

ผลของการใช้กิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain gym)

ในการส่งเสริมพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง

ชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเอียร์ประสิทธิ์ศาสตร์

**Results of Activity Plan Using Rhyme Storytelling With Brain Gym
Activity for Children with Attention - Deficit Behavior
of Kindergarten 1/2, Thienprasitsart School**

วริญญา จรุงรุ่ง¹,

ดวงกมล จงเจริญ² และ วิจิตรา สุขอร่าม³

มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา¹,

โรงเรียนเอียร์ประสิทธิ์ศาสตร์³

Warinya Jaroonrung¹,

Duangkamol Chongcharoen² and Wijittra Sukaram³

Suansunandha Rajabhat University¹,

Theinprasitsart School³

Corresponding Author, E-mail: duangkamol.ch@ssru.ac.th

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาผลของการใช้กิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) ในการส่งเสริมพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง ชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเอียร์ประสิทธิ์ศาสตร์ 2) เพื่อเปรียบเทียบสมาธิในการทำกิจกรรมต่าง ๆ โดยใช้การจัดกิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) ในการส่งเสริมสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง ชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเอียร์ประสิทธิ์ศาสตร์ กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเอียร์ประสิทธิ์ศาสตร์ ปีการศึกษา 2563 จำนวน 3 คน โดยใช้วิธีเลือกแบบเจาะจง เนื่องจากมีปัญหาพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง เครื่องมือการวิจัย ได้แก่ แผนการจัดกิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.99$, S.D.= 0.10) และแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง มีดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 1.00 ทุกรายข้อ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

คำสำคัญ: นิทานคำคล้องจอง; การบริหารสมอง (Brain Gym); พฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง

* วันที่รับบทความ: 27 พฤษภาคม 2564; วันแก้ไขบทความ 5 มิถุนายน 2564; วันตอบรับบทความ: 6 มิถุนายน 2564

Received: May 27, 2021; Revised: June 5, 2021; Accepted: June 6, 2021

Abstracts

This classroom action research was the quasi – experimental research and the purpose of this research were 1) results of Activity Plan using Rhyme Storytelling with Brain Gym Activity for Children with Attention - Deficit behavior of Kindergarten 1/2, Thienprasitsart School. 2) Compare Children with Attention - Deficit behavior of Kindergarten 1/2, Thienprasitsart School before and after using the Rhyme Storytelling with Brain Gym Activity. The target group for this study were 3 students in kindergarten 1/2 during academic year 2020 by using purposive sampling because these students had a problem in attention-deficit behavior. The research instruments used in this study were the activity plan using rhyme storytelling with brain gym that have suitable in the highest level ($\alpha = 4.99$, S.D.= 0.10) and concentration behavior observation form of children with attention - deficit behavior had Index of consistency with the reliability in 1.00 The data was analyzed using mean and standard deviation.

Keywords: Rhymes Storytelling; Brain Gym; Attention - Deficit behavior

บทนำ

หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 เป็นหลักสูตรที่เน้นพัฒนาให้เด็กทุกคนได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาอย่างมีคุณภาพและต่อเนื่อง ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีความสุขและเหมาะสมตามวัย และพัฒนาการตามวัยของเด็กแต่ละคนให้เต็มตามศักยภาพ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560 : 3) ช่วงปฐมวัยจึงเป็นช่วงที่มีความสำคัญต่อการวางรากฐานของพัฒนาการทุกด้านรวมถึงการเตรียมความพร้อมให้เด็กมีสมาธิในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อให้เด็กสามารถเรียนรู้ได้อย่างเต็มที่ (บุญทิพา เตชะทรงคุณ, 2556 : 1) ดังนั้น การเตรียมความพร้อมหรือการส่งเสริมให้เด็กมีสมาธิในการทำงานจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เพราะหากเด็กไม่มีสมาธิ เด็กจะไม่สามารถเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้โดยละเอียดถี่ถ้วน ขาดความรอบคอบ วอกแวกง่าย ไม่สามารถรวบรวมการทำงานให้เป็นระเบียบ หรือปฏิบัติตามคำสั่งได้อย่างถูกต้อง ส่งผลให้ทำงานไม่เสร็จหรือเกิดข้อผิดพลาดได้ ประกอบกับปัจจุบันโลกได้มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เทคโนโลยีต่าง ๆ ถูกพัฒนาขึ้นอย่างก้าวกระโดด และเชื่อมโยงกับชีวิตประจำวัน ทำให้เด็กปฐมวัยในยุคนี้ได้รับการกระตุ้นจากสื่อมัลติมีเดีย และเทคโนโลยีค่อนข้างมาก ส่งผลให้มีช่วงความสนใจในระยะเวลาที่สั้นลง และมีอัตราป่วยเป็นโรคสมาธิสั้นเพิ่มมากขึ้น (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2561 : ออนไลน์) อีกทั้งลักษณะตามธรรมชาติของเด็กปฐมวัย ยังเป็นวัยที่มีช่วงความสนใจโดยเฉลี่ย 8-20 นาทีเท่านั้น อาจทำให้ไม่สามารถเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้โดยละเอียดถี่ถ้วน การเตรียมสมาธิก่อนการเรียนรู้หรือการจัดประสบการณ์ให้เด็กปฐมวัยจึงเป็นขั้นตอนสำคัญที่จะช่วยเพิ่มระยะเวลาความสนใจในการเรียนรู้ให้กับเด็ก เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้ ได้ร่วมทำกิจกรรมและได้รับการพัฒนาครบทุกด้านได้อย่างเต็มที่

การบริหารสมอง (Brain Gym) เป็นกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกาย ที่จะช่วยให้สมองทั้ง 2 ซีกให้ทำงานประสานกันได้ดี ซึ่งพัฒนาขึ้นโดย ดร. พอล อี เดนนิสัน และ เกล อี เดนนิสัน นักประสาทวิทยาชาวอเมริกัน เพื่อช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนรู้ เพราะการเคลื่อนไหวร่างกายจากการบริหารสมองนี้จะทำให้สมองตื่นตัว เกิดความกระตือรือร้น ช่วยเรื่องการมองเห็น การได้ยิน การเคลื่อนไหว อีกทั้งช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด และทำให้จิตใจสงบพร้อมที่จะเรียนรู้ (Paul E.Dennison; & Gaill E.Dennison,1981 อ้างอิงจากรอบทิศ ไวยสุศรี 2557 : 6) ซึ่งการนำการบริหารสมองมาใช้นี้จะช่วยพัฒนานักเรียนให้เกิดสมาธิ สมองตื่นตัว เตรียมพร้อมที่จะเรียนรู้และทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้นสอดคล้องกับทฤษฎีของ มอนเตสซอรี ที่กล่าวว่า เด็กมีความจำเป็นที่จะต้องมีจิตที่มีสมาธิ เพราะเด็กจะไม่สามารถเรียนรู้ได้ หากจิตของเด็กวุ่นวายตลอดเวลา และเมื่อเด็กทำกิจกรรมและมีสมาธิที่ดีแล้ว จะช่วยขยายความสนใจของเด็ก ทำให้กิจกรรมการเรียนรู้สำเร็จลุล่วงไปได้ดี นอกจากนี้การวิจัยของฐิติมา แก้วพวง (2561 : 3) ที่ศึกษาเรื่องการพัฒนาสมาธิของนักเรียนโดยใช้เทคนิคการบริหารสมอง (Brain Gym) วิชาคณิตศาสตร์ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีสมาธิในการเรียนที่ดีขึ้น และสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายเสร็จตามเวลาที่กำหนด และงานวิจัยของ ธาชินี ศิวะศิลป์ชัย (2560 : 106) การศึกษารูปแบบการจัดกิจกรรมการบริหารสมองเพื่อการพัฒนาความสามารถทางการอ่านของนักเรียน พบว่า นักเรียนอ่านได้ นักเรียนมีความสุขและสนุกกับการเรียนรู้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีขึ้น สามารถนำกิจกรรมการบริหารสมองไปบูรณาการได้กับทุกกลุ่มสาระวิชา

นิทานเป็นกิจกรรมที่มีความเหมาะสมเอื้ออำนวยต่อการพัฒนาการเด็กและช่วยสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่ดีให้กับเด็กและเป็นกิจกรรมที่ช่วยเสริมสร้างจินตนาการให้กับเด็ก (ศันสนีย์ สุขสมใจภักดิ์, 2560 : 2) อีกทั้งยังเป็นเครื่องมือที่จะช่วยส่งเสริมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กให้สูงขึ้น นอกจากนี้ทานจะช่วยพัฒนาทักษะการฟัง การพูดให้ความรู้ ความสนุกสนานแก่เด็กแล้ว นิทานยังช่วยฝึกสมาธิให้เด็กรู้จักสำรวมใจให้จดจ่ออยู่กับเรื่องที่ฟังซึ่งเป็นพื้นฐานการเตรียมความพร้อมด้านการอ่านหนังสือ ส่งผลให้เด็กมีพัฒนาการทางด้านสติปัญญาและอารมณ์ที่ดีตามมา

โรงเรียนเอียร์ประสิทธิภาพศาสตร์ เป็นโรงเรียนในสังกัดคณะกรรมการการศึกษาเอกชน เปิดทำการสอน 4 ระดับชั้น ตั้งแต่ระดับชั้นเตรียมอนุบาล ถึงระดับชั้นอนุบาล 3 ซึ่งมุ่งพัฒนานักเรียนให้มีความสามารถด้านการอ่านและการเขียน โดยเน้นการเรียนการสอน 3 ภาษาได้แก่ ภาษาไทย ภาษาอังกฤษและภาษาจีน รวมทั้งยังมีกิจกรรมที่สอดแทรกในแต่ละวัน ซึ่งสอดคล้องกับธรรมชาติและพัฒนาการของเด็ก เพื่อให้เด็กพัฒนาได้อย่างเต็มศักยภาพ และเตรียมความพร้อมในการเรียนรู้ต่อไป ทั้งนี้จากการที่ผู้วิจัยได้มีการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียน พบว่ามีนักเรียนจำนวนหนึ่งในระดับชั้น อนุบาลปีที่ 1/2 โรงเรียนเอียร์ประสิทธิภาพศาสตร์ มีปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมกรออยู่ไม่นิ่ง โดยสังเกตได้จากพฤติกรรมของเด็กในขณะที่ทำกิจกรรมในชั้นเรียน นักเรียนไม่มีสมาธิ ไม่สามารถตั้งใจ จดจ่อกับการเรียนหรือการทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ ไม่รอคอยในการตอบ

คำถาม มักจะลุกขึ้นยืน เดิน หมุนตัวหรือหยิบจับสิ่งของรอบตัวขณะที่ครูสอน มีระยะความสนใจที่สั้น ต่ำกว่าเกณฑ์ ส่งผลให้นักเรียนไม่สามารถร่วมกิจกรรมการเรียนรู้กับเพื่อนในชั้นเรียนได้ ทั้งนี้ ถ้าเด็กไม่ได้รับการแก้ไข และส่งเสริมสมาธิให้มีสูงขึ้น พฤติกรรมการอยู่ไม่นิ่งจะส่งผลเสียต่อการใช้ชีวิตประจำวัน เพราะเด็กจะไม่มีสมาธิในขณะทำกิจกรรมต่าง ๆ อาจทำให้เรียนรู้ช้า ทำงานไม่ถูกต้องตามคำสั่ง ทำให้ประสิทธิภาพในการเรียนลดลง

จากข้อมูลที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงสนใจจะทำการศึกษา การสร้างแผนการจัดกิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) เพื่อส่งเสริมสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง สำหรับนักเรียนชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเอียร์ประสิทธิภาพ เนื่องจากผู้วิจัยเห็นว่าปัญหาการอยู่ไม่นิ่ง เป็นสิ่งที่ควรรับแก้ไข และควรส่งเสริมสมาธิให้กับเด็ก ผู้วิจัยจึงจะทำการศึกษาผลของการใช้กิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain gym) ในการส่งเสริมพฤติกรรมที่มีสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง ชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเอียร์ประสิทธิภาพ เพื่อนำมาใช้แก้ปัญหาและส่งเสริมเด็กให้มีสมาธิ ทำให้สามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และพัฒนาได้อย่างเต็มศักยภาพยิ่งขึ้นไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการใช้กิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) ในการส่งเสริมพฤติกรรมที่มีสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง ชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเอียร์ประสิทธิภาพ
2. เพื่อเปรียบเทียบสมาธิในการทำกิจกรรมต่าง ๆ โดยใช้การจัดกิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) ในการส่งเสริมสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง ชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเอียร์ประสิทธิภาพ

ระเบียบวิธีวิจัย

1. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเอียร์ประสิทธิภาพที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 จำนวน 3 คน โดยใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง เนื่องจากนักเรียนมีปัญหาในการควบคุมสมาธิ นักเรียนไม่สามารถตั้งใจจดจ่อกับการเรียนหรือการทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ ไม่รอคอยในการตอบคำถาม มักจะลุกขึ้นยืน เดิน หมุนตัวหรือหยิบจับสิ่งของรอบตัวขณะที่ครูสอน มีระยะความสนใจที่สั้น ต่ำกว่าเกณฑ์ จึงส่งผลให้นักเรียนไม่สามารถทำกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมกับเพื่อนในชั้นเรียนได้ ซึ่งส่งผลกระทบต่อการพัฒนาศักยภาพ และการเรียนรู้ต่อไป

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ แผนการจัดกิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) และแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง

1. ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ ผู้วิจัยดำเนินการสร้างตามขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษาเอกสารตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบริหารสมอง (Brain Gym) เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแผนการจัดกิจกรรมบริหาร (Brain Gym) ร่วมกับนิทานคำคล้องจอง

2. สร้างแผนการจัดกิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym) ร่วมกับนิทานคำคล้องจอง จำนวน 1 แผน ซึ่งมีกิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym) ร่วมกับนิทานคำคล้องจองประกอบด้วยกันทั้งหมด 6 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมช่างน้อยอยากมีเพื่อน กิจกรรมคุณกระต่ายขายผ้า กิจกรรมเจ้าลิงต้องแต่ง กิจกรรมยี่ราฟตัวยาว กิจกรรมบ้านแสนอบอุ่น และกิจกรรมนักเล่นดนตรี

3. นำแผนการกิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym) ร่วมกับนิทานคำคล้องจองไปให้แก่ผู้เชี่ยวชาญด้านการศึกษาปฐมวัย โรงเรียนเชียรประสิทธิ์ศาสตร์ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องและความครอบคลุมเนื้อหาตามจุดประสงค์ของกิจกรรมการเรียนรู้ ประเมินโดยให้คะแนนตามแบบประเมินของลิเคอร์ท (Likert) เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Brain Gym) ซึ่งมี 5 ระดับ (พิสนุ พงศ์ศรี, 2558: 25) ได้แก่ มีความเหมาะสมระดับมากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด ซึ่งการตรวจสอบความถูกต้องเชิงเนื้อหาและความสอดคล้องของกิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym) ซึ่งร่วมกับนิทานคำคล้องจองของแผนกิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym) ซึ่งร่วมกับนิทานคำคล้องจอง มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.99$, $S.D. = 0.10$) หลังจากนั้น นำแผนการจัดกิจกรรมบริหารสมอง (Brain gym) ร่วมกับนิทานคำคล้องจองที่ตรวจสอบแล้วมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

4. จัดพิมพ์แผนการจัดกิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym) ซึ่งร่วมกับนิทานคำคล้องจอง เพื่อนำไปจัดกิจกรรมให้กับนักเรียนที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่งระดับชั้นอนุบาล 1/2 ต่อไป

2. ศึกษาตำราแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแบบสังเกตพฤติกรรมการอยู่ไม่นิ่ง

3. นำข้อมูลที่ได้จากเอกสารและงานวิจัย มาสร้างแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง ซึ่งมีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการจำนวน 4 รายการ ได้แก่

- 1) การรอคอยเมื่อตอบคำถาม
- 2) การไม่ลุกขึ้นยืนหรือไม่เดินในขณะที่สอน
- 3) การไม่หมุนหรือหยิบจับสิ่งของรอบตัวขณะที่ครูสอน

4) การมีระยะเวลาความสนใจที่เพิ่มขึ้น

4. นำแบบสังเกตการณ์มีสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่งไปให้แก่ผู้เชี่ยวชาญด้าน

การศึกษาปฐมวัย โรงเรียนเชียรประสิทธิ์ศาสตร์ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบพิจารณาเพื่อหาความเที่ยงตรงและความถูกต้องของเนื้อหาตลอดจนประเมินความสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้ ซึ่งการตรวจสอบความเที่ยงตรงและความถูกต้องของเนื้อหาตลอดจนประเมินความ

สอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้ จากผู้เชี่ยวชาญแล้วนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) โดยมีค่าดัชนีความสอดคล้อง 4.00 ทุกรายข้อ

5. นำแบบสังเกตการณ์มีสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่งมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

6. นำแบบสังเกตการณ์มีสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่งไปดำเนินการทดลองกับกลุ่มเป้าหมาย

3. แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi – Experimental Design) โดยผู้วิจัยได้เลือกแบบแผนการทดลองกลุ่มเดียวมีการวัดก่อนให้สิ่งทดลองแบบ (One Group Time Series Design) เขียนเป็นสัญลักษณ์ดังนี้

ตารางที่ 1 แบบแผนการทดลอง

กลุ่มทดลอง	วัดก่อน	สิ่งทดลอง	วัดหลัง
E	T ₁ T ₂ T ₃ T ₄ T ₅	X	T ₆ T ₇ T ₈ T ₉ T ₁₀

โดย E หมายถึง กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง
 T₁ T₂ T₃ T₄ T₅ หมายถึง สังเกตก่อนจัดกิจกรรม
 X หมายถึง กิจกรรมวิทยาการคำนวณโดย Coding
 T₆ T₇ T₈ T₉ T₁₀ หมายถึง สังเกตหลังการจัดกิจกรรม

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย ดังนี้

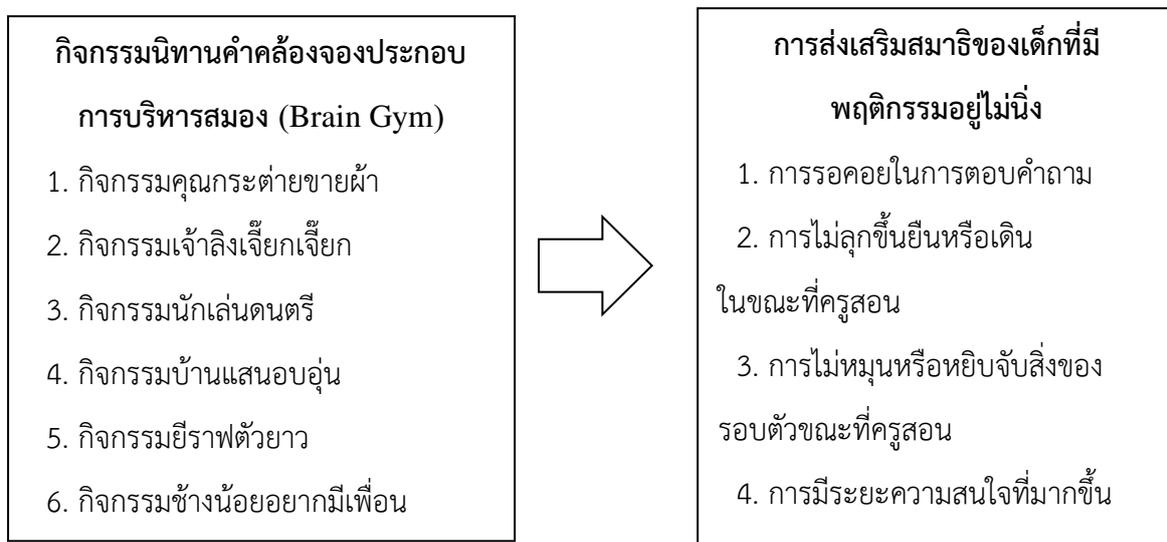
4.1 ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองเนื่องจากเป็นครูผู้สอน

4.2 ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้การสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง ชั้นอนุบาลปีที่ 1/2 ก่อนทดลอง

4.3 ผู้วิจัยเริ่มดำเนินการทดลองโดยการจัดกิจกรรมนิทานคำคล้องจอง ประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) โดยใช้ระยะเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน ได้แก่ วันพุธและวันพฤหัสบดี ช่วงเวลา 09.10 – 09.30 น. จำนวน 20 นาที รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยเรื่องผลของการใช้กิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) ในการส่งเสริมพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง ชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเชียรประสิทธิ์ศาสตร์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการมีสมาธิก่อนและหลังใช้การกิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) ของนักเรียนชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเชียรประสิทธิ์ศาสตร์ มีกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่องผลของการใช้กิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) ในการส่งเสริมพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง ชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเชียรประสิทธิ์ศาสตร์ ได้ผลการศึกษาข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานพฤติกรรมการมีสมาธิ หลังใช้กิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบกิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym)

รายการประเมิน	คนที่ 1			คนที่ 2			คนที่ 3		
	\bar{X}	S.D.	ระดับ	\bar{X}	S.D.	ระดับ	\bar{X}	S.D.	ระดับ
1. การรอคอยเมื่อตอบคำถาม	2.20	0.45	ปรับปรุง	2.20	0.84	ปานกลาง	2.40	0.55	ดี
2. การไม่ลุกขึ้นยืนหรือไม่เดินในขณะที่สอน	1.40	0.55	ปรับปรุง	2.60	0.55	ดี	2.80	0.45	ดี
3. การไม่หมั่นหรือหยิบจับสิ่งของรอบตัวขณะที่ครูสอน	2.00	0.71	ปรับปรุง	2.60	0.55	ดี	2.80	0.45	ดี
4. การมีระยะเวลาความสนใจเพิ่มขึ้น	1.20	0.45	ปรับปรุง	2.00	0.71	ปานกลาง	2.20	0.84	ปานกลาง
รวมเฉลี่ย	1.70	0.41	ปานกลาง	2.35	0.26	ดี	2.55	0.26	ดี

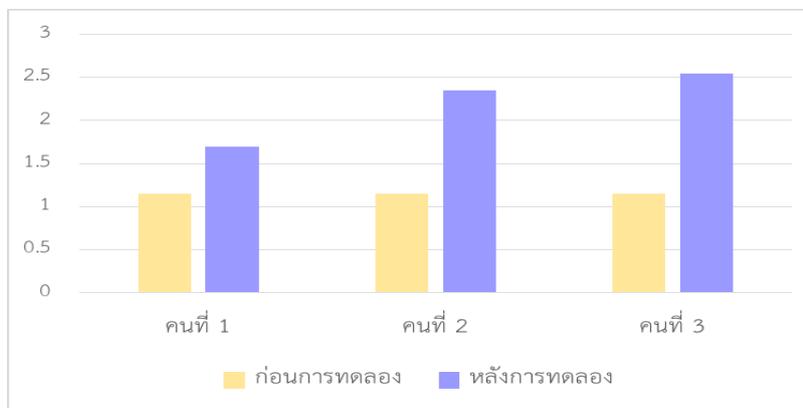
จากตารางที่ 1 พบว่า พฤติกรรมการมีสมาธิ ของนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 1/2 โดยใช้กิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบกิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym) ในภาพรวมอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณาเป็นรายบุคคลพบว่า นักเรียนคนที่ 1 มีพฤติกรรมการมีสมาธิอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 1.70, S.D. = 0.41$) นักเรียนคนที่ 2 มีพฤติกรรมการมีสมาธิอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 2.35, S.D. = 0.26$) และ นักเรียนคนที่ 3 มีพฤติกรรมการมีสมาธิอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 2.55, S.D. = 0.26$)

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานพฤติกรรมการมีสมาธิ ชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเชียรประสิทธิ์ศาสตร์ก่อนและหลังทดลอง

รายการประเมิน	คนที่ 1		คนที่ 2		คนที่ 3	
	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง
1. การรอคอยเมื่อตอบคำถาม	1.40	2.20	1.20	2.20	1.00	2.40
2. การไม่ลุกขึ้นยืนหรือไม่เดินในขณะที่สอน	1.20	1.40	1.00	2.60	1.00	2.80
3. การไม่หมั่นหรือหยิบจับสิ่งของรอบตัวขณะที่ครูสอน	1.00	2.00	1.40	2.60	1.40	2.80
4. การมีระยะเวลาความสนใจเพิ่มขึ้น	1.00	1.20	1.00	2.00	1.20	2.20

จากตารางที่ 2 พบว่า นักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 1/2 มีพฤติกรรมการมีสมาธิ หลังการใช้กิจกรรมนิทาน คำคล้องจองประกอบกิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym) สูงกว่าก่อนการใช้กิจกรรมนิทาน คำคล้องจองประกอบกิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym) ทุกคน แสดงให้เห็นว่า การจัดกิจกรรมนิทาน คำคล้องจองประกอบกิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym) สามารถส่งเสริมพฤติกรรมการมีสมาธิ และทำให้นักเรียนมีสมาธิสูงกว่าก่อนได้รับการจัดกิจกรรมนิทาน คำคล้องจองประกอบกิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym)

จากตารางที่ 2 สามารถนำเสนอเป็นแผนภูมิแท่งแสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการมีสมาธิ ชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเอียร์ประสิทธิ์ศาสตร์ก่อนและหลังทดลองใช้กิจกรรมนิทาน คำคล้องจองประกอบกิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym) ดังภาพที่ 2



แผนภาพที่ 2 แผนภาพแสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการมีสมาธิ ชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเอียร์ประสิทธิ์ศาสตร์ก่อนและหลังทดลองใช้กิจกรรมนิทาน คำคล้องจองประกอบกิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym)

อภิปรายผลการวิจัย

จากการวิจัยครั้งนี้ สามารถสรุปผลได้ว่า นักเรียนชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเอียร์ประสิทธิ์ศาสตร์ ที่ได้รับการจัดกิจกรรมนิทาน คำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) อยู่ในระดับดีขึ้นทุกคน และสามารถอภิปรายผลได้ ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์ผลของการใช้กิจกรรมนิทาน คำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) ในการส่งเสริมพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง ชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเอียร์ประสิทธิ์ศาสตร์ พบว่า นักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 1/2 โรงเรียนเอียร์ประสิทธิ์ศาสตร์ มีสมาธิอยู่ในระดับปานกลางถึงดี ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก การจัดกิจกรรมมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย แผนการจัดกิจกรรมเป็นไปตามลำดับขั้น ไม่ซับซ้อน ง่ายต่อความเข้าใจ เหมาะสมต่อพัฒนาการของเด็ก ระยะเวลาที่ใช้ในการจัด

กิจกรรมมีความเหมาะสมกับเด็ก เป็นกิจกรรมน่าสนใจ และมีความแปลกใหม่ เนื่องจากเด็กปฐมวัยเป็นวัยที่ชอบในการฟังนิทาน การนำนิทานคำคล้องจองมาเป็นสื่อกลางในการทำกิจกรรมนั้น จะเป็นสิ่งที่ช่วยดึงดูดให้เด็กสนใจและรู้สึกสนุกสนาน นอกจากนี้ การนำท่าทางการบริหารสมอง (Brain Gym) เข้ามาบูรณาการในกิจกรรมจะทำให้เด็กได้เรียนรู้การเคลื่อนไหวร่างกายผ่านการใช้สมองทั้งสองซีก ซึ่งจะเป็นการสร้างสมดุลให้สมอง ทำให้สมองตื่นตัว มีความพร้อมในการเรียนรู้ และทำให้เกิดสมาธิในขณะทำกิจกรรมได้นั่นเอง ดังนั้นแผนการจัดกิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) จึงเป็นนวัตกรรมที่น่าสนใจ และสามารถนำไปใช้ส่งเสริมให้เด็กมีสมาธิ พร้อมในการเรียนมากยิ่งขึ้นได้ ซึ่งสอดคล้องกับ ทฤษฎีของมอนเตสซอร์รี่ ที่กล่าวว่า เด็กมีความจำเป็นที่จะต้องมีความมีสมาธิ เพราะเด็กจะไม่สามารถเรียนรู้ได้ หากจิตของเด็กวุ่นวายตลอดเวลา และเมื่อเด็กทำกิจกรรมและมีสมาธิที่ดีแล้ว จะช่วยขยายความสนใจของเด็ก ทำให้กิจกรรมการเรียนรู้สำเร็จลุล่วงไปได้ดี

2. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) ของนักเรียนชั้นอนุบาล 1/2 โรงเรียนเจริญประดิษฐ์ศาสตร์ พบว่า พฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนชั้นอนุบาล 1/2 หลังการจัดกิจกรรมสูงกว่าก่อนจัดกิจกรรม ทั้งนี้เป็นเพราะเด็กให้ความร่วมมือ และมีความกระตือรือร้นในการทำกิจกรรม อย่างไรก็ตาม พฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนคนที่ 2 และ 3 มีพัฒนาการสมาธิดีขึ้นมากที่สุด เนื่องจากได้รับการจัดกิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) ทำให้ไม่ลุกขึ้นยืนหรือไม่เดินในขณะที่สอน และไม่หม่นหรือหยิบจับสิ่งของรอบตัวขณะที่ครูสอน มีสมาธิสามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และพฤติกรรมการมีสมาธิของนักเรียนคนที่ 1 ดีขึ้นระดับปานกลาง เนื่องจากนักเรียนคนที่ 1 มีพฤติกรรมการเรียนรู้ที่ค่อนข้างล่าช้าแต่ถ้าหากได้รับการจัดกิจกรรมในระยะเวลาที่มากขึ้นจะสามารถทำให้มีสมาธิดีขึ้นเช่นกัน ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการใช้กิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) เป็นไปตามสมมติฐานของผู้วิจัย

ข้อเสนอแนะ

ครูผู้สอนที่สนใจนำกิจกรรมนิทานคำคล้องจองประกอบการบริหารสมอง (Brain Gym) ควรศึกษาแผนอย่างละเอียด รวมถึงซักซ้อมการเล่านิทานคำคล้องจอง และท่าทางการบริหารสมอง (Brain Gym) เพื่อให้กิจกรรมดำเนินไปอย่างราบรื่น และส่งผลต่อนักเรียนมากที่สุด

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). *หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2561). *สมาธิสั้น ภัยเงียบของเด็ก ไม่ร้ายแรง แต่มีโอกาสเรื้อรัง*. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อวันที่ 14 กันยายน 2563. แหล่งที่มา: <https://www.dmh.go.th>.
- ฐิติมา แก้วพวง. (2561). *การพัฒนาสมานธิของนักเรียนโดยการใช้เทคนิคบริหารสมอง วิชาคณิตศาสตร์นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5*. วิจัยในชั้นเรียน โรงเรียนติมากออุปถัมภ์
- ธาซินี ศิวะศิลป์ชัย. (2560). *การศึกษารูปแบบการจัดกิจกรรมการบริหารสมองเพื่อพัฒนาความสามารถทางการอ่านของนักเรียน: พหุกรณีศึกษาโรงเรียนประถมศึกษาที่มีแนวปฏิบัติที่ดี*. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาประถมศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์. บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- บุญทิพา เตชะทรงคุณ. (2556). *ผลของการจัดกิจกรรมศิลปะประดิษฐ์ที่มีต่อการพูดอย่างมีโครงสร้างของเด็กปฐมวัย*. วิทยานิพนธ์ หลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาศาสตร์. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พิสนุ พงศ์ศรี. (2558). *วิจัยชั้นเรียน: หลักการและเทคนิคปฏิบัติ*. (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพมหานคร: บริษัทด้านสุขภาพการพิมพ์ จำกัด.
- รอบทิศ ไวยสุศรี. (2557). *การใช้เทคนิคบริหารสมอง เพื่อเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต.
- ศันสนีย์ สุขสมใจภักดิ์. (2560). *ผลการใช้กิจกรรมการเล่านิทาน เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการมีความมีระเบียบวินัยของนักเรียนชั้นอนุบาล 2 โรงเรียนจารุพัฒนานุกูล*. วิทยานิพนธ์ ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี.