



# ใบรับรองวิทยานิพนธ์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (นันทนาการ)

ปริญญา

นันทนาการ

พลศึกษา

สาขา

ภาควิชา

เรื่อง ผลของการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียน  
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

Effects of Using Folding Paper Innovation for Learning on Leisure Skill  
of Grade Four Students

นามผู้วิจัย นายปภาวิน พัชรรุณศิริ

ได้พิจารณาเห็นชอบโดย

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

( ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุวิมล ตั้งสัจจพจน์, Ph.D. )

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

( รองศาสตราจารย์กุลยา ตันติผลาชีวะ, ค.ศ. )

หัวหน้าภาควิชา

( ผู้ช่วยศาสตราจารย์พีระ มาลีหอม, ศศ.ม. )

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์รับรองแล้ว

( รองศาสตราจารย์กัญญา ชีระกุล, D.Agr. )

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

ผลของการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่าง  
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

Effects of Using Folding Paper Innovation for Learning on Leisure Skill  
of Grade Four Students

โดย

นายปภาวิน พชรบูรณศิริ

เสนอ

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์  
เพื่อความสมบูรณ์แห่งปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (นันทนาการ)

พ.ศ. 2552

ปลาวิณ พัทธบุรณศิริ 2552: ผลของการใช้นวัตกรรมการกระดากพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อ  
ทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ปรินญาวิทยาศาสตร์  
มหบัณฑิต (นันทนาการ) สาขาวิชานันทนาการ ภาควิชาพลศึกษา อาจารย์ที่ปรึกษา  
วิทยานิพนธ์หลัก: ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุวิมล ตั้งสัจพจน์, Ph.D. 127 หน้า

การวิจัยแบบกึ่งทดลองนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของการใช้นวัตกรรมการกระดากพับ  
เพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อภาพรวมและรายด้านของทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้น  
ประถมศึกษาปีที่ 4 และเปรียบเทียบทักษะการใช้เวลาว่างระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม  
กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายและนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดไผ่ตัน ภาค  
กลาง ปีการศึกษา 2551 จำนวน 34 คน ที่ได้มาจากการคัดกรองจากแบบทดสอบประเมินทักษะ  
การใช้เวลาว่าง และสุ่มแบ่งแบบจับคู่ ออกเป็น กลุ่มควบคุม 17 คน และกลุ่มทดลอง 17 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยนี้ คือ 1) นวัตกรรมการกระดากพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการ  
ใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของกุลยา ดันติผลาชีวะ และผู้วิจัยได้นำกิจกรรม  
นันทนาการมาบูรณาการ และ 2) แบบทดสอบประเมินทักษะการใช้เวลาว่างที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มี  
ค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ในช่วง 0.8 – 1.0 และค่าความเชื่อมั่น โดยวิธีของ Cronbach เท่ากับ  
0.81 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป คำนวณหาค่าความถี่ ร้อยละ  
ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและ t-test ทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลอง 8  
สัปดาห์

ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่เข้าร่วมการใช้นวัตกรรมการกระดากพับ  
เพื่อการเรียนรู้มีคะแนนทักษะการใช้เวลาว่างทั้งโดยรวมและรายด้านดีกว่าก่อนการทดลองอย่าง  
มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และหลังสัปดาห์ที่ 8 นักเรียนในกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลง  
ทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่ากลุ่มควบคุมที่ระดับ .05

Prapawin Patcharaburanasiri 2009: Effects of Using Folding Paper Innovation for Learning on Leisure Skill of Grade Four Students. Master of Science (Recreation), Major Field: Recreation, Department of Physical Education. Thesis Advisor: Assistant Professor Suvimol Tangsujjapoj, Ph.D. 127 pages.

Purposes of this quasi-experimental research were to investigate effects of using folding paper innovations for learning on leisure skills both overall and each item of grade four students, and to compare leisure skills between the control and experiment groups. Subjects were 34 grade 4 students, male and female, studied at Wat Pai Tan School in the second semester of 2008 academic year. They were selected by the evaluation of leisure skill questionnaire, as well as match-paired sampling, in order to divide into control and experimental groups, 17 for each.

Research instruments were:- 1) the folding paper innovation for learning which was created by Kulaya Tantiphlachiva, including the integrated recreational activities of researcher; and 2) a self-administered questionnaire for assessing leisure skill, the index of congruence was in the range of 0.8-1.0 and the reliability (Cronbach method) was .81. Data were analyzed by using computer program to compute the frequency, percentage, mean, standard deviation, and t-test for testing the differences between before and after 8 weeks experiment.

Findings were found that the fourth grade students who participated in the innovation of folding paper for learning, both in overall and each item, got higher score in learning skill than before experiment at the statistical level of .05. Meanwhile after the eight week, students in the experimental group had better changed in leisure skill than the control group at .05 level.

---

Student's signature

---

Thesis Advisor's signature

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้จะประสบความสำเร็จไม่ได้เลยหากขาดความกรุณาจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุวิมล ตั้งสัจจงณ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก และรองศาสตราจารย์ กุลยา ดันติผลาชีวะ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำและตรวจสอบแก้ไข ความถูกต้องและข้อบกพร่องต่างๆ พร้อมทั้งให้ความรู้ความคิดเห็นเพิ่มเติมในการปรับปรุง วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ รวมทั้งผู้เชี่ยวชาญทุกท่าน ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือตรวจแก้ไขเครื่องมือวิจัย และนักวิชาการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาอ้างอิงเอกสารของท่าน ทำให้การทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ขอขอบพระคุณท่านผู้อำนวยการ โรงเรียนวัดไผ่ตัน โรงเรียนสวนบัว คณะครู เจ้าหน้าที่ และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดไผ่ตัน ที่ให้การช่วยเหลือ ความร่วมมืออนุเคราะห์ สถานที่และอำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจนทำให้วิทยานิพนธ์สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อนนทกร และคุณแม่ศุภาวรรณ แซ่เอี้ยบ ผู้ให้กำเนิด รวมถึงการสนับสนุนทุนทรัพย์ในการศึกษา อีกทั้ง คุณพ่ออนุชาต และคุณแม่ฉันทมดี ปาลกะวงศ์ ณ อยุธยา ผู้ให้การอบรมสั่งสอนและสนับสนุนการศึกษาและครูอาจารย์ พี่ๆ น้องๆ เพื่อนๆ ทุกคน ที่คอยให้ความช่วยเหลือ ให้คำปรึกษาและเป็นกำลังใจใน การเรียนมาโดยตลอด รวมทั้งเป็น แรงผลักดันให้สามารถทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์

ปภาวิน พัทธบุรณศิริ

มีนาคม 2552

## สารบัญ

	หน้า
สารบัญ	(1)
สารบัญตาราง	(2)
สารบัญภาพ	(3)
คำนำ	1
การตรวจเอกสาร	8
อุปกรณ์และวิธีการ	53
ผลและวิจารณ์	63
สรุปและข้อเสนอแนะ	81
สรุป	81
ข้อเสนอแนะ	84
เอกสารและสิ่งอ้างอิง	86
ภาคผนวก	90
ภาคผนวก ก แบบสอบถามงานวิจัย	91
ภาคผนวก ข นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่าง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4	95
ภาคผนวก ค หนังสือราชการ	122
ภาคผนวก ง รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือ	125
ประวัติการศึกษา และการทำงาน	127

## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	สภาพและข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง	64
2	การประเมินทักษะการใช้เวลาว่างก่อนการทดลองทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	65
3	ผลของคะแนนทักษะการใช้เวลาว่างก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน	66
4	ระดับของทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของกลุ่มทดลองด้านทักษะกระบวนการ	67
5	ระดับของทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของกลุ่มทดลองด้านทักษะการวางแผน	68
6	ระดับของทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของกลุ่มทดลองด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง	69
7	ระดับของทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ในภาพรวมของทักษะการใช้เวลาว่างในกลุ่มทดลอง	71
8	ผลการทดสอบสมมติฐาน ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างโดยรวมดีขึ้นก่อนการทดลอง	72
9	ผลการทดสอบสมมติฐาน ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างรายด้านดีขึ้นก่อนการทดลอง	73
10	ผลการทดสอบสมมติฐาน ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่ากลุ่มควบคุม	74
11	ผลการทดสอบสมมติฐาน ก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มควบคุม มีทักษะการใช้เวลาว่างไม่แตกต่างกัน	75

## สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	ความสัมพันธ์ระหว่าง เวลา กิจกรรมและประสิทธิภาพของเวลาว่าง	12
2	ประเภทและความสมดุลของกิจกรรมการใช้เวลาว่าง	13
3	กระบวนการของการศึกษาการใช้เวลาว่าง	22
4	ความหมายของปัจจัยนำและผลที่ได้รับในกระบวนการของการศึกษาการใช้เวลาว่าง	23
5	องค์ประกอบและหัวข้อของการศึกษาการใช้เวลาว่าง	25
6	ผลที่เกิดจากพฤติกรรมการใช้เวลาว่างโดยผ่านการศึกษาการใช้เวลาว่าง	28
7	คุณลักษณะของบุคคลที่ผ่านการศึกษาการใช้เวลาว่าง	29
8	องค์ความรู้การศึกษาการใช้เวลาว่าง	30
9	คุณลักษณะของการศึกษาการใช้เวลาว่าง	31

ผลของการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่าง  
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

Effects of Using Folding Paper Innovation for Learning on Leisure Skill  
of Grade Four Students

คำนำ

เด็กไทยในยุคปัจจุบันหรือยุคไร้พรมแดนนั้น มีความแตกต่างกับเด็กในอดีตเป็นอย่างมาก โดยเด็กไทยสมัยอดีตนั้นมีคุณลักษณะที่เรียกว่าเป็น “คนดี” คือ มีจิตใจงดงาม ยิ้มง่าย เป็นมิตร มีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เป็นต้น ทั้งนี้สิ่งที่หล่อหลอมให้เด็กไทยในอดีตมีคุณลักษณะเช่นนี้ ก็เพราะว่า สังคมไทยในอดีตนั้น เป็นสังคมที่หล่อหลอมหรือผลิตเด็กไทยในเชิงการกำหนดคุณค่า การเป็นผู้สืบทอดศาสนา วัฒนธรรม จารีตประเพณี การเติบโตขึ้นมาเพื่อเป็นการเป็นพลเมืองดีของประเทศ แต่เมื่อเรามามองกลับกัน เด็กไทยในยุค 2551 นี้ กลับมีคุณลักษณะที่แตกต่างไปจากเด็กไทยในอดีตเป็นอย่างมาก คุณลักษณะของเด็กไทยในปัจจุบันนี้เป็นผลมาจากกระบวนการหล่อหลอมทางสังคมที่ล้มเหลว (กนกวรรณ, 2549: 1) โดยการสร้างหรือผลิตเด็กไทยพันธุ์ใหม่ให้มีคุณลักษณะต่างๆ ดังต่อไปนี้โดยไม่ตั้งใจ เช่น เด็กไทยกลายเป็นพวกบ้าวัตถุนิยม ใช้จ่ายฟุ่มเฟือย ใช้เวลาว่างในทางที่ผิด หรือแม้แต่ลักษณะของการแสดงออกทั้งทางการกระทำและอารมณ์ที่นับวันก็จะมี ความรุนแรงมากขึ้น จนกลายเป็นเด็กก้าวร้าว ใช้จ่ายความรุนแรงในการแก้ปัญหา อีกทั้งยังมีปัญหาที่สำคัญและควรได้รับการแก้ไขอย่างเร่งด่วน เช่น ปัญหาวัยรุ่นกับยาเสพติด ปัญหาสื่อลามกอนาจาร ปัญหาเรื่อง อินเทอร์เน็ต การแชท เกมออนไลน์ หรือแม้แต่ปัญหาการพนันในกลุ่มเยาวชนทุกรูปแบบ (สำนักงานวิชาการคอตคอม, <http://www.vcharkarn.com/include/vcafe/showkratoo.php?Pid=121965,2551>)

ศรีเรือน (2549: 2561-289) กล่าวว่า วัยเด็กตอนปลาย อยู่ระหว่างอายุ 9 – 12 ปี วัยนี้เหมือนกับวัยเด็กตอนปลาย ในระหว่างนี้ถ้าเด็กคนใดมีกระสวนความเจริญเติบโตเร็ว ก็เข้าสู่วัยหนุ่มสาวเร็ว เด็กส่วนใหญ่ยังคงสูงขึ้นและน้ำหนักเพิ่มขึ้นอย่างสม่ำเสมอ มีความเปลี่ยนแปลงทางกายบ้าง ภายในร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงของต่อม โครมกระดูก สัดส่วนทางกาย ซึ่งไม่ปรากฏชัดเจนนัก เด็กแต่ละคนเข้าสู่วัยแตกเนื้อหนุ่มสาวไม่พร้อมกัน บางคนกำลังจะย่างเข้าวัยรุ่น เมื่ออายุ 11 ปี บางคน 9 ปี บางคน 12 ปี ทั้งนี้สุดแต่กระสวนความเจริญเติบโตของแต่ละบุคคล ซึ่งสอดคล้องกับ

ทวีร์สมิ์ (2525: 191) ได้กล่าวไว้ว่า เด็กชายจะเข้าวัยก่อนวัยรุ่นช้ากว่าเด็กหญิงประมาณ 1-2 ปี เมื่อเข้าสู่วัยแตกเนื้อหนุ่มสาวแล้ว ความเจริญเติบโตจะเป็นไปอย่างรวดเร็ว ความเปลี่ยนแปลงหลายอย่างเกิดขึ้นทั้งภายในร่างกายและร่างกายภายนอก ทำให้เกิดปัญหาทางอารมณ์และสังคมขึ้น

เด็กไทยสมัยใหม่ ด้วยเทคโนโลยีการติดต่อสื่อสารสมัยใหม่ การถ่ายเทวัฒนธรรมจากชาติตะวันตกเข้ามาได้อย่างสะดวกสบายและรวดเร็วจึงทำให้ วิธีที่ถูกครอบงำโดยวัฒนธรรมเดิมอาจส่งผลให้เด็กบางกลุ่มเปลี่ยนไป หรืออาจจะอยู่ในสถานะที่เรียกว่าการผสมกลมกลืน ดังนั้นเด็กนักเรียนโดยเฉพาะในชั้นเรียนของสังคมเมือง ก็จะมีทั้งกลุ่มเด็กที่มีลักษณะการถูกครอบงำทางความคิด และกลุ่มเด็กที่มีอิสระทางความคิดแบบตะวันตก (อุดม, 2546 :3 - 4)

แต่ในปัจจุบันเด็กมีปัญหาเพราะเด็กขาดซึ่งทักษะในการใช้เวลาว่างและปัจจัยจากสภาพสังคมในปัจจุบันที่เกื้อหนุนให้เด็กมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ได้ง่าย ดังจากข่าว "ขโมยเน็ตเสไฟฟ้า" เพื่อแลกเงินเพียงไม่กี่พันบาท แต่ภาครัฐต้องสูญเสียเงินหลายล้านบาทเพื่อการซ่อมบำรุงผนวกกับ "ข่าวสังคมเลื่องช่าชากอื่นๆ" ไม่ว่าจะเป็น "ลอกทองพระพุทธรูป" "ขโมยพระ" "ขโมยมิเตอร์น้ำ" "คลิป์ นักเรียนอมนกะเขา" "ตำรวจฆ่า สห." จนมาถึง "สก็อยเกิร์ล พาเด็ก ม.3 ชายตัว" ก็ทำให้อึด "สังเวชใจ" ในสภาพสังคมไทยที่ดูเหมือนจะตกต่ำถึงขั้นสุดสุดไม่ได้ (สุขุม, 2551:5) จากข้อความดังกล่าว จะเห็นได้ว่า เป็นผลมาจากการที่เด็กขาดทักษะการใช้เวลาว่าง

โดยเฉพาะเด็กนักเรียนในวัยชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จะเป็นเด็กวัยเด็กตอนปลายซึ่งจะเป็นวัยแห่งความขยันหมั่นเพียร – ความรู้สึกมีปมด้อย (Industry VS. Inferiorty) ซึ่งมีความสอดคล้องกับทฤษฎีของอิริสัน โดยอิริสันกล่าวว่า วัยเด็กตอนปลายจะเป็นวัยของการวางรากฐานบุคลิกภาพอย่างหนึ่ง (โยธิน และ คณะจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533 : 188) อีกทั้งยังกล่าวไว้ว่า เด็กในวัยนี้มีพัฒนานาการด้านสติปัญญาและด้านร่างกายอยู่ในขั้นนี้ที่มีความต้องการที่จะทำกิจกรรมต่างๆ อยู่เสมอ ชอบเขียน ชอบอ่าน ขยันในการทำงานต่างๆ และภาคภูมิใจในผลงานที่ทำแล้วประสบความสำเร็จ หากเด็กในวัยนี้ได้รับการกระตุ้นให้ทำสิ่งต่างๆ ให้กำลังใจในการทำงานสำเร็จจะเป็นแรงกระตุ้นให้เด็กเกิดความมานะพยายาม (พาสนา, 2548 : 37) โดยผู้วิจัยได้นำนวัตกรรมกระดาดพับโดยอ้างอิงจากหนังสือนวัตกรรมกระดาดพับซึ่งพัฒนาโดย กุลยา ต้นดิผลาชีวะ เป็นต้นแบบในการศึกษาค้นคว้าและทดลอง

การศึกษาการใช้เวลาว่าง (Leisure Education) เป็นการบริการการใช้เวลาว่างอย่างกว้างขวางโดยเน้นการพัฒนาเพื่อให้ได้มาซึ่ง ความหลากหลาย ของความสัมพันธ์กับทักษะการใช้เวลาว่าง ทักษะคิดและความรู้ จนสามารถให้ผู้เข้าร่วมเกิดสติปัญญาในการเลือกและเข้าใจในกิจกรรมการใช้เวลาว่างในทางที่ดี จนทำให้เกิดประสบการณ์การใช้เวลาว่าง (Stumbo and Peterson, 2004: 48) ดังนั้นการศึกษาการใช้เวลาว่างนั้น เป็นสิ่งที่จำเป็นในกระบวนการคิดและส่งผลต่อพฤติกรรมในการเลือกใช้เวลาว่างให้มีความเหมาะสม อีกทั้งการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เป็นกิจกรรมที่สร้างความผูกพันในครอบครัว และสังคมเพื่อไปสู่การกระทำของแต่ละบุคคล เพื่อการผ่อนคลาย พักผ่อนหย่อนใจ หรือการเพิ่มพูนความรู้ การเข้าร่วมสังคม การออกกำลังกายอย่างอิสระตามความคิดสร้างสรรค์แห่งตน ซึ่งการใช้เวลาว่างนี้ เป็นกิจกรรมที่มีจุดประสงค์และสร้างเสริมให้เกิดขึ้นในตนเอง (Cushman and Laidler, 1996) โดยมีกระบวนการในการเรียนรู้ทักษะการใช้เวลาว่างโดยให้เกิดประสบการณ์อย่างทันทีทันใด

ทักษะการใช้เวลาว่าง(Leisure skill) เป็นกระบวนการที่พัฒนาเอกัตบุคคลให้เข้าใจการใช้เวลาว่าง ความสัมพันธ์ระหว่างตนเองและสังคม พร้อมกำหนดวิถีชีวิตของตนเองตามค่านิยม ความต้องการ และเป้าประสงค์ของตนเอง โดยยึดหลักการ การใช้เวลาว่างให้คุ้มค่าหรือฉลาดในการใช้เวลาว่าง (สุวิมล, 2550 ก: 1) อีกทั้ง Mundy (1998: 2-5) ได้กล่าวว่า การศึกษาการใช้เวลาว่างเป็นมุมมองที่มีแบบแผนในการสอนความรู้และทักษะ โดยมีความหลากหลายของกิจกรรมหรือกระบวนการของการสอนอย่างเฉพาะเจาะจงเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างโดยมีโอกาสนายได้เงื่อนไขสำหรับการเข้าร่วมผ่าน โปรแกรมนันทนาการและ โปรแกรมหลังเลิกเรียน การปฏิบัติส่วนใหญ่ในการศึกษาการใช้เวลาว่างเป็นการให้ความรู้ การสอนและ อะไรคือ “ความคุ้มค่า” หรือ “ความฉลาด” ในการใช้เวลาว่าง ซึ่งเป้าประสงค์การศึกษาการใช้เวลาว่างคือการทำให้นบุคคลต่างๆระดับคุณภาพชีวิตผ่านการใช้เวลาว่าง

รูปแบบการใช้เวลาว่างมีหลากหลายรูปแบบ แต่จากการศึกษาของผู้วิจัยพบว่า นวัตกรรมกระดาดพับเพื่อการเรียนรู้ เป็นรูปแบบหนึ่งที่เหมาะสมมาใช้ในการพัฒนาด้านทักษะการใช้เวลาว่าง เพราะนวัตกรรมกระดาดพับเพื่อการเรียนรู้เป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ การผ่อนคลายความตึงเครียด การฝึกความอดทน การเพิ่มทักษะมือและนิ้วมือประสานงานกับสมองในการประดิษฐ์ โดยมีขั้นตอนการทำกิจกรรมดังนี้ (กุลยา, 2551: 46-48)

1. ชั้นสร้างมโนทัศน์
2. ชั้นพักกระดาก
3. ชั้นพัฒนาผลงาน
4. ชั้นนำเสนอและสรุปการเรียนรู้

ผู้วิจัยได้นำกิจกรรมพักกระดากของ กุลยา ตันติผลาชีวะ มาเป็นสื่อในการเรียนรู้ในการศึกษาการใช้เวลา โดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการ ซึ่ง Gray and Greben (อ้างถึงใน Kraus, 2001: 42) กล่าวว่า นันทนาการเป็นสภาวะอารมณ์ ภายในของแต่ละบุคคลที่เต็มไปด้วยความรู้สึก มีสภาวะ และความพึงพอใจในตนเอง ซึ่งเป็นความรู้สึก มีไมตรี ความบรรลุลผล ความเบิกบานใจ การเป็นที่ยอมรับ ความสำเร็จ ความมีคุณค่าของบุคคล และความเพลิดเพลิน ซึ่งเป็นการแรงเสริมทางบวกในภาพลักษณ์ของตนเอง นันทนาการเป็นการตอบสนองไปสู่ประสบการณ์ทางด้านสุนทรียศาสตร์ การบรรลุลผลตามเป้าประสงค์ของบุคคล หรือผลตอบรับในทางบวกของบุคคลอื่น ๆ มันขึ้นอยู่กับกิจกรรม การใช้เวลาว่าง หรือการยอมรับทางสังคม เข้าในส่วนของกรนำเข้าสู่กิจกรรมและสรุปผลกิจกรรม โดยเน้นทักษะกระบวนการ ทักษะการวางแผน และทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง

หากเด็กในวัยนี้ขาดทักษะการใช้เวลาว่างจะทำให้เด็กขาดการใช้ความรู้ในการใช้เวลาว่างที่เป็นประโยชน์ ขาดประสบการณ์การและความรู้ในการใช้เวลาว่างเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิต อีกทั้งยังไม่สามารถใช้เวลาว่างของตนให้บรรลุเป้าประสงค์ ทำให้ขาดการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในเวลาว่าง (สุวิมล, 2550 ก: 5)

ดังนั้นผู้วิจัยจึงเล็งเห็นความสำคัญ โดยเฉพาะประเทศไทยเป็นประเทศที่ให้ความสำคัญเรื่องการพักกระดากอย่างมาก และเป็นความสามารถพิเศษที่คนญี่ปุ่นสามารถพักกระดากเป็นรูปต่างๆ โรงเรียนอนุบาลในประเทศญี่ปุ่นได้กำหนดให้การพักกระดากเป็นกิจกรรมประจำวันของเด็ก สำหรับประเทศไทยมีการนำมาใช้บ้างแต่น้อย และยังมีผู้ใดได้ศึกษาในเรื่องของโปรแกรมการศึกษาการใช้เวลาว่างแบบกระดากพักที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 เพื่อจะนำทักษะการใช้เวลาว่างนำมาพัฒนาเด็กและทำให้เด็กสามารถพัฒนาเป็นวัยรุ่นได้อย่างคุณค่าของสังคมต่อไป

## วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาผลของการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างในภาพรวมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4
2. เพื่อศึกษาการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างรายด้านของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4
3. เพื่อเปรียบเทียบทักษะการใช้เวลาว่างระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

## ประโยชน์ที่ได้รับ

1. เพื่อทราบถึงผลของการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4
2. เพื่อเป็นข้อมูลให้กับหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนที่มีส่วนเกี่ยวข้องได้นำผลวิจัยไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด
3. เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนากิจกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ในการใช้เวลาว่างในรูปแบบอื่น

## ขอบเขตการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi – Experimental Research) เพื่อเปรียบเทียบทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับกิจกรรมนวัตกรรมการกระดาษพับและกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับกิจกรรมใช้นวัตกรรมการกระดาษพับ แต่ได้เข้าร่วมกิจกรรมจากทางโรงเรียนเป็นปกติ

## ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

### 1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนทั้งเพศหญิงและเพศชาย จำนวน 149 คน ที่ลงทะเบียนเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย ปีการศึกษา 2551 โรงเรียนวัดไผ่ตัน แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพมหานคร

### 2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนทั้งเพศหญิงและเพศชายที่ลงทะเบียนเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย ปีการศึกษา 2551 โรงเรียนวัดไผ่ตัน จำนวน 34 คน ที่ได้มาจากการคัดกรองโดยใช้แบบประเมินทักษะเวลาว่างที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แบ่งนักเรียนออกเป็น กลุ่มควบคุม 17 คนและกลุ่มทดลอง 17 คน

### 3. ระยะเวลาในการทดลอง

การทดลองครั้งนี้ทำการทดลองในภาคปลาย ปีการศึกษา 2551 ใช้ระยะเวลาในการทดลอง 8 สัปดาห์

### 4. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

#### 4.1 ใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้

#### 4.2 แบบประเมินทักษะการใช้เวลาว่าง

### 5. ตัวแปรที่จะศึกษา

#### 5.1 ตัวแปรต้น (Independent Variable) คือ นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้

## 5.2 ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ ทักษะการใช้เวลาว่าง

### นิยามศัพท์

ทักษะการใช้เวลาว่าง หมายถึง ความสามารถในการใช้เวลาว่างที่แสดงให้เห็นถึง ทักษะกระบวนการ ทักษะการวางแผนและทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง

นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ หมายถึง การบูรณาการกิจกรรมการพับกระดาษที่บูรณาการ การทำการเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่พับ ซึ่งพัฒนาโดย กุลยา ตันติผลาชีวะ(2551: 53-55) ประกอบด้วยขั้นตอนการทำกิจกรรม 4 ขั้นตอน คือ ขั้นสร้างมโนทัศน์ ขั้นพับกระดาษ ขั้นพัฒนาผลงาน ขั้นนำเสนอและสรุปการเรียนรู้ โดยบูรณาการกิจกรรมนันทนาการเข้าในส่วนการนำเข้าสู่กิจกรรมและสรุปผลกิจกรรม

เด็กวัยเรียน หมายถึง นักเรียนทั้งเพศหญิงและเพศชายที่ลงทะเบียนเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย ปีการศึกษา 2551 โรงเรียนวัดไผ่ตัน

## การตรวจเอกสาร

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาทฤษฎี หลักการ แนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. ทักษะการใช้เวลาว่าง
2. นวัตกรรมกระดาษพับ
3. เด็กวัยเรียน
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

## ทักษะการใช้เวลาว่าง

### ความหมายของการใช้เวลาว่าง

สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ (2546: 64-65) กล่าวถึง เวลาว่างเป็นส่วนหนึ่งของความต้องการของร่างกาย อีกส่วนหนึ่งเป็นการใช้เวลาว่างอย่างมีความคิดสร้างสรรค์ และเป็นอิสระ ทั้งนี้เวลาว่างประกอบด้วย 3 ส่วน คือ การพักผ่อน การบันเทิง และการพัฒนาตนเอง หรือการใช้เวลาว่างในทางสร้างสรรค์

ประพันธ์ศิริ (2527: 12) ได้ให้ความหมายของ เวลาว่า คือ เวลาที่เป็นอิสระ ไม่ว่าจะเป็ความอิสระในหน้าที่การงานหรือธุรกิจใดๆ ก็ตาม เป็นเวลานอกจากการนอนหลับด้วย ได้แบ่งเวลาว่างออกเป็น 2 ประเภทคือ

1. เวลาว่างที่แท้จริง (True Leisure) เป็นเวลาที่ไม่มีการบังคับให้ทำงานต่างๆ หรือธุรกิจต่างๆ เป็นเวลาอิสระ แต่อาจจะทำงานหรือหาความสุขได้ด้วยใจสมัครใจ

2. เวลาว่างเชิงบังคับ (Enforce Leisure) เป็นเวลาว่างที่ตนเองไม่อยากจะ มี แต่ถูกบังคับให้ จำเป็นต้องมีเวลาว่างเช่นนี้เกิดขึ้น เช่น เวลาว่างหลังจากเกษียณอายุ เวลาว่างจากการพักอยู่ใน โรงพยาบาล

พิรุณณี (2547: 7) กล่าวว่า คำว่า เวลาว่าง (Leisure) มาจากภาษาลาตินคือ Licere แปลว่า การได้รับอนุญาต อิศระจากการงานหรือหน้าที่ นอกเหนือจากงานประจำมีอิสระที่จะทำอะไร ตามใจปรารถนาภาษาฝรั่งเศส แผลงมาจากคำว่า Loisir หมายถึง เวลาว่างและภาษาอังกฤษ License ได้รับอนุญาตจากสาธารณชนรวมทั้งคำว่า Liberty ซึ่งหมายถึง การเลือกอย่างอิสระในยุคอารย ธรรมกรีกและโรมัน ศัพท์คำว่า Scolae หรือ Skole มีความหมายว่า “Leisure” เวลาว่างซึ่งใน ภาษาอังกฤษใช้คำว่า School หรือ Scholar ซึ่งความหมายเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับเวลาว่างและ การศึกษาในโรงเรียน เช่นเดียวกับคำว่า Lycee ภาษาฝรั่งเศส หมายถึง โรงเรียนเป็นรากศัพท์ที่มี ความหมายในเรื่องของการศึกษาและเวลาว่าง

สมบัติ (2542: 30) ได้สรุปความหมายของเวลาว่าง คือ การเลือกอย่างอิสระไม่ว่าจะทำงาน หรือไม่ก็ตาม เข้าร่วมกิจกรรมเวลาว่างใช้ในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อที่ส่งเสริมความต้องการของบุคคล เพื่อให้คุณค่าทางจิตใจ ผ่อนคลายความตึงเครียด ฟังพอใจช่วยให้สังคมอยู่เย็นเป็นสุข

Kraus (2001: 37) ให้ความหมายของการใช้เวลาว่าง โดยมีมุมมองของการเข้าร่วมการใช้ เวลาว่าง 4 มุมมอง ได้แก่

1. เวลาว่างเป็นรูปแบบการกระทำที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม ซึ่งเวลานั้นจะมีอยู่ใน กิจกรรมที่ทำ ซึ่งแต่ละกิจกรรมที่ทำนั้นจะมีความหมายในตัวเอง
2. เวลาว่างจะมีความสัมพันธ์กับลักษณะงานที่ทำ เพราะลักษณะงานบางอย่างจะทำให้เรา เกิดความเพลิดเพลิน และทำให้ได้รับผลประโยชน์จากกิจกรรมที่ทำ
3. เวลาว่างเป็นสิทธิส่วนบุคคล ซึ่งบุคคลสามารถที่จะเข้าร่วมในบริการนั้น ๆ ที่องค์กรได้ จัดสรรค์ โดยสามารถที่จะเลือกได้อย่างอิสระ

4. เวลาว่างเป็นมุมมองที่แตกต่างกัน ลักษณะของการเข้าร่วมจะมีความแตกต่างกันขึ้นอยู่กับความพร้อมของแต่ละคนในด้านต่าง ๆ

Kelly (1997: 17-22) ชี้ให้เห็นว่า คำว่าเวลาว่างนั้นมิได้หลายความหมายหรือวิธีที่ผู้คนได้ออกจากรูปแบบในการทำงานเพื่อทำให้เกิดความพึงพอใจในตัวเลือกที่เขาได้เลือกใช้ในเวลาที่ซึ่งแบ่งไว้ 6 ประเภทดังต่อไปนี้

1. การใช้เวลาว่างอย่างรอบคอบ เวลาว่างเป็นสิ่งที่เหลือจากวงจรจากการทำงาน เป็นความต้องการในการดำเนินชีวิตและงานที่มีความเหมาะสม

2. เครื่องมือทางสังคม การใช้เวลาว่างมีจุดมุ่งหมายทางสังคม เช่น การบำบัดเพื่อรักษาอาการป่วย ซึ่งนำไปสู่การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การพัฒนาทักษะและการเติมเต็มทางสังคม

3. ระดับทางสังคม เชื้อชาติและอาชีพ เวลาว่างเป็นการตัดสินใจจากปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรม รูปแบบในการตัดสินใจจะถูกนำไปเป็นพื้นฐานในการวิจัยนำไปสู่การทำนายการมีส่วนร่วม แต่ไม่ได้หมายถึงการตั้งสมมุติฐานทางสังคม

4. คุณภาพของเวลาว่าง หมายถึง สภาวะที่เป็นอิสระโดยมีเงื่อนไขที่สำคัญและการบรรลุถึงเป้าหมาย

5. ไม่มีผลประโยชน์ เวลาว่างมีจุดจบในตัวของมันเอง เวลาว่างไม่ได้เป็นการทำงานอีกประเภทหนึ่ง เป็นการแสดงออกของตัวเองและแสดงความพึงพอใจของตนเอง

6. เวลาว่างค้นพบได้จากทุกๆสถานที่และความแตกต่างของการทำงานในเวลาว่างมักจะถูกละเลยในความหมายที่เกี่ยวกับคุณภาพของประสบการณ์ที่ได้รับ การใช้เวลาว่างที่ถูกต้อง คือ การเพิ่มอิสระของบุคคลในกิจกรรม

อีกทั้ง Kelly (1997: 17-22) ได้แบ่งเวลาว่างออกเป็น 3 ประเภทด้วยกันคือ

1. การใช้เวลาว่างในแง่ของเวลา “เวลา” เป็นทรัพยากรที่มนุษย์ทุกคนมีเท่ากันและเป็นทรัพยากรที่ใช้แล้วหมดไป ไม่สามารถนำกลับมาใช้ใหม่ได้ เวลาจึงเป็นสิ่งที่สำคัญ ดังนั้นการใช้เวลานั้นจึงเป็นสิ่งที่ต้องใช้ความรอบคอบและความระมัดระวัง ไม่เช่นนั้นทรัพยากรที่มีค่าที่สุดอาจจะไม่ก่อประโยชน์ให้กับผู้ใช้ ซึ่งการใช้เวลานั้นจะขึ้นอยู่กับการตัดสินใจ ความรู้และประสบการณ์ในอดีตของบุคคลนั้นๆ การใช้เวลาว่างนั้นเป็นเวลาว่างที่เหลือจากการทำงานหรืออาจจะเรียกว่า “เวลาอิสระ”

2. การใช้เวลาว่างในแง่ของกิจกรรม การศึกษาหรือการสำรวจถึงกิจกรรมประเภทต่าง ๆ ที่มนุษย์ใช้ในการประกอบกิจกรรม เช่น การใช้เวลาว่างเป็นการเล่นเกมส์ การเล่นเกมกีฬาหรือดูกีฬาหรือกิจกรรมอื่นๆ อาจจะเป็นไปตามวัฒนธรรม ความเจริญทางด้านเศรษฐกิจและด้านสังคมของประเทศนั้นๆ ซึ่งกิจกรรมบางกิจกรรมก็เหมือนกับงาน แต่ไม่ใช่งาน เช่น การจัดปาร์ตี้เพื่อส่งเสริมสินค้าตัวใหม่ หรือการจัดกิจกรรมเพื่อให้ลูกค้าได้มาร่วมกิจกรรมกับทางบริษัทเพื่อเป็นการตอบแทนให้กับลูกค้า

3. ประสบการณ์ในการใช้เวลาว่าง เวลานั้นเป็นสิ่งสำคัญในการใช้เวลาว่างและการใช้เวลาว่างด้วยทัศนคตินั้นก็จะเป็นความคิดส่วนตัว ไม่ว่าจะเป็นเวลาหรือกิจกรรมที่ทำก็แสดงให้เห็นถึงการใช้เวลาว่างได้อย่างชัดเจน ไม่ว่าจะอยู่ในสถานการณ์ใด เราก็จะพบว่าตนเองนั้น มีส่วนเกี่ยวข้องกับใช้เวลาว่าง การละเลยการใช้เวลาว่าง เริ่มจากการขาดความสนใจ ทั้งทางสภาวะทางจิตใจ การกำหนดเป้าหมาย ทัศนคติ สภาวะแวดล้อม ประสบการณ์ หรือการขาดความรู้ของผู้ใช้เวลาว่าง ดังนั้นการใช้เวลาว่างจึงไม่ใช่เวลาหรือรูปแบบของกิจกรรม แต่เป็นตัวของผู้กระทำ

การใช้เวลาว่างจึงไม่แตกต่างในรูปแบบของเวลาหรือสถานการณ์ในเวลานั้น แต่แตกต่างที่ประสบการณ์ที่บุคคลนั้นๆ ได้รับจากในอดีต ทำให้การใช้เวลาว่างเป็นสภาวะทางด้านจิตใจที่อยู่ในจิตสำนึกของแต่ละบุคคล

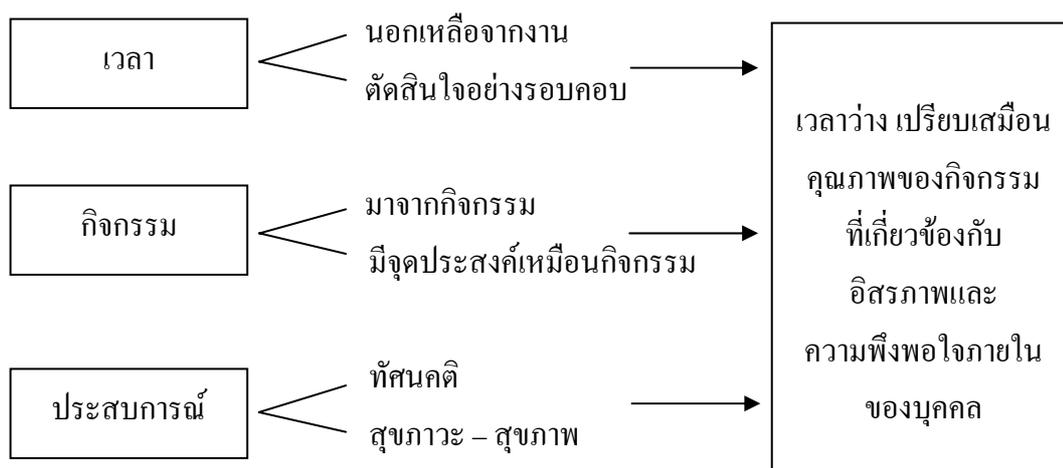
Kelly (1997: 23-25) ได้กล่าวถึงการแบ่งกิจกรรมในเวลาว่าง สามารถที่จะแบ่งประเภทของกิจกรรมเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1 งานที่เป็นประโยชน์ หน้าที่ในครอบครัว หน้าที่ที่มีต่อสังคม และกิจกรรมที่มุ่งเน้นในเรื่องของการเติมเต็มในตัวเองหรือการแสดงออกในตัวเอง เขาได้แนะนำการใช้เวลาว่างนั้นเป็นแค่เพียงกิจกรรมลำดับที่สี่ขณะที่องค์ประกอบของหน้าที่ในครอบครัวและกิจกรรมที่เป็นระบบนั้นทำให้กิจกรรมเหล่านี้เป็นแบบ “กึ่งกิจกรรมยามว่าง” สิ่งนี้นั้นจะสอดคล้องกับการให้นิยามทางสังคมก่อนหน้าของคุณคณันท์

2 การใช้เวลาว่างเป็นกิจกรรม นอกเหนือจากภาระหน้าที่ในการงาน ครอบครัว และสังคม ซึ่งบุคคลคนนั้นตั้งใจที่จะพักผ่อน หากความเพลิดเพลิน หรือเพิ่มพูนความรู้และการอยู่ร่วมกันในสังคมโดยธรรมชาติ การออกกำลังกายอย่างอิสระด้วยความสามารถที่สร้างสรรค์ของบุคคลนั้นๆ

3 การใช้เวลาว่างนั้นเป็นกิจกรรมที่มีความรู้สึกที่มีจุดประสงค์ การกระทำบางอย่างที่ได้เลือกกิจกรรมที่ได้ถูกเลือกเพื่อสิ้นสุดการปรับปรุงตัวเองในทางใดทางหนึ่ง การใช้เวลาว่างนั้นไม่ใช่ไม่มีจุดประสงค์ แต่จุดประสงค์ของมันก็เพื่อที่จะทำด้วยความรู้สึก ความเพลิดเพลิน หรือการพัฒนาตนเอง

#### ความสัมพันธ์ระหว่างเวลา กิจกรรมและประสบการณ์ของเวลาว่าง



ภาพที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่าง เวลา กิจกรรมและประสบการณ์ของเวลาว่าง

ที่มา : Kelly (1997: 22)

Nash (1953 อ้างใน ประพันธ์ศิริ, 2527: 12) กล่าวว่า ว่างหมายถึง เวลาอิสระจากการทำกิจกรรมที่จำเป็นหลังจากการทำงานและเวลานอน และนั่นหมายความว่าหมายถึง การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ มีคุณภาพสำหรับเด็กๆ กิจกรรมเหล่านี้เราสามารถเรียกว่า “การเล่น”

### ประเภทและความสมดุลของกิจกรรมการใช้เวลาว่าง



ภาพที่ 2 ประเภทและความสมดุลของกิจกรรมการใช้เวลาว่าง

ที่มา : สุวิมล (2550 ข: 23)

Neulinger (อ้างถึงใน Kraus, 2001: 35) ให้ความหมายว่า การใช้เวลาว่าง เป็นการเข้าร่วมกระทำกิจกรรมเพื่อจุดมุ่งหมายที่จะทำให้เกิดความเพลิดเพลินและเกิดความพึงพอใจ และสิ่งที่สำคัญคือ เป็นสิ่งที่ทำให้พัฒนาไปในทางที่ดีขึ้น ซึ่งความหมายของกิจกรรมที่ท่าจะมีอยู่ในตัวมันเอง ที่จะแสดงให้เห็นถึงความโดดเด่น และศักยภาพของคน ๆ นั้น

Taylor (1987 อ้างใน พิรุณณี, 2547: 5) กล่าวว่า คุณค่าของเวลาที่เช่นเดียวกับทรัพย์สินอื่นๆ ซึ่งสามารถพิจารณาได้จากความต้องการและการสนองตอบความต้องการของมัน เวลานั้นเป็นทรัพย์สินที่ทรงคุณค่าสูงสุดเมื่อเปรียบเทียบกับสิ่งอื่นๆ เป็นทรัพยากรที่ไม่สามารถหาค่ากลับคืนมาได้ นักวิทยาศาสตร์ไม่สามารถหาสิ่งหนึ่งสิ่งใดมาทดแทนมันได้ และเมื่อเวลาของเราสูญสิ้นไปชีวิตของเราก็ผ่านไปด้วย เวลาอาจจะผ่านไปอย่างรวดเร็วสำหรับบางคน หรืออาจจะผ่านไปอย่างช้าๆ สำหรับคนอื่นๆ เนื่องจากเวลาถูกวัดด้วยความสำเร็จในอดีต สำหรับบุคคลที่มองย้อนหลังกลับไปและได้เห็นจุดมุ่งหมายเพียงสองสามประการที่บรรลุผล กล่าวคือ มีความสำเร็จเพียงสองสามอย่าง หรือมีเพียงสองสามครั้งที่พวกเขารู้สึกภาคภูมิใจในสิ่งที่ได้ทำได้ บุคคลเหล่านี้จะรู้สึกว่าชีวิตถูกใช้อย่างรวดเร็วจนเกินไปและรู้สึกว่าตัวเองถูกต้อง แต่สำหรับคนที่มองย้อนกลับ ไปและรู้สึกภาคภูมิใจในความทรงจำที่เต็มไปด้วยกิจกรรมที่ประสบความสำเร็จ และการบรรลุผลต่างๆ ก็จะรู้สึกว่าตัวเองได้มีช่วงชีวิตที่ยืนยาวและรวมไปถึงการมีชื่อเสียง เกียรติ และทรัพย์อย่างสมบูรณ์

Lerbirf (1984 อ้างในพิรุณณี, 2547: 6) กล่าวไว้ว่า เวลาของคุณมีค่ามากแค่ไหน - เวลาเป็นเงินเป็นทอง เวลาเป็นเหมือนทองในแง่ที่มันวัดเป็นหน่วยๆ ออกมาได้ อย่างไรก็ตาม ในฐานะที่เวลาเป็นทรัพยากรที่มีคุณสมบัติที่ไม่มีสิ่งใดเหมือน เราถูกบังคับให้ใช้เวลาในอัตราคงที่ เวลาที่เราอยู่น้อยลงไปเรื่อยๆ ในอัตรา 60 นาทีต่อชั่วโมง 24 ชั่วโมงต่อวัน และ 168 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ เวลาเป็นสิ่งที่ไม่มีอะไรมาทดแทนได้ เราต่างมีเวลาที่จำกัดเป็นของทุกคนไป ดังนั้นทุกคนจะมีสิ่งหนึ่งเหมือนกันหมดคือ เวลา เวลาเป็นทรัพยากรที่มีค่าสูง

การใช้เวลาว่างอย่างมีจุดมุ่งหมาย (พิรุณณี, 2547: 1-2) ดังนี้

1. เกิดความพึงพอใจ
2. ส่งเสริมสุขภาพ
3. ผ่อนคลายความตึงเครียด
4. ส่งเสริมการแสดงออก

5. ปรับปรุงสิ่งแวดล้อม
6. พัฒนาคุณภาพตนเอง ครอบครัว สังคมและประเทศชาติ

สำหรับกิจกรรมการใช้เวลาว่าง มีลักษณะ (พิรุณณี, 2547: 2) ดังนี้

1. กิจกรรมนั้นต้องเป็นไปด้วยความสมัครใจ
2. กิจกรรมนั้นต้องกระทำในระหว่างเวลาว่าง
3. กิจกรรมนั้นต้องทำให้เกิดความสดชื่นขึ้นและความสนุกสนานเพลิดเพลิน
4. กิจกรรมนั้นต้องมีลักษณะเสริมสร้างแนวความคิดอย่างกว้างขวาง
5. กิจกรรมนั้นควรเป็นที่ยอมรับของสังคม
6. กิจกรรมนั้นต้องส่งผลดีต่อร่างกาย จิตใจ และศีลธรรม ให้กับผู้เข้าร่วมกิจกรรม

### ปัจจัยที่มีต่อการใช้เวลาว่าง

Russell (1996: 74) กล่าวถึงสถานภาพของแต่ละคนที่มีอิทธิพลต่อปัจจัยที่มีต่อการเลือกกิจกรรมการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง โดยมีปัจจัยได้แก่

1. ระดับรายได้ (Income) การที่คนเราจะเลือกกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งนั้นสิ่งที่จำเป็นจะต้องพิจารณาถึงโอกาสที่จะเข้าถึงในกิจกรรมนั้นก็คือ ระดับรายได้ของตนเอง ทั้งนี้ระดับรายได้จะมีผลต่อชนิดของการเข้าร่วม กิจกรรมบางอย่างจะต้องมีค่าใช้จ่ายที่สูง เช่น การท่องเที่ยว การเดินทาง ระดับรายได้จะมีความสัมพันธ์กับอาชีพที่เราทำเพราะอาชีพของคนเราจะแตกต่างกันและระดับรายได้ก็จะแตกต่างกันทำให้กลุ่มคนที่มีรายได้ต่ำจะต้องเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมกับสถานภาพของตนเอง

2. อาชีพ (Occupation) ระดับอาชีพเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เราสามารถเลือกกิจกรรมที่เข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ซึ่งในองค์ประกอบของหน้าที่การทำงานจะส่งผลไปถึงการเลือกกิจกรรมได้อย่างเหมาะสมกับอาชีพ ซึ่งกล่าวถึง คนที่มีหน้าที่การทำงานในระดับสูงจะมีรายได้สูง เมื่ออาชีพกับรายได้สัมพันธ์กันก็จะทำให้เลือกกิจกรรมได้หลากหลายและสามารถจะซื้อบริการต่าง ๆ ที่องค์กรทางนั้นทานการให้บริการ ส่วนกลุ่มคนที่มีรายได้ต่ำซึ่งมีอาชีพที่จะต้องทำงานหนัก และมีชั่วโมง

การทำงานมาก ทำให้มีเวลาว่างน้อย ทำให้เขาไม่สามารถที่จะเลือกกิจกรรมได้หลากหลายเท่าใดนัก

3. ระดับการศึกษา (Education) ระดับของการศึกษามีผลต่อการเลือกเข้าร่วมกิจกรรมโดยตรง เพราะการศึกษาจะทำให้เข้าใจในกิจกรรมที่สามารถที่จะเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง เนื่องจาก การที่ได้รับประสบการณ์จากการอ่าน การเขียน ซึ่งก่อให้เกิดทัศนคติในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ เพราะบุคคลที่มีการศึกษา สามารถช่วยให้เข้าใจถึงประโยชน์ต่าง ๆ ของการเข้าร่วมและให้บุคคลคนนั้นมีทัศนคติที่ดีในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง รวมทั้งความรู้ต่อสิ่งแวดล้อม

4. ครอบครัวและเพื่อน (Family and Friend) สถานภาพของครอบครัวเป็นโครงสร้างทางสังคมของแต่ละคน ที่สามารถจะพัฒนาทัศนคติของสัมพันธภาพในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ภายในครอบครัว ซึ่งการใช้เวลาว่างจะเป็นการส่งเสริมให้ครอบครัวได้ทำกิจกรรมร่วมกัน เพื่อเขาเหล่านั้นได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ซึ่งกันและกันอันก่อให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน ทำให้ครอบครัวมีความอบอุ่นไม่เกิดปัญหา และในทางกลับกันในกลุ่มของครอบครัวที่แตกแยกจะมีผลให้บุคคลเหล่านั้นเลือกในกิจกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ไม่มีสัมพันธภาพอันดีของคนภายในครอบครัวหรือเพื่อน

5. ที่อยู่อาศัย (Residence) ปัจจัยหนึ่งของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างเกี่ยวกับลักษณะภูมิประเทศของลักษณะที่อยู่อาศัย ธรรมชาติและสิ่งที่ทำให้เข้าถึงโอกาสของการใช้เวลาว่าง เพราะในการเข้าร่วมการเลือกกิจกรรมจะต้องดูให้เหมาะสมระหว่างกลุ่มผู้เข้าร่วมกับสถานที่ที่จะเข้าร่วมว่าเหมาะสมกันหรือไม่ โดยเฉพาะสิ่งอำนวยความสะดวกกับโปรแกรมการให้บริการ

6. ศาสนา (Religion) เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการเข้าร่วม เพราะโครงสร้างของศาสนา เชื้อชาติ เป็นสิ่งที่จะต้องคำนึงถึงข้อจำกัด เนื่องจากกิจกรรมบางอย่างจะขัดต่อความเชื่อและหลักปฏิบัติในแต่ละเชื้อชาติ และแต่ละศาสนา เช่นในกิจกรรมบางอย่างจะต้องแต่งกายให้เหมาะสมกับกิจกรรม ดังนั้นทำให้ผู้เข้าร่วมบางกลุ่มไม่สามารถที่จะเข้าร่วมได้

7. การปกครอง (Government) พฤติกรรมการเข้าร่วมในกิจกรรมบางอย่างนั้นขึ้นอยู่กับนโยบายหรือกฎเกณฑ์ที่ได้วางไว้เพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้ปฏิบัติอย่างเหมาะสมและเกิดผลดีต่อผู้เข้าร่วมและองค์กรที่ให้บริการการใช้เวลาว่าง เช่น การกำหนดอายุของผู้เข้าร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ

ในสถานบันทั้ง การกำหนดจำนวนสมาชิกในการให้บริการสิ่งอำนวยความสะดวก การกำหนดเงินค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ทำให้บุคคลไม่สามารถเข้าร่วมได้

8. ระบบการขนส่งและการคมนาคม (Transportation) การเข้าร่วมในกิจกรรมถ้าจะให้ผู้เข้าร่วมเกิดประโยชน์สูงสุดจะต้องมีองค์ประกอบที่สำคัญหลาย ๆ อย่าง ซึ่งระบบการคมนาคมก็เป็นอีกองค์ประกอบหนึ่งที่เป็นที่ที่จะทำให้เราสามารถที่จะเข้าถึงในกิจกรรมนั้นมากน้อยเพียงใด เพราะในกิจกรรมบางอย่างที่เข้าร่วมจะต้องมีการเดินทางใช้เวลานาน ซึ่งถ้าระบบการคมนาคมไม่สะดวกจะทำให้เกิดผลหลายอย่าง

9. อาชญากรรม และภาวะสงคราม (Crime and War) ระดับของความปลอดภัยเป็นสิ่งที่เป็นและสำคัญมากที่จะต้องคำนึงถึง ซึ่งการเข้าร่วมกิจกรรมของบุคคลจะต้องมีความปลอดภัยแก่ชีวิตแลทรัพย์สิน และเป็นที่สังเกตในพื้นที่ใดก็ตามที่มีสงครามหรือมีการก่ออาชญากรรมจะไม่ค่อยมีผู้เข้ามาเข้าร่วม

สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ (2546: 101-103) ได้แนะนำถึงการเลือกกิจกรรมต่าง ๆ ที่ใช้ในเวลาวาง ควรคำนึงถึงปัจจัยต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. ประโยชน์ที่ได้รับ กิจกรรมที่จะเลือกทำควรเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์อย่างแท้จริงต่อตนเองและสังคม เช่น ทำให้สุขภาพแข็งแรงและสมบูรณ์ขึ้น หรือผ่อนคลายความตึงเครียดแก่ตนเองทั้งยังพัฒนาบุคลิกภาพต่าง ๆ ของเราให้ดียิ่งขึ้น

2. ควรลงมือประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยตนเอง การเป็นผู้ดูก็นับได้ว่าเป็นการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างหนึ่งเหมือนกัน และช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดได้พอสมควร แต่ถ้าได้ลงมือประกอบเองย่อมจะก่อให้เกิดประโยชน์มากกว่า เช่น การเล่นกีฬาต่าง ๆ นอกจากจะได้ความสนุกสนาน ความเพลิดเพลิน ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดจากการเล่นนั้น ๆ แล้ว ยังช่วยพัฒนาระบบต่าง ๆ ในร่างกายให้ทำงานได้ดีมีประสิทธิภาพอีกด้วย

3. เวลาที่ใช้ในการประกอบกิจกรรม เวลาที่ใช้ประกอบกิจกรรมอาจจะไม่เหมือนกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่าเวลาวางของแต่ละคนนั้นอยู่ในช่วงไหน การประกอบกิจกรรมในเวลาวาง จึงเป็นเรื่องของแต่ละบุคคลที่จะต้องเลือกให้เหมาะสมกับเวลาวางที่ตนเองมีอยู่

4. สถานที่ที่เหมาะสมสำหรับประกอบกิจกรรมของแต่ละคน ควรคำนึงถึงความสะดวกในการใช้หลาย ๆ ประการ เช่น ความใกล้ – ไกลของสถานที่ ความสะดวกในการเดินทางที่จะไปถึงสถานที่นั้น สถานที่นั้นเสียค่าใช้จ่ายน้อยกว่า ถูกกว่า หรืออาจจะไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายเลย สถานที่นั้นมีมาตรฐานดี สะอาด ปลอดภัย ถูกสุขลักษณะ เป็นต้น

5. ค่าใช้จ่าย ควรจะเลือกกิจกรรมที่เสียค่าใช้จ่ายน้อยที่สุด หรือแทบไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายเลย ก่อนจะเลือกประกอบกิจกรรมใด ๆ ก็ตาม ควรต้องคำนึงถึงว่าจำเป็นต้องใช้เครื่องมือหรืออุปกรณ์หรือไม่และมากน้อยเพียงใด ต้องเสียค่าบำรุงรักษาต่อปีประมาณเท่าใด และประการสำคัญที่สุดคือ สภาพฐานะทางการเงินอยู่ในฐานะที่จะเสียค่าใช้จ่ายเพื่อสิ่งเหล่านี้โดยไม่เดือดร้อน

6. ความสนใจ ควรเลือกประกอบกิจกรรมที่สนใจจะทำอย่างแท้จริง จึงจะผลิตผลิตผลและสร้างความพอใจให้แก่ตนเอง การได้ประกอบกิจกรรมที่สนใจจะทำให้สามารถเรียนรู้กิจกรรมนั้น ๆ ได้เร็วและปฏิบัติกิจกรรมนั้นได้ผลดีมีประสิทธิภาพมากกว่าและให้คุณค่าได้มากกว่า

7. ทักษะ การประกอบกิจกรรมใดก็ตามที่ตนเองมีทักษะ หรือมีความชำนาญจะทำให้เกิดความสนุกสนานผลิตผลิตผลได้มากกว่า ดังนั้นจึงควรเลือกประกอบกิจกรรมที่ถนัดและทำได้ดี อย่างไรก็ตามก็อาจมีกิจกรรมที่ชอบและสนใจ ควรพยายามเรียนรู้ ฝึกฝนกิจกรรมที่ชอบเพราะการฝึกมาก ๆ จะทำให้เกิดทักษะได้ภายหลัง ข้อควรคำนึงคือ การเริ่มต้นฝึกกิจกรรมใดที่ยาก ๆ ไม่ควรย่อท้อ

8. สุขภาพ บางคนอาจมีสุขภาพไม่ค่อยดี อ่อนแอ ไม่เหมาะสมในการประกอบกิจกรรมบางประเภท การมีโรคประจำตัวบางอย่างที่ร้ายแรงอาจกลายเป็นโทษและเป็นอันตรายได้มาก เช่น ถ้าเป็นโรคลมบ้าหมูไม่ควรว่ายน้ำ หรือเป็นโรคหัวใจไม่ควรที่จะออกกำลังกายหนัก ๆ เป็นต้น

9. กิจกรรมนั้นเหมาะสมสอดคล้องกับงานที่ทำ บุคคลควรเลือกกิจกรรมให้สมดุลและสอดคล้องกับงานที่ทำ เช่น ถ้ามีงานที่ต้องใช้สมองเครียด เป็นงานที่ต้องนั่งอยู่กับที่หรือนั่งนาน ๆ ควรออกกำลังกายกลางแจ้งที่ต้องใช้กำลังมาก ๆ แต่ถ้าหากงานที่ทำเป็นงานหนักซึ่งต้องใช้แรงงานมากอยู่แล้ว เช่น งานก่อสร้าง งานเกษตร เป็นต้น ควรเลือกประกอบกิจกรรมที่เบา ๆ จึงจะเหมาะสม เช่น อ่านหนังสือ วาดภาพ เป็นต้น

10. กิจกรรมเดี่ยวหรือกิจกรรมกลุ่ม การเลือกกิจกรรมประเภทเล่นคนเดียวหรือเป็นกลุ่ม เป็นสิ่งที่ต้องคำนึงด้วยเช่นกัน ถ้าหากชีวิตประจำวันต้องจำเจ วุ่นวายอยู่กับคนหมู่มาก และต้องการหาความสงบตามลำพัง ควรเลือกกิจกรรมประเภทเดี่ยว เช่น อ่านหนังสือ เล่นดนตรี เป็นต้น สำหรับผู้มีงานประจำประเภทต้องโดดเดี่ยวอยู่แล้ว ควรหันมาประกอบกิจกรรมประเภทหมู่เพราะจะได้มีโอกาสพบปะสังสรรค์กับคนหมู่มากบ้าง เช่น เล่นกีฬาเป็นทีม เข้าร่วมวงดนตรี เป็นต้น

11. ความปลอดภัย กิจกรรมบางอย่างที่เสี่ยงภัยหรือมีอันตรายมากเกินไป ควรจะไตร่ตรองเสียก่อนจะเลือก และควรหาทางป้องกันไว้ล่วงหน้าแล้วศึกษาเกี่ยวกับกิจกรรมชนิดนั้นให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ การเข้าใจและรู้จักใช้กิจกรรมแต่ละชนิดจะช่วยให้อาสาสมัครหาทางป้องกันอันตรายและช่วยลดอันตรายที่อาจจะเกิดขึ้นได้

12. การเลือกประกอบกิจกรรมหลายอย่าง นอกจากจะทำให้เกิดความเพลิดเพลินความสนุกสนานที่ต่างกัน ยังทำให้สามารถได้รู้ถึงประสบการณ์เกี่ยวกับกิจกรรมเหล่านี้ได้อย่างมากมายหลายประการอีกด้วย

13. กิจกรรมนั้นไม่ขัดต่อศีลธรรมประเพณีอันดีงาม และผลประโยชน์ของบุคคลอื่น กิจกรรมที่ประกอบควรเป็นกิจกรรมที่สังคมเห็นว่าเหมาะสมด้วย ไม่ควรเป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดโทษต่อตนเอง และสังคมหรือไม่ขัดความสุขและไปทำลายความสุขของผู้อื่น

### ประโยชน์ของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง

สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ (2546: 101) กล่าวว่า การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ในบางครั้งทำได้ยาก ซึ่งบางคนก็ไม่รู้หลักที่ถูกต้อง ประกอบกับสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกันทำให้มีเวลาว่างไม่เหมือนกัน หลักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์คือ การได้ประกอบกิจกรรมที่ตนพึงพอใจซึ่งจะทำให้เกิดประโยชน์ขึ้นในเวลาว่าง โดยกิจกรรมนั้นอาจช่วยพัฒนาสิ่งต่างๆ ในตัวคน และสังคมไว้เป็นอย่างดี กิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ให้เป็นประโยชน์มีหลากหลายกิจกรรมด้วยกัน ซึ่งเราสามารถเลือกกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งหรือหลาย ๆ อย่าง ตามความสมัครใจ ความพอใจของตนเอง และควรพิจารณาเลือกแต่เฉพาะที่เห็นว่าเหมาะสมกับตนเองมากที่สุด

## ประโยชน์ในการใช้เวลาว่าง (พิรุณณี, 2547: 2-3) มีดังนี้

1. ประโยชน์ต่อตนเอง ทำให้คนเรามีสุขภาพที่ดีทั้งทางกายและจิตใจ เนื่องจากในชีวิตประจำวันของแต่ละคนเต็มไปด้วยสิ่งค้ำวความสะควมมากมาย จึงทำให้คนเราละเลยต่อการออกกำลังกาย ร่างกายจึงไม่มีความแข็งแรงสมบูรณ์และทรุดโทรมได้ง่าย เช่น กิจกรรมในด้านการออกกำลังกายจึงช่วยส่งเสริมให้ร่างกายมีสมรรถภาพทางกายสูงขึ้น ส่วนทางด้านจิตใจก็ได้พักผ่อน ทำให้คลายความตึงเครียดลง ลดความวิตกกังวล สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมหรือทำงานต่างๆ ได้ดีขึ้น ทั้งยังเป็นการส่งเสริมให้เกิดความคิดริเริ่ม กระตุ้นให้มีความแสดงออก และช่วยเพิ่มพูนความรู้ ทักษะ ความชำนาญในการปฏิบัติงาน ตามความถนัดและความสนใจของแต่ละบุคคล

2. ประโยชน์ต่อครอบครัว การใช้เวลาว่างบางอย่างนอกจากจะให้ความสนุกสนานเพลิดเพลิน ทำให้ชีวิตครอบครัวเป็นสุขและอบอุ่น เช่น การปลูกต้นไม้ ทำสวนครัว วาดภาพ เขียนการ์ตูน สะสมแสตมป์ และยังอาจเพิ่มรายได้ให้แก่ครอบครัวทางอ้อมอีกด้วย และในบางครั้งก็มีส่วนช่วยให้สมาชิกในครอบครัวมีความใกล้ชิดกันมากขึ้นอันเป็นเพิ่มความรัก ความอบอุ่นแก่ครอบครัว จากการใช้วันหยุดนันทนาการเป็นสื่อกลาง

## 3. ประโยชน์ต่อสังคม

3.1 ก่อให้เกิดความรักใคร่กลมเกลียวกัน ในการทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อนสาธารณประโยชน์ ช่วยให้มีความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน

3.2 ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี การที่ชุมชนได้มีโอกาสใช้เวลาว่างกันให้เกิดประโยชน์ โดยเข้าร่วมกิจกรรมยามว่างเป็นการเพิ่มคุณธรรมแก่บุคคลที่เข้าร่วมกิจกรรมนั้นๆ ทำให้เขาเหล่านั้นมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ลดความเห็นแก่ตัวลง

3.3 ส่งเสริมให้เกิดมิตรภาพและสันติภาพ การที่บุคคลได้มีโอกาสร่วมกิจกรรมกัน ทำให้สร้างความเข้าใจที่ดีต่อกัน และลดช่องว่างระหว่างสถานภาพที่แตกต่างกันได้ สร้างความเป็นมิตร เพื่อนำไปสู่ข้อตกลงที่ก่อให้เกิดประโยชน์ร่วมกัน ความสุขความสงบของสังคมก็จะเกิดขึ้น เช่น การเล่นกีฬาเพื่อเชื่อมความสัมพันธ์ การจัดนิทรรศการ และการจัดแสดงของโรงเรียน เป็นต้น

3.4 ลดปัญหาการประพาศิติดศีลธรรมหรือปัญหาอาชญากรรม เพราะเด็กและเยาวชน รู้จักใช้เวลาว่างในการพัฒนาทักษะนิสัยของตนให้เป็นที่พึงปรารถนาต่อสังคม

สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ (2546: 65) กล่าวไว้ว่า การใช้เวลาว่างมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะเป็นช่วงที่บุคคลใช้เวลาเพื่อตนเองที่หลังจากเสร็จจากการทำงานประจำและการทำกิจกรรมที่ผูกมัดต่างๆแล้ว นอกจากนั้นการใช้เวลาว่างยังช่วยสร้างพื้นฐานของคนที่เกี่ยวกับความต้องการ และที่สำคัญยิ่งไปกว่านั้น การที่บุคคลได้เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่เกี่ยวกับการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา ศิลปะ วิทยาศาสตร์ และธรรมชาติต่างๆ จะทำให้เขาเกิดความสุขสานเพลิดเพลิน ได้ผ่อนคลายความตึงเครียด มีโอกาสแสดงความสามารถพิเศษ และมีความเป็นอิสระ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นความต้องการของมนุษย์ที่อยู่ในสังคมต่างๆ ทั่วไป การใช้เวลาว่างจึงมีบทบาทสำคัญต่อคนทุกหนทุกแห่ง ทั้งในเมืองและชนบทและยังช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างประชาชนของประเทศชาติ และของโลกอีกด้วย

### อุปสรรคในการใช้เวลาว่าง

สมบัติ (2542: 30) ได้กล่าวถึงอุปสรรคในการใช้เวลาว่าง ดังนี้

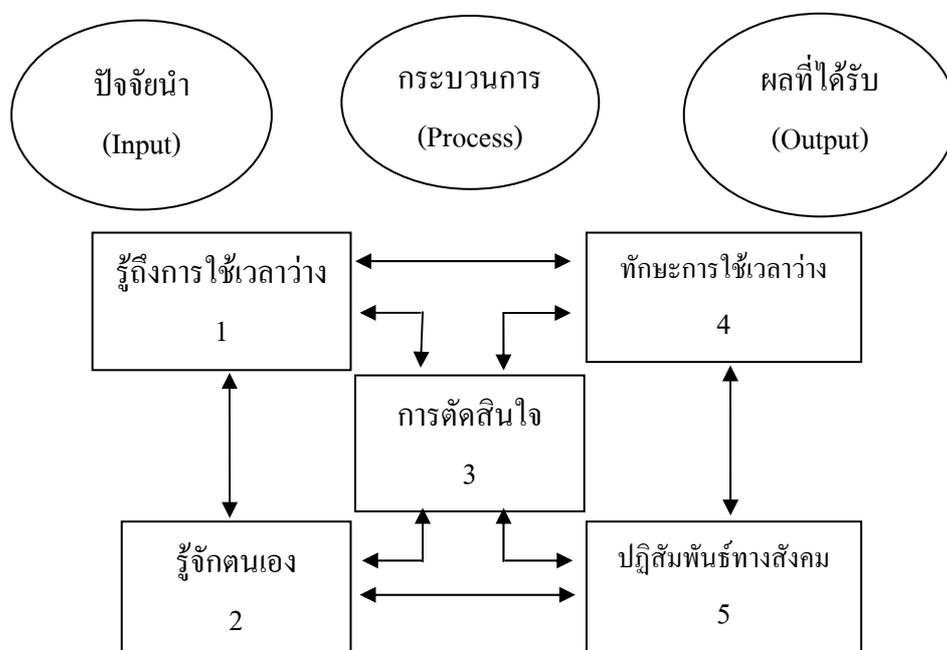
1. มนุษย์ทุกคนมีข้อจำกัดหรือขีดจำกัดทางด้านร่างกาย จิตใจและทางสังคม
2. ข้อจำกัดในการเลือกทางด้านสภาพแวดล้อม เช่น ครอบครัว กลุ่มเพื่อน วัฒนธรรมและแหล่งทรัพยากร
3. การเลือกกิจกรรมมีขีดจำกัดในการยอมรับทางสังคม
4. คุณค่าทางการเล่นลดลง ในเมื่อการใช้เวลาว่างเริ่มกลายเป็นการทำงาน
5. โอกาสที่จะสร้างประสบการณ์สูงสุด ความตื่นเต้นท้าทายและบุกเบิกมีขีดจำกัดสำหรับชนกลุ่มใหญ่

จากการศึกษาความหมายของเวลาว่าง ผู้วิจัยได้สรุปความหมายของการใช้ว่างไว้ว่า เวลาที่นอกเหนือจากการทำงานและเวลาที่นอกเหนือจากการนอน โดยการใช้เวลาว่าง เป็นการเข้าร่วมกระทำกิจกรรมเพื่อจุดมุ่งหมายที่จะทำให้เกิดความเพลิดเพลินและเกิดความพึงพอใจโดยมีความสมัครใจการเข้าร่วมกิจกรรมซึ่งไม่หวังสิ่งตอบแทนและไม่ฝืดต่อวัฒนธรรมทางสังคมหรือกฎหมาย

### ความหมายของทักษะการใช้เวลาว่าง

Mundy (1998: 59-62) กล่าวไว้ว่า ทักษะการใช้เวลาว่างเป็นหนึ่งในกระบวนการของโปรแกรมการศึกษาการใช้เวลาว่าง โดยโปรแกรมการศึกษาการใช้สามารถแบ่งองค์ประกอบได้ดังต่อไปนี้

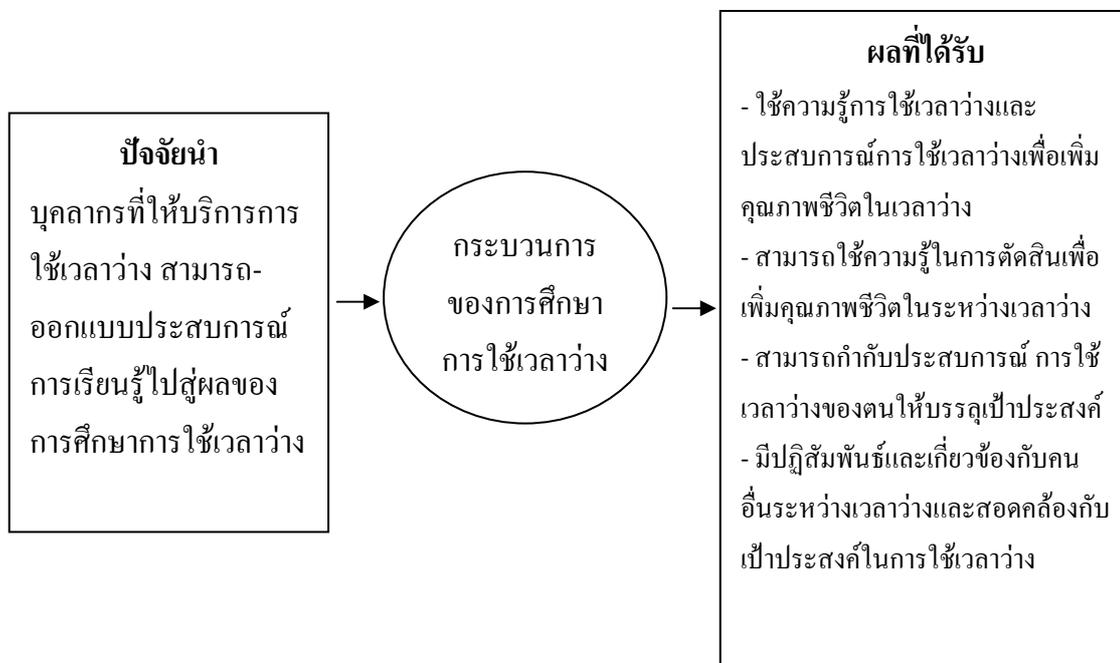
1. การรู้ถึงการใช้เวลาว่าง
2. การรู้จักตนเอง
3. การตัดสินใจ
4. ทักษะการใช้เวลาว่าง
5. ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม



ภาพที่ 3 กระบวนการของการศึกษาการใช้เวลาว่าง

ที่มา : Mundy (1998: 59)

สุวิมล (2550 ก: 5) ได้ให้ความหมายของปัจจัยนำเข้าและผลที่ได้รับในกระบวนการของการศึกษาการใช้เวลาว่าง



ภาพที่ 4 ความหมายของปัจจัยนำเข้าและผลที่ได้รับในกระบวนการของการศึกษาการใช้เวลาว่าง

ที่มา : สุวิมล (2550 ก: 5)

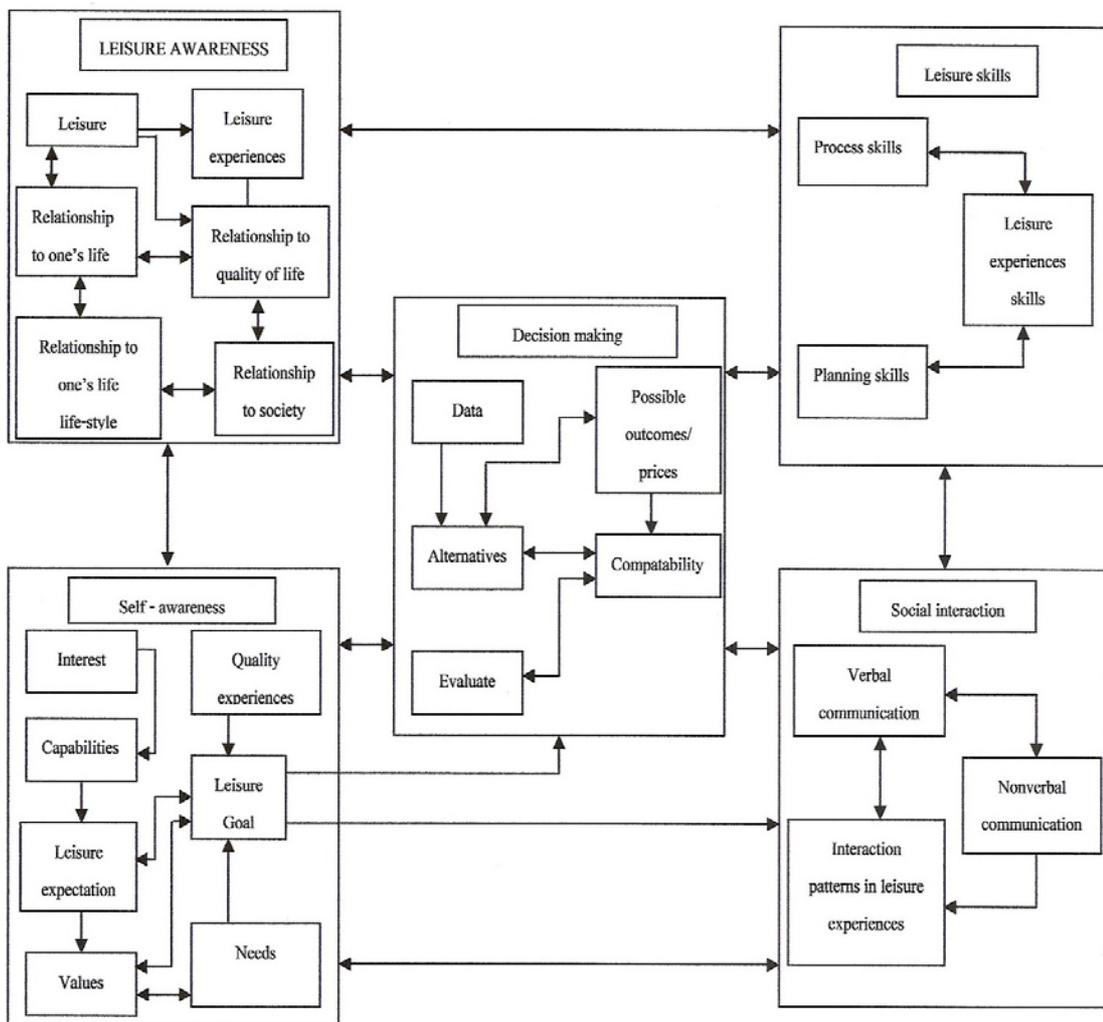
### องค์ประกอบและหัวข้อของการศึกษาการใช้เวลาว่าง

Mundy (1998: 60) ได้แบ่งองค์ประกอบและหัวข้อของการศึกษาการใช้เวลาว่างออกเป็น 5 ด้าน ดังต่อไปนี้

1. การรู้ถึงการใช้เวลาว่าง
  - 1.1 เวลาว่าง
  - 1.2 ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง
  - 1.3 ความสัมพันธ์ที่มีต่อบุคคล
  - 1.4 ความสัมพันธ์ที่มีต่อคุณภาพชีวิต

- 1.5 ความสัมพันธ์ที่มีต่อสังคม
- 1.6 ความสัมพันธ์วิถีชีวิตของแต่ละคน
2. การรู้จักตนเอง
  - 2.1 ความสนใจ
  - 2.2 ความสามารถ
  - 2.3 ความคาดหวังจากเวลาว่าง
  - 2.4 คุณภาพของประสบการณ์
  - 2.5 เป้าประสงค์ในการใช้เวลาว่าง
  - 2.6 คุณค่า
  - 2.7 ความต้องการ
3. การตัดสินใจ
  - 3.1 ข้อมูล
  - 3.2 มีตัวเลือก
  - 3.3 ผลลัพธ์ที่อาจเกิดขึ้นหรือรางวัล
  - 3.4 สามารถที่จะทำงานร่วมกันได้ นำไปประเมินผลด้วย
4. ทักษะการใช้เวลาว่าง
  - 4.1 ทักษะกระบวนการ
  - 4.2 ทักษะการวางแผน
  - 4.3 ทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง
5. ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม
  - 5.1 การสื่อสารโดยการใช้คำพูด
  - 5.2 การสื่อสารโดยไม่ใช้คำพูด

5.3 รูปแบบในการปฏิสัมพันธ์ของประสบการณ์การใช้เวลาว่าง



ภาพที่ 5 องค์ประกอบและหัวข้อของการศึกษาการใช้เวลาว่าง

ที่มา : Mundy (1998: 60)

Mundy (1998: 61-62) ได้อธิบายถึงการนำส่งข้อมูล กระบวนการและส่วนประกอบย่อยของทักษะการใช้เวลาว่างไว้ดังต่อไปนี้

1. ระบุ รวบรวม และประยุกต์ข้อมูลต่าง ๆ ในการใช้เวลาว่างและประสบการณ์การใช้เวลาว่าง

2. ระบุทางเลือกและใช้ทางเลือกนั้นในการตัดสินใจที่มีความสอดคล้องกับการใช้เวลาว่าง และประสบการณ์การใช้เวลาว่าง
3. ระบุผลลัพธ์ที่อาจจะเกิดขึ้นของทางเลือกในการใช้เวลาว่างในแต่ละทางเลือก
4. ตัดสินใจเลือกใช้เวลาว่างที่สอดคล้องกับการตระหนักถึงตนเอง
5. ประเมินผลทางเลือกการใช้เวลาว่างนั้น

### ความหมายของของโปรแกรมการศึกษาการใช้เวลาว่าง

Mundy (1998: 3-6) ได้กล่าวว่า การศึกษาการใช้เวลาว่างเป็นมุมมองที่มีแบบแผนในการสอนความรู้และทักษะ โดยมีความหลากหลายของกิจกรรมหรือกระบวนการของการสอนอย่าง เฉพาะเจาะจงเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างโดยมีโอกาสนำไปใช้สำหรับการเข้าร่วมผ่าน โปรแกรม นันทนาการและโปรแกรมหลังเลิกเรียน การปฏิบัติส่วนใหญ่ในการศึกษาการใช้เวลาว่างเป็นการให้ ความรู้ การสอนและ ความรู้เกี่ยวกับ “ความคุ้มค่า” หรือ “ความฉลาด” ในการใช้เวลาว่าง ซึ่ง เป้าประสงค์ของการศึกษาการใช้เวลาว่างคือการทำให้บุคคลต่าง ๆ ยกระดับคุณภาพชีวิตผ่านการใช้ เวลาว่าง

สุวิมล (2550 ก: 1) ได้ให้ความหมายของการศึกษาการใช้เวลาว่าง คือ การสอนให้ ประชาชนมีความรู้และทักษะในกิจกรรมต่างๆ และเปิดโอกาสให้เข้าร่วม โปรแกรม นันทนาการ อีกทั้งยังเป็นกระบวนการที่พัฒนาเอกลักษณ์บุคคลให้เข้าใจการใช้เวลาว่าง ความสัมพันธ์ระหว่างตนเอง และสังคม พร้อมกำหนดวิถีชีวิตของตนเองตามค่านิยม ความต้องการ และเป้าประสงค์ของตนเอง โดยยึดหลักการใช้เวลาว่างให้คุ้มค่าหรือฉลาดในการใช้เวลาว่าง

การศึกษาการใช้เวลาว่าง (Leisure Education) เป็นกระบวนการที่สำคัญเพราะเป็น การศึกษาที่ว่าด้วยการเสริมสร้างวิถีชีวิตของคนให้เป็นชีวิตที่กระฉับกระเฉง (Active Life Style) ไม่ใช่ชีวิตแห่งความถดถอย (Passive Life Style) โดยมีลักษณะของการศึกษาการใช้เวลาว่างจะมุ่ง ประเด็นหลัก 3 ประการคือ การศึกษาการใช้เวลาว่างเพื่อสมรรถภาพ การศึกษาการใช้เวลาว่างเพื่อ พัฒนาชีวิตและการศึกษาการใช้เวลาว่างเพื่อการสมาคม (สุวิมล, 2541: 94)

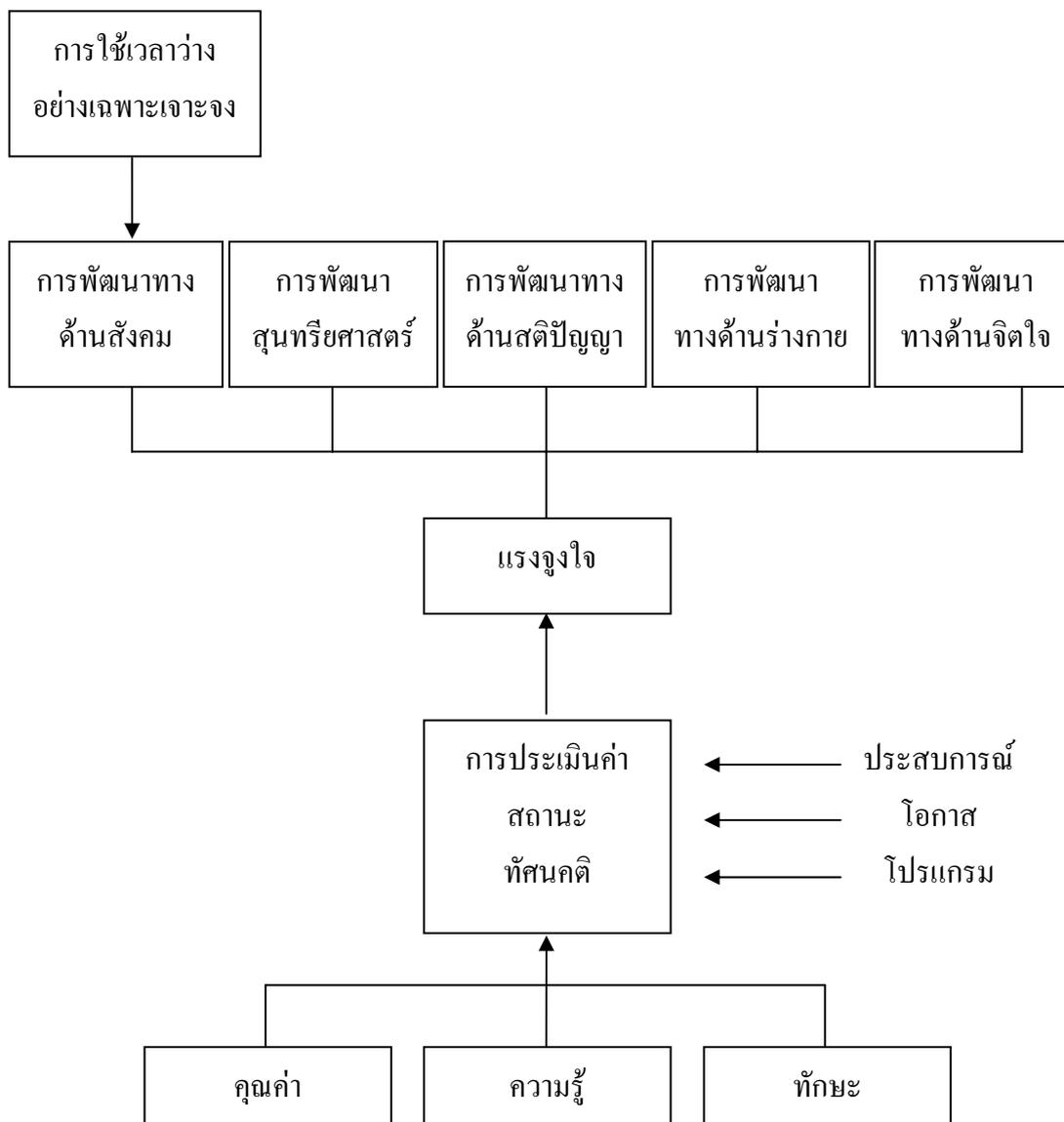
Peterson และ Gunn ( อ้างใน สุวิมล 2550 ก: 2) ได้ให้ความหมายของการศึกษาการใช้เวลาว่าง คือ เป็นการให้บริการที่เน้นการพัฒนา และการได้มาซึ่งการใช้เวลาว่างที่หลากหลายที่เกี่ยวข้องกับทักษะ ทักษะคิดและความรู้

NRPA ( อ้างใน สุวิมล 2550 ก: 2) ได้ให้ความหมายของการศึกษาการใช้เวลาว่าง คือ เป็นกระบวนการที่ประชาชนยอมรับว่า การใช้เวลาว่างเป็นความหมายที่แต่ละคนพึงพอใจ และเกิดความคุ้นเคยกับ โอกาสของการใช้เวลาว่าง เข้าใจถึงผลกระทบของการใช้เวลาว่างที่มีต่อสังคม และตัดสินใจในพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของตนเอง

### ความต้องการและคุณค่าของการศึกษาการใช้เวลาว่าง

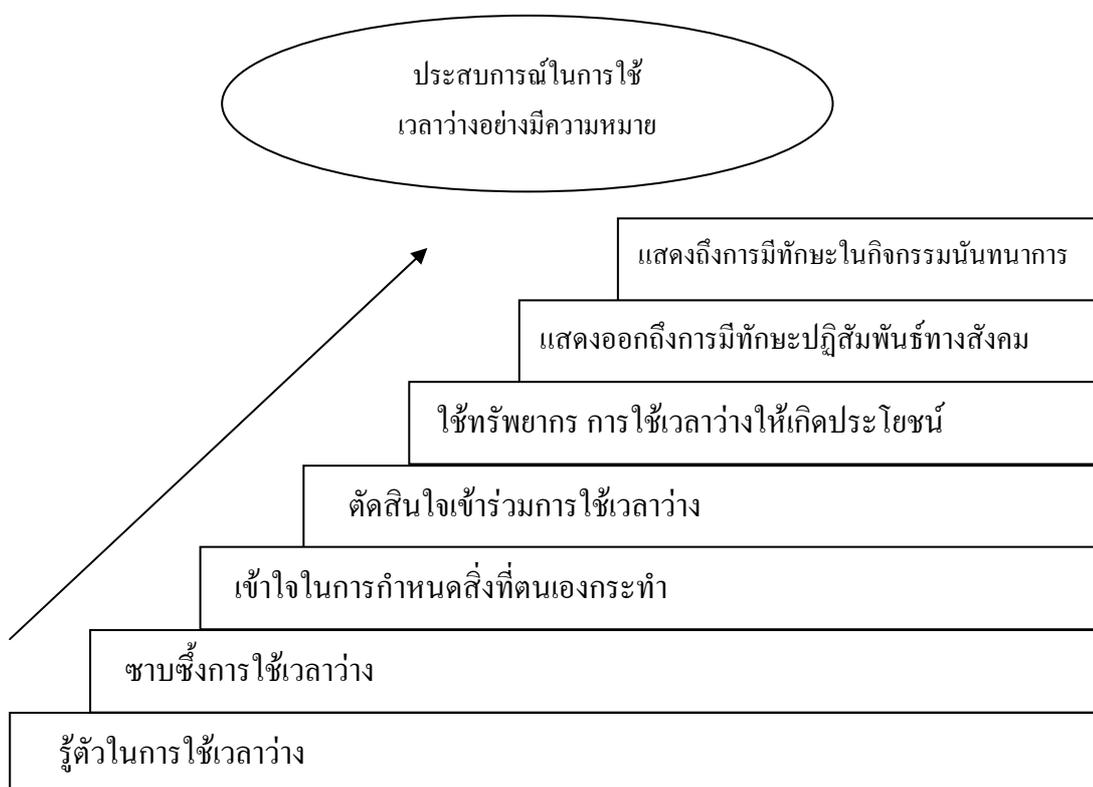
สุวิมล (2550 ข: 24) สรุปถึงความต้องการและคุณค่าของการศึกษาการใช้เวลาว่างประกอบไปด้วย

1. ความรู้
2. คุณค่า
3. ทักษะ



ภาพที่ 6 ผลที่เกิดจากพฤติกรรมการใช้เวลาว่างโดยผ่านการศึกษาการใช้เวลาว่าง  
ที่มา : สุวิมล (2550 ข: 24)

## คุณลักษณะของบุคคลที่ผ่านการศึกษาคำการใช้เวลาว่าง

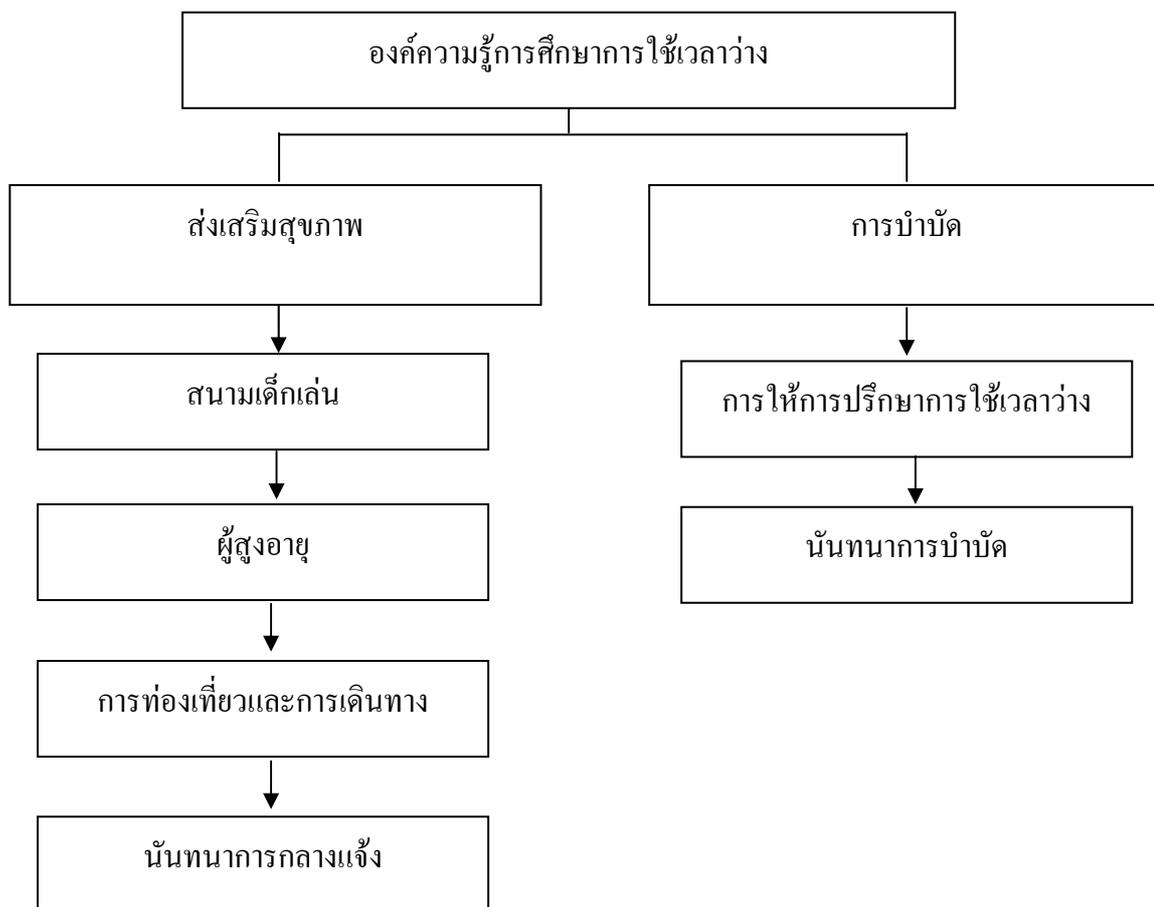


ภาพที่ 7 คุณลักษณะของบุคคลที่ผ่านการศึกษาคำการใช้เวลาว่าง

ที่มา : สุวิมล (2550 ก: 6)

## ลักษณะองค์ความรู้ของการใช้เวลาว่าง

สุวิมล (2550 ข: 7) กล่าวถึงองค์ความรู้ของการศึกษาการใช้เวลาว่างดังนี้



ภาพที่ 8 องค์ความรู้การศึกษาการใช้เวลาว่าง

ที่มา : สุวิมล (2550 ข: 7)

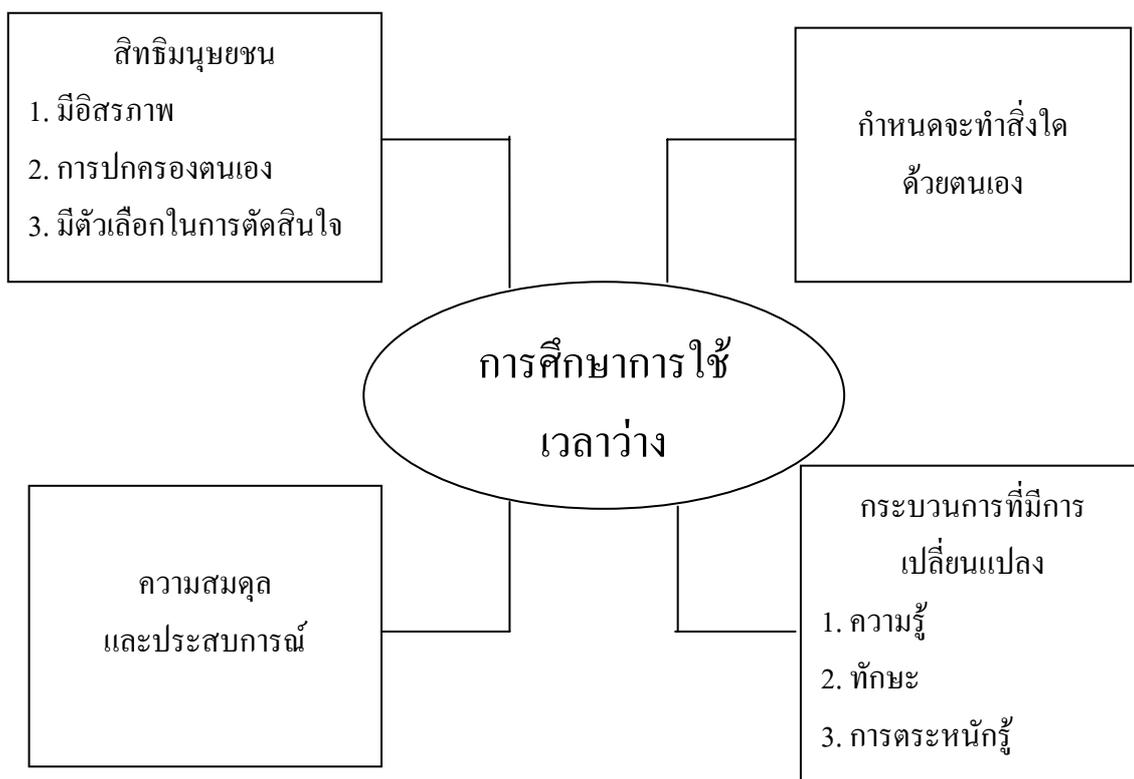
สุวิมล (2550 ก: 5) กล่าวถึงคุณลักษณะของการศึกษาการใช้เวลาว่างดังนี้

### 1. สิทธิมนุษยชน

#### 1.1 มีอิสระภาพ

#### 1.2 การปกครองตนเอง

- 1.3 มีตัวเลือกในการตัดสินใจ
2. ความสมดุลและประสบการณ์
3. กำหนดจะทำสิ่งใดด้วยตนเอง
4. กระบวนการที่มีการเปลี่ยนแปลง
  - 4.1 ความรู้
  - 4.2 ทักษะ
  - 4.3 การตระหนักรู้



ภาพที่ 9 คุณลักษณะของการศึกษาการใช้เวลาว่าง

ที่มา : สุวิมล (2550 ก: 4)

จากการศึกษาความหมายของโปรแกรมการศึกษาการใช้เวลาว่าง ผู้วิจัยได้สรุปความหมายของโปรแกรมการศึกษาการใช้เวลาว่างไว้ว่า เป็นกระบวนการที่จะทำให้เกิดความรู้ ทักษะ และประสบการณ์ในการใช้เวลาว่าง ทำให้ทราบถึง “คุณค่า” ในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์กับตนเอง สังคมและไม่ผิดต่อกฎหมายที่ได้บัญญัติขึ้น ซึ่งเป็นประสงค์ของการศึกษาการใช้เวลาว่างคือ การทำให้บุคคลต่าง ๆ ยกระดับคุณภาพชีวิตผ่านการใช้เวลาว่าง

ดังนั้นทักษะการใช้เวลาว่าง หมายถึง ผลที่ได้รับจากกระบวนการของการศึกษาการใช้เวลาว่าง ซึ่งประกอบด้วย ทักษะกระบวนการ ทักษะการวางแผนและทักษะที่เกิดประสบการณ์จากการใช้เวลาว่าง

### นวัตกรรมกระดาศัพ

คำว่า “นวัตกรรม” นั้นในปัจจุบันมีปรากฏอยู่ทั่วไปทั้งในหน้าหนังสือพิมพ์และในจอโทรทัศน์แทบทุกวันจนคาดคะเน เหมือนเป็นแฟชั่นทางคำพูดของนักวิชาการ หรือโอฬารของบรรดาข้าราชการของนักการเมือง หากหาข้อมูล(Search) คำว่า “นวัตกรรม” ใน Google เราจะพบข้อมูลทั้งหมดประมาณ 67,000 รายงาน แต่หากเปลี่ยนมาค้นหาคำว่า “Innovation” จะพบรายการมากถึง 32,100,000 รายการ จากข้อมูลดังกล่าวย่อมสะท้อนความตื่นตัวและระดับการรับรู้ที่แตกต่างกันระหว่างชาวไทยกับชาวต่างประเทศ เพราะมีความแตกต่างในแง่การรับรู้เกือบ 500 เท่า (ปรีดา และ คณะ, 2548 : 15)

### ความหมายของนวัตกรรม

ความสามารถในการคิดสร้างสรรค์ของมนุษย์ สนิทกับความพากเพียรอดสาหะได้รังสรรค์สิ่งใหม่ๆ ออกมาในโลกอยู่ตลอดเวลา เราเรียกสิ่งใหม่ที่เกิดขึ้นนี้ว่า “นวัตกรรม” นวัตกรรมตรงกับคำว่า “innovation” ในภาษาอังกฤษ โดยที่ในภาษาอังกฤษคำกริยาว่า innovate นั้นมีรากศัพท์มาจากคำภาษาละตินว่า innovare ซึ่งแปลว่า “to renew” หรือ “ทำขึ้นมาใหม่” คนทั่วไปมักจะเข้าใจผิดคิดว่านวัตกรรมเป็นคำที่เกี่ยวข้องเฉพาะสิ่งใหม่ๆ ที่เกิดขึ้นในวงการด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ซึ่งในเรื่องนี้สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ได้ทรงอธิบายไว้ในการแสดงปาฐกถาเรื่อง “เทคโนโลยี นวัตกรรม กับการพัฒนาประเทศ” ในการประชุมประจำปีของสำนักงานพัฒนา

วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (สวทช.) เมื่อวันที่ 30 มีนาคม 2542 มีใจความตอนหนึ่งว่า (ประพนธ์, 2547 : 1)

... คนเรานั้นจะต้องมี นวัตกรรม คือต้อง innovative หรือต้องรู้จักสร้างสรรค์ ต้องมีความพร้อมที่จะก้าวไปข้างหน้า ปรับตัวให้ทันกับความเปลี่ยนแปลงของโลก แต่เราก็ต้องสามารถปรับโลกให้เหมาะสมสอดคล้องกับความเป็นอยู่หรือความพอใจ ความสุขสบายของตัวเองเหมือนกัน ต้องแก้ปัญหาด้วยความคิด พยายามหนึ่งต้นก็ต้องหาทางใหม่ ไม่มองมืออเท้ายังใน ภาวะวิกฤต ยิ่งต้องการนวัตกรรม ซึ่งไม่เฉพาะแต่นวัตกรรมทางเทคโนโลยีเท่านั้น หากแต่เป็นนวัตกรรมของทั้งระบบ โดยรวม ตั้งแต่สังคม เศรษฐกิจ และวิถีชีวิตหรือวัฒนธรรม...

นวัตกรรม หมายถึง สิ่งใหม่ ที่เกิดจากการใช้ความรู้และความคิดสร้างสรรค์ ที่มีประโยชน์ต่อเศรษฐกิจและสังคม (สำนักงานนวัตกรรมแห่งชาติ. <http://www.nia.or.th/>, 2551)

นวัตกรรม หมายถึง การนำสิ่งใหม่ๆ เข้ามาเปลี่ยนแปลงเพิ่มเติมวิธีการที่ทำอยู่แล้ว เพื่อให้ใช้ได้ผลดียิ่งขึ้น (บุญเกื้อ, 2542 : 13)

ปรีดา และ คณะ (2548, 15 อ้างถึงใน พจนานุกรมฉบับอ็อกฟอร์ด) ได้ให้ความหมายของคำกริยา Innovate ไว้ว่า ทำการเปลี่ยนแปลงในสิ่งที่มีอยู่แล้ว โดยเฉพาะ โดยการใช้วิธีการใหม่ ความคิดใหม่หรือผลิตภัณฑ์ใหม่

นวัตกรรม หมายถึง ความใหม่ในด้านต่างๆ อาจเป็นแนวคิดใหม่ ทฤษฎีใหม่ วิธีในการดำเนินการใหม่ๆ เทคนิคใหม่ๆ รวมทั้งการนำเสนอสาระด้วยสื่อใหม่ๆ (จันทร์เพ็ญ, 2549)

#### ความหมายของนวัตกรรมกระดาดพับ

กุลยา (2551) ได้ให้ความหมายของนวัตกรรมกระดาดพับไว้ว่า เป็นกิจกรรมที่พัฒนางานพับกระดาดให้เป็นกิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งจะให้ผลประโยชน์อย่างมากทั้งทางด้านการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ซึ่งสามารถส่งเสริม ไปถึงการเรียนภาษา

วิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ สังคมศึกษา และสร้างเสริมนิสัยได้อีกด้วย ผนวกทั้งหลักในการเรียนการสอนแบบ “จิตปัญญา” เข้ากับการพับกระดาษ

### ความหมายของกระดาษพับ

กูดยา (2551: 53 อ้างถึงใน Robinson 2007) ได้กล่าวถึงศิลปะกระดาษพับแพร่หลายมากในประเทศญี่ปุ่น ซึ่งเรียกกันว่า Origami มาจากภาษาญี่ปุ่น โดยคำว่า โอริ แปลว่า “พับ” และ กามิ แปลว่า “กระดาษ” ศิลปะกระดาษพับนี้ได้แพร่มาจากตะวันตกสู่ประเทศญี่ปุ่นประมาณปี 2493 จากความสนใจของคนญี่ปุ่นที่นำมาให้เป็นงานอดิเรก จึงทำให้เกิดมีการแพร่หลายอย่างรวดเร็วและพัฒนาเป็นรูปแบบต่างๆ นิภาพร (<http://www.jatschool.com/origami2.html>, 2548) กล่าวถึงรูปแบบของการพับแสดงถึงความเป็นอยู่ของสังคม วัฒนธรรม ความเป็นอยู่ รวมถึงสิ่งแวดล้อมรอบตัว เช่น การพับวัด เจดีย์ กิโมโน หมวกชามูโร นกกระเรียน ฯลฯ แต่เชื่อกันว่า การพับที่เก่าแก่ที่สุดคือการพับกบและการพับนก

สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ (2546: 75) ได้จำแนกกระดาษพับอยู่ในการใช้เวลาว่างประเภทศิลปะหัตถกรรม และเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะความสามารถพิเศษในด้านงานฝีมือ ความคิดสร้างสรรค์ในการใช้เวลาว่างหรือเวลาอิสระ เพื่อก่อให้เกิดการพัฒนาอารมณ์สุข และความเจริญเติบโตทางกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

ภาณี (<http://www.healthycampus.tu.ac.th/what's%20news/origami2.htm>, 2551) กล่าวว่า การพับกระดาษแบบญี่ปุ่นหรือภาษาญี่ปุ่นเรียกว่า Origami เป็นวัฒนธรรมประเพณีเก่าแก่ของญี่ปุ่น แต่เดิม ใช้กันในศาสนาชินโต ต่อมาใช้กันแพร่หลาย กลายเป็นงานอดิเรกเพื่อความเพลิดเพลิน และใช้งานจนเป็นที่รู้จักกันทั่วไปในหมู่คนญี่ปุ่น

วิกิพีเดียสารานุกรมเสรี (<http://th.wikipedia.org/wiki/โอะริงะมิ>, 2551) ได้อธิบายถึง ศิลปะพับกระดาษเป็นการสร้างสรรค์รูปทรง หรือวัตถุต่างๆ ขึ้นมาจากการพับกระดาษ โดยทั่วไปการพับกระดาษจะเริ่มจากกระดาษแผ่นสี่เหลี่ยม ซึ่งอาจใช้สี่เหลี่ยม สี่เหลี่ยมจัตุรัส หรือกระดาษที่มีลวดลายต่างๆ และทำการพับทบไปจนเป็นรูปร่าง ซึ่งส่วนมากจะไม่มีการตัดกระดาษ สำหรับการประดิษฐ์ที่มีการตัดระหว่างการทำจะเรียกว่า คิริงะมิ

### ประโยชน์จากกระดาษพับ

กุลยา (2551: 53) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการพับกระดาษดังนี้

1. สร้างสมาธิที่แน่วแน่ในการสร้างผลงานด้วยการลำดับข้อมูลการพับอย่างเป็นระบบมีขึ้น  
ตอน

2. พัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก การใช้มือ ตา ประสานกันในขณะที่เดียวกันประสานสมองด้วย

3. สร้างความเพลิดเพลินและภาคภูมิใจในความสำเร็จของงาน

สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ (2546: 75) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการพับกระดาษ  
ดังต่อไปนี้

1. เป็นกิจกรรมสร้างสรรค์เหมาะแก่บุคคลทุกระดับวัย

2. เป็นกิจกรรมประสานงาน สมอง และมือ ตลอดจนแนวความคิด

3. เป็นกิจกรรมผ่อนคลายอารมณ์ใช้พลังงานและเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมได้พัฒนาอารมณ์  
สุข

4. ช่วยพัฒนาลักษณะนิสัยและทัศนคติในทางที่ดี

5. ช่วยให้คุณและชุมชนช่วยตนเอง มีโอกาสเลือกตัดสินใจที่จะเลือกกิจกรรมเรียนรู้ด้วย  
ตนเอง

6. สร้างความภาคภูมิใจในผลงานของตน และสร้างความมั่นใจในผลงานของตน

ภาณี (<http://www.healthycampus.tu.ac.th/what's%20news/origami2.htm>, 2547) กล่าวถึง  
ประโยชน์ของการพับกระดาษไว้ว่าการพับกระดาษ เป็นงานฝีมือที่นอกจากจะฝึกสมาธิแล้ว  
สามารถช่วยให้เกิดสติปัญญา เป็นการฝึกกล้ามเนื้อให้แข็งแรง และทำงานให้มีความประณีต

คล่องแคล่ว นอกจากนั้น การพับกระดาษแบบญี่ปุ่นยังสอนถึงการประหยัด กระดาษทุกชิ้นที่ใช้พับ จะไม่มีเศษกระดาษเหลือทิ้งจะเก็บไว้ผลิตงานชิ้นต่อไป ประโยชน์ของการพับกระดาษแบบญี่ปุ่น นอกจากจะได้รับความรู้ที่หาเรียนได้ยาก งานประดิษฐ์ยังสวยงามน่ารักสไตล์ญี่ปุ่น มอบเป็นของขวัญที่มีค่าประทับใจผู้รับมีรูปลิ่ม

### นวัตกรรมกิจกรรมการเรียนรู้การพับกระดาษ

นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้เป็นแนวคิดของ กุลยา ตันติผลาชีวะ (2551 :18-54) ที่พัฒนาขึ้นและเขียนเป็นหนังสือชื่อ นวัตกรรมกิจกรรมการเรียนรู้การพับกระดาษ เล่ม 1 โดยมีความหมาย ดังนี้

#### 1. ลักษณะของนวัตกรรมกระดาษพับ (กุลยา, 2551: 25)

ลักษณะของนวัตกรรมกระดาษพับเป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างพัฒนาการและการเรียนรู้ตามวัย โดยเน้นการเรียนรู้โดยผ่านประสบการณ์การเล่น และการกระทำกิจกรรมตามวัยซึ่งมีความต้องการและวิธีการเรียนรู้ที่แตกต่างกัน ดังนั้นในการจัดประสบการณ์เป็นกระบวนการให้ความรู้ โดยให้เด็กได้สัมผัส ได้เห็น ได้กระทำ ได้รับความรู้ได้อย่างใดอย่างหนึ่ง หรือหลายอย่างประกอบกัน ซึ่งจะอยู่ในรูปของการจัดกิจกรรมหรือการสร้างสิ่งแวดล้อมหรือการบรรยากาศที่ทำให้เกิดความรู้ ตอบสนอง และเรียนรู้อย่างมีความหมาย สำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมกระดาษพับจะได้เรียนรู้จากการซึมซับรับรู้ในขณะปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ โดยมีจุดประสงค์ 3 ประการ ดังนี้

1. ผู้เข้าร่วมได้เรียนรู้สภาพจริงของชีวิตในบรรยากาศจริง ซึ่งมุ่งใจการเรียนรู้ได้สูงกว่าสถานการณ์จำลอง

2. ผู้เข้าร่วมได้ซึมซับประสบการณ์ที่เด็กได้รับตามหลักสูตรองค์ความรู้และวัฒนธรรมที่จำเป็นสำหรับเติมโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต

3. ผู้เข้าร่วมได้เรียนรู้ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและทางปัญญาจากประสบการณ์

นวัตกรรมการกระดาศัพ (กุลยา , 2551: 18) เป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นให้ผู้เข้าร่วมเกิดการเรียนรู้ด้วยวิธีการต่างๆ ดังนี้

### 1. การเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง

1.1 การกระทำ ประสบการณ์ที่ผู้เข้าร่วมได้รับด้วยการลงมือปฏิบัติ เป็นนักปฏิบัติ ผู้เข้าร่วมชอบ ชอบคิด ชอบสังเกต เป็นนักทฤษฎี และนักทดลองในการเรียนรู้ หากได้มีการลงมือกระทำแล้วให้คิดผู้เข้าร่วมจะชอบมาก และรู้สึกว่าได้เรียนรู้ ซึ่งการเรียนรู้นั้นต้องเป็นไปอย่างมีเป้าหมายและสนับสนุนให้เกิดการใช้ความคิดพิจารณา โปรแกรมการเรียนรู้เพื่อให้การศึกษากับผู้เข้าร่วมจึงต้องสัมผัสได้

1.2 การมีปฏิสัมพันธ์ ผู้เข้าร่วมจะเรียนรู้ตลอดเวลา บางทีก็ช้า บางทีก็เร็ว แล้วแต่ความสนใจ ความอยาก การให้ผู้เข้าร่วมมีประสบการณ์มากและมีความหลากหลายในประสบการณ์ซึ่งประสบการณ์เหล่านี้ จะส่งผลทำให้การเรียนรู้ของผู้เข้าร่วมเป็นไปอย่างกว้างขวาง ผู้เข้าร่วมไม่สามารถเรียนรู้จากการรับรู้อย่างเดียว ผู้เข้าร่วมชอบคิดการอภิปราย และการได้แสดงออกเป็นสิ่งที่ผู้เข้าร่วมทำได้แต่ต้องให้ออกาส ดังนั้น สารที่เรียนที่เป็นเนื้อหาใหม่ต้องสอดคล้องไปกับประสบการณ์ที่มีอยู่ จะทำให้ผู้เข้าร่วมมองภาพและให้ความเห็นร่วมกัน มีปฏิสัมพันธ์ต่อกันที่นำไปสู่การเรียนรู้ที่ชัดเจน

1.3 การวางเงื่อนไข เป็นการเรียนรู้ที่ตอบสนองเงื่อนไข เช่น การแก้ปัญหา ทั้งที่เป็น การลองผิดลองถูก และการแก้ปัญหาด้วยปัญญา การเรียนแบบมีเงื่อนไขยังคงใช้อยู่บ้าง ในบางกรณี

2. การเรียนรู้จากประสบการณ์ทางอ้อม จากการได้เห็น ได้ยิน ได้ฟัง โดยที่ผู้เข้าร่วมไม่ได้สัมผัสโดยตรง ก็สามารถสร้างการเรียนรู้ได้

### 2. ขั้นตอนของนวัตกรรมการกระดาศัพ (กุลยา, 2551: 47-48)

ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยการพับ พัฒนาขึ้นเป็นลำดับที่ส่งผลต่อการเรียนรู้งานทำงานของสมองและการพัฒนาการของเด็ก ทั้งด้านจิตใจและปัญญา ซึ่งกิจกรรมกระดาศัพจะจำแนกเป็น 4 ขั้นตอน ดังนี้

2.1 **ขั้นสร้างมโนทัศน์** เป็นขั้นของการวางพื้นฐานความรู้ โดยผู้นำกิจกรรมให้ความรู้แก่ผู้เข้าร่วมเกี่ยวกับเรื่องที่จะเรียนเป็นการเบื้องต้นก่อน เพื่อวางกรอบแนวคิดและมโนทัศน์ในเรื่องที่เรียน ตัวอย่างเช่น ผู้เข้าร่วมจะทำกิจกรรมการเรียนรู้กระดาษพับ “เรื่องปลา” ผู้เข้าร่วมจะต้องพับปลาแล้วทำกิจกรรมปลา ผู้เข้าร่วมต้องมีความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับปลาว่า เป็นสัตว์น้ำ มีตา มีครีบ และต้องอาศัยอยู่ในน้ำกับสัตว์เล็กๆ ในน้ำ และพืชเป็นอาหาร การสร้างมโนทัศน์เป็นการกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมอยากเรียนรู้ต่อเนื่อง

2.2 **ขั้นพับกระดาษ** เป็นขั้นตอนของการพับสิ่งที่เรียน เช่น ถ้าเรียนปลาก็จะพับปลา เรียนกิ้งก่าจะพับนก เป็นต้น นวัตกรรมกระดาษพับของกุลยานัน ได้ปรับให้ง่ายที่สุดตามอายุของผู้เข้าร่วมจึงทำให้ผู้เข้าร่วมได้รับความสนุกสนานจากการพับ

2.3 **ขั้นพัฒนาผลงาน** เป็นขั้นของการนำผลงานพับกระดาษมาจัดแสดงในรูปแบบต่างๆ ตามลักษณะผลงาน โดยการจัดเป็นกลุ่มเล็กๆ เพื่อสร้างผลงานที่ต่อยอดสาระการเรียนรู้ตามมโนทัศน์ ด้วยการนำไปสร้างผลงานสร้างสรรค์ซึ่งผู้นำกิจกรรมอาจกำหนดเป้าหมายให้ผู้เข้าร่วมทำหรือให้ผู้เข้าร่วมสร้างสรรค์เสรีก็ได้

2.4 **ขั้นนำเสนอและสรุปการเรียนรู้** เป็นขั้นที่ผู้เข้าร่วมต้องนำผลงานกลุ่มหรือผลงานเดี่ยวมานำเสนอหน้าชั้นเรียน โดยให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการนำเสนอ ด้วยการเล่นหรือตอบคำถามปลายเปิด เกี่ยวกับการทำงานและผลงานที่ผู้เข้าร่วมได้ทำ

### 3. ประโยชน์ของนวัตกรรมกระดาษพับ

เมื่อผู้เข้าร่วมได้มีการนำเสนอผลงานนวัตกรรมกระดาษพับแล้วให้ทั้งชั้นร่วมกันสรุปสาระความรู้ที่ได้เรียน สิ่งที่ผู้เข้าร่วมได้จากกิจกรรมการเรียนรู้ นี้คือการส่งเสริมพัฒนาการด้านต่างๆ (กุลยา, 2551: 48-49) ดังนี้

#### 1. ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกาย

##### 1.1 ฝึกกล้ามเนื้อมัดเล็กจากการพับ

- 1.2 ส่งเสริมการใช้ตา มือ และสมอง ประสานงาน
2. ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านจิตใจ
  - 2.1 ฝึกสมาธิ
  - 2.2 สร้างความภูมิใจในตนเอง
  - 2.3 สร้างความสำเร็จในผลงาน
  - 2.4 รักการเรียนรู้
3. ส่งเสริมพัฒนาการด้านสังคม
  - 3.1 ฝึกการทำงานกับ
  - 3.2 ฝึกปฏิสัมพันธ์ทางสังคม
  - 3.3 ฝึกมนุษยสัมพันธ์
  - 3.4 พัฒนาสังคม
4. ส่งเสริมทักษะทางปัญญา
  - 4.1 พัฒนาองค์ความรู้
  - 4.2 พัฒนาภาษา
  - 4.3 เรียนรู้การแก้ปัญหา
  - 4.4 พัฒนาการคิดอย่างเป็นระบบ
  - 4.5 พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
  - 4.6 ฝึกการเรียนรู้ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

#### 4. ตัวอย่างของนวัตกรรมกระดาษพับ

กุหลาบ (2551: 45) ได้ให้ตัวอย่างของแผนกิจกรรมการเรียนรู้ของนวัตกรรมกระดาษพับไว้ดังต่อไปนี้

1. ปลาพับ
2. เบ็ดพับ
3. ไก่พับ
4. นกพับ
5. เต่าพับ
6. ไดโนเสาร์พับ
7. กระดาษพับ
8. หนูพับ
9. กบพับ

ผู้วิจัยได้นำกิจกรรมนันทนาการเข้ามาใช้ในการเรียนการสอนของนวัตกรรมกระดาษพับ โดยใช้กิจกรรมนันทนาการมาใช้ในการเตรียมพร้อมก่อนเข้าสู่บทเรียนและในการสรุปสาระการเรียนรู้ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ใช้เฉพาะเรื่อง ปลาพับ ไก่พับ นกพับ เบ็ดพับ ไดโนเสาร์พับ กระดาษพับ หนูพับ กบพับ

จากการศึกษาความหมายของนวัตกรรมกระดาษพับ ผู้วิจัยได้สรุปความหมายของนวัตกรรมกระดาษพับ คือ การแปรสภาพวัสดุกระดาษให้มีรูปร่าง มิติ และรูปทรง ตามจินตนาการของผู้ประดิษฐ์เพื่อการเรียนรู้ ซึ่งจะให้เกิดพัฒนาการทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ซึ่งสามารถส่งเสริมไปถึงการเรียนรู้ภาษา วิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ สังคมศึกษา และสร้างเสริมนิสัยผนวกทั้งทำให้ผู้เข้าร่วมเกิดความคิดสร้างสรรค์อีกด้วย

## เด็กวัยเรียน

### ความหมายของเด็กวัยเรียน

เด็กวัยเรียน จะอยู่ในวัยเด็กตอนปลาย ซึ่งมีระหว่างอายุ 9 – 12 ปี (ทวิรัสมิ์, 2525: 191) วัยนี้เหมือนกับวัยเด็กตอนปลาย ในระหว่างนี้ถ้าเด็กคนใดมีกระสวนความเจริญเติบโตเร็ว ก็เข้าสู่วัยหนุ่มสาวเร็ว เด็กส่วนใหญ่ยังคงสูงขึ้นและน้ำหนักเพิ่มขึ้นอย่างสม่ำเสมอ มีความเปลี่ยนแปลงทางกายบ้าง ภายในร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงของต่อม โครมโครดุก สัดส่วนทางกาย ซึ่งไม่ปรากฏชัดเจนนัก เด็กแต่ละคนเข้าสู่วัยแตกเนื้อหนุ่มสาวไม่พร้อมกัน บางคนกำลังจะย่างเข้าวัยรุ่น เมื่ออายุ 11 ปี บางคน 9 ปี บางคน 12 ปี ทั้งนี้สุดแต่กระสวนความเจริญเติบโตของแต่ละบุคคล โดยเฉพาะเด็กชายย่างเข้าวัยก่อนรุ่นช้ากว่าเด็กหญิงประมาณ 1-2 ปี เมื่อเข้าสู่วัยแตกเนื้อหนุ่มสาวแล้ว ความเจริญเติบโตจะเป็นไปอย่างรวดเร็ว ความเปลี่ยนแปลงหลายอย่างเกิดขึ้นทั้งภายในร่างกายและร่างกายภายนอก ทำให้เกิดปัญหาทางอารมณ์และสังคมขึ้น เมื่อบรรลุนิติภาวะทางเพศแล้วอัตราความเจริญเติบโตจึงค่อยช้าลง

Erikson เจ้าของทฤษฎีพัฒนาการจิตสังคม ได้แบ่งพัฒนาการทางบุคลิกภาพของเด็กที่มีอายุระหว่าง 6 – 11 ขวบ โดยจะอยู่ในขั้นที่ 4 ของพัฒนาการ ซึ่งเด็กจะมีความขยันหมั่นเพียรกับความรูสึกมีปมด้อย (Industry VS Inferiority) Erikson ใช้คำว่า “Industry” กับเด็กวัยนี้ เนื่องจากเด็กวัยนี้มีพัฒนาการด้านสติปัญญาและด้านร่างกายอยู่ในขั้นที่มีความต้องการที่จะทำกิจกรรมต่างๆ อยู่เสมอ ชอบเขียน ชอบอ่าน ขยันในการทำงานต่าง ๆ และภาคภูมิใจในผลงานที่ทำแล้วประสบความสำเร็จ ดังนั้นหากมีสนับสนุน คอยชี้แนะให้เด็กทำงานบรรลุความสำเร็จตามความมุ่งหวังของเด็กในการทำงานนั้นๆ จะทำให้เด็กมีความมั่นใจในความสามารถของตนเอง และจำทำให้เด็กมีความมุ่งมั่นที่จะทำงานนั้นๆ ต่อไป ในทางตรงกันข้ามถ้าเด็กประสบความล้มเหลวในงานที่ทำแล้วผู้ปกครองไม่ให้กำลังใจ แต่ยังตำหนิเขา เด็กก็จะหมกมิดกำลังใจ ไม่มีความมั่นใจในความสามารถของตนเอง และจำทำให้เด็กรูสึกต่ำต้อย ไม่เห็นคุณค่าในตนเองและรูสึกมีปมด้อยในที่สุด (พาสนา, 2548: 37)

เด็กในช่วงอายุระหว่าง 8 – 11 ปี จะมีการพัฒนาทางความคิดและทางจิตใจที่ลึกซึ้งและสลับซับซ้อนยิ่งขึ้น เด็กวัยนี้สามารถเข้าใจความรู้สึกนึกคิด รวมทั้งบุคลิกภาพของคนอื่น อีกทั้งเข้าใจความรู้สึกของตัวเองดีขึ้น สามารถเอาใจเขามาใส่ใจเราและมี empathy เมื่อมีความลึกซึ้งใน

การเข้าใจมุมมองและสภาพของคนอื่นมากขึ้น ทำให้มีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ช่วยเหลือคนอื่น การที่เริ่มมีความสามารถในการที่จะรู้เขารู้เรา ทำให้เข้ากับเพื่อนได้ดีขึ้น แก้ปัญหาการขัดแย้งได้ดีขึ้น โดยปัจจัยที่สำคัญที่ทำให้เด็กนั้นเกิดการพัฒนาดีคือ ครอบครัวที่ดีและอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี (นพมาศ, 2545: 83)

วัยเด็กตอนปลายหรือวัยรุ่นตอนต้นเปรียบได้กับสะพานเชื่อมระหว่างวัยเด็กกับวัยรุ่นผู้ใหญ่ เป็นวัยที่เห็นการเปลี่ยนแปลงของความสูง และน้ำหนักได้อย่างชัดเจน ในเวลาเดียวกันนั้นบุคคลจะมีการเปลี่ยนแปลงวิธีการคิด บุคคลจะต้องเผชิญกับการตัดสินใจให้เหมาะสมกับสภาพความเป็นจริงตลอดจนตามความสนใจ การเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายและสติปัญญาส่งผลทำให้วัยรุ่นตอนปลายมีงานพัฒนาการของชีวิตที่จะต้องกระทำให้สำเร็จ อาทิเช่น การแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเอง การควบคุมแรงกระตุ้นทางเพศให้เป็นไปในทางที่สังคมยอมรับขอบเขตแห่งพัฒนาการของวัยรุ่นจะมีความแตกต่างกันไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกันตามความเหมาะสมของสถานที่ตลอดจนทางด้านวัฒนธรรม (ปรารักษ์สุทิพย์, 2548: 219-220)

ศรีเรือน (2549: 261) กล่าวว่า ลักษณะพัฒนาการที่สำคัญซึ่งควรบังเกิดขึ้นในวัยเด็กตอนปลาย คือ “การเตรียมตัว” เพื่อเป็นเด็กวัยรุ่นและผู้ใหญ่ที่สามารถรับผิดชอบตนเองในด้านต่าง ๆ ได้ สิ่งเหล่านี้ อาทิเช่น หัดทำอะไรด้วยตนเองได้ เรียนรู้ที่จะเล่น เรียนและทำงานกับเพื่อนร่วมวัย เรียนรู้ที่จะให้ความเป็นเพื่อนกับผู้อื่นและสร้างมิตรภาพ

วัยเด็กตอนปลายอายุระหว่าง 10 – 12 ปี วัยนี้จะคาบเกี่ยวกับวัยแรกรุ่นและวัยรุ่นตอนต้น (สุชา 2536: 51) วันนี้อันไม่แตกต่างกับวัยเด็กตอนกลางมากนัก แต่เกิดการเปลี่ยนแปลงในร่างกายเนื่องจากการทำงานของต่อมต่างๆ มีการเปลี่ยนแปลงของโครงกระดูกและสัดส่วนของร่างกายเพื่อเตรียมเข้าสู่วัยรุ่น

### พัฒนาการทางกาย

ทวีรัสมิ์ (2525: 191-192) กล่าวว่า เด็กอายุ 9 ปี ส่วนมากมีกระสวยความเจริญเติบโตช้าและสม่ำเสมออยู่ประมาณ 1 ปี หรือมากกว่านี้ จากอายุ 10 ปีเป็นต้นไป เด็กบางคนจะย่างเข้าวัยแตกเนื้อหนุ่มเนื้อสาว คือ เริ่มเติบโตอย่างรวดเร็ว แต่บางคนก็ยังคงคิดและสนใจอย่างเด็กอยู่ ไม่ควร

เปรียบเทียบความเติบโตของเด็กทั้งสองเพศ โดยพิจารณาจากอายุที่เท่ากัน แต่ต้องดูระดับวุฒิภาวะของแต่ละคน เด็กที่ยังไม่แตกเนื้อหนุ่มสาวจะยังคงมีรูปร่างเหมือนเดิมเพียงแต่ว่าโตขึ้นเล็กน้อย

เด็กในวัยนี้จะมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วมาก (Growth Spurt) วัยเด็กตอนปลายจะเจริญเติบโตทั้งทางด้านส่วนสูงและน้ำหนัก แต่ส่วนสูงจะเพิ่มเป็นอันดับแรก ขณะที่เด็กกำลังมีน้ำหนักเพิ่ม (ปรารักษ์สุทิพย์, 2548: 220-224) ไขมันจะมีการเปลี่ยนแปลงตามสัดส่วนต่างๆ ของร่างกาย กระดูจะเริ่มมีสัดส่วนที่เปลี่ยนแปลงและเนื้อเยื่อของกล้ามเนื้อจะมีจำนวนมากขึ้น เด็กผู้หญิงจะเจริญเติบโตได้รวดเร็วเมื่ออายุระหว่าง 8 - 11 ปี ส่วนของเด็กผู้ชายจะอยู่ระหว่าง 11 - 14 ปี

พัฒนาการทางกายของเด็กในวัย 6 ถึง 12 ขวบ เป็นแบบค่อยเป็นค่อยไป ช้าๆ แต่สม่ำเสมอ (ศรีเรือน, 2549: 289) พัฒนาการทางกายไม่มีลักษณะเด่นพิเศษเหมือนระยะวัยทารกตอนปลาย ในระหว่างนี้เป็นระยะที่เด็กหญิงโต “เร็วกว่า” เด็กชายวัยเดียวกันทั้งในด้านความสูงและน้ำหนัก ลักษณะเช่นนี้ยังคงดำรงสืบไปจนกระทั่งเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลาย เด็กชายจึงโตทันและล้ำหน้าเด็กหญิง เด็กในวัยนี้จึงไม่อยู่นิ่ง ชอบเล่นและทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ใช้ความรวดเร็ว ไม่มีความระมัดระวังมากนัก จึงประสบอุบัติเหตุง่ายและบ่อยๆ อีกทั้งการทำงานประสานกันของกล้ามเนื้อใหญ่ น้อย และประสานสัมพันธ์ละเอียดอ่อนดีขึ้นมาก การพัฒนาทางสติปัญญาที่ต้องใช้วัยวะประเภทนี้เป็นสิ่งจึงทำได้ เด็กสามารถเล่นเกมที่ซับซ้อนและทำกิจกรรมการเล่นชนิดสร้างสรรค์ได้ (creative plays) เช่น การวาดภาพ การปั้นรูป การทำกรรไกร การแกะสลัก การดนตรี ฯลฯ และปัจจัยที่มีอิทธิพลของความเจริญเติบโตมีหลายประการ เช่น ลักษณะทางกรรมพันธุ์ อาหาร การออกกำลังกาย ความมั่นคงทางอารมณ์ การพักผ่อน ความมีสุขภาพที่ดี เป็นต้น

สุชา (2536: 51-52 อ้างอิงใน Hurloch, 226 - 267) กล่าวว่า ในวัยเด็กตอนปลาย ร่างกายของเด็กเจริญงอกงามอย่างรวดเร็วพอๆ กับระยะทารก การเจริญเติบโตเป็นอย่างไรอย่างรวดเร็ว ดังนี้

1. ส่วนสูงและน้ำหนัก เด็กหญิงจะมีส่วนสูงเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วที่สุดระหว่าง 10 - 14 ปี ส่วนเด็กชายจะเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วในระหว่างอายุ 12 - 14 ปี และค่อยๆ สูงขึ้นเรื่อยๆ จนอายุ 18 ปี
2. โคนกระดูกและฟัน ท่อนขาตอนบนงอกงามอย่างรวดเร็ว จึงมองดูขายาว กระดูกเชิงกรานของเด็กหญิงจะขยายออก กระดูกแน่นแข็งและมีแร่ธาตุมาก ส่วนฟันจะขึ้นทุกปี ปีละ 2 - 3 ซี่

3. สัดส่วนของร่างกาย ส่วนต่างๆ ของร่างกายเจริญงอกงามไม่พร้อมกัน เด็กชายมีขากรรไกร ออกกว้าง ไหล่กว้าง มือเท้าใหญ่ แขนขายาว ทรวดทรงผิ่ผาย หน้ายาวเล็กกว่ากว้าง หน้าผากสูง จมูกที่สั้นก็ดูยาวลงมาและใหญ่ขึ้น เด็กหญิงจะมีตะโพกผาย ลำตัวกลมมีส่วนโค้ง ส่วนเด็กชายมีส่วนหักเป็นมุม

4. การเคลื่อนไหว เนื่องจากร่างกายของเด็กวัยนี้เจริญไม่ได้สัดส่วน จึงทำให้การเคลื่อนไหวของเด็กดูแข็งก้าง

ทวิริสมี (2525: 193-194 อ้างถึงใน Olson) กล่าวว่าเด็กทุกคนมีแบบแผนหรือกระสวนความเติบโตต่างกัน บางคนเติบโตอย่างสม่ำเสมอ บางคนเติบโตเร็วในบางคาบและช้าในบางคาบ ดังนั้นจึงควรเข้าใจความแตกต่างระหว่างเด็กที่มีวุฒิภาวะช้าตั้งแต่เกิดกับเด็กที่มีวุฒิภาวะช้าในบ้างอย่าง อันเกิดจากข้อบกพร่องทางกายหรือทางสมอง หรือขาดสิ่งแวดล้อมที่จะช่วยส่งเสริมความเจริญเติบโตเช่นอ่านหนังสือได้ช้า ความเข้าใจในระยะใดระยะหนึ่ง มีจำเป็นจะต้องเป็นเช่นนั้นตลอดไป เด็กที่เติบโตเร็วมักมีปัญหาน้อยกว่าเด็กที่เติบโตช้า และการแก้ปัญหาของเด็กพวกแรกทำได้ง่ายกว่าของเด็กพวกหลัง

### พัฒนาการทางด้านอารมณ์

เด็กก่อนวัยรุ่นได้รับความช่วยเหลือให้สามารถควบคุม ปรับปรุงแก้ไขตนเองให้ได้มากขึ้น เด็กมีความรู้สึกไวต่อเจตคติที่ผู้อื่นมีต่อเขา จะรู้สึกไม่สบายใจอย่างมากถ้าถูกวิจารณ์หรือเปรียบเทียบกับเด็กอื่น เด็กที่ถูกทอดทิ้งทั้งที่บ้านและโรงเรียนจะเป็นผู้ที่ไม่มีความสุข กลายเป็นเด็กที่เงียบหรือไม่มีพฤติกรรมชัดเจนและไม่เกรงกลัวใคร (ทวิริสมี, 2525: 196 -197) กล่าวว่าความเครียดที่เด็กได้รับจากทางบ้านอาจน้อยลงหรือหายไป ถ้าเด็กได้รับความสัมพันธ์ที่ดีจากครูและเพื่อน อารมณ์รุนแรง การลงมือลงเท้าลดลง และรู้จักหาสิ่งที่ต้องการด้วยวิธีอ่อนโยนขึ้น กลัวความผิดหวัง ถูกหัวเราะหรือถูกว่า “ผู้หญิง” มากกว่ากลัวร่างกายบาดเจ็บ

ศรีเรื่อน (2549: 268-269) กล่าวว่า วัยเด็กตอนปลายมีความพร้อมที่จะรับทราบเรื่องอารมณ์ควบคุมอารมณ์ และปลดปล่อยอารมณ์ของเขาออกมาอย่างที่ตั้งใจยอมรับตามควรแก่วัย โดยสิ่งที่ต้องพัฒนาในด้านอารมณ์ของเด็กในระยะนี้คือ การเข้าใจในอารมณ์ของตนเอง อารมณ์ของบุคคลอื่น

การรู้จักควบคุมอารมณ์ และการรู้จักแสดงอารมณ์ออกมาอย่างเหมาะสม พัฒนาการเหล่านี้จำเป็นสำหรับสุขภาพจิตที่ดีของเด็ก และเป็นหนทางให้เด็กได้มีโอกาสเข้าร่วมกลุ่มกับเด็กอื่น ๆ การพัฒนาในด้านนี้ ผู้ที่มีหน้าที่รับผิดชอบเกี่ยวกับตัวเด็กจะต้องช่วยเหลือเด็กด้วย โดยการ

1. เปิดโอกาสให้เด็กเข้ากลุ่ม กลุ่มจะบีบบังคับให้เด็กเรียนรู้และปรับปรุงการควบคุมอารมณ์และแสดงออกอารมณ์ในลักษณะที่สังคมยอมรับ
2. ให้ออกกำลังกาย โดยการเล่นที่ใช้พลังกำลังแบบต่าง ๆ เช่น ฟุตบอล วายน้ำ หมากรุก ตีจับ งูกินหาง ลิงชิงหลัก เป็นต้น
3. ให้มีกิจกรรมสร้างสรรค์ต่าง ๆ เช่น ปั้นรูป วาดรูป เขียนเรื่อง เป็นต้น

การเรียนรู้ทางด้านอารมณ์จัดได้ว่าเป็นการเรียนรู้ที่สำคัญและจำเป็นสำหรับการปรับตัวด้านอารมณ์ ถ้าเตรียมอย่างเหมาะสมไปตั้งแต่ระยะวัยนี้ เขาจะเติบโตเป็นเด็กวัยรุ่นก่อนข้างมีความสุข

### พัฒนาการทางด้านสังคม

เด็กชายและเด็กหญิงเล่นด้วยกันน้อยลง ความสนใจก็ต่างกันออกไป ถึงกระนั้นเด็กทั้งสองเพศก็เห็นความสำคัญของการเป็นที่รู้จักในหมู่เพศตรงข้าม สัมพันธภาพระหว่างเพศไม่แน่นอน เปลี่ยนเพื่อนอยู่เสมอ (ทวิร์สมี่, 2525: 197-200) เด็กวัยนี้ชอบอยู่เป็นกลุ่มทำให้เด็กสามารถทำอะไรได้สำเร็จ และเพื่อความรู้สึกว่าตนมีความสำคัญขึ้น และการรวมกลุ่มของวัยนี้ ความรักกลุ่มและเพื่อนร่วมชั้น จะพัฒนาขึ้นจะต้องการให้กลุ่มยอมรับตน การเข้าแก๊งของเด็กชาย เนื่องจากต้องการหนีสภาพทางบ้านที่ตนเบื่อหน่าย เด็กชอบสร้างกฎเพื่อตนเอง การเข้ากลุ่มอาจทำให้เกิดโทษมากกว่าประโยชน์ก็ได้ เพราะชุมชนของเด็กชายมักมีกิจกรรมผจญภัย ชัดเจนคำห้ามของผู้ใหญ่ ครูเองบางครั้งก็ต้องเผชิญกับข้อขัดแย้งของกลุ่มเด็ก ครูอาจปล่อยให้เด็กได้ทำสิ่งที่เด็กต้องการไปก่อน และช่วยโน้มน้าว แนะนำแก้ไขภายหลัง ทั้งนี้จะทำให้เด็กได้เรียนรู้การแก้ปัญหาจากประสบการณ์ที่ได้มาเองด้วย โดยสามารถอธิบายความต้องการทางสังคมของวัยเด็กตอนปลายได้ดังต่อไปนี้

1. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการยอมรับทางสังคม เด็กที่ไม่มีเพื่อนเลยจะไม่สามารถทำตัวให้เข้ากับกลุ่มได้ เพราะขาดการยอมรับจากกลุ่ม เด็กที่ได้รับการยอมรับทางสังคมจะเข้าใจตนเองได้ ถูกต้องขึ้น มีความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดีขึ้น และสามารถทำงานรับผิดชอบในกลุ่มได้อย่างดี ทั้งนี้ เพราะเด็กมีความมั่นคงทางจิตใจ การมีส่วนร่วมของกลุ่มของเด็กจะมีส่วนเกี่ยวข้องอย่างมากกับพื้นฐานทางเศรษฐกิจสังคมของเด็กด้วย เด็กที่มาจากครอบครัวฐานะดีจะให้ความร่วมมือในด้านสังคมมากขึ้น ส่วนในการเลือกคบเพื่อน เด็กวัยนี้เลือกตัวบุคคลเป็นอันดับแรกคือ เลือกคนที่ แจ่มใส เมตตา ให้ความร่วมมือ โอบอ้อมอารี สุภาพ ซื่อตรง พุดตลกเก่งง่ายและอารมณ์มั่นคง เด็กอายุ 8 – 11 ปีมักเน้นคุณภาพทางความซื่อสัตย์ และความกล้ามาก

## 2. ความสนใจ

2.1 การเล่น การเล่นของเด็กเป็นเสมือนการปลดปล่อยพลังงานเหลือใช้เป็นการเตรียมชีวิตผู้ใหญ่ เป็นการหนีจากสิ่งเครียดและน่าเบื่อทั้งหลาย เป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ เป็นความต้องการที่จำเป็นของร่างกายและจิตใจด้วย นอกจากนี้การเล่นของเด็กยังเป็นสิ่งที่แสดงถึงวุฒิภาวะทางสังคม และสามารถทำให้เห็นบุคลิกภาพของเด็กได้ชัดเจนกว่ากิจกรรมใดๆ แม้แต่การวินิจฉัยโรคและการรักษาที่อาจทำได้โดยจัดกิจกรรมให้เด็กเล่น ผู้ใหญ่ควรจัดหาเครื่องเล่นที่มีกิจกรรมสร้างสรรค์ตามที่เด็กต้องการ และอำนวยความสะดวกให้ เพื่อให้เด็กสามารถวางแผนโครงการทำกิจกรรมของตนเองได้ เด็กจะมีกิจกรรมร่วมกับกลุ่มได้ ผู้ใหญ่เพียงแต่แนะแนว เด็กๆต้องการเล่นกลางแจ้งที่ใช้กำลังหกละเม่นตีลังกา การเป็นเล่นเป็นกลุ่มมีส่วนช่วยสอนมนุษย์สัมพันธ์อีกด้วย

2.2 การสะสมสิ่งของ เด็กวัยรุ่นชอบการสะสมเป็นงานอดิเรกมากที่สุด เช่น สะสมแสตมป์ รูปภาพ หนังสือก้อนหิน ฯลฯ การสะสมของเด็กขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมและวัย ถ้าผู้ใหญ่แนะแนวให้รู้จักการสะสม ก็จะเป็นกิจกรรมที่ให้คุณค่าทางการศึกษา และสร้างจิตนิสัยที่ดีงาม เพราะเด็กได้เรียนการแยกประเภทของ และการจัดเข้ากลุ่มให้มีระเบียบ

ศรีเรือน (2549: 261-264) กล่าวว่า ในวัยเด็กตอนปลายเป็นช่วงที่เด็ก “จับกลุ่ม” กับเพื่อนร่วมวัยที่เป็นเพศเดียวกันเป็นส่วนมาก การที่เด็กเริ่มสามารถ “จับกลุ่ม” ได้ นั่นทำให้เด็กได้เรียนรู้การอยู่ร่วมกับผู้อื่นที่ไม่ใช่บุคคลในครอบครัว รู้จักเคารพกฎเกณฑ์ระเบียบ รู้จักมารยาทสังคม รู้จักนิสัยใจคอของเพื่อน ลคนนิสัยเด็ก ๆ เช่น “อ่อน” “เอาแต่ใจตัวเอง” “ดี” แต่เด็กอาจยังคง “อ่อน” “เอาแต่ใจตัวเอง” “ดี” กับบิดามารดาหรือผู้ใหญ่ที่บ้าน เพราะเด็กรู้ว่า อย่างไรก็ตามเสียพ่อแม่ผู้ใหญ่ที่

บ้านยังยอมให้แสดงกิริยาอาการและอารมณ์ ดังกล่าวได้ อนึ่งการที่เด็กได้มีโอกาสแสดงออก ดังกล่าวได้บ้างมีคุณค่าต่อเด็ก ทำให้การเปลี่ยนช่วงวัยเป็นการเปลี่ยนที่ค่อยเป็นค่อยไป ดังนั้นกลุ่มมีความสำคัญต่อพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็กจึงควรให้การสนับสนุนการเข้ากลุ่มอย่างเหมาะสม มิฉะนั้นแล้วเด็กอาจไม่มีพัฒนาการสมวัย อาจสูญเสียประสบการณ์หลายๆ อย่างในชีวิตที่เด็กพึงได้รับไป ซึ่งการพัฒนาทางสังคมของเด็กในระยะนี้ มีลักษณะแตกต่างจากวัยเด็กตอนต้นหลายประการ อาทิ

1. เด็กคบเพื่อนร่วมวัยและผู้ใหญ่มากขึ้น
2. พัฒนาการด้าน egocentric ลดลง ทำให้เด็กสามารถรวมกลุ่มเล่นกับเพื่อน ได้ดียิ่งขึ้น สมรรถภาพทางความนึกคิดและพัฒนาการด้านศีลธรรมจรรยา ทำให้เด็กร่วมเล่น เรียน ทำกิจกรรมต่าง ๆ เป็น “กลุ่ม” ได้ดี
3. ความสำคัญของการเรียนที่มีต่อชีวิต ค่านิยมของการเรียนในโรงเรียนในสังคมปัจจุบัน ทำให้เด็กผูกพันกับเพื่อนที่โรงเรียนและครู ทำให้เด็กห่างเหินจากผู้ใหญ่ในบ้าน

เด็กวัยนี้จะปลีกตัวออกจากบุคคลในครอบครัว จะชอบอยู่ในหมู่เพื่อนและมีความเห็นว่า หมู่คณะเป็นสิ่งสำคัญสำหรับเขามาก จึงมีการแต่งตัว พูดจาและนิยมสิ่งต่างๆ เหมือนเพื่อน การที่เด็กมีความสุขความพอใจกับกลุ่มเพื่อนของตน ถ้ามักเกินไปอาจจะทำให้เด็กทะเลาะหน้าที่ของตนได้ (สุชา, 2536: 53) เด็กวัยนี้จะเริ่มหัดเป็นตัวของตัวเอง ชอบตัดสินใจเอง ไม่ชอบให้ผู้ใหญ่เข้ามายุ่งเกี่ยวในเรื่องส่วนตัว ชอบความเป็นอิสระมักเชื่อความคิดของตนเอง ระยะนี้เด็กชายและเด็กหญิงจะเล่นด้วยกันน้อยลง เด็กจะเริ่มสนใจเพื่อนต่างเพศ ระยะแรกๆ สนใจเพื่อนต่างเพศเป็นกลุ่มๆ ก่อนระยะหลังจึงเล็งใจเฉพาะคนลักษณะการคบเพื่อนยังไม่แน่นอน มีการเปลี่ยนเพื่อนอยู่เสมอ ระยะนี้เด็กจะค่อยๆ พึ่งตัวเองทีละน้อยเพื่อเตรียมพึ่งตัวเองเมื่อเป็นผู้ใหญ่ เด็กชายจะมีความสามารถในการรวมกลุ่มได้นานกว่า และคบเพื่อนได้ดีกว่าเด็กหญิง เพื่อนที่ถูกใจมักจะมีเพียงคนเดียวหรือสองคน ส่วนเด็กหญิงจะมีเพื่อนถูกใจ 3 - 5 คน การเล่นเป็นกลุ่มของเด็กวัยนี้จะช่วยให้เด็กมีความกล้า รู้จักใช้ความคิด และให้ความร่วมมือกับผู้อื่นได้

ศรีเรือน (2549: 264 อ้างถึงใน Lefrancois, 1990: 384) กล่าวว่า การรวมกลุ่มของเด็กจะสร้างนิสัยที่แข่งขันและร่วมมือซึ่งติดตัวสืบไปภายหน้าทั้งอย่างรู้ตัวและอย่างไม่รู้ตัว เมื่ออยู่ในกลุ่ม

จะแข่งขันกันในทุก ๆ ด้านของชีวิต เช่น การเรียน ความฉลาด ความสามารถ ฐานะทางสังคม ความร่ำรวย เป็นต้น ซึ่งเด็กชายมีนิสัยชอบแข่งขันมากกว่าเด็กผู้หญิงซึ่งเชื่อกันว่าเพราะได้รับการเรียนรู้จากค่านิยมของสังคม เด็กหญิงให้ความร่วมมือและออบชอบซึ่งกันและกันในกลุ่มมากกว่าเด็กชาย

### พัฒนาการทางด้านสติปัญญา

ทวิรัสมี (2525: 200-201) กล่าวว่า เชาวน์ปัญญาของเด็กวัยนี้ จะเห็นได้จากความสามารถในการใช้เหตุผล เข้าใจความหมายของคำพูดได้ถูกต้อง และสามารถให้คำจำกัดความของคำที่เป็นนามธรรมได้ ในวัยนี้เด็กสามารถมองเห็นความสัมพันธ์ของสิ่งต่างๆ ได้มากขึ้น ความจำพัฒนาขึ้น ความสนใจในการเล่นทายปัญหาจะมีมากที่สุด ในวัยนี้ผู้ใหญ่ควรส่งเสริม การเปลี่ยนแปลงทางระบบความคิดมีมากขึ้นตามวัย ภายในขอบเขตของพันธกรรมที่ได้รับมา เชาวน์ปัญญาพัฒนาจากการที่ได้ใช้สมองบ่อยๆ เด็กสมองช้าจะไม่มีสมาธิในการทำงานที่ยาก จะทำงานได้ผลน้อยกว่าเด็กปกติถ้าเด็กมีความสามารถในการใช้คำพูดที่เป็นนามธรรมสูง ก็จะเห็นได้ว่าเป็นเด็กที่ฉลาด สามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ใหม่ๆ ได้ มีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักคิดเอง รักการอ่าน มีอารมณ์มั่นคง ฯลฯ คุณสมบัติเหล่านี้จะแสดงออกให้เห็นตั้งแต่วัยต้นๆ มีความสามารถสูงในการพิจารณาตัดสินใจด้วยตนเองและสามารถแก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้ เด็กวัยก่อนรุ่นที่ฉลาด ควรจัดเด็กฉลาดเข้าชั้นพิเศษ เพื่อส่งเสริมความสามารถพิเศษที่เขาได้อยู่

สุชา (2536: 53) ได้กล่าวว่า สติปัญญาของเด็กวัยนี้เห็นได้จากความสามารถในการใช้เหตุผล เข้าใจความหมายของคำพูดได้ถูกต้อง สามารถใช้คำจำกัดความแก่คำที่เป็นนามธรรมได้ สามารถมองเห็นความสัมพันธ์ของสิ่งของต่างๆ ได้มากขึ้น ความจำพัฒนาขึ้น เด็กวัยนี้จะสนใจการเล่นทายปัญหามากที่สุด เด็กที่สมองช้าจะไม่มีสมาธิในการทำงาน เด็กฉลาดจะมีความสามารถในการใช้คำพูดที่เป็นนามธรรมได้และได้แบ่งลักษณะของพัฒนาการทางสติปัญญาของเด็กได้ดังต่อไปนี้

1. มีความสนใจสิ่งต่างๆ ได้มากขึ้น
2. เริ่มฟังเหตุผลของผู้ใหญ่และต้องการให้ผู้ใหญ่รับฟังเหตุผลของตนเองบ้าง

3. การแก้ปัญหาที่มีความสามารถที่จะคิดโครงการและสามารถดำเนินการด้วยตนเองโดยไม่ต้องอาศัยการนำทางของผู้ใหญ่ การตัดสินใจจะอาศัยประสบการณ์และคิดอย่างไตร่ตรอง
4. ความอยากรู้อยากเห็น เด็กวัยนี้ชอบแสวงหาความจริง มักจะชอบถามเกี่ยวกับตนเอง
5. ความสนใจในทักษะ (Skill) ต่างๆ ต้องการงานเพื่อหาความสามารถและประสบการณ์ใหม่
6. ความคิดคำนึง การเล่นบทบาทสมมติจะน้อยลง เริ่มมีความสนใจปัญหาสังคมและโลกภายนอก ชอบอภิปราย แสดงความคิดเห็น และมีความคิดริเริ่ม
7. ความเข้าใจเกี่ยวกับเวลา มีความแม่นยำและกว้างขวางขึ้น สามารถเข้าใจลำดับวัน เดือน ปี ได้ถูกต้อง

จากการศึกษาเด็กวัยเรียน มีอายุระหว่าง 8 – 11 ขวบ พบว่าเป็นวัยแห่งความขยันหมั่นเพียร - ความรู้สึกมีปมด้อย (Industry VS. Inferiorty) หากมีการให้การสนับสนุนอย่างถูกวิธีจะทำให้เด็กนั้นเกิดความภาคภูมิใจ มีความมั่นใจในตนเอง ในทางกลับกันหากผู้ปกครองไม่มีความเข้าใจในการให้แรงเสริมจะทำให้เด็กนั้นรู้สึกที่ตนเองมีปมด้อย ขาดศักยภาพ โดยวัยนี้จะเป็นวัยของการวางรากฐานบุคลิกภาพอย่างหนึ่ง เด็กผู้หญิงจะเจริญเติบโตทางด้านร่างกายได้ “รวดเร็วกว่า” เด็กผู้ชาย ส่วนในการเล่นหรือการมีปฏิสัมพันธ์นั้น เด็กชายและเด็กหญิงเล่นด้วยกันน้อยลง ความสนใจก็ต่างกันออกไป

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผลของการใช้นวัตกรรมแบบกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้างานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ออกเป็นงานวิจัยในประเทศและงานวิจัยต่างประเทศ

## งานวิจัยภายในประเทศ

การทำวิจัยในลักษณะที่เกี่ยวข้องกับผลของการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 หลังจากที่ถูกวิจัยได้ศึกษา ค้นคว้าเอกสารภายในประเทศ พบว่า ยังไม่มีผู้ใดได้ศึกษา ค้นคว้าหรือทำการวิจัยที่มีลักษณะคล้ายของข้าพเจ้าเลย

## งานวิจัยต่างประเทศ

Ross (1985: 80-87) ได้ทำการศึกษาถึงความเหมาะสมของกิจกรรมต่อเด็ก และเยาวชนทั่วประเทศ เพื่อหารูปแบบกิจกรรม ที่มีความเหมาะสมทางด้านร่างกายของเด็ก โดยการตัดสินใจ จากการศึกษาถึงความเหมาะสมของกิจกรรมต่อเด็กและเยาวชนทั่วประเทศ บทบาท และ ประโยชน์ที่มีต่อ โรงเรียน สวนสาธารณะ และ โปรแกรมนันทนาการที่มีความเกี่ยวข้องกับการสำรวจสามารถปรับปรุงให้มีความเหมาะสมต่อเด็กเพื่อเกิดความพึงพอใจ และมีการแนะนำต่อผู้ปกครอง และ ประชาชนทั่วไปให้ทราบด้วย

Bedini (1993: 20-24) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมให้เข้ากับการใช้เวลาว่างของเยาวชนในด้านต่าง ๆ โดยได้รับการช่วยเหลือ จากอาสาสมัครทางด้านนันทนาการ ของชุมชน ในการอำนวยความสะดวกให้ประสบความสำเร็จในการจัดเตรียมสภาพแวดล้อมให้เข้ากับการใช้เวลาว่างของเยาวชนในสวนสาธารณะ หรือ โรงเรียนในชุมชน สามารถมีอิสระในความต้องการเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่าง มีทักษะในการปฏิบัติทักษะทางสังคม และ ได้รับการช่วยเหลือจากหน่วยงานต่าง ๆ

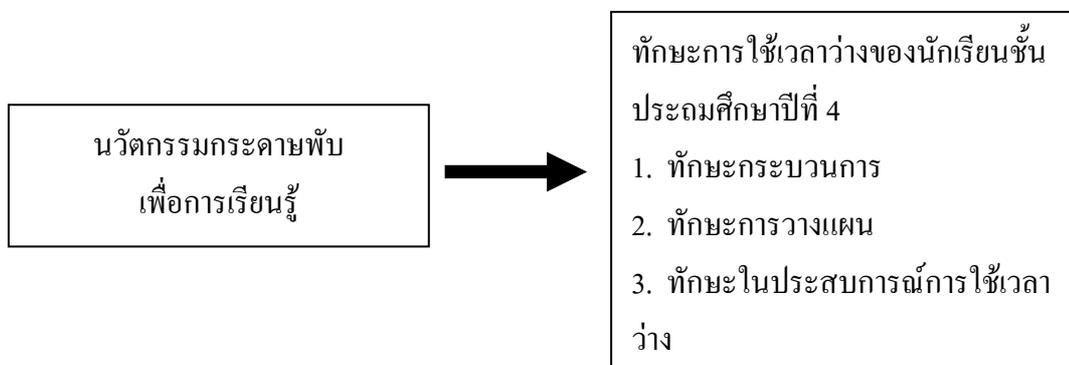
Tangsujjapoj (1991: 128-130) ได้ศึกษารูปแบบการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของเด็กไทยในนครนิวยอร์ก ประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่ากิจกรรมภายในบ้าน นิยมการอ่านหนังสือ ภาษาอังกฤษ กิจกรรมสร้างสรรค์ นิยมการถ่ายรูป กิจกรรมนอกสถานที่ นิยมพักผ่อนนอกสถานที่ (Picnic) ส่วนกีฬาต่างๆคือการออกกำลังกาย (Fitness) และการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของเด็กอเมริกัน กิจกรรมภายในบ้าน นิยมดูโทรทัศน์และอ่านหนังสือ กิจกรรมสร้างสรรค์ได้แก่การเต้นรำ การถ่ายรูป กิจกรรมนอกสถานที่ นิยมขี่จักรยานและตั้งแคมป์ ส่วนด้านกีฬาต่างๆคือ ชมกีฬาต่างๆ เช่น นิยมว่ายน้ำ โยนโบว์ลิ่ง และเต้นแอโรบิก

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผลของการใช้นวัตกรรมแบบกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของเด็กวัยเรียน หลังจากที่ผู้วิจัยได้ศึกษา ค้นคว้าเอกสารงานวิจัยต่างประเทศ พบว่า ยังไม่มีผู้ใดได้ศึกษา ค้นคว้าหรือทำการวิจัยที่มีลักษณะคล้ายของข้าพเจ้าเลย มีเพียงทักษะการใช้เวลาว่างที่ใช้กิจกรรมที่แตกต่างกับงานวิจัยของข้าพเจ้า ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้ คือ หลังจากการทดลอง ผู้ที่เข้าร่วมโปรแกรมจะเกิดทักษะในการใช้เวลาว่างเพิ่มขึ้นอีกทั้ง จะทำให้เกิดการพัฒนาทักษะความสามารถด้านการเคลื่อนไหว ทักษะทางสังคม ความสามารถในการคิด โดยการพัฒนาในด้านต่างๆ นั้นจะขึ้นอยู่กับกิจกรรมและจุดประสงค์ของโปรแกรมที่ได้ตั้งเอาไว้

### สมมติฐานการวิจัย

1. ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงทักษะการใช้เวลาว่างในภาพรวมดีกว่าก่อนการทดลอง
2. ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงทักษะการใช้เวลาว่างรายด้านดีกว่าก่อนการทดลอง
3. ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่ากลุ่มควบคุม
4. ก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มควบคุมมีทักษะการใช้เวลาว่างไม่แตกต่างกัน

## กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 10 กรอบแนวคิดการวิจัย

## อุปกรณ์และวิธีการ

### อุปกรณ์

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้จะศึกษาผลของเพื่อศึกษาผลของการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โดยมี

ตัวแปรต้น คือ นวัตกรรมกระดาษพับ

ตัวแปรตาม คือ ทักษะการใช้เวลาว่าง

### ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ทั้งเพศหญิงและเพศชาย ที่ลงทะเบียนเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย ปีการศึกษา 2551 โรงเรียนวัดไผ่ตัน จำนวน 149 คน

### กลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ทั้งเพศหญิงและเพศชาย ที่ลงทะเบียนเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย ปีการศึกษา 2551 โรงเรียนวัดไผ่ตัน จำนวน 34 คนซึ่งแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 17 คน ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. การสุ่มกลุ่มตัวอย่างใช้การสุ่มแบบอย่างง่ายโดยให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบประเมินทักษะการใช้เวลาว่าง นำคะแนนทักษะการใช้เวลาว่างของกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนรวมเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ต่ำกว่า 2.51 จำนวน 34 คน มาเรียงลำดับจากน้อยไปหามาก

2. นำกลุ่มตัวอย่าง 34 คน มาสุ่มแบ่งแบบจับคู่ (Match-Paired Sampling) มาเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 17 คน

### การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ใช้แบบทดสอบทักษะการใช้เวลาว่างเป็นตัวคัดกรอง โดยกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่มีอายุระหว่าง 8-12 ปีทั้งเพศหญิงและเพศชาย ซึ่งลงทะเบียนเรียนอยู่ในโรงเรียนวัดไผ่ตัน จำนวน 34 คน ซึ่งแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 17 คน และกลุ่มทดลองต้องสามารถเข้าร่วมการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ 16 ครั้ง ได้ครบทุกครั้ง

### เครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ

1. นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ 8 สัปดาห์ ของ รศ.ดร. กุสยา ดันติผลาชีวะ (2551)
2. แบบประเมินทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยเนื้อหาแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

ส่วนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ประกอบด้วยคำถามที่เกี่ยวกับทักษะการใช้เวลาว่าง ดังนี้ ทักษะกระบวนการ ทักษะการวางแผน และทักษะที่เกิดประสบการณ์จากการใช้เวลาว่าง ลักษณะการวัดเป็นมาตราวัดแบบ Rating Scale 4 ระดับ คือ

4            หมายถึง            มากที่สุด

3	หมายถึง	มาก
2	หมายถึง	น้อย
1	หมายถึง	น้อยที่สุด

### การสร้างและการทดสอบคุณภาพเครื่องมือในการวิจัย

#### เครื่องมือที่ 1 นวัตกรรมกระดาศพับ

1. นวัตกรรมกระดาศพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ได้นำมาจากนวัตกรรมกระดาศพับของ รศ.ดร. กุลยา ตันติผลาชีวะ (2551)

1.1 ศึกษาเอกสาร แนวคิดและทฤษฎีจากหนังสือชื่อ “นวัตกรรมกิจกรรมการเรียนรู้การพับกระดาศ เล่ม 1” (กุลยา, 2551)

1.2 นำความรู้ที่ได้จากการศึกษา มากำหนดขอบเขตและโครงสร้างของกิจกรรมซึ่งขอบเขต โครงการและส่วนประกอบของนวัตกรรมกระดาศพับมีดังนี้

#### ส่วนประกอบของลักษณะกระดาศพับ

1.2.1. ปรัชญาของนวัตกรรมกระดาศพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่าง

นวัตกรรมกระดาศพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างจะทำให้ผู้เข้าร่วมเกิดความรู้และทักษะที่หลากหลาย โดยกระทำจากกิจกรรมที่หลากหลายและทำให้เกิดความพึงพอใจต่อตนเอง โดยไม่ผิดต่อกฎระเบียบของสังคม ซึ่งเป้าประสงค์ของทักษะการใช้เวลาว่างคือการทำให้บุคคลต่าง ๆ ยกระดับคุณภาพชีวิตผ่านการใช้เวลาว่าง โดยใช้นวัตกรรมกระดาศพับมาเป็นสื่อเพื่อให้เกิดพัฒนาการในด้านต่าง ๆ อีกทั้งยังส่งเสริมให้เกิดความคิดสร้างสรรค์อีกด้วย

1.2.2. วัตถุประสงค์ของนวัตกรรมกระดาศพับ

1.2.2.1 พัฒนาทักษะกระบวนการ ทักษะการวางแผนและทักษะที่ใช้  
ประสบการณ์การใช้เวลาว่างโดยผ่านทักษะการใช้เวลาว่างให้กับผู้เข้าร่วม

1.2.2.2 ส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมมีความคิดสร้างสรรค์

1.2.2.3 ส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

1.2.3. ลักษณะกิจกรรม

กิจกรรมแบ่งออกเป็น 4 ชั้น คือ

ชั้นที่ 1 การสร้างมโนทัศน์

ชั้นที่ 2 การพับกระดาษ

ชั้นที่ 3 การพัฒนาผลงาน

ชั้นที่ 4 การนำเสนอและสรุปการเรียนรู้

ลักษณะกิจกรรมแบ่งออกได้ดังนี้

1.2.3.1 เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ให้กับผู้เข้าร่วม

1.2.3.2 เป็นกิจกรรมที่มีความสนุกสนาน

1.2.3.3 เป็นกิจกรรมที่มีลักษณะการทำงานแบบเดี่ยว แบบคู่และแบบกลุ่ม โดย  
พัฒนาทักษะกระบวนการ ทักษะการวางแผนและทักษะที่เกิดประสบการณ์จากการใช้เวลาว่าง

1.2.3.3.1 ลักษณะที่ 1 เป็นกิจกรรมเดี่ยว เพื่อให้เด็กนักเรียนได้รู้จักตนเอง มี  
ความรู้ความเข้าใจในเวลาว่างสามารถเลือกกิจกรรมที่เหมาะสม ทำให้เกิดทักษะในการวางแผนใน  
การทำงาน

1.2.3.3.2 ลักษณะที่ 2 เป็นกิจกรรมกลุ่ม เพื่อนให้เด็กนักเรียนได้มีการ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

#### 1.2.4. กิจกรรม

ประกอบด้วย 8 กิจกรรมการเรียนรู้ของนวัตกรรมกระดาษพับของ กุลยา ตันติผลาชีวะ ได้แก่ ปลาพับ ไก่พับ นกพับ เป็ดพับ ไดโนเสาร์พับ กระจ่ายพับ หนูพับ และกบพับ ส่วนผู้วิจัยนำ กิจกรรมนันทนาการเข้าไปบูรณาการ

#### หลักในการดำเนินกิจกรรม

- 1.2.4.1. ฝึกให้ผู้เข้าร่วมเกิดความชำนาญก่อน
- 1.2.4.2. ขณะสอนพับให้ผู้เข้าร่วม ให้พับไปที่ละชั้น
- 1.2.4.3. ถ้าผู้เข้าร่วมมีปัญหา ให้ช่วยเหลือแต่ห้ามพับให้
- 1.2.4.4. ให้เวลาผู้เข้าร่วมฝึกฝน
- 1.2.5.5. อย่างนำผลงานผู้เข้าร่วมมาเปรียบเทียบ
- 1.2.5.6. ผู้เข้าร่วมทุกคนมีโอกาสแสดงผลงานของตน

#### 1.2.5. การประเมิน

- 1.2.5.1 ประเมินผลภาพรวมของทักษะการใช้เวลาว่าง
- 1.2.5.2 ประเมินผลรายด้านของทักษะการใช้เวลาว่าง
- 1.2.5.3 ประเมินผลภาพรวมของทักษะการใช้เวลาว่างระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

1.3 นำนวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างที่สร้างขึ้นไป หาคุณภาพค่าความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (Face Validity) โดยให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่านตรวจสอบ ความถูกต้องและคัดเลือกกิจกรรมที่มีความเหมาะสม ในส่วนของกิจกรรมนันทนาการที่มีการ ดัดแปลง

1.4 นำนวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่าง ไปศึกษานำร่อง (Pilot Study) กับกลุ่มนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 40 คน เพื่อหาความเป็นไปได้ของ นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างในสภาพจริง

1.5 นำนวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างที่ได้ปรับปรุง แก้ไขแล้วไปใช้ทดลองจริงกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ในกลุ่มทดลอง

2. การสร้างแบบประเมินทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ผู้วิจัยได้ ดำเนินการดังนี้

2.1 ศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับทักษะการใช้เวลาว่าง (leisure skill)

2.2 นำความรู้ที่ได้จากการศึกษาเอกสารต่าง ๆ มากำหนดขอบเขตและ โครงสร้างของ แบบประเมิน โดยผู้วิจัยได้สร้างแบบประเมินขึ้นมาเอง โดยให้เนื้อหาของแบบประเมินครอบคลุม ตามวัตถุประสงค์

2.3 นำแบบประเมินที่สร้างขึ้นไปหาคุณภาพความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity) โดยการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Congruence: IOC) ด้วยการตรวจพิจารณา ของผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องและคัดเลือกคำถามที่มีความเหมาะสม โดยได้ ค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบสอบถามอยู่ในช่วง 0.8 – 1.0 ซึ่งในการคำนวณหาค่าดัชนีความ สอดคล้องของเนื้อหาใช้สูตรดังนี้ (บุญชม, 2535: 65)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC คือ ดัชนีความสอดคล้อง

$\sum R$  คือ ผลรวมของคะแนนจากการให้ของผู้เชี่ยวชาญ

N คือ จำนวนผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

2.4 ปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามที่จะใช้ประเมินทักษะการใช้เวลาว่างตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

2.5 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสวนบัวซึ่งมีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาความเชื่อมั่น (Reliability) โดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา (coefficient -  $\alpha$ ) ซึ่งวิธีได้รับการพัฒนาจาก ครอนบาค (Cronbach) ซึ่งสูตรในการคำนวณ คือ (สุวิมล, 2548: 156)

$$\alpha = \left( \frac{n}{n-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right)$$

เมื่อ	$\alpha$	คือ	สัมประสิทธิ์ความเที่ยงของเครื่องมือ
	n	คือ	จำนวนข้อในเครื่องมือ
	$S_i^2$	คือ	ความแปรปรวนของคะแนนคำถามแต่ละข้อ
	$S_t^2$	คือ	ความแปรปรวนของคะแนนรวมของผู้ตอบทั้งหมด

2.6 นำผลการวิเคราะห์มาปรับปรุงข้อมูลเป็นขั้นสุดท้าย จากนั้นจึงนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างต่อไป

### วิธีการ

#### แผนการทดลอง

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Design) โดยผู้วิจัยได้ใช้แบบ nonequivalent pre test – post test control group design โดยมีแผนการวิจัย ดังนี้

A  $O_1$ ..... $X$ ..... $O_2$

B  $O_1$ ..... $O_2$

$O_1$  หมายถึง การเก็บข้อมูลก่อนการทดลอง โดยใช้แบบสอบถามเพื่อประเมินทักษะการใช้เวลาว่างในกลุ่มทดลอง

$O_2$  หมายถึง การเก็บข้อมูลหลังการทดลอง โดยใช้แบบสอบถามประเมินทักษะการใช้เวลาว่างในกลุ่มทดลอง

$X$  หมายถึง การใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์

A หมายถึง กลุ่มทดลอง

B หมายถึง กลุ่มควบคุม

#### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการดำเนินการทดลองผลของการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ผู้วิจัยได้มีวิธีการดำเนินการทดลอง ดังต่อไปนี้

1. ขึ้นก่อนการทดลอง ผู้วิจัยได้ให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบประเมินทักษะการใช้เวลาว่างที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เพื่อประเมินทักษะการใช้เวลาว่างของกลุ่มตัวอย่างในระยะเวลา 1 สัปดาห์ก่อนการทดลอง

2. นำแบบประเมินที่เก็บข้อมูลก่อนการทดลอง มาวิเคราะห์หาความแตกต่างโดยวิธีการทางสถิติระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

3. ขึ้นดำเนินการทดลอง กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมนวัตกรรมการกระดาศพเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่าง โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินกิจกรรมจำนวน 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาทีถึง 1 ชั่วโมง

4. ขึ้นตอนหลังการทดลอง เมื่อครบกำหนดระยะเวลาของนวัตกรรมการกระดาศพเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่าง 8 สัปดาห์ ให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบประเมินชุดเดิมที่ได้ให้ทำก่อนการทดลอง โดยทำการประเมินทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยใช้ระยะเวลา 1 สัปดาห์ ภายหลังจากเสร็จสิ้นจากนวัตกรรมการกระดาศพเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่าง

5. นำข้อมูลที่ได้จากแบบประเมินทั้งก่อนและหลังจากการทดลองของกลุ่มตัวอย่างมาวิเคราะห์โดยวิธีทางสถิติเพื่อหาความแตกต่าง ทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากกลุ่มทดลองทั้งหมดมาวิเคราะห์ทางสถิติโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป วิธีการวิเคราะห์มีดังนี้

1. แบบสอบถามเพื่อประเมินทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

1.1 แบบสอบถามตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง วิเคราะห์โดยใช้การวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Descriptive Analysis) โดยใช้ค่าความถี่ ค่าร้อยละ และค่าเฉลี่ย นำเสนอในรูปแบบของตาราง ประกอบกับความเรียง

1.1.1 ค่าเฉลี่ย ใช้สูตรดังนี้ (บุญเรียง, 2549: 27)

$$\bar{X} = \frac{\sum fX}{n}$$

เมื่อ  $\bar{X}$  คือ ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง

$\sum fX$  คือ ผลรวมของผลคูณของคะแนนกับความถี่ของคะแนนนั้น

$n$  คือ จำนวนของกลุ่มตัวอย่าง

1.2 แบบสอบถามตอนที่ 2 เกี่ยวกับทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 วิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยกำหนดความหมายของการประเมินค่าของปัญหาตามเกณฑ์ของ Best (อ้างถึงใน ทิฆัมพร, 2548: 60) ดังนี้

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.51 ขึ้นไป	หมายถึง	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 2.51 – 3.50	หมายถึง	มาก
ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.51 – 2.50	หมายถึง	น้อย
ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.50 ลงมา	หมายถึง	น้อยที่สุด

1.3 การทดสอบสมมติฐานในการวิจัย ใช้การวิเคราะห์เชิงปริมาณ (Quantitative Analysis) เพื่อเปรียบเทียบทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติทดสอบสมมติฐานเกี่ยวกับความแตกต่างภายในกลุ่มเดียวกัน (t-test)

## ผลและวิจารณ์

### ผล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงผลของการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 กลุ่มทดลองเป็นนักเรียนทั้งเพศหญิงและเพศชายที่ลงทะเบียนเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย ปีการศึกษา 2551 โรงเรียนวัดไผ่ตัน จำนวน 17 คน ซึ่งได้รับโปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ ทำการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างโดยใช้แบบสอบถามทั้งก่อนและหลังการทดลอง และได้นำไปวิเคราะห์เพื่อหาความแตกต่างระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ซึ่งผลการวิจัยได้นำเสนอเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 สภาพและข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 ผลการประเมินนวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

ตอนที่ 3 การทดสอบสมมติฐานในการวิจัย

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการนำเสนอข้อมูล

เพื่อความสะดวกและความเข้าใจตรงกันในการแปลความหมายและการนำเสนอผลของการวิจัย โดยกำหนดสัญลักษณ์ที่ใช้ในการนำเสนอข้อมูล ดังนี้

f แทน ความถี่

% แทน ค่าร้อยละ

$\bar{X}$  แทน ค่าเฉลี่ย

S.D. แทน ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

t แทน ค่าสถิติในการแจกแจงแบบ t

### ตอนที่ 1 สภาพและข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง

สภาพและข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง เป็นข้อมูลเกี่ยวกับข้อมูลเชิงประชากร ซึ่งได้ผลการศึกษา ดังนี้

#### ตารางที่ 1 สภาพและข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง

สภาพและข้อมูลทั่วไป		กลุ่มทดลอง	
		จำนวน (คน)	%
เพศ	ชาย	9	52.9
	หญิง	8	47.1
อายุ	9 ปี	2	11.8
	10 ปี	11	64.7
	11 ปี	4	23.5
เวลาว่างในแต่ละวัน	น้อยกว่า 30 นาที	3	17.6
	30 – 60 นาที	9	52.9
	61 – 90 นาที	2	11.8
	91 – 120 นาที	1	5.9
	มากกว่า 120 นาที	2	11.8
กิจกรรมที่ปฏิบัติเป็นประจำ	ดูโทรทัศน์/ฟังเพลง	5	29.4
	เล่นคอมพิวเตอร์	6	35.3
	ออกไปเที่ยวข้างนอก	1	5.9
	ออกกำลังกาย	3	17.6
	อ่านหนังสือ	2	11.8

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นว่า สภาพและข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง แบ่งออกเป็น ผู้ชาย 9 คนและผู้หญิง 8 คน ส่วนใหญ่มีอายุ 10 ปี มีเวลาว่างในประกอบกิจกรรมต่างๆ วันละ 30 – 60 นาที กิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ได้ปฏิบัติเป็นประจำ ส่วนใหญ่เป็นการเล่นคอมพิวเตอร์ ดู โทรทัศน์/ฟังเพลง ออกกำลังกาย และอ่านหนังสือ ตามลำดับ

## ตอนที่ 2 ผลของการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่าง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของกลุ่มทดลอง

ตารางที่ 2 การประเมินทักษะการใช้เวลาว่างก่อนการทดลองทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ทักษะการใช้เวลาว่าง ก่อนการใช้โปรแกรม	กลุ่มทดลอง			กลุ่มควบคุม		
	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย
ด้านทักษะกระบวนการ	2.24	.437	น้อย	2.29	.470	น้อย
ด้านทักษะการวางแผน	2.29	.470	น้อย	2.18	.393	น้อย
ด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้ เวลาว่าง	2.24	.437	น้อย	2.18	.393	น้อย
รวม	2.35	.493	น้อย	2.29	.470	น้อย

จากตารางที่ 2 ผลการประเมินด้านทักษะการใช้เวลาว่างก่อนการให้โปรแกรมนวัตกรรม กระดาษพับแสดงให้เห็นว่า ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีผลการประเมินด้านทักษะการใช้เวลาว่างโดยรวมอยู่ในเกณฑ์ระดับน้อย ( $\bar{X} = 2.35$  และ 2.29 ตามลำดับ) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีผลการประเมินทักษะการใช้เวลาว่างอยู่ในเกณฑ์ระดับน้อยทุกด้าน และมีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ในแต่ละด้านที่มีค่าสถิติที่ใกล้เคียงกัน

**ตารางที่ 3** ผลของคะแนนทักษะการใช้เวลาว่างของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง

ตารางที่ 3 ผลของคะแนนทักษะการใช้เวลาว่างก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกัน

ผลของการให้โปรแกรม นวัตกรรมกระดาศพิบ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
ด้านทักษะกระบวนการ	2.24	.437	2.29	.470	0.436	0.668
ด้านทักษะการวางแผน	2.29	.470	2.18	.393	1.000	0.332
ด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์ การใช้เวลาว่าง	2.24	.437	2.18	.393	0.368	0.718
รวม	2.35	.493	2.29	.470	0.368	0.718

$P < .05$

จากตารางที่ 3 ผลของคะแนนทักษะการใช้เวลาว่างก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกัน

การประเมินผลของการใช้นวัตกรรมกระดาศพิบเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่าง ภายหลังจากการให้โปรแกรมนวัตกรรมกระดาศพิบจำนวน 8 สัปดาห์ กับกลุ่มทดลอง ซึ่งประเมิน 3 ด้าน คือ ด้านทักษะกระบวนการ จำนวน 5 ข้อ ด้านทักษะการวางแผน จำนวน 6 ข้อ และด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง จำนวน 6 ข้อ ผลของการประเมินมีดังนี้

ตารางที่ 4 ระดับของทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของกลุ่มทดลอง ด้านทักษะกระบวนการ

ด้านทักษะกระบวนการ	ก่อนการให้โปรแกรม นวัตกรรมกระดาษพับ			หลังการให้โปรแกรม นวัตกรรมกระดาษพับ		
	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย
1. นักเรียนมีความสามารถในการแก้ไข ปัญหาการทำงานต่างๆ	2.53	.514	มาก	3.06	.243	มาก
2. นักเรียนสามารถเลือกใช้เวลาว่างได้ อย่างเหมาะสม เช่น เวลา สถานที่ กาลเทศะ	2.47	.717	น้อย	3.24	.562	มาก
3. นักเรียนตรวจสอบผลงานเป็น ระยะๆ	2.24	.664	น้อย	3.00	.612	มาก
4. นักเรียนมีความสามารถในการ จัดการที่ดี	2.18	.636	น้อย	2.94	.243	มาก
5. นักเรียนสามารถทำนายถึงผลลัพธ์ ของผลงานได้ดี	2.47	.717	น้อย	3.12	.697	มาก
รวม	2.24	.437	น้อย	3.24	.437	มาก

จากตารางที่ 4 การศึกษาผลการประเมินด้านทักษะกระบวนการของกลุ่มทดลองทั้งก่อนและหลังการเข้าร่วม โปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับแสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้าร่วม โปรแกรม นวัตกรรมกระดาษพับ กลุ่มทดลองมีผลคะแนนการประเมินด้านทักษะกระบวนการโดยรวมอยู่ในเกณฑ์ระดับน้อย ( $\bar{X} = 2.24$ ) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า กลุ่มทดลองมีผลคะแนนการประเมินด้าน ทักษะกระบวนการอยู่ในเกณฑ์ระดับน้อยทุกข้อ และหลังการเข้าร่วม โปรแกรมนวัตกรรมกระดาษ พับ กลุ่มทดลองมีผลคะแนนการประเมินด้านทักษะกระบวนการ โดยรวมอยู่ในเกณฑ์ระดับมาก ( $\bar{X} = 3.24$ ) และเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า กลุ่มทดลองมีผลคะแนนการประเมินด้านทักษะ กระบวนการทุกข้ออยู่ในเกณฑ์ระดับมาก

สรุป หลังการเข้าร่วม โปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับในกลุ่มทดลอง พบว่าโปรแกรม นวัตกรรมกระดาษพับมีผลต่อทักษะกระบวนการ โดยทำให้กลุ่มทดลองมีความสามารถในการ

แก้ไขปัญหาต่างๆ สามารถใช้เวลาว่างว่างได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีอุปนิสัยในการตรวจสอบผลงานอย่างสม่ำเสมอ มีการจัดการได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถที่จะทำนายผลลัพธ์ของผลงานได้

**ตารางที่ 5** ระดับของทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของกลุ่มทดลอง ด้านทักษะการวางแผน

ด้านทักษะการวางแผน	ก่อนการให้โปรแกรม			หลังการให้โปรแกรม		
	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย
1. นักเรียนผู้กำหนดหรือวางแผนการทำงานล่วงหน้าก่อนลงมือปฏิบัติจริงได้	2.18	.809	น้อย	3.47	.514	มาก
2. นักเรียนมีแนวทางดำเนินการในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง อย่างเป็นลำดับขั้นตอนตั้งแต่ต้นจนจบ	2.53	.717	มาก	2.76	.562	มาก
3. นักเรียนสามารถตัดสินใจไว้ล่วงหน้าว่าจะทำอะไร เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์	2.41	.618	น้อย	3.06	.659	มาก
4. ท่านคิดถึงการทำต่างๆ ที่นำมาแก้ไขปัญหาในกิจกรรมต่างๆ ได้อย่างดี	2.29	.588	น้อย	3.29	.686	มาก
5. นักเรียนใช้ทรัพยากรที่มีให้เกิดประโยชน์สูงสุด	2.47	.514	น้อย	3.29	.686	มาก
6. นักเรียนพยายามหาทางเลือกที่ดีที่สุด ในลงมือปฏิบัติงานเพื่อบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ	2.53	.624	มาก	3.06	.659	มาก
รวม	2.29	.470	น้อย	3.12	.332	มาก

จากตารางที่ 5 การศึกษาผลการประเมินของกลุ่มทดลองด้านทักษะการวางแผนทั้งก่อนและหลังการเข้าร่วม โปรแกรมนวัตกรรมกระดาศพิบแสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้าร่วม โปรแกรมนวัตกรรมกระดาศพิบ กลุ่มทดลองมีผลคะแนนการประเมินด้านทักษะการวางแผน โดยรวมอยู่ในเกณฑ์ระดับน้อย ( $\bar{X} = 2.29$ ) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า กลุ่มทดลองมีผลคะแนนการประเมินด้านทักษะการวางแผนอยู่ในเกณฑ์ระดับน้อยเกือบทุกข้อ ยกเว้น ข้อ 2. (นักเรียนมีแนวทางดำเนินการในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง อย่างเป็นลำดับขั้นตอนตั้งแต่ต้นจนจบ) และ ข้อ 6. (นักเรียนพยายามหาทางเลือกที่ดีที่สุดในลงมือปฏิบัติงานเพื่อบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ) ที่มีผลการประเมินอยู่ในเกณฑ์ระดับ มาก ( $\bar{X} = 2.53$  ทั้งข้อ 2. และข้อ 6.) และหลังการเข้าร่วม โปรแกรมนวัตกรรมกระดาศพิบ กลุ่มทดลองมีผลคะแนนการประเมินด้านทักษะการวางแผน โดยรวมอยู่ในเกณฑ์ระดับมาก ( $\bar{X} = 3.12$ ) และเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า กลุ่มทดลองมีผลคะแนนการประเมินด้านทักษะการวางแผนทุกข้ออยู่ในเกณฑ์ระดับมาก

สรุป หลังการเข้าร่วม โปรแกรม นวัตกรรมกระดาศพิบในกลุ่มทดลอง ปรากฏว่าโปรแกรม นวัตกรรมกระดาศพิบมีผลต่อด้านทักษะการวางแผน โดยทำให้กลุ่มทดลองมีความสามารถในการวางแผนการทำงานได้เป็นอย่างดี มีการทำงานอย่างเป็นลำดับขั้นตอนตั้งแต่ต้นจนจบ มีความสามารถทำงานเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ ทำให้มีความคิดในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้เป็นอย่างดี ทำให้มีการใช้ทรัพยากรให้เกิดประโยชน์สูงสุด และพยายามที่ใช้ทางเลือกที่ดีที่สุดในการลงมือปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ต้องการ

ตารางที่ 6 ระดับของทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของกลุ่มทดลองด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง

ด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์ การใช้เวลาว่าง	ก่อนการให้โปรแกรม นวัตกรรมกระดาศพิบ			หลังการให้โปรแกรม นวัตกรรมกระดาศพิบ		
	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย
1. นักเรียนมีทักษะเข้าร่วมกิจกรรม ต่างๆ	2.24	.752	น้อย	3.06	.429	มาก
2. นักเรียนมีสุขภาพดีทั้งทางร่างกาย และจิตใจ	2.65	.493	มาก	3.65	.493	มากที่สุด
3. นักเรียนได้รับความสนุกสนานและ ลดความเครียด	2.59	.507	มาก	3.59	.618	มากที่สุด

ด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์ การใช้เวลาว่าง	ก่อนการให้โปรแกรม นวัตกรรมกระดาศพิบ			หลังการให้โปรแกรม นวัตกรรมกระดาศพิบ		
	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย
4. นักเรียนเกิดความสามัคคี ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน	2.53	.514	มาก	3.53	.514	มากที่สุด
5. ส่งเสริมให้นักเรียนเป็นพลเมืองดี ลดปัญหาการประพฤติผิดศีลธรรม หรือปัญหาอาชญากรรม	2.18	.529	น้อย	3.47	.624	มาก
6. นักเรียนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์	2.47	.624	น้อย	3.47	.514	มาก
รวม	2.24	.437	น้อย	3.35	.493	มาก

จากตารางที่ 6 การศึกษาผลการประเมินกลุ่มทดลองด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่างทั้งก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมนวัตกรรมกระดาศพิบแสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมนวัตกรรมกระดาศพิบ กลุ่มทดลองมีผลคะแนนการประเมินด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่างโดยรวมอยู่ในเกณฑ์ระดับน้อย ( $\bar{X} = 2.24$ ) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า กลุ่มทดลองมีผลคะแนนการประเมินด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่างอยู่ในเกณฑ์ระดับน้อยและมาก อย่างละ 3 ข้อ โดยมี ข้อที่ 1, 5 และข้อ 6. มีผลการประเมินอยู่ในเกณฑ์ระดับ น้อย ( $\bar{X} = 2.24, 2.18, 2.47$  ตามลำดับ ) และมีข้อที่ 2, 3 และข้อที่ 4 ยกเว้น มีผลการประเมินอยู่ในเกณฑ์ระดับ มาก ( $\bar{X} = 2.65, 2.59, 2.53$  ตามลำดับ ) ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรม นวัตกรรมกระดาศพิบ กลุ่มทดลองมีผลคะแนนการประเมินด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่างโดยรวมอยู่ในเกณฑ์ระดับมาก ( $\bar{X} = 3.35$ ) และเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า กลุ่มทดลองมีผลคะแนนการประเมินด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่างอยู่ในเกณฑ์ระดับมากและมากที่สุด อย่างละ 3 ข้อ โดยมี ข้อที่ 1, 5 และข้อ 6. มีผลการประเมินอยู่ในเกณฑ์ระดับ มาก ( $\bar{X} = 3.06, 3.47, 3.47$  ตามลำดับ ) และมีข้อที่ 2, 3 และข้อที่ 4 ยกเว้น มีผลการประเมินอยู่ในเกณฑ์ระดับ มากที่สุด ( $\bar{X} = 3.65, 3.59, 3.53$  ตามลำดับ )

สรุป หลังการเข้าร่วมโปรแกรม นวัตกรรมกระดาศพิบในกลุ่มทดลอง ปรากฏว่าโปรแกรม นวัตกรรมกระดาศพิบมีผลต่อด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง โดยทำให้กลุ่มทดลองมีทักษะในการประกอบกิจกรรมต่างๆ เพิ่มมากขึ้น มีสุขภาพดีเพิ่มขึ้นทั้งทางกายและจิตใจ ได้รับ

ความสนุกสนานเพิ่มขึ้นและลดสภาวะความเครียด ทำให้เกิดความสามัคคี รักใคร่ในหมู่คณะ ส่งเสริมให้เป็นพลเมืองที่ดีอีกทั้งยังลดปัญหาการประพฤติผิดศีลธรรม และสามารถเลือกใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ได้เป็นอย่างดี

**ตารางที่ 7** ระดับของทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ในภาพรวมของทักษะการใช้เวลาว่างในกลุ่มทดลอง

ผลการประเมินโปรแกรม นวัตกรรมกระดาษพับ	ก่อนการให้โปรแกรม นวัตกรรมกระดาษพับ			หลังการให้โปรแกรม นวัตกรรมกระดาษพับ		
	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย
ด้านทักษะกระบวนการ	2.24	.437	น้อย	3.24	.437	มาก
ด้านทักษะการวางแผน	2.29	.470	น้อย	3.12	.332	มาก
ด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้ เวลาว่าง	2.24	.437	น้อย	3.35	.243	มาก
รวม	2.35	.493	น้อย	3.06	.243	มาก

จากตารางที่ 7 การศึกษาผลการประเมินทักษะการใช้เวลาว่าง (ด้านทักษะกระบวนการ ด้านทักษะการวางแผน ด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง) โดยรวมทั้ง ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับ แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับ กลุ่มทดลองมีผลคะแนนการประเมินด้านทักษะการใช้เวลาว่าง โดยรวมอยู่ในเกณฑ์ระดับน้อย ( $\bar{X} = 2.35$ ) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า กลุ่มทดลองมีผลคะแนนการประเมินด้านทักษะการใช้เวลาว่างโดยรวม อยู่ในเกณฑ์ระดับน้อยทุกข้อ และหลังการเข้าร่วมโปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับ กลุ่มทดลองมีคะแนนการประเมินด้านทักษะการใช้เวลาว่างโดยรวมอยู่ในเกณฑ์ระดับมาก ( $\bar{X} = 3.06$ ) และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า กลุ่มทดลองมีผลคะแนนการประเมินด้านทักษะการใช้เวลาว่างทุกด้าน อยู่ในเกณฑ์ระดับมาก

### ตอนที่ 3 การทดสอบสมมติฐานในการวิจัย

**การทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1** ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างโดยรวมดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง

$H_0$  : ภายหลังจากทดลองในกลุ่มทดลองโปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับไม่มีผลต่อทักษะการใช้เวลาว่างโดยรวม

$H_1$  : ภายหลังจากทดลองในกลุ่มทดลองโปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับมีผลต่อทักษะการใช้เวลาว่างโดยรวม

ตารางที่ 8 ผลการทดสอบสมมติฐาน ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างโดยรวมดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง

ผลของการให้โปรแกรม นวัตกรรมกระดาษพับ	ก่อนการให้ โปรแกรม นวัตกรรม กระดาษพับ		หลังการให้ โปรแกรม นวัตกรรม กระดาษพับ		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
		2.35	.493	3.06		

\*  $P < .05$

จากตารางที่ 8 ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่าภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างโดยรวมดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างรายด้านดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง

$H_0$  : ภายหลังจากทดลองในกลุ่มทดลองโปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับไม่มีผลต่อทักษะการใช้เวลาว่างรายด้าน

$H_1$  : ภายหลังจากทดลองในกลุ่มทดลองโปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับมีผลต่อทักษะการใช้เวลาว่างรายด้าน

ตารางที่ 9 ผลการทดสอบสมมติฐาน ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างรายด้านดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง

ผลของการให้โปรแกรม นวัตกรรมกระดาษพับ	ก่อนการให้		หลังการให้		t	P-Value
	โปรแกรม		โปรแกรม			
	นวัตกรรม		นวัตกรรม			
	กระดาษพับ		กระดาษพับ			
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
ด้านทักษะกระบวนการ	2.47	.437	3.24	.437	7.211	0.00*
ด้านทักษะการวางแผน	2.29	.470	3.12	.332	5.607	0.00*
ด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์ การใช้เวลาว่าง	2.24	.437	3.35	.493	5.899	0.00*
รวม	2.35	.493	3.06	.243	4.951	0.00*

\*  $P < .05$

จากตารางที่ 9 ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่าภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างรายด้านดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่ากลุ่มควบคุม

$H_0$  : ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองไม่มีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่ากลุ่มตัวอย่างในกลุ่มควบคุม

$H_1$  : ภายหลังจากทดลองกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่ากลุ่มตัวอย่างในกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 10 ผลการทดสอบสมมติฐาน ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่ากลุ่มควบคุม

ผลของการให้โปรแกรม นวัตกรรมกระดาษพับ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
ด้านทักษะกระบวนการ	3.24	.437	2.53	.624	3.10	0.00*
ด้านทักษะการวางแผน	3.12	.332	2.47	.624	3.40	0.00*
ด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์ การใช้เวลาว่าง	3.35	.493	2.53	.514	6.42	0.00*
รวม	3.47	.514	2.53	.514	4.24	0.00*

\* P < .05

จากตารางที่ 10 ผลการทดสอบสมมติฐาน ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

การทดสอบสมมติฐานข้อที่ 4 ภายหลังจากทดลอง กลุ่มควบคุม ไม่มีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างดีขึ้นก่อนการทดลอง

$H_0$  : ภายหลังจากทดลอง กลุ่มควบคุม ไม่มีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่าก่อนการทดลอง

$H_1$  : ภายหลังจากทดลอง กลุ่มควบคุมมีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่าก่อนการทดลอง

ตารางที่ 11 ผลการทดสอบสมมติฐาน ก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มควบคุม มีทักษะการใช้เวลาว่างไม่แตกต่างกัน

ผลของการให้โปรแกรม นวัตกรรมการกระจายพับ	ก่อนการให้ โปรแกรม		หลังการให้ โปรแกรม		t	P-Value
	นวัตกรรมการ กระจายพับ		นวัตกรรมการ กระจายพับ			
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
ด้านทักษะกระบวนการ	2.29	0.470	2.53	0.624	1.000	0.332
ด้านทักษะการวางแผน	2.18	0.393	2.47	0.624	1.768	0.096
ด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์						
การใช้เวลาว่าง	2.18	0.393	2.53	0.514	2.954	0.009*
รวม	2.29	0.470	2.53	0.514	1.289	0.216

\* P < .05

จากตารางที่ 11 ผลการทดสอบสมมติฐาน ก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มควบคุมมีทักษะการใช้เวลาว่างไม่แตกต่างกัน ยกเว้นในด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง มีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

### วิจารณ์

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi – Experimental Research) เพื่อศึกษาผลของการใช้นวัตกรรมกระจายพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โดยประชากรคือนักเรียนทั้งเพศหญิงและเพศชายที่ลงทะเบียนเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย ปีการศึกษา 2551 โรงเรียนวัดไผ่ตัน จำนวน 149 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการคัดกรองโดยใช้แบบประเมินทักษะเวลาว่างที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จากนักเรียนที่สามารถเข้าร่วมในโปรแกรมนวัตกรรมกระจายพับได้ครบทุกครั้ง จำนวน 17 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา คือ แบบประเมินทักษะเวลาว่างที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และ โปรแกรมนวัตกรรมกระจายพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างที่สร้างขึ้น โดย 8 กิจกรรม นวัตกรรมกระจายพับของ กุลยา

ต้นติผลาชีวะ และผู้วิจัยได้นำกิจกรรมนันทนาการไปบูรณาการ ซึ่งใช้เวลาในการทดลอง 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาทีถึง 1 ชั่วโมง และนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้มาวิเคราะห์หาค่าทางสถิติโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ผู้วิจัยขอเสนอข้อวิจารณ์ต่างๆ ดังต่อไปนี้

### ทักษะการใช้เวลาว่างของกลุ่มทดลอง

ทักษะการใช้เวลาว่างของกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงในภาพรวม โดยก่อนการทดลอง อยู่ในเกณฑ์ระดับน้อย ( $\bar{X} = 2.35$ ) เป็นเกณฑ์ระดับมากภายหลังการทดลอง ( $\bar{X} = 3.06$ ) อีกทั้งกลุ่มทดลองยังมีการเปลี่ยนแปลงทักษะการใช้เวลาว่างรายด้านดีกว่าก่อนการทดลอง ดังนี้ ด้านทักษะกระบวนการ โดยก่อนการทดลองอยู่ในเกณฑ์ระดับน้อย ( $\bar{X} = 2.24$ ) เป็นเกณฑ์ระดับมากภายหลังการทดลอง ( $\bar{X} = 3.24$ ) ด้านทักษะการใช้เวลาว่างในด้านทักษะการวางแผนก่อนการทดลองอยู่ในเกณฑ์ระดับน้อย ( $\bar{X} = 2.29$ ) แต่ภายหลังการทดลองยังคงอยู่ในเกณฑ์ระดับมาก ( $\bar{X} = 3.12$ ) และทักษะการใช้เวลาว่างในด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่างก่อนการทดลองอยู่ในเกณฑ์ระดับน้อย ( $\bar{X} = 2.24$ ) เป็นเกณฑ์ระดับมากภายหลังการทดลอง ( $\bar{X} = 3.35$ ) และภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองก่อนการทดลองอยู่ในเกณฑ์ระดับน้อย ( $\bar{X} = 2.35$ ) เป็นเกณฑ์ระดับมากภายหลังการทดลอง ( $\bar{X} = 3.06$ ) ซึ่งมีการพัฒนาดีกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองอยู่ในเกณฑ์ระดับน้อย ( $\bar{X} = 2.35$ ) เป็นเกณฑ์ระดับมากภายหลังการทดลอง ( $\bar{X} = 2.53$ ) ดังนั้นผลจากการทดสอบสมมุติฐานพบว่า 1) กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงในภาพรวมดีกว่าก่อนการทดลองในเรื่องของทักษะการใช้เวลาว่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงทักษะการใช้เวลาว่างในรายด้านดีกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 3) ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากผลของการเปลี่ยนแปลงนี้สามารถอภิปรายได้ใน 2 ส่วน คือ

1. เมื่อดูจากค่าเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงทักษะการใช้เวลาว่างของกลุ่มทดลองมีการพัฒนาในรายด้านทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านทักษะกระบวนการ ด้านทักษะการวางแผนและด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง โดยก่อนการทดลองมีเกณฑ์ในระดับน้อย ( $\bar{X} = 2.24, 2.29, 2.24$  ตามลำดับ) แต่ภายหลังการทดลองมีการเปลี่ยนแปลงเป็นเกณฑ์มาก ( $\bar{X} = 3.24, 3.12, 3.35$  ตามลำดับ) โดยมีระดับในการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นในระดับใกล้เคียงกัน ซึ่งอาจเป็นผลมาจากโปรแกรม

นวัตกรรมกระดาษพับ คือ เมื่อวิเคราะห์เนื้อหาของโปรแกรมสังเกตได้ว่าเนื้อหาของโปรแกรมที่มีจำนวนทั้งสิ้น 16 ครั้ง มีเนื้อหาที่พัฒนาทักษะการใช้เวลาว่างทั้ง 3 ด้าน ซึ่งมีจำนวนครั้งที่ใกล้เคียงกัน โดยมีด้านทักษะกระบวนการ 10 ครั้ง ด้านทักษะการวางแผน 12 ครั้ง และด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง 12 ครั้ง

จากเหตุผลในข้างต้นเมื่อพิจารณารายข้อทั้งทางด้านทักษะกระบวนการ ด้านทักษะการวางแผนและด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่างมีการพัฒนาดีขึ้นจากที่อยู่ในเกณฑ์ระดับน้อยเกือบทุกข้อ เปลี่ยนเป็นอยู่ในเกณฑ์ระดับมากเกือบทุกข้อ ยกเว้นในด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่างมี ข้อ 2. (นักเรียนมีสุขภาพดีทั้งทางร่างกายและจิตใจ) ข้อ 3. (นักเรียนได้รับความสนุกสนานและลดความเครียด) และข้อ 4. (นักเรียนเกิดความสามัคคี ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน) โดยก่อนทดลองอยู่ในเกณฑ์มาก ( $\bar{X} = 2.65, 2.59, 2.53$  ตามลำดับ) แต่ภายหลังการทดลองมีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นเป็นเกณฑ์มากที่สุด ( $\bar{X} = 3.65, 3.59, 3.53$  ตามลำดับ) สามารถอธิบายได้ว่าจากโปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับเป็นไปตามวัตถุประสงค์ในการพัฒนาทักษะการใช้เวลาว่าง คือ ทำให้กลุ่มทดลองได้มีการพัฒนาทักษะการใช้เวลาว่าง ทั้งทัศนคติและความรู้ จนทำให้เกิดสติปัญญาเพื่อเลือกและเข้าใจกิจกรรมการใช้เวลาว่างในทางที่ดีจนทำให้เกิดประสบการณ์การใช้เวลาว่าง (Stumbo and Peterson, 2004: 48) ซึ่งโปรแกรมนั้นเน้นการเน้นเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้กลุ่มทดลองฝึกคิด ฝึกปฏิบัติ อีกทั้งปลูกฝังการเป็นพลเมืองที่ดีและสามารถเลือกการใช้เวลาว่างได้อย่างเหมาะสม โดยผู้วิจัยเลือกประเภทของกิจกรรม ความสนใจ ความต้องการ การให้แรงเสริมให้ตรงกับกลุ่มทดลอง ซึ่งสอดคล้องกับพาสนา (2548 : 37) ที่กล่าวว่า พัฒนาการของเด็กจะมีความขยันหมั่นเพียรกับความรู้สึกลดน้อย (Industry VS Inferiority) เนื่องจากเด็กมีความต้องการที่จะทำกิจกรรมต่างๆ อยู่เสมอ และภาคภูมิใจในผลงานที่ทำแล้วประสบความสำเร็จ ดังนั้นหากมีการสนับสนุน คอยชี้แนะให้เด็กทำงานให้บรรลุความสำเร็จ จะทำให้เด็กมีความมั่นใจในความสามารถของตนและจะทำให้เด็กมีความมุ่งมั่นในการทำงานนั้นๆ ต่อไปและยังสอดคล้องกับทฤษฎีของ Erikson ที่กล่าวว่า วัยเด็กตอนปลายจะเป็นวัยของการวางรากฐานบุคลิกภาพอย่างหนึ่ง (โยธิน และ คณะจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533: 188)

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังพบอีกว่า ด้านทักษะกระบวนการและด้านทักษะการวางแผนทางสังคม นั้น กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยในรายชื่อที่ดีขึ้นถึงแม้จะอยู่ในเกณฑ์ระดับเดียวกับก่อนการทดลองในรายชื่อต่อไปนี้

### ด้านทักษะการบวนการ

ข้อ 1. นักเรียนมีความสามารถในการแก้ไขปัญหาการทำงานต่างๆ

### ด้านทักษะการวางแผน

ข้อ 2. นักเรียนมีแนวทางดำเนินการในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง อย่างเป็นลำดับขั้นตอนตั้งแต่ต้น

จนจบ

ข้อ 6. นักเรียนพยายามหาทางเลือกที่ดีที่สุดในลงมือปฏิบัติงานเพื่อบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ

2. จากผลของการทดสอบสมมุติฐาน พบว่า 1) กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงในภาพรวมดีกว่าก่อนการทดลองในเรื่องของทักษะการใช้เวลาว่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงทักษะการใช้เวลาว่างในรายด้านดีกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 3) ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า โปรแกรมนวัตกรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนั้นมีความสอดคล้องกับลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งมีความสอดคล้องกับ ศรีเรือน (2549: 289) กล่าวไว้ว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ทั้งเพศหญิงและเพศชาย ซึ่งเด็กในวัยนี้จะไม่อยู่นิ่ง ชอบเล่นและทำกิจกรรมต่างๆ ที่ใช้ความรวดเร็ว ไม่มีความระมัดระวังมากนัก ประสาทสัมผัสของกล้ามเนื้อมีความละเอียดอ่อนมากขึ้น การพัฒนาทางสติปัญญาที่ต้องใช้อวัยวะประเภทนี้เป็นสิ่งจึงทำได้ เด็กสามารถเล่นเกมที่ซับซ้อนและทำกิจกรรมการเล่นชนิดสร้างสรรค์ได้ (creative plays) เช่น การวาดภาพ การปั้นรูป การทำการฝีมือ การแกะสลัก การดนตรี ฯลฯ แต่กิจกรรมที่ทางโรงเรียนจัดขึ้นนั้นขาดบุคลากรในการดูแล ขาดซึ่งอุปกรณ์ จึงทำให้เด็กนั้นขาดทักษะการใช้เวลาว่างที่ดี ผู้วิจัยได้พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะใช้เวลาว่างด้วยการเล่นเกมส้อมพิวเตอร์ การออกกำลังกาย ซึ่งเป็นลักษณะของการใช้เวลาว่างที่ไม่ได้ประสบความสำเร็จในการใช้เวลาว่างที่ดีนัก ซึ่งเนื้อหาของโปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นนั้นส่วนใหญ่จะเป็นกิจกรรมที่ให้กลุ่มตัวอย่างนั้นมีการคิด มีการลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเองและมีการให้แรงเสริมในการทำกิจกรรมต่างๆ ทำให้ประสิทธิภาพของโปรแกรม

นวัตกรรมกระดาษพับนั้นดียิ่งขึ้น ยกตัวอย่างเช่น กิจกรรมไก่อ่พับ : ตัวฉันทหรือนี้ กิจกรรมเปิดพับ : เปา ยิง ขลุบ กิจกรรมไดโนเสาร์พับ : ป่าไต่ตะ ป่าไต่ เป็นต้น

โปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นนอกจากจะพัฒนาทักษะการใช้เวลาว่างได้เป็นอย่างดีแล้ว ยังมีประโยชน์กับกลุ่มทดลองทั้งในด้านของตนเอง ด้านครอบครัว และด้านสังคมซึ่งมีสอดคล้องกับ พิรุณณิ (2547: 2-3) ที่ได้สรุปประโยชน์ของการใช้เวลาว่างไว้ว่า

1. มีประโยชน์ต่อตนเอง ทำให้คนเรามีสุขภาพที่ดีทั้งทางกายและจิตใจ เนื่องจากในชีวิตประจำวันของแต่ละคนเต็มไปด้วยสิ่งคำวนยความสะดวกมากมาย จึงทำให้คนเราละเลยต่อการออกกำลังกาย ร่างกายจึงไม่มีความแข็งแรงสมบูรณ์และทรุดโทรมได้ง่าย เช่น กิจกรรมในด้านการออกกำลังกายจึงช่วยส่งเสริมให้ร่างกายมีสมรรถภาพทางกายสูงขึ้น ส่วนทางด้านจิตใจก็ได้พักผ่อน ทำให้คลายความตึงเครียดลง ลดความวิตกกังวล สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมหรือทำงานต่างๆ ได้ดีขึ้น ทั้งยังเป็นการส่งเสริมให้เกิดความคิดริเริ่ม กระตุ้นให้มีความแสดงออก และช่วยเพิ่มพูนความรู้ ทักษะ ความชำนาญในการปฏิบัติงาน ตามความถนัดและความสนใจของแต่ละบุคคล

2. มีประโยชน์ต่อครอบครัว การใช้เวลาว่างบางอย่างนอกจากจะให้ความสนุกสนานเพลิดเพลิน ทำให้ชีวิตครอบครัวเป็นสุขและอบอุ่น เช่น การปลูกต้นไม้ ทำสวนครัว วาดภาพ เขียนการ์ตูน สะสมแสตมป์ และยังอาจเพิ่มรายได้ให้แก่ครอบครัวทางอ้อมอีกด้วย และในบางครั้งก็มีส่วนช่วยให้สมาชิกในครอบครัวมีความใกล้ชิดกันมากขึ้นอันเป็นเพิ่มความรัก ความอบอุ่นแก่ครอบครัว จากการใช้วันหยุดนันทนาการเป็นสื่อกลาง

3. มีประโยชน์ต่อสังคม

3.1 ก่อให้เกิดความรักใคร่กลมเกลียวกัน ในการทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อน  
สาธารณประโยชน์ ช่วยให้เห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน

3.2 ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี การที่ชุมชนได้มีโอกาสใช้เวลาว่างกันให้เกิดประโยชน์ โดยเข้าร่วมกิจกรรมยามว่างเป็นการเพิ่มคุณธรรมแก่บุคคลที่เข้าร่วมกิจกรรมนั้นๆ ทำให้เขาเหล่านั้นมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ลดความเห็นแก่ตัวลง

3.3 ส่งเสริมให้เกิดมิตรภาพและสันติภาพ การที่บุคคลให้มีโอกาสร่วมกิจกรรมกัน ทำให้สร้างความเข้าใจที่ดีต่อกัน และลดช่องว่างระหว่างสถานภาพที่แตกต่างกันได้ สร้างความเป็นมิตร เพื่อนำไปสู่ข้อตกลงที่ก่อให้เกิดประโยชน์ร่วมกัน ความสุขความสงบของสังคมก็จะเกิดขึ้น เช่น การเล่นกีฬาเพื่อเชื่อมความสัมพันธ์ การจัดนิทรรศการ และการจัดแสดงของโรงเรียน เป็นต้น

3.4 ลดปัญหาการประพฤติผิดศีลธรรมหรือปัญหาอาชญากรรม เพราะเด็กและเยาวชน รู้จักใช้เวลาว่างในการพัฒนาทักษะนิสัยของตนให้เป็นที่พึงปรารถนาต่อสังคม

ก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มควบคุม มีทักษะการใช้เวลาว่าง ไม่แตกต่างกัน ยกเว้นในด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง มีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 อาจเป็นเพราะกลุ่มควบคุมได้รับกิจกรรมจากทางโรงเรียน เช่น กิจกรรมชุมนุม การแข่งขันกีฬา กิจกรรมในวันสำคัญต่างๆ เป็นต้น จึงทำให้กลุ่มควบคุมมีการพัฒนาในด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่างเพิ่มขึ้น

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเกิดแนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรมนวัตกรรมกระดานพับที่ผู้วิจัยได้นำแบบอย่างของกฤษยา (2551) และได้นำมาบูรณาการในส่วนของกิจกรรมนันทนาการซึ่งเห็นว่า มีความสอดคล้องกับลักษณะของกลุ่มทดลอง จึงทำให้กลุ่มทดลองเมื่อผ่านการให้โปรแกรมนวัตกรรมกระดานพับแล้วเกิดการพัฒนาทักษะการใช้เวลาว่างโดยรวม แต่ถ้าหากนำโปรแกรมนวัตกรรมกระดานพับที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ อาจได้รับผลที่แตกต่างไปจากงานวิจัยนี้ก็เป็นได้

## สรุปและข้อเสนอแนะ

### สรุป

#### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4
2. เพื่อศึกษาผลรายด้านของการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4
3. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบทักษะการใช้เวลาว่างระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

#### กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ในการศึกษาผลของโปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนทั้งเพศหญิงและเพศชายที่ลงทะเบียนเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย ปีการศึกษา 2551 โรงเรียนวัดไผ่ตัน จำนวน 149 คน โดยมีการคัดกรองโดยใช้แบบประเมินทักษะเวลาว่างที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จากนักเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ทั้งระดับชั้นและสามารถเข้าร่วมใน โปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับได้ครบทุกครั้ง

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย เครื่องมือที่ 1 คือ โปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่ผู้วิจัยได้นำต้นแบบการพับรูปสัตว์ 8 แบบมาจากกฤษยา (2551) ประกอบด้วย ปลาพับ ไก่พับ เป็ดพับ ไดโนเสาร์พับ กระด่าพับ หนูพับ กบพับ และได้นำมาบูรณาการในส่วนของกิจกรรมนันทนาการ และ 2) คือ แบบประเมินทักษะการใช้เวลาว่างที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. โปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 16 กิจกรรม ใช้ระยะเวลา 8 สัปดาห์ ได้ผ่านการตรวจสอบหาค่าความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (Face Validity) จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน

2. แบบประเมินทักษะการใช้เวลาว่างที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 สภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบประเมิน เป็นแบบตรวจสอบรายการ และส่วนที่ 2 แบบประเมินทักษะการใช้เวลาว่าง สามารถแบ่งได้ 3 ด้าน คือ ด้านทักษะกระบวนการ ด้านทักษะการวางแผน และด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง เป็นมาตราวัดแบบ Rating Scale 4 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก น้อย และน้อยที่สุด โดยมีข้อคำถาม 5 , 6 และ 6 ข้อ ตามลำดับ รวมทั้งสิ้น 17 ข้อ ซึ่งได้ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน โดยได้ค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ในช่วง 0.8 – 1.0 จากนั้น นำเครื่องมือหาค่าทดสอบความเชื่อมั่น (Reliability) ผู้วิจัยได้นำแบบประเมินที่ปรับปรุงแล้วไปทดสอบกับกลุ่มประชากรที่มีความคล้ายกับกลุ่มประชากรเป้าหมาย เพื่อหาความเชื่อมั่นของแบบประเมินการจัดการความเครียดโดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha) ของ Cronbach ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.81

### วิธีดำเนินการวิจัย

ในการดำเนินการวิจัยผลของนวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ผู้วิจัยได้มีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังต่อไปนี้

#### 1. ขั้นตอนการทดลอง

1.1 การสุ่มแบบอย่างง่ายโดยให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบประเมินทักษะการใช้เวลาว่าง โดยจัดว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนรวมเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ต่ำกว่า 2.51 เป็นกลุ่มตัวอย่างที่มีปัญหาทักษะการใช้เวลาว่าง ซึ่งนำคะแนนมาเรียงลำดับจากน้อยไปหามาก ให้ได้จำนวน 34 คน

1.2 นำกลุ่มตัวอย่างมาสุ่มแบ่งแบบจับคู่ (Match-Paired Sampling) เรียงคะแนน ผลจากการทดสอบจากน้อยที่สุดไปหามากที่สุดของกลุ่มที่มีปัญหา มาจับคู่กัน มาเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ได้กลุ่มละ 17 คน

2. ขึ้นดำเนินการทดลอง กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมนวัตกรรมกระดาศพับ โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินกิจกรรมจำนวน 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาทีถึง 1 ชั่วโมง ส่วนกลุ่มควบคุมนั้นจะไม่ได้รับโปรแกรมนวัตกรรมกระดาศพับที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นแต่จะได้รับการกิจกรรมจากทางโรงเรียนเป็นปกติ

3. ขึ้นหลังการทดลอง เมื่อครบกำหนดระยะเวลาของโปรแกรมนวัตกรรมกระดาศพับ 8 สัปดาห์ ให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบสอบถามเพื่อประเมินทักษะการใช้เวลาว่างชุดเดิมที่ได้ให้ทำการทดลอง โดยใช้ระยะเวลา 1 สัปดาห์ภายหลังจากเสร็จสิ้น โปรแกรมนวัตกรรมกระดาศพับแล้ว

4. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามเพื่อประเมินทักษะการใช้เวลาว่างทั้งก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่างมาวิเคราะห์โดยวิธีการทางสถิติเพื่อหาความแตกต่างในกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติทดสอบสมมติฐานเกี่ยวกับความแตกต่างภายในกลุ่ม (t - test) โดยกำหนดระดับความมีนัยสำคัญที่ .05

## ผลการวิจัย

### สภาพและข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนทั้งเพศหญิงและเพศชายที่ลงทะเบียนเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภาคปลาย ปีการศึกษา 2551 โรงเรียนวัดไผ่ตัน จำนวน 34 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 17 คน โดยกลุ่มทดลองจะแบ่งเป็นเพศชาย 9 คนและเพศหญิง 8 คน มีอายุระหว่าง 9 – 11 ปี ส่วนใหญ่จะมีเวลาว่างในแต่ละวัน 30 – 60 นาที ส่วนเวลาว่างที่กลุ่มตัวอย่างได้ปฏิบัติเป็นประจำ พบว่าส่วนใหญ่จะเป็นเล่นคอมพิวเตอร์ ดูโทรทัศน์/ฟังเพลง ออกกำลังกาย และอ่านหนังสือตามลำดับ

### ผลการทดสอบสมมติฐาน

1. ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงทักษะการใช้เวลาว่างเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงทักษะการใช้เวลาว่างในรายด้านเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05
4. ก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มควบคุมมีทักษะการใช้เวลาว่างไม่แตกต่างกัน ยกเว้นในด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง มีการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะการใช้เวลาว่างดีกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

#### ข้อเสนอแนะ

##### ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

จากผลการวิจัยดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยขอเสนอแนะ เพื่อนำไปสู่การปรับปรุงนวัตกรรมกระดาศัพเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ดังนี้

1. ในการสร้างโปรแกรมหรือการจัดกิจกรรมต่างๆ ผู้สร้างโปรแกรมควรมีความรู้ ความเข้าใจทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญาและความต้องการ ของผู้เข้าร่วมโปรแกรม เพื่อที่จะทำให้โปรแกรมนั้นๆ มีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิผลเพิ่มมากขึ้น
2. หลังจากเสร็จสิ้นการศึกษาวิจัยควรมีการติดตามผลของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลองเป็นระยะๆ เพื่อให้ทราบถึงผลการสัมฤทธิ์ในการทดลองมากขึ้น
3. ผู้ที่เกี่ยวข้องไม่ว่าจะเป็นหน่วยงานในภาครัฐหรือเอกชน ควรให้ความสำคัญกับทักษะการใช้เวลาว่างแก่เยาวชน ซึ่งไม่จำเป็นจะต้องสร้างเป็นโปรแกรมนวัตกรรมกระดาศัพก็ได้ แต่อาจจะเป็นกิจกรรมนันทนาการต่างๆ ที่ให้เยาวชนสามารถปฏิบัติได้ในเวลาว่าง

### ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรให้กลุ่มทดลองมีความแตกต่างกันในเรื่องของเพศ เช่น อาจเปรียบเทียบผลของโปรแกรมนวัตกรรมกระดาศพิบระหว่างเพศชายกับเพศหญิง
2. ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการศึกษากระบวนการศึกษาการใช้เวลาว่างในองค์ประกอบในด้านอื่นๆ
3. ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการศึกษาการใช้เวลาว่างในทางที่ผิด เพื่อรู้ทันถึงปัญหาของเยาวชนและเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการป้องกันต่อไป

## เอกสารและสิ่งอ้างอิง

กนกวรรณ อินนูน. 2549. เรื่องบทบาทของจิตวิทยาและนักวิชาการศึกษากับการพัฒนาเด็กไทย.

เอกสารประกอบการสัมมนาวิชาการเรื่องจิตวิทยากับการพัฒนาเด็กไทยในยุคไร้พรมแดน.

ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี(อัคร

สำเนา)

กุลยา ดันติผลาชีวะ. 2547. การสอนเด็กปฐมวัยให้คิด. วารสารการศึกษาปฐมวัย. 8 (ตุลาคม 2545)

\_\_\_\_\_. 2551. นวัตกรรมกิจกรรมการเรียนรู้การพับกระดาษเล่ม1. โรงพิมพ์มิตรสัมพันธ์,  
กรุงเทพฯ.

โครงการรณรงค์และกิจกรรมเพื่อวิทยาเขตสุขภาพ. 2551. **Origami**. แหล่งที่มา : <http://www.healthy-campus.tu.ac.th/what's%20news/origami2.htm>, 6 เมษายน 2551.

จิฉัมพร สุทธิอุดมรัตน์. 2548. ปัญหาการบริหารจัดการนันทนาการของศูนย์การท่องเที่ยว กีฬา  
และ นันทนาการ ในประเทศไทย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ทวีรัสมิ์ ชนาคม. 2525. จิตวิทยาพัฒนาการ. สำนักพิมพ์ อักษรพิทยา, กรุงเทพฯ.

นพมาศ อึ้งพระ. 2545. สังคมประกิตและพัฒนาภาของมนุษย์. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์,  
กรุงเทพฯ.

นิภาพร ทับหูน. **Origami**. แหล่งที่มา <http://www.jatschool.com/origami2.html>, 12 พฤษภาคม  
2551

บุญชม ศรีสะอาด. 2535. การวิจัยเบื้องต้น. สุวีริยาสาส์น, กรุงเทพฯ.

บุญเกื้อ ควรรหาเวช. 2542. นวัตกรรมการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่4. หจก.SR Printing, กรุงเทพฯ.

บุญเรียง ขจรศิลป์. 2549. สถิติวิจัย 1. ครั้งที่ 9. หก. พี.เอ็น.การพิมพ์, กรุงเทพฯ.

ประพนธ์ ผาสุขยืด. 2547. เอกสารประกอบการอภิปรายการสัมมนาวิชาการเรื่อง “นวัตกรรมการเรียนรู้เพื่อชุมชนเป็นสุข”. แหล่งที่มา : [http://www.kmi.or.th /document/LearnInnovation.doc](http://www.kmi.or.th/document/LearnInnovation.doc), 5 พฤษภาคม 2551.

ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่. 2527. นันทนาการ. กองบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, กรุงเทพฯ.

ปรารักษ์ สุทธิชัย. 2548. จิตวิทยาเด็กและวัยรุ่น. พิมพ์ครั้งที่ 8. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพฯ.

ปรีดา ยังสุขสถาพร และคณะ. 2548. Zero to Hero 21นวัตกรรมของคนธรรมดาที่ไม่ธรรมดา. บริษัทพิมพ์ดีการพิมพ์จำกัด. กรุงเทพฯ.

พิรุณณี สุขเกษม. 2547. กิจกรรมยามว่างอย่างสร้างสรรค์. โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์(ร.ส.พ.), กรุงเทพฯ.

พาสนา จุฬรัตน์. 2548. จิตวิทยาการศึกษา. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

ภาณี รูปสม. 2547. โครงการรณรงค์และกิจกรรมเพื่อวิทยาเขตสุขภาพ. แหล่งที่มา: <http://www.healthycampus.tu.ac.th/what's%20news/origami2.htm>, 10 พฤษภาคม 2551

วิกิพีเดียสารานุกรมเสรี. 2551. การพับกระดาษ. แหล่งที่มา: <http://th.wikipedia.org/wiki/โอะริงะมิ>, 11 พฤษภาคม 2551.

โยชิน ศันสนยุทธ และ คณะจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 2533. จิตวิทยา. สำนักพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ, กรุงเทพฯ.

ศรีเรือน แก้วกังวาน. 2549. **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย(เล่ม1)**. พิมพ์ครั้งที่9. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัย  
วิทยาลัยบรมศาสดา, กรุงเทพฯ.

ศัลยวรรณ. 2549. **ประโยชน์ของการใช้เวลาว่าง**. แหล่งที่มา : [http://blog.hunsa.com/  
nongnee6439/blog/3617](http://blog.hunsa.com/nongnee6439/blog/3617), 7 สิงหาคม 2551

สมบัติ กาญจนกิจ. 2542. **นันทนาการชุมชนและโรงเรียน**. พิมพ์ครั้งที่3. สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.

สุกุม เกลยทรัพย์. 2551. **หนังสือพิมพ์มติชนวันที่ 23 มีนาคม พ.ศ. 2551 ปีที่ 31 ฉบับที่ 10970**.  
สำนักพิมพ์ มติชนบุ๊ค, กรุงเทพฯ.

สุชา จันทร์เอม. 2536. **จิตวิทยาเด็ก**. โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, กรุงเทพฯ.

สุวิมล ตีรกันันท์. 2548. **ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์:แนวทางสู่การปฏิบัติ**. พิมพ์ครั้งที่5.  
โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.

สุวิมล ตั้งสัจพจน์. 2550 ก. **เอกสารประกอบการสอนวิชาการศึกษากาใช้เวลาว่างและการพัฒนา  
โปรแกรมนันทนาการ**, กรุงเทพฯ. (อัดสำเนา)

\_\_\_\_\_. 2550 ข. **เอกสารสัมมนาวิชาการการศึกษากาใช้เวลาว่างครั้งที่1**, กรุงเทพฯ.  
(อัดสำเนา)

สำนักงานนวัตกรรมแห่งชาติ. 2546. **นวัตกรรม**. แหล่งที่มา <http://www.nia.or.th/>, 7 มิถุนายน 2551

สำนักงานวิชาการคอตคอม. 2550. **เด็กคิดเกมส์**. แหล่งที่มา: [http://www.vcharkarn.com/include  
/vcafe/showkratoo.php?Pid=121965](http://www.vcharkarn.com/include/vcafe/showkratoo.php?Pid=121965), 23 เมษายน 2551.

สำนักส่งเสริมและพัฒนาอันนันทนาการ. 2546. **นันทนาการกับการใช้เวลาว่าง**. โรงพิมพ์การศาสนา  
สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ, กรุงเทพฯ.

อุดม หอมคำ. 2546. ผลของระดับความคิดสร้างสรรค์และรูปแบบการฝึกการคิดนอกกรอบด้วยโปรแกรม คอมพิวเตอร์แบบเลี้ยงแนวคิดรอบงำและแบบสร้างแนวคิดที่มีต่อความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ปริญญาเอก, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Bedini, L.A. 1993. Transition and Integration with Leisure for People with Disabilities. Research Update. **Journal of Park and Recreation**. 28 (11), 20 – 24.

Cushman G. and Laidler A. 1996 . New Zealand. **World Leisure Participation : Free Time in the Global Village**. CAB International, Cambridge.

Kelly, J.R. 1997. **Leisure**, 3<sup>rd</sup> ed. Simon & Schuster Company, Massachusetts

Kraus, Richard and Shank, John. 2001. **Recreation and Leisure in Modern Society Sixth Edition**. Jone and Batlett, Massachusetts.

Mundy J. 1998. **Leisure Education Theory and Practice**. 2<sup>rd</sup> ed. Sagamore, Illinois.

Ross, James G. 1985. National Children and Youth Fitness Study. **Journal of Park and Recreation**. 20 (1), 80 – 87.

Russell Ruth V. 1996. Explanation and Speculations. **Pastimes : The Context of Contemporary Leisure**. Brown & Benchmark Publishing, Iowa.

Stumbo, J. , Norma and Peterson, Carol Ann. 2004. **Therapeutic Recreation Program Design : Principles and Procedures**. Pearson Education, Inc., San Francisco.

Tangsujjapoj, Suvimol. 1991. **Recreation Participation Patterns and Acculturation of Thai Immigrant Families in New York City**. Doctoral Dissertation, New York University.

ภาคผนวก

**ภาคผนวก ก**  
**แบบสอบถามงานวิจัย**

## แบบสอบถามงานวิจัย

## เรื่อง การวัดระดับทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

ตอนที่ 1 สภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบประเมิน

คำชี้แจง เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงหน้าข้อความหรือเติมคำตอบลงในช่องว่างให้ชัดเจนตรงตามความเป็นจริง

1. เพศ  ชาย  หญิง
2. อายุ  8 ปี  9 ปี  
 10 ปี  11 ปี  
 12 ปี  อื่นๆ (โปรดระบุ).....
3. เวลาที่ว่างในแต่ละวันที่สามารถเลือกประกอบกิจกรรมที่ชอบ  
 น้อยกว่า 30 นาที  30 - 60 นาที  
 61 - 90 นาที  91 - 120 นาที  
 มากกว่า 120 นาที
4. กิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ปฏิบัติเป็นประจำ  
 ออกกำลังกาย  เล่นเกมส์/เล่นคอมพิวเตอร์  อ่านหนังสือ  
 ออกไปเที่ยวข้างนอก  ทำงานศิลปะ  ทำงานบ้าน  
 ดูโทรทัศน์/ฟังเพลง  อื่นๆ .....

ตอนที่ 2 โปรแกรมนวัตกรรมกระดาศัพเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของ  
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

คำชี้แจง ตอบคำถามตามประเด็นที่กำหนดให้และใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับ  
ความคิดเห็นของท่าน

ข้อความ	ดีมาก	ดี	น้อย	น้อย ที่สุด
<b>ด้านทักษะกระบวนการ</b>				
1. นักเรียนมีความสามารถในการแก้ไขปัญหาการทำงานต่างๆ				
2. นักเรียนสามารถเลือกใช้เวลาว่างได้อย่างเหมาะสม เช่น เวลา สถานที่ กาลเทศะ				
3. นักเรียนตรวจสอบผลงานเป็นระยะๆ				
4. นักเรียนมีความสามารถในการจัดการที่ดี				
5. นักเรียนสามารถทำนายถึงผลลัพธ์ของผลงานได้ดี				
<b>ด้านทักษะการวางแผน</b>				
6. นักเรียนผู้กำหนดหรือวางแผนการทำงานล่วงหน้าก่อนลงมือปฏิบัติจริงได้				
7. นักเรียนมีแนวทางดำเนินการในเรื่องใดเรื่องหนึ่งอย่างเป็นลำดับขั้นตอนตั้งแต่ต้นจนจบ				
8. นักเรียนสามารถตัดสินใจไว้ล่วงหน้าว่าจะทำอะไร เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์				
9. นักเรียนคิดถึงกรกระทำต่างๆที่นำมาแก้ไขปัญหาในกิจกรรมต่างๆได้อย่างดี				
10. นักเรียนใช้ทรัพยากรที่มีให้เกิดประโยชน์สูงสุด				
11. นักเรียนพยายามหาทางเลือกที่ดีที่สุดในการลงมือปฏิบัติงานเพื่อบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ				

<u>ด้านทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง</u>				
12. นักเรียนมีทักษะเข้าร่วมกิจกรรม ต่างๆ				
13. นักเรียนมีสุขภาพดีทั้งทางร่างกายและจิตใจ				
14. นักเรียนได้รับความสนุกสนานและลดความเครียด				
15. นักเรียนเกิดความสามัคคี ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน				
16. ส่งเสริมให้นักเรียนเป็นพลเมืองดี ลดปัญหาการประพฤติดีศีลธรรม หรือปัญหาอาชญากรรม				
17. นักเรียนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์				

#### ภาคผนวก ข

นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

## โปรแกรมนวัตกรรมกระดาศพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

### ปรัชญาของโปรแกรมนวัตกรรมกระดาศพับ

นวัตกรรมกระดาศพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างจะทำให้ผู้เข้าร่วมเกิดความรู้และทักษะที่หลากหลาย โดยกระทำจากกิจกรรมที่หลากหลายและทำให้เกิดความพึงพอใจต่อตนเอง โดยไม่ผิดต่อกฎระเบียบของสังคม ซึ่งเป็นประสงค์ของทักษะการใช้เวลาว่างคือการทำให้บุคคลต่าง ๆ ยกระดับคุณภาพชีวิตผ่านการใช้เวลาว่าง โดยใช้นวัตกรรมกระดาศพับมาเป็นสื่อเพื่อให้เกิดพัฒนาการในด้านต่าง ๆ อีกทั้งยังส่งเสริมให้เกิดความคิดสร้างสรรค์อีกด้วย

### วัตถุประสงค์ของโปรแกรม

1. พัฒนาทักษะกระบวนการ ทักษะการวางแผนและทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่างโดยผ่านทักษะการใช้เวลาว่างให้กับผู้เข้าร่วม
2. ส่งเสริมให้นักเรียนมีความคิดสร้างสรรค์
3. ส่งเสริมให้นักเรียนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

### สถานที่ดำเนินกิจกรรม

โรงเรียนวัดไผ่ตัน ตั้งอยู่เลขที่ 64/1 ถนนพหลโยธิน แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพมหานคร 10400

### ระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรม

ครั้งละ 50 นาที ถึง 1 ชั่วโมง ใช้เวลา 2 ครั้งต่อสัปดาห์ เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์

ตาราง แสดงรายละเอียดของโปรแกรมนวัตกรรมกระดาศัพธ์โดยรวม

ลำดับ ที่	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	ผลที่ได้รับ			ประเมิน ผล
			PS	PK	LES	
						Pretest
1	1	รู้จักมักคุ้น : ปลาพับ	✓	✓		
	2	ปลาพับ : พัฒนาผลงานสร้างอ่างเลี้ยงปลา		✓	✓	
2	1	ไก่พับ	✓	✓		
	2	ไก่พับ : พัฒนาผลงานตกแต่งขนกไก่และรังไก่		✓	✓	
3	1	นกพับ		✓	✓	
	2	นกพับ : พัฒนาผลงานโมบายนก	✓		✓	
4	1	เปิดพับ	✓	✓		
	2	เปิดพับ : พัฒนาผลงานเปิดด้วยความคิดสร้างสรรค์		✓	✓	
5	1	ไดโนเสาร์พับ	✓	✓		
	2	ไดโนเสาร์พับ : พัฒนาผลงานป่าไดโนเสาร์		✓	✓	
6	1	กระต่ายพับ	✓		✓	
	2	กระต่ายพับ : พัฒนาผลงานป่ากระต่ายด้วยปาก	✓	✓	✓	
7	1	หนูพับ	✓	✓		
	2	หนูพับ : พัฒนาผลงานบ้านหนูด้วยความคิดสร้างสรรค์	✓	✓	✓	
8	1	กบพับ	✓	✓		
	2	กบพับ : พัฒนาผลงานสร้างสระกบ		✓	✓	
						Post test

หมายเหตุ PS = Process skill (ทักษะกระบวนการ)

PK = Planning skill (ทักษะการวางแผน)

LES = Leisure experience skill (ทักษะที่ใช้ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง)

## นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

ผู้วิจัยได้นำรูปแบบของนวัตกรรมกระดาษพับของ กุลยา (2551) มาเป็นแบบอย่างในกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยกระดาษพับเป็นนวัตกรรมที่เป็นแนวคิดใหม่ โดยผู้วิจัยได้นำกิจกรรมนันทนาการมาบูรณาการ ซึ่งนวัตกรรมกระดาษพับประกอบการเรียนการสอน 4 ชั้น คือ

ขั้นที่ 1 สร้างมโนทัศน์

ขั้นที่ 2 พับกระดาษ

ขั้นที่ 3 พัฒนาผลงาน

ขั้นที่ 4 นำเสนอและสรุปการเรียนรู้

โดยกิจกรรมครั้งที่ 1 ของแต่ละสัปดาห์ จะเป็นขั้นของการสร้างมโนทัศน์และพับกระดาษ และกิจกรรมครั้งที่ 2 ของแต่ละสัปดาห์จะเป็นขั้นของการพัฒนาผลงานและนำเสนอ สรุปการเรียนรู้

### หลักในการสอนพับ

วิธีการพับที่นำเสนอใน โปรแกรมนี้จะพยายามบอกทีละขั้น และเสนอภาพให้ชัดเจน หลักการสอนพับที่สำคัญ คือ

1. ผู้สอนควรฝึกให้ชำนาญก่อน
2. ขณะสอนพับไปพร้อมกับเด็กทีละชั้น อย่าสาธิต เด็กจำไม่ได้ต้องทำไปพร้อมกัน
3. ถ้าเด็กมีปัญหาต้องช่วยเหลือแต่ห้ามพับให้เด็ก
4. ให้เวลาเด็ก
5. ผลงานเด็กบางคนอาจไม่สวย ให้ถือว่าเด็กทำสำเร็จ ยอมนำผลงานไปเปรียบเทียบกัน
6. ให้ชื่นชมผลงานเด็กเสมอ และเด็กทุกคนต้องได้พูดเสนอผลงานตน

## สัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 1

### รู้จักมักคุ้น : ปลาพับ

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดมโนทัศน์เกี่ยวกับปลา
2. เพื่อชี้แจงทำความเข้าใจกับผู้เข้าร่วมกิจกรรมตลอดโครงการ
3. เพื่อทำความรู้จักและสร้างสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้เข้าร่วมกิจกรรมและผู้นำกิจกรรม
4. เพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการในการใช้เวลาว่าง

#### อุปกรณ์

1. กระดาษ เอ 4 สีต่างๆ ตัดครึ่งแผ่น
2. ดินสอสีหรือสีเทียน
3. กรรไกร

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำทักทายและแนะนำตัว
2. ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแนะนำตนเองพร้อมทั้งเขียนชื่อเล่นในป้ายคล้อยคอ (จะต้องใช้ทุก

#### สัปดาห์)

3. ผู้นำใช้กิจกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อให้เกิดความสนุกสนานและเพิ่มสัมพันธที่ดีต่อกัน
  - 3.1 ผู้นำกิจกรรม ใช้กิจกรรม “ปรบมือเตรียมความพร้อม” ซึ่งมีจังหวะในการ

#### ปรบมือเป็น

2 3 2 2 1 แต่ในจังหวะสุดท้ายจะมีเปลี่ยนแปลง โดยมี 4 อย่างดังนี้

3.2 ปรบมือตามจังหวะ 2 3 2 2 1 ปกติ

3.3 ปรบมือตามจังหวะ 2 3 2 2 1 ในจังหวะสุดท้ายให้ผู้เข้าร่วมปรบมือวิด พร้อมส่งเสียง “วิด”

#### ส่งเสียง

3.4 ปรบมือตามจังหวะ 2 3 2 2 1 ในจังหวะสุดท้ายให้ผู้เข้าร่วมกำมือแล้วดึงเข้าหา พร้อมส่งเสียง “Yes”

#### ลำตัว

3.5 ปรบมือตามจังหวะ 2 3 2 2 1 ในจังหวะสุดท้ายให้ผู้เข้าร่วมใช้มือขวากำมือ และยกแขน ขึ้นไปทางด้าน พร้อมส่งเสียง “เฮ้”

#### และยกแขน

4. การสร้างมโนทัศน์เกี่ยวกับปลา โดยให้ความรู้เกี่ยวกับปลา

5. ผู้นำกิจกรรมแจกอุปกรณ์
6. ผู้นำกิจกรรมสอนพับปลา
7. ให้ผู้เข้าร่วมตกแต่งปลาให้เกิดความสวยงาม
8. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

## สัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 2

### ปลาพับ : พัฒนาผลงานสร้างอ่างเลี้ยงปลา

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้ถ่ายทอดความคิดเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมของปลา และที่อยู่อาศัยของปลา

2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดความภาคภูมิใจและการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะทางด้านการสื่อสารและทักษะทางสังคม
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะที่ใช้ประสบการณ์ในการใช้เวลาว่าง

#### อุปกรณ์

1. ปลาพับ
2. ดินสอสีหรือสีเทียน
3. กรรไกร
4. กาว
5. กระดาษปรีฟขนาดใหญ่

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำทักทาย
2. ผู้นำกิจกรรมแบ่งกลุ่มผู้เข้าร่วมออกเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 5 คนหรือปรับเปลี่ยนตามความเหมาะสม

3. ผู้นำกิจกรรมบอกถึงจุดประสงค์ “พัฒนาผลงานสร้างอ่างเลี้ยงปลา”
4. ผู้นำกิจกรรมอธิบายถึงการสร้างอ่างเลี้ยงปลา โดยให้แต่ละกลุ่มคิดขึ้นเอง
5. ให้ผู้เข้าร่วมประดิษฐ์ผลงานพร้อมทั้งตั้งชื่อภาพ
6. ให้ผู้เข้าร่วมทุกกลุ่มออกมานำเสนอหน้าห้อง
7. ผู้นำออกมาสรุปกิจกรรม
8. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

## สัปดาห์ที่ 2 ครั้งที่ 1

### ไก่อัพ

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดมโนทัศน์เกี่ยวกับไก่อัพ
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะที่ใช้ประสบการณ์ในการใช้เวลาว่าง
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะกระบวนการในการใช้เวลาว่าง

#### อุปกรณ์

1. กระดาษ เอ 4 สีต่างๆ
2. ดินสอสีหรือสีเทียน
3. กรรไกร

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำทักทาย
2. ผู้นำใช้กิจกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อให้เกิดความสนุกสนาน
  - 2.1 ผู้นำกิจกรรมนำเกมส์ “ตัวฉันหรือนี้”
  - 2.2 ผู้นำกิจกรรมอธิบายพร้อมทั้งแจกเอกสารประกอบกิจกรรม
  - 2.3 ให้ผู้เข้าร่วมตกแต่งใบกิจกรรม “ตัวฉันหรือนี้”
  - 2.4 ให้ผู้เข้าร่วมแลกเปลี่ยนใบกิจกรรม “ตัวฉันหรือนี้” ให้ผู้เข้าร่วมอื่นๆ ได้ดู
  - 2.4 ผู้นำกิจกรรมมาสรุปกิจกรรม
3. การสร้างมโนทัศน์เกี่ยวกับไก่อัพ โดยให้ความรู้เกี่ยวกับไก่อัพ
4. ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เล่าประสบการณ์เกี่ยวกับ “ไก่อัพ”
4. ผู้นำกิจกรรมแจกอุปกรณ์
5. ผู้นำกิจกรรมสอนพับไก่อัพ
6. ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตกแต่งไก่อัพให้มีความสวยงาม
7. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

## ตัวฉันหรือฉัน

1	2	3
4		5
6		7
8		
9	10	11

- 1 - 3. สิ่งที่คุณยึดถือและเห็นว่ามีคุณค่าแก่ชีวิตหรือเป็นความฝันสูงสุด 3 สิ่ง (สิ่งละ 1 ช่อง ใช้อักษรรูป)
4. ประสบการณ์อันเป็นความสุขที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในชีวิตของคุณที่ผ่านมา
5. ประสบการณ์อันเป็นความทุกข์ที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในชีวิตของคุณที่ผ่านมา
6. นิสัยดีประจำตัวของคุณที่นับว่าเด่นชัดที่สุด
7. นิสัยไม่ดีประจำตัวของคุณที่นับว่าเด่นชัดที่สุด
8. คำ 4 - 5 คำที่สามารถแทนตัวคุณได้
9. โดยปกติคุณมีความสามารถในการทำ (หรือเป็น) อะไรได้นับว่าดีเป็นพิเศษ (บอกมา 2 สิ่ง)
10. ฉันคิดหรือเพื่อนบอกว่าฉันมีหน้าตาคล้ายคลึงดารา นักร้อง นักกีฬาหรือบุคคลสำคัญคนใด
11. สาขาวิชาที่ฉันชอบและอยากเรียน บอกมา 3 สาขา
12. ฉันชื่อ.....ชั้นห้อง.....

## สัปดาห์ที่ 2 ครั้งที่ 2

### ไก่อัพ : พัฒนาผลงานตกแต่งขนไก่และรังไก่

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสร้างมโนทัศน์เกี่ยวกับไก่
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะการวางแผน
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะที่ใช้ประสบการณ์ในการใช้เวลาว่าง
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดความคิดที่เป็นเหตุเป็นผล

#### อุปกรณ์

1. ไก่อัพ
2. ดินสอสีหรือสีเทียน
3. กรรไกร
4. กระดาษสี
5. ขนไก่

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำทักทาย
2. ผู้นำใช้กิจกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อให้เกิดความสนุกสนาน
3. ผู้นำกิจกรรมบอกจุดประสงค์ในวันนี้คือ “การตกแต่งด้วยไก่ด้วยขนไก่และพาไก่ไปกอก

#### ไข่ในรัง”

4. ผู้นำกิจกรรมแจกกระดาษเพื่อทำรังและอุปกรณ์สำหรับตกแต่งพร้อมภาพไข่ไก่
5. ผู้นำกิจกรรมแปะภาพไก่อ่อนแล้วจึงแต่งขน จากนั้นแต่งรังแล้งติดไข่สุดท้าย โดยให้ผู้เข้าร่วมประกอบกิจกรรมอย่างอิสระ และตั้งชื่อผลงาน
6. ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมานำเสนอผลงาน
7. ผู้นำกิจกรรมสรุปกิจกรรม
8. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

## สัปดาห์ที่ 3 ครั้งที่ 1

### นกพับ

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดมโนทัศน์เกี่ยวกับนก
2. เพื่อส่งเสริมการใช้ตา มือ และสมองเพื่อใช้ในการประกอบกิจกรรม
3. เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้เข้าร่วมกิจกรรมและผู้นำกิจกรรม
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดทักษะกระบวนการในการใช้เวลาว่าง

#### อุปกรณ์

1. กระดาษ เอ 4 สีต่างๆ
2. ดินสอสีหรือสีเทียน
3. กรรไกร

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำทักทาย
2. ผู้นำใช้กิจกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อให้เกิดความสนุกสนานและเพิ่มสัมพันธที่ดีต่อกัน
  - 2.1 ใช้กิจกรรมปรบมือของกิจกรรมในสัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 2
  - 2.2 เป็นการนำกิจกรรม “ไม่ยอมให้จับนะ” โดยแบ่งกลุ่มให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเข้าแถวเป็น วงกลม ส่วนจำนวนของแต่ละกลุ่มจะเยอะหรือน้อยให้ดูความเหมาะสมของสถานที่
  - 2.3 ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมหงายมือซ้าย และใช้นิ้วชี้ของมือขวานำไปจิ้มมือซ้ายของผู้เข้าร่วมกิจกรรมคนอื่น
  - 2.4 ผู้นำกิจกรรมกำหนดคำพูดมา 1 คำ เช่น คำว่า “ 3 ” จากนั้นให้ที่ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ยกมือขวาขึ้นและให้มือซ้ายพยายามจับนิ้วของผู้ร่วมกิจกรรมคนอื่นเมื่อ ได้ยินคำที่กำหนดขึ้น (ผู้นำกิจกรรมอาจจะนับ 1 2 1 เพื่อให้ผู้เข้าร่วมสับสัน)
  - 2.5 ผู้นำกิจกรรมเปลี่ยนมือจากมือขวาเป็นมือซ้าย และเปลี่ยนคำจากการ นับ “ 1 2 3” ให้เปลี่ยนเป็นการเล่นิทานแทน
3. การสร้างมโนทัศน์เกี่ยวกับนก โดยให้ความรู้เกี่ยวกับนก
4. ให้มีการแลกเปลี่ยนความคิดเกี่ยวกับเรื่องนกระหว่างผู้นำกิจกรรมและผู้ร่วมกิจกรรม
5. ผู้นำกิจกรรมแจกอุปกรณ์
6. ผู้นำกิจกรรมสอนพับนก

7. ให้ผู้เข้าร่วมตกแต่งนกให้เกิดความสวยงาม
8. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

## สัปดาห์ที่ 3 ครั้งที่ 2

### นกพับ : พัฒนาผลงานโมบายนก

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้ถ่ายทอดความคิดเกี่ยวกับนก
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะในการวางแผน
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดความภาคภูมิใจในผลงานของตนเอง
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมมีทักษะที่ใช้ประสบการณ์ในการใช้เวลาว่าง

#### อุปกรณ์

1. นกพับ
2. ดินสอสีหรือสีเทียน
3. กรรไกร
4. ไม้พรมหรือเชือก
5. ไม้แขวนเสื้อ

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำทักทาย
2. ผู้นำกิจกรรมทบทวนความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับนก
3. ผู้นำกิจกรรมบอกถึงจุดประสงค์ “พัฒนาผลงาน โมบายนก”
4. ผู้นำกิจกรรมแจกอุปกรณ์ในการทำโมบาย
5. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมได้ประดิษฐ์โมบายของตนเอง
6. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมมานำเสนอผลงานของตนเอง
6. ผู้นำกิจกรรมออกมาสรุป
7. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

## สัปดาห์ที่ 4 ครั้งที่ 1

### เปิดพับ

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดมโนทัศน์เกี่ยวกับเปิด
2. เพื่อส่งเสริมพัฒนาการในด้านต่างๆ ของผู้เข้าร่วม
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมภูมิใจในความสำเร็จของชิ้นงานของตนเอง
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะกระบวนการในการใช้เวลาว่าง

#### อุปกรณ์

1. กระดาษ เอ 4 สีต่างๆ
2. ดินสอสีหรือสีเทียน
3. กรรไกร

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำทักทาย
2. ผู้นำใช้กิจกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อให้เกิดความสนุกสนานและเพิ่มสัมพันธที่ดีต่อกัน
  - 2.1 ผู้นำกิจกรรมนำเกมส์ “เปา ยิง ลูกบ” โดยมีกติกาต่อไปนี้
  - 2.2 ในการเล่นเกมจะแบ่งเป็น 4 ประเภท คือ กบ ลิง มนุษย์ เทวดา
  - 2.3 ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะต้องเป็น “กบ” ทุกคน
  - 2.4 ผู้เข้าร่วมจะต้อง เปา ยิง ลูกบ กับสัตว์ประเภทเดียวกันเท่านั้น เช่น กบจะต้อง

เปา ยิง ลูกบ กับกบด้วยกัน

- 2.5 เมื่อผู้เข้าร่วมคนใด เปา ยิง ลูกบ “ชนะ” จะเปลี่ยนร่างเป็น ลิง มนุษย์ เทวดา

#### ตามลำดับ

- 2.6 ผู้เข้าร่วมคนใด เปา ยิง ลูกบ “แพ้” จะคงเป็นสัตว์ประเภทเดิม
- 2.7 เมื่อผู้เข้าร่วม เปา ยิง ลูกบ จนเหลือสัตว์ทั้ง 4 ประเภท ประเภทละ 1 คน
- 2.8 ผู้นำกิจกรรมมาสรุปกิจกรรม
3. การสร้างมโนทัศน์เกี่ยวกับเปิด โดยให้ความรู้เกี่ยวกับเปิด
4. ผู้นำกิจกรรมสอนพับเปิด
5. ตกแต่งเปิดให้เกิดความสวยงาม

## 6. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

## สัปดาห์ที่ 4 ครั้งที่ 2

### เปิดพับ : พัฒนาผลงานเปิดด้วยความคิดสร้างสรรค์

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้ถ่ายทอดความคิดเกี่ยวกับเปิด
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะในการวางแผน
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดประสบการณ์ในการใช้เวลาว่าง
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะทางด้านการสื่อสารและทักษะทางสังคม

#### อุปกรณ์

1. เปิดพับ
2. ดินและปากกาเมจิก
3. กรรไกร
4. กาว
5. กระดาษสำหรับติดภาพ

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำทักทาย
2. บอกถึงจุดประสงค์ในการใช้ความคิดในการสร้างสรรค์ผลงาน โดยไม่กำหนดรูปแบบ

ในการนำเปิดพับไปพัฒนาเป็นอะไร

3. แบ่งกลุ่มผู้เข้าร่วมออกเป็นกลุ่มละ 3 คนหรือปรับเปลี่ยนตามความเหมาะสม
4. ผู้นำกิจกรรมแจกอุปกรณ์ที่มีความจำเป็นในประดิษฐ์
5. ให้ผู้เข้าร่วมประดิษฐ์ผลงานและตั้งชื่อผลงาน
6. ให้ผู้เข้าร่วมทุกกลุ่มออกมาแนะนำเสนอหน้าห้อง
7. ผู้นำกิจกรรมออกมาสรุปกิจกรรม
8. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

## สัปดาห์ที่ 5 ครั้งที่ 1

### ไดโนเสาร์พับ

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสร้างมโนทัศน์เกี่ยวกับไดโนเสาร์
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะกระบวนการในการใช้เวลาว่าง
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะที่ใช้ประสบการณ์ในการใช้เวลาว่าง
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดความภาคภูมิใจและการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้

#### อุปกรณ์

1. กระดาษ เอ 4 สีต่างๆ
2. ดินสอสีหรือสีเทียน
3. กรรไกร

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำทักทาย
2. ผู้นำใช้กิจกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อให้เกิดความสนุกสนานและเพิ่มสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน
  - 2.1 ผู้นำกิจกรรมนำเกมส์ “ป่าไต่ะ ป่าโต๊ะ” กิจกรรมจะกฎดังนี้ คือ
  - 2.2 หากผู้นำกิจกรรม กล่าวคำว่า “ป่าไต่ะ” ให้ผู้เข้าร่วมนำมือมาจับหัวไหล่ของตนเองทั้ง 2 ข้าง
  - 2.3 หากผู้นำกิจกรรม กล่าวคำว่า “ป่าโต๊ะ” ให้ผู้เข้าร่วมยกมือทั้ง 2 ข้าง ขึ้นไปตรงๆ
  - 2.4 เมื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมจำได้แล้ว ผู้นำกิจกรรมอาจจะกล่าวคำว่า “ป่าไต่ะ” แต่ยกมือขึ้น เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดความสับสน
3. การสร้างมโนทัศน์เกี่ยวกับไดโนเสาร์ โดยให้ความรู้เกี่ยวกับไดโนเสาร์
4. ผู้นำกิจกรรมสอนพับไดโนเสาร์
5. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตกแต่งไดโนเสาร์ให้เกิดความสวยงาม
6. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

## สัปดาห์ที่ 5 ครั้งที่ 2

### ไดโนเสาร์พับ : พัฒนาผลงานป่าไดโนเสาร์

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้ถ่ายทอดความคิดเกี่ยวกับไดโนเสาร์
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะการวางแผน
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะทางด้านการสื่อสารและทักษะทางสังคม
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดความภาคภูมิใจในผลงานของตนเอง

#### อุปกรณ์

1. ไดโนเสาร์พับ
2. ดินสอสีหรือสีเทียน
3. กรรไกร
4. กาว

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำทักทาย
2. ผู้นำทบทวนเรื่องของไดโนเสาร์และถามความคิดเห็นของผู้เข้าร่วม
3. ผู้นำกิจกรรมบอกจุดประสงค์ในการพัฒนาผลงาน “ป่าไดโนเสาร์”
4. ผู้นำกิจกรรมแบ่งกลุ่มผู้เข้าร่วมกิจกรรม
5. ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสร้างสรรค์ผลงานพร้อมทั้งตั้งชื่อภาพ
5. ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมออกมานำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน
6. ผู้นำกิจกรรมสรุป
7. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

## สัปดาห์ที่ 6 ครั้งที่ 1

### กระดาษพับ

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดมโนทัศน์เกี่ยวกับกระดาษ
2. เพื่อส่งเสริมการใช้ตา มือ และสมองเพื่อใช้ในการประกอบกิจกรรม
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดประสบการณ์ในการใช้เวลาว่าง
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดความภาคภูมิใจและการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้

#### อุปกรณ์

1. กระดาษ เอ 4 สีต่างๆ
2. ดินสอสีหรือสีเทียน
3. กรรไกร
4. แบบฝึกหัดความคิดสร้างสรรค์

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำทักทาย
2. ผู้นำใช้กิจกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อให้เกิดความสนุกสนาน
  - 2.1 ผู้นำกิจกรรมนำเกมส์ “ความคิดสร้างสรรค์”
  - 2.2 ผู้นำกิจกรรมอธิบายพร้อมทั้งแจกเอกสารประกอบกิจกรรม
  - 2.3 ให้ผู้เข้าร่วมตกแต่งแบบทดสอบความคิดสร้างสรรค์
  - 2.4 ให้ผู้เข้าร่วมแลกเปลี่ยนแบบทดสอบความคิดสร้างสรรค์ให้ผู้เข้าร่วมอื่นๆ ได้ดู
- 2.4 ผู้นำกิจกรรมมาสรุปกิจกรรม
3. การสร้างมโนทัศน์เกี่ยวกับกระดาษ โดยให้ความรู้เกี่ยวกับกระดาษ
4. ผู้นำกิจกรรมสอนพับกระดาษ
5. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตกแต่งกระดาษให้เกิดความสวยงาม
6. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

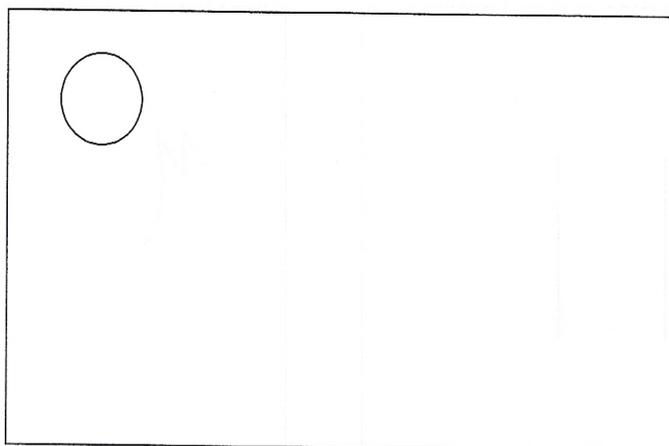
## แบบทดสอบความคิดสร้างสรรค์

ชื่อ - นามสกุล .....

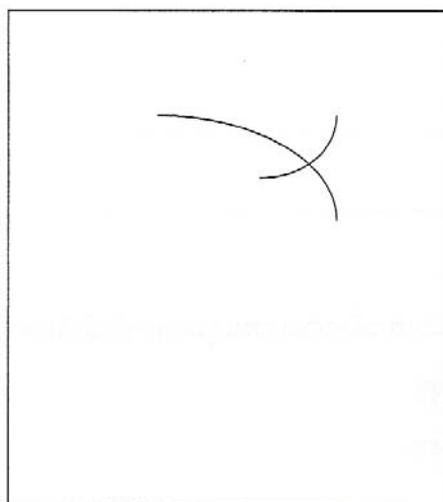
ชั้นปีที่ ..... วิชาเอก .....

ให้เยาวชนคนพันธุ์ดีปฏิบัติ ดังนี้

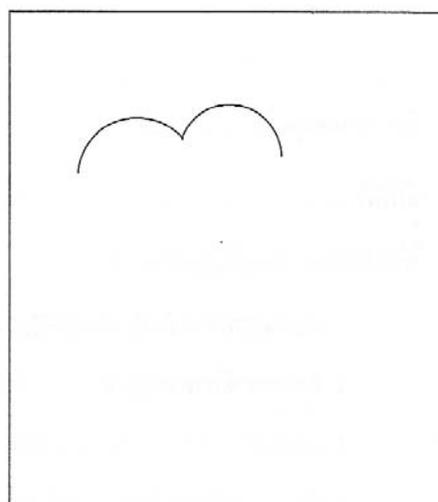
1. ต่อเติมภาพจากเส้นที่กำหนดให้มีแนวคิดหรือเรื่องราวเกี่ยวกับเยาวชน คุณธรรม หรือสันติภาพ
2. คิดและวาดภาพให้แตกต่างจากคนอื่นมากที่สุด
3. ตกแต่งภาพด้วยดินสอดำหรือปากกาให้สวยงาม
4. ตั้งชื่อภาพที่วาดไว้ในช่องว่างที่กำหนด
5. อาจมีข้อความที่เป็นแนวคิดหรือคติเตือนใจได้ภาพ



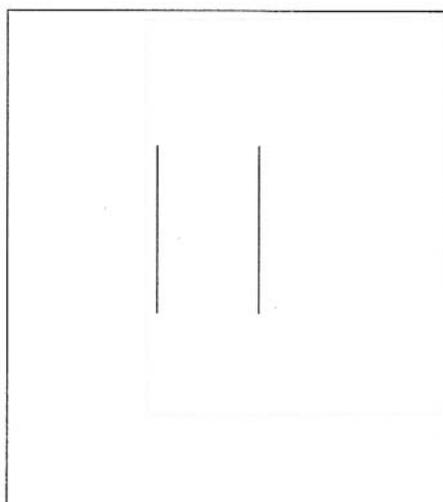
ชื่อภาพ .....



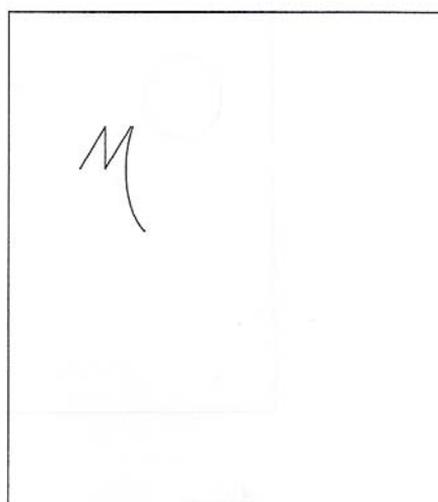
ชื่อภาพ .....



ชื่อภาพ .....



ชื่อภาพ .....



ชื่อภาพ .....

## สัปดาห์ที่ 6 ครั้งที่ 2

### กระต่ายพับ : พัฒนาผลงานป่ากระต่ายด้วยปาก

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้ถ่ายทอดความคิดเกี่ยวกับกระต่าย
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะที่ใช้ประสบการณ์ในการใช้เวลาว่าง
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะการวางแผน
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดความภาคภูมิใจในผลงานของตนเอง

#### อุปกรณ์

1. กระต่ายพับ
2. ดินสอสีหรือสีเทียน
3. กระดาษโปสเตอร์สีขาวสำหรับสร้างป่า
4. กาว

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำทักทาย
2. ผู้นำทบทวนเรื่องของไดโนเสาร์และถามความคิดเห็นของผู้เข้าร่วม
3. ผู้นำกิจกรรมบอกจุดประสงค์ในการพัฒนาผลงาน “ป่ากระต่าย”
4. ผู้นำกิจกรรมแบ่งกลุ่มผู้เข้าร่วมกิจกรรม
5. ผู้นำกิจกรรมแจกอุปกรณ์ที่ใช้ในการสร้างผลงาน
6. ผู้นำกิจกรรมอธิบายถึงวิธีการในการใช้ “ปาก” วาด แทนการใช้ “มือ” และตั้งชื่อผลงาน
5. ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมออกมานำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน
6. ผู้นำกิจกรรมสรุป
7. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

## สัปดาห์ที่ 7 ครั้งที่ 1

### หนูพับ

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดมโนทัศน์เกี่ยวกับหนู
2. เพื่อส่งเสริมการใช้ตา มือ และสมองเพื่อใช้ในการประกอบกิจกรรม
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะกระบวนการ
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดประสบการณ์ในการใช้เวลาว่าง

#### อุปกรณ์

1. กระดาษ เอ 4 สีต่างๆ
2. ดินสอสีหรือสีเทียน
3. กรรไกร

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำพักทาย
2. ผู้นำใช้กิจกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อให้เกิดความสนุกสนาน
  - 2.1 ผู้นำกิจกรรมนำเกมส์ “จับคู่” โดยมีกติกาต่อไปนี้
  - 2.2 ผู้นำกิจกรรมจะทำแผ่นป้ายโดยข้อความในแต่ละแผ่นป้ายจะต้องมีความสัมพันธ์กันเป็น “คู่ๆ” เช่น ตำรวจ = โจร , สีแดง = ชาติ , แมว = ปลาหู เป็นต้น
  - 2.3 ในการจับคู่ นั้น ผู้นำกิจกรรมต้องพยายามให้ผู้เข้าร่วมจับคู่ให้เร็วที่สุด
  - 2.4 เมื่อผู้เข้าร่วมจับคู่หมดทุกคนแล้วจึงให้ทั้งคู่อธิบายถึงความสัมพันธ์ของคู่กับ

#### ตนเอง

- 2.5 ผู้นำกิจกรรมมาสรุปกิจกรรม
3. การสร้างมโนทัศน์เกี่ยวกับหนู โดยให้ความรู้เกี่ยวกับหนู
4. ผู้นำกิจกรรมแจกอุปกรณ์
5. ผู้นำกิจกรรมสอนพับหนู
6. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตกแต่งหนูให้เกิดความสวยงาม
7. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

## สัปดาห์ที่ 7 ครั้งที่ 2

### หนูพับ : พัฒนาผลงานบ้านหนูด้วยความคิดสร้างสรรค์

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้ถ่ายทอดความคิดเกี่ยวกับหนู
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดความภาคภูมิใจและการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะในการวางแผน
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดประสบการณ์ในการใช้เวลาว่าง

#### อุปกรณ์

1. หนูพับ
2. สีและปากกามาจิก
3. กรรไกร
4. กาว
5. กระดาษสำหรับติดภาพ
6. บ้านจำลองโดยใช้วัสดุเหลือใช้มาประยุกต์ใช้
7. กระดาษสี

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำทักทาย
2. บอกถึงจุดประสงค์ในการใช้ความคิดในการสร้างสรรค์ผลงาน โดยไม่กำหนดรูปแบบของบ้านหนู จะให้ผู้เข้าร่วมได้คิดผลงานด้วยตนเอง
3. ผู้นำกิจกรรมแจกอุปกรณ์ที่มีความจำเป็นในประดิษฐ์
4. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมสร้างสรรค์ผลงานของตนเองพร้อมตั้งชื่อภาพ
4. ให้ผู้เข้าร่วมทุกกลุ่มออกมาแนะนำเสนอหน้าห้อง
5. ผู้นำกิจกรรมออกมาสรุปกิจกรรม
6. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

## สัปดาห์ที่ 8 ครั้งที่ 1

### กบพับ

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดมโนทัศน์เกี่ยวกับกบ
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะกระบวนการ
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะในการใช้เวลาว่าง
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดความภาคภูมิใจและการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้

#### อุปกรณ์

1. กระดาษ เอ 4 สีต่างๆ
2. สีหรือสีเทียน
3. ปากกาเมจิก
4. กรรไกร

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำทักทาย
2. ผู้นำใช้กิจกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อให้เกิดความสนุกสนาน
  - 2.1 ผู้นำกิจกรรมนำเกมส์ “เป่า ยิง ลูก ภาค 2” โดยมีกติกาต่อไปนี้
  - 2.2 ในการเล่นเกมจะแข่งขันเป็นรายบุคคล ซึ่งจะสามารถ เป่า ยิง ลูก กับเพื่อน

#### คนใดก็ได้

- 2.3 หากว่าผู้เข้าร่วมคนใดที่ เป่า ยิง ลูก “แพ้” จะต้องไปต่อแถวผู้ที่ชนะ
- 2.4 อาจจะเพิ่มจำนวนครั้งที่ตัดสินแพ้ชนะให้มากขึ้น เพื่อความสนุกสนาน
- 2.5 ผู้นำกิจกรรมมาสรุปกิจกรรม
3. การสร้างมโนทัศน์เกี่ยวกับกบ โดยให้ความรู้เกี่ยวกับกบ
4. ผู้นำกิจกรรมแจกอุปกรณ์
5. ผู้นำกิจกรรมสอนพับกบ
6. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตกแต่งกบให้เกิดความสวยงาม
7. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

## สัปดาห์ที่ 8 ครั้งที่ 2

### หนูพับ : พัฒนาผลงานสร้างสรรค์กบ

#### จุดประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้ถ่ายทอดความคิดเกี่ยวกับกบ
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดความภาคภูมิใจและการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะในการวางแผน
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดประสบการณ์ในการใช้เวลาว่าง

#### อุปกรณ์

1. กบพับ
2. สีและปากกาเมจิก
3. กรรไกร
4. กาว
5. กระดาษโปสเตอร์แข็ง
6. ดอกบัวตูม 1 ดอก และดอกบัวบาน 1 ดอก
7. เศษกระดาษ

#### วิธีการ

1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำทักทาย
2. บอกถึงจุดประสงค์ในการใช้ความคิดในการสร้างสรรค์ผลงาน โดยไม่กำหนดรูปแบบ  
ของบ้านหนู จะให้ผู้เข้าร่วมได้คิดผลงานด้วยตนเอง
3. ผู้นำกิจกรรมแจกอุปกรณ์ที่มีความจำเป็นในประดิษฐ์
4. ให้ผู้ร่วมกิจกรรมสร้างสรรค์ผลงานของตนเองพร้อมตั้งชื่อภาพ
4. ให้ผู้เข้าร่วมทุกกลุ่มออกมาแนะนำเสนอหน้าห้อง
5. ผู้นำกิจกรรมออกมาสรุปกิจกรรม
6. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึก Self-Report

## ใบบันทึก

ประโยชน์ที่ได้รับ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ความรู้สึกลงในการเข้าร่วมกิจกรรม

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ความประทับใจในกิจกรรม

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

ภาคผนวก ค  
หนังสือราชการ

ที่ ศธ 0513.10905/



ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์  
50 พหลโยธิน จตุจักร กทม. 10900

สิงหาคม พ.ศ. 2551

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

เรียน

สิ่งที่แนบมาด้วย รายละเอียดโครงการวิทยานิพนธ์ และ เครื่องมือวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนายปภาวิน พัทธบูรณ์ศิริ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชานันทนาการ ภาควิชาพลศึกษา คณะบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้ทำวิทยานิพนธ์ในหัวข้อ ผลของการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภายใต้การควบคุมของ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สุวิมล ตั้งสัจจงพนธ์, Ph.D. ประธานกรรมการ
2. รองศาสตราจารย์ กุลยา ดันติผลาชีวะ, ค.ศ. กรรมการร่วม

การทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้จำเป็นต้องขอข้อเสนอแนะจากท่านผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อนำมาเป็นข้อมูลในการสร้างโปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 และแบบคัดกรองให้มีความเที่ยงตรงมากที่สุด คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ของนิสิตได้ร่วมพิจารณาเห็นสมควรว่า ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้ จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญ เพื่อให้ความเห็นชอบ และแนะนำแก้ไขข้อบกพร่องในส่วนของเนื้อหาไปปรับปรุงต่อไป

ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผศ. ทรงศักดิ์ น้อยสินธุ์)

หัวหน้าภาควิชาพลศึกษา

ที่ ศธ 0513.10905/



ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

50 พหลโยธิน จตุจักร กทม. 10900

ตุลาคม พ.ศ. 2551

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการใช้สถานที่และการใช้กลุ่มตัวอย่าง (นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4  
จำนวน 40 คน)

เรียน

สิ่งที่แนบมาด้วย รายละเอียดโครงการวิทยานิพนธ์ และ เครื่องมือวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนายปภาวิน พัทธบูรณศิริ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชานันทนาการ ภาควิชาพลศึกษา คณะบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้ทำวิทยานิพนธ์ ในหัวข้อ ผลของการใช้นวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ภายใต้การควบคุมของ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สุวิมล ตั้งสัจจงพนธ์, Ph.D. ประธานกรรมการ
2. รองศาสตราจารย์ กุลยา ดันติผลาชีวะ, ค.ศ. กรรมการร่วม

การทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้จำเป็นต้องขอความอนุเคราะห์จากท่านผู้อำนวยการโรงเรียน วัดไผ่ตันในส่วนของการใช้สถานที่และการใช้กลุ่มตัวอย่าง ซึ่งกลุ่มตัวอย่างจะเป็นนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 40 คน โดยระยะเวลาในการทดลองนั้น จะใช้เวลา 2 ครั้งต่อสัปดาห์ ครั้ง ละไม่เกิน 50 นาที เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ เพื่อนำมาเป็นข้อมูลในการทดลอง วิเคราะห์และ ประเมินผลของโปรแกรมนวัตกรรมกระดาษพับเพื่อการเรียนรู้ที่มีต่อทักษะการใช้เวลาว่างของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผศ. ทรงศักดิ์ น้อยสินธุ์)

หัวหน้าภาควิชาพลศึกษา

ภาคผนวก ง  
รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ



## ประวัติการศึกษา และการทำงาน

ชื่อ –นามสกุล	นายปภาวิน พัทธบูรณศิริ
วัน เดือน ปี ที่เกิด	วันที่ 6 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2528
สถานที่เกิด	ตรัง
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. 2550 วิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	-
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	-
ผลงานดีเด่นและรางวัลทางวิชาการ	พ.ศ. 2551 ประธานฝ่ายกิจกรรมและนันทนาการ องค์การนิสิตบัณฑิตวิทยาลัย รุ่นที่ 20 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
ทุนการศึกษาที่ได้รับ	-