

บทที่ 1

บทนำ

1. ความสำคัญและที่มาของปัญหา

คณะกรรมการอิสระเพื่อการปฏิรูปการศึกษามีภารกิจในการจัดทำแผนการปฏิรูปประเทศด้านการศึกษิตตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. 2560 หมวด 16 การปฏิรูปประเทศมีขอบเขตการดำเนินการให้เกิดผลตาม มาตรา 258 จ.ประกอบด้วย (1) การให้สามารถเริ่มดำเนินการให้เด็กเล็กได้รับการดูแลและพัฒนาจนเข้ารับการศึกษาตามมาตรา 54 วรรคสอง เพื่อให้เด็กเล็กได้รับการพัฒนาร่างกาย จิตใจ วินัย อารมณ์ สังคมและสติปัญญาให้สมกับวัยโดยไม่เก็บค่าใช้จ่าย (กระทรวงศึกษาธิการ. คำนำ) พระบรมราโชบายด้านการศึกษา ในหลวงรัชกาลที่ 10 กล่าวว่าการศึกษิตต้องมุ่งสร้างพื้นฐานให้แก่ผู้เรียน 4 ด้าน ในด้านที่ 2) มีพื้นฐานชีวิตที่มั่นคง-มีคุณธรรม ซึ่งจะต้งฝึก ต้งสร้างวินัยให้กับเด็ก ให้สามารถปฏิบัติความดีได้อย่างเหนียวแน่น ต่อเนื่อง พระราชบัญญัติการพัฒนาเด็กปฐมวัย พ.ศ. 2562 กล่าวถึงวัตถุประสงค์การพัฒนาเด็กปฐมวัยตามพระราชบัญญิตนี้ มาตรา 5 หมวด 1 บททั่วไปว่า เพื่อสร้างคุณลักษณะให้เด็กปฐมวัยมีอุปนิสัยใฝ่ดี มีคุณธรรม มีวินัย ใฝ่รู้ มีความคิด สร้างสรรค์ สามารถซึมซับสุนทรียะและวัฒนธรรมที่หลากหลายได้ เพื่อบ่มเพาะเจตคติของเด็กปฐมวัยให้เคารพคุณค่าของบุคคลอื่น มีจิตวิญญาณของการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างเสมอภาคและมีจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและพลโลก กระทรวงศึกษาธิการได้ประกาศให้ใช้มาตรฐานการศึกษาระดับปฐมวัยมาตรฐานที่ 1 คุณภาพของเด็กว่าเพื่อให้เด็กมีพัฒนาการด้านร่างกาย แข็งแรง มีสุขนิสัยที่ดีและดูแลความปลอดภัยของตนเอง มีพัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ ควบคุมและแสดงออกทางอารมณ์ได้ จากที่กล่าวมาข้างต้นนับว่าการพัฒนาเด็กปฐมวัยต้องให้ความสำคัญกับการพัฒนาเด็กด้านคุณธรรม จริยธรรมและวินัย

ปัจจุบันปัญหาเด็กขาดความมีวินัยเป็นปัญหาที่นับวันจะเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากพัฒนาการทางร่างกายและสื่อต่างๆ เข้ามาสู่เด็ก ทำให้เด็กปฏิบัติตนตามแบบอย่างทีพบเห็นจากสื่อเทคโนโลยี ทำให้ขาดความมีวินัย การพัฒนาจริยธรรมยังมีข้อจำกัดในเรื่องเนื้อหาจริยธรรมซึ่งค่อนข้างเป็นนามธรรม รูปแบบการเรียนการสอนยังขาดความน่าสนใจ จึงได้มีการใช้รูปแบบหลากหลายวิธีการ เช่น การเล่านิทาน การใช้แม่แบบ การเข้ากลุ่มให้คำปรึกษาและกิจกรรมกลุ่ม วิธีการที่ช่วยแก้ไขข้อจำกัดในเรื่องเนื้อหาที่เป็นนามธรรมให้เป็นการเรียนรู้ที่น่าสนใจได้โดยการสร้างบรรยากาศของการเรียนรู้ที่มีการเคลื่อนไหวของผู้เรียน และเนื้อหาควบคุมกันไป (ทิตนา แคม มณี 2545:142) การจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาเด็กให้เป็นผู้ที่มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ในสังคมเป็นบุคคลที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ เป็นคนดีมีคุณธรรม จริยธรรมอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข จะต้องเปิดโอกาสให้เด็กได้ทำกิจกรรมและการเล่น เพื่อให้เด็กได้ฝึกฝนความมีระเบียบวินัยให้เกิดกับตนเอง การสร้างเสริมสุขภาพซึ่งเป็นภาวะแห่งความสมบูรณ์และความสมดุลของบุคคลทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ การใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคมอย่างปกติสุข การมีสุขภาพดีเป็นสิ่งที่แสดงให้เห็นถึงการมีคุณภาพชีวิตที่ดีอันเป็นผลมาจากการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี รวมทั้งการมี

ปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมอย่างถูกต้องเหมาะสมของสุขภาพ คนและสิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์กัน การสร้างเสริมสุขภาพเป็นมิติหนึ่งของสุขภาพที่มีความสำคัญมาก เพราะเป็นการกระทำของบุคคลเพื่อให้มีสุขภาพดีทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ การดูแลสุขภาพตนเองเพื่อส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกาย ซึ่งการดูแลสุขภาพตนเองที่สำคัญคือการดูแลสุขภาพตนเองในสภาวะปกติ การปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ กิจกรรมที่แสดงให้เห็นถึงความมีวินัยในการปฏิบัติได้อย่างชัดเจน

ทฤษฎีการเชื่อมโยงของธอร์นไดค์ (Thorndike's Classical Connectionism) อธิบายการเรียนรู้เชื่อมโยงว่า หากต้องการสร้างเสริมพฤติกรรมใดๆ ให้กับเด็กปฐมวัย ทำได้ด้วยการให้เด็กได้เรียนรู้ตามกฎ 3 ข้อ ได้แก่ กฎข้อที่ 1 กฎแห่งความพร้อม (Law of Readiness) กฎข้อนี้อธิบายว่า ความพร้อมทั้งทางกาย วิชาและสรีระของร่างกายและวุฒิภาวะเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสร้างพฤติกรรมเคลื่อนไหวของร่างกายบริเวณลำตัว แขนขา การใช้มือ ฝ่ามือ นิ้วมือ รวมถึงการประสานสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกายในการหยิบ จับ สัมผัสสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัว กฎข้อที่ 2 กฎแห่งการฝึกหัด (Law of Exercise) กฎข้อนี้อธิบายว่า การฝึกหัดหรือการทำซ้ำบ่อยๆ เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสร้าง เพิ่ม คงพฤติกรรมเคลื่อนไหวของร่างกายบริเวณลำตัว แขนขา การใช้มือ ฝ่ามือ นิ้วมือ รวมถึงการประสานสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกายในการหยิบ จับ สัมผัสสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวได้ กฎข้อที่ 3 กฎแห่งผลที่พึงพอใจ (Law of Effect) กฎข้อนี้อธิบายว่า ความพึงพอใจของเด็กที่ได้รับจากผู้ฝึก วิธีการฝึก ผลที่ได้รับจากการฝึก เป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อความต้องการอยากฝึกต่อไป อยากเรียนรู้ต่อไป จากกฎข้อ 2 ผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กปฐมวัยจึงนำมาใช้ในฝึกหัด ด้วยการ เล่น ให้ทำกิจกรรมซ้ำบ่อยๆ เช่น ให้เด็กฝึกทักษะการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ เช่น ฝึกด้วยการให้เล่นตั่งเต กระต่ายขาเดียว เขย่งก้าวกระโดด การยืนขาเดียว เป็นต้น และจากกฎข้อที่ 3 ผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กปฐมวัยเมื่อฝึกหัดจะด้วยการ เล่น ให้ทำกิจกรรมใดๆ ก็ตาม เด็กจะต้องประสบความสำเร็จ มีความสุข ความพอใจที่ได้ทำกิจกรรมนั้นๆ ดังนั้น จึงฝึกให้ได้เล่นอย่างสนุก ดังเช่น การเล่นตั่งเต กระต่ายขาเดียว เขย่งก้าวกระโดด จากทฤษฎีการเชื่อมโยงของธอร์นไดค์ เป็นการเปลี่ยนพฤติกรรมจากพฤติกรรมเคลื่อนไหวที่ทำไม่ได้ ทำได้ไม่ดี ให้ทำได้ ทำได้ดี และจากไม่เคยทำพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับสุขนินัยนั้นสามารถเปลี่ยนได้โดยต้องให้เด็กเกิดการเรียนรู้และฝึกจนเป็นนิสัยสู่การสร้างวินัยในตนเอง

การศึกษาเป็นกระบวนการพัฒนาทรัพยากรบุคคลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี กระทรวงศึกษาธิการได้ประกาศใช้หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546 เพื่อให้สถานศึกษาสถานพัฒนาเด็กปฐมวัยทุกสังกัดนำหลักสูตรฉบับนี้ไปใช้ โดยปรับปรุงให้เหมาะสมกับเด็กและสภาพท้องถิ่น ตั้งแต่ปีการศึกษา 2546 เป็นต้นมาจนถึงปัจจุบัน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ได้ดำเนินการทบทวนหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546 ให้มีความสอดคล้องและทันต่อการเปลี่ยนแปลงทุกด้านเพื่อพัฒนาไปสู่หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 โดยนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาวิจัยและแผนแม่บทกฎหมายต่างๆ มาใช้ในการพัฒนาหลักสูตรการศึกษาปฐมวัยให้มีความเหมาะสมชัดเจนยิ่งขึ้น ซึ่งสถานศึกษาที่มีคุณภาพและมาตรฐานนั้นจำเป็นต้องมีการนำหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 ลงสู่การ

ปฏิบัติเพื่อสร้างรากฐานคุณภาพชีวิตให้เด็กปฐมวัยพัฒนาไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เกิดคุณค่าต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. 2561: ความนำ)

โรงเรียนบ้านโกตา อำเภอละงู จังหวัดสตูล เป็นโรงเรียนที่จัดการศึกษาและจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่มุ่งสร้างและหล่อหลอมให้เด็กเกิดลักษณะเป็นคนดี มีความพร้อมทั้งทางร่างกาย อารมณ์-จิตใจ สังคม และสติปัญญาให้การศึกษาแก่เด็กเพื่อเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข การจัดประสบการณ์ 6 กิจกรรมหลักในระดับปฐมวัยของโรงเรียนมีการนำสื่อการสอนประเภทนิทาน ประกอบภาพมาใช้เพื่อส่งเสริม พัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์-จิตใจ แต่ยังขาดการส่งเสริมด้านการจัดกิจกรรมกลางแจ้ง การออกกำลังกายและการเคลื่อนไหว การใช้เกมส์ เพลงประกอบจังหวะยังมีน้อย ขาดการเรียนรู้จากการปฏิบัติจริง จากของจริง เช่น การทำอาหาร ในปีการศึกษาที่ผ่านมาโรงเรียนได้สังเกตพฤติกรรมเด็กปฐมวัย วิเคราะห์ถึงสภาพปัญหา พบว่าเด็กบางคนจะมีพฤติกรรมการอยู่ไม่นิ่ง วอกแวก เคลื่อนไหวตัวเองอย่างไร้จุดหมาย ซึ่งการเลี้ยงดูก็มีส่วนทำให้เด็กมีพฤติกรรมการอยู่ไม่นิ่ง ไม่รู้จักรอคอย ปัญหาเกี่ยวกับพัฒนาการ การปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมในโรงเรียน การจัดกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการ มีน้อย ขาดการกระตุ้นที่เหมาะสม และสิ่งที่ยังไม่ให้ความสำคัญอย่างจริงจังคือ การพัฒนาเด็กในด้าน คุณธรรม จริยธรรมและวินัยในตนเอง เด็กในระดับชั้นปฐมวัยส่วนใหญ่มีความพร้อมทางด้านสติปัญญาและร่างกายเพื่อจะเรียนในระดับที่สูงขึ้นไปแต่พฤติกรรมด้านวินัยของเด็กนั้นยังคงพบพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เช่น ชอบแฉงควิ แฉงกันยืนเข้าแถว เข้าแถวไม่เป็นระเบียบ วางรองเท้าระเกะระกะ ไม่เป็นระเบียบ ใส่รองเท้าเข้าห้องเรียน ไม่ทำการบ้าน พุดจาไม่ไพเราะ แฉงของเล่นเพื่อน เก็บของเล่นไม่เป็นระเบียบ จากการศึกษาสภาพครอบครัวของเด็ก โดยการสอบถามผู้ปกครอง ทำให้ทราบว่าเด็กส่วนหนึ่งพ่อแม่ต้องไปทำงานรับจ้างไม่มีเวลาอบรมสั่งสอนลูก เด็กบางคนอาศัยอยู่กับตา ยาย และญาติ เด็กคลุกคลีอยู่กับโทรศัพท์ โทรทัศน์ ในบางครั้งนำเสนอสิ่งที่ไม่เหมาะสม เด็กไม่ได้รับการชี้แจงหรืออธิบายว่า พฤติกรรมที่พบเห็นจากสื่อโทรทัศน์นั้นถูกต้องหรือไม่ เด็กบางคน ไม่ทราบว่าพฤติกรรมเหล่านั้นไม่เหมาะสมอย่างไร ทำให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ไม่ทราบว่าควรจะทำอย่างไรในการดำเนินชีวิต ซึ่งหากปล่อยให้เป็นปัญหา เช่นนี้จะส่งผลต่อความคิดและจิตใจของเด็ก เมื่อเติบโตขึ้นก็อาจก่อให้เกิดเป็นปัญหาแก่สังคมได้

จากขอบเขตของการสร้างเสริมสุขภาพแสดงให้เห็นว่าคนและสิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์กันซึ่งนำไปสู่สภาวะสุขภาพที่ดีส่งผลต่อพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์-จิตใจ สังคม เป็นบุคคลที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ จากความสำคัญของการจัดการศึกษา การส่งเสริมสุขภาพ ปัญหาของการการมีคุณธรรม จริยธรรม ความมีวินัยในตนเองดังกล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นถึงความสำคัญและความจำเป็นของการพัฒนา ด้านวินัยของเด็กปฐมวัย ซึ่งเป็นช่วงที่มีความสำคัญต่อการปรับตัวสู่การเปลี่ยนแปลงและการเรียนรู้โลกภายนอก ถ้าเด็กในวัยนี้ได้รับการพัฒนาในด้านร่างกาย อารมณ์-จิตใจ คุณธรรม ความมีวินัยในตนเองควบคู่กันไปจะเป็นการวางรากฐานการเรียนรู้และชีวิตที่ดีงามของเด็กในอนาคต ซึ่งต้องอาศัยความเข้าใจและความอดทนเพราะการฝึกให้เด็กมีคุณธรรม จริยธรรม และวินัยเป็นลักษณะของนามธรรม ทำได้ยาก เด็กยังมีวุฒิภาวะน้อยที่จะทำความเข้าใจได้โดยง่าย ครูผู้สอนจะต้องมีความมุ่งมั่นที่จะปลูกฝังให้เด็กในการดำเนินชีวิต

และสัมผัสได้ถึงความเป็นผู้มีจริยธรรมด้านวินัยให้กับเด็ก และเข้าใจในแนวความคิดการจัดประสบการณ์ในระดับปฐมวัย โรงเรียนบ้านโกตาจึงพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยโดยใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ เพื่อพัฒนาให้เด็กปฐมวัยเป็นบุคคลที่มีวินัย มีความรับผิดชอบเป็นพลเมืองที่ดีต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์สำคัญเพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่มีต่อความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย กำหนดจุดประสงค์เฉพาะไว้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยก่อน ระหว่าง และหลังการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

3. ขอบเขตของโครงการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ เด็กปฐมวัยชาย-หญิง อายุระหว่าง 5-6 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลปีที่ 2 และอนุบาลปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 โรงเรียนบ้านโกตา อำเภอละงู จังหวัดสตูล จำนวน 30 คน

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ เด็กระดับชาย-หญิง อายุระหว่าง 5-6 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลปีที่ 2 และอนุบาลปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 โรงเรียนบ้านโกตา อำเภอละงู จังหวัดสตูล จำนวน 30 คน ใช้ประชากรเป็นกลุ่มเป้าหมาย

3. ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรต้น ได้แก่ การจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ได้แก่ กิจกรรมจังหวะและเคลื่อนไหว (Movement and rhythm) กิจกรรมทำอาหาร (Cooking)

ตัวแปรตาม ได้แก่ ผลเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมความมีวินัยในตนเอง ด้านความรับผิดชอบ ด้านความอดทน

4. ระยะเวลา การวิจัยในครั้งนี้ทำการทดลองในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 ใช้เวลาศึกษา 8 สัปดาห์ ดังนี้

กิจกรรมจังหวะและเคลื่อนไหว ใช้เวลาศึกษาสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 40 นาที ทุกวันอังคาร พุธ พฤหัสบดี รวม 24 ครั้ง

กิจกรรมทำอาหาร ใช้เวลาศึกษา 2 สัปดาห์ละ/ครั้ง ครั้งละ 60 นาที ในวันศุกร์ รวม 4 ครั้ง

4. นิยามศัพท์เฉพาะ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดนิยามคำศัพท์ที่ใช้ในการศึกษา “การพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยโดยใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ” ดังนี้

1. ความมีวินัยในตนเอง หมายถึง การที่เด็กได้แสดงออกในการควบคุมตนเองให้เกิดการปฏิบัติได้อย่างเหมาะสมในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นหรือแสดงพฤติกรรมต่างๆ ตามกฎเกณฑ์ของสังคมได้อย่างเหมาะสมตามเงื่อนไข กติกา ข้อตกลงด้วยตนเอง กระทำด้วยความพึงพอใจ โดยเกิดความสำนึกว่าเป็นค่านิยมที่ดีซึ่งมากกว่าเจตนา การรู้จักหน้าที่ของตนเอง ตามภารกิจ ข้อตกลง ความตั้งใจ พยายามทำกิจกรรมอย่างจริงจัง ดูแลเก็บรักษาของใช้ของตนเองและส่วนรวมให้อยู่ในสภาพเรียบร้อย สามารถปฏิบัติตามมารยาททางสังคม สามารถยับยั้งความต้องการที่เกิดขึ้นโดยรู้จักการรอคอย การควบคุมการกระทำของตนเอง สามารถทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น เหมาะสม ไม่ย่อท้อ ไม่ยอมแพ้ในการทำงานให้สำเร็จลุล่วง ยอมรับสภาพความเป็นจริงแม้จะไม่เป็นไปตามความหวัง ดังนี้

1.1 ด้านความรับผิดชอบ ได้แก่ พฤติกรรมการแสดงออกที่ตั้งใจทำงานสามารถปฏิบัติตามกติกาข้อตกลงในการเล่นและทำกิจกรรมที่ได้รับมอบหมาย การดูแลเก็บรักษาของใช้ของตนเองและส่วนรวมให้อยู่ในสภาพเรียบร้อย มีความตั้งใจในการเล่นและทำกิจกรรมจนเสร็จโดยไม่มีใครบังคับ รู้จักช่วยเหลือตนเอง รวมทั้งปฏิบัติตามกฎระเบียบ ข้อตกลงของห้องเรียน รู้จักรักษาสมบัติส่วนรวม ตรงต่อเวลา ในกฎระเบียบวินัย เป็นผู้นำ ผู้ตามที่ดี ยอมรับการกระทำที่ไม่ถูกต้องของตนเอง

1.2 ความอดทน ได้แก่ พฤติกรรมการแสดงออกทางดานอารมณ์ ที่สามารถปฏิบัติตามมารยาททางสังคม รู้จักการรอคอย การควบคุมการกระทำของตนเองได้ในการทำกิจกรรม เช่น ไม่แย่งของเล่นกับเพื่อน ความพยายามในการทำงาน ยอมเสียสละ เล่นและทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม ขยันหมั่นเพียรที่จะทำงานให้สำเร็จ

2. กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ หมายถึง การจัดกิจกรรมเสริมประสบการณ์ที่เน้นภาวะแห่งความสมบูรณ์และความสมดุลของบุคคลทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม การใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคมอย่างปกติสุข พัฒนาทักษะให้มีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่ดี เป็นการดูแลรักษาสุขภาพตนเองในภาวะปกติที่มีความสอดคล้องกับพัฒนาการช่วงวัยของเด็กปฐมวัยอายุระหว่าง 5-6 ปี เป็นมิติหนึ่งทางสุขภาพที่สำคัญผ่าน 2 กิจกรรมหลัก ได้แก่ กิจกรรมจังหวะและเคลื่อนไหว (Movement and rhythm) เป็นการดูแลร่างกายให้แข็งแรง กิจกรรมทำอาหาร (Cooking) เป็นการจัดโภชนาการที่ถูกต้อง เป็นสื่อในการการจัดประสบการณ์โดยมุ่งหวังให้เด็กมีวินัยในตนเอง ความรับผิดชอบและความอดทน มีวิธีการจัดกิจกรรมตามลำดับขั้นตอน RAPC ประกอบด้วย ขั้นทบทวนประสบการณ์ (Review of Experience: R) ขั้นปฏิบัติการเรียนรู้ (Active learning: A) ขั้นฝึกปฏิบัติ (Practice: P) ขั้นสรรค์สร้างความรู้ (Creation of Idea: C) การจัดกระทำข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล

กิจกรรมจังหวะและเคลื่อนไหว (Movement and rhythm)

ทุกวันอังคาร พุธ พฤหัสบดี วันละ 40 นาที

ขั้นทบทวนประสบการณ์ (Review of Experience: R) (5 นาที) เป็นขั้นจัดกิจกรรมจูงใจให้เด็กได้เรียนรู้ ทบทวนสิ่งที่ได้ปฏิบัติไปแล้ว

ขั้นปฏิบัติการเรียนรู้ (Active learning: A)/ขั้นนำ (5 นาที) เป็นขั้นจัดกิจกรรมเป็นการกระตุ้นให้เด็กปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้โดยครูเป็นผู้นำ นำเรียนคิดและปฏิบัติตามกิจกรรมที่ครูจัดการให้เด็กได้ปฏิบัติ เป็นการนำเขาสู่กิจกรรม ครูนำเด็กไปบริเวณสนามหญ้าที่มีความเหมาะสมกับการเคลื่อนไหวฝึกความมีวินัยด้วยการจัดระเบียบแถวฝึกยืนตามลำดับไหล่ ประมาณ 2 นาที จากนั้นให้เด็กท่องจำดูอาประจำวัน ประมาณ 2 นาที ครูทักทายนักเรียนให้ไดมอคลาย ประมาณ 1 นาที

ขั้นฝึกปฏิบัติ (Practice: P)/ขั้นดำเนินกิจกรรม (20 นาที) เป็นขั้นการให้เด็กปฏิบัติจริงด้วยตนเองตามขั้นตอนของกิจกรรม

1. ขั้นอธิบายกิจกรรม (5 นาที) เป็นขั้นที่ครูใช้กิจกรรมจังหวะและเคลื่อนไหวที่คัดเลือก โดยอธิบายและสาธิตให้เด็กฟัง 2 รอบ เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้ ฝึกจังหวะและเคลื่อนไหว ในการทำกิจกรรมจังหวะและเคลื่อนไหวแต่ละครั้ง ครูคัดเลือกเกม/กิจกรรมเคลื่อนไหว/เพลงซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการส่งเสริมวินัยในตนเอง สร้างปฏิสัมพันธ์กับเด็กโดยตั้งคำถาม เปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงความคิดเห็น โตตอบพูดคุยซักถามเกี่ยวกับเนื้อหาของเกม/กิจกรรมเคลื่อนไหว/เพลงที่เป็นตอนสำคัญที่เกี่ยวข้องกับความมีวินัยในตนเองหรือสุขภาพ

2. ขั้นการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกความอดทนจากการทำกิจกรรมจังหวะและเคลื่อนไหว (20 นาที) เป็นขั้นให้เด็กได้ฝึกจังหวะและเคลื่อนไหว โดยการทำตามครู 2 รอบและสนทนาเกี่ยวกับเนื้อหาในเพลง จากนั้นเด็กผลัดกันทำที่ละห้อง (ครูอาจจัดกิจกรรมทำทาททางประกอบเพลงตามวิธีทัศน เด็กดูวิธีทัศนการแสดงในเพลงนั้นๆ) รวมกันลงมือปฏิบัติ การทำกิจกรรมจังหวะและเคลื่อนไหวประกอบเพลงในแต่ละวัน ใช้เวลาห้องละ 10 นาที จากนั้นให้เด็กเดินเป็นแถวเพื่อวางรองเท้าตามลำดับไหล่ให้เป็นระเบียบ ก่อนไปนั่งเป็นแถวตามลำดับ

ขั้นสรรค์สร้างความรู้ (Creation of Idea: C)/ขั้นสรุป (10 นาที) ขั้นสรุปความคิด เด็กจะสรุปสิ่งที่เรียนรู้ตามกิจกรรมที่ได้ปฏิบัติ โดยครูกระตุ้นด้วยคำถาม เด็กตอบคำถามจากสิ่งที่เห็นและปฏิบัติจริง ครูให้คำชมเชยและให้กำลังใจแก่เด็กทุกคน

เมื่อเด็กนั่งตามลำดับไหล่เรียบร้อยแล้วครูและเด็กร่วมกันสนทนาสรุปผลการมีวินัยในตนเองจากการทำกิจกรรมจังหวะและเคลื่อนไหวและให้คำชมเชยเด็กที่แสดงพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองขณะที่ทำกิจกรรม จากนั้นเด็กตมมนและกล่าวดูอาตมมน ดูอาพ่อแม่ ดูอาประจำวัน ตมมนพร้อมกันเพื่อฝึกความมีวินัยในตนเองและความอดทน

กิจกรรมทำอาหาร (Cooking)

ทุกวันศุกร์ 2 สัปดาห์/ครั้ง ครั้งละ 60 นาที

ขั้นทบทวนประสบการณ์ (Review of Experience: R) (5 นาที) เป็นขั้นจัดกิจกรรมจูงใจให้เด็กได้เรียนรู้ ทบทวนสิ่งที่ได้ปฏิบัติไปแล้ว

ขั้นปฏิบัติการเรียนรู้ (Active learning: A)/ขั้นนำ (5 นาที) เป็นการนำเข้าสู่กิจกรรม ครูนำเด็กไปบริเวณที่มีความเหมาะสมกับการจัดกิจกรรมทำอาหาร ครูซักถามเรื่องส่วนประกอบของการทำอาหารที่ให้แก่รับประทานวัสดุ ผัก/ผลไม้ หรืออื่นๆ (ถ้ามี) ประกอบการทำอาหารมาจากบ้าน (ประมาณ 2 นาที) จากนั้นให้นักเรียนท่องจำดูประจำวัน (ประมาณ 2 นาที) ครูทักทายนักเรียนให้ไดพอน คลาย (ประมาณ 1 นาที) จากนั้นให้เด็กเดินเป็นแถวเพื่อวางรองเท้าตามลำดับไหล่วางรองเท้าให้เป็นระเบียบ ก่อนไปนั่งเป็นแถวตามลำดับไหล่เพื่อเตรียมตัวทำกิจกรรม เป็นขั้นตอนสำคัญที่แสดงให้เห็นถึงความรับผิดชอบและความอดทน กิจกรรมจังหวะและเคลื่อนไหว (Movement and rhythm) กิจกรรมทำอาหาร (Cooking)

ขั้นฝึกปฏิบัติ (Practice: P)/ขั้นดำเนินกิจกรรม (40 นาที) เป็นขั้นการให้เด็กปฏิบัติจริงด้วยตนเองตามขั้นตอนของกิจกรรม

1. ขั้นอธิบายกิจกรรม (10 นาที) เป็นขั้นที่ครูใช้กิจกรรมทำอาหาร (Cooking) ที่กำหนดไว้ ครูเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ ส่วนประกอบของอาหารโดยใช้ของจริง ครูใช้คำถามในการจัดกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนคิดและตอบจากสิ่งที่เห็น ถามเพื่อให้นักเรียนได้ตอบถึงขั้นตอนการทำ ประโยชน์ของอาหารที่มีต่อสุขภาพ สร้างปฏิสัมพันธ์กับเด็กโดยตั้งคำถาม ครูเปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงความคิดเห็น โตตอบพูดคุย เกี่ยวกับอาหารที่จะทำ

2. ขั้นการจัดกิจกรรมทำอาหาร (30 นาที) เป็นขั้นให้เด็กปฏิบัติ โดยครูสาธิตให้เด็กดู ให้ตัวแทนมาสาธิตเพื่อให้เด็กได้เห็นของจริงในการทำกิจกรรมทำอาหาร (Cooking) โดยการทำตามครู 2 รอบ ครูสนทนาเกี่ยวกับประโยชน์ของอาหารที่ช่วยสร้างเสริมสุขภาพ จากนั้นเด็กผลัดกันทำทีละคน รวมกันลงมือปฏิบัติ ในการทำอาหารแต่ละครั้งให้เด็กทุกคนได้ฝึกทักษะผสมและปรุง ฝึกความอดทน การรอคอย เมื่อตักเสร็จแล้วเด็กร่วมกันกล่าวดูอาพ่อแม่ ดูอาประจำวัน ดูอาก่อนรับประทานอาหารเสร็จแล้วรับประทานพร้อมกัน เป็นการฝึกความมีวินัยในตนเองและความอดทน

ขั้นสร้างสรรค์ความรู้ (Creation of Idea: C)/ขั้นสรุป (10 นาที) ขั้นสรุปความคิด เด็กจะสรุปสิ่งที่เรียนรู้ตามกิจกรรมที่ได้ปฏิบัติ โดยครูกระตุ้นด้วยคำถาม เด็กตอบคำถามจากสิ่งที่เห็นและปฏิบัติจริง ครูให้คำชมเชยและให้กำลังใจแก่เด็กทุกคน

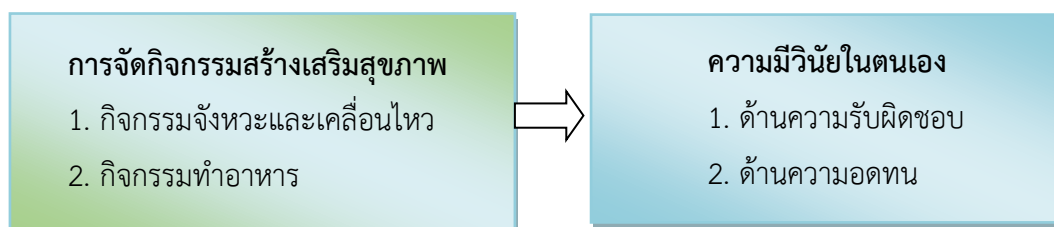
เมื่อเด็กนั่งตามลำดับไหล่เรียบร้อย ครูและเด็กร่วมกันสนทนาสรุปผลการมีวินัยในตนเองจากการทำอาหารและให้คำชมเชยเด็กที่แสดงพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองขณะที่ทำกิจกรรม

5. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ/นวัตกรรม

1. โรงเรียนได้แนวทางปลูกฝังความมีวินัยในตนเอง ด้านความรับผิดชอบและความอดทนโดยใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพในเด็กปฐมวัยเป็นแนวทางในการพัฒนาเด็กปฐมวัยด้านอื่นต่อไป
2. เด็กปฐมวัยได้รับการพัฒนาด้านวินัยอย่างต่อเนื่อง ส่งผลต่อพัฒนาการด้านอารมณ์และจิตใจ
3. เป็นแนวทางในการพัฒนาเด็กปฐมวัยของโรงเรียนอื่นที่มีบริบทคล้ายคลึงกัน ในระดับเครือข่ายสถานศึกษา

6. กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์สำคัญเพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่มีต่อความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ดังแสดงในภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย