

การเรียนรู้แบบโครงงานวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางสุขภาพและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

Learning project for the development of health and physical education, health, intelligence and academic achievement of students in grade 6

อรปรียา เขาวนะปัญจะ¹, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุชีรา มะหิเมือง²

¹นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

²อาจารย์ที่ปรึกษา

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบคะแนนประเมินความฉลาดทางสุขภาพกับเกณฑ์ประเมินที่ระดับ 60 ตามเกณฑ์หลักสูตรสถานศึกษา และเพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ที่ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้แบบโครงงาน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ นักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลปราณบุรี จำนวน 25 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ 1) แผนการจัดการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา 2) แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาและแบบวัดความฉลาดทางสุขภาพ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าสถิติพื้นฐาน และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน t-test Dependent และ t - test one - sample t - test

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผลการประเมินความฉลาดทางสุขภาพที่ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้แบบโครงงานวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หลังเรียนสูงกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 60 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 นักเรียนมีความฉลาดทางสุขภาพสูงกว่าเกณฑ์ประเมินที่ระดับ 60 ตามเกณฑ์หลักสูตรสถานศึกษา
2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา โดยเปรียบเทียบวิชาหรือกลุ่มสาระต่างๆ ในระดับชั้นเดียวกัน

คำสำคัญ : การเรียนรู้แบบโครงงาน / ความฉลาดทางสุขภาพ / ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

Abstract

This research has two objective to compare an evaluation score in health condition with evaluating criteria at 60 levels as per institute curriculum criteria and to compare a learning achievement of pre-learning and post-learning of primary students year 6 in Health and Physical Education which is arranged to gain experience about learning as project. The sample groups used in the research were primary students year 6 of Anubanpranburi School, total 25 persons. The tools used in data collection

were such as 1) health and physical education management plan 2) achievement tests in learning of learning substance group of Health and Physical Education and evaluation tests of health condition intelligence. The statistics used in data analysis, are basic statistics value, standard deviation, t-test dependent and one-sample t-test.

From the research result, it is found that:

1. The results of health condition intelligence which is arranged to gain educational experience as project of Health and Physical Education of primary education year 6 in post-learning are higher than 60% level criteria with statistical significance at 0.05 level; the students have health condition intelligence higher than 60 level criteria as per institute curriculum criteria.

2. Achievement of students after grade 6 Plants and Animals. By comparison of the various groups. In the same classes

Keywords: Learning project / Health literacy / learning achievement

บทนำ

สถานการณ์ที่พบอยู่ในขณะนี้จึงจำเป็นต้องรีบแก้ไขโดยเร็ว วิธีการหนึ่งคือทางสุขภาพต่อการดูแลตนเอง ครอบครัว โรงเรียน และชุมชน ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาวิธีการพัฒนาคุณสมบัติดังกล่าวในวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยนำการเรียนรู้แบบโครงงานมาเป็นกิจกรรมการเรียนการสอน เพื่อต้องการให้นักเรียนได้เรียนรู้จากการปฏิบัติจริงเป็นการบูรณาการในกลุ่มสาระต่าง ๆ เข้าด้วยกันเมื่อผู้เรียนได้ทำโครงงานเรื่องใดสิ่งที่ได้รับรู้คือ ความรู้จากเนื้อหาโครงงานนั้นอย่างลึกซึ้งเป็นทักษะการแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง และมีความสามารถในการถ้อยแถลงการเรียนรู้ของตนเองโดยผ่านกระบวนการแก้ปัญหา และยังได้คุณลักษณะอันพึงประสงค์ ได้แก่ มีความรับผิดชอบ อดทน เพียรพยายาม และมีความเชื่อมั่นในตนเองรู้จักทำงานร่วมกับผู้อื่น ซึ่งเป็นวิธีการศึกษาค้นคว้าอย่างมีระบบ มีขั้นตอน มีทักษะทางการเรียนรู้หนังสือ และทักษะทางสังคม เพื่อให้ผู้เรียนมีพฤติกรรมทางสุขภาพตามกระบวนการ 5 ขั้น ได้แก่ การเข้าถึง การเข้าใจ การประเมิน การใช้ความรู้ และการสื่อสาร เพื่อให้สามารถจัดสิ่งแวดล้อมที่ตีรวมทั้งการนำไปเป็นหลัก ในการดูแลตนเองให้มีสุขภาพที่ดี มีความสมบูรณ์ทั้งทางกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ ตลอดจนการส่งเสริมรักษาสุขภาพที่มีการเชื่อมโยงการเรียนรู้ของนักเรียน ครอบครัว โรงเรียน และชุมชน อันจะนำไปสู่การสุขภาพดีมีความฉลาดทางสุขภาพ (มูลนิธิเพื่อพัฒนาการศึกษาไทย, 2553, หน้า 3) และพัฒนาความรู้ความเข้าใจสาระการเรียนรู้ทางสุขภาพที่ดี

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนประเมินความฉลาดทางสุขภาพกับเกณฑ์ประเมินที่ระดับ 60 ตามเกณฑ์หลักสูตรสถานศึกษาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ที่ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้แบบโครงงานของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

2. เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระหว่างก่อน และหลังเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ที่ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้แบบโครงงาน

ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตประชากร ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556 ในเขตอำเภอปรางค์บุรี จำนวน 8 โรงเรียน ๆ ละ 1 ห้องเรียน รวม 8 ห้องเรียน และเป็นการจัดห้องแบบคละความสามารถด้านการเรียนรู้เก่ง ปานกลาง และอ่อน

2. ขอบเขตตัวแปร

ตัวแปรต้น ได้แก่ การจัดการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา โดยใช้การเรียนรู้แบบโครงงาน
ตัวแปรตาม ได้แก่ ความฉลาดทางสุขภาพ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลปรางค์บุรี

3. ขอบเขตเวลา ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการในช่วงภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556

การทบทวนวรรณกรรม

แนวคิดหลักการทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

1. ความฉลาดทางสุขภาพ

สุขภาพเป็นรากฐานสำคัญของชีวิตที่ทำให้มนุษย์สามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดีในการดูแลสุขภาพ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในสังคมปัจจุบันเพื่อให้มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ ทางสังคม และทางปัญญา

1.1 ความหมายของความฉลาดทางสุขภาพ

องค์การอนามัยโลก (1998, World Health Organization) ได้ให้แนวคิดความฉลาดทางสุขภาพให้ความหมายว่าเป็นทักษะทางสังคมและปัญญาซึ่งก่อให้เกิดแรงจูงใจและความสามารถของบุคคล เพื่อให้ เข้าถึง เข้าใจ และใช้สารสนเทศที่ได้รับเพื่อส่งเสริมและดำรงรักษาสุขภาพ

โดยสรุป ความฉลาดทางสุขภาพ หมายถึง ความสามารถทางการจัดการและการบริหารสุขภาพเพื่อการมีสุขภาพที่แข็งแรง ซึ่งจะส่งผลให้มีสุขภาพที่สมบูรณ์ทั้งทางด้านกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ มีปัญญา มีเจตคติ มีคุณธรรม และค่านิยมที่เหมาะสม ในการเข้าใจโลกรอบตัว สามารถปรับตัวให้อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี มีความเป็นอยู่อย่างปกติ เพื่อการมีสุขภาพที่ดีตลอดชีวิต

1.2 ความสำคัญของความฉลาดทางสุขภาพ

นันทวัน สุวรรณรูป (2545, หน้า, 6-11) กล่าวถึง ความสำคัญของความฉลาดทางสุขภาพที่เราควรนำไปปฏิบัติทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ 1. การส่งเสริมสุขภาพสตรี 2. อาหารและโภชนาการ 3. บุหรี่และแอลกอฮอล์ 4. การสร้างสิ่งแวดล้อม

โดยสรุป ความสำคัญของความฉลาดทางสุขภาพเป็นการเรียนรู้ถึงวิถีทางการดำเนินชีวิตเพื่อการมีสุขภาพที่แข็งแรงจิตใจที่มีความสุข สังคมที่ดี และมีครอบครัวที่อบอุ่น สามารถพัฒนาดูแลสุขภาพของตนเอง ครอบครัว ชุมชน และสภาพแวดล้อมให้ดีขึ้นอย่างเต็มประสิทธิภาพตลอดเวลา ซึ่งจะนำไปสู่การมีร่างกายที่แข็งแรง สภาพจิตที่สมบูรณ์ ปราศจากความเครียด ความกดดัน มีกำลังความเข้มแข็ง และการมีสุขภาพดี

2. การเสริมสร้างสุขภาพ

การเสริมสร้างสุขภาพเป็นกระบวนการที่ทำให้คนหรือชุมชนมีความรู้ และความเข้าใจ

สามารถดูแลตนเองเพื่อไม่ให้โรคร้ายมาเบียดเบียน และพัฒนาการดูแลสุขภาพของตนเองให้ดีขึ้น เพื่อให้มีความสมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อย่างเต็มประสิทธิภาพตลอดเวลา

2.1 ความหมายของการเสริมสร้างสุขภาวะ

วรรณิ จันทรสว่าง (2547, หน้า, 3) ได้กล่าวถึง ความหมายของการสร้างเสริมสุขภาวะ มีสาระสำคัญ 2 ประการ คือ

1. ความหมายเชิงกระบวนการเป็นการมองการสร้างเสริมสุขภาพเป็นกระบวนการเพิ่มความสามารถในการคุ้มภัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อสุขภาพและเป็นกระบวนการพัฒนาสุขภาพ โดยอาศัยกิจกรรมต่าง ๆ การสนับสนุนการศึกษาและสิ่งแวดล้อม

2. ความหมายเชิงผลลัพธ์เป็นการมองว่า การสร้างเสริมสุขภาพของการดำรงชีวิตที่ส่งผลให้บุคคล ครอบครัว ชุมชน และสังคมมีภาวะสุขภาพที่สมบูรณ์หรือมีสุขภาพดีเท่าที่จะเป็นไปได้

โดยสรุป การเสริมสร้างสุขภาวะเป็นกระบวนการเพิ่มความสามารถของบุคคลที่ดูแลสุขภาพตนเอง เพื่อสร้างเสริมให้บุคคลมีสุขภาพทางกาย จิต และสังคม จะส่งผลให้บุคคลนั้นมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรงอายุยืนยาว มีศาสนธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ และคุณภาพชีวิตที่ดี

2.2 หลักการเสริมสร้างสุขภาวะ

หลักการสร้างสุขภาวะเป็นการให้ความรู้ และการใช้ชีวิตที่ถูกต้องโดยคำนึงถึงปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม และสังคมในปัจจุบัน โดยมุ่งเน้นถึงการลดปัจจัยที่เป็นสาเหตุทำลายสุขภาพและสิ่งแวดล้อม วรรณิ จันทรสว่าง (2547, หน้า, 4) ได้กล่าวถึงหลักสร้างเสริมสุขภาวะไว้ 5 ประการ ดังนี้

1. จะต้องครอบคลุมประชากรทุกกลุ่มในบริบทที่ดำเนินชีวิตอยู่ไม่มุ่งแต่เฉพาะกลุ่มเสี่ยง
2. มุ่งไปที่สาเหตุหรือปัจจัยกำหนดสุขภาพ
3. จะต้องนำมาบูรณาการวิธีการที่หลากหลายแต่ส่งเสริมกันได้แก่ การสื่อสาร การศึกษา กฎหมาย มาตรการภาษีอากร การปรับเปลี่ยนองค์กร การพัฒนาชุมชน
4. มีจุดหมายให้เกิดการมีส่วนร่วมของสาธารณชนอย่างแท้จริง
5. บุคลากรทางสุขภาพจะต้องเป็นผู้มีบทบาทที่สำคัญ ในการเพิ่มความสามารถสร้างเสริมสุขภาพประชาชน

โดยสรุป หลักการเสริมสร้างสุขภาพ ควรเริ่มตั้งแต่วัยทารกจนถึงวัยสูงอายุ เพื่อให้ครอบครัวมีสุขภาพดี และการดูแลเอาใจใส่ เพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพในระดับตั้งแต่ตนเอง ครอบครัว โรงเรียน และชุมชน การดำเนินงานส่งเสริมด้านสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ เพื่อให้ประชาชนในชุมชนมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นตามศักยภาพของตนเองในการสร้างเสริมต้องมีองค์ประกอบสำคัญต่อไปนี้ 1) ใช้วิธีการผสมผสานที่หลากหลายให้ความร่วมมือโดยบูรณาการอย่างต่อเนื่องเน้นปัจจัยที่เป็นสาเหตุทำลายสุขภาพ ได้แก่ สถานที่ คน และภาวะเสี่ยง 2) สร้างและดูแลเอาใจใส่สิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ เช่น ให้ข้อมูลข่าวสาร ในทางการศึกษาและการส่งเสริมทักษะในการดูแลตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี 3) ปรับเปลี่ยนระบบการบริการทางสุขภาพโดยอาศัยเทคโนโลยีทางการแพทย์

3. กระบวนการปฏิบัติที่ทำให้การเกิดความฉลาดทางสุขภาวะ

กระบวนการปฏิบัติที่ทำให้การเกิดความฉลาดทางสุขภาวะ เป็นการเรียนรู้เพื่อให้รู้วิธีที่จะเข้าถึงในการปฏิบัติ และมีส่วนร่วมสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ กับผู้อื่นในกิจการทั้งปวงของมนุษย์ เป็นการเรียนรู้

การดำรงชีวิตชีวิตให้มีสติปัญญา มีไหวพริบ เข้าใจโลกรอบตัว และทำให้เกิดความฉลาดทางสุขภาวะไว้ดังนี้ ลัดดา ภูเกียรติ (2552, หน้า, 21) ได้กล่าวว่า กระบวนการปฏิบัติที่ทำให้เกิดความฉลาดทางสุขภาวะ เกี่ยวกับการเรียนรู้แบบโครงการมีจุดมุ่งหมาย เพื่อต้องการมุ่งเน้นให้นักเรียนได้คิดเอง ทำเอง แก้ปัญหาด้วยตนเอง เริ่มตั้งแต่การคิดปัญหาที่นักเรียนสนใจจะศึกษา ทำการวางแผนแก้ปัญหาศึกษาข้อมูลลงมือปฏิบัติ รวบรวมข้อมูลที่ศึกษา ทดลอง บันทึกผลสรุปผล และนำเสนอผลการศึกษาค้นคว้าเผยแพร่ให้ผู้อื่นต่อไป ซึ่งจะครอบคลุมกระบวนการเรียนรู้ที่มีระบบชัดเจน

โดยสรุป การเรียนรู้แบบโครงการ เป็นวิธีการเรียนรู้ที่ผู้เรียนมีความสนใจศึกษาค้นคว้าหาคำตอบให้ลึกซึ้งชัดเจนมากขึ้นเกี่ยวกับเรื่องนั้น ๆ เพื่อให้ผู้เรียนมีเสรีภาพในการทำงาน แสวงหาความรู้ อย่างอิสระตามความถนัดสามารถเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นผู้รู้จักคิด รักการเรียนรู้ มีเจตคติที่ดี มีวินัย มีความรับผิดชอบ มีทักษะในการสื่อสาร และสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมอยู่ร่วมกันอย่างเป็นประชาธิปไตย รู้จักให้อภัย ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จ มีความเข้าใจ และเห็นใจผู้อื่นมีความเชื่อมั่น เห็นคุณค่าในตนเอง

4. การเรียนรู้แบบโครงการ

พิมพันธ์ เดชะคุปต์ และคณะ(2551, หน้า , 28)ได้กล่าวถึง การเรียนรู้แบบโครงการแบ่งเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. โครงการประเภทสำรวจ เป็นการสำรวจความรู้ที่มีอยู่แล้วตามธรรมชาติ หรือสภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน เพื่อสำรวจ และรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องใดเรื่องหนึ่งแล้วนำข้อมูลที่ได้จากการสำรวจนั้น มาจำแนกเป็นหมวดหมู่ และนำเสนอแบบต่าง ๆ อย่างมีแบบแผน เพื่อให้เห็นถึงลักษณะความสัมพันธ์ของเรื่องดังกล่าวได้ชัดเจนยิ่งขึ้น การปฏิบัติตามโครงการนี้นักเรียนจะต้องไปศึกษารวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น สอบถาม สัมภาษณ์ สำรวจโดยใช้เครื่องมือ เช่น แบบสังเกต แบบสัมภาษณ์ แบบบันทึก ฯลฯ ในการรวบรวมข้อมูลที่ต้องการศึกษา

2. โครงการประเภททดลอง เป็นโครงการที่มีวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาเรื่องใดเรื่องหนึ่งว่าจะเกิดอะไรขึ้น เมื่อมีการทดลองสิ่งๆที่จัดทำขึ้นคือ ตัวแปรต้น เพื่อศึกษาว่าจะมีผลต่อตัวแปรที่ต้องการศึกษา คือตัวแปรตามอย่างไร มีการควบคุมตัวแปรอื่นๆ คือตัวแปรควบคุมที่อาจมีผลต่อตัวแปรตาม

3. โครงการประเภทสังเคราะห์ โครงการประเภทนี้มีวัตถุประสงค์คือ การนำความรู้ทฤษฎี หลักการหรือแนวคิดมาประยุกต์ใช้ การประดิษฐ์เป็นเครื่องมือ เครื่องใช้ต่างๆ เพื่อประโยชน์ในการเรียน การทำงานหรือใช้สอยอื่น ๆ การประดิษฐ์คิดค้นตามโครงการนี้อาจเป็นการประดิษฐ์ขึ้นมาใหม่ โดยที่ยังไม่มีใครทำ หรืออาจเป็นการปรับปรุงเปลี่ยนแปลง และดัดแปลงของเดิมให้มีประสิทธิภาพสูงขึ้นกว่าที่เป็นอยู่ รวมทั้งการสร้างแบบจำลองต่าง ๆ โครงการประเภทนี้มีการทดลองเพื่อปรับปรุงแก้ไขเป็นระยะ จึงเรียกว่า โครงการทดลองเชิงพัฒนา

โดยสรุป ประเภทการเรียนรู้แบบโครงการ แบ่งได้ตามแนวคิดของนักการศึกษาหลายท่าน ที่ผู้สอนสามารถเลือกใช้ให้เหมาะสมกับเนื้อหาในกลุ่มสาระนั้น ๆ จัดกระบวนการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญเพื่อให้เด็กนักเรียนได้ศึกษา สำรวจ ค้นคว้า ทดลอง การประดิษฐ์คิดค้น ตามลักษณะของการเรียนรู้แบบโครงการของแต่ละประเภทโดยมีครูเป็นผู้ แนะนำ ช่วยเหลือ และให้คำปรึกษาอย่างใกล้ชิด เพื่อให้เด็กนักเรียนได้บรรลุตามวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้แบบโครงการประเภทนั้น ๆ

5. การประเมินผลการเรียนรู้แบบโครงการ

การประเมินผลการเรียนรู้แบบโครงการเป็นการตัดสินหรือกระบวนการตีความจากสิ่งที่วัดได้ โดยอาศัยวิธีการอย่างมีระบบมีแบบแผนในการรวบรวมข้อมูล ตลอดจนเหตุผลเพื่อนำมาประกอบในการพิจารณา กิจกรรมนั้นเหมาะสมหรือไม่ และบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ได้มากน้อยเพียงใด นักการศึกษา ได้กล่าวถึง การประเมินการเรียนรู้แบบโครงการ ไว้ดังนี้

บลูม (Bloom et. , 1971 : Shaw & Fisher, p1999) กล่าวว่า การประเมินผลการเรียนรู้แบบโครงการ หมายถึง การใช้วิธีการประเมินด้วยวิธีการที่หลากหลายและควรมีผู้ประเมินหลายคน เพื่อประเมินการเรียนรู้ได้อย่างครอบคลุมถูกต้อง มีความเที่ยงตรง อีกทั้งสามารถให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feed back) ให้กับผู้เรียนเพื่อจะได้นำไปวิเคราะห์และปรับปรุงตนเอง

โดยสรุป การประเมินการเรียนรู้แบบโครงการ หมายถึง การตัดสินจากการเรียนรู้อย่างครอบคลุม มีความเที่ยงตรง รอบคอบเป็นสิ่งที่จำเป็น ดังนั้นครูควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเรียนการสอน และการประเมินผลอย่างชัดเจนถูกต้อง มีความเที่ยงตรง อีกทั้งสามารถให้ข้อมูลย้อนกลับ ให้กับผู้เรียนเพื่อจะได้นำไปวิเคราะห์และปรับปรุงตนเองให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ของการจัดการเรียนการสอน

6. สาระและมาตรฐานกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 กล่าวถึง สุขศึกษาและพลศึกษา เป็นการศึกษาด้านสุขภาพที่มีเป้าหมายเพื่อการดำรงสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และชุมชนให้ยั่งยืน

สุขศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้รับพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพควบคู่ไปด้วยกัน

พลศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมและกีฬา เป็นเครื่องมือในการพัฒนาโดยรวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา รวมทั้งสมรรถภาพ เพื่อสุขภาพและกีฬา

7. สถานการณ์โรคอ้วนของเด็กไทย

สิวาพร วัฒนรัตน์ และคณะ (2552, หน้า, 7) กล่าวว่า ความอ้วนเป็นภัยเงียบที่กำลังคุกคามสุขภาพของคนในยุคปัจจุบันประเทศไทยมีปัญหาเด็กอ้วนนับวันจะรุนแรง และได้ศึกษางานวิจัยของ พ.ญ.ลัดดาเหมาะสมสุวรรณ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ได้ทำการวิจัยพบว่า นักเรียน 1,373 คน เด็กมีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน 11.5% ในขณะที่เด็กกรุงเทพฯ มีน้ำหนักเกิน 14% และยังพบอีกว่า ถ้าพ่อแม่พ่อแม่จะมีลูกอ้วนเพียง 2.6%และขณะที่พ่อแม่อ้วนลูกจะมีโอกาสถึง 23.3% จึงทำให้เกิดข้อสงสัยว่า อ้วนจากพันธุกรรมหรือสิ่งแวดล้อมอันได้แก่วิถีการกินอยู่ในบ้านกันแน่ เมื่อได้ศึกษาเปรียบเทียบรายได้ของครอบครัวกับความอ้วนแล้ว พบว่า ครอบครัวยังมีรายได้สูงเด็กก็ยิ่งอ้วนและทำให้เชื่อว่า ความอ้วนของเด็กมาจากความเคยชินในบ้านที่พ่อแม่ได้สร้างกันขึ้นมามากกว่าและจากการศึกษาเด็กอ้วนจำนวน 77 คน (พ.ศ. 2544-2545) ของคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล พบว่า เด็กเหล่านี้มีระดับโคเลสเตอรอลสูงผิดปกติถึงร้อยละ 45 และมีไตรกลีเซอไรด์สูงผิดปกติถึงร้อยละ 34 มีระดับอินซูลินสูงผิดปกติถึงร้อยละ 88 ที่แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงของระบบการทำงานของร่างกาย หรือการเปลี่ยนแปลงทางเมตาบอลิซึมอันเป็นสาเหตุของความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่าง ๆ โดยเฉพาะโรคหลอดเลือด โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง ไขมันในเส้นเลือดสูง เบาหวาน ข้ออักเสบ นิ้วในถุงน้ำดี มะเร็งบางชนิด ตลอดจนโรคกระดูกขาโก่ง เป็นต้น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ชวลิต สีหามาตย์ (2547) ได้ศึกษาผลการใช้วิธีการสอนแบบโครงงานวิทยาศาสตร์ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และเจตคติต่อวิชาสุขศึกษา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาผลการใช้วิธีการสอนแบบโครงงานวิทยาศาสตร์ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสุขศึกษา และเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและเจตคติต่อวิชาสุขศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนชุมพลโพธิ์พิสัย จังหวัดหนองคาย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2546 โดยการใช้แบบแผนวิจัยกลุ่มเดียว และสอบก่อนและสอบหลัง เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้วิชาสุขศึกษา แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบ (t - test) แบบ Dependent Samples. ผลการวิจัยพบว่า 1. ผลการศึกษาเปรียบเทียบแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสุขศึกษาก่อนเรียนและหลังเรียนโดยวิธีการสอนแบบโครงงานพบว่า หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 2. ผลการเปรียบเทียบเจตคติต่อวิชาสุขศึกษาหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยก่อนเรียนนักเรียนมีเจตคติต่อวิชาสุขศึกษาอยู่ในระดับมากและหลังเรียนอยู่ในระดับมากที่สุด

แซควิก และคณะ (Saksvig et al, 2005 p. 2392 - 2398) ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมนำร่องเกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร และการเคลื่อนไหวออกกำลังในนักเรียนเกรด 3, 4, 5 เป็นชนพื้นเมืองเมืองชาว Ojibway - Cree x ประเทศแคนาดา จำนวน 122 คน รูปแบบการศึกษาเป็นแบบ Pretest / post- test , single - sample design มีการติดตามผลใน 1 ปี รูปแบบของโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวออกกำลังที่กลุ่มทดลองได้รับด้วยการใช้ตัวแบบ คือ การเปิดโอกาสให้นักเรียนเป็นแบบอย่างซึ่งกันและกัน เช่น กิจกรรม “ video cooking club” ให้นักเรียนสาธิตวิธีการเตรียมอาหารว่างเพื่อสุขภาพ ผลการศึกษาพบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเอง เรื่องการบริโภคอาหารหลังการทดลองดีขึ้นกว่าช่วงก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

โดยสรุป จากการศึกษาทั้งในประเทศและต่างประเทศ พบว่า การใช้วิธีการสอนแบบโครงงานที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา จากการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนความสามารถในการแก้ปัญหาและมีเจตคติต่อวิชาสุขศึกษา ก่อนเรียนและหลังเรียนพบว่า หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนนักเรียนมีเจตคติต่อวิชาสุขศึกษาและจากศึกษางานวิจัยโดยใช้แบบสำรวจ และการสังเกตภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์โรคอ้วนของนักเรียน ต่อพฤติกรรมกรรมการรับประทานอาหารด้วยการให้รางวัลตนเองและลงโทษกับผู้วิจัย และการวิจัยแบบการใช้โปรแกรมลดน้ำหนักด้วยวิธีควบคุมตนเอง และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร และการเคลื่อนไหวออกกำลัง ซึ่งทำให้นักเรียนได้มีความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติตัวในการลดน้ำหนักได้ถูกต้องมากขึ้น ตลอดจนเป็นการฝึกให้นักเรียนรู้จักการบันทึกการอาหารและจำนวนแคลอรีในแต่ละวัน ช่วยให้นักเรียนรู้จักควบคุมการรับประทานอาหารของตนเองและการลดน้ำหนักได้ จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยได้นำไปศึกษาเพื่อให้นักเรียนได้รับความรู้และสามารถนำไปใช้แก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เรื่องการบริโภคอาหารและการดูแลสุขภาพของตนเองและครอบครัวให้มีสุขภาพที่ดีได้

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยการเรียนรู้แบบโครงงานวิชาสุศึกษาและพลศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทาง สุภาวะ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง

2. ขั้นตอนการวิจัย

1. แผนการจัดการเรียนรู้วิชาสุศึกษาและพลศึกษา จำนวน 8 แผน

2. แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์แบบปรนัยเลือกตอบ จำนวน 30 ข้อ สารการเรียนรู้ สุศึกษา และพลศึกษา ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

3. แบบวัดความฉลาดทางสุภาวะ

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ในคาบแรกของการทดลอง ให้นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน (pre-test) โดยใช้แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพื่อเก็บเป็นคะแนนพื้นฐานของแต่ละคน

2. บันทึกข้อมูลลงในแบบประเมินการทำกิจกรรมการเรียนรู้แบบโครงงาน เพื่อพัฒนาความฉลาดทางสุภาวะ ด้วยกระบวนการ 5 ขั้นตอน ได้แก่ การเข้าถึง การเข้าใจ การประเมิน การใช้ความรู้และการสื่อสาร กับเกณฑ์วัดระดับความฉลาดทางสุภาวะ 3 ระดับ ได้แก่ 1) ระดับปฏิบัติส่วนตัว 2) ระดับปฏิสัมพันธ์ 3) ระดับวิจารณ์ญาณ

3. จัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบโครงงานตามแผนการจัดการเรียนรู้รวมทั้งหมด 8 แผน

4. ในคาบสุดท้ายสัปดาห์ที่ 14 ให้นักเรียนทำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (post-test) จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ต่อไป

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

หาค่าเฉลี่ยคะแนนการทดสอบผลสัมฤทธิ์และความฉลาดทางสุภาวะก่อนเรียนและหลังเรียน โดยใช้ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้ t-test Dependent เป็นเปรียบเทียบผลการประเมินความฉลาดทางสุภาวะตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ที่ระดับ 60% โดยใช้สถิติที่ แบบ one - sample t - test

ผลการวิจัย

การวิจัยการเรียนรู้แบบโครงงานวิชาสุศึกษาและพลศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทาง สุภาวะ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้แบบโครงงาน ผู้วิจัยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. ผลการประเมินความฉลาดทางสุภาวะที่เกิดจากการเรียนรู้แบบโครงงานวิชาสุศึกษาและพลศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางสุภาวะของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยนำเสนอเปรียบเทียบคะแนนประเมินความฉลาดทางสุภาวะ กับเกณฑ์ประเมินที่ระดับ 60 ตามเกณฑ์หลักสูตรสถานศึกษาวิชาสุศึกษาและพลศึกษาที่ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้แบบโครงงานของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยนำเสนอผลการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อน และ

หลังเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ที่ได้รับการจัดประสบการณ์ การเรียนรู้แบบโครงงาน

ผลการประเมินความฉลาดทางสุขภาวะที่เกิดจากการเรียนรู้แบบโครงงานวิชาสุขศึกษาและ พลศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางสุขภาวะของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางสุขภาวะ เทียบกับเกณฑ์ร้อยละ 60

คะแนนความฉลาดทางสุขภาวะ	\bar{X}	S.D	t	P - Value
คะแนนความฉลาดทางสุขภาวะหลังเรียน	21.96	2.922	6.78	0.000

หมายเหตุ: คะแนนเต็ม 30 คะแนน และเกณฑ์ร้อยละ 60 คิดเป็นคะแนน 18 คะแนน ระดับนัยที่ระดับ .05

จากตารางที่ 1 พบว่า ผลการทดสอบความฉลาดทางสุขภาวะหลังเรียนของนักเรียน มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 21.96 (S.D. = 2.922) และเมื่อเปรียบเทียบผลการทดสอบความฉลาดทางสุขภาวะหลังเรียนของ นักเรียนเทียบกับเกณฑ์ร้อยละ 60 พบว่า คะแนนทดสอบความฉลาดทางสุขภาวะหลังเรียนสูงกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 60 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ($P\text{-Value} = \frac{0.000}{2} = 0.000$) แสดงว่า นักเรียนมีความฉลาด ทางสุขภาวะสูงกว่าเกณฑ์ประเมินที่ระดับ 60 ตามเกณฑ์หลักสูตรสถานศึกษา

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนโดยจัดประสบการณ์ การเรียนรู้แบบโครงงาน ก่อนและหลังเรียน

คะแนนผลสัมฤทธิ์	\bar{X}	S.D	t	P - Value
ก่อนเรียน	15.32	3.50	19.09	0.000
หลังเรียน	21.96	2.922		

N = 32

จากตารางที่ 2 พบว่า คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนโดยจัดประสบการณ์การเรียนรู้แบบ โครงงานเฉลี่ยก่อนเรียน 15.32 คะแนน (S.D. = 3.50) คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนโดยจัด ประสบการณ์การเรียนรู้แบบโครงงานหลังเรียน 21.96 คะแนน (S.D. = 2.922) เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ก่อนและหลังเรียนพบว่า คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนโดยจัดประสบการณ์การเรียนรู้แบบโครงงาน หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($P\text{-Value} = \frac{0.000}{2} = 0.000$) แสดงว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลปราณบุรี สำนักงาน เขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาประจวบคีรีขันธ์ เขต 2 วิชาสุขศึกษาและพลศึกษาหลังการจัดประสบการณ์ การเรียนรู้แบบโครงงานสูงกว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียน

อภิปรายผลการวิจัย

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบโครงงานวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ช่วยให้นักเรียนมีความฉลาดทางสุขภาพสูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นิกุล มณีรัตน์ (2548) ได้ศึกษาผลการสอนโดยใช้โครงงานวิทยาศาสตร์เรื่อง อาหารและสารอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 มีวัตถุประสงค์ เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมโครงงาน และเปรียบเทียบความสามารถในการแก้ปัญหา ก่อนเรียน และหลังเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมโครงงาน ผลการวิจัย พบว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมโครงงานสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และคะแนนความสามารถในการแก้ปัญหาของนักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมโครงงานหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมโครงงาน มีพฤติกรรมด้านจิตศาสตร์ทั้ง 6 ด้านอยู่ในระดับดี และ นัยนา ชนะนะเพีย (2548) ได้ศึกษาการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบโครงงานวิทยาศาสตร์ เรื่อง สารเคมีที่ใช้ในชีวิตประจำวัน สารการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบโครงงานวิทยาศาสตร์ที่มีประสิทธิภาพ ศึกษาดัชนีประสิทธิผลของแผนการจัดการเรียนรู้และความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อเรียนรู้แบบโครงงานวิทยาศาสตร์ ผลการศึกษาพบว่า แผนการจัดการเรียนรู้แบบโครงงานวิทยาศาสตร์ มีประสิทธิภาพ 82.82/ 73.60 ดัชนีประสิทธิผลของแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบโครงงานวิทยาศาสตร์ นักเรียนมีความรู้เพิ่มขึ้นร้อยละ 65.70 งานวิจัยของ ชวลิต สีหามาตย์ (2547) ได้ศึกษาการสอนแบบโครงงานวิทยาศาสตร์ที่มีต่อทางการเรียนและเจตนาคติต่อวิชาสุขศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ผลการวิจัยพบว่า ผลการศึกษาโดยวิธีสอนแบบโครงงานหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผลการเปรียบเทียบเจตนาคติต่อวิชาสุขศึกษาหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นักเรียนมีเจตนาคติต่อวิชาสุขศึกษาอยู่ในระดับมากที่สุด สอดคล้องกับ พิมพันธ์ เดชะคุปต์ และคณะ (2552, หน้า, 27) กล่าวถึง การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นวิธีการจัดการเรียนการสอนให้นักเรียนได้ใช้ความคิดต่าง ๆ ในแต่ละขั้นตอนเปิดโอกาสให้นักเรียนนั้นใช้คิดบ่อย ๆ การทำโครงงานเป็นการช่วยพัฒนาการคิดต่าง ๆ และสอดคล้องกับ บุรชัย สิริมหาสาคร (2553, หน้า 11) ได้กล่าวว่า การเรียนรู้แบบโครงงานเป็นกิจกรรมที่เหมาะสมในการฝึกให้ผู้เรียนรู้จักคิด รู้จักทำ รู้จักแก้ปัญหาด้วยตัวเอง เริ่มตั้งแต่การระดมความคิดเห็นในการหาหัวข้อโครงงาน การตั้งชื่อโครงงานใหม่ที่น่าสนใจ ซึ่งผู้เรียนแต่ละคนต้องใช้เวลา ความสามารถที่มีอยู่อย่างเต็มที่ในการศึกษาค้นคว้าหาข้อมูล การเลือกสรรข้อมูล รวมไปถึงแหล่งข้อมูลที่จะค้นคว้าเพื่อนำไปสู่การเรียนรู้ของตนเองทั้งบุคคล สถานที่ และเอกสารต่าง ๆ

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้งาน

1.1 จากผลการวิจัย พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาหลังการจัดประสบการณ์การเรียนรู้แบบโครงงานสูงกว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียน ดังนั้นครูผู้สอน จึงควรนำการเรียนรู้แบบโครงงานของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ไปใช้กับนักเรียน ซึ่งจะส่งผลดีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและเพิ่มพูนประสิทธิภาพในการสอนของครูโดยมีกิจกรรมที่ควรปฏิบัติ

1.2 การเรียนรู้แบบโครงงานวิชาสุศึกษาและพลศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางสุขภาวะของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เป็นการเรียนรู้ที่นักเรียนต้องศึกษาค้นคว้าจากแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ ด้วยตนเองและทำกิจกรรมร่วมกันเป็นกลุ่ม ทำให้นักเรียนมีความฉลาดทางสุขภาวะดีขึ้น ดังนั้นครูผู้สอนจึงควรนำกิจกรรมการเรียนรู้ไปจัดการเรียนการสอนเพื่อให้นักเรียนรู้จักการดูแลสุขภาพที่ดีและปลอดภัยได้

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

2.1 ควรนำการเรียนรู้แบบโครงงานวิชาสุศึกษาและพลศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางสุขภาวะไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นอื่น ๆ เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนว่าชั้นใดจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่ากัน

2.2 ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับการเรียนรู้แบบโครงงานกับสาระการเรียนรู้อื่น ๆ เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนเห็นความสำคัญในการดูแลสุขภาพของตนเองเพื่อนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันให้มีสุขภาพที่ดี

เอกสารอ้างอิง

กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). **หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน**. กรุงเทพฯ:

โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด .

พิมพ์พันธ์ เดชะคุปต์ และคณะ. (2551). **การสอนคิดด้วยโครงงาน**. กรุงเทพฯ:

สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ชวลิต สีหามาตย์. (2547). **ผลการใช้วิธีสอนแบบโครงงานวิทยาศาสตร์ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและเจตคติต่อวิชาสุศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4**.

วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี.

นันทวัน สุวรรณรูป. (2545). “ **ปัญหาสุขภาพและการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพของประชาคมโลก และสมรรถนะของพยาบาลในการส่งเสริมสุขภาพ**” คู่มือการสอนการส่งเสริมสุขภาพในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต หน้า 1- 18 ที่ประชุมคณบดีและหัวหน้าสถาบันการศึกษาสาขาพยาบาลศาสตร์ของรัฐในสังกัดทบวงมหาวิทยาลัยของรัฐ.

นิกุล มณีรัตน์. (2548). **ผลการสอนโดยใช้กิจกรรมโครงงานวิทยาศาสตร์ เรื่องสารอาหาร ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสุนทรวิจิตร จังหวัดนครพนม**. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

พิมพ์พันธ์ เดชะคุปต์ และคณะ.(2551). **การสอนคิดด้วยโครงงาน**. กรุงเทพฯ:

สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ลัดดา ภูเกียรติ. (2552). **การสอนแบบโครงงานและการสอนแบบใช้วิจัยเป็นฐาน : งานที่ครูประถมทำได้**. กรุงเทพฯ: สาสะแอนด์ซันพริ้นตัง จำกัด.

วรรณิ จันทร์สว่าง. (2547). “**แนวคิดการสร้างเสริมสุขภาพ**” เอกสารคำสอนรายวิชาพยาบาลเพื่อการเสริมสร้างสุขภาพ หน้า 1-14. สงขลา : คณะพยาบาลศาสตรมหาวิทาลัยสงขลานครินทร์.

Saksvig, B,I ; et al. (2005). **A Pilot School-Based Healthy Eating and Physical Activity Intervention Improves Diet. Food Knowledge. And Self-Efficaty For Native Canadian. Children.** J Nutr, 135, 2392 – 2398.

Bloom ,B.S., (1971). **Hasting, J. T., and Modon, G.F. Handbook on Formative and Summative Evaluation of Student Learning.** New York McGraw – Hill Book.