

บทความวิจัย (Research Article)

การพัฒนาหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์

A Development of Activity Curriculum on Imagery and Relaxation for Students Participating Performing Arts Competition

กฤษฎิกานต์ ศรีเทา^{1*} และวิเชียร ชำรงโสทธิสกุล²

Krittikan Sritao^{1*}, and Wichian Thamrongsotthisakul²

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ ดำเนินการวิจัยโดยใช้กระบวนการวิจัยและพัฒนา มี 3 ขั้นตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 การสร้างและตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คน ตรวจสอบความเหมาะสมและนำหลักสูตรไปทดลองนำร่องเพื่อศึกษาความเป็นไปได้ ตอนที่ 2 ทดลองการใช้หลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ โรงเรียนสว่างแดนดิน อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดสกลนคร ที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ในงานประเพณีมหรพราหมณ์โปงลาง ที่จังหวัดกาฬสินธุ์ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 จำนวน 12 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง ใช้เวลาทดลอง 20 ชั่วโมง ตอนที่ 3 การประเมินความพึงพอใจที่มีต่อกิจกรรมของหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในรูปของผลต่างของคะแนน (Difference Score) ผลการวิจัยพบว่า

1. หลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบ คือ หลักการ จุดมุ่งหมาย เนื้อหา แนวการจัดการเรียนการสอน แนวการวัดและประเมินผล และแนวการใช้สื่อการเรียนการสอน แบ่งเป็น 5 หน่วยการเรียนรู้ ได้แก่ 1) พื้นฐานการแสดงหน้าเวที 2) หลักการแสดงหน้าเวที 3) พื้นฐานการจินตภาพและการผ่อนคลาย 4) ฝึกปฏิบัติตามกระบวนการจินตภาพและการผ่อนคลาย และ 5) ปฏิบัติการแสดงในสถานการณ์จริง การตรวจสอบคุณภาพของ

¹ หลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

Master of Education Program in Curriculum and Instruction, Faculty of Education, Naresuan University

² คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

Faculty of Education, Naresuan University

*Corresponding author; email: Krittikan2533@gmail.com

(Received: 20 June 2018; Revised: 4 July 2018; Accepted: 23 July 2018)

หลักสูตรและเอกสารหลักสูตรพบว่า มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด และผลการนำหลักสูตรไปทดลองนำร่องพบว่า หลักสูตรสามารถนำไปใช้ได้จริง

2. ผลการทดลองใช้หลักสูตรพบว่า หลังใช้หลักสูตร 1) นักเรียนมีความสามารถในการแสดงนาฏศิลป์ในระดับดีมาก คะแนนเฉลี่ย 95.23 เมื่อเทียบกับเกณฑ์ร้อยละ 80 และ 2) นักเรียนมีความวิตกกังวลในระดับต่ำ คะแนนเฉลี่ย 28.33 คะแนน

3. นักเรียนมีความพึงพอใจต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.87$, S.D. = 0.13)

คำสำคัญ: การพัฒนาหลักสูตร การจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง นักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์

Abstract

The purpose of this research was to develop the activity curriculum on imagery and relaxation for students participating performing arts competition. There were three procedures in this research and development process as follows: 1) Creating and checking the quality of the activity curriculum on imagery and relaxation checked by the expert for suitability and feasibility. 2) Try out the curriculum on imagery and relaxation for the students of Thai dance club, Sawang Daen Din School, Sawang Daen Din District, Sakon Nakhon Province, who were competing the Thai Dance competition at the Pong Land Exhibition in Kalasin during the second semester of the academic year 2015. There were 12 students purposively sampling taking 20 hours for experiment. 3) The evaluation of satisfaction for the activity curriculum on imagery and relaxation for students participating performing arts competition was conducted by using percentage, mean, standard deviation and different score.

The results of this research after using the curriculum were as follows: 1) The activity curriculum on imagery and relaxation for students participating performing arts competition consisted of 6 factors that were principle, purpose, material and structure, teaching and learning approach, measurement, and using instructional media. The curriculum was divided into 5 lessons: 1) the basic of performing on stage, 2) the principle of performing on stage, 3) the basic of imagery and relaxation, 4) the practice of imagery and relaxation methods, and 5) the performance on real situation. In addition, the quality of curriculum and curriculum document were checked and were the most appropriate, and the result of curriculum pilot study was practical. 2) The results of the experiment of this curriculum were as follows: 1) the students were able to perform their performing arts at a high level with the mean of 95.23 percent comparing with the criterion 80 percent; 2) the students were low-level stress, with

the mean of 28.33 percent. 3) The students were satisfied with activity curriculum on imagery and relaxation for students participating performing arts competition at a highest level with the mean of ($\bar{X} = 4.87$, S.D. = 0.13).

Keywords: Curriculum development, The imagery and relaxation for performing, Students participating performing arts competition

บทนำ

ความสำคัญของศิลปะดนตรีนาฏศิลป์ เป็นศิลปวัฒนธรรมของชาติที่แสดงถึงเอกลักษณ์ของความเป็นไทย ซึ่งจำเป็นต้องอนุรักษ์ไว้ให้คงอยู่ จึงมีการจัดการเรียนการสอนด้านดนตรีและนาฏศิลป์ อาจพิจารณาจากบทความบางส่วนของ วิชาลัมพ์ เหล่าวานิช ซึ่งได้กล่าวไว้ว่า

...“อาจารย์ครับ ผมอยากเป็นหมอมผมจะเรียนศิลปะดนตรีนาฏศิลป์ไปทำไม ในเมื่อผมไม่ต้องใช้คะแนนสอบของวิชาพวกนี้” หลังจากที่ได้ฟังคำถามของนักเรียนคนนี้ทำให้ผู้เขียนเกิดความคิดขึ้นในหลาย ๆ มุมมอง (Edmund et al., 2007 อ้างอิงใน วิชาลัมพ์ เหล่าวานิช, 2556)

วิชาลัมพ์ เหล่าวานิช (2556)

จากบทความของ วิชาลัมพ์ เหล่าวานิช (2556) ที่ยกความคิดเห็นของเด็กนักเรียนคนหนึ่งที่ไม่เข้าใจเกี่ยวกับวิชาดนตรีนาฏศิลป์ว่ามีความสำคัญเช่นไร จะเห็นได้ว่า วงการดนตรีนาฏศิลป์ของไทยนั้นมีปัญหาหลายประการคือ ประการแรก ผู้เรียนไม่เห็นคุณค่าของการเรียน และประการที่สองขาดเกณฑ์การวัดและตัดสินผลงานของดนตรีนาฏศิลป์ที่น่าเชื่อถือและเป็นที่ยอมรับ โดยเฉพาะเกณฑ์ในการแข่งขันประกวดดนตรีนาฏศิลป์เมื่อเกณฑ์ไม่ชัดเจนจึงเกิดปัญหาเกี่ยวกับการแสดงหรือแข่งขัน ทำให้นักเรียนเกิดความวิตกกังวล ดังนั้น การจัดกิจกรรมให้ได้รับประสบการณ์บนเวทีแสดง ความตื่นเต้น การแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าบนเวที ลดความกังวล สอดคล้องกับงานวิจัยของ ขนิษฐา โพธิสินธุ์ (2537 อ้างอิงใน วิชาลัมพ์ เหล่าวานิช, 2556) และคำอธิบายดังกล่าวได้สอดคล้องกับ Hinshaw (1991 อ้างอิงใน Eun, 2012) ที่กล่าวว่า ความคล่องตัว ในการแสดงอาจจะดีขึ้นเรื่อย ๆ จากการพัฒนาทางด้านอารมณ์และจิตใจ โดยใช้การพัฒนาจินตภาพด้วยวิธีการเชื่อมโยงระหว่างจินตภาพและการแสดง จากปัญหาการแสดงหรือแข่งขันประกวดดนตรีนาฏศิลป์ข้างต้น จึงมีการแก้ปัญหาความเครียด ความวิตกกังวลในการเรียน และการแข่งขันดนตรีนาฏศิลป์ ด้วยกิจกรรมการผ่อนคลายและฝึกจินตภาพให้ผู้เรียนดนตรีนาฏศิลป์ ดังที่ ทองแท้ ศิลาวา (2536) ได้ศึกษาผลของการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อเพื่อลดความวิตกกังวลด้านการเรียน

กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ (2552) ได้อธิบายว่า ด้านการจัดการเรียนการสอน ครูผู้สอนต้องจัดกิจกรรมที่เน้นการปฏิบัติมากกว่าทฤษฎี เพื่อให้นักเรียนมีประสบการณ์ซึ่งสอดคล้องกับหลักสูตรนาฏศิลป์ขั้นต้นเป็นกระบวนการที่เน้นทางด้านความคิดและการปฏิบัติ โดยโรงเรียนสว่างแดนดินที่มีความโดดเด่นในด้านวงโปงลาง โดยใช้ชื่อว่า “วงสว่างแดนดินศิลป์อีสาน” ที่ชนะเลิศการประกวดศิลปวัฒนธรรมพื้นบ้าน 4 ภาค ระดับประเทศ ณ ช่อง 11 ในชุดการแสดง ฉัตรแก้ว คู่ประสา เพื่อส่งเสริมประชาธิปไตย (ผู้วิจัยเป็นนักแสดงคน

หนึ่งในการประกวดครั้งนี้) ชนะเลิศการประกวดโป่งกลางชิงแชมป์ภาคอีสาน ซึ่งถ้วยพระราชทานสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ ที่อำเภอเชียงคาน จังหวัดเลย ชนะเลิศการประกวดแชมป์ 3 ปีซ้อน และเมื่อวันที่ 2 มีนาคม พ.ศ. 2559 การประกวดดนตรีนาฏศิลป์ในงานมหกรรมโป่งกลางชิงถ้วยพระราชทาน ที่จังหวัดกาฬสินธุ์ ประสบผลสำเร็จได้รับรางวัลชนะเลิศ จนเกิดศิลปินนักร้องสังกัดค่ายแกรมมี่โกลด์ ในนาม เอ็นขวัญ วรรณญา และอีกคน คือ นก พรพนา

จากที่ได้กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยเห็นว่าการฝึกฝนคลายกล้ามเนื้อและการฝึกจินตภาพเพื่อการแสดงนั้นมีความสำคัญกับนาฏศิลป์อย่างยิ่ง เนื่องจากเด็กนักเรียนนาฏศิลป์ในกิจกรรมชุมนุมโรงเรียนสว่างแดนดิน ในวงสว่างแดนดินศิลป์อีสาน เป็นนักเรียนที่ต้องหมั่นฝึกฝนและมีกิจกรรมเข้าร่วมการประกวดแข่งขันในงานต่าง ๆ เป็นจำนวนมาก จึงได้พัฒนาหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดงมาช่วยพัฒนาการแสดงให้ดียิ่งขึ้น และยังเป็นการช่วยลดความกังวลให้กับนักเรียนที่เข้าร่วมการประกวดแข่งขัน ซึ่งส่วนใหญ่เรื่องการจินตภาพและการผ่อนคลายยังไม่ค่อยแพร่หลายและเป็นที่รู้จักมากนักในศาสตร์การแสดงจะพบค่อนข้างมากในด้านการแพทย์และการกีฬา ผู้วิจัยจึงพัฒนาหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ โดยมีงานวิจัยเกี่ยวข้องของนิติไทย นัมคณิสร์ (2537) ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการฝึกการผ่อนคลายกล้ามเนื้อและการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อความวิตกกังวลก่อนการแสดงของนักเรียนชั้นต้น ปีที่ 3 วิทยาลัยนาฏศิลป์จันทบุรี จังหวัดจันทบุรี พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อมีความวิตกกังวลก่อนการแสดงลดลง อย่างนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานข้อที่ 1 เพราะว่า การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อเป็นวิธีที่นักเรียนสามารถเรียนรู้การลดความวิตกกังวลอย่างเป็นระบบโดยการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ตลอดจนได้เรียนรู้การควบคุมความคิดความรู้สึกของตนเองให้รู้ตัวมากขึ้นและสามารถผ่อนคลายความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ โดยเป็นนักเรียนนาฏศิลป์ชั้นต้นปีที่ 3 วิทยาลัยนาฏศิลป์จันทบุรี จังหวัดจันทบุรี ปีการศึกษา 2536 ได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากรแล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 จำนวน 8 คน และกลุ่มทดลองที่ 2 จำนวน 8 คน และ Eun (2012: 170) ได้ศึกษาสำรวจการใช้จินตภาพเพื่อเสริมสร้างให้ผู้แสดงเกิดการสั่นไหวทางการแสดงการสั่นไหวยังไม่ได้รับการตรวจสอบกันอย่างแพร่หลายในการแสดงแต่ยังมีการวิจัยกีฬาที่เข้ามารองรับและมีความสำคัญในขณะนี้ ซึ่งด้านกีฬาได้แสดงให้เห็นเพื่อให้เข้าใจมากขึ้นเกี่ยวกับการสั่นไหวซึ่งปัจจุบันผู้วิจัยได้นำการเล่นกีฬามาเป็นพื้นฐาน ในการพัฒนาทิศทางสำหรับการศึกษาของการสั่นไหวในการแสดงประสบการณ์ของการสั่นไหวได้รับการสำรวจในช่วงของสถานการณ์โดยมีชื่อที่แตกต่างกันเช่นประสบการณ์สูงสุดในเรื่องความสนุกสนานความเพลิดเพลินความปิติยินดีและการสั่นไหวโดยการใช้จินตภาพเข้ามาเพื่อให้เกิดความสั่นไหวในการแสดงมากยิ่งขึ้น ทำให้ผู้วิจัยเห็นความสำคัญมากยิ่งขึ้นของการนำจินตภาพเข้ามาปรับปรุงการแสดง และสามารถทำให้นักเรียนมีความสนุกสนานในการจินตภาพได้อีกด้วย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างและตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดงสำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์
2. เพื่อทดลองใช้หลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดงสำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์
3. เพื่อประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์

ขอบเขตการวิจัย

ขอบเขตด้านเนื้อหา

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากขั้นตอนที่ 1 มาออกแบบหลักสูตรที่มีลักษณะเป็นหลักสูตรกิจกรรม ซึ่งมี 8 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) สภาพปัญหาและความต้องการ 2) หลักการของหลักสูตร 3) จุดมุ่งหมาย 4) เนื้อหา 5) ขอบข่ายสาระการเรียนรู้ 6) แนวทางการจัดการเรียนการสอน 7) แนวการใช้สื่อ 8) การวัดและประเมินผล และเอกสารประกอบหลักสูตร เป็นเอกสารที่จัดทำขึ้นสำหรับครูหรือผู้ที่นำหลักสูตรไปใช้ เพื่อสร้างความเข้าใจในการใช้หลักสูตร โดยมีองค์ประกอบดังที่กล่าวมาข้างต้น ในแต่ละหน่วยจะมีโครงสร้างหลักสูตรและคำอธิบายรายวิชาพร้อมเนื้อหาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ขอบเขตด้านแหล่งข้อมูล

1. ผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบโครงสร้างหลักสูตรและเอกสารประกอบหลักสูตร ผู้วิจัยได้ความอนุเคราะห์จากผู้เชี่ยวชาญด้านหลักสูตรและการสอน ด้านศิลปะการแสดง ครูผู้สอนนาฏศิลป์ และศิลปินนักเรียนรวมจำนวน 5 คน
2. กลุ่มทดลองนักร้อง ได้แก่ นักเรียนโรงเรียนบ้านตาลเ็น้โพธิราชวรวิหาร อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดสกลนคร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 จำนวน 6 คน เป็นนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีการเข้าร่วมประกวดแข่งขันนาฏศิลป์เช่นเดียวกับกลุ่มตัวอย่าง

ขอบเขตด้านประเด็นที่ศึกษา

ความเหมาะสมของหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์และเอกสารหลักสูตร

หลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ โดยออกแบบหลักสูตรผสมผสานทฤษฎีการพัฒนาหลักสูตรของ Tyler (1950); Taba (1962); กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ (2543); สำลี รักสุทธี (2544) มาเป็นกรอบแนวคิดในการพัฒนาหลักสูตร ประกอบด้วย 16 ขั้นตอน ตาม ไกลรุ่ง คำภิลานน (2558) ดังนี้ 1) การศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานในการสร้างหลักสูตร 2) กำหนดสภาพปัญหาและความต้องการของหลักสูตร 3) กำหนดหลักการของหลักสูตร 4) กำหนดจุดมุ่งหมายของหลักสูตร 5) กำหนดโครงสร้างหลักสูตร 6) กำหนดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ 7) กำหนดคำอธิบายรายวิชา 8) กำหนดสาระการเรียนรู้ของหลักสูตร 9) กำหนดคำอธิบายหน่วยการเรียนรู้ 10) กำหนด

แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ 11) กำหนดแนวการใช้สื่อและแหล่งการเรียนรู้ 12) กำหนดแนวการวัดและประเมิน 13) การจัดทำเอกสารประกอบหลักสูตร 14) การตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิและหาดัชนีประสิทธิผลของหลักสูตร 15) การทดลองใช้หลักสูตร และ 16) ประเมินผลหลักสูตร

การสร้างและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรและเอกสารประกอบหลักสูตร

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบประเมิน ทั้ง 5 ฉบับ ได้แก่ 1) แบบประเมินความเหมาะสมของหลักสูตร กิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดงสำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ 2) ประเมินความเหมาะสมขององค์ประกอบของแผนการจัดการเรียนรู้ 3) ประเมินความสอดคล้องระหว่างจุดประสงค์แบบทดสอบความสามารถในการแสดงนาฏศิลป์ 4) แบบประเมินความสอดคล้องของจุดประสงค์และข้อความของแบบวัดความวิตกกังวลก่อนการแสดง และ 5) แบบประเมินความสอดคล้องของแบบวัดความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบประเมินความสอดคล้องระหว่างจุดประสงค์และรายการประเมินของแบบประเมินความสามารถในการแสดงนาฏศิลป์ แบบประเมินความสอดคล้องของจุดประสงค์และข้อความของแบบวัดความวิตกกังวลก่อนการแสดง และแบบประเมินความสอดคล้องของแบบวัดความพึงพอใจของนักเรียน ที่มีต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ ตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. กำหนดจุดมุ่งหมายของการประเมิน เพื่อประเมินความสอดคล้องระหว่างจุดประสงค์และรายการประเมินของแบบประเมินการแสดงในการแข่งขันนาฏศิลป์ แบบประเมินความสอดคล้องของจุดประสงค์และข้อความของแบบวัดความวิตกกังวลก่อนการแสดง และแบบประเมินความสอดคล้องของแบบวัดความพึงพอใจของนักเรียน ที่มีต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์

2. กำหนดประเด็นที่จะประเมินความสอดคล้องระหว่างจุดประสงค์และรายการประเมินของแบบประเมินการแสดงในการแข่งขันนาฏศิลป์ แบบประเมินความสอดคล้องของจุดประสงค์และข้อความของแบบวัดความวิตกกังวลก่อนการแสดง และแบบประเมินความสอดคล้องของแบบวัดความพึงพอใจของนักเรียน ที่มีต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์

3. เขียนข้อคำถามให้ครอบคลุมประเด็นที่ต้องการประเมินทั้งหมดและสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการประเมิน

4. ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบประเมิน ซึ่งมีลักษณะเป็นแบบประเมินชนิดมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ ได้แก่ +1 ถ้าแน่ใจว่าแบบประเมินดังกล่าวมีความสอดคล้อง 0 ถ้าไม่แน่ใจว่าแบบประเมินดังกล่าวมีความสอดคล้อง และ -1 ถ้าแน่ใจว่าแบบประเมินดังกล่าวไม่มีความสอดคล้อง ผลการประเมินได้ดัชนีความ

สอดคล้องของแบบประเมินที่ยกตัวอย่างมาข้างต้นมีค่า 0.80-1.00 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ใช้ได้และได้ปรับปรุงการใช้ภาษาในรายการประเมินตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

5. นำแบบประเมินที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยะตรวจสอบความเหมาะสมสอดคล้องและการใช้ภาษา จากนั้นปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยะ

ขั้นตอนที่ 2 การทดลองใช้หลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์

ขอบเขตด้านเนื้อหา ผู้วิจัยนำหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ที่พัฒนาขึ้น ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 ซึ่งเป็นนักเรียนกิจกรรมชุมนุมนาฏศิลป์ จำนวน 12 คน โรงเรียนสว่างแดนดิน อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดสกลนคร ที่ได้รับการเข้าร่วมแข่งขันนาฏศิลป์ เป็นเวลา 20 ชั่วโมง มีขอบเขตด้านเนื้อหา คือ เปรียบเทียบความสามารถในการแสดงนาฏศิลป์และความวิตกกังวลก่อนการแสดง

ขอบเขตด้านแหล่งข้อมูล นักเรียนกิจกรรมชุมนุมดนตรีนาฏศิลป์ระดับมัธยมศึกษาที่เข้าร่วม การแข่งขันนาฏศิลป์ โรงเรียนสว่างแดนดิน อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดสกลนคร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 จำนวน 12 คน ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

ขอบเขตประเด็นที่ศึกษา ตัวแปรต้น ได้แก่ หลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ ตัวแปรตาม ได้แก่ 1) ความสามารถทางนาฏศิลป์ และ 2) ความวิตกกังวลก่อนการแสดง

เกณฑ์การประเมินความสามารถในการแสดงนาฏศิลป์

ระดับคุณภาพการให้คะแนน

คะแนน 29-35 หมายถึง การแสดงในการแข่งขันนาฏศิลป์อยู่ในระดับดีมาก

คะแนน 22-28 หมายถึง การแสดงในการแข่งขันนาฏศิลป์อยู่ในระดับดี

คะแนน 15-21 หมายถึง การแสดงในการแข่งขันนาฏศิลป์อยู่ในระดับพอใช้

คะแนน 7-14 หมายถึง การแสดงในการแข่งขันนาฏศิลป์อยู่ในระดับปรับปรุง

เกณฑ์การหาค่าการลดความวิตกกังวลก่อนการแสดง

การคิดคะแนน = $\frac{\text{คะแนนที่ได้แต่ละข้อบวกกัน}}{\text{จำนวนข้อทั้งหมด}} \times 10$

จำนวนข้อทั้งหมด

การคิดคะแนน ให้นำคะแนนของแต่ละข้อ ในแต่ละด้านบวกกัน แล้วนำผลที่ได้มาหารด้วยจำนวนข้อทั้งหมดในแต่ละด้าน คูณด้วย 10 จะได้ผลออกมาตามคะแนนของความวิตกกังวลในแต่ละด้าน ช่วงคะแนนจะอยู่ที่ 10-40 การแปลผลคะแนน ดังนี้ คะแนน 10-19 เป็นคนที่มีความวิตกกังวลก่อนการแสดงต่ำ คะแนน 20-30 เป็นคนที่มีความวิตกกังวลก่อนการแสดงปานกลาง คะแนน 31-40 เป็นคนที่มีความวิตกกังวลก่อนการแสดงสูง พิชิต เมืองนาโพธิ์ (2546 อ้างอิงใน ไชยวัฒน์ ผลประดิษฐ์, 2556) จึงมีการนำมาปรับให้มีทั้งคำถามเชิงบวกและเชิงลบ ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ จึงได้ปรับเกณฑ์จากคำแนะนำดังนี้ คำถามเชิงบวกจะมีการคิดคะแนน 4 3 2 1 ส่วนคำถามเชิงลบจะคิดจาก 1 2 3 4 คือ ไม่เลย เป็นบ้าง ปานกลาง มาก โดยข้อคำถามที่เป็นเชิงบวก

12 ข้อ ได้แก่ 1), 6), 14), 16), 17), 18), 20), 21), 22), 23), 24) และ 25) วนคำถามเชิงลบ 13 ข้อ ได้แก่ 2), 3), 4), 5), 7), 8), 9), 10), 11), 12), 13), 15) และ 19)

การแปลผลคะแนน ดังนี้ คะแนน 25-29 เป็นคนที่ไม่มีความวิตกกังวลก่อนการแสดง (ระดับต่ำ) คะแนน 30-34 เป็นคนที่มีความวิตกกังวลก่อนการแสดงบ้างเล็กน้อย (ระดับเล็กน้อย) คะแนน 35-39 เป็นคนที่มีความวิตกกังวลก่อนการแสดงปานกลาง (ระดับปานกลาง) และคะแนน 40-44 เป็นคนที่มีความวิตกกังวลก่อนการแสดงมาก (ระดับสูง)

ขั้นตอนที่ 3 การประเมินความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์

ขอบเขตด้านเนื้อหา การประเมินผลหลักสูตรในขั้นตอนนี้ ความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง โดยมีประเด็นข้อคำถามให้นักเรียนประเมิน

ขอบเขตด้านแหล่งข้อมูล นักเรียนกิจกรรมชุมนุมนาฏศิลป์ระดับมัธยมศึกษาที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ โรงเรียนสว่างแดนดิน อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดสกลนคร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 จำนวน 12 คน ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการทดลองใช้หลักสูตร

ขอบเขตด้านประเด็นที่ศึกษา ความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมแข่งขันนาฏศิลป์

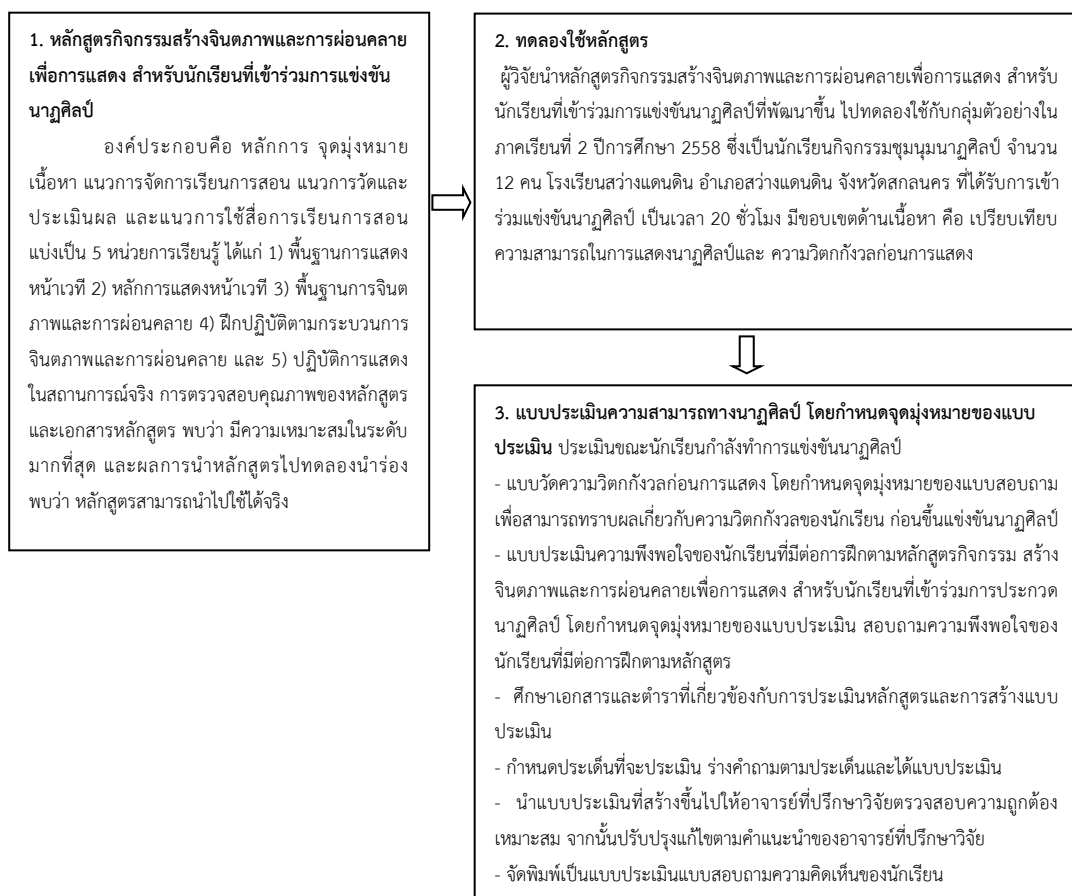
เครื่องมือที่ใช้ แบบประเมินการแสดงในการแข่งขันนาฏศิลป์ แบบประเมินแบบวัดความวิตกกังวลก่อนการแสดงและแบบประเมินแบบวัดความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการประกวดนาฏศิลป์

การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยดำเนินการสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือตามขั้นตอนดังต่อไปนี้ 1) แบบประเมินความสามารถทางนาฏศิลป์ โดยกำหนดจุดมุ่งหมายของแบบประเมิน ประเมินขณะนักเรียนกำลังทำการแข่งขันนาฏศิลป์ 2) แบบวัดความวิตกกังวลก่อนการแสดง โดยกำหนดจุดมุ่งหมายของแบบสอบถามเพื่อสามารถทราบผลเกี่ยวกับความวิตกกังวลของนักเรียน ก่อนขึ้นแข่งขันนาฏศิลป์ 3) แบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรม สร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการประกวดนาฏศิลป์ โดยกำหนดจุดมุ่งหมายของแบบประเมินสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการฝึกตามหลักสูตร 4) ศึกษาเอกสารและตำราที่เกี่ยวข้องกับการประเมินหลักสูตรและการสร้างแบบประเมิน 5) กำหนดประเด็นที่จะประเมิน ร่างคำถามตามประเด็นและได้แบบประเมิน 6) นำแบบประเมินที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม จากนั้นปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และ 7) จัดพิมพ์เป็นแบบประเมินแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียน

การเก็บรวบรวมข้อมูล เก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามความคิดเห็นจากนักเรียน โดยผู้วิจัยดำเนินการด้วยตนเองภายหลังการสิ้นสุดการใช้หลักสูตร

การวิเคราะห์ข้อมูล วิเคราะห์ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการประกวดนาฏศิลป์ วิเคราะห์การประเมินการแสดงในการแข่งขันนาฏศิลป์ วิเคราะห์ประเมินแบบวัดความวิตกกังวลก่อนการแสดง

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการโดยใช้กระบวนการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) เพื่อมุ่งให้ผู้เรียนมีความสามารถทางนาฏศิลป์ โดยใช้กระบวนการพัฒนาหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดงสำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ โดยมีวิธีดำเนินการวิจัยทั้งหมด 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การสร้างและตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลาย
เพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์

ขั้นตอนที่ 2 การทดลองใช้หลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับ
นักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์

ขั้นตอนที่ 3 การประเมินความพึงพอใจต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลาย
เพื่อการแสดงสำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์



ภาพ 2 ขั้นตอนการพัฒนาหลักสูตร

ผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการสร้างหลักสูตรและตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์พบว่า ผลการพิจารณาความเหมาะสมขององค์ประกอบของหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คน ในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.54$, S.D. = 0.22) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า องค์ประกอบของหลักสูตรส่วนใหญ่มีความเหมาะสมอยู่ในระดับ มากที่สุด โดยมีจำนวน 15 ข้อ นอกนั้นมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก และผลการพิจารณาความเหมาะสมขององค์ประกอบของแผนการจัด การเรียนรู้หลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ จากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.67$, S.D. = 0.49) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด โดยมีจำนวน 9 ข้อ นอกจากนั้น มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก และผลการนำหลักสูตรไปทดลองนำร่อง พบว่า หลักสูตรสามารถนำไปใช้ได้จริง

ตาราง 1 แสดงผลค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับความเหมาะสมขององค์ประกอบของเอกสารหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ จากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน

รายการ	$\bar{x}$	S.D.	ระดับความเหมาะสม
สภาพปัญหาและความต้องการ			
1. สภาพปัญหาและความต้องการมีเหตุผลสมควรที่จะพัฒนาหลักสูตร	4.80	0.45	มากที่สุด
2. หลักสูตรฯ สามารถแก้ปัญหาที่มีอยู่ได้อย่างเหมาะสม	4.80	0.45	มากที่สุด
หลักการ			
3. แนวคิดและทฤษฎีพื้นฐานรองรับ	4.40	0.89	มาก
4. มีความชัดเจน สามารถนำไปปฏิบัติได้	4.80	0.45	มากที่สุด
จุดมุ่งหมายของหลักสูตร			
5. ระบุถึงความสามารถ ทักษะกระบวนการทางนาฏศิลป์และการลดลดความวิตกกังวลก่อนการแสดง	4.80	0.45	มากที่สุด
6. มีความสอดคล้องกับหลักการของหลักสูตร	5.00	0.00	มากที่สุด
7. นำไปสู่การประเมินได้	4.80	0.45	มากที่สุด
เนื้อหา			
8. เนื้อหาเหมาะสมกับวัยของผู้เรียน	4.40	0.55	มาก

รายการ	$\bar{x}$	S.D.	ระดับความเหมาะสม
9. การจัดลำดับเนื้อหามีความเหมาะสม	4.40	0.89	มาก
10. เนื้อหา มีประโยชน์ นำไปใช้ได้จริง	4.60	0.89	มากที่สุด
11. เนื้อหาสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของหลักสูตร	4.60	0.55	มากที่สุด
สาระการเรียนรู้และแนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้			
12. เหมาะสมกับวัยของผู้เรียน	4.60	0.55	มากที่สุด
13. มีแนวทางการจัดกิจกรรมที่ชัดเจน	4.60	0.89	มากที่สุด
14. มีความเป็นไปได้ที่จะบรรลุจุดมุ่งหมายของหลักสูตร	4.60	0.89	มากที่สุด
แนวทางการใช้สื่อและแหล่งการเรียนรู้			
15. เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้	4.80	0.45	มากที่สุด
16. เหมาะสมกับนักเรียน	4.80	0.45	มากที่สุด
17. สามารถนำไปใช้ได้จริง	4.80	0.45	มากที่สุด
แนวทางการวัดและประเมินผล			
18. การวัดและประเมินผลตรงตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตร	4.60	0.55	มากที่สุด
19. เกณฑ์การวัดและประเมินผลมีความเหมาะสม	4.20	0.84	มาก
20. วิธีการวัดและประเมินผลมีความหลากหลาย	4.40	0.55	มาก
21. ความเป็นไปได้ในการวัดและประเมินผล	4.40	0.89	มาก
หน่วยการเรียนรู้			
22. หน่วยการเรียนรู้ที่ 1	4.60	0.55	มากที่สุด
23. หน่วยการเรียนรู้ที่ 2	4.60	0.89	มากที่สุด
24. หน่วยการเรียนรู้ที่ 3	4.80	0.45	มากที่สุด
25. หน่วยการเรียนรู้ที่ 4	4.80	0.45	มากที่สุด
26. หน่วยการเรียนรู้ที่ 5	4.80	0.45	มากที่สุด
รวม	4.54	0.22	มากที่สุด

ตอนที่ 2 ผลการทดลองใช้หลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์พบว่า ผลการประเมินความสามารถในการแสดงนาฏศิลป์ โดยใช้เกณฑ์ในการประเมินการแสดงในการแข่งขันนาฏศิลป์เทียบกับเกณฑ์ร้อยละ 80 นักเรียน 12 คน โดยมีร้อยละของคะแนนการประเมินระหว่าง 82.14-100 ผ่านเกณฑ์ที่กำหนดของหลักสูตร โดยมีคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 80 ทุกคน และมีผลรวมทั้งหมด 95.23 ซึ่งอยู่ในระดับคุณภาพดีมาก และผลการประเมินแบบวัดความวิตกกังวลก่อนการแสดง โดยใช้คะแนนรวมในการประเมินเทียบกับเกณฑ์ระดับความวิตกกังวล นักเรียน 1 คน มีความวิตกกังวลก่อนการแสดงอยู่ในระดับปานกลาง และนักเรียน 11 คน มีความวิตกกังวลอยู่ในระดับต่ำ ซึ่งคะแนน

รวมทั้งหมดทั้ง 12 คน อยู่ในเกณฑ์มีความวิตกกังวลระดับต่ำ และมีความเฉลี่ยรวม 28.33 แสดงว่านักเรียนที่ใช้หลังสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง มีความวิตกกังวลในระดับต่ำเมื่อเทียบกับเกณฑ์

ตอนที่ 3 ผลการประเมินความพึงพอใจที่มีต่อหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์พบว่า ผลการประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ของนักเรียนจำนวน 12 คน โดยใช้แบบประเมินความพึงพอใจที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ในภาพรวมนักเรียนมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.87$, S.D. = 0.13)

สรุปและอภิปรายผล

1. ผลการสร้างและตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์

1.1 หลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คน ในภาพรวมมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า องค์ประกอบของหลักสูตรส่วนใหญ่มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุดจำนวน 15 ข้อ นอกนั้น มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก

1.2 เอกสารหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ จากการพิจารณาความเหมาะสมขององค์ประกอบของแผนการจัดการเรียนรู้หลักสูตร จากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่ามีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 9 ข้อ นอกนั้นมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก

2. ผลการทดลองใช้หลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดงสำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์พบว่า

2.1 ผลการประเมินการแสดงในการแข่งขันนาฏศิลป์ โดยใช้คะแนนรวมในการประเมินการแสดงในการแข่งขันนาฏศิลป์เทียบกับเกณฑ์ที่กำหนดร้อยละ 80 นักเรียนที่เรียนด้วยหลักสูตรนี้ และได้รับการประเมินการแข่งขันนาฏศิลป์ทั้งหมด 7 องค์ประกอบ 1) ความสวยงามอ่อนช้อย 2) มีอารมณ์ร่วมในการแสดงเป็นธรรมชาติ 3) มีสมาธิในขณะที่ทำการแสดงบนเวที 4) มีความมั่นใจในการแสดงบนเวที 5) การแสดงราบรื่นไม่สะดุด ไม่เกิดการผิดพลาดในขณะที่แสดงบนเวที 6) การเคลื่อนไหวสอดคล้องกับจังหวะเพลง และ 7) การแปลแถวถูกต้องสวยงาม โดยมีคะแนนเต็ม 28 คะแนน แล้วนำคะแนนมาคิดเป็นค่าเฉลี่ยร้อยละเพื่อเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนด จึงได้ผลการประเมินการแสดงในการแข่งขันนาฏศิลป์ โดยใช้เกณฑ์ในการประเมินการแสดงในการแข่งขันนาฏศิลป์เทียบกับเกณฑ์ร้อยละ 80 นักเรียน 12 คน โดยมีร้อยละของคะแนนการประเมินระหว่าง 82.14-100 ผ่านเกณฑ์ที่กำหนดของหลักสูตร โดยมีคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 80 ทุกคน และมีผลรวมทั้งหมด 95.23 ซึ่งอยู่ในระดับคุณภาพดีมาก

2.2 ผลการประเมินแบบวัดความวิตกกังวลก่อนการแสดง โดยใช้คะแนนรวมในการประเมินเทียบกับเกณฑ์ระดับความวิตกกังวล

2.2.1 ผลการประเมินแบบวัดความวิตกกังวลก่อนการแสดง โดยใช้คะแนนรวมในการประเมินเทียบกับเกณฑ์ระดับความวิตกกังวล นักเรียน 1 คน มีความวิตกกังวลก่อนการแสดงอยู่ในระดับปานกลาง และนักเรียน 11 คน มีความวิตกกังวลอยู่ในระดับต่ำ ซึ่งคะแนนรวมทั้งหมดทั้ง 12 คนอยู่ในเกณฑ์ที่มีความวิตกกังวลระดับต่ำ และมีค่าเฉลี่ยรวม 28.33 แสดงว่านักเรียนที่ใช้หลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง มีความวิตกกังวลในระดับต่ำเมื่อเทียบกับเกณฑ์

3. ผลการประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ พบว่า

3.1 นักเรียนมีความพึงพอใจต่อการฝึกตามหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ ของนักเรียนจำนวน 12 คน โดยใช้แบบประเมินความพึงพอใจที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ในภาพรวมนักเรียนมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด และพบว่า นักเรียนสามารถนำสิ่งที่เรียนรู้ไปประยุกต์ใช้บนเวทีการแสดงและในชีวิตประจำวัน โดยการฝึกหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง เป็นกิจกรรมที่สามารถนำไปใช้ในการแข่งขันและชีวิตประจำวัน ได้ประโยชน์และสนุกสนาน ผ่อนคลาย พร้อมทั้งนักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ ครูเอาใจใส่ คอยกระตุ้นและให้กำลังใจ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาได้แก่ นักเรียนเกิดความรู้ใหม่เพิ่มขึ้นในการเรียน เป็นการเรียนที่ทำให้เกิดมิตรภาพในกลุ่มเพื่อนมากขึ้น ส่งเสริมให้นักเรียนรู้จักคิดวางแผนได้ ครูส่งเสริมให้นักเรียนรู้จักช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และครูผู้สอนสามารถรับมือกับความวิตกกังวลของนักเรียนได้ ตามลำดับ

3.2 จากผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวข้อง มีข้อมูลการสนับสนุนว่าการผ่อนคลายกล้ามเนื้อการดัดท่า ดัดตัว ยืดเส้น คลายกล้ามเนื้อ เพื่อช่วยลดความเครียดของกล้ามเนื้อ จะช่วยลดการบาดเจ็บได้ จึงขอ สนับสนุนเต็มที่และภูมิใจอย่างยิ่งที่มีหลักสูตรนี้ขึ้นมา เพราะจะสามารถช่วยให้นักเรียนทุกคนหรือผู้ที่วิตกกังวลก่อนการแสดงได้ผ่อนคลาย และประสบผลสำเร็จในการแสดงเพราะเราจะแสดงบนเวทีอย่างมีความสุข สามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

1) จากผลการสร้างและหาคุณภาพของหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ ผลการพิจารณาความเหมาะสมขององค์ประกอบของหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ และเอกสารหลักสูตร จากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า องค์ประกอบของหลักสูตรส่วนใหญ่มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด โดยมีจำนวน 15 ข้อ นอกจากนั้น มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก และเอกสารหลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง มีผลการพิจารณาความเหมาะสมขององค์ประกอบของแผนการจัดการเรียนรู้หลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ จากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีความเหมาะสมอยู่ในระดับ มากที่สุด โดยมีจำนวน 9 ข้อ นอกจากนั้นมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก การที่หลักสูตรมีคุณภาพเนื่องจาก

กระบวนการพัฒนาหลักสูตรของผู้วิจัยดำเนินการตามกระบวนการพัฒนาหลักสูตรในลักษณะการวิจัยและพัฒนา โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัยทั้งหมด 16 ขั้นตอน โดยออกแบบหลักสูตรผสมผสานทฤษฎีการพัฒนาหลักสูตรของ Tyler (1950); Taba (1962); กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ (2543) และสาลี รักสุทธี (2544) มาเป็นกรอบแนวคิดในการพัฒนาหลักสูตร ประกอบด้วย 16 ขั้นตอน ตาม ไกล่รุ่ง คำภีรานน (2558) ดังปรากฏในขอบเขตด้านประเด็นที่ศึกษา

2) ผลการประเมินความสามารถในการแสดงนาฏศิลป์ โดยใช้คะแนนรวมในการประเมินการแสดงในการแข่งขันนาฏศิลป์เทียบกับเกณฑ์ที่กำหนดร้อยละ 80 พบว่า ทุกคนผ่านเกณฑ์การประเมินโดยเฉลี่ยร้อยละของคะแนนการประเมินระหว่าง 82.14-100 ผ่านเกณฑ์ที่กำหนดของหลักสูตร โดยมีคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 80 ทุกคน และมีผลรวมทั้งหมด 95.23 ซึ่งอยู่ในระดับคุณภาพดีมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นาสสุรีย์ วงศ์อรินทร์ (2558) ได้พัฒนาหลักสูตรรายวิชาเพิ่มเติม ฟ้อนคนแพรวนี้ใจงาม สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น และ วิชาลัทธิพิกุลเกล้า (2556) การประเมินผลศิลปะดนตรีนาฏศิลป์แบบบูรณาการและตามสภาพการณ์จริง ผ่านกิจกรรมวัดประเมินผลการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยฝ่ายมัธยม ซึ่งผลการวิจัยนี้ยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Eun (2012) ที่ใช้การฝึกจินตภาพกับการแสดงผลปรากฏว่า งานวิจัยดังกล่าวมาข้างต้นได้สอดคล้องกับงานของผู้วิจัยที่ให้นักแสดงแสดงบนเวทีได้อย่างลื่นไหลและสอดคล้องกับเกณฑ์ความสามารถในการแสดงนาฏศิลป์

3) ผลการประเมินแบบวัดความวิตกกังวลก่อนการแสดง โดยใช้คะแนนรวมในการประเมินเทียบกับเกณฑ์ระดับความวิตกกังวล นักเรียน 1 คน มีความวิตกกังวลก่อนการแสดงอยู่ในระดับปานกลาง และนักเรียน 11 คน มีความวิตกกังวลอยู่ในระดับต่ำ ซึ่งคะแนนรวมทั้งหมดทั้ง 12 คน อยู่ในเกณฑ์มีความวิตกกังวลระดับต่ำ และมีค่าเฉลี่ยรวม 28.33 แสดงว่านักเรียนที่ใช้หลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง มีความวิตกกังวลในระดับต่ำเมื่อเทียบกับเกณฑ์ ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาเกณฑ์การวัดและสอดคล้องกับนิติไทย นัมคณิสร์ (2537) และการลดอาการประหม่าวิตกกังวลก่อนการขึ้นแสดง และในขณะที่กำลังแสดงนักแสดงยังสามารถเกิดความคิดสร้างสรรค์และรู้จักจัดการกับอารมณ์ของนักแสดงซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Eun (2012)

4) ผลการประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการฝึกตามหลักสูตรจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดง สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันนาฏศิลป์ พบว่า นักเรียนมีความพึงพอใจต่อการฝึกตามหลักสูตร จำนวน 12 คน โดยใช้แบบประเมินความพึงพอใจที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ในภาพรวมนักเรียนมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด โดยงานวิจัยนี้สามารถทำให้นักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันลดความวิตกกังวลจากการแข่งขันได้ประสบผลสำเร็จ และนำชัยชนะกลับมาให้โรงเรียนอีกครั้ง ทั้งนี้ผลการประเมินความพึงพอใจของผู้วิจัยยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ นิติไทย นัมคณิสร์ (2537) และงานวิจัยของ Eun (2012)

ข้อเสนอแนะ

ควรศึกษาเปรียบเทียบกับนักเรียนกิจกรรมชุมนุม โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม โดยกลุ่มแรกผ่านการเรียนโดยใช้หลักสูตรกิจกรรมสร้างจินตภาพและการผ่อนคลายเพื่อการแสดงและกลุ่มที่ 2 ไม่เคยใช้หลักสูตร แล้วเปรียบเทียบขณะทำการแสดงบนเวที และควรนำแนวคิดการสร้างจินตภาพไปฝึกเกี่ยวกับการแสดงด้านต่าง ๆ ให้แก่นักเรียนหรือนักแสดง เช่น การฝึกจินตภาพให้สามารถนำไปสู่การพัฒนา ความกล้าแสดงออก การเป็นพิธีกร ร้องเพลง ฯลฯ

เอกสารอ้างอิง

- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. (2543). *การปฏิรูปการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญที่สุด : แนวทางสู่การปฏิบัติ เอกสารชุดปฏิรูปการเรียนรู้ลำดับที่ 2 โครงการปฏิรูปการเรียนรู้*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. (2552). *หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*. กรุงเทพฯ: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- ไกล่รุ่ง คำภิลานน. (2558). *การพัฒนาหลักสูตรเสริมสร้างความฉลาดทางสุขภาวะเกี่ยวกับโรคอ้วน สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 (วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยนเรศวร, พิษณุโลก.
- ไชยวัฒน์ ผลประดิษฐ์. (2556). *การฝึกจินตภาพและการฝึกการพูดกับตนเองที่มีต่อความวิตกกังวลก่อนการแข่งขันของนักกีฬารักบี้ฟุตบอล (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, กรุงเทพฯ.
- ทองแท้ ศิลาขาว. (2536). *ผลของการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อที่มีต่อความวิตกกังวลด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดปทุมธานี (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, กรุงเทพฯ.
- นิติไทย นัมคณิสสรณ์. (2537). *การเปรียบเทียบผลของการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อและการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อความวิตกกังวลก่อนการแสดงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 วิทยาลัยนาฏศิลป์จันทบุรี จังหวัดจันทบุรี (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, กรุงเทพฯ.
- นาฏสุรีย์ วงศ์อรินทร์. (2558). *การพัฒนาหลักสูตรรายวิชาเพิ่มเติม พ้อนคนแพรนี้ใจงาม สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น (การค้นคว้าอิสระปริญญามหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยนเรศวร, พิษณุโลก.
- วิชวลัมพก์ เหล่าวานิช. (2556). *การประเมินผลศิลปะดนตรีนาฏศิลป์แบบบูรณาการและตามสภาพการณ์จริงผ่านกิจกรรมวัดประเมินผลการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยฝ่ายมัธยม (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยมหิดล, นครปฐม.
- ลำลี รักสุทธิ. (2544). *เทคนิควิธีการเขียนหลักสูตร*. กรุงเทพฯ: พัฒนาศึกษา.

Eun, H. J. (2012). *The application of imagery to enhance “flow state” in dancers*. Australia: School of Sport and Exercise Science, Faculty of Arts, Education and Human Development, Victoria University London.

Tyler, R. W. (1950). *Basic Principles of curriculum and Instruction*. Chicago: The University of Chicago Press.

Taba, H. (1962). *Curriculum Development: theory and Practice*. New York: Harcourt Brace and World.