

ผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่มีต่อความสามารถ  
ในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข  
จังหวัดนครราชสีมา

นางพัชรินทร์ เลาะครบุรี



การศึกษาค้นคว้าอิสระนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต  
แขนงวิชาหลักสูตรและการสอน สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

พ.ศ. 2560

The Effect of Movement and Rhythm with Games Activities on Gross  
Motor Ability of Preschool Children at Ban Don Sansuk School in  
Nakhon Ratchasima Province

Mrs. Phatcharin Lokhonburi



An Independent Study Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for  
the Degree of Master of Education in Curriculum and Instruction

School of Educational Studies  
Sukhothai Thammathirat Open University

2017

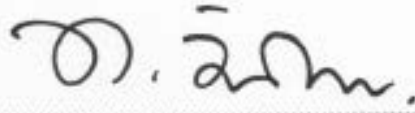
หัวข้อการศึกษาค้นคว้าอิสระ	ผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ที่มีต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข จังหวัดนครราชสีมา
ชื่อและนามสกุล	นางพัชรินทร์ เลาะครบุรี
แขนงวิชา	หลักสูตรและการสอน
สาขาวิชา	ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
อาจารย์ที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วัฒนา มัคคสมัน

การศึกษาค้นคว้าอิสระนี้ ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 8 สิงหาคม 2561

คณะกรรมการสอบการศึกษาค้นคว้าอิสระ

  
..... ประธานกรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วัฒนา มัคคสมัน)

  
..... กรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ ดร.จรีลักษณ์ รัตนาพันธ์)

  
.....  
(รองศาสตราจารย์ ดร.ทวีวัฒน์ วัฒนกุลเจริญ)  
ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

**ชื่อการศึกษาค้นคว้าอิสระ** ผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่มีต่อ  
ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย  
โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข จังหวัดนครราชสีมา

**ผู้ศึกษา** นางพัชรินทร์ เลาะครบุรี **รหัสนักศึกษา** 2542101585 **ปริญญา** ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต  
(หลักสูตรและการสอน) **อาจารย์ที่ปรึกษา** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วัฒนา มัคคสมัน  
**ปีการศึกษา** 2560

### บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

กลุ่มตัวอย่าง คือ เด็กปฐมวัย อายุระหว่าง 4-5 ปี จำนวน 12 คน ที่ศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข จังหวัดนครราชสีมา ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 ได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ (1) คู่มือการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม และ (2) แบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบสัญลักษณ์

ผลการวิจัยปรากฏว่า ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย หลังจากการได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมสูงกว่าความสามารถดังกล่าวก่อนการจัดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**คำสำคัญ** กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่  
เด็กปฐมวัย

**Independent Study title:** The Effect of Movement and Rhythm with Games Activities on Gross Motor Ability of Preschool Children at Ban Don Sansuk School in Nakhon Ratchasima Province

**Author:** Mrs. Phatcharin Lokhonburi; **ID:** 2542101585;

**Degree:** Master of Education (Curriculum and Instruction);

**Independent Study advisor:** Dr. Wattana Makkasman, Assistant Professor;

**Academic year:** 2017

### Abstract

The purpose of this research was to compare gross motor abilities of preschool children before and after taking part in movement and rhythm with games activities.

The research sample comprised 12 preschool children, 4-5 years old, who were studying in the second kindergarten level during the first semester of the 2018 academic year at Ban Don Sansuk School in Nakhon Ratchasima province, obtained by cluster sampling. The employed research instruments were (1) a handbook for organizing movement and rhythm with games activities, and (2) an assessment form on gross motor ability. Statistics employed for data analysis was the sign test.

Research findings showed that the post-experiment gross motor ability of preschool children after taking part in rhythmic and movement activities with games was higher than their pre-experiment counterpart ability at the .01 level of statistical significance.

**Keywords:** Movement and rhythm with games activities, Gross motor ability, Preschool children

## กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาค้นคว้าอิสระฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาเป็นอย่างยิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วัฒนา มัคคสมัน อาจารย์ที่ปรึกษา วิชาเอกปฐมวัยศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ที่ได้ให้คำปรึกษาและแนะนำ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ มา โดยตลอด ทำให้การศึกษาค้นคว้าอิสระสำเร็จไปด้วยดี ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณ อาจารย์วิษญาพร อ่อนปุย อาจารย์ประจำสาขาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ นางปัทมพร สุรกีจวรร ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครราชสีมา เขต 2 และนางพิมพา เล็งไธสง ครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนบ้านบุไผ่ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครราชสีมา เขต 3 ที่ได้ให้คำแนะนำ ตรวจสอบแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณ ท่านผู้อำนวยการโรจน์ชวิน วีรภัทรชยงกูร ที่สนับสนุน รวมทั้งคณะครู และบุคลากรโรงเรียนบ้านดอนแสนสุขทุกท่าน และครอบครัวที่ให้กำลังใจเป็นแรงผลักดันในการศึกษาครั้งนี้จนสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

นอกจากนี้ขอขอบคุณ คณาจารย์ในสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช เพื่อน นักศึกษาปริญญาโท วิชาเอกปฐมวัยศึกษา และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่าน ที่กรุณาให้การช่วยเหลือจนการศึกษาค้นคว้าอิสระครั้งนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

พัชรินทร์ เลาะครบุรี

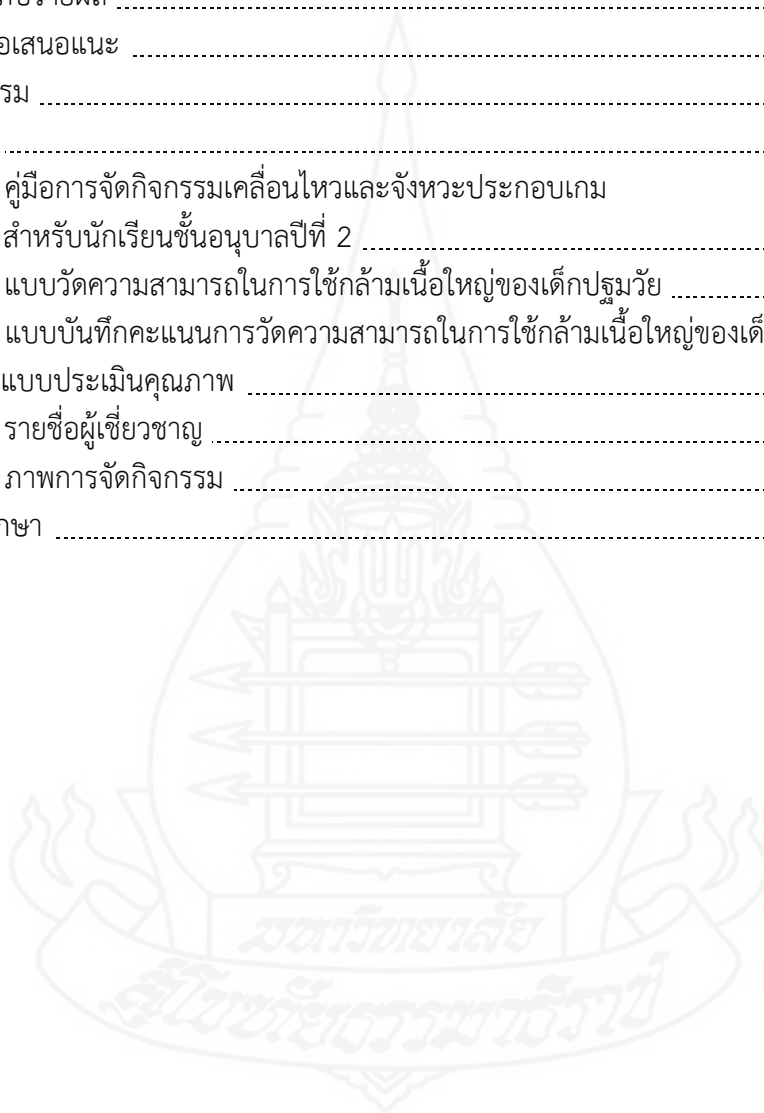
กรกฎาคม 2561

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย .....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	จ
กิตติกรรมประกาศ .....	ฉ
สารบัญตาราง .....	ฅ
สารบัญภาพ .....	ญ
บทที่ 1 บทนำ .....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย .....	3
สมมติฐานการวิจัย .....	3
ขอบเขตการวิจัย .....	3
นิยามศัพท์เฉพาะ .....	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	5
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง .....	6
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ สำหรับเด็กปฐมวัย .....	7
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเกมสำหรับเด็กปฐมวัย .....	18
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ของเด็กปฐมวัย .....	31
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย .....	41
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	41
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	41
การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	41
การเก็บรวบรวมข้อมูล .....	49
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	50
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	51
ตอนที่ 1 การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โดยภาพรวมก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและ จังหวะประกอบเกม .....	51
ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย รายด้านก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม .....	52

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	56
สรุปการวิจัย .....	56
อภิปรายผล .....	57
ข้อเสนอแนะ .....	61
บรรณานุกรม .....	62
ภาคผนวก .....	66
ก คู่มือการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม สำหรับนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 2 .....	67
ข แบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย .....	79
ค แบบบันทึกคะแนนการวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย .....	85
ง แบบประเมินคุณภาพ .....	87
จ รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ .....	92
ฉ ภาพการจัดกิจกรรม .....	97
ประวัติผู้ศึกษา .....	103





สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1	ระดับพัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวร่างกายของเด็กปฐมวัย ..... 34
ตารางที่ 3.1	แสดงหลักการและแนวทางในการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ของเด็กปฐมวัย หลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ สำหรับเด็กปฐมวัย หลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็ก ปฐมวัย และหลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและ จังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ของเด็กปฐมวัย ..... 44
ตารางที่ 3.2	แสดงการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ..... 49
ตารางที่ 4.1	การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โดยภาพรวมก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม (คะแนนเต็ม 12 คะแนน) ..... 51
ตารางที่ 4.2	การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้านการเดิน ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม (คะแนนเต็ม 3 คะแนน) ..... 52
ตารางที่ 4.3	การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้านการวิ่ง ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม (คะแนนเต็ม 3 คะแนน) ..... 53
ตารางที่ 4.4	การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้านการกระโดด ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและ จังหวะประกอบเกม (คะแนนเต็ม 3 คะแนน) ..... 54
ตารางที่ 4.5	การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้านการรับลูกบอล ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและ จังหวะประกอบเกม (คะแนนเต็ม 3 คะแนน) ..... 55

ญ

## สารบัญภาพ

ภาพที่ 2.1	แผนภูมิการจำแนกเกมตามระดับอุปกรณ์ที่ใช้ .....	หน้า 22
------------	-----------------------------------------------	---------



# บทที่ 1

## บทนำ

### 1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การศึกษา เป็นกระบวนการเรียนรู้เพื่อความเจริญงอกงามของบุคคลและสังคมโดยการถ่ายทอดความรู้ การฝึก การอบรม การสืบสานทางวัฒนธรรม การสร้างสรรค์จรรโลงความก้าวหน้าทางวิชาการ การสร้างองค์ความรู้ขึ้นเกิดจากการจัดสภาพแวดล้อม สังคมการเรียนรู้ และปัจจัยเกื้อหนุนให้บุคคลเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2542, น. 2)

การศึกษาปฐมวัย คือ หัวใจของการพัฒนาคน เนื่องจากมีหลักฐานทางวิชาการที่บ่งบอกว่าช่วงวัยแรกของมนุษย์มีความสำคัญต่อการพัฒนามนุษย์ทุกด้าน ทั้งด้านอารมณ์ สังคม สติปัญญา และด้านร่างกาย คนจะเป็นอย่างไรในอนาคตขึ้นอยู่กับการวางรากฐานชีวิตในช่วงนั้น (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2556, น.1)

กล้ามเนื้อใหญ่ นับว่าเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการพัฒนาการด้านร่างกายของเด็ก เพราะโดยธรรมชาติของเด็กชอบการเคลื่อนไหวมาตั้งแต่เกิดโดยไม่ได้รับการฝึกหัด เช่น การเดินไปมา การไขว่คว้า กิจกรรมการเคลื่อนไหวจะซับซ้อนเมื่อเจริญเติบโตขึ้น การเคลื่อนไหวร่างกายของเด็กจะเริ่มจากศีรษะไปยังส่วนเท้า จากลำตัวไปยังแขน มือ และนิ้ว จากสะโพกไปขาจนกระทั่งถึงปลายเท้า การทำงานของกล้ามเนื้อใหญ่นี้จะนำไปสู่การควบคุมการทำงานของกล้ามเนื้อ จะเป็นผลไปสู่พื้นฐานทางการเรียนรู้ขั้นต่อไป ในวัยเด็กไม่สามารถควบคุมร่างกายให้อยู่นิ่งได้ เด็กจึงต้องมีการแสดงพฤติกรรมที่เป็นการเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา เช่น การเดิน วิ่ง กระโดด ฯลฯ จากกิจกรรมต่างๆ ที่เด็กเคลื่อนไหว นั้นมักจะใช้กล้ามเนื้อแขน ขา ลำตัว ซึ่งความสามารถในการควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายซึ่งจำเป็นต้องอาศัยการทำงานของระบบกล้ามเนื้อใหญ่ (พระครู พิพัฒน์กิตติสุนทร, 2553, น. 2) และ จุฑารัตน์ ทาระวรรณ (2551, น. 4) ได้กล่าวถึง ความหมายของความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ ว่าหมายถึง ความสามารถในการเคลื่อนไหวร่างกาย ในส่วนของกล้ามเนื้อใหญ่ ได้แก่ แขน ขา ในการยืน เดิน วิ่ง กระโดด รับลูกบอล โยนลูกบอล ซึ่งความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่มีความสำคัญมาก ต่อเด็ก คือ เด็กที่สามารถเคลื่อนไหวกล้ามเนื้อมัดใหญ่ แขน ขา ลำตัว จะทำให้สามารถเคลื่อนไหว และทรงตัวได้ดี

นงพะงา ลิมสุวรรณ (2558, น. 1) กล่าวว่า ช่วงอายุ 3-6 ปี เด็กๆ มักไปเข้าโรงเรียนอนุบาล เพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับไปเรียนจริงๆ ในชั้นประถมศึกษา จุดประสงค์ของการให้เด็กไปโรงเรียนอนุบาล ไม่ใช่ให้ไปเล่าเรียนเขียนอ่านหนังสือเป็นหลัก แต่ควรเป็นการหัดเด็กให้เริ่มออกไปใช้ชีวิตสังคมนอกบ้านบ้าง การเข้ากลุ่มทำกิจกรรมเพื่อพัฒนาร่างกายและสมองด้านต่างๆ เช่นกล้ามเนื้อใหญ่ เป็นต้น นอกจากนี้ นิตยา ตรีพรหม (2551: น.1-2) ได้กล่าวว่า ครูควรส่งเสริมให้เด็กได้ทำกิจกรรมหลากหลาย เช่น กิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะ เพราะกิจกรรม

ดังกล่าวทำให้เด็กได้พัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ ส่วนการเล่นในรูปแบบต่างๆ ทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ และการเล่นมักจะเกิดจากความสมัครใจของเด็กๆ ยิ่งการเล่นนั้น ถ้ามีอุปสรรคและสิ่งกีดขวาง จะทำให้เด็กเกิดทักษะ และเกิดการเรียนรู้ ประโยชน์ที่เกิดกับเด็กนี้จะเป็นองค์ประกอบสำคัญนำไปสู่ความพร้อมทางด้านร่างกาย และมีผลต่อความคล่องแคล่วของกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

แนวทางในการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ได้แก่ การเล่นกลางแจ้ง การเล่นในร่ม การออกกำลังกาย และการเคลื่อนไหวร่างกาย การเคลื่อนไหวร่างกาย (physical movement) เป็นทักษะพื้นฐานการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย เป็นการสร้างและพัฒนาให้เด็กตระหนักในหน้าที่ของร่างกาย สามารถควบคุมการใช้งานของส่วนต่างๆ ของร่างกาย ให้สัมพันธ์กันอย่างถูกจังหวะเวลา การเคลื่อนไหวร่างกายประกอบด้วย การควบคุมการทรงตัว การควบคุมการใช้กล้ามเนื้อแขน/ขา และการตระหนักในการเคลื่อนไหว ในระดับปฐมวัยกิจกรรมที่จะส่งเสริมและพัฒนากล้ามเนื้อเคลื่อนไหวร่างกาย เช่น การเคลื่อนไหวประกอบจังหวะ (สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์ และคณะ, 2551, น. 32-37 อ้างถึงใน จุฑารัตน์ ทาระวรรณ, 2551, น. 15-16)

กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะ เป็นกิจกรรมที่เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย ทั้งกล้ามเนื้อเล็กและกล้ามเนื้อใหญ่ในลักษณะต่างๆ อย่างอิสระ โดยมีจังหวะเป็นตัวช่วยในการเคลื่อนไหว เป็นการแสดงออกที่เด็กได้พัฒนาความสามารถของตนเองอย่างมีความสุข (เยาวเรศ ชนวนกุล, 2556, น. 7) นอกจากนี้กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะยังมีจุดมุ่งหมาย เพื่อเป็นการเสริมสร้างและพัฒนาทุกส่วน เพราะในขณะที่เด็กมีการเคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกายจะทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง และเป็นการเสริมสร้างการทำงานประสานกันระหว่างกล้ามเนื้อต่างๆ จะทำให้เป็นคนคล่องแคล่วว่องไว มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ที่สำคัญเป็นการพัฒนาทางด้านกล้ามเนื้อใหญ่ แขน ขา ลำตัว ส่วนต่างๆ ของร่างกาย ทำให้ร่างกายมีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ทรงตัว อ่อนตัว เป็นต้น (ภรณ์ คุรุรัตน์, 2535, น. 21 อ้างถึงใน พระครู พิพัฒนภิตติสุนทร, 2553, น. 10)

ลักณะ เสนอฤทธิ์ ( 2551, น. 25 ) กล่าวว่า เกม คือสิ่งที่ทำให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน ช่วยฝึกทักษะต่างๆ เพราะเกมเป็นกิจกรรมที่นักเรียนกระทำด้วยตนเอง เด็กได้เรียนรู้จากประสบการณ์ตรง ในการเล่นอาจมีผู้เล่น 2 คน หรือมากกว่า 2 คน ก็ได้ ในการนำเกมมาใช้สำหรับการเรียนการสอนทำได้หลายวิธี อาจมีการแข่งขันหรือไม่ก็ได้แต่ต้องมีกติกาการเล่นที่กำหนดไว้ แต่ไม่ต้องมีกฎระเบียบมากนัก สามารถใช้ในการจูงใจนักเรียน ผ่อนคลายความเครียด อีกทั้งยังส่งเสริมพัฒนาการทั้งในด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา นอกจากนี้ วรรณ อินทร์ทรัพย์ (2556, น. 35) ยังกล่าวว่า เกมเป็นสื่อและกิจกรรมที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับเด็กปฐมวัย ซึ่งช่วยในการส่งเสริมพัฒนาการทุกด้านให้กับเด็กได้เป็นอย่างดี พัฒนาการนั้นจะเกิดขึ้นอย่างค่อยเป็นค่อยไป และการเรียนรู้อย่างไม่รู้สีกตัว

กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม คือ กิจกรรมที่จัดให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างอิสระตามจังหวะประกอบเกม ซึ่งเป็นกิจกรรมเกมการเล่นที่มีวัตถุประสงค์ภายใต้ กฎ กติกาและมีวิธีดำเนินกิจกรรมการเล่นอย่างเป็นระบบไม่ซับซ้อนซึ่งเหมาะสมกับวัยและวุฒิภาวะ ทำให้ผู้เล่นเกิดความสนุกสนาน และเป็นเกมที่ช่วยส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาว่าการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหว และจังหวะประกอบเกมจะสามารถส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กได้หรือไม่ ซึ่งการศึกษาในครั้งนี้จะเป็นข้อมูลสำคัญสำหรับครู พ่อ แม่ ผู้ปกครอง และผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กปฐมวัยได้เลือกใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ให้กับเด็กปฐมวัยได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

## 2. วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

## 3. สมมติฐานการวิจัย

ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยหลังได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมสูงขึ้นกว่าก่อนได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

## 4. ขอบเขตการวิจัย

### 4.1 ประชากร

**4.1.1 ประชากร** ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ เด็กปฐมวัย อายุระหว่าง 4 - 5 ปี ชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข จังหวัดนครราชสีมา

**4.2 เนื้อหา** คือ กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

**4.3 ระยะเวลา** การศึกษาครั้งนี้ดำเนินการวิจัยในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 ถึงภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 ทำการทดลองในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561

### 4.4 ตัวแปรที่ศึกษา

**4.4.1 ตัวแปรต้น** ได้แก่ กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

**4.4.2 ตัวแปรตาม** ได้แก่ ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

## 5. นิยามศัพท์เฉพาะ

**5.1 ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย** หมายถึง ความสามารถในการบังคับควบคุมการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ แขน ขา ลำตัว บ่า ไหล่ ซึ่งแสดงออกด้วยพฤติกรรมดังต่อไปนี้ การเดิน การวิ่ง การกระโดด การรับลูกบอล อย่างมีความสัมพันธ์กันในระหว่างทำกิจกรรมนั้นๆ ซึ่งสามารถวัดได้ด้วยแบบทดสอบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ จำนวน 4 ด้าน คือ

ด้านที่ 1 การเดิน วัดโดยการเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขน

ด้านที่ 2 การวิ่ง วัดโดยการวิ่งกลับตัวเปลี่ยนทิศทาง

ด้านที่ 3 การกระโดด วัดโดยการกระโดดขาเดียวอยู่กับที่โดยไม่เสียการทรงตัว

ด้านที่ 4 การรับลูกบอล วัดโดยการรับลูกบอลโดยใช้มือทั้งสองข้าง

**5.2 กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย** หมายถึง กิจกรรมที่จัดให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างอิสระโดยสัมพันธ์กับจังหวะ ใช้ร่างกายทั้งกล้ามเนื้อเล็กและกล้ามเนื้อใหญ่ เพื่อพัฒนาความสามารถในด้านต่างๆ

**5.3 เกม** หมายถึง กิจกรรมการเล่นที่มีวัตถุประสงค์ ภายใต้อรรถกถาของการเล่นและมีวิธีดำเนินกิจกรรมการเล่นอย่างเป็นระบบไม่ซับซ้อนซึ่งเหมาะสมกับวัยและวุฒิภาวะ ทำให้ผู้เล่นเกิดความสุขสนุกสนาน ช่วยฝึกทักษะต่างๆ รวมถึงการส่งเสริมความพร้อมให้ผู้เล่น ส่งผลให้เกิดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ได้

**5.4 กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม** หมายถึง กิจกรรมที่จัดให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างอิสระตามจังหวะประกอบเกม ซึ่งเป็นกิจกรรมเกมการเล่นที่มีวัตถุประสงค์ ภายใต้อรรถกถาและมีวิธีดำเนินกิจกรรมการเล่นอย่างเป็นระบบไม่ซับซ้อนซึ่งเหมาะสมกับวัยและวุฒิภาวะ ทำให้ผู้เล่นเกิดความสุขสนุกสนาน และเป็นเกมที่ช่วยส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย มีขั้นตอนดังนี้

#### 5.4.1 ขั้นตอนร่างกาย

1) เตรียมความพร้อมร่างกายเด็กก่อนทำกิจกรรม อบอุ่นร่างกายในท่าทางการเคลื่อนไหวตามที่ครูกำหนด

2) นัดหมายสัญญาณให้เด็กฟังสัญญาณจังหวะในการเคลื่อนไหว

3) ให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายไปรอบๆ บริเวณ อย่างอิสระ ตามจังหวะที่ครูเคาะในทิศทางต่างๆ

#### 5.4.2 ขั้นตอนกิจกรรม

4) ครูบอกชื่อเกมแก่เด็ก

5) ครูอธิบายวิธีการเล่นเกมให้เด็กฟัง

6) ครูสาธิตกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมให้เด็กดู

7) ครูชวนเด็กๆ เล่นเกมไปพร้อมๆ กัน

8) เด็กๆ ร่วมกันเล่นเกมและเล่นซ้ำอีก 2-3 รอบ

9) ขณะที่เด็กเคลื่อนไหว ครูกระตุ้นและให้กำลังใจ โดยการกล่าวชมเชยและตบมือ

#### 5.4.3 ขั้นสรุป

10) ให้เด็กร้องพ่อนคลายในท่าที่สบายภายในห้องเรียนพร้อมฟังเพลงเบาๆ

11) เด็กและครูร่วมกันสนทนาถึงเกมที่เล่นร่วมกัน

## 6. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

6.1 เด็กได้รับการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ทำให้ร่างกายมีความแข็งแรง ว่องไว นำไปสู่การทำกิจกรรมต่างๆ ได้อย่างคล่องแคล่ว

6.2 ครูและผู้ที่เกี่ยวข้องได้มีแนวทางในการจัดประสบการณ์เพื่อส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

6.3 พ่อแม่ผู้ปกครองมีแนวทางในการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยขณะอยู่ที่บ้าน



## บทที่ 2

### วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาเรื่องผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่มีต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข จังหวัดนครราชสีมา ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

#### 1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็ก

ปฐมวัย

1.1 ความหมายและความสำคัญของกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็ก

ปฐมวัย

1.2 แนวคิด ทฤษฎี ที่เกี่ยวกับกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย

1.3 ลักษณะและองค์ประกอบของกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย

1.4 การจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย

1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย

#### 2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเกมสำหรับเด็กปฐมวัย

2.1 ความหมาย ความสำคัญ และวัตถุประสงค์ของเกมสำหรับเด็กปฐมวัย

2.2 ประเภทของเกมสำหรับเด็กปฐมวัย

2.3 การคัดเลือกเกมสำหรับเด็กปฐมวัย

2.4 การจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็กปฐมวัย

2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเกมสำหรับเด็กปฐมวัย

#### 3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็ก

ปฐมวัย

3.1 ความหมายและความสำคัญของความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็ก

ปฐมวัย

3.2 พัฒนาการของความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

3.3 การส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

3.4 การประเมินความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

3.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย



## 1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย

### 1.1 ความหมายและความสำคัญของกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย

#### 1.1.1 ความหมายของกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า มีนักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายของกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย ไว้ดังนี้

สุนันทา แดงนาวงษ์ (2550, น. 15) ให้ความหมายของการเคลื่อนไหวและจังหวะว่า หมายถึง กิจกรรมที่ร่างกายได้เคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกายให้สัมพันธ์กับจังหวะและเสียงเพลงอย่างอิสระ โดยใช้ร่างกายเป็นสื่อในการแสดงออกทางอารมณ์และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ในช่วงที่มีการเคลื่อนไหวที่

ริตกร อินานันท์ (2552, น. 13) ได้ให้ความหมายกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะไว้ว่า กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะ หมายถึง กิจกรรมที่เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายอย่างอิสระตามเสียงเพลง และจังหวะ โดยใช้ร่างกายของตนเองเป็นสื่อในการแสดงออกทางอารมณ์ และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ อย่างมีความสุข และสนุกสนาน

ดอกไม้ สุริโย (2554, น. 44) ให้ความหมายไว้ว่า กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะ หมายถึง กิจกรรมที่ช่วยให้เด็กพัฒนาทักษะร่างกายและจิตใจ โดยมีปฏิริยาตอบสนองต่อเสียงดนตรี เพลง จังหวะ หรืออุปกรณ์ต่าง ๆ โดยการแสดงท่าทางหรือเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายได้อย่างอิสระ มีการแสดงทางอารมณ์ การจินตนาการและความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

เยาวเรศ ธนวนกุล (2556, น. 7) สรุปว่า กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะ หมายถึง กิจกรรมที่เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ทั้งกล้ามเนื้อเล็กและกล้ามเนื้อใหญ่ในลักษณะต่าง ๆ อย่างอิสระ โดยมีจังหวะเป็นตัวช่วยในการเคลื่อนไหว เป็นการแสดงออกที่เด็กได้พัฒนาความสามารถของตนเองอย่างมีความสุข

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย หมายถึงกิจกรรมที่จัดให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างอิสระโดยสัมพันธ์กับจังหวะ ใช้ร่างกายทั้งกล้ามเนื้อเล็กและกล้ามเนื้อใหญ่ เพื่อพัฒนาความสามารถในด้านต่างๆ

#### 1.1.2 ความสำคัญของกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย

ไพเราะ พุ่มมัน (2544, น. 18 อ้างถึงใน สุนันทา แดงนาวงษ์, 2550, น. 21-22) กล่าวถึง ความสำคัญของการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะ ไว้ 7 ประการ คือ

1. เด็กได้เคลื่อนไหวออกกำลังกายเป็นการพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่
2. ฝึกการจำและปฏิบัติตามคำสั่งได้
3. แสดงออกตามความหมายด้วยท่าทางได้
4. เด็กเกิดจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์
5. ฝึกให้เด็กมีระเบียบวินัย
6. ให้เด็กเรียนรู้จังหวะและการฟัง

7. ฝึกการเป็นผู้นำและผู้ตามแก่เด็ก การปฏิบัติตามคำสั่งและสัญญาณินิตยา ศรีมกุฎพันธ์ (2548, น. 120) ได้กล่าวถึง ความสำคัญของการเคลื่อนไหวของเด็กปฐมวัยไว้ว่า การเคลื่อนไหวของเด็กปฐมวัยเป็นการนำไปสู่การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาทางสมอง หรือสติปัญญา และความคิดสร้างสรรค์ โดยอาศัยการเคลื่อนไหวทางร่างกาย ซึ่งเป็นผลต่อการพัฒนากล้ามเนื้อต่างๆ ให้มีความสัมพันธ์ประสานกันอย่างคล่องแคล่ว มีท่วงท่าในการเคลื่อนไหวที่สง่างาม เกิดความมั่นใจ ก่อให้เกิดบุคลิกภาพที่ดี มีพัฒนาการทางอารมณ์และสังคมอันเหมาะสม

นอกจากนี้ พระครูพิพัฒนภิตติสุนทร (2553, น. 10) กล่าวว่า กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะมีความสำคัญต่อเด็กปฐมวัย เพราะเป็นการพัฒนาทักษะกลไกของร่างกาย รวมถึงการควบคุมอวัยวะของร่างกายในส่วนต่างๆ ช่วยในการทรงตัว และประสานสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อใหญ่และเล็กได้ดี พร้อมทั้งจะนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีชีวิตอย่างมีความสุขสมบูรณ์ในสังคม เป็นการผ่อนคลายความตึงเครียดของร่างกาย และจิตใจได้ดี

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อเด็กปฐมวัย เป็นกิจกรรมที่สามารถส่งเสริมพัฒนาการของเด็กในทุกด้าน ทำให้เด็กได้ผ่อนคลายทั้งทางร่างกายและจิตใจ รวมถึงเมื่อเด็กได้เคลื่อนไหวร่างกาย ก็จะส่งผลต่อการพัฒนากล้ามเนื้อต่างๆ

## 1.2 แนวคิด ทฤษฎี ที่เกี่ยวกับกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย

จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย สามารถสรุปได้ ดังนี้

**1.2.1 ทฤษฎีการเรียนรู้ของธอร์นไดค์** ทิศนา แคมณี (2545, น. 51 อ้างถึงใน ดอกไม้ สุริโย, 2554, น. 45) ธอร์นไดค์ได้ศึกษาถึงการเรียนรู้ที่เรียกว่า Thorndike's Law of Learning ซึ่งเน้นการเรียนรู้ที่สำคัญด้วยกฎ 3 ประการ ได้แก่

1. กฎแห่งความพร้อม (Law of Readiness) การเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อเด็กมีความพร้อมทั้งกายและใจเกี่ยวกับร่างกาย (Physical) เพื่อเป็นการเตรียมการใช้กล้ามเนื้อและระบบประสาทให้สัมพันธ์กัน (Co - ordition) เพื่อเป็นการฝึกทักษะเกี่ยวกับทางจิตใจ (Mental) เป็นความพร้อมทางด้านสมองหรือสติปัญญา และควรคำนึงถึงความพร้อมในวัยต่าง ๆ ด้วยว่ามีความแตกต่างกันอย่างไร เมื่อเด็กมีความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจจะส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ที่ดี

2. กฎแห่งการฝึกหัด (Law of Exercise) เด็กจะเรียนรู้จากการกระทำซ้ำ ๆ กันหลาย ๆ ครั้งนั่นเอง เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวและจังหวะเด็กจะเกิดทักษะในแบบต่าง ๆ ซึ่งทำให้ระบบประสาทและกล้ามเนื้อทำงานสัมพันธ์กันดี

3. กฎแห่งผล (Law of Effect) เด็กจะเรียนรู้ได้ดีขึ้นถ้าผลของการกระทำนั้นเป็นไปในทางบวกหรือทางที่ดี ซึ่งจะทำให้เด็กเกิดความสนใจ เกิดทักษะ ทำให้เด็กมีความสนุกสนานและมีความพอใจ

**1.2.2 ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของพือาเจท์** ธนูทอง ศรีทองม้วน (2538, น. 39 อ้างถึงใน ยาวเรศ ธนวนกุล, 2552, น. 12) ที่เชื่อว่า การให้เด็กได้สัมผัสวัตถุต่าง ๆ จะส่งเสริมให้เด็กเกิดการเรียนรู้ได้ โดยเฉพาะในเด็กปฐมวัย ซึ่งอาศัยการรับรู้เป็นสื่อในการกระตุ้นความคิด เด็กจำเป็นต้องมีโอกาสได้เคลื่อนไหวและสัมผัสสิ่งต่าง ๆ ทฤษฎีนี้มีประโยชน์ในการจัดเนื้อหาและกิจกรรมทางการเคลื่อนไหว โดยให้เด็กสัมผัสกับวัตถุต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัว ซึ่งจะช่วยให้เด็กเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ

**1.2.3 ทฤษฎีพัฒนาการด้านร่างกายของกิลเฮลล์** เบญจมาศ หาญกล้า (2548, น. 29 อ้างถึงใน เยาวเรศ ธนวนกุล, 2556, น. 13-14) กล่าวว่า พัฒนาการด้านร่างกายเป็นการเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัดเจนโดยเฉพาะในวัยทารก พัฒนาการด้านร่างกายจะปรากฏในรูปของความสามารถในการใช้อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายได้ชัดเจนขึ้น โดยแบ่งพฤติกรรมที่แสดงออก 4 ด้าน คือ

1. พฤติกรรมด้านการเคลื่อนไหว ได้แก่ ความสามารถทางด้านร่างกายในการเคลื่อนไหว เป็นความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ พฤติกรรมส่วนนี้เกี่ยวกับการเจริญของระบบประสาทส่วนกลาง เช่น ความสามารถในการยืน การเดิน การนั่ง การคืบ การคลาน การคว่ำ การกระโดด เป็นต้น

2. พฤติกรรมด้านการปรับตัว เป็นพฤติกรรมเกี่ยวกับการประสานระหว่างการใช้มือและตา การถือวัตถุ การสำรวจ และการจัดกระทำกับวัตถุ เช่น การจัดกล่องลูกบาศก์ การวาดภาพ เป็นต้น

3. พฤติกรรมด้านการสื่อสาร การแสดงออกทางใบหน้า การใช้อวัยวะต่าง ๆ เช่น มือหรือศีรษะถ่ายทอดความคิด การออกเสียง การใช้ภาษาพูด รวมทั้งความเข้าใจจากการสื่อสารของผู้อื่น

4. พฤติกรรมทางด้านสังคมและส่วนตัว เกี่ยวข้องกับการตอบสนองของเด็กต่อบุคคลอื่นในด้านวัฒนธรรมและสังคม แบบของพฤติกรรมในกลุ่มนี้ เช่น การเลี้ยงดู การฝึกขับถ่าย การยิ้ม การตอบสนองต่อวัตถุบางอย่าง เช่น กระจกเงา เป็นต้น

จากแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัยดังกล่าว สรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมควรคำนึงถึงพัฒนาการและความพร้อมทางร่างกายและจิตใจ ในการพัฒนาการเคลื่อนไหวและจังหวะ เด็กจะเรียนรู้ เมื่อเด็กมีความพร้อม ซึ่งเกิดจากการฝึกหัด และทำซ้ำเรื่อยๆ จนทำให้เกิดทักษะที่ดี ส่งผลต่อระบบกล้ามเนื้อที่แข็งแรง

### **1.3 ลักษณะและองค์ประกอบของกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย**

**1.3.1 ลักษณะของกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย** จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพอสรุปได้ว่า ลักษณะของกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย มีดังต่อไปนี้

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา (2561, น. 65-66) กล่าวถึงรูปแบบการเคลื่อนไหว มีดังนี้

1. การเคลื่อนไหวพื้นฐาน เป็นกิจกรรมที่ต้องฝึกทุกครั้งก่อนที่จะเริ่มฝึกกิจกรรมอื่นๆ ต่อไป ลักษณะการจัดกิจกรรมมีจุดเน้นในเรื่องจังหวะและการเคลื่อนไหวหรือท่าทางอิสระ การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติของเด็ก มี 2 ประเภท คือ

1.1 การเคลื่อนไหวอยู่กับที่ เช่น ตบมือ ผงกศีรษะ ขยิบตา ชันเข่า เคาะเท้าเคลื่อนไหวมือและแขน มือและนิ้วมือ เท้าและปลายเท้า

1.2 การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ เช่น คลาน คืบ เดิน วิ่ง กระโดด ควบม้า ก้าวกระโดด เขย่ง ก้าวซิด

2. การเคลื่อนไหวที่สัมพันธ์กับเนื้อหา เป็นกิจกรรมที่จัดให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายโดยเน้นการทบทวนเรื่องที่ได้รับรู้จากกิจกรรมอื่นและนำมาสัมพันธ์กับสาระการเรียนรู้ หรือเรื่องอื่นๆ ที่เด็กสนใจ ได้แก่

2.1 การเคลื่อนไหวเลียนแบบ เป็นการเคลื่อนไหวเลียนแบบสิ่งต่างๆ รอบตัว เช่น การเลียนแบบท่าทางสัตว์ การเลียนแบบท่าทางคน การเลียนแบบเครื่องยนต์กลไกและเครื่องเล่น การเลียนแบบปรากฏการณ์ธรรมชาติ

2.2 การเคลื่อนไหวตามบทเพลง เป็นการเคลื่อนไหวหรือท่าทางประกอบเพลง เช่น เพลงไก่ เพลงข้ามถนน เพลงสวัสดี

2.3 การท่าทางกายบริหารประกอบเพลงหรือคำคล้องจอง เป็นการเคลื่อนไหวแบบกายบริหาร อาจจะมีท่าทางไม่สัมพันธ์กับเนื้อหาของเพลงหรือคำคล้องจอง เช่น เพลงกำมือแบมือ เพลงออกกำลังกาย คำคล้องจองฝนตกพริ้วพริ้ว

2.4 การเคลื่อนไหวเชิงสร้างสรรค์ เป็นการเคลื่อนไหวที่让孩子คิดสร้างสรรค์ท่าทางขึ้นเอง หรืออาจใช้คำถามหรือคำสั่ง หรือใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น ห่วงหวาย แถบผ้า ริบบิ้น ถุงทราย

2.5 การเคลื่อนไหวหรือการแสดงท่าทางตามที่ครูเล่า หรือเรื่องราว หรือนิทาน ได้แก่ การเคลื่อนไหวหรือแสดงท่าทางตามจินตนาการจากเรื่องราวหรือคำบรรยายที่ผู้สอนเล่า

2.6 การเคลื่อนไหวหรือการแสดงท่าทางตามคำสั่ง เป็นการเคลื่อนไหวหรือท่าทางตามคำสั่งของครู เช่น เป็นการเคลื่อนไหวหรือท่าทางตามคำสั่งของครู เช่น การจัดกลุ่มตามจำนวน การท่าทางตามคำสั่ง

2.7 การเคลื่อนไหวหรือการแสดงท่าทางตามข้อตกลง เป็นการเคลื่อนไหวหรือท่าทางตามข้อตกลงที่ได้ตกลงไว้ก่อนเริ่มกิจกรรม

2.8 การเคลื่อนไหวหรือการแสดงท่าทางเป็นผู้นำ ผู้ตาม เป็นการคิดท่าทางการเคลื่อนไหวอย่างสร้างสรรค์ของเด็กเอง แล้วให้เพื่อนปฏิบัติตาม

นอกจากนี้ เชาวลิต ภูมิภาค (2532, น. 10-11 อ้างถึงใน รติกร อินานันท์, 2552, น. 14-16) ได้กล่าวว่า ลักษณะการเคลื่อนไหวแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ การเคลื่อนไหวอยู่กับที่ (Non-Locomotor Movements) และการเคลื่อนไหวที่เคลื่อนที่ (Locomotor Movements) ดังนี้

1. การเคลื่อนไหวอยู่กับที่ (Non - Locomotor Movements) คือการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายเมื่ออยู่ ณ จุดใดจุดหนึ่ง ไม่เคลื่อนที่ออกจากจุดนั้นเลยได้แก่

1.1 การก้มตัว (Bending) คือ การงอพับข้อต่อต่าง ๆ ของร่างกายที่ทำให้ร่างกายส่วนบนเข้ามาใกล้กับส่วนล่าง

1.2 การยืดเหยียดตัว (Stretching) คือ การเคลื่อนไหวที่ตรงกันข้ามกับการก้มตัวโดยพยายามยืดเหยียดทุกส่วนของร่างกายให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

1.3 การบิดตัว (Twisting) คือ การหมุนตัวไปรอบ ๆ ร่างกายมากกว่าการบิดตัว ซึ่งทำให้เท้าต้องหมุนไปด้วยข้างใดข้างหนึ่ง

1.4 การโยนตัว (Rocking) คือ การย้ายน้ำหนักส่วนหนึ่งของร่างกายไปยังอีกส่วนหนึ่ง ของร่างกาย โดยส่วนทั้ง 2 จะต้องแตะพื้นอย่างละครึ่งสลับกันไป

1.5 การแกว่งและหมุนเหวี่ยง (Swinging) คือ การเคลื่อนไหวส่วนใดส่วนหนึ่งโดยหมุนรอบจุดใดจุดหนึ่งให้เป็นรูปโค้ง หรือรูปวงกลม หรือแบบลูกตุ้มนาฬิกา เช่น แกว่งแขน ขา ลำตัว

1.6 การเอียง (Swaying) คือ คล้ายกับการโยก ส่วนโค้งจะเป็นโค้งเข้าหาพื้นการเอียงนี้จะไม่รู้สึกผ่อนคลายเหมือนกับการแกว่ง

1.7 การดัน (Pushing) คือ การเคลื่อนไหวโดยการดันมักจะเป็นการดันออกจากร่างกาย เช่น การดันสิ่งของ การกดสิ่งของ

1.8 การดึง (Pulling) คือ การเคลื่อนไหวที่ตรงกันข้ามกับการดัน คือ มักจะเป็นการดึงเข้าหาร่างกาย หรือดึงไปในทางทิศทางใดทิศทางหนึ่งโดยเฉพาะ

1.9 การสั่น (Shaking) คือ การเคลื่อนไหวที่มีการสั่นสะเทือนของส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายหรือทุกส่วน ตัวอย่างเช่น ในการเต้นรำจะมีการจับมือเขย่า การแสดงออกของการตกใจ หรือสั่นในการเต้น

2. การเคลื่อนไหวที่เคลื่อนที่ (Locomotor Movements) หมายถึง การเคลื่อนไหวที่ต้องเคลื่อนที่จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง ได้แก่

2.1 การเดิน (Walk) คือการเคลื่อนไหวที่ตามจังหวะ โดยการก้าวเท้าสลับกันในทิศทางใดก็ได้เท้าที่เป็นหลัก จะสัมพันธ์อยู่กับพื้นตลอดเวลาจนกว่าการถ่ายตัวไปยังอีกเท้าหนึ่งจะเสร็จสิ้นน้ำหนักตัวจะตกอยู่ที่เท้าทั้งสองข้างเท่า ๆ กัน ลำตัวตั้งตรงอยู่ในลักษณะสบาย ๆ ปล่อยแขนให้อยู่ตามธรรมชาติ การก้าวเท้าให้ก้าวเรียบ ๆ ไปตามจังหวะ การก้าวเท้าจะสั้นกว่าการเดินปกติ

2.2 การวิ่ง (Run) คือ การเคลื่อนที่ตามจังหวะโดยการก้าวเท้าสลับกันไป ในทิศทางใดก็ได้ โดยการถีบเท้าส่งตัวขึ้นพ้นจากพื้น เท้าทั้งสองจะลอยพ้นจากพื้นพร้อม ๆ กับการก้าวให้เรียบ ๆ ไปให้ใกล้กับพื้น

2.3 การกระโดด (Jump) คือ การสปริงตัวขึ้นจากพื้น และลงพื้นด้วยเท้าทั้งสองข้าง

2.4 การโดดเขย่ง (Hop) คือ การสปริงตัวขึ้นจากพื้นและลงพื้นด้วยเท้าข้างใดข้างหนึ่งเพียงข้างเดียว

2.5 การวิ่งโหย่ง (Leap) คือ การทิ้งน้ำหนักตัวไว้บนเท้าหนึ่ง แล้วสปริงตัวขึ้นจากพื้นด้วยเท้าเดิมนั้น สวิงอีกเท้าหนึ่งไปข้างหน้าเพื่อรับน้ำหนักตัวเวลาลงสู่พื้น

2.6 การวิ่งสลับเท้า (Skip) คือ การก้าวกระโดดเขย่งเว้นแต่ละจังหวะที่ใช้ในการกระโดดสลับเท้านั้นเร็ว และเป็นจังหวะแบ่งก้าวเท้าซ้าย กระโดดเขย่งด้วยเท้าซ้ายแล้วก้าวเท้าขวากระโดดเขย่งด้วยเท้าขวา

2.7 การลื่นไถล (Slide) คือ การก้าวเท้าออกไปข้าง ๆ แล้วลากเท้าไปชิดเท้าซ้าย หรือลากเท้าซ้ายไปชิดเท้าขวา การลากเท้าไปชิดแต่ละครั้งต้องไม่ให้เท้าพื้น และให้เข้ากับจังหวะดนตรี

2.8 การควมม้า (Gallop) คือ การเคลื่อนที่ไปข้างหน้าด้วยการก้าวเท้า แล้วตามซิดอีกเท้าหนึ่งเข้าไปซิดเท้าหน้า เท้าเดิมจะนำหน้าอยู่เสมอ

2.9 ก้าวซิดก้าว (Two - step) คือ การก้าวเท้าซ้ายไปข้างหน้า ซิดเท้าไปหาเท้าซ้าย ทั้งน้ำหนักตัวมาไว้ที่เท้าขวา ก้าวเท้าซ้ายข้างหน้าอีกครั้ง - พัก - ทำซ้ำด้วยเท้าขวาไปซิดเท้าซ้ายไปหา (ก้าว - ซิด - ก้าว - พัก)

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า ลักษณะของการเคลื่อนไหว เป็นการนำทักษะการเคลื่อนไหว โดยใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกาย ซึ่งเป็นการเคลื่อนไหวที่เป็นไปตามธรรมชาติของเด็กมาประกอบเข้ากับจังหวะ เพื่อฝึกให้เด็กได้เคลื่อนไหว ซึ่งเป็นการจัดกิจกรรมเพื่อสนองความต้องการให้กับเด็ก และวัยของเด็ก เป็นการเปิดโอกาสให้เด็กได้เรียนรู้ต่อไป

**1.3.2 องค์ประกอบของกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย** จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพอสรุปได้ว่า องค์ประกอบของกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย มีดังต่อไปนี้

กุลยา ตันติผลาชีวะ (2546, น. 29 อ้างถึงใน รติกร อินานนท์, 2552, น. 18) กล่าวว่า กิจกรรมเคลื่อนไหวที่มีประสิทธิภาพเด็กต้องทราบว่าร่างกายของเราสามารถทำอะไรได้ มีทิศทางอย่างไร เกี่ยวข้องกับคนอื่นและสิ่งแวดล้อมอย่างไร องค์ประกอบที่สำคัญเกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหว ดังนี้

1. บริเวณพื้นที่ หมายถึง บริเวณที่เด็กจะเคลื่อนไหว ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับร่างกายเด็ก บุคคลรอบตัวเด็ก อุปกรณ์หรือวัตถุอื่นๆ ที่จะช่วยให้เด็กเคลื่อนไหวได้รอบๆ อย่างปลอดภัย ในที่นี้จะหมายถึงรวมถึง ทิศทางของการเคลื่อนไหว ระดับ สูง ต่ำ ของการเคลื่อนไหว และขนาดบริเวณของพื้นที่ด้วยพื้นที่จะช่วยให้เด็กเรียนรู้บริเวณรอบตัว การใช้ประโยชน์และเข้าใจความหมายของพื้นที่รอบตัว

2. เวลาที่ใช้ในการเคลื่อนที่ ซึ่งหมายถึง ความเร็วช้าของการเคลื่อนที่

3. ระดับของการเคลื่อนไหว เป็นปริมาณและจำนวนของการแข็งแรงในการเคลื่อนไหว เดิน เบาลง หนัก อ่อนตัว หรือตึงตัว ในการเคลื่อนไหวและจังหวะของการเคลื่อนไหว จะทำให้เด็กได้เรียนรู้และสุนทรีย์กับท่าทางและจังหวะ อีกทั้งลดความจำเจในท่าทาง

4. ท่าทางของการเคลื่อนไหว หมายถึง ลำดับขั้น และทิศทางการเคลื่อนที่ที่ต้องเปลี่ยนจากขั้นหนึ่งไปสู่อีกขั้นหนึ่ง หรือจากสภาพการณ์ไปสู่อีกสภาพการณ์หนึ่ง นั่นคือการเปลี่ยนจังหวะ การใช้เสียงและการใช้อุปกรณ์เพื่อประสานการเคลื่อนไหวของร่างกายและจังหวะ

5. บรรยากาศในการเคลื่อนไหว สิ่งแวดล้อม อากาศ เป็นบรรยากาศที่สำคัญที่จะกระตุ้นให้เด็กเกิดความรู้สึกและความต้องการเคลื่อนไหวที่มีประสิทธิภาพ

อรรถัย เลาลงกรณ์ (2546, น. 67 อ้างถึงใน ดอกไม้ สุริโย, 2554, น. 51-54) ได้เสนอองค์ประกอบของกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะที่สำคัญหลายประการ ดังนี้

1. การรู้จักส่วนต่างๆ ของร่างกาย เป็นการเตรียมร่างกายให้พร้อมทุกส่วน เพื่อให้มีความคล่องตัว ถือว่าเป็นการปูพื้นฐานเบื้องต้นที่สำคัญอย่างหนึ่ง เด็กจะต้องฝึกหัดให้เข้าถึงลักษณะสภาพการใช้ร่างกายของตนเองว่าตนสามารถเคลื่อนไหวแต่ละส่วนได้อย่างไร ร่างกายส่วนไหนเรียกว่าอะไร อยู่ตรงไหน มีขนาดสั้นยาว เล็กใหญ่ แคบกว้าง อย่างไร เช่น โคนงอ บิด เบี้ยว เอี้ยว

เอียงหรือขยับเขยื้อน ส่วนใดบ้าง ให้เด็กหัดทำทำเอง การฝึกหัดเช่นนี้เป็นการเตรียมตัวเด็กให้พร้อมที่จะเคลื่อนไหวได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. การเคลื่อนไหวนั้น เป็นการขยับเขยื้อนร่างกายบางส่วนหรือเคลื่อนตัวย่อมต้องการบริเวณและเนื้อที่ที่จะเคลื่อนไหวไปจากจุดหนึ่งไปยังจุดหนึ่งอยู่ตลอดเวลา บริเวณและเนื้อที่จึงเป็นองค์ประกอบหนึ่งของการเคลื่อนไหวร่างกายในเนื้อที่และบริเวณโดยรอบตัวนั้น มีจุดประสงค์ดังนี้

2.1 เพื่อให้เด็กเรียนรู้บริเวณและเนื้อที่รอบๆ ตัว

2.2 เพื่อให้เด็กเรียนรู้ประโยชน์ในการใช้เนื้อที่และบริเวณในการ

เคลื่อนไหวรอบๆ ตัว

2.3 เพื่อให้เข้าใจความหมายของคำว่าบริเวณและเนื้อที่รอบตัว การใช้บริเวณและเนื้อที่จึงเป็นลักษณะพื้นฐานที่ต้องฝึกฝน บริเวณและเนื้อที่แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ เนื้อที่รอบๆ ตัวเอง (Self Space) และบริเวณสถานที่ทั่วไป (General Space) เช่น เวที หรือห้องเรียน เป็นต้น

ในการฝึกเกี่ยวกับบริเวณและเนื้อที่ ควรให้เด็กได้ทดลองหาเนื้อที่รอบๆ ตัวในอิริยาบถต่างๆ เช่น ใช้มือ แขน ขา หาเนื้อที่รอบตัวในอิริยาบถต่างๆ กัน เช่น ยืนกางขาเล็กน้อย กางขากว้างมากขึ้น หรือนั่งในหลายลักษณะ การเปลี่ยนอิริยาบถและให้เด็กได้ทดลองใช้มือ แขน ขา ไขว่คว้าหาเนื้อที่ให้ตัวเอง เด็กจะพบบริเวณและเนื้อที่ที่จะเปลี่ยนไปตามอิริยาบถ

การใช้เนื้อที่ทั่วไปในขอบเขตที่กำหนดคือ การเคลื่อนที่จากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่งไม่ว่าจะโดยลำพังหรือเคลื่อนที่เป็นกลุ่ม เด็กที่ไม่ได้รับการฝึกฝนมักจะเคลื่อนตัวไปแบบเดียวกัน ถ้าเคลื่อนตัวโดยลำพังก็จะเคลื่อนตัวไปในทิศทางเดียวกันเท่าที่ปรากฏ มักจะเคลื่อนไปข้างหน้าเท่านั้น และมักจะเคลื่อนไปในวงแคบ เวลารวมกลุ่มมักจะเกาะกันเป็นกลุ่มใหญ่ เคลื่อนตัวไปตามกัน ครูจึงควรวางรากฐานให้เด็กเกิดความเข้าใจว่าบริเวณเนื้อที่ทั้งหมดซึ่งต้องใช้ในขณะนั้นเป็นของเขา แต่ทั้งนี้มิได้หมายความว่า หากต้องเคลื่อนเป็นหมู่แล้วจะเคลื่อนตัวโดยอิสระปราศจากขอบเขตจนเกิดความสับสนอลหม่าน เด็กจะสามารถเคลื่อนตัวเป็นหมู่โดยอิสระและในขณะเดียวกันก็สามารถบังคับร่างกายของตนเองได้ดี เวลาเคลื่อนไหวเด็กจะสามารถจัดระยะระหว่างตนเองกับผู้อื่นได้โดยไม่ชนกับผู้อื่น และเปิดโอกาสให้ผู้อื่นได้มีอิสระในการเคลื่อนไหวได้เช่นเดียวกับตน การเคลื่อนไหวดังกล่าวเป็นทักษะอย่างหนึ่งที่ต้องฝึกให้กับเด็ก เด็กจะเกิดความเข้าใจว่าขอบเขตบริเวณเนื้อที่ที่กำหนดมีสภาพไม่แตกต่างกับกระดาษแผ่นหนึ่งซึ่งมีไว้ให้เด็กขีดเขียนหรือระบายสีแต่ละครั้งแต่ละคราว ซึ่งจะมีเล็กบ้าง ใหญ่บ้าง เด็กจะต้องรู้จักใช้เนื้อที่ให้เต็มและได้จังหวะ

3. ระดับของการเคลื่อนไหว การเคลื่อนไหวทุกชนิด หากไม่มีการเปลี่ยนระดับ ความสวยงาม ความสมดุล ความเหมาะสมและท่าทางที่หลากหลายก็จะไม่เกิดขึ้น จะปรากฏแต่ความจำเจซ้ำซาก ความแข็งกระด้าง ไม่น่าดู ท่าทางการนาฏศิลป์ต่างๆ ที่งดงามจะมีการเปลี่ยนระดับของการเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา เช่น เซ็งอีसान หรือรำกลองยาว มีการก้ม เงย แขนโบกขึ้นลง มียืน นั่ง กระโดด ฯลฯ การเปลี่ยนระดับทำให้เกิดท่าทางและการเคลื่อนไหวที่แตกต่างกันออกไป การที่เราจะให้เด็กเคลื่อนตัวทั้ง 3 ระดับ คือ สูง กลาง ต่ำ นั้นไม่ใช่เรื่องง่าย เพราะปกติเด็กจะเคลื่อนตัวอยู่ในระดับเดียวกันเท่านั้น การเริ่มปูพื้นฐานครูจะต้องใช้เทคนิควิธีเช่น การสมมติให้เด็กเป็นสัตว์

สิ่งของอะไรก็ได้ ที่สูงที่สุดหรือต่ำที่สุด ทำตัวเป็นลูกโป่งลอย ไปไม่ร่วงลงสู่พื้น ฯลฯ เป็นการทำให้เด็กเข้าใจในระดับเสียก่อนแล้วพยายามกระตุ้นให้มีการเปลี่ยนระดับ

4. ทิศทางของการเคลื่อนไหว การเคลื่อนไหวย่อมมีทิศทางไปข้างหน้า ไปข้างหลัง ไปข้างๆ หรือ เคลื่อนตัวไปรอบทิศ (หมุนตัวไปทุกทิศทุกทาง) ถ้าไม่ได้รับการฝึก ไม่ว่าจะเด็กหรือผู้ใหญ่ก็จะเคลื่อนตัวไปข้างหน้าแต่เพียงอย่างเดียว การจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวสำหรับเด็ก โดยให้เด็กเปลี่ยนทิศทางต่างๆ ตลอดเวลาจะช่วยให้ทุกคนเคลื่อนตัวไปโดยอิสระด้วยความมั่นใจ เป็นตัวของตนเอง ทั้ง การที่ได้ก็จะสามารถเคลื่อนไหวเปลี่ยนทิศทางได้นั้น เด็กจะต้องได้รับความเป็นอิสระในการกระทำและความรู้สึก รวมทั้งการกระตุ้นด้วยปัญหาต่างๆ ไปสู่ปัญหาที่ยากขึ้น

5. การฝึกจังหวะ การทำจังหวะนั้นมีได้หมายถึง การกำกับจังหวะด้วยการตบมือ เคาะเท้า หรือใช้เครื่องเคาะจังหวะอย่างใดอย่างหนึ่งเท่านั้น แต่หมายถึง การกระทำจังหวะด้วยวิธีต่างๆ ซึ่งอาจเป็นการขยับเขยื้อนเคลื่อนไหวร่างกายส่วนใดส่วนหนึ่ง การเปล่งเสียงออกจากลำคอ การทำให้ร่างกายส่วนต่างๆ เกิดเสียงก็ได้ทั้งสิ้นการทำจังหวะแบ่งออกเป็น 4 วิธีดังนี้

5.1 การทำจังหวะด้วยการใช้ร่างกายส่วนต่าง (Body Percussion) เริ่มต้นด้วยการให้เขย่าเขยื้อนร่างกายตามจังหวะ เช่น พยักหน้า โค้งศีรษะ ขยับปลายจมูก เป่าแก้ม ขยับศอก ฯลฯ และฝึกให้ใช้ร่างกายที่ทำให้เกิดเสียงดังชัดเจน มี 4 แบบคือ ตบมือ ตบตัก ตีตมมือ ซึ่งได้รับการพิสูจน์แล้วว่าสามารถทำเสียงประกอบจังหวะให้ดังชัดเจนกว่าส่วนอื่นๆ นอกจากนี้ยังมีการแตะสัมผัสร่างกายส่วนต่างๆ หรือสลับกับทำร่างกายให้เกิดเสียง โดยให้เด็กคิดเอง หรือช่วยกันคิดก็ได้

5.2 การทำจังหวะด้วยการเปล่งเสียง (Voice Percussion) คือ การใช้ภาษาเป็นเครื่องมือในการทำจังหวะ อาจเป็นพยางค์โดด ทั้งที่ไม่มี ความหมาย เช่น อ้อแอ้อ อ้ออ ตุ่ม ตุ่มปอง หรือเป็นคำที่มีความหมาย เช่น ชื่อคน สัตว์ สิ่งของ ตัวอย่างเช่น เด็กออกเสียง คำว่ามยุรี มยุรี ก็เกิดเป็นจังหวะขึ้นมาในตัวของมันเอง

5.3 การทำจังหวะด้วยการใช้เครื่องเคาะจังหวะ เครื่องมือทุกชนิด ซึ่งเคาะ ตี ขยับ เขย่า ใช้ทำจังหวะได้ ควรให้เด็กได้สำรวจและหาเสียงจากเครื่องเคาะให้ได้เสียงมากที่สุด

5.4 การทำจังหวะด้วยการเคลื่อนไหว ไม่ว่าจะเป็นการเคลื่อนไหวที่มีเสียงประกอบหรือไม่เสียงประกอบ เช่น การก้าวเท้าพร้อมตบมือ การย่อเข่า หรือการโยกตัว สลับซ้ายขวา ฯลฯ สิ่งเหล่านี้ทำซ้ำกันก็จะใช้เป็นจังหวะได้

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า องค์ประกอบของกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย มีบทบาทสำคัญต่อการเรียนรู้ของเด็ก เด็กต้องมีความพร้อมทางด้านร่างกาย เพื่อการเคลื่อนไหวที่มีประสิทธิภาพ และควรรู้บริเวณที่จะเคลื่อนไหว เวลา ระดับของการเคลื่อนไหว ทิศทาง การเคลื่อนไหว ซึ่งควรจัดบรรยากาศที่กระตุ้นให้เด็กเกิดการเคลื่อนไหว

#### 1.4 การจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพอสรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย มีดังต่อไปนี้

พวงทอง ไสยวรรณ (2530, น. 145-150 อ้างถึงใน สุนันทา แดงนา, 2550, น. 23-24) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวสำหรับเด็กปฐมวัย โดยเสนอขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหว 3 ขั้น ดังนี้



ขั้นที่ 1 ขั้นอบอุ่นร่างกาย ทำได้โดยครูให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกาย เช่น เอียงคอ โยกหน้า โยกหลัง หมุนหัวไหล่ ให้เข้ากับจังหวะเพลง ในขั้นตอนนี้ครูอาจให้เด็กยืนอย่างอิสระไม่ต้องอยู่ในแถว หรืออาจให้เด็กเคลื่อนไหวไปไหนมาไหนให้เข้ากับจังหวะเพลงได้

ขั้นที่ 2 ขั้นปฏิบัติตามคำสั่ง ขั้นนี้เป็นการสอนตามที่ครูตั้งจุดหมายไว้ ซึ่งอาจจะเป็นเนื้อหาเกี่ยวกับการฟังสัญญาณ การใช้จินตนาการ การเรียนรู้จังหวะ การทรงตัว การบริหารร่างกาย โดยครูมีบทบาทในการพูด หรือหาวิธีให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของเด็ก ขั้นการสอนนี้สามารถใช้สื่อต่างๆ มาเป็นเครื่องเร้าและกระตุ้นให้เด็กเคลื่อนไหวได้

ขั้นที่ 3 เกมการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวทุกครั้ง ควรจบลงด้วยกิจกรรมที่สนุกสนาน ประทับใจเด็ก กิจกรรมนั้นอาจมีการแข่งขันกันบ้าง กิจกรรมที่เหมาะสมควรเป็นเกม หรือการเล่นสั้นๆ ที่มีเกณฑ์หรือกติกา

และ นิตยา ศรีมกุฎพันธ์ (2548, น. 127-128) ได้กล่าวว่า ลำดับการสอนกิจกรรมเคลื่อนไหวของเด็กปฐมวัย ดังนี้

1. ขั้นเตรียม เป็นขั้นนำเข้าสู่บทเรียน หรือขั้นอบอุ่นร่างกาย อันเป็นการเตรียมพร้อมร่างกายในการประกอบกิจกรรม เช่น นำทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นมาอบอุ่นร่างกาย หรือนำทักษะการเคลื่อนไหวที่ใช้ประกอบการเดินร่าออกมาให้ฝึกก็ได้

2. ขั้นอธิบายและสาธิต เป็นขั้นการนำเนื้อหาของกิจกรรมที่สอนมาอธิบายเป็นขั้นตอนพร้อมกันนั้นอาจสาธิตประกอบไปด้วย ซึ่งขึ้นอยู่กับลักษณะเนื้อหาที่สอน แต่ที่สำคัญคือผู้สอนต้องใช้คำพูดที่ฟังง่าย ชัดเจนไม่ยืดเยื้อยาวนานเกินไป พร้อมทั้งสาธิตให้ถูกต้องตามคำอธิบายนั้น

3. ขั้นฝึกหัด ถือว่าเป็นหัวใจในการสอน ซึ่งช่วยให้ผู้เรียนได้หาความชำนาญให้กับตัวเองได้มากที่สุดขั้นฝึกหัด ผู้สอนพยายามให้เด็กฝึกหาความชำนาญ โดยตอนแรกผู้สอนอาจเป็นผู้นำก่อน เมื่อผู้เรียนสามารถทำเองได้บ้าง ควรปล่อยให้เด็กฝึกเอง โดยผู้สอนคอยแก้ไข และปรับปรุงท่าทางการเคลื่อนไหวให้ดีขึ้น

4. ขั้นวัดผล เป็นขั้นการทดสอบดูว่า ผู้เรียนทำได้ถูกต้อง มีความชำนาญมากน้อยเพียงใด สามารถนำสิ่งที่ได้ฝึกหัดมาใช้ได้หรือไม่ สิ่งที่ครูสอนไปผู้เรียนได้รับไปแค่ไหน เช่น ครูสอนทักษะการวิ่งกับดนตรีแบบ 2/4 ผู้เรียนฝึกหัดและทำได้ ถ้าเปลี่ยนนาดนตรีแบบ 4/4 มาให้ผู้เรียนฟังแล้วให้วิ่งเข้ากับจังหวะแบบ 4/4 ถ้าผู้เรียนกระทำได้ดีแสดงว่าการเรียนการสอนสัมฤทธิ์ผล เป็นต้น

5. ขั้นสรุป เป็นขั้นการสรุปบทเรียน เกี่ยวกับสิ่งที่นักเรียนได้เรียนไป ว่าเขาได้รับประโยชน์อะไรบ้างจากกิจกรรมที่ได้กระทำไป หรือเป็นการสรุปผลการปฏิบัติของนักเรียนแต่ละคนว่าเป็นอย่างไร ต้องมีการแก้ไขปรับปรุงอะไรบ้าง และสิ่งสุดท้ายสำหรับการสอนควรจะได้ปลูกฝังความมีระเบียบและความมีน้ำใจนักกีฬาให้แก่เด็กด้วย

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะของเด็กปฐมวัย มี 3 ขั้นตอน คือ

1. ขั้นอบอุ่นร่างกาย เป็นขั้นการเตรียมความพร้อมของร่างกายของเด็กในการทำกิจกรรม

2. ขั้นกิจกรรม เป็นขั้นที่เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อส่วนต่างๆ

3. ขั้นสรุป เป็นขั้นการเรียนรู้การพักผ่อนหลังจากการออกกำลังกาย

## 1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย

### 1.5.1 งานวิจัยในประเทศ

สุนันทา แดงนาวงษ์ (2550, น. 63-65) ได้ศึกษาผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบดนตรีที่มีต่อพัฒนาการด้านร่างกายและอารมณ์ของนักเรียนระดับปฐมวัย การวิจัยมีจุดประสงค์ เพื่อเปรียบเทียบพัฒนาการทางด้านร่างกายและอารมณ์ของนักเรียนระดับปฐมวัยที่ใช้โปรแกรมการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบดนตรีก่อนเรียนกับหลังเรียน และหลังเรียนกับเกณฑ์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า ได้แก่ นักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนวัดท่าชุมนุญ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 จำนวนนักเรียน 20 คน โดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง ดำเนินการสอนโดยใช้โปรแกรมการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบดนตรี ใช้เวลาในการทดลอง 6 สัปดาห์ แบบแผนการทดลองเป็นแบบ One Group Pretest – Posttest Design และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีการทดสอบค่า t - test ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้โปรแกรมการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบดนตรีมีพัฒนาการด้านร่างกายและอารมณ์หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และนักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้โปรแกรมการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบดนตรีมีพัฒนาการด้านร่างกายและอารมณ์หลังเรียนสูงกว่าเกณฑ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

สาธิตา แก้วน้ำ, สุพรทิพย์ ภูมมา, ประทีป สุทัศน์, รังสิมา อุดมกิจ (2553, น. 56-58) ได้ศึกษาผลของชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวประกอบเพลง ที่มีต่อทักษะการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กดาวน์ซินโดรม ในสถาบันราชานุกูล การวิจัยมีจุดประสงค์ เพื่อศึกษาผลของชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวประกอบเพลง ที่มีต่อทักษะการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กดาวน์ซินโดรม ในสถาบันราชานุกูล กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ เด็กดาวน์ซินโดรม อายุ 9-15 ปี กลุ่มงานการศึกษาพิเศษ สถาบันราชานุกูล ปีการศึกษา 2553 จำนวน 8 คน ได้มาโดยใช้แบบประเมินพัฒนาการกล้ามเนื้อใหญ่ โดยมีเกณฑ์คัดเลือกเด็กที่ทำคะแนนจากแบบประเมินต่ำกว่า 50 เปอร์เซนต์ โดยใช้ชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวประกอบเพลงและแบบประเมินทักษะการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ผลการศึกษาพบว่า เด็กดาวน์ซินโดรมช่วงอายุ 9-15 ปี ที่ได้รับการฝึกจากชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวประกอบเพลงมีทักษะกล้ามเนื้อใหญ่สูงกว่าก่อนฝึกจากชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวประกอบเพลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เยาวเรศ ธนวนกุล (2556, น. 56-57) ได้ศึกษาผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบการใช้อุปกรณ์ที่มีต่อความสามารถในการแก้ปัญหาของเด็กปฐมวัย โรงเรียนวัดคลองพลู จังหวัดจันทบุรี การวิจัยมีจุดประสงค์ เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการแก้ปัญหาของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบการใช้อุปกรณ์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า ได้แก่ เด็กนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 1 โรงเรียนวัดคลองพลู ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 จำนวน 25 คน โดยวิธีการสุ่มแบบกลุ่ม 1 ห้องเรียน ใช้เวลาในการทดลอง 8 สัปดาห์ โดยใช้แผนการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบอุปกรณ์และแบบวัดความสามารถในการแก้ปัญหา ผลการศึกษาพบว่า เด็กปฐมวัยโรงเรียนวัดคลองพลู ที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบอุปกรณ์ มีความสามารถในการแก้ปัญหาหลังการจัดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

### 1.5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

วิลเลียม และคณะ (William J. H., 2007, p. 15 อ้างถึงใน สุนันทา แดงนางษ์, 2550, น. 51) ได้ศึกษาเรื่องความชำนาญในการเคลื่อนไหวมูลฐานของเด็กกับความไม่เป็นระเบียบที่มากเกินไป มีจุดประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความชำนาญการเคลื่อนไหวมูลฐานของเด็ก กับความไม่เป็นระเบียบ ซึ่งกระทำมากเกินไป กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็ก 22 คน อายุ 6 ปี ถึง 12 ปี เครื่องมือวิเคราะห์ แสดงความแตกต่างความชำนาญในการเคลื่อนไหวของเด็กมีความสัมพันธ์กับความไม่เป็นระเบียบ (ระดับความยากง่ายน้อยกว่าหรือเท่ากับ 0.001) ผลการวิจัยพบว่า ความชำนาญการเคลื่อนไหวมูลฐานของเด็กกับความไม่เป็นระเบียบซึ่งกระทำมากเกินไป ทำให้เด็กเสี่ยงสำหรับการพัฒนาล่าในการปฏิบัติความชำนาญการเคลื่อนไหว

เมทซ์ (Metz, 1986 อ้างถึงใน ยาวเรศ ธนวนกุล, 2556, น. 27) ได้ศึกษาการเคลื่อนไหวตอบสนองดนตรีของเด็กปฐมวัยในสภาพแวดล้อมและสถานการณ์ที่มีโอกาสเลือกวิถีทางธรรมชาติ โดยผู้วิจัยได้ยึดทฤษฎีเกี่ยวกับธรรมชาติของการเคลื่อนไหวในการเรียนการสอนดนตรีในโรงเรียนอนุบาล การวิจัยนี้เป็นวิจัยพื้นฐานซึ่งอาศัยทฤษฎีต่างๆ ประกอบการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ กลุ่มตัวอย่างเป็น เด็กอายุ 2-3 ปี และ 4ปีที่เรียนในโรงเรียนอนุบาลอริโซน่า แบ่งเป็น 3 กลุ่ม โดยแยกตามอายุ เก็บข้อมูลโดยใช้วิดีโอเทปบันทึกข้อมูลจากนั้นทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการเปรียบเทียบข้อมูล จากการวิเคราะห์ข้อมูลได้เกิดทฤษฎีหลักขึ้น 3 แบบ คือ เงื่อนไข การปฏิสัมพันธ์ และผลลัพธ์ ลักษณะของทฤษฎีแรกก็คือ เงื่อนไขจะเกี่ยวข้องกับคุณลักษณะของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นอยู่แล้วที่มีอิทธิพลต่อการตอบสนองโดยการเคลื่อนไหวเป็นระยะการพัฒนานิสัยใจคอและรูปแบบของการแสดงออก ลักษณะของทฤษฎีการปฏิสัมพันธ์จะเป็นการจำลอง อธิบายและแนะนำ ซึ่งจะเป็นพฤติกรรมภายนอกของนักเรียนและคุณครูที่มีอิทธิพลต่อการตอบสนองโดยการเคลื่อนไหวส่วนลักษณะของทฤษฎีประเภทที่ 3 คือผลลัพธ์ตอบสนองการเคลื่อนไหวนั้นมีดนตรีมาเกี่ยวข้องและไม่มิดนตรีมาเกี่ยวข้อง ผลการศึกษาในขั้นแรกจะเป็นการสร้างทฤษฎีเชิงเนื้อหาของการเล่นของเด็กที่ตอบสนองต่อดนตรี ของทฤษฎีเกิดจากการแสดงความสัมพันธ์ภายในที่อยู่ในทฤษฎีหลัก 3 ประเภท และจากลักษณะของแต่ละประเภท ผลการศึกษาพบว่า การเล่นไหว้ตอบสนองดนตรีในเด็กปฐมวัยนั้นเกี่ยวข้องกับทฤษฎีข้างต้น

จากเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี ที่เกี่ยวข้อง จะเห็นได้ว่ากิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เป็นกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับเด็กปฐมวัย เพราะเป็นกิจกรรมการเคลื่อนไหวที่เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายของตนเองอย่างอิสระ ทำให้เกิดความสนุกสนาน ซึ่งธรรมชาติของเด็กในวัยนี้ชอบการเคลื่อนไหว ไม่อยู่นิ่ง ดังนั้นการเล่นไหว้จึงมีความสำคัญต่อเด็กปฐมวัยเป็นอย่างมาก

## 2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเกมสำหรับเด็กปฐมวัย

### 2.1 ความหมาย ความสำคัญและวัตถุประสงค์ของเกมสำหรับเด็กปฐมวัย

#### 2.1.1 ความหมายของเกมสำหรับเด็กปฐมวัย

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า มีนักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายของเกมสำหรับเด็กปฐมวัย ไว้ดังนี้

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พุทธศักราช 2554 (2556, น. 142) ได้ให้ความหมายของเกมว่า เกม หมายถึง การแข่งขันที่มีกติกากำหนด เช่น เกมกีฬา การเล่นเพื่อความสนุก เช่น เกมคอมพิวเตอร์ การแสดงเพื่อสาธิตกิจกรรม เช่น เกมการบริหารโดยปริยาย หมายถึง การแสดงที่ใช้กลวิธีหรือเล่ห์เหลี่ยมเพื่อหักล้างกัน เช่น เกมการเมือง ลักษณะนามเรียกการแข่งขันหรือการเล่นที่จบลงด้วยการแพ้ชนะกันครั้งหนึ่ง ๆ เช่น เล่นแบดมินตัน

กนกกร บุชยะกนิษฐ, ธรภัทร อนะมาน, สุทธิพรธณ อีรพงศ์, กฤษณี ภูพัฒน์, ขวัญใจ จริยาทัศน์กร (2550, น. 96) ได้อธิบายว่า เกม เป็นการ เล่นชนิดหนึ่งของเด็ก ซึ่งเกมจะเป็นเครื่องจูงใจเพื่อนำเด็กไปสู่การเรียนรู้อย่างสนุกสนาน และพึงพอใจ และเกมสำหรับเด็กนั้นไม่มุ่งเน้นในเรื่องของการแข่งขันหรือการหาผู้ที่ชนะ

วรรณภา อินทร์มพรรย์ (2556, น. 26) ให้ความหมายของเกมว่า เกม หมายถึง สื่อที่ทำให้เกิดความสุขสนุกสนานเพลิดเพลิน ช่วยฝึกทักษะต่าง ๆ เพราะเกมเป็นกิจกรรมที่นักเรียนกระทำด้วยตนเอง เด็กได้เรียนรู้จากประสบการณ์ตรง ในการเล่นอาจมีผู้เล่น 2 คน หรือมากกว่า 2 คน ก็ได้ ในการนำเกมมาใช้สำหรับการเรียนการสอนทำได้หลายวิธี อาจมี การแข่งขันหรือไม่ก็ได้แต่ต้องมีกติกากำหนดไว้ แต่ไม่ต้องมีกฎระเบียบมากนัก สามารถใช้ในการจูงใจนักเรียนผ่อนคลายความเครียด อีกทั้งยังส่งเสริมพัฒนาการทั้งในด้าน ร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในขณะเดียวกันก็สามารถนำเอาแง่คิดจากการเล่นเกมไปวิเคราะห์วิจารณ์ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ต่อไป

สุมาลี บัวหลวง (2557, น. 41) กล่าวว่า เกม หมายถึง การเล่นที่เด็กพึงพอใจและเกิดความสุขสนุกสนาน เป็นกิจกรรมที่เด็กรู้สึกการทำความสามารถในด้านต่าง ๆ สามารถเล่นคนเดียวหรือหลายคนก็ได้ ส่วนมากเป็นการเล่นมีกติกาไม่ซับซ้อนซึ่งเหมาะสมกับวัยและวุฒิภาวะมีส่วนช่วยในการพัฒนาความพร้อมให้กับผู้เล่นครบทุกด้านโดยองค์รวมอย่างต่อเนื่อง และส่งผลให้เกิดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ โดยผู้เลือกต้องรู้จักเลือกเล่นเกมให้เหมาะสมที่จะทำให้เกิดคุณลักษณะนั้น ๆ

จากที่กล่าวมาข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า เกมสำหรับเด็กปฐมวัย หมายถึง กิจกรรมการเล่นที่มีวัตถุประสงค์ ภายใต กฏ กติกาของการเล่นและมีวิธีดำเนินกิจกรรมการเล่นอย่างเป็นระบบไม่ซับซ้อน ซึ่งเหมาะสมกับวัยและวุฒิภาวะ ทำให้ผู้เล่นเกิดความสุขสนุกสนาน ช่วยฝึกทักษะต่าง ๆ รวมถึงการส่งเสริมความพร้อมให้ผู้เล่น ส่งผลให้เกิดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ได้

#### 2.1.2 ความสำคัญของเกมสำหรับเด็กปฐมวัย

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ความสำคัญของเกมสำหรับเด็กปฐมวัย ได้ดังนี้

กนกกร บุชยะกนิษฐ และคณะ (2550, น. 96-97) กล่าวว่า เกมเป็นการเล่นที่มีความสำคัญ เป็นเครื่องมือที่จะช่วยพัฒนาเด็ก ดังนี้

เกมช่วยส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกาย พัฒนาการของเด็กทุกคนจะมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างไม่มีแบบแผน และเป็นลำดับขั้นตามหลักพัฒนาการ อย่างไรก็ตามเด็กแต่ละคนจะมีอัตราและลักษณะการเจริญเติบโตในขอบเขตของเด็กเอง และในแต่ละขั้นของอายุจะมีแบบแผนการเจริญเติบโตของร่างกายส่วนใดส่วนหนึ่งเป็นพิเศษ พัฒนาการหรือความก้าวหน้าดังกล่าวนี้เป็นผลมาจากการปฏิสัมพันธ์ของศักยภาพภายในและเงื่อนไขของสิ่งแวดล้อมภายนอก ธรรมชาติของเด็กลักษณะหนึ่งคือความต้องการเคลื่อนไหว การเคลื่อนไหวนี้เองเป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมความแข็งแรงและการเจริญเติบโตของกล้ามเนื้อ กระดูก อวัยวะ ข้อต่างๆ ตลอดจนการฝึกฝนให้ส่วนต่างๆ ได้มีการทำหน้าที่ประสานสัมพันธ์กัน และเป็นการสร้างหน้าที่ในการทำงานของอวัยวะและเสริมสร้างส่วนต่างๆ ของร่างกาย ถ้ามีโครงสร้างร่างกายที่ดีก็ย่อมมีผลต่อการทำงานส่วนต่างๆ ของร่างกายอีกด้วย การเล่นเกมและออกกำลังกายจะทำให้ อวัยวะต่างๆ ทำงานได้ดี เช่น เมื่อออกกำลังกายหรือเคลื่อนไหว จะทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรงขึ้น การทำงานของอวัยวะเช่น กล้ามเนื้อกระดูกและข้อต่อจะประสานกลมกลืนกันไปกับการเคลื่อนไหวหัวใจสูบฉีดโลหิตแรงขึ้น โลหิตจะไปหล่อเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกายทั่วถึง การหายใจจะดีขึ้น ทำให้การถ่ายเทอากาศของร่างกายดีขึ้น อวัยวะภายในก็จะทำงานดีขึ้น เหล่านี้เป็นต้น และเกมช่วยพัฒนาทักษะกลไกในการเคลื่อนไหว เกมจะตอบสนองความต้องการเคลื่อนไหว การเคลื่อนไหวจะนำเด็กไปสู่ทักษะในการทำกิจกรรมทางกายภาพต่างๆ นอกจากนี้ การเคลื่อนไหวจะเป็นการเปิดโอกาสให้เด็กได้ค้นหาความสามารถและหน้าที่การทำงานของอวัยวะต่างๆ รวมทั้งพัฒนาความสามารถในการบังคับการทำงานของอวัยวะให้เป็นไปตามต้องการ ทั้งนี้จากการเล่นเกมโดยมีกฎเกณฑ์ กติกาการเรียนรู้ในเรื่องการเคลื่อนไหวที่สัมพันธ์กับอุปกรณ์และพื้นที่เรียนรู้การควบคุมคุณภาพของการเคลื่อนไหว เช่น การที่เด็กได้ปีนไปบนที่สูงและกระโดดลงมา จะเป็นการฝึกให้เด็กเกิดความมั่นใจในความสามารถของอวัยวะการเคลื่อนไหว และมีความมั่นใจว่าตนสามารถทำการทำสิ่งใหม่ๆ ที่ไม่เคยทำมาก่อน เป็นต้น

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า เกมสำหรับเด็กปฐมวัย เป็นสื่อและกิจกรรมที่มีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับเด็กปฐมวัย ซึ่งช่วยในการส่งเสริมพัฒนาการทุกด้านให้กับเด็กได้เป็นอย่างดี และเกมยังมีความสำคัญคือ นำเด็กไปสู่ทักษะในการทำกิจกรรมต่างๆ เป็นการเปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงออกได้เป็นอย่างดี

### 2.1.3 วัตถุประสงค์ของเกมสำหรับเด็กปฐมวัย

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จึงพอสรุปวัตถุประสงค์ของเกมที่สำหรับเด็กปฐมวัย ได้ดังนี้

จรินทร์ ธานีรัตน์ และคณะ (2542, น. 24 อ้างถึงใน วรรณภา อินทร์มพรรย์, 2556, น. 31) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของเกมไว้ดังนี้

1. เพื่อให้เด็กได้รับความรู้ความเข้าใจ ในเรื่องเกมการเล่นประเภทต่าง ๆ รู้วิธีการเล่น เข้าใจกติกา เข้าใจคุณประโยชน์ที่ได้รับจากเกมประเภทนั้น ๆ
2. เพื่อให้เด็กได้รับทักษะเบื้องต้นในการเคลื่อนไหวของอวัยวะส่วนต่าง ๆ ของร่างกายและทักษะเบื้องต้นทางกีฬา เพราะทักษะเกมต่าง ๆ ล้วนแต่นำไปสู่กีฬาประเภทต่าง ๆ ทั้งสิ้น

3. เพื่อให้เด็กเกิดทัศนคติ รักและชอบออกกำลังกายด้วยกิจกรรมประเภทต่างๆ ที่ได้สอนไป เพื่อจะได้ใช้เวลาว่างในการเล่นเกมน่าสนใจ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพของตนสืบต่อไป

4. เพื่อให้เด็กเกิดความสุขสนุกสนานร่าเริงแจ่มใส ในหมู่บรรดาเพื่อนฝูงเกิดความสัมพันธ์อันดีกันยิ่งขึ้น ซึ่งเป็นความปรารถนาของเด็กทุกคนอยู่แล้ว

5. เพื่อให้การสอนเกมการเล่นช่วยส่งเสริมคุณธรรมทางจิตใจของเด็ก ให้รู้จักแพ้ชนะ รู้ถ้อย

สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ (2545, น. 90 อ้างถึงใน วรรณ อินทร์มพรย์, 2556, น. 31-32) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของเกมดังนี้

1. เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้เรื่องราวต่าง ๆ ด้วยความสนุกสนาน และท้าทายความสามารถ โดยผู้เรียนเป็นผู้เล่นเอง ทำให้ได้รับประสบการณ์ตรง

2. เป็นวิธีการที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนฝึกทักษะและเทคนิคต่าง ๆ การมีส่วนร่วมในการเรียนรู้มีโอกาสแลกเปลี่ยนและประสบการณ์การเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น

ทศนา แชมมณี (2547, น. 81 อ้างถึงใน วรรณ อินทร์มพรย์, 2556, น. 32) กล่าวว่า วัตถุประสงค์ของเกม เป็นวิธีการที่ช่วยให้ผู้เรียนรู้เรื่องต่าง ๆ อย่างสนุกสนานและท้าทายความสามารถโดยผู้เรียนเป็นผู้เล่นเองทำให้ได้รับประสบการณ์ตรง ซึ่งเป็นวิธีการที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมสูง

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า วัตถุประสงค์ของเกมสำหรับเด็กปฐมวัย เป็นกิจกรรมที่มีวัตถุประสงค์ให้ผู้เรียนได้เกิดการเรียนรู้ ทำให้เกิดความสุขสนุกสนาน และได้รับประสบการณ์ตรง รวมถึงยังสามารถพัฒนาด้านร่างกายอีกด้วย

#### 2.1.4 ประเภทของเกมสำหรับเด็กปฐมวัย

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจึงพอสรุปประเภทของเกมสำหรับเด็กปฐมวัย ได้ดังนี้

สำนักพัฒนาการพลศึกษา สุขภาพ และนันทนาการ กรมพลศึกษา (2543, น. 202 อ้างถึงใน สุมาลี บัวหลวง, 2557, น. 41-42) ได้แบ่งประเภทของเกมตามลักษณะการเล่นได้ 5 ประเภท คือ

1. เกมเล่นเป็นนิยายหรือนิทาน ได้แก่ การเล่นตามเรื่องราวของนิทานหรือนิยาย โดยเด็กแสดงกิริยา ท่าทาง ตามเนื้อเรื่อง ผู้เล่นอาจจะแสดงท่าทางของคนหรือของสัตว์ก็ได้ เช่น เกมเล่นเป็นนิทานคนตัดไม้กับเทพารักษ์ เป็นต้น

2. เกมเลียนแบบ ได้แก่ การเล่นที่ใช้เลียนแบบท่าทางต่าง ๆ ของทั้งคนหรือสัตว์หรือเลียนแบบเสียงก็ได้ เช่น ให้เด็กทำท่าทางเดินเป็ด ร้องแบบตัวผู้และตัวเมีย เป็นต้น

3. เกมเบ็ดเตล็ด ได้แก่ การเล่นที่มุ่งเสริมสร้างทักษะการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ มีกฎกติการะเบียบการเล่นน้อย ไม่ยุ่งยากซับซ้อน ไม่ต้องใช้สถานที่กว้างขวาง หรืออุปกรณ์ใหญ่จำนวนมาก แต่ก่อให้เกิดความสนุกสนานสร้างความขบขันให้กับผู้เล่น เกมประเภทนี้เช่น มอญซ่อนผ้า ปิดตาตีหม้อ เป็นต้น

4. เกมนำ ได้แก่ เกมที่มุ่งสร้างทักษะให้กับผู้เล่น เพื่อสามารถนำไปใช้ในกีฬาที่ต้องการทักษะประเภทนั้น ๆ เกมประเภทนี้ยังมุ่งส่งเสริมให้ผู้เล่นมีความสนใจในการเล่นกีฬาอีกด้วย เกมประเภทนี้ เช่น เกมลิงชิงบอล เกมขว้างไกล เป็นต้น

5. เกมประกอบเพลง ได้แก่ เกมการเล่นที่มีดนตรีประกอบไปด้วย อาจมีการร้องเพลงและทำท่าทางตามเนื้อเพลงไปด้วยก็ได้ เช่น ภูเก็ตหาง เป็นต้น

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน กระทรวงศึกษาธิการ (2535, น. 23 อ้างถึงใน สุมาลี บัวหลวง, 2557, น. 42-43) ได้แบ่งประเภทของเกมตามสถานที่และอุปกรณ์ประกอบการเล่น เป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. เกมที่เล่นในร่ม หมายถึง เกมที่สามารถจัดกิจกรรมให้เด็กเล่นในบริเวณที่ไม่จำเป็นต้องใช้เนื้อที่มาก เช่น ในห้องเรียน หรือตามใต้ร่มไม้

2. เกมที่เล่นกลางแจ้ง หมายถึง เกมที่เด็ก ๆ ต้องใช้เนื้อที่ในการเล่นมาก ส่วนใหญ่จะเป็นเกมประเภทฝึกกล้ามเนื้อใหญ่ และฝึกความสัมพันธ์ระหว่างกล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็ก

3. เกมที่มีเพลงหรือดนตรีประกอบ หมายถึง เกมที่เล่นโดยใช้ดนตรีประกอบ ซึ่งดนตรีนี้อาจเป็นดนตรีที่ให้ครูหรือเด็ก ๆ เป็นผู้เคาะจังหวะประกอบ บางครั้งอาจใช้เครื่องบันทึกเสียงเป็นอุปกรณ์ประกอบก็ได้ เกมดนตรีนี้นอกจากเด็กจะได้รับความเพลิดเพลินจากการเล่นแล้วยังได้รับความเพลิดเพลินจากการร้องเพลงและการทำจังหวะด้วย

ปราณี ทองคำ (2542, น. 1-3 อ้างถึงใน วรรณ อินทร์ทรัพย์, 2556, น. 27-28) ได้ระบุถึงประเภทของเกมตามเกณฑ์การจำแนกต่าง ๆ ไว้ดังนี้

1. จำแนกตามวัสดุที่ใช้ แบ่งได้ดังนี้

1.1 เกมที่มีวัสดุประกอบ เป็นเกมที่ต้องมีวัสดุอุปกรณ์ประกอบการเล่น เช่น ไฟลูกเต๋า เบี้ย ฉลาก ฯลฯ เกมประเภทนี้ได้แก่ เกมไพ่ เกมบิงโก เกมอักษรไขว้ เกมงูตกบันได เกมเศรษฐี เกมกระดานต่าง ๆ

1.2 เกมที่ไม่มีวัสดุประกอบ ได้แก่ เกมทายปัญหา เกมใบ้คำ เกมสถานการณ์จำลอง เกมบทบาทสมมติ ฯลฯ

2. จำแนกตามจำนวนผู้เล่น แบ่งได้ดังนี้

2.1 เกมบุคคล (individual games) ลักษณะการเล่นเป็นส่วนบุคคลแต่ละคน เป็นอิสระต่อกัน เช่น เกมต่อภาพ เกมอักษรไขว้ เกมตารางปริศนา เป็นต้น

2.2 เกมที่เล่นเป็นกลุ่มหรือทีม (group or team games) เป็นเกมที่ต้องการการทำงานเป็นกลุ่ม มีการช่วยเหลือกันภายในทีม เช่น เกมห่วงโซ่อาหาร เป็นต้น

2.3 เกมผลัด (relay games) เกมที่เล่นเป็นกลุ่มหรือทีม แต่มีลักษณะการเล่นโดยเรียงหรือสลับเป็นลำดับ เช่น เกมบิงโก เป็นต้น

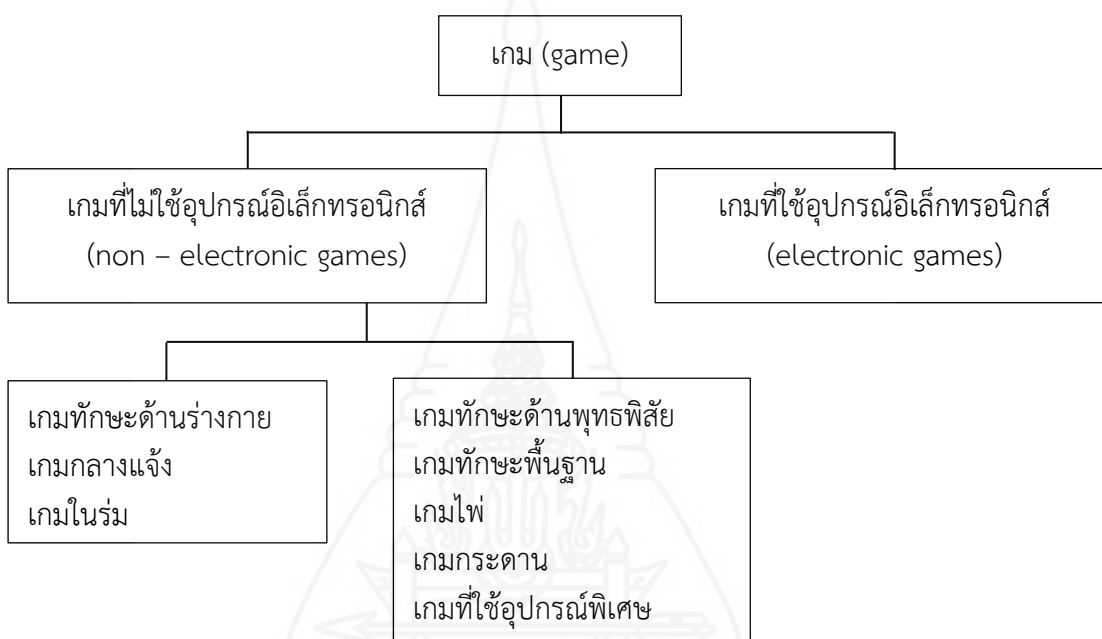
3. จำแนกตามลักษณะการเล่น แบ่งได้ดังนี้

3.1 เกมแข่งขัน (Completion games) เป็นลักษณะเกมการเล่นที่ต้องการการแข่งขันเพื่อแพ้ - ชนะ ซึ่งเป็นเกมส่วนใหญ่ที่เรานำมาเล่นกันเสมอ

3.2 เกมที่ไม่มีวัสดุประกอบ ได้แก่ เกมทายปัญหา เกมใบ้คำ เกมสถานการณ์จำลอง เกมบทบาทสมมติ ฯลฯ

3.2 เกมสำหรับสร้างกลุ่มสัมพันธ์ (game for group relation) เป็นเกมที่นำมาใช้ในการสร้างความสัมพันธ์กลุ่ม และรวมถึงเกมที่นำมาใช้เพื่อการวิเคราะห์และเรียนรู้ถึงกระบวนการกลุ่ม (group dynamics) ด้วย

4. จำแนกตามระดับอุปกรณ์ที่ใช้ แบ่งได้ดังภาพแผนภูมิ ในภาพที่ 2.1



ภาพที่ 2.1 แผนภูมิการจำแนกเกมตามระดับอุปกรณ์ที่ใช้

สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ (2545, น. 91-99 อ้างถึงใน วรณา อินทร์พรรย์, 2556, น. 28-30) ได้กล่าวว่า เกมสามารถแบ่งออก เป็นประเภทต่าง ๆ มากมายหลายประเภทตามลักษณะการเล่น อุปกรณ์ วิธีการเล่น หรือรูปแบบการเล่น เช่น

1. เกมเบ็ดเตล็ด เป็นลักษณะเกมง่าย ๆ ที่สามารถจัดเล่นได้ในสถานที่ต่าง ๆ โดยมีจุดประสงค์ของการเล่นเพื่อให้การเล่นนั้นไปสู่จุดหมายในระยะเวลาสั้น ๆ เป็นการสร้างเสริมทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นคือ การเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เพื่อให้เกิดทักษะความชำนาญ และคล่องตัว ซึ่งเกมประเภทนี้ ได้แก่ เกมประเภทสนุกสนาน เกมมีจุดหมาย เกมย้ำความว่องไว และเกมฝึกสมอง เป็นต้น

2. เกมเล่นเป็นนิยาย เป็นลักษณะของกิจกรรมการแสดงออกซึ่งทำทางต่าง ๆ รวมทั้งการเคลื่อนไหวแสดงออกในรูปของการเล่นหรือแสดงโดยการกำหนดบทบาทสมมติ หรือการแสดงละครตามความเข้าใจของผู้แสดงแต่ละคน และดำเนินเรื่องไปตามเนื้อหาหรือเรื่องที่เล่น



3. เกมประเภทสร้างสรรค์ ลักษณะของกิจกรรมเล่นที่ส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ การแสดงออกซึ่งความสามารถในการเคลื่อนไหว ความสามารถในการใช้ภาษา สมองคิด เพื่อโต้ตอบหรือกิจกรรมการเล่นอย่างสนุกสนาน

#### 4. เกมประเภชชิงที่หมายไล่จับ

4.1 เกมประเภชชิงที่หมาย เป็นเกมการเล่นที่ต้องอาศัยความแข็งแรง รวดเร็ว ความคล่องตัวไหวพริบ การหลอกล่อ และกลวิธีเพื่อจับเป้าหมายหรือชิงที่ให้เร็วที่สุด ให้ประโยชน์ด้านความสนุกสนาน พัฒนาความเจริญเติบโตและความสามารถในการตัดสินใจของผู้เรียน

4.2 เกมประเภชไล่จับ เป็นเกมที่ใช้ความคล่องตัวในการหลบหลีกไม่ให้ถูกจับ ต้องอาศัยความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขา สมรรถภาพทางกายให้ความสนุกสนานเพลิดเพลิน และเป็นการออกกำลังกายด้วย

5. เกมประเภทรายบุคคล เป็นเกมแข่งขันประเภชหนึ่งที่ใช้ความสามารถและสมรรถภาพทางกายของแต่ละบุคคลเป็นหลักในการแข่งขัน ใครสามารถทำได้ดีและถูกต้องก็จะเป็นผู้ชนะ จัดเป็นเกมวัดความสามารถของผู้เรียนซึ่งควรจะเป็นลักษณะเกมการต่อสู้หรือเลียนแบบก็ได้

6. เกมแบบหมู่หรือผลัด เป็นเกมที่มีลักษณะในการแข่งขันระหว่างกลุ่ม โดยแต่ละหมู่หรือกลุ่มจะไม่ยุ่งเกี่ยวกับกลุ่มอื่น ทุก ๆ คนจะพยายามทำให้ดีที่สุด เพื่อประโยชน์ของกลุ่ม โดยอาศัยทักษะความสามารถของสมาชิกแต่ละคนมาเป็นผลรวมของกลุ่ม เพื่อฝึกทักษะเบื้องต้นทางกีฬา ส่งเสริมสมรรถภาพทางร่างกาย สนุกสนาน ร่าเริง และความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา เป็นต้น

7. เกมพื้นบ้าน เป็นเกมที่เด็ก ๆ เล่นกันในท้องถิ่นแต่ละบ้าน ซึ่งมีการถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษ เป็นเกมที่แสดงออกถึงความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะถิ่น แสดงถึงวัฒนธรรมประเพณีที่มีมาแต่โบราณ เช่น เกมหมากเก็บ เกมสบบ้า เกมจ้ำจี้ เป็นต้น

8. เกมนำไปสู่กีฬาใหญ่ เป็นเกมการเล่นทั้งประเภชชุดและบุคคลที่ได้ทักษะสูงขึ้น เพื่อเป็นการนำไปสู่การเล่นกีฬาใหญ่ โดยจะนำการเล่นกีฬาใหญ่มาดัดแปลงให้มี กฎ กติกาที่น้อยลง เล่นง่ายขึ้น และเหมาะสำหรับวัยเด็ก แต่ยังอาศัยหลักและทักษะแบบเดียวกันกับที่กีฬาใหญ่นั้นใช้อยู่ เช่น เกมนำฟุตบอล เกมนำบาสเกตบอล เกมนำวอลเลย์บอล เป็นต้น

9. เกมละลายพฤติกรรม เป็นเกมที่ใช้สื่อให้ผู้เรียนที่ยังไม่เคยรู้จักกัน ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจากการเคร่งขรึม สงวนท่าทีไม่กล้าแสดงออกมาเป็นกล้าแสดงออก ยิ้ม เปิดใจ ร่วมกันสร้างสรรค์บรรยากาศให้ทุกคนรู้จักกันและก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน

10. เกมสนทนาการ เป็นเกมการเล่นที่มีจุดหมาย เพื่อความสนุกสนาน เพลิดเพลิน ผ่อนคลายความตึงเครียด เล่นได้ทุกเพศ ทุกวัย ส่วนใหญ่จะเป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นในการรวมกลุ่มพบปะสังสรรค์ต่างๆ

11. เกมเพื่อประสบการณ์การเรียนรู้ เป็นเกมที่ใช้ประกอบการเรียนรู้โดยกำหนดวัตถุประสงค์และขั้นตอนการดำเนินการไว้ชัดเจน โดยเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมที่จัดให้ให้ทุกคนช่วยกันคิดและเล่นเกม หลังจากนั้นจะมีการนำเสนอหา ข้อมูลของเกม พฤติกรรมการเล่น วิธีการเล่น และผลการเล่นมาใช้ในการอภิปราย เพื่อสรุปให้แนวคิดเชื่อมโยงกับเนื้อหาวิชาหรือบทเรียนนำไปสู่การเรียนรู้ของผู้เรียน

จรินทร์ ธานีรัตน์ และคณะ (2542, น. 3 อ้างถึงใน วรรณ อินทร์มพรรย์, 2556, น. 27) ได้กล่าวว่า เกมแบ่งออกเป็น 6 ประเภท คือ

1. การเล่นเป็นนิยายการเล่นเลียนแบบ (story plays and mimetic) ได้แก่ การเล่นที่มีนิยายประกอบ เด็กแสดงท่าทางตามนิยายนั้นๆ และการเลียนแบบก็ตามแบบนั้นๆ เช่น แบบสัตว์หรืออื่นๆ

2. การเล่นเบ็ดเตล็ด (low organization games) ได้แก่ การเล่นที่กฎกติกา เล็กๆน้อยๆ ส่งเสริมให้เด็กมีทักษะเบื้องต้นทางการเคลื่อนไหว

3. เกมการเล่นที่ส่งเสริมสมรรถภาพตนเอง (self testing activities) ได้แก่ การเล่นที่ส่งเสริมให้เด็กมีความแข็งแรงของอวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกาย

4. เกมนำไปสู่กีฬาใหญ่ (lead-up games) ได้แก่ เกมที่ทำให้เกิดทักษะในการเล่นกีฬาใหญ่ๆ

5. เกมการเคลื่อนไหว และการเล่นประกอบเพลง (motion song and singing game) ซึ่งได้แก่การร้องเพลงมีท่าทางประกอบ หรือร้องเพลงแล้วเล่นเกมไปด้วย

6. เกมนันทนาการ (recreation game) ได้แก่การเล่นเพื่อความเพลิดเพลิน ใช้เวลาว่างผ่อนคลายความตึงเครียดทางสมอง และเสริมมิตรภาพทางสังคม

และ สมใจ ทิพย์ชัยเมธา และลออ ชูติกร (2525, น. 226-236 อ้างถึงใน ลักกะณา เสนอฤทธิ์, 2551, น. 28) ได้กล่าวว่า เกมสำหรับเด็กปฐมวัย สามารถแยกได้ตามประโยชน์ที่ผู้เล่นจะได้รับเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งแบ่งได้ ดังนี้

1. เกมเพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน เป็นเกมประเภทหนึ่ง ซึ่งมีวัตถุประสงค์ในการเล่นเหมือนกับเกมประเภทอื่นๆ แต่เน้นวัตถุประสงค์เพื่อความเพลิดเพลินเป็นส่วนใหญ่

2. เกมส่งเสริมทักษะการเคลื่อนไหว เป็นเกมประเภทหนึ่ง ซึ่งมีวัตถุประสงค์ในการเล่น วิธีการเล่น กติกาการเล่น และสื่อประกอบการเล่น เหมือนกับเกมประเภทอื่น แต่เน้นวัตถุประสงค์ด้านเสริมทักษะการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อใหญ่ เพื่อให้เกิดความคล่องแคล่วว่องไว

3. เกมเสริมทักษะทางการเรียน เป็นเกมอีกประเภทหนึ่ง ซึ่งมีจุดมุ่งหมาย จำนวนผู้เล่น มีกติกาการเล่นเล็กน้อย และมีสื่อประกอบการเล่นเหมือนเกมประเภทอื่นๆ แต่เกมเสริมทักษะบทเรียน ส่วนมากจะเป็นเกมเล่นในร่ม และมีจุดมุ่งหมายจะเน้นการแข่งขัน หรือเสริมการเรียนรู้มากกว่าการออกกำลังกาย เช่น เกมเสริมทักษะทางภาษา คณิตศาสตร์ และเกมฝึกประสาท

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า เกมสำหรับเด็กปฐมวัย สามารถแบ่งได้เป็นหลายประเภทขึ้นอยู่กับลักษณะในการจัดกิจกรรม ใช้ทักษะง่าย ๆในการเล่น อาศัยความคล่องแคล่วว่องไว และมีกติกาที่ไม่ยุ่งยาก ซับซ้อน ทำให้ผู้เล่นได้รับความสนุกสนาน มีความสุข และเสริมสร้างทักษะการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย

ดังนั้นการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเกมเข้ามาประกอบการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะให้กับเด็กปฐมวัย ประเภทของเกมที่ใช้ได้แก่ เกมเลียนแบบ เกมเบ็ดเตล็ด มีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

## 2.2 การคัดเลือกเกมสำหรับเด็กปฐมวัย

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจึงพอสรุปวิธีการคัดเลือกเกมสำหรับเด็กปฐมวัย ได้ดังนี้

สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ (2545, น.93 อ้างถึงใน วรรณภา อินทร์มพรรย์, 2556, น. 32-33) ได้เสนอแนะการเลือกเกมที่นำมาใช้ในการจัดการเรียนรู้ ดังนี้

1. ผู้สอนสร้างเกมขึ้นมาให้เหมาะกับวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ ซึ่งหากผู้สอนต้องการสร้างเกมขึ้นใช้เอง ผู้สอนจำเป็นต้องมีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับวิธีการสร้าง และจะต้องทดลองใช้เกมที่สร้างหลายๆ ครั้ง จนกระทั่งมั่นใจว่าสามารถใช้ได้ดีตามวัตถุประสงค์หรือ
2. ผู้สอนเลือกเกมที่มีผู้สร้างขึ้นไว้แล้วนำมาดัดแปลงให้เหมาะสมกับวัตถุประสงค์ของการสอนของตนก็ได้ ซึ่งการดัดแปลงนั้นผู้สอนจำเป็นต้องศึกษาเกมนั้นให้เข้าใจแล้วจึงดัดแปลงหรือทดลองใช้ก่อนเพื่อจะได้เห็นประเด็นหรือข้อขัดข้องต่างๆ ซึ่งจะช่วยให้มีการเตรียมการป้องกันหรือแก้ไขไว้ล่วงหน้าหลักในการเลือกเกม องค์ประกอบสำคัญในการพิจารณาเพื่อนำเกมมาจัดการเรียนรู้ มีดังต่อไปนี้

2.1 วัตถุประสงค์ในการเล่น เช่น ถ้าต้องการฝึกความเป็นผู้นำและผู้ตามต้องเลือกเกมที่พยายามให้ผู้เล่นได้แสดงออกซึ่งความสามารถของตนเองให้มากที่สุด

2.2 ระดับของผู้เข้าร่วมเล่น ควรจะพิจารณาถึงเกมที่เหมาะสมกับสภาพร่างกาย ระดับความสามารถ ระดับอายุ ความสนใจ เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ต้องการ

2.3 สถานที่ ความเหมาะสมของสถานที่เป็นสิ่งสำคัญของการเล่นเกมเพราะจะต้องเหมาะสมกับจำนวนผู้เล่น เพื่อให้ทุกคนเล่นได้เต็มที่และก็มีความปลอดภัย

2.4 จำนวนผู้เล่น ควรพิจารณาเลือกเกมที่ผู้เรียนทุกคนเข้าร่วมเล่นได้

2.5 อุปกรณ์ ควรเป็นลักษณะเกมที่จัดหาอุปกรณ์ได้ง่าย สะดวก เหมาะสม ประหยัดและปลอดภัยต่อการเล่น ซึ่งคงจะจัดหาหรือจัดทำขึ้นเองก็ได้

2.6 กติกา กฎ ระเบียบในการเล่น เกมที่มีกติกามากหรือต้องใช้เทคนิคสูง ไม่เหมาะสมที่จะนำไปใช้ในแบบหมู่ หรือเพื่อความสนุกสนานทำให้เกิดความเบื่อหน่าย ดังนั้นผู้นำเกมจะต้องชี้แจงให้ผู้เข้าใจถึงกติกาการเล่น และความสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตาม ความเหมาะสม

Hopkins (1987, p. 28 อ้างถึงใน วรรณภา อินทร์มพรรย์, 2556, น. 34) ได้ให้ความเห็นไว้ว่า ครูสามารถนำเกมไปใช้เป็นกิจกรรมเพิ่มเติมไว้ในวิชาต่าง ๆ ได้ทุกระดับชั้น ซึ่งครูสามารถประยุกต์ และนำเกมมาใช้ประกอบการสอนเพื่อจูงใจให้นักเรียนดำเนินการเรียนไปสู่เป้าหมายที่ครูต้องการได้

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า การคัดเลือกเกมสำหรับเด็กปฐมวัยมาใช้ในการจัดประสบการณ์สำหรับเด็กปฐมวัยนั้น ต้องมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการ ต้องคำนึงถึงวุฒิภาวะและอายุของเด็ก ซึ่งเราสามารถประยุกต์และนำเกมมาใช้ประกอบการสอน เพื่อจูงใจให้เด็กได้มีพัฒนาการที่ดีไปสู่เป้าหมายที่ต้องการได้

## 2.4 การจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็กปฐมวัย

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจึงพอสรุปการจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็กปฐมวัย ได้ดังนี้

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน (2542, น. 86 อ้างถึงใน วรรณภา อินทร์ทรัพย์, 2556, น. 36) ได้กล่าวถึงการจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็กปฐมวัย ควรคำนึงถึงตัวเด็กเป็นสำคัญ จัดให้ตรงกับความสนใจ เหมาะสมกับวัยเพื่อกระตุ้นให้เกิดการพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพของแต่ละบุคคล มีหลักการสอนเกมดังนี้

1. ทำความเข้าใจและศึกษาเกมก่อน
2. ครูต้องเตรียมเกมให้พร้อมและเพียงพอ
3. การจัดเด็กให้พร้อม อาจนั่งเป็นกลุ่มหรือครึ่งวงกลม
4. อธิบายวิธีเล่น ต้องอธิบายให้ชัดเจน กะทัดรัดและได้ยันทัวถึง
5. สาธิตวิธีเล่นสำหรับบางเกมที่เด็กยังไม่เข้าใจ
6. ให้เด็กลงมือปฏิบัติ
7. มีการติดตามผลแต่ละเกมมีจุดมุ่งหมายในการฝึกทักษะต่าง ๆ โดยการสังเกต

ทิตินา แชมมณี และคณะ (2544, น. 81-85 อ้างถึงใน วรรณภา อินทร์ทรัพย์, 2556, น. 36) ได้อธิบายถึงการจัดกิจกรรมโดยใช้เกมไว้ว่าการจัดกิจกรรมโดยใช้เกม คือกระบวนการที่ผู้สอนใช้ในการช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่กำหนด โดยให้ผู้เรียนเล่นเกมตามกติกา และนำเนื้อหาและข้อมูลของเกม พฤติกรรมการเล่น วิธีการเล่นและ ผลการเล่นของผู้เรียนมาใช้ในการอภิปราย เพื่อสรุปการเรียนรู้ ทำให้ได้รับประสบการณ์ตรงเป็นวิธีการที่เปิดโอกาสให้ ผู้เรียนมีส่วนร่วมสูงและมีองค์ประกอบสำคัญ ได้แก่

1. มีเกมและมีกติกาการเล่น
2. มีการเล่นเกมตามกติกา
3. มีการอภิปรายผลเกี่ยวกับผลการเล่น วิธีการเล่น และพฤติกรรมการเล่นของผู้เล่นหลังการเล่น และมีขั้นตอนสำคัญได้แก่
  - 3.1 ผู้สอนเลือกและนำเสนอเกมชี้แจงวิธีการเล่นและกติกาการเล่น
  - 3.2 ผู้เรียนเล่นเกมตามกติกา
  - 3.3 ผู้สอนและผู้เรียนอภิปรายเกี่ยวกับผลการเล่นและวิธีการหรือพฤติกรรมการเล่นของผู้เรียน

สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ (2545, น. 93 – 95 อ้างถึงใน วรรณภา อินทร์ทรัพย์, 2556, น. 36-38) กล่าวถึงขั้นตอนการจัดการเรียนรู้โดยใช้เกมมีดังนี้

1. ชั้นเลือกเกม เกมที่นำมาใช้ในการจัดการเรียนรู้ส่วนใหญ่จะเป็นเกมที่เรียกว่า “เกมการศึกษา” คือ เป็นเกมที่มีวัตถุประสงค์ที่ชัดเจน โดยมุ่งให้ผู้เล่นเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ ดังนั้น ผู้สอนจะต้องเลือกเกมเพื่อนำมาใช้จัดการเรียนรู้ดังนี้
  - 1.1 ผู้สอนสร้างเกมขึ้นมาให้เหมาะกับวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ ซึ่งหากผู้สอนต้องการสร้างเกมขึ้นใช้เอง ผู้สอนจำเป็นต้องมีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับวิธีการสร้าง และจะต้องทดลองใช้เกมที่สร้างหลายๆ ครั้ง จนกระทั่งมั่นใจว่าสามารถใช้ได้ดีตามวัตถุประสงค์หรือ
  - 1.2 ผู้สอนเลือกเกมที่มีผู้สร้างขึ้นไว้แล้วนำมาดัดแปลงให้เหมาะสมกับวัตถุประสงค์ของการสอนของตนก็ได้ ซึ่งการดัดแปลงนั้นผู้สอนจำเป็นต้องศึกษาเกมนั้นให้เข้าใจแล้วจึงดัดแปลง

หรือทดลองใช้ก่อนเพื่อจะได้เห็นประเด็นหรือข้อขัดข้องต่าง ๆ ซึ่งจะช่วยให้มีการเตรียม การป้องกัน หรือแก้ไขไว้ล่วงหน้า

หลักในการเลือกเกม องค์ประกอบสำคัญในการพิจารณาเพื่อนำเกมมาจัดการ เรียนรู้ มีดังต่อไปนี้

1. วัตถุประสงค์ในการเล่น เช่น ถ้าต้องการฝึกความเป็นผู้นำและผู้ตามต้องเลือก เกมที่พยายามให้ผู้เล่นได้แสดงออกซึ่งความสามารถของตนเองให้มากที่สุด
  2. ระดับของผู้เข้าร่วมเล่น ควรจะพิจารณาถึงเกมที่เหมาะสมกับสภาพร่างกาย ระดับความสามารถ ระดับอายุ ความสนใจ เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ต้องการ
  3. สถานที่ ความเหมาะสมของสถานที่เป็นสิ่งสำคัญของการเล่นเกมเพราะ จะต้องเหมาะสมกับจำนวนผู้เล่น เพื่อให้ทุกคนเล่นได้เต็มที่และก็มีความปลอดภัย
  4. จำนวนผู้เล่น ควรพิจารณาเลือกเกมที่ผู้เรียนทุกคนเข้าร่วมเล่นได้
  5. อุปกรณ์ ควรเป็นลักษณะเกมที่จัดหาอุปกรณ์ได้ง่าย สะดวก เหมาะสม ประหยัดและปลอดภัยต่อการเล่น ซึ่งคงจะจัดหาหรือจัดทำขึ้นเองก็ได้
  6. กติกา กฎ ระเบียบในการเล่น เกมที่มีกติกามากหรือต้องใช้เทคนิคสูง ไม่ เหมาะสมที่จะนำไปใช้ในแบบหมู่ หรือเพื่อความสนุกสนานทำให้เกิดความเบื่อหน่าย ดังนั้นผู้นำ เกมจะต้องชี้แจงให้ผู้เข้าใจถึงกติกาการเล่น และความสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตาม ความเหมาะสม
  7. จัดเตรียมอุปกรณ์ที่ใช้ประกอบการเล่นไว้ให้พร้อม
  8. จัดเตรียมสถานที่เล่นให้พร้อมและคำนึงถึงความปลอดภัย
2. ชี้แจงการเล่นและกติกา ผู้สอนควรดำเนินการดังนี้
- 2.1 บอกชื่อเกมแก่ผู้เล่น
  - 2.2 ชี้แจงกติกา โดยผู้สอนควรจัดลำดับขั้นตอนและให้รายละเอียดที่ชัดเจน พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้เรียนซักถามได้
  - 2.3 สาธิตการเล่น เกมที่มีวิธีการเล่นที่ซับซ้อนบางครั้งอาจต้องมีการสาธิตก่อน
  - 2.4 ซ้อมก่อนเล่นจริง เกมที่มีวิธีการเล่นที่ซับซ้อน นอกจากสาธิตแล้วยังอาจ จำเป็นที่จะให้ผู้เล่นลองซ้อมเล่นก่อน เพื่อความเข้าใจที่ชัดเจน
3. ชั้นเล่นเกม มีดังนี้
- 3.1 จัดสถานที่สำหรับการเล่นเกมให้อยู่ในสภาพที่เอื้อต่อการเล่น
  - 3.2 ให้ผู้เรียนเล่นเกมและผู้สอนควบคุมการเล่นให้เป็นไปตามขั้นตอนและในบาง กรณีต้องควบคุมเวลาในการเล่นด้วย
  - 3.3 ผู้สอนควรติดตามสังเกตพฤติกรรมการเล่นของผู้เรียนอย่างใกล้ชิดและควร บันทึกข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนไว้ เพื่อนำไปใช้โดยการอภิปรายหลังการเล่น บันทึกพฤติกรรมและควบคุมเวลาเล่นด้วยก็ได้
4. ชั้นอภิปรายหลังการเล่น และสรุปผล มีดังนี้
- ขั้นตอนนี้เป็นขั้นตอนที่สำคัญมากสำหรับการจัดการเรียนรู้โดยใช้เกมเพราะ จุดเน้นของเกมอยู่ที่การเรียนรู้วิธีต่าง ๆ ที่จะเอาชนะอุปสรรค เพื่อให้ไปถึงเป้าหมายที่ต้องการ

และโยงเข้าไปประเด็นการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ดังนั้นการดำเนินการอภิปรายหลัง การเล่นเกมควรดำเนินการดังนี้

4.1 ผู้สอนควรตั้งประเด็นคำถามเพื่อนำไปสู่การอภิปราย เช่น

4.1.1 ผู้ชนะมีวิธีการเล่นอย่างไร

4.1.2 ผู้ชนะหรือผู้แพ้มีความรู้สึกอย่างไร

4.1.3 ผู้ชนะเล่นเกมชนะเพราะเหตุใด

4.1.4 ผู้แพ้เล่นเกมแพ้เพราะเหตุใด

4.2 ประเด็นคำถามเกี่ยวกับเทคนิคหรือทักษะต่าง ๆ ที่ผู้เรียนได้รับ เช่น ผู้เรียนได้พัฒนาทักษะอะไรบ้าง ได้พัฒนามากน้อยเพียงใด ประสบความสำเร็จตามที่ต้องการหรือไม่มีข้อผิดพลาดอะไรบ้าง และจะมีวิธีใดที่จะช่วยให้ประสบความสำเร็จมากขึ้น

4.3 ประเด็นคำถามเกี่ยวกับเนื้อหาสาระต่าง ๆ ที่ได้รับ เช่น การทดสอบ ความรู้ การให้เขียนแผนผังความคิด เป็นต้น

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็กปฐมวัย มีขั้นตอนการจัดกิจกรรม 3 ขั้นตอน คือ

1. ชี้นอบอุณร่างกาย

1. เตรียมความพร้อมร่างกายเด็กก่อนทำกิจกรรม อบอุณร่างกายในท่าทางการเคลื่อนไหวตามที่ครูกำหนด

2. นัดหมายสัญญาณให้เด็กฟังสัญญาณจังหวะในการเคลื่อนไหว

3. ให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายไปรอบๆ บริเวณ อย่างอิสระ ตามจังหวะที่ครูเคาะ

ในทิศทางต่างๆ

2. ชี้นกิจกรรม

4. ครูบอกชื่อเกมแก่เด็ก

5. ครูอธิบายวิธีการเล่นเกมให้เด็กฟัง

6. ครูสาธิตกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมให้เด็กดู

7. ครูชวนเด็กๆ เล่นเกมไปพร้อมๆ กัน

8. เด็กๆ ร่วมกันเล่นเกมและเล่นซ้ำอีก 2-3 รอบ

9. ขณะที่เด็กเคลื่อนไหว ครูกระตุ้นและให้กำลังใจ โดยการกล่าวชมเชยและตบมือ

3. ชี้นสรุป

10. ให้เด็กนั่งผ่อนคลายในท่าที่สบายภายในห้องเรียนพร้อมฟังเพลงเบาๆ

11. เด็กและครูร่วมกันสนทนาถึงเกมที่เล่นร่วมกัน

## 2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเกมสำหรับเด็กปฐมวัย

### 2.5.1 งานวิจัยในประเทศ

สุริศา สุขุมวรรณ (2548, น. 46-48 อ้างถึงใน วรรณภา อินทร์มพรรย์, 2556, น. 59-60) ได้ทำการวิจัย เรื่อง ผลการจัดกิจกรรมนันทนาการประเภทเกมที่มีต่อการพัฒนาลักษณะนิสัยของเด็กปฐมวัย ผลการวิจัยพบว่า 1) เด็กปฐมวัยเมื่อร่วมกิจกรรมนันทนาการประเภทเกมที่มีการพัฒนาลักษณะนิสัยโดยรวมก่อนทดลอง อยู่ในระดับต้องปรับปรุง ( $\bar{X} = 1.39$ ) เมื่อพิจารณารายด้าน

พบว่า ลักษณะนิสัยด้านร่างกายอยู่ในระดับพอใช้ ( $\bar{X} = 1.57$ ) ส่วนด้านจิตใจ ด้านอารมณ์ และด้านสังคม อยู่ในระดับต้องปรับปรุง ( $\bar{X} = 1.26$ ,  $\bar{X} = 1.28$  และ  $\bar{X} = 1.28$  ตามลำดับ) หลังการทดลอง พบว่า เด็กปฐมวัยมีการพัฒนาลักษณะนิสัยโดยรวมอยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 2.87$ ) และรายด้านทุกด้าน คือ ด้านจิตใจ ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านร่างกาย อยู่ในระดับดี ( $\bar{X} = 2.69$ ,  $\bar{X} = 2.89$ ,  $\bar{X} = 2.94$  และ  $\bar{X} = 2.96$ ) และ 2) เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยลักษณะนิสัยของเด็กปฐมวัยหลังเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการประเภทเกมมีการพัฒนาสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโดยรวมและรายด้านทุกด้าน

ลักณะ เสนอฤทธิ์ (2551, น. 66) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ผลการจัดกิจกรรมเกมการศึกษาที่มีต่อพฤติกรรมทางสังคมของเด็กปฐมวัย ผลการวิจัย พบว่า เด็กปฐมวัยก่อนการจัด กิจกรรมและระหว่างการจัดกิจกรรมเกมการศึกษาในแต่ละช่วงสัปดาห์มีค่าเฉลี่ยคะแนน พฤติกรรมทางสังคม โดยเฉลี่ยรวมความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สรุปผลการจัดกิจกรรมเกมการศึกษาส่งเสริมให้พฤติกรรมทางสังคมของเด็กปฐมวัยโดยรวมและ รายด้านสูงขึ้นอย่างชัดเจน

วรรณ อินทร์พรชัย (2556, น. 75-76) ได้ทำการศึกษาผลการจัดกิจกรรมแบบร่วมมือที่ส่งผลต่อพฤติกรรมด้านความซื่อสัตย์สำหรับเด็กปฐมวัย การวิจัยมีความมุ่งหมายเพื่อ 1) เปรียบเทียบพฤติกรรมด้านความซื่อสัตย์ของ เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 2 ที่ได้รับการจัดกิจกรรมเกมแบบร่วมมือกับเกณฑ์ที่ร้อยละ 70 และ 2) ศึกษาความพึงพอใจของเด็ก ที่ได้รับการจัดกิจกรรมเกมแบบร่วมมือ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556 โรงเรียนอนุบาลวัดนางใน (ละเอียดอุปถัมภ์) อำเภอวิเศษชัยชาญ จังหวัดอ่างทอง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอ่างทอง ซึ่งเลือกโดยการสุ่มห้องเรียน 1 ห้อง ด้วยการจับสลากจาก 3 ห้อง ซึ่งคณะนักเรียนแล้ว เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ 1) แผนการจัดกิจกรรมเกมแบบร่วมมือเพื่อพัฒนาความซื่อสัตย์ของเด็กปฐมวัยจำนวน 30 เกม 2) แบบประเมินพฤติกรรมด้านความซื่อสัตย์ และ 3) แบบสอบถามความพึงพอใจของเด็กต่อการเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมเกมแบบร่วมมือ โดยสัมภาษณ์เด็กเป็นรายบุคคล วิเคราะห์ข้อมูลหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบที ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมด้านความซื่อสัตย์ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 2 ที่ได้รับการจัดกิจกรรมเกม แบบร่วมมือสูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 70 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผลจากการสัมภาษณ์ความพึงพอใจต่อการเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมเกมแบบร่วมมือของเด็กปฐมวัย ภาพรวมอยู่ในระดับมาก

สุมาลี บัวหลวง (2557, น. 103-104) ได้ศึกษาผลของการใช้เกมการเล่นกลางแจ้งที่มีต่อพฤติกรรมร่วมมือของเด็กปฐมวัย การวิจัยมีความมุ่งหมายเพื่อ 1) เปรียบเทียบพฤติกรรมด้านความซื่อสัตย์ของ เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 2 ที่ได้รับการจัดกิจกรรมเกมแบบร่วมมือกับเกณฑ์ที่ร้อยละ 70 และ 2) ศึกษาความพึงพอใจของเด็ก ที่ได้รับการจัดกิจกรรมเกมแบบร่วมมือ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556 โรงเรียนอนุบาลวัดนางใน (ละเอียดอุปถัมภ์) อำเภอวิเศษชัยชาญ จังหวัดอ่างทอง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอ่างทอง ซึ่งเลือกโดยการสุ่มห้องเรียน 1 ห้อง ด้วยการจับสลากจาก 3 ห้อง ซึ่งคณะนักเรียนแล้ว เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ 1) แผนการจัดกิจกรรมเกมแบบร่วมมือเพื่อพัฒนาความซื่อสัตย์ของเด็กปฐมวัยจำนวน 30 เกม 2) แบบประเมินพฤติกรรมด้านความซื่อสัตย์ และ 3) แบบสอบถามความพึงพอใจของเด็กต่อการเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมเกมแบบร่วมมือ โดยสัมภาษณ์เด็กเป็นรายบุคคล วิเคราะห์ข้อมูลหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบที ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมด้านความซื่อสัตย์

ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 2 ที่ได้รับการจัดกิจกรรมเกม แบบร่วมมือสูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 70 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และจากการสัมภาษณ์ความพึงพอใจต่อการเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมเกมแบบร่วมมือของเด็กปฐมวัย ภาพรวมอยู่ในระดับมาก

### 2.5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

ทอมสัน (Thompson, 2001, p. 85–A อ้างถึงใน วรณา อินทร์ทรัพย์, 2556, น. 61) ได้ศึกษาการสำรวจระดับความเชื่อมั่นในตนเองผลสัมฤทธิ์ทางด้านวิชาการและทัศนคติในเรื่องเกี่ยวกับการใช้สิ่งเร้าในกลุ่มนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา ซึ่งใช้กิจกรรมบอร์ดเกมในการพัฒนากระบวนการเรียนรู้และทักษะการคิดสร้างสรรค์เมื่อเข้าร่วมในโปรแกรม Mente Program ผลการวิจัยพบว่า วิธีการสอนโดยใช้บอร์ดเกมสามารถช่วยพัฒนาระดับความสามารถของผู้เรียนในการใช้ความคิดจินตนาการ และพบว่า วิธีการสอนโดยใช้บอร์ดเกมสามารถช่วยพัฒนาทวิและทักษะการคิดสร้างสรรค์ของเด็กได้โดยการจัดฝึกอบรมให้พวกเขาเกิดความสนใจ ดังนั้น นักจิตวิทยาของโรงเรียนจึงควรให้ความสำคัญกับวิธีการสอนโดยใช้บอร์ดเกมในฐานะที่เป็นวิธีการสนับสนุนสิ่งแวดล้อมทางด้านวิชาการในการจัดการเรียนการสอนในชั้นเรียน เพื่อช่วยให้เด็กนักเรียนของพวกเขาได้พัฒนาทักษะที่สำคัญ ๆ ด้านต่าง ๆ ไปพร้อม ๆ กัน เช่นทักษะด้านความตั้งใจในการปฏิบัติงาน ทักษะด้านการสร้างทีมงานและทักษะในการจัดกลุ่มเพื่อการปฏิบัติงานนั่นเอง

โอเจตา (Ojeda, 2005, p. 2969–A อ้างถึงใน วรณา อินทร์ทรัพย์, 2556, น. 61) ได้ศึกษาบทบาทของการใช้เกมต่อคำใน การเรียนการสอนภาษาที่สอง : วิธีการสอนภาษาที่สอง แรงจูงใจและผลการปฏิบัติงาน กลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่ม 1 ใช้วิธีใช้เกมเพื่อจัดการเรียนการสอน กลุ่ม 2 ใช้วิธีการจัดการเรียน การสอนแบบปกติ ผลการวิจัย พบว่า ผู้เรียนชอบวิธีการสอนโดยใช้เกมมากกว่าการสอนแบบปกติ ดังนั้น การสอนโดยใช้เกมต่อคำน่าจะเป็นวิธีการที่ช่วยเพิ่มแรงจูงใจและมีประสิทธิภาพ ช่วยส่งเสริมบรรยากาศในเชิงวิชาการสนุกสนาน มีการแข่งขันกัน สามารถเชื่อมประสานกับเนื้อหาบทเรียนที่กำลังศึกษาได้อย่างราบรื่นและเหมาะสมกับระยะเวลา ถึงแม้อีกหนึ่งหนึ่งซึ่งยังพบว่า ยังมีผู้เรียนที่ไม่เห็นด้วยกับการใช้เกมในการจัดการเรียนการสอนอยู่บ้างก็ตาม

โรเบิร์ต (Robert, 2005, p. 3 อ้างถึงใน วรณา อินทร์ทรัพย์, 2556, น. 62) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ประสิทธิภาพของเกมการสอน ซึ่งได้ศึกษาประสิทธิภาพของเกมการเรียนการสอนจากบท 31 บทความที่เกี่ยวกับทฤษฎีการจัด การเรียนการสอนโดยใช้เกมการเล่น สรุปได้ดังนี้ 1) การวิจัยเชิงประจักษ์เกี่ยวกับการเรียนการสอน ประสิทธิภาพของเกมอาจมีส่วนที่เป็นเงื่อนไขที่กำหนดไว้ไม่ดี และเต็มไปด้วยข้อบกพร่องระเบียบวิธีการ 2) บางเกมที่นำมาใช้ในการเรียนการสอนมีประสิทธิภาพในบางเวลา แต่ผลเหล่านี้ อาจ ไม่สามารถสรุปได้กับเกมที่ใช้ในวิชาการเรียนการสอนอื่นๆ 3) ไม่มีหลักฐานบ่งชี้ว่าเกมเป็นวิธีที่สามารถใช้ในการเรียนการสอนที่ได้ทุกสถานการณ์ 4) เกมการเรียนการสอนมีประสิทธิภาพมากขึ้นถ้าครูผู้สอนนำไปใช้ในการเรียนการสอนที่มีการซักถามและมีข้อเสนอแนะ 5) สามารถนำเกมมาใช้ระหว่างเรียนเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนการสอนได้ นอกจากนี้ยังมีข้อเสนอแนะในการนำเกมไปใช้ในการเรียนการสอน ดังนี้ 1) การตัดสินใจที่จะใช้เกมสำหรับการเรียนการสอนควรจะต้องขึ้นอยู่กับการวิเคราะห์รายละเอียดของความต้องการการเรียนรู้ และการแลกเปลี่ยนวิธีการเรียน การสอนในกลุ่มวิชาอื่น 2) ในการพัฒนาเกมสำหรับการเรียนการสอนต้องแสดงให้เห็นว่า



เกมนั้นสามารถส่งเสริมการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ได้ 3) ในการใช้เกมควรใช้เกมที่ทำให้ผู้เรียน มีปฏิสัมพันธ์ต่อกันไม่ควรใช้เกมที่มีผู้เล่นคนเดียว

โทมินี, และแมคเคลแลนด์ (Tominey and McClelland, 2011, p. 480 อ้างถึงใน วรณา อินทร์พรหม, 2556, น. 62) ได้ทำการวิจัยเรื่องการทดลองโดยสุ่มช่วงวงจเวลา ของการปรับปรุงพฤติกรรมควบคุมตนเองในเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมการเล่น เกม ผลการวิจัย พบว่า การศึกษาประสิทธิภาพของ การควบคุมตนเองของเด็กปฐมวัย 65 โรงเรียน จากช่วงวงจเวลา การใช้กิจกรรมการเล่น เกม พบว่า เด็กมีส่วนร่วมในกลุ่มและสามารถควบคุมพฤติกรรมได้ดีขึ้นอย่างมี นัยสำคัญ เด็กครึ่งหนึ่งได้มีส่วนร่วมใน 16 แผนการจัดกิจกรรมเกม ซึ่งมีผลต่อพฤติกรรมควบคุม ตนเองในช่วงฤดูหนาวของต้นปีการศึกษา และผลการประเมินในฤดูใบไม้ร่วงและฤดูใบไม้ผลิ ด้าน ความสำเร็จของพฤติกรรมควบคุมตนเอง โดยรวมพบว่า มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญ ซึ่ง ผลลัพธ์เหล่านี้มีศักยภาพควรที่จะจัดหาหลักสูตรของเด็กปฐมวัย เพื่อการเตรียมความพร้อมของ โรงเรียนก่อนเรียนในระดับต่อไป

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเกมสำหรับเด็กปฐมวัย สรุปได้ว่า เกมที่ใช้ใน การจัดกิจกรรมเป็นสื่อที่สำคัญในการเรียนรู้ของเด็ก เด็กได้มีส่วนร่วมในการเล่น เกิดความสนุกสนาน เป็นการฝึกใช้ความคิด การตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหาทำให้เด็กได้เรียนรู้ และเกมที่ใช้ในการจัด กิจกรรมยังสามารถพัฒนาทักษะด้านต่างๆ ในร่างกายของเด็กได้

### 3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

#### 3.1 ความหมายและความสำคัญของความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

##### 3.1.1 ความหมายของความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า มีนักการศึกษา หลายท่านได้ให้ความหมายของกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ซึ่งในที่นี้ก่อนที่จะกล่าวถึงความสามารถ ในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย จะขอกล่าวถึง ความหมายของกล้ามเนื้อใหญ่เสียก่อน ดังนี้ จุฑารัตน์ ทาระวรรณ (2551, น. 14) ได้กล่าวถึง ความหมายของความสามารถ ในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ หมายถึง ความสามารถในเคลื่อนไหว ร่างกาย ในส่วนของกล้ามเนื้อใหญ่ ได้แก่ แขน ขา ในการยืน วิ่ง กระโดด รับลูกบอล และโยนลูกบอล

สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์ และคณะ (2551, น. 7 อ้างถึงใน จุฑารัตน์ ทาระวรรณ, 2551, น. 13-14) ได้กล่าวว่า กล้ามเนื้อใหญ่หมายถึง กล้ามเนื้อที่ใช้ในการเคลื่อนไหวอวัยวะส่วนใหญ่ เช่น แขน ขา หัวไหล่ ฯลฯ ซึ่งโดยมากแล้วกล้ามเนื้อส่วนนี้จะเป็นส่วนที่เด็กใช้ในการประกอบกิจกรรม ประจำวัน เช่น เดิน วิ่ง ปีน กระโดด หันซ้ายขวา

พระครูพิพัฒนกิตติสุนทร (2553, น. 47) ได้กล่าวว่า ความสามารถด้าน กล้ามเนื้อใหญ่ หมายถึง ความสามารถในการควบคุม บังคับการทำงานที่ประสานสัมพันธ์กันของ กล้ามเนื้อแขน ขา ลำตัว โดยให้สัมพันธ์กับการกระทำกิจกรรมต่างๆ ในการยืน เดิน วิ่ง กระโดด

การทรงตัว การเล่นบอล และการช่วยเหลือตัวเองในชีวิตประจำวัน ได้อย่างคล่องแคล่ว และมีประสิทธิภาพตามความถนัด

อารมณ สุวรรณपाल (2535, น. 576 อ้างถึงใน พระครูพิพัฒนกิจตติสุนทร, 2553, น. 46) ได้กล่าวว่า ความสามารถในการใช้อวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกายในส่วนของกล้ามเนื้อใหญ่ ได้แก่ ความสามารถในการใช้ร่างกาย แขน ขา วิ่ง เดิน กระโดด ปีนป่าย ทรงตัว เตะ และรับลูกบอล จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า ความหมายของ ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย หมายถึง ความสามารถในการบังคับควบคุมการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ แขน ขา ลำตัว บ่า ไหล่ ซึ่งแสดงออกด้วยพฤติกรรมดังต่อไปนี้ การเดิน การวิ่ง การกระโดด การรับลูกบอล โยนลูกบอล อย่างมีความสัมพันธ์กันในระหว่างทำกิจกรรมนั้นๆ

### 3.1.2 ความสำคัญของความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพอสรุปได้ว่า ความสำคัญของความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย มีดังต่อไปนี้

แทนเนอร์ (Tanner, 1978, p. 3 อ้างถึงใน จุฑารัตน์ ทาระวรรณ, 2551, น. 14-15) ได้กล่าวถึงความสำคัญของกล้ามเนื้อใหญ่ ซึ่งสรุปได้ดังนี้

การพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ให้แข็งแรง อดทน และปราดเปรียว และทำงานประสานสัมพันธ์กัน จะทำให้เด็กสามารถเรียนรู้ผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 5 และปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้ดี

1. การจัดกิจกรรมให้เด็กมีการเคลื่อนไหวของมือและเท้า กิจกรรมเหล่านี้มีส่วนสำคัญต่อการพัฒนาสมองของเด็ก โดยเฉพาะฝ่ามือ ฝ่าเท้า และนิ้วมือ มีเส้นประสาทมารวมกันอยู่มาก การเคลื่อนไหวของมือ เท้า และนิ้วของเด็ก จึงเป็นเหมือนการฝึกสมองของเด็กโดยตรง ส่งผลต่อระบบประสาทในการเรียนรู้ของเด็ก

2. พัฒนาการด้านกล้ามเนื้อใหญ่เกิดก่อนพัฒนาการด้านสังคม อารมณ์ จิตใจ และสติปัญญา อีกทั้งยังส่งผลถึงพัฒนาการด้านอื่น ๆ อีกอย่างเป็นองค์รวม และเป็นพื้นฐานของพัฒนาการในวัยต่อมา

เกียรติวรรณ อมาตยกุล (2535, น. 9 อ้างถึงใน พระครูพิพัฒนกิจตติสุนทร, 2553, น. 47) ได้กล่าวถึงความสำคัญของความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ว่า การพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ให้แข็งแรง อดทน และปราดเปรียว และทำงานประสานสัมพันธ์กัน จะทำให้เด็กสามารถเรียนรู้ผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 5 และปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้ดี

นอกจากนี้ พระครูพิพัฒนกิจตติสุนทร (2553, น. 47) ได้กล่าวว่า กล้ามเนื้อใหญ่เป็นส่วนสำคัญในการควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกาย ช่วยในการทรงตัว การใช้ร่างกาย แขน ขา ลำตัว ในการเคลื่อนไหวร่างกายควบคุมทักษะในการเดิน การยืน การวิ่ง และการโยนรับลูกบอล จะช่วยในการพัฒนานาไปสู่การเคลื่อนไหวที่แข็งแรงมั่นคง และส่งผลถึงพัฒนาการด้านอื่น

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยมีความสำคัญต่อพัฒนาการด้านอื่น ๆ ของเด็ก ซึ่งเด็กที่สามารถเคลื่อนไหวกล้ามเนื้อมัดใหญ่ได้ดีจะมีพื้นฐานที่ดีในการพัฒนาความสามารถในการเรียนรู้ของเด็กได้

## 2.2 พัฒนาการของความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจึงพอสรุป พัฒนาการของความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยได้ดังนี้

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ (2560, น. 28) ได้กล่าวถึง พัฒนาการของความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่มีคุณลักษณะตามวัย ดังนี้

1. อายุ 3-4 ปี
  - 1.1 เดินตามแนวที่กำหนดได้
  - 1.2 กระโดดสองขาขึ้นลงอยู่กับที่ได้
  - 1.3 วิ่งแล้วหยุดได้
  - 1.4 รับลูกบอลโดยใช้มือและลำตัวช่วย
2. อายุ 4-5 ปี
  - 2.1 เดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงได้ โดยไม่ต้องกางแขน
  - 2.2 กระโดดขาเดียวอยู่กับที่ได้โดยไม่เสียการทรงตัว
  - 2.3 วิ่งหลบหลีกสิ่งกีดขวางได้
  - 2.4 รับลูกบอลโดยใช้มือทั้ง 2 ข้าง
3. อายุ 5-6 ปี
  - 3.1 เดินต่อเท้าถอยหลังเป็นเส้นตรงได้ โดยไม่ต้องกางแขน
  - 3.2 กระโดดขาเดียวไปข้างหน้าได้อย่างต่อเนื่องโดยไม่เสียการทรงตัว
  - 3.3 วิ่งหลบหลีกสิ่งกีดขวางได้อย่างคล่องแคล่ว
  - 3.4 รับลูกบอลที่กระดอนขึ้นจากพื้นได้

เบญญา แสงมะลิ (2545, น. 44 อ้างถึงใน ชูลีรัตน์ สมร่าง, 2553, น. 28) ได้กล่าวว่า ลักษณะพัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัยเกิดจากทักษะและความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ กล้ามเนื้อมัดเล็ก ร่างกายจะแข็งแรงมีพลังกำลัง มีกระดูก กล้ามเนื้อที่แข็งแรงตามอายุที่เพิ่มขึ้น เมื่อเข้าสู่วัยทารกตอนปลายจะสามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างคล่องแคล่วว่องไว และสามารถควบคุมร่างกายได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะกล้ามเนื้อจะเจริญการเติบโตแข็งแรงเต็มที่

วาสนา พรหมทอง (2545, น. 44 อ้างถึงใน ชูลีรัตน์ สมร่าง, 2553, น. 31-33) ได้กล่าวว่า พัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวของเด็กปฐมวัย ที่จำแนกตามลักษณะความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ดังนี้

ตารางที่ 2.1 ระดับพัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวร่างกายของเด็กปฐมวัย

พัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวของเด็กปฐมวัย	ลักษณะพัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย		
	อายุ 3-4 ปี	อายุ 4-5 ปี	อายุ 5-6 ปี
1. ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ในการเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่	- เดินเขย่งเท้าได้สั้นๆ - เดินได้ตรงทางและเดินถอยหลังได้ - เดินขึ้นลงบันไดสลับเท้าได้	- เดินเขย่งเท้าได้ไกลพอสมควร - เดินสลับเท้าแกว่งแขนคล้ายผู้ใหญ่ - เดินขึ้นลงบันไดสลับเท้าได้	- เดินเขย่งปลายเท้าได้ไกล - เดินคล่องแคล่วเหมือนผู้ใหญ่ - เดินขึ้นลงบันไดสลับเท้าได้ - เดินต่อเท้าถอยหลังบนไม้กระดานได้
1.1 การเดิน			
1.2 การวิ่ง	- วิ่งตามลำพังได้ไม่สะดุด	- วิ่งได้คล่องแคล่วสามารถควบคุมการเริ่มออกวิ่งและสามารถเลี้ยวได้	- วิ่งและหยุดได้ทันทีที่สามารถหมุนตัวเลี้ยวได้คล่องแคล่ว
1.3 การกระโดด	- กระโดดจากพื้นด้วยเท้าทั้งสองอยู่กับที่ - กระโดดจากที่สูง 10 นิ้ว ด้วยเท้าทั้งสองได้คล่องแคล่ว - กระโดดขาเดียวอยู่กับที่ 1-2 ครั้ง เฉพาะขาที่ถนัด	- ยืนแล้วกระโดดได้สูง 8-10 นิ้ว - วิ่งแล้วกระโดดได้สูง 23-33 นิ้ว - กระโดดขาเดียวกับที่ได้ 4-6 ครั้งติดต่อกัน โดยใช้เท้าข้างเดียว - กระโดดไปข้างหน้าด้วยขาเดียวในระยะทาง 20-30 เซนติเมตร	- ยืนแล้วกระโดดได้สูง 12 นิ้ว โดยใช้ปลายเท้า - วิ่งแล้วกระโดดได้สูง 28-35 นิ้ว - กระโดดขาเดียวไปข้างหน้าต่อเนื่องได้ไกล - กระโดดไปข้างหน้าด้วยขาทั้งสองขาได้ตรงเป้ายาว 1 เมตร
1.4 การกระโดดควบแบบม้าวิ่ง	- เริ่มก้าวกระโดดถัดเท้าได้เพียงข้างเดียว	- เริ่มต้นกระโดดควบแบบม้าวิ่ง	- กระโดดควบแบบม้าวิ่งได้คล่องแคล่ว
1.5 การก้าวกระโดดถัดเท้า	- เตะลูกบอลไปข้างหน้าได้ไม่มีทิศทาง	- ก้าวกระโดดเท้าด้วยเท้าทั้งสองทีละข้าง	- ก้าวกระโดดเท้าด้วยเท้าทั้งสองข้างได้คล่องแคล่ว
1.6 การเตะ		เตะลูกบอลกระระยะได้พอสมควร	- ก้าวกระโดดเท้าด้วยเท้าทั้งสองข้างได้อย่างคล่องแคล่ว - เตะลูกบอลกระระยะได้คล่องแคล่ว

## ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

พัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวของเด็กปฐมวัย	ลักษณะพัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย		
	อายุ 3-4 ปี	อายุ 4-5 ปี	อายุ 5-6 ปี
1.7 การปีนป่าย	- ไต่ขึ้นไม่ลื่นได้	- ปีนป่ายขึ้นลงไม่ลื่นได้ดี	- ปีนเครื่องเล่นสนามไม้ ลื่นแกว่งไกลตัวและสามารถทรงตัวได้ดีขึ้น
1.8 การถีบจักรยาน	- ถีบจักรยานสามล้อ หลบสิ่งกีดขวางได้	- ถีบจักรยานสามล้อเดี่ยว กลับหลังได้	- เริ่มต้นหัดขี่จักรยานสองล้อได้

จากที่กล่าวมา พัฒนาการของความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย เป็นความสามารถในการเคลื่อนไหวร่างกาย พฤติกรรมที่แสดงออกมา เช่น การเดิน การวิ่ง การกระโดด การรับลูกบอล เป็นต้น ซึ่งเป็นการเจริญเติบโตขึ้นตามวัยและอายุ รวมถึงความพร้อมทางด้านร่างกายของเด็กในแต่ละคน

### 3.3 การส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ได้ดังนี้

ไพเราะ พุ่มมัน (2544, น. 18–24 อ้างถึงในพระครู (พิพัฒนกิตติสุนทร), 2553, น.51) ได้กล่าวว่า กิจกรรมพัฒนาความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ ได้แก่ กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เป็นกิจกรรมที่ทำให้เด็กได้เคลื่อนไหวด้วยตนเอง ทั้งรายบุคคลและเป็นกลุ่ม นอกจากนี้ ยังมีกิจกรรมกลางแจ้งซึ่งเป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ กล้ามเนื้อเล็ก และการทำงานประสานสัมพันธ์ของอวัยวะต่างๆ การเล่นกลางแจ้งเป็นการตอบสนองความต้องการตามธรรมชาติของเด็กและเปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายในสนาม

ศิริมาส ไทยวัฒนา ( 2531, น. 9–14 ) ได้กล่าวว่า กิจกรรมที่ส่งเสริมด้านกล้ามเนื้อใหญ่สามารถแบ่งเป็นประเภทใหญ่ 4 ประเภท ได้แก่

1. การเคลื่อนไหวพื้นฐาน ได้แก่การเคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ในชีวิตประจำวัน มีทั้งการเคลื่อนไหวที่อยู่กับที่ การเคลื่อนไหวที่เคลื่อนที่และการเคลื่อนไหวที่มีอุปกรณ์ประกอบ

1.1 การเคลื่อนไหวอยู่กับที่ ได้แก่ การก้มแตะปลายเท้า การแกว่งแขน การบิดตัวไปทางซ้าย ขวา การยกแขนขึ้นลง การยืดตัวให้สูง

1.2 การเคลื่อนไหวที่เคลื่อนที่ ได้แก่

1.2.1 การเดิน เดินบนเส้นตรง เดินบนเส้นรอบวงกลม เดินและหยุดตาม

สัญญาณ

1.2.2 การวิ่ง วิ่งอยู่กับที่ วิ่งตรงไปข้างหน้า วิ่งไปบนเส้นตรง วิ่งหลบหลีกสิ่ง

กีดขวาง

1.2.3 กระโดด กระโดดจากที่สูง กระโดดไปข้างหน้า กระโดดทำท่าทาง  
เลียนแบบสัตว์ กระโดดหมุนตัว

1.2.4 กระโดดขาเดียว กระโดดขาเดียวอยู่กับที่ กระโดดขาเดียวไปข้างหน้า  
กระโดดขาเดียวบนเส้นตรง กระโดดขาเดียวประกอบการเล่นเกม

1.3 การเคลื่อนไหวที่มีอุปกรณ์ประกอบ

1.3.1 การฝึกหัดโยนรับวัตถุเบาๆ เช่น ถุงถั่วลูกบอลที่ทำด้วยไหมพรม  
เป็นต้น

1.3.2 การฝึกหัดสร้างความคุ้นเคยกับลูกบอล

1.3.3 การฝึกหัดรับส่งลูกบอลกับคู่

1.3.4 การฝึกหัดขว้างวัตถุเริ่มจากวัตถุที่มีขนาดเล็ก

2. กิจกรรมเข้าจังหวะ ได้แก่ การเคลื่อนไหวประกอบจังหวะ การเคลื่อนไหวที่มี  
จินตนาการและการร้องเพลงประกอบท่าทาง

2.1 การเคลื่อนไหวประกอบจังหวะ

2.2 การเคลื่อนไหวที่มีจินตนาการ

2.3 การร้องเพลงประกอบท่าทางในปัจจุบันมีเพลงเกี่ยวกับเด็กมากมาย ควรเลือก  
ควรเลือกเพลงที่มีเนื้อเพลงสั้นและทำนองง่ายๆ

3. การเล่นผาดโผนเป็นกิจกรรมที่เด็กชอบมาก ทำให้เด็กมีความกล้าและมีความ  
มั่นใจในตนเอง กิจกรรมการเล่นผาดโผน ได้แก่

3.1 การเคลื่อนไหวเลียนแบบสัตว์ เช่น เลียนแบบจระเข้คลาน จิ้งจอกกระโดด  
สุนัขวิ่ง แมวเดิน ลูกไก่เดิน ฯลฯ

3.2 การม้วนตัว เช่น การกลิ้งตัว การม้วนหน้า

3.3 การทรงตัว เช่น ยืนขาข้างเดียวมีกอดอก ยืนขาข้างเดียวกางแขน เดินบน  
เส้นตรงในลักษณะของนกไต่ลวด ฯลฯ

3.4 การห้อยโหนและปีนป่าย ควรสอนให้นักเรียนรู้จักวิธีขึ้นลงบันไดไค้ การลง  
สู่พื้นเมื่อโหนราว กิจกรรมในการโหนตัว

4. เกมมีหลายชนิด แยกออกเป็นประเภทใหญ่ ๆ ได้ 3 ประเภท คือ เกมเบ็ดเตล็ด  
เกมการเล่นแบบผลัดเปลี่ยน และเกมนำ เกมที่เหมาะสมกับเด็กปฐมวัย ได้แก่ เกมเบ็ดเตล็ด และเกม  
การเล่นแบบผลัดเปลี่ยน

4.1 เกมเบ็ดเตล็ดเป็นเกมที่มีกติกาและวิธีการเล่นง่ายๆ ทำให้เด็กเกิดการ  
สนุกสนาน

4.2 เกมการเล่นแบบผลัดเปลี่ยน เป็นเกมที่เล่นเป็นกลุ่มโดยผลัดกันเล่นครั้งละคน  
สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์ และคณะ (2551, น. 32-37 อ้างถึงใน จุฑารัตน์ ทาระวรรณ,  
2551, น. 15-16 ) ได้กล่าวถึง กิจกรรมที่ส่งเสริมกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ได้แก่ การเล่นกลางแจ้ง  
การเล่นในร่ม การออกกำลังกาย และการเคลื่อนไหวร่างกาย ดังนี้

1. การเล่นกลางแจ้ง (outdoor play) เป็นการเล่นนอกห้องเรียนเพื่อให้เด็กแข็งแรงได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างอิสระเสรี เด็กมีโอกาสได้พัฒนากล้ามเนื้อใหญ่เป็นหลัก มีอิสระในการปีนป่าย เล่นเครื่องกีดขวาง เล่นโครงไม้/ราวโหน เล่นน้ำ/ทราย

2. การเล่นในร่ม (indoor play) เป็นการเล่นที่อยู่ภายในอาคารเรียนหรือใต้อาคารเรียน การเล่นในร่มมีจุดประสงค์ที่จะพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่เช่นเดียวกับการเล่นกลางแจ้ง การเล่นในร่มที่ส่งเสริมกล้ามเนื้อใหญ่ เช่น การเล่นบล็อก หรือบล็อกกลวง การเล่นมอญซ่อนผ้า

3. การออกกำลังกาย (exercises) การออกกำลังกายในระดับปฐมวัยศึกษา อยู่บนพื้นฐานของการเคลื่อนไหวร่างกายตามที่ครูจัด อาจเป็นการปฏิบัติตามครู ตอบสนองหรือปฏิบัติตามที่ครูสั่ง การออกกำลังกายเป็นการควบคุมกล้ามเนื้อใหญ่ของร่างกาย การใช้ขาที่ละข้างสลับกัน น้ำหนักจะลงที่ขาแต่ละข้างเป็นการพัฒนาการทรงตัวของเด็ก เช่น กิจกรรมกระโดดขึ้น/ลง กระโดดเป็นระยะทาง กระโดดสูง กระโดดข้ามเครื่องกีดขวาง

4. การเคลื่อนไหวร่างกาย (physical movement) เป็นทักษะพื้นฐานการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย เป็นการสร้างและพัฒนาให้เด็กตระหนักในหน้าที่ของร่างกาย สามารถควบคุมการใช้งานของส่วนต่างๆ ของร่างกาย ให้สัมพันธ์กันอย่างถูกจังหวะเวลา การเคลื่อนไหวร่างกายประกอบด้วย การควบคุมการทรงตัว การควบคุมการใช้กล้ามเนื้อแขน/ขา และการตระหนักในการเคลื่อนไหว ในระดับปฐมวัยกิจกรรมที่จะส่งเสริมและพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ร่างกาย เช่น การเคลื่อนไหวประกอบจังหวะ/ดนตรี

จากที่กล่าวมา การส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่สำหรับเด็กปฐมวัยเป็นการส่งเสริมเพื่อให้กล้ามเนื้อใหญ่แข็งแรง และเป็นการส่งเสริมการทำงานที่สัมพันธ์กันของอวัยวะต่างๆ ซึ่งกิจกรรมที่ส่งเสริม ควรเป็นกิจกรรมที่ให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระเหมาะสมกับวัยของเด็กปฐมวัย

### 3.4 การประเมินความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการประเมินความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย มีผู้ให้แนวทางในการประเมินไว้ดังนี้

จุฑารัตน์ ทาระวรรณ (2551, น. 18) กล่าวว่า การประเมินความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่นั้น จะใช้วิธีการสังเกตและบันทึกข้อมูล และการสัมภาษณ์ผู้ปกครอง จากกิจกรรมหลาย ๆ กิจกรรม ทั้งกิจกรรมในร่มและกิจกรรมกลางแจ้ง

นภเนตร ธรรมบวร (2549, น. 79-80) กล่าวว่า การประเมินพัฒนาการด้านการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ครูจำเป็นที่จะต้องใช้วัสดุอุปกรณ์ในการประเมินหลายๆ ชนิด และกิจกรรมก็ควรหลากหลายด้วย เช่น ในการขว้างและรับลูกบอล อาจใช้ลูกบอลหลายๆ ขนาดกับเด็ก ในขณะที่เด็กกิจกรรมที่จัดขึ้นควรมีทั้งกิจกรรมในร่ม (Indoor Activities) และกิจกรรมกลางแจ้ง (Outdoor Activities)

ในการประเมินผลพัฒนาการด้านการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ครูควรสังเกตลักษณะดังต่อไปนี้ McAfee and Leong (1994, p. 233 อ้างถึงใน นภเนตร ธรรมบวร, 2549, น. 79)

1. ความสมดุลของร่างกาย (Balance)
2. ความคล่องแคล่วของร่างกาย (Fluidity)
3. ความสัมพันธ์ของร่างกาย (Coordination)

สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์ และคณะ (2551, น. 45-46 อ้างถึงใน พระครูพิพัฒนภิกขิตฺตสุนทร, 2553, น. 53) กล่าวว่า การประเมินพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อใหญ่ ส่วนใหญ่จะใช้วิธีการสังเกตและบันทึกข้อมูล และสัมภาษณ์ผู้ปกครอง ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

1. การสังเกตและบันทึกข้อมูล ครูปฐมวัยสามารถสังเกตพัฒนาการ ความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กได้ และจดบันทึกข้อมูลในแต่ละครั้งเพื่อเปรียบเทียบพัฒนาการของเด็กกว่ามีการพัฒนามากขึ้นเพียงใด การสังเกตควรสังเกต 3 เดือนต่อครั้ง เพื่อทิ้งช่วงให้เด็กได้รับการส่งเสริมและดูความก้าวหน้าของเด็ก การสังเกตและบันทึกข้อมูลมีทั้งรายบุคคล และเป็นกลุ่ม ดังนี้

1.1 การสังเกตและบันทึกเป็นรายบุคคล แบบบันทึกประเภทนี้สามารถทำได้ 2 ลักษณะ คือ การบันทึกเป็นรายบุคคลอย่างต่อเนื่อง เพื่อเปรียบเทียบพัฒนาการของเด็กแต่ละช่วง

1.2 การสังเกตพัฒนาการกล้ามเนื้อใหญ่เป็นกลุ่ม แบบสังเกตพัฒนาการความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ที่ครูใช้สังเกตเด็กเป็นกลุ่ม มักจะใช้ในขณะที่เด็กทำกิจกรรมร่วมกัน เพื่อเก็บข้อมูลเด็กโดยรวม

2. การสัมภาษณ์ผู้ปกครอง เป็นวิธีการได้ข้อมูลของเด็กในเรื่องที่ต้องการ ทราบวิธีหนึ่ง เมื่อสัมภาษณ์ผู้ปกครองเกี่ยวกับพฤติกรรมของเด็กขณะอยู่บ้านได้แล้ว ครูควรนำมาประกอบการประเมินพัฒนาการด้านการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็ก ทักษะการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กที่ควรสัมภาษณ์คือทักษะการเดินขึ้น-ลงบันได การวิ่ง การกระโดดสองขา การก้าวกระโดด การถือจักรยานสามล้อ การปีนป่าย การโยน-รับลูกบอล หรือการใช้กล้ามเนื้อใหญ่อื่นๆ ที่ครูต้องการประเมิน ในการสัมภาษณ์ผู้ปกครอง ครูควรมีแบบสัมภาษณ์ที่ชัดเจนอยู่ในใจว่าต้องการข้อมูลด้านอะไร การสัมภาษณ์อาจมีแบบสัมภาษณ์หรือไม่มีก็ได้ แต่ครูต้องแม่นยำในข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ ในบางครั้งครูอาจจะสัมภาษณ์ในลักษณะการพูดคุยไต่ถามก็ได้

และ นันทิยา น้อยจันทร์ (2548, น. 204-206) ได้นำเสนอวิธีการประเมินความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ ว่าควรสังเกตทักษะหรือพฤติกรรมที่เด็กสามารถแสดงออกในระดับต่าง ๆ กันซึ่งเด็กจะใช้ทักษะในรูปแบบต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. การเคลื่อนไหวและระยะทาง เด็กจะสามารถเดินไปข้างหน้า เดินถอยหลัง เดินด้านข้าง ในระยะที่ไกลขึ้น เช่น เด็กสามารถเดินบนไม้กระดานได้อย่างคล่องแคล่ว เป็นต้น

2. การเคลื่อนไหวตามจังหวะ เช่น เด็กอาจเคลื่อนไหวตามจังหวะดนตรีหรือรูปแบบที่กำหนดให้ เช่น กระโดดไปทางซ้าย 3 ครั้ง กระโดดไปทางขวา 1 ครั้ง เป็นต้น การเคลื่อนไหวตามรูปแบบหรือจังหวะที่กำหนดให้มีความยาวมากกว่าการกระโดดไปข้างหน้า หรือถอยหลัง

3. การนำรูปแบบของการเคลื่อนไหวแบบต่าง ๆ มาผสมผสานกัน ทักษะนี้จะเกิดขึ้นเฉพาะในระดับพัฒนาการช่วงปลายเท่านั้น เช่น การกระโดดและรับหรือขว้างลูกบอลในขณะเดียวกัน เป็นต้น

การประเมินพัฒนาการความก้าวหน้าของการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ อาจทำได้ 2 วิธี คือ

1. การสังเกตและการบันทึกพฤติกรรม ครูสามารถใช้การสังเกตพฤติกรรมการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กได้จากการเล่นในสนามของเด็กทั้งการเล่นกลางแจ้งและในร่ม ครูอาจสังเกตการณ์ใช้กล้ามเนื้อใหญ่บริเวณ แขน ขา ของเด็กในขณะที่เด็กวิ่ง หรือ ปีนป่ายเครื่องเล่นสนาม ครูอาจใช้



การสังเกตทีละคนหรืออาจสังเกตเป็นกลุ่มก็ได้ เมื่อสังเกตแล้วครูควรจดบันทึกข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับเด็กแต่ละคนไว้

2. การสัมภาษณ์ผู้ปกครอง โดยครูอาจพูดคุยซักถามผู้ปกครองถึงความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กขณะอยู่ที่บ้าน เพื่อนำมาเป็นข้อมูลประกอบการประเมินพัฒนาการด้านการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า การประเมินความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยนั้น อาจจะใช้วิธีการสังเกต และการบันทึกข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่

ในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เครื่องมือ คือแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โดยวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ด้านการเดิน ด้านการวิ่ง ด้านการกระโดด ด้านการรับลูกบอล วัดก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

### 3.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

#### 3.5.1 งานวิจัยในประเทศ

อุไรวรรณ โชติชูษณะ (2547, น. 68-73) ได้ศึกษาผลของการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวประกอบการเล่าเรื่องที่มีต่อพัฒนาการกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กวัยเตาะแตะ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ที่มีอายุระหว่าง 1 ปี 6 เดือน - 2 ปี 2 เดือน กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2546 โรงเรียนสาธิตอนุบาลละอออุทิศ สังกัดสถาบันราชภัฏ-สวนดุสิตโดยผู้วิจัยใช้การสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน จากนั้นผู้วิจัยจำแนกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 15 คน ซึ่งดำเนินการทดลองเป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 5 วัน วันละ 15 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือ แผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบการเล่าเรื่องและแบบประเมินพัฒนาการกล้ามเนื้อใหญ่ ผลการวิจัยพบว่า พัฒนาการด้านกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวประกอบการเล่าเรื่อง หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองและแตกต่างจากกลุ่มเด็กวัยเตาะแตะที่ได้รับการจัดกิจกรรมแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จุฑารัตน์ ทาระวรรณ (2551, น. 32) ได้ทำการศึกษาผลการใช้ของเล่นพื้นบ้านภาคเหนือที่มีต่อความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ ของเด็กปฐมวัย โรงเรียนบ้านแม่หลองน้อย จังหวัดเชียงใหม่ โดยใช้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มตัวอย่างคือเด็กปฐมวัย อายุ 5 - 6 ปี ศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนบ้านแม่หลองน้อย จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 10 คน ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย ผลการศึกษาพบว่า ความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยหลังจากได้รับการจัดกิจกรรมการเล่นของเล่นพื้นบ้านภาคเหนือสูงกว่าก่อนได้รับการจัดกิจกรรมการเล่นของเล่นพื้นบ้านภาคเหนือ

นิตยา ตรีพรหม (2551, น. 36-37) ได้ทำการศึกษาผลการจัดกิจกรรมการเล่นเครื่องชิตขวางที่มีต่อความคล่องแคล่วของกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ศูนย์อนุบาลสาธิต สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตมหาสารคาม กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เด็กปฐมวัยอายุ 4 - 5 ปี ที่ศึกษาอยู่ในศูนย์อนุบาลสาธิต สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตมหาสารคาม ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2551 จำนวน 24 คน ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย ใช้เวลาทดลองในช่วงกิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย คู่มือการจัดกิจกรรมการเล่นเครื่องชิตขวาง และ

แบบทดสอบความคล่องแคล่วของกล้ามเนื้อใหญ่โดยใช้สถานการณ์จริง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ ข้อมูล คือ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที ผลการวิจัยพบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเล่นเครื่องกีดขวางมีความคล่องแคล่วของกล้ามเนื้อใหญ่สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พระครูพิพัฒนกิตติสุนทร (2553, น. 65-66) ได้ทำการศึกษาผลการใช้กิจกรรม เคลื่อนไหวและจังหวะแบบแม่ไม้มวยไทยที่มีต่อความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ศูนย์อบรมเด็กก่อนเกณฑ์วัดลำซิ่ง จังหวัดสงขลา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ เด็กปฐมวัยอายุ 3 - 4 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในศูนย์อบรมเด็กก่อนเกณฑ์วัดลำซิ่ง จังหวัดสงขลา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2553 จำนวน 26 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ คู่มือการจัดการจัดกิจกรรมการ เคลื่อนไหวและจังหวะแบบแม่ไม้มวยไทย และแบบวัดความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ สถิติที่ใช้ใน การวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที ผลการศึกษาพบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะแบบ แม่ไม้มวยไทยมีความสามารถด้าน กล้ามเนื้อใหญ่หลังการจัดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ของเด็กปฐมวัย สรุปได้ว่า ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่เป็นสิ่งสำคัญต่อการเคลื่อนไหวส่วน ต่าง ๆ ของร่างกายของเด็กปฐมวัย เพราะต้องอาศัยการทำงานของระบบกล้ามเนื้อที่มีประสิทธิภาพ ดังนั้น การจัดกิจกรรมหลากหลายจะช่วยส่งเสริมและพัฒนาด้านร่างกาย รวมถึงพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ ทำให้เด็กมีพัฒนาการด้านร่างกายและกล้ามเนื้อใหญ่ที่เจริญเติบโตและแข็งแรงไปพร้อม ๆ กัน

### 3.5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

Billar and others (1995, p. 40 อ้างถึงใน ศิรินทร กาญจันดา, 2553 น. 45) ได้การศึกษาเปรียบเทียบพัฒนาการทางทักษะกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน เด็กปกติ และเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยใช้โปรแกรม Portage Early Childhood Educational Program Checklist พัฒนาการทางกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กบกพร่องทางการได้ยิน และ เด็กบกพร่องทางสติปัญญา จะมีการพัฒนาการทางทักษะกล้ามเนื้อใหญ่ต่ำกว่าเด็กปกติ เมื่อเปรียบเทียบ เด็กปกติกับเด็กที่บกพร่องทางการได้ยิน พบว่า เด็กที่ความบกพร่องทางการได้ยินมีพัฒนาการทาง ทักษะกล้ามเนื้อใหญ่ต่ำกว่าเด็กปกติในด้านการทรงตัว และการใช้กล้ามเนื้อในการประสานงาน และ เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา จะมีพัฒนาการทางทักษะกล้ามเนื้อใหญ่ต่ำกว่าเด็กปกติในทุกๆ ด้าน

Gurgle (1996, p. 35 อ้างถึงใน ศิรินทร กาญจันดา, 2553 น. 45 อ้างถึงใน ศิรินทร กาญจันดา, 2553 น. 45) ได้ศึกษาการเคลื่อนไหวโดยใช้กิจกรรมเข้าจังหวะและ โปรแกรม การสัมผัสในด้านทักษะกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กที่มีปัญหาการเรียนรู้ ผลก่อนการฝึกและหลังการฝึก โดยใช้กิจกรรมเข้าจังหวะ และโปรแกรมการสัมผัสในด้านทักษะกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กที่มีปัญหาการ เรียนรู้ผลที่ปรากฏออกมาไม่ แตกต่างกัน

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่มีต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข จังหวัดนครราชสีมา ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัย ดังนี้

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

#### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร คือ เด็กปฐมวัยอายุระหว่าง 4-5 ปี ชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข จังหวัดนครราชสีมา

1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ เด็กปฐมวัยอายุระหว่าง 4 – 5 ปี ชั้นอนุบาลปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข จังหวัดนครราชสีมา จำนวน 12 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม

#### 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

2.1 คู่มือการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

2.2 แบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

#### 3. การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การดำเนินการสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี ดังนี้

3.1 คู่มือการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยได้ทำการสร้างขึ้นโดยมีขั้นตอนดังนี้

3.1.1 ศึกษาหลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย จากเอกสารที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการจัดทำคู่มือการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและ

จังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ซึ่งจากการค้นคว้าผู้วิจัยได้สรุปหลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย ดังนี้

หลักการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย มีดังนี้ คือ

1. ควรคำนึงถึงความเหมาะสมกับวัยและความแตกต่างของเด็กแต่ละคน
2. ควรจัดกิจกรรมให้เด็กได้เล่นทั้งในและนอกอาคารเรียน
3. ควรเริ่มกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะจากง่ายไปหายาก
4. ควรใช้เกมมาประกอบกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะเพื่อพัฒนา

กล้ามเนื้อใหญ่

5. ควรมีบรรยากาศที่อบอุ่น เพลิดเพลิน เน้นความสนุกสนาน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย มีดังนี้ คือ

1. ขั้นอบอุ่นร่างกาย เตรียมความพร้อมของร่างกายของเด็ก
2. ขั้นกิจกรรม เด็กเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อส่วนต่างๆ
3. ขั้นสรุป เด็กๆพักผ่อนหลังจากการออกกำลังกาย

3.1.2 ศึกษาหลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็กปฐมวัย จากเอกสารที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการจัดทำคู่มือการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ซึ่งจากการค้นคว้าผู้วิจัยได้สรุปหลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็กปฐมวัย ดังนี้

หลักการจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็กปฐมวัย

1. ควรมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการ
2. ควรคำนึงถึง วุฒิภาวะและอายุของเด็ก
3. ใช้กิจกรรมเกมเป็นสื่อ ไม่ใช่เพื่อเป็นการแข่งขันเพื่อเอาชนะอย่างเดียว
4. ควรอธิบายและสาธิตวิธีการเล่นเกม
5. สามารถประยุกต์และนำเกมมาใช้ประกอบการสอน เพื่อจูงใจให้เด็กไปสู่

เป้าหมายที่ต้องการได้

ขั้นตอนการจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็กปฐมวัย มีดังนี้ คือ

1. ขั้นนำ เด็กและครูร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับการเล่นเกม และการเตรียมร่างกาย
2. ขั้นกิจกรรม
  - 2.1 เด็กและครูร่วมกันสร้างข้อตกลงร่วมกันในการเล่น
  - 2.2 ครูบอกชื่อเกมและอธิบายวิธีการเล่นเกม
  - 2.3 เด็กเล่นเกมร่วมกัน
3. ขั้นสรุป เด็กและครูร่วมกันสรุปกิจกรรม

3.1.3 ศึกษาหลักการและแนวทางจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย จากการศึกษาค้นคว้าผู้วิจัยได้สรุปหลักการและแนวทางในการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ดังนี้

หลักการในการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย  
มีดังนี้ คือ

1. ควรเปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกาย อย่างอิสระทั้งรายบุคคล และ  
เป็นกลุ่ม เด็กมีโอกาสได้ส่งเสริมกล้ามเนื้อใหญ่เป็นหลัก

2. ตกลงสัญญาณกับเด็กก่อนทำกิจกรรม

3. กระตุ้นให้เด็กร่วมกิจกรรมทุกคน โดยไม่บังคับ

4. ควรจัดกิจกรรมให้เด็กได้เล่นทั้งในและนอกอาคารเรียน มีจุดประสงค์

ร่วมกัน คือ ส่งเสริมกล้ามเนื้อใหญ่

5. การจัดกิจกรรมควรมีเกมเพื่อช่วยกระตุ้นความสนใจแก่เด็ก

6. หลังจากทำกิจกรรมให้เด็กได้ผ่อนคลายกล้ามเนื้อ

แนวทางในการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

มีดังนี้ คือ

1. กำหนดกิจกรรมประจำวันให้เด็กได้ร่วมอย่างสนุกสนาน สร้างบรรยากาศที่  
อบอุ่นและผ่อนคลาย

2. ส่งเสริมให้เด็กทำกิจกรรมที่ได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ เหมาะสมกับวัย

3. ส่งเสริมให้เด็กได้ใช้กล้ามเนื้อแขน ขา ลำตัว บ่า ไหล่ ผ่านกิจกรรมการเล่นเกม

3.1.4 กำหนดหลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบ  
เกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย จากการวิเคราะห์หลักการและ  
แนวทางในการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย หลักการและขั้นตอนการ  
จัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย หลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมโดยใช้เกม  
สำหรับเด็กปฐมวัย แล้วนำมาสังเคราะห์เป็นหลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ  
ประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ดังแสดงในตารางที่ 3.1



ตารางที่ 3.1 แสดงหลักการและแนวทางในการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย หลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย หลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็กปฐมวัย และหลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

หลักการและแนวทางในการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย	หลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย	หลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็กปฐมวัย	หลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่
<p><b>หลักการในการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ควรเปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระทั้งรายบุคคลและเป็นกลุ่ม เด็กมีโอกาสได้ส่งเสริมกล้ามเนื้อใหญ่เป็นหลัก</li> <li>2. ตกลงสัญญาฉบับกับเด็กก่อนทำกิจกรรม</li> <li>3. กระตุ้นให้เด็กร่วมกิจกรรมทุกคน โดยไม่บังคับ</li> <li>4. ควรจัดกิจกรรมให้เด็กได้เล่นทั้งในและนอกอาคารเรียนมีจุดประสงค์ร่วมกันคือ ส่งเสริมกล้ามเนื้อใหญ่</li> <li>5. การจัดกิจกรรมควรมีเกมเพื่อช่วยกระตุ้นความสนใจแก่เด็ก</li> <li>6. หลังจากทำกิจกรรมให้เด็กได้ผ่อนคลายกล้ามเนื้อ</li> </ol>	<p><b>หลักการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ควรคำนึงถึงความเหมาะสมกับวัยและความแตกต่างของเด็กแต่ละคน</li> <li>2. ควรจัดกิจกรรมให้เด็กได้เล่นทั้งในและนอกอาคารเรียน</li> <li>3. ควรเริ่มกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะจากง่ายไปหายาก</li> <li>4. ควรใช้เกมมาประกอบกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่</li> <li>5. ควรมีบรรยากาศที่อบอุ่น เพลิดเพลิน เน้นความสนุกสนาน</li> </ol>	<p><b>หลักการจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็กปฐมวัย</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ควรมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการ</li> <li>2. ควรคำนึงถึง วุฒิภาวะและอายุของเด็ก</li> <li>3. ใช้กิจกรรมเกมเป็นสื่อ ไม่ใช่เพื่อเป็นการแข่งขันเพื่อเอาชนะอย่างเดียว</li> <li>4. ควรอธิบายและสาธิตวิธีการเล่นเกม</li> <li>5. สามารถประยุกต์และนำเกมมาใช้ประกอบการสอน เพื่อจูงใจให้เด็กไปสู่เป้าหมายที่ต้องการได้</li> </ol>	<p><b>หลักการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. จัดกิจกรรมให้เด็กเหมาะสมกับวัยและความแตกต่างของเด็กแต่ละคน</li> <li>2. ให้เด็กได้ปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะจากง่ายไปหายาก</li> <li>3. จัดกิจกรรมให้เด็กได้เล่นทั้งในและนอกอาคารเรียน</li> <li>4. ครูให้เด็กได้นั่งพักผ่อนอย่างสงบเพื่อผ่อนคลายหลังจากจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมเสร็จแล้ว</li> </ol>

ตารางที่ 3.1 (ต่อ)

หลักการและแนวทางในการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย	หลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย	หลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็กปฐมวัย	หลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่
<p>แนวทางในการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>กำหนดกิจกรรมประจำวันให้เด็กได้ร่วมอย่างสนุกสนาน สร้างบรรยากาศที่อบอุ่นและผ่อนคลาย</li> <li>ส่งเสริมให้เด็กทำกิจกรรมที่ได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระเหมาะสมกับวัย</li> <li>ส่งเสริมให้เด็กได้ใช้กล้ามเนื้อแขน ขา ลำตัว บ่า ไหล่ ผ่านกิจกรรมการเล่น</li> </ol>	<p>ขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>ขั้นอบอุ่นร่างกาย</b> เตรียมความพร้อมของร่างกายของเด็ก</li> <li><b>ขั้นกิจกรรม</b> เด็กเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อส่วนต่างๆ</li> <li><b>ขั้นสรุป</b> เด็กๆ พักผ่อนหลังจากการออกกำลังกาย</li> </ol>	<p>ขั้นตอนการจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็กปฐมวัย</p> <p><b>ขั้นนำ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>เด็กและครู ร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับการเล่นเกมและการเตรียมร่างกาย</li> </ol> <p><b>ขั้นกิจกรรม</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>เด็กและครู ร่วมกันสร้างข้อตกลง ร่วมกันในการเล่น</li> <li>ครูบอกชื่อเกม และอธิบายวิธีการเล่นเกม</li> <li>เด็กเล่นเกม</li> </ol> <p><b>ขั้นสรุป</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>เด็กและครู ร่วมกันสรุปกิจกรรม</li> </ol>	<p>ขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>เตรียมความพร้อมร่างกายเด็ก ก่อนทำกิจกรรมอบอุ่นร่างกายในท่าทางการเคลื่อนไหวตามที่ครูกำหนด</li> <li>นัดหมายสัญญาณให้เด็กฟังสัญญาณจังหวะในการเคลื่อนไหว</li> <li>ให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายไปรอบๆ บริเวณอย่างอิสระ ตามจังหวะที่ครูเคาะในทิศทางต่างๆ</li> </ol> <p><b>ขั้นกิจกรรม</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>ครูบอกชื่อเกมแก่เด็ก</li> <li>ครูอธิบายวิธีการเล่นเกมให้เด็กฟัง</li> <li>ครูสาธิตกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมให้เด็กดู</li> <li>ครูชวนเด็กๆ เล่นเกมไปพร้อมๆ กัน</li> </ol>

ตารางที่ 3.1 (ต่อ)

หลักการและแนวทางในการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย	หลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย	หลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมโดยใช้เกมสำหรับเด็กปฐมวัย	หลักการและขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่
			<p>ขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่</p> <p>8. เด็กๆ ร่วมกันเล่นเกมและเล่นซ้ำอีก 2-3 รอบ</p> <p>9. ขณะที่เด็กเคลื่อนไหว ครูกระตุ้นและให้กำลังใจ โดยการกล่าวชมเชยและตบมือ</p> <p><b>ขั้นสรุป</b></p> <p>10. ให้เด็กร้องเพลงคลายในท่าที่สบายภายในห้องเรียนพร้อมฟังเพลงเบาๆ</p> <p>11. เด็กและครู ร่วมกันสนทนาถึงเกมที่เล่นร่วมกัน</p>

จากตารางที่ 3.1 จะเห็นได้ว่าการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย มีขั้นตอนการจัดกิจกรรมดังนี้

#### ขั้นอบอุ่นร่างกาย

1. เตรียมความพร้อมร่างกายเด็กก่อนทำกิจกรรม อบอุ่นร่างกายในท่าทางการเคลื่อนไหวตามที่ครูกำหนด
2. นัดหมายสัญญาณให้เด็กฟังสัญญาณจังหวะในการเคลื่อนไหว
3. ให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายไปรอบๆ บริเวณ อย่างอิสระ ตามจังหวะที่ครูเคาะในทิศทางต่างๆ

#### ขั้นกิจกรรม

4. ครูบอกชื่อเกมแก่เด็ก



5. ครูอธิบายวิธีการเล่นเกมให้เด็กฟัง
6. ครูสาธิตกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมให้เด็กดู
7. ครูชวนเด็กๆ เล่นเกมไปพร้อมๆกัน
8. เด็กๆ ร่วมกันเล่นเกมและเล่นซ้ำอีก 2-3 รอบ
9. ขณะที่เด็กเคลื่อนไหว ครูกระตุ้นและให้กำลังใจ โดยการกล่าวชมเชยและ

ตบมือ

ขั้นสรุป

10. ให้เด็กนั่งผ่อนคลายในท่าที่สบายภายในห้องเรียนพร้อมฟังเพลงเบาๆ
11. เด็กและครুর่วมกันสนทนาถึงเกมที่เล่นร่วมกัน

3.1.5 สร้างคู่มือและแผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โดยมีองค์ประกอบดังนี้

- 1) หลักการและเหตุผล
- 2) จุดมุ่งหมาย
- 3) หลักการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม
- 4) การจัดสภาพแวดล้อม
- 5) ขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริม

ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

- 6) บทบาทครู
- 7) บทบาทเด็ก
- 8) การประเมินผล
- 9) แผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมของเด็กปฐมวัย

3.1.6 นำคู่มือและแผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม แล้วปรับแก้ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

3.1.7 นำคู่มือและแผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ที่ได้ปรับแก้ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาแล้ว เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม โดยใช้แบบประเมินชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน ให้ค่าน้ำหนักคะแนนเฉลี่ย 4.50 มีระดับคุณภาพเหมาะสมมากที่สุด

3.1.8 นำคู่มือและแผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ปรับปรุงแก้ไขตามที่ผู้เชี่ยวชาญแนะนำ คือ การใช้ภาษาให้มีความชัดเจนมากยิ่งขึ้น

3.1.9 นำคู่มือและแผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ที่ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญแล้วนั้น เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาก่อนนำไปจัดกิจกรรมให้กับเด็กที่เป็นกลุ่มทดลอง

3.2 แบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โดยมีขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้

3.2.1 ศึกษาหลักการ แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย เพื่อใช้เป็นแนวทางในการทดสอบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยประกอบด้วย ทฤษฎีพัฒนาการของกีเซล พัฒนาการของความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย การส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย การประเมินความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่เด็กปฐมวัย งานวิจัยการเปรียบเทียบความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะแบบแม่ไม้มวยไทย งานวิจัยการเปรียบเทียบความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมการเล่นของเล่นพื้นบ้านภาคเหนือ

3.2.2 สร้างแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โดยวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย จำนวน 4 ด้าน คือ

ด้านที่ 1 การเดิน วัดโดยการเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขน จำนวน 3 คะแนน

ด้านที่ 2 การวิ่ง วัดโดยการวิ่งกลับตัวเปลี่ยนทิศทาง จำนวน 3 คะแนน

ด้านที่ 3 การกระโดด วัดโดยการกระโดดขาเดียวอยู่กับที่โดยไม่เสียการทรงตัว จำนวน 3 คะแนน

ด้านที่ 4 การรับลูกบอล วัดโดยการรับลูกบอลโดยใช้มือทั้งสองข้าง จำนวน 3 คะแนน

3.2.3 นำแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม แล้วปรับแก้ตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษา

3.2.4 นำแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยที่สร้างขึ้นเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา ผู้เชี่ยวชาญให้คะแนน ลงความเห็นแล้วหาค่า IOC พบว่ามีค่าดัชนีความสอดคล้อง 1.00 ทุกข้อ ถือว่าเหมาะสมสามารถนำมาใช้ในการวิจัยได้ และได้รับข้อเสนอแนะ คือ แบบวัดด้านที่ 1 การเดิน วัดโดยการเดินต่อเท้าไปข้างหน้าตามแนวเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขน ควรปรับปรุงให้เป็น การเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขน

3.2.5 นำแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยที่ปรับแก้ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญแล้วนั้น เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาก่อนนำแบบวัดไปใช้วัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยกับกลุ่มทดลอง เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

#### 4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้มีขั้นตอนในการดำเนินการดังนี้

4.1 นำแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยมาวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่กับเด็กกลุ่มตัวอย่างก่อนได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม โดยบันทึกคะแนนลงในแบบบันทึกผลการวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่

4.2 ดำเนินการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ตามแผนเป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 5 วัน วันละ 15 – 20 นาที ดังแสดงในตารางที่ 3.2

ตารางที่ 3.2 แสดงการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

สัปดาห์ที่	วันที่	กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม	เวลาที่ใช้
1	1	เกมหนอนน้อย	15-20 นาที
	2	เกมรถไฟ	15-20 นาที
	3	เกม 123 ทำตามฉันนะ	15-20 นาที
	4	เกมมดแสนขยัน	15-20 นาที
	5	เกมขวาและซ้าย	15-20 นาที
2	1	เกมฉันกับเธอ	15-20 นาที
	2	เกมตุ๊กตาจำอย่าหล่น	15-20 นาที
	3	เกมวิ่งสามขา	15-20 นาที
	4	เกมใครเร็วกว่ากัน	15-20 นาที
	5	เกมวิ่งลอดห่วงยาง	15-20 นาที
3	1	เกมนกบินหารัง	15-20 นาที
	2	เกมกระโดดสนุก	15-20 นาที
	3	เกมกบกระโดด	15-20 นาที
	4	เกมกระโดดเชือกบอกชื่อผลไม้	15-20 นาที
	5	เกมกระโดดเข้าห่วง	15-20 นาที
4	1	เกมวิ่งเก็บลูกบอลหลากสี	15-20 นาที
	2	เกมตัวเลขอยู่ไหน	15-20 นาที
	3	เกมจิ้งโจ้กระโดด	15-20 นาที
	4	เกมกระโดดบนพื้นผ้า	15-20 นาที
	5	เกมส่งลูกบอลให้เพื่อน	15-20 นาที

4.3 นำแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยฉบับเดิม มาวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่กับเด็กกลุ่มทดลองหลังได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่มีต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย บันทึกคะแนนลงในแบบบันทึกผลการวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

4.4 นำผลคะแนนที่ได้จากการวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย หลังการทดลองไปเปรียบเทียบผลคะแนนที่ได้จากการวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยก่อนการทดลองมาวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติ

## 5. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่ได้จากการทดลองมาวิเคราะห์โดยการทดสอบโดยใช้สัญลักษณ์ (Sign Test)



## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่มีต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข จังหวัดนครราชสีมา มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลัง จัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ซึ่งนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

#### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำคะแนนจากการวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ก่อนการทดลองและหลังการทดลองมาเปรียบเทียบ การทดสอบโดยใช้สัญลักษณ์ (Sign Test) และนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 2 ตอน คือ ตอนที่ 1 การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โดยภาพรวมก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม และ ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย รายด้านก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### ตอนที่ 1 การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โดยภาพรวมก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.1

ตารางที่ 4.1 การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โดยภาพรวมก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม (คะแนนเต็ม 12 คะแนน)

คนที่	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	การแสดงผลข้อมูล	สัญลักษณ์
	$X_2$	$X_1$	$X_2 > X_1$	
1	10	6	$X_2 > X_1$	+
2	11	7	$X_2 > X_1$	+
3	12	8	$X_2 > X_1$	+
4	11	7	$X_2 > X_1$	+
5	12	8	$X_2 > X_1$	+
6	11	6	$X_2 > X_1$	+
7	9	6	$X_2 > X_1$	+
8	10	5	$X_2 > X_1$	+
9	10	5	$X_2 > X_1$	+

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

คนที่	หลังการทดลอง $X_2$	ก่อนการทดลอง $X_1$	การแสดงผลข้อมูล $X_2 > X_1$	สัญลักษณ์
10	12	8	$X_2 > X_1$	+
11	11	7	$X_2 > X_1$	+
12	10	5	$X_2 > X_1$	+

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 4.1 พบว่า ผลต่างของคะแนนความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม เครื่องหมายบวก (+) มีค่า 12 เครื่องหมายลบ (-) มีค่า 0 ค่า  $r$  จากการคำนวณได้เท่ากับ 0 ค่า  $r$  จากตาราง ได้เท่ากับ 1 ซึ่งค่าวิกฤต ( $r$ ) ที่ได้จากราย สูงกว่าค่า ( $r$ ) จากการคำนวณ แสดงว่ายอมรับสมมติฐาน ( $H_0$ ) หมายความว่า คะแนนหลังการจัดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

## ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย รายด้านก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

### 2.1 การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้านการเดิน ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

ตารางที่ 4.2 การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้านการเดิน  
ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม (คะแนนเต็ม 3 คะแนน)

คนที่	หลังการทดลอง $X_2$	ก่อนการทดลอง $X_1$	การแสดงผลข้อมูล $X_2 > X_1$	สัญลักษณ์
1	2	1	$X_2 > X_1$	+
2	3	2	$X_2 > X_1$	+
3	3	2	$X_2 > X_1$	+
4	3	2	$X_2 > X_1$	+
5	3	2	$X_2 > X_1$	+
6	3	1	$X_2 > X_1$	+
7	3	2	$X_2 > X_1$	+
8	2	1	$X_2 > X_1$	+

ตารางที่ 4.2 (ต่อ)

คนที่	หลังการทดลอง $X_2$	ก่อนการทดลอง $X_1$	การแสดงข้อมูล $X_2 > X_1$	สัญลักษณ์
9	2	1	$X_2 > X_1$	+
10	3	2	$X_2 > X_1$	+
11	2	1	$X_2 > X_1$	+
12	2	1	$X_2 > X_1$	+

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 4.2 พบว่า ผลต่างของคะแนนความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ด้านการเดิน ก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม เครื่องหมายบวก (+) มีค่า 12 เครื่องหมายลบ (-) มีค่า 0 ค่า r จากการคำนวณได้เท่ากับ 0 ค่า r จากตาราง ได้เท่ากับ 1 ซึ่งค่าวิกฤต (r) ที่ได้จากรายการ สูงกว่าค่า (r) จากการคำนวณ แสดงว่ายอมรับสมมติฐาน ( $H_0$ ) หมายความว่า คะแนนหลังการจัดกิจกรรม สูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

## 2.2 การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้านการวิ่ง ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

ตารางที่ 4.3 การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้านการวิ่ง ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม (คะแนนเต็ม 3 คะแนน)

คนที่	หลังการทดลอง $X_2$	ก่อนการทดลอง $X_1$	การแสดงข้อมูล $X_2 > X_1$	สัญลักษณ์
1	2	1	$X_2 > X_1$	+
2	3	2	$X_2 > X_1$	+
3	3	2	$X_2 > X_1$	+
4	3	2	$X_2 > X_1$	+
5	3	2	$X_2 > X_1$	+
6	3	2	$X_2 > X_1$	+
7	2	1	$X_2 > X_1$	+
8	2	1	$X_2 > X_1$	+
9	3	1	$X_2 > X_1$	+
10	3	2	$X_2 > X_1$	+
11	3	2	$X_2 > X_1$	+
12	3	1	$X_2 > X_1$	+

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 4.3 พบว่า ผลต่างของคะแนนความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ด้านการวิ่ง ก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม เครื่องหมายบวก (+) มีค่า 12 เครื่องหมายลบ (-) มีค่า 0 ค่า  $r$  จากการคำนวณได้เท่ากับ 0 ค่า  $r$  จากตาราง ได้เท่ากับ 1 ซึ่งค่าวิกฤต ( $r$ ) ที่ได้จากรายการ สูงกว่าค่า ( $r$ ) จากการคำนวณ แสดงว่ายอมรับสมมติฐาน ( $H_0$ ) หมายความว่า คะแนนหลังการจัดกิจกรรมสูงกว่า ก่อนการจัดกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

### 2.3 การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้านการกระโดด ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

ตารางที่ 4.4 การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้านการกระโดด ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม (คะแนนเต็ม 3 คะแนน)

คนที่	หลังการทดลอง $X_2$	ก่อนการทดลอง $X_1$	การแสดงข้อมูล $X_2 > X_1$	สัญลักษณ์
1	3	2	$X_2 > X_1$	+
2	3	2	$X_2 > X_1$	+
3	3	2	$X_2 > X_1$	+
4	3	2	$X_2 > X_1$	+
5	3	2	$X_2 > X_1$	+
6	3	2	$X_2 > X_1$	+
7	3	2	$X_2 > X_1$	+
8	3	2	$X_2 > X_1$	+
9	3	2	$X_2 > X_1$	+
10	3	2	$X_2 > X_1$	+
11	3	2	$X_2 > X_1$	+
12	3	2	$X_2 > X_1$	+

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 4.4 พบว่า ผลต่างของคะแนนความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ด้านการกระโดด ก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบ เครื่องหมายบวก (+) มีค่า 12 เครื่องหมายลบ (-) มีค่า 0 ค่า  $r$  จากการคำนวณได้เท่ากับ 0 ค่า  $r$  จากตาราง ได้เท่ากับ 1 ซึ่งค่าวิกฤต ( $r$ ) ที่ได้จากรายการ สูงกว่าค่า ( $r$ ) จากการคำนวณ แสดงว่ายอมรับสมมติฐาน ( $H_0$ ) หมายความว่า คะแนนหลังการจัดกิจกรรมสูงกว่า ก่อนการจัดกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01



## 2.4 การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้านการรับลูกบอล ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

ตารางที่ 4.5 การเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้านการรับลูกบอล ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม (คะแนนเต็ม 3 คะแนน)

คนที่	หลังการทดลอง $X_2$	ก่อนการทดลอง $X_1$	การแสดงผลข้อมูล $X_2 > X_1$	สัญลักษณ์
1	3	2	$X_2 > X_1$	+
2	2	1	$X_2 > X_1$	+
3	3	2	$X_2 > X_1$	+
4	2	1	$X_2 > X_1$	+
5	3	2	$X_2 > X_1$	+
6	2	1	$X_2 > X_1$	+
7	2	1	$X_2 > X_1$	+
8	3	1	$X_2 > X_1$	+
9	2	1	$X_2 > X_1$	+
10	3	2	$X_2 > X_1$	+
11	3	2	$X_2 > X_1$	+
12	2	1	$X_2 > X_1$	+

\*\* อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 4.5 พบว่า ผลต่างของคะแนนความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ด้านการรับลูกบอล ก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม เครื่องหมายบวก (+) มีค่า 12 เครื่องหมายลบ (-) มีค่า 0 ค่า  $r$  จากการคำนวณได้เท่ากับ 0 ค่า  $r$  จากตาราง ได้เท่ากับ 1 ซึ่งค่าวิกฤต ( $r$ ) ที่ได้จากตารางสูงกว่าค่า ( $r$ ) จากการคำนวณ แสดงว่ายอมรับสมมติฐาน ( $H_0$ ) หมายความว่า คะแนนหลังการจัดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

## บทที่ 5

### สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ในการนำเสนอผลการวิจัยเรื่อง ผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่มีต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข จังหวัดนครราชสีมา ผู้วิจัยได้สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### 1. สรุปการวิจัย

##### 1.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

##### 1.2 สมมติฐานการวิจัย

ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยหลังได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมสูงขึ้นกว่าก่อนได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

##### 1.3 ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการวิจัย ดังนี้

**1.3.1 ประชากร** คือ เด็กปฐมวัย อายุระหว่าง 4-5 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข จังหวัดนครราชสีมา

**1.3.2 กลุ่มตัวอย่าง** คือ เด็กปฐมวัย อายุระหว่าง 4-5 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข จังหวัดนครราชสีมา ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม จำนวน 12 คน

##### 1.4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้เครื่องมือ 2 ประเภท ได้แก่

**1.4.1** คู่มือการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

**1.4.2** แบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย จำนวน 4 ด้าน เป็นแบบวัดที่ใช้วัดเป็นรายบุคคล ก่อนและหลังการทดลอง

##### 1.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล

**1.5.1** นำแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยกับกลุ่มตัวอย่าง เป็นรายบุคคล

**1.5.2** ดำเนินการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ตามแผนเป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 5 วัน ใช้เวลาในการทดลองวันละ 15-20 นาที รวมทั้งสิ้น 20 วัน (ยึดหยุ่นตามลักษณะกิจกรรม)

1.5.3 หลังการทดลอง ผู้วิจัยได้นำแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ไปวัดกับกลุ่มตัวอย่างเป็นรายบุคคล

### 1.6 การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่ได้จากการทดลองมาวิเคราะห์โดยการทดสอบสัญลักษณ์ (Sign Test)

### 1.7 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล มีดังนี้

1.7.1 ค่าคะแนนของความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยในภาพรวม หลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

1.7.2 ค่าคะแนนของความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยรายด้าน พบว่า

1) ค่าคะแนนของความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้าน การเดิน วัดโดยการเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขน หลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม สูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2) ค่าคะแนนของความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้าน การวิ่ง วัดโดยการวิ่งกลับตัวเปลี่ยนทิศทาง หลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม สูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3) ค่าคะแนนของความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้าน การกระโดด วัดโดยการกระโดดขาเดียวอยู่กับที่โดยไม่เสียการทรงตัว หลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม สูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4) ค่าคะแนนของความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ด้าน การรับลูกบอล วัดโดยการรับลูกบอลโดยใช้มือทั้งสองข้าง หลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม สูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

## 2. อภิปรายผล

การศึกษาผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่มีต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย มีวัตถุประสงค์เพื่อ เปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลัง ในการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม พบว่าเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม มีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่สูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวประกอบเกม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สามารถอภิปรายผลการทดลองได้ ดังนี้

**2.1 เด็กปฐมวัยมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ภาพรวมหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม สูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวประกอบเกม** ทั้งนี้เป็นเพราะการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมช่วยส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยได้ โดยกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ซึ่งนอกจากเด็กจะได้รับการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่แล้ว กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ยังฝึกให้เด็กได้เรียนรู้ข้อตกลง การเล่นร่วมกับเพื่อน และสร้างความสนุกสนานให้เด็ก เป็นกิจกรรมที่ไม่ซับซ้อน เน้นการฝึกทักษะการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ เนื่องจากกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างอิสระตามจังหวะไปพร้อมๆ กับการเล่นเกม ซึ่งเกม เป็นกิจกรรมการเล่นที่มีวัตถุประสงค์ ภายใต้อรรถกถาและมีวิธีดำเนินกิจกรรมการเล่นอย่างเป็นระบบไม่ซับซ้อนซึ่งเหมาะสมกับวัยและวุฒิภาวะ ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกสนุกสนาน และเกมยังช่วยส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ซึ่งสอดคล้องกับ สุมาลี บัวหลวง (2557, น. 41) ที่กล่าวว่า เป็นกิจกรรมที่ทำให้เด็กมีความสุข เพราะเกมเป็นการเล่นที่ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกสนุกสนาน เป็นกิจกรรมที่เด็กรู้สึกท้าทายความสามารถ เล่นคนเดียวหรือหลายคนก็ได้ ส่วนมากเป็นการเล่นมีกติกาไม่ซับซ้อน ซึ่งเหมาะสมกับวัยและวุฒิภาวะ และมีส่วนช่วยในการพัฒนาความพร้อมให้กับเด็กครบทุกด้าน โดยองค์รวมอย่างต่อเนื่อง และส่งผลให้เกิดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ได้

นอกจากนั้นการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ยังเป็นกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ เนื่องจากกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม เป็นการฝึกให้เด็กได้ปฏิบัติจริง เป็นการเคลื่อนไหวที่ทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ เพื่อฝึกทักษะความแข็งแรง ว่องไว เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกาย ส่งผลให้เด็กมีความสุข และสนุกสนาน ซึ่งสอดคล้องกับ เยาวเรศ ธนวนกุล (2556, น. 7) กล่าวว่า กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เป็นกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย ทั้งกล้ามเนื้อใหญ่ ในลักษณะต่างๆอย่างอิสระ โดยมีจังหวะเป็นตัวช่วยในการเคลื่อนไหว เป็นการแสดงออกที่ได้พัฒนาความสามารถของตนเองอย่างมีความสุข

จากการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม โดยการเปิดโอกาสให้เด็กได้ใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ในส่วน แขน ขา ลำตัว บ่า ไหล่ เคลื่อนไหวอย่างอิสระต่อเนื่องทุกวัน เป็นการฝึกหัดให้เด็กได้มีการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างสม่ำเสมอ เด็กได้ปฏิบัติกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ โดยเป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับวัย ที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ และเด็กได้มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อเพื่อนที่เล่นเกมร่วมกัน เด็กมีความสุขและสนุกสนาน ทำให้เด็กต้องการเล่นอีก ซึ่งสอดคล้องกับ ทฤษฎีการเรียนรู้ของธอร์นไคด์ ทิศนา เขมมณี (2545, น. 51 อ้างถึงใน ดอกไม้ สุริโย, 2554, น. 45) ธอร์นไคด์ เน้นการเรียนรู้ที่สำคัญด้วยกฎ 3 ประการ ได้แก่ กฎแห่งความพร้อม (Law of Readiness) การเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อเด็กมีความพร้อมทั้งกายและใจเกี่ยวกับร่างกาย (Physical) เพื่อเป็นการเตรียมการใช้กล้ามเนื้อและระบบประสาทให้สัมพันธ์กัน (Co - ordition) เพื่อเป็นการฝึกทักษะเกี่ยวกับทางจิตใจ (Mental) เป็นความพร้อมทางด้านสมองหรือสติปัญญา และควรคำนึงถึงความพร้อมในวัยต่าง ๆ ด้วยว่ามีความแตกต่างกันอย่างไร เมื่อเด็กมีความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจจะส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ที่ดี กฎแห่งการฝึกหัด (Law of Exercise) เด็กจะเรียนรู้จากการกระทำซ้ำ ๆ กันหลาย ๆ ครั้งนั่นเอง เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวและจังหวะเด็กจะเกิดทักษะในแบบต่าง ๆ ซึ่งทำให้ระบบประสาทและกล้ามเนื้อทำงานสัมพันธ์กันดี และ กฎแห่งผล (Law of Effect) เด็กจะเรียนรู้ได้ดี

ขึ้นถ้าผลของการกระทำนั้นเป็นไปในทางบวกหรือทางที่ดี ซึ่งจะทำให้เด็กเกิดความสนใจ เกิดทักษะ ทำให้เด็กมีความสุขสนุกสนานและมีความพอใจ

และจากการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ในครั้งนี้นี้ บทบาทของครู ขณะที่เด็กเคลื่อนไหวครูดูแลอย่างใกล้ชิดคอยกระตุ้นและให้กำลังใจ โดยการกล่าวชมเชยและปรบมือ รวมทั้งช่วยเหลือและส่งเสริมขณะที่เด็กทำกิจกรรม ไม่ตำหนิหรือกดดันเด็กเมื่อเด็กเล่นเกมเสร็จ ถือว่าครูมีบทบาทสำคัญในการสร้างบรรยากาศอิสระทั้งในห้องเรียน และนอกห้องเรียน จัดกิจกรรมท่ามกลางบรรยากาศที่มีความสุขและสนุกสนาน

สื่อและวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการประกอบการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบ เกม ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ใช้อุปกรณ์ที่อยู่รอบตัว และหาง่าย มีความปลอดภัยสำหรับเด็ก และใช้การกระตุ้นด้วยเกมหรือกิจกรรมที่น่าสนใจ ให้เด็กได้คิดและปฏิบัติ เป็นการเปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกาย โดยใช้สื่อ วัสดุอุปกรณ์ ประกอบการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม เช่น ห่วงยาง หรือล้อรถจักรยาน กรวย เชือก ลูกบอล ฯลฯ

**2.2 ผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่มีต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยในรายด้าน** พบว่าหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบ เกม เด็กมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่โดยภาพรวมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและ จังหวะประกอบเกม ดังพฤติกรรมที่เด็กได้แสดงออกมา ซึ่งสามารถอภิปรายผลการวิจัยเป็นรายด้าน ดังพฤติกรรมที่เด็กได้แสดงออกมาดังนี้

**ด้านที่ 1 ด้านการเดิน** วัดโดยการเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกาง แขนได้ พบว่า หลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรม เคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม แสดงว่าหลังจากได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ ประกอบเกมแล้ว เด็กมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ได้ดี ซึ่งเด็กสามารถเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็น เส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขนได้และไม่เสียการทรงตัวอย่างต่อเนื่องและคล่องแคล่ว ทั้งนี้เป็นเพราะเด็ก ได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ซึ่งกิจกรรมที่จัดให้เด็กเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริม ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ เด็กได้ใช้กล้ามเนื้อ แขน ขา ลำตัว บ่า ไหล่ ในการเล่นเกม และ เป็นการเปิดโอกาสให้เด็กได้ลงมือปฏิบัติจริง เน้นการจัดกิจกรรมที่让孩子ได้ฝึกทักษะการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ได้เคลื่อนไหวร่างกายโดยการเดิน ผ่านกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม และเป็นการจัด กิจกรรมที่ต่อเนื่องทุกวัน ทำให้เด็กเกิดความคล่องแคล่วในการเดิน โดยกิจกรรมที่จัดทำให้เด็กเกิด ความสนุกสนาน ทำให้เด็กรู้สึกสดชื่น ผ่อนคลาย อารมณ์ดี เด็กได้เล่นเกมร่วมกับเพื่อน ถือเป็นการ สร้างสัมพันธ์ที่ดีแก่เพื่อน ทำให้เด็กเกิดความต้องการอยากที่จะเล่นอีกเรื่อยๆ ซึ่งสอดคล้องกับ ทฤษฎี การเรียนรู้ของธอร์นไคค์ ทิศนา ขัมมณี (2545, น. 51 อ้างถึงใน ดอกไม้ สุริโย, 2554, น. 45) ธอร์นไคค์ เน้นการเรียนรู้ สำคัญด้วยกฎ 3 ประการ ได้แก่ กฎแห่งความพร้อม (Law of Readiness) การเรียนรู้จะ เกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อเด็กมีความพร้อมทั้งกายและใจเกี่ยวกับร่างกาย (Physical) เพื่อเป็นการเตรียมการใช้ กล้ามเนื้อและระบบประสาทให้สัมพันธ์กัน (Co - ordination) เพื่อเป็นการฝึกทักษะเกี่ยวกับทางจิตใจ (Mental) เป็นความพร้อมทางด้านสมองหรือสติปัญญา และควรคำนึงถึงความพร้อมในวัยต่าง ๆ ด้วยว่า มีความแตกต่างกันอย่างไร เมื่อเด็กมีความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจจะส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ที่ดี กฎแห่งการฝึกหัด (Law of Exercise) เด็กจะเรียนรู้จากการกระทำซ้ำ ๆ กันหลาย ๆ ครั้ง เกี่ยวกับการ

เคลื่อนไหวและจังหวะเด็กจะเกิดทักษะในแบบต่าง ๆ ซึ่งทำให้ระบบประสาทและกล้ามเนื้อทำงานสัมพันธ์กันดีและ กฎแห่งผล (Law of Effect) เด็กจะเรียนรู้ได้ดีขึ้นถ้าผลของการกระทำนั้น เป็นไปในทางบวกหรือทางที่ดี ซึ่งจะทำให้เด็กเกิดความสนใจ เกิดทักษะ ทำให้เด็กมีความสุขสนุกสนานและมีความพอใจ

**ด้านที่ 2 ด้านการวิ่ง** วัดโดยการวิ่งกลับตัวเปลี่ยนทิศทาง พบว่าหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมนสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม แสดงว่าหลังจากได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมแล้ว เด็กมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ได้ดี ซึ่งเด็กสามารถวิ่งกลับตัวได้โดยไม่เสียการทรงตัวอย่างต่อเนื่องและคล่องแคล่ว ทั้งนี้เป็นเพราะเด็กได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ซึ่งกิจกรรมที่จัดให้เด็กเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ เด็กได้ใช้กล้ามเนื้อ แขน ขา ลำตัว บ่า ไหล่ ในการเล่นเกม เน้นการจัดกิจกรรมที่让孩子ได้ฝึกทักษะการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ได้เคลื่อนไหวร่างกายโดยการวิ่ง ผ่านกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ซึ่งถือว่าเด็กได้ฝึกทักษะการวิ่งในระหว่างทำกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ถือเป็นการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อใหญ่และเด็กยังได้คิด เป็นการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ โดยจัดกิจกรรมต่อเนื่องทุกวัน ทำให้เด็กเกิดความคล่องแคล่วในการวิ่ง และวิ่งได้โดยไม่เสียการทรงตัว จากกิจกรรมที่จัด ทำให้เด็กเกิดความสุขสนุกสนาน ทำให้เด็กรู้สึกสดชื่น ผ่อนคลาย อารมณ์ดีและมีความพอใจ ซึ่งสอดคล้องกับ ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของพือาเจท์ ธนูทอง ศรีทองม้วน (2538, น. 39 อ้างถึงใน เยาวเรศ ธนวนกุล 2552, น. 12) ที่เชื่อว่า การให้เด็กได้สัมผัสวัตถุต่าง ๆ จะส่งเสริมให้เด็กเกิดการเรียนรู้ได้ โดยเฉพาะในเด็กปฐมวัย ซึ่งอาศัยการรับรู้เป็นสื่อในการกระตุ้นความคิด โดยให้เด็กสัมผัสกับวัตถุต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัว ซึ่งจะช่วยให้เด็กเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ

**ด้านที่ 3 ด้านการกระโดด** วัดโดยการกระโดดขาเดียวอยู่กับที่โดยไม่เสียการทรงตัว พบว่า หลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมนสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม แสดงว่าหลังจากได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมแล้ว เด็กมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ได้ดี ซึ่งเด็กสามารถกระโดดขาเดียวอยู่กับที่ด้วยขาซ้ายและขวาได้โดยไม่เสียการทรงตัวอย่างต่อเนื่องและคล่องแคล่ว ทั้งนี้เป็นเพราะ เด็กได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ซึ่งกิจกรรมที่จัดให้เด็กเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ เด็กได้ใช้กล้ามเนื้อ แขน ขา ลำตัว บ่า ไหล่ ในการเล่นเกม และเป็นการเปิดโอกาสให้เด็กได้ลงมือปฏิบัติจริง เน้นการจัดกิจกรรมที่让孩子ได้ฝึกทักษะการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ได้เคลื่อนไหวร่างกายโดยการกระโดดผ่านกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม เด็กได้กระโดดเป็นการฝึกทักษะการกระโดด ถือเป็นการส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ มีการจัดกิจกรรมต่อเนื่องทุกวัน ทำให้เด็กเกิดความคล่องแคล่วในการกระโดด โดยกิจกรรมที่จัดทำให้เด็กเกิดความสุขสนุกสนาน ทำให้เด็กมีความสุข ผ่อนคลายและส่งผลทำให้เด็กมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง สามารถใช้อวัยวะส่วนต่างๆ ทำกิจกรรมต่างๆ ได้ดี และมีความสามารถในการควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ได้ ซึ่งสอดคล้องกับ ทฤษฎีพัฒนาการด้านร่างกายของกิเซลล์ เบญจมาศ หาญกล้า ( 2548, น. 29 อ้างถึงใน เยาวเรศ ธนวนกุล, 2556, น. 13-14) กล่าวว่า พัฒนาการด้านร่างกายเป็นการเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัดเจน โดยเฉพาะในวัยทารก พัฒนาการด้านร่างกายจะปรากฏในรูปของความสามารถในการใช้อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายได้ชัดเจนขึ้น พฤติกรรมด้านการเคลื่อนไหว ได้แก่ ความสามารถทางด้านร่างกายในด้านการเคลื่อนไหว เป็นความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ พฤติกรรมส่วนนี้เกี่ยวกับการเจริญของระบบ

ประสาทส่วนกลาง เช่น ความสามารถในการยืน การเดิน การนั่ง การคืบ การคลาน การคว่ำ การกระโดด เป็นต้น

**ด้านที่ 4 ด้านการรับลูกบอล** วัดโดยการรับลูกบอลโดยใช้มือทั้งสองข้าง พบว่าหลังการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม แสดงว่าหลังจากได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมแล้ว เด็กมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ได้ดี ซึ่งเด็กสามารถรับลูกบอลด้วยมือทั้งสองข้างได้ โดยไม่ใช้ลำตัวและลูกบอลไม่ตกลงพื้น ทั้งนี้เป็นเพราะ เด็กได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ซึ่งกิจกรรมที่จัดให้เด็กเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ เด็กได้ใช้กล้ามเนื้อ แขน ขา ลำตัว บ่า ไหล่ ในการเล่นเกม และเป็นการเปิดโอกาสให้เด็กได้ลงมือปฏิบัติจริง เน้นการจัดกิจกรรมที่让孩子ได้ฝึกทักษะการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ได้เคลื่อนไหวร่างกาย โดยผ่านกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม และจัดกิจกรรมต่อเนื่องทุกวัน ทำให้เด็กเกิดความคล่องแคล่วในการรับลูกบอล และเด็กสามารถรับลูกบอลด้วยมือทั้งสองข้างได้ ถือเป็นฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อใหญ่ และจากกิจกรรมที่จัดเด็กยังได้คิด เป็นการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน ทำให้เด็กเกิดความสนุกสนาน ผ่อนคลาย อารมณ์ดี และมีความพอใจ ซึ่งสอดคล้องกับ ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของพือาเจท์ ธนูทอง ศรีทองม้วน (2538, น. 39 อ้างถึงใน เยาวเรศ ธนวนกุล 2552, น. 12) ที่เชื่อว่า การให้เด็กได้สัมผัสวัตถุต่าง ๆ จะส่งเสริมให้เด็กเกิดการเรียนรู้ได้ โดยเฉพาะในเด็กปฐมวัย ซึ่งอาศัยการรับรู้เป็นสื่อในการกระตุ้นความคิด โดยให้เด็กสัมผัสกับวัตถุต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัว ซึ่งจะช่วยให้เด็กเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ

ดังรายละเอียดในการอภิปรายผล เป็นการแสดงให้เห็นว่าการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม เป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย และจากผลการวิจัยในครั้งนี้จะเป็นอีกแนวทางหนึ่งของครูผู้สอนปฐมวัยได้นำไปใช้จัดกิจกรรมให้กับเด็กปฐมวัยต่อไป

### 3. ข้อเสนอแนะ

#### 3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

- 3.1.1 ควรให้เด็กมีส่วนร่วมในการเลือกและคิดค้นเกมที่ส่งเสริมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่
- 3.1.2 ควรให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการนำเกมไปเล่นกับเด็กที่บ้าน
- 3.1.3 การแต่งกายและเสื้อผ้าของครูในการจัดกิจกรรม ครูควรแต่งกายให้มีความเหมาะสมกับกิจกรรมที่จัดให้เด็ก

#### 3.2 ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

- 3.2.1 ควรมีการศึกษาการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมเพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัยในด้านอื่นๆ เช่น สังคม อารมณ์ จิตใจ และสติปัญญา
- 3.2.2 ควรมีการศึกษาความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยเพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์
- 3.2.3 ศึกษาเจตคติการในการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมสำหรับเด็กปฐมวัย



บรรณานุกรม

มหาวิทยาลัย

สกลนครราชภัฏ



## บรรณานุกรม

- กนกกร บุษยเกษิษฐ์, ธนภัทร อนุมาน, สุทธิพรรณ อีรพงศ์, กฤษณี ภูพัฒน์, และขวัญใจ จริยาทัศน์กร. (2550). *เอกสารชุดวิชา ECED 401 สื่อสร้างสรรค์การเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.
- จุฑารัตน์ ทาระวรรณ. (2551). *ผลการใช้ของเล่นพื้นบ้านภาคเหนือที่มีต่อความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โรงเรียนบ้านแม่หลองน้อย จังหวัดเชียงใหม่*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- ชูลีรัตน์ สมร่าง. (2553). *การศึกษาการพัฒนาการทางด้านร่างกายและพฤติกรรมทางสังคมของเด็กปฐมวัย โดยจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบดนตรีไทยตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา, นครราชสีมา.
- ดอกไม้ สุริโย. (2554). *การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคอนสตรัคติวิซึมโดยผ่านกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะเพื่อเสริมสร้างความคิดรวบยอดทางคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 2*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร, สกลนคร.
- นางพะงา ลีสุวรรณ. (2558). *บทความปฐมวัยกล้ามเนื้อใหญ่*. สืบค้นจาก <https://www.facebook.com/annkidmazon/photos/a.1424351057776378/1605536222991193/?type=3&theater>.
- นภเนตร ธรรมบวร. (2545). *การประเมินผลพัฒนาการเด็กปฐมวัย*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นันทยา น้อยจันทร์. (2548). *การประเมินผลพัฒนาการเด็กปฐมวัย*. นครสวรรค์: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์.
- นิตยา ตรีพรหม. (2551). *ผลการจัดกิจกรรมการเล่นเครื่องกีดขวางที่มีต่อความคล่องแคล่วของกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ศูนย์อนุบาลสาธิตสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตมหาสารคาม*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- นิตยา ศรีมกุฎพันธ์. (2548). *ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกิจกรรมการเคลื่อนไหวสำหรับเด็กปฐมวัย*. ใน *เอกสารประกอบการสอนรายวิชากิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะสำหรับเด็กปฐมวัย*. สุรินทร์: มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์.
- พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554. (2556). กรุงเทพฯ: ราชบัณฑิตยสถาน.
- พระครูพิพัฒน์ กิตติสุนทร. (2553). *ผลการใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะแบบแม่ไม้มวยไทยที่มีต่อความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- เยาวพา เดชะคุปต์. (2528). *กิจกรรมสำหรับเด็กก่อนวัยเรียน*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

- เยาวเรศ ธนวนกุล.(2556).ผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและประกอบการใช้อุปกรณ์ที่มีความสามารถในการแก้ปัญหาของเด็กปฐมวัย. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- รติกร อินานนท์. (2552). การพัฒนาการจัดประสบการณ์การเรียนรู้เคลื่อนไหวและจังหวะ โดยใช้การสอนแบบสาธิต การประยุกต์ใช้ท่าร่วมโยโยราณที่มีต่อพัฒนาการของนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 2. (วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, มหาสารคาม.
- ลักคณา เสนอฤทธิ์. (2551). ผลการจัดกิจกรรมเกมการศึกษาที่มีต่อพฤติกรรมทางสังคมของเด็กปฐมวัย. (ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- วรรณ อินทร์พรรย์. (2556). ผลการจัดกิจกรรมการร่วมมือที่ส่งผลต่อพฤติกรรมด้านความซื่อสัตย์สำหรับเด็กปฐมวัย. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี, ลพบุรี.
- ศิรินทร กาญจนดา. (2553). การศึกษาความสามารถใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาระดับรุนแรงจากการใช้โปรแกรมการฝึกกิจกรรมทักษะกลไกของสเปเชียลโอลิมปิคแห่งประเทศไทย ร่วมกับกิจกรรมฝึกสมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness). (ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- ศิริมาศ ไทยวัฒนา. (2531). ปฐมวัยศึกษา : กิจกรรมและสื่อการสอนเพื่อฝึกทักษะพัฒนาการและการเรียนรู้. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สาริกา แก้วน้ำ, สุพรทิพย์ ภูมมา, ประทีป สุทัศน์, และรังสิมา อุดมกิจ. (2553). ผลของชุดกิจกรรมเคลื่อนไหวประกอบเพลง ที่มีต่อทักษะการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ ของเด็กดาวนซินโดรมในสถาบันราชานุก. (ผลงานวิจัย ไม่ได้ตีพิมพ์). กรุงเทพฯ: กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2545). พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545. กรุงเทพฯ: พริกหวานกราฟฟิก.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ. (2557). รายงานการติดตามการดำเนินงานของแผนปฏิบัติการตามแผนยุทธศาสตร์ชาติด้านเด็กปฐมวัย (พ.ศ. 2555-2559) ประจำปี 2556. กรุงเทพฯ: (ม.ป.ท.).
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560. กรุงเทพฯ: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- \_\_\_\_\_. (2561). คู่มือหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560. กรุงเทพฯ: (ม.ป.ท.).
- สุนันทา แดงดาวงษ์. (2550). ผลการใช้โปรแกรมการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบดนตรีที่มีต่อพัฒนาการด้านร่างกายและอารมณ์ของนักเรียนระดับปฐมวัย. (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม, กรุงเทพฯ.

- สุมาลี บัวหลวง. (2557). ผลการใช้เกมการเล่นกลางแจ้ง ที่มีต่อพฤติกรรมร่วมมือของเด็กปฐมวัย. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี-  
ราชมงคลธัญบุรี, ปทุมธานี.
- อุไรวรรณ โชติชูขณะ. (2547). ผลของการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวประกอบการเล่าเรื่องที่มีต่อ  
พัฒนาการกล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กวัยเตาะแตะ. (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต  
ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.





ภาคผนวก

มหาวิทยาลัย

สกลนครราชภัฏ



**ภาคผนวก ก**

คู่มือการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม  
สำหรับนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 2

## คำนำ

คู่มือการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โดยคู่มือฉบับนี้ประกอบด้วย หลักการและเหตุผล หลักการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย จุดมุ่งหมาย การจัดสภาพแวดล้อม ขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย บทบาทครู บทบาทเด็ก การประเมินผล

ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าคู่มือการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยฉบับนี้ จะเป็นประโยชน์และแนวทางต่อผู้ที่สนใจในการนำกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมไปใช้ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยต่อไป

พัชรินทร์ เลาะครบุรี



## คู่มือการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถ ในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

### 1. หลักการและเหตุผล

ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่มีความสำคัญต่อเด็ก ซึ่งกล้ามเนื้อใหญ่เป็นส่วนสำคัญในการควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกาย ช่วยในการทรงตัว การใช้ร่างกาย แขน ขา ลำตัว ในการเคลื่อนไหวร่างกายควบคุมทักษะในการเดิน การยืน การวิ่ง และการโยนรับลูกบอล จะช่วยในการพัฒนานาไปสู่การเคลื่อนไหวที่แข็งแรงมั่นคง และส่งผลถึงพัฒนาการด้านอื่น (พระครูพิพัฒนกิตติสุนทร, 2553, น. 47)

เด็กที่สามารถเคลื่อนไหวกล้ามเนื้อมัดใหญ่ แขน ขา ลำตัว จะทำให้สามารถเคลื่อนไหวและทรงตัวได้ดี นั่นคือความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ที่มีความสำคัญต่อพื้นฐานในการพัฒนาความสามารถ ในการเคลื่อนไหวและการทรงตัวในขั้นต่อไป (ชัยณรงค์ เจริญพานิชย์กุล 2523, น. 90-92 อ้างอิงใน พระครูพิพัฒนกิตติสุนทร 2553, น. 47) และความสัมพันธ์ระหว่างกล้ามเนื้อแขน ขา ลำตัว มีความจำเป็นและสำคัญยิ่งต่อการเคลื่อนไหว และการทรงตัวเด็กจะสามารถเคลื่อนไหวและทรงตัวได้ก็ต่อเมื่อมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ได้ดี ซึ่งความสามารถดังกล่าวเป็นการเตรียมความพร้อมที่จะนำไปสู่การเรียนรู้ในชั้นประถมศึกษา ทั้งนี้การเคลื่อนไหวมิได้ หมายถึง การเคลื่อนไหวพื้นฐานธรรมดาทั่วไป แต่การที่เด็กสามารถบังคับควบคุมการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อมัดใหญ่ในลักษณะต่างๆ ได้ (เยาวพา เดชะคุปต์ 2528, น. 123) และความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ยังมีความสำคัญต่อเด็กถือเป็นความสามารถขั้นเริ่มต้นที่จะนำไปสู่การเคลื่อนไหวที่แข็งแรงและมั่นคงอีกด้วย

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า ความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยมีความสำคัญต่อพัฒนาการด้านอื่น ๆ ของเด็ก เด็กที่สามารถเคลื่อนไหวกล้ามเนื้อมัดใหญ่ได้ดีจะมีพื้นฐานที่ดีในการพัฒนาความสามารถ ด้วยเหตุผลและความสำคัญดังกล่าว จึงทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจจะศึกษาว่าการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยมากน้อยเพียงใด

### 2. จุดมุ่งหมาย

เพื่อส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

### 3. หลักการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมสำหรับเด็กปฐมวัย

1. ควรคำนึงถึงความเหมาะสมกับวัยและความแตกต่างของเด็กแต่ละคน
2. ควรเริ่มกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะจากง่ายไปหายาก
3. ควรจัดกิจกรรมให้เด็กได้เล่นทั้งในและนอกอาคารเรียน
4. ครูให้เด็กได้นั่งพักผ่อนคลายหลังจากจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมเสร็จแล้ว

#### 4. การจัดสภาพแวดล้อม

การจัดสภาพแวดล้อม ครูผู้สอนต้องคำนึงถึงความเหมาะสมของพื้นที่ที่จัดกิจกรรม ซึ่งต้องโล่งกว้างพอสำหรับการเคลื่อนไหว อาจจัดอยู่ในอาคารเรียนหรือนอกอาคารเรียนได้ และควรเป็นบรรยากาศที่มีความสุขและสนุกสนาน

#### 5. ขั้นตอนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

##### ขั้นอบอุ่นร่างกาย

1. เตรียมความพร้อมร่างกายเด็กก่อนทำกิจกรรม อบอุ่นร่างกายในท่าทางการเคลื่อนไหวตามที่ครูกำหนด

2. นัดหมายสัญญาณให้เด็กฟังสัญญาณจังหวะในการเคลื่อนไหว

3. ให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายไปรอบๆ บริเวณ อย่างอิสระ ตามจังหวะที่ครูเคาะในทิศทาง

ต่างๆ

##### ขั้นกิจกรรม

4. ครูบอกชื่อเกมแก่เด็ก

5. ครูอธิบายวิธีการเล่นเกมให้เด็กฟัง

6. ครูสาธิตกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมให้เด็กดู

7. ครูชวนเด็กๆ เล่นเกมไปพร้อมๆกัน

8. เด็กๆ ร่วมกันเล่นเกมและเล่นซ้ำอีก 2-3 รอบ

9. ขณะที่เด็กเคลื่อนไหว ครูกระตุ้นและให้กำลังใจ โดยการกล่าวชมเชยและตบมือ

##### ขั้นสรุป

10. ให้เด็กนั่งผ่อนคลายในท่าที่สบายภายในห้องเรียนพร้อมฟังเพลงเบาๆ

11. เด็กและครูร่วมกันสนทนาถึงเกมที่เล่นร่วมกัน

##### บทบาทครู

1. สร้างบรรยากาศอิสระในห้องเรียนและจัดกิจกรรมท่ามกลางบรรยากาศที่มีความสุขและสนุกสนาน

2. แนะนำอุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมของเด็กปฐมวัย

3. กำหนดจังหวะ สัญญาณนัดหมาย

4. เด็กควรได้รู้จักทำการเคลื่อนไหวเบื้องต้น

5. ให้ความสำคัญกับการเคลื่อนไหวที่ต้องใช้กล้ามเนื้อใหญ่ก่อน ได้แก่ การใช้กล้ามเนื้อลำตัว แขน ขา

6. เปิดเพลงช้าๆ สร้างความรู้สึกผ่อนคลาย สนุกสนาน

#### 6. บทบาทเด็ก

1. ร่วมกันสร้างข้อตกลงในการปฏิบัติกิจกรรม

2. เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ด้วยความสนใจและสนุกสนาน



## 7. การประเมินผล

โดยวิธีการวัดและบันทึกคะแนนการวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย  
4 ด้าน ดังนี้

ด้านที่ 1 การเดิน วัดโดยการเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขน

ด้านที่ 2 การวิ่ง วัดโดยการวิ่งกลับตัวเปลี่ยนทิศทาง

ด้านที่ 3 การกระโดด วัดโดยการกระโดดขาเดียวอยู่กับที่โดยไม่เสียการทรงตัว

ด้านที่ 4 การรับลูกบอล วัดโดยการรับลูกบอลโดยใช้มือทั้งสองข้าง



## แผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมของเด็กปฐมวัย สัปดาห์ที่ 3 วันที่ 1

**ประเภทการเคลื่อนไหว** การเลียนแบบท่าทางสัตว์และการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

**จุดประสงค์** ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ แขน ขา ลำตัว บ่า ไหล่ เคลื่อนไหวประกอบจังหวะและสามารถประกอบเกมได้

**การดำเนินการจัดกิจกรรม**

**ขั้นอบอุ่นร่างกาย** 1. เตรียมความพร้อมร่างกายเด็กก่อนทำกิจกรรม อบอุ่นร่างกาย ในท่าทางการเคลื่อนไหวตามที่ครูกำหนด เช่น เอนตัวไปทางซ้าย ข้างขวา บิดลำตัวไปทางซ้าย ทางขวา เป็นต้น

2. นัดหมายสัญญาณให้เด็กฟังสัญญาณจังหวะในการเคลื่อนไหว เช่น จังหวะช้าให้เคลื่อนไหว “ช้า” จังหวะเร็วให้เคลื่อนไหว “เร็ว” ถ้าเคาะ 2 ครั้งติดต่อกัน แสดงว่าให้ “หยุด”

3. ให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายไปรอบๆ บริเวณ อย่างอิสระ ตาม จังหวะที่ครูเคาะในทิศทางต่างๆ เช่น นกบินไปทางซ้าย นกบินไปทางขวา นกบินขึ้น นกบินลง เป็นต้น เมื่อได้ยินสัญญาณหยุด ให้หยุดการเคลื่อนไหวทันที ทำซ้ำ 2-3 ครั้ง

**ขั้นกิจกรรม** 4. ครูบอกชื่อเกมนกหารังแก่เด็ก  
5. ครูอธิบายวิธีการเล่นเกมนกหารังแก่เด็ก  
6. ครูสาธิตกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมนกหารัง ให้เด็กดู ดังนี้ โดยครูวางห่วงใหญ่ ห่วงเล็ก 5-6 อัน ให้ห่างกัน ให้เด็กทำท่าเลียนแบบนกบิน ตาม จังหวะที่ครูเคาะอย่างอิสระ เมื่อครูให้สัญญาณ เด็กทุกคนต้องรีบวิ่งไปยืนในห่วง โดย 1 ห่วง ต้องมี เด็ก 1 คน เด็กคนใดไปยืนในห่วงไม่ได้ ต้องออกมานั่งคอยเป็นกรรมการ และในทุกๆรอบครูจะนำห่วง ออกรอบละ 1 ห่วง

7. ครูชวนเด็กๆ เล่นไปพร้อมๆกัน  
8. เด็กๆ ร่วมกันเล่นเกมนกหารังและเล่นซ้ำอีก 2-3 รอบ  
9. ขณะที่เด็กเคลื่อนไหว ครูกระตุ้นและให้กำลังใจ โดยการกล่าว

ชมเชยและตบมือ

**ขั้นสรุป** 10. ให้เด็กนั่งผ่อนคลายในท่าที่สบายภายในห้องเรียนพร้อมฟัง เพลงเบาๆ เด็กหลับตา หายใจเข้า-ออก ช้าๆ แล้วค่อยๆ ลืมตา

11. เด็กและครูร่วมกันสนทนาถึงเกมนกหารังที่เล่นร่วมกัน

**สื่อ**

1. เครื่องเคาะจังหวะ
2. ห่วงหรืออาจใช้ล้อรถจักรยานแทนก็ได้

**การประเมินผล**

1. สังเกตการเคลื่อนไหวประกอบการเล่น

## แผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมของเด็กปฐมวัย สัปดาห์ที่ 3 วันที่ 2

**ประเภทการเคลื่อนไหว** การเคลื่อนไหวพื้นฐานและการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

**จุดประสงค์** ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ แขน ขา ลำตัว บ่า ไหล่ เคลื่อนไหวประกอบจังหวะและสามารถประกอบเกมได้

### การดำเนินการจัดกิจกรรม

**ขั้นอบอุ่นร่างกาย** 1. เตรียมความพร้อมร่างกายเด็กก่อนทำกิจกรรม อบอุ่นร่างกาย ในท่าทางการเคลื่อนไหวตามที่ครูกำหนด เช่น เอนตัวไปทางข้างซ้าย ข้างขวา ปิดลำตัวไปทางข้างซ้าย ทางขวา เป็นต้น

2. นัดหมายสัญญาณให้เด็กฟังสัญญาณจังหวะในการเคลื่อนไหว เช่น จังหวะช้าให้เคลื่อนไหว “ช้า” จังหวะเร็วให้เคลื่อนไหว “เร็ว” ถ้าเคาะ 2 ครั้งติดต่อกัน แสดงว่าให้ “หยุด”

3. ให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายไปรอบๆ บริเวณ อย่างอิสระ ตาม จังหวะที่ครูเคาะในทิศทางต่างๆ เช่น กระโดดไปข้างหน้า กระโดดถอยหลัง กระโดดไปทางซ้าย กระโดดไปทางขวา เป็นต้น เมื่อได้ยินสัญญาณหยุด ให้หยุดการเคลื่อนไหวทันที ทำซ้ำ 2-3 ครั้ง

**ขั้นกิจกรรม** 4. ครูบอกชื่อเกมกระโดดสนุกแก่เด็ก

5. ครูอธิบายวิธีการเล่นเกมกระโดดสนุกแก่เด็ก และแบ่งกลุ่มเด็ก เป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 4 คน ให้เด็กที่เหลืออีก 1 คน เป็นกรรมการ

6. ครูสาธิตกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมกระโดด สนุกให้เด็กดู ดังนี้ โดยครูติดกระดาษสีเหลืองและสีเขียวสลับกันตามความเหมาะสม โดยให้ห่างกัน พอประมาณ เมื่อเด็กเคลื่อนไหวไปบนกระดาษสีเหลืองกระโดดสองเท้า และเคลื่อนไหวไปบน กระดาษสีเขียวให้กระโดดขาเดียว กลุ่มไหนกระโดดไปถึงเส้นชัยครบหมดก่อนให้นั่งลง

7. ครูชวนเด็กๆ เล่นไปพร้อมๆ กัน

8. เด็กๆ ร่วมกันเล่นเกมกระโดดสนุกและเล่นซ้ำอีก 2-3 รอบ

9. ขณะที่เด็กเคลื่อนไหว ครูกระตุ้นและให้กำลังใจ โดยการกล่าว

ชมเชยและตบมือ

**ขั้นสรุป** 10. ให้เด็กนั่งผ่อนคลายในท่าที่สบายภายในห้องเรียนพร้อมฟัง เพลงเบาๆ เด็กหลับตา หายใจเข้า-ออก ช้าๆ แล้วค่อยๆ ลืมตา

11. เด็กและครูร่วมกันสนทนาถึงเกมกระโดดสนุกที่เล่นร่วมกัน

**สื่อ**

1. เครื่องเคาะจังหวะ
2. กระดาษสีเหลืองและสีเขียว

**การประเมินผล**

1. สังเกตการเคลื่อนไหวประกอบการเล่น

## แผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมของเด็กปฐมวัย สัปดาห์ที่ 3 วันที่ 3

**ประเภทการเคลื่อนไหว** การเลียนแบบท่าทางสัตว์และการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

**จุดประสงค์** ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ แขน ขา ลำตัว บ่า ไหล่ เคลื่อนไหวประกอบจังหวะและสามารถประกอบเกมได้

### การดำเนินการจัดกิจกรรม

**ขั้นอบอุ่นร่างกาย** 1. เตรียมความพร้อมร่างกายเด็กก่อนทำกิจกรรม อบอุ่นร่างกาย ในท่าทางการเคลื่อนไหวตามที่ครูกำหนด เช่น เอนตัวไปทางข้างซ้าย ข้างขวา บิดลำตัวไปทางซ้าย ทางขวา เป็นต้น

2. นัดหมายสัญญาณให้เด็กฟังสัญญาณจังหวะในการเคลื่อนไหว เช่น จังหวะช้าให้เคลื่อนไหว “ช้า” จังหวะเร็วให้เคลื่อนไหว “เร็ว” ถ้าเคาะ 2 ครั้งติดต่อกัน แสดงว่าให้ “หยุด”

3. ให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายไปรอบๆ บริเวณ อย่างอิสระ ตาม จังหวะที่ครูเคาะในทิศทางต่างๆ เช่น กระโดดไปข้างหน้า กระโดดถอยหลัง กระโดดไปทางซ้าย กระโดดไปทางขวา เป็นต้น เมื่อได้ยินสัญญาณหยุด ให้หยุดการเคลื่อนไหวทันที ทำซ้ำ 2-3 ครั้ง

**ขั้นกิจกรรม** 4. ครูบอกชื่อเกมกบกระโดด

5. ครูอธิบายวิธีการเล่นเกมกบกระโดดแก่เด็ก และแบ่งกลุ่มเด็ก เป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 5 คน ให้เด็กที่เหลืออีก 2 คน เป็นกรรมการ

6. ครูสาธิตกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมกบกระโดด เด็กๆ กระโดดเลียนแบบท่าทางกบไปจนถึงตำแหน่งที่กำหนด

7. ครูชวนเด็กๆ เล่นไปพร้อมๆกัน

8. เด็กๆ ร่วมกันเล่นเกมกบกระโดดและเล่นซ้ำอีก 2-3 รอบ

9. ขณะที่เด็กเคลื่อนไหว ครูกระตุ้นและให้กำลังใจ โดยการกล่าว

ชมเชยและตบมือ

**ขั้นสรุป** 10. ให้เด็กนั่งผ่อนคลายในท่าที่สบายภายในห้องเรียนพร้อมฟัง เพลงเบาๆ เด็กหลับตา หายใจเข้า-ออก ช้าๆ แล้วค่อยๆ ลืมตา

11. เด็กและครูร่วมกันสนทนาถึงเกมกบกระโดดที่เล่นร่วมกัน

**สื่อ**

1. เครื่องเคาะจังหวะ
2. นกหวีด

**การประเมินผล**

1. สังเกตการเคลื่อนไหวประกอบการเล่น

## แผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมของเด็กปฐมวัย สัปดาห์ที่ 3 วันที่ 4

**ประเภทการเคลื่อนไหว** การเคลื่อนไหวพื้นฐานและการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

**จุดประสงค์** ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ แขน ขา ลำตัว บ่า ไหล่ เคลื่อนไหวประกอบจังหวะและสามารถประกอบเกมได้

### การดำเนินการจัดกิจกรรม

**ขั้นอบอุ่นร่างกาย** 1. เตรียมความพร้อมร่างกายเด็กก่อนทำกิจกรรม อบอุ่นร่างกาย ในท่าทางการเคลื่อนไหวตามที่ครูกำหนด เช่น เอนตัวไปทางข้างซ้าย ข้างขวา บิดลำตัวไปทางซ้าย ทางขวา เป็นต้น

2. นัดหมายสัญญาณให้เด็กฟังสัญญาณจังหวะในการเคลื่อนไหว เช่น จังหวะช้าให้เคลื่อนไหว “ช้า” จังหวะเร็วให้เคลื่อนไหว “เร็ว” ถ้าเคาะ 2 ครั้งติดต่อกัน แสดงว่าให้ “หยุด”

3. ให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายไปรอบๆ บริเวณ อย่างอิสระ ตาม จังหวะที่ครูเคาะในทิศทางต่างๆ เช่น กระโดดไปข้างหน้า กระโดดถอยหลัง กระโดดไปทางซ้าย กระโดดไปทางขวา เป็นต้น เมื่อได้ยินสัญญาณหยุด ให้หยุดการเคลื่อนไหวทันที ทำซ้ำ 2-3 ครั้ง

**ขั้นกิจกรรม** 4. ครูบอกชื่อเกมกระโดดเชือกบอชื่อผลไม้  
5. ครูอธิบายวิธีการเล่นเกมกระโดดเชือกบอชื่อผลไม้และ แบ่งกลุ่มเด็ก เป็นกลุ่ม 2 กลุ่มละ 5 คน ให้เด็กที่เหลืออีก 2 คน เป็นกรรมการ

6. ครูสาธิตกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมกระโดด เชือกบอชื่อผลไม้ให้เด็กดู ดังนี้ โดยครูให้เด็กๆ 2 คนออกมาจับเชือก แกว่งเชือก ให้สมาชิกในกลุ่ม กระโดดเชือกพร้อมกับบอชื่อผลไม้มาคนละ 1 ชนิด ทีละคนตามลำดับ เมื่อกระโดดเสร็จ ให้เด็กๆ วิ่ง ออกไปต่อท้ายแถว แต่ถ้าบอชื่อผลไม้ไม่ได้ หรือกระโดดเชือกไม่ถูกจังหวะ เส้นเชือกโดนตัว ก็จะต้อง ออกจากการแข่งขัน

7. ครูชวนเด็กๆ เล่นไปพร้อมๆ กัน  
8. เด็กๆ ร่วมกันเล่นเกมกระโดดเชือกบอชื่อผลไม้และเล่นซ้ำอีก 2-3 รอบ

9. ขณะที่เด็กเคลื่อนไหว ครูกระตุ้นและให้กำลังใจ โดยการกล่าว ชมเชยและตบมือ

**ขั้นสรุป** 10. ให้เด็กนั่งพ่นคลายในท่าที่สบายภายในห้องเรียนพร้อมฟัง เพลงเบาๆ เด็กหลับตา หายใจเข้า-ออก ช้าๆ แล้วค่อยๆ ลืมตา

11. เด็กและครูร่วมกันสนทนาถึงเกมกระโดดเชือกบอชื่อผลไม้ที่ เล่นร่วมกัน

สื่อ

1. เชือกกระโดด
2. เครื่องเคาะจังหวะ

การประเมินผล

1. สังเกตการเคลื่อนไหวประกอบการเล่นเกม



## แผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมของเด็กปฐมวัย สัปดาห์ที่ 3 วันที่ 5

**ประเภทการเคลื่อนไหว** การเคลื่อนไหวพื้นฐานและการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

**จุดประสงค์** ส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ แขน ขา ลำตัว บ่า ไหล่ เคลื่อนไหวประกอบจังหวะและสามารถประกอบเกมได้

### การดำเนินการจัดกิจกรรม

**ขั้นอบอุ่นร่างกาย** 1. เตรียมความพร้อมร่างกายเด็กก่อนทำกิจกรรม อบอุ่นร่างกาย ในท่าทางการเคลื่อนไหวตามที่ครูกำหนด เช่น เอนตัวไปทางข้างซ้าย ข้างขวา บิดลำตัวไปทางซ้าย ทางขวา เป็นต้น

2. นัดหมายสัญญาณให้เด็กฟังสัญญาณจังหวะในการเคลื่อนไหว เช่น จังหวะช้าให้เคลื่อนไหว “ช้า” จังหวะเร็วให้เคลื่อนไหว “เร็ว” ถ้าเคาะ 2 ครั้งติดต่อกัน แสดงว่าให้ “หยุด”

3. ให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายไปรอบๆ บริเวณ อย่างอิสระ ตาม จังหวะที่ครูเคาะในทิศทางต่างๆ เช่น กระโดดไปข้างหน้า กระโดดถอยหลัง กระโดดไปทางซ้าย กระโดดไปทางขวา เป็นต้น เมื่อได้ยินสัญญาณหยุด ให้หยุดการเคลื่อนไหวทันที ทำซ้ำ 2-3 ครั้ง

**ขั้นกิจกรรม** 4. ครูบอกชื่อเกมกระโดดเข้าห้วงแก่เด็ก  
5. ครูอธิบายวิธีการเล่นเกมกระโดดเข้าห้วงแก่เด็ก และแบ่งกลุ่ม เด็ก เป็น 2กลุ่ม กลุ่มละ 5 คน ให้เด็กที่เหลืออีก 2 คน เป็นกรรมการ  
6. ครูสาธิตกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมกระโดดเข้าห้วงให้เด็กดู ดังนี้ โดยครูวางห้วงใหญ่และห้วงเล็ก สลับกันไปตามความเหมาะสม โดยให้ห่างกัน เล็กน้อย เมื่อเด็กเคลื่อนไหวไปในห้วงใหญ่ให้กระโดดด้วยเท้าสองเท้า และเคลื่อนไหวไปในห้วงเล็ก ที่วางข้างกัน 2 ห่วงให้แยกเท้า ถ้าวางห้วงเล็ก 1 ห่วงให้กระโดดขาเดียว กลุ่มไหนกระโดดไปถึงเส้นชัย ครบหมดก่อนให้นั่งลง

7. ครูชวนเด็กๆ เล่นไปพร้อมๆกัน  
8. เด็กๆ ร่วมกันเล่นเกมกระโดดเข้าห้วงและเล่นซ้ำอีก 2-3 รอบ  
9. ขณะที่เด็กเคลื่อนไหว ครูกระตุ้นและให้กำลังใจ โดยการกล่าว

ชมเชยและตบมือ

**ขั้นสรุป** 10. ให้เด็กนั่งผ่อนคลายในท่าที่สบายภายในห้องเรียนพร้อมฟัง เพลงเบาๆ เด็กหลับตา หายใจเข้า-ออก ช้าๆ แล้วค่อยๆ ลืมตา

11. เด็กและครูร่วมกันสนทนาถึงเกมกระโดดเข้าห้วงที่เล่นร่วมกัน

สื่อ

1. เครื่องเคาะจังหวะ
2. ห่วงหรือยางรถจักรยานขนาดเล็กและใหญ่
3. นกหวีด

การประเมินผล

1. สังเกตการเคลื่อนไหวประกอบการเล่นเกม







**ภาคผนวก ข**

แบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

## แบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

### 1. หลักการและเหตุผล

กล้ามเนื้อใหญ่ นับว่าเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการพัฒนาการด้านร่างกายของเด็ก เพราะโดยธรรมชาติของเด็กชอบการเคลื่อนไหวมาตั้งแต่เกิดโดยไม่ได้มีการฝึกหัด เช่น การเดินไปมา การไขว่คว้า กิจกรรมการเคลื่อนไหวจะซับซ้อนเมื่อเจริญเติบโตขึ้น การเคลื่อนไหวร่างกายของเด็กจะเริ่มจากศีรษะไปยังส่วนเท้า จากลำตัวไปยังแขน มือ และนิ้ว จากสะโพกไปขาจนกระทั่งถึงปลายเท้า การทำงานของกล้ามเนื้อใหญ่นี้จะนำไปสู่การควบคุมการทำงานของกล้ามเนื้อ จะเป็นผลไปสู่พื้นฐานทางการเรียนรู้ขั้นต่อไป ในวัยเด็กไม่สามารถควบคุมร่างกายให้อยู่นิ่งได้ เด็กจึงต้องมีการแสดงพฤติกรรมที่เป็นการเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา เช่น การเดิน วิ่ง กระโดด ฯลฯ จากกิจกรรมต่างๆ ที่เด็กเคลื่อนไหว นั้นมักจะใช้กล้ามเนื้อแขน ขา ลำตัว ซึ่งความสามารถในการควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกาย ซึ่งจำเป็นต้องอาศัยการทำงานของระบบกล้ามเนื้อใหญ่ ( พระครู พิพัฒน์กิตติสุนทร, 2553, น. 2) ดังที่ จุฑารัตน์ ทาระวรรณ (2551, น. 4) ได้กล่าวถึงความหมายของความสามารถด้านกล้ามเนื้อใหญ่ ว่าหมายถึงความสามารถในการเคลื่อนไหวร่างกาย ในส่วนของกล้ามเนื้อใหญ่ ได้แก่ แขน ขา ในการ ยืน เดิน วิ่ง กระโดด รับลูกบอล โยนลูกบอล ซึ่งความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่มีความสำคัญมากต่อเด็กคือเด็กที่สามารถเคลื่อนไหวกล้ามเนื้อมัดใหญ่ แขน ขา ลำตัว จะทำให้สามารถเคลื่อนไหว และทรงตัวได้ดี

แบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยช่วงอายุระหว่าง 4-5 ปี ฉบับนี้เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้นเพื่อวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โดยได้เลือกวิธีวัดให้มีความเหมาะสมกับวัยของเด็กและตามพัฒนาการของเด็ก ซึ่งผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ฉบับนี้จะประโยชน์และแนวทางสำหรับผู้ที่กำลังศึกษาหรือสนใจเกี่ยวกับวิธีการวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

### 2. จุดประสงค์

1. เพื่อวัดพฤติกรรมในการเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขน
2. เพื่อวัดพฤติกรรมในการวิ่งกลับตัวเปลี่ยนทิศทาง
3. เพื่อวัดพฤติกรรมในการกระโดดขาเดียวอยู่กับที่โดยไม่เสียการทรงตัว
4. เพื่อวัดพฤติกรรมในการรับลูกบอลโดยใช้มือทั้งสองข้าง

### 3. องค์ประกอบ

แบบวัดนี้เป็นแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ชั้นอนุบาลปีที่ 2 อายุ 4-5 ปี จำนวน 4 ด้าน ดังนี้

- ด้านที่ 1 การเดิน
- ด้านที่ 2 การวิ่ง
- ด้านที่ 3 การกระโดด
- ด้านที่ 4 การรับลูกบอล

#### 4. วิธีการดำเนินการวัด

แบบวัดนี้เป็นแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยนี้เป็นแบบวัดที่ให้เด็กได้ทดสอบทั้งก่อนและหลังการปฏิบัติกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม

#### 5. ระยะเวลาที่ใช้ในการวัด

วัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ที่ละคน ด้านละไม่เกิน 2 นาที รวมใช้เวลาประมาณ 8 นาที ต่อเด็ก 1 คน

#### 6. เกณฑ์การให้คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนน แบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย อายุ 4-5 ปี จำนวน 4 ด้าน ให้คะแนนตามเกณฑ์การวัดในแต่ละด้านดังนี้

##### ด้านที่ 1 การเดิน วัดโดยการเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขน

###### เกณฑ์การให้คะแนน โดยให้คะแนนดังนี้

3 คะแนน เมื่อเด็กเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขนได้ โดยไม่เสียการทรงตัวอย่างต่อเนื่องและคล่องแคล่ว

2 คะแนน เมื่อเด็กเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขนได้ อย่างต่อเนื่อง แต่ไม่คล่องแคล่ว

1 คะแนน เมื่อเด็กเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขน อย่างต่อเนื่องไม่ได้

##### ด้านที่ 2 การวิ่ง วัดโดยการวิ่งกลับตัวเปลี่ยนทิศทาง

###### เกณฑ์การให้คะแนน โดยให้คะแนนดังนี้

3 คะแนน เมื่อเด็กวิ่งกลับตัวได้โดยไม่เสียการทรงตัวอย่างต่อเนื่องและคล่องแคล่ว

2 คะแนน เมื่อเด็กวิ่งกลับตัวได้โดยไม่เสียการทรงตัว แต่ไม่คล่องแคล่ว

1 คะแนน เมื่อเด็กวิ่งกลับตัวได้ แต่เสียการทรงตัว

##### ด้านที่ 3 การกระโดด วัดโดยการกระโดดขาเดียวอยู่กับที่โดยไม่เสียการทรงตัว

###### เกณฑ์การให้คะแนน โดยให้คะแนนดังนี้

3 คะแนน เมื่อเด็กกระโดดขาเดียวอยู่กับที่ด้วยขาซ้ายและขวาได้โดยไม่เสียการทรงตัวอย่างต่อเนื่องและคล่องแคล่ว

2 คะแนน เมื่อเด็กกระโดดขาเดียวอยู่กับที่ด้วยขาซ้ายและขวาได้อย่างต่อเนื่อง แต่ไม่คล่องแคล่ว

1 คะแนน เมื่อเด็กกระโดดขาเดียวอยู่กับที่ด้วยขาซ้ายและขวาอย่างต่อเนื่องไม่ได้

#### ด้านที่ 4 การรับลูกบอล วัดโดยการรับลูกบอลโดยใช้มือทั้งสองข้าง

##### เกณฑ์การให้คะแนน โดยให้คะแนนดังนี้

- 3 คะแนน เมื่อเด็กรับลูกบอลด้วยมือทั้งสองข้างได้ โดยไม่ใช้ลำตัวและลูกบอลไม่ตกลงพื้น
- 2 คะแนน เมื่อเด็กรับลูกบอลด้วยมือทั้งสองข้าง โดยใช้ลำตัวช่วยและลูกบอลไม่ตกลงพื้น
- 1 คะแนน เมื่อเด็กรับลูกบอลไม่ได้

#### 7. วิธีการดำเนินการวัด

1. ผู้ดำเนินการวัดเตรียมตัวก่อนประเมินดังนี้
  - 1.1 ตรวจสอบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยให้ครบถ้วน
  - 1.2 ศึกษาแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย และการใช้แบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ให้เข้าใจเพื่อให้การวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยเป็นไปอย่างราบรื่น
  - 1.3 จัดสถานที่ ที่ใช้ในการวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยให้อยู่ในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม
  - 1.4 เตรียมอุปกรณ์ในการวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ดังนี้
    - (1) แบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย
    - (2) นาฬิกาจับเวลา
    - (3) กรวยสามเหลี่ยมฐานกลม
    - (4) ลูกบอล
    - (5) นกหวีด
    - (6) กระดาษขาว
2. ดำเนินการวัดตามขั้นตอน
3. เมื่อเสร็จสิ้นการวัด ผู้ดำเนินการวัดตรวจและเก็บแบบวัดให้เรียบร้อยตามเกณฑ์การให้คะแนน

## แบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

### คำชี้แจง

แบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยนี้จัดทำขึ้นเพื่อใช้วัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ได้แก่ แขน ขา ลำตัว บ่า ไหล่ ซึ่งแสดงออกด้วยพฤติกรรมดังต่อไปนี้

1. เดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขน
2. วิ่งกลับตัวเปลี่ยนทิศทาง
3. กระโดดขาเดียวอยู่กับที่โดยไม่เสียการทรงตัว
4. รับลูกบอลโดยใช้มือทั้งสองข้าง

### เวลาที่ใช้วัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

1. แบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยนี้ เป็นแบบวัดที่ให้ได้ทดสอบทั้งก่อนและหลังการปฏิบัติกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม
2. ใช้วัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ทีละคน ข้อละไม่เกิน 2 นาที รวมใช้เวลาประมาณ 8 นาที ต่อเด็ก 1 คน

### อุปกรณ์

1. กรวยสามเหลี่ยมฐานกลม
2. ลูกบอล
3. นกหวีด
4. กระดาษขาว

### การให้คะแนน

จากพฤติกรรมที่ใช้วัดจำนวน 4 ด้าน ให้คะแนนตามเกณฑ์การวัดในแต่ละด้าน

**ด้านที่ 1 การเดิน วัดโดยการเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขน**

**วิธีการวัด** (1) เด็กยืนตัวตรง มือทั้งสองข้างแนบที่ลำตัว

(2) เมื่อได้ยินสัญญาณจากครู ให้เด็กเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่

ต้องกางแขน

**เกณฑ์การให้คะแนน** โดยให้คะแนนดังนี้

3 คะแนน เมื่อเด็กเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขนได้โดยไม่เสียการทรงตัวอย่างต่อเนื่องและคล่องแคล่ว

2 คะแนน เมื่อเด็กเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขนได้อย่างต่อเนื่อง แต่ไม่คล่องแคล่ว

1 คะแนน เมื่อเด็กเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขนอย่างต่อเนื่องไม่ได้

## ด้านที่ 2 การวิ่ง วัดโดยการวิ่งกลับตัวเปลี่ยนทิศทาง

วิธีการวัด (1) เด็กยืนอยู่ที่เส้นเริ่มต้น

(2) เมื่อได้ยินสัญญาณจากครู ให้เด็กวิ่งอ้อมกรวยสามเหลี่ยมฐานกลมระยะทาง 2 เมตร แล้วหมุนตัวกลับมาที่จุดเริ่มต้น

เกณฑ์การให้คะแนน โดยให้คะแนนดังนี้

3 คะแนน เมื่อเด็กวิ่งกลับตัวได้โดยไม่เสียการทรงตัวอย่างต่อเนื่องและคล่องแคล่ว

2 คะแนน เมื่อเด็กวิ่งกลับตัวได้โดยไม่เสียการทรงตัว แต่ไม่คล่องแคล่ว

1 คะแนน เมื่อเด็กวิ่งกลับตัวได้ แต่เสียการทรงตัว

## ด้านที่ 3 การกระโดด วัดโดยการกระโดดขาเดียวอยู่กับที่โดยไม่เสียการทรงตัว

วิธีการวัด (1) เด็กยืนตัวตรง มือทั้งสองข้างจับที่สะเอว ยกเท้าข้างขวาขึ้นโดยให้เท้าขวาอยู่ด้านหน้า

(2) เมื่อได้ยินสัญญาณจากครู ให้เด็กกระโดดขาเดียวอยู่กับที่ จำนวน 5 ครั้ง

(3) เมื่อเด็กกระโดดแต่ละครั้ง ต้องให้เด็กกระโดดได้สูงพอสมควรแล้วลงสู่พื้นด้วยเท้าซ้ายและลงเต็มฝ่าเท้า โดยไม่เสียการทรงตัว

(4) เมื่อเด็กกระโดดด้วยขาข้างซ้ายครบจำนวน 5 ครั้งแล้ว ให้เด็กเปลี่ยนท่ากระโดดจากขาซ้ายเป็นกระโดดด้วยขาขวาจำนวน 5 ครั้ง

เกณฑ์การให้คะแนน โดยให้คะแนนดังนี้

3 คะแนน เมื่อเด็กกระโดดขาเดียวอยู่กับที่ด้วยขาซ้ายและขวาได้โดยไม่เสียการทรงตัวอย่างต่อเนื่องและคล่องแคล่ว

2 คะแนน เมื่อเด็กกระโดดขาเดียวอยู่กับที่ด้วยขาซ้ายและขวาได้อย่างต่อเนื่อง แต่ไม่คล่องแคล่ว

1 คะแนน เมื่อเด็กกระโดดขาเดียวอยู่กับที่ด้วยขาซ้ายและขวาอย่างต่อเนื่องไม่ได้

## ด้านที่ 4 การรับลูกบอล วัดโดยการรับลูกบอลโดยใช้มือทั้งสองข้าง

วิธีการวัด (1) เด็กยืนห่างกันประมาณ 2 เมตร เด็กหงายมือทั้งสองข้างรับลูกบอล

(2) เมื่อได้ยินสัญญาณจากครู ให้เด็กปฏิบัติกิจกรรม

เกณฑ์การให้คะแนน โดยให้คะแนนดังนี้

3 คะแนน เมื่อเด็กรับลูกบอลด้วยมือทั้งสองข้างได้ โดยไม่ใช้ลำตัวและลูกบอลไม่ตกลงพื้น

2 คะแนน เมื่อเด็กรับลูกบอลด้วยมือทั้งสองข้าง โดยใช้ลำตัวช่วยและลูกบอลไม่ตกลงพื้น

1 คะแนน เมื่อเด็กรับลูกบอลไม่ได้



**ภาคผนวก ค**

แบบบันทึกคะแนนการวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

แบบบันทึกคะแนนการวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

สัปดาห์ที่.....วันที่.....



ก่อนการทดลอง



หลังการทดลอง

เลขที่	รายการที่สังเกต												รวม
	ด้านที่ 1 การเดิน วัดโดยการเดินต่อ เท้าไปข้างหน้าเป็น เส้นตรงโดยไม่ต้อง กางแขน			ด้านที่ 2 การวิ่ง วัดโดยการวิ่งกลับ ตัวเปลี่ยนทิศทาง			ด้านที่ 3 การ กระโดด วัดโดยการกระโดด ขาเดียวอยู่กับที่โดย ไม่เสียทรงตัว			ด้านที่ 4 การรับ ลูกบอล วัดโดยการรับลูก บอลโดยใช้มือทั้ง สองข้าง			
	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													







**ภาคผนวก ง**

**แบบประเมินคุณภาพ**

- แบบประเมินคุณภาพคู่มือการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมของเด็กปฐมวัย
- แบบประเมินคุณภาพแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

## แบบประเมินคุณภาพคู่มือการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม ของเด็กปฐมวัย

**คำชี้แจง:** ให้ผู้เชี่ยวชาญแสดงความคิดเห็นของท่านที่มีต่อคู่มือการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่มีต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยโดยใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องขวามือของรายการที่กำหนดให้ ว่ามีความสอดคล้องหรือไม่ พร้อมเขียนข้อเสนอแนะแสดงความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษา

### เกณฑ์การให้คะแนน

- |                             |                       |
|-----------------------------|-----------------------|
| 5 หมายถึง เหมาะสมมากที่สุด  | 4 หมายถึง เหมาะสมมาก  |
| 3 หมายถึง เหมาะสมปานกลาง    | 2 หมายถึง เหมาะสมน้อย |
| 1 หมายถึง เหมาะสมน้อยที่สุด |                       |

1. คุณภาพของคู่มือการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่มีต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

รายการ	คะแนน				
	5	4	3	2	1
1. เนื้อหา					
1.1 หลักการและเหตุผล					
1.2 จุดมุ่งหมาย					
1.3 หลักการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมปฐมวัย					
1.4 การจัดสภาพแวดล้อม					
1.5 ขั้นตอนการจัดกิจกรรม					
1.6 บทบาทครู					
1.7 บทบาทเด็ก					
1.8 การวัดและการประเมินผล					
1.9 แผนการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกม					
1.9.1 ขั้นตอนร่างกาย					
1.9.2 ขั้นตอนกิจกรรม					
1.9.3 ขั้นสรุป					
2. รูปแบบการเขียน					
2.1 ภาษาที่ใช้มีความชัดเจน					
2.2 อ่านเข้าใจง่าย					
2.3 ความต่อเนื่องของข้อความ					

## 2. ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้เชี่ยวชาญ  
 (.....)  
 ...../...../.....

หมายเหตุ : เกณฑ์การประเมิน

5.00 – 4.50	= 5	หมายถึง	เหมาะสมมากที่สุด
4.49 – 3.50	= 4	หมายถึง	เหมาะสมมาก
3.39 – 2.50	= 3	หมายถึง	เหมาะสมปานกลาง
2.49 – 1.50	= 2	หมายถึง	เหมาะสมน้อย
1.49 – 0	= 1	หมายถึง	เหมาะสมน้อยที่สุด



## แบบประเมินคุณภาพแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

**คำชี้แจง:** ผู้วิจัยได้สร้างแบบตรวจสอบความเหมาะสมของแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยเพื่อต้องการตรวจสอบความคิดเห็นของท่าน นำไปพิจารณาความเหมาะสมของแบบวัดความสามารถในการอ่าน โปรดตอบตามสภาพความเป็นจริงให้มากที่สุด โดยทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องระดับความเหมาะสมที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านที่สุด ดังนี้

เกณฑ์การให้คะแนน	1	หมายถึง	มีความสอดคล้องกันและชัดเจนดี
	0	หมายถึง	ไม่แน่ใจว่ามีความสอดคล้องและชัดเจนหรือไม่
	-1	หมายถึง	ไม่มีความชัดเจนและไม่สอดคล้องกัน

คุณภาพของแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย

รายการ	คะแนน		
	1	0	-1
<b>ประเมินเกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย แบบวัดด้านที่ 1 การเดิน วัดโดยการเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขน</b>			
1.1 เด็กเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขนได้โดยไม่เสียการทรงตัวอย่างต่อเนื่องและคล่องแคล่ว (3 คะแนน)			
1.2 เด็กเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขนได้อย่างต่อเนื่อง แต่ไม่คล่องแคล่ว (2 คะแนน)			
1.3 เมื่อเด็กเดินต่อเท้าไปข้างหน้าเป็นเส้นตรงโดยไม่ต้องกางแขนอย่างต่อเนื่องไม่ได้ (1 คะแนน)			
<b>ประเมินเกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย แบบวัดด้านที่ 2 การวิ่ง วัดโดยการวิ่งกลับตัวเปลี่ยนทิศทาง</b>			
2.1 เด็กวิ่งกลับตัวได้โดยไม่เสียการทรงตัวอย่างต่อเนื่องและคล่องแคล่ว (3 คะแนน)			
2.2 เด็กวิ่งกลับตัวได้โดยไม่เสียการทรงตัว แต่ไม่คล่องแคล่ว (2 คะแนน)			
2.3 เด็กวิ่งกลับตัวได้ แต่เสียการทรงตัว (1 คะแนน)			
<b>ประเมินเกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย แบบวัดด้านที่ 3 การกระโดด วัดโดยการกระโดดขาเดียวอยู่กับที่โดยไม่เสียการทรงตัว</b>			
3.1 เด็กกระโดดขาเดียวอยู่กับที่ด้วยขาซ้ายและขวาได้โดยไม่เสียการทรงตัวอย่างต่อเนื่องและคล่องแคล่ว (3 คะแนน)			
3.2 เด็กกระโดดขาเดียวอยู่กับที่ด้วยขาซ้ายและขวาได้อย่างต่อเนื่อง แต่ไม่คล่องแคล่ว (2 คะแนน)			

รายการ	คะแนน		
	1	0	-1
3.3 เด็กกระโดดขาเดียวอยู่กับที่ด้วยขาซ้ายและขวาอย่างต่อเนื่องไม่ได้ (1 คะแนน)			
<b>ประเมินเกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย แบบวัดด้านที่4 การรับลูกบอล วัดโดยการรับลูกบอลโดยใช้มือทั้งสองข้าง</b>			
4.1 เด็กรับลูกบอลด้วยมือทั้งสองข้างได้ โดยไม่ใช้ลำตัวและลูกบอลไม่ตกลงพื้น (3 คะแนน)			
4.2 เด็กรับลูกบอลด้วยมือทั้งสองข้าง โดยใช้ลำตัวช่วยและลูกบอลไม่ตกลงพื้น (2 คะแนน)			
4.3 เด็กรับลูกบอลไม่ได้ (1 คะแนน)			

ลงชื่อ.....  
(.....)  
ตำแหน่ง.....





ภาคผนวก จ  
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

## รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

1. ชื่อ นางปัทมพร สุรกิจบวร  
 สถานที่ทำงาน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครราชสีมา เขต 2  
 วุฒิการศึกษา ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิตบริหารการศึกษา วิชาเอกบริหารการศึกษา  
 ประสบการณ์หรือความชำนาญ ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ
2. ชื่อ นางวิชญาพร อ่อนปุย  
 สถานที่ทำงาน มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์  
 วุฒิการศึกษา ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงหลักสูตรและการสอน  
 วิชาเอกการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช  
 ประสบการณ์หรือความชำนาญ อาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย
3. ชื่อ นางพิมพ์า เล็งไธสง  
 สถานที่ทำงาน โรงเรียนบ้านบุไผ่ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครราชสีมา เขต 3  
 วุฒิการศึกษา ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอกปฐมวัยศึกษา  
 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์  
 ประสบการณ์หรือความชำนาญ ครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนบ้านบุไผ่  
 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครราชสีมา เขต 3



ที่ ศธ ๐๕๒๒.๑๖ (บ)/๒๗๔

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๒๐

๑๓ มิถุนายน ๒๕๖๓

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเครื่องมือวิจัย

เรียน นางปัทมพร สุรกิจบวร

สิ่งที่ส่งมาด้วยโครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ จำนวน ๑ ชุด

ด้วยนางพัชรินทร์ เลาหะครบุรี นักศึกษาหลักสูตรบัณฑิตศึกษา แขนงวิชาหลักสูตรและการสอน วิชาเอกปฐมวัยศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ได้รับอนุมัติให้ทำการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่องผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่มีต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข จังหวัดนครราชสีมา ตามโครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระที่แนบมาด้วยนี้

การจัดทำการศึกษาค้นคว้าอิสระเรื่องดังกล่าว นักศึกษาได้จัดทำเครื่องมือที่จะเก็บรวบรวมข้อมูลและได้รับความเห็นชอบเบื้องต้นจากอาจารย์ที่ปรึกษาการศึกษาค้นคว้าอิสระไว้ชิ้นหนึ่งแล้ว แต่เพื่อให้เครื่องมือที่จัดทำนั้นมีความครอบคลุมเนื้อหาวิชา แนวปฏิบัติ และสอดคล้องกับหลักและกระบวนการวิจัย ทางสาขาวิชาจึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในฐานะผู้ทรงคุณวุฒิด้านหลักสูตรและการนิเทศการจัดประสบการณ์สำหรับเด็กปฐมวัย ได้โปรดพิจารณาตรวจสอบและให้ความคิดเห็นเพื่อการปรับปรุงเครื่องมือการศึกษาค้นคว้าอิสระของนักศึกษาผู้นี้ด้วย สำหรับรายละเอียดอื่น ๆ นักศึกษาจะนำเรียนด้วยตนเอง

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านเป็นอย่างดี จึงขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ทวีวัฒน์ วัฒนกุลเจริญ)  
ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

ฝ่ายบัณฑิตศึกษา

โทร. ๐-๒๕๐๔-๘๕๐๕

โทรสาร. ๐-๒๕๐๓-๓๕๖๖-๗

เบอร์โทรศัพท์นักศึกษา ๐๘๓-๓๖๖๔๗๕๙





ที่ ศธ ๐๕๒๒.๑๖ (บ)/๒๕๖๑

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๒๐

๑๓ มิถุนายน ๒๕๖๑

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเครื่องมือวิจัย

เรียน นางพิมพ์ เล็งโรสง

สิ่งที่ส่งมาด้วยโครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ จำนวน ๑ ชุด

ด้วยนางพัชรินทร์ เลาะครบุรี นักศึกษาหลักสูตรบัณฑิตศึกษา แขนงวิชาหลักสูตรและการสอน วิชาเอกปฐมวัยศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ได้รับอนุมัติให้ทำการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่องผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่มีต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข จังหวัดนครราชสีมา ตามโครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระที่แนบมาด้วยนี้

การจัดทำการศึกษาค้นคว้าอิสระเรื่องดังกล่าว นักศึกษาได้จัดทำเครื่องมือที่จะเก็บรวบรวมข้อมูลและได้รับความเห็นชอบเบื้องต้นจากอาจารย์ที่ปรึกษาการศึกษาค้นคว้าอิสระไว้ขั้นหนึ่งแล้ว แต่เพื่อให้เครื่องมือที่จัดทำนั้นมีความครอบคลุมเนื้อหาวิชา แนวปฏิบัติ และสอดคล้องกับหลักและกระบวนการวิจัย ทางสาขาวิชาจึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในฐานะผู้ทรงคุณวุฒิด้านหลักสูตรและการนิเทศการจัดประสบการณ์สำหรับเด็กปฐมวัย ได้โปรดพิจารณาตรวจสอบและให้ความคิดเห็นเพื่อการปรับปรุงเครื่องมือการศึกษาค้นคว้าอิสระของนักศึกษาผู้นี้ด้วย สำหรับรายละเอียดอื่น ๆ นักศึกษาจะนำเรียนด้วยตนเอง

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านเป็นอย่างดี จึงขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ทวีวัฒน์ วัฒนกุลเจริญ)  
ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

ฝ่ายบัณฑิตศึกษา

โทร. ๐-๒๕๐๔-๘๕๐๕

โทรสาร. ๐-๒๕๐๓-๓๕๖๖-๗

เบอร์โทรศัพท์นักศึกษา ๐๘๓-๓๖๖๘๗๕๙



ที่ ศธ ๐๕๒๒.๑๖ (บ)/๒๕๖๓

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๒๐

๑๓ มิถุนายน ๒๕๖๓

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเครื่องมือวิจัย

เรียน นางวิษญาพร อ่อนปุย

สิ่งที่ส่งมาด้วยโครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ จำนวน ๑ ชุด

ด้วยนางพัชรินทร์ เลาะครบุรี นักศึกษาหลักสูตรบัณฑิตศึกษา แขนงวิชาหลักสูตรและการสอน วิชาเอกปฐมวัยศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ได้รับอนุมัติให้ทำการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่องผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมที่มีต่อความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข จังหวัดนครราชสีมา ตามโครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระที่แนบมาด้วยนี้

การจัดทำการศึกษาค้นคว้าอิสระเรื่องดังกล่าว นักศึกษาได้จัดทำเครื่องมือที่จะเก็บรวบรวมข้อมูลและได้รับความเห็นชอบเบื้องต้นจากอาจารย์ที่ปรึกษาการศึกษาค้นคว้าอิสระไว้ขั้นหนึ่งแล้ว แต่เพื่อให้เครื่องมือที่จัดทำนั้นมีความครอบคลุมเนื้อหาวิชา แนวปฏิบัติ และสอดคล้องกับหลักและกระบวนการวิจัย ทางสาขาวิชาจึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในฐานะผู้ทรงคุณวุฒิด้านหลักสูตร และการนิเทศการจัดประสบการณ์สำหรับเด็กปฐมวัย ได้โปรดพิจารณาตรวจสอบและให้ความคิดเห็นเพื่อการปรับปรุงเครื่องมือการศึกษาค้นคว้าอิสระของนักศึกษาผู้นี้ด้วย สำหรับรายละเอียดอื่น ๆ นักศึกษาจะนำเรียนด้วยตนเอง

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านเป็นอย่างดี จึงขอขอบ  
มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ทวีวัฒน์ วัฒนกุลเจริญ)  
ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

ฝ่ายบัณฑิตศึกษา

โทร. ๐-๒๕๐๕-๘๕๐๕

โทรสาร. ๐-๒๕๐๓-๓๕๖๖-๗

เบอร์โทรศัพท์นักศึกษา ๐๘๓-๓๖๖๘๗๕๙



ภาคผนวก ฉ  
ภาพการจัดกิจกรรม

## ชั้นอบอุ่นร่างกาย

1. เตรียมความพร้อมร่างกายเด็กก่อนทำกิจกรรม อบอุ่นร่างกายในท่าทางการเคลื่อนไหวตามที่ครูกำหนด



2. นัดหมายสัญญาณให้เด็กฟังสัญญาณจังหวะในการเคลื่อนไหว



3. ให้เด็กเคลื่อนไหวร่างกายไปรอบๆ บริเวณ อย่างอิสระ ตามจังหวะที่ครูเคาะในทิศทางต่างๆ



## ชั้นกิจกรรม

4. ครูบอกชื่อเกมแก่เด็ก
5. ครูอธิบายวิธีการเล่นเกมให้เด็กฟัง



6. ครูสาธิตกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบเกมให้เด็กดู



7. ครูชวนเด็กๆ เล่นเกมไปพร้อมๆกัน
8. เด็กๆ ร่วมกันเล่นเกมและเล่นซ้ำอีก 2-3 รอบ



9. ขณะที่เด็กเคลื่อนไหว ครูกระตุ้นและให้กำลังใจ โดยการกล่าวชมเชยและตบมือ



## ขั้นสรุป

10. ให้เด็กนั่งพ่อนคลายในท่าที่สบายภายในห้องเรียนพร้อมฟังเพลงเบาๆ



11. เด็กและครูร่วมกันสนทนาถึงเกมที่เล่นร่วมกัน





## ประวัติผู้ศึกษา

ชื่อ	นางพัชรินทร์ เลาะครบุรี
วัน เดือน ปีเกิด	16 พฤษภาคม 2528
สถานที่เกิด	อำเภอครบุรี จังหวัดนครราชสีมา
ประวัติการศึกษา	คบ.การศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนบ้านดอนแสนสุข หมู่ 3 ตำบลครบุรี อำเภอครบุรี จังหวัดนครราชสีมา 30250
ตำแหน่ง	ครู วิทยฐานะชำนาญการ

