

ปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 - 6 ปี
จังหวัดสมุทรปราการ

ปริญญานิพนธ์
ของ
มณฑณี วาชะอุ่ม

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
มีนาคม 2546
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 - 6 ปี
จังหวัดสมุทรปราการ

บทคัดย่อ
ของ
มณฑณี วาชะอัม

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
มีนาคม 2546

๒๑๕๗๑๖๖

มณฑณี วาชะอัม. (2546). ปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็ก
อายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ปีการศึกษา 2545. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม.
(พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
คณะกรรมการควบคุมปรินูญานิพนธ์ : รองศาสตราจารย์ เทเวศร์ พิริยะพณท์ ,
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ชงชัย เจริญทรัพย์มณี.

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีจุดมุ่งหมาย เพื่อศึกษาปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาของ
ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็ก อายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ปีการศึกษา 2546 ผู้วิจัย
ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือที่มีความเชื่อมั่น .95 ในการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง จาก
ครูผู้สอนว่ายน้ำ จำนวน 80 คน ได้แบบสอบถาม คืน มา 80 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 นำมา
หาค่าถ้อยและร้อยละ ผลการศึกษาพบว่า

1. ปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ
มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย
2. ปัญหา สาเหตุและแก้ไขปัญหา การสอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี
จังหวัดสมุทรปราการ มีปัญหาสาเหตุและวิธีการแก้ไขปัญหาร้อยละลำดับจากมากไปน้อย 5 ลำดับ
ดังนี้

2.1 นักเรียนไม่กล้าลอยตัว สาเหตุมาจากดำน้ำไม่เป็น วิธีการแก้ไขปัญหา
ให้นักเรียนฝึกลอยตัวโดยจับขอบสระหรือจับมือเพื่อน ฝึกลอยตัวกับครู ฝึกช้า ๆ จนเกิด
ความชำนาญ

2.2 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะพับเข้ามาเกินไป สาเหตุจากนักเรียนเตะเท้า
ไม่เป็น วิธีการแก้ไขปัญหาคือให้นักเรียนฝึกจับขอบสระเตะเท้า โดยครูคอยช่วยจับขาให้ออก
แรงเตะเท้า ที่ถูกวิธี

2.3 นักเรียนไม่กล้าดำน้ำ สาเหตุกลัวน้ำเข้าตาเข้าจมูก วิธีการแก้ไขปัญหา
ครูอธิบาย สาธิต บอกประโยชน์ของการดำน้ำ ฝึกให้เด็กกลืนหายใจบนบกก่อนเรียนในน้ำตื้น
ใส่แว่นตากันน้ำ

2.4 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะเข่าตึง (เกร็งขา) สาเหตุมาจาลอยตัวไม่ถูกต้อง
ฝึกลอยตัวทบทวนช้า ๆ วิธีการแก้ไขปัญหา ฝึกนอนคว่ำบนขอบสระ ฝึกเตะเท้าให้ถูกวิธี
ครูช่วยจับเท้าให้เตะเท้าสัมพันธ์กัน

2.5 นักเรียนโผล่ตัวในลักษณะการถีบผนังสระส่งตัวไม่มีแรงส่ง สาเหตุจากการ
เกร็งลำตัวขณะโผล่ตัว ออกจากผนังสระวิธีแก้ไขปัญหาคือฝึกให้นักเรียนโผล่ตัวไปข้างหน้า โดย
ครูช่วยจับมือ พยายามให้โผล่ตัวออกแรงถีบให้ถูกวิธี

**PROBLEMS AND PROPOSED SOLUTIONS OF SWIMMING SKILL
INSTRUCTORS FOR 4-6 YEAR OLD CHILDREN IN
SAMUTPRAKARN PROVINCE.**

**AN ABSTRACT
BY
MONTANEE VACHAOUM**

**Presented in partial fulfillment of the requirements for the
Master degree of Education in Physical Education
At Srinakharinwirot University
March 2003**

Montanee Vachaoom. (2003). *Problems and proposed solutions of swimming skill instructors for 4 – 6 year old children in Samutprakarn Province Year 2002.*
Mater Degree of Education (physical Education). Bangkok : Graduate School,
Srinakarinwirot University. Advisor Committee : Asso. Prof.Tawate Piriapoen
And Assis. Prof. Thangchai Chareonsupmanee

This research aims to study the problems and proposed solutions of swimming skill instructors for 4 – 6 years old children in samutprakarn province year 2002. The teacher use questionnaire reliability at .95 level collecting data from 80 the swimming teachers. The 80 questionnaire were returned 100 swimming teachers. The 80 questionnaires were returned 100 percent questionnaire back. Data analysis were implemented by percentages. The results revealed that

1. There was a few problems among the swimming teacher for 4 – 6 year old children in Samutprakarn Province.

2. The problems, cause and solution in swimming skill teaching for 4 – 6 year old children in Samutprakarn Province There 5 ways to solved it.

- 2.1 Students dare not floating because of submersion The solution is practice floating by holding the edge of the pool or catching friend, try to practice floating with instructors many times until they are skillful.

- 2.2 Students leg action is not correct bend knees so much this problem can be solved by holding the edge of pole and practice kicking their legs. Which the instructor control them to practice correctly.

- 2.3 Student dare not dive because they are afraid of water will being in their eyes and noses. This problem is solved by The teacher explain about useful of submersion and practice holding their breath on land first, later practice in shallow water and wear eyes glasses.

- 2.4 Student's leg action is not correct, their knees are tight, (contract legs). Because they can't floating. This problem is solved by lying flat on their stomach on land to kick feet correctly. Moreover the instructor should catch their feel relatively.

- 2.5 Students contract their bodies while they prone glide. So They have no energy to hurl. This problem can be solved by practice prone glide ahead and the instructor catch their hands to prop and prone glide strongly.

ปริญญานิพนธ์

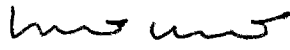
เรื่อง

ปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 - 6 ปี
จังหวัดสมุทรปราการ

ของ

นางสาวมณฑณี วาชะอัม

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
ของ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

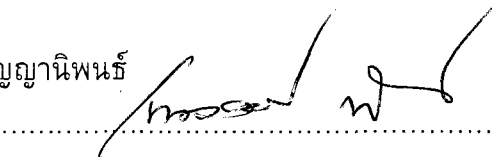


.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร. นภาพร หะวานนท์)

วันที่ 3 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 2546

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์



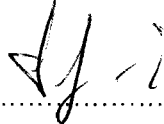
.....ประธาน

(รองศาสตราจารย์ เทเวศร์ พิริยะพูนท์)



.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ชงชัย เจริญทรัพย์มณี)



.....กรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธาตุ พลีสสำราญ)



.....กรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติม

(อาจารย์ลำพอง ศรีรุ่ง)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้เนื่องจากได้รับความกรุณาเป็นอย่างยิ่งจาก
รองศาสตราจารย์ เทเวศร์ พิริยะพูนท์ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ และ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธงชัย เจริญทรัพย์มณี กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษา
แนะนำช่วยเหลือและแก้ไขปัญหาดังต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างดำเนินการวิจัย จนปริญญานิพนธ์
ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธาตุณี ปลื้มสำราญ และอาจารย์ลำพอง ศรีรุ่ง
กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม ที่ได้กรุณาชี้แนะ แนะนำแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ จนทำให้ปริญญานิพนธ์มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น และขอขอบคุณ คณาจารย์คณะ พลศึกษาและครู อาจารย์
โรงเรียนบุรารักษ์ทุกท่านรวมถึงครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในจังหวัดสมุทรปราการทุกท่าน ที่กรุณา
ให้ความรู้ ข้อเสนอแนะ ในการทำปริญญานิพนธ์ ฉบับนี้สำเร็จได้

ท้ายที่สุด ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ คุณแม่รสสุคนธ์ คุณพ่อมงคล วาชะอุ่ม และขอบคุณ
ญาติ พี่น้องทุกคนที่สนับสนุนและให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยมาโดยตลอดจนสำเร็จการศึกษา
จึงขอขอบพระคุณทุกท่านเป็นอย่างสูง ไว้ ณ ที่นี้

มณฑณี วาชะอุ่ม

สารบัญ

บทที่

หน้า

1	บทนำ	1
	ภูมิหลัง	1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	3
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	3
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	3
	ตัวแปรที่ศึกษา.....	3
	นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
	กรอบแนวความคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	4
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	5
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับทักษะการว่ายน้ำ.....	5
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับทักษะว่ายน้ำ.....	6
	พัฒนาการเด็กตอนต้น.....	13
	แรงจูงใจการเรียนรู้.....	13
	หลักการเรียนรู้ทางกลไกของเด็ก.....	15
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	19
	งานวิจัยต่างประเทศ.....	19
	งานค้นคว้าในประเทศ.....	21
3	วิธีดำเนินการค้นคว้า.....	25
	การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	25
	การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการค้นคว้า.....	25
	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	26
	การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	27

สารบัญ (ต่อ)

บทที่		หน้า
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	28
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	28
5	สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	52
	สังเขปความมุ่งหมายและวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	52
	เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	52
	วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	53
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
	สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	57
	อภิปรายผล.....	59
	ข้อเสนอแนะ.....	60
	บรรณานุกรม.....	62
	ภาคผนวก.....	64
	ประวัติย่อผู้วิจัย.....	86

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 ข้อมูลสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	39
2 จำนวนและคำร้อยละของปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4-6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ.....	43
3 จำนวนและคำร้อยละของสาเหตุของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4-6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ.....	45
4 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ด้านการปรับตัวสร้างความคุ้นเคยกับน้ำส่วนของนักเรียนไม่กล้าลงน้ำ.....	50
5 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ด้านไม่สามารถยืนทรงตัวในน้ำ.....	51
6 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ด้านการดำน้ำนักเรียนไม่กล้าดำน้ำ.....	52
7 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ด้านการดำน้ำนักเรียนกล้าดำน้ำแต่ดำไม่ถูกวิธี.....	53
8 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ด้านการลอยตัวนักเรียนไม่กล้าลอยตัว.....	54
9 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ด้านการลอยตัวนักเรียนกล้าลอยตัวและลอยตัวไม่ถูกวิธี.....	55
10 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ด้านการไผ่ตัวนักเรียนไผ่ตัวในลักษณะการถีบผนังส่งไม่มีแรง.....	56
11 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ด้านการไผ่ตัวนักเรียนไผ่ตัวแล้วไม่ก้มศีรษะ.....	57
12 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ด้านการไผ่ตัวนักเรียนเกร็งลำตัวในขณะที่ไผ่ตัว.....	58
13 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ด้านการเตะทำให้นักเรียนเตะเท้าในลักษณะเข้าพับมากเกินไป.....	59
14 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ด้านการเตะทำให้นักเรียนเตะเท้าในลักษณะเข้าตึง (เกร็งขา).....	60

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
15 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำด้านการ เตะเท้านักเรียนเตะเท้าในลักษณะถีบจักรยาน (โดยดึงเข้าเข้าหาลำตัว).....	61
16 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำด้านการ เตะเท้านักเรียนเตะเท้าในลักษณะยกเท้าสูงกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป.....	62
17 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำด้านการ เตะเท้านักเรียนเตะเท้าในลักษณะยกเท้าต่ำกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป.....	63
18 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำด้านการ ว่ายน้ำท่าลูกสุนัขตักน้ำนักเรียนไม่กลัวย้ำน้ำท่าลูกสุนัขตักน้ำ.....	64
19 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำด้านการ ว่ายน้ำท่าลูกสุนัขตักน้ำนักเรียนกลัวย้ำน้ำท่าลูกสุนัขตักน้ำแต่ว่ายน้ำไม่ถูกวิธี.....	65
20 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำด้านการ ว่ายน้ำลอยตัวในน้ำนักเรียนไม่กลัวย้ำน้ำลอยตัวในน้ำ.....	66
21 จำนวนและคำร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำด้านการ ว่ายน้ำลอยตัวในน้ำ นักเรียนกลัวย้ำน้ำลอยตัวในน้ำแต่ว่ายน้ำไม่ถูกวิธี.....	67

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ว่ายน้ำเป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างให้ร่างกายแข็งแรง ซึ่งมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ทั้งในอดีตและปัจจุบัน การอยู่อาศัยของมนุษย์ที่ตั้งภูมิลำเนาอยู่ตามชายฝั่งทะเล แม่น้ำลำคลอง และที่ราบลุ่มต่าง ๆ ที่ต้องใช้การเดินทางทางน้ำซึ่งในปัจจุบันเป็นทางเลือกหนึ่งในการเดินทางประกอบการกิจในชีวิตประจำวันของมนุษย์เพื่อหลีกเลี่ยงการจราจรติดขัด จึงจำเป็นที่มนุษย์จะต้องมีการเรียนรู้ในเรื่องของการว่ายน้ำ เพื่อช่วยเหลือตนเองและผู้อื่น ขณะอยู่ในน้ำได้เมื่อเกิดอุบัติเหตุทางน้ำ

สำหรับทางพลศึกษาถือว่าการว่ายน้ำเป็นการออกกำลังกายประเภทหนึ่งและได้นำบรรจุเป็นหลักสูตรสำหรับใช้ในการเรียนการสอนของสถาบันการศึกษาระดับต่าง ๆ เกือบทุกระดับ การว่ายน้ำเป็นความสามารถด้านทักษะที่จัดว่าต้องมีศิลปะ เช่นเดียวกับความสามารถทางกีฬาในประเภทอื่น ๆ ดังที่ ทวีศักดิ์ นาวาษฎร์. (2521 : คำนำ) กล่าวว่า ว่ายน้ำเป็นกีฬาที่ช่วยทำให้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายเคลื่อนไหวครบทุกส่วนอันจะก่อให้เกิดความสมบูรณ์ของกล้ามเนื้อและระบบต่าง ๆ ของร่างกายได้อย่างมีประสิทธิภาพและการว่ายน้ำมีความสำคัญต่อชีวิตมนุษย์ในด้านความปลอดภัย สอดคล้องกับ วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2543 : 1) ที่กล่าวว่า เพื่อให้เกิดความปลอดภัยทั้งต่อชีวิตตนเอง และสมาชิกในครอบครัวตลอดจนบุคคลอื่น ทุกคนจึงควรเรียนว่ายน้ำหรือควรจะว่ายน้ำให้เป็น เพราะความปลอดภัย ทั้งขณะอยู่ในน้ำและบริเวณรอบ ๆ สระน้ำเป็นสิ่งสำคัญต่อชีวิต ปัจจุบันมีสระว่ายน้ำและกิจกรรมเกี่ยวกับทางน้ำ เช่น การพายเรือ การล่องเรือ การท่องเที่ยวทางน้ำเพิ่มขึ้นเป็นจำนวนมาก ดังนั้นอาจมีสักวันที่ชีวิตเราต้องเข้าไปเกี่ยวข้องและมีส่วนร่วมกับกิจกรรมทางน้ำ

การว่ายน้ำในประเทศไทยนั้นได้มีการตื่นตัวมากขึ้น ทั้งในกรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัด ที่มีการเปิดสระว่ายน้ำ ให้ผู้มาใช้บริการ รวมถึงการสร้างสระว่ายน้ำในโรงเรียนของรัฐบาล กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการทั่วประเทศ โดยมีนโยบายสร้างประมาณปีละ 5 สระ ขนาดมาตรฐาน 50 เมตร ซึ่งได้ดำเนินการมาแล้ว และของเอกชนบางแห่ง และจัดการเรียนการสอนว่ายน้ำกับผู้มาใช้บริการ และนักเรียนในโรงเรียนที่อยู่จังหวัดสมุทรปราการก็เป็นหนึ่งในจังหวัดที่มีการตื่นตัวในการเรียนการสอนว่ายน้ำ ประกอบกับภูมิสำเนาของจังหวัดติดต่อกับอ่าวไทย และแม่น้ำเจ้าพระยา การเดินทางมาเรียนของนักเรียนบางอำเภอต้องใช้การสัญจรทางน้ำ ทำให้ผู้ปกครองมีความกังวลใจ ในเรื่องความปลอดภัยในการเดินทาง จึงต้องการจะให้บุตรหลานของตน ว่ายน้ำเป็นเพื่อช่วยเหลือตนเองเมื่อเกิดอุบัติเหตุทางน้ำ

ดังนั้นโรงเรียนเอกชนสำนักงานการศึกษาเอกชน และระดับก่อนประถมศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานการศึกษาแห่งชาติ ตระหนักถึงความสำคัญของการเรียนว่ายน้ำ จึงจัดการเรียนว่ายน้ำไว้ในหลักสูตรพลศึกษา

การเริ่มต้นฝึกว่ายน้ำเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องให้ผู้เรียนเรียนรู้ คือ หลักการและทักษะการว่ายน้ำที่ถูกต้องตามแบบมาตรฐานสากล จะช่วยให้นักเรียนพัฒนาได้อย่างรวดเร็วตรงกับที่ วัลลีย์ ภัทรโรภาส. (2525 : 19) กล่าวว่า การสอนว่ายน้ำจะเริ่มสอนทักษะว่ายน้ำ ให้แก่ผู้เรียนที่ยังว่ายน้ำไม่ได้เป็นอันดับแรก ซึ่งมีวิธีการสอนที่แตกต่างกันไป กล่าวกันว่าประสิทธิภาพการเรียนการสอนนั้น ขึ้นอยู่กับคุณภาพของครูและคุณภาพของนักเรียน ผู้สอนเองควรมีความรู้ความเข้าใจสามารถอธิบายสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่างได้ ดังนั้นครูผู้สอนจึงควรศึกษาสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเรียนการสอนให้มากที่สุด เช่น ครูผู้สอนว่ายน้ำที่ดีควรมีลักษณะและคุณสมบัติอย่างไร รู้ว่าผู้เรียนเป็นอย่างไรและควรใช้ หลักวิชาการใดช่วย ส่งเสริมการเรียนการสอนเพื่อประสิทธิภาพของผู้สอนและผู้เรียน โดยเฉพาะการสอนที่เริ่มสอนเด็กอายุน้อย วีระ มนัสวานิส. (2537 : 13) กล่าวว่า เด็กยิ่งอายุน้อย ยิ่งดี เพราะสามารถฝึกได้ง่ายและว่ายน้ำเป็นเร็ว เนื่องจากเด็กทารกตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 6 เดือน มีสัญชาตญาณของการอยู่ในน้ำมาก่อนที่จะคลอออกมาลิ้มรสชาติโลก ด้วยเหตุที่เด็กอยู่ในครรภ์มารดา เด็กมีสภาวะรอบที่มีน้ำคร่ำของแม่ล้อมตัวอยู่ ทำให้เด็กสามารถสร้างความคุ้นเคยกับสภาพแวดล้อมที่มีน้ำได้รวดเร็ว สามารถฝึกได้ตั้งแต่ อายุ 3 เดือนขึ้นไป หากอายุมากกว่านี้เด็กยิ่งโตสัญชาตญาณในการอยู่ในน้ำจะจางไปฝึกยาก และเด็กอายุน้อยเมื่ออยู่ในน้ำจะไม่ เกร็งตัวเหมือนเด็กโต การฝึกเด็กดังกล่าว แม้จะเป็นเรื่องไม่ยากสำหรับเด็กก็ตาม แต่ก็ไม่ใช่เรื่องง่าย ๆ ที่ผู้สอนจะสอนให้เด็กว่ายน้ำเป็น บางครั้งผู้สอนมักพบปัญหาการสอนว่ายน้ำ เบื้องต้น บางครั้งพบว่าเด็กบางคนเรียนว่ายน้ำได้ช้า บางคนเรียนว่ายน้ำได้เร็วกว่าคนอื่น ๆ ที่เรียนมาพร้อมกันดังนั้นครูผู้สอนต้องรู้ปัญหาและสาเหตุ และวิธีการแก้ไขปัญหา เพื่อเป็นประโยชน์ต่อผู้เรียน

ในฐานะผู้วิจัยเป็นผู้มีวิชาชีพการสอนว่ายน้ำ โดยตรงและมีประสบการณ์ จากการเข้ารับการฝึกอบรมผู้ฝึกสอนว่ายน้ำ สำหรับนักเรียนที่อายุน้อย โดยเฉพาะอายุช่วง 4 – 6 ปี ซึ่งเป็นวัยเด็กตอนต้น เป็นระยะที่สำคัญที่สุด ที่การเรียนรู้หรือพัฒนาการของเด็กทั้งทางด้านร่างกาย, สติปัญญา, อารมณ์, จิตใจ, สังคม และ บุคลิกภาพ เนื่องจากเด็กในวัยนี้เป็นวัยที่สามารถเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้อย่างรวดเร็ว หากประสบการณ์ที่เด็กได้รับเป็นประสบการณ์ที่ดี จะยับยั้งการเรียนรู้การคิด ตลอดจนเกิดเจตคติในด้านลบ ถ้าหากการเรียนการสอนว่ายน้ำ เบื้องต้น สอนไม่ถูกวิธีเด็กกลัวน้ำหรือเคยจมน้ำ ส่งผลให้เกิดการเรียนการสอนไปได้ช้า วิธี การสอนว่ายน้ำในปัจจุบันมีหลายวิธีหลายรูปแบบ ซึ่งอาจช่วยส่งเสริมหรือยับยั้งตามที่กล่าวข้างต้น ดังนั้นเพื่อให้การสอนเป็นไปในทางที่ส่งเสริมทักษะการสอนว่ายน้ำเบื้องต้น จึงต้องการศึกษาปัญหาและหาวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนที่เหมาะสมกับการเรียนทักษะว่ายน้ำ เบื้องต้น เพื่อให้มีประสิทธิภาพ ในการจัดการเรียนการสอนให้ไปในทิศทางเดียวกัน

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ เพื่อเป็นประโยชน์กับครูผู้สอนว่ายน้ำที่มีความสนใจศึกษาทักษะการสอนว่ายน้ำเบื้องต้น ให้มีประสิทธิภาพดีขึ้นในการสอนว่ายน้ำแบบต่าง ๆ ต่อไป

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อทราบปัญหาและระดับปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำของครู ของครูผู้สอนในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ
2. เพื่อทราบวิธีการแก้ไขปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำเบื้องต้นของครูผู้สอนเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ทำให้ทราบปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำเบื้องต้นของครูผู้สอนเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ รวมถึงทราบวิธีการแก้ไขปัญหาในการสอนทักษะว่ายน้ำเบื้องต้นที่ถูกต้อง และเหมาะสม เพื่อเป็นวิธีการแก้ไขปัญหในการปรับปรุงการเรียนการสอนทักษะว่ายน้ำเบื้องต้นของ ครูผู้สอนในรูปแบบเดียวกันและเป็นประโยชน์สำหรับผู้สนใจศึกษาปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำของครูผู้สอนในเด็กอายุ 4 – 6 ปี หรือระดับที่สูงขึ้นไปในโอกาสต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

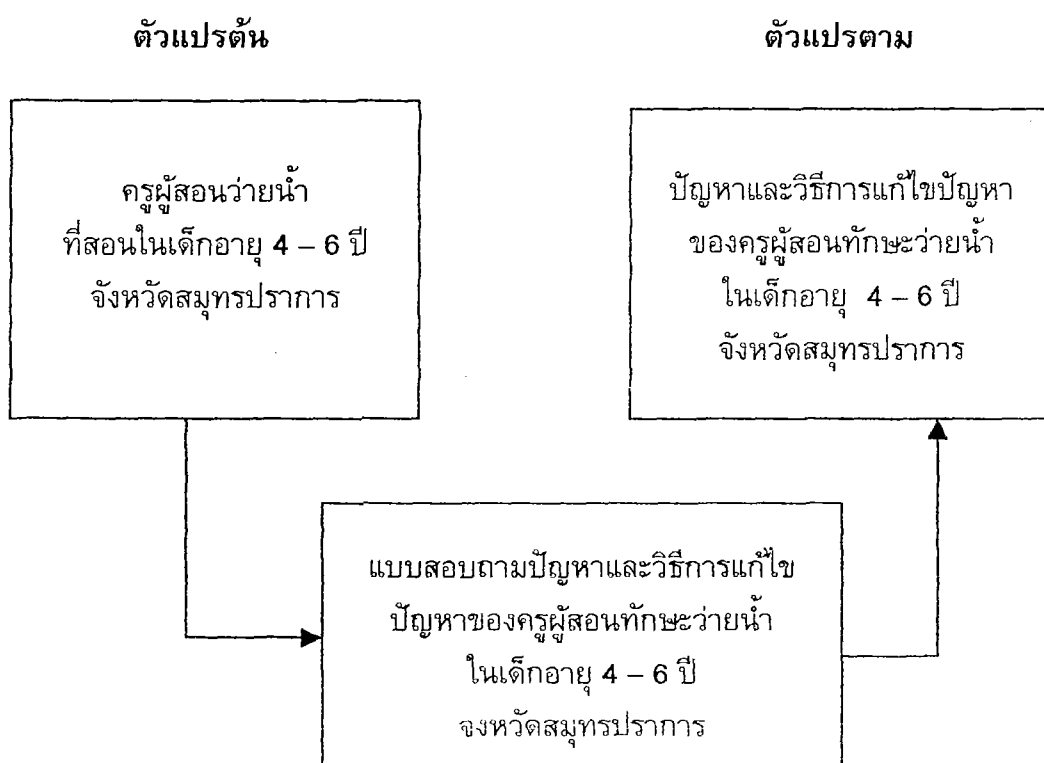
1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กที่มีอายุ 4 – 6 ปี ที่สอนทักษะว่ายน้ำของโรงเรียนระดับอนุบาลสังกัดสำนักงานการศึกษาเอกชน และระดับก่อนประถมในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานการศึกษาแห่งชาติ จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 80 คน
2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา
 - 2.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็ก อายุ 4 – 6 ปี ในโรงเรียนอนุบาล และโรงเรียนประถมศึกษาระดับก่อนประถม จังหวัดสมุทรปราการ
 - 2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ปัญหา หมายถึง วิธีการสอนที่ไม่ประสบความสำเร็จ มีอุปสรรค สภาพขัดข้องในการเรียนการสอน เช่น การใช้คำพูดสื่อความหมาย หรือวิธีการต่าง ๆ ไม่สามารถอธิบายให้นักเรียนเข้าใจได้
2. วิธีการทางแก้ไขปัญหา หมายถึง การแก้ไขปัญหาก็ถูกต้อง และเด็กนักเรียนสามารถว่ายน้ำเป็นไปตามลำดับขั้นตอน
3. การสอนทักษะว่ายน้ำ หมายถึง การฝึกทักษะเบื้องต้นตามลำดับ เช่น การลงสู่น้ำ เพื่อสร้างความคุ้นเคย การหายใจ การดำน้ำ การลอยตัว การโผล่ตัวในน้ำ การเตะเท้าการว่ายน้ำท่าลูกหมาตกน้ำ การเลี้ยงตัวในน้ำ การกระโดดน้ำ ต้องอาศัยการฝึกฝนให้เกิดความชำนาญ
4. ครูผู้สอน หมายถึง ครูผู้สอนว่ายน้ำ ต้องเป็นครูผู้สอนว่ายน้ำในโรงเรียนอนุบาลสังกัดสำนักงานการศึกษาเอกชน และระดับก่อนประถมในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานการศึกษาแห่งชาติ จังหวัดสมุทรปราการ
5. เด็กอายุ 4 – 6 ปี หมายถึง เด็กที่เรียนระดับอนุบาลสังกัดสำนักงานการศึกษาเอกชน และระดับก่อนประถมในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานการศึกษาแห่งชาติ จังหวัดสมุทรปราการ

กรอบแนวคิดในการการศึกษาค้นคว้า



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำ ดังนี้

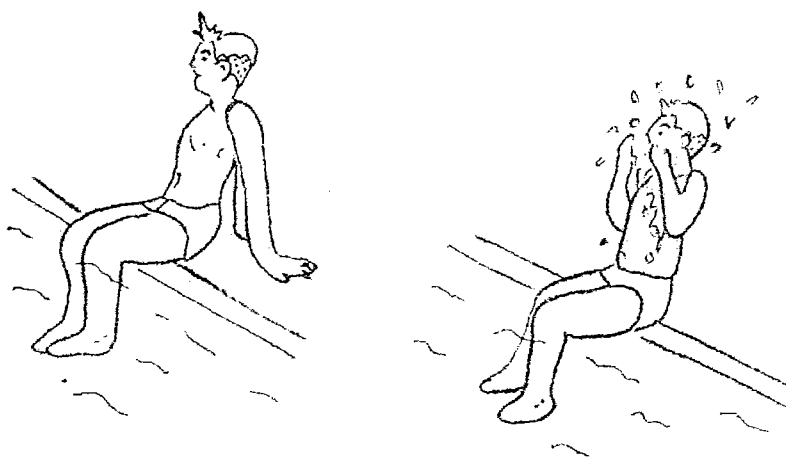
1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับทักษะว่ายน้ำ
 - 1.1 องค์ประกอบและลำดับขั้นในการสอนทักษะว่ายน้ำ
 - 1.2 ปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำ
2. พัฒนาการเด็กตอนต้น
 - 2.1 แรงจูงใจการเรียนรู้การสอน
 - 2.2 หลักการเรียนรู้ทางกลไกของเด็ก
3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 3.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 3.2 งานวิจัยในประเทศ

1.1 องค์ประกอบและลำดับขั้นในการสอนทักษะว่ายน้ำเบื้องต้น

1. การปรับตัวและสร้างความคุ้นเคยกับน้ำ (Adaptation) ทวีศักดิ์ นาราชภูรี. (2535 : 17) กล่าวว่า การสร้างความรู้สึกยอมรับในสิ่งที่คุณเรียนสัมผัสอยู่ ความรู้สึกกลัวน้ำเป็นอุปสรรคอย่างหนึ่งในการว่ายน้ำ เช่นเดียวกับการสอนว่ายน้ำ ถ้าผู้เรียนกลัวน้ำก็ไม่สามารถฝึกทักษะต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้น ผู้เรียนจะต้องมีการปรับตัวให้มีความคุ้นเคยกับน้ำก่อนที่จะปฏิบัติทักษะอื่น ๆ เพราะว่าถ้าผู้เรียนมีความรู้สึกที่ติด่อน้ำ ก็จะทำให้การเรียนการสอนว่ายน้ำง่ายขึ้น ซึ่งการ ปรับตัวครั้งนี้ ครูผู้สอนต้องพยายามฝึกให้ผู้เรียนสามารถปรับตัวและเกิดความคุ้นเคยกับน้ำได้ก่อนจะฝึกทักษะอื่น ๆ ต่อไป โดยอาจเริ่มจากการพาไปนั่งขอบสระ เอาเท้าลงน้ำ ว่ายน้ำลูบตัวลูบหน้า พาลงสระน้ำตื้นก่อนหรืออาจให้เล่นเกมใน

วีระ มนัสวานิช. (2538 : 15) กล่าวว่าครูผู้สอนต้องผูกมิตรกับเด็ก (ลูกศิษย์) ครั้งแรกผู้สอนพบกับเด็ก เขาจะมองท่านอย่างไรไม่น่าไว้วางใจ และคิดว่าจะยอมให้ผู้สอนว่ายน้ำดูแลความปลอดภัยของเขาหรือไม่ ดังนั้นสิ่งแรกที่ต้องทำคือ การผูกมิตรและการสร้างความมั่นใจ ถ้าทำได้ควรให้เด็กที่มาเรียนว่ายน้ำ ได้มาดูการสอนของผู้สอนสัก 2 – 3 ครั้ง ก่อนเริ่มลงปฏิบัติกันจริง ๆ ผู้สอนต้องแนะนำชื่อตัวเองและถามชื่อเด็ก (ผู้เรียนผู้สอนจะสามารถเรียกชื่อเด็กได้ถูกต้อง) บางคนขี้อายและตอบทันที บางคนไม่พูดมาก บางคนอาจจะร้องไห้หรือกรี๊ดร้องก็มี การสร้างความคุ้นเคยกับน้ำ บนบก ก่อนนำเด็กลงน้ำครั้งแรก ผู้สอน

ควรสร้างให้เด็กเกิดความคุ้นเคยกับน้ำก่อน คือให้เด็กนั่งที่ ขอบสระหรือขั้นบันได หยียดเท้า หรือเอาเท้าลงไปในน้ำ พุดคุยหัวเราะอย่างสนุกสนาน ให้เด็กคุ้นเคยกับครู



นั่งเอาเท้าลงไปในน้ำ

เอาน้ำลูบหน้า

2. ทักษะการฝึกความคุ้นเคยกับน้ำเริ่มตามลำดับขั้นตอนการลงน้ำ

สำหรับเด็กเริ่มเรียนควรปฏิบัติดังนี้สำหรับสระต้น หรือสระเด็กก่อนเป็นขั้น ๆ ไป

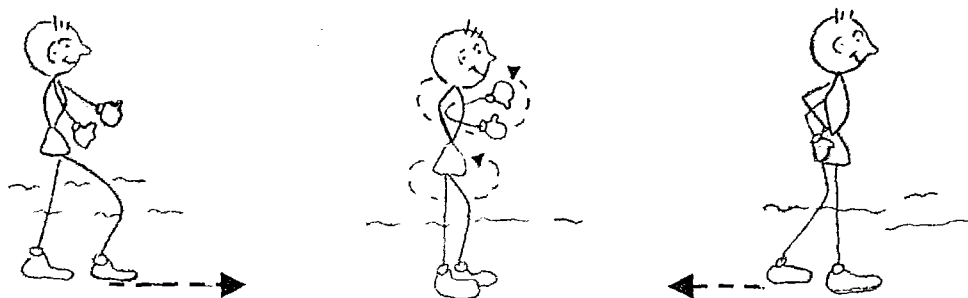
2.1 ให้เดินลุยน้ำไปลึกประมาณโคนขา ฝึกการเดินทรงตัวในน้ำ เพื่อให้เกิดความเคยชิน ต้องฝึกจากง่ายไปหายาก เช่น เดินข้างหน้า เดินถอยหลัง หมุนตัว เพื่อให้เกิดการทรงตัวที่ดีขณะเดินในน้ำ

2.2 ค่อย ๆ ลีกลงโดยเมื่อนั่งแล้วให้น้ำอยู่ระดับคางเพื่อทำให้ออกและร่างกายคุ้นเคยกับความกดดันของน้ำเพียงชั่วขณะหนึ่ง

2.3 เมื่อคุ้นเคยกับสภาพใต้น้ำแล้ว ให้ผู้เรียนเอามือทั้งสองยันพื้นทางด้านหลัง แล้วหยียดขาออกไปเตะเท้าขึ้นลงสลับกันไป ตัวจะลอยเคลื่อนไปเรื่อย ๆ และเบาขึ้น

2.4 ให้พลิกตัวกลับคว่ำมือ มือยันพื้นจะรู้สึกตัวเบาให้กระตุ้มเท้าถี่ ๆ สลับขึ้นลงอย่าให้เข่างอ หนายังชูขึ้นพื้นน้ำ เมื่อกระตุ้มเท้าถี่ ๆ ขึ้นแล้วเคลื่อนมือไป จะรู้สึกไปได้เร็วขึ้นว่าลากเท้าไป

การไว้วางใจครูผู้สอน และการทำความคุ้นเคยกับน้ำเป็นสิ่งสำคัญรวมถึงการลงน้ำครั้งแรก การทรงตัวเดินในน้ำค่อนข้างยาก แต่ถ้าฝึกต้องค่อย ๆ เริ่มจากง่ายไปหายาก และทำซ้ำ ๆ ก็สามารถพัฒนาไปถึงขั้นการฝึกกลั้นหายใจดำน้ำเป็นลำดับต่อไปได้ แต่ถ้าหากการเดินทรงตัวในน้ำต้น เด็กล้มจมน้ำหรือสำลักน้ำทำให้เกิดความกลัว เป็นผลทำให้ไม่อยากดำน้ำ จึงเป็นปัญหาที่ผู้สอนต้องแก้ไขก่อนการฝึกทักษะการดำน้ำกลั้นหายใจ

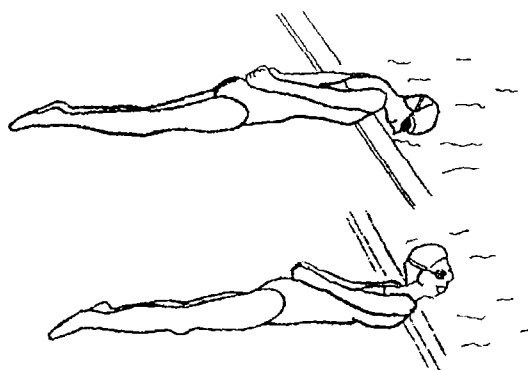


เดินไปข้างหน้า

เดินหมุนตัว

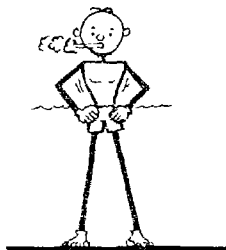
เดินถอยหลัง

3. การดำน้ำ (Submersion) หรือการกลั้นหายใจ เป็นขั้นตอนที่สำคัญขั้นตอนหนึ่ง ที่ผู้เรียนว่ายน้ำจำเป็นต้องฝึก เนื่องจากการหายใจธรรมชาติบนบกมีความแตกต่างจากการหายใจใต้น้ำ ทวีศักดิ์ นาราชภูร. (2535 : 21) กล่าวว่า การดำน้ำหรือการกลั้นหายใจกระทำได้โดย ก้มหน้าลงให้ปากและจมูกอยู่ในน้ำลึกพักหนึ่ง แล้วเงยหน้าขึ้นพยายามเพิ่มเวลาให้นานขึ้นจาก 2 – 3 วินาที เป็น 20 – 30 วินาที เมื่อทำได้แล้ว ขั้นต่อไปให้ใช้วิธีดำลงทั้งตัว โดยการกลั้น ลมหายใจ ย่อตัวและต้องลืมตาในน้ำเมื่อเด็กมีความต้องการที่จะเล่นน้ำ ไม่รู้สึกกลัว ผู้สอนก็ให้เด็กยืนด้านน้ำตื้นที่ยืนถึง ถ้ายืนไม่ถึงผู้สอนช่วยจับพยุงตัวไว้หรือกอด น้ำลึกจำนวนนักเรียนมากให้เด็กนอนคว่ำที่ขอบสระ หันศีรษะเข้าหาสระน้ำ มือจับขอบสระหายใจเข้า กลั้นหายใจ ก้มหน้าลง ลืมตาในน้ำ เงยหน้าหายใจ ทำติดต่อกัน 7 – 10 ครั้ง โดยไม่เอามือมาลูบหน้า สายศีรษะหรือสะบัดผม จะทำให้รู้สึกเคยชินกับการหายใจทางปาก การหายใจออกทางปาก (เป่าลมออก) เพราะปากสามารถขยายได้กว้างกว่าจมูกแล้วให้เด็กปฏิบัติดังนี้ในน้ำตื้น ทำหลาย ๆ ครั้งจนเกิดความคุ้นเคยและพยายามเพิ่มระยะเวลาให้มากขึ้น ในขณะที่ฝึกดำน้ำต้องลืมตาเพราะเป็นสิ่งจำเป็นในการมองทิศทางและสิ่งกีดขวางต่าง ๆ



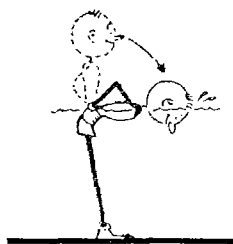
ฝึกเอาหน้าลงน้ำบนขอบสระและปรับการหายใจ

3.1 วีระ มนัสวานิช. (2537 : 16-22) กล่าวว่า ยืนหายใจออกให้เด็กยืนในน้ำ ตัวตรง เท้าห่างกันเท่าช่วงไหล่ มือจับสะเอว และหายใจเข้าทางปากอย่างช้า ๆ ลึก ๆ ให้สูดเอาอากาศเข้าไปมากหรือจะให้เด็กหายใจออกทางปากและหายใจเข้าทางจมูกก็ได้



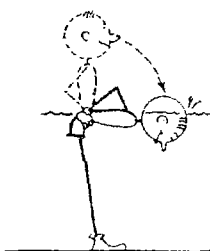
ภาพ 3.1 การหายใจเข้าทางปาก และหายใจออกทางปาก และจมูก

3.2 กัมหน้าลงในน้ำ หูอยู่เหนือน้ำ ยืนเหมือนเดิม เท้าห่างกันเท่าช่วงไหล่ มือจับสะเอว ให้เด็กสูดหายใจเข้าลึก ๆ แล้วให้พับเอวก้มลงเอาหน้าลงไปใต้น้ำ พร้อมกับลืมหูลงไปแตะพื้นสระขึ้นลงอย่างช้า ๆ และเป็นจังหวะนาน 10 วินาที อย่าลืมหูให้ใบหูเหนือระดับน้ำหายใจออกทางปาก



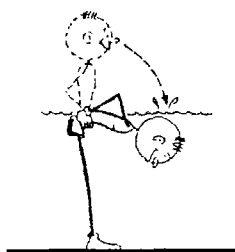
ภาพ 3.2 จมูกและปากอยู่ใต้ระดับน้ำ

3.3 กัมหน้าลงในน้ำ หูอยู่ใต้ระดับน้ำ ทำท่าเช่นเดียวกับข้อ 2 เพียงแต่ ก้มหน้าให้ใบหูอยู่ใต้ระดับน้ำ



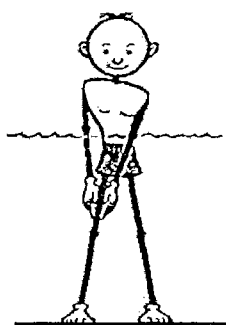
ภาพ 3.3 จมูกปากและหูอยู่ใต้ระดับน้ำ

3.4 ก้มหน้าลงในน้ำ หูอยู่ใต้ระดับน้ำ ทำท่าเช่นเดียวกันกับข้อ 2 และ ข้อ 3 แต่ศรีษะจมอยู่ใต้ระดับน้ำ

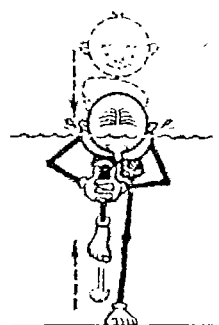


ภาพ 3.4 หูและศรีษะอยู่ใต้ระดับน้ำ

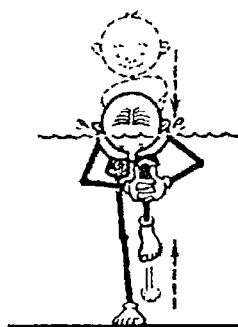
3.5 ก้มหน้ามือจับเข่า ให้เด็กยืนแยกเท้า มือซ้ายและขวาจับเข่า โบกหน้าอยู่ใต้ระดับน้ำ แล้วค่อย ๆ เลื่อนมือขวาไปจับเท้าขวา มือซ้ายจับเข่าอยู่เช่นเดิม ให้อยู่ใต้ระดับน้ำ นาน 7 – 10 วินาที หายใจเข้าหรือเป่าลมออกทางปาก



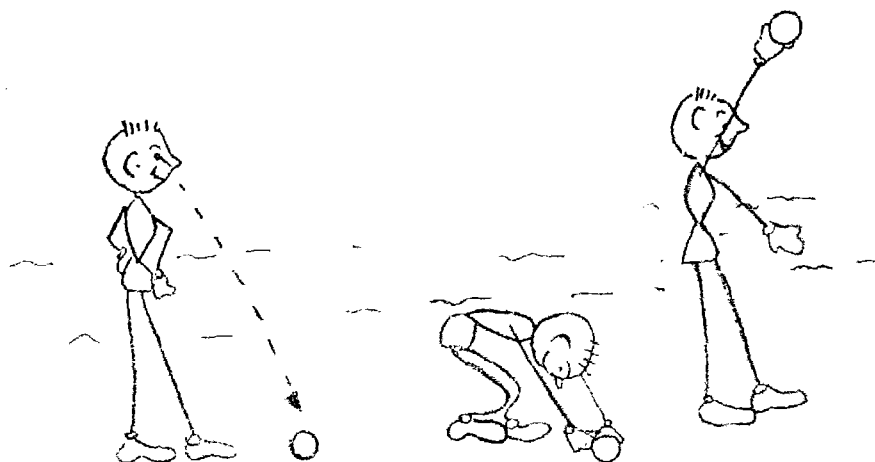
มือขวาและมือซ้าย
จับเหนือเข่าขวา



มือขวาและมือซ้ายจับเข่าขวา
ค่อย ๆ งอเข่ายกขึ้น



มือซ้ายและมือขวาจับเหนือเข่าซ้ายค่อย ๆ งอเข่ายกขึ้น



การดำน้ำลืมนตาเก็บลูกกอล์ฟ หรือ ก้อนหิน

3.6 ก้มหน้ามือจับเข้า ทำเช่นเดียวกับข้อ 5 เปลี่ยนเป็นมือซ้ายค่อย ๆ เลื่อนไปจับข้อเท้าซ้าย มือขวาจับเข้าขวา

3.7 ก้มหน้ามือจับเข้า ทำเช่นเดียวกับ ข้อ 5 และข้อ 6 แต่ค่อย ๆ เลื่อนมือขวาและมือซ้ายไปจับข้อเท้าขวาและซ้ายพร้อม ๆ กัน

3.8 ยื่นย่อเข่าลงได้น้ำ ยื่นเท้าแยก มือจับสະเວเหมือนเดิม เพียงแต่เปลี่ยนจากการก้มหน้าจุ่มน้ำไปย่อเข่าลงได้น้ำ ก่อนเริ่มให้เด็กสุดหายใจเข้าลึก ๆ ให้เต็มปอด แล้วให้ย่อเข่าลงได้น้ำ เริ่มจากจมูก ตา และศรีษะ อยู่ใต้ระดับน้ำ ลืมนตามองไปข้างหน้าและใช้เวลาดำน้ำ ให้นาน 7 – 10 วินาที

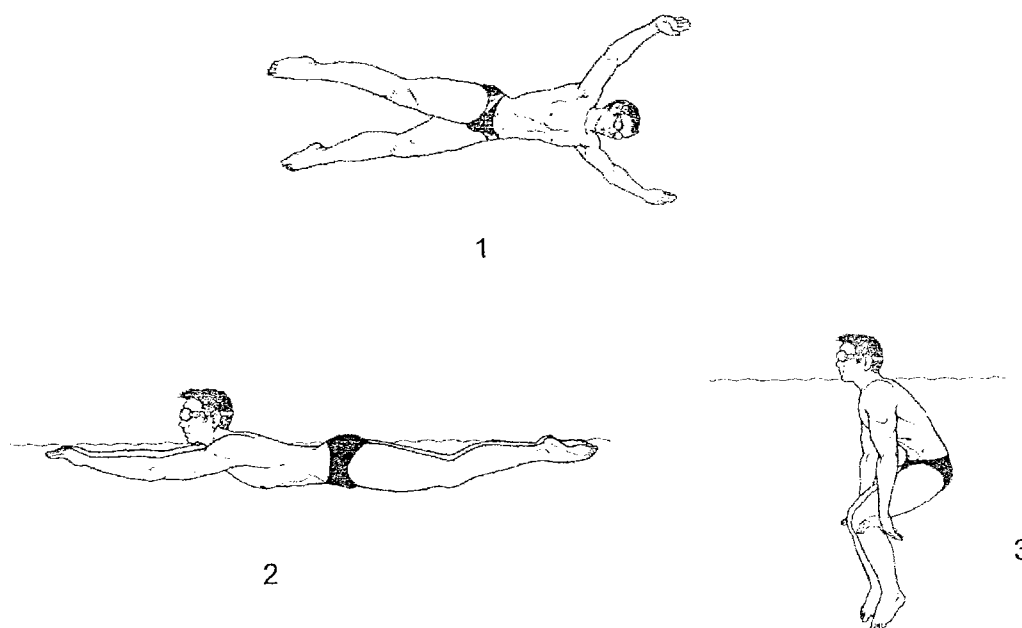
การดำน้ำเป็นเทคนิคเบื้องต้น เพื่อหาความชำนาญในการกลั้นหายใจ มิฉะนั้นจะทำให้เกิดการสำลักน้ำได้ ดังนั้น ถ้าหากผู้เรียนไม่สามารถดำน้ำได้ก็จะไม่สามารถฝึกทักษะต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะว่าการเรียนว่ายน้ำต้องรู้จักการกลั้นลมหายใจเข้าและการหายใจออกที่ถูกต้อง ปัญหานี้จะส่งผลให้ผู้เรียนไม่สามารถฝึกทักษะการลอยตัวได้

4. การลอยตัว (Floating) เป็นพื้นฐานที่สำคัญในการฝึกทักษะว่ายน้ำ โดยธรรมชาติแล้วมนุษย์มีความถ่วงจำเพาะใกล้เคียงกับน้ำ ถ้าเราสามารถอยู่นิ่ง ๆ โดยไม่เกร็งอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่ง พยายามให้ลำตัวขนานกับน้ำเราจะลอยน้ำได้ เทเวศร์ พิริยะพณท์. (2534 : 22)

การลอยตัวเมื่อเด็กมีความมั่นใจ สามารถหายใจเข้าออก และลืมนตาในน้ำได้แล้ว ก็เริ่มให้เด็กรู้จักลอยตัวเพื่อให้เด็กรู้จักการทรงตัวและส่งเสริมให้เกิดความมั่นใจในการฝึก ซึ่งสามารถลอยตัวได้หลายวิธีดังนี้

4.1 การลอยตัวแบบคว่ำหน้าแบบปลาตัว (Front Float) วาสนา คุณาภิสิทธิ์. (2543 : 56) การลอยตัวแบบนี้เริ่มต้นฝึกได้หลายวิธี ผู้ที่ยังไม่คุ้นเคย ผู้สอนอาจเริ่มต้นด้วยการ

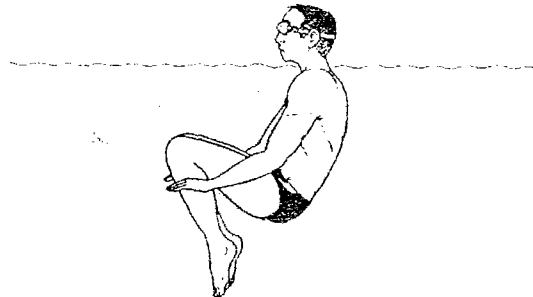
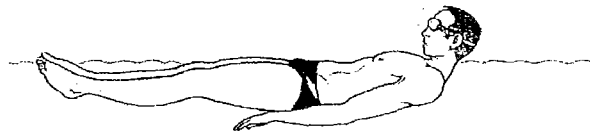
ช่วยพยุงตัว เพื่อประคองไว้ ส่วน ผู้ที่ลอยตัวแบบแมงกระพรุนได้แล้ว ก็เปลี่ยนจากการลอยตัวแบบกอดเข้าเป็นเหยียดแขนและขา ค่อยๆ หน้าขนานกับผิวน้ำ หรือทำด้วยตนเองจากท่ายืน แล้วยกแขนชิดหูหายใจเข้า แล้ว ค่อย ๆ ก้มตัวนอนคว่ำลงกับน้ำ แล้วยกขาเหยียดไปทางด้านหลัง การทรงตัวให้ลอยอาจใช้มือ แยกออกจากกันเล็กน้อย เท้าเตะน้ำเบา ๆ ช่วยเลี้ยงตัว หายใจออกทางปากอยู่ใต้น้ำให้นาน 10 – 15 วินาที วีระ มนัสวานิช. (2538 : 20) กล่าวว่าถ้าผู้เรียนสามารถรักษาการลอยตัว ใน แนวราบได้ดีก็จะทำให้การเคลื่อนที่ไปในน้ำได้ง่ายขึ้นทั้งนี้เพราะแรงต้านทานมีน้อย



การกลับเข้าสู่ท่ายืนจากการลอยตัวแบบนอนคว่ำ

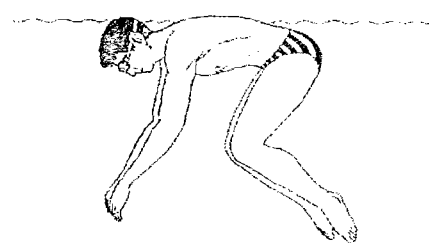
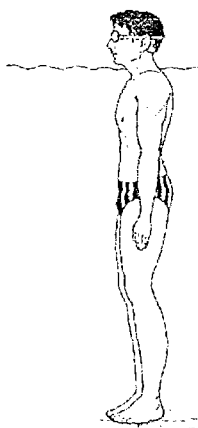
4.2 การลอยตัวแบบนอนหงาย (Back Float) วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2543 : 57)

กล่าวว่า การลอยตัวแบบนอนหงายในระยะเริ่มต้นจะยาก ผู้สอนควรช่วยพยุงโดยใช้มือหนึ่งประคองตรงท้ายทอย อีกมือหนึ่งประคองด้านหลังบริเวณเอว ในจุดสมดุลของร่างกายจนให้ผู้เรียนได้เกิดการเรียนรู้และสามารถลอยตัวได้ด้วยตนเองในที่สุด ลักษณะท่าทางของการนอนหงาย เหมือนกับนอนบนที่นอนบนพื้นราบ คือ เหยียดตัวเหยียดปลายเท้าเป็นเส้นตรงเดียวกันตลอด ไม่ต้องเกร็งลำตัวมากนัก แขนทั้งสองแนบอยู่ข้างลำตัว



การกลับเข้าสู่ทำยีนจากการลอยตัวแบบนอนหงาย

4.3 การลอยตัวแบบกอดเข่า ยกขาขวาและขาซ้าย ก้มหน้าอยู่ในน้ำได้แล้วผู้สอนก็เปลี่ยนให้เด็กลอยตัวแบบแมงกระพรุน คือ ยืนเท้าแยก มือจับเข่า ก้มหน้า ศรีษะลำตัวอยู่ระดับได้น้ำแล้ว ยกขาขวาและขาซ้ายงอเข่าขึ้นมา มือทั้งสองค่อย ๆ เลื่อนลงไปกอดขาได้เข้าขาท่อนบนชิดหน้าอก ก้มหน้าคางชิดเข่า ตัวจะลอยอยู่ในระดับผิวน้ำ ส่วนหลังจะอยู่ปริ่ม ๆ น้ำหายใจออกทางปาก อยู่ได้ระดับน้ำให้นาน 10 – 15 วินาที

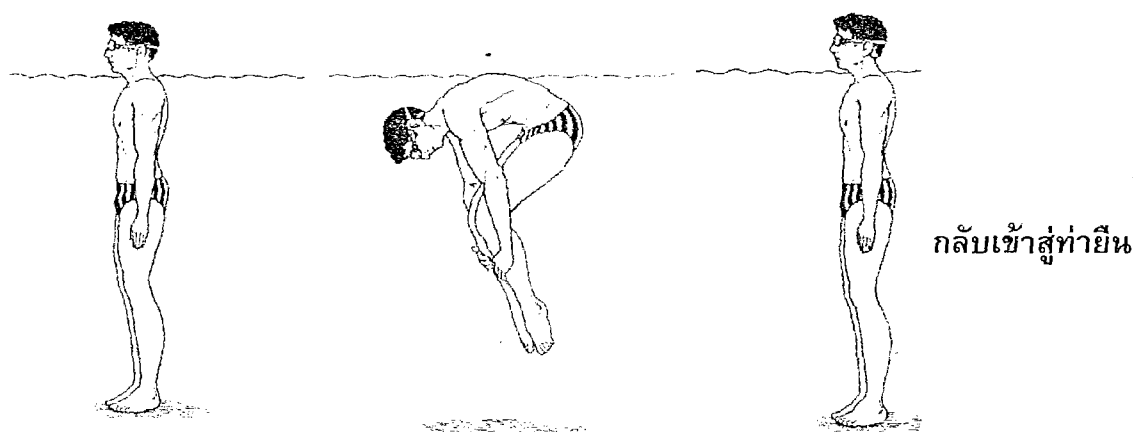


ท่าเตรียม

ก้มหน้าลงอีกโดยจับเข่าให้แน่น

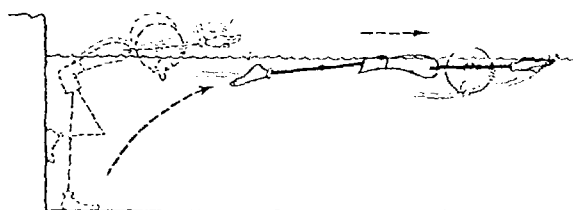
กลับเข้าสู่ทำยีนโดยการยกศรีษะ

4.4 การลอยตัวแบบแมงกระพรุน (Jellyfish Float) เมื่อสามารถลอยตัวแบบนอนคว่ำกอดเข้าได้ ก็เปลี่ยนจากท่ากอดเข้ามาเป็นเหยียดแขนและขาตั้ง ใช้มือทั้งสองแตะบริเวณหน้าแข้ง หรือปลายเท้า หรือจับที่ส่วนบนของข้อเท้าก็ได้ ทั้งนี้ให้อยู่ในลักษณะสมดุล ไม่เสียการทรงตัว หลังจากลอยปรับน้ำ และกัมศีรษะลง กลั้นหายใจ อยู่ใต้ระดับน้ำให้นาน 7 – 10 วินาที แต่ส่วนมากผู้ที่เริ่มฝึกว่ายน้ำใหม่ ๆ จะเกิดอาการเกร็งตัวและทำให้ไม่สามารถลอยตัวได้ จึงทำให้ไม่สามารถฝึกทักษะขั้นต่อไปได้ ดังนั้น ปัญหาในการลอยตัวของผู้เรียนจึงเป็นสิ่งที่ผู้สอนว่ายน้ำ ควรคำนึงถึง เพราะผู้เรียนสามารถดำน้ำและลอยตัวได้ดี ก็จะเป็นพื้นฐานของการเคลื่อนไหวในการว่ายน้ำ เพื่อนำไปสู่การเคลื่อนที่ไปข้างหน้าได้เป็นอย่างดีและสะดวกขึ้น



ท่าเตรียม ก้มหน้าลงอีกในน้ำและงอเข้า ขั้นตอนการฝึกลอยตัวแบบแมงกระพรุน

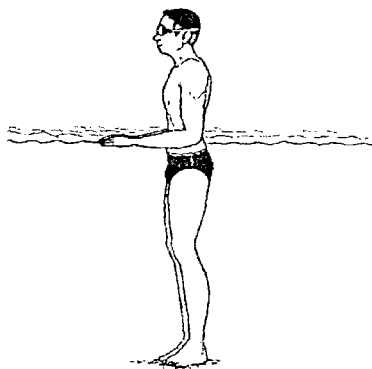
5. การไผ่ตัว (Prone Glide) เมื่อผู้เรียนมีความสามารถในการลอยตัวทั้งแบบนอนคว่ำและนอนหงายได้ดี ก็สามารถปฏิบัติทักษะที่ก้าวหน้าขึ้นไป คือ การไผ่ตัวเคลื่อนที่ไปข้างหน้า จะทำให้ผู้เรียนสนุกและพึงพอใจยิ่งขึ้น ในความก้าวหน้าของตนเองที่สามารถเคลื่อนที่ลอยไปในน้ำได้ ซึ่งจะทำให้แรงไถลหรือไถล ขึ้นอยู่กับตัวของเราเอง ซึ่งช่วยให้ประเมินตนเองได้ดี การไผ่ตัวมีทั้งแบบคว่ำหน้า และนอนหงาย ซึ่งยังไม่เน้นการเตะเท้า ให้ฝึกไผ่ตัวลอยไปให้หนึ่งที่สุด เป็นการฝึกการควบคุมร่างกายด้วย



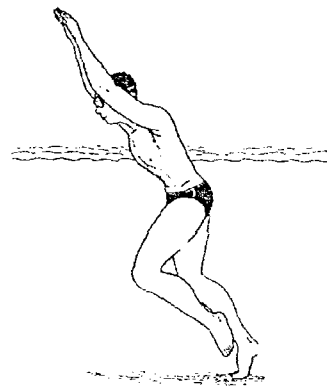
การถีบผนังขอบสระไผ่ตัว

5.1 การโผล่ตัวแบบนอนคว่ำ ทำได้โดยให้ผู้เรียนยืนหันหลังพิงขอบสระยกแขนทั้งสองชูแนบศีรษะแล้วก้มตัวลงมือเหยียดตรงชี้ไปข้างหน้า อยู่ในระดับผิวน้ำ หน๋อยู่ในน้ำตามองไปยังพื้น สระด้านหน้าในทิศทางที่จะไป งอเท้าข้างหนึ่งพับขึ้นให้ฝ่าเท้าแนบผนังสระ ถ้าน้ำระดับต่ำ เช่น ระดับเอว อาจงอเข้าทั้งสอง โดยย่อตัวลงก็ได้ หรือใช้เท้ายันผนังสระ เมื่อโผล่ตัว ใช้เท้าถีบผนังสระให้พุ่งไปข้างหน้า ในลักษณะนอนไปกับผิวน้ำ ถ้าถีบได้แรงก็จะไปได้ไกล ก่อนก้มหน้าลงในน้ำต้องหายใจเข้าเต็มที่ และกลั้นหายใจขณะตัวนอนคว่ำหน้าเคลื่อนที่ไปจนหมดแรงเคลื่อนที่

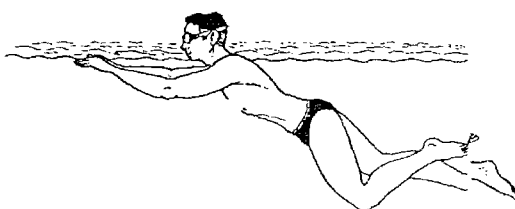
1. ให้ยืนอยู่ในน้ำลึกระดับเอว โน้มตัวลงไปข้างหน้า



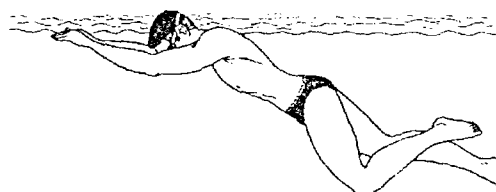
2. แขนทั้งสองเหยียดตรงเหนือศีรษะให้ชิดหู



3. งอเข้าทั้งสองแล้วก้มลงไปข้างหน้าให้มาก ๆ อีก



4. ก่อนที่หน้าจะจมน้ำให้สุดหายใจเข้าทางปากไว้ให้เต็มที่แล้วกลั้นไว้

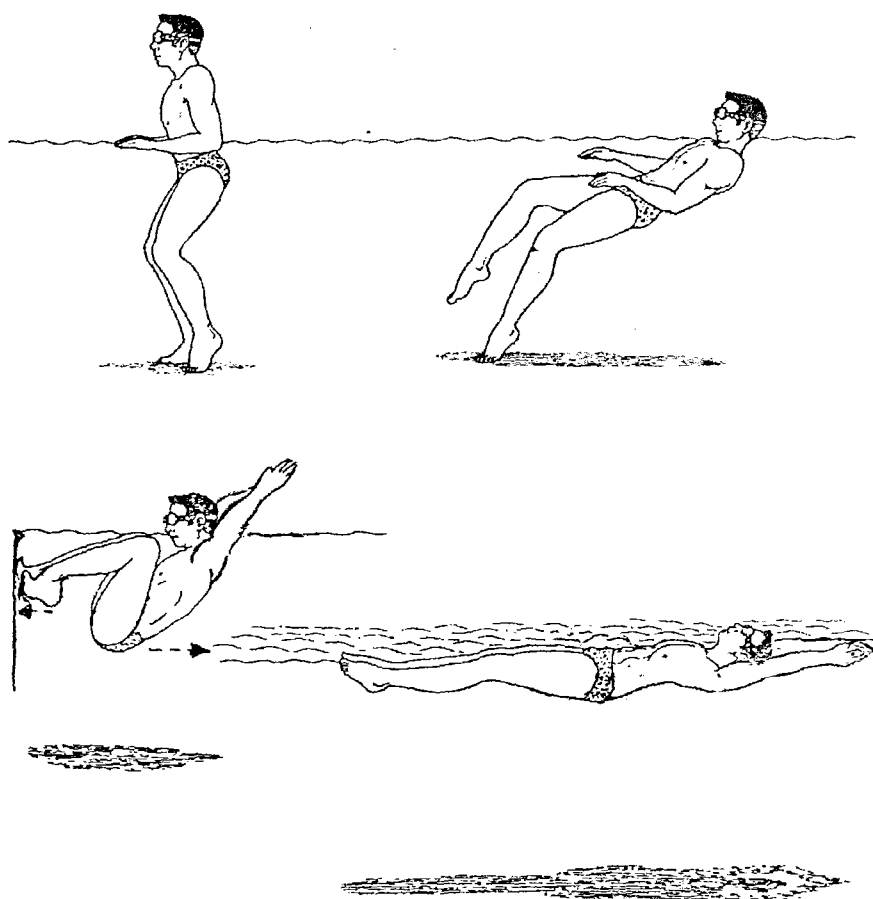


5. ถีบพื้นสระ ก้มหน้า ลำตัวเหยียดตรง นิ่งอยู่ในลักษณะการลอยตัว



5.2 การโผล่ตัวแบบนอนหงาย ลักษณะการปฏิบัติเช่นเดียวกับโผล่ตัวแบบ

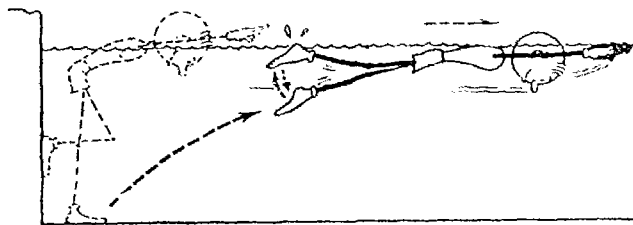
นอนคว่ำ แต่เปลี่ยนเป็นนอนหงาย กล่าวคือ ยื่นหันหน้าเข้าหาผืนสระ มือทั้งสองจับขอบสระ เท้าข้างหนึ่งงอขึ้น ฝ่าเท้าแนบผืนสระสำหรับถีบส่งตัว เมื่อโผล่ตัวให้ชูแขนทั้งสองขึ้นแนบศีรษะ ลำตัวนอนหงายลง มือเหยียดชี้ไปด้านหน้า จนลำตัวและแขนทั้งสองแนบผิวน้ำ ความแรงมากหรือน้อยมีผลต่อการโผล่ไกลหรือใกล้ ซึ่งผู้เรียนควรพยายามออกแรงเพื่อให้ไปได้ไกลที่สุดจนหมดแรงเคลื่อนที่



ขั้นตอนการฝึกโผล่ตัวไปข้างหลัง

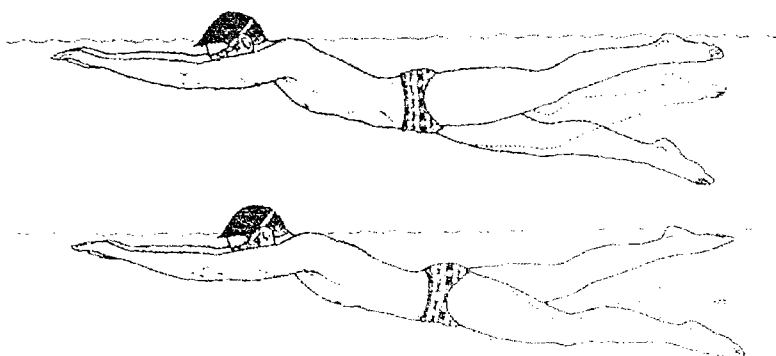
การโผล่ตัวมักพบปัญหาการเกร็งตัว การโผล่แล้วตัวไม่นิ่ง แนวการจัดท่าทางในการโผล่ไม่ถูกวิธี ทำให้ระยะทางขณะโผล่ลอยตัวได้ระยะทางน้อย ดังนั้นการเตรียมตัวอยู่กับที่ก่อนโผล่ตัว และการจัดท่าขณะโผล่ลอยตัวออกไป ถ้าโผล่ไม่ได้ก็ไม่สามารรถเตะเท้าเคลื่อนที่ออกไปได้ ปัญหาการโผล่ตัวเป็นสิ่งจำเป็นที่ผู้สอนควรคำนึงถึงก่อนการเตะเท้าเคลื่อนที่

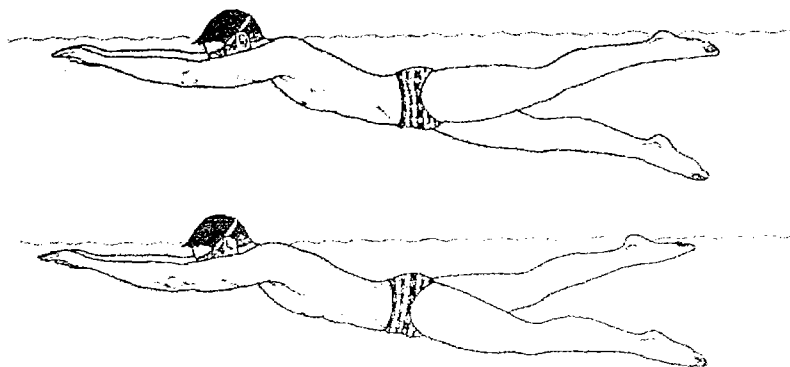
6. การเตะเท้า วีระ มนัสวานิช. (2538 : 23) กล่าวว่า เมื่อเด็กสามารถทำขั้นตอนการลอยตัวและโผล่ตัวได้และปฏิบัติให้มีความมั่นใจแล้ว จึงเริ่มสอนทักษะการเตะเท้า ซึ่งมีขั้นตอนในการฝึกคือ 1. ให้เด็กนั่งที่ขอบสระเหยียดขาออกไปในน้ำ ให้เด็กทุกคนฝึกเตะเท้าสลับขึ้นลงปลายเท้าไม่เกร็ง นิ้วหัวแม่เท้าหัน เข้าหากัน ปลอยตามสบายให้เป็นไปตามธรรมชาติ 2. เปลี่ยนจากการนั่งให้นอนคว่ำที่ขอบสระบนบก ให้เด็กทุกคนเปลี่ยนจากนั่งเป็นนอนคว่ำที่ขอบสระ ผู้สอนให้เด็กฝึกเตะเท้าสลับขึ้นลงเช่นเดียวกับการนั่ง เท้าอยู่บนบกไม่ต้องให้ถึงน้ำ ทำเช่นนี้ไปเรื่อย ๆ เมื่อเห็นว่าเด็กสามารถ ทำได้ ก็ให้ลงไปในน้ำตื้น ๆ ให้เด็กลงไปฝึกในน้ำ จับขอบสระเตะเท้า ให้เกาะขอบสระลอยตัวเตะเท้าสลับขึ้นลง ให้น้ำอยู่ใต้หน้า พร้อมหายใจทางปาก เมื่อจะหายใจเข้าก็ยกศีรษะขึ้นเหนือน้ำ หายใจเข้าทางปากหรือทางจมูก แล้วให้น้ำอยู่ใต้หน้า ทำเช่นนี้ไปเรื่อย กลับไปใหม่เตะเท้าสลับจนกว่าผู้สอนเปลี่ยนวิธีให้ยืนชิดผนังสระ ยกแขนซ้ายขวาขึ้นเหนือศีรษะหัวแม่มือเกี่ยวกันไว้ ฝ่ามือคว่ำลงหายใจเข้าแล้วก้มตัว ให้น้ำอยู่ในหน้า ขาถีบ ผนังสระพุ่งตัวไปข้างหน้า เท้าทั้งสองข้างเตะสลับ



ถีบผนังขอบสระโผล่ตัวเตะขา

การเตะเท้า (Leg Action) จุดมุ่งหมายของการเตะเท้าเพื่อต้องการรักษาความสมดุลของการใช้แขนและต้องการช่วยให้ลำตัวตรงไม่แกว่ง การเตะเท้าที่ถูกต่อนั้นปลายเท้าต้องรู้มเล็กน้อยในขณะที่เตะเท้าขึ้นลง ต้องพยายามให้ท่อนขาชิดกันอย่ากางออกและไม่เกร็ง

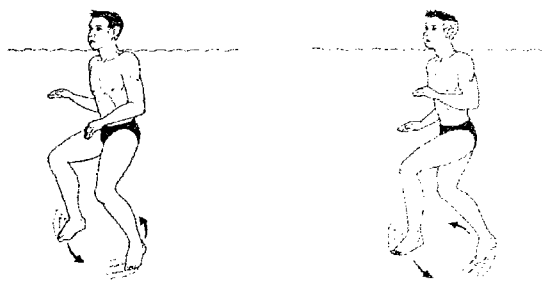




การเคลื่อนไหวเท้า

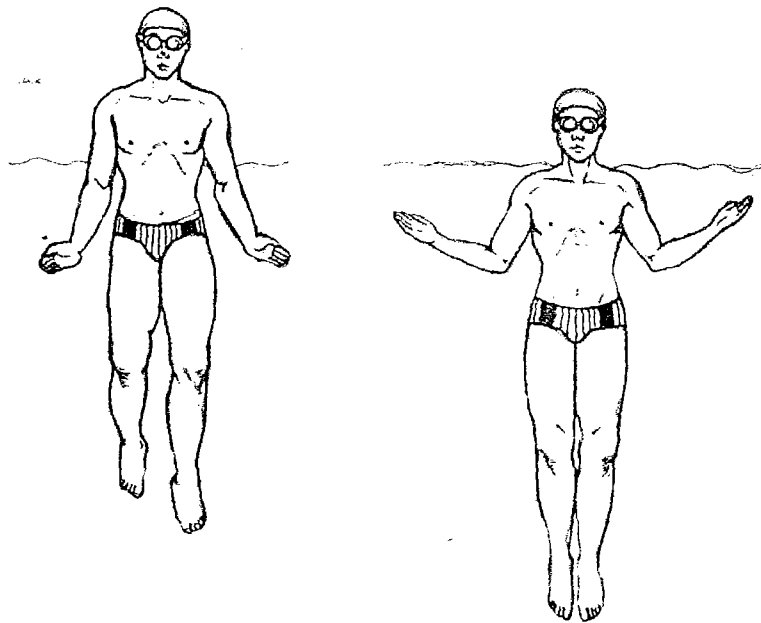
การเตะเท้าให้ดีมีประสิทธิภาพนั้น จะต้องเริ่มโดยการเคลื่อนไหวจากสะโพกลงมา ขาต้องเหยียดขนานกับผิวน้ำ เข่างอเพียงให้อยู่ใต้ผิวน้ำเล็กน้อยเท่านั้นและเท้าลงลึกประมาณ 30 – 40 เซนติเมตร เตะเท้าสลับขึ้นลงโดยไม่มีการหยุดชะงัก วาสนา คุณาภิสิทธิ์. (2529 : 68 – 69) กล่าวว่า การเตะเท้าพบปัญหาการเกร็งตัวเตะเท้าไม่สัมพันธ์กันหรือเตะเท้า งอเข่ามาก ทำให้เตะเท้าแล้วไม่เคลื่อนที่ไปข้างหน้า

7. การฝึกทำสุนัขว่ายน้ำ หรือทำลูกหมาตกน้ำ (Dog Paddle) กรมพลศึกษา. (2523 : 2) กล่าวว่า การว่ายน้ำทำนี้จะคล้ายกับสุนัขที่ว่ายน้ำ ส่วนใหญ่คนที่เริ่มเรียนใหม่ ๆ มัก จะว่ายน้ำด้วยท่าลูกหมาตกน้ำ คือใช้แขนหนึ่งเหยียดออกไปข้างหน้าเพื่อพยุงน้ำอีกแขนหนึ่งงอ ไขว้ที่อกสลับกันไปมาให้เป็นจังหวะการ เคลื่อนไหวแขนและมือจะเป็นรูปวงรีอยู่ใต้น้ำเสมอกับ ผิวน้ำไม่ยกสูงพ้นน้ำ ใช้เท้าเตะน้ำทั้งสองข้าง โดยถีบขึ้นลง หรือเตะเท้าในท่าครอว์ล โนมตัว ไปทางด้านหน้า ท่ามุม 70 องศา เริ่มจากระยะใกล้หลังจากนั้นเพิ่มระยะทางการว่ายน้ำท่าลูก หมาตกน้ำ การว่ายน้ำท่าลูกหมาตกน้ำ มักพบปัญหาที่ว่ายน้ำแล้ว เตะเท้ากับมือไม่สัมพันธ์กัน ทำให้ศีรษะจมน้ำและไม่เคลื่อนที่ไปข้างหน้า



การว่ายน้ำท่าลูกหมาตกน้ำ

8. การเลี้ยงตัวในน้ำ (Treading Water) คือ การพยุงตัวให้อยู่ในน้ำได้ โดยการเคลื่อนไหวและขา ซึ่งมีทั้งการเลี้ยงตัวในแนวตั้ง และแนวนอนราบขนานกับพื้นน้ำสำหรับแนวนอนนี้เหมือนกับการว่ายน้ำท่าครอล แต่ให้ใช้มืออยู่ใต้น้ำ ไม่ยกพนักน้ำและศีรษะไม่จมน้ำ ใช้เท้าเตะน้ำทั้งสอง โดยโยกไปมาทางด้านหน้าและด้านหลังในแบบกรรไกร



ประโยชน์ของการเลี้ยงตัวในน้ำเพื่อพักเหนื่อย หยุดว่ายน้ำ เลี้ยงตัวในแนวตั้ง เช่น ขณะมีเรือผ่าน ขณะว่ายน้ำสามารถเลี้ยงตัวหยุดให้เรือผ่านไปก่อนได้ ปัญหาคือการที่เตะเท้าไม่เป็นและมือไม่สัมพันธ์กันทำให้ศีรษะจมน้ำเลี้ยงตัวอยู่ไม่นาน

ปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำ

บางครั้งจะพบได้ว่าบางคนเรียนว่ายน้ำได้ช้า บางคนเรียนว่ายน้ำได้เร็วกว่าคนอื่น ๆ ที่เรียนพร้อมกัน ดังนั้นเพื่อช่วยทุกฝ่ายเข้าใจปัญหาและมูลเหตุของปัญหาและวิธีการแก้ไข ปัญหา จึงขอกล่าวถึงปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาหลายประการตามลำดับขั้นตอนการเรียน ทักษะว่ายน้ำเบื้องต้น ที่ส่งผลต่อการเรียนการสอนดังต่อไปนี้

1. การสร้างความคุ้นเคยกับน้ำ (Adaptation) ภัทราวรรณ วิศุภกาญจน์.

(2542 : 18) กล่าวว่า ปัญหาที่เกิดขึ้นคือเด็กกลัวเกิดความวิตกกังวลใจ ร้องไห้ไม่อยากเรียน บางคนเคยประสบอุบัติเหตุจมน้ำหรือสำลักน้ำ ทำให้ไม่ กล้าลงและไม่อยากมาเรียน ความรู้สึกกลัวน้ำเป็นอุปสรรคอย่างหนึ่งในการว่ายน้ำ ครูผู้สอนต้องพยายามฝึกให้ผู้เรียน

สามารถปรับตัวไว้วางใจผู้สอนก่อนจนสามารถปรับตัวเกิดความคุ้นเคย กับน้ำ โดยครูผู้สอน อาจเริ่มจากพาไปนั่งที่ขอบสระ เอาเท้าลงน้ำไว้ที่ขอบสระ ลูบหน้า แล้วพาลงสระด้านน้ำตื้น หัดให้เดินไปข้างหน้าและถอยหลังลงในน้ำ หรืออาจนำเกมในน้ำมาประกอบการสอนเพื่อคลาย ความวิตกกังวลของเด็กไป

2. ทักษะความคุ้นเคยกับน้ำเริ่มตามลำดับขั้นตอนการลงน้ำ วีระ มนัสวานิช.

(2537 : 30) กล่าวว่า ปัญหาการลงน้ำเด็กไม่กล้าลงน้ำและเดินลุยน้ำไม่เป็น ทรงตัวไม่ได้ เดินแล้วล้ม เป็นสาเหตุให้กลัว ดังนั้นครูผู้สอนควรฝึกการเดินในน้ำไปข้างหน้า และถอยหลัง ฝึกการคุ้นเคยกับความกดดันของน้ำ โดยให้นั่งลงในน้ำอยู่ระดับคาง เล่นน้ำ อาจหาเกมมาให้ เล่น เช่น เดินในน้ำแข่งขันกับเพื่อนแต่ต้องอยู่ในการดูแลของครูผู้สอนอย่างใกล้ชิด หรือการให้ เล่นน้ำแบบอิสระให้เกิดความสนุกสนาน จะได้คลายความกลัววิตกกังวลและชอบที่เรียนว่ายน้ำ ส่งผลที่ดีต่อการที่จะเรียนในขั้นลำดับการดำน้ำ

3. การดำน้ำ (Submersion) การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2530 : 6 -14) กล่าวถึง ทักษะการดำน้ำ หรือการกลั้นหายใจ ปัญหาคือเด็กกลั้นหายใจไม่เป็น ไม่สามารถกลั้นลม หายใจได้ ไม่กล้าลืมนตาในน้ำกลัวแสงตา และไม่กล้าก้มหน้าในน้ำ วิธีการการแก้ปัญหา คือครู ผู้สอนต้องใช้ความพยายามฝึกจากง่ายไปหายาก ฝึกขั้นแรกในการหายใจออก โดยอ้าปาก หายใจเข้าหุบปาก และเป่าลมออกมาทางปาก หรือทำโดยให้เด็กนั่งทำที่ขอบสระก่อนทำ หลาย ๆ ครั้ง จากนั้นให้นอนก้มหน้าเป่าน้ำโดยนอนคว่ำบนขอบสระ ก้มหน้าโดยหายใจเข้า และออก โดยการเป่าอากาศทางปาก จากนั้นทำซ้ำ ๆ และเริ่มก้มหน้าให้ท่วมปากและเพิ่ม ให้ท่วมจมูก จนก้มหน้าดำน้ำมิดหน้า โดยให้ฝึกซ้ำ ๆ หลาย ๆ ครั้งจนเกิดความคุ้นเคย จากนั้น ให้เริ่มลงน้ำ มือจับขอบสระ คูกเข้าน้ำตื้น หายใจเข้าทางปากกลั้นหายใจ 2 – 3 วินาที ดำน้ำ มิดศีรษะและเพิ่มการดำโดยใช้เพิ่มเวลาฝึกการกลั้นหายใจ พอเจยหน้าให้นักเรียนหายใจออก ทางปากเพิ่มการลืมนตาเข้าไป การลืมนตาใช้เวลาน้อยจนเพิ่มเวลาขึ้น 7 – 10 วินาที แล้วนำเกม เข้ามาโดยการเก็บสิ่งของในน้ำ เช่น การลืมนตาเก็บพวงกุญแจ ลูกกอล์ฟ ในน้ำ ฝึกทักษะการ ดำน้ำและการลืมนตาในน้ำ

4. การลอยตัว (Floating) วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2543 : 44) กล่าวว่า เป็นพื้นฐาน ที่สำคัญในการฝึกทักษะว่ายน้ำ ปัญหาที่พบคือ เด็กลอยตัวไม่เป็น ไม่กล้าออกห่างขอบสระ เกร็งหัวไหล่และไม่ก้มหน้า แขนขาอยู่ในลักษณะงอตัว งอขา การแก้ปัญหาการลอยตัว ฝึกจาก ง่ายไปหายาก เช่น ฝึกโดยคูกเข้างับขอบสระแขนเหยียดตรงก้มหน้าเหยียดขาไปด้านหลัง พยายามยกขาขึ้นทีละข้าง โดยครูคอยช่วยแนะนำพยุงตัว ให้ฝึกจนสามารถลอยตัวได้ เรียก การลอยตัวแบบนี้ว่าท่าปลาตาย จากนั้นพยายามยกนิ้วขึ้นไปจับขอบสระหรือจับคู่สองคน โดยคนหนึ่งนั่งบนขอบสระคอยใช้ขาช่วยพยุงลำตัวและหัวไหล่ ให้เพื่อนที่ทำท่าปลาตาย

อยู่ในน้ำสลับก้นท่าหลาย ๆ ครั้ง ซ้ำ ๆ จนทำปลาตายด้วยตนเอง ให้ลำตัวขนานกับน้ำลอยอยู่ได้ 7 – 10 วินาที โดยไม่เกร็งลำตัว จึงทำให้สามารถฝึกขั้นต่อไปได้

5. การโผล่ตัว (Prone Glide) เป็นทักษะในการลอยตัวเคลื่อนที่ส่งตัวก่อนขึ้นเตะเท้า ปัญหาที่พบในการโผล่ตัว มักพบปัญหาการที่เด็กไม่ก้มศีรษะในน้ำ ลักษณะงอแขนงอขา และการเกร็งลำตัว ทำให้การโผล่ไม่ไต่ระยะทางโดยเฉพาะการใช้ขาถีบ นักเรียนมักยืนห่างจากผนังสระ จึงทำให้แรงถีบส่งตัวไต่ระยะทางน้อย จึงฝึกโดยการใช้อุปกรณ์เข้ามาช่วยแก้ปัญหาโดยใช้ จัปบอร์ด แขนขนานข้างหู ยืนชิดผนังสระยกขาถีบพร้อมกันก้มศีรษะ โผล่ตัวออกไปโดยครูกอย แนะนำให้ก้มศีรษะพอประมาณ ปรับขาให้เหยียดไม่เกร็งตัวปล่อยตัวตามสบาย ขาชิดกัน ปัญหาส่วนมากที่พบจะทำให้แยกจากกันไม่ชิด ทำให้นักเรียนเคยชิน เมื่อฝึกทักษะเตะเท้าก็จะทำให้เกิดปัญหาขั้นตอนการฝึกเตะเท้าเคลื่อนที่ไปข้างหน้า

6. การเตะเท้า (Leg Action) ศรีสุวรรณ น้อยพิทักษ์. (2540 : 70) กล่าวว่า ปัญหาที่เกิดขึ้นคือ การงอเขามากเกินไป ซึ่งเกิดขึ้นเพราะความเข้าใจผิดว่าจะทำให้ว่ายน้ำได้เร็วขึ้น วิธีการแก้ไขจะต้องเริ่มฝึกการเตะเท้าใหม่โดยเริ่มจากการออกแรงเตะจากสะโพกและโคนขาลงมา ปัญหาอีกข้อหนึ่งคือการไม่เหยียดปลายเท้า เพราะเกร็งข้อเท้าและเกิดการเข้าใจผิดเกี่ยวกับเตะเท้า การแก้ไขคือต้องฝึกหัดท่าช่วยลดการเกร็งข้อเท้า โดยเริ่มฝึกหัดการเคลื่อนไหวข้อเท้าอย่างสบาย ๆ นั่งเตะเท้าบนขอบสระหรือนอนคว่ำบนขอบสระเตะเท้า แล้วค่อยแนะนำให้เหยียดปลายเท้าในขณะที่เตะเท้าในขณะที่เตะเท้าด้วย ปัญหาต่อมาคือ การเตะเท้าแคบเกินไป หรือกว้างเกินไปไม่พอดี หรือเตะเท้าแรงเกินไป จนทำพื้นน้ำขึ้นมามาก การแก้ไขโดยการฝึกเตะเท้าโดยการจับแผ่นบอร์ดลอยตัวพยายามเตะขาให้ได้จังหวะด้วยความแรง และให้ส้นเท้าอยู่ในระดับเดียวกับผิวน้ำเท่านั้น

7. การฝึกท่าสุนัขว่ายน้ำหรือลูกหมาตักน้ำ (Dog Paddle) วีระ มนัสวานิช. (2537 : 28) กล่าวว่า เป็นทักษะการว่ายน้ำเบื้องต้นอย่างหนึ่ง ปัญหาที่พบการฝึกท่าสุนัข คือ การว่ายน้ำแล้วศีรษะจมน้ำ ทำนี้ต้องให้ศีรษะ พันน้ำคือต้องใช้แขนพยุน้ำ ถ้าพยุน้ำด้วยแขนที่สั้น ๆ ไม่ได้ดึงน้ำเข้าหาตัวจึงทำให้การพยุงตัวในน้ำไม่ดีว่ายน้ำท่าสุนัขแล้วไม่เคลื่อนที่ การใช้เขาเตะเท้าคล้ายท่าครอลโน้มตัวไปข้างหน้า การแก้ปัญหาคือต้องอาศัยมือกับแขนดึงน้ำเข้าหาตัวเท้าเตะสลับในแนวตั้ง หักว่ายน้ำจากบริเวณ น้ำตื้นไปหาน้ำลึก เพิ่มระยะทางในการว่ายน้ำ

8. การเลี้ยงตัวในน้ำ (Treading) วาสนา คุณาภิสิทธิ์. (2543 : 99) กล่าวว่า เมื่อเกิดอุบัติเหตุสามารถพยุงตัวเลี้ยงตัวในน้ำ จึงมีความสำคัญในการฝึกทักษะว่ายน้ำเบื้องต้น ปัญหาส่วนใหญ่ที่พบการเตะเท้ายังเตะไม่ถูกวิธีการ ใช้มือแขนพยุน้ำเข้า-ออกจกลำตัวจึงต้องทำให้ศีรษะจมน้ำการเลี้ยงตัวในน้ำต้องให้ลอยคอพันท้นลำตัวอยู่ในแนวตั้ง เท้าเตะแบบปั่นจักรยาน หรือแบบกรรไกรเคลื่อนไหวมือ โดยหงายมือทั้งสองข้างอยู่ใต้น้ำ ระดับน้ำไม่ลึกจนสามารถไปฝึกเลี้ยงตัวในน้ำลึกได้

จากการศึกษาเอกสารการศึกษาปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำ ได้พบว่า การสอนทักษะว่ายน้ำ มี 8 ลำดับชั้น โดยการสอนเรียงลำดับการสอนจากวิธีการสอนที่ง่ายไปหาวิธีการสอนที่ยากตามลำดับ โดยศึกษาองค์ประกอบในการเรียนทักษะว่ายน้ำ ลำดับชั้นในการสอนทักษะว่ายน้ำ ปัญหาที่พบและวิธีการแก้ไขปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำที่เริ่มจากการแก้ปัญหาที่ลำดับชั้นการสอนที่ง่ายไปหาลำดับชั้นการสอนที่ยากขึ้น ซึ่งลำดับทั้งหมดเป็นการสอนและการแก้ปัญหาในการสอนที่ต่อเนื่องกัน

พัฒนาการและแรงจูงใจในการเรียนการสอนของครู

พัฒนาการในวัยเด็ก มีบทบาทสำคัญต่อการจัดการเรียนการสอน เพื่อให้เด็กมีความสามารถที่จะพึ่งตนเองและควบคุมตนเองได้ ประสาร ทิพย์ธารา. (2535 : 56) กล่าวว่า เด็กในวัย 4 - 6 ปี ก็สามารถใช้มือทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างคล่องแคล่ว เช่น สามารถป้อนอาหารเอง แต่งตัวเอง เช่น หวีผม อาบน้ำ ปั่นดินน้ำมันเป็นรูปต่าง ๆ ได้ ความสามารถจะเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ เมื่อถึงอายุ 6 ขวบ ก็สามารถที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยมือได้มากขึ้น เช่น การใช้กรรไกรตัดกระดาษ การเย็บผ้าด้วยเข็มและด้าย ๆ วาดภาพด้วยดินสอและสีน้ำ การใช้ช้อนได้คล่องแคล่วขึ้น นอกจากการเดินได้อย่างมั่นคงแล้ว เด็กสนใจในการทำกิจกรรมต่าง ๆ นี้ใช้ขา เช่น กระโดดสูง กระโดดไกล การวิ่ง การเล่นเกมต่าง ๆ ที่ต้องใช้ทักษะการวิ่ง การปีนป่าย การถือจักรสามล้อสำหรับเด็ก เป็นต้น ทั้งหมดที่กล่าวมา คือความสามารถที่จะพึ่งตนเอง และควบคุมตนเองได้ พัฒนาการประกอบด้วย 5 สิ่งด้วยกัน ซึ่งแต่ละสิ่งล้วนมีจุดมุ่งหมายในการศึกษาทั้งสิ้น

1. ผลของการพัฒนาการจะช่วยให้คนมีความรู้สึกไว (Sensitivity) ไวต่อการรับรู้สิ่งเร้าต่าง ๆ ให้เข้าเป็นระเบียบ การจัดการศึกษา ให้นักเรียนได้แยกแยะสิ่งต่าง ๆ รู้ว่าอะไรดี อะไรไม่ดี อะไรควร

2. คนยังมีการพัฒนาการขึ้น จะยังมีความสามารถเพิ่มมากขึ้น ฉะนั้นการจัดการเรียนการสอนควรมีเป้าหมายกระตุ้นให้นักเรียนแสดงความรู้ความสามารถ

3. เด็กยิ่งโตขึ้น (พัฒนาการยิ่งมากขึ้น) ยิ่งสามารถทำสิ่งยากได้ สามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ดังนั้นการสอนของครูและการจัดสิ่งแวดล้อมของโรงเรียนช่วยในการยังยื้ท้าทายในความสามารถของเด็ก

4. พัฒนาการคือความสามารถที่จะเชื่อมโยงสิ่งต่าง ๆ ในอดีตกับปัจจุบัน

5. พัฒนาการจะช่วยให้คนสามารถควบคุมสิ่งต่าง ๆ จากวัยเด็กจนมีวุฒิภาวะควบคุมตนเองพึ่งตนเองได้

ดังนั้นครูผู้สอนควรทราบว่าเด็กวัยต่าง ๆ นั้นทำอะไรได้บ้างจะจัดการเรียนการสอนอย่างไร ให้สนองกับความพร้อมของเด็กถ้าครูทราบว่าในวัยนั้น ๆ เด็กควรทำอะไรได้บ้าง แต่กลับมีบางคนทำไม่ได้ ครูก็สามารถทราบว่า เด็กเกิดความผิดปกติกับเด็กคนนั้น จะหาวิธีทาง

ช่วยเหลือต่อไป จนสามารถทำได้เหมือนเพื่อน นอกจากนี้จะมีการพัฒนาการตามวัยแล้ว ความพร้อม ความพร้อม (Readiness) ก็เป็นสิ่งสำคัญในการจัดการเรียนการสอน ตามที่ พรณี ชูชัย. (2520 : 15) กล่าวว่า ความพร้อมเป็นสภาวะของบุคคลที่จะเรียนรู้สิ่งใดสิ่งหนึ่งบังเกิดผล ซึ่งทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ

1. วุฒิภาวะ (maturity)
2. การที่ได้รับการฝึกฝน การเตรียมตัว
3. ความสนใจ หรือแรงจูงใจ

ในการศึกษาเกี่ยวกับพัฒนาการ สิ่งสำคัญที่ครูจะต้องคำนึงถึง คือความพร้อม (Readiness) ในช่วงพัฒนาการจะมีจุดที่สูงสุด (optimal point) ที่จะสอนสิ่งต่าง ๆ ให้กับเด็ก (teachable Moment) เด็กจะเรียนทักษะได้ทักษะหนึ่ง ได้อย่างรวดเร็วและบังเกิดผลดี จุดนั้นเรียกว่า “ความพร้อม” ถ้าผ่านจากช่วงนั้นแล้วเด็กจะเรียนไม่ได้ดีเท่าที่ควร แต่ทั้งนี้ไม่ได้หมายความว่า เมื่อผ่านช่วงนี้แล้วจะเรียนไม่ได้ เช่นเด็กเล็กเรียนว่ายน้ำได้เร็วกว่าผู้ใหญ่ ทั้งนี้หมายความว่า ในช่วงนั้นเด็กมีความพร้อมที่จะเรียนได้ดีที่สุดเมื่อเวลาผ่านไปเป็นผู้ใหญ่ การเลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ทำไม่ได้คล่องแคล่วสะดวกเหมือนเด็ก ฉะนั้นผู้ใหญ่จึงเรียนว่ายน้ำช้ากว่าเด็ก การสอนว่ายน้ำจึงเหมาะที่จะสอนเด็กอายุน้อย ๆ หรือวัยเด็กตอนต้น

ดังนั้นถ้าเด็กโดนบังคับให้เรียนทักษะใดทักษะหนึ่ง โดยที่ ร่างกาย ยังไม่มีวุฒิภาวะเพียงพอจะทำให้เกิดความคับข้องใจ และทำให้เกิดทัศนคติที่ไม่ได้ต่อการเรียนทักษะนั้น หรือในแง่หนึ่งถ้าเด็กพร้อมแล้ว แต่ครูไม่ฉวยโอกาสที่จะสอนในช่วงนี้ “สอนได้” ครูเลยต่อช่วงเวลาที่เหมาะสมจะสอนก็จะทำให้เด็กไม่ได้รับผลประโยชน์เท่าที่ควร

อาร์ พันธ์มณี. (2538 : 199) กล่าวว่า แรงจูงใจจัดว่ามีผลต่อการเรียนรู้พฤติกรรมต่าง ๆ ของเด็กเป็นอันมาก เพราะการที่เด็กจะเกิดแรงจูงใจในการที่จะกระทำพฤติกรรม ย่อมจะทำให้พฤติกรรมหรือการเรียนรู้ของเด็กดังนั้นครู จึงควรส่งเสริมพฤติกรรมที่ดีต่อการเรียนรู้ให้มากที่สุด เพื่อลดความวิตกกังวลในเด็กพบว่า จะไม่มีความกังวลใจ แต่จะมีความกลัวอย่าง เช่น การเรียนว่ายน้ำเด็กกลัวจมน้ำ ดังนั้น การสร้างแรงจูงใจในการสอนของครูให้แก่เด็ก มีดังนี้

1. การชมเชยและการให้กำลังใจมากกว่าตำหนิ การชมเชยและการตำหนิมีผลต่อการเรียนรู้ของเด็ก
2. การทดสอบช่วยให้เด็กสนใจ ให้นักเรียนอย่างต่อเนื่องกัน ทำให้เด็กตื่นตัวในการเรียน สนใจเอาใจใส่อย่างจริงจัง
3. การเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยครูคอยช่วยเหลือแนะให้นักเรียนเสริมให้เกิดความสนใจไม่เบื่อหน่าย
4. วิธีการแปลกใหม่ วิธีการที่แปลกใหม่และช่วยให้นักเรียนเกิดความสนใจ และมีแรงจูงใจในการเรียนมากขึ้น

5. ตั้งรางวัลสำหรับงานที่มอบหมาย การให้รางวัลก่อนเรียนรู้ให้ทั่วถึงทุกคน เพื่อเกิดแรงจูงใจในการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ
 6. ตัวอย่างจากสิ่งที่เด็กคุ้นเคย และคาดไม่ถึง การสาธิตในการสอน การยกตัวอย่าง เพื่อให้เด็กเข้าใจง่าย เกิดการเรียนรู้ได้รวดเร็ว
 7. การทบทวนทักษะเดิมที่เรียนมาแล้ว ก่อนที่จะขึ้นการเรียนการสอนทักษะใหม่
 8. การนำเกมมาสอนช่วยให้ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนกับบทเรียน
 9. สถานการณ์ที่นำมาให้นักเรียนไม่พึงปรารถนา เช่น การเรียนนั้นยากเกินไป หรือ สิ่งแวดล้อมไม่ดี ตลอดจนอยู่ในกลุ่มนักเรียนด้วย กันที่มีความสามารถแตกต่าง ทำให้ไม่เกิดแรงจูงใจในใจการเรียนรู้
- ดังนั้นพัฒนาการ และแรงจูงใจ จะเกิดปัญหาได้ถ้าหากครูไม่ทราบความต้องการที่แท้จริงของเด็ก และความแตกต่างของความต้องการ ครูควรคำนึงความพร้อมและวิธีการที่จะทำให้การเรียนการสอนให้ประสบความสำเร็จ โดยมีองค์หลายอย่างรวมถึง องค์ประกอบของ กลไก การเคลื่อนไหวของเด็กด้วย

หลักการเรียนรู้ทางกลไกของเด็กในการเรียนว่ายน้ำ

การสอนว่ายน้ำมีวิธีการเทคนิคแตกต่างกันออกไปตามอายุของผู้เรียน โดยครูผู้สอน ต้องมีความรู้ความเข้าใจ ในหลักการเรียนรู้ทางกลไกของนักเรียน เพื่อให้เด็กได้พัฒนาการทางด้านทักษะทางกลไกได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้นมีผลต่อการเรียนรู้ตามที่ ผาณิต บิลมาศ. (2536 : 1 – 6) ได้อธิบายไว้ดังนี้

แม้ว่าขณะนี้จะไม่ทราบอย่างแท้จริงว่าขบวนการเรียนรู้จะประสบผลสำเร็จได้อย่างไร แต่จากความเข้าใจเกี่ยวกับการพัฒนาการเจริญเติบโตโดยภาพรวมของเด็ก (Total Growth and Development of Children) รวมทั้งเงื่อนไขที่มีผลทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ ทำให้สามารถสรุปเป็นกฎเกณฑ์การเรียนรู้ โดยกฎเกณฑ์เหล่านี้บางประการมีความสำคัญ และเหมาะสมไปตามระดับของผู้เรียนว่าเป็นผู้เริ่มเรียน (การพัฒนาขั้นต้น) หรือระดับกลางหรือระดับที่เก่งแล้ว กฎเหล่านั้น คือ

1. การพัฒนาความสามารถทางกลไกของเด็กนั้นเป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่าขึ้นอยู่กับวุฒิภาวะของเด็ก (Maturation) ฉะนั้น การเรียนรู้ทางกลไกของเด็กที่เกิดขึ้นจะเป็นความสัมพันธ์ระหว่างวุฒิภาวะกับระดับความสามารถในการเรียนรู้ของเด็ก
2. การพัฒนาวิวัฒนาการของกิจกรรมต่าง ๆ ส่วนที่ติดตัวมาแต่กำเนิดของบุคคล ถูกควบคุมโดยวุฒิภาวะ (Maturation) แต่การพัฒนาของทักษะต่าง ๆ ของบุคคลจะเกิดจากประสบการณ์ และการฝึก (Experience and Practice)

3. การเรียนรู้ทางกลไกของเด็กเล็กจะเริ่มต้นด้วยการตรวจสอบ และการทดลองการเคลื่อนไหวนั้น ๆ ด้วยตนเองในทันทีทันใด แม้ว่าจะระยะเวลาในการพัฒนาการเคลื่อนไหวแต่ละแบบแตกต่างกัน อาจกล่าวโดยสรุปว่าการเกิดการเรียนรู้ทางกลไกทุกชนิดเกิดขึ้นเช่นนี้

4. การสาธิต (Demonstration) ควรใช้เพื่อลดเวลาในช่วงที่เด็กมีการตรวจสอบและทดลองการเคลื่อนไหวด้วยตนเอง ซึ่งทำให้เกิดการเรียนรู้ด้วยการแก้ปัญหาด้วยตนเอง (Problem Solving) การสาธิตจะมีคุณค่าสำหรับการฝึกทักษะที่ต้องการ รูปแบบที่ถูกต้องสวยงาม ซึ่งจำเป็นสำหรับผู้เรียนทุกระดับ

5. ความก้าวหน้าในการเรียนรู้ทางกลไกของเด็กเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ จะเกิดได้อย่างถูกต้อง และมีประสิทธิภาพมากขึ้นเป็นผลจากการฝึกหัดโดยตรง (Directed Practice)

6. ช่วงการเรียนรู้ทางกลไกของเด็กจะสัมฤทธิ์ผลมากที่สุด เมื่อเด็กมีความพร้อม (Ready) ทางวุฒิภาวะ (Maturationally) และทางจิตใจ (Psychologically)

7. การเรียนรู้และการฝึกที่ไม่เพียงพอหรือน้อยเกินไป หรือไม่มีประสิทธิภาพทำให้การพัฒนาการเคลื่อนไหวโดยทั่ว ๆ ไปล่าช้า และเป็นผลให้การเรียนรู้และการฝึกการเคลื่อนไหวที่ซับซ้อนหรือเฉพาะเจาะจงช้าตามไปด้วย

8. การพัฒนาความก้าวหน้าของการเรียนรู้ทางกลไกเริ่มจาก

8.1 ง่ายไปหายาก

8.2 ธรรมดา ๆ ไปหาสิ่งที่วิจิตรพิสดาร

8.3 ที่ไม่ซับซ้อนไปหาสิ่งที่ซับซ้อนมากกว่า "Simple to the Complex"

8.4 จากภาพรวมไปหาส่วนเล็ก ๆ แต่ละส่วน

8.5 จากสิ่งที่หยาบใหญ่ ไปหาสิ่งที่ละเอียดสวยงามสิ่งเล็ก ๆ "Gross to the

Refined"

8.6 จากสิ่งที่ใหญ่ไปหาสิ่งที่เล็ก "Large to the Small"

9. การพัฒนาการเรียนรู้ทางกลไกของเด็กจะเริ่มด้วยการเคลื่อนไหวหลาย ๆ แบบที่แตกต่างกันออกไป โดยทั่วไปหรือโดยภาพรวม ก่อนการเคลื่อนไหวที่เฉพาะเจาะจงและสามารถควบคุมกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ๆ ก่อนที่จะสามารถควบคุมกล้ามเนื้อมัดเล็ก ๆ ได้

10. ส่วนสำคัญที่สุดของการพัฒนาทักษะ คือ ภาพรวม (ส่วนรวม) ทั้งหมดของทักษะ "Wholeness" การพัฒนาที่ดีทางทักษะกลไก เด็กจะต้องรับรู้ เข้าใจ และได้ฝึกจากภาพรวมทั้งหมดของทักษะนั้น ๆ "Wholes" เมื่อประสบความสำเร็จ จึงจะทำการฝึกทักษะนั้น ในส่วนเล็ก ๆ สำหรับบุคคลคนนั้น (Practice Small Individual Subwholes or Subskills)

11. การเปลี่ยนแปลงของความแข็งแรง (Strength) และการทรงตัว (Balance) ของเด็กมีความสัมพันธ์กับการเจริญเติบโตของเด็ก และความก้าวหน้าของความสามารถทางด้านกลไก (Motor Ability)

12. ทักษะที่ต้องการได้จากการฝึก แต่การฝึกก็ไม่ใช่จะเพิ่มประสิทธิภาพของทักษะในทันทีทันใด (อย่างรวดเร็วหรือโดยอัตโนมัติ) ฉะนั้นการฝึกก็ไม่จำเป็นต้องได้ผลอย่างเต็มที่ทุกครั้งไป

13. การพัฒนาความสามารถในการเคลื่อนไหวจะเกิด (เพิ่ม) ขึ้นอย่างมีประสิทธิภาพเมื่อผู้เรียนมีความต้องการที่จะเรียนและพยายามที่จะปรับปรุงสิ่งนั้น (Intends to Learn and Tries to Improve)

14. ในระยะแรก ๆ ของการเรียนรู้และการฝึก ลักษณะของการเรียนและการฝึกแบบกลุ่มย่อย หรือน้อยคนที่สุดจะได้ผลมาจากการเรียน และการฝึกแบบกลุ่มใหญ่

15. การฝึกของเด็กจะได้ผลดี ควรใช้ระบบการฝึกบ่อย ๆ ในช่วงเวลาสั้น ๆ

16. การฝึกต้องใช้เวลามากน้อยแค่ไหน ขึ้นอยู่กับบุคลิกภาวะของผู้เรียนช่วงของความสนใจที่จะเรียน เหตุผลและความมุ่งหวังของการเรียน ประสบการณ์การเคลื่อนไหวที่เป็นพื้นฐานประจำตัวของผู้เรียน และความซับซ้อนของสิ่งที่ต้องเรียนหรือต้องฝึก

17. การฝึกในช่วงเวลาสั้น ๆ แต่บ่อยครั้ง เป็นการจูงใจและเพิ่มความสนใจให้ผู้เรียน มีสมาธิ องค์ประกอบทั้งสองอย่าง เป็นสิ่งสำคัญในการเรียนรู้ทางกลไก การฝึกลักษณะนี้ใช้ได้ดีในวัยเด็ก หรือผู้เริ่มเรียน เริ่มฝึกเกี่ยวกับการเรียนรู้ทางกลไกทุกระดับของทักษะที่ฝึกและทุกระดับอายุของผู้เรียน

18. ความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individual Differences) เป็นขีดจำกัดในการเรียนรู้และการพัฒนาทางกลไก ฉะนั้นในการเรียนรู้ทางกลไกและการแสดงออกทางร่างกายจะขึ้นอยู่กับความแตกต่างของนักเรียนแต่ละคนหรือคุณลักษณะ (คุณสมบัติ) ของนักเรียนแต่ละคน

19. การเคลื่อนไหวยาก ๆ และซับซ้อนจะไม่เกิดในทันทีทันใด หรือเกิดขึ้นง่าย ๆ ในการเรียนรู้ทางกลไก สิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นอย่างช้า ๆ ในการเรียนรู้ที่จะควบคุมการเคลื่อนไหวที่เป็นขั้นตอน ลักษณะท่าทางและจังหวะในการเคลื่อนไหวแต่ละแบบจะแสดงออกอย่างไม่คงที่ และในการเรียนการฝึกเพื่อพัฒนาการเคลื่อนไหวเพื่อเพิ่มปริมาณ (Quality) และคุณภาพ (Quantity)

20. คุณลักษณะของการเรียนรู้ทางกลไกในแต่ละระดับอายุจะแตกต่างกันและค่อย ๆ ลดความสามารถลงตามความแตกต่างของแต่ละคน และความยากของการเคลื่อนไหวนั้น ๆ ขึ้นอยู่กับการจัดการเคลื่อนไหวที่ไม่จำเป็น การเคลื่อนไหวที่ไม่เป็นธรรมชาติ หรือเกร็งแข็งออกไป

21. ความสามารถในการเรียนและแรงจูงใจในการเรียน จะส่งผลต่อการได้รับความรู้ แต่นักเรียนแต่ละคนจะต้องรู้ว่า เขาจะมีความก้าวหน้าได้อย่างไร ถ้าไม่มีความสนใจจะลดลง

22. ในการฝึกทักษะที่เฉพาะเจาะจง (Specific Skills) จะต้องมีความหมายโดยตรง และชัดเจน (Goal – Directed) ถ้าไม่มีเป้าหมายหรือนักเรียนไม่เข้าใจเป้าหมายที่ชัดเจนของกิจกรรมนั้น ไม่รู้ว่าการฝึกนั้น ๆ จะพัฒนาได้อย่างไร การพัฒนาในกิจกรรมนั้นก็ไม่ได้เกิดขึ้น

23. การเรียนรู้ทางกลไกที่เฉพาะเจาะจงเกิดขึ้นโดยเริ่มด้วยนักเรียนจะรวบรวมความรู้ ความคิดโดยทั่ว ๆ ไป มาประกอบกันว่าต้องทำอะไร ทำอย่างไร และการกระทำนั้นจะไม่คงที่แน่นอนในการทำแต่ละครั้ง และเมื่อนักเรียนมีความต้องการที่จะเรียนและฝึกทักษะที่เฉพาะเจาะจง (Specific Skill) มีความพร้อม และมีความคิดรอบยอด (Concept) เกี่ยวกับความรู้ในทักษะนั้น ๆ ก็ต้องปล่อยให้ให้นักเรียนได้พยายามกระทำพยายามฝึก ช่วงนี้นักเรียนจะพร้อมที่จะรับคำแนะนำต่าง ๆ จากครูเสมอ

24. ความสำเร็จและสัมฤทธิ์ที่เกิดขึ้น จะนำไปสู่ความสำเร็จและผลสัมฤทธิ์ในครั้งต่อไป จะนั้นเมื่อนักเรียนประสบความสำเร็จในกระบวนการหรือการเคลื่อนไหวกิจกรรมใด ๆ เป็นการเพิ่มความสนใจให้กับนักเรียนมีความพยายามต่อไป

25. การเรียนการฝึกที่ดีและประสบความสำเร็จ จะนำไปสู่ความรู้ความสามารถในการแสดงออกของทักษะนั้น ๆ และจะเก็บรักษาทักษะนั้น ๆ ได้นาน หรือทักษะนั้นจะคงอยู่ในตัวนักเรียนได้นาน และเป็นการส่งเสริมการเรียนรู้ครั้งต่อไป

26. ความสามารถในการเรียนรู้ทางกลไกและความก้าวหน้าของทักษะที่เฉพาะเจาะจง เป็นผลของการแยกความแตกต่างของทักษะแต่ละส่วน เพื่อที่จะได้ควบคุมหน้าที่ของกลไกส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในการทำงานได้อย่างละเอียด

27. การเรียนรู้ทางกลไกเริ่มต้นด้วยการมีแนวความคิดและเริ่มทดลองการเคลื่อนไหวนั้น ๆ ไม่ได้เกิดจากการที่นักเรียนสามารถอธิบายได้ถึงการเคลื่อนไหวนั้น ๆ

28. ครูจะเป็นผู้รับผิดชอบที่จะช่วยแนะนำความคิดใหม่ ๆ เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวและต้องตระหนักว่าเป้าหมายหรือจุดมุ่งหมายของการฝึก การเรียน มีความสำคัญกว่ารูปแบบของการฝึก เมื่อนักเรียนรู้ว่าต้องทำอะไร ทำอย่างไรจึงจะเหมาะสม นักเรียนพร้อม นักเรียนจะเริ่มฝึกและเริ่มกระทำในกิจกรรมนั้น ๆ ต่อไป

ครูผู้สอน ควรมีความรู้ และทักษะทางด้านกลไกที่จะทำให้เด็กเกิดพัฒนาการทั้ง 4 ด้าน คือ ร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม สติปัญญาไปพร้อม ๆ กัน กลไกที่จะทำให้เกิดพัฒนาการนั้นควรจะเริ่มจากง่ายไปหายากจากสิ่งที่เด็กเคยพบเห็นไปหาสิ่งที่เด็กไม่เคยพบเห็นการสอนว่ายน้ำควรจะมีความพัฒนาการทางกลไก โดยเริ่มเรียนขั้นตอนที่ง่ายไปหาขั้นตอนที่ยากเช่นกัน

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัญหาและวิธีการแก้ปัญหาทักษะว่ายน้ำ

3.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

เมอร์ล (Merle. 1974 : 2030-A) ได้ศึกษาถึงระดับของการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับทักษะการว่ายน้ำ จุดมุ่งหมายของการศึกษาเพื่อที่จะบ่งระดับของการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับทักษะการว่ายน้ำ โดยใช้นักศึกษาระดับวิทยาลัยเป็นกลุ่มทดลอง โดยกลุ่มทดลองที่ 1 เป็น ผู้เรียนว่ายน้ำ

เบื้องต้น 24 คน จาก 4 ห้องเรียน ระดับของการเรียนรู้มี 8 ทักษะ กลุ่มที่ 2 เป็น ผู้ที่เรียนชั้นสูงกว่าเบื้องต้น 38 คน จาก 3 ห้องเรียน ระดับของการเรียนรู้ มี 9 ทักษะ ผลของการศึกษาพบว่า ในกลุ่มที่ 1 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังนี้ คือ

1. การเรียนรู้ทักษะการลอยตัวแบบแมงกระพรุน มีการเรียนรู้ดีกว่า การโผตัวหงาย การโผตัวคว่ำเตชะ และการพุงตัวในน้ำ

2. การเรียนรู้ทักษะการลอยตัว แบบแมงกระพรุน การลอยตัวหงาย และการพุงตัวคว่ำ มีการเรียนรู้ได้เร็วกว่าการโผเตชะ และการพุงตัวในน้ำ

3. การพุงตัวในน้ำใช้ระยะเวลาในการเรียนรู้นานกว่าทักษะอื่น ๆ ยกเว้น การโผตัวคว่ำเตชะ

ในกลุ่มทดลองที่ 2 พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ดังนี้

1. การเรียนรู้ทักษะการลอยตัวหงาย มีการเรียนรู้ว่าการเปลี่ยนลักษณะลอยตัวคว่ำเป็นลอยตัวหงาย การใช้มือโบกไปมาข้าง ๆ ลำตัวเพื่อพุงตัวขณะลอยตัวในน้ำ การว่ายได้น้ำ และการดำน้ำจากผิวน้ำ

2. การเลี้ยงตัวในน้ำแบบลำตัวตั้งฉากกับผิวน้ำ การเปลี่ยนลักษณะตัวหงายเป็นลำตัวตั้งตรงแล้วคว่ำ และการเปลี่ยนแปลงลักษณะการลอยตัวคว่ำเป็นลำตัวตั้งแล้วหงาย มีการเรียนรู้เร็วกว่า การดำน้ำจากผิวน้ำและการพุงในน้ำ

3. การพุงในน้ำ ใช้ระยะเวลาเรียนรู้นานกว่าทักษะอื่น ๆ ยกเว้นการดำน้ำจากผิวน้ำ

วิลเบิร์ต (Wilbert. 1978 : 4125 – A) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของวิธีการสอนทักษะเบื้องต้นในการว่ายน้ำ 2 วิธี จุดมุ่งหมายของการศึกษา คือ ต้องการศึกษาดังเรื่องการฝึกด้านการช่วยเหลือและผลของการสอนทักษะเบื้องต้น ในกีฬาว่ายน้ำจากวิธีสอนว่ายน้ำเบื้องต้นของสมาคมชาวอเมริกันกับวิธีสอนของสมาคมชาวที่เปลี่ยนไป กลุ่มตัวอย่างเป็นอาสาสมัครที่ลงทะเบียนเรียนว่ายน้ำ 1 ของมหาวิทยาลัยเทกซัส เซาธ์เธิร์น (Texas Southern University) และมหาวิทยาลัยฮุสตัน (The University of Houston) ทดลองด้วยการสอนว่ายน้ำตามลำดับและเนื้อหาเหมือนเดิมทั้ง 2 กลุ่มเป็นเวลา 8 สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที การทดสอบความแตกต่างของกลุ่มตัวอย่าง ใช้แบบทดสอบของไวท์ดิง (Whiting. 1985) วัดระดับการลอยตัววัดเปอร์เซ็นต์ของไขมันใต้ผิวหนังและใช้แบบทดสอบของฮิววิตต์ (Hewitt's Swimming Test. 1948) วัดผลสัมฤทธิ์ของทักษะการว่ายน้ำผลการศึกษาพบว่า

1. แบบของการสอนที่เปลี่ยนไปนั้นไม่ได้ส่งผลที่ดีกว่าแบบของการสอนเดิมที่สอนผู้ที่ไม่ได้เป็นนักกีฬา

2. ในผู้ที่ไม่ได้เป็นนักกีฬาว่ายน้ำ ผู้ที่มีความสามารถในการลอยตัวดีนั้นจะได้เปรียบกว่าผู้ที่ไม่มีความสามารถในการลอยตัว ในการฝึกทักษะการว่ายน้ำท่ากรรเชียง

3. กลุ่มตัวอย่างที่มาจากมหาวิทยาลัยเทกซัส เซาท์เวิร์นวัน มีทักษะในการว่ายน้ำทำการเซียงดีกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มาจากมหาวิทยาลัยฮุสตัน

4. ปฏิบัติการร่วม (การทดลองตามความสามารถในการลอยตัว) ไม่แตกต่างกัน

อิสabelle (Isabelle. 1984 : 3628 – A) ได้ศึกษาเกี่ยวกับพัฒนาการและการประเมินผลการนำหลักสูตรการเรียนกีฬาว่ายน้ำที่ใช้ในโรงเรียนมัธยมศึกษาของ รัฐนอร์ทแคโรไลนา (North Carolina State) โดยใช้การสำรวจโรงเรียนภายในรัฐซึ่งการนำไปใช้นั้นแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ตามระดับเกรด คือชั้นอนุบาลถึงประถมศึกษาปีที่ 3 จะเป็นเรื่องของทักษะพื้นฐานและความรู้ในทางกีฬาทางน้ำ และชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 จะเป็นเรื่องของวิธีการในการสอนการประเมินหลักสูตรให้ผู้เชี่ยวชาญร่วมกับผู้มีอาชีพทางกีฬาทางน้ำเป็นผู้สอน ผลการศึกษาพบว่า ในชั้นอนุบาลถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เรื่องของอากาศมีความสัมพันธ์กับการศึกษาเรื่องนี้ สำหรับโปรแกรมของกีฬาทางน้ำได้กลายมาเป็นที่ยอมรับมากขึ้นในโรงเรียน ผู้บริหาร ครู อาจารย์ ที่มีหน้าที่ในการจัดหลักการเรียนกีฬาทางน้ำสำหรับเด็ก ๆ โปรแกรมของกีฬาทางน้ำ ไม่มีการพัฒนาจึงควรได้รับการสนับสนุนโดยตลอด ต้องมีการพึ่งพาอาศัยในเรื่องของเครื่องมือเครื่องใช้และผู้ร่วมงานระหว่างโรงเรียนและเอกชน

สโคลเดอร์ (Schloder. 1987 : 317) ได้ศึกษารูปแบบของการสอนที่มีผลต่อความสามารถ ความคิดกังวล และทัศนคติของผู้ที่เริ่มเรียนว่ายน้ำ โดยใช้การสอน 2 แบบ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษา จำนวน 51 คน และนักศึกษาที่เป็นนักกีฬาจำนวน 33 คน โดยแบ่งเป็นผู้ชาย 43 คน และผู้หญิง 41 คน ผลการศึกษาพบว่า

1. ไม่มีข้อแตกต่างระหว่างการสอนแบบเผด็จการกับแบบเสรี ในด้านต่อไปนี้ คือ
 - 1.1 คะแนนครั้งสุดท้าย
 - 1.2 คะแนนการว่ายน้ำสโตรก
 - 1.3 การพัฒนาการเต้นของหัวใจ
 - 1.4 ความวิตกกังวล
2. กลุ่มที่มีการสอนแบบเผด็จการ จะสามารถว่ายน้ำในระยะ 400 เมตร ได้เร็วกว่า
3. ส่วนประกอบที่ทำให้ทั้ง 2 กลุ่ม แตกต่างกันคือ การใช้ขาและมือ ซึ่งมีผลต่อการเริ่มเรียนว่ายน้ำ และการยกไหล่มีผลต่อการว่ายน้ำขั้นสุดท้าย ซึ่งพบว่า กลุ่มที่มีการสอนแบบเสรีจะมีพัฒนาการที่ดีกว่า จากผลของคะแนนก่อนการเรียน
4. นักกีฬาเพศหญิงได้คะแนนด้านความยืดหยุ่นของร่างกายสูงกว่าเพศชาย อัตราการเต้นของหัวใจเพศชายต่ำกว่า แต่เพศหญิงมีความวิตกกังวลใจมากกว่า
5. ผลการศึกษา กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาที่เป็นนักกีฬา พบว่า กลุ่มนี้จะมีการเต้นของหัวใจต่ำกว่านักศึกษาวิชาเอกพลศึกษา แต่จะมีความวิตกกังวลใจมากกว่า โดยเฉพาะกรณีที่มีสถานการณ์เข้ามาเป็นองค์ประกอบ

อลิส (Alice. 1977 : 38-151) ได้ทำการวิจัยเรื่องโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา วิทยาลัย และมหาวิทยาลัยในรัฐแคลิฟอร์เนีย ความมุ่งหมายในการวิจัย เพื่อที่จะศึกษาหลักสูตรที่ใช้ในโรงเรียนประถมศึกษาว่ามีความเหมาะสมพอที่จะเป็นพื้นฐานต่อในระดับวิทยาลัยและมหาวิทยาลัยได้หรือไม่ เพื่อเป็นการทบทวนและปรับปรุงโครงสร้างของหลักสูตรให้เหมาะสมที่จะนำไปศึกษาต่อในระดับสูงด้วย ในการวิจัยใช้แบบสอบถาม และการสัมภาษณ์รายบุคคล ในหัวข้อต่อไปนี้ ภูมิหลัง ความมุ่งหมายการจัดดำเนินการ การเป็นผู้นำ ด้านงบประมาณ แนวโน้มในอนาคต และการเตรียมตัวของครูผู้สอน ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. จุดมุ่งหมายของการจัดการศึกษาของชาติ รัฐ สมาคมพลศึกษา วิทยาลัย และมหาวิทยาลัยในแคลิฟอร์เนียมีความคล้ายคลึงกัน
 2. ความต้องการและความคิดเห็นของครูพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษาทางด้านพลศึกษา ตรงกับวิทยาลัยและมหาวิทยาลัย
 3. ความมุ่งหมายของหลักสูตรของโรงเรียนประถมศึกษา วิทยาลัย และมหาวิทยาลัย ตรงกับความมุ่งหมายของรัฐ
 4. ความมุ่งหมายของการเรียนการสอนของวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ได้เน้นถึงความสำคัญและสิ่งต่างๆ เหมือนกับการเรียนการสอนในชั้นประถม
- ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้ คือ
1. ให้มีการติดต่อและมีการร่วมมือกันเป็นอย่างดี ระหว่างองค์การของประเทศและในระดับรัฐ ในด้านการสอนให้ได้ผลจริง ๆ
 2. ควรมีการติดต่อระหว่างวิทยาลัย มหาวิทยาลัย กับเจ้าหน้าที่ระดับรัฐเขตอำเภอ เกี่ยวกับบุคลากรและโปรแกรมพลศึกษา
 3. ที่ปรึกษาหรือวิทยากรที่เป็นอาจารย์ในวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ควรให้บริการแก่โรงเรียนในท้องถิ่นด้วย
 4. โปรแกรมการสอนควรเน้นในเรื่อง กลไกการเคลื่อนไหวร่างกาย วุฒิปัญญาของเด็ก การให้เด็กเป็นศูนย์กลาง ความเป็นตัวของตัวเอง ให้มีการแสดงออกในด้านการฝึกทักษะ เกมกีฬาต่างๆ ด้วยตัวเอง
 5. ควรเน้นความรู้ทางทฤษฎี เนื้อหาวิชาการ และความสามารถในการเป็นผู้นำด้วย
 6. ควรพิจารณาและตระหนักถึงความพร้อมของเด็ก และทัศนคติที่ดีต่อคุณค่าของวิชาพลศึกษา
 7. พิจารณาถึงวิธีสอน ที่จะทำให้เกิดระเบียบวินัยในหมู่คณะ
 8. แผนการศึกษาของรัฐ จะต้องแก้ไขหลักการรับสมัครข้าราชการในตำแหน่งครูผู้สอนว่า จะต้องจบพลศึกษา หรือเคยเรียนพลศึกษามากอย่างน้อย 1 วิชา เพื่อผลทางด้านวินัยและเพื่อการเตรียมการสอนของครู

9. วิทยาลัยหรือมหาวิทยาลัย ควรจะมีส่วนร่วมมีในด้านค้นหาวิธีในการเตรียมการสอนของครู เพื่อให้ได้ผลตามหลักสูตร

10. วิทยาลัยหรือมหาวิทยาลัย ควรให้ความสำคัญกับโปรแกรมพิเศษทางพลศึกษาให้มากขึ้น

11. วิทยาลัยหรือมหาวิทยาลัย ควรจะเตรียมงบประมาณ ในการดำเนินโปรแกรมดังกล่าวด้วย

12. วิทยาลัยหรือมหาวิทยาลัย ควรพิจารณาช่วยเหลือในเรื่อง บุคลากร ผู้เชี่ยวชาญ และอุปกรณ์การสอน

13. การประชุมปฏิบัติการ การอบรมและสัมมนาควรจัดให้มีขึ้นเพื่อจะได้นำความต้องการซึ่งกันและกัน วิทยาลัย มหาวิทยาลัย และโรงเรียนประถมศึกษาควรจะได้ปรึกษาหารือเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง และมีการขยายงานเพื่อให้ทันต่อเหตุการณ์ ซึ่งจะเกี่ยวโยงไปถึงแนวโน้มในการจัดโปรแกรมพลศึกษาด้วย

จากผลการวิจัยดังกล่าวมาข้างต้น พอที่จะสรุปถึงปัญหาของการสอนพลศึกษาในระดับชั้นต่าง ๆ ได้ดังนี้

1. การสอนพลศึกษาในระดับประถมศึกษา ส่วนใหญ่ใช้ครูไม่มีวุฒิทางพลศึกษา
2. ครูประจำชั้นที่ต้องสอนพลศึกษาส่วนใหญ่มีหน้าที่อื่น มีชั่วโมงสอนมากเกินไป ขาดการเตรียมตัวและการเตรียมการสอนที่ดี ทำให้การสอนไม่ได้ผลดี
3. การดำเนินการและการบริหารพลศึกษาในระดับต่าง ๆ ยังไม่ดีเท่าที่ควร เพราะยังขาดบุคลากรทางด้านพลศึกษา ขาดอุปกรณ์ สถานที่ และเครื่องอำนวยความสะดวก
4. ครูไม่มีวุฒิส่วนใหญ่ มักปล่อยให้นักเรียนเล่นตามลำพัง เนื่องจากไม่รู้วิธีสอน
5. อุปกรณ์ทางพลศึกษาควรมีให้เพียงพอกับจำนวนนักเรียน ให้อยู่ในสภาพที่ใช้ได้และสถานที่ควรปรับปรุงให้อยู่ในสภาพดีด้วย
6. ควรจัดกิจกรรมทางพลศึกษาให้สนองความสนใจ และความต้องการของเด็กและคำนึงถึงสภาพท้องถิ่นด้วย

7. ควรให้ครูมีวุฒิทางพลศึกษาสอน
8. ให้การสนับสนุนทางด้านงบประมาณอย่างเพียงพอ
9. ให้รัฐบาลสนับสนุนการเรียนการสอนพลศึกษาอย่างจริงจัง

การแก้ปัญหาการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียน ผู้ที่มีส่วนรับผิดชอบทุกฝ่ายจะต้องร่วมมือกันจึงจะทำให้การศึกษาทางด้านพลศึกษาบรรลุผลตามเป้าหมาย กล่าวคือผู้บริหารจะต้องเห็นความสำคัญของการศึกษาแขนงนี้ แล้วให้การส่งเสริมและสนับสนุนและเอื้ออำนวยความสะดวกให้แก่ครูผู้สอน ส่วนครูผู้สอนก็ต้องมีความรู้ความสามารถในการสอนวิชาพลศึกษาเป็นอย่างดีด้วย

โฮเรจซี (Horejsi. 1991 : 111) ได้ศึกษาหลักสูตร วิธีสอน และกีฬาทางน้ำ โดย การนำเอกสารวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสอนว่ายน้ำ ตั้งแต่ปี ค.ศ. 1968 แล้วนำมาปรับปรุงเพื่อ พัฒนาหลักสูตรว่ายน้ำ แหล่งข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้ เป็นบทความต่าง ๆ ที่ถูกตีพิมพ์ใน ปี ค.ศ. 1968 จนถึงปัจจุบัน ซึ่งจัดพิมพ์โดยสมาคมชาวสากลและวาย.เอ็ม.ซี.เอ (Y.M.C.A) รวมถึงบทความหนังสือพิมพ์ตลอดจนบนเรียนที่ผู้เขียนโดยผู้ที่มีความรู้ต่าง ๆ ผลการศึกษาพบ ว่า ยังมีข้อ ถกเถียงอยู่ว่า วิธีการใดจะเป็นวิธีที่ดีที่สุดสำหรับการสอน ผู้เริ่มว่ายน้ำและ การพัฒนาทักษะการว่ายน้ำให้เกินผลดี การเลือกใช้อุปกรณ์การสอนผู้เริ่มเรียนว่ายน้ำ และ การพัฒนาของผู้เรียนก็เป็นสิ่งสำคัญ ผู้สอนควรมีความรู้กว้างขวางในเรื่ององค์ประกอบต่าง ๆ ที่มีผลต่อการฝึกว่ายน้ำด้วยในการฝึกว่ายน้ำนั้น ครูผู้สอนจะต้องมีความรู้ทางด้านสรีระและ แรงจูงใจควบคู่กันไปด้วย ทั้งยังต้องมีเทคนิคในการสอน เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพการสอน ว่ายน้ำต่อไป

3.2 งานวิจัยในประเทศ

ทรงเดช เสมอคำ (2528 : 79) ได้ศึกษาปัญหาการสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียน มัธยมศึกษา เขตการศึกษา 7 โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก ผู้บริหาร ครูพลศึกษาในเขตการศึกษา 7 จำนวน 14 โรงเรียน รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 138 คน จากการศึกษาพบว่า

1. ปัญหาเกี่ยวกับครูผู้สอน ที่มีปัญหามากที่สุดคือ ครูต้องการศึกษาหรือเข้ารับการฝึกอบรมเพื่อเพิ่มพูนความรู้ ที่มีปัญหาน้อยที่สุด คือ สุขภาพของครูผู้สอนและขาดคุณวุฒิ ทางพลศึกษา
2. ปัญหาเกี่ยวกับการสอน ที่มีปัญหาปานกลางคือ ขาดการแนะนำจากพลศึกษา นิเทศก์และไม่ได้เข้ารับการอบรม ในเรื่องเทคนิคหรือการสอนแนวใหม่ที่เปลี่ยนไป ส่วนที่มี ปัญหาน้อยที่สุด คือผู้บริหารบังคับให้สอนเฉพาะกีฬาที่ส่งเข้าทำการแข่งขัน
3. ปัญหาที่เกี่ยวกับสถานที่และอุปกรณ์ที่มีปัญหามาก คือ ไม่มีสถานที่เปลี่ยน เครื่องแต่งกายและไม่มีที่อาบน้ำสำหรับครูกับนักเรียน ส่วนที่มีปัญหาน้อยที่สุด ไม่มี ห้องปฐมพยาบาลในโรงเรียน
4. ปัญหาเกี่ยวกับการบริหารที่มีปัญหามากที่สุด คือ งบประมาณสำหรับค่าวัสดุ อุปกรณ์ไม่พอเพียง ครูพลศึกษามีไม่พอกับจำนวนนักเรียน ส่วนที่มีปัญหาน้อยที่สุด ครูพลศึกษาไม่มีการแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียนและไม่สามารถร่วมงานกับครูในสายอื่นได้
5. ครูพลศึกษามีวุฒิทางการศึกษาต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการสอน พลศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาไม่แตกต่างกัน
6. ครูพลศึกษาที่มีประสบการณ์สอนต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการสอน พลศึกษาไม่แตกต่างกัน

7. ครูพลศึกษาเพศชายและเพศหญิงมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการสอนพลศึกษาไม่แตกต่างกัน

เกษม มีสง่า. (2532 : 56 – 62) ได้ศึกษาผลการใช้ตัวแบบเพื่อลดความวิตกกังวลให้แก่ผู้เรียนว่ายน้ำต่อความสามารถในการว่ายน้ำ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นอาสาสมัครที่เริ่มเรียนว่ายน้ำ ณ สระว่ายน้ำจันทรวดี กรุงเทพมหานคร จำนวน 30 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่มคือ การทดลอง 15 คน เป็นกลุ่มที่ชมเทพบันทึกภาพของตัวแบบก่อนการเรียนว่ายน้ำ รวม 9 ตอน และกลุ่มควบคุม 15 คน ซึ่งมีได้ชมเทพบันทึกภาพของตัวแบบ ระยะเวลาการทดลองรวม 4 สัปดาห์ และนำข้อมูลที่ได้มาจัดทำสถิติ

ผลการศึกษาพบว่า

1. ความวิตกกังวลของผู้เริ่มเรียนว่ายน้ำกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลองและหลังสัปดาห์ 1, 2, 3 และ 4 ต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. ความวิตกกังวลของผู้เริ่มเรียนว่ายน้ำกลุ่มทดลองและกลุ่มในระยะก่อนการทดลองและ 1 สัปดาห์ 1, 2, 3 และ 4 แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. กลุ่มการทดลองสามารถลดความวิตกกังวลหลังสัปดาห์ที่ 1, 2, 3 ได้มากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. ระยะเวลาของการทดลอง ในสัปดาห์ที่ 1, 2, 3 และ 4 ส่งผลต่อการลดความวิตกกังวลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
5. ผลของวิธีการลดความวิตกกังวล และระยะเวลาในการทดลองที่มีปฏิสัมพันธ์กัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
6. ความสามารถในการสอนว่ายน้ำของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังสัปดาห์ที่ 4 ไม่แตกต่างกัน

ศรีสุวรรณ น้อยพิทักษ์. (2540 : 97) ได้ทำการศึกษาปัญหาและวิธีการการแก้ไขปัญหาการสอนว่ายน้ำแบบครอว์ลของครูในโรงเรียนประถมศึกษา ในเขตกรุงเทพฯ โดยแบ่งเป็นโรงเรียนนอก 20 เขต รวมทั้งหมด 41 โรงเรียน มีครูที่สอนว่ายน้ำทั้งหมด 238 คน ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือหาความเชื่อมั่น .95 โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง จากครูที่สอนว่ายน้ำ จำนวน 238 คน ได้แบบสอบถามกลับมาทั้งหมด 238 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 นำมาหาความถี่และร้อยละจากการศึกษาพบว่า

1. ปัญหาการสอนว่ายน้ำของครูในโรงเรียนประถมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย
2. ปัญหาและแนวทางแก้ไขที่พบมาก 5 ลำดับ ดังนี้
 - 2.1 นักเรียนหายใจไม่ถูกต้อง แก้ไขโดยใช้วิธีจับขอบสระหรือบอร์ดว่ายน้ำ พร้อมทั้งดึงมือหมุนแขนและเอียงหน้าหายใจแนลักษณะที่ถูกต้อง

2.2 ขณะที่นักเรียนดึงมือหมุนแขนแต่เท้าจะหยุดเตะ แก้มไขโดยวิธีให้นักเรียนฝึกอย่างช้า ๆ โดยเตะเท้า 6 (8, 10) ครั้งต่อการใช้แขน 1 ครั้ง

2.3 นักเรียนไม่มีความสัมพันธ์กันระหว่างการทำงานของแขน การเตะเท้า และการหายใจ แก้มไขโดยวิธีฝึกปฏิบัติมาก ๆ ทำช้า ๆ จนเกิดความชำนาญ

2.4 จังหวัดการเคลื่อนไหวศีรษะในการหายใจไม่ถูกต้อง แก้มไขโดยวิธีฝึก เอียงหน้าหายใจเข้าและหายใจออกบนบกจนชำนาญก่อน

2.5 นักเรียนดึงมือได้น้ำในลักษณะไม่ถูกต้องแก้มไขโดยวิธีฝึกดึงมือหมุนแขนบนบกให้ชำนาญในลักษณะไม่เกร็งแขนและหัวไหล่

นิวัฒน์ ว่องไพศาล. (2542 : 22) ได้ทำการศึกษาความสามารถในการว่ายน้ำจากการใช้โปรแกรมอธิบายประกอบสาธิตและอธิบายประกอบสาธิตควบคู่กับเกมได้แก่กลุ่มตัวอย่างผู้ว่ายน้ำไม่เป็นที่มาสมัครเรียนว่ายน้ำ ณ สระว่ายน้ำการกีฬาแห่งประเทศไทย จังหวัดสระบุรี เพศชาย อายุระหว่าง 10 – 12 ปี จำนวน 40 คน โดยสอนพื้นฐานในการว่ายน้ำ 6 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง ทำการทดสอบพื้นฐานในการว่ายน้ำโดยให้กลุ่มตัวอย่างมีความสามารถใกล้เคียงกัน จัดอันดับเก่งสลับอ่อนแยกเป็นสองกลุ่ม ๆ ละ 20 คน โดยกำหนดให้กลุ่มทดลองที่ 1 ใช้โปรแกรมอธิบายประกอบสาธิต กลุ่มทดลองที่ 2 ใช้โปรแกรมอธิบายประกอบสาธิตควบคู่กับเกม ใช้เวลาสอนจนครบ 18 ชั่วโมง แล้วนำกลุ่มตัวอย่างทั้งสองมาเปรียบเทียบความสามารถในการว่ายน้ำ ระยะทางการว่ายน้ำ 2 นาที นำข้อมูลมาหาค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสามารถของกลุ่มตัวอย่างที่ 2 กลุ่ม ภายหลังจากการเรียนครบ 6 สัปดาห์ ผลการศึกษา พบว่า

1. ระยะทางการว่ายน้ำเป็นเวลา 2 นาที ของกลุ่มตัวอย่างที่ 1 (อธิบายประกอบสาธิต) มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 57.81 เมตร ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 10.25 กลุ่มตัวอย่างที่ 2 (อธิบายสาธิตและเกม) มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 68.98 เมตร ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 11.04 และเมื่อนำมาทดสอบค่าเฉลี่ย โดยใช้สถิติ ที พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ผลของการใช้โปรแกรมการสอนของกลุ่มที่ 1 อธิบายประกอบสาธิต และกลุ่มที่ 2 อธิบายประกอบสาธิตควบคู่กับเกม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งการนำเกมสอดแทรกเข้าไปในโปรแกรมการเรียนการสอนว่ายน้ำก่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินในการเรียนทักษะว่ายน้ำ

วรพรรณ พงษ์โสภณ. (2544 : 35) ได้ทำการศึกษาผลของการฝึกว่ายน้ำโดยใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ ที่มีต่อความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียง โดยจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบผลของการฝึกว่ายน้ำ โดยใช้ใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ที่มีต่อความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาว่ายน้ำของโรงเรียนกีฬากรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2543 จำนวน 38 คน เป็นชาย 24 คน และหญิง 14 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม

กลุ่มละ 19 คน โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการฝึกว่ายน้ำท่ากรรเชียงโดยใช้อุปกรณ์ คือ แพนดเดิลส์และฟิโนส์ และกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการฝึกว่ายน้ำท่ากรรเชียง โดยไม่ใช้อุปกรณ์ ทั้งสองกลุ่มใช้เวลาในการฝึก 6 สัปดาห์ ๆ ละ 3 วัน ผลการศึกษาพบว่า

1. ผลการทดลองว่ายน้ำที่มีต่อความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียงของกลุ่มทดลอง ที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 มีดังนี้

1.1 กลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนการทดลองความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียง ระยะทาง 50 เมตร มีค่าเฉลี่ย 45.57 วินาที ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.55

กลุ่มทดลองที่ 1 หลังการทดลองความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียง ระยะทาง 50 เมตร มีค่าเฉลี่ย 42.34 วินาที ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.08

1.2 กลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการทดลองความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียง ระยะทาง 50 เมตร มีค่าเฉลี่ย 45.81 วินาที ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.51

กลุ่มทดลองที่ 2 หลังการทดลองความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียง ระยะทาง 50 เมตร มีค่าเฉลี่ย 45.41 วินาที ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.51

2. ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียงของกลุ่มทดลองที่ 1 กับกลุ่มทดลองที่ 2 พบว่า กลุ่มทดลองมีความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มีความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียงดีกว่านักกีฬาที่ได้รับการฝึกว่ายน้ำท่ากรรเชียงโดยไม่ใช้อุปกรณ์ในกลุ่มทดลอง ที่ 2

สรุปผลการศึกษาค้นคว้างานวิจัยต่างประเทศและงานวิจัยในประเทศ สามารถนำวิธีการงานวิจัยมาประกอบในการศึกษาปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับการสอนของครูในการจัดโปรแกรมการสอนว่ายน้ำและการสอนพลศึกษา รวมถึงความวิตกกังวลของนักเรียนในการเรียนว่ายน้ำ ครูผู้สอนสามารถแก้ปัญหาการฝึกโดยใช้อุปกรณ์มาเสริมช่วยแก้ไขปัญหแบบฝึก แบบสอนทักษะต่าง ๆ จึงเป็นประโยชน์ต่อการค้นคว้างานวิจัยปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างครูผู้สอนวัยหน้าในโรงเรียนอนุบาล สังกัดสำนักงานการศึกษาเอกชน และระดับก่อนประถมในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัด สำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ จังหวัดสมุทรปราการ

กลุ่มตัวอย่าง เป็นครูสอนวัยหน้า ในจังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 93 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยใช้วิธีจับฉลากคัดออกให้เหลือจำนวน 80 คน กลุ่มตัวอย่างได้มาโดยใช้ตารางสำเร็จรูป โดยใช้สูตรของเครจซีและมอร์แกน (Krejcie and Morgan)

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นแบ่งเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยหาความถี่ และค่าร้อยละ นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 2 ข้อมูลปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะวัยหน้าในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ซึ่งแบ่งเป็น 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลปัญหาของครูผู้สอนทักษะวัยหน้าในเด็กอายุ 4 – 6 ปี โดยหาค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปของตารางประกอบความเรียง

ส่วนที่ 2 ข้อมูลสาเหตุของครูผู้สอนทักษะวัยหน้าในเด็กอายุ 4 – 6 ปี โดยหาความถี่ ค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปของตารางประกอบความเรียง

ส่วนที่ 3 ข้อมูลวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะวัยหน้าในเด็กอายุ 4 – 6 ปี โดยหาความถี่ ค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปของตารางประกอบความเรียง

ลักษณะของแบบสอบถาม มีดังนี้ คือ

1. แบบตรวจคำตอบ
2. แบบปลายเปิด
3. แบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามแบบของลิเคิร์ต (Likert) โดยให้คำนำหน้าประจำช่อง ดังนี้

ระดับของปัญหาการสอนว่ายน้ำ	ค่าคะแนน
ปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำมากที่สุด	กำหนดให้เท่ากับ 5 คะแนน
ปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำมาก	กำหนดให้เท่ากับ 4 คะแนน
ปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำปานกลาง	กำหนดให้เท่ากับ 3 คะแนน
ปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำน้อย	กำหนดให้เท่ากับ 2 คะแนน
ปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำน้อยที่สุด	กำหนดให้เท่ากับ 1 คะแนน

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามลำดับ ดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้าข้อมูล แนวคิดและทฤษฎี จากหนังสือ ตำรา รายงานการวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยสัมภาษณ์ครูผู้สอนในเด็ก อายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 6 ท่าน อย่างละเอียด เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

2. รวบรวมข้อเท็จจริงและปัญหาต่าง ๆ มาสร้างแบบสอบถามปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำของครูผู้สอนในเด็กอายุ 4–6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ โดยสร้างแบบสอบถามออกเป็น 2 ตอน คือ ชุดที่ 1 สอบถามสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม ชุดที่ 2 ปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำเบื้องต้นของครูผู้สอนในเด็ก อายุ 4 – 6 ปี

3. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปให้ประธานและคณะกรรมการควบคุมปริญญาโทตรวจสอบและนำมาแก้ไข

4. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 4 ท่าน เพื่อหาความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม ตรวจสอบ แก้ไข แล้วนำมาปรับปรุงตามคำแนะนำ

รองศาสตราจารย์ ดร. วิรัช วรรณรัตน์

อาจารย์ประจำสำนักทดสอบทางการศึกษา และจิตวิทยา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ทวีศักดิ์ นาราชภูร

ข้าราชการบำนาญอดีตอาจารย์คณะพลศึกษาเป็นผู้เชี่ยวชาญทางกีฬาว่ายน้ำ

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

รองศาสตราจารย์ วาสนา คุณาภิสิทธิ์

อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

อาจารย์ ชุน รุ่งประพันธ์

ข้าราชการบำนาญอดีดาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

5. นำแบบสอบถามที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขแล้วไปหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยวิธีของครอนบาค (Cronbach) โดยการนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ โดยทดลองกับกลุ่มตัวอย่างที่ใกล้เคียงกัน คือ ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ จังหวัด ที่ไม่ได้รับการคัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 30 คน นำมาหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ซึ่งได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (α - Coefficient)

การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสอบถาม ดังนี้

1. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัยไปให้ผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบแก้ไขแบบสอบถาม
2. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามจากครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ จังหวัดสมุทรปราการ
3. ผู้วิจัยส่งแบบสอบถาม พร้อมหนังสือและคำชี้แจงในการตอบแบบสอบถามถึงครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำเบื้องต้น ที่สอนในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ด้วยตนเอง
4. ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามที่ได้รับคืน
5. นำแบบสอบถามมาวิเคราะห์และแปลผลข้อมูลต่อไป

การจัดกระทำกับข้อมูล

1. หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยใช้สัมประสิทธิ์อัลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)
2. นำข้อมูลตอนที่ 1 และตอนที่ 2 มาแจกแจงความถี่และมาหาค่าร้อยละ และนำมาเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง การวิเคราะห์ข้อมูลดังกล่าว ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ (Statistical Package for the Social Science Person for Computer Plus = SPSS-PC+)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆ แทนความหมาย ดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
f	แทน	จำนวนความถี่
%	แทน	ค่าร้อยละ

การวิเคราะห์ข้อมูล

จากการวิจัยเรื่องปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็ก อายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ผู้วิจัยได้ดำเนินส่งแบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นครูสอนว่ายน้ำในโรงเรียนอนุบาล สังกัดสำนักงานการศึกษาเอกชน และระดับก่อนประถมในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการศึกษาแห่งชาติ จังหวัดสมุทรปราการ ด้วยตนเอง จำนวน 80 ฉบับ ได้รับกลับคืนมา 80 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100 จากนั้นผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ได้รับกลับคืนมาทั้งหมดไปวิเคราะห์ข้อมูล ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ โปรแกรมสำเร็จรูปการวิจัยทางสังคมศาสตร์ (Statistical Package for the Social Science Personal Computer Plus = SPSS-PC⁺) ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับสภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยหาความถี่ และค่าร้อยละ นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 2 ข้อมูลปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ซึ่งแบ่งเป็น 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี โดยหา ค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปของตารางประกอบความเรียง

ส่วนที่ 2 ข้อมูลสาเหตุของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี โดยหา ความถี่ ค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปของตารางประกอบความเรียง

ส่วนที่ 3 ข้อมูลวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี โดยหาความถี่ ค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปของตารางประกอบความเรียง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตาราง 1 ข้อมูลสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม (N = 80)

สถานภาพ	f	%
1. ชื่อโรงเรียนที่ทำการสอน		
โรงเรียนอานวยวิทย์	3	3.75
โรงเรียนบุรารักษ์	6	7.50
โรงเรียนปรางค์ในาวบุตร	2	2.50
โรงเรียนฉัตรสุตา	2	2.50
โรงเรียนราฟาแอล	3	3.75
โรงเรียนพรานิลลวชิล	1	1.25
โรงเรียนศรีวิทยาปากน้ำ	2	2.50
โรงเรียนเทศบาลเมือง	3	3.75
โรงเรียนวัดบางฝ้าย	2	2.50
โรงเรียนเฉลิมไฉไล	3	3.75
โรงเรียนป้วยฮั่ว	3	3.75
โรงเรียนวัดพิชัย	2	2.50
โรงเรียนอัสสัมชัญสมุทรปราการ	3	3.75
โรงเรียนเซนโยเซฟสมุทรปราการ	2	2.50
โรงเรียนบางพลีวิทยา	2	2.50
โรงเรียนพระสมุทรเจดีย์	2	2.50
โรงเรียนประภามนตรี	3	3.75
โรงเรียนอาษาวิทยา	2	2.50
โรงเรียนนพคุณวิทยา	3	3.75
โรงเรียนอนุสาร	2	2.50
โรงเรียนเฉลิมวิทยา	3	3.75
โรงเรียนวัดชนมนิมิตร	2	2.50

ตาราง 1 (ต่อ)

สถานภาพ	f	%
โรงเรียนสุขเจริญผล	3	3.75
โรงเรียนทรงวิทยา	3	3.75
โรงเรียนวัดหนามแดง	2	2.50
โรงเรียนล้วนพุกษา	2	2.50
โรงเรียนเคหะบางพลี	2	2.50
โรงเรียนอนุบาลน้องหนู	2	2.50
โรงเรียนสิริวิทย์วิทยา	2	2.50
โรงเรียนอนุบาลย้งยืน	2	2.50
โรงเรียนบางหัวเสือ	2	2.50
โรงเรียนวัดสวนส้ม	1	1.25
โรงเรียนราชประชาสมาสัย	2	2.50
2. ประเภทของสถานศึกษา จำนวนของโรงเรียน		
ระดับก่อนประถมศึกษา ในโรงเรียนประถมศึกษา	10	30.30
สังกัดสำนักงานการศึกษาแห่งชาติ		
โรงเรียนอนุบาลสังกัดสำนักงานการศึกษาเอกชน	23	69.70
3. เพศ		
ชาย	77	96.25
หญิง	3	3.75
4. อายุ		
ต่ำกว่า 25 ปี	10	12.50
26 – 30 ปี	15	18.75
31 – 35 ปี	13	16.25
36 – 40 ปี	22	27.50
สูงกว่า 40 ปี	20	25.00

ตาราง 1 (ต่อ)

สถานภาพ	F	%
5. วุฒิการศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	9	11.25
ปริญญาตรี	64	80.00
ปริญญาโท	7	8.75
อื่นๆ	-	-
6. ประสบการณ์สอน		
ต่ำกว่า 3 ปี	12	15.00
4 – 6 ปี	25	31.25
7 – 9 ปี	20	25.00
10 ปีขึ้นไป	23	28.75
7. การเข้ารับการฝึกอบรมทักษะการสอนว่ายน้ำ		
ไม่เคยอบรมเลย	23	28.75
1 ครั้ง	39	48.75
2 ครั้ง	12	15.00
อื่นๆ มากกว่า 2 ครั้ง	6	7.5
8. การได้รับการนิเทศการสอน		
ไม่ได้รับการนิเทศเลย	6	7.5
ปีละ 1 ครั้ง	27	33.75
ปีละ 2 ครั้ง	40	50.00
อื่นๆ มากกว่าปีละ 2 ครั้ง	7	8.75

จากตาราง 1 แสดงว่า ครูผู้สอนว่ายน้ำส่วนใหญ่มาจากโรงเรียนบุรารักษ์ จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 7.5 ครูผู้สอนว่ายน้ำส่วนใหญ่เป็นโรงเรียนเอกชนสังกัดสำนักงานศึกษาเอกชน จำนวน

61 คน คิดเป็นร้อยละ 76.25 และเป็นโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดประถมศึกษา จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 23.75 ครูผู้สอนว่ายนน้ำส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 96.25 และเป็นเพศหญิง จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 3.75 ครูผู้สอนว่ายนน้ำส่วนใหญ่ มีอายุ 36 – 40 ปี จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 27.50 มีอายุ สูงกว่า 40 ปี จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 25.00 มีอายุ 26 – 30 ปี จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 18.75 มีอายุ 31 – 35 ปี จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 16.50 และมีอายุต่ำกว่า 25 ปี จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 12.50 ครูผู้สอนส่วนใหญ่มีการศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 80.00 ต่ำกว่าปริญญาตรี จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 11.25 และปริญญาโท จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 8.75 ครูผู้สอนว่ายนน้ำส่วนใหญ่มีประสบการณ์สอน มากกว่า 10 ปี จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 33.75 มีประสบการณ์สอน 4 – 6 ปี จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 31.25 มีประสบการณ์สอน 7 – 9 ปี จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 22.50 และมีประสบการณ์สอนต่ำกว่า 3 ปี 10 คน คิดเป็นร้อยละ 12.50 ครูผู้สอนส่วนใหญ่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทักษะการสอนว่ายนน้ำ 1 ครั้ง จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 48.75 ไม่เคยอบรมเลย จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 28.75 เคยอบรม 2 ครั้ง จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 15.00 อื่นๆ เคยอบรมมากกว่า 2 ครั้ง จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 7.50 ครูผู้สอนส่วนใหญ่ได้รับการนิเทศการสอนปีละ 2 ครั้ง จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 ปีละ 1 ครั้งจำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 33.75 อื่นๆ มากกว่า 2 ครั้งจำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 8.75 และไม่เคยได้รับการนิเทศ จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 7.50

ตอนที่ 2 ข้อมูลปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6

ปี จังหวัดสมุทรปราการ ซึ่งแบ่งเป็น 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 ปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ

ตาราง 2 ระดับปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ(N = 80)

ปัญหา	ระดับปัญหา				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. การปรับตัวและสร้างความคุ้นเคยกับน้ำ นักเรียนไม่กล้าลงน้ำ.....	7.50	12.50	32.50	27.50	20.00
2. ไม่สามารถยืนทรงตัวในน้ำ.....	6.25	11.25	18.75	38.75	25.00
3. การดำน้ำ					
3.1 นักเรียนไม่กล้าดำน้ำ.....	23.75	33.75	20.00	13.75	8.75
3.2 นักเรียนกล้าดำน้ำแต่ดำน้ำไม่ถูกวิธี.....	30.0	23.75	18.75	15.00	12.50
4. การลอยตัว					
4.1 นักเรียนไม่กล้าลอยตัว.....	45.00	27.50	15.00	7.50	5.00
4.2 นักเรียนกล้าลอยตัว แต่ลอยตัวไม่ถูกวิธี.....	13.75	17.50	31.25	27.50	10.00
5. การโผล่ตัว					
5.1 นักเรียนโผล่ตัวในลักษณะการถีบ ผ่น้ำส่งตัวไม่มีแรงส่ง.....	15.00	26.25	31.25	22.50	5.00
5.2 นักเรียนโผล่ตัว แล้วไม่กัมศรีษะ....	7.50	16.25	25.00	28.75	22.50
5.3 นักเรียนเกร็งลำตัวในขณะที่ ที่โผล่ตัว.....	10.0	13.75	21.25	36.25	18.75
6. การเตะเท้า					
6.1 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะพับเข่า มากเกินไป.....	38.75	25.00	16.25	12.50	7.50
6.2 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะเข่าตึง (เกร็งขา).....	27.50	31.25	17.50	12.50	11.25

ตาราง 2 (ต่อ)

ปัญหา	ระดับปัญหา				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
6.3 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะถีบจักรยาน(โดยการดึงเข้าเข้าหาลำตัว)..	8.75	22.50	27.50	25.00	16.25
6.4 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะยกเท้าสูงกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป.....	2.50	13.75	25.00	30.00	28.75
6.5 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะต่ำกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป.....	8.75	15.00	18.75	32.50	25.00
7. การว่ายน้ำลูกหมาตกน้ำ					
7.1 นักเรียนไม่กล้าว่ายน้ำทำลูกหมาตกน้ำ.....	8.75	26.25	32.50	21.25	11.25
7.2 นักเรียนกล้าว่ายน้ำทำสุนัขตกน้ำแต่ว่ายน้ำไม่ถูกวิธี.....	13.75	15.00	20.00	28.75	22.50
8. การเลี้ยงตัวในน้ำ					
8.1 นักเรียนไม่กล้าเลี้ยงตัวในน้ำ.....	16.25	18.75	22.50	23.75	18.75
8.2 นักเรียนกล้าเลี้ยงตัวในน้ำ แต่ทำไม่ถูกวิธี.....	17.50	16.25	18.75	27.50	20.00

จากตาราง 2 ปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุระหว่าง 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับน้อย และมีปัญหาเรียงลำดับจากมากไปน้อย 5 ลำดับดังนี้

1. นักเรียนไม่กล้าลอยตัว
2. นักเรียนเตะเท้าในลักษณะพับเข้ามากเกินไป
3. นักเรียนไม่กล้าดำน้ำ
4. นักเรียนเตะเท้าในลักษณะเข้าตึง(เกร็งขา)
5. นักเรียนโผล่ตัวในลักษณะการถีบผนังสระส่งตัวไม่มีแรงส่ง

ส่วนที่ 2 ข้อมูลสาเหตุของปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ

ตาราง 3 จำนวน และร้อยละของสาเหตุของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ (N = 80)

สาเหตุ	F	%
1. การปรับตัวและสร้างความคุ้นเคยกับน้ำ		
1.1 นักเรียนไม่กล้าลงน้ำ		
- เคยจมน้ำมาก่อนที่จะเรียน.....	55	68.75
- กลัวน้ำเข้าตา.....	72	90.00
- อื่นๆ	-	-
2. ไม่สามารถยืนทรงตัว ในน้ำ		
- นักเรียนยังไม่คุ้นเคยในการทรงตัว.....	68	85.00
- เดินไม่เป็นแล้วล้มทำให้กลัว.....	58	72.50
- อื่นๆ ขาดความมั่นใจกลัวและไม่กล้าเดิน.....	32	40.00
3. การดำน้ำ		
3.1 นักเรียนไม่กล้าดำน้ำ		
- กลัวน้ำเข้าตาเข้าจมูก.....	75	93.75
- ไม่เข้าใจวิธีการกลั้นหายใจ.....	72	90.00
- อื่นๆ ยังมีความกลัวเป็นทุนเดิม.....	52	65.00
3.2 นักเรียนกล้าดำน้ำแต่ดำน้ำไม่ถูกวิธี		
- ไม่รู้จักวิธีการกลั้นหายใจ.....	69	86.25
- ไม่กล้าลืมตาในน้ำ.....	56	70.00
- อื่นๆ เด็กมีความริบร้อนมากเกินไป.....	32	40.00

ตาราง 3 (ต่อ)

สาเหตุ	F	%
4. การลอยตัว		
4.1 นักเรียนไม่กล้าลอยตัว		
- ดำน้ำไม่เป็น.....	74	92.50
- เด็กเกร็งไม่ลอยตัว.....	49	61.25
- อื่นๆ เด็กกลัวตัวเองจะลัมและจมน้ำ.....	20	25.00
4.2 นักเรียนกล้าลอยตัวแต่ลอยตัวไม่ถูกต้อง		
- ขาแขนไม่เหยียดตึง.....	69	86.25
- ลำตัวไม่ตรง.....	55	68.75
- อื่นๆ เด็กรีบร้อนจนเกินไป.....	36	45.00
5. การโผล่ตัว		
5.1 นักเรียนโผล่ตัวในลักษณะการก๊อบผนังสระส่งตัวไม่มีแรงส่ง		
- เด็กขาดความคล่องตัวในการลอยตัว.....	65	81.25
- เด็กเกร็งในการก๊อบเท้า.....	62	77.50
- เกร็งตัวขณะโผล่ตัวออกจากผนังสระ.....	71	88.75
- อื่นๆ โบกหน้าไม่ได้ก้มลงในน้ำ.....	58	72.50
5.2 นักเรียนโผล่ตัวและไม่ก้มศีรษะ		
- นักเรียนเกร็งคอขณะโผล่ตัวจึงไม่ก้มศีรษะ.....	70	87.50
- นักเรียนกลั้นหายใจไม่ถูกวิธี.....	66	82.50
- อื่นๆ.....	-	-
5.3 นักเรียนเกร็งลำตัวในขณะที่โผล่ตัว		
- นักเรียนลำตัวเอียงขณะโผล่ตัว.....	45	56.25
- นักเรียนเกร็งแขน ขา ทำขณะโผล่ตัวไม่เคลื่อนที่.....	53	66.25
- อื่นๆ.....	-	-

ตาราง 3 (ต่อ)

สาเหตุ	F	%
6. การเตะเท้า		
6.1 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะพับเข่ามากเกินไป		
- นักเรียนเตะเท้าไม่เป็น.....	72	90.00
- นักเรียนเคยชินกับการถีบเท้าแบบปั่นจักรยาน.....	68	80.00
- อื่นๆ เช่นนักเรียนไม่ทราบว่าใช้ส่วนใดของเท้ากระทบกับน้ำ.....	51	63.75
6.2 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะเข่าตึง (เกร็งขา)		
- ลอยตัวไม่เป็น.....	58	72.50
- โผตัวไม่เป็น.....	55	68.75
- อื่นๆ เช่นนักเรียนมีความตั้งใจ และรีบร้อนมากเกินไป.....	50	62.50
6.3 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะถีบจักรยาน(โดยการดึงเข่าเข้าหาลำตัว)		
- เคยชินกับการปั่นจักรยาน.....	52	65.00
- เตะเท้าไม่เป็น.....	70	87.50
- อื่นๆ.....	-	-
6.4 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะยกเท้าสูงกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป		
- ปรับระดับของเท้าไม่เป็น.....	74	92.50
- เกร็งขาทำให้ยกเท้าสูง.....	65	81.25
- อื่นๆ เช่น นักเรียนคิดว่าทำแบบนี้จะทำให้ตัวไปได้ไกล.....	29	36.25
6.5 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะต่ำกวาระดับผิวน้ำมากเกินไป		
- ปรับระดับของเท้าไม่เท่ากัน.....	72	90.00
- เกร็งขาขณะเตะเท้า.....	60	75.00
- อื่นๆ.....	-	-
7. การว่ายน้ำลูกหมาตกน้ำ		
7.1 นักเรียนไม่กล้าว่ายน้ำลูกหมาตกน้ำ		
- ว่ายน้ำไม่เป็น.....	48	60.00
- แขนขว่ายน้ำไม่สัมพันธ์ทำให้ตัวจมน้ำ.....	69	86.25
- อื่นๆ เช่นลำตัวตั้งตรงเกินไป.....	52	65.00

ตาราง 3 (ต่อ)

สาเหตุ	F	%
7.2 นักเรียนกล่าวว่าย่ำทำสุนัขตกน้ำ แต่ว่ายไม่ถูกวิธี		
- ไม่รู้จักวิธีใช้แขนและขา.....	63	78.75
- การใช้แขนขาย่ำน้ำไม่สัมพันธ์กัน.....	70	87.50
- อื่นๆ ลำตัวตั้งตรงมากเกินไป นักเรียนมีอาการเกร็ง.....	56	70.00
8. การเลี้ยงตัวในน้ำ		
8.1 นักเรียนไม่กล้าเลี้ยงตัวในน้ำ		
- เลี้ยงตัวในน้ำไม่เป็น.....	78	97.50
- แขนขาใช้พยุงตัวเคลื่อนไหวไม่ถูกวิธี.....	74	92.50
- อื่นๆ.....	-	-
8.2 นักเรียนกล้าเลี้ยงตัวในน้ำ แต่ทำไม่ถูกวิธี		
- เลี้ยงตัวศรีษะจมน้ำ.....	59	73.75
- เลี้ยงตัวอยู่ในน้ำไม่นาน เพราะแขนขาใช้ตัวไม่สัมพันธ์กัน.....	71	88.75
- อื่นๆ.....	-	-

จากตาราง 3 สาเหตุของปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุระหว่าง 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ด้านการปรับตัวและสร้างความคุ้นเคยกับน้ำ ในส่วนนักเรียนไม่กล้าลงน้ำ ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากกลัวน้ำเข้าตา จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00 ด้านความไม่สามารถยืนทรงตัวในน้ำ ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากนักเรียนยังไม่คุ้นเคยในการทรงตัว จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 85.00 ด้านการดำน้ำ ในส่วนนักเรียนไม่กล้าดำน้ำ ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากกลัวน้ำเข้าตาเข้าจมูก จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 93.75 ในส่วนนักเรียนกล้าดำน้ำแต่ดำน้ำไม่ถูกวิธี ส่วนใหญ่มีสาเหตุจาก ไม่รู้จักวิธีการกลั้นหายใจ จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25 ในส่วนนักเรียนไม่กล้าลอยตัว ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากดำน้ำไม่เป็น จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 92.50 ในส่วนนักเรียนกล้าลอยตัวแต่ลอยตัวไม่ถูกวิธี ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากขาแขนไม่เหยียดตึง จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25 ด้านการไผ่ตัว ในส่วนนักเรียนไผ่ตัวในลักษณะการถีบผนังสระส่งตัวไม่มีแรงส่ง ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากเกร็งตัวขณะไผ่ตัวออกจากผนังสระ จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 88.75 ในส่วนนักเรียนไผ่ตัวและไม่

กัมศรีษะ ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากนักเรียนเกร็งคอขณะโผตัวจึงไม่กัมศรีษะ จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50 ในส่วนนักเรียนเกร็งลำตัวในขณะที่โผตัว ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากนักเรียนเกร็งแขน ขา ทำขณะโผตัวไม่เคลื่อนที่ จำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 66.25 ด้านการเตะเท้า ในส่วนนักเรียนเตะเท้าในลักษณะพับเข้ามากเกินไป ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากนักเรียนเตะเท้าไม่เป็น จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00 ในส่วนนักเรียนเตะเท้าในลักษณะเข้ตึง (เกร็งขา) ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากลอยตัวไม่เป็น จำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 72.50 ในส่วนนักเรียนเตะเท้าในลักษณะถีบจักรยาน(โดยการดึงเท้าเข้าหาลำตัว) ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากเตะเท้าไม่เป็น จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50 ในส่วนนักเรียนเตะเท้าในลักษณะยกเท้าสูงกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากปรับระดับเท้าไม่เป็น จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 92.50 ในส่วนนักเรียนเตะเท้าในลักษณะต่ำกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากปรับระดับของเท้าไม่เท่ากัน จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00 ด้านการว่ายน้ำท่าลูกสุนัขนกน้ำ ในส่วนนักเรียนไม่กลัวย่น้ำท่าลูกสุนัขนกน้ำ ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากแขนขวาย่น้ำไม่สัมพันธ์ทำให้ตัวจม่น้ำ จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25 ในส่วนนักเรียนกลัวย่น้ำท่าลูกสุนัขนกน้ำ แต่ว่ายไม่ถูกวิธี ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากการใช้แขนขวาย่น้ำไม่สัมพันธ์กัน จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50 ด้านการเลี้ยงตัวใน่น้ำ ในส่วนนักเรียนไม่กลัเลี้ยงตัวใน่น้ำ ส่วนใหญ่มีสาเหตุจาก เลี้ยงตัวใน่น้ำไม่เป็น จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 97.50 ในส่วนนักเรียนกลัเลี้ยงตัวใน่น้ำ แต่ทำไม่ถูกวิธี ส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจากการเลี้ยงตัวอยู่ใน่น้ำไม่นาน เพราะแขนขาใช้ตัวไม่สัมพันธ์กัน จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 88.75

ส่วนที่ 3 ข้อมูลวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ

ตาราง 4 จำนวน และค่าร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการปรับตัวและสร้างความคุ้นเคย กับน้ำในส่วนชองนักเรียนไม่กลัลงน้ำ (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญห	F	%
1. สอบถามและหาสาเหตุของการไม่กลัลงน้ำ.....	63	78.75
2. พานักเรียนไปนั่งขอบสระแล้วค่อยๆ ให้เท้าจุ่มน้ำ พร้อมวักน้ำลูบหน้าและลำตัว.....	79	98.75
3. พานักเรียนไปบริเวณที่น้ำตื้นๆ ให้นักเรียนไปเดินเล่นรอบสระเด็กเล็ก.....	69	86.25
4. สร้างความเชื่อมั่นให้กับนักเรียน เช่น พุดคุย จับมือกับครู เวลาอยู่ในน้ำ เพื่อให้นักเรียนเกิดความคุ้นเคย.....	71	88.75
5. ใช้จิตวิทยาในการสอน เช่น ถ้านักเรียนกลัวก็ไม่ต้องรีบเร่งหรือบังคับให้ลงน้ำ.....	60	75.00
6. ใช้อุปกรณ์ช่วยในการสอน เช่น บอร์ดว่ายน้ำ เพื่อให้เกิดความคุ้นเคยกับน้ำ และรู้สึกปลอดภัย.....	58	72.50
7. อื่นๆ เช่น ค่อยๆ ย่อตัวลงไปในสระอย่างช้าๆ พยายามใช้มือแตะพื้นสระน้ำ และทำให้เด็กรู้สึกปลอดภัย หรืออาจจะให้ผู้ปกครองลงน้ำด้วย.....	49	61.25

จากตาราง 4 แสดงให้เห็นว่าวิธีการแก้ไขปัญหการสอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุระหว่าง 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ด้านการปรับตัวและสร้างความคุ้นเคยกับน้ำ ในส่วนนักเรียนไม่กลัลงน้ำ โดยวิธีการที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. พานักเรียนไปนั่งขอบสระแล้วค่อยๆ ให้เท้าจุ่มน้ำ พร้อมวักน้ำลูบหน้าและลำตัว จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 98.75
2. สร้างความเชื่อมั่นให้กับนักเรียน เช่น พุดคุย จับมือกับครู เวลาอยู่ในน้ำ เพื่อให้นักเรียนเกิดความคุ้นเคย จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 88.75
3. พานักเรียนไปบริเวณที่น้ำตื้นๆ ให้นักเรียนไปเดินเล่นรอบสระเด็กเล็ก จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25

ตาราง 5 จำนวน และค่าร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านไม่สามารถยืนทรงตัวในน้ำ (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญห	F	%
1. พานักเรียนไปเรียนที่บริเวณน้ำตื้นก่อน หรือสระเด็กเป็นชั้นๆ ไป.....	58	72.50
2. พานักเรียนไปนั่งขอบสระอธิบายวิธีการลงน้ำ.....	45	56.25
3. ให้นักเรียนหัดเดินลุยน้ำให้ปริมาณน้ำลึกขนาดโคนขาฝึกการเดินทรงตัวในน้ำ.....	70	87.50
4. ให้นักเรียนหัดเดินลุยน้ำไปข้างหน้า และเดินถอยหลังในบริเวณน้ำตื้น.....	68	85.00
5. สร้างความคุ้นเคยกับความกดดันของน้ำ โดยเมื่อนั่งแล้วให้น้ำอยู่ระดับคาง เพื่อทำให้ออกและร่างกายคุ้นเคยความกดของน้ำ.....	72	90.00
6. อื่นๆ เช่นพยายามให้เด็กกระโดดขึ้นลงจากช้าไปหาเร็ว.....	12	15.00

จากตาราง 5 แสดงให้เห็นว่าวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านไม่สามารถยืนทรงตัวในน้ำ โดยวิธีการที่ใช้มากที่สุดไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. สร้างความคุ้นเคยกับความกดดันของน้ำ โดยเมื่อนั่งแล้วให้น้ำอยู่ระดับคาง เพื่อทำให้ออกและร่างกายคุ้นเคยความกดของน้ำ จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00

2. ให้นักเรียนหัดเดินลุยน้ำให้ปริมาณน้ำลึกขนาดโคนขาฝึกการเดินทรงตัวในน้ำ จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50

3. ให้นักเรียนหัดเดินลุยน้ำไปข้างหน้า และเดินถอยหลังในบริเวณน้ำตื้น จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 85.00

ตาราง 6 จำนวน และค่าร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการดำน้ำ นักเรียนไม่กล้าดำน้ำ (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญห	F	%
1. หาสาเหตุของการไม่กล้าดำน้ำ.....	58	72.50
2. อธิบาย สาเหตุ พร้อมทั้งบอกถึงประโยชน์ของการดำน้ำให้นักเรียนทราบ...	63	78.75
3. สร้างความเชื่อมั่นให้กับนักเรียนก่อน เช่น ให้เดินบริเวณน้ำตื้นๆ จนเกิดความคุ้นเคยหรือให้จับมือครูแล้วเดิน.....	75	93.75
4. ใช้จิตวิทยาและวิธีการสอนแบบต่างๆ เช่น ค่อยๆ เป็น ค่อยๆ ไป ไม่รีบร้อน เพราะจะทำให้กลัวมากขึ้น ให้โอกาสจนกว่านักเรียนจะพร้อม.....	65	83.00
5. พาให้นักเรียนไปฝึกทักษะการกลืนลมหายใจ โดยนักเรียนนอนคว่ำหันหน้าเขาหาสระน้ำ กลืนลมหายใจดำน้ำเริ่มจากง่ายไปหายาก เพื่อให้นักเรียนเกิดความชำนาญในการหายใจเข้าและหายใจออก.....	69	86.25
6. หากิจกรรมต่างๆ มาเสริม เช่น ให้นักเรียนแข่งขันกันดำน้ำลอดเชือกที่กันไว้ เป็นต้น.....	61	76.25
7. อื่นๆ เช่น ใช้มือที่มีน้ำสบู่นำและจุ่มก หรือหาอุปกรณ์มาช่วยสอน เช่น ก้อนหินหลายๆ สี เงิน เหรียญบาท โดยให้เด็กกลืนลมหายใจลงไปหยิบในน้ำ เป็นต้น.....	36	45.00

จากตาราง 6 แสดงให้เห็นว่าวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการดำน้ำ นักเรียนไม่กล้าดำน้ำ โดยเรียงวิธีที่ใช้มากที่สุดไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. สร้างความเชื่อมั่นให้กับนักเรียนก่อน เช่น ให้เดินบริเวณน้ำตื้นๆ จนเกิดความคุ้นเคยหรือให้จับมือครูแล้วเดิน จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 93.75

2. พาให้นักเรียนไปฝึกทักษะการกลืนลมหายใจ โดยนักเรียนนอนคว่ำหันหน้าเขาหาสระน้ำ กลืนลมหายใจดำน้ำเริ่มจากง่ายไปหายาก เพื่อให้นักเรียนเกิดความชำนาญในการหายใจเข้าและหายใจออก จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25

3. ใช้จิตวิทยาและวิธีการสอนแบบต่างๆ เช่น ค่อยๆ เป็น ค่อยๆ ไป ไม่รีบร้อน เพราะจะทำให้กลัวมากขึ้น ให้โอกาสจนกว่านักเรียนจะพร้อม จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 83.00

ตาราง 7 จำนวน และค่าร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการดำน้ำ นักเรียนกล้าดำน้ำแต่ดำไม่ถูกวิธี (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญห	F	%
1. หาสาเหตุของการดำน้ำที่ไม่ถูกวิธี.....	58	72.50
2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกถึงประโยชน์ของการดำน้ำที่ถูกวิธี.....	79	98.75
3. ให้ใส่แว่นตากันน้ำ เพื่อจะได้ลืมน้ำและกล้าดำน้ำ.....	74	92.50
4. พานักเรียนไปฝึกดำน้ำการกลั้นหายใจ โดยใช้ผ้าจากฝักบัว เพื่อให้เกิดความชำนาญในการหายใจเข้าและหายใจออก.....	75	93.75
5. ใช้จิตวิทยาในการสอน เช่น สังเกตความสามารถของนักเรียนแล้วค่อยๆ สอน แรงนักเรียน จนกว่าจะพร้อม.....	60	75.00
6. หากิจกรรมต่างๆ เข้ามาเสริม เช่น ดำน้ำลงไปเพื่อการเก็บของ เป็นต้น.....	55	68.75
7. อื่นๆ เช่น การนอนคว่ำบริเวณขอบสระดำน้ำหลายๆ ครั้งจะทำให้เมื่อลงไปดำจริงเด็กจะดำได้อย่างถูกวิธี เพราะเด็กจะรู้จักกลั้นหายใจ และไม่กลัวจมน้ำ หรือ ค่อยๆ แก้ไขให้ถูกวิธีในแต่ละขั้นตอน.....	48	60.00

จากตาราง 7 แสดงให้เห็นว่าวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการดำน้ำ นักเรียนกล้าดำน้ำแต่ดำไม่ถูกวิธี โดยเรียงวิธีที่ใช้มากที่สุดไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกถึงประโยชน์ของการดำน้ำที่ถูกวิธี จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 98.75

2. พานักเรียนไปฝึกดำน้ำการกลั้นหายใจ โดยใช้ผ้าจากฝักบัว เพื่อให้เกิดความชำนาญในการหายใจเข้าและหายใจออก จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 93.75

3. ให้ใส่แว่นตากันน้ำ เพื่อจะได้ลืมน้ำและกล้าดำน้ำ จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 92.50

ตาราง 8 จำนวน และร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการลอยตัว นักเรียนไม่กลัวยตัว (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญห	F	%
1. หาสาเหตุของการไม่กลัวยตัว.....	68	85.00
2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกถึงประโยชน์ของการลอยตัว.....	75	93.75
3. สร้างความเชื่อมั่นให้กับนักเรียนว่าไม่มีอันตราย โดยให้จับครูหรือเพื่อน แล้วจึงลอยตัว.....	78	97.50
4. ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วค่อยๆ ยกเท้าขึ้นทีละข้างแล้วยกสองเท้า พร้อมกัน.....	63	78.75
5. ใช้อุปกรณ์มาช่วยในการสอน เช่น บอร์ดว่ายน้ำ ห่วงยาง หรือจับคู่เกาะ ปากัน โดยให้คนถูกจับปาพา เป็นต้น.....	65	83.00
6. อื่นๆ เช่น จับคู่กับเพื่อนทำท่าลอยตัว แบบท่าปลาตายเพื่อความสนุกสนานในการเรียนและทำให้กลัวยตัว เป็นต้น.....	32	40.00

จากตาราง 8 แสดงให้เห็นว่าวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการลอยตัว นักเรียนไม่กลัวยตัว โดยเรียงวิธีที่ใช้มากที่สุดไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. สร้างความเชื่อมั่นให้กับนักเรียนว่าไม่มีอันตราย โดยให้จับครูหรือเพื่อนแล้วจึงลอยตัว จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 97.50
2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกถึงประโยชน์ของการลอยตัว จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 93.75
3. หาสาเหตุของการไม่กลัวยตัว จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 85.00

ตาราง 9 จำนวน และร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการลอยตัว นักเรียนกล้าลอยตัวแต่ลอยตัวไม่ถูกวิธี (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญหา	F	%
1. หาสาเหตุของการลอยตัวที่ไม่ถูกวิธี.....	59	73.75
2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกถึงประโยชน์ของการลอยตัวที่ถูกวิธี.....	68	85.00
3. ให้นักเรียนฝึกการลอยตัวในลักษณะต่างๆ เช่น ปลาตัว แมงกะพรุน ลอยตัวแบบกอดเข้า เป็นต้น จนเกิดความชำนาญ.....	74	92.50
4. ให้นักเรียนจับขอบสระ จับเพื่อน หรือจับครู แล้วค่อยๆ ลอยตัวพร้อมกับ พาเคลื่อนที่เพื่อให้เกิดความมั่นใจ.....	72	90.00
5. ให้นักเรียนฝึกลอยตัวด้วยตนเอง ทำซ้ำๆ จนเกิดความชำนาญ.....	65	83.00
6. ให้อุปกรณ์มาช่วยในการสอน เช่น บอร์ดว่ายน้ำ ห่วงยาง เป็นต้น.....	53	66.25
7. อื่นๆ เช่น ฝึกทำซ้ำๆ จนเกิดการเรียนรู้และมีความชำนาญมากขึ้น หรือหา เกมส์ต่างๆ เข้ามาร่วมในการฝึกจะทำให้เกิดความสนุกสนาน.....	52	65.00

จากตาราง 8 แสดงให้เห็นว่าวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการลอยตัว นักเรียนกล้าลอยตัวแต่ลอยตัวไม่ถูกวิธี โดยเรียงวิธีที่ใช้มากที่สุดไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้นักเรียนจับขอบสระ จับเพื่อน หรือจับครู แล้วค่อยๆ ลอยตัวพร้อมกับพาเคลื่อนที่เพื่อให้เกิดความมั่นใจ จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 92.50
2. ให้นักเรียนจับขอบสระ จับเพื่อน หรือจับครู แล้วค่อยๆ ลอยตัวพร้อมกับพาเคลื่อนที่เพื่อให้เกิดความมั่นใจ จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00
3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกถึงประโยชน์ของการลอยตัวที่ถูกวิธี จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 85.00

ตาราง 10 จำนวน และค่าร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการไต่ตัว นักเรียนไต่ตัวในลักษณะการถีบผนังสระส่งตัวไม่มีแรงส่ง (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญหา	F	%
1. หาสาเหตุของการไต่ตัวที่ไม่ถูกวิธี.....	56	70.00
2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกถึงประโยชน์ของการไต่ตัวที่ถูกต้อง.....	69	86.25
3. ให้นักเรียนใช้ขาถีบผนังสระ พุ่งตัวไปข้างหน้าครูพยางค์จับมือส่งแรงในการไต่ตัว.....	71	88.75
4. ให้นักเรียนจับบอร์ดว่ายน้ำใช้ขาถีบผนังขอบสระเงยหน้า และก้มหน้า แขนขา ลำตัวเหยียดตรง.....	67	83.75
5. ให้นักเรียนไต่ตัว โดยครูคอยสังเกตการไต่ตัว.....	55	58.75
6. ให้นักเรียนฝึกเป็นกลุ่มไต่ตัวไป และกลับเพื่อฝึกการใช้ขาถีบผนังสระและพื้นสระ.....	62	77.50
7. อื่นๆ	-	-

จากตาราง 10 แสดงให้เห็นว่าวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการไต่ตัว ในส่วนนักเรียนไต่ตัวในลักษณะการถีบผนังสระส่งตัวไม่มีแรงส่ง โดยเรียงวิธีที่ใช้มากที่สุดไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้นักเรียนใช้ขาถีบผนังสระ พุ่งตัวไปข้างหน้าครูพยางค์จับมือส่งแรงในการไต่ตัว จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 88.75

2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกถึงประโยชน์ของการไต่ตัวที่ถูกต้อง จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25

3. ให้นักเรียนจับบอร์ดว่ายน้ำใช้ขาถีบผนังขอบสระเงยหน้า และก้มหน้า แขนขา ลำตัวเหยียดตรงจำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 83.75

ตาราง 11 จำนวน และค่าร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการโผล่ตัว นักเรียนโผล่ตัวแล้วไม่กัมศรีษะ (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญหา	F	%
1. หาสาเหตุของการโผล่ตัวไม่กัมศรีษะ.....	63	78.75
2. อธิบาย การโผล่ตัว พร้อมทั้งสาธิตการโผล่ตัวที่ถูกต้องวิธี.....	72	90.00
3. ให้นักเรียนหายใจเอาอากาศเข้าไปก่อนกัมหน้าโผล่ตัวพร้อมกับถีบเท้า ออกไป.....	55	58.75
4. ให้นักเรียนโผล่ตัวออกโดยครูจับมือช่วยพยุงปรับศรีษะให้ลำตัวขนานกับน้ำ.	77	96.25
5. ให้นักเรียนจับบอร์ดโผล่ตัว กัมศรีษะ แขนขนานข้างหู.....	70	87.50
6. ให้นักเรียนเหยียดแขนตรงนิ้วเกี่ยวกันกัมศรีษะแขนขนานข้างหูถีบ เข้าโผล่ตัว.....	67	83.75
7. อื่นๆ	-	-

จากตาราง 11 แสดงให้เห็นว่าวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการโผล่ตัว ในส่วนนักเรียนโผล่ตัวแล้วไม่กัมศรีษะ โดยเรียงวิธีที่ใช้มากที่สุดไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้นักเรียนโผล่ตัวออกโดยครูจับมือช่วยพยุงปรับศรีษะให้ลำตัวขนานกับน้ำ จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 96.25
2. อธิบาย การโผล่ตัว พร้อมทั้งสาธิตการโผล่ตัวที่ถูกต้องวิธี จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00
3. ให้นักเรียนจับบอร์ดโผล่ตัว กัมศรีษะ แขนขนานข้างหู จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50

ตาราง 12 จำนวน และค่าร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการไต่ตัว นักเรียนเกร็งลำตัวในขณะที่ไต่ตัว (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญห	F	%
1. หาสาเหตุของการเกร็งลำตัวในขณะที่ไต่ตัว.....	66	82.50
2. อธิบาย สาเหตุพร้อมทั้งประโยชน์ของการไต่ตัวที่ถูกวิธี.....	63	78.75
3. ให้นักเรียนจับบอร์ด ก้มหน้า โดยผู้สอนคอยช่วยพยุงตัวนักเรียน.....	59	73.75
4. ให้นักเรียนไต่ตัวออกโดยครูช่วยจับมือปรับลำคอให้หายงอ.....	70	87.50
5. อื่นๆ เช่น ให้นักเรียนไต่ตัวออก และครูผู้สอนคอยปรับขาให้ชิดกัน.....	62	77.50

จากตาราง 12 แสดงให้เห็นว่า วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการไต่ตัว นักเรียนเกร็งลำตัวในขณะที่ไต่ตัว โดยเรียงวิธีที่ใช้มากที่สุดไปหาน้อย 3 ลำดับ ดังนี้

1. ให้นักเรียนไต่ตัวออกโดยครูช่วยจับมือปรับลำคอให้หายงอ จำนวน 70 คน คิดเป็น ร้อยละ 87.50
2. หาสาเหตุของการเกร็งลำตัวในขณะที่ไต่ตัว จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 82.50
3. อธิบาย สาเหตุพร้อมทั้งประโยชน์ของการไต่ตัวที่ถูกวิธี จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 78.75

ตาราง 13 จำนวน และค่าร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะพับเข้ามามากเกินไป (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญห	F	%
1. หาสาเหตุของการเตะเท้าที่ไม่ถูกวิธี.....	65	81.25
2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี.....	69	86.25
3. ให้นักเรียนหนึ่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระและฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี.....	70	87.50
4. ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูจับขาเพื่อให้ออกแรงในการเตะเท้าที่ถูกวิธี.....	72	90.00
5. ให้นักเรียนเตะเท้าโดยการเกร็งขาก่อน เพื่อจะได้ไม่พับเข้าแล้วค่อยๆ เตะเท้า แบบสบายๆ (ไม่เกร็งลำตัวและขา).....	67	83.75
6. ให้นักเรียนจับคู่กัน โดยให้นักเรียนคนที่ฝึกเตะเท้าจับขอบสระ ก้มหน้า ลอยตัว และให้เพื่อนนักเรียนอีกคนหนึ่งใช้แขนช่วยรองได้ขาเพื่อไม่ให้ จมน้ำแล้วฝึกการเตะเท้าที่ถูกต้องจากนั้นเปลี่ยนกันทำการฝึก.....	62	77.50
7. ให้นักเรียนจับขอบสระเตะเท้าแล้วให้ครูหรือเพื่อน ยกแขนหรือถือบอร์ด ไว้ให้เหนือกว่าบริเวณขาผู้ฝึก เพื่อกันไม่ให้นักเรียนเตะเท้าสูง โดยไม่ให้ ถูกแขนหรือถูกบอร์ด.....	65	83.00
8. อื่นๆ เช่น หากิจกรรมเสริมให้นักเรียนลอยตัวได้ดี เพราะการลอยตัวได้ดี จะเป็นประโยชน์ในการเตะเท้าด้วย หรือครูควรชี้จุดของเท้าที่จะใช้ กระแทบน้ำ.....	53	66.25

จากตาราง 13 แสดงให้เห็นว่า วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะพับเข้ามาเกินไป โดยเรียงวิธีที่ใช้มากที่สุดไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูจับขาเพื่อให้ออกแรงในการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00

2. ให้นักเรียนหนึ่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระและฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50

3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25

ตาราง 14 จำนวน และค่าร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะเข้าตึง (เกร็งขา) (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญหา	F	%
1. หาสาเหตุของการเตะเท้าที่ไม่ถูกวิธี.....	64	80.00
2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี.....	65	81.25
3. ให้นักเรียนนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระ และฝึกการเตะเท้าให้ถูกวิธี.....	72	90.00
4. ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนจับเตะเท้าให้ถูกวิธี.....	70	87.50
5. ใช้จิตวิทยามาช่วยในการสอน เช่น ให้นักเรียนเตะเท้าโดยการพับเข่าก่อน แล้วค่อยๆ ปรับปรุงแก้ไข.....	58	72.50
6. ให้อุปกรณ์ในการสอน เช่น ให้นักเรียนจับบอร์ดว่ายน้ำแล้ว ค่อยๆ เตะเท้า.....	55	68.75
7. อื่น ๆ ครูค่อยๆ จับตักนักเรียนเตะเบาๆ แล้วปล่อยให้นักเรียนได้ออกแรงเอง หรือให้นักเรียนเตะเท้ามากๆ เมื่อนักเรียนเมื่อยขาแล้วจะทำให้ไม่เกร็ง.....	39	48.75

จากตาราง 14 แสดงให้เห็นว่า วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะเข้าตึง (เกร็งขา) โดยเรียงวิธีที่ใช้มากที่สุดไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้นักเรียนนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระ และฝึกการเตะเท้าให้ถูกวิธี จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00
2. ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนจับเตะเท้าให้ถูกวิธี จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.5
3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 81.25

ตาราง 15 จำนวน และค่าร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะถีบจักรยาน (โดยการดึงเข้าเข้าหาลำตัว) (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญหา	F	%
1. หาสาเหตุของการเตะเท้าที่ไม่ถูกวิธี.....	48	60.00
2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี.....	66	82.50
3. ให้นักเรียนนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระ และฝึกการเตะเท้าให้ถูกวิธี.....	72	90.00
4. ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนจับเตะเท้าให้ถูกวิธี.....	76	95.00
5. ใช้จิตวิทยามาช่วยในการสอน เช่น ให้นักเรียนเตะเท้าโดยการพับเข่าก่อน แล้วค่อยๆ ปรับปรุงแก้ไข.....	50	62.50
6. ค่อยๆ ปรับแก้ไข.....	61	76.25
7. อื่น ๆ เช่น ครูควรฝึกให้นักเรียนเตะเท้าที่ถูกต้องบนบกก่อน จึงจะปล่อย ให้นักเรียนฝึกเอง.....	39	48.75

จากตาราง 15 แสดงให้เห็นว่า วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะถีบจักรยาน (โดยการดึงเข้าเข้าหาลำตัว) โดยเรียงวิธีที่ใช้มากที่สุดไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนจับเตะเท้าให้ถูกวิธี จำนวน 76 คน คิดเป็น ร้อยละ 95.00
2. ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนจับเตะเท้าให้ถูกวิธี จำนวน 72 คน คิดเป็น ร้อยละ 90.00
3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 66 คน คิดเป็น ร้อยละ 82.50

ตาราง 16 จำนวน และค่าร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะยกเท้าสูงกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญหา	F	%
1. หาสาเหตุของการเตะเท้าที่ไม่ถูกวิธี.....	61	60.00
2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี.....	66	82.50
3. ให้จับขอบสระ แล้วค่อยๆ ลอยตัว โดยให้ครูหรือเพื่อนจับขาเตะเท้าอย่างถูกวิธี.....	58	72.50
4. ให้นั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระและฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี.....	70	87.50
5. ให้จับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนใช้แขนหรือบอร์ด กั้นไว้เพื่อไม่ให้เตะเท้าสูง.....	73	91.25
6. ให้อุปกรณ์ในการสอน เช่น ให้จับบอร์ดว่ายน้ำและฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี...	52	65.00
7. อื่น ๆ เช่น ใช้มือของครูผู้สอนตั้งไว้ในแนวระดับน้ำเพื่อไม่ให้นักเรียนเตะเท้าอยู่สูงกว่ามือครู และฝึกให้นักเรียนเตะเท้าที่ถูกวิธีที่ละคน.....	42	52.50

จากตาราง 16 แสดงให้เห็นว่า วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะยกเท้าสูงกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป โดยเรียงวิธีที่ใช้มากที่สุดไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้จับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนใช้แขนหรือบอร์ด กั้นไว้เพื่อไม่ให้เตะเท้าสูง จำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 91.25
2. ให้นั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระและฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50
3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 82.50

ตาราง 17 จำนวน และร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะยกเท้าต่ำกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญห	F	%
1. หาสาเหตุของการเตะเท้าที่ไม่ถูกวิธี.....	59	73.75
2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี.....	66	82.50
3. ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนจับเตะเท้าให้ถูกวิธี.....	77	96.25
4. ฝึกให้นักเรียนลอยตัวอีกกระยะหนึ่ง และพยายามยกสะโพก ทำลำตัวให้ขนานกับน้ำ.....	62	77.50
5. ให้นักเรียนนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระประมาณครึ่งขาท่อนบนแล้วฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี.....	71	88.75
6. ให้อุปกรณ์มาช่วยในการสอน เช่น บอร์ดว่ายน้ำ	64	80.00
7. อื่น ๆ เช่น ครูผู้สอนควบคุมการเริ่มเตะเท้าที่ถูกต้งตั้งแต่เริ่มแรก และให้ฝึกทีละคน หรือ ครูผู้สอนควรจับสะโพกนักเรียนให้ลอยขึ้น.....	50	62.50

จากตาราง 17 แสดงให้เห็นว่า วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะยกเท้าต่ำกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป โดยเรียงวิธีที่ใช้มากที่สุดไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนจับเตะเท้าให้ถูกวิธี จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 96.25

2. ให้นักเรียนนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระประมาณครึ่งขาท่อนบนแล้วฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 88.75

3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 82.50

ตาราง 18 จำนวน และค่าร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการว่ายน้ำท่าสุนัขผาดกน้ำ นักเรียนไม่กลัวว่ายน้ำท่าสุนัขผาดกน้ำ (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญหา	F	%
1. หาสาเหตุของการไม่กลัวว่ายน้ำท่าสุนัขผาดกน้ำ.....	61	76.25
2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการว่ายน้ำท่าสุนัขผาดกน้ำ.....	69	86.25
3. สร้างความมั่นใจให้นักเรียนโดยการฝึกน้ำตื้นๆ ระดับน้ำประมาณความลึก ระดับ.....	72	90.00
4. หน้อก ฝึกว่ายน้ำแขนและเท้าให้ถูกหลักในการว่ายน้ำท่าสุนัขผาดกน้ำ.....	58	72.50
5. ครูช่วยพยุงลำตัวนักเรียนให้ว่ายจากระยะใกล้ๆ เข้าหาขอบสระ.....	74	92.50
6. อื่นๆ	-	-

จากตาราง 18 แสดงให้เห็นว่า วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการว่ายน้ำท่าสุนัขผาดกน้ำ นักเรียนไม่กลัวว่ายน้ำท่าสุนัขผาดกน้ำ โดยเรียงวิธีที่ใช้มากที่สุด 3 ลำดับดังนี้

1. ครูช่วยพยุงลำตัวนักเรียนให้ว่ายจากระยะใกล้ๆ เข้าหาขอบสระ จำนวน 74 คน คิดเป็น ร้อยละ 92.50

2. สร้างความมั่นใจให้นักเรียนโดยการฝึกน้ำตื้นๆ ระดับน้ำประมาณความลึกระดับ จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00

3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการว่ายน้ำท่าสุนัขผาดกน้ำ จำนวน 69 คน คิดเป็น ร้อยละ 86.25

ตาราง 19 จำนวน และค่าร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการว่ายน้ำทำสุนัขผดกน้ำ นักเรียนกล้วว่ายน้ำทำสุนัขผดกน้ำแต่ว่ายน้ำไม่ถูกวิธี (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญห	F	%
1. หาสาเหตุของการว่ายน้ำทำสุนัขผดกน้ำที่ไม่ถูกวิธี.....	55	68.75
2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการว่ายน้ำทำสุนัขผดกน้ำ.....	68	85.00
3. ฝึกการใช้มือและแขนพยุน้ำฝึกทำท่าบ่นบกก่อน.....	75	93.75
4. ฝึกการเตะเท้าสลับโน้มตัวไปทั้งหน้าขณะว่ายน้ำใช้มือพยุน้ำฝึกจากน้ำตื้น....	74	92.50
5. ฝึกว่ายน้ำระยะใกล้ๆ และฝึกว่ายน้ำในน้ำลึกจนเกิดความชำนาญ.....	70	87.50
6. อื่นๆ เช่น ฝึกแต่ละขั้นตอนอย่างช้าๆ เพื่อให้เกิดความชำนาญ	32	40.00

จากตาราง 19 แสดงให้เห็นว่า วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการว่ายน้ำทำสุนัขผดกน้ำ นักเรียนกล้วว่ายน้ำทำสุนัขผดกน้ำแต่ว่ายน้ำไม่ถูกวิธี โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ฝึกการใช้มือและแขนพยุน้ำฝึกทำท่าบ่นบกก่อน จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 93.75

2. ฝึกการเตะเท้าสลับโน้มตัวไปทั้งหน้าขณะว่ายน้ำใช้มือพยุน้ำฝึกจากน้ำตื้น จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 92.50

3. ฝึกว่ายน้ำระยะใกล้ๆ และฝึกว่ายน้ำในน้ำลึกจนเกิดความชำนาญ จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50

ตาราง 20 จำนวน และค่าร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเลี้ยงตัว นักเรียนไม่กล้าเลี้ยงตัวในน้ำ (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญหา	F	%
1. หาสาเหตุของการไม่กล้าเลี้ยงตัวในน้ำ.....	62	77.50
2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเลี้ยงตัวในน้ำ.....	71	88.75
3. สร้างความมั่นใจโดยครูลงไปอยู่ในน้ำด้วย.....	69	86.25
4. ครูช่วยจับมือนักเรียนขณะเลี้ยงตัวในน้ำ ฝึกในน้ำลึก.....	65	83.00
5. อื่น ๆ	-	-

จากตาราง 20 แสดงให้เห็นว่า วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเลี้ยงตัว นักเรียนไม่กล้าเลี้ยงตัวในน้ำ โดยเรียงวิธีที่ใช้มากที่สุดไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเลี้ยงตัวในน้ำ จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 88.75

2. สร้างความมั่นใจโดยครูลงไปอยู่ในน้ำด้วย จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25

3. ครูช่วยจับมือนักเรียนขณะเลี้ยงตัวในน้ำ ฝึกในน้ำลึก จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 83.00

ตาราง 21 จำนวน และค่าร้อยละของวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเลี้ยงตัว นักเรียนกล้าเลี้ยงตัวในน้ำแต่ทำไม่ถูกวิธี (N = 80)

วิธีการแก้ไขปัญห	F	%
1. หาสาเหตุของการเลี้ยงตัวในน้ำไม่ถูกวิธี.....	58	72.50
2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเลี้ยงตัวในน้ำ.....	67	83.75
3. การฝึกมือ แขน บริเวณน้ำตื้นใช้มือแขนพยุน้ำเข้าออก.....	62	77.50
4. การให้นักเรียนฝึกเตะเท้าใช้การกอดโหมให้ตัวอยู่แนวตั้งเตะเท้าแบบปั่นจักรยานหรือแบบกรรไกร.....	61	76.25
5. การฝึกมือ แขน พยุ่น้ำ และเตะเท้าแบบกรรไกร ให้สัมพันธ์กัน จะช่วยให้เลี้ยงตัวในน้ำได้นาน โดยศีรษะไม่จมน้ำ.....	74	92.50
6. ฝึกจับเวลาในการเลี้ยงตัวเริ่มจากระยะเวลาน้อย แล้วค่อยเพิ่มเวลาขึ้น.....	69	86.25
7. อื่นๆ เช่น นำกิจกรรมเกมส์เข้ามาช่วยเสริมการฝึก และให้นักเรียนฝึกการลอยตัวในท่าที่ถนัด.....	49	61.25

จากตาราง 21 แสดงให้เห็นว่า วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเลี้ยงตัว นักเรียนกล้าเลี้ยงตัวในน้ำแต่ทำไม่ถูกวิธีโดยเรียงวิธีที่ใช้มากที่สุดไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. การฝึกมือ แขน พยุ่น้ำ และเตะเท้าแบบกรรไกร ให้สัมพันธ์กัน จะช่วยให้เลี้ยงตัวในน้ำได้นาน โดยศีรษะไม่จมน้ำ จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 92.50

2. ฝึกจับเวลาในการเลี้ยงตัวเริ่มจากระยะเวลาน้อย แล้วค่อยเพิ่มเวลาขึ้น จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25

3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเลี้ยงตัวในน้ำ จำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 83.75

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขปความมุ่งหมาย และวิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อทราบปัญหาและระดับปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำของครูผู้สอน ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ
2. เพื่อทราบวิธีการแก้ไขปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำเบื้องต้นของครูผู้สอนเด็ก อายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ

วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างครูผู้สอนว่ายน้ำในโรงเรียนอนุบาล สังกัดสำนักงานการศึกษาเอกชน และระดับก่อนประถมในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัด สำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ จังหวัดสมุทรปราการ

กลุ่มตัวอย่าง เป็นครูสอนว่ายน้ำ ในจังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 93 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยใช้วิธีจับฉลากคัดออกให้เหลือ จำนวน 80 คน กลุ่มตัวอย่างได้มาโดยใช้ตารางสุ่มสำเร็จรูป โดยใช้สูตรของเกรจซี และมอร์แกน (Krejcie and Morgan)

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นแบ่งเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ข้อมูลปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหการสอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ซึ่งแบ่งเป็น 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี

ส่วนที่ 2 ข้อมูลสาเหตุของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี

ส่วนที่ 3 ข้อมูลวิธีการแก้ไขปัญหการสอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ โปรแกรมสำเร็จรูปการวิจัยทางสังคมศาสตร์ (Statistical Package for the Social Science Personal Computer Plus = SPSS-PC⁺) ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยหาความถี่ และค่าร้อยละ นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 2 ข้อมูลปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ซึ่งแบ่งเป็น 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี โดยหาค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปของตารางประกอบความเรียง

ส่วนที่ 2 ข้อมูลสาเหตุของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี โดยหาความถี่ ค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปของตารางประกอบความเรียง

ส่วนที่ 3 ข้อมูลวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี โดยหาความถี่ ค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปของตารางประกอบความเรียง

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ครูผู้สอนว่ายน้ำส่วนใหญ่มาจากโรงเรียนอำนวยการวิทย จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 7.5 ครูผู้สอนว่ายน้ำส่วนใหญ่เป็นโรงเรียนเอกชนสังกัดสำนักงานศึกษาเอกชน จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 76.25 และเป็นโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดประถมศึกษา จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 23.75 ครูผู้สอนว่ายน้ำส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 96.25 และเป็นเพศหญิง จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 3.75 ครูผู้สอนว่ายน้ำส่วนใหญ่ มีอายุ 36 – 40 ปี จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 27.50 มีอายุ สูงกว่า 40 ปี จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 25.00 มีอายุ 26 – 30 ปี จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 18.75 มีอายุ 31 – 35 ปี จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 16.50 และมีอายุต่ำกว่า 25 ปี จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 12.50 ครูผู้สอนส่วนใหญ่มีการศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 80.00 ต่ำกว่าปริญญาตรี จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 11.25 และปริญญาโท จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 8.75 ครูผู้สอนว่ายน้ำส่วนใหญ่มีประสบการณ์สอน มากกว่า 10 ปี จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 33.75 มีประสบการณ์สอน 4 – 6 ปี จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 31.25 มีประสบการณ์สอน 7 – 9 ปี จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 22.50 และมีประสบการณ์สอนต่ำกว่า 3 ปี 10 คน คิดเป็นร้อยละ 12.50 ครูผู้สอนส่วนใหญ่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทักษะการสอนว่ายน้ำ 1 ครั้ง จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 48.75 ไม่เคยอบรมเลย จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 28.75 เคยอบรม 2 ครั้ง จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 15.00 อื่นๆ เคยอบรมมากกว่า 2 ครั้ง จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 7.50 ครูผู้สอนส่วนใหญ่ได้รับการนิเทศการสอนปีละ

2 ครั้ง จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 ปีละ 1 ครั้งจำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 33.75 อื่นๆ มากกว่า 2 ครั้งจำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 8.75 และไม่เคยได้รับการนิเทศ จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 7.50

ตอนที่ 2 ข้อมูลปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ซึ่งแบ่งเป็น 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 ปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุระหว่าง 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับน้อย และมีปัญหาเรียงลำดับจากมากไปน้อย 5 ลำดับดังนี้

1. นักเรียนไม่กล้าลอยตัว
2. นักเรียนเตะเท้าในลักษณะพับเข้ามาเกินไป
3. นักเรียนไม่กล้าดำน้ำ
4. นักเรียนเตะเท้าในลักษณะเข่าตึง(เกร็งขา)
5. นักเรียนโผล่ตัวในลักษณะการถีบผนังสระส่งตัวไม่มีแรงส่ง

ส่วนที่ 2 ข้อมูลสาเหตุของปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ

สาเหตุของปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุระหว่าง 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ด้านการปรับตัวและสร้างความคุ้นเคยกับน้ำ ในส่วนนักเรียนไม่กล้าลงน้ำ ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากกลัวน้ำเข้าตา จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00 ด้านความไม่สามารถยืนทรงตัวในน้ำ ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากนักเรียนยังไม่คุ้นเคยในการทรงตัว จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 85.00 ด้านการดำน้ำ ในส่วนนักเรียนไม่กล้าดำน้ำ ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากกลัวน้ำเข้าตาเข้าจมูก จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 93.75 ในส่วนนักเรียนกล้าดำน้ำแต่ดำน้ำไม่ถูกวิธี ส่วนใหญ่มีสาเหตุจาก ไม่รู้จักวิธีการกลั้นหายใจ จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25 ในส่วนนักเรียนไม่กล้าลอยตัว ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากดำน้ำไม่เป็น จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 92.50 ในส่วนนักเรียนกล้าลอยตัวแต่ลอยตัวไม่ถูกวิธี ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากขาแขนไม่เหยียดตึง จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25 ด้านการโผล่ตัว ในส่วนนักเรียนโผล่ตัวในลักษณะการถีบผนังสระส่งตัวไม่มีแรงส่ง ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากเกร็งตัวขณะโผล่ตัวออกจากผนังสระ จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 88.75 ในส่วนนักเรียนโผล่ตัวและไม่ก้มศีรษะ ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากนักเรียนเกร็งคอขณะโผล่ตัวจึงไม่ก้มศีรษะ จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50 ในส่วนนักเรียนเกร็งลำตัวในขณะที่โผล่ตัว ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากนักเรียนเกร็งแขนขา ทำขณะโผล่ตัวไม่เคลื่อนที่ จำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 66.25 ด้านการเตะเท้า ในส่วนนักเรียนเตะเท้าในลักษณะพับเข้ามาเกินไป ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากนักเรียนเตะเท้าไม่เป็น จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00 ในส่วนนักเรียนเตะเท้าในลักษณะเข่าตึง (เกร็งขา) ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากลอยตัวไม่เป็น จำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 72.50 ในส่วนนักเรียนเตะเท้าในลักษณะถีบจักรยาน (โดย

การดึงเข้าเข้าหาลำตัว) ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากเตะเท้าไม่เป็น จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50 ในส่วนนักเรียนเตะเท้าในลักษณะยกเท้าสูงกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากปรับระดับเท้าไม่เป็น จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 92.50 ในส่วนนักเรียนเตะเท้าในลักษณะต่ำกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากปรับระดับของเท้าไม่เท่ากัน จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00 ด้านการว่ายน้ำท่าลูกสุนัสดกน้ำ ในส่วนนักเรียนไม่กล้าว่ายน้ำท่าลูกสุนัข ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากแขนขาว่ายน้ำไม่สัมพันธ์ทำให้ตัวจมน้ำ จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25 ในส่วนนักเรียนกล้าว่ายน้ำท่าลูกสุนัสดกน้ำ แต่ว่ายน้ำไม่ถูกวิธี ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากการใช้แขนขาว่ายน้ำไม่สัมพันธ์กัน จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50 ด้านการเลี้ยงตัวในน้ำ ในส่วนนักเรียนไม่กล้าเลี้ยงตัวในน้ำ ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากเลี้ยงตัวในน้ำไม่เป็น จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 97.50 ในส่วนนักเรียนกล้าเลี้ยงตัวในน้ำ แต่ทำไม่ถูกวิธี ส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจากเลี้ยงตัวอยู่ในน้ำไม่นาน เพราะแขนขาเลี้ยงตัวไม่สัมพันธ์กัน จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 88.75

ส่วนที่ 3 ข้อมูลวิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ

วิธีการแก้ไขปัญหการสอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุระหว่าง 4 – 6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ด้านการปรับตัวและสร้างความคุ้นเคยกับน้ำ ในส่วนนักเรียนไม่กล้าลงน้ำ โดยวิธีการที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. พานักเรียนไปนั่งขอบสระแล้วค่อยๆ ให้เท้าจุ่มน้ำ พร้อมวักน้ำลูบหน้าและลำตัว จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 98.75
2. สร้างความเชื่อมั่นให้กับนักเรียน เช่น พุดคุย จับมือกับครู เวลาอยู่ในน้ำ เพื่อให้ นักเรียนเกิดความคุ้นเคย จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 88.75
3. พานักเรียนไปบริเวณที่น้ำตื้นๆ ให้นักเรียนไปเดินเล่นรอบสระเด็กเล็ก จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านไม่สามารถยืนทรงตัวในน้ำ โดยวิธีการที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. สร้างความคุ้นเคยกับความกดดันของน้ำ โดยเมื่อนั่งแล้วให้น้ำอยู่ระดับคาง เพื่อให้หายใจ และร่างกายคุ้นเคยความกดของน้ำ จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00
2. ให้นักเรียนหัดเดินลุยน้ำให้ปริมาณน้ำลึกขนาดโคนขาฝึกการเดินทรงตัวในน้ำ จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50
3. ให้นักเรียนหัดเดินลุยน้ำไปข้างหน้า และเดินถอยหลังในบริเวณน้ำตื้น จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 85.00

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการดำน้ำ นักเรียนไม่กล้าดำน้ำ โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. สร้างความเชื่อมั่นให้กับนักเรียนก่อน เช่น ให้เดินบริเวณน้ำตื้นๆ จนเกิดความคุ้นเคย หรือให้จับมือครูแล้วเดิน จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 93.75

2. พานักเรียนไปฝึกทักษะการกลั้นลมหายใจ โดยนักเรียนนอนคว่ำหันหน้าเข้าหาสระน้ำ กลั้นลมหายใจดำน้ำเริ่มจากง่ายไปหายาก เพื่อให้ นักเรียนเกิดความชำนาญในการหายใจเข้าและหายใจออก จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25

3. ใช้จิตวิทยาและวิธีการสอนแบบต่างๆ เช่น ค่อยๆ เป็น ค่อยๆ ไป ไม่รีบร้อน เพราะจะทำให้กลัวมากขึ้น ให้โอกาสจนกว่านักเรียนจะพร้อม จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 83.00

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการดำน้ำ นักเรียนกลัวดำน้ำแต่ดำไม่ถูกวิธี โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกถึงประโยชน์ของการดำน้ำที่ถูกวิธี จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 98.75

2. พานักเรียนไปฝึกดำน้ำการกลั้นหายใจ โดยใช้ผ้าจากฝักบัว เพื่อให้เกิดความชำนาญในการหายใจเข้าและหายใจออก จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 93.75

3. ให้ใส่แว่นตากันน้ำ เพื่อจะได้ลืมตาและกล้าดำน้ำ จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 92.50

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการลอยตัว นักเรียนไม่กล้าลอยตัว โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. สร้างความเชื่อมั่นให้กับนักเรียนว่าไม่มีอันตราย โดยให้จับครูหรือเพื่อนแล้วจึงลอยตัว จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 97.50

2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกถึงประโยชน์ของการลอยตัว จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 93.75

3. หาสาเหตุของการไม่กล้าลอยตัว จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 85.00

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการลอยตัว นักเรียนกลัวลอยตัวแต่ลอยตัวไม่ถูกวิธี โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้นักเรียนจับขอบสระ จับเพื่อน หรือจับครู แล้วค่อยๆ ลอยตัวพร้อมกับพาเคลื่อนที่เพื่อให้เกิดความมั่นใจ จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 92.50

2. ให้นักเรียนฝึกลอยตัวเพื่อตนเอง ทำซ้ำจนเกิดความชำนาญจำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00

3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกถึงประโยชน์ของการลอยตัวที่ถูกวิธี จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 85.00

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการโผล่ตัว ในส่วนนักเรียนโผล่ตัวในลักษณะการถีบผนังสระส่งตัวไม่มีแรงส่ง โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้นักเรียนใช้ขาถีบผนังสระ พุ่งตัวไปข้างหน้าครูพุงจับมือส่งแรงในการโผล่ตัว จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 88.75

2. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกถึงประโยชน์ของการโผตัวที่ถูกต้อง จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25

3. ให้นักเรียนจับบอร์ดว่ายน้ำใช้ขาถีบผนังขอบสระเงยหน้า และก้มหน้า แขนขา ลำตัวเหยียดตรงจำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 83.75

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการโผตัว ในส่วนนักเรียนโผตัวแล้วไม่ก้มศีรษะ โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้นักเรียนโผตัวออกโดยครูจับมือช่วยพยุงปรับศีรษะให้ลำตัวขนานกับน้ำ จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 96.25

2. อธิบาย การโผตัว พร้อมทั้งสาธิตการโผตัวที่ถูกวิธี จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00

3. ให้นักเรียนจับบอร์ดโผตัว ก้มศีรษะ แขนขนานข้างหู จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการโผตัว นักเรียนเกร็งลำตัวในขณะที่โผตัว โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้นักเรียนโผตัวออกโดยครูช่วยจับมือปรับลำตัวให้หยางอ จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50

2. หาสาเหตุของการเกร็งลำตัวในขณะที่โผตัว จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 82.50

3. อธิบาย สาเหตุพร้อมทั้งประโยชน์ของการโผตัวที่ถูกวิธี จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 78.75

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะพับเข่ามากเกินไป โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูจุมขาเพื่อให้ออกแรงในการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00

2. ให้นักเรียนนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระและฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50

3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะเข่าตึง (เกร็งขา) โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้นักเรียนนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระ และฝึกการเตะเท้าให้ถูกวิธี จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00

2. ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนจับเตะเท้าให้ถูกวิธี จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.5

3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 81.25

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะถีบจักรยาน (โดยการดึงเข้าเข้าหาลำตัว) โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้นักเรียนนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระและฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 95.00

2. ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนจับเตะเท้าให้ถูกวิธี จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00

3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 82.50

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะยกเท้าสูงกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้จับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนใช้แขนหรือบอร์ด กันไว้เพื่อไม่ให้เตะเท้าสูง จำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 91.25

2. ให้นั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระและฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50

3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 82.50

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะยกเท้าต่ำกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนจับเตะเท้าให้ถูกวิธี จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 96.25

2. ให้นักเรียนนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระประมาณครึ่งขาท่อนบนแล้วฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 88.75

3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 82.50

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการว่ายน้ำท่าสุนัขตกน้ำ นักเรียนไม่กล้าว่ายน้ำท่าสุนัขตกน้ำ โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ครูช่วยพยุงลำตัวนักเรียนให้ว่ายน้ำจากระยะใกล้ๆ เข้าหาขอบสระ จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 92.50

2. สร้างความมั่นใจให้นักเรียนโดยการฝึกน้ำตื้นๆ ระดับน้ำประมาณความลึกกระดก จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00

3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการว่ายน้ำทำสุนัขตกน้ำ จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการว่ายน้ำทำสุนัขตกน้ำ นักเรียนกลัวว่ายน้ำทำสุนัขตกน้ำแต่ว่ายน้ำไม่ถูกวิธี โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. ฝึกการใช้มือและแขนพยุน้ำฝึกทำท่าบนบกก่อน จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 93.75
2. ฝึกการเตะเท้าสลับโน้มตัวไปทั้งหน้าขณะว่ายน้ำใช้มือพยุน้ำฝึกจากน้ำตื้น จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 92.50

3. ฝึกว่ายน้ำระยะใกล้ๆ และฝึกว่ายน้ำในน้ำลึกจนเกิดความชำนาญ จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเลี้ยงตัว นักเรียนไม่กล้าเลี้ยงตัวในน้ำ โดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเลี้ยงตัวในน้ำ จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 88.75
2. สร้างความมั่นใจโดยครูลงไปอยู่ในน้ำด้วย จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25
3. ครูช่วยจับมือนักเรียนขณะเลี้ยงตัวในน้ำ ฝึกในน้ำลึก จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 83.00

วิธีการแก้ไขปัญหของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี ด้านการเลี้ยงตัว นักเรียนกล้าเลี้ยงตัวในน้ำแต่ทำไม่ถูกวิธีโดยเรียงวิธีที่ใช้มากไปหาน้อย 3 ลำดับดังนี้

1. การฝึกมือ แขนพยุน้ำ และเตะเท้าแบบกรรไกร ให้สัมพันธ์กัน จะช่วยให้เลี้ยงตัวในน้ำได้นาน โดยศรีษะไม่จมน้ำ จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 92.50
2. ฝึกจับเวลาในการเลี้ยงตัวเริ่มจากระยะเวลาน้อย แล้วค่อยเพิ่มเวลาขึ้น จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 86.25

3. อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเลี้ยงตัวในน้ำ จำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 83.75

อภิปรายผล

จากการศึกษาค้นคว้า ปัญหาและวิธีการแก้ไขของผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็ก อายุ 4-6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ สามารถอภิปรายผลได้ ดังนี้

1. สภาพของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็ก อายุ 4-6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ครูผู้สอนส่วนใหญ่มาจากโรงเรียนเอกชน สังกัด สำนักงานการศึกษาเอกชน ส่วนใหญ่เป็นครูผู้ชายมากกว่าครูผู้หญิง ครูผู้สอนว่ายน้ำส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 36-40 ปี เป็นวัยที่มีประสบการณ์สอนมากกว่า 10 ปี ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย ของนอกเคน (Noken 1972 : 3674 - A) ที่พบว่า ครูผู้ชายได้รับการยอมรับว่ามีความสามารถในการสอนกีฬามากกว่าครูผู้หญิง นอกจากนี้ด้านประสบการณ์สอนก็เป็นสิ่งจำเป็นยิ่ง เพราะผู้สอนมานาน ๑ ย่อมมีความเข้าใจในวิธีสอนเทคนิคการสอน และความแตกต่างระหว่างนักเรียนก็เป็นอย่างดี ทำให้การเรียนการสอนมีประสิทธิภาพมากขึ้น ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4-6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ ส่วนใหญ่ ซึ่งตรงกับหลักสูตรพลศึกษา ตามที่ วาสนา คุณาประสิทธิ์ (2541 :P 197) ได้กล่าวว่า การสอนของครูจะดีขึ้นต้องมีการนิเทศการสอน ประเมินผลตัวครูผู้สอนเพื่อเป็นแนวทางในการเปลี่ยนแปลง ปรับปรุง ส่งเสริมครูให้ทำงานได้ตรงและเหมาะสมกับความสามารถยังเป็นการกระตุ้นให้ครูได้พัฒนาตนเอง ให้เป็นครูที่ดียิ่งขึ้น ซึ่งเป็นเหตุผลที่สำคัญในการวัดประสิทธิภาพของครู ด้านพฤติกรรม บุคลิกภาพ เทคนิคการสอน ทักษะที่ครูถ่ายทอดให้กับผู้เรียนซึ่งสิ่งเหล่านี้และจะช่วยให้ครูสามารถแนะนำนักเรียนให้เรียนรู้อย่างมีระบบระเบียบมากขึ้น

2. ข้อมูลปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอน ทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4-6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ แบ่งออกเป็น 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 ปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ อายุ 4-6 ปี

1. นักเรียนไม่กล้าลอยตัว

การลอยตัวเป็นพื้นฐานสำคัญของการว่ายน้ำ นักเรียนที่หัดเรียนว่ายน้ำใหม่ ๆ จะมีความวิตกกังวลไม่กล้ายกตัวให้ลอยอยู่ในระดับผิวน้ำได้ ดังนั้น จึงต้องเรียนจากง่ายไปหายาก ตรงกับสมาคมผู้ฝึกสอนว่ายน้ำแห่งประเทศไทย (2541 : 11) ได้ให้หลักการในการสอน ว่าอย่าเร่งรัดการลอยตัว จะทำให้เกิดปัญหา การที่จะลอยตัวได้ต้องดำน้ำให้ได้เสียก่อน เพราะในการลอยตัวแบบนอนคว่ำหน้าหรือท่าปลาตัวต้องกลั้นหายใจดำน้ำ เมื่อฝึกจนชำนาญแล้วจึงฝึกลอยตัวแบบนอนหงาย ปลาตัวหงายลักษณะการคว่ำหน้าและลำตัว แยกเท้าและแขนให้เท่ากัน เมื่อลอยตัวปลาตัวได้แล้วเปลี่ยนมาฝึกลอยตัวท่าหุ้น เริ่มจากการกลั้นหายใจในน้ำ ก้มหน้าพร้อมกับกอดเข่า โดยยกเข่าขึ้นมากอดให้เข่าติดหน้าอก และให้หลังและศรีษะลอยปริ่มน้ำ เมื่อฝึกท่าหุ้นชำนาญ จนเด็กไม่เกิดความกลัว จึงเริ่มหัดลอยตัวท่าแมงกะพรุน ยืนในน้ำ หายใจเข้าก้มหน้าลงในน้ำ และมือทั้งสองข้างจับหน้าแข้งของตัวเองให้หลังลอยขึ้นมาบนผิวน้ำ ทูกว่าของการลอยตัว ครูผู้สอน อาจเริ่มต้นอธิบาย สาธิต และเมื่อนักเรียนฝึกปฏิบัติครูต้องคอยพยุงตัวดูและให้ความช่วยเหลือแนะนำแก้ไข จะทำให้การลอยตัวดีขึ้นต้องให้นักเรียนฝึกบ่อย ๆ จนเกิดความชำนาญ

2. นักเรียนแตะเท้าในลักษณะพับเข้าเกินไป

การแตะเท้ามีส่วนสำคัญในการที่จะฝึกขั้นต่อไปในท่าครอว์ล วีระ มนัสวานิช (2537:23) กล่าวว่า การแตะเท้าจำเป็นต้องฝึกหัดให้ถูกต้อง สำหรับนักเรียน ผู้ฝึกหัดว่ายน้ำใหม่ๆ ครูผู้สอนให้นักเรียนนั่งขอบสระ โดยเหยียดขาจุ่มปลายเท้าขึ้นลงสลับขา หรือนอนคว่ำบนขอบสระเหยียดเท้าลงในน้ำแตะเท้าขึ้นลงทีละข้าง โดยขาข้างหนึ่งแตะขึ้นข้างบน ขาอีกข้างต้องแตะลงด้านล่างสลับขึ้นลงตลอดเวลา การฝึกครูให้นักเรียนฝึกแตะเท้าโดยเริ่มแตะจากจำนวนน้อยครั้งก่อน แล้วจึงค่อยเพิ่มจำนวนครั้งเพื่อเด็กจะได้ไม่เบื่อ สลับกับการแตะเท้าช้าและเริ่มเพิ่มความเร็วขึ้น ครูอธิบายการจัดท่าแตะเท้าไม่ให้ขาอ โดยให้จุ่มปลายเท้าเหยียดขึ้นไปข้างหลัง เวลาแตะเท้าให้ออกแรงจากสะโพก สลับปลายเท้าและเหยียดเข่าออกไปเป็นการฝึกแก้ไขการแตะเท้าลักษณะพับเข้า หากเด็กยังแตะแล้วเข้าพับอ ครูช่วยจับปลายเท้ายกขึ้นลงให้นักเรียนแตะเท้าสัมพันธ์ และออกแรงแตะเท่ากัน เมื่อเด็กสามารถแตะเท้าได้แล้วก็เปลี่ยนการฝึกหัดแตะเท้าอยู่กับที่เป็นฝึกเคลื่อนที่ เกาะคิบบอร์ดว่ายน้ำแตะขาโดยเพิ่มระยะทางจนสามารถแตะเท้าจนชำนาญ สามารถฝึกเพิ่มขึ้นในการใช้แขนในท่าครอว์ลต่อไป

3. นักเรียนไม่กล้าดำน้ำ

ครูผู้สอนต้องสอบถามสาเหตุการไม่กล้าดำน้ำและอธิบายวิธีการดำน้ำ เพราะการดำน้ำมีความจำเป็นต่อนักเรียนที่เริ่มเรียนใหม่ๆ ไม่รู้การปรับการหายใจในน้ำ ทำให้มีการสำลัก และเกิดความกลัวต่อการว่ายน้ำ ต้องเลิกจากการฝึกว่ายน้ำ น่าเสียดายถ้าเกิดขึ้นในลักษณะแบบนี้ สมาคมผู้ฝึกสอนว่ายน้ำแห่งประเทศไทย (2544:7) กล่าวว่าครูผู้สอนต้องผูกมิตรและสร้างความมั่นใจให้กับนักเรียนก่อน โดยฝึกจากง่ายไปหายาก การฝึกนักเรียนนั่งบนขอบสระหายใจเข้า – ออก โดยหายใจเข้าให้อ้าปากให้กว้างพอสมควร และให้หายใจเข้าทางปากอย่างเดียว หายใจออกทางปากและจุ่มก้นตอนต่อไปให้นักเรียน ฝึกหายใจเข้าทางปากและเป่าอากาศออกจากปาก ให้นักเรียนนั่งบนขอบสระให้ใช้มือทั้งสองข้างตักน้ำ สูดอากาศเข้าทางปากแล้วเป่าน้ำให้ไหลออกจากมือทั้งสองข้างที่ ตักน้ำ จนฝ่ามือไม่มีน้ำพยายามฝึกหลายครั้งให้เกิดความชำนาญ เมื่อฝึกจนชำนาญแล้วเพิ่มการฝึกนอนคว่ำบนขอบสระ และให้ส่วนศีรษะล้ำออกไปในน้ำ แล้วหายใจเข้าทางปาก ก้มหน้าเป่าน้ำจากนั้นให้ส่วนคางลงน้ำก่อนต่อไปให้ส่วนปากลงน้ำและค่อยๆ ให้ส่วนจุ่มก้น ก้มหน้าลงน้ำหัดบนบกอย่างเดียวไม่ได้เพราะบนบกในน้ำมีความแตกต่างกัน ครูผู้สอนต้องให้หัดฝึกปฏิบัติทั้งบนบกและในน้ำจนเกิดความชำนาญในการดำน้ำ จึงเป็นการแก้ปัญหาให้นักเรียนไม่กล้าดำน้ำ

4. นักเรียนแตะเท้าในลักษณะเข่าตึง (เกร็งขา)

การแตะเท้ามีความสำคัญ ถ้าหากเกิดการเกร็งจะทำให้การแตะเท้าได้ระยะสั้น และทำให้กล้ามเนื้อขาอ่อนล้าในการออกแรง สาเหตุเกิดจากการกลัว หรือต้องการแตะเท้าให้เหยียดตรงมากเกินไปจึงกลัวว่าจะทำไม่ถูกวิธีจึงเกิดอาการเกร็งขา วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2543:64) กล่าวว่าครูผู้สอนต้องอธิบาย วิธีแตะเท้าที่ถูกต้องให้วิธีแจ่มชัดผลเสีย พร้อมอธิบายสาธิต ให้นักเรียนเข้าใจว่าการแตะเท้าปกติธรรมดาที่สุดในการว่ายน้ำ เรียกว่า “การแตะสลับเท้า” นั่นคือการแตะเท้า ขวา – ซ้าย สลับขึ้น – ลง โดยเริ่มจากการฝึกบนบกก่อน ให้นักเรียนนั่งบนขอบสระโดยเหยียดขาจุ่ม ปลาย

เท้าเตะเท้าสลับขึ้น – ลง หรือนอนคว่ำบนขอบสระ แขนเหยียดขนานข้างหูทั้งสองข้าง หายใจเข้าก้มหน้าลำตัวเหยียดตรง เริ่มเตะเท้าสลับขึ้นลง โดยการเคลื่อนไหวตั้งแต่สะโพกลงไปจนถึงปลายเท้า เข้าตึงไม่งอขา การเตะเท้าที่สำคัญต้องแน่ใจว่าเคลื่อนไหวนั้นไม่ใช่การสั่นขาแต่เป็นการเตะเท้าขึ้นลงโดยออกแรงจากสะโพก เปลี่ยนการฝึกอยู่กับที่มาเป็นการใช้คอบอร์ดว่ายน้ำ ให้นักเรียนฝึกจับคอบอร์ดว่ายน้ำเตะเท้าจากระยะใกล้ๆ ทำซ้ำๆ จนเกิดความชำนาญในการเตะเท้าเพื่อลดอาการเกร็งขา

5. นักเรียนโผตัวในลักษณะการถีบผนังสระส่งตัวไม่มีแรงส่ง

การโผตัวนักเรียนไม่เข้าใจว่าต้องใช้เท้าถีบผนังสระส่งตัว เมื่อไม่ออกแรงถีบการส่งตัวไปข้างหน้าขณะโผ จะทำให้การโผไม่ได้ระยะทาง วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2543:46) กล่าวว่า การโผตัวคือการกมตัวไปข้างหน้าแล้วถีบพื้นสระเพื่อให้ตัวพุ่งไปข้างหน้า การโผตัวไปข้างหน้าเป็นทักษะการเคลื่อนที่ไปในน้ำ ซึ่งเป็นทักษะแรกๆ ที่ผู้เรียนต้องรู้จักและฝึกฝนให้ได้ก่อนการใช้มือในท่าครอว์ล ในการฝึก วีระ มนัสวานิช (2537:22) กล่าวว่า การฝึกโผให้นักเรียนยืนชิดขอบสระ ยกแขนซ้ายขวาเหยียดตึงชิดหูขึ้นเหนือศีรษะ นิ้วหัวแม่มือเกี่ยวกันไว้ฝ่ามือคว่ำลงหายใจเข้าลึกๆ แล้วก้มหน้าลงอยู่ในน้ำ ตามองไปข้างหน้า แล้วใช้ขาถีบผนังสระของสระหรือพื้นสระพุ่งไปข้างหน้าตามแรงส่งให้ไกลที่สุด แขนขา ลำตัวเหยียดตรงไม่เกร็ง ปลอยตามสบายจนกว่าจะหมดแรงส่งจึงยืนขึ้น ในการเริ่มฝึกใหม่ ในช่วงแรกครูผู้สอนประคองศีรษะก่อนเพื่อมิให้ศีรษะจมน้ำจนเกินไป หรือให้นักเรียนจับคอบอร์ดว่ายน้ำ ในการโผตัวฝึกทำบ่อยๆ จนเกิดความชำนาญ และชาวยังไม่รู้จักถีบผนังสระ ครูผู้สอนช่วยจัดท่าให้นักเรียนจัดทำโผตัวออก จะทำให้การโผตัวมีแรงส่งตัวดีขึ้น

ส่วนที่ 2 ข้อมูลสาเหตุของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4-6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ

สาเหตุของปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4-6 ปี จังหวัดสมุทรปราการ

1. ด้านการปรับตัวสร้างความคุ้นเคยกับน้ำ สาเหตุที่เด็กไม่กล้าลงน้ำ กลัวน้ำเข้าตา
2. ด้านความไม่สามารถยืนทรงตัวในน้ำ ส่วนใหญ่มาจากสาเหตุนักเรียนไม่คุ้นเคยในการทรงตัวในน้ำ
3. ด้านการดำน้ำ ในส่วนนักเรียนไม่กล้าดำน้ำ ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากการกลัวน้ำเข้าตา จมูก
4. ด้านการดำน้ำ นักเรียนที่กล้าดำน้ำแต่ดำน้ำไม่ถูกวิธี สาเหตุจากไม่รู้วิธีการกลั้นหายใจ
5. ด้านนักเรียนไม่กล้าลอยตัว สาเหตุส่วนใหญ่มาจากการที่นักเรียนดำน้ำไม่เป็น
6. ด้านนักเรียนกล้าลอยตัวแต่ลอยตัวไม่ถูกวิธี สาเหตุมาจากขาแขนไม่เหยียดตึงในท่าปลาตายหงายปลาคว่ำ
7. ด้านการโผตัว นักเรียนโผตัวในลักษณะการถีบผนังไม่มีแรงส่ง ส่วนใหญ่สาเหตุมาจากการเกร็งตัวขณะโผตัวออกจากผนังสระ
8. ด้านการที่นักเรียนโผตัวและไม่ก้มศีรษะมาจากสาเหตุนักเรียนเกร็งคอขณะโผตัวจึงไม่ก้มศีรษะ

9. ด้านนักเรียนเกร็งลำตัวขณะไต่ตัว ทำให้การไต่ตัวไม่เคลื่อนที่สาเหตุมาจากการเกร็งแขนขา
10. ด้านนักเรียนเตะเท้า ในส่วนนักเรียนเตะเท้าในลักษณะพับเข่ามากเกินไป สาเหตุส่วนใหญ่มาจากนักเรียนเตะเท้าไม่เป็น
11. ด้านนักเรียนเตะเท้าในลักษณะเข่าตึง (เกร็งขา) ส่วนใหญ่มาจากลอยตัวไม่เป็น
12. ด้านนักเรียนเตะเท้าในลักษณะถีบจักรยาน (โดยดึงเข่าเข้าหาลำตัว) สาเหตุเกิดจากการเตะเท้าไม่เป็น
13. ด้านนักเรียนเตะเท้าในลักษณะยกเท้าสูงกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากการปรับเท้าไม่เป็น
14. ด้านนักเรียนเตะเท้าต่ำกว่าผิวน้ำมากเกินไป สาเหตุเกิดจากการปรับเท้าไม่เท่ากัน
15. ด้านการว่ายน้ำท่าลูกสุนัขตกน้ำ ในส่วนนักเรียนไม่กล้าว่ายน้ำท่าลูกสุนัขตกน้ำ ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากแขนขาว่ายน้ำไม่สัมพันธ์ทำให้ตัวจมน้ำ
16. ด้านการว่ายน้ำท่าลูกสุนัขตกน้ำไม่ถูกวิธี ส่วนใหญ่มีสาเหตุจากการใช้แขนขาว่ายน้ำไม่สัมพันธ์กัน
17. ด้านการเลี้ยงตัวในน้ำส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจาก นักเรียนเลี้ยงตัวในน้ำไม่เป็น
18. ด้านการเลี้ยงตัวในน้ำแต่ทำไม่ถูกวิธีมาจากสาเหตุ การเลี้ยงตัวอยู่ในน้ำไม่นานเพราะแขนขาใช้เลี้ยงตัวไม่สัมพันธ์กัน

ส่วนที่ 3 ข้อมูลวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4-6 ปี จังหวัด

สมุทรปราการ

1. วิธีแก้ไขปัญหการปรับตัวสร้างความคุ้นเคยกับน้ำของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ส่วนใหญ่จะแก้ปัญหาโดยการพานักเรียนไปนั่งขอบสระแล้วค่อยๆ ใช้เท้าจุ่มน้ำพร้อมวักน้ำลูบหน้าและลำตัว ครูต้องสร้างความเชื่อมั่นให้กับนักเรียน เช่นพูดคุย สร้างความคุ้นเคยกับนักเรียนที่เริ่มเรียนว่ายน้ำควรเรียนสระตื้นๆ ก่อน
2. วิธีการแก้ปัญหาด้านไม่สามารถยืนทรงตัวในน้ำของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ส่วนใหญ่จะแก้ปัญหา โดยสร้างความคุ้นเคยกับความกดดันของน้ำ โดยให้เด็กนั่งลงไปใต้น้ำอยู่ระดับคาง และหัดให้นักเรียนเดินลุยน้ำให้ปริมาณน้ำลึกขนาดโคนขาฝึกการเดินทรงตัวในน้ำ หัดเดินไปข้างหน้าและเดินถอยหลัง
3. วิธีการแก้ปัญหาด้านการดำน้ำ นักเรียนไม่กล้าดำน้ำของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ส่วนใหญ่จะแก้ปัญหา โดยสร้างความมั่นใจให้กับนักเรียนก่อน เช่นให้เดินบริเวณน้ำตื้นๆ จนเกิดความคุ้นเคย แล้วจึงไปฝึกทักษะการกลั้นหายใจ เมื่อกลั้นหายใจจนชำนาญ การสอนครูจะคำนึงถึงตัวนักเรียนสอนแบบค่อยเป็นค่อยไปเรียนจากง่ายไปหายาก
4. วิธีการแก้ปัญหาด้านนักเรียนดำน้ำ แต่ดำไม่ถูกวิธี ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำส่วนใหญ่จะแก้ปัญห โดยการสอน ครูต้องอธิบาย สาธิต พร้อมบอกประโยชน์ของการดำน้ำให้

- นักเรียนเข้าใจ ให้นักเรียนฝึกกลั่นลมหายใจโดยใช้....ก่อน ฝึกหัดดำน้ำทั้งบนบกและในน้ำ และใส่แว่นตาว่ายน้ำ เพื่อลดอาการกลัวน้ำเข้าตาและหลับตาขณะดำน้ำ
5. วิธีการแก้ไขปัญหาด้านนักเรียนไม่กลัวยอดหัว ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำส่วนใหญ่จะแก้ไขปัญหานี้โดย ครูช่วยจับพยุงตัว ขณะนักเรียนลอยตัวคว่ำหน้า หรือทำลอยตัวท่อนแมงกะพรุน พร้อมบอกถึงประโยชน์ของการลอยตัว การแก้ไขที่ดีครูต้องถามสาเหตุจากนักเรียนว่าทำไมนักเรียนไม่กลัวยอดหัว
 6. วิธีการแก้ไขปัญหาด้านนักเรียนลอยตัว นักเรียนกลัวยอดหัวแต่ลอยตัวไม่ถูกวิธี ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำส่วนใหญ่จะแก้ไขปัญหานี้โดยให้นักเรียนจับขอบสระ จับเพื่อน จับครู แล้วค่อยๆ ลอยตัวพร้อมกับพาเคลื่อนที่ เพื่อให้นักเรียนเกิดความมั่นใจ และให้นักเรียนฝึกการลอยตัวด้วยตัวเองทำซ้ำๆ จนเกิดความชำนาญ การสอนครูต้องอธิบาย สาธิต พร้อมบอกถึงประโยชน์การลอยตัวที่ถูกวิธีให้นักเรียนเข้าใจ
 7. วิธีการแก้ไขปัญหาด้านนักเรียนโผล่หัวในลักษณะโผล่หัวการถีบผนังสระส่งตัวไม่มีแรงส่ง ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำส่วนใหญ่จะแก้ไขปัญหานี้โดยให้นักเรียนใช้ขาถีบผนังสระ พุ่งตัวไปข้างหน้าครูพยุงมือส่งแรงในการโผล่หัว ครูต้องอธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการโผล่หัวที่ถูกต้อง และใช้อุปกรณ์ เช่น ให้นักเรียนจับบอร์ดว่ายน้ำช่วยพยุงตัว ใช้มือจับบอร์ดฝึกโผล่หัว ก้มหน้า เงยหน้า แขนขา ลำตัวเหยียดตรง
 8. วิธีการแก้ไขปัญหาด้านการโผล่หัว แล้วไม่ก้มศีรษะ (เกร็งคอ) ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำส่วนใหญ่จะแก้ปัญหานี้โดยให้นักเรียนโผล่หัวออก โดยครูจับมือช่วยพยุงปรับศีรษะ ให้ลำตัวขนานกับน้ำ ครูอธิบาย สาธิตการโผล่หัว พร้อมทั้งบอกประโยชน์ และให้ใช้บอร์ดว่ายน้ำฝึก โผล่หัว ก้มศีรษะ แขนขนานข้างหู
 9. วิธีการแก้ไขปัญหาด้านการโผล่หัวนักเรียนเกร็งลำตัวในขณะที่โผล่หัว ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำส่วนใหญ่จะแก้ปัญหานี้โดยให้นักเรียนโผล่หัวออก โดยครูช่วยจับมือปรับลำตัวให้ห่างองศาสาเหตุของการเกร็งลำตัวขณะที่โผล่หัว ครูจะอธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์การโผล่หัวที่ถูกวิธี
 10. วิธีการแก้ไขปัญหาด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะพับเข่ามากเกินไป ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำส่วนใหญ่จะแก้ปัญหานี้โดยให้นักเรียนจับขอบสระ แล้วครูจับขาเพื่อให้ออกแรงในการเตะเท้าที่ถูกวิธี ฝึกนั่งบนขอบสระเตะเท้าหรือนอนคว่ำบนขอบสระฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี พร้อมอธิบาย พร้อมบอกประโยชน์ของการเตะเท้า
 11. วิธีการแก้ไขปัญหาด้านการเตะเท้าในลักษณะเข่าตึง (เกร็งขา) ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำส่วนใหญ่ใช้วิธีแก้ไขปัญหานี้ ให้นักเรียนฝึกนั่งบนขอบสระเตะเท้าหรือนอนคว่ำบนขอบสระ หรือให้นักเรียนจับขอบสระเตะเท้าครูช่วยจับเท้าให้นักเรียนเตะเท้าถูกวิธี พร้อมกับอธิบาย บอกประโยชน์ของการเตะเท้าถูกวิธี

12. วิธีการแก้ไขปัญหาด้านการเตะเท้าลักษณะถีบจักรยาน ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำส่วนใหญ่ใช้วิธีแก้ไขปัญหานักเรียนจับขอบสระเตะเท้าให้ถูกวิธี หรือฝึกการนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระ ครูช่วยจับขาพยางค์ขณะเตะเท้าพร้อมทั้งอธิบาย สาธิตวิธี การเตะเท้าที่ถูกต้องวิธี
13. วิธีการแก้ไขปัญหาด้านการเตะเท้ายกเท้าสูงของนักเรียน เตะเท้าสูงกว่าผิวน้ำมากเกินไป ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำส่วนใหญ่ใช้วิธีแก้ไขปัญหานักเรียนจับขอบสระ เตะเท้าให้ถูกวิธี หรือนั่งนอนคว่ำบนขอบสระ พร้อมทั้งอธิบาย สาธิต วิธีการเตะเท้าที่ถูกต้อง
14. วิธีการแก้ไขปัญหาด้านการเตะเท้า นักเรียนเตะเท้าในลักษณะยกเท้าต่ำกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำส่วนใหญ่ แก้ไขปัญหาโดยให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนจับเตะเท้าให้ถูกวิธี ฝึกให้นักเรียนนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระประมาณครึ่งขาต่อบนแล้วฝึกการเตะเท้าที่ถูกต้องวิธี พร้อมทั้งครูอธิบาย สาธิตวิธีการเตะเท้าที่ถูกต้องวิธี
15. วิธีการแก้ไขปัญหาด้านการว่ายน้ำท่าสุนัขตกน้ำ นักเรียนไม่กล้าว่ายน้ำท่าสุนัขตกน้ำ ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำส่วนใหญ่แก้ไขปัญหานักเรียน โดยครูช่วยพยุงลำตัวนักเรียนให้ว่ายจากระยะใกล้ๆ เข้าหาขอบสระ สร้างความมั่นใจให้นักเรียนโดยฝึกน้ำตื้น แล้วค่อยเพิ่มความลึกครูอธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการว่ายน้ำท่าสุนัขตกน้ำ
16. วิธีการแก้ไขปัญหาด้านการว่ายน้ำท่าสุนัขตกน้ำ นักเรียนกลัวว่ายแต่ว่ายไม่ถูกวิธี ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำส่วนใหญ่แก้ไขปัญหานักเรียนว่ายน้ำท่าสุนัขตกน้ำแต่ว่ายไม่ถูกวิธี โดยการฝึกใช้มือและแขนพยุน้ำ ทำท่าบนบกก่อน ฝึกการเตะเท้าสลับโน้มตัวไปข้างหน้าขณะว่ายใช้มือพยุน้ำฝึกจากน้ำตื้น และฝึกว่ายระยะใกล้ๆ เพิ่มระยะให้ไกลขึ้นฝึกซ้ำจนเกิดความชำนาญ
17. วิธีการแก้ไขปัญหาด้านการเลี้ยงตัวในน้ำ ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำส่วนใหญ่แก้ไขโดยอธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์ของการเลี้ยงตัวในน้ำ สร้างความมั่นใจ โดยครูลงไปอยู่ในน้ำด้วย และช่วยจับมือนักเรียนขณะเลี้ยงตัวในน้ำ
18. วิธีการแก้ไขปัญหา การเลี้ยงตัวในน้ำ แต่ทำไม่ถูกวิธี ครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำส่วนใหญ่แก้ไขปัญหานักเรียนเลี้ยงตัวในน้ำ โดยใช้มือแขนพยุน้ำ และเตะเท้าแบบกรรไกร ให้สัมพันธ์กัน จะช่วยให้เลี้ยงตัวในน้ำได้นาน ฝึกจับเวลาขณะเลี้ยงตัวในน้ำ ฝึกระยะเวลาสั้นแล้วค่อยเพิ่มระยะเวลานาน ครูอธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกประโยชน์การเลี้ยงตัวในน้ำ

ข้อเสนอแนะ

1. ควรจัดให้มีการสัมมนา หรืออบรมเกี่ยวกับการเรียนการสอนว่ายน้ำให้แก่ครูผู้สอนว่ายน้ำ เพื่อให้เข้าใจในประเด็น ปัญหาสาเหตุ และมีแนวทางแก้ไขปัญหไปในแนวทางที่เหมือนๆ กัน

2. ควรจัดให้มีการนิเทศภายในโรงเรียนขึ้น เพื่อพัฒนาการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น เพราะถ้าการนิเทศจากภายนอกหรือจากกรมพลศึกษานั้นไม่เพียงพอ เนื่องจากโรงเรียนมีจำนวนมาก
3. ผู้บริหารโรงเรียนควรให้ความสำคัญ และให้การสนับสนุนการเรียนการสอนว่ายน้ำอย่างจริงจัง ทั้งด้านงบประมาณต่าง ๆ เพื่อให้การเรียนการสอนมีประสิทธิภาพมากขึ้น
4. ควรมีการส่งเสริมสนับสนุนทั้งโรงเรียนรัฐบาล และโรงเรียนเอกชนให้เปิดทำการเรียนการสอนว่ายน้ำให้มากขึ้น เพื่อให้เยาวชนมีสมรรถภาพร่างกายแข็งแรงและมีสุขภาพดี เพื่อจะได้เติบโตเป็นพลเมืองที่แข็งแรงสมบูรณ์ของชาติต่อไป
5. ควรจัดการแข่งขันกีฬาวว่ายน้ำระดับนักเรียนให้มาก เพื่อให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรม มากขึ้น และเป็นการสนับสนุนนักเรียนที่มีความสามารถในการว่ายน้ำ ให้ก้าวไปอีกระดับหนึ่ง
6. ควรปรับปรุงแผนการสอนว่ายน้ำ ให้มีความเหมาะสมกับวุฒิภาวะตามวัยของผู้เรียนให้มากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาการสอนว่ายน้ำ ของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กระดับประถมศึกษาในส่วนภูมิภาค
2. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาการสอนว่ายน้ำของครูในโรงเรียน มัธยมศึกษา ทั้งในกรุงเทพมหานครและส่วนภูมิภาค
3. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาการสอนว่ายน้ำของครูในโรงเรียนในทำอื่น ๆ เช่น นครสวรรค์ ทำการรเชียง ทำกบ และทำผีเสื้อ
4. ควรมีการศึกษาความต้องการของนักเรียนในโรงเรียนที่มีต่อการเรียนการสอนว่ายน้ำ

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- เกษม มีสง่า. (2531). ผลการใช้ตัวแบบเพื่อลดความวิตกกังวลให้แก่ผู้เริ่มเรียนว่ายน้ำต่อความสามารถในการว่ายน้ำ. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- จรินทร์ ธานีรัตน์. (2526). การว่ายน้ำและการกระโดดน้ำ. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- ทรงเดช เสมอคำ. (2528). ปัญหาการสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา
เขตการศึกษา 7. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ทวีศักดิ์ นาราชญ์. (2521). กรรมการเจ้าหน้าที่ว่ายน้ำ. กรุงเทพฯ.
..... (2535). ว่ายน้ำสากล. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- เทเวศร์ พิริยะพจนท์. (2529). หลักการฝึกกีฬาว่ายน้ำ. กรุงเทพฯ : สยามบรรณการพิมพ์.
..... (2534). วิชาว่ายน้ำ. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นิวัฒน์ ว่องไพศาล. (2542). ความสามารถในการว่ายน้ำจากการใช้โปรแกรมอธิบายสาริต
และอธิบายประกอบสาริตควบคุมเกม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- วิชาการ, กรม. (2524). หนังสืออ่านเพิ่มเติมพลศึกษา วิชาว่ายน้ำชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น.
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ศาสนา.
- วรพรรณ พงษ์โสภา. (2543). ผลของการฝึกว่ายน้ำโดยใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ที่มี
ต่อความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียง. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- วีระ มนัสวานิช. (2538). เทคนิคการว่ายน้ำ สำหรับนักว่ายน้ำ ครู และผู้สอน. กรุงเทพฯ :
ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ปัตตานี.
- วัลลีย์ ภัทรโรภาส. (2525). ว่ายน้ำ. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2543). ว่ายน้ำเพื่อชีวิต. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
..... (2529). ว่ายน้ำ : กีฬาสำหรับทุกคน. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา
คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตพลศึกษา.

พรรณี ชูชัย. (2539). *จิตวิทยาการเรียนรู้การสอน*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการศึกษา
 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
 การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2530). *คู่มือการสอนว่ายน้ำขั้นพื้นฐาน*. กรุงเทพฯ : อักษรไทย
 พลศึกษา, กรม. (2536). *ว่ายน้ำ*. กรุงเทพฯ : หน่วยศึกษานิเทศก์ เอกสารลำดับที่ 2
 ภาณุต บิลมาศ. (2536). *หลักการเรียนรู้ทางกลไกของเด็ก เอกสารการสอนวัดผล และ
 ประเมินขั้นสูงทางพลศึกษา ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อัดสำเนา*.
 ประสาน ทิพย์ธาดา. (2535). *พัฒนาการเด็กและการอบรมเลี้ยงดู*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการ
 แนะแนวและจิตวิทยาการศึกษามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
 อารี พันธุ์มณี. (2538). *จิตวิทยาการเรียนรู้การสอน*. กรุงเทพฯ : เลิฟแอนด์ลิฟเพรส.

Horejsi, Roman John. (1991). "Curriculum, Pedagogy and Instruction in Aquatics : a
 Review of the Literature (Swimming Instruction)," *Dissertation Abstracts
 International*. 52 (05) : 1681 – A.
 Isabella, Avery Mary. (1984, June). "The Development and Evaluation of a
 Curriculum Guide for Aquatic Education in the Elementary Schools of North
 Carolina," *Dissertation Abstracts International*. 44 : 3626 – A.
 Schloder, Monika Elisabeth. (1987). "Effects of Teaching Styles on Performance,
 Anxiety, and Attitude Toward Instruction of College Novice Swimmer,"
Dissertation Abstracts International. 49(03) : 458 – A.
 Wilbert, Robins Thurman. (1978). "Acomparison of the Effects of Two Instructional
 Methods on The Acquisition of Skills in Beginning Swimming," *Dissertation
 Abstracts International*. 39 : 4125 – A.
 Merle, Auderson lua.(1974). "Learning Rates of Selected Swimming Skills,"
Dissertation Abstracts International. 35 : 2030-A ; October,

ภาคผนวก

แบบสอบถาม

เรื่อง ปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี
จังหวัดสมุทรปราการ

คำชี้แจง แบบสอบถามชุดนี้ แบ่งออกเป็น 3 ตอนคือ

ตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ปัญหาและวิธีการแก้ไขการสอนทักษะว่ายน้ำ โดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำ

ส่วนที่ 2 สาเหตุของปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำ

ส่วนที่ 3 วิธีการแก้ไขการสอนทักษะว่ายน้ำ

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายน้ำ สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

ขอให้ท่านใช้ประสบการณ์ที่ผ่านมาเขียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับ

ปัญหาอื่นๆ ที่พบ สาเหตุ และวิธีการแก้ไขปัญหาที่ท่านใช้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4-6 ปี

โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ หน้าข้อความหรือเติมข้อความในช่องว่าง
ให้ตรงกับความเป็นจริงและสอดคล้องกับคำถามมากที่สุด (ขอความกรุณาตอบคำถามทุกข้อ)

ตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

1. ชื่อโรงเรียนที่ท่านการสอน.....

2. ประเภทของสถานศึกษา ☐ โรงเรียนประถมศึกษา สังกัดประถมศึกษา
☐ โรงเรียนเอกชนสังกัดสำนักงานศึกษาเอกชน

3. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง

4. อายุ ☐ ต่ำกว่า 25 ปี ☐ 26 – 30 ปี
☐ 31 – 35 ปี ☐ 36 – 40 ปี
☐ สูงกว่า 40 ปี

5. วุฒิการศึกษา และระดับการศึกษา

- ☐ ต่ำกว่าปริญญาตรี
- ☐ ปริญญาตรี
- ☐ ปริญญาโท
- ☐ อื่น ๆ

6. ประสบการณ์การสอน

- ☐ ต่ำกว่า 3 ปี
- ☐ 4 – 6 ปี
- ☐ 7 – 9 ปี
- ☐ 10 ปีขึ้นไป

7. การเข้ารับการฝึกอบรมทักษะการสอนว่ายน้ำ

- ☐ ไม่เคยอบรมเลย
- ☐ เคย 1 ครั้ง
- ☐ เคย 2 ครั้ง
- ☐ อื่น ๆ มากกว่า 2 ครั้ง

8. การได้รับการนิเทศการสอน

- ☐ ไม่เคยรับการนิเทศเลย
- ☐ ปีละ 1 ครั้ง
- ☐ ปีละ 2 ครั้ง
- ☐ อื่น ๆ มากกว่าปีละ 2 ครั้ง

ตอนที่ 2 ปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาของครูผู้สอนทักษะว่ายน้ำ ในเด็กอายุ 4 – 6 ปี
จังหวัดสมุทรปราการ (ขอความกรุณาตอบคำถามทั้ง 3 ส่วน)

คำชี้แจง ตอนที่ 2 ของแบบสอบถาม มีคำถามทั้งหมด 21 ข้อ คำถามแต่ละข้อมี 3 ส่วน

- ส่วนที่ 1** สอบถามระดับปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำของครู
ส่วนที่ 2 สอบถามสาเหตุปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำของครู
ส่วนที่ 3 สอบถามแนวทางแก้ไขการสอนทักษะว่ายน้ำของครู

ขอให้ท่านได้พิจารณาปัญหาเรื่องต่าง ๆ ที่ท่านได้พบในหัวข้อที่กำหนดไว้โดยการทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ ให้สอดคล้องและตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด ส่วนวิธีการแก้ไขปัญหา และสาเหตุ สามารถตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ และโปรดระบุข้อเสนอนี้

- | | | |
|------------------------------------|---------|--|
| ☐ หมายเลข 1 | หมายถึง | มีปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำระดับน้อยที่สุด |
| ☐ หมายเลข 2 | หมายถึง | มีปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำระดับน้อย |
| ☐ หมายเลข 3 | หมายถึง | มีปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำระดับปานกลาง |
| ☐ หมายเลข 4 | หมายถึง | มีปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำระดับมาก |
| ☐ หมายเลข 5 | หมายถึง | มีปัญหาการสอนทักษะว่ายน้ำระดับมากที่สุด |

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายน้ำ สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

คำชี้แจง ขอให้ท่านใช้ประสบการณ์ที่ผ่านมาเขียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาอื่น ๆ ที่พบ สาเหตุ และวิธีการแก้ไขปัญหาที่ท่านใช้สอนทักษะว่ายน้ำในเด็กอายุ 4-6 ปี

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
1. การปรับตัว และสร้างความ คุ้นเคย กับน้ำ นักเรียนไม่กล้า ดำน้ำ						☐ เคยจมน้ำมาก่อน ที่จะเรียน ☐ กลัวน้ำเข้าตา ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ รายละเอียด.....)	☐ สอบถามและหาสาเหตุ ของการไม่กล้าลงน้ำ ☐ พานักเรียนไปนั่งขอบสระ แล้วค่อย ๆ ให้เท่าทั้งสองห้อยลง ไปในน้ำ พร้อมวักน้ำลูบหน้าและ ลำตัว ☐ พานักเรียนไปบริเวณที่น้ำ ตื้น ๆ ให้นักเรียนไปเดินเล่นรอบ สระเด็กก่อน ☐ สร้างความเชื่อมั่นให้กับนัก เรียน เช่น พุดคุย จับมือกับครู เวลาอยู่ในน้ำ เพื่อให้นักเรียน เกิดความคุ้นเคย ☐ ใช้จิตวิทยาในการสอน เช่น ถ้านักเรียนกลัวก็ไม่ต้องรีบเร่ง หรือบังคับให้ลงน้ำ เมื่อทำได้ ควรพุดชมเชยและดูตัวอย่าง จากเพื่อน ☐ ใช้อุปกรณ์มาช่วยในการ สอน เช่น คิบบอร์ดว่ายน้ำ เพื่อ ให้เกิดความคุ้นเคยกับน้ำ และรู้ สึกปลอดภัย ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุราย ละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายนํ้า สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

1. ปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. สาเหตุ.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
2. การไม่สามารถยึนทรงตัวในน้ำ						☐ นักเรียนยังไม่คุ้นเคยในการทรงตัว ☐ เดินไม่เป็นแล้วล้มทำให้กลัว ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุรายละเอียด.....) 	☐ พานักเรียนไปเรียนที่บริเวณน้ำตื้นก่อน หรือสระเด็กเป็นชั้น ๆ ไป ☐ พานักเรียนไปนั่งขอบสระอธิบายวิธีการลงน้ำ ☐ ให้นักเรียนหัดเดินลุยน้ำ ให้ปริมาณน้ำลึกขนาดโคนขาฝึกการเดินทรงตัว ในน้ำ ☐ ให้นักเรียนหัดเดินลุยน้ำไปข้างหน้า และเดินถอยหลังในบริเวณน้ำตื้น ☐ สร้างความคุ้นเคยกับความมกคตันของน้ำ โดยเมื่อนั่งแล้ว ให้น้ำอยู่ระดับคาง เพื่อทำให้ถอกและร่างกายคุ้นกับ ความมกคตันของน้ำ ☐ อื่นๆ (โปรดระบุรายละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสื่อนว้ยน้ำ สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

4. ปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5. สาเหตุ.....

.....

.....

.....

.....

.....

6. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
3. การดำน้ำ 3.1 นักเรียนไม่กล้าดำน้ำ						☐ กลัวน้ำเข้าตาเข้าจมูก ☐ ไม่เข้าใจวิธีการกลั้นหายใจ ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุรายละเอียด.....) 	☐ หาสาเหตุของการไม่กล้าดำน้ำ ☐ อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งบอกถึงประโยชน์ของการดำน้ำให้นักเรียนทราบ ☐ สร้างความเชื่อมั่นให้นักเรียนก่อน เช่น ให้เดินบริเวณน้ำตื้น ๆ จนเกิดความคุ้นเคยหรือให้จับมือครูแล้วเดินเป็นต้น ☐ ใช้จิตวิทยาและวิธีการสอนแบบต่าง ๆ เช่น สอนค่อย ๆ เป็น ค่อย ๆ ไป ไม่รีบร้อน เพราะจะทำให้กลัวมากขึ้น ให้โอกาสจนกว่านักเรียนจะพร้อม ☐ พานักเรียนไปฝึกทักษะการกลั้นลมหายใจ โดยให้นักเรียนนอนคว่ำหันหน้าเข้าหาสระน้ำ กลั้นลมหายใจดำน้ำเริ่มจากง่ายไปหายาก เพื่อให้ นักเรียนเกิดความชำนาญในการหายใจเข้าและหายใจออก ☐ หากิจกรรมต่าง ๆ มาเสริม เช่น ให้นักเรียนแข่งขันกันดำน้ำลอดเชือกที่กั้นไว้ เป็นต้น ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุรายละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสื่อนว้ยน้ำ สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

7. ปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

8. สาเหตุ.....

.....

.....

.....

.....

.....

9. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
3.2 นักเรียน กล้าดำน้ำแต่ดำ น้ำไม่ถูกวิธี						☐ ไม่รู้จักวิธีการกลั้น หายใจ ☐ ไม่กล้าลืมนตาในน้ำ ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ รายละเอียด.....))	☐ หาสาเหตุของการดำน้ำที่ ไม่ถูกวิธี ☐ อธิบาย สาธิต พร้อมทั้ง บอกถึงประโยชน์ของการดำน้ำ ที่ถูกต้อง ☐ ให้ใส่แว่นตากันน้ำ เพื่อจะ ได้ลืมนตาและกล้าดำน้ำได้ ☐ พานักเรียนไปฝึกดำน้ำ การกลั้นหายใจ โดยใช้ น้ำจาก ฝักบัว เื่อให้เกิดความชำนาญ ในการหายใจเข้าและหายใจ ออก ☐ ใช้จิตวิทยาในการสอน เช่น สังเกตความสามารถของ นักเรียนแล้วค่อย ๆ สอน เร่ง นักเรียน จนกว่าจะพร้อม ☐ หากิจกรรมต่าง ๆ เข้ามา เสริม เช่น ดำน้ำลงไปเพื่อแข่ง ชั้นเก็บของ เป็นต้น ☐ อื่นๆ (โปรดระบุราย ละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายน้ำ สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

10. ปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

11. สาเหตุ.....

.....

.....

.....

.....

.....

12. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายนํ้า สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

13. ปัญหา.....

14. สาเหตุ.....

15. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
4.2 นักเรียน กล้าลอยตัวแต่ ลอยตัวไม่ถูกวิธี						☐ ขาแขนไม่เหยียดตึง ☐ ลำตัวไม่ตรง ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ รายละเอียด.....) 	☐ หาสาเหตุของการลอยตัว ที่ไม่ถูกวิธี ☐ อธิบาย สาธิต พร้อมทั้ง ประโยชน์ของการลอยตัวที่ถูก วิธี ☐ ให้นักเรียนฝึกการลอยตัว ในลักษณะต่าง ๆ เช่น ปลาตัว แมงกะพรุน ลอยตัวแบบกอด เข่า เป็นต้น จนเกิดความ ชำนาญ ☐ ให้นักเรียนจับขอบสระ จับ เพื่อน หรือจับครู แล้วค่อย ๆ ลอยตัวพร้อมกับพาเคลื่อนที่ เพื่อให้เกิดความมั่นใจ ☐ ให้นักเรียนฝึกลอยตัวด้วย ตนเอง ทำซ้ำ ๆ จนเกิดความ ชำนาญ ☐ ใช้อุปกรณ์มาช่วยในการ สอน เช่น บอร์ดว่ายน้ำ, ห่วงยาง เป็นต้น ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุราย ละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายน้ำ สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

16. ปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

17. สาเหตุ.....

.....

.....

.....

.....

.....

18. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
5. การไผ่ตัว 5.1 นักเรียนไผ่ตัวในลักษณะ การถีบผนังสระ ส่งตัวไม่มีแรงส่ง						☐ เด็กขาดความคล่องตัวในการลอยตัว ☐ เด็กเกร็งในการถีบเท้า ☐ เกร็งตัวขณะไผ่ตัวออกจากผนังสระ ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุรายละเอียด.....)	☐ หาสาเหตุของการไผ่ตัวที่ไม่ถูกต้องวิธี ☐ อธิบาย สาเหตุ พร้อมทั้งบอกถึงประโยชน์ของการไผ่ตัวที่ถูกต้องวิธี ☐ ให้นักเรียนใช้ขาถีบผนังสระ พุ่งตัวไปข้างหน้าครูปองจับมือส่งแรงในการไผ่ตัว ☐ ให้นักเรียนจับบอร์ดด้วยน้ำใช้ขาถีบผนังขอบสระเงยหน้า และก้มหน้า แขนขา ลำตัวเหยียดตรง ☐ ให้นักเรียนไผ่ตัว โดยครูคอยสังเกตการไผ่ตัว ☐ ให้นักเรียนฝึกเป็นกลุ่มไผ่ตัวไป และกลับเพื่อฝึกการใช้ขาถีบผนังสระและพื้นสระ ☐ อื่นๆ (โปรดระบุรายละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายน้ำ สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

19. ปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

20. สาเหตุ.....

.....

.....

.....

.....

.....

21. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
5.2 นักเรียนโม่ ตัว แล้วไม่กัม ศรีษะ						☐ นักเรียนเกร็งคอขณะ โม่ตัวจึงไม่กัมศรีษะ ☐ นักเรียนกลั้นหายใจ ไม่ถูกวิธี ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ รายละเอียด.....))	☐ หาสาเหตุของการโม่ตัวไม่ กัมศรีษะ ☐ อธิบายประโยชน์ของการ โม่ตัว พร้อมทั้งสาธิตการโม่ตัว ที่ถูกต้อง ☐ ให้นักเรียนหายใจเอา อากาศเข้าไปก่อนกัมหน้าโม่ตัว พร้อมกับถีบเท้าออกไป ☐ ให้นักเรียนโม่ตัวออกโดย ครูจับมือช่วยพยุงปรับศรีษะให้ ลำตัวขนานกับน้ำ ☐ ให้นักเรียนจับบอร์ดโม่ตัว กัมศรีษะ แขนขนานข้างหู ☐ ให้นักเรียนเหยียดแขนตรง นิ้วเกี่ยวกันกัมศรีษะแขนขนาน ข้างหูถีบเข้าโม่ตัว ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุราย ละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายน้สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

22. ปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

23. สาเหตุ.....

.....

.....

.....

.....

.....

24. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
5.3 นักเรียน เกร็งลำตัวใน ขณะที่ไต่ตัว						☐ นักเรียนลำตัวเอียง ขณะไต่ตัว ☐ นักเรียนเกร็งแขน ขา ทำขณะไต่ตัวไม่เคลื่อนที่ ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ รายละเอียด.....) 	☐ สาเหตุของการเกร็งลำ ตัวในขณะที่ไต่ตัว ☐ อธิบายสาเหตุพร้อมทั้ง ประโยชน์ของการไต่ตัวที่ถูกวิธี ☐ ให้นักเรียนจับบอร์ด ก้ม หน้า โดยผู้สอนคอยช่วยพยุง ตัวนักเรียน ☐ ให้นักเรียนไต่ตัวออกโดย ครูช่วยจับมือปรับลำคอให้ หายงอ ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุราย ละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายนํ้า สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

25. ปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

26. สาเหตุ.....

.....

.....

.....

.....

.....

27. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
6. การเตะเท้าแบบ FLUTTER KICK ฟรีสไตล์ (เตะขาสลับขึ้นลง) 6.1 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะพับเข้ามาเกินไป						☐ นักเรียนเตะเท้าไม่เป็น ☐ นักเรียนเคยชินกับการถีบเท้าแบบปั่นจักรยาน ☐ นักเรียนไม่เข้าใจ การปรับข้อเท้าในการเตะเท้า เช่น พับข้อเท้าหรือเหยียดปลายเท้า ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุรายละเอียด.....) 	☐ สาเหตุของการเตะเท้าที่ไม่ถูกวิธี ☐ อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี ☐ ให้นักเรียนนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระและฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี ☐ ให้นักเรียนจับขอบสระ แล้วให้ครูจับขาเพื่อให้ออกแรงในการเตะเท้าที่ถูกวิธี ☐ อธิบายให้นักเรียนเข้าใจว่าเหยียดปลายเท้าสำหรับการเตะเท้า การว่ายฟรีสไตล์ กรรเชียง ผีเสื้อ ส่วนพับข้อเท้า คือการว่ายกบ ☐ ให้นักเรียนเตะเท้าโดยการเกร็งขาก่อน เพื่อจะได้ไม่พับเข่าแล้วค่อย ๆ เตะเท้า แบบสบาย ๆ (ไม่เกร็งลำตัวและขา) ☐ ให้นักเรียนจับคู่กัน โดยให้นักเรียนคนที่ฝึกเตะเท้าจับขอบสระ ก้มหน้า ลอยตัว และให้เพื่อนนักเรียนอีกคนหนึ่งใช้แขนช่วยรองใต้ขาเพื่อไม่ให้จมน้ำแล้วฝึกการเตะเท้าที่ถูกต้อง จากนั้นเปลี่ยนกันทำการฝึก ☐ ให้นักเรียนจับขอบสระเตะเท้า แล้วให้ครูหรือเพื่อน ยกแขนหรือถือบอร์ด ไว้ให้เหนือกว่าบริเวณขาผู้ฝึก เพื่อกันไม่ให้นักเรียนเตะเท้าสูง โดยไม่ให้ถูกแขนหรือถูกบอร์ด ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุรายละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายนํ้า สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

28. ปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

29. สาเหตุ.....

.....

.....

.....

.....

.....

30. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
6.2 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะเข้าค้ำ (เกร็งขา)						☐ ลอยตัวไม่เป็น ☐ โผล่ตัวไม่เป็น ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุรายละเอียด.....) 	☐ หาสาเหตุของการเตะเท้าที่ไม่ถูกวิธี ☐ อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งประโยชน์ของการเตะเท้าที่ไม่ถูกวิธี ☐ ให้นักเรียนนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระ และฝึกการเตะเท้าให้ถูกวิธี ☐ ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนจับเตะเท้าให้ถูกวิธี ☐ ใช้จิตวิทยามาช่วยในการสอน เช่น ให้นักเรียนเตะเท้าโดยการพับเข่าก่อนแล้วค่อย ๆ ปรับปรุงแก้ไข ☐ ใช้อุปกรณ์ในการสอน เช่น ให้นักเรียนจับบอร์ดว่ายน้ำแล้วค่อย ๆ เตะเท้า ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุรายละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายน้ำ สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

31. ปัญหา.....

32. สาเหตุ.....

33. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
6.3 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะปลายเท้าไม่เหยียด คือ นิ้วเท้าชี้ลงไปที่พื้นสระ						☐ ทำท่าเหยียดปลายงุ้ม ปลายเท้าไม่เป็น ☐ เตะเท้าขาไม่ชิด ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุรายละเอียด.....) 	☐ ท่าสาเหตุของการเตะเท้าที่ไม่ถูกวิธี ☐ อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี ☐ ให้นักเรียนนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระและฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี ☐ ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนจับข้อเท้า พร้อมทั้งดัดปลายเท้าแล้วจึงเตะเท้า ☐ ใช้จิตวิทยามาช่วยในการสอน เช่น ให้นักเรียนเริ่มจากช้า ๆ ก่อน เมื่อเกิดความเข้าใจ ☐ ชำนาญจึงให้เตะเท้าอย่างรวดเร็ว ๆ ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุรายละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายน้ำ สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

34. ปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

35. สาเหตุ.....

.....

.....

.....

.....

.....

36. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
6.4 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะถีบจักรยาน (โดยการดึงเข้าเข้าหาลำตัว)						☐ เคยชินกับการปั่นจักรยาน ☐ เตะเท้าไม่เป็น ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุรายละเอียด.....) 	☐ หาสาเหตุของการเตะเท้าที่ไม่ถูกวิธี ☐ อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี ☐ ให้นักเรียนนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระและฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี ☐ ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนจับเตะเท้าให้ถูกวิธี ☐ ใช้จิตวิทยามาช่วยในการสอน เช่น ให้เตะเท้าในลักษณะเกร็งขาทั้งขาก่อนแล้วจึง ☐ ค่อย ๆ ปรับแก้ไข ☐ อื่นๆ (โปรดระบุรายละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายน้ำ สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

37. ปัญหา.....

38. สาเหตุ.....

39. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายนํ้า สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

40. ปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

41. สาเหตุ.....

.....

.....

.....

.....

.....

42. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
6.6 นักเรียนเตะเท้าในลักษณะต่ำกว่าระดับผิวน้ำมากเกินไป						☐ ปรับระดับของเท้าไม่เท่ากัน ☐ เกร็งขาขณะเตะเท้า ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุรายละเอียด.....) 	☐ หาสาเหตุของการเตะเท้าที่ไม่ถูกวิธี ☐ อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งประโยชน์ของการเตะเท้าที่ถูกวิธี ☐ ให้นักเรียนจับขอบสระแล้วให้ครูหรือเพื่อนจับเตะเท้าให้ถูกวิธี ☐ ฝึกนักเรียนลอยตัวอีกระยะหนึ่ง และพยายามยกสะโพก ทำลำตัวให้ขนานกับน้ำ ☐ ให้นักเรียนนั่งหรือนอนคว่ำบนขอบสระประมาณครึ่งขา ท่อนบนแล้วฝึกการเตะเท้าที่ถูกวิธี ☐ ใช้อุปกรณ์มาช่วยในการสอน เช่น บอร์ดว่ายน้ำ ☐ อื่นๆ (โปรดระบุรายละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายนํ้า สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

43. ปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

44. สาเหตุ.....

.....

.....

.....

.....

.....

45. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
7. การว่ายน้ำ ลูกหมาดกน้ำ 7.1 นักเรียนไม่ กล้าว่ายน้ำทำ หมาดกน้ำ						☐ ว่ายน้ำไม่เป็น ☐ แขนขาว่ายน้ำไม่สัมพันธ์ทำให้ตัวจมน้ำ ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุรายละเอียด.....) 	☐ หาสาเหตุของการไม่กล้าว่ายน้ำทำสุนัขดกน้ำ ☐ อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งประโยชน์ของการว่ายน้ำทำสุนัขดกน้ำ ☐ สร้างความมั่นใจให้นักเรียนโดยฝึกน้ำตื้น ๆ ระดับน้ำประมาณความลึกระดับ ☐ หน่ออก ฝึกว่ายน้ำใช้แขนและเท้าให้ถูกหลักในการว่ายน้ำทำสุนัขดกน้ำ ☐ ครูช่วยพยุงลำตัวนักเรียนให้ว่ายจากระยะใกล้ๆ เข้าหาขอบสระ ☐ อื่นๆ (โปรดระบุรายละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอหน่วยน้ำ สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

46. ปัญหา.....

47. สาเหตุ.....

48. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
7.2 นักเรียน กล้าว่า่ยทำสุนัข ตกน้ำ แต่ว่า่ยไม่ ถูกวิธี						☐ ไม่รู้วิธีการใช้แขน และขา ☐ การแขนขาว่า่ยน้ำไม่ สัมพันธ์ ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ รายละเอียด.....)	☐ หาสาเหตุของการว่า่ยทำ สุนัขตกน้ำที่ไม่ถูกวิธี ☐ อธิบาย สาเหตุ พร้อมทั้ง ประโยชน์ของการว่า่ยทำสุนัข ตกน้ำ ☐ ฝึกการใช้มือและแขนพুষ น้ำฝึกทำท่าบนบกก่อน ☐ ฝึกการเตะเท้าสลับโน้มตัว ไปทั้งหน้าขณะว่า่ยใช้มือพুষน้ำ ฝึกจากน้ำตื้น ☐ ฝึกว่า่ยระยะใกล้ๆ และ ฝึกว่า่ยในน้ำลึกจนเกิดความ ชำนาญ ☐ อื่นๆ (โปรดระบุราย ละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอหน่วยน้ำ สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

49. ปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

50. สาเหตุ.....

.....

.....

.....

.....

.....

51. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
8. การเลี้ยงตัวในน้ำ 8.1 นักเรียนไม่กล้าเลี้ยงตัวในน้ำ						☐ เลี้ยงตัวในน้ำไม่เป็น ☐ แขน ขา ใช้พุงตัวเคลื่อนไหวไม่ถูกวิธี ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุรายละเอียด.....) 	☐ หาสาเหตุของการไม่กล้าเลี้ยงตัวในน้ำ ☐ อธิบาย สาธิต พร้อมทั้งประโยชน์ของการเลี้ยงตัวในน้ำ ☐ สร้างความมั่นใจโดยครูลงไปอยู่ในน้ำนำตัว ☐ ครูช่วยจับมือนักเรียนขณะเลี้ยงตัวในน้ำ ฝึกในน้ำลึก ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุรายละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอหน่วยน้ำ สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

52. ปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

53. สาเหตุ.....

.....

.....

.....

.....

.....

54. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหา	1	2	3	4	5	สาเหตุ	วิธีการแก้ไขปัญหา
8.2 นักเรียน กล้าว่ายน้ำสุนัข ตกน้ำ แต่ว่ายน้ำ ไม่ถูกวิธี						☐ ไม่รู้วิธีการใช้แขน และขา ☐ การแขนขาว่ายน้ำไม่ สัมพันธ์ ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ รายละเอียด.....)	☐ หาสาเหตุของการว่ายน้ำทำ สุนัขตกน้ำที่ไม่ถูกวิธี ☐ อธิบาย สาเหตุ พร้อมทั้ง ประโยชน์ของการว่ายน้ำสุนัข ตกน้ำ ☐ ฝึกการใช้มือและแขนพยุง น้ำฝึกทำท่าบนบกก่อน ☐ ฝึกการเตะเท้าสลับโน้มตัว ไปทั้งหน้าขณะว่ายน้ำมือพยุงน้ำ ฝึกจากน้ำตื้น ☐ ฝึกว่ายน้ำระยะใกล้ๆ และ ฝึกว่ายน้ำในน้ำลึกจนเกิดความ ชำนาญ ☐ อื่นๆ (โปรดระบุราย ละเอียด).....

ตอนที่ 3 ปัญหาด้านอื่น ๆ เกี่ยวกับทักษะการสอนว่ายน้ำ สาเหตุ และวิธีการแก้ไข

55. ปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

56. สาเหตุ.....

.....

.....

.....

.....

.....

57. วิธีการแก้ไขปัญหา.....

.....

.....

.....

.....

.....

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. รองศาสตราจารย์ ดร. วิรัช วรรณรัตน์
อาจารย์สำนักงานทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
2. อาจารย์ ชุณหะ รูปประพันธ์
ข้าราชการบำนาญ อดีตอาจารย์คณะพลศึกษา เป็นผู้เชี่ยวชาญทางกีฬาว่ายน้ำ
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
3. อาจารย์ทวีศักดิ์ นาราชภูรี
ข้าราชการบำนาญอดีตอาจารย์คณะพลศึกษาเป็นผู้เชี่ยวชาญทางกีฬาว่ายน้ำ
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
4. รองศาสตราจารย์ วาสนา คุณาอภิสิทธิ์
อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ- ชื่อสกุล	นางสาวมณฑณี วาชะอัม
เกิดวันที่	27 เดือนมกราคม 2516
สถานที่เกิด	ต. แหลมฟ้าผ่า อ. พระสมุทรเจดีย์ จ. สมุทรปราการ
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ 85 หมู่ 1 ต.บางกระแก้ว อ. แหลมสิงห์ จ. จันทบุรี 22190
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	โรงเรียนบุรารักษ์ ต. บางเมืองใหม่ อ. เมือง จ.สมุทรปราการ 10270

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2527	ประถมศึกษา จากโรงเรียนวัดพระสมุทรเจดีย์ อ. พระสมุทรเจดีย์ จ. สมุทรปราการ
พ.ศ. 2528	มัธยมศึกษาตอนต้น จากโรงเรียนป้อมนาคราช สวาทยานนท์ อ. พระสมุทรเจดีย์ จ. สมุทรปราการ
พ.ศ. 2531	มัธยมศึกษาตอนปลาย จากโรงเรียนแหลมสิงห์ วิทยาคม อ. แหลมสิงห์ จ. จันทบุรี
พ.ศ. 2534	ปก.ศ.สูงจากวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี อ. เมือง จ. ชลบุรี
พ.ศ. 2536	กศ.บ. (พลศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตพลศึกษา
พ.ศ. 2546	กศ.ม. (พลศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ