



The Effect of Music Rhythm and Movement Activities to Promote Physical Development of Young: Early Children

Jianmin Tai¹ and Peeraporn Rattanakiat²

¹Master's degree students, Early childhood field Faculty of Education, Maha Sarakham Rajabhat University, Thailand

Faculty of Education, Maha Sarakham Rajabhat University, Thailand

E-mail: nunchawee_333@hotmail.com, ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0006-3822-6015>

E-mail: peeraporn.ra@rmu.ac.th, ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0008-8095-116X>

Received 04/12/2023

Revised 19/12/2023

Accepted 25/12/2023

Abstract

Background and Aims: The researcher sees the importance of physical development and therefore organizes activities that give children the opportunity to perform basic movements combined with creative movement activities that emphasize physical development in balancing skills, walking, running, and jumping. The children can move their bodies freely according to their imagination and ideas, using various equipment. Includes movement of every part of the body. Therefore, this research aimed to compare the physical development of young children before and after organizing music rhythm and movement activities.

Methodology: The target group by purposive sampling was 15 young children, aged 5-6 years old, from Jinchengjiang Aitong Kindergarten in the 2023 academic year. The tools used in this research are Activity plans, music rhythms, and movements. Physical development assessments for young children include balance skills, walking skills, running skills, and jumping skills. The Pre-Experimental Design was used for assessment. The statistics were the average scores, standard deviation, and progress percentage.

Results: The research finding indicated that after organizing the activities, the physical development of young childhood had 31.93 average scores and 2.97 standard deviations higher than 24.46 average scores and 4.70 standard deviations before participating in the activities. The percentage of progress was 84.55.

Conclusion: This research proves that rhythm and movement activities have a positive effect on the physical development of early childhood children. The mean development value increased significantly from 24.46 before the activity to 31.93 after the activity. As a result, we understand





the effectiveness of such activities in promoting children's physical development. In addition, the variability of the data was noted. The percentage of progress with a high value of 84.55% clearly shows the higher efficiency of activities in the physical development of early childhood children.

Keywords: Music Rhythm and Movement Activities; Physical Development of Young Children; Early Childhood



ผลของการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวเพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัย

เจียนมิน ถาย¹ และ พิระพร รัตนเกียรติ²

¹นิสิตระดับมหาบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาปฐมวัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

²คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

บทคัดย่อ

ภูมิหลังและวัตถุประสงค์: ความสำคัญของการพัฒนาทางกายภาพจากการจัดกิจกรรมสำหรับเด็กๆ ได้มีการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐาน ผสมผสานกับกิจกรรมการเคลื่อนไหวอย่างสร้างสรรค์ที่เน้นการพัฒนาทางกายภาพในด้านทักษะการทรงตัว การเดิน วิ่ง และกระโดด เด็กๆ สามารถขยับร่างกายได้อย่างอิสระตามจินตนาการและความคิด รวมถึงการใช้อุปกรณ์ต่างๆ รวมถึงการเคลื่อนไหวของทุกส่วนของร่างกาย ดังนั้นการวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว

ระเบียบวิธีการวิจัย: กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ เด็กปฐมวัย อายุ 5 – 6 ปี โรงเรียนอนุบาล Jinchengjiang Aitong ปีการศึกษา 2023 จำนวน 15 คน ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย แผนการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรี แบบประเมินพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัย จำนวน 4 ทักษะ ได้แก่ ทักษะการทรงตัว ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง และทักษะการกระโดด โดยใช้แบบแผนการทดลองแบบ Pre - Experimental Design สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าร้อยละความก้าวหน้า

ผลการวิจัย ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว มีค่าเฉลี่ย = 31.93 ค่า $S.D = 2.97$ สูงขึ้นกว่าก่อนการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว ซึ่งมีมีค่าเฉลี่ย = 24.46 ค่า $S.D = 4.70$ โดยมีร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ 84.55

สรุปผล: การวิจัยนี้ชี้ชัดเป็นการพิสูจน์ว่ากิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวมีผลบวกต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัย โดยที่ค่าเฉลี่ยของการพัฒนานั้นมีการเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญจาก 24.46 ก่อนการจัดกิจกรรมเป็น 31.93 หลังจากการจัดกิจกรรม ซึ่งส่งผลให้เราเข้าใจถึงประสิทธิภาพของกิจกรรมดังกล่าวในการส่งเสริมการพัฒนาทางร่างกายของเด็ก นอกจากนี้ยังได้ระบุถึงความแปรปรวนของข้อมูล และร้อยละของความก้าวหน้าที่มีค่าสูงถึง 84.55% ที่ชัดเจนแสดงให้เห็นถึงประสิทธิภาพของกิจกรรมในการพัฒนาทางร่างกายของเด็กปฐมวัยที่สูงขึ้น

คำสำคัญ : กิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว; พัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัย; เด็กปฐมวัย

บทนำ

การพัฒนาคนุขยัที่มีประสิทธิภพสูงสุคและเป็นรากฐานของการพัฒนาอย่างยั่งยืนสูงสุค คือ ช่วงปฐมวัยที่เริ่มตันตั้งแต่มัการปฏิสนธิซึ่งเป็นช่วงวัยที่พัฒนาการด้านสมองและการเรียนรู้ที่เป็นไปอย่างรวดเร็วที่สุดในชีวิตของมนุษย์ และเป็นช่วงวัยที่เด็กมีความกระตือรือร้นและมีความสามารถในการเรียนรู้ทุกสิ่ง หากเด็กไม่ได้รับการเลี้ยงดูและพัฒนาอย่างถูกต้องเหมาะสมในช่วงปฐมวัย โอกาสทองของการพัฒนาจะไม่หวนกลับมาอีก ด้วยเหตุนี้ความสำคัญในการพัฒนาเด็กปฐมวัยตั้งแต่ในครรภ์มารดาจึงไม่ใช่เพียงวาระแห่งชาติอีกต่อไป แต่เป็นวาระการพัฒนาของโลก ดังปรากฏในคำรับรองปฏิญญาแห่งสหัสวรรษ (Millennium Development Goals : MDGs) จากการประชุมสุดยอดสหัสวรรษของสหประชาชาติซึ่งประกอบด้วยผู้นำประเทศสมาชิกจาก 189 ประเทศ โดยการพัฒนาเด็กปฐมวัยเป็นสิ่งที่สำคัญ เนื่องจากเป็นช่วงเวลาที่ให้ผลของการลงทุนที่คุ้มค่าที่สุดต่อการสร้างรากฐานของชีวิต (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2564)

เด็กปฐมวัยถือว่าเป็นช่วงวัยที่มีความสำคัญที่สุดในการวางรากฐานของชีวิต เนื่องด้วยเป็นวัยเริ่มต้นของชีวิต เป็นวัยแห่งพัฒนาการด้านต่างๆ มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ซึ่งหากเด็กไม่ได้รับการพัฒนาให้ถูกต้องในช่วงเวลาที่สำคัญนี้แล้ว จะสร้างให้เกิดขึ้นภายหลังได้ยาก สำหรับการจัดการศึกษาให้กับเด็กนั้น ต้องคำนึงถึงเรื่องการส่งเสริมพัฒนาการที่ครอบคลุมทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ พัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา โดยลักษณะของพัฒนาการในแต่ละด้านเป็นไปตามขั้นตอนอย่างต่อเนื่อง และมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน หากพัฒนาการด้านหนึ่งบกพร่องจะส่งผลกระทบต่อพัฒนาการในด้านอื่นๆ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560)

เด็กปฐมวัยเป็นวัยที่กำลังเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย เช่น เด็ก 4 ปีจะสามารถเดินลงบันไดแบบ สลับเท้าได้ดีกว่าเด็กอายุ 3 ปี และจะกระโดดด้วยเท้าข้างเดียวหรือในการกระโดดสลับเท้า เมื่ออายุ 5 ปี ขึ้นไปควรส่งเสริมพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อใหญ่ กล้ามเนื้อใหญ่นับว่าเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการพัฒนาทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย โดยธรรมชาติของเด็กชอบการเคลื่อนไหวมาตั้งแต่เกิดโดยไม่ได้รับการฝึกหัด เช่น การเดินไปมา การไขว่คว้า เป็นต้น การเคลื่อนไหวร่างกายของเด็กจะเริ่มจากศีรษะไปยัง ส่วนเท้าจากลำตัวไปยังแขน มือและนิ้วจากสะโพกไปขาจนกระทั่งถึงปลายเท้าการทำงานของกล้ามเนื้อใหญ่นี้จะนำไปสู่การควบคุมการทำงานของกล้ามเนื้อและจะมีผลไปสู่พื้นฐานการเรียนรู้ขั้นต่อไปและในเด็กปฐมวัยไม่สามารถควบคุมร่างกายให้อยู่นิ่งได้เด็กจึงมีการแสดงพฤติกรรมที่เป็นการเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา เช่น การเดิน วิ่งกระโดด ปีนป่าย เป็นต้น จากกิจกรรมต่างๆ ที่เด็กเคลื่อนไหวนั้นมักจะใช้กล้ามเนื้อแขนขาและลำตัว ซึ่งความสามารถในการควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายจำเป็นต้องจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ของเด็กที่สนองความต้องการ ความสนใจ ความปลอดภัย เด็กมีโอกาสได้เลือกเล่นเรียนรู้ที่หลากหลาย (สิริมา ภิญโญอนันตพงษ์, 2554)

กิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัยโดยตรงก็คือ กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เนื่องจากกิจกรรมนี้สามารถพัฒนาเด็กทางด้านร่างกายในเรื่องความแข็งแรง คล่องแคล่วว่องไว อวัยวะส่วนต่างๆ ทำงานสัมพันธ์กันดีเป็นอย่งดี ก็ส่งผลให้เด็กเป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดีต่อไปในอนาคต กิจกรรมเคลื่อนไหวตามจังหวะ

เป็นกิจกรรมที่สำคัญอีกเช่นกัน เพราะเป็นกิจกรรมที่เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างอิสระตาม จังหวะ โดยใช้เสียงเพลง คำคล้องจอง เครื่องเคาะจังหวะ และอุปกรณ์อื่นๆ มาประกอบการเคลื่อนไหว ซึ่งจังหวะ และดนตรีที่ใช้ประกอบ ได้แก่ เสียงตบมือ เสียงเพลง เสียงเคาะไม้ เคาะเหล็กกรุงกริ่ง รำมะนา กลอง กรับ ฯลฯ มาประกอบการเคลื่อนไหวเพื่อส่งเสริมให้เด็กเกิดจินตนาการความคิดสร้างสรรค์ เด็กวัยนี้ร่างกายกำลังอยู่ใน ระหว่างพัฒนาการใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกายยังไม่ประสานสัมพันธ์กันอย่างสมบูรณ์ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560) โดยเฉพาะอย่างยิ่งการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวสามารถส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกายของ เด็กปฐมวัยได้เป็นอย่างดี

เด็กในช่วงอายุ 4 - 6 ปี ชอบการเคลื่อนไหวและไม่ชอบอยู่นิ่ง เด็กจะมีความคล่องตัว และว่องไวต่อการเดิน การวิ่ง การหยิบจับ การช่วยตนเอง สามารถบังคับและควบคุมกล้ามเนื้อได้ กระโดดข้าม เขย่งปลายเท้ายืนขาเดียว ได้ทำให้เด็กวัยนี้พร้อมที่จะเรียนเกี่ยวกับการออกกำลังกาย การควบคุมกล้ามเนื้อประสาทสัมผัส และการ เคลื่อนไหวตามจินตนาการเพื่อตอบสนองพัฒนาการด้านร่างกายดังกล่าว การจัดกิจกรรมประจำวันจึงต้องมี กิจกรรมที่เด็กได้เคลื่อนไหวออกกำลังกาย โดยมีการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ กล้ามเนื้อเล็ก เล่นออกกำลังตามกติกา ซึ่ง ได้แก่ กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะ กิจกรรมกลางแจ้ง สอดคล้องกับเบญจา แสงมลิ (2555) ที่กล่าวว่า กิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวไว้ว่า จังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวเป็นการให้การศึกษาที่เป็น ประโยชน์ต่อการเรียนรู้ในวัยเด็กเล็ก เด็กส่วนมากจะแข็งแรงและกระตือรือร้น จังหวะดนตรีมีความสัมพันธ์กับการ เคลื่อนไหวของเด็ก จะช่วยให้เด็กจะรู้จักตนเอง จากการเคลื่อนไหวของร่างกาย และวิธีการเคลื่อนไหวหลายๆ วิธี ผ่านดนตรี เสียงเพลง ช่วยให้เด็กเกิดทักษะในการใช้ร่างกาย ทักษะในการควบคุมกล้ามเนื้อหยิบจับ แก้ปัญหาเพิ่ม ความรู้และเจตคติ

การจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว (Music and movement) เป็นกิจกรรมการเคลื่อนไหวที่ ร่างกายและจิตใจมีปฏิริยาตอบสนองกับอัตราความช้า หรือความเร็วของตัวโน้ตในรูปแบบต่างๆ กัน เสียงเพลง หรือจังหวะต่างๆ ให้เข้า (รังสฤษฎ์ บุญชะลอ, 2559) สอดคล้องกับภรณ์ คุรุรัตน์ (2542) กล่าวว่า กิจกรรมจังหวะ ดนตรีและการเคลื่อนไหว (Music and movement) เป็นการส่งเสริมให้เด็กมีอิสระในการเคลื่อนไหวที่เหมาะสม กับพัฒนาการและวัยของเด็ก จะช่วยให้เด็กได้แสดงออกถึงความรู้สึกและอารมณ์อย่างเปิดเผยและเป็นธรรมชาติ ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้เด็กมีจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ การจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว (Music and movement) ให้กับเด็กตั้งแต่ยังเล็กจะช่วยให้เด็กเกิดทักษะพื้นฐานในการเรียนวิชาต่างๆ เช่น ภาษา ดนตรี นาฏศิลป์ ฯลฯ ขณะเดียวกันจะทำให้เด็กมีจังหวะในการเคลื่อนไหว ไม่เกิดปัญหาการวิ่งชนผู้อื่นหรือสิ่งของ ต่าง ๆ ในขณะที่ทำกิจกรรม ซึ่งมีผลต่อการปรับตัวของเด็ก เพราะการรู้จักจังหวะจะเป็นผลทำให้ไม่กระทบกระทั่ง ผู้อื่นได้สามารถดำเนินชีวิตได้ถูกต้องและอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข

การสอนดนตรีสำหรับเด็กปฐมวัยเป็นพัฒนาการเด็กตามองค์ประกอบ3ประการของดนตรี ได้แก่ การ เคลื่อนไหว การฟัง และการร้องเพลง จะช่วยให้ครูจัดประสบการณ์และกิจกรรมที่เหมาะสมกับ เด็กได้อีกทั้งพ่อแม่

ควรให้ความสนใจในการส่งเสริมพัฒนาการด้านดนตรีของเด็กเพื่อสนองความรู้สึกของเด็กผ่านการเคลื่อนไหวหรือเข้าจังหวะประกอบเพลงใช้ในการพัฒนาระบบการทำงานของกล้ามเนื้อใหญ่ใช้พัฒนาทักษะทางด้านร่างกาย การเข้ากลุ่มหรือด้านสังคม และใช้ในการพัฒนาแนวคิดทางดนตรี เช่น ช้า เร็ว สูงต่ำ ดังค่อย เป็นต้น ดนตรีช่วยพัฒนาความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการของเด็กปฐมวัย ดนตรีเป็นสิ่งกระตุ้นให้เด็กทดลองปฏิบัติและแสดงออก โดยใช้ดนตรีเป็นสื่อ ช่วยพัฒนาด้านการตอบสนองทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย เพราะดนตรีเป็นสิ่งเร้าให้เด็กแสดงออกทางด้านอารมณ์ ดนตรีช่วยพัฒนาด้านภาษา เด็กปฐมวัยชอบการร้องเพลง การเรียนรู้ทางด้านภาษาจึงทักษะพื้นฐานที่เด็กปฐมวัยเรียนรู้ไปด้วย นอกจากนี้เด็กยังใช้ภาษาเป็นสื่ออธิบายความรู้สึกต่อดนตรีจึงทำให้เด็กมีพัฒนาการด้านภาษามากขึ้นด้วย (เทพรัตน์ พานิชยิ่ง, 2553)

จากความสำคัญที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยเห็นว่าการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวเป็นการจัดกิจกรรมที่สามารถพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยได้เป็นอย่างดี เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวพื้นฐานที่ผสมผสานกับกิจกรรมเคลื่อนไหวเชิงสร้างสรรค์ที่เน้นพัฒนาการด้านร่างกายให้มีทักษะการทรงตัว การเดิน การวิ่ง และการกระโดด โดยเด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระตามจินตนาการและความคิดรวมทั้งการใช้อุปกรณ์ เพลง จังหวะและดนตรีมาประกอบการเคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกาย

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว

การทบทวนวรรณกรรม

การวิจัยเรื่อง ผลของการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวเพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. กิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว

กิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวเป็นกิจกรรมที่จัดให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างอิสระในทุกอิริยาบถผ่านเสียงเพลง จังหวะ และดนตรี เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกาย ดังที่ ศศกมล ศรีโพธิ์ช้าง (2557) กล่าวว่า กิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้เด็กได้พัฒนาทักษะทางด้านร่างกายและจิตใจ โดยมีปฏิริยาตอบสนองต่อเสียงและความกระตือรือร้นต่อเพลง ดนตรี จังหวะหรืออุปกรณ์ต่างๆ โดยแสดงท่าทางหรือการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายได้อย่างอิสระ มีการแสดงอารมณ์ เกิดจินตนาการและความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ สอดคล้องกับเบญญา แสงมลิ (2555) กล่าวว่ากิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวเป็นการให้การศึกษาที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียนรู้ในวัยเด็กเล็ก เด็กส่วนมากจะแข็งแรงและกระตือรือร้น จังหวะดนตรีมีความสัมพันธ์กับการเคลื่อนไหวของเด็ก จะช่วยให้เด็กจะรู้จักตนเอง จากการ

เคลื่อนไหวของร่างกาย และวิธีการเคลื่อนไหวหลายๆ วิธีผ่านดนตรี เสียงเพลง ช่วยให้เด็กเกิดทักษะในการใช้ร่างกาย ทักษะในการควบคุมกล้ามเนื้อหยาบจับ แก้ปัญหาเพิ่มความรู้และเจตคติ ซึ่งกุลยา ตันติผลาชีวะ (2547) ได้ให้เสนอแนะหลักการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวสำหรับเด็กปฐมวัย ไว้ดังนี้ 1. การจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว ครูควรให้เด็กกระทำต้องมีลักษณะสร้างสรรค์มากที่สุดแม้แต่จะเป็นกิจกรรมเคลื่อนไหวอยู่กับที่ 2. การจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว ครูควรเริ่มต้นจากการเคลื่อนไหวร่างกายโดยส่วนรวมก่อนแล้วจึงไปส่วนแขน ขา ในขณะที่เดียวกันครูต้องสังเกตและสร้างความเชื่อมั่นให้กับเด็กเรียนรู้ร่างกาย และการเคลื่อนไหวของตนเอง 3. ท่าทางของการเคลื่อนไหวต้องไม่สร้างความยุ่งยากให้กับเด็กเพื่อสร้างความมั่นใจให้กับเด็กแต่ต้องมีความหมายสำหรับเด็กในการเรียนรู้ 4. มีบริเวณและพื้นที่สำหรับเด็ก เพื่อให้เด็กมีความคล่องตัวในการเคลื่อนไหวทั้งอยู่กับที่และเคลื่อนที่ เพื่อเด็กจะได้เรียนรู้พื้นที่รอบๆ ตัว ให้เด็กรู้จักบริเวณรอบตัวเองและบริเวณรอบข้าง การเคลื่อนไหวสอนให้เด็กเรียนรู้พื้นที่ (Space) สิ่งทีครูสอนไม่ใช้การสั่งให้เด็กยืน ณ ตำแหน่งที่ครูกำหนด แต่การเรียนรู้พื้นที่คือสิ่งที่ครูบอกเด็กว่าให้หาพื้นที่ที่เด็กๆ สามารถกางแขน กว้างแล้วไม่ชนเพื่อน 5. ให้อิสระเด็กในการเคลื่อนไหวตามลักษณะของกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวซึ่งอิสระนี้หมายถึง การให้เด็กทำตามเสียงดนตรีมากกว่าการทำท่าตามเนื้อเพลงหรือทำตามคำสั่งแต่ให้เด็กรู้จักการสังเกตว่า เมื่อไรควรเคลื่อนไหวและเมื่อไรควรหยุดด้วยตัวของเด็กเอง

2. พัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย

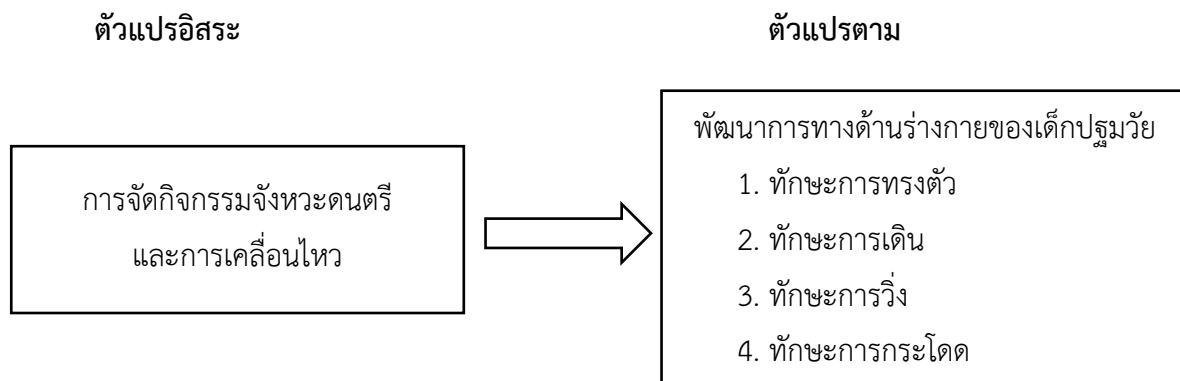
พัฒนาการทางด้านร่างกายสำหรับเด็กปฐมวัย คือการเจริญเติบโตทางด้านต่างๆ ของร่างกายในการเคลื่อนไหวและการทำงานของอวัยวะต่างๆ ของร่างกายที่ประสานสัมพันธ์กัน การรักษาความสมดุลของร่างกายและการควบคุมการทรงตัวเพื่อให้เด็กเกิดทักษะการทรงตัว การเดิน การวิ่ง และการกระโดด ที่คล่องแคล่วว่องไว ดังที่ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช (2537) พัฒนาการด้านร่างกายว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัดเจนของเด็กปฐมวัย โดยเฉพาะในระยะวัยทารก เนื่องจากอัตราการเจริญทางด้านร่างกายเป็นไปอย่างรวดเร็วมาก เมื่อเทียบกับพัฒนาการ ด้านอื่นๆ เมื่อเด็กโตเข้าสู่ระยะปฐมวัย พัฒนาการด้านร่างกายจะปรากฏในรูปของความสามารถ ใช้อวัยวะต่างๆ ของร่างกายได้ชัดเจนขึ้น ทั้งทางด้านกล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็ก และประสาทสัมพันธ์ความสามารถของกล้ามเนื้อใหญ่ ได้แก่ การใช้ร่างกาย แขน ขา เช่น การเดิน การวิ่ง กระโดด ปีนป่าย ทรงตัว เป็นต้น ส่วนความสามารถด้านกล้ามเนื้อเล็กและประสาทสัมพันธ์ได้แก่ การใช้มือ นั่ง การประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตา เช่น ลากเส้น วาดภาพ ปั่น ตัด ฉีก แปะ ร้อยลูกปัด เป็นต้น กิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัยโดยตรงก็คือ กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เนื่องจากกิจกรรมนี้สามารถพัฒนาเด็กทางด้านร่างกายในเรื่องความแข็งแรง คล่องแคล่วว่องไว อวัยวะส่วนต่างๆ ทำงานสัมพันธ์กันได้เป็นอย่างดี ก็ส่งผลให้เด็กเป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดีต่อไปในอนาคต กิจกรรมเคลื่อนไหวตามจังหวะเป็นกิจกรรมที่สำคัญอีกเช่นกัน เพราะเป็นกิจกรรมที่เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างอิสระตามจังหวะ โดยใช้เสียงเพลง คำคล้องจอง เครื่องเคาะจังหวะ และอุปกรณ์อื่นๆ มาประกอบการเคลื่อนไหว ซึ่งจังหวะและดนตรีที่ใช้ประกอบ ได้แก่ เสียงตบมือ

เสียงเพลง เสียงเคาะไม้ เคาะเหล็กกรุงกริ่ง รำมะนา กลอง กรับ ฯลฯ มาประกอบการเคลื่อนไหวเพื่อส่งเสริมให้เด็กเกิดจินตนาการความคิดสร้างสรรค์ เด็กวัยนี้ร่างกายกำลังอยู่ในระหว่างพัฒนาการใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกายยังไม่ประสานสัมพันธ์กันอย่างสมบูรณ์ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560) โดยเฉพาะอย่างยิ่งการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวสามารถส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัยได้เป็นอย่างดี

จากความสำคัญที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยเห็นว่าการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวเป็นการจัดกิจกรรมที่สามารถพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยได้เป็นอย่างดี เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวพื้นฐานที่ผสมผสานกับกิจกรรมเคลื่อนไหวเชิงสร้างสรรค์ที่เน้นพัฒนาการด้านร่างกายในทักษะการทรงตัว การเดิน การวิ่ง และการกระโดด โดยเด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระตามจินตนาการและความคิดรวมทั้งการใช้อุปกรณ์ เพลง จังหวะและดนตรีมาประกอบการเคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกาย

กรอบแนวคิดการวิจัย

กรอบแนวคิดแสดงความสัมพันธ์ของตัวแปร ซึ่งตัวแปรต้น ได้แก่ กิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อตัวแปรตามคือ พัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัย โดยกรอบแนวคิดแสดงดังแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ระเบียบวิธีการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวเพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัย โดยมีวิธีดำเนินการวิจัยตามขั้นตอน ดังนี้

1. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นเด็กปฐมวัย อายุ 5 - 6 ปี โรงเรียนอนุบาล Jinchengjiang Aitong ปีการศึกษา 2023 จำนวน 15 คน ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง โดยมีระยะเวลาในการทดลองจำนวน 8 ครั้ง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้เครื่องมือ 2 ชนิดได้แก่

1. แผนการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว

2. แบบประเมินพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัย จำนวน 4 ทักษะ ได้แก่ ทักษะการทรงตัว ทักษะการเดิน ทักษะการวิ่ง และทักษะการกระโดด

3. การสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือผู้วิจัยได้ดำเนินการตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. การสร้างและหาคุณภาพของกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัย ดำเนินการตามลำดับ ดังนี้

1.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว ศึกษาหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย และคู่มือหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 สำหรับเด็กอายุ 3 – 6 ปี

1.2 จัดทำแผนการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว ซึ่งใช้ระยะเวลาในการทดลอง 8 ครั้ง นำแผนการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวที่สร้างขึ้นเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบและพิจารณาให้ข้อเสนอแนะ แล้วปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ ได้แก่ 1. เพิ่มแบบประเมินพฤติกรรมแสดงออกและการแสดงท่าทาง 2. เพิ่มแบบประเมินพฤติกรรมการแสดงออกของอารมณ์

1.3 นำแผนการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่านพิจารณาความถูกต้องและครอบคลุมของเนื้อหา จุดประสงค์การเรียนรู้ ความเหมาะสมของกิจกรรมและสื่อการเรียนการสอน ได้คะแนนเฉลี่ยที่ระดับ 4.80 ความเหมาะสมมากที่สุด

1.4 จัดทำแผนการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัย ฉบับสมบูรณ์เพื่อนำไปใช้กับกลุ่มเป้าหมาย

2 การสร้างและหาคุณภาพของแบบประเมินพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย มีขั้นตอนการสร้างดังต่อไปนี้

2.1 ศึกษาหลักการ สมรรถนะ และงานวิจัยเกี่ยวกับแบบประเมินพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย สร้างแบบประเมินแบบประเมินพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย มี 3 ระดับ คือ ดี พอใช้ ควรส่งเสริม จำนวน 12 ข้อ และคู่มือแบบประเมินแบบประเมินพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย

2.2 นำแบบประเมินพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัยหาค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC และคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญชุดเดิม

2.3 ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC = 0.98 และผู้เชี่ยวชาญให้คำแนะนำ คือ 1. ปรับแบบประเมินพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัยในพัฒนาการด้านการวิ่ง ควรใช้การวัดโดยการจับเวลา 2. ปรับคำในรายการประเมินให้ตรงกับแบบประเมินพัฒนาการ

2.4 จัดพิมพ์ฉบับจริงเพื่อนำไปใช้กับกลุ่มเป้าหมายในการวิจัยครั้งนี้ต่อไป

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบแผนการทดลองแบบ Pre-Experimental Design ผู้วิจัยดำเนินการทดลองแล้วเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มเป้าหมายด้วยตนเองโดยดำเนินการตามลำดับขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. เตรียมความพร้อมเด็กปฐมวัย โดยทำการปฐมนิเทศกลุ่มเป้าหมาย ชี้แจงขั้นตอนในการจัดกิจกรรม จังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวให้ฟังอย่างละเอียด เพื่อให้เด็กมีความรู้ความเข้าใจในจัดกิจกรรม รู้บทบาทหน้าที่และความสำคัญของกิจกรรม

2. สังเกตและประเมินพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยของกลุ่มเป้าหมายขณะทำกิจกรรม โดยยังไม่ปรับใช้กิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวในสัปดาห์ก่อนการทดลอง โดยใช้แบบประเมินพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยผู้สังเกตเป็นผู้วิจัย

3. ทำการประเมินพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัย (Pre - test) ด้วยแบบประเมินพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัย จำนวน 12 ข้อ

4. ดำเนินการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวตามแผนการจัดกิจกรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นกับกลุ่มเป้าหมาย ระยะเวลาในการทดลอง 8 ครั้ง

5. สังเกตและประเมินพัฒนาการทางร่างกายของกลุ่มเป้าหมาย (Post - test) โดยสังเกตระหว่างการทำกิจกรรมและหลังการทำกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว

6. นำคะแนนจากแบบประเมินพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยไปวิเคราะห์ โดยวิธีการทางสถิติ และสรุปผลการวิจัย

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมมาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ดังนี้

1. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือด้วยความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity) และค่าความเชื่อมั่น

2. สถิติพื้นฐานที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การหาค่าเฉลี่ย (Mean), การหาเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation), การหาร้อยละความก้าวหน้าของคะแนนเฉลี่ยพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัย ระหว่างก่อนกับหลังการจัดกิจกรรม และการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 เปรียบเทียบพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว

ผู้วิจัยได้นำคะแนนของแบบประเมินพัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย โดยรวมและรายด้านทั้งก่อนและหลังการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวมาหาค่าคะแนนเฉลี่ย ดังปรากฏในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยในภาพรวมและรายด้านก่อนและหลังการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว

พัฒนาการด้านร่างกาย	N	K	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ร้อยละของ ความก้าวหน้า
			\bar{X}	<i>S.D</i>	\bar{X}	<i>S.D</i>	
1. ทักษะการทรงตัว	15	9	5.93	1.33	8.00	0.65	92.95
2. ทักษะการเดิน	15	9	5.80	0.94	7.60	0.91	76.64
3. ทักษะการวิ่ง	15	9	6.06	0.88	8.06	0.70	83.49
4. ทักษะการกระโดด	15	9	6.66	1.54	8.26	0.70	85.11
รวม	15	36	24.46	4.70	31.93	2.97	84.55

ผลการวิเคราะห์ตามตารางที่ 1 เมื่อพิจารณาภาพรวมและรายด้านพบว่า ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวมีค่า $\bar{X} = 31.93$ ค่า *S.D* = 2.97 โดยมีร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ 84.55 สูงขึ้นกว่าก่อนการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว ซึ่งมีค่า $\bar{X} = 24.46$ ค่า *S.D* = 4.70 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยรวมทั้ง 4 ด้าน สูงขึ้นกว่าก่อนการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว ดังนี้ ด้านการทรงตัวก่อนการจัดกิจกรรมมีค่า $\bar{X} = 5.93$ ค่า *S.D* = 1.33 หลังการจัดกิจกรรมมีค่า $\bar{X} = 8.00$ ค่า *S.D* = 0.65 ร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ 92.95 ด้านการเดินก่อนการจัดกิจกรรมมีค่า $\bar{X} = 5.80$ ค่า *S.D* = 0.94 หลังการจัดกิจกรรมมีค่า $\bar{X} = 7.60$ ค่า *S.D* = 0.91 ร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ 76.64 ด้านการวิ่งก่อนการจัดกิจกรรมมีค่า $\bar{X} = 6.06$ ค่า *S.D* = 0.88 หลังการจัดกิจกรรมมีค่า $\bar{X} = 8.06$ ค่า *S.D* = 0.70 ร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ 83.49 ด้านการกระโดดก่อนการจัดกิจกรรมมีค่า $\bar{X} = 6.66$ ค่า *S.D* = 1.54 หลังการจัดกิจกรรมมีค่า $\bar{X} = 8.26$ ค่า *S.D* = 0.70 ร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ 85.11

อภิปรายผล

การวิจัยในครั้งนี้มีจุดประสงค์เพื่อเปรียบเทียบพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว พบว่า เด็กปฐมวัยมีพัฒนาการทางร่างกายสูงขึ้นกว่าก่อนการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวซึ่งเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ แสดงให้เห็นว่าการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวเป็นกิจกรรมที่สามารถส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยให้สูงขึ้น สามารถอภิปรายได้ดังนี้

กิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวเปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวพื้นฐานที่ผสมผสานกับกิจกรรมเคลื่อนไหวเชิงสร้างสรรค์ที่เน้นพัฒนาการด้านร่างกายในทักษะการทรงตัว การเดิน การวิ่ง และการกระโดด โดยเด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระตามจินตนาการและความคิด รวมทั้งการใช้อุปกรณ์ เพลง จังหวะและดนตรีมาประกอบการเคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกาย ซึ่งสอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย 2560 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560) กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เป็นกิจกรรมที่จัดให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างอิสระตามจังหวะ โดยใช้เสียงเพลง คำคล้องจอง เครื่องเคาะจังหวะ และอุปกรณ์อื่นๆ มาประกอบการเคลื่อนไหว ซึ่งจังหวะและดนตรีที่ใช้ประกอบ ได้แก่ เสียงตบมือ เสียงเพลง เสียงเคาะไม้ เคาะเหล็กกรุงกริ่ง รำมะนา กลอง กรับ ฯลฯ มาประกอบการเคลื่อนไหวเพื่อส่งเสริมให้เด็กเกิดจินตนาการความคิดสร้างสรรค์ เด็กวัยนี้ร่างกายกำลังอยู่ในระหว่างพัฒนาการใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกาย ยังไม่ประสานสัมพันธ์กันอย่างสมบูรณ์ สอดคล้องกับแนวคิดของกุหลาบ ต้นติผลาชีวะ (2556) ที่กล่าวว่า การจัดประสบการณ์ที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระตามจินตนาการและความคิด โดยเริ่มจากการรู้จักส่วนต่างๆ ของร่างกาย พื้นที่ จังหวะ ทิศทาง และระดับ รวมทั้งการใช้อุปกรณ์ต่างๆ ประกอบการเคลื่อนไหว กิจกรรมเคลื่อนไหวเป็นสิ่งที่ต้องได้รับการสนับสนุนหรือการฝึกหัด ทั้งนี้เพราะการที่เด็กได้ฝึกและมีโอกาสเคลื่อนไหวร่างกายเต็มที่จะช่วยสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความคล่องตัว และความว่องไวในการทำงานแต่การฝึกเพื่อเสริมสร้างคุณภาพประสาทกล้ามเนื้อที่ได้ผลดีที่สุดนั้นต้องสอดคล้องกับบุคลิกภาวะของเด็ก

พัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า เด็กปฐมวัยมีพัฒนาการร่างกายสูงขึ้นกว่าก่อนการจัดกิจกรรมทุกด้าน สามารถอธิบายได้ดังนี้

1. ทักษะการทรงตัว ก่อนทำการทดลองเด็กบางคนจะมีปัญหาเรื่องการทรงตัว ไม่สามารถทรงตัวได้ ขณะที่วิ่งและหยุดทันที มีปัญหาเกี่ยวกับระบบการทรงตัว ไม่สามารถรักษาความสมดุลของร่างกายได้ โดยจะแสดงออกมาให้เห็นคือ เขาจะมีความยากลำบากในการทำกิจกรรมที่ต้องอาศัยการเคลื่อนไหว การทำงานระบบการทรงตัว มีความยากลำบากในการใช้ร่างกายพร้อมกันสองซีก เช่น เล่นเกมวิ่งผลัดที่มีมือข้างหนึ่งจับไม่ผลัดในขณะที่กำลังวิ่ง การเล่นเกมมอญซ่อนผ้าที่มือข้างหนึ่งจับผ้าแล้วต้องวิ่งไปด้วยเด็กหลายคนล้มในขณะที่ทำกิจกรรม ฯลฯ ซึ่งเด็กบางคนจะไม่สามารถบังคับสองด้านให้ทำงานพร้อมกันได้หรือหกล้มบ่อย ทรงตัวไม่ดี จากนั้นครูให้เด็กทำกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวพื้นฐานที่ผสมผสานกับกิจกรรมเคลื่อนไหวเชิงสร้างสรรค์ที่เน้นพัฒนาการด้านร่างกายในทักษะการทรงตัว การเดิน การวิ่ง และการกระโดด โดยเด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระตามจินตนาการและความคิด รวมทั้งการใช้อุปกรณ์ เพลง จังหวะและดนตรีมาประกอบการเคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกาย เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายในการทรงตัวมากยิ่งขึ้น ทำให้สามารถบังคับการทำงานของร่างกายได้ดียิ่งขึ้น ดังเช่นจันทรภักฤษณา ผลวิวัฒน์ (2556) ที่กล่าวว่ากิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว (Music and movement) เป็นกิจกรรมที่จัดให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย อย่างอิสระตามจังหวะโดยใช้เสียงเพลง คำคล้องจอง จังหวะและดนตรีที่ใช้ประกอบ ได้แก่ เสียงตบมือ เสียงเพลง เสียงเคาะไม้ เสียงเคาะเหล็ก รำมะนา

กลอง เป็นต้น มาประกอบในการเคลื่อนไหว เพื่อส่งเสริมให้ เด็กเกิดจินตนาการ ความคิดสร้างสรรค์และส่งเสริมพัฒนาทางด้านร่างกาย โดยเฉพาะกล้ามเนื้อใหญ่ ได้แก่ แขน ขา ลำตัว และการประสานสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อต่างๆ การเคลื่อนไหวและจังหวะมีความสำคัญ และจำเป็นอย่างมากสำหรับมนุษย์โดยเฉพาะในสภาพสังคมปัจจุบันที่เต็มไปด้วยการต่อสู้และการแข่งขัน ทำให้คนมีความเครียดมากขึ้นการผ่อนคลายด้วยการเคลื่อนไหวหรือการร้องเพลงจะทำให้เราสามารถผ่อนคลาย สอดคล้องกับ Yang Qingxuan (2017) ที่ศึกษาการแทรกแซงเชิงทดลองเกี่ยวกับการพัฒนาการเคลื่อนไหวโดยรวมของเด็กก่อนวัยเรียนจากมุมมองของการพัฒนาการเคลื่อนไหว พบว่าการสอนตามระบบการเคลื่อนไหวสามารถปรับปรุงระดับการพัฒนาการเคลื่อนไหวรวมของเด็กก่อนวัยเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผลของการสอนการเคลื่อนไหวต่อการส่งเสริมการพัฒนาการเคลื่อนไหวรวมของเด็กก่อนวัยเรียนนั้นดีกว่าการสอนพลศึกษาแบบดั้งเดิมอย่างมาก Test of Gross Motor Development 3rd Edition (TGMD - 3) แสดงให้เห็นถึงความน่าเชื่อถือและความถูกต้องที่ดีในการวิจัย

2. ทักษะการเดิน ก่อนทำการทดลองเด็กบางคนจะมีปัญหาเรื่องการเดิน ไม่สามารถเดินสลับเท้าขึ้น – ลงบันไดได้ เดินต่อเท้าไปในทิศทางต่างๆ แล้วหกล้ม เดินถอยหลังเป็นเส้นตรงไม่ได้ มีปัญหาเกี่ยวกับการทรงตัว ไม่สามารถรักษาความสมดุลของร่างกายได้ โดยจะแสดงออกมาให้เห็นคือ เขาจะมีความยากลำบากในการทำกิจกรรมที่ต้องอาศัยการเคลื่อนไหวร่างกายในการเดิน การทำงานระบบการทรงตัว มีความยากลำบากในการใช้ร่างกายพร้อมกันสองซีก จากนั้นครูให้เด็กทำกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวพื้นฐานที่ผสมผสานกับกิจกรรมเคลื่อนไหวเชิงสร้างสรรค์ที่เน้นพัฒนาการด้านร่างกายในทักษะการทรงตัว การเดิน การวิ่ง และการกระโดด โดยเด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระตามจินตนาการและความคิด รวมทั้งการใช้อุปกรณ์ เพลง จังหวะและดนตรีมาประกอบการเคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกาย เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายในการทรงตัวมากยิ่งขึ้น ทำให้สามารถบังคับการทำงานของร่างกายได้ดียิ่งขึ้น ดังเช่นทฤษฎีพัฒนาของเพียเจต์ โดยเพียเจต์ถือว่าการให้เด็กได้สัมผัสกับวัตถุต่างๆ จะส่งเสริมให้เด็กเกิดการเรียนรู้ได้มากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะในเด็กปฐมวัย ซึ่งอาศัยการรับรู้เป็นสื่อในการกระตุ้นความคิดของเด็กจำเป็นต้องให้เด็กมีโอกาสเคลื่อนไหวและสัมผัสสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวจะช่วยให้เด็กเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ สอดคล้องกับทฤษฎีของธอร์นไดค์ (Thorndike) ที่เชื่อว่าเด็กจะเกิดการเรียนรู้โดยขึ้นอยู่กับความพร้อมของเด็กแต่ละคน การได้ฝึกหัดโดยผ่านการกระทำและหากผลการเรียนรู้นั้นเป็นไปด้วยดีจะส่งผลให้เด็กเกิดความพอใจ สนุกสนานและอยากเรียนรู้ต่อไป สอดคล้องกับ Dr. Wu Shengkou จากภาควิชาพลศึกษาของ Renmin University of China และ Jiang Guiping และ Li Lin จาก Beijing Normal University (2015) ได้ทำการศึกษาเชิงประจักษ์เกี่ยวกับบทบาทของการออกกำลังกายเป็นจังหวะในการส่งเสริมการพัฒนากล้ามเนื้อรวม เด็กอายุ 1 ขวบที่มีความผิดปกติในการบูรณาการทางประสาทสัมผัส พบว่า การฝึกซ้ำและความแปรปรวนระหว่างการฝึกมีความสำคัญมากต่อพัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวโดยรวมของเด็กที่มีความผิดปกติในการบูรณาการทางประสาทสัมผัส และเสริมสร้างการฝึกอบรมความสามารถในการบูรณาการทางประสาทสัมผัสของเด็ก ขอแนะนำให้ใส่ใจกับการเรียนรู้ทักษะการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานในการออกกำลังกายเป็นจังหวะ และใช้การทำซ้ำ การแปรผัน และ

วิธีการฝึกฝนอื่นๆ เพื่อช่วยให้เด็กเล็กเชี่ยวชาญรูปแบบการเคลื่อนไหวพื้นฐานเหล่านี้ และปรับปรุงพัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวโดยรวมของพวกเขา

3. ทักษะการวิ่ง ก่อนทำการทดลองเด็กบางคนจะมีปัญหาเรื่องการวิ่ง ไม่สามารถวิ่งรวดเร็วและหยุดได้ โดยไม่เสียการทรงตัว ไม่สามารถวิ่งหลบหลีกสิ่งกีดขวางได้และวิ่งซิกแซกได้ มีปัญหาเกี่ยวกับการทรงตัว ไม่สามารถรักษาความสมดุลของร่างกายได้ โดยจะแสดงออกมาให้เห็นคือ เขาจะมีความยากลำบากในการทำกิจกรรมที่ต้องอาศัยการเคลื่อนไหวร่างกายในการวิ่ง การทำงานระบบการทรงตัว มีความยากลำบากในการใช้ร่างกายพร้อมกันสองซีก จากนั้นครูให้เด็กทำกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวพื้นฐานที่ผสมผสานกับกิจกรรมเคลื่อนไหวเชิงสร้างสรรค์ที่เน้นพัฒนาการด้านร่างกายในทักษะการทรงตัว การเดิน การวิ่ง และการกระโดด โดยเด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระตามจินตนาการและความคิด รวมทั้งการใช้อุปกรณ์ เพลง จังหวะและดนตรีมาประกอบการเคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกาย เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายในการทรงตัวมากยิ่งขึ้น ทำให้สามารถบังคับการทำงานของร่างกายได้ดียิ่งขึ้นสอดคล้องกับจเร สำอาง. (2553) ที่กล่าวว่า เด็กปฐมวัยช่วงอายุประมาณ 3 - 6 ปี นั้น เป็นวัยที่มีวุฒิภาวะและความพร้อมในการรับรู้และซาบซึ้งกับเสียงดนตรีเป็นอย่างดี ซึ่งจะเห็นได้จากการที่เด็กมีอารมณ์หงุดหงิด แต่เมื่อได้ฟังเพลงสักครู่ เด็กจะค่อยๆ คลายความหงุดหงิดลงเพราะความไพเราะของเสียงดนตรีลีลา ถ้าเด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายประกอบบทเพลงยิ่งจะช่วยส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกาย ดังเช่น Wu Shengkou, Ph.D. ที่กล่าวว่า การออกกำลังกายเป็นจังหวะ เป็นกิจกรรมทางกายที่หลากหลายที่เด็กๆ ทำตามจังหวะดนตรีหรือเพลง กิจกรรมต่างๆ เหล่านี้มีหลายปัจจัยที่ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกาย

4. ทักษะการกระโดด ก่อนทำการทดลองเด็กบางคนจะมีปัญหาเรื่องการกระโดด ไม่สามารถกระโดดขาเดียวไปในทิศทางต่างๆ ได้ ไม่สามารถกระโดดขึ้น - ลงอยู่กับที่ได้และกระโดดโดยใช้เท้าทีละข้างได้ มีปัญหาเกี่ยวกับการทรงตัว ไม่สามารถรักษาความสมดุลของร่างกายได้ โดยจะแสดงออกมาให้เห็นคือ เขาจะมีความยากลำบากในการทำกิจกรรมที่ต้องอาศัยการเคลื่อนไหวร่างกายในการกระโดด การทำงานระบบการทรงตัว มีความยากลำบากในการใช้ร่างกายพร้อมกันสองซีก จากนั้นครูให้เด็กทำกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวพื้นฐานที่ผสมผสานกับกิจกรรมเคลื่อนไหวเชิงสร้างสรรค์ที่เน้นพัฒนาการด้านร่างกายในทักษะการทรงตัว การเดิน การวิ่ง และการกระโดด โดยเด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระตามจินตนาการและความคิด รวมทั้งการใช้ อุปกรณ์ เพลง จังหวะและดนตรีมาประกอบการเคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกาย เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายในการทรงตัวมากยิ่งขึ้น ทำให้สามารถบังคับการทำงานของร่างกายได้ดียิ่งขึ้น ดังเช่น เทพรัตน์ พานิชยิ่ง (2553) การสอนดนตรีสำหรับเด็กปฐมวัยเป็นพัฒนาการเด็กตามองค์ประกอบ 3 ประการของดนตรี ได้แก่ การเคลื่อนไหว การฟัง และการร้องเพลง จะช่วยให้ครูจัดประสบการณ์และกิจกรรมที่เหมาะสมกับ เด็กได้อีกทั้งพ่อแม่ควรให้ความสนใจในการส่งเสริมพัฒนาการด้านดนตรีของเด็กเพื่อสนองความรู้สึกของเด็กผ่านการเคลื่อนไหวหรือเข้าจังหวะประกอบเพลงใช้ในการพัฒนาระบบการทำงานของกล้ามเนื้อ ใหญ่ใช้พัฒนาทักษะทางด้านร่างกาย การเข้ากลุ่มหรือด้านสังคมและใช้ในการพัฒนาแนวคิดทางดนตรี เช่น ชั่ว เร็ว สูงต่ำ ดังค่อย เป็นต้น ดนตรีช่วยพัฒนาความคิด

สร้างสรรค์และจินตนาการของเด็กปฐมวัย ดนตรีเป็นสิ่งกระตุ้นให้เด็กทดลองปฏิบัติและแสดงออกโดยใช้ดนตรีเป็นสื่อช่วยพัฒนาการตอบสนองทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย เพราะดนตรีเป็นสิ่งเร้าให้เด็กแสดงออกทางด้านอารมณ์ ดนตรีช่วยพัฒนาด้านภาษา เด็กปฐมวัยชอบการร้องเพลง การเรียนรู้ทางด้านภาษาจึง ทักษะพื้นฐานที่เด็กปฐมวัยเรียนรู้ไปด้วย นอกจากนี้เด็กยังใช้ภาษาเป็นสื่ออธิบายความรู้สึกต่อดนตรีจึงทำให้เด็กมีพัฒนาการด้านภาษามากขึ้นด้วย

ผลการวิจัยในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า การจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวช่วยส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยได้ ซึ่งครูและผู้ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาปฐมวัยสามารถใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรม เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยต่อไป

ข้อเสนอแนะ

1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 การจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหวสำหรับเด็กปฐมวัย ครูผู้สอนต้องเข้าใจธรรมชาติและความแตกต่างระหว่างบุคคลของเด็กปฐมวัย ต้องเปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงออกอย่างเต็มความสามารถ ยืดหยุ่นกิจกรรมได้ตามความเหมาะสม

1.2 การพัฒนาพัฒนาการทางร่างกาย ผู้จัดกิจกรรมควรทำความเข้าใจและศึกษาแบบประเมินพัฒนาการทางร่างกาย

2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาการจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว ไปใช้ในการจัดการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านอื่นๆ ของเด็กปฐมวัย เช่น ด้านสติปัญญา ด้านสังคม ด้านสมาธิของเด็กปฐมวัย เป็นต้น

2.2 ควรมีการศึกษาพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัยในกลุ่มอายุอื่นๆ หรือเด็กพิเศษ ที่ใช้การจัดกิจกรรมจังหวะดนตรีและการเคลื่อนไหว

เอกสารอ้างอิง

กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). *คู่มือหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560*. สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.

กุลยา ตันติผลาชีวะ (2547). *การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย*. กรุงเทพฯ: เอดิชั่น เพรสโปรดักส์จำกัด.

กุลยา ตันติผลาชีวะ. (2556). *รูปแบบการเรียนการสอนปฐมวัยศึกษา*. กรุงเทพฯ : เอดิชั่นโปรดักส์.

จเร สำอางค์. (2553). *ดนตรีเล่น สมองแล่น*. สมุทรปราการ : อมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์พับลิชชิ่ง.

จันทร์กฤษณา ผลวิวัฒน์. (2556). การเรียนพิเศษสำหรับเด็กปฐมวัย. Retrieved from:

<http://taamkru.com/webboard>

เทพรัตน์ พานิชย์. (2553). ผลของการใช้กิจกรรมดนตรีตามแนวคิดของออร์ฟที่มีต่อความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนระดับปฐมวัยโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร (ฝ่ายประถม) เขตพัฒนา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

เบญจา แสงมลิ. (2555). การพัฒนาเด็กปฐมวัย. กรุงเทพฯ : ศูนย์เสริมวิชาการ.

ภรณ์ คุรุรัตน์. (2542). การเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย (3-5 ปี): แนวคิดของกลุ่มนักศึกษา. กรุงเทพฯ : เซเว่นพรีนติ้งกรุ๊ป

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช (2537). หลักการและแนวคิดการประถมศึกษา หน่วยที่ 5-8. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

รังสฤษฎ์ บุญชะลอ. (2549). กิจกรรมเข้าจังหวะ. กรุงเทพฯ : บริษัทสยามสปอร์ต ซินดิเคท.

ศศกมล ศรีโพธิ์ช้าง. (2557). ความสามารถทางพหุปัญญาของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะด้วยเครื่องดนตรีไทย. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ.

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2564). แผนพัฒนาเด็กปฐมวัย พ.ศ. 2564– 2570. กรุงเทพฯ : สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา.

สิริมา ภิญโญอนันตพงษ์. (2547). การวัดและประเมินแนวใหม่เด็กปฐมวัย. กรุงเทพฯ : ภาควิชาหลักสูตรและการสอน สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

Wu, S., Jiang, G., Li, S., Liu, W., & Li, L. (2015). *an empirical study on how rhythmic physical activities promote the gross motor development of young children from the perspective of movement development*. Journal of Beijing Sport University.

Yang, Q. (2017). *Experimental intervention on the gross motor development of preschool children from the perspective of movement development*. Journal of Xi'an Institute of Physical Education.