุด
7. ผู้บริหารจัดสรรอุปกรณ์กีฬาได้เหมาะสมและเพียงพอต่อความต้องการของนักเรียน	3.94	0.96	มาก
8. ผู้บริหารมีการประชุมติดตามการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย	2.87	0.82	ปานกลาง
<b>รวม</b>	4.08	0.52	มาก

จากตารางที่ 4.6 พบว่า บทบาทในการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.08$ , S.D. = 0.52) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ผู้บริหาร

มีการพัฒนาพื้นที่การมีกิจกรรมทางกายให้นักเรียนได้เข้าถึงอย่างปลอดภัย มีค่าเฉลี่ยสูงสุด และอยู่ในระดับมากที่สุด ( $\bar{X} = 4.62$ , S.D. = 0.54) และผู้บริหารมีการประชุมติดตามการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด และอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 2.87$ , S.D. = 0.82)

ตารางที่ 4.7 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับบทบาทในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน

n = 123				
การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	
1.ผู้บริหารร่วมกับครูออกแบบกิจกรรม วางแผนกำหนดการสอนให้สอดคล้องกับแผนการสอนปกติ	3.01	0.82	ปานกลาง	
2.ผู้บริหารมีการนิเทศการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน	2.77	0.99	ปานกลาง	
3.ผู้บริหารมีการรับฟังเสียงสะท้อนของครูและนักเรียนหลังจากการจัดการเรียนการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน	3.15	0.80	ปานกลาง	
4.ผู้บริหารเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการออกแบบกิจกรรมร่วมกับครูในกระบวนการเรียนการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน	3.15	0.80	ปานกลาง	
5.ผู้บริหารมีการสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์ และสื่อการเรียนการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียนให้แก่ครู	3.72	0.73	มาก	
6.ผู้บริหารจัดชุมชนแห่งการเรียนรู้ทางวิชาชีพ (PLC) เกี่ยวกับการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน	2.87	0.73	ปานกลาง	
7.ผู้บริหารมีการสื่อสารทำความเข้าใจกับผู้ปกครองให้เห็นถึงประโยชน์ของการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน	2.68	0.88	ปานกลาง	
8.ผู้บริหารและครูสามารถกระตุ้นความสนใจในการเรียน และลดพฤติกรรมเนือยนิ่งจากการจัดการเรียนการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน	3.57	0.83	มาก	
<b>รวม</b>	3.12	0.61	ปานกลาง	

จากตารางที่ 4.7 พบว่า บทบาทการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียนโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.12$ , S.D. = 0.61) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ผู้บริหารมีการสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์ และสื่อการเรียนการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียนให้แก่ครู มีค่าเฉลี่ยสูงสุด และอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.72$ , S.D. = 0.73) และ ผู้บริหารมีการสื่อสารทำความเข้าใจกับผู้ปกครองให้เห็นถึงประโยชน์ของการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด และอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 2.68$ , S.D. = 0.88)

### ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามขนาดสถานศึกษา

ตารางที่ 4.8 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามขนาดสถานศึกษา

บทบาทของผู้บริหาร สถานศึกษาในการพัฒนา คุณภาพผู้เรียนด้านการ ส่งเสริมกิจกรรมทางกาย	ขนาดเล็ก		ขนาดกลาง		ขนาดใหญ่		ขนาดใหญ่ พิเศษ		เฉลี่ย	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
	1. การกำหนดนโยบาย ส่งเสริมการเคลื่อนไหว ในสถานศึกษา	2.78	0.70	3.59	0.54	3.75	0.18	3.69	0.88	3.12
2. การพัฒนาบุคลากรด้าน การจัดกิจกรรมทางกาย	3.39	0.52	3.73	0.36	4.13	0.00	3.94	0.88	3.54	0.49
3. การพัฒนาแผนการจัด กิจกรรมทางกาย	3.70	0.46	4.14	0.32	4.19	0.62	4.13	0.35	3.88	0.46
4. การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริม การมีกิจกรรมทางกาย	3.88	0.53	4.36	0.34	3.88	0.18	4.38	0.00	4.08	0.52
5. การส่งเสริมกิจกรรมทาง กายในชั้นเรียน	2.89	0.58	3.40	0.51	3.56	0.88	3.94	0.88	3.12	0.61
<b>เฉลี่ย</b>	<b>3.33</b>	<b>0.48</b>	<b>3.85</b>	<b>0.32</b>	<b>3.90</b>	<b>0.11</b>	<b>4.01</b>	<b>0.12</b>	<b>3.55</b>	<b>0.49</b>

จากตารางที่ 4.8 พบว่า บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามขนาดของสถานศึกษา ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{x} = 3.55$ , S.D. = 0.49)

สถานศึกษาขนาดเล็ก ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{x} = 3.33$ , S.D. = 0.48) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ( $\bar{x} = 3.88$ , S.D. = 0.53) และการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ( $\bar{x} = 2.78$ , S.D. = 0.70)

สถานศึกษาขนาดกลาง ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{x} = 3.85$ , S.D. = 0.32) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ( $\bar{x} = 4.36$ , S.D. = 0.34) และการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ( $\bar{x} = 3.40$ , S.D. = 0.51)

สถานศึกษาขนาดใหญ่ ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{x} = 3.90$ , S.D. = 0.11) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ( $\bar{x} = 4.19$ , S.D. = 0.62) และการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ( $\bar{x} = 3.56$ , S.D. = 0.88)

สถานศึกษาขนาดใหญ่พิเศษ ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ( $\bar{x} = 4.01$ , S.D. = 0.12) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ( $\bar{x} = 4.38$ , S.D. = 0.00) และการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ( $\bar{x} = 3.69$ , S.D. = 0.88)

ผลการเปรียบเทียบบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามขนาดสถานศึกษา เป็นการทดสอบสมมติฐานดำเนินการโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมแบบทางเดียว

ตารางที่ 4.9 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมแบบทางเดียว จำแนกตามขนาดสถานศึกษา โดยภาพรวม

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p-value
ระหว่างกลุ่ม	8.246	3	2.749	15.691	.000
ภายในกลุ่ม	20.846	119	.175		
รวม	29.092	122			

$p < .05$

จากตารางที่ 4.9 พบว่า บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามขนาดสถานศึกษา มีความแตกต่างกัน

ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามขนาดสถานศึกษา

ตารางที่ 4.10 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมแบบทางเดียว จำแนกตามขนาดสถานศึกษา แยกเป็นรายด้าน

รายการ	แหล่งความแปรปรวน	SS	Df	MS	F	p-value
1. การกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	20.101	3	6.700	16.691	.000
	ภายในกลุ่ม	47.772	119	.401		
	<b>รวม</b>	67.873	122			
2. การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย	ระหว่างกลุ่ม	4.414	3	1.471	7.079	.000
	ภายในกลุ่ม	24.732	119	.208		
	<b>รวม</b>	29.146	122			
3. การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย	ระหว่างกลุ่ม	5.632	3	1.877	10.939	.000
	ภายในกลุ่ม	20.422	119	.172		
	<b>รวม</b>	26.054	122			
4. การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย	ระหว่างกลุ่ม	6.831	3	2.277	10.611	.000
	ภายในกลุ่ม	25.536	119	.215		
	<b>รวม</b>	32.367	122			
5. การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน	ระหว่างกลุ่ม	9.127	3	3.042	10.013	.000
	ภายในกลุ่ม	36.159	119	.304		
	<b>รวม</b>	45.287	122			

$p < .05$

จากตารางที่ 4.10 พบว่า บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาทั้ง 5 ด้าน ประกอบไปด้วย ด้านการกำหนดนโยบาย



ส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา ด้านการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย ด้านการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย ด้านการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย และด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียนของทุกขนาดสถานศึกษา ทั้งขนาดเล็ก ขนาดกลาง ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

ตารางที่ 4.11 แสดงผลการเปรียบเทียบรายคู่จำแนกตามขนาดสถานศึกษาโดยภาพรวม

ตัวแปรตาม	ขนาด สถานศึกษา	ขนาด สถานศึกษา	ความ แตกต่าง ค่าเฉลี่ย	ความคลาด เคลื่อนมาตรฐาน	ระดับ นัยสำคัญ
บทบาทของผู้บริหาร สถานศึกษาในการส่งเสริม กิจกรรมทางกาย ของสถานศึกษา	ขนาดเล็ก	ขนาดกลาง	-51500*	.07849	.000
		ขนาดใหญ่	-56979	.30004	.060
	ขนาดใหญ่พิเศษ	ขนาดใหญ่พิเศษ	-68229*	.30004	.025
		ขนาดใหญ่	-05479	.30218	.856
	ขนาดกลาง	ขนาดใหญ่พิเศษ	-16729	.30218	.581
		ขนาดใหญ่พิเศษ	-11250	.41854	.789

$p < .05$

จากตารางที่ 4.11 พบว่า บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ในสถานศึกษาขนาดเล็กมีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดกลาง และสถานศึกษาขนาดใหญ่พิเศษ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่แตกต่างจากสถานศึกษาขนาดใหญ่

ในส่วนของบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ในสถานศึกษาขนาดกลาง สถานศึกษาขนาดใหญ่ และสถานศึกษาขนาดใหญ่พิเศษไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.12 แสดงผลการเปรียบเทียบรายคู่จำแนกตามขนาดสถานศึกษาแยกเป็นรายด้าน

ตัวแปรตาม	ขนาด สถานศึกษา	ขนาด สถานศึกษา	ความ แตกต่าง ค่าเฉลี่ย	ความคลาด เคลื่อนมาตรฐาน	ระดับ นัยสำคัญ	
1.การกำหนดนโยบาย ส่งเสริมการเคลื่อนไหวใน สถานศึกษา	ขนาดเล็ก	ขนาดกลาง	-0.80918*	.11881	.000	
		ขนาดใหญ่	-0.96875*	.45420	.035	
		ขนาดใหญ่ พิเศษ	-0.90625*	.45420	.048	
	ขนาดกลาง	ขนาดใหญ่	-0.15957	.45745	.728	
		ขนาดใหญ่ พิเศษ	-0.09707	.45745	.832	
		ขนาดใหญ่ พิเศษ	-0.06250	.63360	.922	
	2.การพัฒนาบุคลากรด้าน การจัดกิจกรรมทางกาย	ขนาดเล็ก	ขนาดกลาง	-0.34515*	.08549	.000
			ขนาดใหญ่	-0.73611*	.32681	.026
			ขนาดใหญ่ พิเศษ	-0.54861	.32681	.096
ขนาดกลาง		ขนาดใหญ่	-0.39096	.32915	.237	
		ขนาดใหญ่ พิเศษ	-0.20346	.32915	.538	
		ขนาดใหญ่ พิเศษ	.18750	.45589	.682	
3.การพัฒนาแผนการจัด กิจกรรมทางกาย		ขนาดเล็ก	ขนาดกลาง	-0.43251*	.07769	.000
			ขนาดใหญ่	-0.48438	.29697	.106
			ขนาดใหญ่ พิเศษ	-0.42188	.29697	.158
	ขนาดกลาง	ขนาดใหญ่	-0.05186	.29910	.863	
		ขนาดใหญ่ พิเศษ	.01064	.29910	.972	

p&lt;.05

ตารางที่ 4.12 (ต่อ)

ตัวแปรตาม	ขนาด สถานศึกษา	ขนาด สถานศึกษา	ความ แตกต่าง ค่าเฉลี่ย	ความคลาด เคลื่อนมาตรฐาน	ระดับ นัยสำคัญ
3.การพัฒนาแผนการจัด กิจกรรมทางกาย (ต่อ)	ขนาดใหญ่	ขนาดใหญ่	.06250	.41427	.880
		พิเศษ			
4.การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการ มีกิจกรรมทางกาย	ขนาดเล็ก	ขนาดกลาง	-.48068*	.08687	.000
		ขนาดใหญ่	.00868	.33208	.979
		พิเศษ	-.49132	.33208	.142
	ขนาดกลาง	ขนาดใหญ่	.48936	.33446	.146
		พิเศษ	-.01064	.33446	.975
		พิเศษ			
	ขนาดใหญ่	ขนาดใหญ่	-.50000	.46324	.283
	5.การส่งเสริมกิจกรรม ทางกายในชั้นเรียน	ขนาดเล็ก	ขนาดกลาง	-.50750*	.10337
ขนาดใหญ่			-.66840	.39516	.093
พิเศษ			-1.04340*	.39516	.009
ขนาดกลาง		ขนาดใหญ่	-.16090	.39799	.687
		พิเศษ	-.53590	.39799	.181
		พิเศษ			
ขนาดใหญ่	ขนาดใหญ่	-.37500	.55123	.498	

$p < .05$

จากตารางที่ 4.12 พบว่า บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 แต่ละด้านมีผลดังนี้

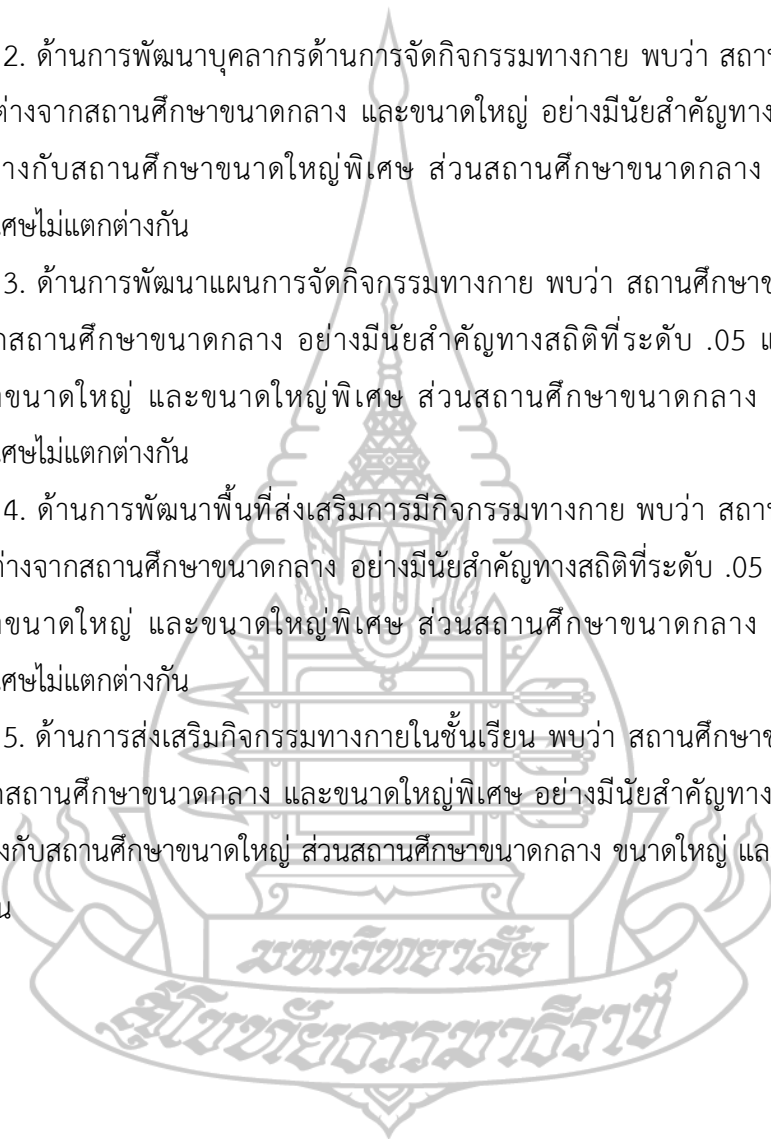
1. ด้านการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา พบว่า สถานศึกษาขนาดเล็ก มีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดกลาง ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนสถานศึกษาขนาดกลาง ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษไม่แตกต่างกัน

2. ด้านการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย พบว่า สถานศึกษาขนาดเล็ก มีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดกลาง และขนาดใหญ่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่แตกต่างกับสถานศึกษาขนาดใหญ่พิเศษ ส่วนสถานศึกษาขนาดกลาง ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษไม่แตกต่างกัน

3. ด้านการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย พบว่า สถานศึกษาขนาดเล็ก มีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่แตกต่างกับสถานศึกษาขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษ ส่วนสถานศึกษาขนาดกลาง ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษไม่แตกต่างกัน

4. ด้านการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย พบว่า สถานศึกษาขนาดเล็ก มีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่แตกต่างกับสถานศึกษาขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษ ส่วนสถานศึกษาขนาดกลาง ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษไม่แตกต่างกัน

5. ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน พบว่า สถานศึกษาขนาดเล็ก มีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดกลาง และขนาดใหญ่พิเศษ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่แตกต่างกับสถานศึกษาขนาดใหญ่ ส่วนสถานศึกษาขนาดกลาง ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษไม่แตกต่างกัน



**ตอนที่ 4 แนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพ  
ผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงาน  
เขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุราษฎร์ธานี เขต 1**

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ พบว่า กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญมีความคิดเห็นตรงกัน คือ ผู้บริหารมีบทบาทความสำคัญในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เนื่องจากการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษาจะต้องอาศัยการวางแผน ด้านนโยบาย เพื่อให้สถานศึกษามีแบบแผนในการดำเนินงานด้านการจัดกิจกรรมทางกาย มีงบประมาณในการขับเคลื่อนกิจกรรมต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จตามแผนที่ได้ตั้งเป้าหมายไว้ อีกทั้งยังมีแผนในการพัฒนาบุคลากรให้มีความรู้ ความสามารถในการจัดกิจกรรมทางกาย มีแผนในการจัดกิจกรรมทางกายของสถานศึกษาอย่างเป็นรูปธรรม มีการพัฒนาพื้นที่ต่างๆ ในสถานศึกษาให้สามารถจัดกิจกรรมทางกายให้ได้อย่างเหมาะสม และมีการจัดกิจกรรมทางกายในชั้นเรียนเพื่อกระตุ้นความสนใจในการเรียน รวมไปถึงลดพฤติกรรมเนือยนิ่งในชั่วโมงเรียน

แนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สามารถจำแนกการพัฒนาได้ในแต่ละด้าน ดังนี้

**4.1 การกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา**

แนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาในด้านนี้นั้น ผู้บริหารจะต้องมีการสนับสนุนส่งเสริมกิจกรรมทางกายในรูปแบบต่าง ๆ ที่เน้นส่งเสริมการเคลื่อนไหวให้ผู้เรียนได้เกิดกิจกรรมในทุก ๆ ช่วงวัน โดยกำหนดนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษาเป็นนโยบายที่มีความสำคัญ และมีนโยบายที่เป็นลายลักษณ์อักษร เพื่อให้ครูและบุคลากรทางการศึกษา ผู้เรียน ผู้ปกครอง รวมไปถึงชุมชนได้เห็นถึงความสำคัญ และเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมที่สถานศึกษาจัดขึ้น

“ผู้บริหารต้องมีใจรักในการจัดกิจกรรม ต้องเล็งเห็นถึงความสำคัญของกิจกรรมทางกาย สถานศึกษาก็ต้องมีบุคลากรที่มีความรู้ ความสามารถในการจัดกิจกรรมทางกาย เพื่อให้สถานศึกษาสามารถกำหนดนโยบายได้อย่างมีทิศทาง และเหมาะสมกับผู้เรียนมากที่สุด” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 1 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 11 มกราคม 2567)

“นโยบายถือเป็นสิ่งสำคัญในการขับเคลื่อนกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ฉะนั้นหากสถานศึกษามีนโยบายด้านนี้ก็จะทำให้ผู้เรียนมีกิจกรรมทางกาย มีการเล่นกีฬา การออกกำลังกายที่เหมาะสมตามพัฒนาการของผู้เรียน แต่นอกจากนโยบายของสถานศึกษาแล้วนั้น นโยบายจากหน่วยงานต้นสังกัดก็มีผลต่อการกำหนดนโยบายของสถานศึกษาเช่นเดียวกัน ดังนั้นสถานศึกษาก็ต้อง

ปฏิบัติตามนโยบายของหน่วยงานต้นสังกัด ซึ่งหากหน่วยงานต้นสังกัดสนับสนุนส่งเสริมเกี่ยวกับกิจกรรมทางกาย การขับเคลื่อนการจัดกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาก็จะยิ่งขับเคลื่อนได้อย่างมีประสิทธิภาพ” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 2 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 14 มกราคม 2567)

“สถานศึกษาควรมีครูหรือบุคลากรทางการศึกษาที่มีความรู้ ความเข้าใจในการจัดกิจกรรมทางกาย เช่น ครูพลศึกษา เพื่อครูจะได้เป็นผู้นำในการขับเคลื่อนกิจกรรม และเป็นส่วนสำคัญในการร่วมกันสร้างนโยบายที่เป็นลายลักษณ์อักษรด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 3 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 14 มกราคม 2567)

“สถานศึกษาขนาดเล็กค่อนข้างเสียเปรียบสถานศึกษาที่มีขนาดใหญ่กว่า เพราะทั้งงบประมาณ วัสดุอุปกรณ์ บุคลากร หรือแม้แต่ผู้เรียนเองก็เป็นรองทุกๆ ด้าน แต่นโยบายหากต้องการสร้างขึ้น หรือต้องการผลักดันและขับเคลื่อนนโยบายด้านการจัดกิจกรรมทางกายก็จะสามารถทำได้ง่ายกว่าเช่นเดียวกัน และสามารถควบคุม กำกับ ติดตามการดำเนินการได้ง่ายกว่าอีกด้วย” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 4 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 15 มกราคม 2567)

“อยากให้สถานศึกษามีนโยบายที่ทำให้ผู้เรียนได้มีการออกกำลังกาย หรือกิจกรรมดนตรี กีฬา ร้อง เล่น เต้น หรืออะไรก็ได้ที่ทำให้เด็กๆ หากไกลจากยาเสพติด และลดการเล่นโทรศัพท์ ทุกวันนี้เด็ก ๆ ติดโทรศัพท์มาก หากโรงเรียนมีกิจกรรมที่ทำให้เด็กได้เข้าร่วมกิจกรรมก็เป็นเรื่องที่ดี และส่งผลต่อสุขภาพเด็กอีกด้วย” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 5 (ผู้ปกครอง), สัมภาษณ์ 12 มกราคม 2567)

“โดยส่วนตัวเลือกที่จะส่งลูกเข้าเรียนที่โรงเรียนแห่งนี้ก็เพราะที่นี่ส่งเสริมด้านกีฬา ตัวเราเองเป็นพ่อก็อยากให้ลูกได้ออกกำลังกาย อยากให้ได้เป็นนักกีฬาจะได้ห่างไกลยาเสพติด อบรมมุขต่าง ๆ ที่สำคัญคือไม่หมกมุ่นกับเกมส์โทรศัพท์ หรือสื่อสังคมออนไลน์ต่าง ๆ ซึ่งถ้าโรงเรียนต้องการอะไรก็พร้อมจะสนับสนุนผู้บริหารและครูอย่างเต็มที่” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 6 (ผู้ปกครอง), สัมภาษณ์ 19 มกราคม 2567)

“อยากให้โรงเรียนสนับสนุนการมีกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่อง ทั้งด้านกีฬา ดนตรี หรือด้านอื่น ๆ ตนเองก็เลือกที่จะต่อ ม.1 ที่โรงเรียนนี้ เพราะยังอยากเป็นนักกีฬาโรงเรียนที่นี่ ตอนนี้รู้สึกท้อ ท่านผู้อำนวยการ ครู และผู้ปกครองพร้อมสนับสนุนกิจกรรมที่เราทำ” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 7 (นักเรียน), สัมภาษณ์ 11 มกราคม 2567)

“การที่โรงเรียนมีนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายก็เป็นเรื่องที่ดี เพราะทำให้นักเรียนได้ออกกำลังกาย ทำให้ร่างกายแข็งแรง และที่สำคัญคือนักกีฬาอย่างพวกผมจะได้มีโปรแกรมแข่งขัน เยอะขึ้น ตอนนี้ก็ตั้งใจฝึกซ้อมเพื่ออยากยกระดับตนเอง ซึ่งทางท่านผู้อำนวยการ ท่านรองผู้อำนวยการ และครูผู้ฝึกสอนก็สนับสนุนพวกผมเต็มที่ และจะพาพวกเราไปคัดตัวโควตานักกีฬาชั้น ม.1 อีกด้วย” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 8 (นักเรียน), สัมภาษณ์ 12 มกราคม 2567)

“นโยบายจากผู้บริหารถือเป็นสิ่งที่คณะครูจำเป็นต้องปฏิบัติตาม ซึ่งนโยบายใดที่ครูได้มีโอกาสมีส่วนร่วมในการกำหนดนโยบาย นโยบายดังกล่าวก็มักจะได้รับคำตอบสนองจากครูเป็นอย่างดี การดำเนินงานก็จะไม่ติดขัด และดำเนินงานได้อย่างราบรื่น นโยบายการส่งเสริมการเคลื่อนไหว หรือการมีกิจกรรมทางกาย รวมไปถึงกิจกรรมต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อนักเรียน หากคณะครู หรือนักเรียนได้มีโอกาสเข้ามามีส่วนร่วมก็จะเป็นโอกาสอันดีที่จะสามารถขับเคลื่อนนโยบายดังกล่าวไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ได้” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 9 (ครู), สัมภาษณ์ 14 กุมภาพันธ์ 2567)

“การส่งเสริมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย หรือการเล่นกีฬาของนักเรียนภายในโรงเรียนนั้น จำเป็นที่จะต้องมียุทธศาสตร์ที่ชัดเจนจากผู้บริหาร ซึ่งหากผู้บริหารมีการส่งเสริมกิจกรรมดังกล่าว ก็จะทำให้ครูผู้รับผิดชอบสามารถดำเนินการได้อย่างสะดวก และได้รับการสนับสนุนส่งเสริมจนก้าวไปสู่ความเป็นเลิศได้” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 10 (ครู), สัมภาษณ์ 16 กุมภาพันธ์ 2567)

กล่าวโดยสรุปแนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา ในส่วนของการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา กล่าวคือ ผู้บริหารจะต้องมีการสนับสนุนการมีกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ด้วยการกำหนดนโยบายที่มีความชัดเจน และตอบสนองนโยบายของหน่วยงานต้นสังกัด โดยมุ่งส่งเสริมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทำให้ผู้เรียนเกิดการเคลื่อนไหวร่างกาย เพื่อลดพฤติกรรมทางลบที่ส่งผลต่อสุขภาพของผู้เรียน ทั้งด้านยาเสพติด และพฤติกรรมการใช้โทรศัพท์ ติดเกมส์ หรือสื่อเทคโนโลยีอื่น ๆ ซึ่งสถานศึกษาเองควรเปิดโอกาสให้ครูที่มีความรู้ ความสามารถ ผู้ปกครอง รวมไปถึงนักเรียนได้มีส่วนร่วมกับการกำหนดนโยบาย

#### 4.2 การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย

แนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาในด้านนี้นั้น เป็นการกำหนดวิธีการให้ผู้บริหารสถานศึกษา ตลอดจนครูและบุคลากรทางการศึกษา มีความรู้ ความเข้าใจ และมีทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับการส่งเสริมการเคลื่อนไหว ทั้งยังสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีในการมีกิจกรรมทางกายให้แก่ผู้เรียนได้ โดยการเปิดโอกาสให้ครูและนักเรียนมีส่วนร่วม และผู้บริหารสถานศึกษามีหน้าที่ในการให้คำปรึกษา กำกับและติดตามกระบวนการอย่างใกล้ชิด

“ครูถือเป็นส่วนสำคัญในการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ฉะนั้นครูจำเป็นต้องมีความรู้ ความสามารถในขั้นตอนของการจัดกิจกรรมทางกาย หากมองในภาพรวมทางสถานศึกษาอาจให้ครูในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นครูแกนนำในการพัฒนาครูและบุคลากรท่านอื่น จากนั้นอาจใช้วิธีการหรือกระบวนการของสายชั้นต่าง ๆ ในการขับเคลื่อนการดำเนินการให้แต่ละสายชั้นเกิดการระดมสมองกันภายในสายชั้น เพื่อมุ่งพัฒนาตนเองให้มี

ความสามารถในการจัดกิจกรรมทางกายได้” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 1 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 11 มกราคม 2567)

“การจะพัฒนาด้านใดในสถานศึกษานั้น ผู้บริหารสถานศึกษาจะต้องเข้าร่วมในการพัฒนาด้านนั้นด้วย เพื่อตัวผู้บริหารเองจะได้พอมีความรู้ ความสามารถในการไปควบคุม กำกับ และติดตามการทำงานของครู และกิจกรรมต่าง ๆ ที่สถานศึกษาได้จัดขึ้น การพัฒนาถือเป็นกระบวนการที่มีความสำคัญ เพราะทำให้ครูได้มีความรู้และสามารถนำไปใช้พัฒนาผู้เรียนได้เพิ่มมากยิ่งขึ้น” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 2 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 14 มกราคม 2567)

“บุคลากรทุกคนในสถานศึกษาควรที่จะได้รับการพัฒนาตนเองตามนโยบายที่สถานศึกษาได้กำหนดไว้ โดยเฉพาะเรื่องที่มีความเกี่ยวข้องกับการพัฒนาผู้เรียน ซึ่งกิจกรรมทางกายก็ส่งผลต่อพัฒนาการในทุก ๆ ด้านของผู้เรียนทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา หากครูมีความรู้ ความสามารถ มีทัศนคติที่ดีต่อการมีกิจกรรมทางกายก็ยิ่งส่งผลดีต่อสถานศึกษา ผู้เรียนก็จะเห็นครูเป็นแบบอย่างที่ดี สามารถปฏิบัติตามได้ และอยากร่วมกิจกรรมที่สถานศึกษาจัดขึ้น” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 3 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 14 มกราคม 2567)

“สถานศึกษาขนาดเล็กมีบุคลากรค่อนข้างน้อย แต่งานเยอะเทียบเท่ากับสถานศึกษาขนาดอื่น ๆ การจัดสรรเวลาเพื่อพัฒนาตนเองของครูก็ถือเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ เอาเป็นว่าจุดเริ่มต้นของการพัฒนาบุคลากรด้านนี้ ตัวผู้อำนวยการเองจะต้องมีส่วนสำคัญ อันที่จริงสำคัญตั้งแต่เริ่มกำหนดนโยบาย กำหนดแผนงานประจำปีเลยก็ว่าได้ เพราะหากไม่มีแผนการปฏิบัติงานที่ชัดเจน การอบรม หรือพัฒนาตนเองด้านการจัดกิจกรรมทางกายก็คงไม่มีทางเกิดขึ้นได้ แต่สิ่งหนึ่งที่บุคลากรทุกคนสามารถทำได้ทันทีเลย นั่นก็คือ การเป็นตัวอย่างที่ดีของผู้เรียน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 4 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 11 มกราคม 2567)

“การที่สถานศึกษามีบุคลากรที่มีความรู้ ความสามารถด้านใดด้านหนึ่งมันก็จะส่งผลดีต่อผู้เรียนในสถานศึกษาแล้ว ยิ่งถ้าเกี่ยวข้องกับกิจกรรมทางกายด้วยแล้วนั้น ครูทุกคนสมควรที่จะเป็นแบบอย่างที่ดี และสามารถสร้างกิจกรรมเพื่อผู้เรียนได้ทุกคน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 5 (ผู้ปกครอง), สัมภาษณ์ 12 มกราคม 2567)

“ครูคือผู้ที่มีอิทธิพลต่อเด็กเป็นอย่างมาก พฤติกรรมต่าง ๆ ที่ครูได้กระทำในโรงเรียนนั้นสามารถทำให้เด็กเกิดพฤติกรรมเลียนแบบหรือปฏิบัติตามได้ เช่นเดียวกับพฤติกรรมของพ่อแม่ ผู้ปกครองที่อยู่ที่บ้านเลยก็ว่าได้ ดังนั้นครูต้องเป็นแบบอย่างในการรักสุขภาพ รักการออกกำลังกาย และหมั่นฝึกฝนตนเอง ให้สามารถเป็นผู้นำของการจัดกิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาเด็ก ๆ ได้” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 6 (ผู้ปกครอง), สัมภาษณ์ 19 มกราคม 2567)

“เวลาทำกิจกรรมต่าง ๆ ในโรงเรียน แล้วกิจกรรมนั้นมีครูร่วมปฏิบัติกับนักเรียนด้วย จะรู้สึกอยากทำกิจกรรมเหล่านั้นมาก ๆ เพราะรู้สึกได้ถึงการมีส่วนร่วม และรู้สึกถึงความใกล้ชิดที่ครู



มีต่อนักเรียน ยิ่งเป็นกิจกรรมกีฬาแล้ว รู้สึกว่านักเรียนจะชอบมาก ๆ เพราะจะได้เห็นครูแสดงทักษะ ออกมาให้เห็น และเราก็จะได้ฝึกฝนเพื่อพัฒนาตนเองต่อไป” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 7 (นักเรียน), สัมภาษณ์ 11 มกราคม 2567)

“หากครูมีกิจกรรมให้นักเรียนได้ทำบ่อย ๆ บางครั้งก็รู้สึกว่ามีความสุขมากกว่าการมา โรงเรียนเพื่อเรียนเฉย ๆ ผมจึงคิดว่าโรงเรียนควรสร้างกิจกรรม หรือมีช่วงเวลาให้นักเรียนได้แสดง ความสามารถของตัวเองเยอะ ๆ โดยมีทั้งผู้อำนวยการ รองผู้อำนวยการ คุณครูทุก ๆ ท่านคอย สนับสนุน และเข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าวกับนักเรียน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 8 (นักเรียน), สัมภาษณ์ 12 มกราคม 2567)

“การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนจำเป็นที่จะต้องมีครู หรือบุคลากรที่มีความรู้ และมีความเข้าใจในวิธีการปฏิบัติ หากถามว่าจำเป็นต้องเป็นครูพลศึกษาหรือไม่ หากโรงเรียนมีครูพล ศึกษา ก็ถือว่าดี แต่หากโรงเรียนไม่มีครูพลศึกษาก็ไม่ได้เป็นจุดบกพร่องเสมอไป เพราะครูในระดับ ประถมศึกษาจำเป็นที่จะต้องสอนในทุกกลุ่มสาระได้อยู่แล้ว แต่ทั้งนี้ทุกคนก็ควรที่จะได้รับการอบรม เพื่อพัฒนาตนเองให้มีความรู้ สามารถเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้แก่กันได้” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 9 (ครู), สัมภาษณ์ 14 กุมภาพันธ์ 2567)

“ครูทุกคนในโรงเรียนจำเป็นที่จะต้องได้รับการอบรม และการพัฒนาตนเองเพื่อให้มี ความรู้ ความสามารถในด้านต่าง ๆ เพิ่มขึ้น เพื่อให้ตนเองสามารถไปอบรมสั่งสอน หรือไปพัฒนา นักเรียนได้ ซึ่งการพัฒนาครูด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายจำเป็นที่จะต้องได้รับการสนับสนุนจาก ผู้บริหาร และผู้บริหารเองก็จำเป็นที่จะต้องมีความเข้าใจ พร้อมทั้งสนับสนุนการพัฒนาครู และบุคลากร ทุกคนในโรงเรียน เพื่อให้บุคลากรทุกคนมีความรู้ ความสามารถ มีเป้าหมายไปในทิศทางเดียวกัน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 10 (ครู), สัมภาษณ์ 16 กุมภาพันธ์ 2567)

กล่าวโดยสรุปแนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนา คุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ในส่วนของการพัฒนาบุคลากรด้าน การจัดกิจกรรมทางกาย กล่าวคือ ผู้บริหารควรให้ความสำคัญกับการพัฒนาบุคลากรด้านการจัด กิจกรรมทางกาย โดยผู้บริหารจะต้องมีส่วนร่วมในการพัฒนาตนเองด้วย เพื่อให้มีความรู้ และทำให้ สามารถเข้าไปนิเทศ กำกับ ติดตามการทำงานด้านการจัดกิจกรรมทางกายของสถานศึกษาได้ ทั้งนี้ผู้บริหารควรเป็นแบบอย่างที่ดี มีทัศนคติที่ดีต่อการมีกิจกรรมทางกาย สามารถเป็นแบบอย่าง เป็นผู้นำของครู และนักเรียนได้อย่างมีคุณภาพ ส่งเสริมให้ครูมีกระบวนการพัฒนาตนเองด้านการจัด กิจกรรมทางกาย เพื่อได้นำกลับมาใช้ในสถานศึกษาต่อไป

### 4.3 การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย

แนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาในด้านนี้นั้น ถือเป็นกระบวนการสร้างรูปแบบการส่งเสริมการเคลื่อนไหวร่างกายให้สามารถเกิดขึ้นได้จริงในสถานศึกษา โดยนำกิจกรรมทางกายเข้าไปบูรณาการเข้ากับแผนการจัดการเรียนรู้ในวิชาต่างๆ ซึ่งผู้บริหาร คณะครู และนักเรียนได้เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดวางโปรแกรมการจัดกิจกรรมทางกาย

“แผนการจัดกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาถือเป็นแผนงานสำคัญสำหรับการส่งเสริมการเคลื่อนไหวร่างกายในสถานศึกษา การสร้างแผนขึ้นมานั้นจำเป็นที่จะต้องระดมทรัพยากรบุคคลที่มีความรู้ ความสามารถ ความเชี่ยวชาญเข้ามามีส่วนร่วม นอกจากนั้นตัวผู้เรียนเองก็มีส่วนสำคัญที่จะทำให้แผนงานดังกล่าวประสบความสำเร็จ ฉะนั้นเสียงหรือความคิดเห็นของผู้เรียนก็ต้องรับฟัง และต้องนำมาเป็นส่วนหนึ่งในการสร้างแผนการจัดกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 1 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 11 มกราคม 2567)

“สำหรับการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกายในสถานศึกษานั้น ผู้บริหารถือเป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาแผนดังกล่าว โดยผู้บริหารจะต้องนำเรื่องดังกล่าวเข้าสู่แผนปฏิบัติการของสถานศึกษา เพื่อให้แผนการจัดกิจกรรมทางกายได้เข้าไปเป็นส่วนหนึ่งในแผนปฏิบัติการที่สถานศึกษาต้องดำเนินการ ซึ่งครูทุก ๆ ท่านจำเป็นที่จะต้องเข้ามามีส่วนร่วม ไม่ใช่แค่ครูด้านพลศึกษาหรือครูที่รับผิดชอบด้านกิจกรรมนักเรียน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 2 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 14 มกราคม 2567)

“การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกายจำเป็นที่จะต้องสร้างความเข้าใจกับทุกฝ่าย ทั้งผู้บริหาร คณะครูและบุคลากรทางการศึกษา รวมไปถึงนักเรียนและผู้ปกครอง เพราะแผนการจัดกิจกรรมทางกายนั้นจะต้องเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งในทุกๆ กิจกรรมที่สถานศึกษาจัดขึ้น ตั้งแต่ช่วงเช้าที่นักเรียนมาถึงโรงเรียน จนถึงช่วงเวลาที่นักเรียนกลับบ้าน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 3 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 14 มกราคม 2567)

“แผนการจัดกิจกรรมทางกายจะไม่ประสบความสำเร็จเลยหากบุคลากรทุกท่านไม่มีความรู้ และไม่ให้ความร่วมมือ ดังนั้นบุคลากรทุกท่านในสถานศึกษาจะต้องเป็นส่วนหนึ่งกับกิจกรรม ซึ่งผู้บริหารเองก็ต้องหมั่นตรวจสอบ กำกับ ติดตามการดำเนินงานอยู่เสมอ พร้อมทั้งสนับสนุนกิจกรรมต่างๆ ที่ได้เกิดขึ้นตามแผนที่ได้วางไว้” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 4 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 11 มกราคม 2567)

“โดยมุมมองส่วนตัวคิดว่าแผนที่เกี่ยวกับกิจกรรมต่าง ๆ ในสถานศึกษาเป็นสิ่งที่ผู้ปกครองเองควรรับรู้ รับทราบ และบางกิจกรรมสถานศึกษาก็ควรให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในกิจกรรม ซึ่งด้านที่เกี่ยวกับกิจกรรมทางกายนั้นผู้ปกครองทุกท่านก็พร้อมสนับสนุนเต็มที่แน่นอน เพราะผลที่ได้

มันเป็นผลดีต่อสุขภาพของบุตรหลานตนเอง” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 5 (ผู้ปกครอง), สัมภาษณ์ 12 มกราคม 2567)

“แผนกิจกรรมทางกายที่มีในขณะนี้ผู้ปกครองสังเกตเห็นก็คงเป็นกิจกรรมเกี่ยวกับกีฬา ทั้งการแข่งขันกีฬาภายใน การส่งนักกีฬาไปแข่งภายนอกโรงเรียน นอกจากกีฬาแล้วก็มีเกี่ยวกับศิลปะ ดนตรี ซึ่งส่วนใหญ่ก็เป็นนักเรียนเฉพาะกลุ่ม อยากให้ผู้บริหารได้มีกิจกรรมที่สามารถให้นักเรียนทุกคนได้ปฏิบัติ ให้นักเรียนที่ไม่มีความสามารถพิเศษได้มีกิจกรรมอย่างคนอื่นด้วย” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 6 (ผู้ปกครอง), สัมภาษณ์ 19 มกราคม 2567)

“การที่ให้กลุ่มนักเรียนได้เข้าไปมีส่วนในการพัฒนาหรือออกแบบการทำกิจกรรมนั้น คิดว่าเป็นเรื่องที่ดีมาก เพราะเด็กจะได้มีส่วนในการกำหนดกิจกรรมที่ตนเองอยากทำ หรือกิจกรรมที่ตนเองสนใจ ไม่ใช่แค่ทำตามคำสั่ง หรือทำตามสิ่งที่ผู้ใหญ่คิดให้ทำ” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 7 (นักเรียน), สัมภาษณ์ 11 มกราคม 2567)

“ในตอนนี้นี้ก็มีกิจกรรมบางช่วงเวลาที่นักเรียนได้เป็นผู้คิด และปฏิบัติกิจกรรมนั้น คิดมาเอง เช่น ช่วงพักกลางวัน นักเรียนทุกคนจะได้รับอิสระในการมีกิจกรรมการเล่น หรือกิจกรรมอื่น ๆ ตามความชอบ โดยเฉพาะกลุ่มที่ชอบเล่นกีฬาก็จะได้ช่วงพักกลางวัน และช่วงเย็น หลังเลิกเรียนได้ทำกิจกรรมเหล่านี้ ซึ่งอยากให้ผู้อำนวยการ รองผู้อำนวยการ และครูทุกท่านสนับสนุนเกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาให้เพียงพอ” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 8 (นักเรียน), สัมภาษณ์ 12 มกราคม 2567)

“การที่โรงเรียนมีแผนการทำงานที่มีความชัดเจนนั้น ถือเป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายเป็นอย่างมาก เพราะแผนการจัดกิจกรรมทางกาย คือรูปแบบในการดำเนินงานที่ครูจะได้ร่วมกันปฏิบัติตามแผน ทำให้เกิดประโยชน์ต่อทั้งครูผู้สอน และนักเรียนทุกคน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 9 (ครู), สัมภาษณ์ 14 กุมภาพันธ์ 2567)

“การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกายนั้น ต้องเริ่มมาตั้งแต่ขั้นตอนของนโยบายของโรงเรียน ซึ่งหากโรงเรียนมีนโยบายที่ชัดเจน ก็จะทำให้เกิดการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกายที่เป็นขั้นเป็นตอน เกิดการระดมความคิดเห็นเพื่อพัฒนาแผนดังกล่าวให้เกิดขึ้น และสามารถทำตามแผนดังกล่าวเพื่อให้ไปถึงเป้าหมายของแผนต่าง ๆ ได้” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 10 (ครู), สัมภาษณ์ 16 กุมภาพันธ์ 2567)

กล่าวโดยสรุปแนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ในส่วนของการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย กล่าวคือ ผู้บริหารจะต้องรวบรวมสรรพกำลังจากบุคลากรทุกคนในสถานศึกษาให้เข้ามามีส่วนในการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย และจะต้องดึงให้นักเรียนเข้ามามีส่วนในการเสนอความคิด ขึ้นการออกแบบกิจกรรม ซึ่งกิจกรรมที่ได้เตรียมดำเนินงานตามแผนนั้นควรให้ผู้ปกครองได้เข้ามามีส่วนร่วมอีกทางหนึ่งด้วย

#### 4.4 การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย

แนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาในด้านนี้ นั้น เป็นการกำหนดบริเวณสำหรับการจัดกิจกรรมการทางกายลงในแผนผังของสถานศึกษา เพื่อเป็นการระบุตำแหน่งของพื้นที่ที่มีความชัดเจน ทำให้ผู้เรียนสามารถเข้าไปเล่นในบริเวณดังกล่าวได้อย่างสะดวกและมีความปลอดภัย

“การที่ผู้เรียนจะสามารถปฏิบัติกิจกรรมทางกายได้ดีนั้น สถานที่หรือบริเวณที่ผู้เรียนได้ร่วมทำกิจกรรมคือสิ่งที่มีผลต่อความสนใจของผู้เรียนไม่น้อย เพราะหากสถานศึกษาไม่มีพื้นที่สำหรับให้ผู้เรียนเล่น หรือออกกำลังกายก็จะทำให้ผู้เรียนขาดความสนใจในเรื่องดังกล่าวไป อีกทั้งยังมีโอกาสเสี่ยงที่ผู้เรียนจะเกิดอุบัติเหตุจากการเล่นในพื้นที่ที่ไม่ควรเข้าเล่น ฉะนั้นสถานศึกษาจะต้องมีการแบ่งโซนให้ชัดเจน และต้องแจ้งให้ผู้เรียนทุกคนทราบ เพื่อได้ปฏิบัติไปในแนวทางเดียวกัน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 1 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 11 มกราคม 2567)

“สถานศึกษาที่มีพื้นที่กว้างขวางหรือมีพื้นที่ที่รกร้างไม่ได้นำไปใช้ประโยชน์ใด ๆ ควรพิจารณาปรับปรุง และพัฒนาพื้นที่เหล่านั้นให้กลายเป็นพื้นที่ปลอดภัยสำหรับผู้เรียน ทำให้พื้นที่เหล่านั้นเป็นที่ที่ผู้เรียนสามารถแสดงความสามารถต่าง ๆ หรือเป็นพื้นที่สำหรับการเล่นอย่างสนุก และมีความปลอดภัย อีกประเด็นก็คือเรื่องของอุปกรณ์ต่าง ๆ ทั้งอุปกรณ์กีฬา หรือเครื่องเล่นก็ต้องจัดสรรให้เพียงพอ และเหมาะสมกับขนาดของพื้นที่ และเหมาะสมกับจำนวนผู้เรียน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 2 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 14 มกราคม 2567)

“พื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายคือปัจจัยที่มีความสำคัญมากในแง่ของการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา เพราะเป็นพื้นที่ที่ผู้เรียนจะได้ใช้ทำกิจกรรมที่ตนเองสนใจ และมีความสุข เป็นพื้นที่ที่ผู้เรียนสามารถปลดปล่อยพลังงาน ความสามารถของตนเองได้อย่างเต็มที่ โดยที่ไม่ไปเดือดร้อนผู้อื่น ดังนั้นสถานศึกษาทุกแห่งควรมีพื้นที่เหล่านี้ที่ผู้เรียนสามารถเข้าถึงได้ และมีความปลอดภัยสำหรับผู้เรียน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 3 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 14 มกราคม 2567)

“อยากจะกล่าวถึงสถานศึกษาขนาดเล็ก เป็นสถานศึกษาที่มีผู้เรียนน้อย แต่ส่วนใหญ่จะมีพื้นที่กว้างขวาง และเพียงพอสำหรับการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย หากสถานศึกษาได้รับการสนับสนุนจากชุมชนก็จะเป็นการดี ที่จะสามารถพัฒนาพื้นที่ที่เหลือใช้ให้กลายเป็นพื้นที่ในการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายของผู้เรียน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 4 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 11 มกราคม 2567)

“เคยเป็นศิษย์เก่าโรงเรียนนี้ สมัยที่เคยเรียนโรงเรียนมีพื้นที่สำหรับเด็กเล่นเยอะกว่านี้มาก มีสนามฟุตบอลใหญ่ ๆ มีพื้นที่ให้เด็กเล่นดินเล่นทราย ดินลูกรักแก้ว กระโดดเชือก กระโดดยาง แต่ปัจจุบันกาลเวลาผ่านไป พื้นที่เหล่านั้นที่เราเคยเล่นกลายเป็นตึก เป็นอาคารเรียน

ของเด็ก ๆ หมดแล้ว แต่ก็ยังโชคดีที่โรงเรียนยังให้ความสำคัญกับเรื่องการเล่นกีฬา และออกกำลังกาย มีการสร้างโดมสำหรับการมีกิจกรรมของเด็ก และอาคารพลศึกษาขึ้น ซึ่งมันก็เป็นผลดีกับเด็ก ๆ ไปอีกแบบ ก็คือเด็ก ๆ จะได้ไม่ต้องร้อน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 5 (ผู้ปกครอง), สัมภาษณ์ 12 มกราคม 2567)

“พื้นที่สำหรับการเล่นกีฬาหรือพื้นที่สำหรับการเล่นเป็นสิ่งที่ผู้ปกครองทุกคนควรคำนึงถึงสำหรับการส่งลูกเข้าเรียนในโรงเรียน เพราะลูกของเราไม่ได้ไปโรงเรียนเพื่อการเรียนอย่างเดียว เขาจะต้องเล่นกับเพื่อน ๆ ด้วย หากโรงเรียนมีพื้นที่กว้าง ไม่แออัด ไม่คับแคบ ลูกของเราก็มีพื้นที่เล่นกว้าง และปลอดภัยขึ้น เครื่องเล่นต่าง ๆ ก็ต้องดูแลเอาใจใส่ ไม่ปล่อยให้มันเก่า มันพังจนชำรุดแล้วยังใช้งานต่อ จุดนี้เป็นอันตรายมาก อีกสิ่งหนึ่งที่ปัจจุบันโรงเรียนควรมีก็คือ พื้นที่ที่เป็นอาคารพลศึกษา อาจเป็นโดม โรงยิม หรือพื้นที่ที่มีหลังคา และลมถ่ายเทสะดวก เพราะตอนนี้โลกมันร้อน อากาศก็ไม่ค่อยดี จะให้เล่นกลางแจ้งช่วงที่แดดแรง ๆ ก็มีผลเสียต่อลูกเหมือนกัน นี่คือนิสัยที่ผู้ปกครองอยากได้รับจากการเล่นในโรงเรียนของลูก” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 6 (ผู้ปกครอง), สัมภาษณ์ 19 มกราคม 2567)

“การไปเรียนนอกจะไปเรียนแล้วนั้น เราก็อยากไปเล่นกับเพื่อน ๆ ด้วย พื้นที่ในการเล่นของโรงเรียนบางจุดก็เล่นได้ บางจุดก็เล่นไม่ได้ เพราะมีรถมาจอด ทำให้พื้นที่สำหรับการเล่นมันลดน้อยลง อีกทั้งที่โรงเรียนไม่มีสนามหญ้า มีแต่สนามที่เป็นพื้นปูน เวลาเล่นกีฬาแล้วล้มมันก็เจ็บเป็นแผลได้ แต่ก็ต้องเข้าใจว่าเรื่องอาคารเรียนมันก็สำคัญสำหรับการเรียน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 7 (นักเรียน), สัมภาษณ์ 11 มกราคม 2567)

“ที่โรงเรียนมีพื้นที่กว้างมากสำหรับให้พวกผมได้เล่น เวลาของการเล่นคือเวลาที่พวกผมชอบมากที่สุด นักเรียนแต่ละห้อง แต่ละกลุ่มก็จะมีพื้นที่เป็นของตนเอง เมื่อถึงช่วงเวลาที่ไม่ได้อยู่ในห้องเรียนพวกเราก็จะไปเล่นในพื้นที่ที่เราทุกคนชอบ” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 8 (นักเรียน), สัมภาษณ์ 12 มกราคม 2567)

“พื้นที่สำหรับการมีกิจกรรมทางกายถือเป็นสิ่งที่สำคัญมากในการพัฒนานักเรียนให้เกิดการมีกิจกรรมทางกาย โดยพื้นที่ดังกล่าวจะต้องมีความปลอดภัย มีอุปกรณ์ หรือสิ่งอำนวยความสะดวกที่เพียงพอกับจำนวนนักเรียน ที่สำคัญครูผู้รับผิดชอบจะต้องดูแล และจัดการระบบการใช้พื้นที่ให้มีความเหมาะสมกับนักเรียน เพื่อไม่ให้เกิดความแออัด หรือเกิดอันตรายต่อนักเรียนได้” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 9 (ครู), สัมภาษณ์ 14 กุมภาพันธ์ 2567)

“สนามกีฬาต้องปลอดภัย หญ้าไม่รก หญ้าไม่สูง นักเรียนสามารถมาวิ่งเล่น หรือมาเล่นกีฬาได้สะดวก สนามเด็กเล่นก็ต้องมีอุปกรณ์ที่แข็งแรง อุปกรณ์กีฬา หรืออุปกรณ์อื่น ๆ ก็ต้องพร้อมให้นักเรียนได้ใช้สำหรับการออกกำลังกาย ซึ่งการที่จะพัฒนาพื้นที่ต่าง ๆ ในบริเวณโรงเรียนนั้น

บางครั้งอาจจะต้องหาผู้สนับสนุน หรือผู้ใจบุญจากภายนอกให้เข้ามาช่วยพัฒนา” (ผู้ให้สัมภาษณ์ คนที่ 10 (ครู), สัมภาษณ์ 16 กุมภาพันธ์ 2567)

กล่าวโดยสรุปแนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ในส่วนของการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย กล่าวคือ ผู้บริหารจะต้องมีการสำรวจพื้นที่ต่างๆ ในสถานศึกษาว่าจุดใดที่เป็นจุดที่มีความปลอดภัย และผู้เรียนสามารถเข้าไปใช้เพื่อเป็นพื้นที่สำหรับการมีกิจกรรมทางกายได้ แล้วพัฒนาพื้นที่เหล่านั้นให้ผู้เรียนสามารถเข้าใช้งานได้จริง โดยสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์ต่างๆ ให้เหมาะสมกับพื้นที่และเพียงพอต่อผู้เรียน อีกทั้งการจะพัฒนาพื้นที่สำหรับการจัดกิจกรรมทางกาย ผู้บริหารควรมีการประสานงานกับผู้นำชุมชน ผู้ปกครอง หรือองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อสนับสนุนการดำเนินการให้มีประสิทธิภาพ และประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้น

#### 4.5 การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน

แนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาในด้านนี้นั้น คือการบูรณาการกิจกรรมทางกายให้เป็นส่วนหนึ่งของการเรียนการสอนในชั้นเรียน เพื่อกระตุ้นความสนใจของผู้เรียน และเป็นวิธีที่สามารถลดพฤติกรรมเนือยนิ่งของผู้เรียนได้

“การบริหารจัดการชั้นเรียนของครูถือเป็นองค์ประกอบที่สำคัญมากในการจัดการเรียนรู้ พฤติกรรมการสอนของครูมีผลต่อการเรียนรู้ของนักเรียนเป็นอย่างมาก หากครูผู้สอนสอนนักเรียนแบบเดิม ๆ โดยไม่มีการเปลี่ยนแปลงเลยก็จะส่งผลนักเรียนจำเจ ไม่สนุกกับการเรียน และจะไม่อยากเรียนวิชานั้นในที่สุด ซึ่งการนำเกม หรือกิจกรรมทางกายเข้ามามีส่วนในการจัดการเรียนรู้ถือว่าเป็นไอเดียที่น่าสนใจอย่างมาก เพราะจะทำให้ให้นักเรียนมีการเตรียมความพร้อม และอยากที่จะเรียน สามารถกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความสนใจได้อย่างมาก แต่กิจกรรมที่นำมาใช้ในชั้นเรียนก็ควรมีแผนการที่จะนำมาใช้ และไม่ควรถูกจำเจหรือใช้เล่นบ่อย ๆ” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 1 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 11 มกราคม 2567)

“การนำกิจกรรมทางกายเข้ามามีส่วนในการจัดการเรียนรู้ไม่ใช่เรื่องใหม่ที่แปลกใหม่ แต่เพียงแค่ครูทั่วไปไม่ค่อยนำมาใช้แค่นั้นเอง เพราะมองว่าอาจเสียเวลาในการสอน และอาจจะสอนเนื้อหาไม่ทันตามคาบสอนของตนเอง แต่หากครูมีการจัดการเวลาที่ดี การนำกิจกรรมทางกายมาใช้ร่วมกับเนื้อหาวิชาจะเป็นการทำให้ให้นักเรียนสนุกและเกิดพฤติกรรมร่วมกันกับเนื้อหาวิชาที่สอนได้ ถือเป็นกระตุ้นความสนใจในการเรียนได้เป็นอย่างดี” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 2 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 14 มกราคม 2567)

“ผู้บริหารควรเข้าไปมีบทบาทในการนิเทศการสอน หากสถานศึกษาต้องการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน แผนการสอนที่ครูผู้สอนได้สร้างขึ้นก็ต้องมีกระบวนการหรือขั้นตอนที่

นำกิจกรรมทางกายไปใช้ในแผนการสอนนั้น ๆ ซึ่งการนิเทศและติดตามถือเป็นกระบวนการหนึ่งที่จะสามารถทำให้การพัฒนาห้องเรียนส่งเสริมกิจกรรมทางกายประสบความสำเร็จ” (ผู้ให้สัมภาษณ์ คนที่ 3 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 14 มกราคม 2567)

“การนำกิจกรรมทางกายเข้าไปผนวกกับการจัดการเรียนการสอนในชั้นเรียน ถือเป็นเรื่องที่น่าตื่นเต้น และทำให้นักเรียนเกิดความสนใจกับกิจกรรมที่ครูกำลังนำเสนอ เป็นการสอนเชิงรุก (Active Learning) อีกรูปแบบหนึ่ง ซึ่งการจัดการเรียนการสอนลักษณะนี้สามารถใช้ได้กับสถานศึกษาทุกขนาด แต่สิ่งสำคัญที่เห็นว่าควรพัฒนา ก็คือ การสร้างแผนการจัดการเรียนรู้ที่มีความชัดเจนว่าแผนการจัดการเรียนรู้แผนดังกล่าวนี้ จะมีการนำกิจกรรมทางกายไปใช้ในชว่ใด และใช้อย่างไรของแผนการจัดการเรียนรู้ การนิเทศแผนการสอน รวมไปถึงการนิเทศชั้นเรียน ขณะครูผู้สอนที่ใช้แผนก็ถือเป็นอีกกระบวนการหนึ่งที่จะพัฒนารูปแบบการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียนได้” (ผู้ให้สัมภาษณ์ คนที่ 4 (ผู้บริหารสถานศึกษา), สัมภาษณ์ 11 มกราคม 2567)

“เคยเห็นคลิปลีวีดีโอการสอนของครูในต่างประเทศ เขาสอนนักเรียนในห้องแบบเรียนไปเล่นไป ดูนักเรียนมีความสุขกับการเรียนดี หากโรงเรียนที่ลูกเราเรียนมีแบบนั้นบางก็น่าจะดี ดูน่าสนใจ และเด็ก ๆ คงสนุกกับการเรียนมากขึ้น อารมณ์เหมือนเรียนพิเศษในทุกชั่วโมง แต่ความสำคัญก็คือครูก็ต้องควบคุมการเล่น และสร้างกิจกรรมที่น่าสนใจเพื่อกระตุ้นให้เด็กตั้งใจเรียน สนใจเนื้อหาวิชาที่สอนด้วย” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 5 (ผู้ปกครอง), สัมภาษณ์ 12 มกราคม 2567)

“ตอนแรกคิดว่าน่าจะมีแค่วิชาพลศึกษาที่สามารถนำกิจกรรมทางกายมาใช้สอนได้ ไม่ได้คิดว่าวิชาอื่น ๆ จะนำกิจกรรมทางกายมาใช้ได้อย่างไร แต่พอได้รู้ว่าการสอนลักษณะนี้มันช่วยให้เด็กสนใจเรียนมากขึ้นมันก็น่าสนใจ และสนับสนุนให้เกิดการสอนแบบนี้ในทุก ๆ วิชา โดยเฉพาะวิชาที่ยาก ๆ หากสอนแบบเดิม ๆ เด็ก ๆ ก็คงจะรู้สึกเบื่อหน่าย และขาดความสนใจ การนำกิจกรรมทางกายเข้าไปใช้เด็กคงตั้งใจเรียนมากขึ้น และอาจจะเก่งขึ้นด้วย ก็ต้องฝากผู้บริหารและครูผู้สอนลองใช้รูปแบบการสอนในลักษณะนี้ อาจทำให้เด็ก ๆ หลาย ๆ คนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่สูงขึ้น” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 6 (ผู้ปกครอง), สัมภาษณ์ 19 มกราคม 2567)

“ที่โรงเรียนมีอยู่บ่อย ๆ ที่ก่อนเริ่มสอนครูผู้สอนจะมีเกมมาให้เล่น ซึ่งเกมนั้นบางครั้งก็เคยเล่นแล้ว บางครั้งก็เป็นเกมใหม่ ซึ่งมันก็น่าสนใจดี เวลาครูนำมาให้เล่นเพื่อน ๆ ทุกคนก็สนใจอยากที่จะเล่น ยิ่งเป็นเกมที่ต้องแข่งขันกันยิ่งสนุกเลย พวกเราจะตั้งใจฟังครูเป็นพิเศษเพื่อรอแข่งขัน ตอนท้ายชั่วโมง” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 7 (นักเรียน), สัมภาษณ์ 11 มกราคม 2567)

“รู้สึกสนุกทุกครั้งที่ได้เล่นเกมก่อนการเรียน บางครั้งเกมที่ครูนำมาให้เล่นตอนระหว่างเรียน และก่อนหมดชั่วโมง มันรู้สึกสนุกกว่าที่มานั่งฟังครูพูด แล้วก็จดตามครูสั่ง แล้วก็ทำการบ้านเรียนแบบนั้นมันน่าเบื่อ เวลาที่ครูนำกิจกรรมต่าง ๆ เราจะสนใจ และอยากเล่น มันรู้สึกที่เราได้ปล่อย

พลังงานแข่งกับเพื่อน ๆ มันน่าสนใจว่าการเรียนแบบทั่วไปเยอะมาก” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 8 (นักเรียน), สัมภาษณ์ 12 มกราคม 2567)

“ครูส่วนใหญ่อาจติดกับการสอนในรูปแบบเดิม ๆ เพราะครูมีความคุ้นเคย และมีความสะดวกในการสอน การที่จะนำกิจกรรมทางกายเข้ามาใช้ในการจัดการเรียนการสอนนั้น อาจเป็นการเพิ่มความลำบากให้กับครูผู้สอนเอง แต่ความลำบากนั้น คือความลำบากที่จะทำให้นักเรียนได้ประโยชน์จากกิจกรรมทางกายอย่างมาก ซึ่งจะเห็นได้ชัดว่าเมื่อไรก็ตามที่ครูใช้กิจกรรมทางกายเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในแผนการสอน จะทำให้นักเรียนเกิดความสุข สนุกสนาน และลดพฤติกรรมเนือยนิ่งมีส่วนร่วมกับการเรียนการสอนมากยิ่งขึ้น” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 9 (ครู), สัมภาษณ์ 14 กุมภาพันธ์ 2567)

“แผนการสอนคือสิ่งสำคัญในการนำกิจกรรมทางกายเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในชั้นเรียน เพราะแผนการสอนจะเป็นตัวกำหนดวิธีการ และรูปแบบในการสอน นอกจากแผนการสอนแล้ว การจัดการชั้นเรียนก็ส่งผลต่อการจัดการเรียนการสอนที่มีการบูรณาการเช่นเดียวกัน เพราะบางครั้งกิจกรรมที่นำมาใช้อาจได้รับความสนใจ จนเกิดเสียงดัง เกิดความวุ่นวายจนไปรบกวนห้องข้างเคียงได้ ดังนั้นครูควรมีกติกาที่ชัดเจน มีข้อตกลงที่ใช้ร่วมกันในการจัดการเรียนการสอนแบบบูรณาการกิจกรรมการทางกาย” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 10 (ครู), สัมภาษณ์ 16 กุมภาพันธ์ 2567)

กล่าวโดยสรุปแนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ในส่วนของการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน กล่าวคือ ผู้บริหารจะต้องให้ความสำคัญกับแผนการจัดการเรียนรู้ที่ครูผู้สอนแต่ละวิชาได้จัดทำขึ้นว่ามีการส่งเสริมการใช้กิจกรรมทางกายในการจัดการเรียนการสอนหรือไม่ และผู้บริหารควรมีการนิเทศการสอนตามแผนการจัดการเรียนรู้นั้น ๆ เพื่อเป็นการกำกับและติดตามเป็นการช่วยการพัฒนาการเรียนรู้โดยการนำกิจกรรมทางกายมาใช้ในชั้นเรียน เพื่อกระตุ้นความสนใจ ลดความเบื่อหน่าย และปรับพฤติกรรมการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

จากที่ได้กล่าวมาสามารถสรุปแนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา แยกประเด็นเป็นรายด้านได้ดังนี้

## 1. ด้านการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา

1.1 ผู้บริหารจะต้องมีการสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ด้วยการกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่มีความชัดเจน โดยมุ่งส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการเคลื่อนไหวร่างกาย เพื่อลดพฤติกรรมทางลบที่ส่งผลต่อสุขภาพของผู้เรียน



1.2 ผู้บริหารควรเปิดโอกาสให้ครูและบุคลากรทางการศึกษา รวมไปถึงผู้ปกครอง เข้ามามีส่วนในการกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เพื่อจะได้ดำเนินการส่งเสริมการ มีกิจกรรมทางกายได้ครอบคลุม และเหมาะสมตามความต้องการของผู้เรียน

1.3 ผู้บริหารควรมีความรู้ ความเข้าใจ เล็งเห็นถึงความสำคัญของการส่งเสริม กิจกรรมทางกายในสถานศึกษา และมีใจรักในการมีกิจกรรมทางกาย เพื่อให้สถานศึกษามีทิศ ทางการขับเคลื่อนการจัดกิจกรรมทางกายอย่างถูกต้อง และเหมาะสม

1.4 ดำเนินงานด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษาให้ได้ตาม เป้าหมายของหน่วยงานต้นสังกัดให้ได้เป็นอย่างน้อย และควรพัฒนาการมีกิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนา คุณภาพผู้เรียนอย่างต่อเนื่อง

1.5 ผู้บริหารจะต้องมีการควบคุม กำกับ และติดตามการดำเนินงานตามนโยบาย ของสถานศึกษา มีการนิเทศแผนการส่งเสริมการเคลื่อนไหวของสถานศึกษา และพร้อมให้คำปรึกษา รวมไปถึงข้อเสนอแนะกับคณะทำงานอย่างเต็มที่

## 2. ด้านการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย

2.1 ผู้บริหาร ครูและบุคลากรทุกคนในสถานศึกษา ต้องมีความรู้ ความสามารถ และมีทัศนคติที่ดีต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

2.2 ผู้บริหารสถานศึกษาควรเป็นแบบอย่างที่ดีในการมีกิจกรรมทางกายที่ เหมาะสมต่อคณะครูและบุคลากรทางการศึกษา รวมไปถึงผู้เรียน ทำให้สถานศึกษามีบุคคลต้นแบบที่ สามารถปฏิบัติตามได้

2.3 ผู้บริหารควรมีแผนการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกายที่มีความ ชัดเจน ซึ่งสามารถส่งเสริมด้านความรู้ ความสามารถด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้แก่บุคลากร ทุกคนอย่างถูกต้อง และมีประสิทธิภาพ สามารถนำความรู้ ความสามารถดังกล่าวไปพัฒนาคุณภาพ ผู้เรียนได้

2.4 ผู้บริหารควรมีการประชุมติดตาม และจัดกิจกรรมชุมชนทางการเรียนรู้ทาง วิชาชีพ เพื่อศึกษาจุดเด่น จุดด้อย ข้อดี ข้อเสีย เพื่อที่จะสามารถนำกลับไปพัฒนาได้อย่างตรงจุด

## 3. ด้านการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย

3.1 ผู้บริหารจะต้องระดมสรรพกำลังจากบุคลากรทุกคนในสถานศึกษา รวมไปถึง ดึงความคิด ความสนใจของผู้เรียนให้เข้ามามีส่วนต่อการกำหนดแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ของสถานศึกษา

3.2 ผู้บริหารควรเปิดโอกาสให้ผู้ปกครองได้เข้ามามีส่วนในการพัฒนาแผนการจัด กิจกรรมทางกาย มีการนำเสนอให้เห็นถึงข้อดีในการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายตามแผน

ดังกล่าว เพื่อให้ผู้ปกครองเห็นถึงประโยชน์ และเกิดการสนับสนุนกิจกรรมต่าง ๆ ที่สถานศึกษาได้จัดขึ้น

3.3 แผนการจัดกิจกรรมทางกายของสถานศึกษาจะต้องคำนึงถึงความแตกต่างของผู้เรียนแต่ละคน รวมไปถึงความสามารถพิเศษที่ควรส่งเสริม เพื่อพัฒนาไปสู่ความเป็นเลิศสำหรับผู้เรียนได้

3.4 ผู้บริหารมีการกำกับ และติดตามการดำเนินงานตามแผนการจัดกิจกรรมทางกาย เพื่อตรวจสอบการดำเนินงานว่าเป็นไปตามแผนหรือไม่ และมีข้อบกพร่องที่ควรปรับปรุง แก้ไข หรือควรพัฒนาในจุดใด ทั้งนี้เพื่อให้แผนการจัดกิจกรรมทางกายสามารถตอบสนองในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนให้ได้ดียิ่งขึ้น

#### 4. ด้านการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย

4.1 ผู้บริหารจะต้องพัฒนาพื้นที่บริเวณต่าง ๆ ในสถานศึกษาให้มีความปลอดภัย ไม่เป็นอันตรายสำหรับผู้เรียน

4.2 ผู้บริหารมีการกำหนดพื้นที่สำหรับส่งเสริมการเล่น และการมีกิจกรรมทางกายของผู้เรียนอย่างชัดเจนในแผนผังของสถานศึกษา และผู้เรียนสามารถเข้าไปใช้งานได้สะดวก

4.3 ผู้บริหารจะต้องดูแลพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายให้พร้อมใช้งานอยู่เสมอ พร้อมทั้งมีการสนับสนุนด้านวัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็นให้เหมาะสมกับพื้นที่ และเพียงพอต่อความต้องการของผู้เรียน

4.4 ผู้บริหารควรมีการกำกับ ติดตาม และตรวจสอบการใช้พื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่อง

4.5 ผู้บริหารควรมีการขอความร่วมมือและการสนับสนุนจากผู้ปกครอง ชุมชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น รวมไปถึงห้างร้านเอกชน เพื่อร่วมกันพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย

#### 5. ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน

5.1 ผู้บริหารจะต้องมีการนิเทศการจัดการเรียนการสอนในรูปแบบการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน

5.2 ผู้บริหารและครูร่วมกันพัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย โดยมีกระบวนการ และขั้นตอนการสอนในชั้นเรียนที่เหมาะสม

5.3 ผู้บริหารและคณะครูในวิชาต่าง ๆ ควรคำนึงถึงความต้องการของผู้เรียน มีการสำรวจความต้องการของผู้เรียนในการใช้กิจกรรมทางกายเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในการจัดการเรียนรู้ และมีการบันทึกผลการจัดกิจกรรมเพื่อให้ได้รับทราบถึงผลตอบรับของผู้เรียนต่อแผนการจัดการเรียนรู้ดังกล่าว

5.4 ผู้บริหารมีการนิเทศการสอน รวมไปถึงชั้นการวิพากษ์การสอน ทั้งนี้ เพื่อเป็นการพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนการสอนด้วยการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียนให้มีคุณภาพ และมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ข้อสรุปของแนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาทั้ง 5 ด้านนั้น ผู้บริหารจะต้องมีกระบวนการในการกำกับและติดตามการดำเนินงานอย่างมีคุณภาพ มีแผนในการดำเนินกิจกรรมที่มีความชัดเจนในรูปแบบของนโยบาย และแผนปฏิบัติการ มีการขับเคลื่อนการทำงานในรูปแบบของคณะทำงานร่วมกับครูผู้สอน นักเรียน และผู้ปกครอง รวมไปถึงชุมชน มีการตรวจสอบการทำงานให้เป็นไปตามแผน ร่วมกันพัฒนา และแก้ไขให้การส่งเสริมกิจกรรมทางกายมีประสิทธิภาพที่ดียิ่งขึ้น และสุดท้ายคือการนำบทเรียนที่ได้นำไปใช้ นำไปปฏิบัติกลับมาปรับปรุง แก้ไข และพัฒนาให้ดียิ่งขึ้น สามารถนำกลับไปใช้ได้อย่างมีคุณภาพ และสามารถนำกิจกรรมทางกายไปพัฒนาคุณภาพผู้เรียนทุกคนในสถานศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป



## บทที่ 5

### สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ผู้วิจัยนำเสนอข้อมูลเป็นลำดับ ดังนี้

#### 1. สรุปการวิจัย

##### 1.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยเรื่อง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 มีวัตถุประสงค์ดังนี้

1.1.1 เพื่อศึกษาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1

1.1.2 เพื่อเปรียบเทียบบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามขนาดสถานศึกษา

1.1.3 เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1

1.2 วิธีดำเนินการวิจัย การวิจัยเรื่อง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 เป็นการศึกษา กลุ่มตัวอย่าง คือ ครูผู้ปฏิบัติงานฝ่ายกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนของสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ปีการศึกษา 2566 จำนวน 123 คน ขนาดกลุ่มตัวอย่างได้มาจากตารางสำเร็จรูปของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie & Morgan) จากนั้นใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นตามขนาดสถานศึกษา ส่วนกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญคือ ผู้บริหารสถานศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ที่มีผลงานด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาเป็นที่ประจักษ์ จำนวน 4 คน จำแนกตามขนาด

สถานศึกษาละ 1 คน เป็นผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำนวน 2 คน เป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำนวน 2 คน และเป็นครูระดับประถมศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำนวน 2 คน รวมทั้งหมด 10 คน เครื่องมือวิจัยในการเก็บข้อมูล คือ แบบสอบถาม และแบบสัมภาษณ์กึ่งมีโครงสร้าง การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติ ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม แบบทางเดียว การทดสอบรายคู่ด้วยวิธีของฟิชเชอร์ (Fisher's Least Significant Difference: LSD) และการวิเคราะห์เนื้อหา

### 1.3 ผลการวิจัย

ผลการวิจัยบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 พบว่า

1.3.1 บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงค่าเฉลี่ยสูงสุดไปหาค่าเฉลี่ยต่ำสุด ได้แก่ การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน และการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา รายละเอียดดังนี้

1) บทบาทการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ผู้บริหารสถานศึกษามีการสนับสนุนการมีกิจกรรมทางกายของนักเรียนในสถานศึกษา มีค่าเฉลี่ยสูงสุด และอยู่ในระดับมาก และผู้บริหารสถานศึกษามีการประชุมชี้แจงให้ทราบถึงผลการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวต่อคณะกรรมการสถานศึกษา เครือข่ายผู้ปกครอง และชุมชน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด และอยู่ในระดับน้อย

2) บทบาทการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกายโดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ผู้บริหารสถานศึกษามีทัศนคติเชิงบวกต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย โดยการสนับสนุนและช่วยเหลือการจัดกิจกรรมต่าง ๆ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด และอยู่ในระดับมาก และผู้บริหารสถานศึกษาคอยดูแล ให้คำปรึกษา กำกับ และติดตามกระบวนการพัฒนาครู และการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด และอยู่ในระดับปานกลาง

3) บทบาทการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกายโดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ผู้บริหารสถานศึกษามีการกระตุ้นการมีกิจกรรมทางกายให้กับนักเรียนตามหลัก 5 ส. (สนุกสนาน, สมวัย, สมดุล, เสมอภาค, ส่วนร่วม) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด และ

อยู่ในระดับมากที่สุด และผู้บริหารสถานศึกษามีการประชุม ติดตามในการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด และอยู่ในระดับปานกลาง

4) บทบาทการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายโดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ผู้บริหารสถานศึกษามีการพัฒนาพื้นที่การมีกิจกรรมทางกายให้นักเรียนได้เข้าถึงอย่างปลอดภัย มีค่าเฉลี่ยสูงสุด และอยู่ในระดับมากที่สุด และผู้บริหารสถานศึกษามีการประชุมติดตามการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด และอยู่ในระดับปานกลาง

5) บทบาทการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียนโดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ผู้บริหารสถานศึกษามีการสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์ และสื่อการเรียนการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียนให้แก่ครู มีค่าเฉลี่ยสูงสุด และอยู่ในระดับมาก และผู้บริหารสถานศึกษามีการสื่อสารทำความเข้าใจกับผู้ปกครองให้เห็นถึงประโยชน์ของการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด และอยู่ในระดับปานกลาง

1.3.2 ผลการเปรียบเทียบบทบาทผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามขนาดสถานศึกษา พบว่าแตกต่างกันสอดคล้องกับสมมติฐาน แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า แต่ละด้านมีผลดังนี้

1) ด้านการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา สถานศึกษาขนาดเล็กมีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดกลาง ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษ ส่วนสถานศึกษาขนาดกลาง ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษไม่แตกต่างกัน

2) ด้านการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย สถานศึกษาขนาดเล็กมีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดกลาง และขนาดใหญ่ แต่ไม่แตกต่างกับสถานศึกษาขนาดใหญ่พิเศษ ส่วนสถานศึกษาขนาดกลาง ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษไม่แตกต่างกัน

3) ด้านการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย สถานศึกษาขนาดเล็ก มีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดกลาง แต่ไม่แตกต่างกับสถานศึกษาขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษ ส่วนสถานศึกษาขนาดกลาง ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษไม่แตกต่างกัน

4) ด้านการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย สถานศึกษาขนาดเล็กมีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดกลาง แต่ไม่แตกต่างกับสถานศึกษาขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษ ส่วนสถานศึกษาขนาดกลาง ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษไม่แตกต่างกัน

5) ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน สถานศึกษาขนาดเล็ก มีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดกลาง และสถานศึกษาขนาดใหญ่พิเศษ แต่ไม่แตกต่างกับสถานศึกษาขนาดใหญ่ ส่วนสถานศึกษาขนาดกลาง ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษไม่แตกต่างกัน

1.3.3 แนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ด้านการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา สามารถดำเนินการโดยการที่ผู้บริหารสถานศึกษาจะต้องมีการสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ด้วยการกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่มีความชัดเจน โดยมุ่งส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการเคลื่อนไหวร่างกาย เพื่อลดพฤติกรรมทางลบที่ส่งผลต่อสุขภาพของผู้เรียน ซึ่งควรเปิดโอกาสให้ครู และบุคลากรทางการศึกษา รวมไปถึงผู้ปกครองเข้ามามีส่วนในการกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ด้านการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกายนั้น บุคลากรทุกคนในสถานศึกษารวมไปถึงตัวของผู้บริหารสถานศึกษาเองก็ต้องมีความรู้ ความสามารถ และมีทัศนคติที่ดีต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย สามารถเป็นแบบอย่างที่ดีต่อผู้เรียนได้ ด้านการพัฒนาแผนการจัดการจัดกิจกรรมทางกาย ผู้บริหารสถานศึกษาจะต้องระดมสรรพกำลังจากบุคลากรทุกคนในสถานศึกษา รวมไปถึงดึงความคิด ความสนใจของตัวผู้เรียน ให้เข้ามามีส่วนต่อการกำหนดแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา และที่สำคัญคือการพยายามเปิดโอกาสให้ผู้ปกครองได้เข้ามามีส่วนในการพัฒนาแผนดังกล่าวด้วย ด้านการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย ผู้บริหารสถานศึกษาจะต้องพัฒนาพื้นที่บริเวณต่าง ๆ ในสถานศึกษาให้มีความปลอดภัย และต้องมีการกำหนดพื้นที่สำหรับการเล่น หรือการมีกิจกรรมทางกายของผู้เรียนอย่างชัดเจน พร้อมทั้งสนับสนุนด้านวัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็นให้เหมาะสมกับพื้นที่ และเพียงพอต่อความต้องการของผู้เรียน โดยการขอความร่วมมือ และการสนับสนุนจากผู้ปกครอง ชุมชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น รวมไปถึงห้างร้านเอกชน เพื่อร่วมกันพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย และด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน ผู้บริหารสถานศึกษาจะต้องมีการนิเทศการจัดการเรียนการสอนในรูปแบบการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน ทั้งในส่วนของการพัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้ กระบวนการและขั้นตอนการสอนในชั้นเรียน รวมไปถึงชั้นการวิพากษ์การสอน ทั้งนี้เพื่อเป็นการพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนการสอนด้วยการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียนให้มีคุณภาพ และมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ซึ่งทั้ง 5 องค์ประกอบในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนนั้น ผู้บริหารจะต้องมีกระบวนการในการกำกับและติดตามการดำเนินงานอย่างมีคุณภาพ มีแผนในการดำเนินกิจกรรมที่มีความชัดเจนในรูปแบบของนโยบาย และแผนปฏิบัติการ มีการขับเคลื่อนการทำงานในรูปแบบของคณะทำงานร่วมกับครูผู้สอน นักเรียน และผู้ปกครอง รวมถึงไปถึงชุมชน มีการตรวจสอบการทำงานให้เป็นไปตามแผน ร่วมกันพัฒนา และแก้ไขให้การส่งเสริมกิจกรรมทางกายมีประสิทธิภาพที่ดียิ่งขึ้น และสุดท้ายคือการนำบทเรียนที่ได้นำไปใช้ นำไปปฏิบัติ

กลับมาปรับปรุง แก้ไข และพัฒนาให้ดียิ่งขึ้น สามารถนำกลับไปใช้ได้อย่างมีคุณภาพ และสามารถนำกิจกรรมทางกายไปพัฒนาคุณภาพผู้เรียนทุกคนในสถานศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

## 2. อภิปรายผล

2.1 บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในภาพรวม อยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นผลมาจากการที่สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) ได้มีนโยบายส่งเสริมการสอนเชิงรุก (Active Learning) ทำให้ผู้บริหารสถานศึกษาต้องมีการกำหนดนโยบายของสถานศึกษา เพื่อพัฒนาการจัดการเรียนการสอนในสถานศึกษาให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น และเป็นการตอบสนองนโยบายของหน่วยงานต้นสังกัด นโยบายดังกล่าวทำให้เกิดการส่งเสริมรูปแบบการจัดการเรียนการสอนแบบเชิงรุก (Active Learning) ในสถานศึกษา และทำให้คณะครูต้องมีการพัฒนาการจัดการเรียนการสอน รวมไปถึงการจัดการชั้นเรียนในรูปแบบเชิงรุก โดยที่ผู้เรียนได้มีส่วนในการจัดการเรียนการสอนมากยิ่งขึ้น ซึ่งสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2562) ได้กล่าวถึงประโยชน์ และประสิทธิผลจากการใช้กิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ไว้ว่า การใช้กิจกรรมทางกายเข้ามาช่วยเสริมบรรยากาศในห้องเรียนให้มีความสนุกสนาน และให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ผ่านการปฏิบัติ การส่งเสริมกิจกรรม Active Classrooms จึงเป็นโอกาสทองสำหรับครูผู้สอนที่กำลังมองหาวิธีการสอนรูปแบบใหม่ ๆ สำหรับปรับใช้ในการจัดการเรียนการสอนแบบ Active Learning หรือการจัดการเรียนรู้เชิงรุกได้อย่างดี ด้วยรูปแบบกิจกรรมทางกายที่นำมาใช้ใน Active Classrooms ซึ่งเน้นการส่งเสริมให้ผู้เรียนได้มีโอกาสเคลื่อนไหวร่างกายในช่วงโอกาสต่าง ๆ ที่เป็นไปได้ทั้งก่อน ระหว่าง หรือท้ายคาบเรียน เพื่อสร้างประสบการณ์ในการเรียนรู้ผ่านการเล่นด้วยการสอดแทรกให้เข้ากับเนื้อหาการเรียนรู้ จะทำให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติ และมีปฏิสัมพันธ์กับการเรียนการสอนได้มากยิ่งขึ้น ซึ่งกิจกรรมในรูปแบบที่มีการผสมผสานกันนี้ จะสามารถนำไปสู่การสร้างกระบวนการคิดขั้นสูง (Higher-Order Thinking) ได้ โดยเฉพาะกิจกรรมทางกายในรูปแบบเกมการแข่งขันระหว่างกลุ่มผู้เรียน หรือกิจกรรมที่ผู้เรียนจะต้องใช้การคิดวิเคราะห์ผ่านโจทย์ และกิจกรรมที่กำหนดให้ผู้เรียนต้องใช้ทักษะการฟัง อ่าน เขียน ตั้งคำถาม และถาม รวมถึงการอภิปรายร่วมกัน โดยมีครูผู้สอนเป็นผู้อำนวยความสะดวก (Facilitator) ให้คำแนะนำ ดูแล และให้คำปรึกษาในระหว่างการทำกิจกรรม เพื่อให้เป็นไปตามหลักการหรือแนวคิดของการจัดการเรียนรู้เชิงรุกที่ สพฐ. กำหนดไว้ ซึ่งประโยชน์ และประสิทธิผลจากการใช้กิจกรรมทางกายในสถานศึกษานั้น ได้สอดคล้องกับงานวิจัยของ อัจฉริยา กสิยะพัท (2563) ได้กล่าวถึงผลของการมีกิจกรรมทางกายที่มีต่อผู้เรียนไว้ว่า ผู้เรียนชายและหญิงมีสมรรถภาพทางกาย



ดีขึ้น มีพัฒนาการดีขึ้น ทั้งด้านอารมณ์ จิตใจ สังคม และปัญญา ในส่วนของผู้บริหาร และครูผู้เข้ารับการอบรม มีความรู้หลังการอบรมสูงกว่าก่อนการอบรม แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการส่งเสริมกิจกรรมทางกายสามารถนำไปใช้ร่วมกับการจัดการเรียนการสอนได้อย่างมีประสิทธิภาพดี ทำให้ผู้เรียนมีการพัฒนาที่ดีขึ้นในทุกด้าน สามารถพัฒนาครูผู้สอนให้มีความรู้ความเข้าใจด้านกิจกรรมทางกายสำหรับผู้เรียนที่ดีขึ้น และสามารถนำไปส่งเสริมการออกกำลังกายแก่ผู้เรียนได้ ดังนั้นผู้บริหารสถานศึกษาควรมีบทบาทในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา เพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียน สอดคล้องกับ ภิรมณ์ภักดิ์ พงษ์เกษตรการ (2563) กล่าวว่า สถานศึกษาควรดำเนินการแสวงหาความร่วมมือให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องเข้ามามีส่วนร่วมในการขับเคลื่อนแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษามากขึ้น ให้ความสำคัญต่อการพัฒนาศักยภาพบุคลากรให้มีความรู้ในการดำเนินงาน และการประสานแหล่งทุน ควรสร้างกระแสกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา และให้ความสำคัญผู้บังคับการ เนื่องจากเป็นผู้ที่มีอำนาจตัดสินใจ และบริหารจัดการทรัพยากรให้พร้อมต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษาราชนบุรี เขต 1 ปรากฏผลดังนี้

2.1.1 บทบาทการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง อาจเป็นผลมาจากผู้บริหารสถานศึกษา ยังไม่ได้สร้างความตระหนักในการกำหนดนโยบายการส่งเสริมการเคลื่อนไหว หรือการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาอย่างจริงจัง จากเหตุผลดังกล่าวส่งผลให้สถานศึกษาขาดรูปแบบการส่งเสริมการเคลื่อนไหวตามวิธีการที่เหมาะสมกับผู้เรียนตามแนวคิดการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ซึ่งศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) ได้กล่าวว่า ผู้เรียนทุกคนจะต้องได้รับโอกาส และมีกิจกรรมทางกายอย่างมีคุณภาพ และเพียงพอ โดยการออกแบบ และการวางแผนนโยบายจะเป็นเครื่องมืออันจะช่วยให้สถานศึกษาสามารถบูรณาการกิจกรรมทางกายให้เข้ากับกิจกรรมเชิงนโยบาย และการเรียนรู้อื่น ๆ ได้อย่างไร้รอยต่อ และไม่เป็นการเพิ่มภาระงานให้กับครูในสถานศึกษา ดังนั้นผู้บริหารสถานศึกษาอาจต้องเพิ่มความใส่ใจ และพร้อมที่จะขับเคลื่อนเกี่ยวกับนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวให้มากขึ้น ญัฐพร นิลวัฒนา (2564) ได้กล่าวถึง การสร้างการรับรู้ประโยชน์ของกิจกรรมทางกายคือ การเริ่มต้นนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายอย่างยั่งยืนไว้ว่า การสื่อสารเพื่อการรับรู้ความหมายของกิจกรรมทางกายของประชาชน การส่งเสริมให้ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเริ่มด้วยการสร้างพื้นฐานการมีความรอบรู้ทางกาย เพื่อให้ประชาชนเห็นความสำคัญของการมีกิจกรรมทางกาย เป็นจุดเริ่มต้นนโยบายที่ภาครัฐควรสนับสนุนให้เกิดยุทธศาสตร์การทำงานที่ชัดเจน เพราะหากประชาชนเห็นความสำคัญของการมีกิจกรรมทางกาย จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของ

ประชาชนอย่างยั่งยืน สอดคล้องกับงานวิจัยของ ชนิษฐา ระโหฐาน และคณะ (2563) ที่กล่าวว่า กระบวนการที่ทำให้สถานศึกษาประสบความสำเร็จในการเป็นองค์กรรอบรู้สุขภาพด้านการส่งเสริม กิจกรรมทางกายนั้น เป็นผลมาจากการมีกระบวนการดำเนินงานที่เป็นระบบ การประกาศนโยบาย และแบ่งหน้าที่ในการดำเนินงานให้กับบุคคลที่เกี่ยวข้องอย่างชัดเจน ส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้กับ ผู้เรียนทุกคนอย่างครอบคลุม มีการประเมินผลการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง และมีการทำให้ สถานศึกษาเป็นแหล่งเรียนรู้ด้านการส่งเสริม กิจกรรมทางกาย และแนวทางปฏิบัติให้กับองค์กรอื่น ก็ คือ การวางแผนการดำเนินงานอย่างเป็นระบบ และส่งเสริมให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการ ดำเนินงาน

2.1.2 บทบาทการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกายโดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นผลมาจากการที่ผู้บริหารสถานศึกษาได้เห็นถึงความสำคัญของ กระบวนการพัฒนาบุคลากรทางการศึกษาเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมทางกาย เพื่อส่งเสริมการมี กิจกรรมทางกายของผู้เรียนในสถานศึกษา อีกทั้งปัจจุบันครูและบุคลากรทางการศึกษาจะมีการ แลกเปลี่ยนการเรียนรู้ทางวิชาชีพ เพื่อเป็นการพัฒนาตนเองอยู่เสมอ ทำให้กระบวนการพัฒนา บุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกายในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้าน กิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) ได้กล่าวว่า ครูคือต้นแบบที่ดีของผู้เรียน โดยครูจะต้องมีทัศนคติ เชิงบวกต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ครูจะต้องเป็นต้นแบบที่มีความกระฉับกระเฉง และมีส่วนร่วม ในกิจกรรมกับผู้เรียน หรือเป็นผู้กระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลง และครูควรเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้มี ส่วนร่วมในกิจกรรม ทั้งนี้การที่ผู้บริหารสถานศึกษา รวมไปถึงคณะครูจะสามารถเป็นต้นแบบที่ดีของ ผู้เรียนได้นั้น จำเป็นที่จะต้องมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องเป็นประจำ สม่ำเสมอ สำนักทรัพยากรบุคคล (2564) ได้กล่าวถึง ความหมายของการพัฒนาบุคลากร ไว้ว่า การเพิ่มเติมความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ และการปรับเปลี่ยนทัศนคติของบุคลากรให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้น มีความเชี่ยวชาญในการทำงาน มากขึ้น เพื่อให้สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และทำงานด้วยความสุขด้วยการส่งเสริม อุดมการณ์ และทำความเข้าใจกับภารกิจขององค์กร โดยใช้เครื่องมือการบริหารทรัพยากรบุคคลมาใช้ ในการดำเนินงาน สอดคล้องกับงานวิจัยของภานุพันธ์ ลภรัตน์ทอง (2563) ได้กล่าวถึง ความต้องการ ด้านบุคลากรในการจัดการกิจกรรมทางกายสำหรับนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล พบว่า การมีบุคลากรปฏิบัติหน้าที่อย่างเพียงพอต่อความต้องการ การมีบุคลากรที่มีความรู้ความ ชำนาญ เชี่ยวชาญเฉพาะทาง หรือมีประสบการณ์เกี่ยวกับกิจกรรมทางกายโดยตรง การมีบุคลากรที่ ปฏิบัติอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ และการมีกระบวนการพัฒนาบุคลากรโดยการอบรม เพิ่มพูนความรู้ สม่ำเสมอ และบุคลากรควรมีแรงจูงใจที่เป็นประโยชน์ในการปฏิบัติหน้าที่ ซึ่งแรงจูงใจดังกล่าวนี้ถือเป็น บทบาทสำคัญที่ผู้บริหารสถานศึกษาควรตระหนัก และจำเป็นต้องสร้างให้เกิดขึ้นกับบุคลากรทุก คนในสถานศึกษา

2.1.3 บทบาทการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกายโดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก ทั้งนี้เป็นผลสืบเนื่องมาจากรูปแบบของกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา มักจะอยู่ในรูปแบบของกิจกรรมด้านพลศึกษา และการออกกำลังกายตามชนิดกีฬาต่าง ๆ ซึ่งทุกสถานศึกษาจะมีการจัดการเรียนรู้ในกลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษาอยู่แล้ว ฉะนั้นทำให้มีแผนในการจัดกิจกรรมทางกายอยู่พอสมควร โดยแผนการจัดกิจกรรมทางกายดังกล่าวเป็นกระบวนการสำคัญที่ผู้บริหารสถานศึกษาจำเป็นต้องเข้าไปมีบทบาทในการส่งเสริม และพัฒนาร่วมกับคณะครู ทั้งนี้เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานที่ได้กำหนดมาตรฐาน และตัวชี้วัดในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เพื่อพัฒนาการมีกิจกรรมทางกายของผู้เรียนไว้ในมาตรฐานที่ 3.1 ตัวชี้วัด ป.5/4 แสดงทักษะกลไกในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551) ทั้งนี้การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกายนอกเหนือจากวิชาพลศึกษาก็มีความสำคัญเช่นเดียวกัน ซึ่งศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) ได้กล่าวถึงแผนการจัดกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาไว้ว่า สถานศึกษาควรออกแบบ และวางแผนการจัดกิจกรรมทางกายตามพีระมิดการเล่นส่งเสริมพัฒนาการ ประกอบไปด้วย การเล่นเพื่อสนุกผ่อนคลาย กลายเล่นเพื่อเสริมสร้างทักษะ และการเล่นเพื่อเสริมสร้างความแข็งแรง ซึ่งผู้บริหารสถานศึกษา และคณะครูควรมีการกำหนดสัดส่วน และจัดสรรเวลาอย่างเหมาะสม โดยการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกายอาจใช้วิธีการบูรณาการตามนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการ หรือหน่วยงานต้นสังกัด ทั้งนี้เพื่อเป็นการสนองนโยบายดังกล่าวไปด้วย สอดคล้องกับ ไมตรี ยาดา (2562) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนตามนโยบายลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้สถานศึกษาระดับประถมศึกษา พบว่า การจัดกิจกรรมทางกายของสถานศึกษาส่วนใหญ่จะใช้บริเวณสนามฟุตบอลในการจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้เนื่องจากเป็นนโยบายของสถานศึกษา โดยใช้เวลา 30 นาที ก่อนเข้าเรียนซึ่งการปฏิบัติกิจกรรม จะปฏิบัติเป็นเวลา 5 วันต่อสัปดาห์ มีการจัดกลุ่มกิจกรรมทางกายตามชั้นปีที่ศึกษา กิจกรรมที่นักเรียนเลือกส่วนใหญ่ คือกิจกรรมนันทนาการ และเกม โดยมีวัตถุประสงค์ที่สำคัญคือ เพื่อส่งเสริมสุขภาพร่างกาย อารมณ์ และจิตใจตามที่คู่มือกำหนด นอกจากนี้ยังพบอีกว่าอุปสรรคที่พบขณะจัดกิจกรรมทางกายคือ สภาพดินฟ้าอากาศไม่อำนวย ซึ่งผลจากการวิจัยดังกล่าวถือเป็นสิ่งที่ผู้บริหารสถานศึกษาสามารถศึกษา และนำมาปรับใช้กับการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกายของสถานศึกษาได้

2.1.4 บทบาทการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก อาจเป็นผลมาจากสถานศึกษาทุกแห่งย่อมมีพื้นที่สำหรับให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ แต่อาจมีบางสถานศึกษาที่ยังไม่ได้พัฒนาพื้นที่เหล่านั้นให้กลายเป็นพื้นที่ส่งเสริม การมีกิจกรรมทางกายของผู้เรียนอย่างเต็มศักยภาพได้ ซึ่งการพัฒนาพื้นที่ในการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายสำหรับ

ผู้เรียนนั้น ผู้บริหารสถานศึกษาถือเป็นบุคคลสำคัญในการพัฒนาพื้นที่ดังกล่าวให้สามารถนำมาใช้ประโยชน์ในการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายของผู้เรียนได้ โดยบทบาทสำคัญนั้นก็คือการเข้าไปสำรวจพื้นที่ และจัดหาวัสดุอุปกรณ์ รวมไปถึงการหางบประมาณเพื่อมาพัฒนาพื้นที่ดังกล่าว โดยศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) ได้กล่าวถึง การพัฒนาหรือประยุกต์ใช้พื้นที่ต่าง ๆ ในสถานศึกษาให้มีความเหมาะสมสำหรับการมีกิจกรรมทางกาย การออกกำลังกาย การเล่นเกมกีฬา รวมไปถึงการเคลื่อนไหวร่างกายในกิจกรรมตามความรับผิดชอบ และการเรียนรู้อื่น ๆ ที่สามารถทำได้โดยเริ่มจากการวิเคราะห์สภาพแวดล้อม และพื้นที่เล่นที่มีอยู่เดิมของโรงเรียนว่ามีความพร้อม เหมาะสม และมีความปลอดภัยมากน้อยเพียงใด ต้องพัฒนา หรือปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพื้นที่ในส่วนใดบ้าง เพื่อให้สอดคล้องกับแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของโรงเรียนที่ได้วางไว้ สอดคล้องกับ จินตนา สรายุทธพิทักษ์ และคณะ (2562) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับกลยุทธ์ส่งเสริมกิจกรรมทางกายของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ผ่านการบริหารโปรแกรมสุขภาพในโรงเรียน พบว่า องค์ประกอบสำคัญของการบริหารโปรแกรมสุขภาพในโรงเรียน ได้แก่ การจัดการสิ่งแวดล้อม การสอนสุขศึกษาและพลศึกษา และการจัดอาหารและโภชนาการ ซึ่งผลการสังเคราะห์กลยุทธ์ส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ได้แก่ การจัดพื้นที่เล่นหรือบริเวณสนามให้นักเรียนได้เล่น ซึ่งมีความสอดคล้องตามแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ.2561-2573 ที่ได้ระบุยุทธศาสตร์ในการส่งเสริมสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย ซึ่งสถานศึกษาถือเป็นเป้าหมายสำคัญในการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายด้วย (คณะกรรมการพัฒนาแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย, 2561)

2.1.5 บทบาทการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียนโดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง อาจเป็นผลมาจากการกำกับและติดตามการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียนของผู้บริหารสถานศึกษา ยังไม่ได้นำไปปรับประยุกต์ใช้เต็มรูปแบบ ทำให้ครูผู้สอนอาจเลือกใช้กระบวนการเรียนรู้ในรูปแบบอื่น เพราะอาจมีความคุ้นเคย มีความชำนาญ และมีความสะดวกในการจัดการเรียนการสอนมากกว่า ด้วยเหตุผลดังกล่าวทำให้รูปแบบการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีการบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียนยังอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (2563) ได้กล่าวถึง ห้องเรียนฉลาดรู้ (Active Classroom) เป็นการออกแบบและส่งเสริมกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายให้เข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของแผนการเรียนการสอน และกิจกรรมการเรียนรู้ต่าง ๆ ที่มีอยู่เดิม โดยมุ่งหวังที่จะตัดลดพฤติกรรมเนือยนิ่งของนักเรียนไม่ให้นั่งนิ่งต่อเนื่องนาน 1 ชั่วโมงต่อครั้ง หรือต่อคาบเรียน อีกทั้งเป็นการกระตุ้นให้นักเรียนมีสมาธิ และมีความพร้อมต่อการเรียนมากยิ่งขึ้น โดยใช้แนวคิด “เล่น เรียน รู้” เข้าไปแทรกในช่วงก่อนและหลังการเรียน หรือการผสมการเคลื่อนไหวร่างกายเข้ากับการเรียนตลอดทั้งคาบเรียนก็ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมของเนื้อหา โดยการศึกษาวิจัยการส่งเสริม Active School ในประเทศไทย พบว่า นักเรียนที่ได้รับการส่งเสริมกิจกรรม Active Classroom จะมีสมาธิและความเข้าใจในการเรียนดีกว่า

นักเรียนทั่วไป และมีความรู้สึกว่าห้องเรียนเป็นสถานที่ที่มีความสุขสนุกสนานมากกว่าด้วย สอดคล้องกับงานวิจัยของ E. Murtagh (2022) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับอิทธิพลของการเรียนรู้จากการเล่นที่มีต่อผลการเรียนของเด็กนักเรียนประถมศึกษาชาวปาเลสไตน์ ซึ่งผลการสำรวจความสัมพันธ์ระหว่างการเรียนรู้จากการเล่นกับความสำเร็จทางคณิตศาสตร์ในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปาเลสไตน์ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างได้รับคะแนนการทดสอบสูงกว่ากลุ่มควบคุมในทั้งสองเทอม นอกจากนี้ ในระยะที่ 2 พบผลกระทบปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มและเพศ ปรากฏผลว่าเด็กผู้หญิงในกลุ่มตัวอย่างได้รับคะแนนสูงสุด ซึ่งการวิจัยครั้งนี้ชี้ให้เห็นว่าแนวทางการเรียนรู้จากการเล่นสามารถช่วยเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้

2.2 ผลการเปรียบเทียบบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามขนาดสถานศึกษา พบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเกิดจากปัจจัยในการขับเคลื่อนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษาทั้ง 5 ด้านที่สถานศึกษาแต่ละขนาดจะมีบริบทหรือปัจจัยแวดล้อมที่แตกต่างกัน ซึ่งสถานศึกษาที่มีความพร้อมมากกว่าก็จะได้เปรียบในแง่ของการบริหารจัดการหรือผู้บริหารสถานศึกษาสามารถขับเคลื่อนการดำเนินงาน ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายได้อย่างสะดวก และมีปัจจัยแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อการบริหารจัดการหรือการขับเคลื่อนการดำเนินงานด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายมากกว่าเช่นกัน จากเหตุผลดังกล่าวส่งผลให้ผู้บริหารสถานศึกษาแต่ละขนาดมีบทบาทในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาในระดับที่แตกต่างกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของบัญชา วงศ์ชื่อ (2566) ที่ได้กล่าวถึง ผลการเปรียบเทียบปัจจัยคัดสรรภาวะผู้นำเชิงกลยุทธ์ กระบวนการกลยุทธ์การบริหารจัดการโดยใช้โรงเรียนเป็นฐาน และประสิทธิผลของการจัดการสถานศึกษาปลอดภัยและสุขภาพอนามัยดี พบว่า ด้านภาวะผู้นำเชิงกลยุทธ์ในโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษสูงกว่าภาวะผู้นำเชิงกลยุทธ์โรงเรียนขนาดใหญ่ และภาวะผู้นำเชิงกลยุทธ์ของโรงเรียนขนาดใหญ่สูงกว่าภาวะผู้นำเชิงกลยุทธ์โรงเรียนขนาดกลาง ด้านการบริหารโดยใช้โรงเรียนเป็นฐาน โรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษสูงกว่าโรงเรียนขนาดใหญ่ และโรงเรียนขนาดใหญ่สูงกว่าโรงเรียนขนาดกลาง ซึ่งความแตกต่างของขนาดสถานศึกษา หรือลักษณะความแตกต่างทางกายภาพด้านอื่น ๆ นั้นถือเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย และส่งผลต่อพฤติกรรมการมีกิจกรรมทางกายได้เช่นกัน ทั้งนี้มีผลจากการศึกษาของ Salomé Aubert (2020) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการ ผลลัพธ์ ผลกระทบ และการประเมินผลจาก Active Healthy Kids Global Alliance “Global Matrix” ใน 49 ประเทศที่เข้าร่วมโครงการ Global Matrix 3.0 สามารถศึกษาความสัมพันธ์ที่เป็นไปได้ระหว่างระดับตัวบ่งชี้การมีกิจกรรมทางกายในวัยเด็ก พบว่า ความสัมพันธ์เชิงลบที่มีนัยสำคัญระหว่างตัวบ่งชี้การมี

กิจกรรมทางกายโดยรวมกับตัวชี้วัดทางสังคม และประชากรศาสตร์หลายประการ รวมถึงดัชนีการพัฒนามนุษย์ (HDI) และรายได้มวลรวมประชาชาติต่อหัว ผลปรากฏว่า ระดับพฤติกรรมที่สูงขึ้น และแหล่งที่มาของระดับอิทธิพลที่ต่ำกว่านั้นมักพบในประเทศที่มีดัชนีการพัฒนามนุษย์ต่ำ และปานกลาง ในขณะที่ระดับพฤติกรรมที่ต่ำกว่า และแหล่งที่มาของระดับอิทธิพลที่สูงกว่านั้นมักพบในประเทศที่มีดัชนีการพัฒนามนุษย์ที่สูงมาก จากการศึกษาดังกล่าวชี้ให้เห็นว่าความแตกต่างทางกายภาพ รวมไปถึงลักษณะพฤติกรรมการใช้ชีวิตของกลุ่มประชากรมีผลต่อการมีกิจกรรมทางกาย

2.3 ผลการเปรียบเทียบบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำแนกตามขนาดสถานศึกษา เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา สถานศึกษาขนาดเล็กมีความแตกต่างจากสถานศึกษาทุกขนาดทั้งขนาดกลาง ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษ ในส่วนของด้านการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย สถานศึกษาขนาดเล็กมีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดกลาง และขนาดใหญ่ แต่ไม่แตกต่างกับสถานศึกษาขนาดใหญ่พิเศษ สำหรับด้านการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย และด้านการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย ทั้ง 2 ด้านนี้นั้นสถานศึกษาขนาดเล็กมีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดกลาง แต่ไม่แตกต่างกับสถานศึกษาขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษ และในส่วนของด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน สถานศึกษาขนาดเล็กมีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดกลาง และขนาดใหญ่พิเศษ แต่ไม่แตกต่างกับสถานศึกษาขนาดใหญ่ โดยทั้ง 5 ด้าน สถานศึกษาขนาดเล็กมีความแตกต่างจากสถานศึกษาขนาดอื่น ๆ ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และในส่วนของสถานศึกษาขนาดกลาง ขนาดใหญ่ และขนาดใหญ่พิเศษ ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้จากผลการเปรียบเทียบบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 แสดงให้เห็นว่าผู้บริหารสถานศึกษาขนาดเล็กมีการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายที่แตกต่างจากผู้บริหารสถานศึกษาขนาดอื่น ๆ ทั้งนี้ในแง่ของด้านการบริหารสถานศึกษา อาจเป็นเพราะสถานศึกษาขนาดเล็กนั้นมีอยู่จำนวนมาก และกระจายไปอยู่ในทั่วทุกชุมชน ซึ่งในปัจจุบันสถานศึกษาขนาดเล็กประสบปัญหาหลากหลายด้าน ทั้งในส่วนของงบประมาณที่ได้รับน้อยกว่าสถานศึกษาขนาดอื่น ๆ อีกทั้งในส่วนของบุคลากรภายในสถานศึกษาขนาดเล็กก็มีน้อย ซึ่งการที่บุคลากรมีน้อย หรือมีไม่เพียงพอ นั้น เป็นปัญหาสำคัญที่สถานศึกษาขนาดเล็กต้องประสบพบเจอ รวมไปถึงปัญหาการเปลี่ยนแปลงผู้บริหารหรือการขาดผู้บริหารก็เป็นอีกปัจจัยที่มีผลต่อการสานต่อนโยบาย และเป็นปัญหาที่ย่อมส่งผลกระทบต่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้วยเช่นกัน สอดคล้องกับรุจิกาญจน์ วุฒิพรพรพงศ์ (2565) กล่าวว่า ปัญหาของสถานศึกษาขนาดเล็ก ส่วนใหญ่มักประสบปัญหาการขาดแคลนทรัพยากรทางการศึกษาในทุกด้าน ทุกปัญหามีความซับซ้อนทั้งกระบวนการ

และปัจจัยต่าง ๆ โดยปัญหาของการบริหารในสถานศึกษาขนาดเล็ก สามารถสังเคราะห์ออกมาได้ 5 ด้าน คือ 1) ปัญหาด้านบุคลากร กล่าวคือ จำนวนครูไม่เพียงพอต่อจำนวนชั้นเรียน ครูไม่ครบตามรายวิชาหลัก ส่งผลให้ครูสอนไม่เต็มเวลาเต็มความสามารถ เนื่องจากมีภารกิจอื่นที่นอกเหนือจากการสอนเป็นจำนวนมาก 2) ปัญหาด้านการเรียนการสอน ทั้งหลักสูตรและแผนการจัดการเรียนรู้ไม่ค่อยสอดคล้องกับบริบทของสถานศึกษา สื่อการเรียนการสอน และแหล่งเรียนรู้มีจำกัด ซึ่งเป็นผลมาจากการได้รับงบประมาณ สื่อเทคโนโลยีที่มีอยู่ก็ไม่สามารถใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพเพราะขาดการบำรุงรักษา 3) ปัญหาด้านการบริหารจัดการ ทั้งในแง่ของสภาพบริบท ที่ตั้ง การเดินทาง อัตราการเกิดของประชากรที่ลดลง รวมถึงการอพยพเคลื่อนย้ายของผู้เรียนที่ย้ายติดตามผู้ปกครองไปรับจ้างทำงานต่างถิ่น ทำให้อัตราส่วนของครูต่อผู้เรียน และผู้เรียนต่อห้องเรียนต่ำกว่ามาตรฐานค่าใช้จ่ายต่อผู้เรียน 1 คน สูงกว่าขนาดอื่น ส่งผลให้เกิดปัญหาอุปสรรคในการดำเนินงานของสถานศึกษา 4) ปัญหาด้านนโยบาย ซึ่งนโยบายของรัฐที่เกิดขึ้นส่วนใหญ่เป็นนโยบายในภาพกว้าง ไม่คำนึงถึงความเป็นจริงในพื้นที่ และ 5) ปัญหาด้านงบประมาณ ซึ่งรัฐให้งบโดยคิดจากรายหัวผู้เรียน จึงมักประสบปัญหางบประมาณไม่เพียงพอ และต้นทุนในการจัดการเรียนการสอนต่อหัวสูงกว่าสถานศึกษาขนาดอื่น นอกจากนี้ผู้ปกครองของผู้เรียนส่วนใหญ่มีฐานะยากจน สถานศึกษาจึงไม่สามารถระดมทรัพยากรจากผู้ปกครองผู้เรียนได้

### 3. ข้อเสนอแนะ

#### 3.1 ข้อเสนอแนะการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาจันทบุรี เขต 1 ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

3.1.1 การกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา ผู้บริหารสถานศึกษาควรมีการจัดตั้งคณะทำงานการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวภายในสถานศึกษา และมีการกำกับ ติดตามการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้ผู้บริหารสถานศึกษาควรมีการประชุมชี้แจงให้ทราบถึงผลการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวต่อคณะกรรมการสถานศึกษา เครือข่ายผู้ปกครอง และชุมชน โดยเฉพาะในสถานศึกษาขนาดเล็กผู้บริหารสถานศึกษาจำเป็นต้องประสานงานกับเครือข่ายภายนอก เพื่อระดมสรรพกำลังในการเข้ามาช่วยเหลือการพัฒนา นโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหว ทั้งในส่วนของผู้นำผู้เชี่ยวชาญ หรือผู้มีความรู้ด้านการจัดกิจกรรมทางกายเข้ามาอบรม และฝึกฝนกระบวนการจัดกิจกรรมทางกายให้แก่บุคลากร รวมไปถึงการระดมทุนเพื่อนำมาบริหารจัดการแผนงานตามนโยบายที่ได้กำหนดขึ้น

3.1.2 การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย ผู้บริหารสถานศึกษาควรมีการกำหนดแผนพัฒนาบุคลากรให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ทั้งนี้ผู้บริหารจะต้องคอยดูแล ให้คำปรึกษา กำกับและติดตามกระบวนการพัฒนาครู และการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ซึ่งในสถานศึกษาขนาดเล็กที่ต้องประสบกับปัญหาการขาดแคลนบุคลากร และมีบุคลากรไม่เพียงพอ นั้น ผู้บริหารสถานศึกษาต้องสามารถเป็นผู้นำในการขับเคลื่อนกระบวนการพัฒนาบุคลากรได้ด้วยตนเอง โดยการมีทัศนคติที่ดีในการมีกิจกรรมทางกาย สามารถเป็นผู้นำหรือเป็นแบบอย่างที่ดีแก่คณะครู รวมไปถึงผู้เรียนได้ และสามารถนำความรู้ไปพัฒนาบุคลากรท่านอื่นให้มีความรู้ ความสามารถ และผู้บริหารควรเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกระบวนการจัดกิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

3.1.3 การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย ผู้บริหารสถานศึกษาควรมีการกำหนดกระบวนการสร้างรูปแบบกิจกรรมการส่งเสริมการเคลื่อนไหวร่างกายในสถานศึกษาตามแผนการจัดกิจกรรมทางกาย ร่วมกับคณะครู และผู้เรียน โดยมีการประชุมติดตามในการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกายอยู่เสมอ ซึ่งในสถานศึกษาขนาดเล็กนั้น ผู้บริหารสถานศึกษาสามารถปรับแผนการจัดกิจกรรมทางกายให้มีความต่อเนื่อง และคำนึงถึงผู้เรียนรายบุคคลได้มากกว่าสถานศึกษาขนาดใหญ่ เพราะการที่สถานศึกษาขนาดเล็กมีผู้เรียนในจำนวนน้อยนั้น ทำให้รูปแบบการจัดกิจกรรมทางกายสามารถดำเนินการได้สะดวก และง่ายต่อการบริหารจัดการมากกว่าสถานศึกษาที่มีผู้เรียนจำนวนมาก ซึ่งจำนวนผู้เรียนน้อยผู้บริหารควรมอบหมายให้ครูพัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้ให้มีการบูรณาการกิจกรรมทางกายเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งในขั้นตอนส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาผู้เรียน

3.1.4 การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย ผู้บริหารสถานศึกษาควรมีการกำหนดพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายลงในแผนผังของสถานศึกษา มีการจัดสรรอุปกรณ์สำหรับการมีกิจกรรมทางกายให้เหมาะสม และเพียงพอต่อความต้องการของผู้เรียน และควรมีการประชุมติดตามการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย โดยเฉพาะในสถานศึกษาขนาดเล็กที่มีงบประมาณจำกัด และมีน้อยกว่าสถานศึกษาขนาดใหญ่ นั้น ผู้บริหารสถานศึกษาควรทำโครงการหรือขอการสนับสนุนด้านงบประมาณจากหน่วยงานภายนอก ทั้งภาครัฐ และภาคเอกชน เพื่อเป็นการระดมทุนเข้ามาพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย

3.1.5 การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน ผู้บริหารสถานศึกษาควรมีการสื่อสารทำความเข้าใจกับผู้ปกครองให้เห็นถึงประโยชน์ของการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน มีการนิเทศการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน และควรมีการจัดชุมชนแห่งการเรียนรู้ทางวิชาชีพที่เกี่ยวกับการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน ซึ่งผู้บริหารสถานศึกษา ร่วมกับครูควรจัดทำรูปแบบการประเมินกิจกรรมทางกายแบบรายบุคคลของสถานศึกษา



### 3.2 ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา เพราะการกำหนดนโยบายที่เป็นลายลักษณ์อักษร ถือเป็นจุดเริ่มต้นของกระบวนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่สามารถพัฒนาคุณภาพผู้เรียนได้

3.2.2 ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน เพื่อจะทำให้ผู้บริหารสถานศึกษา ตลอดจนคณะครูผู้สอนสามารถนำรูปแบบ กระบวนการ หรือ ขั้นตอนในการจัดการเรียนการสอนแบบบูรณาการกิจกรรมทางกายไปใช้ในชั้นเรียนได้อย่างต่อเนื่อง และประสบความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนต่อไป

3.2.3 ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาขนาดเล็ก เพราะจากผลการวิจัยที่ปรากฏนั้น แสดงให้เห็นว่าสถานศึกษาขนาดเล็กมีระดับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายต่ำกว่าสถานศึกษาขนาดใหญ่อื่น ๆ ทั้งนี้ในการศึกษาควรมีการเสนอแนวทางในการพัฒนาการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาขนาดเล็กต่อไป





บรรณานุกรม

มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์

สุโขทัยนครสวรรค์

## บรรณานุกรม

- กรมอนามัย. (2562). ความหมายกิจกรรมทางกาย. ใน *รอบรู้สุขภาพวัยทำงาน*. คิวคัมเบอร์ประเทศไทย. ไทย.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). *หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*. โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- กุลชลี จงเจริญ. (2565). หน่วยที่ 5 อานาจหน้าที่และความรับผิดชอบ. ใน *แนวการศึกษาชุดวิชา ทฤษฎีและแนวปฏิบัติในการบริหารการศึกษา หน่วยที่ 1-15*. (พิมพ์ครั้งที่ 4, น. 1-24). สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- เกษม นครเขตต์. (2559). *ประโยชน์ของกิจกรรมทางกาย*. ศูนย์วิจัยกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ.
- ชนิษฐา ระโหฐาน, นภัสบงกช ศุภะพิชน์, ภิณณณัฐ พงษ์เกษตรการ (2563) กระบวนการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายในองค์กรรอบรู้สุขภาพด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย : กรณีศึกษาโรงเรียนบ้านดอยแก้ว. กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรมทางกายวัยเรียนและวัยรุ่น กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- คณะกรรมการพัฒนาแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย. (2561). *แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ.2561-2573*. เอ็นซีคอนเซ็ป.
- คณะอนุกรรมการพัฒนาข้อเสนอเชิงนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกาย. (2562). *ข้อเสนอนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายตามแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ.2561-2573*. เอ็นซีคอนเซ็ปต์.
- จันทร์ธานี สงวนนาม. (2551). *ทฤษฎีและแนวปฏิบัติในการบริหารสถานศึกษา*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). บั๊ก พอยท์.
- จิตติมา อัครดิพงษ์. (2561). แนวทางการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในยุคไทยแลนด์ 4.0, *วารสารวิทยาการจัดการปริทัศน์*, 20(1), 99-107.
- จินตนา สรายุทธพิทักษ์, สริณญา รอดพิพัฒน์, จักริน ด้วงคำ และวิรดี เอกธรรงค์ชัย. (2562). กลยุทธ์ส่งเสริมกิจกรรมทางกายของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ผ่านการบริหารโปรแกรมสุขภาพในโรงเรียน. *วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ*, 20(2), 111-125.
- จิรัฐติกาล ชัยประทุม. (2565). ความสัมพันธ์ระหว่างสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพกับกิจกรรมทางกายของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา. *วารสารลู่วิ่งศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ*, 48(2), 170-181.

- ชฎานนท์ สุวรรณเพชร และพีระพร รัตนาเกียรติ. (2564). การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยโดยการจัดการกิจกรรมทางกายประสานการชี้แนะ. *วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏร้อยเอ็ด*, 17(1), 180-192.
- ชนาธิป ชูอักษร. (2562). ผลของการจัดโปรแกรมกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนที่มีต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชาย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล 4 (บ้านแหลมทราย) จังหวัดสงขลา. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยทักษิณ, สงขลา.
- ฐิติกร โตโพธิ์ไทย. (2562). บทเรียนจากการพัฒนาแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561-2573. *วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข*, 13(4), 442-456.
- \_\_\_\_\_. (2565). การถ่ายทอดหลักฐานวิชาการกิจกรรมทางกายสู่นโยบายการสร้างเมืองที่กระฉับกระเฉง: การทบทวนวรรณกรรมแบบย่อ. *วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข*, 16(4), 539-550.
- ฐิติภรณ์ ดวงรัตนานนท์. (2565). การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในระดับสิ่งแวดล้อมและนโยบายในประเทศไทย: การทบทวนเชิงวิเคราะห์. *วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข*, 16(3), 319-343.
- ณัฐพร นิลวัฒนา. (2564). สร้างการรับรู้ประโยชน์ของกิจกรรมทางกาย: การเริ่มต้นนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายอย่างยั่งยืน. [https://tpak.or.th/th/article\\_print/385](https://tpak.or.th/th/article_print/385).
- ณัฐวุฒิ เอี่ยมมอรุณชัย. (2558). พฤติกรรมกิจกรรมทางกายของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง
- ธงชัย สันติวงษ์. (2555). *การบริหารงานบุคคล*. (พิมพ์ครั้งที่ 8). ประชุมการช่าง.
- ธิดิ ญาณปรีชาเศรษฐ. (2563). กิจกรรมทางกายช่วยเพิ่มความจำและผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการ. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร*, 19(2), 45-51.
- นัฐศิพร แสงเยื่อน. (2563). ลักษณะกิจกรรมทางกายและความพึงพอใจในการใช้สวนสาธารณะ: กรณีศึกษาตำบลจอมบึงจังหวัดราชบุรี. *วารสารวิชาการ ประจำปีคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร*, 35(2), 35-63.
- นิพนธ์ กิनावงศ์. (2553). *หลักการบริหารการศึกษา*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). ตระกูลไทย.
- บัญชา วงศ์ชื้อ. (2566). การจัดการสถานศึกษาปลอดภัยและสุขภาพอนามัยดีของโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตพื้นที่ภาคเหนือตอนล่าง. *วารสารวิจัยวิชาการ*, 7(1), 247-262.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2560). *การวิจัยเบื้องต้น*. (พิมพ์ครั้งที่ 10). สุวีริยาสาส์น.
- ปกเกล้า อนันต์. (2562). ความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมทางกายกับความฉลาดทางอารมณ์และความสุขของนักเรียนประถมศึกษา. (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.

- ประหยัด พิมพา. (2561). การศึกษาไทยในปัจจุบัน. *วารสารมหาวิทยาลัยมหามงกุฎราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด*, 7(1), 242-249.
- ปรัชญา เวสารัชช. (2554). *หลักการจัดการศึกษา*. ภาพพิมพ์.
- ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์. (2553). *จิตวิทยาการบริหารงานบุคคล*. บริษัทพิมพ์ดี.
- พงษ์พัฒน์ ภารกุล, ภาณุ ศรีวิสุทธิ และรายาศิต เต็งกุศลย์มาน. (2566). ผลของกิจกรรมทางกายที่มีต่อดัชนีมวลกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานส่งเสริมการศึกษาเอกชน จังหวัดกระบี่. *วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ*, 15(1), 165-175.
- เพิ่มศักดิ์ สุริยจันทร์. (2558). *ผลการจัดกิจกรรมทางกายสมวัยสำหรับนักเรียนโรงเรียนตำรวจตระเวนชายแดนและโรงเรียนในถิ่นทุรกันดาร เชียงใหม่*. ภาควิชาพลศึกษาและนันทนาการ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- ภัสราพร ทองวัตร และนิทรา กิจธีระวุฒิวงษ์. (2562). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการทำกิจกรรมทางกายของเด็กนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ในเขตตำบลหนองกุลา อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยนเรศวร, พิษณุโลก.
- ภาณุพันธ์ ลาภรัตนทอง. (2563). *รูปแบบการจัดการกิจกรรมทางกาย สำหรับนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล*. (วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิตไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยนเรศวร, พิษณุโลก.
- ภิมณณ์ภูฏ์ พงษ์เกษตรการ, นกัสบงกช ศุภะพิชน, และนางสาวชนิษฐา ระโหลฐาน. (2563). *กระบวนการดำเนินงานสู่ความเป็นเลิศด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนวิถีอิสลาม กรณีศึกษา โรงเรียนสะแกโคดประชาสรรค์*. กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรมทางกายวัยเรียนและวัยรุ่น กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- ภิมณณ์ภูฏ์ พงษ์เกษตรการ. (2563). *ความพร้อมของสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพระนครศรีอยุธยาต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ภายใต้แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561-2573*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- ไมตรี ยาดา. (2562). *การจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนตามนโยบาย ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ในโรงเรียนระดับประถมศึกษา สังกัดเขตพื้นที่การศึกษากระบี่*. (วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ, กระบี่.

- ยุทธนา เกื้อกุล. (2560). *การพัฒนา รูปแบบการบริหารงานวิชาการของโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลาม จังหวัดชายแดนภาคใต้เพื่อสร้างผู้เรียนสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์.* (วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิตไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2551). *พจนานุกรมศัพท์ศึกษาศาสตร์ (อักษร A-L) ฉบับราชบัณฑิตยสถาน.* อรุณการพิมพ์.
- รุ่งชัชดาพร เวหะชาติ. (2552). *การบริหารงานวิชาการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน.* นำศิลป์โฆษณา.
- รุจิกาญจน์ วุฒิพรวารพงศ์. (2565). ทักษะการบริหารงานในสถานศึกษาขนาดเล็ก. *วารสารนวัตกรรมการบริหารการศึกษา*, 1(2), 11-19.
- โรงเรียนวัดปากท่อ (ปากท่อวิทยาการ). (2565). *แผนการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมกิจกรรมทางกาย.* ฝ่ายบริหารวิชาการ โรงเรียนวัดปากท่อ (ปากท่อวิทยาการ).
- วาริรัตน์ แยมประดิษฐ์, อนันต์ มาลารัตน์, และสาธิต ประจัญบาน. (2565). ความต้องการจำเป็นและแนวทางในการพัฒนาชุดกิจกรรมทางกายเชิงบูรณาการ เพื่อเสริมสร้างการคิดเชิงบริหารของเด็กปฐมวัย ในจังหวัดสุรินทร์. *วารสารมานุษยวิทยาเชิงพุทธ*, 7(7), 248-265.
- วิชัย วงษ์ใหญ่ และมารุต พัฒนาผล. (2564). *พหุปัญญาในชั้นเรียน.* บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย. (2563). *แนวทางการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมกิจกรรมทางกายในประเทศไทย.* บริษัท ภาพพิมพ์ จำกัด.
- \_\_\_\_\_. (2564). *ข้อเสนอเชิงนโยบายเพื่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมกิจกรรมทางกายในประเทศไทย.* <https://ipsr.mahidol.ac.th/wp-content/uploads/2022/03/Report-File-623.pdf>.
- ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี. (2562). *การสำรวจพฤติกรรมสถานการณ์พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ในกลุ่มนักเรียนอายุ 12 ปี. ใน รายงานการพัฒนาระบบเฝ้าระวัง กำกับ และติดตามภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนในสถานศึกษาโดยใช้เทคโนโลยี 4.0.* กรมอนามัย.
- \_\_\_\_\_. (2564). *สถานการณ์สุขภาพ ภาวะโภชนาการ สุขภาพของปาก พฤติกรรมสุขภาพ กิจกรรมทางกายรวมทั้งความรอบรู้ด้านสุขภาพเด็กวัยเรียนวัยรุ่นในเขตสุขภาพที่ 5. ใน รายงานระดับความสำเร็จของการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพกลุ่มวัยเรียนวัยรุ่น ตุลาคม 2563-มกราคม 2564.* กรมอนามัย.
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. (2565). *สถานการณ์การมีกิจกรรมทางกายของเด็กและเยาวชนไทย พ.ศ.2565.* แอคทีฟคิดส์ประเทศไทย.
- สนธยา สีละมาต. (2557). *กิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ.* สำนักพิมพ์แห่งจุฬาฯ.

- สริน ประดู่ และวายุ แวงแก้ว. (2565). ผลของการใช้กิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา. *วารสารวิชาการศรีปทุมชลบุรี*, 19(1), 83-93.
- สทธร เพชรวิโรจน์ชัย. (2564). *PDCA: ความหมาย ประโยชน์ และตัวอย่างใช้ 4 ขั้นตอนเพื่อพัฒนาองค์กรอย่างต่อเนื่อง*. <https://th.hrnote.asia/orgdevelopment/what-is-pdca-210610/>
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ. (2561). ความหมายของกิจกรรมทางกาย. ใน *คู่มือโรงเรียนรักเดิน*. สำนักพิมพ์กองทุน สสส.
- สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1. (2566ก). *แผนปฏิบัติการประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2566 สพป.ราชบุรี เขต 1*. กลุ่มงานนโยบายและแผน.
- \_\_\_\_\_. (2566ข). *ข้อมูลพื้นฐานสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1*. <https://smart.ratchaburi1.go.th/bigdata/tableSchoollevel.php?op=2.11&year=2566-2&look=&groupCode=>
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2550). *แนวทางการกระจายอำนาจการบริหารและการจัดการศึกษาให้คณะกรรมการ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาและสถานศึกษาตามกฎหมายกำหนดหลักเกณฑ์และวิธีการกระจายอำนาจบริหารและจัดการศึกษา พ.ศ. 2550*. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน.
- \_\_\_\_\_. (2562). *แนวทางการนิเทศเพื่อพัฒนาและส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ตามนโยบายลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้*. หน่วยศึกษานิเทศน์.
- สำนักทรัพยากรบุคคล (2564) *แนวทางการพัฒนาบุคลากรปีงบประมาณ 2564*. สถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน(องค์การมหาชน). สืบค้นจาก <https://web.codi.or.th/wp-content/uploads/2021/022564>.
- สำนักโรคไม่ติดต่อ. (2555). ความหมายกิจกรรมทางกาย. ใน *กิจกรรมทางกาย กิจกรรมที่ดี เพื่อสุขภาพที่ดี*. กรมควบคุมโรค.
- สุภัทรา เอื้อวงศ์. (2565). หน่วยที่ 10 การประกันคุณภาพการศึกษา. ใน *ประมวลสาระชุดวิชานโยบายการวางแผนและการพัฒนาคุณภาพการศึกษา หน่วยที่ 6-10*. (น. 1-98). สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สุรีย์ฉาย พุดสีเสณ. (2563). ความหมายกิจกรรมทางกาย. ใน *กิจกรรมทางกายสำคัญไหน*. คณะกายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยมหิดล.

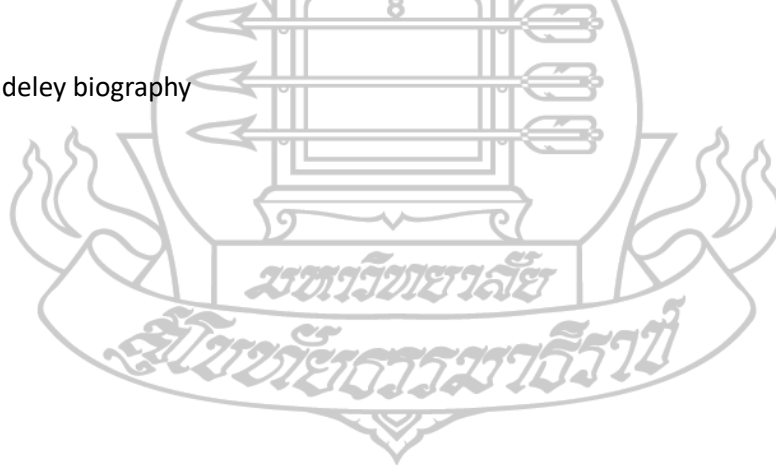
- เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์. (2565). หน่วยที่ 4 ภาวะผู้นำ. ใน *ประมวลสาระชุดวิชาทฤษฎีและแนวปฏิบัติในการบริหารการศึกษา หน่วยที่ 1-5*. (พิมพ์ครั้งที่ 5, น. 1-84). สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- อมรรัตน์ เตชะนอก. (2563). การจัดการศึกษาในศตวรรษที่ 21. *วารสารมหาจุฬานาครทรรค*, 7(9), 1-15.
- อัจฉรา ปุราคม. (2558). *การส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ*. (พิมพ์ครั้งที่ 2) เพชรเกษมการพิมพ์.
- อัจฉริยา กสิยะพัท. (2563). ผลของโปรแกรมการส่งเสริมกิจกรรมทางกายสำหรับนักเรียนปฐมวัยอายุ 2-5 ปี ที่มีต่อการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย อารมณ์จิตใจ สังคม และปัญญา เพื่อนำไปสู่การมีความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย. *วารสารวิจัยราชภัฏเชียงใหม่*, 21(3), 49-67.
- อารีกุล อมรศรีวัฒนกุล. (2564). กิจกรรมทางกายในเด็กและเยาวชนไทย อายุ 0-22 ปี: การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ. *วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข*, 15(2), 231-249.
- Andres, M. M. (2022). Teachers' perceptions of barriers and facilitators of the school environment for physical activity in schoolchildren: a qualitative study. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 14(7), 1113-1137. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/2159676X.2022.2037696>.
- Aubert, S. (2020a). *Active Healthy Kids Global Alliance "Global Matrix" Initiative: Process, Results, Impact and Evaluation*. Thesis Doctorate in Philosophy degree in Population Health. Interdisciplinary School of Health Sciences University of Ottawa. <https://ruor.uottawa.ca/handle/10393/40192>
- \_\_\_\_\_. (2020b). Evaluation of the process and outcomes of the Global Matrix 3.0 of physical activity grades for children and youth. *Journal of Exercise Science and Fitness*, 18(2), 80-88. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1728869X19301959>
- Braksiek, M. (2022). Implementation of Physical Activity-Based Health Promotion Measures in Schools—Examples and Evaluations from Germany. *Sustainability* 2022, 14(19), 1-19. <https://www.mdpi.com/2071-1050/14/19/12327>.
- Campbell, R. F. (1980). *Introduction to Education Administration*. (5<sup>th</sup>ed). Allyn and Bacon.



- Caputo, E. L. and Reichert, F. F. (2020). Studies of Physical Activity and COVID-19 During the Pandemic: A Scoping Review. *Journals of Physical Activity and Health*, 17(12), 1275-1284.
- Cronbach, L. J. (1990). *Essentials of psychological testing*. (5<sup>th</sup> ed.). Harper Collins Publishers.
- Foley, K. (2019). Protocol for developing a core outcome set for evaluating school-based physical activity interventions in primary schools. *BMJ journals*, 14(19), 12327. <https://bmjopen.bmj.com/content/9/12/e031868.abstract>
- Good, Center V. (1973). *Dictionary of Education*. McGraw – Hill.
- Gorton, A. R. (1983). *School Leadership and Administration: Important Concepts, Case studies, and Simulations*. Wm. C. Brown.
- Helme, Z. E. (2022). Assessing the Impacts of Creating Active Schools on Organisational Culture for Physical Activity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24), <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/24/16950>
- Kelly, C. (2019). Increasing Physical Activity in Schools: Strategies for School Health Practitioners. *Health Promotion Practice*, 20(5), 697-702. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1524839919857983>
- Mandiuk, A. (2018). Level of involvement of children and adolescents in various forms of motor activity in Ukraine and member countries Active Healthy Kids Global Alliance. *Slobozhanskyi herald of science and sport*, 3(65), 40-44. [https://journals.uran.ua/sport\\_herald/article/view/140478](https://journals.uran.ua/sport_herald/article/view/140478)
- Monica, A. F. (2019). Prioritizing Physical Activity in Schools: Educational Leaders' Perspectives. *Journal of the ACSM*, 4(22), 248-256. [https://journals.lww.com/acsmtj/Fulltext/2019/11150/Prioritizing\\_Physical\\_Activity\\_in\\_Schools\\_.1.aspx](https://journals.lww.com/acsmtj/Fulltext/2019/11150/Prioritizing_Physical_Activity_in_Schools_.1.aspx)
- Murtagh, E. (2022). Playful maths! The influence of play-based learning on academic performance of Palestinian primary school children. *Educational Research for Policy and Practice*, 21(1), 407-426. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10671-022-09312-5#Abs1>

- Nader, P. A. (2023). Results from the Lebanese 2022 report card on physical activity for children and youth. *Journal of Exercise Science and Fitness*, 21(1), 4-19. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1728869X22000600>
- Oyelere, S. S. (2022). Initial Design and Testing of Multiplayer Cooperative Game to Support Physical Activity in Schools. *Education Sciences*, 12(2), 1-20. <https://www.mdpi.com/2227-7102/12/2/100>
- Sergiovanni, T. J., & Carver, F. D. (1980). *The school executive: A theory of administration (2<sup>nd</sup> ed.)*. Harper & Row.
- Silva, C. F. (2022). Physical Activity Policies for Children and Adolescents in Brazil: Analysis for the Report Card Brazil on Physical Activity for Children and Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16), 10152. <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/16/10152>
- Van den Berg, A. (2020). Impact of a Gardening and Physical Activity Intervention in Title 1 Schools: The TGEG Study. *Childhood Obesity*, 16(1), 44-54. <https://www.liebertpub.com/doi/full/10.1089/chi.2019.0238>

This is Mendeley biography

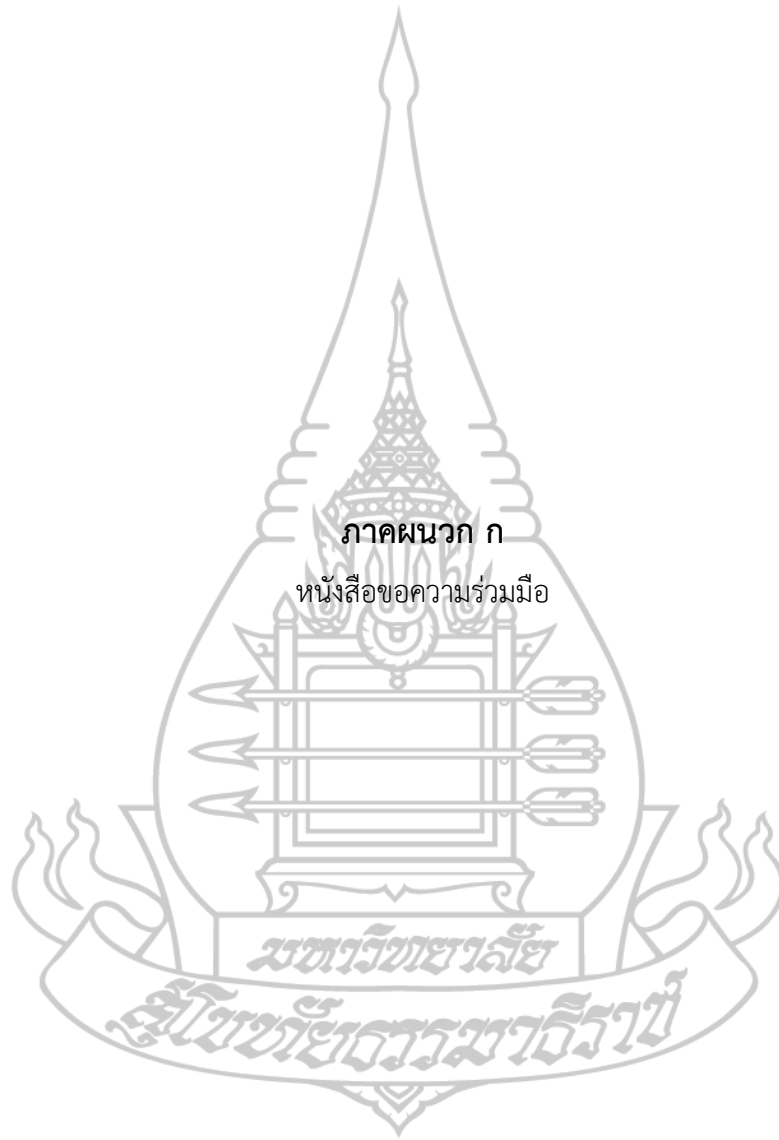




ภาคผนวก

มหาวิทยาลัย

สุโขทัยธรรมาธิราช



ภาคผนวก ก

หนังสือขอความร่วมมือ

มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์

สุโขทัยวิทยาเขตราชภัฏวชิรเวศน์



ที่ อว.0602.16 (บ) / 852

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี 11120

๖ ธันวาคม 2566

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเครื่องมือวิจัย

เรียน นายสาธิต จันทร์เพ็ญ

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ จำนวน 1 ชุด

ด้วยนายดิเรกวิทย์ ชีช่วง นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาบริหารการศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ได้รับอนุมัติให้ทำการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่อง บทบาทของผู้บริหารในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1 ตามโครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระที่แนบมาด้วยนี้

การจัดทำการศึกษาค้นคว้าอิสระเรื่องดังกล่าว นักศึกษาได้จัดทำเครื่องมือที่จะเก็บรวบรวมข้อมูลและได้รับความเห็นชอบเบื้องต้นจากอาจารย์ที่ปรึกษาการศึกษาค้นคว้าอิสระไว้ขั้นหนึ่งแล้ว แต่เพื่อให้เครื่องมือที่จัดทำนั้นมีความครอบคลุมเนื้อหาวิชา แนวปฏิบัติ และสอดคล้องกับหลักและกระบวนการวิจัย ทางสาขาวิชาจึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในฐานะผู้ทรงคุณวุฒิด้านกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ได้โปรดพิจารณาตรวจสอบและให้ความคิดเห็นเพื่อการปรับปรุงเครื่องมือการศึกษาค้นคว้าอิสระของนักศึกษาผู้นี้ด้วย สำหรับรายละเอียดอื่น ๆ นักศึกษาจะนำเรียนด้วยตนเอง

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านเป็นอย่างดี จึงขอคุณ  
มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ธนกัณฑ์ สายจำปา)

รักษาการแทนรองอธิการบดีฝ่ายยุทธศาสตร์ แผน นวัตกรรม และเทคโนโลยีดิจิทัล

รักษาการแทนรองอธิการบดีฝ่ายการศึกษาและสนับสนุนการเรียนรู้

รักษาการแทนประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

ฝ่ายบัณฑิตศึกษา

โทร. 0-2504-8505

โทรสาร. 0-2503-3566-7

เบอร์โทรศัพท์นักศึกษา 085-784-2991



ที่ อว.0602.16 (บ) / 852

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี 11120

6 ธันวาคม 2566

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเครื่องมือวิจัย

เรียน นายอนุวัต ทวีผล

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ จำนวน 1 ชุด

ด้วยนายฉัตรวิทย์ ซีซัง นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แผนกวิชาบริหารการศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ได้รับอนุมัติให้ทำการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่อง บทบาทของผู้บริหารในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปทุมธานี เขต 1 ตามโครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระที่แนบมาด้วยนี้

การจัดทำการศึกษาค้นคว้าอิสระเรื่องดังกล่าว นักศึกษาได้จัดทำเครื่องมือที่จะเก็บรวบรวมข้อมูลและได้รับความเห็นชอบเบื้องต้นจากอาจารย์ที่ปรึกษาการศึกษาค้นคว้าอิสระไว้ชิ้นหนึ่งแล้ว แต่เพื่อให้เครื่องมือที่จัดทำนั้นมีความครอบคลุมเนื้อหาวิชา แนวปฏิบัติ และสอดคล้องกับหลักและกระบวนการวิจัย ทางสาขาวิชาจึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในฐานะผู้ทรงคุณวุฒิด้านกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ได้โปรดพิจารณาตรวจสอบและให้ความคิดเห็นเพื่อการปรับปรุงเครื่องมือการศึกษาค้นคว้าอิสระของนักศึกษาผู้นี้ด้วย สำหรับรายละเอียดอื่น ๆ นักศึกษาจะนำเรียนด้วยตนเอง

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านเป็นอย่างดี จึงขอคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ธนศักดิ์ สายจำปา)

รักษาการแทนรองอธิการบดีฝ่ายยุทธศาสตร์ แผน นวัตกรรม และเทคโนโลยีดิจิทัล

รักษาราชการแทนรองอธิการบดีฝ่ายการศึกษาและสนับสนุนการเรียนรู้

รักษาราชการแทนประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

ฝ่ายบัณฑิตศึกษา

โทร. 0-2504-8505

โทรสาร. 0-2503-3566-7

เบอร์โทรศัพท์นักศึกษา 085-784-2991



ที่ อว.0602.16 (บ) / 852

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี 11120

6 ธันวาคม 2566

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเครื่องมือวิจัย

เรียน นายศรีชล ร้ายโพธิ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ จำนวน 1 ชุด

ด้วยนายฉัตรวิทย์ ชีช้าง นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาบริหารการศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ได้รับอนุมัติให้ทำการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่อง บทบาทของผู้บริหารในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปทุมธานี เขต 1 ตามโครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระที่แนบมาด้วยนี้

การจัดทำการศึกษาค้นคว้าอิสระเรื่องดังกล่าว นักศึกษาได้จัดทำเครื่องมือที่จะเก็บรวบรวมข้อมูลและได้รับความเห็นชอบเบื้องต้นจากอาจารย์ที่ปรึกษาการศึกษาค้นคว้าอิสระไว้ชิ้นหนึ่งแล้ว แต่เพื่อให้เครื่องมือที่จัดทำนั้นมีความครอบคลุมเนื้อหาวิชา แนวปฏิบัติ และสอดคล้องกับหลักและกระบวนการวิจัย ทางสาขาวิชาจึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในฐานะผู้ทรงคุณวุฒิด้านกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ได้โปรดพิจารณาตรวจสอบและให้ความคิดเห็นเพื่อการปรับปรุงเครื่องมือการศึกษาค้นคว้าอิสระของนักศึกษาผู้นี้ด้วย สำหรับรายละเอียดอื่น ๆ นักศึกษาจะนำเรียนด้วยตนเอง

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านเป็นอย่างดี จึงขอคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.อนศักดิ์ สายจำปา)

รักษาการแทนรองอธิการบดีฝ่ายยุทธศาสตร์ แผน นวัตกรรม และเทคโนโลยีดิจิทัล

รักษาราชการแทนรองอธิการบดีฝ่ายการศึกษาและสนับสนุนการเรียนรู้

รักษาราชการแทนประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

ฝ่ายบัณฑิตศึกษา

โทร. 0-2504-8505

โทรสาร. 0-2503-3566-7

เบอร์โทรศัพท์นักศึกษา 085-784-2991



ที่ อว.0602.16 (บ) / 901

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี 11120

๒๐ ธันวาคม 2566

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาทดลองเครื่องมือ

เรียน ผู้อำนวยการสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1

ด้วยนายฉัตรวิทย์ ชีซ้าง นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการบริหารการศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช กำลังทำการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่อง บทบาทของผู้บริหาร ในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษาราชบุรี เขต 1

ในการนี้ นักศึกษาจำเป็นต้องทดลองใช้เครื่องมือในการศึกษาค้นคว้าอิสระ โดยเก็บข้อมูลจากครู ในสถานศึกษาของท่าน ทั้งนี้ จะมีให้เป็นการรบกวนเวลาเรียนตามปกติของนักเรียน และผลการศึกษาค้นคว้าอิสระ ที่ได้จะเป็นประโยชน์แก่งานวิชาการสืบไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ในการอนุญาตให้นักศึกษาได้ทดลองเครื่องมือ ตามวัน เวลา และรายละเอียดที่นักศึกษาเสนอมาพร้อมนี้ หวังว่าจะได้รับความกรุณาจากท่านและขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.นราธิป ศรีราม)

รักษาการแทนรองอธิการบดีฝ่ายการศึกษาและสนับสนุนการเรียนรู้  
รักษาการแทนประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

ฝ่ายบัณฑิตศึกษา

โทร. 0-2504-8505

โทรสาร. 0-2503-3566-7

เบอร์โทรศัพท์นักศึกษา 085-784-2991





ที่ อว.0602.16 (บ) / ๙๐๖

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี 11120

21 ธันวาคม 2566

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาเก็บข้อมูลเพื่อการศึกษาค้นคว้าอิสระ  
เรียน ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1

ด้วยนายฉัตรวิทย์ ชีซ้าง นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาบริหารการศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช กำลังทำการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่อง บทบาทของผู้บริหาร ในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษาราชบุรี เขต 1

ในการนี้ นักศึกษาจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการศึกษาค้นคว้าอิสระ โดยเก็บข้อมูลจากครูผู้สอน ในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุพรรณบุรี เขต 1 ทั้งนี้ จะมีให้เป็นกรรทบกรวนเวลาเรียน ตามปกติของนักเรียน และผลการศึกษาค้นคว้าอิสระที่ได้จะเป็นประโยชน์แก่งานวิชาการสืบไป

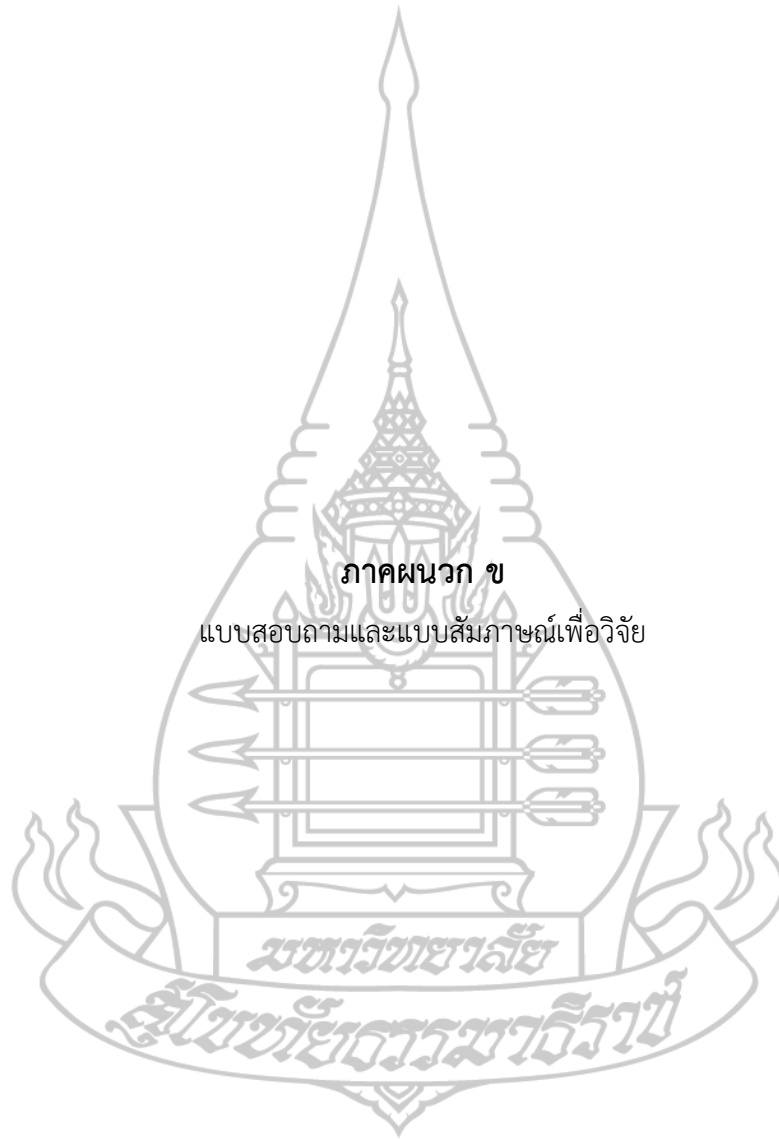
จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ในการอนุญาตให้นักศึกษาดำเนินการเก็บข้อมูล เพื่อการศึกษาค้นคว้าอิสระ ตามวัน เวลา และรายละเอียดที่นักศึกษาเสนอมาพร้อมนี้ หวังว่าจะได้รับความกรุณา จากท่านและขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.นราธิป ศรีราม)

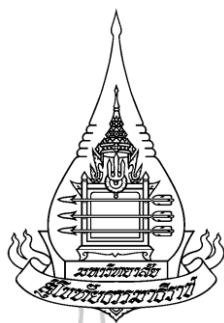
รักษาการแทนรองอธิการบดีฝ่ายการศึกษาและสนับสนุนการเรียนรู้  
รักษาการแทนประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

ฝ่ายบัณฑิตศึกษา  
โทร. 0-2504-8505  
โทรสาร. 0-2503-3566-7  
เบอร์โทรศัพท์นักศึกษา 085-784-2991



ภาคผนวก ข

แบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์เพื่อวิจัย



**แบบสอบถามเพื่อการวิจัย**  
**เรื่อง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน**  
**ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา**  
**สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1**

**คำอธิบายในการใช้ตอบแบบสอบถาม**

1. ผู้ตอบแบบสอบถามฉบับนี้ ได้แก่ ครูผู้ปฏิบัติงานฝ่ายกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนของสถานศึกษา สถานศึกษาละ 1 คน
2. แบบสอบถามฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย เรื่อง “บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1” ข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามมีผลต่องานวิจัย จึงขอความกรุณาตอบให้ครบทุกข้อตามความเป็นจริง
3. แบบสอบถามฉบับนี้ประกอบไปด้วย 2 ตอน ดังนี้
  - ตอนที่ 1 การสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 4 ข้อ
  - ตอนที่ 2 การสอบถามเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 จำนวน 40 ข้อ แบ่งเป็น 5 ด้าน

นายถิรวิทย์ ชีช้าง

นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต  
 แขนงวิชาบริหารการศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์  
 มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

## ตอนที่ 1 การสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อ	ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม	สำหรับผู้วิจัย
1.	เพศ <input type="checkbox"/> ชาย <input type="checkbox"/> หญิง	
2.	อายุ <input type="checkbox"/> 20 – 30 ปี <input type="checkbox"/> 31 – 40 ปี <input type="checkbox"/> 41 – 50 ปี <input type="checkbox"/> 51 ปีขึ้นไป	
3.	ประสบการณ์ในการทำงาน <input type="checkbox"/> ไม่ถึง 5 ปี <input type="checkbox"/> 5 – 10 ปี <input type="checkbox"/> 11 – 15 ปี <input type="checkbox"/> 15 ปีขึ้นไป	
4.	ขนาดของสถานศึกษา <input type="checkbox"/> เล็ก (จำนวนนักเรียน 120 คนลงมา) <input type="checkbox"/> กลาง (จำนวนนักเรียน 121 – 600 คน) <input type="checkbox"/> ใหญ่ (จำนวนนักเรียน 601 – 1,500 คน) <input type="checkbox"/> ใหญ่พิเศษ (จำนวนนักเรียน 1,501 คนขึ้นไป)	

ตอนที่ 2 การสอบถามเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา  
ราชบุรี เขต 1

คำแนะนำ โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องขวามือ ที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

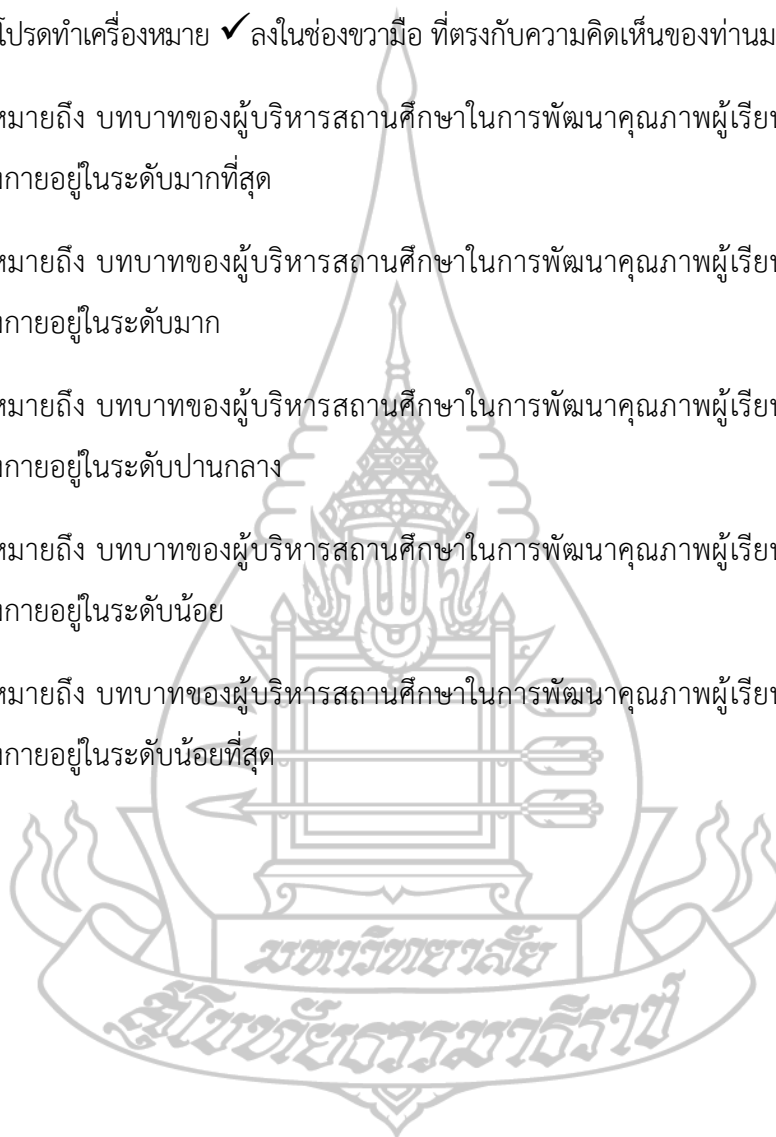
5 หมายถึง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับมากที่สุด

4 หมายถึง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับมาก

3 หมายถึง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับปานกลาง

2 หมายถึง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับน้อย

1 หมายถึง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายอยู่ในระดับน้อยที่สุด



ข้อ	บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา ในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้าน การส่งเสริมกิจกรรมทางกาย	ระดับบทบาทของผู้บริหาร สถานศึกษา					สำหรับ ผู้วิจัย
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปาน กลาง (3)	น้อย (2)	น้อย ที่สุด (1)	
<b>1.บทบาทในการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา</b>							
1.	ผู้บริหารมีแผนพัฒนาการมีกิจกรรมทางกายของนักเรียนในสถานศึกษา อย่างเป็นลายลักษณ์อักษร						
2.	ผู้บริหารมีการกำหนดเป้าหมายการมีกิจกรรมทางกายของนักเรียนใน สถานศึกษา						
3.	ผู้บริหารมีการสนับสนุนการมีกิจกรรมทางกายของนักเรียนใน สถานศึกษา						
4.	ผู้บริหารให้ครูและนักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดแผนตามนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวสำหรับ นักเรียน						
5.	ผู้บริหารมีการสื่อสารทำความเข้าใจกับผู้ปกครองและครอบครัวของนักเรียน รวมถึงชุมชนในการส่งเสริมและสนับสนุนการมีกิจกรรมทางกาย						
6.	ผู้บริหารมีการจัดตั้งคณะทำงานการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหว						
7.	ผู้บริหารมีการกำกับและติดตามการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหว						

ข้อ	บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา ในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้าน การส่งเสริมกิจกรรมทางกาย	ระดับบทบาทของผู้บริหาร สถานศึกษา					สำหรับ ผู้วิจัย
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปาน กลาง (3)	น้อย (2)	น้อย ที่สุด (1)	
8.	ผู้บริหารมีการประชุมชี้แจงให้ทราบถึงผลการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวต่อคณะกรรมการสถานศึกษา เครือข่ายผู้ปกครองและชุมชน						
<b>2.บทบาทในการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย</b>							
9.	ผู้บริหารมีการกำหนดแผนพัฒนาบุคลากรให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย						
10.	ผู้บริหารมีการกำหนดวิธีการส่งเสริมให้ครูมีกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักเรียน						
11.	ผู้บริหารมีการสร้างความรู้ ความเข้าใจให้ครูและคณะทำงานปฏิบัติหน้าที่อย่างถูกต้อง						
12.	ผู้บริหารมีทัศนคติเชิงบวกต่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย โดยการสนับสนุนและช่วยเหลือการจัดกิจกรรมต่างๆ						
13.	ผู้บริหารเป็นต้นแบบและมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางกายกับนักเรียน						

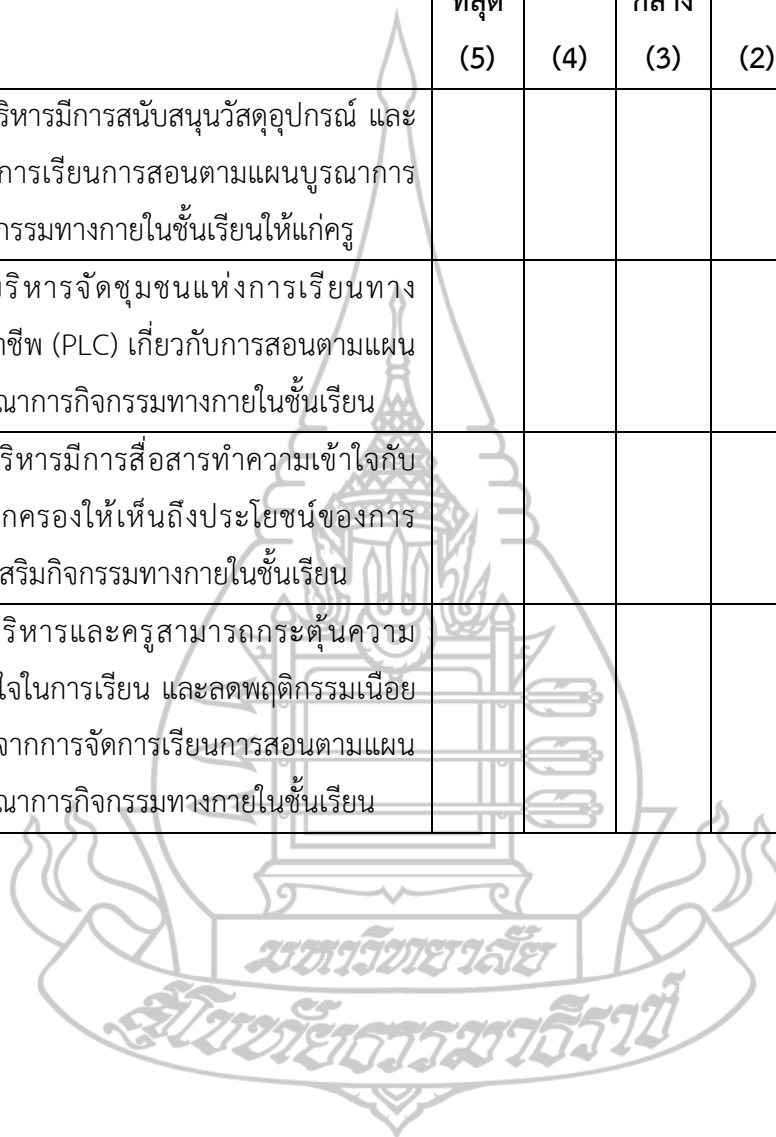
ข้อ	บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย	ระดับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา					สำหรับ ผู้วิจัย
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)	
14.	ผู้บริหารเปิดโอกาสให้ครูได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนา กิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียน						
15.	ผู้บริหารเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกระบวนการจัดกิจกรรมทางกาย						
16.	ผู้บริหารคอยดูแล ให้คำปรึกษา กำกับ และติดตามกระบวนการพัฒนาครูและ การส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียน						
<b>3.บทบาทในการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย</b>							
17.	ผู้บริหารกำหนดกระบวนการสร้าง รูปแบบกิจกรรมการส่งเสริมการ เคลื่อนไหวร่างกายในสถานศึกษา ร่วมกับครูและนักเรียน						
18.	ผู้บริหารมอบหมายให้ครูพัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้ให้มีการบูรณาการกิจกรรม ทางกายเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งในขั้นตอน ส่งเสริมการเรียนรู้						
19.	ผู้บริหารส่งเสริมให้นักเรียนมีกิจกรรม ทางกายสะสมครบ 60 นาทีต่อวัน ผ่าน กิจกรรมในช่วงเวลาต่างๆ ของวัน						



ข้อ	บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย	ระดับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา					สำหรับผู้วิจัย
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)	
20.	ผู้บริหารมีการจัดวางโปรแกรมส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้แก่นักเรียนตลอดวัน						
21.	ผู้บริหารมีการสำรวจความพร้อมของพื้นที่ อุปกรณ์ในการพัฒนาและส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายให้แก่นักเรียน						
22.	ผู้บริหารส่งเสริมให้นักเรียนได้มีกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมและสอดคล้องกับความสามารถของนักเรียน						
23.	ผู้บริหารมีการกระตุ้นการมีกิจกรรมทางกายให้กับนักเรียนตามหลัก 5 ส. (สนุกสนาน, สมวัย, สมดุล, เสมอภาค, ส่วนร่วม)						
24.	ผู้บริหารมีการประชุมติดตามในการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย						
<b>4.บทบาทในการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย</b>							
25.	ผู้บริหารได้กำหนดพื้นที่ส่งเสริมกิจกรรมทางกายในแผนผังของโรงเรียน						
26.	ผู้บริหารมีการพัฒนาพื้นที่การมีกิจกรรมทางกายให้นักเรียนได้เข้าถึงอย่างสะดวก						
27.	ผู้บริหารมีการพัฒนาพื้นที่การมีกิจกรรมทางกายให้นักเรียนได้เข้าถึงอย่างปลอดภัย						
28.	ผู้บริหารจัดพื้นที่ส่งเสริมการเคลื่อนไหวร่างกายผ่านการเล่นให้กับนักเรียน						

ข้อ	บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย	ระดับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา					สำหรับผู้วิจัย
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)	
29.	ผู้บริหารมีการสำรวจ ตรวจสอบเครื่องเล่น และพื้นที่ส่งเสริมการเคลื่อนไหวให้พร้อมใช้งานอยู่เสมอ						
30.	ผู้บริหารจัดพื้นที่ให้นักเรียนได้เล่นกีฬาหรือออกกำลังกายตามความถนัดและความสนใจ						
31.	ผู้บริหารจัดสรรอุปกรณ์กีฬาได้เหมาะสมและเพียงพอต่อความต้องการของนักเรียน						
32.	ผู้บริหารมีการประชุมติดตามการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย						
<b>5.บทบาทในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน</b>							
33.	ผู้บริหารร่วมกับครูออกแบบกิจกรรมวางแผนกำหนดการสอนให้สอดคล้องกับแผนการสอนปกติ						
34.	ผู้บริหารมีการนิเทศการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน						
35.	ผู้บริหารมีการรับฟังเสียงสะท้อนของครูและนักเรียนหลังจากการจัดการเรียนการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน						
36.	ผู้บริหารเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการออกแบบกิจกรรมร่วมกับครูในกระบวนการเรียนการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน						

ข้อ	บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย	ระดับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา					สำหรับผู้วิจัย
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)	
37.	ผู้บริหารมีการสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์ และสื่อการเรียนการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียนให้แก่ครู						
38.	ผู้บริหารจัดชุมชนแห่งการเรียนรู้ทางวิชาชีพ (PLC) เกี่ยวกับการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน						
39.	ผู้บริหารมีการสื่อสารทำความเข้าใจกับผู้ปกครองให้เห็นถึงประโยชน์ของการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน						
40.	ผู้บริหารและครูสามารถกระตุ้นความสนใจในการเรียน และลดพฤติกรรมเนือยนิ่งจากการจัดการเรียนการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน						





## แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

### เรื่อง บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1

#### คำชี้แจง

1. แบบสัมภาษณ์นี้เป็นการศึกษาแนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาบริหารการศึกษา สาขาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

2. ข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสัมภาษณ์นี้ ผู้วิจัยจะนำข้อมูลไปวิเคราะห์โดยภาพรวมไม่มีผลกระทบต่อหน้าที่การงานของท่านแต่อย่างใด จึงขอให้ท่านพิจารณาต่อแบบสัมภาษณ์ตามสภาพที่เป็นจริง

ผู้วิจัยใคร่ขอความอนุเคราะห์และความร่วมมือจากท่าน โปรดตอบคำถามให้ตรงกับสภาพที่เป็นจริง เพื่อผลในการวิจัยจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1 ต่อไป

นายถิรวิทย์ ชีช้าง

นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต

แขนงวิชาบริหารการศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

ผู้รับการสัมภาษณ์ ชื่อ-สกุล.....

ณ..... วันที่..... เดือน..... พ.ศ. ....

ประเด็นการสัมภาษณ์เกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา ทั้ง 5 ด้าน ดังนี้

- 1) การกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา
- 2) การพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย
- 3) การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย
- 4) การพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย
- 5) การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน

**1. ข้อคิดเห็นทั่วไปเกี่ยวกับนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา**

ท่านคิดว่านโยบายของสถานศึกษามีความสำคัญต่อการส่งเสริมการเคลื่อนไหว หรือการมีกิจกรรมทางกายเพียงใด

.....

.....

.....

**2. ข้อคิดเห็นทั่วไปเกี่ยวกับการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย**

ท่านคิดว่าบุคลากรมีความสำคัญอย่างไรต่อการจัดกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา

.....

.....

.....

### 3. ข้อคิดเห็นทั่วไปเกี่ยวกับการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย

ท่านคิดว่าทำอย่างไรสถานศึกษาจึงจะสามารถพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกายให้สามารถนำไปใช้พัฒนาคุณภาพผู้เรียนได้อย่างประสบความสำเร็จ

.....

.....

.....

### 4. ข้อคิดเห็นทั่วไปเกี่ยวกับการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย

พื้นที่สำหรับการมีกิจกรรมทางกายมีความสำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนอย่างไร

.....

.....

.....

### 5. ข้อคิดเห็นทั่วไปเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน

ท่านมีความคิดเห็นอย่างไรกับการนำกิจกรรมทางกายเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งในการจัดการเรียนการสอน

.....

.....

.....



ขอขอบพระคุณอย่างสูงที่ให้ความร่วมมือในการให้สัมภาษณ์ในครั้งนี้

ผู้วิจัย



**ภาคผนวก ค**

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ และรายนามผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

## รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

1. นายสาธิต จันทร์เพ็ญ                      ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดปากท่อ (ปากท่อวิทยาคาร)  
 วิทยฐานะผู้อำนวยการชำนาญการพิเศษ  
 วุฒิการศึกษา ครุศาสตรมหาบัณฑิต การบริหารการศึกษา  
 มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง
2. นายอนุวัต ทวีผล                            ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดเจติยาราม (บัณฑิตประชาน้อยพานิช)  
 วิทยฐานะผู้อำนวยการชำนาญการพิเศษ  
 วุฒิการศึกษา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต การบริหารการศึกษา  
 มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี
3. นายศรีชล ร้ายไพบรี                        ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดสนามสุทธารวาส (พรหมประชานุกูล)  
 วิทยฐานะผู้อำนวยการชำนาญการ  
 วุฒิการศึกษา ครุศาสตรมหาบัณฑิต การบริหารการศึกษา  
 มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง





## รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

- |                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| 1. นายพิษณุ โชติศิริคุณวัฒน์      | ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดเขาวัง (แสง ช่วงสุวนิช)                                |
| 2. นายศักดิ์ดา บุรีงาม            | ผู้อำนวยการโรงเรียนชุมชนบ้านบ่อ  |
| 3. นายเกริกเกียรติ อุ่นเรือน      | ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดป่าไถ่ (ส่วนประชานุกุล)                                |
| 4. นางสาวกัญญาภักดิ์ หวังห้องกลาง | ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านพุเกตุ  |
| 5. ร้อยโททฤชณะ แพสอาด             | ผู้ปกครองนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4<br>โรงเรียนวัดเขาวัง (ช่วง แสงสุวนิช) |
| 6. นายรัฐพงศ์ ยิ้มแย้ม            | ผู้ปกครองนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3<br>โรงเรียนอนุบาลเมืองราชบุรี         |
| 7. เด็กชายญาณวัฒน์ แก้วกลัด       | นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6<br>โรงเรียนวัดเขาวัง (ช่วง แสงสุวนิช)          |
| 8. เด็กชายเกียรติศักดิ์ ดงตาล     | นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6<br>โรงเรียนอนุบาลปากท่อ                        |
| 9. นายอธิคมน์ จงดี                | ครู โรงเรียนวัดเขาวัง (ช่วง แสงสุวนิช)                                       |
| 10. นายยุทธพิชัย เทียงตรง         | ครู โรงเรียนอนุบาลปากท่อ   |



ภาคผนวก ง

การหาคุณภาพเครื่องมือ

มหาวิทยาลัย

สุรินทร์ราชภัฏ

## การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity)

ดัชนีความสอดคล้องของแบบสอบถาม (ค่า IOC)

ผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม จำนวน 3 ท่าน

บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1		ผู้เชี่ยวชาญ			IOC	แปล ผล
		1	2	3		
<b>1.บทบาทในการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา</b>						
1.	ผู้บริหารมีแผนพัฒนาการมีกิจกรรมทางกายของนักเรียน ในสถานศึกษาอย่างเป็นลายลักษณ์อักษร	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
2.	ผู้บริหารมีการกำหนดเป้าหมายการมีกิจกรรมทางกาย ของนักเรียนในสถานศึกษา	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
3.	ผู้บริหารมีการสนับสนุนการมีกิจกรรมทางกายของ นักเรียนในสถานศึกษา	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
4.	ผู้บริหารให้ครูและนักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดแผน ตามนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวสำหรับนักเรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
5.	ผู้บริหารมีการสื่อสารทำความเข้าใจกับผู้ปกครองและ ครอบครัวของนักเรียน รวมไปถึงชุมชนในการส่งเสริม และสนับสนุนการมีกิจกรรมทางกาย	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
6.	ผู้บริหารมีการจัดตั้งคณะกรรมการขับเคลื่อนนโยบาย ส่งเสริมการเคลื่อนไหว	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
7.	ผู้บริหารมีการกำกับและติดตามการขับเคลื่อนนโยบาย ส่งเสริมการเคลื่อนไหว	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
8.	ผู้บริหารมีการประชุมชี้แจงให้ทราบถึงผลการขับเคลื่อน นโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวต่อคณะกรรมการ สถานศึกษา เครือข่ายผู้ปกครอง และชุมชน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
<b>2.บทบาทในการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย</b>						
9.	ผู้บริหารมีการกำหนดแผนพัฒนาบุคลากรให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
10.	ผู้บริหารมีการกำหนดวิธีการส่งเสริมให้ครูมีกิจกรรม ทางกายที่เหมาะสมเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักเรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้

บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1		ผู้เชี่ยวชาญ			IOC	แปล ผล
		1	2	3		
<b>2.บทบาทในการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย (ต่อ)</b>						
11.	ผู้บริหารมีการสร้างความรู้ ความเข้าใจให้ครูและ คณะทำงานปฏิบัติหน้าที่อย่างถูกต้อง	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
12.	ผู้บริหารมีทัศนคติเชิงบวกต่อการส่งเสริม กิจกรรมทางกาย โดยการสนับสนุนและช่วยเหลือ การจัดกิจกรรมต่างๆ	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
13.	ผู้บริหารเป็นต้นแบบและมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางกาย กับนักเรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
14.	ผู้บริหารเปิดโอกาสให้ครูได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับ แนวทางการพัฒนากิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาคุณภาพ ผู้เรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
15.	ผู้บริหารเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกระบวนการ จัดกิจกรรมทางกาย	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
16.	ผู้บริหารคอยดูแล ให้คำปรึกษา กำกับและติดตาม กระบวนการพัฒนาครูและการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
<b>3.บทบาทในการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย</b>						
17.	ผู้บริหารกำหนดกระบวนการสร้างรูปแบบกิจกรรม การส่งเสริมการเคลื่อนไหวร่างกายในสถานศึกษา ร่วมกับครูและนักเรียน	+ 1	0	+ 1	0.67	ใช้ได้
18.	ผู้บริหารมอบหมายให้ครูพัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้ ให้มีการบูรณาการกิจกรรมทางกายเข้าไปเป็นส่วนหนึ่ง ในขั้นตอนส่งเสริมการเรียนรู้	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
19.	ผู้บริหารส่งเสริมให้นักเรียนมีกิจกรรมทางกายสะสม ครบ 60 นาทีต่อวัน ผ่านกิจกรรมในช่วงเวลาต่าง ๆ ของวัน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้

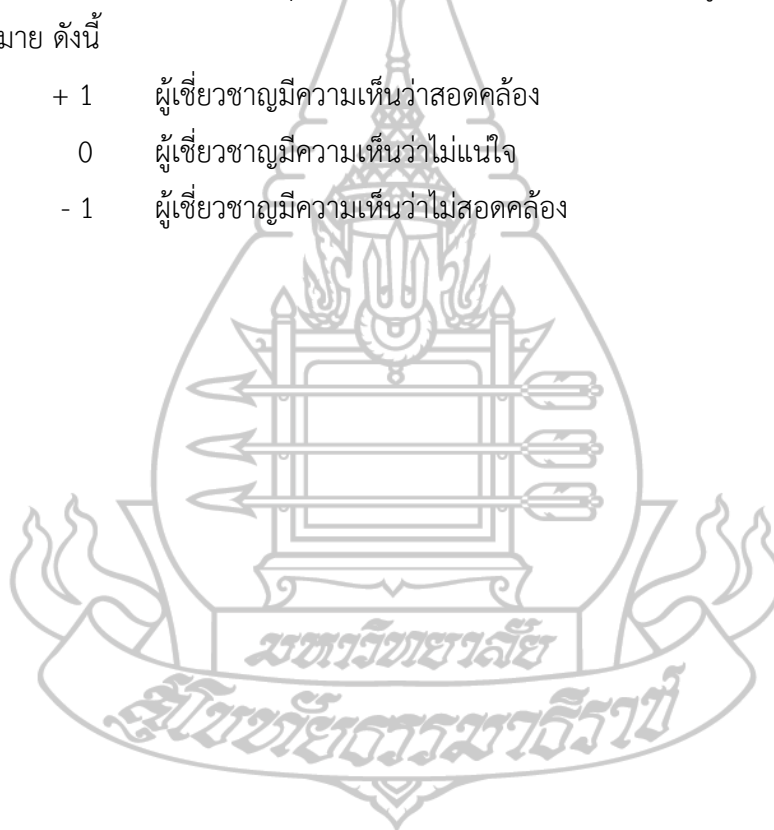
บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาบุรีรัมย์ เขต 1		ผู้เชี่ยวชาญ			IOC	แปล ผล
		1	2	3		
<b>3.บทบาทในการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย (ต่อ)</b>						
20.	ผู้บริหารมีการจัดวางโปรแกรมส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ให้แก่ นักเรียนตลอดวัน	+ 1	0	+ 1	0.67	ใช้ได้
21.	ผู้บริหารมีการสำรวจความพร้อมของพื้นที่ อุปกรณ์ ในการพัฒนาและส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย ให้แก่ นักเรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
22.	ผู้บริหารส่งเสริมให้นักเรียนได้มีกิจกรรมทางกาย ที่เหมาะสมและสอดคล้องกับความสามารถของนักเรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
23.	ผู้บริหารมีการกระตุ้นการมีกิจกรรมทางกาย ให้กับนักเรียนตามหลัก 5 ส. (สนุกสนาน, สมวัย, สมดุล, เสมอภาค, ส่วนร่วม)	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
24.	ผู้บริหารมีการประชุมติดตามในการพัฒนาแผน การจัดกิจกรรมทางกาย	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
<b>4.บทบาทในการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย</b>						
25.	ผู้บริหารได้กำหนดพื้นที่ส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ในแผนผังของโรงเรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
26.	ผู้บริหารมีการพัฒนาพื้นที่การมีกิจกรรมทางกาย ให้นักเรียนได้เข้าถึงอย่างสะดวก	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
27.	ผู้บริหารมีการพัฒนาพื้นที่การมีกิจกรรมทางกาย ให้นักเรียนได้เข้าถึงอย่างปลอดภัย	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
28.	ผู้บริหารจัดพื้นที่ส่งเสริมการเคลื่อนไหวร่างกาย ผ่านการเล่นให้กับนักเรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
29.	ผู้บริหารมีการสำรวจ ตรวจสอบเครื่องเล่น และพื้นที่ส่งเสริมการเคลื่อนไหวให้พร้อมใช้งานอยู่เสมอ	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
30.	ผู้บริหารจัดพื้นที่ให้นักเรียนได้เล่นกีฬา หรือออกกำลังกายตามความถนัดและความสนใจ	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้

บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 1		ผู้เชี่ยวชาญ			IOC	แปล ผล
		1	2	3		
<b>4.บทบาทในการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย (ต่อ)</b>						
31.	ผู้บริหารจัดสรรอุปกรณ์กีฬาที่เหมาะสมและเพียงพอ ต่อความต้องการของนักเรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
32.	ผู้บริหารมีการประชุมติดตามการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริม การมีกิจกรรมทางกาย	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
<b>5.บทบาทในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน</b>						
33.	ผู้บริหารร่วมกับครูออกแบบกิจกรรม วางแผน กำหนดการสอนให้สอดคล้องกับแผนการสอนปกติ	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
34.	ผู้บริหารมีการนิเทศการสอนตามแผนบูรณาการ กิจกรรมทางกายในชั้นเรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
35.	ผู้บริหารรับฟังเสียงสะท้อนของครูและนักเรียน หลังการจัดการเรียนการสอนตามแผนบูรณาการ กิจกรรมทางกายในชั้นเรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
36.	ผู้บริหารเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วม ในการออกแบบกิจกรรมร่วมกับครูในกระบวนการเรียน การสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
37.	ผู้บริหารมีการสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์ และสื่อการเรียนรู้ การสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน ให้แก่ครู	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
38.	ผู้บริหารจัดชุมชนแห่งการเรียนรู้ทางวิชาชีพ (PLC) เกี่ยวกับการสอนตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกาย ในชั้นเรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้
39.	ผู้บริหารมีการสื่อสารทำความเข้าใจกับผู้ปกครอง ให้เห็นถึงประโยชน์ของการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ในชั้นเรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้

บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาบุรีรัมย์ เขต 1		ผู้เชี่ยวชาญ			IOC	แปล ผล
		1	2	3		
<b>5.บทบาทในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน (ต่อ)</b>						
40.	ผู้บริหารและครูสามารถกระตุ้นความสนใจในการเรียน และลดพฤติกรรมเนือยนิ่งจากการจัดการเรียนการสอน ตามแผนบูรณาการกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน	+ 1	+ 1	+ 1	1	ใช้ได้

ดัชนีความสอดคล้องของคำถามกับวัตถุประสงค์ (IOC) ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน  
แปลความหมาย ดังนี้

- + 1 ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่าสอดคล้อง
- 0 ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่าไม่แน่ใจ
- 1 ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่าไม่สอดคล้อง





ภาคผนวก จ

ผลการวิเคราะห์หาค่าความเที่ยง (Reliability)



แบบสอบถามเกี่ยวกับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้าน  
การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา มีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ .956

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.956	40



## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
policy1	140.67	288.299	.775	.953
policy2	140.40	283.421	.804	.953
policy3	139.30	298.148	.685	.954
policy4	140.30	295.390	.617	.955
policy5	140.33	298.092	.551	.955
policy6	141.03	286.309	.821	.953
policy7	140.53	288.809	.819	.953
policy8	140.90	289.817	.822	.953
people9	140.43	300.254	.609	.955
people10	140.03	303.275	.402	.956
people11	140.10	289.472	.706	.954
people12	139.07	308.616	.280	.956
people13	139.37	306.999	.310	.956
people14	140.13	305.154	.309	.956
people15	140.00	296.483	.613	.955
people16	140.33	297.678	.606	.955
program17	140.27	302.547	.479	.955
program18	140.37	298.378	.512	.955
program19	139.37	306.861	.317	.956
program20	140.67	301.402	.466	.955
program21	139.43	300.323	.606	.955
program22	140.30	295.390	.617	.955
program23	140.00	296.483	.613	.955
program24	140.67	295.609	.622	.955
place25	140.27	295.306	.700	.954
place26	139.33	304.575	.430	.956
place27	140.73	295.030	.781	.954
place28	139.33	302.575	.408	.956
place29	139.33	305.678	.336	.956
place30	139.33	300.506	.491	.955

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
place31	140.23	297.289	.620	.955
place32	140.73	295.030	.781	.954
classroom33	140.90	303.748	.533	.955
classroom34	140.73	287.995	.720	.954
classroom35	140.47	303.430	.464	.955
classroom36	140.63	305.413	.347	.956
classroom37	139.60	303.076	.545	.955
classroom38	140.50	299.707	.601	.955
classroom39	140.47	296.464	.635	.954
classroom40	140.30	302.493	.605	.955

ค่าความเที่ยงรายด้าน ประกอบด้วย

1. ด้านการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา เท่ากับ .918

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.918	8

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
policy1	23.57	22.185	.835	.898
policy2	23.30	21.114	.821	.900
policy3	22.20	25.614	.674	.913
policy4	23.20	24.786	.593	.918
policy5	23.23	25.289	.567	.920
policy6	23.93	22.271	.800	.901
policy7	23.43	23.220	.767	.905
policy8	23.80	23.269	.804	.902

2.ด้านการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย เท่ากับ .755

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.755	8

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
people9	27.33	9.264	.535	.716
people10	26.93	9.030	.506	.719
people11	27.00	7.793	.541	.714
people12	25.97	10.033	.460	.733
people13	26.27	10.133	.323	.749
people14	27.03	9.413	.381	.742
people15	26.90	9.403	.339	.752
people16	27.23	8.530	.600	.700



## 3.ด้านการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมทางกาย เท่ากับ .794

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.794	8

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
program17	25.57	11.289	.464	.777
program18	25.67	9.747	.638	.747
program19	24.67	11.678	.430	.782
program20	25.97	10.723	.519	.769
program21	24.73	11.444	.448	.779
program22	25.60	10.662	.433	.784
program23	25.30	10.217	.573	.759
program24	25.97	10.309	.523	.768



## 4.ด้านการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย เท่ากับ .808

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.808	8

( )

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
place25	27.33	9.057	.721	.754
place26	26.40	11.076	.361	.807
place27	27.80	9.545	.671	.765
place28	26.40	10.248	.426	.802
place29	26.40	10.800	.382	.805
place30	26.40	10.110	.459	.797
place31	27.30	9.941	.497	.791
place32	27.80	9.545	.671	.765



## 5.ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน เท่ากับ .834

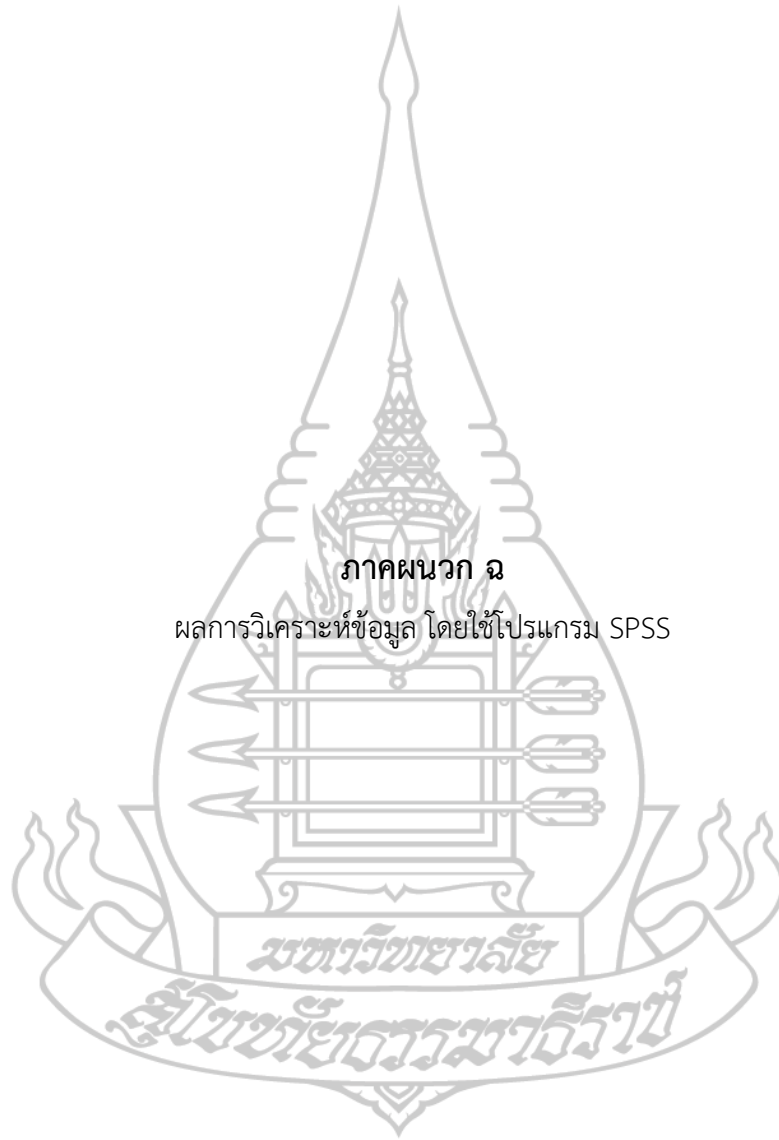
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.834	8

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
classroom33	23.67	10.506	.685	.805
classroom34	23.50	8.397	.625	.817
classroom35	23.23	10.461	.571	.814
classroom36	23.40	11.145	.352	.840
classroom37	22.37	10.585	.622	.810
classroom38	23.27	9.857	.684	.799
classroom39	23.23	9.771	.572	.814
classroom40	23.07	10.892	.557	.818





**ภาคผนวก ฉ**

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรม SPSS



## ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบบสอบถาม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ประสบการณ์ทำงาน และขนาดสถานศึกษา

ผู้ตอบแบบสอบถาม 123 คน

## Statistics

		sex	age	experience	size
N	Valid	123	123	123	123
	Missing	0	0	0	0

เพศ

## sex

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	61	49.6	49.6	49.6
	2	62	50.4	50.4	100.0
Total		123	100.0	100.0	

อายุ

## age

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	44	35.8	35.8	35.8
	2	60	48.8	48.8	84.6
	3	12	9.8	9.8	94.3
	4	7	5.7	5.7	100.0
Total		123	100.0	100.0	

## ประสบการณ์ในการทำงาน

## experience

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	37	30.1	30.1	30.1
	2	62	50.4	50.4	80.5
	3	13	10.6	10.6	91.1
	4	11	8.9	8.9	100.0
	Total	123	100.0	100.0	

## ขนาดสถานศึกษา

## size

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	72	58.5	58.5	58.5
	2	47	38.2	38.2	96.7
	3	2	1.6	1.6	98.4
	4	2	1.6	1.6	100.0
	Total	123	100.0	100.0	



ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการ  
พัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา

ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยภาพรวมรวม 5 ด้าน

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
policy	123	1.12	5.00	3.1209	.74588
people	123	2.12	4.62	3.5417	.48877
program	123	2.50	4.88	3.8831	.46213
place	123	2.50	4.88	4.0752	.51507
classroom	123	1.75	4.25	3.1159	.60926
Valid N (listwise)	123				

ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ด้านการกำหนดนโยบายส่งเสริมการเคลื่อนไหวในสถานศึกษา แยกเป็นรายชื่อ

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
policy1	123	1	5	3.34	.838
policy2	123	1	5	3.48	.843
policy3	123	1	5	3.94	.943
policy4	123	1	5	3.61	.938
policy5	123	1	5	3.00	.932
policy6	123	1	5	2.54	1.027
policy7	123	1	5	2.62	.979
policy8	123	1	5	2.44	.933
Valid N (listwise)	123				

ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน  
 ด้านการพัฒนาบุคลากรด้านการจัดกิจกรรมทางกาย แยกเป็นรายข้อ

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
people9	123	1	5	3.05	.818
people10	123	1	5	3.33	.844
people11	123	1	5	3.35	.914
people12	123	2	5	4.31	.703
people13	123	3	5	4.13	.614
people14	123	2	5	3.83	.698
people15	123	2	5	3.44	.748
people16	123	1	5	2.90	.773
Valid N (listwise)	123				

ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน  
 ด้านการพัฒนาแผนการจัดการจัดกิจกรรมทางกาย แยกเป็นรายข้อ

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
program17	123	1	5	3.22	.684
program18	123	1	5	3.46	.833
program19	123	3	5	4.32	.631
program20	123	2	5	3.89	.781
program21	123	2	5	4.22	.730
program22	123	2	5	4.23	.755
program23	123	4	5	4.84	.371
program24	123	1	5	2.89	.699
Valid N (listwise)	123				

ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน  
ด้านการพัฒนาพื้นที่ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย แยกเป็นรายข้อ

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
place25	123	2	5	3.65	.789
place26	123	2	5	4.15	.678
place27	123	3	5	4.62	.536
place28	123	3	5	4.46	.681
place29	123	3	5	4.36	.726
place30	123	3	5	4.54	.643
place31	123	1	5	3.94	.961
place32	123	1	5	2.87	.819
Valid N (listwise)	123				

ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน  
ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในชั้นเรียน แยกเป็นรายข้อ

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
classroom33	123	1	4	3.01	.815
classroom34	123	1	5	2.77	.998
classroom35	123	1	5	3.15	.800
classroom36	123	1	5	3.15	.800
classroom37	123	2	5	3.72	.730
classroom38	123	1	4	2.87	.724
classroom39	123	1	5	2.68	.881
classroom40	123	2	5	3.57	.831
Valid N (listwise)	123				

ผลการเปรียบเทียบบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา จำแนกตามขนาดสถานศึกษา

ระดับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา รวม 5 ด้าน

Descriptives

fourpc

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
1	72	3.3302	.47592	.05609	3.2184	3.4420	2.18	4.38
2	47	3.8452	.32095	.04681	3.7510	3.9394	3.20	4.58
3	2	3.9000	.10607	.07500	2.9470	4.8530	3.82	3.98
4	2	4.0125	.12374	.08750	2.9007	5.1243	3.92	4.10
Total	123	3.5474	.48832	.04403	3.4602	3.6345	2.18	4.58



ระดับบทบาทของผู้บริหารสถานศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนด้านการส่งเสริมกิจกรรม  
ทางกายในสถานศึกษา แยกเป็นรายด้าน

## Descriptives

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
						Lower Bound	Upper Bound		
policy	1	72	2.7812	.69510	.08192	2.6179	2.9446	1.12	4.12
	2	47	3.5904	.54029	.07881	3.4318	3.7491	2.38	5.00
	3	2	3.7500	.17678	.12500	2.1617	5.3383	3.62	3.88
	4	2	3.6875	.08839	.06250	2.8934	4.4816	3.62	3.75
	Total	123	3.1209	.74588	.06725	2.9878	3.2541	1.12	5.00
people	1	72	3.3889	.51584	.06079	3.2677	3.5101	2.12	4.62
	2	47	3.7340	.35606	.05194	3.6295	3.8386	3.00	4.38
	3	2	4.1250	.00000	.00000	4.1250	4.1250	4.12	4.12
	4	2	3.9375	.08839	.06250	3.1434	4.7316	3.88	4.00
	Total	123	3.5417	.48877	.04407	3.4544	3.6289	2.12	4.62
program	1	72	3.7031	.46176	.05442	3.5946	3.8116	2.50	4.75
	2	47	4.1356	.32222	.04700	4.0410	4.2302	3.50	4.88
	3	2	4.1875	.61872	.43750	-1.3715	9.7465	3.75	4.62
	4	2	4.1250	.35355	.25000	.9484	7.3016	3.88	4.38
	Total	123	3.8831	.46213	.04167	3.8006	3.9656	2.50	4.88
place	1	72	3.8837	.53377	.06291	3.7582	4.0091	2.50	4.88
	2	47	4.3644	.33867	.04940	4.2649	4.4638	3.62	4.88
	3	2	3.8750	.17678	.12500	2.2867	5.4633	3.75	4.00
	4	2	4.3750	.00000	.00000	4.3750	4.3750	4.38	4.38
	Total	123	4.0752	.51507	.04644	3.9833	4.1671	2.50	4.88
classroom	1	72	2.8941	.58316	.06873	2.7571	3.0311	1.75	4.00
	2	47	3.4016	.51071	.07449	3.2516	3.5515	2.38	4.25
	3	2	3.5625	.08839	.06250	2.7684	4.3566	3.50	3.62
	4	2	3.9375	.08839	.06250	3.1434	4.7316	3.88	4.00
	Total	123	3.1159	.60926	.05494	3.0071	3.2246	1.75	4.25

## ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว

จำแนกตามขนาดสถานศึกษา โดยภาพรวม

**ANOVA**

Four pc	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	8.246	3	2.749	15.691	.000
Within Groups	20.846	119	.175		
Total	29.092	122			

จำแนกตามขนาดสถานศึกษา แยกเป็นรายด้าน

**ANOVA**

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
policy	Between Groups	20.101	3	6.700	16.691	.000
	Within Groups	47.772	119	.401		
	Total	67.873	122			
people	Between Groups	4.414	3	1.471	7.079	.000
	Within Groups	24.732	119	.208		
	Total	29.146	122			
program	Between Groups	5.632	3	1.877	10.939	.000
	Within Groups	20.422	119	.172		
	Total	26.054	122			
place	Between Groups	6.831	3	2.277	10.611	.000
	Within Groups	25.536	119	.215		
	Total	32.367	122			
classroom	Between Groups	9.127	3	3.042	10.013	.000
	Within Groups	36.159	119	.304		
	Total	45.287	122			



## ผลการทดสอบรายคู่ด้วยวิธีของฟิชเชอร์ (Fisher's. Least Significant Difference: LSD)

ผลการเปรียบเทียบรายคู่จำแนกตามขนาดสถานศึกษา โดยภาพรวม

## Multiple Comparisons

Four pc

LSD

(i) size	(j) size	Mean Difference (i-j)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
1	2	-.51500 <sup>*</sup>	.07849	.000	-.6704	-.3596
	3	-.56979	.30004	.060	-.11639	.0243
	4	-.68229 <sup>*</sup>	.30004	.025	-.12764	-.0882
2	1	.51500 <sup>*</sup>	.07849	.000	.3596	.6704
	3	-.05479	.30218	.856	-.6531	.5436
	4	-.16729	.30218	.581	-.7656	.4311
3	1	.56979	.30004	.060	-.0243	1.1639
	2	.05479	.30218	.856	-.5436	.6531
	4	-.11250	.41854	.789	-.9413	.7163
4	1	.68229 <sup>*</sup>	.30004	.025	.0882	1.2764
	2	.16729	.30218	.581	-.4311	.7656
	3	.11250	.41854	.789	-.7163	.9413

\* The mean difference is significant at the 0.05 level.



ผลการเปรียบเทียบรายคู่จำแนกตามขนาดสถานศึกษา แยกเป็นรายด้าน

**Multiple Comparisons**

LSD

Dependent Variable	(I) size	(J) size	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
policy	1	2	-.80918 <sup>a</sup>	.11881	.000	-1.0444	-.5739
		3	-.96875 <sup>a</sup>	.45420	.035	-1.8681	-.0694
		4	-.90625 <sup>a</sup>	.45420	.048	-1.8056	-.0069
	2	1	.80918 <sup>a</sup>	.11881	.000	.5739	1.0444
		3	-.15957	.45745	.728	-1.0654	.7462
		4	-.09707	.45745	.832	-1.0029	.8087
	3	1	.96875 <sup>a</sup>	.45420	.035	.0694	1.8681
		2	.15957	.45745	.728	-.7462	1.0654
		4	.06250	.63360	.922	-1.1921	1.3171
	4	1	.90625 <sup>a</sup>	.45420	.048	.0069	1.8056
		2	.09707	.45745	.832	-.8087	1.0029
		3	-.06250	.63360	.922	-1.3171	1.1921
people	1	2	-.34515 <sup>a</sup>	.08549	.000	-.5144	-.1759
		3	-.73611 <sup>a</sup>	.32681	.026	-1.3832	-.0890
		4	-.54861	.32681	.096	-1.1957	.0985
	2	1	.34515 <sup>a</sup>	.08549	.000	.1759	.5144
		3	-.39096	.32915	.237	-1.0427	.2608
		4	-.20346	.32915	.538	-.8552	.4483
	3	1	.73611 <sup>a</sup>	.32681	.026	.0890	1.3832
		2	.39096	.32915	.237	-.2608	1.0427
		4	.18750	.45589	.682	-.7152	1.0902
	4	1	.54861	.32681	.096	-.0985	1.1957
		2	.20346	.32915	.538	-.4483	.8552
		3	-.18750	.45589	.682	-1.0902	.7152

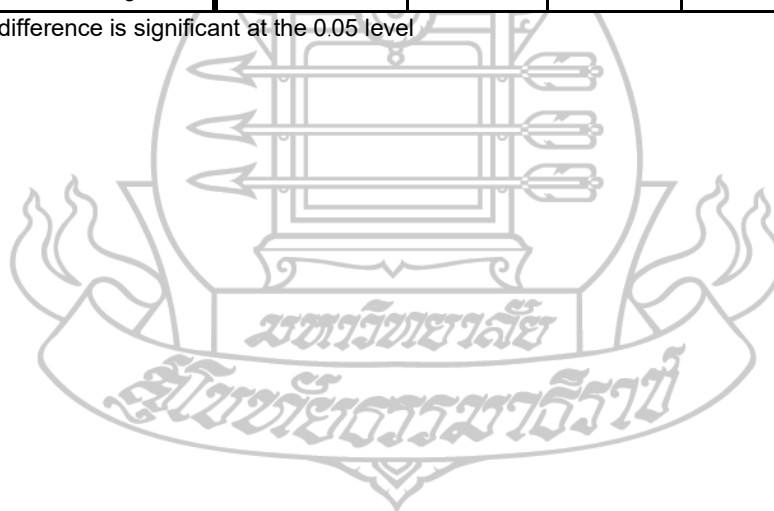
LSD

Dependent Variable	(I) size	(J) size	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
program	1	2	-.43251	.07769	.000	-.5863	-.2787
		3	-.48438	.29697	.106	-1.0724	.1037
		4	-.42188	.29697	.158	-1.0099	.1662
	2	1	.43251	.07769	.000	.2787	.5863
		3	-.05186	.29910	.863	-.6441	.5404
		4	.01064	.29910	.972	-.5816	.6029
	3	1	.48438	.29697	.106	-.1037	1.0724
		2	.05186	.29910	.863	-.5404	.6441
		4	.06250	.41427	.880	-.7578	.8828
	4	1	.42188	.29697	.158	-.1662	1.0099
		2	-.01064	.29910	.972	-.6029	.5816
		3	-.06250	.41427	.880	-.8828	.7578
place	1	2	-.48068	.08687	.000	-.6527	-.3087
		3	.00868	.33208	.979	-.6489	.6662
		4	-.49132	.33208	.142	-1.1489	.1662
	2	1	.48068	.08687	.000	.3087	.6527
		3	.48936	.33446	.146	-.1729	1.1516
		4	-.01064	.33446	.975	-.6729	.6516
	3	1	-.00868	.33208	.979	-.6662	.6489
		2	-.48936	.33446	.146	-1.1516	.1729
		4	-.50000	.46324	.283	-1.4173	.4173
	4	1	.49132	.33208	.142	-.1662	1.1489
		2	.01064	.33446	.975	-.6516	.6729
		3	.50000	.46324	.283	-.4173	1.4173

LSD

Dependent Variable	(I) size	(J) size	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
classroom	1	2	-.50750	.10337	.000	-.7122	-.3028
		3	-.66840	.39516	.093	-1.4509	.1140
		4	-1.04340	.39516	.009	-1.8259	-.2610
	2	1	.50750	.10337	.000	.3028	.7122
		3	-.16090	.39799	.687	-.9490	.6272
		4	-.53590	.39799	.181	-1.3240	.2522
	3	1	.66840	.39516	.093	-.1140	1.4509
		2	.16090	.39799	.687	-.6272	.9490
		4	-.37500	.55123	.498	-1.4665	.7165
	4	1	1.04340	.39516	.009	.2610	1.8259
		2	.53590	.39799	.181	-.2522	1.3240
		3	.37500	.55123	.498	-.7165	1.4665

\*. The mean difference is significant at the 0.05 level



## ประวัติผู้ศึกษา

ชื่อสกุล	นายถิรวิทย์ ชีซ่าง
วัน เดือน ปี เกิด	6 กรกฎาคม 2534
สถานที่เกิด	อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช
ที่อยู่ปัจจุบัน	145 หมู่ 7 ตำบลอ่างทอง อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี 70000
ประวัติการศึกษา	ปริญญาศึกษาศาสตรบัณฑิต (การจัดการเรียนรู้) เกียรตินิยมอันดับ 1 วิชาเอกพลศึกษาและสุขศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ปี พ.ศ.2558
ประวัติการทำงาน	ครู วิทยฐานะชำนาญการ

