

การพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการของผู้ปกครอง ในการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย
ที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน

ในโครงการตามพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี
ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดนครนายก



นางสาวพจณี เทียมศักดิ์

ศูนย์วิทยทรัพยากร
วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

ภาควิชาประถมศึกษา

พ.ศ. 2535

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ISBN 974-579-972-6

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

019364 117274686

THE DEVELOPMENT OF PARENT NUTRITIONAL EDUCATION ENRICHMENT
PROGRAM FOR CARING UNDER STANDARD WEIGHT YOUNG CHILDREN
ACCORDING TO THE PROJECT INITIATED BY H.R.H. PRINCESS MAHA
CHAKRI SIRINDHORN IN SCHOOLS UNDER THE JURISDICTION OF
THE OFFICE OF NAKHON NAYOK PROVINCIAL PRIMARY EDUCATION



Miss Potjane Thimsak

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education
Graduate School

Chulalongkorn University

1992

ISBN 974-579-972-6

หัวข้อวิทยานิพนธ์ การพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการของผู้ปกครองในการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานในโครงการตามพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดนครนายก


โดย นางสาว พจณี เทียมศักดิ์

ภาควิชา ประถมศึกษา

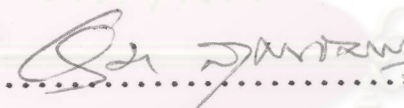
อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ ดร.อุตมลักษณ์ กุลพิจิตร





บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบัณฑิต

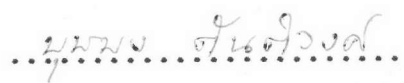

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร.ถาวร วัชรราชัย)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


..... ประธานคณะกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.อุมา สุกตน์มาน)


..... อาจารย์ที่ปรึกษา
(อาจารย์ ดร.อุตมลักษณ์ กุลพิจิตร)


..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.ตวงเต็อน อ่อนน่วม)


..... กรรมการ
(อาจารย์ ดร.บุษบง ตันติวงศ์)

พิมพ์ต้นฉบับบทคัดย่อวิทยานิพนธ์ภายในกรอบสี่เหลี่ยมนี้เพียงแผ่นเดียว

พจนี เที่ยมศักดิ์ : การพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการของผู้ปกครอง
ในการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ในโครงการตามพระราชดำริสม-
เด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารี ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถม-
ศึกษา จังหวัดนครนายก (THE DEVELOPMENT OF PARENT NUTRITIONAL EDUCATION
ACCORDING TO THE PROJECT INITIATED BY H.R.H.PRINCESS MAHA CHAKRI
SIRINDHORN IN SCHOOLS UNDER THE JURISDICTION OF THE OFFICE OF THE
NAKHON NAYOK PROVINCIAL PRIMARY EDUCATION) อ.ที่ปรึกษา อ.ดร.อุคมลักษณ์
กุลพิจิตร, 270 หน้า. ISBN 974-579-972-6

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการของผู้ปกครอง
ในการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ในโครงการตามพระราชดำริ สมเด็จพระ-
เทพรัตนราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารีในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดนครนายก

การดำเนินการวิจัยมี 3 ขั้นตอน ดังนี้ 1.ร่างโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการ
ของผู้ปกครองในการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน 2. ทดลองโปรแกรมการส่งเสริม-
ความรู้ด้านโภชนาการ 3. ปรับปรุงและนำเสนอโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการ

ผลการทดลองพบว่า 1. หลังจากการทดลองผู้ปกครองกลุ่มทดลอง จะมีผลสัมฤทธิ์ของคะแนน
ความรู้ด้านโภชนาการหลังการทดลองสูงกว่าผู้ปกครองกลุ่มควบคุม 2. โปรแกรมการส่งเสริมความรู้-
ด้านโภชนาการของผู้ปกครองในการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน มีผลต่อน้ำหนัก-
ตัวเด็กปฐมวัย โดยเด็กปฐมวัยกลุ่มทดลองจะมีน้ำหนักเพิ่มสูงขึ้นจนเข้าเกณฑ์มาตรฐานมีจำนวนมากกว่า
กลุ่มควบคุม

ข้อมูลที่ได้จากการดำเนินการวิจัยในขั้นที่สอง ได้นำมาปรับปรุงและนำเสนอเป็นโปรแกรม
การส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการ ซึ่งมีเนื้อหาที่เหมาะสม 13 เรื่อง และมีประสิทธิภาพในการเลี้ยง
ดูเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ให้น้ำหนักเพิ่มขึ้นจนเข้าเกณฑ์มาตรฐานในระยะเวลา 3
เดือน



ภาควิชา ประถมศึกษา
สาขาวิชา การศึกษาปฐมวัย
ปีการศึกษา 2535

ลายมือชื่อนิสิต ทศฯ ทัศนศักดิ์
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา อ.อุคมลักษณ์ กุลพิจิตร
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

C340925 : MAJOR EARLY CHILDHOOD EDUCATION

KEY WORD : NUTRITIONAL PROGRAM/PARENT EDUCATION/UNDER STANDARD WEIGHT YOUNG CHILDREN/H.R.H
PRINCESS PROJECT

POTJANEE THIMSAK : THE DEVELOPMENT OF PARENT NUTRITIONAL EDUCATION ENRICHMENT
PROGRAM FOR CARING UNDER STANDARD WEIGHT YOUNG CHILDREN ACCORDING TO THE PROJECT
INITIATED BY H.R.H.PRINCESS MAHA CHAKRI SIRINDHORN IN SCHOOLS UNDER THE JURISDICTION
OF THE OFFICE OF THE NAKHON NAYOK PROVINCIAL PRIMARY EDUCATION. THESIS ADVISOR :
DR.UDOMLUCK KULAPICHITR. 270 PP. ISBN 974-579-972-6

The objective of this research is to develop the nutritional education enrichment
program for parents in caring under standard weight young children according to the project
initiated by H.R.H. Princess Maha Chakri Sirindhorn project in schools under the jurisdiction
of the Office of Nakhon Nayok Provincial Primary Education.

Three stages of the program in this study were : 1. to design the parent nutritional
education enrichment program for caring under standard weight young children ; 2. to experient
the program ; 3. to improve and propose the final program.

The findings were : 1. at the end of the program, parents in the experimental group
gain higher knowledge in nutrition than parents in the controlled group ; 2. the program had an
effect on weight change of the under standard weight children, the number of children in the
experimental group regained standard weight more than the number of children in the controlled
group.

Data from the second stage of the study was used for the improvement of the final
presentation of the program for caring under standard weight young children which results is
13 items of the content and proved to be an efficient program to be used in caring the under
standard weight young children.



ภาควิชา..... ประถมศึกษา
สาขาวิชา..... การศึกษาปฐมวัย
ปีการศึกษา..... 2535

ลายมือชื่อนิสิต..... ดพรหิ..... เกษมศักดิ์
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา..... govornat govornat
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้รับพระมหากรุณาธิคุณอย่างหาที่สุดมิได้ จากสมเด็จพระเทพรัตน-
ราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารี ที่ทรงพระเมตตาพระราชทานคำแนะนำและแนวทาง ในการวิจัย
ตั้งแต่ต้น

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ ดร. อุดมลักษณ์ กุลพิจิตร อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
ผู้ให้กำลังใจและความรู้ ตลอดจนอุทิศเวลาให้คำแนะนำตรวจแก้ไขวิทยานิพนธ์ด้วยความเมตตาอย่างยิ่ง
รวมทั้ง ได้รับความกรุณาจากคณะกรรมการพิจารณาหัวข้อและคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ทุกท่าน
อาทิ รศ.ดร.อุมา สุขคนธมาน รศ.ดร.ดวงเดือน อ่อนน้อม อ.ดร.บุษบง ดันตวิวงศ์ ที่ร่วมพิจารณา
แก้ไขจนวิทยานิพนธ์เสร็จสมบูรณ์

ขอกราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 5 ท่าน คือนางไพวรรณ วรวงูร ที่ปรึกษาโครงการ
ตามพระราชดำริ ฯ นางพรจันทร์ จันทวิมล นายแพทย์สี้อชา วนรัตน์ นายกิตติ ชันธมิตร นายนิเวส
โรจนชัย ที่กรุณาสละเวลาในการแก้ไขและให้คำแนะนำในการทำการวิจัยจนสำเร็จเป็นอย่างดี ขอ
กราบขอบพระคุณคณาจารย์โรงเรียนจิตรลดาทุกท่าน และ พ.ต.หญิง ดร.นันทพร วีรวัฒน์ แห่ง
วิทยาลัยแพทย์พระมงกุฎเกล้า ฯ อาจารย์กอบนวล จิตตินันท์ คุณสมพันธ์ พุทธมนต์ ที่ได้ทุ่มเททั้งแรง
ใจและร่างกายช่วยให้งานวิจัยนี้สำเร็จไปได้ด้วยดี และอาจารย์ดวงใจ พานิช ผู้วาดภาพในคู่มือ
ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณหัวหน้าสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดนครนายก รวมทั้งผู้ปกครองเด็ก
ปฐมวัยที่มีน้ำหนักรต่ำกว่าเกณฑ์ทุกคน ที่ให้ความสนใจในการร่วมโปรแกรม

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอกราบระลึกถึงพระคุณ คุณแม่ คุณอา พี่สาวที่เคารพยิ่งรวมทั้งนายกิตติ
ชันธมิตร รองผู้อำนวยการ โครงการส่วนพระองค์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารี
และเพื่อนร่วมงานที่คอยให้กำลังใจมาโดยตลอด ผู้ซึ่งมีพระคุณยิ่งคือ นายแก้วขวัญ วัชโรทัย เลขาธิการ-
การพระราชวังผู้บังคับบัญชาสูงสุด ผู้ซึ่งให้ความเมตตาสนับสนุนในเรื่องหน้าที่การงานมาโดยตลอด
อีกทั้งยังเมตตาอนุญาตให้ผู้วิจัยลาศึกษาต่อในระดับปริญญาโททันที ผู้วิจัยมีอาจะลืมพระคุณและ
ความเมตตากรุณาของผู้ที่กล่าวนามไปแล้วข้างต้นและขอตั้งปณิธานไว้ว่าจะกระทำตนให้เป็นประโยชน์
แก่สังคมและประเทศชาติอันเป็นที่รักยิ่งต่อไป

พจนี เทียมศักดิ์



สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
รายการตารางประกอบ	จ
บทที่	
1. บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	6
สมมติฐานของการวิจัย	6
ขอบเขตของการวิจัย	7
ข้อตกลงเบื้องต้น	8
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	8
วิธีดำเนินการวิจัย	10
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย	12
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	13
ความสำคัญของอาหารและโภชนาการในเด็กปฐมวัย	14
คำจำกัดความ	14
อาหารที่เหมาะสมสำหรับการบริโภคของเด็กปฐมวัย	15
ความสำคัญของอาหารและโภชนาการต่อการเจริญเติบโตและ พัฒนาการของเด็กปฐมวัย	18
ปัญหาทุพโภชนาการในเด็กปฐมวัย	20
สาเหตุของภาวะทุพโภชนาการในเด็กปฐมวัย	24
แนวทางการแก้ไขปัญหาทุพโภชนาการในเด็กปฐมวัย	30

อิทธิพลของความรู้ทางด้านโภชนาการของผู้ปกครองต่อสุขภาพเด็ก ปฐมวัย	35
ความสำคัญของ โภชนศึกษา	37
จุดมุ่งหมายของการให้ โภชนศึกษา	37
ความหมายของการให้ โภชนศึกษา	37
วิธีการให้ โภชนศึกษา	38
ประโยชน์ของการให้ โภชนศึกษา	38
การให้ โภชนศึกษาที่ผ่านมา	39
การพัฒนาและส่งเสริมความรู้ด้าน โภชนาการ	41
3. วิธีดำเนินการวิจัย	48
การร่างรูปแบบโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้าน โภชนาการ	48
การทดลอง ใช้รูปแบบโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้าน โภชนาการ .	56
การปรับปรุงและนำเสนอโปรแกรมการส่งเสริมความรู้ด้าน โภชนาการ	58
4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	59
5. สรุปผลการวิจัย อภิปรายและข้อเสนอแนะ	75
อภิปรายผลการวิจัย	90
ข้อเสนอแนะ	103
รายการอ้างอิง	105
ภาคผนวก	136
ภาคผนวก ก	137
ภาคผนวก ข	143
ภาคผนวก ค	157
ภาคผนวก ง	161
ประวัติผู้เขียน	270

รายการตารางประกอบ

ตารางที่	หน้า
1 การจัดหาอาหารประจำวันสำหรับเด็กปฐมวัย	16-17
2 ประเภทของเอกสารที่กอง โภชนาการ กรมอนามัย จัดทำเกี่ยวกับการให้ความรู้ทางโภชนาการ	42-43
3 ประเภทของเอกสารที่กองอนามัยครอบครัว กรมอนามัย จัดทำเกี่ยวกับการให้ความรู้ทางโภชนาการ	43
4 ประเภทของเอกสารที่กองทันตสาธารณสุข กรมอนามัย จัดทำเกี่ยวกับการให้ความรู้ทาง โภชนาการ	44-45
5 ตัวอย่างประชากรจำแนกตามโรงเรียน	57
6 จำนวนและร้อยละของเด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน จำแนกตามสถานภาพ	60-61
7 จำนวนและร้อยละของผู้ปกครองของเด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน จำแนกรวมสถานภาพ	62-63
8 จำนวนและร้อยละของผู้ปกครองของเด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน จำแนกตามความรู้ด้าน โภชนาการ	64-66
9 จำนวนและร้อยละของผู้ปกครองของเด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน จำแนกตามสถานการณ์จัดหาอาหารของครอบครัว	67
10 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองของผู้ปกครองกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	68
11 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองของผู้ปกครองกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	69
13 จำนวนและร้อยละของผู้ปกครองที่เข้าร่วม โปรแกรมตอบแบบทดสอบถูกต้อง	71-74
12 เปรียบเทียบจำนวนและร้อยละของเด็กปฐมวัยที่มีน้ำหนักเพิ่มขึ้นจนเข้าเกณฑ์มาตรฐาน และที่ยังคงมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน	70
14 คะแนนผลการสอบของตัวอย่างประชากรกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง	137-138
15 การเปรียบเทียบน้ำหนักของเด็กที่ผู้ปกครอง เข้าร่วมใน โปรแกรมกับเกณฑ์มาตรฐานของกรมอนามัย	139-140
16 การเปรียบเทียบน้ำหนักของเด็กที่ผู้ปกครอง ไม่ได้ เข้าร่วมใน โปรแกรมกับเกณฑ์มาตรฐานของกรมอนามัย	141-142
17 ค่าระดับความยาก (P) และค่าอำนาจจำแนก (D) ของแบบทดสอบความรู้	159-160