

การออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ การกินอย่างถูกหลักโภชนาการ

The 3D Animation Project Design for Nutrition Eating

อชิตา เทพสถิตย์

Achita Thepsathit

นักศึกษาระดับปริญญาโท หลักสูตรศิลปมหาบัณฑิต สาขาวิชาคอมพิวเตอร์อาร์ต คณะดิจิทัลอาร์ต มหาวิทยาลัยรังสิต
ถนนพหลโยธิน ตำบลหลักหก อำเภอเมือง จังหวัดปทุมธานี 12000

*Corresponding author, E-mail: yayumi_por@hotmail.com

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาวิธีการออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ แนวแฟนตาซี เพื่อส่งเสริมการกินแบบถูกหลักโภชนาการ (ลดหวาน) ให้แก่เด็กไทย เพราะปัจจุบันได้เกิดอุบัติการณ์โรคอ้วนหรือภาวะโภชนาการเกินในเด็กไทยเป็นจำนวนมาก โดยเฉพาะเด็กในช่วงวัยประถมศึกษา ซึ่งปัญหาเหล่านี้จะก่อให้เกิดโรคต่างๆในอนาคตเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ทำให้สุขภาพของคนไทยแย่ โดยสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ก็ได้ตระหนักถึงภัยคุกคามที่รุนแรงนี้ จึงได้จัดตั้งเครือข่ายเด็กไทยไม่กินหวานขึ้น เพื่อลดพฤติกรรมบริโภคน้ำตาลสิ้นเกินในเด็กไทยที่เป็นสาเหตุหลักสาเหตุหนึ่งของโรคอ้วนในเด็ก แต่ทางเครือข่ายเองก็ยังมีสื่อไม่เพียงพอ ไม่สามารถเข้าถึงเด็กได้ และกำลังมีความต้องการสร้างกระแสดังกล่าวให้ตระหนักถึงความจำเป็นของการบริโภคน้ำตาลในระดับที่เหมาะสม ผู้ศึกษาเองจึงได้ร่วมสนับสนุน และศึกษาแนวทางการสร้างสื่อในรูปแบบที่เหมาะสมและเข้าถึงเด็กในช่วงวัยประถมจากกลุ่มเป้าหมาย จนได้เกิดขึ้นเป็นโครงขึ้นเป็นงานวิจัยนี้ จากการสอบถามเด็กมักจะชอบการ์ตูนแอนิเมชัน โดยเฉพาะแนวแฟนตาซี จึงได้นำสื่อมาใช้เพื่อให้เกิดประโยชน์ในการรณรงค์เพื่อให้เกิดองค์ความรู้ ความเข้าใจในการปฏิบัติต่อไป

คำสำคัญ: แอนิเมชัน แฟนตาซี โภชนาการ

Abstract

This 3D fantasy animation research investigates teaching young children to eat meals properly. This work is necessary because obesity is a problem for young Thai primary school students. The consequences of not treating obesity could lead to major health problems in the future for these children. The ministry of health has been concerned about this situation and as a response has launched the Thai Kids Don't Eat Sweets campaign. Currently, the ministry has limited resources for this campaign. Therefore, this research was created because studies have shown that children enjoy learning through the fantasy animation genre. It is hoped that Thai children will benefit from the results of this research.

Keywords: animation, fantasy, nutritio

1. บทนำ

ปัจจุบันเด็กไทยป่วยเป็นโรคอ้วนกันมากขึ้น จากข้อมูลของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าอุบัติการณ์ของโรคอ้วนในเด็กประถมศึกษาทั่วประเทศเฉลี่ยสูงถึงร้อยละ 20 จากการศึกษาของ National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES III) ประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่า ร้อยละ 40 ของเด็กอ้วนจะกลายเป็นวัยรุ่นที่อ้วน และร้อยละ 75-80 ของวัยรุ่นอ้วนก็จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่อ้วน ซึ่งโรคอ้วนนี้จะก่อให้เกิดปัญหาตามมาทั้งทางด้านสุขภาพร่างกายและสุขภาพจิตใจ โดยทางด้านสุขภาพร่างกาย ก็ก่อให้เกิดโรคต่างๆ มากมาย อาทิเช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคไขข้อกระดูก โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคทางเดินหายใจ โรคเมะเร็ง เป็นต้น (ชุดิมา ศิริกุลชยานนท์, 2554) สำหรับทางด้านสุขภาพจิตใจ ก็จะก่อให้เกิดความไม่มั่นใจในตนเอง เพื่อนล้อ ภาวะจิตตก เกิดความเครียดสะสม รู้สึกอับอาย และเสียโอกาสในด้าน เช่น ด้านอาชีพที่ต้องการความคล่องตัว หรือรูปร่างหน้าตาเป็นหลัก ส่วนแต่เป็นผลกระทบที่ตามมาของโรคอ้วนทั้งสิ้น ปัญหาเหล่านี้ทำให้เกิดความสูญเสียทางเศรษฐกิจและงบประมาณประเทศชาติ ในการรักษาโรคดังกล่าว ตลอดจนเป็นภาระต่อครอบครัว ในการดูแลรักษา ทำให้คุณภาพชีวิตของทั้งผู้ป่วยและครอบครัวเสียไป เป็นที่ยอมรับในวงการแพทย์และสาธารณสุขแล้วว่า การป้องกันย่อมดีกว่าการรักษา ดังนั้นการป้องกันหรือควบคุมปัญหาโรคอ้วนควรเริ่มตั้งแต่วัยเด็ก (สุริยเดว ทริปาดี, 2551)

สำหรับสาเหตุของโรคอ้วนหรือภาวะโภชนาการเกินในเด็กนั้น เกิดจากการบริโภคอาหารมากเกินความต้องการ พฤติกรรมการบริโภคของขบเคี้ยว และอาหารว่างที่อุดมไปด้วย แป้ง ไขมันและน้ำตาล บริโภคอาหารและเครื่องดื่มที่ให้พลังงานมากเกินไป เช่น อาหารจานด่วนหรือ อาหารสะดวกซื้อที่มี

ขายทั่วไป จำพวกน้ำอัดลม ขนมหวาน ขนมขบเคี้ยว หรือแม้แต่ขนมหวาน

จนกระทั่งได้มีเครือข่ายเด็กไทยไม่กินหวาน ภายใต้การสนับสนุนของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้จัดตั้งขึ้น เพื่อลดพฤติกรรมบริโภคน้ำตาลเกินในเด็กไทยที่เป็นสาเหตุหนึ่งของโรคอ้วนในเด็ก (น้ำตาล ความหวานในขนม เครื่องดื่ม นมพร้อมดื่ม นมผงสำหรับเด็ก, 2556) กำลังมีความต้องการสร้างกระแสสังคมให้ตระหนักถึงความจำเป็นของการบริโภคน้ำตาลในระดับที่เหมาะสม ผู้วิจัยเองจึงอยากร่วมสนับสนุน ชี้นำแนวทางให้แก่เด็กไทยรุ่นใหม่ ได้ปรับตัวและรู้วิธีการบริโภคอย่างถูกต้อง โภชนาการ โดยเน้นการลดการบริโภคน้ำตาล เพื่อจะได้ลดจำนวนการเกิดภาวะโภชนาการเกินหรือโรคอ้วนในเด็ก และเด็กจะได้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพร่างกายที่ดี จนบอกต่อสู่ลูกหลานและคนใกล้ชิดต่อไป

จากการสำรวจพบว่าทางเครือข่ายยังขาดสื่อแอนิเมชัน 3 มิติที่ดี ไม่น่าสนใจและเข้าถึงเด็กไทยได้ไม่เพียงพอ ผู้วิจัยจึงได้จัดทำ "การออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ การกินอย่างถูกหลักโภชนาการ" เพื่อเป็นสื่อให้แก่เด็กไทยได้เรียนรู้และเข้าใจการกินอย่างถูกวิธีเพื่อสุขภาพชีวิตที่ดีต่อไปในภาคหน้า

2. วัตถุประสงค์

เพื่อออกแบบสื่อแอนิเมชัน 3 มิติ แนวแฟนตาซี ส่งเสริมการกินแบบถูกหลักโภชนาการ (ลดหวาน) ให้แก่เด็กไทย

3. อุปกรณ์และวิธีการ

เริ่มออกแบบจากวิธีการจัดกรอบแนวความคิด ดังนี้
- ศึกษาข้อมูลจากเอกสารที่เกี่ยวข้องกับ โภชนาการอาหารเด็ก

- กลุ่มเป้าหมายเด็กนักเรียนไทยช่วงอายุ 6-12 ปีที่กำลังศึกษาในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1- 6 (กลุ่มตัวอย่างจาก โรงเรียน อนุบาลพระบรมราชานุสรณ์ดอนเจดีย์ จังหวัดสุพรรณบุรี) จำนวน 28 คน
- รวบรวมข้อมูลสื่อการ์ตูนแอนิเมชันแฟนตาซี
- สัมภาษณ์ สอบถาม และสังเกตการณ์พฤติกรรมกรกินของเด็ก รวมไปถึงการ์ตูนแอนิเมชันที่เด็กสนใจ เพื่อนำมาวิเคราะห์ออกแบบ
- ศึกษาข้อมูลทางเอกสารเกี่ยวกับศิลปะ โดยเน้นการศึกษาทฤษฎีสี หลักการจัดวางองค์ประกอบภาพ
- ศึกษาค้นคว้าทฤษฎีและแนวความคิดเกี่ยวกับกระบวนการออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ



รูปที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร วิจัยจากกรณีศึกษา และการวิจัยสร้างสรรค์ ซึ่งมีวิธีการดังนี้

- 3.1 ศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากหนังสือ เอกสาร บทความทางวิชาการต่างๆ ดังนี้
- 3.1.1 ศึกษาค้นคว้าข้อมูลทางเอกสารเกี่ยวกับโภชนาการอาหาร โดยเน้นการศึกษาโภชนาการอาหารเด็กที่ถูกต้อง

3.1.2 ศึกษาค้นคว้าข้อมูลทางเอกสารเกี่ยวกับปัญหาทางโภชนาการอาหารของเด็กไทย โรคที่เกิดจากโภชนาการอาหารที่ไม่ถูกต้อง และแนวทางแก้ปัญหา

3.1.3 ศึกษาค้นคว้าข้อมูลทางเอกสารเกี่ยวกับศิลปะ โดยเน้นการศึกษา ทฤษฎีสี หลักการจัดวางองค์ประกอบภาพ

3.1.4 ศึกษาค้นคว้าทฤษฎีและแนวความคิดเรื่องพฤติกรรมกรรับรู้ของเด็กเกี่ยวกับสื่อแอนิเมชัน

3.1.5 ศึกษาค้นคว้าทฤษฎีและแนวความคิดเกี่ยวกับกระบวนการออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ

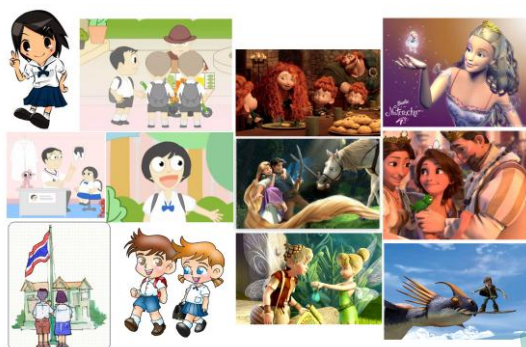
3.1.6 ศึกษาค้นคว้าข้อมูลอื่นๆที่เกี่ยวข้อง

3.2 วิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมดเพื่อหาแนวทางในการออกแบบและสร้างสรรค์ผลงาน โดยการคัดกรองข้อมูลที่ได้ให้เหลือแต่ใจความสำคัญ และประเด็นที่ต้องการ จากนั้นนำข้อมูลมาเปรียบเทียบข้อแตกต่าง ข้อดี ข้อเสีย ในแต่ละด้าน และสรุปข้อดีที่ได้ กับข้อมูลที่เหมาะสมและจำเป็นต่องานวิจัย มาสังเคราะห์เป็นแนวทางการออกแบบให้เหมาะกับกลุ่มเป้าหมาย

การใช้สื่อเป็นการ์ตูนแอนิเมชัน แทนการสอนหรือแนะนำจากตัวหนังสือหรือบอกกล่าววิธีการเดิมๆ เพราะสื่อที่มีอิทธิพลต่อวัยเด็กเกือบ 100 เปอร์เซ็นต์ ก็คือภาพยนตร์การ์ตูนหรือที่เรียกว่าแอนิเมชัน (ดิพพงศ์ วงศ์อร่าม, 2554)

จากการสำรวจลงพื้นที่สังเกตการณ์และสอบถามจากกลุ่มเป้าหมายโดยตรง ได้นำรูปภาพตัวเลือกสื่อการ์ตูน 2 มิติ เครื่องแต่งกายนักเรียน และมีวิถีชีวิตใกล้เคียงชีวิตประจำวันของกลุ่มเป้าหมาย กับสื่อการ์ตูน 3 มิติ เครื่องแต่งกายแฟนตาซี วิถีชีวิตเหนือจินตนาการ เด็กกลุ่มเป้าหมายตัวอย่างร้อยละ 97 เลือกสื่อการ์ตูน 3 มิติ แนวแฟนตาซี อย่างกระตือรือร้นและแข่งขันเสนอความคิดเห็นเหตุผลกันอย่างมากมาย โดยร้อยละ 3 ที่เหลือ เลือกสื่อการ์ตูน 2 มิติอย่างเงียบ ๆ และไม่

ใส่ใจ ทางผู้วิจัยได้นำปัจจัยต่างๆมาวิเคราะห์และสรุปผลได้ว่า สื่อการ์ตูนแอนิเมชันที่มีผลกับเด็กในช่วงวัยกลุ่มเป้าหมายมากที่สุดนั้นเป็น การ์ตูนแอนิเมชัน 3 มิติ แนวแฟนตาซี ที่เน้นการใช้จินตนาการ เสนอข้อมูลที่เข้าใจง่าย และมีจุดเร้าอารมณ์ให้ตื่นเต้นน่าสนใจในตัวเรื่อง มากกว่าที่จะเป็นการ์ตูนแอนิเมชัน 2 มิติ ที่เน้นชีวิตประจำวันที่เคยพบจนซ้ำซากไม่มีอะไรแปลกใหม่และไม่น่าสนใจ (ดังแสดงในรูปที่ 2)



รูปที่ 2 รูปแบบการ์ตูนแอนิเมชันจากแบบสอบถามกลุ่มเป้าหมายโดยตรง

3.3 ขั้นตอนการผลิต

3.3.1 นำแนวทางและข้อสรุปที่ได้มาเขียนบทภาพยนตร์

3.3.2 ออกแบบตัวละครและฉาก

3.3.3 เขียนกระดานภาพนิ่ง (storyboard)

3.3.4 พัฒนา กระดานภาพนิ่ง (storyboard) เป็นแอนิเมติก (animatic)

3.3.5 การขึ้นโมเดล (model) และการจัดวางองค์ประกอบ โดยโปรแกรม MAYA

3.3.6 การใส่สี (shading) พื้นผิว (texture) และการจัดแสง (lighting)

3.3.7 สร้างภาพเคลื่อนไหว (animate)

3.3.8 การประมวลผลภาพ (rendering)

3.3.9 การคอมโพสิทภาพและเสียงประกอบ (composite) โดย โปรแกรม After Effect

3.4 นำเสนอผลงานให้คณะอาจารย์และกรรมการตรวจสอบ

3.4.1 นำเสนอสไลด์งานส่วนเนื้อหาที่สำคัญในโปรแกรม power point

3.4.2 นำเสนอแอนิเมชัน 3 มิติ ที่เสร็จสมบูรณ์

3.5 ทดสอบเผยแพร่แอนิเมชัน 3 มิติ การกินอย่างถูกต้องหลักโภชนาการ ในกลุ่มเป้าหมายจริง คือ เด็กไทย อายุ 6-12 ปี ที่กำลังศึกษาในชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 โรงเรียนอนุบาลพระบรมราชานุสรณ์ดอนเจดีย์ จำนวน 28 คน ที่เข้าร่วมโครงการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการเกินและแก้ไขปัญหภาวะโภชนาในเด็กนักเรียน

3.6 สรุปผลการดำเนินงานโดยใช้แบบสอบถามและการสัมภาษณ์ตามความเหมาะสมของเด็กแต่ละวัย

4. ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าเพื่อหาแนวทางในการออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมการกินแบบถูกหลักโภชนาการ (ลดหวาน) ให้แก่เด็กไทย มีผลการวิจัยดังต่อไปนี้

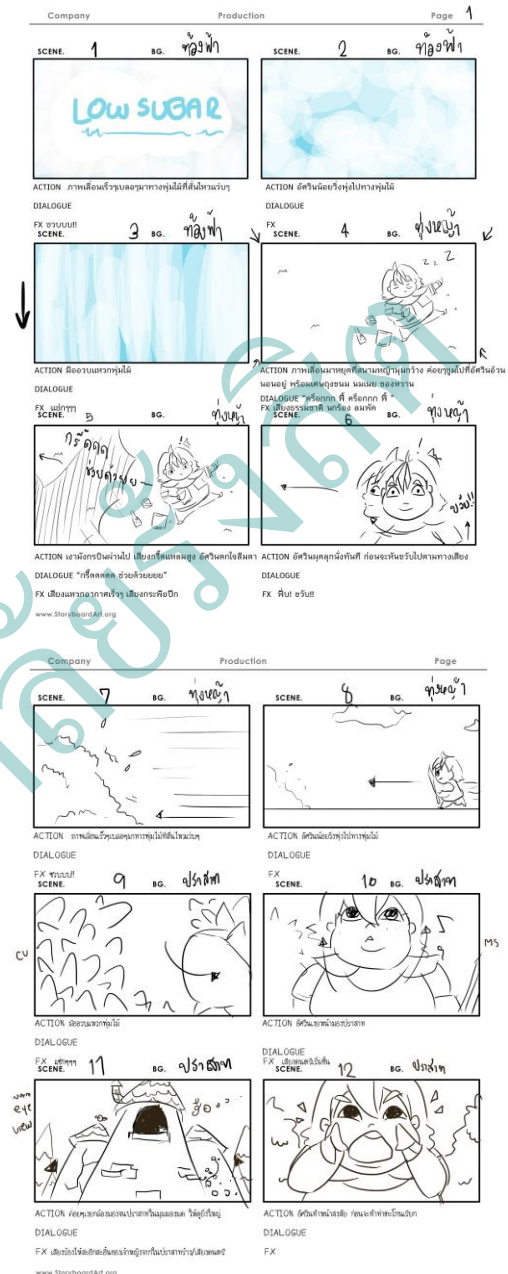
4.1 บทภาพยนตร์

เป็นการนำเสนอเรื่องราวเชิงให้ความรู้เรื่องการกินแบบถูกหลักโภชนาการ (ลดหวาน) ในแนวของการ์ตูนแฟนตาซีที่สนุกสนาน ตลกขบขัน ตื่นเต้น และตื่นเต้นใจ เพื่อกระตุ้นความสนใจให้แก่เด็กที่มักมีจินตนาการสูง และชื่นชอบเรื่องราวเหนือความเป็นจริง โดยในเนื้อเรื่องนั้นเป็นเรื่องราวสมมุติคล้ายกับนิทานมีตัวละครหลักเพียง 3 ตัว เพื่อให้ง่ายต่อการจดจำและ

เข้าใจ ได้แก่ อ้วนอ้วนกลม เจ้าหญิงแสนสวย และภูต low sugar ซึ่งเรื่องราวช่วงแรกจะเป็นการชี้ให้เห็นถึงผลกระทบและข้อเสียของเด็กอ้วน ที่จะสื่อออกมาจาก อ้วนอ้วนกลมผู้ขี้อาย เหนื่อยง่าย และไม่สามารถช่วยเหลือเจ้าหญิงที่ตกอยู่ในอันตรายได้ตามใจต้องการ ในช่วงกลางเรื่องจะเป็นช่วงที่สะอึกสะอื้นความรู้สึกเกี่ยวกับโภชนาการที่ถูกต้อง ว่าอาหารอะไรกินแล้ว อ้วน ไร้ประโยชน์และทำลายสุขภาพ อาหารอะไรกินแล้วไม่อ้วน มีประโยชน์และดีต่อสุขภาพ ซึ่งจะเน้นการลดกินหวาน โดยจะแสดงให้เห็นผลของการกินเป็นภาพสรุปพร้อมอธิบายเพียงสั้นๆ เพื่อให้เข้าใจต่อการเข้าใจและไม่น่าเบื่อ ในช่วงนี้ ภูต low sugar จะทำหน้าที่เป็นผู้รู้คอยแนะนำอ้วนอ้วนกลม และภูตที่มีพลังวิเศษจะแสดงอภินิหารให้เด็กตื่นตาตื่นใจไปพร้อมกับตัวแสดงอ้วน สำหรับช่วงท้ายเรื่องจะเป็นข้อสรุป อ้วนจะเข้าใจและเรียนรู้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารากินของตัวเองเสียใหม่ตามที่ภูตชี้ให้เห็นและเคยประสบกับตัวเอง ผลลัพธ์คืออ้วนจะผอมลงและสุขภาพดี และยังช่วยเหลือเจ้าหญิงให้พ้นจากอันตรายได้สำเร็จ กลายเป็นฮีโร่ที่กล้าหาญและแข็งแกร่งสมกับตำแหน่ง ตอนจบของเรื่องจะเต็มไปด้วยรอยยิ้มและความสมหวัง เด็กๆจะได้เห็นตัวอย่างที่ดีของการงดกินหวาน จะเกิดการเรียนรู้และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไม่มากก็น้อย

4.2 กระดานภาพนิ่ง (storyboard)

เมื่อได้บทภาพยนตร์แล้ว ก็จะนำมาพัฒนาต่อเป็นกระดานภาพนิ่ง เป็นการใช้ภาพเพื่อบอกเล่าเรื่องราวตามบท เพื่อให้เห็นภาพและเข้าใจมากขึ้น โดยการกำหนดมุมกล้อง จัดวางองค์ประกอบภาพต่างๆ คร่าวๆ เพื่อดูลักษณะอารมณ์ของภาพยนตร์แอนิเมชันว่าจะออกมา เป็นอย่างไร ซึ่งจะทำให้เราทำงานในขั้นตอนต่อไปได้ง่ายขึ้น (ดังแสดงในรูปที่ 3)



รูปที่ 3 กระดานภาพนิ่ง (storyboard)

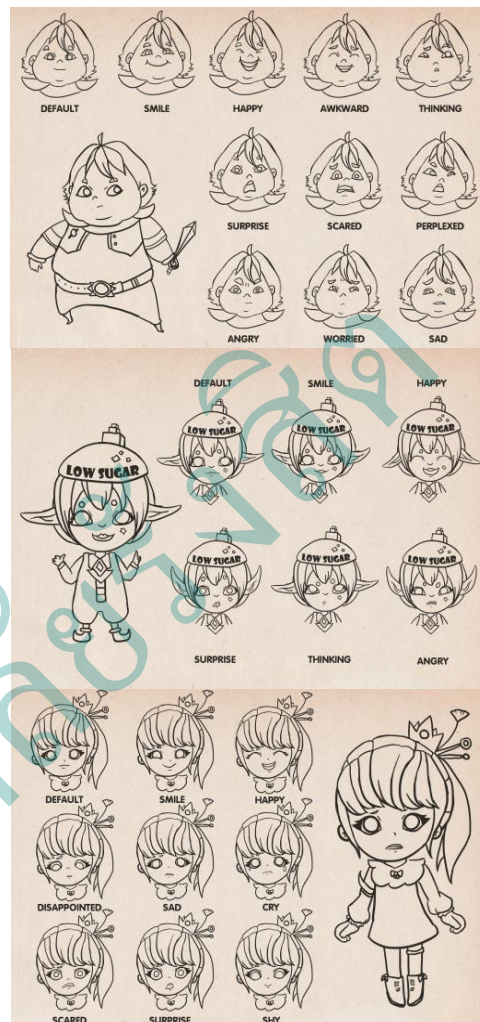
4.3 ตัวละคร

ตัวละครมีทั้งหมด 3 ตัว ล้วนแล้วแต่มีสำคัญต่อการดำเนินเรื่องทั้งสิ้น โดยตัวละครแกนหลักของเรื่องก็คือ อ้วนอ้วนกลม ที่จะแสดงให้เห็นปัญหาของโรคอ้วนรวมไปถึงพฤติกรรมมารากินที่ผิด จึงออกแบบ

ให้มีรูปร่างอ้วนๆ ไม่ทะมัดทะแมงเหมือนอัศวินทั่วไป มีพุงโต แขนขาลำใหญ่ ไขมันตรงคอกองเป็นชั้น ให้เห็นถึงภาวะของโรคอ้วน สีส้มและเครื่องแต่งกายเกินความเป็นจริงเพื่อให้เกิดความแฟนตาซีและน่าสนใจ แต่ก็ยังคงความน่ารักสดใสให้เหมาะกับวัยเด็ก นอกจากจะมีอัศวินอ้วนกลมแล้ว ในตอนท้ายเรื่องก็ยังมีอัศวินที่ผอมลง ซึ่งก็จะยึดลักษณะเดิมของอัศวินอ้วนกลม เพียงแค่ลดความอ้วนลงมาให้ขนาดตัวพอดีอย่างที่ควรจะเป็นสำหรับน้ำหนักมาตรฐาน ตัวละครตัวต่อมาคือ ภูต low sugar ผู้มีความรู้เกี่ยวกับโภชนาการอาหาร และมีเวทมนต์อันน่าตื่นตาตื่นใจ ภูตเป็นตัวละครพิเศษที่สมมุติขึ้นมาให้เรื่องราวดูแฟนตาซียิ่งขึ้น อีกทั้งยังเป็นตัวแทนของผู้สอนที่ให้ความรู้แบบตื่นตาตื่นใจไม่น่าเบื่อ เป็นตัวช่วยในการดึงดูดความสนใจเด็กได้เป็นอย่างดี ภูตถูกออกแบบให้มีตัวเล็กน่ารัก มีรูปร่างหน้าตาเครื่องแต่งกายผิดมนุษย์เพื่อให้เกิดความเหนือจริง แต่ก็ยังคงหน้าตาไว้เพื่อแสดงอารมณ์และสร้างความคุ้นเคย และตัวละครตัวสุดท้ายก็คือ เจ้าหญิงแสนสวยผู้ตกอยู่ในอันตราย ที่จะเป็นแรงบันดาลใจชักจูงให้อัศวินอ้วนแสดงความกล้าหาญและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการกินจนตัวเองน้ำหนักลดและสามารถช่วยเจ้าหญิงได้ โดยเจ้าหญิงจะออกแบบให้มีความน่ารัก อ่อนหวานและอ่อนไหว เป็นคนน่าทะนุถนอม เรียบร้อยจนรู้สึกอยากปกป้อง เครื่องแต่งกายก็ยังคงความแฟนตาซีไว้ (ดังแสดงในรูปที่ 4, 5, 6)



รูปที่ 4 ภาพร่างการออกแบบตัวละคร



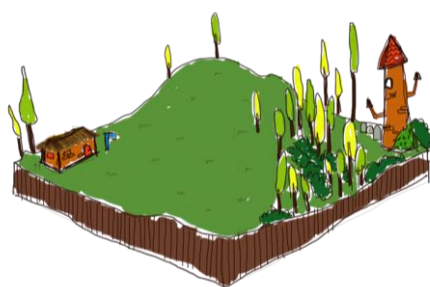
รูปที่ 5 การแสดงสีหน้าและอารมณ์ของตัวละคร



รูปที่ 6 การกำหนดสีตัวละคร

4.4 ฉาก

ฉากทุ่งหญ้า หอคอยร้าง และโรงอาหาร จะมี
ความเกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ในเรื่อง (ดังแสดงในรูปที่ 7)



รูปที่ 7 ภาพร่างฉากทั้งหมด

4.5 การเผยแพร่ผลงาน

แอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมการกินแบบถูก
หลักโภชนาการ (ลดหวาน) เรื่องนี้ ผู้วิจัยได้จัดทำ
รูปแบบของผลงานแอนิเมชันสั้นกระชับ มีเหตุและผล
มีข้อสรุปในตอน ให้เหมาะที่จะนำไปเผยแพร่ผ่านทาง
สื่อออนไลน์ต่าง ๆ จึงหวังว่าแอนิเมชันเรื่องนี้ จะ
ก่อให้เกิดประโยชน์ในวงกว้าง และมีส่วนช่วยกระตุ้น
ให้เด็กมีความรู้ความเข้าใจในด้านโภชนาการให้มาก
ขึ้น

ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ทดสอบเผยแพร่ผลงานกับ
ตัวอย่างกลุ่มเป้าหมายจริง ที่โรงเรียนอนุบาลพระบรม
ราชานุสรณ์ดอนเจดีย์ จังหวัดสุพรรณบุรี ได้รับผลการ
ตอบรับจากการสังเกตพฤติกรรมและสอบถามดังนี้

- จากการสังเกตพฤติกรรม เด็กกลุ่มเป้าหมาย
ตัวอย่าง จำนวน 32 คน รับประทานอาหาร 3 มิติ การ
กินถูกหลักโภชนาการอย่างตั้งใจและมีอารมณ์ร่วมกับ
ฉากต่างๆ เช่น ฉากที่ตื่นเต้นก็มักจะลุ้นตาม ฉากที่มีการ
แสดงพลังวิเศษก็แสดงสีหน้าชื่นชอบ

- จากการสอบถาม เด็กกลุ่มเป้าหมาย ได้รับ
ความรู้ความเข้าใจเรื่องโภชนาการอาหารเน้นการลด

หวานมากขึ้น และรับรู้ได้ถึงโทษและพิษภัยของโรคที่
เกิดจากการกินที่ผิดหลักโภชนาการ

ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหลังจากรับชมและ
รับข่าวสารจากสื่อแอนิเมชันแล้ว เด็กกลุ่มเป้าหมายจะ
ตระหนักแล้วปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเองไม่มากนัก
น้อย

5. การอภิปรายผล

แอนิเมชัน 3 มิติ การกินอย่างถูกหลัก
โภชนาการ ได้บอกเล่าถึงข้อดีข้อเสียของการกินอาหาร
ไม่ถูกหลักและถูกหลักโภชนาการ โดยได้สอดแทรก
เนื้อหาความรู้เหล่านี้ในเนื้อเรื่องแฟนตาซี ส่งเสริมให้
เด็กได้เรียนรู้และเข้าใจง่ายขึ้น ตื่นตาตื่นใจ ไม่ทำให้น่า
เบื่อ อีกทั้งยังทำให้เด็กได้ตระหนักและเห็นภาพชัดเจน
จนอาจนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการกินให้ถูก
หลักโภชนาการตามตัวละครในเนื้อเรื่องได้ในภายภาค
หน้า

6. บทสรุป

งานวิจัยนี้ได้อธิบายถึงกระบวนการใน
การศึกษารวบรวมข้อมูล กระบวนการคิดวิเคราะห์
สร้างสรรค์ออกแบบ และผลิตภาพยนตร์แอนิเมชัน
โดยเป็นการเล่าเรื่องผ่านสื่อแอนิเมชันเพื่อส่งเสริมให้
เกิดการการเรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับการกินที่ถูกหลัก
โภชนาการ เน้นการลดหวาน ซึ่งสิ่งเหล่านี้หากต้อง
เรียนรู้แบบเดิมๆ ในหนังสือ การใช้การ์ตูน 2 มิติ ดำเนิน
เรื่องราวปกติชีวิตประจำวัน หรือใช้การบอกกล่าว
ปากเปล่า อาจทำให้ไม่น่าสนใจและไม่น่าจดจำ ทำให้
เด็กไม่มีความรู้ด้านนี้และมีพฤติกรรมการกินที่ผิด
ส่งผลเสียต่อสุขภาพกายใจในระยะยาว ต่อเนื่องไปจน
เป็นปัญหาสังคม

ดังนั้นผู้วิจัยจะดำเนินการตามขั้นตอนตามที่
ได้อธิบายมา สร้างเป็นภาพยนตร์แอนิเมชัน 3 มิติ

เพื่อส่งเสริมการกินแบบถูกหลักโภชนาการ ในลักษณะที่เหนือจริง ให้ความบันเทิง สนุกสนาน ตื่นตาตื่นใจ และสอดแทรกความรู้ไปพร้อมกัน ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะมีส่วนช่วยในการสร้างสื่อแอนิเมชัน 3 มิติที่ดีช่วยส่งเสริมจินตนาการ และช่วยกระตุ้นให้เด็กไทยได้เรียนรู้และเข้าใจการกินอย่างถูกหลักโภชนาการเพื่อสุขภาพร่างกายที่ดีในอีกทางหนึ่งด้วย

การสร้างสรรค์ผลงานศิลปะ จะต้องมีการศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมอย่างต่อเนื่อง เพื่อพัฒนาผลงานให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น อย่างไรก็ตามรายละเอียดทางด้านเนื้อหาสาระและข้อมูลต่าง ๆ ของเอกสารนี้จะประโยชน์ต่อผู้ที่สนใจศึกษา และสร้างผลงานแอนิเมชันต่อไป

7. กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณ รศ.พรหมเพ็ญ ฉายปริษา อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ที่ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการเขียนเอกสารงานวิจัย รวมไปถึงข้อเสนอแนะต่างๆเกี่ยวกับงานวิจัย อ.อมราพร แผ่นดินทอง ผู้มีส่วนช่วยในการคิดและปรับปรุงบทแอนิเมชัน อาจารย์จากบ้านอิทธิฤทธิ์ทุกท่านที่ช่วยสอนวิชาความรู้ทุกอย่างเพื่อใช้ในการสร้างผลงาน อ.ชัยพร พานิชรุทติวงศ์ ผู้ให้ความรู้และคำแนะนำในส่วนของการขึ้นตอนการผลิตสื่อสุดท้ายเพื่อให้ตัวงานออกมามีคุณภาพที่สุด ขอขอบคุณครอบครัวและเพื่อนๆ ของผู้วิจัยที่ให้การสนับสนุน ช่วยเหลือ ให้คำแนะนำ และเป็นกำลังใจในการทำงานของผู้วิจัยเสมอมา

8. เอกสารอ้างอิง

- ชุดิมา ศิริกุลชยานนท์. (2554). “โรคอ้วนในเด็กวัยเรียนจากอนุสู่ชุมชน”. กรุงเทพมหานคร: หจก. เบสท์ กราฟฟิค เพรส.
- ดิษพงศ์ วงศ์อร่าม. (2554). “สื่อสารสนเทศแอนิเมชันกับศิลปศึกษา”. (ออนไลน์). สืบค้นจาก: <http://www.artsedcenter.com/index.php?lay=show&ac=article&Id=539325488&Ntype=9>, (17 กุมภาพันธ์ 2557).
- สุริยเดว ทรีปาตี และ สุนทรี รัตนชูเอก. (2551). “โรคอ้วนในเด็ก แนวทางป้องกัน ดูแลรักษา และฟื้นฟู”. กรุงเทพมหานคร: ชัยเจริญ.
- “น้ำตาล ความหวานในขนม เครื่องดื่ม นมพร้อมดื่ม นมผลสำหรับเด็ก.” (ออนไลน์). สืบค้นจาก: http://www.sweetenough.in.th/index.php?option=com_jdownloads&Itemid=192&task=finish&cid=37&catid=2&m=0, (19 ธันวาคม 2556).