

การออกแบบนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6



ปริญญานิพนธ์
ของ
ตรีธวัจน์ มีสมศักดิ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาศิลปศึกษา (ศิลปะการแสดงศึกษา)

กันยายน 2560

การออกแบบนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6



ปริญญานิพนธ์
ของ
ตรีธวัจน์ มีสมศักดิ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาศิลปศึกษา (ศิลปะการแสดงศึกษา)

กันยายน 2560

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การออกแบบนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6



บทคัดย่อ
ของ
ตรีวัฒน์ มีสมศักดิ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาศิลปศึกษา (ศิลปะการแสดงศึกษา)

กันยายน 2560

ตรีวัฒน์ มีสมศักดิ์. (2560). การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. ปรินทิพพนธ์ กศ.ม. (ศิลปศึกษา:
ศิลปะการแสดงศึกษา).กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
คณะกรรมการควบคุม: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวดี มากพา

งานวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) การออกแบบกิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้โดยใช้
รูปแบบกิจกรรมนาฏมวยไทยในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ด้านความคิดสร้างสรรค์
ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นและสมรรถภาพทางกาย 2) เปรียบเทียบการใช้กิจกรรมนาฏมวย
ไทย ด้านความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นและสมรรถภาพทางกาย กลุ่ม
ตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ นักเรียนชายอายุ 12 ปี จำนวน 15 คนจากโรงเรียนวัดพระญาติการาม
จ.พระนครศรีอยุธยา ดำเนินการตามกิจกรรม “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” ด้วยรูปแบบนาฏมวยไทย
และทำการทดลองจากกลุ่มตัวอย่างใช้ สถิติ t-test ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการศึกษาคือ 1.)
รูปแบบกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ทำกิจกรรมจำนวน 11 ครั้งๆ ละ 60 นาที พัฒนาด้าน
ความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น สมรรถภาพทางกาย 2.) ผลการทดลอง
ระหว่างก่อนและหลังกิจกรรม “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” นาฏมวยไทยด้านความคิดสร้างสรรค์ก่อน
ทำกิจกรรมคะแนน 6.40 และหลังทำกิจกรรม 15.93 ด้านความความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นก่อนทำ
กิจกรรมคะแนน 8.73 และหลังทำกิจกรรม 14.20 และด้านสมรรถภาพทางกาย ค่าคะแนนเฉลี่ยหลัง
การทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $P < .01$ ด้วยรูปแบบกระบวนการสอนนาฏมวยไทย
ของกิจกรรม “ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้”

THE DESIGN OF A THAI BOXING DANCE ACTIVITY AT A MODERATE LEVEL AMONG
GRADE SIX ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS



AN ABSTRACT
BY
TREETHAWAT MEESOMSAK

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Arts Degree in Art Education (Performing Art Education)
at Srinakharinwirot University

September 2017

Treethawat Meesomsak.(2017). **The Design of a Thai Boxing Dance Activity**

at a Moderate Level among Grade Six Elementary School Students .

Master thesis, M.Ed. (Art Education: Performing Arts Education). Bangkok
Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Ast. Prof.
Dr.Piyawadee Makpa

The purposes of this study were as follows: (1) to create a class activity at a Moderate Level by using Thai boxing dance activities to develop creativity, indigenous knowledge and physical fitness; and (2) to compare the differences in the activities which aim to develop creativity, awareness of the indigenous knowledge and physical fitness. The samples consisted of fifteen twelve-year-old students from Wat Phrayatikaram School in Phranakhon Si Ayutthaya province, who participated in the moderate Thai Boxing Dance class and more knowledge activity. This study had a group experimental research design which was analyzed using a t-test and standard deviation (SD). The results of the study were as follows: (1) the Moderate Thai boxing dance activity which was performedeleven times in total, took sixty minutes each time, was able to develop creativity, awareness of indigenous knowledge and physical fitness, all at an appropriaterate; (2) the results of the data analysis comparing pre-activity to post-activity in terms of creativity were 6.40 and 15.93, awareness of indigenous knowledge was at 8.73 and 14.20, and in terms of physical fitness was higher than the pre-activity. The results revealed that the average scone after the moderate level Thai Boxing Dance activities Lada statistically significant level of .01 and higher than the average, before doing Moderate hai Boxing Danceactivity.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง
การออกแบบนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
ของ
นายตรีวัฒน์ มีสมศักดิ์

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาศิลปศึกษา (ศิลปะการแสดงศึกษา)
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์จักรชัย เอกปัญญาสกุล)
วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

.....ที่ปรึกษา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวดี มากพา)

.....ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระวีวรรณ วรรณวิไชย)

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ฉันทนา เอี่ยมสกุล)

.....กรรมการ
(อาจารย์ ดร.สุรสา โคงประเสริฐ)

ประกาศคุณประการ

ความสำเร็จของการจัดทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เกิดจากความเมตตาและความกรุณาจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวดี มากพา อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์ ที่สละเวลาอันมีค่าในการแนะนำให้คำปรึกษา พร้อมทั้งให้ความช่วยเหลือ เสนอแนะและเปิดโอกาสให้เรียนรู้การจัดทำปริญญานิพนธ์ด้วยความเอาใจใส่อย่างดียิ่ง

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระวีวรรณ วรรณวิไชย ประธานกรรมการการสอบปริญญานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ฉันทนา เอี่ยมสกุล อาจารย์ ดร.สุรสา โค้งประเสริฐ กรรมการคุมสอบปริญญานิพนธ์ที่ท่านกรุณาให้ข้อเสนอแนะในการตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ เพื่อให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้กรุณาตรวจสอบพร้อมให้คำแนะนำในการจัดทำเครื่องมือในงานวิจัย จนสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณ บริษัทTHAI FIGHT บริษัทตรีเพชรอีซูมูเซลส์ ผู้ริเริ่มและดำเนินโครงการนาฏมวยไทย และสนับสนุนข้อมูลในการทำวิจัยเป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนวัดพระญาติการาม (ศุภสุขบำรุง) จ.พระนครศรีอยุธยา ครูที่ปรึกษากิจกรรมและนักเรียนทุกคนที่ร่วมมือทำกิจกรรมและกรุณาให้ข้อมูลในการวิจัยอย่างดียิ่ง

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์รัชนีทร์ ธนาวัฒน์เดชานนท์ คณะนักแสดงทีมนาฏมวยไทย (ทุกรุ่น) และทีมงานผู้เกี่ยวข้องทุกฝ่าย ของโรงเรียนบ้านไร่ไทยกนกนาฏ 2 จ.พระนครศรีอยุธยา ที่ช่วยสนับสนุนในการวิจัย

สุดท้ายนี้ผู้วิจัย ขอกราบขอบพระคุณครอบครัว ที่เป็นผู้ให้โอกาสทางการศึกษาแก่ผู้วิจัยและเป็นการกำลังใจสนับสนุนด้วยดีเสมอมา ขอกราบขอบพระคุณครูบาอาจารย์ทุกท่านที่เคยประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ในทุกศาสตร์ ทุกแขนง ขอบคุณทุก ๆ บุคคลที่มีส่วนช่วยให้งานวิจัยฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ เพื่อนๆ นิสิตสาขาวิชาศิลปศึกษา ศิลปะการแสดงรุ่นที่ 3 ทุกคน ที่ให้ความช่วยตลอดการศึกษาและการทำวิจัย

ตรีธวัฒน์ มีสมศักดิ์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของงานวิจัย	3
ขอบเขตงานวิจัย	3
ประชากรและกลุ่มตัวอย่างงานวิจัย	3
ประโยชน์ที่จะได้รับ	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	3
กรอบแนวคิดวิจัย	4
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
ความคิดสร้างสรรค์	5
ความตระหนักรู้	9
สมรรถภาพทางกาย	12
มวยไทย	13
นาฏมวยไทย	21
กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้	30
หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	36
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	41
3 วิธีการดำเนินวิจัย	44
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	44
เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย	44
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย	44
การออกแบบและสร้างกิจกรรม	45
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	47
การออกแบบกิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้โดยใช้รูปแบบนาฏมวยไทย	47
การเปรียบเทียบการใช้กิจกรรมนาฏมวยไทย ด้านความคิดสร้างสรรค์, ด้านความตระหนักรู้ภูมิปัญญาในท้องถิ่น,ด้านสมรรถภาพทางกาย	53

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	64
ความมุ่งหมายงานวิจัย.....	64
ขอบเขตของการวิจัย.....	64
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	64
เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย.....	65
วิธีดำเนินการวิจัย.....	65
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	65
การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล.....	66
สรุปผลงานวิจัย.....	66
อภิปรายผล.....	68
ข้อเสนอแนะ.....	75
บรรณานุกรม.....	76
ภาคผนวก.....	80
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	173

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แผนการจัดกิจกรรม นานุมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา ปีที่ 6.....	51
2 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน ความคิดสร้างสรรค์ (รวม 4 ด้าน ความคิดริเริ่ม ความคิดยืดหยุ่น ความคิดคล่องแคล่ว ความคิดละเอียดลออ	53
3 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน ความคิดสร้างสรรค์ โดยรวม.....	54
4 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน ความคิดสร้างสรรค์ ด้าน ความคิดริเริ่ม.....	55
5 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน ความคิดสร้างสรรค์ ด้านความยืดหยุ่น.....	57
6 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน ความคิดสร้างสรรค์ ด้านความคิดคล่องแคล่ว.....	58
7 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน ความคิดสร้างสรรค์ ด้านความคิดละเอียดลออ.....	60
8 ตารางเปรียบเทียบ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น.....	61
9 ตารางเปรียบเทียบ สมรรถภาพทางกาย.....	62

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 ขั้นตอนและกระบวนการเกิดความตระหนัก.....	11
2 ขั้นตอนการลำดับการเกิดความตระหนัก.....	11
3 ทำให้ครูพรหมนั้น.....	22
4 ทำแม่ไม้มวยไทย มณฑาทิพย์.....	22
5 ภาพการกระโดด ตีลังกาหลัง ก่อนผู้แสดงจะแสดงการออกอาวุธ.....	23
6 ภาพการต่อสู้ 3 ชั้นก่อนการออกอาวุธ.....	23
7 ภาพการออกอาวุธหมัด โดยเหยียบการหลังแล้วกระโดด ออกอาวุธ.....	24
8 การออกอาวุธหมัด จากตำแหน่งที่สูง กว่าท่ามวยที่แสดงในระดับราบ.....	24
9 การออกอาวุธเขา โดยโยนลอยจากตำแหน่งหนึ่งไปอีกตำแหน่งหนึ่ง.....	25
10 การโยนลอยก่อน การออกอาวุธ.....	25
11 ภาพกระโดดถีบก่อนการออกท่ามวยไทยจากแนวดิ่ง.....	26
12 ภาพ การยกตัวผู้แสดง ก่อนการออกอาวุธมวยไทย.....	26
13 อุปกรณ์เครื่องแต่งกาย มงคลศรีระมวยไทย.....	27
14 อุปกรณ์เครื่องแต่งกายประเจียดแขนมวยไทย.....	27
15 ลักษณะเครื่องแต่งกาย การแสดงนาฏมวยไทย	28
16 การแสดงนาฏมวยไทย ตอน หนูนาน จีบนางสุพรรณมัจฉา.....	29
17 การแสดงนาฏมวยไทย ตอน สมเด็จพระนเรศวร.....	30
18 แนวทางการบริหารจัดการกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้.....	36

บทที่ 1

บทนำ

1. ความสำคัญของปัญหา

ปี 2558 การศึกษาไทยได้มีการปรับเปลี่ยนโครงสร้างหรือรูปแบบ นโยบายทางการศึกษา โดยทางรัฐบาลได้มีแผนการเรียน ที่มีชื่อว่า “ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้” ซึ่งได้นำกระแสพระราชดำรัสของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารีทรงมีพระราชดำรัสในเรื่องการศึกษาว่าการจัดการศึกษาต้องดูภาพรวมทั้งประเทศ เพราะทุกวันนี้การศึกษาค่อนข้างอ่อนแอ และมุ่งเน้นการเรียนการสอนเนื้อหาบางเรื่องมากเกินไปทรงมีพระราชดำริให้มีการนำองค์ 4 แห่งการศึกษา คือ พุทธิศึกษา จริยศึกษา หัตถศึกษา พลศึกษา และหัวใจนักปราชญ์ คือ สุ จิ ปุ ลิ หมายถึง การฟัง การคิด การถาม การเขียน ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของนักปราชญ์และบัณฑิตอีกทั้งยังจะเป็นเทคนิคในการช่วยให้ผู้เรียนมีทักษะการเรียนรู้เก่งมากขึ้นโดยทรงมีพระราชดำริให้นำทั้งสองเรื่องมาใช้ในการจัดการศึกษา (คู่มือบริหารจัดการลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้.2558: 1)กิจกรรมดังกล่าวจึงได้จัดดำเนินการจัดทำแนวทางตามนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการ(สพฐ.)โดยให้ครูผู้สอน สถานศึกษาปรับวิธีการสอน นักเรียนผู้เรียนปรับเปลี่ยนวิธีเรียนของตนเอง ด้วยวิธีที่หลากหลายเพื่อให้เกิดการคิดวิเคราะห์ มีการสืบค้นข้อมูลเพื่อให้มีทักษะการเรียนรู้ตลอดชีวิต ภายใต้แนวคิด 5 ข้อคือ

- 1) กิจกรรมเป็นทางเลือก สนองตอบความสนใจความถนัดของผู้เรียนอย่างหลากหลาย
- 2) เรียนรู้หลักการสร้างความรู้ผ่านกระบวนการและกิจกรรม
- 3) ลงมือปฏิบัติและสร้างความรู้ในบรรยากาศที่อบอุ่น อิสระ และปลอดภัย
- 4) ปรับบทบาทครูจากการเป็นผู้สอนเป็นผู้ให้คำปรึกษาชี้แนะ
- 5) ครูผู้สอนควรใช้วิธีการประเมินผลที่หลากหลาย และเป็นการประเมินตามสภาพจริง

วิเคราะห์คุณภาพและพัฒนาการของนักเรียน มากกว่าการประเมินนักเรียนจากการสอบเท่านั้น

ทั้งนี้จากแนวคิดในการดำเนินการของกิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ ให้มีความสำคัญกับทั้งเนื้อหากิจกรรมหลากหลายประเด็น ขั้นตอนการจัดกิจกรรมการวิเคราะห์สภาพความพร้อมต่าง ๆ รวมถึงเรื่อง ภูมิปัญญาท้องถิ่น ปราชญ์ชาวบ้าน วัฒนธรรม ประเพณี ที่มีความเป็นเอกลักษณ์

จากนโยบายการศึกษาดังกล่าว ผู้วิจัยในฐานะนักออกแบบการแสดงนาฏมวยไทยซึ่งเป็นการแสดงที่กำเนิดขึ้นเมื่อประมาณ ปีพ.ศ.2552 โดยภายใต้แนวคิดของพลเอกพิจิตร กุลละวณิชย์ ที่ปรึกษากิตติมศักดิ์โดยมีเจตนารมณ์แห่งการปลุกฝังจิตอนุรักษกีฬามวยไทยให้กับเยาวชน ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวได้ รับพระมหากรุณาธิคุณจาก “สมเด็จพระบรมโอรสาธิราช เจ้าฟ้ามหาวชิราลงกรณสยามมกุฎราชกุมาร” พระราชทานถ้วยรางวัลในการแข่งขัน นาฏมวยไทยซึ่งดำเนินติดต่อกันยาวนานถึง 7 ปี (2552-2558) รูปแบบการแสดงนั้นประกอบด้วยการกำหนดท่ามาตรฐานแม่ไม้มวยไทย หมัด เท้า เข่า สอก โดยก่อนการแสดงทุกครั้งต้องมีการไหว้ครูถือเป็นกติกายั้งคับ และนับเป็นจารีตประเพณีของมวยไทยที่ยึดปฏิบัติมาแต่โบราณ นาฏมวยไทยนั้นไม่ได้เป็นเพียงแค่กีฬาหรือ

การแสดง แต่ประโยชน์ของการแสดงนาฏมวยไทยที่ได้นอกจากเรื่องของร่างกายที่แข็งแรง กล้ามเนื้อที่มีความยืดหยุ่น ผู้ที่ร่วมฝึกยังประยุกต์ใช้ประโยชน์ได้จากอีกด้านอื่นๆ เช่น ในเรื่อง ความคิดสร้างสรรค์เพราะสามารถคิดปรับประยุกต์ท่าทางมวยไทยขึ้นใหม่ให้เป็นแบบฉบับของตนเอง อันเป็นคุณสมบัติที่ตรงกับกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ในด้าน ความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักภูมิปัญญาท้องถิ่น และสมรรถภาพทางกายซึ่ง นาฏมวยไทยนั้นเป็นส่วนหนึ่งที่มาจากมวยไทยที่พบว่า จังหวัดพระนครศรีอยุธยาให้การสนับสนุนและผลักดันให้เกิดกีฬามวยไทยเนื่องด้วยหลักฐานทางประวัติศาสตร์ที่ปรากฏในพงศาวดารหลายเล่มในอาทิ ฉบับพระพนรัตน์(แก้ว) พงศาวดารฉบับพันจันทนุมาศ(เจิม) เรื่องสมเด็จพระสรรเพชญ์ที่ 8 เป็นพระมหากษัตริย์ลำดับที่ 29 แห่งอาณาจักรอยุธยาหรือที่เรียกอีกชื่อว่า“สมเด็จพระเจ้าเสือ”พระองค์ทรงเป็นพระมหากษัตริย์นักมวยไทยทรงปรีชาด้านมวยไทยโดยทรงเป็นผู้คิดท่าแม่ไม้มวยไทย ซึ่งมีหลักฐานทางประวัติศาสตร์ปรากฏชัดเจนและได้มีการถ่ายทอดเป็นตำราให้ชาวไทยรุ่นหลังเรียกว่า “มวยไทย ตำรับพระเจ้าเสือ” ซึ่งกระทรวงวัฒนธรรมได้มีความเห็นชอบให้วันขึ้นเสวยราชสมบัติของพระสมเด็จ พระสรรเพชญ์ที่ 8 ซึ่งตรงกับวันที่ 6 กุมภาพันธ์ของทุกปีเป็น“วันมวยไทย”และจังหวัดพระนครศรีอยุธยาในทุกปี โดยสมาคมสถาบันศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทย สมาคมครูมวยไทย และสมาคมกีฬามวยอาชีพแห่งประเทศไทย และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ในช่วงเดือน มีนาคม จะมี การจัดประเพณีการไหว้ครูมวยไทยโลก ซึ่งจัดต่อเนื่องมาเป็นเวลา 13 ปี เพื่อยกย่องและส่งเสริม ศิลปะป้องกันตัวของไทย อันเป็นมรดกโลกที่สะท้อนให้เห็นถึงภูมิปัญญาของบรรพชนไทยที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวต่างจากชนชาติอื่น (ททท.สำนักงานพระนครศรีอยุธยา:ออนไลน์ 2558)

ดังนั้นผู้วิจัยจึงเกิดความสนใจในการนำความรู้เรื่อง นาฏมวยไทยมาสร้างเป็นกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ให้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่จังหวัดพระนครศรีอยุธยาซึ่งในหลักสูตรแกนกลางขั้นพื้นฐานปี 2551 ในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาในคุณภาพผู้เรียนว่าชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สามารถเล่นกีฬาร่วมกิจกรรมนั้นทนาการกิจกรรมสมรรถภาพทางกายเพื่อ สุขภาพ เคลื่อนไหวประกอบเพลงโดยนำหลักของทักษะกลไกมาใช้ได้อย่างถูกต้องนักเรียน ประถมศึกษาปีที่ 6จะต้องมีการทำแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายของกรมพลศึกษาประกอบด้วย วัดความอ่อนตัวความคล่องตัว ความแข็งแรงและทนทานของกล้ามเนื้อท้อง ความเร็วความแข็งแรง และพลังกล้ามเนื้อขาและสะโพกกล้ามเนื้อแขนและไหล่กล้ามเนื้อมือความทนทานของกล้ามเนื้อขา สะโพกและความทนทานของระบบไหลเวียนโลหิต (กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. 2555: 8)

โดยผู้วิจัยจะใช้กิจกรรมนาฏมวยไทย สร้างความตระหนักภูมิปัญญาท้องถิ่นเรื่อง มวยไทย ตำรับพระเจ้าเสือและพัฒนาความคิดสร้างสรรค์และสมรรถภาพทางกาย โดยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ด้วยรูปแบบกิจกรรมนาฏมวยไทยโรงเรียนวัดพระญาติการาม(ศุภสุขบำรุง)จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

2. วัตถุประสงค์ของงานวิจัย

1) การออกแบบกิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้โดยใช้รูปแบบกิจกรรมนาฏมวยไทยในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ด้านความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นและสมรรถภาพทางกาย

2) เปรียบเทียบการใช้กิจกรรมนาฏมวยไทย ด้านความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นและสมรรถภาพทางกาย

3. ขอบเขตงานวิจัย

1) วิเคราะห์รูปแบบนาฏมวยไทยโดยศึกษาข้อมูลจากโรงเรียนที่จัดกิจกรรมนาฏมวยไทย และคณะผู้ดำเนินโครงการนาฏมวยไทย

2) ออกแบบกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ด้วยรูปแบบตัวนาฏมวยไทยที่ได้จากการวิเคราะห์ แนวทางดำเนินกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้และสาระการเรียนรู้ของช่วงชั้นนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6

4. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดพระญาติการาม คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) ตามแนวทางปฏิบัติของกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ของช่วงชั้นนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6

5. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1) ได้แนวทางการจัดกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ที่ประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น เพื่อพัฒนาส่งเสริมสมรรถภาพทางร่างกาย

2) เป็นการกระตุ้นให้นักเรียนใช้ความคิดสร้างสรรค์เพื่อต่อยอดความรู้จากภูมิปัญญาไทย

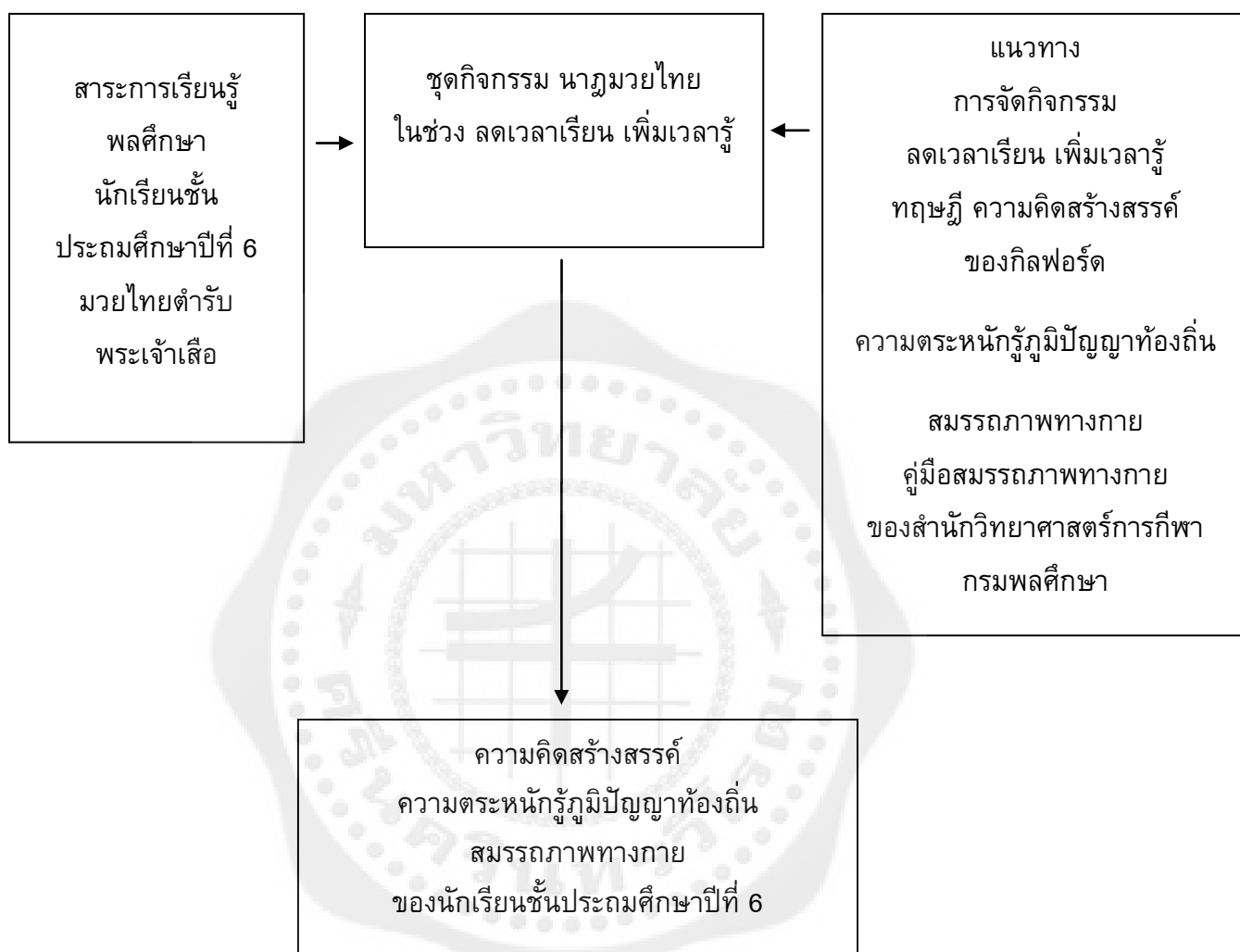
3) เกิดการต่อยอดองค์ความรู้เรื่องนาฏมวยไทย ด้วยกิจกรรมกระตุ้นเกิดความคิดสร้างสรรค์

นิยามศัพท์เฉพาะ

1) ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ หมายถึง การปรับลดเวลาเรียนในภาควิชาการและเพิ่มเวลาของการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นผู้รับความรู้และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติจริง มีประสบการณ์ตรง คิดวิเคราะห์ ทำงานเป็นทีมและเรียนรู้ด้วยตนเองจากกิจกรรมที่หลากหลาย

2) นาฏมวยไทย หมายถึง เป็นการแสดงที่ใช้ท่วงท่าแม่ไม้มวยไทย ประกอบเพลง โดยเริ่มต้นด้วยท่าไหว้ครู และการนำท่วงท่ามวยไทยต่าง ๆ มาประยุกต์ให้เข้ากับจังหวะเพลงที่สนุกสนานเร้าใจ

กรอบแนวคิดในการวิจัย



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้พัฒนากิจกรรมช่วงลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ในด้านความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นและสมรรถภาพทางกายผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแล้วนำมาเรียบเรียงและเสนอรายละเอียดในหัวข้อต่อไปนี้

1. หลักการแนวคิด ทฤษฎี

1.1 ความคิดสร้างสรรค์

1.2 ความตระหนักรู้

1.3 สมรรถภาพทางกาย

2. มวยไทย

2.1 ประวัติมวยไทย

2.2 นามมวยไทย

3. กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้

4. หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. หลักการแนวคิด ทฤษฎี

ในงานวิจัยครั้งนี้มีรายละเอียดเกี่ยวกับ ความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และสมรรถภาพทางกาย ดังมีรายละเอียด คือ

1.1 ความคิดสร้างสรรค์

1.1.1 ความหมายของความคิดสร้างสรรค์

ความคิดสร้างสรรค์คือความคิดที่สามารถในการสังเคราะห์สามารถในการวิเคราะห์และมีความสามารถในการนำไปปฏิบัติได้มีลักษณะเป็นการรวมความคิดหลายทางและมีลักษณะคล้ายกับกระบวนการแก้ปัญหาที่มีความแตกต่างเพียงกระบวนการแก้ปัญหานั้นมีวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้เด่นชัดเฉพาะเรื่องแต่กระบวนการคิดสร้างสรรค์จำเป็นที่บุคคลต้องรู้จักจินตนาการหาความคิดจินตนาการก็จะไม่สามารถแก้ปัญหาทางความคิดสร้างสรรค์ได้ประการความคิดสร้างสรรค์สำคัญนั้นผู้คิดจะต้องไม่มีความรู้สึทุกข์ ไม่รู้สึกบีบคั้น คิดตามความเป็นจริง คิดตรงกับสภาพแห่งตามที่เป็นจริงนั้น ในความคิดสร้างสรรค์จะต้องสร้างความสุขด้วย จึงจะเป็นความคิดสร้างสรรค์ เป็นความคิดสร้างสรรค์ โดยมิจินตนาการเป็นตัวขับเคลื่อนกระบวนการคิด ในเด็กอายุ 10-12 ปีชอบการสำรวจค้นคว้า ชอบการทดลอง มีสมาธิหรือช่วงความสนใจนานขึ้น เด็กผู้หญิงชอบเรียนรู้จากหนังสือและการเล่นสมมติ เด็กผู้ชายชอบเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงช่วงวัยนี้จะมีพัฒนาการด้านศิลปะและดนตรีจุดอ่อนคือเป็นช่วงวัยที่ขาดความมั่นใจในผลงานของตนเอง

ความคิดสร้างสรรค์ลดลงบางช่วง เพราะเป็นช่วงที่พยายามปรับตัวเข้ากับกลุ่มเพื่อน เลียนแบบเพื่อน ลดความคิดอิสระ

1.1.2 ความสำคัญของความคิดสร้างสรรค์

การคิดที่ดี ควรมีลักษณะลึกลับกว้างไกล และสร้างสรรค์ คำว่า ลึก หมายถึง สิ่งที่ไม่ใช่เพียงสัมผัส มีความเป็นไปไม่ได้และมีความชัดเจน กว้าง เป็นการสร้างภาพที่มีมุมมองอันเกิดจากการวิเคราะห์ การสังเคราะห์อย่างรอบครอบเป็นการมองไปข้างหน้าในระยะยาว โดยคำนึงถึงสิ่งอันพึงปรารถนา ส่วนคำว่า สร้างสรรค์ นั้น เป็นการพิจารณาเพื่อสร้างสิ่งใหม่ให้เกิดขึ้น ความสามารถในการคิดสร้างสรรค์เป็นเครื่องมือที่ต้องใช้เป็นประจำของมนุษย์และมีพลังอำนาจมากที่สุดเหนือสิ่งอื่นใดเสมอ ดังนั้นบุคคลจึงไม่เพียงแต่ต้องมีความเข้าใจในกระบวนการของความคิดสร้างสรรค์เท่านั้น แต่ยังต้องการใช้ความคิดสร้างสรรค์ของตนให้เป็นความหมายของความคิดสร้างสรรค์ มีผู้ให้ความหมายไว้มาก ผู้วิจัยได้คัดเลือกมาเสนอ ดังนี้

กิลฟอร์ดเชื่อว่าความคิดสร้างสรรค์เป็นความสามารถทางสมองที่คิดได้อย่างซับซ้อนกว้างไกล หลายทิศทาง (Divergent thinking) ซึ่งประกอบด้วยความคิดริเริ่ม (Originality) ความคิดคล่องแคล่ว (Fluency) ความคิดยืดหยุ่น (Flexibility) ความคิดละเอียดลออ (Elaboration)

Guilford ได้ให้รายละเอียดเกี่ยวกับองค์ประกอบของความคิดสร้างสรรค์ไว้ดังนี้

- 1) ความคิดริเริ่ม (Originality) หมายถึง ความคิดแปลกใหม่ไม่ซ้ำกันกับความคิดของคนอื่น และแตกต่างจากความคิดธรรมดา ความคิดริเริ่มอาจเกิดจากการคิดจากเดิมที่มีอยู่แล้วให้แปลกแตกต่างจากที่เคยเห็น หรือสามารถพลิกแพลงให้กลายเป็นสิ่งที่ไม่เคยคาดคิด ความคิดริเริ่มอาจเป็นการนำเอาความคิดเก่ามาปรุงแต่งผสมผสานจนเกิดเป็นของใหม่ ความคิดริเริ่มมีหลายระดับซึ่งอาจเป็นความคิดครั้งแรกที่เกิดขึ้นโดยไม่มีใครสอนแม้ความคิดนั้นจะมีผู้อื่นคิดไว้ก่อนแล้วก็ตาม
- 2) ความคิดคล่องแคล่ว (Fluency) หมายถึง ปริมาณความคิดที่ไม่ซ้ำกันในเรื่องเดียวกันโดยแบ่งออกเป็น 4 ประเภท ดังนี้

2.1 ความคล่องแคล่วทางด้านถ้อยคำ (Word Fluency) เป็นความสามารถในการใช้ถ้อยคำอย่างคล่องแคล่ว

2.2 ความคิดคล่องแคล่วทางการโยงสัมพันธ์ (Associational Fluency) เป็นความสามารถที่จะคิดหาถ้อยคำที่เหมือนกันได้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ภายในเวลาที่กำหนด

2*3 ความคล่องแคล่วทางการแสดงออก (Expression Fluency) เป็นความสามารถในการใช้วลีหรือประโยค กล่าวคือ สามารถที่จะนำคำมาเรียงกันอย่างรวดเร็วเพื่อให้ได้ประโยคที่ต้องการ

2.4 ความคล่องแคล่วในการคิด (*Ideational Fluency*) เป็นความสามารถที่จะคิดค้นสิ่งที่ต้องการภายในเวลาที่กำหนด เช่น ใช้คิดหาประโยชน์ของก้อนอิฐให้ได้มากที่สุดภายในเวลาที่กำหนดซึ่งอาจเป็น 5 นาที หรือ 10 นาที

3) ความคิดยืดหยุ่น (*Flexibility*) หมายถึง ประเภทหรือแบบของการคิดแบ่งออกเป็น

3.1) ความคิดยืดหยุ่นที่เกิดขึ้นทันที (*Spontaneous Flexibility*) เป็นความสามารถที่จะพยายามคิดได้หลายทางอย่างอิสระ ตัวอย่างของคนที่มีความคิดยืดหยุ่นในด้านนี้จะคิดได้ว่าประโยชน์ของหนังสือพิมพ์มีอะไรบ้าง ความคิดของผู้ที่ยืดหยุ่นสามารถจัดกลุ่มได้หลายทิศทางหรือหลายด้าน เช่น เพื่อรู้ข่าวสาร เพื่อโฆษณาสินค้า เพื่อธุรกิจ ฯลฯ ในขณะที่คนที่ไม่มีความคิดสร้างสรรค์จะคิดได้เพียงทิศทางเดียว คือ เพื่อรู้ข่าวสาร เท่านั้น 3.2) ความคิดยืดหยุ่นทางด้านการดัดแปลง (*Adaptive Flexibility*) หมายถึง ความสามารถในการดัดแปลงความรู้ หรือประสบการณ์ให้เกิดประโยชน์หลาย ๆ ด้าน ซึ่งมีประโยชน์ต่อการแก้ปัญหาผู้ที่มีความยืดหยุ่นจะคิดดัดแปลงได้ไม่ซ้ำกัน

4) ความคิดละเอียดลออ (*Elaboration*) หมายถึง ความคิดในรายละเอียดเป็นขั้นตอนสามารถอธิบายให้เห็นภาพชัดเจน หรือเป็นแผนงานที่สมบูรณ์ขึ้น ความคิดละเอียดลออจัดเป็นรายละเอียดที่นำมาตกแต่งขยายความคิดครั้งแรกให้สมบูรณ์ขึ้น (Guilford, 1967 : 145-151)

ทฤษฎีออตา (AUTA) ทฤษฎีนี้เป็นรูปแบบของการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นในบุคคล โดยมีแนวคิดที่ว่าความคิดสร้างสรรค์นั้นมีอยู่ในมนุษย์ทุกคนและสามารถพัฒนาให้สูงขึ้นได้ การพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ตามรูปแบบออตาประกอบด้วย

1) การตระหนัก (*Awareness*) คือ ตระหนักถึงความสำคัญของความคิดสร้างสรรค์ที่มีต่อตนเอง สังคม ทั้งในปัจจุบันและอนาคต และตระหนักถึงความคิดสร้างสรรค์ที่มีอยู่ในตนเองด้วย

2) ความเข้าใจ (*Understanding*) คือ มีความรู้ความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในเรื่องราวต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับความคิดสร้างสรรค์

3) เทคนิควิธี (*Techniques*) คือ การรู้เทคนิคในการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ทั้งที่เป็นเทคนิคส่วนบุคคลและเทคนิคที่เป็นมาตรฐาน

4) การตระหนักในความจริงของสิ่งต่างๆ (*Actualization*) คือ การรู้จักหรือตระหนักในตนเอง พอใจในตนเอง และพยายามใช้ตนเองและพยายามใช้ตนเองเต็มศักยภาพ รวมทั้งการเปิดกว้างรับประสบการณ์ต่าง ๆ โดยมีการปรับตัวได้อย่างเหมาะสม การตระหนักถึงเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน การผลิตผลงานด้วยตนเอง และมีความคิดที่ยืดหยุ่นเข้ากับทุกรูปแบบของชีวิต

องค์ประกอบทั้ง 4 นี้ จะผลักดันให้บุคคลสามารถดึงศักยภาพเชิงสร้างสรรค์ของตนเองออกมาใช้ได้ จากทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์ที่กล่าวมาแล้วทั้งหมด จะเห็นว่าความคิดสร้างสรรค์เป็นทักษะที่มีในตัวบุคคลทุกคน และสามารถที่จะพัฒนาให้สูงขึ้นได้โดยอาศัยการเรียนรู้และบรรยากาศที่เอื้ออำนวย

Davis (กรมวิชาการ. 2544: 6 :อ้างอิงจาก Davis.1973) ได้รวบรวมแนวคิดเกี่ยวกับความคิดสร้างสรรค์ของนักจิตวิทยาที่ได้กล่าวถึงทฤษฎีของความคิดสร้างสรรค์โดยแบ่งเป็นกลุ่มใหญ่ๆ ได้ 4 กลุ่ม

1) ทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์เชิงจิตวิเคราะห์ นักจิตวิทยาทางจิตวิเคราะห์หลายคน เช่น ฟรอยด์และคริส ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับการเกิดความคิดสร้างสรรค์ว่า ความคิดสร้างสรรค์เป็นผลมาจากความขัดแย้งภายในจิตใต้สำนึกระหว่างแรงขับทางเพศ (Libido) กับความรู้สึกรับผิดชอบทางสังคม (Social conscience) ส่วนคุปเปอร์และรัก ซึ่งเป็นนักจิตวิทยาแนวใหม่กล่าวว่า ความคิดสร้างสรรค์นั้นเกิดขึ้นระหว่างการเรียนรู้กับจิตใต้สำนึก ซึ่งอยู่ในขอบเขตของจิตส่วนที่เรียกว่า จิตก่อนสำนึก

2) ทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์เชิงพฤติกรรมนิยม นักจิตวิทยาในกลุ่มนี้มีแนวความคิดเกี่ยวกับเรื่องความคิดสร้างสรรค์ว่า เป็นพฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้ โดยเน้นที่ความสำคัญของการเสริมแรงการตอบสนองที่ถูกต้องกับสิ่งเร้าเฉพาะหรือสถานการณ์ นอกจากนี้ยังเน้นความสัมพันธ์ทางปัญญา คือการโยงความสัมพันธ์จากสิ่งเร้าหนึ่งไปยังสิ่งเร้าต่างๆ ทำให้เกิดความคิดใหม่ หรือสิ่งใหม่เกิดขึ้น

3) ทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์เชิงมนุษยนิยม นักจิตวิทยาในกลุ่มนี้มีแนวคิดว่าความคิดสร้างสรรค์เป็นสิ่งที่มนุษย์มีติดตัวมาตั้งแต่เกิด ผู้ที่สามารถนำความคิดสร้างสรรค์ออกมาใช้ได้คือ รู้จักตนเอง พอใจตนเอง และใช้ตนเองเต็มตามศักยภาพของตนมนุษย์จะสามารถแสดงความคิดสร้างสรรค์ของตนเองมาได้อย่างเต็มที่นั้นขึ้นอยู่กับภาวะหรือบรรยากาศที่เอื้ออำนวย ได้กล่าวถึงบรรยากาศที่สำคัญในการสร้างสรรค์ว่า ประกอบด้วยความปลอดภัยในเชิงจิตวิทยา ความมั่นคงของจิตใจ ความปรารถนาที่จะเล่นความคิดและการเปิดกว้างที่จะรับประสบการณ์ใหม่

ขั้นตอนการเกิดความคิดสร้างสรรค์ไว้ 4 ขั้นตอน

1) ขั้นเตรียม (Preparation) เป็นขั้นตอนการรวบรวมข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับความรู้ทั่วไปและความรู้เฉพาะ เพื่อมาประกอบการพิจารณา โดยอาศัยพื้นฐานของกระบวนการต่อไปนี้

1.1) การสังเกตนักคิดสร้างสรรค์จำเป็นต้องเป็นนักสังเกตที่ดี และสนใจต่อสิ่งแปลกๆใหม่ ที่ได้พบเห็นเสมอ

1.2) การจำแนกหมายถึงกระบวนการจำแนกข้อมูลที่ได้จากการสังเกตเป็นหมวดหมู่เพื่อใช้เป็นแนวทางในการลำดับความคิดต่อไป

1.3) การทดลอง เป็นหัวใจของการสร้างสรรค์งาน เพราะผลการทดลองจะเป็นข้อมูลสำหรับคิดสร้างสรรค์ต่อไป

2) ขั้นฟักตัว (Incubation) เป็นขั้นที่ใช้เวลาสำหรับการครุ่นคิดเป็นระยะที่ยังคิดไม่ออก บางครั้งแทบไม่ได้ใช้ความคิดเลย การฟักตัวนี้บางครั้งความคิดอื่นจะแวบมาโดยไม่รู้ตัว

3) ขั้นคิดออก (Illumination or Inspiration) เป็นขั้นของการแสดงภาวะสร้างสรรค์อย่างแท้จริง คือสามารถมองเห็นเส้นทางในการริเริ่มหรือสร้างสรรค์งานอย่างแจ่มชัดโดยตลอด

4) ขั้นพิสูจน์ (Verification) เป็นขั้นการทบทวน ตรวจสอบ ปรับปรุงประเมินค่าวิธีการว่าใช้ได้หรือไม่ เพื่อให้คำตอบที่ถูกต้องแน่นอนเป็นกฎเกณฑ์ต่อไป (นิพนธ์ จิตต์ภักดี. 2523: 20)

4 ขั้นตอนของการเกิดความคิดสร้างสรรค์ไว้ดังนี้

1) ขั้นวิเคราะห์ (Analysis) คือ ขั้นสัมผัสหรือเผชิญกับสถานการณ์ซึ่งส่วนมากจะเป็นปัญหาต่าง ๆ ปัญหาจะถูกนำมาวิเคราะห์ กำหนดนิยามเพื่อก่อให้เกิดความเข้าใจในปัญหาและส่วนประกอบ

2) ขั้นผสมผสาน (Manipulate) หลังจากรู้สภาพปัญหา วิเคราะห์ปัญหา ความคิดที่จะแก้ปัญหาจะถูกนำมาผสมผสานกันซึ่งจะต้องอาศัยความคืบข้องใจและความเข้าใจในปัญหา

3) ขั้นการพบอุปสรรค (Impasse) เป็นขั้นที่เกิดขึ้นบ่อยและเป็นขั้นสูงสุดของการแก้ปัญหาในขั้นนี้จะมีความรู้สึกว่าวิธีการบางอย่างในการแก้ปัญหา นั้นใช้ไม่ได้ คิดไม่ออกรู้สึกล้มเหลวในการแก้ปัญหา

4) ขั้นคิดออก (Eureka) เป็นขั้นคิดแก้ปัญหาได้ทันทีทันใดหลังจากที่ได้พบอุปสรรคมาแล้ว ซึ่งจะทำให้เกิดความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งในการแก้ปัญหา นั้นขั้นพิสูจน์ (Verification) เป็นขั้นต่อจากขั้นพบอุปสรรคและขั้นคิดออกเพื่อพิสูจน์ (Divito. 1971 : 208)

ความคิดสร้างสรรค์ไม่จำเป็นต้องมีขั้นตอนเป็นลำดับขั้นตอนดังกล่าวแต่เป็นการคาดคะเนจากเหตุการณ์ทั่วไปที่เกี่ยวข้องกับความคิดสร้างสรรค์ การคิดสร้างสรรค์ของบุคคล ไม่จำเป็นต้องเป็นขั้นสูงสุดเสมอไป แต่ความคิดสร้างสรรค์อาจเป็นขั้นตอนใดใน 6 ขั้นตอน (บุญเหลือ ทองอยู่. 2521: 16)

ขั้นที่ 1 การคิดสร้างสรรค์ขั้นต้น

ขั้นที่ 2 ขั้นมีผลผลิตออกมา

ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างสรรค์

ขั้นที่ 4 ขั้นความคิดสร้างสรรค์สิ่งประดิษฐ์ใหม่

ขั้นที่ 5 ขั้นปรับปรุงความคิดสร้างสรรค์สิ่งประดิษฐ์ใหม่ ๆ

ขั้นที่ 6 ขั้นความคิดสร้างสรรค์สูงสุด สามารถแสดงความคิดเป็นนามธรรม

1.2 ความตระหนักรู้

ความตระหนัก (Awareness) เป็นแนวคิดเชิงจิตวิทยา (Psychological Approach) ผสมผสานกับแนวคิดเชิงพฤติกรรมศาสตร์ (Behavior Science) โดยมีหลักการแนวคิดทฤษฎี

1.2.1 ความหมายของความตระหนัก

ราชบัณฑิตยสถาน (2545 : 428) ให้ความหมายของคำว่าตระหนักไว้ว่า รู้ประจักษ์ชัด รู้ชัดแจ้ง

ตระหนักว่า หมายถึงภาวะการที่บุคคลเกิดความรู้สึกนึกคิด ความคิดเห็นหรือประสบการณ์จากเหตุการณ์ใดเหตุการณ์หนึ่ง เป็นภาวะที่บุคคลเข้าใจและประเมินสถานการณ์ที่

เกี่ยวกับตนเองได้โดยเกิดจากสภาวะจิตที่ยอมรับถึงภาวะการณ์หรือความโน้มเอียงที่จะเลือกพฤติกรรม และปฏิบัติตนเพื่อแสดงต่อปัญหาหรือเหตุการณ์หนึ่งที่ได้ประสบ (กุลวดี ราชภักดี. 2545: 38)

การตระหนักรู้ตนเอง คือการสำรวจตรวจสอบพฤติกรรมการแสดงออกของตนเอง พิจารณาผลที่เกิดขึ้น อาจขอรับข้อมูลย้อนกลับจากผู้อื่นหรือการสำรวจด้วยตนเอง (เรียม ศรีทอง. 2542: 200)

การตระหนักรู้ตนเองเป็นทักษะภายในของตนเอง เป็นการหยั่งรู้ความเป็นไปได้ของตนเอง มองตนเองภายในได้ วิเคราะห์ตนเองเข้าใจและยอมรับตนเอง มีสติ รู้เท่าทันในอารมณ์ของตนเองในขณะนั้นได้ รู้ว่ากำลังอยู่ในอารมณ์ใดและรู้สาเหตุของการเกิดอารมณ์นั้น รู้จุดเด่น จุดด้อยของตนเองมีความมั่นใจในคุณค่าและความสามารถของตนเอง (มนัส บุญประกอบและสาธิตา เมธนาวัน. 2544: 50)

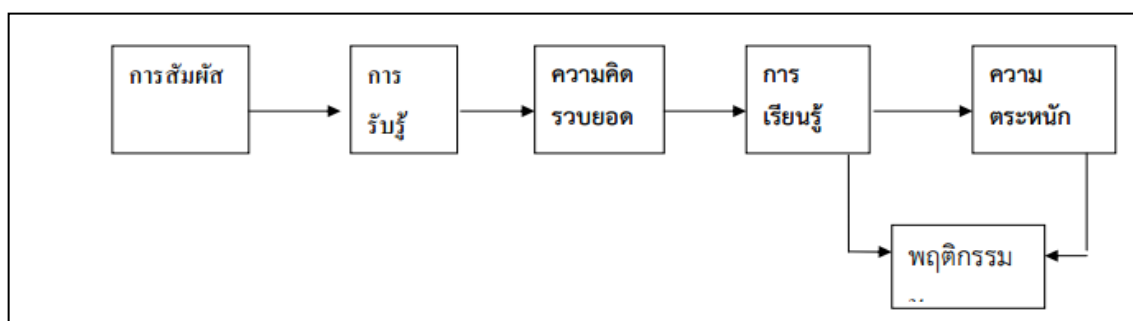
ความตระหนักรู้ หมายถึง ความสำนึกที่บุคคลเคยมีความรู้สึกนึกคิดที่เกิดขึ้นในสภาวะจิตใจต่อเหตุการณ์หนึ่งที่ได้ประสบแล้วแสดงความรู้สึกออกมาทางพฤติกรรม (นงลักษณ์ วงศ์ถนอม. 2548: 51)

ความตระหนักเป็นความรู้ที่ประจักษ์ชัดหรือความชัดเจนมี 4 ประการคือ 1. รู้จริง/ซาบซึ้ง (Appreciation) เน้นเข้าใจอย่างถ่องแท้ในเรื่องที่สนใจซึ่งรู้ว่าอะไรถูกและอะไรเป็นผลเสีย 2. มีความรักหวงแหนเน้นในสิ่งที่เข้าใจอย่างซาบซึ้งว่าเป็นสิ่งที่ถูกเป็นสิ่งที่ดีเป็นสิ่งที่มิประโยชน์ต่อคนและส่วนรวม 3. มีความวิตกกังวลว่าจะมีผลกระทบต่อชีวิตความเป็นอยู่ของตนเองและสังคม 4. ทำจริง ปฏิบัติจริงไม่ได้เน้นว่าต้องทำแต่เป็นในกรณีที่ทำได้หรือเป็นไปได้ทุกคนมีความสามารถที่จะทำกิจกรรมต่างๆ อยู่ในระดับหนึ่งเท่านั้นปรากฏการณ์ที่ไม่สามารถหาจริงหรือปฏิบัติจริงได้โดยตรงก็สามารถหาจริงหรือปฏิบัติจริงโดยทางอ้อมปรากฏในรูปแบบต่างๆ ได้ (มนัส สุวรรณ. 2532: 11)

กูด (1959: 54 อ้างถึงในธิดารัตน์ สุภาพ. 2548: 7) ให้ความหมายของความตระหนักไว้ว่า ความตระหนักหมายถึงความรู้สึกที่แสดงถึงการเกิดความรู้ของบุคคลหรือการที่บุคคลแสดงความรู้สึกรับผิดชอบต่อปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น

1.2.2 ขั้นตอนและกระบวนการเกิดความตระหนัก

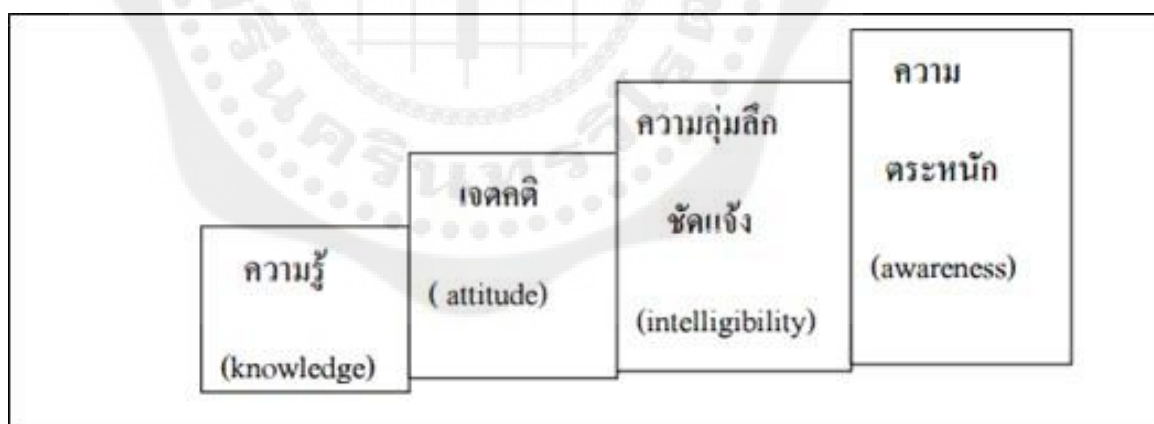
กูด (1973: 54) กล่าวว่า การเกิดความตระหนักว่าเป็นผลมาจากกระบวนการทางปัญญา (Cognitive Process) กล่าวคือ เมื่อบุคคลได้รับการกระตุ้นจากสิ่งเร้าหรือสัมผัสสิ่งเร้าแล้วจะเกิดความรู้เมื่อรับรู้ขั้นต่อไปก็จะเข้าใจสิ่งนั้น คือเกิดความคิดรวบยอดและนำไปสู่การเรียนรู้คือมีความรู้ในสิ่งนั้นและนำไปสู่การเกิดความตระหนักในที่สุด ซึ่งความรู้และความตระหนักก็จะนำไปสู่การกระทำหรือการแสดงพฤติกรรมของบุคคลต่อสิ่งเร้านั้นตามภาพประกอบ



ภาพประกอบ 1 ขั้นตอนและกระบวนการเกิดความตระหนัก

ที่มา: Cater V. Good 1973:54

จากภาพประกอบด้านล่าง เป็นการแสดงขั้นตอนตามลำดับของการสะสมความรู้และเจตคติ เพื่อให้เกิดเป็นความตระหนักในการบริหารจัดการความเสี่ยง ซึ่งในการตระหนักนั้นจะต้องอาศัยพื้นฐานความรู้(knowledge) หรือแนวคิดด้านการบริหารจัดการความเสี่ยงอย่างถูกต้องและต้องมีความรู้อย่างถ่องแท้ในแต่ละขั้นตอนการบริหารจัดการความเสี่ยงจึงจะนำไปสู่ขั้นลุ่มลึกชัดเจน (Interlligibility) แล้วจึงเกิดความตระหนักในที่สุด



ภาพประกอบ 2 ขั้นตอนการลำดับการเกิดความตระหนัก

ที่มา: Cater V. Good 1973:54

1.3 สมรรถภาพทางกาย

ความหมายและองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกาย ความหมายของสมรรถภาพทางกายคำว่า “สมรรถภาพทางกาย” นั้น ได้มีผู้ให้ความหมายไว้มากมายแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับว่าผู้คนนั้นมีความต้องการสมรรถภาพทางกายเพื่อวัตถุประสงค์อย่างไร ซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

สมรรถภาพทางกายจะมีความหมายหลาย ๆ ทางแต่โดยทั่วไปมีใช้อยู่ 2 ลักษณะ คือ

- 1) ความสามารถในการปรับตัวและการฟื้นคืนสู่สภาพปกติหลังจากการทำงานหนักๆ
- 2) ความสามารถในการทำกิจกรรมประจำวันด้วยความกระฉับกระเฉงว่องไวโดยไม่รู้สึกเหนื่อย มีกำลังเหลือที่จะประกอบกิจกรรมยามว่างด้วยความเพลิดเพลิน และสามารถเผชิญหน้ากับเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝัน (Safrit. 1986: 212)

สมรรถภาพทางกายเป็นความสามารถของร่างกายในการกระทำกิจกรรมอย่างได้ผลและมีประสิทธิภาพรวมถึงความสมบูรณ์ของร่างกายโดยปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ซึ่งประกอบด้วย พัฒนาการของกล้ามเนื้อ ความว่องไว และความอดทน (Howell and et al. 1986: 301)

สมรรถภาพทางกาย หมายถึง ระบบ การทำงานของอวัยวะในแต่ละบุคคล คือ ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ ความอดทนของระบบหัวใจและหลอดเลือด พลัง และความอ่อนตัว (Kirkendall and et al. 1987: 540)

กล่าวว่า สมรรถภาพทางกาย หมายถึง ภาวะที่ดีของร่างกายที่ทำให้นักเรียนสามารถปฏิบัติการกิจประจำวันได้อย่างแข็งแรง กระฉับกระเฉง ลดการเสี่ยงเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพอันเนื่องมาจากการขาด การออกกำลังกาย และเป็นการจัดสมรรถภาพพื้นฐานสำหรับเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ (American Alliance for Health Physical. 1988: 30)

ในช่วงทศวรรษ 1990 ได้มีผู้ให้ความหมายของสมรรถภาพทางกายสรุปความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับสมรรถภาพทางกายนั้นจะพิจารณาเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ และส่วนของความสามารถในการปฏิบัติ ส่วนที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ คือ องค์ประกอบของสมรรถภาพทางกายที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาการร่างกายให้สามารถป้องกันโรคได้ เช่น โรคเกี่ยวกับเส้นเลือดหัวใจและโรคที่เกิดจากความอ้วน ส่วนสมรรถภาพทางกายที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติ หมายถึง การพัฒนาองค์ประกอบที่จำเป็นสำหรับส่งเสริมทักษะในการเล่นกีฬา และกิจกรรมอื่นที่ต้องใช้ระดับสมรรถภาพทางกายสูง ซึ่งประกอบด้วยความอดทน ความแข็งแรง ความเร็ว องค์ประกอบของสมรรถภาพทางกายทั้ง 2 ประเภทนี้ มีลักษณะที่ใกล้เคียงกันมากในองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับระบบอวัยวะภายในร่างกาย แต่ระดับความต้องการนั้นแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของแต่ละคน (Pestolesi; & Baker.1990: 18)

สมรรถภาพทางกาย โดยทั่วไปถือว่าเป็นความสามารถในการปฏิบัติงานของร่างกาย ซึ่งแสดงให้เห็นจากการทำงานของระบบหลอดเลือดและหัวใจ ความอดทน ความแข็งแรง ความอ่อนตัว การทำงานประสานกันและการวัดสัดส่วนของร่างกาย (Miller; & et al. 1991: 639)

สมรรถภาพทางกาย หมายถึง ความสามารถของร่างกายในการประกอบกิจวัตรประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีพลังที่จะประกอบกิจกรรมในเวลาว่างรวมถึงการเผชิญกับเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดมาก่อนได้ ซึ่งจะแบ่งสมรรถภาพทางกายออกเป็น 2 ส่วน คือ สมรรถภาพทางกายที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ และสมรรถภาพทางกาย ที่เกี่ยวข้องกับทักษะ (Mood; & et al. 1991: 570)

สมรรถภาพทางกาย หมายถึงความสามารถของบุคคลที่แสดงออกมา ควบคุมตนเองได้ดี และรวมถึงความสามารถอื่น ๆ ที่ร่างกายปฏิบัติงานหรือภารกิจต่าง ๆ ได้เป็นเวลานานโดยไม่เกิดความเหน็ดเหนื่อยง่าย และได้ผลดีไม่เสื่อมประสิทธิภาพ (จรินทร์ ธานีรัตน์. 2519: 161)

สมรรถภาพทางกายว่า หมายถึง ความสามารถที่จะปรับตัวเกี่ยวกับความต้องการทางกายในสภาวะฉุกเฉินหรือการปฏิบัติกิจกรรมต่อเนื่องเป็นเวลานาน โดยไม่เหน็ดเหนื่อย ในขณะที่เกิดภาวะฉุกเฉิน จะมีพลังมากกว่าปกติ ระดับความฟิต หรือความสมบูรณ์ ตัดสินได้จากความพร้อมของกล้ามเนื้อ และอวัยวะในร่างกายซึ่งทั้งสองสิ่งจะสนับสนุนการเข้าร่วมกิจกรรมประจำวัน และสามารถปรับตัวได้ดีในภาวะฉุกเฉิน (สมบัติ กาญจนกิจ. 2519: 21)

สมรรถภาพทางกาย“เป็นความสามารถของร่างกายในการประกอบภารกิจประจำวันได้อย่างกระฉับกระเฉง และมีประสิทธิภาพ และฟื้นตัวกลับคืนสู่สภาพปกติได้อย่างรวดเร็ว และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างราบรื่น มีความสุข ปราศจากโรคที่เกิดจากการขาดการออกกำลังกาย” (ถนอมวงศ์ กฤษณ์เพ็ชร และกุลธิดา เชิงฉลาด. 2544: 430)

สรุปความหมาย คำว่า “สมรรถภาพทางกาย” หมายถึง สภาวะที่สมบูรณ์ของร่างกาย ซึ่งเป็นผลทำให้การปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ของร่างกายเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข ในความหมายนี้อาจกล่าวได้ว่าเป็นลักษณะของสมรรถภาพทางกายโดยรวม (Local Fitness) ซึ่งมีองค์ประกอบดังต่อไปนี้คือ ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความทนทานของกล้ามเนื้อ

ความอดทนของระบบหัวใจและหลอดเลือด ความอ่อนตัวและส่วนประกอบของร่างกายซึ่งองค์ประกอบดังกล่าวนี้ก็คือ สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพจากความหมายของคำว่าสมรรถภาพทางกาย คือ ความสามารถของร่างกายที่สามารถปฏิบัติงานกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพด้วยความกระฉับกระเฉงและฟื้นตัวกลับสู่สภาพเดิมได้อย่างรวดเร็วในเวลาอันสั้น อีกทั้งไม่มีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพอันเนื่องจากการขาดการออกกำลังกาย

2. มวยไทย

มวยไทยหมายถึงกีฬาชกมวยบนเวทีที่มีกติกาชกให้คู่ชกใช้เท้าศอกและเข่าได้มวยไทยจึงเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ที่เป็นศาสตร์เพราะเป็นวิชาการที่ทุกคนอาจจะศึกษาหาความรู้ได้เหมือนวิชาแขนงอื่น ส่วนที่เป็นศิลป์ก็เพราะแขนงนี้เต็มไปด้วยกลยุทธ์และลวดลายซึ่งยากจะเรียนรู้และปฏิบัติได้อย่างชัดเจน (ชาญณรงค์ สุขงษา. 2545: 2)

มวยไทยเป็นทั้งกีฬาและเป็นยุทธวิธีของไทยซึ่งประดิษฐ์คิดเอาอวัยวะบางส่วนในร่างกายเป็นอาวุธประหารศัตรูและทำการป้องกันตัวให้หนักเป็นเบาได้ (สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ.2540: 2)

ดังนั้นมวยไทยจึงเป็นได้ทั้งวิธีการต่อสู้กีฬากิจกรรมการเคลื่อนไหวและถือว่าเป็นยุทธวิธีการป้องกันตัวที่มีลักษณะเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ได้เริ่มขึ้นในสมัยใดไม่มีเอกสารหรือหนังสือเล่มใดระบุไว้ แต่เท่าที่ได้ปรากฏมวยไทยเกิดขึ้นมานานแล้ว และอาจเกิดขึ้นมานานพร้อม ๆ กับชาติไทยด้วยซ้ำ เพราะมวยไทยนั้นเป็นศิลปะประจำชาติและเป็นเอกลักษณ์ของชาติไทย ตั้งแต่สมัยโบราณมาจนถึงปัจจุบันมวยไทยสมัยก่อนมีการฝึกฝนอยู่ในบรรดาหมู่ทหาร การรบกับประเทศเพื่อนบ้าน สมัยนั้นยังไม่มีปืนเป็นอาวุธ มีแต่ดาบ พลอง ง้าว ดั้ง เขน การรบในสมัยนั้นจึงเป็นการรบที่ประชิดตัวด้วยอาวุธในมือ คนไทยจึงได้ฝึกหัดการเตะถีบคู่ต่อสู้ เพื่อให้เกิดการได้เปรียบเพิ่มขึ้นจากการใช้อาวุธในมือดังกล่าวต่อมามีผู้คิดว่าทำอย่างไรจึงจะนำการถีบการเตะนั้นมาเป็นศิลปะการต่อสู้ไปพร้อมกับมือได้ จึงได้เกิดการฝึกหัดการต่อสู้ป้องกันตัว เพื่อแสดงตามงานเทศกาลต่าง ๆ เมื่อเป็นที่นิยมและแพร่หลายมากขึ้นก็มีการฝึกหัดและจัดตั้งเป็นสำนักฝึกมวยไทยกันมากมาย และสำนักที่ฝึกมวยไทยก็จะเป็นสำนักดาบที่มีชื่อเสียงมีอาจารย์ดี ๆ เป็นผู้ฝึกสอน ดังนั้นการฝึกมวยไทยในสมัยนั้นจึงมีจุดมุ่งหมาย 2 อย่าง คือ

- 1) เพื่อสู้รบกับข้าศึก
- 2) เพื่อต่อสู้ป้องกันตัว

2.1 ประวัติมวยไทย

มวยไทยเป็นทั้งยุทธวิธีและกีฬาที่เป็นมรดกทางวัฒนธรรมการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยที่สืบทอดกันมานานเป็นพันปีถ้าสืบย้อนไปจะพบว่ามวยไทยมีมาพร้อมกับมีคนไทยคนไทยใช้มวยไทยในการป้องกันการรุกรานจากชนชาติอื่น ๆ เช่นในสมัยราชวงศ์ล้านเจ้าสมัยกรุงสุโขทัยกรุงศรีอยุธยากรุงธนบุรีกรุงรัตนโกสินทร์และพัฒนาจนมาถึงปัจจุบันซึ่งมีรายละเอียดดังนี้ (สปอร์ตไฟกัศ. 2547: 38)

- มวยไทยสมัยอาณาจักรล้านเจ้า (พ.ศ. 1291)
- มวยไทยสมัยกรุงสุโขทัย (พ.ศ. 1781 – 1921)
- มวยไทยสมัยกรุงศรีอยุธยา (พ.ศ. 1893 – 2310)
- มวยไทยสมัยกรุงธนบุรี (พ.ศ.2311-2324)
- มวยไทยสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ (พ.ศ.2325-ปัจจุบัน)

2.1.2 ยุคของมวยไทย

1) มวยไทยสมัยอาณาจักรล้านเจ้า

มวยไทยสมัยนานเจ้าสันนิษฐานได้ว่าคนไทยมีมวยไทยไว้ต่อสู้กับผู้เข้ามา รุกรานคนไทยมีรูปร่างเล็กกว่าชาวจีนแต่มีพิสัยในการต่อสู้แต่ไม่เคยยอมจำนน บรรพบุรุษของไทย ได้คิดค้นวิธีการต่อสู้แบบแฝงไว้ด้วยพิสัยรอบตัวเรียกว่าแบบ “พันล่ำ” ซึ่งแปลว่า “รอบด้าน” สำหรับไว้ต่อสู้ป้องกันตัววิธีการต่อสู้แบบนี้มีการใช้หัวเข่า อก คัด ตีนเตะ ถีบ เหน็บ มือ ตะปบ ตบ ต่อย ทบ ตอก ถอง ฟัน สับ สัน เตียบ เข้า กระทุ้ง กั้น กระแทก แบก บ่า ทุ่ม ล้ม ทับ จับ หัก คัด หนี นวด ฝ่า ลูก หมาก ซึ่งจะเห็นได้ว่าเป็นการต่อสู้ด้วยมือเปล่าเพื่อป้องกันตัวเพื่อความอยู่รอดแม้ตัวจะเล็กแต่ก็มีพิสัย รอบตัวหน่วย (กรมพลศึกษากระทรวงศึกษาธิการ. 2541:9) ลักษณะการต่อสู้ข้างต้นแสดงให้เห็นว่า บรรพบุรุษไทยได้ใช้การต่อสู้มานานจนเป็นมวยไทยขึ้นมาในภายหลังโดยในสมัยนานเจ้าพ.ศ. 1291 พระเจ้าฟ่ล่อโกะได้รวบรวมอาณาจักรไทยขึ้นเรียกว่าอาณาจักรนานเจ้ารบกับจีนโดยใช้อาวุธใช้หอก ใช้จ้าว การต่อสู้มือเปล่าอยู่บ้างแต่ส่วนมากจะใช้ระยะประชิดตัวและนิยมการเลียนแบบจีนมวยไทย สมัยนานเจ้าจึงมีลักษณะไม่มีแบบแผนที่แน่นอนสู้แบบสัญชาตญาณรอบตัวคล้ายมวยปล้ำแต่มีความ รุนแรงกว่า (รังสฤษฎ์ บุญชล. 2541: 14)

2) มวยไทยสมัยกรุงสุโขทัย

การใช้มวยไทยประกอบการใช้อาวุธอื่น ๆ ในการต่อสู้ระยะประชิดตัวยังคงมี อยู่ในสายเลือดของคนไทยแม้ว่าจะไม่เรียกว่ามวยไทยโดยตรงแต่ก็เป็นยุทธวิธีประกอบการรบที่ สมบูรณ์แบบมีการใช้วิชาศิลปศาสตร์ 18 ประการสำหรับผู้ที่ทำหน้าที่เป็นพระเจ้าแผ่นดินไว้ว่า จะต้องรู้เกี่ยวกับ “มายา” คือความรู้เกี่ยวกับมวยไทยกระบี่กระบองอันเป็นการต่อสู้ระยะประชิดตัว รวมทั้งแบบแผนการสู้รบที่เรียกว่าตำราพิชัยสงคราม ความดังกล่าวดังกล่าวสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของ การฝึกมวยไทยในช่วงปีพ.ศ. 1781 –1921 ที่มีการต่อสู้กับข้าศึกแบบมือเปล่าด้วยวิชามวยไทยแต่ ส่วนใหญ่ก็ยังใช้อาวุธชนิดต่าง ๆ เพื่อการกอบกู้ประเทศชาติโดยสำนักเรียนวิชามวยไทยแบ่ง ออกเป็น 3 แห่ง (สุจิตรา สุคนธ์ทรัพย์. 2540: 64)

- 1) วัดศึกษาเล่าเรียนจากครูอาจารย์ที่บวชเป็นพระภิกษุและมีฝีมือในการต่อสู้
- 2) บ้านศึกษาเล่าเรียนจากผู้มีความรู้เป็นผู้ถ่ายทอดวิชามวยไทยให้กุลบุตรกุลธิดา
- 3) สำนักราชบัณฑิตฝึกให้เรียนวิชาการต่อสู้ป้องกันตัวมีการฝึกใช้อาวุธบนหลังช้างม้าไว้ ควาย (รังสฤษฎ์ บุญชล. 2541: 14)

กล่าวโดยสรุปการชกมวยไทยในสมัยกรุงสุโขทัยมีทั้งส่วนที่เป็นยุทธวิธีประกอบการใช้อาวุธ สำหรับต่อสู้ป้องกันการรุกรานจากชาติอื่น ๆ ซึ่งเป็นวิชาที่เจ้าฟ้าเจ้าแผ่นดินและโอรสของกษัตริย์ จะต้องเรียนไว้เป็นคุณสมบัติของขุนศึกในฐานะจอมทัพไทยมีการบูรณาการใช้ร่วมกับอาวุธอื่น ๆ ใน ระยะประชิด ดังนั้นมวยไทยจึงถือว่าเป็นศิลปะชั้นสูงส่งสำหรับชาติไทยและในขณะเดียวกันก็มีการ ถ่ายทอดลงสู่สามัญชนโดยร่ำเรียนกันตามวัดบ้านและราชสำนักต่าง ๆ ใช้สำหรับเป็นกีฬา นันทนาการแข่งขันกันเป็นประเพณีในยามว่างเว้นจากศึกสงครามเตรียมความพร้อมด้านพลกำลัง และทดสอบความเป็นชายชาติวีรบุรุษไปด้วยในขณะเดียวกัน

3) มวยไทยสมัยกรุงศรีอยุธยา

มวยไทยสมัยกรุงศรีอยุธยามีความเด่นชัดว่ามีการฝึกกันโดยทั่วไปไม่ว่าจะเป็น พระมหากษัตริย์ขุนนางชั้นสูงและชาวบ้านที่อาศัยใช้ชั้นเชิงมวยไทยเข้ารับราชการถวายตัวเป็น มหาดเล็กรับราชการเจริญก้าวหน้าบางท่านขึ้นเป็นพระมหากษัตริย์ซึ่งมีรายละเอียดดังที่กล่าวว่า การฝึกมวยควบคู่ไปกับการฝึกใช้อาวุธที่มีอยู่ในสมัยนั้นคือดาบตั้งเขนทวนหอกใหญ่หอกคู่เสโล โทมธนูและมีดสั้นเป้าประสงค์จากการฝึกก็คือการเตรียมไพร่พลไว้สำหรับการศึกสงครามที่จะ เกิดขึ้นโดยสำนักฝึกที่มีชื่อเสียงได้แก่สำนักดาบพุทไธสวรรย์ (สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรม แห่งชาติ. 2540: 15)

การฝึกมวยไทยแพร่หลายและขยายวงกว้างขวางไปสู่สามัญชนมากยิ่งขึ้น นักมวยมีโอกาสเข้ารับราชการให้ก้าวหน้าได้การเป็นนักมวยไทยนั้นถือได้ว่ามีโอกาสในการรับใช้ ชาติบ้านเมืองในการเป็นทหารพิทักษ์ราชบัลลังก์ เพราะฉะนั้นนักมวยฝีมือดีจะเข้าเป็นทหารส่วน ราชการที่เรียกว่าทนายเลือกตำรวจวังซึ่งเป็นที่รู้จักกันทั่วไปว่าเป็นหน่วยที่เกี่ยวกับนักมวย ถึง ขนาดตั้งเป็นกรมนักมวยเกิดขึ้นกรมดังกล่าวเรียกกองทนายเลือกซึ่งในสมัยอยุธยาทำหน้าที่หลาย อย่างบางครั้งเรียกตำรวจหลวงทนายตำรวจหรือกรมนักมวยทำหน้าที่รักษาความปลอดภัยภายใน พระราชวังดังที่ส.พลายน้อย (สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ. 2540: 18)

สมเด็จพระสรรเพชญ์ที่ 8 แต่สามัญชนถวายพระนามว่าสมเด็จพระเจ้าเสือซึ่ง ตรงตามบุคลิกลักษณะของท่าน นอกจากนี้นักมวยไทยที่มีชื่อเสียงสมัยกรุงธนบุรีอย่างนายทองดีฟัน ขาวก็ใช้วิชามวยไทยรับราชการจนเจริญก้าวหน้าเป็นพระยาพิชัยดาบหักเจ้าเมืองพิชัยและใช้วิชา มวยไทยกอบกู้ชาติบ้านเมืองมาเป็นเอกราชจนถึงปัจจุบันก็เพราะใช้วิชามวยไทยนั่นเองมีหน่วยงาน ที่ทำหน้าที่สำคัญดูแลนักมวยที่รับราชการในพระราชสำนักในยุคนี้อาจกล่าวได้ว่าเป็นยุคทองของ มวยไทย (กรมพลศึกษากระทรวงศึกษาธิการ. 2541: 10)

มวยไทยยุคกรุงศรีอยุธยาเป็นยุครุ่งโรจน์ของมวยไทยเพราะนอกเหนือจากการ ฝึกมวยไทยกันทั่วไปตั้งแต่ระดับผู้ใกล้ชิดพระเจ้าแผ่นดินและพระบรมวงศานุวงศ์แล้วระดับ ข้าราชการจนกระทั่งสามัญชนก็ฝึกมวยกันอย่างกว้างขวางเพราะวิชามวยไทยสามารถปกป้องชาติ บ้านเมืองจากศัตรูราชบัลลังก์แสดงถึงความเป็นชายชาติและเปิดโอกาสให้ชายชาติสามารถวิชา มวยไทยได้เข้าสู่ตำแหน่งหน้าที่ทางราชการในกรมทนายเลือกหรือกรมนักมวยได้ และใช้ ความสามารถให้เจริญก้าวหน้าถึงขีดสุดได้ดั่งนายมะเดื่อที่ได้ขึ้นครองราชย์เป็นสมเด็จพระเจ้า สรรเพชญ์ที่ 8 หรือสมเด็จพระเจ้าเสือและกรณีของนายทองดีฟันขาวหรืออีกนามพระยาพิชัยดาบหัก ที่ได้ขึ้นเป็นพระยาไชยบูรณ์ครองเมืองพิชัยอุตรดิตถ์

4) มวยไทยสมัยกรุงธนบุรี

พระเจ้ากรุงธนบุรีกอบกู้อิสรภาพด้วยการรบที่ต้องใช้ยุทธวิธีกำลังพลน้อยแต่มี ประสิทธิภาพดังนั้นการฝึกมวยไทยและการใช้อาวุธต่างๆ จึงต้องมีอยู่ตลอดเวลาในสมัยของพระองค์ ท่านเมื่อครั้งเป็นเจ้าเมืองตากได้มีทหารเอกคู่ใจที่มีความสามารถด้านมวยไทย มากสามารถสู้กับเสือ ด้วยมีดสั้นเพียงเล่มเดียว ชกมวยอยู่ในชั้นแนวหน้าของทนายเลือกนั้นคือนายทองดีฟันขาว (จ้อย)

ชาวเมืองพิชัยต่อมาได้เป็นเจ้าเมืองพิชัยหรือพระยาไชยบูรณ์หรือพระยาพิชัยดาบหัก สมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราชทรงสนพระทัยศึกษาวิชามวยไทยทรงเป็นพระมหากษัตริย์ที่สนใจมวยไทยเป็นพิเศษ ทรงมีความสามารถในการศิลปะมวยไทยและกระบี่กระบองเป็นอย่างดี ในขณะอายุ 9 ขวบได้เข้าศึกษาที่วัดโกษาเวชและทรงฝึกหัดมวยไทยจากทนายเลือกในพระราชวังและสำนักมวยอื่น ๆ อีกหลายสำนักและได้เสด็จทอดพระเนตรการชกมวยอยู่เสมอ (ประยูร พิศนาคะ สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ. 2540: 22) เมื่อพระเจ้าอยู่หัวสนพระทัยมวยไทยทำให้ข้าราชการชั้นผู้ใหญ่และราษฎรสนใจในการฝึกหัดมวยไทยกันอย่างกว้างขวางในสมัยกรุงศรีอยุธยาตอนปลาย และสมัยกรุงธนบุรีมีนักมวยที่มีความสามารถเกิดขึ้นมากมายที่มีชื่อเสียงดังกล่าวถึงในประวัติศาสตร์ ได้แก่ ครูเมฆ – บ้านท่าเสา, ครูเที่ยง – บ้านแก่ง, นายทองดีฟันขาว (นายจ้อย) หรือหมื่นไวยวรนาถ หรือพระยาสิทธิราชเดโชหรือพระยาพิชัยดาบหัก, ครูห้าวแขวงเมืองตาก, ครูนิลเมืองทุ่งยั้ง, นายถึกศิษย์ครูนิลส่วนที่เป็นทนายเลือกของพระเจ้าตากสินมีหลายคนเช่นนายหมึก หลวงพรหมเสนา หลวงราชเสนหา และขุนอภัยภักดีเป็นต้น (สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ. 2540: 23) การที่พระมหากษัตริย์ เจ้าเมืองหรือเจ้านายชั้นสูงนิยมให้มีการชกมวยเฉลิมฉลองหน้าพระที่นั่งจึงเป็นโอกาสที่นักมวยจากท้องถิ่นต่าง ๆ จะได้แสดงความสามารถในชั้นเชิงมวยไทยให้เป็นที่ประจักษ์แก่สายตาประชาชนและหากมีความสามารถเป็นเลิศแล้วย่อมเป็นหนทางแห่งความเจริญก้าวหน้าในอนาคต มวยสมัยกรุงธนบุรีมีลักษณะคล้าย ๆ กับในสมัยกรุงศรีอยุธยาคือมีสำนักมวยในพระราชวังสำหรับฝึกหัดมวยไทยให้ทหารและขุนนางและมีสำนักมวยตามหมู่บ้านต่าง ๆ ทั่วไปการฝึกหัดก็นิยมฝึกหัดกันในบริเวณวัดเพราะบริเวณวัดกว้างขวางเหมาะสมอย่างยิ่งในการฝึกหัดมวยและอีกอย่างหนึ่งคนเก่งไม่ว่าจะเป็นนักรบและนักมวยเมื่อแก่ชราลงมักจะใช้ชีวิตในบั้นปลายออกบวชเป็นพระภิกษุอยู่ที่วัด ลูกศิษย์เมื่อได้ข่าวว่ามีฝีมือดีก็จะติดตามไปขอมอบตัวเป็นลูกศิษย์เพื่อฝึกหัดมวยด้วยจะเห็นว่าครูเที่ยงบ้านแก่งซึ่งเป็นครูมวยของนายทองดีฟันขาวเป็นศิษย์เอกของสมภารวัดบ้านแก่ง เมืองพิชัย และในยามปลอดภัยจากศึกสงครามจึงมีการชกมวยในงานเฉลิมฉลองต่าง ๆ ซึ่งลักษณะดังกล่าวถือว่าการเตรียมพร้อมด้านพลังกำลังของกองทัพไปในตัวขณะเดียวกันเป็นการทดสอบความเป็นชายชาติวีรบุรุษไปด้วยโดยลักษณะของการชก จะชกกันจนกว่าฝ่ายหนึ่งจะยอมแพ้ไปเอง ดังนั้นการฝึกมวยไทยในยุคนี้จึงเป็นการฝึกของทหารเพื่อเตรียมความพร้อมของกำลังพลสำหรับยามศึกสงคราม ขณะเดียวกันก็เป็นกิจกรรมการแข่งขันของชายชาติวีรบุรุษในด้านฝีมือมวยไทยอีกด้วย การฝึกมวยยุคนี้จึงมีแพร่หลายออกไปตามบ้านวัดและก็เกิดบรรดาครูมวยมีชื่อเสียงขึ้นมาก

5) มวยไทยสมัยกรุงรัตนโกสินทร์

การฝึกมวยไทยยังคงมีจุดประสงค์เพื่อให้ทหารมีความสามารถในการรบระยะประชิดในขณะที่มีการรบเริ่มเปลี่ยนรูปแบบจากการรบตะลุมบอนมาเป็นการใช้ปืนไฟและปืนใหญ่ตามเทคโนโลยีของชาติตะวันตก ในขณะที่มีการแข่งขันชกมวยในงานเทศกาลประจำปีหรืองานประเพณีรื่นเริงยังคงมีอยู่ส่วนที่เกี่ยวกับการชกพนันกันก็มีอยู่ เห็นได้จากที่มีพี่น้องชกเรือกämpfen ชาวฝรั่งเศสสองคนมาทำชกพนันกับนักมวยไทยคือหมื่นผลาญผล การชกครั้งนั้นไม่มีการตัดสินเพราะ

การชกมิกติกาไม่รัดกุม (สมศักดิ์ ศิริอนันต์. 2541: 13) ในขณะที่มีการเขียนการพิมพ์หนังสือขึ้น พบว่ามีการจารึกตำรามวยไทยไว้ในสมัยรัชกาลที่ 3 จารึกไว้ในสมุดข่อยประกอบด้วยแม่ไม้และลูกไม้อย่างละ 12 ท่า ซึ่งต่อมาได้พัฒนาเป็นลูกไม้ย่อยๆ ที่มีผู้นำไปพัฒนาต่อไปอีกเป็นจำนวนมาก การฝึกมวยในพระราชสำนักยังคงมีอยู่อย่างชัดเจนดังปรากฏหลักฐานว่า พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวและสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวทรงโปรดและศึกษาศิลปะมวยไทยและกระบี่ กระบอง ทรงให้พระเจ้าลูกยาเธอหลายพระองค์หัดกระบี่กระบอง โดยเฉพาะสมเด็จพระพุทธเจ้าหลวงทรงศึกษาศิลปะมวยไทยมาจากสำนักมวยหลวงโดยในสมัย พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวทรงครองราชย์พ.ศ. 2541 “พระองค์ศึกษาศิลปะมวยไทยมาจากสำนักมวยหลวงซึ่งมีปรมาจารย์หลวงพลโยธานุโยค” ครูมวยหลวงเป็นผู้ฝึกสอนทำให้พระองค์ทรงโปรดกีฬามวยไทยมาก ในสมัยนี้การฝึกหัดมวยได้แพร่หลายไปตามหัวเมืองต่าง ๆ ทั้งภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคใต้ของประเทศเพราะได้จัดให้มีการแข่งขันชกมวยหน้าพระที่นั่ง ในงานศพของกรมขุนมรุพงษ์ศิริพัฒน์ ณ ด้านใต้ของทุ่งพระสุเมรุ ที่เจ้าเมืองนำมาแข่งขันล้วนแต่คัดเลือกคนที่มีฝีมือดีการแข่งขัน ครั้งนี้ได้นักมวยที่สามารถชกชนะคู่ต่อสู้หลายคนและได้รับพระราชทานบรรดาศักดิ์ได้แก่หมื่นมือแม่หมัดเป็นนักมวยจากลพบุรี หมื่นซังัดเชิงชกเป็นชาวโคราชชื่อนายแดงไทยประเสริฐ ลูกศิษย์คุณพระเหมสมหารเจ้าเมืองโคราชมีชื่อในเรื่องการใช้หมัดเหวี่ยงควายหมื่นมวยมีชื่อเป็นนักมวยจากไชยาชื่อบล่องจำนงทองลูกศิษย์พระยาวิบูลวิเศษฤทธิ์ (ข้าศึกรัก) เจ้าเมืองไชยาการแข่งขันชกมวยในลักษณะดังกล่าวเป็นการชกที่แข่งขันกันระหว่างมวยต่างถิ่นหรือลูกศิษย์ต่างครูกันและมีข้อน่าสังเกตได้ชัดเจนก็คือว่าบรรดาเจ้าเมืองและข้าราชการขุนนางชั้นผู้ใหญ่มีนักมวยของตนเองอยู่ในสังกัดและนักมวยเหล่านั้นก็มีครูมวยที่มาจากแต่ละถิ่นกัน ไม่ว่าจะเป็นมวยลพบุรี มวยไชยามวยโคราช แต่ที่น่าสังเกตอีกประการหนึ่งก็คือมีการนำนักมวยที่มีฝีมือดีมารับราชการในกรมทนายเลือกหรือกรมทนายเลือกเป็นกรมที่คัดเลือกเอาแต่คนที่ล่ำสันมันคง มีฝีมือชกมวยดีให้เดินแห่ตามเสด็จในที่ไกล ๆ ได้ป้องกันอันตรายอันไม่พองที่จะต้องถึงใช้อาวุธ เช่นจับคนบ้าเป็นต้น ซึ่งเกิดกรมทนายเลือกขึ้นนี้ด้วยพระเจ้าแผ่นดินโปรดทรงมวยเลือกหาคนที่ฝีมือดีไว้เป็นเพื่อนพระองค์สำหรับเสด็จปลอมแปลงไปในที่แห่งใดที่ไม่ควรจะใช้ป้องกันด้วยอาวุธ แต่เมื่อแห่เสด็จโดยปกติก็ให้ถือหอกเหมือนกรมพระตำรวจมีเวรประจำการ เหมือนกรมพลพัน และไม่มีหน้าที่ชำระความศาลรับสั่งทั้งสองกรมเพราะฉะนั้นกรมเหล่านี้เป็นกรมที่ใกล้เคียงเป็นกำลังของพระเจ้าแผ่นดินจึงมิให้ผู้ใดบังคับบัญชาได้ทหารรักษาพระองค์ในกรมทนายเลือกยังคงทำหน้าที่ตามเสด็จฝึกหัดมวยไทยให้กับพระราชโอรสทหารและข้าราชการในพระราชวังรวมทั้งควบคุมการชกมวยและจัดการชกมวยถวายให้พระมหากษัตริย์ทอดพระเนตรสภาพของการชกมวยไทยในสมัยนี้จึงมีการพัฒนาไปสู่หัวเมืองและต่างจังหวัดในขณะที่ในสำนักพระราชวังมีการตั้งกรมมหาดเล็กรักษาพระองค์ขึ้นสำหรับในพระราชวังทรงโปรดเกล้าฯ ให้ตั้งกรมมหาดเล็กขึ้นเพื่อทำหน้าที่รักษาความปลอดภัยในพระราชวังและถวายอารักขาแด่พระมหากษัตริย์กรมมหาดเล็กเกิดขึ้นหลังจากพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวเสด็จเถลิงถวัลย์ราชสมบัติแล้วไม่นานต่อมาใน

ปี พ.ศ. 2514 ได้โปรดให้คัดเลือกบุตรหลานผู้มีตระกูลสูงมาฝึกหัดจัดเป็นกรมทหารมหาดเล็ก รักษาพระองค์และโปรดให้ศึกษาหาความรู้ในราชสำนักและสำนักราชการด้วย (สมศักดิ์ ศิริอนันต์. 2541: 13)

การฝึกมวยไทยก่อให้เกิดการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม สร้างความมีระเบียบวินัยและส่งเสริมอนุรักษ์วัฒนธรรมประเพณีไทยอันดีงาม เป็นศิลปะการต่อสู้ที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ในยามคับขันนอกจากนี้หากผู้ฝึกมวยไทยได้ฝึกอย่างจริงจังก็สามารถเป็นนักกีฬาที่ทำรายได้ให้แก่ตนเองได้ (ชาญณรงค์ สุหงษา. 2545: 1)

ความสำคัญของมวยไทยมี 6 ประการคือ

1) มวยไทยสำคัญต่อบุคคล บุคคลที่ฝึกมวยไทยจะมีพัฒนาการทางกาย อารมณ์ สังคมจิตใจ และสติปัญญา สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

2) มวยไทยสำคัญต่อชุมชนและสังคมกิจกรรมการชกมวยไทยเป็นกิจกรรมทางสังคมร่วมกัน หลายๆคนเมื่อมีการแข่งขันในโอกาสต่าง ๆ ย่อมเป็นกิจกรรมการออกกำลังกายและนันทนาการ สนุกสนานไปด้วยกัน

3) มวยไทยสำคัญต่อประเทศชาติ ประเทศไทยใช้วิชามวยไทยปกป้องการรุกรานจากชาติอื่น ๆ พระเจ้าตากสินและทหารกล้าใช้วิชามวยไทยกอบกู้ราชบัลลังก์จากพม่า ดังนั้นวิชามวยไทยจึงใช้ปกป้องอิสรภาพกอบกู้อิสรภาพพิทักษ์ราชบัลลังก์และพระมหากษัตริย์

4) มวยไทยสำคัญต่อนานาชาติปัจจุบันชาวต่างชาติหัดชกมวยไทยกันมากทั้งในและต่างประเทศทำให้เข้าใจวิถีชีวิตและขนบธรรมเนียมวัฒนธรรมประเพณีของไทยดังนั้นมวยไทยจึงเป็นมรดกของชาวโลกที่เกิดจากภูมิปัญญาของคนไทย

5) มวยไทยคู่ราชบัลลังก์นักมวยไทยได้ใช้วิชามวยไทยเข้ารับราชการในกรมทนายเลือกหรือกรมนักมวยรับราชการสนองคุณพระมหากษัตริย์และพิทักษ์ราชบัลลังก์ทำให้มวยไทยคู่ราชบัลลังก์

6) มวยไทยช่วยทำให้ชาติมั่นคง ความมั่นคงทางวัฒนธรรมคือเป็นความมั่นคงของชาติ โดยเฉพาะด้านเอกลักษณ์ไทยถือว่าเป็นทุนทางสังคมร่วมกันที่หล่อหลอมบุคลิกภาพรวมใจของคนไทยให้เข้ามาอยู่ด้วยกัน (สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ. 2540: 4)

มวยไทยจึงจัดเป็นสื่อในการสร้างทุนทางสังคมด้านวัฒนธรรมได้อย่างยั่งยืนอีกด้วย

2.1.3 ประโยชน์ของกีฬามวยไทย

มวยไทยมีประโยชน์ดังนี้

1) กีฬามวยไทยช่วยพัฒนาการทางร่างกายผู้ที่ฝึกมวยไทยมีร่างกายแข็งแรงสมชายชาตรีมีบุคลิกภาพเหมาะสมในการเป็นผู้นำ

2) กีฬามวยไทยช่วยพัฒนาการทางอารมณ์ การแข่งขันกีฬามวยไทยมีแพ้ชนะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้การเข้าแข่งขันและมีประสบการณ์มากจะทำให้มีวุฒิภาวะทางอารมณ์เข้าใจความเป็นมาเป็นไปของชีวิตได้ดี

3) กีฬามวยไทยช่วยพัฒนาการทางด้านสังคม การฝึกกีฬามวยไทยทำให้ผู้ฝึกมีสังคม ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ช่วยให้เยาวชนหันเหออกจากพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางสังคม ส่งผลให้สังคมดีขึ้น

4) กีฬามวยไทยช่วยพัฒนาด้านจิตใจวัฒนธรรมมวยไทยเป็นวัฒนธรรมที่เคารพพ่อแม่ครูอาจารย์พี่น้องฝึกมารยาทวินัย ความอดทนกล้าหาญมีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้รู้ชนะ

5) กีฬามวยไทยช่วยให้เกิดสวัสดิภาพแก่บุคคลและสังคม ผู้ฝึกมวยไทยสามารถใช้วิชาป้องกันร่างกาย ชีวิตทรัพย์สินของตนเองและบุคคลอื่นได้ในภาวะคับขัน

6) กีฬามวยไทยช่วยเพิ่มสมรรถภาพและประสิทธิภาพทางอาชีพ ทหารและตำรวจเนื่องจากอาชีพทหารและตำรวจเป็นอาชีพที่เกี่ยวข้องกับการต่อสู้ป้องกันตัวถ้าหากบุคคลหรือกลุ่มอาชีพเหล่านี้ได้เรียนวิชามวยไทยแล้วสามารถจะเสริมอาชีพให้มั่นคงได้

7) กีฬาสร้างเสริมคุณธรรมคนที่ฝึกมวยจะถูกปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมเกิดในตัวผู้ฝึกมวยนับตั้งแต่การครอบครองการสาบานตนและหลักการของนักมวยไทย

2.1.4 ทำแม่ไม้มวยไทย

หมายถึง ท่าของการใช้ศิลปะมวยไทยที่สำคัญที่สุด อันเป็นพื้นฐานของการใช้ไม้มวยไทย ซึ่งผู้ฝึกมวยไทยต้องเรียนรู้ และปฏิบัติให้ได้ก่อนที่จะฝึกลูกไม้ถือว่าเป็นการใช้ไม้มวยไทยที่ละเอียดขึ้น บรูพาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิได้จัดแบ่งแม่ไม้มวยไทยออกเป็น 15 ไม้มได้แก่

สลับฟันปลา	ปักชำแหวกวัง	ชาวซัดหอก	อิเหนาแทงกริช	ยอเขาพระ
สุเมรุ	ดาเถรคำฝัก	มอญยันหลัก	ปักลูกทอย	จระเข้ฟาดหาง
ไอยรา				หักวง
นาคาบิดหาง	วิรุพหกกกลับ	ดัดขวลา	ขุนยักษ์จับลิง	หักคอ
เอราวัณ				

2.1.5 ทำลูกไม้มวยไทย

หมายถึง ท่าของการใช้ศิลปะมวยไทยที่แยกย่อยออกไปจากแม่ไม้ม มีลักษณะที่ละเอียดอ่อนมากมายหลายอย่าง ซึ่งผู้ฝึกจะต้องผ่านการฝึกหัดแม่ไม้มวยไทยก่อน จึงจะฝึกลูกไม้ให้ได้ดี บรูพาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิได้จัดแบ่งลูกไม้มวยไทยออกเป็น 15 ไม้มได้แก่

เอราวัณเสวยงา	บาทาลูปพัคตร์	ขุนยักษ์พานาง	พระรามนำวศร
ไกรสรข้ามห้วย	กวางเหลียวหลัง	หิรัญม้วนแผ่นดิน	นาคมุดบาดาล
ญวนทอดแห	ทะแยคำเสา	หนุมนถวายแหวน	หงส์ปีกหัก
ผ่านลูกบวบ	สักพวงมัลลย์	เถรกวาดลาน	

มวยไทยถือเป็นศิลปวัฒนธรรมไทยอย่างหนึ่งซึ่งเป็นเอกลักษณ์ของชาติมาแต่โบราณ เป็นการฝึกให้รู้จักการต่อสู้ป้องกันตัว และมีระเบียบวินัยในการฝึกซ้อม ตลอดจนการเคารพยกย่องครูซึ่งเป็นผู้ฝึกสอนมวยไทยเป็นศิลปะการต่อสู้ที่ชาวต่างชาติ ทั้งในประเทศและต่างประเทศให้ความสนใจทั้งในด้านการฝึกและการแข่งขัน ปัจจุบันมวยไทยกำลังกลายเป็นกีฬาสากล โดยมีการบรรจุมวย

ไทยในการแข่งขันกีฬานานาชาติ เห็นได้จากการจัดการแข่งขันชมมวยไทยในฝรั่งเศส อังกฤษ เยอรมนี สหรัฐอเมริกา ฮองกง และมีการนำมวยไทยไปประยุกต์ใช้ในชื่ออื่นๆ เช่น คิกบ็อกซิง มวย K-1 มวย S1 นอกจากนี้บรรดาท่าต่างๆ ของมวยไทย ยังนำมาใช้เป็นท่าในการออกกำลังกายอีกด้วย ถือเป็นการเผยแพร่ศิลปวัฒนธรรมไทยอีกด้านหนึ่ง

2.2 นาฏมวยไทย

เป็นการแสดงที่ใช้ท่วงท่าแม่ไม้มวยไทยต่าง ๆ ประกอบเพลง โดยก่อนเริ่มการเริ่มต้นด้วยท่าไหว้ครู ถือเป็นกติกาก่อนบังคับ โดยนำศิลปะแม่ไม้มวยไทยท่วงท่ามาประยุกต์ให้เข้ากับจังหวะเพลง ด้วยความสวยงาม พร้อมเพรียง แต่ต้องมีท่ามาตรฐานมวยไทยคือ หมัด เท้า เข่า ศอก อย่างครบถ้วน อีกทั้งยังบูรณาการเรื่องราวของวรรณกรรม โขนซึ่งนาฏมวยไทย ได้มีการแข่งขันต่อเนื่องมีเป็นปีที่ 7 โดยมีประธานกิตติมศักดิ์ พล.อ.พิจิตร กุลละวณิชย์ องคมนตรีเป็นประธานในการจัดงาน โดยในทุกปี การแข่งขันนาฏมวยไทย ได้รับพระมหากรุณาธิคุณจากสมเด็จพระบรมโอรสาธิราช เจ้าฟ้ามหาวชิราลงกรณ สยามมกุฎราชกุมาร มอบถ้วยพระราชทานในการแข่งขันทุก ๆ ปีตลอดมา โดยรูปแบบนาฏมวยไทย 7 ปี (2552 – 2558) ที่โดยมีทีมที่ประสบความสำเร็จมีดังนี้

ปีที่ 1 รร.บางแพปฐมพิทยาคาร จ.ราชบุรี

ปีที่ 2 รร.อยุธยาวิทยาลัย จ.พระนครศรีอยุธยา ปีที่ 3 รร.วัดน้ำพุจ.ราชบุรี

ปีที่ 4 รร.วัดน้ำพุจ.ราชบุรี

ปีที่ 5 รร.วังไม้แดงจ.นครราชสีมา

ปีที่ 6 รร.พะตงวิทยามูลนิธิจ.สงขลา

ปีที่ 7 รร.วัดน้ำพุจ.ราชบุรี

จากการวิเคราะห์ลักษณะการแสดงของนาฏมวยไทยพบว่ามีลักษณะประกอบด้วย

2.2.1 องค์ประกอบหลัก

องค์ประกอบหลัก ของการแข่งขัน ซึ่งในการแข่งขัน ทุกครั้งผู้เข้าร่วมการแข่งขันจะต้อง มีการแสดงออกท่าแม่ไม้มวย หลักๆ ที่สำคัญ ได้แก่

1) การไหว้ครูมวยไทย (กติกากบังคับ) ถือเป็นการเคารพ ต่อครูอาจารย์ โดยกระบวนท่าไหว้ครู ในการแข่งขันไม่บังคับ จะต้องเริ่มด้วยท่าอะไร และจบด้วยท่าอะไร แต่โดยธรรมเนียมยึดถือ ปฏิบัติในการแข่งขันนาฏมวยไทยมักเริ่มต้นด้วยท่าเทพนมปฏิบัติโดยโน้มตัวไปด้านหน้าพร้อมกับเหยียดแขนทั้งสองข้างไปด้านหลัง โดยการลอดผ่านรักแร้ แล้วเลยไปด้านหน้าเป็นท่ากอบพระแม่ธรณี ตามจากนั้นท่าท้าววยบังคม จากนั้นตามด้วยท่าไหว้ครูอื่นๆ อาทิ ท่าพรหม นั่ง ชักแบ่งผัดหน้า เป็นต้น



ภาพประกอบ 3 ท่าไหว้ครูพรหมนั่ง

ที่มา: <http://valuablebook2.tkpark.or.th/images/bookindex> สืบค้นเมื่อ กันยายน 2559

2) **ท่าพื้น พื้นฐานมวยไทย** (กติกาบั้งคับ) คือ การออกอาวุธ 4 ท่า ได้แก่ หมัด เท้า เข่า ศอก ซึ่งในการแข่งขัน ไม่ระบุ อย่างชัดเจนว่า ต้องเริ่มที่ท่าพื้นฐานมวยไทยกระบวนท่าใด ก่อน ซึ่งผู้เข้าแข่งขัน สามารถประดิษฐ์ประยุกต์ทำการออกอาวุธได้ แต่ต้องมีความสมบูรณ์ของท่า อย่างชัดเจน 3) **ท่าแม่ไม้มวยไทย** ในการแข่งขันนาฏมวยไทยสิ่งสำคัญรองลงมาเพราะ การต่อมวยไทย หรือการแสดงมวยไทย นอกจากกระบวนท่าหลักคือไหว้ครู และหมัด เท้า เข่าศอก แล้ว ท่าแม่ไม้มวยไทยคือ ท่าที่สำคัญ ยกตัวอย่างท่ามณฑาหนึ่งแท่น



ภาพประกอบ 4 ท่าแม่ไม้มวยไทย มณฑาหนึ่งแท่น

ที่มา: <https://www.google.co.th/search?q=นั่ง&biw> สืบค้นเมื่อ กันยายน 2559

4) **ท่ามวยที่สร้างสรรค์** คำว่าท่ามวยสร้างสรรค์ในการแข่งขันนาฏมวยไทยคือการ นำเอาท่ามวยมาปรับประยุกต์การออกอาวุธเชิงสร้างสรรค์ให้มากขึ้น ยกตัวอย่างจากเดิมทำการออก อาวุธมวยไทยเช่น การต่อตรง ก่อนการออกอาวุธ อาจมีการตีลังกาหลังแล้วมาต่อ เป็นต้น หรือ การต่อตัวแล้วไปออกอาวุธบนชั้นลอย เป็นต้น



ภาพประกอบ 5 ภาพการกระโดด ตีลังกาหลัง ก่อนผู้แสดงจะแสดงการออกอาวุธ

ที่มา: ตริวัฒน์ มีสมศักดิ์ 2559



ภาพประกอบ 6 ภาพการต่อตัว ลู 3 ชั้นก่อนการออกอาวุธ

ที่มา: <https://www.youtube.com/watch?v=MEAZKiKGQal&t=15s>

สืบค้นเมื่อกันยายน 2559

5) ท่ามวยแสดงแนวตั้งมากกว่าแนวราบ โดยปกติการออกอาวุธนาฏมวยไทย หรือมวยไทยโดยทั่วไป นักแสดง หรือผู้ชก จะยืนในลักษณะเท้าติดพื้น แต่การออกอาวุธนาฏมวยไทยได้มีการพัฒนากระบวนการออกท่าทางออกอาวุธ คือการออกอาวุธจากบนอากาศ เช่นกระโดดจากฐานชั้นสองลงมาปล่อยอาวุธ เพื่อให้ทำนั้นดูแรง และสมจริง อาทิ การออกอาวุธหมัดโดยเหยียบหลังผู้แสดงอีกหนึ่งท่านเพื่อเป็นฐานแล้วกระโดดลงมาต่อ



ภาพประกอบ 7 ภาพการออกอาวุธหมัด โดยเหยียบการหลังแล้วกระโดด ออกอาวุธหมัดตรง

ที่มา: ตรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ 2559



ภาพประกอบ 8 การออกอาวุธหมัด จากตำแหน่งที่สูง กว่าท่ามวยที่แสดงในระดับราบ

ที่มา: <https://www.facebook.com/thaifight.tv/?fref=ts> สืบค้นเมื่อกันยายน 2559

6) ท่ามวยที่ผสมผสานการโยนตัว มีการนำทักษะการโยนตัวมาผสมผสานกับรูปแบบมวยไทยโดยก่อนการออกอาวุธ มีการเพิ่มทักษะการโยนตัวผู้แสดงให้ลอยกลางกลางอากาศ เพื่อให้ดูท่าออกมาดูคมชัดออกอาวุธแรงชัดเจน โดยผู้ที่รับอาวุธก็แสดงท่าทางประกอบเพื่อให้ทำนั้นดูสมจริงชัดเจน และดูดีอย่างขึ้น



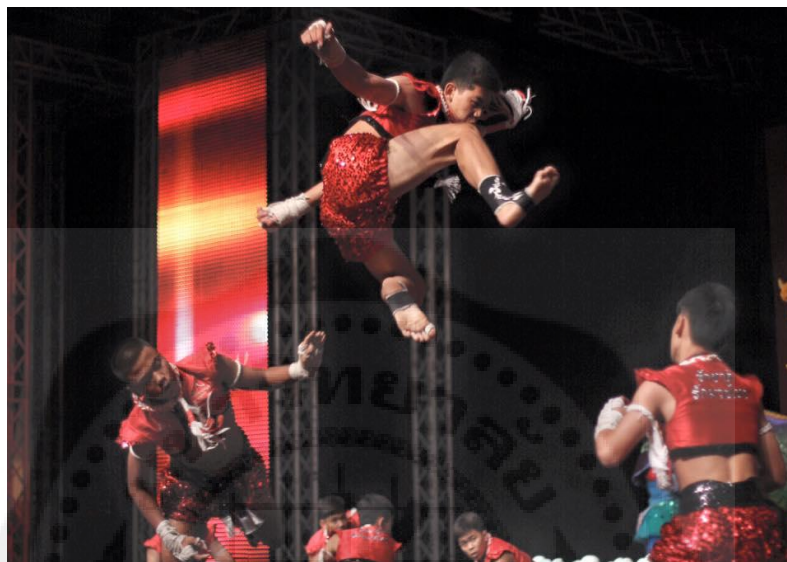
ภาพประกอบ 9 การออกอาวุธเขา โดยโยนลอยจากตำแหน่งหนึ่งไปอีกตำแหน่งหนึ่ง
ที่มา: <https://www.facebook.com/thaifight.tv/?fref=ts> สืบค้นเมื่อกันยายน 2559



ภาพประกอบ 10 การโยนลอยก่อน การออกอาวุธ

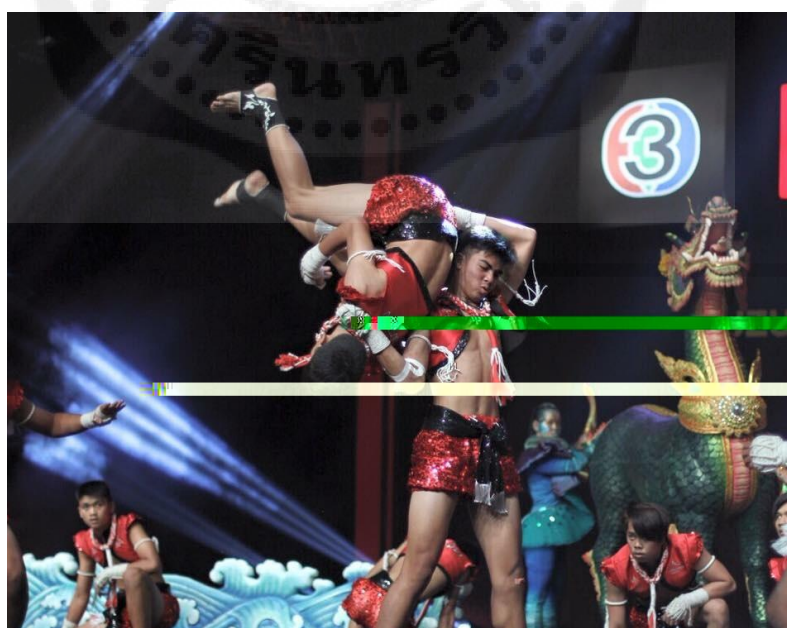
ที่มา: <https://www.facebook.com/thaifight.tv/?fref=ts> สืบค้นเมื่อกันยายน 2559

7) ความแข็งแรงในการปฏิบัติทำ นักแสดงนาฏมวยไทยในการแข่งขัน หรือทีมที่ประสบความสำเร็จ นอกเหนือจากท่ามวยที่แปลกใหม่ อีกหนึ่งสิ่งสำคัญคือความแข็งแรงในการปฏิบัติการแสดงท่ามวยไทย□□□□□□□□□ชัดเจนในการออกอาวุธคมและการปฏิบัติทำที่สมบูรณ์



ภาพประกอบ 11 ภาพกระโดดตบก่อนการออกท่ามวยไทยจากแนวตั้ง

ที่มา: <https://www.facebook.com/thaifight.tv/?fref=ts> สืบค้นเมื่อกันยายน 2559



ภาพประกอบ 12 ภาพ การยกตัวผู้แสดง ก่อนการออกอาวุธมวยไทย

ที่มา: <https://www.facebook.com/thaifight.tv/?fref=ts> สืบค้นเมื่อกันยายน 2559

2.2.2 องค์ประกอบรอง

1) อุปกรณ์แต่งกายด้านมวยไทย ในการแข่งขันนาฏมวยไทย องค์ประกอบหลักที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งคือเครื่องแต่งกายโดยเสื้อผ้าเครื่องแต่งกายของนาฏมวยไทย มีลักษณะใกล้เคียงกับมวยไทยโดยผู้แสดงต้องสวมใส่คือ 1. มงคลศีรชะ 2. ประเจียดแขน 3. ผ้าพันมือ ซึ่งถือว่าเป็นอุปกรณ์บังคับ แต่ในการแข่งขันได้มีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการพันมือมาเป็นลักษณะปลอกแขน ผู้วิจัยสันนิษฐานว่า เป็นการประยุกต์ระหว่างผ้าพันมือ และนวมมวยไทย



ภาพประกอบ 13 อุปกรณ์เครื่องแต่งกาย มงคลศีรชะมวยไทย

ที่มา: <https://www.google.co.th/search?q=มงคลมวย&biw> สืบค้นเมื่อกันยายน 2559



ภาพประกอบ 14 อุปกรณ์เครื่องแต่งกายประเจียดแขนมวยไทย

ที่มา: <https://www.google.co.th/search?q=ประเจียด&biw> สืบค้นเมื่อกันยายน 2559

เสื้อ จะมีลักษณะเสื้อกัก แขนกุด คอตั้ง ผ่าบริเวณด้านหน้า ช่วงลำตัว สั้น (เอวลอย) ผู้วิจัยสันนิษฐานว่าตัวผู้ออกแบบต้องการให้เห็นรูปร่างเรือนร่างของผู้สวมใส่

โจงกระเบน/กางเกง มีรูปแบบตัดเย็บเป็นกางเกง แต่ในลักษณะโจงกระเบนกระชับ เพื่อสะดวก แต่การออกท่ามวยไทยอย่างชัดเจน เพราะต้องมีการกระโดดต่อย การถีบถำหากออกแบบการกางให้รัดรูปมากเกินไป อาจทำให้ กางเกงขาดระหว่างการแสดงได้

ผ้าผูกเอว เครื่องแต่งกายนาฏมวยไทยนอกเหนือจาก อุปกรณ์บังคับคือมงคลศีรษะ ประเจียดแขน ผ้าพันมือ เสื้อ และกางเกงแล้วนั้น ผ้าผูกเอว เป็นอีกสิ่งในเครื่องแต่งกาย ที่พบเห็นได้ในทีมผู้ชนะ หรือทีมที่ประสบความสำเร็จ โดยผ้าผูกเอวสามารถผูกได้หลายแบบตามการออกแบบชุดนั้น ๆ พบทั้งการผูกผ้าผืนเดียวและสองผืนคู่เพื่อให้เกิดสีตัด เช่น ดำตัดแดง ขาวตัดดำ ทองตัดแดง เพื่อเสริมให้เครื่องแต่งกายนั้นสมบูรณ์ขึ้น

จากที่กล่าวมาในเบื้องต้นคือลักษณะเฉพาะของรูปแบบเครื่องแต่งกายนาฏมวยไทย คือทุกทีมต้องมีอุปกรณ์บังคับมงคลศีรษะ ประเจียดแขน ผ้าพันมือหรือปลอกแขนที่ออกแบบมาใกล้เคียงระหว่างผ้าพันมือกับนวมต่อยมวย สวมใส่เสื้อที่ตัดเย็บที่มีลักษณะเฉพาะและกางเกงในลักษณะโจงกระเบน โดยผูกผ้าคาดเอวทับ 1-2 ผืน ก็ได้ โดยเน้นตัดเย็บโดยใช้วัสดุเป็นผ้าไทยและออกแบบเชิงสร้างสรรค์



ภาพประกอบ 15 ลักษณะเครื่องแต่งกาย การแสดงนาฏมวยไทย

ที่มา: ดิเรวัฒน์ มีสมศักดิ์ 2559

2) ด้านดนตรี ในการแข่งขันนาฏมวยไทย ดนตรีนับมีความสำคัญรองลงมาจากท่ามวยที่แข็งแรง และท่ามวยที่สร้างสรรค์ ซึ่งลักษณะรูปแบบเพลงสำหรับการประกอบการแข่งขันนาฏมวยไทยนั้น ใช้เพลงที่มีลักษณะทำนองแบบบรรเลงไม่มีเนื้อร้อง เครื่องประกอบดนตรีเป็นดนตรีไทยหรือ

เครื่องดนตรีสากลก็ได้ แต่ถ้าเป็นเครื่องดนตรีสากลจะต้องแทรกเครื่องดนตรีไทยเป็นส่วนหนึ่งของเพลง อาทิ ปี่มวน กลอง เบิ่งมวง เพื่อให้เพลงมีลักษณะความเป็นไทย ซึ่งนิยามลักษณะเพลงที่เป็นทำนองเร็วสนุกในเชิงการต่อสู้ หรือสามารถนำดนตรีพื้นบ้านมาดัดแปลงโน้ตก็ได้ เช่น การใช้เพลงทำนองเซ็ด แต่แปลงโน้ตหรือเพลงประกอบ ละคร ภาพยนตร์ ในช่วงการต่อสู้และสามารถใส่เสียงประกอบ ประเภทเสียงเลียนแบบธรรมชาติ เช่น ฟาฟ่า ฟาร์อง เสียงสัตว์ หรือเสียงตัวละครนั้น ๆ เพื่อให้การต่อสู้ ดูดูเด็ด รั้าใจ และให้โชว์คุณสมบัติมากยิ่งขึ้น

3) รูปแบบการนำเสนอ ตลอดการแข่งขันนาฏมวยไทย 7 ปี รูปแบบการนำเสนอในแต่ละปีมีรูปแบบที่มีความเหมือนกัน คือ การนำเอาเรื่องราวในท้องถิ่นหรือวรรณคดีไทยมานำเสนอ เช่น พรานบุญจับ กิณรี หรือการนำเอาเรื่องราวประวัติศาสตร์ อาทิตำนานการต่อสู้สมเด็จพระนเรศวรมหาราชเป็นรูปแบบการนำเสนอ ทั้งนี้เพื่อให้การแสดงดูแล้วมีความเข้าใจง่ายในระยะ 3 ปีหลังพบการใช้ฉากมาประกอบการแข่งขัน และอุปกรณ์อื่นๆ ที่นอกเหนือเพื่อเพิ่มให้รูปแบบการแสดงนาฏมวยไทยสมบูรณ์มากที่สุดอีกด้วย



ภาพประกอบ 16 การแสดงนาฏมวยไทย ตอน หนูนาน จับนางสุพรรณมัจฉา

ที่มา: นายตรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ 2559



ภาพประกอบ 17 การแสดงนาฏมวยไทย ตอน สมเด็จพระนเรศวร

ที่มา: ออนไลน์ <https://www.facebook.com/thaifight.tv/?fref=ts> สืบค้นเมื่อกันยายน 2559

3. ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้

การลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ เป็นกรอบวิสัยทัศน์ด้านการศึกษาเพื่อเตรียมนักเรียนให้พร้อมเข้าสู่การเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ของไทยนั้น สอดคล้องกับของหลายประเทศที่เป็นผู้นำด้านการศึกษาของโลกที่เห็นพ้องกันกับแนวคิดสำคัญในศตวรรษที่ 21 เรื่องของจิตสำนึกต่อโลก ความรู้พื้นฐานการประกอบสัมมาอาชีพ ความรู้พื้นฐานด้านพลเมือง สุขภาพ และ สิ่งแวดล้อม และทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21 อันได้แก่ ทักษะการเรียนรู้และนวัตกรรม ทักษะด้านสารสนเทศ สื่อและเทคโนโลยี ทักษะการทำงาน ทักษะชีวิตที่ใช้ได้จริง (กับครอบครัว โรงเรียน ชุมชน รัฐ และประเทศชาติ) โลกกำลังเปลี่ยนแปลง คนที่มีความรู้และทักษะในการรับมือกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง และสามารถปรับตัวเองให้เข้ากับสถานการณ์ใหม่ๆ ได้เท่านั้นที่จะประสบความสำเร็จ ทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 จะช่วยให้นักเรียนสามารถเรียนรู้ และปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา นอกจากนั้นจากผลการสังเคราะห์เอกสารงานวิจัยเกี่ยวกับหลักสูตรและผลการใช้หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ตลอดจนผลการประเมินคุณภาพการศึกษาต่างๆ พบว่า - ผลการประเมินคุณภาพการศึกษาของนักเรียนต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนด ทั้งผลการทดสอบระดับชาติ (O-NET) ผลการสอบ PISA ทั้ง ๆ ที่โรงเรียนใช้เวลาจัดการเรียนการสอนมากขึ้น เป็นเวลา 7 หรือ 8 ชั่วโมงต่อวัน - เด็กคิดไม่เป็น วิเคราะห์ไม่ได้ ขาดทักษะ

ชีวิต อัดแน่นเนื้อหาวิชาการมากกว่าให้เรียนรู้ด้วยตนเอง - เด็กนักเรียนมีภาระงาน การบ้านมากเกินไป หรือต้องทำการบ้านไปทำที่บ้าน - เด็กเครียดและต้องเรียนพิเศษมาก จากที่กล่าวข้างต้น สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา ได้น้อมนำพระราชดำริของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี และนโยบายของรัฐบาลเกี่ยวกับการบริหารจัดการเวลาเรียน “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” มาสู่การปฏิบัติในโรงเรียนอย่างเป็นรูปธรรม ครูผู้สอนมีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการจัดการเรียนรู้ที่เน้นให้นักเรียนได้ปฏิบัติและเรียนรู้ด้วยตนเองมากขึ้น นักเรียนได้รับการพัฒนาให้มีคุณภาพ และมีความสุขในการเรียนรู้อย่างแท้จริง

วัตถุประสงค์ของการบริหารจัดการเวลาเรียน “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้”

- 1) เพื่อขับเคลื่อนการนำหลักสูตรสถานศึกษา ไปสู่การปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพตามหลักการของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551
- 2) เพื่อให้สถานศึกษาสามารถบริหารจัดการหลักสูตรสถานศึกษา ส่งเสริมและพัฒนา นักเรียนให้มีคุณภาพตามมาตรฐานการเรียนรู้ มีทักษะในการคิดวิเคราะห์และได้รับการพัฒนาเต็มตามศักยภาพ ตามความสนใจและถนัดของนักเรียนแต่ละบุคคล
- 3) เพื่อให้สถานศึกษาสามารถบริหารจัดการเวลาเรียนและจัดกิจกรรม “ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้” ได้อย่างเหมาะสม ทั้งด้านวิชาการ ด้านปฏิบัติ นักเรียนได้รับการพัฒนาเต็มตามศักยภาพตามความสนใจและถนัดของแต่ละบุคคล
- 4) เพื่อให้นักเรียนมีคุณภาพตามมาตรฐานการเรียนรู้ มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ พัฒนาตนเองตามความสนใจและความถนัดอย่างเต็มตามศักยภาพ และมีความสุขกับการเรียนรู้
- 5) เพื่อให้พ่อ แม่ ผู้ปกครอง และผู้เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษา มีความพึงพอใจในการจัดการศึกษาของโรงเรียนและมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษาความหมายเพื่อให้การนํานโยบาย “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” ไปสู่การปฏิบัติมีความชัดเจนตรงกันจึงกำหนด

3.1 ความหมายของคำสำคัญ

- 1) ลดเวลาเรียน หมายถึง การลดเวลาเรียนภาควิชาการและการลดเวลาของการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นผู้รับความรู้ เช่น การบรรยาย การสาธิต การศึกษาให้ความรู้ให้น้อยลง
- 2) เพิ่มเวลารู้ หมายถึง การเพิ่มเวลาและโอกาสให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติจริง มีประสบการณ์ตรงคิดวิเคราะห์ ทำงานเป็นทีมและเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างมีความสุขจากกิจกรรมสร้างสรรค์ที่หลากหลายมากขึ้น
- 3) การบริหารจัดการเวลาเรียน หมายถึง การจัดสัดส่วนเวลาของการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นผู้รับความรู้ให้น้อยลง และเพิ่มเวลาของกิจกรรมการเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นผู้ลงมือปฏิบัติจริง และสร้างความรู้ด้วยตนเองมากขึ้น เพื่อให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาตามความสนใจ ความถนัดและความต้องการได้เพิ่มพูนทักษะการคิดวิเคราะห์ ทักษะชีวิต ความมีน้ำใจ การทำงานเป็นทีม และมีความสุข

การเรียนรู้แนวคิดการ “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” อาจจะไม่ใช่วิธีใหม่สำหรับการจัดการเรียนรู้ในปัจจุบันเพราะโรงเรียนหลายแห่งดำเนินการอยู่แล้ว แต่อย่างไรก็ตาม ยังมีผู้เกี่ยวข้องทั้งผู้บริหารสถานศึกษา ครูผู้สอนนักเรียน ผู้ปกครอง มีความกังวล สงสัยว่าทำไมต้องลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ ในประเด็นนี้พิจารณาแล้วพบว่า ในปัจจุบันนี้การเรียนรู้ของเด็กนักเรียนได้เปลี่ยนแปลงไป อันเนื่องมาจากมีแหล่งเรียนรู้สื่อและเทคโนโลยีเช่น Internet, Computer, Tablet หรือ Smart Phone และอื่น ๆ อีกมากมายที่นักเรียนสามารถใช้ในการเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง และการเรียนรู้ดังกล่าวไม่จำเป็นต้องจำกัดเฉพาะในห้องเรียนตามเวลาที่ครูกำหนด นักเรียนสามารถเรียนรู้ได้ทุกแห่ง ทุกเวลาทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียนตามความพร้อม ความสามารถของนักเรียน ครูผู้สอนต้องปรับวิธีการจัดการเรียนรู้ และนักเรียนต้องเปลี่ยนวิธีการเรียนรู้ของตนเอง การจัดการเรียนรู้โดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญด้วยวิธีการที่หลากหลาย อาทิเช่น การจัดการเรียนรู้โดยใช้กระบวนการกลุ่ม (Group Process) การจัดการเรียนรู้โดยใช้โครงงาน (Project-Base Learning) เรียนรู้จากกิจกรรม การปฏิบัติจริง จากประสบการณ์ตรง ใช้คำถามเพื่อกระตุ้นให้ผู้เรียนคิดวิเคราะห์และสืบค้นข้อมูล นักเรียนมีทักษะการเรียนรู้ตลอดชีวิต สามารถนำไปใช้ในชีวิตจริงได้ มีการจัดกิจกรรมโดยให้นักเรียนทุกคนได้เรียนรู้ร่วมกัน ครูจะเปลี่ยนบทบาทจากผู้สอนมาเป็นผู้อำนวยความสะดวกเป็นที่ปรึกษา ชี้แนะ ช่วยเหลือนักเรียนให้ประสบผลสำเร็จ และนักเรียนเรียนรู้ด้วยตนเอง เรียนรู้เป็นทีมหรือจากกลุ่มเพื่อนมากขึ้น ซึ่งการเรียนรู้ลักษณะนี้ให้นักเรียนได้เรียนรู้อย่างมีความสุข ภายใต้แนวคิดดังนี้

- 1) กิจกรรมเป็นทางเลือก สนองตอบความสนใจความถนัดของผู้เรียนอย่างหลากหลาย
 - 2) เรียนรู้หลักการ สร้างความรู้ผ่านกระบวนการและกิจกรรม (Process and Content)
 - 3) ลงมือปฏิบัติและสร้างความรู้ในบรรยากาศที่อบอุ่น อิสระ และปลอดภัย
 - 4) ปรับบทบาทครูจากการเป็นผู้สอนเป็นผู้ให้คำปรึกษาชี้แนะ (Coach & Mentor)
 - 5) ครูผู้สอนควรใช้วิธีการประเมินผลที่หลากหลาย และเป็นการประเมินตามสภาพจริง
- วิเคราะห์คุณภาพและพัฒนาการของนักเรียน มากกว่าการประเมินนักเรียนจากการสอบเท่านั้น
- กิจกรรม “ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้” แบ่งออกเป็น 4 หมวด 16 กลุ่มกิจกรรมมีรายละเอียดดังนี้

หมวดที่ 1 กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน (กิจกรรมบังคับตามหลักสูตร)

- 1) กิจกรรมแนะแนว
- 2) กิจกรรมนักเรียน
- 3) กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณะประโยชน์

หมวดที่ 2 สร้างเสริมสมรรถนะและการเรียนรู้

- 1) พัฒนาความสามารถด้านการสื่อสาร
- 2) พัฒนาความสามารถด้านการคิด และการพัฒนากรอบความคิดแบบเปิดกว้าง (Growth Mindset)
- 3) พัฒนาความสามารถด้านการแก้ปัญหา

4) พัฒนาความสามารถด้านการใช้เทคโนโลยี

5) พัฒนาทักษะการเรียนรู้ที่ส่งเสริมการเรียนรู้ 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้

หมวดที่ 3 สร้างเสริมคุณลักษณะและค่านิยม

1) ปลูกฝังค่านิยมและจิตสำนึกการทำประโยชน์ต่อสังคมมีจิตสาธารณะและการให้บริการ
ด้านต่างๆ ทั้งที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและต่อส่วนรวม

2) ปลูกฝังความรักชาติศาสนาและพระมหากษัตริย์

3) ปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม (มีวินัย ซื่อสัตย์ สุจริต เสียสละ อดทน มุ่งมั่นในการทำงาน
กตัญญู)

4) ปลูกฝังความรักความภาคภูมิใจในความเป็นไทยและท่วงท่าสมบัตินของชาติ

หมวดที่ 4 สร้างเสริมทักษะการทำงานการดำรงชีพและทักษะชีวิต

1) ตอบสนองความสนใจ ความถนัดและความต้องการของผู้เรียนตามความแตกต่าง
ระหว่างบุคคล

2) ฝึกการทำงานทักษะทางอาชีพ ทรัพย์สินทางปัญญา อยู่อย่างพอเพียงและมีวินัยทาง
การเงิน

3) พัฒนาความสามารถด้านการใช้ทักษะชีวิต

4) สร้างเสริมสมรรถนะทางกาย

การปรับลดเวลาเรียนของเด็กให้น้อยลงเป็นการลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้โดยให้สำนักงาน
คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานพิจารณาปรับลดชั่วโมงเรียนของบางวิชาให้น้อยลงแต่ต้องไม่
กระทบเนื้อหาหลักที่เด็ก ๆ ควรเรียนรู้ ครูต้องใช้ความสามารถในการอธิบายและบูรณาการให้
ครบถ้วนอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้นและกำหนดให้สถานศึกษาต้องจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ให้ผู้เรียน
อย่างหลากหลายเพื่อเพิ่มพูนทักษะการคิดวิเคราะห์ ความมีน้ำใจต่อการทำงานเป็นทีม กระตุ้น
ให้ผู้เรียนได้ค้นหาศักยภาพและความชอบของตนเอง ดังนั้น การจัดการเรียนรู้ “ลดเวลาเรียน เพิ่ม
เวลารู้” ครู ผู้สอนต้องใช้เวลาสอนเนื้อหาสาระให้น้อยลง แต่จัดเวลาส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการ
เรียนรู้ด้วยตนเองมากขึ้นครูผู้สอนต้องกระตุ้นให้นักเรียนสามารถสร้างความรู้ได้ด้วยตนเอง ซึ่ง
บทบาทการสอนของครูผู้สอนแม้จะน้อยลงแต่บทบาทที่เพิ่มมากขึ้นของครูผู้สอน คือ ต้องมีการ
วางแผนและออกแบบกิจกรรมการเรียนการสอน เตรียมสื่อ แหล่งเรียนรู้ และเตรียมคำถามที่กระตุ้น
ให้ นักเรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง

3.2 หลักการของการจัดกิจกรรม “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้”

การจัดกิจกรรม “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” มีหลักการที่สำคัญ ดังนี้

1) จัดกิจกรรมการเรียนรู้ ที่มุ่งเพิ่มพูนทักษะการคิดวิเคราะห์ ทักษะชีวิต ทักษะการ
แก้ปัญหา การทำงานเป็นทีม สร้างเสริมคุณลักษณะ ค่านิยมที่ดีงามและความมีน้ำใจต่อกัน

2) จัดกิจกรรมการเรียนรู้ ที่ครอบคลุมหลักองค์ 4 แห่งการศึกษา ได้แก่

2.1) ด้านพุทธิศึกษา คือ ความรอบรู้วิชาการที่จำเป็นสำหรับการดำรงชีวิต การศึกษาและการเรียนรู้

2.2) ด้านจริยศึกษา คือ การมีศีลธรรมจรรยาที่ดี มีความซื่อสัตย์ต่อตนเอง และผู้อื่นมีความรับผิดชอบต่อหน้าที่และมีสำนึกที่ดีต่อส่วนรวม

2.3) ด้านหัตถศึกษา คือ ความรู้และทักษะในการทำงาน มีความคิดสร้างสรรค์ มีทัศนคติที่ดีต่องาน และเห็นคุณค่าของการทำงาน

2.4) ด้านพลศึกษา คือการมีสุขภาพแข็งแรง การกินอาหารที่ถูกต้อง และการออกกำลังกายให้เหมาะสม รวมทั้งความสะอาดและสุขาภิบาลด้วย

3) จัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่สนองตอบความสนใจ ความถนัด และความต้องการของนักเรียนทุกคน โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล

4) จัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นนักเรียนเป็นสำคัญ เพิ่มโอกาสให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติจริงมีประสบการณ์ตรง สร้างความรู้ด้วยตนเอง และเรียนรู้อย่างมีความสุข

5) จัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่มีความหมายและเชื่อมโยงกับชีวิตจริงของนักเรียน ใช้ชุมชนภูมิปัญญา สิ่งแวดล้อม และเทคโนโลยีสารสนเทศรอบตัวเป็นแหล่งเรียนรู้

6) จัดกิจกรรมการเรียนรู้เปิดโอกาส ให้นักเรียนได้วางแผนคิดวิเคราะห์ อภิปราย สรุปความรู้นำเสนอ จุดประกายความคิด สร้างแรงบันดาลใจ สร้างความมุ่งมั่นเพื่อแสวงหาความรู้ การแก้ปัญหาและสร้างสรรค์นวัตกรรม

7) จัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้เกิดขึ้นได้ตลอดเวลาทุกสถานที่ มีการประสานความร่วมมือกับบิดา มารดา ผู้ปกครอง และบุคคลในชุมชนทุกฝ่าย เพื่อร่วมกันพัฒนานักเรียนตามศักยภาพ

8) จัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้นักเรียนเรียนรู้ร่วมกันเป็นทีม เป็นการเรียนรู้ในระหว่างการทำงานที่ทุกคนในทีมเน้นความเป็นระบบ มีวิจรณ์ญาณร่วมกันตลอดเวลาว่ากำลังทำอะไร จะทำให้ดีขึ้นอย่างไร แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน มีการช่วยเหลือเกื้อกูล มีความสามัคคีมีน้ำหนึ่งใจเดียวกัน ความเป็นผู้นำผู้ตามที่ดี

9) จัดกิจกรรมเรียนรู้ควบคู่กับการประเมินผลการเรียนรู้ที่เน้นการประเมินสภาพจริง (Authentic Assessment) โดยใช้เทคนิควิธีการประเมินสภาพจริงที่หลากหลาย ที่ให้ความสำคัญกับการประเมินการปฏิบัติ (Performance Assessment)

3.3 บทบาทครูในการจัดการเรียนรู้กิจกรรม “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้”

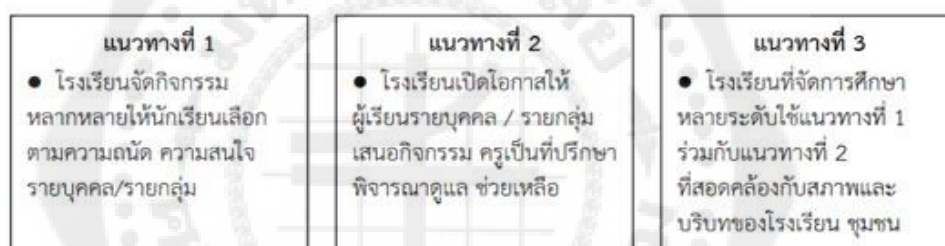
ครูลดบทบาทจากเดิมที่สอนเนื้อหาสาระ ใช้เวลาในชั้นเรียนมาก สั่งการให้นักเรียนได้ทำตามทีครูกำหนด มาเป็นผู้ที่คอยอำนวยความสะดวก ลดเวลาเรียนเนื้อหาในชั้นเรียนให้น้อยลง และส่งเสริม กระตุ้นให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองและกลุ่มเพื่อนมากขึ้น เพิ่มเวลารู้จากสื่อ เทคโนโลยีและแหล่งเรียนรู้ หรือกิจกรรมสร้างสรรค์ต่าง ๆ ที่ครูจัดให้ทั้งในและนอกห้องเรียน ตามความถนัด ความสนใจและความต้องการของนักเรียน ซึ่งมีประเด็นสำคัญที่ในการจัดกิจกรรม “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” ดังนี้

- 1) ครูเข้าใจแล้วนำแนวคิดที่ว่า นักเรียนสามารถสร้างองค์ความรู้ได้ด้วยตัวเอง โดยเชื่อมโยงความรู้เดิมที่มีอยู่ภายในเข้ากับการได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมต่างๆไป พัฒนาวางแผนการจัดกิจกรรมเพื่อให้ให้นักเรียนเกิดความรู้ที่คงทนและเกิดทักษะที่ต้องการ
- 2) ครูตระหนักว่าในการจัดการศึกษาแก่นักเรียนนั้น ควรส่งเสริมให้นักเรียนเกิดความสนใจในการเรียนรู้ และมีกำลังใจการเรียนรู้ ไม่ใช่เน้นแต่เพียงเนื้อหา ความรู้ที่จะสอนเท่านั้น
- 3) ครูเป็นผู้แนะนำสร้างบรรยากาศและจัดสถานการณ์ที่กระตุ้นให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง มากกว่าการเรียนรู้จากคำบอกของผู้สอน
- 4) ครูจัดกิจกรรมให้เชื่อมโยงระหว่างนักเรียนด้วยกัน นักเรียนกับครู และครูภายในโรงเรียน เพื่อสร้างสภาพแวดล้อมในการเรียนรู้ที่เป็นประโยชน์ ให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติอันจะก่อให้เกิดประสบการณ์ตรงกับนักเรียน
- 5) ครูจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในลักษณะการเรียนรู้แบบร่วมมือระหว่างนักเรียนกับครู และนักเรียนกับนักเรียนด้วยกัน เพื่อฝึกทักษะการทำงานเป็นทีม การเรียนรู้ด้วยตนเอง และทักษะสำคัญอื่น ที่เกี่ยวข้อง
- 6) ครูออกแบบ สร้างสรรค์ กิจกรรมการเรียนรู้ จัดสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง ของนักเรียนมากกว่าการเป็นผู้ถ่ายทอดความรู้หน้าห้องเพียงอย่างเดียว
- 7) ครูผู้สอนให้นักเรียนเกิดความเข้าใจเกี่ยวกับมโนทัศน์ และแนวคิดที่สำคัญมากกว่าการท่องจำได้
- 8) ครูกระตุ้นให้นักเรียนเห็นคุณค่า มีทัศนคติที่ดี และสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง
- 9) ครูสอนให้นักเรียนเห็นภาพรวมของเนื้อหาและเข้าใจการเชื่อมโยงกันของเนื้อหามากกว่าที่จะสอนเนื้อหาแยกกันเป็นเรื่องๆ
- 10) เน้นที่กระบวนการของการเรียนรู้ของนักเรียนมากกว่าการเน้นไปที่ผลการเรียนรู้เพียงอย่างเดียว
- 11) ส่งเสริมให้นักเรียนคิดอย่างมีวิจารณญาณโดยการใช้คำถามกระตุ้น
- 12) ครูเอาใจใส่ให้นักเรียนเป็นรายบุคคล และแสดงความเมตตาต่อนักเรียนอย่างทั่วถึง
- 13) ครูจัดกิจกรรมและสถานการณ์เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนได้แสดงออกและคิดอย่างสร้างสรรค์
- 14) ครูส่งเสริมให้นักเรียนฝึกคิด ฝึกทำและฝึกปรับปรุงตนเอง
- 15) ครูส่งเสริมกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากกลุ่ม พร้อมทั้งสังเกตส่วนดีและปรับปรุงส่วนด้อยของนักเรียน
- 16) ครูใช้สื่อและแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลายและเชื่อมโยงประสบการณ์กับชีวิตจริงเพื่อฝึกการคิด การแก้ปัญหาและการค้นพบความรู้
- 17) ส่งเสริมให้นักเรียนมีความกระตือรือร้นและเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง
- 18) คำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลของนักเรียน ทั้งในด้านความเหมาะสมกับนักเรียน

19) ใช้วิธีการประเมินผลที่หลากหลายและเป็นการประเมินตามสภาพจริงในการวิเคราะห์คุณภาพและพัฒนาการของนักเรียนมากกว่าการประเมินนักเรียนจากการสอบเท่านั้น

3.4 แนวทางการกำหนดกิจกรรม “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้”สถานศึกษาพิจารณาเลือกแนวทาง การกำหนดกิจกรรมที่สอดคล้องกับบริบทและศักยภาพของสถานศึกษา ดังนี้

กิจกรรม “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” เป็นกิจกรรมสร้างสรรค์ที่โรงเรียนสามารถจัดอย่างหลากหลายโดยมี 3 แนวทางเพื่อช่วยเพิ่มพูนทักษะการคิดวิเคราะห์ ความมีน้ำใจต่อกัน การทำงานเป็นทีม และกระตุ้นให้ผู้เรียนได้ค้นหา ศักยภาพและความชอบของตนเอง เพราะมีความเชื่อว่าผู้เรียนทุกคนมีความพิเศษ มีความสามารถในแบบฉบับของตนเอง กิจกรรมดังกล่าวเป็นกิจกรรมที่ให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติตามความถนัด ความสนใจความต้องการ ทั้งปฏิบัติด้วยตนเอง หรือปฏิบัติเป็นกลุ่ม เป็นทีมโดยการปฏิบัติกิจกรรม การจัดกิจกรรม “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” มีแนวทางในการดำเนินงาน ดังนี้



ภาพประกอบ 18 แนวทางการบริหารจัดการกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้

ที่มา: คู่มือบริหารจัดการเวลาเรียน “ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้” 2560

4. หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานมุ่งพัฒนาผู้เรียนทุกคน ซึ่งเป็นกำลังของชาติให้เป็นมนุษย์ที่มีความสมดุลทั้งด้านร่างกาย ความรู้ คุณธรรม มีจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและเป็นพลเมือง ยึดมั่นในการปกครองตามระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข มีความรู้และทักษะพื้นฐาน รวมทั้งเจตคติที่จำเป็นต่อการศึกษาต่อ การประกอบอาชีพและการศึกษาตลอดชีวิต โดยมุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญบนพื้นฐานความเชื่อว่า ทุกคนสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้เต็มตามศักยภาพ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มีหลักการที่สำคัญ ดังนี้

1) เป็นหลักสูตรการศึกษาเพื่อความเป็นเอกภาพของชาติ มีจุดหมายและมาตรฐานการเรียนรู้ เป็นเป้าหมายสำหรับพัฒนาเด็กและเยาวชนให้มีความรู้ ทักษะ เจตคติ และคุณธรรมบนพื้นฐานของความเป็นไทยควบคู่กับความเป็นสากล

- 2) เป็นหลักสูตรการศึกษาเพื่อปวงชน ที่ประชาชนทุกคนมีโอกาสได้รับการศึกษาอย่างเสมอภาค และมีคุณภาพ
- 3) เป็นหลักสูตรการศึกษาที่สนองการกระจายอำนาจ ให้สังคมมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษาให้สอดคล้องกับสภาพและความต้องการของท้องถิ่น
- 4) เป็นหลักสูตรการศึกษาที่มีโครงสร้างยืดหยุ่นทั้งด้านสาระการเรียนรู้ เวลาและการจัดการเรียนรู้
- 5) เป็นหลักสูตรการศึกษาที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ
- 6) เป็นหลักสูตรการศึกษาสำหรับการศึกษาในระบบ นอกกระบบ และตามอัธยาศัย ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมายสามารถเทียบโอนผลการเรียนรู้และประสบการณ์

4.1 จุดมุ่งหมาย

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานมุ่งพัฒนาผู้เรียนให้เป็นคนดี มีปัญญา มีความสุข มีศักยภาพในการศึกษาต่อ และประกอบอาชีพ จึงกำหนดเป็นจุดหมายเพื่อให้เกิดกับผู้เรียน เมื่อจบการศึกษาขั้นพื้นฐาน ดังนี้

- 1) มีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ เห็นคุณค่าของตนเอง มีวินัย และปฏิบัติตนตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนา หรือศาสนาที่ตนนับถือ ยึดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง
- 2) มีความรู้ ความสามารถในการสื่อสาร การคิด การแก้ปัญหา การใช้เทคโนโลยี และมีทักษะชีวิต
- 3) มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี มีสุขนิสัย และรักการออกกำลังกาย
- 4) มีความรักชาติ มีจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทย ยึดมั่นในวิถีชีวิตและการปกครองตามระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข
- 5) มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์วัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทย การอนุรักษ์และพัฒนาสิ่งแวดล้อม มีจิตสาธารณะที่มุ่งทำประโยชน์และสร้างสิ่งที่ดีงามในสังคม และอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข

4.2 สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน และคุณลักษณะอันพึงประสงค์

ในการพัฒนาผู้เรียนตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งเน้นพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพตามมาตรฐานที่กำหนด ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดสมรรถนะสำคัญและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ดังนี้

4.3 สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งให้ผู้เรียนเกิดสมรรถนะสำคัญ 5 ประการ ดังนี้

1) ความสามารถในการสื่อสาร เป็นความสามารถในการรับและส่งสาร มีวัฒนธรรมในการใช้ภาษาถ่ายทอดความคิด ความรู้ ความเข้าใจ ความรู้สึก และทัศนะของตนเองเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารและประสบการณ์อันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเองและสังคม รวมทั้งการเจรจาต่อรองเพื่อขจัดและลดปัญหาความขัดแย้งต่าง ๆ การเลือกรับหรือไม่รับข้อมูลข่าวสารด้วยหลักเหตุผลและความถูกต้อง ตลอดจนการเลือกใช้วิธีการสื่อสาร ที่มีประสิทธิภาพโดยคำนึงถึงผลกระทบที่มีต่อตนเองและสังคม

2) ความสามารถในการคิด เป็นความสามารถในการคิดวิเคราะห์ การคิดสังเคราะห์ การคิดอย่างสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการคิดเป็นระบบ เพื่อนำไปสู่การสร้างองค์ความรู้หรือสารสนเทศเพื่อการตัดสินใจเกี่ยวกับตนเองและสังคมได้อย่างเหมาะสม

3) ความสามารถในการแก้ปัญหา เป็นความสามารถในการแก้ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่เผชิญได้อย่างถูกต้องเหมาะสมบนพื้นฐานของหลักเหตุผล คุณธรรมและข้อมูลสารสนเทศ เข้าใจความสัมพันธ์และการเปลี่ยนแปลงของเหตุการณ์ต่าง ๆ ในสังคม แสวงหาความรู้ ประยุกต์ความรู้มาใช้ในการป้องกันและแก้ไขปัญหาและมีการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพโดยคำนึงถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อตนเอง สังคมและสิ่งแวดล้อม

4) ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต เป็นความสามารถในการนำกระบวนการต่าง ๆ ไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน การเรียนรู้ด้วยตนเอง การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง การทำงาน และการอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยการสร้างเสริมความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล การจัดการปัญหาและความขัดแย้งต่าง ๆ อย่างเหมาะสม การปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสภาพแวดล้อม และการรู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น

5) ความสามารถในการใช้เทคโนโลยีเป็นความสามารถในการเลือกและใช้ เทคโนโลยีด้านต่าง ๆ และมีทักษะกระบวนการทางเทคโนโลยี เพื่อการพัฒนาตนเองและสังคมในด้านการเรียนรู้ การสื่อสาร การทำงาน การแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ถูกต้อง เหมาะสม และมีคุณธรรม

4.4 คุณลักษณะอันพึงประสงค์

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข ในฐานะเป็นพลเมืองไทยและพลโลก ดังนี้

- | | |
|---------------------------|-----------------------|
| 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ | 2) ซื่อสัตย์สุจริต |
| 2) มีวินัย | 4) ใฝ่เรียนรู้ |
| 5) อยู่อย่างพอเพียง | 6) มุ่งมั่นในการทำงาน |
| 7) รักความเป็นไทย | 8) มีจิตสาธารณะ |

นอกจากนี้สถานศึกษาสามารถกำหนดคุณลักษณะอันพึงประสงค์เพิ่มเติมให้สอดคล้องตามบริบทและจุดเน้นของตนเอง

4.5 มาตรฐานการเรียนรู้

การพัฒนาผู้เรียนให้เกิดความสมดุล ต้องคำนึงถึงหลักพัฒนาการทางสมองและพหุปัญญา หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน จึงกำหนดให้ผู้เรียนเรียนรู้ 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้ ดังนี้

- 1) ภาษาไทย
- 2) คณิตศาสตร์
- 3) วิทยาศาสตร์
- 4) สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม
- 5) สุขศึกษาและพลศึกษา
- 6) ศิลปะ
- 7) การงานอาชีพและเทคโนโลยี
- 8) ภาษาต่างประเทศ

ในแต่ละกลุ่มสาระการเรียนรู้ได้กำหนดมาตรฐานการเรียนรู้เป็นเป้าหมายสำคัญของการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน มาตรฐานการเรียนรู้ระบุสิ่งที่ผู้เรียนพึงรู้ ปฏิบัติได้ มีคุณธรรมจริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์เมื่อจบการศึกษาขั้นพื้นฐาน นอกจากนั้นมาตรฐานการเรียนรู้ยังเป็นกลไกสำคัญ ในการขับเคลื่อนพัฒนาการศึกษาทั้งระบบ เพราะมาตรฐานการเรียนรู้จะสะท้อนให้ทราบว่าต้องการอะไร จะสอนอย่างไร และประเมินอย่างไรรวมทั้งเป็นเครื่องมือในการตรวจสอบเพื่อการประกันคุณภาพการศึกษาโดยใช้ระบบการประเมินคุณภาพภายในและการประเมินคุณภาพภายนอก ซึ่งรวมถึงการทดสอบระดับเขตพื้นที่การศึกษา และการทดสอบระดับชาติ ระบบการตรวจสอบเพื่อประกันคุณภาพดังกล่าวเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยสะท้อนภาพการจัดการศึกษาว่าสามารถพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพตามที่มาตรฐานการเรียนรู้กำหนดเพียงใด

4.6 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สุขภาพ หรือ สุขภาวะ หมายถึง ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคมและทางปัญญาหรือจิตวิญญาณ สุขภาพหรือสุขภาวะจึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะเกี่ยวข้องกับทุกมิติของชีวิต ซึ่งทุกคนควรจะได้เรียนรู้เรื่องสุขภาพ เพื่อจะได้มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง มีเจตคติ คุณธรรมและค่านิยมที่เหมาะสม รวมทั้งมีทักษะปฏิบัติด้านสุขภาพจนเป็นกิจนิสัย อันจะส่งผลให้สังคมโดยรวมมีคุณภาพเรียนรู้อะไรในสุขศึกษาและพลศึกษาเป็น การศึกษาด้านสุขภาพที่มีเป้าหมาย เพื่อการดำรงสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และชุมชนให้ยั่งยืน สุขศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ

คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพควบคู่ไปด้วยกันพลศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมและกีฬาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาโดยรวม ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา รวมทั้งสมรรถภาพเพื่อสุขภาพและกีฬา สารที่เป็นกรอบเนื้อหาหรือขอบข่ายสาระที่เป็นกรอบเนื้อหาหรือขอบข่ายองค์ความรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษาประกอบด้วย การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์ ผู้เรียนจะได้เรียนรู้ เรื่องธรรมชาติของ

การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์ ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต ความสัมพันธ์เชื่อมโยงในการทำงานของระบบต่าง ๆ ของร่างกาย รวมถึงวิธีปฏิบัติตนเพื่อให้เจริญเติบโตและมีพัฒนาการที่สมวัย ชีวิตและครอบครัว ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องคุณค่าของตนเอง และครอบครัว การปรับตัว

การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ความรู้สึกทางเพศ การสร้างและรักษา สัมพันธภาพกับผู้อื่นสุขปฏิบัติทางเพศ และทักษะในการดำเนินชีวิต การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล ผู้เรียนได้เรียนรู้เรื่อง

การเคลื่อนไหวในรูปแบบต่าง ๆ การเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและกีฬา ทั้งประเภทบุคคล และประเภททีม อย่างหลากหลายทั้งไทยและสากล การปฏิบัติตามกฎ กติกา ระเบียบ ข้อตกลงในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย และความมีน้ำใจนักกีฬา การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เกี่ยวกับหลักและ

วิธีการเลือกบริโภคอาหาร ผลิตภัณฑ์และบริการสุขภาพ การสร้างเสริม สมรรถภาพเพื่อสุขภาพ และการป้องกันโรคทั้งโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ ความปลอดภัยในชีวิต ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องการป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ

ทั้งความเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ ความรุนแรง อันตรายจากการใช้ยาและสารเสพติด รวมถึงแนวทางในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชีวิต

4.7 คุณภาพผู้เรียน

ผู้เรียนที่จบชั้นประถมศึกษาปีที่6 เข้าใจความสัมพันธ์เชื่อมโยงในการทำงานของระบบต่าง ๆ ของร่างกาย และรู้จักดูแล้วยะที่สำคัญของระบบนั้นๆ เข้าใจธรรมชาติการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม แรงขับทางเพศของชายหญิง เมื่ออย่างเข้าสู่วัยแรกรุ่นและวัยรุ่น สามารถปรับตัวและจัดการได้อย่างเหมาะสมเข้าใจ เห็นคุณค่าของการมีชีวิตครอบครัวที่อบอุ่น เป็นสุข ภูมิใจและเห็นคุณค่าในเพศของตน ปฏิบัติสุขอนามัยทางเพศได้ถูกต้องเหมาะสมป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพและการเกิดโรค อุบัติเหตุ ความรุนแรง สารเสพติดและการล่วงละเมิดทางเพศมีทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานและการควบคุมตนเองในการเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

อนุวัฒน์ ถืออยู่ (2546,หน้าบทคัดย่อ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องการใช้ทักษะมวยไทยสมัครเล่นในการแข่งขันกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทยครั้งที่ 28 ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้าเพื่อทราบการใช้ทักษะมวยไทยสมัครเล่นในการแข่งขันกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทยครั้งที่ 28 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬามวยไทยสมัครเล่นที่ทำการแข่งขันในรอบรองชนะเลิศและรอบชิงชนะเลิศจำนวน 29 คู่รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 58 คนโดยการเลือกแบบเจาะจงเครื่องมือที่ใช้ได้แก่กล้องถ่ายภาพวิดีโอโดยทำการบันทึกภาพและนำข้อมูลที่ได้มาแจกแจงความถี่แล้วเปลี่ยนเป็นค่าร้อยละผลการศึกษพบว่า 1.ทักษะเดียวที่ใช้มากที่สุดคือเตะจำนวน 194 ครั้งเป็นร้อยละ 47.20 เข่าจำนวน 89 ครั้งเป็นร้อยละ 21.66 ถีบจำนวน 60 ครั้งเป็นร้อยละ 14.592. ทักษะชุดที่ใช้มากที่สุดคือ เข่า – เข่าจำนวน 23 ครั้งเป็นร้อยละ 23.00 เตะ – เตะจำนวน 21 ครั้งเป็นร้อยละ 21.00 เตะ – ต่อย 17 ครั้งเป็นร้อยละ 17.00

เฉลิม อุ่นทอง (2547,หน้าบทคัดย่อ) ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่องมวยไทยยุคโลกาภิวัตน์ การวิจัยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระเบียบแบบแผนและประเพณีของศิลปะมวยไทยและศึกษาระบบการถ่ายทอดศิลปะมวยไทยในยุคโลกาภิวัตน์ ดำเนินการวิจัยศึกษาค้นคว้าจากเอกสารทั้งปฐมภูมิและทุติยภูมิ เก็บข้อมูลโดยวิธีสังเกตและสัมภาษณ์จากกลุ่มตัวอย่าง 5 สนามซึ่งได้แก่โรงเรียนนายร้อยตำรวจ ค่ายมวยศศิประภาลัยมศูนย์สอนศิลปะมวยไทยด้านภยยาเสพติด โรงเรียนมวยไทยและสนามมวยเวทีลุมพินี แล้วนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ในรูปแบบพรรณนาวิเคราะห์ผลการวิจัยพบว่าระเบียบแบบแผนและประเพณีของศิลปะมวยไทยมีทั้งการยกครูหรือการมอบตัวเป็นศิษย์การรำรำไหว้ครู การแต่งกายของนักมวยไทยเครื่องรางของขลัง วงดนตรีและดนตรีที่บรรเลงประกอบการชกมวยไทยและกระบวนการถ่ายทอดศิลปะมวยไทยมีวิวัฒนาการมาหลายร้อยปีตั้งแต่สมัยกรุงสุโขทัย ถึงแม้จะมีความแตกต่างกันบ้างทั้งในเรื่องการยกครูคือเมื่อสมัยก่อนต้องทำทุกครั้งก่อนมีการถ่ายทอดศิลปะมวยไทยแต่ปัจจุบันทำการยกครูเป็นบางแห่ง การรำรำไหว้ครูก่อนการชกของนักมวยสมัยก่อนพิถีพิถันมากแต่ปัจจุบันแสดงการรำรำไหว้ครูไปเพราะเป็นสิ่งที่ปฏิบัติต่อๆ กันมาเท่านั้นไม่เน้นมากนัก ในเรื่องความเชื่อเกี่ยวกับเครื่องรางของขลังสมัยก่อนนับถือและเชื่อมากแต่ปัจจุบันไม่เชื่อมากนัก วงดนตรีที่บรรเลงประกอบการชกมวยไทยสมัยก่อนบรรเลงกันสดแต่ปัจจุบันมีการแสดงสดบ้างแต่ก็มีบางสนามที่ใช้วิธีการเปิดแถบบันทึกเสียงหรือแผ่นบันทึกเสียงแทนการบรรเลงสด ในเรื่องการแต่งกายสมัยก่อนไม่มีกติกากำหนด ปัจจุบันให้มีการสวมนวมสวมกางเกงตามสีมุมของตนเอง สวมกระชับในสมัยก่อนใช้อาวุธมวยไทยครบทั้ง หมัด เท้า เข่าศอก ปัจจุบันใช้เฉพาะที่นักมวยถนัดเท่านั้น อาวุธมวยไทยใช้ไม่ครบ ระเบียบแบบแผนและประเพณีของศิลปะมวยไทยในปัจจุบันเปลี่ยนแปลงไปเพราะจุดมุ่งหมายของถ่ายทอดศิลปะมวยไทยเปลี่ยนไปจากเดิมคือแต่เดิมมีจุดมุ่งหมายเพื่อการเป็นนักรบเพียงอย่างเดียว ปัจจุบันนักมวยและครูมวยจะมุ่งฝึกการใช้อาวุธที่ทำให้ได้คะแนนมากที่สุด เนื่องจากผู้จัดการแข่งขันชกมวยไทยจะต้องจัดการ

แข่งขันชกมวยไทยตามความนิยมของผู้ชมทำให้หัวหน้าค่ายมวยต้องผลิตนักมวยตามความต้องการของผู้ชมและผู้จัดการแข่งขันชกมวยไทย

สมศักดิ์ ชัยนโธ (2547, หน้าบทคัดย่อ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องความคิดเห็นของนักมวยผู้ฝึกสอนและหัวหน้าค่ายมวยที่มีต่อพระราชบัญญัติกีฬามวยพุทธศักราช 2542 โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักมวย ผู้ฝึกสอนและหัวหน้าค่ายมวยที่มีต่อพระราชบัญญัติกีฬามวย พุทธศักราช 2542 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าคือนักมวยจำนวน 243 คนผู้ฝึกสอนจำนวน 64 คนและหัวหน้าค่ายมวยจำนวน 61 คนรวมกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้นจำนวน 368 คน โดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามความคิดเห็นของนักมวยผู้ฝึกสอนและหัวหน้าค่ายมวยที่มีต่อพระราชบัญญัติกีฬามวยพุทธศักราช 2542 ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจำนวน 5 ด้านได้แก่ด้านความรู้ความเข้าใจในพระราชบัญญัติกีฬามวยด้านการส่งเสริมและคุ้มครองด้านการควบคุมด้านสวัสดิการและด้านบทกำหนดลงโทษวิเคราะห์ข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูปการวิจัยทางสังคมศาสตร์โดยหาความถี่และค่าร้อยละผลการวิจัยพบว่า

1) นักมวยมีความคิดเห็นต่อพระราชบัญญัติกีฬามวยพุทธศักราช 2542 ด้านความรู้ความเข้าใจในพระราชบัญญัติกีฬามวยด้านการส่งเสริมและคุ้มครอง ด้านการควบคุมและด้านบทกำหนดลงโทษอยู่ในระดับคิดด้วยมากที่สุดส่วนด้านสวัสดิการมีความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วยน้อยที่สุด

2) ผู้ฝึกสอนมีความคิดเห็นต่อพระราชบัญญัติกีฬามวยพุทธศักราช 2542 ด้านความรู้ ความเข้าใจใน พระราชบัญญัติกีฬามวยด้านการส่งเสริมและคุ้มครองและด้านการควบคุม อยู่ในระดับคิดด้วยมากที่สุดด้านบทกำหนดลงโทษ มีความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วยมาก และด้านสวัสดิการมีความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วยน้อยที่สุด

3) หัวหน้าค่ายมวยมีความคิดเห็นต่อพระราชบัญญัติกีฬามวยพุทธศักราช 2542 ด้านความรู้ความเข้าใจในพระราชบัญญัติกีฬามวยด้านการส่งเสริมและ คุ้มครอง ด้านการควบคุมและด้านบทกำหนดลงโทษอยู่ในระดับคิดด้วยมากที่สุด ส่วนด้านสวัสดิการมีความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วยน้อยที่สุด

สุเทพ สิทธิโสภณ (2547, หน้าบทคัดย่อ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องผลการฝึกกายบริหารชุดแม่ไม้มวยไทย 2 แบบที่มีต่อการพัฒนาสมรรถภาพกลไกของนักเรียนหญิงโรงเรียนประถมศึกษาโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลการฝึกกายบริหารชุดแม่ไม้มวยไทย 2 แบบที่มีต่อการพัฒนาสมรรถภาพกลไกของนักเรียนหญิงโรงเรียนประถมศึกษากลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 – 6 โรงเรียนอนุบาลศิริมาศ (วัดบึง) ตำบลทุ่งหลวง อำเภอศีรีมาศ จังหวัดสุโขทัยปีการศึกษา 2546 จำนวน 60 คนได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง แบ่งกลุ่มทดลองออกเป็น 2 กลุ่มๆละ 30 คนโดยให้กลุ่มทดลองที่ 1 ฝึกกายบริหารชุดแม่ไม้มวยไทยแบบ 4 จังหวะสัปดาห์ละ 3 ครั้งๆ ละ 20 นาทีเป็นเวลา 8 สัปดาห์และกลุ่มทดลองที่ 2 ฝึกกายบริหารชุดแม่ไม้มวยไทยแบบ 8 จังหวะสัปดาห์ละ 3 ครั้งๆละ 10 นาทีเป็นเวลา 8 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นท่ากายบริหารชุดแม่ไม้มวยไทยและแบบทดสอบสมรรถภาพกลไกของโอเอร์ ก่อนวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที (t – test Independent)

และกำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการศึกษาพบว่า 1. ค่าเฉลี่ยสมรรถภาพกลไก หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 ของกลุ่มทดลองที่ 1 ในรายการทดสอบงอแขนห้อยตัวยืนกระโดดไกลและ ลูก – นิ่งมีค่าเท่ากับ 8.29 วินาที 148.86 เซนติเมตรและ 41.26 ครั้งตามลำดับกลุ่มทดลองที่ 2 ในรายการทดสอบงอแขนห้อยตัวยืนกระโดดไกลและลูก – นิ่งมีค่าเท่ากับ 9.05 วินาที 150.13 เซนติเมตรและ 39.33 ครั้งตามลำดับ 2. ผลการทดสอบค่าเฉลี่ยสมรรถภาพกลไกในการทดสอบงอ แขนห้อยตัวยืนกระโดดไกลและลูก – นิ่งหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 2,4,6 และ 8 ระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ไม่แตกต่างกัน



บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย
3. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดพระญาติการาม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนโรงเรียนวัดพระญาติการาม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 คัดเลือกจากเด็กที่มีความสนใจในกิจกรรม นาฏมวยไทยตามแนวทางปฏิบัติของกิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ ใช้วิธีคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 15 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้มีเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยดังนี้

- 1) แผนการจัดกิจกรรม ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ในเรื่อง นาฏมวยไทย
- 2) แบบประเมินกิจกรรมด้านความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย

3. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 การสร้างแผนการจัดการจัดการกิจกรรม มีลำดับขั้นตอนดังนี้

- 1) ศึกษาเอกสาร วิธีการ หลักการเทคนิคการเขียนแผนการจัดการเรียนรู้
- 2) สัมภาษณ์ ผู้เชี่ยวชาญด้านนาฏมวยไทย
- 3) ศึกษาหลักสูตรคู่มือครู แบบเรียน ขอบข่ายเนื้อหาและจุดประสงค์การเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้ พลศึกษาประถมศึกษาปีที่ 6 ตามหลักสูตรแกนกลางศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551) เลือกเนื้อหาสำหรับการเขียนแผนการจัดการเรียนรู้สาระพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

- 5) สร้างแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สาระพลศึกษา ประถมศึกษาปีที่ 6
- 6) นำแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ สาระพลศึกษา ประถมศึกษาปีที่ 6 โดยนำโครงสร้างและรูปแบบการทำกิจกรรม เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ เพื่อพิจารณาความเหมาะสมและสอดคล้องของรายละเอียดในแผนการจัดการเรียนรู้
- 7) ผู้วิจัยปรับปรุงแก้ไขแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้และนำแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ไปกับกลุ่มตัวอย่าง

3.2 การออกแบบและสร้างกิจกรรม

ขั้นตอนการออกแบบและสร้างกิจกรรม

เครื่องมือการทดลองเป็นกิจกรรมสร้าง ความรู้กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา เพื่อ นักเรียนมีร่างกายที่แข็งแรงขึ้น มีความคิดสร้างสรรค์ และมีความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นมีขั้นตอนในการออกแบบและสร้างดังนี้

- 1) ศึกษาเอกสารข้อมูลต่าง ๆ ที่ใช้ในการออกแบบกิจกรรมนาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อออกแบบกิจกรรม เพื่อให้ได้จุดประสงค์การเรียนรู้และเนื้อหา คือ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น ความคิดสร้างสรรค์ และสมรรถภาพทางกาย

- 2) ออกแบบกิจกรรมนาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยนำเนื้อหาการเรียนรู้ที่ได้ทำการศึกษาวิเคราะห์และสร้างกิจกรรม

- 3) เนื้อหาการเรียนรู้กิจกรรม นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 แบ่งเนื้อหา ออกเป็น 3 ส่วนคือ

- 3.1) ด้านความคิดสร้างสรรค์

- 3.2) ด้านความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น

- 3.2) ด้านสมรรถภาพทางกาย

- 4) แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจนาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 แบบเลือกตอบทดสอบระหว่างการเรียนรู้กิจกรรม และหลังเข้าร่วมกิจกรรม

- 5) นำกิจกรรมนาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และแบบทดสอบ ความรู้ความเข้าใจนาฏมวยไทยไปให้ผู้เชี่ยวชาญ ทำการตรวจความสอดคล้องเนื้อหาการเรียนรู้ของกิจกรรมและวัตถุประสงค์การเรียนรู้ กิจกรรมนาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

กิจกรรมด้านความคิดสร้างสรรค์

กิจกรรมด้านความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น

กิจกรรมด้านสมรรถภาพทางกาย

6) แบบทดสอบความรู้ความเข้าใจกิจกรรมนาฏมวยไทย ทดสอบระหว่างการเข้ากิจกรรม

7) จัดหาวัสดุอุปกรณ์ เครื่องมือ ที่ใช้ใน นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

8) นำกิจกรรมที่ออกแบบไปใช้นำกิจกรรมและแบบทดสอบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ไปใช้กับนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดพระญาติการาม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 15 คนจำนวน 11 ครั้งๆ ละ 60 นาที โดยมี ผู้บริหารสถานศึกษา ครูฝ่ายวิชาการ ครูประจำกลุ่มสาระนาฏศิลป์ นักเรียน ร่วมกันทำกิจกรรม

9) ประเมินคุณภาพกิจกรรมการเก็บคะแนน นำแบบทดสอบความคิดสร้างสรรค์ แบบทดสอบความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย มาเก็บคะแนนก่อนการทำกิจกรรม และหลังการทำกิจกรรมเสร็จ นำแบบทดสอบความคิดสร้างสรรค์ แบบทดสอบความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย ชุดที่ใช้เก็บคะแนนก่อนการทำกิจกรรม มาเก็บอีกครั้ง แล้วนำค่าคะแนนก่อนและหลังการดำเนินกิจกรรม มาเปรียบเทียบค่าทางสถิติทั้ง 3 ด้าน 1.ความคิดสร้างสรรค์ 2.ด้านความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น 3.สมรรถภาพทางกาย เพื่อนำมาวิเคราะห์ข้อมูล และอภิปรายผล

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

งานวิจัยฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อออกแบบกิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้โดยใช้รูปแบบกิจกรรมนาฏมวยไทย ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และเปรียบเทียบการใช้กิจกรรม นาฏมวยไทยด้านความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และด้านสมรรถภาพทางกายจากการศึกษารวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยขอเสนอการวิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้

1. การออกแบบกิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้โดยใช้รูปแบบ กิจกรรมนาฏมวยไทยในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

จากคู่มือการจัดกิจกรรม “ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้” ของ สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ โดยมีการดำเนินการภายใต้แนวความคิด

- 1) กิจกรรมเป็นทางเลือกสนองตอบความสนใจความถนัดของผู้เรียนอย่างหลากหลาย
- 2) เรียนรู้หลักการ สร้างความรู้ผ่านกระบวนการและกิจกรรม
- 3) ลงมือปฏิบัติและสร้างความรู้ในบรรยากาศที่อบอุ่น อิสระ และปลอดภัย
- 4) ปรับบทบาทครูจากการเป็นผู้สอนเป็นผู้ให้คำปรึกษาชี้แนะ
- 5) ครูผู้สอนควรใช้วิธีการประเมินผลที่หลากหลาย และเป็นการประเมินตามสภาพจริง

วิเคราะห์

ทั้งนี้กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ แบ่งออกเป็น 4 หมวด คือ

- 1) กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน
- 2) สร้างเสริมสมรรถนะการเรียนรู้
- 3) สร้างเสริมคุณลักษณะค่านิยม
- 4) สร้างเสริมทักษะการทำงาน การดำรงชีพและทักษะชีวิต

โดยแบ่งออกเป็น 16 กลุ่มกิจกรรม ซึ่งในปฏิญญานิพนธ์ฉบับนี้ อยู่ในหมวดที่ 1 กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน (กิจกรรมบังคับตามหลักสูตร) และอยู่ในกลุ่มกิจกรรมนักเรียน โดยในคู่มือการจัดกิจกรรม “ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้” กำหนดให้โรงเรียนจัดกิจกรรมอย่างหลากหลายให้นักเรียนได้เลือกปฏิบัติกิจกรรมตามความถนัดความสนใจ โดยอาจจะดำเนินกิจกรรมเป็นรายบุคคลหรือเป็นกลุ่ม และมีหลักสำคัญคือจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่มุ่งเพิ่มพูนทักษะการคิดวิเคราะห์ ทักษะการแก้ปัญหาการทำงานเป็นทีมสร้างเสริมคุณลักษณะ มีความคิดสร้างสรรค์ มีสุขภาพแข็งแรง ออกกำลังกายเหมาะสม ตอบสนองความสนใจความถนัดและความต้องการของผู้เรียน ให้ผู้เรียนได้วางแผนคิดวิเคราะห์ สร้างแรงบันดาลใจจัดกิจกรรมการเรียนรู้ โดยรู้ควบคู่กับการประเมินผลการ

เรียนรู้ที่เน้นการประเมินสภาพจริงโดยใช้เทคนิควิธีการประเมินสภาพจริงที่หลากหลายที่ให้
ความสำคัญกับการประเมินการปฏิบัติ

ทั้งนี้ในการเรียนการสอน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตามหลักสูตรแกนกลาง
การศึกษา ขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 กำหนดมาตรฐานการเรียนรู้การพัฒนาผู้เรียนให้เกิดความ
สมดุลต้องคำนึงถึงหลักพัฒนาการทางสมองและพหุปัญญาหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน
จึงกำหนดให้ผู้เรียนเรียนรู้ 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้ ซึ่งกลุ่มพลศึกษาจัดให้อยู่ในกลุ่มสาระสุขศึกษา
และพลศึกษา โดยในหลักสูตร กำหนดคุณภาพผู้เรียนจบการศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ต้อง
สามารถควบคุมตนเองในการเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน รู้หลักการเคลื่อนไหวและสามารถเลือกเข้า
ร่วมกิจกรรมทางกายเกมการเล่นพื้นเมืองกีฬาไทย วางแผนและปฏิบัติกิจกรรมทางกายกิจกรรม
สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพได้ตามความเหมาะสมแสดงทักษะการเคลื่อนไหวร่วมกับ
ผู้อื่นและสามารถแสดงการเคลื่อนไหวประกอบเพลง จากสาระการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษา
กำหนดให้ผู้เรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ต้องมีการปฏิบัติกิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย
สอดคล้องกับลักษณะกิจกรรมนาฏมวยไทยที่ถูกพัฒนาจากศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวมวยไทย และ
สอดคล้องกับหลักการจัดกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ในด้านหลักการ 4 แห่งการศึกษาต้องม
ความคิดสร้างสรรค์ในด้านหัตถศึกษา การมีสุขภาพแข็งแรงในด้านพลศึกษา และเป็นกิจกรรมที่
นักเรียนใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นเป็นแหล่งเรียนรู้ นั้น ส่งผลให้ผู้วิจัยเลือก นาฏมวยไทยมาออกแบบเป็น
กิจกรรม “ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้” เพื่อพัฒนาด้านความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญา
ท้องถิ่น และสมรรถภาพทางกาย

ในการจัดกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ด้วยกิจกรรม นาฏมวยไทย ผู้วิจัยได้วิเคราะห์
ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ลักษณะการจัดกิจกรรมนาฏมวยไทย จากกลุ่มโรงเรียนที่ประสบ
ความสำเร็จ รวมถึงคณะกรรมการ การจัดโครงการนาฏมวยไทย โดยมีรายละเอียดคือ กิจกรรมนาฏ
มวยไทย เป็นรูปแบบศิลปะป้องกันตัวต่อสู้แบบไทยเป็นทีม ระหว่าง 10-16 คนประยุกต์เข้ากับการ
แสดง ใส่เรื่องราว วรรณกรรม หรือประวัติศาสตร์ท้องถิ่น ส่วนการนำเสนอ นั้น ต้องประกอบด้วย 1.
การไหว้ครูมวยไทย 2.ท่ามาตรฐานมวยไทยคือ หมัด เท้า เข่าและศอก พร้อมทั้งท่าแม่ไม้มวย
ไทย 3.การสร้างสรรค์ท่ามวยไทยในรูปแบบต่างๆ สอดคล้องกับกิจกรรม “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้”
ที่มุ่งเน้นจากข้อมูลที่กล่าวไปข้างต้น ผู้วิจัยพัฒนารูปแบบแผนการจัดกิจกรรม ลดเวลาเรียนเพิ่ม
เวลารู้ กิจกรรมนาฏมวยไทย ในการออกแบบกิจกรรม ผู้วิจัยได้ดำเนินการเป็นขั้นตอนดังนี้

1.1 กระบวนการออกแบบกิจกรรม

1.1.1 ศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูล

1) ศึกษาจากคู่มือการจัดกิจกรรม “ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้” ของ สำนักวิชาการ
และมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ เพื่อใช้
เป็นแนวทางในการออกแบบกิจกรรมให้ตรงกับลักษณะของกิจกรรมที่ต้องการ

2) ศึกษาความต้องการจำเป็นของคุณลักษณะผู้เรียนชั้นประถมศึกษา ประถมศึกษา ปีที่ 6 ในหมวดวิชาพลศึกษา ที่สอดคล้องลักษณะของกิจกรรมนาฏมวยไทยที่สามารถใช้พัฒนาเรื่อง ความคิดสร้างสรรค์ ความรู้ในภูมิปัญญาท้องถิ่น สมรรถภาพทางกาย

3) เก็บรวบรวมข้อมูลผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง โดยวิธีการสัมภาษณ์

3.1) ประสานโครงการนาฏมวยไทย เพื่อให้ได้แนวคิดรูปแบบ ลักษณะเฉพาะ การแสดงนาฏมวยไทย

3.2) โรงเรียนที่ได้รับรางวัลถ้วยพระราชทานจากสมเด็จพระบรมโอรสาธิราช เจ้าฟ้ามหาวชิราลงกรณ สยามมกุฎราชกุมาร (2552-2558) เป็นสถานศึกษาที่ประสบความสำเร็จที่จัดกิจกรรมนาฏมวยไทยซึ่งเป็นประโยชน์ในการวิเคราะห์องค์ประกอบชุดการแสดง วิธีการจัดกิจกรรม ขั้นตอนการดำเนินงานมาใช้เป็น ต้นแบบในการออกชุดแบบกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้โดยใช้รูปแบบ กิจกรรมนาฏมวยไทยในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

3.3) ศึกษาวิถีทัศน์นาฏมวยไทย 7 ปี (2552-2558) ของทีมที่ประสบความสำเร็จเพื่อวิเคราะห์ลักษณะเด่นและลักษณะร่วมเพื่อใช้เป็นต้นแบบในการทำกิจกรรมนำข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมมาวิเคราะห์หาลักษณะรวมของนาฏมวยไทย เอกลักษณะของนาฏมวยไทยเพื่อใช้เป็นเนื้อหาของกิจกรรม ที่ใช้ออกแบบ

1.1.2 ขั้นตอนการออกแบบ

1) ศึกษาโครงสร้างของโรงเรียน ที่ทำกิจกรรมว่ามีลักษณะใด เพื่อออกแบบรูปแบบกิจกรรมให้ สอดคล้องตาม ลักษณะของโครงสร้างตามสถานศึกษา

2) ออกแบบกิจกรรมให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ โดยมีผู้เชี่ยวชาญดูแลในการออกแบบชุด กระบวนการใน 3 ด้านคือ ด้านศึกษาศาสตร์ ด้านศิลปะการแสดง และด้านพลศึกษา เพื่อให้ชุดกิจกรรมตรงตามวัตถุประสงค์ทั้ง 3 ด้านคือ ความคิดสร้างสรรค์,ความตระรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น,สมรรถภาพทางกาย

พัฒนาแบบประเมิน ทั้ง 3 ด้านคือด้านความคิดสร้างสรรค์ ความตระรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น สมรรถภาพทางกาย โดยศึกษาจากแนวคิดที่เกี่ยวข้องพร้อมทั้งให้ผู้เชี่ยวชาญ

1.1.3 การทดลองใช้กิจกรรม

1) ติดต่อประสานงานโรงเรียน ขออนุญาตผู้บริหารสถานศึกษา ครูผู้รับผิดชอบกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ และครูประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ชี้แจงวัตถุประสงค์ขอความร่วมมือในการลงมือปฏิบัติการทดลอง และทำการคัดเลือกกลุ่มประชากรตัวอย่าง แบบใช้วิธีคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง(Purposive sampling) จำนวน 15 คน

2) นำแบบกิจกรรม การออกแบบนาฏมวยไทย ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั้ง 3 ด้าน คือ ความคิดสร้างสรรค์ ความตระรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายไปทดสอบครั้งแรก (Pretest) บันทึกเป็นคะแนนก่อนการทดลอง

3) ดำเนินการจัดกิจกรรม การออกแบบนาฏมวยไทย ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 11 กิจกรรมเป็นเวลา 4 สัปดาห์สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมงโดยผู้วิจัยดำเนินการสอนด้วยตนเองและมีผู้ช่วยสาธิตด้านท่ามวยไทย และบันทึกข้อมูล

4) สิ้นสุดการทดลอง ทำการทดสอบ (Posttest) กลับกลุ่มทดลองเป็นฉบับเดียวกันกับแบบทดสอบที่ใช้ก่อนการทดลองและเก็บคะแนนไว้เป็นหลังการทดลอง(Posttest)

ในระหว่างการจัดกิจกรรมมีการปรับใช้ ทฤษฎีแรงจูงใจเพิ่มเติม เนื่องจากในระหว่างการจัดกิจกรรม ผู้ทำกิจกรรมไม่ให้ความร่วมมือ จึงใช้ทฤษฎีแรงจูงใจด้วยการให้ขนมและเครื่องดื่มประเภทน้ำหวานในการดำเนินกิจกรรม โดยในการดำเนินกิจกรรม ในครั้งที่ 1 – 2 ให้ขนมประเภททานเล่นเพื่อเพิ่มแรงจูงใจในการทำกิจกรรมและหลังจากนั้นให้เพียงแค่เครื่องดื่มเป็นประเภทน้ำหวาน เนื่องจากผู้เรียนสนุกสนานกับ กิจกรรมจึงมาเข้าร่วมด้วยตนเองแต่ยังคงให้เครื่องดื่มประเภทน้ำหวาน เนื่องจากไปช่วยเพิ่มให้พลังงานสูง น้ำตาลให้สารคาร์โบไฮเดรต ที่ให้พลังงานสูง 4 กิโลแคลอรี ต่อ 1 กรัม(สำนักโภชนาการกรมอนามัย. 2553: 105) ทำให้ช่วยเพิ่มพลังงานในระหว่างการจัดกิจกรรมทำให้ผู้เรียนมีความสนใจมากขึ้น

1.1.4 สรุปผล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้เก็บรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบประเมินกิจกรรมนาฏศิลป์กับวัตถุประสงค์ของงานวิจัยโดยใช้สูตร IOC ข้อมูลการประเมินกิจกรรมมาจากกลุ่มตัวอย่างจำแนกออกเป็นก่อนและหลังการทดลอง (Pretest, Posttest) ซึ่งสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ค่าคะแนนเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ใช้เพื่ออธิบายข้อมูลการเปรียบเทียบจากแบบสังเกตพฤติกรรม ความคิดสร้างสรรค์ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นและสมรรถภาพทางกายก่อนและหลังการ

1.2 รูปแบบกิจกรรม นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

รายละเอียดกิจกรรมนาฏมวยไทย เพื่อใช้พัฒนาด้านความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น สมรรถภาพทางกาย โดยมีโครงสร้างตามตารางดังต่อไปนี้

ตาราง 1 แผนการจัดกิจกรรม นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้น
ประถมศึกษาปีที่ 6

สัปดาห์	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	จุดมุ่งหมาย	แนวคิดทฤษฎี
1	1 (60 นาที)	ครั้งแรกที่พบ	เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรม รู้จักกันสร้าง ความคุ้นเคย	ทฤษฎีเน้นทนาการ
	2 (60 นาที)	เรียน รู้ เรื่อง มวย	เรียนรู้ ประวัติศาสตร์ ด้านมวย ไทยของประเทศไทย	ทฤษฎี ความตระหนักรู้
	3 (60 นาที)	รำมวย ไหว้ครู	สามารถฝึกปฏิบัติ ทำ ไหว้ครู มวยไทย จำนวน 2 ทำ คือ ทำพรหมนั่ง ทำพรหมยืน และทำ เชือก มวยไทยที่เรียกว่า อย่างสามชুম	ทฤษฎี ความตระหนักรู้ ทฤษฎี สมรรถภาพทาง กาย
สัปดาห์	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	จุดมุ่งหมาย	แนวคิดทฤษฎี
2	4 (60 นาที)	รู้หมัด รู้เท้า รู้เข้า รู้ ศอก	สามารถปฏิบัติการ พื้นฐานมวยไทย เรื่อง หมัด เท้า เข้า ศอก	ทฤษฎี ความตระหนักรู้ ทฤษฎี สมรรถภาพทาง กาย
	5 (60 นาที)	บันเตียรทศกัณฐ์	สามารถปฏิบัติ ทำบันเตียรทศกัณฐ์ได้	ทฤษฎี ความตระหนักรู้ ทฤษฎี สมรรถภาพทาง กาย
	6 (60 นาที)	นาฏมวยไทย	เรียนรู้ ประวัติ นาฏมวยไทย รูปแบบลักษณะเฉพาะ	ทฤษฎี ความตระหนักรู้

ตาราง 1 (ต่อ)

สัปดาห์	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	จุดมุ่งหมาย	แนวคิดทฤษฎี
3	7 (60 นาที)	สร้าง นาฏมวยไทย ครั้งที่ 1	นำ ความรู้มวยไทย ให้ ครูมวยไทย หมัด เท้า เข้า สอก มาออกแบบ เป็นท่า นาฏมวยไทย	ทฤษฎี สมรรถภาพทาง กาย ทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์ ด้านความคิดริเริ่ม
	8 (60 นาที)	สร้าง นาฏมวยไทย ครั้งที่ 2	ออกแบบทำนาฏมวย ไทย โดยใช้ พื้นฐานจาก กิจกรรมทุกกิจกรรมมา สร้างทำนาฏมวยไทย	ทฤษฎี สมรรถภาพทาง กาย ทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์ ด้าน ความคิดยืดหยุ่น
	9 (60 นาที)	สร้าง นาฏมวยไทย ครั้งที่ 3	ออกแบบทำ นาฏมวย ไทย โดยใช้ พื้นฐานจาก กิจกรรมทุกกิจกรรม มาสร้างทำนาฏมวยไทย	ทฤษฎี สมรรถภาพทาง กาย ทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์ ด้าน ความคิดคล่องแคล่ว
4	10 (60 นาที)	สร้าง นาฏมวยไทย ครั้งที่ 4	นำ ความรู้มวยไทย ให้ครู มวยไทย หมัด เท้าเข้าสอกมาออกแบบ เป็นท่า นาฏมวยไทย	ทฤษฎี สมรรถภาพทาง กาย ทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์ ด้าน ความคิดคล่องแคล่ว ละเอียดลออ
	11 (60 นาที)	นาฏมวยไทย	นักเรียนสามารถ นำเสนอ นาฏมวยไทย ที่ออกแบบได้	ทฤษฎี สมรรถภาพทาง กาย ทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์

2. การเปรียบเทียบการใช้กิจกรรมนาฏมวยไทย ด้านความคิดสร้างสรรค์, ด้านความตระหนักรู้ภูมิปัญญาในท้องถิ่น,ด้านสมรรถภาพทางกาย

เมื่อเปรียบเทียบการใช้กิจกรรมนาฏมวยไทย ด้านความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาในท้องถิ่น ด้านสมรรถภาพทางกาย ผู้วิจัยแบ่งการวิเคราะห์ข้อมูล เป็น 3 ด้าน คือ ความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาในท้องถิ่น และสมรรถภาพทางกายเพื่อให้เข้าใจตรงกันในการแปลความหมายของการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิจัยขอ มุลดังนี้

N	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยมี จำนวน 15 คน
$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ย
S.D	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
Df	แทน	ระดับความเสรี
T	แทน	ค่า สถิติที่ใช้พิจารณา t-test
Sig	แทน	นัยสำคัญของสถิติ

2.1 ด้านความคิดสร้างสรรค์

การเปรียบเทียบความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนก่อนและหลังการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำคะแนนก่อนทำกิจกรรมและหลังทำกิจกรรม ด้านความคิดสร้างสรรค์ ประกอบไปด้วย 4 ด้านคือ ความคิดริเริ่ม ความคิดสร้างสรรค์ ความคิดรวดเร็ว และความคิดละเอียดลออ ตามแนวความทฤษฎี ความคิดสร้างสรรค์ของ กิลฟอร์ด ของกลุ่มตัวอย่างทั้งก่อนการดำเนินกิจกรรม และหลังการดำเนินกิจกรรม ที่ได้รับกิจกรรม ออกแบบ นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ มาคำนวณหาค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปรากฏผลดังแสดงตาราง พร้อมทั้งแผนภูมิภาพประกอบ ตาราง 2 ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ (รวม 4 ด้าน)ของกลุ่มประชากรตัวอย่างทั้งหมด

แบบทดสอบ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์	N	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
1. ด้านความคิดริเริ่ม	15	1.40	.507	3.80	.676
2. ด้านความคิดยืดหยุ่น	15	1.47	.516	4.20	.561
3. ด้านความคิดคล่องแคล่ว	15	2.13	.516	4.33	.724
4. ด้านความคิดละเอียดลออ	15	1.40	.507	3.53	.834
รวม 4 ด้าน	15	6.40	1.352	15.93	1.580

ผลการวิเคราะห์ตามตารางพบว่าระดับคะแนนความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมออกแบบนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ มีคะแนนความคิดสร้างสรรค์โดยเฉลี่ยรวมเท่ากับ 6.40 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า

- 1) คะแนนความคิดริเริ่มเฉลี่ยเท่ากับ 1.40 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ
- 2) คะแนนความคิดยืดหยุ่นเฉลี่ยเท่ากับ 1.47 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ
- 3) คะแนนความคิดคล่องแคล่ว เฉลี่ยเท่ากับ 2.13 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ
- 4) คะแนนความคิดละเอียดลออเฉลี่ยเท่ากับ 1.40 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ

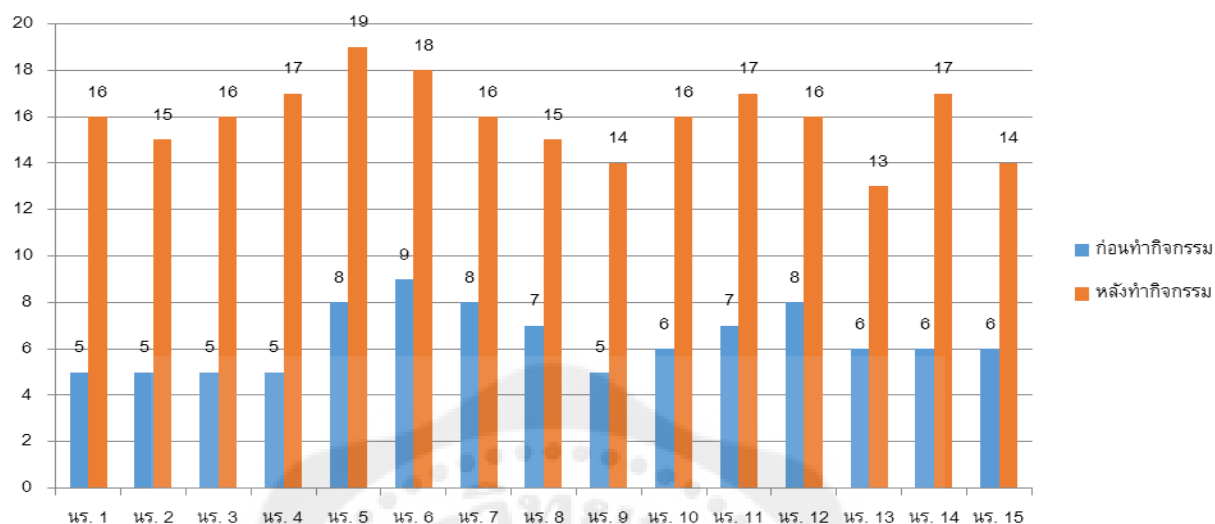
คะแนนแบบทดสอบความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หลังได้รับการสอนโดยกิจกรรม ออกแบบ นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ คะแนนด้านความคิดสร้างสรรค์เฉลี่ยเท่ากับ 15.93 ซึ่งอยู่ในระดับสูงเมื่อเฉลี่ยเป็นรายด้าน พบว่า

- 1) คะแนนความคิดริเริ่มเฉลี่ยเท่ากับ 3.80 ซึ่งอยู่ในระดับสูง
- 2) คะแนนความคิดยืดหยุ่นเฉลี่ยเท่ากับ 4.20 ซึ่งอยู่ในระดับสูง
- 3) คะแนนความคิดคล่องแคล่ว เฉลี่ยเท่ากับ 4.33 ซึ่งอยู่ในระดับสูงที่สุด
- 4) คะแนนความคิดละเอียดลออเฉลี่ยเท่ากับ 3.53 ซึ่งอยู่ในระดับสูง

ตาราง 3 การเปรียบเทียบความคิดสร้างสรรค์โดยรวมของกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับการสอน โดยกิจกรรม ออกแบบ นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้

การทดสอบ	N	$\bar{X}$	S.D.	df	t	Sig.
ก่อนทำกิจกรรม	15	6.40	1.352	14	24.524	.000
หลังทำกิจกรรม	15	15.93	1.580			

แผนภูมิที่ 1 แผนภูมิเปรียบเทียบด้านความคิดสร้างสรรค์รายบุคคล ก่อนทำกิจกรรมและหลังทำกิจกรรม



(หมายเหตุ นร. หมายถึง นักเรียน)

จากแผนภูมิที่แสดงการเปรียบเทียบรายบุคคลของนักเรียนที่ทำกิจกรรม จะแสดงให้เห็นว่านักเรียน มีการพัฒนาในด้านความคิดสร้างสรรค์ทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านความคิดริเริ่ม ด้านความคิดยืดหยุ่น ด้านความคิดคล่องแคล่ว และด้านความคิดละเอียดลออ

ผลสรุปรายด้านคือ

1) ความคิดริเริ่ม

ตาราง 4 การเปรียบเทียบความคิดสร้างสรรค์โดยรวมของกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับวิธีการสอน โดยกิจกรรม ออกแบบ นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ด้านความคิดริเริ่ม

การทดสอบ	N	$\bar{x}$	S.D.	df	t	Sig.
ก่อนทำกิจกรรม	15	1.40	.507	14	11.225	.000
หลังทำกิจกรรม	15	3.80	.676			

ผลการวิเคราะห์พบว่า ระดับคะแนนความคิดสร้างสรรค์ ในด้านความคิดริเริ่ม ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมออกแบบนาฏมวยไทย

กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ มีคะแนนความคิดสร้างสรรค์โดยเฉลี่ยรวมเท่ากับ 1.40 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ หลังร่วมกิจกรรมออกแบบนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ มีคะแนนความคิดสร้างสรรค์ ในด้านความคิดริเริ่ม มีคะแนนโดยเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.80 ซึ่งอยู่ในระดับสูง ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ $P<0.01$ แสดงว่า วิธีการสอน โดยใช้กิจกรรม ออกแบบ นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ในกิจกรรมครั้งที่ 7 ของแผนการจัดกิจกรรมอย่างชัดเจน

แผนภูมิที่ 2 แผนภูมิเปรียบเทียบด้านความคิดสร้างสรรค์รายบุคคล ด้านความคิดริเริ่ม
ก่อนทำกิจกรรมและหลังทำกิจกรรม



(หมายเหตุ นร. หมายถึง นักเรียน)

จากแผนภูมิที่แสดงการเปรียบเทียบรายบุคคลของนักเรียนที่ทำกิจกรรม จะแสดงให้เห็นว่านักเรียน มีพัฒนาในด้านความคิดริเริ่ม จากก่อนทำกิจกรรม ได้คะแนน 1 คะแนน ที่ต่ำสุด โดยหลังการทำกิจกรรม มีคะแนน สูงถึง 5 คะแนนซึ่งเป็นคะแนนเต็มในตามแบบประเมิน ด้านความคิดสร้างสรรค์

2) ความคิดยืดหยุ่น

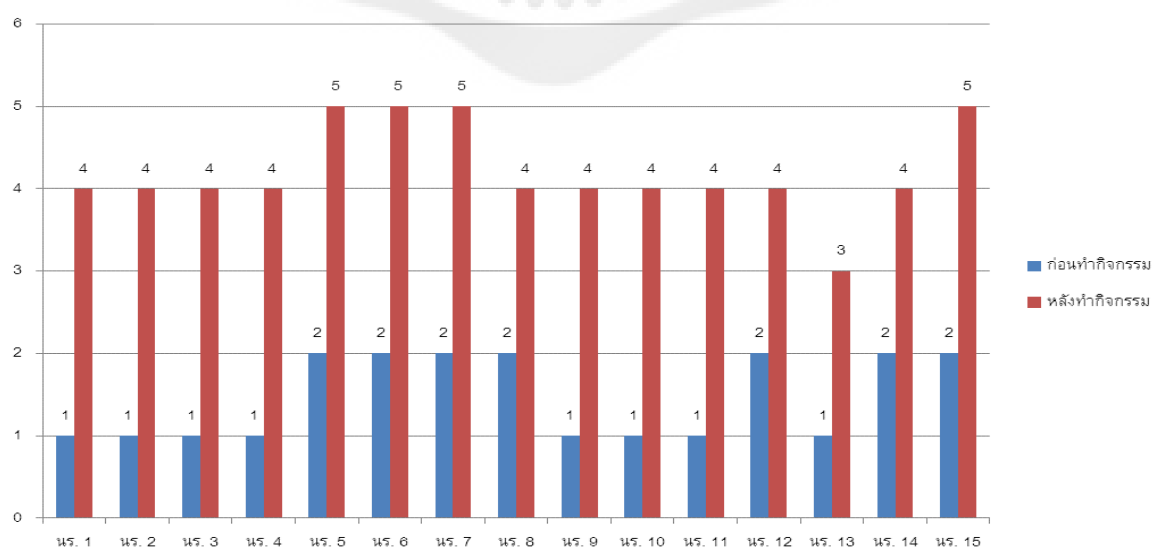
ตาราง 5 การเปรียบเทียบความคิดสร้างสรรค์โดยรวมของกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับวิธีการสอน โดยกิจกรรม ออกแบบ นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ด้านความคิดยืดหยุ่น

การทดสอบ	N	$\bar{X}$	S.D.	df	t	Sig.
ก่อนทำกิจกรรม	15	1.47	.516	14	23.127	.000
หลังทำกิจกรรม	15	4.20	.561			

ผลการวิเคราะห์พบว่าระดับคะแนนความคิดสร้างสรรค์ในด้านความคิดยืดหยุ่น ของนักเรียนระดับชั้นของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ มีคะแนนความคิดสร้างสรรค์โดยเฉลี่ยรวมเท่ากับ 1.47 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ

คะแนนด้านความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หลังเข้าร่วมกิจกรรมนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ มีคะแนนความคิดสร้างสรรค์ ด้านความคิดริเริ่ม มีคะแนนโดยเฉลี่ยรวมเท่ากับ 4.20 ซึ่งอยู่ในระดับสูง ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ $P < .01$ แสดงว่าวิธีการสอนโดยใช้กิจกรรมออกแบบนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ในกิจกรรมครั้งที่ 8 ของแผนการจัดกิจกรรมอย่างชัดเจน

แผนภูมิที่ 3 แผนภูมิเปรียบเทียบด้านความคิดสร้างสรรค์รายบุคคล ด้านความคิดยืดหยุ่น ก่อนทำกิจกรรมและหลังทำกิจกรรม



(หมายเหตุ นร. หมายถึง นักเรียน)

จากแผนภูมิที่แสดงการเปรียบเทียบรายบุคคลของนักเรียนที่ทำกิจกรรม จะแสดงให้เห็นว่านักเรียน มีพัฒนาในด้านความคิดยืดหยุ่น จากก่อนทำกิจกรรม ได้คะแนน 1 คะแนนที่ต่ำสุด โดยหลังการทำกิจกรรม มีคะแนน สูงถึง 5 คะแนนซึ่งเป็นคะแนนเต็มในตามแบบประเมิน ด้านความคิดสร้างสรรค์

3) ความคิดคล่องแคล่ว

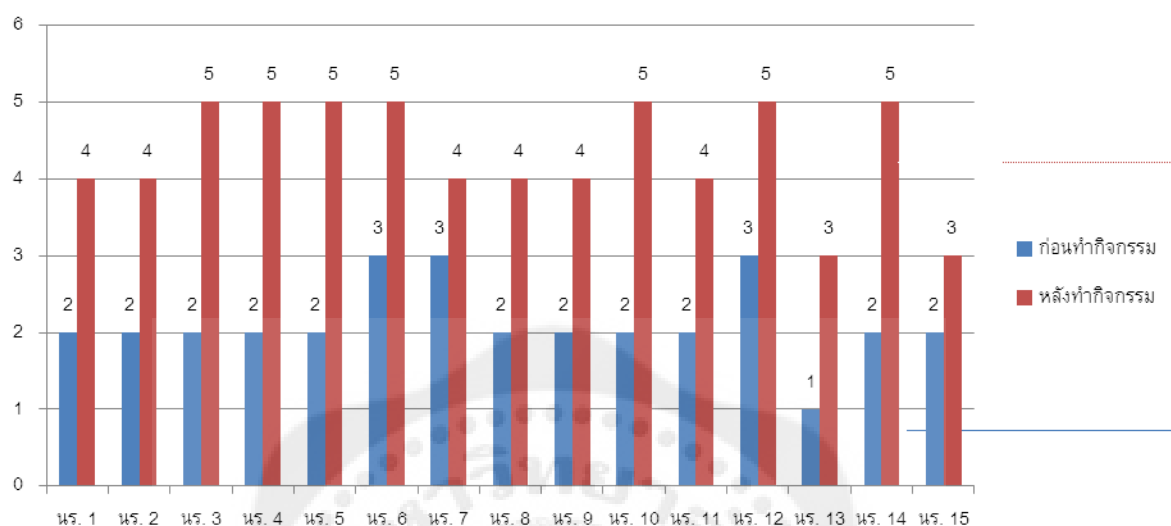
ตาราง 6 การเปรียบเทียบความคิดสร้างสรรค์โดยรวมของกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับวิธีการสอน โดยกิจกรรม ออกแบบ นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ด้านด้านความคิดคล่องแคล่ว

การทดสอบ	N	$\bar{x}$	S.D.	df	t	Sig.
ก่อนทำกิจกรรม	15	2.13	.516	14	12.602	.000
หลังทำกิจกรรม	15	4.33	.724			

ผลการวิเคราะห์พบว่าระดับคะแนนความคิดสร้างสรรค์ ในด้านความคิดยืดหยุ่น ของนักเรียนระดับชั้นของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ มีคะแนนความคิดสร้างสรรค์โดยเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.13 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ

และคะแนน ด้านความคิดสร้างสรรค์ ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หลังเข้าร่วมกิจกรรม นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ มีคะแนนความคิดสร้างสรรค์ ในด้านความคิดริเริ่ม มีคะแนนโดยเฉลี่ยรวม 4.33 ซึ่งอยู่ในระดับสูง ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ $P < .01$ แสดงว่า วิธีการสอน โดยใช้นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ในกิจกรรมครั้งที่ 9 ของแผนการจัดกิจกรรม อย่างชัดเจน นักเรียน สามารถคิดทำนาฏมวยไทย โดยใช้กติกาการจับเวลาได้ และสามารถสร้างสรรค์ ทำนาฏมวยไทยได้ตามเวลาที่กำหนด

แผนภูมิที่ 4 แผนภูมิเปรียบเทียบด้านความคิดสร้างสรรค์รายบุคคลด้านความคิดคล่องแคล่ว
ก่อนทำกิจกรรมและหลังทำ
กิจกรรม



(หมายเหตุ นร1. หมายถึง นักเรียนคนที่ 1)

จากแผนภูมิที่แสดงการเปรียบเทียบรายบุคคลของนักเรียนที่ทำกิจกรรม จะแสดงให้เห็นว่านักเรียน มีพัฒนาในด้านความคิดคล่องแคล่ว จากก่อนทำกิจกรรมได้คะแนน 1 คะแนนที่ต่ำสุด โดยหลังการทำกิจกรรมมีคะแนนสูงถึง 3 คะแนน ซึ่งเป็นคะแนนเต็มในตามแบบประเมินด้านความคิดสร้างสรรค์

4) ความคิดละเอียดลออ

ตาราง 7 การเปรียบเทียบความคิดสร้างสรรค์โดยรวมของกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับวิธีการสอน โดยกิจกรรม ออกแบบ นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ด้านด้านความคิดละเอียดลออ

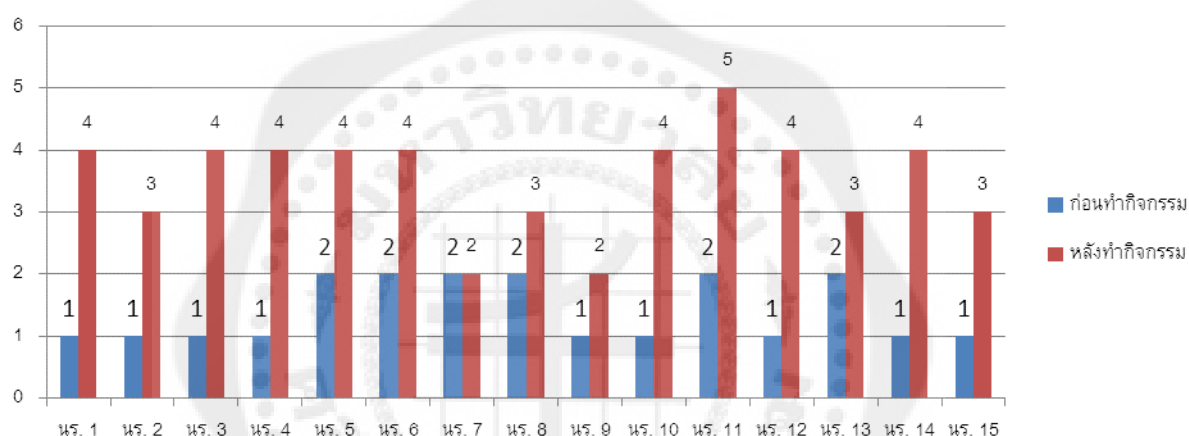
การทดสอบ	N	$\bar{X}$	S.D.	df	t	Sig.
ก่อนทำกิจกรรม	15	1.40	.507	14	8.342	.000
หลังทำกิจกรรม	15	3.53	.834			

ผลการวิเคราะห์พบว่าระดับคะแนนความคิดสร้างสรรค์ ในด้านความคิดยืดหยุ่น ของนักเรียนระดับชั้นของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมนาฏมวยไทย

กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ มีคะแนนความคิดสร้างสรรค์โดยเฉลี่ยรวมเท่ากับ 1.40 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ

คะแนนด้านความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หลังเข้าร่วมกิจกรรมนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ มีคะแนนความคิดสร้างสรรค์ ในด้านความคิดริเริ่ม มีคะแนนโดยเฉลี่ยรวม 3.53 ซึ่งอยู่ในระดับสูง ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ $P < .01$ แสดงว่าวิธีการสอน โดยใช้กิจกรรมนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ในกิจกรรมครั้งที่ 9 ของแผนการจัดกิจกรรมสามารถกระตุ้นให้นักเรียนทบทวนขยายความคิดครั้งแรกให้สมบูรณ์ขึ้น

แผนภูมิที่ 5 แผนภูมิเปรียบเทียบด้านความคิดสร้างสรรค์รายบุคคล ด้านความคิดละเอียดลออ ก่อนทำกิจกรรมและหลังทำกิจกรรม



(หมายเหตุ nr. หมายถึง นักเรียน)

จากแผนภูมิที่แสดงการเปรียบเทียบรายบุคคลของนักเรียนที่ทำกิจกรรม จะแสดงให้เห็นว่านักเรียน มีพัฒนาในด้านความคิดละเอียดลออจากก่อนทำกิจกรรมได้คะแนน 1 คะแนนที่ต่ำสุด โดยหลังการทำกิจกรรมมีคะแนนสูงถึง 2 คะแนนซึ่งนักเรียนทบทวนขยายความคิดครั้งแรกให้สมบูรณ์ขึ้น

2.2 ด้านความตระหนักรู้ภูมิปัญญาในท้องถิ่น

ตาราง 8 การเปรียบเทียบความตระหนักรู้ ของภูมิปัญญาท้องถิ่นของกลุ่มตัวอย่างนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับวิธีการสอน โดยกิจกรรม ออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลา

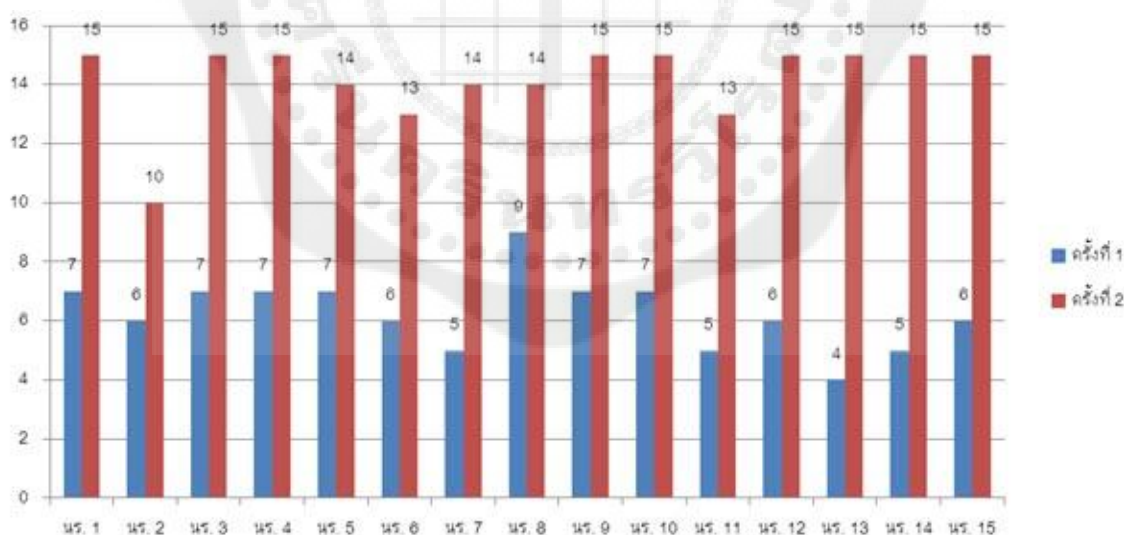
การทดสอบ	N	$\bar{x}$	S.D.	df	t	Sig.
ก่อนทำกิจกรรม	15	8.73	1.223	14	11.014	.000
หลังทำกิจกรรม	15	14.20	1.373			

การเปรียบเทียบความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นของนักเรียนก่อนและหลังการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยนำแบบวัดความตระหนักรู้ของกลุ่มตัวอย่างทั้งก่อนการดำเนินกิจกรรมและหลังการดำเนินกิจกรรมนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้มาคำนวณหาค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปรากฏผลดังแสดงตารางพร้อมทั้งแผนภูมิภาพประกอบ

ผลการวิเคราะห์ตามตารางพบว่า ระดับคะแนนความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ มีคะแนนโดยเฉลี่ยรวมเท่ากับ 8.73 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ

คะแนนแบบทดสอบความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หลังเข้าร่วมกิจกรรม นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ มีคะแนนความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น มีคะแนนโดยเฉลี่ยรวมเท่ากับ 14.20 ซึ่งอยู่ในระดับสูง ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ $P < .01$ แสดงว่า กิจกรรม นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สามารถพัฒนาความตระหนักรู้

แผนภูมิที่ 6 แผนภูมิเปรียบเทียบด้านความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น รายบุคคล
ก่อนทำกิจกรรมและหลังทำกิจกรรม



(หมายเหตุ นร. หมายถึง นักเรียน)

จากแผนภูมิที่แสดงการเปรียบเทียบรายบุคคลของนักเรียน ด้านความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น ก่อนและหลังการทำกิจกรรมจะแสดงให้เห็นว่านักเรียน มีความตระหนักรู้ภูมิปัญญาในท้องถิ่นมากขึ้นกว่าเดิม ได้คะแนน 4 คะแนน ที่ต่ำสุด โดยหลังการทำกิจกรรมมีคะแนนสูงถึง 15

คะแนนซึ่งเป็นคะแนนเต็มแสดงให้เห็นว่านักเรียนเกิดความตระหนักรู้ภูมิปัญญาในท้องถิ่นมากขึ้นอย่างชัดเจนหลังการทำกิจกรรมออกแบบ นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้

2.3 ด้านสมรรถภาพทางกาย

การเปรียบเทียบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนก่อนและหลังการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำแบบวัดโปรแกรมทดสอบสมรรถภาพทางกายกรมพลศึกษามาเก็บข้อมูล กลุ่มตัวอย่างทั้งก่อนการดำเนินกิจกรรม และหลังการดำเนินกิจกรรม ที่ได้รับกิจกรรมออกแบบนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ มาคำนวณ หาค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยแสดงข้อตามตารางที่ 9

ตาราง 9 การเปรียบเทียบความสมรรถภาพทางกาย ของกลุ่มตัวอย่างนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับวิธีการสอน โดยกิจกรรมออกแบบนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้

แบบบันทึกผลการทดสอบ	N	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
1. ลูก – นิ่ง 60 วินาที	15	19.20	1.94	35.20	3.86
2. ดันพื้น 30 วินาที	15	15.80	6.65	26.53	7.27
3. ยืนกระโดดไกล	15	192.87	12.70	195.80	12.86
4. นิ่งอตัวไปด้านหน้า	15	5.67	0.816	8.47	1.246
5. วิ่งอ้อมหลัก	15	19.51	1.229	14.39	1.208
6. วิ่งระยะไกล	15	8.45	.47	7.90	.26

พบว่าสมรรถภาพทางกาย ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมออกแบบนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ มีคะแนนสมรรถภาพทางกายโดยเฉลี่ย 7 ด้าน ดังนี้

- 1) คะแนน ลูก – นิ่ง 60 วินาที เฉลี่ยเท่ากับ 19.20ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ
- 2) คะแนน ดันพื้น30 วินาที เฉลี่ยเท่ากับ 15.80ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ
- 3) คะแนน ยืนกระโดดไกล เฉลี่ยเท่ากับ192.87ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ
- 4) คะแนน นิ่งอตัวไปด้านหน้า เฉลี่ยเท่ากับ5.67ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ
- 5) คะแนน วิ่งอ้อมหลัก เฉลี่ยเท่ากับ19.51ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ

6) คะแนน วิ่งระยะไกล เฉลี่ยเท่ากับ 8.45 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำ

คะแนนแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หลังเข้าร่วมกิจกรรม นาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ คะแนนด้านสมรรถภาพทางกาย ซึ่งอยู่ในระดับดีขึ้นไปเมื่อเฉลี่ยเป็นรายด้าน พบว่า

- 1) คะแนน ลูก – นิ่ง 60 วินาที เฉลี่ยเท่ากับ 35.20 ซึ่งอยู่ในระดับดีขึ้นไปสูงสุด
- 2) คะแนน ดันพื้น 30 วินาที เฉลี่ยเท่ากับ 26.53 ซึ่งอยู่ในระดับดีขึ้นไป
- 3) คะแนน ยืนกระโดดไกล เฉลี่ยเท่ากับ 195.80 ซึ่งอยู่ในระดับดีขึ้นไป
- 4) คะแนน นั่งงอตัวไปด้านหลัง เฉลี่ยเท่ากับ 8.47 ซึ่งอยู่ในระดับดีขึ้นไป
- 5) คะแนน วิ่งอ้อมหลัก เฉลี่ยเท่ากับ 14.39 ซึ่งอยู่ในระดับดีขึ้นไป
- 6) คะแนน วิ่งระยะไกล เฉลี่ยเท่ากับ 7.90 ซึ่งอยู่ในระดับดีขึ้นไป

จากการทำกิจกรรมของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กิจกรรมนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ทำให้สมรรถภาพทางกายทั้ง 6 ด้านดีขึ้นโดยคะแนนด้านลูกขึ้นสูงที่สุดจากเดิม 19.20 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำปรับเป็น 35.20 ซึ่งอยู่ในระดับดีขึ้นไปสูงสุด แสดงให้เห็นว่านักเรียนเกิดมีการพัฒนาสมรรถภาพทางกายขึ้นอย่างชัดเจนหลังการทำกิจกรรมออกแบบนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

งานวิจัยฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อออกแบบกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้โดยใช้รูปแบบกิจกรรมนาฏมวยไทย ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และเปรียบเทียบการใช้กิจกรรมนาฏมวยไทยด้านความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และ ด้านสมรรถภาพทางกายจากการศึกษารวบรวมข้อมูลผู้วิจัยสรุปได้ดังนี้

ความมุ่งหมายของการวิจัย

- 1) การออกแบบกิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้โดยใช้รูปแบบกิจกรรมนาฏมวยไทยในนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
- 2) เปรียบเทียบการใช้กิจกรรมนาฏมวยไทย ด้านความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นและสมรรถภาพทางกาย

ขอบเขตงานวิจัย

- 1) วิเคราะห์รูปแบบนาฏมวยไทยโดยศึกษาข้อมูลจากทีมนาฏมวยไทยที่ คณะทำงานจัดโครงการนาฏมวยไทย
- 2) ออกแบบกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ด้วยรูปแบบด้วยนาฏมวยไทยที่ได้จากการวิเคราะห์ แนวทางดำเนินกิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้และสาระการเรียนรู้ของช่วงชั้นนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดพระญาติการาม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 คัดเลือกจากเด็กที่มีความสนใจในกิจกรรมนาฏมวยไทย ตามแนวทางปฏิบัติของกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ใช้วิธีคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้มีเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยดังนี้

- 1) แผนการจัดกิจกรรม ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ในเรื่อง นาฏมวยไทย
- 2) แบบประเมิน กิจกรรม ด้านความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ มีขั้นตอนในการดำเนินการวิจัยดังต่อไปนี้

- 1) ยื่นโครงร่างพิจารณาการทำวิจัยในมนุษย์เพื่อพิจารณาในด้านจริยธรรมในการดำเนินการทำวิจัย
- 2) ดำเนินการขอหนังสือรับรองผู้วิจัย จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนวัดพระญาติการาม เพื่ออนุญาตการทำวิจัยกับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อนำมาวิเคราะห์นั้นผู้วิจัยได้ดำเนินการขั้นตอน ดังต่อไปนี้

- 1) ผู้วิจัยติดต่อประสานงานโรงเรียน ขออนุญาตผู้บริหาร ครูผู้รับผิดชอบกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ และครูประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และรูปแบบงานวิจัย พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการลงมือปฏิบัติทดลองและทำการคัดเลือกกลุ่มประชากรตัวอย่างแบบใช้วิธีคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง(Purposive sampling)จำนวน 15 คน
- 2) นำแบบกิจกรรมนาฏมวยไทย ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั้ง 3 ด้านคือ ความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายไปทดสอบครั้งแรก (Pretest) กับกลุ่มทดลองและเก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง
- 3) ดำเนินการจัดกิจกรรมนาฏมวยไทย ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 11 ครั้งๆ ละ 60 นาทีโดยผู้วิจัยดำเนินการสอนด้วยตนเองและมีผู้ช่วยสาธิตด้านท่ามวยไทยและการเก็บแบบการประเมินทดสอบ
- 4) หลังการทดลองสิ้นสุดลงจะทำทดสอบครั้งหลัง (Posttest) กลับกลุ่มทดลอง โดยนำแบบกิจกรรม นาฏมวยไทยในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั้ง 3 ด้าน คือ ความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย เป็นฉบับเดียวกันกับแบบทดสอบที่ใช้ก่อนการทดลองและเก็บคะแนนไว้เป็นหลังการร่วมกิจกรรม(Posttest)
- 5) นำผลที่ได้จากการประเมิน 3 ด้าน คือ ความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อเปรียบเทียบคะแนน ในด้านต่างโดยใช้คะแนนระหว่างก่อนร่วมกิจกรรม และหลังร่วมกิจกรรม นำคะแนนที่วิเคราะห์ทางสถิติ

การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลจากเครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยขอเสนอการวิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้

1) ผู้วิจัย ได้วิเคราะห์ลักษณะเด่นของนาฏมวยไทย จากคำสัมภาษณ์คณะกรรมการการดำเนินโครงการการจัดกิจกรรมนาฏมวยไทย และนำมาออกแบบชุดกิจกรรม การออกแบบนาฏมวยไทย จากคู่มือการจัดกิจกรรม “ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้” สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษากำหนดคุณภาพผู้เรียนศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ต้องสามารถควบคุมตนเองในการเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน หลักการเคลื่อนไหว การปฏิบัติกิจกรรมทางกาย กีฬาพื้นบ้านและเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายตามความเหมาะสม แสดงทักษะการเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นและสามารถแสดงการเคลื่อนไหวประกอบเพลงเป็นกิจกรรมนาฏมวยไทยจำนวน 11 ครั้ง และสอดคล้องกับลักษณะเด่น คุณสมบัติของนาฏมวยไทย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาเรื่อง ความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ในภูมิปัญญาท้องถิ่นและสมรรถภาพทางกายโดยประยุกต์ใช้องค์ความรู้เรื่องของ กีฬามวยไทย เป็นรูปแบบกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ด้วยรูปแบบนาฏมวยไทย

2) การเปรียบเทียบการใช้กิจกรรมนาฏมวยไทยด้านความคิดสร้างสรรค์ ด้านความตระหนักรู้ภูมิปัญญาในท้องถิ่น ด้านสมรรถภาพทางกายศึกษาข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบในการวิจัย โดยใช้ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ การคำนวณ หาค่าเฉลี่ยของ กลุ่มตัวอย่าง ($\bar{X}$) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มประชากรตัวอย่าง (S.D.) และทดสอบความมีนัยสำคัญของความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยมาเปรียบเทียบคะแนน ความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นและแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย ของนักเรียนหลังได้รับการจัดกิจกรรมการออกแบบนาฏมวยไทยในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

สรุปผลงานวิจัย

1.1 การออกแบบกิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้โดยใช้รูปแบบ กิจกรรมนาฏมวยไทย ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

แผนการจัดกิจกรรมการออกแบบนาฏมวยไทยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มี 5 ขั้นตอนในการออกแบบ คือ

1) เก็บรวบรวมข้อมูล โดยวิธีการสัมภาษณ์ ผู้เชี่ยวชาญด้านนาฏมวยไทย และศึกษารูปแบบการแสดงนาฏมวยไทย วิเคราะห์ลักษณะเด่น และลักษณะร่วมของนาฏมวยไทย ศึกษา รูปแบบกิจกรรม ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้และศึกษาความต้องการจำเป็นของคุณลักษณะผู้เรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อเป็นแนวทาง ในการออกแบบให้สอดคล้องลักษณะกิจกรรมนาฏมวยไทย ที่สามารถใช้พัฒนาเรื่องความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น สมรรถภาพทางกาย

2) ออกแบบชุดกิจกรรม โดยการศึกษาโครงสร้างของโรงเรียน เพื่อออกแบบรูปแบบกิจกรรมให้สอดคล้องสถานศึกษาและออกแบบชุดกิจกรรมให้สอดคล้องตามวัตถุประสงค์ คือ การพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นและสมรรถภาพทางกาย

3) ตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ นักกิจกรรมที่ออกแบบ คือ โครงสร้างของกิจกรรมและรูปของกิจกรรมให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ โดยเป็นผู้เชี่ยวชาญ คือด้านศึกษาศาสตร์ ด้านศิลปะการแสดงและด้านพลศึกษา

4) ทดลองใช้ นำชุดกิจกรรมไปดำเนินการทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง คือนักเรียนชาย โรงเรียน วัดพระญาติการาม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 15 คน ในช่วงเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ จำนวน 11 ครั้ง โดยใช้ระยะเวลาในการดำเนินการ 4 สัปดาห์ ๗ ละ 3 ครั้งๆ ละ 60 นาที ตามคู่มือบริหารจัดการเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้

5) สรุปผลและวิเคราะห์ผลแบ่งตามวัตถุประสงค์งานวิจัย คือ

5.1) ออกแบบชุดกิจกรรมนาฏมวยไทย ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

5. 2) เปรียบเทียบ ผลการใช้กิจกรรมก่อนและหลังโดยแบ่งเป็นความคิดสร้างสรรค์ โดยใช้ ทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์ของกิลฟอร์ด ด้านความตระหนักรู้ภูมิปัญญาในท้องถิ่น ทฤษฎีความตระหนักรู้ของ กู๊ด ด้านสมรรถภาพทางกาย ใช้คู่มือสมรรถภาพทางกายของสำนักวิทยาศาสตร์การกีฬารวมพลศึกษาโดยในระหว่างดำเนินการนักเรียนไม่ให้ความร่วมมือในช่วงแรก ผู้วิจัย จึงปรับใช้ทฤษฎีแรงจูงใจ เพื่อแก้ไขปัญหานี้

1.2 ผลการเปรียบเทียบการใช้กิจกรรมนาฏมวยไทย ด้านความคิดสร้างสรรค์ , ด้านความตระหนักรู้ภูมิปัญญาในท้องถิ่น

1) ความคิดสร้างสรรค์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ด้วยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ในรูปแบบกิจกรรม นาฏมวยไทยนักเรียนมีความคิดสร้างสรรค์โดยรวมสูงกว่าก่อนการร่วมกิจกรรมอย่างนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลคะแนนด้านความคิดสร้างสรรค์สามารถแบ่งได้ดังนี้

ความคิดริเริ่ม	ก่อนทำกิจกรรมคะแนน 1.40	หลังทำกิจกรรมคะแนน 3.80
ความคิดยืดหยุ่น	ก่อนทำกิจกรรมคะแนน 1.47	หลังทำกิจกรรมคะแนน 4.20
ความคิดคล่องแคล่ว	ก่อนทำกิจกรรมคะแนน 2.13	หลังทำกิจกรรมคะแนน 4.33
ความคิดละเอียดลออ	ก่อนทำกิจกรรมคะแนน 1.40	หลังทำกิจกรรมคะแนน 3.53

2) ด้านความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ด้วยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ในรูปแบบกิจกรรมนาฏมวยไทยนักเรียนความตระหนักรู้ภูมิปัญญาในท้องถิ่น โดยรวมสูงกว่าก่อนการร่วมกิจกรรมอย่างนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ $P < .01$ นักเรียนมี

ความความตระหนักรู้ภูมิปัญญาในท้องถิ่น ด้วยวิธีการเรียนรู้ด้วยกิจกรรมนาฏมวยไทย ผลคะแนนด้านความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นคือ

ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น ก่อนทำกิจกรรมคะแนน 8.33 หลังทำกิจกรรมคะแนน 14.20

3) ด้านสมรรถภาพทางกาย ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ด้วยกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ในรูปแบบกิจกรรมนาฏมวยไทย ผลการใช้ทำแบบทดสอบตามเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายใช้แบบทดสอบ ของสำนักวิทยาศาสตร์การกีฬากรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ในเกณฑ์ เด็กไทยเพศชาย อายุ 12 ปี โดยหลังการทำกิจกรรม โดยรวมสูงกว่าก่อนทำกิจกรรม และแตกต่าง โดยนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ $P < .01$ แบ่งได้เป็นรายด้านคือ

1.ลุก – นั่ง 60 วินาที	ก่อนทำกิจกรรมคะแนน 1.94	หลังทำกิจกรรมคะแนน 3.86
2.ดันพื้น 30 วินาที	ก่อนทำกิจกรรมคะแนน 6.65	หลังทำกิจกรรมคะแนน 7.27
3.ยืนกระโดดไกล	ก่อนทำกิจกรรมคะแนน 12.70	หลังทำกิจกรรมคะแนน 12.86
4.นั่งงอตัวไปด้านหลัง	ก่อนทำกิจกรรมคะแนน 0.816	หลังทำกิจกรรมคะแนน 1.246
5.วิ่งอ้อมหลัก	ก่อนทำกิจกรรมคะแนน 1.229	หลังทำกิจกรรมคะแนน 1.208
6.วิ่งระยะไกล	ก่อนทำกิจกรรมคะแนน 8.45	หลังทำกิจกรรมคะแนน 7.90

อภิปรายผล

การศึกษาในครั้งนี้มีความมุ่งหมาย เพื่อออกแบบกิจกรรมนาฏมวยไทยในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และเปรียบเทียบการใช้กิจกรรมนาฏมวยไทย ด้านความคิดสร้างสรรค์ด้านความตระหนักรู้ภูมิปัญญาในท้องถิ่น ด้านสมรรถภาพทางกาย ปรากฏผลวิจัยดังนี้

2.1 รูปแบบกิจกรรมนาฏมวยไทยเพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น สมรรถภาพทางกาย

กระบวนการออกแบบกิจกรรมนาฏมวยไทยประกอบด้วย การสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านนาฏมวยไทย ศึกษาหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 คู่มือการจัดกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้เพื่อนำมาใช้ในการออกแบบกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดประสงค์และการนำคุณลักษณะผู้เรียนของกลุ่มสาระพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มาสร้างเป็นกิจกรรม รวมถึงศึกษาทฤษฎีกระบวนการคิดสร้างสรรค์ของกิลฟอร์ด ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นของ กู๊ดและสมรรถภาพทางกายตามแบบทดสอบของสำนักวิทยาศาสตร์การกีฬากรมพลศึกษา เพื่อเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมนาฏมวยไทยและศึกษาตามหลักความคิดสร้างสรรค์ มาใช้ในการจัดกิจกรรมและการประเมินความคิดสร้างสรรค์ค่าความคิดริเริ่ม ความคิดยืดหยุ่น ความคิดคล่องแคล่วความคิดละเอียดลออ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น สมรรถภาพทางกาย

การจัดกิจกรรมในวิจัยเรื่องนี้ได้แก่การเรียนประวัติความเป็นมาของมวยไทย ความเป็นมาของนาฏมวยไทย เรียนและฝึกปฏิบัติท่าไหว้ครูมวยไทย การฝึกปฏิบัติจากท่าหมัด เท้า เข่าศอกและการเรียนท่าแม่ไม้มวยไทย เชื่อมโยงท่าทางได้อย่างกลมกลืนสอดคล้องกันส่งผลให้ นักเรียนมีความสนใจและตั้งใจปฏิบัติกิจกรรมอย่างมีความสุขทั้งนี้เนื่องจากกิจกรรมที่สร้างขึ้นมีขั้นตอนการจัดกิจกรรมที่เป็นไปตามการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์และกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงตามศักยภาพของตนเองอย่างอิสระและอย่างเต็มที่ ครบทั้ง 4 ด้านของกระบวนการความคิดสร้างสรรค์ คือ ความคิดริเริ่มเป็นลักษณะความคิดที่เกิดขึ้นเป็นครั้งแรก เป็นความคิดที่แตกต่างจากเดิมและอาจไม่เคยมีใครนึกหรือคิดถึงถึงมาก่อนจำต้องอาศัยลักษณะความกล้าคิด ความคิดยืดหยุ่นด้านการดัดแปลง ซึ่งเป็นความสามารถที่จะคิดได้หลากหลายและสามารถดัดแปลงจากสิ่งหนึ่งไปเป็นหลายสิ่งได้ ความคิดคล่องแคล่วเกิดความคิดที่หลากหลายรวดเร็ว ความคิดละเอียดลออมีการทบทวนความคิด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นฤมล บุญเกษม (2558: 105) ได้ศึกษาการสร้างและการประเมินคุณภาพชุดกิจกรรมศิลปะประดิษฐ์และเปรียบเทียบความคิดสร้างสรรค์ก่อนและหลังฝึกสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยใช้ทฤษฎีกลีฟอर्टเพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ซึ่งผลการทดลองออกมามีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และแอนเดอร์สัน (ปิยวรรณ อภินันท์รุ่งโรจน์. 2555: 36; อ้างอิงจาก Anderson; other 1970: 90-93) ความคิดสร้างสรรค์ทดลองทำกิจกรรมทางด้านศิลปะพบว่า ความคิดสร้างสรรค์ของผู้ที่ทำการทดลองดีขึ้นกว่าครั้งแรก เพราะได้ไปกระตุ้นให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ใน 4 ด้าน คือความคิดริเริ่ม ความคิดยืดหยุ่น ความคิดคล่องแคล่ว ความคิดละเอียดลออ

และงานวิจัยของพรณทิพา สำนวนดี (2554: 60) ได้ศึกษาความตระหนักรู้ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เรื่องการศึกษาความตระหนักรู้ในการใช้อินเทอร์เน็ต โดยใช้ทฤษฎีกูด จะพบว่าผลการทดลองออกมามีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังการทดลอง ผู้ที่รับการทดลองมีความตระหนักรู้ด้วยวิธีการสัมผัส การรับรู้ การเรียนรู้ และแสดงออกเป็นพฤติกรรม ตามขั้นตอนและกระบวนการเกิดความตระหนัก

และงานวิจัยของ เทพฤทธิ์ สิทธิพนธ์ (2555: 89) ได้พัฒนาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ตามแนวการทดสอบสมรรถภาพทางกายพบว่า ในกิจกรรมแต่ละด้าน มีการพัฒนาดีกว่าก่อนการพัฒนามีนัยสำคัญทางสถิติ เพราะรูปแบบกิจกรรมออกแบบเพื่อ การฝึกกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ของนักเรียนรูปแบบนั้นนักเรียนจะได้รับการฝึกสมรรถภาพทางกายครบทุกด้าน

2.2 ผลการเปรียบเทียบ ใช้กิจกรรมพัฒนา ด้านความคิดสร้างสรรค์ ด้านความตระหนักรู้ภูมิปัญญาในท้องถิ่น ด้านสมรรถภาพทางกาย

ในแผนกิจกรรม นาฏมวยไทยประกอบไปด้วยจุดมุ่งหมายของกิจกรรม แนวคิดทฤษฎีที่ใช้ในกิจกรรมที่ผู้วิจัยออกแบบขึ้นเพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ได้แบ่งกิจกรรมตามองค์ประกอบ

ของความคิดสร้างสรรค์ผสมกับทฤษฎีคู่มือบริหารการจัดการเวลาเรียน“กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้”สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ โดยใช้ระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรม จำนวน 11 ครั้ง

2.2.1 ด้านความคิดสร้างสรรค์

1) ความคิดสร้างสรรค์ (ด้านคิดริเริ่ม)

ผลของระดับการใช้กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ด้วยรูปแบบกิจกรรมนาฏมวยไทย ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ส่งเสริมด้านความคิดริเริ่มซึ่งหลังการใช้กิจกรรมนาฏมวยไทยเพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์สถิติโดยรวมสูงกว่าก่อนทำกิจกรรมนาฏมวยไทยโดยมีค่าเฉลี่ยก่อนทำกิจกรรม 1.40 และหลังทำ 3.80 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าสาเหตุของผลการทดลองด้านความคิดสร้างสรรค์นักเรียนได้รับรูปแบบกิจกรรมที่ได้ความคิดจากสิ่งที่เป็นพื้นฐานของการออกแบบทำนาฏมวยไทย จากสิ่งที่เรียนรู้ และการปฏิบัติทำอย่างอิสระจึงทำให้กล้าคิดและทดลองปฏิบัติทำนาฏมวยไทย จึงเป็นความริเริ่มจากประสบการณ์ที่เกิดการเรียนรู้จากการดำเนินกิจกรรมส่งผลให้นักเรียนเกิดความคิดตามกระบวนการที่ตนเองเข้าใจและกล้าแสดงออกในความคิดริเริ่ม สอดคล้องกับทฤษฎีโครงสร้างสติปัญญาของกิลฟอร์ด (ปิยวรรณ อภินันรุ่งโรจน์.2555: 43; อ้างอิงจาก Guilford.1967: 60-64) ได้อธิบายความคิดริเริ่มเป็นลักษณะความคิดที่เกิดขึ้นเป็นครั้งแรก เป็นความคิดที่แตกต่างจากเดิมและอาจไม่เคยมีใครนึกหรือคิดถึงถึงมาก่อน ความคิดริเริ่มจำต้องอาศัยลักษณะความกล้าคิด กล้าลอง

2) ความคิดสร้างสรรค์ (ด้านความคิดยืดหยุ่น)

ความคิดยืดหยุ่นนั้นผลของระดับการใช้ กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ด้วยรูปแบบกิจกรรมนาฏมวยไทยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีค่าเฉลี่ยก่อนการทำกิจกรรมเท่ากับ 1.47 โดยหลังจากที่นักเรียนได้รับวิธีการจัดกิจกรรม ทำให้นักเรียนมีความคิดยืดหยุ่นเฉลี่ยเท่ากับ 4.20 ซึ่งอยู่ในระดับสูง เพราะนักเรียนเรียนรู้ผ่านกระบวนการทำกิจกรรม มุ่งเน้นเป็นการพัฒนาความคิดของนักเรียนให้รู้จักความคิดที่ได้หลวมๆโดยไม่จำกัดว่าทำนั้นผิดหรือถูก นักเรียนสามารถกล้าคิดออกมาได้อย่างอิสระและไม่ซ้ำกับความคิดเดิม ๆ หรือทำทางมวยไทยแบบเดิม สอดคล้องกับแนวคิดของกิลฟอร์ด (ปิยวรรณอภินันรุ่งโรจน์. 2555 : 43;อ้างอิงจาก Guilford. 1967 : 60-64)ได้อธิบายว่า ความสามารถของบุคคลในการคิดหาคำตอบได้หลายประเภทและหลายทิศทาง ซึ่งแบ่งออกเป็นความคิดยืดหยุ่นที่เกิดขึ้นทันที เป็นความสามารถที่จะคิดได้หลากหลายอย่างอิสระ ความคิดยืดหยุ่นด้านการดัดแปลง ซึ่งเป็นความสามารถที่จะคิดได้หลากหลายและสามารถคิดดัดแปลงจากสิ่งหนึ่งไปเป็นหลายสิ่งได้

3) ความคิดสร้างสรรค์ (ด้านความคิดคล่องแคล่ว)

ด้านความคิดคล่องแคล่วนั้นโดยผลของระดับการใช้กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ด้วยรูปแบบกิจกรรมนาฏมวยไทย ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีค่าเฉลี่ยก่อนทำ

กิจกรรมเท่ากับ 2.13 โดยหลังจากที่นักเรียน ได้รับวิธีการจัดกิจกรรม ทำให้นักเรียนมีความคิดคล่องแคล่ว เฉลี่ยเท่ากับ 4.33 ซึ่งอยู่ในระดับสูงขึ้นไป เนื่องจากนักเรียนเรียนรู้ผ่านกระบวนการทำกิจกรรม นักเรียน ได้พัฒนาความคิดสร้างสรรค์ในด้านมวยไทยมาแล้ว โดยในความคิดคล่องแคล่ว ได้เพิ่มเงื่อนไขในการทำกิจกรรมคือการจับเวลา โดยการกำหนดเงื่อนไขนี้กระตุ้นนักเรียนแสดงออก ความออกมาในเวลาที่กำหนดแต่ท่าทางหรือรูปแบบที่แตกต่างกันและในการทำกิจกรรมนักเรียนยังมีการแสดงความช่วยเหลือกัน โดยแสดงออกถึงความคิดที่แตกต่างอย่างหลากหลายส่งเสริมให้เกิด การกระตุ้นความคิดคล่องแคล่วเป็นอย่างมาก โดยนักเรียนยังสามารถแก้ปัญหาที่เกิดระหว่างการ คิดทำนาฏมวยไทย ซึ่งข้อค้นพบสอดคล้องกับทฤษฎีโครงสร้างสติปัญญาของกิลฟอร์ด (ปิยวรรณ อภินันท์โรจน์.2555 : 43 ; อ้างอิงจาก Guilford.1967 : 60-64)ได้อธิบายว่าความคิดคล่องแคล่วจะ ช่วยให้เด็กได้เกิดความคิดที่หลากหลายรวดเร็วและผู้คิดหาวิธีการทางศิลปะ มักจะพยายามหาวิธี ต่างๆ เหล่านี้ คือความคิดคล่องแคล่ว นับได้ว่าความคิดคล่องแคล่วเป็นความสามารถที่จะนำไปสู่ ความคิดสร้างสรรค์

4) ความคิดสร้างสรรค์ (ด้านความคิดละเอียดลออ)

ด้านความคิดละเอียดลออนั้น ผลการใช้กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ด้วย รูปแบบกิจกรรมนาฏมวยไทย ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีค่าเฉลี่ยก่อนการใช้กิจกรรม เท่ากับ 1.40 แต่หลังจากที่นักเรียนได้รับวิธีการจัดกิจกรรมทำให้นักเรียนมีความคิดริเริ่มเฉลี่ย เท่ากับ 3.53 ซึ่งอยู่ในระดับสูงขึ้นไป เนื่องจากกระบวนการทำกิจกรรมการสร้างทำนาฏมวยไทยเกิด การเชื่อมโยงโดยท่ามวยไทยที่น่าเสนอของนักเรียนมีความหลากหลายแปลกใหม่ ซึ่งเกิดตาม จินตนาการความคิดของนักเรียนที่แตกต่างกันไป ทั้งนี้ในด้านความคิดละเอียดลออเกิดจากการ ทบทวนความคิดจากเดิม ที่เคยคิดไปแล้วว่าสมบูรณ์มากน้อยเพียงใด และสามารถนำไปสู่การ พัฒนาหรือการหาแนวทางการแก้ไขท่าหากไม่สมบูรณ์เป็นลักษณะของความพยายามในการใช้ ความคิดและประสานความคิดต่าง ๆ เข้าด้วยกันเพื่อให้เกิดความสำเร็จ สอดคล้องกับแนวคิดของ กิลฟอร์ดด้านความคิดละเอียดลออและสอดคล้อง กับแนวคิดของเนลเลอร์ (ทำเพียร ชุมพล. 2556 : 42 อ้างอิงจาก Kneller. 1956) กล่าวว่าความคิดละเอียดลออเป็นคุณลักษณะ ที่จำเป็นในการสร้าง ผลงานที่มีความแปลกใหม่ ให้สำเร็จ “ความคิดสร้างสรรค์ไม่เพียงแต่ประกอบสิ่งแปลกใหม่ แต่ใน ความแปลกใหม่ จะต้องตระหนักถึงความสำเร็จอย่างสร้างสรรค์ ดังนั้นบุคคลที่มีความคิดสร้างสรรค์ จึงไม่เพียงแต่มีความคิดใหม่เท่านั้น แต่จะต้องพยายามคิดและประสานความคิดติดตาม บททวนให้ เกิดความสำเร็จ”

จากการพิจารณาค่าความสอดคล้อง (IOC) ของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน พบว่ารูปแบบ กิจกรรมนาฏมวยไทยพัฒนาความคิดสร้างสรรค์มีค่าความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์เพราะนาฏมวย ไทยเป็นกิจกรรมที่ได้เรียนรู้ท่าพื้นฐานมวยไทย ที่สำคัญคือ หมัด เท้า เข่า ศอก อีกทั้งลักษณะร่วม ของนาฏมวยไทยคือ ท่าบั้นเศียรทศกัณฐ์ เป็นท่าพื้นฐานเพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรมสามารถนำท่าพื้นฐาน ไปสร้างสรรค์ทำให้เกิดความคิดสร้างสรรค์และกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้คิดสร้างสรรค์

ทำทางด้วยตนเองโดยมีครูช่วยสร้างบรรยากาศและจัดสถานการณ์ที่กระตุ้นให้ผู้เรียนสามารถสร้างความรู้ด้วยตนเอง กิจกรรมเชื่อมโยงระหว่างผู้เรียนด้วยกัน ผู้เรียนกับครูมีการใช้สื่อเรียนรู้เหมาะสมกับวัยผู้เรียน เน้นการทำกิจกรรมกลุ่ม สอดคล้องตามคู่มือบริหารจัดการเวลาเรียน “ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้” ของสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดผู้เรียนใช้ความสามารถการคิดสร้างสรรค์เป็นอิสระตามจินตนาการตามกระบวนการสอดคล้องกับทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์ของ กิลฟอร์ด (Guilford, 1950) นักจิตวิทยาชาวอเมริกันที่กล่าว ความคิดสร้างสรรค์เป็นความสามารถทางสมองในการคิดหลายทิศทาง ซึ่งมีองค์ประกอบความสามารถในการ คิดริเริ่มความคล่องแคล่วในการคิด ความยืดหยุ่นในการคิด และความสามารถในการแต่งเติม ทบวนและให้คำอธิบายใหม่ที่เป็นการติดตามหลักเหตุผลเพื่อหาคำตอบและสามารถปฏิบัติได้"

2.2.2 ด้านตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นเพิ่มขึ้นจากกระบวนการสร้างความตระหนักรู้ คือการสัมผัส การรับรู้และแสดงออกทางพฤติกรรม หลังจากเข้าร่วมกิจกรรม ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยใช้รูปแบบนาฏมวยไทยด้วยการเรียนรู้คุณค่าจากการกระตุ้น ในการทำกิจกรรมโดยมีนัยสำคัญทางสถิติก่อนทำกิจกรรมและหลังทำกิจกรรม ที่ระดับ $P < .01$ เนื่องจากการพัฒนากิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ โดยใช้กิจกรรมนาฏมวยไทย นำเอาขั้นตอนการเรียนรู้ที่พัฒนาจากแนวความคิด กู๊ด (Good 1973: 54) ที่กล่าวถึงการเกิดความตระหนักรู้ว่าเป็นผลมาจากกระบวนการทางปัญญา กล่าวคือเมื่อบุคคลได้รับการกระตุ้นจากสิ่งเร้าหรือรับสัมผัสสิ่งเร้าแล้วจะเกิดความรับรู้ขั้นต่อไปก็จะเข้าใจสิ่งนั้นคือเกิดความคิดรวบยอดและนำไปสู่การเรียนรู้ คือมีความรู้ในสิ่งนั้นและนำไปสู่การเกิดความตระหนักในที่สุดหลังจากร่วมกิจกรรมนาฏมวยไทย ยังได้เห็นคุณค่าจากขั้นตอนในแผนกิจกรรมคือ การสัมผัส การรับรู้ จากการเรียนปฏิบัติมวยไทย การฝึกท่าปฏิบัติมวยไทย การฝึกไหว้ครูมวยไทย การเรียนประวัติศาสตร์มวยไทยและนาฏมวยไทยจนสามารถนำไปสู่ขั้นตอนการคิดรวบยอด จากการเรียนรู้จนเกิดความตระหนักรู้และแสดงออกทางพฤติกรรม ตาม ขั้นตอนและกระบวนการเกิดความตระหนักรู้ตามแนวความคิดของ กู๊ด (Good 1973: 54) ทั้งนี้ในการพัฒนาแบบประเมิน ขวาลแพรตกุล (2552: 50) ได้เสนอวิธีการวัดความตระหนักรู้แบบตรวจสอบรายการ (Checklist) เป็นเครื่องมือวัดชนิดที่ตรวจสอบว่าเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย อาจอยู่ในรูปของการทำเครื่องหมายตอบหรือเลือกว่า เห็นด้วย หรือไม่เห็นด้วย

2.2.3 ด้านสมรรถภาพทางกาย

จากการทำกิจกรรมในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรม ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยใช้รูปแบบนาฏมวยไทย มีผลการพัฒนาสมรรถภาพทางกายโดยเปรียบเทียบระหว่างก่อนกับหลังกิจกรรม ใน 6 รายการ คือ

- 1) ลูก-นั่ง 60 วินาที (Sit-Ups 60 Seconds)

- 2) ดันพื้น 30 วินาที (Push-Ups 30 Seconds)
- 3) ยืนกระโดดไกล (Standing Broad Jump)
- 4) นั่งอตัวไปข้างหน้า (Sit and Reach)
- 5) วิ่งอ้อมหลัก (Zig-Zag Run)
- 6) วิ่งระยะไกล (Distance Run)

ผลการพัฒนาสมรรถภาพทางกายก่อนและหลังการใช้วิธีการสอนด้วยกิจกรรมนาฏมวยไทยมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ $P < .01$ ในนักเรียนชายระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ใน 11 กิจกรรม 4 สัปดาห์ได้ดังนี้ พบว่า 6 กิจกรรม คือ ลูก-นั่ง 60 วินาที , ดันพื้น 30 วินาที , ยืนกระโดดไกล,นั่งอตัวไปข้างหน้า, วิ่งอ้อมหลัก, วิ่งระยะไกล มีการพัฒนาเนื่องจากการออกแบบรูปแบบกิจกรรมมีส่วนช่วยพัฒนาให้ กล้ามส่วนต่าง ๆ ของนักเรียนให้แข็งแรงขึ้น อาทิ กล้ามเนื้อท้อง กล้ามเนื้อแขน กล้ามเนื้อส่วนบนของร่างกาย และกล้ามเนื้อขา การปฏิบัติ ด้านมวยไทย จากการฝึกฝนทางมวยไทยอย่างต่อเนื่อง 4 สัปดาห์ และการทำกิจกรรมในลักษณะเคลื่อนไหวตลอดเวลาใน 60 นาที ทำให้สมรรถภาพทางกายนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 มีการพัฒนาขึ้น สมรรถภาพทางกลไกเป็นสมรรถภาพทางการเคลื่อนไหวเฉพาะส่วนของร่างกายที่แสดงออกในลักษณะต่าง ๆ โดยร่างกายจะต้องทำงานได้เป็นเวลานาน ๆ ติดต่อกัน สมรรถภาพทางกลไกจึงเป็นความสามารถของร่างกายที่จะใช้ประสาทการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อเยื่อ ข้อต่อและยังรวมไปถึงการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ ของร่างกายในการเล่นกีฬา ตลอดจนการใช้ทักษะในการทำงาน นอกจากนั้นยังรวมถึงความสามารถในการทรงตัว ความยืดหยุ่น ความคล่องตัว ความเร็ว ความแข็งแรง กำลังและความอดทนด้วย ตามคู่มือสมรรถภาพทางกาย ของสำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงท่องเที่ยวและกีฬา (2555: 8) ผลการวิจัยสอดคล้องกับงานวิจัยของ เบนซ์ (Benz1998: 1964)ได้ทำการวิจัยผลของการใช้หลักสูตรสมรรถภาพทางกายที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ โดยศึกษาผลของการใช้หลักสูตรสมรรถภาพทางกายที่เกี่ยวกับสุขภาพมีผลต่อความสามารถในการทำงานของร่างกาย เปรียบเทียบกลุ่มที่เข้าฝึกตามหลักสูตร 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้งผลพบว่าสมรรถภาพทางกายของกลุ่มที่รับการฝึกสูงกว่ากลุ่มที่ใช้หลักสูตรวิชาพลศึกษาปกติ อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติ

2.3 การออกแบบ รูปแบบกิจกรรม นาฏมวยไทย สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ในกระบวนการออกแบบนั้น กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้เป็นกิจกรรมใหม่ จึงไม่มีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อศึกษารูปแบบแนวทางในการพัฒนารูปแบบกิจกรรม ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ผู้วิจัยจึงต้องศึกษาจาก คู่มือการจัดกิจกรรม “ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้” ของสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ(2558 : 4) รวมกับสัมภาษณ์ศึกษานิเทศก์ ผู้รู้ด้านการจัดกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ โดยมีหลักการของการจัดกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ คือ

- 1) มุ่งเพิ่มพูนทักษะการคิดวิเคราะห์
- 2) ทักษะในการทำงาน มีความคิดสร้างสรรค์
- 3) ด้านพลศึกษา มีสุขภาพแข็งแรง ออกกำลังให้เหมาะสม

- 4) จัดกิจกรรมสนองตอบความสนใจ ความถนัด
- 5) เพิ่มโอกาสให้นักเรียนลงมือปฏิบัติจริง สร้างความรู้ด้วยตนเอง
- 6) จัดกิจกรรมเชื่อมโยงกับชีวิตจริงของนักเรียนใช้ชุมชน ภูมิปัญญา รอบตัวเป็น

แหล่งเรียนรู้

- 7) จัดกิจกรรมการเรียนรู้ เปิดโอกาสให้นักเรียนวางแผน คิดวิเคราะห์ สรุปจุดประกายความคิดสร้างสรรค์ สร้างแรงบันดาลใจ การแก้ปัญหา
- 8) จัดกิจกรรม การเรียนให้นักเรียน เรียนรู้ร่วมกันเป็นทีม ทำงานเน้นเป็นระบบ
- 9) จัดกิจกรรมผู้เรียนควบคู่กับการประเมินการปฏิบัติ

ผลจากการการออกแบบกิจกรรมนาฏมวยไทย ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้สอดคล้องกับคู่มือการจัดกิจกรรม ตามหลักการจัดกิจกรรมคือผู้เรียนมีการคิดวิเคราะห์ การดำเนินกิจกรรมการทำงานเป็นทีมเพราะการสร้างทำนาฏมวยไทยผู้ทำกิจกรรมต้องทำงานร่วมกัน มีความคิดสร้างสรรค์ผู้เรียนคิดทำทางมวยไทยในท่าทางต่าง ๆ อย่างหลากหลาย สุขภาพแข็งแรงตามสมรรถภาพทางกายเนื่องจากการทำกิจกรรม ผู้ทำกิจกรรมต้องออกกำลังกายต่อเนื่อง

2.4 ลักษณะการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนกิจกรรมละลายพฤติกรรมตามโครงสร้างการจัดกิจกรรมครั้งที่ 1 พบผู้เข้าร่วมกิจกรรมไม่ให้ความสนใจในการจัดกิจกรรมละลายพฤติกรรมเนื่องจากการจัดกิจกรรมที่ไม่หลากหลายทำให้ไม่สร้างความน่าสนใจซึ่งสอดคล้องตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญด้านกิจกรรมละครถึงลักษณะการจัดกิจกรรมละลายพฤติกรรมว่า ควรมีมีลักษณะที่หลากหลาย เพื่อกระตุ้นปฏิสัมพันธ์ของผู้เรียน และสร้างแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรม (ปรวัน แพทยานนท์.2560 สัมภาษณ์)

2.5 การพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย ผู้วิจัยได้ตรวจสอบวิเคราะห์ร่วมกับวัตถุประสงค์ในการจัดกิจกรรมแต่ละข้อ นำไปสู่การพัฒนาที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของงานวิจัย ดังเช่นในงานวิจัยฉบับนี้เดิมมีการใช้แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายของกรมพลศึกษา มีหัวข้อวัดความหนาไขมันใต้ผิวหนัง ซึ่งความหนาไขมันใต้ผิวหนังจะถูกพัฒนาได้จากการควบคุมเรื่องอาหาร โดยจะต้องดื่มนมในช่วงเวลา 10.00-10.10 น.และได้รับประทานอาหารกลางวันอย่างครบตามหลักโภชนาการที่ (เทพฤทธิ์ สิทธิพนธ์.2555 : 89) กิจกรรมนาฏมวยไทยไม่ได้มุ่งพัฒนาความหนาของไขมันใต้ผิวหนังซึ่งสอดคล้องกับ งานวิจัยเชตศักดิ์ โฆวาสินธุ์ วัดให้ตรงกับวัตถุประสงค์ในการวัดผลแต่ละครั้งถ้าผลของการวัดไม่ตรงกับคุณลักษณะที่เราต้องการจะวัดแล้วผลของการวัดจะไม่มีคามหมาย และเกิดความผิดพลาด ในการนำไปใช้ต่อไป(เชตศักดิ์ โฆวาสินธุ์. 2521: 21) ผู้วิจัยจึงปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษาถึงความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของงานวิจัย และได้ตัดหัวข้อออกจากเครื่องมือ

3. ข้อเสนอแนะในงานวิจัย

1) ในกิจกรรมละลายพฤติกรรม หากนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีรู้จักสนิทสนม ต้องมีการจัดกิจกรรมหลายหลาย ส่งผลให้ผู้เรียนมีปฏิสัมพันธ์กันมากขึ้น เพราะ ผู้ทำกิจกรรมเกิดความสัมพันธ์และกล้าที่ทำกิจกรรมร่วมกัน

2) การจัดกิจกรรมครั้งที่ 1 อาจเกิดปัญหาหากกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมกิจกรรมไม่ครบตามจำนวนที่ระบุ สามารถป้องกันปัญหาได้ จากการสื่อสารระบุวันเวลาสถานที่ให้อาจารย์ประจำของโรงเรียนช่วยประชาสัมพันธ์ให้กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมและเน้นย้ำล่วงหน้าก่อน 1 วันจัดกิจกรรมในกรณีที่ผู้ทำกิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ไม่ใช่วิทยาลัยในโรงเรียนที่จัดกิจกรรม

3) ควรมีการเผยแพร่การแสดงผลงานกิจกรรมของโรงเรียนหรือชุมชน เพราะจะเกิดการฝึกซ้อมอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ ความตระหนักรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น และเกิดความภาคภูมิใจในตัวเองของนักเรียน ความภาคภูมิใจในผลงานนักเรียนของคณะผู้บริหาร ครูและผู้ปกครองที่มีส่วนผลักดันให้เกิดกิจกรรม

4) ผู้ที่จะนำกิจกรรมนาฏมวยไทยไปใช้ในการดำเนินกิจกรรม ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ จะประสบความสำเร็จจากการมีส่วนร่วมของผู้บริหาร ครู นักเรียนและผู้ปกครองเพราะผู้บริหาร ครู และผู้ปกครองมีส่วนช่วยในการสนับสนุนและเป็นแรงเสริมให้นักเรียนทำกิจกรรมดำเนินราบรื่น ซึ่งการมีส่วนร่วมจะเกิดไม่ได้ หากไม่มีการทำความเข้าใจถึงรูปแบบกิจกรรมและประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นหลังกิจกรรมดำเนินเสร็จ ฉะนั้นคนที่จัดกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ จะต้องประชุมหารือและทำความเข้าใจกับผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องให้ชัดเจนและเข้าใจไปในทิศทางเดียวกัน จึงจะส่งผลให้กิจกรรมประสบความสำเร็จราบรื่นด้วยดี



บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมวิชาการ. (2544). **ความคิดสร้างสรรค์**. กรุงเทพมหานคร: กรมวิชาการ
กระทรวงศึกษาธิการ.
- กรมพลศึกษา. (2530). **การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย**. กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ
กรุงเทพมหานคร: กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ.
- กรมพลศึกษา. (2537). **โครงการส่งเสริมกีฬาแก่นักเรียน นักศึกษา และเยาวชน ประจำปี 2537**
กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- กรรณภา วัชรารังกุล. (2552). **การสร้างแบบวัดความตระหนักรู้ต่อผลกระทบของสภาวะโลกร้อนสำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 1**. ปรินทิฟนั กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2545). **หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551**.
กรุงเทพมหานคร
- เกศริน เอกธวัชกุล. (2559, 28 กันยายน). สัมภาษณ์โดย ตรีวัฒน์ มีสมศักดิ์
ที่ศูนย์การค้า ฟิวเจอร์พาร์ค รังสิต ปทุมธานี.
- จรัส คำภารัตน์. (2541). **การสอนศิลปะเพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ ระดับประถมศึกษา**.
พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: 2020 เวิลด์ มีเดีย.
- จรวบ แก่นวงษ์คำ. (2529). **วิธีการสอนพลศึกษา พิมพ์ครั้งที่ 1** กรุงเทพมหานคร:
โอ.เอส.พรินติ้งเฮาส์.
- จรวบพร ธรณินทร์. (2521). **คู่มือปฏิบัติการทางสรีรวิทยาของการออกกำลังกาย**.
กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.
- ชาญณรงค์ สุหงษา. (2554). **คู่มือการสอนมวยไทยเบื้องต้น**. กรุงเทพมหานคร: บรรณกิจ.
- ชมพูนุช จวบบุญ. (2555). **การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและทัศนคติต่อการเรียนศิลปะของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่5 โดยการจัดกระบวนการเรียนรู้ด้วยการค้นพบของบรูเนอร์** ปรินทิฟนั กศ.ม.(ศิลปศึกษา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒถ่ายเอกสาร.
- ชนันชิตา รัตน์ปรางค์. (2547). **ผลการใช้แบบฝึกความคิดสร้างสรรค์ที่มีต่อความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนที่มีอายุระหว่าง 10-12 ปี**. ปรินทิฟนั กศ.ม. (การประถมศึกษา).
กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร
- ชัยฤทธิ์ ศิลาเดช. (2544). **คู่มือการเขียนแผนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญระดับประถมศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ลักษณ์.

- เชิดศักดิ์ โฆวาสินธุ์. (2551). **พัฒนาการวัดผล**. กรุงเทพมหานคร:มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
กรุงเทพมหานคร : ฟิสิกส์เซนเตอร์.
- ณัฐธัญ พัฒนศรี. (2549). **การใช้กิจกรรมการละเล่นของเด็กไทยเพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์**. ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาปฐมวัย)
กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ดำรง กิจกุศล. (2540). **คู่มือการออกกำลังกาย**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน
- เทพฤทธิ์ สิทธิพนธ์. (2555). **รายงานการวิจัย การพัฒนาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่2ตามแนวการทดสอบสมรรถภาพทางกายของคณะกรรมการนานาชาติเพื่อจัดมาตรฐานการทดสอบความสมบูรณ์ทางกาย (ICSPFT)**. โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม)
กรุงเทพมหานคร.
- ทิสนา แคมมณี. (2554). **วิธีสอนสำหรับครูมืออาชีพ**. พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพมหานคร:
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นพรัตน์ พุทธิรัตน์. (2559, 28 กันยายน). **สัมภาษณ์โดย ตรีชวัฒน์ มีสมศักดิ์** ที่
บริษัท THAI FIGHTเซตห้วยขวาง กรุงเทพมหานคร.
- นฤมล บุญเกษม. (2558). **การศึกษาเปรียบเทียบความคิดสร้างสรรค์และความพึงพอใจที่เรียนรู้ ด้วยวิธีการสอนโดยใช้กิจกรรมศิลปะประดิษฐ์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวชิรนิติโสภณ ประเภทการศึกษาสงเคราะห์**. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (ศิลปศึกษา) กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.
- บุญสม มาร์ติน, เทพนม เมืองแมน และพรสุข หุ่นรินทร์. (2542). **หนังสือเรียนพลานามัย รายวิชาพ401 พ402 สุขศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์
- ประสาธ อิศรปริดา. (2523). **จิตวิทยาการเรียนรู้กับการสอน**. กรุงเทพฯ: กราฟิเคอาร์ท
- ปรวัน แพทยานนท์. (2560, 29 มิถุนายน). **สัมภาษณ์โดย ตรีชวัฒน์ มีสมศักดิ์**
ที่คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ปิยวรรณ อภินันท์รุ่งโรจน์. (2555). **การศึกษาเปรียบเทียบความคิดสร้างสรรค์และความพึงพอใจที่มีต่อกระบวนการจัดการเรียนรู้ของนักเรียนชั้นอนุบาลศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนนายกัฒนากรวัดอุดมธานี จังหวัดนครนายก ด้วยกิจกรรมศิลปศึกษา**. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม.(ศิลปศึกษา) กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พรรณทิพา สาวันดี. (2554). **การศึกษาความตระหนักรู้ต่อการใช้อินเตอร์เน็ตอย่างสร้างสรรค์และปลอดภัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านหนองน้ำขุ่น ที่เรียนด้วยบทเรียนมัลติมีเดีย**. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (เทคโนโลยีการศึกษา)

- กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์. (2550). **การศึกษาการตระหนักรู้ทางสังคมและการสร้างโมเดลเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ทางสังคมของวัยรุ่น**. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ด. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พรพิมล เจียมนาครินทร์. (2539). **พัฒนาการวัยรุ่น**. กรุงเทพมหานคร: ตันอ้อ แกรมมี จำกัด.
- พัฒน์อดิโตมบล. (2544). **กิจกรรมการทดสอบและสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย**. กรมพลศึกษาส่วนส่งเสริมพลศึกษา สุขภาพและนันทนาการ. กรุงเทพมหานคร.
- วรทัต ลัยนันท์. (2554). **เกมนันทนาการ**. กรุงเทพมหานคร:บรรณกิจ.
- รัชนีกร วัฒนาพัฒน์เดชาพันธ์. (2560, 18 พฤษภาคม) สัมภาษณ์โดย ตรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ ที่โรงเรียนวัดพระญาติการาม พระนครศรีอยุธยา.
- ศีกเดช กันตามระ. (2553). **แม่ไม้มวยไทย** สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2558). **คู่มือการบริหารการจัดการเวลาเรียนตามนโยบาย “ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้”** สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกรุงเทพมหานคร.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา (2558). **คู่มือการบริหารการจัดการเวลาเรียนตามนโยบาย “ลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้” สำหรับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6** สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกรุงเทพมหานคร.
- แสง วิทยาพิทักษ์. (2559, 30 กันยายน). สัมภาษณ์โดย ตรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ที่สนามมวยราชดำเนิน ถนนราชดำเนินนอก แขวงวัดโสมนัส เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพมหานคร.
- อองตวน ปินโต. (2559, 28 กันยายน). สัมภาษณ์โดย ตรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ ที่ ปินโต ยิม โชคชัย4
- ลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร.
- Benz,R.c. (1998). Effect of a Health-Related Fitness Curriculum on Work Capacity, Physical Self-Perception, and Cognition of Training Principles of High School Student. Dissertatuona. 59 (December 1998): 1962-A



ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
หนังสือราชการ





บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 15644

ที่ ศธ 0519.12/ 5510

วันที่ 5 ตุลาคม 2559

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน อาจารย์ ดร.สุรวิทย์ จันทร์พงษ์

เนื่องด้วย นายศรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาศิลปศึกษา (ศิลปะการแสดงศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การออกแบบนาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยดี มากพา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบสัมภาษณ์ / ชุดกิจกรรม ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 098 841 6639

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นายศรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สิทธิพงศ์ วัฒนานันทสกุล)

รองคณบดีฝ่ายบริหารและวางแผน

รักษาการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 15644

ที่ ศธ 0519.12/ 5509

วันที่ 5 ตุลาคม 2559

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน อาจารย์ ดร.คาริณี ชำนาญหมอ

เนื่องด้วย นายตรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาศิลปศึกษา (ศิลปะการแสดงศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญาโท เรื่อง “การออกแบบนาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวดี มากพา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสัมภาษณ์ / ชุดกิจกรรม ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 098 841 6639

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นายตรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล)

รองคณบดีฝ่ายบริหารและวางแผน
รักษาการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 15644

ที่ ศธ 0519.12/ 55๐๖

วันที่ 5 ตุลาคม 2559

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน อาจารย์ ดร.อังศรา ประเสริฐสิน

เนื่องด้วย นายศรีธวัฒน์ มีสมศักดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาศิลปศึกษา (ศิลปะการแสดงศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “การออกแบบนาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวดี มากพา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสัมภาษณ์ / ชุดกิจกรรม ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 098 841 6639

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นายศรีธวัฒน์ มีสมศักดิ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สิทธิพงศ์ วัฒนานันทสกุล)

รองคณบดีฝ่ายบริหารและวางแผน

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 15664

ที่ ศธ 6918/ ๑๓๓๐

วันที่ ๖-๑ มกราคม 2560

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน อาจารย์ ดร.อาทิตย์ โพธิ์ศรีทอง

เนื่องด้วย นายตรีธวัฒน์ มีสมศักดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาศิลปศึกษา (ศิลปะการแสดงศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวดี มากพา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ/กิจกรรม ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 098 841 6639

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นายตรีธวัฒน์ มีสมศักดิ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ปิยวดี มากพา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 15664

ที่ ศธ 6918/ 0330

วันที่ ๒๑ มกราคม 2560

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน อาจารย์ ดร.ศรีรัฐ ภัคศิริณชิต

เนื่องด้วย นายตรีธวัฒน์ มีสมศักดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาศิลปศึกษา (ศิลปะการแสดงศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยดี มากพา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือสำหรับวัดผล ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 098 841 6639

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นายตรีธวัฒน์ มีสมศักดิ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์จักรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ศธ 6918/ 033๖



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

๒๑ มกราคม 2560

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อมรพงษ์ สุธรรมรักษ์

เนื่องด้วย นายตรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาศิลปศึกษา (ศิลปะการแสดง ศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมสวดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยดี มากพา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือสำหรับวัดผล ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นายตรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ และขอขอบพระคุณ เป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 098 841 6639

ที่ ศธ 6918/ 0330



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

๖๔ มกราคม 2560

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรินทร์ กฤตยาเกียรติ

เนื่องด้วย นายศรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาศิลปศึกษา (ศิลปะการแสดงศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมเสเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยดี มากพา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือสำหรับวัดผล ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นายศรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์จักรชัย เอกปัญญาสกุล)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 098 841 6639

ที่ ศธ 6922(4)/ ๗๐
๐มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุโขทัย 23 กรุงเทพฯ 10110

17 ม.ค. 2560

เรื่อง ขออนุญาตผลการพิจารณาโครงการวิจัยเลขที่ SWUEC 292/59
เรียน นายศรีวัฒน์ มีสมศักดิ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. ใบรับรองโครงการวิจัย SWUEC/E-341/2559

ตามที่ท่านได้ส่งโครงการวิจัยเรื่อง การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6โครงการวิจัยเลขที่ SWUEC 292/59 เพื่อรับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณา
โครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ นั้น

คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ ได้พิจารณาโครงการวิจัยดังกล่าว บัดนี้
คณะกรรมการฯ ให้การรับรองโครงการวิจัยดังกล่าวแล้วเมื่อวันที่ 30 ธันวาคม 2559 รายละเอียดดังนี้

Certificate Number	SWUEC/E-341/2559
Date of Approval	30 ธันวาคม 2559 (อายุใบรับรองโครงการวิจัย 12 เดือน)
Date of Expiration	30 ธันวาคม 2560
Continuing Review	ทุก 12 เดือน (ครบกำหนดส่งรายงานครั้งแรก วันที่ 30 ธันวาคม 2560)

ในการนี้ คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ ใ้ขอความกรุณาให้ผู้วิจัย
ส่งรายงานความก้าวหน้าของการวิจัยและต่ออายุการรับรองก่อนกำหนดวันหมดอายุ 30 วัน เพื่อให้เป็นไปตามวิธีดำเนินการ
มาตรฐาน (SOPs version 2.0) ของคณะกรรมการฯ ทั้งนี้รายละเอียดของเอกสารให้การรับรองตามที่ปรากฏใน Certificate
of Approval (Certificate Number SWUEC/E-341/2559) ที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(แพทย์หญิงสุวิพร ภัทรสุวรรณ)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์



MF4Version1:15/7/2556

ใบรับรองจริยธรรมการวิจัยของข้อเสนอการวิจัย
เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยและยินยอม

หมายเลขข้อเสนอการวิจัย

SWUEC- 29๔๕9๔

ข้อเสนอการวิจัยนี้และเอกสารประกอบของข้อเสนอการวิจัยตามรายการแสดงด้านล่าง ได้รับการพิจารณาจาก คณะกรรมการสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแล้ว คณะกรรมการฯ มีความเห็นว่าข้อเสนอการวิจัยที่จะดำเนินการมีความสอดคล้องกับหลักจริยธรรมสากล ตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับและ ข้อกำหนดภายในประเทศ จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยตามข้อเสนอการวิจัยนี้ได้

ชื่อโครงการวิจัยเรื่อง: การออกแบบ นวัตกรรมไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ชื่อผู้วิจัยหลัก: นายตรีธวัช ภูมิศักดิ์

สังกัด: คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

เอกสารที่รับรอง:

1. แบบเสนอโครงการวิจัย
2. โครงร่างการวิจัย
3. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย
4. หนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

เอกสารที่พิจารณาบทวน

- | | |
|---|-------------------------------|
| 1. แบบเสนอโครงการวิจัย | ฉบับที่ 2 วันที่ ๒๙ ธ.ค. ๒๕๕๙ |
| 2. โครงร่างการวิจัย | ฉบับที่ 2 วันที่ ๒๙ ธ.ค. ๒๕๕๙ |
| 3. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย | ฉบับที่ 2 วันที่ ๒๙ ธ.ค. ๒๕๕๙ |
| 4. หนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย | ฉบับที่ 2 วันที่ ๒๙ ธ.ค. ๒๕๕๙ |

(ลงชื่อ).....

(นายปิยชาติ บุญเพ็ญ)

รักษาการแทนเลขาธิการคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

(ลงชื่อ).....

(แพทย์หญิงสุวิพร ภัทรสุวรรณ)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

หมายเลขรับรอง : SWUEC/E-341/2559

วันที่ให้การรับรอง : 30/12/2559

วันหมดอายุใบรับรอง : 30/12/2560

ที่ ศธ 0519.12/ 5045



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

๑๑ กันยายน 2559

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์สัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

เรียน คุณณพรัตน์ พุทธิรัตนมณี ประธานบริษัทมหากาพย์ จำกัด

เนื่องด้วย นายศรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาศิลปศึกษา (ศิลปะการแสดงศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวดี มากพา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ในการนี้ นิสิตขอความอนุเคราะห์สัมภาษณ์ท่าน และ ดร.แสงว วิทยพิทักษ์ คุณองตวน ปิ่นโต เกี่ยวกับเรื่อง "การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6" เพื่อเป็นข้อมูลในการวิจัย ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 098 841 6639

ที่ ศธ 0519.12/ 5 097



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

๑๑ กันยายน 2559

เรื่อง ขออนุญาตเคราะหเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดพระญาติการาม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

เนื่องด้วย นายศรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาศิลปศึกษา (ศิลปะการแสดง ศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญาโท เรื่อง "การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวดี มากพา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท

ในการนี้ นิสิตขออนุญาตเคราะหเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยใช้แผนการจัดการเรียนรู้เรื่อง "กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้" กับนักเรียนระดับประถมศึกษา ชั้นปีที่ 6 เพื่อเป็นข้อมูลในการวิจัย และขอใช้สถานที่โรงเรียนวัดพระญาติการาม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ระหว่างเดือนตุลาคม 2559 ถึงเดือนพฤศจิกายน ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาดัดต่อนิสิต โทรศัพท์ 098 841 6639

ที่ ศร ๐๔๐๐๓.๑๕๑ / ๑๖๑



โรงเรียนวัดพระญาติการาม (กุสุมาวดี)
หมู่ ๕ ตำบลไผ่ลิง อำเภอพระนครศรีอยุธยา
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๐๐๐

๑ มิถุนายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขอดำเนินการ การออกแบบนาฏมวไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

เรียน ผู้วิจัยปริญญานิพนธ์เรื่อง "การออกแบบนาฏมวไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖" สาขาวิชาศิลปศึกษา (ศิลปะการแสดงศึกษา)
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อ้างถึง หนังสือบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่ ศร ๐๕๑๙.๑๒/๕๐๙๗
ลงวันที่ ๑๒ กันยายน ๒๕๕๙

ตามที่บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้ทำหนังสือเพื่อขอความอนุเคราะห์ ใช้พื้นที่ ในการ
เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัยปริญญานิพนธ์เรื่อง "การออกแบบนาฏมวไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับ
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖" โดยมีผู้วิจัยระดับปริญญาโท สาขาวิชาศิลปศึกษา (ศิลปะการแสดงศึกษา)
คือ นายศรีวัฒน์ มีสมศักดิ์ และมีผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวดี มากพา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์
ตามรายละเอียดแจ้งแล้วนั้น

ในการนี้ ทางโรงเรียนได้ให้ความอนุเคราะห์ การใช้พื้นที่การจัดกิจกรรม ตลอดจน ครูผู้ดูแล
นักเรียนผู้เข้าร่วมกิจกรรม จนบรรลุตามวัตถุประสงค์ของงานวิจัยเป็นที่เรียบร้อยแล้วและทางโรงเรียนใคร่ขอขุดกิจกรรม
"การออกแบบนาฏมวไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖"
โดยประสานงานกับ อาจารย์ธีรสินทร์ ธนาวัฒน์เดชาพันธ์ ตำแหน่งครูชำนาญการพิเศษ เพื่อนำมา
เป็นแนวทาง การสอนและพัฒนาารูปแบบการจัดการเรียนในช่วงลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นายวันชัย แก้วเสนา)

ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดพระญาติการาม (กุสุมาวดี)

กลุ่มบริหารงานวิชาการ

โทร : ๐ ๓๕๓๓ ๙๓๓๕



ภาคผนวก ข
รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ

รายชื่อ ผู้ทรงคุณวุฒิ

1. อาจารย์ ดร.อาทิตย์ โพธิ์ศรีทอง ผู้เชี่ยวชาญด้านศึกษาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. อาจารย์ ดร.สุรรัตน์ จันทพงษ์ ผู้เชี่ยวชาญด้านนาฏศิลป์ไทย คณะศิลปกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. อาจารย์ ดร.ดาริณี ชำนาญหม่อ ผู้เชี่ยวชาญด้านนาฏศิลป์สากล คณะศิลปกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
4. อาจารย์ ดร.อัจตรา ประเสริฐสิน ผู้เชี่ยวชาญด้านการทดสอบทางการศึกษาจิตวิทยาเด็ก
สำนักนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อมรพงษ์ สุธรรมรักษ์ ผู้เชี่ยวชาญด้านสมรรถภาพทางกาย
คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
6. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศรีรัฐ ภัคดิตรณชิต ผู้เชี่ยวชาญด้านสมรรถภาพทางกาย
คณะวิทยาลัยนวัตกรรมการสื่อสารสังคมมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
7. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรินทร์ กฤตยาเกียรติ ผู้เชี่ยวชาญด้านสมรรถภาพทางกาย
รองคณบดีฝ่ายการศึกษาและพัฒนาคุณภาพภาควิชาฟื้นฟูสมรรถภาพมหาวิทยาลัยมหิดล

ภาคผนวก ค

- ตารางผลหาค่าความสอดคล้องคุณภาพ ของผู้เชี่ยวชาญ แผนกิจกรรม
- ตารางผลหาค่าความสอดคล้องคุณภาพ ของผู้เชี่ยวชาญ แบบวัดความคิด

สร้างสรรค์

- ตารางผลหาค่าความสอดคล้องคุณภาพ ของผู้เชี่ยวชาญ แบบวัดความตระหนักรู้

ภูมิปัญญาท้องถิ่น

ค่าดัชนีความสอดคล้องของวัตถุประสงค์ (Index of itemObjective Congruence : IOC)
กิจกรรมการออกแบบกฎหมายไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จากการประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒิ

ข้อ	รายการประเมิน	ผลการประเมินโดย ผู้ทรงคุณวุฒิ			ค่า IOC	แปลผล
		1	2	3		
1.	คำชี้แจงการใช้กิจกรรมสื่อความหมายชัดเจน	+1	+1	0	0.67	สอดคล้อง
2.	มีการกำหนดโครงสร้างกิจกรรมและเวลาได้อย่างเหมาะสม	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
3.	มีแผนกิจกรรมการเรียนรู้ที่สามารถนำไปปฏิบัติเพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนได้จริง	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
4.	มีแผนกิจกรรมการเรียนรู้ที่สามารถนำไปปฏิบัติเพื่อพัฒนา ความตระหนักรู้เรื่อง ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยของนักเรียนได้จริง	+1	+1	0	0.67	สอดคล้อง
5.	มีแผนกิจกรรมการเรียนรู้ที่สามารถนำไปปฏิบัติเพื่อพัฒนา สมรรถภาพทางกาย ของนักเรียนได้จริง	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
6.	กิจกรรมมีรูปแบบกระบวนการและช่วยให้นักเรียนเกิดความสนุกสนานในการเรียนรู้	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
7.	ขอบเขตเนื้อหาของกิจกรรมมีความเหมาะสมกับระยะเวลาที่กำหนด	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
8.	การจัดกิจกรรมมีความเหมาะสมกับกลุ่มผู้เรียน	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
9.	จุดมุ่งหมายการเรียนรู้ชัดเจนสามารถวัดพฤติกรรมได้	+1	0	+1	0.67	สอดคล้อง
10.	การจัดกิจกรรมสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายการเรียนรู้	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
11.	การจัดกิจกรรมมีลำดับขั้นตอนชัดเจนและสัมพันธ์ต่อเนื่อง	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
12.	เนื้อหาในแต่ละแผนมีความสอดคล้องสัมพันธ์กัน	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง

ข้อ	รายการประเมิน	ความเห็นผู้เชี่ยวชาญ			ค่า IOC	แปลผล
		เหมาะสม + 1	ไม่ แน่ใจ 0	แก้ไข - 1		
13.	ส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะกระบวนการคิด ความคิดสร้างสรรค์	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
14.	ส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะกระบวนการเกิด สมรรถภาพทางกาย	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
15.	ส่งเสริมให้นักเรียนมี ความตระหนักรู้ เรื่อง ศิลปะ การต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทย	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
16.	สื่อการสอนสอดคล้องกับเนื้อหา	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
17.	สื่อการสอนสอดคล้องกับกิจกรรมการเรียนรู้	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
18.	สื่อการสอนสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายการเรียนรู้	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
19.	สื่อการสอนเหมาะสมกับผู้เรียน	0	+1	+1	0.67	สอดคล้อง
20.	การประเมินผลสอดคล้องกับกิจกรรมการเรียนรู้	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
21.	เครื่องมือที่ใช้วัดมีความเหมาะสมกับเนื้อหา	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
22.	เกณฑ์การประเมินมีความเหมาะสม	+1	+1	0	0.67	สอดคล้อง

ค่าดัชนีความสอดคล้อง แบบสังเกตพฤติกรรมด้านความคิดสร้างสรรค์

(Index of itemObjective Congruence : IOC)

กิจกรรมการออกแบบนาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้น

ประถมศึกษาปีที่ 6

จากการประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒิ

ข้อ	รายการประเมิน	ผลการประเมินโดย ผู้ทรงคุณวุฒิ			ค่า IOC	แปลผล
		1	2	3		
1.	องค์ประกอบของแบบสังเกตพฤติกรรมครบถ้วน ตามรูปแบบของแบบสังเกตพฤติกรรม	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
2.	เนื้อหาของแบบสังเกตพฤติกรรมสอดคล้องกับ หัวข้อในการประเมิน	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
3.	เนื้อหาของแบบสังเกตพฤติกรรมสอดคล้องกับ แผนกิจกรรม	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
4.	ภาษาที่ใช้สามารถสื่อความหมาย อ่านเข้าใจง่าย ชัดเจน ถูกต้อง	+1	+1	0	0.67	สอดคล้อง
5.	ภาษาที่ใช้เหมาะสมกับพฤติกรรมที่ต้องการวัด ได้	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
6.	เกณฑ์การให้คะแนนมีความสอดคล้องกับแผน กิจกรรม	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
7.	การประเมินเหมาะสมกับการวัดความสามารถ ในการคิดสร้างสรรค์	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง

ดัชนีความสอดคล้อง แบบวัดความตระหนักรู้

(Index of itemObjective Congruence : IOC)

กิจกรรมการออกแบบนาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้น

ประถมศึกษาปีที่ 6

จากการประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒิ

รายการขอความคิดเห็น	ผลการประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒิ			ค่า IOC	แปลผล
	1	2	3		
1.การเรียนรู้ ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยมีส่วนส่งเสริมให้ เป็นคนที่ เชื่อสัจย์ น่าใจนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้ถอย	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
2.ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยมีส่วนในการ ช่วย กอบกู้เอกราช ของประเทศชาติตามประวัติศาสตร์	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
3.นักเรียนที่เรียน มวย เป็นส่วนหนึ่ง ในการอนุรักษ์ สืบสาน การแสดง ศิลปะป้องกันตัวต่อสู้แบบไทย	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
4.การเรียนรู้ ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยกระตุ้นให้ นักเรียน เกิดความต้องการที่จะเรียนรู้ประวัติศาสตร์ เบื้องต้น	0	+1	+1	0.67	สอดคล้อง
5.การเรียนรู้ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยเป็น ยุทธวิธีของไทยซึ่งประดิษฐ์คิดเอาไว้อย่างบางส่วนของ ร่างกายเป็นอาวุธสามารถทำร้ายศัตรูและทำการป้องกัน ตัวให้นักเป็นเบาได้	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง

รายการขอความคิดเห็น	ผลการประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒิ			ค่า IOC	แปรผล
	1	2	3		
6. การเรียนศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยจะ ทำร่างกายแข็งแรง เนื่องด้วยเป็นศาสตร์ที่ต้องใช้ ร่างกายเคลื่อนไหวอย่างสม่ำเสมอตลอดกิจกรรม	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
7. ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยนั้นสามารถ ทำให้ ผู้เรียนมี เซวหน้าไหวพริบดีตัดสินใจได้ ฉับพลัน เพราะในการฝึก ศิลปะป้องกันตัวต่อสู้ แบบไทยผู้ฝึกฝน ต้องมีประสาทสัมผัสรับรู้ในการ คอย ออกอาวุธและรับอาวุธ	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
8. ในกระบวนการฝึกฝนของ ศิลปะการต่อสู้ ป้องกันตัวแบบไทยทำให้นักเรียนมีระเบียบวินัย การรักษาเวลาและการทำงานรวมกลุ่ม มากขึ้น	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
9. การฝึกฝนของ ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบ ไทยทำให้นักเรียน สามารถป้องกันตนเองและ ช่วยเหลือผู้อื่นในยามมีอุบัติเหตุต่าง ๆ	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
10. การเรียน ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทย นั้น สามารถนำมาต่อยอด สร้างสรรค์เป็นรูปแบบ การแสดง แบบอื่นได้อีก เช่น นาฏมวยไทย เป็น ต้น	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
11. ในปัจจุบันศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทย ที่นำมาต่อยอดสร้างสรรค์เป็นรูปแบบการแสดง ใหม่ ทำให้นักเรียน ต้องศึกษาข้อมูลด้านอื่น ๆ เพิ่มเติมขึ้นเพื่อทำให้นักเรียนเข้าใจเรื่องราวมาก ขึ้น	0	+1	+1	0.67	สอดคล้อง

รายการขอความคิดเห็น	ผลการประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒิ			ค่า IOC	แปรผล
	1	2	3		
12. นาฏมวยไทย ถือ เป็นการแสดงศิลปปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยที่ผู้ฝึกฝน ต้องมีความรู้พื้นฐานด้านมวยไทย เป็นพื้นฐานขั้นต้น	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
13.การสร้างสรรค์นาฏมวยไทยต้องใช้องค์ประกอบในการแสดง ในหลายแขนง อาทิ ยิมนาสติกหรือศาสตร์ด้านการแสดง	0	+1	+1	0.67	สอดคล้อง
14.ศิลปปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยหรือนาฏมวย ไทยสามารถสร้างเป็นอาชีพหรือรายได้เสริมได้	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง
15.นาฏมวยไทย ถือเป็น การแสดงที่ต่อยอด พัฒนาจากศิลปปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยหากนักเรียนแสดงนาฏมวยไทยก็ถือว่านักเรียนมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์มวยไทย	+1	+1	+1	1	สอดคล้อง

ภาคผนวก ง
ชุดกิจกรรม หมายเหตุไทย
กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6



รูปแบบการจัดกิจกรรม

การออกแบบนาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 11 ครั้ง

กิจกรรม การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครั้งที่ 1

ชื่อกิจกรรม ครั้งแรกที่ พบ

เวลา 1 ชั่วโมง

จุดมุ่งหมาย เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรม รู้จักกันสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้ทำกิจกรรมและผู้ร่วมกิจกรรม สร้างความมั่นใจ

วิธีดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้น (10 นาที)

- 1) ผู้ทำกิจกรรมเปิดการทักทายร่วมกันสนทนา โดยผู้ฝึกกิจกรรมนำตนเอง

อธิบาย กิจกรรมที่จะจัดขึ้น

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินกิจกรรม (40 นาที)

2) เกมส เชื้อโรค(เพื่อเริ่ม สร้างจินตนาการ)วิธีดำเนินการ ผู้เล่นหนึ่งเป็นวงกลม ตรงกลางมีขวดเปล่าพร้อมฝาปิดวางอยู่ ผู้ดำเนินเกมเข้าไปตรงกลางอธิบายว่าขวดนี้มีเชื้อโรคอยู่ใครก็ตามที่เปิดฝาชวดนี้จะได้รับเชื้อโรคนั้นและมีอาการแตกต่างกันออกไป หากผู้ติดเชื้อไปแตะใครคนนั้นจะได้รับเชื้อโรคไปด้วยผู้ดำเนินเกมเปิดขวด แสดงอาการของโรค (เช่น คันทั้งตัว หัวเราะไม่หยุด มีกลิ่น) ค่อยๆ คลานกลับมาแตะผู้เล่นคนอื่นๆ ผู้เล่นที่ถูกแตะต้องแสดงอาการเดียวกันกับผู้แตะแล้วคลานไปแตะขวดตรงกลางแล้วคลานกลับมาด้วยอาการใหม่ ๆ แตะผู้เล่นคนอื่นต่อไป

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (5 นาที)

3) นักเรียนและผู้นำกิจกรรม สรุป กิจกรรมโดย นักเรียนที่ร่วมกันทำกิจกรรม และผู้นำกิจกรรมได้รู้จัก อีกทั้งได้เล่นเกมสเพื่อสร้างแรงกระตุ้นในการสร้างจินตนาการในครั้งแรกที่พบ

สื่อ/ แหล่งเรียนรู้

ขวดเปล่า

เครื่องมือวัด/ประเมินผล (5 นาที)

แบบสังเกต

แนวคิดของทฤษฎีนั้นหนากการ

กิจกรรมนั้นหนากการ คือกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนหรือผู้ทำกิจกรรมสามารถทำกิจกรรมร่วมกันได้ ด้วยความสมัครใจ ซึ่งกิจกรรมจะส่งผลให้ผู้ทำกิจกรรม เข้ากันได้ จนสามารถทำงานตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ด้วยการเริ่มต้นจากกิจกรรมนั้นหนากการ



**กิจกรรม การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครั้งที่ 2**

ชื่อกิจกรรม เรียน รู้ เรื่อง มวย

เวลา 1 ชั่วโมง

จุดมุ่งหมาย เรียนรู้ประวัติศาสตร์ด้านมวยไทยของประเทศไทย

วิธีดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้น(10นาที)

- 1) ผู้ทำกิจกรรมเปิดการทักทายสวัสดิ์ โดยกล่าวนำเข้าสู่กิจกรรมครั้งที่ 2
- 2) นักเรียนกับผู้ทำกิจกรรมร่วมกันสนทนาว่าในครั้งที่แล้ว ทำกิจกรรมอะไรบ้าง

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินกิจกรรม (40นาที)

ผู้ทำกิจกรรมนำนักเรียนเรียนรู้เรื่องประวัติศาสตร์ มวยไทยลักษณะเฉพาะของมวยไทย โดยใช้สื่อ จากเครื่องคอมพิวเตอร์ และเครื่องฉายโปรเจคเตอร์

เนื้อหาประวัติศาสตร์ประเทศไทย

มวยไทย คำว่ามวยไทยมีผู้ให้ความหมายไว้ซึ่งแต่ละความหมายมีคุณค่าดังนี้เช่น มวยไทยเป็นวิชาการต่อสู้และป้องกันตัวชนิดหนึ่งที่มีลักษณะผิดแผกแตกต่างไปจากมวยต่างประเทศ โดยอวัยวะทุกส่วนมิได้ปล่อยนิ่งเฉย ทั้งกำลังกายกำลังใจและกำลังความคิดเป็นสิ่งที่ทุกคนพึงมีและเป็นสิ่งที่นักมวยทุกคนต้องมี ความว่องไวระหว่างตัวต่อตัวโดยปราศจากอาวุธต่อสู้กันด้วยความดุเดือด โลดโผนมวยไทยหมายถึงกีฬาชกมวยบนเวทีที่มีกติกาขอมให้คู่ชกใช้เท้า ศอกและเข่าได้ มวยไทยจึงเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ที่เป็นศาสตร์เพราะเป็นวิชาการที่ทุกคนอาจจะศึกษาหาความรู้ได้เหมือนวิชาแขนงอื่น ๆ ส่วนที่เป็นศิลป์ก็เพราะแขนงนี้ได้เต็มไปด้วยกลยุทธ์และลวดลายซึ่งยากจะเรียนรู้และปฏิบัติได้อย่างชัดเจน

มวยไทยเป็นทั้งยุทธวิธีและกีฬาที่เป็นมรดกทางวัฒนธรรมการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยที่สืบทอดกันมานานเป็นพันปีสืบย้อนไปจะพบว่ามวยไทยมีมาพร้อมกับมีคนไทย คนไทยใช้มวยไทยในการป้องกันกรรุกรานจากชนชาติอื่นๆ เช่นในสมัยราชวงศ์ล้านเจ้า สมัยกรุงสุโขทัย กรุงศรีอยุธยา กรุงธนบุรี กรุงรัตนโกสินทร์และพัฒนาจนมาถึงปัจจุบันซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

มวยไทยสมัยอาณาจักรล้านเจ้า (พ.ศ. 1291)

มวยไทยสมัยกรุงสุโขทัย (พ.ศ. 1781 – 1921)

มวยไทยสมัยกรุงศรีอยุธยา (พ.ศ. 1893 – 2310)

มวยไทยสมัยกรุงธนบุรี (พ.ศ.2311-2324)

มวยไทยสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ (พ.ศ.2325-ปัจจุบัน)

มวยไทย 4 ภาค

รัชสมัยกรุงธนบุรีต่อเนื่องถึงกรุงรัตนโกสินทร์ตอนต้น ชนชาวสยามเป็นปึกแผ่น รวมเขตแดน รวมแผ่นดินได้มากแล้วแต่ยังไม่ว่างเว้นจากศึกสงครามใหญ่น้อย ภัยรอบบ้าน เรื่องการฝึกปรือกลมวย เพลงดาบ จึงนับได้ว่าเป็นศิลปะประจำชาติที่สำคัญ ซึ่งคนไทยโดยทั่วไปใส่ใจและให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัว จึงได้เกิดสำนักมวย สำนักดาบขึ้น แม้แต่ในพระมหाराชวงศ์ยังมีการเรียนการสอน กระบี่กระบอง วิชามวยและพิชัยสงครามอันเป็นหลักสูตรสำคัญ โดยเฉพาะมวยไทยที่มีรูปแบบการใช้อวัยวะเป็นอาวุธ ทั้ง หมัด เท้า เข่า ศอก คล้ายคลึงกันทั่วประเทศ แต่ถึงกระนั้นด้วยความเป็นชาติอิสระและมีภูมิปัญญาวิชามวยก็ได้แตกแขนงแบ่งกลุ่มแบ่งภาคกันออกไปอย่างเด่นชัด ทั้งท่ารำมวยไหว้ครู รูปแบบลีลาท่าอย่าง ท่าครู แม่ไม้ ลูกไม้ อีกทั้งความชำนาญเรื่อง การจัก สาน ร้อย ทำให้การคาดเชือก ถักหมัด มีรูปแบบเฉพาะตัวอีกมากมาย โดยหลักใหญ่แบ่งได้ตามภูมิภาค คือ

ภาคเหนือ มวยท่าเสา มวยเมืงราย มวยเจิง มวยท่าเสา เป็นมวยเชิงเตะ คล่องแคล่ว ว่องไว ทั้งชายชวา จนได้ฉายามวยตีนลิง คาดเชือกประมาณครึ่งแขน

ภาคอีสาน มวยโคราช มวยหลุม มวยโคราช ลักษณะการ เตะ ต่อย เป็นวงกว้าง นิยม คาดเชือก ขมวดรอบแขนจนจรดข้อศอก เพื่อใช้รับการเตะ ที่หนักหน่วงรุนแรง

ภาคกลาง มวยลพบุรี มวยพระนคร มวยลพบุรี ลักษณะการชก ต่อย วงใน เข้าออกรวดเร็ว เน้นหมัดตรง การคาดเชือก จึงคาดเพียงประมาณครึ่งแขน

ภาคใต้ มวยไชยา ลักษณะการรุก-รับ รัดกุม ถนัดการใช้ศอกในระยะประชิดตัวการคาดเชือกจึงนิยมคาดเพียง คลุมรอบข้อมือ เพื่อกันการชน หรือเคล็ด เท่านั้น

ประวัติมวยดัง 4 ภาค เริ่มจากภาคเหนือ "มวยท่าเสา" สร้างชื่อยุคกรุงธนบุรี นับแต่พระยาพิชัยดาบหักจัดแข่งขันชกมวยเสมอบนสังเวียนลานดิน ชื่อเสียงดีก็มีนายเมฆบ้านท่าเสา นายเที่ยงบ้านเก่ง นายแห้ว แขวงเมืองตาก นายนิล พุ่งยั้ง นายถึกศิษย์ครูนิล ถึง พ.ศ.2472 นายแพ เลี้ยงประเสริฐ จากบ้านท่าเสา อุดรดิตถ์ ชกนายเจีย แยกเขมรตายด้วยหมัดคาดเชือก ทำให้รัฐบาล (สมัยรัชกาลที่ 7) มีคำสั่งให้การชกมวยไทยทั่วประเทศเปลี่ยนจากคาดเชือกเป็นสวมนวม

มวยไทยถือเป็นศิลปวัฒนธรรมไทยอย่างหนึ่งซึ่งเป็นเอกลักษณ์ของชาติมาแต่โบราณ เป็นการฝึกให้รู้จักการต่อสู้ป้องกันตัว และมีระเบียบวินัยในการฝึกซ้อม ตลอดจนการเคารพยกย่องครูซึ่งเป็นผู้ฝึกสอนมวยไทยเป็นศิลปะการต่อสู้ที่ชาวต่างชาติ ทั้งในประเทศและต่างประเทศให้ความสนใจทั้งในด้านการฝึกและการแข่งขัน ปัจจุบันมวยไทยกำลังกลายเป็นกีฬาสากล โดยมีการบรรจุมวยไทยในการแข่งขันกีฬานานาชาติ เห็นได้จากการจัดการแข่งขันชกมวยไทยในฝรั่งเศส อังกฤษ เยอรมนี สหรัฐอเมริกา ฮองกง และมีการนำมวยไทยไปประยุกต์ใช้ในชื่ออื่น ๆ เช่น คิกบ็อกซิง มวย

K-1 มวย S1 นอกจากนี้บรรดาท่าต่างๆ ของมวยไทย ยังนำมาใช้เป็นท่าในการออกกำลังกายอีกด้วย ถือเป็นการเผยแพร่ศิลปวัฒนธรรมไทยอีกด้านหนึ่ง

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (5 นาที)

ผู้ทำกิจกรรมสรุป ประวัติศาสตร์ มวยไทย โดยให้นักเรียนร่วมกันซักถามในสิ่งที่ไม่เข้าใจ

สื่อ/ แหล่งเรียนรู้

สื่อวีดิทัศน์ ผู้นำสาริตด้านมวยไทย

การวัดผลและประเมินผล(5นาที)

- แบบตรวจสอบรายการ โดยใช้แบบตรวจสอบรายการที่ ออกแบบใช้สำหรับในการวัดความตระหนักรู้ เรื่องมวยไทย ก่อนการดำเนินกิจกรรม และใช้วัดในครั้งสุดท้ายของการดำเนินกิจกรรม

แนวคิดของทฤษฎี ความตระหนักรู้

การจัดกิจกรรมให้เกิดความตระหนักรู้ ต้องประกอบไปด้วย การสัมผัส การรับรู้ ความคิดรวบยอด ซึ่งจะทำให้เกิด การเรียนรู้ ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดความตระหนักรู้และแสดงออกทางพฤติกรรม

**กิจกรรม การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครั้งที่ 3**

ชื่อกิจกรรม	รำมวย ไหว้ครู
เวลา	1 ชั่วโมง
จุดมุ่งหมาย	สามารถฝึกปฏิบัติ ทำไหว้ครูมวยไทย จำนวน 2 ท่า คือ ท่าพรหมนั่ง, ท่าพรหมยืนและท่าเชื่อม มวยไทยที่เรียกว่า อย่างสามชুম

วิธีดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้น(10นาที)

1) ผู้นำกิจกรรมเปิดการทักทาย สวัสดีและนำตัวผู้ทำกิจกรรมรวมถึงแนะนำตัวครูผู้ช่วยดำเนิน ปฏิบัติด้านมวยไทย

2) อธิบายถึง ความสำคัญของการไหว้ครู ความสำคัญของการไหว้ครูมวยไทย คือการระลึกถึงพระคุณของบิดามารดา ครูบาอาจารย์ ที่ช่วยประสิทธิ์ประสาทวิชา และระลึกถึงสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ให้ช่วยปกป้องคุ้มครองรักษาให้รอดพ้นจากภัยอันตราย ส่วนการรำรำ อีกทั้งเป็นการแสดงถึงความอึกเขิมไม่เกรงกลัวต่อผู้ และเป็นการอุ่นร่างกายก่อนอีกด้วย

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินกิจกรรม(40นาที)

- 1) ผู้นำกิจกรรม สาธิต ทำไหว้ครู พร้อมให้นักเรียนฝึกปฏิบัติ ท่าพรหมนั่งและท่าพรหมยืน
- 2) ท่าพรหมนั่ง มีวิธีทำการ

2.1) กูกเข้าตัวตรง พนมมือเสมอหน้าอก ทำจิตใจให้สงบ เพื่อระลึกถึงพระคุณของบิดามารดา ครูบาอาจารย์ และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ กราบลงที่พื้น 3 ครั้ง

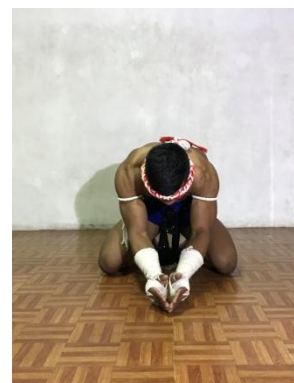
2.2) โนมตัวไปด้านหน้าพร้อมกับปฏิบัติ เหยียดแขนทั้งสองข้างไปบริเวณด้านหลัง โดยการลอดผ่านรักแร้ แล้วเลยไปบริเวณ ด้านหน้าเป็นท่า ที่เรียกชื่อว่า กอบพระแม่ธรณี จากนั้นปฏิบัติ ท่าถวายบังคม ปฏิบัติทั้งหมด 3 ครั้ง



ท่าพรหมนั่ง
ท่าที่ 1



ท่าพรหมนั่ง
ท่าที่ 2



ท่าพรหมนั่ง
ท่าที่ 3



ท่าพรหมนั่ง
ท่าที่ 4



ท่าพรหมนั่ง
ท่าที่ 5

5) ท่าพรหมยืน ขั้นตอนเตะเท้าซ้ายแบบลักษณะอย่างสามขุม เตะเท้าขวาพร้อมหมุนไปทิศขวา ไหว้ทิศขวา ร่ายรำท่านกยูงรำแพน โดยลักษณะมือคล้ายกำลังบิน



ท่าพรหมยืน
ท่าที่ 1



ท่าพรหมยืน
ท่าที่ 2



ท่าพรหมยืน
ท่าที่ 3



ท่าพรหมยืน
ท่าที่ 4



ท่าพรหมยืน
ท่าที่ 5



ท่าพรหมยืน
ท่าที่ 6



ท่าพรหมยืน
ท่าที่ 7



ท่าพรหมยืน
ท่าที่ 6

6) ท่าอย่างสามชุก คือลักษณะลีลาการย่างก้าวซ้ายขวาเหมือนฟันปลา ชุก หมายถึง จุด อย่างสามชุก หมายถึงอย่างสามจุด คือ การเดินจุดสามจุดโดยการเปลี่ยนตำแหน่งของเท้า วิธีการคือ ให้กำหนดจุดสามจุดที่จะใช้ในการเปลี่ยนตำแหน่งของเท้า เช่น เท้าซ้ายอยู่หน้า ให้เปลี่ยนไปอยู่ด้านหลัง เป็นการเปลี่ยนเหลี่ยมของร่างกาย เพื่อให้การเคลื่อนไหวทำได้คล่องแคล่ว วิธีการก็คือ ตำแหน่งจุดยืนแรกจะต้องตั้งท่าหมัดสองมือให้หมัดซ้ายกำเข้าหาตัว อยู่ในระดับต่ำกว่าต่าเล็กน้อย และศอกห่างลำตัวให้หมัดขวากำเข้าหาตัวอยู่ในระดับบราวนม และศอกแนบลำตัว การกำหมัดเข้าหาตัวจะทำให้พลังหมัดที่พุ่งออกไปมีแรงส่งกว่าหมัดที่กำออก ถ้าถนัดหมัดซ้าย ให้หมัดขวาเป็นหมัดหน้า และหมัดซ้ายอยู่ในระดับบราวนม การยืนให้ยืนเปิดเท้าแบะออก สันเท้าทั้งสองห่างกันหนึ่งศอก ถนัดหมัดขวาให้เท้าซ้ายยื่นออก และหันข้างลำตัวเข้าหาคู่ต่อสู้ ถนัดซ้ายให้ทำในทางกลับกันการตั้งท่าจะต้องป้องกันอย่างแนบเนียน ตั้งแต่นั้นเอาจึงศีรษะ แต่ช่วงล่างตั้งแต่นั้นเอาจึงมาถึงเท้ายังมีช่องว่างอยู่ มวยไทยจึงต้องย่อตัวลงเล็กน้อย และเผยปลายเท้าขึ้นนิดหนึ่ง เพื่อให้หัวเข่าทั้งซ้ายและขวาเกิดมุมไม่เสี่ยงต่อการหักหรือเคล็ดเมื่อถูกคู่ต่อสู้ใช้เท้าถีบขาและการย่อตัวลงเป็นการลดช่องว่างช่วงเอวอันเป็นส่วนอ่อนระหว่างขาโยครองกับกระดูกเชิงกรานให้แคบลง ป้องกันการเตะได้ง่ายนอกจากนั้นกล้ามเนื้อขาทั้งสองน่องเบ่งเขม็งขึ้นโดยไม่ต้องเกร็งแม้จะเผลอถูกคู่ต่อสู้เตะก็ไม่รู้สึกเจ็บมากนัก



ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (5 นาที)

ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนออกมาอภิปรายท่าทางไหว้ครูมวยไทย
สื่อ/ แหล่งเรียนรู้

แถบบันทึกเพลงประกอบ ปี่มวไทย

เครื่องมือวัด/ประเมินผล(5 นาที)

แบบบันทึก

แนวคิดของทฤษฎี ความตระหนักรู้

การจัดกิจกรรมให้เกิดความตระหนักรู้ ต้องประกอบไปด้วย การสัมผัส การรับรู้ ความคิดรวบยอด ซึ่งจะทำให้เกิดการเรียนรู้ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดความตระหนักรู้และแสดงออกทางพฤติกรรม

**กิจกรรม การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ สำหรับนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครั้งที่ 4**

ชื่อกิจกรรม	รู้หมัด รู้เท้า รู้เข้า รู้สอก
เวลา	1 ชั่วโมง
จุดมุ่งหมาย	สามารถปฏิบัติการพื้นฐานมวยไทย เรื่อง หมัด เท้า เข้า สอก

วิธีดำเนินการกิจกรรม

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้น(10 นาที)

- 1) ผู้นำกิจกรรมเปิดการทักทาย
- 2) อธิบายถึง ลักษณะ การใช้ หมัด เท้า เข้า สอก ในมวยไทย

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินการกิจกรรม(40 นาที)

- 1) ผู้นำกิจกรรม แบ่งนักเรียน เป็น 4 กลุ่มแล้ว เวียนเข้าฐานกิจกรรมจำนวน 4 ฐาน ได้แก่ ฐานหมัด ฐานเท้า ฐานเข้า ฐานสอก ฐานละ 10 นาทีรวม 40 นาที
- 2) ฐานหมัด ผู้นำกิจกรรมอธิบายถึงการปฏิบัติการออกอาวุธหมัดตรง หมัดตรง หมายถึง การใช้หมัดที่ถนัดมุ่งไปยังเป้าหมาย โดยอาศัยแรงจากหัวไหล่ ลำตัว และเท้ายันพื้น โดยน้ำหนักตัว อยู่ที่เท้าหน้า ใช้แรงส่งจากเท้าหลังและสะโพก หัวไหล่



ท่าหมัด
ท่าที่ 1



ท่าหมัด
ท่าที่ 2



ท่าหมัด
ท่าที่ 3



ท่าหมัด

ท่าที่ 4

3) จ्ञานเท้าผู้นำกิจกรรม อธิบายถึงการปฏิบัติ การออกอาวุธโดยใช้เท้าได้ แก่การเตะ การถีบ

3.1) การเตะ หมายถึง การใช้อวัยวะส่วนขาตั้งแต่เอวลงไปจนถึงปลายเท้าเตะตรง หมายถึง การเตะเสียจากพื้นขึ้นไปส่วนบนในลักษณะตั้งฉากกับพื้น



ท่าเตะ

ท่าที่ 1



ท่าเตะ

ท่าที่ 2



ท่าเตะ

ท่าที่ 3

3.2) การถีบ หมายถึง การใช้ปลายเท้า ฝ่าเท้า หรือสันเท้าปะทะคู่ต่อสู้ การถีบตรงหมายถึง การถีบออกไปตรงๆ ให้ปลายเท้า สันเท้า หรือฝ่าเท้าปะทะเป้าหมายในส่วนต่างๆ ของคู่ต่อสู้ โดย อาจเหยียดเท้าตรง หรือย่อเท้าเข้าถีบก็ได้



ท่าถีบ
ท่าที่ 1



ท่าถีบ
ท่าที่ 2



ท่าถีบ
ท่าที่ 3



ท่าถีบ
ท่าที่ 4

4) ฐานเข้า ผู้นำกิจกรรม อธิบายถึงการปฏิบัติการออกอาวุธ การใช้เข้าเคลื่อนที่จากจุดเริ่มต้นไปกระทบเป้าหมายเป็นแนวตรงหรือวิถีทางตรงหรือล้าไปข้างหน้า โดยมีแรงส่งจากสะโพก เอว ไปยังปลายเข้า เป้าหมายที่หน้าท้อง ลิ้นปี่ หน้าอก ปลายคาง ใบหน้า เป็นต้น เข้าตรงมี 2 ลักษณะที่นิยมใช้ตามหลักของมวยไทยโดยทั่วไป คือ เข้าตรงดีหน้า หรือเข้าหน้า หมายถึงการตีเข้าที่อยู่ด้านหน้าในขณะที่ยืนท่าคุมมวยการตีเข้าด้วยเข้าซ้ายหรือเข้าหน้า เรียกว่าเข้าตรงดีหน้า



ท่าเข่าท่าที่ 1



ท่าเข่าท่าที่ 2

5) ฐานศอก ผู้นำกิจกรรมอธิบายถึงการปฏิบัติ การออกอาวุธเป็นอาวุธกระดูกส่วนแหลมของร่างกายศอกบริเวณปลายแขนที่แข็งและแหลมมาก เมื่อกระทบเป้าหมายจะทำให้เจ็บปวด บวม และแตกได้ ศอกจัดว่าเป็นอาวุธสั้นที่ใช้ได้ดีในระยะประชิด เป้าหมายของการตีศอกที่ได้ผลดี คือ บริเวณ ขมับ คิ้ว ตา ท้ายทอย และปลายคาง การใช้ศอกของมวยไทยมีหลายลักษณะดังนี้ ศอกดีนำ บางท้องถิ่นเรียก ศอกสับหรือศอกฟัน เพราะมีวิถีทางมาจากเบื้อง บนลงสู่เบื้องล่าง เป็นมุมฉาก มี 2 ลักษณะคือ ศอกดีนำ และศอกดีตาม

5.1) ศอกดีนำ หมายถึง มวยเหลี่ยมขวาใช้ศอกซ้ายดีนำให้ย่อเข่าใช้เท้า ส่งแรงแล้วยืดตัวสูงขึ้น น้ำหนักตัวอยู่ที่เท้าขวา เมือศอกซ้ายขึ้นสูง แล้วบิดลำตัวมาทางขวา ดึงไหล่ซ้ายมาทางขวาพร้อมกับกดศอกลงสู่เป้าหมาย ให้น้ำหนักตัวถ่ายจากเท้าขวามาที่เท้าซ้าย ความรุนแรงของศอกจะขึ้น อยู่กับการส่งแรงด้วยเท้า การบิดลำตัว การกระดูกแขน ไหล่ การเอนศอก การกดศอกลงอย่างรวดเร็วฉับพลัน ส่วนศอกดีตามให้ปฏิบัติตรงกันข้าม

5.2) ศอกจัด หมายถึง การใช้ศอกให้วิถีทางของศอกเคลื่อนไหว จัดผ่านหน้า ขนานไปกับพื้นจากซ้ายไปขวา หรือจากขวาไปซ้ายการใช้ศอกตัดแบ่งเป็น 2 ลักษณะ คือการใช้ศอกจัดด้านหน้าและการใช้ศอกจัดด้านหลัง



ท่าศอก
ท่าที่ 1



ท่าศอก
ท่าที่ 2



ท่าศอก
ท่าที่ 3

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป(5นาที)

นักเรียนร่วมกันสรุปท่า ที่ถูกต้องของการใช้ หมัด เท้า เข่า ศอก ในมวยไทย
สื่อ/ แหล่งเรียนรู้

แถบบันทึกเพลงประกอบที่เกี่ยวข้องกับท่ามวยไทย

เครื่องมือวัด/ประเมินผล

แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย

แนวคิดของทฤษฎีสมรรถภาพทางกาย

สมรรถภาพทางกาย หมายถึง การวัดระดับความสามารถของร่างกายหรือส่วนต่าง ๆ ของร่างกายที่ต้องการวัดเพื่อประเมินระดับความสามารถว่าดีมากน้อยเพียงใดโดยเฉพาะ ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความทนทานของกล้ามเนื้อ ความเร็ว พลังกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัว ความคล่องแคล่วว่องไว

**กิจกรรม การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครั้งที่ 5**

ชื่อกิจกรรม ปั่นเคียวทศกัณฐ์

เวลา 1 ชั่วโมง

จุดมุ่งหมาย สามารถปฏิบัติ ทำปั่นเคียวทศกัณฐ์ได้

วิธีดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้น(10นาที)

1) ผู้ทำกิจกรรมเปิดการทักทาย อธิบาย ถึงท่า ปั่นเคียวทศกัณฐ์ ว่ามีเป็นท่าใช้ในการต่อสู้ ในกรณีที่ผู้ต่อสู้ ตัวใหญ่กว่า เราสามารถกระโดด และใช้เข่าลอยเป็นอาวุธได้

2) ทบทวนท่า หมัด เท้า เข่า ศอก

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินกิจกรรม(40นาที)

1) ผู้นำกิจกรรมสาธิตพร้อมปฏิบัติท่าแม่ไม้ ลูกไม้ โดยใช้ ท่า ปั่นเคียวทศกัณฐ์

2) ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนสาธิตท่า และฝึกปฏิบัติท่าปั่นเคียวทศกัณฐ์ จะให้ผู้ทำกิจกรรม จับคู่ และแบ่งออกเป็นสองฝ่าย โดยเรียกว่าฝ่ายรุก และฝ่ายรับโดยฝ่ายรุก(ผู้สาธิตขวามีจากภาพ) พุ่งเข้าหาฝ่ายรับ ยกเข่าขึ้นตั้งพุ่งใส่เป้าทั้งสองข้างของฝ่ายรับ พร้อมกับกระแทกศอกทั้งสองข้างลงที่ ศีรษะของฝ่ายรับฝ่ายรับ(ผู้สาธิตซ้ายมือจากภาพ) ยืนอยู่ในลักษณะพร้อมที่จะต่อสู้ ยืนท่าจรดมวย



ท่าปั่นเคียวทศกัณฐ์
ท่าที่ 1



ท่าปั่นเคียวทศกัณฐ์
ท่าที่ 2



ทำป็นเตียรทศกัณฐ์
ท่าที่ 3



ทำป็นเตียรทศกัณฐ์
ท่าที่ 4



ทำป็นเตียรทศกัณฐ์
ท่าที่ 5

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป(10นาที)

นักเรียนร่วมกันทำทำป็นเตียรทศกัณฐ์

สื่อ/ แหล่งเรียนรู้

รูปภาพ ประกอบ

วิดีโอ

แถบบันทึกเพลงประกอบ

เครื่องมือวัด/ประเมินผล

แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย

แนวคิดของทฤษฎีสมรรถภาพทางกาย

สมรรถภาพทางกาย หมายถึง การวัดระดับความสามารถของร่างกายหรือส่วนต่างๆ ของร่างกายที่ต้องการวัดเพื่อประเมินระดับความสามารถว่าดีมากน้อยเพียงใด โดยเฉพาะความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความทนทานของกล้ามเนื้อ ความเร็ว พลังกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัว ความคล่องแคล่ว ว่องไว



**กิจกรรม การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครั้งที่ 6**

ชื่อกิจกรรม นาฏมวยไทย
เวลา 1 ชั่วโมง
จุดมุ่งหมาย เรียนรู้ ประวัตินาฏมวยไทย รูปแบบลักษณะเฉพาะ
 นักเรียนสามารถอภิปรายได้ถึงข้อแตกต่าง ระหว่าง มวยไทย กับ นาฏมวย
 ไทย

วิธีดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้น(10 นาที)

- 1) ผู้นำกิจกรรมเริ่มทำกิจกรรมโดยพูดทบทวนกิจกรรมที่ผ่านมา
- 2) ทบทวน ท่าหมัด เท้า เข่า ศอก และแม่ไม้ ลูกไม้

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินกิจกรรม(40 นาที)

- 3) ผู้นำกิจกรรมอธิบายลักษณะเฉพาะรูปแบบนาฏมวยไทย

เนื้อหาด้าน นาฏมวยไทย

เป็นการแสดงที่ใช้ท่วงท่าแม่ไม้มวยไทยต่าง ๆ ประกอบเพลง โดยก่อนเริ่มการเริ่มต้นด้วยท่าไหว้ครู ถือเป็นกติกาข้อบังคับ โดยนำศิลปะแม่ไม้มวยไทยท่วงท่าต่าง ๆ มาประยุกต์ให้เข้ากับจังหวะเพลง ด้วยความสวยงาม พร้อมเพรียง แต่ต้องมีท่ามาตรฐานมวยไทยคือ หมัด เท้า เข่า ศอก อย่างครบถ้วนอีกทั้งยังบูรณาการเรื่องราวของวรรณกรรม โขนซึ่งนาฏมวยไทย ได้มีการแข่งขันต่อเนื่องเป็นปีที่ 7 โดยมีประธานกิตติมศักดิ์ พล.อ.พิจิตร กุลละวณิชย์ องคมนตรีเป็นประธานในการจัดงาน

4) ทำท่ามวยที่เรียนมาได้แก่ ท่าหมัด เท้า เข่า ศอก และปั้นเศียรทศกัน มาประกอบเพลง “รักชาติ รักมวยไทย ”

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป(5 นาที)

สรุปความแตกต่างระหว่างมวยไทย และนาฏมวยไทย

สื่อ/ แหล่งเรียนรู้

วีดิทัศน์นาฏมวยไทย และ มวยไทย

เครื่องมือวัด/ประเมินผล (5 นาที)

แบบสังเกต

แนวคิดของทฤษฎี ความตระหนักรู้

การจัดกิจกรรมให้เกิดความตระหนักรู้ ต้องประกอบไปด้วยการสัมผัส การรับรู้ ความคิดรวบยอด ซึ่งจะทำให้เกิด การเรียนรู้ ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดความตระหนักรู้และแสดงออกทางพฤติกรรม

กิจกรรม การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้

สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครั้งที่ 7

ชื่อกิจกรรม	“สร้างนาฏมวยไทย ครั้งที่1”
เวลา	1 ชั่วโมง
จุดมุ่งหมาย	นำความรู้มวยไทย ไหว้ครู มวยไทย หมัด เท้า เข่า ศอก มาออกแบบเป็นท่า นาฏมวยไทย

วิธีดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้น(10นาที)

นักเรียนกับผู้นำกิจกรรมร่วมกันสนทนาผู้เรียนจะคิดเรื่องราวรูปแบบการนำเสนอ วางแผนและออกแบบนาฏมวยไทย

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินกิจกรรม(40นาที)

ผู้นำกิจกรรมแบ่งนักเรียน เป็น 2 กลุ่ม เน้นความคิดริเริ่ม (Originality) คือมีความคิดที่แปลกใหม่ต่างจากความคิดโดยให้น้องๆความรู้ในเรื่องหมัดเท้าเข่า ศอก แม่ไม้ลูกไม้ มาประดิษฐ์เป็นท่ามวยของตนเองอย่างอิสระโดยผ่าน เรื่องราว และรูปแบบที่ตนเองสนใจ โดยเริ่มจากท่าไหว้ครูมวยไทย และท่า หมัด เท้า เข่า ศอก

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป(5นาที)

ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียน นำเสนอท่าทาง นาฏมวยไทย ในครั้งที่ 1

สื่อ/ แหล่งเรียนรู้

แถบบันทึกเพลงประกอบ

เครื่องมือวัด/ประเมินผล

แบบประเมินความคิดสร้างสรรค์ โดยทำก่อนดำเนินการกิจกรรม 1 ครั้งและหลังการทำกิจกรรมในด้านความคิดริเริ่ม

แนวคิดของทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์

องค์ประกอบพื้นฐานที่แรกของทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์ คือ ความคิดริเริ่ม (Originality) ความคิดแปลกใหม่ไม่ซ้ำกันกับความคิดของคนอื่นและแตกต่างจากความคิดธรรมดา ความคิดริเริ่มอาจเกิดจากการคิดจากเดิมที่มีอยู่แล้วให้แปลกแตกต่างจากที่เคยเห็นหรือสามารถพลิกแพลงให้กลายเป็นสิ่งที่ไม่เคยคาดคิด ความคิดริเริ่มอาจเป็นการนำเอาความคิดเก่ามาปรุงแต่งผสมผสานจนเกิดเป็นของใหม่ ความคิดริเริ่มมีหลายระดับซึ่งอาจเป็นความคิดครั้งแรกที่เกิดขึ้น

**กิจกรรม การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครั้งที่ 8**

ชื่อกิจกรรม	“ สร้างนาฏมวยไทย ครั้งที่ 2”
เวลา	1 ชั่วโมง
จุดมุ่งหมาย	ออกแบบทำนาฏมวยไทย โดยใช้พื้นฐานจากกิจกรรมทุกกิจกรรม มาสร้างทำนาฏมวยไทย

วิธีดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้น (10 นาที)

นักเรียนกับผู้นำกิจกรรมร่วมกันสนทนาวางแผนการดำเนินงานรูปแบบนาฏมวยไทยในทีมของตนเอง โดยใช้ความคิดยืดหยุ่น (Flexibility) คือความสามารถในการคิดหาคำตอบได้หลายทิศทางหลายแง่หลายมุมมอง

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินกิจกรรม (40 นาที)

ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนสร้างสรรค์ท่ามวยไทย ต่อจากครั้งที่ 7 อย่างอิสระโดยผู้นำกิจกรรมให้ทุกกลุ่มนำท่ายันเศียรทศกัณฐ์สร้างสรรค์ต่อโดยกำหนด ในครั้งที่ 2 จำนวน 2 ท่า โดยนักเรียนสามารถค้นคว้าข้อมูลหรือดูแนวทางในการออกแบบท่าได้ที่วีดิทัศน์การแข่งขัน

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (5 นาที)

ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียน นำเสนอท่าทาง นาฏมวยไทย ในครั้งที่ 2

สื่อ/ แหล่งเรียนรู้

เพลงประกอบ วีดิทัศน์การแข่งขัน

เครื่องมือวัด/ประเมินผล (5 นาที)

แบบประเมินความคิดสร้างสรรค์ โดยทำก่อนดำเนินการกิจกรรม 1 ครั้งและหลังการทำกิจกรรมในด้านความคิดยืดหยุ่น

แนวคิดของทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์

องค์ประกอบพื้นฐานที่สองของทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์ คือ ความคิดยืดหยุ่น เป็นความสามารถของบุคคลในการคิดหาคำตอบได้หลายประเภทและหลายทิศทางเพิ่มคุณภาพความคิดให้มากขึ้นนำมามองความคิดมาปรับประยุกต์ใช้

**กิจกรรม การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครั้งที่ 9**

ชื่อกิจกรรม	“สร้างนาฏมวยไทย ครั้งที่ 3”
เวลา	1 ชั่วโมง
จุดมุ่งหมาย	ออกแบบท่า นาฏมวยไทย โดยใช้พื้นฐานจากกิจกรรมทุกกิจกรรมมาสร้าง ทำนาฏมวยไทย

วิธีดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้น(10 นาที)

- 1) ผู้นำนักเรียนกับผู้นำกิจกรรมร่วมกันสนทนา ทำนาฏมวยไทย ที่ออกแบบไป
- 2) สาธิต ทำนาฏมวยไทย โดยผู้นำกิจกรรม เพื่อให้เกิดแรงบันดาลใจ

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินกิจกรรม(40 นาที)

ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนสร้างสรรค์ มีความคิดคล่องแคล่ว (Fluency) คือสามารถคิดหาคำตอบได้อย่างคล่องแคล่วว่องไว ทำมวยไทย ต่อจากครั้งหน้าโดยมีกติกาเพิ่ม คือ จับเวลาในการออกแบบท่าผู้นำ กิจกรรมให้ทุกกลุ่มทบทวนจากการออกแบบครั้งที่ 1 ใช้เวลา 10 นาทีและท่าที่ให้ออกแบบ จำนวน 2 ท่า และเพิ่มเติมอีก 2 ท่า(ท่าละ15นาที)โดยนักเรียนสามารถค้นคว้าข้อมูล หรือดูแนวทางในการออกแบบท่าได้ ที่วิดิทัศน์การแข่งขัน

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป(5 นาที)

ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนเรียบเรียงนำเสนอท่าทางนาฏมวยไทย ในครั้งที่ 2

สื่อ/ แหล่งเรียนรู้

แถบบันทึกเพลงประกอบ

เครื่องมือวัด/ประเมินผล (5 นาที)

แบบประเมินความคิดสร้างสรรค์ โดยทำก่อนดำเนินการกิจกรรม 1 ครั้งและหลัง การทำกิจกรรมในด้านความคิดคล่องแคล่ว

แนวคิดของทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์

องค์ประกอบพื้นฐานที่สามของทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์ คือ มีความคิดคล่องแคล่ว (Fluency) คือสามารถคิดหาคำตอบได้อย่างคล่องแคล่วว่องไว รวดเร็ว ในเวลาที่จำกัดปริมาณความคิดที่ไม่ซ้ำกันเมื่อตอบปัญหาเรื่องเดียวกันความคล่องในการคิดนี้มีความสำคัญต่อการแก้ปัญหาหลาย ๆ วิธี และต้องการนำวิธีการเหล่านั้นมาทดลองจนกว่าจะสำเร็จ

**กิจกรรม การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครั้งที่ 10**

ชื่อกิจกรรม “ สร้างนาฏมวยไทย ครั้งที่ 4”

เวลา 1 ชั่วโมง

จุดมุ่งหมาย ออกแบบท่า นาฏมวยไทย โดยใช้พื้นฐานจากกิจกรรม ทุกกิจกรรมมาสร้างท่ามวยไทย

วิธีดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้น (10 นาที)

ผู้นำกิจกรรมเปิดการทักทายและอธิบายถึงกิจกรรม ในครั้งสุดท้ายในกิจกรรม สร้างนาฏมวยไทยครั้งที่ 4

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินกิจกรรม(40 นาที)

ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียนสร้างสรรค์ท่ามวยไทยต่อจากครั้งหน้านี้ โดยผู้นำ กิจกรรม ให้ทุกกลุ่มทบทวนจากการออกแบบครั้งที่ 1 และท่าที่ให้ออกแบบ จำนวน 4 ท่า และเพิ่มเติม ในกิจกรรม “ สร้าง นาฏมวยไทย ครั้งที่ 4 ” อีก 1 ท่า โดยนักเรียนต้องทบทวนท่า ที่ออกแบบมา ว่าเหมาะสมสวยงามหรือควรปรับ แก้ไข คิดละเอียดลออรอบรอบ

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป(5 นาที)

ผู้นำกิจกรรมให้นักเรียน อภิปราย สรุปท่า นาฏมวยไทยที่ได้จากการสร้างสรรค์ท่า

สื่อ/ แหล่งเรียนรู้

แถบบันทึกเพลงประกอบ

เครื่องมือวัด/ประเมินผล (5 นาที)

แบบประเมินความคิดสร้างสรรค์ โดยทำก่อนดำเนินการกิจกรรม 1 ครั้ง และหลังการทำกิจกรรมในด้านความคิดละเอียดลออ

แนวคิดของทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์

องค์ประกอบพื้นฐานที่สี่ ตามทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์ คือ ละเอียดลออ เป็นการคิดได้ในรายละเอียดเพื่อขยายหรือตกแต่งความคิดหลักให้ได้ความหมายที่สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

**กิจกรรม การออกแบบ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครั้งที่ 11**

ชื่อกิจกรรม	นาฏมวยไทย
เวลา	1 ชั่วโมง
จุดมุ่งหมาย	นักเรียนสามารถนำเสนอ นาฏมวยไทยที่ออกแบบได้
วิธีดำเนินกิจกรรม	

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้น (10 นาที)

ผู้ทำกิจกรรมสวัสดิ์ และ บอกจุดประสงค์ของกิจกรรม ครั่งสุดท้ายว่านักเรียนจะต้องนำเสนอ ทำทางนาฏมวยไทย ประกอบเพลง

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินกิจกรรม(40 นาที)

นักเรียนทบทวนท่าทางที่ออกแบบโดยใช้เวลา 30 นาที

นักเรียนแสดงนาฏมวยไทยที่ออกแบบโดยใช้เวลา 10 นาที

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป (5 นาที)

นักเรียนและผู้นำกิจกรรม สรุป

สื่อ/ แหล่งเรียนรู้

แถบบันทึกเพลงประกอบ

เครื่องมือวัด/ประเมินผล (5นาที)

แบบสังเกตการทำงานกลุ่ม

แนวคิดของทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์

รวมองค์ประกอบพื้นฐาน 4 ด้าน ของความคิดสร้างสรรค์ ประกอบด้วย ความคิดริเริ่ม (Originality) คือมีความคิดที่แปลกใหม่แตกต่าง ความคิดยืดหยุ่น (Flexibility) คือมีความสามารถในการคิดหาคำตอบได้หลายทิศทางหลายแง่หลายมุมความคิดคล่องแคล่ว (Fluency) คือ สามารถคิดหาคำตอบได้อย่างคล่องแคล่วว่องไว ความคิดละเอียดลออ (Elaboration) คือการคิดได้ในรายละเอียดเพื่อขยายหรือตกแต่งความคิดหลักให้ได้ความหมายที่สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ภาคผนวก จ
แบบสังเกตพฤติกรรมทางด้านความคิดสร้างสรรค์



รายละเอียดระดับพฤติกรรมที่แสดงออกด้านความคิดสร้างสรรค์ ทั้ง 4 ระดับ มีดังนี้

ระดับดีมาก 16 ขึ้นไป หมายถึง นักเรียนมีความคิดสร้างสรรค์ในการออกแบบทำนาฏมวยไทย ที่ประกอบด้วย ความคิดริเริ่ม ด้านความคิดยืดหยุ่น ความคิดคล่องแคล่ว ความคิดละเอียดลออ ได้อย่างสมบูรณ์ ตามแนวความคิดสร้างสรรค์และพร้อมที่จะรับการพัฒนาเพิ่มเติม

ระดับดี 11-15 คะแนน หมายถึง นักเรียนมีความคิดสร้างสรรค์ในการออกแบบทำนาฏมวยไทยที่ประกอบด้วย ความคิดริเริ่ม ด้านความคิดยืดหยุ่น ความคิดคล่องแคล่ว ความคิดละเอียดลออได้ในระดับดี ตามแนวความคิดสร้างสรรค์

ระดับพอใช้ 6-10 คะแนน หมายถึง นักเรียนมีความคิดสร้างสรรค์ในการออกแบบทำนาฏมวยไทยที่ประกอบด้วย ความคิดริเริ่ม ด้านความคิดยืดหยุ่น ความคิดคล่องแคล่วความคิดละเอียดลออแสดงออกมาได้แต่ยังควรต้องได้รับการพัฒนาเพิ่มเติม

ระดับต้องปรับปรุง 0-5 คะแนน หมายถึง นักเรียนไม่สามารถออกแบบทำนาฏมวยไทยได้ในด้านความคิดสร้างสรรค์ในทุกด้านออกมาอย่างได้ชัดเจน

เกณฑ์การประเมินความคิดสร้างสรรค์

คะแนน	ระดับความสามารถ
16 ขึ้นไป	ดีมาก
11-15	ดี
6-10	พอใช้
0-5	ควรปรับปรุง

เกณฑ์การให้คะแนนความคิดสร้างสรรค์

ด้านความคิดริเริ่ม

ช่องระดับคะแนน 5 นักเรียนสามารถคิดทำนาฏมวยไทยได้ดี โดยแตกต่างจากทำพื้นฐานและสมบูรณ์มากที่สุด

ช่องระดับคะแนน 4 นักเรียนสามารถคิดทำนาฏมวยไทยได้ดี โดยแตกต่างจากทำพื้นฐาน

ช่องระดับคะแนน 3 นักเรียนคิดทำนาฏมวยไทย ได้ในระดับปานกลาง

ช่องระดับคะแนน 2 นักเรียนสามารถคิดทำนาฏมวยไทยบางเล็กน้อย

ช่องระดับคะแนน 1 นักเรียนไม่สามารถสร้างทำนาฏมวยไทยได้เลย

ด้านความคิดยืดหยุ่น

- ช่องระดับคะแนน 5 นักเรียนสร้างทำนาฏมวยไทยได้แบบมีท่าทางใหม่มีมุมมองที่แตกต่างโดดเด่น
- ช่องระดับคะแนน 4 นักเรียนสร้างทำนาฏมวยไทยได้แบบมีท่าทางใหม่ มีมุมมองที่
- ช่องระดับคะแนน 3 นักเรียนสร้างทำนาฏมวยไทยได้มีท่าทางใหม่
- ช่องระดับคะแนน 2 นักเรียนสร้างทำนาฏมวยไทยได้บางเล็กน้อย
- ช่องระดับคะแนน 1 นักเรียนไม่สามารถสร้างทำนาฏมวยไทยได้เลย

ด้านความคิดคล่องแคล่ว

- ช่องระดับคะแนน 5 นักเรียนสร้างทำนาฏมวยไทยเสร็จก่อนตามเวลาที่กำหนดอย่างสมบูรณ์
- ช่องระดับคะแนน 4 นักเรียนสร้างทำนาฏมวยไทยเสร็จก่อนตามเวลาที่กำหนด
- ช่องระดับคะแนน 3 นักเรียนสร้างทำนาฏมวยไทยได้ตามเวลาที่กำหนด
- ช่องระดับคะแนน 2 นักเรียนสร้างทำนาฏมวยไทยได้ตามเวลาบางเล็กน้อย
- ช่องระดับคะแนน 1 นักเรียนไม่สามารถสร้างทำนาฏมวยไทยได้ตามเวลาที่กำหนด

ด้านความคิดละเอียดลออ

- ช่องระดับคะแนน 5 นักเรียนสามารถทบทวนทำนาฏมวยไทย ดูความสมบูรณ์ ของท่าทางทุกท่า
- ช่องระดับคะแนน 4 นักเรียนสามารถทบทวนทำนาฏมวยไทย ดูความสมบูรณ์
- ช่องระดับคะแนน 3 นักเรียนสามารถทบทวนทำนาฏมวยไทยในระดับปานกลาง
- ช่องระดับคะแนน 2 นักเรียนสามารถทบทวนทำนาฏมวยไทยบางเล็กน้อย
- ช่องระดับคะแนน 1 นักเรียนไม่มีการทบทวนหรือทดลองทำทำนาฏมวยไทยที่ออกแบบ



ภาคผนวก จ
แบบวัดความตระหนักรู้

**แบบวัดความตระหนักรู้ เรื่องศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทย
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6**

คำชี้แจง

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างแบบวัดความตระหนักรู้ เรื่อง ศิลปะป้องกันตัวต่อสู้แบบไทย โดยมีข้อคำถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Checklist) ซึ่งมีลักษณะการตอบของคำถามเป็นแบบเห็นด้วยและไม่เห็นด้วยโดยมีรายละเอียด ดังนี้

ความตระหนักรู้ เรื่องศิลปะป้องกันตัวต่อสู้แบบไทย หมายถึง ความคิดได้ ความรู้ ความรู้สึก สำนึกถึงคุณค่าของมวยไทยและการมองเห็น คุณค่า ความสำคัญ ความจำเป็น ตลอดจนถึงการสืบทอดของมวยไทย รวมถึงการพัฒนารูปแบบของศิลปะป้องกันตัวต่อสู้แบบไทย ในการนำเสนอรูปแบบอื่น ๆ

คำชี้แจงในการทำแบบวัดความตระหนักรู้

- 1) ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ความคิดเห็นที่ตรงกับความเห็นของนักเรียนที่นักเรียน มีความรู้สึก ว่า เห็นด้วย หรือไม่เห็นด้วยเพียงคำตอบเดียวเท่านั้น
 - เห็นด้วย หมายถึง ความคิดเห็นที่นักเรียนเห็นว่าถูกต้อง
 - ไม่เห็นด้วย หมายถึง ความคิดเห็นที่นักเรียนเห็นว่าไม่ถูกต้อง
- 2) แบบวัดความตระหนักรู้ เรื่องมวยไทย ในด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น มีจำนวน 15 ข้อ
- 3) คำตอบที่ได้จะนำไปใช้สำหรับการศึกษาค้นคว้าวิจัยในภาพรวมเท่านั้น โดยไม่เกี่ยวข้อง กับคะแนนการเรียนแต่อย่างใด จึงขอให้นักเรียนตอบความความคิดเห็นที่แท้จริง โปรดตอบ ให้ครบทุกข้อเพื่อประโยชน์ในการทำวิจัย

**แบบวัดความตระหนักรู้ เรื่องศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทย
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6**

ข้อ	ข้อความถาม	ความคิดเห็น	
		เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย
1	การเรียนรู้ ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยมีส่วนส่งเสริมให้เป็นคนที่มีชื่อเสียง น่าใจนักกีฬาที่พารู้แพ้รู้ชนะรู้อภัย		
2	ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยมีส่วนในการช่วยกอบกู้ เอกราชของประเทศไทยตามประวัติศาสตร์		
3	นักเรียนที่เรียนมวยเป็นส่วนหนึ่งในการอนุรักษ์สืบสานการแสดงศิลปะป้องกันตัวต่อสู้แบบไทย		
4	การเรียนรู้ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยกระตุ้นให้นักเรียน เกิดความต้องการที่จะ เรียนรู้ประวัติศาสตร์ เบื้องต้น		
5	การเรียนรู้ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยเป็นยุทธวิธีของไทย ซึ่งประติษฐ์คิดเอาอวัยวะบางส่วนของร่างกายเป็นอาวุธสามารถทำร้ายศัตรู และทำการป้องกันตัวให้นักเป็นเบาได้		
6	การเรียนรู้ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยจะทำร่างกายแข็งแรง เนื่องด้วยเป็นศาสตร์ ที่ต้องใช้ร่างกายเคลื่อนไหว อย่างสม่ำเสมอตลอดกิจกรรม		
7	ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยนั้นสามารถทำให้ ผู้เรียนมี เซาว์นัใจหว ปริตัดตสันใจได้ฉับพลัน เพราะในการฝึกศิลปะป้องกันตัวต่อสู้แบบไทย ผู้ฝึกฝนต้องมีประสาทสัมผัสรับรู้ในการค่อยออกอาวุธ และรับอาวุธ		
8	ในกระบวนการฝึกฝนของศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยทำให้นักเรียน มีระเบียบวินัย การรักษเวลาและการทำงานรวมกลุ่ม มากขึ้น		
9	การฝึกฝนของศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยทำให้นักเรียน สามารถ ป้องกันตนเองและช่วยเหลือผู้อื่นในยามมีอุบัติเหตุต่าง ๆ		

**แบบวัดความตระหนักรู้ เรื่องศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทย
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6**

ข้อ	ข้อความถาม	ความคิดเห็น	
		เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย
10	การเรียนรู้ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยนั้นสามารถนำมาต่อยอดสร้างสรรค์เป็นรูปแบบการแสดง แบบอื่นได้อีก เช่น นาฏมวยไทย เป็นต้น		
11	ในปัจจุบันศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทย ที่นำมาต่อยอด สร้างสรรค์เป็นรูปแบบการแสดงใหม่ ทำให้นักเรียนต้องศึกษาข้อมูลด้านอื่น ๆ เพิ่มเติมขึ้นเพื่อทำให้นักเรียนเข้าใจเรื่องราวมากขึ้น		
12	นาฏมวยไทยถือเป็นการแสดงศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยที่ผู้ฝึกฝนต้องมีความรู้พื้นฐานด้านมวยไทย เป็นพื้นฐานขั้นต้น		
13	การสร้างสรรคนาฏมวยไทยต้องใช้องค์ประกอบในการแสดงในหลายแขนง อาทิ ยิมนาสติกหรือศาสตร์ด้านการแสดง		
14	ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยหรือนาฏมวยไทยสามารถสร้างเป็นอาชีพ หรือรายได้เสริมได้		
15	นาฏมวยไทยถือเป็นการแสดงที่ต่อยอดพัฒนาจากศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวแบบไทยหากนักเรียนแสดงนาฏมวยไทยก็ถือว่านักเรียนมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์มวยไทย		



ภาคผนวก ข
แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย



แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี

8. ครูต้องสำรวจเด็กก่อนว่ามีเด็กคนใดที่มีโรคประจำตัวหรือกำลังเจ็บป่วย และยังไม่ควรอนุญาตให้เด็กทำการทดสอบ จนกว่าจะมั่นใจว่าเด็กจะได้รับความปลอดภัยและไม่มีอันตรายจากโรคประจำตัวนั้นๆ

9. ก่อนการทดสอบ ครูควรให้เด็กทุกคนได้มีการอบอุ่นร่างกายเพื่อเป็นการยืดเส้นยืดสาย อาจจะทำโดยการวิ่งอยู่กับที่ หมุนแขน เขยียดแขน บิดลำตัว หรือเคลื่อนไหวแขน ขา ลำตัวโดยวิธีอื่นๆ ทั้งนี้เพื่อกระตุ้นให้กล้ามเนื้อ เ็น และพร้อมมีความพร้อมในการทดสอบ

10. เนื่องจากการทดสอบจะต้องทำหลายรายการ ครูผู้สอนอาจจะแบ่งการทดสอบออกเป็น 2 วัน หรืออาจทำการทดสอบให้เสร็จสิ้นภายใน 1 วัน ข้อที่ควรคำนึงก็คือ หากครูผู้สอนปฏิบัติอย่างใดอย่างหนึ่งก็จะต้องเลือกปฏิบัติวิธีเดียวกันกับการทดสอบทุกครั้ง

11. ในระหว่างการทดสอบหากเด็กได้รับอุบัติเหตุจากการทดสอบหรือเกิดอาการผิดปกติของร่างกายในรายการใดรายการหนึ่ง ครูจะต้องให้เด็กคนนั้นหยุดทำการทดสอบทันที และหาเวลาทำการทดสอบเพิ่มเติมในภายหลังเมื่อเด็กหายเป็นปกติแล้ว





กรมพลศึกษา

แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย
สำหรับเด็กไทย อายุ 7 - 18 ปี

โดย

รศ.ดร.สุพิตร์ สมาหิโต และคณะ

สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา
กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

พ.ศ. 2555

โดย รศ.ดร.สุพิตร สมภักดี และคณะ



แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี

รายการ ที่	รายการทดสอบ	องค์ประกอบที่ต้องการวัด
1.	วัดความหนาของไขมันใต้ผิวหนัง (Skinfold Thickness)	เพื่อประเมินองค์ประกอบของร่างกายในส่วนของ ปริมาณไขมันที่สะสมในร่างกาย
2.	ลุกนั่ง 60 วินาที (Sit - Ups 30 Seconds)	เพื่อทดสอบความแข็งแรงและความอดทนของ กล้ามเนื้อท้อง
3.	ดันพื้น 30 วินาที (Push-Ups 30 Seconds)	เพื่อวัดความแข็งแรงและความอดทนของ กล้ามเนื้อแขนและกล้ามเนื้อส่วนบนของร่างกาย
4.	ยืนกระโดดไกล (Standing Broad Jump)	เพื่อวัดความแข็งแรงและกำลังของกล้ามเนื้อขา
5.	นั่งย่อตัวไปข้างหน้า (Sit and Reach)	เพื่อวัดความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อและสันขา ด้านหลัง
6.	วิ่งซิกแซก (Zig-Zag Run)	เพื่อวัดความแคล่วคล่องว่องไว
7.	วิ่งระยะไกล (Distance Run)	เพื่อวัดความอดทนของระบบหัวใจและหลอดเลือด



แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี

วัดความหนาของไขมันใต้ผิวหนัง (Skinfold Thickness)

วัตถุประสงค์การทดสอบ เพื่อประเมินองค์ประกอบของร่างกายในส่วนของปริมาณไขมัน
ที่สะสมในร่างกาย

ค่าความเชื่อมั่น 0.94

ค่าความเที่ยงตรง 0.80

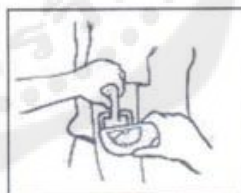
อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ

1. สายวัด ที่มีสเกลบอกเป็นเซนติเมตร
2. เครื่องวัดความหนาของไขมันใต้ผิวหนัง (skinfold caliper)
3. กล้องที่มีความสูงประมาณ 30 เซนติเมตร

วิธีการปฏิบัติ

วัดความหนาของไขมันใต้ผิวหนังจำนวน 2 จุด คือ บริเวณต้นแขนด้านหลัง (triceps skinfold)
และบริเวณน่องด้านใน (medial calf skinfold)

ขั้นตอนและวิธีการวัดความหนาของไขมันใต้ผิวหนังบริเวณต้นแขนด้านหลัง
(triceps skinfold)



1. ให้ผู้รับการทดสอบยืนตรง หันหลังให้ผู้ทดสอบ แล้วขอข้อศอกข้างที่นัดให้แขนท่อนบน
และแขนท่อนล่างตั้งฉากกัน โดยแขนท่อนบนแนบกับลำตัว และแขนท่อนล่างชี้ตรงไปข้างหน้า



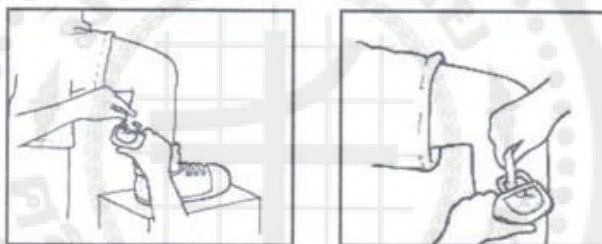
2. ผู้ทดสอบใช้สายวัด วัดระยะห่างระหว่างปุ่มกระดูกสะบักส่วนที่นูนขึ้นบริเวณหัวไหล่ ด้านข้าง (acromion process) กับปุ่มปลายกระดูกข้อศอก (olecranon process) แล้วใช้ปากกาทำเครื่องหมายไว้ที่กึ่งกลางของระยะห่างดังกล่าว

3. ให้ผู้รับการทดสอบปล่อยแขนลงข้างลำตัวอย่างผ่อนคลาย

4. ผู้ทดสอบใช้มือซ้ายดึงผิวหนังพร้อมไขมันใต้ผิวหนังขึ้นในแนวกึ่งกลางด้านหลังของแขน (biceps) เหนือเครื่องหมายที่ทำไว้ประมาณ 1 เซนติเมตร แล้วใช้เครื่องวัดความหนาไขมันใต้ผิวหนังที่ถืออยู่ในมือขวานับลงไปบนเนื้อที่มือซ้ายจับอยู่ ในระดับเดียวกับเครื่องหมายที่ทำไว้ รอบประมาณ 1-3 วินาที จนกระทั่งเข็มสเกลนิ่งแล้วจึงอ่านค่าจากสเกล

5. ทำการวัดซ้ำในข้อ 4 อีกครั้งหนึ่ง แล้วหาค่าเฉลี่ยจากการวัดทั้ง 2 ครั้ง บันทึกค่าที่ได้เป็น มิลลิเมตร

ขั้นตอนและวิธีการวัดความหนาของไขมันใต้ผิวหนังบริเวณน่องด้านใน (medial calf skinfold)



1. ให้ผู้รับการทดสอบยืนตัวตรงในท่าผ่อนคลาย แล้วยกเท้าข้างที่ถนัดวางบนกล่องที่จัดระดับความสูงให้ข้อเข่าประมาณ 90 องศา

2. ผู้ทดสอบใช้สายวัดวัดรอบน่องของขาข้างที่ยกวางบนกล่อง โดยวัดเส้นรอบวงของน่องที่ระดับความสูงต่างๆ กัน เพื่อหาระดับที่มีเส้นรอบวงน่องที่ใหญ่ที่สุด

3. ผู้ทดสอบใช้ปากกาทำเครื่องหมายที่น่องด้านใน (medial calf) บริเวณที่มีเส้นรอบวงน่องใหญ่ที่สุด

4. ผู้ทดสอบใช้มือซ้ายดึงผิวหนังพร้อมไขมันใต้ผิวหนังบริเวณด้านในของน่องขึ้นในแนวตั้งเหนือระดับเครื่องหมายที่ทำไว้ประมาณ 1 เซนติเมตร แล้วใช้เครื่องวัดความหนาไขมันใต้ผิวหนังที่ถืออยู่ในมือขวานับลงไปบนเนื้อที่มือซ้ายจับอยู่ ในระดับเดียวกับเครื่องหมายที่ทำไว้ รอบประมาณ 1-3 วินาที จนกระทั่งเข็มสเกลนิ่ง แล้วจึงอ่านค่าจากสเกลของเครื่องวัดความหนาไขมัน



แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี

5. ทำการวัดซ้ำในข้อ 4 อีกครั้งหนึ่ง แล้วหาค่าเฉลี่ยจากการวัดทั้ง 2 ครั้ง บันทึกค่าที่ได้เป็น มิลลิเมตร

การบันทึกคะแนน

นำค่าเฉลี่ยของความหนาไขมันใต้ผิวหนังที่วัดได้ทั้ง 2 ตำแหน่ง มาแปลงเป็นเปอร์เซ็นต์ของความหนาไขมันที่สะสมในร่างกายจากสมการต่อไปนี้

เด็กชาย

$$\% \text{ ของไขมันที่สะสมในร่างกาย} = (0.735 \times \text{ผลรวมของค่าเฉลี่ยความหนาของไขมันใต้ผิวหนังบริเวณต้นแขนด้านหลัง และน่องด้านใน}) + 1.0$$

เด็กหญิง

$$\% \text{ ของไขมันที่สะสมในร่างกาย} = (0.610 \times \text{ผลรวมของค่าเฉลี่ยความหนาของไขมันใต้ผิวหนังบริเวณต้นแขนด้านหลัง และน่องด้านใน}) + 5.1$$



ลูกนั่ง 60 วินาที (Sit - Ups 60 Seconds)



วัตถุประสงค์การทดสอบ เพื่อทดสอบความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อท้อง

ค่าความเชื่อมั่น 0.85

ค่าความเที่ยงตรง 1.00

อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ

1. เบาะรองพื้น หรือสนามหญ้านุ่ม
2. นาฬิกาจับเวลา 1/100 วินาที

วิธีการปฏิบัติ

ให้ผู้รับการทดสอบนอนหงายชันเข่าทั้งสองข้างทำมุมประมาณ 90 องศา ผ่าเท้าสองข้างวางราบกับพื้น ห่างกันประมาณ 1 ช่วงไหล่ พร้อมกับมือวางแตะที่หน้าขาทั้งสองข้าง ให้ผู้ช่วยการทดสอบนั่งอยู่ที่ปลายเท้าของผู้รับการทดสอบ แล้วใช้มือจับที่บริเวณใต้ข้อพับเข่าทั้งสองข้าง

เมื่อได้ยินสัญญาณ "เริ่ม" ให้ผู้รับการทดสอบยกลำตัวขึ้นสู่ท่านั่ง แล้วก้มลำตัวให้ศีรษะผ่านไประหว่างเข่า โดยใช้แขนทั้งสองข้างเหยียดตรงไปให้ปลายนิ้วมือแตะเส้นตรงที่พื้นในระดับเดียวกับปลายเท้าทั้งสองข้าง แล้วนอนลงกลับสู่ท่าเริ่มต้น โดยจะต้องให้สะบักทั้งสองข้างแตะพื้น นับเป็น 1 ครั้ง และปฏิบัติเช่นนี้ต่อเนื่องกันไปจนครบ 60 วินาที



แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี

ระเบียบการทดสอบ

ในการทดสอบจะไม่นับจำนวนครั้งในกรณีต่อไปนี้

1. มือทั้งสองข้างไม่ได้วางแตะที่บริเวณหน้าขาทั้งสองข้าง
2. ในขณะที่กลับลงไปสู่ท่าเริ่มต้น สะบักไม่แตะพื้น
3. ปลายนิ้วมือทั้งสองข้างไม่ได้ยื่นไปแตะเส้นตรงที่พื้นในระดับเดียวกับปลายเท้า
4. ผู้รับการทดสอบใช้มือหรือข้อศอกยันพื้น เพื่อดันลำตัวลุกขึ้น

การบันทึกผล

บันทึกจำนวนครั้งที่ทำได้ถูกต้องภายในเวลา 60 วินาที โดยให้ผู้รับการทดสอบทำการทดสอบเพียงครั้งเดียว



โดย รศ.ดร.สุพิตร สมภักดี และคณะ



ดันพื้น 30 วินาที (Push-Ups 30 Seconds)



วัตถุประสงค์การทดสอบ เพื่อวัดความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อแขนและกล้ามเนื้อส่วนบนของร่างกาย

ค่าความเชื่อมั่น 0.73

ค่าความเที่ยงตรง 0.80

อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ

1. เบาะรองพื้น หรือสนามหญ้านุ่ม
2. นาฬิกาจับเวลา

วิธีการปฏิบัติ

ให้ผู้รับการทดสอบอยู่ในท่านอนคว่ำ เขยียดตัวตรง ตั้งศอกขึ้นโดยใช้ฝ่ามือทั้งสองข้างดันไว้กับพื้น ให้ฝ่ามือทั้งสองข้างวางราบบนพื้นในระดับเดียวกับไหล่ในลักษณะปลายนิ้วชี้ตรงไปด้านหน้า ให้มือทั้งสองข้างห่างกันเท่ากับความกว้างของช่วงไหล่ของตนเอง ขาเหยียดตรงไปด้านหลัง โดยให้เท้าทั้งสองข้างชิดติดกัน วางเท้าในท่าตั้งให้ปลายเท้าสัมผัสพื้น

ในขณะที่ผู้ทดสอบเตรียมพร้อมที่จะปฏิบัติ ลำตัวจะต้องเหยียดตรง ใช้แขนดันพื้นยกตัวลอยขึ้นจนกระทั่งแขนทั้งสองอยู่ทำข้อศอกเหยียดตึง เมื่อได้ยินสัญญาณ "เริ่ม" ให้ผู้รับการทดสอบยุบศอกลงทั้งสองข้าง โดยให้ข้อศอกงอทำมุม 90 องศา ในขณะที่แขนหอนบนขนานกับพื้น แล้วดันพื้นแขนเหยียดตรงเพื่อยกลำตัวกลับขึ้นมาอยู่ในท่าเดิม นับเป็น 1 ครั้ง ให้ผู้รับการทดสอบปฏิบัติต่อเนื่องกันจนครบ 30 วินาที



แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี

ระเบียบการทดสอบ

1. ผู้ทดสอบจะต้องสังเกตลำตัวของผู้รับการทดสอบให้เหยียดตรงตลอดเวลาของการทดสอบ แขนทั้งสองอยู่ในท่าข้อศอกเหยียดตรงก่อนจะยุบข้อศอกลง เพื่อการตีพื้นที่และยกลำตัวขึ้น
2. ในขณะที่ยุบข้อศอกลง บริเวณหน้าอก สะโพก และต้นขาของผู้รับการทดสอบ จะต้องไม่สัมผัสพื้น

การบันทึกคะแนน

บันทึกจำนวนครั้งที่ทำได้ถูกต้องภายในเวลา 30 วินาที โดยให้ผู้รับการทดสอบทำการทดสอบเพียงครั้งเดียว





ยืนกระโดดไกล (Standing Broad Jump)



วัตถุประสงค์การทดสอบ เพื่อวัดความแข็งแรงและกำลังของกล้ามเนื้อขา

ค่าความเชื่อมั่น 0.83

ค่าความเที่ยงตรง 0.80

อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ

1. แผ่นยางสำหรับยืนกระโดดไกล มีสเกลบอกระยะทางเป็นเซนติเมตร
2. เทปวัดระยะ (หากจำเป็นในกรณีไม่มีแผ่นยางกระโดดไกล) และไม่ใช้สำหรับวัดระยะทาง
3. แปรงขัดพื้น หรือผ้าเช็ดพื้น (ในกรณีใช้แผ่นยาง)

วิธีการปฏิบัติ

1. ให้ผู้รับการทดสอบยืนแยกเท้าห่างกันประมาณความกว้างของช่วงไหล่ โดยปลายเท้าทั้งสองข้างเสมอกันวางชิดด้านหลังของเส้นเริ่ม
2. ย่อเข่าพร้อมกับเหวี่ยงแขนไปทางด้านหลังเพื่อหาจังหวะในการกระโดด โดยเท้าทั้งสองข้างไม่เคลื่อนที่ เมื่อได้จังหวะให้กระโดดไปข้างหน้าให้ได้ระยะทางไกลที่สุด และขณะลงสู่พื้นให้ผู้รับการทดสอบย่อเข่าทั้งสองข้างลงเล็กน้อยเพื่อป้องกันการกระแทกกระเือนของข้อเข่าและข้อเท้า ทำการทดสอบจำนวน 2 ครั้ง ไม่ติดต่อกัน

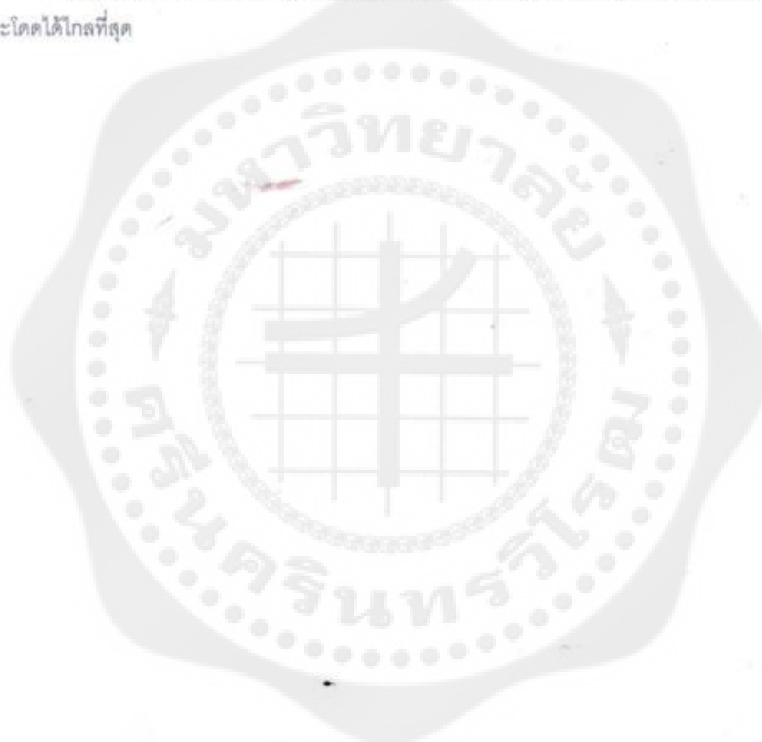


แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี

3. การวัดระยะทางของการกระโดด ให้วัดจากจุดที่ส้นเท้าหรือส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย
 สู่พื้นที่ไกลเส้นเริ่มมากที่สุด โดยให้ผู้ช่วยทำหน้าที่เป็นผู้ดูแลและบันทึกระยะทางที่กระโดดได้ลงใน
 แบบบันทึกการทดสอบ วัดระยะทางที่กระโดดได้เป็นเซนติเมตร ถ้ามีเศษสูงกว่า 0.5 เซนติเมตร ให้ปัดเป็น
 จำนวนเต็มของค่าเซนติเมตรที่สูงขึ้น หรือถ้ามีเศษต่ำกว่า 0.5 เซนติเมตร ให้ปัดเป็นจำนวนเต็มของค่า
 เซนติเมตรที่ต่ำลง

การบันทึกผล

วัดระยะทางที่กระโดดได้เป็นจำนวนเต็มของเซนติเมตร และบันทึกผลการทดสอบของครั้งที่
 กระโดดได้ไกลที่สุด





นั่งอตัวไปข้างหน้า (Sit and Reach)



วัตถุประสงค์การทดสอบ เพื่อวัดความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อหลังและต้นขาด้านหลัง

ค่าความเชื่อมั่น 0.95

ค่าความเที่ยงตรง 1.00

อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ กล้องเครื่องมือวัดความยืดหยุ่นตัว ขนาดสูง 30 เซนติเมตร
มีสเกลของการวัดระยะทางตั้งแต่ค่าลบถึงค่าบวกเป็นเซนติเมตร

วิธีการปฏิบัติ

ให้ผู้รับการทดสอบนั่งตัวตรง เหยียดขาตรงไปข้างหน้า เข่าตึง ให้ฝ่าเท้าตั้งขึ้นและวางราบชิด กลิ้งวัดความยืดหยุ่นตัว เหยียดข้อศอกทั้งสองข้างในท่าคว่ำมือแล้วยื่นแขนตรงไปข้างหน้า โดยให้ฝ่ามือทั้งสองข้างวางคว่ำซ้อนทับกันพอดี แล้วให้ผู้รับการทดสอบค่อยๆ ก้มลำตัวไปข้างหน้าพร้อมกับเหยียด แขนที่มือคว่ำซ้อนทับกันไปวางไว้บนกล่องวัดความยืดหยุ่นตัวโดยให้ได้ไกลที่สุด จนไม่สามารถก้มลำตัวลงไปได้อีก ให้ผู้รับการทดสอบก้มลำตัวค้างไว้ 3 วินาที แล้วกลับมาสู่ท่านั่งตัวตรง ทำการทดสอบจำนวน 2 ครั้งติดต่อกัน

ระเบียบการทดสอบ

1. ในการทดสอบจะต้องถอดรองเท้า
2. ในขณะที่ก้มลำตัวเพื่อยื่นแขนไปข้างหน้าให้ได้ไกลที่สุดนั้น เข่าต้องไม่งอ
3. ห้ามผู้เข้ารับการทดสอบโยกตัวช่วยขณะที่ก้มลำตัวลง

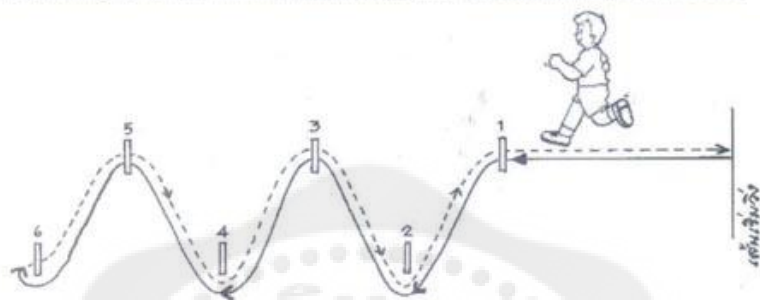
การบันทึกคะแนน

บันทึกระยะทางที่ทำได้เป็นเซนติเมตร โดยบันทึกค่าที่ดีที่สุดจากการทดสอบ 2 ครั้ง



แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี

วิ่งอ้อมหลัก (Zig – Zag Run)



วัตถุประสงค์การทดสอบ เพื่อวัดความแคล่วคล่องว่องไว

ค่าความเชื่อมั่น 0.81

ค่าความเที่ยงตรง 1.00

อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ

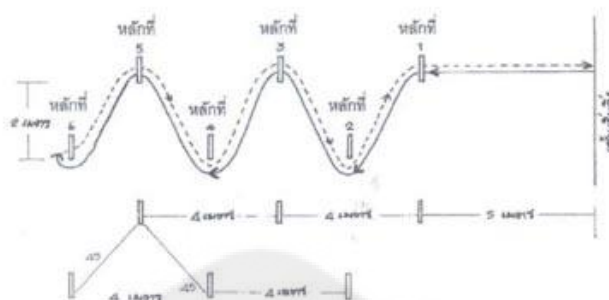
1. หลักสูง 100 เซนติเมตร จำนวน 6 หลัก
2. เทปวัดระยะทาง
3. นาฬิกาจับเวลา 1/100 วินาที

การเตรียมสถานที่ในการทดสอบ

ก่อนการทดสอบ ผู้ทดสอบจะต้องเตรียมสถานที่ดังนี้ คือ จากเส้นเริ่มวัดระยะทางในแนวตรง ห่างขึ้นไปเป็นระยะทาง 5 เมตร จะเป็นจุดในการวางหลักที่ 1 จากหลักที่ 1 ในแนวเส้นเดียวกัน วัดระยะทางห่างจากหลักที่ 1 มา 4 เมตร จะเป็นจุดในการวางหลักที่ 3 และเช่นเดียวกัน จากหลักที่ 3 วัดระยะทางห่างมาอีก 4 เมตร จะเป็นจุดวางหลักที่ 5 จากหลักที่ 1, 3 และ 5 ทำมุม 45 องศา ไปด้านหน้า จะเป็นตำแหน่งในการวางหลักที่ 2, 4 และ 6 ซึ่งในแต่ละหลักนั้นจะมีระยะทางห่างกันจุดละ 4 เมตร เช่นเดียวกัน และหลักในแถวที่สองจะห่างจากแถวที่หนึ่งเป็นระยะทางในแนวตั้งฉาก จุดละ 2 เมตร



ดังภาพ



ภาพแสดงการเตรียมสถานที่และอุปกรณ์สำหรับการวิ่งข้ามหลัก

วิธีการปฏิบัติ

ให้ผู้รับการทดสอบยืนอยู่หลังเส้นเริ่ม เมื่อได้รับสัญญาณ "เริ่ม" ผู้รับการทดสอบจะวิ่งตรงไปข้ามซ้ายในหลักที่ 1 แล้วไปข้ามขวาในหลักที่ 2 ต่อไปจะข้ามซ้ายในหลักที่ 3 ข้ามขวาในหลักที่ 4 ข้ามซ้ายในหลักที่ 5 และข้ามขวาในหลักที่ 6 ต่อจากนั้นก็วิ่งกลับมาข้ามขวาในหลักที่ 5 ข้ามซ้ายในหลักที่ 4 ข้ามขวาในหลักที่ 3 ข้ามซ้ายในหลักที่ 2 และข้ามขวาในหลักที่ 1 แล้ววิ่งผ่านเส้นเริ่มไปอย่างรวดเร็ว

ระเบียบการทดสอบ

หากผู้รับการทดสอบวิ่งผิดเส้นทางตามที่กำหนด หรือส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายสัมผัสกับหลักที่วางไว้ ให้หยุดพัก และทำการทดสอบใหม่

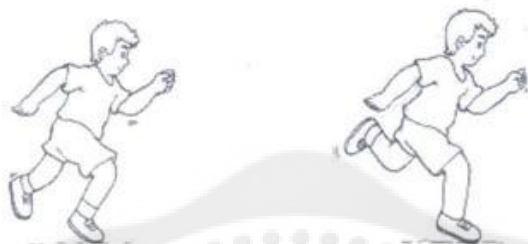
การบันทึกคะแนน

บันทึกเวลาที่ผู้เข้ารับการทดสอบเริ่มต้นออกวิ่งจากเส้นเริ่ม จนกระทั่งวิ่งไปข้ามหลักครบทั้ง 6 หลัก และวิ่งกลับไปถึงเส้นชัย เป็นวินาที โดยบันทึกเป็นทศนิยมสองตำแหน่ง ให้ทำการทดสอบเพียงครั้งเดียว



แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี

วิ่งระยะไกล (Distance Run)



วัตถุประสงค์การทดสอบ เพื่อวัดความอดทนของระบบหัวใจและระบบไหลเวียนเลือด

อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ

1. นาฬิกาจับเวลา 1/100 วินาที
2. สนามที่มีลู่วิ่ง หรือทางวิ่งพื้นราบ

ระยะทางในการวิ่ง

ระยะทาง 1,200 เมตร สำหรับเด็กชายและเด็กหญิง ที่มีอายุระหว่าง 7-12 ปี

ระยะทาง 1,600 เมตร สำหรับเด็กและเด็กหญิง ที่มีอายุระหว่าง 13-18 ปี

วิธีการปฏิบัติ

เมื่อให้สัญญาณ "เข้าที่" ผู้รับการทดสอบยืนในลักษณะเข่างอเท้าตาม โดยให้เท้าหนึ่งแตะที่เส้นเริ่ม เมื่อผู้รับการทดสอบพร้อมและนิ่ง ผู้ทดสอบปล่อยตัวด้วยคำสั่ง "ไป" ผู้รับการทดสอบออกวิ่งไปตามเส้นทางที่กำหนดให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้ ทำการทดสอบจำนวน 1 ครั้ง

ระเบียบการทดสอบ

1. หากผู้รับการทดสอบไม่สามารถวิ่งได้ตลอดระยะทางที่กำหนดได้ ก็ให้เดินสลับกับวิ่ง หรือเดินเร็วไปจนครบระยะทาง
2. ผู้รับการทดสอบที่ไม่สามารถวิ่ง/เดิน ได้ตลอดระยะทางที่กำหนด จะไม่มีการบันทึกเวลา และต้องทำการทดสอบใหม่

โดย รศ.ดร.สุพิตร สมนาค และคณะ



3. หากโรงเรียนไม่มีลู่วิ่ง ให้ตัดแปลงจากสนามหรือทางวิ่งอื่นๆ โดยให้มีระยะทางครบตามที่กำหนดไว้

การบันทึกคะแนน

บันทึกเวลาที่วิ่งได้เป็นนาทีและวินาที





แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี

แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็กไทย

อายุ 7-18 ปี

ทดสอบวันที่ เดือน พ.ศ.

ชื่อ-นามสกุล เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง

วัน เดือน ปี เกิด อายุ ปี เดือน

น้ำหนัก กิโลกรัม ส่วนสูง เซนติเมตร

ระดับชั้น ห้อง โรงเรียน จังหวัด

รายการทดสอบ	ผลการทดสอบ		หน่วย
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	
1. วัดความหนาของไขมันใต้ผิวหนัง			
- บริเวณต้นแขนด้านหลัง (Triceps)			มิลลิเมตร
- บริเวณน่องด้านใน (Medial Calf)			มิลลิเมตร
2. ลูก - นั่ง 60 วินาที			ครั้ง
3. ดันพื้น 30 วินาที			ครั้ง
4. ยืนกระโดดไกล			เซนติเมตร
5. นั่งอตัวไปข้างหน้า			เซนติเมตร
6. วิ่งอ้อมหลัก			วินาที
7. วิ่งระยะไกล*			นาทีและวินาที

* การทดสอบวิ่งระยะไกล เด็กชายและเด็กหญิงอายุ 7-12 ปี ใช้ระยะทาง 1,200 เมตร

เด็กชายและเด็กหญิงอายุ 13-18 ปี ใช้ระยะทาง 1,600 เมตร

ลงชื่อ

ผู้ทำการทดสอบ

โดย รศ.ดร.สุพิตร สมนาคโต และคณะ



เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็กไทยอายุ 7-18 ปี



แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี

เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็กไทยอายุ 7-18 ปี

อายุ (ปี)	ชาย					หญิง				
	หอม	ค่อนข้าง หอม	สมส่วน	ค่อนข้าง ตัว	ตัว	หอม	ค่อนข้าง หอม	สมส่วน	ค่อนข้าง ตัว	ตัว
7	4.8 ลงมา	4.9 - 10.9	11.0 - 17.0	17.1 - 23.1	23.2 ขึ้นไป	7.5 ลงมา	7.6 - 13.2	13.3 - 18.9	19.0 - 24.5	24.6 ขึ้นไป
8	4.8 ลงมา	4.9 - 11.1	11.2 - 17.4	17.5 - 23.7	23.8 ขึ้นไป	7.8 ลงมา	7.9 - 13.6	13.7 - 19.4	19.5 - 25.2	25.3 ขึ้นไป
9	4.9 ลงมา	5.0 - 11.3	11.4 - 17.7	17.8 - 24.0	24.1 ขึ้นไป	8.1 ลงมา	8.2 - 14.0	14.1 - 19.9	20.0 - 25.7	25.8 ขึ้นไป
10	4.9 ลงมา	5.0 - 11.5	11.6 - 18.1	18.2 - 24.6	24.7 ขึ้นไป	8.2 ลงมา	8.3 - 14.2	14.3 - 20.2	20.3 - 26.1	26.2 ขึ้นไป
11	5.1 ลงมา	5.2 - 11.8	11.9 - 18.5	18.6 - 25.1	25.2 ขึ้นไป	8.4 ลงมา	8.5 - 14.5	14.6 - 20.6	20.7 - 26.7	26.8 ขึ้นไป
12	5.1 ลงมา	5.2 - 12.0	12.1 - 18.9	19.0 - 25.7	25.8 ขึ้นไป	8.5 ลงมา	8.6 - 14.7	14.8 - 20.9	21.0 - 27.0	27.1 ขึ้นไป
13	5.1 ลงมา	5.2 - 12.1	12.2 - 19.1	19.2 - 26.1	26.2 ขึ้นไป	8.5 ลงมา	8.6 - 14.7	14.8 - 21.0	21.1 - 27.1	27.2 ขึ้นไป
14	5.3 ลงมา	5.4 - 12.4	12.5 - 19.5	19.6 - 26.6	26.7 ขึ้นไป	8.7 ลงมา	8.8 - 15.0	15.1 - 21.3	21.4 - 27.6	27.7 ขึ้นไป
15	5.7 ลงมา	5.8 - 12.6	12.7 - 19.6	19.7 - 26.7	26.8 ขึ้นไป	9.5 ลงมา	9.6 - 15.8	15.9 - 22.1	22.2 - 28.3	28.4 ขึ้นไป
16	6.2 ลงมา	6.3 - 13.1	13.2 - 20.0	20.1 - 27.0	27.1 ขึ้นไป	9.5 ลงมา	9.6 - 16.0	16.1 - 22.5	22.6 - 29.0	29.1 ขึ้นไป
17	6.2 ลงมา	6.3 - 13.3	13.4 - 20.4	20.5 - 27.4	27.5 ขึ้นไป	9.7 ลงมา	9.8 - 16.2	16.3 - 22.7	22.8 - 29.2	29.3 ขึ้นไป
18	6.5 ลงมา	6.6 - 13.6	13.7 - 20.6	20.7 - 27.5	27.6 ขึ้นไป	10.1 ลงมา	10.2 - 16.6	16.7 - 23.1	23.2 - 29.6	29.7 ขึ้นไป

กรมพลศึกษา, 2555

โดย รศ.ดร.สุพิศร สมหาโต และคณะ



เกณฑ์มาตรฐานสมรรถนะทางกายสำหรับเด็กไทยอายุ 7-18 ปี

อายุ (ปี)	เกณฑ์มาตรฐานสมรรถนะทางกายรายการลูกบ๊อง 60 วินาที (ครั้ง)									
	ชาย					หญิง				
	ต่ำ	ปานกลาง	ดี	ดีมาก	ดีมาก	ต่ำ	ปานกลาง	ดี	ดีมาก	ดีมาก
7	7 ลงมา	8 - 16	17 - 25	26 - 34	35 ขึ้นไป	7 ลงมา	8 - 16	17 - 25	26 - 34	35 ขึ้นไป
8	9 ลงมา	10 - 18	19 - 27	28 - 36	37 ขึ้นไป	8 ลงมา	9 - 17	18 - 26	27 - 35	36 ขึ้นไป
9	11 ลงมา	12 - 20	21 - 29	30 - 38	39 ขึ้นไป	9 ลงมา	10 - 18	19 - 27	28 - 36	37 ขึ้นไป
10	11 ลงมา	12 - 21	22 - 31	32 - 41	42 ขึ้นไป	10 ลงมา	11 - 19	20 - 28	29 - 37	38 ขึ้นไป
11	12 ลงมา	13 - 22	23 - 32	33 - 42	43 ขึ้นไป	10 ลงมา	11 - 20	21 - 30	31 - 40	41 ขึ้นไป
12	13 ลงมา	14 - 23	24 - 33	34 - 43	44 ขึ้นไป	12 ลงมา	13 - 22	23 - 32	33 - 42	43 ขึ้นไป
13	14 ลงมา	15 - 24	25 - 34	35 - 44	45 ขึ้นไป	13 ลงมา	14 - 23	24 - 33	34 - 43	44 ขึ้นไป
14	15 ลงมา	16 - 25	26 - 35	36 - 45	46 ขึ้นไป	14 ลงมา	15 - 24	25 - 34	35 - 44	45 ขึ้นไป
15	16 ลงมา	17 - 26	27 - 36	37 - 46	47 ขึ้นไป	15 ลงมา	16 - 25	26 - 35	36 - 45	46 ขึ้นไป
16	18 ลงมา	19 - 28	29 - 38	39 - 48	49 ขึ้นไป	16 ลงมา	17 - 26	27 - 36	37 - 46	47 ขึ้นไป
17	19 ลงมา	20 - 29	30 - 39	40 - 49	50 ขึ้นไป	17 ลงมา	18 - 27	28 - 37	38 - 47	48 ขึ้นไป
18	20 ลงมา	21 - 30	31 - 40	41 - 50	51 ขึ้นไป	18 ลงมา	19 - 28	29 - 38	39 - 48	49 ขึ้นไป

กรมพลศึกษา, 2555



แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี

เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็กไทยอายุ 7-18 ปี

อายุ (ปี)	เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายชายการันพื้น 30 วินาที (ครั้ง)									
	ชาย					หญิง				
	ต่ำมาก	ต่ำ	ปานกลาง	ดี	ดีมาก	ต่ำมาก	ต่ำ	ปานกลาง	ดี	ดีมาก
7	7 ลงมา	8 - 14	15 - 21	22 - 28	29 ขึ้นไป	5 ลงมา	6 - 12	13 - 19	20 - 26	27 ขึ้นไป
8	8 ลงมา	9 - 15	16 - 22	23 - 29	30 ขึ้นไป	6 ลงมา	7 - 13	14 - 20	21 - 27	28 ขึ้นไป
9	9 ลงมา	10 - 16	17 - 23	24 - 30	31 ขึ้นไป	7 ลงมา	8 - 14	15 - 21	22 - 28	29 ขึ้นไป
10	9 ลงมา	10 - 17	18 - 25	26 - 33	34 ขึ้นไป	8 ลงมา	9 - 15	16 - 22	23 - 29	30 ขึ้นไป
11	10 ลงมา	11 - 18	19 - 26	27 - 34	35 ขึ้นไป	8 ลงมา	9 - 16	17 - 24	25 - 32	33 ขึ้นไป
12	11 ลงมา	12 - 19	20 - 27	28 - 35	36 ขึ้นไป	9 ลงมา	10 - 17	18 - 25	26 - 33	34 ขึ้นไป
13	12 ลงมา	13 - 20	21 - 28	29 - 36	37 ขึ้นไป	9 ลงมา	10 - 17	18 - 25	26 - 33	34 ขึ้นไป
14	13 ลงมา	14 - 21	22 - 29	30 - 37	38 ขึ้นไป	10 ลงมา	11 - 18	19 - 26	27 - 34	35 ขึ้นไป
15	13 ลงมา	14 - 22	23 - 31	32 - 40	41 ขึ้นไป	11 ลงมา	12 - 19	20 - 27	28 - 35	36 ขึ้นไป
16	14 ลงมา	15 - 23	24 - 32	33 - 41	42 ขึ้นไป	12 ลงมา	13 - 20	21 - 28	29 - 36	37 ขึ้นไป
17	16 ลงมา	17 - 25	26 - 34	35 - 43	44 ขึ้นไป	14 ลงมา	15 - 22	23 - 30	31 - 38	39 ขึ้นไป
18	17 ลงมา	18 - 26	27 - 35	36 - 44	45 ขึ้นไป	16 ลงมา	17 - 24	25 - 32	33 - 40	41 ขึ้นไป

กรมพลศึกษา, 2555



เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็กไทยอายุ 7-18 ปี

อายุ (ปี)	เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายการโยกย้าย (เซนติเมตร)											
	ชาย						หญิง					
	ต่ำ	ปานกลาง	ดี	ดีมาก	ต่ำมาก	ต่ำ	ปานกลาง	ดี	ดีมาก	ต่ำ	ปานกลาง	ดีมาก
7	51 ลงมา	52 - 82	83 - 113	114 - 145	146 ขึ้นไป	55 ลงมา	56 - 77	78 - 97	98 - 119	120 ขึ้นไป		
8	59 ลงมา	60 - 88	89 - 118	119 - 149	150 ขึ้นไป	58 ลงมา	59 - 80	81 - 102	103 - 124	125 ขึ้นไป		
9	60 ลงมา	61 - 92	93 - 125	126 - 159	160 ขึ้นไป	61 ลงมา	62 - 84	85 - 109	110 - 133	134 ขึ้นไป		
10	65 ลงมา	66 - 100	101 - 136	137 - 172	173 ขึ้นไป	68 ลงมา	69 - 94	95 - 120	121 - 146	147 ขึ้นไป		
11	71 ลงมา	72 - 106	107 - 142	143 - 179	180 ขึ้นไป	70 ลงมา	71 - 96	99 - 126	127 - 154	155 ขึ้นไป		
12	80 ลงมา	81 - 115	116 - 151	152 - 188	189 ขึ้นไป	75 ลงมา	76 - 103	104 - 131	132 - 159	160 ขึ้นไป		
13	87 ลงมา	88 - 126	127 - 165	166 - 205	206 ขึ้นไป	77 ลงมา	78 - 106	107 - 136	137 - 166	167 ขึ้นไป		
14	95 ลงมา	96 - 133	134 - 171	172 - 209	210 ขึ้นไป	86 ลงมา	87 - 114	115 - 142	143 - 170	171 ขึ้นไป		
15	102 ลงมา	103 - 142	143 - 181	182 - 220	221 ขึ้นไป	91 ลงมา	92 - 119	120 - 147	148 - 175	176 ขึ้นไป		
16	116 ลงมา	117 - 155	156 - 194	195 - 232	233 ขึ้นไป	95 ลงมา	96 - 123	124 - 151	152 - 179	180 ขึ้นไป		
17	122 ลงมา	123 - 160	161 - 199	200 - 238	239 ขึ้นไป	99 ลงมา	100 - 127	128 - 155	156 - 183	184 ขึ้นไป		
18	125 ลงมา	126 - 165	166 - 205	206 - 245	246 ขึ้นไป	104 ลงมา	105 - 132	133 - 160	161 - 188	189 ขึ้นไป		

กรมพลศึกษา, 2555



แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี

เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็กไทยอายุ 7-18 ปี

อายุ (ปี)	เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายการนั่งยองตัวไปข้างหน้า (เซนติเมตร)									
	ชาย					หญิง				
	ต่ำ	ปานกลาง	ดี	ดีมาก	ดีมาก	ต่ำ	ปานกลาง	ดี	ดีมาก	ดีมาก
7	-3 ลงมา	(-2) - 1	2 - 5	6 - 9	10 ขึ้นไป	-1 ลงมา	0 - 3	4 - 7	8 - 11	12 ขึ้นไป
8	-2 ลงมา	(-1) - 2	3 - 6	7 - 10	11 ขึ้นไป	1 ลงมา	2 - 5	6 - 9	10 - 13	14 ขึ้นไป
9	0 ลงมา	1 - 4	5 - 8	9 - 12	13 ขึ้นไป	2 ลงมา	3 - 6	7 - 10	11 - 14	15 ขึ้นไป
10	1 ลงมา	2 - 5	6 - 9	10 - 13	14 ขึ้นไป	2 ลงมา	3 - 7	8 - 12	13 - 17	18 ขึ้นไป
11	2 ลงมา	3 - 6	7 - 10	11 - 14	15 ขึ้นไป	3 ลงมา	4 - 8	9 - 13	14 - 18	19 ขึ้นไป
12	3 ลงมา	4 - 7	8 - 11	12 - 15	16 ขึ้นไป	4 ลงมา	5 - 9	10 - 14	15 - 19	20 ขึ้นไป
13	4 ลงมา	5 - 8	9 - 12	13 - 16	17 ขึ้นไป	4 ลงมา	5 - 9	10 - 14	15 - 19	20 ขึ้นไป
14	4 ลงมา	5 - 9	10 - 14	15 - 19	20 ขึ้นไป	4 ลงมา	5 - 10	11 - 16	17 - 22	23 ขึ้นไป
15	5 ลงมา	6 - 10	11 - 16	17 - 22	23 ขึ้นไป	5 ลงมา	6 - 11	12 - 17	18 - 23	24 ขึ้นไป
16	5 ลงมา	6 - 11	12 - 17	18 - 23	24 ขึ้นไป	6 ลงมา	7 - 12	13 - 18	19 - 24	25 ขึ้นไป
17	6 ลงมา	7 - 12	13 - 18	19 - 24	25 ขึ้นไป	7 ลงมา	8 - 13	14 - 19	20 - 25	26 ขึ้นไป
18	7 ลงมา	8 - 13	14 - 19	20 - 25	26 ขึ้นไป	8 ลงมา	9 - 14	15 - 20	21 - 26	27 ขึ้นไป

กรมพลศึกษา, 2555

เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็กไทยอายุ 7-18 ปี

อายุ (ปี)	ชาย						หญิง					
	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	ต่ำ	ต่ำมาก	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	ต่ำ	ต่ำมาก	ดีมาก	ดี
7	17.42 ลงมา	17.43-21.73	21.74-26.04	26.05-30.22	30.23 ขึ้นไป	20.64 ลงมา	20.65-24.31	24.32-28.05	28.06-31.74	31.75 ขึ้นไป	20.64 ลงมา	20.65-24.31
8	17.00 ลงมา	17.01-21.16	21.17-25.28	25.29-29.33	29.34 ขึ้นไป	20.38 ลงมา	20.39-23.74	23.75-27.07	27.08-30.23	30.24 ขึ้นไป	20.38 ลงมา	20.39-23.74
9	16.38 ลงมา	16.39-20.31	20.32-24.36	24.37-28.17	28.18 ขึ้นไป	19.75 ลงมา	19.76-22.81	22.82-25.95	25.96-29.17	29.18 ขึ้นไป	19.75 ลงมา	19.76-22.81
10	16.05 ลงมา	16.06-20.05	20.06-23.91	23.92-27.75	27.76 ขึ้นไป	19.22 ลงมา	19.23-22.16	22.17-25.08	25.09-27.83	27.84 ขึ้นไป	19.22 ลงมา	19.23-22.16
11	15.93 ลงมา	15.94-19.46	19.47-22.93	22.94-26.46	26.47 ขึ้นไป	18.91 ลงมา	18.92-21.85	21.86-24.76	24.77-27.61	27.62 ขึ้นไป	18.91 ลงมา	18.92-21.85
12	15.71 ลงมา	15.72-19.16	19.17-22.50	22.51-26.08	26.09 ขึ้นไป	18.50 ลงมา	18.51-21.13	21.14-23.62	23.63-26.05	26.06 ขึ้นไป	18.50 ลงมา	18.51-21.13
13	15.86 ลงมา	15.87-19.10	19.11-22.34	22.35-25.41	25.42 ขึ้นไป	18.19 ลงมา	18.20-20.90	20.91-23.73	23.74-25.85	25.86 ขึ้นไป	18.19 ลงมา	18.20-20.90
14	15.55 ลงมา	15.56-18.28	18.29-20.52	20.53-23.27	23.28 ขึ้นไป	18.03 ลงมา	18.04-20.52	20.53-23.07	23.08-25.44	25.45 ขึ้นไป	18.03 ลงมา	18.04-20.52
15	15.23 ลงมา	15.24-17.65	17.66-20.13	20.14-22.34	22.35 ขึ้นไป	17.72 ลงมา	17.73-20.13	20.14-22.24	22.25-24.82	24.83 ขึ้นไป	17.72 ลงมา	17.73-20.13
16	15.07 ลงมา	15.08-17.38	17.39-19.52	19.53-21.85	21.87 ขึ้นไป	17.41 ลงมา	17.42-19.53	19.54-21.61	21.62-23.48	23.49 ขึ้นไป	17.41 ลงมา	17.42-19.53
17	14.80 ลงมา	14.81-17.04	17.05-19.26	19.27-21.51	21.52 ขึ้นไป	17.11 ลงมา	17.12-19.05	19.06-20.92	20.93-22.83	22.84 ขึ้นไป	17.11 ลงมา	17.12-19.05
18	14.62 ลงมา	14.63-16.81	16.82-19.05	19.06-21.14	21.15 ขึ้นไป	16.92 ลงมา	16.93-18.85	18.86-20.76	20.77-22.51	22.52 ขึ้นไป	16.92 ลงมา	16.93-18.85

กรมพลศึกษา, 2555



โดย รศ.ดร.สุพิศ สมาหิโต และคณะ



แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี

เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็กไทยอายุ 7-18 ปี

อายุ (ปี)	เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายรายการวิ่งระยะไกล (นาที)						หญิง					
	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	ต่ำ	ต่ำมาก	ดีมาก	ดี	ปานกลาง	ต่ำ	ต่ำมาก	ดีมาก	ดี
7	7:14 ลงมา	7:15-9:43	9:44-12:14	12:15-15:52	15:53 ขึ้นไป	8:45 ลงมา	8:46-11:21	11:22-14:42	14:43-17:48	17:49 ขึ้นไป	8:45 ลงมา	8:46-11:21
8	6:51 ลงมา	6:52-9:25	9:26-12:38	12:39-15:16	15:17 ขึ้นไป	8:26 ลงมา	8:27-11:52	11:53-14:27	14:28-17:13	17:14 ขึ้นไป	8:26 ลงมา	8:27-11:52
9	6:37 ลงมา	6:38-9:02	9:03-11:40	11:41-14:30	14:31 ขึ้นไป	7:31 ลงมา	7:32-10:40	10:41-13:53	13:54-17:08	17:09 ขึ้นไป	7:31 ลงมา	7:32-10:40
10	6:12 ลงมา	6:13-8:35	8:36-11:26	11:27-14:21	14:22 ขึ้นไป	7:15 ลงมา	7:16-10:35	10:36-13:26	13:27-16:31	16:32 ขึ้นไป	7:15 ลงมา	7:16-10:35
11	5:54 ลงมา	5:55-8:14	8:15-10:41	10:42-13:45	13:46 ขึ้นไป	6:44 ลงมา	6:45-9:37	9:38-12:41	12:42-15:30	15:31 ขึ้นไป	6:44 ลงมา	6:45-9:37
12	5:37 ลงมา	5:38-8:02	8:03-10:27	10:28-13:18	13:19 ขึ้นไป	6:30 ลงมา	6:31-9:15	9:16-11:30	11:31-14:54	14:55 ขึ้นไป	6:30 ลงมา	6:31-9:15
13	7:23 ลงมา	7:24-10:17	10:18-13:41	13:42-16:21	16:22 ขึ้นไป	8:52 ลงมา	8:53-11:42	11:43-14:51	14:52-17:48	17:49 ขึ้นไป	8:52 ลงมา	8:53-11:42
14	7:05 ลงมา	7:06-9:35	9:36-12:54	12:55-15:47	15:48 ขึ้นไป	8:41 ลงมา	8:42-11:35	11:36-14:27	14:28-17:14	17:15 ขึ้นไป	8:41 ลงมา	8:42-11:35
15	6:51 ลงมา	6:52-9:44	9:45-12:37	12:38-15:14	15:15 ขึ้นไป	8:29 ลงมา	8:30-11:25	11:26-14:18	14:19-17:02	17:03 ขึ้นไป	8:29 ลงมา	8:30-11:25
16	6:38 ลงมา	6:39-9:17	9:18-11:51	11:52-14:44	14:45 ขึ้นไป	8:12 ลงมา	8:13-10:51	10:52-13:43	13:44-16:41	16:42 ขึ้นไป	8:12 ลงมา	8:13-10:51
17	6:10 ลงมา	6:11-8:42	8:43-11:32	11:33-13:59	14:00 ขึ้นไป	7:55 ลงมา	7:56-10:46	10:47-13:21	13:22-16:29	16:30 ขึ้นไป	7:55 ลงมา	7:56-10:46
18	5:47 ลงมา	5:48-8:25	8:26-10:51	10:52-13:41	13:42 ขึ้นไป	7:41 ลงมา	7:42-10:30	10:31-13:26	13:27-16:16	16:17 ขึ้นไป	7:41 ลงมา	7:42-10:30

กรมพลศึกษา, 2555



ข้อปฏิบัติในการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

1. ครูต้องเตรียมเครื่องมือ อุปกรณ์และสนามที่จะใช้ในการทดสอบไว้ให้พร้อม โดยจะต้องสำรวจตรวจสอบความพร้อมและคุณภาพของเครื่องมือและอุปกรณ์เหล่านั้นไว้ด้วย
2. แบบฟอร์มที่จะใช้ในการบันทึกข้อมูลที่ได้จากการทดสอบเป็นสิ่งสำคัญมากที่ครูจะต้องเตรียมและเขียนชื่อเด็กไว้ให้ครบ พร้อมทั้งชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูงไว้ล่วงหน้าก่อนทำการทดสอบจริงประมาณ 1 สัปดาห์ เมื่อดำเนินการทดสอบครูก็สามารถบันทึกข้อมูลได้ทันทีโดยไม่ต้องเสียเวลาในการกรอกข้อมูลของน้ำหนักและส่วนสูงอีก
3. ครูจะต้องวางแผนการดำเนินงานในการทดสอบสมรรถภาพทางกายให้เรียบร้อย โดยจะต้องวางรูปแบบการทดสอบในแต่ละรายการว่า จะใช้เวลาในการทดสอบนานประมาณเท่าใด การเตรียมการในลักษณะนี้ จะเป็นการช่วยให้การดำเนินการในการทดสอบเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ไม่เสียเวลา ไม่สับสน ข้อมูลที่ได้ก็จะมีคุณสมบัติสมบูรณ์มากที่สุด
4. ในระหว่างที่มีการทดสอบอยู่นั้น ครูจะไม่อนุญาตให้เด็กคนอื่นๆ ที่ยังไม่ถึงรอบของตนเองในการทดสอบ ไปทำกิจกรรมการออกกำลังกายหรือการเล่นอื่นๆ เพราะการออกกำลังกายและการไปเล่นของเด็กจะมีผลต่อข้อมูลที่ได้จากการทดสอบ
5. ในการทดสอบบางรายการ หากจำเป็นจะต้องมีผู้ช่วยในการทดสอบ ครูจะต้องมั่นใจว่าได้ทำความเข้าใจเกี่ยวกับรายละเอียดของการทดสอบ วิธีดำเนินการและวิธีการบันทึกข้อมูลกับผู้ช่วยในการทดสอบเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ทั้งนี้เพื่อป้องกันความผิดพลาดที่อาจเกิดขึ้น
6. ก่อนการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ครูควรใช้เวลาสั้นๆ ในการอธิบายให้เด็กฟังว่า การทดสอบนี้เป็นการวัดและประเมินผลความสามารถของเด็กแต่ละคน ไม่ใช่การแข่งขัน ดังนั้นเด็กควรจะปฏิบัติให้ดีที่สุดเพื่อเป็นข้อมูลของตนเอง ต่อจากนั้นครูก็ต้องสาธิตวิธีการปฏิบัติให้เด็กดูอย่างซ้ำๆ ด้วย
7. ก่อนการทดสอบเพื่อบันทึกคะแนนในแต่ละรายการ ครูควรให้เด็กได้ทดลองปฏิบัติการทดสอบรายการนั้นๆ เสียก่อน สำหรับรายละเอียดของการทดสอบในแต่ละรายการนั้นก็ให้ปฏิบัติตามวิธีทดสอบที่ได้บอกรายละเอียดไว้แล้วในรายการทดสอบนั้นๆ



แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย สำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี

8. ครูต้องสำรวจเด็กก่อนว่ามีเด็กคนใดที่มีโรคประจำตัวหรือกำลังเจ็บป่วย และยังไม่ควรอนุญาตให้เด็กทำการทดสอบ จนกว่าจะมั่นใจว่าเด็กจะได้รับความปลอดภัยและไม่มีอันตรายจากโรคประจำตัวนั้นๆ

9. ก่อนการทดสอบ ครูควรให้เด็กทุกคนได้มีการอบอุ่นร่างกายเพื่อเป็นการยืดเส้นยืดสาย อาจจะทำโดยการวิ่งอยู่กับที่ หมุนแขน เขยียดแขน บิดลำตัว หรือเคลื่อนไหวแขน ขา ลำตัวโดยวิธีอื่นๆ ทั้งนี้เพื่อกระตุ้นให้กล้ามเนื้อ เ็น และพร้อมมีความพร้อมในการทดสอบ

10. เนื่องจากการทดสอบจะต้องทำหลายรายการ ครูผู้สอนอาจจะแบ่งการทดสอบออกเป็น 2 วัน หรืออาจทำการทดสอบให้เสร็จสิ้นภายใน 1 วัน ข้อที่ควรคำนึงก็คือ หากครูผู้สอนปฏิบัติอย่างใดอย่างหนึ่งก็จะต้องเลือกปฏิบัติวิธีเดียวกันกับการทดสอบทุกครั้ง

11. ในระหว่างการทดสอบหากเด็กได้รับอุบัติเหตุจากการทดสอบหรือเกิดอาการผิดปกติของร่างกายในรายการใดรายการหนึ่ง ครูจะต้องให้เด็กคนนั้นหยุดทำการทดสอบทันที และหาเวลาทำการทดสอบเพิ่มเติมในภายหลังเมื่อเด็กหายเป็นปกติแล้ว



ภาคผนวก ช

รูปภาพ นาฏมวยไทย กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ภาพกิจกรรม การทดสอบการทดสอบสมรรถภาพทางกาย



ภาพกิจกรรม การทำแบบวัดความตระหนักรู้



เรียนประวัติศาสตร์ มวยไทยและ ประวัติศาสตร์ นาฏมวยไทย



ภาพกิจกรรม การเรียนท่าไหว้ครูมวยไทย



การเรียนรู้พื้นฐานมวยไทย



เรียน ปั่นเตียรทศกัณฐ์



กิจกรรม ความคิดสร้างสรรค์ ทำ นาฏมวยไทย



กิจกรรม ความคิดสร้างสรรค์ ทำ นาฏมวยไทย





ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นายตรีวัฒน์ มีสมศักดิ์
วันเดือนปีเกิด	15 พฤศจิกายน 2529
สถานที่เกิด	พระนครศรีอยุธยา
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	99/10 หมู่ที่ 1 ตำบลหัวรอ อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
ตำแหน่งงานปัจจุบัน	ครูโรงเรียนบ้านราษฎร์ไทยกนกนาฏ 2
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนบ้านราษฎร์ไทยกนกนาฏ 2 65 หมู่ 7 ตำบลไผ่ลิง อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2548	ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) สาขาคอมพิวเตอร์ธุรกิจ จาก วิทยาลัยเทคโนโลยีไทยอโยธยาบริหารธุรกิจ
พ.ศ. 2556	บริหารธุรกิจบัณฑิต สาขาวิชาคอมพิวเตอร์ธุรกิจ คณะวิทยาการจัดการ จาก มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา
พ.ศ. 2560	การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาศิลปะการแสดงศึกษา (ศิลปะการแสดงศึกษา) คณะศิลปกรรมศาสตร์ จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ