

ผลการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

The Results of Using the Food and Nutrition Learning Set of Prathom Suksa 5 Students, Department of Health and Physical Education

นัททิกิต์ ทีระอรรถสิทธิ์*

Nattakit Teeraattasit*

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนเทศบาล 3 ชุมชนวัดจันทราวาส จ.เพชรบุรี 76000

Department of Health and Physical Education, Tessaban 3 Chumchonwatjantrawat School, Phetchaburi 76000

*To whom correspondence should be addressed. e-mail: nong77nattakit@hotmail.com

Received: 10 January 2020, Revised: 25 February 2020, Accepted: 19 May 2020

บทคัดย่อ

ผลการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) หาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 80/80 2) เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 3) ศึกษา ความพึงพอใจของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนเทศบาล 3 ชุมชนวัดจันทราวาส ที่มีต่อการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/1 โรงเรียนเทศบาล 3 ชุมชนวัดจันทราวาส สังกัดกองการศึกษา เทศบาลเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 1 ห้องเรียน รวม 36 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Random Sampling) ดำเนินการวิจัยโดยใช้รูปแบบวิจัยเชิงทดลอง แบบกลุ่มทดลองกลุ่มเดียววัดผลก่อนและหลังทดลอง เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ 1) ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการกลุ่มสาระ การเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 6 ชุด 2) แผนการจัดการเรียนรู้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 14 แผน 14 ชั่วโมง 3) แบบทดสอบ วัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง อาหารและโภชนาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ชนิดเลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 30 ข้อ จำนวน 1 ฉบับ ซึ่งมีอำนาจจำแนกรายข้อตั้งแต่ 0.28-0.74 ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบเท่ากับ 0.97 และ 4) แบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียน ชั้นประถมศึกษา ปีที่ 5 ที่มีต่อการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 20 ข้อ ซึ่งมีอำนาจจำแนกรายข้อตั้งแต่ 0.42-0.82 ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบเท่ากับ 0.93 เครื่องมือทั้งหมดได้ผ่านการตรวจจากผู้เชี่ยวชาญและปรับปรุงแก้ไข เพื่อใช้เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบสมมติฐานด้วย t-test (Dependent)

ผลการวิจัยพบว่า 1) ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่พัฒนาขึ้น มีประสิทธิภาพเท่ากับ 83.46/84.89 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้ คือ 80/80 2) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษา และพลศึกษา เรื่อง อาหารและโภชนา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่เรียน โดยการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีความพึงพอใจต่อการเรียน โดยการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด

คำสำคัญ : ชุดการเรียนรู้ อาหารและโภชนาการ

Abstract

The objectives of this research entitled “the results of using the food and nutrition learning sets of Prathom Suksa 5 Students, Department of Health and Physical Education” were 1) to find out the effectiveness of the food and nutrition learning set of grade 5 students at the effectiveness criteria of 80/80 2) to compare the learning achievement before and after learning with the learning set of food and nutrition and 3) to study the satisfaction of Prathom Suksa 5 students of Tessaban 3 Chumchonwatjantrawas School on learning by food and nutrition learning sets. The samples were grade 5/1 students under the Education Division, Phetchaburi Municipality, Phetchaburi Province who were currently studying in Semester 1, academic year 2018. There was 1 classroom, and 36 students in total. The sampling technique was Cluster Random Sampling. The research was conducted by using the experimental research model, single experimental group which measured the results before and after the experiment. The tools used in the study were 1) 6 sets of different topics for food and nutrition learning in health education and physical education program 2) 14 lesson plans for food and nutrition learning sets 3) food and nutrition achievement test for grade 5 students which contained 30 questions with 4 multiple choice answers, the discrimination statistic of the test items was from 0.28-0.74, the reliability value of the test was at 0.97 and 4) the satisfactory questionnaire of the students toward the learning sets of foods and nutrition was derived by the 20 questions with 5 different ratio scale. All research tools was proved by experts and improved to be used in this research. The data analysis used in this research were the Average, Percentage, Standard Deviation and the T-test (Dependent) used to test the hypothesis.

The research result: 1) The effectiveness value of the food and nutrition learning set for Prathom Suksa 5 was at 83.46 / 84.89 which was higher than the criteria of 80/80. 2) The learning achievement of the students after learning with the food and nutrition learning set was significantly higher than before studying at the level of .05. 3) The students were satisfied with the learning by using food and nutrition learning sets which was in a highest level.

Keywords : The Food and Nutrition Learning sets

บทนำ

ประเทศไทยตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาคุณภาพชีวิตคนไทยทุกช่วงวัยให้มีภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลงอันจะส่งผลถึงการพัฒนาประเทศในอนาคต จึงส่งเสริมการศึกษาตลอดชีวิต ดังปรากฏชัดใน “ยุทธศาสตร์การพัฒนานักเรียนสู่สังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างยั่งยืน” ของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ.2555 - 2559) การพัฒนาประเทศสู่ความสมดุลและยั่งยืนจะต้องให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนให้เข้มแข็งพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงของโลกในศตวรรษที่ 21 การเสริมสร้างปัจจัยแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาคุณภาพของคนทั้งในเชิงสถาบัน ระบบ โครงสร้างของสังคมให้เข้มแข็ง สามารถเป็นภูมิคุ้มกันการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต [1] สอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 ได้กำหนดแนวนโยบายหลักในการจัดการศึกษาของชาติ ที่มุ่งเน้นให้ทุกคนได้เรียนรู้ตลอดชีวิต โดยให้สังคมมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษา มีการพัฒนาสาระและกระบวนการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ส่งเสริมให้มีการปฏิรูปการเรียนการสอนที่ให้ความสำคัญกับนักเรียน เพื่อให้เกิดการพัฒนาตนเองได้ตามธรรมชาติและเต็มตามศักยภาพอย่างแท้จริง [2]

การจัดการศึกษาตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ได้มุ่งพัฒนานักเรียน ซึ่งเป็นกำลังสำคัญของชาติให้เป็นมนุษย์ที่มีความสมดุล ทั้งด้านร่างกาย ภูมิปัญญา จิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและเป็นพลโลก ยึดมั่น ในการปกครองตามระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข โดยมุ่งเน้นนักเรียนเป็นสำคัญ [3] สุขศึกษา และพลศึกษา เป็นกลุ่มสาระหนึ่งใน 8 กลุ่มสาระของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานที่มีความสำคัญต่อการส่งเสริมและ

พัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียน มีการเรียนรู้สู่การปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง มีการสั่งสมทุนทางปัญญา เชื่อมโยงการค้นคว้าวิจัยและพัฒนาสู่การเสริมสร้างขีดความสามารถในการประกอบอาชีพ และการดำรงชีวิตที่เหมาะสมในแต่ละช่วงวัย สามารถศึกษาหาความรู้ และต่อยอดองค์ความรู้ได้ด้วยตนเอง เสริมสร้างทักษะชีวิตและพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม มีความรู้ ความเข้าใจในหลักโภชนาการการเจ็บป่วย หรืออุบัติเหตุต่าง ๆ [4]

โรงเรียนเทศบาล 3 ชุมชนวัดจันทราวาสได้จัดทำหลักสูตรสถานศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา วิชาสุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เพื่อให้ให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจและเกิดเจตคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ สามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน สามารถพัฒนาตนเองและพัฒนาชุมชนให้ก้าวไปในทิศทางที่พึงประสงค์ จนสามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุดของการจัดการศึกษาตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 แต่ในการจัดการเรียนการสอนที่เกี่ยวข้องกับวิชาสุขศึกษาที่ผ่านมา พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนเทศบาล 3 ชุมชนวัดจันทราวาส ปีการศึกษา 2559 มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำในเรื่องอาหารและโภชนาการ และจากการสังเกตพบว่านักเรียนบางคนขาดความรู้ความเข้าใจ ในหลักโภชนาการที่ถูกต้องทำให้เกิดภาวะทุพโภชนาการ ประกอบกับรายงานการชั่งน้ำหนัก-วัดส่วนสูงของนักเรียน [5] ภาคเรียนที่ 1 มีนักเรียนทั้งหมด 293 คน นักเรียนน้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์เป็น ชาย 3 คน หญิง 3 คน รวม 6 คน คิดเป็นร้อยละ 2.05 สำหรับความผอม เป็นชาย 4 คน หญิง 2 คน รวม 6 คน คิดเป็นร้อยละ 2.05 และเริ่มอ้วนหรือเป็นชาย 8 คน หญิง 4 คน รวม 12 คน คิดเป็นร้อยละ 4.10 ภาคเรียนที่ 2 นักเรียนทั้งหมด 286 คน น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์เป็นชาย 4 คน หญิง 2 คน รวม 6 คน คิดเป็นร้อยละ 2.09 สำหรับความผอมเป็นชาย 11 คน หญิง 2 คน รวม 13 คน คิดเป็นร้อยละ 4.54 และเริ่มอ้วนเป็นชาย 12 คน หญิง 6 คน รวม 18 คน คิดเป็นร้อยละ 6.29 จะเห็นได้ว่ามีปัญหาด้านโภชนาการมากขึ้น อีกทั้งผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ อาจเนื่องมาจากครูไม่มี แผนการจัดการเรียนรู้ที่ดี ขีดหลักการสอนแบบเก่า ๆ ที่เน้นการบรรยาย ไม่คิดหาเทคนิควิธีการต่าง ๆ มาใช้ในการจัดการเรียนรู้ นักเรียนไม่มีส่วนร่วมในการเรียนรู้และไม่ได้สร้างองค์ความรู้ด้วยตนเองยิ่งทำให้นักเรียนเกิดความเบื่อหน่าย ไม่กระตือรือร้น ในการเรียนเท่าที่ควร ส่งผลให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

เพื่อแก้ปัญหาดังกล่าวได้มีการนำแนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับนักเรียนและเน้นความแตกต่างระหว่างบุคคล ให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมและสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเอง ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการจัดการเรียนรู้ที่ ยึดนักเรียนเป็นศูนย์กลาง (Student – Centered Instruction) และศึกษารูปแบบนวัตกรรมที่นำมาพัฒนาการเรียนการสอนที่เรียกว่า ชุดการเรียนรู้ เป็นการนำเอาวัสดุอุปกรณ์ที่เหมาะสม มารวมไว้ด้วยกัน มีกระบวนการผลิตที่เป็นระบบ สะดวกต่อการนำไปใช้ และช่วยให้นักเรียนเข้าใจ ง่ายขึ้น ในส่วนของครูการสอนด้วยชุดการเรียนรู้ จะทำให้ครูสามารถถ่ายทอดเนื้อหาวิชาที่ สลับซับซ้อนและเป็นนามธรรม ทั้งยังช่วยสร้างความมั่นใจให้ครูด้วย ด้านเด็กก็ได้เรียนรู้ไปทีละขั้นตามความสามารถ ความสนใจ ของเด็กเอง ทำให้เกิดการเรียนรู้ที่มีระบบ และมีประสิทธิภาพ [6]

จากการศึกษาข้อมูล วิเคราะห์สภาพปัญหาและแนวทางการแก้ปัญหาเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนดังกล่าว ผู้ศึกษา จึงมีความสนใจที่จะจัดทำชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งมีแนวคิดสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษา หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 และหลักสูตรสถานศึกษา ของโรงเรียนเทศบาล 3 ชุมชนวัดจันทราวาส อันมุ่งเน้นให้นักเรียนคิดเป็น ทำเป็น และแก้ปัญหาเป็น เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกิดเจตคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ สามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 80/80
2. เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

3. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนเทศบาล 3 ชุมชนวัดจันทราวาส ที่มีต่อการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้างนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 โรงเรียนเทศบาล 3 ชุมชนวัดจันทราวาส สังกัดเทศบาลเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 5 ห้องเรียน ประกอบด้วย ป.5/1 จำนวน 36 คน ป.5/2 จำนวน 34 คน ป.5/3 จำนวน 36 คน และ ป.5/4 จำนวน 33 คน ป.5/5 จำนวน 36 คน รวม 175 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/1 โรงเรียนเทศบาล 3 ชุมชนวัดจันทราวาส สังกัดกองการศึกษา เทศบาลเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรีจำนวน 36 คน ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 ด้วยวิธีการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Random Sampling)

2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

2.1 ตัวแปรต้น ได้แก่ การจัดการเรียนรู้โดยการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ 1) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง อาหารและโภชนาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 2) ความพึงพอใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีต่อการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

3. เนื้อหา

ในการศึกษาผลการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยอ้างอิงเนื้อหาในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 และหลักสูตรสถานศึกษา โรงเรียนเทศบาล 3 ชุมชนวัดจันทราวาส กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ซึ่งประกอบด้วยเนื้อหาทั้งหมด 6 ชุด โดยจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ จำนวน 14 แผน

4. ระยะเวลาที่ใช้ในการศึกษา

ระยะเวลาในการวิจัย คือ ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 รวมเวลาดทดลอง 12 ชั่วโมง ไม่รวมกับการสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียนและหลังเรียน

วิธีดำเนินการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี 4 ชนิด ประกอบด้วย 1) ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 2) แผนการจัดการเรียนรู้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 3) แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง อาหารและโภชนาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 4) แบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีต่อการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

การสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

1. ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีขั้นตอนการสร้างและหาคุณภาพดังนี้

1.1 ศึกษาหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 และหลักสูตรสถานศึกษา โรงเรียนเทศบาล 3 ชุมชนวัดจันทราวาส คำอธิบายรายวิชา และเนื้อหา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง เรียนรู้เพื่อชีวิตปลอดภัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เพื่อทำความเข้าใจเกี่ยวกับจุดประสงค์การเรียนรู้ สาระสำคัญ หลักการ

1.2 วิเคราะห์ผลการเรียนรู้ เนื้อหาสาระ และเวลาเรียน เรื่อง อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา และพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

1.3 ศึกษาหลักการและวิธีการสร้างชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

1.4 สร้างชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 6 ชุด

1.5 นำชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญเพื่อหาคุณภาพโดยใช้แบบประเมิน แบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ซึ่งมี 5 ระดับคือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด [8] ซึ่งคะแนนประเมินของผู้เชี่ยวชาญโดยภาพรวมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.74 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 0.06 แสดงว่า ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีความเหมาะสมมากที่สุด

นำชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยทำการทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 หาค่าประสิทธิภาพแบบรายบุคคล (Individual Try out) ซึ่งมีค่าประสิทธิภาพ เท่ากับ 83.90/81.11

นำชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยทำการทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 หาค่าประสิทธิภาพแบบกลุ่มเล็ก (Small Group Try out) ซึ่งมีค่าประสิทธิภาพ เท่ากับ 85.14/82.59

นำชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยทำการทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 หาค่าประสิทธิภาพแบบภาคสนาม (Field Try out) ซึ่งมีค่าประสิทธิภาพที่กำหนดไว้คือ E_1/E_2 เท่ากับ 85.22/82.78

นำชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ไปใช้จัดการเรียนการสอนกับกลุ่มตัวอย่างต่อไป

2. แผนการจัดการเรียนรู้ประกอบการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา และพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีขั้นตอนการสร้างและหาคุณภาพดังนี้

2.1 ศึกษาหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 และหลักสูตรสถานศึกษา โรงเรียนเทศบาล 3 ชุมชนวัดจันทราวาส คู่มือครู แบบเรียน และเนื้อหา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา รวมทั้งเอกสาร ตำรา งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.2 วิเคราะห์ผลการเรียนรู้ เนื้อหาสาระ และเวลาเรียน เรื่อง อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา และพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

2.3 เขียนแผนการจัดการเรียนรู้ประกอบการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา และพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 14 แผน 14 ชั่วโมง ซึ่งรวมการทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียน และหลังเรียนอีกจำนวน 2 ชั่วโมง

2.4 นำแผนการจัดการเรียนรู้ประกอบการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา และพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 พร้อมแบบประเมินเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ ประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน นำคะแนนที่ได้

จากการประเมินของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน มาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย [7] ซึ่งคะแนนประเมินของผู้เชี่ยวชาญโดยภาพรวมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.77 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.06 แสดงว่า แผนการจัดการเรียนรู้ประกอบการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นมีความเหมาะสมมากที่สุด

2.5 นำแผนการจัดการเรียนรู้ประกอบการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่เสร็จสมบูรณ์ไปใช้กับนักเรียนกลุ่มตัวอย่างต่อไป

3. แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง อาหารและโภชนาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีขั้นตอนการสร้างและหาคุณภาพดังนี้

3.1 ศึกษาวิธีการและหลักเกณฑ์ในการออกข้อสอบแบบปรนัยชนิดเลือกตอบจากหนังสือการวัดผลและประเมินผลต่าง ๆ

3.2 ศึกษาหลักสูตรสถานศึกษา โรงเรียนเทศบาล 3 วัดจันทราวาส อำเภอชะอำราชวิทยาลัย และเนื้อหาหลักสูตรการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง อาหารและโภชนาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 รวมทั้งเอกสาร ตำรางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.3 วิเคราะห์ผลการเรียนรู้ เนื้อหาสาระ และเวลาเรียน เรื่อง อาหารและโภชนาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เพื่อใช้ในการกำหนดความสำคัญของเนื้อหา นำมากำหนดผังข้อสอบ นำหนักของข้อสอบ โดยคำนึงถึงจำนวนชั่วโมงและเวลาที่กำหนด

3.4 สร้างแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งเป็นแบบปรนัยเลือกตอบชนิด 4 ตัวเลือก จำนวน 50 ข้อ ซึ่งครอบคลุมเนื้อหาสาระทั้งหมด แล้วคัดเลือกให้เหลือ 30 ข้อ

3.5 นำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง อาหารและโภชนาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ ประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา และทำการประเมินความสอดคล้องระหว่างแบบทดสอบฯ กับจุดประสงค์การเรียนรู้ แล้ววิเคราะห์ดัชนีความสอดคล้อง (IOC) [8]

3.6 ค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.80–1.00 แสดงว่าแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง อาหารและโภชนาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 วัดได้ตรงตามเนื้อหาและผลการเรียนรู้ สามารถนำไปใช้ได้

3.7 นำแบบทดสอบไปทดสอบกับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 แล้วนำแบบทดสอบมาหาคุณภาพโดยวิเคราะห์หาความยากง่าย และหาค่าอำนาจจำแนกของแบบทดสอบเป็นรายข้อ จากนั้นคัดเลือกข้อสอบที่ผ่านเกณฑ์ไว้จำนวน 30 ข้อ

3.8 หาค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ (Reliability) ของแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้สูตรโลเวท (Lovett) [9] พบว่ามีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.94 จัดพิมพ์แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เป็นฉบับสมบูรณ์เพื่อนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างต่อไป

4. แบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีต่อการเรียน โดยการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีขั้นตอนการสร้างและหาคุณภาพ ดังนี้

4.1 ผู้ศึกษาได้ดำเนินการสร้างแบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีต่อการเรียน โดยการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามขั้นตอน ดังนี้

4.2 ศึกษาทฤษฎีและวิธีการสร้างแบบสอบถามจากตำราการวัดผลการศึกษา

4.3 วิเคราะห์กำหนดนิยามพฤติกรรมที่ต้องการวัดให้ชัดเจน

4.4 สร้างแบบสอบถามจำนวน 20 ข้อ

4.5 นำแบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีต่อการเรียนโดยใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เสนอผู้เชี่ยวชาญ เพื่อหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ระหว่างข้อคำถามกับความพึงพอใจของนักเรียน โดยใช้ค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป [7]

แล้ววิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างแบบสอบถามความพึงพอใจกับข้อคำถาม พบว่าข้อคำถาม 20 ข้อ มีค่าความสอดคล้องตั้งแต่ 0.80–1.00

4.6 หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ ด้วยวิธีการหาความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม โดยวิธีการ Item Total Correlation โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายของเพียร์สัน พบว่า ได้ข้อคำถามที่เข้าเกณฑ์ จำนวน 20 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อตั้งแต่ 0.21 ถึง 0.45

4.7 หาค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา Cronbach ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.93

4.8 นำแบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีต่อการเรียนโดยใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างต่อไป

เก็บรวบรวมข้อมูล

นำเครื่องมือที่ผ่านการประเมินจากผู้เชี่ยวชาญแล้ว ไปใช้จริงกับกลุ่มตัวอย่าง โดยนำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไปทดสอบก่อนเรียน แล้วจึงทดลองสอนด้วยชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ควบคู่กับแผนการจัดการเรียนรู้ประกอบการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผู้ศึกษาได้ดำเนินการทดลองในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/1 โรงเรียนเทศบาล 3 ชุมชนวัดจันทราวาส จำนวน 36 คน หลังจากการจัดการเรียนรู้ครบทุกแผนแล้วใช้แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ชุดที่ใช้ทดสอบก่อนเรียน แล้วจึงวัดความพึงพอใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/1 ที่มีต่อการจัดการเรียนรู้โดยใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือประกอบด้วย 1) หาค่าประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้สูตร E_1/E_2 2) การหาค่าความเที่ยงตรง (Validity) ของแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้สูตรค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC 2) การหาความยากง่าย (p) เป็นการวิเคราะห์รายข้อ 3) การหาค่าอำนาจจำแนก (Discrimination) ของแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 4) การหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้สูตรโลเวท (Lovett)

2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบด้วย 1) ร้อยละ 2) ค่าเฉลี่ย 3) การหาส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3. หาค่าวิกฤตในการทดสอบนัยสำคัญทางสถิติ โดยใช้สูตร t – test

สรุปผลการวิจัย

1. ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่พัฒนาขึ้น มีประสิทธิภาพเท่ากับ 83.46/84.89 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้ คือ 80/80

2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง อาหารและโภชนา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่เรียนโดยใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีความพึงพอใจต่อการเรียน โดยการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีประเด็นการอภิปรายต่อไปนี้

1. ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีประสิทธิภาพเท่ากับ 87.82/89.19 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด คือ 80/80 แสดงว่าชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีประสิทธิภาพเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนดไว้ ทั้งนี้อาจเพราะชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ ได้สร้างขึ้นอย่างเป็นระบบ เริ่มจากการวิเคราะห์ปัญหาที่พบในการจัดการเรียนการสอนของนักเรียน ซึ่งผู้ศึกษาเป็นผู้สอนเอง และจากการสอบถามปัญหาจากครูผู้สอนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผู้ศึกษานำปัญหาที่พบมาแก้ไข เพื่อสร้างชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยเริ่มตั้งแต่การวิเคราะห์หลักสูตร วิเคราะห์เนื้อหา และการนำชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการให้ผู้เชี่ยวชาญได้ตรวจสอบแก้ไข และผ่านขั้นตอนการตรวจสอบคุณภาพ ความเหมาะสม และแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของประกอบ รัตน์รองใต้ [10] การศึกษาผลการจัดการเรียนรู้ เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค โดยใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผลการศึกษา พบว่า ประสิทธิภาพของการจัดการเรียนรู้โดยใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีค่าเท่ากับ 83.10/82.86 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ 80/80

2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/1 โรงเรียนเทศบาล 3 ชุมชนวัดจันทราวาส ที่เรียนด้วยชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ผู้ศึกษาพัฒนาขึ้น พบว่า มีคะแนนเฉลี่ยก่อนเรียน โดยใช้ ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เท่ากับ 15.31 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 1.94 และคะแนนเฉลี่ยหลังเรียนเท่ากับ 26.67 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.31 ค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 11.36 คิดเป็นร้อยละ 37.87 ผลการตรวจสอบสมมติฐานคะแนนทดสอบหลังเรียนของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่เรียน โดยใช้ ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ผู้ศึกษาพัฒนาขึ้นสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา และพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีประสิทธิภาพผลช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการได้จริง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของอากาศ พูลขวัญ [11] ได้ทำการวิจัยการพัฒนาชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ เรื่อง การเสริมสร้างสุขภาพในการป้องกันโรค สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 พบว่า ผลการเรียนรู้อาหารและโภชนาการของนักเรียนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการใช้ชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยภาพรวมพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/1 โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($=4.51, S.D.=0.52$) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าการสร้างชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 อาศัยหลักจิตวิทยาการเรียนรู้ โดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ของ ธอร์น ไดค์ (Thorndike) ได้แก่กฎแห่งความพร้อม (Law of Readiness) กฎแห่งการฝึกฝน (Law of Exercise) และกฎแห่งผล (Law of Effect) และที่สำคัญชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการเรียงลำดับจากง่ายไปหายาก ทำให้นักเรียนได้พัฒนาตนเองตามลำดับความยากง่ายของชุดการเรียนรู้อาหารและโภชนาการ นักเรียนจึงสามารถเข้าใจบทเรียนได้ดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ สุรพล พยอมรัมย์ [12] ที่กล่าวว่า นวัตกรรมที่สร้างขึ้นอาศัยหลักจิตวิทยาจึงส่งเสริมให้เกิดแรงจูงใจ ความสนใจและความประทับใจในเนื้อหาวิชา และสามารถนำมาใช้ประโยชน์ในการจัดการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพบรรลุวัตถุประสงค์การเรียนรู้ได้โดยง่าย [12] และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ประกอบ รัตน์รองใต้ [10]

การศึกษาผลการจัดการเรียนรู้ เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค โดยใช้ชุดการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผลการศึกษา พบว่า ความคิดเห็นของนักเรียนต่อการจัดการเรียนรู้ เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา โดยใช้ชุดการเรียนรู้ภาพรวม มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก และสอดคล้องกับงานวิจัยของอาภา พูลขวัญ [11] ได้ทำการวิจัยการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง การเสริมสร้างสุขภาพในการป้องกันโรค สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 พบว่า ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการเรียน ด้วยชุดการเรียนรู้หลังเรียนอยู่ในระดับเห็นด้วยมาก

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1.1 ผู้บริหาร ศึกษานิเทศก์ และผู้ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษา ควรให้ความสนใจในการจัดอบรม เพื่อเผยแพร่ความรู้ ในการสร้าง และนำชุดการเรียนรู้ อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ไปใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแก่นักเรียน

1.2 ผู้สอนที่จะนำแนวคิดนี้ ไปใช้ ควรพัฒนาเนื้อหาให้เหมาะสม น่าสนใจ และมีหลายรูปแบบ เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดความสนใจที่จะเรียนรู้

2. ข้อเสนอแนะในการศึกษาค้นคว้าครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการนำเอาชุดการเรียนรู้ อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ไปทำการวิจัยกับกลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ในเรื่องอื่น ๆ

2.2 ควรมีการศึกษาเชิงเปรียบเทียบ การจัดการเรียนการสอน โดยใช้ชุดการเรียนรู้ อาหารและโภชนาการ กลุ่มสาระ การเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 กับรูปแบบการสอนอื่น ๆ

2.3 ควรนำเอารูปแบบ และกระบวนการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ ไปทำการศึกษาค้นคว้ากับเนื้อหาวิชาในกลุ่ม สาระอื่น ๆ

2.4 ควรมีการศึกษาค้นคว้าปัญหาการจัดการเรียนการสอนในกลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

เอกสารอ้างอิง

- [1] สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 (2555-2559). กรุงเทพฯ: สำนักนายกรัฐมนตรี; 2554.
- [2] กัญญารัตน์ พูลพิพัฒน์, กาญจนา บุญส่ง. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการจัดการความรู้ของสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษาประถมศึกษาเพชรบุรี เขต 1. วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี 2559;6:66-73
- [3] กระทรวงศึกษาธิการ.หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด; 2551.
- [4] สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 (2555-2559). กรุงเทพฯ: สำนักนายกรัฐมนตรี; 2554.
- [5] งานอนามัยโรงเรียนเทศบาล 3 วัดจันทราวาส. รายงานผลการชั่งน้ำหนัก – วัดส่วนสูงของนักเรียนปีการศึกษา 2554. เพชรบุรี: ม.ป.พ.; 2559.
- [6] บุญเกื้อ ควรหาเวช. นวัตกรรมการศึกษา. (พิมพ์ครั้งที่ 4). นนทบุรี: เอสพีพรีนติ้ง; 2545.
- [7] บุญชม ศรีสะอาด. พื้นฐานการวิจัยการศึกษา. (พิมพ์ครั้งที่ 4) กทม: ปรสานการพิมพ์; 2551.
- [8] มาเรียม นิลพันธุ์. วิจัยทางการศึกษา. (พิมพ์ครั้งที่ 6) นครปฐม: ศูนย์วิจัยและพัฒนาทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย ศิลปาคร; 2555.

- [9] ขวลิต ชูกำแพง. การวิจัยหลักสูตรและการสอน. (พิมพ์ครั้งที่ 2) มหาสารคาม: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาสารคาม; 2553.
- [10] ประกอบ รัตน์รุ่งโรจน์. การศึกษาผลการจัดการเรียนรู้ เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค โดยใช้ชุดการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6.[สารนิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต]. นครพนม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนครพนม; 2558.
- [11] อาภา พูลขวัญ. การพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง การเสริมสร้างสุขภาพในการป้องกันโรค สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3. [วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต]. นครปฐม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร; 2554.
- [12] สุรพล พยอมเยี่ยม. เอกสารประกอบการสอนวิชาพื้นฐานจิตวิทยาทางการศึกษา. นครปฐม: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์; 2554.