

ผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย  
โดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน  
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ปีการศึกษา 2562  
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECTS OF HEALTH BEHAVIOR PROMOTION PROGRAM AND COMMUNICATION SKILL  
OF UPPER ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS USING ACTIVE LEARNING AND PARENTING  
COORDINATION



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Education in Health and Physical Education

Department of Curriculum and Instruction

FACULTY OF EDUCATION

Chulalongkorn University

Academic Year 2019

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	ผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง
โดย	นายพงษ์เพชร คำแก้ว
สาขาวิชา	สุขศึกษาและพลศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	ศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สรายุทธพิทักษ์

---

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

..... คณบดีคณะครุศาสตร์  
(รองศาสตราจารย์ ดร.ศิริเดช สุชีวะ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ ดร.โองการ วนิชาชีวะ)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก  
(ศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สรายุทธพิทักษ์)

..... กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รุ่งระวี สมะวรรณนะ)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย  
(รองศาสตราจารย์ ดร.โองการ วนิชาชีวะ)

พงษ์เพชร คำแก้ว : ผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียน  
ประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับ  
ผู้ปกครอง. ( EFFECTS OF HEALTH BEHAVIOR PROMOTION PROGRAM AND  
COMMUNICATION SKILL OF UPPER ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS USING ACTIVE  
LEARNING AND PARENTING COORDINATION) อ.ที่ปรึกษาหลัก : ศ. ดร.จินตนา สรายุทธพิทักษ์

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม 2) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายจำนวน 40 คน ได้จากการสุ่มอย่างง่าย แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองจำนวน 20 คน และกลุ่มควบคุมไม่ได้รับโปรแกรมใด ๆ จำนวน 20 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองประกอบด้วย 5 กิจกรรม ได้แก่ 1. ประเมินตนเอง 2. ช่วยเหลือเกื้อกูล 3. ใส่ใจส่งเสริม 4. อ่านเองทำเอง 5. ร่วมมือร่วมใจ และแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติ แบบวัดทักษะการสื่อสารด้านการอ่านและด้านการเขียน ระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4 วัน วันละ 1 ชั่วโมง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความแตกต่างด้วยค่าที

ผลการวิจัยพบว่า

- 1) ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารหลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ
- 2) ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารหลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สาขาวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา

ปีการศึกษา 2562

ลายมือชื่อนิสิต .....

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก .....

# # 6183855727 : MAJOR HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

KEYWORD: Health behavior, Communication skill, Active Learning, Parent's Coordinate

Pongpet Khamkaew : EFFECTS OF HEALTH BEHAVIOR PROMOTION PROGRAM AND COMMUNICATION SKILL OF UPPER ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS USING ACTIVE LEARNING AND PARENTING COORDINATION. Advisor: Prof. JINTANA SARAYUTHPITAK, Ph.D.

The purposes of this study to compare mean scores of health behavior and communication skills before and after implementation of the experimental group and the control group, and to compare mean scores of health behavior and communication skills after implementation between the experimental group and the control group. The subjects consisted of 40 elementary students, divided into 2 groups with 20 students in the experimental group received the health behavior promotion program and communication skill of elementary school students by using active learning and parent's coordinate, and 20 students in the control group not received the health behavior promotion program and communication skills. The research instruments were composed of the health behavior promotion program and communication skill of elementary school students by using active learning and parent's coordinate consists of 5 activities: 1. Self-assessment 2. Helpful and supportive 3. Paying attention 4. Make yourself read more 5. Collaboration for 6 weeks, 4 days a week, 1 hour a day, and tests of health behavior and communication skills in reading and writing. The data were analyzed by mean, standard deviation and t-test.

The research findings were as follows:

1) The mean scores of health behavior and communication skill of the experimental group students after experiment were significantly higher than before at .05 levels.

2) The mean scores of health behavior and communication skill of the experimental group students after experiment were significantly higher than the control group at .05 level.

Field of Study: Health and Physical Education Student's Signature .....

Academic Year: 2019 Advisor's Signature .....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ได้ด้วยความกรุณาเอาใจใส่อย่างดียิ่งจากอาจารย์ที่ปรึกษา วิทยานิพนธ์ ศาสตราจารย์ ดร. จินตนา สรายุทธพิทักษ์ ที่ได้สละเวลาให้คำแนะนำในการปรับปรุงแก้ไขในส่วน ที่บกพร่อง ตลอดจนให้คำปรึกษาตลอดเวลา จนการทำวิจัยครั้งนี้สำเร็จไปได้ด้วยดี ผู้วิจัยมีความซาบซึ้งในความ เมตตากรุณาและขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

กราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. โองการ วนิชาชีวะ ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. รุ่งระวี สมะวรรณนะ กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำและ ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

กราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิ รองศาสตราจารย์ ดร.โองการ วนิชาชีวะ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อะเคื้อ กุลประสูติติกุล ผู้ช่วยศาสตราจารย์จินตนา บรรลือศักดิ์ อาจารย์พิรุณเทพ เพชรบุรี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รุ่งระวี สมะวรรณนะ ที่ได้สละเวลาตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและให้คำแนะนำในการพัฒนาเครื่องมือที่ ใช้ในการวิจัย

กราบขอบพระคุณคณาจารย์ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ ทั้งแนะแนวทางการทำวิจัย รวมถึง แนวทางในการใช้ชีวิตในเส้นทางของครู

กราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ ที่สนับสนุนค่าเล่าเรียนตลอดจนคอยให้กำลังใจอยู่เสมอ

กราบขอบพระคุณ คุณครูลีคณา มหันต์ ที่ให้ความช่วยเหลืออำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูล คุณครูพชณี บัณฑิตไพบูลย์ ที่ให้ความช่วยเหลือคำแนะนำในการตรวจและให้คะแนนทักษะการสื่อสาร คุณครู ภิรวรรณ สุพรรณภพ ที่ให้ความช่วยเหลือสนับสนุนการดำเนินงานวิจัย

กราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการมาลัยรัตน์ บุญกระจ่าง ที่ได้อนุญาตให้ศึกษาต่อในระดับมหาบัณฑิต และอำนวยความสะดวกเป็นอย่างดี

ขอบคุณเพื่อน พี่ น้อง นิสิตปริญญาโทสาขาวิชาสุขภาพศึกษาและพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย ทุกคนที่ให้ความช่วยเหลือตลอดระยะเวลาที่เข้าศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่ง มนทร์ต้น สุจิรกุลไกร วิไลวรรณ ศิริอรรรถ กลุติกรณ์ แกมใบ และนายอภิวัฒน์ กุมภีโร ที่คอยตอบคำถามและชี้แนะมาตลอด

ขอบคุณนักเรียนกลุ่มทดลองที่ตั้งใจทำกิจกรรมและให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในทุกกิจกรรม และ นักเรียนกลุ่มควบคุมที่ให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลวิจัย

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอขอบคุณ เกวลิน สนิธิ ที่คอยเตือนสติให้ทำงาน คอยให้การสนับสนุน และขอบคุณ ตัวเอง ที่มีความอดทนพยายามจนวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ด้วยดี

## สารบัญ

	หน้า
.....	ค
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ค
.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	ง
กิตติกรรมประกาศ .....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ฉ
สารบัญรูปภาพ.....	ฎ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามวิจัย.....	7
วัตถุประสงค์การวิจัย .....	7
สมมติฐานการวิจัย.....	7
ขอบเขตการวิจัย.....	9
นิยามศัพท์.....	9
ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย .....	11
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	12
1. แนวคิดโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ .....	13
1.1 ความหมายของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ.....	13
1.2 องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ .....	15
1.3 การประเมินพฤติกรรมสุขภาพ .....	17

2. ทักษะการสื่อสาร .....	26
2.1 ความหมายของทักษะการสื่อสาร .....	26
2.2 องค์ประกอบของการสื่อสาร .....	28
2.3 ประเภทของทักษะการสื่อสาร .....	31
2.4 การประเมินทักษะการสื่อสาร .....	34
3. การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ.....	49
3.1 ความหมายของแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ.....	49
3.2 สาระสำคัญของแนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ.....	52
3.3 องค์ประกอบที่สำคัญของแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ.....	52
4. การประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง.....	59
4.1 ความหมายของแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง .....	59
4.2 ความสำคัญของแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง .....	60
4.3 กิจกรรมที่ใช้ในการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง .....	62
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย .....	70
ชั้นที่ 1 เตรียมการทดลอง .....	72
1.1 การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	72
1.2 การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	72
1.3 การสร้างและพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	72
ชั้นที่ 2 ขั้นตอนการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล .....	94
2.1 กำหนดแผนการทดลอง .....	94
2.2 การติดต่อประสานงานก่อนการทดลอง.....	95
2.3 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล .....	95
ชั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้.....	97
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	98



ตอนที่ 1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารก่อนและ หลังการทดลองของกลุ่มทดลองและของกลุ่มควบคุม.....	98
ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารหลังการ ทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม.....	107
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	117
สรุปผลการวิจัย.....	118
อภิปรายผลการวิจัย.....	120
1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารก่อนและหลังการทดลองของ นักเรียนกลุ่มทดลอง.....	121
2. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารหลังการ ทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม.....	126
บรรณานุกรม.....	131
ภาคผนวก.....	137
ภาคผนวก ก รายงานผู้ทรงคุณวุฒิ.....	138
ภาคผนวก ข เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองแผนการจัดการจัดกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ และทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการ ประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง.....	140
ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	161
ภาคผนวก ง ภาพการจัดกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของ นักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย โดยการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับ ผู้ปกครอง.....	168
ประวัติผู้เขียน.....	173

## สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 2.1 การวิเคราะห์เครื่องมือในการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ.....	24
ตารางที่ 2.2 การวิเคราะห์เครื่องมือที่ใช้ประเมินทักษะการสื่อสารจากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ....	45
ตารางที่ 2.3 การวิเคราะห์ตัวแปรที่ศึกษา เครื่องมือ/กิจกรรม จากเอกสารงานวิจัยที่ใช้แนวทางการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ.....	57
ตารางที่ 2.4 การวิเคราะห์ตัวแปรที่ศึกษา เครื่องมือ/กิจกรรม จากเอกสารงานวิจัยที่ใช้แนวทางการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง .....	65
ตารางที่ 3.5 การวิเคราะห์แนวทางการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติรวมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง และสังเคราะห์กิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร .....	73
ตารางที่ 3.6 การวิเคราะห์วิธีดำเนินกิจกรรมและผลลัพธ์กิจกรรมที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร.....	74
ตารางที่ 3.7 การจัดกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติรวมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง.....	76
ตารางที่ 3.8 แนวทางสร้างแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมิน .....	79
ตารางที่ 3.9 แนวทางสร้างแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยผู้ปกครองและเพื่อนเป็นผู้ประเมิน .....	81
ตารางที่ 3.10 แนวทางสร้างแบบวัดความสามารถในการอ่าน .....	84
ตารางที่ 3.11 แนวทางสร้างแบบวัดการอ่านจับใจความ.....	87
ตารางที่ 3.12 แนวทางสร้างแบบวัดการเขียนเรื่องจากภาพ .....	89
ตารางที่ 3.13 แนวทางสร้างแบบวัดการเขียนเรียงความ .....	92
ตารางที่ 3.14 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม.....	96



## สารบัญรูปภาพ

	หน้า
ภาพที่ 2.1 แบบจำลองการสื่อสาร .....	28
ภาพที่ 2.2 กรอบแนวคิดในการศึกษาโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร .....	69
ภาพที่ 3.3 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย.....	71
ภาพที่ 3.4 แบบแผนการทดลอง .....	94
ภาพที่ 4.5 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง.....	114
ภาพที่ 4.6 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุม.....	115
ภาพที่ 4.7 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารหลังการ ทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม .....	116

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เด็กวัยเรียนเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ จริยธรรม และพัฒนาการทางเพศซึ่งจะต้องได้รับการดูแลส่งเสริมให้เหมาะสม ประกอบกับเด็กวัยนี้ใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่ในโรงเรียน ดังนั้น โรงเรียนจึงจำเป็นต้องมีการจัดบริการส่งเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียนเพื่อส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนและเยาวชนมีสุขภาพดีมีการเจริญเติบโตอย่างสมวัย และมีความสามารถในการรักษาและเสริมสร้างสุขภาพของตนเองได้ทั้งในปัจจุบันและอนาคต (จินตนา สรายุทธพิทักษ์, 2561) แต่จากข้อมูลรายงานประจำปีของกรมอนามัยในรอบ 5 ปี ตั้งแต่ปี 2556 - 2560 พบว่า ประเทศไทยกำลังเผชิญกับปัญหาภาวะทุพโภชนาการในเด็กวัยเรียนโดยเฉพาะในเด็กอายุ 9-12 ปี ซึ่งเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลาย มีภาวะเตี้ย อ้วน ผอม และซีด ทั้งนี้ ภาวะเตี้ยและซีดมีสาเหตุมาจากการขาดอาหารเรื้อรังทำให้เด็กเตี้ยแคระแกร็นผอมซีด ส่งผลให้มีภูมิคุ้มกันโรคต่ำ เจ็บป่วยบ่อย และสติปัญญาต่ำไปด้วย แตกต่างจากปัญหาภาวะอ้วนที่มีสาเหตุมาจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มากเกินไปความต้องการของร่างกาย มีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ ส่งผลต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-Communicable Chronic Diseases : NCDs) (รายงานสุขภาพคนไทย, 2561) ภาวะทุพโภชนาการจึงเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญยิ่งของเด็กวัยเรียน

ภาวะทุพโภชนาการในเด็กมีผลกระทบต่อทั้งพัฒนาการทางร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม และเป็นปัญหาสาธารณสุขที่ต้องควบคุมและป้องกันอย่างเร่งด่วน ปัจจัยสำคัญของภาวะโภชนาการเกินคือการบริโภคอาหารที่ไม่ได้สัดส่วนและปริมาณที่ไม่เหมาะสม รวมถึงการขาดการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้ส่งผลให้เด็กวัยเรียนมีแนวโน้มเป็นโรคอ้วนเพิ่มขึ้นทุกปี ผลการวิจัยหลายแหล่ง พบว่า เด็กที่เป็นโรคอ้วน 1 ใน 3 จะเป็นผู้ใหญ่ที่อ้วนนำไปสู่โรคไม่ติดต่อเรื้อรังต่าง ๆ เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด เป็นต้น (รายงานสุขภาพคนไทย, 2561) นอกจากนี้ จากผลสำรวจสภาวะทันตสุขภาพเด็กอายุ 12 ปี พบว่า เด็กวัยเรียนระดับศึกษามีปัญหาโรคฟันผุสูง โดยในปี 2554 พบฟันผุร้อยละ 82.07 ปี 2555 ร้อยละ 83.34 ปี 2556 ร้อยละ 76.87 และปี 2557 ร้อยละ 79.66 ตามลำดับ สาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากการบริโภคอาหาร เช่น เบเกอรี่ ขนม ลูกอม และเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูง ประกอบกับไม่ได้รับการฝึกปฏิบัติในการดูแลทำความสะอาดช่องปากให้สะอาดอย่างเพียงพอ (สำนักทันตสาธารณสุข, 2561)

ปัญหาพฤติกรรมสุขภาพของเด็กวัยเรียนระดับประถมศึกษายังคงมีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ดังเช่น ผลการสำรวจของกรมอนามัยในปี 2558 (กรมอนามัย 2559) พบว่า เด็กวัยเรียนประถมศึกษาที่มีภาวะเตี้ยร้อยละ 7.5 ภาวะพอมร้อยละ 5.2 และภาวะเริ่มอ้วนและอ้วนร้อยละ 12.5 รวมถึงปัญหาภาวะซีด นอกจากนี้ ข้อมูลจากระบบรายงานสำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข (HDC) ณ วันที่ 30 กันยายน 2559 ภาคเรียนที่ 1 (พฤษภาคม – กรกฎาคม 2559) (สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์, 2560) พบว่า เด็กวัยเรียนมีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วนร้อยละ 12.9 สอดคล้องกับ ผลการสำรวจพฤติกรรมพึงประสงค์เด็กวัยเรียนของกรมอนามัย (กรมอนามัย, 2561) ในนักเรียนอายุ 12 ปี ปีการศึกษา 2560 พบว่า 1 ใน 5 ของนักเรียนมีภาวะอ้วนสูงถึงร้อยละ 21.6 มีเพียง 1 ใน 3 ของเด็กอายุ 12 ปีที่กินข้าวครบ 3 มื้อ คิดเป็นร้อยละ 33.2 และมีนักเรียนถึง 4 ใน 5 ที่ดื่มน้ำอัดลม คิดเป็นร้อยละ 81.2 นอกจากนี้ มีนักเรียนเพียง 1 ใน 3 หรือร้อยละ 18.5 ที่มีกิจกรรมทางกายมากกว่า 3 วันต่อสัปดาห์และมากกว่า 60 นาทีใน 1 วัน และยังพบอีกว่าประมาณ 2 ใน 4 คิดเป็นร้อยละ 38.3 ใช้คอมพิวเตอร์ โทรศัพท์มือถือเกิน 2 ชั่วโมงต่อวัน นอกจากนี้ ยังพบว่า นักเรียนเกือบครึ่ง หรือร้อยละ 41.1 ไม่แปรงฟันก่อนนอน ส่วนด้านอนามัยสิ่งแวดล้อมมีเพียง 1 ใน 3 ที่คัดแยกขยะก่อนทิ้งลงถังคิดเป็นร้อยละ 31.3 ผลการสำรวจดังกล่าวชี้ให้เห็นว่าเด็กนักเรียนยังมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม ทั้งด้านการบริโภค สุขอนามัย ความปลอดภัย รวมทั้งมีพฤติกรรมเนือยนิ่งมากขึ้น ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้จะส่งผลเสียต่อสุขภาพและอาจนำไปสู่โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง อาทิ โรคอ้วน เบาหวาน และความดันโลหิตสูง ส่งผลต่อความสามารถในการเรียนรู้ในระยะยาวได้ นอกจากนี้ ข้อมูลยังสะท้อนถึงการไม่ปฏิบัติตามอนามัยสิ่งแวดล้อมโดยเฉพาะเรื่องการแยกและทิ้งขยะของนักเรียนอีกด้วย

เมื่อศึกษาข้อมูลปัญหาสุขภาพดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าเด็กวัยเรียนระดับชั้นประถมศึกษาจำนวนมากมีพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่เหมาะสมทั้งในด้านการบริโภคอาหาร การดูแลรักษาความสะอาดช่องปากและฟัน การออกกำลังกาย และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ ทั้ง ๆ ที่เด็กวัยเรียนได้รับการเรียนรู้ในเรื่องการดูแลสุขภาพจากครูผู้สอน โดยเฉพาะครูในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ดังนั้น ปัญหาที่นักเรียนไม่มีการปฏิบัติในการดูแลสุขภาพตนเองจึงน่าจะเกิดจากปัญหาทักษะการสื่อสาร นักเรียนประถมศึกษาส่วนใหญ่ในปัจจุบันไม่สามารถสื่อสารได้ดีเท่าที่ควร ทั้งในเรื่องการเข้าใจในความหมาย การประติดประต่อเรื่องราว การลำดับเรื่องราว การเรียบเรียงคำพูด การอ่านเพื่อจับใจความหรือประเด็นสำคัญ สอดคล้องกับ การรายงานข้อมูลของสำนักการศึกษากล่าวว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ของโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานครในปี 2561 จำนวน 173,837 คน พบว่า มีเด็กนักเรียนที่มีปัญหาการอ่าน จำนวน 23,015 คน คิดเป็นร้อยละ 13.24 ซึ่งนับว่าเป็นจำนวนที่มาก หน่วยงานที่เกี่ยวข้องจึง

ต้องเร่งพัฒนาให้ไม่มีเด็กนักเรียนที่อ่านไม่ออกเขียนไม่ได้เลย (สสส, 2561: ออนไลน์) จากการศึกษาความหมายของการสื่อสารพบว่าหมายถึง ความสามารถในการรับและส่งสาร มีวัฒนธรรมในการใช้ภาษา ถ่ายทอดความคิด ความรู้ ความเข้าใจ ความรู้สึกและทัศนะของตนเองเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารและประสบการณ์อันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเองและสังคม รวมทั้งการเจรจาต่อรองเพื่อขจัดและลดปัญหาความขัดแย้งต่าง ๆ การเลือกรับหรือไม่รับข้อมูลข่าวสารด้วยหลักเหตุผลและความถูกต้อง ตลอดจนการเลือกใช้วิธีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพโดยคำนึงถึงผลกระทบที่มีต่อตนเองและสังคม (กระทรวงศึกษาธิการ 2551)

ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวกับความหมายของทักษะการสื่อสาร (Ratzan, Payne & Bishop, 1996; หนึ่งหทัย ขอผลกลาง และกิตติ กันภัย, 2552; พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2554; จุไรรัตน์ ลักษณะศิริ และ วีรวัฒน์ อินทรพร, 2556; Chulapedia, 2562) สรุปได้ว่าหมายถึง ความสามารถในการรับและส่งสาร ซึ่งเป็นกระบวนการส่งต่อถ่ายทอดข้อมูล และการรับข้อมูลด้วยวิธีการฟัง พูด อ่าน และเขียน ทำให้เกิดความเข้าใจร่วมกัน ตรงกัน ในเรื่องของความรู้ ทัศนคติ ความรู้สึก ความคิดและความเข้าใจในเรื่องต่าง ๆ เกี่ยวกับการปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดี โดยกระบวนการสื่อสารนั้นจะประกอบไปด้วยส่วนสำคัญ 4 ส่วน เป็นอย่างน้อย ได้แก่ ผู้ส่งสาร (Sender) สาร (Message) สื่อ (Channel) และผู้รับสาร (Receiver) ซึ่งในบางกรณีอาจมีเรื่องของปฏิกริยาตอบสนองหรือปฏิกริยาโต้ตอบ (Feedback) จากผู้รับสารด้วย จากสภาพปัญหาและประกอบกับความจำเป็นของทักษะที่นักเรียนควรมีในปัจจุบันผู้วิจัยเห็นว่านักเรียนวัยนี้ เป็นวัยที่ต้องเตรียมความพร้อมเพื่อที่จะได้รับการศึกษาในระดับที่สูงขึ้นไปดังนั้นทักษะที่นักเรียนจะได้ใช้มากและเพื่อเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองสืบหาความรู้ด้วยตนเองก็คือทักษะการอ่านเนื่องจากปัจจุบันมีความรู้มากมายให้ศึกษาค้นคว้าในรูปแบบของหนังสือหรือบทความที่สื่อสารผ่านตัวหนังสือ และทักษะการเขียนซึ่งเป็นทักษะที่นักเรียนจะต้องแสดงออกในการส่งสารให้กับผู้รับสารในกรณีที่ไม่สามารถพบเจอกันได้ หรืออยู่ห่างไกลกันไม่สามารถที่จะสื่อสารผ่านการพูดคุยได้ และในปัจจุบันการทดสอบระดับชาติก็ให้ความสำคัญกับทักษะการอ่านและการเขียนเป็นอย่างมากอีกด้วย

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหมายของพฤติกรรมสุขภาพพบว่า ได้มีหน่วยงานและนักวิชาการได้ให้ความหมายไว้ ดังนี้ กองสุศึกษา (2556) ให้ความหมายของพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกของบุคคลในการกระทำหรืองดเว้นการกระทำในสิ่งที่มีผลต่อสุขภาพของตนเองในรูปของความรู้ความเข้าใจ ซึ่งเรียกว่าพุทธิพิสัย (Cognitive Domain) ความรู้สึกนึกคิด เจตคติ ท่าที ความคิดเห็น ที่บุคคลมีต่อบุคคล สิ่งของหรือเหตุการณ์ ซึ่งเรียกว่าจิตพิสัย (Affective Domain) และในรูปของการกระทำหรือการปฏิบัติของบุคคลในเรื่องใด

เรื่องหนึ่งซึ่งเรียกว่าทักษะพิสัย (Psychomotor Domain) (สุชาติ โสมประยูร 2525) ให้ความหมาย พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง ความสามารถในการแสดงออกเกี่ยวกับสุขภาพ ทั้งทางด้านความรู้ เจตคติ การปฏิบัติตนและทักษะ โดยเน้นเรื่องพฤติกรรมสุขภาพที่สามารถสังเกตและวัดได้เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ในเรื่องสุขภาพ สอดคล้องกับ ชาณิการ์ เอ็บอาบ (2554) กล่าวว่า พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติตนให้มีสุขภาพแข็งแรงอยู่เสมอทั้งร่างกายและจิตใจเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดโรคโดยการสร้างความรู้ความเข้าใจและเจตคติเพื่อให้บุคคลสามารถปฏิบัติตนในการดูแลตนเองอย่างเหมาะสม ส่วน Pender, Murdaugh et al. (2010) ให้ความหมายพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติพฤติกรรม เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นครอบคลุมทั้งด้านร่างกายจิตใจสังคมและการมีปฏิสัมพันธ์อย่างเหมาะสม ซึ่งบุคคลสามารถที่จะเรียนรู้ตัดสินใจแก้ปัญหาและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ด้วยตนเองใน กระบวนการทางสติปัญญาและตอบสนองต่อสิ่งที่ตนรับรู้ออกมาเป็นพฤติกรรมสุขภาพ สอดคล้องกับ Mason and Butler (2010) กล่าวว่าพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การกระทำหรือปฏิบัติกิจกรรมเพื่อ คงไว้ซึ่งสุขภาพเป็นพฤติกรรมที่ถือปฏิบัติปกติในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง ได้แก่ การรับประทานอาหารที่เหมาะสม การออกกำลังกาย การพักผ่อน การดูแลความสะอาดของร่างกายและการผ่อนคลายความเครียด สอดคล้องกับ Cockerham (2014) พฤติกรรมสุขภาพเป็นกิจกรรมที่ดำเนินการ โดยบุคคลเพื่อวัตถุประสงค์ในการรักษาหรือเสริมสร้างสุขภาพของพวกเขา ป้องกันปัญหาสุขภาพหรือ สภาวะร่างกายที่เป็นบวก ไม่จำกัดเฉพาะผู้ที่มีสุขภาพที่พยายามรักษาสุขภาพให้แข็งแรง แต่ยังรวมถึง ผู้พิการทางร่างกายและผู้ที่เป็นโรคเรื้อรังที่พยายามควบคุมลดความทุกข์ของพวกเขาผ่านพฤติกรรม สุขภาพในรูปแบบที่ดี เช่น อาหารการออกกำลังกาย และการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่

จากข้อมูลข้างต้นสรุปได้ว่า พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการ แยกขยะและทิ้งขยะเพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้าทั้งภายนอกและภายใน เพื่อให้มีสุขภาพและมีคุณภาพ ชีวิตที่ดี เป็นพฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นปกติในชีวิตประจำวันโดยอาศัยความรู้ ความเชื่อ และทักษะการ ปฏิบัติเป็นทุนเดิม

จากความหมายของพฤติกรรมสุขภาพ และทักษะการสื่อสาร จะเห็นได้ว่าโรงเรียนซึ่งเป็น แหล่งที่รวมของเด็ก โดยเฉพาะโรงเรียนระดับประถมศึกษาจะต้องมีหน้าที่ฝึกทักษะให้มีพฤติกรรม สุขภาพโดยเฉพาะด้านสุขปฏิบัติในการดูแลสุขภาพตนเองและมีความสามารถสื่อสารได้อย่าง เหมาะสมกับวัย ซึ่งสอดคล้องกับสมรรถนะสำคัญของนักเรียนตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้น พื้นฐาน 2551 และพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ 2542 โรงเรียนจึงควรยกระดับความสำคัญ ของปัญหานี้ให้เป็นปัญหาเร่งด่วนที่จะต้องส่งเสริมให้กับนักเรียน วิธีการหนึ่งคือการจัดโปรแกรม ส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารให้กับนักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมหลังเวลา



เรียนปกติ โดยมีจุดมุ่งหมายให้นักเรียนมีสุขปฏิบัติทั้งในด้านของการบริโภคอาหาร การดูแลรักษา ความสะอาดช่องปากและฟัน การออกกำลังกาย และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการ แยกขยะและทิ้งขยะ อย่างไรก็ตาม การจัดโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร ต้องคำนึงถึงแนวคิดทฤษฎีและหลักการที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาเป็นพื้นฐานในการจัดโปรแกรมส่งเสริม สุขภาพและทักษะการสื่อสารให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น จากการศึกษาพบว่า แนวคิดทฤษฎีที่เหมาะสมใน การนำมาใช้เป็นพื้นฐานในการจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร ได้แก่ แนวคิดการ เรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ เนื่องจากเป็นแนวคิดที่เน้นให้ผู้เรียนเป็นผู้ลงมือกระทำหรือการปฏิบัติในสภาพ จริง จึงเป็นสิ่งที่สนใจและการนำมาศึกษา (ทิตนา แคมมณี, 2551; ภัทรุท นามเมือง, 2557; พงษ์วิภา เทวีลาภรณ์, 2559) และแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง (Grossman, 2014; กรม สุขภาพจิต, 2559; ชนม์ธิดา ยาแก้ว, 2560) เนื่องจากการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองนับเป็นแหล่ง เรียนรู้ที่มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการปลูกฝังนิสัยการเรียนรู้ตลอดชีวิตให้กับนักเรียน

การศึกษาความหมายของแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติจากนักการศึกษา (ประทุม อังกูร โรหิต, 2543; ทิตนา แคมมณี, 2551; ประสิทธิ์ ชุมศรี, 2557) พบว่าหมายถึง แนวคิดหรือความเชื่อที่ สนับสนุนให้ผู้เรียนปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองตามความสนใจ ความถนัด และศักยภาพ ด้วยการ ศึกษา ค้นคว้า ฝึกปฏิบัติ ฝึกทักษะจนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เพราะแนวคิดนี้เชื่อว่าหากคนเรา ได้กระทำหรือปฏิบัติด้วยตนเองจะทำให้เกิดความเชื่อมั่น เป็นแรงจูงใจให้เกิดการเรียนรู้ ผู้เรียนจะ สนุกสนานที่จะสืบค้นหาความรู้ต่อไปและมีความสุขที่จะเรียน ทั้งนี้ การสนับสนุนให้เด็กได้พัฒนา คุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามวัยและได้ผลตามความคาดหวังของสังคมนั้น นักการศึกษาเชื่อว่าการจัด ประสบการณ์ด้วยการทำงานหรือการปฏิบัติของนักเรียนเป็นการให้ความสำคัญกับบทบาทการเรียนรู้ ของเด็ก จึงได้มีการศึกษาแนวคิดที่จะนำไปสู่การปฏิบัติได้ โดยเน้นให้ผู้เรียนเป็นผู้ลงมือกระทำหรือ การปฏิบัติในสภาพจริง ดังที่ประเทศไทยได้กำหนดพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 ให้มีแนวทางการจัดการศึกษาที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ซึ่งกล่าวถึงการส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติ หรือลงมือกระทำ จากการศึกษาสาระเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ (ณัฐพงษ์ ฉายแสงประทีป, 2557; ภัทรุท นามเมือง, 2557; พงษ์วิภา เทวีลาภรณ์, 2559) แสดงให้เห็นถึงองค์ประกอบที่สำคัญใน การจัดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ ดังนี้ 1) ผู้เรียนมีความสุขกับการเรียน ได้เรียนรู้อย่างสนุกสนานโดย ผ่านกิจกรรมที่หลากหลายและสื่อที่เร้าความสนใจ 2) ผู้เรียนได้เรียนรู้ตามความสนใจ ความถนัดและ ศักยภาพด้วยการศึกษา ค้นคว้า ฝึกปฏิบัติฝึกทักษะจนถึงการเรียนรู้ด้วยตนเองทำให้เกิดความเชื่อมั่น เป็นแรงจูงใจให้เกิดการเรียนรู้ 3) การจัดกิจกรรมกลุ่มช่วยเสริมสร้างลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ เกิดกระบวนการทำงาน เช่น มีการวางแผน การทำงาน มีความรับผิดชอบ เสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มี วินัยในตนเอง มีพฤติกรรมที่เป็นประชาธิปไตย เป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี รู้จักรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น

ผู้เรียนที่เรียนรู้ว่าจะเรียนรู้อย่างมีความสุข มีชีวิตชีวา ได้รับกำลังใจและได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อน ทำให้เกิดความมั่นใจ ผู้เรียนที่เรียนดีจะได้แสดงความสามารถของตนเอง มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และแบ่งปันสิ่งที่ดีให้แกกัน 4) ผู้เรียนเกิดกระบวนการคิดจากการร่วมกิจกรรมและการค้นหาคำตอบจากประเด็นคำถามของผู้สอนและเพื่อน ๆ สามารถค้นหาคำตอบและวิธีการได้ด้วยตนเอง สามารถแสดงออกได้ชัดเจนมีเหตุผล 5) ทุกขั้นตอนการจัดกิจกรรมจะสอดแทรกคุณธรรมและจริยธรรมเพื่อให้ผู้เรียนได้ซึมซับสิ่งที่ดีงามไว้ในตนเองอยู่ตลอดเวลา 6) คำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเรียนรู้และการปฏิบัติงาน โดยให้แต่ละคนเรียนรู้เต็มตามศักยภาพของตน ไม่นำผลงานของผู้เรียนมาเปรียบเทียบกัน มุ่งให้ผู้เรียนแข่งขันกับตนเองและไม่เล็งผลเลิศจนเกินไป และ 7) ผลที่เกิดขึ้นกับผู้เรียน คือ ผู้เรียนเรียนอย่างมีความสุข เกิดการพัฒนารอบด้าน มีอิสระที่จะเลือกวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนเอง และนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

สำหรับแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง (Grossman, 2014; เอกอนงค์ ศรีสำออง, 2015; มุฮัมหมัดนาซีรีน โต๊ะลู , 2558; ขนมนธิดา ยาแก้ว, 2560) หมายถึง แนวคิดที่ให้ผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วมในการคิด ตัดสินใจ ดูแลนักเรียนในปกครอง และมีส่วนร่วมในการประเมินนักเรียน นักการศึกษาและหน่วยงานทางการศึกษา (สุนน อมรวิวัฒน์ , 2543; สำนักงานปฏิรูปการศึกษา, 2544; สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ , 2545; กรมสุขภาพจิต , 2559) ให้ความสำคัญของแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง สอดคล้องกันว่าเป็น 1) สายใยความรักความผูกพันระหว่างเด็กกับพ่อแม่เป็นความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้ง มั่นคงและยาวนาน เป็นพลังยิ่งใหญ่ที่ช่วยผลักดันให้การดำเนินชีวิตด้านต่าง ๆ ประสบความสำเร็จได้รวมถึงด้านการศึกษา 2) พ่อแม่เป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญที่สุดในการให้การศึกษากับบุตรหลานของตน ครูคนแรกของเด็กก็คือแม่หรือพ่อ หากขาดการอบรมของพ่อแม่ก็ยากที่จะหาการอบรมอื่นใดมาทดแทนได้ 3) พ่อแม่เป็นบุคคลที่ใกล้ชิดกับเด็กมากที่สุด พ่อแม่จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาของเด็กนักเรียน 4) พ่อแม่ให้ความรัก ความเอาใจใส่ ความห่วงใยต่อลูก มากจนยากที่จะหาความรักของครูอาชีพมาทดแทนได้ 5) ครอบครัวยุคใหม่ (Learning Center) หากสามารถทำให้ทุกครอบครัวเป็นศูนย์การเรียนรู้ได้สำเร็จ จะได้ศูนย์การเรียนรู้ในอุดมคติที่มีความรัก ความอบอุ่น ความห่วงใย และความหวังดี 6) ผู้ปกครองจัดบรรยากาศที่บ้านให้เกิดการเรียนรู้หรือเป็นแหล่งเรียนรู้ก็จะทำให้เวลาที่เด็กอยู่นอกโรงเรียนเกิดการเรียนรู้ทุกเวลา ทุกสถานที่ เป็นการสร้างลักษณะนิสัยในการเรียนรู้ให้แก่เด็ก เป็นสังคมแห่งการเรียนรู้และเกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตในที่สุด ทั้งการศึกษาในระบบ นอกกระบบ และตามอัธยาศัย และยังเป็นการศึกษาที่ผสมกลมกลืนไปกับการดำเนินชีวิตอีกด้วย และ 7) ผู้ปกครอง คือ แหล่งทรัพยากรของโรงเรียน หากมีการจัดการและประสานงานที่เหมาะสมก็จะนำพลังที่ซ่อนเร้นเหล่านี้ออกมาก่อให้เกิดประโยชน์ต่อบุตรหลานและโรงเรียนอันเป็นที่รักของพ่อแม่ผู้ปกครองทุกคน จะเห็นได้ว่า ผู้ปกครองมี

บทบาทอย่างยิ่งในการปลูกฝังนิสัยการเรียนรู้ตลอดชีวิตให้กับลูกและเป็นยุทธศาสตร์ในการระดมทรัพยากรทุกส่วนของสังคมเพื่อการจัดการศึกษา การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการจัดการศึกษาของโรงเรียนนี้จึงมีส่วนสำคัญอย่างยิ่ง

จากสภาพปัญหาสุขภาพของนักเรียนประถมศึกษาที่อาจเกิดจากการขาดทักษะการสื่อสารซึ่งเป็นสมรรถนะสำคัญตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน 2551 และพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ 2542 จึงมีความจำเป็นที่บุคลากรทางการศึกษาจะต้องส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารแก่นักเรียน และจากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า การประยุกต์แนวทางการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับแนวทางการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองมีความเหมาะสมที่จะนำมาเป็นพื้นฐานในการจัดโปรแกรมเพื่อการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารให้นักเรียน ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

### คำถามวิจัย

โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารสูงขึ้นได้หรือไม่ มากน้อยเพียงใด

### วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง โดยพิจารณาจาก

1. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและของกลุ่มควบคุม
2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

### สมมติฐานการวิจัย

การตั้งสมมติฐานของการวิจัยครั้งนี้มีที่มาจากการพิจารณาข้อมูลต่อไปนี้

จากการศึกษาสาระสำคัญของการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ (ประทุม อังกูโรหิต, 2543; ทิศนา แหมมณี, 2551; ประสิทธิ์ ชุมศรี, 2557) พบว่า เป็นแนวคิดหรือความเชื่อที่สนับสนุนให้ผู้เรียนปฏิบัติ

สิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองตามความสนใจ ความถนัด และศักยภาพ ด้วยการศึกษา ค้นคว้า ฝึกปฏิบัติ ฝึกทักษะจนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เพราะแนวคิดนี้เชื่อว่าหากคนเราได้กระทำหรือปฏิบัติด้วยตนเอง จะทำให้เกิดความเชื่อมั่น เป็นแรงจูงใจให้เกิดการใฝ่เรียนรู้ ผู้เรียนจะเรียนรู้ได้อย่างมีความสุข เกิดการพัฒนารอบด้าน มีอิสระที่จะเลือกวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนเอง และนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม และผลการทบทวนเอกสารงานวิจัยที่ใช้แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ (วรนุช นิลเขต, 2554; ญัญญพงษ์ ฉายแสงประทีป, 2557; ภัทรท นามเมือง, 2557; พงษ์วิภา เทวีลาภรณ์, 2559) พบว่า การใช้แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติเป็นพื้นฐานในการวิจัยส่งผลต่อตัวแปรที่ศึกษา ส่วนการศึกษาสาระสำคัญของแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง (McCubbin, 1996; นวลฉวี ประเสริฐสุข, 2558; วณัญญา แก้วแก้วปาน, 2560) พบว่า เป็นแนวคิดการสานสายใยในครอบครัวให้แน่นหนา สร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคลในครอบครัว โดยปัจจัยที่มีผลต่อการประสานสัมพันธ์ ได้แก่ การชื่นชม การเห็นคุณค่าของสมาชิกในครอบครัว ซึ่งควรเป็นการแสดงให้เห็นอย่างชัดเจน การอยู่พร้อมหน้าพร้อมตา ได้ใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน การเต็มใจร่วมทุกข์ร่วมสุขกันในครอบครัว พูดคุยสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัวเพื่อรับรู้เรื่องราวต่าง ๆ ของกันและกันอย่างตรงไปตรงมา สมาชิกทุกคนในครอบครัวใช้สมรรถนะที่ตนมีจัดการกับวิกฤติการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในครอบครัว ทุกคนร่วมกันต่อสู้กับปัญหาและให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ร่วมกันคลี่คลายปัญหา เรียกได้ว่ากิจกรรมหรือปัจจัยต่าง ๆ ดังกล่าว สามารถสร้างสัมพันธ์ภายในครอบครัวให้มีความรักใคร่สามัคคี ความผูกพัน ความเข้าใจกันในครอบครัว และผลการทบทวนเอกสารงานวิจัยที่ใช้แนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง (Grossman, 2014; เอกอนงค์ ศรีสำออง, 2015; มุฮัมหมัดนาซีรีน โต๊ะลู, 2558; ชนม์ธิดา ยาแก้ว, 2560) พบว่า การประยุกต์ใช้แนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองสามารถส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายได้

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานการวิจัย ดังนี้

โปรแกรมที่ประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง สามารถส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายได้ โดยพบว่า

1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร หลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร หลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## ขอบเขตการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย โดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

2. พฤติกรรมสุขภาพในการวิจัยนี้มีขอบเขตของพฤติกรรมสุขภาพเฉพาะด้านการปฏิบัติในเรื่องการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะเท่านั้น

3. ทักษะการสื่อสารในการวิจัยนี้มีขอบเขตของทักษะการสื่อสารในด้านการอ่านและการเขียนเท่านั้น

4. ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2562 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 1,536,463 คน (กลุ่มสารสนเทศ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ, 2562; ออนไลน์)

### 5. ตัวแปร

5.1 ตัวแปรอิสระ คือ โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

5.2 ตัวแปรตาม คือ 1. พฤติกรรมสุขภาพในการปฏิบัติด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ และ 2. ทักษะการสื่อสารด้านการอ่านและการเขียน

## นิยามศัพท์

**พฤติกรรมสุขภาพ** หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกเพื่อให้มีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีเป็นพฤติกรรมที่ถือปฏิบัติเป็นปกติในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง ซึ่งพฤติกรรมสุขภาพจะมาจากความรู้ ส่งผลไปสู่การมีเจตคติที่ดีและนำไปสู่การปฏิบัติ ได้แก่ การรับประทานอาหารที่เหมาะสม การออกกำลังกาย การพักผ่อน การดูแลความสะอาดของร่างกาย และการผ่อนคลายความเครียด สำหรับในงานวิจัยนี้ได้กำหนดขอบเขตของพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกเพื่อให้มีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีเป็นพฤติกรรมที่ถือปฏิบัติเป็นปกติในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง ในเรื่องการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ เนื่องจากเป็นปัญหาที่พบมากในนักเรียนประถมศึกษา สามารถประเมินพฤติกรรมสุขภาพโดยใช้แบบวัดการปฏิบัติที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น

**โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ** หมายถึง การจัดกิจกรรมให้บุคคลปฏิบัติหรือมีการแสดงออกถึงการกระทำตามแบบแผนที่กำหนดในช่วงเวลา ระยะเวลาที่ชัดเจนอย่างสม่ำเสมอส่งผลต่อการพัฒนาสุขภาพโดยอาศัยความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตน เพื่อเป็นแนวทางให้เกิดภาวะความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย และจิตใจ รวมถึงความสามารถในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างปกติสุข

**ทักษะการสื่อสาร** หมายถึง ความสามารถในการรับและส่งสาร ซึ่งเป็นกระบวนการส่งต่อถ่ายทอดข้อมูล และการรับข้อมูลด้วยวิธีการฟัง พูด อ่าน และเขียน ทำให้เกิดความเข้าใจร่วมกัน ตรงกัน ในเรื่องของความรู้ ทศนคติ ความรู้สึก ความคิดและความเข้าใจในเรื่องต่าง ๆ เกี่ยวกับการปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดี สำหรับในงานวิจัยนี้ได้กำหนดขอบเขตทักษะการสื่อสารเฉพาะ การอ่านและการเขียน ในเรื่องของการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ สามารถประเมินทักษะการสื่อสาร โดยใช้แบบวัดทักษะการอ่านและการเขียนที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น

**โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร** หมายถึง การจัดกิจกรรมให้บุคคลปฏิบัติหรือการแสดงออกถึงการกระทำตามแบบแผนที่กำหนดในช่วงเวลา ระยะเวลาที่ชัดเจนอย่างสม่ำเสมอเพื่อส่งเสริมการปฏิบัติด้านสุขภาพและทักษะการอ่านและเขียนในเรื่องของการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ โดยโปรแกรมมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างเสริมสุขปฏิบัติและพัฒนาทักษะการอ่านและการเขียนให้กับนักเรียน

**การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ** หมายถึง แนวคิดหรือความเชื่อที่สนับสนุนให้ผู้เรียนปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองตามความสนใจ ความถนัดและศักยภาพ ด้วยการศึกษาค้นคว้า ฝึกปฏิบัติ ฝึกทักษะจนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เพราะเชื่อว่าหากคนเราได้กระทำได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเองจะทำให้เกิดความเชื่อมั่น ซึ่งเป็นแรงจูงใจให้เกิดการเรียนรู้ ผู้เรียนจะสนุกสนานมีความสุขที่จะสืบแสวงหาความรู้ต่อไปด้วยตัวเอง

**การประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง** หมายถึง การที่ให้ผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วมในการสังเกต ดูแลช่วยเหลือ และตัดสินใจในการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ การปฏิบัติกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้ของนักเรียนในปกครอง ซึ่งในงานวิจัยนี้ หมายถึง การที่ให้ผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วมในการสังเกต ดูแลช่วยเหลือ และตัดสินใจในการประเมินผลพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติและทักษะการสื่อสารในด้านการอ่านและการเขียน ในเรื่องของการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ ของนักเรียนในปกครอง

**โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง** หมายถึง การจัดกิจกรรมอย่างมีแบบแผนที่ได้จากการวิเคราะห์สังเคราะห์แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ซึ่ง

เป็นแนวคิดหรือความเชื่อที่สนับสนุนให้นักเรียน ศึกษา ค้นคว้า ฝึกปฏิบัติ ฝึกทักษะเป็นพื้นฐานในการ จัดกิจกรรม และมีแนวคิดให้ผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วมในการสังเกต ดูแลช่วยเหลือ เพื่อส่งเสริมให้ นักเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพด้านสุขปฏิบัติที่ดี และมีทักษะการสื่อสาร ได้แก่ การอ่าน และการเขียน ในด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน การจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของ การแยกขยะและทิ้งขยะ พร้อมทั้งให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการประเมินผลพฤติกรรมสุขภาพด้านการ ปฏิบัติและทักษะการสื่อสารของนักเรียน โปรแกรมประกอบด้วย 5 กิจกรรม ได้แก่ 1. กิจกรรม ประเมินตนเอง 2. กิจกรรมช่วยเหลือเกื้อกูล 3. กิจกรรมใส่ใจส่งเสริม 4. กิจกรรมอ่านเองทำเอง 5. กิจกรรมร่วมมือร่วมใจ

### ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. ได้โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง
2. นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมสุขภาพด้านสุขปฏิบัติและทักษะการสื่อสารด้านการอ่าน และการเขียนสูงขึ้น
3. เป็นแนวทางในการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองให้ได้มีโอกาสใกล้ชิด ดูแล ส่งเสริม พฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารนักเรียนมากขึ้น
4. เป็นแนวทางในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและพัฒนาทักษะการสื่อสารให้กับนักเรียน ประถมศึกษา

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียน ประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเด็น ต่อไปนี้

1. แนวคิดโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ
  - 1.1 ความหมายของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ
  - 1.2 องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ
  - 1.3 การประเมินพฤติกรรมสุขภาพ
2. แนวคิดเกี่ยวกับทักษะการสื่อสาร
  - 2.1 ความหมายของทักษะการสื่อสาร
  - 2.2 องค์ประกอบของการสื่อสาร
  - 2.3 ประเภทของทักษะการสื่อสาร
  - 2.4 การประเมินทักษะการสื่อสาร
3. แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ
  - 3.1 ความหมายของแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ
  - 3.2 สาระสำคัญของแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ
  - 3.3 องค์ประกอบที่สำคัญของแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ
4. แนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง
  - 4.1 ความหมายของแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง
  - 4.2 ความสำคัญของแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง
  - 4.3 กิจกรรมที่ใช้ในการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง
5. กรอบแนวคิดในการวิจัย

รายละเอียดในแต่ละประเด็น มีดังต่อไปนี้



## 1. แนวคิดโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ

### 1.1 ความหมายของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1946) กล่าวว่า สุขภาพ คือ สภาวะความเป็นอยู่อันสมบูรณ์ของทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม ไม่ใช่แค่การปราศจากโรคหรือความบกพร่องความอ่อนแอเพียงเท่านั้น และเมื่อปี ค.ศ. 1948 องค์การอนามัยโลกได้ให้ความหมายของสุขภาพไว้ในธรรมนูญขององค์การอนามัยโลก สุขภาพ หมายถึง สภาวะแห่งความสมบูรณ์ของร่างกาย และจิตใจ รวมทั้งการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็น ปกติสุข และมีได้หมายความเฉพาะเพียงแต่การปราศจาก โรคและความพิการเท่านั้น สอดคล้องกับ พระราชบัญญัติสุขภาพ แห่งชาติ พ.ศ. 2550 ราชกิจจานุเบกษา เล่ม 124 ตอนที่ 16 ก. ได้มีการกำหนด นิยามของ สุขภาพ หมายถึง ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย จิต ปัญญาและสังคมเชื่อมโยงกันอย่างสมดุล

สำหรับ ความหมายของพฤติกรรมสุขภาพ ได้มีหน่วยงานและนักวิชาการได้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

กองสุขศึกษา (2556) ให้ความหมาย ของพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติหรือการ แสดงออกของบุคคลในการกระทำหรืองดเว้นการกระทำในสิ่งที่มีผลต่อสุขภาพของตนเองในรูปของ ความรู้ความเข้าใจ ซึ่งเรียกว่าพุทธิพิสัย (Cognitive Domain) ความรู้สึกนึกคิด เจตคติ ทำที่ ความ คิดเห็น ที่บุคคลมีต่อบุคคล สิ่งของหรือเหตุการณ์ ซึ่งเรียกว่าจิตพิสัย (Affective Domain) และในรูป ของการกระทำหรือ การปฏิบัติของบุคคลในเรื่องใดเรื่องหนึ่งซึ่งเรียกว่าทักษะพิสัย (Psychomotor Domain) ซึ่งประกอบไปด้วยพฤติกรรมสุขภาพภายใน (Convert Behavior) เป็นปฏิกริยาภายในตัว บุคคล มีทั้งเป็นรูปธรรมและนามธรรม ที่เป็นรูปธรรมซึ่งสามารถใช้เครื่องมือบางอย่างเข้าวัดหรือ สัมผัสได้ เช่นการเต้นของหัวใจ การปรับตัวของลำไส้ พฤติกรรมเหล่านี้เป็นปฏิกริยาที่มีอยู่ตามสภาพ ของร่างกาย ส่วนที่เป็นนามธรรมได้แก่ความคิดความรู้สึกเจตคติค่านิยม เป็นต้น พฤติกรรมสุขภาพ จำแนกได้เป็น 4 ประเภท ได้แก่

1. พฤติกรรมการเจ็บป่วยและการรักษาพยาบาล การเจ็บป่วยของคนเราจะเกิดขึ้นบน พื้นฐานของความเชื่อในสาเหตุ อาการอันตรายที่เกี่ยวกับความเจ็บป่วยของตนเองจะเป็นตัว กำหนดการรักษาพยาบาลตัวอย่างเช่น เมื่อเจ็บคอเชื่อว่ามีสาเหตุมาจากเชื้อแบคทีเรียพฤติกรรม การ แสดงออกเมื่อเจ็บป่วย (รับรู้) สิ่ง que แสดงออกถึงอาการเจ็บป่วยคือการรักษาพยาบาล

2. การรักษาโรค คือ การแสดงออกโดยการกระทำหรือไม่กระทำ ถ้าพฤติกรรมตัวนี้ไม่ดีก็จะ เกิดการเจ็บป่วยเช่นการไม่สวมหมวกนิรภัยเมื่อเกิดอุบัติเหตุจะทำให้เกิดการเจ็บป่วย ดังนั้นการจะ แสดงพฤติกรรมป้องกันโรคได้ก็ต้องมองเห็นแล้วว่าสิ่งที่ทำอยู่นั้น จะทำให้เกิดการเจ็บป่วยง่าย

3. พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพคือสิ่งที่กระทำเพื่อให้มีสุขภาพที่พึงประสงค์ เช่น การออกกำลังกายเป็นสิ่งที่ปฏิบัติแล้วทำให้ร่างกายดี ระบบต่างๆดีจิตใจดี ทุกองค์ประกอบ ของร่างกายต้องป้องกันด้วยการส่งเสริมสุขภาพ

4. พฤติกรรมมีส่วนร่วม คือ การกระทำเพื่อส่งผลดีต่อส่วนรวมเช่นคนในชุมชนมีพฤติกรรมมีส่วนร่วมในการทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำยุงลายเพื่อป้องกันโรคไข้เลือดออก

สุชาติ โสสมประยูร (2525) ให้ความหมายพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง ความสามารถในการแสดงออกเกี่ยวกับสุขภาพ ทั้งทางด้านความรู้ เจตคติ การปฏิบัติตนและทักษะโดยเน้นเรื่องพฤติกรรมสุขภาพที่สามารถสังเกตและวัดได้เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ในเรื่องสุขภาพ อาจกล่าวได้ว่าพฤติกรรมหรือกิจกรรมเกือบทุกอย่างของปัจเจกบุคคลจะส่งผลกระทบต่อสถานะสุขภาพทั้งสิ้น ภายใต้บริบทนี้เราอาจแยกพฤติกรรมของคนเราออกเป็นสิ่งที่ทำไปโดยตั้งใจที่จะส่งเสริมหรือป้องกันสุขภาพ สอดคล้องกับ อุไรรัชต์ บุญแท้ (2557) กล่าวว่า พฤติกรรม (Behavior) หมายถึง กิจกรรมทุกประเภทที่มนุษย์แสดงออกเพื่อตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นจากความรู้ความเข้าใจความเชื่อและเจตคติของคนที่มีบทบาทต่อการแสดงออกนั้น และสมคิด สวนศรี (2558) สรุปได้ว่าพฤติกรรม หมายถึง ปฏิกริยาหรืออาการที่แสดงออกมาของสิ่งมีชีวิตทุกรูปแบบที่แสดงออกเพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้าทั้งภายนอกและภายในอาจทำไปโดยรู้ตัวหรือไม่รู้ตัว ซึ่งผู้อื่นสังเกตการกระทำนั้นได้หรือสามารถใช้เครื่องมือวัดได้

นอกจากนี้ ปณิธาน หล่อเลิศวิทย์ (2541) ให้ความหมายพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง กิจกรรมหรือการปฏิบัติใด ๆ ของปัจเจกบุคคลที่กระทำไปเพื่อจุดประสงค์ในการส่งเสริม ป้องกัน หรือบำรุงรักษาสุขภาพ โดยไม่คำนึงถึงสถานะสุขภาพที่ดำรงอยู่หรือรับรู้ได้ ไม่ว่าพฤติกรรมนั้น ๆ จะสัมฤทธิ์ผลสมความมุ่งหมายหรือไม่ในที่สุด สอดคล้องกับ ชาณิการ์ เอ็บอาบ (2554) กล่าวว่า หมายถึง การปฏิบัติตนให้มีสุขภาพแข็งแรงอยู่เสมอทั้งร่างกายและจิตใจเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดโรคโดยการสร้างความรู้ความเข้าใจและเจตคติเพื่อให้บุคคลสามารถปฏิบัติตนในการดูแลตนเองอย่างเหมาะสม

ส่วน Pender, Murdaugh et al. (2010) ให้ความหมายพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติพฤติกรรมเพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นครอบคลุมทั้งด้านร่างกายจิตใจสังคมและการมีปฏิสัมพันธ์อย่างเหมาะสมซึ่งบุคคลสามารถที่จะเรียนรู้ตัดสินใจแก้ปัญหาและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ด้วยตนเองในกระบวนการทางสติปัญญาและตอบสนองต่อสิ่งที่ตนรับรู้ออกมาเป็นพฤติกรรมสุขภาพ สอดคล้องกับ Mason and Butler (2010) พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การกระทำหรือปฏิบัติกิจกรรมเพื่อคงไว้ซึ่งสุขภาพเป็นพฤติกรรมที่ถือปฏิบัติปกติในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง ได้แก่ การรับประทานอาหารที่เหมาะสมการออกกำลังกายการพักผ่อนการดูแลความสะอาดของร่างกายและการผ่อนคลายความเครียด และสอดคล้องกับ Cockerham (2014) พฤติกรรมสุขภาพเป็น

กิจกรรมที่ดำเนินการโดยบุคคลเพื่อวัตถุประสงค์ในการรักษาหรือเสริมสร้างสุขภาพหรือป้องกันปัญหาสุขภาพของบุคคลโดยไม่จำกัดเฉพาะผู้ที่มีสุขภาพที่พยายามรักษาสุขภาพให้แข็งแรง แต่รวมถึงผู้พิการทางร่างกายและผู้ที่เป็นโรคเรื้อรังที่พยายามควบคุมลดหรือกักขังความทุกข์ของพวกเขาผ่านพฤติกรรมสุขภาพในรูปแบบที่ดีเช่นอาหารการออกกำลังกายและการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่

จากข้อมูลข้างต้นสรุปได้ว่า พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกเพื่อให้มีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีเป็นพฤติกรรมที่ถือปฏิบัติเป็นปกติในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง ได้แก่ การรับประทานอาหารที่เหมาะสม การออกกำลังกาย การพักผ่อน การดูแลความสะอาดของร่างกาย และการผ่อนคลายความเครียด สำหรับในงานวิจัยนี้ได้กำหนดขอบเขตของพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกเพื่อให้มีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีเป็นพฤติกรรมที่ถือปฏิบัติเป็นปกติในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง ในเรื่องการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ เนื่องจากเป็นปัญหาที่พบบากในนักเรียนประถมศึกษา สามารถประเมินพฤติกรรมสุขภาพโดยใช้แบบวัดการปฏิบัติที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น

สืบเนื่องจากความหมายของพฤติกรรมสุขภาพข้างต้นและจากการศึกษาความหมายของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพเพิ่มเติมจากการทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง (สุชาติ โสมประยูร, 2525; ทิศนา แชมมณี, 2545; Joyce And Weil, 1986; Kaplan, Sallis and Patherson, 1993; WHO, 2017) สรุปได้ว่า โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การจัดดำเนินงานให้บุคคลปฏิบัติหรือการแสดงออกถึงการกระทำตามแบบแผนที่กำหนดในช่วงเวลา ระยะเวลาที่ชัดเจนอย่างสม่ำเสมอส่งผลต่อการพัฒนาสุขภาพ โดยอาศัยความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตน เพื่อเป็นแนวทางให้เกิดสภาวะความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย และจิตใจ รวมถึงความสามารถในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างปกติสุข

## 1.2 องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ

พฤติกรรมสุขภาพมีองค์ประกอบ 3 ประการ (ประภาเพ็ญ สุวรรณ, 2546; กองสุขศึกษา, 2556) ได้แก่ องค์ประกอบด้านความรู้ ด้านเจตคติและด้านการปฏิบัติ การเกิดพฤติกรรมนั้นเป็นกระบวนการที่สลับซับซ้อน องค์ประกอบหลายอย่างที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของบุคคล ได้แก่

1) องค์ประกอบทางด้านจิตวิทยา เป็นองค์ประกอบที่มีอยู่ภายในจิตใจของบุคคลที่มีผลต่อการเกิดและการส่งเสริมพฤติกรรมทางด้านความรู้ เจตคติและการปฏิบัติ การรับรู้ความต้องการ ความคับข้องใจ องค์ประกอบทางด้านนี้อยู่ในบุคคลทุกคน แต่จะแตกต่างกันในลักษณะความมากน้อย สิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลนั้นในยามปกติและยามเจ็บป่วย

2) องค์ประกอบทางด้านสังคมและวัฒนธรรม ที่มีผลต่อการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ ได้แก่ ครอบครัว กลุ่มบุคคลในสังคม สถานภาพทางสังคม วัฒนธรรมและศาสนา ซึ่งปัจจัยเหล่านี้มีผลต่อการเรียนรู้ การพัฒนาความคิด ความเชื่อ และการปฏิบัติทางด้านสุขภาพของบุคคลทั้งสิ้น

2.1) ครอบครัว พฤติกรรมสุขภาพบางอย่างมีอิทธิพลมาจากสถาบันครอบครัว บางครอบครัวปลูกฝังนิสัยในเรื่องการรับประทานอาหารบางอย่าง และไม่รับประทานอาหารบางอย่าง เช่น ไม่รับประทานอาหารเนื้อสัตว์ ไม่รับประทานอาหารผักหรือรับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ และพฤติกรรมการปฏิบัติด้านอื่น ๆ เช่น การนอน การพักผ่อน การออกกำลังกาย เป็นต้น การปฏิบัติของบิดามารดาจะมีผลอย่างมากต่อพฤติกรรมสุขภาพของสมาชิกในครอบครัว

2.2) กลุ่มบุคคลในสังคม มีอิทธิพลต่อการส่งเสริมสุขภาพได้มากในกลุ่มเด็กที่มีอายุรุ่นเดียวกัน มักจะมีความคิด ความเชื่อและการปฏิบัติคล้าย ๆ กัน โดยเฉพาะกลุ่มวัยรุ่น พฤติกรรมที่วัยรุ่นยึดถือมีทั้งผลดีและผลเสียต่อสุขภาพ อิทธิพลของกลุ่มจะมีมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับสัมพันธ์ภาพหรือการยึดถือของกลุ่ม ซึ่งมีผลต่อการส่งเสริมพฤติกรรมในด้านความรู้ เจตคติและการปฏิบัติมากขึ้น

2.3) สถานภาพทางสังคม ได้แก่ ตำแหน่ง ระดับการศึกษา ระดับเศรษฐกิจของแต่ละบุคคลที่มีต่อสภาพสังคมที่แตกต่างกัน ย่อมทำให้พฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกันด้วย เช่น บุคคลที่มีตำแหน่งการงานสูงในชุมชน มักจะมีความรู้และการปฏิบัติเกี่ยวกับการป้องกันโรคและการดูแลตนเองดีกว่าประชาชนทั่วไป

2.4) วัฒนธรรม ซึ่งแสดงออกถึงวิถีชีวิตของมนุษย์ในสังคม และวัฒนธรรมของแต่ละกลุ่ม มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพหลายอย่าง เช่น การงดของแสลงของประชาชนภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เช่น ไม่ให้กินข้าวมาก งดอาหารปกติทุกชนิดในคนป่วย ข้อห้ามเหล่านี้มีผลเสียต่อประชาชนที่เชื่อถือ

2.5) ศาสนา ศาสนามีอิทธิพลอย่างมากต่อการดำเนินชีวิต มีผลต่อการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนด้วยเช่นกัน

3) องค์ประกอบทางด้านเศรษฐกิจ เศรษฐกิจของประชาชนมีความสัมพันธ์กับระดับการศึกษา ซึ่งขณะเดียวกันก็มีผลต่อการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วย เศรษฐกิจของประชาชนไม่ดี ทำให้มีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับสุขภาพ ในทางตรงข้ามหากเศรษฐกิจของประชาชนดี โอกาสที่จะได้รับการศึกษาก็จะดีมาก การศึกษาช่วยให้บุคคลมีความรู้และการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง

4) องค์ประกอบทางการศึกษา การศึกษาของประชาชนที่แตกต่างกันมีผลต่อความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติทางด้านสุขภาพของประชาชน ประชาชนที่มีการศึกษามากก็มีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพไม่ถูกต้องกว่าผู้ที่ได้รับการศึกษาสูง

5) องค์ประกอบทางด้านการเมือง นโยบายทางการเมืองของประเทศมีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของประชาชน ทั้งทางด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ เพราะนโยบายของประเทศชี้ให้เห็นถึงจำนวนและความเพียงพอของการบริการการรักษาพยาบาล กิจกรรมสุขภาพที่จัดให้ประชาชน

สรุปได้ว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ ประกอบด้วย องค์ประกอบภายในองค์ประกอบที่มีอยู่ภายในจิตใจของบุคคลที่มีผลต่อการเกิดและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางด้านความรู้ เจตคติและการปฏิบัติ การรับรู้ความต้องการ ความคับข้องใจ องค์ประกอบทางด้านนี้อยู่ในตัวบุคคลทุกคน แต่จะแตกต่างกันในลักษณะความมากน้อย สิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลนั้นในยามปกติและยามเจ็บป่วย และองค์ประกอบภายนอกได้แก่ ครอบครัว กลุ่มบุคคลในสังคม สถานภาพทางสังคม วัฒนธรรมและศาสนา ซึ่งปัจจัยเหล่านี้มีผลต่อการเรียนรู้ การพัฒนาความคิด ความเชื่อ เศรษฐกิจ การศึกษา และนโยบายทางการเมือง ซึ่งสิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลนั้นในยามปกติและยามเจ็บป่วย จากองค์ประกอบดังกล่าว องค์ประกอบภายในที่คาดว่าจะส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพคือการให้ความรู้ในเรื่องของการดูแลสุขภาพ เด็กวัยเรียนคือวัยที่กำลังจะต้องได้รับความรู้เพื่อให้เกิดทัศนคติและส่งผลต่อการปฏิบัติ ส่วนในด้านขององค์ประกอบภายนอก ด้วยเด็กวัยนี้เป็นวัยที่มีความใกล้ชิดกับผู้ปกครอง ดังนั้นครอบครัวและผู้ปกครองจึงเป็นสิ่งที่สำคัญในการพัฒนาการเรียนรู้ พัฒนาความคิด ความเชื่อ ส่งเสริม และปลูกฝังให้นักเรียนได้ปฏิบัติพฤติกรรมที่ส่งผลดีต่อสุขภาพจนเป็นกิจจะลักษณะต่อไป

### 1.3 การประเมินพฤติกรรมสุขภาพ

พฤติกรรมสุขภาพ (Journal of forensic psychology, 2018: online) เป็นการกระทำเพื่อรักษา หรือฟื้นฟูสุขภาพ เพื่อป้องกันการเจ็บป่วย พฤติกรรมสุขภาพที่พบบ่อย เช่นการออกกำลังกาย การทานอาหาร การรับวัคซีน ซึ่งพฤติกรรมสุขภาพได้รับอิทธิพลมาจากสภาพแวดล้อมทางสังคม วัฒนธรรม ที่เราอาศัย หรือทำงานอยู่ สอดคล้องกับ กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ (2561) และจินตนา สรายุทธพิทักษ์ (2561) กล่าวว่า สุขศึกษามุ่งเน้นให้ผู้เรียนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพด้านความรู้ ทัศนคติคุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติโดยประสานสัมพันธ์ไปด้วยกัน เพื่อให้เด็กเรียนมีสุขภาพที่ดี

ในขณะที่ โชติกา ภาชีผล (2558) กล่าวถึง องค์ประกอบของการประเมินพฤติกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดทฤษฎีของบลูม ประกอบไปด้วย 3 ด้าน ได้แก่ 1. พุทธิพิสัย (Cognitive domain) 2. จิตพิสัย (Affective domain) และ 3. ด้านทักษะพิสัย (Psychomotor domain / Skill domain) ดังนั้น การประเมินพฤติกรรมสุขภาพจึงจะต้องวัดประเมินผลทั้ง 3 ด้าน สอดคล้องกับ

กระทรวงสาธารณสุข (2561) กล่าวถึง การประเมินพฤติกรรมสุขภาพของกลุ่มเด็กและเยาวชนอายุ 7 ถึง 14 ปี ว่าเป็นการประเมินเพื่อให้ทราบถึงพฤติกรรมสุขภาพตามแนวทางสุขบัญญัติแห่งชาติ โดย กองสุกศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ร่วมกับสถาบันพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร ได้มีการสร้างและพัฒนาเครื่องมือวัดระดับ พฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ซึ่งในการวัดพฤติกรรม สุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ใช้การประเมินแบบประมาณค่า 5 ระดับ ซึ่งเป็นการวัดในเรื่องของทักษะการปฏิบัติเพียงด้านเดียว

และกองสุกศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพกระทรวงสาธารณสุข (2561) ได้สร้าง เครื่องมือวัดความรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ กลุ่มเด็กและเยาวชนอายุ 7 ถึง 14 ปีและ กลุ่มประชาชนที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไป โดยการประเมิน เป็นการวัดค่าเฉลี่ยร้อยละ และนำคะแนนไป เทียบกับเกณฑ์ ตัดสินเป็นผล ระดับ ดีมาก ดี พอใช้ ไม่ดี โดยมีหัวข้อดังนี้ 1. ข้อมูลทั่วไป 2. ความ รอบรู้ความเข้าใจทางสุขภาพที่ถูกต้อง เกี่ยวกับหลักปฏิบัติตาม 3อ. 2ส. 3. การเข้าถึงข้อมูลและ บริการสุขภาพการสื่อสารสุขภาพการจัดการตนเองและการรู้เท่าทันสื่อ ตามหลัก 3 อ. 2 ส. 4. การ ตัดสินใจเลือกปฏิบัติที่ถูกต้องตาม 3 อ. 2 ส. และ 5. พฤติกรรมสุขภาพตาม 3 อ. 2 ส.

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพจำนวน 7 เรื่อง ดัง รายละเอียดต่อไปนี้

**เรื่องที่ 1** รัตนพร วงษ์ตาไช (2554) ได้ทำการวิจัยเรื่องการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริม สุขภาพสำหรับเด็กชายวัยเรียนในสถานสงเคราะห์โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแบบการสร้างเสริม พฤติกรรมสุขภาพสำหรับเด็กชายวัยเรียนในสถานสงเคราะห์ โดยใช้แนวคิดกระบวนการวิจัยเชิง ปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม กลุ่มเป้าหมายเป็นเด็กวัยเรียนชายในสถานสงเคราะห์แห่งหนึ่งในจังหวัด ปทุมธานีผู้ร่วมวิจัยในการศึกษาคั้งนี้คือ ครูผู้ดูแล ตัวแทนเด็กวัยเรียน เด็กวัยเรียน และผู้ช่วยครู รวม ทั้งสิ้น 50 คน โดยกระบวนการที่นำมาใช้ในการศึกษาคั้งนี้ผู้วิจัยได้นำการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมี ส่วนร่วม (Participatory Action Research) โดยใช้แนวทางการส่งเสริมศักยภาพ (The enhancement approach) เพราะกระบวนการดังกล่าวทำให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องที่คุ้นเคยกับปัญหา ในพื้นที่ได้เป็นผู้กำหนด ค้นหาและทำให้ปัญหาชัดเจนขึ้นด้วยการสร้างสำนึกร่วม โดยการสะท้อน ความคิด อภิปรายสถานการณ์เงื่อนไข ความขัดแย้ง ตลอดจนความเชื่อค่า นิยม ได้เรียนรู้แนวคิดที่จะ แก้ปัญหา เพื่อนำไปสู่วิธีการที่สามารถแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้จริง การดำเนินการวิจัยแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะที่ 1 ศึกษาสถานการณ์ปัญหาพฤติกรรมสุขภาพของเด็กในสถานสงเคราะห์ ระยะที่ 2 ระยะ พัฒนารูปแบบการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพและ ระยะที่ 3 ประเมินผลลัพธ์ของรูปแบบ ทำการเก็บ รวบรวมข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพใช้วิธีวิเคราะห์เนื้อหา

(Content analysis) ส่วนข้อมูลเชิงปริมาณวิเคราะห์โดยใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่า t กระบวนการวิจัยประกอบด้วยการค้นหาปัญหาพฤติกรรมสุขภาพของเด็กวัยเรียน การประชุมเพื่อรับรู้ปัญหา วิเคราะห์สาเหตุของปัญหาร่วมกัน ร่วมคิดและวางแผนกิจกรรมเพื่อการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพ จากนั้นนำรูปแบบที่ร่วมกันพัฒนาขึ้นไปทดลองใช้ในกลุ่มเด็กวัยเรียน ผลการวิจัยพบว่า เด็กชายวัยเรียนในสถานสงเคราะห์ มีปัญหาพฤติกรรมสุขภาพ 4 ด้าน ได้แก่ การรักษาความสะอาดร่างกาย การดูแลสุขภาพช่องปาก การป้องกันอุบัติเหตุและการบาดเจ็บและการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ สาเหตุของการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสมคือ ขาดความตระหนัก ขาดระเบียบวินัย ขาดความรู้และทักษะ ขาดผู้ดูแลอย่างใกล้ชิด แนวทางการแก้ไขปัญหาในครั้งแรก ประกอบด้วยการจัดโครงการเด็กดีประจำสัปดาห์และแต่งตั้งผู้ช่วยครูติดตามพฤติกรรมสุขภาพ เมื่อได้นำรูปแบบนี้ไปปฏิบัติในระยะเวลา 1 เดือนพบว่าการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพเพียงเล็กน้อย และมีการปฏิบัติที่ไม่ต่อเนื่อง ผลการสะท้อนการปฏิบัติในวงจรนี้พบว่าแผนการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพนี้ยังไม่สามารถใช้ได้ เนื่องจากในการวางแผนส่วนใหญ่ยังขาดการมีส่วนร่วมจากเด็ก วิธีการที่ใช้ยังไม่ทำให้เด็กเห็นความสำคัญในการดูแลสุขภาพของตนเองจากนั้นผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยได้ร่วมกันวางแผนอีกครั้งหนึ่ง ได้รูปแบบในการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพสำหรับเด็กวัยเรียนชายในสถานสงเคราะห์ ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบหลักคือ 1. การฝึกทักษะซ้ำๆ 2. การสร้างความตระหนักด้วยสื่อที่น่าสนใจ 3. การเสริมความรู้จากบทเรียนที่ได้รับในห้องเรียน 4. การสร้างกฎระเบียบ การเสริมแรงและการลงโทษ 5. การกำกับติดตามอย่างต่อเนื่อง โดยการติดตามประเมิน ตรวจสอบ 6. ระบบพี่ดูแลน้อง เพื่อนดูแลเพื่อน นอกจากนี้ยังมีการสร้างความตระหนัก ผลของการปฏิบัติตามแผนการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพในวงจรที่ 2 พบว่าเด็กวัยเรียนมีคะแนนพฤติกรรมสุขภาพโดยรวมและรายด้านก่อนการใช้รูปแบบอยู่ในระดับปานกลาง และหลังการปฏิบัติตามแผนอยู่ระดับสูง และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพโดยรวมและรายด้านพบว่าก่อนการอบรมแตกต่างจากระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 เด็กมีการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ ปัญหาสุขภาพที่เกิดจากการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสมลดลง โดยปัจจัยและกลยุทธ์ที่ทำให้สำเร็จคือ การสร้างเสริมสุขภาพของเด็กเป็นนโยบายในสถานสงเคราะห์ และการมีส่วนร่วมอย่างแท้จริงของครู เด็กวัยเรียนและผู้ช่วยครูในการแก้ปัญหาพฤติกรรมสุขภาพและสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพให้แก่เด็กในสถานสงเคราะห์ ผลจากการวิจัยในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่ากระบวนการพัฒนารูปแบบที่เน้นการมีส่วนร่วมและเชื่อมั่น ในศักยภาพของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทั้งหมดสามารถนำไปสู่การสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพและสามารถทำให้เกิดการปฏิบัติได้จริงอย่างยั่งยืน

**เรื่องที่ 2** พิชามณูช จันทุส (2554) ได้ทำการวิจัยเรื่องพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5-6 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษายะลาเขต 1 มีวัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง และเปรียบเทียบปัจจัยต่างๆ ได้แก่ เพศ อาชีพของมารดา ระดับการศึกษาของมารดา รายได้ของครอบครัวต่อเดือน และจำนวนสมาชิกในครอบครัว ที่มีต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษายะลาเขต 1 ประชากรกลุ่มตัวอย่างได้แก่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5-6 จากโรงเรียนอนุบาลยะลาและโรงเรียนนิบงชูปถัมภ์ ปีการศึกษา 2552 จำนวน 300 คน รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม นำข้อมูลมาวิเคราะห์ โดยโปรแกรมสำเร็จรูป เพื่อหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบสมมติฐานด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way ANOVA) ด้วยสถิติทดสอบเอฟ (F-test) และวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของตัวแปรรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ (Scheffe) ผลการวิจัยพบว่า 1. อาชีพของมารดาของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับราชการ มีการศึกษาในระดับปริญญาตรี รายได้ของครอบครัวต่อเดือน อยู่ระหว่าง 10,000 -20,000 บาทและมีสมาชิกในครอบครัว 4-5 คน 2. ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองทั้ง 3 ด้านของนักเรียนพบว่า นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของตนเองอยู่ในระดับสูงคิดเป็นร้อยละ 56.5 มีเจตคติต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองอยู่ในระดับดีคิดเป็นร้อยละ 90.9 และนักเรียนมีพฤติกรรมการปฏิบัติในการดูแลสุขภาพตนเองโดยรวม อยู่ในระดับทำบ่อยครั้ง 3. ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเองพบว่า นักเรียนหญิงมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเองดีกว่านักเรียนชาย เช่นเดียวกันกับระดับการศึกษาของมารดาที่ต่างกัน มีผลต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนทั้ง 3 ด้านคือ ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง เจตคติต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง พฤติกรรมการปฏิบัติในการดูแลสุขภาพตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของนักเรียน แบบทดสอบถามความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเองของนักเรียน แบบวัดเจตคติต่อการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่าตามแบบของลิเคิร์ต (Likert Scale) แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของตนเองของนักเรียน โดยมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่าตามแบบของลิเคิร์ต

**เรื่องที่ 3** สุนิสา พรหมป่าซัด (2556) ได้ทำการวิจัยเรื่องพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1.ศึกษาพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 2.เปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล และ 3. ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนบ้านร้านตัดผม ตำบลสองพี่น้อง อำเภอกำแพง จังหวัดชุมพร จำนวน 125 คน ได้มาจากการสุ่มแบบง่าย เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย



ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบที การทดสอบค่า  $f$  การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่า 1. พฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดได้แก่ ด้านงดบุหรี่ สารเสพติด การพนัน และการสำส่อนทางเพศ รองลงมาคือ ด้านการดูแลรักษาร่างกาย และของใช้ให้สะอาด และด้านป้องกันอุบัติเหตุด้วยความไม่ประมาท มีค่าเฉลี่ยเป็นอันดับสุดท้าย 2. พฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีเกี่ยวกับเพศและระดับการศึกษาต่างก็มีพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 3. ปัจจัยความรู้เกี่ยวกับสุขบัญญัติและปัจจัยแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โดยรวมมีความสัมพันธ์กันในทิศทางบวก อยู่ในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**เรื่องที่ 4** บุษกร เฉลิมสินสุวรรณ (2558) ได้ทำการศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้ด้วยการทำงานที่มีผลต่อทักษะการดูแลตนเองและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 3 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของทักษะการดูแลตนเองและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 3 ก่อนและหลังทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และ 2) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของทักษะการดูแลตนเองและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 3 หลังทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 60 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองได้แก่แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชาสุขศึกษาจำนวน 8 แผน แบบวัดทักษะการดูแลตนเองโดยนักเรียนเป็นผู้ประเมิน แบบสำรวจทักษะการดูแลตนเองของนักเรียนโดยผู้ปกครองเป็นผู้ประเมิน และแบบประเมินทักษะการสื่อสาร สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ใช้ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการดูแลตนเองและทักษะการสื่อสารด้วยค่าที ผลการวิจัยพบว่า 1) ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการดูแลตนเองหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการดูแลตนเองหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 2) ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการดูแลตนเองหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ .05

**เรื่องที่ 5** วิชชุดา มัคสิงห์ (2559) ทำการวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของเด็กวัยเรียนในเขตเทศบาลนครนครศรีธรรมราช วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของเด็กวัยเรียน ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมกับการ ดูแลสุขภาพ และศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมดูแลสุขภาพของเด็กวัยเรียนกลุ่มตัวอย่างเป็น

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ในเขตเทศบาลนครนครศรีธรรมราชจำนวน 359 คน คำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของ Yamane วิธีการสุ่มใช้แบบแบ่งกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามประกอบด้วย แบบวัดความรู้ แบบวัดทัศนคติ แบบสอบถามด้านปัจจัยเอื้อ แบบสอบถามด้านปัจจัยเสริม และแบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ ทุกแบบสอบถามผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยกลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ และมีค่าความเที่ยงของเครื่องมือ เท่ากับ .83, .61, .77, .73 และ .78 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ ผลการวิจัยพบว่าพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของเด็กวัยเรียน ในเขตเทศบาลนครนครศรีธรรมราช อยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 71.31) ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับต่ำกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของเด็กวัยเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .28, p < .01$ ) ด้านปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริม มีความสัมพันธ์ทางบวกระดับต่ำกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของเด็กวัยเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .28, .26$  ตามลำดับ,  $p < .01$ ) ปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการดูแลสุขภาพเด็กวัยเรียน ในเขตเทศบาลนครนครศรีธรรมราชได้ ร้อยละ 11.7 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

**เรื่องที่ 6** จิระภา ขำพิสุทธิ์ (2561) ได้ทำการศึกษาเรื่องความฉลาดทางสุขภาพ และพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของนิสิตมหาวิทยาลัยนเรศวร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาระดับความฉลาดทางสุขภาพ ระดับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางสุขภาพกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของนิสิต และ เพื่อหาแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางสุขภาพ และพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของนิสิตคณะกลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยนเรศวร กลุ่มตัวอย่างคือนิสิตชั้นปีที่ 2 จากคณะกลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพ จำนวน 326 คน และสนทนากลุ่มกับเจ้าหน้าที่งานกิจการนิสิต และนิสิต จำนวน 21 คน เครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูล ได้แก่แบบสอบถามความฉลาดทางสุขภาพ พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน การสนทนากลุ่มใช้การวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยปรากฏว่า นิสิตมีความฉลาดทางสุขภาพในระดับสูง พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพในระดับดี ความฉลาดทางสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลาง กับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .33 ; p < .01$ ) การสนทนากลุ่มได้แนวทางการพัฒนาความฉลาดทางสุขภาพ และพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ โดยเห็นว่าควรมีการกำหนดนโยบายการสร้างเสริมสุขภาพ อย่างเป็นรูปธรรม เน้นการปลูกฝังค่านิยมการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ โดยผ่านการสื่อสารที่ทันสมัย ตลอดจนการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาพในมหาวิทยาลัย เพื่อเสริมสร้างความยั่งยืนของพฤติกรรม สำหรับนิสิตควรให้ความ

สนใจแสวงหาความรู้ มีความตระหนักในการสร้างเสริมสุขภาพ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้เหมาะสม เป็นแบบอย่างที่ดีในด้านการสร้างเสริมสุขภาพ

**เรื่องที่ 7** Belcastro (2017) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับเรื่องความขัดแย้งระหว่างสุขภาพกับความรอบรู้ด้านสุขภาพในการพัฒนาสุขภาพส่วนบุคคลและผลลัพธ์ด้านสาธารณสุข โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อดูความสัมพันธ์ของการรู้หนังสือข้อมูลด้านสุขภาพที่ส่งต่อการปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพ ซึ่งการดูแลสุขภาพในหลายบทบาท ได้แก่ 1 การเชื่อมโยงระหว่างสาขาวิชาด้านสุขภาพและการศึกษา 2 ความรู้เรื่องสุขภาพเป็นมาตรฐานขั้นต่ำสำหรับโรงเรียนในการให้การศึกษาศึกษาและ 3 การทำงานด้านการดูแลสุขภาพทำให้รู้ข้อมูลสุขภาพ การดำเนินการวิจัยวัดความรู้ด้านสุขภาพมุ่งเน้นไปที่ทักษะการใช้ภาษาของผู้ใหญ่เช่น การอ่านฉลากยา เครื่องมือที่ใช้ ใช้เครื่องมือวัดความสามารถทางภาษาประเมินความรู้ด้านสุขภาพของผู้ใหญ่ ทำการทดสอบความสำเร็จในวงกว้าง (WRAT) สร้างขึ้นในปี 1940s.9 WRAT ทำการประเมินความสามารถของผู้ใหญ่ในการอ่านคำ สกกด คำถามเข้าใจประโยค ผลการวิจัยพบว่าคนที่ได้รับความรู้ที่ถูกต้องตามหลักวิทยาศาสตร์ ทั้งวัตถุประสงค์และแนวคิดร่วมมือกับทักษะที่เชื่อมโยงกับความสามารถในการตัดสินใจด้านสุขภาพ เช่นเดียวกับการเสริมแรงจูงใจเพื่อสุขภาพที่ดีเป็นเรื่องของสุขศึกษา การรู้หนังสือ หมายถึงบุคคลที่มีความรู้ด้านสุขภาพเพื่อเห็นคุณค่าของสุขภาพและได้รับการส่งเสริมการปฏิบัติตนเพื่อสุขภาพ

สรุปจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า ได้มีการทำการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างทั้งที่เป็นนักเรียน นักศึกษา และวัยผู้ใหญ่ โดยมี 1 เรื่องทำการทดลองกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 (บุษกร เฉลิมสินสุวรรณ, 2558) มี 4 เรื่องทำการทดลองกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 (พิชามญช์ จันทุรส, 2554; สุนิสา พรหมป่าซัด, 2013; รัตนพร วงษ์ตาไข, 2554; วิชชุดา มัคสิงห์, 2016) มี 1 เรื่องทำการทดลองกับนิสิตในระดับมหาวิทยาลัย (จิระภา ขำพิสุทธิ์, 2561) และ มี 1 เรื่องทำกับบุคคลทั่วไปในวัยผู้ใหญ่ (Belcastro, 2017) นอกจากนี้ พบว่า มีงานวิจัย 6 เรื่องที่ใช้ทฤษฎีแนวคิดที่เน้นการให้ความรู้ เจตคติและการปฏิบัติทางด้านสุขภาพจะส่งต่อการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี (สุนิสา พรหมป่าซัด, 2013; รัตนพร วงษ์ตาไข, 2554; วิชชุดา มัคสิงห์, 2016; Belcastro, 2017; บุษกร เฉลิมสินสุวรรณ, 2558; จิระภา ขำพิสุทธิ์, 2561) และมีงานวิจัย 3 เรื่องที่เน้นความร่วมมือจากผู้ปกครองในการให้ความรู้ เอาใจใส่ ติดตามดูแล สนับสนุน จะส่งต่อการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี (พิชามญช์ จันทุรส, 2554; สุนิสา พรหมป่าซัด, 2013; รัตนพร วงษ์ตาไข, 2554) และมีงานวิจัย 2 เรื่องที่เน้นการทำงานด้านสุขภาพหรือการลงปฏิบัติงานที่เกี่ยวกับสุขภาพจะทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดความรู้ความเข้าใจทางด้านสุขภาพที่ดีและจะส่งต่อการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี (บุษกร เฉลิมสินสุวรรณ, 2558; Belcastro, 2017)

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า แนวคิดที่จะนำไปเป็นพื้นฐานในการจัดทำโปรแกรมเพื่อส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร คือ แนวคิดการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง ผู้วิจัยจึงได้สนใจแนวคิดที่ให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการให้ความรู้ เอาใจใส่ ติดตามดูแล สนับสนุน และร่วมประเมินผลการมีพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน เนื่องจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าวข้างต้น พบว่า การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองสามารถส่งผลต่อการมีพฤติกรรมสุขภาพในด้านของการปฏิบัติที่ดีขึ้น

และจากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพจำนวน 7 เรื่อง ดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยได้วิเคราะห์เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ ดังตารางที่ 2.1

ตารางที่ 2.1 การวิเคราะห์เครื่องมือในการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ

ผู้วิจัย/ปี	ชื่องานวิจัย/แหล่งข้อมูล	สถิติที่ใช้	เครื่องมือที่ใช้
1. รัตนพร วงตาไข (2554)	การพัฒนารูปแบบการ สร้างเสริมพฤติกรรม สุขภาพสำหรับเด็กชาย วัยเรียน ในสถาน สงเคราะห์	วิเคราะห์เนื้อหาด้วย (Content analysis) ส่วนข้อมูลเชิงปริมาณ วิเคราะห์โดยใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่า เบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที	แบบสอบถามพฤติกรรม สุขภาพ 4 ด้าน ได้แก่ การรักษาความสะอาด ร่างกาย การดูแล สุขภาพช่องปาก การ ป้องกันการบาดเจ็บการ ป้องกันการกระจายเชื้อ
2. พิชามญช์ จันทร์สุ (2554)	พฤติกรรมการดูแล สุขภาพตนเองของ นักเรียนระดับ ประถมศึกษาปีที่ 5-6 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษายะลาเขต 1	ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่า เบี่ยงเบนมาตรฐาน (One way ANOVA) (F-test) และวิเคราะห์ ความแตกต่างของ ค่าเฉลี่ยของตัวแปรราย คู่ ด้วยวิธีของเชฟเฟ้ (Scheffe)	แบบสอบถามความรู้ ด้านการดูแลสุขภาพ แบบวัดเจตคติโดยมี ลักษณะเป็นมาตราส่วน ประมาณค่าและ แบบสอบถามพฤติกรรม สุขภาพเป็นมาตราส่วน ประมาณค่า
3. สุนิสา พรหมป่าซัด (2556)	พฤติกรรมสุขภาพตาม สุขบัญญัติแห่งชาติใน นักเรียนชั้นประถมศึกษา	ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่า t ค่า f	แบบสอบถามปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ แบบสอบถามพฤติกรรม

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ผู้วิจัย/ปี	ชื่องานวิจัย/แหล่งข้อมูล	สถิติที่ใช้	เครื่องมือที่ใช้
	ปีที่ 4-6 โรงเรียนบ้านร้านตัดผม ตำบลสองพี่น้อง อำเภอสว่าง ท่าแพ จังหวัดชุมพร	วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน	การดูแลสุขภาพเด็กวัยเรียนเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า
5. วิชชุตา มัคสิงห์ (2559)	ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของเด็กวัยเรียนในเขตเทศบาลนครนครศรีธรรมราช	ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สันและการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ	แบบสอบถาม พฤติกรรม สุขภาพเป็นมาตราส่วนประมาณค่า
6. จิระภา ขำพิสุทธิ์ (2561)	ความฉลาดทางสุขภาพและพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของนิสิตมหาวิทยาลัยนเรศวร	ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน	แบบวัดความเข้าใจด้านสุขภาพเป็นแบบปรนัย 4 ตัวเลือก แบบประเมินการสร้างเสริมสุขภาพเป็นแบบประมาณค่า 5 ระดับ
7. Belcastro (2017)	ความขัดแย้งระหว่างสุขศึกษาและความรอบรู้ด้านสุขภาพที่ส่งผลต่อสุขภาพส่วนบุคคลและผลลัพธ์ด้านสาธารณสุข	ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	แบบวัดความสามารถทางภาษาประเมินความรู้ด้านสุขภาพของผู้ใหญ่ (การสื่อสาร) แบบสอบถามข้อมูล พฤติกรรมสุขภาพ แบบมาตราประมาณค่า

จากตารางที่ 2.1 การวิเคราะห์เครื่องมือในการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ พบว่า มีเอกสารบทความวิชาการ 1 เรื่อง และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการประเมินพฤติกรรมสุขภาพจำนวน 7 เรื่อง โดยทุกเรื่องใช้การวัดแบบมาตรวัดประมาณค่า (Rating Scale) ในการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ ซึ่งงานวิจัยที่วัดเฉพาะด้านทักษะการปฏิบัติ มีทั้งหมด 2 เรื่อง (รัตนพร วงตาไข, 2554; สุนิสา พรหมป่าซัด, 2556)

งานวิจัยที่วัดด้านความรู้และทักษะการปฏิบัติ มีทั้งหมด 3 เรื่อง (กองสุขศึกษากรมสนับสนุนบริการสุขภาพกระทรวงสาธารณสุข, 2561; จิระภา ขำพิสุทธิ์, 2561; Belcastro, 2017) และงานวิจัยที่วัดทั้งด้านความรู้ เจตคติ และทักษะการปฏิบัติ มีทั้งหมด 3 เรื่อง (พิชามญช์ จันทุรัส, 2554; บุษกร เฉลิมสินสุวรรณ, 2558; วิชชุดา มัคสิงห์, 2559) ส่วนเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ มีการระบุไว้ว่า 3 เรื่องที่ใช้แบบวัดเป็นแบบมาตรวัดประมาณค่า 3 ระดับ (สุนิสา พรหมป่าซัด, 2556; บุษกร เฉลิมสินสุวรรณ, 2558; วิชชุดา มัคสิงห์, 2559) 1 เรื่อง ใช้แบบวัดเป็นแบบมาตรวัดประมาณค่า 4 ระดับ (รัตนพร วงตาไข, 2554) 1 เรื่อง ใช้แบบวัดเป็นแบบมาตรวัดประมาณค่า 5 ระดับ (จิระภา ขำพิสุทธิ์, 2561) และในงานวิจัยชิ้นนี้ผู้วิจัยจะวัดเพียงการปฏิบัติตนทางด้านสุขภาพเพราะความพร้อมความสามารถและความต้องการของเด็กในระดับประถมศึกษานั้นจะไล่ตามลำดับ โดยเริ่มจากการปฏิบัติเจตคติและนำไปสู่ความรู้ เพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดีในเรื่องของการบริโภคอาหารการออกกำลังกายการแปรงฟันและการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ

จากการศึกษาปัญหาพฤติกรรมสุขภาพที่เกิดขึ้นในเรื่องของการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน การจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมเรื่องการแยกขยะและทิ้งขยะ ผู้วิจัยจึงได้กำหนดเนื้อหา ดังนี้ 1. ในเรื่องของการบริโภคอาหาร ได้แก่ การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การหลีกเลี่ยงขนมกรุบกรอบ ของหวาน และอาหารที่มีไขมันสูง น้ำอัดลม 2. ในการออกกำลังกาย ได้แก่ ความจำเป็นและความสำคัญของการออกกำลังกาย วิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง 3. ในเรื่องของการแปรงฟัน ความจำเป็นและความสำคัญของการแปรงฟัน วิธีการแปรงฟันที่ถูกต้อง การเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดฟัน และ 4. ในด้านการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ ได้แก่ เรื่องของการคัดแยกขยะก่อนทิ้ง

## 2. ทักษะการสื่อสาร

### 2.1 ความหมายของทักษะการสื่อสาร

ความหมายของทักษะตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2552) หมายถึงความชำนาญซึ่งมาจากภาษาอังกฤษคำว่า Skill

พจนานุกรมศัพท์ศึกษาศาสตร์ร่วมสมัย (2558) ได้ขยายความหมายของคำว่าทักษะหมายถึงความชำนาญหรือความสามารถในการกระทำหรือการปฏิบัติอย่างใดอย่างหนึ่งซึ่งอาจเป็นทักษะด้านร่างกาย สติปัญญา หรือสังคมที่เกิดขึ้นจากการฝึกฝนหรือกระทำบ่อย ๆ

สรุปได้ว่าทักษะหมายถึงความชัดเจนหรือความสามารถของบุคคลในเรื่องใดเรื่องหนึ่งซึ่งอาจเป็นทักษะทางด้านร่างกายสติปัญญาและสังคมเกิดขึ้นได้จากการเรียนรู้ฝึกฝนการทำงานร่วมกับผู้อื่น การสอนและการจัดการ

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2554) การสื่อสารหมายถึง วิธีการนำถ้อยคำ ข้อความ หรือหนังสือ จากบุคคลหนึ่งหรือสถานที่หนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่งหรืออีกสถานที่หนึ่ง

การสื่อสาร (Communication) (Chulapedia, 2562) มีรากศัพท์มาจากภาษาละตินคำว่า Communis ตรงกับภาษาอังกฤษว่า Communicate ซึ่งแปลตามตัวอักษรว่า Make Common หมายถึง ทำให้มีสภาพร่วมกัน ซึ่งเป็นความหมายที่ตรงกับธรรมชาติของการสื่อสาร คือ การทำให้เกิดความเข้าใจร่วมกัน ตรงกัน กล่าวคือ มนุษย์มีการสื่อสารซึ่งกันและกันก็เพื่อเข้าใจให้ตรงกันนั่นเอง ดังนั้นการนิยามความหมายคำว่า การสื่อสารจึงเป็นการนิยามที่ตั้งอยู่บนรากฐานของรากศัพท์เดิม คือ ความเข้าใจร่วมกัน

กระทรวงศึกษาธิการ (2551) ได้ให้ความหมายของความสามารถในการสื่อสารว่าเป็นความสามารถในการรับและส่งสาร มีวัฒนธรรมในการใช้ภาษา ถ่ายทอดความคิดความรู้ความเข้าใจความรู้สึกและทัศนคติของตนเองเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารและประสบการณ์อันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเอง และสังคม รวมทั้งการเจรจาต่อรองเพื่อขจัด และลดปัญหาความขัดแย้งต่างๆ การเลือกรับหรือไม่รับข้อมูลข่าวสารด้วยหลักเหตุผลและความถูกต้องตลอดจนการเลือกใช้วิธีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพโดยคำนึงถึงผลกระทบที่มีต่อตนเองและสังคมทักษะการสื่อสารได้แก่ทักษะการพูดการฟังการอ่าน และการเขียน ซึ่งเป็นเครื่องมือของการส่งสาร และการรับสารการส่งสารได้แก่การส่งความรู้ ความเชื่อ ความคิด ความรู้สึก ด้วยคำพูดและการเขียน ส่วนการรับสารได้แก่การรับความรู้ความเชื่อความคิดด้วยการอ่านและการฟังการฝึกทักษะการสื่อสารจึงเป็นการฝึกทักษะการพูดการฟังการอ่านและการเขียนให้สามารถรับสารและส่งสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ส่วน Ratzan, Payne & Bishop (1996) กล่าวสอดคล้องกับ หนึ่งหทัย ขอมผลกลาง และ กิตติกันภัย (2552) ว่า “การสื่อสารสุขภาพ” มีพื้นฐานสำคัญมาจากศาสตร์ 2 แขนง คือการสื่อสาร (Communication) และสาธารณสุข (Public Health) การสื่อสารนับเป็นปัจจัยสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพในรูปแบบต่างๆ เช่น การให้ความรู้เรื่องสุขภาพ (Health Education) การตลาดเพื่อสังคม (Social Marketing) การเรียกร้องสิทธิ (Advocacy) การสื่อสารความเสี่ยง (Risk Communication) การสื่อสารกับผู้ป่วย (Patient Communication) การให้ข้อมูลด้านสุขภาพ (Consumer Health Communication) และการใช้สื่อใหม่ (New Media) เป็นต้น

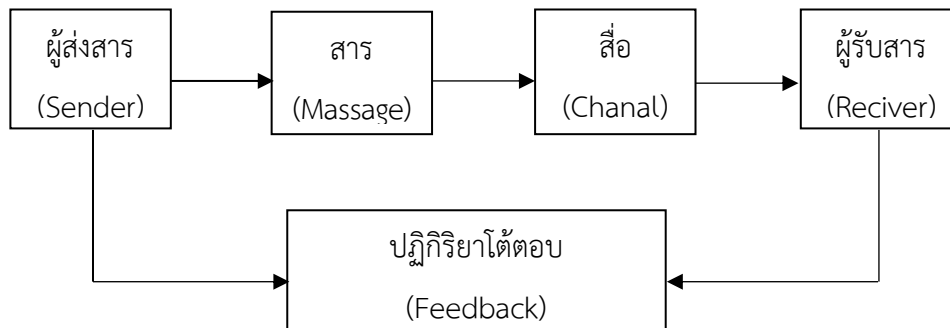
บุษกร เฉลิมสินสุวรรณ (2558) กล่าวว่าว่าทักษะการสื่อสาร เป็นทักษะที่ใช้ในการติดต่อสื่อสารในรูปแบบต่าง ๆ ประกอบไปด้วย การฟัง การพูด การอ่าน และการเขียน

สรุปได้ว่า ทักษะการสื่อสาร หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการรับและส่งสาร ซึ่งเป็นกระบวนการส่งต่อถ่ายทอดข้อมูลด้วยวิธีการพูด หรือเขียน และการรับข้อมูลด้วยวิธีการฟัง หรืออ่าน ทำให้เกิดความเข้าใจร่วมกัน ตรงกัน ในเรื่องของความรู้ ทัศนคติ ความรู้สึก ความคิดและความเข้าใจในเรื่องต่าง ๆ เกี่ยวกับการปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดี และในงานวิจัยนี้ใช้เพื่อพัฒนานักเรียนประถมศึกษาตอนปลายซึ่งผู้วิจัยเห็นว่านักเรียนวัยนี้เป็นวัยที่ต้องเตรียมความพร้อมเพื่อที่จะได้รับศึกษา

ในระดับที่สูงขึ้นดังนั้นทักษะที่นักเรียนจะได้ใช้มากและเพื่อเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองสืบหาความรู้ด้วยตนเองก็คือทักษะการอ่านเนื่องจากปัจจุบันมีความรู้มากมายให้ศึกษาค้นคว้าในรูปแบบของหนังสือหรือบทความที่สื่อสารผ่านตัวหนังสือ และทักษะการเขียนซึ่งเป็นทักษะที่นักเรียนจะต้องแสดงออกในการสื่อสารให้กับผู้รับสารในกรณีที่ไม่สามารถพบเจอกันได้ หรืออยู่ห่างไกลกันไม่สามารถที่จะสื่อสารผ่านการพูดคุยได้ และในปัจจุบันการทดสอบระดับชาติก็ให้ความสำคัญกับทักษะการอ่านและการเขียนเป็นอย่างมากอีกด้วย

## 2.2 องค์ประกอบของการสื่อสาร

จากการศึกษาแบบจำลองการสื่อสารต่าง ๆ ซึ่งเป็นรูปแบบการวิเคราะห์องค์ประกอบของการสื่อสารที่นักสื่อสารสร้างขึ้นเพื่อแสดงขั้นตอนหรือกระบวนการสื่อสาร (คณะกรรมการวิชาภาษาไทยเพื่อการสื่อสาร , 2552; จุไรรัตน์ ลักษณะศิริ และ วีรวัฒน์ อินทรพร, 2558) สามารถสรุปได้ว่าในกระบวนการสื่อสารนั้นจะประกอบไปด้วยส่วนสำคัญ 4 ส่วน เป็นอย่างน้อย ได้แก่ ผู้ส่งสาร (Sender) สาร (Message) สื่อ (Channel) และผู้รับสาร (Receiver) ซึ่งในบางกรณีอาจมีเรื่องของปฏิกริยาตอบสนองหรือปฏิกริยาโต้ตอบ (Feedback) จากผู้รับสารด้วย ดังภาพที่ 2.1



ภาพที่ 2.1 แบบจำลองการสื่อสาร

1. ผู้ส่งสาร คือ บุคคลหรือกลุ่มบุคคลผู้ให้ข้อมูล แสดงความคิด ความรู้สึก ฯลฯ ไปยังผู้รับสารเพื่อก่อให้เกิดผลอย่างใดอย่างหนึ่งต่อผู้รับสาร ซึ่งผู้ส่งสารนี้มีบทบาทสำคัญในการสื่อสารเพราะเป็นผู้กำหนดจุดประสงค์ในการสื่อสาร นอกจากนี้ผู้ส่งสารยังสามารถเปลี่ยนบทบาทเป็นผู้รับสารได้ในกรณีที่ผู้รับสารมีปฏิกริยาตอบสนองกลับมา

2. สาร คือ ถ้อยคำหรือข้อความที่เป็นเรื่องราวอันมีความหมาย โดยแสดงออกมาในรูปของภาษาหรือสัญลักษณ์ต่าง ๆ ซึ่งผู้ส่งสารและผู้รับสารสามารถรับรู้ร่วมกันได้



3. สื่อ คือ สิ่งที่ทำหน้าที่นำสารจากผู้ส่งสารไปยังผู้รับสาร อาจจะเป็นวจนภาษาหรืออวจนภาษาก็ได้ ซึ่งสื่อนี้มีบทบาทในการเป็นตัวกลางให้ผู้ส่งสารและผู้รับสารติดต่อกันได้ โดยสื่อที่มนุษย์ใช้ในการสื่อสารมีหลายประเภท ดังนี้

3.1 สื่อสามัญหรือสื่อธรรมชาติ หมายถึง สื่อที่มีอยู่เองตามธรรมชาติ เช่น บรรยากาศรอบ ๆ ตัวเรา

3.2 สื่อบุคคลหรือสื่อมนุษย์ หมายถึง มนุษย์ที่เป็นตัวกลางในการสื่อสาร เช่น ผู้สื่อข่าว นักเล่านิทาน พิธีกร ครู อาจารย์ เป็นต้น

3.3 สื่อสิ่งพิมพ์ หมายถึง เอกสารทุกชนิดที่ผ่านกระบวนการพิมพ์ เช่น วารสาร นิตยสาร หนังสือพิมพ์ หนังสือ แผ่นพับ เป็นต้น

3.4 สื่ออิเล็กทรอนิกส์ หมายถึง สื่อที่ต้องใช้เทคโนโลยีที่ทันสมัย เช่น วิทยุกระจายเสียง วิทยุโทรทัศน์ โทรศัพท์ โทรสาร คอมพิวเตอร์ เป็นต้น

3.5 สื่อเฉพาะกิจ หมายถึง สื่อที่ทำหน้าที่เรื่องใดเรื่องหนึ่ง เช่น ป้ายโฆษณา ป้ายชื่อถนน ชื่อสิ่งของ เป็นต้น

3.6 สื่อระคนหรือสื่อผสม หมายถึง สื่อในรูปแบบต่างๆที่นำมาผสมผสานกันจนเป็นรูปแบบใหม่โดยมีเอกลักษณ์ของสื่อแต่ละแบบรวมกันอยู่ เช่น สื่อพื้นบ้านต่าง ๆ วัตถุประสงค์ เป็นต้น

4. ผู้รับสาร หมายถึง บุคคลหรือกลุ่มบุคคลผู้รับข้อมูล ความคิด ความรู้สึก ฯลฯ ที่ผู้ส่งสารส่งมา โดยสามารถกำหนดรู้และเข้าใจความหมาย เนื้อหาของสารไม่ว่าจะเป็นวจนภาษาหรืออวจนภาษา นอกจากนี้ผู้รับสารยังสามารถเปลี่ยนบทบาทเป็นผู้ส่งสารได้ในกรณีที่ผู้รับสารมีปฏิกิริยาตอบสนองกลับไปสู่ผู้ส่งสาร

5. ปฏิกริยาโต้ตอบ คือ กระบวนการสื่อสารย้อนกลับ ในการสื่อสารครั้งหนึ่งๆนั้นอาจมีปฏิกิริยาตอบสนองหรือไม่ก็ได้ ขึ้นอยู่กับว่าผู้รับสารต้องการตอบสนองสารและเจตนาของผู้ส่งสารหรือไม่ ปฏิกริยาโต้ตอบนี้ถือว่ามีส่วนสำคัญในการสื่อสาร เพราะจะทำให้ผู้ส่งสารทราบว่าการสื่อสารของตนนั้นสัมฤทธิ์ผลหรือไม่

เพราะฉะนั้น ในการสื่อสารแต่ละครั้งจะบรรลุวัตถุประสงค์หรือไม่ต้องขึ้นอยู่กับองค์ประกอบทั้ง 4 ประการ ซึ่งได้แก่ ผู้ส่งสาร สาร สื่อ และผู้รับสาร และรวมไปถึงการมีปฏิกริยาโต้ตอบดังกล่าวมาแล้วข้างต้นด้วย โดยทิศทางของการสื่อสารดังกล่าวนี้มี 2 ลักษณะ คือ การสื่อสารทางเดียว (One Way Communication) และการสื่อสารสองทิศทาง (Two Way Communication) ซึ่งทิศทางของการสื่อสารดังกล่าวนี้ขึ้นอยู่กับว่าการสื่อสารในครั้งนั้นมีปฏิกิริยาตอบสนองจากผู้รับสารหรือไม่

สอดคล้องกับ Chulapedia (2562) กล่าวถึงกระบวนการถ่ายทอดสารของมนุษย์โดยทั่วไปจะประกอบไปด้วยองค์ประกอบ 4 ประการ คือ

1. ผู้ส่งสาร หรือผู้เข้ารหัส (sender / encoder) คือ บุคคลหรือกลุ่มบุคคลที่เป็นผู้ริเริ่มหรือเริ่มต้นส่งสารไปให้อีกบุคคลหนึ่งจะโดยตั้งใจหรือไม่ก็ตาม หรือเป็นผู้ทำหน้าที่ส่งสารผ่านช่องทางหนึ่งไปยังผู้รับสาร ฉะนั้น ผู้ส่งสารจึงมีบทบาทในการชี้แนะว่าพฤติกรรมการสื่อสารภายในสถานการณ์หนึ่งๆ นั้น จะเป็นไปในรูปแบบใดและมีผลอย่างไรหรืออีกนัยหนึ่งก็คือ ผู้ส่งสารคือ ผู้กระตุ้น (stimulus) ที่ทำให้เกิดการตอบสนอง (response) จากผู้รับสาร หรือผู้ส่งสารอาจเรียก ผู้เข้ารหัส (encoder) คือ ผู้ที่รับผิดชอบในการนำความคิดของผู้ริเริ่ม ความคิดหรือแหล่งสาร (source) ส่งไปยังผู้ที่ต้องการจะสื่อสารด้วย โดยการใช้อนุญาณ (signal) และสัญลักษณ์ (symbol) หรือเรียกว่า การเข้ารหัส (encoding) ซึ่งแสดงถึงเป้าหมายหรือสิ่งที่แหล่งสารต้องการสื่อ

2. ผู้รับสาร หรือ ผู้ถอดรหัส (receiver / decoder) คือ ผู้ที่รับสารจากบุคคลหนึ่งหรือกลุ่มบุคคลหนึ่ง เมื่อได้รับสารผู้รับสารจะเกิดการตีความและการตอบสนองจะโดยตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตาม และส่งปฏิกิริยาตอบสนอง (feedback) กลับไปให้ผู้ส่งสาร หรือผู้รับสารเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ผู้ถอดรหัส (decoder) คือ ผู้ที่ถอดความหมายของสัญญาณหรือสัญลักษณ์ที่ผู้เข้ารหัสส่งมา หรืออีกนัยหนึ่ง คือ ผู้รับผิดชอบการถอดรหัสของสาร (decoding) เพื่อให้ผู้รับสารปลายทาง (receiver / destination) หรือผู้รับสารที่ผู้ส่งสารต้องการให้ได้รับสารของตน

3. สาร (message) หมายถึง สิ่งที่ผู้ส่งสารไปให้ผู้รับสารในรูปของรหัสคำว่า “รหัส” หมายถึง สัญญาณ (signal) หรือสัญลักษณ์ (symbol) หรือกลุ่มของสัญลักษณ์ที่ถูกสร้างขึ้นในลักษณะที่มีความหมายต่อคน และผู้รับสารสามารถเข้าใจความหมายของมันได้ต่อเมื่อมีการถอดความหมายของสัญญาณหรือสัญลักษณ์ออกมา สัญญาณหรือสัญลักษณ์ในที่นี้อาจเป็น คำพูด ตัวหนังสือ รูปภาพ เครื่องหมาย หรือการทำทางต่างๆ ฯลฯ ซึ่งเป็นสิ่งที่แสดงหรือถ่ายทอดความคิด ความรู้สึก ความต้องการและสาร (message) วัตถุประสงค์ของผู้รับสาร ซึ่งส่วนใหญ่แล้วสารก็คือภาษา (language) โดยสามารถแบ่งเนื้อหาของสารได้ 2 ประเภทคือ

3.1 รหัสของสารที่ใช้คำ (Verbal Message Codes) ได้แก่ ภาษาอันเป็นระบบของสัญลักษณ์และหรือระบบของสัญญาณที่มนุษย์ใช้เป็นเครื่องมือในการติดต่อซึ่งกันและกัน มนุษย์ได้สร้างขึ้นและพัฒนาสืบต่อมาโดยลำดับ ภาษาจะมีโครงสร้าง (Structure) ที่ทำให้ส่วนประกอบต่าง ๆ (Elements) รวมเข้าไปด้วยกันอย่างมีความหมาย (ส่วนประกอบของภาษา เช่น เสียง (Sound) ตัวอักษร (Letters) คำ (Words) คำสะกดการันต์ เครื่องหมายต่างๆ ฯลฯ ซึ่งสิ่งเหล่านี้สามารถนำมาเรียบเรียงเข้าเป็นถ้อยคำ เป็นวลี และประโยคที่มีความหมาย โดยอาศัยระเบียบและกฎเกณฑ์ของภาษานั้นๆ เป็นหลัก เช่น โครงสร้างประโยคตามหลักการเขียนภาษาไทย ภาษาอังกฤษ เป็นต้น

3.2 รหัสของสารที่ไม่ใช้คำ (Nonverbal Message Codes) ได้แก่ ระบบสัญลักษณ์สัญญาณหรือเครื่องหมายใดๆ ก็ตามที่ไม่เกี่ยวข้องกับการใช้ถ้อยคำ เช่น ดนตรี การเต้นระบำ อากัปกิริยาท่าทาง

(Gesture) การแสดงทางหน้าตา (Facial Expression) สี จง สัญญาณไฟ คว้น สัญญาณ การวาดภาพ ฯลฯ ซึ่งแต่ละอย่างมีส่วนประกอบย่อย และเมื่อรวมเข้าด้วยกันตามแบบที่กำหนดก็ทำให้มีความหมายขึ้น

4. ช่องทางการสื่อสาร (Channel) คือ ตัวกลางที่ช่วยในการนำส่งสารจากผู้ส่งสารไปยังผู้รับสาร ช่องทางเปรียบเสมือนทางหรือพาหะระหว่างผู้ร่วมสื่อสาร ช่องทางการสื่อสารแบ่งเป็น 3 ประเภท

4.1 ช่องทางที่เป็นตัวกลางนำสารจากผู้ส่งสารไปให้ผู้รับสาร ซึ่งได้แก่ คลื่นแสง คลื่นเสียง วิทยุ โทรเลข โทรศัพท์ หนังสือพิมพ์ เป็นต้น ช่องทางเหล่านี้เน้นหนักในเรื่องสื่อทางเทคโนโลยี

4.2 ช่องทางที่เป็นพาหะของสิ่งที่นำสาร เช่น อากาศ ซึ่งเป็นตัวนำคลื่นเสียงไปสู่ประสาทรับความรู้สึกต่างๆ หรือประสาททั้งห้า (ได้แก่ การเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การสัมผัส และการลิ้นรส) ช่องทางประเภทนี้พบในกระบวนการสื่อสารระหว่างบุคคล

4.3 วิธีในการเข้ารหัสและถอดรหัสสาร (mode of encoding and decoding) เช่น การใช้วิธีพูด การใช้วิธีเขียน เป็นต้น

สรุปได้ว่า องค์ประกอบของการสื่อสารประกอบด้วยส่วนสำคัญ 4 ส่วน ได้แก่ 1. ผู้ส่งสาร หมายถึง บุคคลหรือกลุ่มบุคคลผู้ให้ข้อมูล แสดงความคิด ความรู้สึก ฯลฯ ไปยังผู้รับสารเพื่อก่อให้เกิดผลอย่างใดอย่างหนึ่งต่อผู้รับสาร 2. สาร หมายถึง ถ้อยคำหรือข้อความที่เป็นเรื่องราวอันมีความหมาย โดยแสดงออกมาในรูปของภาษาหรือสัญลักษณ์ต่าง ๆ ซึ่งผู้ส่งสารและผู้รับสารสามารถรับรู้ร่วมกันได้ 3. สื่อ หมายถึง สิ่งที่ทำหน้าที่นำสารจากผู้ส่งสารไปยังผู้รับสาร และ 4. ผู้รับสาร หมายถึง บุคคลหรือกลุ่มบุคคลผู้รับข้อมูลที่ผู้ส่งสารส่งมา และในเรื่องของทักษะการสื่อสารนั้นในงานวิจัยนี้จะเน้นไปที่ทักษะในการส่งสาร ซึ่งจะต้องมีวิธีการในการสื่อหรือส่งให้สารไปถึงผู้รับอย่างถูกต้องชัดเจน และจะต้องมีทักษะกระบวนการในการรับสารจากผู้ส่งสาร โดยทักษะการสื่อสารแบ่งออกเป็นประเภทได้ตามหัวข้อที่ 2.3

### 2.3 ประเภทของทักษะการสื่อสาร

หน่วยงานและนักการศึกษา (คณะกรรมการวิชาภาษาไทยเพื่อการสื่อสาร, 2552; จูไรรัตน์ ลักษณะศิริ และ วีรวัฒน์ อินทรพร, 2556) ได้ระบุประเภทของทักษะการสื่อสาร (Communication Skills) แบ่งออกเป็น 4 ประเภท ได้แก่

1. ทักษะการฟัง (Listening Skills) หมายถึง การได้รับสารที่ส่งมาและทำความเข้าใจ ความหมายของสารที่รับมาได้อย่างเข้าใจตรงกัน ความสำคัญของทักษะการฟัง มีดังนี้

- ช่วยให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน
- ช่วยพัฒนาความรู้
- ช่วยให้สบายใจ
- ช่วยระบายความรู้สึก

- ช่วยให้พูดได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. ทักษะการอ่าน (Reading Skills) หมายถึง การรู้ สังเกตและทำความเข้าใจความหมายของทั้งวจนภาษาและอวจนภาษา ความสำคัญของทักษะการอ่าน มีดังนี้

- ช่วยสร้างองค์ความรู้
- ช่วยพัฒนาด้านอารมณ์
- ช่วยส่งเสริมความคิด
- ช่วยหาคำตอบ

3. ทักษะการพูด (Speaking Skills) หมายถึง การสื่อสารโดยใช้วจนภาษาและอวจนภาษา เพื่อให้ผู้ฟังได้รับสารแล้วเกิดความเข้าใจในสารนั้น ๆ ความสำคัญของทักษะการพูด มีดังนี้

- ช่วยให้ข้อมูล
- ช่วยโน้มน้าว
- ช่วยสร้างความบันเทิง
- ช่วยสร้างสรรค์
- ช่วยให้รู้สึกดี

4. ทักษะการเขียน (Writing Skills) หมายถึง การใช้ภาษาเพื่อสื่อสารถึงความรู้ ความคิด ความรู้สึก และอารมณ์ต่างๆ จากผู้เขียนไปยังผู้อ่าน ความสำคัญของทักษะการเขียน มีดังนี้

- ช่วยถ่ายทอดและบันทึกข้อมูล
- ช่วยพัฒนาสติปัญญาและอารมณ์
- ช่วยสร้างความเข้าใจ
- ช่วยอธิบาย
- ช่วยเล่าเรื่อง

ซึ่งสอดคล้องกับ บุษกร เฉลิมสินสุวรรณ (2558) ได้ศึกษาทักษะในการสื่อสารประกอบไปด้วย 4 ด้าน ดังนี้

1. การฟัง หมายถึง การทำความเข้าใจของผู้ฟังต่อข้อมูลที่ได้รับจากการได้ยิน สิ่งสำคัญคือผู้ฟังจะต้องทำความเข้าใจถึงความหมายของข้อมูลและผู้พูดต้องการสื่อให้ถูกต้องครบถ้วนและชัดเจน เพื่อไม่ให้เกิดความเข้าใจที่ผิดพลาด ซึ่งต้องอาศัยกระบวนการถ่ายทอดข้อมูลของผู้พูดและกระบวนการรับ ข้อมูลของผู้ฟัง จึงจะทำให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนด

2. การพูด หมายถึง การถ่ายทอดความรู้สึก ความคิดหรือข้อมูลอื่นๆที่ผู้พูดต้องการจะนำเสนอโดยการใช้น้ำเสียงและสีหน้าท่าทางในการถ่ายทอดสารต่าง ๆ ออกมา วัตถุประสงค์เพื่อ

- 2.1 เพื่อถ่ายทอดข้อมูลหรือบอกเล่าเรื่องราว
- 2.2 เพื่อแสวงหาความรู้
- 2.3 เพื่อโน้มน้าวใจ
- 2.4 เพื่อสร้างความบันเทิง
- 2.5 เพื่อแก้ไขความเข้าใจที่คลาดเคลื่อน

3. การอ่าน หมายถึง การแปลความหมายและการทำความเข้าใจต่อข้อความลายลักษณ์อักษร สัญลักษณ์ต่างๆ รวมถึงสิ่งที่เกี่ยวข้องและมีความหมายที่ปรากฏร่วมกับลายลักษณ์อักษรด้วย สามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ ๆ ได้แก่

3.1 การอ่านออกเสียง คือการทำความเข้าใจข้อความที่อ่านไปพร้อมๆ กับการเปล่งเสียง ดังนั้น ผู้อ่านจะต้องมีสมาธิในขณะที่อ่านข้อความที่ปรากฏอยู่ตรงหน้ารวมทั้งต้องใช้น้ำเสียงให้เหมาะสมกับเรื่องที่อ่าน รู้จักการแบ่งวรรคตอนความถูกต้องของถ้อยคำที่เปล่งเสียงออกมาเพราะจะมีผลต่อความหมายของข้อความที่ต้องการจะสื่อสาร

3.2 การอ่านในใจ คือการอ่านที่ผู้อ่านต้องทำความเข้าใจกับข้อมูลนั้นๆ ในขณะที่กวาดสายตาและต้องรู้จักความสำคัญของเรื่องนั้นๆ การอ่านในใจเป็นกลไก ร่วมกันระหว่างสายตาและสมองซึ่งเป็นทักษะที่สามารถฝึกฝน ให้มีประสิทธิภาพได้ โดยพิจารณาจากความสามารถในการรับรู้ จดจำเข้าใจ และความเร็วในการอ่าน

4. การเขียน หมายถึง กระบวนการถ่ายทอดและบันทึกข้อมูล อันได้แก่ความรู้ ความคิด ความรู้สึกหรือข้อมูลอื่นๆ ที่ต้องการจะถ่ายทอดไปยังผู้อ่าน โดยใช้ลายลักษณ์อักษรเป็นสื่อที่จะส่งสารไปยังผู้รับสาร ซึ่งต้องอาศัยการเลือกใช้คำ รูปแบบการเขียน และกลวิธีการนำเสนอวัตถุประสงค์ในการเขียนประกอบด้วย

- 4.1 เขียนเพื่ออธิบาย
- 4.2 เขียนเพื่อเล่าเรื่อง
- 4.3 เขียนเพื่อจูงใจ
- 4.4 เขียนเพื่อแสดงความคิดเห็นแนะนำหรือวิพากษ์วิจารณ์

สรุปได้ว่า ทักษะการสื่อสารแบ่งออกเป็น 4 ประเภท ได้แก่ 1. ทักษะการฟัง หมายถึง การได้รับสารที่ส่งมาและทำความเข้าใจความหมายของสารที่รับมาได้อย่างเข้าใจตรงกัน การประเมินทักษะการฟังใช้วิธีการให้ฟังและตอบคำถามการจับใจความสำคัญจากเรื่องที่ฟัง หรือแบบสังเกตจากการทำตามคำสั่ง คำบอกต่าง ๆ โดยใช้แบบประเมินหรือแบบทดสอบการฟัง การบอกความหมายของคำ 2. ทักษะการพูด หมายถึง การถ่ายทอดความรู้สึก ความคิดหรือข้อมูลอื่นๆที่ผู้พูดต้องการจะนำเสนอโดยใช้ภาษา

น้ำเสียงและสีหน้าท่าทางในการถ่ายทอด การประเมินทักษะการพูดใช้แบบวัดทักษะการพูดโดยมุ่งเน้นไปที่การใช้ภาษา พูดได้ตรงประเด็น การออกเสียงตามหลักการออกเสียง 3. ทักษะอ่าน หมายถึง การทำความเข้าใจต่อข้อความลายลักษณ์อักษรสัญลักษณ์ต่าง ๆ การประเมินทักษะการอ่านใช้การประเมินโดยเน้นที่การออกเสียง การอ่านเพื่อความเข้าใจ หมายความว่ารู้ความหมายของคำของเรื่องที่อ่าน และ 4. ทักษะการเขียน หมายถึง กระบวนการถ่ายทอดและบันทึกข้อมูลโดยใช้ลายลักษณ์อักษรเป็นสื่อที่จะส่งสารไปยังผู้รับสาร ซึ่งต้องอาศัยการเลือกใช้คำ รูปแบบการเขียน การประเมินทักษะการเขียน ใช้แบบทดสอบวัดสัมฤทธิ์ แบบเขียนเรียงความ โดยเน้นที่การเขียนคำถูกต้อง การเขียนสื่อเรื่องราวได้ตรงประเด็น และการลำดับเรื่องราวต่อเนื่องเป็นลำดับเข้าใจง่าย

## 2.4 การประเมินทักษะการสื่อสาร

นักวิชาการ ได้กล่าวถึงการวัดประเมินผลทักษะการสื่อสาร (สุวิมล ว่องวานิช, 2546; เอมอมร จังศิริพรภรณ์, 2550; กรมวิชาการ, 2551; โชติกา ภาชีผล ณีภูธรณ์ หลาวทอง และ กมลวรรณ ตั้งธนานนท์, 2558) ไว้ดังนี้

การวัดและประเมินผลทักษะการสื่อสารเป็นการวัดและประเมินทักษะในการติดต่อสื่อสาร และแลกเปลี่ยนข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและตอบสนองต่อจุดมุ่งหมายการเรียนรู้ที่หลากหลายระหว่างผู้สอนและผู้เรียนผ่านวิธีการสื่อสารทั้ง 4 ด้านได้แก่การฟังพูดอ่านและเขียนโดยให้ความสนใจกับข้อมูลของผู้เรียนเป็นรายบุคคลหรือรายกลุ่มเพื่อเป็นการสนับสนุนให้ผู้เรียนมีการพัฒนาและปรับปรุงให้สามารถเรียนรู้ได้อย่างเต็มศักยภาพและมีประสิทธิภาพโดยมีเทคนิคการวัดที่สามารถเลือกใช้ได้อย่างหลากหลายไม่ว่าจะเป็นการถามตอบในชั้นเรียนการพูดหน้าชั้นเรียนการอภิปรายในชั้นเรียน การเขียนรายงานการตรวจแบบฝึกหัดการปฏิบัติตามคำสั่ง เป็นต้น

### ลักษณะในการวัดและประเมินผลทักษะการสื่อสาร

1. ทักษะการฟัง อาจทำได้หลายลักษณะ การวัดผลควบคู่ไปกับทักษะการพูดหรือการเขียน โดยมีการวัดและประเมินผลในประเด็นดังนี้

- 1.1 ความเข้าใจของข้อความหรือคำสั่ง
- 1.2 การจับใจความสำคัญ
- 1.3 การถ่ายทอดคำพูดจากเรื่องราวที่ฟัง
- 1.4 การปฏิบัติตามคำสั่งจากเรื่องที่ฟัง
- 1.5 การเขียนตามคำบอกและการเล่าเรื่อง
- 1.6 การรู้ความหมายของคำศัพท์

2. ทักษะการพูด สามารถใช้วิธีการสอบแบบตรงเนื่องจากผู้พูดได้แสดงทักษะการพูดจริงโดยการทดสอบการพูดเช่นการอธิบายการเล่าเรื่องตามสภาพที่เป็นจริงตามประสบการณ์หรือในสถานการณ์จำลอง เป็นการพูดที่ผู้พูดสามารถแสดงความคิดเห็นของตนเองสามารถยืดหยุ่นได้เช่นการสัมภาษณ์การสนทนาการแสดงบทบาทสมมุติการอภิปรายการโต้วาที่เป็นต้น โดยมีการวัดและประเมินผลในประเด็นดังนี้

- 2.1 การใช้ภาษาคำศัพท์หรือเนื้อหา
- 2.2 การพูดสื่อความได้ตรงประเด็น
- 2.3 การออกเสียงควบกล้ำ ร, ล
- 2.4 การออกเสียงถูกต้องตามหลักการออกเสียง มีเน้นหนักในคำหรือประโยค
- 2.5 บุคลิกภาพในการพูด

3. ทักษะการอ่าน โดยเนื้อหาต่างๆที่นำมาให้นักเรียนได้อ่านควรคำนึงถึงความเหมาะสมกับวัยของผู้เรียนโดยมีการวัดและประเมินผลในประเด็นดังนี้

- 3.1 การอ่านจับใจความสำคัญ
- 3.2 การอ่านออกเสียง
- 3.3 การอ่านเพื่อความเข้าใจ
- 3.4 การอ่านแล้วสามารถปฏิบัติตามคำสั่งหรือเรื่องี่อ่านได้
- 3.5 การรู้ความหมายของคำหรือเรื่องี่อ่าน

4. ทักษะการเขียน เป็นการวัดและประเมินผลในการใช้ภาษาของผู้เรียนด้วยการตอบคำถาม การแสดงความคิดเห็นรวมทั้งการบอกเล่าเรื่องราวต่างๆของตนเองออกมาเป็นลายลักษณ์อักษรที่ผู้เขียนจะสื่อความหมายให้ผู้อ่านเข้าใจความรู้สึก และสามารถแสดงออกถึงความสามารถในการใช้ภาษา และการใช้เครื่องหมายต่างๆในการเขียนด้วย สามารถทดสอบทักษะการเขียนได้ 2 แบบ คือ แบบอัตนัย และแบบปรนัย โดยมีการวัดและประเมินผลในประเด็นดังนี้

- 4.1 การใช้ภาษา เช่นการสะกดคำการเลือกใช้คำให้เหมาะกับเรื่องี่เขียน
- 4.2 การเขียนสื่อความได้ตรงประเด็นตามหัวข้อที่กำหนด
- 4.3 การใช้โครงสร้างประโยค
- 4.4 การลำดับความต่อเนื่องของเรื่องี่เขียน
- 4.5 การใช้เครื่องหมายวรรคตอนถูกต้องเหมาะสม

และจากการศึกษาในเรื่องขององค์ประกอบของทักษะการสื่อสารจะเห็นว่าประกอบไปด้วยการฟัง การพูด การอ่าน และการเขียน ดังนั้นใน การประเมินจะต้องประเมินทั้ง 4 ด้าน จากการสืบค้นและการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับการประเมินทักษะการสื่อสารแยกตามทักษะ ดังนี้

**1. การฟัง** จากงานวิจัยของ วาสนา สิงห์ทองลา (2555) ได้ศึกษาการพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ภาษาเพื่อการสื่อสาร โดยในการประเมินทักษะการฟังใช้แบบสัมภาษณ์ แบบทดสอบการฟัง ญาณิศา สูทรวงดี (2555) ได้ศึกษาเรื่องความสามารถในการฟังภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 33 จังหวัดสุรินทร์โดยในการประเมินทักษะการฟังใช้แบบทดสอบวัดความสามารถในการฟัง มณีนรัตน์ กรรณิการ์ (2559) ได้ศึกษาเรื่องการพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษโดยใช้รายการโทรทัศน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยในการประเมินทักษะการฟังใช้แบบทดสอบทักษะการฟัง และ ศุภวรรณ นาคนิล (2552) ได้ทำการศึกษาเรื่องการพัฒนาทักษะการฟัง – การพูดภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยใช้กิจกรรมการเล่นพื้นบ้านโดยในการประเมินทักษะการฟังใช้แบบทดสอบย่อยเรื่องการฟังและพูด แบบบันทึกพฤติกรรม

**2. การพูด** จากงานวิจัยของ วรณพรพรรณ เลิศวัตรกานต์ (2556) ได้ศึกษาเรื่องการพัฒนาชุดกิจกรรมโดยเน้นงานปฏิบัติเพื่อฝึกทักษะการฟังและพูดภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยในการประเมินทักษะการพูดใช้แบบวัดทักษะการพูด ณัฐวดี ศีลาภรณ์ (2556) ได้ทำการศึกษาเรื่องความสามารถทางการพูดของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมเล่นิทานประกอบหุ่น โดยในการประเมินทักษะการพูดใช้แบบวัด ความสามารถทางการพูด ของเด็กปฐมวัย และ สุนทรีย์ บุญจันทร์ (2555) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการสื่อสารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีภาวะออทิสซึมจากการสอนโดยใช้บทสนทนาทางสังคม (Social Scripts) ร่วมกับการแสดงบทบาทสมมติ โดยในการประเมินทักษะการพูดใช้แบบประเมินความสามารถในการพูดสื่อสาร

**3. การอ่าน** จากงานวิจัยของ ลุณา ศรีกุดา (2553) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะการอ่านและเขียนคำพื้นฐานภาษาไทย โดยในการประเมินทักษะการอ่านและเขียน ใช้แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการอ่าน และการเขียนคำพื้นฐาน มยุฉัตร กลิ่นผึ้ง (2559) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาแบบฝึกทักษะการอ่านจับใจความสำคัญภาษาไทยเพื่อพัฒนาทักษะการอ่านจับใจความสำคัญของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยการประเมินทักษะการอ่านใช้แบบฝึกทักษะการอ่านจับใจความสำคัญภาษาไทย แบบวัดทักษะการอ่านจับใจความสำคัญภาษาไทย และ มณีนรัตน์ กันหาวรรณะ (2557) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาการอ่านและเขียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่อ่านและเขียนไม่คล่องโดยใช้ชุดฝึกแจกลูกและสะกดคำ โดยการประเมินทักษะการอ่าน และการเขียน ใช้แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการอ่านและการเขียน

**4. การเขียน** จากงานวิจัยของ ลุณา ศรีกุดา (2553) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะการอ่านและเขียนคำพื้นฐานภาษาไทย โดยในการประเมินทักษะการอ่านและเขียน ใช้แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการอ่าน และการเขียนคำพื้นฐาน มณีนรัตน์ กันหาวรรณะ (2557)



ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาการอ่านและเขียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่อ่านและเขียนไม่คล่องโดยใช้ชุดฝึกแจกลูกและสะกดคำ โดยการประเมินทักษะการอ่าน และการเขียน ใช้แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการอ่านและการเขียน แสงระวี ประจวบวัน (2553) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะการเขียนความเรียงโดยใช้แบบฝึกทักษะที่ใช้แผนที่ความคิดสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยการประเมินทักษะการเขียน ความเรียง ใช้แบบฝึกทักษะ การเขียนความเรียง แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนความเรียง สายพิณ เพ็งสันเทียะ (2552) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะการเขียนสื่อสารด้วยกระบวนการจัดการเรียนรู้โดยใช้ผลการประเมินงานเขียนของนักเรียน ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นที่ 1 โดยในการประเมินทักษะการเขียน ใช้แบบประเมินงานเขียน และ วิไลลักษณ์ แก้วกระจ่าง (2557) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการเพิ่มทักษะการเขียนด้วยชุดแบบฝึกโครงเรื่อง โดยในการประเมินทักษะการเขียน ใช้การเขียนเรียงความยาว 1 หน้ากระดาษ A4

สรุปได้ว่าทักษะการสื่อสารประกอบด้วยทักษะการฟัง พูด อ่าน และเขียน การประเมินทักษะการฟังจะใช้วิธีการให้ฟังและตอบคำถามจับใจความสำคัญจากเรื่องที่ฟัง หรือแบบสังเกตจากการทำตามคำสั่งคำบอกต่าง ๆ โดยใช้แบบประเมินหรือแบบทดสอบการฟัง การบอกความหมายของคำ การประเมินทักษะการพูดประเมินโดยใช้แบบวัดทักษะการพูดโดยมุ่งเน้นไปที่การใช้ภาษา พูดได้ตรงประเด็น การออกเสียงตามหลักการออกเสียง การประเมินทักษะการอ่านใช้แบบวัดทักษะการอ่านในการประเมินโดยเน้นที่การออกเสียง การอ่านเพื่อความเข้าใจ รู้ความหมายของคำของเรื่องที่อ่าน การประเมินทักษะการเขียน ใช้แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ แบบเขียนเรียงความ โดยเน้นที่การเขียนคำถูกต้อง การเขียนสื่อเรื่องราวได้ตรงประเด็นลำดับเรื่องที่เขียนต่อเนื่องผู้อ่านเข้าใจ

และจากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทักษะการสื่อสารและการประเมินทักษะการสื่อสารจำนวน 17 เรื่อง มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

**เรื่องที่ 1** สายพิณ เพ็งสันเทียะ (2552) ศึกษาการพัฒนาทักษะการเขียนสื่อสารด้วยกระบวนการจัดการเรียนรู้โดยใช้ผลการประเมินงานเขียนของนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 วัดดูประสงค์เพื่อศึกษาผลการพัฒนาทักษะการเขียนสื่อสารด้วยกระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ใช้ผลการประเมินงานเขียนของนักเรียนชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 กลุ่มเป้าหมายคือ นักเรียนชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพ 1 สถิติที่ใช้ในการวิจัย คือ ค่าเฉลี่ยและร้อยละ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ 1.เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้แบบประเมินผลการเขียนสื่อสาร และแบบทดสอบท้ายวงจร 2.เครื่องมือที่ใช้สะท้อนผลการจัดการเรียนรู้ได้แก่ แบบสังเกตพฤติกรรมการสอนของครูและแบบสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียนใช้รูปแบบวิจัยเชิงปฏิบัติการ Action Research ผลการวิจัยพบว่าการพัฒนาทักษะการเขียนสื่อสารด้วยกระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ใช้ผลการประเมินงานเขียนของนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1

มีคะแนนเฉลี่ยร้อยละ 72.64 และมีจำนวนนักเรียนผ่านเกณฑ์คิดเป็นร้อยละ 85.71 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้คือ 70/70

**เรื่องที่ 2** แสงระวี ประจวบวัน (2553) ศึกษาการพัฒนาทักษะการเขียนความเรียงโดยใช้แบบฝึกทักษะที่ใช้แผนที่ความคิดสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 วัดดูประสงค์ของการวิจัย คือ 1. เพื่อสร้างและหาประสิทธิภาพของแบบฝึกทักษะการเขียนความเรียงสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 80/80 2. เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะการเขียนความเรียงสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังเรียน โดยใช้แบบฝึกทักษะที่ใช้แผนที่ความคิด 3. เพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบฝึกทักษะการเขียนความเรียง ที่ใช้แผนที่ความคิดสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มเป้าหมายได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สถิติที่ใช้ในการวิจัย คือ ค่าเฉลี่ยและร้อยละ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย 1. แผนการจัดการเรียนรู้การเขียนความเรียงที่ใช้แผนที่ความคิดจำนวน 5 แผน 2. แบบฝึกทักษะการเขียนความเรียง 3. แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเขียนความเรียง 4. แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการจัดการเรียนรู้ ผลการวิจัยพบว่า ประสิทธิภาพของแบบฝึกทักษะการเขียนความเรียงที่มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 80/80 และค่าประสิทธิภาพ 80.13/82.11 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะการเขียนความเรียง สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 แตกต่างกันอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผลสัมฤทธิ์หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน ผู้เรียนมีความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบฝึกทักษะการเขียนความเรียงที่ใช้วิธีการแผนที่ความคิดสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อยู่ในระดับมาก

**เรื่องที่ 3** ลุณา ศรีฤตา (2553) ศึกษาการพัฒนาทักษะการอ่านและเขียนคำพื้นฐานภาษาไทย โดยใช้แบบฝึกทักษะการเรียนรู้ภาษาไทย ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความสามารถในการอ่านและเขียนคำพื้นฐานภาษาไทย เพื่อพัฒนาแบบฝึกทักษะสาระภาษาไทยให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน 80/80 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบฝึกทักษะเพื่อพัฒนาทักษะการอ่านและเขียนคำพื้นฐานจำนวน 15 แบบฝึก และแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแบบปรนัย สถิติที่ใช้คือค่าเฉลี่ยค่าร้อยละและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการศึกษาพบว่า การพัฒนาทักษะการอ่านเขียนคำพื้นฐานภาษาไทย ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 มีประสิทธิภาพเท่ากับ 8 5.43/8 6.47 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้ และผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนนักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะการอ่านและเขียนคำพื้นฐานสูงขึ้นมีค่าเฉลี่ยร้อยละ 86.47

**เรื่องที่ 4** ปิยะนุช เสนทอง (2555) ศึกษาการสร้างชุดการสอนเพื่อพัฒนาทักษะการฟังของนักเรียนโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างชุดการสอนพัฒนาทักษะการฟัง สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน 75/75 เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนกับหลังการใช้ชุดการสอน เพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น คือ เพลงและแบบทดสอบ ผลการวิจัยพบว่าเมื่อใช้ชุดการสอนที่ผู้วิจัยได้จัดทำขึ้นแล้วผลการทดสอบพบว่าประสิทธิภาพสูงกว่าที่ตั้งเอาไว้และเมื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพบว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ใช้ชุดการสอนเพื่อพัฒนาทักษะการฟัง สูงกว่าก่อนเรียน และผลประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนเพื่อพัฒนาทักษะการฟังพบว่านักเรียนมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก สถิติที่ใช้ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าทดสอบที (t-test) โดยใช้สูตรคำนวณหา ค่าประสิทธิภาพ  $E_1/E_2$

**เรื่องที่ 5** สุนทรี บุญจันทร์ (2555) ศึกษาทักษะการสื่อสารของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีภาวะออทิสซึมจากการสอนโดยใช้แบบสนทนาทางสังคมร่วมกับการแสดงบทบาทสมมติ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักเรียนที่มีภาวะออทิสซึมอายุ 12 ถึง 17 ปี 3 คน กำหนดการทดลองตามแบบแผนการวิจัยกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว รูปแบบ aba ดำเนินการทดลอง 5 สัปดาห์สัปดาห์ละ 3 วันวันละ 2 ครั้งครั้งละ 50 นาที เครื่องมือที่ใช้ ประกอบด้วยแผนการจัดการเรียนรู้ชุดบทสนทนาทางสังคม และแบบประเมินความสามารถในการพูดสื่อสาร ผลการวิจัยพบว่า 1. ทักษะการสื่อสารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีภาวะออทิสซึม หลังจากการสอนโดยใช้บทสนทนาทางสังคม อยู่ในระดับดี ( $t=0$  ;  $p=0.8125$ ) 2. ทักษะการสื่อสารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีภาวะออทิสซึม หลังจากการสอนโดยใช้บทสนทนาทางสังคมร่วมกับการแสดงบทบาทสมมติสูงขึ้น ( $t=0$  ;  $p<.05$ )

**เรื่องที่ 6** ญาณิศา สุธงตติ (2555) ศึกษาความสามารถในการฟังภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 33 จังหวัดสุรินทร์ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสามารถในการฟังภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเขต 33 จังหวัดสุรินทร์ และเพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการฟังภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารของนักเรียนในระดับประโยคและระดับข้อความ กลุ่มตัวอย่างได้แก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ คือ แบบทดสอบวัดความสามารถในการฟังภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร ซึ่งสร้างขึ้นโดยผู้วิจัย ผลการวิจัยพบว่า 1. นักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีความสามารถในการฟังภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนดโดยกระทรวงศึกษาธิการ 2. นักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีความสามารถในการฟังภาษาอังกฤษในระดับประโยคอยู่ในเกณฑ์พอใช้ แต่พบว่านักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีความสามารถในการฟังระดับข้อความ (บทสนทนา

และบทพูดสั้นๆ) อยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนดโดยกระทรวงศึกษาธิการ 3.เมื่อเปรียบเทียบความสามารถในการฟังภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างตามขนาดของโรงเรียนพบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีความสามารถในการฟังภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารแตกต่างกันอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความสามารถในการฟังภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีความแตกต่างกันในโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษโรงเรียนขนาดใหญ่โรงเรียนขนาดกลางและโรงเรียนขนาดเล็กอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**เรื่องที่ 7** วาสนา สิงห์ทองลา (2555) ศึกษาการพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ภาษาเพื่อการสื่อสาร มีวัตถุประสงค์เพื่อ พัฒนากิจกรรมการเรียนรู้ภาษาอังกฤษโดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ภาษาเพื่อการสื่อสารและเพื่อพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษ พัฒนากิจกรรมฟังภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยให้นักเรียนมีคะแนนทักษะการฟังภาษาอังกฤษโดยเฉลี่ยไม่น้อยกว่าร้อยละ 70 และมีนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์ร้อยละ 70 ขึ้นไป และศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ภาษาอังกฤษโดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ภาษาเพื่อการสื่อสาร กลุ่มเป้าหมายเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้ แบบสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียน แบบสังเกตพฤติกรรมการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ แบบสัมภาษณ์นักเรียนแบบทดสอบวัดทักษะการฟังภาษาอังกฤษทำยวงจร แบบทดสอบวัดทักษะการฟังภาษาอังกฤษ และแบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียน รูปแบบการวิจัยเป็นวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) มีวงจรการวิจัย 3 วงจร วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าร้อยละและสรุปเป็นความเรียง ผลการวิจัยพบว่า 1.การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้ภาษาอังกฤษโดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ภาษาเพื่อการสื่อสารเพื่อพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ 3 ขั้นตอนดังนี้ 1.ขั้นนำเสนอเนื้อหาเป็นขั้นที่นักเรียนได้ทบทวนความรู้เดิมเรียนรู้ศัพท์ใหม่อ่านประโยคที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาสถานการณ์ต่างๆโดยตรงจากครูและมีการใช้สื่อเป็นรูปธรรมได้แก่ บัตรคำบัตรภาพแถบประโยคการเล่นเกมส์และใบความรู้ 2.ขั้นฝึกทักษะเป็นขั้นการฝึกทักษะการฟังโดยการฟังจากครูและเทปบันทึกเสียงมีการฝึกการสนทนาเกี่ยวกับเนื้อหาที่เรียนโดยการฝึกรวมกันทั้งชั้นเรียนฝึกเป็นคู่และทุกทีละคนโดยเน้นให้นักเรียนได้ปฏิบัติจริง 3.ขั้นนำไปใช้เป็นขั้นที่ได้นำความรู้และทักษะการฟังที่ได้จากการฝึกฝนมาใช้เป็นเกณฑ์ในการสื่อสารในรูปแบบต่างๆเช่นเล่นเกมการแสดงบทบาทสมมุติและการทำใบงานทำให้นักเรียนมีโอกาสได้ใช้ภาษาเพื่อการสื่อสารในสถานการณ์จริงส่งผลให้นักเรียนได้รู้จักช่วยเหลือซึ่งกันและกันมีความสุขสนุกสนานมีความมั่นใจกล้าแสดงออกรู้จักคิดและตัดสินใจด้วยตนเอง 2.นักเรียนมีคะแนนทักษะฟังภาษาอังกฤษเฉลี่ย 24.20 คิดเป็นร้อยละ 80.67 และมีจำนวนนักเรียนที่

ผ่านเกณฑ์ 26 คน คิดเป็นร้อยละ 86.67 ซึ่งเป็นตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ 3. นักเรียนมีความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ภาษาอังกฤษโดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก (Mean = 4.36 SD = 0.35)

**เรื่องที่ 8** ศรินทิพย์ เต็นดวง (2556) ศึกษาการพัฒนาผลการเรียนรู้ด้วยการฟังและดูเชิงคิดวิเคราะห์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. เปรียบเทียบผลการเรียนรู้ด้านการฟังและดูเชิงคิดวิเคราะห์ก่อนและหลังการจัดการเรียนรู้แบบโครงงาน 2. เพื่อศึกษาความสามารถในการทำโครงงานของนักเรียนหลังการจัดการเรียนรู้แบบโครงงาน 3. เพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการจัดการเรียนรู้แบบโครงงาน ระยะเวลาที่ใช้ในการทดลอง 6 สัปดาห์ 3 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่า 1. ผลการเรียนรู้ด้านการฟังและดูเชิงคิดวิเคราะห์ก่อนและหลังการจัดการเรียนรู้แบบโครงงานต่างกัน 2. ความสามารถในการทำโครงงานของนักเรียนในภาพรวมอยู่ในระดับสูง 3. ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการจัดการเรียนรู้แบบโครงงานในภาพรวม นักเรียนมีความเห็นต่อการจัดการเรียนรู้แบบโครงการอยู่ในระดับเห็นด้วยมาก

**เรื่องที่ 9** ณัฐวดี ศิลาภรณ์ (2556) ศึกษาความสามารถทางการพูดของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมเล่นนิทานประกอบหุ่น มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความสามารถทางการพูดของเด็กปฐมวัยและเปรียบเทียบความสามารถทางการพูดของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมเล่นนิทานประกอบหุ่น กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชายหญิงระดับชั้นอนุบาล 1 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แผนการจัดกิจกรรมเล่นนิทานประกอบหุ่นและแบบทดสอบวัดความสามารถทางการพูด ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบทั้งฉบับเท่ากับ .875 ในการศึกษาคครั้งนี้ใช้แบบแผนการวิจัยแบบ One-Group Pretest- Posttest - Design และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าสถิติ t-test แบบ descendants samples ผลการวิจัยพบว่าหลังการทดลองและระดับความสามารถทางการพูดของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมเล่นนิทานประกอบหุ่นโดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับสูงและความสามารถด้านการพูดของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมเล่นนิทานประกอบหุ่นมีค่าสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งแสดงว่าแผนการจัดกิจกรรมเล่นนิทานประกอบหุ่นสามารถพัฒนาให้เด็กปฐมวัยมีความสามารถทางการพูดสูงขึ้นอย่างชัดเจน

**เรื่องที่ 10** วรณพรรณ เลิศวัตรกานต์ (2556) ศึกษาการพัฒนาชุดกิจกรรมโดยเน้นงานปฏิบัติเพื่อฝึกทักษะการฟังและพูดภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมโดยเน้นการปฏิบัติเพื่อฝึกทักษะภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารด้านการฟังและพูดให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ ศึกษาผลสัมฤทธิ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ก่อนและหลังเรียนโดยการใช้ชุดกิจกรรม ศึกษาความพึงพอใจของผู้เรียนต่อชุดกิจกรรม เครื่องมือที่ใช้

ในการวิจัย ได้แก่แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างแผนการจัดการเรียนรู้ โดยชุดกิจกรรมแบบเน้นงานปฏิบัติ ชุดกิจกรรมแบบเน้นงานปฏิบัติทักษะการฟังและพูด ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแบบประเมินการฟังแบบประเมินการพูดแบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนที่ใช้ชุดกิจกรรม สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ค่าเฉลี่ยค่าร้อยละส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

**เรื่องที่ 11** วิไลลักษณ์ แก้วกระจ่าง (2557) ศึกษาการเพิ่มทักษะการเขียนด้วยชุดแบบฝึกโครงเรื่อง มีวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาผลสัมฤทธิ์ด้านทักษะการเขียนด้วยชุดแบบฝึกโครงเรื่อง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) ได้แก่ นักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบฝึกชุดโครงเรื่อง และแบบประเมินความพึงพอใจของนักศึกษาต่อแบบฝึกชุดโครงเรื่อง สถิติที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบคะแนน ผลการวิจัยความคิดเห็นของนักศึกษาต่อแบบฝึกชุดโครงเรื่องการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างพบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 60.00 ส่วนใหญ่มีอายุต่ำกว่า 20 ปี คิดเป็นร้อยละ 53.30 ส่วนใหญ่ศึกษาในระดับปริญญาตรีคิดเป็นร้อยละ 93.30 และส่วนใหญ่ศึกษาในคณะบริหารธุรกิจและเทคโนโลยีสารสนเทศคิดเป็นร้อยละ 76.00 ส่วนผลการวิเคราะห์ระดับความพึงพอใจของนักศึกษาต่อแบบฝึกชุดโครงเรื่องโดยรวมต่อแบบฝึกชุดโครงเรื่องนั้นอยู่ในระดับมากที่สุด (Mean = 4.56, S.D = 0.59) แบบฝึกชุดโครงเรื่องสร้างความเข้าใจในการวางโครงเรื่องได้อยู่ในระดับมาก (Mean = 4.44, S.D = 0.66) ตามลำดับ และแบบฝึกชุดโครงเรื่องสามารถเพิ่มประสิทธิภาพทักษะการเขียนได้อยู่ในระดับมาก (Mean = 3.35, S.D = 0.678) และผลวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนก่อนหลังทำแบบฝึกชุดโครงเรื่องพบว่านักศึกษาที่ทำแบบฝึกมีคะแนนเฉลี่ยหลังทำชุดฝึกสูงกว่าก่อนทำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**เรื่องที่ 12** บุษกร เฉลิมสินสุวรรณ (2558) ศึกษาการจัดการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาโดยใช้การเรียนรู้ด้วยการทำงานที่มีต่อทักษะการดูแลตนเองและทักษะการสื่อสาร กลุ่มประชากรคือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาโดยใช้การเรียนรู้ด้วยการทำงานที่มีต่อทักษะการดูแลตนเองและทักษะการสื่อสาร 1. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการดูแลตนเองและทักษะการสื่อสารก่อนและหลังทดลอง 2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการดูแลตนเองและทักษะการสื่อสารหลังทดลอง ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการดูแลตนเองและทักษะการสื่อสารหลังการทดลองของ นักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการดูแลตนเองและทักษะการสื่อสารหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างจากก่อนการทดลอง ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการดูแลตนเองและทักษะการสื่อสารหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม สถิติที่ใช้ ค่าร้อยละ

ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบความแตกต่างทักษะการดูแลตนเองและทักษะการสื่อสาร ด้วยค่าที (Paired-Sample t-test) และทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการดูแลตนเองและการสื่อสารด้วยการทดสอบค่าที (Independent-sample t-test)

**เรื่องที่ 13** มุกทราย บวรนิธิกุล (2558) ศึกษาการพัฒนาลักษณะเฉพาะของแบบวัดทักษะการสื่อสารโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาลักษณะเฉพาะและตรวจคุณภาพลักษณะเฉพาะของแบบวัดทักษะการสื่อสาร เพื่อสร้างแบบวัดและตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดทักษะการสื่อสารแห่งศตวรรษที่ 21 ผลการวิจัยสรุปว่า การพัฒนาลักษณะเฉพาะของแบบวัดทักษะการสื่อสารแห่งศตวรรษที่ 21 มีองค์ประกอบของลักษณะเฉพาะของแบบวัด ได้แก่ วัตถุประสงค์ของการสอบ องค์ประกอบของทักษะการสื่อสารแห่งศตวรรษที่ 21 แนวทางการสร้างคำถามโครงสร้างของแบบวัด รูปแบบแบบวัด ลักษณะเฉพาะของข้อคำถามตัวอย่างข้อคำถาม เกณฑ์การให้คะแนนและ เกณฑ์การตัดสินคะแนน แบบวัดทักษะการสื่อสารแห่งศตวรรษที่ 21 มี 5 องค์ประกอบได้แก่การใช้ภาษาในการสื่อสาร สื่อสารด้วยการฟัง สื่อสารตามจุดประสงค์ การใช้สื่อและเทคโนโลยีในการสื่อสาร และการสื่อสารในสภาพแวดล้อมที่ต่างกัน แบบวัดนี้มีรูปแบบข้อคำถามเป็นแบบวัดที่มีรูปแบบผสมประกอบด้วยข้อคำถามแบบเลือกตอบข้อคำถามแบบเขียนตอบข้อคำถามแบบจับคู่และข้อคำถามแบบวาดภาพ

**เรื่องที่ 14** มยุรฉัตร กลิ่นผึ้ง (2559) ศึกษาการอ่านจับใจความสำคัญของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อสร้างและพัฒนาแบบฝึกทักษะการอ่านจับใจความของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน 80/80 เพื่อเปรียบเทียบการพัฒนาทักษะการอ่านจับใจความสำคัญของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบดินทรเดชา สิงห์เสนี 4 ภาคเรียนที่ 2 จำนวน 47 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แผนจัดการเรียนรู้ แบบฝึกทักษะการอ่านจับใจความ แบบทดสอบวัดทักษะการอ่านจับใจความ สถิติที่ใช้ วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้ค่าสถิติค่าเฉลี่ยค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน SD และค่า t - test ผลการวิจัยพบว่า ประสิทธิภาพของแบบฝึกทักษะการอ่านจับใจความ มีประสิทธิภาพเท่ากับ 81.63/82.38 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ และ ผลการศึกษาเปรียบเทียบทักษะด้านการอ่านจับใจความของนักเรียน สูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**เรื่องที่ 15** มณีนรัตน์ กรรณิการ์ (2559) ศึกษาการพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษโดยใช้รายการโทรทัศน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาประสิทธิภาพ ของกิจกรรมการเรียนรู้ พัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษ ที่มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 70/70 ศึกษาค่าดัชนีประสิทธิผลของกิจกรรม เรียนรู้การพัฒนาทักษะการฟัง โดยใช้รายการโทรทัศน์ เปรียบเทียบทักษะการฟังภาษาอังกฤษระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน ศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการ

เรียนด้วยรายการโทรทัศน์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่แผนการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษโดยใช้รายการโทรทัศน์จำนวน 8 แผนแบบทดสอบทักษะการฟัง และแบบวัดความคิดเห็นที่มีต่อการเรียนด้วยรายการโทรทัศน์ สถิติที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบ t - test (Dependent Sample) ผลการวิจัยพบว่าแผนการจัดกิจกรรมการพัฒนาทักษะการฟัง ภาษาอังกฤษโดยใช้รายการโทรทัศน์มีประสิทธิภาพเท่ากับ 76.43/75.36 ค่าดัชนีประสิทธิผลของกิจกรรมการเรียนรู้การพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษโดยใช้รายการโทรทัศน์นักเรียนมีความก้าวหน้า 60.42 นักเรียนมีคะแนนทดสอบทักษะการฟังภาษาอังกฤษโดยใช้รายการโทรทัศน์หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนมีความคิดเห็นต่อการเรียนด้วยรายการโทรทัศน์ โดย รวมและเป็นรายชื่ออยู่ในระดับเห็นด้วยมีค่าเฉลี่ย 4.35

**เรื่องที่ 16** มณีนรัตน์ กันทวารรณะ (2557) วิจัยเรื่องการพัฒนาการอ่านและเขียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่อ่านและเขียนไม่คล่องโดยใช้ชุดฝึกแจกลูกและสะกดคำโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาชุดฝึกแจกลูกและสะกดคำของนักเรียนที่อ่านและเขียนไม่คล่อง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 75/75 2) เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์การอ่านและการเขียนของนักเรียนที่อ่านไม่ออกและเขียนไม่คล่อง ระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียนด้วยชุดฝึกแจกลูกสะกดคำ กลุ่มเป้าหมายคือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่อ่านและเขียนไม่คล่อง โดยมีวิธีการดำเนินการคือจัดกิจกรรมการเรียนรู้ โดยใช้ชุดฝึกแจกลูกสะกดคำ จำนวน 9 เล่ม ใช้เวลาในการสอนจำนวน 27 ชั่วโมง โดยใช้แผนการทดลองแบบกลุ่มเดียว ทดสอบก่อนและหลังการทดลอง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ ชุดฝึกแจกลูกและสะกดคำ แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการอ่านและเขียนวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลการเรียนรู้ด้วยสถิติทดสอบ ที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน ผลการวิจัย 1 ชุดฝึกแจกลูกและสะกดคำของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่อ่านและเขียนไม่คล่อง มีประสิทธิภาพเท่ากับ 90.25/92.50 2 ผลสัมฤทธิ์ด้านการอ่านและการเขียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่อ่านและเขียนไม่คล่องหลังใช้ชุดฝึกแจกลูกและสะกดคำสูงกว่าก่อนการใช้ชุดฝึกอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติ ระดับ .01

**เรื่องที่ 17** Milkova and Hercik (2014) ศึกษาความเป็นไปได้ในการพัฒนาทักษะทางด้านภาษาในกรอบของความสามารถของการสื่อสารภายใต้การควบคุมของคอร์สเรียนภาษาแบบ E-learning มีการใช้เทคโนโลยีเข้ามาช่วยในการทำแบบฝึกหัดในรูปแบบของ E-learning ซึ่งนำเสนอโดยการเรียนรู้สภาพแวดล้อมเสมือนจริงเช่น การเติมคำในช่องว่าง การลากเส้น การเรียงลำดับ รวมถึงการใช้ทักษะภาษาเช่นการอ่านจับใจความ การฟังอย่างเข้าใจและการเขียน วัตถุประสงค์ของการวิจัยคือการศึกษาการบูรณาการรูปแบบการสอบกับทักษะการใช้ภาษาอย่างเหมาะสมกลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนที่เรียนภาษาเช็กจำนวน 300 คน เครื่องมือในการวิจัยใช้แบบสอบถามความ



คิดเห็นพร้อมทั้งวิเคราะห์ผลเชิงปริมาณและคุณภาพ ผลการวิจัยพบว่าการบูรณาการบางส่วนของ การทำแบบฝึกหัดในรูปแบบ E-learning และรูปแบบปกติมีความแตกต่างกันที่ทักษะการอ่านและการฟัง แต่สิ่งที่มีความจำเป็นของการประเมินและการปฏิบัติของแต่ละทักษะคือการฝึกทักษะทางด้านต่างๆ ของภาษาร่วมกันไม่เน้นการฝึกทักษะใดทักษะหนึ่งเพียงลำพังเช่น ฝึกทักษะการฟังไม่ฝึกทักษะการเขียน เป็นต้น

สรุป จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องในเรื่องของทักษะการสื่อสารมี 1 งานวิจัยที่มีการวัด ทักษะการสื่อสารทั้ง 4 ด้านคือ ทักษะการฟัง พูด อ่าน และเขียนมี 1 เรื่อง (บุษกร เฉลิมสินสุวรรณ, 2558) วัดทักษะ 3 ด้านคือ การฟัง การเขียน และการอ่านมี 1 เรื่อง (Milkova and Hercik, 2014) วัดทักษะการสื่อสาร 2 ด้านได้แก่ การพูด และการฟังมี 1 เรื่อง (วรรณพรรณ เลิศวัตรกานต์, 2556) วัดทักษะการสื่อสาร 2 ด้านได้แก่ การเขียน และการอ่าน 1 เรื่อง (ลUNA ศรีกฤตา, 2553) วัดทักษะการ ฟังเพียงด้านเดียวมี 5 เรื่อง (ปิยะนุช เสนทอง, 2555; ศิริทิพย์ เต็นดวง, 2556; ญาณิศา สู่ทรงดี, 2555; วาสนา สิงห์ทองลา, 2555; มณีนรัตน์ กรรณิการ, 2559) วัดทักษะการพูดเพียงด้านเดียวมี 2 เรื่อง (ณัฐวดี ศิลากรณ์, 2556; สุนทรี บุญจันทร์, 2555) วัดทักษะการอ่านเพียงอย่างเดียว (มยุรฉัตร กลิ่นผึ้ง, 2559) และวัดทักษะการเขียนเพียงอย่างเดียว 3 เรื่อง (วิไลลักษณ์ ก้าวกระจำ, 2557; แสงระวี ประจวบวัน, 2553; สายพิณ เพลงสันเทียะ, 2552) ซึ่งในงานวิจัยนี้จะทำการประเมินทักษะการสื่อสาร เพียง 2 ด้าน ได้แก่ ทักษะการอ่าน และการเขียน เกี่ยวกับการปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดี ในเรื่องของการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมใน เรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ

ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้วิเคราะห์เครื่องมือที่ใช้ประเมินทักษะการสื่อสารจากเอกสารงานวิจัยที่ เกี่ยวข้อง 17 เรื่อง ดังตารางที่ 2.2

**ตารางที่ 2.2** การวิเคราะห์เครื่องมือที่ใช้ประเมินทักษะการสื่อสารจากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัย/ปี	ชื่องานวิจัย/แหล่งข้อมูล	เครื่องมือที่ใช้	รายละเอียดเครื่องมือ
1. สายพิณ เพ็งสันเทียะ (2552)	การพัฒนาทักษะการ เขียนสื่อสารด้วย กระบวนการจัดการ เรียนรู้โดยใช้ผลการ ประเมินงานเขียนของ นักเรียน	แบบทดสอบงานเขียน แบบประเมินงานเขียน	แบบประเมินงาน เขียนเป็นรูปรีดสกอ

ตารางที่ 2.2 (ต่อ)

ผู้วิจัย/ปี	ชื่องานวิจัย/แหล่งข้อมูล	เครื่องมือที่ใช้	รายละเอียดเครื่องมือ
2. แสงระวี ประจวบวัน (2553)	การพัฒนาทักษะการเขียนความเรียงโดยใช้แบบฝึกทักษะที่ใช้แผนที่ความคิด	แบบทดสอบเขียนความเรียง	แบบประเมินการเขียนความเรียงเป็นรูปริคสกอ์
3. ลุณา ศรีภูตา (2553)	การพัฒนาทักษะการอ่านและเขียนคำพื้นฐานภาษาไทย	แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการอ่าน และการเขียนคำพื้นฐาน	ข้อสอบแบบปรนัย 4 ตัวเลือก และบัญชีคำพื้นฐาน
4. ปิยะนุช แสนทอง (2555)	การสร้างชุดการสอนเพื่อพัฒนาทักษะการฟัง	แบบทดสอบจับใจความ	เรื่อง วารสาร/บทความให้อ่านและข้อสอบแบบปรนัย 4 ตัวเลือก
5. สุนทรี บุญจันทร์ (2555)	ทักษะการสื่อสารของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มีภาวะออทิสซึม	แบบประเมินความสามารถในการพูดสื่อสาร	ประโยคบทสนทนาชุดละ 4 ข้อ ใช้เกณฑ์การตอบบทสนทนาในการให้คะแนนตามรูปริคสกอ์
6. ญาณิศา สู่ทรงดี (2555)	ความสามารถในการฟังภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร	แบบทดสอบวัดความสามารถในการฟัง	เสียงการสนทนาเป็นคำๆ บทสนทนาที่มีคนสนทนากัน ใช้แบบทดสอบแบบปรนัย 4 ตัวเลือก
7. วาสนา สิंहทองลา (2555)	การพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ภาษาเพื่อการสื่อสาร	แบบสัมภาษณ์แบบทดสอบการฟังแบบสังเกตพฤติกรรม	ข้อคำถามภาษาอังกฤษแบบทดสอบทักษะการฟังเป็นแบบปรนัย 4 ตัวเลือก แบบประเมินพฤติกรรมเป็นแบบรูปริคสกอ์

ตารางที่ 2.2 (ต่อ)

ผู้วิจัย/ปี	ชื่องานวิจัย/แหล่งข้อมูล	เครื่องมือที่ใช้	รายละเอียดเครื่องมือ
8. ศิริทิพย์ เด่นดวง (2556)	การพัฒนาผลการเรียนรู้ ด้านการฟังและดูเชิงคิด วิเคราะห์ด้วยการจัดการ เรียนรู้แบบโครงการ	แบบทดสอบวัดผลการ เรียนรู้ด้านการฟังและ ดูแบบประเมิน โครงการและการ นำเสนอ	แบบทดสอบวัดผลการ เรียนรู้ด้านการฟังและดู เป็นแบบทดสอบปรนัย 4 ตัวเลือก
9. ณัฐดี ศิลากรณ์ (2556)	ความสามารถทางการ พูดของเด็กปฐมวัยที่ ได้รับการจัดกิจกรรมเล่า นิทานประกอบหุ่น	แบบทดสอบวัด ความสามารถทางการ พูด	แบบประเมินการรู้ศัพท์ การพูดเป็นประโยค และ การพูดเป็นเรื่องราว ใช้ รูบรีคสกอ์
10. วรณพรรณ เลิศวัตรกานต์ (2556)	การพัฒนาชุดกิจกรรม โดยเน้นงานปฏิบัติเพื่อฝึก ทักษะการฟังและพูด ภาษาอังกฤษเพื่อการ สื่อสาร	แบบประเมินการฟัง แบบทดสอบวัด ผลสัมฤทธิ์ทางการ เรียน แบบประเมินการพูด	แบบทดสอบแบบปรนัย 4 ตัวเลือก
11. วิไลลักษณ์ แก้วระจ่าง (2557)	การเพิ่มทักษะการเขียน ด้วยชุดแบบฝึกโครงเรื่อง	แบบทดสอบเขียน เรียงความยาว 1 หน้ากระดาษ A4	แบบประเมินการเขียน เกณฑ์การให้คะแนนเป็น แบบรูบรีคสกอ์
12. บุษกร เฉลิมสิน สุวรรณ (2558)	การจัดการเรียนรู้วิชาสุข ศึกษาโดยใช้การเรียนรู้ ด้วยการทำงานที่มีต่อ ทักษะการดูแลตนเองและ ทักษะการสื่อสาร	แบบประเมินทักษะ การสื่อสารด้านการ ฟัง พูด อ่าน เขียน	แบบประเมินเป็นแบบ รูบรีคสกอ์ในการ ประเมินทักษะการ สื่อสาร
13. มุกทราย บวรนิธิกุล (2558)	การพัฒนาลักษณะเฉพาะ ของแบบวัดทักษะการ สื่อสารแห่งศตวรรษที่ 21	แบบวัดทักษะการ สื่อสารแห่งศตวรรษที่ 21	แบบวัดเป็นแบบทดสอบ มีทั้งแบบปรนัย เลือกตอบ เขียนตอบ และแบบจับคู่

ตารางที่ 2.2 (ต่อ)

ผู้วิจัย/ปี	ชื่องานวิจัย/แหล่งข้อมูล	เครื่องมือที่ใช้	รายละเอียดเครื่องมือ
14. มยุฉัตร กลิ่นผึ้ง (2559)	การพัฒนาแบบฝึกทักษะ การอ่านจับใจความสำคัญ เพื่อพัฒนาทักษะการอ่าน จับใจความสำคัญ	แบบวัดทักษะการอ่าน จับใจความสำคัญ ภาษาไทย	แบบวัดทักษะการอ่าน จับใจความสำคัญเป็น แบบทดสอบปรนัย 4 ตัวเลือก
15. มณีรัตน์ กรรณิการ์ (2559)	การพัฒนาทักษะการฟัง ภาษาอังกฤษโดยใช้ รายการโทรทัศน์	แบบทดสอบการฟัง	การประเมิน แบบทดสอบการฟังใช้ ข้อสอบปรนัย 4 ตัวเลือก
16. มณีรัตน์ กันหา วรณะ (2557)	การพัฒนาการอ่านและ เขียน ที่อ่านและเขียนไม่ คล่องโดยใช้ชุดฝึกแจกลูก และสะกดคำ	แบบทดสอบวัด ผลสัมฤทธิ์ทางการ เรียนด้านการอ่านและ การเขียน	ใช้แบบทดสอบปรนัย เลือกตอบ 4 ตัวเลือก
17. Milkova and Hercik (2014)	พัฒนาทักษะทางด้าน ภาษาในกรอบของ ความสามารถของการ สื่อสารภายใต้การ ควบคุมของคอร์สเรียน ภาษาแบบ E-learning	แบบทดสอบการอ่าน การฟังและการเขียน	แบบทดสอบแบบปรนัย 4 ตัวเลือก

จากตารางที่ 2.2 การวิเคราะห์เครื่องมือที่ใช้ประเมินทักษะการสื่อสารจากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 18 เรื่อง พบว่า การประเมินทักษะการสื่อสารเป็นการประเมินองค์ประกอบของทักษะการสื่อสารซึ่งประกอบด้วย การฟัง การพูด การอ่าน และการเขียน โดยการประเมินทักษะการฟังใช้เครื่องมือ ได้แก่ แบบวัดการอธิบาย แบบทดสอบจับใจความ แบบทดสอบวัดผลการเรียนรู้ด้านการฟัง และการดู แบบสัมภาษณ์ (บุษกร เฉลิมสินสุวรรณ, 2558; ปิยะนุช เสนทอง, 2555; ศิริทิพย์ เด่นดวง, 2556; Milkova and Hercik, 2014; วาสนา สิงห์ทองลา, 2555; ญาณิศา สู่ทรงดี, 2555; มณีรัตน์ กรรณิการ์, 2559; วรณพรรณ เลิศวัตรกานต์, 2556) การประเมินทักษะการพูดใช้เครื่องมือ ได้แก่ แบบประเมินความสามารถในการพูดสื่อสาร แบบทดสอบเรื่องการพูด แบบบันทึกพฤติกรรม

(สุนทรื บุญจันทร์, 2555; ศุภวรรณ นาคนิล, 2552; วรรณพรรณ เลิศวัตรกานต์, 2556; ณัฐวดี ศิลากรณ์, 2556) การประเมินทักษะการอ่านใช้เครื่องมือ ได้แก่ แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการอ่าน แบบวัดทักษะการอ่านจับใจความ (ลุนา ศรีฤตา, 2553; มยุฉัตร กลิ่นผึ้ง, 2559; มณีรัตน์ กันหาวรรณะ, 2557; Milkova and Hercik, 2014) และการประเมินทักษะการเขียนใช้แบบทดสอบการเขียน ได้แก่ การเขียนคำพื้นฐาน แบบสอบเขียนความเรียง แบบประเมินงานเขียน แบบเขียนเรียงความ (Milkova and Hercik, 2014; ลุนา ศรีฤตา, 2553; มยุฉัตร กลิ่นผึ้ง, 2559; มณีรัตน์ กันหาวรรณะ, 2557; แสงระวี ประจวบวัน, 2553; สายพิณ เพ็งสันเทียะ, 2552; วิไลลักษณ์ แก้วกระจ่าง, 2557)

สำหรับในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยกำหนดการประเมินทักษะการสื่อสารเฉพาะด้านการอ่านและการเขียน เนื่องจากเป็นทักษะระดับสูง โดยการประเมินทักษะการสื่อสารด้านการอ่าน ใช้เครื่องมือแบบทดสอบจับใจความ แบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่าน แบบบันทึกและเกณฑ์การให้คะแนนการอ่านออกเสียง ส่วนการประเมินทักษะการสื่อสารด้านการเขียน ใช้เครื่องมือแบบทดสอบการเขียนเรียงความ แบบทดสอบเขียนความเรียง (เขียนเรื่องจากภาพ) โดยใช้แบบประเมินงานเขียนเกี่ยวกับเรื่องของการปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดี ในเรื่องของการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ ซึ่งพัฒนามาจากสถาบันภาษาไทยสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

### 3. การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ

#### 3.1 ความหมายของแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ

จอห์น ดิวอี้ (John Dewey) (ประทุม อังกูโรโรหิต, 2543; ทิศนา แคมมณี, 2551) มีความเห็นว่าการศึกษาที่ถูกต้องไม่ได้ขึ้นอยู่กับการศึกษาแบบเก่าหรือแบบจารีต (Traditional) หรือแบบอนุรักษ (Conservative) กับการศึกษาแบบใหม่หรือแบบก้าวหน้า (Progressive) เพียงระบบใดระบบหนึ่งปรัชญาของดิวอี้เป็นปรัชญาที่สะท้อนออกมาเด่นชัดในเรื่องการศึกษาที่ยกย่องประสบการณ์ทั้งปวงที่จำเป็นสำหรับผู้เรียน เน้นให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้สถานการณ์ที่เป็นจริง เพราะการศึกษาตามความคิดของจอห์น ดิวอี้ คือ ความเจริญงอกงามทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา และคุณธรรม ดังนั้นกระบวนการสร้างสรรค์ ประสบการณ์ใหม่ที่ต่อเนื่องกับประสบการณ์เก่าไปเรื่อยๆ ต้องส่งเสริมให้เกิดประสบการณ์ใหม่เพื่อเป็นวิถีนำไปสู่ความรู้ความเข้าใจในปัจจุบันและอนาคตได้ การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นการปฏิบัติจริงเป็นการจัดกิจกรรมในลักษณะกลุ่มปฏิบัติการที่เรียนรู้ด้วยประสบการณ์ตรงจากการเผชิญสถานการณ์จริงและการแก้ปัญหา เพื่อให้เกิดการเรียนรู้จากการกระทำ ผู้เรียนได้ปฏิบัติจริง ฝึกคิด ฝึกลงมือทำ ฝึกทักษะกระบวนการต่างๆ ฝึกการแก้ปัญหาด้วยตนเองและฝึกทักษะการเสาะแสวงหา

ความรู้ร่วมกันเป็นกลุ่ม ผู้เรียนได้เรียนรู้ทั้งทางทฤษฎีและการปฏิบัติตามแนวประชาธิปไตย กระบวนการเรียนรู้แบบแก้ปัญหา เป็นกิจกรรมการเรียนการสอนที่เน้นให้ผู้เรียนเรียนรู้ด้วยตนเอง เพื่อให้ผู้เรียนคิดเป็นและแก้ปัญหาเป็น โดยการนำวิธีการทางวิทยาศาสตร์มาใช้ บางครั้งก็เรียกวิธีสอนนี้ว่าการสอนแบบวิทยาศาสตร์ ปัจจุบันการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นการปฏิบัติจริง เป็นการเรียนรู้ในแบบ Learning by doing ผู้เรียนจะเป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้ แนวคิดนี้จะจัดการสอนแบบโครงการ (Project-based learning) เป็นการสอนที่ให้ผู้เรียนได้เรียนจากการปฏิบัติจริง เป็นการเรียนจากประสบการณ์ตรงผู้เรียนได้ทดลองทำปฏิบัติ เสาะหาข้อมูล จัดระเบียบข้อมูล พิเคราะห์หาข้อสรุป ค้นคว้าหาวิธีการ กระบวนการด้วยตนเอง หรือร่วมกันเป็นกลุ่ม เน้นให้ผู้เรียนมีอิสระในการศึกษาหาความรู้ตามหลักประชาธิปไตยให้ผู้เรียนได้รู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่น ให้ได้ค้นคว้าหาข้อมูลความรู้จากแหล่งต่างๆ มิใช่เฉพาะในห้องเรียนเท่านั้น ทำให้ผู้เรียนเกิดนิสัยการศึกษาค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเองได้ด้วยความมั่นใจ

### ผลการเรียนรู้ตามแนวทฤษฎีประสบการณ์ของจอห์น ดิวอี้ ดังนี้

1. ผู้เรียนมีความสุขกับการเรียนได้เรียนรู้อย่างสนุกสนานโดยผ่านกิจกรรมที่หลากหลาย และสื่อที่เร้าความสนใจ
2. ผู้เรียนได้เรียนรู้ตามความสนใจ ตามความถนัดและศักยภาพด้วยการศึกษา ค้นคว้า ฝึกปฏิบัติฝึกทักษะจนถึงการเรียนรู้ด้วยตนเองทำให้เกิดความเชื่อมั่นเป็นแรงจูงใจให้เกิดการเรียนรู้ ใฝ่เรียน
3. กิจกรรมกลุ่มช่วยเสริมสร้างลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ เกิดกระบวนการทำงาน เช่น มีการวางแผน การทำงาน มีความรับผิดชอบ เสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีวินัยในตนเอง มีพฤติกรรมที่เป็นประชาธิปไตย เป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี รู้จักรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ผู้เรียนที่เรียนรู้ซ้ำจะเรียนรู้อย่างมีความสุข มีชีวิตชีวา ได้รับกำลังใจและได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อน ทำให้เกิดความมั่นใจ ผู้เรียนที่เรียนดีจะได้แสดงความสามารถของตนเอง มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และแบ่งปันสิ่งที่ดีให้แก่อน
4. ผู้เรียนเกิดกระบวนการคิดจากการร่วมกิจกรรมและการค้นหาคำตอบจากประเด็นคำถามของผู้สอนและเพื่อน ๆ สามารถค้นหาคำตอบและวิธีการได้ด้วยตนเอง และแสดงออกอย่างมีเหตุผล
5. ทุกขั้นตอนการจัดกิจกรรม จะสอดแทรกคุณธรรมและจริยธรรม เพื่อให้ผู้เรียนได้ซึมซับสิ่งที่ดีงามไว้ในตนเองอยู่ตลอดเวลา
6. คำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเรียนรู้และการปฏิบัติงาน โดยให้แต่ละคนเรียนรู้เต็มตามศักยภาพของตน ไม่นำผลงานของผู้เรียนมาเปรียบเทียบกับกัน มุ่งให้ผู้เรียนแข่งขันกับตนเองและไม่เล็งผลเลิศจนเกินไป
7. ผลที่เกิดขึ้นกับผู้เรียน คือ ผู้เรียนเรียนอย่างมีความสุข เกิดการพัฒนารอบด้าน มีอิสระที่จะเลือกวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนเอง และนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

นักการศึกษาให้ความหมายของการลงมือทำว่า หมายถึง (ประทุม อังกูโรโรหิต, 2543; ทิศนา แฉมมณี, 2551) ผู้เรียนได้กระทำสิ่งต่างๆด้วยตนเอง ผ่านการปฏิบัติภารกิจจริงคือ ผู้เรียนได้ฝึกในสภาพสิ่งแวดล้อมจริง ได้ฝึกคิดและลงมือทำสิ่งต่างๆด้วยตนเอง ทั้งนี้ การสนับสนุนให้เด็กได้พัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามวัยและได้ผลตามความคาดหวังของสังคมนั้น การจัดประสบการณ์จะให้ความสำคัญกับบทบาทการเรียนรู้ของเด็ก จึงได้มีการศึกษาแนวคิดที่จะนำไปสู่การปฏิบัติได้ การใช้แนวคิดที่เน้นให้ผู้เรียนเป็นผู้ลงมือกระทำหรือการปฏิบัติในสภาพจริง จึงเป็นที่สนใจและนำมาใช้ ดังที่ประเทศไทยได้กำหนดพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติพุทธศักราช 2542 เน้นให้มีแนวการจัดการศึกษาที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ซึ่งกล่าวถึงการส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติหรือลงมือกระทำ การเรียนรู้โดยลงมือกระทำมาจากปรัชญาหรือความเชื่อของปรัชญา พิพัฒนาการนิยม (Progressivism) หรือบางท่านเรียกปรัชญาการศึกษาที่ว่า ปรัชญาพิพัฒนาการ ปรัชญานี้มีต้นกำเนิดมาจากปรัชญาแม่บทคือ ปรัชญาปฏิบัตินิยม ปรัชญาปฏิบัตินิยมให้ความสำคัญอย่างมากต่อ “การปฏิบัติ หรือ การลงมือกระทำ” เน้นให้ผู้เรียนได้ลงมือทำ เด็กได้รับอิสระริเริ่มความคิดและลงมือทำตามความคิด ผู้เรียนจะได้รับประสบการณ์และใช้กระบวนการแก้ปัญหาด้วยตนเองคือ การให้ผู้เรียนมีบทบาทสำคัญที่จะสืบค้นหาความรู้

นักการศึกษาที่มีชื่อเสียงที่มีความเชื่อปรัชญาการศึกษานี้ คือ จอห์น ดิวอี้ เป็นผู้นำนักปราชญ์ซึ่งเชื่อว่ามนุษย์จะต้องปรับตัวเพื่อให้ชีวิตอยู่รอด จึงมีลัทธิที่แพร่หลายและนำมาใช้ในการจัดการศึกษาคือ “Learning by doing” “หรือการเรียนรู้โดยการปฏิบัติจริง” แนวคิดของจอห์น ดิวอี้ (ประสิทธิ์ ชุมศรี, 2557) คือ

1. แนวคิดเรื่องการปรับตัว จอห์น ดิวอี้ ตระหนักเรื่องการปรับตัวให้เหมาะสมกับสิ่งแวดล้อมเป็นเรื่องสำคัญและจะ ต้องนำไปใช้เป็นแนวคิดของการจัดการศึกษา หรือเป็นแก่นแห่งการศึกษา
2. มนุษย์ต้องเผชิญกับปัญหา จึงต้องฝึกให้มนุษย์แก้ปัญหา เพื่อให้เกิดการเรียนรู้จากการกระทำฝึกปฏิบัติ ฝึกคิด ฝึกลงมือทำ ฝึกทักษะกระบวนการต่างๆ ประสบการณ์ที่มนุษย์พบหรือเผชิญมีอยู่ 2 ประเภทคือ

2.1 ชั้นปฐมภูมิ เป็นประสบการณ์ที่ไม่เป็นความรู้ หรือยังไม่ได้คิดแบบไตร่ตรอง

2.2 ชั้นทุติยภูมิคือที่เป็นความรู้ ได้ผ่านการคิดไตร่ตรอง ประสบการณ์ขั้นแรกจะเป็น

รากฐานของขั้นที่สอง

สรุป แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ หมายถึง แนวคิดหรือความเชื่อที่สนับสนุนให้ผู้เรียนปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองตามความสนใจ ความถนัด และศักยภาพ ด้วยการศึกษา ค้นคว้า ฝึกปฏิบัติ ฝึกทักษะจนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เพราะแนวคิดนี้เชื่อว่าหากคนเราได้กระทำหรือปฏิบัติด้วยตนเองจะทำให้เกิดความเชื่อมั่น เป็นแรงจูงใจให้เกิดการเรียนรู้ ผู้เรียนจะสนุกสนานที่จะสืบค้นหาความรู้ต่อไปและมีความสุขที่จะเรียน

### 3.2 สาระสำคัญของแนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ

จากความหมายที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติข้างต้น พบว่า สาระสำคัญของแนวคิดนี้ คือ การที่ผู้เรียนได้ลงมือกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง เป็นการเรียนรู้จากการกระทำหรือการลงมือปฏิบัติกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งหรือการได้ปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมที่มีความหมายต่อตนเอง แล้วสร้างเป็นองค์ความรู้ของตนเองขึ้นมา ซึ่งจะคาบเกี่ยวกับประสบการณ์ที่ตนได้ผ่านมา ทั้งนี้จะเกิดจากทั้งการดูดซึม (Assimilation) และ การปรับความแตกต่าง (Acommodation) ผสมผสานกันไป โดยมีแนวคิดหลักที่สำคัญอยู่ 2 ข้อ ดังนี้

1. แนวคิดเรื่องการปรับตัว จอห์น ดิวอี้ ตระหนักเรื่อง “การปรับตัว” ให้เหมาะสมกับสิ่งแวดล้อมเป็นเรื่องสำคัญและจะ ต้องนำไปใช้เป็นแนวคิดของการจัดการศึกษา หรือเป็นแก่นแห่งการศึกษา
2. มนุษย์ต้องเผชิญกับปัญหา จึงต้องฝึกให้มนุษย์แก้ปัญหา เพื่อให้เกิดการเรียนรู้จากการกระทำฝึกปฏิบัติ ฝึกคิด ฝึกลงมือทำ ฝึกทักษะกระบวนการต่างๆ ประสบการณ์ที่มนุษย์พบหรือเผชิญ มีอยู่ 2 ประเภทคือ
  - 2.1) ชั้นปฐมภูมิ เป็นประสบการณ์ที่ไม่เป็นความรู้ หรือยังไม่ได้คิดแบบไตร่ตรอง
  - 2.2) ชั้นทุติยภูมิคือที่เป็นความรู้ ได้ผ่านการคิดไตร่ตรอง ประสบการณ์ชั้นแรกจะเป็นรากฐานของชั้นที่สอง

สรุปได้ว่าสาระสำคัญของแนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ คือ ผู้เรียนได้ลงมือกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง เป็นการเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือการได้ปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม แล้วสร้างเป็นองค์ความรู้ของตนเองขึ้นมา ซึ่งจะเกี่ยวข้องโดยตรงกับประสบการณ์ที่ตนได้ผ่านมา แนวคิดหลักที่สำคัญคือ เรื่องการปรับตัว คือปรับตัวให้เหมาะสมกับสิ่งแวดล้อม และอีกประเด็นหนึ่งคือแนวคิดที่ว่า มนุษย์ต้องเผชิญกับปัญหา จึงต้องฝึกให้รู้จักแก้ปัญหา เพื่อให้เกิดการเรียนรู้จากการกระทำฝึกปฏิบัติ ฝึกคิด ฝึกลงมือทำ ฝึกทักษะกระบวนการต่างๆ ดังนั้นการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติจึงขึ้นอยู่กับ การลงมือทำบวกกับประสบการณ์ของผู้เรียนเป็นหลัก

### 3.3 องค์ประกอบที่สำคัญของแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ

จากความหมายที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ แสดงให้เห็นถึงองค์ประกอบที่สำคัญในการจัดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ ดังนี้

1. ผู้เรียนมีความสุขกับการเรียนได้เรียนรู้อย่างสนุกสนานโดยผ่านกิจกรรมที่หลากหลาย และสื่อที่เร้าความสนใจ
2. ผู้เรียนได้เรียนรู้ตามความสนใจ ตามความถนัดและศักยภาพทางการศึกษา ค้นคว้า ฝึกปฏิบัติฝึกทักษะจนถึงการเรียนรู้ด้วยตนเองทำให้เกิดความเชื่อมั่นเป็นแรงจูงใจให้เกิดการเรียนรู้ ใฝ่เรียน



3. กิจกรรมกลุ่มช่วยเสริมสร้างลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ เกิดกระบวนการทำงาน เช่น มีการวางแผน การทำงาน มีความรับผิดชอบ เสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีวินัยในตนเอง มีพฤติกรรมที่เป็นประชาธิปไตย เป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี รู้จักรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ผู้เรียนที่เรียนรู้ซ้ำจะเรียนรู้อย่างมีความสุข มีชีวิตชีวา ได้รับกำลังใจและได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อน ทำให้เกิดความมั่นใจ ผู้เรียนที่เรียนดีจะได้แสดงความสามารถของตนเอง มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และแบ่งปันสิ่งที่ดีให้แก่อน

4. ผู้เรียนเกิดกระบวนการคิดจากการร่วมกิจกรรมและการค้นหาคำตอบจากประเด็นคำถามของผู้สอนและเพื่อน ๆ สามารถค้นหาคำตอบและวิธีการได้ด้วยตนเอง สามารถแสดงออกได้ชัดเจนมีเหตุผล

5. ทุกขั้นตอนการจัดกิจกรรม จะสอดแทรกคุณธรรมและจริยธรรม เพื่อให้ผู้เรียนได้ซึมซับสิ่งที่ดีงามไว้ในตนเองอยู่ตลอดเวลา

6. คำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเรียนรู้และการปฏิบัติงาน โดยให้แต่ละคนเรียนรู้เต็มตามศักยภาพของตน ไม่นำผลงานของผู้เรียนมาเปรียบเทียบกับกัน มุ่งให้ผู้เรียนแข่งขันกับตนเองและไม่เล็งผลเลิศจนเกินไป

7. ผลที่เกิดขึ้นกับผู้เรียน คือ ผู้เรียนเรียนอย่างมีความสุข เกิดการพัฒนารอบด้าน มีอิสระที่จะเลือกวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนเอง และนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

สรุปได้ว่า องค์ประกอบที่สำคัญของแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ ได้แก่ การทำให้ผู้เรียนมีความสุขกับการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมที่หลากหลาย ได้เรียนรู้ตามความถนัด ความสนใจ ด้วยศักยภาพที่ตนมี การสร้างกิจกรรมกลุ่มถือเป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ให้กับผู้เรียน เกิดทักษะกระบวนการทำงานร่วมกับผู้อื่น ทั้งเรื่องความรับผิดชอบ การเป็นผู้นำผู้ตามที่ดี ความมีวินัย ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เป็นต้น ผู้เรียนจะเกิดกระบวนการคิดจากการร่วมกิจกรรมและการค้นหาคำตอบจากประเด็นคำถามของผู้สอนและเพื่อน ๆ ทั้งนี้ควรคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยให้แต่ละคนเรียนรู้เต็มตามศักยภาพของตน ไม่นำผู้เรียนมาเปรียบเทียบกับกัน มุ่งให้แข่งขันกับตนเองและไม่จำเป็นต้องดีเลิศเสมอไป ซึ่งผลที่เกิดขึ้นกับผู้เรียนคือ ผู้เรียนจะเรียนรู้อย่างมีความสุข เกิดการพัฒนารอบด้าน มีอิสระที่จะเลือกวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนเอง และนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้โดยการปฏิบัติ จำนวน 5 เรื่อง รายละเอียดดังต่อไปนี้

**เรื่องที่ 1** วรรณุช นิลเขต (2554) ศึกษาระดับการเปลี่ยนแปลงของทักษะทางคณิตศาสตร์ของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมแบบปฏิบัติจริงและเปรียบเทียบทักษะทางคณิตศาสตร์ของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังการจัดกิจกรรมแบบปฏิบัติจริง ดำเนินการทดลองตามแบบแผนการวิจัยแบบ

One - Group Pretest – Posttest Design มีการดำเนินการทดลองในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2553 เป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4 วัน วันจันทร์ อังคาร พุธ พฤหัสบดี วันละ 30 - 45 นาทีโดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้ 1. ขอความร่วมมือกับผู้บริหารโรงเรียนในการเก็บข้อมูลงานวิจัย 2. เลือกกลุ่มตัวอย่างโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยเลือกมา 1 ห้องเรียน คือห้องอนุบาล ชั้นปีที่ 1/1 จาก 2 ห้องเรียน 3. สร้างความคุ้นเคยกับกลุ่มตัวอย่างโดยทำกิจกรรมตามปกติร่วมกัน 4. ให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบทดสอบเชิงปฏิบัติทักษะทางคณิตศาสตร์ของเด็กปฐมวัยก่อนการทดลองโดยให้เด็กปฐมวัยทำแบบทดสอบเป็นรายบุคคล วันละ 1 ชุด รวม 3 วัน จากนั้นนำมาตรวจเรียงลำดับคะแนนจากสูงที่สุดไปหาต่ำสุด เลือกเด็กที่มีทักษะทางคณิตศาสตร์ต่ำ จำนวน 20 คน เป็นกลุ่มตัวอย่างในการทดลอง 5. ผู้วิจัยดำเนินการทดลองด้วยการจัดกิจกรรมแบบปฏิบัติจริง ใช้เวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4 วัน วันละ 30 - 45 นาที ในระหว่างที่ผู้วิจัยดำเนินการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างเด็กที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างอยู่ในความดูแลของครูประจำชั้น 6. เมื่อดำเนินการทดลองจนครบ 6 สัปดาห์ให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบทดสอบเชิงปฏิบัติทักษะทางคณิตศาสตร์ของเด็กปฐมวัยด้วยแบบทดสอบฉบับเดียวกับที่ใช้ในการทดสอบก่อนการทดลองเพื่อวัดทักษะทางคณิตศาสตร์หลังการทดลอง ให้เด็กปฐมวัยทำแบบทดสอบเป็นรายบุคคล วันละ 1 ชุด รวม 3 วัน 7. นำข้อมูลที่ได้จากการทดสอบไปทำการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติโดยใช้สูตร  $t - test$  for Dependent Samples เพื่อทดสอบสมมติฐานและสรุปผลการวิจัยต่อไป ผลวิจัยพบว่าทักษะทางคณิตศาสตร์ของเด็กปฐมวัยหลังได้รับการจัดกิจกรรมแบบปฏิบัติจริงมีทักษะทางคณิตศาสตร์โดยรวมอยู่ในระดับสูง จำแนกรายด้านพบว่าด้านการเปรียบเทียบอยู่ในระดับสูงมาก ส่วนด้านการหาความสัมพันธ์และด้านการรู้ค่าจำนวนตัวเลขอยู่ในระดับสูง เมื่อเปรียบเทียบก่อนและหลังทดลองทั้งโดยรวมและรายด้านพบว่าเด็กปฐมวัยหลังได้รับการจัดกิจกรรมแบบปฏิบัติจริงมีทักษะทางคณิตศาสตร์สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**เรื่องที่ 2** วรรณพรรณ เลิศวัตรกานต์ (2556) ศึกษาการพัฒนาชุดกิจกรรมโดยเน้นงานปฏิบัติเพื่อฝึกทักษะการฟังและพูดภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมโดยเน้นการปฏิบัติเพื่อฝึกทักษะภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารด้านการฟังและพูดให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ และศึกษาผลสัมฤทธิ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ก่อนและหลังเรียนโดยการใช้ชุดกิจกรรม ศึกษาความพึงพอใจของผู้เรียนต่อชุดกิจกรรม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างแผนการจัดการเรียนรู้ โดยชุดกิจกรรมแบบเน้นงานปฏิบัติ ชุดกิจกรรมแบบเน้นงานปฏิบัติทักษะการฟังและพูด ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแบบประเมินการฟังแบบประเมินการพูดแบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนที่ใช้ชุดกิจกรรม สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ค่าเฉลี่ยค่าร้อยละส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่า 1) ผลการหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมโดยเน้นงานปฏิบัติเพื่อฝึก

ทักษะภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารด้านการฟังและพูดมีประสิทธิภาพสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดคือ 90.27/94.95 2) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียนและหลังเรียนด้วยชุดกิจกรรมเน้นงานปฏิบัติเพื่อฝึกทักษะการฟังและพูดภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนโดยมีค่าเฉลี่ยก่อนเรียนเท่ากับ 18.9 4 คิดเป็นร้อยละ 67 71 และคะแนนเฉลี่ยหลังเรียนเท่ากับ 28.4 9 คิดเป็นร้อยละ 90 4.95 โดยมีค่าดัชนีประสิทธิผลความก้าวหน้าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเท่ากับร้อยละ 33.2 4 3 ผลการศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนที่เรียนด้วยชุดกิจกรรมโดยเน้นงานปฏิบัติเพื่อฝึกทักษะการฟังและพูดภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารพบว่านักเรียนมีความพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด โดยดำเนินการวิจัยด้วยการใช้ชุดกิจกรรมโดยเน้นการปฏิบัติเพื่อฝึกทักษะภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร จำนวน 3 แผนระยะเวลา 3 สัปดาห์

**เรื่องที่ 3** ญัตถพงษ์ ฉายแสงประทีป (2557) ศึกษาการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ และผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ของนักศึกษาด้วยวิธีการสอนแบบลงมือปฏิบัติ เพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักศึกษาจากวิธีการสอนแบบลงมือปฏิบัติ ในรายวิชา TMT423 ระเบียบวิธีวิจัยสำหรับอุตสาหกรรมท่องเที่ยว (Research Methodology for Tourism Industry) ประชากรกลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ นักศึกษาปริญญาตรีที่เรียนวิชาTMT423 ระเบียบวิธีวิจัยสำหรับอุตสาหกรรมท่องเที่ยว ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 52 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แผนการจัดการเรียนรู้ ข้อสอบวัดผล แบบประเมินผลรูปแบบวิจัยและการนำเสนอ และแบบสอบถามความพึงพอใจของผู้เรียนโดยการเรียนรู้แบบลงมือปฏิบัติ วิเคราะห์ข้อมูล ด้วยค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบที (One-sample t-test) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบ่งออกเป็น 4 ประเภท ได้แก่ แผนจัดการเรียนรู้รายวิชาTMT423 ระเบียบวิธีวิจัยสำหรับอุตสาหกรรมท่องเที่ยว (Research Methodology for Tourism Industry) แบบประเมินผลงานวิจัยและการนำเสนอ ผลการวิจัย ข้อสอบวัดผล และแบบสอบถามความพึงพอใจของผู้เรียนเกี่ยวกับการเรียนการสอน ผลการวิจัยพบว่า ด้านผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ที่วัดจากข้อสอบวัดผล ผู้เรียนครึ่งหนึ่ง หรือร้อยละ 55 ผ่านเกณฑ์ตามที่กำหนด ในสัดส่วนนี้มีผู้เรียนร้อยละ 14.81 ที่มีผลการทดสอบร้อยละ 80 ขึ้นไปด้านผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ที่วัดจากผลงานวิจัยพบว่า ผู้เรียนร้อยละ 37.04 ผ่านเกณฑ์การประเมินในระดับดีเยี่ยม รองลงมาคือ ผ่านเกณฑ์การประเมินในระดับดีมาก และระดับดี คิดเป็นร้อยละ 18.52 และร้อยละ 14.81 ตามลำดับ สำหรับการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้กับเกณฑ์มาตรฐาน พบว่า คะแนนผลการเรียนเฉลี่ยของผู้เรียนแตกต่างกับเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนดที่ 70 คะแนนหรือ เกรด C และด้านความพึงพอใจจากการเรียนแบบลงมือปฏิบัติ พบว่าผู้เรียนมีความพึงพอใจในภาพรวม และรายด้านในระดับมาก เมื่อพิจารณาจากคะแนนเฉลี่ยของความพึงพอใจ พบว่าด้านการสอนของอาจารย์เป็นด้านที่ผู้เรียนมี

ความพึงพอใจสูงเป็นอันดับแรก รองลงมาคือ ด้านการเรียนรู้ของนักศึกษา ด้านการเรียนการสอน ด้านความรู้ของนักศึกษา และด้านการประเมินผล

**เรื่องที่ 4** ภัทรุท นามเมือง (2557) ศึกษาการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาการระบบบัญชี เต็มและสินค้า โดยจัดกิจกรรมการสอนแบบ Learning by doing ด้วยหลัก 5 ค โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้วยวิธีการสอน แบบ Learning by doing ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาระดับ ปวช. 2 สาขาการบัญชี วิทยาลัยเทคโนโลยีวานิช บริหารธุรกิจประจำปีการศึกษา 2557 จำนวน 33 คน ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัยสัปดาห์ละ 4 คาบคาบละ 60 นาที รวม 4 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังเรียน กิจกรรมการสอนแบบ Learning by doing ด้วยหลัก 5 ค และใบงาน สถิติที่ใช้ ในการวิจัยคือค่าเฉลี่ย ร้อยละ ผลการวิจัยพบว่า การใช้นวัตกรรมการสอนด้วยวิธีการสอนแบบ Learning by doing ด้วยหลัก 5 ค มีผลสัมฤทธิ์ที่ดีทำให้ผู้เรียนสามารถทำคะแนนหลังเรียนได้สูงกว่าก่อนเรียน และสามารถทำคะแนนได้อยู่ในระดับดี อีกทั้งยังทำให้กระบวนการเรียนการสอนในชั้นเรียนมีบรรยากาศที่สนุกสนาน ผู้สอนสามารถอธิบายถึงหลักการได้ง่ายขึ้น ใช้การบรรยายน้อยลง เพิ่มการลงมือทำของนักเรียน ให้มากขึ้น

**เรื่องที่ 5** พงษ์วิภา เทวีลาภรณ์ (2559) ศึกษาการจัดการเรียนการสอนแบบเน้นการปฏิบัติเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาการเขียนแบบก่อสร้าง 3 ของนักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยเทคโนโลยีเมโทร การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1. เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์ของคะแนนทดสอบก่อนเรียน กับคะแนนหลังเรียน วิชาการเขียนแบบก่อสร้าง 3 ที่สอนโดยใช้การจัดการเรียนการสอนแบบเน้นการปฏิบัติ 2. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนแบบเน้นการปฏิบัติ ประชากรได้แก่นักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพปีที่ 2 สาขาวิชาสถาปัตยกรรม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่แผนการจัดการเรียนการสอนแบบเน้นการปฏิบัติ แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและแบบสอบถามความพึงพอใจ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่าการจัดการเรียนการสอนแบบเน้นการปฏิบัติเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ผลสัมฤทธิ์ก่อนเรียนและหลังเรียน ต่างกันชัดเจน และระดับความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนแบบเน้นการปฏิบัติ อยู่ในระดับมาก

**เรื่องที่ 6** Munoz; et al. (2013) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับหลักสูตรการเรียนรู้อยู่ด้วยการทำงาน ในหลักสูตรวิศวกรรมปีแรกที่ Universidad Catolica de la Santisima Concepcion ประเทศชิลี มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาความเข้าใจของนักเรียน พัฒนาแรงจูงใจที่จะเป็นมืออาชีพในโปรแกรมวิศวกรรม เครื่องมือที่ใช้ แบบสำรวจความต้องการของนักศึกษาที่ลงทะเบียนระดับสูง แบบสอบถามความพึงพอใจ

กับเทคนิคการเรียนรู้ที่ใช้งานอยู่ แบบสะท้อนผลเกี่ยวกับหลักสูตรที่ใช้ ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาความเข้าใจของนักเรียนเกี่ยวกับความพยายามที่จะเป็นมืออาชีพ และแรงจูงใจของนักเรียนที่เพิ่มขึ้น

สรุป จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ จำนวน 6 เรื่องพบว่า มีการใช้แนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติมาใช้เพื่อส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในรายวิชาต่าง ๆ และในแต่ละช่วงวัยก็จะมีการใช้ความถี่และช่วงเวลาที่แตกต่างกัน ของนักศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยและนักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพ ใช้เวลา 1 ภาคเรียน (16 สัปดาห์) สัปดาห์ละ 3 ชั่วโมง โดยใช้ในการเรียนการสอนในคาบเรียนปกติ (ภัทรุท นามเมือง, 2557; พงษ์วิภา เทวีลาภรณ์, 2559; ณีรัฐพงษ์ ฉายแสงประทีป, 2557) มี 1 งานวิจัยที่ใช้วิธีการสอนโดยเน้นงานปฏิบัติ ใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ใช้เวลา 3 สัปดาห์ และมี 1 งานวิจัยใช้เป็นโปรแกรมเพื่อเพิ่มผลสัมฤทธิ์และทักษะทางคณิตศาสตร์ของเด็กปฐมวัย ใช้เวลาทั้งหมด 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4 วัน วันละ 30-45 นาที (วรรณุช นิลเขต, 2554)

สำหรับในงานวิจัยนี้ ใช้แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติเป็นพื้นฐานและใช้เป็นการจัดโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร ให้กับนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย ดังนั้น เพื่อให้เหมาะสมกับการดำเนินการของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร และเพื่อให้เหมาะสมกับช่วงวัยของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย ผู้วิจัยจึงกำหนดระยะเวลาจัดโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร ทั้งหมด 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4 วัน วันละ 30-45 นาที

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ตัวแปรที่ศึกษา เครื่องมือ/กิจกรรม จากเอกสารงานวิจัยที่ใช้แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ ดังตารางที่ 2.3

**ตารางที่ 2.3** การวิเคราะห์ตัวแปรที่ศึกษา เครื่องมือ/กิจกรรม จากเอกสารงานวิจัยที่ใช้แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ

ผู้วิจัย/ปี	ตัวแปรที่ศึกษา	เครื่องมือ/กิจกรรม	ผลการวิจัย
1. วรรณุช นิลเขต (2554)	การเปลี่ยนแปลงของทักษะทางคณิตศาสตร์ของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมแบบปฏิบัติจริง	ผู้วิจัยดำเนินการทดลองด้วยการจัดกิจกรรมแบบปฏิบัติจริง วัดประเมินผลด้วยแบบทดสอบเชิงปฏิบัติ ทักษะทางคณิตศาสตร์ของเด็กปฐมวัย	การจัดกิจกรรมแบบปฏิบัติจริงมีทักษะทางคณิตศาสตร์สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 2.3 (ต่อ)

ผู้วิจัย/ปี	ประเด็นที่ศึกษาวิจัย	เครื่องมือ/กิจกรรม	ผลการวิจัย
2. วรณพรรณ เลิศวัตรกานต์ (2556)	การพัฒนาชุด กิจกรรมโดยเน้นงาน ปฏิบัติเพื่อฝึกทักษะ การฟังและพูด ภาษาอังกฤษเพื่อการ สื่อสาร	แบบสัมภาษณ์แบบมี โครงสร้าง แผนการจัดการ เรียนรู้ ชุดกิจกรรมแบบ เน้นงานปฏิบัติทักษะการ ฟังและพูด ภาษาอังกฤษ เพื่อการสื่อสาร แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนแบบประเมิน การฟังแบบประเมินการพูด	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ก่อนเรียนและหลังเรียน มีค่าดัชนีประสิทธิผล ความก้าวหน้าผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนเท่ากับร้อยละ 33.24
3. ณีรัฐพงษ์ ฉายแสงประทีป (2557)	การศึกษาการเรียนรู้ แบบลงมือปฏิบัติ ใน รายวิชา TMT423 ระเบียบวิธีวิจัย สำหรับอุตสาหกรรม ท่องเที่ยว	ใช้เครื่องมือในการวิจัยคือ แผนการจัดการเรียนรู้ ข้อสอบวัดผล แบบ ประเมินผลรูปเล่มวิจัยและ การนำเสนอ และ แบบสอบถามความพึง พอใจของผู้เรียน	ผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ที่ วัดจากข้อสอบวัดผล ผู้เรียนครึ่งหนึ่ง หรือร้อยละ 55 ผ่านเกณฑ์ตามที่ กำหนดผู้เรียนร้อยละ 37.04 ผ่านเกณฑ์การ ประเมินในระดับดีเยี่ยม
4. ภัทรุท นาม เมือง (2557)	การพัฒนาผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนวิชา ระบบบัญชีเดียวและ สินค้า โดยจัด กิจกรรมการสอน แบบ Learning by doing ด้วยหลัก 5 ค	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนก่อนและหลัง เรียน กิจกรรมการสอน แบบ Learning by doing ด้วยหลัก 5 ค 4 คาบเรียน จำนวน 4 สัปดาห์ และใบ งาน	ผู้เรียนสามารถทำ คะแนนหลังเรียนได้สูง กว่าก่อนเรียน และ สามารถทำคะแนนได้อยู่ ในระดับดี อีกทั้งยังทำให้ กระบวนการเรียนการ สอนในชั้นเรียนมี บรรยากาศที่สนุกสนาน
5. พงษ์วิภา เทวี ลาภรณ์ (2559)	การจัดการเรียนการ สอนแบบเน้นการ ปฏิบัติเพื่อพัฒนา ผลสัมฤทธิ์ทางการ	แผนการจัดการเรียนการ สอนแบบเน้นการปฏิบัติ แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียน	ผลสัมฤทธิ์ก่อนเรียนและ หลังเรียน ต่างกันชัดเจน และระดับความพึงพอใจ ที่มีต่อการจัดการเรียน

ตาราง 2.3 (ต่อ)

ผู้วิจัย/ปี	ประเด็นที่ศึกษาวิจัย	เครื่องมือ/กิจกรรม	ผลการวิจัย
	เรียนรายวิชาการ เขียนแบบก่อสร้าง		การสอนแบบเน้นการปฏิบัติ อยู่ในระดับมาก
6. M. Munoz; et al. (2013)	หลักสูตรการเรียนรู้ ด้วยการลงมือทำ	แบบสำรวจความต้องการ ของนักศึกษา แบบสอบถาม ความพึงพอใจกับเทคนิคการ เรียนรู้แบบสะท้อนผล เกี่ยวกับหลักสูตรที่ใช้	การพัฒนาความเข้าใจ ของนักเรียนเกี่ยวกับ ความพยายามที่จะเป็น มืออาชีพ และแรงจูงใจ ของนักเรียนที่เพิ่มขึ้น

จากตาราง 2.3 การวิเคราะห์ตัวแปรที่ศึกษา เครื่องมือ/กิจกรรม จากเอกสารงานวิจัยที่ใช้แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติจำนวน 6 เรื่อง พบว่า 5 เรื่องสะท้อนให้เห็นว่าการใช้การเรียนการสอนหรือโปรแกรมที่ใช้แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียน และ 1 เรื่อง สะท้อนให้เห็นถึงการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติในระยะยาวส่งผลไปยังเจตคติที่ดีต่ออาชีพหรือสาขาวิชาชีพที่เรียนต่อไป

#### 4. การประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

##### 4.1 ความหมายของแนวความคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

ราชบัณฑิตยสถาน (2554) ให้ความหมายของคำว่า สัมพันธ์ ซึ่งหมายถึง ผูกพัน เกี่ยวข้อง และ คำว่าประสานที่หมายถึง ทำให้เข้ากันสนิท หรือเชื่อม ซึ่งในอีกแง่ความหมายหนึ่งคำว่าประสานที่ซึ่งมาจากคำว่าประสานงาน ซึ่งเคยมีคนให้ความหมายไว้ว่า การประสานงาน คือ การที่บุคคลหรือหน่วยงานในองค์กร ทำงานร่วมกับบุคคลและ หน่วยงานอื่นเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายร่วมกัน มีลักษณะเป็นกระบวนการที่ต้องกระทำต่อเนื่อง สอดคล้องกันไปเพื่อให้งานสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ ยังมีนักวิชาการ (สมิต สัจฉกร, 2550) ได้ให้ความหมายของคำว่าประสานงานไว้อีกเช่น การประสานงานหมายถึง กระบวนการของการทำให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในกิจกรรมและเป้าหมายของแผนงานต่างๆ ขององค์กรที่แยกจากกันเพื่อความสำเร็จขององค์กรอย่างมีประสิทธิภาพ (สมยศ นาวิการ, 2544) หรือเป็นการจัดระเบียบวิธีการทำงาน เพื่อให้เจ้าหน้าที่ฝ่ายต่างๆ ร่วมมือปฏิบัติงานเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันลดข้อขัดแย้งในการทำงานลง ลดความซับซ้อนของการทำงานทำให้การปฏิบัติงานขององค์กรมีความราบรื่นบรรลุเป้าหมาย หรือเป็นการจัดให้คนในองค์กรทำงานให้สัมพันธ์และสอดคล้องกัน โดยจะต้องตระหนักถึงหน้าที่ความรับผิดชอบวัตถุประสงค์ เป้าหมาย และมาตรฐานการปฏิบัติขององค์กรเป็นหลัก (ศิริธร ชันธหัตถ์, 2531) และคำว่า ผู้ปกครอง หมายถึง ผู้ที่ทำหน้าที่ปกครองดูแล หรือบุคคลที่

ศาลตั้งให้ใช้อำนาจปกครองผู้เยาว์ที่ยังไม่บรรลุนิติภาวะ และไม่มีบิดามารดาหรือบิดามารดาถูกถอดอำนาจปกครอง (ราชบัณฑิตยสถาน, 2554) การประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองจึงหมายถึงการที่ให้ผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรม

นอกจากนี้ ยังมีการศึกษาเกี่ยวกับความหมายของคำว่ามีส่วนร่วมซึ่งได้มีทั้งหน่วยงานองค์กรและนักวิชาการได้ให้ความหมายของคำว่ามีส่วนร่วม ดังนี้

Yadav (1980) ให้ความหมายว่า การมีส่วนร่วม หมายถึง การร่วมมือด้วยความตั้งใจและสมัครใจ ซึ่งกระบวนการความร่วมมือต้องมีความรู้สึกว่าได้ร่วมในการตัดสินใจ ได้ร่วมในการดำเนินงาน ได้ร่วมในการติดตามประเมินผล หรือได้ร่วมรับประโยชน์ United Nations (1981) ให้ความหมายของการมีส่วนร่วมว่า หมายถึง การสร้างโอกาสให้สมาชิกทุกคนเข้ามามีส่วนช่วยเหลือและเข้ามามีอิทธิพลต่อกระบวนการดำเนินกิจกรรม รวมทั้งมีส่วนร่วมได้รับประโยชน์จากผลอย่างเท่าเทียมกัน White (1982) ได้ให้ความหมายของการมีส่วนร่วมว่า หมายถึง การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ การมีส่วนร่วมในการปฏิบัติ การมีส่วนร่วมในการประเมินผล Whang (1981) ให้ความหมายของการมีส่วนร่วมว่า หมายถึง กระบวนการในการเข้าไปดำเนินงานของบุคคลหรือของกลุ่มเพื่อได้สะท้อนถึงความสนใจของตน หรือ เพื่อให้การสนับสนุนทางด้านกำลังงานหรือทรัพยากรต่อสถาบัน/ระบบที่ครอบคลุมการดำเนินชีวิตของพวกเขา

ส่วนสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน (2545) ได้ให้ความหมายของการมีส่วนร่วมว่าเป็นกระบวนการทำงานร่วมกันโดยเริ่มจากการร่วมคิด การร่วมวางแผน การร่วมดำเนินงาน/ปฏิบัติ การร่วมมือกันพบปัญหาหรือเผชิญอุปสรรค พร้อมทั้งแก้ไขให้ลุล่วง การร่วมมือกันพบความสำเร็จ และการร่วมกันชื่นชมยินดีภาคภูมิใจในความสำเร็จในงานนั้น

สรุปได้ว่า การประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง หมายถึง การที่ให้ผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วมในการ สังเกต ดูแลช่วยเหลือ และตัดสินใจในการประเมินผลในการเรียนรู้ของนักเรียนในปกครอง ซึ่งในงานวิจัยนี้ หมายถึง การที่ให้ผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วมในการ สังเกต ดูแลช่วยเหลือ และตัดสินใจในการประเมินผลพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติและทักษะการสื่อสารในด้านการอ่านและการเขียนในเรื่องของการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปร่งฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ ของนักเรียนในปกครอง

#### 4.2 ความสำคัญ of แนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

นักการศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง (สุนน อมรวิวัฒน์, 2543; สำนักงานปฏิรูปการศึกษา, 2544; สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2545; กรมสุขภาพจิต, 2559) ให้ความสำคัญของแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง เนื่องจากเหตุผลดังนี้



1. ทารกที่เกิดใหม่ไม่สามารถช่วยตัวเองได้ ต้องพึ่งพาพ่อแม่ผู้ปกครองเป็นระยะเวลายาวนาน การอบรมเลี้ยงดูถูกเป็นโอกาสให้พ่อแม่กับลูกคลุกคลีกันแบบที่มีการให้และการรับ การคลุกคลีกันนี้ย่อมเกิดผลเป็นพิเศษในการสร้างความสัมพันธ์ พ่อแม่คือต้นเหตุของความสุขความทุกข์ทั้งปวงของเด็ก สายใยความรักความผูกพันระหว่างเด็กกับพ่อแม่เป็นความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้ง มั่นคงและยาวนาน เป็นพลังยิ่งใหญ่ที่ช่วยผลักดันให้การดำเนินชีวิตด้านต่าง ๆ ประสบความสำเร็จได้รวมถึงด้าน การศึกษาก็เช่นกัน ฉะนั้น หากได้นำเอาพลังความคิด ความเอาใจใส่ และความร่วมรับผิดชอบของ ผู้ปกครองมาสนับสนุนและส่งเสริมการเรียนรู้แล้ว ก็จะนำไปสู่การพัฒนาศักยภาพในตัวเด็กที่ยั่งยืน

2. พ่อแม่เป็นครูคนแรก บรรทัดฐานสังคมที่เป็นมาตรฐานการปฏิบัติตนตามบทบาทและ สถานภาพที่บุคคลมีในขณะใดขณะหนึ่งนั้น ไม่ใช่เป็นสิ่งที่บุคคลรู้หรือเข้าใจได้เองตามธรรมชาติ แต่ เป็นสิ่งที่บุคคลต้องได้รับคำแนะนำสั่งสอนจึงจะรู้ได้คำแนะนำสั่งสอนหรือการขัดเกลาทางสังคม (Socialization) นี้เป็นการเรียนรู้ทางตรงหรือทางอ้อมก็ได้ พ่อแม่เป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญที่สุดในการ ให้การศึกษาแก่บุตรหลานของตน ครูคนแรกของเด็กก็คือแม่หรือพ่อ หากขาดการอบรมของพ่อแม่ก็ยากที่จะหาการอบรมอื่นใดมาทดแทนได้

3. พ่อแม่เป็นบุคคลที่ใกล้ชิดกับเด็กมากที่สุด พ่อแม่มีพลัง รวมทั้งความตั้งใจและความปรานี ต่ออนาคตของลูกหลานของตนเอง เมื่อพิจารณาในเวทีวิทยาของผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการ พบว่า ครอบครัวอยู่ใกล้ชิดและล้อมรอบตัวเด็กนักเรียนมากที่สุด พ่อแม่จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อ ผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการของเด็กนักเรียน

4. พ่อแม่เป็นครูที่ดีที่สุดในโลก ลักษณะเด่นในความเป็นครูของพ่อแม่ที่แตกต่างไปจากครู ปกติหรือมากกว่าครูทั่วไปก็คือ

4.1. พ่อแม่ให้ความรัก ความเอาใจใส่ ความหวังใยต่อลูก อย่างมากจนยากที่จะหาความรักของครูอาชีพมาทดแทนได้

4.2. พ่อแม่เป็นครูตลอดชีวิต ที่ให้การอบรมสั่งสอนลูกได้ตลอดเวลา トラบเท่าที่พ่อแม่ยังมีชีวิตอยู่

4.3. พ่อแม่เป็นครู 24 ชั่วโมง คือ ไม่ได้เป็นครูเฉพาะในเวลาราชการเหมือนครูอาชีพ ลักษณะความเป็นครูของพ่อแม่ทั้ง 3 ประการนี้ เป็นคุณสมบัติของครูที่ดีที่สุดในโลก

5. เป็นยุทธศาสตร์สังคมแห่งการเรียนรู้ พ่อแม่ผู้ปกครองมีบทบาทสำคัญในการจัด กระบวนการเรียนรู้และการเสริมสร้างการเรียนรู้ ทั้งที่บ้าน โรงเรียน และแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการจัดการศึกษาจะทำให้สังคมมีแหล่งการเรียนรู้เกิดขึ้นมากมายเพื่อทำให้เกิดสังคมแห่งการเรียนรู้หรือสังคมแห่งปัญญาที่ผู้เรียนสามารถแสวงหาความรู้ด้วยตนเองได้ตลอดเวลา ครอบครัว คือ ศูนย์การเรียนรู้ (Learning Center) หากสามารถทำให้ทุกครอบครัวเป็น ศูนย์การเรียนรู้ได้สำเร็จ จะได้ศูนย์การเรียนรู้ในอุดมคติที่มีความรัก ความอบอุ่น ความหวังใย และ

ความหวังดี เป็นจุดเชื่อมโยงการถ่ายทอดความรู้ที่สำคัญที่สุด แล้วการที่จะทำให้สังคมไทยเป็น “สังคมแห่งการเรียนรู้” ก็จะไม่ไกลเกินฝันอีกต่อไป

6. เป็นยุทธศาสตร์การศึกษาตลอดชีวิต การเรียนรู้ในยุคใหม่นั้น มิได้เกิดขึ้นที่โรงเรียนหรือห้องเรียนเท่านั้น แต่เกิดขึ้นได้อย่างกว้างขวางในสถานที่ต่างๆ แม้แต่ในบ้านก็จัดเป็นแหล่งการเรียนรู้ได้ เพราะความรู้ต่างๆสามารถเรียนรู้ได้เองในเวลารวดเร็ว เข้าใจง่าย โดยผ่านทางสื่อทันสมัยต่าง ๆ เช่น คอมพิวเตอร์ สื่อมวลชน ฯลฯ และแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย ทำให้การเรียนรู้ง่ายขึ้น นำสนใจมากขึ้น และเกิดประสิทธิภาพได้มากขึ้นด้วย หากผู้ปกครองจัดบรรยากาศที่บ้านให้เกิดการเรียนรู้หรือเป็นแหล่งเรียนรู้ก็จะทำให้เวลาที่เด็กอยู่นอกโรงเรียนเกิดการเรียนรู้ทุกเวลา ทุกสถานที่ เป็นการสร้างลักษณะนิสัยในการเรียนรู้ให้แก่เด็ก เป็นสังคมแห่งการเรียนรู้และเกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตในที่สุด ทั้งการศึกษาในระบบ นอกระบบ และตามอัธยาศัย และยังเป็นการศึกษาที่ผสมกลมกลืนไปกับการดำเนินชีวิตอีกด้วย

7. เป็นยุทธศาสตร์การระดมทรัพยากรทุกส่วนของสังคมเพื่อการจัดการศึกษา ผู้ปกครอง คือ แหล่งทรัพยากรของโรงเรียน หากมีการจัดการและประสานงานที่เหมาะสมก็จะนำพลังที่ซ่อนเร้นเหล่านี้ออกมาก่อให้เกิดประโยชน์ต่อบุตรหลานและโรงเรียนอันเป็นที่รักของพ่อแม่ผู้ปกครองทุกคน ครอบครัว ก็คือตัวแบบจำลองของชุมชนหรือสังคม โดยธรรมชาติ ผู้ปกครองต้องเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับชุมชนที่โรงเรียนนั้นๆตั้งอยู่ การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองจึงเป็นยุทธศาสตร์ ในการระดมทรัพยากรทุกส่วนของสังคมเข้ามาช่วยในการจัดการศึกษา (All for Education) ได้โดยง่าย เพราะ การที่ผู้ปกครองส่งบุตรหลานมาให้เรียนที่โรงเรียนก็เท่ากับส่งแก้วตา ดวงใจ ของตนเองมาให้โรงเรียน

กล่าวโดยสรุป ผู้ปกครองมีบทบาทอย่างยิ่งในการปลูกฝังนิสัยการเรียนรู้ตลอดชีวิตให้กับลูก และเป็นยุทธศาสตร์ในการระดมทรัพยากรทุกส่วนของสังคมเพื่อการจัดการศึกษา ดังนั้นการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการจัดการศึกษาของโรงเรียนจึงมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งกับสมาชิกในครอบครัวที่จะต้องมีส่วนร่วม ความร่วมมือระหว่างกันและการปรับตัวของสมาชิกในครอบครัวต่อสถานการณ์ต่าง ๆ โดยปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดสัมพันธ์ภาพที่ดีในครอบครัวนั้น สามารถเกิดขึ้นได้จากกิจกรรมในข้อ 4.3

#### 4.3 กิจกรรมที่ใช้ในการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

McCubbin (1996) นวลฉวี ประเสริฐสุข (2558) และ วณัญญา แก้วแก้วปาน (2560) ให้ความหมายของสัมพันธ์ภาพในครอบครัวเป็นเรื่องราวความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และลูก ระหว่างพี่น้อง หรือระหว่าง สมาชิกในครอบครัว รวมถึงการสื่อสารในครอบครัว แบบแผนความสัมพันธ์ การกำหนดบทบาทและอำนาจในการตัดสินใจและยังสามารถสังเกตได้จากความผูกพันทางอารมณ์ดังต่อไปนี้

1. การชื่นชมคุณค่าบุตรหลานและสมาชิกในครอบครัว การชื่นชมและเห็นคุณค่าของกันและกัน ควรเป็นการแสดงออกมาอย่างชัดเจน

2. การที่สมาชิกมีเวลาอยู่ร่วมกัน การที่ทุกคนในครอบครัวได้ทำกิจกรรมหลายอย่างด้วยกัน เป็นกิจกรรมที่ทุกคนพอใจที่จะทำ
3. การเต็มใจร่วมทุกข์ร่วมสุขกันในครอบครัวการมีพันธะต่อความสุขของสวัสดิภาพของครอบครัวร่วมกัน สมาชิกในครอบครัวที่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีคุณภาพมักจะมีพันธะดังกล่าวอยู่ในระดับสูง ห่วงใยกันและกันอย่างแท้จริง
4. การติดต่อสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัว เป็นการใช้เวลาสำหรับการพูดคุยกันในครอบครัว พูดคุยรับรู้เรื่องราวกันโดยตรงไม่ปกปิด ไม่เก็บไว้ในใจหรือไม่จำเป็นต้องรับรู้เรื่องราวของบุคคลอื่นใน ครอบครัว โดยอาศัยบุคคลที่สามหรือบุคคลนอกครอบครัวเป็นสื่อ
5. การมีศรัทธาต่อศาสนาร่วมกัน โดยที่สมาชิกเต็มเปี่ยมไปด้วยความเลื่อมใสอย่างแรงกล้า บุคคลในครอบครัวก็มักจะมีกิจกรรมทางศาสนาร่วมกันอยู่เสมอ
6. การที่สมาชิกใช้สมรรถนะที่ตนมีจัดการกับวิกฤติการณ์ที่เกิดขึ้นในครอบครัว ซึ่งทุกคนจะร่วมกันต่อสู้กับปัญหาให้กำลังใจซึ่งกันและกันและร่วมกันคลี่คลายปัญหาให้ได้ในที่สุด สัมพันธภาพในครอบครัวจึงถือเป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครอบครัวซึ่งมีความผูกพันต่อกัน ด้วยสายสัมพันธ์อันลึกซึ้งทางสายเลือด เป็นสิ่งที่ช่วยให้สมาชิกของครอบครัวรักใคร่ สนิทสนามกลมเกลียวต่อกัน โดยทุกคนถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว ประกอบด้วยลักษณะพฤติกรรมต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการติดต่อสื่อสารระหว่างกัน ความผูกพัน การสนับสนุนระหว่างกัน ความเชื่อถือและชื่นชมคุณค่าของกันและกัน ซึ่งการกระทำและคำพูดควรมีความสอดคล้องกันอย่างยิ่ง สมาชิกในครอบครัวมีความเข้าใจและช่วยเหลือกัน มีความผูกพันรักใคร่สามัคคี มีการทำกิจกรรมที่พึงพอใจร่วมกัน มีการติดต่อสื่อสารที่อิสระระหว่างสมาชิกบนพื้นฐานที่บิดามารดาเลี้ยงดูบุตรโดยให้อิสระทางความคิดและการแสดงออก ไม่คอยควบคุมหรือบังคับบุตรมากเกินไป ความสัมพันธ์ในครอบครัวก็ถือเป็นความสัมพันธ์ที่มีความสำคัญที่สุดในบรรดาความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ด้วยกันเอง เนื่องจากความสัมพันธ์ที่ดีที่ราบรื่นในครอบครัวเป็นส่วนช่วยให้ครอบครัวมีความมั่นคง มีความเข้มแข็งและมีความสุข ตลอดจนเป็นเครื่องป้องกันปัญหาต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นกับสมาชิกในครอบครัวได้อย่างมีประสิทธิภาพอีกด้วย

สรุปได้ว่า กิจกรรมที่ใช้ในการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง เป็นตั้งการสานสายใยในครอบครัวให้แน่นหนา สร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคลในครอบครัว โดยปัจจัยที่มีผลต่อการประสานสัมพันธ์ ได้แก่ การชื่นชม การเห็นคุณค่าของสมาชิกในครอบครัว ซึ่งควรเป็นการแสดงให้เห็นอย่างชัดเจน การอยู่พร้อมหน้าพร้อมตา ได้ใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน การเต็มใจร่วมทุกข์ร่วมสุขกันในครอบครัว พูดคุยสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัวเพื่อรับรู้เรื่องราวต่าง ๆ ของกันและกัน อย่างตรงไปตรงมาและไม่ควรมีเรื่องปกปิด การมีศรัทธาต่อศาสนาร่วมกัน สมาชิกทุกคนในครอบครัวใช้สมรรถนะที่ตนมีจัดการกับวิกฤติการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในครอบครัว ทุกคนร่วมกันต่อสู้กับปัญหา

และให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ร่วมกันคลี่คลายปัญหา กล่าวได้ว่ากิจกรรมหรือปัจจัยต่าง ๆ สามารถสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวให้มีความรักใคร่สามัคคี ความผูกพัน ความเข้าใจกันในครอบครัว ซึ่งในงานวิจัยนี้จะใช้แนวคิดและประยุกต์กิจกรรมที่ใช้ในการประสานประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองคือให้ผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วมในการคิด ตัดสินใจ ดูแลนักเรียนในปกครองเพื่อชื่นชมช่วยเหลือ และมีส่วนร่วมในการประเมินพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน ฟังนักเรียนอ่านเป็นการติดต่อสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัวและเป็นการสร้างสัมพันธ์โดยการใช้เวลาด้วยกัน

ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง จำนวน 4 เรื่อง รายละเอียดดังต่อไปนี้

**เรื่องที่ 1** เอกอนงค์ ศรีสำอาง (2558) ศึกษารูปแบบการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการพัฒนาการเรียนการสอนสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษา ประชากรที่ใช้ในการวิจัยคือนักเรียนระดับประถมศึกษา โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ การหาค่าความถี่ การหาค่าร้อยละ การหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว สถิติทดสอบ t และการเปรียบเทียบรายคู่โดยวิธีเชฟเฟ้ โดยศึกษาเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการพัฒนาการเรียนการสอน เปรียบเทียบการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการพัฒนาการเรียน ภูมิหลังของผู้ปกครอง ผลวิจัยพบว่าผู้ปกครองนักเรียนที่มี อายุ อาชีพ ระดับการศึกษาสูงสุด และรายได้ครอบครัวต่อเดือนต่างกัน มีระดับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมให้ความรู้ผู้ปกครองในการเสริมสร้างประสบการณ์แก่นักเรียนที่บ้าน ในการเสริมสร้างประสบการณ์แก่นักเรียนที่โรงเรียนไม่แตกต่างกัน แต่การมีส่วนร่วมในการสนับสนุน ในโรงเรียนแตกต่างกัน ส่วนผู้ปกครองนักเรียนที่มีเพศต่างกัน มีระดับการมีส่วนร่วมทุกด้านไม่แตกต่างกัน

**เรื่องที่ 2** มุฮัมหมัดนาซีรีน โต๊ะลู (2558) ศึกษาเรื่องการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการจัดการศึกษาของโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามในจังหวัดปัตตานี วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง
2. เพื่อเปรียบเทียบระดับการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการจัดการศึกษา จำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ผู้ปกครอง
3. เพื่อประเมินปัญหาข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับระดับการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการจัดการศึกษา กลุ่มตัวอย่างคือผู้ปกครองของนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 300 คนจากโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลาม ในจังหวัดปัตตานี 56 โรงเรียน เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถามและ แบบสัมภาษณ์ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานค่า t และค่า f ผลการวิจัยพบว่า การมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เพศอายุระดับการศึกษาอาชีพและรายได้ของผู้ปกครอง ไม่มีผลต่อการมีส่วนร่วมของ

ผู้ปกครอง และจากการประเมินข้อคิดเห็น พบว่า บุคลากรของโรงเรียน อาสาสมัครผู้ปกครอง ควรจะทำงาน ให้เข้มแข็งและมีความสามัคคี ผู้ปกครองควรสังเกตการเปลี่ยนแปลงของรูปด้านการเรียนรู้ที่บ้าน ทุกฝ่ายต้องรับผิดชอบร่วมกันดูแลไม่ควรปล่อยให้ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง รับผิดชอบโดยลำพัง

**เรื่องที่ 3** ชนม์ธิดา ยาแก้ว (2560) ศึกษาการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการส่งเสริมการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัยของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเขตพื้นที่ภาคตะวันออก โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการส่งเสริมการเรียนรู้ของเด็ก ประชากรคือผู้ปกครองเด็กเล็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเขตพื้นที่ภาคตะวันออกจากศูนย์พัฒนาเด็กเล็กทั้งหมดจำนวน 1,136 แห่ง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบสอบถาม โดยใช้เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า กำหนดเป็น 5 ระดับตามมาตรวัดของ Likert แบบสอบถามปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีผลต่อการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง สถิติที่ใช้ในการวิจัย ใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistic) โดยใช้ค่าร้อยละ คะแนนเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่า การศึกษาพฤติกรรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการส่งเสริมการเรียนรู้ของเด็ก ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลางเมื่อจำแนกเป็นรายด้านพบว่า การอบรมเลี้ยงดูเด็กอยู่ในระดับมาก ส่วนการติดต่อสื่อสาร การเรียนรู้ที่บ้าน การตัดสินใจ การมีส่วนร่วมกับชุมชนและด้านอาสาสมัครมีส่วนร่วมของผู้ปกครองอยู่ในระดับปานกลาง

**เรื่องที่ 4** Grossman (2014) ศึกษาโปรแกรมการให้ความรู้เรื่องเพศศึกษาแบบครอบคลุมในโรงเรียนสามารถลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นตอนต้น มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินประสิทธิผลของโปรแกรมการสอนเพศศึกษาแบบครบวงจรโดยให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วม โดยการให้ความรู้กับผู้ปกครองด้วย ประชากรที่ศึกษาวิจัยในครั้งนี้คือนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 2453 คน การวิจัยใช้ระยะเวลา 3 ปี ต่อเนื่อง ผลการวิจัยพบว่าในโรงเรียนที่สอนโดยใช้โปรแกรมที่มีการแทรกแซงให้ความรู้กับผู้ปกครองด้วยเมื่อเปรียบเทียบกับเด็กชายและเด็กหญิงของโรงเรียนเปรียบเทียบ เด็กชายน้อยกว่า 16% และเด็กผู้หญิงน้อยกว่า 15% มีเพศสัมพันธ์เมื่อจบเกรด 8

จากการทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ตัวแปรที่ศึกษา เครื่องมือ/กิจกรรม จากเอกสารงานวิจัยจำนวน 4 เรื่อง ดังตาราง 2.4

**ตารางที่ 2.4** การวิเคราะห์ตัวแปรที่ศึกษา เครื่องมือ/กิจกรรม จากเอกสารงานวิจัยที่ใช้แนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

ผู้วิจัย/ปี	ตัวแปรที่ศึกษา	เครื่องมือ/กิจกรรม	ผลการวิจัย
1. เอกอนงค์ ศรีสำออง	รูปแบบการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการ	แบบสอบถามเกี่ยวกับวุฒิการศึกษา เพศ และ	ผู้ปกครองมีการมีส่วนร่วมกับกิจกรรมต่าง ๆ ของโรงเรียน

ตารางที่ 2.4 (ต่อ)

ผู้วิจัย/ปี	ตัวแปรที่ศึกษา	เครื่องมือ/กิจกรรม	ผลการวิจัย
(2558)	พัฒนาการเรียนการสอน สำหรับนักเรียนระดับ ประถมศึกษา โรงเรียน สาธิตละอออุทิศ มหาวิทยาลัยราชภัฏ สวนดุสิต	การมีส่วนร่วมในการ พัฒนาการจัดการเรียน การสอน มีการให้ความรู้ แก่ผู้ปกครองในการ เสริมสร้างประสบการณ์ แก่นักเรียน	เป็นอย่างดีซึ่งวุฒิการศึกษาที่ ต่างกัน การเสริมสร้าง ประสบการณ์แก่นักเรียนไม่ ต่างกัน แต่การเข้ามามีส่วน ร่วมกับโรงเรียนต่างกัน
2. มูฮัมหมัด นาซีรีน โต๊ะลู (2558)	การมีส่วนร่วมของ ผู้ปกครองในการจัด การศึกษาของโรงเรียน เอกชนสอนศาสนา อิสลามในจังหวัด ปัตตานี	ใช้แบบสอบถามเก็บ ข้อมูลเกี่ยวกับข้อมูล ส่วนตัว การมีส่วนร่วม ในการจัดการศึกษา	ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการจัด การศึกษาอยู่ในระดับมา โดยมี ข้อเสนอแนะว่าผู้ปกครองควร สังเกตการเปลี่ยนแปลงของลูก ด้านการเรียนรู้ที่บ้าน ทุกฝ่าย ต้องช่วยกันดูแล ไม่ควรปล่อย ให้ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งรับผิดชอบ โดยลำพัง
3. ชนม์ธิดา ยาแก้ว (2560)	การมีส่วนร่วมของ ผู้ปกครองในการ ส่งเสริมการเรียนรู้ของ เด็กปฐมวัย ของศูนย์ พัฒนาเด็กเล็ก เขต พื้นที่ภาคตะวันออก	แบบสอบถามภาพ ทั่วไป เป็นแบบเลือก และเติมข้อความ แบบสอบถามการมี ส่วนร่วมในการ ส่งเสริมการเรียนรู้เป็น แบบมาตราส่วน ประเมินค่า	การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองใน การส่งเสริมการเรียนรู้อยู่ใน ระดับปานกลาง มีข้อเสนอแนะ ว่าการให้ความรู้แก่ผู้ปกครอง จะ ส่งผลให้ผู้ปกครองเลี้ยงดูเด็กได้ อย่างถูกต้องและมีพัฒนาการที่ ดี
4. Grossman (2014)	ผลของการป้องกันการใช้ มีเพศสัมพันธ์อย่าง ครอบคลุมร่วมกับ ครอบครัว	โปรแกรมการสอน เพศศึกษาแบบครบ วงจรโดยให้ความรู้แก่ ผู้ปกครองด้วย	โรงเรียนที่สอนโดยใช้โปรแกรม ที่มีการแทรกแซงให้ความรู้กับ ผู้ปกครองด้วยพบว่านักเรียนมี เพศสัมพันธ์น้อยกว่าโรงเรียน เปรียบเทียบ

จากตาราง 2.4 การวิเคราะห์ตัวแปรที่ศึกษา เครื่องมือ/กิจกรรม จากเอกสารงานวิจัยที่ใช้แนวคิด การประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง สามารถแสดงให้เห็นถึงการเห็นความสำคัญของการเข้าไปมีส่วนร่วมในการส่งเสริมการเรียนรู้ของผู้เรียน (เอกอนงค์ ศรีสำออง, 2015; มุฮัมหมัดนาซีรีน โต๊ะลู, 2558; ชนม์ธิตา ยาแก้ว, 2560) และแสดงให้เห็นว่าการที่ผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วมนั้น เป็นการสะท้อนให้เห็นว่า ในการจัดการเรียนรู้และการดูแลนักเรียนนั้น ทั้งครูและนักเรียนควรร่วมมือกัน ไม่ปล่อยให้เป็นที่ของฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเพียงฝ่ายเดียว (มุฮัมหมัดนาซีรีน โต๊ะลู, 2558) นอกจากนี้ก็ยังส่งผลให้นักเรียนเรียนรู้ได้ดีขึ้น และลดพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ได้อีกด้วย (มุฮัมหมัดนาซีรีน โต๊ะลู, 2558) และจากงานวิจัยข้างต้น แสดงให้เห็นถึงการเข้าไปมีส่วนร่วมของผู้ปกครองด้วยวิธีการให้ผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วมในการกำหนด แนวทางการจัดการศึกษา การพัฒนาการเรียนการสอนและ การจัดการเรียนรู้ให้กับนักเรียน (เอกอนงค์ ศรีสำออง, 2558; มุฮัมหมัดนาซีรีน โต๊ะลู, 2558; ชนม์ธิตา ยาแก้ว, 2560) นอกจากนี้ ยังมีการศึกษาที่ให้ ผู้ปกครองเข้าไปนั่งเรียนกับนักเรียนด้วย (Grossman (2014) ผลการศึกษาพบว่าจุดสำคัญที่เป็นประเด็นหลักคือการที่ผู้ปกครองต้องเอาใจใส่นักเรียนแล้วนั้น ยังต้องมีความรู้อีกด้วย

ดังนั้น ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจึงนำแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง โดยการให้ผู้ปกครองประเมินพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน ทักษะการอ่านและเขียนในเรื่องของการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปร่งฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะด้วย

## 5. กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ (ประทุม อังกรโรหิต, 2543; ทิศนา แฉมณณี, 2551; ประสิทธิ์ ชุมศรี, 2557) สรุปได้ว่าเป็นแนวคิดหรือความเชื่อที่สนับสนุนให้ผู้เรียน ปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองตามความสนใจ ความถนัด และศักยภาพ ด้วยการศึกษา ค้นคว้า ฝึกปฏิบัติ ฝึกทักษะ จนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง แนวคิดนี้เชื่อว่าหากคนเราได้กระทำหรือปฏิบัติด้วยตนเองจะทำให้เกิดความเชื่อมั่น เป็นแรงจูงใจให้เกิดการเรียนรู้ ผู้เรียนจะเรียนรู้อย่างมีความสุข เกิดการพัฒนารอบด้าน มีอิสระที่จะเลือก วิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนเอง และนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม และจากการทบทวนเอกสารงานวิจัยที่ใช้แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ (วรนุช นิลเขต, 2554; ญัฐพงษ์ ฉายแสง ประทีป, 2557; ภัทรุท นามเมือง, 2557; พงษ์วิภา เทวีลาภรณ์, 2559) สามารถสรุปว่า การใช้แนวคิดการเรียนรู้ ด้วยการปฏิบัติเป็นพื้นฐานในการวิจัยส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพด้านสุขปฏิบัติ ซึ่งเป็นตัวแปรที่ศึกษา

นอกจากนี้ จากการศึกษาสาระสำคัญของแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง (McCubbin, 1996; นวลฉวี ประเสริฐสุข, 2558; วันญญา แก้วปาน, 2560) สรุปได้ว่าเป็นแนวคิดการสานสายใยในครอบครัวให้แน่นหนา สร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคลในครอบครัว โดยปัจจัยที่มีผลต่อการประสานสัมพันธ์ ได้แก่ การชื่นชม การเห็นคุณค่าของสมาชิกในครอบครัว ซึ่งควรเป็นการแสดงให้เห็น

อย่างชัดเจน การอยู่พร้อมหน้าพร้อมตา ได้ใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน การเต็มใจร่วมทุกข์ร่วมสุขกัน ในครอบครัว พูดคุยสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัวเพื่อรับรู้เรื่องราวต่าง ๆ ของกันและกันอย่างตรงไปตรงมา สมาชิกทุกคนในครอบครัวใช้สมรรถนะที่ตนมีจัดการกับวิกฤติการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในครอบครัว ทุกคนร่วมกันต่อสู้กับปัญหาและให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ร่วมกันคลี่คลายปัญหา เรียกได้ว่า กิจกรรมหรือปัจจัยต่าง ๆ ดังกล่าว สามารถสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวให้มีความรักใคร่สามัคคี ความผูกพัน ความเข้าใจกันในครอบครัว และผลการทบทวนเอกสารงานวิจัยที่ใช้แนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง (Grossman, 2014; เอกอนงค์ ศรีสำออง, 2015; มุฮัมหมัดนาซีรีน โต๊ะลู, 2558; ชนม์ธิดา ยาแก้ว, 2560) พบว่า การประยุกต์ใช้แนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองสามารถส่งเสริมพฤติกรรม สุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายได้

ดังนั้น ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้นำแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติมาวิเคราะห์และสังเคราะห์ ร่วมกับแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองเพื่อให้ได้โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองที่ส่งผลต่อ 1. พฤติกรรมสุขภาพด้านสุขปฏิบัติ และ 2. ทักษะการสื่อสารด้านการอ่านและการเขียนในเรื่อง 1) การบริโภคอาหาร 2) การออกกำลังกาย 3) การแปรงฟัน และ 4) การจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมเรื่องการแยกขยะและทิ้งขยะ ดังแผนภาพที่ 2 กรอบแนวคิดในการศึกษาโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร โดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ดังภาพที่ 2.2





ภาพที่ 2.2 กรอบแนวคิดในการศึกษาโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร โดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย โดยการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi – Experimental Research) มีขั้นตอนการดำเนินงานวิจัยดังนี้

#### ขั้นที่ 1 เตรียมการทดลอง

- 1.1 การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- 1.2 การกำหนดกลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- 1.3 การพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
  - 1.3.1 การพัฒนาโปรแกรมสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง
  - 1.3.2 การพัฒนาแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพ
    - 1.3.2.1 แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพโดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมิน
    - 1.3.2.2 แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพโดยผู้ปกครองและเพื่อนเป็นผู้ประเมิน
    - 1.3.2.3 แบบบันทึกสุขปฏิบัติของตนเอง
  - 1.3.3 การพัฒนาแบบวัดทักษะการสื่อสาร
    - 1.3.3.1 แบบวัดทักษะการอ่าน
      - 1.3.3.1.1 แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการอ่าน
      - 1.3.3.1.2 แบบวัดทักษะการอ่านจับใจความ
      - 1.3.3.1.3 แบบบันทึกการอ่าน
    - 1.3.3.2 แบบวัดทักษะการเขียน
      - 1.3.3.2.1 แบบทดสอบการเขียนคำพื้นฐาน
      - 1.3.3.2.2 แบบทดสอบเขียนเรื่องจากภาพ
      - 1.3.3.2.3 แบบเขียนเรียงความ

#### ขั้นที่ 2 ดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

- 2.1 กำหนดแผนการทดลอง
- 2.2 ติดต่อประสานงานกับผู้ที่เกี่ยวข้องก่อนทำการทดลอง
- 2.3 ดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

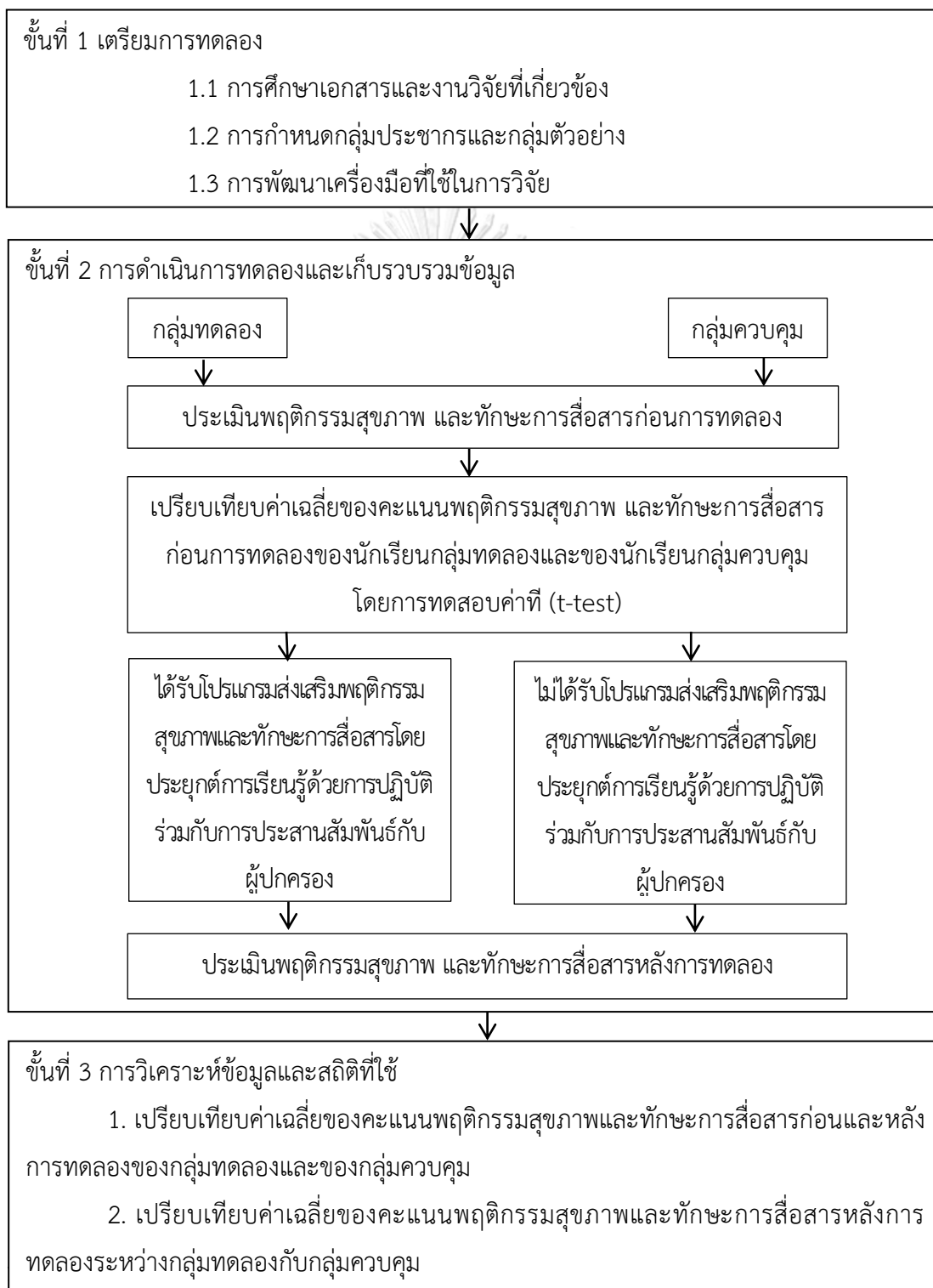
#### ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

3.1. วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

3.2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สรุปขั้นตอนในการดำเนินวิจัยดังแสดงในแผนภาพ 3.1

ภาพที่ 3.3 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย



## ขั้นที่ 1 เตรียมการทดลอง

### 1.1 การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

- 1.1.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ
- 1.1.2 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะการสื่อสาร
- 1.1.3 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ
- 1.1.4 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

### 1.2 การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2562 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 1,536,463 คน (กลุ่มสารสนเทศ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ, 2562; ออนไลน์) โดยดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1.2.1 การเลือกโรงเรียนผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Selection) โดยมีเกณฑ์ดังนี้ เป็นโรงเรียนที่ผู้บริหารครูและนักเรียนให้ความร่วมมือและสนับสนุนในการทดลอง โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ ร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

1.2.2 การสุ่มกลุ่มตัวอย่างผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้

1) รับสมัครนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง โดยมีเกณฑ์คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้วยการปฏิบัติในเรื่องของการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะในระดับปานกลางและต่ำ

2) ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยวิธีจับฉลากให้ได้ นักเรียนจำนวน 40 คน

3) สุ่มนักเรียนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 คนโดยวิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยวิธีการจับฉลากเพื่อกำหนดกลุ่มตัวอย่างเข้าเป็นกลุ่มทดลอง 20 คนและกลุ่มควบคุมจำนวน 20 คน

### 1.3 การสร้างและพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่ 1) เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง คือ โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง 2) เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ 2.1) แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติ 2.2) แบบประเมินทักษะการสื่อสาร

**1.3.1 เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง** คือ โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการศึกษา และทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1) ศึกษาตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมพฤติกรรมการศึกษา และทักษะการสื่อสาร การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ และการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

2) วิเคราะห์ความหมายของแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ องค์ประกอบที่สำคัญของแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ กิจกรรมที่ใช้จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ รวมทั้งความหมายของแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง องค์ประกอบที่สำคัญของแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง กิจกรรมที่ใช้ในการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

3) สังเคราะห์กิจกรรมในโปรแกรมสร้างส่งเสริมพฤติกรรมการศึกษาและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง จากผลการวิเคราะห์ในข้อ 2) ข้างต้น ดังตารางที่ 3.1

**ตารางที่ 3.5** การวิเคราะห์แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง และสังเคราะห์กิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการศึกษาและทักษะการสื่อสาร

แนวคิด	กิจกรรม				
	ประเมินตนเอง	ช่วยเหลือเกื้อกูล	ใส่ใจส่งเสริม	อ่านเองทำเอง	ร่วมมือร่วมใจ
<b>องค์ประกอบการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ</b>					
1. ผู้เรียนเรียนรู้อย่างสนุกสนาน	✓	✓	✓	✓	
2. ผู้เรียนเรียนรู้ตามความสนใจ		✓	✓	✓	
3. เรียนรู้ด้วยกิจกรรมกลุ่ม	✓	✓	✓		✓
<b>องค์ประกอบการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง</b>					
1. ชื่นชมคุณค่าซึ่งกันและกัน		✓	✓	✓	✓
2. ใช้เวลาทำกิจกรรมร่วมกัน		✓	✓	✓	✓
3. ติดต่อสื่อสารระหว่างสมาชิก		✓	✓	✓	✓
ในครอบครัว					
4. เรียนรู้ร่วมกัน		✓	✓		✓

จากตารางที่ 3.1 การวิเคราะห์แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองและสังเคราะห์กิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย ได้กิจกรรม 5 กิจกรรม ดังนี้ 1. กิจกรรมประเมินตนเอง เป็นกิจกรรมประเมินนักเรียนก่อนและหลังการทดลอง 2. กิจกรรมช่วยเหลือเกื้อกูล เป็นกิจกรรมติดตามพฤติกรรมที่เกิดขึ้นและพัฒนาการของนักเรียน 3. กิจกรรมใส่ใจส่งเสริม เป็นกิจกรรมส่งเสริมสนับสนุนนักเรียนในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ 4. กิจกรรมอ่านเองทำเอง เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนได้ลงมือทำด้วยตนเอง 5. กิจกรรมร่วมมือร่วมใจ เป็นกิจกรรมที่ให้ทุกฝ่ายเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดหรือสนับสนุนกิจกรรม

4) จากผลการวิเคราะห์แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองและสังเคราะห์กิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย ดังตาราง 3.1 ผู้วิจัยนำมาวิเคราะห์วิธีดำเนินกิจกรรมและผลลัพธ์กิจกรรมและผลลัพธ์กิจกรรมที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร ดังตารางที่ 3.2

**ตารางที่ 3.6** การวิเคราะห์วิธีดำเนินกิจกรรมและผลลัพธ์กิจกรรมที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร

กิจกรรม	วิธีดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์กิจกรรม
1. ประเมินตนเอง (ใช้เวลา 30 นาที)	ทำการประเมินพฤติกรรมสุขภาพของตนเองโดยตัวนักเรียนเอง เพื่อนนักเรียน ครู และ ผู้ปกครอง	นักเรียนได้ทักษะในเรื่องของการอ่าน และได้ทราบถึงระดับคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง ในเรื่องของการรับประทานอาหารการออกกำลังกาย
2. ช่วยเหลือเกื้อกูล (ใช้เวลา 20 นาที)	นักเรียนทำการสรุปเรื่องที่อ่านร่วมกันนำเสนอแลกเปลี่ยนความคิดเห็น	นักเรียนได้ทักษะการอ่านการเขียนโดยใช้กระบวนการทำงานเป็นกลุ่ม
3. ใส่ใจส่งเสริม (ใช้เวลา 10 นาที)	ครูนำผลแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนมาแจ้งให้นักเรียนทราบในช่วงเวลา กิจกรรม ซึ่งครูและผู้ปกครองส่งเสริมทักษะการปฏิบัติของนักเรียนโดยการบอก กำชับให้	นักเรียนปฏิบัติตนในการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การแปร่งฟันและการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ อย่างสม่ำเสมอ

ตารางที่ 3.6 (ต่อ)

กิจกรรม	วิธีดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์กิจกรรม
	นักเรียนทำ โดยครูจะบอกและ กำกับให้นักเรียนทำที่โรงเรียน สำหรับผู้ปกครองจะใช้แบบ บันทึกการส่งเสริมนักเรียน	
4. อ่านเองทำเอง (ใช้เวลา 25 นาที)	นักเรียนอ่านใบงานเกี่ยวกับการ รับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การแปร่งฟัน และการจัดการ อนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการ แยกขยะและทิ้งขยะ ทำการบันทึก การอ่าน และเขียนสื่อความหมาย เล่าเรื่องจากความรู้ หรือ ประสบการณ์	นักเรียนได้ทักษะการอ่านและ การเขียน รวมถึงได้รู้วิธีการหรือ แนวทางปฏิบัติเกี่ยวกับการ รับประทานอาหาร การออก กำลังกาย การแปร่งฟันและการ จัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมใน เรื่องของการแยกขยะและทิ้ง ขยะ
5. ร่วมมือร่วมใจ (ใช้เวลา 10 นาที)	ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการ เรียนรู้ของเด็กคือ ฟังนักเรียน อ่าน ให้กำลังใจ ติดตามผลงาน บันทึกการอ่านของนักเรียนและ สังเกตพฤติกรรมนักเรียน โดย ครูตรวจสอบจากแบบบันทึกการ อ่านของนักเรียนและนำข้อมูล มาแจ้งต่อกลุ่มนักเรียน	นักเรียนได้อ่านและเขียน และ ปฏิบัติตนในการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การ แปร่งฟันและการจัดการอนามัย สิ่งแวดล้อมในเรื่องของการ แยกขยะและทิ้งขยะ อย่าง สม่ำเสมอโดยผู้ปกครองเป็นผู้ กำกับดูแล

จากตารางที่ 3.2 ผลการวิเคราะห์วิธีดำเนินกิจกรรม 5 กิจกรรม ได้แก่ 1) กิจกรรมประเมินตนเอง 2) กิจกรรมช่วยเหลือเกื้อกูล 3) กิจกรรมใส่ใจส่งเสริม 4) กิจกรรมอ่านเองทำเอง และ 5) กิจกรรมร่วมมือร่วมใจ พบว่า ทั้ง 5 กิจกรรมส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร ดังนั้น ผู้วิจัยจึงนำทั้ง 5 กิจกรรมมาจัดกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ดังตารางที่ 3.3

**ตารางที่ 3.7** การจัดกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดย  
 ประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

สัปดาห์ที่	วัน	กิจกรรม				
		ประเมิน ตนเอง (30 นาที)	ช่วยเหลือ เกื้อกูล (20 นาที)	ใส่ใจ ส่งเสริม (10 นาที)	อ่านเอง ทำเอง (25 นาที)	ร่วมมือ ร่วมใจ (10 นาที)
1	จันทร์	✓				
	อังคาร		✓		✓	
	พฤหัสบดี		✓		✓	
	ศุกร์			✓	✓	✓
2	จันทร์			✓	✓	✓
	อังคาร		✓		✓	
	พฤหัสบดี		✓		✓	
	ศุกร์			✓	✓	✓
3	จันทร์	✓				✓
	อังคาร		✓		✓	
	พฤหัสบดี		✓		✓	
	ศุกร์			✓	✓	✓
4	จันทร์			✓	✓	✓
	อังคาร		✓		✓	
	พฤหัสบดี		✓		✓	
	ศุกร์			✓	✓	✓
5	จันทร์	✓				✓
	อังคาร		✓		✓	
	พฤหัสบดี		✓		✓	
	ศุกร์			✓	✓	✓
6	จันทร์			✓	✓	✓



ตารางที่ 3.7 (ต่อ)

สัปดาห์ที่ วัน	กิจกรรม				
	ประเมิน ตนเอง (30 นาที)	ช่วยเหลือ เพื่อน (20 นาที)	ใส่ใจ ส่งเสริม (10 นาที)	อ่านเอง ทำเอง (25 นาที)	ร่วมมือ ร่วมใจ (10 นาที)
อังคาร		✓		✓	
พฤหัสบดี		✓		✓	
ศุกร์	✓				

จากตารางที่ 3.3 สรุปการจัดกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง โดยกิจกรรมทั้งหมด 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4 วัน วันละ 30-45 นาที โดยมีการจัดกิจกรรมทั้งหมด 5 กิจกรรมดังนี้

1. กิจกรรมประเมินตนเอง จำนวน 4 ครั้ง
2. กิจกรรมช่วยเหลือเพื่อน จำนวน 12 ครั้ง
3. กิจกรรมใส่ใจส่งเสริม จำนวน 8 ครั้ง
4. อ่านเองทำเอง จำนวน 20 ครั้ง
5. กิจกรรมร่วมมือร่วมใจ จำนวน 10 ครั้ง

5) นำโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ที่ประกอบด้วยกิจกรรม 5 กิจกรรม คือ ประเมินตนเอง อ่านเองทำเอง ช่วยเหลือเพื่อน ใส่ใจส่งเสริม ร่วมมือร่วมใจ ใช้เวลาในการดำเนินกิจกรรม 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4 วัน คือ จันทร์ อังคาร พฤหัสบดี ศุกร์ วันละ 30-45 นาที ให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจพิจารณาเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

6) นำโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน ต้องเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางสุศึกษาหรือพลศึกษาหรือปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิตสาขาการส่งเสริมสุขภาพจำนวน 3 คน และเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางภาษาไทยหรือครุกลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาภาษาไทยที่มีวิทยฐานะตั้งแต่ชำนาญการพิเศษขึ้นไป จำนวน 2 คน (ดังรายนามในภาคผนวก ก) ตรวจพิจารณาความตรงจุดประสงค์และความเหมาะสมของกิจกรรมในโปรแกรม ส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง โดยนำมาหาความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับความตรงตามวัตถุประสงค์การวิจัย (Index Of Congruence หรือ IOC) พิจารณาหัวข้อที่มีค่าดัชนี

ความสอดคล้องตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป (ประสพชัย พสุนนท์, 2558) ผลการวิเคราะห์ที่ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องรวมเท่ากับ 0.92 และในแต่ละแผนการจัดกิจกรรมโปรแกรมมีค่าดัชนีความสอดคล้อง ดังนี้

กิจกรรม	ค่าดัชนีความสอดคล้อง
1. ประเมินตนเอง	1
2. ช่วยเหลือเกื้อกูล	0.6
3. ใส่ใจส่งเสริม	1
4. อ่านเองทำเอง	1
5. ร่วมมือร่วมใจ	1
รวม	0.92

ซึ่งค่าดัชนีความสอดคล้องทุกข้อมีค่าตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป นับว่าผ่านเกณฑ์ และรวบรวมข้อเสนอแนะที่ได้จากผู้ทรงคุณวุฒิ ได้แก่ “ให้เพิ่มเกณฑ์การประเมินการใช้กิจกรรมในแต่ละกิจกรรมเพื่อจะได้ประเมินได้ว่ากิจกรรมที่ใช้ประสบผลสำเร็จมากน้อยเพียงใด”

7) แก้ไขปรับปรุงโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองให้สมบูรณ์ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ โดย “เพิ่มเกณฑ์การประเมินการใช้กิจกรรมในทุกกิจกรรม”

8) นำโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายเป็นเวลา 1 สัปดาห์ในโรงเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีบริบทใกล้เคียงกับโรงเรียนของกลุ่มตัวอย่างเพื่อตรวจสอบความเหมาะสมในเรื่องการจัดกิจกรรมและระยะเวลาในการจัดกิจกรรมเพื่อนำมาปรับปรุงโปรแกรมให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้นก่อนนำมาใช้จริง

**1.3.2 เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล** ได้แก่ แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพและแบบวัดทักษะการสื่อสาร มีรายละเอียด ดังนี้

**1) แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมิน**  
ดำเนินการดังนี้

1.1) ศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการประเมินพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติ

1.2) ศึกษาการจัดทำแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติ จากเอกสารงานวิจัยและตำราเกี่ยวกับแบบวัดทักษะพฤติกรรมสุขภาพ

1.3) ดำเนินการจัดทำแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติ โดยนักเรียนและครู เป็นผู้ประเมิน ในเรื่องของการบริโภคอาหาร การออกกำลังกายการแปร่งฟันและการจัดการอนามัย สิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ เป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating scale) ซึ่งเป็น วิธีของ Likely (1932) 3 ระดับ คือ 0, 1 และ 2 จำนวน 20 ข้อ คะแนนเต็ม 40 คะแนน โดยมีแนวทาง สร้างแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมิน ดังตารางที่ 3.4

**ตารางที่ 3.8** แนวทางสร้างแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมิน

องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้	นิยามเชิงปฏิบัติการ	ลักษณะแบบวัด	ข้อที่	จำนวนข้อ
1. การปฏิบัติตนด้าน การบริโภคอาหาร	ความสามารถในการปฏิบัติ ตนในการเลือกบริโภค อาหารที่มีประโยชน์ ปฏิบัติตนในการ รับประทานอาหารให้เป็น เวลา เลี่ยงน้ำอัดลมและ ขนมกรุบกรอบ	แบบประมาณค่า (Rating scale) 3 ระดับ คือ 0,1 และ 2	1,2,3,4,5	5
2. การปฏิบัติตนด้าน การออกกำลังกาย	ความสามารถในการปฏิบัติ ตนในด้านการออกกำลังกาย ออกกำลังกายอย่าง สม่าเสมอ ออกกำลังกาย อย่างถูกต้องการออกกำลังกาย มีการยืดเหยียด กล้ามเนื้อและไม่ออกกำลังกายขณะกินอิ่ม	แบบประมาณค่า (Rating scale) 3 ระดับ คือ 0,1 และ 2	6,7,8,9,10	5
3. การปฏิบัติตนด้าน การแปร่งฟัน	ความสามารถในการปฏิบัติ ตนในด้านการแปร่งฟัน แปร่งฟันเป็นประจำทุกวัน แปร่งฟันได้สะอาดและถูก วิธี เลือกใช้ผลิตภัณฑ์ทำ ความสะอาดฟันได้อย่าง เหมาะสม	แบบประมาณค่า (Rating scale) 3 ระดับ คือ 0,1 และ 2	11,12,13, 14,15	5

ตารางที่ 3.8 (ต่อ)

องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้	นิยามเชิงปฏิบัติการ	ลักษณะแบบวัด	ข้อที่	จำนวนข้อ
4. การปฏิบัติตนด้านการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ	ความสามารถในการปฏิบัติตนในด้านการปฏิบัติตนด้านการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ คือมีการแยกประเภทของขยะก่อนทิ้ง	แบบประมาณค่า (Rating scale) 3 ระดับ คือ 0,1 และ 2	16,17,18, 19,20	5

1.4) กำหนดเกณฑ์การประเมินแบบวัดเป็น 3 ระดับดังนี้

ประจำทุกวัน	หมายถึง	ปฏิบัติทุกวันอย่างสม่ำเสมอ
บางครั้ง	หมายถึง	ปฏิบัติบ้างหรือบางวัน
ไม่ทำ	หมายถึง	ไม่ปฏิบัติเลย

เกณฑ์การให้คะแนนข้อทางบวกกำหนดเกณฑ์เป็นดังนี้

ประจำทุกวัน	ได้ 2 คะแนน
บางครั้ง	ได้ 1 คะแนน
ไม่ทำ	ได้ 0 คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนนข้อทางลบกำหนดเกณฑ์เป็นดังนี้

ประจำทุกวัน	ได้ 0 คะแนน
บางครั้ง	ได้ 1 คะแนน
ไม่ทำ	ได้ 2 คะแนน

1.5) นำแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมินไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจและให้คำแนะนำเพิ่มเติมมาปรับปรุงแก้ไข

1.6) นำแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมินที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิ ต้องเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางสุขศึกษาหรือพลศึกษาหรือปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิตสาขาการส่งเสริมสุขภาพจำนวน 3 คน และเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางภาษาไทยหรือครุกลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาภาษาไทยที่มีวิทยฐานะตั้งแต่ชำนาญการพิเศษ

ขึ้นไป จำนวน 2 คน (ตั้งรายนามในภาคผนวก ก) ตรวจสอบพิจารณาตามความตรงจุดประสงค์ความตรงตามเนื้อหาเพื่อนำมาแก้ไขปรับปรุงโดยนำมาวิเคราะห์หาความสอดคล้องระหว่างข้อความกับความตรงตามวัตถุประสงค์การวิจัย (index of Congruence หรือ IOC) พิจารณาหัวข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป (ประสพชัย พสุนนท์, 2558) ผลการวิเคราะห์ที่ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องรวมเท่ากับ 0.97 และได้ค่าดัชนีความสอดคล้องรายข้อทุกข้อ มีค่าตั้งแต่ 0.60-1.00

1.7) แก้ไขปรับปรุงแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมินให้มีความสมบูรณ์ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

1.8) นำแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมิน ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายปีการศึกษา 2562 จำนวน 25 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีบริบทใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง

1.9) นำผลการวัดพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนมาวิเคราะห์หาความเที่ยงโดยใช้สูตร Coefficient Alpha ของ Cronbach กำหนดเกณฑ์ที่ยอมรับได้ตั้งแต่ 0.8 ขึ้นไป (Davis, 1992) ซึ่งผลการวิเคราะห์โดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.85

**2) แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยผู้ปกครองและเพื่อนเป็นผู้ประเมิน**  
ดำเนินการดังนี้

2.1) ศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการประเมินพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติ

2.2) ศึกษาการจัดทำแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติ จากเอกสารงานวิจัยและตำราเกี่ยวกับแบบวัดทักษะพฤติกรรมสุขภาพ

2.3) ดำเนินการจัดทำแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติ โดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมิน ในเรื่องของการบริโภคอาหาร การออกกำลังกายการแปร่งฟันและการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ เป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating scale) ซึ่งเป็นวิธีของ Likely (1932) 2 ระดับ คือ 0 และ 1 จำนวน 20 ข้อ คะแนนเต็ม 20 คะแนน โดยมีแนวทางสร้างแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยผู้ปกครองและเพื่อนเป็นผู้ประเมิน ดังตารางที่ 3.5

**ตารางที่ 3.9** แนวทางสร้างแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยผู้ปกครองและเพื่อนเป็นผู้ประเมิน

องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้	นิยามเชิงปฏิบัติการ	ลักษณะแบบวัด	ข้อที่	จำนวนข้อ
1. การปฏิบัติตนด้านการบริโภคอาหาร	ความสามารถในการปฏิบัติตนในการเลือกบริโภคอาหาร	แบบประมาณค่า (Rating)	1,2,3,4,5	5

ตารางที่ 3.9 (ต่อ)

องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้	นิยามเชิงปฏิบัติการ	ลักษณะแบบวัด	ข้อที่	จำนวนข้อ
	ที่มีประโยชน์ ปฏิบัติตนในการรับประทานอาหารให้เป็นเวลา เลี่ยงน้ำอัดลมและขนมกรุบกรอบ	scale) 2 ระดับ คือ 0 และ 1		
2. การปฏิบัติตนด้านการออกกำลังกาย	ความสามารถในการปฏิบัติตนในด้านการออกกำลังกาย ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ออกกำลังกายอย่างถูกต้อง การออกกำลังกายมีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อและไม่ออกกำลังกายขณะกินอิ่ม	แบบประมาณค่า (Rating scale) 2 ระดับ คือ 0 และ 1	6,7,8,9,10	5
3. การปฏิบัติตนด้านการแปร่งฟัน	ความสามารถในการปฏิบัติตนในด้านการแปร่งฟัน แปร่งฟันเป็นประจำทุกวัน แปร่งฟันได้สะอาดและถูกวิธี เลือกใช้ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดฟันได้อย่างเหมาะสม	แบบประมาณค่า (Rating scale) 2 ระดับ คือ 0 และ 1	11,12,13,14,15	5
4. การปฏิบัติตนด้านการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ	ความสามารถในการปฏิบัติตนในการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะก่อนทิ้ง	แบบประมาณค่า (Rating scale) 2 ระดับ คือ 0 และ 1	16,17,18,19,20	5

2.4) โดยผู้วิจัยได้กำหนดเกณฑ์การประเมินแบบวัดเป็น 2 ระดับดังนี้

ทำ หมายถึง นักเรียนมีการปฏิบัติ

ไม่ทำ หมายถึง นักเรียนไม่ปฏิบัติเลย

เกณฑ์การให้คะแนนข้อทางบวกกำหนดเกณฑ์เป็นดังนี้

ทำ ได้ 1 คะแนน

ไม่ทำ	ได้ 0 คะแนน
เกณฑ์การให้คะแนนข้อทางลบกำหนดเกณฑ์เป็นดังนี้	
ทำ	ได้ 0 คะแนน
ไม่ทำ	ได้ 1 คะแนน

2.5) กำหนดเกณฑ์การประเมินพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติของนักเรียน โดยนำคะแนนที่ได้จากแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมิน (คะแนนเต็ม 40 คะแนน) มารวมกับคะแนนที่ได้จากแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยผู้ปกครองและเพื่อนเป็นผู้ประเมิน (คะแนนเต็ม 20 คะแนน) มารวมกัน (คะแนนเต็ม 60 คะแนน) เพื่อสรุปผลการประเมินพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติ โดยกำหนดเกณฑ์การตัดสินพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติเป็น 4 ระดับ ดังนี้

คะแนนพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติ	ระดับผลการประเมิน
45 - 60	มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติระดับดีมาก
31 - 45	มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติระดับดี
30 - 16	มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติระดับพอใช้
0 - 15	มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติระดับปรับปรุง

2.6) นำแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยผู้ปกครองและเพื่อนเป็นผู้ประเมิน ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจและให้คำแนะนำเพิ่มมาปรับปรุงแก้ไข

2.7) นำแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยผู้ปกครองและเพื่อนเป็นผู้ประเมิน ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่านโดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิต้องเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาโทหรือปริญญาตรี สาขาสุขภาพหรือสาขาที่เกี่ยวข้องหรือเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านพฤติกรรมสุขภาพตรวจพิจารณาตามความตรงจุดประสงค์ความตรงตามเนื้อหาเพื่อนำมาแก้ไขปรับปรุงโดยนำมาหาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับความตรงตามวัตถุประสงค์การวิจัย (index of Congruence หรือ IOC) พิจารณาหัวข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องรวม เท่ากับ 0.97 และได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง รายข้อทุกข้อ มีค่าตั้งแต่ 0.60-1.00

2.7) แก้ไขปรับปรุงแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยผู้ปกครองและเพื่อนเป็นผู้ประเมินให้มีความสมบูรณ์ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.8) นำแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติโดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมิน ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายปีการศึกษา 2562 จำนวน 25 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีบริบทใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง

2.9) นำผลการวัดพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติของนักเรียนทำการวิเคราะห์หาความเที่ยงโดยใช้สูตร Coefficient Alpha ของ Cronbach กำหนดเกณฑ์ที่ยอมรับได้ตั้งแต่ 0.8 ขึ้นไป (Davis, 1992) ซึ่งผลการวิเคราะห์โดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.83

### 3) แบบวัดทักษะการสื่อสาร ดำเนินการดังนี้

ศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับการวัดและประเมินทักษะการสื่อสารด้านการอ่านและเขียน จัดทำแบบวัดทักษะการสื่อสารด้านการอ่านและเขียน เกี่ยวกับความรู้ด้านสุขภาพการดูแลสุขภาพของตนเอง โดยทักษะแต่ละด้านมีวิธีการประเมิน ดังนี้

3.1) แบบวัดทักษะการอ่าน ได้แก่ แบบวัดความสามารถในการอ่านและแบบวัดการอ่านจับใจความ

#### 3.1.1) แบบวัดความสามารถในการอ่าน ดำเนินการ ดังนี้

3.1.1.1) กำหนดแบบวัดความสามารถในการอ่านเป็นแบบปรนัย เลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 10 ข้อ คะแนนเต็ม 20 คะแนนมีเกณฑ์การให้คะแนนแต่ละข้อ คือ ตอบถูกให้ 2 คะแนน ตอบผิด ไม่ตอบ หรือตอบมากกว่า 1 ตัวเลือก ให้ 0 คะแนน (โชติกา ภาชีผล, 2559) โดยมีแนวทางสร้างแบบวัดความสามารถในการอ่าน ดังตารางที่ 3.6

ตารางที่ 3.10 แนวทางสร้างแบบวัดความสามารถในการอ่าน

องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้	นิยามเชิงปฏิบัติการ	ลักษณะแบบวัด	ข้อที่	จำนวนข้อ
1. การรับสารด้านการบริโภคอาหาร		<b>แบบปรนัย 4 ตัวเลือก</b>	1,2	2
1.1 จับประเด็นสาระสำคัญของภาพเพื่อตอบคำถาม	ความสามารถในการตอบคำถามจากการอ่านและจับประเด็น สาระสำคัญของภาพ	เลือกคำตอบที่ถูกที่สุดเพียงคำตอบเดียว	1	1
1.2 รู้ว่าประเด็นใดที่ผู้ส่งสารไม่ได้สื่อออกมาให้ผู้รับสารทราบ	ความสามารถในการตอบคำถามจากการอ่านและจับประเด็น สาระสำคัญของภาพ และทราบว่าประเด็นใดมีไม่มี	เลือกคำตอบที่ถูกที่สุดเพียงคำตอบเดียว	2	1



ตารางที่ 3.10 (ต่อ)

องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้	นิยามเชิงปฏิบัติการ	ลักษณะแบบวัด	ข้อที่	จำนวนข้อ
<b>2. การออกกกำลัง กาย</b>		<b>แบบปรนัย 4 ตัวเลือก</b>	3-5	3
2.1 จับประเด็น สาระสำคัญของภาพ เพื่อตอบคำถาม	ความสามารถในการตอบ คำถามจากการอ่านและจับ ประเด็น สาระสำคัญของภาพ	เลือกคำตอบที่ถูกที่สุด เพียงคำตอบเดียว	3-5	3
<b>3. การแปรงพัน</b>		<b>แบบปรนัย 4 ตัวเลือก</b>	6,7	2
3.1 จับประเด็น สาระสำคัญของภาพ เพื่อตอบคำถาม	ความสามารถในการตอบ คำถามจากการอ่านและจับ ประเด็น สาระสำคัญของภาพ	เลือกคำตอบที่ถูกที่สุด เพียงคำตอบเดียว	6	1
3.2 รู้ว่าประเด็นใดที่ ผู้ส่งสารไม่ได้สื่อ ออกมาให้ผู้รับสาร ทราบ	ความสามารถในการตอบ คำถามจากการอ่านและจับ ประเด็น สาระสำคัญของภาพ และทราบว่าประเด็นใดมี หรือไม่มีในภาพดังกล่าว	เลือกคำตอบที่ถูกที่สุด เพียงคำตอบเดียว	7	1
<b>4. การจัดการ อนามัยสิ่งแวดล้อม ในเรื่องของการแยก ขยะและทิ้งขยะ</b>		<b>แบบปรนัย 4 ตัวเลือก</b>	8-10	3
4.1 จับประเด็น สาระสำคัญของภาพ เพื่อตอบคำถาม	ความสามารถในการตอบ คำถามจากการอ่านและจับ ประเด็น สาระสำคัญของภาพ	เลือกคำตอบที่ถูกที่สุด เพียงคำตอบเดียว	8	1
4.2 วิเคราะห์สิ่งที่สื่อ	ความสามารถในการตอบ	เลือกคำตอบที่ถูกที่สุด	9,10	1

ตารางที่ 3.10 (ต่อ)

องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้	นิยามเชิงปฏิบัติการ	ลักษณะแบบวัด	ข้อที่	จำนวนข้อ
ต้องการจะสื่อถึงผู้รับสาร	คำถามจากการอ่านจับประเด็นและวิเคราะห์ข้อมูล	เพียงคำตอบเดียว		
<b>2. การออกกกำลังกาย</b>		<b>แบบปรนัย 4 ตัวเลือก</b>	<b>3-5</b>	<b>3</b>
<b>2.1</b> จับประเด็นสาระสำคัญของภาพเพื่อตอบคำถาม	ความสามารถในการตอบคำถามจากการอ่านและจับประเด็น สาระสำคัญของภาพ	เลือกคำตอบที่ถูกที่สุดเพียงคำตอบเดียว	3-5	<b>3</b>

3.1.1.2) นำแบบวัดความสามารถในการอ่านไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจและให้คำแนะนำเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

3.1.1.3) นำแบบวัดความสามารถในการอ่านที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน ต้องเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางสุศึกษาหรือพลศึกษาหรือปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิตสาขาการส่งเสริมสุขภาพจำนวน 3 คน และเป็นผู้ที่ จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางภาษาไทยหรือครุกลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาภาษาไทยที่มีวิทยฐานะตั้งแต่ชำนาญการพิเศษขึ้นไป จำนวน 2 คน (ตั้งรายนามในภาคผนวก ก) ตรวจพิจารณาตามความตรงจุดประสงค์ความตรงตามเนื้อหาเพื่อนำมาแก้ไขปรับปรุงโดยนำมาหาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับความตรงตามวัตถุประสงค์การวิจัย (index of Congruence หรือ IOC) พิจารณาหัวข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป (ประสพชัย พสุนนท์, 2558) ผลการวิเคราะห์ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องรวมเท่ากับ 0.91 และได้ค่าดัชนีความสอดคล้องรายข้อทุกข้อ มีค่าตั้งแต่ 0.60-1.00 และรวบรวมข้อเสนอแนะที่ได้จากผู้ทรงคุณวุฒิ ดังนี้

“ภาพโปสเตอร์ ป้ายนิเทศที่นักเรียนอ่านควรมีขนาดใหญ่ตัวหนังสืออ่านได้ชัดเจน”

“ควรปรับในเรื่องของการใช้คำให้เหมาะสมชัดเจนในข้อคำถามเพื่อให้ให้นักเรียนเข้าใจไม่สับสน”

“ตัวเลือกควรมีความแตกต่างกัน”

“ความยาวของข้อความในแต่ละตัวเลือกควรมีความยาวเท่า ๆ กัน”

“ระดับการวัดควรวัดความเข้าใจมากกว่าการจำ”

3.1.1.4) แก้ไขปรับปรุงแบบวัดทักษะการอ่านให้มีความสมบูรณ์ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

3.1.1.5) นำแบบวัดความสามารถในการอ่านไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2562 จำนวน 25 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีบริบทใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง

3.1.1.6) นำผลการวัดความสามารถในการอ่านของนักเรียนมาวิเคราะห์หาความเที่ยงโดยใช้สูตร Coefficient Alpha ของ Cronbach กำหนดเกณฑ์ที่ยอมรับได้ตั้งแต่ 0.8 ขึ้นไป (Davis, 1992) ซึ่งผลการวิเคราะห์โดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.83

### 3.1.2) แบบวัดการอ่านจับใจความ ดำเนินการดังนี้

3.1.2.1) กำหนดแบบวัดการอ่านจับใจความเป็นแบบปรนัย เลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 10 ข้อ คะแนนเต็ม 20 คะแนน มีเกณฑ์การให้คะแนนแต่ละข้อ คือ ตอบถูกให้ 2 คะแนน ตอบผิด ไม่ตอบ หรือตอบมากกว่า 1 ตัวเลือก ให้ 0 คะแนน (โชติกา ภาษิมผล, 2559) โดยมีแนวทางสร้างแบบวัดการอ่านจับใจความ ดังตารางที่ 3.7

ตารางที่ 3.11 แนวทางสร้างแบบวัดการอ่านจับใจความ

องค์ประ/ตัวบ่งชี้	นิยามเชิงปฏิบัติการ	ลักษณะแบบวัด	ข้อที่	จำนวนข้อ
1. การรับสารด้านการบริโภคอาหาร		<u>แบบปรนัย 4 ตัวเลือก</u>	1, 2	2
1.1 จับใจความสำคัญของเรื่องที่อ่าน	ความสามารถในการตอบคำถามจากการอ่านจับใจความจากบทความที่ให้	เลือกคำตอบที่ถูกที่สุดเพียงคำตอบเดียว	1, 2	2
2. การออกกกำลังกาย		<u>แบบปรนัย 4 ตัวเลือก</u>	3, 4	2
2.1 จับใจความสำคัญของเรื่องที่อ่าน	ความสามารถในการตอบคำถามจากการอ่านจับใจความจากบทความที่ให้	เลือกคำตอบที่ถูกที่สุดเพียงคำตอบเดียว	3, 4	2
3. การแปรงฟัน		<u>แบบปรนัย 4 ตัวเลือก</u>	5, 7	3

## ตารางที่ 3.11 (ต่อ)

องค์ประ/ตัวบ่งชี้	นิยามเชิงปฏิบัติการ	ลักษณะแบบวัด	ข้อที่	จำนวนข้อ
4. การจัดการอนามัย สิ่งแวดล้อมในเรื่องของ การแยกขยะและทิ้งขยะ		<u>แบบปรนัย 4 ตัวเลือก</u>	8, 10	3
4.1 จับใจความสำคัญ ของเรื่องที่อ่าน	ความสามารถในการตอบ คำถามจากการอ่านจับ ใจความจากบทความที่ให้	เลือกคำตอบที่ถูกที่สุด เพียงคำตอบเดียว	8, 10	3

3.1.2.2) นำแบบวัดการอ่านจับใจความไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจ  
และให้คำแนะนำเพิ่มมาปรับปรุงแก้ไข

3.1.2.3) นำแบบวัดการอ่านจับใจความที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปให้  
ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่านโดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน ต้องเป็นผู้ที่จบการศึกษา  
ระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางสุศึกษาหรือพลศึกษาหรือปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาการส่งเสริมสุขภาพจำนวน 3 คน และเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทาง  
ภาษาไทยหรือครุกลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาภาษาไทยที่มีวิทยฐานะตั้งแต่ชำนาญการพิเศษขึ้นไป จำนวน 2  
คน (ดังรายนามในภาคผนวก ก) ตรวจพิจารณาตามความตรงจุดประสงค์ความตรงตามเนื้อหาเพื่อ  
นำมาแก้ไขปรับปรุงโดยนำมาหาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับความตรงตามวัตถุประสงค์การ  
วิจัย (index of Congruence หรือ IOC) พิจารณาหัวข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ .05 ขึ้นไป  
(ประสพชัย พสุนนท์, 2558) ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องรวมเท่ากับ 0.80 และได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง  
รายข้อทุกข้อ มีค่าตั้งแต่ 0.60 - 1.00 และรวบรวมข้อแนะนำที่ได้จากผู้ทรงคุณวุฒิ ดังนี้

“ควรปรับในเรื่องของการใช้คำให้เหมาะสมชัดเจนในข้อคำถาม  
เพื่อให้นักเรียนเข้าใจไม่สับสน”

“ตัวเลือกที่ถูกไม่ควรแสดงให้เห็นชัดเจนจนเกินไปเช่นความยาวของ  
ข้อความยาวกว่าข้ออื่นหรือยกความจากเรื่องที่ย่านมาทั้งหมด”

“ควรปรับระดับภาษาให้เหมือนกัน”

3.1.2.4) แก้ไขปรับปรุงแบบวัดการอ่านจับใจความให้มีความ  
สมบูรณ์ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

3.1.2.5) นำแบบวัดการอ่านจับใจความไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายปีการศึกษา 2562 จำนวน 25 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีบริบทใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง

3.1.2.6) นำผลการวัดการอ่านจับใจความของนักเรียนทำการวิเคราะห์หาความเที่ยงโดยใช้สูตร Coefficient Alpha ของ Cronbach กำหนดเกณฑ์ที่ยอมรับได้ตั้งแต่ 0.8 ขึ้นไป (Davis, 1992) ซึ่งผลการวิเคราะห์โดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.81

3.1.2.7) กำหนดเกณฑ์การประเมินทักษะการอ่านของนักเรียน โดยนำคะแนนที่ได้จากแบบวัดความสามารถในการอ่าน (คะแนนเต็ม 20 คะแนน) และคะแนนแบบวัดการอ่านจับใจความ (คะแนนเต็ม 20 คะแนน) มารวมกัน (คะแนนเต็ม 40 คะแนน) เพื่อสรุปผลการประเมินทักษะการอ่าน โดยกำหนดเกณฑ์การตัดสินทักษะการอ่านเป็น 4 ระดับ ดังนี้

คะแนนทักษะการอ่าน	ระดับผลการประเมิน
31 - 40	มีทักษะการอ่านระดับดีมาก
21 - 30	มีทักษะการอ่านระดับดี
11 - 20	มีทักษะการอ่านระดับพอใช้
0 - 10	มีทักษะการอ่านระดับปรับปรุง

3.2) แบบวัดทักษะการเขียน ได้แก่ แบบทดสอบเขียนเรื่องจากภาพและแบบวัดการเขียนเรียงความ

3.2.1) แบบวัดการเขียนเรื่องจากภาพ ดำเนินการดังนี้

3.2.1.1) กำหนดแบบทดสอบเขียนเรื่องจากภาพเป็นแบบรูบริคสกอร์ (Rubric Score) คะแนนเต็ม 20 คะแนน โดยมีแนวทางสร้างแบบวัดการเขียนเรื่องจากภาพ ดังตารางที่ 3.8

ตารางที่ 3.12 แนวทางสร้างแบบวัดการเขียนเรื่องจากภาพ

เกณฑ์ในการพิจารณา	นิยามเชิงปฏิบัติการ	การให้คะแนน
<b>1. การตั้งชื่อเรื่อง</b>		
1.2 ชื่อเรื่องมีค่าที่สื่อความหมายที่ตรงหรือสอดคล้องกับภาพ	ตั้งชื่อเรื่องได้ตรงและสอดคล้องกับเนื้อหาที่เขียนเล่าเรื่อง	ได้ 1 คะแนนเมื่อมีค่าที่สอดคล้องกับภาพ

ตารางที่ 3.12 (ต่อ)

เกณฑ์ในการพิจารณา	นิยามเชิงปฏิบัติการ	การให้คะแนน
1.2 ใช้คำ วลี ประโยคหรือข้อความถูกต้องตามหลักภาษา	ใช้คำที่มีความหมายถูกต้องตามหลักภาษาในการตั้งชื่อเรื่อง	ได้ 1 คะแนนเมื่อใช้คำหรือวลีได้ถูกต้องตามหลักภาษา
<b>2. สาระสำคัญของเรื่อง</b>		
2.1 ลำดับความคิดอย่างต่อเนื่อง	เขียนลำดับเรื่องราวเป็นขั้นเป็นตอน	ได้ 1 คะแนนเมื่อเขียนลำดับเรื่องได้อย่างต่อเนื่องไม่วกไปวนมา
2.2 นำเสนอเนื้อหาตรงสาระสำคัญของภาพ	เขียนแสดงถึงประเด็นหลักของภาพ	ได้ 1 คะแนนเมื่อมีคำสำคัญที่ตรงกับภาพ
2.3 เนื้อหามีความสัมพันธ์กับภาพ	เนื้อหามีความสัมพันธ์กับภาพ	ได้ 1 คะแนนเมื่อเรื่องที่เขียนมีความสัมพันธ์กับภาพ
2.4 ความเป็นเหตุเป็นผล	มีการเขียนลำดับมีเหตุและผล	ได้ 1 คะแนนเมื่อมีการแสดงถึงเหตุและผล
2.5 มีการนำเสนอแนวคิดใหม่	เขียนนอกเหนือจากที่เห็นแต่เป็นไปได้ในทางที่ดี	ได้ 1 คะแนนเมื่อมีการแสดงการเปรียบเทียบว่าทำแบบใดดีกว่า
<b>3. การใช้ภาษา</b>		
3.1 เลือกใช้คำถูกต้องและสละสลวย	เลือกใช้คำที่เป็นภาษาเขียนภาษาสุภาพ	ได้ 1 คะแนนเมื่อใช้คำที่เป็นภาษาเขียน
3.2 ใช้ประโยค สื่อความหมายได้	ประโยคที่เขียนมาสื่อความหมายได้	ได้ 1 คะแนนเมื่อใช้คำที่เป็นภาษาเขียน
3.3 เขียนเว้นวรรคตอนได้ถูกต้องและไม่เขียนฉีกคำ	มีการเว้นวรรคเว้นตอนถูกต้องตำแหน่ง	ได้ 1 คะแนนเมื่อเว้นวรรคถูกต้องและไม่ฉีกคำ
3.4 มีการเขียนอธิบายขยายความ	มีการเขียนอธิบายข้อความที่เขียนลงไปแล้วเพื่อให้ผู้อื่นเข้าใจ	ได้ 1 คะแนนเมื่อมีการเขียนอธิบายคำบางคำหรือเพิ่มเติมสาระความรู้
3.5 มีการเปรียบเทียบข้อดีข้อเสีย	มีการเขียนเปรียบเทียบ	ได้ 1 คะแนนเมื่อมีการแสดงการเปรียบเทียบว่าทำแบบใดดีกว่า
<b>4. การเขียนสะกดคำ (5 คะแนน)</b>		
4.1 เขียนสะกดคำได้ถูกต้อง (เขียนผิดซ้ำคำเดิมนับเป็น 1 )	เขียนคำสะกดคำได้ถูกต้อง	ได้ 5 คะแนนเมื่อเขียนสะกดคำถูกต้องทุกคำ

ตารางที่ 3.12 (ต่อ)

เกณฑ์ในการพิจารณา	นิยามเชิงปฏิบัติการ	การให้คะแนน
		ได้ 3 คะแนนเมื่อเขียนสะกดคำผิด 1-2 คำ ได้ 3 คะแนนเมื่อเขียนสะกดคำผิด 3-4 คำ ได้ 2 คะแนนเมื่อเขียนสะกดคำผิด 5-6 คำ ได้ 1 คะแนนเมื่อเขียนสะกดคำผิด 7 คำขึ้นไป
<b>5. ความเป็นระเบียบเรียบร้อยและถูกต้องตามคำชี้แจง</b>		
5.1 เขียนตัวอักษรอ่านง่าย	เขียนตัวหนังสืออ่านง่าย	ได้ 1 คะแนนเมื่อเขียนตัวอักษร ชัดเจนอ่านง่าย
5.2 สะอาดเรียบร้อย	ภาพรวมของกระดาษสะอาด เรียบร้อย	ได้ 1 คะแนนเมื่อกระดาษที่เขียนไม่ มีรอยขีดข่วนรอยดำหรือขาด
5.3 เขียนได้ตามจำนวนบรรทัด ที่กำหนด	เขียนได้บรรทัดตามที่กำหนด 10 บรรทัด	ได้ 1 คะแนนเมื่อเขียนได้บรรทัด ตามที่กำหนด (10 บรรทัด)

3.2.1.2) นำแบบวัดการเขียนเรื่องจากภาพไปให้อาจารย์ที่ปรึกษา  
ตรวจสอบและให้คำแนะนำเพิ่มเติมมาปรับปรุงแก้ไข

3.2.1.3) นำแบบวัดการเขียนเรื่องจากภาพที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไป  
ให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่านโดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน ต้องเป็นผู้ที่จบการศึกษา  
ระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางสุศึกษาหรือพลศึกษาหรือปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาการส่งเสริมสุขภาพจำนวน 3 คน และเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต  
ทางภาษาไทยหรือครุกลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาภาษาไทยที่มีวิทยฐานะตั้งแต่ชำนาญการพิเศษขึ้นไป  
จำนวน 2 คน (ดังรายนามในภาคผนวก ก) ตรวจสอบพิจารณาตามความตรงจุดประสงค์ความตรงตาม  
เนื้อหาเพื่อนำมาแก้ไขปรับปรุงโดยนำมาหาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับความตรงตาม  
วัตถุประสงค์การวิจัย (index of Congruence หรือ IOC) พิจารณาหัวข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้อง

ตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป (ประสพชัย พสุนนท์, 2558) ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องรวมเท่ากับ 1.00 และได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง รายข้อทุกข้อ มีค่าเท่ากับ 1.00 โดยได้ข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิ ดังนี้

“เกณฑ์การให้คะแนนจะต้องมีความชัดเจนพอสมควร”

“ควรปรับสัดส่วนการให้คะแนนเพราะการเขียนเล่าเรื่องหรือการเขียนบรรยายควรให้น้ำหนักคะแนนส่วนใหญ่อยู่ที่การใช้ภาษาในการสื่อสารมากกว่าการเขียนสะกดคำ”

3.2.1.4) แก้ไขปรับปรุงแบบวัดการเขียนเรื่องจากภาพให้มีความสมบูรณ์ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

3.2.1.5) นำแบบวัดการเขียนเรื่องจากภาพไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายปีการศึกษา 2562 จำนวน 25 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง แต่มีบริบทใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง

3.2.1.6) นำผลการวัดการเขียนเรื่องจากภาพของนักเรียนทำการวิเคราะห์หาความเที่ยงโดยใช้สูตร Coefficient Alpha ของ Cronbach กำหนดเกณฑ์ที่ยอมรับได้ตั้งแต่ 0.8 ขึ้นไป (Davis, 1992) ซึ่งผลการวิเคราะห์โดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.85

### 3.2.2) แบบวัดการเขียนเรียงความ

3.2.2.1) กำหนดแบบวัดการเขียนเรียงความเป็นแบบรูบริค สกอร์ (Rubric Score) คะแนนเต็ม 20 คะแนน โดยมีแนวทางสร้างแบบวัดการเขียนเรียงความ ดังตารางที่ 3.9

ตารางที่ 3.13 แนวทางสร้างแบบวัดการเขียนเรียงความ

โครงสร้างเรียงความ	นิยามเชิงปฏิบัติการ	การให้คะแนน
1. การวางโครงเรื่องและรูปแบบการเขียน	วางโครงเรื่องได้นำสนใจเรียงตามลำดับการนำเสนอ เนื้อหาสอดคล้องกับชื่อเรื่อง และจัดรูปแบบการเขียนเรียงความได้ถูกต้อง ประกอบด้วย ส่วนนำ เนื้อเรื่อง และสรุป	1, 2, 3, 4 คะแนน
2. คำนำ	ใช้ภาษาในการเขียนคำนำได้โดดเด่นจูงใจผู้อ่านให้สนใจติดตามอ่านเรื่อง เขียนส่วนนำนำเข้าสู่เรื่องได้ตรงประเด็น	1, 2, 3, 4 คะแนน
3. เนื้อเรื่อง	เขียนลำดับข้อความความคิดต่อเนื่องสอดคล้องตลอดเรื่องละมีเนื้อหาเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การแปร่งฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมโดยการทิ้งขยะคัดแยกขยะ	1, 2, 3, 4 คะแนน



ตารางที่ 3.13 (ต่อ)

โครงสร้างเรียงความ	นิยามเชิงปฏิบัติการ	การให้คะแนน
4. การเสนอสาระความรู้หรือเพิ่มเติมความรู้ให้กับผู้อ่าน	มีการเขียนอธิบายความรู้เพิ่มเติม รายละเอียด สาระความรู้เพิ่มเติม	1, 2 คะแนน
5. สรุป	เขียนสรุปได้ตรงประเด็น มีการทิ้งท้ายให้คิดให้ ดำเนินการต่อ หรือให้ข้อคิดให้คุณค่าแก่ผู้อ่าน	1, 2, 3 คะแนน
6. การสะกิดคำ	เขียนคำสะกิดคำได้ถูกต้อง	1, 2, 3 คะแนน

3.2.2.2) นำแบบวัดการเขียนเรียงความไปให้อาจารย์ที่ปรึกษา ตรวจสอบและให้คำแนะนำเพื่อปรับปรุงแก้ไข

3.2.2.3) นำแบบวัดการเขียนเรียงความที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่านโดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน ต้องเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางสุศึกษาหรือพลศึกษาหรือปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการส่งเสริมสุขภาพจำนวน 3 คน และเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางภาษาไทยหรือครุกลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาภาษาไทยที่มีวิทยฐานะตั้งแต่ชำนาญการพิเศษขึ้นไป จำนวน 2 คน (ตั้งรายนามในภาคผนวก ก) ตรวจสอบพิจารณาตามความตรงจุดประสงค์ความตรงตามเนื้อหาเพื่อนำมาแก้ไขปรับปรุงโดยนำมาหาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับความตรงตามวัตถุประสงค์การวิจัย (index of Congruence หรือ IOC) พิจารณาหัวข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป (ประสพชัย พสุนนท์, 2558) ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องรวมเท่ากับ 0.80 และได้ค่าดัชนีความสอดคล้องรายข้อทุกข้อ มีค่าเท่ากับ 0.80 โดยได้ข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิ ดังนี้

“เกณฑ์การให้คะแนนจะต้องมีความชัดเจนพอสมควร”

“ควรปรับสัดส่วนการให้คะแนนเพราะการเขียนเล่าเรื่องหรือการเขียนบรรยายควรให้น้ำหนักคะแนนส่วนใหญ่อยู่ที่การใช้ภาษาในการสื่อสารมากกว่าการเขียนสะกิดคำ”

“ในการเขียนเรียงความเป็นการเขียนที่มีรูปแบบโครงสร้างที่ถูกต้องไว้ดังนั้นจะต้องให้คะแนนในส่วนของรูปแบบการเขียนเรียงความด้วย”

3.2.2.4) แก้ไขปรับปรุงแบบวัดการเขียนเรียงความให้มีความสมบูรณ์ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

3.2.2.5) นำแบบวัดการเขียนเรียงความที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายปีการศึกษา 2562 จำนวน 25 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีบริบทใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง

3.2.2.6) นำแบบวัดการเขียนเรียงความมาทำการวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงโดยใช้สูตร Coefficient Alpha ของ Cronbach กำหนดเกณฑ์ที่ยอมรับได้ตั้งแต่ 0.8 ขึ้นไป (Davis, 1992) ซึ่งผลการวิเคราะห์โดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.81

3.2.2.7) กำหนดเกณฑ์ตัดสินทักษะการเขียน โดยนำคะแนนแบบวัดการเขียนเรื่องจากภาพ (คะแนนเต็ม 20 คะแนน) และคะแนนแบบวัดการเขียนเรียงความ (คะแนนเต็ม 20 คะแนน) มารวมกัน (คะแนนเต็ม 40 คะแนน) เพื่อสรุปผลการประเมินทักษะการเขียน โดยกำหนดเกณฑ์การตัดสินทักษะการเขียนเป็น 4 ระดับ ดังนี้

คะแนนทักษะการเขียน	ระดับผลการประเมิน
31 - 40	มีทักษะการเขียนระดับดีมาก
21 - 30	มีทักษะการเขียนระดับดี
11 - 20	มีทักษะการเขียนระดับพอใช้
0 - 10	มีทักษะการเขียนระดับปรับปรุง

## ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 กำหนดแผนการทดลอง การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi - Experimental Research) แบบ 2 กลุ่ม มีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (The Pretest-Posttest Control Group Design) ดังแบบแผนการทดลอง ภาพที่ 3.2 ดังนี้

ภาพที่ 3.4 แบบแผนการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	การวัดก่อนการทดลอง		การวัดหลังการทดลอง
E	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
C	O <sub>3</sub>		O <sub>4</sub>

E = กลุ่มการทดลอง ที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการอ่านและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

- C = กลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง
- O<sub>1</sub> O<sub>3</sub> = ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพ และทักษะการสื่อสารก่อนการทดลอง
- O<sub>2</sub> O<sub>4</sub> = ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพ และทักษะการสื่อสารหลังการทดลอง
- X = โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

## 2.2 การติดต่อประสานงานก่อนการทดลอง

2.2.1 ติดต่อขอความร่วมมือในการทำวิจัยจากผู้บริหารโรงเรียน

2.2.2 ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการวิจัยและประเมินผลแก่ผู้อำนวยการโรงเรียน ครูผู้สอนและร่วมกันกำหนดตารางเวลาการจัดโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

2.2.3 ติดต่อขอความร่วมมือในการทำวิจัยจากนักเรียนและผู้ปกครองนักเรียน

2.2.4 ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการวิจัย การประเมินผล และขอความร่วมมือจากผู้ปกครองในการร่วมติดตามให้การสนับสนุนพฤติกรรมสุขภาพ และทักษะการสื่อสารของนักเรียนเรียนโดยใช้แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพโดยผู้ปกครองเป็นผู้ประเมิน ฟังนักเรียนอ่านใบความรู้ และเซ็นชื่อรับรองการอ่านและการจดบันทึกลงในแบบบันทึกการอ่าน

## 2.3 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

2.3.1 ดำเนินการก่อนการทดลองใช้โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

2.3.1.1 ทำการประเมินพฤติกรรมสุขภาพด้านสุขปฏิบัติของนักเรียนและทำการทดสอบทักษะการสื่อสาร ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (Pre-test)

2.3.1.2 นำผลการทดสอบก่อนใช้โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง มาทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติและทักษะการสื่อสารด้านการอ่านและการเขียนโดยทดสอบค่าที (Independent-Sample t-test) เพื่อทดสอบว่านักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนแตกต่างกันหรือไม่ โดยวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์ ปรากฏผลดังตารางที่ 3.10

ตารางที่ 3.14 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม

รายการ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	P
	(n=20)		(n=20)			
	Mean	SD	Mean	SD		
<b>พฤติกรรมสุขภาพ</b>						
ด้านการปฏิบัติ	28.93	6.29	29.67	4.44	0.44	0.67
<b>ทักษะการสื่อสาร</b>						
ทักษะการอ่าน	14.60	4.55	16.30	3.69	1.10	0.20
ทักษะการเขียน	16.95	2.46	17.00	2.32	0.07	0.95

จากตารางที่ 3.10 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติ และทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่านและทักษะการเขียน ระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 28.93 อยู่ในระดับพอใช้ และค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติของนักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 29.67 อยู่ในระดับพอใช้

ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่านของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 14.60 อยู่ในระดับพอใช้ และค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่านของนักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 16.30 อยู่ในระดับพอใช้ และค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการเขียนของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 16.95 อยู่ในระดับพอใช้ และค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการเขียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 17.00 อยู่ในระดับพอใช้

### 2.3.2 การดำเนินการทดลอง

2.3.2.1 กลุ่มทดลองผู้วิจัยได้เป็นผู้ดำเนินการจัดโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองโดยใช้แผนกิจกรรมโปรแกรมที่สร้างขึ้นจำนวน 24 แผน โดยดำเนินการตามแผน 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4 วัน วันละ 30-45 นาที ตามกำหนดการจัดกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

2.3.2.2 กลุ่มควบคุมไม่ได้มีการดำเนินการจัดโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

### 2.3.3 ดำเนินงานหลังการทดลอง

2.3.3.1 ทำการวัดพฤติกรรมสุขภาพโดยใช้แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพโดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมิน และแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพโดยเพื่อนนักเรียนและผู้ปกครองเป็นผู้ประเมิน จากนั้นทำการทดสอบวัดทักษะการสื่อสารของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังจากการทดลอง (Post-test) โดยใช้แบบวัดฉบับเดียวกับแบบวัดก่อนการทดลองเพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์ผลและสรุปอภิปรายต่อไป

## ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้

3.1 การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยการทดสอบค่าที (t-test) ดังนี้

3.1.1 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนน พฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุมโดยการทดสอบค่าที (t-test) ที่ระดับนัยยะสำคัญทางสถิติ .05

3.1.2 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมโดยการทดสอบค่าที (t-test) ที่ระดับนัยยะสำคัญทางสถิติ .05

### 3.2 สถิติที่ใช้

3.2.1 วิเคราะห์ข้อมูลคำนวณค่าร้อยละค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์

3.2.2 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุมโดยการทดสอบค่าที (Paired-Sample t-test) ที่ระดับนัยยะสำคัญทางสถิติ .05 โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียน ประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม

ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารหลัง การทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม

ตอนที่ 1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและของกลุ่มควบคุม

1.1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการ สื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการ ประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง และค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการ สื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการ ประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ปรากฏดังตารางที่ 4.1, 4.2, 4.3, และ ภาพที่ 4.1

ตารางที่ 4.15 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพก่อนและหลังการ ทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่าง	n	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t	p
		Mean	SD	Mean	SD		
กลุ่มทดลอง	20	28.93	6.29	41.00	3.31	9.57	0.00*
กลุ่มควบคุม	20	29.67	4.44	30.45	5.07	1.87	0.07

\* $p < .05$

จากตารางที่ 4.1 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 28.93 คะแนน คือ มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับพอใช้ หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 41.00 คะแนน คือ มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับดี

ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนกลุ่มควบคุมหลังการทดลองไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 29.67 คะแนน คือ มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับพอใช้ หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 30.45 คะแนน คือ มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับพอใช้

**ตารางที่ 4.16** ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองจำแนกเป็นรายชื่อ

ข้อ	คำถาม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t	p
		n = 20		n = 20			
		Mean	SD	Mean	SD		
1	รับประทานอาหารที่มีน้ำมันหรือไขมันสูง เช่น ของทอด ข้าวมันไก่ แกงกะทิ ฯลฯ	1.85	1.39	2.85	0.88	3.08	0.01*
2	กินจุบจิบ รับประทานอาหารไม่เป็นเวลา	2.50	1.05	3.20	0.89	1.93	0.07
3	รับประทานลูกอม ลูกกวาด เค้ก หรือช็อกโกแลต	2.90	0.91	3.25	0.79	1.16	0.26
4	รับประทานขนมกรุบกรอบ	2.15	1.42	2.85	0.99	1.85	0.08
5	ดื่มน้ำหวานหรือน้ำอัดลม	2.60	1.31	2.75	0.79	0.42	0.68
6	ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมออย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์	4.15	1.04	4.35	1.04	0.57	0.58
7	ออกกำลังกายครั้งละ 20-60 นาที	2.35	1.35	3.40	1.50	2.54	0.02*
8	มีการอบอุ่นร่างกายก่อนออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	2.40	1.23	4.00	1.30	3.39	0.00*
9	ยืดเหยียดกล้ามเนื้อก่อนและหลังการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	2.65	1.14	4.20	1.01	4.00	0.00*

ตารางที่ 4.16 (ต่อ)

ข้อ	คำถาม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t	P
		n = 20		n = 20			
		Mean	SD	Mean	SD		
10	ไม่รับประทานอาหารเช้า หรือน้ำอัดลมก่อนออกกำลังกาย	2.60	1.47	3.10	1.33	1.27	0.22
11	แปรงฟันก่อนนอนหรือหลัง รับประทานอาหารเช้า	3.15	1.27	4.75	1.37	3.56	0.00*
12	แปรงฟันแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 2 นาที	3.05	1.23	4.40	1.00	3.23	0.00*
13	แปรงลิ้นหลังแปรงฟัน	3.45	1.19	3.75	1.37	0.83	0.42
14	แปรงฟันทั้งด้านนอกและด้านใน ของฟัน	4.05	1.32	4.55	0.95	1.70	0.11
15	ใช้ยาสีฟันที่มีส่วนผสมของ ฟลูออไรด์	3.35	1.31	5.75	0.72	7.71	0.00*
16	ทิ้งขยะลงถังหรือที่จัดเตรียมไว้ให้	4.20	1.24	5.45	0.69	4.32	0.00*
17	แยกเศษอาหารก่อนทิ้งหรือเก็บ ภาชนะ	3.20	1.01	5.35	0.93	6.43	0.00*
18	แยกประเภทของขยะก่อนทิ้ง	1.95	1.15	4.35	1.04	7.32	0.00*
19	เก็บและแยกขยะที่ขายได้ขยะรีไซเคิลออกตามประเภท เช่นขวด พลาสติก เศษเหล็ก	2.65	1.04	4.65	1.09	6.33	0.00*
20	แยกขยะอันตรายเช่น ถ่านไปฉาย อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ ที่ต่างหาก	2.65	1.50	5.05	1.00	6.84	0.00*
	รวม	28.93	6.29	41.00	3.31	9.57	0.00*

\* $p < .05$ 

จากตารางที่ 4.2 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ย



ของคะแนนเท่ากับ 28.93 คะแนน คือ มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับพอใช้ หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 41.00 คะแนน คือ มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับดี

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อที่ 1, 7, 8, 9, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 19 และ 20

**ตารางที่ 4.17** ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุมโดยจำแนกเป็นรายข้อ

ข้อ	คำถาม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t	p
		n = 20	n = 20	n = 20	n = 20		
		Mean	SD	Mean	SD		
1	รับประทานอาหารที่มีน้ำมันหรือไขมันสูง เช่น ของทอด ข้าวมันไก่ แกงกะทิ ฯลฯ	1.30	0.98	1.95	1.10	2.10	0.05
2	กินจุบจิบ รับประทานอาหารไม่เป็นเวลา	3.10	0.85	3.45	1.0	1.20	0.25
3	รับประทานลูกอม ลูกกวาด เค้ก หรือช็อกโกแลต	2.90	0.85	2.80	0.89	0.42	0.68
4	รับประทานขนมกรุบกรอบ	2.35	1.09	1.90	1.12	1.58	0.13
5	ดื่มน้ำหวานหรือน้ำอัดลม	2.20	1.28	1.95	1.36	0.62	0.54
6	ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมออย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์	3.90	0.97	3.95	1.15	0.17	0.87
7	ออกกำลังกายครั้งละ 20-60 นาที	3.15	0.67	3.25	1.33	0.35	0.73
8	มีการอบอุ่นร่างกายก่อนออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	2.35	1.27	2.50	1.19	0.59	0.56
9	ยืดเหยียดกล้ามเนื้อก่อนและหลังการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	2.90	1.02	2.55	0.89	1.68	0.11
10	ไม่รับประทานอาหาร น้ำหวานหรือน้ำอัดลมก่อนออกกำลังกาย	2.95	1.23	3.30	1.38	0.94	0.36

ตารางที่ 4.16 (ต่อ)

ข้อ	คำถาม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t	p
		n = 20		n = 20			
		Mean	SD	Mean	SD		
11	แปรงฟันก่อนนอนหรือหลัง รับประทานอาหาร	3.05	1.28	4.25	1.12	3.41	0.00*
12	แปรงฟันแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 2 นาที	2.85	1.09	3.05	1.43	0.68	0.51
13	แปรงลิ้นหลังแปรงฟัน	3.25	0.72	3.55	1.05	1.24	0.23
14	แปรงฟันทั้งด้านนอกและด้านใน ของฟัน	4.05	1.15	3.90	0.97	0.47	0.64
15	ใช้ยาสีฟันที่มีส่วนผสมของ ฟลูออไรด์	3.50	0.95	3.85	1.23	1.13	0.27
16	ทิ้งขยะลงถังหรือที่จัดเตรียมไว้ให้	4.10	0.91	4.20	1.01	0.38	0.71
17	แยกเศษอาหารก่อนทิ้งหรือเก็บ ภาชนะ	3.75	1.02	3.90	1.33	0.38	0.71
18	แยกประเภทของขยะก่อนทิ้ง	2.85	0.93	2.30	1.30	1.50	0.15
19	เก็บและแยกขยะที่ขายได้ขยะรี ไซเคิลออกตามประเภท เช่นขวด พลาสติก เศษเหล็ก	2.15	1.04	1.90	1.41	0.71	0.49
20	แยกขยะอันตรายเช่น ถ่านไปฉาย อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ ทิ้งต่างหาก	2.70	1.17	2.40	1.14	1.19	0.25
รวม		29.67	4.44	30.45	5.07	1.87	0.07

\* $p < .05$ 

จากตารางที่ 4.3 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนกลุ่มควบคุมหลังการทดลองไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 29.67 คะแนน คือ มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับพอใช้ หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 30.45 คะแนน คือ มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับพอใช้

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุมสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อที่ 11

1.2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง และค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ปรากฏดังตารางที่ 4.4, 4.5, 4.6, 4.7 และ ภาพที่ 4.2

ตารางที่ 4.18 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม

ทักษะการสื่อสาร	n	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t	P
		Mean	SD	Mean	SD		
<b>กลุ่มทดลอง</b>							
ทักษะการอ่าน	20	14.60	4.55	23.30	4.01	10.10	0.00*
ทักษะการเขียน	20	16.95	2.46	23.70	3.26	11.46	0.00*
<b>กลุ่มควบคุม</b>							
ทักษะการอ่าน	20	16.30	3.69	16.90	3.08	1.45	0.16
ทักษะการเขียน	20	17.00	2.32	18.10	2.69	4.40	0.00*

\* $p < .05$

จากตารางที่ 4.4 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารทั้งด้านทักษะการอ่านและทักษะการเขียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่านเท่ากับ 14.60 คะแนน คือ มีทักษะการอ่านอยู่ในระดับพอใช้ หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านเท่ากับ 23.30 คะแนน คือ มีทักษะการอ่านอยู่ในระดับดี

และค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการเขียนก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 16.95 คะแนน คือ มีทักษะการเขียนอยู่ในระดับพอใช้ หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 23.70 คะแนน คือ มีทักษะการเขียนอยู่ในระดับดี

ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารของนักเรียนกลุ่มควบคุม พบว่า ค่าเฉลี่ยของทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่านหลังการทดลองไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านเท่ากับ 16.30 คะแนน คือ

มีทักษะการอ่านอยู่ในระดับพอใช้ หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านเท่ากับ 16.90 คะแนน คือ มีทักษะการอ่านอยู่ในระดับพอใช้

และค่าเฉลี่ยของทักษะการสื่อสารด้านทักษะการเขียนหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนเท่ากับ 17.00 คะแนน คือ มีทักษะการเขียนอยู่ในระดับพอใช้ หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านเท่ากับ 18.10 คะแนน คือ มีทักษะการเขียนอยู่ในระดับพอใช้

**ตารางที่ 4.19** ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามความสามารถในการอ่านและการอ่านจับใจความ

ทักษะการอ่าน	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t	p
	n = 20		n = 20			
	Mean	SD	Mean	SD		
<b>กลุ่มทดลอง</b>						
ความสามารถในการอ่าน	7.60	2.72	11.30	2.77	5.53	0.00*
การอ่านจับใจความ	7.00	2.55	12.00	2.68	11.18	0.00*
รวม	14.60	4.55	23.30	4.01	10.10	0.00*
<b>กลุ่มควบคุม</b>						
ความสามารถในการอ่าน	8.00	3.04	7.40	2.26	1.45	0.16
การอ่านจับใจความ	8.30	2.85	9.50	2.24	3.27	0.00*
รวม	16.30	3.69	16.90	3.08	1.45	0.16

\* $p < .05$

จากตารางที่ 4.5 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านด้านความสามารถในการอ่านของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนการทดลองเท่ากับ 7.60 คะแนน หลังการทดลองเท่ากับ 11.30 คะแนน

และค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านด้านการอ่านจับใจความของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนการทดลองเท่ากับ 7.00 คะแนน หลังการทดลองเท่ากับ 12.00 คะแนน

ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านด้านความสามารถในการอ่านของนักเรียนกลุ่มควบคุม พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านด้านความสามารถในการอ่านหลังการทดลองไม่

แตกต่างกันก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 8.00 คะแนน หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 7.40 คะแนน

และค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านด้านการอ่านจับใจความ พบว่า หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 8.30 คะแนน หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 9.50 คะแนน

**ตารางที่ 4.20** ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรื่องจากภาพก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม

ทักษะการเขียน / การเขียนเรื่องจากภาพ	ก่อนทดลอง n = 20		หลังทดลอง n = 20		t	p
	Mean	SD	Mean	SD		
<b>กลุ่มทดลอง</b>						
การตั้งชื่อเรื่อง	1.55	0.51	1.70	0.47	1.00	0.33
สาระสำคัญของเรื่อง	2.60	0.68	3.10	0.91	2.13	0.05
การใช้ภาษา	2.15	0.59	2.55	0.94	1.80	0.08
การสะกดคำ	2.00	0.86	3.00	1.26	3.56	0.00*
ความเป็นระเบียบเรียบร้อยและ ถูกต้องตามคำชี้แจง	1.35	0.49	1.45	0.60	0.62	0.54
รวม	9.65	1.76	11.80	3.07	3.76	0.00*
<b>กลุ่มควบคุม</b>						
การตั้งชื่อเรื่อง	1.60	0.60	1.65	0.49	0.30	0.77
สาระสำคัญของเรื่อง	2.30	0.80	2.45	0.51	0.90	0.38
การใช้ภาษา	2.10	0.64	2.10	0.45	0.00	1.00
การสะกดคำ	1.85	0.75	2.35	1.14	1.70	0.11
ความเป็นระเบียบเรียบร้อยและ ถูกต้องตามคำชี้แจง	1.55	0.51	1.40	0.50	1.83	0.08
รวม	9.40	1.50	9.95	1.85	3.24	0.00*

\*  $p < .05$

จากตารางที่ 4.6 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรื่องจากภาพของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรื่องจากภาพของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อการสะกดคำ

ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรื่องจากภาพของนักเรียนกลุ่มควบคุม พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรื่องจากภาพ หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**ตารางที่ 4.21** ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรียงความก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม

การเขียนเรียงความ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t	P
	n = 20		n = 20			
	Mean	SD	Mean	SD		
<b>กลุ่มทดลอง</b>						
การวางโครงเรื่องและรูปแบบการเขียน	1.80	0.77	2.55	0.83	4.68	0.00*
คำนำ	0.25	0.44	1.60	1.14	4.92	0.00*
เนื้อเรื่อง	1.95	0.60	3.25	0.64	6.73	0.00*
การเสนอหรือเพิ่มเติมความรู้ให้กับผู้อ่าน	1.10	0.31	1.70	0.47	5.34	0.00*
สรุป	0.35	0.67	0.75	0.85	1.41	0.18
การเขียนสะกดคำ	1.85	0.81	2.20	0.77	1.58	0.13
รวม	7.30	1.26	12.05	2.33	8.46	0.00*
<b>กลุ่มควบคุม</b>						
การวางโครงเรื่องและรูปแบบการเขียน	1.55	0.51	1.60	0.60	0.25	0.80
คำนำ	0.65	0.93	0.70	0.92	0.22	0.83
เนื้อเรื่อง	2.15	0.67	2.25	0.85	0.53	0.61
การเสนอหรือเพิ่มเติมความรู้ให้กับผู้อ่าน	1.25	0.44	1.30	0.47	0.44	0.67
สรุป	0.20	0.41	0.35	0.49	1.83	0.08
การเขียนสะกดคำ	1.80	0.77	1.90	0.72	0.46	0.65
รวม	7.60	1.31	8.10	1.71	1.95	0.07

\*  $p < .05$

จากตารางที่ 4.7 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรียงความของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรียงความของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อ การวางโครงเรื่องและรูปแบบการเขียน คำนำ เนื้อเรื่อง และการเสนอหรือเพิ่มเติมความรู้ให้กับผู้อ่าน

ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรียงความของนักเรียนกลุ่มควบคุม พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรียงความ หลังการทดลองไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

2.1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง กับกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ปรากฏดังตารางที่ 4.8 4.9 และ ภาพที่ 4.3

ตารางที่ 4.22 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

	n	หลังการทดลอง		t	p
		Mean	SD		
กลุ่มทดลอง	20	41.00	3.31	7.79	0.00*
กลุ่มควบคุม	20	30.45	5.07		

\* $p < .05$

จากตารางที่ 4.8 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนกลุ่มทดลอง

มีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 41.00 คะแนน คือ มีพฤติกรรมการสุขภาพอยู่ในระดับดี ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 30.45 คะแนน คือ มีพฤติกรรมการสุขภาพอยู่ในระดับพอใช้

**ตารางที่ 4.23** ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการสุขภาพหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยจำแนกเป็นรายชื่อ

ข้อ	คำถาม	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	p
		n = 20		n = 20			
		Mean	SD	Mean	SD		
1	รับประทานอาหารที่มีน้ำมันหรือไขมันสูง เช่น ของทอด ข้าวมันไก่ แกงกะทิ ฯลฯ	2.85	0.88	1.95	1.10	2.86	0.00*
2	กินจุบจิบ รับประทานอาหารไม่เป็นเวลา	3.20	0.89	3.45	9.10	0.83	0.41
3	รับประทานลูกอม ลูกกวาด เค้ก หรือช็อกโกแลต	3.25	0.79	2.80	0.89	1.69	0.10
4	รับประทานขนมกรุบกรอบ	2.85	0.99	1.90	1.12	2.85	0.00*
5	ดื่มน้ำหวานหรือน้ำอัดลม	2.75	0.79	1.95	1.36	2.28	0.02*
6	ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมออย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์	4.35	1.04	3.95	1.15	1.15	0.25
7	ออกกำลังกายครั้งละ 20-60 นาที	3.40	1.50	3.25	1.33	0.33	0.74
8	มีการอบอุ่นร่างกายก่อนออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	4.00	1.30	2.50	1.19	3.81	0.00*
9	ยืดเหยียดกล้ามเนื้อก่อนและหลังการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	4.20	1.01	2.55	0.89	5.50	0.00*



ตารางที่ 4.23 (ต่อ)

ข้อ	คำถาม	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	p
		n = 20		n = 20			
		Mean	SD	Mean	SD		
10	ไม่รับประทานอาหารเช้า หรือน้ำหวาน หรือน้ำอัดลมก่อนออกกำลังกาย	3.10	1.33	3.30	1.38	0.47	0.64
11	แปรงฟันก่อนนอนหรือหลัง รับประทานอาหารเช้า	4.75	1.37	4.25	1.12	1.26	0.21
12	แปรงฟันแต่ละครั้งใช้เวลา ประมาณ 2 นาที	4.40	0.99	3.05	1.43	3.46	0.00*
13	แปรงลิ้นหลังแปรงฟัน	3.75	1.37	3.55	1.05	0.52	0.61
14	แปรงฟันทั้งด้านนอกและด้านใน ของฟัน	4.55	0.94	3.90	0.97	2.15	0.04*
15	ใช้ยาสีฟันที่มีส่วนผสมของ ฟลูออไรด์	5.75	0.72	3.85	1.23	5.99	0.00*
16	ทิ้งขยะลงถังหรือที่จัดเตรียมไว้ให้	5.45	0.69	4.20	1.01	4.59	0.00*
17	แยกเศษอาหารก่อนทิ้งหรือ เก็บภาชนะ	5.35	0.93	3.90	1.33	3.98	0.00*
18	แยกประเภทของขยะก่อนทิ้ง	4.35	1.04	2.30	1.30	5.50	0.00*
19	เก็บและแยกขยะที่ขายได้ขยะรีไซเคิลออกตามประเภท เช่นขวด พลาสติก เศษเหล็ก	4.65	1.09	1.90	1.41	6.90	0.00*
20	แยกขยะอันตรายเช่น ถ่านไปฉาย อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ ที่ทิ้งต่างหาก	5.05	1.00	2.40	1.14	7.81	0.00*
	รวม	41.00	3.31	30.45	5.07	7.79	0.00*

\* $p < .05$ 

จากตารางที่ 4.9 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 41.00 คะแนน คือ มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับดี

ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 30.45 คะแนน คือ มีพฤติกรรมการสุขภาพอยู่ในระดับพอใช้

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการสุขภาพหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อที่ 1, 4, 5, 8, 9, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19 และ 20

2.2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ปรากฏดังตารางที่ 4.10, 4.11, 4.12, 4.13 และภาพที่ 4.4

ตารางที่ 4.24 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม

ทักษะการสื่อสาร	n	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	P
		mean	SD	mean	SD		
ทักษะการอ่าน	20	23.30	4.01	16.90	3.08	5.66	0.00*
ทักษะการเขียน	20	23.70	3.26	18.10	2.69	5.92	0.00*

\* $p < .05$

จากตารางที่ 4.10 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารทั้งทักษะการอ่านและทักษะการเขียนของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 23.30 คะแนน คือ มีทักษะการอ่านอยู่ในระดับดี ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการอ่านเท่ากับ 16.90 คะแนน คือ มีทักษะการอ่านอยู่ในระดับพอใช้

และค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 23.70 คะแนน คือ มีทักษะการเขียนอยู่ในระดับดี ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 18.10 คะแนน คือ มีทักษะการเขียนอยู่ในระดับพอใช้

**ตารางที่ 4.25** ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุมจำแนกตามความสามารถในการอ่านและการอ่านจับใจความ

ทักษะการสื่อสารด้านการอ่าน	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	p
	n = 20		n = 20			
	Mean	SD	Mean	SD		
ความสามารถในการอ่าน	11.30	2.77	7.40	2.26	4.88	0.00*
การอ่านจับใจความ	12.00	2.68	9.50	2.24	4.88	0.00*
รวม	23.30	4.01	16.90	3.08	5.66	0.00*

\* $p < .05$

จากตารางที่ 4.11 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านด้านความสามารถในการอ่านและการอ่านจับใจความหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านด้านความสามารถในการอ่านหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 11.30 คะแนน ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านด้านความสามารถในการอ่านของนักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 7.40 คะแนน

และพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านด้านการอ่านจับใจความหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านด้านการอ่านจับใจความของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 12.00 คะแนน ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านด้านการอ่านจับใจความของนักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 9.50 คะแนน

**ตารางที่ 4.26** ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรื่องจากภาพหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม

การเขียนเรื่องจากภาพ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	p
	n = 20		n = 20			
	Mean	SD	Mean	SD		
การตั้งชื่อเรื่อง	1.70	0.47	1.65	0.49	0.33	0.74
สาระสำคัญของเรื่อง	3.10	0.91	2.45	0.51	2.78	0.00*

ตารางที่ 4.26 (ต่อ)

การเขียนเรื่องจากภาพ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	p
	n = 20		n = 20			
	Mean	SD	Mean	SD		
การใช้ภาษา	2.55	0.94	2.10	0.45	1.93	0.06
การสะกดคำ	3.00	1.26	2.35	1.14	1.72	0.09
ความเป็นระเบียบเรียบร้อยและถูกต้องตามคำชี้แจง	1.45	0.60	1.40	0.50	0.28	0.78
รวม	11.80	3.07	9.95	1.85	2.31	0.02*

\* $p < .05$ 

จากตารางที่ 4.12 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรื่องจากภาพหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรื่องจากภาพของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อสาระสำคัญของเรื่อง

ตารางที่ 4.27 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรียงความหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม

การเขียนเรียงความ	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t	P
	n = 20		n = 20			
	Mean	SD	Mean	SD		
การวางโครงเรื่องและรูปแบบการเขียน	2.55	0.83	1.60	0.60	4.17	0.00*
คำนำ	1.60	1.14	0.70	0.92	2.74	0.00*
เนื้อเรื่อง	3.25	0.64	2.25	0.85	0.18	0.00*
การเสนอหรือเพิ่มเติมความรู้ให้กับผู้อ่าน	1.70	0.47	1.30	0.47	2.69	0.01*
สรุป	0.75	0.85	0.35	0.49	1.82	0.07
การเขียนสะกดคำ	2.20	0.77	1.90	0.72	1.28	0.21
รวม	12.05	2.33	8.10	1.71	6.11	0.00*

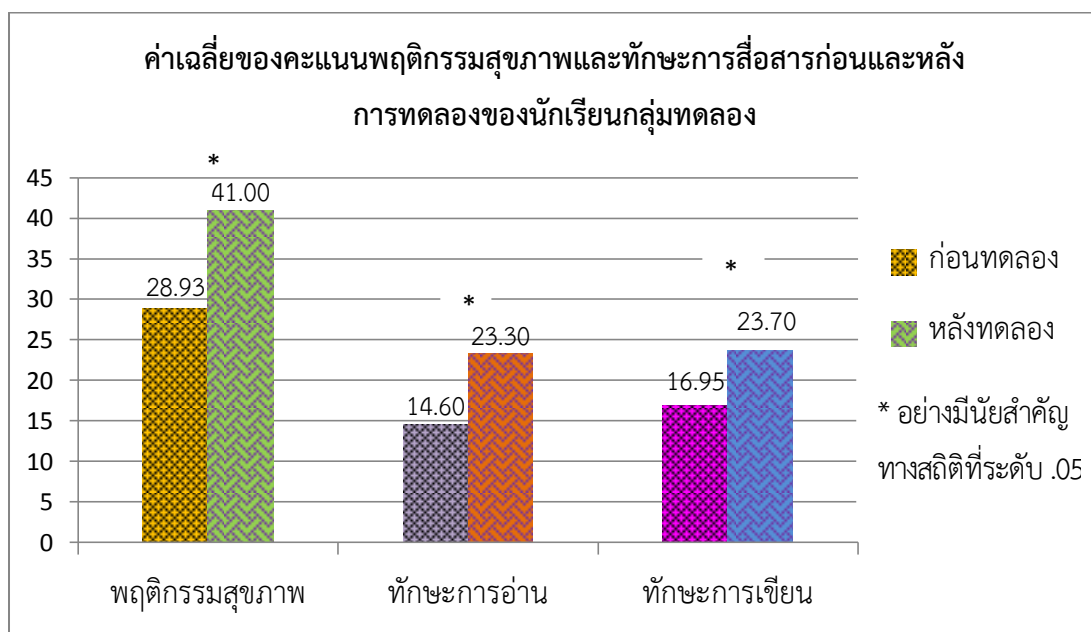
\* $p < .05$

จากตารางที่ 4.13 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรียงความของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรียงความของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อการวางโครงเรื่องและรูปแบบการเขียน คำนำ เนื้อเรื่อง และการเสนอหรือเพิ่มเติมความรู้ให้กับผู้อ่าน



ภาพที่ 4.5 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง



จากภาพที่ 4.5 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

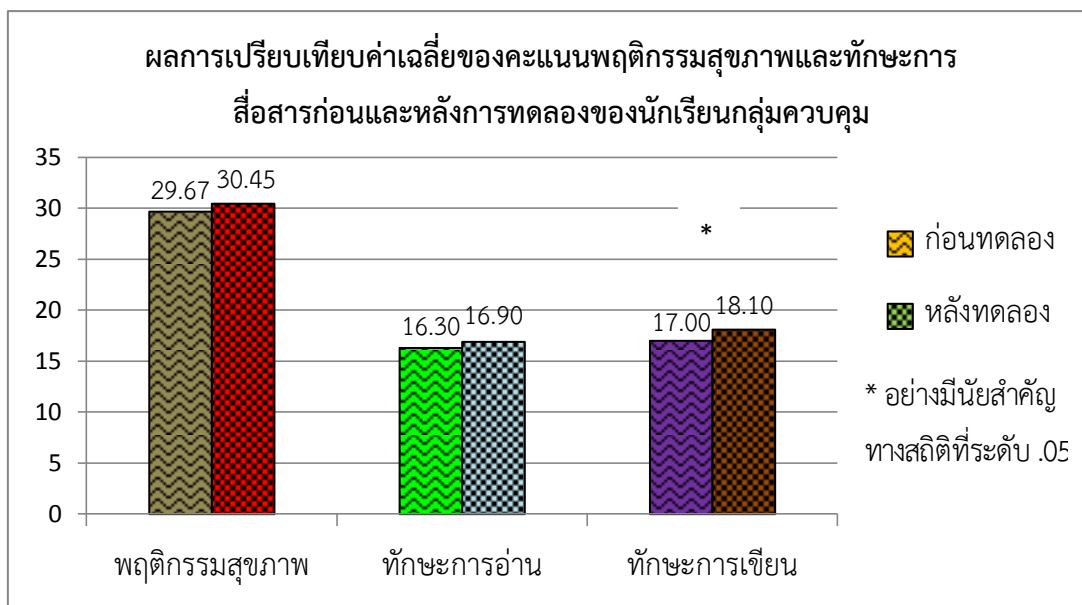
โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 28.93 คะแนน คือ มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับพอใช้ ส่วนหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 41.00 คะแนน คือ มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับดี

ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารทั้งด้านทักษะการอ่านและทักษะการเขียนหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่านเท่ากับ 14.60 คะแนน คือ มีทักษะการอ่านอยู่ในระดับพอใช้ หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่านเท่ากับ 23.30 คะแนน คือ มีทักษะการอ่านอยู่ในระดับดี

และค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการเขียนก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 16.95 คะแนน คือ มีทักษะการเขียนอยู่ในระดับพอใช้ หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 23.70 คะแนน คือ มีทักษะการเขียนอยู่ในระดับดี

ภาพที่ 4.6 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุม



จากภาพที่ 4.6 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนกลุ่มควบคุม หลังการทดลองไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 29.67 คะแนน คือ มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับพอใช้ หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 30.45 คะแนน คือ มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับพอใช้

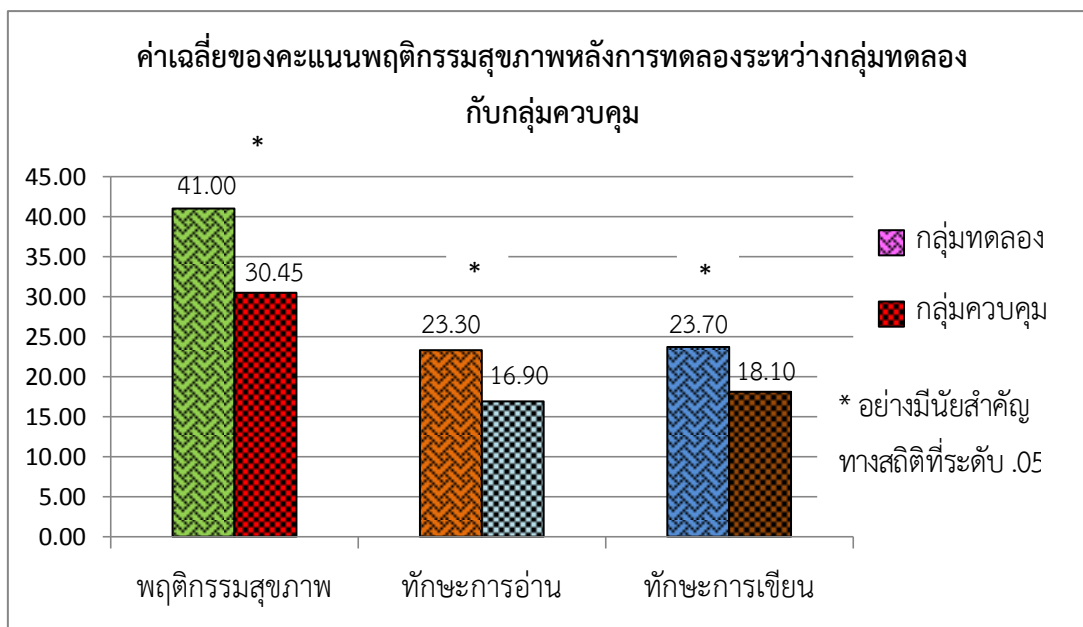
ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารของนักเรียนกลุ่มควบคุม พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่านหลังการทดลองไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่านเท่ากับ 16.30 คะแนน คือ มีทักษะการอ่านอยู่ในระดับพอใช้ หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่านเท่ากับ 16.90 คะแนน คือ มีทักษะการอ่านอยู่ในระดับพอใช้

และค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการเขียนหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการเขียนเท่ากับ 17.00 คะแนน คือ มีทักษะการเขียนอยู่ในระดับพอใช้ หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านเท่ากับ 18.10 คะแนน คือ มีทักษะการเขียนอยู่ในระดับพอใช้

ภาพที่ 4.7 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม



จากภาพที่ 4.3 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 41.00 คะแนน คือ มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับดี ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 30.45 คะแนน คือ มีพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับพอใช้

และค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารทั้งด้านทักษะการอ่านและด้านทักษะการเขียนหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 23.30 คะแนน คือ มีทักษะการอ่านอยู่ในระดับดี ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการอ่านเท่ากับ 16.90 คะแนน คือ มีทักษะการอ่านอยู่ในระดับพอใช้

และค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 23.70 คะแนน คือ มีทักษะการเขียนอยู่ในระดับดี ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 18.10 คะแนน คือ มีทักษะการเขียนอยู่ในระดับพอใช้



## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง โดย 1) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและของกลุ่มควบคุม 2) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ประชากรคือนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2562 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน การเลือกโรงเรียนตัวอย่างผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selection) โดยมีเกณฑ์เป็นโรงเรียนที่ผู้บริหาร ครู และนักเรียนให้ความร่วมมือและสนับสนุนในการทดลองโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร การสุ่มตัวอย่างผู้วิจัยดำเนินการรับสมัครนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร โดยมีเกณฑ์คัดเลือกเข้าเป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติในเรื่องของการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะในระดับปานกลางและต่ำ ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random sampling) ด้วยวิธีจับฉลากให้ได้นักเรียนจำนวน 40 คน และแบ่งกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีจับฉลากเพื่อกำหนดกลุ่มตัวอย่างเข้าเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจำนวนกลุ่มละ 20 คน ระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4 วัน วันละ 30-45 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง มีค่าดัชนีความสอดคล้อง 0.92 แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพ ได้แก่ แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพโดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมิน และแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพโดยผู้ปกครองและเพื่อนเป็นผู้ประเมิน มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.97, 0.97 ตามลำดับ แบบวัดทักษะการสื่อสาร ได้แก่ แบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่าน แบบวัดการอ่านจับใจความ แบบวัดการเขียนเรื่องจากภาพ และแบบวัดการเขียนเรียงความ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง 0.91, 0.80, 1.00, 0.80 ตามลำดับ ค่าความเที่ยง 0.83, 0.81, 0.85, 0.81 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพ และทักษะการสื่อสารด้วยค่าที (t-test)

## สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง สามารถสรุปผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง และของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง มีดังนี้

1.1 ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.1.1 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมสุขภาพหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อที่ 1, 7, 8, 9, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 19 และ 20

1.2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่านและทักษะการเขียนของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.2.1 เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่าน ทั้งความสามารถในการอ่านและการอ่านจับใจความของนักเรียนกลุ่มทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.2.2 เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการเขียน ทั้งการเขียนเรื่องจากภาพและการเขียนเรียงความของนักเรียนกลุ่มทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนด้านการเขียนเรื่องจากภาพของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อ การสะกดคำ และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการทดลองสูงกว่า

ก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อ การวางโครงเรื่องและรูปแบบการเขียน คำนำ เนื้อเรื่อง และการเสนอหรือเพิ่มเติมความรู้ให้กับผู้อ่าน

1.3 ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการสุภาพของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วม กิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการสุภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอน ปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง หลังการทดลอง ไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.3.1 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการสุภาพของ นักเรียนกลุ่มควบคุมหลังทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อที่ 11

1.4 ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่านของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการสุภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียน ประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับ ผู้ปกครอง หลังการทดลองไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วน ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการเขียนหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.2.2 เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่าน พบว่า นักเรียนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการอ่านหลังการทดลองไม่แตกต่างจาก ก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนการอ่านจับใจความ ของนักเรียนกลุ่มควบคุมหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.2.3 เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการเขียน พบว่า นักเรียนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการเขียนเรื่องจากภาพหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการ ทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนน ทักษะการเขียนเรื่องจากภาพของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลองไม่มีข้อใดแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนการเขียนเรียงความของนักเรียนกลุ่ม ควบคุมหลังการทดลองไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อ พิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนเรียงความของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนการและหลังการทดลองไม่มีข้อใดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการสุภาพ และทักษะการสื่อสารหลังการ ทดลองระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการสุภาพและทักษะการ สื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสาน

สัมพันธ์กับผู้ปกครอง กับกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

2.1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพ หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.1.1 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อที่ 1, 4, 5, 8, 9, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19 และ 20

2.2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่านและด้านทักษะการเขียน หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารทั้งด้านทักษะการอ่านและด้านทักษะการเขียน ของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2.1 เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการอ่าน พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทั้งความสามารถในการอ่านและการอ่านจับใจความของสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2.2 เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารด้านทักษะการเขียน พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทั้งการเขียนเรื่องจากภาพและการเขียนเรียงความสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2.3 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการเขียนเรียงความของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อการวางโครงเรื่องและรูปแบบการเขียน คำนำ เนื้อเรื่อง และการเสนอหรือเพิ่มเติมความรู้ให้กับผู้อ่าน

### อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องผลของโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง มีประเด็นที่จะนำมาอภิปรายผลการวิจัย ดังนี้

## 1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง

จากการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารทั้งทักษะด้านการอ่านและทักษะด้านการเขียนของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 สามารถอภิปรายได้ในประเด็น ดังต่อไปนี้

### 1.1 พฤติกรรมสุขภาพ

การจัดกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองประกอบไปด้วย 5 กิจกรรม ได้แก่ 1) กิจกรรมประเมินตนเอง 2) กิจกรรมช่วยเหลือเกื้อกูล 3) กิจกรรมใส่ใจส่งเสริม 4) กิจกรรมอ่านเองทำเอง 5) กิจกรรมร่วมมือร่วมใจ พบว่า กิจกรรมที่สามารถพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนได้ชัดเจนมีจำนวน 3 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมที่ 1) กิจกรรมประเมินตนเอง กิจกรรมที่ 2) กิจกรรมช่วยเหลือเกื้อกูล และกิจกรรมที่ 3) กิจกรรมใส่ใจส่งเสริม การดำเนินการในแต่ละกิจกรรมมีขั้นตอนวิธีการดำเนินการส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง ดังนี้ **กิจกรรมที่ 1 ประเมินตนเอง** นักเรียนทำการประเมินพฤติกรรมสุขภาพของตนเองโดยตัวนักเรียนเอง และมีเพื่อนนักเรียน ครู และ ผู้ปกครอง ร่วมประเมินพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนด้วย มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ นักเรียนรับรู้ถึงระดับพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง นักเรียนสามารถระบุจุดอ่อน จุดแข็งของพฤติกรรมสุขภาพของตนเองได้ ส่งผลให้นักเรียนนำไปปฏิบัติเพื่อพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของตนเองต่อไป **กิจกรรมที่ 2 ช่วยเหลือเกื้อกูล** นักเรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนโดยการอ่านใบความรู้ สรุปเรื่องที่อ่านร่วมกัน นำเสนอแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ นักเรียนได้ฝึกกระบวนการทำงานเป็นกลุ่ม นักเรียนแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด ความเข้าใจของตน จากเรื่องที่อ่าน และนักเรียนได้ฝึกปฏิบัติตามข้อมูลที่ได้แลกเปลี่ยนความรู้จากกระบวนการทำงานเป็นกลุ่ม เช่น การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การหลีกเลี่ยงอาหารมันอาหารทอด น้ำอัดลม และขนมขบเคี้ยว การปฏิบัติตนตามหลักการออกกำลังกาย การเลือกรูปแบบการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับตัวเอง การปฏิบัติในการแยกขยะตามประเภทได้อย่างถูกต้อง การแปร่งฟันได้อย่างถูกวิธี ซึ่งในกิจกรรมนี้ส่งผลให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตามวิธีการจากใบความรู้ที่ได้อ่าน เช่น ออกกำลังกายเป็นประจำและปฏิบัติตามขั้นตอนการออกกำลังกาย แปร่งฟันได้

ถูกวิธีตามขั้นตอนจากใบความรู้ที่อ่าน ทั้งขยะในที่ที่จัดไว้ให้และมีการแยกขยะ **กิจกรรมที่ 3 ใส่ใจส่งเสริม** กิจกรรมนี้ผู้ปกครองได้มีส่วนร่วมในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนโดยการบอกเตือนให้นักเรียนปฏิบัติตนในการรับประทานอาหาร ออกกำลังกาย แปรงฟันและการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ อย่างสม่ำเสมอ โดยมีแบบบันทึกการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพนักเรียนให้ผู้ปกครองทำเครื่องหมาย ✓ ลงในแบบบันทึกการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพนักเรียน มีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนปฏิบัติตนในเรื่องของการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งในกิจกรรมนี้ส่งผลให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการเลือกซื้อขนมหรืออาหารที่มีประโยชน์รับประทาน รับประทานน้ำอัดลมและขนมขบเคี้ยวน้อยลง มีการออกกำลังกายมากขึ้น นักเรียนแปรงฟันตอนเช้าและหลังรับประทานอาหารกลางวัน สังเกตจากการตรวจความสะอาดของช่องปากและฟันตอนเช้า การแปรงฟันหลังรับประทานอาหารกลางวันของนักเรียนและการตรวจความสะอาดของฟันตอนกลางวัน รวมทั้งนักเรียนทิ้งขยะลงถังหรือที่ที่จัดเตรียมไว้ให้ และมีการแยกขยะมากขึ้น

การจัดกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองทั้ง 3 กิจกรรมดังกล่าว จึงส่งผลให้ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ด้วยประสบการณ์นิยม (Experimentalism) และแนวคิดการเรียนรู้แบบ leaning by doing ของ John Dewey (1969) ที่กล่าวว่าทฤษฎีและแนวคิดนี้มีจุดเน้นที่ผู้เรียนเป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้ เป็นผู้สืบเสาะหาความรู้ด้วยตนเองผ่านการลงมือปฏิบัติ ส่งผลให้ผู้เรียนสร้างองค์ความรู้ให้เกิดขึ้นจากตัวของผู้เรียนเอง สอดคล้องกับงานวิจัยของ บุซกร เฉลิมสินสุวรรณ (2558) ศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้ด้วยการทำงานที่มีผลต่อทักษะการดูแลตนเองและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาปีที่3 เป็นการศึกษาเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยการทำงานที่ส่งผลให้นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเอง โดยนักเรียนได้เรียนรู้จากกระบวนการเรียนรู้ที่นักเรียนได้ลงมือทำด้วยตนเอง มีการค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติมด้วยตนเอง มีการช่วยเหลือกัน มีการนำเสนอและอภิปรายร่วมกันในชั้นเรียน ผลของการวิจัย พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการดูแลตนเองหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ วิชชุตา มัคสิงห์ (2559) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดูแลสุขภาพของเด็กวัยเรียน ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ปัจจัยนำประกอบไปด้วยความรู้และทัศนคติ ปัจจัยเอื้อประกอบไปด้วยประสบการณ์ในการสร้างเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพ การรับรู้สถานะสุขภาพ การเข้าถึงบริการ และสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาพ ปัจจัยเสริมประกอบไปด้วยการ

ได้รับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ และการได้รับคำแนะนำสนับสนุนจากบุคคลอื่น มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของเด็กวัยเรียน ซึ่งสอดคล้องกับองค์ประกอบของแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง คือให้ผู้ปกครองได้เข้ามามีส่วนร่วมในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนโดยการบอก เตือน ให้นักเรียนปฏิบัติตนในการเลือกรับประทานอาหาร ออกกำลังกาย แปร่งฟัน และจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ สอดคล้องกับแนวคิดในการจัดกิจกรรมเพื่อประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองคือการชื่นชมคุณค่าของบุตรหลาน มีเวลาอยู่ร่วมกันและได้ใช้เวลาร่วมกัน มีการติดต่อสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัวเป็นการใช้เวลาสำหรับพูดคุยกันในครอบครัว (McCubbin, 1996; นวลฉวี ประเสริฐสุข, 2558; วนัญญา แก้วปาน, 2560) สอดคล้องกับงานวิจัยของ รัตนพร วงษ์ตาไช (2554) ได้ทำการวิจัยเรื่องการพัฒนาแบบการสร้างเสริมสุขภาพสำหรับเด็กชายวัยเรียนในสถานสงเคราะห์โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแบบการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพสำหรับเด็กชายวัยเรียนในสถานสงเคราะห์ โดยใช้แนวคิดกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบในการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพสำหรับเด็กชายวัยเรียนในสถานสงเคราะห์ ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบหลักคือ 1. การฝึกทักษะซ้ำ ๆ 2. การสร้างความตระหนักด้วยสื่อที่น่าสนใจ 3. การเสริมความรู้จากบทเรียนที่ได้รับในห้องเรียน 4. การสร้างกฎระเบียบ การเสริมแรงและการลงโทษ 5. การกำกับติดตามอย่างต่อเนื่อง โดยการติดตามประเมินตรวจสอบ 6. ระบบพี่ดูแลน้อง เพื่อนดูแลเพื่อน และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง พบว่า มีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพทั้งโดยรวมและรายด้าน สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

## 1.2 ทักษะการสื่อสาร

ในการจัดกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง พบว่ามี 3 กิจกรรมที่ส่งผลต่อทักษะการสื่อสารทั้งด้านการอ่านและการเขียน ได้แก่ กิจกรรมที่ 2) ช่วยเหลือเกื้อกูล กิจกรรมที่ 4) อ่านเองทำเอง และกิจกรรมที่ 5) ร่วมมือร่วมใจ ซึ่งการดำเนินการในแต่ละกิจกรรมมีขั้นตอนวิธีการดำเนินกิจกรรมและผลที่เกิดกับนักเรียนดังนี้ **กิจกรรมที่ 2 ช่วยเหลือเกื้อกูล** นักเรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนโดยการอ่านใบความรู้ สรุปเรื่องที่อ่านร่วมกัน นำเสนอแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนได้ฝึกทักษะการอ่านและกระบวนการทำงานเป็นกลุ่มคือได้ปรึกษา แลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด ความเข้าใจของตน จากเรื่องที่อ่าน ผลที่เกิดกับนักเรียนคือ นักเรียนได้แสดงออกถึงทักษะการอ่านจับใจความโดยสังเกตจากการที่นักเรียนอ่านแล้วได้ทำความเข้าใจกับเรื่องที่อ่านและสรุปประเด็นสำคัญเพื่อบอกหรือเล่าให้ผู้อื่นฟังได้ สามารถนำเสนอให้เพื่อนในห้องฟังได้ว่าเรื่องที่อ่านมีประเด็นหรือสาระสำคัญว่าอย่างไร และมีการ

เสนอแนะ คัดค้าน หรือโต้แย้งความเข้าใจในเนื้อหาที่ไม่ตรงกัน มีการซักถามซึ่งกันและกัน เช่น นักเรียนอ่านใบความรู้เรื่องอาหารขยะ นักเรียนสามารถสรุปได้ว่า “อาหารขยะคืออาหารที่ไม่มีประโยชน์ประกอบด้วยสารอาหารส่วนใหญ่เป็นพวก น้ำตาล แป้ง มีวิตามินและโปรตีนน้อย เช่น น้ำอัดลมขนมขบเคี้ยว อาหารทอด พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ เมื่อกินมาก ๆ จะทำให้เกิดโรคไม่ติดต่อตามมา” **กิจกรรมที่ 4 อ่านเองทำเอง** เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนอ่านใบความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ ทำการจดบันทึกการอ่านและเขียนสรุปประเด็นสำคัญในรูปแบบของแผนภูมิความคิด (Mind Mapping) สรุปใจความสำคัญของเรื่อง หรือย่อความร่วมกันก่อนที่จะทำการเขียนลงในบันทึกการอ่าน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนได้ฝึกทักษะการอ่านจับใจความ และให้นักเรียนได้ฝึกทักษะการเขียนสรุปเรื่องที่อ่านในลักษณะของการเขียนตามความเข้าใจของนักเรียนเพื่อสื่อสารให้ผู้อ่านเข้าใจ ซึ่งในการจัดกิจกรรมจะแบ่งส่วนเนื้อหาเป็น 4 ช่วง ช่วงที่ 1 เป็นเรื่องเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร จำนวน 5 เรื่อง ช่วงที่ 2 เป็นเรื่องเกี่ยวกับการออกกำลังกาย 5 เรื่อง ช่วงที่ 3 เป็นเรื่องเกี่ยวกับการแปรงฟัน 5 เรื่อง และช่วงที่ 4 เป็นเรื่องเกี่ยวกับการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมเรื่องการทิ้งขยะและแยกขยะ 5 เรื่อง จากการสังเกต พบว่า กิจกรรมนี้ส่งผลให้นักเรียนอ่านและคิดตาม ทำความเข้าใจใบความรู้ที่นักเรียนได้อ่านจึงเกิดเป็นทักษะการอ่านจับใจความทำให้นักเรียนสามารถพัฒนาทักษะการอ่าน อ่านแล้วเข้าใจจับประเด็นหรือสาระสำคัญของเรื่องที่อ่านได้และเขียนสรุปเรื่องที่อ่านเพื่อสื่อสารให้ผู้อื่นเข้าใจในเรื่องนั้น ๆ ได้ **กิจกรรมที่ 5 ร่วมมือร่วมใจ** กิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่ให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการเรียนรู้และพัฒนาทักษะการสื่อสารของนักเรียนโดยการฟังนักเรียนอ่าน และให้กำลังใจนักเรียน ผู้วิจัยติดตามผลจากการบันทึกการอ่านของนักเรียน สังเกตพฤติกรรมการอ่านและการจดบันทึกการอ่าน ตรวจสอบการบันทึกการอ่านและการลงชื่อรับรองการอ่านของผู้ปกครองจากแบบบันทึกการอ่าน หลังจากนั้นผู้วิจัยนำผลการจดบันทึกการอ่านและการลงชื่อรับรองของผู้ปกครองแจ้งต่อกลุ่มนักเรียนและสอบถามปัญหาสำหรับนักเรียนที่ไม่ได้ทำการบันทึกการอ่านและนักเรียนที่ไม่มีการลงชื่อรับรองจากผู้ปกครอง สิ่งที่ประเมินได้จากกิจกรรมนี้คือการที่ผู้ปกครองได้มีปฏิสัมพันธ์กับนักเรียน ได้ฟังนักเรียนอ่าน และได้ลงชื่อรับรองการอ่านของนักเรียน

การจัดกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการอ่านและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองทั้ง 3 กิจกรรมดังกล่าว จึงส่งผลให้ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารทั้งด้านการอ่านและด้านการเขียนของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับความเห็นของนักวิชาการการศึกษา ประทุม อังกูโรโรทิต (2543) กล่าวถึง แนวคิดของปรัชญาประสบการณ์นิยม (Experimentalism) ตามความคิดของ John



Dewey ที่แบ่งประสบการณ์ออกเป็น 2 ประเภท คือ 1. ประสบการณ์ปฐมภูมิ เป็นประสบการณ์ที่ยังไม่เป็นความรู้ยังไม่ได้มีการคิดไตร่ตรอง และ 2. ประสบการณ์ทุติยภูมิ เป็นประสบการณ์ที่เกิดเป็นองค์ความรู้ผ่านการคิดไตร่ตรองมาแล้ว เมื่อเกิดการเรียนรู้แล้วจะส่งผลกระทบต่อทักษะกระบวนการปฏิบัติต่อไป สอดคล้องกับงานวิจัยของ บุษกร เฉลิมสินสุวรรณ (2558) ที่ได้ทำการศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้ด้วยการทำงานที่มีผลต่อทักษะการดูแลตนเองและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 3 ส่งผลให้นักเรียนมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ มยุรฉัตร กลิ่นผึ้ง (2559) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่องการอ่านจับใจความสำคัญของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างและพัฒนาแบบฝึกทักษะการอ่านจับใจความของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และเปรียบเทียบการพัฒนาทักษะการอ่านจับใจความสำคัญของนักเรียนโดยใช้แบบฝึกทักษะการอ่านจับใจความ เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะด้านการอ่านจับใจความของนักเรียนหลังเรียน สูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ มณีรัตน์ กันหาวรรณะ (2557) ได้ทำการวิจัยเรื่องการพัฒนาการอ่านและเขียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่อ่านและเขียนไม่คล่องโดยใช้ชุดฝึกแจกลูกและสะกดคำผลการทดลอง พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่อ่านและเขียนไม่คล่องหลังใช้ชุดฝึกแจกลูกและสะกดคำสูงกว่าก่อนการใช้ชุดฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่าการที่นักเรียนได้อ่านบ่อย ๆ ฝึกทำความเข้าใจเรื่องที่ได้อ่านบ่อย ๆ ทำให้นักเรียนได้พัฒนาทักษะการอ่านทำให้อ่านได้ ส่วนในเรื่องของทักษะการเขียนนักเรียนกลุ่มทดลองได้ฝึกปฏิบัติโดยการเขียนบันทึกการอ่าน และการสรุปใจความสำคัญของเรื่องที่อ่านเป็น Mind mapping เพื่อเป็นการทบทวนความเข้าใจก่อนทำการจดบันทึกลงในบันทึกการอ่าน และเป็นการฝึกการวางแผนเรื่อง สอดคล้องกับงานวิจัยของ สายพิน พึ่งสันเทียะ (2552) ที่ได้ทำการศึกษาการพัฒนาทักษะการเขียนสื่อสารด้วยกระบวนการจัดการเรียนรู้โดยใช้ผลการประเมินงานเขียน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการพัฒนาทักษะการเขียนสื่อสารผลการวิจัยพบว่าการพัฒนาทักษะการเขียนสื่อสารด้วยกระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ใช้ผลการประเมินงานเขียนของนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 มีคะแนนเฉลี่ยร้อยละ 72.64 และมีจำนวนนักเรียนผ่านเกณฑ์คิดเป็นร้อยละ 85.71 งานวิจัยของ แสงระวี ประจวบวัน (2553) ศึกษาการพัฒนาทักษะการเขียนความเรียงโดยใช้แบบฝึกทักษะที่ใช้แผนที่ความคิดสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะการเขียนความเรียง สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งทักษะการสื่อสารเหล่านี้ทั้งทักษะด้านการอ่านและด้านการเขียนถือเป็นทักษะพื้นฐานที่จำเป็นในการใช้ชีวิตประจำวันและเป็นทักษะพื้นฐานที่จำเป็นที่ต้องใช้ในการเรียนต่อในระดับที่สูงขึ้นไปโดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาซึ่งถือว่าเป็นช่วงที่จำเป็นต้องปูพื้นฐานเหล่านี้ให้นักเรียนสามารถทำได้ปฏิบัติได้

## 2. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม

จากการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารหลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 สามารถอภิปรายในประเด็นต่อไปนี้

### 2.1 พฤติกรรมสุขภาพ

การที่นักเรียนกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ทำให้นักเรียนได้รับรู้ข้อมูลทางด้านสุขภาพเพื่อนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน มีการนำความรู้ประสบการณ์เดิมของนักเรียนและความรู้ใหม่ที่ได้รับมาผสมผสานกันจนเกิดเป็นการเรียนรู้อย่างเข้าใจ ตระหนักถึงผลที่จะเกิดกับสุขภาพของตนเองและแสดงออกในรูปแบบของพฤติกรรมสุขภาพ ตัวอย่างเช่น เมื่อนักเรียนอ่านใบความรู้เรื่องการเลือกรับประทานอาหาร นักเรียนได้รู้ถึงโทษของขนมขบเคี้ยว น้ำอัดลม และวิธีการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับนักเรียน ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เปลี่ยนไป หรือเรื่องการออกกำลังกายเมื่อนักเรียนได้อ่านและทำความเข้าใจถึงความสำคัญของการออกกำลังกาย ขั้นตอนและวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง รวมทั้งรูปแบบการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับนักเรียน ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมการออกกำลังกายที่ดี ซึ่งเมื่อนักเรียนได้อ่านใบความรู้ในเรื่องต่าง ๆ ดังกล่าว รวมทั้งเรื่องการแปรงฟันที่ถูกวิธีการเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ที่เหมาะสมแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปราย แลกเปลี่ยนความคิด และสรุปความเข้าใจร่วมกัน จากนั้นผู้วิจัยให้นักเรียนทำการปฏิบัติจริง เช่น เรื่องการแปรงฟันอย่างถูกวิธี หลังจากนักเรียนฝึกแปรงฟันเสร็จแล้ว ผู้วิจัยได้ทำการสุ่มถามความรู้สึกของนักเรียนว่ารู้สึกอย่างไร หลังการแปรงฟันตามวิธีการที่ได้อ่านจากใบความรู้ นักเรียนตอบว่า “รู้สึกโล่งปากเหมือนฟันสะอาดกว่าปกติ” บางคนมีเลือดออกขณะแปรงฟันทำให้เพื่อน ๆ ตกใจ เมื่อสรุปกิจกรรมปรากฏว่ามีนักเรียนบอกสาเหตุที่ทำให้เลือดออกขณะแปรงฟันได้ “เลือดออกเพราะแปรงฟันแรงเกินไป และเป็นเพราะเข็วไม่แข็งแรงเพราะไม่ค่อยแปรงฟัน” หรือเรื่องการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมโดยการทิ้งขยะและ

แยกขยะ เมื่อนักเรียนกลุ่มทดลองได้อ่านใบความรู้และทราบถึงประโยชน์และความจำเป็นของการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมโดยการทิ้งขยะและแยกขยะ ประเภทของขยะและลักษณะของภาชนะที่รองรับขยะแต่ละประเภทและได้อภิปรายและปฏิบัติการแยกขยะทิ้งตามประเภทของขยะ นักเรียนกลุ่มทดลองได้ทำการประเมินตนเองเป็นระยะเพื่อฝึกทำการวิเคราะห์ จุดแข็งจุดอ่อนของพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง ทำการปรับปรุงแก้ไขจุดอ่อนและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ให้ผู้ปกครองช่วยในการส่งเสริมสนับสนุนสุขปฏิบัติของนักเรียนในเรื่องของการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟันและการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมโดยการคัดแยกขยะและทิ้งขยะ ด้วยวิธีการ เตือน และกำชับให้นักเรียนปฏิบัติเป็นสุขนิสัย เพื่อให้นักเรียนพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้น ทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

การจัดกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองดังกล่าว จึงส่งผลให้ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้แบบประสบการณ์นิยม (Experimentalism) และทฤษฎีการเรียนรู้ของ John Dewey (ประทุม อังกูโรหิต, 2543) ที่กล่าวว่าการศึกษาที่ถูกต้องไม่ได้ขึ้นอยู่กับการศึกษาแบบเก่าหรือแบบจารีต (Traditional) หรือแบบอนุรักษ (Conservative) กับการศึกษาแบบใหม่หรือแบบก้าวหน้า (Progressive) เพียงระบบใดระบบหนึ่ง ในขณะที่การศึกษาที่ยกย่องประสบการณ์ทั้งปวงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับผู้เรียน เน้นให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้สถานการณ์ที่เป็นจริง และได้ลงมือปฏิบัติจริงด้วยตนเองส่งผลให้ผู้เรียนเกิดความตระหนักรู้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ จิระภา ขำพิสุทธิ์ (2561) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่องความฉลาดทางสุขภาพและพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของนิสิตมหาวิทยาลัยนเรศวร ผลการวิจัยพบว่า ความฉลาดทางสุขภาพส่งผลต่อพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในทางบวกอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งความฉลาดทางสุขภาพหมายถึงความสามารถในการรับรู้ข้อมูล ตลอดจนการประมวลข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลที่มีผลต่อการตัดสินใจปฏิบัติ ซึ่งการรับรู้ข้อมูลสุขภาพส่งผลให้บุคคลมีพฤติกรรมสุขภาพที่สูงกว่าบุคคลที่ไม่มีการรับรู้ หรือรับรู้ข้อมูลสุขภาพได้น้อย ดังนั้นเพื่อให้เกิดประสิทธิผลมากขึ้น การวิจัยนี้จึงได้นำแนวคิดการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองเข้ามาร่วมด้วย สอดคล้องกับหลักการสำคัญของการปฏิรูปการศึกษาตามแนวทางของพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ ก็คือ การให้ทุกส่วนของสังคมมีส่วนร่วมพัฒนาผู้เรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง พ่อแม่ผู้ปกครอง ซึ่งเป็นผู้ที่อยู่ใกล้ชิดกับเด็กมากที่สุด (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2544) การให้ผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วมในการคิด ตัดสินใจ ร่วมดำเนินงาน ร่วมติดตามประเมินผลนักเรียน

ส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี สอดคล้องกับงานวิจัยของ มุฮัมมัดนาซีรีน โตะละลู (2558) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่องการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการจัดการศึกษาของโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามในจังหวัดปัตตานี ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยของการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในภาพรวมอยู่ในระดับมากด้านการตัดสินใจร่วมกันระหว่างโรงเรียนกับผู้ปกครอง การเรียนรู้ที่บ้าน การอบรมเลี้ยงดู ในฐานะผู้ปกครองและด้านการร่วมมือระหว่างชุมชน การเปรียบเทียบการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง จำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพและรายได้ พบว่าไม่ต่างกัน และได้ผลการประเมินข้อเสนอแนะด้านการเรียนรู้ว่าทุกฝ่ายต้องรับผิดชอบร่วมกันในการจัดการศึกษาให้นักเรียน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Grossman (2014) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่องการป้องกันผลกระทบของการสอนเพศศึกษาอย่างครอบคลุมระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโดยการมีส่วนร่วมของครอบครัว ที่ได้ให้ความรู้กับนักเรียนและผู้ปกครอง ส่งผลให้นักเรียนของโรงเรียนที่จัดการเรียนรู้เพศศึกษาแบบครอบคลุมมีอัตราการมีเพศสัมพันธ์ในช่วงก่อนถึงเกรด 8 ลดลง เมื่อเทียบกับนักเรียนของโรงเรียนเปรียบเทียบ แสดงให้เห็นว่าการที่ผู้ปกครองได้เข้ามามีส่วนร่วมในการรับรู้ข้อมูลต่าง ๆ และคอยดูแล ตักเตือน สนับสนุนนักเรียนในปกครองของตนจะช่วยให้พฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนดีขึ้น

## 2.2 ทักษะการสื่อสาร

การจัดกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองนี้ ผู้วิจัยจัดกิจกรรมที่นักเรียนได้เรียนรู้ด้วยการปฏิบัติจริงในด้านทักษะการสื่อสาร คือ นักเรียนได้ฝึกอ่านใบความรู้ ทำความเข้าใจ สรุปสาระสำคัญและมีการเขียนบันทึกการอ่านซึ่งเป็นวิธีการฝึกทักษะการสื่อสารทั้งด้านการอ่านและการเขียนโดยใช้แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ ตัวอย่างเช่น เมื่อนักเรียนอ่านใบความรู้เรื่องน้ำอัดลมอันตรายกว่าที่คิด นักเรียนต้องทำการสรุปสาระสำคัญของเรื่องที่อ่านลงในกระดาษในรูปแบบของ Mind mapping เพื่อเป็นการฝึกแยกองค์ประกอบ สาระสำคัญของเรื่อง และเป็นการฝึกลำดับเรื่องก่อนที่จะเขียนสรุปสาระสำคัญของเรื่องที่อ่านลงในแบบบันทึกการอ่าน (แสงระวี ประจวบวัน, 2553) และเมื่อทำกิจกรรมที่โรงเรียนเสร็จแล้ว นักเรียนได้นำใบความรู้ไปอ่านให้ผู้ปกครองฟังอีกครั้งหนึ่ง พร้อมทั้งให้ผู้ปกครองลงชื่อรับรองการอ่านลงในบันทึกการอ่านของนักเรียน ซึ่งกิจกรรมนี้ทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองได้มีการฝึกฝน การปฏิบัติทักษะในเรื่องของการอ่านซ้ำ ๆ การวิเคราะห์สาระสำคัญของเรื่อง และได้ฝึกเขียนเพื่อสื่อความหมายให้ผู้อื่นได้เข้าใจจนเกิดเป็นทักษะทั้งทักษะด้านการอ่านและการเขียน ดังนั้น หลังการทดลองจึงพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารทั้งด้านการอ่านและการเขียนของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการสื่อสารทั้งด้านการอ่านและการเขียนของนักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับ ทิศนา แคมมณี (2551) กล่าวว่า กระบวนการเรียนรู้ที่

ผู้เรียนเป็นสำคัญเป็นการจัดการเรียนการสอนที่ยึดผู้เรียนเป็นตัวตั้ง มีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีบทบาทสำคัญในการเรียนรู้ มีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างตื่นตัว และได้ใช้กระบวนการเรียนรู้ต่าง ๆ อันจะนำผู้เรียนไปสู่การเรียนรู้ที่แท้จริง สอดคล้องกับงานวิจัยของ วรณพรรณ เลิศวัตร กานต์ (2556) ที่ศึกษาการพัฒนาชุดกิจกรรมโดยเน้นงานปฏิบัติเพื่อฝึกการพูดภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร ผลการวิจัยพบว่า ก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยก่อนเรียนเท่ากับ 18.94 และคะแนนเฉลี่ยหลังเรียนเท่ากับ 28.94 และการที่นักเรียนได้ฝึกปฏิบัติซ้ำ ๆ ก็ส่งผลให้นักเรียนสามารถพัฒนาทักษะการสื่อสารแต่ละด้าน เช่นเดียวกับงานวิจัยของ Milkova, Hercik and El-Hmudova (2014) ที่ได้จัดการเรียนรู้ภาษาเพื่อพัฒนาภาษาในหลักสูตรภาษาแบบ E-Learning ที่จัดให้ผู้เรียนได้สามารถฝึกเสริมได้และฝึกทักษะเดิมซ้ำ ๆ อย่างต่อเนื่อง ซึ่งจะส่งผลให้มีอัตราความสำเร็จในแต่ละด้านเพิ่มขึ้น คือมีการพัฒนาทักษะการสื่อสารที่ดียิ่งขึ้น แสดงให้เห็นว่าการที่นักเรียนได้ทำทักษะเดิมซ้ำ ๆ ในงานวิจัยนี้ คือ การอ่านบ่อย ๆ และการเขียนบ่อย ๆ ทำให้นักเรียนมีทักษะการสื่อสารที่ดีขึ้น นอกจากนี้ ยังมีการซึมซับลักษณะของการใช้ภาษาในการเขียนสื่อสารเพื่อให้ผู้อ่านเข้าใจ สอดคล้องกับงานวิจัยของ แสงระวี ประจวบวัน (2553) ที่ศึกษาการพัฒนาทักษะการเขียนความเรียงโดยใช้แบบฝึกทักษะที่ใช้แผนที่ความคิดสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผลการวิจัยพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะการเขียนความเรียงสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับ วิไลลักษณ์ แก้วกระจำง (2557) ศึกษาเรื่องการเพิ่มทักษะการเขียนด้วยชุดแบบฝึกโครงเรื่องโดยประเมินจากการเขียนเรียงความ ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านทักษะการเขียนความเรียงหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

## ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยดังกล่าวผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

### 1. ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1.1 ในการจัดกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง จะต้องทำการแจ้งแนวทาง วิธีการปฏิบัติ และโน้มน้าวใจผู้ปกครองให้เห็นถึงความสำคัญและประโยชน์ที่จะได้รับร่วมกัน เพื่อให้ผู้ปกครองยินดีช่วยเหลือและให้ความร่วมมืออย่างเต็มที่ด้วยความเต็มใจ

1.2 กิจกรรมที่ให้นักเรียนอ่านใบความรู้ จับใจความ หรือสาระสำคัญจากเรื่องที่อ่าน แล้วสรุปร่วมกันนั้น เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่เน้นการปฏิบัติจริงในเรื่องของพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน

ดังนั้น ใ้ความรู้จึงไม่ควรมีความยาวมากนักเพราะจะทำให้นักเรียนใช้เวลากับการอ่านมากเกินไป ทำให้มีเวลาในการร่วมกันสรุปสาระสำคัญของเรื่องที่อ่าน และลงมือปฏิบัติตามข้อมูลที่ได้รับจากการอ่านน้อย หรือถ้าหากนักเรียนไม่ชอบการอ่านอยู่แล้วการที่ให้นักเรียนอ่านใ้ความรู้ที่มีตัวหนังสือ เยอะ ๆ จะทำให้นักเรียนเบื่อและไม่อยากอ่าน

1.3 เนื่องจากกิจกรรมในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมการอ่านและทักษะการสื่อสาร เป็นการจัดกิจกรรมหลังเลิกเวลาเรียน ดังนั้น การดำเนินการตามขั้นตอนในแต่ละกิจกรรมแต่ละครั้งให้เสร็จสิ้นในเวลาที่กำหนด อาจจะต้องมีการปรับเปลี่ยนขั้นตอนของกิจกรรมเพื่อให้กิจกรรมที่กำหนดไว้สำเร็จทุกขั้นตอนในเวลาที่กำหนด

1.4 ในระหว่างการจัดกิจกรรมควรให้นักเรียนปฏิบัติด้วยตนเองไม่ควรตอบคำถามนักเรียน โดยตรง ควรเสนอแนะแนวทางหรือแนวคิด หรือใช้คำถามกลับเพื่อให้นักเรียนเกิดการคิดและหาคำตอบด้วยตนเอง เพื่อให้นักเรียนเกิดกระบวนการคิดวิเคราะห์และฝึกแก้ไขปัญหาด้วยตัวนักเรียนเอง

1.5 ในการฝึกทักษะการอ่านหากมีข้อมูลหรือเนื้อหาความรู้มาก ควรที่จะแบ่งเนื้อหา ออกเป็นหลาย ๆ ตอน เพื่อไม่ให้นักเรียนเบื่อหรือท้อถอย หรืออาจจะเริ่มจากการอ่านน้อย ๆ และค่อย ๆ เพิ่มมากขึ้น

## 2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาความคงทนที่เกิดจากกิจกรรมโปรแกรมที่ประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ ร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองในเรื่องพฤติกรรมการอ่านและทักษะการสื่อสารของนักเรียน

2.2 ควรศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะการสื่อสารในเรื่องของพฤติกรรมการอ่านกับ พฤติกรรมการอ่านว่ามีความสัมพันธ์กันหรือไม่อย่างไร

## บรรณานุกรม

ภาษาไทย

- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม (วปส.). (2561). สุขภาพคนไทย 2561. พิมพ์ครั้งที่ 1. นครปฐม : สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล (วปส.).
- ณัฐพงษ์ ฉายแสงประทีป. (2559). การศึกษาการเรียนรู้แบบลงมือปฏิบัติ ในรายวิชา TMT423 ระเบียบวิธีวิจัยสำหรับอุตสาหกรรมท่องเที่ยว. วารสารวิจัยและพัฒนาวิทยาลัยอกลงกรณ์ในพระบรมราชูปถัมภ์, สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์. 11(2): 93-102.
- มณรัตน์ กันหาวรรณะ. (2557). การพัฒนาการอ่านและการเขียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่อ่านและเขียนไม่คล่องโดยใช้ชุดฝึกแจกลูกและสะกดคำโรงเรียนบ้านโคกใหญ่สังกัดสำนักงาน เขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเลย เขต 1. วารสารวิจัยและพัฒนามหาวิทยาลัยราชภัฏเลย 9(28): 48-58.
- จิระภา ขำพิสุทธิ์. (2561). ความฉลาดทางสุขภาพและพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของนิสิตมหาวิทยาลัยนเรศวร. วารสารคณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. 24(1): 67-78.
- วาสนา สิงห์ทองลา. (2555). การพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ภาษาเพื่อการสื่อสาร. วารสารศึกษาศาสตร์วิจัยบัณฑิตศึกษา. 35(3): 56-64.
- กรมสุขภาพจิต. (2559). รายงานประจำปีกรมสุขภาพจิต. กระทรวงสาธารณสุข.
- กรมอนามัย. (2559). ผลการสำรวจของกรมอนามัยในปี 2558. กรมอนามัย.
- มณรัตน์ กรรณิการ์. (2559). การพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษโดยใช้รายการโทรทัศน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏร้อยเอ็ด. 11(2): 126-133.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทยตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทยจำกัด.
- กองสุขศึกษากรมสนับสนุนบริการสุขภาพ. (2556). แนวทางการดำเนินงานปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพระดับจังหวัดนนทบุรี. นนทบุรี : กระทรวงสาธารณสุข.
- สมยศ นาวิการ. (2554). การบริหารเชิงกลยุทธ์: ภาพรวม. กรุงเทพฯ: บรรณกิจ.
- ชนม์ธิดา ยาแก้ว. (2560). พฤติกรรมมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการส่งเสริมการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัยของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเขตพื้นที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วารสารศาสตร์การศึกษาและการพัฒนา มนุษย์. 2(2): 1-14.
- เอกอนงค์ ศรีสำอังก์. (2558). รูปแบบการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการพัฒนาการเรียนการสอนสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษาโรงเรียนสาธิตละอออุทิศมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.

วารสารวิจัย มสท. 11(2): 163-178.

คณะกรรมการวิชาภาษาไทยเพื่อการสื่อสาร. (2552). ภาษาไทย 1. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

จุไรรัตน์ ลักษณะศิริ และวีระวัฒน์ อินทพร. (2558). ภาษาไทยเพื่อการสื่อสาร. นครปฐม: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยศิลปากร.

ชาณิการ์ เอ็บอาบ. (2554). การพัฒนาโปรแกรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองตามแนวคิดเอไอซี เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของเด็กวัยอนุบาลในโรงเรียนสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

โชติกา ภาชีผล. (2558). การวัดและประเมินผลการเรียนรู้. กรุงเทพฯ: ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ณัฐวดี ศิลการณ. (2556). ความสามารถทางการพูดของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมเล่านิทานประกอบหุ่น. ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต การศึกษาปฐมวัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ศิรินทิพย์ เต็นดวง. (2556). การพัฒนาผลการเรียนรู้ด้านการฟังและดูเชิงคิดวิเคราะห์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ด้วยการจัดการเรียนรู้แบบโครงงาน. วารสารศิลปการศึกษาศาสตร์วิจัย 5(1): 84-96.

ทิตนา แคมมณี. (2551). ศาสตร์การสอน องค์ความรู้เพื่อจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อุไรรัชต์ บุญแท้. (2557). สภาวะสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายใต้การดูแลของเครือข่ายชุมชนร่วมกับครอบครัวเสมือน. วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ. 35(3): 175-185.

นวลฉวี ประเสริฐสุข. (2558) สื่อสารอย่างสร้างสรรค์เพื่อสร้างสุข ในครอบครัว. Veridian E-Journal Slipakorn University ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์สังคมศาสตร์และศิลปะ. 8(2): 737-747.

ประทุม อังกูโรหิต. (2543). ปรัชญาปฏิบัตินิยม รากฐานปรัชญาการศึกษาในสังคมประชาธิปไตย. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ปิยะนุช เสนทอง. (2555). การสร้างชุดการสอนเพื่อพัฒนาทักษะการฟัง สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาภาษาไทย, มหาวิทยาลัยทักษิณ.

พงษ์วิภา เทวีลาภรณ์. (2559). การจัดการเรียนการสอนแบบเน้นการปฏิบัติเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาการเขียนแบบก่อสร้าง 3 ของนักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยเทคโนโลยีเมโทร. วิจัยในชั้นเรียน.

พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ. (2550). ราชกิจจานุเบกษา. เล่ม 124 ตอนที่ 16 ก. ลงวันที่ 19 มีนาคม พ.ศ. 2550.

ภัทรท นามเมือง. (2557). การพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้วิชาระบบบัญชีเดี่ยวและสินค้าโดยจัดกิจกรรมการสอนแบบ learning by doing ด้วยหลัก 5 ค. วิจัยในชั้นเรียน.



- มยุรฉัตร กลิ่นผึ้ง. (2559). การพัฒนาแบบฝึกทักษะการอ่านจับใจความสำคัญภาษาไทย เพื่อพัฒนาทักษะ การอ่านจับใจความสำคัญของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. วารสารออนไลน์บัณฑิตศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- มุกทราย บวรนิธิกุล. (2558).. การพัฒนาลักษณะเฉพาะของแบบวัดทักษะการสื่อสารแห่งศตวรรษที่ 21. ปรินญาครุศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มูฮัมหมัดนาซีรีน โต๊ะลู (2558). การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการจัดการศึกษาของโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามในจังหวัดปัตตานี. ปรินญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี.
- สายพิน เพ็งสันเทียะ. (2553). การพัฒนาทักษะการเขียนสื่อสารด้วยกระบวนการจัดการเรียนรู้โดยใช้ผลการประเมินงานเขียนของนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1. วารสารศึกษาศาสตร์ฉบับวิจัยบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น. 4(5): 41-48.
- รัตนพร วงษ์ตาไข่. (2554). การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพ สำหรับเด็กชายวัยเรียนในสถานสงเคราะห์. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2554). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. กรุงเทพฯ: พิมพ์ลักษณ์.
- ล구나 ศรีฤตา. (2553). การพัฒนาทักษะการอ่านและการเขียนสะกดคำ กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 โดยใช้แบบฝึกทักษะ วิจัยในชั้นเรียน.
- วันัญญา แก้วแก้วปาน. (2560). สัมพันธภาพครอบครัวกับปัญหาการกระทำผิดในวัยรุ่น. วารสารฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์สังคมศาสตร์และศิลปะ. 10(1): 361-371.
- วรรณุช นิลเขต (2554). ผลของการเรียนรู้จากกิจกรรมปฏิบัติจริงที่มีต่อทักษะทางคณิตศาสตร์ของเด็กปฐมวัย. วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. 34(3-4): 40-49.
- วรรณพรรณ เลิศวัตรกานต์. (2013). การ พัฒนา ชุด กิจกรรม โดย เน้น งาน ปฏิบัติ เพื่อ ฝึก ทักษะ การ ฟัง และ พูด ภาษา อังกฤษ เพื่อ การ สื่อสาร สำหรับ นักเรียน ชั้น ประถม ศึกษา ปี ที่ 5 โรงเรียน มา รี่ วิทยา. วารสารวิชาการ Veridian E-Journal. 7(2): 869-883.
- แสงระวี ประจวบวัน. (2553). การพัฒนาทักษะการเขียนความเรียงโดยใช้แบบฝึกทักษะที่ใช้แผนที่ความคิดสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วารสารศิลปการศึกษาศาสตร์วิจัย. 2(1): 88-98.
- วิชชุดา มัคสิงห์. (2559). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของเด็กวัยเรียนในเขตเทศบาลนครนครศรีธรรมราช. วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้ 3(3): 65-76.
- วิไลลักษณ์ แก้วกระจ่าง. (2557). การเพิ่มทักษะการเขียนด้วยชุดแบบฝึกโครงเรื่อง. รายงานประชุมวิชาการระดับชาติมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ. 1: 770-778.
- พิชามณูช จันทุส. (2554). พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5-6

- สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษายะลา เขต 1. วารสารคณะพลศึกษา. 1(14): 39-48.
- สมคิด สอนศรี. (2560). พฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี. วารสารศิลปศาสตร์ มทร. ธัญบุรี 1(2): 139-166.
- สำนักงานการปฏิรูปการศึกษา. (2544). การปฏิรูปการศึกษาตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ 2542. กรุงเทพฯ: สำนักงานการปฏิรูปการศึกษา (สป.ศ.) องค์กรมมหาชนเฉพาะกิจ.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2545). การดำเนินงานตามยุทธศาสตร์ปฏิรูปการศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- สำนักทันตสาธารณสุข. (2561). ผลสำรวจสภาวะทันตสุขภาพ, สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย.
- สุนิสา พรหมป่าซัด. (2556). พฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนบ้านร้านตัดผมตำบลสองพี่น้องอำเภอกำแพงแสนจังหวัดชุมพร. วารสารวิชาการ Veridian E-Journal ฉบับมนุษยศาสตร์สังคมศาสตร์และวิทยาศาสตร์. 6(1): 881-893.
- สุชาติ โสมประยูร. (2525). การสอนสุขศึกษา. กรุงเทพมหานคร, ไทยวัฒนาพานิช.
- สุนทรียุญ จันทร. (2014). การศึกษาทักษะการสื่อสารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีภาวะออทิสซึมจากการสอนโดยใช้บทสนทนาทางสังคม (Social scripts) ร่วมกับการแสดงบทบาทสมมติ. วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร. 9(2): 71-83.
- สุน อมรวิวัฒน์. (2543). ปฏิรูปการเรียนรู้ผู้เรียนสำคัญที่สุด ฉบับพ่อแม่. กรุงเทพฯ: พิมพ์ดี.
- บุษกร เฉลิมสินสุวรรณ. (2558) ผลของการจัดการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาโดยใช้การเรียนรู้ด้วยการทำงานที่มีต่อทักษะการดูแลตนเองและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 3. วารสารครุศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 47(1): 163-180.
- จินตนา สรายุทธพิทักษ์. (2561). โปรแกรมสุขภาพในโรงเรียน. พิมพ์ครั้งที่ 3 พิมพ์ลักษณ์, กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองในการจัดการศึกษาของโรงเรียน. (2556). [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://theunclebeachresort-wichakan.blogspot.com/2013/04/blog-post.html>. [7 สิงหาคม 2562].
- ญาณิศา สู่ทรงดี. (2555). ความสามารถในการฟังภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 33 จังหวัดสุรินทร์. วารสารมหาวิทยาลัยนครพนม 2(1): 51-57.
- ศุภวรรณ นาคนิล. (2552). การพัฒนาทักษะการฟัง – การพูดภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยใช้กิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน. วารสารศึกษาศาสตร์ ฉบับวิจัยบัณฑิตศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น 32(4): 157-164.
- เอมอมร จังศิริพรปกรณ์. (2550). การวัดและประเมินผลการศึกษา / เอมอมร จังศิริพรปกรณ์ กรุงเทพฯ :

ภาคีวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ประสพชัย พสุนนท์. (2558). ความเที่ยงตรงสำหรับแบบสอบถามสำหรับงานวิจัยทางสังคมศาสตร์, วารสารสังคมศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ 18(1): 375-396.

ภาษาอังกฤษ

Belcastro, P. A. and H. J. J. o. s. h. Ramsaroop-Hansen (2017). Addressing the antinomy between health education and health literacy in advancing personal health and public health outcomes. Journal of School Health. 87(12): 968-974.

Cockerham, W. C. J. S. o. H. and Illness (2007). Health lifestyles and the absence of the Russian middle class. Journal Compilation. 29(3): 457-473.

Cockerham, W. C. J. T. W. B. E. o. H., Illness, Behavior, and Society (2014). Medical sociology. Health Behavior Wiley Online Library. 1-19.

Grossman, J. M., A. J. Tracy, L. Charmaraman, I. Ceder and S. J. J. o. S. H. Erkut (2014). Protective effects of middle school comprehensive sex education with family involvement. Journal of School Health. 84(11): 739-747.

Hercik, P., E. Milkova, D. J. P.-S. El-Hmoudova and B. Sciences (2015). Language Skills Development in E-learning Language Courses. Procedia Social and Behavioral Sciences. 182: 653-659.

Kaplan, R. M., J. F. Sallis and T. L. Patterson (1993). Health and human behavior.

Mason, P. and C. C. Butler (2010). Health behavior change, Elsevier Health Sciences UK.

McCubbin, H. I., et al. (1996). Family assessment: Resiliency, coping, and adaptation-inventories for research and practice.

Muñoz, M., C. Martínez, C. Cárdenas and M. J. A. J. o. E. E. Cepeda (2013). Active learning in first-year engineering courses at Universidad Católica de la Santísima Concepción, Chile. Australasian Journal of Education Technology. 19(1): 27-38.

Pender, N., C. Murdaugh and M. Parsons (2010). Health promotion in nursing practice. Michigan, Upper Saddle River, NJ Pearson/Prentice-Hall.

Ratzan, S. C. J. J. o. h. c. (1996). The status and scope of health communication. Journal of Health communication. 1(1): 25-42.

Whang, I.-J. (1981). Management of rural change in Korea: the Saemaul Undong.

White, A. T. J. A. C. (1982). Why community participation? A discussion of the arguments.

Yadav, R. P. J. L. L. P. and R. D. A. Strategies (1980). Local level Planning and rural Development Alternatives Strategy. New Delhi: Concept Publishigh Company.





ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
**CHULALONGKORN UNIVERSITY**



รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือ แผนการจัดกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรม  
 สุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลาย โดยการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ  
 ร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง แบบวัดทักษะการสื่อสาร ได้แก่ แบบวัดทักษะการอ่าน  
 ประกอบด้วย แบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่าน แบบวัดทักษะการอ่านจับใจความ และ  
 แบบวัดทักษะการเขียน ประกอบด้วย แบบทดสอบเขียนเรื่องจากภาพ แบบทดสอบเขียน  
 เรียงความ

1. รองศาสตราจารย์ ดร.โองการ วนิชาชีวะ  
 อาจารย์คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อะเคื้อ กุลประสูติติก  
 อาจารย์สาขาเทคโนโลยีการจัดการสุขภาพและสุขศึกษา  
 คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์จินตนา บรรลือศักดิ์  
 อาจารย์ประจำกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา  
 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. อาจารย์พิรุณเทพ เพชรบุรี  
 อาจารย์ประจำกลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย  
 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รุ่งระวี สมะวรรณณะ  
 อาจารย์สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา  
 คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ข  
เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองแผนการจัดกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการ  
สื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์  
กับผู้ปกครอง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY



กำหนดการจัดโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดย  
ประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

กำหนดการจัดกิจกรรม

สัปดาห์ที่/ ครั้งที่	วัน	กิจกรรม
1/1	จันทร์	<p>ประเมินตนเอง</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทำการประเมินตนเองและจับคู่เพื่อให้เพื่อนช่วยประเมิน</li> <li>2. ครูประเมินพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน</li> <li>3. สะท้อนผลคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน</li> <li>4. นักเรียนเขียนคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของตนเองและสรุปวิเคราะห์จุดอ่อนจุดแข็งของตนเอง</li> </ol>
1/2	อังคาร	<p>อ่านเองทำเอง</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “อาหารขยะ”</li> <li>2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้</li> </ol> <p><b>ช่วยเหลือเกื้อกูล</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน ทำการอภิปรายประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่าน</li> <li>2. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันทำแผนภาพสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านและนำเสนอ</li> <li>3. นักเรียนแต่ละกลุ่มแยกอาหารที่เป็นอาหารที่ดีต่อสุขภาพและอาหารที่เป็นอาหารขยะ</li> <li>4. นักเรียนและครูสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากเรื่อง “อาหารขยะ” ร่วมกัน</li> <li>5. ให้การบ้าน ให้นักเรียนอ่านใบความรู้ความเสี่ยงให้ผู้ปกครองฟังพร้อมทั้งเขียนสรุปเรื่องที่ทำแล้วให้ผู้ปกครองเซ็นรับรองในสมุดบันทึกการอ่าน</li> <li>6. แจกแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง</li> </ol>
1/3	พฤหัสบดี	<p>อ่านเองทำเอง</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “การรับประทานอาหารให้ได้สัดส่วนที่เหมาะสม”</li> </ol>

สัปดาห์ที่/ ครั้งที่	วัน	กิจกรรม
		<p>2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้ <b>ช่วยเหลือเกื้อกูล</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน ทำการอภิปรายประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่าน</li> <li>2. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันทำแผนภาพสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านและนำเสนอ</li> <li>3. นักเรียนและครูสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากเรื่อง “การรับประทานอาหารให้ได้สัดส่วนที่เหมาะสม” ร่วมกัน</li> <li>4. ให้การบ้าน ให้นักเรียนอ่านใบความรู้ ออกเสียงให้ผู้ปกครองฟังพร้อมทั้งเขียนสรุปเรื่องที่อ่านแล้วให้ผู้ปกครองเซ็นรับรองในสมุดบันทึกการอ่าน</li> </ol>
1/4	ศุกร์	<p><b>ใส่ใจส่งเสริม</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนนำแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครองมาส่งและปรึกษาปัญหา</li> <li>2. ครูแจ้งภาพรวมการติดตามส่งเสริมนักเรียนของผู้ปกครองให้นักเรียนฟัง <b>อ่านเองทำเอง</b></li> <li>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “ขนมขบเคี้ยว ภัยร้ายที่ต้องระวัง”</li> <li>2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้ <b>ร่วมมือร่วมใจ</b></li> <li>1. ตรวจสอบบันทึกการอ่านของนักเรียนโดยเน้นที่การบันทึกของนักเรียนและการเซ็นรับรองของผู้ปกครอง</li> <li>2. ครูสรุปผลโดยรวมจากการอ่านบันทึกการอ่านของนักเรียนและการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง</li> <li>3. แจกแบบบันทึกการอ่านคืนเพื่อให้นักเรียนนำไปบันทึก</li> <li>4. แจกแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง</li> </ol>
2/5	จันทร์	<p><b>ใส่ใจส่งเสริม</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนนำแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครองมาส่งและปรึกษาปัญหา</li> <li>2. ครูแจ้งภาพรวมการติดตามส่งเสริมนักเรียนของผู้ปกครองให้นักเรียนฟัง</li> </ol>

สัปดาห์ที่/ ครั้งที่	วัน	กิจกรรม
		<p><b>อ่านเองทำเอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “น้ำอืดลม อันตรายกว่าที่คิด”</li> <li>2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้</li> </ol> <p><b>ร่วมมือร่วมใจ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ตรวจสอบบันทึกการอ่านของนักเรียนโดยเน้นที่การบันทึกของนักเรียนและการเซ็นรับรองของผู้ปกครอง</li> <li>2. ครูสรุปผลโดยรวมจากการอ่านบันทึกการอ่านของนักเรียนและการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง</li> <li>3. แจกแบบบันทึกการอ่านคืนเพื่อให้นักเรียนนำกลับไปบันทึก</li> <li>4. แจกแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง</li> </ol>
2/6	อังคาร	<p><b>อ่านเองทำเอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “โภชนาการสำหรับเด็กวัยเรียน”</li> <li>2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้</li> </ol> <p><b>ช่วยเหลือเกื้อกูล</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน ทำการอภิปรายประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่าน</li> <li>2. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันทำแผนภาพสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านและนำเสนอ</li> <li>3. นักเรียนและครูสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากเรื่อง “โภชนาการสำหรับเด็กวัยเรียน” ร่วมกัน</li> <li>4. ให้การบ้าน ให้นักเรียนอ่านใบความรู้ออกเสียงให้ผู้ปกครองฟังพร้อมทั้งเขียนสรุปเรื่องที่อ่านแล้วให้ผู้ปกครองเซ็นรับรองในสมุดบันทึกการอ่าน</li> <li>5. แจกแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง</li> </ol>
2/7	พฤหัสบดี	<p><b>อ่านเองทำเอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “10 เรื่องที่ต้องรู้ ก่อนจะเริ่ม ออกกำลังกายอย่างจริงจัง”</li> <li>2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้</li> </ol> <p><b>ช่วยเหลือเกื้อกูล</b></p>

สัปดาห์ที่/ ครั้งที่	วัน	กิจกรรม
		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน ทำการอภิปรายประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่าน</li> <li>2. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันทำแผนภาพสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านและนำเสนอ</li> <li>4. นักเรียนและครูสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจาก “10 เรื่องที่ต้องรู้ ก่อนจะเริ่มออกกำลังกาย อย่างจริงจัง”</li> <li>5. ให้การบ้าน ให้นักเรียนอ่านใบความรู้ ออกเสียงให้ผู้ปกครองฟังพร้อมทั้งเขียนสรุปเรื่องที่อ่านแล้วให้ผู้ปกครองเซ็นรับรองในสมุดบันทึกการอ่าน</li> </ol>
2/8	ศุกร์	<p><b>ใส่ใจส่งเสริม</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนนำแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครองมาส่งและปรึกษาปัญหา</li> <li>2. ครูแจ้งภาพรวมการติดตามส่งเสริมนักเรียนของผู้ปกครองให้นักเรียนฟัง</li> </ol> <p><b>อ่านเองทำเอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ”</li> <li>2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้</li> </ol> <p><b>ร่วมมือร่วมใจ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ตรวจสอบบันทึกการอ่านของนักเรียนโดยเน้นที่การบันทึกของนักเรียนและการเซ็นรับรองของผู้ปกครอง</li> <li>2. ครูสรุปผลโดยรวมจากการอ่านบันทึกการอ่านของนักเรียนและการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง</li> <li>3. แจกแบบบันทึกการอ่านคืนเพื่อให้นักเรียนนำกลับไปบันทึก</li> <li>4. แจกแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง</li> </ol>
3/9	จันทร์	<p><b>ประเมินตนเอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทำการประเมินตนเองและจับคู่เพื่อให้เพื่อนช่วยประเมิน</li> <li>2. ครูประเมินพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน</li> <li>3. สะท้อนผลคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน</li> <li>4. นักเรียนเขียนคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของตนเองและสรุปวิเคราะห์จุดอ่อนจุดแข็งของตนเอง</li> </ol>

สัปดาห์ที่/ ครั้งที่	วัน	กิจกรรม
		<p><b>ร่วมมือร่วมใจ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ตรวจสอบบันทึกการอ่านของนักเรียนโดยเน้นที่การบันทึกของนักเรียนและการเซ็นรับรองของผู้ปกครอง</li> <li>2. ครูสรุปผลโดยรวมจากการอ่านบันทึกการอ่านของนักเรียนและการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง</li> <li>3. แจกแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง</li> </ol> <p><b>**ครูนำบันทึกการอ่านของนักเรียนไปอ่านเพื่อดูความเข้าใจของนักเรียน</b></p>
3/10	อังคาร	<p><b>อ่านเองทำเอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “ประโยชน์ของการออกกำลังกาย”</li> <li>2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้</li> </ol> <p><b>ช่วยเหลือเกื้อกูล</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน ทำการอภิปรายประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่าน</li> <li>2. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันทำแผนภาพสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านและนำเสนอ</li> <li>3. นักเรียนและครูสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากเรื่อง “ประโยชน์ของการออกกำลังกาย” ร่วมกัน</li> <li>4. ให้การบ้าน ให้นักเรียนอ่านใบความรู้ ออกเสียงให้ผู้ปกครองฟังพร้อมทั้งเขียนสรุปเรื่องที่อ่านแล้วให้ผู้ปกครองเซ็นรับรองในสมุดบันทึกการอ่านพร้อมแจกบันทึกการอ่าน</li> </ol>
3/11	พฤหัสบดี	<p><b>อ่านเองทำเอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “วิธีออกกำลังกายเพื่อลดน้ำหนักนิด ๆ ที่คนมักไม่รู้ตัว”</li> <li>2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้</li> </ol> <p><b>ช่วยเหลือเกื้อกูล</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน ทำการอภิปรายประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่าน</li> <li>2. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันทำแผนภาพสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการ</li> </ol>

สัปดาห์ที่/ ครั้งที่	วัน	กิจกรรม
		<p>อ่านและนำเสนอ</p> <p>3. นักเรียนและครูสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากเรื่อง “วิธีออกกำลังกายเพื่อลดน้ำหนักผิ ด ๆ ที่คนมักไม่รู้ตัว” ร่วมกัน</p> <p>4. ให้การบ้าน ให้นักเรียนอ่านใบความรู้ ออกเสียงให้ผู้ปกครองฟังพร้อมทั้งเขียนสรุปเรื่องที่อ่านแล้วให้ผู้ปกครองเซ็นรับรองในสมุดบันทึกการอ่าน</p>
3/12	ศุกร์	<p><b>ใส่ใจส่งเสริม</b></p> <p>1. นักเรียนนำแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครองมาส่งและปรึกษาปัญหา</p> <p>2. ครูแจ้งภาพรวมการติดตามส่งเสริมนักเรียนของผู้ปกครองให้นักเรียนฟัง</p> <p><b>อ่านเองทำเอง</b></p> <p>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “หลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ”</p> <p>2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้</p> <p><b>ร่วมมือร่วมใจ</b></p> <p>1. ตรวจสอบบันทึกการอ่านของนักเรียนโดยเน้นที่การบันทึกของนักเรียนและการเซ็นรับรองของผู้ปกครอง</p> <p>2. ครูสรุปผลโดยรวมจากการอ่านบันทึกการอ่านของนักเรียนและการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง</p> <p>3. แจกแบบบันทึกการอ่านคืนเพื่อให้นักเรียนนำกลับไปบันทึก</p> <p>4. แจกแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง</p>
4/13	จันทร์	<p><b>ใส่ใจส่งเสริม</b></p> <p>1. นักเรียนนำแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครองมาส่งและปรึกษาปัญหา</p> <p>2. ครูแจ้งภาพรวมการติดตามส่งเสริมนักเรียนของผู้ปกครองให้นักเรียนฟัง</p> <p><b>อ่านเองทำเอง</b></p> <p>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “แปรงฟันถูกวิธี เสริมสุขภาพดีให้ช่องปาก”</p> <p>2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้</p> <p><b>ร่วมมือร่วมใจ</b></p>

สัปดาห์ที่/ ครั้งที่	วัน	กิจกรรม
		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ตรวจสอบบันทึกการอ่านของนักเรียนโดยเน้นที่การบันทึกของนักเรียนและการเซ็นรับรองของผู้ปกครอง</li> <li>2. ครูสรุปผลโดยรวมจากการอ่านบันทึกการอ่านของนักเรียนและการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง</li> <li>3. แจกแบบบันทึกการอ่านคืนเพื่อให้นักเรียนนำไปบันทึก</li> <li>4. แจกแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง</li> </ol>
4/14	อังคาร	<p><b>อ่านเองทำเอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “วิธีการแปร่งฟัน”</li> <li>2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้</li> </ol> <p><b>ช่วยเหลือเกื้อกูล</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน ทำการอภิปรายประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่าน</li> <li>2. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันทำแผนภาพสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านและนำเสนอ</li> <li>3. นักเรียนและครูสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากเรื่อง “วิธีการแปร่งฟัน” ร่วมกัน</li> <li>4. นักเรียนแต่ละกลุ่มแปร่งฟันตามวิธีการที่ได้อ่านตามความเข้าใจ</li> <li>5. ให้การบ้าน ให้นักเรียนอ่านใบความรู้ ออกเสียงให้ผู้ปกครองฟังพร้อมทั้งเขียนสรุปเรื่องที่อ่านแล้วให้ผู้ปกครองเซ็นรับรองในสมุดบันทึกการอ่าน</li> </ol>
4/15	พฤหัสบดี	<p><b>อ่านเองทำเอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “ปกป้องเหงือกของจากปัญหาเลือดออกขณะแปร่งฟัน”</li> <li>2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้</li> </ol> <p><b>ช่วยเหลือเกื้อกูล</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน ทำการอภิปรายประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่าน</li> <li>2. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันทำแผนภาพสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการ</li> </ol>

สัปดาห์ที่/ ครั้งที่	วัน	กิจกรรม
		<p>อ่านและนำเสนอ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. นักเรียนและครูสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากเรื่อง “ปกป้องเห็อกของจากปัญหาเลือดออกขณะแปร่งฟัน” ร่วมกัน</li> <li>4. นักเรียนแต่ละกลุ่มแปร่งฟันตามวิธีการที่ได้อ่านตามความเข้าใจ</li> <li>5. ให้การบ้าน ให้นักเรียนอ่านใบความรู้ ออกเสียงให้ผู้ปกครองฟังพร้อมทั้งเขียนสรุปเรื่องที่อ่านแล้วให้ผู้ปกครองเซ็นรับรองในสมุดบันทึกการอ่าน</li> </ol>
4/16	ศุกร์	<p><b>ใส่ใจส่งเสริม</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนนำแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครองมาส่งและปรึกษาปัญหา</li> <li>2. ครูแจ้งภาพรวมการติดตามส่งเสริมนักเรียนของผู้ปกครองให้นักเรียนฟัง</li> </ol> <p><b>อ่านเองทำเอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “แปร่งฟันอย่างไรให้สะอาด?”</li> <li>2. นักเรียนทำการแปร่งฟันโดยปฏิบัติตามใบความรู้ที่ได้อ่าน</li> </ol> <p><b>ร่วมมือร่วมใจ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ตรวจสอบบันทึกการอ่านของนักเรียนโดยเน้นที่การบันทึกของนักเรียนและการเซ็นรับรองของผู้ปกครอง</li> <li>2. ครูสรุปผลโดยรวมจากการอ่านบันทึกการอ่านของนักเรียนและการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง</li> <li>3. แจกแบบบันทึกการอ่านคืนเพื่อให้นักเรียนนำกลับไปบันทึก</li> <li>4. แจกแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง</li> </ol>
5/17	จันทร์	<p><b>ประเมินตนเอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทำการประเมินตนเองและจับคู่เพื่อให้เพื่อนช่วยประเมิน</li> <li>2. ครูประเมินพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน</li> <li>3. สະท้อนผลคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน</li> <li>4. นักเรียนเขียนคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของตนเองและสรุปวิเคราะห์จุดอ่อนจุดแข็งของตนเอง</li> </ol> <p><b>ร่วมมือร่วมใจ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ตรวจสอบบันทึกการอ่านของนักเรียนโดยเน้นที่การบันทึกของนักเรียนและการ</li> </ol>



สัปดาห์ที่/ ครั้งที่	วัน	กิจกรรม
		<p>เซ็นรับรองของผู้ปกครอง</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. ครูสรุปผลโดยรวมจากการอ่านบันทึกการอ่านของนักเรียนและการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง</li> <li>3. แจกแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง</li> </ol> <p><b>**ครูนำบันทึกการอ่านของนักเรียนไปอ่านเพื่อตรวจวิเคราะห์ความเข้าใจของนักเรียน</b></p>
5/18	อังคาร	<p><b>อ่านเองทำเอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “แปร่งฟันสูตร 2-2-2”</li> <li>2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้</li> </ol> <p><b>ช่วยเหลือเกื้อกูล</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน ทำการอภิปรายประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่าน</li> <li>2. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันทำแผนภาพสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านและนำเสนอ</li> <li>3. นักเรียนและครูสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากเรื่อง “แปร่งฟันสูตร 2-2-2” ร่วมกัน</li> <li>4. นักเรียนร่วมกันปฏิบัติแปร่งฟันตามสูตร 2-2-2 จากที่ได้อ่าน</li> <li>5. ให้การบ้าน ให้นักเรียนอ่านใบความรู้ ออกเสียงให้ผู้ปกครองฟังพร้อมทั้งเขียนสรุปเรื่องที่อ่านแล้วให้ผู้ปกครองเซ็นรับรองในสมุดบันทึกการอ่านพร้อมแจกบันทึกการอ่าน</li> </ol>
5/19	พฤหัสบดี	<p><b>อ่านเองทำเอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “แยกขยะมีประโยชน์อย่างไร”</li> <li>2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้</li> </ol> <p><b>ช่วยเหลือเกื้อกูล</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน ทำการอภิปรายประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่าน</li> <li>2. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันทำแผนภาพสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านและนำเสนอ</li> </ol>

สัปดาห์ที่/ ครั้งที่	วัน	กิจกรรม
		<p>3. นักเรียนและครูสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากเรื่อง “แยกขยะมีประโยชน์อย่างไร” ร่วมกัน</p> <p>5. ให้การบ้าน ให้นักเรียนอ่านใบความรู้ ออกเสียงให้ผู้ปกครองฟังพร้อมทั้งเขียนสรุปเรื่องที่อ่านแล้วให้ผู้ปกครองเซ็นรับรองในสมุดบันทึกการอ่าน</p>
5/20	ศุกร์	<p><b>ใส่ใจส่งเสริม</b></p> <p>1. นักเรียนนำแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครองมาส่งและปรึกษาปัญหา</p> <p>2. ครูแจ้งภาพรวมการติดตามส่งเสริมนักเรียนของผู้ปกครองให้นักเรียนฟัง</p> <p><b>อ่านเองทำเอง</b></p> <p>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “ลักษณะในการทิ้งขยะ”</p> <p>2. นักเรียนนำขยะไปทิ้งให้ถูกต้องตามประเภทของถังขยะ</p> <p><b>ร่วมมือร่วมใจ</b></p> <p>1. ตรวจสอบบันทึกการอ่านของนักเรียนโดยเน้นที่การบันทึกของนักเรียนและการเซ็นชื่อรับรองของผู้ปกครอง</p> <p>2. ครูสรุปผลโดยรวมจากการอ่านบันทึกการอ่านของนักเรียนและการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง</p> <p>3. แจกแบบบันทึกการอ่านคืนเพื่อให้นักเรียนนำไปบันทึก</p> <p>4. แจกแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง</p>
6/21	จันทร์	<p><b>ใส่ใจส่งเสริม</b></p> <p>1. นักเรียนนำแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครองมาส่งและปรึกษาปัญหา</p> <p>2. ครูแจ้งภาพรวมการติดตามส่งเสริมนักเรียนของผู้ปกครองให้นักเรียนฟัง</p> <p><b>อ่านเองทำเอง</b></p> <p>1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “7 วิธีแยกขยะในบ้านก่อนทิ้ง”</p> <p>2. นักเรียนแสดงทักษะการแยกขยะในบ้านก่อนนำไปทิ้ง</p> <p><b>ร่วมมือร่วมใจ</b></p> <p>1. ตรวจสอบบันทึกการอ่านของนักเรียนโดยเน้นที่การบันทึกของนักเรียนและการเซ็นรับรองของผู้ปกครอง</p>

สัปดาห์ที่/ ครั้งที่	วัน	กิจกรรม
		2. ครูสรุปผลโดยรวมจากการอ่านบันทึกการอ่านของนักเรียนและการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง 3. แจกแบบบันทึกการอ่านคืนเพื่อให้นักเรียนนำไปบันทึก 4. แจกแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง
6/22	อังคาร	<b>อ่านเองทำเอง</b> 1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “เราทุกคนสามารถลดปริมาณขยะในบ้านได้ง่าย ๆ ด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมชีวิตให้สอดคล้องตามหลัก 5R” 2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้ <b>ช่วยเหลือเกื้อกูล</b> 1. นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน ทำการอภิปรายประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่าน 2. นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมานำเสนอประเด็นความรู้ที่กลุ่มของตนเองสรุป 3. นักเรียนและครูสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากเรื่อง “เราทุกคนสามารถลดปริมาณขยะในบ้านได้ง่าย ๆ ด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมชีวิตให้สอดคล้องตามหลัก 5R” ร่วมกัน 5. ให้การบ้าน ให้นักเรียนอ่านใบความรู้ออกเสียงให้ผู้ปกครองฟังพร้อมทั้งเขียนสรุปเรื่องที่อ่านแล้วให้ผู้ปกครองเซ็นรับรองในสมุดบันทึกการอ่าน
6/23	พฤหัสบดี	<b>อ่านเองทำเอง</b> 1. นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “เราทุกคนสามารถลดปริมาณขยะในบ้านได้ง่าย ๆ ตามหลัก 5R” 2. นักเรียนเขียนประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่านลงกระดาษที่ครูเตรียมให้ <b>ช่วยเหลือเกื้อกูล</b> 1. นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน ทำการอภิปรายประเด็นความรู้ที่ได้รับจากการอ่าน 2. นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมานำเสนอประเด็นความรู้ที่กลุ่มของตนเองสรุป 3. นักเรียนและครูสรุปประเด็นความรู้ที่ได้รับจากเรื่อง “เราทุกคนสามารถลด

สัปดาห์ที่/ ครั้งที่	วัน	กิจกรรม
		ปริมาณขยะในบ้านได้ง่าย ๆ ตามหลัก 5R” ร่วมกัน 5. ให้การบ้าน ให้นักเรียนอ่านใบความรู้ ออกเสียงให้ผู้ปกครองฟังพร้อมทั้งเขียนสรุปเรื่องที่อ่านแล้วให้ผู้ปกครองเซ็นรับรองในสมุดบันทึกการอ่าน
6/24	ศุกร์	ประเมินตนเอง 1. นักเรียนทำการประเมินตนเองและจับคู่เพื่อให้เพื่อนช่วยประเมิน 2. ครูประเมินพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน 3. สะท้อนผลคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน 4. นักเรียนเขียนคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของตนเองและสรุปวิเคราะห์จุดอ่อนจุดแข็งของตนเอง



รายละเอียดในการดำเนินกิจกรรมโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร  
ของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับ  
ผู้ปกครอง

### กิจกรรมที่ 1 ประเมินตนเอง

#### วัตถุประสงค์ของกิจกรรม

1. นักเรียนได้ประเมินพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง
2. นักเรียนได้รู้ถึงระดับพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง
3. นักเรียนบอกจุดอ่อน จุดแข็งของพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง

#### การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนอ่านบทความ เกี่ยวกับเรื่องของความสำคัญของการดูแลสุขภาพ การตรวจสุขภาพ และการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ

“คำว่า "สุขภาพ" อาจมีความหมายว่า สถานะของสุขภาพร่างกายในปัจจุบันของมนุษย์ ซึ่งนับได้ว่ามีหลายมิติ ทั้งมิติของสุขภาพร่างกาย และสุขภาพจิตใจ แต่ไม่ว่าจะเป็นสุขภาพในมิติใดก็ตาม ล้วนเป็นมิติที่สำคัญต่อตัวเราทั้งสิ้น เราจึงควรตระหนักในการสร้าง และทำการวางแผนในการดำเนินชีวิตประจำวัน เพื่อมุ่งเน้นในการสร้างสุขภาพ และพละนามัยที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ เพื่อประโยชน์ต่อชีวิตของเราเอง การประเมินพฤติกรรมสุขภาพของตัวเราก็มีความสำคัญเป็นอย่างมากเช่นกันเพราะจะเป็นสิ่งที่ทำให้เราทราบถึงพฤติกรรมสุขภาพของตัวเอง เพื่อจะได้วางแผนแก้ไข ปรับปรุง หรือพัฒนาต่อไปในอนาคตเพื่อให้มีความเป็นอยู่ที่ดี มีสุขภาพที่ดี สมบูรณ์ แข็งแรงต่อไป”

2. นักเรียนทำการประเมินตนเอง โดยการอ่านคำชี้แจงและทำการประเมินตนเอง
3. นักเรียนนำแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพของตนเองไปให้ครูที่ปรึกษา เพื่อน และผู้ปกครองทำการประเมินพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน จากนั้นนำแบบวัดที่เพื่อน ครู และผู้ปกครองทำการประเมินมารวมค่าเพื่อสรุปผลการประเมินตนเอง เพื่อจะได้รู้ระดับพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง
4. นักเรียนวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพของตนเองโดยแยกเป็นด้าน ๆ ทั้ง 4 ด้าน คือการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟันและการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ
5. นักเรียนเขียนจุดอ่อนจุดแข็งของตนเองเพื่อให้ทราบว่าควรปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมสุขภาพของตนเองในด้านใด

#### สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. บทความเกี่ยวกับเรื่องของความสำคัญของการดูแลสุขภาพการตรวจสุขภาพและการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ
2. แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพตนเองโดยนักเรียนเป็นผู้ประเมินตนเองและครูเป็นผู้ประเมิน
3. แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพตนเองโดยเพื่อนนักเรียนและผู้ปกครองเป็นผู้ประเมิน

### การประเมินผล

1. นักเรียนทำการประเมินพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง
2. นักเรียนประเมินและบอกระดับของพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง
3. นักเรียนบอกจุดอ่อนจุดแข็งของพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง

### เกณฑ์การประเมิน

นักเรียนร้อยละ 80 สามารถประเมินสุขภาพตนเอง และบอกจุดแข็งอ่อนของพฤติกรรมสุขภาพของตนเองได้

### เกณฑ์การให้คะแนน (Rubric Score)

รายการประเมิน	ระดับคะแนน				
	5	4	3	2	1
<b>1. นักเรียนประเมินพฤติกรรมสุขภาพตนเอง</b> 1.1 นักเรียนตั้งใจอ่านและประเมินพฤติกรรมสุขภาพตนเองตามความจริง 1.2 นักเรียนประเมินพฤติกรรมสุขภาพตนเองตามความจริง 1.3 นักเรียนไม่วอกแวกดูหรือลอกของเพื่อน	 ทำตามเกณฑ์ได้ 3 ข้อ คะแนนเต็ม 3 คะแนน			ทำตามเกณฑ์ได้ 2 ข้อ	ทำตามเกณฑ์ได้ 1 ข้อ
<b>2. นักเรียนประเมินและบอกระดับพฤติกรรมสุขภาพตนเอง</b> 2.1 นักเรียนสามารถวิเคราะห์ข้อมูลจากการประเมินพฤติกรรมสุขภาพตนเองได้ 2.2 นักเรียนประเมิน	ทำตามเกณฑ์ได้ 3 ข้อ คะแนนเต็ม 3 คะแนน			ทำตามเกณฑ์ได้ 2 ข้อ	ทำตามเกณฑ์ได้ 1 ข้อ

รายการประเมิน	ระดับคะแนน				
	5	4	3	2	1
ระดับพฤติกรรมสุภาพ ตนเองได้ว่าอยู่ในระดับใด 2.3 นักเรียนบอก ระดับพฤติกรรมสุภาพ ของตนเองได้ว่าอยู่ใน ระดับใด					
<b>3. บอกจุดอ่อนจุดแข็ง พฤติกรรมสุภาพ ตนเอง</b>	บอกจุดอ่อนจุดแข็ง พฤติกรรมสุภาพตนเอง โดยแยกเป็นรายด้านและ รายชื่อและแนวทางแก้ไข ได้	บอกจุดอ่อน จุดแข็ง พฤติกรรม สุภาพตนเอง โดยแยกเป็น รายด้านและ รายชื่อได้	บอกจุดอ่อนจุด แข็งพฤติกรรม สุภาพตนเองโดย แยกเป็นรายด้าน ได้	บอกจุดอ่อน พฤติกรรมสุภาพ ของตนเองได้แต่ไม่ ครบตามรายการ	

แบบสังเกตพฤติกรรมกิจกรรมประเมินตนเอง

ชื่อ-สกุล	นักเรียนประเมิน พฤติกรรมสุภาพตนเอง			นักเรียนประเมินและบอก ระดับพฤติกรรมสุภาพตนเอง			บอกจุดอ่อนจุดแข็ง พฤติกรรมสุภาพตนเอง			
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4

ระดับการประเมิน

1-4

คะแนน

ไม่ผ่านกิจกรรมการประเมิน

5-10

คะแนน

ผ่านกิจกรรมการประเมิน

## กิจกรรมที่ 2 ช่วยเหลือเกื้อกูล

### วัตถุประสงค์ของกิจกรรม

1. นักเรียนได้ฝึกกระบวนการทำงานเป็นกลุ่ม
2. นักเรียนแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด ความเข้าใจของตน จากเรื่องที่อ่าน
3. นักเรียนปฏิบัติตามข้อมูลที่ได้รับ เช่น สามารถแยกขยะตามประเภทได้ แปร่งฟันได้อย่างถูกต้องวิธีตามใบความรู้ที่ได้อ่าน

### การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนจัดกลุ่มกลุ่มละ 5 คน แลกเปลี่ยนความคิดจากเรื่องที่อ่านและเขียนเพื่อนำเสนอ
2. นักเรียนแสดงถึงวิธีการปฏิบัติตามการให้สถานการณ์จำลองที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่อ่าน
3. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปเรื่องที่อ่านเพื่อให้เกิดความเข้าใจร่วมกัน

### สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษชาร์จแผ่นใหญ่สำหรับนักเรียนเขียนเพื่อนำเสนอ

### การประเมินผล

1. ประเมินการทำงานเป็นกลุ่มของนักเรียนโดยใช้แบบสังเกตพฤติกรรม
2. ประเมินการมีส่วนร่วมการนำข้อมูลความรู้ที่ได้รับมานำเสนอ โดยใช้แบบสังเกตพฤติกรรมในการแสดงความคิดเห็นแลกเปลี่ยนความคิดความเข้าใจ
3. ประเมินการปฏิบัติตามข้อมูลที่ได้รับโดยนักเรียนกลุ่มเดียวกันจะต้องมีความเข้าใจตรงกันทั้งกลุ่ม

### เกณฑ์การประเมิน

นักเรียนร้อยละ 80 มีทักษะกระบวนการในการทำงานเป็นกลุ่ม กล่าวแสดงความคิดเห็น และรับฟังความคิดเห็นผู้อื่น



### กิจกรรมที่ 3 ใส่ใจส่งเสริม

#### วัตถุประสงค์ของกิจกรรม

1. นักเรียนปฏิบัติตนในการรับประทานอาหาร ออกกำลังกาย แปร่งฟัน และจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะอย่างสม่ำเสมอ
2. ผู้ปกครองส่งเสริมทักษะการปฏิบัติของนักเรียนโดยการบอก กำชับให้นักเรียนปฏิบัติสม่ำเสมอ

#### การดำเนินกิจกรรม

1. มีการแจกแบบบันทึกการส่งเสริมการปฏิบัติของผู้ปกครอง จากนั้นครูนำแบบบันทึกการส่งเสริมการปฏิบัติของผู้ปกครองมาสรุปและพูดให้นักเรียนฟังถึงความสำคัญของการปฏิบัติ
2. ครูสอบถามติดตามนักเรียนที่มีส่งเสริมการปฏิบัติของผู้ปกครองต่ำ ว่ามีปัญหาหรือ ผู้ปกครองไม่สะดวกอย่างไร

#### สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. แบบบันทึกการส่งเสริมการปฏิบัติของผู้ปกครอง
2. สมุดจดบันทึกปัญหา/ ปัจจัยการขาดการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง
3. แบบวัดพฤติกรรมการสุขภาพโดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมิน

#### การประเมินผล

1. ตรวจแบบบันทึกการส่งเสริมการปฏิบัติของผู้ปกครอง ว่าได้มีการกำชับหรือบอกนักเรียนให้ปฏิบัติตนในการรับประทานอาหาร ออกกำลังกาย แปร่งฟัน และจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะอย่างสม่ำเสมอ
2. สอบถามนักเรียนว่าผู้ปกครองส่งเสริมทักษะการปฏิบัติของนักเรียนโดยการบอก กำชับให้นักเรียนปฏิบัติสม่ำเสมอหรือไม่

#### เกณฑ์การประเมิน

นักเรียนร้อยละ 60 มีการติดตามส่งเสริมการปฏิบัติโดยผู้ปกครอง

### กิจกรรมที่ 4 อ่านเองทำเอง

#### วัตถุประสงค์ของกิจกรรม

1. นักเรียนได้ฝึกทักษะการอ่านจับใจความ
2. นักเรียนได้ฝึกทักษะการเขียนสรุปเรื่องที่อ่าน

#### การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนอ่านใบความรู้ที่ครูแจกให้
2. เขียนย่อความ สรุปใจความ หรือสาระสำคัญของเรื่องที่อ่านลงในสมุดบันทึกการอ่าน

#### สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. ใบความรู้เกี่ยวกับเรื่องของการรับประทานอาหาร ออกกำลังกาย แปร่งฟัน และจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ
2. สมุดบันทึกการอ่าน

#### การประเมินผล

1. ประเมินการเขียนบันทึกการอ่าน จับใจความ/ สาระสำคัญของเรื่อง โดยใช้แบบประเมินทักษะการเขียน

#### เกณฑ์การประเมิน

นักเรียนร้อยละ 100 ทำการบันทึกการอ่าน โดยเขียนจับใจความ/สาระสำคัญของเรื่องที่อ่าน

## กิจกรรมที่ 5 ร่วมมือร่วมใจ

### วัตถุประสงค์ของกิจกรรม

1. นักเรียนฝึกทักษะการอ่านและการเขียนโดยมีการติดตามจากผู้ปกครอง
2. ผู้ปกครองได้มีส่วนร่วมในการส่งเสริมทักษะการอ่านและการเขียนของนักเรียน

### การดำเนินกิจกรรม

1. ตรวจสอบบันทึกการอ่านของนักเรียนโดยเน้นที่ลายเซ็นและข้อความที่นักเรียนเขียน เพื่อเป็นการยืนยันว่านักเรียนได้อ่านให้ผู้ปกครองฟัง และมีการเขียนบันทึกจริง
2. นำภาพรวมของการตรวจแบบบันทึกการอ่านมาพูดให้นักเรียนฟัง บอกถึงสาเหตุและความสำคัญของการอ่านให้ผู้ปกครองฟังและบันทึกการอ่าน

### สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. บันทึกการอ่าน

### การประเมินผล

1. ตรวจสอบการเขียนบันทึกการอ่านของนักเรียนโดยเน้นที่ข้อความที่นักเรียนเขียนและการเซ็นรับรองของผู้ปกครอง
2. ตรวจสอบการลงชื่อรับรองการอ่านจากบันทึกการอ่านของผู้ปกครองนักเรียน

### เกณฑ์การประเมิน

นักเรียนร้อยละ 90 มีลายเซ็นรับรองบันทึกการอ่านจากผู้ปกครอง

ตารางที่ 4 กิจกรรมที่ใช้ในโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสารของนักเรียนประถมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติร่วมกับการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครอง

ชื่อกิจกรรม	นิยามเชิงปฏิบัติการ	องค์ประกอบของพฤติกรรมสุขภาพและทักษะการสื่อสาร/ตัวบ่งชี้
ประเมินตนเอง	นักเรียนทำการประเมินพฤติกรรมสุขภาพของตนเองโดยตัวนักเรียนเอง มีเพื่อนนักเรียน ครู และ ผู้ปกครอง ทำการประเมินพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนร่วมกัน	นักเรียนได้ทักษะในเรื่องของการอ่าน และ ได้ทราบถึงระดับคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง ในเรื่องของ การรับประทาน อาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการแยกขยะและทิ้งขยะ
ช่วยเหลือเกื้อกูล	นักเรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกันกับเพื่อนโดยสรุปเรื่องที่ทำร่วมกันนำเสนอแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน	นักเรียนได้ทักษะการอ่านการเขียนโดยใช้กระบวนการทำงานเป็นกลุ่ม
ใส่ใจส่งเสริม	มีการนำผลแบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียนมาแจ้งให้นักเรียนทราบในช่วงเวลากิจกรรม ซึ่งครูและผู้ปกครองส่งเสริมทักษะการปฏิบัติของนักเรียน โดยการบอก กำชับให้นักเรียนทำ โดยครูจะบอกและกำชับให้นักเรียนทำที่โรงเรียน สำหรับผู้ปกครองจะใช้แบบบันทึกการส่งเสริมนักเรียน	นักเรียนปฏิบัติตนในการรับประทาน อาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ อย่างสม่ำเสมอ
อ่านเองทำเอง	นักเรียนได้อ่านในงานเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ ทำการบันทึกการอ่าน และเขียนสื่อความหมายเล่าเรื่องจากความรู้หรือประสบการณ์	นักเรียนได้ทักษะการอ่านและการเขียน รวมถึงได้รู้วิธีการหรือแนวทางปฏิบัติเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟันและการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ
ร่วมมือร่วมใจ	ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ของเด็กคือ ฟังนักเรียนอ่าน ให้กำลังใจ ติดตามผลงานบันทึกการอ่านของนักเรียน และสังเกตพฤติกรรมนักเรียน โดยตรวจสอบจากแบบบันทึกการอ่านของนักเรียนและนำข้อมูลแจ้งต่อกลุ่มนักเรียน	นักเรียนได้อ่าน เขียน และปฏิบัติตนในการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการคัดแยกขยะและทิ้งขยะอย่างสม่ำเสมอ โดยผู้ปกครองเป็นผู้กำกับดูแล



### แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพโดยนักเรียนและครูเป็นผู้ประเมิน

#### คำชี้แจง

แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพโดยนักเรียนและครูเป็นผู้เป็นผู้ประเมินมีจำนวนทั้งสิ้น 20 ข้อ คำถามทั้งหมดมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพในเรื่องการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟันและการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ ขอให้นักเรียนอ่านคำถามทุกข้อให้เข้าใจและทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่กำหนดไว้ให้ทุกข้อ ให้ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนโดยมีเกณฑ์การวัดเป็น 3 ระดับ ดังนี้

ทำประจำทุกวัน	หมายถึง	ปฏิบัติทุกวันอย่างสม่ำเสมอ
บางครั้ง	หมายถึง	ปฏิบัติบ้างหรือบางวัน
ไม่ทำ	หมายถึง	ไม่ปฏิบัติเลย

ชื่อผู้ถูกประเมิน..... โดย  ครู  นักเรียน

ประเมินเอง

ข้อ	คำถาม	ทำเป็นประจำ	บางครั้ง	ไม่ทำ
พฤติกรรมสุขภาพในเรื่องของการบริโภคอาหาร				
1.	รับประทานอาหารที่มีน้ำมันหรือไขมันสูง เช่น ของทอด ข้าวมันไก่ แกงกะทิ ฯลฯ			
2.	กินจุบจิบ รับประทานอาหารไม่เป็นเวลา			
3.	รับประทานลูกอม ลูกกวาด เค้ก หรือช็อกโกแลต			
4.	รับประทานขนมกรุบกรอบ			
5.	ดื่มน้ำหวานหรือน้ำอัดลม			
พฤติกรรมสุขภาพในเรื่องของการออกกำลังกาย				
6.	ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมออย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์			
7.	ออกกำลังกายครั้งละ 20-60 นาที			
8.	มีการอบอุ่นร่างกายก่อนออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา			
9.	ยืดเหยียดกล้ามเนื้อก่อนและหลังการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา			

ข้อ	คำถาม	ทำเป็นประจำ	บางครั้ง	ไม่ทำ
10.	ไม่รับประทานอาหารเช้า น้ำหวานหรือน้ำอัดลม ก่อนออกกำลังกาย			
พฤติกรรมสุขภาพในเรื่องการแปรงฟัน				
11	แปรงฟันก่อนนอนหรือหลังรับประทานอาหาร			
12	แปรงฟันแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 2 นาที			
13	แปรงลิ้นหลังแปรงฟัน			
14	แปรงฟันทั้งด้านนอกและด้านในของฟัน			
15	ใช้ยาสีฟันที่มีส่วนผสมของฟลูออไรด์			
การจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ				
16	ทิ้งขยะลงถังหรือที่จัดเตรียมไว้ให้			
17	แยกเศษอาหารก่อนทิ้งหรือเก็บภาชนะ			
18	แยกประเภทของขยะก่อนทิ้ง			
19	เก็บและแยกขยะที่ขายได้ขยะรีไซเคิลออกตามประเภท เช่นขวดพลาสติก เศษเหล็ก			
20	แยกขยะอันตรายเช่น ถ่านไฟฉาย อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ ทิ้งต่างหาก			

ประจำทุกวัน หมายถึง ปฏิบัติทุกวันอย่างสม่ำเสมอ

บางครั้ง หมายถึง ปฏิบัติบ้างหรือบางวัน

ไม่ทำ หมายถึง ไม่ปฏิบัติเลย

เกณฑ์การให้คะแนนข้อทางบวกกำหนดเกณฑ์เป็นดังนี้

ประจำทุกวัน ได้ 2 คะแนน

บางครั้ง ได้ 1 คะแนน

ไม่ทำ ได้ 0 คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนนข้อทางลบกำหนดเกณฑ์เป็นดังนี้

ประจำทุกวัน ได้ 0 คะแนน

บางครั้ง ได้ 1 คะแนน

ไม่ทำ ได้ 2 คะแนน

### แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพโดยเพื่อนและผู้ปกครองเป็นผู้ประเมิน

#### คำชี้แจง

แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพโดยเพื่อนและผู้ปกครองเป็นผู้เป็นผู้ประเมินมีจำนวนทั้งสิ้น 20 ข้อ คำถามทั้งหมดมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพในเรื่องการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การแปรงฟันและการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ ขอให้นักเรียนอ่านคำถามทุกข้อให้เข้าใจและทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่กำหนดไว้ให้ทุกข้อ ให้ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนโดยมีเกณฑ์การวัดเป็น 3 ระดับ ดังนี้

ทำ หมายถึง ปฏิบัติทุกวันอย่างสม่ำเสมอ หรือทำบางครั้ง  
 ไม่ทำ หมายถึง ไม่ปฏิบัติเลย

ชื่อผู้ถูกประเมิน..... โดย  เพื่อน  ผู้ปกครองนักเรียน

ข้อ	รายการที่ประเมิน	ทำ	ไม่ทำ
พฤติกรรมสุขภาพในเรื่องของการบริโภคอาหาร			
1.	รับประทานอาหารที่มีน้ำมันหรือไขมันสูง เช่น ของทอด ข้าวมันไก่ แกงกะทิ ฯลฯ		
2.	กินจุบจิบ รับประทานอาหารไม่เป็นเวลา		
3.	รับประทานลูกอม ลูกกวาด เค้ก หรือช็อกโกแลต		
4.	รับประทานขนมกรุบกรอบ		
5.	ดื่มน้ำหวานหรือน้ำอัดลม		
พฤติกรรมสุขภาพในเรื่องของการออกกำลังกาย			
6.	ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมออย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์		
7.	ออกกำลังกายครั้งละ 20-60 นาที		
8.	มีการอบอุ่นร่างกายก่อนออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา		
9.	ยืดเหยียดกล้ามเนื้อก่อนและหลังการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา		
10.	ไม่รับประทานอาหาร น้ำหวานหรือน้ำอัดลมก่อนออกกำลังกาย		
พฤติกรรมสุขภาพในเรื่องการแปรงฟัน			
11.	แปรงฟันก่อนนอนหรือหลังรับประทานอาหาร		



ข้อ	รายการที่ประเมิน	ทำ	ไม่ทำ
12	แปรงฟันแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 2 นาที		
13	แปรงลิ้นหลังแปรงฟัน		
14	แปรงฟันทั้งด้านนอกและด้านในของฟัน		
15	ใช้ยาสีฟันที่มีส่วนผสมของฟลูออไรด์		
การจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมในเรื่องของการแยกขยะและทิ้งขยะ			
16	ทิ้งขยะลงถังหรือที่ที่จัดเตรียมไว้ให้		
17	แยกเศษอาหารก่อนทิ้งหรือเก็บภาชนะ		
18	แยกประเภทของขยะก่อนทิ้ง		
19	เก็บและแยกขยะที่ขายได้ขยะรีไซเคิลออกตามประเภท เช่น ขวดพลาสติก เศษเหล็ก		
20	แยกขยะอันตราย เช่น ถ่านไฟฉาย อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ ที่ต่างหาก		

ทำ หมายถึง ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติหรือบ้าง

ไม่ทำ หมายถึง ไม่ปฏิบัติเลย

เกณฑ์การให้คะแนนข้อทางบวกกำหนดเกณฑ์เป็นดังนี้

ทำ ได้ 1 คะแนน

ไม่ทำ ได้ 0 คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนนข้อทางลบกำหนดเกณฑ์เป็นดังนี้

ทำ ได้ 0 คะแนน

ไม่ทำ ได้ 1 คะแนน

แบบวัดทักษะการเขียนความเรียง (เขียนเรื่องจากภาพ)

คำชี้แจง: ให้นักเรียนเขียนเรื่องตามจินตนาการจากภาพที่กำหนดให้ให้ได้ใจความสมบูรณ์ด้วยตัว  
บรรจงครึ่งบรรทัด ความยาว ๑๐ บรรทัด และตั้งชื่อเรื่องให้เหมาะสม (เวลา ๒๐ นาที)



ที่มา องค์กรบริหารส่วนตำบลพระหลวง

<http://www.govesite.com/praluang/information.php?iid=2019060212004001ntsnv> สืบค้น

วันที่ 5 ต.ค. 2562

เรื่อง .....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

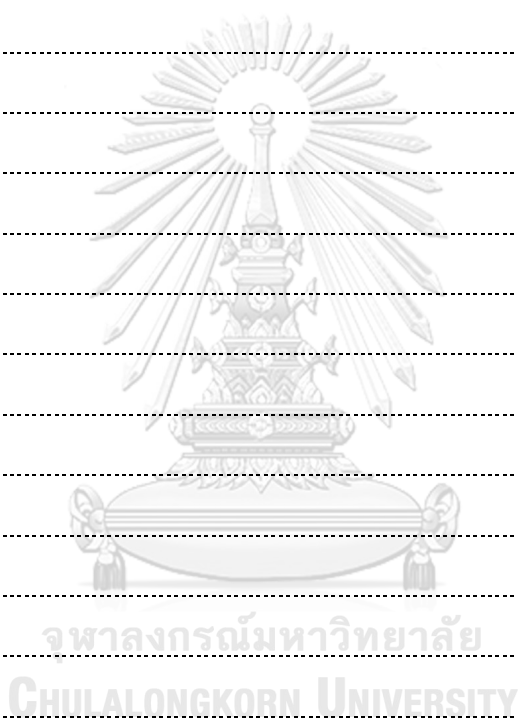
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

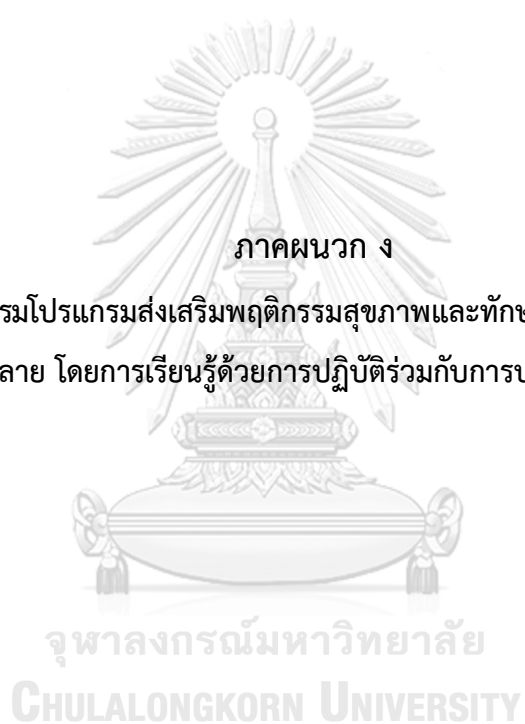
**แบบวัดทักษะการเขียนเรียงความ**

**คำชี้แจง :** ให้นักเรียนเขียนเรียงความเรื่อง “สุขปฏิบัติของฉัน” โดยให้มีเนื้อหาเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร ออกกำลังกาย การแปร่งฟัน และการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมโดยการคัดแยกขยะ ความยาวไม่น้อยกว่า 15 บรรทัด (เวลา 30 นาที)

เรียงความเรื่อง สุขปฏิบัติของฉัน



ชื่อ..... ชั้น..... เลขที่.....

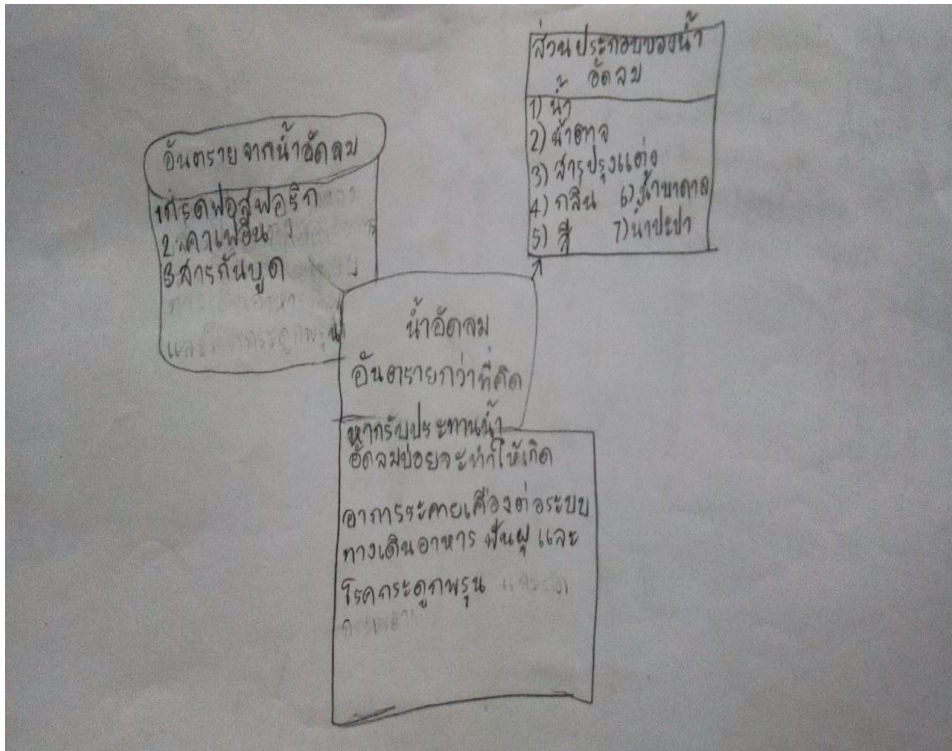




นักเรียนอ่านใบความรู้ที่ได้รับเพื่อทำความเข้าใจเนื้อหาจากใบความรู้



นักเรียนร่วมกันสรุปประเด็น สำคัญ ความรู้ที่ได้รับจากใบความรู้ ร่วมกับเพื่อนในกลุ่มของตน และสรุปสาระสำคัญในรูปแบบของแผนภาพความคิด



ตัวอย่างแผนภาพความคิดที่นักเรียนแต่ละกลุ่มสรุปสาระความรู้จากใบความรู้ที่ได้อ่าน



นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอความรู้ สาระสำคัญจากใบความรู้ที่ได้อ่านให้เพื่อนกลุ่มอื่นฟัง



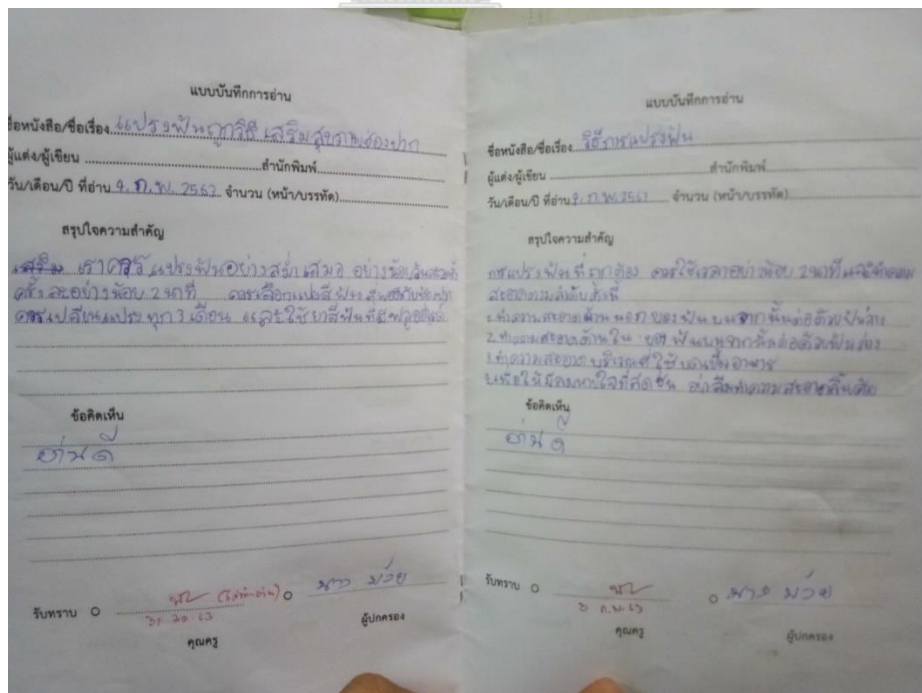
นักเรียนอ่านใบความรู้และร่วมกันสรุปสาระความรู้ในเรื่องของขั้นตอนวิธีการแปร่งฟันที่ถูกต้อง  
โดยผู้วิจัยร่วมสรุปกับนักเรียนด้วยเพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน



นักเรียนแปร่งฟันตามขั้นตอนและวิธีการปฏิบัติตามที่ได้อ่านจากใบความรู้



นักเรียนอ่านใบความรู้ในเรื่องของการคัดแยกขยะและทิ้งขยะ  
จากนั้นผู้วิจัยขอตัวแทนออกมาแยกขยะและทิ้งขยะตามถังแต่ละประเภทให้ถูกต้อง



ตัวอย่างบันทึกการอ่านของนักเรียน



## ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	Pongpet Khamkaew
วัน เดือน ปี เกิด	11 November 1993
สถานที่เกิด	Trakanphuetpol hospital, Ubon ratchathani.
วุฒิการศึกษา	Chulalongkorn University
ที่อยู่ปัจจุบัน	30/5 Moo 21, Tumbon Nong sarai, Amper Pakchong, Nakhonratchasima 30130



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
**CHULALONGKORN UNIVERSITY**