

แบบจำลองหลักสูตรอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษา



นายวิจิตร เทพบริรักษ์

003049

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

แผนกวิชาบริหารการศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2519

A Model for the Curriculum of Food and Nutrition Education
at the Elementary Education Level

Mr. Vichitr Thepborirucksa

ศูนย์วิทยทรัพยากร

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education
Department of Educational Administration
Graduate School
Chulalongkorn University

1976

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบัณฑิต

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการทรวจวิทยานิพนธ์

----- ประธานกรรมการ

----- กรรมการ

----- กรรมการ

อาจารย์ผู้ควบคุมการวิจัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นพรัตน์ วัฒนาพิบูลย์

ศูนย์วิทยุทรัพยากร
ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์ แบบจำลองหลักสูตรอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษา

ชื่อ นายวิจิตร เทพวิรัช

แผนกวิชา บริหารการศึกษา

ปีการศึกษา 2518

บทคัดย่อ



วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อประมวลข้อมูลต่าง ๆ เกี่ยวกับสภาพปัจจุบัน ปัญหา ความต้องการในเรื่องอาหารและโภชนาการ และโภชนาการศึกษในประเทศไทย
2. เพื่อศึกษาลักษณะโครงสร้างของหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษาของประเทศไทย
3. เสนอแนะแบบจำลองหลักสูตรอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษาสำหรับประเทศไทย

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย
 - 1.1 ข้อมูลจากผลงานการศึกษา สํารวจที่เป็นรายงาน การเขียน และขอเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ ผู้ที่เกี่ยวข้อง และสนใจงานคานอาหารและโภชนาการ และโภชนาการศึกษ
 - 1.2 หลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2503 และร่างหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2520
2. วิธีการรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัย
 - 2.1 รวบรวมข้อมูลที่เป็นสภาพปัจจุบัน ปัญหา และความต้องการในเรื่อง

อาหารและโภชนาการ และอาหารและโภชนาการศึกษามาจากเอกสารทางราชการ วารสาร รายงาน ตำราเรียน ข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ และวิทยานิพนธ์ทั้งภาษาไทย และภาษาต่างประเทศ

2.2 ศึกษาหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษามาจากหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2503 และร่างหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2520

2.3 รวบรวมข้อมูลที่ได้จากการศึกษา สภาพปัจจุบัน ปัญหา และความต้องการในเรื่องอาหารและโภชนาการ ความรู้ในเรื่องหลักสูตรและแนวคิดของผู้วิจัย แล้วเสนอแนะเป็นแบบจำลองหลักสูตรอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษา

สรุปผลการวิจัย

ผลการทำวิจัยครั้งนี้พอสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. สภาพปัจจุบัน ปัญหา และความต้องการทางค่านอาหารและโภชนาการของประเทศไทย

ปัญหาทางค่านอาหารและโภชนาการ เป็นปัญหาสำคัญปัญหาหนึ่งที่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาประเทศ ปัญหานี้มีสาเหตุร่วมกันหลายประการ การแก้ไขปัญหานี้ต้องการความร่วมมือหลาย ๆ ฝ่าย และลงมือกระทำไปพร้อม ๆ กัน หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับงานนี้คือ กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงมหาดไทย กระทรวงพาณิชย์ ทบวงมหาวิทยาลัยของรัฐ สำนักงานสภาพัฒนาเศรษฐกิจแห่งชาติ และองค์กรต่างประเทศ

ปัญหาทางค่านอาหารและโภชนาการที่สำคัญคือ ทูพโภชนาการ (Malnutrition) ซึ่งเกิดได้ในบุคคลกลุ่มต่าง ๆ เช่น เด็กวัยก่อนเข้าเรียน เด็กนักเรียน หญิงมีครรภ์ และหญิงแม่วัยก่อน

สาเหตุของทูพโภชนาการนั้นมีด้วยกันหลายสาเหตุ เช่น แนวโน้มการผลิตอาหาร แนวโน้มการเพิ่มจำนวนประชากร ความต้องการอาหารเพื่อบริโภคของคนไทย

บริการที่ได้จากหน่วยงานสาธารณสุข แต่ถ้ามองโดยสรุปคือ "การไม่มีอาหารบริโภค" และ "การไม่รู้จักรับประทานอาหารที่มีอยู่" หรือ "การขาดแคลนอาหาร" และ "การขาดความรู้ทางอาหารและโภชนาการ"

การแก้ปัญหาเรื่องนี้ สำหรับทางด้านการศึกษาคือ การให้ความรู้ทางอาหาร-โภชนาการศึกษาก็ผู้เรียนทั้งในโรงเรียนและนอกระบบโรงเรียน

2. สภาพปัจจุบัน ปัญหา และความต้องการในการจัดหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษา

หลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษาคิดกันว่าเข้าไปบรรจุไว้ในหลักสูตรระดับประถมศึกษา พุทธศักราช 2503 จากสภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบันและข้อเท็จจริงต่างๆ ที่ได้จากการศึกษาข้อมูลในการทำวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า หลักสูตรควรจะมีการปรับปรุงแก้ไขใหม่มีความเหมาะสมกับสภาพปัจจุบันทั้งในด้านเนื้อหาและวิธีการเรียนการสอน เพื่อให้สอดคล้องกับการจัดหลักสูตรระดับประถมศึกษาในแนวใหม่ ซึ่งอย่างน้อยก็ควรจะสามารถมีส่วนร่วมช่วยแก้ปัญหาต่างๆ ได้ดังต่อไปนี้

- 1) ป้องกันทุพโภชนาการ อันเนื่องมาจากสาเหตุของการบกพร่องสารโปรตีน แรงงาน เกือบแรม หรือสารวิตามินต่างๆ
- 2) ส่งเสริม พัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจของเด็กแต่ละบุคคลด้วยวิธีการจัดโปรแกรมการเลี้ยงอาหารนักเรียน
- 3) สร้างเสริม และปลูกฝังทัศนคติ และนิสัยในเรื่องอาหาร-โภชนาการ และพัฒนาทักษะในเรื่องการผลิต การเลือกซื้อ การเตรียม การปรุง การถนอมอาหารและการบริโภคอาหารด้วยวิธีการอย่างฉลาด ประหยัด คุ่มค่าของเงินที่เสียไป และถูกต้องตามหลักทางโภชนาการ

3. การศึกษาหลักสูตรอาหารและโภชนาการศึกษาในระดับประถมศึกษา

ลักษณะและโครงสร้างของหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษาในระดับประถมศึกษาที่ได้จากข้อมูลการวิจัยครั้งนี้ พบว่าหลักสูตรฯ มีลักษณะและโครงสร้างแตกต่างกันคือ

3.1 หลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2503

เนื้อหาสาระสำคัญของหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษามีอยู่ในหลักสูตรฉบับนี้แบ่งได้เป็น 2 ตอนคือ ตอนที่ 1 ระดับประถมศึกษาปีที่ 1-4 ตอนที่ 2 ระดับประถมศึกษาปีที่ 5-7

3.1.1 หลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ 1-4 หลักสูตรในระดับนี้จัดเนื้อหาวิชาอาหารและโภชนาการอยู่กับวิชาสุขศึกษาในหมวดวิชาพลานามัย และในวิชาวิทยาศาสตร์เบื้องต้น

3.1.2 หลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ 5-7 หลักสูตรในระดับนี้จัดเนื้อหาวิชาอาหารและโภชนาการอยู่ในวิชาต่าง ๆ ดังนี้ (ก) สุขศึกษา (ข) ศิลปและหัตถศึกษา (ค) คหกรรมศาสตร์

3.2 ร่างหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2520

หลักสูตรระดับนี้มีการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมคือ เหลือเวลาเรียน 6 ปี (หลักสูตรเดิมคือ หลักสูตรฯ ฉบับ พ.ศ. 2503 มีเวลาเรียน 7 ปี) นอกจากนี้มีการจัดวิชาเป็น 4 กลุ่ม (หลักสูตรเดิมมีการแบ่งวิชาเป็น 7 หมวดในชั้นประถมศึกษาตอนต้น และ 8 หมวดวิชาในชั้นประถมศึกษาตอนปลาย) เรื่องอาหารและโภชนาการตามร่างหลักสูตรใหม่นี้ถูกนำเข้าไปรวมอยู่ในกลุ่มวิชาต่าง ๆ ในลักษณะ "หน่วยวิชา" เช่น รวมอยู่กับกลุ่มวิชาสร้างเสริมลักษณะนิสัย และกลุ่มวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต

4. แบบจำลองหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษาสำหรับประเทศไทย

แบบจำลองหลักสูตรวิชาอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษาตามแนวคิดของผู้วิจัยมีลักษณะดังนี้

4.1 เนื้อหาสาระสำคัญที่บรรจุไว้ในหลักสูตรแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ประถมศึกษาปีที่ 1-2 ส่วนที่ 2 ประถมศึกษาปีที่ 3-4 ส่วนที่ 3 ประถมศึกษาปีที่ 5-6

4.2 โครงสร้างของหลักสูตรจำลองประกอบด้วยส่วนสำคัญ 5 ประการคือ
สภาพปัจจุบัน ปัญหาและความต้องการ จุดมุ่งหมาย (จุดมุ่งหมายทั่วไป และจุดมุ่งหมาย
เชิงพฤติกรรม) ความคิดรวบยอด เนื้อหากิจกรรมและประสบการณ์ของผู้เรียน และ
การวัดและประเมินผล

4.3 การนำหลักสูตรไปใช้ ใช้วิธีการกระจายเรื่องอาหารและโภชนาการซึ่ง
บรรจุไว้ในหลักสูตรที่ใดจำลองขึ้นเข้าไปในหลักสูตรประถมศึกษาไหม



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Thesis Title A Model for the Curriculum of Food and Nutrition
 Education at the Elementary Education Level.

Name Mr. Vichitr Thepborirucksa

Department Educational Administration

Academic Year 1975

ABSTRACT

The Purposes of the Study

1. To collect data dealing with food and nutrition and Nutrition Education in Thailand.
2. To study the curriculum of Food and Nutrition Education Development at the Elementary Level in Thailand.
3. To Propose a Model for the Curriculum of Food and Nutrition Education at the Elementary Education Level.

Research Procedures

1. Background Information
 - 1.1 Data on Food and Nutrition and Nutrition Education
 - 1.2 The Elementary School Curriculum (1960) and The new Elementary School Curriculum (1977).
2. Method and Procedures
 - 2.1 Basic data were collected from documents including:

previous research reports; periodicals and official-documents.
thesis; recommendation materials and references.

2.2 Review of literature concerning the Food and
Nutrition Curriculum for Elementary Education Level in Thailand.

2.3 Proposal of a curriculum model of Food and
Nutrition Education at the Elementary Education Level.

Major Findings

The Research results could be summerized as follows:

1. The Food and Nutrition Problems

It is widely believed that in developing countries food and nutrition is the importance factor in the development of the country. *These problems are due to many factors and need cooperation from many government officials and other agencies to solve.

Unquestionably, malnutrition exists in Thailand. Although the problem of malnutrition is not as severe as in some other countries but in Thailand nutritional deficiency diseases are wide spread due to lack of a variety of essential nutrients in diet which created many important problems, such as public health, food production and population, economic and social development problems.

These types of malnutrition and nutritional deficiency diseases exist among many groups of the population: pre-school children, school children, pregnant women and lactating women.

Food and Nutrition Education is recognized as an important mean of changing food habits and way of living to improve the

1

nutrition of population groups. It's success depends upon the approaches adopted to influence people in homes, schools and communities.

2. The Problem of Food and Nutrition Education

In 1960, Food and Nutrition Education was introduced into the Elementary School curriculum. There are various reasons for developing a sound programme of food and nutrition education in the elementary school for the following purposes:

- 1) Prevention of malnutrition caused by deficiency of protein, calories, vitamins or minerals.
- 2) Promotion of the harmonious physical and mental development of individuals through the school feeding programme.
- 3) Formation of good food habits and development of skills in the production, selection, preparation, and preservation of food.

3. Review of the new curriculum for elementary schools

3.1 The Elementary School Curriculum (1960).

The syllabus is divided into two parts: the first part from grades 1 to 4 and the second part from grades 5-7.

3.1.1 Food and Nutrition Education in Grade 1 to 4 is included mainly in Health Education and Elementary Science.

3.1.2 Food and Nutrition Education in Grade 5 to 7 is included in (a) Health Studies (b) Crafts and (c) under the Home Economics Course.

3.2 The new Elementary School Curriculum (1977).

There are 6 grades in the new Elementary School Curriculum. The content of Elementary School Curriculum is divided into 4 groups. Some topics on food and Nutrition are introduced in the curriculum as a unit of food and nutrition.

4. A proposed model for the curriculum of Food and Nutrition Education at the Elementary Education Level.

4.1 The syllabus is divided into three parts: Part I : grade 1 to 2; Part II : grades 3 to 4; and Part III : grades 5 to 6.

4.2 The five major areas of the proposed model are:
1) The food and nutrition problems; 2) Objectives (both general and behavioral); 3) Concepts; 4) Contents, activities and experiences; and 5) Measurement and Evaluation.

4.3 The proposed model is integrated into the new Elementary School Curriculum.

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



กิติกรรมประกาศ

ในการทำวิทยานิพนธ์เรื่องนี้ ผู้วิจัยสามารถดำเนินงานไปได้โดยเรียบร้อย และ
ประสบผลสำเร็จด้วยดี เพราะความกรุณาจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นพรัตน์ ผลิตพิบูลย์
อาจารย์ผู้ควบคุมการวิจัย ซึ่งได้ให้คำปรึกษา ชี้แจง แนะนำ และให้ความช่วยเหลือใน
การแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ อยู่ตลอดเวลา นอกจากนี้ยังได้รับความกรุณาจาก
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุมิตร คุณาบุตร อาจารย์ผู้ให้คำปรึกษาและแนะนำในเรื่อง
หลักสูตร และวิธีการศึกษาอนุมูลจากหลักสูตร

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ อาจารย์ อุทัย พิศลยบุตร รักษาการผู้อำนวยการกองโภชนาการ
กรมส่งเสริมสาธารณสุข นอกจากนี้ยังได้รับความกรุณาจากผู้เชี่ยวชาญแห่งองค์การอนามัยโลก
ประจำประเทศไทย และบรรณารักษ์ประจำห้องสมุด สภาวิจัยแห่งชาติ องค์การอาหารและ
เกษตรแห่งสหประชาชาติ องค์การกองทุนเด็กเดนมาร์ก และองค์การการศึกษาวิทยาศาสตร์
และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ และ อาจารย์ ดร. สมชาย คุรงค์เกษ แห่งคณะสาธารณสุขศาสตร์
ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการยืมหนังสือ และเอกสารต่าง ๆ ซึ่งนำมาประกอบการวิจัยครั้งนี้

งานวิจัยครั้งนี้สำเร็จได้ด้วยดีโดยอาศัยความอนุเคราะห์จากท่านที่ไดกล่าวนามมาแล้ว
ทั้งหมด และบุคคลอื่น ๆ ซึ่งมีได้กล่าวถึง ณ ที่นี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ใน
โอกาสนี้ด้วย

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
วิจิตร เทพบริรักษ์

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	๑
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	๗
กิตติกรรมประกาศ.....	๘
รายการแผนภูมิประกอบ.....	๗



บทที่

1 บทนำ.....	1
ภูมิหลังของการวิจัย.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	26
ประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัย.....	26
ขอบเขตของการวิจัย.....	26
ความหมายของคำบางคำที่ใช้ในการวิจัย.....	27
วิธีดำเนินการวิจัย.....	28
2 สรุปวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	30
ตอนที่ 1 การศึกษา การสำรวจ การเขียน และขอเสนอแนะ ของผู้เชี่ยวชาญที่ให้ไว้แก่ประเทศไทย.....	30
ตอนที่ 2 การศึกษาหลักสูตรอาหารและโภชนาการการศึกษา.....	128
ตอนที่ 3 หลักการ และวิธีการใหม่ ๆ เกี่ยวกับเรื่องหลักสูตร อาหารและโภชนาการการศึกษา.....	186
3 แบบจำลองหลักสูตรอาหารและโภชนาการการศึกษา.....	220
หลักการและเหตุผล.....	220
สมมติฐานเบื้องต้น.....	221
ลักษณะทั่วไป.....	222

สารบัญ (ต่อ)

บทที่

หน้า

โครงสร้าง.....222

สรุป.....238

4 การกระจายของแบบจำลองหลักสูตรอาหารและโภชนาการศึกษ.....249

 : วิธีการผสมผสาน.....249

 วิธีการผสมผสานเรื่องอาหารและโภชนาการเข้าสู่หลักสูตรประถมศึกษา253

 การแจกแจงเนื้อหาเรื่องอาหารและโภชนาการเข้าไปสู่กลุ่ม

 วิชาต่าง ๆ ในร่างหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2520 258

 การสอดแทรกเนื้อหาเรื่องอาหารและโภชนาการเข้าสู่

 ร่างเนื้อหาหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2520..... 261

 สรุปและวิจารณ์..... 271

5 สรุปผลการวิจัย อภิปราย และขอเสนอแนะ..... 278

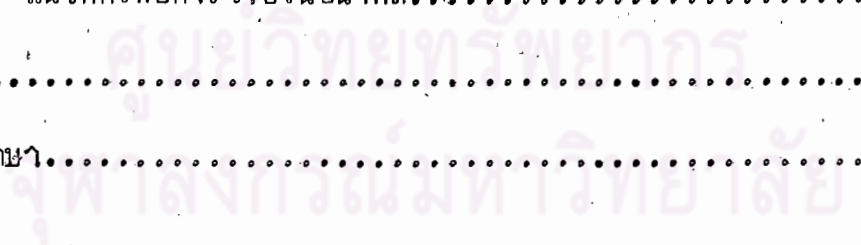
 สรุปผลการวิจัยและอภิปราย..... 280

 ขอเสนอแนะ..... 296

 แนวคิดเพื่อการวิจัยในอนาคต..... 298

บรรณานุกรม..... 299

ประวัติการศึกษา..... 323



รายการแผนภูมิประกอบ

แผนภูมิที่

หน้า

- 1 แผนภูมิแสดงประเภทและระดับการศึกษาที่จัดสอนวิชาโภชนาการในสถาบันการศึกษาของประเทศไทย.....133
- 2 แบบจำลองแสดงวิธีพัฒนาความรู้ ความเข้าใจ และทักษะในเรื่องการใช้อาหารใหญ่ถูกต้องตามหลักทางคานอาหารและโภชนาการ....227
- 3 แผนภูมิแสดงลักษณะรูปแบบของหลักสูตรอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษา.....241
- 4 แผนภูมิแสดงการจัดลำดับพฤติกรรมตามความมุ่งหมายของหลักสูตร..242
- 5 แผนภูมิแสดงองค์ประกอบหรือโครงสร้างหลักสูตรอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษา.....243
- 6 แผนภูมิแสดงหัวข้อสำคัญ ๆ ของเนื้อหา กิจกรรม และประสบการณ์ของผู้เรียน.....244
- 7 แผนภูมิแสดงหัวข้อในเรื่องอาหาร.....245
- 8 แผนภูมิแสดงหัวข้อในเรื่องการรับประทานอาหาร.....246
- 9 แผนภูมิแสดงหัวข้อเรื่องโภชนาการ.....247
- 10 แผนภูมิแสดงการประเมินผลอาหารและโภชนาการ.....248
- 11 วัฏจักรวิกฤติของประชาชน เนื่องมาจากปัญหาทางคานอาหารและโภชนาการ.....254
- 12 แผนภูมิแสดงสาเหตุของปัญหาอาหารและโภชนาการ.....256
- 13 แผนภูมิแสดงการผสมผสานแบบจำลองหลักสูตรอาหารและโภชนาการศึกษาระดับประถมศึกษาเขาสร้างหลักสูตรประถมศึกษา 2520.....273

รายการแผนภูมิประกอบ (ต่อ)

แผนภูมิที่

หน้า

14	แผนภูมิแสดงการผสมผสานเรื่องอาหารและโภชนาการเข้าสู่ กคุณวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต.....	274
15	แผนภูมิแสดงการผสมผสานเรื่องอาหารและโภชนาการเข้าสู่ กคุณวิชาสร้างเสริมลักษณะนิสัย.....	275
16	แผนภูมิแสดงการผสมผสานเรื่องอาหารและโภชนาการเข้าสู่ กคุณวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ในการทำงาน.....	276
17	แผนภูมิแสดงการผสมผสานเรื่องอาหารและโภชนาการเข้าสู่ กคุณวิชาทักษะ.....	277

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย