

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

ผลของการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย

The Effects of Music in Folklore Plays on Motor Fitness of Preschool Children

โดย

นางวารุณีย์ พันธุ์ศรี

เสนอ

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

เพื่อความสมบูรณ์แห่งปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (ปฐมวัยศึกษา)

พ.ศ. 2551

วารุณีย์ พันธุ์ศรี 2551: ผลของการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ปรินญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (ปฐมวัยศึกษา) สาขาปฐมวัยศึกษา ภาควิชาการศึกษา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ปัทมาวดี เล่ห์มงคล, Ph.D. 129 หน้า

การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไก ของเด็กปฐมวัย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนโรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (purposive sampling) จำนวน 30 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ ได้แก่ แบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กปฐมวัย (Kasetsart Motor Fitness Test) แบบสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมการเรียนรู้การใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน และแผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไก ของเด็กปฐมวัย จำนวน 6 แผน วิเคราะห์ข้อมูล โดยการหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบหาความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ค่าสถิติ “ ที ”

ผลการวิจัยพบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้เข้าร่วมทำกิจกรรมการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน มีผลทำให้สมรรถภาพทางกลไกหลังการทดสอบสูงกว่า ก่อนการทดสอบทุกรายการ

Varunee Phansri 2008: The Effects of Music in Folklore Plays on Motor Fitness of
Preschool Children. Master of Education (Early Childhood Education), Major Field:
Early Childhood Education, Department of Education. Thesis Advisor: Assistant
Professor Pattamavadi Lehmongkol, Ph.D. 129 pages.

The purposes of this research were to study the effects of music in folklore plays on
motor fitness of preschool children. Subjects were 30 preschool children from Kaset Home
Economics Kindergarden School, Department of Home Economics, Faculty of Agriculture,
Kasetsart University. They were selected by purposive sampling technique.

The instruments used in this research were: Kasetsart Motor Fitness Test for Preschool
Children, Observation and Record of Music learning Behaviors in Folklore Plays, and 6 lesson
plans on music in folklore plays on motor fitness of preschool children. Data were analyzed by
using mean, standard deviation, and t-test.

Results of this research indicated that preschool children who engaged in music
folklore plays had motor fitness posttest scores higher than pretest scores in all aspects.

Student's signature

Thesis Advisor's signature

____ / ____ / ____

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี โดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปัทมาวดี เล่ห์มงคล
ประธานกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.ปัญญา รุ่งเรือง กรรมการร่วม
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จิตตินันท์ บุญสถิตกุล ประธานการสอบปากเปล่าขั้นสุดท้าย และ
รองศาสตราจารย์ ดร.พัชรี ผลโยธิน ผู้ทรงคุณวุฒิภายนอก และผู้เชี่ยวชาญทุกท่านที่มีส่วน
เกี่ยวข้องกรุณาให้คำแนะนำปรึกษา และข้อคิดเห็น ตลอดจนตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ
ด้วยดี จนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ มีความถูกต้องสมบูรณ์และมีคุณค่าทางด้านวิชาการ ผู้วิจัย
ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านเป็นอย่างสูง

ผู้วิจัยขอบพระคุณครูใหญ่โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร คณะเกษตร
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ คณาจารย์ทุกท่าน ตลอดจนนักเรียนทุกคน ที่ได้ให้ความร่วมมือ
อนุเคราะห์สถานที่และอำนวยความสะดวกเป็นอย่างดีในการเก็บรวบรวมข้อมูล จนทำให้ผลงาน
ของผู้วิจัยสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ ซึ่งเป็นผู้สร้างชีวิตและอบรมลูกให้มีจิตที่
สมบูรณ์ จิตที่ใฝ่สูง เข้มแข็งและรู้ประ โยชน์ทั้งส่วนตนและส่วนรวม อันเป็นแรงผลักดันให้ลูก
ก้าวไปสู่อนาคตได้อย่างมีเป้าหมายและมั่นคง คุณค่าและความดีใด ๆ ที่เกิดจากวิทยานิพนธ์เล่มนี้
ขอมอบให้แก่ดวงวิญญาณของคุณพ่อ ซึ่งได้ล่วงลับไปแล้ว ขอขอบคุณสามีและลูก พี่น้องและ
เพื่อน ที่คอยเป็นกำลังใจให้เสมอมา

สุดท้ายผู้วิจัยขอกราบระลึกถึง คุณพ่อบรรจง พงษ์ศาสตร์ อดีตรองปลัดกระทรวง
ศึกษาธิการ และขอขอบพระคุณ คุณศัจธร วัฒนมงคล ผู้อำนวยการสำนักพัฒนากิจการนักเรียน
นักศึกษาและกิจการพิเศษ กระทรวงศึกษาธิการ ที่เป็นเสมือนแสงเทียนนำทางส่องสว่างบนเส้นทาง
แห่งการศึกษา เป็นหลักชัยที่ต้องไปให้ถึง ให้ความกรุณาชี้แนะ และให้คำปรึกษา คอยแก้ปัญหาเมื่อ
มีอุปสรรค ตลอดจนให้ความเชื่อมั่น เป็นขวัญและกำลังใจ ให้ภารกิจทุกอย่างในการนี้ สำเร็จลุล่วง
ไปด้วยดี ผู้วิจัยใคร่ขอกราบขอบพระคุณท่าน ด้วยความเคารพรัก ไว้ ณ โอกาสนี้

วารุณีย์ พันธุ์ศรี

กุมภาพันธ์ 2551

สารบัญ

หน้า

สารบัญตาราง	(3)
สารบัญภาพ	(5)
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	4
ขอบเขตของการวิจัย	4
นิยามศัพท์	6
สมมติฐานของการวิจัย	6
บทที่ 2 การตรวจเอกสาร	7
ทฤษฎีภูมิภาวะ	7
เด็กปฐมวัย	8
ทำนองเพลง หรือเสียงดนตรี	9
การละเล่นพื้นบ้าน	13
สมรรถภาพทางกลไก	18
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	22
บทที่ 3 การดำเนินการวิจัย	25
สัญลักษณ์ที่ใช้ในแบบแผนการทดลอง	25
ประชากร	25
กลุ่มตัวอย่าง	26
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	26
การเก็บรวบรวมข้อมูล	30
การวิเคราะห์ข้อมูล	30

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์	32
ผลการวิจัย	32
ข้อวิจารณ์	36
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	44
สรุปผลการวิจัย	44
ข้อเสนอแนะ	46
เอกสารและสิ่งอ้างอิง	48
ภาคผนวก	52
ภาคผนวก ก แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อ สมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย	53
ภาคผนวก ข แบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กปฐมวัยของ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์(Kasetsart Motor Fitness Test)	97
ภาคผนวก ค วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลในการทดสอบสมรรถภาพทางกลไก ของเด็กปฐมวัย	104
ภาคผนวก ง เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กชายและเด็กหญิง ระดับปฐมวัย ของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์	112
ภาคผนวก จ แบบสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมการเรียนรู้การใช้เพลง ประกอบการละเล่นพื้นบ้าน	114
ภาคผนวก ฉ แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็ก ปฐมวัย	116
ภาคผนวก ช สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	118
ภาคผนวก ซ รายนามผู้เชี่ยวชาญ	120
ภาคผนวก ฌ หนังสือขอความร่วมมือ	122
ภาคผนวก ฉ ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย	126
ประวัติการศึกษาและการทำงาน	129

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	แบบแผนการทดลอง	25
2	การวิเคราะห์ความสอดคล้องและความตรงของเนื้อหาในรูปตาราง	28
3	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานจากการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการทดลอง	33
4	ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการเล่นพื้นบ้านที่มีผลต่อสมรรถภาพทางกลไก ของเด็กปฐมวัยกลุ่มทดลอง	34
5	แสดงผลคะแนนการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการเล่นพื้นบ้านที่มีผลต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย เด็กชาย และเด็กหญิงกลุ่มทดลอง	35
ตารางผนวกที่		
1	กำหนดการสอน	54
2	กิจกรรมแผนที่ 1	57
3	กิจกรรมแผนที่ 2	61
4	กิจกรรมแผนที่ 3	65

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางผนวกที่		หน้า
5	กิจกรรมแผนที่ 4	69
6	กิจกรรมแผนที่ 5	73
7	กิจกรรมแผนที่ 6	77
8	เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกลไกของเด็กชาย เด็กหญิงระดับปฐมวัย ของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์	113
9	แบบสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมการเรียนรู้การใช้เพลงประกอบ การเล่นการละเล่นพื้นบ้าน	115
10	แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย	117
11	แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัยรายบุคคล	117
12	ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกก่อนและหลังการจัดกิจกรรม /แผนที่1	127
13	ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกก่อนและหลังการจัดกิจกรรม /แผนที่2	128

สารบัญภาพ

ภาพผนวกที่	หน้า
1	แสดงทำนั้รูปเกือกม้า
2	แสดงการเล่นโพงพางในชั้นเรียน
3	แสดงการเล่นมอญซ่อนผ้า
4	แสดงการเล่นกระรอกเข้าโพรง
5	แสดงการเล่นรี้ข้าวสาร
6	แสดงการเล่นงูกินหาง
7	แสดงการเล่นตะลือกต๋อกเต้กมาซื่อคอกไม้
8	นั่งอตัวไปข้างหน้า
9	ลุก-นั่ง 30 วินาที
10	วิ่งเร็ว 20 เมตร
11	ขึ้นกระโดดไกล
12	วิ่งเก็บของ 3 จุด
13	ขว้างลูกบอลไกล

สารบัญภาพ (ต่อ)

ภาพผนวกที่		หน้า
14	การทดสอบการนั่งจ่อตัวไปข้างหน้า	105
15	การทดสอบการลุก-นั่ง 30 วินาที	106
16	การทดสอบการวิ่งเร็ว 20 เมตร	107
17	การทดสอบการขึ้นกระโดดไกล	108
18	การทดสอบการวิ่งเก็บของ 3 จุด	109
19	การทดสอบการขว้างลูกบอลไกล	110

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันประเทศไทยมีประชากรอยู่ในวัยเรียนตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ตั้งแต่อายุระหว่าง 3-5 ขวบ ด้วยความสำคัญของการพัฒนาตามวัยของเด็กตั้งแต่แรกเกิด จนถึงช่วงอายุ 5 - 6 ขวบ ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ร่างกาย และสมองของเด็กเจริญเติบโตสูงสุดและพัฒนาอย่างต่อเนื่องไปจนถึงอายุประมาณ 8 ขวบ และมีทักษะสัมพันธ์ในด้านการเคลื่อนไหวดีที่สุด ในช่วงอายุ 6 - 12 ปี เด็กในวัยนี้มีพัฒนาการทางด้านร่างกายที่สมบูรณ์เต็มที่ สามารถใช้อวัยวะทุกส่วนของร่างกายได้อย่างมีประสิทธิภาพ นักการศึกษาหลายท่านได้เห็นความสำคัญ สนใจศึกษาพัฒนาการ ดังกล่าว Clark (1976) ได้อธิบายถึง ความสามารถในการเคลื่อนไหวของร่างกายว่า ประกอบด้วย ความเร็ว ความยืดหยุ่น ความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิตภายในร่างกาย ความอดทนของกล้ามเนื้อ ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความคล่องตัว พลังงานกล้ามเนื้อ การประสานงานของเท้าและตา การประสานงานของแขนและตา Willgoose (1961) อธิบายไว้ คือ ความแข็งแรง และความสามารถของกล้ามเนื้อ ความสามารถด้านกีฬา ความสามารถในการปรับตัว เข้ากับสังคม ความเร็วที่ทำตามสัญญาณ ความสามารถในการทรงตัว ความรู้สึกลักษณะเคลื่อนไหว เหนือฐานรองรับ ความยืดหยุ่นตัว ความคล่องแคล่วว่องไว และสมรรถวิสัยทางจิต ความสามารถทางร่างกายจะมีมากขึ้นตามภาวะของการเจริญเติบโต คือ เมื่อเด็กมีร่างกายที่สูงขึ้น มีน้ำหนักเพิ่มขึ้น กล้ามเนื้อมีกำลังมากขึ้น จะสามารถทำงานตามระบบได้ อย่างต่อเนื่อง และมีอัตราการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วในเด็กอายุระหว่าง 3-6 ขวบ ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมมี ความสามารถในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าที่เผชิญอยู่ มีความเชื่อมั่น และเกิดความมั่นคงทางจิตใจ ตามลำดับ สมรรถภาพทางกลไกของร่างกายจะพัฒนาได้อย่างสมบูรณ์โดยผ่านกระบวนการเล่น ที่เป็นไปตามธรรมชาติ และเหมาะสมกับวุฒิภาวะทางอายุของเด็ก

จากสภาวะสังคมชนบท ที่เปลี่ยนแปลงสู่สังคมเมืองส่งผลต่อพฤติกรรมการเล่นของเด็ก ภายใต้อิทธิพลของสื่อที่อาศัยอยู่เปลี่ยนไป แต่ละวันเด็กต้องใช้ชีวิตส่วนใหญ่อยู่ในโรงเรียนที่มี ขอบเขตจำกัด และด้วยความสำคัญของการเคลื่อนไหวร่างกาย จึงเป็นหน้าที่ของครูและผู้ที่มีส่วน

เกี่ยวข้องต้องจัดประสบการณ์ให้สอดคล้องกับธรรมชาติในตัวเด็ก ศรีเรือน แก้วกังวาน (2549) ได้อธิบายถึงพัฒนาการ และธรรมชาติของเด็กวัย 4-6 ขวบ ว่าเด็กในวัยนี้มีความพร้อมทางวุฒิภาวะ โดยธรรมชาติภายใต้สิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม โดยเด็กสามารถขว้างปาสิ่งของ ปาลูกบอลเล็ก ๆ วิ่งได้ดี ยืนนิ่งอยู่กับที่ การกระโดดไกล และกระโดดให้ตัวลอยสูงได้ สามารถยืนขาเดียวได้นาน ๆ เด็กบางคน ก็สามารถกระโดดขาเดียวได้ สามารถวิ่งก้าวยาว ๆ ได้ ทรงตัวได้ดี และสามารถเดินบน ไม้กระดาน แผ่นเดียวได้ สามารถใช้ร่างกายบางส่วนสนองตอบต่อสิ่งเร้า แทนการโต้ตอบทั้งร่างกายได้ และสามารถฝึกให้เด็กทำในสิ่งต่าง ๆ ได้ เมื่อเด็กมีวุฒิภาวะ ดังนั้นการจัดกิจกรรม และสิ่งแวดล้อมใน โรงเรียนทดแทนสิ่งที่ขาดหายไป ในสังคมที่เด็กอาศัยอยู่ ให้เอื้อต่อการเล่นที่ควรเป็นไปตาม ธรรมชาติอย่างสอดคล้องกับพัฒนาการทางร่างกาย เป็นสิ่งที่ครู และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องควรกระทำ และตระหนักถึง จากการศึกษาค้นคว้าพบว่ากิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับเด็ก และมีผลทางร่างกาย ของเด็กโดยตรง ได้แก่ การละเล่น ซึ่งสุภาวดี ศรีวรรณ (2534) ได้กล่าวถึงการละเล่นของ เด็กไทยที่สืบทอดกันมาแต่โบราณว่า เป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ในการพัฒนาร่างกายเด็กทั้ง 4 ด้าน คือ ร่างกาย อารมณ์-จิตใจ สังคมและสติปัญญาแล้วยังมีประโยชน์ในการฝึกความมีระเบียบ วินัย การรู้จักเคารพกฎเกณฑ์ เพราะการเล่นเป็นกลุ่มเป็นการส่งเสริมให้เด็กเรียนรู้ในการอยู่ร่วมกับ ผู้อื่น และเคารพในกติกาที่ตกลงกันไว้ รู้จักรอคอยโอกาส ฝึกการยอมรับข้อตกลงของคนส่วนมาก ความสามัคคีในหมู่คณะ การให้อภัยซึ่งจะทำให้เด็กสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้เป็นอย่างดี

นอกจากการละเล่นจะส่งผลต่อพัฒนาการทางร่างกายโดยตรงแล้ว เสียงดนตรีเป็นสื่ออีก ชนิดหนึ่งที่เป็นผลโดยตรงต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กจากคำกล่าวของผู้รู้ ปัญญา รุ่งเรือง (2546) กล่าวว่า ด้านเสียงดนตรีนั้นมีความสัมพันธ์กับเด็กมาตั้งแต่เกิด มนุษย์ถือกำเนิดมาก็รู้จัก ทำนองและจังหวะได้โดยไม่ต้องมีใครสอน เพราะว่ามันเกิดมาจากอารมณ์เป็นสำคัญ ดนตรีนั้น เกิดจากอารมณ์ของมนุษย์ ดีใจ สนุกสนาน ก็ตบมือกระต๊อบเท้า

ณรุทธิ์ สุทธิจิตต์ (2540) อธิบายว่า เสียงดนตรีเป็นประสบการณ์สำคัญมากอย่างหนึ่งที่เด็ก ปฐมวัยควรจะได้รับจากกระบวนการการเรียนการสอน ไม่ว่าจะเป็นการจัดประสบการณ์ด้านดนตรี โดยตรงให้กับผู้เรียน หรือการใช้เสียงดนตรีเพื่อช่วยเสริมการเรียนรู้ด้านอื่นๆ โดยได้กล่าวถึง ปฏิริยาตอบสนอง ต่อเสียงดนตรีที่ได้ยิน ตั้งแต่เด็กแรกเกิด เด็กอายุ 1 ขวบ เด็กอายุย่างเข้า 2 ขวบ และ เด็กอายุ 3 ขวบ จะมีการตอบสนองต่อเสียงดนตรี มีการเคลื่อนไหวตามจังหวะดนตรีมากขึ้น เด็กอายุ 4-5 ขวบมักจะร้องและเล่นเครื่องประกอบจังหวะร่วมกันกับเพื่อน ๆ เมื่อมีการเล่นร่วมกัน และมักจะร้องเพลงโดยพยายามจะทำให้เข้ากับจังหวะดนตรีมากขึ้น

นันท์รัตน์ คมขำ (2539) กล่าวว่า เพลงประกอบการสอน สำหรับในประเทศไทยนั้น เกิดขึ้นโดยผู้ที่มีความเชี่ยวชาญได้ให้ความสนใจเกี่ยวกับพัฒนาการของเด็ก เห็นว่าดนตรีมีความสำคัญในการพัฒนาเด็กทุกด้าน จึงเริ่มนำเพลงมาพัฒนาเด็กโดยคำนึงถึงความเหมาะสมเป็นสำคัญ เช่น บทเพลงสั้น ๆ คำง่าย ๆ คล้องจองกัน และทำนองเพลงอาจได้มาจาก เพลงกล่อมเด็ก เพลงพื้นเมือง เพลงไทยเดิม เพลงสมัยนิยม ซึ่งนำมาดัดแปลงให้ง่ายขึ้น หรือนำมาจากเพลงสากล เพื่อใช้สอนเด็ก ๆ

จากความสำคัญของสมรรถภาพทางกลไกของร่างกายที่มีผลต่อ การเตรียมเด็กให้มีความพร้อมทางด้านร่างกาย การจัดกิจกรรมการเล่นประเภทการละเล่นพื้นบ้าน เพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพทางกลไกให้กับเด็ก จึงเป็นอีกแนวทางหนึ่งที่ครูผู้สอน จะได้นำมาจัดเป็นประสบการณ์ในชั้นเรียน ให้เด็กได้เล่นด้วยวิธีการที่เหมาะสม และปลอดภัยจากอุบัติเหตุเล็กน้อย เป็นต้นว่า การวิ่งชนกัน การวิ่งไล่ชนกลม ในขณะเล่นซึ่งพบบ่อย ๆ และด้วยคุณค่า ด้วยความสำคัญของการเล่นพื้นบ้านที่มีมาแต่โบราณ ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาและคัดเลือกการเล่นพื้นบ้านที่นิยมเล่น และสอดคล้องกับตัวแปรที่ต้องการศึกษา มาปรับวิธีการเล่น บทร้อง ให้เหมาะกับจำนวนผู้เล่นเป็นกลุ่มใหญ่ ให้สามารถเล่นได้อย่างถูกวิธี เป็นแบบแผน ที่มีความพอเหมาะกับความวุฒิภาวะของอายุและธรรมชาติในตัวเด็ก ตลอดจนเป็นการเล่นเพื่อคงไว้ซึ่งวัฒนธรรม และประเพณีการเล่นของเด็กไทย

จากการศึกษาค้นคว้า ของผู้วิจัยเกี่ยวกับเรื่องการละเล่นพื้นบ้านของไทยที่มีทั้งความเหมือนและแตกต่างตามวัฒนธรรมของท้องถิ่น ผู้วิจัยได้ขอค้นพบจากผู้รู้ กล่าวไว้ว่า บทร้องประกอบการละเล่นพื้นบ้านภาคกลางของไทย มักไม่มีเครื่องดนตรีประเภทคำเนินทำนองเข้าร่วมในการเล่น แต่นิยมใช้เครื่องเคาะจังหวะ เช่น กลอง ฉาบ ฉิ่ง กรับ และการปรบมือแทน (อนnek นาวิกมูล, 2537)

ผู้วิจัยในฐานะที่เป็นครูผู้สอนเด็กปฐมวัยโดยตรง ได้ศึกษาเกี่ยวกับทำนองเพลง และจังหวะที่เหมาะสมสำหรับเด็ก เพื่อนำมาประสานกับบทร้องที่เด็กคุ้นเคย แล้วเรียบเรียงขึ้นมาใหม่ เป็นเพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านจำนวน 6 เพลง ทั้งนี้จากการศึกษาแนวคิดของผู้รู้ที่กล่าวว่า เด็กสามารถเรียนรู้ผ่านการเล่น และการเล่นของเด็กก็มีผลต่อพัฒนาการด้านร่างกายโดยตรง และสามารถเสริมสร้างพัฒนาการด้านอื่น ๆ ไปพร้อมกัน กล่าวคือในขณะที่เด็กเคลื่อนไหวร่างกายไปอย่างมีความสุข เด็กก็จะร้องเพลง โยกย้าย ซ้าย-ขวา ไป-มา ตามจังหวะ ช้า-เร็ว ได้โดย สัญชาตญาณ การนำเอาดนตรีมาประกอบบทร้องให้สอดคล้อง กับจังหวะการเคลื่อนไหวของกลไกทางร่างกาย

จึงเป็นวิธีที่เหมาะสมตามธรรมชาติ และมีประสิทธิภาพที่สุด ผู้วิจัยจึงมีความมั่นใจว่า การใช้เพลงประกอบการเล่นพื้นบ้าน มีผลต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ตามวัตถุประสงค์หลักที่ต้องการศึกษา เป็นพื้นฐานสำคัญในการเตรียมความพร้อมด้านร่างกายให้กับเด็กปฐมวัย มุ่งหวังเพื่อสร้างความนิยม และการอนุรักษ์การเล่นตามแบบไทย ที่พัฒนาความเป็นไทยมาแต่ครั้งโบราณ โดยลำดับ ให้สามารถดำรงอยู่คู่กับสังคมไทย และเด็กไทยตลอดไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

วัตถุประสงค์ของงานวิจัยนี้

เพื่อศึกษาผลของการใช้เพลงประกอบการเล่นพื้นบ้าน ที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการจัดกิจกรรม

ประโยชน์ของการวิจัย

1. ได้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการเล่นพื้นบ้าน ที่มีต่อสมรรถภาพกลไกของเด็กปฐมวัย เพื่อใช้จัดประสบการณ์ให้กับเด็กต่อไป
2. เพื่อเป็นแนวทางสำหรับครูในการส่งเสริมสมรรถภาพทางกลไกของ เด็กปฐมวัย
3. เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าสำหรับผู้สนใจเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมเพลงประกอบการเล่นพื้นบ้าน ที่มีผลต่อสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กปฐมวัย และระดับอื่น ๆ

ขอบเขตของการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ซึ่งเป็นการวิจัยทางสังคมศาสตร์ ที่ไม่สามารถควบคุม หรือจัดกระทำกับตัวแปรบางตัวได้ (วสันต์ ทองไทย, 2549)
2. ประชากร ได้แก่ เด็กชาย เด็กหญิง อายุระหว่าง 5-6 ขวบที่กำลังศึกษาอยู่ใน ชั้นอนุบาล ปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 ของโรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร ภาควิชา

คหกรรมศาสตร์ คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มีนักเรียนทั้งสิ้น 87 คน โดยจัดชั้นเรียนในระดับสายชั้นอนุบาลเป็น 3 ห้องเรียน

3. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เด็กชาย เด็กหญิงอายุระหว่าง 5-6 ขวบที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาลปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 ของโรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ผู้วิจัยได้สุ่มมาจำนวน 1 ห้องเรียน มีนักเรียนทั้งสิ้น 30 คน เป็นกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling)

4. ระยะเวลาที่ใช้ในการทดลอง แผนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นใช้เวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน คือวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ วันละ 40 นาที เริ่มตั้งแต่เวลา 10.40 น.-11.20 น.

5. แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ประกอบด้วย เพลงมอญซ่อนผ้า เพลงโปงพาง เพลงกระรอกเข้าโพรง เพลงงูกินหาง เพลงรีรีข้าวสาร เพลงตะลือกตุ๊กเต้กมาซื้อดอกไม้ จำนวน 6 เพลง มีความสอดคล้องกับเรื่องที่ต้องการศึกษา คือ สมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย 6 ด้าน ได้แก่ ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ พลังของกล้ามเนื้อขา พลังของกล้ามเนื้อแขน ความคล่องแคล่วว่องไว ความอ่อนตัว และความเร็ว

6. ตัวแปรที่ศึกษาในครั้งนี้ ตัวแปรอิสระ คือ เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน และตัวแปรตาม คือ ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ (Muscle and endurance strength) พลังของกล้ามเนื้อขา (Leg muscle power) พลังของกล้ามเนื้อแขน (Arm muscle power) ความคล่องแคล่วว่องไว (Agility) ความอ่อนตัว (Flexibility) ความเร็ว (Speed)

7. การทดสอบสมรรถภาพทางกลไก ผู้วิจัยใช้แบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กปฐมวัย ของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (Kasetsart Motor Fitness Test) ประกอบด้วยรายการที่ทดสอบ 6 รายการ คือ การนั่งงอตัวไปข้างหน้า การลุก-นั่ง 30 วินาที การวิ่งเร็ว 20 เมตร การขึ้นกระโดดไกล การวิ่งเก็บของ 3 จุด การขว้างลูกบอลไกล (สุพิตร สมาหิโต, 2535)

นิยามศัพท์

เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน หมายถึง เพลงที่ใช้ร้องประกอบการละเล่นพื้นบ้านของเด็กไทย ที่ผู้วิจัยเป็นผู้แต่งทำนอง และจังหวะขึ้น โดยเรียบเรียงบทร้องใหม่จากเค้าโครงเดิมที่เด็กคุ้นเคยแสดงถึงความเป็นมา และวิธีการเล่น ใช้ทำนองเพลงอย่างง่าย มีความไพเราะใช้คำง่าย และมีสัมผัสคล้องจอง ใช้ดนตรีนำบทร้อง เพื่อให้เกิดความครื้นเครงสนุกสนาน กระตุ้นความสนใจ ได้แก่ เพลงมอญซ่อนผ้า เพลงโปงพาง เพลงวิธีข้าวสาร เพลงงูกินหาง เพลงกระรอกเข้าโพรง และเพลงตะลือกตอกเต็กมาซื้อดอกไม้

การละเล่นพื้นบ้าน หมายถึง การละเล่นของเด็กไทยที่มีบทร้องประกอบการเล่น ได้แก่ มอญซ่อนผ้า โปงพาง วิธีข้าวสาร งูกินหาง กระรอกเข้าโพรง และตะลือกตอกเต็กมาซื้อดอกไม้

สมรรถภาพทางกลไก หมายถึง ความสามารถทางการเคลื่อนไหวร่างกายเป็นการทำงานร่วมกันระหว่างระบบประสาท และระบบกล้ามเนื้อ มีองค์ประกอบที่สามารถวัดได้ คือ ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ (Muscle and endurance strength) พลังของกล้ามเนื้อขา (Leg muscle power) พลังของกล้ามเนื้อแขน (Arm muscle power) ความคล่องแคล่วว่องไว (Agility) ความอ่อนตัว (Flexibility) ความเร็ว (Speed) (สุพิตร สมานิติ, 2535)

สมมติฐานของการวิจัย

ผลของการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการทดลอง มีความแตกต่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 2

การตรวจเอกสาร

ผู้วิจัยได้ดำเนินการรวบรวมเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อให้ทราบถึงรายละเอียด เนื้อหาสาระ และแนวคิด ตลอดจนทฤษฎี ของเรื่องที่สนใจศึกษา เพื่อนำข้อมูลมาใช้เป็นแนวทาง ในการพัฒนาสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ให้มีความพร้อมทางด้านร่างกาย เพื่อสามารถ พัฒนาไปสู่ความพร้อมด้าน อื่น ๆ ได้แก่ อารมณ์-จิตใจ สังคม และสติปัญญา อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งประกอบด้วย

1. ทฤษฎีวุฒิภาวะ
2. เด็กปฐมวัย
3. ทำนองเพลง หรือเสียงดนตรี
4. การละเล่นพื้นบ้าน
5. สมรรถภาพทางกลไก
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ทฤษฎีวุฒิภาวะ

ทฤษฎีวุฒิภาวะ จัดอยู่ในกลุ่มชีววิทยามีแนวคิดที่ได้รับอิทธิพลมาจาก การศึกษาค้นคว้า ของ Charles Darwin เกี่ยวกับเรื่องพัฒนาการของมนุษย์ กับสิ่งแวดล้อม ในมุมมองของการ วิวัฒนาการ และการปรับตัวเพื่อเอาชีวิตรอด ทฤษฎีสำคัญของกลุ่มนี้ ได้แก่ ทฤษฎีวุฒิภาวะ และ บุคคลสำคัญของทฤษฎีนี้ คือ Gesell ซึ่งมีผลงานการค้นคว้าส่วนใหญ่ได้มาจากการศึกษาประชากร เด็กและสามารถนำไปอธิบายพัฒนาการของมนุษย์ได้ เป็นที่ยอมรับ และยกย่องให้เป็นผลงาน คลาสสิก ซึ่งถูกนำมาอ้างอิงถึงเสมอในปัจจุบัน

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2549) ได้สรุปทฤษฎีวุฒิภาวะ ของ Gesell ไว้ว่า พัฒนาการของมนุษย์ จะเกิดขึ้นอย่างมีระเบียบตามแบบแผนที่ธรรมชาติกำหนดขึ้น การเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมของ มนุษย์เป็นไปตามธรรมชาติด้วยตัวของมันเอง โดยไม่ต้องฝึกฝน การเรียน วัฒนธรรม และ สิ่งแวดล้อมมีความสำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมรองลงมาจากวุฒิภาวะ และพัฒนาการ

ของเด็กด้านการเคลื่อนไหว (Motor behavior) และการบังคับอวัยวะต่าง ๆ ได้แก่ การทรงตัว การควบคุมกล้ามเนื้อ การนั่ง การยืน การเดิน การหยิบจับวัตถุ และการกระทำต่อวัตถุนั้น เด็กจะสามารถทำได้ดียิ่งขึ้นอยู่กับวุฒิภาวะ เป็นสำคัญ การฝึกฝนจะเป็นไปด้วยความยากลำบากถ้าธรรมชาติทางร่างกายของเด็กไม่พร้อมที่จะส่งผลให้เกิดความเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรม ซึ่งมีขั้นตอนการพัฒนาเริ่มตั้งแต่มีการปฏิสนธิแล้วเจริญงอกงามเป็น Zygote Embryo และ Fetus จากนั้น จะคลอດจากครรภ์มารดาสู่วัยทารก วัยก่อนเข้าโรงเรียน วัยเด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่จนจรชีวิต จะสมบูรณ์เมื่อมีการสมรส และให้กำเนิดชีวิตใหม่ เด็กจะใช้เวลาในการงอกงามและพัฒนา ประมาณ 20 ปี เริ่มจากครรภ์มารดา แบ่งเป็นวัยต่าง ๆ ตั้งแต่ปฏิสนธิได้ 8 สัปดาห์ ถึงวัยผู้ใหญ่ อายุ 20-24 ปีขึ้นไป ในด้านพฤติกรรมเคลื่อนไหวจะครอบคลุมถึงการบังคับอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย และความสัมพันธ์ทางด้านการเคลื่อนไหว การทรงตัว การควบคุมกล้ามเนื้อ การนั่ง การคลาน การยืน การเดิน และการจับยึดวัตถุ ซึ่งเด็กอายุระหว่าง 4-6 ขวบ สามารถวิ่งปาลั่งของได้ วิ่งได้ดี ยืนนิ่งอยู่กับที่ได้ กระโดดขาเดียวได้ วิ่งก้าวยาว ๆ ได้ เดินบนไม้กระดานแผ่นเดียวได้ ทรงตัวได้ดี เป็นต้น

เด็กปฐมวัย

เด็กปฐมวัยเป็นวัยที่กำลังเรียนรู้ และสนใจสิ่งต่าง ๆ รอบตัวเริ่มแสวงหาประสบการณ์ที่แปลกใหม่ด้วยความอยากรู้อยากเห็น จึงเป็นช่วงวัยที่เหมาะสมแก่การปลูกฝังคุณลักษณะต่าง ๆ เพื่อให้มีชีวิตที่ดี มีความพร้อมที่เหมาะสมกับวัย เป็นพื้นฐานในการเรียนรู้ในระดับต่อไปอย่างมีคุณภาพ

ความหมายของเด็กปฐมวัย

เด็กปฐมวัย หมายถึง เด็กแรกเกิดถึง 5 ปี (กระทรวงศึกษาธิการ, 2546) กระทรวงศึกษาธิการ การเรียนการสอนในระดับนี้จึงเป็นการเตรียมเด็กให้มีความพร้อมทุกด้าน เพื่อเป็นพื้นฐานในการเรียนรู้ในระดับประถมศึกษา ครู หรือผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง จำเป็นต้องรู้และเข้าใจความหมาย และการพัฒนาความพร้อมของเด็กในวัยนี้ เด็กปฐมวัยในช่วง 6 ปีแรกของชีวิต เป็นช่วงระยะเวลาที่สำคัญที่สุด เนื่องจากสมองของเด็กมีการเจริญเติบโต และพัฒนาอย่างรวดเร็ว พ่อแม่ หรือผู้เลี้ยงดูจึงควรตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาหรือการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นทั้งด้านร่างกาย อารมณ์-จิตใจ สังคม และสติปัญญา โดยที่พัฒนาการของเด็กในแต่ละช่วงอายุอาจรวดเร็ว หรือช้ากว่าเกณฑ์ที่กำหนดตามวุฒิภาวะ ความพร้อมของเด็กมีการพัฒนาเป็นลำดับขึ้นอย่างต่อเนื่อง

ทำนองเพลง หรือเสียงดนตรี

ความหมายของทำนองเพลง

วิทยา นาควัชระ (2528) ได้กล่าวถึงทำนองเพลง และเสียงดนตรี ว่าเป็นสื่อทางศิลปะชนิดหนึ่ง ที่แสดงถึงความรู้สึกภายในจิตใจ ของมนุษย์ออกมาได้อย่างเหมาะสมเพราะ ไม่ว่าจะเป็นความสนุกสนาน ความเพลิดเพลิน ความดีงาม ความสุข ความทุกข์ ความระทมใจ หรือความประทับใจ มนุษย์จึงใช้เสียงดนตรีและเพลงเป็นสื่อระบายความรู้สึกทางจิตใจที่ไม่สามารถจะพูดได้ตรง

ณรุทธิ์ สุทธจิตต์ (2540) ได้อธิบายความหมายของทำนองเพลงไว้ว่าทำนองเพลง คือการจัดวางระดับเสียง (Tones) ที่มีความสั้น-ยาว กำหนดโดยจังหวะของทำนอง ทำนองเป็นองค์ประกอบหนึ่งของดนตรี ทำนอง ความหมายในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พุทธศักราช 2525 หมายถึง ระเบียบเสียงสูงต่ำสั้นยาว เช่น ทำนองสวด ทำนองเทศน์ ทำนองเพลง

ปัญญา รุ่งเรือง (2546) อธิบายความหมายของทำนองเพลงไว้ คือ ทำนองเพลงเป็นองค์ประกอบของดนตรี เสียงที่เป็นทำนองและมีจังหวะจะโคน จะเป็นระบบหรือไม่เป็นระบบย่อมเกิดขึ้นจากการกระทำของมนุษย์ ซึ่งมีความแตกต่างกันออกไปในแต่ละท้องถิ่น

กุลยา ตันติผลาชีวะ (2548) กล่าวถึงเสียงเพลง หรือเสียงดนตรีว่าเพลงนอกจากฟังเพื่อความเพลิดเพลินแล้ว เพลงยังใช้ประกอบการเล่นของเด็กเพื่อสร้างความสนใจ จูงใจ หรือชักจูงให้แสดงท่าทางต่างๆ

สรุปได้ว่า ทำนองเพลง หมายถึง เสียงร้องของมนุษย์ หรือ ระดับเสียงสูง-ต่ำ สั้น-ยาว ที่มนุษย์ประพันธ์ขึ้น ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของเสียงดนตรี ระดับเสียงสูง - ต่ำ มีจังหวะสั้น-ยาว ที่เรียกว่าทำนองเพลงนี้ เป็นสื่อที่แสดงออกทางอารมณ์แสดงถึงความรู้สึกมีความหมายที่ต้องการให้ผู้อื่นได้รับรู้

ประเภทของทำนองเพลง

โดยทั่วไปแบบแผนทำนองเพลงประกอบบทร้อง ควรอยู่ในระดับที่เบา นุ่มนวล ไม่ดัง อีกทีก เสียงจะช่วยกระตุ้นอารมณ์ และการทำงานของต่อมไร้ท่อให้สัมพันธ์กับระบบประสาท ซิมพาเธติกได้ดี ทำให้เกิดความรู้สึกตื่นเต้น สงบ มีสมาธิ สร้างระเบียบวินัย และควบคุมอารมณ์ตัวเองได้อย่างเหมาะสม การเลือกใช้ทำนองเพลงเพื่อให้เด็กเกิดการเรียนรู้ในกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งจึงมีความสำคัญมาก ทำนองเพลงที่ใช้ประกอบการเล่น ควรมีลักษณะที่แสดงออกถึงความสนุกสนาน กระตุ้นความสนใจให้อยากจะเคลื่อนไหว จังหวะดนตรีโดยทั่วไปแล้วจัดอยู่ระหว่าง 50 mm. และ 120 mm. ต่อนาที และอัตราจังหวะที่มีอิทธิพลต่อการตอบรับของร่างกายคนธรรมดาอยู่ระหว่าง 60-80 mm. ต่อนาที (mm. ย่อมาจาก Metronom เป็นเครื่องนับจังหวะทางดนตรีต่อนาที) ซึ่งเทียบกับการเต้นของหัวใจ ดังนั้นจังหวะช้า - เร็ว จะเร้าความรู้สึก ทำให้ผู้ฟังตื่นเต้น และสงบได้ การวิจัยในครั้งนี้ได้ยึดแนวทำนองเพลงตามแนวคิดของ Kodly ซึ่งเป็นนักประพันธ์เพลงและนักดนตรีชาวฮังการี ได้คิดค้นวิธีสอนดนตรีที่มีพื้นฐานมาจากภาษา และเพลงพื้นเมือง วิธีสอนของเขาได้รับการยกย่องให้บรรจุเป็นหลักสูตรดนตรี ที่มีใช้กันอย่างแพร่หลายในประเทศฮังการี โดยสนับสนุนให้ใช้ทำนองเพลงพื้นบ้าน ที่ได้รับการถ่ายทอดมาจากพ่อ แม่ จากสังคมของตัวเด็ก ซึ่งในประเทศไทยเทียบได้กับ ทำนองเพลงลอยกระทง เพลงงามแสงเดือน และเพลงอื่น ๆ ที่เด็กรู้จักและคุ้นเคย เพราะง่ายสำหรับผู้เรียน ซึ่งตรงกับ แนวคิดของ Orff นักประพันธ์เพลงและนักดนตรีชาวเยอรมัน กล่าวว่าเด็กจะแสดงออกถึงความคิดสร้างสรรค์ได้ จากการแต่งทำนอง และจังหวะเพลงเดิมที่เขาคุ้นเคย เพื่อใช้ประกอบการเคลื่อนไหว จากแบบแผน ที่เดินซ้ำ ๆ (ธวัชชัย นาควงศ์, 2547)

ธวัชชัย นาควงศ์ (2547) ได้ศึกษาแนวทำนองเพลงของ Kodly และกำหนดวิธีการสอน การฝึกร้อง ฝึกเขียน และฝึกสัญญาณมือ ตลอดจนเพื่อใช้ในการเคลื่อนไหวประกอบเพลง โดยวิธี ด้นกลอนสดเป็นทำนองจากของเดิมที่มีอยู่ ใช้สอนเด็กแบบสอนซ้ำ ๆ จนเด็กสามารถแต่งทำนองเพลงร้องเองได้ และพบว่า การได้เคลื่อนไหวร่างกายเป็นการตอบสนองทางอารมณ์ดนตรีได้ดีที่สุด

ณรุธิ์ สุทธจิตต์ (2540) ได้ให้ข้อสังเกตเกี่ยวกับทำนองเพลง คือทำนองขึ้น - ลง - เหมือนเดิม เป็นการเคลื่อนไหวของระดับเสียง ซึ่งอาจจะเคลื่อนที่สูงขึ้น ต่ำลง หรือซ้ำที่เดิม ซึ่งเรียกว่าแนวทำนอง เรียง - กระโดด - เหมือนเดิม การเคลื่อนที่ของระดับเสียง เรียงลำดับในลักษณะ ทีละ 1 เสียง หรือครึ่งเสียง หรือลักษณะกระโดดข้าม เช่น ข้ามไป 2 เสียง 3 เสียง และอาจจะเป็น ลักษณะซ้ำอยู่กับระดับเสียงเดิมก็เป็นได้ การเคลื่อนที่สูงขึ้น ๆ ลง ๆ และอยู่กับที่ของระดับเสียง จะมี

ระยะระหว่างระดับเสียงสูงสุด - ต่ำสุด เรียกว่าช่วงกว้างของทำนอง ทำนองโดยปกติจะได้รับการจัดเรียงให้อยู่ในระดับเสียงหลักระดับใดระดับหนึ่ง และได้จำแนกประเภทของทำนองเพลงไว้ดังนี้

1. ทำนองเพลงพื้นบ้าน (Folk music) ได้แก่ เพลงที่ใช้ร้อง ใช้เล่นกันมาเป็นเวลานานตามท้องถิ่น แบ่งได้เป็น 2 ประเภท คือ บทเพลงประเภทไม่ทราบนามผู้ประพันธ์ เพลงพื้นเมือง ประเภทนี้ ได้แก่ เพลงกล่อมเด็ก เพลงเรือ เพลงน้อย เป็นต้น ประเภททราบผู้ประพันธ์ เพลงพื้นเมือง ประเภทนี้ใช้ร้องกันจนเป็น เพลงพื้น ๆ ที่ทุกคนร้องได้และเป็นอมตะ มิใช่เป็นเพลงยอดนิยมระยะหนึ่ง และสูญหายไปเพลงประเภทนี้ ได้แก่ เพลงปลุกใจ เช่น เพลงของหลวงวิจิตรวาทการ เพลงชาวดง เพลงลูกขาวนา ซึ่งยังคงใช้ร้องและเป็นที่นิยมกันจนถึงทุกวันนี้

2. ทำนองเพลงศิลปะ (Art music) คือ เพลงที่มีลักษณะ หรือคุณค่าทางดนตรีแตกต่างไปจากเพลงยอดนิยมในด้านโครงสร้าง หรือองค์ประกอบโดยมีความลึกซึ้งกว่าแยกได้เป็น 2 ประเภท คือ เพลงอมตะ ได้แก่ เพลงที่คนรู้จักกันในนามเพลงคลาสสิกสำหรับดนตรีตะวันตก เพลงไทยเดิม สำหรับดนตรีไทย เพลงเหล่านี้มีอายุเป็น สิบ ๆ ร้อย ๆ ปี และยังคงใช้ร้องใช้เล่นกันอยู่ถึงปัจจุบัน มีคุณค่าทางดนตรี และส่วนใหญ่ประพันธ์โดย นักประพันธ์ที่มีชื่อเสียง เช่น หลวงประดิษฐไพเราะ มณตรี ตราโมช เพลงของ Bach ของMozart และBeethoven เป็นต้น อีกประเภทหนึ่ง ได้แก่ เพลงร่วมสมัย คือ เพลงศิลปะยุคปัจจุบัน ซึ่งมีโครงสร้างความแปลกใหม่แตกต่างไปจากเพลงอมตะ เป็นเพลงที่นำศึกษาเช่นเดียวกับเพลงอมตะ ซึ่งเพลงพระราชนิพนธ์ก็จัดเป็นเพลงร่วมสมัยประเภทหนึ่ง

3. ทำนองเพลงยอดนิยม (Popular) เป็นเพลงประเภทที่ได้ยินได้ฟังกันอยู่ทั่วไป ในปัจจุบัน ซึ่งเมื่อเวลาผ่านไประยะหนึ่งส่วนใหญ่เพลงเหล่านี้จะหายไปจากความทรงจำของประชาชน บทเพลงประเภทนี้จะมีรูปแบบคล้ายคลึงกัน หรือเหมือนกันเป็นส่วนใหญ่

และนอกจากนี้ยังได้กล่าวถึงทำนองเพลง และจังหวะที่เหมาะสมสำหรับใช้ประกอบการสอนเด็กไว้ คือ เป็นเพลงที่มีช่วงกว้างของทำนองแคบ มีระดับเสียง เป็นแนวทำนองการจัดเรียงของเสียงเรียงลำดับกันไป ลักษณะของบันไดเสียง 5 เสียง คือ เพนตาโทนิค ร้องได้ง่ายกว่าเพลงที่มี 7 เสียง มีความไพเราะ ทำนองที่ง่าย และสั้น เด็กจดจำได้ดี จังหวะไม่ซับซ้อน กล่าว คือ เพลงที่ประกอบด้วยโน้ตตัว ขาว ตัวดำ ย่อมร้องได้ง่ายกว่าโน้ตตัวเข้บีด 2 ชั้น มีอัตราจังหวะคงที่ ควรมีความเร็วของจังหวะปานกลาง

สรุป คือ ทำนองเพลงโดยทั่วไป แบ่งออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่ ทำนองเพลงพื้นบ้าน ทำนองเพลงศิลปะ และทำนองเพลงยอดนิยม และลักษณะของทำนองเพลงที่เหมาะสมกับเด็กปฐมวัยควรมีช่วงทำนองเพลงที่แคบ แนวทำนองเรียงกันไปตามลำดับ มีลักษณะบันไดเสียงแบบเพนตาโทนิค มีความไพเราะ เป็นเพลงสั้น ๆ มีจังหวะง่าย ๆ อัตราจังหวะคงที่ และมีความเร็วของจังหวะปานกลาง ไม่ช้า หรือเร็วจนเกินไป

ความสำคัญและคุณค่าของทำนองเพลง

นักการดนตรี และผู้รู้ กล่าวว่าดนตรีมีผลต่อพัฒนาการของเด็ก เสี่ยงดนตรีถือเป็นส่วนหนึ่ง ที่ตอบสนองความต้องการของเด็กได้ โดยเฉพาะด้านการเคลื่อนไหว ซึ่งเกิดขึ้นได้โดยธรรมชาติในตัวเด็ก เสียงเพลงที่สนุกสนาน จะช่วยกระตุ้นความสนใจ ให้แสดงท่าทางต่าง ๆ เช่น กระโดด ยักเอว ยักไหล่ ตบมือ ทีบเท้า เป็นจังหวะได้อย่างสอดคล้อง นักการศึกษาบางกลุ่มจึงเชื่อว่าดนตรีเกิดจากพันธุกรรม บางกลุ่มเชื่อว่าดนตรีเกิดจากพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม และด้วยเหตุนี้ นักจิตวิทยาและนักการศึกษาดนตรี ต่างก็ให้ความสำคัญ และสนใจศึกษาเพื่อลบล้างความเชื่อในสมัยโบราณ ที่มีความเชื่อว่า ดนตรีสำหรับมนุษย์นั้นเกิดขึ้นโดยธรรมชาติ และในสมัยต่อมา นักการศึกษาดนตรีได้ให้ความสนใจทำการศึกษา ความสัมพันธ์ของดนตรีกับระดับสมอง จากผลการศึกษาระดับสมองของนักดนตรีที่ยิ่งใหญ่ของโลก เช่น J.S.Bach Beethoven Mozart พบว่านักดนตรีและนักประพันธ์เพลงดังกล่าวมี I.Q. อยู่ในระดับ 120 - 155 ในสมัยต่อมา (Hollingworth, 1926) และ (Lundin, 1949) ได้ทดลองนำเด็กที่มี I.Q. สูงมาทดสอบความสามารถทางดนตรี เขาพบว่าเด็กพวกนี้ไม่ได้มีความสามารถทางดนตรีสูงกว่าเด็กปกติแต่อย่างใด (Ehram, 1955) จึงได้ทำการทดลองนำเด็กลักษณะพิเศษ (the idiot savant) มาศึกษาความสามารถทางดนตรีเขาพบว่าเด็กคนหนึ่ง อายุ 4 ขวบ ที่ไม่สามารถพูดคำว่า “พ่อ, แม่” ได้ แต่เด็กสามารถออกเสียงเลียนแบบทำนองเพลง หรือเสียงดนตรีได้มากถึง 50 เพลง การศึกษาเรื่องเพลง กับการพัฒนาสมองนั้น ในปัจจุบันยังไม่สามารถหาข้อสรุปได้ (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิรา, 2537) แต่มีข้อความรู้ที่สำคัญ และมีความสอดคล้องกันเกี่ยวกับเสียงดนตรี การร้องเพลง และการเล่น หรือการออกกำลังกาย สามารถกระตุ้นการหลั่งสารเคมีให้เซลล์ประสาทในสมองทำงาน หรือส่งสัญญาณไปยังเซลล์ประสาทอื่น ซึ่งถือว่าเป็นสารแห่งความสุข สารเคมีนี้จะทำหน้าที่ ควบคุมพฤติกรรม การแสดงออกทางอารมณ์ อากัปกริยาการเคลื่อนไหว ทำให้รู้สึก ผ่อนคลาย มีผลต่อการรับรู้ และการส่งผ่านข้อมูลข่าวสาร เป็นไปอย่างรวดเร็ว (เจริญ กระบวนรัตน์, 2550)

Collingwood (1982 อ้างใน เรณู โกศินานนท์ และรำไพพรรณ ศรีโสภาค, 2522) กล่าวถึงความสำคัญและคุณค่าของทำนองเพลงเริ่มเข้ามามีบทบาทในการ จัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้กับ เด็กปฐมวัยเป็นครั้งแรก โดยนักการศึกษาคนสำคัญซึ่งถือเป็นบิดาการศึกษาอนุบาล คือ

Froebel เล็งเห็นความสำคัญของเสียงดนตรี อันมีทำนองซึ่งเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่สุด ที่จะช่วยส่งเสริมพัฒนาการเด็กทุกด้าน ทั้งด้านร่างกาย ด้านอารมณ์-จิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา เสียงดนตรี ถือเป็นภาษาสากล และเป็นสื่อที่ไม่มีข้อจำกัด เชื้อชาติ ศาสนา วรรณะ และอายุ เป็นสื่อที่สร้างสัมพันธภาพของมนุษย์ เป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ที่มนุษย์ยอมรับโดยไม่รู้ตัว สุมนา พาณิช (2528) กล่าวว่า การสอนเพลงจะช่วยพัฒนาสุขภาพพลานามัยของเด็ก โดยการเคลื่อนไหวร่างกาย ประกอบเพลง ช่วยพัฒนาทางอารมณ์ขณะที่เด็กเข้าร่วมกิจกรรมประกอบเพลง เด็กจะร่าเริง แจ่มใส สนุกสนานเพลิดเพลิน และผ่อนคลาย

หรรษา นิลวิเชียร (2535) กล่าวถึงคุณค่าของเพลงว่า เป็นการสร้างสรรค์ เด็กสามารถแสดงออก ทางความคิดอย่างอิสระในขณะที่เล่น หรือเดินไปตามจังหวะของเพลง คุณค่าทางด้านร่างกาย ช่วยให้เด็กได้พัฒนาการทรงตัว การประสานสัมพันธ์ของส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย และควบคุมกล้ามเนื้อเด็กจะได้พัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่ในขณะที่เคลื่อนไหว

สรุป ทำนองเพลง และเสียงดนตรีมีความสัมพันธ์กับมนุษย์อย่างมาก เสียงดนตรีมีอิทธิพลต่ออารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด สามารถโน้มน้าวจิตใจให้คล้อยตาม มองโลกในแง่ดี ช่วยผ่อนคลาย ความตึงเครียด เสียงดนตรีก็สามารถกระตุ้นให้คนเราเกิดอารมณ์ในรูปแบบต่าง ๆ ความรู้สึก และอารมณ์ของมนุษย์ สามารถถ่ายทอดได้โดยการใช้เสียงดนตรีเป็นสื่อ เช่น ความรักชาติ ความรักของผู้หญิงและผู้ชาย หรือความรักของพ่อแม่ที่มีต่อลูกก็จะแสดงออกมาเป็นเพลงกล่อม ที่มีความไพเราะซึ่งจังหวะ และทำนองของดนตรีที่เกิดขึ้นจะมีอิทธิพลต่อร่างกาย อารมณ์ - จิตใจ และความรู้สึกต่าง ๆ

การละเล่นพื้นบ้าน

การละเล่นพื้นบ้านของคนไทย เป็นวัฒนธรรมของแต่ละท้องถิ่นที่มีความแตกต่างกันทาง ภาษา และสภาพความเป็นอยู่ นิยมเล่นเพื่อความสนุกสนานรื่นเริง เพื่อเป็นการเฉลิมฉลองในเทศกาลต่าง ๆ การละเล่นในแต่ละภูมิภาคของไทยส่วนใหญ่แล้วมีองค์ประกอบที่คล้ายกัน คือ มีการร้องหรือบทร้อง มีการแสดงประกอบการร้อง และมีดนตรีนำการร้องและการเล่นนั้น ๆ

ความหมายของการละเล่น และการละเล่นพื้นบ้าน

คำว่า “การละเล่น” มีผู้รู้ได้ศึกษาค้นคว้า และให้ความหมายไว้หลายความหมายทั้งที่แตกต่างกัน และเหมือนกัน ในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 ให้ความหมายไว้ว่า การละเล่นเป็นคำนาม หมายถึง มหรสพต่าง ๆ การแสดงต่าง ๆ เพื่อความสนุกสนานรื่นเริง

Hurlock (1964) กล่าวว่า การละเล่นเป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดความเพลิดเพลิน ความสนุกสนาน โดยไม่คำนึงถึงผลที่เกิดขึ้น และมักเป็นกิจกรรมที่บุคคลกระทำโดยไม่มีการบังคับ

การเล่นในพจนานุกรมภาษาอังกฤษให้ความหมายว่า เล่นสนุก ทำเล่นๆ (Oxford advanced Learner's dictionary of current English. 1994.)

Rudolph (1984) ได้สรุปว่า การละเล่นเป็นกระบวนการของการพัฒนาการทั้ง 4 ด้าน ของเด็ก คือ ด้านร่างกาย ด้านสติปัญญา ด้านอารมณ์ และสังคม

สายไหม จบกมลศึก (2543) ให้ความหมายการละเล่นพื้นบ้าน คือ การเล่นประจำท้องถิ่นของคนไทย ที่สืบทอดกันมาสู่คนรุ่นหลัง และมีความแตกต่างกันออกไปในแต่ละท้องถิ่นที่ปรากฏ คือ ท่าทาง การรำ รำ คำร้อง ดนตรี และการแต่งกาย การละเล่นแต่ละชนิดมักจะมีอุปกรณ์ที่เกื้อกูลกัน 3 อย่าง คือ ดนตรี เพลง และการฟ้อนรำ

กล่าวโดยสรุปว่า การละเล่น และการละเล่นพื้นบ้านมักใช้ในความหมายเดียวกันซึ่ง หมายถึง กิจกรรมที่ทำด้วยความสมัครใจทำให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน ไม่มีการวางแผนล่วงหน้า ไม่มีเป้าหมายแน่นอน อาจเล่นคนเดียว หรือเล่นหลายคนก็ได้ เป็นผลให้เกิดประสบการณ์ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์-จิตใจ ด้านสังคม และสติปัญญา

ความสำคัญและคุณค่าของการละเล่นพื้นบ้าน

การละเล่นพื้นบ้านของไทยสมัยโบราณที่ศึกษาได้จากวรรณคดีของไทย จะสะท้อนให้เห็นสภาพสังคม และชีวิตของคนในยุคสมัยนั้น เช่น จากศิลาจารึกของ พ่อขุนรามคำแหง (หอสมุดแห่งชาติ, 2504) กล่าวถึง สภาพความเป็นอยู่ และการละเล่นพื้นบ้านของ คนไทยสมัยนั้น

ไว้ว่า “ใครจักเล่น เล่น ใครจักหัว หัว ใครจักมักเลื้อน เลื้อน...” แต่ไม่ปรากฏว่าการเล่นของคนสมัยนั้นมีอะไรบ้าง ในตำรับ ท้าวศรีจุฬาลักษณ์ กล่าวถึงการเล่นของคนสมัยนั้นว่า “...เดือนยี่ ถึงการพระราชพิธีบุษยาก็ยกเถลิงพระ โศกีนเลื่อง เป็นนักขัตฤกษ์ หมูนางไม้ก็ได้ดูซดซึกว่า ฟังสำเนียงว่าร้องเสนาะลั่นฟ้าไปทั่วทิวาราตรี...”

ในสมัยอยุธยา กล่าวถึงการเล่นพื้นบ้านไว้ปรากฏในละครครั้งกรุงเก่าเรื่อง นางมโนราห์ ซึ่งสมเด็จพระยาดำรงราชานุภาพทรงสันนิษฐานว่า แต่ก่อนสมัยสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศ การเล่น ที่ปรากฏในละครเรื่องนี้ คือ ลิขึงหลัก และการเล่นปลาตองอวน (หอสมุดแห่งชาติ, 2508)

ในสมัยรัตนโกสินทร์ บทละครเรื่องอิเหนา กล่าวถึงการเล่นพื้นบ้านมีอยู่หลายชนิด (อนุমানราชชน, 2510) เช่น การเล่นตะกร้อ ตีองเต จี่ม้าส่งเมือง ซึ่งพบในข้อความบางตอนว่า

“...บ้างตั้งวงเตะตะกร้อเล่น	เพลายื่นแคะร่มลมสังัด
ปะเตะโต้คู่กันสนั่นทัก	บ้างถนัดเข้าเตะเป็นนาคู
ที่หนุ่มหนุ่มค่นองเล่นต้องเต	สรวลเสเฮฮาขึ้นอีก
บ้างร่าอย่างขวามลายู	เป็นเหล่าเหล่าเล่นอยู่บนคิริ...”

พระยาอนุমানราชชน (2510) ได้กล่าวไว้ในหนังสือพื้นความหลังว่า “การเล่นของเด็กไม่มีปืน มีรถยนต์เล็ก ๆ อย่างที่เด็กเล่นกันในเวลานี้ ลูกหนังสำหรับเด็กเล่นแม้มีแล้วก็แพงและยังไม่แพร่หลาย” แม้กระทั่ง ตุ๊กตาที่เด็ก ๆ ชอบเล่น ชาวบ้านจะไม่มีเล่นเพราะต้องซื้อและราคาแพง จะมีแต่ตุ๊กตาที่ทำขึ้นมาเอง โดยผู้ใหญ่ หรือเด็กทำขึ้นมาเล่นเอง เช่น เด็กปั้นดินเหนียวเป็นตุ๊กตาเป็นสัตว์ต่าง ๆ แล้วนำมาเล่น แม้ในบางครั้งจะเห็นได้ว่าเด็ก ๆ ใช้วัสดุอื่นแทนลูกหนังที่ทำได้ยากและมีราคาแพง โดยเด็ก ๆ จะใช้วัสดุในท้องถิ่น เช่น ใบลาน ใบมะพร้าวที่มีอยู่มาสานแล้วใช้เล่นเตะ โยน-รับ เหล่านี้เป็นต้น

กุลทรัพย์ เกษแม่นกิจ (2517) ได้กล่าวถึงการเล่นของเด็กในปัจจุบันไว้ว่า สำหรับการเล่นของเด็กในปัจจุบัน เด็กผู้หญิงหันมาเล่นตุ๊กตากระดาด วาด ดัดเสื้อผ้าให้เป็นเครื่องแต่งตัวแบบต่าง ๆ ตามจินตนาการ แล้วพัฒนามาเป็น ตุ๊กตากระดาดที่มีขายเป็นเล่ม ๆ ในท้องตลาดที่สามารถหาซื้อได้ เด็กผู้ชายก็จะเล่นรถ เล่นปืน เล่นจรวด และเครื่องเล่นต่าง ๆ ที่ทันสมัยและหาซื้อได้มาทดแทน ทำให้การเล่นซึ่งมีมาแต่โบราณได้เลือนหายไป จนเกือบจะสูญไปหมด และการละเล่น

พื้นบ้านที่เด็กยังนิยมเล่นก็มีอยู่น้อยมาก เท่าที่ปรากฏให้เห็น เช่น กาฬไชย แข่งเก็งกอย มอญซ่อนผ้า ไอ้โม่ง รีรีข้าวสาร วึ่งเปี้ยว ลิงชิงหลัก หมากเก็บ ทอยกอง เสือข้ามห้วย เหล่านี้เป็นต้น

จากประวัติความเป็นมาของการละเล่นของเด็กไทย ความสำคัญของการเล่นในสมัยโบราณ ใช้ในการเฉลิมฉลองความสำเร็จ ตลอดจนใช้ในงานพิธีต่าง ๆ การละเล่นพื้นบ้านมีมานานคู่กับสังคมไทยโดยตลอด การเล่นกับเด็กไม่สามารถแยกออกจากกันได้ไม่ว่ายุคสมัยไหน เพราะนั่นคือธรรมชาติของการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นโดยสัญชาตญาณ โดยไม่ต้องมีผู้ใดสอน หากเพียงแต่ผู้ใหญ่ได้ทำความเข้าใจและให้ความสำคัญในกิจกรรมที่เด็กทำอยู่นั้นก็จะสามารถนำมาพัฒนาศักยภาพของการเรียนรู้ให้กับเด็กได้อย่างถูกต้องวิธี การละเล่นของเด็กไทยยังมีคุณค่าทางด้านวัฒนธรรม เหมาะต่อการพัฒนาความพร้อมของเด็กโดยองค์รวม ควรแก่การส่งเสริม และอนุรักษ์ไว้ หรือหากจะมองถึงสาเหตุของความนิยมในการเล่นที่ลดน้อยลง นั้นเป็นเพราะขาดการส่งเสริมและสนับสนุนจากผู้ใหญ่ ซึ่งได้หันมาส่งเสริมการจำหน่าย การซื้อขายของเล่นจากท้องตลาดแทน โดยคำนึงถึงความสะดวกสบายมากกว่าคุณค่าทางวัฒนธรรม และความพร้อมที่จะเกิดขึ้นตามธรรมชาติในตัวเด็กนั่นเอง

เยาวยา เดชะคุปต์ (2528) ได้สรุปความสำคัญของการเล่นเอาไว้ว่าการเล่นเป็นพฤติกรรมทางกายที่มีความสำคัญ ต่อพัฒนาการทางสติปัญญา จากการเล่นเด็กสามารถรับรู้สิ่ง ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย เป็นการระบายอารมณ์ ทำให้เข้าใจสิ่งที่เป็นนามธรรม ได้เรียนรู้ทางสังคม

เกษลดา มานะจุติ (2529) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการละเล่นว่า ช่วยให้เด็กเกิดการพัฒนาในแง่ต่าง ๆ ดังต่อไปนี้ ช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้โดยผ่านกระบวนการค้นคว้า สำรวจ ทดลอง ด้วยตนเอง ช่วยให้เด็กมีความคิดสร้างสรรค์และส่งเสริมเชาว์ปัญญา ช่วยให้เด็กเกิดทักษะทางสังคมอันเป็นพื้นฐานที่จะช่วยปลูกฝังให้เด็กมีความเป็นผู้นำ-ผู้ตาม รู้จักการสับเปลี่ยน รอคอย วางแผน เสียสละให้อภัยและปรับตัว เข้ากับ ผู้อื่น มีน้ำใจต่อกันและกัน ช่วยให้เด็กได้ระบายอารมณ์ ลดความเครียด หรือสับสนทางอารมณ์ ซึ่งเกิดขึ้นเนื่องจากสภาพขัดแย้งทางสิ่งแวดล้อม ปรับอารมณ์ของเด็กให้เข้า สู่ภาวะปกติได้ ช่วยส่งเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงขึ้น จากกิจกรรมการเล่นเด็กได้เคลื่อนไหว แขน-ขา และอวัยวะทุกส่วนของร่างกาย ทำให้สามารถทำงานประสานสัมพันธ์กันได้ดีขึ้นมีทักษะความคล่องแคล่ว ว่องไว มีความแข็งแรงมากขึ้น

กล่าวโดยสรุป คือ การเล่น หรือการละเล่นมีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับเด็ก และมีความสอดคล้องกับธรรมชาติของเด็กซึ่งการเล่นของเด็กก่อให้เกิดการเรียนรู้ ส่งเสริมประสบการณ์ทางด้านอารมณ์-จิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา

ประเภทของการละเล่นพื้นบ้าน

พระอภิปรัชญา และคณะ (2522) ได้แบ่งการละเล่นพื้นบ้านของไทยออกเป็นประเภทใหญ่ ๆ คือ การเล่นกลางแจ้งซึ่งประกอบไปด้วยการเล่นกลางแจ้งที่มีบทร้อง การเล่นในร่มซึ่งประกอบไปด้วยการเล่นในร่มที่มีบทร้อง และไม่มีบทร้อง การเล่นในร่มหรือกลางแจ้งก็ได้ซึ่งประกอบไปด้วยการเล่นที่มีบทร้องและไม่มีบทร้อง การเล่นเลียนแบบผู้ใหญ่ การเล่นเกมล้อเลียนการเล่นประเภทเบ็ดเตล็ด การเล่นปริศนาคำทาย

กรมพลศึกษา (2543 อ้างใน พระอภิปรัชญา, 2522) รวบรวมการละเล่นพื้นบ้านไว้ได้ถึง 1,200 ชนิด ซึ่งแบ่ง ได้เป็น 2 ประเภท ใหญ่ ๆ คือ การละเล่นกลางแจ้ง และการละเล่นในร่ม และในแต่ละประเภทก็ยังแบ่งย่อยอีกเป็นการละเล่นที่มีบทร้องประกอบ กับที่ไม่มีบทร้องประกอบ การละเล่นกลางแจ้งที่มีบทร้องประกอบ ได้แก่ โพงพาง เสือไล่หมู อ้ายเขี้ยอ้ายโจง ซ่อนหาหรือโป้งแปะ มอญซ่อนผ้า รีรีข้าวสาร ที่มีคำโต้ตอบ เช่น งูกินหาง มะล็อกก็อกเก็ก ที่ไม่มีบทร้องประกอบ ได้แก่ หยอดหลุม บ้อหูน ลูกดิ่ง ลูกข่าง ลูกหิน เตย หรือ ตาล่อง ข้าวหลามตัด วัวกระหิง ลูกช่วง ห่วงยาง เสือข้ามห้วย เขี้ยวเสือ ข้ามห้วยหมู่ ตีจับ ตะละหุ่น ตาเข่ง ยิงหนังสะตึก เป็นต้น การละเล่นในร่มที่มีบทร้องประกอบ ได้แก่ ซักสาว โยกเยก แมงมุม จับปูดำจับปูนา จีจ้อเจี๊ยบ จ้ำจี้ ที่ ไม่มีบทร้องประกอบ ได้แก่ อีตัก เสือตกถัง เสือกินวัว เป็นต้น การเล่นเลียนแบบผู้ใหญ่ เช่น เล่นเป็นพ่อเป็นแม่ เล่นแต่งงาน เล่นหม้อข้าวหม้อแกง ทายคำปริศนา นอกจากนั้นยังมีบทร้องเล่น เช่น จันทรีเอ๋ย จันทรีเจ้า ขอข้าวขอแกง และบทล้อเลียน เช่น ผมจุก คลุกน้ำปลา เป็นต้น การละเล่นที่เล่นกลางแจ้งหรือในร่มก็ได้ที่ไม่มีบทร้อง ได้แก่ ลิงชิงหลัก ขายแดงโม แก้อีคนตรี แข่งเรือคนคมดอกไม้วี ปิดตาตีหม้อ ปิดตาต่อหาง โสภป๊อบ เป่าชิงจูบ เป็นต้น

อรชร อัจฉน (2526) ได้จัดประเภทและวิเคราะห์ลักษณะของการละเล่นพื้นบ้านไทยออกเป็น 2 ประเภท ใหญ่ ๆ คือ การเล่นประเภทมิกติก้าที่มีบทร้องประกอบ และไม่มีบทร้อง ประกอบการเล่นไม่มีมิกติก้า ได้แก่ การเล่นของเล่น การเล่นปริศนาคำทาย การเล่นล้อเลียน

สรุป การละเล่นพื้นบ้านสามารถแบ่งได้หลายประเภท ได้แก่ การเล่นเกมแบบผู้ใหญ่ การเล่นเกมล้อเลียน การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด และการเล่นเกมปริศนาคำทาย การเล่นเกม การละเล่นที่แบ่งตามสถานที่ ที่ใช้เล่น ได้แก่ ประเภทที่เล่นกลางแจ้งที่มีมบหรือ และไม่มีมบหรือ ประเภทที่เล่นในร่มที่มีมบหรือ และไม่มีมบหรือ ประเภทที่เล่นกลางแจ้ง และเล่นในร่มที่มีมบหรือ และไม่มีมบหรือ ประเภทการเล่นกลางแจ้งที่มีกติกามีมบหรือ และไม่มีมบหรือ ประเภทการเล่นในร่มที่ไม่มีกติกามีมบหรือ และไม่มีมบหรือ

สมรรถภาพทางกลไก

การเคลื่อนไหวร่างกาย เป็นกระบวนการทำงานทางกลไกของระบบประสาทที่ไม่สามารถมองเห็นได้ด้วยตา แต่สามารถสังเกตและตรวจสอบพัฒนาการความก้าวหน้าได้ จากการปฏิบัติ ทักษะการเคลื่อนไหวซึ่งเป็นการตอบสนองทางพฤติกรรม บ่งบอกถึงระดับความสามารถทางกาย และการรับรู้การเรียนรู้ของสมอง (เจริญ กระบวนรัตน์, 2550) ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งของการเตรียมความพร้อมของเด็กปฐมวัยโดยองค์รวม เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข และเป็นพื้นฐานที่ดีในการพัฒนาไปสู่ระดับที่สูงขึ้นอย่างมั่นคง

ความหมายและองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกลไก

การพัฒนาขึ้นพื้นฐานของเด็กปฐมวัย สิ่งสำคัญอย่างยิ่ง คือ การพัฒนากลไกต่าง ๆ ของร่างกายเพราะการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันเป็นสิ่งจำเป็นของชีวิตในวัยเด็กโดยใช้ความสามารถที่มีอยู่และได้แสดงออกมา เช่น การเดิน การวิ่ง การกระโดด การปีนป่าย การขว้างปา สิ่งเหล่านี้เป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการดำรงชีวิต เพราะสมรรถภาพทางกลไก เป็นรูปแบบที่จะทำให้ร่างกายมีความพร้อมในการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

Kirkendall *et al.* (1987) กล่าวว่า

... สมรรถภาพทางกลไกประกอบด้วยองค์ประกอบ 7 ประการคือ ความอดทนของกล้ามเนื้อ ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ พลังของกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัว ความสมดุล การประสานงาน และความคล่องแคล่วว่องไว ซึ่งองค์ประกอบเหล่านี้จะสะท้อนถึงการปฏิบัติ

ทางกลไก (motor performance) เช่น การวิ่ง การกระโดด วิ่งหลบหลีก ว่ายน้ำ การปีนป่าย และการยกน้ำหนัก เป็นต้น . . .

วริยา บุญชัย (2531) ได้สรุปว่า

. . . สมรรถภาพทางกลไก คือ ความสามารถของกลุ่มกล้ามเนื้อใหญ่ ๆ ที่จะปฏิบัติกิจกรรมได้เป็นเวลานานเป็นความสามารถของบุคคลที่จะเคลื่อนไหวได้อย่างมีประสิทธิภาพอันประกอบด้วย ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความทนทานของกล้ามเนื้อ พลังของกล้ามเนื้อ ความเร็ว ความคล่องแคล่วว่องไว ความอ่อนตัว และความทนทานของระบบไหลเวียน . . .

จากความหมาย แนวคิด และองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกลไก ที่มีผู้รู้ศึกษาไว้หลายท่าน สรุปความหมายของสมรรถภาพทางกลไกได้ คือ ความสามารถในการใช้พลังของกล้ามเนื้อในการเคลื่อนไหว การทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ ให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ โดยมีองค์ประกอบ คือ พลังของกล้ามเนื้อ (Muscular power) ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Muscular strength) ความอดทนของกล้ามเนื้อ (Muscular endurance) ความอ่อนตัว (Flexibility) ความคล่องแคล่วว่องไว (Agility) และความอดทนของระบบไหลเวียนของโลหิต (Cardiovascular) ดังนั้นเด็กที่ได้รับการฝึกสมรรถภาพทางกลไกทำให้อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายเคลื่อนไหว และทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้เด็กมีความพร้อมทางด้านร่างกาย และปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี

ความสำคัญและคุณค่าของสมรรถภาพทางกลไก

ไพฑูรย์ จัยสิน (2524) กล่าวว่าสมรรถภาพทางร่างกาย เป็นรากฐานที่ทำให้มนุษย์สามารถประกอบภารกิจในชีวิตประจำวัน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถสร้างผลิตผลให้ได้ในระดับสูง อันมีผลไปถึงการพัฒนาประเทศชาติด้วย

Kaluger (1979) ได้สรุปความสำคัญเกี่ยวกับพัฒนาการด้านร่างกาย เด็กวัย 5 ปี ว่ามีกล้ามเนื้อที่พัฒนาไปอย่างรวดเร็ว คือ 75 % ของน้ำหนักร่างกายที่เพิ่มขึ้นเป็นผลของการพัฒนา กล้ามเนื้อมัดใหญ่มากกว่ากล้ามเนื้อมัดเล็ก ดังนั้นผู้ที่เกี่ยวข้องควรจัดกิจกรรมส่งเสริมสมรรถภาพทางกลไก ด้านการทำงานประสานของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายสำหรับเด็กในวัยนี้

ธนุ ประเสริฐศรี (2545) กล่าวว่า เด็กปฐมวัย เป็นวัยที่ต้องได้รับความสนใจ ในการเตรียมความพร้อมทั้งทางร่างกาย อารมณ์-จิตใจ สังคม และสติปัญญา จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องได้รับการปูพื้นฐานการแนะแนวการเคลื่อนไหวร่างกาย ที่ถูกต้องเหมาะสมและปลอดภัย เพราะการเคลื่อนไหวที่ถูกต้องย่อมเป็นการปูพื้นฐานทางทักษะกลไกของร่างกายที่ดี อันจะนำไปสู่การพัฒนาในด้านอื่น

สรุปได้ว่า สมรรถภาพทางกลไกมีความสำคัญมากสำหรับเด็กอายุ ระหว่าง 3- 5 ปี พื้นฐานทางร่างกาย นำไปสู่ความพร้อมด้านอื่นๆ คืออารมณ์-จิตใจ สังคม และสติปัญญา

หลักการส่งเสริมสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย

หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2546) กล่าวถึง เด็กอายุระหว่าง 3-5 ปีว่าเป็นวัยที่มีร่างกาย และสมองกำลังเจริญเติบโต ผู้ใหญ่ควรส่งเสริมให้เด็กในวัยนี้ได้รับการเรียนรู้จากการใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 ในการสำรวจ การเล่น การทดลอง การค้นพบด้วยตนเอง มีโอกาสแก้ปัญหา เลือกลง และตัดสินใจ ใช้ภาษาสื่อความหมาย คิดริเริ่มสร้างสรรค์ อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ผู้วิจัยได้ยึดแนวคิดเกี่ยวกับการเล่น แนวคิดเกี่ยวกับวัฒนธรรม และสังคม ที่กล่าวไว้ในหลักสูตร คือ การเล่นของเด็กเป็นกิจกรรมที่สำคัญในชีวิตเด็กทุกคน การเล่นทำให้รู้สึก สนุกสนาน เพลิดเพลิน ได้สังเกต ได้มีโอกาสทดลอง สร้างสรรค์ คิดแก้ปัญหา และค้นพบด้วยตัวเอง การเล่นจะมีอิทธิพล และมีผลต่อการเจริญเติบโตของเด็ก ช่วยพัฒนาร่างกาย อารมณ์-จิตใจ สังคม และสติปัญญา สภาพทางสังคม วัฒนธรรม และธรรมชาติที่เด็กอาศัยอยู่ สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ การพัฒนาศักยภาพให้เกิดการเรียนรู้ และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

แนวทางในการจัดกิจกรรมสำหรับเด็กอายุ 3-5 ปี สามารถจัดกิจกรรมประจำวันได้หลายรูปแบบ เป็นการช่วยให้ทั้งผู้สอนและเด็กทราบว่าแต่ละวันจะทำกิจกรรมอะไร เมื่อใด และอย่างไร เพื่อให้สอดคล้องกับความสนใจ และวุฒิภาวะของเด็ก โดยคำนึงถึงองค์ประกอบต่าง ๆ ดังนี้

1. ระยะเวลา กล่าวคือ เด็กในช่วงอายุที่ต่างกันจะมีความสนใจกิจกรรมดังนี้ เด็กวัย 3 ขวบ มีความสนใจช่วงสั้นประมาณ 8 นาที เด็กวัย 4 ขวบ มีความสนใจช่วงสั้นประมาณ 12 นาที เด็กวัย 5 ขวบ มีความสนใจช่วงสั้นประมาณ 15 นาที

2. กิจกรรมที่จัดควรมีลักษณะดังนี้ กิจกรรมที่ต้องใช้ความคิด ทั้งในกลุ่มเล็ก และกลุ่มใหญ่ ไม่ควรใช้เวลาต่อเนื่องนานเกินกว่า 20 นาที กิจกรรมที่เด็กมีอิสระเลือกเล่นเสรี เช่น การเล่น ตามมุม การเล่นกลางแจ้ง การเล่นใช้เวลาประมาณ 40-60 นาที กิจกรรมควรมีความสมดุลระหว่างกิจกรรมในห้องและนอกห้อง กิจกรรมที่ต้องใช้กล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็ก กิจกรรมที่เป็นรายบุคคล กลุ่มย่อย และกลุ่มใหญ่ กิจกรรมที่เด็กเป็นผู้ริเริ่ม และครูเป็นผู้ริเริ่ม และกิจกรรมที่ต้อง ใช้กำลัง และไม่ใช้กำลัง ควรจัดให้ครบ ทุกประเภท ทั้งนี้ กิจกรรมที่ต้องออกกำลังกาย ควรจัดสลับ กับกิจกรรมที่ไม่ต้องออกกำลังมากนัก เพื่อเด็กจะได้ไม่เหนื่อยเกินไป

3. รูปแบบการจัดกิจกรรมประจำวัน หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546 ได้ให้แนวทางในการจัดตารางกิจกรรมประจำวันไว้พอสังเขป ดังนี้

- 8.30-9.00 รับเด็ก เคารพธงชาติ
- 9.00-9.30 กิจกรรมเคลื่อนไหว และจังหวะ
- 9.30-10.30 กิจกรรมเสรี
- 10.30-10.40 พักรับประทานอาหารว่าง
- 10.40-11.20 กิจกรรมกลางแจ้ง
- 11.20-11.30 พัก (ล้างมือ-ล้างหน้า)
- 11.30-11.50 กิจกรรมเสริมประสบการณ์
- 11.50-13.00 พัก (รับประทานอาหารกลางวัน)
- 13.00-15.00 นอนพักผ่อน
- 15.00-15.10 เก็บที่นอน ล้างหน้า
- 15.10-15.30 พัก (รับประทานอาหารว่าง)
- 15.30-15.50 เล่นิทาน
- 15.50-16.00 เตรียมตัวกลับบ้าน

สรุป หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546 ได้กำหนดแนวทางในการจัดกิจกรรมประจำวันโดยครอบคลุม 6 กิจกรรมหลัก ได้แก่ กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ กิจกรรมเสรี กิจกรรมเสริมประสบการณ์ กิจกรรมสร้างสรรค์ กิจกรรมกลางแจ้ง และกิจกรรม เกมการศึกษา

สำหรับแผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพกลไกของเด็กปฐมวัย ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นใน ครั้งนี้ ได้กำหนดไว้เป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมกลางแจ้ง ซึ่งเป็นหนึ่งใน 6 กิจกรรม ซึ่งครูผู้สอนต้องจัดประสบการณ์ให้เด็กได้เรียนรู้ โดยมีหลักการ และ ความสำคัญของกิจกรรม คือ เป็นกิจกรรมที่จัดให้เด็กมีโอกาสออกไปนอกห้องเรียนเพื่อออกกำลังกาย ได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายและเด็กได้แสดงออกอย่างอิสระโดยยึดความสนใจและ ความสามารถของเด็กแต่ละคนเป็นหลัก มีความหลากหลาย ซึ่งสามารถแบ่งออก เป็นประเภทต่าง ๆ ดังนี้ การเล่น เครื่องเล่นสนาม การเดินบนไม้กระดานสำหรับทรงตัว การเล่นรถสามล้อ รถลากจูง การเล่นทราย การเล่นเกมการละเล่น ได้แก่ การละเล่นของเด็กไทย การละเล่นของท้องถิ่น หรือ การละเล่นพื้นบ้าน

วิธีการประเมินผลกิจกรรมกลางแจ้ง มีวิธีปฏิบัติ คือ ใช้การสังเกตและการบันทึกขณะ จัดกิจกรรม การสนทนา หรือสัมภาษณ์ และการประเมินการเจริญเติบโตของเด็ก

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัยและ งานวิจัยที่ใกล้เคียง ซึ่งพบในงานวิจัยภายในประเทศ และต่างประเทศ ดังนี้

งานวิจัยในประเทศ

อรชร อัจฉนทร (2526) ได้ทำการศึกษาเกมการละเล่นพื้นบ้าน จำนวน 200 ชนิด มา วิเคราะห์เนื้อหา ดังนี้ การละเล่นของเด็กไทยเป็นการเล่นที่ใช้ทักษะทางร่างกายเป็นส่วนมาก เช่น การวิ่ง การกระโดด การเคลื่อนไหวของนิ้วมือ มือ และแขน รวมทั้งเข่าปีนยวบยา สถานที่เล่นส่วนใหญ่ เป็นกลางแจ้ง มีอุปกรณ์ประกอบการเล่น ไม่มีบทร้องประกอบในการเล่น และมักเล่นในโอกาส ทั่วไปไม่จำกัดเทศกาล

ธนุ ประเสริฐศรี (2545) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ผลของการฝึกกิจกรรมการเคลื่อนไหวและ จังหวะประกอบดนตรี ที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 อายุ 5-6 ปี โดยมี วัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมการฝึกกิจกรรม การเคลื่อนไหวและจังหวะ ประกอบดนตรี ที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย จำแนกตามเพศระหว่างการจัดกิจกรรม

เคลื่อนไหวก่อนและจังหวะประกอบดนตรี กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 30 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับการสอนตามโปรแกรมฝึกกิจกรรมการเคลื่อนไหวก่อนและจังหวะประกอบดนตรี ที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย กลุ่มควบคุมได้รับการสอนตาม แผนการจัดประสบการณ์ของสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ฉบับปี พ.ศ. 2531 เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ทดสอบพัฒนาการสมรรถภาพทางกลไก ด้วยแบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 6 รายการ คือ นั่งงอตัวไปข้างหน้า ลูก-นั่ง 30 นาที วิ่งเร็ว 20 เมตร ขึ้นกระโดดไกล วิ่งเก็บของ 3 จุด ข้างลูกบอลไกล มีผลการวิจัยดังนี้ คือ พัฒนาการทางร่างกายด้านสมรรถภาพทางกลไกของเด็กกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมก่อน และหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 6 แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 เกือบทุกรายการยกเว้น วิ่งเร็ว 20 เมตร และการขึ้นกระโดดไกล

สรุป การวิจัยในประเทศที่ได้ศึกษา เกี่ยวกับการเล่นของเด็กไทย และการใช้ดนตรีเพื่อพัฒนาผู้เรียนล้วนแต่มีผลต่อพัฒนาการทางร่างกายโดยตรง และส่งผลต่อพัฒนาการด้านอื่น ๆ การเล่นก่อให้เกิดทักษะทางร่างกาย สำหรับการวิจัยที่เกี่ยวกับเสียงดนตรีพบว่าเสียงดนตรีมีอิทธิพลต่อเซลล์สมอง ช่วยกระตุ้นความสนใจมีผลต่อการเจริญเติบโตทางร่างกาย เสริมสร้างพัฒนาการทางอารมณ์-จิตใจ ทางสังคม และสติปัญญาของเด็ก

งานวิจัยต่างประเทศ

Cobb (1972) ศึกษาเกี่ยวกับโครงสร้างของแบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กหญิงระดับปฐมวัย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกลไกที่สามารถใช้แบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกวัดได้และเหมาะสมสำหรับเด็กหญิงระดับปฐมวัย ชั้นปีที่ 1, 2, 3 โดยศึกษาองค์ประกอบ 8 อย่าง คือ ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความอดทนของกล้ามเนื้อ ความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิต กำลัง ความเร็ว ความคล่องแคล่วว่องไว ความยืดหยุ่น และการทรงตัวซึ่งเลือกจากแบบทดสอบ 30 รายการ ที่ผ่านการวิจัย และได้นำมาปรับปรุงให้เหมาะสมนำมาทดสอบกับกลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนประถมศึกษาของรัฐหลุยส์เซียน่า จำนวน 183 คน พบว่าสิ่งที่เป็นองค์ประกอบของ สมรรถภาพทางกลไกมีอยู่ 6 อย่าง คือ ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความอดทนของระบบไหลเวียน ความยืดหยุ่น การทรงตัว ความคล่องแคล่วว่องไว เป็นเครื่องมือที่ใช้วัดผลสมรรถภาพทางกลไกของเด็กหญิงระดับปฐมวัยได้

Cook (1981) กล่าวถึง การใช้เสียงดนตรีในรูปแบบของเวทมนตร์คาถา โดยเชื่อว่าการขับร้อง จังหวะและเสียงดนตรีสามารถขับไล่วิญญาณชั่วร้ายให้ล้างบาป หรือใช้เสียงดนตรีเป็นสื่อในการขอพร จากพระเจ้า หรือขอบคุณพระเจ้า ชาวกรีก เป็นชาติแรกที่น่าดนตรีมาใช้อย่างมีหลักเกณฑ์ และยอมรับว่าเสียงดนตรี มีคุณค่าทางอารมณ์ และใช้ผ่อนคลายอารมณ์ที่เกิดขึ้นในทางลบ เช่น ความโกรธ ความกลัว ความเศร้า

จากการศึกษางานวิจัยทั้งในประเทศ และต่างประเทศ สรุปได้ว่า การวิจัยเกี่ยวกับการเล่นของเด็กไทย และการใช้ดนตรีเพื่อพัฒนาผู้เรียนล้วนแต่มีผลต่อการพัฒนาการทางร่างกายโดยตรง และส่งผลต่อการพัฒนาการด้านอื่น ๆ การเล่นก่อให้เกิดทักษะทางร่างกาย สำหรับการวิจัยที่เกี่ยวกับเสียงดนตรีพบว่าเสียงดนตรีมีอิทธิพลต่อเซลล์สมอง ช่วยกระตุ้นความสนใจมีผลต่อการเจริญเติบโตทางร่างกาย เสริมสร้างพัฒนาการทางอารมณ์-จิตใจ ทางสังคม และสติปัญญาของเด็ก

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเพื่อศึกษาผลของการใช้เพลงประกอบการเล่นเกมพื้นบ้าน ที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ชั้นอนุบาลปีที่ 3 ที่มีอายุระหว่าง 3-5 ขวบ ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ใช้เวลาในการทดลอง 6 สัปดาห์ โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนของแบบแผนการวิจัยแบบ (One - group pretest - posttest design) ซึ่งมีลักษณะ ดังนี้

ตารางที่ 1 แบบแผนการทดลอง

กลุ่ม	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
RE	T ₁	X	T ₂

สัญลักษณ์ที่ใช้ในแบบแผนการทดลอง

RE แทน กลุ่มทดลองที่ได้จากการสุ่ม

X แทน แผนกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสมรรถภาพทางกลไก

T₁ แทน การทดสอบก่อนเรียน (Pretest)

T₂ แทน การทดสอบหลังเรียน (Posttest)

ประชากร

ประชากร ได้แก่ เด็กชาย-เด็กหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ระดับปฐมวัย ชั้นปีที่ 3 ที่มีอายุระหว่าง 5-6 ขวบ ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จำนวน 3 ห้องเรียนมีนักเรียนห้องละ 28, 29, 30 คน ตามลำดับ รวมเป็นจำนวนทั้งสิ้น 87 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เด็กชาย เด็กหญิงอายุระหว่าง 5-6 ขวบที่กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้น ปฐมวัย ปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 ของโรงเรียนอนุบาลนครราชสีมา ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการสุ่มมา จำนวน 1 ห้องเรียน มีนักเรียนทั้งสิ้น 30 คน เป็นการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (purposive sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเพื่อศึกษาผลของการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไก ของเด็กปฐมวัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารในสาระที่เกี่ยวข้องกับเครื่องมือการวิจัย เช่น แบบวัด แบบทดสอบ แบบสังเกต และเครื่องมือประเภทอุปกรณ์ เพื่อให้ได้เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลที่มีคุณภาพ เกิดความคลาดเคลื่อนน้อยที่สุด จากการศึกษาเอกสารดังกล่าว ผู้วิจัยได้เลือกใช้เครื่องมือดังนี้

1. แบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กปฐมวัย ของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (Kasetsart Motor Fitness Test) ประกอบด้วยวิธีการทดสอบ 6 ด้าน ดังนี้

1.1 การนั่งงอตัวไปข้างหน้า ใช้ทดสอบความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อหลัง

1.2 การลุก-นั่ง 30 วินาที ใช้ทดสอบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าท้อง และความอดทนของกล้ามเนื้อท้อง

1.3 การวิ่งเร็ว 20 เมตร ใช้ทดสอบความเร็ว

1.4 การยืนกระโดดไกล ใช้ทดสอบพลัง และความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขา

1.5 การวิ่งเก็บของ 3 จุด ใช้ทดสอบความคล่องแคล่วว่องไว

1.6 การขว้างลูกบอลไกล ใช้ทดสอบพลังของกล้ามเนื้อแขน (สุพิตร สมาหิโต, 2535)

2. แบบสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมการเรียนรู้การใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนามาจาก แบบสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย ของ กระทรวงศึกษาธิการ พุทธศักราช 2546 มีองค์ประกอบที่สำคัญ คือ วัน เดือน ปีเกิด น้ำหนัก ส่วนสูง และอายุเด็ก ผู้วิจัยได้กำหนดสิ่งที่ต้องการสังเกต คือ พฤติกรรมการเรียนรู้ในจุดประสงค์ ของแผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ทั้ง 6 แผน ไว้ในรูปตารางเพื่อความ สะดวกในการใช้งาน

3. แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไก ของ เด็กปฐมวัย จำนวน 6 แผน มีขั้นตอนในการดำเนินการ ดังนี้

3.1 จัดทำกำหนดการสอน โดยกำหนด วัน เดือน ปี และช่วงเวลาในการศึกษา ทดลอง ไว้อย่างชัดเจน และสามารถปฏิบัติได้

3.2 เขียนแผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพ ทางกลไก ของเด็กปฐมวัย จำนวน 6 แผน ได้แก่ แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่น พื้นบ้าน (การเล่นโพงพาง) แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน (การเล่น มอญซ่อนผ้า) แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน (การเล่นกระรอกเข้าโพรง) แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน (การเล่นรี้รีข้าวสาร) แผนการสอนการใช้ เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน (การเล่นงูกินหาง) แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่น พื้นบ้าน (การเล่นตะลือกตอกเด็กมาซื้อดอกไม้) มีองค์ประกอบของแต่ละแผน ดังนี้

- เนื้อหา
- วัตถุประสงค์
- กิจกรรม
- สื่อ
- วิธีการวัดและประเมินผล
- ประโยชน์ที่ได้รับ

เมื่อเลือกได้เครื่องมือในการวิจัยที่เหมาะสมแล้ว ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของเนื้อหา ความสอดคล้องของกิจกรรม และวิธีทดสอบในขั้นการปฏิบัติทดลอง ถึงสิ่งที่ผู้วิจัยต้องการศึกษา และผลที่ต้องการให้เกิดการพัฒนา คือสมรรถภาพทางกลไกทั้ง 6 ด้าน ในรูปตาราง ดังนี้

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของเนื้อหา และความสอดคล้องของกิจกรรม

แผนการสอน / กิจกรรม	สมรรถภาพทางกลไก 6 ด้าน / สิ่งที่ต้องการพัฒนา	วิธีการทดสอบ
แผนที่ 1 การเล่น โพงพาง	ความแข็งแรงและความทนทานของกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัว ความยืดหยุ่น	1. การนั่งงอตัวไปข้างหน้า - วัดความอ่อนตัว
แผนที่ 2 การเล่น มอญซ่อนผ้า	ความแข็งแรงและความทนทานของกล้ามเนื้อ พลังของกล้ามเนื้อขา ความอ่อนตัว ความ ยืดหยุ่น ความเร็ว	2. การลุก-นั่ง 30 วินาที - วัดความยืดหยุ่นของ กล้ามเนื้อ
แผนที่ 3 การเล่น กระรอกเข้าโพรง	ความแข็งแรงและความทนทานของกล้ามเนื้อ พลังของกล้ามเนื้อแขน พลังของกล้ามเนื้อขา ความอ่อนตัว ความเร็ว ความคล่องแคล่วว่องไว	3. การวิ่งเร็ว 20 เมตร - วัดความเร็ว
แผนที่ 4 การเล่น รีรีข้าวสาร	ความแข็งแรงและความทนทานของกล้ามเนื้อ พลังของกล้ามเนื้อแขน พลังของกล้ามเนื้อขา ความอ่อนตัว ความเร็ว ความคล่องแคล่วว่องไว	4. การขึ้นกระโดดไกล - วัดความแข็งแรง - วัดพลังของ กล้ามเนื้อขา
แผนที่ 5 การเล่น งูกินหาง	ความแข็งแรงและความทนทานของกล้ามเนื้อ พลังของกล้ามเนื้อแขน พลังของกล้ามเนื้อขา ความอ่อนตัว ความเร็ว ความคล่องแคล่วว่องไว	5. การวิ่งเก็บของ 3 จุด - วัดความคล่องแคล่ว ว่องไว
แผนที่ 6 การเล่น ตะลือ ต่อกเต้กมา ซื่อคอกไม้	ความแข็งแรงและความทนทานของกล้ามเนื้อ พลังของกล้ามเนื้อแขน พลังของกล้ามเนื้อขา ความอ่อนตัว ความเร็ว ความคล่องแคล่วว่องไว	6. การขว้างลูกบอลไกล - วัดพลังของ กล้ามเนื้อแขน

หลังจากตรวจสอบความถูกต้อง และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของกิจกรรมในเบื้องต้นเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยได้ดำเนินการในขั้นตอนต่อไปดังนี้

1. นำเครื่องมือเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา และผู้เชี่ยวชาญเพื่อขอคำแนะนำ และปรับปรุงแก้ไขความถูกต้อง ความตรงในเนื้อหาของกิจกรรมในเครื่องมือที่ใช้สอน และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มตัวอย่าง ที่ไม่เป็นตัวแทนของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 29 คน ซึ่งเป็นนักเรียน ชาย-หญิง ระดับปฐมวัย ชั้นปีที่ 3 โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยได้ทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย โดยใช้แบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กปฐมวัย ของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (Kasetsart Motor Fitness Test) มาวิเคราะห์และประเมินค่าคุณภาพของเครื่องมือร่วมกับข้อสังเกต ที่ได้จากการสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมขณะสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

สรุปผลการทดลองใช้เครื่องมือ ได้ดังนี้ แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ทั้ง 6 แผน ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น สามารถนำมาใช้กับเด็กระดับปฐมวัยที่มีอายุระหว่าง 5-6 ขวบได้ โดยไม่เป็นอันตรายต่อกล้ามเนื้อ ไม่เกิดอุบัติเหตุ ในขณะที่เล่น เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างสอดคล้อง และถูกต้องกับอิริยาบถ เพลงช่วยกระตุ้นความสนใจ เกิดความสนุกสนาน ได้ผ่อนคลาย และเด็กเรียนรู้ได้อย่างไม่เบื่อ

ผู้วิจัยได้นำแผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ทั้ง 6 แผน ที่สร้างขึ้นไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยนำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยจาก ภาควิชา การศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ไปติดต่อผู้บริหาร โรงเรียนอนุบาล คหกรรมศาสตร์เกษตร คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บ รวบรวมข้อมูล
2. ทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กก่อนเรียน (Pretest) ร่วมกับนิสิตสาขาพลศึกษา ที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี 6 คน และนิสิตสาขาปฐมวัยที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาโท 2 คน โดยก่อนทำการทดสอบผู้วิจัยได้ชี้แจงรายละเอียด เกี่ยวกับรายการที่ต้องปฏิบัติเพื่อให้มีความเข้าใจ ตรงกัน และสามารถปฏิบัติได้ถูกต้องตรงตามหลักวิธีการทดสอบ ทั้ง 6 รายการเมื่อเข้าใจวิธีการ ทดสอบแล้ว ผู้วิจัยได้มอบหมายให้ผู้ช่วยวิจัยทำการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกเด็กนักเรียน คนละ 1 รายการ
3. ผู้วิจัยปฏิบัติการสอนตามกำหนดการสอนเป็นเวลา 6 สัปดาห์ ด้วยตนเอง
4. เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยได้เว้นช่วงเวลาไว้ 2 สัปดาห์ ก่อนดำเนินการทดสอบ หลังเรียน (Posttest) ด้วยแบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัยชุดเดิม
5. ตรวจสอบผลการทดสอบ และนำเสนอที่ได้มาวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติ โดยใช้ โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ เพื่อตรวจสอบสมมติฐาน

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำคะแนนก่อนการทดลองและหลังการทดลองของเด็กกลุ่มตัวอย่างมาวิเคราะห์ หาคะแนนเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของ คะแนนเฉลี่ยของสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่าง วิเคราะห์โดยใช้สถิติ t-test for dependent samples

3. นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปตารางประกอบความเรียง และอธิบายผล
เชิงคุณภาพจากแบบสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมการเรียนรู้การเล่นพื้นบ้าน ของเด็กปฐมวัย
ชั้นปีที่ 3 โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะเกษตร
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

บทที่ 4

ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์

ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กปฐมวัย ของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (Kasetsart Motor Fitness Test) แบบสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรม การเรียนรู้การเล่นพื้นบ้านประกอบเพลง และแผนการสอนการใช้เพลงประกอบการเล่น พื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพกลไก ของเด็กปฐมวัย เป็นเครื่องมือในการทดลอง และนำข้อมูลที่ เก็บรวบรวมได้มาวิจัยผล ดังนี้

1. การเสนอค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไก ก่อน และหลังการใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไก ของเด็กปฐมวัย กลุ่มทดลอง
2. การทดสอบสมมติฐาน และเสนอผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการใช้แผนการสอนเพลงประกอบการเล่นพื้นบ้าน ที่มีต่อสมรรถภาพกลไก ของเด็กปฐมวัย ของกลุ่มทดลอง โดยใช้ค่าสถิติ t-test (t-test for dependent samples)
3. การเสนอผลคะแนนของการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพกลไก ของเด็กปฐมวัย เด็กหญิง และเด็กชาย กลุ่มทดลอง โดยใช้เกณฑ์คะแนนรวมเปรียบเทียบระดับสมรรถภาพทางกลไก ของเด็กปฐมวัย 5 ระดับ
4. การอภิปรายผลเชิงคุณภาพจากการสังเกต และจดบันทึกพฤติกรรมขณะจัดกิจกรรมการสอนการร้องเพลงประกอบการเล่นพื้นบ้านในชั้นเรียน และขณะเล่นกลางแจ้ง ตามจุดประสงค์การเรียนรู้ทั้ง 4 รายการ คือ ความสนใจฟังเพลง และการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ

การแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อน การร่วมร้องเพลงกับผู้อื่น การฝึกร้องเพลงที่ละคำ หรือทีละประโยค และการร้องเพลงขณะเล่นกลางแจ้ง ทั้งนี้เพื่อนำข้อความจริงที่ได้จากการบันทึก มาประกอบการวิเคราะห์ผลร่วมกับผลที่วัดได้ จากแบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กปฐมวัย ของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (Kasetsart Motor Fitness Test) หลังการจัดกิจกรรม

รายละเอียดการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏตามตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานจากการทดสอบสมรรถภาพทางกลไก
ของเด็กปฐมวัยก่อน และหลังการทดลอง

รายการ ทดสอบ	ก่อนการจัดกิจกรรม		หลังการจัดกิจกรรม	
	$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D
1. นั่งงอตัวไปข้างหน้า/ซ.ม	0.53	4.42	4.36	3.10
2. ลูก-นั่ง 30 วินาที /ครั้ง	3.80	3.84	7.63	2.77
3. วิ่งเร็ว 20 เมตร /วินาที	5.01	0.38	4.77	0.40
4. ยืนกระโดดไกล/ เมตร	71.50	14.21	87.80	16.87
5. วิ่งเก็บของ 3 จุด/ วินาที	15.38	4.06	13.31	1.58
6. ขว้างลูกบอลไกล/ เมตร	5.53	2.14	6.09	1.93

จากตารางที่ 3 แสดงว่าการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ก่อนใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน กลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยของการนั่งงอตัวไปข้างหน้า 0.53 เซนติเมตร การลูก-นั่ง 30 วินาที 3.80 ครั้ง การวิ่งเร็ว 20 เมตร 5.01 วินาที การยืนกระโดดไกล 71.50 เซนติเมตร การวิ่งเก็บของ 3 จุด 15.38 วินาที การขว้างลูกบอลไกล 5.53 เมตร มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.42 เซนติเมตร, 3.84 ครั้ง, 0.38 วินาที, 14.21 เซนติเมตร, 4.06 วินาที, 2.14 เมตร ส่วนผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไก หลังใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ที่มีต่อสมรรถภาพกลไก ของเด็กปฐมวัย กลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยของการนั่งงอตัวไปข้างหน้า 4.36 เซนติเมตร การลูก-นั่ง 30 วินาที 7.63 ครั้ง การวิ่งเร็ว 20 เมตร 4.77 วินาที การยืนกระโดดไกล 87.80 เซนติเมตร วิ่งเก็บของ 3 จุด 13.31 วินาที การขว้างลูกบอลไกล 6.09 เมตร มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.10 เซนติเมตร, 2.77 ครั้ง, 0.40 วินาที, 16.87 เซนติเมตร, 1.58 วินาที, 1.93 เมตร

ตารางที่ 4 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไก ของเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน

รายการ ทดสอบ	ก่อนการจัดกิจกรรม		หลังการจัดกิจกรรม		t
	$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
1. นั่งอตัวไปข้างหน้า/ซ.ม	0.53	4.42	4.36	3.10	5.13
2. ลูก-นั่ง 30 วินาที /ครั้ง	3.80	3.84	7.63	2.77	5.01
3. วิ่งเร็ว 20 เมตร /วินาที	5.01	0.38	4.77	0.40	3.10
4. ยืนกระโดดไกล/ เมตร	71.50	14.21	87.80	16.87	6.22
5. วิ่งเก็บของ 3 จุด/ วินาที	15.38	4.06	13.31	1.58	3.34
6. ขว้างลูกบอลไกล/ เมตร	5.53	2.14	6.09	1.93	2.59

จากตารางที่ 4 แสดงว่าผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน 6 รายการ คือ นั่งอตัวไปข้างหน้า การลูก-นั่ง 30 วินาที การวิ่งเร็ว 20 เมตร การยืนกระโดดไกล การวิ่งเก็บของ 3 จุด การขว้างลูกบอลไกล มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 5 แสดงผลคะแนนการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการใช้
แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน 5 ระดับ

รายการ	ระดับ 5		ระดับ 4		ระดับ 3		ระดับ 2		ระดับ 1		รวม 30 คน
	ดีมาก		ดี		ปานกลาง		ค่อนข้างต่ำ		ต่ำ		
	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	
1. นั่งอตัวไป ข้างหน้า / ซม.											
ชาย	-	-	-	-	-	7	5	5	9	2	14
หญิง	-	-	-	-	2	4	5	7	9	5	16
2. ลูก-นั่ง 30 วินาที / ครั้ง											
	-	-	-	1	5	9	5	4	4	-	14
	-	-	1	2	3	7	3	3	9	4	16
3. วิ่งเร็ว 20 เมตร / วินาที											
ชาย	-	-	-	9	13	5	1	-	-	-	14
หญิง	-	4	14	11	1	1	1	-	-	-	16
4. การขึ้นกระโดดไกล/เมตร											
ชาย	-	-	-	-	-	6	3	5	11	3	14
หญิง	-	1	-	2	3	1	2	6	11	5	16
5. วิ่งเก็บของ 3 จุด/วินาที											
ชาย	-	-	-	-	-	2	7	5	7	7	14
หญิง	-	-	-	-	3	4	3	5	10	7	16
6. ขว้างลูกบอลไกล / ม.											
ชาย	-	-	-	-	3	3	7	9	4	2	14
หญิง	-	-	1	1	2	3	10	11	3	1	16

จากตารางที่ 5 แสดงว่าผลคะแนนของการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ก่อนและ หลังการใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไก ของเด็กปฐมวัย เด็กหญิง และเด็กชาย กลุ่มทดลอง โดยเทียบเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กชายและเด็กหญิงระดับปฐมวัย ของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 5 ระดับ (ตารางที่ 4) มีผลอยู่ในระดับ ดีมาก ได้แก่ วิ่งเร็ว 20 เมตร / วินาที การขึ้นกระโดดไกล / เมตร อยู่ในระดับดี

ได้แก่ ด้านการลุก-นั่ง 30 วินาที / ครั้ง วิ่งเร็ว 20 เมตร / วินาที การยืนกระโดดไกล / เมตร และ ขว้างลูกบอลไกล อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่วิธีการนั่งงอตัวไปข้างหน้า/ซ.ม. ด้านการลุก-นั่ง 30 วินาที / ครั้ง วิ่งเร็ว 20 เมตร / วินาที การยืนกระโดดไกล / เมตร การวิ่งเก็บของ 3 จุด และการขว้างลูกบอลไกล สำหรับพัฒนาการด้านที่เด็กหญิง เด็กชายอยู่ในเกณฑ์ระดับค่อนข้างต่ำ ได้แก่วิธีการนั่งงอตัวไปข้างหน้า/ซ.ม. ด้านการลุก-นั่ง 30 วินาที / ครั้ง การยืนกระโดดไกล / เมตร การวิ่งเก็บของ 3 จุด และการขว้างลูกบอลไกล อยู่ในระดับต่ำได้แก่ ด้านการนั่งงอตัวไปข้างหน้า/ซ.ม. ด้านการลุก-นั่ง 30 วินาที / ครั้ง การยืนกระโดดไกล / เมตร การวิ่งเก็บของ 3 จุด เด็กชาย มีพัฒนาการอยู่ในระดับต่ำคงที่ และเด็กหญิงมีพัฒนาการอยู่ในระดับต่ำเพิ่มขึ้นจำนวน 3 คน

5. การอภิปรายผลเชิงคุณภาพจากการสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรม ขณะจัดกิจกรรม การร้องเพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านในชั้นเรียน และขณะเล่นกลางแจ้ง จากจุดประสงค์ การเรียนรู้ คือ ความสนใจฟังเพลง และการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ การแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อน การร่วมร้องเพลงกับผู้อื่น การร้องทีละคำ หรือ ทีละประโยค และการร้องเพลงขณะเล่นกลางแจ้ง ที่เป็นผลต่อตัวแปรที่ศึกษา คือ

1. ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ (Muscle and endurance strength)
2. พลังของกล้ามเนื้อขา (Leg muscle power)
3. พลังของกล้ามเนื้อแขน (Arm muscle power)
4. ความคล่องแคล่วว่องไว (Agility)
5. ความอ่อนตัว (Flexibility)
6. ความเร็ว (Speed)

ข้อวิจารณ์

จากผลการวิจัยเรื่องผลของการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไก ของเด็กปฐมวัย ที่มีอายุ 5-6 ขวบ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กปฐมวัย ของมหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์ (Kasetsart Motor Fitness Test) และเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กชายและเด็กหญิง ระดับปฐมวัยของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพ

ทางกลไก ของเด็กปฐมวัย และแบบสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมการเรียนรู้การใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ผู้วิจัยขอวิจารณ์ข้อค้นพบ ด้านต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. สมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ที่มีอายุ ระหว่าง 5- 6 ขวบ โรงเรียนอนุบาล คหกรรมศาสตร์เกษตร ก่อนและหลังการใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไก ของเด็กปฐมวัย ของกลุ่มทดลอง พบว่าผลของสมรรถภาพทางกลไก ของเด็กปฐมวัยสูงขึ้นทุกด้าน ซึ่งหมายถึง ความสามารถในการเคลื่อนไหววัยวะส่วนต่าง ๆ ร่างกายได้ อย่างมีประสิทธิภาพ ของเด็กแต่ละคน ที่มีการพัฒนาไปในทางที่สูงขึ้น และสมรรถภาพทางกลไกด้านที่มีการพัฒนาน้อยที่สุด คือ ด้านการวิ่งเก็บของ 3 จุด ซึ่งอาจกล่าวได้ว่ามีเด็กบางคนเท่านั้นที่มีการพัฒนาความสามารถในการเคลื่อนไหวร่างกายดีขึ้น และมีเด็กบางคนที่ไม่มีการพัฒนา ซึ่งผู้วิจัยพบว่าสาเหตุหนึ่ง เป็นเพราะมีเด็กบางคนเจ็บป่วยเล็กน้อยและอยู่ในระหว่างการรักษา สาเหตุที่สองบางครั้งอาจเป็นผลมาจากอารมณ์ที่ไม่มั่นคงในขณะที่ทดสอบของเด็กบางคน ซึ่งในกรณีดังกล่าวเป็นเหตุที่เกิดขึ้นได้สำหรับเด็กปฐมวัย ซึ่งนายหนึ่งอาจกล่าวได้ว่าการวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยทางสังคมศาสตร์ ที่ไม่สามารถจัดกระทำ หรือควบคุมตัวแปรบางตัวได้ จึงทำให้ผลของการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัยทั้ง 2 รายการไม่เป็นไปในทางที่พึงประสงค์ หรือตามที่คาดหวังไว้ แต่ถึงอย่างไรก็ตาม เมื่อวิเคราะห์ผลโดยรวมแล้วเด็กปฐมวัยกลุ่มทดลอง หลังการจัดกิจกรรมโดยการใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน เด็กมีสมรรถภาพทางกลไกที่ดีขึ้นมากกว่า ก่อนการจัดกิจกรรม ซึ่งเป็นผลที่น่าพอใจในระดับหนึ่งที่สามารถจะส่งเสริมสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัยไปสู่อีกระดับหนึ่งได้ (ตารางที่ 3)

2. สมรรถภาพทางกลไกก่อนและหลังการใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ของเด็กปฐมวัยกลุ่มทดลอง พบว่าผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไก 6 รายการ คือ การนั่งงอตัวไปข้างหน้า การลุก-นั่ง 30 วินาที การวิ่งเร็ว 20 เมตร การยืนกระโดดไกล การวิ่งเก็บของ 3 จุด การขว้างลูกบอลไกล มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 4) หมายถึงหลังการจัดกิจกรรมโดยการใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านเด็กมีสมรรถภาพทางกลไกสูงกว่า ก่อนการจัดกิจกรรม ซึ่งตรงตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ และการพัฒนาครั้งนี้เป็นผลมาจากการใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนั่นเอง

3. สมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย หลังการใช้แผนการสอนการใช้เพลง ประกอบการเล่นพื้นบ้าน ของเด็กปฐมวัย หญิง และชาย กลุ่มทดลอง โดยใช้เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกลไกของเด็กหญิง และเด็กชายมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เปรียบเทียบระดับสมรรถภาพทางกลไก 5 ระดับ (ตารางที่ 5) พบว่าเด็กยังมีสมรรถภาพทางกลไกอยู่ในระดับต่ำจำนวนมาก คือ เด็กหญิง 7 คน และเด็กชาย 7 คน ซึ่งตรงกับการวิเคราะห์ข้อมูลใน (ตารางที่ 4) สามารถกล่าวได้ว่า มีเด็กหญิงเพียง 3 คนเท่านั้นที่มีสมรรถภาพทางกลไกที่สูงขึ้น ส่วนเด็กผู้ชาย 7 คน ไม่มีการพัฒนา ได้แก่ ด้านการวิ่งเก็บของ 3 จุด ซึ่งหมายถึงสมรรถภาพทางด้านความคล่องแคล่วว่องไว ในเบื้องต้นจากการสังเกต ขณะทดสอบ การวิ่งเก็บของ 3 จุด พบว่าส่วนใหญ่แล้วเด็กมีการประสานสัมพันธ์ ระหว่างประสาทตา และกล้ามเนื้อมือที่ดี สังเกตจากการหยิบจับสิ่งของที่ครูกำหนดให้ในแต่ละจุดได้อย่างแม่นยำ และพบว่า เด็กบางคนมีทักษะการทรงตัวยังไม่ดีพอ ไม่สามารถวิ่ง และหยุดในวงกลมที่ครูกำหนดไว้ได้ โดยไม่เสียการทรงตัว และเด็กบางคนเกิดความสับสนในการวิ่งเปลี่ยนทิศทาง และการเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่จากจุดหนึ่งไปอีกจุดหนึ่ง ผู้วิจัยคิดว่าด้วยเหตุดังกล่าวนี้นี้ จึงทำให้เด็กมีความสามารถ ด้านความคล่องแคล่วว่องไว ทั้งเด็กหญิงเด็กชาย ต่ำกว่าด้านอื่น ๆ สมรรถภาพทางกลไกอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ คือ การยืนกระโดดไกล เด็กหญิง 5 คน เด็กชาย 3 คน และการนั่งงอตัวไปข้างหน้า เด็กหญิง 5 คน เด็กชาย 2 คน พฤติกรรมที่เกิดขึ้นและสังเกตได้ ผู้วิจัยพบสาเหตุประการที่ 1 เป็นผลมาจากเด็กบางคนเจ็บป่วยเล็กน้อย และอยู่ในระหว่างการรักษา หรือบางครั้งอาจเป็นผลมาจากความไม่มั่นคงทางอารมณ์ของเด็กขณะทดสอบ และอีกประการหนึ่งอาจจะ เป็นผลมาจากแรงขับตามธรรมชาติ ที่ไม่สามารถเร่งให้เกิดเร็วขึ้น หรือช้าลงได้ หรืออาจกล่าวได้ว่า วงจรชีวิตของมนุษย์เป็นไปตามกฎการเจริญเติบโต ตามทฤษฎีวุฒิภาวะของ Gesell สรุปไว้ว่า พัฒนาการและการเรียนรู้เกิดขึ้นไม่ได้ ถ้าเด็กยังไม่มีวุฒิภาวะในเรื่องนั้น การจัดประสบการณ์ให้แก่เด็ก ที่ยังไม่มีวุฒิภาวะในเรื่องใดเรื่องหนึ่งจึงเป็นการลงแรง และลงทุนที่สูญเปล่า ซึ่งมีนักการศึกษาหลายท่านได้ทำการศึกษา และพบว่า การสร้างโปรแกรมฝึก หรือเพื่อพัฒนาการรับรู้และการเคลื่อนไหวให้แก่เด็ก ไม่เกิดผลดีเท่าที่คาดหวัง จึงไม่เป็นที่นิยมจัดกิจกรรมดังกล่าว การพัฒนาทางกายของเด็กปฐมวัย ควรให้เกิดการพัฒนาขึ้นจากการเล่นอย่างเป็นอิสระ ภายใต้สิ่งแวดล้อมที่ท้าทาย และมีสื่อที่เหมาะสม (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช, 2537) ดังนั้นสมรรถภาพทางกลไกของเด็กจะสามารถพัฒนาได้ ให้ถึงขีดสุดของศักยภาพนั้น ประการหนึ่งที่ต้องคำนึงถึง คือ วุฒิภาวะของอายุเด็ก เป็นสำคัญ แต่ถึงอย่างไรก็ตาม จากการศึกษาผลของสมรรถภาพทางกลไกในครั้งนี้ โดยภาพรวมสรุปได้ว่า เด็กมีสมรรถภาพทางกลไกดีขึ้นในระดับ ซึ่งเป็นผลมาจากการใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการเล่นพื้นบ้านที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งตรงกับสมมุติฐานที่แสดงไว้ใน (ตารางที่ 4)

4. สมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย กลุ่มทดลองที่พัฒนาขึ้นหลังจากการใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ในครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อค้นพบที่สามารถอภิปรายผล จากการสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรม ในขั้นของการทดลอง คือ

4.1 เพลงและการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ กล่าวได้ว่า เป็นความสอดคล้องที่เกิดขึ้นโดยธรรมชาติในตัวเด็ก การเคลื่อนไหวร่างกายเป็นปัจจัยที่สำคัญ ต่อการเสริมสร้างสุขภาพ เพื่อสมรรถภาพทางกาย ที่แข็งแรง เนื่องจากระบบการเคลื่อนไหวของร่างกาย (Locomotive system) ประกอบด้วยระบบกล้ามเนื้อ ระบบประสาท ระบบไหลเวียนเลือด ระบบหายใจ ที่ทำงานร่วมกัน และเกื้อหนุนซึ่งกันและกัน (เจริญ กระบวนรัตน์, 2550) การที่เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกาย ย่อมส่งผลให้กล้ามเนื้อมีความแข็งแรง ความยืดหยุ่น ความทนทาน ความอ่อนตัว มีพลัง มีความเร็ว และความคล่องแคล่วว่องไวเกิดขึ้นตามลำดับ นอกจากนั้นการร้องเพลงเพลงยังช่วยกระตุ้นการเคลื่อนไหวร่างกายให้สามารถเล่นได้ยาวนาน ๆ เกิดความเพลิดเพลิน สนุกสนาน และผ่อนคลาย (วิทยา นาควัชระ, 2528) กล่าวว่าเสียงดนตรี ว่าเป็นสื่อทางศิลปะชนิดหนึ่ง ที่แสดงถึงความรู้สึกภายในจิตใจ ของมนุษย์ออกมาได้อย่างเหมาะสม ไม่ว่าจะเป็นความสนุกสนาน ความเพลิดเพลิน ความดีงาม ความสุข เพราะชีวิตคนเรากลุกกลิ้งอยู่กับเสียงดนตรีตลอดเวลาเริ่มตั้งแต่แรกเกิด จะรู้สึกเพลิดเพลิน และพึงพอใจ เมื่อได้ยินเสียงขับกล่อมของมารดา มนุษย์เรานั้นจะมีปฏิกิริยาตอบสนอง ต่อเสียงดนตรีอยู่ตลอดเวลา

4.2 การแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อน หรือการเล่นประกอบเพลงทั้ง 6 ชนิด ตามแผนการสอนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เพื่อจัดกิจกรรมให้กับเด็ก ในการเล่นแต่ละครั้ง เด็กใช้เวลาเล่นไม่ต่ำกว่า 20 นาที หรือมากกว่านั้นขึ้นอยู่กับความสนใจของเด็กแต่ละคน วุฒิพงษ์ ปรมัตถการ และคณะ (2537) กล่าวว่า การเล่นเป็นพฤติกรรม ที่แสดงออกทางกาย ทางวาจา ทางความคิด อารมณ์และความรู้สึกของผู้เล่น เพื่อตอบสนองสิ่งเร้า ที่ร่างกายได้รับทางประสาทสัมผัสทั้ง 5 และहरยา นิลวิเชียร (2535) กล่าวถึงคุณค่าของเพลงว่า เป็นการสร้างสรรค์ เด็กสามารถแสดงออก ทางความคิดอย่างอิสระในขณะที่เล่น หรือเดินไปตามจังหวะของเพลง คุณค่าทางด้านร่างกาย ช่วยให้เด็กได้พัฒนาการทรงตัว การประสานสัมพันธ์ของส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย และควบคุมกล้ามเนื้อเด็กจะได้พัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่ในขณะที่เคลื่อนไหว

ดังนั้นการสอนการละเล่นพื้นบ้านด้วยเพลงจึง สามารถเชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างระบบประสาทกับระบบกล้ามเนื้อภายในร่างกาย ให้สามารถพัฒนาไปสู่ทักษะการเคลื่อนไหวที่มีประสิทธิภาพ รัชชัย นาควงษ์ (2547) ได้ศึกษาแนวทำนองเพลงของ Kodly และนำมาใช้สอนเด็กพบว่า การได้เคลื่อนไหวร่างกายเป็นการตอบสนอง ทางอารมณ์ดนตรีได้ดีที่สุด กล่าวคือร่างกายเป็นองค์ประกอบที่สำคัญ ที่สนองตอบอารมณ์ทางดนตรีได้ดีที่สุด ซึ่งเป็นผลต่อร่างกายโดยตรง และร่างกายของมนุษย์ก็ สามารถสนองตอบเสียงดนตรีได้ตลอดเวลา

การแสดงท่าทาง หรือการเล่นประกอบ เพลง ที่ผู้วิจัยใช้สอน มีความสัมพันธ์กับอิริยาบถต่าง ๆ ของเด็กโดยธรรมชาติ เช่น การนั่ง การยืน การเดิน การวิ่ง การแสดงท่าทางเลียนแบบ ทั้งการเคลื่อนไหวอยู่กับที่ และการเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ การแสดงท่าทางดังกล่าวย่อมเป็นผลต่อสมรรถภาพทางกลไก ให้สามารถเคลื่อนไหวได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถดำรงชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ เกษลดา มานะจุติ (2529) ที่ค้นพบคือ การละเล่นพื้นบ้านของไทย ช่วยส่งเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงขึ้น จากกิจกรรมการเล่นเด็กได้เคลื่อนไหวแขน-ขา และอวัยวะทุกส่วนของร่างกาย ทำให้สามารถทำงานประสานสัมพันธ์กัน ได้ดีขึ้นมีทักษะความคล่องแคล่ว ว่องไว มีความแข็งแรงมากขึ้น

4.3 การร่วมร้องเพลงขณะผู้อื่นร้องเพลง และเล่นการละเล่น ทั้งในชั้นเรียนและในสนามกลางแจ้ง ซึ่งการจัดกิจกรรมในห้องเรียนคาบที่ 1 ในแต่ละสัปดาห์ ในชั้นนี้ ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้เด็กแสดงการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบเพลง ในอิริยาบถต่าง ๆ เช่น การบิดตัวสลับซ้าย-ขวา การนั่งก้มตัวไปข้างหน้า แล้วยืดตัวนั่งท่าตรง การยืนก้มตัวและสลับซ้าย-ขวา การแสดงท่าทางอย่างอิสระประกอบเสียงดนตรี และการเล่นประกอบการร้องเพลง ในแต่ละแผนการสอน เพลงมีผลต่อพัฒนาการทางร่างกายโดยตรง เป็นสื่อกระตุ้นอารมณ์ ทำให้เกิดความสนใจ และมีสมาธิ จดจ่อในสิ่งที่เรียน การเลือกใช้ทำนองเพลง และจังหวะที่เหมาะสม จะทำให้การเรียน การสอนของครู และเด็กเป็นไปได้อย่างง่าย และเด็กสามารถจดจำเรื่องที่เรียนรู้ได้เร็วขึ้น ณรุทธิ์ สุทธจิตต์, (2534) กล่าวว่า ดนตรีเป็นโสตศิลป์ และศิลปะการแสดง การได้ร้องเพลง และได้กระโดด โลดเต้น แสดงออกด้วยท่าทางต่าง ๆ เป็นการจัดกิจกรรมให้เด็กได้รับการสนองตอบที่ถูกต้อง และเหมาะสม ดังนั้น การร้องเพลงและการเล่นจึงเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมซึ่งกันและกัน และมีผลต่อเด็กโดยตรงทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ เมื่อส่วนต่าง ๆ ของร่างกายได้เคลื่อนไหว ย่อมทำให้ร่างกายแข็งแรง ทำให้กล้ามเนื้อเกิดความยืดหยุ่น เกิดความอ่อนตัว ความคล่องแคล่ว ว่องไว และความแข็งแรงทนทานตามลำดับ

4.4 การเล่า หรือบอกเนื้อเพลงที่ได้ร้อง ผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้เด็กสามารถนำเพลงไปร้องประกอบการละเล่นในสนามกลางแจ้ง ในสถานที่อื่น ๆ และในโอกาสต่าง ๆ เพื่อให้เกิดผลทางกายเป็นสำคัญ จากคุณค่าของการละเล่นพื้นบ้าน ซึ่งพระอภ โปษะกฤษณะ และคณะ (2522) กล่าวว่า เป็นการเล่นเพื่อออกกำลังกาย เป็นส่วนใหญ่ ทำให้เกิดความคล่องแคล่วว่องไว ในการเคลื่อนไหวร่างกาย ในขณะที่เด็กก็ฝึกความเป็นคนช่างสังเกต มีไหวพริบ ความแม่นยำ การตัดสินใจ และมีความพร้อมเพรียง อรชร อัจฉนทร (2526) กล่าวว่า การละเล่นพื้นบ้านของเด็กไทย เป็นการเล่นที่ใช้ทักษะทางร่างกาย เป็นส่วนมาก เช่น การวิ่ง การกระโดด การเคลื่อนไหวของ นิ้วมือ มือ และแขน รวมทั้งการใช้เชาว์ปัญญา สถานที่เล่นส่วนใหญ่เป็นสนามกลางแจ้ง มีทั้งอุปกรณ์ประกอบ และไม่มีอุปกรณ์ประกอบการเล่น มักเล่นในโอกาสทั่วไปไม่จำกัด สำหรับแผนการสอน ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนี้ มีเพลงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญ เป็นวิธีการเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยความสนุกสนาน และเพลิดเพลิน ซึ่งทำให้ผู้เล่นไม่เหนื่อยง่าย และไม่เบื่อ

สรุป ผลของสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย กลุ่มทดลอง หลังจากการใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน จากการสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรม ได้ดังนี้ ด้านความสนใจฟังเพลง และการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ ความสนใจที่จะฟังเสียงเพลงในตัวเด็กเป็นไปโดยธรรมชาติ เพลงหรือเสียงที่มีความไพเราะจะเป็นเหมือนมนตร์สะกดให้เด็กนั่งมีสมาธิ และเกิดความซาบซึ้ง หรือ ความอ่อนโยน ครูสามารถบอก หรือสอนให้ เด็กทำในสิ่งที่ต้องการได้ เด็กชอบเสียงสูง มากกว่าเสียงทุ้มหรือเสียงต่ำ เมื่อเด็กชอบเพลงที่ครูร้อง และเพลงที่เด็ก ๆ ร้องพฤติกรรม หรือการแสดงออกต่าง ๆ ก็จะเกิดขึ้น เป็นตามวัตถุประสงค์ที่ ครูตั้งไว้ เช่น ความสนใจที่จะร่วมร้องเพลง ความสนุกสนาน เสียงหัวเราะที่เกิดจากความพึงพอใจของเด็ก

ด้านการแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อน นักการศึกษาและผู้รู้ ได้กล่าวไว้ว่า เพลงเป็นสื่อที่กระตุ้นอารมณ์-จิตใจ ให้เกิดความสนุกสนาน ครื้นเครง เศร้า หรือสงบก็ได้ คือสิ่งที่ยอมรับโดยทั่วกัน จากการได้ทดลองใช้เพลงประกอบการสอนการละเล่นพื้นบ้านในครั้งนี้ พบว่าเด็กโดยทั่วไปส่วนใหญ่ชอบเสียงเพลง และเด็กจะแสดงท่าทางประกอบเพลงอย่างร่าเริง ชอบอาสาทำ และแย่งกันออกมาแสดงท่าทาง หรืออริยาบทต่าง ๆ จนบางครั้งครูต้องสร้างข้อตกลงขึ้นโดยทันทีเพื่อแก้ปัญหาเฉพาะหน้าในขณะที่สอนว่าใครจะได้รับเลือกให้ออกมาแสดง จากการสังเกต และข้อค้นพบของนักศึกษาดังกล่าว สามารถสรุปว่า เด็กมีความชอบ และสนใจเสียงเพลงโดยธรรมชาติ ซึ่งเพลงที่ครูนำมาใช้นั้น หากมีทำนอง จังหวะ ที่ไพเราะ

และมีความง่าย เพลงจะช่วยเร้าความสนใจเด็ก กระตุ้นให้ เด็กแสดงพฤติกรรมตอบสนองอย่างอัตโนมัติ เช่น กระตือรือร้น กระโดด ผงกศีรษะ หมุนตัว สายหน้า โยกตัวไปมา โดยที่ครูไม่ต้องออกคำสั่งให้ทำ การให้เด็กร้องเพลงแล้วให้เด็กได้ มีโอกาสเล่น หรือแสดงออก ในลักษณะต่าง ๆ จึงเป็นกิจกรรมที่เด็กชื่นชอบ และให้ความสนใจเล่น หรือร่วมกิจกรรมกับครู และเพื่อนได้ด้วย ความสนุกสนาน และเกิดความพึงพอใจในความสามารถของตนเอง

ด้านการร่วมร้องเพลงกับครู และเพื่อน จากการสังเกตขณะที่ครูสอนให้เด็กร้องเพลง พบว่าเด็กแต่ละคนมีความสามารถในการร้องเพลงที่แตกต่างกัน เด็กบางคนสามารถร้องเพลงได้ทันทีเมื่อครูสอนให้ร้องเพลง สามารถจำทำนองเพลงได้อย่างแม่นยำ เด็กบางคนร้องได้เป็นคำ ไม่สามารถร้องต่อเนื่องเป็นทำนองจนจบเพลงได้ ต้องอาศัยการฝึกร้องหลาย ๆ ครั้ง หรือร้องร่วมกับเพื่อน ๆ จึงสามารถจำได้ ครูจึงไม่ควรคาดหวังในตัวเด็กไว้สูงนัก และไม่ควรดุเด็ก ให้โอกาสร้องลองผิดลองถูกตามความสามารถที่เด็กมีอยู่ เด็กบางคนสามารถจำเนื้อร้อง และทำนองได้ขณะร้องเพลง กับเพื่อนและครู แต่ไม่กล้าแสดงการร้องออกมาตามลำพัง ในบางครั้งจะสังเกตเห็นว่าเด็กบางคนชอบแยกตัวออกจากกลุ่มเพื่อนในขณะที่ครูสอนร้องเพลง จากการสอบถามเด็กพบว่า เด็กชอบฟังเพลงมากกว่าการร้องเพลง ครูควรส่งเสริมให้เด็กมีส่วนร่วมโดยการปรบมือให้จังหวะไปพร้อมกับเพื่อนคนอื่น ๆ และเมื่อถึงเวลาที่เด็กต้องไปเล่นกลางแจ้ง ครูควรส่งเสริมให้เด็กทุกคนได้เล่นอย่างทั่วถึง กระตุ้นให้เด็ก ร้องเพลงทุกคน เปิดโอกาสให้เด็กทุกคนได้แสดงออกจะทำให้เด็กไม่รู้สึกตัวตัวเองเป็นปัญหาของครู และเพื่อน ๆ การวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้เพลงที่มีรูปแบบที่แตกต่างกัน กล่าวคือ รูปแบบเพลงที่ใช้ร้องเป็นกลุ่มใหญ่ เพลงที่ใช้ร้องแบบ ล้อไล่และเพลงโต้ตอบ จึงทำให้เด็กไม่รู้สึกเบื่อ และซ้ำซาก ซึ่งการร้องเพลงแต่ละประเภทย่อม ให้คุณค่าทางดนตรีที่แตกต่างกัน ตลอดจนทำให้เกิดทักษะ โดยเฉพาะการร้องเพลงแบบโต้ตอบจะสามารถพัฒนาการร้องเพลงของเด็กได้ การร้อง การเล่นบ๊อย ๆ จะทำให้เด็กเกิดความชอบ และรักการร้องเพลง และร้องเพลงได้ด้วยตนเองในที่สุด

สรุป สมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย กลุ่มทดลอง มีแนวโน้มที่พัฒนาไปในทางที่ดีขึ้นหลังการจัดกิจกรรม เป็นผลมาจากเด็กได้เล่น ได้เคลื่อนไหวร่างกายจากการเรียนการสอน โดยใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น การได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างสม่ำเสมอ ส่งผลให้เกิดความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ เกิดพลังของกล้ามเนื้อขา พลังของกล้ามเนื้อแขน ความคล่องแคล่วว่องไว ความอ่อนตัว และความเร็ว ทำให้เด็กมีความพร้อมทางร่างกายอยู่ในระดับหนึ่ง ที่สามารถพัฒนาไปสู่อีกระดับหนึ่งได้อย่างมีคุณภาพ

ซึ่งทั้งนี้ผู้วิจัยได้สรุปจากผลการทดลองด้วยตนเอง และอ้างอิงข้อค้นพบที่สอดคล้อง
ตลอดจนแนวคิด และความเป็นเหตุเป็นผลจากการศึกษา ของผู้รู้และนักการศึกษาเป็นสำคัญ

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของ
เด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการการจัดกิจกรรม

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เด็กชาย เด็กหญิงอายุระหว่าง 5-6 ขวบที่กำลังศึกษาอยู่ระดับปฐมวัย
ชั้นปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร ภาควิชา
คหกรรมศาสตร์ คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ซึ่งผู้วิจัยได้สุ่มมา 1 ห้องเรียน มีนักเรียน
ทั้งสิ้น 30 คน เป็นกลุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
(Kasetsart Motor Fitness Test)
2. แบบสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมการเรียนรู้การใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน
3. แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ที่มีต่อสมรรถภาพกลไก
ของเด็กปฐมวัย จำนวน 6 แผน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยนำหนังสือขอความร่วมมือการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยจากภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ไปติดต่อผู้บริหาร โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์ เกษตร คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล นำแบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย เพื่อใช้ทดสอบก่อนเรียน (Pretest) ร่วมกับนิสิต สาขาพลศึกษา ที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี 6 คน และศึกษาในปริญญาโท 2 คน โดยก่อนทำการทดสอบผู้วิจัยได้ชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับรายการที่ต้องปฏิบัติ เพื่อให้มีความเข้าใจตรงกัน และสามารถปฏิบัติได้ถูกต้องตรงตามวิธีการทดสอบ และบันทึกผลข้อมูล หลังจากนั้น ผู้วิจัยได้ดำเนินการปฏิบัติการสอนตามกำหนดการสอน ทั้ง 6 แผน ใช้เวลา 6 สัปดาห์ โดยผู้วิจัยเป็นผู้ปฏิบัติการสอนด้วยตนเองกับนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 3 โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์ เกษตร ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ สัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ เริ่มตั้งแต่เวลา 10.20 - 11.00 น. เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยได้เว้นช่วงเวลาไว้ 2 สัปดาห์ ก่อนดำเนินการทดสอบหลังเรียน (Posttest) ด้วยแบบทดสอบวัดสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ทั้ง 6 รายการ ชุดเดิม

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำคะแนนก่อนและหลังการทดลองของเด็กกลุ่มตัวอย่างมาวิเคราะห์หาคะแนนเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของ คะแนนเฉลี่ยของสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่างวิเคราะห์โดยใช้สถิติ t-test (t-test for dependent samples)
3. นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปตารางประกอบความเรียง

ผลการวิจัย

สมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัยหลังการใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไก ของเด็กปฐมวัย กลุ่มทดลอง พบว่า

สมรรถภาพทางกลไกทั้ง 6 ด้าน คือ การนั่งงอตัวไปข้างหน้า (sit and reach) การลุก-นั่ง 30 วินาที (sit-ups 30-second) การวิ่งเร็ว (20 เมตร 20-meter dash) การยืนกระโดดไกล (standing board jump) การวิ่งเก็บของ 3 จุด (three objects shuttle run) การขว้างลูกบอลไกล (throw a ball) เด็กมีสมรรถภาพทางกลไกที่สูงขึ้นทุกด้าน

ข้อเสนอแนะ

การใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านเพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย เป็นกิจกรรมที่สามารถจัดให้กับเด็กได้ทุกโอกาส เพื่อให้เด็กคุ้นเคยกับการเล่นแบบไทย โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของสมรรถภาพทางกลไก ของเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะไว้เพื่อเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สนใจ ดังนี้

ข้อเสนอแนะที่เกี่ยวกับเด็ก

1. ครูควรตรวจความพร้อมทางร่างกายของเด็กก่อนการเล่นทุกครั้ง เพื่อให้สามารถวิเคราะห์ผลพัฒนาการทั้ง 6 ด้าน ได้อย่างถูกต้องแม่นยำ เพื่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้เรียนสูงสุด
2. เมื่อพบว่ามีเด็กเจ็บป่วยควรหยุดการทดสอบไว้ก่อน หรือในขณะจัดกิจกรรมก็ไม่ควรให้เด็กเล่นเพื่อป้องกันอุบัติเหตุเล็กน้อยที่อาจเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา
3. ครูควรกระตุ้น และส่งเสริมให้เด็กได้เล่นอย่างสม่ำเสมอ โดยจัดไว้เป็นตารางกิจกรรมการเล่นรายวัน ทุกวันตลอดสัปดาห์ ซึ่งครูผู้สอนและเด็กควรจะมีการวางแผนการเล่นร่วมกัน เพื่อให้เด็กได้รับรู้ กิจกรรมล่วงหน้า และเห็นความสำคัญของการมีส่วนร่วมในกาจัดกิจกรรมทุกครั้ง
4. ในการจัดกิจกรรมการละเล่นครูควรเป็นผู้นำการเล่นอย่างมีจุดมุ่งหมาย อย่างน้อยวันละ 20 นาที โดยคำนึงถึงความสนใจและความต้องการตามธรรมชาติของเด็ก

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้สอน

1. ในชั้นสอนร้องเพลงครูควรใช้เทปบันทึกเสียงเนื้อร้อง และทำนองเพลงเป็นสื่อ หรือเป็นเครื่องมือในการสอน จะทำให้การเรียนรู้การร้องง่ายขึ้น
2. ควรบันทึกวิดีโอในขณะจัดกิจกรรม เพื่อนำมาประกอบการวิเคราะห์ข้อมูลร่วมกับการบันทึกการสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมการเรียนรู้ จะทำให้ผู้วิจัยสามารถเก็บรวบรวมข้อมูลได้ชัดเจน และถูกต้องมากขึ้น
3. ควรใช้เวลาในการทดลองมากกว่า 6 สัปดาห์ เพื่อให้เห็นผลในการทดลองชัดเจนยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาผลของการจัดกิจกรรมส่งเสริมสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย โดยการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ในส่วนภูมิภาคอื่น ๆ
2. ควรมีการเปรียบเทียบผลของสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย โดยการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน กับผลของของสมรรถภาพทางกลไกต่อการเล่นเครื่องเล่นสนามของเด็กระดับปฐมศึกษา

เอกสารและสิ่งอ้างอิง

กระทรวงศึกษาธิการ. 2546. หลักสูตรการศึกษาปฐมวัยพุทธศักราช 2546. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.

กุลทรัพย์ เกษแม่นกิจ. 2517. การละเล่นของเด็กไทยสมัยก่อน. วิทยาสาร. 25(1): 18 – 20 .

กุลยา ตันติผลาชีวะ. 2543. การสอนแบบจิตปัญญา. แนวการใช้ในการสร้างแผนการสอนระดับ อนุบาลศึกษา. กรุงเทพมหานคร: บริษัทเอดิสันเพรสโปรดักส์ จำกัด.

เกษลดา มานะจุติ. 2529. สื่อการเรียนและเครื่องเล่นของเด็กก่อนวัยเรียน. เชียงใหม่: สหวิทยาลัยล้านนา วิทยาลัยครูเชียงใหม่.

เจริญ กระบวนรัตน์. 2550. ตาราง 9 ช่อง กับการพัฒนาสมอง. กรุงเทพมหานคร: สันธนาถ์อปปี้.

ณรุทธิ์ สุทธจิตต์. 2534. กิจกรรมดนตรีสำหรับครู. โครงการตำราและเอกสารทางวิชาการ. กรุงเทพมหานคร: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

_____. 2540. กิจกรรมและสื่อการสอนเพื่อฝึกทักษะพัฒนาการดนตรีและการเรียนรู้. โครงการตำราและเอกสารทางวิชาการ. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ธนู ประเสริฐศรี. 2545. ผลของการฝึกกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบดนตรีที่มีผลต่อ สมรรถภาพทางกลไกของนักเรียนระดับก่อนประถมศึกษา. วิทยานิพนธ์ ศิลปศาสตร มหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ธวัชชัย นาควงษ์. 2547. การเล่นประกอบเพลง. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

นันท์รัตน์ คมขำ. 2539. การศึกษาการใช้เพลงในการเรียนการสอนเด็กวัยอนุบาล. วิทยานิพนธ์ ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการศึกษาปฐมวัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ประคอง สุทธิสาร. 2527. **หลักและแนวปฏิบัติในโรงเรียนประถมศึกษา**. กรุงเทพมหานคร
ไทยวัฒนาพานิช.

ปัญญา รุ่งเรือง. 2546. **ประวัติการดนตรีไทย**. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.

ผะอบ โปษะกฤษณะ และคณะ. 2522. **การเล่นของเด็กไทยภาคกลาง**. กรุงเทพมหานคร:
กระทรวงศึกษาธิการ. อ้างถึง กรมพลศึกษา, 2543. **การเล่นของเด็กไทย**. โครงการกีฬา
และสันทนาการ: วารสารการศึกษา. 3(9): 10-11.

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. 2525. กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์.

ไพฑูรย์ จัยสิน. 2524. กิจกรรมทางพลศึกษาและการกีฬาในฐานะเป็นสื่อการรักษาสุขภาพของคน
ในวัยชรา. วารสารวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง. 2(16): 19- 20.

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. 2537. **เอกสารการสอนชุดวิชาพฤติกรรมวัยเด็ก เล่ม 2**.
นนทบุรี: สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.

เขาวพา เดชะคุปต์. 2528. **กิจกรรมสำหรับเด็กก่อนวัยเรียน**. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.

เรณู โกสินานนท์. 2522. **ดนตรีศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภา. อ้างถึง Collingwood,
K. 1982. The sound of music, *Nursing Mirror*, 28 (8): 21-23.

วุฒิพงษ์ ปรมัตถาการ และคณะ. 2537. **วิทยาศาสตร์การกีฬา**. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.

วิทยา นาควัชร. 2528. **ลีลันแห่งชีวิต**. กรุงเทพมหานคร: ดอกหญ้า.

วิริยา บุญชัย. 2531. **คู่มือการสอนโพล์แดนซ์-สแควแดนซ์**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

วสันต์ ทองไทย. 2549. เอกสารประกอบการสอนวิชาการเปรียบเทียบวิธีวิจัยทางการศึกษา (153591).

ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2549. จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

สุนนา พานิช. 2535. การเตรียมความพร้อมเด็กเล็ก. กรุงเทพมหานคร: ดอกหญ้า.

สายไหม จบกมลศึก. 2543. สารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน เล่มที่ 23. กรุงเทพมหานคร: อาศรมศิลป์และศาสตร์.

สุพิตร สมหาโต. 2535. แบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กก่อนประถมศึกษา. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สุภาวดี ศรีวรรณะ. 2534. การฝึกทักษะการฟังของนักเรียนอนุบาลโดยใช้การละเล่นของเด็กไทย ที่มีบทร้องและบทเจรจาโต้ตอบแบบประยุกต์. วิทยานิพนธ์ ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขา การศึกษาปฐมวัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

หรรษา นิลวิเชียร. 2535. หลักสูตรและแนวปฏิบัติ ปฐมวัยศึกษา. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.

หอสมุดแห่งชาติ. 2504. เที้ยวเมืองพระร่วง. กรุงเทพมหานคร: ศิลปบรรณการ.

_____. 2508. บทละครครั้งกรุงเก่า. กรุงเทพมหานคร: คลังวิทยา.

อรชร อัจฉนทร. 2526. ลักษณะของการเล่นพื้นเมือง. วิทยานิพนธ์ ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขา การศึกษาปฐมวัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อนุนานราชชน. 2510. พื้นความหลัง. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศีกษิตสยาม.

เอนก นาวิกมูล. 2537. **เพลงเอกศตวรรษ**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เมืองโบราณ.

Clark, H. H. 1976. **Application of Measurement. To Health and Physical Education.** (5th ed.). Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice - Hall.

Cobb, P. R. 1972. The Construction of a Motor Fitness Test Battery for Girls in Lower Elementary Grade. **Dissertation Attracts International.** (33): 2146-2147-A.

Cook, J. D. 1981. The therapeutic use of music: A literature review. **Nursing Forum.** 20 (3): 252 – 253.

Hurlock, E.B. 1964. **Development Psychology.** New York: McGraw – Hill.

Kirkendall, D. R, J. R. Joseph and E. J. Robert. 1987. **Measurement and Evaluation for Physical Education.** Iowa: C. Brown Company publishers.

Kaluger, G. F. 1979. **Human Development The Span of life.** Saint Louis: The C. V. Mosby Company.

Neufeldt, V. and D.B. Guralnik. (1994). **Webster's New World Dictionary of American English.** New York : Prentice Hall.

Rudolph, M. and D.H. Cohen. 1984. **Kindergarten and Early Schooling.** New Jersey: Prentice Hall, Inc.

Willgoose, C. 1961. **Evaluation in Health Education and Physical Education.** New York: McGraw-Hill Book Company.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย

ตารางผนวกที่ 1 กำหนดการสอน

สัปดาห์ที่ 1-6 /วัน เดือน ปี	เวลา /คาบ	แผนที่ 1-6 / กิจกรรม
<u>สัปดาห์ที่ 1</u> วันจันทร์ที่ 25 มิถุนายน พ.ศ. 2550 วันพุธที่ 27 มิถุนายน พ.ศ. 2550 วันศุกร์ที่ 29 มิถุนายน พ.ศ. 2550	2 ชั่วโมง / 3 คาบ	แผนที่ 1 แผนการสอนการใช้เพลงประกอบ การละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทาง กลไกของเด็กปฐมวัย (เพลงโพงพาง)
<u>สัปดาห์ที่ 2</u> วันจันทร์ที่ 2 กรกฎาคม พ.ศ. 2550 วันพุธที่ 4 กรกฎาคม พ.ศ. 2550 วันศุกร์ที่ 6 กรกฎาคม พ.ศ. 2550	2 ชั่วโมง / 3 คาบ	แผนที่ 2 แผนการสอนการใช้เพลงประกอบ การละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทาง กลไกของเด็กปฐมวัย (เพลงมอญซ่อนผ้า)
<u>สัปดาห์ที่ 3</u> วันจันทร์ที่ 9 กรกฎาคม พ.ศ. 2550 วันพุธที่ 11 กรกฎาคม พ.ศ. 2550 วันศุกร์ที่ 13 กรกฎาคม พ.ศ. 2550	2 ชั่วโมง / 3 คาบ	แผนที่ 3 แผนการสอนการใช้เพลงประกอบ การละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทาง กลไกของเด็กปฐมวัย (เพลงกระรอกเข้าโพรง)
<u>สัปดาห์ที่ 4</u> วันจันทร์ที่ 16 กรกฎาคม พ.ศ. 2550 วันพุธที่ 18 กรกฎาคม พ.ศ. 2550 วันศุกร์ที่ 20 กรกฎาคม พ.ศ. 2550	2 ชั่วโมง / 3 คาบ	แผนที่ 4 แผนการสอนการใช้เพลงประกอบ การละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทาง กลไกของเด็กปฐมวัย (เพลงรีรีข้าวสาร)
<u>สัปดาห์ที่ 5</u> วันจันทร์ที่ 23 กรกฎาคม พ.ศ. 2550 วันพุธที่ 25 กรกฎาคม พ.ศ. 2550 วันศุกร์ที่ 27 กรกฎาคม พ.ศ. 2550	2 ชั่วโมง / 3 คาบ	แผนที่ 5 แผนการสอนการใช้เพลงประกอบ การละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทาง กลไกของเด็กปฐมวัย (เพลงงูกินหาง)
<u>สัปดาห์ที่ 6</u> วันจันทร์ที่ 30 กรกฎาคม พ.ศ. 2550 วันพุธที่ 1 สิงหาคม พ.ศ. 2550 วันศุกร์ที่ 3 สิงหาคม พ.ศ. 2550	2 ชั่วโมง / 3 คาบ	แผนที่ 6 แผนการสอนการใช้เพลงประกอบ การละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทาง กลไกของเด็กปฐมวัย (เพลงตะลือกตีกแต้ก มาซื้อดอกไม้)

แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านที่มีต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย

แผนที่ 1

เนื้อหา

บทร้องเพลงโพงพางที่ยกมาบทนี้ไม่ปรากฏนามผู้แต่ง เป็นคำคล้องจองที่เด็กใช้ร้องขณะเล่นโพงพาง เพื่อเป็นการ สื่อความหมาย หรือแสดงออกให้ผู้อื่น ได้รับรู้ถึงวิธีการเล่น แสดงออกถึงอารมณ์ ความสุขสนุกสนานรื่นเริง โดยอาศัยการท่อง หรือพูดสลับทอดกันมาแต่โบราณ บทร้องเล่นโพงพางแต่เดิมใช้เป็นคำคล้องจอง ว่า “โพงพางเอ๋ย ปลาเข้าลอด ปลาตาบอด เข้าลอดโพงพาง โพงพางเอ๋ย นกกระยางเข้าลอด เสือปลาตาบอด เข้าลอดโพงพาง กินปลาเป็นหรือกินปลาตาย” ซึ่งในปัจจุบันก็ยังคงมีร้องเล่นกันอยู่บ้าง บทร้อง “มาซิมาพวกเรา ล้อมวงกันเข้ามามาเล่นโพงพาง ฝูงปลาตาบอด หนีมาเข้าลอดโพงพาง ยืนงออยู่ตรงกลาง ปลาในโพงพางก็ว่ายไป ปลาเป็นหรือว่าปลาตาย ๆ จับได้ต้องตายชื่อเอ๋ย” บทนี้ไม่ทราบนามผู้แต่ง ผู้วิจัยได้นำมาแต่งทำนอง และจังหวะ โดยใช้ทำนองเพลงพื้นบ้าน อย่างง่าย ตามแนวของ Kodaly ที่มีลักษณะเด่น คือ บทเพลงมักจะเป็นท่อนสั้น ๆ มีทำนองซ้ำ ๆ เด็กสามารถสร้างวลี และประโยคของเพลงได้ สร้างวลีที่เป็นคำถาม คำตอบ และส่วนใหญ่มาจากทำนองเพลงพื้นบ้านที่เด็กคุ้นเคย

เพลง โพงพาง

บทร้อง ไม่ทราบนามผู้แต่ง

ทำนอง / วารุณีษ์ พันธุ์ศรี

“มาซิมาพวกเรา ล้อมวงกันเข้ามามาเล่นโพงพาง ฝูงปลาตาบอด หนีมาเข้าลอดโพงพาง ยืนงออยู่ตรงกลาง ปลาในโพงพางก็ว่ายไป ปลาเป็นหรือว่าปลาตาย ๆ จับได้ต้องตายชื่อเอ๋ย”

เพลงโพงพาง

ทำนอง วารุณีย์ พันธุ์ศรี

มา ชี มา พวก เรา ด้อม วง กัน เข้า มา เล่น โพง พาง ฝูง
ปลา ตา บอด หนี มา เข้า รอด โพง พาง
ยืน งบ อยู่ ตรง กลาง ปลา ใน โพง พาง ก็ ว่าย ไป
ปลา เป็น หรือ ว่า ปลา ตาย ปลา เป็น หรือ ว่า ปลา ตาย จับ
ได้ ก็ ต้อง ทาย ชื่อ เอย

จุดประสงค์

1. เด็กฟังเพลงและเคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ
2. เด็กแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อนได้
3. เด็กร่วมร้องเพลงขณะผู้อื่นร้องทีละคำ หรือทีละประโยคได้
4. เด็กบอกเนื้อเพลงโพงพางได้

ตารางผนวกที่ 2 กิจกรรมแผนที่ 1

กิจกรรมของครู	กิจกรรมของนักเรียน
<u>ขั้นนำ</u> ครูใช้คำถาม “ใครเคยเล่นบ้าง” ครูให้เด็กนั่งเป็นวงกลมและปฏิบัติ “แตะเข้าแตะเท้า จับเท้า แตะขา แตะเข้า” ให้เด็กทำซ้ำนั่งก้มตัวไปข้างหน้า มือจับที่ปลายเท้า นับ 5 กลับมานั่งตัวตรง แล้วเริ่มต้นใหม่ (ให้เด็กทำซ้ำ) <u>ขั้นสอน</u> 1. ครูสนทนาซักถาม และให้เด็กเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับการเล่นประกอบการร้องเพลง โฟงพาง 2. ครูให้เด็กร้องเพลง และแสดงท่าประกอบคำบรรยาย 3. ครูให้เด็กสังเกตการเล่นประกอบการร้องเพลง โฟงพาง 4. ครูร้องนำทีละคำ ทีละประโยคตามลำดับ - 5. ครูอธิบายเนื้อเพลง และสนทนาเกี่ยวกับการเล่น โฟงพาง 6. ครูนำเด็กไปที่สนามกลางแจ้ง หรือที่โล่งแจ้ง ที่เด็กสามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างอิสระ 7. เมื่อเด็กจัดแถวเรียบร้อยแล้ว ครูอาสาสมัครผู้เล่นเป็นปลาตาบอด ใช้ผ้าปิดตาและดำเนินการตามข้อตกลงของการเล่นต่อไป <u>ขั้นสรุป</u> เมื่อหมดเวลาการจัดกิจกรรมครูและเด็กสรุปการเรียนรู้ร่วมกัน	เด็กตอบคำถาม เด็กแสดงท่าประกอบคำบรรยาย และแสดงท่าทางตามจังหวะเพลงประมาณ 5-10 นาที 1. เด็กฟัง และสังเกตภาพการเล่นประกอบการเพลง โฟงพาง - 2. เด็กร้องเพลง โฟงพาง และแสดงท่าประกอบ 3. เด็กร้องเพลงตามครูทีละวรรคตามลำดับ 4. เด็กสนทนาซักถามในสิ่งที่สนใจและอยากเรียนรู้ 5. เด็กจัดแถววงกลมพร้อมกับร้องเพลง โฟงพาง 6. เด็กอาสาเล่นเป็นปลาตาบอด 1 คน - 7. เด็กเล่นตามข้อตกลง และเล่าเนื้อหาที่ได้เรียนรู้ร่วมกัน

สื่อ

1. แผนภูมิเพลงโฟงพาง

“มาซิมาพวกเรา ล้อมวงกันเข้ามาเล่นโฟงพาง ผูกปลาตาบอด หนีมาเข้าลอดโฟงพาง ยืนงอยู่ตรงกลาง ปลาในโฟงพางก็ว่ายไป ปลาเป็นหรือว่าปลาตาย ๆ จับได้ต้องทายชื่อเอ๋ย”

2. ผ้าปิดตา

วิธีการวัดและประเมินผล

การสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมขณะเด็กร้องเพลงและเล่น โฟงพาง

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ
2. เด็กได้แสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อน
3. เด็กได้ฝึกทักษะการพูด การร้องเพลง
4. เด็กได้ร้องเพลงประกอบการเล่นกลางแจ้ง
5. เด็กได้ออกกำลังกายกลางแจ้ง

แผนที่ 2

เนื้อหา

“มอญซ่อนผ้า” เป็นบทร้องประกอบการละเล่นของเด็ก ไม่ใช่การละเล่นของมอญ คาดว่า เป็นการละเล่นที่คนไทยคิดขึ้นมา ตามวิถีชีวิตของคนในสังคมที่ดำรงอยู่ขณะนั้น คนไทย และคนมอญคุ้นเคยกันมาแต่โบราณ ตามหลักฐานทางประวัติศาสตร์ คนมอญเป็นชนชาติที่นับถือผีปู่ ย่า ตา ยาย ของตนเมื่อสิ้นชีวิตไปแล้ว มีจารีตประเพณีที่ลูกหลานต้องปฏิบัติ หากลูกหลานปรนนิบัติผีได้เหมาะสมครบถ้วน ชีวิตครอบครัวของเขาจะราบรื่น สามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปกติสุข

บ้านของมอญจะมีเสาหลัก เป็นเสาเอกของบ้าน ซึ่งก็คือเสาผี อยู่ในเรือนใหญ่ชั้นในเป็นเสาที่ใช้แขวนหีบหรือห่อผ้าผี ภายในห่อประกอบด้วยผ้าถุง ผ้าห่ม ผ้าโพกหัว และแหวนทองหัวพลอยแดง 1 วง การเก็บดูแลรักษาผ้าผีต้องกระทำอย่างมิดชิด หมั่นดูแลตรวจตราความเรียบร้อย อยู่เสมอไม่ให้ผ้าฉีกขาด หรือมีแมลงกัดแทะสูญหายไป อีกประการหนึ่งที่สามารถกล่าวได้ว่า การละเล่นมอญซ่อนผ้าไม่ใช่การละเล่นของชนชาติมอญ คือ คนมอญนั้นจะไม่เล่นตุ๊กตา เป็นความเชื่อมาตั้งแต่สมัยปู่ ย่า ตา ยาย (วิเชียร เกษประทุม, 2547)

เพลงมอญซ่อนผ้า

บทร้อง/ทำนอง วารุณีย์ พันธุ์ศรี

“มอญซ่อนผ้า เล่นมาแต่โบราณ เป็นการละเล่นพื้นบ้าน สนุกสนานในงานประเพณี ๆ ล้อมวงเถิดหนา มาเล่นมอญซ่อนผ้ากันเถิดหนาเร็วไว

มอญซ่อนผ้า มอญซ่อนผ้าเอาไว้ข้างหลัง ระวังให้ดี ระวังให้ดี จะถูกตีหลัง
ใครเผลอไม่ทันระวัง ตุ๊กตาคืออยู่หลัง ระวังจะถูกตี ๆ

มอญซ่อนผ้าใครได้ผ้าลูกออกมาไล่ตี มอญวิ่งไปนั่งลงแทนที่ ไม่ถูกตีแล้วเออ ไม่ถูกตีแล้วเออ ๆ”

เพลงมอญซ่อนผ้า

บทร้อง/ทำนอง วารุณีษ์ พันธุ์ศรี

มอญ_____ซ่อน ผ้า_____เล่น มา แต่ ไป ราว_____เป็น

5 การ_____ละ เล่น_____พื้น บ้าน_____เป็น การ_____ละ เล่น_____พื้น บ้าน_____ส นุก_____ส

9 นาน_____ใน งาน_____ประ เเพ_____ณ_____ส นุก_____ส นาน_____ใน งาน_____ประ เเพ_____ณ

13 ล้อม_____วง_____เกิด_____นา_____มา_____เล่น_____มอญ_____ซ่อน_____ผ้า_____มา_____เล่น_____มอญ_____ซ่อน

17 ผ้า_____กัน_____เกิด_____หนา_____เร็ว_____ไ้_____มอญ_____ซ่อน

21 ผ้า_____มอญ_____ซ่อน_____ผ้า_____ซ่อน_____ไว้_____ข้าง_____หลัง_____ระ_____วัง_____ให้

25 ตี_____ระ_____วัง_____ให้_____ตี_____จะ_____ถูก_____ตี_____หลัง_____ใคร_____เผลอ_____ไม่_____ทัน_____ระ

29 วัง_____ใคร_____เผลอ_____ไม่_____ทัน_____ระ_____วัง_____ตึก_____ตา_____อยู่_____หลัง_____ระ_____วัง_____จะ_____ถูก

33 ตี_____ตึก_____ตา_____อยู่_____หลัง_____ระ_____วัง_____จะ_____ถูก_____ตี_____มอญ_____ซ่อน

37 ผ้า_____ใคร_____ได้_____ผ้า_____ลุด_____ออก_____มา_____ไล่_____ตี_____มอญ_____วัง_____ไป_____นั่ง

41 ลง_____แทน_____ที่_____มอญ_____วัง_____ไป_____นั่ง_____ลง_____แทน_____ที่_____ไม่_____ถูก_____ตี

45 แล้ว_____เอย_____ไม่_____ถูก_____ตี_____แล้ว_____เอย_____

จุดประสงค์

1. เด็กฟังเพลงและเคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ
2. เด็กแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อนได้
3. เด็กร่วมร้องเพลงขณะผู้อื่นร้องทีละคำ หรือทีละประโยคได้
4. เด็กบอกเนื้อเพลงมอญซ่อนผ้าได้

ตารางผนวกที่ 3 กิจกรรมแผนที่ 2

กิจกรรมของครู	กิจกรรมของนักเรียน
<u>ขั้นนำ</u> ครูให้เด็กสังเกตผ้าขนหนู และแสดงความคิดเห็นโดยครูใช้คำถาม “ผ้าผืนนี้ใช้ทำอะไรได้บ้าง” เด็กฟังเสียงดนตรีและเล่นประกอบอุปกรณ์ (ผ้าขนหนู) ทำท่าช้าๆ ประมาณ 5-10 นาที <u>ขั้นสอน</u> 1. ครูและเด็กร้องเพลงมอญซ่อนผ้าตามจังหวะ และทำนองจากแผ่นซีดีพร้อมกัน 2. ครูให้เด็กแสดงท่าประกอบเพลง และครูสาธิตการเล่นมอญซ่อนผ้า 3. ครูร้องเพลงจากแผนภูมิทีละวรรคแล้วให้เด็กร้องตาม 4. ครูอธิบายเนื้อเพลง และสนทนาเกี่ยวกับการเล่นมอญซ่อนผ้า 5. ครูนำเด็กไปที่สนามกลางแจ้ง หรือที่โล่งแจ้งที่เด็กสามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างอิสระ 6. ครูอาสาสมัครผู้เล่นเป็นมอญ - 7. ครูเป็นผู้นำการเล่น และให้เด็กเล่นอย่างอิสระ <u>ขั้นสรุป</u> ครูและเด็กสรุปการเรียนรู้ร่วมกัน	เด็กแสดงความคิดเห็น เด็กทำตามคำสั่งและแสดงท่าทางอย่างสร้างสรรค์ประกอบอุปกรณ์ 1. เด็กฟัง และร้องเพลงมอญซ่อนผ้า - 2. เด็กแสดงท่าประกอบเพลง อย่างอิสระ และสังเกตการเล่นมอญซ่อนผ้า 3. เด็กร้องเพลงตามครูทีละวรรค 4. เด็กสนทนาในสิ่งที่สนใจและอยากเรียนรู้ร่วมกับครู 5. จัดแถววงกลมพร้อมกับร้องเพลงมอญซ่อนผ้า 6. เด็กเล่นเป็นมอญถือผ้าแล้วเดินไปรอบวงกลม 7. เด็กร้องเพลง และเล่นตามข้อตกลงอย่างอิสระ

สื่อ

1. แผนภูมิเพลงมอญซ่อนผ้า

“มอญซ่อนผ้า เล่นมาแต่โบราณ เป็นการละเล่นพื้นบ้าน สนุกสนานในงานประเพณี ๆ ล้อมวงเก็ดหนา มาเล่นมอญซ่อนผ้ากันเก็ดหนาเร็วไว

มอญซ่อนผ้า มอญซ่อนผ้าเอาไวข้างหลัง ระวังให้ดี ระวังให้ดี จะถูกตีหลัง
ใครเผลอไม่ทันระวัง ตักตอยู่หลัง ระวังจะถูกตี ๆ

มอญซ่อนผ้า ใครได้ผ้าลูกออกมาไล่ตี มอญวิ่งไปนั่งลงแทนที่ ไม่ถูกตีแล้วเออ ไม่ถูกตีแล้วเออ ๆ”

2. ผ้า

วิธีการวัดและประเมินผล

การสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมขณะเด็กร้องเพลงและเล่นมอญซ่อนผ้า

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ
2. เด็กได้แสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อน
3. เด็กได้ฝึกทักษะการพูด การร้องเพลง
4. เด็กได้ร้องเพลงประกอบการเล่นกลางแจ้ง
5. เด็กได้ออกกำลังกายกลางแจ้ง

แผนที่ 3

เนื้อหา

กระรอกเข้าโพรง เป็นการละเล่นพื้นบ้าน ในแต่ละท้องถิ่นอาจมีชื่อเรียกที่แตกต่างกัน เช่น กระรอกอยู่โพรง หรือเรียก กระรอกเข้าโพรง แต่มีวิธีการเล่นที่ไม่แตกต่างกัน การละเล่นชนิดนี้ เป็นการเล่นเพื่อฝึกไหวพริบ ฝึกความคล่องแคล่วว่องไว ฝึกการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า และเกิด ความสนุกสนาน รื่นเริง ผู้วิจัยได้นำมาปรับปรุงการเล่น เริ่มตั้งแต่ขั้นการจัดแถวเพื่อเตรียมเด็กให้ เล่น กระบวนการเล่น เพื่อให้เด็กได้เล่นกันอย่างทั่วถึง และให้สามารถนำมาจัดเป็นกิจกรรมใน ชั้นเรียนที่มีเด็กจำนวนมากได้ ส่วนบทร้องผู้วิจัยได้เขียนขึ้นเป็นบทร้องประกอบการละเล่น ดังนี้

เพลงกระรอกเข้าโพรง

บทร้อง/ทำนอง วารุณีย์ พันธุ์ศรี

กระรอกน้อยตัวนิด	ใช้ชีวิตในพงไพร
กระรอกกระโดดไป	กระโดดไปหากิน
แสงอาทิตย์ส่องท้องฟ้าสีทอง	นกกาโบยบิน
สัตว์ป่าออกหากิน	พืชผักผลไม้ นานา
ลา ลา หล่า ลา ลา ลา	หลั่น ล่า ลา ลา ลา ล่า ลา ลา
หลั่น ลา ลา ลา ล่า ลา ล้า ลา (ซ้ำ)	

สิ้นแสงอาทิตย์ส่อง	แล้วเราต้องกลับคืนรัง
จ้องมอง ซ้าย-ขวา หน้า-หลัง	กระโดดเข้ารัง และโพรงเอ๋ย
ลา ลา ลา ลั่น ล่า ลา	หลั่น ล้า ลา ลา ล่า ลา ล้า ลา
ลา ล่า ลา ล้า ลา ลา ล่า ลา ล้า ๗..๗ ”	

เพลงกระรอกเข้าโพรง

บทร้อง/ทำนอง วารุณีย์ พันธุ์ศรี

5 กระ รอก น้อย ตัว นิด นิด ไซ้ ซี ริด ใน พง โพรง

กระ รอก กระ โต ไป ร้อง ไว ไป หา กิน

9 แสง อา ทิพย์ สอง ท้อง ฟ้า สี ทอง นก กา ไบ๋ บิน สัตว์

13 ป่า ออก หา กิน พืช ผัก ผลไม้ นานา ลา

17

21 สิ้น แสง อา ทิพย์ สอง แล้ว เรา

25 ต้อง กลับ คืน รัง จ้อง มอง ทาน ช่าย และ ขาว กระ โต เข้า

29 รัง และ โพรง เอย ลา

33

จุดประสงค์

1. เด็กฟังเพลงและเคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ
2. เด็กแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อน ได้
3. เด็กร่วมร้องเพลงขณะผู้อื่นร้องทีละคำ หรือทีละประโยคได้
4. เด็กบอกเนื้อเพลงกระรอกเข้าโพรงได้

ตารางผนวกที่ 4 กิจกรรมแผนที่ 3

กิจกรรมของครู	กิจกรรมของนักเรียน
<u>ขั้นนำ</u> ครูทนายปริศนา “กระอะไรอาศัยอยู่ในโพรงไม้ ตัวเล็ก่องไว กระโดดไป - มา <u>ขั้นสอน</u> 1. ให้เด็กฟังเพลงกระรอกเข้าโพรง 2. ครูสาธิตการเล่นกระรอกเข้าโพรง 3. ครูร้องเพลงจากแผนภูมิทีละวรรค 4. ครูอธิบายเนื้อเพลง 5. ครูนำเด็กไปที่สนามกลางแจ้ง หรือที่โล่ง แฉ่ง 6. ครูให้เด็กจัดแถว เป็นวงกลมซ้อนกัน 3 วง และอธิบายวิธีเล่น แถวที่ 1, 2 จับมือกันเป็นโพรง แถวที่ 3 เล่นเป็นกระรอก เมื่อเพลงเริ่มกระรอกทุกตัวต้องเดินวนไปรอบ ๆ โพรง เมื่อถึงสัญญาณให้เข้าโพรงทุกคนต้องหาโพรงอยู่ให้ได้ ถ้าหาโพรงไม่ได้ต้องเปลี่ยนให้ผู้ที่อยู่ในวงกลมที่ 1, 2 เล่นเป็นกระรอกแทน 7. ครูเป็นผู้นำการเล่น และให้เด็กเล่นอย่างอิสระ <u>ขั้นสรุป</u> เมื่อหมดเวลาครูและเด็กสรุปการเรียนรู้ร่วมกัน	เด็กตอบคำถาม และอบอุ่นร่างกาย ประมาณ 5-10 นาที 1. เด็กฟัง และร้องเพลงกระรอกเข้าโพรง 2. เด็กสังเกตการเล่นกระรอกเข้าโพรง 3. เด็กร้องเพลงตามครู ทีละวรรคตามลำดับ 4. เด็กสนทนาซักถามในสิ่งที่สนใจและอยากเรียนรู้ 5. เด็กจัดแถววงกลมซ้อนกัน 3 แถวตามข้อตกลง - - - - - - 7. เด็กเล่นตามข้อตกลง

สื่อ

แผนภูมิเพลงกระรอกเข้าโพรง

“กระรอกน้อยตัวนิด ใช้ชีวิตในพงไพร กระรอกกระโดดไป กระโดดไปหากิน
แสงอาทิตย์ส่องท้องฟ้าสีทอง นกกาโบยบิน สัตว์ป่าออกหากิน พืชผักผลไม้ นานา ลา ลา หล่า
ลา ลา ลา หลั่น ล่าลา ลา ลา ล่าลา ลา หลั่น ลา ลา ลา ล่า ลา ล้า ลา (ซ้ำ)

สิ้นแสงอาทิตย์ส่อง แล้วเราต้องกลับคืนรัง จ้องมอง ซ้าย-ขวา หน้า-หลัง กระโดด
เข้ารัง และโพรงเอ๋ย ลา ลา ลา ลั่น ล่าลา หลั่น ล้าลาลาล่าลาล้า ลา ล่าลาล้า”

วิธีการวัดและประเมินผล

การสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมขณะเด็กร้องเพลงและเล่นกระรอกเข้าโพรง

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ
2. เด็กได้แสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อน
3. เด็กได้ฝึกทักษะการพูด การร้องเพลง
4. เด็กได้ร้องเพลงประกอบการเล่นกลางแจ้ง
5. เด็กได้ออกกำลังกายกลางแจ้ง

แผนที่ 4

เนื้อหา

วิธีข่าวสาร เป็นการละเล่นที่มีบทร้องของเด็กไทยอีกประเภทหนึ่งที่มีคุณค่า ทางกาย คือ เด็กได้เคลื่อนไหว อวัยวะทุกส่วนของร่างกาย คุณค่าทางภาษา คือ เด็กได้ฝึกพูด และฝึกความสามัคคีในหมู่คณะซึ่งเป็นที่น่าเสียดายหากการละเล่นชนิดนี้ ไม่ได้รับการส่งเสริมให้เด็กรุ่นหลังได้เรียนรู้วิธีการเล่น ผู้วิจัยได้นำบทร้องประกอบการเล่นวิธีข่าวสาร มากำหนดทำนองเพลง และจังหวะ ให้สามารถนำมาเล่นในชั้นเรียนได้ และครูผู้สอนสามารถดูแลเด็กในขณะที่เล่นให้ปลอดภัยจากอุบัติเหตุได้อย่างทั่วถึง ในครั้งนี้ผู้วิจัยได้อาศัยประสบการณ์ จากการเป็นครูผู้สอนเด็กปฐมวัยมานานกว่า 10 ปี และเป็นผู้ที่ได้รับคำสั่งให้จัดกิจกรรมกลางแจ้งให้กับเด็กมาอย่างต่อเนื่องไม่ต่ำกว่า 5 ปี ได้พบปัญหาประการหนึ่ง ที่เป็นอุปสรรคต่อการจัดกิจกรรมการละเล่น และไม่เป็นที่นิยม คือ อุบัติเหตุที่เกิดขึ้นจากการคุมชั้นเรียนในขณะที่เด็กเล่นเกม กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านที่มีบทร้องส่วนใหญ่จะเป็นการจัดกิจกรรมแบบกลุ่มใหญ่ ครูผู้สอนดูแลเด็กได้ไม่ทั่วถึง ทำให้เกิดความยุ่งยากในการจัดกิจกรรม การปรับปรุง และพัฒนาแนวการจัดกิจกรรมเพื่อให้ครูผู้สอนสามารถจัดกิจกรรมในชั้นเรียนที่มีเด็กจำนวนมากได้อย่างง่าย และดูแลเด็กได้อย่างทั่วถึง ให้สามารถดำเนินกิจกรรมได้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ การสอนให้เด็กทุกคนสามารถจำบทร้องได้ จึงเป็นวิธีการที่ถูกต้องก่อนนำเด็กลงไปเล่นกลางแจ้ง เพราะการร้องเพลงได้พร้อมกันในแต่ละวรรคนั้น จะสร้างวินัย ความพร้อมเพรียง เป็นสัญญาณให้เด็กเริ่มต้นเล่นและหยุดได้พร้อมกัน ช่วยลดอุบัติเหตุที่เกิดจากการหกล้ม เด็กวิ่งชนกันได้ เนื่องจากต่างคนต่างเล่น เพราะความไม่พร้อมเพรียง หากครูสอนให้เด็กร้องเพลงได้ เด็กจะรู้จังหวะการหยุด และเริ่มต้นเล่นได้โดยครูไม่ต้องออกคำสั่ง และคอยห้ามปรามอยู่บ่อย ๆ ในขณะเด็กเล่น

เพลงรีรีข้าวสาร

บทร้อง / ทำนอง วาญณีษ์ พันธุ์ศรี

รี รี ข้าว สาร เอ๋ย รี รี ข้าว สาร

5 สอง ทะ นาน ข้าว เปลือก สอง ทะ นาน ข้าว เปลือก

9 เลือก ห้อง ใบ ลาน เลือก ห้อง ใบ ลาน

13 เก็บ เอา เบี้ย ได้ ทุน ราน เอ๋ย เก็บ เอา เบี้ย ได้ ทุน ราน

17 เอ๋ย คด ข้าว ใส จาน คด ข้าว ใส

21 จาน พาน เอา คน ช่าง หลัง เอ๋ย

จุดประสงค์

1. เด็กฟังเพลงและเคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ
2. เด็กแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อนได้
3. เด็กร่วมร้องเพลงขณะผู้อื่นร้องทีละคำ หรือทีละประโยคได้
4. เด็กบอกเนื้อเพลงรีรีข้าวสารได้

สื่อ

แผนภูมิเพลงวิธีข้าวสาร

รี รี ข้าวสาร เอ้ยรี รี ข้าวสาร สองทะนานข้าวเปลือก ๆ เลือกท้องโบลาน ๆ เก็บเอา
เบ๊ยได้ถุนร้านเอย เก็บเอาเบ๊ยได้ถุนร้านเอย คดข้าวไ่จ่าน ๆ พานเอาคนข้างหลังเอย

วิธีการวัดและประเมินผล

การสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมขณะเด็กร้องเพลงและเล่นรี รี ข้าวสาร

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ
2. เด็กได้แสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อน
3. เด็กได้ฝึกทักษะการพูด การร้องเพลง
4. เด็กได้ร้องเพลงประกอบการเล่นกลางแจ้ง

แผนที่ 5

เนื้อหา

งูกินหางเป็นการละเล่นพื้นบ้านชนิดหนึ่ง มีเล่นกันทุกภาคของประเทศไทย ทั้งภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคกลาง และภาคใต้ การเล่นงูกินหางมักเล่นในงานรื่นเริง และประเพณีท้องถิ่นทั่วไปของประเทศไทย

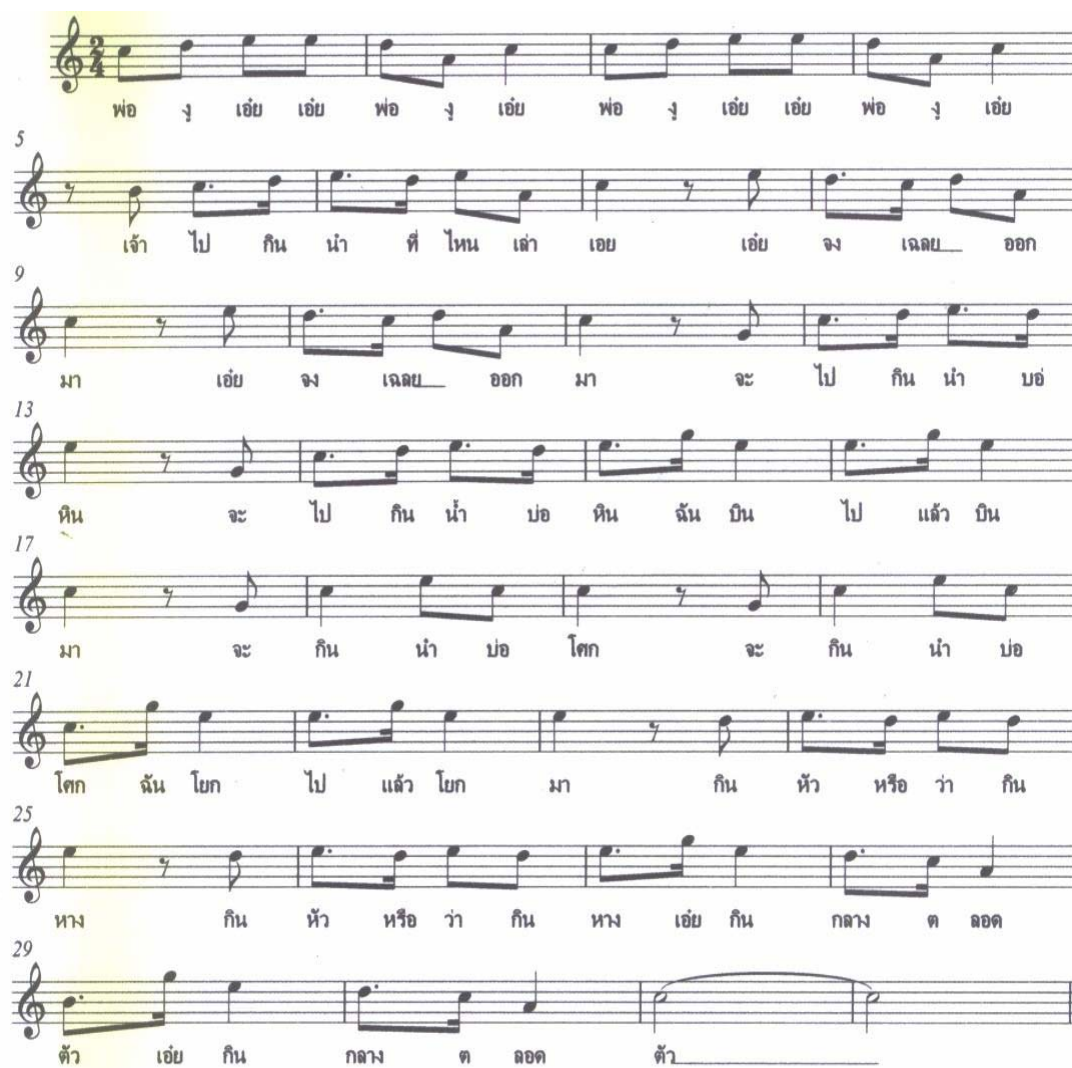
เพลงงูกินหาง

บทร้อง / ทำนอง วารุณีย์ พันธุ์ศรี

แมง (ร้อง)	“ฟองเฮ้ย เฮ้ยฟองเฮ้ย ๆ เข้าไปกินน้ำ ที่ไหน
	เล่าเฮ้ย เฮ้ยจงเหลยออกมา ๆ ”
ฟอง (ร้อง)	“จะไปกินน้ำบ่อหิน ๆ ”
เด็กเล่นเป็นแมง(ร้องพร้อมกัน)	“ฉับบินไป แล้วบินมา ”
ฟอง (ร้อง)	“จะกินน้ำบ่อโสก ๆ ”
เด็กเล่นเป็นแมง(ร้องพร้อมกัน)	“ฉับโยกไป แล้วโยกมา ”
ฟอง (ร้อง)	“จั้นไปกินน้ำบ่อทราย ”
แมง (ร้อง)	“ฉับย้ายไปแล้วย้ายมา ”
แมง (ร้อง)	“ กินหัว หรือว่ากินหาง ๆ ”
ฟอง (ร้อง)	เฮ้ยกินกลางตลอดตัว ๆ ”

เพลงงูินหาง

บทร้อง / ทำนอง วาญนีช พันธ์ศรี



ฟอ งู เอ้ย เอ้ย ฟอ งู เอ้ย ฟอ งู เอ้ย เอ้ย ฟอ งู เอ้ย

เจ้า ไป กิน น้ำ ที่ โหนด เค้า เอ้ย เอ้ย จง เผลอ ออก

มา เอ้ย จง เผลอ ออก มา จะ ไป กิน น้ำ บ่อ

หิน จะ ไป กิน น้ำ บ่อ หิน ฉั่น บิน ไป แล้ว บิน

มา จะ กิน น้ำ บ่อ โตก จะ กิน น้ำ บ่อ

โตก ฉั่น โยก ไป แล้ว โยก มา กิน หัว หรือ ว่า กิน

หาง กิน หัว หรือ ว่า กิน หาง เอ้ย กิน กลาง ต ลอด

ตัว เอ้ย กิน กลาง ต ลอด ตัว

จุดประสงค์

1. เด็กฟังเพลงและเคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ
2. เด็กแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อนได้
3. เด็กร่วมร้องเพลงขณะผู้อื่นร้องทีละคำ หรือทีละประโยคได้
4. เด็กบอกเนื้อเพลงงูินหาง ได้

ตารางผนวกที่ 6 กิจกรรมแผนที่ 5

กิจกรรมของครู	กิจกรรมของนักเรียน
<u>ขั้นนำ</u> ครูทนายปริศนา “ชื่อเหมือนสัตว์ เป็นตัวอักษรไทย เด็กและผู้ใหญ่นำมาเล่นกลางแจ้ง” ครูให้เด็กเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับการเล่น ให้เด็กแสดงท่าทางการเล่นงูกินหาง <u>ขั้นสอน</u> 1. ครูร้องเพลงงูกินหางทีละวรรค 2. ครูสาธิตการเล่นประกอบการร้องเพลงงูกินหาง 3. ครูอธิบายเนื้อเพลง และสนทนาเกี่ยวกับการเล่นงูกินหาง 4. ครูนำเด็กลงไปที่สนามกลางแจ้งที่เด็กสามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างอิสระ 5. ครูอาสาสมัครผู้เล่น ครูอธิบายการเล่น และทดลองเล่นตามลำดับ 6. ครูเป็นผู้นำการเล่น และให้เด็กเล่นอย่างอิสระ <u>ขั้นสรุป</u> ครูและเด็กสรุปการเรียนรู้ร่วมกัน	เด็กตอบคำถาม และแสดงท่าทางตามข้อตกลง ประมาณ 5-10 นาที 1. เด็กฟัง และร้องเพลงงูกินหางตามครู 2. เด็กสังเกตการเล่น และร้องเพลงงูกินหาง - 3. เด็กสนทนาในสิ่งที่สนใจและอยากเรียนรู้ - 4. เด็กเดินแถวไปที่สนามกลางแจ้ง - 5. อาสาสมัครเด็กเล่นเป็นแม่ งู ลูกงู และพ่อ งู - 6. ให้เด็กเล่นตามข้อตกลง

สื่อ

แผนภูมิเพลงงูินหาง

แมง (ร้อง)	“พ่องูเอ๋ย เอ๋ยพ่องูเอ๋ย ๆ เจ้าไปกินน้ำ ที่ไหน เล่าเอ๋ย เอ๋ยจงเฉลยออกมา ๆ ”
พ่องู (ร้อง)	“ จะไปกินน้ำบ่อหิน ๆ ”
เด็กเล่นเป็นแมง(ร้องพร้อมกัน)	“ฉันบินไป แล้วบินมา”
พ่องู (ร้อง)	“จะกินน้ำบ่อโสก ๆ”
เด็กเล่นเป็นแมง(ร้องพร้อมกัน)	“ฉันโยกไป แล้วโยกมา”
พ่องู (ร้อง)	“ฉันไปกินน้ำบ่อทราย”
แมง (ร้อง)	“ฉันย้ายไปแล้วย้ายมา”
แมง (ร้อง)	“กินหัว หรือว่ากินหาง ๆ”
พ่องู (ร้อง)	“เอ๋ยกินกลางตลอดตัว ๆ”

วิธีการวัดและประเมินผล

การสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมขณะเด็กร้องเพลงและเล่นงูินหาง

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ
2. เด็กได้แสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อน
3. เด็กได้ฝึกทักษะการพูด การร้องเพลง
4. เด็กได้ร้องเพลงประกอบการเล่นกลางแจ้ง
5. เด็กได้ออกกำลังกายกลางแจ้ง

แผนที่ 6

เนื้อหา

ตะลือกต็อกแตกมาซื้อดอกไม้ เป็นการละเล่นพื้นบ้านที่มีบทร้อง ประเภทโต้ตอบ ที่มีคุณค่า ทางกาย คุณค่าทางภาษาพูด ภาษาสื่อสาร การละเล่นชนิดนี้มีชื่อเรียกแตกต่างกันไปตามวัฒนธรรมและภาษาถิ่น เช่น บางท้องถิ่น เรียก “มะลือกต็อกก็อกแก็ก” มาซื้อดอกไม้ ส่วนคำทำยประโยชน์ว่า “มาซื้อดอกไม้” บางครั้งก็ใช้คำอื่นแทน เช่น “ขอมะพร้าวกินหน่อย ยังไม่ได้สอยขอกินอ้อย ยังไม่ได้ปลูก ...เลือกได้เลือกเอา” จากข้อความที่ยกมาเป็นตัวอย่าง ครูผู้สอน และเด็กอาจจะคิดเพิ่มเติมขึ้นเพื่อฝึกการพูดคำใหม่ เป็นการเรียนปนเล่น ให้เด็กได้เรียนรู้อย่างสนุกสนาน ไม่เบื่อ จึงนับได้ว่าการละเล่นพื้นบ้าน เป็นการเรียนรู้อย่างมีคุณค่า และเป็นยุทธวิธี แห่งภูมิปัญญาที่ถ่ายทอดมาสู่คนรุ่นหลังที่ควรรักษาไว้

เพลงตะลือกต็อกแตกมาซื้อดอกไม้

บทร้อง / ทำนอง วารุณีษ์ พันธุ์ศรี

- | | |
|--------------------------------------|--|
| แถวที่ 1(ร้อง) “ ตะลือกต็อกแตก ๆ ๆ ” | แถวที่ 2. “เธอมาทำไมจ๊ะ” |
| แถวที่ 1. “ฉันมาซื้อดอกไม้จ๊ะ” | แถวที่ 2. “ดอกอะไร เล่าเธอ” |
| แถวที่ 1. “ ดอกจำปี ” | แถวที่ 2. “ยังไม่มี” |
| แถวที่ 1. “ดอกจำปา” | แถวที่ 2. “ยังไม่มา” |
| แถวที่ 1. “ ดอกชะบา ” | แถวที่ 2. “ยังไม่มา ไม่มี” |
| แถวที่ 1. “ ดอกกุหลาบ ” | แถวที่ 2. “ยังไม่ทราบเลือกได้เลือกเอา” |

เพลงตะลือกต็อกเต็กมาซื้อดอกไม้

บทร้อง / ทำนอง วารุณีย์ พันธุ์ศรี

ตะ ลือก ต็อก เต็ก ตะ ลือก ต็อก เต็ก ตะ ลือก ต็อก เต็ก เธอ มา ทำ ไม

6 จะ ฉัน มา ซื้อ ดอก ไม จะ ดอก อะ ไร เล่า เธอ

10 ดอก จำ ปี ยัง ไม่ มี ดอก จำ ปา ยัง ไม่ มา

14 ดอก ชะ บา ยัง ไม่ มา ไม่ มี ดอก ฤ หลาบ

18 ยัง ไม่ หลาบ เลือก ได้ เลือก เอา

จุดประสงค์

1. เด็กฟังเพลงและเคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ
2. เด็กแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อนได้
3. เด็กร่วมร้องเพลงขณะผู้อื่นร้องทีละคำ หรือทีละประโยคได้
4. เด็กบอกเนื้อเพลงตะลือกต็อกเต็กมาซื้อดอกไม้ได้

ตารางผนวกที่ 7 กิจกรรมแผนที่ 6

กิจกรรมของครู	กิจกรรมของนักเรียน
<u>ขั้นนำ</u> ครูทนายปริศนา “เป็นดอกไม้ มีหลายสี กลิ่นหอมดีใบหยัก ๆมอบให้แทนความรัก ใครรู้จักช่วยบอกที ว่าดอกไม้นี้มีชื่ออะไร” <u>ขั้นสอน</u> 1. ครูร้องเพลงที่ละวรรค 2. ครูอธิบายเกี่ยวกับดอกไม้ที่กล่าวถึงในเนื้อเพลง และให้เด็กบอกชื่อดอกไม้อื่น ๆ ที่มีความคล้องจอง และสามารถร้องเล่นโต้ตอบกันได้บ้าง 3. ครูนำเด็กไปที่สนามกลางแจ้ง หรือที่โล่งแจ้ง 4. ครูแบ่งเด็กออกเป็น 2 ฝ่าย (ผู้ถาม - ผู้ตอบ) เด็กร้องเพลงโต้ตอบกันจนถึงวรรคสุดท้าย “ยังไม่ทราบ เลือกได้ เลือกเอา” เมื่อร้องจบ ให้วิ่งหนีอีกฝ่ายหนึ่งวิ่งไล่จับ เมื่อได้ชัยชนะอนุญาตให้นักหวัดให้หยุดเล่น ครูเปลี่ยนบทบาทผู้เล่นและเริ่มต้นเล่นใหม่ 5. ครูเป็นผู้นำการเล่น และให้เด็กเล่นอย่างอิสระ โดยมีครูดูแลอย่างใกล้ชิด <u>ขั้นสรุป</u> ครูและเด็กสรุปการเรียนรู้ร่วมกัน	เด็กตอบคำถามและอบอุ่นร่างกายประมาณ 5-10 นาที 1. เด็กร้องเพลงตามครูทีละวรรค 2. เด็กสนทนาซักถามในสิ่งที่สนใจและอยากเรียนรู้ - - 3. เด็กไปที่สนาม และเล่นตามข้อตกลงจนหมดเวลาการเล่น 4. ทำความสะอาดร่างกายและเดินแถวกลับชั้นเรียน

สื่อ

แผนภูมิเพลงตะลือกต็อกแต็กมาซื้อดอกไม้

แถวที่ 1 (ร้อง) “ตะลือกต็อกแต็ก ๆ ” แถวที่ 2. “เธอมาทำไมจ๊ะ”

แถวที่ 1. “ฉันมาซื้อดอกไม้จ๊ะ” แถวที่ 2. “ดอกอะไร เล่าเธอ”

แถวที่ 1. “ ดอกจำปี ” แถวที่ 2. “ยังไม่มี”

แถวที่ 1. “ดอกจำปา” แถวที่ 2. “ยังไม่มีมา”

แถวที่ 1. “ ดอกชะบา ” แถวที่ 2. “ยังไม่มีมา ไม่มี”

แถวที่ 1. “ ดอกกุหลาบ ” แถวที่ 2. “ยังไม่ทราบเลือกได้เลือกเอา”

วิธีการวัดและประเมินผล

การสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมขณะเด็กร้องเพลงและเล่นตะลือกต็อกแต็กมาซื้อดอกไม้

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ
2. เด็กได้แสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อน
3. เด็กได้ฝึกทักษะการพูด การร้องเพลง
4. เด็กได้ร้องเพลงประกอบการเล่นกลางแจ้ง
5. เด็กได้ออกกำลังกายกลางแจ้ง

กิจกรรมเสนอแนะ

1. เปิดโอกาสให้เด็กฝึกร้อง ลองผิด ลองถูก ลองแก้ปัญหาในการร้องเพลง และการเล่น
2. ควรฝึกซ้ำหลาย ๆ เที้ยว เพื่อให้เกิดความเข้าใจเนื้อร้อง ทำนอง และจังหวะเพลง
3. กิจกรรมการร้องเพลง เป็นกิจกรรมที่ไม่ปรากฏในตารางกิจกรรมประจำวัน ครูควรมีวิธีการปฏิบัติในการสอนร้องเพลงสำหรับเด็กปฐมวัย ดังนี้

- สนทนาเกี่ยวกับสาระของเพลง หรืออาจจะใช้ภาพประกอบ
 - ครูพูดคำคล้องจองของบทเพลงที่ละวรรค และให้เด็กพูดตาม ต่อจากนั้นครูร้องเพลงให้เด็กฟัง 1 เที่ยว
 - ครูอธิบายความหมายของคำ และให้เด็กพูดตามให้ถูกต้องชัดเจนตามอักขรวิธี
 - ครูร้องทำนองพร้อมเนื้อร้องให้เด็กฟัง เด็กร้องตามครูทีละวรรค
 - ทำท่าทางเคลื่อนไหวประกอบการร้อง
 - ให้เด็กผลัดเปลี่ยนกันร้อง หรือแสดงนำเพื่อน ๆ (ธวัชชัย นาควงศ์, 2543)
4. กิจกรรมการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานที่ครูจัดให้เด็ก ในชั้นนำเข้าสู่บทเรียน ครูควรเปลี่ยนกิจกรรมให้เด็กได้เล่นอย่างหลากหลาย และควรเปลี่ยนกิจกรรมใหม่ ๆ ให้เด็กในแต่ละวัน
5. การจัดกิจกรรมในชั้น นำเข้าสู่บทเรียน และการเคลื่อนไหวพื้นฐาน ควรอยู่ในระหว่างเวลา 5-10 นาที
6. การจัดกิจกรรมเพื่อให้ร่างกายมีความพร้อมที่จะเล่น ขณะพาเด็กลงไปเล่นกลางแจ้งควรใช้เวลาประมาณ 5-10 นาที
7. เมื่อหยุดเล่นควรให้เด็คนั่งพัก และทำความสะอาดร่างกายก่อนขึ้นชั้นเรียนทุกครั้ง

วิธีการทดลอง

สัปดาห์ที่ 1 ใช้เวลาเรียน 3 คาบ คาบละ 40 นาที

ผู้วิจัยทำการทดลองโดยใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ด้วย เพลงโพงพางในชั้นเรียนคาบที่ 1 เวลา 40 นาที ดังนี้

วันที่ 1 คาบที่ 1 (วันที่ 25 มิถุนายน 2550)



ภาพผนวกที่ 1 แสดงทำนักรูปเกือกม้า

1. ให้เด็กลำเป็นรูปเกือกม้า เพื่อให้สามารถมองเห็นอย่างทั่วถึง
2. ครูให้เด็กสังเกตแผนภูมิเพลง ครูอธิบายความหมายของเพลงโพงพาง
3. ครูร้องเพลงโพงพางทีละ 1 บรรทัด และให้เด็กร้องตาม

4. ครูและเด็กร้องเพลงโพงพางจนจบเนื้อร้อง และร้องเพลงโพงพางซ้ำอีก 1 - 2 เที่ยว
5. เมื่อเด็กร้องเพลงโพงพาง และจำเนื้อเพลงได้ทั้งหมด ครูให้เด็ก ๆ ลุกขึ้นยืน จับมือกันเป็นวงกลมพร้อมกับร้องเพลงและเดินเป็นวงกลมไปรอบ ๆ
6. เมื่อร้องเพลงโพงพางจบให้เด็กทุกคนนั่งลง
7. ครูอาสาสมัครผู้เล่นประกอบการร้องเพลงโพงพาง และสมมติตัวผู้เล่นเป็นปลาตาบอด หนีลอดเข้ามาในโพงพาง (ให้ยืนอยู่ในวงกลม)
8. ครูให้เด็ก ๆ ทุกคนร้องเพลงวรรคสุดท้ายพร้อมกันดัง ๆ “ปลาเป็น หรือว่า ปลาตาย”
9. ครูใช้ผ้าปิดตาเด็กที่เล่นเป็นปลาตาบอด และให้ร้องตอบกับเพื่อนๆ ที่นั่งล้อมเป็นวงกลมว่า “ปลาเป็น หรือ ปลาตาย” ให้ผู้ร้องเลือกเอาอย่างใดอย่างหนึ่ง
10. ถ้าผู้เล่นเป็นปลาตาบอดตอบว่า “ปลาตาย” ให้เพื่อนที่นั่งเป็นวงกลมหยุดนั่งอยู่กับที่ ถ้าผู้เล่นเป็นปลาตอบว่า “ปลาเป็น” ให้เพื่อนที่นั่งเป็นวงกลมขยับที่นั่งได้
11. ให้ผู้เล่นเป็นปลาตาบอดเดินไปคลำทาย ชื่อเพื่อน ๆ ที่นั่งเป็นวงกลมนั้น ถ้าจับใครได้ และทายชื่อเพื่อนถูกให้เปลี่ยนผู้อื่นเล่นแทน
12. เมื่อเริ่มเล่นใหม่ทุกครั้ง ให้เด็กทุกคนลุกขึ้นและร้องเพลง ทำเหมือนครั้งแรก ทุกประการ

วันที่ 2 และวันที่ 3 คาบที่ 2, 3 (วันที่ 27, 29 มิถุนายน 2550)

ในวันที่ 2 และวันที่ 3 ครูสนทนาทักทายเด็ก และทบทวนความรู้เดิมในชั้นเรียนใช้เวลาประมาณ 3-5 นาที แล้วให้เด็กจัดแถวเตรียมออกไปเล่นนอกห้องเรียน (สนามกลางแจ้ง)



ภาพผนวกที่ 2 แสดงการเล่นโพงพางในชั้นเรียน

ครูพาเด็กไปที่สนามกลางแจ้ง ให้เด็กอบอุ่นร่างกายโดยร้องเพลงโพงพางและเดินเป็นวงกลมไปรอบ ๆ เมื่อเด็กทุกคนพร้อมที่จะเล่นครูให้เด็กเล่นเช่นเดียวกับการทดลองเล่นในชั้นเรียน วันที่ 1 ครูสังเกตการเล่นและกระตุ้นให้เด็กได้เล่นอย่างทั่วถึงทุกคน เด็กเล่นได้ประมาณ 20-25 นาที และสังเกตเห็นว่าเด็กเริ่มเหนื่อย ครูให้หยุดเล่น และนั่งพักผ่อนได้ หรือถ้าใครยังไม่เหนื่อยให้เล่นต่อไป เมื่อหมดเวลา ครูให้เด็กทำความสะอาดร่างกาย และเตรียมตัวขึ้นชั้นเรียน

การวัดและประเมินผล

1. สังเกตการร้องเพลงและการเคลื่อนไหวร่างกาย
2. สังเกตการแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทจากการเล่นโพงพาง
3. สังเกตการร้องเพลงขณะเล่นกลางแจ้ง หรือการบอกเล่าการเล่นและการร้องเพลงได้

ประโยชน์ที่เด็กได้รับ

เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกาย โดยเฉพาะกล้ามเนื้อแขน-ขาโดยการเดินเป็นวงกลมขณะร้องเพลงในชั้นอบอุ่นร่างกาย และการเริ่มเล่นใหม่ทุกครั้ง การเดินรอบ คิดเป็นระยะทางไม่ต่ำกว่า 10 เมตร โดยประมาณจาก 1 ช่วงแขนของเด็ก 30 คน เด็กได้ความแข็งแรง ความทนทานของกล้ามเนื้อ แขน-ขา ได้ความยืดหยุ่น ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ บริเวณท้อง และหลังจากการลุก-นั่ง

วิธีการทดลอง

สัปดาห์ที่ 2 ใช้เวลาเรียน 3 คาบ คาบละ 40 นาที

ผู้วิจัยทำการทดลองโดยใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ด้วย เพลงมอญซ่อนผ้า

วันที่ 1 คาบที่ 1 (วันที่ 2 กรกฎาคม 2550)

1. เด็กนั่งเป็นรูปเกือกม้า เหมือนสัปดาห์ที่ 1 วันที่ 1 เพื่อให้สามารถมองเห็นอย่างทั่วถึง
2. ครูและเด็กร้องเพลงมอญซ่อนผ้า ที่ละวรรคจนจบ 2-3 เที่ยว เพื่อให้เด็กจำเนื้อร้องและร้องเพลงได้
3. เมื่อเด็กร้องเพลงได้แล้ว ครูอธิบายวิธีการเล่นมอญซ่อนผ้า
4. ครูอาสาสมัครผู้เล่นเป็นมอญ และคนที่เหลือนั่งล้อมกันเป็นวงกลม
5. เพื่อนทุกคนร่วมกันร้องเพลงมอญซ่อนผ้า คนที่เล่นเป็นมอญให้เดินไปรอบ ๆ

วงกลม

6. ในการร้องเพลงแต่ละครั้งไม่จำเป็นต้องร้องเพลงจนจบเนื้อร้องทั้งหมด เด็กอาจจะร้องเฉพาะในตอนแรก หรือตอนใดตอนหนึ่งก็ได้
 7. เมื่อคนที่เล่นเป็นมอญสังเกตเห็นเพื่อนคนใด คนหนึ่งเผลอในขณะที่ร้องเพลง ให้วางผ้าไว้ข้างหลังเพื่อนคนนั้น แล้วให้รับวงหนี
 8. คนที่ถูกวางผ้าไว้ข้างหลัง ให้รับหีบผ้าแล้วลุกขึ้นวิ่งไล่ตีมอญให้ได้ ถ้าไล่ตีมอญได้ให้คนเป็นมอญเล่นเป็นมอญอีกครั้ง
 9. ถ้าคนเป็นมอญวิ่งหนีไปนั่งแทนที่ได้ ให้ถือว่าคนที่ไล่มอญไม่ทันนั้นต้องเป็นมอญต่อไป
 10. เมื่อเล่นจบเกม 1 ครั้ง ให้เริ่มต้นใหม่ด้วยการร้องเพลงมอญซ่อนผ้า เหมือนครั้งแรก
- วันที่ 2 และวันที่ 3 คาบที่ 2, 3 (วันที่ 4 - 6 กรกฎาคม 2550)



ภาพผนวกที่ 3 แสดงการเล่นมอญซ่อนผ้า

ครูพาเด็กไปที่สนามกลางแจ้งให้เด็กนั่งเป็นวงกลม และสนทนากับเด็กเกี่ยวกับการเล่นมอญซ่อนผ้า แล้วให้เด็กอบอุ่นร่างกายก่อนเล่น 5-10 นาที โดยการนั่งเป็นวงกลมก้มตัวไปข้างหน้า ใช้มือทั้ง 2 ข้าง จับที่ปลายเท้าแล้วนับ 10 ยึดตัวให้ตรงและทำสลับในท่าเดิม เมื่อเด็กทุกคนพร้อมที่จะเล่น ครูเป็นผู้นำการเล่น และดำเนินการเล่นตามขั้นตอน เหมือนการทดลองเล่นในชั้นเรียน โดยไม่ต้องสาธิตซ้ำเพื่อไม่ให้เสียเวลาในการเล่นของเด็กๆ ครูคอยกระตุ้นให้เด็กได้เล่นทุกคนอย่างทั่วถึง เมื่อเล่นได้ 20-25 นาที เมื่อสังเกตเห็นว่าเด็กเหนื่อยครูอนุญาตให้เด็กออกจากการเล่นไปนั่งพักได้หมดเวลาการเล่นครูให้เด็กทำความสะอาดร่างกาย และเดินแถวขึ้นชั้นเรียนพร้อมกัน

การวัดและประเมินผล

การสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมของเด็กโดยใช้แบบบันทึกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ดังนี้

1. สังเกตการร้องเพลงและการเคลื่อนไหวร่างกาย
2. สังเกตการแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทการเล่นมอญซ่อนผ้า
3. สังเกตการร่วมร้องเพลงขณะผู้อื่นร้องทีละคำ หรือทีละประโยค
4. สังเกตการเล่า หรือบอกเนื้อเพลงมอญซ่อนผ้า

ประโยชน์ที่เด็กได้รับ

1. เด็กได้เคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกาย โดยเฉพาะกล้ามเนื้อแขน-ขาโดยการวิ่งรอบวงกลมขณะเล่นมอญซ่อนผ้า การวิ่ง 1 รอบ คิดเป็นระยะทางประมาณ 9 - 10 เมตร โดยประมาณจาก 1 ช่วงไหล่ของเด็ก 1 คน (เด็กนั่งเป็นวงกลมทั้งสิ้น 30 คน เท่ากับจำนวนเด็กในชั้นเรียน) เด็กได้ความแข็งแรง ความทนทานของกล้ามเนื้อมัดใหญ่ โดยเฉพาะกล้ามเนื้อขา
2. เด็กได้พัฒนากล้ามเนื้อบริเวณส่วนกลางลำตัว ได้แก่ บริเวณท้อง และหลังจากการลุก-นั่งทำให้กล้ามเนื้อมีความยืดหยุ่น และมีความอ่อนตัว

วิธีการทดลอง

สัปดาห์ที่ 3 ใช้เวลาเรียน 3 คาบ คาบละ 40 นาที

ผู้วิจัยได้ทดลองโดยใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านด้วย เพลงกระรอกเข้าโพรง

วันที่ 1 คาบที่ 1 (วันที่ 9 กรกฎาคม 2550)

1. ครูให้เด็กนั่งเป็นรูปเกือกม้าเหมือนสัปดาห์ที่ 1 วันที่ 1
2. ครูและเด็กร้องเพลงกระรอกเข้าโพรง 2-3 เที่ยว
3. เมื่อสังเกตได้ว่าเด็กจำเนื้อเพลง และร้องเพลงกระรอกเข้าโพรงได้
4. ครูอาสาสมัครผู้เล่น 3 คน และสาธิตการเล่นกระรอกเข้าโพรง
5. ผู้เล่น 2 คน จับมือเป็นโพรงชูมือขึ้นเหนือศีรษะ ผู้เล่นที่เหลือ 1 คน สมมติให้เป็นกระรอกเข้าไปอยู่ในโพรง
6. เมื่อเด็กเข้าใจการเล่น ครูให้เด็กทุกคนทดลองเล่นกระรอกเข้าโพรงในชั้นเรียน
7. เริ่มต้นโดยการให้เด็กจัดแถวเป็นวงกลม 1 แถว
8. ครูให้เด็กเริ่มต้นนับ 1-3 ไปจนหมดผู้เล่นในแถว
9. ครูให้เด็กจับกลุ่ม 3 คน และให้เด็กตกลงกันในกลุ่มว่า ใครจะเล่นเป็นกระรอก และใครจะเล่นเป็นโพรงกระรอก เมื่อทุกกลุ่มตกลงกันเรียบร้อยแล้ว ให้ทุกคนเข้าแถววงกลมเหมือนเดิม

10. ครูเป็นผู้เริ่มต้นการเล่น โดยให้เด็กทุกคนช่วยกันร้องเพลงและเดินเป็นวงกลมไปรอบ ๆ บริเวณ เมื่อร้องเพลงจบ 1 เที้ยว ให้ทุกคนวิ่งเข้าจับกลุ่ม 3 คน และแสดงบทบาทตามข้อตกลง คือ ผู้เล่น 2 คน จับมือกันเป็นโครงกระดูก อีก 1 คน เล่นเป็นกระดูกเข้าไปอยู่ในโครง

11. การเล่นสิ้นสุดลง เมื่อร้องเพลงจบ 1 เที้ยว และให้เริ่มต้นเล่นใหม่ด้วยวิธีการเดิม

หมายเหตุ

ครูอาจจะเปลี่ยนวิธีการเล่น โดยใช้เสียงนกหวีด เป็นสัญญาณให้ กระดูกเข้าโครงในขณะที่ยังร้องเพลงและเดินเป็นวงกลมนั้น โดยไม่ต้องคำนึงถึงการร้องเพลงให้จบ 1 เที้ยว ก็ได้ เพื่อฝึกความคล่องแคล่วว่องไว และจะทำให้การเล่นสนุกสนานมากขึ้น เมื่อเด็กจับกลุ่มได้ครบ 3 คน ให้นั่งลง (หันหน้าเข้าหากันจับมือกันทำเป็นโครงกระดูก)

วันที่ 2 และวันที่ 3 คาบที่ 2, 3 (วันที่ 11 -13 กรกฎาคม 2550)



ภาพผนวกที่ 4 แสดงการเล่นกระดูกเข้าโครง

ครูพาเด็กเดินแถวไปที่สนามกลางแจ้ง ให้เด็กอบอุ่นร่างกายก่อนการเล่น โดยการร้องเพลง กระรอกเข้าโพรงแล้วเดินเป็นวงกลมไปรอบ ๆ บริเวณ หลังจากนั้นครูให้เด็กจัดแถวเป็นวงกลม และสร้างข้อตกลงก่อนการเล่นร่วมกัน คือ การจับกลุ่มย่อย 3 คน และตกลงกันว่าใครในกลุ่มของตนจะเล่นเป็นอะไร เมื่อเด็กพร้อมที่จะเล่นให้เล่นเหมือนการทดลองเล่นในชั้นเรียนทุกประการ เมื่อสังเกตเห็นว่า เด็กเหนื่อยและเล่นได้ไม่ต่ำกว่า 20 นาที ครูอนุญาตให้หยุดเล่นและนั่งพักผ่อนได้ เมื่อสิ้นสุดการเล่น ครูให้เด็กทำความสะอาดร่างกาย และเดินแถวขึ้นชั้นเรียนพร้อมกัน

การวัดและประเมินผล

การสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมของเด็กโดยใช้แบบบันทึกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ดังนี้

1. สังเกตการร้องเพลงและการเคลื่อนไหวร่างกาย
2. สังเกตการแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทการเล่นเป็นกระรอก และโพรงกระรอก
3. สังเกตการมีส่วนร่วมร้องเพลงขณะเล่น หรือบอกเนื้อเพลงกระรอกเข้าโพรงได้

ประโยชน์ที่เด็กได้รับ

1. เด็กได้เคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกาย โดยเฉพาะกล้ามเนื้อมัดใหญ่ แขน-ขาโดยการวิ่ง และเดินประกอบการร้องเพลงกระรอกเข้าโพรง ขณะเล่น การวิ่ง หรือเดิน 1 รอบ คิดเป็นระยะทางประมาณ 9- 10 เมตร โดยประมาณจาก 1 ช่วงไหล่ของเด็ก เด็กได้ความแข็งแรง ความทนทานของกล้ามเนื้อมัดใหญ่ โดยเฉพาะกล้ามเนื้อแขน - ขา
2. เด็กได้พัฒนากล้ามเนื้อบริเวณส่วนกลางลำตัว ได้แก่ บริเวณท้อง และหลังจากการลุก-นั่งทำให้กล้ามเนื้อมีความยืดหยุ่น และความอ่อนตัว
3. เด็กได้พัฒนาความคล่องแคล่วว่องไว

วิธีการทดลอง

สัปดาห์ที่ 4 ใช้เวลาเรียน 3 คาบ คาบละ 40 นาที

ผู้วิจัยได้ทดลองโดยใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านด้วย เพลงรีรีข้าวสาร

วันที่ 1 คาบที่ 1 (วันที่ 16 กรกฎาคม 2550)

1. เด็กนั่งเป็นรูปเกือกม้าเหมือนสัปดาห์ที่ 1 วันที่ 1
2. ครูแสดงแผนภูมิเพลงรีรีข้าวสารและสอนให้เด็กร้องเพลงรีรีข้าวสารที่ละวรรคจนจบ 1 เที้ยว
3. ครูสอนให้เด็กร้องเพลง โดยใช้วิธีการร้องแบบสลับไล่ 2-3 เที้ยว เมื่อเด็กจำเนื้อร้องและร้องเพลงได้ ครูจึงดำเนินการขั้นต่อไป
4. ครูอาสาสมัครผู้เล่นรีรีข้าวสาร ครูสาธิตการเล่นและอธิบายว่า “เด็กทุกคนต้องร้องเพลงให้จบวรรคที่ 1 ก่อน จึงให้ผู้เล่นลวดไป 1 ครั้ง”
5. เมื่อร้องเพลงจบวรรคที่ 2 ผู้เล่นลวดไปได้อีก 1 ครั้ง
6. ร้องเพลงจบแต่ละวรรค ให้ลวดไป 1 ครั้ง จนถึงวรรคสุดท้ายด้วยคำว่า “พานเอาคนข้างหลังไว้” ผู้เล่นเป็นขุมจึงลดแขนลงมากันเพื่อนคนสุดท้ายเอาไว้
7. เมื่อเด็กเข้าใจวิธีเล่น ครูให้ทดลองเล่นในห้องเรียน โดยสลับเปลี่ยนบทบาทกันเล่น เพื่อให้ผู้ที่ต้องการทดลองเล่นให้ได้เล่นอย่างทั่วถึง

วันที่ 2 และวันที่ 3 คาบที่ 2, 3 (วันที่ 18-20 กรกฎาคม 2550)



ภาพผนวกที่ 5 แสดงการเล่นรี้ข้าวสาร

ครูพาเด็กไปที่สนามกลางแจ้ง ให้เด็กร้องเพลงรี้ข้าวสาร และวิ่งเหยาะ ๆ ไปรอบบริเวณ 1 รอบ ครูแบ่งกลุ่มย่อย 10 คน ให้เด็กเล่นทีละกลุ่มโดยมีครูดูแลการเล่นอย่างใกล้ชิด เมื่อเห็นว่าเด็กทุกคนเล่นได้เต็มขีดความสามารถแล้ว เด็กอาจจะหยุดเล่น หรือเริ่มต้นเล่นใหม่อีกครั้งได้ตามความต้องการ เมื่อหมดเวลาการเล่น ให้เด็กทำความสะอาดร่างกาย และเดินแถวขึ้นชั้นเรียน

การวัดและประเมินผล

การสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมของเด็กโดยใช้แบบบันทึก ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ดังนี้

1. สังเกตการร้องเพลงและการเคลื่อนไหวร่างกาย
2. สังเกตการแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทการเล่นรี้ข้าวสาร
3. สังเกตการมีส่วนร่วมร้องเพลงขณะเล่น หรือบอกเนื้อเพลงรี้ข้าวสารได้

ประโยชน์ที่เด็กได้รับ

1. เด็กได้เคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกาย โดยเฉพาะกล้ามเนื้อแขน-ขาโดยการวิ่งเหยาะ ๆ รอบบริเวณ คิดเป็นระยะทางประมาณไม่ต่ำกว่า 50 เมตร โดยประมาณจากบริเวณสนามโดยรอบ คือ ความกว้างของสนามทั้งสองด้านเท่ากับ 10 เมตร และความยาวของสนามสองด้านเท่ากับ 40 เมตร เด็กได้ความแข็งแรง ความทนทานของกล้ามเนื้อมากขึ้น โดยเฉพาะกล้ามเนื้อขา
2. เด็กได้พัฒนากล้ามเนื้อบริเวณส่วนกลางลำตัว ได้แก่ บริเวณท้อง และหลังจากการก้มการลอดซุ้ม ทำให้กล้ามเนื้อมีความยืดหยุ่น ความทนทาน และความอ่อนตัว

วิธีการทดลอง

สัปดาห์ที่ 5 ใช้เวลาเรียน 3 คาบ คาบละ 40 นาที

ผู้วิจัยได้ทดลองโดยการใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน ด้วยเพลงงูกินหาง

วันที่ 1 คาบที่ 1 (วันที่ 23 กรกฎาคม 2550)

1. เด็กนั่งเป็นรูปเกือกม้าเหมือนสัปดาห์ที่ 1 วันที่ 1
2. ครูสอนให้เด็กร้องเพลงงูกินหางที่ละวรรค ให้จบ 1 เที้ยว
3. ครูแบ่งผู้เรียนออกเป็น 2 ฝ่าย แล้วสอนให้เด็กร้องเพลงแบบโต้ตอบ 2-3 เที้ยว
4. เมื่อครูสังเกตเห็นว่าเด็กจำเนื้อเพลงงูกินหาง และร้องเพลงได้
5. ครูอาสาสมัครผู้เล่น และอธิบายการเล่นงูกินหาง

6. สมมติให้ผู้เล่นคนที่ 1 เป็นพ่อ ผู้ที่อาสาเล่นที่เหลือ เป็นแม่ และลูก

พ่อและแม่ยืนหันหน้าเข้าหากัน ผู้เล่นเป็นลูก ยืนต่อแถวเกาะเอวแม่ไว้

7. ส่วนคนที่เหลือช่วยกันร้องเพลง ผู้เล่นเป็นแม่ และลูกแสดงท่าโยกตัวไป-มา แสดงท่าบิน โดยสมมติบทบาทตามบทร้อง เมื่อร้องเพลงมาถึงวรรคสุดท้ายด้วยคำว่า “กินหัวหรือว่ากินหาง เอ้กินกลางตลอดตัว” ให้พ่อวิ่งไล่จับกินลูก ส่วนแม่ให้กางแขนออกปกป้องลูกเอาไว้ไม่ให้พ่อจับได้ เมื่อสังเกตเห็นว่าผู้เล่นเหนื่อย ครูสามารถยุติการเล่น และเปลี่ยนผู้เล่นคนใหม่ได้ตามความเหมาะสม และตามความต้องการของเด็ก ๆ ได้ตลอดเวลา

วันที่ 2 และวันที่ 3 คาบที่ 2, 3 (วันที่ 25 -27 กรกฎาคม 2550)



ภาพผนวกที่ 6 แสดงการเล่นงูกินหาง

ครูพาเด็กไปที่สนามกลางแจ้ง เด็กอบอุ่นร่างกายโดยการร้องเพลงงูกินหาง และแสดงท่าผู้นำผู้ตามประกอบเพลง ประมาณ 3-5 นาที แล้วครูแบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละ 15 คน และให้เด็กเล่นทีละกลุ่มตามข้อตกลง คือ เล่นเป็นพ่อ แม่ ลูก และคนที่รอคอยการเล่นให้ช่วยร้องเพลง ครูให้เด็กเล่นและสังเกตการเล่นอย่างใกล้ชิด ครูสับเปลี่ยนการเล่นของผู้เล่นทั้ง 2 กลุ่ม ตามความเหมาะสม เมื่อให้เด็กเล่นจนครบทุกคนแล้วครูอนุญาตให้เด็ก ๆ เข้ากลุ่มเล่นตามความสมัครใจ หรือถ้าใครเหนื่อยให้นั่งพักได้ เมื่อหมดเวลาการเล่นเด็กทำความสะอาดร่างกาย และเดินแถวกลับชั้นเรียน

การวัดและประเมินผล

การสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมของเด็กโดยใช้แบบบันทึก ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ดังนี้

1. สังเกตการร้องเพลงและการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ
2. สังเกตการแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทตามข้อตกลงของครูและเพื่อน
3. สังเกตการร่วมร้องเพลงขณะเล่นกลางแจ้ง
4. สังเกตการเล่า หรือบอกเนื้อเพลงงูินหาง

ประโยชน์ที่เด็กได้รับ

1. เด็กได้เคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกาย โดยเฉพาะกล้ามเนื้อแขน-ขาโดยการแสดงท่าผู้นำ-ผู้ตามประกอบการร้องเพลงงูินหาง เด็กได้ความแข็งแรง ความทนทานของกล้ามเนื้อ มัดใหญ่ โดยเฉพาะกล้ามเนื้อแขน-ขา
2. เด็กได้พัฒนากล้ามเนื้อบริเวณส่วนกลางลำตัว ได้แก่ บริเวณท้อง และหลัง จากการก้มตัว การเล่น ทำให้กล้ามเนื้อมีความยืดหยุ่น ความอ่อนตัว และความคล่องแคล่วว่องไว

วิธีการทดลอง

สัปดาห์ที่ 6 ใช้เวลาเรียน 3 คาบ คาบละ 40 นาที

ผู้วิจัยได้ทดลองโดยใช้แผนการสอนการใช้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้านด้วยเพลงตะลือกต็อกเด็กมาซื้อดอกไม้

วันที่ 1 คาบที่ 1(วันที่ 30 กรกฎาคม 2550)

1. เด็กนั่งเป็นรูปเกือกม้าเหมือนสัปดาห์ที่ 1 วันที่ 1
2. ครูสอนเด็กร้องเพลงตะลือกต็อกเด็กมาซื้อดอกไม้ที่ละวรรคจนจบ 1 เที้ยว

3. ครูแบ่งผู้เล่นเป็น 2 ฝ่าย ครูสอนให้เด็กร้องเพลงแบบโต้ตอบ 2-3 เที่ยว
4. เมื่อสังเกตเห็นว่าเด็กจำเนื้อร้อง และร้องเพลงตะลือกตุ๊กเด็กมาซื้อดอกไม้ได้
5. ครูอาสาสมัครผู้เล่น 5 คน เล่นบทบาทขายดอกไม้ 1 คน ผู้มาซื้อดอกไม้ 4 คน
6. เด็กที่เหลือช่วยร้องเพลงร่วมกับผู้อาสาสมัครเล่น ตั้งแต่วรรคแรก จนถึง วรรคสุดท้ายด้วยคำว่า "ดอกกุหลาบ ยังไม่ทราบ เลือกได้เลือกเอา" ให้ผู้เล่นเป็นคนซื้อวิ่งไล่จับผู้เล่นที่เล่นเป็นคนขายดอกไม้ ผู้เล่นเป็นคนขายดอกไม้ทั้ง 4 คน ต้องวิ่งหนีไม่ให้จับได้

หมายเหตุ

การเล่นชนิดนี้ต้องการพื้นที่โล่งกว้างสำหรับการวิ่งมากกว่าการเล่นชนิดอื่น ๆ ใน ที่ผู้วิจัยนำมาทดลอง การเล่นในห้องเรียนจึงไม่ค่อยเหมาะสม เพราะเด็กอาจจะวิ่งชน ตู้ โต๊ะ และสิ่งของอื่น ๆ ในห้องเรียน ได้

วันที่ 2 และวันที่ 3 คาบที่ 2, 3 (วันที่ 1 - 3 สิงหาคม 2550)



ภาพผนวกที่ 7 แสดงการเล่นตะลือกต็อกเด็กมาซื้อดอกไม้

ครูพาเด็กไปที่สนามกลางแจ้ง ให้เด็กอบอุ่นร่างกายโดยการวิ่งเหยาะ ๆ อยู่กับที่ ครูแบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละ 5-8 คน และให้เล่นทีละกลุ่มเนื่องจากมีพื้นที่บริเวณสนามจำกัด เด็กที่เหลือช่วยกันร้องเพลง เมื่อเด็กได้เล่นจนครบทุกคน ครูอนุญาตให้เด็กเลือกกลุ่มเล่นด้วยความสมัครใจ โดยครูคอยดูแลและสังเกตการเล่นอย่างใกล้ชิด เมื่อหมดเวลาให้เด็กทำความสะอาดร่างกายเดินแถวขึ้นชั้นเรียน

การวัดและประเมินผล

สังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมของเด็กโดยใช้แบบบันทึก ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ดังนี้

1. สังเกตการร้องเพลงและการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ
2. สังเกตการแสดงท่าทาง หรือสมมติบทบาทการเล่นตะลือกต็อกเด็กมาซื้อดอกไม้
3. สังเกตการร้องเพลงขณะเล่น หรือบอกเนื้อเพลงตะลือกต็อกเด็กมาซื้อดอกไม้ได้

ประโยชน์ที่เด็กได้รับ

เด็กได้เคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกาย โดยเฉพาะกล้ามเนื้อแขน-ขา โดยการวิ่งเหยาะๆ อยู่
กับที่ การวิ่งไล่จับ ได้ความแข็งแรง ความทนทานของกล้ามเนื้อขา และความคล่องแคล่วว่องไว ได้
ฝึกการทรงตัว และ การวิ่งกลับตัว

ภาคผนวก ข

แบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กปฐมวัย ของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

(Kasetsart Motor Fitness Test)



ภาพผนวกที่ 8 นั่งงอตัวไปข้างหน้า

วัตถุประสงค์	วัดความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อหลัง
อุปกรณ์	กล่องวัดระยะเป็นเซนติเมตร ขนาดกว้าง x ยาว x สูง (30x30x30) หรือ เครื่องมือที่ใช้แทนกันได้
วิธีการดำเนินการ	ให้ผู้เข้ารับการทดสอบถอดรองเท้า นั่งราบกับพื้นขาเหยียดตรงเท้าทั้งสอง ชิดกันให้ฝ่าเท้ายันกับกล่องวัดระยะและตั้งฉากกับพื้น จากนั้นให้ผู้เข้ารับ การทดสอบเหยียดแขนไปข้างหน้า โดยปลายนิ้วมือทั้งสองข้างอยู่ใน ระดับเดียวกันและโน้มตัวไปข้างหน้า ใช้ปลายนิ้วมือแตะที่ท่อนไม้แล้ว ค่อย ๆ ผลักไปด้านหน้าให้ไกลที่สุดเท่าที่จะสามารถปฏิบัติได้ และค้างไว้ 1 วินาที ในขณะที่ผู้เข้ารับการทดสอบโน้มตัวไปข้างหน้า ให้ผู้ทดสอบ วางมือลงบนเข่าทั้งสองของผู้รับการทดสอบ เพื่อให้ขาเหยียดตรง ตลอดเวลาที่ทำการทดสอบ ห้ดำเนินการทดสอบ 2 ครั้ง (ปฏิบัติติดต่อกัน)
การบันทึกผล	บันทึกคะแนนเป็นเซนติเมตร ถ้าปลายมือเหยียดเลยปลายเท้าให้บันทึกค่า เป็นบวก (+) ถ้าปลายมือเหยียดไม่ถึงปลายเท้าให้บันทึกค่าเป็นลบ (-) ทดสอบและบันทึกผลทั้ง 2 ครั้ง ไม่มีจุดทศนิยมนำผลครั้งที่ได้ระยะ ทางไกลที่สุดเป็นผลของการทดสอบ

หมายเหตุ เน้นให้ผู้เข้ารับการทดสอบจัดนิ้วมือให้อยู่ในระดับเดียวกัน นิ้วทุกนิ้วตลอดนิ้วหัวแม่มือ
จะต้องเหยียดตรง ขาทั้งสองข้างอยู่ในลักษณะเหยียดตรง



ภาพผนวกที่ 9 ลุก-นั่ง 30 วินาที

วัตถุประสงค์

1. วัดความแข็งแรงของกล้ามเนื้อท้อง
2. วัดความอดทนของกล้ามเนื้อท้อง

อุปกรณ์

1. เบาะ
2. นาฬิกาจับเวลา 1/100 วินาที

วิธีดำเนินการ

ให้ผู้เข้ารับการทดสอบนอนหงาย ขาทั้งสองงอเป็นมุมฉาก เท้าทั้งสองวางห่างกันประมาณ 1 ช่วงไหล่ มือประสานกันที่ท้ายทอย ให้ผู้ช่วย (ผู้ใหญ่) ในการทดสอบคุกเข่าอยู่ปลายเท้าของผู้เข้ารับการทดสอบ และเอา มือทั้งสองจับที่ข้อเท้าของผู้เข้ารับการทดสอบ โดยใช้ฝ่าเท้าของผู้เข้ารับการทดสอบวางราบกับพื้น เมื่อได้ยินสัญญาณ “เริ่ม” ให้ผู้เข้ารับการทดสอบยกลำตัวขึ้นไปสู่ท่านั่งพร้อมกับก้มศีรษะและข้อศอก 2 ข้างสอดเข้าไประหว่างเข่าทั้งสอง แล้วนอนลงกลับไปสู่ท่าเริ่มต้น ทำเช่นนี้ติดต่อกันให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุดในเวลา 30 วินาที

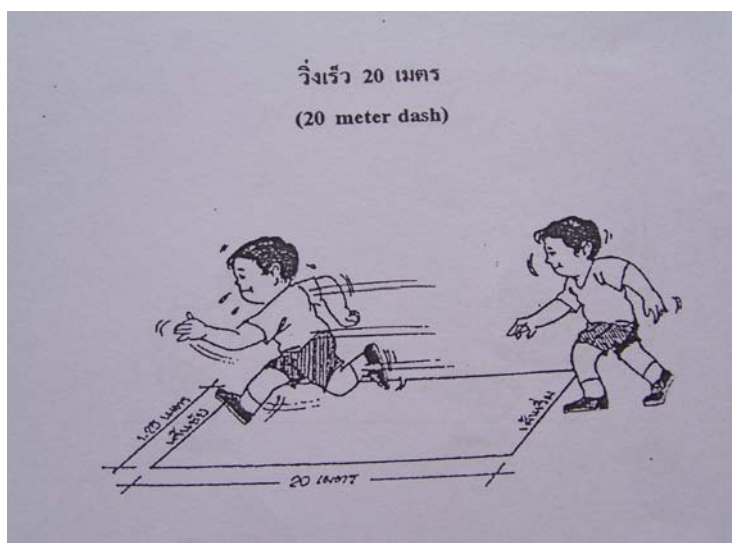
การบันทึกผล

บันทึกจำนวนครั้งที่ถูกต้องในเวลา 30 วินาที

หมายเหตุ

ไม่นับจำนวนครั้งในกรณีต่อไปนี้

1. มือหลุดออกจากบริเวณท้ายทอย
2. ใช้แขนหรือศอกยันพื้นเพื่อช่วยในการยกลำตัวขึ้น
3. ศีรษะและข้อศอกไม่อยู่ระหว่างเข่าทั้งสอง



ภาพผนวกที่ 10 วิ่งเร็ว 20 เมตร

วัตถุประสงค์

วัดความเร็ว

อุปกรณ์

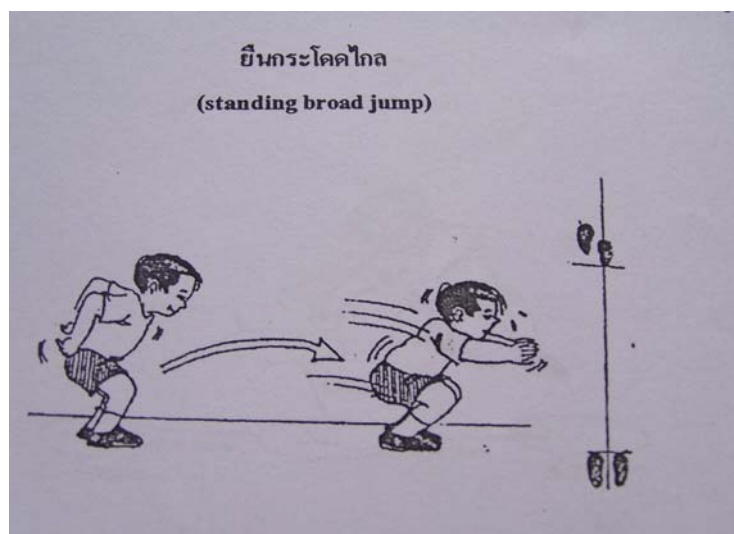
1. นาฬิกาจับเวลา 1/100 วินาที
2. เทปวัดระยะทาง
3. ทางวิ่งระยะ 20 เมตร กว้าง 1.25 เมตร
4. ปูนขาว

วิธีดำเนินการ

เมื่อผู้ทดสอบให้สัญญาณ “เตรียม” ให้ผู้เข้ารับการทดสอบยืนในลักษณะเท้าหน้าเท้าตามขีดหลังเส้นเริ่ม ย่อเข่าเล็กน้อย เมื่อได้ยินสัญญาณปล่อยตัว (เสียงนกหวีด) ให้ออกวิ่งเร็วเต็มที่จนผ่านเส้นชัย ผู้ช่วยทดสอบหยุดเวลาเมื่อผู้เข้ารับการทดสอบวิ่งถึงเส้นชัย

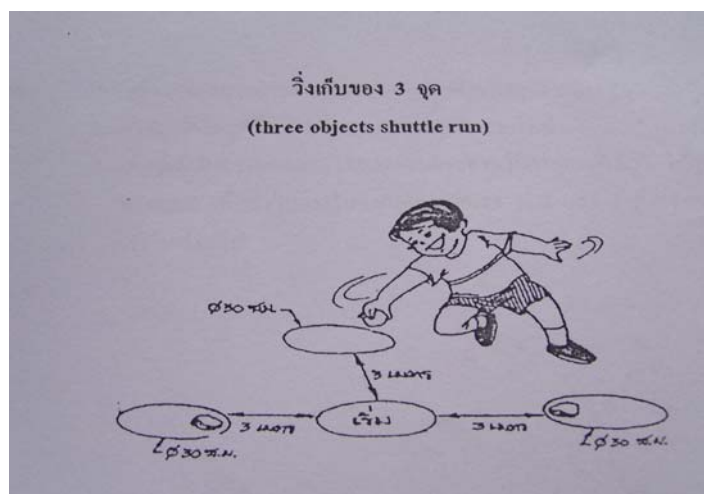
การบันทึกผล

บันทึกผลเป็นวินาที ใช้ทศนิยมสองตำแหน่ง



ภาพผนวกที่ 11 ยืนกระโดดไกล

วัตถุประสงค์	วัดความเร็ว
อุปกรณ์	1. พื้นที่เรียบไม่ลื่น 2. เทปวัดระยะทางเป็นเซนติเมตร 3. ไม้ท่อนหรือแผ่นยางกระโดดไกลที่มีขีดระยะเป็นเซนติเมตร
วิธีดำเนินการ	เมื่อผู้ทดสอบยืนปลายเท้าทั้งสองชิดเส้นเริ่ม โดยให้ห่างกันพอประมาณ เหยียดแขนทั้งสองไปข้างหลัง พร้อมกับย่อเข่า เมื่อได้จังหวะให้เหยียดแขนทั้งสองไปข้างหน้าพร้อมกับกระโดดด้วยเท้าทั้งสองไปให้ไกลที่สุด วัดระยะห่างจากเส้นเริ่มไปยังส้นเท้าที่ไกลที่สุด ให้ทดสอบ 2 ครั้ง (ปฏิบัติติดต่อกัน)
การบันทึกผล	บันทึกผลเป็นเซนติเมตร ใช้ระยะที่ไกลที่สุดเป็นผลของการทดสอบ
หมายเหตุ	1. หากเป็นผู้เข้ารับการทดสอบเสียหลักล้มไปข้างหลัง เช่น มือลงด้านหลัง หรือก้นกระแทก ให้ทำการทดสอบใหม่ 2. ให้ผู้เข้ารับการทดสอบถอดรองเท้า



ภาพผนวกที่ 12 วิ่งเก็บของ 3 จุด

วัตถุประสงค์	วัดความคล่องแคล่วว่องไว
อุปกรณ์	- นาฬิกาจับเวลา 1/100 วินาที - เทปวัดระยะทางเป็นเซนติเมตร - สนามซึ่งประกอบด้วยวงกลมที่มีเส้นผ่าศูนย์กลาง 30 ซม. 4 วง - ปูนขาว - แปลงลบกกระดานหรือวัสดุอื่นที่ใช้แทนกันได้ 3 อัน
วิธีดำเนินการ	ผู้เข้ารับการทดสอบยืนเท้าหน้าเท้าตามอยู่ในวงกลมเริ่มหันหน้าเข้าหาวงกลมหมายเลข 1 เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณเริ่ม (เสียงนกหวีด) ให้ผู้เข้ารับการทดสอบวิ่งไปเก็บแปลงลบกกระดานในวงกลมหมายเลข 1 มาวางในวงกลมเริ่ม แล้วจึงวิ่งไปยังวงกลมที่ 2 เพื่อเก็บแปลงลบกกระดานอันที่ 2 มาวางในวงกลมเริ่มเช่นกัน ให้ปฏิบัติเช่นเดียวกันในวงกลมหมายเลข 3 ผู้ทดสอบจะหยุดเวลาเมื่อแปลงลบกกระดานอันที่ 3 สัมผัสพื้นที่วงกลมเริ่ม
การบันทึกผล	บันทึกผลเป็นวินาที ทศนิยมสองตำแหน่ง ทดสอบและบันทึกผลทั้ง 2 ครั้ง (ปฏิบัติไม่ติดต่อกันเมื่อทดสอบแล้วต่อท้ายแถวรอทดสอบอีกครั้ง) นำครั้งที่ใช้เวลา น้อยที่สุดเป็นผลการทดสอบ

หมายเหตุ 1) ให้วางแปลงลบกกระดานลงในวงกลม ห้ามโยนเด็ดขาด 2) ถ้าปฏิบัติไม่ถูกต้องให้เริ่มทดสอบและจับเวลาใหม่ 3) เมื่อผู้เข้ารับการทดสอบวางแปลงลบกกระดานในวงกลมเริ่มแล้ว ให้ผู้ทดสอบหยิบออก เพื่อนำไปวางในวงกลมหมายเลข 1, 2 และ 3 สำหรับการทดสอบครั้งใหม่ต่อไป



ภาพผนวกที่ 13 ขว้างลูกบอลไกล

วัตถุประสงค์

วัดกำลังของกล้ามเนื้อแขน

อุปกรณ์

1. ลูกเทนนิสจำนวน 3 ลูก
2. เทปวัดระยะทางเป็นเซนติเมตร
3. แป้งมันหรือผงแมกนีเซียม
3. ปูนขาว

วิธีดำเนินการ

ให้ผู้เข้ารับการทดสอบยืนเท้าหน้าเท้าตามอยู่ภายในวงกลมที่มีเส้นผ่าศูนย์กลาง 1 เมตร ถือลูกบอลที่เคลือบแป้งมันแล้ว ในท่าที่ถนัด เมื่อพร้อมแล้วให้ขว้าง ลูกบอลไปให้ไกลที่สุด วัดระยะทางจากจุดตกที่ไกลที่สุดมายังจุดศูนย์กลางของวงกลม โดยวัดระยะทางจากจุดตกถึงเส้นรอบวงด้านใน ดำเนินการทดสอบ 3 ครั้ง (ปฏิบัติติดต่อกัน)

การบันทึกผล

บันทึกระยะทางเป็นเมตร ทศนิยมสองตำแหน่ง นำผลที่ได้ระยะไกลที่สุดเป็นผลของการทดสอบ

หมายเหตุ 1) ห้ามกระโดดขณะที่ขว้างลูกบอล 2) แขนจะต้องอยู่ในลักษณะของการขว้าง คือมือจะต้องอยู่เหนือไหล่

ภาคผนวก ค

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลในการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย

วิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย

การทดสอบสมรรถภาพทางกลไกเด็กปฐมวัยโดยใช้แบบทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (Kasetsart Motor Fitness Test) ดังนี้



ภาพผนวกที่ 14 การทดสอบการนั่งงอตัวไปข้างหน้า

วัตถุประสงค์	วัดความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อหลัง
อุปกรณ์	กล่องวัดระยะเป็นเซนติเมตร ขนาดกว้าง x ยาว x สูง (30x30x30) หรือเครื่องมือที่ใช้แทนกันได้
วิธีการดำเนินการ	ให้ผู้เข้ารับการทดสอบถอดรองเท้า นั่งราบกับพื้นขาเหยียดตรงเท้าทั้งสองชิดกันให้ฝ่าเท้ายันกับกล่องวัดระยะและตั้งฉากกับพื้น ให้ผู้เข้ารับการทดสอบเหยียดแขนไปข้างหน้า โดยปลายนิ้วมือทั้งสองข้างอยู่ในระดับเดียวกันและโน้มตัวไปข้างหน้า ใช้ปลายนิ้วมือแตะที่กล่องไม้ค้ำไว้ 1 วินาที ให้ดำเนินการทดสอบ 2 ครั้งติดต่อกัน
การบันทึกผล	บันทึกคะแนนเป็นเซนติเมตร ถ้าปลายมือเหยียดเลยปลายเท้าให้บันทึกค่าเป็นบวก (+) ถ้าปลายมือเหยียดไม่ถึงปลายเท้าให้บันทึกค่าเป็นลบ (-) ทดสอบและบันทึกผลทั้ง 2 ครั้งไม่มีจุดทศนิยมนำผลครั้งที่ได้ระยะทางไกลที่สุดเป็นผลของการทดสอบ



ภาพผนวกที่ 15 การทดสอบการลุก-นั่ง 30 วินาที

วัตถุประสงค์	1. วัดความแข็งแรงของกล้ามเนื้อท้อง 2. วัดความอดทนของกล้ามเนื้อท้อง
อุปกรณ์	1. เบาะ 2. นาฬิกาจับเวลา 1/100 วินาที
วิธีดำเนินการ	ให้ผู้เข้ารับการทดสอบนอนหงาย ขาทั้งสองงอเป็นมุมฉาก เท้าทั้งสองวางห่างกันประมาณ 1 ช่วงไหล่ มือประสานกันที่ท้ายทอย ให้ผู้ช่วย (ผู้ใหญ่) ในการทดสอบคุกเข่าอยู่ปลายเท้าของผู้เข้ารับการทดสอบ และเอา มือทั้งสองจับที่ข้อเท้าของผู้เข้ารับการทดสอบ โดยใช้ฝ่าเท้าของผู้เข้ารับ การทดสอบวางราบกับพื้น เมื่อได้ยินสัญญาณ “เริ่ม” ให้ผู้เข้ารับการทดสอบ ยกลำตัวขึ้นไปสู่ท่านั่งพร้อมกับก้มศีรษะและข้อศอก 2 ข้างสอดเข้าไประหว่างเข่าทั้งสอง แล้วนอนลงกลับไปสู่ท่าเริ่มต้น ทำเช่นนี้ติดต่อกันให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุดในเวลา 30 วินาที
การบันทึกผล	บันทึกจำนวนครั้งที่ถูกต้องในเวลา 30 วินาที

หมายเหตุ ไม่นับจำนวนครั้งในกรณีต่อไปนี้ 1) มือหลุดออกจากบริเวณท้ายทอย 2) ใช้แขนหรือศอกยันพื้นเพื่อช่วยในการยกลำตัวขึ้น 3) ศีรษะและข้อศอกไม่อยู่ระหว่างเข่าทั้งสอง



ภาพผนวกที่ 16 การทดสอบการวิ่งเร็ว 20 เมตร

วัตถุประสงค์	วัดความเร็ว
อุปกรณ์	- นาฬิกาจับเวลา 1/100 วินาที - เทปวัดระยะทาง - ทางวิ่งระยะ 20 เมตร กว้าง 1.25 เมตร - ปูนขาว
วิธีดำเนินการ	เมื่อผู้ทดสอบให้สัญญาณ “เตรียม” ให้ผู้เข้ารับการทดสอบยืนในลักษณะเท้าหน้าเท้าตามขีดหลังเส้นเริ่ม ย่อเข่าเล็กน้อย เมื่อได้ยินสัญญาณปล่อยตัว (เสียงนกหวีด) ให้ออกวิ่งเร็วเต็มที่จนผ่านเส้นชัย ผู้ช่วยทดสอบหยุดเวลาเมื่อผู้เข้ารับการทดสอบวิ่งถึงเส้นชัย
การบันทึกผล	บันทึกผลเป็นวินาที ใช้ทศนิยมสองตำแหน่ง



ภาพผนวกที่ 17 การทดสอบการยืนกระโดดไกล

วัตถุประสงค์	วัดความแข็งแรง
อุปกรณ์	1. พื้นที่เรียบไม่ลื่น 2. เทปวัดระยะทางเป็นเซนติเมตร 4. ไม้ท่อนหรือแผ่นยางกระโดดไกลที่มีขีดระยะเป็นเซนติเมตร
วิธีดำเนินการ	เมื่อผู้ทดสอบยืนปลายเท้าทั้งสองชิดเส้นเริ่ม โดยให้ห่างกันพอประมาณ เหวี่ยงแขนทั้งสองไปข้างหลัง พร้อมกับย่อเข่า เมื่อได้จังหวะให้เหวี่ยงแขนทั้งสองไปข้างหน้าพร้อมกับกระโดดด้วยเท้าทั้งสองไปให้ไกลที่สุด วัดระยะห่างจากเส้นเริ่มไปยังส้นเท้าที่ไกลที่สุด ให้ทดสอบ 2 ครั้ง (ปฏิบัติติดต่อกัน)
การบันทึกผล	บันทึกผลเป็นเซนติเมตร ใช้ระยะที่ไกลที่สุดเป็นผลของการทดสอบ

หมายเหตุ 1) หากเป็นผู้เข้ารับการทดสอบเสียหลักล้มไปข้างหลัง เช่น มือลงด้านหลัง หรือก้นกระแทก ให้ทำการทดสอบใหม่ 2) ให้ผู้เข้ารับการทดสอบถอดรองเท้า



ภาพผนวกที่ 18 การทดสอบการวิ่งเก็บของ 3 จุด

วัตถุประสงค์	วัดความคล่องแคล่วว่องไว
อุปกรณ์	- นาฬิกาจับเวลา 1/100 วินาที - เทปวัดระยะทางเป็นเซนติเมตร - สนามซึ่งประกอบด้วยวงกลมที่มีเส้นผ่าศูนย์กลาง 30 ซม. 4 วง - ปูนขาว - ไม้บล็อกกทรงสี่เหลี่ยมลูกเต๋า 3 อัน
วิธีดำเนินการ	ผู้เข้ารับการทดสอบยืนเท้าหน้าเท้าตามอยู่ในวงกลมเริ่มหันหน้าเข้าหาวงกลมหมายเลข 1 เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณเริ่ม (เสียงนกหวีด) ให้ผู้เข้ารับการทดสอบวิ่งไปเก็บไม้บล็อกในวงกลมหมายเลข 1 มาวางในวงกลมเริ่ม แล้วจึงวิ่งไปยังวงกลมที่ 2 เพื่อเก็บไม้บล็อกอีกอันที่ 2 มาวางในวงกลมเริ่มเช่นกัน ให้ปฏิบัติเช่นเดียวกันในวงกลมหมายเลข 3 ผู้ทดสอบจะหยุดเวลาเมื่อไม้บล็อกอันที่ 3 สัมผัสพื้นที่วงกลมเริ่ม
การบันทึกผล	บันทึกผลเป็นวินาที ทศนิยมสองตำแหน่ง ทดสอบและบันทึกผลทั้ง 2 ครั้ง (ปฏิบัติไม่ติดต่อกันเมื่อทดสอบแล้วต่อท้ายแถวรอทดสอบอีกครั้ง) นำครั้งที่ใช้เวลาน้อยที่สุดเป็นผลการทดสอบ

หมายเหตุ 1) ให้วางไม้บล็อกลงในวงกลม ห้ามโยนเด็ดขาด เมื่อผู้เข้ารับการทดสอบวางไม้บล็อกในวงกลมเริ่มแล้ว 2) ให้ผู้ทดสอบหยิบออกเพื่อนำไปวางในวงกลมหมายเลข 1, 2 และ 3 สำหรับการทดสอบครั้งใหม่ต่อไป



ภาพผนวกที่ 19 การทดสอบการขว้างลูกบอลไกล

วัตถุประสงค์	วัดกำลังของกล้ามเนื้อแขน
อุปกรณ์	1. ลูกเทนนิสจำนวน 3 ลูก 2. เทปวัดระยะทางเป็นเซนติเมตร 3. แป้งมันหรือผงแมกนีเซียม 4. ปูนขาว
วิธีดำเนินการ	ให้ผู้เข้ารับการทดสอบยืนเท้าหน้าเท้าตามอยู่ภายในวงกลมที่มีเส้นผ่าศูนย์กลาง 1 เมตร ถือลูกบอลที่เคลือบแป้งมันแล้ว ในท่าที่ถนัด เมื่อพร้อมแล้วให้ขว้าง ลูกบอลไปให้ไกลที่สุด วัดระยะทางจากจุดตกที่ไกลที่สุดมายังจุดศูนย์กลางของวงกลม โดยวัดระยะทางจากจุดตกถึง เส้นรอบวงด้านใน ดำเนินการทดสอบ 3 ครั้ง (ปฏิบัติติดต่อกัน)
การบันทึกผล	บันทึกเป็นเมตร ทศนิยมสองตำแหน่ง ใช้ผลที่ไกลที่สุดของการทดสอบ

หมายเหตุ 1) ห้ามกระโดดขณะที่ขว้างลูกบอล 2) ลักษณะการขว้างมือจะต้องอยู่เหนือไหล่

ข้อควรปฏิบัติก่อนการทดสอบ ดังนี้

1. ให้เด็กแต่งกายด้วยชุดกางเกงขาสั้น เสื้อยืด หรือชุดพลศึกษา
2. พาเด็กไปที่สนามกลางแจ้ง
3. จัดเด็กออกเป็น 2 แถว แยกเด็กชาย-เด็กหญิงเรียงลำดับตามเลขประจำตัวของเด็ก
4. แจกแบบบันทึกการทดสอบสมรรถภาพทางกลไก ให้เด็กแต่ละคนถือไว้
5. ครูอธิบายวิธีการทดสอบทั้ง 6 ด้านให้เด็กเข้าใจก่อนลงมือปฏิบัติจริง
6. ผู้ช่วยทดสอบเตรียมเรียกชื่อเด็กก่อนเข้ารับการทดสอบ ครั้งละ 5 คน โดยเรียงตามลำดับเลขประจำตัว
7. ให้เด็กเข้ารับการทดสอบในสถานที่ที่จัดไว้ทีละคน
8. เมื่อเด็กทำการทดสอบในแต่ละด้านจนครบ ให้เด็กทุกคนเวียนไปทดสอบในด้านอื่น ๆ ตามลำดับ

ภาคผนวก ง

เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กชายและเด็กหญิงระดับปฐมวัยของ
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

**ตารางผนวกที่ 8 เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกลไกสำหรับเด็กชายและเด็กหญิงระดับปฐมวัย
ของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์**

รายการทดสอบ	ระดับคุณภาพ/เกณฑ์ปกติ				
	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	ค่อนข้างดี	ต่ำ
	5	4	3	2	1
1. นั่งงอตัวไปข้างหน้า/ ซ.ม. - เด็กชาย - เด็กหญิง	14 ขึ้นไป 15 ขึ้นไป	10 - 13 11-14	6 - 9 7-10	2-5 3-6	1 ลงมา 2 ลงมา
2. ลูก-นั่ง 30 วินาที/ครั้ง - เด็กชาย - เด็กหญิง	18 ขึ้นไป 16 ขึ้นไป	13 - 17 11-15	8 - 12 6-10	3 - 7 1-5	2 ลงมา 0 ลงมา
3. วิ่ง 20 เมตร/วินาที - เด็กชาย - เด็กหญิง	3.70.ลงมา 4.49 ลงมา	3.71 - 4.61 4.50 - 5.11	4.62 - 5.51 5.12 - 5.79	5.52 - 6.33 5.80 - 6.47	6.34 ขึ้นไป 6.48 ขึ้นไป
4. ยืนกระโดดไกล/ซ.ม. - เด็กชาย - เด็กหญิง	132 ขึ้นไป 123 ขึ้นไป	115 -131 106 -122	98 - 114 89 - 105	81 - 97 72 - 88	80 ลงมา 71 ลงมา
5. วิ่งเก็บของ 3 จุด/ วินาที - เด็กชาย - เด็กหญิง	8.63 ลงมา 9.29 ลงมา	8.64 - 10.02 9.30 - 10.87	10.03 - 11.41 10.88 - 12.15	11.42 - 12.80 12.16 – 13.83	12.81 ขึ้นไป 13.84 ขึ้นไป
6. ขว้างลูกบอลไกล/ เมตร - เด็กชาย - เด็กหญิง	15.66 ขึ้นไป 10.01 ขึ้นไป	12.22 -15.65 7.85 -10.00	8.78 - 12.21 5.69 - 7.84	5.34 - 8.77 3.53 – 5.68	5.33 ลงมา 3.52 ลงมา

ภาคผนวก จ

แบบสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมการเรียนรู้เพลงประกอบการละเล่นพื้นบ้าน

ตารางผนวกที่ 9 แบบสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมการเรียนรู้การใช้เพลงประกอบการละเล่น
พื้นบ้าน

(ให้เขียนพฤติกรรมที่สังเกตได้ลงในช่อง จุดประสงค์ ที่ 1-4)

ที่	ชื่อ - สกุล	รายการ				หมายเหตุ
		เด็กฟังเพลงร้องอย่าง สนุกสนาน	เด็กแสดงท่าทางหรือสมมติ บทบาทตามเนื้อเพลงของครู และเพื่อนได้	เด็กร่วมร้องเพลงและผู้อื่น ร้องที่ละคำ หรือที่ละ ประโยคได้	เด็กจำเพลงที่ร้อง หรือ เล่นได้	
1	ชื่อ.....สกุล..... วัน/เดือน/ปีเกิด..... น้ำหนัก/ส่วนสูง.....					
2	ชื่อ.....สกุล..... วัน/เดือน/ปีเกิด..... น้ำหนัก/ส่วนสูง.....					
3	ชื่อ.....สกุล..... วัน/เดือน/ปีเกิด..... น้ำหนัก/ส่วนสูง.....					
4	ชื่อ.....สกุล..... วัน/เดือน/ปีเกิด..... น้ำหนัก/ส่วนสูง.....					
5	ชื่อ.....สกุล..... วัน/เดือน/ปีเกิด..... น้ำหนัก/ส่วนสูง.....					

วัน..... เดือน..... ปี..... ที่บันทึก

.....ผู้บันทึก

ภาคผนวก จ

แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย

ตารางผนวกที่ 10 แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย
(ให้เขียนตัวเลขระดับคะแนน 1-5 ลงในช่องสมรรถภาพ ที่ 1-6)

ที่	ชื่อ - สกุล	รายการ						รวม คะแนน
		นั่งตัวไป ข้างหน้า	คุกนั่ง 30 วินาที	วิ่ง 20 เมตร	ขึ้นกระโดดไกล	วิ่งเก็บของ 3 จุด	ขว้างลูกบอลไกล	
1								
2								
3								
4								

☐ ทดสอบก่อนเรียน

☐ ทดสอบหลังเรียน

วัน.....เดือน.....พ.ศ.....ลงชื่อผู้ประเมิน

ตารางผนวกที่ 11 แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัยรายบุคคล
(ให้เขียนตัวเลขระดับคะแนน 1-5 ลงในช่องจำนวนครั้งที่ทดสอบ)

ชื่อ-สกุล.....อายุ.....ปี น้ำหนัก..... ก.ก ส่วนสูง.....:ซม

รายการทดสอบ	จำนวนครั้งที่ทดสอบ				
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่...	ครั้งที่...	หน่วยการวัด
1. การนั่งตัวไปข้างหน้า					เซนติเมตร
2. การคุกนั่ง 30 วินาที					ครั้ง
3. การวิ่งเร็ว 20 เมตร					วินาที
4. การขึ้นกระโดดไกล					เซนติเมตร
5. การวิ่งเก็บของ 3 จุด					วินาที
6. การขว้างลูกบอลไกล					เมตร
สรุป					

☐ ทดสอบก่อนเรียน

☐ ทดสอบหลังเรียน

วัน.....เดือน.....พ.ศ.....ลงชื่อผู้ประเมิน

ภาคผนวก ข
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่ามัธยฐานเลขคณิต (ประกอบ สุทธิสาร, 2527)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

เมื่อ $\bar{X}$ คือ ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง

$\sum X$ คือ ผลรวมของคะแนนทั้งหมด

N คือ จำนวนข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง

2. ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (ประกอบ สุทธิสาร, 2527)

$$S.D. = \sqrt{\frac{N(\sum X^2) - (\sum X)^2}{N(N-1)}}$$

เมื่อ S.D. คือ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

$\sum X^2$ คือ ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง

$(\sum X)^2$ คือ ผลรวมของคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง

N คือ จำนวนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง

3. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยสถิติ two dependent sample test (ประกอบ สุทธิสาร, 2527)

$$t = \frac{\bar{D}}{S_D}$$

แปลงสูตร

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n(\sum D^2) - (\sum D)^2}{(n-1)}}}$$

df = n-1

เมื่อ D คือ ความแตกต่างระหว่างคะแนนแต่ละคู่

n คือ จำนวนคู่

ภาคผนวก ข
รายนามผู้เชี่ยวชาญ

**รายชื่อผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจสอบโปรแกรมการจัดกิจกรรม
ส่งเสริมสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย**

1. อาจารย์จุไรพร รอดเชื้อ
โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร
คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
2. อาจารย์ ดร.อรพรรณ บุตรกัตัญญ
อาจารย์ประจำสาขาปฐมวัยศึกษา ภาควิชาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ทรงศักดิ์ นุ้ยสินธุ์
หัวหน้าภาควิชาพลศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
4. รองศาสตราจารย์เจษฎา เจียรนะย
อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ภาคผนวก ฅ
หนังสือขอความร่วมมือ



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ที่ ศธ. 0513. 10902 /

วันที่ สิงหาคม 2550

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลการวิจัย

เรียน หัวหน้าภาควิชาพลศึกษา

ด้วยนางวารุณีย์ พันธุ์ศรี นิสิตปริญญาโทสาขาปฐมวัยศึกษา ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้ทำโครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ ผลการใช้เพลงประกอบการเล่นพื้นบ้านต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ” มีความประสงค์จะขอยืมตัว นิสิตสาขาพลศึกษา จำนวน 6 คน เป็นผู้ช่วยในการเก็บข้อมูลการวิจัย ในวันที่ 26 มิถุนายน และวันที่ 9 สิงหาคม 2550 ดังมีรายนามต่อไปนี้

1. นางสาวพนิตดา ฉายอรุณ
2. นางสาวนายแก้ว ผลคำชาย
3. นางสาวศิริินภา ศรีสวัสดิ์
4. นางสาวชนาภา สรรพานิษ
5. นางสาวจันทิมา บุญนาค
6. นางสาวตุลาตรี ศรีคำภา

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์นิตินิตไปเป็นผู้ช่วยเก็บข้อมูลการวิจัยใน
ครั้งนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปัทมาวดี เล่ห์มงคล)

ประธานสาขาปฐมวัยศึกษา



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ที่ ศธ. 0513. 10901/ 329

วันที่ 19 มิถุนายน 2550

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลการวิจัย

เรียน ครูใหญ่โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร

ด้วยนางวารุณีย์ พันธุ์ศรี นิสิตปริญญาโท สาขาปฐมวัยศึกษา ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลการใช้เพลงประกอบ การละเล่นพื้นบ้านต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย” ภายใต้การควบคุมการทำวิทยานิพนธ์ ของ

- | | |
|---|---------------|
| 1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปัทมาวดี เล่ห์มงคล | ประธานกรรมการ |
| 2. รองศาสตราจารย์ ดร.ปัญญา รุ่งเรือง | กรรมการร่วม |

ภาควิชาใคร่ขอความอนุเคราะห์ จากท่าน ครั้งนี้ ตั้งแต่วันที่ 25 เดือน มิถุนายน ถึงวันที่ 1 สิงหาคม 2550 เป็นเวลา 6 สัปดาห์

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลการวิจัยแก่นิสิตด้วย
จักเป็นพระคุณยิ่งและขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปัทมาวดี เล่ห์มงคล)

ประธานกรรมการวิทยานิพนธ์



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ที่ ศธ. 0513. 10901/ 330

วันที่ 19 มิถุนายน 2550

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์สถานที่ทดลองเครื่องการวิจัย

เรียน ครูใหญ่โรงเรียนอนุบาลคหกรรมศาสตร์เกษตร

ด้วยนางวารุณี พันธุ์ศรี นิสิตปริญญาโท สาขาปฐมวัยศึกษา ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ ผลการใช้เพลงประกอบ การละเล่นพื้นบ้านต่อสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย ” ภายใต้การควบคุมการทำวิทยานิพนธ์ ของ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปัทมาวดี เล่ห์มงคล ประธานกรรมการ
2. รองศาสตราจารย์ ดร.ปัญญา รุ่งเรือง กรรมการร่วม

ภาควิชาโครงการความอนุเคราะห์ จากท่าน ครั้งนี้ ตั้งแต่วันที่ 18 เดือน มิถุนายน ถึงวันที่ 22 มิถุนายน 2550 เป็นเวลา 1 สัปดาห์

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลการวิจัยแก่นิสิตด้วย
จักเป็นพระคุณยิ่งและขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปัทมาวดี เล่ห์มงคล)
ประธานกรรมการวิทยานิพนธ์

ภาคผนวก ญ

ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกของเด็กปฐมวัย

ตารางผนวกที่ 12 ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกก่อน และหลังการจัดกิจกรรม /แผ่นที่ 1

ชื่อ-สกุล	นั่งอตัวไปข้างหน้า (เซนติเมตร)		ลูกนั่ง 30 วินาที (ครั้ง)		วิ่งเร็ว 20 เมตร (วินาที)	
	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง
เด็กชาย กฤตภาส เจียรนัยวงศ์	1	4	5	9	4.98	4.47
เด็กชายกาดกณ เพาะบุญ	-2	6	5	10	4.98	4.37
เด็กชายณัฐภูมิ สงวนศักดิ์	3	6	10	10	4.99	4.31
เด็กชายชนันธร ศิริวาจนะ	-7	1	8	9	4.97	4.31
เด็กชายชานนท์ วัชรสุขโพธิ์	-5	8	8	12	4.98	4.10
เด็กชายชวทิตา จิตรรักษ์สวัสดิ์	-2	9	8	7	4.85	5.51
เด็กชายธิดิ ธิติไท	5	3	1	10	4.85	4.41
เด็กชายปวิศ พัฒนเกียรติ	4	2	5	8	4.83	5.32
เด็กชายพฤกษ รังสิพานิช	5	2	0	12	4.82	5.25
เด็กชายพฤกษรักษ์ เกิดเจริญ	-1	6	6	13	5.00	4.23
เด็กชายพุทธชาติ พันธุ์นุช	1	3	7	8	5.01	4.48
เด็กชายภูมิใจ จิตรชุม	-10	1	0	7	5.00	4.48
เด็กชายรลิก วัลย์เครือ	5	9	0	5	4.99	4.62
เด็กชายสิรภพ เรืองฤทธิ์	1	7	8	7	6.00	5.30
เด็กหญิงกมลพัคตร์ จินตนา	-5	2	7	12	4.54	4.45
เด็กหญิงจินหวัรา นัตรมณี	1	-1	1	6	4.55	4.50
เด็กหญิงมนัสนันท์ ศิริเลิศชนกุล	2.5	5	1	10	4.80	4.48
เด็กหญิงธัญญา จันทิก	-1	4	0	11	4.54	4.43
เด็กหญิงนฤสรณ์ ประพัฒน์รังสี	5	6	8	8	4.88	5.27
เด็กหญิงภัตสร เริงเกษตรกิจ	-4	-2	2	6	5.00	5.00
เด็กหญิงชนิศรา ธรรมพุดิ	5	7	10	5	5.87	5.11
เด็กหญิงพิมพ์ลดา สามงามยา	2	2	11	4	5.88	5.23
เด็กหญิงรมิตา จินดารัตน์	7	5	0	4	5.80	5.04
เด็กหญิงวราพร กันหาวัน	-2	2	0	4	5.00	5.00
เด็กหญิงศรัณย์พร ศิริมงคลเกษม	5	7	0	4	5.05	5.08
เด็กหญิงศศิษา ทรัพย์สะสม	-6	1	0	6	4.90	5.00
เด็กหญิงศุภาพิชญ์ อุ่มน้อย	-2	4	0	7	4.90	5.02
เด็กหญิงสุวิภาณต์ เรือนราน	-1	3	0	6	5.00	5.03
เด็กหญิงอัมณา รักษาพัชรวงศ์	5	9	2	4	4.50	4.42
เด็กหญิงอาริษา วิวัฒน์เจริญกุล	6.5	10	1	5	5.00	5.00

ตารางผนวกที่ 13 ผลการทดสอบสมรรถภาพทางกลไกก่อน และหลังการจัดกิจกรรม /แผ่นที่ 2

ชื่อ-สกุล	กระโดดไกล (เซนติเมตร)		วิ่งเก็บของ 3 จุด (วินาที)		ขว้างลูกบอลไกล (เมตร)	
	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง
เด็กชาย กฤตภาส เจียรนัยวงศ์	90	105	12.09	12.40	2.35	6.40
เด็กชายกาดกณ เพาะบุญ	80	95	12.50	15.18	8.05	8.15
เด็กชายถัฐภูมิ สงวนสัตย์	80	105	16.20	15.18	11.00	11.50
เด็กชายชนันธร ศิริวาจนะ	60	105	15.50	15.20	8.80	8.90
เด็กชายชานนท์ วัชรสุขโพธิ์	60	85	12.65	12.00	9.00	9.05
เด็กชายชวทศิตา จิตรรักษ์สวัสดิ์	65	115	20.70	15.35	6.80	7.10
เด็กชายชิตติ ชิตีไท	75	75	13.50	13.50	6.70	7.00
เด็กชายปวิศ พัฒนาเกียรติ	50	75	13.54	13.31	2.00	4.00
เด็กชายพฤกษ รังสีพานิช	70	85	15.63	13.12	4.00	4.70
เด็กชายพฤกษรักษ์ เกิดเจริญ	75	75	11.37	11.35	7.20	7.80
เด็กชายพุทธชาติ พันธุ์นุช	90	85	12.45	12.18	5.70	6.00
เด็กชายภูมิใจ จิตรชุม	75	110	14.00	11.47	6.20	7.00
เด็กชายรสิก วัลย์เครือ	70	95	12.70	12.42	7.50	7.55
เด็กชายสิรภพ เรืองฤทธิ์	95	105	11.42	11.32	4.70	6.20
เด็กหญิงกมลพัทธ์ร์ จินटना	75	110	25.52	15.53	3.50	3.70
เด็กหญิงจินห์วรา นัตรมณี	60	70	15.34	14.43	2.80	5.45
เด็กหญิงมนัสนันท์ ศิริเลิศธนกุล	60	65	22.28	15.26	4.00	4.00
เด็กหญิงธัญญา จันทิก	90	90	17.00	12.18	3.90	4.00
เด็กหญิงนฤสรณ์ ประพัฒน์รังสี	60	80	24.12	12.15	5.00	5.20
เด็กหญิงภัสสร เริงเกษตรกิจ	50	75	18.37	12.09	4.90	5.00
เด็กหญิงชนิสรา ธรรมพุดิ	70	75	11.54	13.56	6.00	6.20
เด็กหญิงพิมพ์ลดา สามงามยา	90	124	13.33	13.30	8.20	8.60
เด็กหญิงรมิตา จินดารัตน์	70	85	19.10	15.25	5.00	6.60
เด็กหญิงวรพร กันหาวัน	50	80	11.45	11.05	5.00	5.40
เด็กหญิงศรัณย์พร ศิริมงคลเกษม	65	70	12.30	12.25	6.30	4.10
เด็กหญิงศศิษา ทรัพย์สะสม	60	70	15.47	14.23	2.40	2.70
เด็กหญิงศุภาพิชญ์ อุ่มน้อย	55	60	12.42	12.10	4.10	4.50
เด็กหญิงสุวิภาณต์ เรือนราน	80	80	11.40	11.12	4.70	4.90
เด็กหญิงอันณา ภัษาพัชรวงศ์	105	110	15.37	14.50	5.50	6.00
เด็กหญิงอารียา วิวัฒน์เจริญกุล	70	75	22.27	16.42	4.70	5.00

ประวัติการศึกษา และการทำงาน

ชื่อ –นามสกุล

นางวารุณีย์ พันธุ์ศรี

วัน เดือน ปี ที่เกิด

วันที่ 16 สิงหาคม 2502

สถานที่เกิด

จังหวัดสกลนคร

ประวัติการศึกษา

พ.ศ.2527 ศษ.บ. (ศึกษาศาสตรบัณฑิต)

มหาวิทยาลัยรามคำแหง กรุงเทพมหานคร

ตำแหน่งปัจจุบัน

ครู คศ.2

สถานที่ทำงานปัจจุบัน

โรงเรียนอนุบาลบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์