



ชื่อเรื่อง : การพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่ของนักเรียนโดยใช้กิจกรรมกลางแจ้ง

ชื่อผู้วิจัย : นางสาวสุนทรี ดีศิริ

ประเภทผลงานวิชาการ : ผลงานวิจัย วิจัยเพื่อแก้ปัญหา (ผลสัมฤทธิ์/ ทักษะ /พัฒนาการ)
 วิจัยเพื่อพัฒนา (ผลสัมฤทธิ์/ ทักษะ /พัฒนาการ)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่ กล้ามเนื้อเล็กและการประสานสัมพันธ์ของอวัยวะต่างๆ ส่งเสริมให้ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี ส่งเสริมให้เกิดความสนุกสนาน ผ่อนคลายเครียด รู้จักปรับตัว เล่นและทำงานร่วมกับผู้อื่น เรียนรู้การระวังรักษาความปลอดภัยทั้งตนเองและผู้อื่น และรู้จักการตัดสินใจและแก้ปัญหาด้วยตนเองโดยมีวิธีดำเนินการกับกลุ่มเป้าหมายของงานวิจัย เด็กที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับอนุบาล 2/3 ปีการศึกษา 2563 จำนวน 4 คน มีน้ำหนัก ส่วนสูงไม่ถึงเกณฑ์กำหนด และการเคลื่อนไหวร่างกายขาดความคล่องแคล่ว กลัวความสูง เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ กิจกรรมกลางแจ้ง วิเคราะห์ข้อมูล โดยหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และการทดสอบค่า (t-test แบบ one sample)

ผลการศึกษาพบว่า

1. ผลการพัฒนาวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมพัฒนาการกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กให้แข็งแรง สมบูรณ์ มีน้ำหนัก ส่วนสูงเป็นไปตามเกณฑ์พร้อมเคลื่อนไหวอย่างคล่องแคล่ว
2. ผลการประเมินความพึงพอใจนักเรียนทั้ง 4 คน มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง สมบูรณ์ มีน้ำหนัก ส่วนสูงเป็นไปตามเกณฑ์พร้อมเคลื่อนไหวอย่างคล่องแคล่ว