

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญของปัญหา

เป็นที่ทราบกันดีสถานการณ์ปัจจุบันและแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพของประชาชนไทยมีความเสี่ยง เพิ่มมากขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงของประชากรและสิ่งแวดล้อม รวมทั้งพฤติกรรมและวัฒนธรรมการใช้ชีวิตอันมีสาเหตุจากการพัฒนาประเทศและระบบเศรษฐกิจที่เจริญเติบโตอยู่บนฐานของการใช้ทรัพยากรธรรมชาติ การขาดความสมดุลระหว่างการพัฒนาและการใช้ทุนทางเศรษฐกิจ สังคม และ ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่เน้นด้านปริมาณมากกว่าคุณภาพ มุ่งพัฒนาทางวัตถุตามกระแสทุนนิยม บริโภคมากกว่าเสริมสร้างสุขภาวะของคน ทำให้ทุนด้านต่างๆ ลดน้อยลง โดยเฉพาะทุนทางสังคมที่เป็นทุนมนุษย์และเป็นปัจจัยหลักที่มีความสำคัญมากที่สุดต่อการพัฒนาสร้างทุนอื่นๆ รวมทั้งนำไปสู่การพัฒนาคนและสังคมให้มีสุขภาวะ ตลอดจนพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้าเท่าทันการเปลี่ยนแปลงของกระแสโลกาภิวัตน์ ทำให้การพัฒนาประเทศทั้งในบริบทการเปลี่ยนแปลงทางด้านการเมือง เศรษฐกิจ สังคม และโครงสร้างประชากร ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม และพฤติกรรมบริโภค รวมทั้งความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี มีผลพวงก่อให้เกิดปัญหาที่ซับซ้อนและเป็นภัยคุกคามต่อสุขภาพและความอยู่ดีมีสุขของคนไทย ทั้งนี้การเปลี่ยนแปลงของระบบสุขภาพประเทศและสุขภาพประชาชนไทยที่สำคัญ และพบว่าสัดส่วนของประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น โดยจะเพิ่ม เป็นร้อยละ 18 ในอีก 10 ปี ข้างหน้า ส่งผลให้ความต้องการ รักษาพยาบาลของโรคเรื้อรังจะเพิ่มขึ้น ขณะเดียวกันจากการที่มีอัตราการเกิดต่ำ ทำให้ประชากรวัยแรกเกิดจะถูกฟุ้งฟางมากขึ้น ปัจจุบันประชากรวัยทำงาน 6 คน ต่อประชากรผู้สูงอายุ 1 คน ในอีก 20 ปีข้างหน้า สัดส่วน นี้จะลดลงเหลือเพียง 2-3 คนต่อประชากรผู้สูงอายุ 1 คน จากการเปลี่ยนแปลงด้านโครงสร้างประชากรดังกล่าวมีผลกระทบต่อค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพ และผลิตภาพ (Productivity) ของประเทศ เนื่องจากประชากรวัยทำงานต้องแบกรับเพิ่มขึ้น เป้าหมายการแก้ปัญหาในหลายประเทศ คือ ความพยายามทำให้ประชากรผู้สูงอายุมีสมรรถภาพและสามารถ ดำรงชีวิตได้อย่างอิสระให้มากที่สุด และดำรงให้นานที่สุด (Active Elderly)

นอกจากนี้ สถานการณ์ประชากรในกลุ่มเด็กของประเทศไทย จากข้อมูลการสำรวจ พัฒนาการในเด็กไทยตามช่วงวัย พบว่ากลุ่มวัยเด็กระดับเซเว่นปีมีค่าเฉลี่ยลดลงจาก 91 เป็น 88 ในช่วงปี 2552-2560 (องค์การอนามัยโลกกำหนดไว้ที่ 90-110) เด็กอายุ 0-5 ปี ที่มี พัฒนาการสมวัยมีสัดส่วนลดลงจากร้อยละ 75 เหลือเพียงร้อยละ 65 นอกจากนี้ เด็กปฐมวัยอายุ 3-5 ปี ในประเทศไทยมีพัฒนาการล่าช้า ไม่สมวัยถึงร้อยละ 32-37 ซึ่งนำไปสู่ความเสี่ยงต่อปัญหา การเรียนรู้ ความบกพร่องทางสติปัญญา และ สมรรถนะการทำงาน ตลอดจนปัญหาพฤติกรรม สุขภาพในชีวิต ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560-2564 ได้เน้นการ พัฒนาทรัพยากรมนุษย์ เด็กจะต้องเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในวันข้างหน้า จึงเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีค่า ที่สุด เด็กในทางจิตวิทยา หมายถึง ผู้ที่มีอายุ 1-12 ขวบ ซึ่งเด็กในวัยระยะ 6 ขวบแรก เป็นระยะที่ สำคัญที่สุด (The First Six Years of Life are Most Important) เป็นช่วงระหว่างการเจริญเติบโต เด็ก จะต้องได้รับการเลี้ยงดูอย่างดีเป็นพิเศษจากครอบครัวและครู อาจารย์ ทั้งทางสติปัญญา สังคม อารมณ์ จะทำให้เด็กมีการพัฒนาการที่ดีขึ้นเป็นระยะ ๆ

จากความสำคัญดังกล่าวข้างต้น เพื่อเป็นการพัฒนาการเรียนการสอนและการวิจัย จึงเป็น เหตุให้ผู้วิจัยเห็นความสำคัญในการที่จะศึกษาพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวของเด็กก่อนวัยเรียน โดยสถานที่ทำการวิจัยคือโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งเป็นหน่วยการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู ของคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ และ การ “พัฒนาการ” (Development) ทักษะการเคลื่อนไหวของเด็กก่อนวัยเรียนหรือเด็กที่อยู่ในระดับ อนุบาล เป็นวัยพัฒนามาจากวัยทารก เริ่มจากอายุประมาณ 3-6 ปี มีลักษณะเด่นชัด คือ มีการ พัฒนาการทางด้านส่วนสูง น้ำหนัก สรีระ สมอ สลายตา และทักษะกล้ามเนื้อ ต้องการเป็นตัวของตัวเอง ค่อนข้างดี มีความสามารถด้านภาษา เป็นวัยระยะหัวเลี้ยวหัวต่อ ตามทฤษฎีของเพียร์เจ เด็กจะอยู่ในขั้นก่อนคิดแบบเหตุผล มีการพัฒนาทางด้านภาษา การใช้สัญลักษณ์ การคิด มีการ เลียนแบบ การมีจินตนาการ และสิ่งที่มีผลต่อพัฒนาการของเด็กในช่วงนี้ คือ การรับรู้ ซึ่งจะเป็น สื่อกกลางสำคัญให้เด็กเกิดประสบการณ์และเป็นกระบวนการนำความคิดเข้าสู่สมอง เพื่อเก็บ รวบรวมและจดจำสิ่งต่าง ๆ เป็นพื้นฐานในการสร้างความคิดรวบยอดและใช้ความคิดนั้นในการ แก้ปัญหาหรือค้นหาความรู้อื่น ๆ ต่อไป โดยอาศัยความเกี่ยวข้องซึ่งกันและกัน ซึ่งเด็กจะอาศัยการ รับรู้ทางสายตาเป็นสิ่งสำคัญ โดยเด็กก่อนวัยเรียนมีพัฒนาการด้านการรับรู้ขนาดวัตถุตามเกณฑ์ การรับรู้จะเพิ่มขึ้นตามระดับอายุ ซึ่งเด็กก่อนวัยเรียน ซึ่งอยู่ในช่วงอายุ 1 - 6 ปี มีความสามารถ เรียนรู้สิ่งต่าง ๆ รอบตัวและจดจำได้อย่างรวดเร็วมีพัฒนาการทักษะในด้านต่างๆ การออกกำลังกาย

เป็นกิจกรรมหนึ่งในหลักสูตรที่ครูผู้สอนสามารถนำมาใช้ในการเรียนการสอนกลุ่มวิชาอื่นๆ ได้อีกด้วย เพราะการออกกำลังกายบางอย่างนั้นอาจจะเป็นกิจกรรมเข้าสู่บทเรียน กิจกรรมการเรียนโดยตรง กิจกรรมเสริมบทเรียน โดยผู้เรียนจะได้รับทั้งความรู้ ความสนุกสนานและได้รับการพัฒนาไปด้วย

วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย

1. เพื่อศึกษาทักษะการเคลื่อนไหวทางด้านร่างกายของเด็กก่อนวัยเรียนฯ
2. เพื่อประเมินทักษะการเคลื่อนไหวทางด้านร่างกายของเด็กก่อนวัยเรียนฯ

ขอบเขตของโครงการวิจัย

ขอบเขตด้านเนื้อหา

การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยทำการศึกษาข้อมูล เพื่อศึกษาพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวของเด็กก่อนวัยเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นเด็กก่อนวัยเรียนทั้งเพศชายและหญิง เด็กก่อนวัยเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ที่กำลังเรียนอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 ที่มีอายุระหว่าง 2 - 3 ปี จำนวน 42 คน

กลุ่มตัวอย่าง เป็นเด็กก่อนวัยเรียนทั้งเพศชายและหญิง เด็กก่อนวัยเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ที่กำลังเรียนอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 ที่มีอายุระหว่าง 2 - 3 ปี แบ่งเป็นเพศชาย จำนวน 20 คน และเพศหญิง จำนวน 22 คน รวมจำนวน 42 คน ได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (simple random sampling)

ขอบเขตด้านเวลา

ระหว่างเดือน มกราคม 2560 – กันยายน 2561

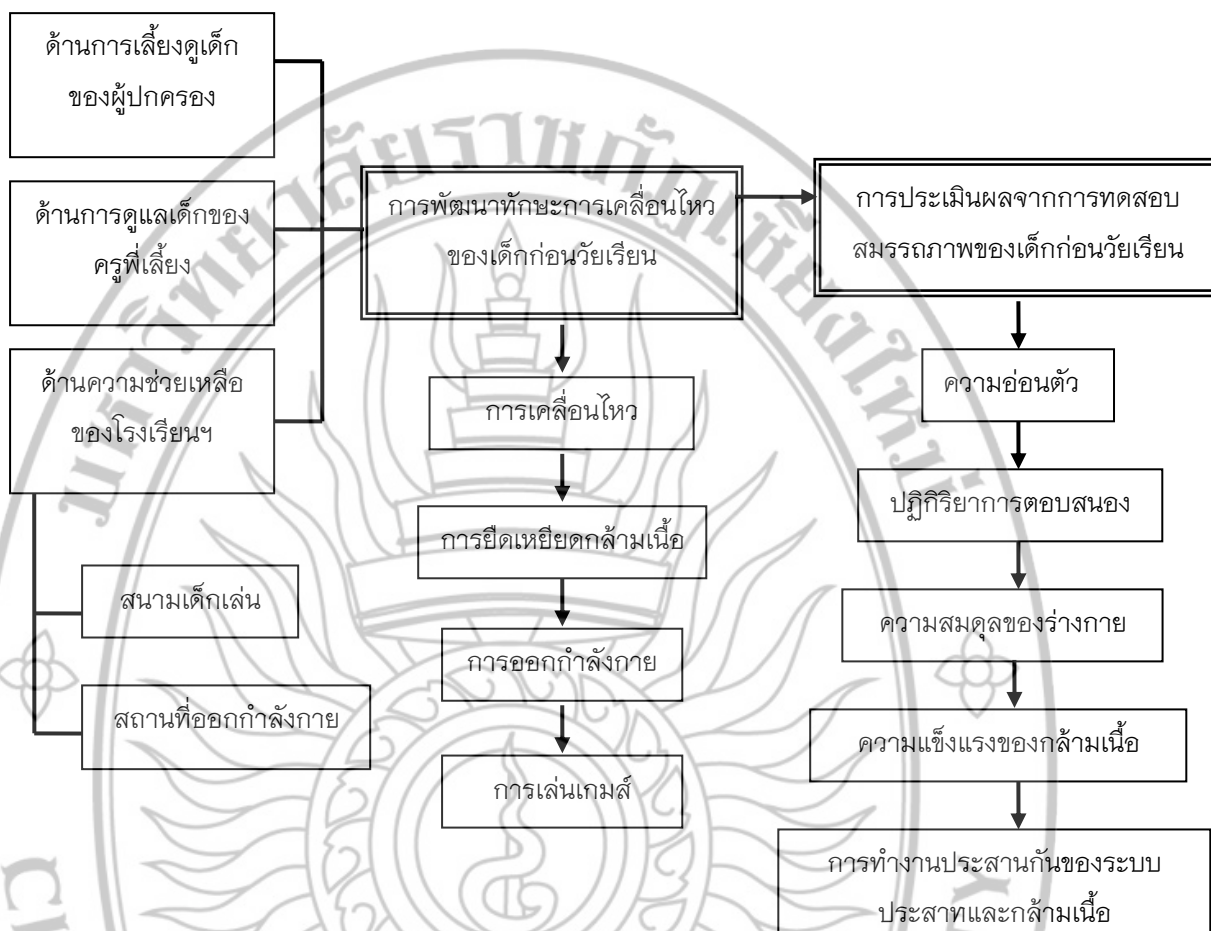
ขอบเขตด้านสถานที่

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

กรอบแนวความคิดของโครงการวิจัย

โครงการวิจัยนี้มีข้อสมมติฐานที่ว่า “หากมีการศึกษาทักษะการเคลื่อนไหวแล้ว จะก่อให้เกิดแนวทางในการพัฒนาองค์ความรู้ที่สามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพ ”

กรอบแนวคิดของโครงการ



นิยามศัพท์

ทักษะการเคลื่อนไหว หมายถึง กิจกรรมการเรียนรู้ที่จะช่วยในการพัฒนาการเด็กเกิดการเรียนรู้ที่ดีตลอดทั้งให้เด็กได้เรียนรู้ตัวเองและบุคคลอื่นโดยไม่รู้ตัว ซึ่งประกอบไปด้วยการอบอุ่นร่างกาย การยืดเหยียดและการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกายโดยการใช้และไม่ใช้อุปกรณ์ รวมถึงการเล่นเกมส์เพื่อพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวในด้านต่างๆ

สมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness) หมายถึง ลักษณะสภาพของร่างกายที่มีความสมบูรณ์ แข็งแรง อดทนต่อการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพซึ่งมีองค์ประกอบดังนี้ ความอ่อนตัว (flexibility) ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Muscular Strength) ความสมดุลของร่างกาย (Body Balance) การทำงานประสานกันระหว่างระบบประสาทกับกล้ามเนื้อ (Co-ordination) และปฏิกิริยาตอบสนอง (Reaction Time)

การพัฒนาการด้านร่างกาย หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่มีรูปแบบหรือลักษณะที่แน่นอนและดำเนินไปตลอดเวลา จากวัยหนึ่งไปสู่วัยหนึ่ง โดยการพัฒนาการเป็นผลของการกระทำร่วมกันระหว่างสิ่งแวดล้อมและกรรมพันธุ์ที่สัมพันธ์

การออกกำลังกาย หมายถึง การกระทำใดๆ ที่ทำให้มีการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายเพื่อเสริมสร้างสุขภาพ เพื่อความสนุกสนาน เพื่อสังคม โดยใช้กิจกรรมง่ายๆ

เด็กก่อนวัยเรียน หมายถึง เด็กมีอายุระหว่าง 2- 3 ปี โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ที่กำลังเรียนอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561

โรงเรียนสาธิต หมายถึง โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

ประโยชน์ที่จะได้รับการวิจัย

1. จะได้รับความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาการด้านร่างกายและกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เด็กก่อนวัยเรียนมีพัฒนาการทางด้านร่างกายที่ดีขึ้น
2. จะเกิดการพัฒนาการเกี่ยวกับความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัว ความสมดุลของร่างกาย ปฏิกริยาตอบสนอง และการทำงานประสานกันระหว่าง ระบบประสาทกับกล้ามเนื้อในร่างกายของเด็กก่อนวัยเรียน
3. สามารถประเมินทักษะการเคลื่อนไหว โดยการทดสอบสมรรถภาพของเด็ก เช่น ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัว ความสมดุลของปฏิกริยาตอบสนองและการทำงานประสานกันระหว่างระบบประสาทกับกล้ามเนื้อ