

บทที่ 2

วรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเรื่อง การศึกษาสภาพและปัญหาการจัดดำเนินการกิจกรรมพลศึกษาในโรงเรียนอนุบาล สังกัดกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยนำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

วรรณคดีที่เกี่ยวข้อง

1. สาระสำคัญของแนวการจัดประสบการณ์ ระดับก่อนประถมศึกษา
2. ความสำคัญของเด็กปฐมวัย
3. พัฒนาการของเด็กปฐมวัย
4. การเล่นสำหรับเด็กปฐมวัย
5. ความสำคัญของวิชาพลศึกษา
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. สาระสำคัญของแนวการจัดประสบการณ์ ระดับก่อนประถมศึกษา

เนื่องจากแผนการศึกษาชาติ พุทธศักราช 2535 กำหนดนโยบายการจัดการศึกษาระดับก่อนประถมศึกษา โดยให้มีการจัดการศึกษาและส่งเสริมการอบรมเลี้ยงดูที่เป็นประโยชน์ต่อพัฒนาการของเด็ก ตามสาระความต้องการพื้นฐานตามวัย ตั้งแต่ปฏิสนธิ และการพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ตลอดจนส่งเสริมให้เด็กปฐมวัยทุกคนได้รับบริการเพื่อเตรียมความพร้อมอย่างน้อย 1 ปี ก่อนเข้าเรียนประถมศึกษา กระทรวงศึกษาธิการจึงได้จัดทำแนวการจัดประสบการณ์ระดับก่อนประถมศึกษาขึ้นเป็นฉบับกลางสำหรับใช้ในหน่วยงานทุกสังกัด และใช้กับเด็กทุกประเภท

แนวการจัดประสบการณ์สำหรับเด็กวัย 3-6 ปี จัดทำขึ้นเพื่อเป็นกรอบในการจัดกิจกรรมในส่วนที่เป็นจุดมุ่งหมายพัฒนาการที่ต้องการให้เกิด และเนื้อหาสาระถือเป็นเกณฑ์ขั้นต่ำสำหรับเด็กที่ควรรู้ และควรจะเป็น เด็กบางคนอาจมีพฤติกรรมมากกว่านี้ ขึ้นอยู่กับความสามารถในการเรียนรู้และประสบการณ์ของเด็ก ซึ่งเป็นสิ่งที่ครูควรส่งเสริมให้เต็มศักยภาพของแต่ละบุคคล

การจัดการศึกษาสำหรับเด็กวัย 3-6 ปี เป็นการจัดในลักษณะการอบรมเลี้ยงดู และส่งเสริมพัฒนาการเด็กทุกด้าน ทั้งทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ และสติปัญญา ตามวัย และความสามารถของแต่ละบุคคล เพื่อเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

หลักการ (กรมวิชาการ, 2539)

เป็นการจัดประสบการณ์ให้แก่เด็กที่มีอายุระหว่าง 3-6 ปี ทุกคน ทั้งเด็กปกติ เด็กด้อยโอกาส (เด็กปกติที่ไม่มีโอกาสได้เรียน เช่น เด็กยากจน เด็กเร่ร่อน) และเด็กพิเศษ (เด็กที่บกพร่องทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา) โดยการจัดในลักษณะของการเตรียมความพร้อม ผ่านกิจกรรมการเล่นที่เหมาะสมกับวัย เพื่อให้เด็กมีพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาเต็มตามศักยภาพ มุ่งเน้นการจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมและสอดคล้องกับสภาพท้องถิ่น

จุดมุ่งหมาย (กรมวิชาการ, 2539)

แนวการจัดประสบการณ์สำหรับเด็กวัย 3 - 6 ปี มุ่งให้เด็กมีพัฒนาการเหมาะสมกับวัย ความสามารถ และความแตกต่างของแต่ละบุคคล ทั้งทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และทางสติปัญญา ดังต่อไปนี้

1. เพื่อให้เด็กมีสุขภาพที่ดี เจริญเติบโตตามวัย และมีสุขนิสัยที่ดี
2. เพื่อให้เด็กมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีคุณธรรมและจริยธรรม
3. เพื่อให้เด็กสามารถช่วยตนเองได้เหมาะสมกับสภาพและวัยของตนเอง
4. เพื่อปลูกฝังให้เด็กมีวินัยในตนเอง มีความรับผิดชอบต่อตนเองและ

ส่วนรวม

5. เพื่อปลูกฝังให้เด็ก รักษาสาธารณสมบัติ รักธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เห็นคุณค่าความสำคัญของวัฒนธรรมและท้องถิ่นที่อาศัยอยู่

6. เพื่อให้เด็กมีความรู้ ความเข้าใจ และเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้สิ่งต่างๆ

7. เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้ตามความสามารถและได้รับการตอบสนองตามความต้องการพื้นฐาน

8. เพื่อให้เด็กมีความสามารถในการใช้ภาษาสื่อความหมายได้เหมาะสมกับวัย

9. เพื่อส่งเสริมให้เด็กรู้จักคิดอย่างมีเหตุผล แก้ปัญหาได้เหมาะสมกับวัย และมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

อายุของผู้เรียน (กรมวิชาการ, 2539)

เด็กอายุระหว่าง 3 - 6 ปี

ระยะเวลาเรียน (กรมวิชาการ, 2539)

ใช้เวลาในการจัดประสบการณ์ให้กับเด็ก 1 - 3 ปีการศึกษา โดยประมาณ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับอายุของเด็กที่เข้ารับการศึกษ โดยใช้เวลาในการจัดประสบการณ์สัปดาห์ละไม่เกิน 5 วัน

แนวการจัดกิจกรรม (กรมวิชาการ, 2539)

1. จัดกิจกรรมในรูปแบบบูรณาการ โดยคำนึงถึงพัฒนาการทุกด้าน
2. จัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจิตวิทยาพัฒนาการเพื่อสนองต่อความต้องการ และความสามารถในการเรียนรู้ของเด็ก
3. จัดกิจกรรมเล่นที่หลากหลายให้เด็กได้มีโอกาสเลือกเล่นตามความสนใจ
4. จัดกิจกรรมยึดเด็กเป็นศูนย์กลางโดยคำนึงถึงความสนใจ ความต้องการ และความแตกต่างของเด็กแต่ละคน
5. จัดกิจกรรมที่มีความสมดุล มีทั้งกิจกรรมที่เด็กริเริ่ม และครูริเริ่ม ใช้กล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็ก ในห้องเรียนและนอกห้องเรียน เคลื่อนไหวและสงบ
6. จัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม วัฒนธรรมในห้องถิ่น และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้
7. จัดกิจกรรมให้เด็กมีสำนึกในการรับผิดชอบต่อตนเอง ต่อส่วนรวม รักธรรมชาติและรักท้องถิ่น
8. ให้เด็กมีนิสัยรักในการทำงาน มีส่วนร่วมในการวางแผน ลงมือปฏิบัติ และบอกผลการปฏิบัติกิจกรรมของตนเองและผู้อื่นได้
9. จัดสภาพแวดล้อมในห้องเรียนให้มีมุมเล่นหรือมุมประสบการณ์ หรือศูนย์การเรียนรู้ต่าง ๆ ให้เด็กมีโอกาสร่วมเล่นกับผู้อื่น
10. จัดสภาพแวดล้อมและสร้างบรรยากาศให้มีความอบอุ่นเป็นกันเอง เน้นให้เด็กมีความสุขในการร่วมกิจกรรม

เป้าหมายพัฒนาการของเด็กวัย 3-6 ปี

ในการพัฒนาเด็กให้บรรลุจุดมุ่งหมายตามที่กำหนดไว้ในแนวการจัดประสบการณ์นั้น ต้องยึดหลักพัฒนาการของเด็กเป็นหลัก โดยคำนึงถึงวัย ความสามารถ และความแตกต่างระหว่างบุคคล ดังนั้น ครูจึงต้องศึกษาเป้าที่พึงประสงค์ของพัฒนาการของเด็กทุกด้าน ก่อนที่จะจัดสภาพแวดล้อม ประสบการณ์ และกิจกรรม

เป้าหมายที่พึงประสงค์จะให้เกิดในตัวเด็ก วัย 3-6 ปี มีดังต่อไปนี้

ด้านร่างกาย (กรมวิชาการ, 2539)

พัฒนาการด้านร่างกายเป็นการเปลี่ยนแปลงลักษณะและความสามารถทางร่างกายของเด็กตั้งแต่แรกเกิดอย่างต่อเนื่อง เช่น ความสามารถในการรับรู้ทางประสาทสัมผัส ทาง การเคลื่อนไหว ซึ่งเกี่ยวกับการบังคับกล้ามเนื้อใหญ่ กล้ามเนื้อเล็ก การประสานสัมพันธ์ ระหว่างการใช้กล้ามเนื้อต่างๆ เป้าหมายในการพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กมีดังนี้

1. สุขภาพอนามัย มีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ มีน้ำหนัก ส่วนสูง ได้ตามเกณฑ์

2. การเคลื่อนไหว

2.1 การใช้กล้ามเนื้อใหญ่

วัย 3 - 4 ปี

- โยนลูกบอลระยะไกล 1 เมตรได้
- เดินขึ้นบันไดสลับเท้าได้
- เดินตามเส้นบนพื้นได้
- กระโดดขึ้น - ลง อยู่กับที่ได้

วัย 4 - 5 ปี

- รับลูกบอลได้ด้วยมือทั้งสอง
- เดินขึ้น - ลงบันไดสลับเท้าได้
- เดินต่อเท้าบนกระดานแผ่นเดียวได้

วัย 5 - 6 ปี

- รับบอลที่กระดอนขึ้นได้ด้วยมือทั้งสอง
- เดินขึ้น-ลงบันไดสลับเท้าได้อย่างคล่องแคล่ว
- เดินต่อเท้าถอยหลังบนกระดานไม้ทรงตัวได้

- วิ่งได้รวดเร็วและหยุดได้ทันที
- กระโดดขาเดียวไปข้างหน้าอย่างต่อเนื่องได้

2.2 การใช้กล้ามเนื้อเล็ก

- | | |
|--------------|---|
| วัย 3 - 4 ปี | <ul style="list-style-type: none"> - ตัดกระดาษให้ขาดได้ - เขียนรูปวงกลมตามแบบได้ - ร้อยลูกปัดขนาดใหญ่ได้ |
| วัย 4 - 5 ปี | <ul style="list-style-type: none"> - ตัดกระดาษให้อยู่ในแนวเส้นตรงตามที่กำหนดได้ - เขียนรูปสี่เหลี่ยมตามแบบได้ - ร้อยลูกปัดขนาดเล็กได้ |
| วัย 5 - 6 ปี | <ul style="list-style-type: none"> - ตัดกระดาษให้อยู่ในแนวเส้นโค้งที่กำหนดได้ - เขียนรูปสามเหลี่ยมตามแบบได้ - ใช้เชือกร้อยวัสดุตามแบบได้ |

ด้านอารมณ์และจิตใจ (กรมวิชาการ, 2539)

พัฒนาการด้านอารมณ์และจิตใจเป็นการแสดงออกทางอารมณ์และจิตใจ เช่น ดีใจ เสียใจ สนุกสนาน ตกใจ โกรธ ฯลฯ รับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น เป้าหมายในการพัฒนาด้านอารมณ์และจิตใจของเด็กมีดังนี้

1. การแสดงออกทางด้านอารมณ์

- | | |
|--------------|--|
| วัย 3 - 4 ปี | <ul style="list-style-type: none"> - ร่าเริงแจ่มใส - แสดงอารมณ์ตามความรู้สึก - เริ่มแสดงออกทางอารมณ์ได้เหมาะสมกับบางสถานการณ์ |
| วัย 4 - 5 ปี | <ul style="list-style-type: none"> - ร่าเริงแจ่มใส - เริ่มควบคุมอารมณ์ได้บางขณะ - แสดงออกทางอารมณ์ได้เหมาะสมกับบางสถานการณ์ |

- วัย 5 - 6 ปี - ระวังแฉับใส
 - ควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น มีเหตุผล
 - แสดงออกทางอารมณ์ได้เหมาะสมกับสถานการณ์

2. ความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น

- วัย 3 - 4 ปี - เริ่มรับรู้บทบาทหน้าที่ของตนเอง
 - เริ่มรู้จักเลือกเล่นสิ่งที่ตนเองชอบ สนใจ
 - เริ่มมีความมั่นใจในตนเอง

- วัย 4 - 5 ปี - รับบทบาทหน้าที่ของตนเอง
 - รู้จักเลือกเล่นสิ่งที่ตนเองชอบ สนใจ
 - เริ่มรู้จักชื่นชมความสามารถและผลงานของตนเองและผู้อื่น
 - มีความมั่นใจในตนเอง

- วัย 5 - 6 ปี - รับบทบาทหน้าที่ของตนเองและหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย
 - รู้จักเลือกเล่น ทำงานตามที่ตนชอบ สนใจ และทำได้
 - รู้จักชื่นชมในความสามารถของตนเองและผู้อื่น
 - มีความมั่นใจในตนเองและกล้าแสดงออก

3. คุณธรรมและจริยธรรม

- วัย 3 - 4 ปี - เริ่มแสดงความรักเพื่อนและสัตว์เลี้ยง
 - ไม่ทำร้ายผู้อื่นเมื่อไม่พอใจ
 - เริ่มรู้จักว่าของสิ่งใดเป็นของตนและสิ่งใดเป็นของผู้อื่น
 - เริ่มรู้จักเก็บของเล่น
 - เริ่มรู้จักรอคอย
 - เริ่มตัดสินใจในเรื่องง่ายๆ ได้

- วัย 4 - 5 ปี - แสดงความรักเพื่อนและสัตว์เลี้ยง
 - ไม่ทำร้ายผู้อื่นและทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน
 - ไม่แย่งหรือหยิบของผู้อื่นมาเป็นของตน

- รู้จักเก็บของเล่นเข้าที่
- รู้จักการรูดคอยอย่างเหมาะสมกับวัย
- รู้จักการตัดสินใจเรื่องง่าย ๆ และเริ่มเรียนรู้ในผลที่เกิดขึ้น

- วัย 5 - 6 ปี
- แสดงความรักเด็กที่เล็กกว่าและสัตว์ต่าง ๆ
 - ไม่ทำร้ายผู้อื่นและไม่ทำให้ผู้อื่นเสียใจ
 - ไม่หยิบของผู้อื่นมาเป็นของตน
 - รู้จักจัดเก็บของเล่นเข้าที่
 - รู้จักการรูดคอยและการเข้าแถวตามลำดับก่อนหลัง
 - รู้จักการตัดสินใจเรื่องง่าย ๆ และยอมรับผลที่เกิดขึ้น

ด้านสังคม (กรมวิชาการ, 2539)

พัฒนาการด้านสังคมเป็นความสามารถในการช่วยเหลือตนเองและปฏิบัติตนในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ซึ่งสังเกตได้จากการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน การเล่นและการทำกิจกรรมต่าง ๆ เป้าหมายในการพัฒนาด้านสังคมของเด็กมีดังนี้

1. การช่วยเหลือตนเอง

- วัย 3 - 4 ปี
- ล้างมือได้
 - ตัดและถอดกระดุมขนาดใหญ่ได้
 - รินน้ำดื่มเองได้
 - รับประทานอาหารได้ด้วยตนเอง
 - เริ่มรู้จักใช้ห้องน้ำ ห้องส้วม

- วัย 4 - 5 ปี
- แต่งตัวได้
 - รับประทานอาหารได้ด้วยตนเองโดยไม่หกเลอะเทอะ
 - รู้จักทำความสะอาดหลังจากเข้าห้องน้ำ ห้องส้วม

- วัย 5 - 6 ปี
- เลือกเครื่องแต่งกายของตนเองได้และแต่งตัวได้
 - ใช้เครื่องมือ เครื่องใช้ในการรับประทานอาหารได้
 - ทำความสะอาดร่างกายได้

2. การอยู่ร่วมกับผู้อื่นและการมีคุณธรรมจริยธรรม

- วัย 3 - 4 ปี
- เริ่มเล่นกับผู้อื่นได้
 - เริ่มรู้จักการขอโทษ
 - เริ่มแบ่งปันสิ่งของ
 - เริ่มปฏิบัติตาม กฎกติกาต่างๆ
 - รู้จักทำงานที่ได้รับมอบหมาย
- วัย 4 - 5 ปี
- เล่นร่วมกับผู้อื่นได้
 - รู้จักการให้อภัย การขอโทษ
 - เริ่มช่วยเหลือผู้อื่น
 - ปฏิบัติตามกฎกติกาที่ตกลงร่วมกัน
 - มีความรับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมาย
 - เริ่มรู้จักการเป็นผู้นำผู้ตาม
 - มีมารยาทในการอยู่ร่วมกัน
- วัย 5 - 6 ปี
- เลือกเพื่อนของตนเองได้
 - ช่วยเหลือผู้อื่น
 - รู้จักการให้และการรับ
 - ปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน
 - ตั้งใจทำงานที่ได้รับมอบหมายจนสำเร็จ
 - เป็นผู้นำ ผู้ตามที่ดี
 - มีมารยาทในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
 - เล่นหรือทำงานร่วมกันในกลุ่มย่อยได้

3. การอนุรักษ์วัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม

- วัย 3 - 4 ปี
- เริ่มรู้จักแสดงความเคารพ
 - ทิ้งขยะให้ถูกที่
 - ไม่ทำลายสิ่งของเครื่องใช้

- วัย 4 - 5 ปี - รู้จักแสดงความเคารพ
- ทิ้งขยะให้ถูกที่
- รักษาสิ่งของที่ใช้ร่วมกัน
- วัย 5 - 6 ปี - แสดงความเคารพได้เหมาะสมกับโอกาส
- ทิ้งขยะให้ถูกที่
- ช่วยดูแลรักษาสิ่งแวดล้อมรอบตัว

ด้านสติปัญญา (กรมวิชาการ, 2539)

พัฒนาการด้านสติปัญญาเป็นการเปลี่ยนแปลงความสามารถในด้านการรับรู้ความคิด ความเข้าใจ การใช้ภาษา ความคิดสร้างสรรค์ เป้าหมายในการพัฒนาด้าน สติปัญญาของเด็ก มีดังนี้

- วัย 3 - 4 ปี - ฟังแล้วปฏิบัติตามคำสั่งง่ายๆ ได้
- บอกชื่อของตนเองได้
- บอกสิ่งที่ต้องการได้
- รู้จักใช้คำถาม “อะไร”
- สามารถโต้ตอบด้วยประโยคสั้นๆ ได้
- บอกชื่อสิ่งของต่างๆ รอบตัวได้
- จำแนกภาพที่เหมือนและต่างกันได้
- ชิดเขียนเส้นอย่างอิสระได้
- จับคู่สีต่างๆ ได้ประมาณ 3 - 4 สี
- เข้าใจเปรียบเทียบขนาด เช่น “เล็ก” “ใหญ่”
- เรียงลำดับสิ่งของได้ตามขนาด
- เรียนรู้จากการสังเกตและเลียนแบบผู้อื่น
- นับปากเปล่า 1 - 5 ได้
- จำแนกสิ่งต่างๆ ด้วยประสาทสัมผัสทั้ง 5
- วาดภาพตามความพอใจของตนเอง
- เลียนแบบท่าทางการเคลื่อนไหวต่างๆ
- ร้องเพลง ท่องคำคล้องจองสั้นๆ

- วัย 4 - 5 ปี
- ฟังแล้วปฏิบัติตามคำสั่งที่ต่อเนื่องได้
 - บอกชื่อ นามสกุลของตนเองได้
 - เล่าเรื่องที่พบเห็นได้
 - รู้จักใช้คำถาม “ทำไม”
 - อ่านภาพจากหนังสือได้
 - เขียนภาพและสัญลักษณ์ตามความต้องการของตนเองได้
 - ชี้และบอกสีได้ประมาณ 4-6 สี
 - นับปากเปล่า 1-10 ได้
 - เรียนรู้จากการสังเกต ฟังด้วยตนเอง
 - เข้าใจความหมายของคำที่เปรียบเทียบเช่น “ใหญ่” “ใหญ่มาก” “ใหญ่ที่สุด”
 - เข้าใจความหมายของเวลา เช่น “เมื่อวานนี้” “วันนี้” “พรุ่งนี้”
 - จำแนกสิ่งต่างๆ ด้วยประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้
 - สำรวจและทดลองเล่นกับของเล่นหรือสิ่งของต่างๆ ตามความคิดของตน
 - วาดภาพตามความคิดสร้างสรรค์ของตนได้
 - เล่านิทานหรือเรื่องราวตามจินตนาการได้

- วัย 5-6 ปี
- ฟังแล้วนำมาเล่าถ่ายทอดได้
 - บอกชื่อ นามสกุล ที่อยู่ได้
 - แสดงท่าทางตามคำสั่งได้ถูกต้อง
 - รู้จักใช้คำถาม “อย่างไร” “ที่ไหน”
 - จัดลำดับภาพจากเหตุการณ์ได้
 - เขียนชื่อ นามสกุลของตนเองตามแบบได้
 - บอกและจำแนกสีต่างๆ ได้
 - รู้จักจำนวน 1-10
 - จำแนกสิ่งของตามสี รูปทรง ขนาดได้
 - บอกเวลา “เมื่อวานนี้” “วันนี้” “พรุ่งนี้” ได้ถูก
 - จำแนกสิ่งต่างๆ ด้วยประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้ดี
 - เริ่มสร้างสรรค์งานใหม่ ๆ จากสิ่งของที่มีอยู่
 - ใช้สิ่งของรอบ ๆ ตัวเป็นสิ่งสมมุติในการเล่น
 - วาดภาพตามความคิดสร้างสรรค์ของตนได้

- เล่านิทาน เล่าสิ่งที่ตนเองคิด หรือเรื่องราวตามจินตนาการได้
- เคลื่อนไหวท่าทางตามความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการได้
- เล่นบทบาทสมมุติตามความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการได้

การจัดกิจกรรมสำหรับเด็กวัย 3-6 ปี

การจัดประสบการณ์สำหรับเด็กวัย 3-6 ปี จะไม่จัดเป็นรายวิชา แต่จัดในรูปของกิจกรรมผ่านการเล่น เพื่อให้เด็กได้รับประสบการณ์ตรง เกิดการเรียนรู้ ได้พัฒนาทั้งทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา

หลักการจัดกิจกรรม (กรมวิชาการ, 2539)

1. การจัดกิจกรรมควรคำนึงถึงตัวเด็กเป็นสำคัญ เด็กแต่ละคนมีความแตกต่างกัน ดังนั้น จึงควรจัดกิจกรรมหลายประเภทที่เหมาะสมกับวัย ให้เด็กได้มีโอกาสเลือกตามความสนใจและความสามารถ
2. กิจกรรมที่จัดควรมีทั้งที่ให้เด็กทำเป็นรายบุคคล กลุ่มย่อย และกลุ่มใหญ่ ควรเปิดโอกาสให้เด็กริเริ่มกิจกรรมด้วยตนเองตามความเหมาะสม
3. กิจกรรมที่จัดควรเปิดโอกาสให้เด็กได้เล่นทั้งในร่มและกลางแจ้ง มีทั้งกิจกรรมที่ต้องใช้กำลังและไม่ต้องใช้กำลังอย่างได้สัดส่วน และมีเวลาให้เด็กได้พักผ่อน
4. จัดระยะเวลาในการทำกิจกรรมให้เหมาะสมกับวัย ยืดหยุ่นได้ตามความต้องการและความสนใจของเด็ก เช่น
 - วัย 3 ขวบ มีความสนใจช่วงสั้นระยะเวลาประมาณ 8 นาที
 - วัย 4 ขวบ มีความสนใจอยู่ได้ประมาณ 12 นาที
 - วัย 5 ขวบ มีความสนใจอยู่ได้ประมาณ 15 นาที
5. กิจกรรมต่างๆ ควรมีวัสดุอุปกรณ์หรือสื่อการเรียนที่เป็นรูปธรรม ให้เด็กได้มีโอกาสได้สังเกต สัมผัส สืบค้น ค้นคว้า ทดลอง แก้ปัญหาด้วยตนเอง และมีการปฏิสัมพันธ์กับเด็กอื่นๆ และผู้ใหญ่ ครูเป็นผู้จัดสภาพแวดล้อม เตรียมกิจกรรม จัดหาสื่อให้ คอยสังเกตพฤติกรรมของเด็ก ตั้งคำถามกระตุ้นให้เด็กคิด ให้ข้อเสนอแนะและให้ความช่วยเหลือตามความเหมาะสม

กิจกรรมสำหรับเด็กวัย 3-6 ปี (กรมวิชาการ, 2539)

กิจกรรมหลักที่ควรจัดเป็นประจำทุกวัน มีดังนี้

1. กิจกรรมเสรี เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กเล่นอิสระตามมุมเล่น มุมประสบการณ์ และศูนย์การเรียนรู้ที่จัดไว้ภายในห้องเรียน เช่น มุมบล็อก มุมบทบาทสมมุติ มุมวิทยาศาสตร์ หรือมุมธรรมชาติ มุมหนังสือ เป็นต้น มุมต่างๆเหล่านี้เด็กมีโอกาสเลือกเล่นได้อย่างเสรี

2. กิจกรรมสร้างสรรค์ เป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาให้เด็กให้แสดงออกทางอารมณ์ ความรู้สึก ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ โดยใช้ศิลปะหรือวิธีการต่างๆเป็นเครื่องมือ เช่น การวาดภาพ ระบายสี พิมพ์ภาพ ปั้น ตัดปะฉีกปะ การประดิษฐ์คิดค้นสิ่งแปลกใหม่ ครูอาจเลือกกิจกรรมต่างๆกัน วันละ 2-3 กิจกรรมทุกวัน ให้เด็กได้มีโอกาสเลือกทำตามความสนใจ โดยครูจัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ต่างๆให้พร้อมก่อนให้เด็กเล่น การประดิษฐ์คิดค้นสิ่งแปลกใหม่

3. เกมการศึกษา เกมการเล่นที่ช่วยพัฒนาสติปัญญา การคิดของเด็ก ช่วยพัฒนา กล้ามเนื้อเล็ก ประสาทสัมพันธ์ระหว่างมือกับตา มีกฎเกณฑ์กติกาต่างๆ เด็กสามารถเล่นคนเดียวหรือเล่นเป็นกลุ่มได้ เกมการศึกษาที่เหมาะสมสำหรับเด็กวัย 3-6 ปี เช่น เกมการจับคู่แยกประเภท จัดหมวดหมู่ เรียงลำดับ ต่อภาพเหมือน หรือโดมิโน ลอตโต ภาพตัดต่อ เกมต่อตามแบบ เกมร้อยลูกปัด ฯลฯ เกมการศึกษาที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ ช่วยให้เด็กรู้จักสังเกต คิดหาเหตุผล และเกิดความคิดรวบยอดเกี่ยวกับ สี รูปร่าง จำนวน ประเภท และความสัมพันธ์เกี่ยวกับพื้นที่ระยะ

4. กิจกรรมเสริมประสบการณ์ เป็นกิจกรรมที่อยู่ในวงกลม หรือกิจกรรมที่เป็นกลุ่มย่อย กลุ่มใหญ่ ซึ่งจัดให้เด็กได้มีโอกาสฟัง พูด สังเกต คิด และปฏิบัติ เพื่อให้เกิดความคิดรวบยอดเกี่ยวกับเรื่องที่เรียน โดยจัดในลักษณะต่างๆ เช่น สนทนา นิทาน สาธิต ทดลอง ทักษะศึกษา ประกอบอาหาร เชิญวิทยากรมาพูดคุยกับเด็ก ฯลฯ

5. กิจกรรมกลางแจ้ง เป็นกิจกรรมการเล่นเครื่องเล่นสนาม เล่นของเล่นประเภท ลาก เข็น จูง เล่นทราย เล่นน้ำ ถีบจักรยาน 3 ล้อ เคลื่อนไหวข้ามเครื่องกีดขวางอย่างง่ายๆ เล่นเกมต่างๆ ภารละเล่นพื้นเมือง กิจกรรมนี้จะช่วยพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่และการทำงานประสานสัมพันธ์กันของอวัยวะต่างๆ การเล่นกลางแจ้งเป็นการตอบสนองความต้องการ

ตามธรรมชาติของเด็ก ช่วยให้เด็กมีร่างกายแข็งแรง อารมณ์จิตใจเบิกบาน สดชื่นแจ่มใส มีโอกาสปฏิสัมพันธ์กับเด็กและผู้ใหญ่ ทำให้รับบทบาทของการเล่นและการอยู่ร่วมกัน

6. กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เป็นกิจกรรมที่จัดให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างอิสระตามจังหวะ โดยส่งเสริมหรือกระตุ้นให้เด็กปฏิบัติตามข้อตกลงหรือคำสั่ง ส่งเสริมด้านจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ จังหวะและดนตรีที่ใช้ประกอบ เช่น เสียงตบมือ เสียงเพลง เสียงเคาะไม้ เคาะระฆังสามเหลี่ยม รำมะนา กลอง ฯลฯ กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะอาจนำคำสอดคล้อง การร้องเพลง การเคลื่อนไหว การเต้น การเล่นเครื่องดนตรีง่ายๆ มาประกอบในการทำกิจกรรม และก่อนจบกิจกรรมควรมีช่วงเวลาให้เด็กได้พักผ่อน

การจัดตารางกิจกรรมประจำวัน (กรมวิชาการ, 2539)

กิจกรรมสำหรับเด็กวัย 3-6 ปี สามารถนำมาจัดลงในตารางกิจกรรมประจำวันได้หลายรูปแบบ เป็นการช่วยให้ทั้งครูและเด็กทราบว่าแต่ละวันจะทำกิจกรรมอะไร เมื่อใด และอย่างไร โดยมีหลักการจัดดังนี้

1. จัดกิจกรรมทั้งในและนอกห้องเรียนในอัตราส่วนที่เหมาะสม
2. กิจกรรมที่ต้องใช้ความคิด ทั้งในกลุ่มย่อย และกลุ่มใหญ่ ไม่ควรใช้เวลาเกิน 20 นาที
3. กิจกรรมที่เด็กมีอิสระเลือกเล่นเสรี เช่น การเล่นตามมุม การเล่นกลางแจ้ง เด็กมักจะสนุกสนานเพลิดเพลิน ไม่เบื่อหน่ายง่าย อาจใช้เวลาประมาณ 40-60 นาที
4. กิจกรรมควรมีความสมดุลระหว่างกิจกรรมที่ใช้กล้ามเนื้อใหญ่กับกล้ามเนื้อเล็ก และกิจกรรมที่ต้องใช้กำลังกับไม่ใช้กำลัง จัดให้ครบทุกประเภท กิจกรรมที่ต้องออกกำลังกายควรจัดสลับกับกิจกรรมที่ไม่ต้องออกกำลังมากนัก เพื่อเด็กจะได้ไม่เหนื่อยมากเกินไป

ตัวอย่างตารางกิจกรรมประจำวัน (กรมวิชาการ, 2539)

08.00-08.30 น.	รับเด็ก
08.30-08.45 น.	เคารพธงชาติ สวดมนต์
08.45-09.00 น.	ตรวจสุขภาพ ไปห้องน้ำ
09.00-09.20 น.	กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ
09.20-10.20 น.	กิจกรรมสร้างสรรค์และกิจกรรมเสรี

10.20-10.30 น.	พัก (ช่องว่างเช้า)
10.30-10.45 น.	กิจกรรมเสริมประสบการณ์ (กิจกรรมในวงกลม)
10.45-11.30 น.	กิจกรรมกลางแจ้ง
11.30-12.00 น.	พัก (รับประทานอาหารกลางวัน)
12.00-14.00 น.	นอนพักผ่อน
14.00-14.20 น.	เก็บที่นอน ล้างหน้า
14.20-14.30 น.	พัก (ช่องว่างบ่าย)
14.30-14.50 น.	เกมการศึกษา
14.50-15.00 น.	เตรียมตัวกลับบ้าน

หมายเหตุ กิจกรรมประจำวันที่นำเสนอนี้สามารถปรับให้เหมาะสมกับสภาพชุมชน โรงเรียน ตัวเด็ก อาจสลับกิจกรรมก่อนหลัง เร็วหรือช้ากว่าตารางที่เสนอ แต่ควรจัดกิจกรรมให้ครบทุกประเภท

2. ความสำคัญของเด็กปฐมวัย

เด็กปฐมวัย หมายถึง เด็กที่มีอายุระหว่าง 2-6 ปี โดยถือตามเกณฑ์ที่ เฮอร์ลอค (Hurlock, 1960 อ้างถึงใน จันทรเพ็ญ กาญจนรัตน์, 2533) ได้แบ่งไว้ คำศัพท์ที่มีความหมายเหมือนกันหรือใกล้เคียงกับคำว่าเด็กปฐมวัย มีหลายคำได้แก่ เด็กก่อนวัยเรียน เด็กวัยก่อนเข้าโรงเรียน วัยเด็กตอนต้น และเด็กอนุบาล เป็นต้น

ความสำคัญของเด็กปฐมวัยในทัศนะของนักจิตวิทยา

ความสำคัญของเด็กปฐมวัยนั้น เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปอยู่แล้ว เพราะเด็กปฐมวัยเป็นวัยพื้นฐานของชีวิตที่จะพัฒนาขึ้นเป็นผู้ใหญ่ หรือเป็นทรัพยากรที่สำคัญของประเทศชาติ ถ้าเด็กปฐมวัยได้รับการเลี้ยงดูเอาใจใส่ให้มีความเจริญงอกงามในพัฒนาการทุก ๆ ด้าน ก็จะพัฒนาขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่เป็นทรัพยากรที่มีคุณภาพ แต่ถ้าเด็กปฐมวัยไม่ได้รับการพัฒนาให้มีความเจริญงอกงามในพัฒนาการทุก ๆ ด้านเท่าที่ควรก็จะกลายเป็นปัญหาของสังคมต่อไปในอนาคต

นักจิตวิทยาที่ศึกษาเกี่ยวกับพัฒนาการของมนุษย์ต่าง ๆ ให้ความสำคัญกับเด็กปฐมวัยทั้งสิ้น แต่ในที่นี้จะได้กล่าวถึงนักจิตวิทยาบางท่านที่ได้ให้ความสนใจกับความสำคัญของเด็กปฐมวัยเป็นพิเศษ

ความสำคัญของเด็กปฐมวัยในทัศนะของ فروยด์

فروยด์ (Freud, 1951 อ้างถึงใน จันทรเพ็ญ กาญจนรัตน์, 2533) เป็นผู้สร้างทฤษฎีจิตวิเคราะห์ที่อธิบายถึงโครงสร้างและพัฒนาการทางบุคลิกภาพของบุคคล และกล่าวว่าพัฒนาการทางบุคลิกภาพของบุคคลในระยะปฐมวัย หรือใน 6 ปีแรกของชีวิต เป็นระยะที่สำคัญที่สุด เพราะพัฒนาการของเด็กในวัยนี้จะมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อพัฒนาการในวัยต่อมาในทัศนะของ فروยด์ นั้นเชื่อว่าพัฒนาการทางบุคลิกภาพของเด็กนั้นสำคัญที่สุด เด็กนั้นสามารถ ซึมซับประสบการณ์ต่างๆ ได้ทั้งดีและไม่ดี เช่น เขาเห็นมารดา บิดาทะเลาะทุบตีกันบ่อยๆ บิดาไม่ทำหน้าที่ของตนขาดความรับผิดชอบหรือมารดาประพฤตินั้นไม่เหมาะสม เด็กจะเกิดความรู้สึกฝังใจ และความรู้สึกนี้จะมีผลต่อบุคลิกภาพของเด็กเมื่อโตขึ้น เช่น อาจมีลักษณะลักเพศ (ชายทำตัวเป็นหญิงและหญิงทำตัวเป็นชาย) ผู้ชายขาดความรับผิดชอบต่อครอบครัว ชอบเที่ยวสำส่อน หรือผู้หญิงอาจแสดงออกในลักษณะที่มีความต้องการทางเพศมากเกินไป เป็นต้น

ความสำคัญของเด็กปฐมวัยในทัศนะของ อีริกสัน

อีริกสัน (Erikson, 1963 อ้างถึงใน จันทรเพ็ญ กาญจนรัตน์, 2533) อีริกสัน อธิบายว่า ในระยะปฐมวัยเป็นระยะที่เด็กจะพัฒนาบุคลิกภาพที่สำคัญทางบวกและทางลบ 3 ประการ คือ

1. ความไว้วางใจ หรือความไม่ไว้วางใจ (Trust VS. Mistrust) เกิดขึ้นในระหว่างที่เด็กมีอายุตั้งแต่แรกเกิดถึง 2 ปี
2. ความเป็นตัวของตัวเองหรือความไม่มั่นใจในตนเอง (Autonomy VS. Doubt) เกิดขึ้นในระหว่างที่เด็กมีอายุ 2-3 ปี
3. ความคิดริเริ่มหรือความรู้สึกผิด (Initiative VS. Guilt) เกิดขึ้นในระหว่างที่เด็กมีอายุ 3-6 ปี

บุคลิกภาพของเด็กจะพัฒนาไปในทางบวกหรือเป็นไปในทางลบนั้นขึ้นอยู่กับสัมพันธภาพระหว่างบิดากับมารดา และสภาพแวดล้อมตัวเด็กเป็นสำคัญ

ความสำคัญของเด็กปฐมวัยในทัศนะของ บลูม

ศาสตราจารย์ ดร.เบนจามิน เอส.บลูม (Bloom อ้างถึงใน จันทรเพ็ญ กาญจนรัตน์, 2533) ให้ความเห็นว่าการศึกษาศึกษาของเด็กช่วงปฐมวัยเป็นช่วงที่สำคัญที่สุดของชีวิต เพราะเป็นช่วงที่เด็กพัฒนาความสามารถที่จะเรียนรู้มากที่สุด นั่นคือในช่วงนี้บ้านและโรงเรียนมีสิ่งแวดล้อมที่สร้างเสริมการเรียนรู้ เด็กก็จะเกิดการเรียนรู้ทั้งโดยทั่วไปและการเรียนรู้เฉพาะอย่างได้ดีที่สุดด้วย

จากการวิเคราะห์ผลงานการวิจัยของสถาบันที่ศึกษาในเรื่องสติปัญญาด้วยการศึกษาระยะยาว (Longitudinal study) หลากหลายสถาบันตามที่ บลูม ได้เสนอไว้ในหนังสือชื่อ "Stability and Change in Human Characteristics" นั้น บลูม สรุปได้ว่า เมื่อกล่าวถึงพัฒนาการทางสติปัญญาของบุคคล สติปัญญาของเด็กเมื่อมีอายุ 1 ปี จะพัฒนาร้อยละ 20 สติปัญญาของเด็กเมื่ออายุ 4 ปี จะพัฒนาเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 50 และในระหว่างอายุ 4-8 ปี สติปัญญาของเด็กจะพัฒนาเพิ่มขึ้นอีกร้อยละ 30 เป็นร้อยละ 80 ส่วนอีกร้อยละ 20 ที่เหลือจะพัฒนาในช่วงที่เด็กมีอายุตั้งแต่ 8 ปีขึ้นไป ซึ่งแสดงให้เห็นว่าบุคคลมีพัฒนาการทางสติปัญญามากที่สุดในช่วงปฐมวัย

ความสำคัญของเด็กปฐมวัยในทัศนะของเปียเจต์

เปียเจต์ (Piaget อ้างถึงใน จันทรเพ็ญ กาญจนรัตน์, 2533) ให้ความเห็นว่าการพัฒนาทางสติปัญญาเป็นไปตามลำดับขั้นและพัฒนาการทางสติปัญญาของเด็กปฐมวัยจะเป็นรากฐานให้แก่การพัฒนาทางสติปัญญาในระดับต่อไป ดังนั้นการจัดสิ่งแวดล้อมให้กับเด็กปฐมวัยจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องคำนึงถึงความสามารถทางสติปัญญาของเด็กในวัยนี้ด้วย และการจัดสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมกับการเปิดโอกาสให้เด็กได้สัมผัส และค้นเคยกับสิ่งแวดล้อมด้วยตนเองจะทำให้เด็กในวัยนี้เกิดการเรียนรู้ และเกิดความเข้าใจอย่างแท้จริง อันเป็นรากฐานที่จะทำให้เด็กเติบโตขึ้นอย่างผู้มีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักประดิษฐ์ และค้นคว้า แสวงหาความรู้ มิใช่เป็นแต่ผู้คอยลอกเลียนแบบผู้อื่น

นักจิตวิทยาต่างก็ให้ความสำคัญแก่เด็กปฐมวัยด้วยเหตุผลที่ว่า เป็นวัยพื้นฐานของการพัฒนาบุคคลให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ โดยถ้าเด็กปฐมวัยได้รับการพัฒนาด้วยการจัดสภาพแวดล้อมที่ดี ให้การเลี้ยงดูอย่างถูกต้อง และเปิดโอกาสให้เด็กได้ใช้ความสามารถที่เขามีอยู่อย่างเต็มที่ตามวัย ก็จะทำให้เติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ แต่ในทางตรงกันข้ามถ้าเด็ก

ปฐมวัยไม่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูที่ถูกต้อง ขาดประสบการณ์ที่ควรได้รับ หรือไม่มีโอกาสได้ใช้ความสามารถตามวัยได้อย่างเต็มที่ก็จะเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่ด้อยคุณภาพ

3. พัฒนาการของเด็กปฐมวัย

ความหมายของคำว่าพัฒนาการ (Development)

เฮอร์ลอค (Hurlock, 1972 อ้างถึงใน จันทรเพ็ญ กาญจนรัตน์, 2533) ได้ให้ความหมายของพัฒนาการว่า หมายถึงขบวนการเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่าง ต่อเนื่องกันไปอย่างมีระบบ (Progressive) ได้แก่

1. การเปลี่ยนแปลงขนาด (Changes in size) รวมถึงการเปลี่ยนแปลงขนาดของร่างกายและลักษณะทางกายอื่น ๆ เช่น น้ำหนัก ส่วนสูง ซึ่งเป็นลักษณะภายนอก ลักษณะภายใน ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงของสมองเกี่ยวกับการสร้างสรรค์ต่างๆ

2. การเปลี่ยนแปลงในเรื่องของสัดส่วน (Changes in proportion) หมายถึงสัดส่วนของอวัยวะต่างๆมีการเปลี่ยนแปลงไปแต่ลักษณะของการเปลี่ยนแปลงในเรื่องสัดส่วน มิได้หมายความว่าเด็กเป็นส่วนย่อยของผู้ใหญ่

3. ลักษณะเดิมหายไป (Disappearance of old feature) เมื่อร่างกายพัฒนาขึ้นจะปรากฏว่าลักษณะเดิมบางอย่างของร่างกายหายไป เช่น ต่อมไทมัส ขนอ่อน ฟันน้ำนม ทั้งนี้เพราะว่าหมดหน้าที่ รวมถึงลักษณะเดิมแบบเด็ก ๆ เช่น การเคลื่อนไหว ภาษาพูด และการเล่นแบบเด็ก ๆ ก็จะหายไป

4. มีลักษณะใหม่เกิดขึ้น (Acquisition of new feature) ในขบวนการพัฒนาการจะปรากฏว่ามีลักษณะใหม่ ๆ เกิดขึ้น เมื่อเด็กเจริญเติบโตขึ้นทั้งทางร่างกายและสมองมักพบว่า มีลักษณะใหม่บางอย่างเกิดขึ้น ซึ่งอาจจะเนื่องมาจากการเรียนรู้ หรือเกิดจากวุฒิภาวะ เช่น ฟันแท้ ลักษณะทางเพศขั้นทุติภูมิ (Secondary sex characteristic) กระบวนการคิดรวมถึงความต้องการทางเพศ มาตรฐานทางจริยธรรม ความเชื่อในเรื่องศาสนาและอื่นๆด้วย

การเจริญเติบโตและการพัฒนาการ (Growth and Development)

ทั้งคำว่า การเจริญเติบโต และการพัฒนาการ ทั้งสองคำนี้มีความหมายใกล้เคียงกันอย่างมาก และมีความเหลื่อมล้ำกันอยู่ ทำให้เวลานำไปใช้จริงๆ เกิดความสับสน และมักนำไปใช้ในความหมายเดียวกันอยู่เสมอๆ แต่ตามความเป็นจริงแล้วทั้งสองคำนี้ มีความหมายแตกต่างกันอยู่ พอที่จะแยกให้เห็นความแตกต่างกันได้ดังนี้

1. การเจริญเติบโตประกอบด้วยขบวนการที่ทำให้ร่างกายเจริญงอกงามเพียงอย่างเดียวแต่พัฒนาการประกอบด้วยสองขบวนการ ทั้งขบวนการที่ทำให้ร่างกายเจริญงอกงามและขบวนการที่ทำให้เสื่อมลงด้วย

2. การเจริญเติบโตจะเป็นการเปลี่ยนแปลงในด้านปริมาณ (Quantitative) ส่วนพัฒนาการจะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านปริมาณและการเปลี่ยนแปลงในด้านคุณภาพ (Qualitative)

3. การเจริญเติบโตจะสิ้นสุดลงเมื่อบุคคลมีวุฒิภาวะทางด้านร่างกายแล้ว (ประมาณ 21 ปี) ส่วนพัฒนาการจะเกิดขึ้นในทุกๆ ช่วงอายุของชีวิต ตั้งแต่แรกเกิดจนกระทั่งตาย

4. การเจริญเติบโตมักใช้เฉพาะกับการเจริญงอกงามทางด้านร่างกายและทางสมองเท่านั้น แต่การพัฒนาการจะครอบคลุมถึงการเจริญงอกงามในทุกๆ ส่วนของร่างกาย เช่น พัฒนาการทางด้านร่างกาย (Physical development) พัฒนาการทางด้านอารมณ์ (Emotional development) พัฒนาการทางด้านสังคม (Social development) พัฒนาการทางด้านสติปัญญา (Intelligence development)

ลักษณะพัฒนาการและความต้องการของเด็กปฐมวัย

นักจิตวิทยาพัฒนาการนิยมแบ่งพัฒนาการของเด็กปฐมวัยออกเป็น 4 ด้านใหญ่ๆ ดังนี้คือ

1. พัฒนาการด้านร่างกาย ได้แก่ น้ำหนัก ส่วนสูง กล้ามเนื้อใหญ่ กล้ามเนื้อเล็ก ประสาทสัมผัส ฯลฯ

2. พัฒนาการด้านอารมณ์และจิตใจ ได้แก่ ความรู้สึกและการแสดงออกเมื่อมีความรู้สึกต่างๆ

3. พัฒนาการด้านสังคม ได้แก่ ความสามารถในการติดต่อและมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น การปรับตัว การรู้จักร่วมมือในการเล่นในกลุ่มเพื่อน

4. การพัฒนาการด้านสติปัญญา ได้แก่ การรับรู้จากประสาทสัมผัส การคิด ความจำ การเรียน ภาษา ฯลฯ

ลักษณะพัฒนาการและความต้องการด้านร่างกาย (ทศนา เขมมณี และคณะ, 2536)

ลักษณะทางกายตามปกติของเด็กปฐมวัยเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในด้านส่วนสูงน้ำหนัก และสัดส่วนของร่างกายในระยะแรกของชีวิต อวัยวะส่วนต่างๆกำลังอยู่ในระหว่างการก่อตัวให้สมบูรณ์ แม้เด็กทารกที่คลอดออกมาแล้วรูปร่างครบถ้วนสมบูรณ์แต่แท้ที่จริง เซลล์สมองและระบบการทำงานของส่วนต่างๆของร่างกายยังต้องพัฒนาไปอีกระยะหนึ่งจึงจะสมบูรณ์เต็มที่ การที่เด็กมักไม่อยู่นิ่งเคลื่อนไหวเกือบตลอดเวลาเป็นการพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็ก และการกระตุ้นสร้างใยไขว้ของเส้นประสาทที่พัฒนาเกือบสมบูรณ์ในวัยนี้ พัฒนาการด้านร่างกายมี 2 ลักษณะใหญ่ๆ คือ พัฒนาการทางสุขภาพ และพัฒนาการทางการเคลื่อนไหว

พัฒนาการทางสุขภาพ ดัชนีสำคัญในการบ่งชี้สุขภาพ ได้แก่ น้ำหนัก และส่วนสูง เด็กควรมีน้ำหนักและส่วนสูงตามวัย และมีการเพิ่มน้ำหนักและส่วนสูงตามอัตราการเพิ่มโดยเฉลี่ยของเด็กในประเทศของตน

พัฒนาการทางการเคลื่อนไหว เด็กปฐมวัยจะพัฒนาการความสามารถในการควบคุมการเคลื่อนไหว โดยเริ่มต้นจากส่วนบนของร่างกาย คือ ศีรษะไปสู่ลำตัว ขาและเท้า และเริ่มจากลำตัวไปยังแขน ขา และไปสู่ปลายนิ้วมือ นิ้วเท้า ตามลำดับ ตลอดจนเริ่มควบคุมกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ไปสู่การควบคุมกล้ามเนื้อมัดเล็ก

นอกจากการพัฒนากล้ามเนื้อเพื่อการพัฒนาการเคลื่อนไหวแล้ว เด็กยังพัฒนาความสามารถในการใช้ประสาทสัมผัสต่างๆ ได้แก่ การมอง การฟัง การชิม การดม และการลูบคลำสัมผัสด้วย แม้ความเปลี่ยนแปลงจะไม่สามารถสังเกตเห็นได้ชัดเจนเท่ากับการพัฒนาการทางโครงสร้างของร่างกาย และการเคลื่อนไหวก็ตาม

ด้วยลักษณะพัฒนาการดังกล่าว เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย เด็กจึงต้องได้รับอาหารที่เป็นประโยชน์เพียงพอ ได้ออกกำลังกาย และพักผ่อนอย่างเพียงพอ ได้รับการดูแลรักษาร่างกายให้สะอาดถูกสุขอนามัยอันจะช่วยป้องกันการเจ็บป่วย ได้อยู่อาศัยในสภาพแวดล้อมที่

สะอาด ปลอดภัย ได้รับการป้องกันจากโรคภัยไข้เจ็บและอุบัติเหตุต่าง ๆ ตลอดจนได้รับการรักษาพยาบาลเมื่อเจ็บป่วย หรือบาดเจ็บจากอุบัติเหตุจนมีสุขภาพแข็งแรงตามปกติ

เด็กจำเป็นต้องได้รับโอกาสที่จะใช้กล้ามเนื้อต่าง ๆ ตลอดจนประสาทสัมผัสต่าง ๆ อย่างเต็มที่ เพื่อให้อวัยวะดังกล่าวเจริญเติบโตขึ้นได้ด้วยดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งเซลล์สมอง ซึ่งหากไม่มีการใช้อาจจะฝ่อและตายไป และอาจไม่มีการสร้างขึ้นใหม่ ตลอดจนเพื่อพัฒนาความสามารถในการควบคุมกล้ามเนื้อและใช้ประสาทสัมผัสตามวัยด้วย เกิดความมั่นใจในการกระทำของตนเอง กล้าทำ กล้าถาม มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง

ลักษณะพัฒนาการและความต้องการทางด้านจิตใจ และอารมณ์ (ทิสนา เขมมณี และคณะ, 2536)

อารมณ์ของเด็กปฐมวัยไม่มั่นคงและมักเปลี่ยนแปลงง่ายในระยะเวลาอันสั้น เด็กแสดง ความโกรธ ความกลัว ความเศร้า ความอิจฉาริษยา และความสนุกสนานอย่างไม่มีการควบคุม การแยกจากพ่อแม่ หรือผู้เลี้ยงดูหลักเป็นประสบการณ์ที่น่ากลัวสำหรับเด็ก ความสัมพันธ์ที่ราบรื่นและมั่นคง ระหว่างเด็กกับผู้เลี้ยงดูใกล้ชิดจะทำให้เด็กไว้วางใจผู้อื่น เกิดความมั่นใจในการกระทำของตนเอง กล้าทำ กล้าถาม มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง

ลักษณะพัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย สะท้อนให้เห็นถึงธรรมชาติของเด็กที่ค่อย ๆ พัฒนาอารมณ์ต่าง ๆ เพิ่มขึ้น บางอารมณ์ก็จะเกิดรุนแรง และเกิดขึ้นถี่กว่า เมื่อเด็กยังเล็ก และลดลงเมื่อเด็กโตขึ้น ขณะที่บางอารมณ์เกิดขึ้นในลักษณะที่กลับกัน การเป็นเช่นนี้ทำให้เด็กจำเป็นต้องได้รับความเข้าใจอย่างแท้จริงจากผู้เลี้ยงดูว่า พฤติกรรมทางอารมณ์ที่เด็กแสดงออกเช่นนั้น บ่งถึงลักษณะตามธรรมชาติที่เป็นไปตามวัยของเด็ก หรือบ่งถึงปัญหาบางอย่างที่ต้องรีบแก้ไข นอกจากนี้เด็กยังจำเป็นต้องได้รับการปกป้องคุ้มครองไม่ให้เกิดอารมณ์หวาดกลัวรุนแรง เพราะการที่ได้รับความหวาดกลัวรุนแรงในวัยต้นของชีวิตซึ่งเป็นวัยวิกฤตินี้จะส่งผลถึงการชะงักทางพัฒนาการด้านอื่น ๆ หรือแม้แต่การถดถอยสู่พัฒนาการขั้นต่ำลงไป และการดูแลส่งเสริมให้เด็กมีอารมณ์ดีในปฐมวัยยังส่งผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพ ซึ่งเมื่อได้วางมาตรฐานอย่างใดลงไปแล้ว เปลี่ยนเป็นอื่นได้ยากในภายหลัง

ลักษณะพัฒนาการและความต้องการด้านสังคม (ทิสนา เขมมณี และคณะ, 2536)

พัฒนาการทางสังคมของเด็กปฐมวัยมีลักษณะยึดตัวเองเป็นศูนย์กลาง เมื่อเด็กได้พบปะบุคคลอื่นที่ไม่ใช่บุคคลในครอบครัว และเริ่มแยกจากพ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดู เด็กเขาจะต้องปรับตัวให้

เข้ากับบุคคลอื่นทั้งเด็กและผู้ใหญ่ และเรียนรู้บทบาทต่างๆของตนเอง ซึ่งทำให้เขาเริ่มให้ความสำคัญและเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมากขึ้น

พัฒนาการทางสังคมของเด็กจะมีกระบวนการขั้นตอนตามลำดับอายุเด็กไม่ว่าจะอยู่ในวัฒนธรรมหรือสังคมที่แตกต่างกันก็จะมีพัฒนาการทางสังคมเป็นขั้นตอนเหมือนกัน ที่แตกต่างกันคือ เนื้อหาของทักษะสังคมนั้นๆ เช่น การกินอยู่ การแต่งตัว ศาสนา

พัฒนาการทางสังคมจะมีขั้นตอนการพัฒนาตามอายุอยู่ 3 ขั้นตอน คือ

- ขั้นที่ 1 เด็กเริ่มมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น
- ขั้นที่ 2 เด็กเรียนรู้ว่าตนเป็นสมาชิกในสังคม
- ขั้นที่ 3 เด็กเรียนรู้ที่จะร่วมมือกับผู้อื่น

สำหรับเด็กวัย 3-6 ปี จะมีพัฒนาการทางสังคมอยู่ในขั้นที่ 3 ดังนี้ คือ

3 ปี เริ่มเล่นกับเด็กอื่น และยอมแบ่งของเล่นกับเพื่อนสามารถคอยให้ถึงคราวของตน แสดงความรักใคร่น้องๆที่เล็กกว่า สามารถช่วยเหลือทำงานบ้านเล็กๆ น้อยๆ ได้

4 ปี ชอบเล่นกับเด็กอื่น แต่พฤติกรรมไม่คงที่ บางครั้งก็เล่นร่วมมือดี บางครั้งก็ก้าวร้าว รังแกเพื่อน แสดงกริยาโกรธเมื่อถูกขัดใจ สนใจกิจกรรมของผู้ใหญ่และอยากจะทำด้วย

5-6 ปี เล่นร่วมมือกับผู้อื่นได้ เข้าใจกฎเกณฑ์และกติกาของการเล่น เข้าใจชาย ขว เมื่อนานนี้ พรุ่งนี้ สนใจที่จะรู้จักอายุ ชื่อของผู้ใหญ่และเด็กอื่น ๆ รู้จักรสหวาน เค็ม เปรี้ยว ขม สนใจสิ่งที่เกิดขึ้นในบ้านและชุมชน สามารถทำงานบ้านง่ายๆ ด้วยความตั้งใจ เริ่มแสดงกริยาอาการ ขัดขืนไม่พอใจ เช่น ถ้าถูกสั่งให้ทำสิ่งที่ไม่พอใจ ก็แกล้งทำช้าๆ คิดกติกาหรือวิธีเล่นเกมใหม่ๆ ได้

เด็กอายุ 6 ปี ที่มีพัฒนาการทางอารมณ์ จิตใจและสังคมดีจะมีลักษณะยิ้มแย้มแจ่มใส มีความสุข และมีความสามารถ ดังต่อไปนี้

1. สามารถมีปฏิสัมพันธ์และสื่อสารกับผู้อื่นได้ดี
2. สามารถแบ่งปัน รอคอย และยอมรับกติกา กฎเกณฑ์
3. สามารถช่วยตัวเองได้ เช่น อาบน้ำ แต่งตัว รับประทานอาหาร เข้าห้องน้ำได้เอง และช่วยเหลืองานเล็กๆ น้อยๆ ได้

จากลักษณะพัฒนาการดังกล่าว เด็กจึงต้องได้รับโอกาสที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลต่าง ๆ อย่างสม่ำเสมอ เด็กจะต้องมีบุคคลหลักที่ทำหน้าที่ดูแลเอาใจใส่ใกล้ชิด และสร้างความรู้สึกผูกพันด้วยเป็นลำดับแรกตั้งแต่แรกเกิด เด็กจะต้องได้รับการปฏิบัติที่สุภาพ อ่อนโยน และเอื้ออาทรจากบุคคลรอบข้าง เพื่อให้เกิดความรู้สึกมั่นคง ปลอดภัย และพัฒนาเจตคติที่ดีต่อผู้อื่น

เด็กต้องได้รับการคาดหวังจากผู้ใหญ่รอบข้างตามลำดับพัฒนาการทางสังคม เด็กต้องมีโอกาสประสบความสำเร็จในการเล่น และการทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อพัฒนาความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง

เด็กต้องไม่ถูกเคี่ยวเข็ญ หรือใช้กำลังบังคับ ตลอดจนทำร้ายทางร่างกาย และจิตใจให้เกิดความหวาดกลัวอย่างรุนแรง และประทับความหวาดกลัวนั้นไว้ เด็กต้องได้รับโอกาสที่จะเล่นและทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับผู้อื่น โดยเฉพาะเด็กด้วยกัน เพื่อเรียนรู้ทักษะทางสังคมในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เด็กต้องได้รับการถ่ายทอดมารยาทและกติกาสังคมเพื่อให้สามารถวางตัวได้ถูกกาลเทศะ ตลอดจนต้องได้รับการปลูกฝังจากการปฏิบัติเป็นวิถีชีวิต และการอบรมสั่งสอนที่เหมาะสมกับวัยให้เกิดสำนึกในความรับผิดชอบต่อสมาชิกอื่น ๆ ในสังคม และความผูกพันร่วมเป็นเจ้าของผู้สืบทอดวัฒนธรรมที่ดีงามของสังคม และในอีกแง่หนึ่งเด็กต้องได้รับการฝึกสอนให้รู้จักเป็นตัวของตัวเอง และแสดงออกอย่างเหมาะสมแก่กาลเทศะด้วย

ลักษณะพัฒนาการและความต้องการด้านสติปัญญา (ทิตนา เขมมณี และคณะ, 2536)

พัฒนาการทางสติปัญญาในเด็กปฐมวัยมี 2 ด้าน คือพัฒนาการทางเรียนรู้และการปรับตัว และพัฒนาการทางภาษา หากเด็กไม่สามารถพัฒนาไปตามขั้นตอนที่เหมาะสมในระยะเวลา 6 ปีแรกของชีวิต การส่งเสริมให้เกิดพัฒนาการดังกล่าวในภายหลังจะทำได้ยากมาก หรืออาจทำไม่ได้เลย เพราะช่วงเวลานี้เป็นระยะวิกฤติ (Critical period) ของพัฒนาการดังกล่าว

ลักษณะการพัฒนาการทางการเรียนรู้และปรับตัวโดยทั่วไป สรุปได้ดังนี้ คือ

2-3 ปี เขียนวงกลมบนกระดาษหรือพื้นดินทรายได้ ต่อบล็อก 3 ก้อนได้ ชอบถาม “อะไร” “ใครทำ”

3-4 ปี สนใจสิ่งเคลื่อนไหว เช่น รถ เรือ เครื่องบิน สัตว์ ชอบฟังนิทาน คำคล้องจอง ชอบถาม “ที่ไหน” “ทำไม”

4-6 ปี ช่างซักถาม วาดรูปคนได้ 2-6 ส่วน สามารถลากเส้นเป็นรูปสี่เหลี่ยมและสามเหลี่ยมได้ รู้จักวันในสัปดาห์ รู้จักสี 4 สี ชอบเรื่องใกล้ตัว

5-6 ปี ช่างซักถาม วาดรูปคนได้ 4-5 ส่วน ชอบเรื่องที่เป็นจริง ยังไม่ค่อยเข้าใจเรื่องเวลา เริ่มเห็นความสัมพันธ์ระหว่างภาษาพูดกับตัวหนังสือ

จากการที่เด็กมีลักษณะพัฒนาการทางการเรียนรู้ดังกล่าว เด็กจึงจำเป็นต้องได้รับการส่งเสริมให้สอดคล้องกับธรรมชาติของเด็กในแต่ละระดับพัฒนาการ เด็กต้องได้รับโอกาสที่จะได้สำรวจตรวจค้นสิ่งต่างๆรอบตัว โดยอาศัยประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้แก่ การมอง การฟัง การลูบคลำสัมผัส การชิม ตลอดจนการดม เด็กต้องได้รับโอกาสที่จะตรวจสอบความสามารถของตนเอง ในการกระทำสิ่งต่างๆ และได้ฝึกทำสิ่งที่อยู่ในวิสัยของตนให้เกิดความชำนาญมากขึ้น เด็กต้องได้รับโอกาสที่จะอยู่เงียบๆ ไคร่ครวญ คิดพิจารณา และจัดโครงสร้างความคิดของตนให้กว้างขวาง และเป็นระบบระเบียบบ้างตามสมควร เด็กต้องได้ทดลองจัดกระทำกับสิ่งแวดล้อมรอบๆตัว เพื่อพัฒนาความคิดความเข้าใจในคุณสมบัติทางกายของสิ่งต่างๆที่ได้รับรู้มา เด็กต้องได้ข้อมูลที่สอดคล้องกับระดับความสนใจและความสามารถเพื่อช่วยขยายประสบการณ์และโครงสร้างความคิดของตน และเด็กจะต้องได้มีโอกาสคิดฝันจินตนาการ โดยไม่ถูกติเตียนว่าเพ้อฝัน ไร้สาระ เด็กจำเป็นต้องได้รับการตอบสนองอย่างเหมาะสมเมื่อแสดงความสนใจ สงสัย หรือ แสดงออกถึงความรู้ความคิด เพื่อให้เกิดกำลังใจที่จะแสวงหาความรู้ และใช้ความสามารถต่อไป นอกจากนี้ เด็กต้องได้รับความเข้าใจจากผู้เลี้ยงดูที่คาดหวังในตัวเขาตามระดับความสามารถที่แท้จริงของเขา ไม่เคี่ยวเข็ญ หรือโกรธเกรี้ยวเมื่อเด็กไม่เข้าใจหรือทำไม่ได้ และไม่คาดหวังต่ำจนไม่เปิดโอกาสให้เด็กได้ใช้ความสามารถที่มีอยู่ของตน โดยการทำแทนให้หมด และในกรณีที่เด็กไม่สนใจ ไคร่ครวญตามธรรมชาติของเด็กทั่วไป เด็กจะต้องได้รับการกระตุ้นให้เกิดพัฒนาการไปตามขั้นตอนอย่างเหมาะสมด้วย

4. การเล่นสำหรับเด็กปฐมวัย

การเล่น เป็นกิจกรรมที่เป็นหัวใจและมีความสำคัญยิ่งในวัยเด็ก ธรรมชาติของเด็กจะชอบเล่น การเล่นนอกจากจะเป็นการสนองความต้องการทางจิตใจ คือ เกิดความสนุกสนานแล้ว การเล่นยังเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตเด็ก ในขณะที่เด็กเล่น เด็กจะไม่สนใจสิ่งอื่นใดที่อยู่รอบตัวเลย ขณะที่เด็กเล่นเด็กจะเกิดการเรียนรู้ไปพร้อมๆกันด้วย ดังนั้นถ้าเราเข้าใจความสำคัญของการเล่น เข้าใจธรรมชาติและการเรียนรู้ของเด็ก และเปิดโอกาสให้เด็กได้รับประสบการณ์จากสิ่งๆที่เด็กพอใจ และหาวิธีส่งเสริมให้เด็กเกิดการเรียนรู้ที่เหมาะสมก็จะช่วยให้ประสบการณ์ที่จัดให้เด็กมีคุณค่าและเหมาะสมกับพัฒนาการของเด็กอย่างแท้จริง (เขาวพา เดชะคุปต์, 2528)

โฟรเบล (Frobel อ้างถึงใน ทิศนา แคมมณี และคณะ, 2536) นักการศึกษาปฐมวัย เชื่อว่า การที่เด็กมีความสัมพันธ์กับโลกรอบตัวด้วยการรับรู้สิ่งภายนอกและการถ่ายทอดความรู้สึก

นึกคิดภายในออกมา แต่การรับรู้และการถ่ายทอดนี้มีทั้งที่สอดคล้องและขัดแย้งกัน การเล่น ซึ่งถือเป็นการจำลองสถานการณ์จริงในชีวิต จึงเป็นกิจกรรมที่เด็กจะได้ฝึกการรับรู้ และการถ่ายทอดอย่างผสมกลมกลืนกัน เด็กจะรู้สึกสนุกสนาน เป็นอิสระและได้สนองความต้องการทั้งทางร่างกายและจิตใจ โฟรเบล เชื่อว่าชีวิตที่สมดุลของคนมีพื้นฐานมาจากการเล่นในวัยเด็ก เพราะการเล่นช่วยให้เด็กสร้างความสัมพันธ์กับตนเองกับผู้อื่นกับธรรมชาติรอบตัวและแม้แต่กับสิ่งเหนือธรรมชาติ

การเล่นเป็นประสบการณ์หลักที่ส่งเสริมพัฒนาการของเด็กปฐมวัย ในการเล่นเด็กจะได้สังเกต ทดลอง ค้นคว้า และแก้ปัญหา ไวโกตสกี (Vygotsky อ้างถึงใน ทิศนา แคมมณี และคณะ, 2536) เชื่อว่าเมื่อการเล่นขยายขอบเขตจากของจริงหรือสถานการณ์จริงเป็นการเล่นสมมุติซึ่งห่างตัวเด็ก เด็กจะได้ทำในสิ่งที่เกินอายุ หรือสิ่งที่ไม่ใช่ชีวิตประจำวันของเขา เช่น เล่นสมมุติเป็นแม่ เป็นหมอ เด็กจะใช้คำพูด ทำท่าทางและสิ่งสมมุติที่ตนจัดหา ดัดแปลง ประดิษฐ์ หรือวาดขึ้นเป็นสื่อความคิด การเล่นในลักษณะนี้ เป็นพื้นฐานของการสื่อสารที่เปิดโอกาสให้เด็กได้พัฒนาทักษะ ในการคิดจินตนาการ ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของพัฒนาการทางสติปัญญา ในเวลาเดียวกัน การเล่นก็เป็นประสบการณ์ที่สนองความต้องการด้านอื่นๆ ของเด็กด้วย การเล่นสนองความต้องการทางกาย โดยเปิดโอกาสให้เด็กได้เคลื่อนไหวในลักษณะต่างๆ อย่างเต็มที่ที่เป็นเวลานานโดยที่ไม่เบื่อหน่าย การเล่นสนองความต้องการทางอารมณ์ โดยเปิดโอกาสให้เด็กได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลิน และระบายความรู้สึกต่างๆ ที่ถูกสกัดกั้นไว้ในสถานการณ์อื่น การเล่นสนองความต้องการทางสังคม โดยเปิดโอกาสให้เด็กได้ปรับตัวเข้ากับเพื่อนด้วยการแก้ปัญหาข้อขัดแย้งและประนีประนอมกับเพื่อนเพื่อจะได้ทำสิ่งที่ชอบร่วมกัน นอกจากนี้ การที่ผู้ใหญ่ให้ความสนใจพูดคุย แนะนำ ชักถามเด็กในขณะที่เล่น ช่วยขยายการเรียนรู้จากการเล่นของเด็กอีกด้วย

ทฤษฎีเกี่ยวกับการเล่น

ทฤษฎีเกี่ยวกับการเล่นเป็นทฤษฎีที่พยายามอธิบายปรากฏการณ์ของการเล่นของเด็กในลักษณะต่างๆ รวบรวมและ จำแนกได้ดังนี้ (เดือนใจ ทองสำริด, 2530)

1. ทฤษฎีการเล่นคลาสสิก (Classical Theories of Play) เป็นทฤษฎีที่พัฒนาขึ้นในช่วงระหว่างศตวรรษที่ 19 ถึงช่วงต้นของศตวรรษที่ 20 แบ่งเป็น 4 ทฤษฎี คือ

1.1 ทฤษฎีพลังเหลือใช้ (Surplus Energy Theory) มีแนวคิดสำคัญว่า อินทรีย์จะต้องใช้พลังงานในการทำงานก่อน แล้วจึงนำพลังงานที่เหลือใช้มาใช้ในการเล่น

1.2 ทฤษฎีการผ่อนคลาย (Relaxation Theory) มีแนวคิดสำคัญว่า การเล่นของเด็กนั้นก็เพื่อสนองความต้องการที่จะผ่อนคลายความเครียดทางอารมณ์

1.3 ทฤษฎีการทำซ้ำ (Recapitulation Theory) มีแนวคิดสำคัญว่า การเล่นของมนุษย์ถือได้ว่าเป็นมรดกที่ตกทอดมาจากบรรพบุรุษของมนุษย์ เช่น เด็กเล่นน้ำเพราะบรรพบุรุษของมนุษย์จากทะเล เด็กปีนต้นไม้เพราะบรรพบุรุษเก่า คือ ลิง

1.4 ทฤษฎีการเล่นโดยสัญชาตญาณ (Instinct Practice Theory) มีแนวคิดสำคัญว่า การเล่นเป็นการเตรียมตัวสำหรับชีวิตในอนาคต เป็นลักษณะของสัญชาตญาณ การที่เด็กได้มีหรือไม่มีประสบการณ์ในการเล่นจะมีผลต่อชีวิตในอนาคต หากได้มีโอกาสเล่นมากก็จะทำให้เด็กมีโอกาสฝึกทักษะที่จำเป็นต่อชีวิตเมื่อโตขึ้น

2. ทฤษฎีการเล่นร่วมสมัย (Contemporary Theories of Play) ประกอบด้วยทฤษฎีต่าง ๆ 2 ทฤษฎี คือ

2.1 ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalysis Theory) มี فروยด์ และ อีริคสัน เป็นผู้นำ มีแนวคิดสำคัญว่า การเล่นเกิดจากการต้องความพึงพอใจ การที่เด็กจะบรรลุถึงความพึงพอใจได้นั้นต้องอาศัยการเล่นนั่นเอง การเล่นมีคุณค่าอย่างมากในการบำบัด เพราะการเล่นจะช่วยให้เด็กสามารถลดความไม่พึงพอใจอันเกิดจากประสบการณ์ได้ โดยค่อย ๆ ลดความวิตกกังวลลง

2.2 ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญา (Developmental Intelligent Theory) มี เปียเจต์ เป็นผู้นำ มีแนวคิดที่สำคัญว่า การเล่นเป็นกระบวนการพัฒนาทางสติปัญญา โดยกระบวนการพัฒนาทางสติปัญญาและการเล่นจะเป็นไปในทิศทางเดียวกัน และจะพัฒนาไปตามลำดับชั้น เริ่มตั้งแต่การเล่นที่ใช้ประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหว แล้วพัฒนาไปสู่การเล่นที่ใช้สัญลักษณ์และการเล่นที่สื่อความคิดความเข้าใจตามลำดับ

ความหมายของการเล่น

จากการมองการเล่นของเด็ก ตามแนวคิดของทฤษฎีการเล่นต่าง ๆ ที่กล่าวมาแล้ว ทำให้มีผู้ให้ความหมายของการเล่นของเด็กต่าง ๆ กัน รวบรวมเป็นข้อ ๆ ได้ดังนี้ (เตื่อนใจ ทองสำริด, 2530)

1. การเล่นเป็นการใช้พลังงานส่วนเกิน ความหมายนี้สัมพันธ์กับแนวคิดของทฤษฎีพลังงานเหลือใช้ อธิบายได้ว่าเด็กเล่น เพราะเด็กมีพลังงานส่วนเกินของกล้ามเนื้อ จึงต้องปลดปล่อยพลังงานส่วนเกินนั้น

2. การเล่นเป็นการพักผ่อนชนิดหนึ่ง ความหมายนี้สัมพันธ์กับแนวคิดของทฤษฎีการผ่อนคลาย อธิบายได้ว่าขณะที่เด็กเล่น เด็กได้ผ่อนคลายความตึงเครียดและทำให้เกิดความเพลิดเพลิน

3. การเล่นเป็นการเตรียมตัวสำหรับชีวิตในอนาคต ความหมายนี้สัมพันธ์กับแนวคิดของทฤษฎีการเล่นโดยสัญชาตญาณ อธิบายได้ว่า การเล่นของเด็กเป็นการเตรียมตัวเพื่อปฏิบัติกิจกรรมแบบผู้ใหญ่ต่อไป ดังจะเห็นได้ว่าเด็กมีการเลียนแบบพฤติกรรมของผู้ใหญ่ เช่น เล่นเป็นหมอ เล่นขายของ เล่นเป็นคนขับรถ เป็นต้น

4. การเล่นเป็นการแก้ปัญหาของเด็ก ความหมายนี้สัมพันธ์กับแนวคิดทฤษฎีจิตวิเคราะห์ อธิบายได้ว่า ในการเล่นของเด็กนั้นอาจเกิดจากการสงสัยในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เด็กจึงพยายามหาคำตอบ โดยอาจลองผิดลองถูก หรือใช้วิธีการอื่นๆ เพื่อให้ได้มาซึ่งคำตอบของปัญหาที่มีอยู่สำหรับเด็กที่มีปัญหาทางจิตใจ เช่น มีความไม่พึงพอใจอย่างใดอย่างหนึ่ง ก็อาจลดหรือปลดเปลื้องความไม่พึงพอใจนั้นได้ด้วยการเล่น

5. การเล่นเป็นกระบวนการเรียนรู้ ความหมายนี้สัมพันธ์กับแนวคิดของทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญา อธิบายได้ว่า เมื่อเด็กได้เล่น ไม่ว่าจะเล่นโดยลำพัง หรือเล่นกับเพื่อน เด็กจะได้เรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้สำรวจ ตรวจสอบ ทดลอง ทำให้เกิดการค้นพบขึ้น อันนับว่าเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่สำคัญ ที่สนองตอบธรรมชาติของเด็กในเรื่องความกระตือรือร้นและความสนใจใคร่รู้

6. การเล่นเป็นการแสดงออกถึงจินตนาการของเด็ก ความหมายนี้อธิบายได้ว่า ในการเล่นของเด็กนั้น เด็กต้องมีการสร้างมโนภาพ หรือจินตนาการ เช่น การเล่นขายของ การเล่นเป็นซูเปอร์แมน เด็กจะต้องจินตนาการสถานที่ พฤติกรรม ซึ่งรวมทั้งท่าทาง การพูด หรืออาจรวมไปถึงการแต่งกายด้วย

7. การเล่นเป็นการทำงานของเด็ก ความหมายนี้อธิบายได้ว่า ในขณะที่เด็กเล่นนั้น เด็กต้องใช้ความคิด ต้องจินตนาการ ต้องใช้พลังงานของร่างกาย บางครั้งเป็นการเล่นที่มีจุดมุ่งหมาย จึงเปรียบได้กับการทำงานของผู้ใหญ่

8. การเล่นเป็นการสร้างความสัมพันธ์ในสังคม ความหมายนี้อธิบายได้ว่า ในขณะที่เด็กเล่นกับเพื่อน เด็กได้มีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน ต้องมีการพูด การแลกเปลี่ยนของเล่น การตกลงนัดหมาย การปฏิบัติตามกติกาการเล่น นับเป็นการสร้างความสัมพันธ์ในสังคมเด็ก

แบบของการเล่น

ซันตัน-สมิท (Sunton - Smith อ้างถึงใน เตือนใจ ทองสำริด, 2530) ได้แบ่ง พฤติกรรมการเล่นของเด็กออกเป็น 4 แบบ ดังนี้

1. การเลียนแบบ (Imitation) การเลียนแบบช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้ในสิ่งต่างๆ รอบตัว โดยเด็กจะต้องผสมผสาน กลมกลืน หรือปรุงแต่ง สิ่งที่ได้รับรู้ใหม่ให้สอดคล้องกับสิ่งที่ได้รู้แล้ว หรือคุ้นเคยแล้ว

2. การสำรวจ (Exploration) เด็กวัยก่อนปฐมศึกษาเป็นวัยที่มีความสนใจ สงสัย และ กระตือรือร้น ใฝ่รู้ในสิ่งรอบตัว ลักษณะนี้เอื้อต่อการเล่นแบบการสำรวจ ดังนั้นผู้ใหญ่จึงต้อง สนับสนุนการเล่นให้ถูกวิธี เพื่อให้คุณสมบัติประจำวัยนี้ได้รับการพัฒนาติดตัวไปจนกระทั่งวัยผู้ใหญ่ การเล่นแบบนี้มีค่ามากเพราะเด็กมิได้ใช้ประสาทสัมผัสเพียงการดูหรือการสัมผัสธรรมดา แต่เด็กจะต้องจับ จีไซของเล่น กลิ้งไปมา ลองเขย่า ลองเคาะ ฯลฯ แล้วค้นหาคำตอบของปัญหาที่มี ผลจากการสำรวจทำให้เด็กเกิดการค้นพบในสิ่งที่ไม่เคยทราบหรือมีประสบการณ์มาก่อน

3. การทดสอบ (Testing) เป็นการเล่นที่ต้องการทดสอบอย่างใดอย่างหนึ่งของเด็ก ช่วยส่งเสริมให้เด็กรู้จักคิดอย่างมีเหตุผล

4. การสร้าง (Construction) อาจเป็นการสร้างของเล่น สร้างสถานการณ์การเล่น หรือ การสร้างเรื่อง การเล่นในรูปแบบนี้จึงทำให้เด็กต้องใช้ความสามารถในการคิดสร้างสรรค์

แบบการเล่นดังกล่าวข้างต้นมีลักษณะการแบ่งโดยพิจารณาจากลักษณะการเล่น ซึ่งนอกจากการแบ่งในรูปแบบดังกล่าวแล้ว ยังอาจแบ่งแบบการเล่นโดยพิจารณาว่ามีกฎเกณฑ์ หรือไม่ ได้เป็น 2 แบบ คือ การเล่นแบบอิสระ และการเล่นแบบมีกฎเกณฑ์

การเล่นแบบอิสระ อาจเป็นการเล่นคนเดียว เล่นกับเพื่อน หรือเล่นกับผู้ใหญ่ ซึ่งไม่มีกฎเกณฑ์ใดๆ

การเล่นแบบมีกฎเกณฑ์ เป็นการเล่นที่ต้องมีกติกาในการเล่น ความยาก-ง่าย ความมาก-น้อย หรือความซับซ้อนของกติกาต้องสัมพันธ์กับวัยของเด็ก สำหรับเด็กก่อนประถมศึกษา นั้นอาจเล่นแบบมีกฎเกณฑ์ได้ แต่ต้องเป็นกฎเกณฑ์ที่ง่าย ๆ สั้น และไม่ซับซ้อนมากจนเกินไป

5. ความสำคัญของวิชาพลศึกษา

วิชาพลศึกษาเป็นวิชาหนึ่ง ที่มีความสำคัญในหลักสูตรของโรงเรียนในปัจจุบันนี้มาก ทั้งนี้ก็เพราะว่า เป็นวิชาหนึ่งที่จะส่งเสริมให้นักเรียนได้มีการเจริญงอกงาม และพัฒนาตามจุดหมายปลายทางที่โรงเรียนได้วางไว้ ดังจะเห็นได้ว่า ในวันหนึ่ง ๆ นั้นกิจกรรมพลศึกษาแทบจะกล่าวได้ว่าเป็นชีวิตจิตใจของเด็กนักเรียนได้เลยทีเดียว ตัวอย่าง เช่น เด็กจะเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา ไม่มีการหยุดนิ่งยกเว้นแต่เฉพาะกินหรือนอนเท่านั้น ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะว่า เด็กมีความต้องการการเคลื่อนไหวเพื่อช่วยในการพัฒนาทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ฉะนั้น โรงเรียนจึงควรจะต้องจัดกิจกรรมและประสบการณ์ต่าง ๆ เพื่อสนองความต้องการของเด็กที่มีอยู่แล้วให้เป็นไปตามทางที่ถูกต้องและได้ผลดียิ่งขึ้น ด้วยเหตุนี้ พลศึกษาจึงเป็นวิชาที่มีความจำเป็นและสำคัญต่อชีวิตของเด็กนักเรียนในโรงเรียนเช่นเดียวกับวิชาอื่น ๆ จะแตกต่างกันบ้างก็ตรงวิธีการ สื่อกกลางของการเรียนที่นำมาใช้เท่านั้น คือ ครูพลศึกษาใช้การออกกำลังกายในการเล่นกีฬาเป็นสื่อกลางในการเรียน โดยให้นักเรียนได้เรียนด้วยการกระทำ และลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ฉะนั้น จึงอาจกล่าวได้ว่า “วิชาพลศึกษา เป็นการศึกษาแขนงหนึ่งซึ่งมีวัตถุประสงค์และความมุ่งหมายเช่นเดียวกับการศึกษาอย่างอื่น ๆ คือเป็นวิชาที่จะส่งเสริมให้นักเรียนได้มีการพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม” นักเรียนจะได้รับประโยชน์ตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้มากน้อยเพียงใดก็ต่อเมื่อได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษาต่าง ๆ เหล่านั้นมากน้อยเพียงใดหรือไม่เท่านั้น หรือจะกล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ พลศึกษาเป็นวิชาที่ให้การศึกษ โดยให้เด็กมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของพลศึกษานั้นเอง (ฟองเกิดแก้ว, ม.ป.ป.) ซึ่งสอดคล้องกับ วรศักดิ์ เพียรชอบ (2527) ที่กล่าวถึงการพลศึกษาไว้ว่า “เป็นกระบวนการศึกษาอย่างหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมให้นักเรียนได้มีการเจริญงอกงามและมีการพัฒนาทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมโดยอาศัยกิจกรรมพลศึกษาที่ได้เลือกเฟ้นแล้วเป็นสื่อกลางของการเรียนรู้” ฉะนั้นการพลศึกษาอาจแตกต่างจากการศึกษาอย่างอื่นบ้างก็ตรง สื่อกลาง (Medium) ที่นำมาใช้ในการศึกษา หรือการเรียนการสอนโดยจัดประสบการณ์ในด้านกิจกรรมพลศึกษาเพื่อให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมหรือปฏิบัติจริง ๆ และการที่นักเรียนจะเกิดการเรียนรู้ก็เฉพาะต่อเมื่อนักเรียนได้มีส่วนร่วมโดยตรงด้วยตนเองเท่านั้น

กิจกรรมพลศึกษากับการส่งเสริมพัฒนาการ

1. ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกายและอวัยวะต่าง ๆ

ตามหลักสรีรวิทยา ร่างกายของคนหรือสัตว์ทุกชนิดตั้งแต่เกิดมาจนกระทั่งตายล้วนต้องมีการออกกำลังกาย เพื่อการเจริญเติบโต และรักษาไว้ซึ่งสมรรถภาพและสุขภาพด้วยกัน ทั้งสิ้น

การออกกำลังกายเป็นประจำและสม่ำเสมอจะช่วยทำให้อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายได้รับการกระตุ้นเป็นผลให้ร่างกายมีความแข็งแรงทนทาน สามารถมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ได้เป็นเวลานาน และภายหลังกิจกรรมแล้วร่างกายก็สามารถคืนกลับสู่สภาพปกติเร็วขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งความสามารถของกล้ามเนื้อของส่วนต่าง ๆ ของร่างกายจะขึ้นอยู่กับกฎการใช้และไม่ใช้ (Law of use and disuse) คือถ้ากล้ามเนื้อส่วนใดของร่างกายได้รับการเคลื่อนไหวหรือออกกำลังกายอยู่เสมอ กล้ามเนื้อส่วนนั้นจะโตหรือหนา มีสมรรถภาพในการทำงานสูง ถ้ากล้ามเนื้อส่วนใดไม่ได้ออกกำลังกาย หรือไม่ได้เคลื่อนไหวจะแฟบเล็กลง และมีสมรรถภาพในการทำงานต่ำลงด้วย

นอกจากนี้การออกกำลังกายเป็นประจำและสม่ำเสมอ จะมีประโยชน์ต่อร่างกายด้านอื่นๆ อีกมาก เช่น หัวใจจะแข็งแรง สามารถส่งโลหิตไปหล่อเลี้ยงร่างกายได้มาก อัตราการเต้นของชีพจรต่ำ การส่งโลหิตไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกายแต่ละครั้งได้มาก ทำให้สามารถส่งอาหารและออกซิเจนไปหล่อเลี้ยงเซลล์ของร่างกาย นำของเสีย และคาร์บอนไดออกไซด์จากเซลล์ไปขับถ่ายได้เร็วขึ้น

ตามหลักของสรีรวิทยา สไมเลย์ และกูลด์ (Smiley and Gould อ้างถึงใน วรศักดิ์ เพียรชอบ, 2527) ได้พบว่าความต้องการการออกกำลังกายของเด็กวัยต่างๆ จะมีดังนี้คือ

อายุ 1-4 ขวบ	ร่างกายต้องการการเคลื่อนไหวและออกกำลังกาย ตลอดระยะเวลาที่ไม่มีการกินและนอน
อายุ 5-8 ขวบ	ร่างกายต้องการการออกกำลังกายด้วยการวิ่ง การกระโดด ปีนป่าย หรืออื่นๆ อย่างน้อยวันละ 4 ชั่วโมง

แต่อย่างไรก็ดี การออกกำลังกายเป็นประจำนั้น ถ้าจะให้ได้รับประโยชน์อย่างแท้จริงแล้ว ควรจะปฏิบัติให้ถูกต้องตามหลักและวิธีการ มิฉะนั้นการออกกำลังกายนั้นจะเสียเวลาเปล่า ไม่ได้รับประโยชน์ หรือได้รับประโยชน์แต่เพียงส่วนน้อย หรือบางครั้งอาจจะเป็นโทษก็ได้

2. ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านความสัมพันธ์ระหว่างประสาทและกล้ามเนื้อ

ความสัมพันธ์ระหว่างประสาทและกล้ามเนื้อนั้นก็คือ การที่ร่างกายสามารถจะเคลื่อนไหวได้จังหวะ กลมกลืน สง่างาม ได้ผลดี และเปลืองแรงงานน้อย ทั้งนี้รวมถึงการเคลื่อนไหวเกี่ยวกับการทำงาน การเล่นกีฬา การเดิน การวิ่ง การกระโดด การขว้างปา และอื่นๆ อีกด้วย ซึ่งการ

เคลื่อนไหวในกิจกรรมเหล่านี้จะดีหรือไม่ดี จะขึ้นอยู่กับการทำงานสัมพันธ์เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ระหว่างประสาทและกล้ามเนื้อของร่างกาย

กิจกรรมต่าง ๆ ทางพลศึกษาจะช่วยส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างประสาทและกล้ามเนื้อในการเคลื่อนไหวต่าง ๆ เหล่านี้ได้เป็นอย่างดี จากความสัมพันธ์ระหว่างประสาทและกล้ามเนื้อในการที่จะทำงานประสานกันได้เป็นอย่างดีนี้เองจะเป็นหนทางนำไปสู่การมีทักษะในการกีฬาขั้นทักษะของการกีฬาต่าง ๆ ถือว่าเป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญยิ่งในวิชาพลศึกษา เพราะจะเป็นหนทางที่จะทำให้นักเรียนได้รับประโยชน์ในการศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมในโอกาสข้างหน้าต่อไปอีกด้วย

ในทางพลศึกษาเราจะเห็นว่า บุคคลมักจะชอบมีส่วนร่วมอย่างสนุกสนานเป็นประจำอยู่เสมอ ในกิจกรรมหรือกีฬาที่ตัวเองมีทักษะดี ตัวอย่างเช่น ถ้ามีเด็กคนหนึ่งว่ายน้ำได้ เขาจะชอบว่ายน้ำอยู่เสมอ เล่นแบดมินตันได้ดีก็จะชอบเล่นแบดมินตันอยู่เสมอ ดังนั้น เมื่อเด็กเล่นว่ายน้ำหรือแบดมินตันอยู่เสมอแล้ว ผลก็คือ เด็กจะได้รับประโยชน์ทำให้มีการพัฒนาการทางด้านร่างกายและประโยชน์อื่น ๆ ที่ได้ คือ ด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคมอีกด้วย

ทักษะในการกีฬานี้เราไม่สามารถจะทำให้มีขึ้นภายในเวลาสั้น จะต้องใช้เวลาฝึกหัดหรือเรียนซ้ำซากเป็นเวลานานและหลายครั้ง หรือกิจกรรมบางอย่างบางที่อาจจะต้องใช้เวลาเป็นปีก็ได้ แต่ระยะเวลาที่สอนง่ายและได้ผลดีที่สุด คือ ในวัยเด็กหรือร่างกายอยู่ในระหว่างการเจริญเติบโต โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเริ่มทำงานประสานกันระหว่างประสาทและกล้ามเนื้อจะเริ่มในวัยเด็กเล็ก เช่น เริ่มคลาน เดิน วิ่ง และกระโดด ฉะนั้น การที่จะให้นักเรียนได้มีการพัฒนาทางความสัมพันธ์ระหว่างประสาทและกล้ามเนื้อได้ดี เพื่อจะนำไปสู่การมีทักษะดี มีประสิทธิภาพนั้น ควรจะเริ่มตั้งแต่วัยเด็กเป็นต้นมาจนกระทั่งผู้ใหญ่

3. ส่งเสริมพัฒนาการทางสังคม

กิจกรรมพลศึกษาถ้าอยู่ภายใต้การจัดและดำเนินการของผู้ที่มีความรู้และความสามารถแล้วจะส่งเสริมให้นักเรียนเป็นผู้ที่มีความเข้าใจและสามารถปรับตัวเองให้เข้ากับสถานการณ์สิ่งแวดล้อม หมู่พวกและสังคมที่เขาใช้ชีวิตอยู่ได้เป็นอย่างดี เช่น ทางด้านคุณลักษณะประจำตัว จะส่งเสริมให้มีความกล้า ความริเริ่ม การมีศีลธรรมจรรยา ความอดทน ความเชื่อมั่นในตนเอง การรู้จักยับยั้งชั่งใจ และอื่น ๆ สำหรับคุณลักษณะที่เกี่ยวกับหมู่และพวก ได้แก่ ความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ความสุภาพอ่อนโยน ความร่วมมือ ความซื่อสัตย์สุจริต ความจงรักภักดี ความเป็นผู้มีน้ำใจนักกีฬา การเคารพสิทธิของผู้อื่น การรู้จักเคารพต่อกฎกติกาการเล่น การเสียสละประโยชน์ส่วนตัวเพื่อส่วนรวม การเป็นผู้นำผู้ตามที่ดี เหล่านี้เป็นต้น คุณลักษณะเหล่านี้ถือว่ามีความจำเป็น

และสำคัญสามารถที่จะถ่ายทอดไปใช้ในสถานการณ์ของการมีชีวิตอยู่ในสังคมประชาธิปไตยเราอย่างมาก

นอกจากนี้ ในเวลาเรียนพลศึกษาครูจะสามารถทราบว่า เด็กคนไหนมีนิสัยใจคอเป็นอย่างไร เช่น ชอบเก็บตัว ชอบแสดงออก ชอบแยกตัวออกไปจากหมู่ ใจน้อย ก้าวร้าว หรืออื่นๆ ซึ่งอาจจะเป็นอันตราย หรือไม่เป็นที่ยอมรับของสังคม ก็ควรจะได้รับการส่งเสริมไปในทางที่ถูกต้องที่ตึงมากยิ่งขั้นต่อไปอีกอุปนิสัยใจคอเหล่านี้เด็กจะแสดงออกให้ครูได้เห็นในเวลาเรียนพลศึกษา โดยเด็กไม่รู้สึกรู้สึกละเลย เพราะในเวลาเรียนนั้นเด็กจะพบกับเหตุการณ์ต่างๆทั้งในทางที่สบอารมณ์และไม่สบอารมณ์ จะทำให้เกิดความรู้สึกสนุกสนาน พอใจ หรือไม่พอใจตามเหตุการณ์นั้น เมื่อเป็นเช่นนี้ อากาณ์ต่างๆ ที่เด็กแสดงออกมานั้นก็จะไปไปตามภูมิหลังหรือพื้นเพเดิมอันแท้จริงที่เด็กเคยมีมาแต่เดิมนั้น จึงเป็นโอกาสดีที่ครูจะได้เข้าใจและหาทางช่วยเหลือ ได้ส่งเสริมให้เด็กมีการพัฒนาไปในทางที่ตึงมาก ด้วยเหตุนี้เอง สนามกีฬาหรือห้องเรียนพลศึกษาจึงเป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปว่า “เป็นห้องปฏิบัติการ” ทางพฤติกรรมของนักเรียนที่มีความจำเป็นและสำคัญยิ่งแห่งหนึ่งของห้องเรียน

4. ส่งเสริมพัฒนาการทางอารมณ์

ปัจจุบันนี้ คนเรามีความลำบากที่จะปรับปรุงตัวให้เข้ากับชีวิตการเป็นอยู่ของสังคมที่เต็มไปด้วยการแข่งขัน การแก่งแย่ง เหวี่ยงเอาเปรียบ ชิงดีชิงเด่นซึ่งกันและกัน รอบๆตัวเราจะเต็มไปด้วยคนหนาแน่น แออัด เสียงอึกทักคึกโครม แสงสว่างไสวทั้งกลางวันและกลางคืน ทุกคนมีความลำบากที่จะละเว้นจากการแข่งขันกับเพื่อนๆในการเรียน การทำงาน หรืออื่นๆ เพื่อให้ได้มาก หรือได้ดีกว่าเพื่อนๆ ร่วมเรียนหรือร่วมงาน เมื่อเป็นเช่นนี้ก็เกิดสาเหตุทำให้เกิดความกลัวเป็นห่วงกังวลตลอดทั้งวันทั้งคืน ทำให้มีเวลาน้อยที่จะมีชีวิตเป็นของตนเอง มีชีวิตจิตใจอยู่ได้ด้วยตัวเองไม่ปกติสุข

การมีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษา จะทำให้ได้พักผ่อน ผ่อนคลายความตึงเครียดทางด้านสมองและเส้นประสาท สามารถยืนหยัดต่องานที่ยากลำบากในวันต่อไปได้ หลักพื้นฐานที่ทำให้เชื่อว่า การมีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษา หรือเล่นกีฬาเพื่อความสนุกสนาน มีส่วนช่วยในการพัฒนาทางอารมณ์และรักษาสุขภาพจิตนั้น ที่สำคัญมีอยู่ 2 ประการ คือ ประการแรก ร่างกายและจิตใจของมนุษย์เป็นของคู่กันและเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน จะแยกไม่ได้ โอเบอเทอฟเฟอร์ และ อุลริช (Oberteuffer and Ulrich อ้างถึงใน วรศักดิ์ เพียรชอบ, 2527) นักปราชญ์และนักพลศึกษาที่มีชื่อเสียงได้กล่าวว่า “เวลาเราใช้ความคิด ผลของความคิดนั้นไม่ได้มาจากการทำงานของเซลล์สมองอย่างเดียว หากแต่มาจากสภาพและการปฏิบัติงานของส่วนต่างๆของร่างกายโดย

ส่วนรวมด้วย” ฉะนั้นจะเห็นได้ว่า เมื่อร่างกายและจิตใจเป็นของคู่กัน มีการทำงานประสานกัน เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันเช่นนี้ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษาหรือเล่นกีฬาเพื่อความ สนุกสนาน มีส่วนช่วยพัฒนาทางด้านอารมณ์ได้เป็นอย่างดี คือ จะช่วยให้ร่างกายแข็งแรง สุขภาพ สมบูรณ์ และมีอารมณ์ผ่อนคลายควบคู่กันไปด้วย

เหตุผลที่สำคัญประการที่สอง คือ การกีฬาเป็นการเล่นอย่างหนึ่งที่เปิดโอกาสให้ผู้เล่นได้ แสดงออกอย่างอิสระเสรี ทั้งด้านการกระทำและความรู้ตามธรรมชาติ ฉะนั้น การมีส่วนร่วมในการเล่นกีฬาเพื่อความสนุกสนาน โดยไม่หวังผลสิ่งใดตอบแทนนอกจากผลที่เกิดขึ้นจากการกีฬาแล้ว จะเป็นการพักผ่อนและระบายความตึงเครียดที่มีอยู่ในตัวบุคคลได้เป็นอย่างดี

5. ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านจิตใจ

การพัฒนาทางด้านจิตใจนั้นก็คือ การที่จะสามารถสะสม รวบรวมแก่นสาร ความรู้ และสามารถใช้ความคิดพิจารณาไตร่ตรอง ตีความหมาย และอธิบายความรู้นั้น ๆ ได้

การเรียนรู้ทางการเคลื่อนไหวหรือทักษะการกีฬานักเรียนในระยะแรกนั้น มักจะเป็นการเรียนรู้แบบลองผิดลองถูก (Trial and error) ก่อน ทั้งนี้อาจจะเนื่องมาจากในระยะแรก นักเรียนไม่สามารถจะตีความในทักษะ หรือวิธีการเคลื่อนไหวที่ถูกต้องได้ โดยเฉพาะในด้านเกี่ยวกับการทำงานของระบบประสาทและกล้ามเนื้อของแขน ขา ลำตัว สายตา หรือส่วนต่างๆที่เกี่ยวข้องกับทักษะหรือการเคลื่อนไหวนั้นๆ นักเรียนจะต้องใช้เวลาในการพิจารณาไตร่ตรอง เพื่อให้เกิดความรู้และการประสานงานให้เกิดทักษะในการเล่นกีฬาได้ถูกต้อง ด้วยเหตุนี้การเรียนรู้การเคลื่อนไหว หรือทักษะต่างๆ ของนักเรียนในระยะแรก จึงมักจะเป็นไปด้วยความเหนื่อยยาก และมีท่าทางจุ่มง่าม ไม่กลมกลืน แต่ในระยะหลัง เมื่อนักเรียนได้มีความรู้ความเข้าใจในหลักการของการเคลื่อนไหว การประสานงานและสามารถฝึกหัดได้โดยถูกต้องแล้ว การเรียนนั้นจะเป็นไปได้โดยง่าย และมีลักษณะกลมกลืนกันเป็นอย่างดี และทำให้การเรียนรู้การเคลื่อนไหวในสิ่งนั้นเป็นไปโดยอัตโนมัติ

เป็นที่ยอมรับว่าพัฒนาการทางด้านจิตใจนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ แต่ปัจจัยที่สำคัญและแน่นอนที่สุดประการหนึ่งนั้น คือ สุขภาพและสมรรถภาพของร่างกาย การเล่นกีฬาหรือการออกกำลังกายอยู่เสมอจะทำให้ร่างกายมีสมรรถภาพดี และสุขภาพสมบูรณ์ เป็นผลทำให้จิตใจผ่อนคลาย ดังคำกล่าวที่ว่า “จิตใจที่ผ่อนคลายจะอยู่ในเรือนร่างที่สมบูรณ์” (Mens sana in corpore sano) ฉะนั้น วิชาพลศึกษาซึ่งเป็นวิชาที่ช่วยส่งเสริมสมรรถภาพ และกลไกทางด้านร่างกายมีส่วนช่วยในการพัฒนาความสามารถในด้านสติปัญญาหรือทางด้านจิตใจด้วย คือ จะช่วยให้นักเรียนมี

ความรู้ ความสามารถ และนำความรู้นั้นไปใช้ในสถานการณ์ประจำวันหรืออย่างน้อยก็เป็นการส่งเสริมให้นักเรียนได้มีสมรรถภาพและสุขภาพดีทำให้จิตใจผ่อนคลายสามารถที่จะประกอบกิจการเรียนประจำวันได้เป็นอย่างดีและมีประสิทธิภาพ

ขอบข่ายของกิจกรรมพลศึกษาและความมุ่งหมายเฉพาะของแต่ละกิจกรรม

กิจกรรมของพลศึกษาต้องเป็นกิจกรรมที่เคลื่อนไหว เพื่อพัฒนาการทรัพยากรธรรมชาติที่มีติดตัวเด็กมาแต่กำเนิด คือ การเดิน วิ่ง กระโดด ปีนป่าย ขว้างปา ห้อยโหน ฯลฯ ให้ได้เจริญพัฒนาการอย่างถูกต้อง ถูกส่วน ด้วยเหตุนี้ขอบข่ายของกิจกรรมทางพลศึกษาจึงควรประกอบด้วกิจกรรมดังต่อไปนี้ คือ (ไพวัลย์ ตัณฑลาพุด, 2530)

1. กิจกรรมการเล่นเบ็ดเตล็ด (Low organization games)
2. กิจกรรมการเล่นเป็นนิยาย และการเล่นเลียนแบบ (Mimetics and story play)
3. กิจกรรมการเล่นเข้าจังหวะ (Rhythmic activities)
4. กิจกรรมทดสอบสมรรถภาพตัวเอง (Self-testing activities)
5. กิจกรรมการเล่นนำไปสู่กีฬาใหญ่ หรือเกมนำ (Lead-up games)
6. กิจกรรมเกมกีฬา (Games and sports)
7. กิจกรรมการอยู่ค่ายพักแรมและกิจกรรมนอกเมือง (Camping and outing activities)
8. กิจกรรมสำหรับแก้ไขความบกพร่องทางกาย (Adaptive activities)

1. กิจกรรมการเล่นเบ็ดเตล็ด (Low organization games)

กิจกรรมการเล่นเบ็ดเตล็ด ได้แก่ กิจกรรมทุกอย่างตั้งแต่การเล่นที่ไม่มีกฎกติกา และการจัดมากมายเหมือนเกมกีฬาใหญ่ๆ การเล่นเบ็ดเตล็ดอาจแบ่งได้ดังนี้

1. การเล่นเลียนแบบ เลียนแบบสัตว์ เครื่องบิน รถไฟ ฯลฯ
2. การเล่นเป็นนิยายให้เด็กทำตาม
3. การเล่นประเภทมีที่หมายหรือชิงที่หมาย และบอลเกม
4. การเล่นประเภทหนี ไล่ หรือจับ
5. การเล่นแบบแข่งขันรายบุคคล
6. การเล่นแข่งขันแบบผลัด
7. การเล่นแข่งขันประเภทเป็นหมู่
8. การเล่นประเภทเกมนำไปสู่กีฬาใหญ่

ความมุ่งหมายเฉพาะของกิจกรรมการเล่นเบ็ดเตล็ดมีดังนี้ คือ

1. เพื่อให้เด็กเกิดความสุขสนานในการเล่น การเรียน ไม่เป็นผู้นั่งเฉย นิยมชมชอบในการเล่นกีฬา
2. เพื่อให้เด็กมีโอกาสฝึกฝนการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี มีความกล้าในทางที่ถูกต้อง รับผิดชอบการแข่งขัน และการต่อสู้ผจญภัย
3. เพื่อให้เด็กมีสุขภาพ อนามัยที่ดี ทั้งทางกายและทางจิตใจ ทั้งยังเป็นการสนองความต้องการของเด็กทางด้านจิตวิทยาของเด็ก เนื่องจากเด็กมีนิสัยไม่อยู่นิ่งเฉย
4. เพื่อให้เด็กมีโอกาสได้ฝึกฝนการเข้าสังคม มีความสามัคคี รักพวกพ้อง รักหมู่คณะ
5. เพื่อฝึกให้เด็กเป็นผู้มีน้ำใจเป็นนักกีฬา รู้แพ้รู้ชนะ รู้จักการให้อภัย

2. กิจกรรมการเล่นเป็นนิยายเลียนแบบ (Mimetics and story play)

กิจกรรมการเล่นเป็นนิยายเลียนแบบ คือ การเล่นเป็นนิทานหรือนิยายตลอดการเล่นแบบสิ่งต่างๆ เพื่อให้เด็กเกิดจินตนาการหรือฝึกการคิดการเล่นเป็นนิยาย คือ การแสดงท่าทางประกอบนิยายนั้น ๆ เช่น ไปตลาด ไปเที่ยวเขาดิน เที่ยวเชียงใหม่ เที่ยวหน้าตก

การเล่นแบบ คือ การทำให้เหมือน เช่น เลียนแบบรถไฟ เครื่องบิน เลียนแบบพวกสัตว์ต่าง ๆ เช่น กระต่าย แมว หมา ช้าง หมู ยีราฟ การเล่นแบบนี้เพื่อให้เด็กเกิดจินตนาการ

ความมุ่งหมายเฉพาะของกิจกรรมการเล่นเป็นนิยายและเลียนแบบ ดังนี้

1. เพื่อสนองความต้องการทางธรรมชาติของเด็ก
2. ให้เด็กสนุกสนานเพลิดเพลินและพอใจในการเล่น
3. ให้เด็กเกิดความชำนาญในการเคลื่อนไหวต่าง ๆ เบื้องต้น

3. กิจกรรมการเล่นเข้าจังหวะ (Rhythmic activities)

กิจกรรมการเล่นเข้าจังหวะได้แก่ กิจกรรมต่าง ๆ ตั้งแต่ทักษะการเคลื่อนไหว เดิน กระโดด เข่งกระโดดโห่่ง กระโดดสลับเท้า กระโดดหลัง ช้าง สลับเท้า ตบมือ (ให้เข้ากับจังหวะดนตรี) เล่นเกมพร้อมกับร้องเพลง (Singing games) เคลื่อนไหวไปตามเนื้อเพลง (Motion songs) การเต้นรำพื้นเมือง (สแคว์แดนซ์ สก๊อตแดนซ์ โលด์แดนซ์ ฯลฯ) ฟ็อนรำต่าง ๆ รำไทย รำวง ฯลฯ การเต้นรำสากล รวมทั้งการเต้นรำที่มีความหมายและสร้างสรรค์ (Creative dance)

กิจกรรมการเล่นเข้าจังหวะ ต้องอาศัยจังหวะและเครื่องดนตรีทั้งหลาย เช่น เสียงฉิ่ง ฉาบ เสียงเคาะ เสียงปรบมือ ฯลฯ เมื่อได้เครื่องทำจังหวะแล้ว จัดทำกิจกรรมที่เล่นจังหวะนั้นๆ กิจกรรมบางอย่างไม่ต้องใช้เครื่องดนตรีก็ได้ โดยใช้วิธีร้องปรบมือเป็นจังหวะ เคาะจังหวะก็ได้ เด็กต้องฟังจังหวะเป็น สำหรับให้เคลื่อนไหวไปตามจังหวะที่ถูกต้องสวยงาม สนุกสนาน ทักษะทางดนตรี และทางการเคลื่อนไหวกับจังหวะดนตรีที่ต้องปลูกฝังตั้งแต่เด็กเล็ก

ความมุ่งหมายเฉพาะของกิจกรรมเข้าจังหวะมีดังนี้ คือ

1. เพื่อตอบสนองความต้องการทางธรรมชาติของเด็กในด้านการเคลื่อนไหวที่มีจังหวะจะโคน
 2. เพื่อเป็นวิถีทางที่จะให้เด็กได้แสดงตนในลักษณะสร้างสรรค์
 3. เปิดโอกาสให้เด็กได้เล่นรวมหมู่กับเพื่อน
4. กิจกรรมทดสอบสมรรถภาพตนเอง (Self testing activities)

กิจกรรมทดสอบสมรรถภาพตนเอง ได้แก่ กิจกรรมเพื่อเพิ่มความอดทน แข็งแกร่ง เช่น กิจกรรมเลียนแบบสัตว์ หกคะเมนตีลังกา ห้อยโหน ยืดหยุ่นต่างๆต่อตัวจากง่ายไปสู่ยาก และกิจกรรมนั้นรวมเอาโยนนาสติก รวาคู่ รวาคู่เดียว ห่วง แทรมโพลิน ฯลฯ ด้วย

ความมุ่งหมายเฉพาะของกิจกรรมทดสอบสมรรถภาพตนเองมีดังนี้ คือ

1. ทำให้เด็กมีสมรรถภาพทางกายที่ดี
 2. สนองความต้องการทางด้านความเจริญงอกงามทางกายและจิตใจ
 3. ทำให้เด็กมีความเชื่อมั่น มีทรวดทรงดี
 4. เพื่อทดสอบสมรรถภาพทางกายและความสามารถของเด็ก
5. กิจกรรมการเล่นนำไปสู่กีฬาใหญ่หรือเกมนำ (Lead up games)

เกมนำคือกีฬาเล็กๆ ที่นำไปสู่กีฬาใหญ่ๆ ใช้ทักษะเบื้องต้นให้เกิดความชำนาญ เช่น เกมนำไปสู่กีฬาวอลเลย์บอล บาสเกตบอล ฯลฯ

ความมุ่งหมายเฉพาะของกิจกรรมการเล่นนำไปสู่กีฬาใหญ่ หรือเกมนำมีดังนี้ คือ

1. เพื่อเตรียมให้เด็กรู้จักกติกาการเล่นและระเบียบเพื่อนำไปสู่กีฬาใหญ่
2. เพื่อให้เด็กสนุกสนานเพลิดเพลินในการเล่น
3. เพื่อให้เกิดทักษะคล่องแคล่วว่องไวเป็นพื้นฐานเบื้องต้นเพื่อเป็นลู่ทางไปสู่กีฬาใหญ่

6. กิจกรรมเกม และกีฬา (Games and sports)

เกมใหญ่ คือ เกมกีฬาที่มีกฎกติกาบังคับ เล่นเป็นทีมหรือเป็นชุด เกมใหญ่นี้มีเกมกีฬา กรีฑา ได้แก่

- กีฬา ฟุตบอล บาสเกตบอล รักบี้ฟุตบอล วอลเลย์บอล เป็นต้น
- กรีฑาประเภทลู่ ลาน

ความหมายของกิจกรรมเกมและกีฬามีดังนี้ คือ

1. เพื่อสนองความต้องการทางธรรมชาติของเด็ก
2. เพื่อให้เด็กรู้จักพัฒนาการด้านสังคม
3. เพื่อให้เด็กรู้จักรับผิดชอบในหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย
4. เพื่อให้เด็กมีคุณธรรมด้านจิตใจ รู้จักการแพ้การชนะ และรู้จักการให้อภัยกัน

7. กิจกรรมอยู่ค่ายพักแรมและเดินทางไกล (Camping and outing activities)

กิจกรรมอยู่ค่ายพักแรมและเดินทางไกล กิจกรรมเหล่านี้เด็กต้องใช้ความอดทน ความร่วมมือ และความสามัคคีอย่างมาก นอกจากนั้นกิจกรรมอื่น ๆ อาจมีขณะอยู่ค่ายพักแรม เช่น การแข่งขัน กีฬาว่ายน้ำ เดินทางไกล ปีนเขา สะกดรอย เข้าป่า ประดิษฐ์ทางการฝีมือ โดยใช้วัสดุในป่า หรือบริเวณค่ายมาประดิษฐ์

8. กิจกรรมที่ช่วยแก้ความบกพร่องทางกาย (Adaptive activities)

กิจกรรมที่ช่วยแก้ความบกพร่องทางกาย ได้แก่ กิจกรรมต่างๆที่สามารถแก้ไขความบกพร่องทางกายของเด็ก ซึ่งร่างกายไม่สมบูรณ์เหมือนกับเด็กอื่น เช่น แขน ขา ลีบ หูหนวก ตาบอด ขาโค้ง กระดูกสันหลังคด เท้าเป็ด ฯลฯ กิจกรรมพลศึกษาจัดสรรให้แก่ทุกคนมีโอกาสเข้าร่วมในกิจกรรมพลศึกษาใด ๆ ได้โดยทั้งสิ้น

ความมุ่งหมายเฉพาะของกิจกรรมที่ช่วยแก้ความบกพร่องทางกายมีดังนี้ คือ

1. เพื่อพัฒนาการสมรรถภาพทางกาย
2. เพื่อพัฒนาส่งเสริมทักษะทางกาย เพิ่มพูนการเคลื่อนไหวให้มีประสิทธิภาพ
3. เพื่อส่งเสริมให้รู้จักการใช้กิจกรรมต่างๆ เพื่อการผ่อนคลายอารมณ์และสร้างทักษะทางสันตนาการ
4. ให้มีความเข้าใจในสภาพธรรมชาติของการเป็นบุคคลที่ไม่สมประกอบความสามารถในขอบเขตจำกัด กับให้ความรู้สึกว่าจะมีความหวังอยู่เกี่ยวกับพัฒนาการทางด้านพลศึกษา
5. ช่วยพัฒนาทางด้านทัศนคติ และมีอุดมการณ์ในปรัชญาชีวิต
6. สร้างความเชื่อถือและให้เป็นที่ยอมรับในหมู่เดียวกันในความนึกคิด และการแสดงออก อย่างเหมาะสม
7. เพื่อรู้จักปรับปรุงตัวเองให้เข้ากับสภาพความเป็นไปในขอบเขตที่ความสามารถพึงมี
8. เพื่อพัฒนาความแข็งแรง ความอ่อนตัวหรือความไหวตัวได้ อำนาจบังคับตัวกับการทรงตัว การรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์และการเคลื่อนไหวที่มีประสิทธิภาพ

กิจกรรมทุกอย่างทุกชนิดทางพลศึกษานอกจากจะมีความมุ่งหมายเฉพาะของตัวเองคืออยู่แล้ว ยังครอบคลุมไปถึงเป้าหมายต่างๆอีกหลายอย่างและแน่นอนทีเดียว หนึ่งในหลายๆอย่างนั้นต้องมีผลนามัชมรวมอยู่ด้วย อาจารย์ทางฝ่ายพลศึกษาทุกท่านตระหนักในใจเสมอว่า กิจกรรมทางพลศึกษาที่เลือกสรรแล้ว และนำมาสอนนั้นเป็นส่วนช่วยพัฒนาทางสุขภาพได้เพียงไร และโดยเฉพาะอย่างยิ่งอาจารย์ได้ทุ่มเทความสนใจเป็นพิเศษต่อเด็กที่มีความพิการ ไม่ว่าจะเป็นพวกที่ไม่สมประกอบทางกาย หรือทางสมองก็ตาม ให้มีโอกาสเข้าร่วมในกิจกรรมต่างๆทั่วถึงครบครันหรือไม่ และกิจกรรมเหล่านั้นมีขอบข่ายครอบคลุมถึง 5 ประการ ดังจะกล่าวข้างล่างนี้ด้วย จึงจะถือได้ว่าบรรลุเป้าหมายอย่างแท้จริง

1. กิจกรรมทางพลศึกษาเหล่านั้นช่วยเสริมสร้าง เพื่อพัฒนาทรวดทรงให้สมส่วนสวยงามหรือไม่ และเพิ่มพูนสมรรถภาพกลไกของร่างกายได้เพียงใด
2. กิจกรรมทางพลศึกษาเหล่านั้นได้ผลทางสมรรถภาพกลไกหรือไม่ และเด็กซึ่งมีความแตกต่างแต่ละบุคคลได้มีโอกาสฝึกกิจกรรมนั้น ๆ ทั่วทุกคนเพียงใด
3. นักเรียนทุกคนในชั้นได้มีโอกาสฝึกกิจกรรมทางพลศึกษาทั่วถึงกันหรือไม่ ครูได้วางมาตรฐานการสอนสม่ำเสมอเพียงใด
4. กิจกรรมทางพลศึกษาสำหรับเด็กที่ไม่สมประกอบ ครูได้คำนึงถึงส่วนบกพร่องหรือส่วนไม่สมประกอบบางส่วนของเด็กนักเรียนบ้างไหม

5. กิจกรรมทางพลศึกษานั้น ๆ ได้ช่วยเสริมสร้างสุขภาพจิตและความเจริญงอกงามของอารมณ์เพียงใด

นอกจากนี้นักพลศึกษาได้แบ่งแยกกิจกรรมพลศึกษาออกเป็น 9 ประเภทต่าง ๆ กัน ดังนี้ (พงษ์ศักดิ์ พลพงษ์, 2527)

1. กิจกรรมการบริหาร (Administrative activities) คือ กิจกรรมที่ช่วยให้การเรียนการสอนพลศึกษาดำเนินไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพ ตัวอย่างเช่น การฝึกหัดผู้นำ การแบ่งหมู่ การแต่งตั้งหัวหน้าหมู่ การให้คำแนะนำวิธีการปฏิบัติในการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี การจัดแบ่งห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย การเรียกชื่อ และการทดสอบต่าง ๆ

2. กิจกรรมการกีฬา (Athletic and sports) ได้แก่กิจกรรมที่มีการแข่งขัน การเล่นเกม ประเภทต่าง ๆ ทั้งที่มีการจัดระบบเป็นอย่างดีหรืออาจจะเป็นเกมการเล่นอย่างง่าย ๆ ที่ต้องการผลแพ้-ชนะ และอาจจะมีฝ่ายตรงข้ามที่ร่วมการแข่งขันมากกว่าหนึ่งก็ได้

3. กิจกรรมการเลียนแบบ (Imitative activities) เป็นกิจกรรมที่เกี่ยวกับการเลียนแบบ และแสดงออกถึงความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งตามปกติแล้วจะไม่มีดนตรีประกอบ เช่น การเล่นเลียนแบบ (Imitative play) การแสดงความรู้สึกนึกคิดออกมาในรูปท่าทางต่าง ๆ โดยไม่มีแบบแผน (Mematics) การแสดงออกถึงลักษณะอันหรูหรา ภาคภูมิ (Pageantry) การแสดงประกอบนิทาน (Story play)

4. กิจกรรมที่มีระเบียบวิธีการ (Formalized activities) คือการแสดงที่จัดขึ้นเป็นระบบ วิธีการที่ไม่มีการเล่น และส่วนมากจะทำเป็นหมู่ หรือเป็นวงกลม ความประสงค์ที่อยากเข้าร่วมกิจกรรมนั้น เกิดจากแรงจูงใจภายนอก เช่น ต้องการแสดงความสามารถของนักเรียนในโรงเรียน เพื่อให้คนอื่นรู้จัก โดยมีครูเป็นผู้ควบคุมการแสดงกิจกรรมนั้น

ตัวอย่างของกิจกรรมประเภทที่มีระเบียบวิธีการ ได้แก่ การบริหารกาย การเดินพาเหรดแบบต่าง ๆ การบริหารประกอบเครื่องมือ เป็นต้น

5. กิจกรรมเสริมสุขภาพ (Hygienic activities) คือกิจกรรมที่มีความมุ่งหมายเบื้องต้นในการส่งเสริมสุขนิสัย หรือรักษาไว้ซึ่งสุขภาพอันดีของผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษา โดยทั่วไปแล้วเป็นเรื่องของความสะอาดและสุขภาพสิ่งแวดล้อม

ตัวอย่างของกิจกรรมประเภทนี้ ได้แก่ การแต่งกาย การสอนอนามัยให้นักเรียน การตรวจสุขภาพ การพักผ่อน และการใช้ห้องน้ำ เป็นต้น

6. กิจกรรมนอกสถานที่ (Outing activities) ได้แก่ กิจกรรมการเที่ยวทั้งหลาย โดยทั่วไปแล้วจะไม่มีการแข่งขัน ไม่มีการเลือกตั้ง ไม่มีการจัดเตรียมพิธีเปิด กิจกรรมประเภทนี้จะไปให้ห่างจากสิ่งแวดล้อมของโรงเรียนและสังคม

7. กิจกรรมประเภทป้องกันและบำบัด (Remedial activities) คือกิจกรรมประเภทที่ใช้แก้ไข หรือป้องกันความบกพร่องทางกายของแต่ละคน ซึ่งเป็นการแก้ไขบำบัดเฉพาะที่หรือเฉพาะแห่ง

ตัวอย่างของกิจกรรมประเภทนี้ ได้แก่ เรื่องของโภชนาการ การบริหารทรวดทรง การสอนเรื่องทรวดทรง การทดสอบทรวดทรง และการพักผ่อน

8. กิจกรรมเข้าจังหวะ (Rhythmic activities) คือ กิจกรรมที่ต้องใช้ดนตรีประกอบ เพื่อให้จังหวะในการเคลื่อนไหวแบบต่างๆ

9. กิจกรรมทดสอบสมรรถภาพ (Self - testing activities) โดยทั่วไปแล้ว กิจกรรมประเภทนี้จะสามารถบอกคะแนน หรือบอกความผิดปกติของแต่ละบุคคลไว้ซึ่งเป็นการทดสอบและพัฒนาตัวเอง

หลักในการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหว

ดุษฎี บริพัตร ณ อยุธยา (อ้างถึงใน ปิยะธิดา ขจรชัยกุล, 2536) เสนอหลักในการจัดกิจกรรมพื้นฐานสำหรับเด็กปฐมวัย ซึ่งประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ ดังนี้ คือ

1. การรู้จักส่วนต่างๆของร่างกายเป็นการเตรียมร่างกายให้พร้อมทุกส่วน เพื่อให้มีความคล่องตัวถือว่าการปูพื้นฐานเบื้องต้นที่สำคัญ เด็กจะรู้ว่าร่างกายแต่ละส่วนเคลื่อนไหวอย่างไรและมากนักน้อยเพียงใด

2. บริเวณและเนื้อที่ในการเคลื่อนไหวนั้นไม่ว่าจะเป็นเพียงขยับเขยื้อนร่างกายบางส่วนหรือการเคลื่อนตัวย่อมต้องการบริเวณและเนื้อที่ที่จะเคลื่อนไหวได้จากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่งอยู่ตลอดเวลา บริเวณและเนื้อที่จึงเป็นองค์ประกอบหนึ่งของการเคลื่อนไหว

3. ระดับของการเคลื่อนไหว การเคลื่อนไหวทุกชนิดหากไม่มีการเปลี่ยนระดับแล้วความสวยงาม ความสมดุล ความเหมาะสมและท่าทางที่หลากหลายจะไม่เกิดขึ้น จะปรากฏแต่ความจำเจ ซ้ำซากความแข็งกระด้างไม่น่าดูทั้งนั้น จึงควรมีการเปลี่ยนระดับของการเคลื่อนไหวเพื่อให้เกิดท่าทางและการเคลื่อนไหวที่แตกต่างกันออกไป การที่จะให้เด็กเคลื่อนที่ทั้ง 3 ระดับ คือ สูง กลาง และต่ำ นั้นไม่ใช่เรื่องง่าย เพราะโดยปกติเด็กจะเคลื่อนตัวอยู่ในระดับเดียวเท่านั้น ครูจึงต้องใช้เทคนิควิธี เช่น สมมุติให้เด็กเป็นใบไม้ร่วงสู่พื้นดิน

4. ทิศทางของการเคลื่อนไหว การเคลื่อนไหวย่อมมีทิศทางไปข้างหน้า ไปข้างหลัง ไปข้าง ๆ หรือเคลื่อนตัวได้รอบทิศ (คือหมุนตัวไปทุกทิศทาง) ถ้าไม่ได้รับการฝึก ไม่ว่าเด็กหรือผู้ใหญ่ก็จะเคลื่อนตัวไปข้างหน้าแต่เพียงอย่างเดียว การให้เด็กเปลี่ยนทิศทางต่าง ๆ ตลอดเวลาจะช่วยให้เด็กเคลื่อนตัวอย่างอิสระ และเต็มไปด้วยความเชื่อมั่น เป็นตัวของตัวเอง

5. การฝึกจังหวะแบ่งเป็น 4 วิธี คือ

5.1 การทำจังหวะด้วยการใช้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เริ่มต้นด้วยการใช้การขยับเขยื้อนร่างกายตามจังหวะ เช่น พยักหน้า โคลงศีรษะ และฝึกให้ร่างกายทำเสียง เช่น ตบมือ ตบตัก

5.2 การทำจังหวะด้วยการเปล่งเสียง อาจเป็นการใช้ภาษาที่มีความหมาย หรือไม่มีความหมายก็ได้ เช่น อี ออ ตุ่ม ตุ่ม

5.3 การทำจังหวะด้วยการใช้เครื่องเคาะจังหวะ

5.4 การทำจังหวะด้วยการเคลื่อนไหว ไม่ว่าจะเป็นการเคลื่อนไหวที่มีเสียงประกอบ หรือการเคลื่อนไหวที่ไม่มีเสียงประกอบ เช่น การย่อเข่า การโยกตัว

สุรางค์ศรี เมธานนท์ (อ้างถึงใน ปิยะธิดา ขจรชัยกุล, 2536) แบ่งประเภทการเคลื่อนไหวมีดังนี้

1. การเคลื่อนไหวแบบไม่เคลื่อนที่ (Nonlocomotor movement) คือ การเคลื่อนไหวโดยที่ร่างกายไม่ต้องเคลื่อนที่จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง แต่จะเป็นการใช้ร่างกายทุกส่วนให้ตอบสนอง ซึ่งมี 11 อย่างดังนี้

1.1 การก้มตัว (Bending) คือการงอพับข้อต่าง ๆ ของร่างกายที่จะทำให้ร่างกายส่วนบนเข้าใกล้กับส่วนล่าง

1.2 การยืดเหยียดตัว (Stretching) คือการเคลื่อนไหวที่ตรงกันข้ามกับการก้มตัว โดยพยายามยืดเหยียดทุกส่วนของร่างกายให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

1.3 การบิดตัว (Twisting) คือการเคลื่อนไหวร่างกาย โดยการบิดลำตัวท่อนบนไปรอบ ๆ แกนตั้ง

1.4 การโยกตัว (Rocking) คือการย้ายน้ำหนักจากส่วนหนึ่งของร่างกายไปยังอีกส่วนหนึ่งของร่างกาย โดยส่วนทั้งสองจะต้องแตะพื้นสลับกันไป

1.5 การหมุนตัว (Turning) คือการหมุนตัวไปรอบ ๆ ร่างกายมากกว่าการบิดตัว ซึ่งทำให้เท้าต้องหมุนตามไปด้วยข้างใดข้างหนึ่ง

1.6 การแกว่ง หรือหมุนเหวี่ยง (Swinging) คือ การเคลื่อนไหวส่วนใดส่วนหนึ่งโดยหมุนรอบจุดใดจุดหนึ่งให้เป็นรูปโค้ง หรือรูปวงกลม หรือแบบลูกตุ้มนาฬิกา เช่น การแกว่งแขน ขา ลำตัว

1.7 การโอนเอน (Swaying) คล้ายกับการโยก ส่วนโค้งจะเป็นโค้งเข้าหาพื้น การเอียงแบบนี้ไม่รู้สึกผ่อนคลายเหมือนกับการแกว่ง

1.8 การสั่น (Shaking) คือ การเคลื่อนไหวที่มีการสั่นสะเทือนของส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย หรือทุกส่วน ตัวอย่างเช่น ในการเต้นรำและมีการจับมือเขย่า

1.9 การดัน (Pushing) คือ การเคลื่อนไหวโดยการดัน มักจะเป็นการดันออกจากร่างกาย เช่น การดันสิ่งของและการกดสิ่งของ

1.10 การดึง (Pulling) คือ การเคลื่อนไหวที่ตรงกันข้ามกับการดัน มักจะเป็นการดึงเข้าหาร่างกาย หรือดึงไปในทิศทางหนึ่งโดยเฉพาะ

1.11 การตี (Striking) เป็นการเคลื่อนไหวที่มาเร็วและหยุด

2. การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ (Locomotive movement) มีพื้นฐานอยู่ 8 อย่างคือ

2.1 การเดิน (Walking) คือ การเคลื่อนที่ด้วยการก้าว เป็นการเปลี่ยนน้ำหนักตัวจากเท้าหนึ่งไปยังอีกเท้าหนึ่งและขณะเปลี่ยนน้ำหนักตัวนั้น เท้าข้างหนึ่งจะอยู่บนพื้นเสมอ

2.2 การวิ่ง (Running) คือ การเคลื่อนที่โดยการเปลี่ยนน้ำหนักตัวจากเท้าหนึ่งไปยังอีกเท้าหนึ่ง ขณะเปลี่ยนน้ำหนักตัวนั้น เท้าทั้งสองจะไม่อยู่บนพื้นเลย

2.3 การกระโดดเขย่ง (Hopping) คือ การกระโดดขึ้นจากพื้นแล้วกลับลงสู่พื้นด้วยเท้าข้างใดข้างหนึ่งเพียงข้างเดียว

2.4 การกระโดด (Jumping) คือ การกระโดดขึ้นจากพื้นแล้วกลับลงสู่พื้นด้วยเท้าทั้งสองข้าง

2.5 การกระโจน (Leaping) คือ การเคลื่อนที่ด้วยการย้ายน้ำหนักตัวจากเท้าหนึ่งไปยังอีกเท้าหนึ่งด้วยการกระโดดผ่านขึ้นจากพื้น การลงสู่พื้น ปลายเท้าจะลงสู่พื้นก่อนแล้วถึงฝ่าเท้าและส้นเท้าจบด้วยการงอหัวเข่า

2.6 การกระโดดสลับเท้า (Skipping) คือ การก้าวและกระโดดเขย่งด้วยเท้าเดิม

2.7 การเลื่อน (Sliding) คือ การก้าวไปข้างหน้า แล้วลากเท้าอีกข้างไปชิดเป็นจังหวะที่เร็ว

2.8 การควมม้า (Galloping) คือ การเคลื่อนที่ไปข้างหน้าด้วยการก้าวแล้วชิดเท้าอีกข้างหนึ่งเข้าไปชิดเท้าหน้า แล้วกระโดดขึ้น เมื่อลงสู่พื้นให้เท้าที่ก้าวหน้าอยู่หน้าเสมอ

ซาโปร้และมิสเซลล์ (อ้างถึงใน ปิยะธิดา, ขจรชัยกุล, 2536) แบ่งการเคลื่อนไหวออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. การเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐาน (Fundamental movement) หมายถึงการเคลื่อนไหวที่ต้องใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ๆ ของลำตัว แขน ขา เช่น การเดิน การวิ่ง ฯลฯ เป็นการเคลื่อนไหวที่สามารถพบเห็นได้โดยทั่วไป และมีอิทธิพลต่อการทำงานของระบบต่างๆ ของร่างกาย เช่น ระบบย่อยอาหาร ระบบขับถ่าย

2. การเคลื่อนไหวเสริม (Accessory movement) หมายถึงการเคลื่อนไหวที่พัฒนาการภายหลังการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐาน ส่วนมากจะต้องอาศัยทักษะที่ละเอียดอ่อนและไม่เกี่ยวข้องกับกล้ามเนื้อมัดใหญ่ๆ เท่าใดนัก จึงไม่ค่อยจะมีผลต่อการทำงานของอวัยวะและระบบของร่างกาย เช่น การพูด การสืโวไอลิน เป็นต้น

เลทชาวและอิงสตรอม (อ้างถึงใน ปิยะธิดา ขจรชัยกุล, 2536) ได้แบ่งการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. การเคลื่อนไหวเบื้องต้น (Basic movement) ได้แก่ การก้ม การเหยียด และการบิด
2. การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ (Locomotion) คือ การเคลื่อนไหวที่ทำให้เกิดการเคลื่อนที่จากตำแหน่งหนึ่งไปยังอีกตำแหน่งหนึ่ง เช่น การเดิน การวิ่ง
3. การเคลื่อนไหวเพื่อเอาชนะแรงเฉื่อยของวัตถุภายนอก (Skills for overcoming inertia of external objects) ได้แก่
 - 3.1 การทำให้วัตถุที่อยู่นิ่งมีการเคลื่อนไหว เช่น การผลัก การดึง การยก การตี การตบ การเตะ และการขว้างปา
 - 3.2 การทำให้วัตถุหยุดการเคลื่อนที่ เช่น การจับ การสกัดกั้น

วรงค์ดี เพียรชอบ (2527) ได้แบ่งการเคลื่อนไหวเบื้องต้นเป็นประเภทใหญ่ ๆ ได้ 3 ประเภท ดังนี้

1. การเคลื่อนไหวแบบยืนอยู่กับที่
2. การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่จากที่เดิม
3. การเคลื่อนไหวแบบประกอบอุปกรณ์หรือวัตถุ

1. การเคลื่อนไหวแบบยืนอยู่กับที่ ได้แก่ การเคลื่อนไหวของแขน ขา ลำตัว โดยที่ร่างกายยังยืนอยู่ที่เดิม เช่น การก้มตัวไปทางข้างหน้า-หลัง ซ้าย-ขวา การเหวี่ยงแขน

การเคลื่อนไหวร่างกายโดยร่างกายไม่เคลื่อนที่จากเดิมอาจจะกระทำดังต่อไปนี้

1. ยืนทรงตัวอยู่กับที่ด้วยเท้าเดียว สองเท้า หรือด้วยส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย 3 ส่วน
2. เขยียดแขน ขา ลำตัว หรือส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายไปในทิศทางต่าง ๆ ให้ได้ไกลที่สุด
3. ทำร่างกายให้เป็นรูปลักษณะต่าง ๆ เช่น เป็นกำแพง ตึก รถไฟ ฯลฯ
4. บิดแขน ขา ลำตัว หรือส่วนต่าง ๆ ของร่างกายพร้อม ๆ กันให้ได้มากที่สุด
5. ซาหนึ่งอยู่กับที่ พยายามเขยียดแขน ลำตัว หรือส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายให้ได้ไกลที่สุด

ที่สุด

6. งอตัวและเขยียดตัวสลับกันให้ได้มากที่สุด
7. ทำร่างกายให้มีรูปร่างเล็กและใหญ่สลับกัน
8. จากท่าต่าง ๆ เช่น ทำนั่งอยู่กับที่ ทำดันพื้น ทำนอนคว่ำหรือนอนหงายหรืออื่น ๆ แล้วให้

ท่าท่าต่าง ๆ ดังต่อไปนี้ คือ

- ยกส่วนต่าง ๆ ของร่างกายให้พ้นพื้นมากที่สุด
- ใช้ส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายเขียนตัวหนังสือในอากาศ หรือทำท่าระบายสี วาดรูป
- เขยียดแขนหรือขาไปในทิศทางต่าง ๆ ให้ได้ไกลที่สุด
- เปลี่ยนตำแหน่งหรือทิศทางของร่างกายให้มากที่สุด ยืนแขนเดียว ซาเดียว แขนและซา

ข้างเดียวกัน หรือสลับแขนและซาคนละข้าง

9. ใช้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายเขียนวงกลมโดยใช้ระนาบต่าง ๆ เช่น ขนานพื้น ตั้งกับพื้น ทะแยงกับพื้น

10. แสดงตำแหน่งของร่างกายในการว่ายน้ำท่าต่าง ๆ พร้อมทำการเคลื่อนไหวของท่าว่ายน้ำเหล่านั้น

11. จากท่ายืนแยกเท้าที่ห่างกันมาก ๆ ให้ปิดลำตัวไปข้างซ้าย ขวา และตะแคงให้ได้ไกล

ที่สุดเท่าที่จะไกลได้ ใช้มือแตะพื้นด้านตรงกันข้ามให้ได้ไกลที่สุด

12. ฝึกหัดขึ้นทรงตัวด้วยท่าต่าง ๆ ด้วยเท้าเดียวมือเดียว และเท้าเดียว

13. เหวี่ยงแขนหนึ่งตามด้วยอีกแขนหนึ่งไปรอบ ๆ ร่างกาย

14. ทดลองความสามารถของข้อต่อของส่วนต่าง ๆ ของร่างกายว่าสามารถที่จะเคลื่อนไหวไปในทิศทางใดได้บ้าง มากน้อยแค่ไหน

15. จับเป็นคู่แล้วทดลองดูว่าสามารถที่จะแยกคู่ของตนเองได้ในลักษณะไหนบ้างอย่างไร

2. การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่จากที่เดิม คือการเคลื่อนไหวที่ร่างกายต้องย้ายตำแหน่งของร่างกายจากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่งบนพื้น เช่น การเคลื่อนไหวด้วยการเดิน การวิ่ง ฯลฯ

การเคลื่อนไหวโดยให้ร่างกายเคลื่อนที่จากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่งอาจจะทำได้ดังนี้ คือ

1. เคลื่อนไหวไปตามที่ต่าง ๆ ในห้อง เช่น อาจจะเดินไปด้วยความเร็วช้า ๆ รอบ ๆ ห้อง หรือในบริเวณสนามที่กำหนดให้

2. เคลื่อนไหวร่างกายไปทิศทางต่าง ๆ ด้วยความเร็วที่สม่ำเสมอแล้วสลับด้วยการเคลื่อนที่ช้า ๆ อย่างสม่ำเสมอ

3. เคลื่อนที่อย่างไกล ๆ และก้าวยาว ๆ เช่น การเลียนแบบการเดินของช้าง

4. พยายามทำตัวและเดินเหมือนยักษ์ คนแคระ หรือแบบแม่มด

5. เคลื่อนที่ด้วยการเดิน หรือการวิ่งข้าม หรือรอดไปได้มันั่ง หรือโต๊ะ

6. เคลื่อนที่ไปรอบห้องหรือสนามโดยท่าท่าเหมือนกับว่ายน้ำ

7. เคลื่อนที่ไปรอบ ๆ ห้องเรียนหรือสนามด้วยท่าใด ๆ ก็ได้ เมื่อได้ขึ้นสัญญาณให้หยุดและเปลี่ยนท่าเคลื่อนที่เป็นอย่างอื่น

8. นักเรียนจับกันเป็นคู่ คนหนึ่งนั่งลงเหยียดแขนหรือขาออกไป อีกคนหนึ่งเดินข้ามหรือกระโดดข้าม

9. เคลื่อนที่ไปรอบ ๆ สนามโดยยกเท้าข้างหนึ่งไว้ตลอดเวลา

10. เคลื่อนที่ไปรอบ ๆ ห้องหรือสนามแล้วในขณะที่เดียวกันก็ลดตัวให้ต่ำลงและต่ำลงจนเป็นท่าคลาน แล้วเริ่มจากท่าคลานนี้ด้วยการเคลื่อนที่ไปรอบ ๆ แล้วค่อย ๆ ยกตัวสูงขึ้นจนลำตัวตั้งตรง

11. เคลื่อนที่ไปรอบ ๆ ห้องโดยให้น้ำหนักอยู่บนส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกาย

12. เคลื่อนที่ไปข้างหน้าโดยให้แขนและขาที่อยู่ในข้างเดียวกันแกว่งไปข้างหน้าในเวลาเดียวกันพร้อมกัน

13. การเคลื่อนที่ไปข้างหน้ารอบ ๆ ห้องโดยให้ศีรษะต่ำกว่าเอว

14. เดินไปรอบ ๆ ห้องโดยถือไม้คทาหรือไม้ยาวขนาดไม้เท้า หรือเชือกกระโดดติดมือไปด้วย เมื่อได้ยืนสัญญาณให้วางไม้แน่นกับพื้นแล้วกระโดดกลับไปกลับมาข้ามไม้แน่น 2 ครั้ง หรือ 3-4 ครั้ง แล้วหยิบไม้แน่นเดินต่อไปอีกจนกว่าจะได้ยืนสัญญาณอีกและให้ทำท่าเดิมหรือท่าใหม่อีก

15. เดินไปในทิศทางต่าง ๆ แล้วไปแตะฝ่าผืน เมื่อได้แตะฝ่าผืนแล้วให้เคลื่อนไหวด้วยวิธีการอื่น ๆ ซึ่งแตกต่างจากเดิม ทุกครั้งเมื่อแตะฝ่าผืนแล้วจะต้องเปลี่ยนท่าเคลื่อนไหวเป็นอย่างอื่น

16. นักเรียนจับกันเป็นคู่ เมื่อได้ยืนสัญญาณคนที่หนึ่งเคลื่อนที่ด้วยท่าอย่างหนึ่ง แล้วอีกคนหนึ่งพยายามจะเคลื่อนที่โดยเลียนแบบคนแรกนั้น เมื่อได้ยืนสัญญาณครั้งที่สอง คนที่สองทำท่าเคลื่อนไหวอย่างหนึ่งแล้วอีกคนหนึ่งก็ทำท่าเลียนแบบ สลับกันอย่างนี้เรื่อยไป

17. เคลื่อนที่ไปรอบ ๆ ห้องเรียนแล้วให้ใช้ส่วนต่าง ๆ ของเท้ารับน้ำหนักของร่างกายในแต่ละครั้งแตกต่างกันไป

18. ฝึกหัดการเคลื่อนที่โดยให้เท้าเคลื่อนไหวในแบบต่าง ๆ เช่น โดยใช้ปลายเท้าต่อกัน โดยใช้เท้าไขว้กัน โดยสองเท้าพร้อมกัน หรือโดยใช้เท้าหนึ่งเท้าใดน่าเพียงเท้าเดียว

19. เคลื่อนที่ไปรอบ ๆ ห้องหรือสนามโดยใช้ท่าเคลื่อนที่ของเท้าเช่นเดียวกับการเคลื่อนที่เท้าในกรีฑาสู่และลาน

20. เคลื่อนที่ไปรอบ ๆ ห้อง แล้วให้บิดปลายเท้าไปทางขวาทุกครั้งที่จะหันไปทางขวาและทุกครั้งที่จะหันให้เปลี่ยนท่าการเคลื่อนที่

21. เลือกกีฬาประเภทใดประเภทหนึ่งขึ้นมา แล้วเคลื่อนที่ด้วยการสมมุติว่าได้เล่นกีฬาประเภทนั้น

23. เคลื่อนที่ไปรอบ ๆ ห้องหรือสนามโดยทดลองให้ส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายนำที่ละส่วน

3. การเคลื่อนไหวแบบประกอบอุปกรณ์หรือวัตถุ

เป็นการให้นักเรียนได้มีการเคลื่อนไหวโดยใช้วัตถุหรืออุปกรณ์อย่างหนึ่งอย่างใดประกอบ การใช้อุปกรณ์ประกอบนี้จะช่วยให้นักเรียนได้มีการพัฒนาการในการทำงานประสานกันระหว่างประสาทและกล้ามเนื้อของส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย การทำงานประสานกันระหว่างประสาทมือกับตา ประสาทเท้ากับตาและประสาทมือ เท้ากับตาดีขึ้น ฉะนั้นครูควรจัดวัสดุอุปกรณ์ หรือวัตถุอื่น ๆ ที่จะสามารถให้นักเรียนได้ใช้ในการประกอบการเล่นหรือการเคลื่อนไหวนี้ให้มากที่สุด อุปกรณ์ที่พอจะจัดหาได้ง่าย เช่น ถุงดำ ลูกบอลขนาดต่าง ๆ เชือก ห่วงยางขนาดใหญ่ หรือห่วงยางขนาดธรรมดา เหล่านี้เป็นต้น ซึ่งอุปกรณ์เหล่านี้จะเป็นอุปกรณ์ที่จะช่วยส่งเสริมให้นักเรียนได้มีประสบการณ์ในการเคลื่อนไหวได้อย่างดีและกว้างขวาง

นอกจากนี้ วรศักดิ์ เพียรชอบ (2527) ได้กล่าวว่าครูควรมีหลักในการจัดกิจกรรม การเคลื่อนไหวโดยพิจารณาจากหลักที่สำคัญ ดังนี้

1. เด็กปฐมวัยเป็นวัยที่ต้องการการเคลื่อนไหวและอยากรู้อยากลองในความสามารถด้าน การเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายของตนเองตลอดเวลา ดังนั้นครูจึงควรจัดกิจกรรมเกี่ยวกับ การเคลื่อนไหว เพื่อสนองความต้องการของเด็กในวัยนี้ให้เพียงพอ
2. การจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวเบื้องต้นให้เด็กในวัยนี้ ควรจัดให้เด็กได้มีประสบการณ์ ในการเคลื่อนไหว โดยใช้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในการเคลื่อนไหวในกิจกรรมต่าง ๆ อย่างกว้างขวาง และให้เป็นไปตามลักษณะและธรรมชาติของการเคลื่อนไหวของส่วนต่าง ๆ ของร่างกายเหล่านั้น อย่างแท้จริง
3. กิจกรรมการเคลื่อนไหวเบื้องต้น ควรเป็นกิจกรรมที่มีความหมายต่อเด็กให้เด็กเข้าใจ และมีความเกี่ยวข้องในชีวิตประจำวัน
4. ควรจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวที่ต้องใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของร่างกายเป็นส่วนสำคัญ ก่อน เช่น การใช้กล้ามเนื้อแขนและขา เป็นต้น
5. ควรส่งเสริมให้เด็กรู้ถึงความสามารถในการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายที่ตนเอง สามารถที่จะทำได้เป็นสำคัญ ทั้งนี้เพื่อให้เด็กมีความเชื่อมั่น
6. การจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหว ควรจัดบรรยากาศที่สนุกสนานและทำทหายตลอดเวลาที่ เด็กเรียน
7. เด็กนักเรียนควรจะได้รู้จักชื่อการเคลื่อนไหวเบื้องต้นต่าง ๆ ด้วย เพื่อเป็นพื้นฐานใน การเรียนรู้ในขั้นสูงต่อไป

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวนั้นมีผลต่อพัฒนาการเด็กคือ ช่วยให้ เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายเป็นไปอย่างเหมาะสมและเกิดความสัมพันธ์กับอวัยวะส่วน อื่น ๆ อันจะเป็นพื้นฐานที่ก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง พร้อมทั้งจะอยู่ร่วมกับเด็กอื่น ๆ ใน สังคมต่อไป นอกจากนี้ ยังทำให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ที่จะคิดประดิษฐ์ท่าทางการเคลื่อนไหวใน รูปแบบที่แตกต่างกันออกไปอันเป็นการพัฒนาสติปัญญาของเด็กอีกด้วย

6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยภายในประเทศ

ศักดิ์ดา ภาษี (2525) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การจัดกิจกรรมพลศึกษาในโรงเรียนอนุบาลในกรุงเทพมหานคร” การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการจัดกิจกรรมพลศึกษาในโรงเรียนอนุบาลในกรุงเทพมหานคร โดยใช้แบบสอบถามส่งไปยังผู้บริหาร และครูผู้สอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนอนุบาลในกรุงเทพมหานคร จำนวน 80 ชุด แบ่งเป็นผู้บริหาร 40 ชุด และของครูผู้สอนวิชาพลศึกษา 40 ชุด ผลการวิจัยพบว่า การจัดกิจกรรมพลศึกษาในโรงเรียนอนุบาล เน้นวัตถุประสงค์เพื่อความสนุกสนาน เพิ่มพูนสมรรถภาพทางกาย พัฒนาการทางกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา และเพื่อให้เด็กมีความพร้อมที่จะเข้าเรียนในชั้นประถมศึกษา กิจกรรมพลศึกษาที่จัดในโรงเรียนอนุบาลประกอบด้วย การเรียนการสอน การเล่นเกมและการจัดกิจกรรมเพื่อความสนุกสนาน ซึ่งกิจกรรมพลศึกษาที่จัดนั้นเป็นกิจกรรมง่ายๆ ได้แก่ การฝึกทักษะเบื้องต้น เช่น การเดิน การวิ่ง การกระโดด และทักษะเบื้องต้นเกี่ยวกับการใช้ลูกบอล เช่น การขว้างลูกบอล การโยนรับลูกบอล การกลิ้งบอลกับพื้น โดยมีการย่อขนาดของอุปกรณ์ต่างๆ ให้พอเหมาะกับวัยของเด็ก ปัญหาในการจัดกิจกรรมพลศึกษาในโรงเรียนอนุบาลที่พบมาก ได้แก่ ขาดเงินสนับสนุนในการจัดกิจกรรมพิเศษ ขาดแคลนแหล่งวิชาที่จะค้นคว้า อุปกรณ์การสอนมีไม่เพียงพอกับจำนวนนักเรียน บุคลากรทางพลศึกษามีไม่เพียงพอ และไม่มีวุฒิทางพลศึกษา และขาดการนิเทศจากศึกษานิเทศก์

พันธณี เจริญสุข (2527) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ความคิดเห็นของครูอนุบาลเกี่ยวกับเตรียมความพร้อมของเด็กปฐมวัย” การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อสำรวจความคิดเห็นของครูอนุบาลเกี่ยวกับเครื่องเล่นที่จำเป็นต่อการเตรียมความพร้อมของเด็กปฐมวัย และสำรวจเครื่องเล่นเกี่ยวกับสภาพการมีและการใช้ กลุ่มตัวอย่างประชากร คือครูอนุบาลที่สอนระดับอนุบาลปีที่ 1 และชั้นอนุบาลปีที่ 2 ในโรงเรียนที่เปิดสอนเฉพาะระดับอนุบาล สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาเอกชน ในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2526 จำนวน 320 คน ผลการวิจัยปรากฏว่า เครื่องเล่นที่จำเป็นมากต่อการเตรียมความพร้อมด้านร่างกาย ได้แก่ ชิงช้านั่งหมุน กระดานลื่น ราวปีนป่าย ฟุตบอลลูกปิดขนาดใหญ่และชุดหัดแต่งตัว เครื่องเล่นที่จำเป็นมากต่อการเตรียมความพร้อมด้านสติปัญญา ได้แก่ ไม้บล็อกสร้างสรรค์ พลาสติกสร้างสรรค์ กล้องโทรทรรศน์ โดมิโน (ภาพต่อปลาย) ล้อโตโต้ (ภาพจับคู่) ภาพตัดต่อรูปต่างๆ ตัวอักษร ก-ข แห่งไม้ภาพประกอบตัวอักษร กล้องหยอดรูปทรงต่างๆ กระดานฉลุทรงเรขาคณิต แผ่นไม้จำแนกทรง ภาพฉลุรูปทรงต่างๆ กระดานภาพฉลุเรียงขนาด กระดานปักหมุดสี ลูกกลมสวมหลัก 1-5 ลูกกลมสวมหลัก 10 เม็ด ลูกคิดยาว ลูกคิดข้ามรั้ว ตัวเลข 0-9 กระดานฉลุตัวเลข 0-9

ตรายางภาพ ตรายางตัวอักษร ก-ข ตรายางตัวเลข 0-9 ตัวสัตรีพลาสติก และหนังสือภาพ เครื่องเล่นที่จำเป็นมากต่อการเตรียมความพร้อมด้านอารมณ์และสังคม ได้แก่ ตุ๊กตา หุ่นสวมมือ กลอง ฉิ่ง เครื่องเขย่า เทปเพลงและนิทาน ดินสอสี สีเทียน ดินน้ำมัน กระจาดวาดภาพ กระจาดสี กรรไกรปลายมน เศษวัสดุ และชุดเครื่องครัว ซึ่งเครื่องเล่นเหล่านี้ส่วนใหญ่โรงเรียนอนุบาลมีและนำมาใช้

ไชยา แจงเจริญ(2529) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ความคิดเห็นของผู้บริหารและครูพลศึกษา เกี่ยวกับสภาพและปัญหาการจัดกิจกรรมพลศึกษา ในโรงเรียนอนุบาล สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ” การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพและปัญหาการจัดกิจกรรมพลศึกษาในโรงเรียนอนุบาลสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ โดยใช้แบบสอบถามส่งไปยังผู้บริหารและครูผู้สอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนอนุบาลสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ จำนวน 156 ชุด แบ่งเป็นผู้บริหาร 78 ชุด และครูผู้สอนวิชาพลศึกษา 78 ชุด ผลการวิจัยพบว่า การจัดกิจกรรมพลศึกษาในโรงเรียนอนุบาลเน้นวัตถุประสงค์เพื่อให้ นักเรียนมีสุขนิสัยที่ดี มีทักษะการเคลื่อนไหวที่ดี มีความพร้อมที่จะเข้าเรียนระดับประถมศึกษา และรู้จักเข้าสังคมเป็นหมู่คณะ กิจกรรมพลศึกษาที่จัดในโรงเรียนอนุบาลประกอบด้วย กิจกรรมประเภทเคลื่อนไหวพื้นฐาน เช่น การวิ่ง การเดิน การเขย่งเท้า และการเคลื่อนไหวที่ใช้อุปกรณ์พลศึกษาประกอบ เช่น การโยนรับลูกบอล การกลิ้งลูกบอล โดยมีการจัดกิจกรรมการแข่งขันทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม เพื่อให้เด็กเกิดความสนุกสนานควบคู่กันไปด้วยปัญหาในการจัดกิจกรรมพลศึกษาในโรงเรียนอนุบาลที่พบมาก ได้แก่ ขาดการนิเทศจากศึกษานิเทศก์ อุปกรณ์การสอนมีไม่เพียงพอกับจำนวนนักเรียน สถานที่ฝึกกิจกรรมกลางแจ้งและในร่มมีไม่เหมาะสมและบุคลากรทางพลศึกษามีไม่เพียงพอ

วรรณิ ศิริินพกุล(2529) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ผลของการเล่นที่มีต่อการแก้ปัญหาแบบเอกนัยและแบบอเนกนัยของเด็กอนุบาล” การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการเล่นแบบเอกนัยและอเนกนัยที่มีต่อการแก้ปัญหาแบบเอกนัยและอเนกนัยของเด็กอนุบาล โดยมีสมมติฐานว่าการเล่นแบบเอกนัยจะทำให้ความสามารถในการแก้ปัญหาแบบเอกนัยเพิ่มขึ้น การเล่นแบบอเนกนัยจะทำให้ความสามารถในการแก้ปัญหาแบบอเนกนัยเพิ่มขึ้น และไม่มีความแตกต่างระหว่างเพศในการแก้ปัญหาทั้งสองประเภทนี้ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอนุบาลชั้นปีที่ 2 จากโรงเรียนอนุบาลเสริมมิตร อายุ 4-5 ปี จำนวน 103 คน ได้รับการทดสอบความสามารถในการแก้ปัญหาแบบเอกนัยและแบบอเนกนัยด้วยแบบทดสอบความคิดเอกนัย และแบบทดสอบความคิดอเนกนัยที่สร้างขึ้น เป็นคะแนนก่อนทดลอง หลังจากนั้นผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มเด็กออกเป็น 4 กลุ่ม โดยที่ให้เด็กในแต่ละกลุ่มมีเด็กชายและเด็กหญิงจำนวนใกล้เคียงกัน และมีคะแนนก่อนทดลองไม่แตกต่างกัน กลุ่มที่ 1 เป็นชาย 13 คน หญิง 13 คน ให้เล่นแบบเอกนัย กลุ่มที่ 2 เป็นชาย 13

คนหญิง 13 คน ให้เล่นแบบเอกนัย กลุ่มที่ 3 เป็นเด็กชาย 14 คน เด็กหญิง 12 คน ให้เล่นแบบเอกนัยและแบบเอกนัย กลุ่มที่ 4 เป็นเด็กชาย 14 คน เด็กหญิง 11 คน ให้อยู่ในสภาพการเรียนการสอนปกติ จัดให้เด็กกลุ่มที่ 1, 2 และ 3 ได้รับการฝึกการเล่นวันละ 15 นาที เป็นเวลา 10 วัน ติดต่อกันด้วยของเล่น 10 ชุด ที่สามารถเล่นได้ 2 วิธี คือ เล่นแบบเอกนัยและเล่นแบบเอกนัย หลังจากนั้นทดสอบความสามารถในการแก้ปัญหาแบบเอกนัยและเอกนัยของเด็กทั้ง 4 กลุ่ม ด้วยแบบทดสอบชุดเดิมได้เป็นคะแนนหลังทดลอง หาความแตกต่างระหว่างคะแนนก่อนทดลองและหลังทดลอง (Gain score) เพื่อดูผลของการเล่นที่มีต่อความสามารถในการแก้ปัญหาของเด็ก การวิเคราะห์ข้อมูลใช้วิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวน 2 ทาง แล้วทดสอบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีของเซฟเฟ ผลการวิจัยพบว่า

1. ความสามารถในการแก้ปัญหาแบบเอกนัยของกลุ่มที่ได้รับการเล่นแบบเอกนัยเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มที่ได้เล่นแบบเอกนัยและกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. ความสามารถในการแก้ปัญหาแบบเอกนัยของกลุ่มที่ได้รับการเล่นทั้งสองแบบเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนความสามารถในการแก้ปัญหาแบบเอกนัยเพิ่มขึ้นไม่แตกต่างจากกลุ่มอื่น ๆ ทั้ง 3 กลุ่ม
3. ความสามารถในการแก้ปัญหาแบบเอกนัยของกลุ่มที่ได้รับการเล่นแบบเอกนัยเพิ่มขึ้นไม่แตกต่างจากกลุ่มอื่น ทั้ง 3 กลุ่ม
4. เด็กชายและเด็กหญิงมีความสามารถในการแก้ปัญหาแบบเอกนัยและเอกนัยไม่แตกต่างกัน

เดือนใจ ทองสำริด (2530) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การทดลองใช้วิธีการกิจกรรมทางกายในการสร้างโน้ตค้นพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ สำหรับเด็กก่อนประถมศึกษา” การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ที่จะศึกษาผลการใช้แผนการจัดประสบการณ์ทางวิทยาศาสตร์ด้วยวิธีการกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กก่อนประถมศึกษาที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยศึกษาพัฒนาการและความคงทนด้านโน้ตค้นพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ ตลอดจนจนตัวแปรต่างๆที่อาจส่งผลกระทบต่อประสบการณ์ทางวิทยาศาสตร์โดยใช้วิธีการกิจกรรมทางกายต่อพัฒนาการด้านโน้ตค้นพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ของเด็กก่อนประถมศึกษา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นเด็กในชั้นเด็กเล็กและชั้นอนุบาลปีที่ 2 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2529 จำนวนประเภทชั้นเรียนละ 2 ห้องเรียน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียน และกลุ่มควบคุม 1 ห้องเรียน รวม 4 ห้องเรียน จำนวนนักเรียน 146 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่ม กลุ่มทดลองได้รับประสบการณ์ทางวิทยาศาสตร์ด้วยวิธีการกิจกรรมทางกาย จำนวน 12 กิจกรรม ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับประสบการณ์ทางวิทยาศาสตร์ดังกล่าว ทั้งนี้ได้วัดมโนทัศน์พื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ของ

เด็กก่อนประถมศึกษาทุกคน และทุกกลุ่มในช่วงก่อน ในช่วงหลังและในช่วง 2 สัปดาห์หลังการจัด ประสบการณ์ทางวิทยาศาสตร์ โดยใช้แผนการวัดมโนทัศน์พื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ชุดเดียวกัน ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. มโนทัศน์พื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ของเด็กก่อนประถมศึกษาทุกกลุ่มทดลองมีพัฒนาการ มาก ส่วนกลุ่มควบคุมมีพัฒนาการเพียงเล็กน้อยทั้งในชั้นเด็กเล็กชั้นอนุบาลปีที่ 2 และโดยรวม
2. มโนทัศน์พื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ของเด็กก่อนประถมศึกษาในช่วงหลังการจัด ประสบการณ์ทางวิทยาศาสตร์ของกลุ่มทดลองสูงกว่าของกลุ่มควบคุม และของชั้นอนุบาลปีที่ 2 สูง กว่าของชั้นเด็กเล็ก
3. ตัวแปรเพศ สภาพการมีพี่น้องระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา และฐานะทางเศรษฐกิจของบิดามารดาได้ส่งผลกระทบต่อร่วมกันกับการจัดประสบการณ์ทางวิทยาศาสตร์ ด้วยวิธีการกิจกรรมทางกาย ต่อพัฒนาการด้านมโนทัศน์พื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ของเด็ก ก่อนประถมศึกษา
4. ความคงทนด้านมโนทัศน์พื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ในช่วงหลังการจัดประสบการณ์ทาง วิทยาศาสตร์แล้ว 2 สัปดาห์ ของเด็กประถมศึกษาทุกกลุ่มทดลองมีค่าสูงเกินกว่าร้อยละ 95.00 ของ ค่าเฉลี่ยของคะแนนมโนทัศน์พื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ที่วัดทันทีในช่วงหลังการจัดประสบการณ์ ทางวิทยาศาสตร์ทั้งในชั้นเด็กเล็ก ชั้นอนุบาลปีที่ 2 และโดยรวม

ธงชัย รตโนภาส (2531) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การใช้แนวการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาล ศึกษาในโรงเรียนโครงการอนุบาลชนบท สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัด เขตการศึกษา 7” การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพการใช้แนวการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษา และสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการใช้แนวการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษาในโรงเรียนโครงการ อนุบาลชนบท สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัด เขตการศึกษา 7 ผลการวิจัยพบว่า ผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้สอนชั้นอนุบาลศึกษา มีประสบการณ์ในการจัดการศึกษาชั้นอนุบาล ศึกษา 1-2 ปี และเคยเข้ารับการอบรมเกี่ยวกับบุคลากรทางการศึกษาระดับก่อนประถมศึกษา นโยบายการจัดการศึกษาระดับนี้มุ่งเน้นให้นักเรียนมีความพร้อมที่จะเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 การคัดเลือกครูเข้าสอนชั้นอนุบาลศึกษาพิจารณาจากคุณสมบัติเฉพาะต่างๆ เช่น รักเด็ก มีความ สามารถในด้านศิลปะ ฯลฯ ครูผู้สอนชั้นอนุบาลศึกษาสมัครใจสอนแต่ไม่ถนัดในการสอน ซึ่งมีการ เพิ่มพูนความรู้และทักษะให้กับครูผู้สอนชั้นอนุบาลศึกษาโดยให้เข้ารับการอบรม สถานที่จัด ห้องเรียนชั้นอนุบาลศึกษาอยู่ชั้นล่างสุดของอาคาร สภาพห้องเรียนอากาศถ่ายเทได้ดี มีพื้นที่ เหมาะสมและแสงสว่างเพียงพอ มุมประสบการณ์ที่จัดในห้องเรียน คือ มุมบ้าน มุมหนังสือ มุม บล็อก การจัดทำตารางกิจกรรมประจำวันปรับปรุงจากของสำนักงานคณะกรรมการการประม

ศึกษาแห่งชาติ โดยสลับเปลี่ยนเวลาในการทำกิจกรรมและเพิ่มหรือลดกิจกรรมบางกิจกรรม การจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมพัฒนาการของนักเรียน คือจัดกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งเพื่อพัฒนาตัวร่างกาย กิจกรรมสร้างสรรค์ (ศิลปะศึกษา) เพื่อพัฒนาด้านอารมณ์-จิตใจ กิจกรรมการเล่น ตามมุมเพื่อพัฒนาด้านสังคม และกิจกรรมเกมการศึกษาเพื่อพัฒนาด้านสติปัญญา วิธีการที่ใช้ในการจัดประสบการณ์ และกิจกรรม คือ การแบ่งกลุ่ม การปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียนเป็นกิจกรรมในห้องเรียนมากกว่านอกห้องเรียน กิจกรรม ที่ทำได้ยากคือ เกมการศึกษา กิจกรรมเสริมประสบการณ์ที่จัดมากคือ เพลง มีการนิเทศติดตามผลโดยผู้บริหารโรงเรียน การวัดและประเมินผลพัฒนาการใช้วิธีสังเกต ปัญหาที่พบ คือ งบประมาณ เอกสาร สื่อ วัสดุและอุปกรณ์เกี่ยวกับการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษาไม่เพียงพอ บริเวณที่จัดเครื่องเล่นสนามคับแคบ ระดับสติปัญญาและความสามารถของนักเรียนแตกต่างกันมาก

เมธา ปรางค์แสงวิไล (2531) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การใช้แนวการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลในโรงเรียนโครงการอนุบาลชนบท สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัด เขตการศึกษา 5” การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพแนวการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษา และสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการใช้แนวการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษาในโรงเรียนโครงการอนุบาลชนบท สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัด เขตการศึกษา 5 ผลการวิจัย พบว่าผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้สอนชั้นอนุบาลศึกษามีประสบการณ์ในการจัดการศึกษาชั้นอนุบาล 1-2 ปี นโยบายในการจัดการศึกษาระดับนี้มุ่งเน้นให้นักเรียนมีประสบการณ์ทางด้านร่างกาย อารมณ์จิตใจ สังคมและสติปัญญา ครูผู้สอนชั้นอนุบาลศึกษามีครใจสอนและถนัดในการสอน มีการเพิ่มพูนความรู้และทักษะโดยการเข้ารับการอบรม ห้องเรียนชั้นอนุบาลอยู่ชั้นล่างสุดของอาคาร มีแสงสว่างเพียงพอ การระบายถ่ายเทอากาศดี พื้นที่ห้องกว้างขวาง ตารางกิจกรรมประจำวันที่ใช้ปรับปรุงจากของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ โดยสลับเปลี่ยนเวลาทำกิจกรรม กิจกรรมที่ทำได้ยากคือ เกมการศึกษา กิจกรรมเสริมที่จัดมาก คือ เพลง การวัดและประเมินผลพัฒนาการ ใช้วิธีการสังเกต ปัญหาที่พบมาก คือ เอกสาร สื่อ วัสดุ และอุปกรณ์เกี่ยวกับการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษาไม่เพียงพอ ระดับสติปัญญาและความสามารถของนักเรียนแตกต่างกันมาก

รัตนา สาหรัยทอง (2531) ได้ทำการวิจัย เรื่อง “การใช้แนวการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษาในโรงเรียนโครงการอนุบาลชนบท สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัด เขตการศึกษา 6” การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพการใช้แนวการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษาในโรงเรียนโครงการอนุบาลชนบท ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัด เขตการศึกษา 6 ผลการวิจัยพบว่า ผู้บริหารทุกคนไม่เคยศึกษาทางด้านอนุบาลศึกษา ทั้งผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้สอนชั้นอนุบาลศึกษา มีประสบการณ์ในการจัดการศึกษา

ระดับชั้นอนุบาลศึกษา 1-2 ปี จุดหมายหลักในการจัดการศึกษาระดับนี้ เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์-จิตใจ สังคมและสติปัญญาเท่านั้น ครูผู้สอนชั้นอนุบาลศึกษาสมัครใจสอนแต่ไม่ถนัดในการสอน การเพิ่มพูนความรู้และทักษะโดยการเข้ารับการอบรม ที่ตั้งของห้องเรียนชั้นอนุบาลศึกษาตั้งอยู่ในอาคารเรียนชั้นล่างสุดซึ่งเป็นทั้งห้องเรียนและห้องเล่น โดยมีการจัดกิจกรรมภายในห้องเรียนมากกว่านอกห้องเรียน แต่วัสดุอุปกรณ์มีจำนวนไม่เพียงพอ ตารางกิจกรรมประจำวันที่ใช้ ปรับปรุงจากของสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ โดยสับเปลี่ยนเวลาทำกิจกรรม กิจกรรมที่ทำได้ยาก คือ เกมการศึกษา กิจกรรมเสริมที่จัดมาก คือ เพลง ในการวัดและประเมินผลใช้วิธีการสังเกต ปัญหาที่พบมาก คือ สื่อ วัสดุ และอุปกรณ์เกี่ยวกับการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษาไม่เพียงพอ เอกสารเกี่ยวกับการใช้แนวการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษาได้รับไม่เพียงพอ และได้รับเอกสารล่าช้า สติปัญญาและความสามารถของนักเรียนในห้องเรียนแตกต่างกันมาก

กิตติพงษ์ ชัดิยะ (2532) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาการส่งเสริมของบิดามารดาต่อการออกกำลังกายของเด็กก่อนวัยเรียน ในโรงเรียนอนุบาล จังหวัดเชียงใหม่” การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการส่งเสริมของบิดามารดาต่อการออกกำลังกายของเด็กก่อนวัยเรียน ในโรงเรียนอนุบาล จังหวัดเชียงใหม่ โดยส่งแบบสอบถามไปยังบิดามารดาของเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน 370 ชุด ผลการวิจัยพบว่า บิดามารดาส่งเสริมการออกกำลังกายของเด็กก่อนวัยเรียนโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ให้บุตรได้ออกกำลังกายครั้งละประมาณ 10 นาที ถึง 20 นาที หรือ 20 นาที ถึง 30 นาที ในช่วงเวลาเย็น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวันเสาร์และวันอาทิตย์ สถานที่ออกกำลังกาย ได้แก่ ภายในบริเวณบ้าน สนามเด็กเล่นของโรงเรียน สนามกลางแจ้ง สนามของสถานศึกษา และสระว่ายน้ำของส่วนราชการหรือเอกชน กิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ การขี่จักรยาน สองล้อหรือจักรยานสามล้อ การเดิน การเล่นเครื่องเล่นสนาม การวิ่งเหยาะ การเล่นกับลูกบอลการกระโดดในรูปแบบต่างๆ การบริหารกาย และการว่ายน้ำเบื้องต้น บิดามารดาประสบปัญหาในการส่งเสริมการออกกำลังกายโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ได้แก่ บุตรติดรายการโทรทัศน์ บิดามารดามีภาระกิจในครอบครัวมาก สถานที่ออกกำลังกายสำหรับเด็กมีไม่เพียงพอ อยู่ไกลไปมาไม่สะดวก คับแคบ มีผู้เข้าร่วมกิจกรรมมากเกินไป สถานที่ออกกำลังกายของเอกชนเก็บค่าบริการแพงเกินไป อุปกรณ์ในการออกกำลังกายส่วนตัวมีราคาแพง อุปกรณ์หรือเครื่องเล่นสนามสำหรับเด็กมีไม่เพียงพอ ไม่เหมาะสำหรับวัย และไม่ปลอดภัยขาดการซ่อมแซม

ชูลี ช่วยเอื้อ (2532) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การใช้แนวการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษาในโรงเรียนอนุบาล สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ” การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพและปัญหา การใช้แนวการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษาในโรงเรียนอนุบาล สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ ตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วยผู้บริหาร

โรงเรียนที่ปฏิบัติงานด้านอนุบาลศึกษา 219 คน ครูผู้สอนชั้นอนุบาลศึกษา 302 คน รวมทั้งหมด 521 คน ผลการวิจัยพบว่า การใช้แนวการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษาในโรงเรียนอนุบาลสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ ของผู้บริหารและครูผู้สอนในด้านการแปลงแนวการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษาไปสู่การจัดประสบการณ์และกิจกรรม มีเป้าหมายหลักในการจัดการศึกษาระดับอนุบาลศึกษาคือ ส่งเสริมพัฒนาการตามวัยของเด็กทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคมและสติปัญญา เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมให้แก่เด็กวัย 4-6 ปี ให้มีความพร้อมทุกด้าน มีส่วนน้อยที่จัดประสบการณ์เพื่อมุ่งให้เด็กอ่านได้เขียนได้ และคิดเลขได้ ด้านการจัดปัจจัยและสภาพต่างๆ เพื่อการใช้แนวการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษา พบว่า ผู้บริหารส่วนใหญ่คัดเลือกครูเข้าสอนชั้นอนุบาลโดยการพิจารณาผู้ที่มีวุฒิทางด้านอนุบาลศึกษา การนิเทศการสอน ผู้ให้การนิเทศส่วนใหญ่ คือ ผู้บริหารโรงเรียนซึ่งปฏิบัติหน้าที่ด้านอนุบาลศึกษา กิจกรรมการนิเทศที่ใช้มากที่สุด คือ การประชุมปรึกษาหารือ และเทคนิคกลวิธีสอนที่ครูผู้สอนนำมาใช้มากที่สุด คือ การให้เด็กทำงานเป็นกลุ่ม

ด้านการจัดประสบการณ์และกิจกรรมชั้นอนุบาลศึกษา ส่วนใหญ่จัดกิจกรรมตามที่กำหนดในแผนการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลของสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีตารางกิจกรรมประจำวัน กิจกรรมที่จัดแต่ละวันประกอบด้วย กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะ กิจกรรมสร้างสรรค์ กิจกรรมการเล่นตามมุม กิจกรรมในวงกลม กิจกรรมกลางแจ้ง และกิจกรรมเกมการศึกษา ครูผู้สอนส่วนใหญ่จัดกิจกรรมที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย ด้านอารมณ์จิตใจ ด้านสังคมและสติปัญญา ได้ตามที่กำหนดตามรายการประสบการณ์และเนื้อหา

ปัญหาการใช้แนวการจัดประสบการณ์ชั้นอนุบาลศึกษาของผู้บริหารและครูผู้สอน พบว่า โดยเฉลี่ย ผู้บริหารและครูผู้สอนมีปัญหาเกี่ยวกับการปฏิบัติงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย คือ โรงเรียนต้องรับภาระงานศูนย์พัฒนาการศึกษาระดับก่อนประถมศึกษา ทำให้การบริหารงานวิชาการฝ่ายอนุบาลไม่คล่องตัว ผู้ปกครองไม่เข้าใจหลักการจัดการศึกษาระดับอนุบาลศึกษา ครูผู้สอนชั้นอนุบาลศึกษามีพื้นความรู้ด้านอนุบาลศึกษาแตกต่างกัน โรงเรียนไม่มีแนวทางการวัดผลและประเมินผลที่ชัดเจน มีจำนวนเด็กในชั้นเรียนมากเกินไป ทำให้การจัดกิจกรรมต่างๆ ไม่คล่องตัว ครูขาดแหล่งความรู้ที่จะค้นคว้าเพิ่มเติมและไม่ได้รับการส่งเสริมให้เข้าร่วมประชุมอบรม หรือสัมมนา ศึกษานิเทศก์ไม่สามารถให้คำแนะนำช่วยเหลือครูอนุบาลได้

พิมแข สารวงศ์จันทร์ (2532) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาการสร้างเสริมลักษณะนิสัยในการเล่นที่ฟังประสงค์ให้แก่เด็กของครูในโรงเรียนอนุบาล กรุงเทพมหานคร” การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบ การสร้างเสริมลักษณะนิสัยในการเล่นที่ฟังประสงค์ให้แก่เด็กของครูในโรงเรียนอนุบาล กรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับการศึกษา สาขาวิชา และประสบการณ์ในการสอนของครู ตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการวิจัยเป็นครูอนุบาล สังกัดสำนักงาน

คณะกรรมการการศึกษาเอกชน ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 317 คน แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัยมีค่าความเที่ยงเท่ากับ .89 ผลการวิจัยพบว่า

1. ค่าเฉลี่ยของครูอนุบาลในการสร้างเสริมลักษณะนิสัยในการเล่นที่พึงประสงค์ให้แก่เด็กอยู่ในระดับมากที่สุด 2 ด้าน ได้แก่ด้านกำรมีวาจาไพเราะอ่อนหวาน และด้านการรักษาความปลอดภัยในการเล่น และอยู่ในระดับมาก 4 ด้าน ได้แก่ ด้านความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความมีระเบียบวินัย เคารพกฎกติกาที่กำหนดไว้ ความรับผิดชอบ การตัดสินใจและการแก้ปัญหา โดยกิจกรรมที่มีค่าเฉลี่ยสูงจะเป็นการใช้ภาษา ทำทาง ส่วนกิจกรรมที่ต้องเตรียมสื่อและอุปกรณ์จะมีค่าเฉลี่ยรองลงมา

2. การเปรียบเทียบ ครูอนุบาลที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าระดับปริญญาตรีกับครูอนุบาลที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือสูงกว่า และครูอนุบาลที่ศึกษาในสาขาวิชาปฐมวัยกับครูอนุบาลที่ศึกษาในสาขาอื่น ผลการวิจัยพบว่า ไม่แตกต่างกันที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05 ส่วนการเปรียบเทียบครูอนุบาล ที่มีประสบการณ์ในการสอนไม่เกิน 5 ปี กับ 6 ปี ขึ้นไป พบว่าแตกต่างกันที่ระดับความมีนัยสำคัญ .01 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความมีระเบียบวินัย เคารพกฎกติกาที่กำหนดไว้ และความรับผิดชอบ และแตกต่างกันที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05 2 ด้าน ได้แก่ ด้านการรักษาความปลอดภัยในการเล่น และการตัดสินใจและการแก้ปัญหา

นิภาพรณ์ ดิสมโชค (2535) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ผลของการใช้เกมการศึกษาที่ใช้กิจกรรมทางกายที่มีต่อความพร้อมทางคณิตศาสตร์ของเด็กปฐมวัย” การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความพร้อมทางคณิตศาสตร์ของเด็กปฐมวัย ระหว่างกลุ่มที่ได้รับการฝึกด้วยเกมการศึกษาที่ใช้กิจกรรมทางกาย และกลุ่มที่ได้รับการฝึกด้วยเกมการศึกษาตามแผนการจัดประสบการณ์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นเด็กนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 1 ปีการศึกษา 2535 ของโรงเรียนอัมพรไพศาล จำนวน 40 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 โดยวิธีสุ่มตัวอย่างแบบง่าย เด็กปฐมวัยกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการฝึกด้วยเกมการศึกษาที่ใช้กิจกรรมทางกาย ส่วนกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการฝึกด้วยเกมการศึกษาตามแผนการจัดประสบการณ์ ทั้งสองกลุ่มได้รับการสอนเป็นเวลา 8 สัปดาห์ รวม 18 แผน เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยทดสอบความพร้อมทางคณิตศาสตร์ของทั้งสองกลุ่ม ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการทดสอบค่า ที ภายหลังการทดลอง (t-test) ผลการวิจัยพบว่า เด็กปฐมวัยกลุ่มที่ 1 ที่ได้รับการฝึกด้วยเกมการศึกษาที่ใช้กิจกรรมทางกาย มีความพร้อมทางคณิตศาสตร์สูงกว่า กลุ่มทดลองที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ปิยะธิดา ขจรชัยกุล (2536) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ผลของการใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหวที่มีต่อการพัฒนาจลนวิสัย ด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัยอายุ 2 ถึง 3 ปี ที่มีพัฒนาการต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ในชุมชนแออัด กรุงเทพมหานคร” การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของ

การใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหวที่มีต่อการพัฒนาจลนวิสัย ด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัย อายุ 2 ถึง 3 ปี ที่มีพัฒนาการต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ในชุมชนแออัด กรุงเทพมหานคร โดยใช้แผนการจัดกิจกรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนำมาจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ทุกวัน ๆ ละ 2 ช่วงเวลา คือ ช่วงเช้า และช่วงบ่าย เป็นเวลา 9 สัปดาห์ให้แก่เด็กจำนวน 30 คน ซึ่งได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ เครื่องมือวัดพัฒนาการของเดนมอร์ แบบบันทึกการเจริญเติบโตของกองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข แบบทดสอบการเคลื่อนไหวด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ สำหรับเด็กวัย 2-3 ปี และแผนการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวเพื่อพัฒนาจลนวิสัยด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ผลการวิจัยพบว่า พัฒนาการด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ส่วนหัวไหล่ แขน พัฒนาการส่วนขา พัฒนาการการทรงตัว และการประสานงานของกล้ามเนื้อของเด็กปฐมวัยหลังการทดลองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01

งานวิจัยต่างประเทศ

เบลล์ (Bell, 1989) ได้ศึกษาความเท่าเทียมในการเป็นผู้นำและอิทธิพลของหัวหน้ากลุ่ม ระหว่างการเล่นกลางแจ้ง โดยการสังเกตพฤติกรรมการเล่นอย่างอิสระต่างๆ ของเด็กอนุบาล การบันทึกเสียง ออกภาคสนามและการสัมภาษณ์ ถูกนำมาใช้เพื่อหาข้อมูล โดยศึกษาจากเด็ก 16 คน อายุระหว่าง 48 - 60 เดือน สังเกตขณะที่เข้าร่วมในโปรแกรมครึ่งวัน สำหรับเด็กอนุบาล ซึ่งรวมถึงการละเล่นอิสระกลางแจ้งทุก ๆ 30 นาที ผลของการศึกษานี้บ่งชี้ได้ว่าพวกเด็กอนุบาลสามารถที่จะอยู่ร่วมกันในรูปแบบที่ซับซ้อนของการเล่นร่วมกันในกลุ่มได้ พฤติกรรมการเล่นเป็นกลุ่ม ที่ส่วนมากแสดงออกมักมีการเล่นที่แปลกประหลาดร่วมอยู่ด้วย จากการวิเคราะห์โดยใช้ V - SCORE Analysis และการกระจายผลกระทบภายในต่างๆ เท่าๆกัน พบว่า บุคลิกลักษณะของผู้นำของเด็กอนุบาลคือ (1) เข้าร่วมกิจกรรมที่แปลกใหม่เสมอๆ (2) มีร่างกายที่แข็งแรงและแสดงออกในลักษณะของผู้นำ เช่น กวักมือเรียกเพื่อน ๆ ฯลฯ (3) มักจะใช้พื้นฐานในการเล่นอะไรที่แปลกใหม่อยู่เสมอๆ (4) มีความเด่นเมื่อรวมอยู่ในกลุ่ม (5) มีสถานภาพที่ดีเมื่อเทียบกับเพื่อนในกลุ่ม หัวข้อการสัมภาษณ์เป็นไปตามช่วงเวลาในการสังเกต ซึ่งพิสูจน์ผลการวิจัยและสร้างความเข้าใจในความเท่าเทียมของผู้นำและกิจกรรมการเล่นอิสระกลางแจ้ง

หัวหน้ากลุ่มมีอิทธิพลต่อกิจกรรมกลางแจ้งต่างๆ ของการเล่นของเด็กอนุบาล โดยกำหนดบทบาทในการเล่นที่สร้างความแปลกใหม่ให้กับเหล่าสมาชิกในกลุ่ม การพิจารณาบทบาทด้วยสถานภาพที่ดีที่สุดในหมู่สมาชิก การจัดการกิจกรรมการเล่นและการบริหารกิจกรรมการเล่น ระหว่างการบัญญัติข้อตกลงในกลุ่ม ซึ่งสอดคล้องกับผลวิจัยของ พาร์เทน การวีและคอร์ซารอ (Parten, Garvey และ Corsaro) ที่พบว่าบุคลิกลักษณะเฉพาะของผู้นำ ซึ่งมีอิทธิพลต่อทุกกิจกรรมกลางแจ้งของเหล่าเด็ก ๆ ในกลุ่ม พวกหัวหน้ากลุ่มที่แสดงออกของภาษาและท่าทางมีอิทธิพลต่อความถี่ของการทะเลาะวิวาทของสมาชิกในกลุ่มของเด็กอนุบาล หัวหน้ากลุ่มมักจะห้าม

ปรามการทะเลาะวิวาทและนำพากลุ่มไปสู่สภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยจากการทะเลาะวิวาท

ดีลูซเซอร์ (Delozier, 1990) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ของผู้ปกครองต่อการยอมรับกิจกรรมที่เหมาะสมทางเพศซึ่งมีความแตกต่างกันทั้งทางวิถีทางกายภาพ และความสมบูรณ์ของร่างกายและการออกกำลังกายในเด็กก่อนวัยเรียน โดยพิจารณาถึงความแตกต่างทางเพศในส่วน of แนวความคิดของครอบครัวที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมในวัยที่เหมาะสม ระดับของกีฬา ความสมบูรณ์ของร่างกายและการออกกำลังกาย รวมไปถึงความสัมพันธ์ระหว่างปริมาณการเล่นสำหรับเด็กในวัยเรียน เด็กจำนวน 230 คน อายุ 4-5 ขวบ ได้รับการคัดเลือกให้เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ ผลการวิจัยพบว่า เด็กผู้ชายจะมีไขมันสะสมน้อยและออกกำลังกายมากกว่าเด็กผู้หญิง ในส่วนของผู้ปกครองมีความเชื่อว่ากิจกรรมต่างๆที่ใช้กำลังมาก ๆ เหมาะกับเด็กผู้ชายมากกว่าเด็กผู้หญิง ไม่มีความแตกต่างมากนักระหว่างเด็กผู้ชายกับเด็กผู้หญิง ในการใช้เวลาเพื่อทำกิจกรรมซึ่งคาดคะเนนี้ได้จากบรรดาผู้ปกครองของเด็กผู้หญิงเท่านั้น รูปร่างที่อ้วนท้วนมีความสำคัญต่อการออกกำลังกายทั้งเด็กชายและเด็กหญิง ทำให้ออกกำลังกายไม่ได้มากนัก เวลาในการทำกิจกรรมและพื้นฐานทางครอบครัวไม่มีส่วนสัมพันธ์กับความอ้วนและการออกกำลังกาย สิ่งนี้อาจเนื่องมาจากปัญหาในการดำเนินการต่างๆในการประเมินผลของเด็กก่อนวัยเรียน การพัฒนาการของกุมารเวชแผนใหญ่ ซึ่งดีกว่าแต่ก่อนถูกนำมาใช้เพื่อให้เกิดความสะดวกและความเข้าใจต่อความสัมพันธ์เหล่านี้

อีลลิงเกอร์ (Ehlinger, 1991) ได้ศึกษาความเหมือนและความแตกต่างของกิจกรรมในโรงเรียนอนุบาลซึ่งเป็นทางเลือกของเด็กผู้ชายและเด็กผู้หญิงที่มีพฤติกรรมต่างกัน (ความแตกต่างทางเพศ) การศึกษานี้เป็นการค้นคว้าลักษณะของกิจกรรมที่เป็นตัวเลือก และพฤติกรรมในการจัดโครงสร้างย่อยของกิจกรรมตามผลการประเมินและอธิบายถึงเพศและปัจจัยอื่น ๆ ที่มีอิทธิพลต่อการร่วมกิจกรรม เด็ก 64 คน แบ่งเป็น ชาย 32 คน และเด็กหญิง 32 คน จากการร่วมมือของสถานรับเลี้ยงเด็ก 5 แห่ง จำนวนของข้อมูลที่ได้รับจากตัวแปร ที่มีกิจกรรม 3 ประเภทคือ การเลือกอุปกรณ์ (7), ใช้อุปกรณ์ (8), การใช้เครื่องกล (6), เด็กทุกคนจะมีคะแนนจากตัวแปรทั้ง 21 ชิ้น คะแนนเหล่านี้จะถูกพิจารณาจากการมองและการประเมินของเด็ก 64 คน ในขณะที่วิดีโอกำลังฉายอยู่เป็นเวลา 10 นาที การทดสอบของแมนน์ ไวท์นีย์ (Mann-Whitney) ถูกนำมาเพื่อใช้ในการอธิบายถึงอายุ ความเหมือนและความแตกต่าง เด็กผู้ชายมีค่านัยสำคัญสูงกว่า ($p < 0.10$) เด็กผู้หญิงในกีฬาประเภทแบดมินตันและบอล มินิสิทธ์ที่สนใจในด้านการพัฒนา ไม่ชอบอยู่กับที่และชอบทำอะไรที่แปลกใหม่ ในขณะที่ผู้หญิงมีค่านัยสำคัญ ($p < 0.10$) ดีกว่าผู้ชายในเรื่องของคานและกฎเกณฑ์เกี่ยวกับคานทรงตัว และยังพบว่าตัวแปรอีก 14 ตัวแปร เกี่ยวกับความแตกต่างทางเพศที่ยังมีอยู่ รวมไปถึงความต้องการของเพศเดียวกันซึ่งต้องศึกษาต่อไปในอนาคต และข้อมูลที่ได้นี้ถูกนำไปเสนอในรูปแบบ

ของการ วิเคราะห์ แบบแยกเป็นหมู่ๆ (Hierarchical cluster analysis) เนื่องจากเป็นการ วิเคราะห์ ความแตกต่างส่วนบุคคลของเด็กแต่ละคน (Q - analysis) และรูปแบบความสัมพันธ์ต่าง ๆ ระหว่างตัวแปรของกิจกรรมและ (R - analysis) การวิเคราะห์ Q - analysis พบว่าเด็กผู้หญิงและเด็กผู้ชายไม่ค่อยแตกต่างกันเท่าไร คือ ชอบอยู่กันเป็นกลุ่ม หรือชอบรวมตัวกัน จากการสังเกตวิดีโอเกม แสดงให้เห็นว่ามีการแสดงออก 2 อย่างที่แตกต่างกันอย่างเห็นได้ชัด พบได้จากการทำวิจัย คือ ให้ความร่วมมือกับไม่ให้ความร่วมมือ (Engaged / disengaged, E/D) มีความแตกต่างทางเพศและมีแบบในการปฏิบัติต่างกัน; แบบเด็กผู้ชาย 3 คนและเด็กผู้หญิง 6 คน ซึ่ง มีลักษณะไม่ให้ความร่วมมือ (D), แบบที่ไม่มีเด็กผู้ชายเลยแต่เด็กผู้หญิง 4 คน ซึ่ง มีลักษณะให้ความร่วมมือ (E) รูปแบบที่แสดงให้เห็นโดยจัดเป็นหมู่ๆ และตั้งคำถามที่เหมือนกันและต่างกันทั้งเด็กชายและเด็กหญิงในเรื่องกิจกรรมพลศึกษาของเด็กอนุบาล ซึ่งผลในการติดตามอาจทำให้เข้าใจได้ดีกว่าของการเรียนและการทำกิจกรรมต่างๆ ในวิชาพลศึกษา

ดิล (Deal, 1993) ได้ศึกษาการเคลื่อนไหวของเด็กอนุบาล : เปรียบเทียบการเคลื่อนไหวโดยธรรมชาติและโปรแกรมวิชาพลศึกษาโดยตรงโดยการทดสอบเด็กสองคนในกิจกรรมวิชาพลศึกษาตลอดจนการใช้ข้อมือในการวัดอัตราการเต้นของหัวใจ ระหว่างเด็กที่ทำกิจกรรมและไม่ทำกิจกรรมประจำวัน พบว่าอัตราการเต้นของหัวใจของเด็กที่ทำกิจกรรมมีมากกว่าเด็กที่นั่งอยู่หรือทำกิจกรรมภายในบ้าน ซึ่งเด็กที่ทำกิจกรรมมีอัตราการเต้นที่มากกว่าเพื่อนที่นั่งอยู่เฉยๆ

ในปีเดียวกันดิล (Deal) ได้ศึกษาการทำกิจกรรมของเด็กอนุบาลในระหว่างการร่วมโปรแกรมพัฒนาการเคลื่อนไหวเป็นเวลา 8 สัปดาห์ พบว่าเด็กอนุบาลทำกิจกรรมอย่างพอประมาณด้วยความกระฉับกระเฉงเป็นเวลานานๆ รูปแบบของกิจกรรมประกอบไปด้วยโปรแกรมต่างๆ อัตราการเต้นของหัวใจของเด็กอนุบาลเพิ่มขึ้น จากระดับปรกติ ในขณะที่กำลังอยู่ในโปรแกรมทดสอบ

แม็คบริด และแจ๊คคลิน (McBride and Jacklin, 1993) ศึกษา ความสนใจในการเล่น, ชนิดของการเล่นที่แตกต่างกันของเด็กผู้ชายและเด็กผู้หญิง พบว่า ชอบเขตการเล่นที่ส่อไปในทางที่หยาบไม่สุภาพ ไม่มีวินัยที่ใช้เล่นกับลูก เมื่อเด็กมีอายุ 18 เดือน และเด็กที่ชอบเล่นอะไรที่ส่อไปในทางลามกเหมือนเด็กผู้ชายเล่นจะเป็นส่วนที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกับระดับของพฤติกรรมที่ส่อไปในทางลามก หยาบกระด้าง ของเด็กอนุบาล

แซนเดอร์ (Sander, 1993) ได้ศึกษาประสบการณ์เริ่มแรกในการเรียนวิชาพลศึกษาของเด็กอนุบาล 2 คนที่ไม่มีประสบการณ์ และเด็กอนุบาลอีก 2 คนที่มีประสบการณ์แล้ว เพื่อ

ให้เกิดความเข้าใจมากขึ้นเกี่ยวกับความรู้สึกของเด็กเกี่ยวกับประสบการณ์ต่างๆ รวมไปถึงการแนะนำเกี่ยวกับการศึกษาของเด็กเหล่านี้ และที่สำคัญข้อมูลที่ได้จากการศึกษานี้ถูกทำเป็นแผนภูมิรูปสามเหลี่ยมผ่านการสังเกต บันทึกในการลงภาคสนาม และสัมภาษณ์ การบรรยายสิ่งที่กำหนดขึ้น โครงการแนะนำครูผู้สอน ถูกจัดบันทึกลงในแฟ้มเอกสารเฉพาะของเด็กแต่ละคน เป็นจำนวน 4 คน เกี่ยวกับประสบการณ์ต่างๆในการศึกษาวิชาพลศึกษา ผลของการศึกษาพบว่า มีทั้งความเหมือน และความแตกต่างในเด็กอนุบาลซึ่ง มี และไม่มีประสบการณ์ พร้อมทั้งมีส่วนร่วมในการเรียนพลศึกษาในชั้นเรียน ปรากฏว่า เด็กที่ไม่มีประสบการณ์เข้าร่วมกิจกรรมได้ช้า ในขณะที่เด็กที่มีประสบการณ์มาก่อน มีความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าเด็กที่ไม่มีประสบการณ์มักจะเรียนรู้การปฏิบัติในห้องเรียน โดยการสังเกตจากเพื่อน ๆ ในขณะที่เด็กที่มีประสบการณ์จะเรียนรู้จากอาจารย์ผู้สอน หรือสร้างระเบียบแบบแผนในการปฏิบัติตนให้กับตัวเอง เด็ก ๆ มีความรู้สึกที่เหมือนกันในการเข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อนเด็ก ๆ บอกว่าชอบการทำงานเดี่ยว มากกว่าทำงานเป็นกลุ่ม ประสบการณ์เริ่มแรกที่ได้เห็นทั้งหมดของเด็กทั้ง 4 คน คือมีการเล่นที่ใช้เวลายาวนาน เมื่อไหร่ก็ตาม กิจกรรมกีฬาที่ใช้ในการเล่นเป็นสิ่งที่ง่ายเกินไป หรือยากเกินไป หรือไม่น่าสนใจ เด็กเหล่านี้จะเปลี่ยนไปหากิจกรรมใหม่ที่มีความชอบมากกว่า ในส่วนของผู้สอนหรือกลุ่มของเด็กที่ได้รับการแบ่งโอกาสในการร่วมกิจกรรมอย่างเหมาะสม มีอาการตอบสนองต่อการเปลี่ยนกิจกรรมไปในกิจกรรมที่ชอบที่จะเล่น ในขณะที่ กิจกรรมอื่นๆ เป็นโครงสร้างที่ถูกระบุว่าไม่ชอบที่จะทำ

เฮนนิเกอร์ (Heniger, 1994) ได้ศึกษาการวางแผนการเล่นกลางแจ้งโดยผู้ใหญ่ควรทำให้เกิดความเชื่อมั่นและให้ประสบการณ์ที่ท้าทายและปลอดภัยสำหรับเด็กเล็ก การสร้างการเล่นกลางแจ้งควรสนับสนุนให้เกิดความเสี่ยงกับร่างกาย เสนอความท้าทาย รวมถึงความหลากหลายชนิดของการเล่น การรวมเด็กให้อยู่เป็นศูนย์กลางและการวางแผนกิจกรรมและรวมถึงการใช้อุปกรณ์ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวในภาคสนาม

รัทเลจ (Rutledge, 1994) ได้ศึกษาระดับของพัฒนาการทางทักษะความสามารถสำหรับเด็กอนุบาลในรูปแบบการศึกษาเกี่ยวกับร่างกาย และรูปแบบกิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง จุดประสงค์ที่สำคัญที่สุดในการกำหนดการเรียนรู้ ให้กับเด็กอนุบาลที่ได้รับการสอนเกี่ยวกับทักษะความสามารถทางด้านร่างกายซึ่งเป็นพื้นฐานที่สำคัญในการพัฒนาทักษะความสามารถต่างๆ ทางด้านร่างกายจะสูงขึ้น เมื่อเปรียบเทียบกับเด็กอนุบาลที่ได้เล่น แล้วแต่โอกาสจะอำนวย การพัฒนาทักษะความสามารถทั้ง 5 อย่าง คือ การวิ่ง การกระโดด การทรงตัวบนขาข้างเดียว การเตะ และการจับ โดยจะใช้เวลาเท่ากันกับการสอนทักษะความสามารถต่างๆ ในการฝึกเด็กทางด้านกิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง จุดประสงค์ที่สำคัญอีกอย่างก็คือ การวิเคราะห์ระดับพัฒนาการทักษะความสามารถสำหรับกลุ่มทดลอง เพื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มอิสระ ผู้วิจัยได้ข้อสรุปว่า เมื่อวิเคราะห์

เปรียบเทียบกลุ่มที่ได้เล่นกิจกรรมกลางแจ้ง จะมีอิทธิพลต่อระดับการพัฒนาทักษะความสามารถ และการวิเคราะห์กลุ่มทดลองที่ได้รับการพัฒนาทักษะความสามารถ จะมีพัฒนาการเมื่อผ่านการทดสอบในระยะที่ 4 สามคุณลักษณะที่จะกำหนดข้อมูลสำหรับการวิเคราะห์ทักษะความสามารถที่แตกต่างอย่างสำคัญจากการค้นพบระหว่าง 2 วิชา คือ วิชาที่เด็กได้รับทักษะพัฒนาความสามารถในการศึกษาเกี่ยวกับร่างกายและวิชาที่เด็กได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง มีเหตุผลสำคัญที่สามารถอธิบายได้ว่า ทักษะการสอนในการแยกแยะองค์ประกอบพัฒนาระดับทักษะความสามารถซึ่งเป็นทักษะพิเศษในวิชาที่เกี่ยวกับการศึกษาด้านร่างกาย คือทักษะทางการวิ่ง และทักษะการทรงตัวบนขาข้างเดียวจะมีพัฒนาการมากกว่าเด็กที่ได้รับเพียงกิจกรรมการเล่นกลางแจ้ง แล้วแต่โอกาสจะอำนวย กิจกรรมการเล่นกลางแจ้งไม่สามารถแยกแยะองค์ประกอบของระดับพัฒนาทักษะความสามารถได้ เพราะไม่มีความแตกต่างที่สำคัญของระดับทักษะความสามารถ ซึ่งจะค้นพบในวิชาที่รวมทั้งกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งของความแตกต่าง 3 ลักษณะของกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งสำหรับการทดสอบ 4 ระยะ ระดับพัฒนาทักษะความสามารถของกลุ่มทดลอง มีอิทธิพลสำคัญต่อการสอนทักษะทั้ง 3 ทักษะ จาก 5 ทักษะ ความสามารถของการทดสอบ ความแตกต่างที่สำคัญของระดับพัฒนาทักษะความสามารถนั้น พบว่ากลุ่มทดลองจะมีกิจกรรมด้านการวิ่ง การกระโดด และการทรงตัวบนขาข้างเดียวมีการพัฒนาขึ้นซึ่งเป็นการค้นพบที่สำคัญที่สามารถอธิบายถึงระดับทักษะความสามารถของเด็กในการปรับปรุงทักษะทั้ง 3 ด้าน คือ การกระโดด การวิ่ง และการทรงตัวบนขาข้างเดียว

เวอร์เนอร์ และคณะ (Werner and others, 1996) ศึกษาเกี่ยวกับความต้องการของเด็กเล็ก คือ ลำดับของการออกกำลังกายเพื่อเด็กนักเรียน เพื่อส่งเสริมสนับสนุนให้เกิดสุขภาพกาย และสุขภาพจิต ครูผู้แนะนำในการพัฒนาการออกกำลังกายที่มากขึ้นอย่างเหมาะสม กิจกรรมสร้างสรรค์ความเคลื่อนไหว ความเร็วในการประกอบกิจกรรม และการหยุดออกกำลังกายให้กิจกรรมที่ระบุไว้ทุกวัน การอ้างอิง และแหล่งข้อมูลต่าง ๆ มีให้เพื่อการศึกษาในภายหลัง

มัวร์ (Moore, 1996) ได้ศึกษา บริเวณกลางแจ้ง และการเรียนรู้; การออกแบบพื้นที่ของโรงเรียนเพื่อให้ได้แบบที่ตรงความต้องการของเด็กทุกคน ตลอดหลักสูตรทั้งหมด แสดงให้เห็นรายการของการออกแบบตามจินตนาการ เพื่อทำให้เกิดการเรียนรู้กิจกรรมกลางแจ้งอย่างถูกต้อง นอกจากนี้ยังทำให้เด็กใกล้ชิดกับธรรมชาติมากขึ้น ซึ่งจะเน้นไปที่ทางเข้าหลาย ๆ ทาง และทางเดินมากมาย เครื่องหมายต่างๆ และธง สิ่งกีดขวางและรั้วกำแพง เครื่องมือโรงงานและของเล่นเครื่องเล่นที่หลากหลาย, การถมดินและพื้นที่ปลอดภัย รูปแบบของพื้นดินและรูปแบบของภูมิประเทศ ต้นไม้และพืชผัก สวนผัก รวมถึงสัตว์เลี้ยงต่าง ๆ