ผลของการใช้กิจกรรมการเล่นกลางแจ้งที่มีต่อความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 โรงเรียนอันนาลัย อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร

The Effect of Outdoor Activities on the Gross Motor Readiness of the First Year Preschoolers at Annalai School, Maung District, Samuthsakhorn

ฐิติมาพร ชัยสมุทร[1]
นิตยา ประพฤติกิจ[2]

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องผลของการใช้กิจกรรมการเล่นกลางแจ้งที่มีต่อความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 โรงเรียนอันนาลัย อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยชาย-หญิง ชั้นปีที่ 1 ก่อนและหลังการทำกิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง กลุ่มตัวอย่าง คือ เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 อายุระหว่าง 3-4 ปี จำนวน 20 คน ซึ่งได้จากการสุ่มอย่างง่ายจากจำนวนประชากรของโรงเรียนอันนาลัย อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2554 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ชุดกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 24 กิจกรรม สำหรับการทดลอง 8 สัปดาห์ และแบบสังเกตพฤติกรรมเกี่ยวกับความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และการทดสอบค่าที (t-test)

ผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่โดยรวมและรายด้าน ได้แก่ ด้านการเคลื่อนไหวอยู่กับที่ ด้านการเคลื่อนไหวเคลื่อนที่ ด้านการเคลื่อนไหวพร้อมอุปกรณ์ ด้านคุณลักษณะของการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 หลังการทำกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งมีค่าสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

คำสำคัญ : กิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง การใช้กล้ามเนื้อใหญ่ เด็กปฐมวัย

Abstract

The purpose of the research the dffect of outdoor activities on the gross motor readiness of the first year preschoolers at Annalai School, Maung District, Samuthsakhorn was to study the gross motor readiness of the first year preschoolers before and after participating in the outdoor activities. The samples were twenty first year preschoolers, male and female, simply randomized from the population of Annalai School, Maung District,

[1] นักศึกษาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

[2] อาจารย์ที่ปรึกษา สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

Samuthsakhorn in the first semester of the academic year 2011. The instruments used in the study were twenty-four outdoor activity lesson plans for the eight week experiment and the gross motor readiness observation form. Statistics used for data analysis were mean, standard deviation and t-test.

The result revealed that the overall and individual aspects. gross motor readiness and in each aspect, including still movement, displacing movement, movement with instrument and characteristics of gross motor using of the first year preschoolers before and after participating in the outdoor activities was significantly higher than before at the level of 0.01.

Keyword: Outdoor Activities, the gross motor readiness**,** preschooler

บทนำ

การศึกษาปฐมวัยเป็นการศึกษาที่เน้นการส่งเสริมพัฒนาการของเด็กปฐมวัย 6 ปีแรก เพื่อให้เป็นไปอย่างเต็มศักยภาพ แนวการจัดประสบการณ์ตามหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2546 เน้นหลัก 7 ประการ คือ พัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ พัฒนากล้ามเนื้อเล็ก พัฒนาจิตใจและคุณธรรม พัฒนาสังคมนิสัย พัฒนาการคิด พัฒนาภาษาและความคิดสร้างสรรค์ (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2546 : 36) หลักสูตรการศึกษาปฐมวัยสำหรับเด็กอายุ 3-5 ปี มุ่งให้เด็กปฐมวัยมีพัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาที่เหมาะสมกับวัย และความแตกต่างระหว่างบุคคล สำหรับประสบการณ์สำคัญที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกายนั้น จะเน้นที่การทรงตัวและประสานสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อใหญ่ เช่นการเคลื่อนไหวอยู่กับที่ การเคลื่อนไหวเคลื่อนที่ การเคลื่อนไหวพร้อมวัสดุอุปกรณ์ และการเล่นเครื่องเล่นสนาม (กระทรวงศึกษาธิการ, 2547 : 8 อ้างถึงใน กุลยา ตันติผลาชีวะ, 2547 : 68)

พัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กทารกเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เห็นได้ชัดเจน ทั้งนี้เนื่องจากอัตราการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายเป็นไปอย่างรวดเร็วมาก เมื่อเปรียบเทียบกับพัฒนาการทางด้านอารมณ์ จิตใจ สังคมและสติปัญญา การเปลี่ยนแปลงที่ว่านี้ได้แก่ น้ำหนัก ส่วนสูง และโครงสร้างของอวัยวะต่าง ๆ รวมทั้งกล้ามเนื้อต่าง ๆ ด้วย เมื่อเด็กปฐมวัยย่างเข้าสู่วัย 3-4 ปี พัฒนาการทางด้านร่างกายจะปรากฏในรูปของความสามารถในการใช้อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายได้ชัดเจนขึ้น ทั้งความสามารถในการทำงานประสานกันของกล้ามเนื้อใหญ่ (Gross Motor Coordination) และการทำงานประสานกันของกล้ามเนื้อเล็ก (Fine Motor Coordination) (นภเนตร ธรรมบวร, 2544 : 73)

ทักษะกล้ามเนื้อใหญ่ในเด็กปฐมวัย เช่น การยืน เดิน วิ่ง ปีนป่าย กลิ้ง กระโดด โดยการใช้แขน ขา เท้า และลำตัว ในการเคลื่อนไหวอย่างคล่องแคล่ว จะทำให้เด็กปฐมวัยเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ รอบตัวได้ดีกว่าเด็กปฐมวัยที่เคลื่อนไหวอย่างเชื่องช้า ดังนั้นผู้สอนจะต้องเปิดโอกาสให้เด็กปฐมวัยได้ออกไปวิ่งเล่น ออกกำลังกาย ไม่ใช่ใช้เวลาให้หมดไปกับการนั่งโต๊ะเขียนหนังสือ หรืออ่านหนังสือ (สมศักดิ์ สินธุระเวชญ์, 2547 : 22)

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ที่เข้ามาเรียนส่วนใหญ่มาจากครอบครัวที่แตกต่างกัน การเลี้ยงดู ก็แตกต่างกัน เด็กบางคนสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ก้าวหน้ากว่าบุคคลอื่นและบางคนพัฒนาการ ก็ล้าหลังกว่าเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกัน ปัญหาของเด็กที่เข้ามาเรียนคือ พัฒนาการกล้ามเนื้อใหญ่ ไม่แข็งแรง ไม่กล้าทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกับเพื่อน ชอบแยกตัว ร้องไห้งอแง เพราะบางคนไม่ได้รับการเลี้ยงดูที่ถูกต้อง ไม่ได้ส่งเสริมในด้านพัฒนาการของเด็ก

กิจกรรมกลางแจ้ง เป็นกิจกรรมที่เน้นให้เด็กได้พัฒนากล้ามเนื้อใหญ่เป็นหลัก เนื่องจากเด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายทุกส่วนทั้งแขน ขา ลำตัว และการประสานสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งในแต่ละวันครูจัดให้เด็กได้เล่นกลางแจ้งวันละประมาณ 40 – 60 นาที โดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ การเล่นเครื่องเล่นสนามอย่างอิสระและการเล่นเกมพลศึกษา สำหรับการเล่นเครื่องเล่นสนามซึ่งทางโรงเรียนจัดไว้ให้ เช่น ชิงช้า ม้าหมุน ราวไต่ โครงไต่ กระดานลื่น บ้านจำลอง บ่อทราย เป็นต้น เมื่อเด็กได้เล่นอุปกรณ์เครื่องเล่นเหล่านี้ จะทำให้เด็กได้พัฒนาทั้งกล้ามเนื้อแขน ขา และลำตัว ส่วนเกมพลศึกษาเป็นกิจกรรมที่ครูจัดให้กับเด็กเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ ซึ่งลักษณะของกิจกรรมเกมดังกล่าวจะเน้นการเล่นที่มีขั้นตอนการเล่น มีกฎ กติกา ข้อตกลง มีการแข่งขันแบบทีม เช่น เกมการวิ่งเก็บของ เกมการโยนลูกบอลลงตะกร้า เกมโยนลูกช่วง เกมแข่งขันการเดินทรงตัวบนกระดานทรงตัว เป็นต้น

กิจกรรมการเล่นกลางแจ้งจึงเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อใหญ่เพราะการเล่นกลางแจ้งเปิดโอกาสให้เด็กทำกิจกรรมเพื่อพัฒนาร่างกาย ได้สำรวจค้นหาและเรียนรู้ การเล่นกลางแจ้งมิได้จำกัดแค่การเล่นแบบใช้พละกำลังฝึกความแข็งแกร่งเท่านั้น แต่ช่วยให้เด็กได้ลดความเครียดหลังจากต้องอยู่ในร่มและต้องประกอบกิจกรรมต่าง ๆ มาแล้ว ดังที่ เบเกอร์ (Baker, 1968 อ้างถึงใน นิตยา ประพฤติกิจ, 2539 : 78) ได้กล่าวว่า “เด็กที่มีสุขภาพดีมักชอบเล่นกลางแจ้งเพราะเขาได้เล่นอย่างสนุกสนาน ร่าเริง และสร้างสรรค์”

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมุ่งศึกษาผลของการใช้กิจกรรมการเล่นกลางแจ้งที่มีต่อความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 โดยใช้กิจกรรมการเล่นกลางแจ้งที่หลากหลาย เริ่มจากกิจกรรมง่าย ๆ เช่น การเล่นเครื่องเล่นสนาม เดินตามรอย เตะบอลเข้าประตู โยนบอลลงตะกร้า เดินทรงตัวบนไม้กระดาน ฯลฯ เพื่อให้เด็กได้ฝึกและพัฒนาความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ผลการวิจัยในครั้งนี้นอกจากจะมีประโยชน์ต่อเด็กโดยตรงแล้วยังใช้เป็นแนวทางสำหรับผู้ปกครองและครูในการจัดกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งเพื่อส่งเสริมความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยต่อไป

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ก่อนและหลังการทำกิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง

ตัวแปรที่ทำการศึกษา

จากการศึกษาเรื่อง ผลของการใช้กิจกรรมการเล่นกลางแจ้งที่มีต่อความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ของโรงเรียนอันนาลัย อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร ผู้วิจัยได้กำหนดตัวแปรในการศึกษา ดังนี้

ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) ได้แก่ กิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง **4 หมวด คือ** 1) การเคลื่อนไหวอยู่กับที่ 2) การเคลื่อนไหวเคลื่อนที่ 3) การเคลื่อนไหวพร้อมอุปกรณ์ และ 4) การเล่นเครื่องเล่นกลางแจ้ง

ตัวแปรตาม (Dependent Variable) ได้แก่ พฤติกรรมเกี่ยวกับความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ **4 ด้าน คือ** 1) การเคลื่อนไหวอยู่กับที่ 2) การเคลื่อนไหวเคลื่อนที่ 3) การเคลื่อนไหวพร้อมอุปกรณ์ และ 4) คุณลักษณะของการใช้กล้ามเนื้อใหญ่

วิธีดำเนินการ

การสร้างเครื่องมือในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาเอกสาร ทฤษฎีหลักการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างชุดกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งที่เหมาะสมกับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 24 กิจกรรม ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรม 4 หมวด คือ กิจกรรมการเคลื่อนไหวอยู่กับที่ การเคลื่อนไหวเคลื่อนที่ การเคลื่อนไหวพร้อมอุปกรณ์ และการเล่นเครื่องเล่นสนาม

วิธีการศึกษา

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 เพศชายและหญิง อายุระหว่าง 3-4 ปี จำนวน 30 คน ของโรงเรียนอันนาลัย อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2554

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 อายุระหว่าง 3-4 ปี จำนวน 20 คน แบ่งเป็นเพศชาย 11 คน และหญิง 9 คน ของโรงเรียนอันนาลัย อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2554 ซึ่งได้จากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับฉลากจากจำนวนประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ประกอบด้วย ชุดกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 และแบบสังเกตพฤติกรรมเกี่ยวกับความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

การวิจัยครั้งนี้มีวิธีการเก็บข้อมูลก่อนและหลังการทดลองดังนี้ คือ

1. หลังจากทำความเข้าใจเกี่ยวกับการใช้เครื่องมือเพื่อการสังเกตพฤติกรรมเกี่ยวกับความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยอีก 1 คน ได้ทำการสังเกตพฤติกรรมก่อนการทดลอง (Pre-test) ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างเป็นเวลา 2 วัน ในขณะที่ให้เด็กทำกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งในเวลาเรียนปกติ

2. ผู้วิจัยให้เด็กที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทำกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นเวลา 8 สัปดาห์ ๆ ละ 3 วัน ๆ วันละ 20 นาที

3. สังเกตพฤติกรรมเกี่ยวกับความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ หลังการทดลอง (Posttest) โดยใช้แบบสังเกตชุดเดิมและผู้ช่วยวิจัยคนเดิม ขณะที่กลุ่มตัวอย่างกำลังทำกิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง ในเวลาปกติ โดยใช้เวลาการสังเกต 2 วัน

4. นำผลการสังเกตมาหาค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ระหว่างผู้สังเกต เพื่อนำไปวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่าง

การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการศึกษา

เพื่อหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย (Index of Item Objective Congruence - IOC) ของเครื่องมือทั้งสองชนิดและหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสังเกตพฤติกรรมเกี่ยวกับความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 โดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟ่า (α Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach, 1970 อ้างถึงในบุญชม ศรีสะอาด, 2545) ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.62 แล้วเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ย ($\overline{X}$) ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ t-test แบบกลุ่มที่มีสัมพันธ์ต่อกัน (t-dependent)

สรุปผลการศึกษา

คะแนนเฉลี่ยความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่โดยรวมและรายด้าน ได้แก่ ด้านการเคลื่อนไหวอยู่กับที่ ด้านการเคลื่อนไหวเคลื่อนที่ ด้านการเคลื่อนไหวพร้อมอุปกรณ์ ด้านคุณลักษณะของการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 หลังการทำกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งมีค่าสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

การอภิปรายผล

การศึกษาในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ก่อนและหลังการทำกิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง ผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ โดยรวมของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ก่อนและหลังการทำกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยหลังการทดลองมีค่าสูงกว่าก่อนการทดลอง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ แสดงให้เห็นว่า กิจกรรมการเล่นกลางแจ้งที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นกิจกรรมหนึ่งที่ช่วยส่งเสริมความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ได้ ทั้งนี้เนื่องจากกิจกรรมดังกล่าวเปิดโอกาสให้เด็กทำกิจกรรมเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อ โดยใช้แขน ขา เท้า ให้สัมพันธ์กับสายตา มีแรงจูงใจในการทำกิจกรรมและสนุกสนาน สอดคล้องกับผลการศึกษาของ จารุ รุ่งเรือง (2542 : 50) ที่ได้ศึกษาผลจากการให้เด็กได้ทดลองทำกิจกรรมพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ พบว่าการที่เด็กจะมีพัฒนาการเคลื่อนไหวได้ดีนั้นต้องอาศัยการทำงานประสานกันระหว่างกล้ามเนื้อใหญ่ และกล้ามเนื้อเล็กและนับวันที่เด็กโตขึ้นเราพบว่าเด็กสามารถทำกิจกรรมที่ซับซ้อนยิ่งขึ้นได้ในทำนองเดียวกันเราก็พบว่าเด็กแต่ละคนมีความแตกต่างกันเด็กบาง

คนสามารถทำกิจกรรมต่างๆ ได้ก้าวหน้ากว่าเด็กคนอื่นและเด็กบางคนพัฒนาการช้า งุ่มง่ามกว่าเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกัน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

1. ครูผู้สอนควรศึกษาชุดกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งให้เข้าใจ และชัดเจนเพื่อจะได้สามารถใช้จัดกิจกรรมกลางแจ้งได้อย่างเหมาะสม เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

2. ควรนำแนวทางการจัดกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งไปประยุกต์ใช้ร่วมกับแผนการจัดประสบการณ์ระดับปฐมวัยแบบปกติเพื่อให้การจัดกิจกรรมมีความน่าสนใจมากขึ้น

3. สถานที่จัดกิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง ควรหลีกเลี่ยงบริเวณที่มีอากาศร้อนมาก หรือแดดจัด เพราะจะทำให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพของเด็กปฐมวัย

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. ควรมีการจัดกิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง เพื่อพัฒนาความสามารถในด้านอื่น ๆ ของเด็กปฐมวัย ชั้นปีที่ 1 เช่น พัฒนาความสามารถด้านการใช้กล้ามเนื้อเล็ก ด้านอารมณ์ จิตใจ และทักษะทางสังคม เป็นต้น

2. ควรมีการวิจัยเพื่อเปรียบเทียบความพร้อมในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กปฐมวัย ชั้นปีที่ 1 โดยใช้การจัดกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งกับกิจกรรมอื่น ๆ เช่น กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้าน หรือกิจกรรมแอโรบิค เป็นต้น

3. การเลือกใช้กิจกรรมการเล่นกลางแจ้งในการทำวิจัย ควรเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมกับการนำมาใช้ฝึกเพื่อพัฒนาความสามารถด้านต่าง ๆ ให้ถูกต้อง และแต่ละกิจกรรมควรคำนึงถึงความเหมาะสมกับวัยและความสนใจของนักเรียน

เอกสารอ้างอิง

กุลยา ตันติผลาชีวะ. (2547). **การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย.** กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, สำนักงาน. (2546). **คู่มือหลักสูตรการศึกษาปฐมวัยพุทธศักราช 2546 (สำหรับเด็กอายุ 3-5 ปี).** กรุงเทพฯ : คุรุสภาลาดพร้าว.

จารุ รุ่งเรือง. (2542). **การประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย.** โครงการตำรงเฉลิมพระเกียรติเนื่องในวโรกาสพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงเจริญพระชนมายุ 72 พรรษา. นครปฐม : คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.

นิตยา ประพฤติกิจ. (2539). **การพัฒนาเด็กปฐมวัย.** กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.

_____. (2552). **คู่มือการวิจัยในชั้นเรียนสำหรับครูปฐมวัย.** เพชรบุรี : มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี.

นภเนตร ธรรมบวร. (2544). **การประเมินผลพัฒนาการเด็กปฐมวัย.** กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พัชนี สุวรรณชัย. (2542). **ผลการเรียนกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งแบบเป็นสถานีที่มีต่อสมรรถภาพ ทางกลไกของนักเรียนระดับก่อนประถมศึกษา.** ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สมศักดิ์ สินธุระเวชญ์. (2547). **คู่มือครูแผนจัดประสบการณ์การเรียนรู้ กิจกรรมพัฒนาพหุปัญญา.** กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.