



ผลการจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านใน Effects of Sepak Takraw based on Neo-Humanist Approach with Inside-Foot Touch Skills

คมกฤษดา ชุมโคตร *

Komkrissada Chumkhotr

สุธนะ ติงศภัทิย์ **

Suthana Tingsabhat

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีจุดประสงค์เพื่อศึกษาผลการจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านใน ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส กับกลุ่มควบคุม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายและหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่เรียนวิชาพลศึกษาที่หาเซปักตะกร้อ จำนวน 60 คน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยได้มาจาก วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง โดยกลุ่มทดลองจำนวน 30 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กีฬาเซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส และแบบทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านใน โดยมีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.85 และ 0.83 ตามลำดับ ดำเนินการทดลองเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 คาบ คาบละ 50 นาที แล้วทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในและทักษะการรับส่งลูกกระทบฝ่าผนัง โดยทดสอบค่าที่ (t -test) ก่อนเริ่มการทดลอง และหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 8 ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการวิจัยพบว่า 1) การจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสสามารถทำให้ทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในของนักเรียนสูงขึ้น 2) ค่าเฉลี่ยของผลคะแนนการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) ค่าเฉลี่ยของผลคะแนนการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: เซปักตะกร้อ, นีโอฮิวแมนนิส, ทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านใน

*นิสิตมหาบัณฑิตสาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

*Graduate Student of Health and Physical Education Division, Department of Curriculum and Instruction, Faculty of Education, Chulalongkorn University

E-mail Address: cp_clup13@hotmail.com

**อาจารย์ประจำสาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**Lecturer of Health and Physical Education Division, Department of Curriculum and Instruction, Faculty of Education, Chulalongkorn University

E-mail Address: suthana.t@chula.ac.th

ISSN 1905-4491

Abstract

The purpose of this research was to study the effects of Sepak Takraw based on Neo-Humanist approach on inside foot touch skills, between the experimental group which received inside foot touch skill with Neo-Humanist approach and the control group which received inside foot touch skill with conventional approach. The participants of the study were 60 lower secondary school students in both genders. The students were purposively selected and equally divided into the experimental group and the control group. Researchers developed eight learning activity plans and the data were collected by using the inside foot touch skills test. The item of objective congruent (IOC) of the learning activity plans and the inside foot touch skills test were 0.85 and 0.83 respectively. The experimental group was trained inside foot touch skill with Neo-Humanist approach for 8 weeks, once a week for 50 minutes. The obtained data were statistically analyzed to compare *t*-test score of the inside foot touch skill test and knock board test between experimental group and control group before and after the implementation by using statistically significant differences at .05 level. The results of the research were as follows: 1) The Sepak Takraw learning management based on Neo-Humanist approach was able to develop inside foot touch skills of the students. 2) The mean scores of the inside foot touch skill test of both experimental group and control group after implementation were significantly higher than the scores before implementation at 0.5 level. 3) The mean scores of the inside foot touch skill test of the experimental group students after implementation were significantly higher than the scores of the control group at 0.5 level

Keywords: Sepak Takraw, neo-humanist, inside-foot touch skills

บทนำ

พลศึกษาเป็นหนึ่งในกระบวนการศึกษาที่สำคัญ เพราะเป็นพื้นฐานที่สำคัญของการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้เกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต มุ่งเน้นการดูแล การส่งเสริม การพัฒนาและการบริหารจัดการชีวิตเพื่อสุขภาพ และสามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมร่วมกับผู้อื่นได้ อันเป็นรากฐานที่สำคัญยิ่งต่อการดำเนินชีวิตที่สมดุลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและจิตวิญญาณ ซึ่งเป็นองค์รวมของความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์โดยอาศัยกิจกรรมพลศึกษาที่เลือกสรรแล้วว่ามีคุณค่าโดยการลงมือปฏิบัติจริง (วรศักดิ์ เพียรชอบ, 2527)

ขวลิต จิรานุกุล (2536) กล่าวว่าปัจจุบันกีฬาเซปักตะกร้อเป็นกีฬาที่ได้บรรจุไว้ในหลักสูตรการเรียนการสอนพลศึกษาหลาย ๆ โรงเรียน เพราะเป็นกีฬาที่มีพื้นฐานเชื่อมโยงกับวิถีชีวิตวัฒนธรรมของท้องถิ่นและสังคมไทย เพื่อให้นักเรียนได้เกิดการเรียนรู้วิถีการดำเนินชีวิตของสังคมไทยและการอนุรักษ์กีฬาไทยให้คงอยู่ต่อไป กีฬาเซปักตะกร้อเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมและได้รับความสนใจอย่างแพร่หลายในปัจจุบัน และมีแนวโน้มแพร่หลายมากขึ้นในอนาคต ดังจะเห็นได้จากการส่งเสริมให้มีการเล่นและแข่งขัน ทั้งในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค ในระดับนักเรียน นักศึกษา และประชาชนทั่วไป จนไปถึงการแข่งขันระดับประเทศ เช่น กีฬาซีเกมส์ และเอเชียนเกมส์ เป็นต้น นอกจากนี้ บุญยงค์ เกศเทศ (2531) กล่าวว่าตะกร้อเป็นกีฬาศิลปะและวัฒนธรรมดั้งเดิมของไทยมาตั้งแต่โบราณกาล การเล่นตะกร้อเป็นการฝึกให้ผู้เล่นมีอารมณ์สุขุม เยือกเย็น รอบคอบ เพราะการเล่นหรือเตะตะกร้อในแต่ละครั้งจะต้องอาศัยความตั้งใจและมีสมาธิที่แน่วแน่ สำรวมจิตใจไปสู่การกระทำอย่างดี ถ้าหากใจร้อน การเล่นหรือเตะตะกร้อในแต่ละครั้งก็จะเสียไป สอดคล้องกับรังสฤษฎ์ บุญชะลอ (2543) กล่าวว่าการเล่นตะกร้อ ยังช่วยประสานหน้าที่ของอวัยวะในร่างกายให้มีระบบการทำงานดีขึ้น จะฝึกประสาทได้เป็นอย่างดี เพราะการเล่นลูกแต่ละครั้งต้องอาศัยความสัมพันธ์ระหว่างประสาทและกล้ามเนื้อ เช่น ประสาทตากับการเคลื่อนไหวของเท้า ทำให้การเตะหรือการเล่นลูกนั้นเป็นไปอย่างราบรื่น

นอกจากนี้กีฬาเซปักตะกร้อยังเป็นกีฬาที่มีการพัฒนาด้านต่าง ๆ เพื่อให้ก้าวสู่สากลอย่างต่อเนื่องและได้รับการผลักดันให้มีการแข่งขันจนถึงระดับโลก เช่น ในรายการเซปักตะกร้อชิงแชมป์โลก อีสเทป เวิลด์ คัพ 2011 ณ กรุงกัวลาลัมเปอร์ ประเทศมาเลเซีย ซึ่งถือได้ว่าเป็นรายการระดับโลกรายการแรก ที่เป็นอีกเส้นทางหนึ่งในการผลักดันกีฬาเซปักตะกร้อไปสู่ความเป็นสากลมากขึ้น รวมถึงเปิดโอกาสให้ชาติต่าง ๆ เข้ามามีส่วนร่วมมากขึ้นทั้งในเอเชียและยุโรป จะเห็นได้ว่าการแข่งขันรายการนี้ ประเทศต่าง ๆ มีการพัฒนาเป็นอย่างมาก อีกทั้งศราวดี โภคา และสุธนะ ติงศภักดิ์ (2557) กล่าวว่าเพื่อเป็นการรักษาวินัยธรรมไทยและเป็นการอนุรักษ์กีฬาประจำชาติ ครูพลศึกษาจึงควรให้ความสำคัญกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาในโรงเรียน สอนให้นักเรียนสามารถที่จะปฏิบัติทักษะได้และเห็นคุณค่าจากการเล่นกีฬาเซปักตะกร้อ

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.2551 ตัวชี้วัดและกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล มาตรฐาน พ. 3.1 คือ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา ม.1-3 มีตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง คือ นักเรียนสามารถที่จะเล่นกีฬาไทย กีฬาประเภทที่มอย่างน้อย 1 ชนิด นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเองในการเล่นกีฬา กีฬาประเภทที่มที่เป็นกีฬาไทยซึ่งนิยมจัดการเรียนรู้พลศึกษาในโรงเรียนเป็นส่วนใหญ่คือ กีฬาเซปักตะกร้อ

การเล่นเซปักตะกร้อ ผู้เล่นจะประสบความสำเร็จได้จำเป็นต้องมีทักษะขั้นพื้นฐานที่สำคัญดังที่สุพจน์ ปราณี (2539) ได้กล่าวถึงทักษะพื้นฐานในการเล่นเซปักตะกร้อ ประกอบด้วย การเล่นลูกหลังเท้า ลูกข้างเท้า ลูกเข้าและลูกศีรษะ การเล่นเซปักตะกร้อในยุคแรกยังไม่มรูปแบบการเล่นมากมายนัก ส่วนใหญ่จะเป็นการเล่นลูกโต้ข้ามตาข่ายด้วยศีรษะเป็นส่วนใหญ่ และศักยภาพ บุญบาล (2554) กล่าวว่า การเตะลูกด้วยข้างเท้าด้านใน (ลูกแป) เป็นพื้นฐานที่ใช้มากที่สุดและสามารถฝึกเตะได้แม่นยำกว่าลูกอื่น จนถึงได้ว่าลูกแป คือ ลูกครูของการเล่นกีฬาตะกร้อ เหมาะสำหรับการเตะตั้งลูก พักลูก เตะลูก หรือเตะส่งให้คู่ได้ ประโยชน์และความสำคัญของทักษะพื้นฐานหลักของกีฬาเซปักตะกร้อ หากพิจารณาให้ละเอียดและลึกซึ้งแล้ว จะเห็นว่าทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในจะมีประโยชน์มากกว่าลูกหลังเท้าและลูกเข้า เนื่องจากเมื่อเข้าสู่กระบวนการเล่นเกมแล้ว การเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในจะเป็นทักษะหลักในการใช้ประโยชน์มากที่สุด และรองลงมาจะเป็นการเล่นลูกด้วยศีรษะ (กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2555) ซึ่ง ชูชีพ คงมีชนม์ (2559) กล่าวไว้อีกว่า การเล่นกีฬาตะกร้อด้วยข้างเท้าด้านใน หรือการเตะ การตั้ง การรับลูกตะกร้อด้วยข้างเท้าด้านในนั้น เป็นการปฏิบัติทักษะที่มีความสำคัญ และมีความจำเป็นที่ผู้เล่นกีฬาตะกร้อทุกคนต้องสามารถปฏิบัติได้ และต้องปฏิบัติจนเกิดความชำนาญ

สรุปได้ว่า ทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในนั้น เป็นทักษะพื้นฐานที่สำคัญเป็นอย่างมากในการเล่นและแข่งขันกีฬาเซปักตะกร้อ เป็นทักษะที่ใช้ในการรับลูกเสิร์ฟ การตั้งลูก รวมไปถึงการส่งลูกข้ามตาข่าย ซึ่งหากผู้เล่นกีฬาเซปักตะกร้อมีทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในที่ไม่ดี ก็จะไม่สามารถรับลูกเสิร์ฟของฝ่ายตรงข้ามได้ รวมถึงตั้งลูกให้ผู้เล่นภายในทีมขึ้นพาดทำคะแนนไม่ได้ เพราะฉะนั้นการพัฒนาทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในจึงถือว่ามีสำคัญและเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับผู้เล่นกีฬาเซปักตะกร้อทุกคน

จากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องทักษะพื้นฐานของตะกร้อพบว่างานวิจัยของปรีชา ไวยโยภา (2526) ได้ศึกษา ปัญหาการสอนวิชาตะกร้อของครูพลศึกษา ได้แก่ ทักษะกีฬาเซปักตะกร้อมีทักษะพื้นฐานเฉพาะตัวที่ยากจำเป็นต้องฝึกฝนโดยใช้เวลานาน เวลาที่ใช้ในการทดสอบทักษะพื้นฐานมีน้อยเกินไป สำหรับปัญหาการเรียนวิชาตะกร้อของนักเรียน ได้แก่ เวลาเรียนในแต่ละคาบมีน้อยเกินไป เวลาที่ใช้ในการฝึกทักษะไม่เพียงพอ ไม่มีการฝึกทักษะตะกร้อพื้นฐานไม่มีการทบทวนและเพิ่มเติมนอกเวลาเรียน และจาก

งานวิจัยของ นิรุธ แก้วชะเนตร (2547) พบว่า นักเรียนหญิงส่วนใหญ่ไม่มีทักษะตะกร้อพื้นฐาน นักเรียนหญิงต้องการเรียนรู้ทักษะ วิธีการเล่นตะกร้อที่ถูกวิธี การวัดผลและประเมินผลวิชาตะกร้อ ควรที่จะแยกคะแนนเพศชายและเพศหญิงออกจากกัน

ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ไปสัมภาษณ์ครูพลศึกษาที่มีประสบการณ์การสอนวิชากีฬาเซปักตะกร้อเป็นระยะเวลา 10 ปี พบว่านักเรียนที่เรียนวิชาเซปักตะกร้อในระดับมัธยมศึกษา มีผลการแสดงทักษะที่ไม่ค่อยดี เช่น การเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านใน การรับ ส่งลูกด้วยข้างเท้าด้านใน เนื่องมาจากเหตุผลหลักๆ 2 ประการ คือ ประการแรก กีฬาเซปักตะกร้อเป็นทักษะที่ค่อนข้างยาก ต้องใช้การฝึกฝนที่หนักและสม่ำเสมอ ประการที่สอง นักเรียนขาดสมาธิที่แน่วแน่ในการเรียนรู้ทักษะ รวมถึง ขาดกำลังใจ ขาดความเชื่อมั่นในศักยภาพในตนเอง รู้สึกท้อถอยในการฝึกซ้อม ส่งผลให้นักเรียนรู้สึกเบื่อหน่าย ไม่มีความสุขในการเรียน และไม่อยากเรียนกีฬาเซปักตะกร้อ

สรุปจากการศึกษาเอกสารงานวิจัยและจากการสัมภาษณ์ นักเรียนมีการปฏิบัติทักษะพื้นฐานไม่ค่อยดี เช่น ทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านใน ซึ่งอาจเป็นเพราะเป็นทักษะที่ยาก เมื่อนักเรียนปฏิบัติไม่ได้ ก็จะทำให้รู้สึกเบื่อหน่าย ท้อถอยในการฝึกซ้อมและในที่สุดก็จะไม่อยากเรียนวิชาเซปักตะกร้อ

แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเป็นปรัชญามนุษยนิยมแนวใหม่ มีมุมมองเกี่ยวกับมนุษย์ว่ามนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่มีพัฒนาการสูงสุด มนุษย์จึงเป็นสิ่งมีชีวิตที่มีคุณค่า มีความสำคัญและมีศักยภาพ แฝงเร้นอยู่ในตนเอง แตกต่างกับสัตว์โลกชนิดอื่นอย่างมาก ยิ่งไปกว่านั้นพื้นฐานทางด้านจิตใจใน มนุษย์ มีความดีงาม ความมีคุณค่า ใฝ่รู้ และมีความต้องการจากภายในที่จะพัฒนาตนเอง ไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุด การศึกษาแบบนีโอฮิวแมนนิส (Neo-Humanist Education) จึงมีหน้าที่ที่จะช่วยพัฒนาศักยภาพที่แฝงเร้นในตัวคนแต่ละคนออกมาให้ได้มากที่สุด การศึกษาที่สำคัญที่สุดของพวกเราคือการศึกษในช่วงแรก ๆ ของชีวิต การที่คนมีปัญหา มักจะเกิดความเฉื่อยชา มีความรู้สึก ด้านลบกับตนเองและผู้อื่น ไม่อยากที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ไม่อยากพัฒนาตนเอง ไม่มีความสุข เนื่องจากได้รับข้อมูล และสภาพแวดล้อมที่เป็นลบ และจากการได้รับการอบรม สั่งสอนที่ไม่ถูกต้อง (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2545)

การจัดการศึกษาแบบนีโอฮิวแมนนิส เป็นกระบวนการหรือแนวทางที่ทำให้คนเกิดการพัฒนาให้เป็นคนที่สมบูรณ์ในทุก ๆ ด้าน (holistic education) คือ ทั้งด้านร่างกาย (physical) จิตใจ (mental) จิตวิญญาณ (spirit) และวิชาการ (academic) โดยเชื่อว่าคนที่สมบูรณ์จะต้อง ได้รับการพัฒนาทั้ง 4 ด้านควบคู่กันไปอย่างเหมาะสม ประกอบไปด้วยกิจกรรมเพื่อพัฒนาในทุกด้านของชีวิตของคนเราทำให้คนเรามีความสุขในชีวิตได้ง่าย สามารถอดทน รอคอย มุ่งมั่น ในการ กระทำจนบรรลุเป้าหมายที่ตัวเองตั้งไว้ได้อย่างมีความสุข และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2545)

จากการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสพบว่า เป็นแนวคิดที่ช่วยพัฒนานักเรียนให้เกิดการพัฒนาแบบองค์รวม กล่าวคือ พัฒนาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณ และวิชาการ ซึ่งสอดคล้องกับกีฬาเซปักตะกร้อที่มุ่งเน้นให้นักเรียนมีทักษะ ความสามัคคี เคารพกฎกติกา รักความเป็นไทย และวิชาพลศึกษาที่มุ่งเน้นให้นักเรียนเกิดการพัฒนากายทั้ง 5 ด้าน คือด้านทักษะ ด้านสมรรถภาพทางกาย ด้านเจตคติ ด้านความรู้ และด้านคุณธรรม จริยธรรม การจัดการเรียนการสอนแบบนีโอฮิวแมนนิสจะช่วยเพิ่มให้นักเรียนมีสมาธิที่แน่วแน่ มีจิตใจผ่อนคลายจากการฝึกสมาธิ มีร่างกายมีความยืดหยุ่นและแข็งแรงสมบูรณ์จากการฝึกโยคะ และมีความเชื่อมั่นในตนเองจากการได้รับคำพูดด้านบวก เมื่อนำแนวคิดมาใช้ฝึกร่วมกันผ่านกระบวนการจัดการเรียนรู้แล้ว จะทำให้ผู้เรียนมีความสุขในการเรียน ส่งผลต่อประสิทธิภาพในการเรียนรู้ การฝึกทักษะกีฬาเซปักตะกร้อและจะช่วยพัฒนานักเรียนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ มีสมาธิที่แน่วแน่เพิ่มขึ้นและอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุขต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาผลการจัดการเรียนรู้เชิงปฏิกิริยาตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าใน
2. เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม
3. เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม

วิธีการวิจัย

1. การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

- 1.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส
- 1.2 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกีฬาเซปักตะกร้อ
- 1.3 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านใน
- 1.4 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสอนพลศึกษา
- 1.5 ศึกษาเอกสาร วารสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเพื่อเป็นแนวทางในการจัดทำแบบวัดทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านใน

2. การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

- 2.1 ประชากร คือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคการศึกษาต้น ปีการศึกษา 2560 โรงเรียนสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น กรุงเทพมหานคร
- 2.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 3 ที่เรียนวิชาพลศึกษา กีฬาเซปักตะกร้อ ภาคการศึกษาต้น ปีการศึกษา 2560 จำนวน 60 คน โดยดำเนินการตามขั้นตอนต่อไปนี้
- 2.3 การสุ่มนักเรียนเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผู้วิจัยทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Selection) เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ที่เรียนวิชาเซปักตะกร้อ ภาคการศึกษาต้น ปีการศึกษา 2560 จำนวน 60 คน จากนั้นผู้วิจัยใช้การจับสลากเลือกห้องกลุ่มทดลองและห้องกลุ่มควบคุม ห้องละ 30 คน รวมเป็นจำนวนนักเรียนทั้งหมด 60 คน

3. การสร้างและพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

- 3.1 เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง คือ แผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กีฬาเซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยดำเนินการ ดังนี้
 - 3.1.1 ศึกษาแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส จากตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 3.1.2 ศึกษาวิธีการฝึกทักษะกีฬาเซปักตะกร้อ การเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านใน จากตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 3.1.3 ดำเนินการออกแบบแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กีฬาเซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอ ฮิวแมนนิส จำนวน 8 แผน
 - 3.1.4 นำแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กีฬาเซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจพิจารณาเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

3.1.5 นำแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กีฬาเซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิต้องเป็นผู้จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางพลศึกษา หรือวิทยาศาสตร์การกีฬา หรือผู้มีประสบการณ์ในการสอนพลศึกษาไม่ต่ำกว่า 10 ปี หรือผู้ที่มีประสบการณ์ในการเซปักตะกร้อไม่ต่ำกว่า 10 ปี ตรวจสอบพิจารณาความตรงตามวัตถุประสงค์ ความตรงตามเนื้อหา ความสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้และเหมาะสมจากผู้ทรงคุณวุฒิและนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับความตรงตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย (Index of Congruence หรือ IOC) พิจารณาหัวข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป สำหรับแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษานี้มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.85

3.1.6 แก้ไขปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กีฬาเซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสให้มีความสมบูรณ์ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

3.1.7 นำแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กีฬาเซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสจำนวน 8 แผน ไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง เพื่อดูความเหมาะสมของแบบฝึก เวลาที่ใช้ในการจัดการเรียนรู้ และนำมาปรับปรุงให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น เพื่อนำไปใช้จริงต่อไป

3.1.8 ทำการเปรียบเทียบการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กีฬาเซปักตะกร้อแบบปกติกับการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กีฬาเซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านใน ซึ่งถูกพัฒนาจาก ชูชาติ คงมีชนม์ (2545) ผู้วิจัยนำแบบทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิต้องเป็นผู้จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางพลศึกษา หรือวิทยาศาสตร์การกีฬา หรือผู้มีประสบการณ์ในการสอนพลศึกษาไม่ต่ำกว่า 10 ปี หรือผู้ที่มีประสบการณ์ในการเซปักตะกร้อไม่ต่ำกว่า 10 ปี ตรวจสอบพิจารณาความตรงตามวัตถุประสงค์ ความตรงตามเนื้อหา ความสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้และเหมาะสมจากผู้ทรงคุณวุฒิและนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับความตรงตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย (Index of Congruence หรือ IOC) พิจารณาหัวข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป สำหรับแบบทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในฉบับนี้มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.83 จากนั้นผู้วิจัยนำแบบทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านใน ไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง เพื่อดูความเหมาะสมของแบบทดสอบ เวลาที่ใช้ในการทดสอบ และนำมาปรับปรุงให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น เพื่อนำไปใช้จริงต่อไป

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลการจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าใน สามารถสรุปผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม

1.1 ค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในก่อนการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.2 ค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบทักษะการรับส่งลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในกระทบผาผนังก่อนการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.3 ค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนการทดลองและหลังการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.4 ค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบทักษะการรับส่งลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในกระแทบฝ่าผนังของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนการทดลองและหลังการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.5 ค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.6 ค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบทักษะการรับส่งลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในกระแทบฝ่าผนังของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม

2.1 ค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2 ค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบทักษะการรับส่งลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในกระแทบฝ่าผนังหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

การวิจัยเรื่อง ผลการจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าใน มีประเด็นนำมาอภิปรายผลการวิจัย ดังต่อไปนี้

ประเด็นที่ 1 ผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม

จากการวิเคราะห์ ผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อแบบปกติ พบว่า ผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 ส่วนผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุมสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.1 ผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยด้วยข้างเท้าด้านในของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สามารถอภิปรายได้ประเด็นดังต่อไปนี้

การจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ในขั้นที่ 1 ขั้นเตรียม อบอุ่นร่างกายและพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมให้นักเรียนทำคลื่นสมองให้ต่ำลง เพื่อรับรู้สิ่งที่กำลังจะเรียนรู้ได้ดีขึ้น จากการใช้เสียงเพลงปรับคลื่นสมอง และการปฏิบัติโยคะไปพร้อม ๆ กันเพื่อเพิ่มความอ่อนตัวและการทรงตัวซึ่งเป็นสิ่งที่จำเป็นต่อการเรียนวิชาเซปักตะกร้อ นักเรียนได้ฝึกการประสานงานของเซลล์สมองจากกิจกรรมพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ทำให้นักเรียนได้อบอุ่นร่างกายและพร้อมที่จะได้รับการเรียนรู้ ซึ่งสอดคล้องกับเกียรตวรณ อมาตยกุล (2546) ที่กล่าวว่าแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสช่วยพัฒนามนุษย์ จะต้องจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับหลัก 4 ข้อ คือ 1) คลื่นสมองต่ำ 2) การประสานงานของเซลล์สมอง 3) ภาพพจน์ต่อตนเอง 4) การให้ความรัก ซึ่งต้องดำเนินไปด้วยกัน ผู้เรียนจึงมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดี และสอดคล้องกับงานวิจัยของ นันทน์ นรภักดิ์สุนทร (2556) ที่กล่าวว่า การปฏิบัติโยคะ นอกจากจะทำให้นักเรียนเกิดสมาธิยังช่วยบริหารต่อมสำคัญในร่างกายและกล้ามเนื้อตั้งแต่หัวจรดเท้า ลดอาการเจ็บปวดเกร็ง กระตุ้นการทำงานของระบบหัวใจและระบบไหลเวียนโลหิต ทำให้ผิวพรรณและใบหน้าเปล่งปลั่ง ทำให้กระดูกสันหลังยืดหยุ่นขึ้น

การจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ในขั้นที่ 2 นำเข้าสู่บทเรียน อธิบายและสาธิต ขั้นที่ 3 ฝึกหัดทักษะและปฏิบัติ ขั้นที่ 4 นำไปใช้เล่นเพื่อความสนุกสนาน ผู้วิจัยได้ใช้คำพูดด้านบวกเสริมแรงให้กับนักเรียนมีภาพพจน์ที่ดีต่อตนเองในทุก ๆ ขั้นตอนของการจัดการเรียนรู้ และผู้วิจัยได้ให้นักเรียนมอบความรักให้กับเพื่อน ๆ ในชั้นเรียนด้วยสัมผัสมือกับเพื่อน ๆ ในชั้นเรียนผ่านกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อให้กำลังใจและสร้างความสามัคคีรักใคร่กลมเกลียวกัน ทำให้นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเองและมีความรักให้สรรพสิ่งรอบ ๆ ตัว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเกียรติวรรณ อมาตยกุล (2546) ที่กล่าวว่า การพัฒนาบุคคลตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมีจุดเน้นที่ให้เราสามารถนำศักยภาพแฝงเร้นในตนเองของแต่ละคนออกมาใช้ได้สูงสุด ผู้ที่สามารถนำศักยภาพที่มีอยู่ในตนเองออกมาใช้ได้สูงถึง 5-10 % จากคนปกติส่วนใหญ่ที่ใช้ความสามารถเพียง 1-5 % ก็นับได้ว่าเป็นผู้มีความสามารถยิ่งใหญ่ ดังนั้น แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสจึงมุ่งพัฒนาคนให้สมบูรณ์ในทุก ๆ ด้าน ทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจและด้านจิตวิญญาณไปพร้อม ๆ กัน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ นันทนัส นรภักดิ์สุนทร (2556) ที่กล่าวว่า จากการที่นักเรียนได้มีคลื่นสมองต่ำลง นักเรียนจะรู้จักการควบคุมตนเองและจากกิจกรรมมอบความรักและให้กำลังใจกับเพื่อน ๆ ในห้อง ทำให้นักเรียนเกิดคุณธรรมและจริยธรรมในเรื่องของการมีน้ำใจนักกีฬา จากการที่ครูผู้สอนพูดด้านบวก ให้กำลังใจนักเรียนระหว่างทำกิจกรรม พบว่า นักเรียนจะเกิดความเชื่อมั่นว่านักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะนั้นได้ มีความพยายามที่จะฝึกปฏิบัติทักษะกีฬาต่าง ๆ ซ้ำ ๆ จนกว่าจะสำเร็จ และนักเรียนที่สามารถปฏิบัติทักษะได้จะช่วยสอนเพื่อนที่ไม่สามารถปฏิบัติทักษะกีฬาดังกล่าวได้ ซึ่งสอดคล้องกับอุไรวรรณ ขมวัฒนา (2539) ได้ศึกษาผลการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อการพัฒนาทักษะยิมนาสติกลีลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะยิมนาสติกลีลาของกลุ่มที่ถูกสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสสูงกว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะยิมนาสติกลีลาของกลุ่มที่ถูกสอนด้วยวิธีปกติในทั้ง 3 อุปกรณ์ คือ เชือก ห่วง และบอล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับ สมศักดิ์ เจริญศรี (2543) ได้ศึกษาผลการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาการศึกษานอกโรงเรียนแบบทางไกล ผลการวิจัย พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ในขั้นที่ 5 ขั้นสรุปและสรุปปฏิบัติ ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกสมาธิในขั้นสรุป เพื่อให้นักเรียนเกิดสมาธิและความสงบทางจิตใจ ทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้มาตลอดคาบเรียนเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นันทกา ทวีปกุล (2555) ได้ศึกษาผลของการฝึกสมาธิและจินตนาการตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสต่อการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของเด็กก่อนวัยเรียน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกสมาธิและจินตนาการตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมีการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ในด้านความคิดคล่องตัวและความคิดริเริ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนความคิดละเอียดลออสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ประเด็นที่ 2 ผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม

จากการวิเคราะห์ ผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อแบบปกติ พบว่า ผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 2

2.1 ผลการทดสอบทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สามารถอธิบายได้ประเด็นดังต่อไปนี้

การจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ในขั้นที่ 1 ขั้นเตรียม อบอุ่นร่างกายและพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมให้นักเรียนทำคลื่นสมองให้ต่ำลง เพื่อรับรู้สิ่งที่กำลังจะเรียนรู้ได้ดีขึ้น จากการใช้เสียงเพลงปรับคลื่นสมอง และการปฏิบัติโยคะไปพร้อม ๆ กันเพื่อเพิ่มความอ่อนตัวและการทรงตัวซึ่งเป็นสิ่งที่จำเป็นต่อการเรียนวิชาเซปักตะกร้อ นักเรียนได้ฝึกการประสานงานของเซลล์สมองจากกิจกรรมพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ทำให้นักเรียนได้อบอุ่นร่างกายและพร้อมที่จะได้รับการเรียนรู้ ซึ่งสอดคล้องกับเกียรตวรณ อมาตยกุล (2546) ที่กล่าวว่าแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสช่วยพัฒนามนุษย์ จะต้องจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับหลัก 4 ข้อ คือ 1) คลื่นสมองต่ำ 2) การประสานงานของเซลล์สมอง 3) ภาพพจน์ต่อตนเอง 4) การให้ความรัก ซึ่งต้องดำเนินไปด้วยกัน ผู้เรียนจึงมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดี และสอดคล้องกับงานวิจัยของ นันทน์ นรภัคดีสุนทร (2556) ที่กล่าวว่า การปฏิบัติโยคะ นอกจากจะทำให้นักเรียนเกิดสมาธิยังช่วยบริหารต่อมสำคัญในร่างกายและกล้ามเนื้อตั้งแต่หัวจรดเท้า ลดอาการเจ็บปวดเกร็ง กระตุ้นการทำงานของระบบหัวใจและระบบไหลเวียนโลหิต ทำให้ผิวพรรณและใบหน้าเปล่งปลั่ง ทำให้กระดูกสันหลังยืดหยุ่นขึ้น

การจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ในขั้นที่ 2 นำเข้าสู่บทเรียน อธิบายและสาธิต ขั้นที่ 3 ฝึกหัดทักษะและปฏิบัติ ขั้นที่ 4 นำไปใช้เล่นเพื่อความสนุกสนาน ผู้วิจัยได้ใช้คำพูดด้านบวกเสริมแรงให้กับนักเรียนมีภาพพจน์ที่ดีต่อตนเองในทุก ๆ ขั้นตอนของการจัดการเรียนรู้ และผู้วิจัยได้ให้นักเรียนมอบความรักให้กับเพื่อน ๆ ในชั้นเรียนด้วยสัมผัสมือกับเพื่อน ๆ ในชั้นเรียนผ่านกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อให้กำลังใจและสร้างความสามัคคีรักใคร่กลมเกลียวกัน ทำให้นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเองและมีความรักให้สรรพสิ่งรอบ ๆ ตัว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเกียรตวรณ อมาตยกุล (2546) ที่กล่าวว่า การพัฒนาบุคคลตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมีจุดเน้นที่ให้เราสามารถนำศักยภาพแฝงเร้นในตนเองของแต่ละคนออกมาใช้ได้สูงสุด ผู้ที่สามารถนำศักยภาพที่มีอยู่ในตนเองออกมาใช้ได้สูงถึง 5-10 % จากคนปกติส่วนใหญ่ที่ใช้ความสามารถเพียง 1-5 % ก็นับได้ว่าเป็นผู้มีความสามารถยิ่งใหญ่ ดังนั้น แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสจึงมุ่งพัฒนาคนให้สมบูรณ์ในทุก ๆ ด้าน ทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจและด้านจิตวิญญาณไปพร้อม ๆ กัน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ นันทน์ นรภัคดีสุนทร (2556) ที่กล่าวว่า จากการที่นักเรียนได้มีคลื่นสมองต่ำลง นักเรียนจะรู้จักการควบคุมตนเองและจากกิจกรรมมอบความรักและให้กำลังใจกับเพื่อน ๆ ในห้อง ทำให้นักเรียนเกิดคุณธรรมและจริยธรรมในเรื่องของการมีน้ำใจนักกีฬา จากการที่ครูผู้สอนพูดด้านบวก ให้กำลังใจนักเรียนระหว่างทำกิจกรรม พบว่า นักเรียนจะเกิดความเชื่อมั่นว่านักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะนั้นได้ มีความพยายามที่จะฝึกปฏิบัติทักษะกีฬาต่าง ๆ ซ้ำ ๆ จนกว่าจะสำเร็จ และนักเรียนที่สามารถปฏิบัติทักษะได้จะช่วยสอนเพื่อนที่ไม่สามารถปฏิบัติทักษะกีฬาดังกล่าวได้ ซึ่งสอดคล้องกับอุไรวรรณ ขมวัฒนา (2539) ได้ศึกษาผลการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อการพัฒนาทักษะยิมนาสติกลีลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะยิมนาสติกลีลาของกลุ่มที่ถูกสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสสูงกว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะยิมนาสติกลีลาของกลุ่มที่ถูกสอนด้วยวิธีปกติในทั้ง 3 อุปกรณ์ คือ เชือก ห่วง และบอล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับ สมศักดิ์ เจริญศรี (2543) ได้ศึกษาผลการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาการศึกษานอกโรงเรียนแบบทางไกล ผลการวิจัย พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ในขั้นที่ 5 ขั้นสรุปและสรุปปฏิบัติ ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกสมาธิในขั้นสรุป เพื่อให้นักเรียนเกิดสมาธิและความสงบทางจิตใจ ทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้มาตลอดคาบเรียนเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นันทกา ทวีปกุล (2555) ได้ศึกษาผลของการฝึกสมาธิและจินตนาการตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสต่อการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของเด็กก่อนวัยเรียน

ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกสมาธิและจินตนาการตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมีการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ในด้านความคิดคล่องตัวและความคิดริเริ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนความคิดละเอียดลออสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1.1 ในการจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส นอกจากครูผู้สอนจะใช้คำพูดที่ไพเราะ เสริมแรงบวกและกำลังใจแก่นักเรียนแล้วนั้น ครูผู้สอนควรเน้นย้ำและกระตุ้นให้นักเรียนพูดจาไพเราะ และให้กำลังใจกับเพื่อน ๆ ในชั้นเรียนอย่างสม่ำเสมอ

1.2 การเลือกเพลงที่จะทำให้นักเรียนมีคลื่นสมองต่ำ ครูผู้สอนควรมีการเตรียมเพลงมาหลาย ๆ สลับสับเปลี่ยนไปในแต่ละคาบ เพื่อสร้างความแปลกใหม่กับนักเรียน เช่น เพลงบาบาบัม เควดัม เพลงมนตรา เป็นต้น

1.3 ครูผู้สอนควรมีการเตรียมคำพูดเสริมแรงบวก คำพูดให้กำลังใจนักเรียนมาล่วงหน้า เพื่อพูดให้กำลังใจนักเรียนตามสถานการณ์ที่เหมาะสมในแต่ละคาบเรียน

1.4 ครูผู้สอนให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการสลับสับเปลี่ยนกันออกมาเป็นผู้นำอบอุ่นร่างกายหรือเป็นผู้นำในการนำเพื่อนปฏิบัติท่าโยคะ เพื่อเสริมสร้างความเป็นผู้นำ ผู้ตามที่ดีและการมีส่วนร่วมร่วมกันในชั้นเรียน

1.5 ในการจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ควรนำมาฝึกปฏิบัติร่วมกับการจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อแบบปกติ ซึ่งจะส่งผลโดยตรงการพัฒนาทักษะการเล่นลูกด้วยข้างเท้าด้านในให้ประสิทธิภาพมากขึ้น

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการจัดการเรียนรู้เซปักตะกร้อตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อพัฒนาทักษะอื่น ๆ ในกีฬาเซปักตะกร้อเพิ่มเติม เช่น ทักษะการเล่นลูกด้วยหลังเท้า ทักษะการเล่นลูกด้วยเข่า ทักษะการเล่นลูกด้วยศีรษะ เป็นต้น

2.2 ควรมีการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อพัฒนาทักษะในกีฬาชนิดอื่น ๆ ทั้งในกีฬาประเภททีมและกีฬาประเภทบุคคล

รายการอ้างอิง

กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2555). *คู่มือการฝึกอบรมผู้ฝึกสอนกีฬาระดับพื้นฐานเซปักตะกร้อ*.

กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. (2545). *คติ-ทำด้านบวก*. ภาพพิมพ์.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. (2546). *สอนให้เด็กเป็นอัจฉริยะตามแนวนีโอฮิวแมนนิส*. ที.พี. พรินท์.

ชลิต จิรายุกุล. (2536). *ผลของการฝึกซ้อมกีฬาเซปักตะกร้อที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของสารเคมีในปัสสาวะของนักกีฬาเซปักตะกร้อทีมชาติไทย* [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์]. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ชูชีพ คงมีชนม์. (2559). *ผลของการฝึกตารางเก้าช่องที่มีต่อทักษะกีฬาตะกร้อด้วยข้างเท้าด้านในของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม* [วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์]. สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตสุพรรณบุรี.

- นันทกา ทวีปกุล. (2555). ศึกษาผลของการฝึกสมาธิและจินตนาการตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ต่อการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของเด็กก่อนวัยเรียน [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์]. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- นันทนัช นรภักดิ์สุนทร และ สุธนะ ดิงศภักย์. (2556). ผลของการจัดการเรียนรู้พลศึกษาตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น. วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา, 8(1), 111-124.
- นิรุธ แก้วชะเนต. (2546). ความคิดเห็นของผู้บริหาร อาจารย์พลศึกษา ผู้ปกครองและนักเรียนที่มีต่อการเรียนการสอนวิชาตะกร้อของนักเรียนหญิงในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดตาก [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ไม่ได้ตีพิมพ์]. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- บุญยงค์ เกศเทศ. (2531). ศิลปะการเล่นตะกร้อ. โอเดียนสโตร์.
- ปรีชา ไวยโกคา. (2526). ความคิดเห็นของครูพลศึกษาและนักเรียนเกี่ยวกับปัญหาการเรียนการสอนวิชาตะกร้อในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ไม่ได้ตีพิมพ์]. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รังสฤษฎ์ บุญชล. (2543). เชปิกตะกร้อและตะกร้อลอดบ่วง. สกายบุ๊กส์.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2527). หลักและวิธีสอนพลศึกษา (พิมพ์ครั้งที่ 2). ไทยวัฒนาพานิช.
- ศราวุฒิ โภคา และสุธนะ ดิงศภักย์. (2557). ผลของโปรแกรมการฝึกทักษะการเสิร์ฟเชปิกตะกร้อร่วมกับการฝึกการทรงตัว ความอ่อนตัว และความแข็งแรงของกล้ามเนื้อที่มีต่อทักษะการเสิร์ฟเชปิกตะกร้อของนักเรียน มัธยมศึกษาตอนต้น, วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา, 9(2), 129-143.
- ศักยภาพ บุญบาล. (2554). การฝึกทักษะกีฬาเชปิกตะกร้อ. โอเดียนสโตร์.
- สมศักดิ์ เจริญศรี. (2543). ผลการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาศึกษานอกโรงเรียนแบบทางไกล [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์]. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุพจน์ ปราณ. (2539). คู่มือการฝึกสอนกีฬาเชปิกตะกร้อ (ขั้นพื้นฐาน). โอเดียน.
- อุไรวรรณ ขมวัฒนา. (2539). ผลการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อการพัฒนาทักษะยิมนาสติกลีลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษา [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์]. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.