

หัวข้อวิทยานิพนธ์ : ผลของการเล่นในสนามเด็กเล่น BBL ที่มีต่อสมรรถภาพทางกายและความฉลาดทางการเคลื่อนไหวในนักเรียนระดับประถมศึกษา

ผู้วิจัย : ส่วงศรี พุทธเกิด

สาขาวิชา : วิทยาศาสตร์การกีฬาและการออกกำลังกาย

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

: อาจารย์ ดร.อัจฉริยา กลียะพัฑฒ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกษม นครเขตต์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

บทคัดย่อ

งานวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผลของการเล่นในสนามเด็กเล่น BBL ต่อสมรรถภาพทางกายและความฉลาดทางการเคลื่อนไหวของนักเรียนระดับประถมศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาตอนต้น อายุระหว่าง 7 – 8 ปี จำนวน 30 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มควบคุม เรียนวิชาพลศึกษาตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 กลุ่มทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยใช้สนามเด็กเล่น BBL จำนวน 8 สัปดาห์ ๆ ละ 5 คาบ คาบละ 60 นาที โดยใช้โปรแกรมการเล่นที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ทดสอบสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพ 5 รายการ และแบบวัดความฉลาดทางการเคลื่อนไหวร่างกาย (Physical Intelligence Quotient : PQ) ก่อนและหลังการทดลอง

ผลการศึกษา พบว่า ภายหลังจากการใช้โปรแกรมการเล่นในสนามเด็กเล่น BBL สมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายกลุ่มทดลองในรายการ ลูกนั่ง 60 วินาที ดันพื้น 30 วินาที นั่งงอตัวไปข้างหน้า และวิ่งอ้อมหลัก ดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง ($p < .05$) และผลการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม พบว่า การลูกนั่ง 60 วินาที และวิ่งอ้อมหลัก ดีกว่ากลุ่มควบคุม ($p < .05$) ในนักเรียนหญิงกลุ่มทดลอง มีค่าดัชนีมวลกาย ลูกนั่ง 60 วินาที ดันพื้น 30 วินาที นั่งงอตัวไปข้างหน้า และวิ่งอ้อมหลัก ดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง ($p < .05$) และผลการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม พบว่า การวิ่งอ้อมหลักดีว่ากลุ่มควบคุม ($p < .05$)

ผลการศึกษาด้านความฉลาดทางการเคลื่อนไหว จากการวัดความฉลาดทางการเคลื่อนไหวร่างกาย (PQ) พบว่า ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยของเวลาการวิ่งไล่เหยียดในกระป๋องตามคำสั่งและการวิ่งวิบากดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง ($p < .05$) และผลการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม

พบว่า นักเรียนหญิงกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของเวลาการวิ่งไล่เหยี่ยวในกระป๋องตามคำสั่งและการวิ่งวิบากดีกว่ากลุ่มควบคุม ($p < .05$) ทั้งก่อนและหลังการทดลอง

สรุปได้ว่าการเล่นในสนามเด็กเล่น BBL ทำให้เด็กนักเรียนมีสมรรถภาพทางกายดีขึ้น และมีผลต่อความฉลาดทางการเคลื่อนไหว ทำให้มีความฉลาดในการเคลื่อนไหวร่างกายที่สัมพันธ์กับทักษะดีขึ้น ทั้งการเคลื่อนไหวร่างกายพื้นฐาน และโดยเฉพาะทักษะทางกลไกทั่วไปเกี่ยวกับปฏิบัติการตอบสนองการรับรู้และการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายตามคำสั่ง

คำสำคัญ : สนามเด็กเล่น BBL, สมรรถภาพทางกาย, ความฉลาดทางการเคลื่อนไหว

