

การพัฒนาโปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America The Development of Physical Education Program to SHAPE America's Learning Physical Education Standards for Grade 9 Students

อรพิมล กิตติธิรโสภณ*

สุวิมล ตั้งสัจจะพจน์**

สมบัติ อ่อนศิริ***

*, **, *** ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

*Corresponding author. Email : ornpimol.k@gmail.com

Received: February 14, 2020 Revised: April 1, 2020 Accepted: April 15, 2020

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ของงานวิจัยเชิงทดลองนี้เพื่อพัฒนาโปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America และประเมินผลการใช้โปรแกรมฯ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน 60 คนของโรงเรียนสุวรรณพลับพลาพิทยาคม ได้จากการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจงจากประชากร 67 โรงเรียน จากนั้นสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบง่ายด้วยวิธีจับสลาก และผ่านการสุ่มด้วยการจับคู่ จากแบบประเมินมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 30 คน และกลุ่มควบคุม 30 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมฯ ที่ออกแบบโดยผู้วิจัย 16 สัปดาห์ กลุ่มควบคุมเข้าร่วมโปรแกรมที่สอนของโรงเรียน เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย 1) แบบประเมินมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America (IOC = .87, R = .96) และ 2) โปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ผ่านการตรวจความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์จากผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ t-test

ผลการวิจัยพบว่า ผลการใช้โปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม 16 สัปดาห์ มีผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และหลังการเข้าร่วมโปรแกรม ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: โปรแกรมพลศึกษา มาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

Abstract

The purposes of this experiment research was to develop the physical education program to SHAPE America's learning physical education standards for grade 9 students, and to evaluate effects of using this program. Samples were 60 students at Suwanplubplapitayakom School who were selected by purposive sampling from 67 schools (population). Then they were selected by simple random sampling (using the method of drawing) and match-paired sampling into experiment and control groups, 30 for each. The experiment group was assigned to attend the 16 weeks physical education program that was established by the researcher, the control group was attended the physical education program that was provided by the school. The research instruments were: 1) SHAPE America's learning physical education standards evaluation (IOC= .87, R = .96) and 2) physical education program to SHAPE America's learning physical education standards for grade 9 students that the face validity was approved by 5 physical education experts. Data were analyzed by using mean, standard deviation and t-test.

Findings were founded that after the experiment group attending the program, there were significant differences in SHAPE America's learning physical education standards between before and after attend at .05 level in statistics. Meanwhile the experiment group had significant difference to the control group at the statistic level of .05 after attending 16 weeks program.

Keywords: Physical Education Program, SHAPE America's Learning Physical Education Standards, Grade 9 Students

บทนำ

ปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงทางการศึกษาให้สอดคล้องกับศตวรรษที่ 21 เป็นผลให้การจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษามีการเปลี่ยนแปลงตามไปด้วย เพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการที่เกิดขึ้นและมีความเป็นสากล ดังที่สุวิมล ตั้งส์จจะพจน์ (2540) กล่าวว่า โปรแกรมการส่งเสริมความเป็นสากลของพลศึกษาประกอบด้วย การเปิดสอนวิชาพลศึกษา หรือการกีฬาเปรียบเทียบ หรือหัวข้อที่เกี่ยวกับความเป็นสากลในวิชาเลือก (Selected Topic) หรือพยายามปรับปรุงให้หลักสูตรมีความเป็นสากลมากขึ้น สอดคล้องกับกระทรวงศึกษาธิการ (2553) ที่กล่าวว่า โรงเรียนมาตรฐานสากล (World class standard

school) หมายถึง โรงเรียนที่จัดการเรียนการสอนที่มุ่งให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะพึงประสงค์ (Learner Profile) เทียบเคียงมาตรฐานสากล (World class standard) ผู้เรียนมีศักยภาพเป็นพลโลก (World citizen) เพื่อพัฒนาระดับคุณภาพจัดการเรียนการสอนและการจัดการด้วยระบบคุณภาพ เพื่อให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้เรียนเป็นมาตรฐานสากล เป็นการต่อยอดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ที่เป็นมาตรฐานชาติ ซึ่งจากการที่กระทรวงศึกษาธิการ (2553) ได้ศึกษาและวิเคราะห์เชิงเปรียบเทียบหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานกับหลักสูตรของนานาชาติ พบว่า หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานให้ความสำคัญกับการเรียนการสอนสาระการเรียนรู้เป็นลำดับแรก แต่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาผู้เรียนด้านความสามารถในการคิดวิเคราะห์น้อยมาก ซึ่งต่างกับหลักสูตรในหลายๆ ประเทศ อีกทั้งหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ไม่สะท้อนให้เห็นการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียนที่เชื่อมโยงกับการจัดการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 อย่างชัดเจนเป็นรูปธรรม

ดังนั้นทักษะพลศึกษาของนักเรียนในศตวรรษที่ 21 จึงจำเป็นที่จะต้องจัดเตรียมให้ผู้เรียนทันกับการเปลี่ยนแปลงของโลกในยุคข้อมูลข่าวสารและสารสนเทศ มีทักษะรับรู้ตนเองและผู้อื่น เพื่อสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น การทำงานร่วมกับผู้อื่นทั้งกับเพื่อนร่วมชั้น ครูผู้สอน หรือแม้แต่คนอื่นในสังคม ทักษะการทำงาน มีการเคลื่อนไหวตลอดชีวิต (Lifelong Move) หลังจากสำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษา โดยให้นักเรียนมีขอบข่ายงานในการเรียนรู้ (Mitchell & Walton-Fisette, 2016) ในวิชาแกนและหัวข้อที่สำคัญในศตวรรษที่ 21 ด้วย 3Rs (การอ่าน: Reading การเขียน: Writing และคณิตศาสตร์: Arithmetic) ทักษะการเรียนรู้และนวัตกรรม 4Cs ประกอบไปด้วย ความคิดสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation) คิดอย่างไตร่ตรองและแก้ปัญหาได้ (Critical thinking and problem solving) การสื่อสาร (Communication) และการผสมผสาน (Collaboration) ทักษะการใช้ข้อมูลข่าวสาร สื่อ และเทคโนโลยี และทักษะการดำรงชีวิตและประกอบอาชีพ ซึ่งหลักสูตรในประเทศไทยยังขาดความทันสมัยและก้าวไม่ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของโลกการศึกษาตามมาตรฐานเป็นทิศทางใหม่ของการจัดการศึกษา ในขณะนี้ โดยจุดเริ่มต้นของการเปลี่ยนแปลงอยู่ที่ประเทศสหรัฐอเมริกา โดยการศึกษาตามมาตรฐานจะเป็นระบบการเรียนการสอนที่มีจุดเน้นที่ผลการเรียนรู้ของผู้เรียนตามมาตรฐานสาระความรู้ (content standard) หรือตามมาตรฐานหลักสูตร (curriculum standard) ระบบการศึกษาแบบ Standard-Based Education จะเชื่อมโยงโปรแกรมการเรียนการสอนและการประเมินผลให้เป็นมาตรฐานสาระความรู้หรือมาตรฐานหลักสูตร

ประเทศมหาอำนาจอย่างสหรัฐอเมริกาซึ่งได้ชื่อว่าเป็นประเทศที่มีการจัดการศึกษาที่มีคุณภาพแห่งหนึ่งของโลก การปฏิรูปการเรียนการสอนในโรงเรียนสอดรับการเปลี่ยนแปลงของสภาพสังคมที่เชื่อมโยงสู่สังคมระดับโลกอย่างเท่าทัน การจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษาของอเมริกาจึงน่าสนใจที่จะนำมาศึกษาหรือจัดการเรียนรู้เพื่อให้การจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษาในประเทศไทยมีความทันสมัยและ

เป็นสากล เพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการของกระทรวงศึกษาธิการที่จะยกระดับโรงเรียนให้เป็นโรงเรียนมาตรฐานสากล (World class standard school) การจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษาตามมาตรฐานการเรียนรู้ของ SHAPE America (Mitchell & Walton-Fisette, 2016) มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาผู้เรียนให้มีความรู้ มีทักษะ มีความสนุก สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันและทำให้มีสุขภาพที่ดี โดยมีจุดประสงค์ ดังนี้ 1) เพื่อเรียนรู้ทักษะที่จำเป็นในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่หลากหลาย 2) เพื่อรู้ความหมายและรู้ถึงประโยชน์ของการเข้าร่วมในกิจกรรมทางกายที่หลากหลาย 3) เข้าร่วมกิจกรรมทางกายอย่างสม่ำเสมอ 4) มีร่างกายที่แข็งแรง และ 5) เห็นคุณค่าของกิจกรรมทางกายและสนับสนุนให้เป็นประโยชน์ต่อวิถีชีวิต

จากความเป็นมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาโปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America เพื่อให้โปรแกรมพลศึกษามีความทันสมัย สอดคล้องและเหมาะสมกับสภาพสังคมและการปฏิรูปการศึกษาที่เกิดขึ้นในสังคมไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการศึกษาขั้นพื้นฐานซึ่งเป็นรากฐานการศึกษาของชาติ เพื่อให้เป็นรูปแบบและแนวทางเลือกหนึ่งในจัดการเรียนรู้และออกแบบหลักสูตรพลศึกษาในสถานศึกษาของประเทศไทยต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America
2. เพื่อประเมินผลของการใช้โปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 3 ที่กำลังศึกษาอยู่ในปีการศึกษา 2562 ของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 จังหวัดกรุงเทพมหานครทั้งหมด 67 โรงเรียน (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1, 2561)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในชั้นทดลองโปรแกรมพลศึกษา จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 30 คน ได้มาโดยใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling) จากโรงเรียนทั้งหมด 67 โรงเรียน ทำการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) ได้โรงเรียนสุวรรณพลับพลาพิทยาคม และทำการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยวิธีจับฉลาก จากห้องเรียนทั้งหมด 4 ห้อง แล้วตอบแบบประเมินมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America จากนั้นนำค่าที่ได้ของแต่ละคนมาเรียงคะแนนจากสูงที่สุดไปจนถึงต่ำสุด กำหนดให้นักเรียนที่มีคะแนนมากกว่าค่าเฉลี่ย จำนวน 30 คน และน้อยกว่าค่าเฉลี่ย จำนวน 30 คน มาสุ่มแบบจับคู่ (Match-Paired Sampling) ออกเป็นกลุ่ม

ทดลอง 30 คน และกลุ่มควบคุม 30 คน โดยมีระยะเวลาในการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาทั้งสิ้น 16 สัปดาห์ ๗ ละ 1 วัน คือ วันพฤหัสบดี ครั้งละ 1 ชั่วโมง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลการใช้โปรแกรมพลศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America มีดังนี้

1. ติดต่อสถานศึกษา โดยนำหนังสือขอความอนุเคราะห์จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ในการดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ชี้แจงขั้นตอนและกระบวนการดำเนินการวิจัย เพื่อสร้างความเข้าใจกับผู้บริหารและผู้สอนเกี่ยวกับแนวทางการนำเสนอโปรแกรมพลศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นไปใช้

3. ขั้นตอนดำเนินการทดลอง

3.1 ผู้สอนวิชาพลศึกษา ชี้แจงกับนักเรียนเกี่ยวกับจุดประสงค์และกิจกรรมของโปรแกรมพลศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America

3.2 ให้นักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบประเมินมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม เป็นแบบมาตรประมาณค่าความสำคัญ 4 ระดับมีช่วงคะแนน ดังนี้

- 1 หมายถึง ระดับการเรียนรู้อยู่ในระดับน้อยที่สุด
- 2 หมายถึง ระดับการเรียนรู้อยู่ในระดับน้อย
- 3 หมายถึง ระดับการเรียนรู้อยู่ในระดับมาก
- 4 หมายถึง ระดับการเรียนรู้อยู่ในระดับมากที่สุด

3.3 ให้นักเรียนในกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้ของ SHAPE America ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น รวมทั้งหมด 16 สัปดาห์ สัปดาห์ ละ 1 วัน วันละ 1 ชั่วโมง ส่วนนักเรียนในกลุ่มควบคุมเข้าเรียนตามโปรแกรมที่ทางโรงเรียนจัดให้

3.4 หลังเข้าร่วมโปรแกรมครบ 16 สัปดาห์ ผู้สอนวิชาพลศึกษา ให้นักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบประเมินมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบประเมินมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America โดยมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ .87 ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .96

2. โปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America โดยนำโปรแกรมพลศึกษาที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) จำนวน 5 ท่าน

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. สถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้โปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ภายในกลุ่มด้วยสถิติ t-test (Dependent t-test)
3. สถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้โปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยสถิติ t-test (Independent t-test)

ผลการวิจัย

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษา

มาตรฐาน	ก่อน			หลัง		
	\bar{X}	S	ความหมาย	\bar{X}	S	ความหมาย
มาตรฐานที่ 1	5.33	1.348	น้อย	11.00	1.114	มากที่สุด
มาตรฐานที่ 2	7.07	2.016	น้อย	14.57	.935	มากที่สุด
มาตรฐานที่ 3	25.13	5.144	น้อย	51.30	2.507	มากที่สุด
มาตรฐานที่ 4	9.80	2.124	น้อย	19.10	.995	มากที่สุด
มาตรฐานที่ 5	7.67	1.971	น้อย	15.10	1.094	มากที่สุด
รวม	55.00	11.277	น้อย	111.07	3.581	มากที่สุด

จากตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ของกลุ่มทดลองตามมาตรฐานการเรียนรู้ พบว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษา มีค่าเท่ากับ 55 (11.277) อยู่ในระบับน้อย และหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษา มีค่าเท่ากับ 111.07 (3.581) อยู่ในระบับมากที่สุด เมื่อดูตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาจะอยู่ในระบับน้อยทุกด้าน และหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษา จะอยู่ในระบับมากที่สุดทุกด้าน

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ของกลุ่มควบคุม ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษา

มาตรฐาน	ก่อน			หลัง		
	\bar{X}	S	ความหมาย	\bar{X}	S	ความหมาย
มาตรฐานที่ 1	5.33	1.348	น้อย	5.50	1.280	น้อย
มาตรฐานที่ 2	7.03	1.991	น้อย	7.17	1.913	น้อย
มาตรฐานที่ 3	24.90	4.802	น้อย	25.47	4.049	น้อย
มาตรฐานที่ 4	9.73	1.999	น้อย	9.90	1.729	น้อย
มาตรฐานที่ 5	7.50	1.852	น้อย	7.97	1.351	น้อย
รวม	54.50	10.789	น้อย	54.70	10.144	น้อย

จากตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America พบว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาของกลุ่มควบคุมเท่ากับ 54.50 (10.789) อยู่ในระดับน้อย และหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาของกลุ่มควบคุม เท่ากับ 54.70 (10.144) อยู่ในระดับน้อย เมื่อดูตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษา อยู่ในระดับน้อยทุกด้าน

ตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America แยกตามมาตรฐานการเรียนรู้ ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษา

มาตรฐาน	ก่อน		หลัง		t	p
	\bar{X}	ความหมาย	\bar{X}	ความหมาย		
มาตรฐานที่ 1	5.33	น้อย	11.00	มากที่สุด	-18.845*	.000
มาตรฐานที่ 2	7.07	น้อย	14.57	มากที่สุด	-18.597*	.000
มาตรฐานที่ 3	25.13	น้อย	51.30	มากที่สุด	-27.492*	.000
มาตรฐานที่ 4	9.80	น้อย	19.10	มากที่สุด	-20.543*	.000
มาตรฐานที่ 5	7.67	น้อย	15.10	มากที่สุด	-16.749*	.000

*p<.05

จากตารางที่ 3 แสดงถึงการเปรียบเทียบความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America แยกตามมาตรฐานของกลุ่มทดลองระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษา พบว่ามีการเปลี่ยนแปลงด้านความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาในระดับสูงขึ้นทุกมาตรฐานหลังการเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

ตารางที่ 4 ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America แยกตามมาตรฐานของกลุ่มควบคุม ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษา

มาตรฐาน	ก่อน		หลัง		t	p
	\bar{X}	ความหมาย	\bar{X}	ความหมาย		
มาตรฐานที่ 1	5.33	น้อย	5.50	น้อย	-1.542	.134
มาตรฐานที่ 2	7.03	น้อย	7.17	น้อย	-1.000	.326
มาตรฐานที่ 3	24.90	น้อย	25.47	น้อย	-1.377	.179
มาตรฐานที่ 4	9.73	น้อย	9.90	น้อย	-1.153	.258
มาตรฐานที่ 5	7.50	น้อย	7.97	น้อย	-2.536	.017

*p<.05

จากตารางที่ 4 แสดงถึงการเปรียบเทียบความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America แยกตามมาตรฐานของกลุ่มควบคุม ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษา พบว่าไม่มีการเปลี่ยนแปลงด้านความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาในทุกมาตรฐานหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

ตารางที่ 5 ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษา

กลุ่ม	N	\bar{X}	S	t	p
กลุ่มทดลอง					
ก่อนเรียน	30	55.00	11.277	-27.122*	.000
หลังเรียน	30	111.07	3.581		
กลุ่มควบคุม					
ก่อนเรียน	30	54.50	10.789	-.924	.363
หลังเรียน	30	54.70	10.144		

*p<.05

จากตารางที่ 5 แสดงถึงการเปรียบเทียบความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษา พบว่ากลุ่มทดลองมีความแตกต่างกัน และกลุ่มควบคุมพบว่าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

ตารางที่ 6 ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America หลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่ม	N	\bar{X}	S	t	p
กลุ่มทดลอง	30	111.07	3.58	38.70*	.000
กลุ่มควบคุม	30	54.70	10.14		

*p<.05

จากตาราง 6 แสดงถึงการเปรียบเทียบความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America หลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษา ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

สรุปผลการวิจัย

1. แบบประเมินมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ .87 ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .96

2. การพัฒนาโปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America มีความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) จำนวน 5 ท่านอยู่ในระดับที่เหมาะสม

3. ผลของการใช้โปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America

3.1 การเปรียบเทียบความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America พบว่ามีความสามารถในการเรียนรู้ดีขึ้นหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 และกลุ่มควบคุมพบที่ไม่แตกต่างกัน

3.2 เมื่อพิจารณาแยกตามมาตรฐานของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America พบว่ามีความสามารถในการเรียนรู้ดีขึ้นในทุกมาตรฐาน หลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 และกลุ่มควบคุมพบที่ไม่แตกต่างกัน

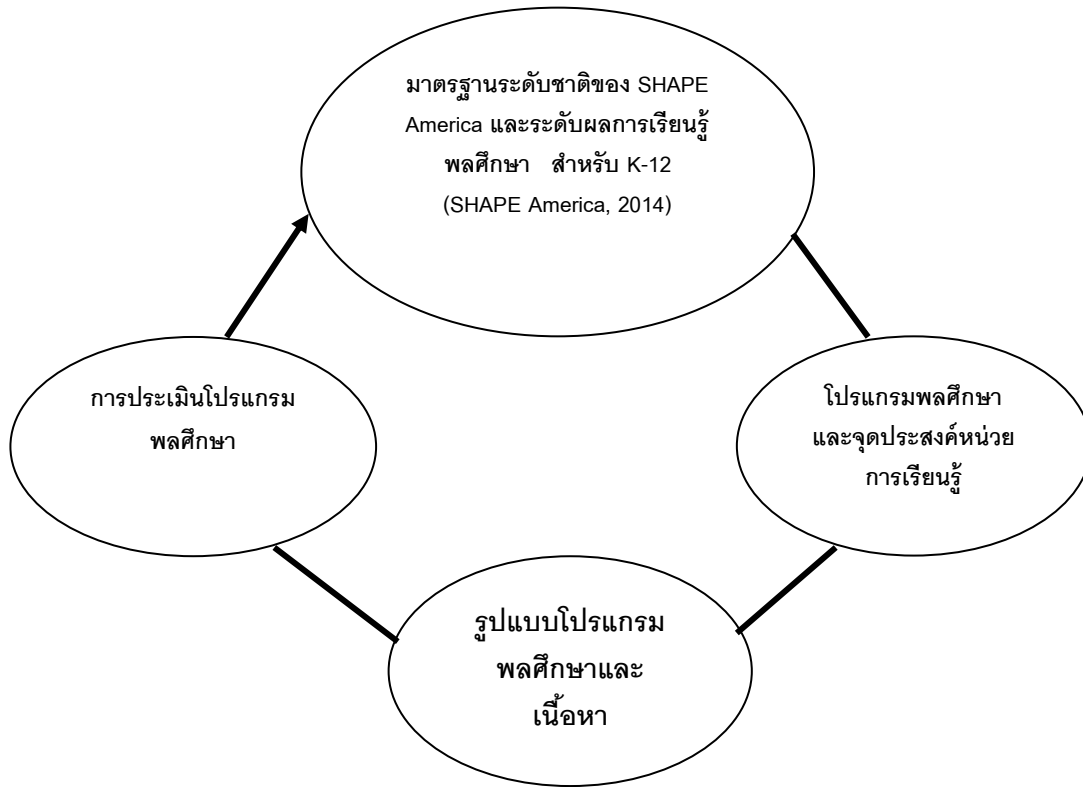
3.3 เปรียบเทียบความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America พบว่ามีความสามารถในการเรียนรู้แตกต่างกันหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 เมื่อพิจารณาแยก

ตามมาตรฐานระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America พบว่ามีความสามารถในการเรียนรู้แตกต่างกันในทุกมาตรฐาน หลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

อภิปรายผล

ผู้วิจัยได้พัฒนาโปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America โดยมีระยะเวลาในการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาทั้งสิ้น 16 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 วัน วันละ 1 ชั่วโมง ซึ่งโปรแกรมที่พัฒนามุ่งเน้นให้มีความทันสมัย สอดคล้องและเหมาะสมกับสภาพสังคมและการปฏิรูปการศึกษาที่เกิดขึ้นในสังคมไทย

จากผลการทดลองการใช้โปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America พบว่า ความสามารถในการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการเข้าร่วมโปรแกรมพลศึกษาตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America มีความสามารถในการเรียนรู้ที่แตกต่างกันในทุกมาตรฐาน เนื่องจากโปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ที่ผู้วิจัยสร้างมุ่งให้นักเรียนได้เรียนรู้ในกิจกรรมที่ตนเองมีความถนัดและสนใจ อีกทั้งยังสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ สอดคล้องกับ วรศักดิ์ เพียรชอบ (2548) ที่กล่าวว่า สำหรับในระดับชั้นมัศึกษานั้น การจัดโปรแกรมการสอนวิชาพลศึกษาควรจะมีอย่างต่อเนื่องและมีระดับที่สูงต่อจากระดับชั้นประถมศึกษา ทั้งนี้โดยมุ่งให้นักเรียนได้เรียนรู้ในกิจกรรมที่ตนเองมีความถนัดและความสนใจ สามารถที่จะนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้มากยิ่งขึ้น การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนในกิจกรรมต่าง ๆ อาจจะทำให้ให้นักเรียนได้เรียนตามรูปแบบของเกมหรือกีฬาอื่น ๆ อย่างแท้จริงได้ โปรแกรมพลศึกษาจะรวมทั้งความรู้ ทักษะ และประสบการณ์ในการเรียนรู้ที่จัดให้นักเรียนในโรงเรียน และมีการวางแผน ให้แนวทางประสบการณ์การเรียนรู้และการให้คำแนะนำ (Lund and Tannehill, 2015: 6-7) ดังนั้นโปรแกรมพลศึกษาหลาย ๆ ที่จึงจัดโปรแกรมพลศึกษาตามมาตรฐานให้กับนักเรียน โดยโปรแกรมพลศึกษาและจุดประสงค์ของบทเรียน รูปแบบโปรแกรมพลศึกษาที่มีความเฉพาะ เนื้อหา และการประเมินผลโปรแกรมพลศึกษา โดยมีแนวทางของโปรแกรมพลศึกษา (Mitchell and Walton-Fisette, 2016: 15) ดังภาพ



ภาพที่ 1 ส่วนประกอบของแนวทางโปรแกรมพลศึกษา
ที่มา: Mitchell and Walton-Fisette (2016: 15)

ดังนั้นโปรแกรมพลศึกษาในระดับมัธยมศึกษา ควรมีลักษณะที่ต้องช่วยให้นักเรียนสามารถเลือกกิจกรรมทางกายไปใช้ในชีวิตรประจำวันได้ นักเรียนสามารถปรับปรุงทักษะในด้านต่างๆ ประสบความสำเร็จจากการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและกิจกรรมทางกาย ซึ่งนำไปสู่การพัฒนา กิจกรรมทางกาย ส่งเสริมทักษะทางอารมณ์และสังคมจากการเข้าร่วม และสามารถพัฒนาความรู้ไปใช้ได้ ตลอดชีวิต สอดคล้องกับ พงษ์เอก สุกใส (2561: 16) ที่สรุปไว้ว่า การจัดการเรียนรู้ทางพลศึกษา เป็นการศึกษาแขนงหนึ่งที่ใช้กิจกรรมทางกาย เช่น การออกกำลังกาย กีฬา กิจกรรมอื่น ๆ ที่มีการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เป็นสื่อในการจัดการเรียนรู้ เป็นต้น เพื่อให้ผู้เรียนได้มีพัฒนาการ ทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เป็นอย่างดี โดยโปรแกรมพลศึกษาที่มีคุณภาพ ต้องมีลักษณะเป็นโปรแกรมที่ครอบคลุมมาตรฐานเนื้อหา ซึ่งสามารถใช้เป็นการวัดความก้าวหน้า ของผู้สอนและผู้เรียน ว่าเป็นไปตามมาตรฐานหรือไม่ โดยเป็นโปรแกรมที่นักเรียนเป็นศูนย์กลาง มีการกระตุ้นให้เกิดพัฒนาการ ตรงตามความสนใจ มีกิจกรรมที่หลากหลาย สอดคล้องกับความสามารถ ของผู้สอน ความสนใจของผู้เรียน คำนึงถึงความแตกต่างของผู้เรียน เน้นกระบวนการเรียนรู้ของทักษะ ไม่ใช่เน้นที่ผลของการปฏิบัติ เป็นโปรแกรมที่สอนกิจกรรมตลอดชีวิต ผู้เรียนสามารถสร้างเสริมสุขภาพได้ ด้วยตนเอง ให้อิสระแก่ผู้เรียนทางด้านความคิดสร้างสรรค์ วิเคราะห์ สังเคราะห์ และมีเกณฑ์ ในการประเมินผลความสำเร็จในการเรียน 3 ด้าน คือ ด้านทักษะ (PsychomotorDomain) ด้านความรู้

(Cognitive Domain) และด้านเจตคติ (Affective Domain) สอดคล้องกับอังคัมาริน เคนจัตุรัส และ จิรวาวัฒน์ ขจรศิลป์ (2559: 20) ที่สรุปไว้ว่า ครูต้องพัฒนาวางแผนโปรแกรมพลศึกษาและกีฬา เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ที่คงทนและเกิดทักษะตามที่ต้องการ ส่งเสริมให้นักเรียนเกิดความสนใจในการเรียนรู้ ต้องจัดโปรแกรมให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติจริงทุกคนอย่างทั่วถึง และก่อให้เกิดประสบการณ์ตรงกับนักเรียน จัดกิจกรรมและสถานการณ์เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนได้แสดงออกในกิจกรรมพลศึกษาและกีฬา และคิดอย่างสร้างสรรค์

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. การนำโปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ไปใช้ให้เกิดผลนั้นควรทำเป็นเวลา 16 สัปดาห์
2. โรงเรียนที่สนใจโปรแกรมพลศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ควรนำผลการวิจัยนี้ไปเป็นองค์ประกอบพื้นฐานในการพัฒนา กิจกรรมการสอนที่เหมาะสม

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการพัฒนาโปรแกรมพลศึกษาตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America สำหรับนักเรียนในระดับชั้นอื่น ๆ
2. ควรมีการพัฒนาโปรแกรมพลศึกษาตามมาตรฐานการเรียนรู้พลศึกษาของ SHAPE America ในรูปแบบกิจกรรมใหม่ๆ ให้เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงในอนาคต

กิตติกรรมประกาศ

บทความวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของงานวิจัยที่ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ แผนพัฒนาศักราชภาพบัณฑิตวิจัยรุ่นใหม่ ประจำปี 2561 ระดับปริญญาเอก

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2553). *แนวทางการจัดการเรียนรู้ในโรงเรียนมาตรฐานสากล World Class Standard School Instruction Guidelines*. กรุงเทพฯ: ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- พงษ์เอก สุกลไธ. (2561). “ครูพลศึกษาในศตวรรษที่ 21”. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยฟาร์อีสเทอร์น*. 12 (Supplement): 16.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2548). *รวมบทความเกี่ยวกับปรัชญา หลักการวิธีสอนและการวัดเพื่อประเมินผลทางพลศึกษา*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุวิมล ตั้งสัจจะพจน์. (2540). “หลักสูตรพลศึกษาที่มีความเป็นสากล”. *วารสารศึกษาศาสตร์ปริทัศน์*. 12(1): 41-47.

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1. (2561). *ข้อมูลสารสนเทศ ปีการศึกษา 2561 [ออนไลน์]*. สืบค้นเมื่อ 25 ธันวาคม 2561 จาก http://plan.sesao1.go.th/school_size.php,.

อังศุมารินทร์ เคนจัตุรัส และจิราวัฒน์ ขจรศิลป์. (2559). “รูปแบบโปรแกรมพลศึกษาและกีฬา ในกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ของโรงเรียนประถมศึกษา จังหวัดชลบุรี”. *วารสารวิชาการ สถาบันการพลศึกษา*. 8(3): 20.

Lund, J.L. and Tannehill, D. (2015). *Standards – Based Physical Education Curriculum Development*. MA: Jones and Bartlett.

Mitchell, S.A. and Walton-Fisette, J.L.. (2016). *The Essentials of Teaching Physical Education: Curriculum, Instruction, and Assessment*. IL: Human Kinetics.