

## รายงานการวิจัยในชั้นเรียน

**ชื่อเรื่อง:** การใช้กิจกรรมการประกอบอาหาร เพื่อพัฒนากล้ามมัดเล็กของนักเรียนชั้นอนุบาล ๒  
ภาคเรียนที่ ๒ ของโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๓๕ จังหวัดพังงา

**ชื่อผู้วิจัย:** นางสาวฮายาตี ปีกะ

**สอนระดับ** อนุบาล ๒ **ภาคเรียนที่** ปีการศึกษา ๒๕๖๑

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสภาพสังคมปัจจุบัน การจัดการศึกษาให้กับเด็กปฐมวัย เป็นเรื่องที่มีความสำคัญมากเพราะเป็นเรื่องที่จะต้องพัฒนาโดยรอบคอบทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา จะมีความสัมพันธ์และพัฒนาอย่างต่อเนื่องเป็นลำดับขั้นตอนไปพร้อมกันทุกด้าน เด็กแต่ละคนจะเติบโตและมีลักษณะพัฒนาการแตกต่างกันไปตามวัย โดยเฉพาะพัฒนาการของกล้ามเนื้อเล็กที่让孩子ทำกิจกรรมการประกอบอาหาร ซึ่งเป็นการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมความสามารถด้านการใช้กล้ามเนื้อเล็กและการประสานงานระหว่างตากับมือ ซึ่งเป็นพื้นฐานในการเตรียมความพร้อมด้านการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย เพื่อให้เกิดพัฒนาการที่เหมาะสมกับวัยและความสามารถของเด็ก ครูควรนึกถึงความสำคัญของการพัฒนากล้ามเนื้อเล็กได้แก่ นิ้วมือ ข้อมือ มือ และการประสานสัมพันธ์ระหว่างตากับมือ ที่ช่วยให้เด็กสามารถทำสิ่งต่างๆ ได้ด้วยตนเอง

ดังนั้นผู้วิจัยมีจุดมุ่งหมายสำคัญเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อเล็กของเด็กปฐมวัยโดยใช้กิจกรรมประกอบอาหาร ว่าส่งผลต่อพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อเล็กของเด็กปฐมวัยหรือไม่ อย่างไร ซึ่งผลการวิจัยนี้จะเป็นแนวทางแก่ครูและผู้ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาในระดับปฐมวัยได้พัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับเด็กปฐมวัยต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความแตกต่างและการเปลี่ยนแปลงพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อมัดเล็กของเด็กปฐมวัย โดยรวมก่อนการจัดกิจกรรมและระหว่างการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร
2. เพื่อศึกษาความแตกต่างและการเปลี่ยนแปลงพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อมัดเล็กของเด็กปฐมวัยแยกเป็นรายด้าน ได้แก่ ด้านความคล่องแคล่ว ด้านความยืดหยุ่น ด้านความถูกต้องและความสามารถในการควบคุม ด้านการประสานกัน และด้านการรับรู้โดยใช้การสัมผัส ก่อนการจัดกิจกรรมและระหว่างการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร

## สมมติฐาน

เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดการกิจกรรมประกอบอาหารมีพัฒนาการกล้ามเนื้อเล็กก่อนการจัดกิจกรรมและระหว่างการจัดกิจกรรมประกอบอาหารในแต่ละช่วงสัปดาห์แตกต่างกัน โดยกำหนดสมมติฐานเฉพาะดังนี้

1. เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดการกิจกรรมประกอบอาหารมีความแตกต่างและการเปลี่ยนแปลงของคะแนนพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อเล็ก โดยเฉลี่ยรวมก่อนการจัดกิจกรรมและระหว่างการจัดกิจกรรมประกอบอาหารในแต่ละช่วงสัปดาห์แตกต่างกัน

2. เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดการกิจกรรมประกอบอาหารมีความแตกต่างและการเปลี่ยนแปลงของคะแนนพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อเล็กแยกเป็นรายด้าน ได้แก่ ความคล่องแคล่ว ความยืดหยุ่น ความถูกต้องและความสามารถในการควบคุม การประสานกัน และการรับรู้โดยใช้การสัมผัส ก่อนการจัดกิจกรรมและระหว่างการจัดการกิจกรรมประกอบอาหารในแต่ละช่วงสัปดาห์แตกต่างกัน

## ขอบเขตของงานวิจัย

### กลุ่มเป้าหมาย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ที่มีอายุระหว่าง ๓ - ๕ ปี กำลังศึกษาชั้นอนุบาลปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๑ โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๓๕ จังหวัดพังงา จำนวน ๓๐ คน

### ด้านตัวแปร ( ตัวแปรต้น / ตัวแปรตาม )

#### ตัวแปรต้น

- กิจกรรมการประกอบอาหาร

#### ตัวแปรตาม

- พัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก

## ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้ และเปิดโอกาสให้เด็กได้พัฒนาการทุกด้านในการเรียนรู้ คือ ใช้การมองเห็น การฟัง การสัมผัส การชิม และการดมกลิ่น สามารถพัฒนาทักษะกระบวนการคิดได้อย่างมีประสิทธิภาพ
2. ทำให้เด็กทราบถึงการเรียนที่ใช้กิจกรรมการประกอบอาหาร โดยใช้กระบวนการทำงานเป็นกลุ่ม จะทำให้นักเรียนมีความสามารถด้านกล้ามเนื้อเล็ก และจะนำไปสู่การพัฒนาการทางด้านสติปัญญาที่สมบูรณ์ยิ่งขึ้นไป
3. เพื่อเผยแพร่งานวิจัยให้ผู้อื่นที่มีปัญหาในกรณีเดียวกันนำไปใช้ปรับเปลี่ยนพัฒนาการทางด้านกล้ามเนื้อเล็กของเด็กปฐมวัยได้
4. ครูสามารถนำกิจกรรมการประกอบอาหารไปใช้ เพื่อพัฒนากล้ามเนื้อเล็กของเด็กปฐมวัย

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

## เครื่องมือที่ใช้ในการพัฒนา

- กิจกรรมการประกอบอาหาร

## เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

1. แผนการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร
2. แบบประเมินเชิงปฏิบัติพัฒนาการกล้ามเนื้อเล็ก

## การวิเคราะห์ข้อมูล / สถิติที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อเล็กของเด็กปฐมวัยจากการฝึกโดยใช้กิจกรรมการประกอบอาหาร ผลการวิเคราะห์มีดังนี้

1. การศึกษาความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อเล็กของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการฝึกโดยใช้กิจกรรมการประกอบอาหาร
2. เพื่อความชัดเจนผู้วิจัยขอเสนอเป็นแผนภูมิแท่งที่แสดงการเปรียบเทียบในการใช้กล้ามเนื้อเล็กของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการฝึกโดยใช้กิจกรรมการประกอบอาหาร

## ผลการวิจัย

จากการนำกิจกรรมการประกอบอาหารเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อเล็กของเด็กปฐมวัยชั้นอนุบาลปีที่ ๒ ผลการวิจัยสรุปได้ว่าเด็กปฐมวัยที่เป็นกลุ่มเป้าหมายที่ได้รับการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อเล็กมากกว่าก่อนการฝึกกิจกรรมการประกอบอาหารได้อย่างดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัยที่ได้กำหนดไว้ว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการฝึกกิจกรรมการประกอบอาหารมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อเล็กสูงขึ้น

## อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อเล็ก ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมของเด็กปฐมวัย ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการฝึกกิจกรรมมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อเล็กสูงขึ้น ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ และยังพบอีกว่าเด็กปฐมวัยมีความสนุกสนาน ร่าเริง แจ่มใส และมีความสุข แสดงให้เห็นว่าการดำเนินกิจกรรมการประกอบอาหารมาใช้ประกอบการเรียนการสอนช่วยส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อเล็กของเด็กปฐมวัยและทุกครั้งเมื่อการทำกิจกรรมสิ้นสุดลงเด็กปฐมวัยจะได้รับแรงเสริมตลอดเวลาสอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ ของธอร์นไคค์ (นระงษ์ ชาวเพ็ชร และคณะ 2543:48) ในเรื่องกฎแห่งความพร้อมจะให้เกิดความพอใจของผู้เรียนนั้นจะต้อง

จัดกิจกรรมเรียนปนเล่น เพราะการเล่นทำให้เด็กเรียนรู้วิธีด้วยตนเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็นแรงผลักดันให้เด็กมีความมั่นคงทางอารมณ์มีสุขภาพจิตและสุขภาพกายดี ตลอดจนเป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ส่งผลให้เด็กปฐมวัยมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อเล็กสูงกว่าก่อนการฝึกได้อย่างดี

### สรุปผลการวิจัย

จากการนำกิจกรรมการประกอบอาหารเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อเล็กของเด็กปฐมวัยชั้นอนุบาลปีที่๒ ผลการวิจัยสรุปได้ว่าเด็กปฐมวัยที่เป็นกลุ่มเป้าหมายที่ได้รับการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อเล็กมากกว่าก่อนการฝึกกิจกรรมการประกอบอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่.๐๕ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัยที่ได้กำหนดไว้ว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการฝึกกิจกรรมการประกอบอาหารมีความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กสูงขึ้น

### ข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีข้อเสนอแนะที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ดังต่อไปนี้

1. ควรมีการศึกษาถึงผลการจัดกิจกรรมการทำขนมไทยเพื่อพัฒนาทักษะทางด้านอื่น ๆ ของเด็กปฐมวัย เช่น พัฒนาการด้านสังคม พัฒนาการทางภาษา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การรอคอย เป็นต้น
2. ควรมีการศึกษาพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อมัดเล็กของเด็กปฐมวัยโดยการจัดกิจกรรมที่เด็กได้ลงมือปฏิบัติจริง
3. ควรมีการศึกษาทัศนคติของผู้ปกครองเกี่ยวกับกิจกรรมประกอบอาหาร