



## ผลการใช้บทเรียน เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวแบบไอคิโด โดยใช้แนวความคิดการพัฒนาทักษะปฏิบัติของชิมพ์ซัน สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ชาติชาย สร้อยดอกสน  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้จากบทเรียน เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวแบบไอคิโด โดยใช้แนวความคิดการพัฒนาทักษะปฏิบัติของชิมพ์ซัน สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 75/75 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านแหลมแม่ตัน ตำบลแสนสุข อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี จำนวน 30 คน ที่เรียนวิชาพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 โดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ใช้เวลาในการทดลอง 12 ชั่วโมง สำหรับเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ บทเรียน แบบทดสอบความสามารถไอคิโด ระหว่างเรียน และแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

บทเรียน เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวแบบไอคิโด แบ่งเป็น 4 แผนจัดการเรียนรู้ ดังนี้ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 ความรู้เบื้องต้นและการเตรียมตัวเพื่อเรียนศิลปะการป้องกันตัวการฝึกการล้ม และการเคลื่อนเท้าแบบเทกังโฮ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2 การป้องกันตัว การเข้าทำร้ายทางด้านหน้า แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3 การป้องกันตัว การเข้าทำร้ายทางด้านหลัง แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 การป้องกันตัว การถุกนั่งทับคร่อมตัวบนพื้น แบบประเมินคุณภาพของบทเรียนศิลปะการป้องกันตัวไอคิโด ที่ใช้มาตราประมาณค่า 5 ระดับ ได้คะแนนเฉลี่ย 4.58 โดยผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน เห็นว่า ศิลปะการป้องกันตัวแบบไอคิโด สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความเห็นว่าคุณภาพด้านเนื้อหาของบทเรียนอยู่ในเกณฑ์เหมาะสมมากที่สุด เหมาะกับการเรียนการสอน

แบบทดสอบความสามารถไอคิโดระหว่างเรียน และแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน มีค่าดัชนีความสอดคล้อง ซึ่งได้ค่า IOC เท่ากับ 1.00 ทุกข้อ

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าเฉลี่ย ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที ผลวิจัย พบว่าความสามารถในการป้องกันตัวระหว่างเรียนกับหลังเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านแหลมแม่ตัน จำนวน 30 คน ที่เรียนวิชาพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 คิดเป็นร้อยละ 74 / 84 ซึ่งสอดคล้องตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ และผลสัมฤทธิ์หลังเรียนสูงกว่าระหว่างเรียน

**คำสำคัญ :** ผลการใช้บทเรียน ไอคิโด ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ชิมพ์ซัน

## THE LESSON ON SELF DEFENSE WITH AIKIDO BASED ON SIMPSONS PRACTICE SKILL DEVELOPMENT APPROACH

Chatchai Sroidokson

Faculty of Education, Burapha University

---

### Abstract

This research was conducted in an experimental research. The objective of this study was to study the learning achievement from the lesson about Aikido martial arts. The concept of Simpson's practical skills development was used for students in grade 6 to meet the 75/75 criteria in 1<sup>st</sup> semester, academic year 2017 by purposive selection method. It takes 12 hours for the experiment. The constructed lessons; the Aikido ability test during study and the achievement test were used as the tools of this study.

Aikido martial arts lesson were divided into 4 plans as follows. Learning Management Plan 1: Basic knowledge and preparation to learn martial arts, the training of falling and foot movement in Tegung Ho, Learning Management Plan 2: Self-defense front attack, Learning Management Plan 3: Self-defense attacking in the back, Learning Management Plan 4 Self-defense being seated.

The mean scores of quality assessment form for Aikido martial arts lessons were found at 4.58 rated in five scales by a panel of five experts. The quality of lesson contents for grand 6 students was found at a highest level and appropriate for learning. The IOC of Aikido ability test during study and learning achievement test was found at 1.00 in every item. The data analysis was conducted in mean, standard deviation and t-test. The findings revealed that the efficiency of grade 6 students' self-defense ability during study and after study was found at 74/84 which met the set standard, and their learning achievement after study was higher than that during study.

**Keywords:** The lesson on self-defend, Aikido, Learning achievement, Simpsons

## บทนำ

ในสังคมปัจจุบัน เรามักจะเห็นข่าวในหนังสือพิมพ์ ทีวี หรือสื่ออื่นๆ เกี่ยวกับเด็กที่ถูกทำร้ายอยู่บ่อยๆ โดยในปี 2558 ที่ผ่านมามีการเก็บสถิติความรุนแรง พบว่า มีจำนวนกว่า 30,000 ราย เพิ่มขึ้นจากปี 2557 ซึ่งมีจำนวนกว่า 28,000 คน โดยแบ่งเป็นเด็กกว่า 19,000 คน สตรีกว่า 12,000 ราย ในกลุ่มของเด็ก พบว่า ร้อยละ 90 เป็นหญิงอายุระหว่าง 10-15 ปี โดยอันดับหนึ่ง เป็นการกระทำความรุนแรงต่อร่างกาย ทั้งกักขัง บังคับ ทบตี อันดับสอง เป็นคดีทางเพศ ทั้งข่มขืน กระทำชำเรา และล่วงละเมิดทางเพศ กำลังเกิดอะไรขึ้นกับประเทศไทยของเรา เหตุใดจึงมีเด็กถูกทำร้ายมากมายถึงเพียงนี้ (Thairath Online, 2017)

ผลกระทบจากความรุนแรงต่อเด็ก ผลในระยะสั้น ด้านสุขภาพร่างกาย มีอาการบาดเจ็บ หรือเป็นโรค ผิดปกติต่างๆ เช่น ความผิดปกติเรื่องการทานอาหาร ปวดท้อง และยังขัดขวางพัฒนาการของเด็ก เด็กจะมีพัฒนาการและสมองช้ากว่าเด็กทั่วไป ทำให้เกิดปัญหาการปรับตัวทั้งในด้านการเรียน ด้านสังคม มนุษย์สัมพันธ์ และทางจิตใจในอนาคตต่อไป ด้านสุขภาพจิตใจ เด็กอาจรู้สึกเศร้าเสียใจ เสียความภูมิใจในคุณค่าของตนเอง สิ้นหวัง จนอาจมีอาการเศร้าซึมรุนแรง วิดกกังวล มีปัญหาการเข้าสังคม จนมีแนวโน้มฆ่าตัวตาย หรืออาจกลายเป็นเด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าว ไม่เคารพกฎระเบียบ เนื่องจากความโกรธ หรือความเครียดสะสม ผลในระยะยาว เด็กมีแนวโน้มที่จะโตเป็นผู้ใหญ่ที่ใช้ความรุนแรงต่อผู้อื่นเพราะคิดว่าความรุนแรงเป็นเรื่องปกติ อาจมีอาการก้าวร้าว ขอบรังแกเพื่อนมีพฤติกรรมทารุณทางเพศ ทารุณกรรมเด็ก ทำร้ายคู่ครอง และอาจจะสืบทอดพฤติกรรม การลงโทษเด็กด้วยความรุนแรง เมื่อได้เป็นพ่อคนแม่คนบ้างทำให้เกิดการถ่ายทอดพฤติกรรมรุนแรงจากรุ่นหนึ่ง ไปสู่รุ่นต่อไป เด็กมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น นิยมชมชอบการกระทำที่ผิดกฎหมาย เสพติด การใช้สารเสพติดต่างๆ ไปจนถึงการเข้าร่วม หรือกลายเป็นผู้ก่ออาชญากรรม (UNICEF Thailand, 2018)

ภัยอีกรูปแบบ คือ ภัยจากคนแปลกหน้า บุคคลเหล่านี้อาจจะเป็นทั้งมิตร และไม่ใช่มิตรก็ได้ จึงเป็นเรื่องที่สำคัญต้องสอนเด็กให้รู้จักแยกแยะคนแปลกหน้า ภัยร้ายหลากหลายรูปแบบอาจเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา เพราะภัยร้ายไม่ได้บอกล่วงหน้าก่อนเวลาที่จะเกิดขึ้น โดยภัยร้ายอาจจะมาในขณะที่เด็กๆ ไม่ได้ระวังตัว แต่หนทางหนึ่งที่เด็กเหล่านี้จะสามารถป้องกันตัว จากภัยร้ายที่อาจเกิดขึ้นได้ คือ การฝึกฝนให้มีสติ รู้จักพิจารณา ระมัดระวัง สามารถช่วยเหลือตัวเองได้เมื่อมีเหตุการณ์ไม่ปกติเกิดขึ้น ที่สำคัญทั้งพ่อแม่ และตัวเด็กเอง ต้องไม่ประมาทในการดำเนินชีวิตในทุกๆวัน (haijai, 2017)

ไอคิโด เป็นศิลปะการป้องกันตัวจากญี่ปุ่น ปัจจุบันแพร่หลายไปทั่วโลก มีการนำไปผสมผสานกับวิชาอื่น เช่น การควบคุมเหตุร้ายของตำรวจ ทหาร การรักษาความปลอดภัย การให้คำปรึกษาและจิตบำบัด ซึ่งไอคิโด เป็นศิลปะป้องกันตัวไม่ใช่กีฬาเหมือนเทควันโด หรือยูโด จึงไม่มีการแข่งขันแต่เป็นการป้องกันตัวจากการกระทำทุกรูปแบบทั้งมือเปล่า และมีอาวุธในระยะกระทำประชิดตัว ไอคิโดเป็นศิลปะป้องกันตัวที่เด็ก และผู้หญิงสามารถฝึกได้ง่ายๆ เพราะใช้พลังทางกายน้อย เน้นใช้พลังสมองคิดหาวิธีควบคุมคู่ต่อสู้ โดยจงใจคู่ต่อสู้ให้ดำเนินไปในทิศทางที่เราต้องการ ซึ่งอาศัยแรงของคู่ต่อสู้ทำร้ายตัวเอง และยังเป็นการฝึกจิตใจให้เข้มแข็งซึ่งวัฒนธรรมของไอคิโดประเทศญี่ปุ่น ที่จะมีการเคารพกันอย่างเคร่งครัด ทำความเคารพอาจารย์ มีการขอบคุณ และขอโทษคู่ซ้อมอยู่เสมอ ทำให้บรรยากาศในการเรียนเป็นไปด้วยดี ไม่หยาบคายต่อกัน และปลูกฝังจิตใจที่ดีงามให้เด็กๆ ได้ดี ทักษะชีวิต คือ ความสามารถในการแก้ปัญหาที่ต้องเผชิญในชีวิตประจำวัน เพื่อให้อยู่รอดปลอดภัย และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข นับเป็นทักษะที่จำเป็นสำหรับยุคปัจจุบัน เพื่อใช้ในการป้องกันอันตรายจากภัยรอบข้าง ภัยใกล้ตัว ภัยจากมนุษย์ รวมไปถึงการช่วยเหลือ การแจ้งเหตุที่ถูกต้อง ซึ่งเริ่มเข้ามามีบทบาทต่อการดำเนินชีวิต เพื่อให้เด็กและเยาวชนมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องสุขภาวะ มีประสบการณ์ตรงสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้จริงความปลอดภัย และอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับเด็กเป็นสถานการณ์

ที่เปรียบเสมือนเส้นบางๆ ซึ่งอาจเป็นเรื่องสุวิสัยที่อยู่นอกเหนือการควบคุม แต่ส่วนใหญ่เราสามารถป้องกันได้ ตั้งแต่การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม การระมัดระวังให้เด็กอยู่ในสายตาของผู้ใหญ่ที่ไวใจได้ แต่ภูมิคุ้มกันที่ดี และยั่งยืนที่สุดคือการสร้างทักษะการเอาตัวรอด การแก้ปัญหาการช่วยเหลือตัวเอง และเพื่อให้มีในเด็กทุกคน (Thai Health Promotion Foundation, 2015)

ผู้วิจัยในฐานะผู้สอน เล็งเห็นถึงความสำคัญในวิชาศิลปะการป้องกันตัว จึงได้ทำวิจัย เรื่อง ผลการใช้ บทเรียน เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวแบบไอคิโด โดยใช้แนวความคิดการพัฒนาทักษะปฏิบัติของซิมพ์สัน สำหรับ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงทดลองมาร่วมพัฒนา และเพื่อสังเกตพัฒนาการ ทางด้านทักษะปฏิบัติของนักเรียนว่า มีความสามารถทางด้านทักษะปฏิบัติเพิ่มขึ้นมากน้อยเพียงใด และผลของการวิจัยในครั้งนี้ จะเป็นแนวทางในการพัฒนาการเรียนการสอนของกลุ่มสาระการเรียนรู้พลศึกษาต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้จากบทเรียนและศึกษาความสามารถในการป้องกันตัว เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวแบบไอคิโด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

### กรอบแนวความคิดการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง ผลการใช้บทเรียน เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวแบบไอคิโด โดยประยุกต์ใช้แนวความคิดการพัฒนาทักษะปฏิบัติของซิมพ์สัน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาพลศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

### นิยามศัพท์เฉพาะ

**บทเรียน เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวแบบไอคิโด** หมายถึง บทเรียน เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวแบบไอคิโด สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยประยุกต์ใช้แนวความคิดการพัฒนาทักษะปฏิบัติของซิมพ์สัน ซึ่งเนื้อหาของบทเรียนประกอบด้วย เนื้อหาวิชาจำนวน 4 แผนการเรียนรู้ แบบทดสอบความสามารถ และแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

**ความสามารถในการป้องกันตัว** หมายถึง ความสามารถในการตอบคำถาม และปฏิบัติวิชาไอคิโด ระหว่างเรียนและหลังเรียน วัดได้โดยการตอบคำถาม และการสังเกต

**แบบทดสอบความสามารถ** หมายถึง เครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อวัดความรู้ความเข้าใจ และทักษะเบื้องต้นในวิชาศิลปะการป้องกันตัวไอคิโด ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หลังจากจบการเรียนการสอนในแต่ละชั่วโมง การเรียนที่ทดสอบด้วยภาคปฏิบัติ

**แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน** หมายถึง เครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อวัดความรู้ความเข้าใจ และทักษะเบื้องต้นในวิชาศิลปะการป้องกันตัวไอคิโดของผู้เรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หลังจากจบการเรียนการสอนทั้งหมดทุกแผนการสอน ที่ทดสอบด้วย ภาคปฏิบัติ 12 ข้อ 36 คะแนน และปรนัยจำนวน 14 ข้อ 14 คะแนน

**ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน** หมายถึง คะแนนหลังเรียนได้จากคะแนนสอบภาคปฏิบัติ 12 ข้อ 36 คะแนน และปรนัยจำนวน 14 ข้อ 14 คะแนน

**ศิลปะการป้องกันตัวไอคิโด** หมายถึง วิธีการป้องกันตัวจากญี่ปุ่น ลักษณะของวิชาไอคิโด ปฏิเสธการแข่งขัน ไม่สอนให้ทำร้ายผู้อื่น เช่น ชก เตะ ถีบ แต่จะสอนให้ระงับหรือควบคุมความก้าวร้าว ความรุนแรงจาก

คนอื่น ๆ อาศัยการหมุนไปแล้วหมุนย้อนกลับ ผสมผสานกับการดึง การดัน พร้อมกับท่าควบคุมที่แน่นอนในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า

**แนวคิดการพัฒนาทักษะปฏิบัติของซิมพ์ซัน** คือ รูปแบบการเรียนการสอนที่เน้นการพัฒนาด้านทักษะพิสัย (Psycho-Motor Domain) เป็นรูปแบบที่มุ่งช่วยพัฒนาความสามารถของผู้เรียนในด้านการปฏิบัติ การกระทำ หรือการแสดงออกต่าง ๆ ซึ่งจำเป็นต้องใช้หลักการวิธีการที่แตกต่างไปจากการพัฒนาทางด้านจิตพิสัย หรือพุทธิพิสัย ทักษะปฏิบัตินี้สามารถพัฒนาได้ด้วยการฝึกฝน ซึ่งหากได้รับการฝึกฝนที่ดีแล้วจะเกิดความถูกต้อง ความคล่องแคล่ว ความเชี่ยวชาญชำนาญการ และความคงทน

**แผนจัดการเรียนรู้** หมายถึง กระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ใช้กับวิชาศิลปะการป้องกันตัวไอคิโด

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้จากบทเรียน เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวแบบไอคิโด โดยใช้แนวคิดการพัฒนาทักษะปฏิบัติของซิมพ์ซัน สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 75/75 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนโรงเรียนบ้านแหลมแทน ตำบลแสนสุข อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี จำนวน 30 คน ที่เรียนวิชาพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 โดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ใช้เวลาในการทดลอง 12 ชั่วโมง

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวม และการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วยดังต่อไปนี้

1. บทเรียน เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวไอคิโด จำนวน 4 แผนการเรียนรู้
2. แบบทดสอบความสามารถไอคิโดระหว่างเรียน จำนวน 4 ชุด
3. แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จำนวน 1 ชุด

**บทเรียน เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวไอคิโด** ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตามแนวคิดทักษะปฏิบัติของซิมพ์ซัน จำนวน 4 แผนจัดการเรียนรู้ ดังนี้

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 ความรู้เบื้องต้น และการเตรียมตัวเพื่อเรียนศิลปะการป้องกันตัวการฝึกการล้ม และการเคลื่อนไหวแบบเทกังโฮ

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2 การป้องกันตัว การเข้าทำร้ายทางด้านหน้า

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3 การป้องกันตัว การเข้าทำร้ายทางด้านหลัง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 การป้องกันตัว การถุกนั้งทับคร่อมตัวบนพื้น

กำหนดรูปแบบการเขียนแผนการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดทักษะปฏิบัติของซิมพ์ซัน โดยยึดองค์ประกอบ ดังนี้ สำคัญ จุดประสงค์การเรียนรู้ เนื้อหา กิจกรรมการเรียนการสอน แหล่งเรียนรู้ การวัดผลและประเมินผล ความเห็นผู้บริหาร บันทึกผลหลังสอน แบบทดสอบวัดความสามารถระหว่างเรียน

สร้างแผนการจัดการเรียนรู้ จำนวน 12 ชั่วโมง และนำแผนการจัดการเรียนรู้ที่สร้างเสร็จเรียบร้อยแล้วไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการสอนศิลปะการป้องกันตัว ตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหาที่ใช้ แล้วนำมาหาความเหมาะสม และนำไปทดลองใช้ หลังจากนั้นนำแผนการจัดการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาความเหมาะสมของเวลา สารการเรียนรู้ กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ สื่อการเรียนรู้ และการวัดและการประเมินผล เพื่อปรับปรุงสาระการเรียนรู้ให้เหมาะสม และจัดพิมพ์แผนการจัดการเรียนรู้ที่สมบูรณ์เพื่อนำไปใช้จริงกับประชากรกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้น

ประณการศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านแหลมแทน อ.เมือง จ.ชลบุรี ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 30 คน  
ต่อไป

**แบบทดสอบความสามารถ และแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน** มีรายละเอียดดังนี้

**แบบทดสอบความสามารถ** ไอคิโดระหว่างเรียน แบ่งเป็นจำนวน 4 ชุด อธิบายได้ว่า 1 ชุด ต่อ 1 แผนการเรียนการสอน ผู้สังเกตตรวจสอบความถูกต้องของผลทักษะปฏิบัติ ตามรายการที่มีในแบบทดสอบความสามารถแล้วกรอกคะแนนของนักเรียนที่ได้ลงในแบบทดสอบความสามารถ ประกอบด้วยดังนี้

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 การล้มหลังและการเคลื่อนไหวแบบเทกังโฮ** แบ่งเป็น 10 ข้อย่อย 10 คะแนน จุดประสงค์ คือ นักเรียนสามารถปฏิบัติการสาดการล้มตามที่ผู้สอนกำหนดได้ และสามารถสาดการเคลื่อนไหวที่ถูกต้อง ซึ่งเป็นหลักสำคัญในการเรียนวิชาไอคิโด

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 การป้องกันตัว การเข้าทำร้ายทางด้านหน้า** แบ่งเป็น 10 ข้อย่อย 10 คะแนน จุดประสงค์ คือ

1. นักเรียนรู้จักประต้อมือและปฏิบัติได้ถูกต้อง สามารถหลุดจากการถูกจับข้อมือได้
2. นักเรียนสามารถปฏิบัติ วิธีหมุนแขนในทิศทางที่ถูกต้องให้หลุดขณะถูกจับถูกระชากได้
3. นักเรียนสามารถปฏิบัติได้ถูกต้อง เพื่อเอาตัวรอดขณะถูกบีบคอได้

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 การป้องกันตัว การเข้าทำร้ายทางด้านหลัง** แบ่งเป็น 15 ข้อย่อย 15 คะแนน จุดประสงค์ คือ

1. นักเรียนสาดวิธีการปฏิบัติเมื่อถูกบีบคอ
2. นักเรียนสาดวิธีการปฏิบัติเมื่อถูกดึงกระชากผมจากด้านหลังได้
3. นักเรียนสาดวิธีการปฏิบัติเมื่อถูกล้อคอ และจับแขนจากด้านหลังได้

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 การป้องกันตัว การถูกนั่งทับคร่อมตัวบนพื้น** แบ่งเป็น 15 ข้อย่อย 15คะแนน จุดประสงค์ คือ

1. นักเรียนสาดวิธีการปฏิบัติเมื่อถูกนั่งทับคร่อมตัว บีบคอได้
2. นักเรียนสาดวิธีการปฏิบัติเมื่อถูกนั่งทับคร่อมตัว หมอนปิดหน้าไม่ให้หายใจได้

**แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน** หลังเรียน แบ่งเป็น 12 ข้อปฏิบัติ ข้อละ 3 คะแนน ดังนี้

1. การล้มหลัง
2. การเคลื่อนไหวแบบเทกังโฮ
3. การป้องกันตัวเมื่อถูกจับมือบริเวณข้อมือ
4. การป้องกันตัวเมื่อถูกดึงแขนหรือกระชากแขน
5. การป้องกันตัวเมื่อถูกบีบคอทางด้านหน้า
6. การป้องกันตัวเมื่อถูกบีบคอจากด้านหลัง
7. การป้องกันตัวเมื่อถูกดึงกระชากผม
8. การป้องกันตัวเมื่อถูกล้อคอจากด้านหลัง
9. ถูกจับข้อมือไขว่ทางด้านหลัง
10. การป้องกันตัวเมื่อถูกนั่งคร่อมตัว และโดนบีบคอ
11. การป้องกันตัวเมื่อถูกนั่งคร่อมตัวใช้หมอนปิดหน้า ปิดจมูกไม่ให้หายใจ
12. การป้องกันตัวเมื่อถูกนั่งทับคร่อมตัว และถูกคนร้ายอีกคนจับขา

และสร้างเป็นแบบปรนัย โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนแบบปรนัยข้อละ 1 คะแนน จำนวน 14 ข้อ 14 คะแนน โดยสร้างให้สอดคล้องกับบทเรียนแต่ละเรื่องให้ครอบคลุมทุกจุดประสงค์การเรียนรู้

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ระยะเวลาที่ใช้การวิจัย คือ ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 ซึ่งใช้เวลา 2 ชั่วโมง ต่อสัปดาห์ รวม 6 สัปดาห์ จะใช้เวลาทั้งหมด 12 ชั่วโมง ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับขั้นตอนดังนี้

1. การใช้บทเรียน เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวไอคิโด
2. แนะนำบทเรียน เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวไอคิโด
3. นักเรียนใช้บทเรียนศิลปะการป้องกันตัวไอคิโด และทำการทดสอบหลังเรียนในแต่ละหน่วยการเรียนรู้เมื่อเรียนจบในแต่ละเรื่อง
4. ทดสอบหลังเรียนโดยใช้แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

### ตารางแสดงวิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บข้อมูล
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 + แบบทดสอบความสามารถ
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2 + แบบทดสอบความสามารถ
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3 + แบบทดสอบความสามารถ
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 + แบบทดสอบความสามารถ
ทบทวนบทเรียนทั้งหมด + แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

### การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ประสิทธิภาพของบทเรียน โดยการนำผลการทำแบบทดสอบหลังเรียนในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ และแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของกลุ่มตัวอย่างไปทำการวิเคราะห์ประสิทธิภาพ  $E_1$  และ  $E_2$  ของบทเรียนวิชาพลศึกษา เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวไอคิโด โดยจะหาได้จาก  $E_1/E_2$  ไม่น้อยกว่า 75/75 ซึ่งการกำหนด แบ่งเป็น

$E_1$  หมายถึง ค่าคะแนนเฉลี่ยที่นักเรียนทำได้จากแบบทดสอบหลังเรียนในแต่ละหน่วย วิชาพลศึกษา เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวไอคิโด ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้รวมทุกหน่วย

$E_2$  หมายถึง ค่าคะแนนเฉลี่ยที่นักเรียนทำได้จากแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาพลศึกษา เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวไอคิโด

75/75 เกณฑ์ที่ตั้งไว้สำหรับด้านจิตพิสัยและทักษะพิสัย สำหรับบทเรียนที่ต้องใช้เวลาในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นเวลานาน และผู้เรียนต้องการเวลาในการฝึกฝนมากขึ้นไม่ว่าจะเน้นเนื้อหาสาระด้านใด

### ผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการหาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระหว่างเรียนและหลังเรียน ในวิชาศิลปะการป้องกันตัวไอคิโด สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่จัดการเรียนการสอนตามแนวคิดการพัฒนาทักษะปฏิบัติของซิมป์สัน (Simpson) ผู้วิจัยได้นำบทเรียนไปสอนนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ผู้วิจัยสังเกต พบว่านักเรียนให้ความสนใจต่อบทเรียน และให้ความร่วมมือในกิจกรรมต่าง ๆ และนักเรียนสนใจศึกษาบทเรียน

เนื่องจากเป็นเนื้อหาที่น่าสนใจแปลกใหม่ เช่นเดียวกับกับกลุ่มทดลอง และนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ วิธีการสอนมีการปรับแก้เล็กน้อยในเรื่องของเวลา ที่ต้องให้เวลาในการเรียนการสอนในแต่ละทักษะมากขึ้นอีก และมีการอธิบายก่อน และระหว่างการเรียนการสอนว่าเหตุผลที่ต้องทำท่าแบบนี้เพราะเหตุใด ก็สามารถทำให้นักเรียนเข้าใจ และสามารถทำได้ดียิ่งขึ้น ก่อนการทดสอบจะให้เวลากับนักเรียนในการฝึกซ้อมมากขึ้น ก็สามารถทำให้ผลทดสอบของนักเรียนออกมาดียิ่งขึ้น จากการทดสอบวัดความสามารถในการป้องกันตัว ได้ประสิทธิภาพระหว่างเรียนและหลังเรียน 74 / 84

ตารางที่ 1 ประสิทธิภาพของบทเรียน (E<sub>1</sub>/ E<sub>2</sub>) วิชา ศิลปะการป้องกันตัวแบบไอคิโด สำหรับนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 6

คนที่	หน่วยที่ 1	หน่วยที่ 2	หน่วยที่ 3	หน่วยที่ 4	แบบวัด	แบบวัด	รวม	รวม
	คะแนน ระหว่าง เรียน 10 ข้อ (10 คะแนน)	คะแนน ระหว่าง เรียน 10 ข้อ (10 คะแนน)	คะแนน ระหว่าง เรียน 15 ข้อ (15 คะแนน)	คะแนน ระหว่าง เรียน 15 ข้อ (15 คะแนน)	ความสามารถ ในการป้องกัน ตัว หลังเรียน 12 ข้อ (36 คะแนน)	ผลสัมฤทธิ์ หลังเรียน 14 ข้อ (14 คะแนน)		
1	8	8	11	10	32	13	37	45
2	9	8	10	11	31	11	38	42
3	9	10	10	9	33	13	38	46
4	8	8	10	11	34	12	37	46
5	9	9	11	10	32	11	39	43
6	9	8	10	11	31	13	38	44
7	8	8	10	10	30	13	36	43
8	7	8	12	10	32	11	37	43
9	9	8	10	10	30	12	37	42
10	7	9	10	9	31	9	35	40
11	8	8	11	10	29	13	37	42
12	9	8	9	10	32	12	36	44
13	8	8	9	10	30	10	35	40
14	9	9	10	11	30	12	39	42
15	9	9	11	10	32	12	39	44
16	9	8	11	10	28	12	38	40
17	10	9	11	11	31	13	41	44
18	7	7	10	11	32	10	35	42
19	7	8	11	11	33	10	37	43
20	7	8	10	11	30	11	36	41
21	9	9	11	10	28	10	39	38
22	9	8	11	9	32	11	37	43



ตารางที่ 1 ประสิทธิภาพของบทเรียน ( $E_1/ E_2$ ) วิชา ศิลปะการป้องกันตัวแบบโอคิโด สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (ต่อ)

คนที่	หน่วยที่ 1	หน่วยที่ 2	หน่วยที่ 3	หน่วยที่ 4	แบบวัด	แบบวัด	รวม	รวม	
	คะแนน ระหว่าง เรียน 10 ข้อ (10 คะแนน)	คะแนน ระหว่าง เรียน 10 ข้อ (10 คะแนน)	คะแนน ระหว่าง เรียน 15 ข้อ (15 คะแนน)	คะแนน ระหว่าง เรียน 15 ข้อ (15 คะแนน)	ความสามารถ ในการป้องกัน ตัว หลังเรียน 12 ข้อ (36 คะแนน)	ผลสัมฤทธิ์ หลังเรียน 14 ข้อ (14 คะแนน)			
23	7	8	9	10	25	10	34	35	
24	7	8	9	10	28	12	34	40	
25	10	9	12	10	29	12	41	41	
26	7	8	11	10	31	10	36	41	
27	9	8	10	10	30	12	37	42	
28	9	8	10	11	31	12	38	43	
29	8	8	11	10	32	10	37	42	
30	10	9	9	10	30	12	38	42	
ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ( $\bar{X}$ )								37.2	42.1
								$E_1 = 74$	$E_2 = 84$

### อภิปรายผลการวิจัย

ผลการประเมินผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ วิชา ศิลปะการป้องกันตัวโอคิโด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผู้วิจัยได้ประเมินประสิทธิภาพระหว่างเรียนและหลังเรียน ซึ่งค่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจากกลุ่มกลุ่มตัวอย่าง คะแนนเฉลี่ยหลังเรียนสูงกว่าระหว่างเรียน 74 / 84 ทั้งนี้อาจอธิบายได้ว่า ทักษะปฏิบัติซิมป์สัน เกี่ยวข้องกับพัฒนาทางกายของผู้เรียน เป็นความสามารถในการประสานการทำงานของกล้ามเนื้อหรือร่างกาย ในการทำงานที่มีความซับซ้อน และต้องอาศัยความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อหลาย ๆ ส่วน การทำงานดังกล่าวเกิดขึ้นได้จากการสั่งงานของสมอง ซึ่งต้องมีความสัมพันธ์กับความรู้สึกที่เกิดขึ้น ทักษะปฏิบัตินี้สามารถพัฒนาได้ด้วยการฝึกฝน ซึ่งหากได้รับการฝึกฝนที่ดีแล้ว จะเกิดความถูกต้อง ความคล่องแคล่ว ความเชี่ยวชาญชำนาญการ และความคงทน ผลของพฤติกรรมหรือการกระทำสามารถสังเกตได้จากความรวดเร็ว ความถูกต้องของท่าทาง และความแม่นยำ ซึ่งการฝึกโอคิโดจำเป็นต้องมีการฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ จึงจะทำให้ร่างกายจดจำการเคลื่อนไหวได้ ทั้งนี้อาจอธิบายได้ว่า ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดการพัฒนาด้านทักษะปฏิบัติ ซึ่งสอดคล้องกับซิมป์สัน (Simpson, 1972 cited in Tissana Khemmanee, 2015, p. 244) ได้กล่าวไว้ว่า ทักษะเป็นเรื่องที่มีความเกี่ยวข้องกับพัฒนาการทางกายของผู้เรียน เป็นความสามารถในการประสานการทำงานของกล้ามเนื้อหรือร่างกายในการทำงานที่มีความซับซ้อนและต้องอาศัยความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อหลาย ๆ ส่วน การทำงานดังกล่าวเกิดขึ้นได้จากการสั่งงานของสมอง ซึ่งต้องมีปฏิสัมพันธ์กับความรู้สึกที่เกิดขึ้น ทักษะปฏิบัตินี้สามารถพัฒนาได้ด้วยการฝึกฝน ซึ่งหากได้รับการฝึกฝนที่ดีแล้วจะเกิดความถูกต้อง ความคล่องแคล่วว่องไว ความเชี่ยวชาญชำนาญการ และความคงทน ผลของพฤติกรรมหรือการกระทำสามารถสังเกตได้จากความรวดเร็ว ความแม่นยำ ความเร็วหรือความราบรื่นในการจัดการ นอกจากนี้อาจเนื่องมาจากขั้นตอนการจัดแผนการเรียนการสอนได้อย่างเหมาะสม

การใช้รูปแบบการสอนโดยประยุกต์ใช้แนวความคิดการพัฒนาทักษะปฏิบัติของซิมพ์สัน เรื่อง ศิลปะการป้องกันตัว ไอคิวโดสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มตัวอย่างนักเรียนมีทักษะการปฏิบัติในภาพรวมอยู่ในระดับดี และมีคะแนนหลังเรียนสูงกว่าระหว่างเรียน ทั้งนี้เนื่องมาจากผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมการเรียนรู้ ตามรูปแบบการเรียนการสอนทักษะปฏิบัติของซิมพ์สัน โดยเริ่มการจัดการเรียนการสอนด้วยการแจ้งจุดประสงค์ของวิชานี้ว่า เรียนไปเพื่ออะไร และมีการพูดคุยเรื่องต่างๆ ไป ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับการเรียนวิชานี้ ต่อมาให้ นักเรียนเตรียมความพร้อมเพื่อจะเข้าสู่กระบวนการเรียนการสอน เพื่อให้ นักเรียนปรับตัวให้พร้อมเพื่อการทำงาน เมื่อผู้เรียนมีความพร้อม จึงเริ่มสาธิตการปฏิบัติต่างๆ ทั้งหมดทุกขั้นตอน ซึ่งการสอนต้องดำเนินการไปอย่างช้าๆ และให้นักเรียนลองฝึกปฏิบัติเอง ผู้วิจัยได้ดูแลอย่างใกล้ชิดจนสามารถทำให้นักเรียนปฏิบัติได้อย่างสมบูรณ์ นอกจากนี้ นักเรียนยังมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างเพื่อนด้วยกัน ซึ่งช่วยให้การจัดการเรียนการสอนประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้น ส่งผลให้นักเรียนมีทักษะการปฏิบัติในภาพรวมอยู่ในระดับดี สอดคล้องกับผลการศึกษาของสุจิตตา ขุนคา (Suchitra Khunkha, 2010) ที่ได้ศึกษาการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการปฏิบัติงานและศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ในรายวิชาการงานอาชีพและเทคโนโลยี งานธุรกิจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาการงานอาชีพและเทคโนโลยีงานธุรกิจ นักเรียนได้รับคะแนนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนในทุกแผนการเรียนรู้ รวมถึงนักเรียนมีทักษะการปฏิบัติงานในภาพรวมระดับดีมาก และยิ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ จำเนียร หาญชัยภูมิ (Jumnian Hanchaiyaphoom, 2012) พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่องการร้อยลูกปัด กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โดยใช้รูปแบบการเรียนการสอนตามแนวความคิดการพัฒนาทักษะปฏิบัติของซิมพ์สัน หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

### ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. การใช้รูปแบบการสอนทักษะปฏิบัติของซิมพ์สัน ในการสอนเรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวแบบไอคิวโด โดยประยุกต์ใช้แนวความคิดการพัฒนาทักษะปฏิบัติของซิมพ์สัน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาพลศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผู้สอนต้องทำการปฐมนิเทศนักเรียนให้เกิดความรู้ ความเข้าใจที่ตรงกันในขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน เพื่อที่จะปฏิบัติได้ถูกต้องและไม่เกิดปัญหาในการจัดการเรียนการสอน วิชานี้จะเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ซึ่งครูจะต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล สภาพความพร้อมทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และพื้นฐานความรู้เดิมของนักเรียนแต่ละคน ผู้สอนต้องให้นักเรียนได้ฝึกกระทำด้วยตนเองให้มากที่สุด ครูควรกระตุ้นให้นักเรียนได้ค้นหาความสามารถของตนเอง และควรระมัดระวังในเรื่องการช่วยเหลือนักเรียน
2. การเรียนด้วยรูปแบบการสอนทักษะปฏิบัติของซิมพ์สันในการสอนเรื่อง ศิลปะการป้องกันตัวแบบไอคิวโด กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาพลศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เน้นกิจกรรมที่นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติจริง เวลาที่กำหนดไว้ในแผนแต่ละแผนอาจไม่เพียงพอ นักเรียนสามารถฝึกปฏิบัตินอกเวลาเพิ่มเติมได้ และครูต้องให้คำแนะนำติดตามดูแลอย่างใกล้ชิด

### กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี จากอาจารย์ ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ ดร.เกรียงศักดิ์ บุญญา รศ.ดร. วิชิต สุรัตน์เรื่องชัย ที่ให้คำแนะนำ และแนวทางการแก้ไขปรับปรุงข้อบกพร่องต่างๆ ตลอดจนตรวจสอบแก้ไข ในการทำวิจัยด้วยความเอาใจใส่เสมอมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

## References

- hajjai.com, (2017). *Be careful of strangers*. Retrieved February 15, 2017, from <https://www.hajjai.com/1738/>.
- Jumnian Hanchaiyaphoom. (2012). *The outcome of learning management in bead stringing of the learning content in arts for grade 4 students by simpson's practical skill development model*. (Master's thesis). Thepsatree Rajabhat University.
- Suchitra Khunkham. (2010). *Learning management to develop working skills of Mathayon Suksa 3 Students taking vocational technological and business course in Maetang School, Chiang Mai Province*. (Master's thesis). Chiang Mai University.
- Thai Health Promotion Foundation. (2015). *Life skills*. Retrieved February 15, 2017, from <https://www.thaihealth.or.th/Content/30054-lifeskill.html>
- Thairath Online. (2017). *Children are abused" The great disaster of Thai society*. Retrieved February 15, 2017, from <https://www.thairath.co.th/content/831557>.
- Tisana keammanee. (2015). *Teaching science: Knowledge for managing the learning process effective*. (19<sup>th</sup> ed.). Bangkok: Chulalongkorn University.
- UNICEF Thailand. (2018). *Violence effect on youth*. Retrieved February 15, 2017, from [http://endviolencethailand.org/violence\\_effect\\_on\\_youth](http://endviolencethailand.org/violence_effect_on_youth).

---

Received : February 5, 2019

Revised : March 6, 2019

Accepted : March 28, 2019