

## การจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อส่งเสริม สมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบของเด็กปฐมวัย

วรรณนิศา พงษ์จิรังกาล\*

สุธนะ ดิงศภัทย์\*\*

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบของเด็กปฐมวัย ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทย กับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามปกติ ตัวอย่างเป็นนักเรียนปฐมวัยชั้นปีที่ 2 อายุ 5-6 ปี จำนวน 46 คน ตัวอย่างได้มาจาก วิธีการเลือกแบบเจาะจง โดยกลุ่มทดลอง 23 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 23 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทย จำนวน 16 แผน แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายและแบบวัดความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบ ดำเนินการทดลองเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 45 นาที และทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนทดสอบสมรรถภาพทางกายและพฤติกรรมด้านความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนด้วยค่า “ที” (T-test) ก่อนและหลังการทดลองแล้วทำการทดสอบสมรรถภาพทางกายและแบบวัดพฤติกรรมความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบก่อนการทดลองและหลังการทดลอง โดยทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สรุปได้ว่าการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทยสามารถส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบของเด็กปฐมวัย

**คำสำคัญ :** การละเล่นพื้นบ้านไทย, สมรรถภาพทางกาย, ความซื่อสัตย์, ความรับผิดชอบ, ปฐมวัย

\*นิสิตปริญญาโท จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

\*\*ดร. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ติดต่อผู้พิมพ์: วรรณนิศา พงษ์จิรังกาล

E-mail.: Wannisa\_pm@yahoo.com

มือถือ 063-5197463

รับบทความ 23 พฤษภาคม 2562

แก้ไขบทความ 10 มิถุนายน 2563

ตอบรับ 13 มิถุนายน 2563

## Physical Education Learning Management Using Thai Folk Games to Enhance Physical Fitness, Honesty and Responsibility of Early Childhood

Wannisa Pongjirangkan\*

Suthana Tingsabhat\*\*

### Abstract

This study aimed at the physical education learning management using Thai folk games to enhance physical fitness, honesty and responsibility in early childhood, between the experimental which received physical education learning management using Thai folk games and the control group which received regular learning management. 46 subjects from early childhood, age 5-6 years old, students were purposive selection. There were 23 students in the experimental group and 23 students in the control group. The research instruments were comprised of sixteen physical education learning management using Thai folk games, physical fitness test, honesty and responsibility test. The total duration of learning management is 8 weeks, 2 days a week and 45 minutes. The data were analyzed by mean, standard deviation and t-test. Compare the difference of the average t-test scores of the physical fitness honesty and responsibility test before and after the trial to test the importance of statistically significant difference at .05 level.

The results were as follows: the experimental group which received physical education learning management using Thai folk games and the control group which received regular learning management. Physical fitness honesty and responsibility were the statistically significant difference at .05 level.

**Keywords:** Thai Folk Games, Physical Fitness, Honesty, Responsibility, Early Childhood

---

\* Master Student, Chulalongkorn University

\*\* Dr., Chulalongkorn University

Contract: Wannisa Pongjirangkan

E-mail.: Wannisa\_pm@yahoo.com

Mobile: 063-5197463

Received May 23, 2019 ; revised June 10, 2020 ; accepted June 13, 2020

## บทนำ

เด็กเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีสำคัญในการพัฒนาประเทศ ช่วงแรกเกิดถึง 6 ปี มีการพัฒนาทางด้านร่างกายอย่างรวดเร็วจึงต้องได้รับการเสริมสร้างที่เหมาะสมกับวัย หากไม่ได้รับการพัฒนาหรือเสริมสร้างให้เหมาะสมกับวัยแล้ว อาจเกิดปัญหาภาวะทางด้านร่างกายได้ ดังจะเห็นได้จากผลการประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัยทั่วประเทศที่จบหลักสูตรการศึกษาปฐมวัยพุทธศักราช 2546 ในปีการศึกษา 2549 2551 2553 และ 2557 พบว่าเด็กมีพัฒนาการด้านร่างกายต่ำที่สุดเป็นอันดับสองรองจากพัฒนาการด้านสติปัญญา ขณะที่ปีการศึกษา 2555 เด็กปฐมวัยมีพัฒนาการด้านร่างกายต่ำที่สุดเมื่อเทียบกับพัฒนาการด้านอื่น ๆ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (อรรถิ์ หรดาล, 2560) จากผลการประเมินที่กล่าวมาพัฒนาด้านร่างกายควรได้รับการพัฒนาเหมาะสมกับวัย ซึ่งหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2560 มุ่งพัฒนาเด็กทุกคนให้ได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาอย่างมีคุณภาพและต่อเนื่อง ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้อย่างมีความสุขและเหมาะสมตามวัย สอดคล้องกับวิชาพลศึกษาเป็นวิชาที่เป็นไปตามหลักการเรียนรู้ที่ว่า เป็นการเรียนรู้ด้วยการกระทำหรือการลงมือปฏิบัติจริง ครูมีหน้าที่จัดการเรียนรู้ให้เด็กได้รับการพัฒนาทั้ง 5 ด้าน และได้รับความสนุกสนานด้วย ดังเช่น (Nash, 1948) กล่าวว่าพลศึกษาเป็นส่วนหนึ่งในกระบวนการศึกษาทั้งหมดและเป็นการศึกษาที่ใช้กิจกรรมเป็นสื่อ เพื่อให้เกิดการพัฒนาทางร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคมเนื่องจาก วัยเด็กเป็นวัยที่กำลังมีการพัฒนาด้านต่าง ๆ อยู่ตลอดเวลา เพื่อให้มีความพร้อมในการเจริญเติบโตขึ้นต่อ ๆ ไป การซึมซับรับรู้ถึงสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวเป็นสิ่งที่เด็กจะเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง เด็กไม่สามารถใช้สมองในการคิดวิเคราะห์ เพื่อตัดสินใจหรือประเมินคุณค่าได้ แต่เด็กจะซึมซับจากสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัว หากสิ่งแวดล้อมรอบตัวดี ส่งผลให้เด็กมีพัฒนาการที่ดี ก็ส่งผลดีกับเด็กในระยะยาว หากแต่จะดูสิ่งแวดล้อมรอบตัวให้เริ่มต้นดูที่เวลานี้ ปัจจุบันนี้ก่อนว่ามีลักษณะอย่างไร

ปัจจุบันประเทศไทยมีปัญหาเรื่องการทุจริตคอร์รัปชั่นค่อนข้างมาก ซึ่งตรงกับ นิธัาโพล (2559 : ออนไลน์) ศูนย์คุณธรรม (องค์การมหาชน) ร่วมกับสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ (นิด้า) เปิดเผยผลสำรวจเรื่องสถานการณ์คุณธรรมของสังคมไทย ในหัวข้อสถานการณ์ปัญหาที่มีความรุนแรงในสังคมไทย โดยประเด็นที่วิกฤตมากที่สุด คือ ปัญหาความซื่อสัตย์ สุจริต การทุจริตคอร์รัปชั่น ร้อยละ 20.73 และได้ทำการสำรวจในหัวข้อคุณธรรมที่เยาวชนไทยควรได้รับการปลูกฝัง พบว่า ร้อยละ 75.35 ควรจะปลูกฝังเรื่องความซื่อสัตย์ สุจริต และในการสำรวจหัวข้อ คุณธรรมในการอยู่ร่วมกันในประชาคมอาเซียน พบว่า ร้อยละ 59.19 อยากให้มีความซื่อสัตย์สุจริตจริงใจต่อกัน จะเห็นได้ว่าประเทศไทย ควรมีการปลูกฝังตั้งแต่เล็ก ๆ และในหลาย ๆ ประเทศได้มีการปลูกฝังให้กับเด็กตั้งแต่เล็ก ๆ นอกจากความซื่อสัตย์สุจริตเป็นเรื่องหนึ่งที่ควรปลูกฝังทางด้านคุณธรรมแล้วนั้นความรับผิดชอบก็ยังเป็นสิ่งที่ต้องปลูกฝังตั้งแต่วัยเด็กด้วยเช่นกัน หากขาดการปลูกฝังเรื่องความรับผิดชอบแล้วนั้นในภายภาคหน้า จะทำการโดยย่อไม่สำเร็จ ดังเช่น ไทยรัฐออนไลน์ (2559 : ออนไลน์) พระบรมราโชวาท “...การจะเล่าเรียนหรือทำการใด ๆ ให้สำเร็จได้ด้วยดีโดยตลอดนั้น ขึ้นอยู่กับความตั้งใจจริงเป็นใหญ่ เพราะความตั้งใจจริงนี้ เป็นเครื่องมือสำคัญที่จะ

ช่วยกำจัดความเครียด ความอ่อนแอ และความท้อถอยได้อย่างดีเยี่ยม จะปลูกฝังความเอาใจใส่ ความขยันหมั่นเพียร ให้เกิดเป็นนิสัยและนิสัยที่ดีที่ปลูกไว้แต่เยาว์วัยจะเป็นคุณสมบัติติดตัวไปในวันข้างหน้าจะช่วยพาตัวให้องอาจ สามารถเอาชนะอุปสรรคและปัญหาต่าง ๆ ได้โดยตลอดและประสบความสำเร็จความเจริญรุ่งเรืองตลอดไปในชีวิต...” พระราชทานแก่คณะอาจารย์ ครู และนักเรียน พ.ศ. 2517 ดังนั้นหากมีความรับผิดชอบติดตัวตั้งแต่วัยเด็กย่อมเกิด ผลดีแก่ตนเอง อีกทั้งหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2560 ได้ระบุสภาพที่พึงประสงค์มาตรฐานที่ 5 ให้ความสำคัญ รับผิดชอบอยู่ในหลักสูตร ซึ่งหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2560 มุ่งพัฒนาเด็กทุกคนให้ได้รับการพัฒนาด้าน ร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาอย่างมีคุณภาพและต่อเนื่อง ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้อย่าง มีความสุขและเหมาะสมตามวัย มีทักษะชีวิตและปฏิบัติตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นคนดี มีวินัย และ สำนึกความเป็นไทย โดยความร่วมมือระหว่างสถานศึกษา พ่อแม่ ครอบครัว ชุมชน และทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องกับการ พัฒนาเด็ก สอดคล้องกับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้พลศึกษามุ่งเน้นให้เกิดพัฒนาการทั้ง 5 ด้านแก่ผู้เรียน คือ ด้าน ร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา เพื่อให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ (วรศักดิ์ เพียรชอบ, 2548) วิชาพลศึกษา เป็นวิชาที่เป็นไปตามหลักการเรียนรู้ที่ว่า เป็นการเรียนรู้ด้วยการกระทำหรือการลงมือปฏิบัติจริง ครูมีหน้าที่จัดการ เรียนรู้ให้เด็กได้รับการพัฒนาทั้ง 5 ด้าน และได้รับความสนุกสนานด้วย ดังจะเห็นได้จาก สารการเรียนรู้ ที่เป็น สื่อกลางในการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้กับเด็ก เพื่อส่งเสริมพัฒนาการของเด็กให้เป็นไปตามจุดหมายของ หลักสูตรที่กำหนด ประสบการณ์สำคัญที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย คือการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ กล้ามเนื้อมัด เล็ก และการประสานสัมพันธ์ระหว่างกล้ามเนื้อและระบบประสาท ในการทำกิจกรรมประจำวันหรือการทำกิจกรรม ต่าง ๆ เช่น การเคลื่อนไหวอยู่กับที่ การเคลื่อนที่ การเคลื่อนไหวพร้อมวัสดุอุปกรณ์ การขว้าง การโยน การเตะ การ จับ การหยิบ การป้อน การฉีก การตัด การปะ การร้อยวัสดุ เป็นต้น ครูจึงต้องจัดกิจกรรมให้เด็กได้พัฒนาและมีความ สนุกสนานควบคู่ไปพร้อมกัน

ดังนั้นผู้วิจัยจึงเห็นว่า สมรรถภาพทางกายของเด็กปฐมวัยและการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมด้านความ ซื่อสัตย์และความรับผิดชอบเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่ง ที่ควรปลูกฝังตั้งแต่เด็ก จึงสนใจที่จะศึกษาการจัดการเรียนรู้พล ศึกษาโดยใช้การเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบเป็นแนวทางที่ให้ เด็กเกิดสมรรถภาพทางกายที่แข็งแรง มีความคล่องแคล่ว การทรงตัวได้ สามารถใช้มือ-ตาประสานสัมพันธ์กันได้ และยัง ประกอบกับการมีคุณธรรมจริยธรรม ด้านความซื่อสัตย์สุจริตและความรับผิดชอบ ซึ่งตรงตามมาตรฐานคุณลักษณะที่ พึงประสงค์ของหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2560 สำหรับเด็กอายุ 3-6 ปี

### วัตถุประสงค์ของงานวิจัย

เพื่อศึกษาผลการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบของเด็กปฐมวัย โดย

1. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทย และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามปกติ
2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทย และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามปกติ

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi – Experimental Research) โดยแบ่งตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่กลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทย และกลุ่มควบคุมได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาปกติ

#### กลุ่มประชากร กลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนปทุมวันชั้นปีที่ 2 อายุ 5-6 ปี โรงเรียนระดับปทุมวัน สังกัดกรุงเทพมหานคร ตัวอย่างเป็นนักเรียนปทุมวันชั้นปีที่ 2 อายุ 5-6 ปี จำนวน 46 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลอง 23 คน และกลุ่มควบคุม 23 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selection) ซึ่งกำหนดเกณฑ์การคัดเลือกโรงเรียนและตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย 1) เป็นโรงเรียนที่ไม่มีการจัดการเรียนรู้พลศึกษาด้วยการนำการละเล่นพื้นบ้านไทยมาใช้ในการจัดกิจกรรมให้แก่เด็กระดับปทุมวัน 2) มีการจัดการเรียนรู้ พลศึกษาหรือกิจกรรมกลางแจ้ง 3) มีจำนวนห้องเรียนอย่างน้อย 3 ห้อง แต่ละห้องมีนักเรียนชายและหญิงละกักรวมอย่างน้อย 20 คน จากนั้นผู้วิจัยทำการจัดนักเรียนเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการสุ่มห้องเรียนจำนวน 2 ห้อง จากจำนวน 3 ห้อง ของระดับปทุมวันชั้นปีที่ 2 ด้วยวิธีสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับฉลาก เพื่อกำหนดให้ห้องเรียนกลุ่มทดลองได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทย และกลุ่มควบคุมได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาปกติ

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง คือ แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทย ทั้งหมด 16 แผนกิจกรรมการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบ ระยะเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 แผนการจัดการเรียนรู้ นำผลการพิจารณาหาค่าความสอดคล้อง Index of Item – Objective Congruence หรือ (IOC) ที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ .50 ขึ้นไป โดยผ่านการตรวจพิจารณาความตรงตามจุดประสงค์ ความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน มีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่าง 0.93-1.00 จึงมีค่าดัชนีความสอดคล้องรวมเท่ากับ 0.96

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วยแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย และ แบบวัดพฤติกรรมความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบ เลือกตามมาตรฐานคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2560 ที่เหมาะสมสำหรับเด็กอายุ 5-6 ปี ซึ่งได้ผ่านผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน ตรวจสอบพิจารณาคุณค่าดัชนีความสอดคล้องรวมเท่ากับ 0.80 และ 0.82 ตามลำดับ ประกอบด้วย 1) วิ่งหลบสิ่งกีดขวางได้อย่างคล่องแคล่ว 2) การทรงตัว มีรายการทดสอบ คือเดินต่อเท้าถอยหลังเป็นเส้นตรงได้โดยไม่ต้องกางแขน กระโดดขาเดียวไปข้างหน้าได้อย่างต่อเนื่อง โดยไม่เสียการทรงตัว 3) สัมพันธ์ท่า-มือประสานสัมพันธ์กันมีรายการทดสอบ คือรับลูกบอล ที่กระดอนขึ้นจากพื้นได้ 4) พฤติกรรมด้านความซื่อสัตย์มีรายการทดสอบ คือการขออนุญาตหรือการรอคอยเมื่อต้องการสิ่งของของผู้อื่นด้วยตนเอง 5) พฤติกรรมด้านความรับผิดชอบมีรายการทดสอบ คือการทำงานที่ได้รับมอบหมายจนสำเร็จด้วยตนเอง วิเคราะห์คุณภาพของแบบวัด ด้านความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบ โดยหาค่าความเที่ยงสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในชั้น (Intraclass Correlation Coefficient : ICC) ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์ ซึ่งมีค่าอยู่ระหว่าง 0 ถึง 1 สามารถแปลความหมายได้ตาม (Koo & Li, 2016)

### วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการละเล่นพื้นบ้านไทย สมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบและหลักการจัดการเรียนรู้พลศึกษาเพื่อใช้เป็นแนวทางการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทย

2. กำหนดประชากรเป็นนักเรียนปฐมวัยชั้นปีที่ 2 โรงเรียนระดับปฐมวัย สังกัดกรุงเทพมหานคร ตัวอย่างคือ นักเรียนปฐมวัยชั้นปีที่ 2 ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2561 จำนวน 46 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selection) โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกคือ 1) เป็นโรงเรียนที่ไม่มีการจัดการเรียนรู้พลศึกษาด้วยการนำการละเล่นพื้นบ้านไทยมาใช้ในการจัดกิจกรรมให้แก่เด็กระดับปฐมวัย 2) โรงเรียนและครูให้ความร่วมมือในการวิจัย 3) เด็กปฐมวัยมีอายุระหว่าง 5-6 ปี และคัดออกคือ 1) เด็กมีการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมพัฒนาการนอกหลักสูตรโดยเน้นพัฒนาการทางด้านร่างกาย 2) กลุ่มตัวอย่างที่มาเข้าร่วมกิจกรรมซ้ำเกิน 10 นาที 3) กลุ่มทดลองได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยผู้วิจัยใช้แผนการจัดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้น จำนวน 16 แผน ซึ่งทำการจัดการเรียนรู้สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 45 นาที ต่อเนื่องกันรวม 8 สัปดาห์ 4) กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยที่จัดขึ้นไม่ถึงร้อยละ 80 คือไม่ถึง 13 ครั้ง จากทั้งหมด 16 ครั้ง จะไม่นำผลการทดสอบนั้นมาวิเคราะห์ และกลุ่มควบคุมได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยครูประจำโรงเรียนใช้แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามปกติของครูประจำโรงเรียนจัดการเรียนรู้สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 45 นาที ต่อเนื่องกันรวม 8 สัปดาห์

3. นำเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยคือ แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านส่งให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขและนำไปตรวจสอบคุณภาพโดยผู้เชี่ยวชาญทางพลศึกษา และผู้เชี่ยวชาญทางด้านปฐมวัยเพื่อตรวจสอบความตรงตามจุดประสงค์ ความตรงตามเนื้อหา และดำเนินการสร้างแผนการจัดการ

เรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การเล่นพื้นบ้านไทย ทั้งหมด 16 แผนกิจกรรมการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบ

### การวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัย

วิเคราะห์ข้อมูลค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) วิเคราะห์ความแตกต่าง หาค่าความแปรปรวนภายในกลุ่ม โดยทดสอบความแตกต่างด้วยการทดสอบค่าที (T - test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์

### สรุปผลการวิจัย

**ตอนที่ 1** ผลการวิเคราะห์การเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อใช้ในการจัดการเรียนรู้พลศึกษาสำหรับปฐมวัย

พิจารณาคัดเลือกกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านไทยไปใช้ในการจัดการเรียนรู้พลศึกษา โดยใช้เกณฑ์ในการพิจารณาคัดเลือกของ วิราภรณ์ ปนาทกุล (2531 อ้างถึงใน กิตติพงษ์ ตรูวรรณ, 2558) 1) เป็นการเล่นที่ไม่ขัดต่อศีลธรรมหรือทารุณกรรมต่อสัตว์ 2) มีความเป็นสากล 3) ไม่ใช้การแข่งขันเพื่อการพนัน 4) ไม่มีการล้อเลียน เหยียดหยามผู้อื่น และนำมาวิเคราะห์สังเคราะห์กิจกรรมการเล่นพื้นบ้านไทยโดยจำแนกตามประเภทการเล่นของ (วิเชียร เกษประทุม, 2550) โดยการศึกษาและวิเคราะห์คุณค่าของการเล่นพื้นบ้านไทยให้สอดคล้องกับการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบ ประกอบด้วย 16 กิจกรรม คือ 1) กระต่ายกระแต 2) กระต่ายขาเดียว 3) กระรอกหาโพรง 4) กาฟักไข่ 5) งูกินหาง 6) ชิงธง 7) ซ้อนมะนาว 8) เตย 9) โบราณเรียกชื่อ (ดวงดาว) 10) มอญซ่อนผ้า 11) เรือบก 12) ลิงชิงหลัก 13) ลิงชิงหาง 14) วึ่งเปี้ยว 15) เสือกินวัว 16) อ้ายเข้าอ้ายโง (ไอ้เข้าขำฝั่ง) จากผลการวิเคราะห์และพิจารณาได้กิจกรรมการเล่นพื้นบ้านไทยทั้ง 16 กิจกรรม ซึ่งเป็นการเล่นที่ไม่ต้องใช้อุปกรณ์ที่มีราคาสูงและง่ายต่อการจัดหา ก่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน โดยแต่ละรายการสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2560 (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกระทรวงศึกษาธิการ, 2560) ที่ต้องการมุ่งพัฒนาเด็กทุกคนให้ได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้อย่างมีความสุขและเหมาะสมตามวัย เพราะเนื่องจากการเล่นพื้นบ้านไทยส่งเสริมให้ใช้ร่างกายในการเคลื่อนไหวไปยังทิศทางต่างๆ อย่างต่อเนื่องซ้ำ ๆ เสมือนได้ออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องทำให้เด็กได้พัฒนาร่างกายเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายมากกว่าการจัดการเรียนรู้พลศึกษาแบบปกติ อีกทั้งยังได้ใช้กฎกติกาของการเล่นพื้นบ้านไทยเป็นตัวกำหนดให้เกิดความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบขึ้น สอดคล้องกับ ปิยะนุช สุวรรณเทพ (2556) ได้ศึกษาเกี่ยวกับพัฒนาการของเด็กปฐมวัยตามมาตรฐานคุณลักษณะที่พึงประสงค์โดยการจัดกิจกรรมการเล่นไทยสำหรับเด็กปฐมวัย ได้กล่าวไว้ว่า ในขณะที่เล่น เด็กจะมีความตั้งใจ ความพยายาม เมื่อเด็กผ่านการเล่นการเล่นไทยแล้ว เด็กจึงเกิดการพัฒนาด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา และเมื่อได้ร่วมคัดเลือกกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านไทย

กับผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งมีความคิดเห็นสอดคล้องว่าเป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับวัย นำมาเป็นกิจกรรมสำหรับเด็กปฐมวัยได้อย่างเหมาะสม

**ตอนที่ 2** ผลของค่าเฉลี่ยการทดสอบสมรรถภาพทางกายและการสังเกตพฤติกรรมด้านความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ดังตารางที่ 1

**ตารางที่ 1** ค่าเฉลี่ยการทดสอบสมรรถภาพทางกายและการสังเกตพฤติกรรมด้านความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

| รายการทดสอบ                                                        | ก่อนการทดลอง |      |             |      | หลังการทดลอง |      |             |      |
|--------------------------------------------------------------------|--------------|------|-------------|------|--------------|------|-------------|------|
|                                                                    | กลุ่มทดลอง   |      | กลุ่มควบคุม |      | กลุ่มทดลอง   |      | กลุ่มควบคุม |      |
|                                                                    | (n=23)       |      | (n=23)      |      | (n=23)       |      | (n=23)      |      |
|                                                                    | M            | SD   | M           | SD   | M            | SD   | M           | SD   |
| <b>สมรรถภาพทางกาย</b>                                              |              |      |             |      |              |      |             |      |
| วิ่งหลบสิ่งกีดขวาง (วินาที)                                        | 9.27         | 0.93 | 9.15        | 0.81 | 0.45         | .65  | 7.83        | 0.83 |
| เดินต่อเท้าถอยหลังเป็นเส้นตรงได้โดยไม่ต้องกางแขน (เมตร)            | 3.34         | 2.83 | 3.69        | 2.43 | 0.44         | .65  | 7.30        | 2.70 |
| กระโดดขาเดียวไปข้างหน้าได้อย่างต่อเนื่องโดยไม่เสียการทรงตัว (เมตร) | 3.56         | 2.62 | 3.34        | 2.24 | 0.30         | .76  | 8.52        | 2.37 |
| รับลูกบอลที่กระดอนขึ้นจากพื้น (ครั้ง)                              | 6.95         | 2.93 | 7.47        | 2.27 | 0.67         | .50  | 9.34        | 1.22 |
| <b>ความซื่อสัตย์</b>                                               |              |      |             |      |              |      |             |      |
| ยกมือขึ้นเพื่อตอบคำถาม                                             | 4.73         | 1.62 | 4.26        | 1.93 | 0.90         | .37  | 7.78        | 1.38 |
| รออุปกรณ์กิจกรรมต่อจากเพื่อน                                       | 4.91         | 1.67 | 5.04        | 1.98 | 0.24         | .81  | 8.08        | 1.20 |
| ไม่แซงแถวหรือแทรกเพื่อนขณะทำกิจกรรม                                | 5.13         | 1.93 | 4.78        | 2.35 | 0.54         | .58  | 8.17        | 1.33 |
| <b>ความรับผิดชอบ</b>                                               |              |      |             |      |              |      |             |      |
| ทำกิจกรรมได้ครบทุกกิจกรรม                                          | 7.04         | 1.52 | 7.04        | 1.26 | 0            | 1.00 | 9.30        | 0.70 |
| ทำกิจกรรมตามจำนวนรอบ                                               | 7.39         | 2.12 | 7.17        | 2.14 | 0.34         | .73  | 9.39        | 0.89 |

\* $p \leq .05$

จากตารางที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบ หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทยและนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามปกติ สรุปได้ว่า หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

### อภิปรายผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจึงตั้งสมมติฐานการวิจัย 1) ค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทยหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทยหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผู้วิจัยได้ทำการอภิปรายใน 3 ประเด็นดังนี้

**1. กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยที่เหมาะสมเพื่อส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบ** โดยการศึกษาและวิเคราะห์คุณค่าของการละเล่นพื้นบ้านไทยให้สอดคล้องกับการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบ ประกอบด้วย 16 กิจกรรม ซึ่งเป็นการละเล่นที่ไม่ต้องใช้อุปกรณ์ที่มีราคาสูงและง่ายต่อการจัดหา ก่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน โดยแต่ละรายการสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2560 (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2560) ที่ต้องการมุ่งพัฒนาเด็กทุกคนให้ได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้อย่างมีความสุขและเหมาะสมตามวัย สอดคล้องกับ (ปิยะนุช สุวรรณเทพ, 2556) ได้ศึกษาเกี่ยวกับพัฒนาการของเด็กปฐมวัยตามมาตรฐานคุณลักษณะที่พึงประสงค์โดยการจัดกิจกรรมการละเล่นไทยสำหรับเด็กปฐมวัย ได้กล่าวไว้ว่า เด็กเป็นผู้ร่วมกิจกรรมในขณะที่เล่นเด็กจะมีความตั้งใจ ความพยายาม เมื่อเด็กผ่านการเล่นการละเล่นไทยแล้ว เด็กจึงเกิดการพัฒนา พัฒนาการทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา และเมื่อได้ร่วมคัดเลือกกิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยให้ผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งมีความคิดเห็นสอดคล้องว่าเป็นเกมที่เหมาะสมกับวัย นำมาเป็นกิจกรรมสำหรับเด็กปฐมวัยได้อย่างเหมาะสม

**2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทย**

จากการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทย พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบ หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 แสดงให้เห็นว่าการใช้การละเล่นพื้นบ้านไทยมาจัดการเรียนรู้พลศึกษาสามารถส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบแก่เด็กปฐมวัย ยกเว้นสมรรถภาพทางกายด้านความคล่องแคล่วหลังการทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (แสดงถึงเวลาใช้วิ่งหลบสิ่งกีดขวางลดลง) ซึ่งสามารถนำมาอภิปรายในประเด็นดังต่อไปนี้

### 2.1 สมรรถภาพทางกายด้านความคล่องแคล่ว

เมื่อเปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง พบว่า หลังการทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนการทดลองเท่ากับ 9.27 คือวิ่งหลบสิ่งกีดขวางระยะทาง 10 เมตร เวลา 9.27 วินาที และหลังการทดลองเท่ากับ 7.83 คือวิ่งหลบสิ่งกีดขวางระยะทาง 10 เมตร เวลา 7.83 วินาที แสดงให้เห็นเวลาที่ใช้วิ่งหลบสิ่งกีดขวางลดลง กล่าวคือกลุ่มทดลองสามารถวิ่งหลบสิ่งกีดขวางได้เร็วขึ้น ความคล่องแคล่วมากขึ้นเวลาจึงลดลงทำให้ค่าเฉลี่ยคะแนนหลังการทดลองจึงต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อกลุ่มทดลองได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทย ทั้ง 16 กิจกรรม ซึ่งมีลักษณะวิธีการเล่นที่ต้องใช้ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมัดใหญ่และมัดเล็กในการเคลื่อนไหวโดยการเคลื่อนไหวที่เพื่อ

เปลี่ยนแปลงทิศทางการเคลื่อนไหวอย่างรวดเร็ว ต้องอาศัยความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ เพื่อทำการวิ่ง การกระโดด การหลบหลีกจากการเล่นเกมเล่นพื้นบ้านไทย เช่นการหลบหลีกไม่ให้โดนสัมผัสตัว หรือการวิ่งเพื่อที่จะสัมผัสฝ่ายตรงข้าม ในขณะที่เล่นเกมเล่นพื้นบ้านไทยซึ่งสอดคล้องกับ (ปนิษฐา เรื่องปัญญาภูมิ, 2556) กล่าวไว้ว่าขณะที่เด็กเล่นร่างกายได้เคลื่อนไหว การเคลื่อนไหวนับเป็นการออกกำลังกายอย่างหนึ่ง ซึ่งทำให้กล้ามเนื้อมีความแข็งแรงอดทน และสอดคล้องกับ(เดชวิทย์ หาญโรจนกุล, 2553) กล่าวว่า เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเป็นการออกกำลังกายสำหรับเด็กชนิดหนึ่งที่ต้องใช้หลักการการทำงานของระบบประสาทและกล้ามเนื้อที่สัมพันธ์กันในรูปแบบของทักษะการเคลื่อนไหวร่างกาย เมื่อได้รับการฝึกฝนเป็นประจำจะทำให้กล้ามเนื้อมีความสามารถในการหดตัวและคลายตัวได้เต็มที่และรวดเร็ว ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อการเพิ่มความเร็วในการวิ่งและการเคลื่อนที่ จากการสังเกตพบว่กิจกรรมที่ใช้ความคล่องแคล่วสูงได้แก่ กระต่ายกระแต ซิงชิง เตย ลิงชิงหลัก ลิงชิงหาง วิ่งเปี้ยว อ้ายเข้อ้ายโง (ไอ้เข้ข้ามฝั่) เพราะลักษณะวิธีการเล่นต้องใช้การวิ่งและการหลบหลีกบ่อยครั้ง จะช่วยส่งเสริมความคล่องแคล่วมากขึ้น

## 2.2 สมรรถภาพทางกายด้านการทรงตัว

เมื่อเปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง พบว่าหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากเกมการเล่นพื้นบ้านไทยมีลักษณะวิธีการเล่นที่ใช้การวิ่งเป็นส่วนใหญ่ และมีกติกาในการเล่นที่มีฝ่ายแพ้ฝ่ายชนะ ดังนั้นการเล่นซ้ำ ๆ ทำให้มีการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและมัดใหญ่ทุกครั้งขณะที่เล่นเกมการเล่นพื้นบ้านไทย กล้ามเนื้อมีการขยายตัว แข็งแรงขึ้นเมื่อถูกกระตุ้นด้วยการใช้งานกล้ามเนื้อแต่ละส่วน เช่น การวิ่งหรือการกระโดด กล้ามเนื้อที่ถูกกระตุ้นคือ กล้ามเนื้อบริเวณข้อเท้า น่อง ต้นขา หลังขา และลำตัว กล้ามเนื้อถูกกระตุ้นซ้ำ ๆ ทำให้การเคลื่อนไหวร่างกายเป็นไปอย่างคล่องแคล่วขึ้น ส่งผลให้เกิดการประสานสัมพันธ์กันทำให้ทรงตัวได้โดยไม่เสียการทรงตัว หลักของการวิ่งเป็นการฝึกเรื่องของทรงตัวอย่างหนึ่ง คือเมื่อเริ่มวิ่ง การลงเท้าจะลงพื้นได้ทีละข้าง นั้นหมายถึงการทรงตัวขณะอยู่บนพื้นเพียงเท้าสัมผัสพื้นเพียงหนึ่งข้างเท่านั้น ซึ่งสอดคล้องกับ (กิตติพงษ์ ตรูวรรณ, 2558) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ผลของการจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษาโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อส่งเสริมสมรรถภาพทางกายที่จำเป็นต่อการป้องกันอุบัติเหตุจากการหกล้มของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนต้น ผลการวิจัยพบว่าการหดตัวและการเกร็งตัวของกล้ามเนื้อเมื่อเกิดการทำซ้ำ หรือทำบ่อย ๆ เป็นการเสริมสร้างการพัฒนากล้ามเนื้อซึ่งทำให้กล้ามเนื้อมีความแข็งแรงและทรงตัวได้ จากการสังเกตพบว่ กิจกรรมกระต่ายขาเดียวส่งผลต่อการทรงตัวสูง เพราะเป็นการยืนด้วยเท้าเพียงข้างเดียว ช่วยฝึกการทรงตัวโดยตรง

## 2.3 สมรรถภาพทางกายตา-มือประสานสัมพันธ์

เมื่อเปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง พบว่า หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งในการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การเล่นพื้นบ้านไทย ผู้วิจัยได้มุ่งเน้นใช้กิจกรรมการเล่นพื้นบ้านไทยที่มีการใช้มือในการสัมผัสในขณะที่เล่นกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านไทยจำเป็นต้องใช้สายตา เป็นการกระเยะเพื่อใช้มือไปสัมผัสให้ถึงตัวของฝ่ายตรงข้าม หรือการใช้มือหยิบจับอุปกรณ์ในการเล่น ซึ่งสอดคล้องกับ

นิติธร ปิลาวสน์ (2561 : ออนไลน์) กิจกรรมพัฒนากล้ามเนื้อเล็กเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมความสามารถในการควบคุมการทำงานของกล้ามเนื้อและตาให้ทำงานอย่างประสานสัมพันธ์ที่ดี ได้แก่ กิจกรรมที่ได้ก่ได้หยิบจับสิ่งของ ตุ๊กตา เครื่องเล่น การเปลี่ยนแปลงความสามารถในการควบคุมและการทำงานประสานสัมพันธ์ที่ีระหว่างกล้ามเนื้อและตาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ต้องใช้มือและตาในการบังคับควบคุม เช่น การหยิบจับสิ่งของ การหิ้วหรือถือ

## 2.4 ด้านความซื่อสัตย์

เมื่อเปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง พบว่า หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากการละเล่นพื้นบ้านไทยเป็นการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทยซึ่งในชั้นสรุปนั้น ผู้วิจัยได้สอดแทรกวิธีการส่งเสริมความซื่อสัตย์ ด้านการขออนุญาต โดยการยกมือขึ้นเพื่อรอตอบคำถาม ซึ่งเป็นการกระทำพื้นฐานสำหรับเด็กปฐมวัย ที่เริ่มต้นจากการกล้าแสดงออกด้วยการยกมือขออนุญาต อันจะนำไปสู่การปลูกฝังที่เป็นนิสัยให้นักเรียนได้ตอบคำถาม โดยผู้วิจัยมุ่งเน้นให้มีการถามคำถามง่าย ๆ เพื่อเปิดโอกาสตอบคำถามได้มากที่สุด เช่น จากการเล่นเกมที่ผ่านมา ใครสามารถสัมผัสฝ่ายตรงข้ามได้บ้างและกี่คน เด็กพยายามยกมือเพื่ออยากตอบคำถาม แต่ผู้วิจัยจะเลือกนักเรียนที่ยกมือค้างไว้และรอให้ผู้วิจัยอนุญาตให้ตอบคำถามถึงจะสามารถตอบคำถามได้ กล่าวชมเชยนักเรียนที่ยกมือขึ้นเพื่อรอตอบคำถาม ความซื่อสัตย์ ด้านการรอคอย จากการสังเกตพบว่า กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยที่ส่งผลต่อการรอคอยสูง ได้แก่ ซ้อนมะนาว โบราณเรียกชื่อ(ดวงดาว) มอญซ่อนผ้า วึ่งเปี้ยว ในการเล่นและมีกติกาในการเล่นต่างกันไป ซึ่งกิจกรรมบางการละเล่นต้องใช้อุปกรณ์ เช่น วึ่งเปี้ยว กติกาการเล่นคือ ให้ผู้เล่นในกลุ่มเดียวกันต่อแถวกันที่หลักของกลุ่มตนเอง ให้ผู้เล่นคนที่ 1 วึ่งสัมผัสกลุ่มตรงข้ามโดยใช้ผ้าสัมผัสหากยังสัมผัสไม่ได้เมื่อครบรอบวิ่งกลับมายังฝ่ายของตนเองให้ส่งผ้าที่ถืออยู่ให้ผู้เล่นคนที่ 2 ของฝ่ายตนเอง ฝ่ายที่สัมผัสผ้าฝ่ายตรงข้ามได้ เป็นฝ่ายชนะ จะเห็นได้ว่าผู้เล่นคนที่ 2 จะต้องรอรับผ้าจากผู้เล่นคนที่ 1 ก่อนจึงจะได้วิ่งออกไป ไม่สามารถวิ่งออกก่อนได้แม้ว่าฝ่ายของตนเองจะใกล้เป็นฝ่ายแพ้หรือชนะก็ตาม เด็กจะรู้จักอดทนรอคอยและไม่แทรกเพื่อนที่ยืนรอต่อแถวเป็นระยะเวลาช่วงหนึ่งเพื่อที่จะได้เล่น การที่ได้ฝึกช่วงเวลาของการรอคอยซ้ำ ๆ บ่อย ๆ เด็กจะเรียนรู้เข้าใจและปลูกฝังขณะในการเล่น สอดคล้องกับ(เสกสรรค์ เห็นประเสริฐ, 2556) กล่าวว่าไว้ว่า การรับรู้และการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย เกิดจากการคัดสรรกิจกรรมการเรียนรู้ที่สอดคล้องธรรมชาติของเด็กปฐมวัยผ่านการกระทำทำให้เด็กได้รับประสบการณ์และเก็บข้อมูลในการเรียนรู้จากการเล่น กิจกรรมประจำวันอย่างต่อเนื่องและซ้ำ ๆ บ่อย ๆ ดังนั้นการรู้จักรอเพื่อที่จะใช้อุปกรณ์ การรอตอบคำถาม หรือการไม่แทรกแถวเพื่อนเพื่อที่จะได้เล่นตามลำดับเป็นการส่งเสริมด้านความซื่อสัตย์ให้กับเด็กปฐมวัย

## 2.5 ด้านความรับผิดชอบ

เมื่อเปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง พบว่า หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากการละเล่นพื้นบ้านไทย มีลักษณะวิธีการเล่นที่เป็นกฎกติกาที่มีการกำหนดจำนวนผู้เล่นให้แต่ละฝ่าย ผู้วิจัยจึงได้จัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยกำหนดรอบการทำกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการทำงานที่ได้รับ

มอบหมายจนสำเร็จด้วยตนเองคือ มีการกำหนดจำนวนรอบในกิจกรรม เช่น ซ้อมมะนาว ผู้วิจัยได้กำหนดรอบให้ทุกคนเล่นให้ครบ 3 รอบ โดยผู้เล่นแต่ละคนถือซุ่มไว้นั้น 1 คัน ให้ซุ่มมีผลมะนาววางอยู่คนละ 1 ลูก เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่มเล่น ให้ผู้เล่นแต่ละคนวิ่งถือซุ่มที่มีมะนาววางอยู่นั้นแข่งกันไปให้ถึงเส้นชัยโดยเร็วที่สุด จากกติกาการเล่นซุ่มมะนาวจะเห็นได้ว่า หน้าที่ความรับผิดชอบคือ ถือซุ่มที่มีลูกมะนาวอยู่บนซุ่ม พยายามอย่าให้ลูกมะนาวตกจากซุ่ม เดินจนไปให้ถึงเส้นชัยให้ได้ถือว่าหน้าที่สิ้นสุด ตามกติกาแล้วถ้ายังเดินมาไม่ถึงเส้นชัย เพื่อนที่อยู่ฝ่ายของตนเองก็จะไม่สามารถออกไปเล่นต่อได้ จะเห็นได้ว่ากิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยใช้กฎกติกาเป็นเครื่องมือในการส่งเสริมให้เด็กได้ฝึกความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเองเมื่อได้เริ่มเล่นกิจกรรมจะต้องทำหน้าที่ของตนเองที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จจุลวงเด็กจะได้รับการปลูกฝังและซึมซับด้านความรับผิดชอบต่อความเป็นธรรมชาติผ่านกฎกติกาจากกิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทย จากการสังเกตพบว่ากิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยที่ส่งเสริมด้านความรับผิดชอบต่อสูง ได้แก่ กระต่ายกระแต กาฟักไข่ ซ้อมมะนาว เตย ลิงชิงหลัก ลิงชิงหาง วิ่งเปี้ยว เสือกินวัว สอดคล้องกับ(โสมอุษา สุขศิริศักดิ์, 2550) กล่าวว่าไว้ว่า การปลูกฝังความรับผิดชอบต่อให้นักเรียน ควรเริ่มปลูกฝังตั้งแต่วัยเด็กเพราะเป็นวัยที่กำลังเจริญงอกงาม โดยการเริ่มจากการปฏิบัติง่าย ๆ ในชีวิตประจำวัน ให้เด็กรู้จักคิด ได้ตัดสินใจและปฏิบัติตามระเบียบนั้นด้วยความเต็มใจ จะทำให้เด็กปฏิบัติจนเกิดเป็นนิสัย

จากการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบต่อก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาปกติ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบต่อ หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามปกติ จะได้รับการพัฒนาซึ่งเป็นไปตามหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2560 มุ่งพัฒนาเด็กทุกคนให้ได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาอย่างมีคุณภาพและต่อเนื่อง ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้อย่างมีความสุขและเหมาะสมตามวัย ประกอบกับเด็กอยู่ในช่วงวัยที่กำลังพัฒนาในด้านต่าง ๆ ดังนั้นพัฒนาการของเด็กจะเป็นไปตามวัยเมื่อมีการจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามปกติ สอดคล้องกับ(วรศักดิ์ เพียรชอบ, 2548) กล่าวว่าไว้ว่า พลศึกษาเป็นวิชาที่มีบทบาทสำคัญในการที่จะช่วยให้นักเรียนหรือบุคคลมีพัฒนาการในทุก ๆ ด้าน ทั้ง 5 ด้าน คือ ทั้งด้านร่างกาย ด้านทักษะ ด้านความรู้ ด้านคุณธรรม และด้านเจตคติที่ดีไปพร้อมกันด้วยการลงมือเล่นและปฏิบัติจริงด้วยตนเอง แต่เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบต่อก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ค่าเฉลี่ยความต่างก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยความต่างที่สูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งสามารถแสดงรายละเอียดได้ดังตารางที่ 1 จะพบว่าผลต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มทดลองมีค่าสูงกว่ากลุ่มควบคุมทุกรายการแสดงให้เห็นว่าเมื่อก่อนการทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทย จะช่วยเพิ่มการส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบต่อได้มากกว่าและเร็วกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาปกติ

### 3. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบโดยใช้ การละเล่นพื้นบ้านไทยหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลอง และนักเรียนกลุ่มควบคุม

จากการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความ  
รับผิดชอบหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้การละเล่นพื้นบ้านไทยสูงกว่า  
นักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาปกติ เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 แสดงให้เห็นว่าการใช้เกม  
การละเล่นพื้นบ้านไทยมาจัดการเรียนรู้พลศึกษาสามารถส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบ  
แก่เด็กปฐมวัยได้เนื่องจากกิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านไทยเป็นการเล่นที่อาศัยการเคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกาย การ  
ออกตัว การวิ่ง การหลบหลีก การกลับตัว การหยิบจับอุปกรณ์ ทุกครั้งที่ออกแรงร่างกายใช้กล้ามเนื้อในการทำงาน เมื่อ  
ใช้ซ้ำ ๆ กล้ามเนื้อเพิ่มความแข็งแรงมากขึ้น เกิดความคล่องแคล่วมากขึ้น การทรงตัวมากขึ้น ตา-มือประสานสัมพันธ์กัน  
จากการใช้งานของกล้ามเนื้อมัดเล็ก หยิบจับอุปกรณ์ สิ่งของ จนนำไปสู่กล้ามเนื้อมัดใหญ่ อยู่กับที่และเคลื่อนที่  
เปลี่ยนแปลงทิศทางสร้างความสนุกสนานเพลิดเพลิน และด้วยวิธีการเล่นมีกฎกติกาที่ชัดเจนในการเล่น ทำให้เด็กต้อง  
ผ่านกระบวนการเล่นที่มีความอดทนรอคอยจากการรออุปกรณ์ ไม่แทรกแซงเพื่อนส่งเสริมด้านความซื่อสัตย์ หรือการ  
ทำตามกติกา คือความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเอง ทำหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุดบรรลุสำเร็จจุล่งด้วยตัวเองส่งเสริม  
ด้านความรับผิดชอบ ดังนั้นการใช้เกมการละเล่นพื้นบ้านไทยมาจัดการเรียนรู้พลศึกษาสามารถส่งเสริมสมรรถภาพทาง  
กาย ความซื่อสัตย์และความรับผิดชอบต่อเด็กปฐมวัยได้ สอดคล้องกับ(คำผาย สุจินต์, 2555) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การ  
พัฒนาการละเล่นพื้นเมืองไทย เพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ผลการวิจัยพบว่า  
กิจกรรมการละเล่นพื้นเมืองไทยที่พัฒนาแล้ว มีความเหมาะสมมากในการนำไปใช้เสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

#### ข้อเสนอแนะการวิจัย

การละเล่นพื้นบ้านไทยมีวิธีการเล่นที่ต้องแบ่งฝ่ายการเล่น การแข่งขันระหว่างทีม ดังนั้นผู้สอนควรแบ่งฝ่าย  
การเล่นให้ชัดเจนแก่เด็ก เช่น การแขวนป้ายหมายเลขหรือสวมเสื้อเอี่ยมสี เพื่อให้เด็กได้รู้ฝ่ายของตนเองอย่างชัดเจน  
เป็นการฝึกการสังเกตจดจำ สี หมายเลขของเพื่อนร่วมทีม และควรประเมินสภาพแวดล้อม อากาศ หากมีฝุ่นควั่นมาก  
เกินมาตรฐานให้หลีกเลี่ยงกิจกรรมที่ต้องเล่นกลางแจ้งทันทีเพราะจะส่งผลต่อสุขภาพของเด็กปฐมวัยได้

#### ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาผลของการละเล่นพื้นบ้านไทยที่ส่งเสริมต่อสมรรถภาพทางกาย ความซื่อสัตย์และความ  
รับผิดชอบในกลุ่มเด็กอื่น ๆ เพิ่มเติม เช่น เด็กพิเศษ เด็กที่มีพัฒนาการทางด้านร่างกายช้ากว่าเด็กระดับเดียวกัน

## เอกสารอ้างอิง

- กิตติพงษ์ ตรูวรรณ. (2558). ผลของการจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษาโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยเพื่อส่งเสริมสมรรถภาพทางกายที่จำเป็นต่อการป้องกันอุบัติเหตุจากการหกล้มของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนต้น (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- คำผาย สุจินต์. (2555). การพัฒนาการเล่นพื้นเมืองไทย เพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษา (การศึกษานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- เดชวิทย์ ชาญกิจ. (2553). ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยที่มีต่อสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับทักษะของเด็กอนุบาล (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ไทยรัฐออนไลน์. (2559). พระบรมราโชวาทคำพ่อสอน. สืบค้นเมื่อ 29 กันยายน 2561, จาก <https://www.thairath.co.th/content/778197>
- นิด้าโพล. (2559). สถานการณ์คุณธรรมของสังคมไทย. สืบค้นเมื่อ 11 พฤษภาคม 2561, จาก <http://nidapoll.nida.ac.th/index.php?op=polls-detail&id=427>
- นิติธร ปิลาวสน์. กิจกรรมพัฒนากล้ามเนื้อเล็ก. สืบค้นเมื่อ 14 กันยายน 2561, จาก <http://taamkru.com>
- ปนิษฐา เรืองปัญญาภูมิ. (2556). ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้เกมการเล่นพื้นบ้านไทยที่มีต่อสุขสมรรถนะของนักเรียนประถมศึกษา (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ปิยะนุช สุวรรณเทพ. (2556). การศึกษาพัฒนาการของเด็กปฐมวัยตามมาตรฐานคุณลักษณะที่พึงประสงค์โดยการจัดการกิจกรรมการเล่นไทยสำหรับเด็กปฐมวัย (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). นครปฐม: มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2548). รมบทความเกี่ยวกับปรัชญา หลักการ วิธีการสอนและการวัดเพื่อประเมินผลทางพลศึกษา. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิเชียร เกษประทุม. (2550). 100 การเล่นเกมของเด็กไทย. กรุงเทพฯ: พัฒนาศึกษา.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกระทรวงศึกษาธิการ. (2560). หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560. กรุงเทพฯ: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- เสกสรรค์ เห็นประเสริฐ. (2556). การประเมินโครงการพัฒนาคุณภาพการจัดการศึกษาระดับปฐมวัยโรงเรียนอนุบาลกาญจนบุรี. รายงานการศึกษา, สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาญจนบุรี เขต 1.
- โสมอุษา สุขศิริศักดิ์. (2550). การเปรียบเทียบพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบและความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ 3 วิธี (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). อุบลราชธานี: มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา.

อรุณี หรดาล. (2560). พัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย : แนวทางการส่งเสริมและพัฒนา. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช*, 10(1): 100-112.

Koo, T. K., & Li, M. Y. (2016). *A Guideline of Selecting and Reporting Intraclass Correlation Coefficients for Reliability Research. Journal of Chiropractic Medicine*, 15(2), 155-163.

Nash, J. B. (1948). *Physical Education*. New York A.S. Barnes and Co.