

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์สำคัญเพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่มีต่อความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการตามลำดับขั้นตอน ดังต่อไปนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การหาคุณภาพของเครื่องมือ วิธีดำเนินการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

#### 1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ เด็กปฐมวัยชาย-หญิง อายุระหว่าง 5-6 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่อนุบาลปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 โรงเรียนบ้านโกตา อำเภอละงู จังหวัดสตูล จำนวน 14 คน

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ เด็กระดับชาย-หญิง อายุระหว่าง 5-6 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่อนุบาลปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 โรงเรียนบ้านโกตา อำเภอละงู จังหวัดสตูล จำนวน 14 คน ใช้ประชากรเป็นกลุ่มเป้าหมาย

#### 2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การหาคุณภาพของเครื่องมือ การเก็บรวบรวมข้อมูล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาผลของการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่มีต่อความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยได้ในระยะที่ 2 ผู้วิจัยดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล การจัดทำ และวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัย แบ่งเป็น 3 ระยะ ได้แก่

ระยะที่ 1 ศึกษาเอกสารและร่างกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพในเด็กปฐมวัย

ระยะที่ 2 ประเมินความเหมาะสม ความเป็นไปได้/ความสอดคล้องของกิจกรรมกับวัตถุประสงค์ของกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

ระยะที่ 3 ทดลองใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

รายละเอียดเกี่ยวกับการวิจัยในแต่ละระยะจะกำหนดประเด็นการนำเสนอตามหัวข้อ ดังนี้

### **ระยะที่ 1 ศึกษาเอกสารและร่างกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพในเด็กปฐมวัย**

ผู้วิจัยดำเนินการร่วมกับครูผู้สอนในการศึกษาสภาพปัจจุบันปัญหาและความสำคัญในการพัฒนาเด็กปฐมวัย ศึกษาหลักสูตรปฐมวัย เอกสารเกี่ยวกับการจัดประสบการณ์เด็กปฐมวัย เอกสารหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับคุณธรรมด้านวินัย นำข้อมูลที่ศึกษาวิเคราะห์ไปใช้ในการจัดกิจกรรมเพื่อนำไปใช้ในการจัดการเรียนรู้ เมื่อศึกษาเอกสาร หลักการ แนวคิด ทฤษฎี แล้วสังเคราะห์เอกสารและกำหนดกิจกรรม

รายละเอียดเกี่ยวกับการวิจัยในระยะที่ 1 นำเสนอตามหัวข้อ ดังนี้ การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัย

#### **การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย**

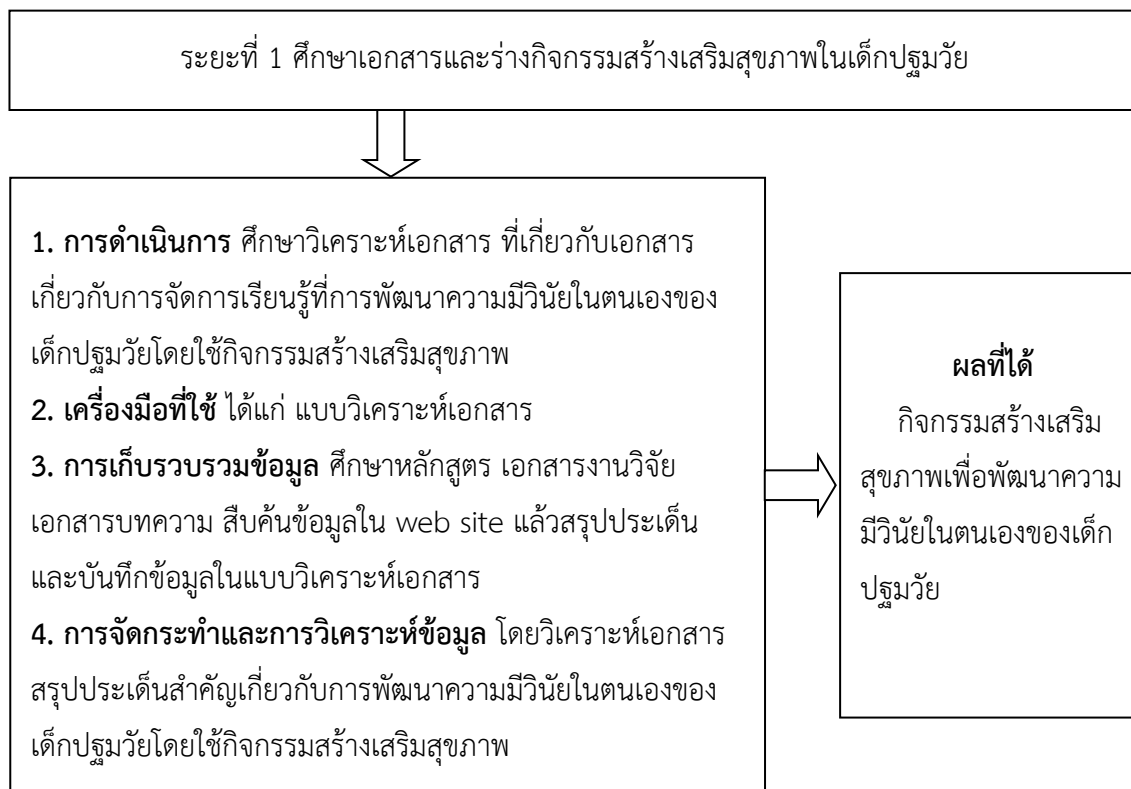
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยระยะที่ 1 เป็นแบบวิเคราะห์เอกสาร ได้แก่ 1) แบบวิเคราะห์ข้อมูลหลักสูตรการศึกษาปฐมวัยพุทธศักราช 2560 ซึ่งมีโครงสร้างประกอบด้วยข้อมูล จุดหมาย มาตรฐาน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ ตัวบ่งชี้ 2) แบบวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของมาตรฐาน ตัวบ่งชี้ สภาพที่พึงประสงค์ แนวคิดทฤษฎี กิจกรรมตามหลักสูตรการศึกษาปฐมวัยพุทธศักราช 2560

#### **การเก็บรวบรวมข้อมูล**

ดำเนินการโดยรวบรวมเอกสารเกี่ยวกับหลักการ แนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยเกี่ยวกับการประสบการณ์เด็กปฐมวัย การพัฒนาเด็กปฐมวัย หลักสูตรปฐมวัย เอกสารเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพจากแหล่งข้อมูลต่างๆ เช่น เอกสารหลักสูตร งานวิจัย ฐานข้อมูลทาง Internet

#### **การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล**

การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) วิเคราะห์หลักการ แนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยโดยใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ได้แก่ เอกสารการพัฒนาเด็กปฐมวัยหลักสูตรปฐมวัย แล้วนำเสนอสรุปเป็นประเด็น ทำให้ได้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพในเด็กปฐมวัย นำกิจกรรมที่ได้ให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเหมาะสมและความเป็นไปได้ ดังภาพประกอบ 6



ภาพประกอบ 6 สรุปขั้นตอนการดำเนินการวิจัยในระยะที่ 1

**ระยะที่ 2 ประเมินความเหมาะสม ความเป็นไปได้/ความสอดคล้องของกิจกรรมกับ วัตถุประสงค์ของกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ**

ในระยะที่ 2 ผู้วิจัยดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล การจัดทำและวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัย ดังนี้

#### การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

หลังจากศึกษาเอกสาร หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 ลักษณะพฤติกรรม การเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความมีวินัยในตนเอง การสร้างเสริมสุขภาพ รวบรวมแนวคิด มาใช้เป็นแนวทางในการกำหนดกิจกรรมและสร้างแบบประเมิน ให้ครอบคลุมเนื้อหาได้กิจกรรมสร้างเสริม สุขภาพเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย 2 กิจกรรมหลัก ได้แก่ 1) กิจกรรมจิ้งหหวะและ เคลื่อนไหว 2) กิจกรรมทำอาหาร จากนั้นสร้างเป็นแบบประเมิน รายละเอียดดังนี้

แบบประเมิน แบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ประเมินความเหมาะสม ความเป็นไปได้/ความสอดคล้องของกิจกรรมกับวัตถุประสงค์ ของกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย 2 กิจกรรมหลัก ได้แก่ 1) กิจกรรมจิ้งหหวะและเคลื่อนไหว 2) กิจกรรมทำอาหาร ลักษณะแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale)

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ ลักษณะเป็นแบบปลายเปิด (Opened Form)

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยนำหนังสือจากจากโรงเรียนถึงผู้เชี่ยวชาญเพื่อดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ผู้วิจัยสอบถามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบความเหมาะสมและความเป็นไปได้/ความสอดคล้องของกิจกรรมกับวัตถุประสงค์ของกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย 2 กิจกรรม ได้แก่ 1) กิจกรรมจังหวะและเคลื่อนไหว 2) กิจกรรมทำอาหาร ตามประเด็นที่กำหนด
3. นำแบบประเมินที่สร้างเสร็จแล้วเสนอผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คน ประเมินความเหมาะสมความเป็นไปได้ของกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพโดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

5 หมายถึง มีความเหมาะสม/เป็นไปได้อยู่ในระดับมากที่สุด

4 หมายถึง มีความเหมาะสม/เป็นไปได้อยู่ในระดับมาก

3 หมายถึง มีความเหมาะสม/เป็นไปได้อยู่ในระดับปานกลาง

2 หมายถึง มีความเหมาะสม/เป็นไปได้อยู่ในระดับน้อย

1 หมายถึง มีความเหมาะสม/เป็นไปได้อยู่ในระดับน้อยที่สุด

2. หลังจากผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแล้วนำแบบประเมินมาตรวจสอบความถูกต้องความครอบคลุมของข้อความ เนื้อหา (Content Validity) ภาษาที่ใช้เขียนความเข้าใจของผู้ตอบอีกครั้งหนึ่ง
3. นำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

### การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากการสอบถามผู้เชี่ยวชาญ โดยใช้แบบประเมินแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale) มาวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) มีเกณฑ์การแปลความหมายค่าเฉลี่ย ดังนี้

4.50-5.00 หมายถึง มีความเหมาะสม/เป็นไปได้อยู่ในระดับมากที่สุด

3.50-4.49 หมายถึง มีความเหมาะสม/เป็นไปได้อยู่ในระดับมาก

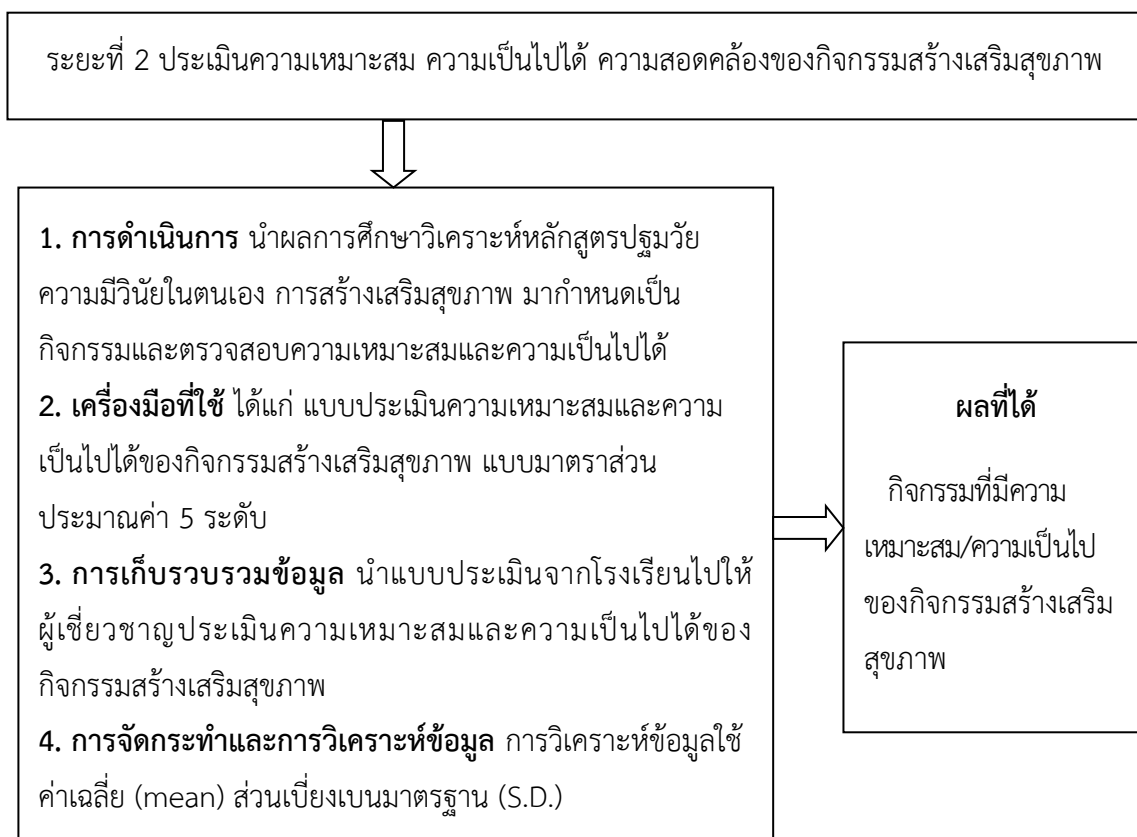
2.50-3.49 หมายถึง มีความเหมาะสม/เป็นไปได้อยู่ในระดับปานกลาง

1.50-2.49 หมายถึง มีความเหมาะสม/เป็นไปได้อยู่ในระดับน้อย

1.00-1.49 หมายถึง มีความเหมาะสม/เป็นไปได้อยู่ในระดับน้อยที่สุด

2. คัดเลือกตัวบ่งชี้ที่มีค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 2.50 ขึ้นไป
3. นำผลการประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ไปใช้ในระยะเวลาที่ 3

แผนภูมิเกี่ยวกับการวิจัยในระยะที่ 2 นำเสนอตามหัวข้อ ดังภาพประกอบ 7



ภาพประกอบ 7 สรุปขั้นตอน การดำเนินการวิจัยในระยะที่ 2

**ระยะที่ 3 ทดลองใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย**

ในระยะที่ 3 ผู้วิจัยดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัย ดังนี้

#### การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการหาคุณภาพของเครื่องมือ ได้แก่

1. แผนการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพสำหรับเด็กปฐมวัย
2. แบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองสำหรับเด็กปฐมวัย

#### การสร้างแผนการจัดกิจกรรมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพสำหรับเด็กปฐมวัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้

1. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และหลักการ จากเอกสารที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย สำหรับเด็กอายุ 3-6 ปี

2. ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับลักษณะพฤติกรรมการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย ได้แก่ ความหมาย และลักษณะพัฒนาการของเด็กปฐมวัย ลักษณะพฤติกรรมเด็กตามพัฒนาการ ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมเด็กปฐมวัย แนวคิดการสร้างเสริมพฤติกรรมเด็กปฐมวัย การจัดกิจกรรมสำหรับเด็กปฐมวัย

3. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมีวินัยในตนเอง ได้แก่ ความหมายของวินัยในตนเอง ความสำคัญของวินัยในตนเอง คุณลักษณะของความมีวินัยในตนเอง ทฤษฎีและหลักการที่เกี่ยวข้องกับความมีวินัยในตนเอง การส่งเสริมความมีวินัยในตนเอง งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมีวินัยในตนเอง

4. ศึกษาเอกสารเกี่ยวกับ การสร้างเสริมสุขภาพ ได้แก่ ความหมายของสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพ พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ

5. จัดทำแผนการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาล 2 และชั้นอนุบาล 3 ที่สอดคล้องกับการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย ด้านความรับผิดชอบ และความอดทน และออกแบบการจัดกิจกรรม 2 กิจกรรม กิจกรรมจังหวะและเคลื่อนไหว กิจกรรมทำอาหาร มีส่วนประกอบของแผน ดังนี้

5.1 เนื้อหา

5.2 จุดประสงค์

5.3 ขั้นตอนการจัดกิจกรรมครูผู้สอนปฐมวัยจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้ขั้นตอน RAPC ประกอบด้วย ขั้นทบทวนประสบการณ์ (Review of Experience: R) ขั้นปฏิบัติการเรียนรู้ (Active learning: A) ขั้นฝึกปฏิบัติ (Practice: P) ขั้นสรรค์สร้างความรู้ (Creation of Idea: C) ตามกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ได้แก่ กิจกรรมจังหวะและเคลื่อนไหว กิจกรรมทำอาหาร เพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย ด้านความรับผิดชอบและด้านความอดทน

- ขั้นทบทวนประสบการณ์ (Review of Experience: R) เป็นขั้นจัดกิจกรรมจูงใจให้เด็กได้เรียนรู้ ทบทวนสิ่งที่ได้ปฏิบัติไปแล้ว

- ขั้นปฏิบัติการเรียนรู้ (Active learning: A) เป็นขั้นจัดกิจกรรมเป็นการกระตุ้นให้เด็กปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้โดยครูเป็นผู้นำ นำเรียนคิดและปฏิบัติตามกิจกรรมที่ครูจัดการให้เด็กได้ปฏิบัติ

- ขั้นฝึกปฏิบัติ (Practice: P) เป็นขั้นการให้เด็กปฏิบัติจริงด้วยตนเองตามขั้นตอนของกิจกรรม

- ขั้นสรรค์สร้างความรู้ (Creation of Idea: C) ขั้นสรุปความคิด เด็กจะสรุปสิ่งที่เรียนรู้ตามกิจกรรมที่ได้ปฏิบัติ โดยครูกระตุ้นด้วยคำถาม เด็กตอบคำถามจากสิ่งที่เห็นและปฏิบัติจริง ครูให้คำชมเชยและให้กำลังใจแก่เด็กทุกคน

6. นำแผนการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย ด้านความรับผิดชอบ ด้านความอดทน ออกแบบการจัดกิจกรรม 2 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมจังหวะและ

เคลื่อนไหว กิจกรรมทำอาหารไปเสนอผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านตรวจพิจารณา เพื่อหาความสอดคล้องระหว่างเนื้อหา จุดประสงค์กิจกรรม สื่อการเรียนและการประเมินผล แผนการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

7. ปรับปรุงแก้ไขแผนการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ โดยใช้เกณฑ์ความเห็นตรงกัน 2 ใน 3

8. นำแผนนำแผนการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยไปใช้

#### การสร้างแบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองสำหรับเด็กปฐมวัย

การสร้างแบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองดำเนินการตามลำดับขั้นดังนี้

1. ศึกษาทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย การสังเกตพฤติกรรม การบันทึกพฤติกรรม เกณฑ์พัฒนาการและพฤติกรรมของนักเรียน 5-6 ปี จากคู่มือประเมินพัฒนาการเด็กระดับก่อนประถมศึกษาและเอกสารงานวิจัย เอกสารทางการศึกษาปฐมวัย

2. ศึกษาแบบสังเกตพฤติกรรมเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองและได้ทำการสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยตนเองของเด็กชั้นอนุบาลปีที่ 2 อายุระหว่าง 5-6 ปี ในช่วงเวลากิจกรรมเสริมประสบการณ์ กิจกรรมกลางแจ้ง กิจกรรมเสรี ด้านพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของเด็ก 2 ด้าน ได้แก่ ด้านความรับผิดชอบ ด้านความอดทน สร้างเกณฑ์การประเมินพฤติกรรมทั้ง 2 ด้าน จำนวน 10 ข้อ โดยสร้างแบบประเมินค่า กำหนดตัวเลข 3 ระดับ ได้แก่ 1, 2, 3 (Numerical Rating Scale)

3. นำแบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเอง ทดลองใช้เบื้องต้นกับเด็กนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 2 อายุระหว่าง 5-6 ปี ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยทำการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมความมีวินัยในตนเอง เพื่อศึกษาความชัดเจนของพฤติกรรมความมีวินัยในตนเอง แลวนำมาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์

#### วิธีการหาคุณภาพแบบประเมิน

##### การหาคุณภาพของแบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองสำหรับเด็กปฐมวัย

1. นำแบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา ความสอดคล้องกับจุดประสงค์

2. นำแบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงแก้ไขแบบประเมิน ตามคำแนะนำและขอเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ โดยใช้เกณฑ์พิจารณาความเห็นตรงกันของผู้เชี่ยวชาญ 2 ใน 3 ท่าน ดังต่อไปนี้

+1 หมายถึง เมื่อผู้เชี่ยวชาญเห็นวสอดคล้อง

0 หมายถึง เมื่อผู้เชี่ยวชาญไม่แน่ใจ

-1 หมายถึง เมื่อผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นไม่สอดคล้อง

3. ปรับปรุงแบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยที่ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ 2 ใน 3 ท่าน โดยปรับปรุงภาษา ปรับรูปแบบกิจกรรมและอุปกรณ์ที่ใช้ในการสังเกตให้มีความเหมาะสมและมีความสอดคล้องกับเรื่องที่เกิดขึ้น ปรับการใช้ภาษาในคำถามที่ใช้ในการประเมินเด็กแต่ละข้อให้มีความชัดเจนเข้าใจง่าย

4. หาความเที่ยงตรงของแบบสังเกตโดยนำแบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ลงความเห็นและให้คะแนนแบบสังเกต แลวนำคะแนนที่ได้มาหาค่าดัชนีความสอดคล้องกับพฤติกรรมกับจุดประสงค์ แล้วคัดเลือกข้อที่มี IOC ที่มีค่ามากกว่าหรือเท่ากับ 0.5 จึงถือว่าใช้ได้ (บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์. 2526: 89)

#### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Quasi-Experimental Research) ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยอาศัยแบบการทดลองกลุ่มเดียว มีการวัดผลก่อนการทดลองและวัดผลทุกช่วงเวลาของการทดลอง โดยใช้แบบแผนการทดลองที่ประยุกต์มาจากการดำเนินการวิจัยแบบ One Group Pretest – Posttest Design (ลวน สายยศ;และอังคณา สายยศ. 2538: 249)

ทำการสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของกลุ่มตัวอย่างก่อนการทดลอง จากนั้นจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์และทำการสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองในช่วงเวลาการทดลองทุกสัปดาห์ ดังนี้

#### แบบแผนการทดลอง

ก่อนการทดลอง	ทำการทดลอง	หลังการทดลอง
T <sub>1</sub>	X	T <sub>2</sub>

T<sub>1</sub> หมายถึง การสังเกตความมีวินัยในตนเองก่อนการทดลอง

X หมายถึง การดำเนินกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

T<sub>2</sub> หมายถึง การสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองหลังจัดกิจกรรม (สัปดาห์ที่ 2 สัปดาห์ที่ 4 สัปดาห์ที่ 6 และ สัปดาห์ที่ 8)

เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเอง ซึ่งหลักการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสังเกตพฤติกรรม ดังนี้

1. การเก็บข้อมูลจากการบันทึกแบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยครูประจำชั้นเป็นผู้เก็บข้อมูล

2. เก็บข้อมูลพื้นฐานทุกด้านจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 14 คน โดยใช้แบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองจากกิจกรรมเสริมประสบการณ์ กิจกรรมเสรี กิจกรรมกลางแจ้งในห้องเรียน 1 สัปดาห์ก่อนการทดลอง



3. ทำการบันทึกโศกนาฏกรรมในแบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองเมื่อสิ้นสุดของวงจรจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพจบลง สังเกตพฤติกรรมในช่วงเวลาจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ กิจกรรมทำอาหาร เป็นเวลา 8 สัปดาห์ โดยครูประจำชั้น

4. ในการสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย โดยผู้วิจัยและครูประจำชั้นที่สอนเด็กปฐมวัย จำนวน 2 คน สังเกตและบันทึกพฤติกรรมการสังเกตดังนี้

4.1 ศึกษานิยามศัพท์เฉพาะพฤติกรรมด้านความมีวินัยในตนเองทั้ง 2 ด้านให้ตรงกันเพื่อสามารถบันทึกพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองให้เข้าใจตรงกัน

4.2 สังเกตและบันทึกแบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองจากกิจกรรม

5. การบันทึกแบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเอง ถ้าในช่วงเวลาที่ทำการสังเกตเกิดพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองและของระดับพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองตรงกับพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของเด็กที่ทำการสังเกตตรงกับข้อใดให้ทำเครื่องหมาย ✓ (ลงในช่องนั้น)

6. การบันทึกคะแนนของแบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองกำหนดเป็น 1, 2, 3

7. เมื่อสิ้นสุดการทดลองนำข้อมูลมาวิเคราะห์ทางสถิติ เปรียบเทียบกับข้อมูลพื้นฐานทุกด้านเพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยเมื่อสิ้นสุดการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพตลอดช่วงระยะเวลา 8 สัปดาห์

#### ขั้นตอนดำเนินการทดลอง

การทดลองครั้งนี้ดำเนินการทดลองในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 เป็นเวลา 8 สัปดาห์ กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ ใช้เวลาศึกษาสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 40 นาที กิจกรรมทำอาหาร ใช้เวลาศึกษา 2 สัปดาห์ละ/ครั้ง ครั้งละ 60 นาที โดยมีแผนการทดลองดังนี้

1. ผู้วิจัยและครูผู้สอน ศึกษาเพื่อทำความเข้าใจร่วมกันเกี่ยวกับวิธีการดำเนินการวิจัย

2. ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยทำการสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองในคาบกิจกรรมเสริมประสบการณ์ ระหว่างเวลา 09.10–09.40 น. คาบกิจกรรมเสรี ระหว่างเวลา 10.00–11.00 น. คาบกิจกรรมกลางแจ้ง ระหว่างเวลา 11.00–11.30 น. โดยใช้แบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเอง แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาคะแนนพื้นฐานของเด็กปฐมวัยแต่ละคนในแต่ละด้าน

3. ดำเนินการทดลองโดยผู้วิจัยและครูประจำชั้นจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

กิจกรรมจังหวะและเคลื่อนไหว ใช้เวลาศึกษาสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 40 นาที ในวันอังคาร พุธ พฤหัสบดี รวม 24 ครั้ง

กิจกรรมทำอาหาร ใช้เวลาศึกษา 2 สัปดาห์ละ/ครั้ง ครั้งละ 60 นาที รวม 4 ครั้ง เริ่มตั้งแต่วันที่ 5 พฤศจิกายน พ.ศ.2561 ถึง วันที่ 28 ธันวาคม พ.ศ. 2561

ดั่งมีกำหนดการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ดังแสดงในตารางที่ 26

ตารางที่ 26 แสดงกำหนดระยะเวลาดำเนินการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

สัปดาห์ ที่	วัน	กิจกรรมกิจกรรมจังหวะและเคลื่อนไหว /กิจกรรมทำอาหาร	ชื่อเพลง/อาหาร	ส่งเสริมวินัยใน ตนเอง
1	อังคาร พุธ พฤหัสบดี	กิจกรรมเคลื่อนไหวตามบทเพลง กิจกรรมเคลื่อนไหวตามคำสั่งหรือข้อตกลง กิจกรรมทำท่าทางประกอบเพลง	1.เพลงร่างกายของฉัน 2.เพลงอย่าทิ้ง 3.เพลงแปรงฟัน	ความอดทน ความรับผิดชอบ
2	อังคาร พุธ พฤหัสบดี ศุกร์	กิจกรรมเคลื่อนไหวตามคำสั่งหรือข้อตกลง กิจกรรมเคลื่อนไหวตามบทเพลง กิจกรรมทำท่าทางประกอบเพลง กิจกรรมทำอาหาร	1.เพลงคุณธรรมเด็กไทย 2.เพลงรถไฟ ฐึ้น ฐึ้น 3.เพลงลูกแมว 10 ตัว 4. ทำไข่เค็ม	ความรับผิดชอบ ความอดทน
3	อังคาร พุธ พฤหัสบดี	กิจกรรมเคลื่อนไหวตามบทเพลง กิจกรรมเคลื่อนไหวตามคำสั่งหรือข้อตกลง กิจกรรมทำท่าทางประกอบเพลง	1.เพลงโรงเรียนของเราอยู่ 2.เพลงยืนตรง 3.เพลงเก็บของ	ความอดทน ความรับผิดชอบ
4	อังคาร พุธ พฤหัสบดี ศุกร์	กิจกรรมเคลื่อนไหวตามบทเพลง กิจกรรมเคลื่อนไหวตามคำสั่งหรือข้อตกลง กิจกรรมทำท่าทางประกอบเพลง กิจกรรมทำอาหาร	1.เพลงเปิด 2.เพลงรถไฟฉีก ฉีก 3.เพลงลูกหมู 3 ตัว 4.ทำน้ำแข็งโบราณ	ความอดทน ความรับผิดชอบ
5	อังคาร พุธ พฤหัสบดี	กิจกรรมเคลื่อนไหวตามบทเพลง กิจกรรมเคลื่อนไหวตามคำสั่งหรือข้อตกลง กิจกรรมทำท่าทางประกอบเพลง	1.เพลงกำมือ – แบมือ 2.เพลงเข้าแถว 3.เพลงจับปูด้า ขยำปูนา	ความรับผิดชอบ ความอดทน
6	อังคาร พุธ พฤหัสบดี ศุกร์	กิจกรรมเคลื่อนไหวตามบทเพลง กิจกรรมเคลื่อนไหวตามคำสั่งหรือข้อตกลง กิจกรรมทำท่าทางประกอบเพลง กิจกรรมทำอาหาร	1.เพลงสวัสดีเธอจ้า 2.เพลงตบมือ 3.เพลงกำมือขึ้นแล้วหมุนๆ 4.ทำยารมมิตร	ความรับผิดชอบ ความอดทน
7	อังคาร พุธ พฤหัสบดี	กิจกรรมเคลื่อนไหวตามบทเพลง กิจกรรมเคลื่อนไหวตามคำสั่งหรือข้อตกลง กิจกรรมทำท่าทางประกอบเพลง	1.เพลงข้ามถนน 2.เพลงแปรงฟัน 3.เพลงฝึกกายบริหาร	ความรับผิดชอบ ความอดทน
8	อังคาร พุธ พฤหัสบดี ศุกร์	กิจกรรมเคลื่อนไหวตามบทเพลง กิจกรรมเคลื่อนไหวตามคำสั่งหรือข้อตกลง กิจกรรมทำท่าทางประกอบเพลง กิจกรรมทำอาหาร	1.เพลงเล่นแล้วเก็บ 2.เพลงอาบน้ำ 3.เพลงลูกแมวสีตัว 4.สลัดผลไม้	ความรับผิดชอบ ความอดทน

4. ในช่วงเวลาการทดลองผู้วิจัยร่วมกับครูประจำชั้นที่สอนทำการสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของกลุ่มตัวอย่างทุกวันศุกร์ โดยใช้แบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยในตนเอง

#### การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยโดยใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ครูผู้สอนปฐมวัยจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพโดยใช้ขั้นตอน RAPC ประกอบด้วย ขั้นตอนประสบการณ์ (Review of Experience: R) ขั้นปฏิบัติการเรียนรู้ (Active learning: A) ขั้นฝึกปฏิบัติ (Practice: P) ขั้นสรรค์สร้างความรู้ (Creation of Idea: C) การจัดกระทำข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

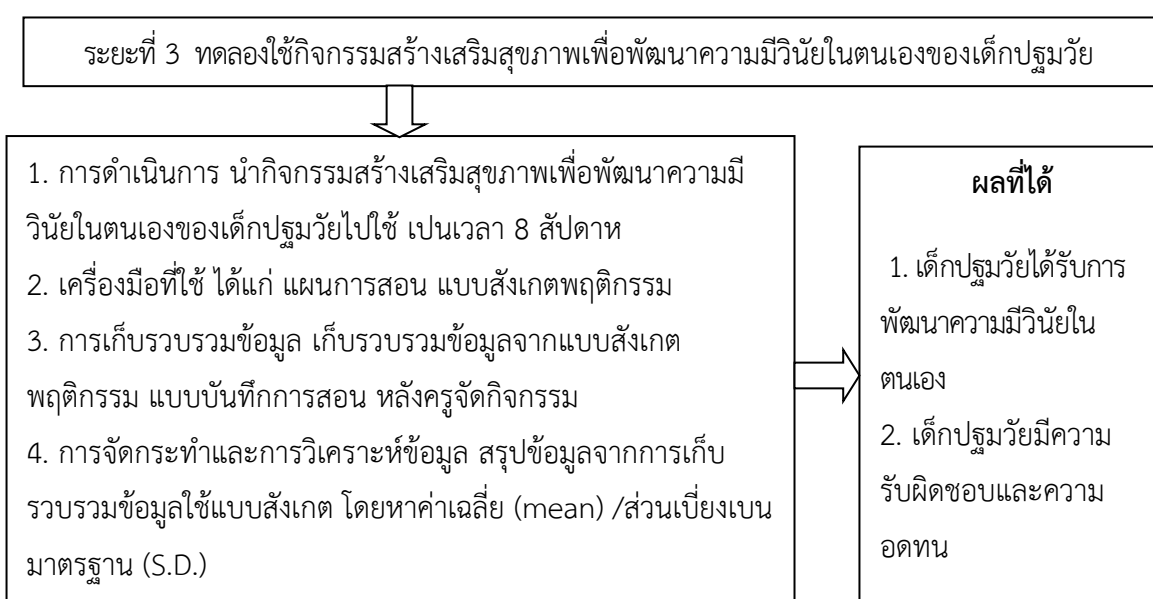
1. ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากครูผู้สอน โดยใช้แบบประเมินแบบมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ (Rating Scale) โดยมีเกณฑ์การพิจารณาดังนี้

- |   |         |                                      |
|---|---------|--------------------------------------|
| 3 | หมายถึง | นักเรียนปฏิบัติตนมีวินัยในตนเองดีมาก |
| 2 | หมายถึง | นักเรียนปฏิบัติตนมีวินัยในตนเองดี    |
| 1 | หมายถึง | นักเรียนปฏิบัติตนมีวินัยในตนเองพอใช้ |

2. การประเมินพฤติกรรมตามกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยโดยวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) มีเกณฑ์การแปลความหมายค่าเฉลี่ย ดังนี้

- |           |         |                                      |
|-----------|---------|--------------------------------------|
| 2.34-3.00 | หมายถึง | นักเรียนปฏิบัติตนมีวินัยในตนเองดีมาก |
| 1.68-2.33 | หมายถึง | นักเรียนปฏิบัติตนมีวินัยในตนเองดี    |
| 1.00-1.67 | หมายถึง | นักเรียนปฏิบัติตนมีวินัยในตนเองพอใช้ |

แผนภูมิเกี่ยวกับการวิจัยในระยะที่ 3 นำเสนอตามหัวข้อ ดังภาพประกอบ 8



ภาพประกอบ 8 สรุปขั้นตอน การดำเนินการวิจัยในระยะที่ 3

### สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ มีดังนี้

1. ระยะที่ 1 วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุปข้อมูลโดยใช้การสังเคราะห์เนื้อหา
2. ระยะที่ 2 วิเคราะห์ข้อมูลจากการประเมิน ใช้การวิเคราะห์ระดับความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญในการประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย โดยใช้แบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ใช้ค่าเฉลี่ย (mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ทั้งนี้ ในการวิเคราะห์ตามแบบของลิเคิร์ต (Likert Scalling) ถือว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนที่ได้จากการตอบแบบประเมินของผู้เชี่ยวชาญ ตกอยู่ในช่วงพฤติกรรมใดก็แสดงว่ามีความเหมาะสมและความเป็นไปได้ตามสภาพนั้น ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 4.50-5.00 หมายถึง มีความเหมาะสม/ความเป็นไปได้อยู่ในระดับมากที่สุด

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 3.50-4.49 หมายถึง มีความเหมาะสม/ความเป็นไปได้อยู่ในระดับมาก

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 2.50-3.49 หมายถึง มีความเหมาะสม/ความเป็นไปได้อยู่ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.50-2.49 หมายถึง มีความเหมาะสม/ความเป็นไปได้อยู่ในระดับน้อย

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.00-1.49 หมายถึง มีความเหมาะสม/ความเป็นไปได้อยู่ในระดับน้อยที่สุด

3. ระยะที่ 3 วิเคราะห์ข้อมูลจากการทดลองใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย การวิเคราะห์ข้อมูลจากระยะที่ 3 ทดลองใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพหลังจากจัดกิจกรรม โดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากครูผู้สอน โดยใช้แบบประเมินแบบมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ (Rating Scale) โดยมีเกณฑ์การพิจารณาดังนี้

3 หมายถึง นักเรียนปฏิบัติตนมีวินัยในตนเองดีมาก

2 หมายถึง นักเรียนปฏิบัติตนมีวินัยในตนเองดี

1 หมายถึง นักเรียนปฏิบัติตนมีวินัยในตนเองพอใช้

การประเมินพฤติกรรมตามกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัยโดยวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) มีเกณฑ์การแปลความหมายค่าเฉลี่ย ดังนี้

2.34 - 3.00 หมายถึง นักเรียนปฏิบัติตนมีวินัยในตนเองดีมาก

1.68 - 2.33 หมายถึง นักเรียนปฏิบัติตนมีวินัยในตนเองดี

1.00 - 1.67 หมายถึง นักเรียนปฏิบัติตนมีวินัยในตนเองพอใช้

### สรุปขั้นตอนการวิจัย



ภาพประกอบ 9 สรุปขั้นตอนพัฒนากิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเอง