ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา

นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2554

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)
เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย
The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository(CUIR)
are the thesis authors' files submitted through the Graduate School.

THE EFFECTS OF PHYSICAL EDUCATION ACTIVITY MANAGEMENT BY USING GROUP DYNAMIC GAMES ON AGGRESSIVE BEHAVIORS OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS

Mr. Chatpan Dusitkul

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements

for the Degree of Master of Education Program in Health and Physical Education

Department of Curriculum and Instruction

Faculty of Education

Chulalongkorn University

Academic Year 2011

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา
โดย	นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
สาขาวิชา	สุขศึกษาและพลศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญามหาบัณฑิต

..... คณบดีคณะครุศาสตร์
(ศาสตราจารย์ ดร. ศิริชัย กาญจนวาสี)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.รัชนี ขวัญบุญจัน)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์)

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิลปชัย สุวรรณธาดา)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร.เทพวาณี หอมสนิท)

ฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล : ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา. (THE EFFECTS OF PHYSICAL EDUCATION ACTIVITY MANAGEMENT BY USING GROUP DYNAMIC GAMES ON AGGRESSIVE BEHAVIORS OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก : รศ.ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ , 181 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนสวนลุมพินี เขตลุมพินี จังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2554 รวมทั้งสิ้น 30 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง พร้อมทั้งแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มทดลอง 15 คน กลุ่มควบคุม 15 คน ซึ่งมีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวไม่แตกต่างกัน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการสอนกลุ่มทดลองด้วยตนเอง คาบละ 50 นาที จำนวน 16 แผน เป็นเวลา 8 สัปดาห์ติดต่อกันโดยใช้เวลาหลังเลิกเรียน มีการวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมในระยะก่อนทดลอง หลังทดลอง และระยะหลังการทดลอง 2 สัปดาห์ โดยใช้แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนด้วยค่าที วิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมทางเดียวแบบวัดซ้ำและเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยใช้ LSD

ผลการวิจัย พบว่า

1) หลังการทดลองกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ในกลุ่มควบคุมไม่พบความแตกต่าง

2) หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ภาควิชา หลักสูตรและการสอน ลายมือชื่อนิสิต.....

สาขาวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก.....

ปีการศึกษา 2554

5383458127 : MAJOR HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION
KEYWORDS : PHYSICAL EDUCATION ACTIVITY / AGGRESSIVE BEHAVIORS / GROUP DYNAMIC GAMES / ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS

CHATPAN DUSITKUL : THE EFFECTS OF PHYSICAL EDUCATION ACTIVITY MANAGEMENT BY USING GROUP DYNAMIC GAMES ON AGGRESSIVE BEHAVIORS OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS. ADVISOR : ASSOC.PROF. AIMUTCHA WATTANABURANON, Ed.D. , 181 pp.

This study was a quasi-experimental research. The purpose of the research was to study the effects of physical education activity management by using group dynamic games on aggressive behaviors of elementary school students. The sample group was the fifth grade students of Suanlumpinee school, during the second semester of academic year 2011. The 15 students were experimental group who participated in the group dynamic games conducted by the researcher, while the control group of 15 students did not participate in group dynamic games. The average scores of aggressive behaviors of both groups were found no significant differences before implementation. The research tools consisted of physical education activity management plans by using group dynamic games on aggressive behaviors constructed by the researcher, for a session of 50 minutes, two days per week, 16 activity plans, over 8 weeks in after school period. The aggressive behaviors form was also tested before and after experiment, including 2 weeks of follow-up phases. The data were then analyzed in term of means , standard deviation , t-test , one-way analysis of variance with the repeated measure and LSD. method was also employed to determine the significant differences.

The research findings were as follows :

1) After experiment and follow-up phases, the mean scores of the experimental group were found significantly less than before experiment at the .05 level.
2) After experiment, the mean scores of the experimental group were found significantly less than the control group at the .05 level.

Department : Curriculum and Instruction Student's Signature .....
Field of Student : Health and Physical Education Advisor's Signature .....
Academic Year : 2011

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยความเมตตากรุณา ความช่วยเหลือจากท่านรองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ อาจารย์ที่ปรึกษาที่ท่านได้กรุณาประสิทธิ์ประสาทความรู้ทางด้านวิชาการศึกษา ให้คำปรึกษารวมทั้งแนะแนวทางในการค้นคว้าหาความรู้ ตลอดจนตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆอันเป็นประโยชน์ยิ่งในการทำวิทยานิพนธ์ให้มีความถูกต้องสมบูรณ์ด้วยความเอาใจใส่ที่ดียิ่งตลอดมา ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์เป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ผู้วิจัยกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.รัชนี ขวัญบุญจัน ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ รวมทั้งกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิลปชัย สุวรรณธาดาและรองศาสตราจารย์ ดร.เทพวาณี หอมสนิท ที่ได้สละเวลาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือรวมทั้งกรุณาตรวจสอบและแก้ไขวิทยานิพนธ์ให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

ผู้วิจัยกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วันชัย บุญรอด รองศาสตราจารย์เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย และผู้ช่วยศาสตราจารย์ถาวร วรรณศิริ ที่ได้สละเวลาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือ

ผู้วิจัยกราบขอบพระคุณ อาจารย์ปภาดา อัศวธีรากุล ผู้อำนวยการโรงเรียนสวนลุมพินีและอาจารย์นาทลดา ทิพยรักษ์เดชดา รองผู้อำนวยการโรงเรียนสวนลุมพินี ที่ให้ความอนุเคราะห์และอำนวยความสะดวกในการดำเนินการเก็บข้อมูลการวิจัยในครั้งนี้

กราบขอบพระคุณบิดามารดาและทุกคนในครอบครัวผู้เป็นที่รักซึ่งเป็นแรงใจที่สำคัญยิ่งและให้การสนับสนุนแก่ผู้วิจัยอย่างสูงตลอดมา ขอบคุณคุณสุตาภัทร ประดับแก้วและเพื่อนๆทุกคนที่คอยช่วยเหลือและช่วยเป็นกำลังใจให้วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

คุณค่าและประโยชน์จากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ผู้วิจัยขอมอบเป็นเครื่องบูชาแด่พระคุณบิดามารดา และคณาจารย์ทุกท่านที่คอยประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ ปลูกฝังคุณธรรมความดีให้แก่ผู้วิจัยตลอดมา ขอกราบพระคุณท่านด้วยความเคารพไว้ ณ โอกาสนี้

สารบัญ

		หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย		ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ		จ
กิตติกรรมประกาศ		ฉ
สารบัญ		ช
สารบัญตาราง		ฌ
สารบัญภาพ		ฎ
บทที่		
1	บทนำ	1
	1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
	1.2 คำถามการวิจัย	6
	1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	6
	1.4 สมมติฐานในการวิจัย	6
	1.5 ขอบเขตของการวิจัย	6
	1.6 นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	7
	1.7 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	8
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
	2.1 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าว	11
	2.2 การสอนพลศึกษา	21
	2.3 เกม	24
	2.4 แนวคิดและทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์	34
	2.5 เกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษา	39
	2.6 พัฒนาการของเด็กวัยรุ่นตอนต้น	41
	2.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	48
	2.8 กรอบแนวคิดการวิจัย	51

บทที่		หน้า
3	วิธีดำเนินการวิจัย.....	52
	ขั้นที่ 1 การเตรียมการทดลอง.....	54
	ศึกษาค้นคว้า เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	54
	ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	54
	สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	54
	ขั้นที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล.....	56
	กำหนดรูปแบบการวิจัย.....	56
	ติดต่อประสานงานก่อนการทดลอง.....	57
	ดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	57
	ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้.....	58
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	59
5	สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	67
	5.1 สรุปผลการวิจัย.....	67
	5.2 อภิปรายผล.....	68
	5.3 ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย.....	73
	5.4 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป.....	74
รายการอ้างอิง.....		75
ภาคผนวก.....		81
	ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ.....	82
	ภาคผนวก ข หนังสือเชิญผู้ทรงคุณวุฒิ.....	84
	ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	91
	ภาคผนวก ง การวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ.....	152
	ภาคผนวก จ การวิเคราะห์ข้อมูล(เพิ่มเติม).....	174
	ภาคผนวก ฉ ภาพกิจกรรมการดำเนินการวิจัย.....	178
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....		181

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง.....	60
2	ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนแบบทางเดียวชนิดวัดซ้ำของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลอง.....	61
3	ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลอง โดยวิธีของ LSD.....	61
4	ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนแบบทางเดียวชนิดวัดซ้ำของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มควบคุม.....	62
5	คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง.....	63
6	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าว หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจำแนกเป็นรายข้อ.....	64
7	คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนพฤติกรรม ก้าวร้าวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง(แบบสังเกตพฤติกรรม).....	175
8	ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนแบบทางเดียวชนิดวัดซ้ำของคะแนนเฉลี่ยการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองในแบบสังเกตพฤติกรรม.....	176
9	ตารางแสดงผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าว ของกลุ่มทดลอง โดยวิธีของ LSD ในแบบสังเกตพฤติกรรม.....	176

ตารางที่ หน้า

10 ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนแบบทางเดียวชนิดวัดซ้ำของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มควบคุมในแบบสังเกตพฤติกรรม..... 177

11 คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังทดลอง (ในแบบสังเกตพฤติกรรม)..... 177

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย……..	53
2	แบบแผนการทดลอง……...	57

บทที่ 1
บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความเจริญก้าวหน้าของประเทศในด้านต่างๆนั้น ประชากรในประเทศมีส่วนสำคัญเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องเป็นประชากรที่มีคุณภาพของสังคมและประเทศชาติ การที่จะกล่าวได้ว่าสังคมใดประเทศใดมีความเจริญมากน้อยเพียงใดนั้น สิ่งสำคัญที่จะสังเกตได้ก็คือ ประชากรส่วนใหญ่จะต้องเป็นผู้ที่มีสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางจิตที่ดี มีระเบียบวินัย ความรับผิดชอบ ความอดทน อดกลั้น รู้จักเสียสละเพื่อประโยชน์ของส่วนรวม มีความซื่อตรง ซื่อสัตย์ ยุติธรรม มีอารมณ์มั่นคง และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข อันจะนำไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองของสังคม(จิรกรณ์ ศิริประเสริฐ,2543) ซึ่งควรปลูกฝังคุณลักษณะดังกล่าวแก่ประชากร โดยต้องเริ่มกับเด็กและเยาวชนก่อนช่วงชีวิตอื่น เนื่องจากเด็กและเยาวชนอยู่ในวัยที่สอนง่าย รับรู้และเรียนรู้ได้อย่างรวดเร็ว เมื่อเด็กและเยาวชนเกิดการเรียนรู้ในคุณลักษณะดังกล่าวก็จะทำให้สามารถเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีประสิทธิภาพของสังคม

พฤติกรรมปัจจุบันในทางลบที่ถือได้ว่าขัดกับสังคมของเด็กและเยาวชน อาจส่งผลต่อการพัฒนาของประเทศ โดยพฤติกรรมทางสังคมนั้น จะมีพฤติกรรมหนึ่งซึ่งถือว่าเป็นปัญหา ควรให้ความสนใจในการศึกษา คือ ปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กและเยาวชน ดังสังเกตได้จากเด็กนักเรียนในยุคสมัยนี้ มีการแสดงออกของพฤติกรรมทางวาจาและพฤติกรรมทางกายที่ไม่เหมาะสมทั้งต่อเพื่อน ครอบครัว ครูผู้สอนและบุคคลอื่นๆ ปัจจุบันเด็กและเยาวชนแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวและใช้ความรุนแรงในการตัดสินปัญหามากขึ้น โดยพฤติกรรมก้าวร้าวมีแนวโน้มที่จะเพิ่มสูงขึ้นในสังคมไทย กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุขได้ให้ข้อมูลจากการสำรวจในปี 2553 (กรมสุขภาพจิต,2553 : ออนไลน์) พบว่าปัญหาสุขภาพจิตของเด็กไทยและเยาวชนจะเป็นปัญหาด้านอารมณ์และจิตใจ ซึ่งเป็นปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าว ถึงร้อยละ 29.6 ของปัญหาทั้งหมด นอกจากนี้กรุงเทพมหานครและบริษัท รักลูกกรุ๊ป (ไทยโพสต์,2552 : ออนไลน์) ซึ่งได้ทำการเก็บสุ่มกลุ่มตัวอย่างจากพ่อแม่ไทยในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 1,000 คน ผลการสำรวจความคิดเห็นของพ่อแม่ไทยในเขตกรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับพฤติกรรมและการศึกษาเด็กไทยในสังคมปัจจุบัน พบว่า พฤติกรรมของเด็กสมัยนี้ที่พ่อแม่เป็นห่วงมากที่สุด 3 เรื่องหลักๆ คือ พฤติกรรม

การแสดงออกที่ก้าวร้าวรุนแรง (ร้อยละ 47) ความประพฤติทางเพศไม่เหมาะสม มีการเรียนรู้เรื่องเพศเร็วกว่าวัยอันควร (ร้อยละ 31) และการขาดความรับผิดชอบ ไม่สู้งาน หนักไม่เอาเบาไม่สู้ (ร้อยละ 22)

พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นปัญหาพฤติกรรมตามวัยอย่างหนึ่งของวัยรุ่น เพราะวัยรุ่นเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตเด็กวัยนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งในด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา โดยเฉพาะด้านอารมณ์จะมีการเปลี่ยนแปลงง่าย สับสน อ่อนไหว มีความเข้มข้นของอารมณ์สูง อารมณ์ไม่มั่นคง อารมณ์อะไรก็ตามที่เกิดขึ้นมักจะมีความรุนแรง เปลี่ยนแปลงง่ายอย่างรวดเร็วโดยไม่มีเหตุผลมากนักมักแสดงออกโดยไม่กลั่นกรอง เด็กวัยนี้จึงมักขาดการยั้งคิด ขาดการเหนี่ยวรั้งเมื่อเกิดความรู้สึกอย่างไรก็มักแสดงออกมาทันทีโดยไม่มีการยับยั้ง เห็นได้ว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่มีโอกาสแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวได้มากที่สุด โดยเฉลี่ยแล้ววัยรุ่นจะมีช่วงอายุระหว่าง 10-19 ปี (กรมสุขภาพจิต,2545) ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ วัยรุ่นตอนต้นมีอายุระหว่าง 10-13 ปี วัยรุ่นตอนกลางมีอายุระหว่าง 14-16 ปี และวัยรุ่นตอนปลายมีอายุระหว่าง 17-19 ปี โดยเด็กวัยรุ่นที่อายุน้อยที่สุดจะก้าวร้าวที่สุด มีความคับข้องใจสูงทุกด้าน และมีความรู้สึกเป็นหมู่พวกสูงที่สุด(สุภา มาลากุล ณ อยุธยา ,2540)

โดยทั่วไปพฤติกรรมก้าวร้าวมีทั้งพฤติกรรมทางตรงและทางอ้อม (พึงพิศ จักรปิง, 2539) พฤติกรรมก้าวร้าวทางตรงนั้นมีจุดมุ่งหมายเพื่อทำร้ายบุคคลหรือสิ่งที่เกลียดโดยตรง เช่น การชกต่อย ทะเลาะวิวาท การยั่วแหย่ ส่วนพฤติกรรมก้าวร้าวทางอ้อมมีจุดมุ่งหมายเพื่อทำร้ายบุคคลอื่นหรือสิ่งที่เกลียดแต่ไม่สามารถทำได้จึงไปแสดงออกกับผู้อื่นทดแทน เช่น โกรธพ่อแต่ไปตีน้องแทน หรือโกรธครูจึงไปทำร้ายโต๊ะของโรงเรียน เป็นต้นโดยทั่วไปพฤติกรรมก้าวร้าวมี 2 รูปแบบ คือ พฤติกรรมก้าวร้าวทางกายและพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย เช่น เตะต่อย ทำร้ายร่างกายผู้อื่น ทำลายข้าวของหรือทำร้ายตัวเอง ส่วนพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา เช่น พูดจาไม่สุภาพ ตะโกนด่าหรือใช้คำหยาบคาย เป็นต้น ตามธรรมชาติความก้าวร้าวเป็นพฤติกรรมที่มีอยู่ในมนุษย์ทุกคน อาจเกิดขึ้นจากความไม่พอใจ มีการกระทำที่ไม่สมดั่งใจปรารถนา เกิดความคับข้องใจ และมีแรงขับ อีกทั้งมนุษย์เองก็เป็นสัตว์สังคม ต้องอยู่ร่วมกับผู้อื่นเป็นจำนวนมาก ความก้าวร้าวนั้นอาจเกิดขึ้นได้โดยง่าย ซึ่งในมนุษย์แต่ละคนมีการแสดงความก้าวร้าวออกมาในรูปแบบของการแสดงพฤติกรรมที่แตกต่างกันออกไป Freud (อ้างถึงใน กรวิดา ศรีสุภา ,2547) เชื่อว่า ความก้าวร้าวเป็นสัญชาตญาณอย่างหนึ่งของมนุษย์ ใครก็ตามที่ไม่สามารถ

ควบคุมตนเองให้แสดงความก้าวร้าวไปในทางที่เป็นที่ยอมรับของสังคมได้ แสดงว่าบุคคลนั้นมีพัฒนาการทางร่างกายและจิตใจที่ขาดความสมดุล บุคคลประเภทนี้จะแสดงความก้าวร้าวออกมาโดยปราศจากการควบคุม ความก้าวร้าวจะมีผลต่อเนื่องทางพัฒนาการ ถ้าเป็นเด็กก้าวร้าวพอโตขึ้นความก้าวร้าวมักจะคงอยู่ต่อไปในที่สุดก็กลายเป็นนิสัยและเป็นบุคลิกประจำตนเองไป

การศึกษานับว่าเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ เกิดการพัฒนาในด้านต่างๆ ทั้งความรู้ ความคิด คุณธรรมจริยธรรม การอยู่ร่วมกัน รู้จักกฎกติกาของสังคม บุคคลจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องได้รับการศึกษาไปพัฒนาตนเองในด้านต่างๆให้เป็นประชากรที่มีคุณภาพของประเทศ ดังที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวพระราชทานแนวพระราชดำริเกี่ยวกับความหมายของการศึกษา เมื่อวันที่ 22 กรกฎาคม 2520 (มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย) ไว้ดังนี้ **"การศึกษาเป็นเครื่องมืออันสำคัญในการพัฒนาความรู้ ความคิด ความประพฤติ ทัศนคติ ค่านิยม และคุณธรรมของบุคคล เพื่อให้เป็นพลเมืองดีมีคุณภาพและประสิทธิภาพ การพัฒนาประเทศก็ย่อมทำได้สะดวกราบรื่น ได้ผลที่แน่นอนและรวดเร็ว"**

วิชาพลศึกษาเป็นการศึกษาแขนงหนึ่งซึ่งมีวัตถุประสงค์ให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาตามวัตถุประสงค์ของการศึกษาได้ครบทุกองค์ประกอบ ดังที่ได้กล่าวมาแล้วในข้างต้น ในการเรียนการสอนวิชาพลศึกษานั้น นอกจากจะเป็นการเรียนการสอนเพื่อให้นักเรียนมีร่างกายแข็งแรงแล้ว ยังจะมีวิธีการสอนและการจัดกิจกรรมที่สามารถทำให้นักเรียนมีพัฒนาการในด้านอื่นๆ เพื่อให้นักเรียนมีความเป็นคนที่สมบูรณ์ควบคู่กันไปด้วยได้(วรศักดิ์ เพียรชอบ ,2548) วิชาพลศึกษาทำให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา โดยมีความแตกต่างจากวิชาอื่นตรงที่ พลศึกษาใช้กิจกรรม การออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นสื่อกลางของการเรียน โดยให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมพลศึกษาต่างๆ (วรศักดิ์ เพียรชอบ,2527) พลศึกษาเป็นการศึกษาที่มีบทบาทสำคัญเป็นอย่างยิ่งในหลักสูตรการเรียนการสอน เนื่องจาก พลศึกษาเป็นวิชาที่จะช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนได้มีพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา(พงษ์ศักดิ์ พละพงศ์,2527) ทางด้านร่างกายนั้น พลศึกษาสามารถทำให้ร่างกายแข็งแรง มีความสง่าผ่าเผย มีสุขภาพดี ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ เจริญเติบโตไปตามวัย ทางด้านจิตใจ พลศึกษาทำให้จิตใจเข้มแข็งไม่ย่อท้อ มีความมั่นคงของจิตใจกล้าแสดงออก ทางด้านอารมณ์ พลศึกษาสามารถทำให้เป็นผู้มีน้ำใจเป็นนักกีฬา รู้จักการให้อภัย สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเอง มีความอดทนอดกลั้น และเป็นผู้ที่มีอารมณ์เบิกบานแจ่มใส ส่วนด้านสังคมนั้นการที่บุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมทางพลศึกษานั้นก็จะทำให้เป็นผู้มีระเบียบวินัย

เคารพในกฎกติกาการแข่งขันหรือการเข้าร่วม ส่งผลให้บุคคลมีความเคารพในกฎกติกาของบ้านเมือง ยอมรับความคิดเห็นของบุคคลอื่น สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ และสุดท้ายในด้านสติปัญญา พัฒนาการจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาซึ่งจะต้องมีการวางแผนตัดสินใจในเหตุการณ์เฉพาะหน้าและสามารถแก้ไขเหตุการณ์นั้นได้เป็นอย่างดี รวมทั้งสามารถนำประสบการณ์ต่างๆจากการร่วมกิจกรรมทางพลศึกษาไปใช้ในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้

เกมเป็นกิจกรรมทางพลศึกษาอย่างหนึ่งที่มีลักษณะเป็นการเล่นโดยไม่มีกติกาซับซ้อนมากนัก ผู้เข้าร่วมสามารถเข้าใจได้ง่าย และเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เกิดพัฒนาการในทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้น นำไปสู่ทักษะพื้นฐานของชนิดกีฬาต่างๆ นอกจากนี้กิจกรรมเกมยังมีประโยชน์ที่สำคัญ คือ เป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาทางด้านสังคม การควบคุมอารมณ์ มนุษยสัมพันธ์ ฝึกความเป็นผู้นำ ผู้ตาม การยอมรับซึ่งกันและกัน การปรับตัวและลักษณะนิสัยต่างๆให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ ตลอดจนความสามารถในการทำงานร่วมกันเป็นหมู่คณะซึ่งจัดเป็นคุณค่าด้านการพัฒนาการสร้างเสริมลักษณะนิสัย กิจกรรมเกมมีลักษณะสำคัญที่เป็นการเล่น(ศรีเรือน แก้วกังวาล,2540) ซึ่งการเล่นจะสามารถสนองความต้องการและช่วยพัฒนาความเจริญเติบโตของเด็กในหลายๆด้านเช่น ช่วยพัฒนาความแข็งแรงอวัยวะต่างๆของร่างกายทำให้เด็กมีสุขภาพดี ให้เด็กสามารถควบคุมอารมณ์ ช่วยพัฒนาการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อเขา และที่เขามีต่อผู้อื่น ช่วยส่งเสริมความนึกคิด การเข้าใจโลก สังคม ช่วยให้เด็กระบายอารมณ์เคร่งเครียดอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนาได้

กลุ่มสัมพันธ์ เป็นการที่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ทำกิจกรรมที่จัดขึ้นร่วมกันโดยใช้กลุ่มแก้ปัญหา หรือกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ในเรื่องต่างๆ ซึ่งผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะได้รับการฝึกทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่นและเกิดปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น(ทิศนา เทียนเสม,2515) การเข้าร่วมกิจกรรมจะได้เรียนรู้และเข้าใจตนเองจากการมองหรือการปฏิบัติของผู้ที่อยู่รอบๆตนเองโดยได้รับประสบการณ์ตรงจากการทำกิจกรรมช่วยให้ผู้เข้าร่วมสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้อย่างดี

เกมกลุ่มสัมพันธ์ จึงเป็นกิจกรรมที่ทำให้เกิดการเรียนรู้ การปรับตัว ในรูปแบบของการเล่นที่จัดให้กระทำร่วมกัน โดยมีเป้าหมายที่ช่วยให้สมาชิกในกลุ่มมีความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ(สุนีย์รัตน์ ฤทธิ์ธงชัยเลิศ,2530) เกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษาจะมี

ลักษณะสำคัญคือ เป็นกิจกรรมที่มีลักษณะของการเล่นดังที่ Walder (อ้างถึงใน กรกช สุดสวัสดิ์, 2553) ได้กล่าวว่า “การเล่นนี้สามารถช่วย เมื่อเด็กมีประสบการณ์ที่ไม่พึงพอใจ การเล่นสามารถช่วยให้เด็กลดความไม่พึงพอใจนั้นลงได้ แต่ต้องสร้างประสบการณ์นั้นซ้ำและต่อเนื่องเพื่อลดระดับความเข้มของความรู้สึกที่ไม่พึงพอใจนั้นๆ” นอกจากนี้ในส่วนของทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาก็ยังได้อธิบายว่า การเล่นไม่เพียงแต่ช่วยเพิ่มความสามารถของระดับสติปัญญา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเท่านั้น แต่ยังช่วยให้เด็กเกิดความคิดสร้างสรรค์ การจินตนาการ รู้จักแก้ปัญหา พัฒนาความรู้และทักษะต่างๆ รวมทั้งยังช่วยพัฒนาในด้านอารมณ์ให้เป็นผู้ที่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเอง และสามารถปรับตัวในด้านสังคมควบคู่กันไปด้วย

การลดพฤติกรรมก้าวร้าวนั้นจึงสามารถส่งเสริมได้จากเล่นเกม โดยการเล่นเกมนั้นทุกคนต้องยอมรับและปฏิบัติตามในกฎกติกาของเกม รู้จักอดกลั้นไม่แสดงความเสียใจ หรือโกรธจนออกนอกหน้าเมื่อตนเองแพ้ ในทางตรงกันข้ามก็ต้องไม่แสดงความดีใจจนเกินไปจนกลายเป็นพฤติกรรมที่เป็นการเยาะเย้ยถากถางฝ่ายตรงข้าม ดังนั้น การเล่นเกมจึงเป็นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ให้อยู่ในอารมณ์ที่มั่นคง ช่วยลดความคับข้องใจในขณะเล่น การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวที่ไม่พึงประสงค์ต่างๆก็จะสามารถควบคุมได้ และสามารถนำเอาไปปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

ผู้วิจัย พิจารณาแล้วเห็นว่าการนำกิจกรรมทางพลศึกษาโดยใช้กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์มาใช้กับเด็กวัยรุ่นช่วงอายุระหว่าง 10-13 ปีที่มีปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวจะสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวและเกิดพัฒนาการในด้านต่างๆมากมายทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสงบสุข ทำให้ประชากรในประเทศเป็นประชากรที่มีคุณภาพ และเมื่อประชากรมีคุณภาพ สังคมและประเทศชาติก็จะมีความเจริญก้าวหน้าเป็นประเทศที่มีคุณภาพในโลกต่อไป

คำถามการวิจัย

1. การจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์สามารถลดความก้าวร้าวได้หรือไม่

2. หลังการใช้กิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์นักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของความก้าวร้าวน้อยกว่ากลุ่มควบคุมใช่หรือไม่

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลอง

2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

สมมติฐานในการวิจัย

1. ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ มีพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่าก่อนการทดลอง

2. หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ มีพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่านักเรียนที่ไม่ได้ร่วมกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์

ขอบเขตในการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตไว้ดังนี้

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักเรียนที่กำลังศึกษาในชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

2. ตัวแปรที่ศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

   2.1 ตัวแปรต้น ได้แก่ การจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์

   2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมก้าวร้าว

3. การวิจัยนี้มุ่งศึกษาผลการจัดกิจกรรมเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

4. ระยะเวลาในการทดลอง 8 สัปดาห์ โดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ รวมทั้งสิ้น 16 กิจกรรม โดยจัดกิจกรรมหลังเวลาเลิกเรียน

นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

การจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ หมายถึง การใช้กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนที่มีปัญหาความก้าวร้าวซึ่งจัดขึ้นหลังเวลาเลิกเรียน

กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ หมายถึง กิจกรรมที่ใช้เกมที่มีลักษณะของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งเป็นการเรียนรู้พฤติกรรมของกันและกัน รวมทั้งเรียนรู้ที่จะปรับตัวเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างเป็นสุข ในการวิจัยครั้งนี้กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ ได้แก่

1) กิจกรรมส่งข่าว	2) เชื่อฉัน	3) ใบ้ชื่อ
4) วิ่ง 4 ขา	5) สร้างตึก	6) ตั้งชื่อเพื่อน
7) จงอางหวงไข่	8) ลำเลียงไข่	9) แต่งนิทาน
10) ฉลากตรงข้าม	11) ล่าลายเซน	12) เห็นแกะไหม
13) แย่งหาง	14) หยากไย่ไฟฟ้า	15) ดนตรีชิงหลัก
16) ข้อความถึงเพื่อน		

พฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมที่ทำให้บุคคลได้รับบาดเจ็บ ได้รับความเสียหายทั้งทางร่างกายและจิตใจ หรือ เป็นพฤติกรรมทำลายสิ่งของซึ่งแสดงออก ได้แก่ 1) พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย ประกอบด้วย การทุบตี การเลียนแบบท่าทางความผิดหรือข้อบกพร่องของเพื่อน การชกต่อย การขว้างปาสิ่งของ การดึงกระชากเสื้อ การขัดขาให้ล้ม การยั่วแหย่ การทะเลาะวิวาท การผลักโต๊ะเก้าอี้ให้ล้ม การเตะถีบ และ 2) พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา ประกอบด้วย การพูดเสียงดัง เอะอะ โวยวาย การพูดจาไม่สุภาพ การพูดจาเยาะเย้ย การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น การพูดคำหยาบ การพูดตวาด ตะคอก การพูดจาข่มขู่ การพูดจาดูถูก การพูดจาเสียดสี การพูดจายั่วยุ

การจัดกิจกรรมพลศึกษานอกเวลาเรียน หมายถึง กิจกรรมทางพลศึกษาที่กำหนดให้ผู้เรียนปฏิบัตินอกเวลาเรียนโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อมุ่งพัฒนาผู้เรียนตามวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์

นักเรียนระดับประถมศึกษา หมายถึง นักเรียนที่มีปัญหาความก้าวร้าวซึ่งกำลังศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสวนลุมพินี จังหวัดกรุงเทพมหานคร ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2554

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. ได้แนวทางในการจัดการเรียนรู้พลศึกษาโดยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

2. ได้แนวทางในการพัฒนาหลักสูตรการเรียน การสอนกิจกรรมพลศึกษาในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาเพื่อลดปัญหาพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนในระดับประถมศึกษา

บทที่ 2
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเรื่อง “ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา” ผู้วิจัยได้ศึกษาจากหนังสือ เอกสาร วารสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่างๆตามลำดับมาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้

1.แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าว

- 1.1 ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว
- 1.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวกับความก้าวร้าว
- 1.3 ลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว
- 1.4 การปรับพฤติกรรม

2.การสอนพลศึกษา

- 2.1 ความหมายของพลศึกษา
- 2.2 คุณค่าของพลศึกษา
- 2.3 วัตถุประสงค์ของวิชาพลศึกษา

3.เกม

- 3.1 ความหมายของเกม
- 3.2 ความสำคัญและประโยชน์ของเกม
- 3.3 ประเภทของเกม

4.แนวคิด ทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

- 4.1 ความหมายของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์
- 4.2 หลักการเรียนรู้ของกลุ่มสัมพันธ์
- 4.3 รูปแบบกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
- 4.4 ทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์กับการเรียนการสอน
- 4.5 หลักการสอนด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

5.เกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษา

- 5.1 ความหมายของเกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษา
- 5.2 คุณลักษณะของเกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษา

6.พัฒนาการของเด็กวัยรุ่นตอนต้น

6.1 ความหมายของเด็กวัยรุ่น

6.2 พัฒนาการในเด็กวัยรุ่น

7.งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

7.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศ

7.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศ

8.กรอบแนวคิดการวิจัย

1. แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าว

1.1 ความหมายของพฤติกรรมก้าวร้าว

Averill(1982) ให้คำจำกัดความว่า ความก้าวร้าว หมายถึง การตอบสนองที่ตั้งใจจะก่อให้บุคคลได้รับความเจ็บปวดหรือไม่สบาย

Sears (1991) กล่าวว่า ความก้าวร้าวเป็นการกระทำที่มุ่งจะทำร้ายผู้อื่น

Baron and Richardson(1994) อธิบายไว้ว่า ความก้าวร้าวเป็นการกระทำที่มีเป้าหมายในการทำร้ายผู้อื่น โดยการกระทำนั้นๆเป็นสิ่งที่ผู้ถูกกระทำไม่ต้องการและไม่เป็นที่น่าพึงพอใจ

Buss and Larsen(2005) ระบุว่า ความก้าวร้าว เป็นการตอบสนองต่อสิ่งที่มากระตุ้น ในรูปของการกระทำอย่างทันที โดยมีเจตนาจะทำให้ผู้อื่นเจ็บปวด แบ่งออกเป็น 2 ชนิด คือ

1.ความก้าวร้าวทางกาย(Physical Aggression) เป็นความก้าวร้าวที่แสดงออกโดยการใช้อวัยวะทางกาย เช่น แขน ขา ฟัน หรือใช้อวัยวะทางกายร่วมกับอาวุธ เช่น มีด ไม้ ปืน เพื่อทำให้ผู้อื่นเจ็บปวด

2.ความก้าวร้าวทางวาจา(Verbal Aggression) เป็นการสนองตอบต่อสิ่งที่มากระตุ้นโดยใช้ถ้อยคำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด ซึ่งจำแนกออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

2.1 การปฏิเสธ ในการปฏิเสธมักจะแสดงท่าทางประกอบด้วย เช่น หลบหน้า แสดงท่าทางรังเกียจ ไม่ยอมเข้ากลุ่ม ส่วนคำพูดที่ใช้ในการปฏิเสธ ได้แก่ การพูดตรงๆหรือการพูดให้ร้ายร่วมกับการแสดงอารมณ์เพื่อทำร้ายความรู้สึกของผู้อื่น

2.2 การบังคับ เป็นการพูดเพื่อให้ได้สิ่งที่ตนเองต้องการ โดยทำให้ได้รับความเจ็บปวดไม่พอใจ

Berkowitz(1993) , Smith and Mackie(1995) ได้ศึกษาและอธิบายถึงลักษณะการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว โดยแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

1. พฤติกรรมก้าวร้าวที่เป็นเครื่องมือไปสู่เป้าหมาย(Instrumental Aggression) เป็นพฤติกรรมที่ไม่มีเจตนาร้ายที่จะให้บุคคลหรือสิ่งของเสียหาย บุคคลจะแสดงพฤติกรรมเพื่อผลบางอย่าง เช่น เพื่อระบายความคับข้องใจ เพื่อรางวัล หรือเพื่อเรียกร้องความสนใจ พฤติกรรมชนิดนี้จะเปลี่ยนไปตามสภาพการจัดสิ่งแวดล้อมของรางวัลและการลงโทษ

2.พฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดจากความโกรธ(Angry-Aggression หรือ Hostility Aggression) เป็นพฤติกรรมที่ต้องการให้บุคคลหรือสิ่งของได้รับอันตรายหรือเสียหาย จากสภาวการณ์ที่บุคคลได้รับการกระตุ้นให้เกิดความโกรธ

ทิพวัลย์ สุทิน(2539) กล่าวว่า พฤติกรรมก้าวร้าว คือ พฤติกรรมที่ทำให้บุคคลได้รับความบาดเจ็บ ได้รับความเสียหายทางร่างกายและจิตใจ และ/หรือ เป็นพฤติกรรมทำลายสิ่งของ ซึ่งแบ่งเป็น 2 ประเภท ดังนี้

1.ความก้าวร้าวทางกาย หมายถึง พฤติกรรมที่ทำให้บุคคลได้รับความบาดเจ็บเสียหายทางร่างกายหรือจิตใจ ซึ่งการทำให้ได้รับความเสียหายทางจิตใจนั้น อาจเป็นการกระทำให้อับอายหรือใช้อำนาจบังคับจิตใจ รวมทั้งพฤติกรรมทำลายสิ่งของ ซึ่งยกเว้นการกระทำตามหน้าที่หรืออุบัติเหตุ เช่น ขวางทางเดิน ขัดขาให้ล้ม ดึง กระชากเสื้อหรือกางเกง กระโปรง เลียนแบบท่าทาง ความผิดหรือข้อบกพร่องของเพื่อน ขว้างปาของให้โดนผู้อื่น รีดไถเงิน บังคับให้ทำตาม ถ้าไม่ทำตามก็ทำให้เขาได้รับบาดเจ็บทางกายหรือจิตใจ ต่อสู้ทำร้ายกันตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป ชก ต่อย หยิก เตะ ถีบ ผลักโต๊ะเก้าอี้ให้ล้ม ทุบกระจกให้พัง เขียนคำหยาบบนกระดาน ผนัง

2.ความก้าวร้าวทางวาจา หมายถึง การพูด การใช้วาจาที่ทำให้บุคคลได้รับความเสียหายทางด้านร่างกาย จิตใจ เช่น การพูดยุแหย่ให้ทะเลาะ พูดให้ได้รับความเสียหาย พูดจาเยาะเย้ยถากถาง ดูถูก ดูหมิ่น พูดเสียงดังขัดจังหวะ พูดนินทา พูดประชดประชัน ด่าชื่อพ่อแม่ผู้อื่นเมื่อโต้เถียงกัน พูดคำหยาบเมื่อโต้เถียงกับผู้อื่น ตวาด ตะคอกผู้อื่น พูดขู่ซึ่งแสดงความก้าวร้าว(ฉันจะตบ,ฉันจะหักแขน หรือจะดักทำร้าย)

สมโภช เอี่ยมสุภาษิต(2543) อธิบายไว้ว่า พฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกในลักษณะการข่มขู่หรือเรียกร้อง บีบบังคับสิ่งต่างๆหรือการแสดงออกที่รุนแรง โดยไม่สนใจว่าจะสร้างความเดือดร้อนหรือก้าวก่ายสิทธิของผู้อื่นหรือไม่

รัตโนทัย พลับรู้การ(กรมสุขภาพจิต,2547) กล่าวว่า พฤติกรรมก้าวร้าว คือ พฤติกรรมที่แสดงออกเพื่อต้องการทำร้ายผู้อื่นทั้งด้านร่างกายและจิตใจ การแสดงออกอาจมีหลายรูปแบบ ได้แก่ ทางวาจา เช่น การด่าทอ พูดกระทบกระเทียบเปรียบเปรย เยาะเย้ย เป็นต้น ทางร่างกาย เช่น การทำร้ายร่างกายด้วยความรุนแรงในระดับต่างๆ เป็นต้น ด้วยท่าทาง เช่น การดูหมิ่นด้วยสีหน้า ท่าทาง

จากความหมายที่ได้อธิบายเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวในลักษณะต่างๆนั้น สามารถสรุปได้ว่า ความก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมทางกายหรือวาจา ที่มีลักษณะการแสดงออกที่รุนแรงต่อบุคคล โดยมีเจตนาที่จะทำให้เกิดความเสียหายทั้งทางร่างกายและจิตใจแก่ผู้ถูกกระทำซึ่งสามารถเกิดจากพฤติกรรมก้าวร้าวที่เป็นเครื่องมือไปสู่เป้าหมายและพฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดจากความโกรธ

1.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวกับความก้าวร้าว มีดังนี้

1.ทฤษฎีสัญชาตญาณของมนุษย์(Instinct Theory) กลุ่มที่ยึดแนวความคิดนี้ได้รับอิทธิพลจาก ซิก-มันด์ ฟรอยด์ มีแนวคิดว่า มนุษย์มีสัญชาตญาณสองชนิดในตนเองมาตั้งแต่เกิด ได้แก่ สัญชาตญาณแห่งชีวิต ซึ่งเป็นสัญชาตญาณที่ต้องการมีชีวิตอยู่ ผลักดันให้มนุษย์แสดงออกมาเป็นความรักและกามารมณ์และสัญชาตญาณแห่งความตาย เป็นสัญชาตญาณที่คนเราต้องการจะตาย ซึ่งนำไปสู่ความก้าวร้าว และสิ่งมีชีวิตทุกอย่างมีแรงผลักดันในตัวที่จะทำลายชีวิตกลับไปสู่สภาพไร้ชีวิต เขาเชื่อว่า พลังความก้าวร้าวของคนเราจะสั่งสมและต้องถูกปลดปล่อยออกมาไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง สังคมจึงต้องทำหน้าที่ในการที่จะสร้างแนวทางให้คนเราได้ระบายความก้าวร้าวออกมาเป็นสิ่งที่ยอมรับกันได้(สิทธิโชค วรานุสันติกุล ,2549) จะเห็นได้ว่า มนุษย์มีแนวโน้มที่จะก้าวร้าวมาตั้งแต่เกิด และความก้าวร้าวเป็นสัญชาตญาณของมนุษย์ ซึ่งเป็นความต้องการของร่างกายมนุษย์โดยธรรมชาติ ความก้าวร้าวจัดเป็นประเภทเดียวกับความต้องการทางเพศ ต้องมีการระบายออกไม่ว่าจะเป็นทางตรงหรือทางอ้อมก็ตาม ซึ่งการระบายออกนี้อาจเป็นไปในรูปแบบที่สังคมยอมรับ(เช่น การแข่งขันต่างๆด้านกีฬาฯลฯ) หรือในทางที่สังคมไม่ยอมรับ(เช่น การทำร้ายร่างกาย) ซึ่งรากฐานของแนวคิดนี้ เชื่อว่าความก้าวร้าวเป็นสัญชาตญาณแห่งความตาย(Death Instinct) ซึ่งจะระบายออกโดยการมุ่งร้ายต่อผู้อื่นหรือต่อตนเองก็ได้

จากทฤษฎีสัญชาตญาณของมนุษย์ดังกล่าว จะเห็นได้ว่ามนุษย์ทุกคนจะมีความก้าวร้าวติดตัวมาตั้งแต่เกิดและจะต้องมีการแสดงความก้าวร้าวออกมาไม่ทางใดก็ทางหนึ่งขึ้นอยู่กับสังคมว่าพฤติกรรมก้าวร้าวที่แสดงออกมานั้นจะเป็นที่ยอมรับของสังคมหรือไม่เป็นที่ยอมรับของสังคม

2.สมมติฐานความคับข้องใจ-ความก้าวร้าว(Frustration-Aggression Theory) ในปี 1939 มีนักจิตวิทยากลุ่มหนึ่งที่เสนอแนวความคิดนี้ คือ Dollard และคณะ (Berkowitz,1962) ได้เสนอสมมติฐานเกี่ยวกับความก้าวร้าวที่ว่า "สมมติฐานความคับข้องใจ-ความก้าวร้าว" ซึ่งเชื่อว่าความก้าวร้าวมีความสัมพันธ์กับความคับข้องใจ พื้นฐานของแนวความคิดนี้ คือ ความก้าวร้าวเป็นผลจากความคับข้องใจโดยความคับข้องใจจะก่อให้เกิดแรงผลักดัน(Drive) นำไปสู่การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวออกมาลักษณะใดลักษณะหนึ่ง เช่น ทำร้ายร่างกาย พูดจาด่าทอ เป็นต้น

ความคับข้องใจในที่นี้ หมายถึง สภาวะที่บุคคลถูกขัดขวางไม่ให้ทำ ไม่ให้บรรลุผลตามเป้าหมายที่ต้องการหรือไม่ได้ในสิ่งที่พึงประสงค์ ส่วนแรงผลักดัน หมายถึง พลังในร่างกายที่ผลักดันให้คนทำพฤติกรรมเฉพาะ เช่น ความหิวเกิดจากแรงผลักดันความหิว ความก้าวร้าวเกิดจากแรงผลักดันก้าวร้าว สมมติฐานความคับข้องใจ-ความก้าวร้าว จะอธิบายความก้าวร้าวได้อย่าง

สมบูรณ์ต้องพิจารณาถึงสิ่งที่เกิดขึ้นก่อนความคับข้องใจ ซึ่งหมายถึงสิ่งเร้าภายนอกตัวบุคคล นอกจากนี้ Berkowitz(1962) ได้เสริมแนวความคิดของ Dollard ว่าการเกิดความก้าวร้าวนั้น เกิดจาก

1) การตอบสนองทางอารมณ์หรือความโกรธ ซึ่งเป็นผลมาจากความคับข้องใจ ความโกรธเป็นความพร้อมทางสภาวะอารมณ์ที่จะแสดงความก้าวร้าว

2) แม้จะมีความพร้อมความก้าวร้าวจะไม่เกิดขึ้นถ้าไม่มีสิ่งเร้าเป็นตัวกระตุ้น

3) ต้องนำเอาภาวะกระตุ้นที่เป็นสิ่งเร้าภายนอกมาพิจารณาด้วย

Berkowitz(1993) ยังศึกษาจากผลงานการวิจัยว่าความคับข้องใจเกิดจากสิ่งเร้าที่ไม่พึงประสงค์ด้วย เช่น การลงโทษ เป็นต้น ซึ่งก็หมายความว่าการเกิดของความก้าวร้าวไม่ได้ขึ้นอยู่กับความคับข้องใจโดยตรงอย่างเดียว จะต้องมีสภาพความพร้อมในการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวนั้น และสิ่งชี้แนะหรือสิ่งกระตุ้นการกระทำจากภายนอกจะต้องได้รับการพิจารณาเช่นกัน ดังนั้นจะเห็นว่าสมมติฐานความคับข้องใจและความก้าวร้าว หากจะอธิบายความก้าวร้าวได้อย่างสมบูรณ์จะต้องพิจารณาถึงลักษณะนิสัยความก้าวร้าวของแต่ละบุคคล ภาวะอารมณ์ของบุคคลที่มีต่อสิ่งแวดล้อมและสิ่งเร้าภายนอกตัวบุคคลควบคู่กันไป

นอกจากนั้น Goldstein (1994) ได้สรุปองค์ประกอบที่สำคัญเกี่ยวกับความก้าวร้าวและไม่ก้าวร้าวของบุคคล ดังนี้

1) องค์ประกอบที่ทำให้บุคคลมีความก้าวร้าว

1.1) อุปนิสัยของบุคคลที่มีความก้าวร้าวมักจะมีความก้าวร้าวอยู่แล้ว ซึ่งมักจะขาดสติยั้งคิดที่จะควบคุมการกระทำของตนเอง มีลักษณะหุนหันพลันแล่น มีระดับจริยธรรมต่ำ ไม่มีเป้าหมายที่แน่นอนในชีวิต ชอบอ้างเหตุผลและโทษผู้อื่นเสมอ นอกจากนั้นในบางคนเมื่อแสดงความก้าวร้าวแล้วได้รับรางวัลจะยิ่งเป็นการเสริมแรงให้บุคคลแสดงออกถึงพฤติกรรมก้าวร้าวในครั้งต่อไป

1.2) สิ่งแวดล้อมของบุคคลที่มีความก้าวร้าว บุคคลที่อยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีแต่ความก้าวร้าวรุนแรงเป็นสิ่งที่อำนวยโอกาสให้บุคคลแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว ตลอดจนมีตัวแบบที่แสดงให้เห็นถึงพฤติกรรมก้าวร้าวจะช่วยเสริมให้บุคคลเกิดความก้าวร้าวมากยิ่งขึ้น

2) องค์ประกอบที่ทำให้บุคคลไม่มีความก้าวร้าว

2.1) ลักษณะอุปนิสัยของบุคคลที่ไม่มีความก้าวร้าว มีลักษณะเป็นคนวิตกกังวลหรือมีความรู้สึกผิด เมื่อจะแสดงความก้าวร้าวออกมาเป็นบุคคลที่กลัวการลงโทษ มีความสามารถในการเรียนสูง มีความอดทน มีจริยธรรมสูง เป็นตัวของตัวเอง ยอมรับผู้อื่น และไม่ก้าวร้าว

2.2) สิ่งแวดล้อมของบุคคลที่ไม่ก้าวร้าว บุคคลจะไม่ก้าวร้าวเมื่ออยู่ต่อหน้าผู้ที่มีอำนาจเหนือกว่าและยังไม่คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อมนั้น ตลอดจนไม่อยู่ในสถานการณ์ที่ก้าวร้าวและมีความอบอุ่นทางจิตใจ

จากสมมติฐานความคับข้องใจ-ความก้าวร้าว จะเห็นได้ว่าความคับข้องใจเกิดจากความไม่พึงพอใจหรือความโกรธของบุคคลซึ่งจะก่อให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว โดยมีสิ่งเร้าภายนอกมากระทำกับบุคคล รวมทั้งลักษณะนิสัยของแต่ละบุคคลก็จะมีผลต่อการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวด้วย

3.ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม(Social Learning Theory) มีดังนี้

1) การเรียนรู้ทางสังคมของ Sears (1991) เชื่อว่าพฤติกรรมเกิดจากการเรียนรู้ทางสังคม โดยเฉพาะการเรียนรู้พฤติกรรมทางสังคมจากพ่อแม่ สำหรับพฤติกรรมก้าวร้าวนั้น Sears เชื่อว่าเป็นพฤติกรรมที่มุ่งไปสู่เป้าหมายหรือเกิดจากแรงจูงใจที่อยู่ในตัวบุคคลและเกิดจากประสบการณ์ การเห็นตัวแบบ และการได้รับแรงเสริม Sears มีทัศนคติว่าการอธิบายพฤติกรรมก้าวร้าวนั้นต้องอธิบายในลักษณะที่เผชิญหน้ากัน ในกระบวนการอบรมเลี้ยงดูนั้นเด็กต้องเผชิญหน้ากับพ่อแม่ การอบรมที่ไม่เหมาะสมจะขัดขวางมิให้เด็กไปสู่เป้าหมาย เด็กก็จะเกิดความคับข้องใจและโต้ตอบต่อความคับข้องใจอย่างรุนแรง และหากเด็กได้รับการลงโทษ เด็กก็จะเห็นตัวแบบที่ก้าวร้าว ในการพัฒนาความก้าวร้าวของเด็กวัยกลางเกิดจากแรงจูงใจและการเรียนรู้ในครอบครัวเป็นส่วนใหญ่ ส่วนพัฒนาการพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นเกิดจากสังคมนอกบ้าน เช่น กลุ่มเพื่อน เป็นต้น

2) แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการสังคมประกิต กระบวนการสังคมประกิตเป็นกระบวนการถ่ายทอดทัศนคติ ค่านิยม และมาตรฐานของสังคม เพื่อให้บุคคลปรับตัวให้อยู่ในสังคมอย่างเป็นสุข กระบวนการดังกล่าวกระทำได้ 2 ทาง คือ ทางตรง ได้แก่ การถ่ายทอดทัศนคติและค่านิยม โดยการแนะนำสั่งสอน การให้กฎระเบียบอย่างชัดเจน และทางอ้อม ได้แก่ การแสดงแบบหรือให้เด็กเรียนรู้จากตัวแบบ กระบวนการสังคมประกิตกระทำผ่านการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล สำหรับในครอบครัวนั้นกระทำผ่านการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่-ลูก หรือที่เรียกว่าการอบรมเลี้ยงดูซึ่งเป็นกลไกที่สำคัญของกระบวนการสังคมประกิต นอกจากนี้ การอบรมเลี้ยงดู ยังหมายความถึง การฝึกวินัย ตลอดจนการสนองความต้องการพื้นฐานและความต้องการขั้นสองของเด็ก ผู้ที่มีอิทธิพลในการถ่ายทอดทัศนคติ ค่านิยม และมาตรฐานของสังคม คือ พ่อแม่ ส่วนกระบวนการสังคมประกิตในกลุ่มเพื่อนนั้น กระทำผ่านการติดต่อสัมพันธ์กับเพื่อน เด็กจะได้รับทัศนคติ ค่านิยม และพฤติกรรมจากเพื่อนเช่นเดียวกับได้รับจากพ่อแม่ นอกจากประสบการณ์การ

อบรมเลี้ยงดู หรือประสบการณ์ในกลุ่มเพื่อนที่ไม่เหมาะสมจะทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวแล้ว การรับรู้ในตัวเด็กก็มีความสำคัญ ทั้งนี้เพราะพัฒนาการของเด็กขึ้นอยู่กับว่า เด็กรับรู้และโต้ตอบต่อการอบรมเลี้ยงดูอย่างไร ถ้าเด็กรับรู้ว่าพ่อแม่ปฏิบัติต่อตนอย่างโหดร้าย ไม่ให้ความรักความช่วยเหลืออย่างแท้จริง เด็กก็จะโต้ตอบพ่อแม่อย่างรุนแรงหรือถ้าเด็กรับรู้ว่าเพื่อนในกลุ่มยอมรับพฤติกรรมก้าวร้าวของเขา เขาก็จะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวนั้นอีก

3) ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของ Albert Bandura ซึ่งเป็นผู้เสนอว่าพฤติกรรมทางสังคมนั้นเกิดจากการเรียนรู้ พฤติกรรมก้าวร้าวก็เช่นเดียวกันกับพฤติกรรมทางสังคมทั่วๆไป Bandula(1977) อธิบายว่าความก้าวร้าวเป็นรูปแบบหนึ่งของพฤติกรรมทางสังคมซึ่งเกิดจากการเรียนรู้ของมนุษย์ การเรียนรู้นั้นไม่เพียงแต่เป็นผลจากการได้รับรางวัลหรือการลงโทษเท่านั้น แต่ความสามารถในการเลียนแบบโดยการสังเกตก็เป็นวิธีการสำคัญที่ช่วยในการเรียนรู้ได้อย่างหนึ่ง Bandula) ได้อธิบายความก้าวร้าว 3 ลักษณะ คือ

1. การเกิดความก้าวร้าวพฤติกรรมก้าวร้าวเกิดขึ้นมาได้จากการเรียนรู้ 2 ลักษณะ คือ

1.1 การเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง โดยการเรียนรู้จากการได้ลงมือกระทำเองและได้รับผลกรรมเอง ได้แก่ การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวแล้วได้รับรางวัล แรงเสริม หรือการลงโทษพฤติกรรมก้าวร้าวนั้นจะเกิดขึ้นอีกในโอกาสต่อไป

1.2 การเรียนรู้จากการสังเกต เป็นการเรียนรู้จากตัวแบบ โดยการสังเกตจากพฤติกรรมของผู้อื่น หรือที่เรียกว่าการสังเกตตัวแบบ และกระบวนการทางปัญญาทำให้บุคคลคาดหวังผลกรรมที่จะได้รับ ถ้าตนเองแสดงพฤติกรรมเช่นนั้นบ้าง ความคาดหวังจึงเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมที่สำคัญ

2.ตัวกระตุ้นให้เกิดความก้าวร้าว(Instigator of Aggression)

2.1 อิทธิพลของตัวแบบ ตัวแบบมีอิทธิพลที่ทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ไม่ว่าจะเป็นสถานการณ์จริงหรือสถานการณ์ทดลอง ดังการทดลองของ Bandura and Ross ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่สังเกตตัวแบบก้าวร้าว โดยเฉพาะตัวแบบที่ได้รับแรงเสริม จะมีพฤติกรรมก้าวร้าวสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่สังเกตตัวแบบไม่ก้าวร้าว Bandura(1973) กล่าวว่า ในชีวิตประจำวันของมนุษย์เรานั้นสามารถพบกับตัวแบบที่แสดงความก้าวร้าวได้บ่อย และมีอิทธิพลมากที่สุดจากครอบครัว สังคม วัฒนธรรม และสื่อมวลชน

2.2 สิ่งเร้าที่ไม่พึงประสงค์ ได้แก่ การต่อสู้ การทำร้ายร่างกาย การดูถูกเหยียดหยามหรือการถอดถอนแรงเสริม สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดความคับข้องใจหรือความโกรธ ซึ่งจะทำให้

เกิดพฤติกรรมในรูปแบบต่างๆ เช่น การพึ่งตนเอง การใฝ่สัมฤทธิ์ การถอยหนี ความวิตกกังวล การมัวเมาอบายมุข การแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์และพฤติกรรมก้าวร้าว

2.3 สิ่งจูงใจ พฤติกรรมก้าวร้าวของบุคคลส่วนใหญ่เกิดจากความคาดหวังผลทางบวก ดังนั้น ตัวกระตุ้นให้เกิดการกระทำ คือแรงเสริมที่บุคคลคาดหวังมากกว่าที่จะกระทำให้ผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด

2.4 การควบคุมด้วยการสอน ในกระบวนการสังคมประกิตหรือการอบรมเลี้ยงดู บุคคลจะถูกฝึกให้เชื่อฟังกฎ ระเบียบต่างๆ ผู้ฝึกจะให้รางวัลแก่การเชื่อฟังและการลงโทษแก่การไม่เชื่อฟัง วิธีการลงโทษที่รุนแรงย่อมทำให้บุคคลเกิดความก้าวร้าวได้ เพราะทำให้บุคคลคับข้องใจและเห็นตัวแบบที่ก้าวร้าว การได้เห็นคนอื่นลงโทษจะทำให้บุคคลเพิ่มพฤติกรรมก้าวร้าวด้วย

3. การเสริมแรงความก้าวร้าว(Reinforcement of Aggression) คือ สิ่งที่ทำให้พฤติกรรมก้าวร้าวนั้นยังคงอยู่หรือเกิดมากขึ้น Bandura(1977) ได้แบ่งออกเป็น 3 ชนิด คือ

3.1 แรงเสริมภายนอก เมื่อบุคคลแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวแล้วได้รับสิ่งเสริมแรงทำให้พฤติกรรมก้าวร้าวนั้นคงอยู่

3.2 แรงเสริมจากการสังเกต บุคคลจะสังเกตและเลียนแบบพฤติกรรมก้าวร้าวของตัวแบบที่ได้รับรางวัลมากกว่าตัวแบบที่ไม่ได้รับรางวัล แรงเสริมที่ได้จากการสังเกตจะทำหน้าที่ให้ข้อมูลและแรงจูงใจให้บุคคลแสดงความก้าวร้าว

3.3 แรงเสริมที่เกิดจากตนเอง ได้แก่ การลดค่าและศักดิ์ศรีของผู้อื่นหรือการทำให้ตนเองรู้สึกมีคุณค่ามากขึ้น รู้สึกพึงพอใจ และระบายความคับข้องใจ เช่น การพูดนินทาเสียดสี พูดจาดูถูก หรือตำหนิผู้อื่น

จากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมดังกล่าว จะเห็นได้ว่า การเรียนรู้พฤติกรรมก้าวร้าวนั้นสามารถเกิดขึ้นทั้งทางตรงและทางอ้อมโดยบุคคลจะเรียนรู้จากการสังเกตและปฏิสัมพันธ์กับบุคคลต่างๆจากสังคม โดยการเรียนรู้พฤติกรรมต่างๆของบุคคลส่วนใหญ่นั้นเกิดจากตัวแบบ ตัวแบบจึงมีอิทธิพลเป็นอย่างยิ่งในการเรียนรู้พฤติกรรมของบุคคล

1.3 ลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าว

สมโภช เอี่ยมสุภาษิต(2543) กล่าวว่า ลักษณะพฤติกรรมก้าวร้าวที่แสดงออกมี 2 ลักษณะ คือ ความก้าวร้าวทางตรงและความก้าวร้าวทางอ้อม ความก้าวร้าวทางตรงจะเป็นการแสดงออกท่าทางต่างๆและการทำร้ายร่างกาย เช่น การข่มขู่ การกรรโชก พูดจาดูถูก ในด้านความ

ก้าวร้าวทางอ้อมจะเป็นการแสดงออกโดยให้ความสนใจในสิ่งอื่นหรือแสดงออกต่อบุคคลอื่น หรือวัตถุสิ่งของมากกว่า เช่น การพูดจานินทาให้ร้าย การพูดจาเสียดสี

พึงพิศ จักรปิง(2539) กล่าวว่า พฤติกรรมก้าวร้าวมีทั้งพฤติกรรมทางตรงและทางอ้อม พฤติกรรมก้าวร้าวทางตรงนั้นมีจุดมุ่งหมายเพื่อทำร้ายบุคคลหรือสิ่งที่เกลียดโดยตรง เช่น การชกต่อย ทะเลาะวิวาท การยั่วแหย่ ส่วนพฤติกรรมก้าวร้าวทางอ้อมมีจุดมุ่งหมายเพื่อทำร้ายบุคคลอื่นหรือสิ่งที่เกลียดแต่ไม่สามารถทำได้จึงไปแสดงออกกับผู้อื่นทดแทน เช่น โกรธพ่อแต่ไปตีน้องแทน หรือโกรธครูจึงไปทำร้ายโต๊ะของโรงเรียน

จากลักษณะของพฤติกรรมก้าวร้าวสามารถเกิดได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยพฤติกรรมก้าวร้าวทางตรงเป็นการมุ่งทำร้ายทั้งทางกายและวาจาแก่บุคคลโดยตรง แต่ความก้าวร้าวทางอ้อมเป็นการแสดงพฤติกรรมที่มุ่งทำร้ายทั้งทางกายและวาจากับบุคคลอื่นหรือสิ่งอื่นแทน

1.4 การปรับพฤติกรรม

1.4.1 การดำเนินการปรับพฤติกรรม

1) การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย พฤติกรรมเป้าหมาย (Behavioral Goal) หมายถึง พฤติกรรมที่ต้องการปรับให้เป็นไปในทิศทางที่พึงประสงค์ ด้วยเหตุนี้จะต้องกำหนดเป้าหมายให้ชัดเจน พร้อมทั้งกำหนดทิศทางในการปรับพฤติกรรมนั้น ๆ ด้วย พฤติกรรมเป้าหมายจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้และวัดได้ ดังนั้นก่อนจะเลือกวิธีปรับพฤติกรรมจะต้องระบุรายละเอียดของพฤติกรรมเป้าหมายให้ชัดเจน เพื่อให้สามารถสังเกตได้อย่างถูกต้อง ตัวอย่างพฤติกรรมเป้าหมาย คือ “การลดความถี่ในการลุกจากที่นั่งของนักเรียนคนหนึ่ง ๆ”จะต้องระบุให้ชัดเจนว่าพฤติกรรมที่จะต้องสังเกต ได้แก่ความถี่ของการลุกจากที่นั่ง ช่วงเวลาที่ลุกจากที่นั่ง เป็นต้น

2) การเลือกพฤติกรรมเป้าหมาย

2.1) ควรเลือกพฤติกรรมที่มีความสำคัญมากที่สุด เช่น พฤติกรรมที่ก่อปัญหามากที่สุด ไม่ว่าจะเป็นปัญหาต่อบุคคลหรือส่วนรวม

2.2) พฤติกรรมนั้นมีโอกาสทำได้สำเร็จ

2.3) สามารถจัดโปรแกรมเพื่อปรับพฤติกรรมนั้น ๆ ตลอดจนพัฒนาพฤติกรรมนั้น ๆ ได้ในทิศทางที่พึงประสงค์

3) การกำหนดทิศทางของการปรับพฤติกรรม ต้องกำหนดทิศทางของการปรับพฤติกรรมนั้น ๆ ให้ชัดเจน ได้แก่

3.1) เพื่อสร้างพฤติกรรมใหม่

3.2) เพื่อเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมที่พึงประสงค์

3.3) เพื่อรักษาพฤติกรรมที่ได้ปรับแล้วหรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้คงอยู่

3.4) เพื่อลดความถี่ของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

4) การกำหนดสถานที่ที่จะดำเนินการปรับพฤติกรรม จะขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายของการปรับพฤติกรรมเป้าหมาย เพราะฉะนั้นควรจะกำหนดตามที่พฤติกรรมเป้าหมายนั้นจะเกิดขึ้น เช่น ในห้องเรียน ห้องอาหาร สนามเด็กเล่น สนามกีฬา ห้องสมุด เป็นต้น

5) การรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน ข้อมูลพื้นฐาน คือ พฤติกรรมที่เกิดขึ้นในสภาพปกติก่อนจะนำวิธีปรับพฤติกรรมมาใช้กับผู้ที่จะได้รับการปรับพฤติกรรม ช่วยให้เข้าใจถึงลักษณะของพฤติกรรมเป้าหมายได้ชัดเจนและถูกต้องยิ่งขึ้น และการเลือกใช้วิธีปรับพฤติกรรม

ข้อมูลนี้จะได้จากการสังเกต ดังนั้นภายหลังได้เลือกพฤติกรรมเป้าหมายแล้ว ผู้ทำหน้าที่ปรับพฤติกรรมจะต้องเริ่มสังเกตพฤติกรรมของผู้ที่จะได้รับการปรับพฤติกรรมในสภาพปกติเป็นระยะเวลาหนึ่งเช่น 1 หรือ 2 สัปดาห์ โดยเลือกการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมให้สอดคล้องกับพฤติกรรมที่ต้องการจะศึกษา

1.4.2 **วิธีปรับพฤติกรรม : การเพิ่มพฤติกรรม**

1) วิธีการเสริมแรงทางบวก

1.1) ความหมายของการเสริมแรง

การเสริมแรง (Reinforcement) หมายถึง การที่อัตราการแสดงพฤติกรรมของบุคคลคงอยู่ (Maintain) หรือเพิ่มขึ้น (Increase) หรือมีความถี่สูงขึ้น เป็นผลเนื่องมาจากบุคคลได้รับผลกรรมที่พึงพอใจหลังจากแสดงพฤติกรรมนั้นๆ หรือเป็นผลจากความสำเร็จในการหลีกเลี่ยง (Avoidance) หรือหลบหนี (Escape) จากสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ

1.2) การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement)

การเสริมแรงทางบวกหมายถึง การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งมีความถี่สูงขึ้น เป็นผลมาจากบุคคลนั้นได้รับผลกรรมที่พึงพอใจหลังจากแสดงพฤติกรรมนั้นๆ สิ่งที่บุคคลได้รับแล้วเกิดความพึงพอใจและแสดงพฤติกรรมเพิ่มขึ้นนี้ เรียกว่า สิ่งเร้าทางบวก (Positive Stimulus)

1.3) ความหมายของตัวเสริมแรง และประเภทของตัวเสริมแรง

1.3.1) ตัวเสริมแรง หมายถึง สิ่งที่ทำให้พฤติกรรมหนึ่งๆ ของบุคคลเกิดขึ้นบ่อยครั้งมากขึ้น

1.3.2) ประเภทของตัวเสริมแรง แบ่งตามลักษณะของการเสริมแรง ออกเป็น 2 ประเภท คือ

ก) ตัวเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcer) หมายถึง ตัวเสริมแรงที่บุคคลได้รับแล้วเกิดความพึงพอใจ

ข) ตัวเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcer) หมายถึง ตัวเสริมแรงที่บุคคลใช้ทำลายความไม่พอใจที่เกิดขึ้น เพื่อให้เกิดความพึงพอใจ

1.3.3) ประเภทของตัวเสริมแรงที่แบ่งตามคุณสมบัติในการเสริมแรง แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

ก) ตัวเสริมแรงปฐมภูมิ (Primary Reinforcer) หมายถึง ตัวเสริมแรงที่ไม่ต้องวางเงื่อนไข มีคุณสมบัติการเสริมแรงด้วยตัวของมันเองตามธรรมชาติ สามารถสนองความต้องการทางชีวภาพของบุคคลโดยตรง เช่น อาหาร ขนม น้ำ อากาศ สิ่งต่างๆ ที่เสพได้ เป็นต้น

ข) ตัวเสริมแรงทุติยภูมิ (Secondary Reinforcer) หมายถึง ตัวเสริมแรงที่ต้องวางเงื่อนไข (Conditioned Stimulus) เริ่มแรกมีคุณสมบัติเป็นกลาง ถูกนำมาจับควบคู่กับตัวเสริมแรงปฐมภูมิที่มีคุณสมบัติในการเสริมแรง จะทำให้มีคุณสมบัติเช่นเดียวกับตัวเสริมแรงปฐมภูมินั้นๆ เช่น เงิน แสตมป์ เหรียญตรา ดาว เป็นต้น

1.3.4) ชนิดของตัวเสริมแรงทุติยภูมิ แบ่งออกเป็น 5 ชนิด ได้แก่

1.ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ (Material Reinforcer) เป็นตัวเสริมแรงที่มีประสิทธิภาพกับเด็กมากที่สุด ประกอบด้วยอาหารของที่เก็บได้ และสิ่งของต่าง ๆ เช่น ขนม บุหรี่ เหล้า ของเล่น เสื้อผ้า เป็นต้น

2. ตัวเสริมแรงทางสังคม (Social Reinforcer) แบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ เป็นคำพูดและเป็นการแสดงออกทางท่าทาง ได้แก่ การชมเชย การยกย่อง การยิ้ม การเข้าใกล้หรือการแตะตัว เป็นต้น

3. ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรม (Activity Reinforcer) รู้จักกันในชื่อของหลักพรีแมค (Premack Principle) ซึ่งกล่าวไว้ว่า กิจกรรมหรือพฤติกรรมที่มีความถี่สูง สามารถนำมาใช้เสริมแรงกิจกรรมหรือทางกิจกรรมที่มีความถี่ต่ำได้ เช่น การได้รับอนุญาตให้ไปวิ่งที่สนามหญ้า อาจจะใช้เสริมแรงต่อพฤติกรรมการนั่งอยู่กับที่อย่างเงียบในห้องเรียนของเด็กได้ หรือการดูทีวีอาจจะใช้เป็นตัวเสริมแรงการทำการบ้านของเด็กได้

4. ตัวเสริมแรงเบี้ยอรรถกร (Token Reinforcer) เบี้ยอรรถกรเป็นตัวเสริมแรงที่มีคุณค่าได้ต่อเมื่อสามารถนำไปแลกเป็นตัวเสริมแรงอื่นๆ ได้ ตัวเสริมแรงที่นำไปแลกได้

นั้นเรียกว่า “ตัวเสริมแรงสนับสนุน” (Back-up Reinforcer) เบี้ยอรรถกรจะมีประสิทธิ์ภาพมากยิ่งขึ้น ถ้าสามารถนำไปแลกตัวเสริมแรงอื่น ๆ ได้มากกว่า 1 ตัวขึ้นไป เบี้ยอรรถกรนั้นมักจะอยู่ในรูปของเงิน เบี้ย แต้ม ดาว แสตมป์ หรือคูปอง เป็นต้น

5. ตัวเสริมแรงภายใน (Covert Reinforcer) ตัวเสริมแรงภายในนี้รวมถึงความคิดความรู้สึกต่าง ๆ เช่น ความพึงพอใจ ความสุข หรือความภูมิใจ เป็นต้น จึงสามารถอธิบายได้ว่าทำไมบุคคลทั้งหลายจึงแสดงพฤติกรรมบางอย่าง เมื่อแสดงแล้วไม่เห็นจะได้รับผลตอบแทนที่เด่นชัด เช่น การทำบุญ การให้เงินแก่คนขอทานรวมทั้งพฤติกรรมที่เสี่ยงอันตราย ได้แก่การปีนภูเขา การขับรถเร็ว เป็นต้น อาจกล่าวได้ว่าบุคคลกระทำไปเพราะเกิดความรู้สึกเป็นสุขใจที่ได้ทำ

2) วิธีการใช้หลักพรีแมค (Premack’s Principle)

เป็นหลักการเสริมแรงทางบวก โดยพยายามเสริมแรงพฤติกรรมที่มีความถี่ต่ำให้มีความถี่สูงขึ้นโดยนำพฤติกรรมที่มีความถี่สูงของบุคคลนั้นมาเป็นตัวเสริมแรง ตัวอย่างเช่น การจัดกิจกรรมที่นักเรียนชอบมากที่สุด เป็นตัวเสริมแรงกิจกรรมที่ไม่ชอบ เช่น ครูบอกนักเรียนว่า เมื่อนักเรียนทำแบบฝึกหัดภาษาไทยเสร็จ (กิจกรรมที่นักเรียนไม่ชอบและความถี่ของการเกิดพฤติกรรมนี้ต่ำ) ครูจะให้เล่นฟุตบอล (กิจกรรมที่นักเรียนชอบและความถี่ของการเกิดพฤติกรรมนี้สูง) ผลปรากฏว่า การทำแบบฝึกหัดภาษาไทยของนักเรียนมีความถี่สูงขึ้น

3) วิธีการให้เสริมแรงทางลบ

3.1) *การเสริมแรงทางลบ* (Negative Reinforcement) หมายถึง การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมหนึ่งเพิ่มขึ้นหรือมีความถี่สูงขึ้น ซึ่งเป็นผลจากการที่บุคคลสามารถหลีกเลี่ยงหรือหลีกหนีจากสิ่งที่บุคคลไม่พึงพอใจ

3.2) *วิธีการให้การเสริมแรงทางลบ* โดยการที่บุคคลสามารถหลีกเลี่ยงหรือหลีกหนีจากสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจได้

2. การสอนพลศึกษา

2.1 ความหมายและคุณค่าของพลศึกษา

Bucher (1979) กล่าวไว้ว่า วิชาพลศึกษาเป็นการศึกษาซึ่งก่อให้เกิดการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยใช้กิจกรรมต่างๆซึ่งได้รับการเลือกเฟ้นแล้วเป็นสื่อที่จะนำไปสู่จุดหมายที่วางไว้

Bookwater (1969) กล่าวว่า วิชาพลศึกษาเป็นการศึกษาที่ให้ผลดีที่สุดทางด้านบูรณาการและการปรับตัวทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม โดยที่มีการสอนเข้าร่วมกิจกรรมประเภทกีฬา

วรศักดิ์ เพียรชอบ(2548) กล่าวว่า กระบวนการศึกษาทางพลศึกษาเป็นกระบวนการศึกษาอย่างหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนได้มีพัฒนาการทั้งในด้านร่างกาย ด้านทักษะ ด้านความรู้ ด้านคุณธรรมและด้านเจตคติที่ดีไปพร้อมๆกัน โดยใช้กิจกรรมพลศึกษาและกีฬาเป็นสื่อให้ผู้เรียนได้มีการเรียนรู้และมีพัฒนาการด้วยการมีส่วนร่วมและลงมือปฏิบัติจริงด้วยตัวเอง

เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย (2533) กล่าวว่า พลศึกษาเป็นการศึกษาที่มีความสำคัญแขนงหนึ่งซึ่งจำเป็นต้องจัดการให้เหมาะสมกับความถูกต้องตามหลักของพลศึกษา ซึ่งหมายถึงการศึกษาที่ต้องการให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาการด้านต่างๆ ได้แก่ ทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา โดยอาศัยกิจกรรมการออกกำลังกายและการกีฬาเป็นสื่อในการศึกษา การพลศึกษาและการออกกำลังกายจึงมีความสำคัญและจำเป็นสำหรับทุกคนในการดำเนินชีวิตตลอดจนพัฒนาบุคคลเพื่อช่วยพัฒนาประเทศ

จากความหมายจากนักวิชาการท่านต่างๆสามารถสรุปได้ว่า พลศึกษาเป็นการศึกษาแขนงหนึ่งซึ่งอาศัยกิจกรรมพลศึกษาเป็นสื่อกลางในการจัดการเรียนรู้ มีวัตถุประสงค์ที่จะพัฒนาผู้เรียนทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา

2.2 **คุณค่าของพลศึกษา**

การศึกษาทั้งในอดีตและปัจจุบันต่างก็ให้ความสำคัญต่อวิชาพลศึกษา อันเป็นการศึกษาแขนงหนึ่งที่ได้เลือกสรรแล้วที่จะพัฒนาผู้เรียนทั้ง 5 ด้าน(อุดร รัตนภักดิ์, 2529) ดังนี้

1. ด้านร่างกาย ช่วยให้มนุษย์มีการเคลื่อนไหวอย่างมีประสิทธิภาพ คือการเคลื่อนไหวที่ถูกต้องเหมาะสม และมีทักษะซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการเข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษา เหมาะแก่การฝึกตั้งแต่วัยเด็ก การใช้กล้ามเนื้อ การทำงานของระบบประสาท ระบบต่างๆของร่างกายทำงานเป็นปกติ และมีการพัฒนาไปตามวัยที่เหมาะสม

2. ด้านอารมณ์ การรู้จักควบคุมอารมณ์ให้มั่นคง พัฒนาเรื่องการจัดการผ่อนคลายความตึงเครียดของระบบกล้ามเนื้อและระบบประสาท กิจกรรมพลศึกษาเป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดความสนุกสนาน ทำให้เด็กได้แสดงออก ช่วยระบายพลังงานที่เหลือออกไป ทำให้เด็กมีอารมณ์แจ่มใส

3. ด้านสังคม เป็นการจำลองสภาพสังคมได้อย่างแท้จริง การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นให้เด็กเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง การทำงานเป็นหมู่คณะ ความรับผิดชอบต่อหน้าที่ ทั้งนี้ยังช่วยในการแก้ไขปัญหาสังคม เช่น การที่เด็กได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์จากการออกกำลังกาย

4. ด้านจิตใจ ช่วยในเรื่องของจริยธรรม เปรียบสนามกีฬาเป็นห้องปฏิบัติการทางจริยธรรมอย่างดีที่จะช่วยฝึกอบรมนักเรียนขณะที่ปฏิบัติกิจกรรมพลศึกษา มีการแสดงออกตามความเป็นจริง ต้องเป็นผู้เล่นและผู้ดูที่ดี มีน้ำใจนักกีฬา ส่งผลให้เด็กมีความเป็นพลเมืองที่ดีต่อไปในอนาคต

5. ด้านสติปัญญา เด็กจะมีความรู้ความเข้าใจตลอดจนสามารถนำทฤษฎีทางวิทยาศาสตร์มาประยุกต์ใช้ในการเข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษา เช่น การวางแผนการรุก-รับ เป็นกระบวนการคิดที่ควบคู่กับการปฏิบัติ

2.3 วัตถุประสงค์ของวิชาพลศึกษา

Bookwater (1969) กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของพลศึกษาไว้คือ

1. วัตถุประสงค์ที่เกิดขึ้นทันทีทันใด(Immediate Control Objectives) เป็นวัตถุประสงค์ที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้รับผลประโยชน์ในขณะที่มีการเรียนการสอน คือ

1.1) สมรรถภาพทางกาย(Physical) หมายถึง ความสามารถของร่างกายในการที่จะประกอบกิจกรรมต่างๆให้บรรลุผลสำเร็จได้เป็นอย่างดี

1.2) ความรู้(Knowledge) ในการเข้าร่วมกิจกรรมผู้เรียนได้เรียนรู้จากการปฏิบัติจริง

1.3) ทัศนคติ(Attitude) สร้างทัศนคติที่ดีงามในการออกกำลังกายที่ถูกต้องให้แก่ผู้เรียน

1.4) ทักษะ(Skill) หมายถึง ความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆได้อย่างถูกต้องมีประสิทธิภาพ การมีทักษะที่ดีต้องฝึกฝนแบบค่อยเป็นค่อยไป

2. วัตถุประสงค์ในระดับที่ 2(Secondary Control Objective) เป็นวัตถุประสงค์ในขั้นที่ต้องการให้ผู้เรียนได้มีการพัฒนาความเจริญงอกงามทางด้านต่างๆหลังจากที่ได้รับการฝึกฝนมาแล้ว ได้แก่

2.1) พัฒนาการทางด้านอวัยวะต่างๆของร่างกายและการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ โดยปกติเมื่อผู้เรียนได้ออกกำลังกายสม่ำเสมอกล้ามเนื้อส่วนต่างๆก็จะเจริญเติบโตแข็งแรง มีขนาดใหญ่ ระบบไหลเวียนโลหิตดีขึ้น

2.2) พัฒนาการทางด้านการประสานงานของระบบประสาทและกล้ามเนื้อ ทำให้มีความคล่องตัว มีจังหวะในการเล่น ตลอดจนมีทักษะมากขึ้นตามลำดับ

2.3) พัฒนาการทางด้านความรู้ การตัดสินใจ การวิเคราะห์เรื่องราวตลอดจนมีเหตุผลในเรื่องของความรู้สึกนึกคิดต่างๆ

2.4) พัฒนาการทางด้านอารมณ์ โดยธรรมชาติของมนุษย์แล้ว จะมีอารมณ์หลายอย่างหลายประการด้วยกัน เช่น โกรธ เกลียด รัก การเข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาบ่อยๆจะช่วยระงับอารมณ์ต่างๆ

3. วัตถุประสงค์ที่เกิดขึ้นภายหลัง(Remote Adjustment Objective) เป็นจุดมุ่งหมายที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้เกิดการพัฒนาขึ้นหลังจากที่บุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆทางพลศึกษา ได้แก่

3.1) ส่งเสริมให้เป็นผู้ที่มีสุขภาพดี

3.2) ส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

3.3) ส่งเสริมให้มีความประพฤติเป็นพลเมืองที่ดี เช่น เป็นผู้นำผู้ตามที่ดี รู้จักรับผิดชอบ การให้ความร่วมมือ การมีน้ำใจนักกีฬา เคารพกฎกติกาของสังคม ฯลฯ

4. วัตถุประสงค์สูงสุด(Ultimate Aim) เป็นจุดมุ่งหมายระดับสูงสุด ซึ่งจะต้องใช้กิจกรรมทางกายเป็นสื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ และสามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี ช่วยให้ผู้เรียนได้พัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ซึ่งถือว่าเป็นจุดหมายของพลศึกษาโดยตรง (Bookwater,1969) วิชาพลศึกษามีส่วนสำคัญเป็นอย่างมากต่อการพัฒนาการของเด็กเพราะเป็นวิชาที่สามารถสังเกตพฤติกรรมของเด็ก เพราะเด็กได้แสดงออกได้รู้ได้เห็นด้วยตัวเขาเอง ทำให้เขาเกิดการเรียนรู้และสามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ โดยต้องมีครูเป็นผู้ที่ชี้แนะแนวทางในการแสดงออกที่เหมาะสม

วิชาพลศึกษาเป็นวิชาหนึ่งอยู่ในหลักสูตรของโรงเรียน มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการที่จะพัฒนาเยาวชนของชาติให้บรรลุเป้าหมายของการจัดการศึกษาได้อย่างดียิ่ง เพราะว่าวิชาพลศึกษาเป็นวิชาที่มุ่งส่งเสริมให้นักเรียนได้พัฒนาทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์และสังคม ซึ่งเป็นคุณลักษณะที่พึงปรารถนาของบุคคลทั่วไป(เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย, 2533)

3.เกม

3.1 ความหมายของเกม

ทิศนา แขมมณี(2522) ให้ความหมายของเกมไว้ว่า เกมเป็นวิธีการหนึ่งซึ่งสามารถนำมาใช้ในการสอนได้โดยครูผู้สอนสร้างสถานการณ์สมมติขึ้น ให้ผู้เรียนเล่นด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาบางอย่างที่กำหนดไว้ ซึ่งผู้เรียนจะต้องตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่งอันเป็นผล

ออกมาในรูปแบบของการแพ้ชนะ วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมต่างๆที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจนอกจากนั้นจึงช่วยให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานในการเรียน

จรินทร์ ธานีรัตน์(2524) กล่าวถึงเกมว่าเป็นกิจกรรมทางพลศึกษาแขนงหนึ่งที่ว่าด้วยการเล่นที่ไม่มีกฎกติกาสลับซับซ้อนมากนัก และเป็นการเล่นที่ส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวขั้นมูลสารและทักษะเบื้องต้นไปสู่การเล่นกีฬาประเภทต่างๆ ซึ่งเกมเล่นเหล่านี้อาจได้แก่ การเล่นทดสอบสมรรถภาพตนเอง การเล่นเลียนแบบสัตว์หรือเครื่องจักร การเล่นประกอบเสียงเพลง และเกมเล่นเพื่อสนุกสนาน เป็นต้น

ประพัฒน์ ลักษณพิสุทธิ์(2546) กล่าวถึงเกมว่า เกมเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมทั้งหลายที่แสดงให้เรารู้ถึงประวัติศาสตร์ของมนุษย์และสะท้อนให้เห็นแนวความคิดและค่านิยมของวัฒนธรรมเหล่านั้น อาจกล่าวได้ว่าเกมเป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้การเจริญเติบโตและการพัฒนาของเยาวชนเป็นไปอย่างมีชีวิตชีวายิ่งขึ้น

เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย(2537 อ้างถึงใน สุชาติ ทวีพรปฐมกุล,2543) ให้ความหมายของเกมไว้ว่า เกมเป็นกิจกรรมการเล่นแข่งขันเพื่อนันทนาการโดยมีระเบียบการเล่นง่ายๆสั้นๆ และแฝงไว้ด้วยคุณค่าต่างๆ ได้แก่ พื้นฐานการดำรงชีวิตของมนุษย์ทั้งบุคคลและสังคมส่วนรวม ตลอดจนเป็นการสืบทอดประเพณีและวัฒนธรรม

สุชาติ ทวีพรปฐมกุล(2543) กล่าวว่า เกม หมายถึง กิจกรรมต่างๆที่ก่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินแล้วยังจะก่อให้เกิดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และพัฒนาการแก่ผู้ร่วมกิจกรรมและองค์กรอีกด้วย

จากความหมายของเกมดังกล่าวสรุปได้ว่า เกมเป็นกิจกรรมทางพลศึกษา ซึ่งเป็นกิจกรรมที่มีรูปแบบของการเล่นไม่ยาก และไม่มีความสลับซับซ้อนมากนัก รวมทั้งจะช่วยเสริมสร้างให้ผู้เข้าร่วมเกิดการเรียนรู้สามารถพัฒนาทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

3.2 **ความสำคัญและประโยชน์ของเกม**

จรินทร์ ธานีรัตน์(2524) กล่าวถึงความสำคัญของเกมไว้ว่า ตามปกติแล้วคนทุกคนทุกเพศทุกวัย ต้องการเคลื่อนไหว เพราะลักษณะของความต้องการทางสรีรศาสตร์ หากการเคลื่อนไหวนั้นเป็นการเคลื่อนไหวที่มีความหมายและมีความสนุกสนานร่าเริงด้วยแล้ว ยิ่งเพิ่มความต้องการมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะเด็กที่อยู่ในวัยแห่งความเจริญเติบโต ย่อมต้องการกิจกรรมแห่งการเคลื่อนไหว เพื่อช่วยให้กระดูกและกล้ามเนื้อส่วนต่างๆได้เจริญเติบโตอย่างมีสัดส่วน

นอกจากนั้นเกมการเล่นต่างๆยังมีความสำคัญต่อสุขภาพทางจิตของเด็กอีกด้วย เพราะช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดทางสมองได้เป็นอย่างดีและทำให้เด็กรู้จักคบค้าสมาคมกับเพื่อนฝูงได้ดียิ่งขึ้น โดยใช้เกมเล่นเป็นตัวกลาง ได้กล่าวถึงประโยชน์ของเกม ดังนี้

1. ช่วยส่งเสริมการเคลื่อนไหวเบื้องต้นของร่างกายให้ถูกต้องและมีประสิทธิภาพสูงยิ่งขึ้น

2. ช่วยส่งเสริมสร้างทักษะเบื้องต้นของการกีฬาเพื่อจะได้เล่นอย่างถูกต้องและจะทำให้มีประสิทธิภาพสูงยิ่งขึ้น

3. ทำให้เกิดความสนุกสนานและเพลิดเพลิน

4. ส่งเสริมสุขภาพจิตไม่ให้เกิดความเคร่งเครียดและช่วยให้สมองปลอดโปร่ง จิตใจมั่นคง

5. เกม การละเล่นช่วยส่งเสริมให้เด็กปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้เป็นอย่างดี

6. ส่งเสริมสุขภาพทางกายให้แข็งแรงหรือมีสมรรถภาพทางกาย(Physical Fitness)ที่ดีอยู่เสมอ

ประพัฒน์ ลักษณพิสุทธิ์(2546) ได้กล่าวว่าในการเรียนการสอนที่ใช้เกมการศึกษา ผู้สอนสามารถจะศึกษาหรือทราบพฤติกรรมของเด็กซึ่งจะไม่ทราบได้เลยในขณะที่เด็กนั่งเรียนอยู่ในห้องเรียนตามปกติว่า เด็กคนไหนมีนิสัยใจคออย่างไร ใครเป็นคนที่ชอบเก็บตัว ชอบแยกตัวออกไปจากกลุ่มเพื่อน เป็นคนใจน้อยขี้แย ขี้ขลาดก้าวร้าว ซึ่งอาจจะเป็นอันตรายหรือเป็นปัญหาในการปรับตัวทางสังคมของเด็กนักเรียนในภายภาคหน้าได้ หากเด็กได้แสดงพฤติกรรมเหล่านี้ให้เห็นก่อน ผู้สอนก็อาจจะแสวงหาสาเหตุเพื่อช่วยเหลือหรือแก้ไขได้ทันท่วงที หรือนักเรียนบางคนที่ชอบให้ความร่วมมือช่วยเหลือผู้อื่น มีความกล้า มีความเชื่อมั่นในตนเอง ชอบการเป็นผู้นำ ก็ควรจะได้รับการส่งเสริมไปในทางที่ถูกที่ดีงามยิ่งขึ้นต่อไปอีก อุปนิสัยใจคอเหล่านี้ นักเรียนมักแสดงออกให้ได้เห็นโดยที่เด็กไม่รู้สึกตัว ทั้งนี้เพราะในขณะที่เด็กมีส่วนร่วมอยู่ในเกม เด็กจะพบเหตุการณ์ต่างๆ ซึ่งจะทำให้เกิดความรู้สึกสนุกสนานพอใจหรือไม่พอใจไปตามเหตุการณ์นั้นๆ ดังนั้นพฤติกรรมต่างๆที่นักเรียนแสดงออกมานั้น ก็ย่อมจะเป็นไปตามภูมิหลังหรือพื้นเพเดิมอันแท้จริง โอกาสที่ครูได้เห็นและทราบพฤติกรรมของเด็กตามความเป็นจริงนี้ จะทำให้สามารถหาทางช่วยเหลือได้ทันและถูกต้องเพื่อให้เด็กนักเรียนได้มีการพัฒนาไปในทางที่ดีงามและเป็นที่ยอมรับในสังคมต่อไป เกมมีความสำคัญและมีคุณค่าก็คือเกมจะฝึกให้เด็กเป็นคนที่มีความตั้งใจจริงในการทำกิจกรรมการงานต่างๆ เป็นคนที่มีพลังความคิดริเริ่มหาหนทางด้วยตนเอง มีความกล้าหาญที่จะเผชิญหน้ากับสถานการณ์ต่างๆ นอกจากนี้ เกมยังช่วยฝึกให้เด็กรู้จักการสะกดใจ ยับยั้งชั่งใจซึ่งถือเป็นอำนาจสำหรับการเหนี่ยวรั้งและควบคุมตนเองที่สำคัญที่สุดของการพัฒนาความตั้งใจ เด็กที่เริ่มเข้าโรงเรียนจะมีพลังในการสะกดใจยับยั้งชั่งใจน้อย ไม่มีอำนาจที่จะอดกลั้นหรือเหนี่ยวรั้งตนเองและ

ทำอะไรด้วยความไม่รอบคอบ การฝึกอำนาจของจิตใจเพื่อเหนี่ยวรั้งและควบคุมตนเองเป็นสิ่งที่ควรให้เด็กได้รับการฝึกซึ่งการจัดกิจกรรมอย่างพินิจพิเคราะห์จะสามารถช่วยให้เกิดการพัฒนาในด้านดังกล่าวได้เป็นอย่างดี ระยะเวลาที่เด็กสามารถจะเรียนทักษะได้ง่ายและได้ผลที่สุดคือ ระยะที่เด็กยังอยู่ในวัยเด็กหรือวัยที่ร่างกายยังอยู่ในระหว่างการเจริญเติบโต ระบบประสาทและกล้ามเนื้ออยู่ระหว่างการปรับตัว การเรียนรู้หรือการฝึกหัดต่างๆจะเป็นไปได้โดยง่าย การเข้าร่วมเกมภายใต้คำแนะนำของผู้นำอย่างถูกต้องจะทำให้ทักษะเบื้องต้นที่ควรจะได้รับการฝึกหัดและพัฒนาตั้งแต่ในวัยเด็กเป็นต้นมาได้รับการฝึกหัดอย่างถูกต้องและจะเป็นพื้นฐานการเรียนรู้ทางด้านกลไกหรือทักษะทางกีฬาขั้นสูงต่อไป การที่เด็กได้โอกาสเข้าร่วมเกมเด็กจะได้ฝึกหัดและพัฒนาทักษะซึ่งถือเป็นการพัฒนาการทำงานประสานกันระหว่างประสาทและกล้ามเนื้อนั้นเอง การทำงานประสานกันระหว่างประสาทและกล้ามเนื้อนั้นหมายถึง การที่ร่างกายมีกลไกสามารถเรียนรู้และเคลื่อนไหวได้จังหวะ กลมกลืนสง่างามได้ผลดี โดยเปลืองแรงงานแต่น้อย การเข้าร่วมเกมทำให้เด็กได้มีโอกาสฝึกหัด การฝึกหัดจะทำให้ทักษะพัฒนายิ่งฝึกมากบ่อยๆเป็นประจำสม่ำเสมอจะทำให้การพัฒนาเป็นไปได้ดีขึ้น เพราะทักษะในการกีฬานี้เราไม่สามารถจะทำให้มีขึ้นในเวลาอันสั้นต้องใช้เวลาฝึกหัดและทำซ้ำซากเป็นเวลานานหลายครั้ง เมื่อมีทักษะเด็กก็จะเล่นได้สนุกสนานยิ่งขึ้น

สรุปประโยชน์ของเกมได้ดังนี้

1. ทำให้เด็กได้รับความสนุกสนานร่าเริง ผ่อนคลายอารมณ์ที่ตึงเครียด

2. ทำให้เด็กทุกคนได้ร่วมกิจกรรมทางกาย เพื่อส่งเสริมทักษะขั้นมูลฐาน

3. ช่วยส่งเสริมให้เด็กช่วยเรียนรู้ถึงวิธีการทำงานและเล่นร่วมกับคนอื่น ปฏิบัติตามระเบียบและรู้จักใช้ความคิดด้วยตนเอง

4. เปิดโอกาสให้ครูได้ศึกษาถึงพฤติกรรมที่แท้จริงของเด็ก

5. ส่งเสริมการเรียนการสอนในวิชาการด้านอื่นๆ โดยการนำเกมเข้าไปสอดแทรกทำให้นักเรียนไม่เบื่อ สร้างความสนใจในการเรียน

6. สร้างพื้นฐานทักษะทางกีฬาและสมรรถภาพทางกายเพื่อการเข้าร่วมในกีฬาประเภทอื่นๆต่อไป

เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย(2533) กล่าวสรุปประโยชน์และคุณค่าของเกมดังนี้

1. ช่วยพัฒนาทางด้านร่างกาย ใช้เกมเป็นกิจกรรม ใช้การเคลื่อนไหวของร่างกายในการประกอบกิจกรรม ซึ่งการออกกำลังกาย การเคลื่อนไหว เป็นปัจจัยที่สำคัญของมนุษย์ ผลของการออกกำลังกายทำให้ร่างกายเจริญเติบโตสุขภาพแข็งแรง พัฒนาระบบต่างๆของร่างกาย ได้แก่

ระบบกล้ามเนื้อให้เจริญเติบโตแข็งแรง ระบบไหลเวียนโลหิต ระบบหายใจ ระบบประสาท ระบบขับถ่าย และมีทักษะการเคลื่อนไหวที่ดี ซึ่งเป็นการเสริมสร้างสมรรถภาพด้านต่างๆของร่างกาย รวมถึงพัฒนาบุคลิกภาพแก่บุคคลให้ดีขึ้น

2. ช่วยพัฒนาด้านจิตใจและอารมณ์ให้เกิดความร่าเริงแจ่มใส มีอารมณ์ดีและมั่นคง ฝึกให้รู้จักยอมรับสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นซึ่งมีผลทางด้านจิตใจ เช่น สมหวัง ผิดหวัง ความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา

3. ช่วยพัฒนาด้านสังคม ให้รู้จักการใช้ชีวิตร่วมกันโดยจำลองสภาพของสังคมให้เป็นลักษณะของการเล่น ดูจากมารยาทของสังคม การยอมรับซึ่งกันและกัน พัฒนาแนวทางของระบบประชาธิปไตย เสริมคุณค่าการเป็นลักษณะผู้นำและผู้ตามที่ดี รู้จักเคารพกฎระเบียบ และกติกาที่กำหนดไว้

4. ช่วยพัฒนาสติปัญญา ให้ใช้ความสามารถ เพื่อแสดงออกมาให้เต็มที่ เป็นการฝึกฝนและพัฒนาสติปัญญา เพราะเกมเป็นลักษณะท้าทายความสามารถและเป็นเชิงการแข่งขันที่ทุกคนต้องใช้ความสารถและสติปัญญา

สุชาติ ทวีพรปฐมกุล(2543) กล่าวถึงประโยชน์ทั่วไปที่ได้จากการเล่นเกมไว้ว่า

1.ทำให้เกิดความสนุกสนานร่าเริงทั้งผู้ร่วมกิจกรรมและผู้ชมการเล่น

2.ผ่อนคลายความตึงเครียด ทำให้สุขภาพจิตดีขึ้น

3.ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

4.เป็นการออกกำลังกายขั้นพื้นฐาน มีการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆของร่างกายก่อให้เกิดสมรรถภาพทางกายที่ดี

5.เสริมสร้างทักษะพื้นฐานของการนำไปสู่การเล่นกีฬาใหญ่

6.ช่วยให้ทราบถึงพฤติกรรมที่แท้จริงของผู้ร่วมกิจกรรม

7.ช่วยปลูกฝังความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มนุษยสัมพันธ์ การทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ เคารพกฎกติกาและสิทธิ

8.ช่วยในการเรียนการสอนทั้งการพลศึกษาและสาขาวิชาอื่นๆ เช่น กลุ่มสัมพันธ์ฯลฯ

9.ช่วยส่งเสริมทางด้านธุรกิจ

มงคล แฝงสาเคน(2548) กล่าวว่า การเล่นเกมไม่เพียงแต่จะทำให้ผู้เล่นเกิดความสนุกสนานผ่อนคลายความเครียดแล้ว ยังเป็นการพัฒนาองค์ประกอบด้านสมรรถภาพทางกาย มี

ผลทำให้สุขภาพดีตามมา เป็นการพัฒนาตนเอง ฝึกฝนประสบการณ์ทำงานจึงทำให้มีประโยชน์มากมายดังนี้

1. ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกาย ทำให้ผู้เล่นต้องเคลื่อนไหวร่างกายตลอดเวลา การที่ร่างกายได้เคลื่อนไหวเป็นการพัฒนาอวัยวะต่างๆของร่างกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ ทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง เกิดความคล่องตัวในการพัฒนาการเคลื่อนไหวทำให้การเคลื่อนไหวมีประสิทธิภาพ ช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโตแข็งแรง มีสุขภาพดี

2. ส่งเสริมการพัฒนาด้านจิตใจ การเล่นเกมเป็นการฝึกฝนให้มีความซื่อสัตย์ เชื่อฟังเคารพกติกาการเล่น มีความคิดสร้างสรรค์ มีจินตนาการ ทำให้กล้าแสดงออก มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีน้ำใจเป็นนักกีฬา ไม่เอาเปรียบคู่ต่อสู้ รู้จักแพ้รู้จักชนะรู้จักอภัย สามารถแก้ไขปัญหาได้อย่างรวดเร็ว มีความกล้าหาญ มีวินัยในตนเองและหมู่คณะ สร้างความสามัคคีเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี

3. ส่งเสริมการพัฒนาทางด้านอารมณ์ การเล่นเกม จึงมักจะมีกติกาที่ไม่ยุ่งยากซับซ้อน เคร่งครัดเหมือนกับการเล่นกีฬาก็ตาม แต่ทุกคนต้องยอมรับและปฏิบัติตาม รู้จักอดกลั้น ไม่แสดงความเสียใจ โกรธจนนอกหน้านอกตาเมื่อฝ่ายตนเองแพ้ ในทางตรงกันข้าม ไม่แสดงความดีใจจนเกินไป จนกลายเป็นพฤติกรรมที่เยาะเย้ย ถากถางฝ่ายตรงข้าม ดังนั้น การเล่นเกมจึงเป็นการพัฒนาทางด้านความฉลาดทางอารมณ์ในลักษณะต่างๆ เช่น ความโกรธ เกลียดและหลง ให้อยู่ในอารมณ์ที่มั่นคง ปรับอารมณ์ให้เข้ากับสภาวะแวดล้อม ช่วยลดความคับข้องใจในขณะที่เล่น และนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

4. ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านสังคม การเล่นเกมบางประเภทต้องเล่นรวมกันเป็นกลุ่ม ต้องอาศัยความร่วมมือ ร่วมใจ สร้างความสามัคคีให้เกิดขึ้น เป็นการพัฒนาด้านความสัมพันธ์กับคนอื่นๆ รู้บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในกลุ่ม เป็นการส่งเสริมในเรื่องการยอมรับผู้อื่น มีการแข่งขันถ้อยทีถ้อยอาศัย ร่วมมือกัน ประสานงานกัน การแสดงออกอย่างเหมาะสม ไม่ก้าวร้าว จริงใจ ทำให้เกิดเป็นสังคมที่ดีในที่สุด

5. ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านทักษะทางการเคลื่อนไหว เกมเป็นกิจกรรมที่พัฒนามาจากการเล่น รูปแบบการเล่นเกมจึงมีจุดมุ่งหมายที่ชัดเจน ที่เห็นได้ชัดที่สุดก็คือ การเคลื่อนไหวเบื้องต้น เช่น การเดิน การวิ่ง การกระโดด การขว้างและการปา เหล่านี้จะเป็นการพัฒนาทักษะโดยอัตโนมัติ สามารถพัฒนาทักษะทางการเคลื่อนไหวไปสู่การเล่นกีฬาได้ ทั้งนี้เพราะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทำให้เคลื่อนไหวร่างกายได้ถูกต้องและมีประสิทธิภาพ เป็นการเสริมสร้างทักษะเบื้องต้นของการเล่นกีฬานั้น

วีระ มนัสวานิช(2539) ได้กล่าวถึงคุณค่าของเกมไว้ว่า เกมเป็นส่วนหนึ่งของการเล่นของเด็กที่มีในท้องถิ่นต่างๆนับว่าสืบทอดกันมานาน ตั้งแต่เด็กสมัยก่อน แสดงถึงว่าเกมเป็นกิจกรรมสำคัญอย่างหนึ่งที่อยู่ในสังคม การเล่นเกมของแต่ละภูมิศาสตร์ก็จะมีความแตกต่างตามกันไป ซึ่งมีความเกี่ยวเนื่องกับอุปกรณ์ที่นำมาใช้เป็นส่วนประกอบ ดังนั้นเกมจึงเป็นเรื่องที่สำคัญ ควรมีการวิเคราะห์คุณค่าให้ประจักษ์แก่เด็ก เพื่อให้ผู้เล่นเห็นความสำคัญ ช่วยส่งเสริมการเล่นเกมต่อไป

Cruick Shank (1977 อ้างถึงในอมรา รสสุข,2529) ชี้ให้เห็นว่าการใช้เกมในการเรียนการสอนนอกจากจะทำให้ผู้เรียนได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลินแล้ว ยังให้ประโยชน์ในด้านอื่นอีก คือ

1. ช่วยพัฒนาทักษะทางการเรียนของผู้เรียนในวิชาต่างๆ และเป็นการย้ำ ทวนวิชาที่ได้เรียนไปแล้ว

2. เป็นการเพิ่มทักษะที่ดีแก่ผู้เรียน เพื่อให้ตัวของผู้เรียนเอง เพื่อตอบสนองความต้องการของตนเอง

3. ช่วยเสริมการสอนของครูในวิชาต่างๆให้น่าสนใจ และช่วยแก้ปัญหาการเรียนการสอนที่น่าเบื่อ

4. ช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนได้เรียนรู้วิธีการทำงาน และเล่นร่วมกับผู้อื่น ปฏิบัติตามกฎระเบียบ และรู้จักใช้ความคิดด้วยตัวเอง

5. เปิดโอกาสให้ครูได้ศึกษาถึงพฤติกรรมของผู้เรียนอย่างแท้จริง

3.3 ประเภทของเกม

ประพัฒน์ ลักษณพิสุทธิ์(2546) ได้แบ่งเกมออกเป็น 3 ประเภทด้วยกัน

1. เกมเบ็ดเตล็ด (Low Organized Games) ได้แก่ เกมที่อาศัยทักษะการเล่นและกฎกติกา ระเบียบการเล่นน้อย ไม่ยุ่งยากสลับซับซ้อน ไม่ต้องใช้สถานที่ที่กว้างขวางหรือต้องมีอุปกรณ์ใหญ่จำนวนมาก แต่ก่อให้เกิดความสนุกสนาน สร้างความขบขันให้แก่ผู้เล่น

2. เกมนำ(Lead up Games) เป็นแนวทางที่จะไปสู่การเรียนการเรียนการเล่นกีฬาใหญ่ทั้งประเภททีมและบุคคล เป็นวิธีการสอนวิธีหนึ่งที่ผู้เรียน เรียนได้เร็วกว่า เรียนได้มากกว่าและเรียนได้ด้วยความสนใจมากกว่า เข้าใจยิ่งกว่า เกมนำอาจจะถูกจำกัดโดยตีความหมายในแง่ที่ว่าเกมนำเป็นกีฬาประเภททีม ซึ่งช่วยแก้ไขเพิ่มพูนทักษะเบื้องต้น กฎกติกาและวิธีการเล่นที่ใช้ในกีฬาใหญ่ประเภททีม

3. เกมประเภทผลัดเปลี่ยน(Relay Games) เปิดโอกาสให้ผู้เล่นได้เข้าร่วมในทีมที่มีจำนวนผู้เล่นเท่ากัน รูปแบบเหมือนกัน แข่งกันกับทีมอื่นเพื่อแสดงให้เห็นว่าทีมใดจะสามารถนำชัยชนะมาสู่ทีมตนจากการแข่งขันตามกติกา ทั้งนี้ ต้องการความร่วมมือของผู้เล่นพอๆกับการแข่งขัน ความสำเร็จจะขึ้นอยู่กับทักษะของผู้เล่นโดยส่วนตัว ทักษะในกิจกรรมการควบคุมตนเอง ปฏิกิริยาตอบสนอง ความตั้งใจ ความสารถในการสังเกตและเข้าใจกติกา ความสามารถที่จะทำงานร่วมกับคนอื่น และความสามารถเผชิญกับเหตุการณ์ที่ไม่คาดหวังได้ จากการเข้าร่วมเกมเด็กจะได้เรียนรู้ถึงสิ่งต่างๆมากมาย คือ

3.1) เรียนรู้ถึงการยอมรับกฎกติกาและระเบียบต่างๆ

3.2) เรียนรู้ถึงการเคลื่อนไหวภายในขอบเขตที่กำหนด

3.3) พัฒนาการควบคุมตนเองได้ดีขึ้น

3.4) สร้างเสริมทักษะที่สำคัญต่อการร่วมเกมและกีฬา

3.5) ค้นพบว่าเขาสามารถจะทำอะไรได้บ้าง

3.6) ได้สังเกตการกระทำของคนอื่น

3.7) ทำการเปรียบเทียบอย่างมีจุดมุ่งหมาย

มงคล แฝงสาเคน(2548) แบ่งเกมเป็นการเล่นง่ายๆที่มีกฎกติกาง่ายๆไม่สลับซับซ้อน ซึ่งแบ่งออกเป็นประเภทต่างๆดังนี้

1. เกมการเล่นที่เป็นนิยายและการเลียนแบบ เป็นการเล่นที่ผู้เล่นแสดงท่าทางตามที่ผู้เล่าเรื่องที่เป็นนิทานหรือ นวนิยาย หรือเป็นเรื่องที่แต่งขึ้นเองผู้เล่นก็ทำท่าทางประกอบการเล่าเรื่องนั้นๆ อาจจะเป็นการเลียนแบบสัตว์ สิ่งของ เช่น รถยนต์ เครื่องบิน ต้นไม้ หรืออื่นๆเป็นต้น

2. เกมเบ็ดเตล็ด เป็นการเล่นเบ็ดเตล็ดเพื่อส่งเสริมให้ผู้เล่นมีทักษะการเคลื่อนไหวในรูปแบบต่างๆ

3. เกมที่สร้างสมรรถภาพของตนเองเป็นการเล่นเกม การเล่นที่ช่วยส่งเสริมพัฒนาความแข็งแรงและพัฒนาอวัยวะต่างๆของร่างกาย เช่น การต่อตัว การทรงตัว การห้อยโหน การดัน การปีนป่าย การม้วนตัว การขว้างเป็นต้น

4. การเคลื่อนไหวและการเล่นประกอบเพลงหรือกิจกรรมเข้าจังหวะเป็นเกมการเล่นที่มีการเคลื่อนไหวประกอบจังหวะของเพลงและจังหวะอื่นๆ เช่น การปรบมือ การเคาะสิ่งต่างๆทำให้เกิดเสียงดังเป็นจังหวะ เช่น ฉิ่งฉาบ เป็นต้น

5. เกมการเล่นพื้นบ้าน เป็นเกมการเล่นที่นิยมในท้องถิ่นที่สืบต่อกันมานาน เล่นกันเวลาว่าง เทศกาลต่างๆ

6. เกมนำ เป็นเกมการเล่นที่นำไปสู่การเล่นกีฬาใหญ่ๆ เช่น ฟุตบอล บาสเกตบอล วอลเล่ย์บอลเป็นต้น ซึ่งหมายถึงกิจกรรมที่ใช้ทักษะของกีฬาใหญ่แต่ดัดแปลงให้มีกฎกติกาน้อยลง และตัดทักษะบางอย่างออกเพื่อสะดวกและเล่นง่ายยิ่งขึ้น เหมาะสมกับขนาดเพศและวัยของผู้เล่น นอกจากนั้นยังเปิดโอกาสให้คนที่ไม่สามารถเล่นกีฬาใหญ่ได้ให้เล่นเกมนำไปก่อน

ที่กล่าวมาข้างต้นเป็นประเภทของเกมซึ่งแต่ละประเภทของเกมมีรายละเอียด วิธีการเล่น จุดมุ่งหมายของการเล่นที่แตกต่างกันออกไปโดยเฉพาะของแต่ละเกมนั้นๆ สำหรับจุดมุ่งหมายของเกมโดยทั่วไปจะมีดังต่อไปนี้

1. เพื่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินและได้ออกกำลังกาย
2. เพื่อให้สนองความต้องการทางธรรมชาติของเด็ก โดยเฉพาะการเคลื่อนไหวร่างกายขั้นพื้นฐานต่างๆ
3. เพื่อส่งเสริมพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวให้มีประสิทธิภาพ
4. เพื่อส่งเสริมพัฒนาความเจริญเติบโตทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา
5. เพื่อให้เป็นการปลูกฝังคุณธรรม ความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา และความมีระเบียบวินัย

สุชาติ ทวีพรปฐมกุล(2543) ได้แบ่งประเภทของเกมไว้ดังนี้

1. เกมการเล่นเป็นนิยาย (Story Play)
2. เกมการเล่นเลียนแบบ (Mimetics)
3. เกมเบ็ดเตล็ด (Low Organized Games)
4. เกมการเล่นที่มีการเคลื่อนไหว (Motion Games)
5. เกมประกอบเพลง (Singing Games)
6. เกมการเล่นที่ส่งเสริมสมรรถภาพ (Self-testing Activities)
7. เกมนำไปสู่กีฬาใหญ่ (Lead-up Games)
8. เกมประเภทผลัดเปลี่ยน (Relay Games)
9. เกมนันทนาการ (Recreation Games)
10. เกมกลุ่มสัมพันธ์ (Group Dynamic Games)
11. เกมธุรกิจ (Commercial Games)

พีรพงศ์ บุญศิริ และมาลี สุรพงษ์ (2536 อ้างถึงใน จิรกรณ์ ศิริประเสริฐ, 2540) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับเกมและแบ่งเกมออกเป็น 6 ประเภทตามลักษณะวิธีการเล่น อุปกรณ์และรูปแบบการเล่น

1. เกมเบ็ดเตล็ด(Low Organized Games) เกมที่มีจุดหมายเพื่อความสนุกสนานมีกฎระเบียบน้อย มีกติกาง่ายๆ เน้นไปในเรื่องของการส่งเสริมทักษะเพื่อการเคลื่อนไหวโดยเฉพาะความคล่องตัว

2. เกมผาดโผนและทดลองสมรรถภาพ (Stunt and self-testing Activities) หมายถึงกิจกรรมส่งเสริมสมรรถภาพทางกายได้แก่ความแข้งแรง ความทนทาน ความยืดหยุ่น ความคล่องตัว ความว่องไว ความเร็ว และความสัมพันธ์ของระบบประสาทและกล้ามเนื้อ เป็นกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายที่ต้องใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่อีกทั้งยังช่วยในเรื่องของความเชื่อมั่นในตนเอง ความกล้าหาญ การตัดสินใจที่ดี เกมประเภทนี้เหมาะกับเด็กประถมศึกษาตอนปลายและมัธยมศึกษาตอนต้น

3. เกมการเล่นเป็นนิยายสร้างสรรค์ (Creative and Story Play) หมายถึง กิจกรรมที่แสดงออกซึ่งท่าทางต่างๆ รวมทั้งการเคลื่อนไหว โดยใช้ทักษะการเคลื่อนไหวในชีวิตประจำวันมาแสดงออกในรูปของการเล่นโดยกำหนดเป็นบทบาทสมมุติ

4. เกมชิงที่หมายและไล่จับ (Goal Games and Games) หมายถึงกิจกรรมที่ต้องอาศัยทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน ความเร็ว ความคล่องตัว ความมีไหวพริบ และกลวิธีในการชิงหรือไล่จับเป้าหมายให้เร็วที่สุด ส่งเสริมให้ผู้เล่นมีการตัดสินใจได้รวดเร็วแม่นยำ

5. เกมรายบุคคล (Individual Contest) หมายถึง เกมที่วัดสมรรถภาพและความสามารถของเด็ก ใครสามารถทำได้ดีและถูกต้องเป็นฝ่ายชนะ เกมประเภทนี้ได้แก่ เกมประเภทต่อสู้ และเกมประเภทเลียนแบบ

6. เกมแบบหมู่และผลัด (Mass Contest and Relay Game) มีลักษณะเดียวกัน หมายถึง การเล่นเป็นกลุ่มที่มีการแข่งขันระหว่างกลุ่ม โดยแต่ละกลุ่มจะไม่ยุ่งเกี่ยวกับกลุ่มอื่น ทุกๆคนจะต้องทำให้ดีที่สุดเพื่อประโยชน์ของกลุ่ม โดยอาศัยทักษะความสามารถรายบุคคลมาช่วยให้กลุ่มชนะ การแข่งขันเริ่มโดยแต่ละฝ่ายส่งผู้เล่นออกมาแข่งโดยการทำพร้อมๆกันหรือทำทีละคน แบบนี้เรียกว่าเกมแบบหมู่ ส่วนเกมแบบผลัด มีลักษณะคล้ายกัน แต่แตกต่างที่วิธีการเล่นที่ผู้เล่นแต่ละทีมจะปฏิบัติเป็นรายบุคคลต่อเนื่อง ถ่ายเทเป็นทอดๆระหว่างผู้เล่นในทีมเดียวกัน เริ่มตั้งแต่คนแรกจนถึงผู้เล่นคนสุดท้ายและก็เก็บคะแนนเป็นผลแพ้ชนะ เกมประเภทนี้ช่วยส่งเสริมให้ผู้เล่นได้ฝึกทักษะเบื้องต้นที่จะนำไปสู่กีฬา เหมาะสำหรับทุกเพศทุกวัย

4.แนวคิดและทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

4.1 ความหมายของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

ทศวร มณีศรีขำ (2539) ได้กล่าวถึงนิยาม หรือความหมายที่เกี่ยวเนื่องกับ “กลุ่ม” ว่าบางคำก็มีความหมายใกล้เคียงกัน หากพิจารณาสาระโดยละเอียด แต่คำบางคำก็มีความแตกต่างกันไปบ้าง บางครั้งก็ขึ้นอยู่กับผู้แปลตำราภาษาต่างประเทศมาเป็นภาษาไทย แต่ก็ยังถือว่าอยู่ในขอบข่ายและกรอบแนวคิดที่ไม่ต่างกันโดยสิ้นเชิง คำที่ผู้ศึกษาพบเป็นประจำคือคำว่า กลุ่ม (Group) กิจกรรมกลุ่ม(Group activities) การทำงานกลุ่ม(Group Work) กระบวนการกลุ่ม (Group process) กลุ่มสัมพันธ์ หรือพลวัตกลุ่มเป็นต้น (ไปรยุรา บุณยะภักดิ์,2545)

ทิศนา เทียนเสม(2515) ได้ให้ความหมายของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ไว้ว่า คือ กระบวนการที่ใช้กลุ่มในการแก้ปัญหา หรือกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งร่วมกัน เพื่อเรียนรู้สิ่งต่างๆ ผู้เรียนรู้มักจะเป็นผู้เข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง และใช้วิธีวิเคราะห์พฤติกรรมของผู้เรียนซึ่งเกิดขึ้นในขณะเรียนเป็นกระบวนการสำคัญของการเรียนรู้ เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้เรียนเข้าใจความต้องการของตนเองและผู้อื่นจากการลงมือปฏิบัติและค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งนอกจากผู้เรียนจะได้เรียนรู้เนื้อหาวิชาแล้ว ผู้เรียนยังได้รับการฝึกทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น ฝึกการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น

เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย (2537) ได้ให้ความหมายของกลุ่มสัมพันธ์ไว้คือ เกมกลุ่มสัมพันธ์เป็นเกมที่ใช้จัดให้สมาชิกหรือนักเรียนได้เล่น โดยมีจุดมุ่งหมายหรือวัตถุประสงค์การเล่นเพื่อให้ผู้เล่นเกิดการพัฒนาด้านการปฏิบัติงานร่วมกัน อันเป็นประโยชนต่อการพัฒนานักเรียน

สมบัติ กาญจนกิจ (2541) ว่าเป็นกิจกรรมที่จะให้คุณค่าด้านการเรียนรู้ การทำงานร่วมกันในสังคม ลดความเห็นแก่ตัวให้บุคคลรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีส่วนรับผิดชอบ ฝึกการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี เป็นการพัฒนาสังคมและพัฒนาชุมชนช่วยละลายพฤติกรรมของกลุ่มที่ได้เข้าร่วม การให้ความร่วมมือในการที่จะทำให้ถึงจุดมุ่งหมายขององค์การที่ได้กำหนดขึ้น

4.2 หลักการเรียนรู้ของกลุ่มสัมพันธ์

กลุ่มสัมพันธ์มีหลักการเรียนรู้ดังที่ ทิศนา แขมณี(2522) ได้กล่าวไว้ดังนี้

1. เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง โดยให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้มากที่สุด

2. เน้นกลุ่มเป็นแหล่งการเรียนรู้ที่สำคัญ ให้ผู้เรียนมีโอกาสในการเรียนรู้จากกลุ่ม ได้ปรับตัวทำงานกับกลุ่มได้ดี

3. เน้นการค้นหาตนเองเป็นกระบวนการสำคัญ จะช่วยให้ผู้เรียนจดจำได้ดี และส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ดี

4. เน้นให้ผู้เรียนรู้จักกระบวนการคิด วิเคราะห์ด้วยกระบวนการต่างๆเพื่อหาคำตอบ

5. เรียนรู้ที่จะนำสิ่งที่ตนเองเรียนรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง และสมาชิกในกลุ่มได้

โดยสรุปแล้ว การศึกษาในเรื่องกลุ่มสัมพันธ์เป็นการศึกษาถึงความสัมพันธ์ของคนในกลุ่ม และการกระทำกิจกรรมต่างๆที่ช่วยให้กลุ่มทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ความรู้และกิจกรรมต่างๆที่เกี่ยวกับเรื่องกลุ่มสัมพันธ์ มีจุดมุ่งหมายในการใช้ความรู้ เพื่อส่งเสริมความสัมพันธ์อันดีระหว่างคนในกลุ่มให้เป็นไปอย่างราบรื่นและช่วยให้กลุ่มทำงานต่างๆบรรลุวัตถุประสงค์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4.3 รูปแบบกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ มีอยู่หลายลักษณะที่ใกล้เคียงเช่น “กระบวนการกลุ่ม” “การแนะแนวหมู่” “การให้คำปรึกษากลุ่ม” “พลังกลุ่ม” และการฝึกมนุษยสัมพันธ์ พอสรุปได้ดังนี้

กระบวนการกลุ่ม(Group process) หมายถึง การะบวนการที่ใช้แก้ปัญหาหรือกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่งผู้เรียนเรียนรู้ด้วยตัวเอง และใช้วิธีการวิเคราะห์พฤติกรรมที่เกิดขึ้น เป้นกระบวนการเรียนรู้ในรูปแบบต่างๆ เช่น การแสดงบทบาทสมมุติ การแสดงละคร การตีความหมาย การแก้ปัญหา เป็นต้น

พลวัตกลุ่ม(Group Dynamics) เป็นการจัดกิจกรรมให้บุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป มีกิจกรรมสัมพันธ์กัน มีการสื่อสารและปรับตัวเข้าหากันก่อให้เกิดพลังขึ้นภายในกลุ่ม โดยใช้วิธีการต่างๆที่จะช่วยในการตัดสินใจร่วมกัน อาจใช้ทักษะมนุษยสัมพันธ์ หรือการประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนากลุ่มไปสู่เป้าหมายที่วางไว้

การแนะแนวหมู่(Group Guidance) เป็นการให้การแนะแนวแก่บุคคลหลายคน หรือกลุ่มที่มีปัญหาและความต้องการคล้ายคลึงกัน โดยการเปิดโอกาสให้แต่ละคนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น หรือประสบการณ์ซึ่งกันและกัน เพื่อเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาตัดสินใจของกลุ่มได้ และช่วยให้บุคคลได้รับทราบข้อมูล ซึ่งควรรู้ไปพร้อมๆกับกลุ่ม เป็นการประหยัดเวลา แรงงาน และค่าใช้จ่าย

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม(Group Counseling) เป็นการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มช่วยให้คนปกติได้ยอมรับปัญหาต่างๆของตนเอง และหาทางแก้ไขปัญหา ซึ่งสามารถแบ่งการให้

คำปรึกษาออกเป็น 3 ประการ ได้แก่ การใช้กลุ่มเพื่อแก้ปัญหา การให้คำปรึกษามุ่งช่วยเหลือปัญหาปกติทั่วไป และช่วยสมาชิกกลุ่มที่มีสภาพปกติ

การฝึกมนุษยสัมพันธ์และความเป็นผู้นำ (Training Group หรือ T-Group) เป็นการฝึกอบรมเพื่อให้เกิดการตระหนัก (Awareness) และการสร้างทักษะ (Skills) โดยการช่วยให้บุคคลเข้ามามีส่วนร่วมกันเพื่อสร้างประสบการณ์มนุษยสัมพันธ์ บทบาทและคุรค่าในการเป็นผู้นำ (เทพ ประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย,2533)

สมบัติ กาญจนกิจ (2541) ได้แบ่งรูปแบบกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ และประสบการณ์มีดังนี้ คือ

1. เกม ผู้สอนสร้างสถานการณ์สมมุติขึ้นให้ผู้เรียนลงเล่นด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาบางอย่างที่กำหนดไว้ ซึ่งผู้เรียนจะต้องตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่งอันมีผลออกมาในรูปของการแพ้ชนะ วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ความรู้สึกนึกคิด และพฤติกรรมต่างๆที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ นอกจากนั้นยังช่วยให้เกิดความสนุกสนานในการเรียน

2. บทบาทสมมุติ (Role-Play) ลักษณะเป็นสถานการณ์สมมุติเช่นเดียวกับเกม แต่มีการกำหนดบทบาทของผู้เล่นในสถานการณ์ที่สมมุติขึ้นมาแล้วให้ผู้เรียนสวมบทบาทนั้น และแสดงออกตามธรรมชาติโดยอาศัยบุคลิกภาพ ประสบการณ์ และความรู้สึกนึกคิดของตนเป็นหลัก ดังนั้นวิธีการนี้จึงมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสวิเคราะห์ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนอย่างลึกซึ้งช่วยเสริมสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ให้น่าสนใจและน่าติดตามอีกด้วย

3. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นวิธีการสอนซึ่งใช้กรณีหรือเรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้นจริงๆ นำมาดัดแปลง และใช้เป็นตัวอย่างในการให้ผู้เรียนได้ศึกษาวิเคราะห์ และอภิปรายกัน เพื่อสร้างความเข้าใจและฝึกฝนหาทางแก้ไขปัญหานั้น

4. สถานการณ์จำลอง (Simulation) คือการจำลองสถานการณ์จริง สร้างสถานการณ์ให้ใกล้เคียงกับความจริง แล้วให้ผู้เรียนลงไปอยู่ในสถานการณ์นั้น และมีปฏิกิริยาโต้ตอบกัน วิธีการนี้ช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสทดลองแสดงพฤติกรรมต่างๆ ซึ่งในสถานการณ์จริงผู้เรียนอาจไม่กล้าแสดงออก เพราะเป็นการเสี่ยงต่อผลที่จะได้รับจนเกินไป

5. ละคร (Acting or Dramatization) คือ วิธีการที่ให้ผู้เรียนทดลองแสดงบทบาทตามบทที่เขียนไว้ ผู้แสดงให้สมบทบาทโดยมานำบุคลิกภาพและความรู้สึกนึกคิดของตนเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้อง อันจะมีส่วนทำให้เกิดผลเสียต่อการแสดงบทบาทนั้นๆ วิธีการนี้เป็นวิธีการช่วยให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์ในการที่จะเข้าใจความรู้สึก เหตุผล และพฤติกรรมของผู้อื่น ซึ่งความเข้าใจนี้มีส่วนช่วยเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจฝึกความรับผิดชอบ และการทำงานร่วมกัน

6. กลุ่มย่อย (Small Group) วิธีนี้เปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคน ได้มีส่วนในการแสดงออก และช่วยให้ผู้เรียนได้ข้อมูลเพิ่มเติมมากขึ้น

4.4 ทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์กับการเรียนการสอน

Kurt Lewin นักวิทยาศาสตร์และนักจิตวิทยาชาวเยอรมัน ได้ศึกษาเกี่ยวกับพลังกลุ่มในแง่ของพฤติกรรมของมนุษย์และตั้งทฤษฎีสนามขึ้นโดยได้แนวคิดจากเกสตัน เลอร์วิน เริ่มใช้คำว่า Group Dynamic โดยหมายถึงพลังกลุ่มหรือพลวัตของกลุ่มเป็นครั้งแรก ต่อมาได้มีผู้นำหลักการของกลุ่มมาใช้ในการฝึกมนุษยสัมพันธ์และความเป็นผู้นำ เพื่อสร้างสัมพันธ์อันดี เพื่อพัฒนาบุคลิกภาพและบำบัดผู้ป่วยทางจิต รวมทั้งเข้ามามีบทบาทในวงการศึกษา มีพื้นฐาน จากแนวคิดในการปฏิรูปการศึกษาของจอห์น ดิวอี้ ที่ว่า โรงเรียนควรมีหน้าที่ในการเตรียมเด็ก สามารถเผชิญกับสังคมได้ และได้นำแนวคิดการเรียนรู้จากการปฏิบัติจริง (Learning By Doing) มาเป็นหลักในการจัดการศึกษาที่เน้นการรวมกลุ่มเพื่อเรียนรู้การรวมกลุ่มเพื่อทำงาน ซึ่งครูเป็นเพียงผู้นำที่จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตัวเอง (สุนีย์รัตน์ ฤทธิ์ธงชัยเลิศ,2530)

ทิศนา แขมมณี (2522) กล่าวถึงทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์ไว้ว่าเป็นหลักการที่เน้นหรือให้ความสนใจพิเศษในเรื่องของพฤติกรรมมนุษย์ที่มีผลต่อกัน โดยยึดหลักการเรียนรู้ คือ การเรียนรู้เป็นกระบวนการที่เป็นไปอย่างมีชีวิตชีวา ดังนั้นผู้เรียนจึงควรมีบทบาทรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนและมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนของตน การเรียนรู้เกิดขึ้นได้จากแหล่งต่างๆกัน ไม่ใช่แหล่งใดแหล่งหนึ่งเพียงแหล่งเดียว ประสบการณ์ความนึกคิดของแต่ละบุคคลถือว่าเป็นแหล่งการเรียนรู้ที่สำคัญ การเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นผู้ค้นพบด้วยตนเองนั้นมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจลึกซึ้งและจดจำได้ดี การเรียนรู้เป็นนั้นมีความสำคัญ หากผู้เรียนเข้าใจ และมีทักษะในเรื่องนี้แล้วจะสามารถใช้เป็นเครื่องมือในการแสวงหาความรู้และคำตอบต่างๆ

4.5 หลักการสอนด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

เยาวพา เดชะคุปต์ (2517) ได้ปรับทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์สำหรับการสอน มีหลักการ คือ

หลักการข้อที่1 การตั้งจุดหมายของการเรียนการสอนกำหนดเป็นลักษณะ 2 ลักษณะ คือ

1.1) จุดมุ่งหมายทั่วไป

1.2) จุดมุ่งหมายเฉพาะ หรือจุดมุ่งหมายเชิงพฤติกรรม

จุดมุ่งหมายทั่วไปและจุดมุ่งหมายเชิงพฤติกรรมนั้น ส่งเสริมพัฒนาการของผู้เรียน 2 ด้านคือ ความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาวิชา ด้านทักษะและทัศนคติ

หลักการข้อที่ 2 การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ลักษณะสำคัญของประสบการณ์การเรียนรู้ตามทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์คือ

2.1) ผู้เรียนจะเป็นผู้ลงมือกระทำกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยกิจกรรมนั้นจะช่วยให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา

2.2) มีการแบ่งกลุ่มผู้เรียนออกมาเป็นกลุ่มย่อย เพื่อให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้และการทำงานต่างๆร่วมกัน การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ดังกล่าว ผู้เรียนจะพัฒนาวิธีการทำงาน และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมตลอดจนการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี และการเป็นผู้นำ ผู้ตามที่ดีในกลุ่มได้อย่างเหมาะสม

หลักการข้อที่3 การพัฒนาความสามารถทางสติปัญญา และมนุษย์สัมพันธ์ โดยการให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ประสบการณ์การเรียนรู้ร่วมกัน แบ่งออกเป็น

3.1) การวิเคราะห์กระบวนการการเรียนรู้และความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจตนเอง สามารถประเมินผลการเรียนรู้และนำความรู้ที่ได้ไปเป็นแนวทางในการปรับปรุงบุคลิกภาพและพฤติกรรมที่เสริมสร้างแนวคิด และค่านิยมของตนให้เหมาะสมยิ่งขึ้น นอกจากนี้ยังช่วยให้เข้าใจผู้อื่น สามารถพัฒนามนุษยสัมพันธ์ และความเป็นผู้นำทั้งยังช่วยให้ผู้เรียนมองเห็นปัญหาและวิธีการทำงานที่เหมาะสม เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงการทำงานครั้งต่อไปให้ดียิ่งขึ้น

3.2) การวิเคราะห์เนื้อหา ผู้เรียนสามารถวิเคราะห์เนื้อหาได้โดยการแสดงความคิดเห็นหรือความรู้สึกที่ตนได้พบจากการทำงานในกลุ่ม ให้ผู้อื่นมีโอกาสรับรู้เป็นการถ่ายโอนประสบการณ์การเรียนรู้ซึ่งกันและกัน และช่วยให้ผู้เรียนสามารถค้นพบแนวคิดที่ต้องการด้วยตนเองเป็นการขยายประสบการณ์การเรียนรู้ให้ถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนพัฒนาวิธีการเรียนที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

หลักการข้อที่ 4 การสรุป และการนำไปปรับใช้ เมื่อวิเคราะห์และได้แนวคิดของตน ผู้เรียนควรได้มีโอกาสนำหลักการ หรือแนวคิดที่มีอยู่ไปปรับใช้ ปรับปรุงบุคลิกภาพ และพฤติกรรมของตนให้เหมาะสม ตลอดจนการนำไปใช้เพื่อแก้ปัญหาหรือสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆต่อไป ซึ่งหลักการที่นำไปใช้นี้จะทำได้ 5 ลักษณะ คือ

4.1) การปรับใช้ให้เข้ากับตนเอง คือการที่ผู้เรียนนำหลักการที่ได้รับไปใช้ในการปรับปรุงพฤติกรรมของตนเองในที่ต่างๆนอกเหนือไปจากห้องเรียน เพื่อให้การแสดงออกกับบุคคลต่างๆและเป็นไปอย่างเหมาะสม

4.2) การปรับใช้กับผู้อื่น คือ การนำหลักการที่ได้รับไปใช้ในการอยู่ร่วมกันในสังคมและปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้

4.3) การปรับใช้เพื่อแก้ปัญหาในอนาคต ทั้งในด้านบุคลิกภาพความสัมพันธ์ และวิธีการทำงานของตนเอง ของกลุ่ม และสังคมได้

4.4) การประยุกต์เพื่อใช้ในสังคม ปรับปรุงสร้างสรรค์และแก้ปัญหาสังคม

4.5) การปรับเพื่อสร้างสรรค์สิ่งใหม่ อันจะเป็นประโยชน์ต่อตนเอง ต่อกลุ่ม และสังคม หลักการข้อที่ 5 การประเมินผล การประเมินผลจะช่วยให้ทราบพัฒนาการของผู้เรียน ความรู้ความเข้าใจในเนื้อหา และวิธีการเรียนรู้ว่าเป็นไปตามจุดมุ่งหมายมาน้อยเพียงใด และยังช่วยให้ผู้สอนสามารถประเมินผลการสอนของตนว่า ประสบความสำเร็จมากเพียงใด

การประเมินผลตามหลักการทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ คือ ผู้เรียนได้ประเมินผลการเรียนรู้ด้วยตนเอง ให้ผู้เรียนประเมินการเรียนรู้ของตนเองจากการทำงานร่วมกัน ซึ่งมีการประเมินผลได้ใน 2 ลักษณะ คือ

5.1) การประเมินผลสัมฤทธิ์ของกลุ่ม อันประกอบด้วย ผลของการทำงานกลุ่ม ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกลุ่มและคุณธรรม หรือค่านิยมซึ่งจะช่วยให้เข้าใจผลสัมฤทธิ์ และวิธีการทำงานของสมาชิกแต่ละบุคคลได้

5.2) การประเมินผลความสัมพันธ์ในกลุ่ม จากการได้ข้อติชม หรือข้อวิจารณ์แก่กัน โดยปราศจากอคติ จะช่วยให้ผู้เรียนสามารถประเมินพฤติกรรมของตนเอง และความสัมพันธ์ที่มีต่อผู้อื่นได้ (เยาวพา เดชะคุปต์, 2517)

การจัดการเรียนรู้ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากกลุ่มหรือเน้นให้นักเรียนเป็นศูนย์กลางจะทำให้นักเรียนได้เรียนตามความสามารถหรือความแตกต่างระหว่างบุคคล นักเรียนนำทักษะและสิ่งที่ได้เรียนไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ การแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มออกไปตามความสามารถให้นักเรียนรู้ความก้าวหน้าในการเรียนรู้อยู่เสมอ วิธีการสอนยืดหยุ่นและดัดแปลงได้ ผู้สอนควรให้ความสนใจกับนักเรียนทุกคน สร้างมนุษยสัมพันธ์ที่ดีทำให้นักเรียนรู้สึกอบอุ่นเป็นที่ปรึกษาให้กับผู้เรียนโดยฝึกให้ผู้เรียนเป็นผู้คิดแก้ปัญหาด้วยตนเอง (วาสนา คุณาอภิสิทธิ์,2539)

5. เกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษา

ในการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาโดยทั่วไปจะนำเกมต่างๆมาประกอบการสอน เกมที่ใช้ส่วนใหญ่จะเป็นเกมที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวของร่างกาย โดยมีวัตถุประสงค์ที่จะนำไปใช้ในการเรียนการสอนแตกต่างกันไป เช่น นำนักเรียนเข้าสู่บทเรียนใช้ในระหว่างการเรียนการสอน เพื่อให้

นักเรียนมีความสนใจในการฝึกทักษะต่างๆได้ดีขึ้น เพื่อให้นักเรียนได้รู้ถึงความสามารถของตนเอง ทำการปรับปรุงแก้ไขความสามารถในการเล่นของตนเองได้โดยมีผู้สอนเป็นผู้แนะนำ นอกจากนี้ เกมยังเป็นสิ่งที่ทำให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมแสดงออกพฤติกรรมซึ่งจะทำให้ผู้สอนรับรู้ถึงบุคลิกภาพ ลักษณะของผู้เรียนแต่ละคน และสามารถที่จะหาทางแก้ไขบุคลิกลักษณะหรือพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของผู้เรียนได้ เกมกลุ่มสัมพันธ์เป็นเกมอีกประเภทหนึ่งที่วิชาพลศึกษานำมาใช้ประกอบการสอนเพราะคุณลักษณะของเกมกลุ่มสัมพันธ์นั้น ผู้เรียนทุกคนจะมีส่วนร่วมในกิจกรรม ได้แสดงออกทั้งทางร่างกายและความคิดเห็น ได้มีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนๆ เผชิญปัญหา และอุปสรรคร่วมกันภายในกลุ่ม รู้จักรับผิดชอบหน้าที่ของตนรวมถึงมีน้ำใจเป็นนักกีฬา จากการเข้าร่วมกิจกรรมผู้เรียนสามารถนำข้อมูล และข้อคิดเห็นของเพื่อนในกลุ่มมาเป็นภาพสะท้อนให้กับตนเองว่า มีข้อบกพร่องใด และจะแก้ไขข้อบกพร่องของตนเองได้อย่างไร ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการปรับบุคลิกภาพ และพฤติกรรมของนักเรียนด้วย

จะเห็นได้ว่า เกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษาจะทำให้นักเรียนได้รับประโยชน์ตรงตามจุดมุ่งหมายของวิชาพลศึกษาที่ต้องการจะพัฒนาผู้เรียนทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เกมกลุ่มสัมพันธ์แตกต่างจากเกมหรือการเล่นกีฬาอื่นๆตรงที่ไม่เพียงแต่จะให้ความสนุกสนานเท่านั้นแต่ยังเน้นขั้นตอนในการเปิดโอกาสให้ผู้เล่นได้แสดงความคิดเห็นของตนเอง การให้ผู้เรียนได้เข้าถึงพฤติกรรมของตนเองจากปฏิกิริยาของเพื่อนในกลุ่ม และให้ข้อสรุปที่เป็นประโยชน์ของการทำกิจกรรมที่ชัดเจนร่วมกัน

5.1 **ความหมายของเกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษา**

เกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษา หมายถึง เกมพลศึกษาที่มีกระบวนการกลุ่มเน้นให้ทุกคนได้มีส่วนร่วม แต่ละเกม จะมีวัตถุประสงค์ที่ชัดเจน โดยมีผู้นำกิจกรรมเป็นผู้แนะนำขั้นตอนต่างๆ เปิดโอกาสให้ผู้ร่วมกิจกรรมได้แสดงความรู้สึก ให้ข้อเสนอแนะและช่วยกันสรุปถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการร่วมกิจกรรม

เกมกลุ่มสัมพันธ์ มีลักษณะเป็นเกมทักษะมูลฐาน Miller and Whitcomb (1969) กล่าวว่า “กิจกรรมเกมทักษะข้อมูลฐาน อาจอธิบายได้ว่าเป็นกิจกรรมที่อาศัยการเตรียมตัวน้อยที่สุด โดยเปิดโอกาสให้ผู้เล่นทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในกิจกรรมได้มากที่สุด”

Schurr (1980) กล่าวว่า “เกมทักษะขั้นมูลฐานประกอบด้วยกติกาง่ายๆ ไม่มากนัก และอุปกรณ์เล็กน้อย หรือไม่มีอุปกรณ์เลย เกมเหล่านี้ใช้ทักษะพื้นฐานง่ายๆ อาจจะปรับให้เข้ากับสภาพพื้นที่ที่มีอยู่ และแบ่งกลุ่มผู้เล่นตามจำนวนที่มีขนาดแตกต่างกันได้”

5.2 คุณลักษณะของเกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษา

เกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษาประกอบด้วยคุณลักษณะทั่วไปของเกมดังนี้ คือ ประกอบด้วยผู้เล่นจำนวนหนึ่ง มีจุดมุ่งหมายหรือวัตถุประสงค์แตกต่างกัน มีการเริ่มต้น และการสิ้นสุดโดยอาจมีสัญญาณต่างๆเพื่อบอกให้ผู้เล่นรู้ มีบริเวณและขอบเขตกำหนด กล่าวคือ การเล่นเกมต้องอาศัยบริเวณที่ว่าง และการกำหนดขอบเขต มีกติกาซึ่งจะช่วยให้ผู้เล่นรู้ถึงวิธีเล่น ของเขตของเสรีภาพ และการควบคุมของเกมแต่ละเกม (ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์,2546)

เกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษามีลักษณะที่เป็นกระบวนการกลุ่ม มีขั้นตอนดังนี้

ขั้นแรก ผู้นำอธิบายความมุ่งหมายของเกม และทำการแบ่งกลุ่ม จากนั้นผู้นำอธิบายวิธีการเล่นและกติกาขั้นต่อมาจึงเป็น

ขั้นปฏิบัติกิจกรรม ซึ่งทุกคนจะต้องมีส่วนร่วมในกิจกรรม โดยช่วยกันแก้ปัญหาที่มีอยู่ในเกมแต่ละเกมเพื่อรวมกลุ่ม เมื่อการเล่นสิ้นสุดลง ผู้เล่นจะได้แสดงความรู้สึกและความคิดเห็นต่างๆ ที่ได้จากการเล่น จากนั้นเป็น

ขั้นสรุป ผู้นำทำการสรุปถึงสิ่งที่ต้องการให้ผู้เข้าร่วม ได้รับจากเกม

6. พัฒนาการของเด็กวัยรุ่นตอนต้น

6.1 ความหมายของเด็กวัยรุ่น

Hurlock(1984) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่คาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ โดยมีการเจริญเข้าสู่วุฒิภาวะทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม เพื่อพัฒนาไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่

Santrock (1996) กล่าวว่า วัยรุ่นคือวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านพัฒนาการที่คาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ ทั้งด้านร่างกาย ความคิด อารมณ์และสังคม

องค์การอนามัยโลก(World Health Organizing[WHO] ,1999) ให้ความหมายของวัยรุ่นว่าเป็นวัยที่มีพัฒนาการทางด้านร่างกายคือมีการเจริญเติบโตในด้านความสูงและน้ำหนัก รวมถึงมีการเปลี่ยนแปลงอวัยวะเพศอย่างสมบูรณ์และพร้อมจะมีเพศสัมพันธ์ได้ มีพัฒนาการทางด้านจิตใจ สติปัญญา อารมณ์ คือมีการเปลี่ยนแปลงจากเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ มีความสามารถในการคิดเชิงนามธรรมมากขึ้นและมีพัฒนาการทางด้านสังคม คือ มีการเปลี่ยนแปลงจากสภาวะที่ต้องพึ่งพาบุคคลในครอบครัวไปสู่สภาวะที่ต้องรับผิดชอบและพึ่งพาตนเอง

สุชา จันทร์เอม(2540) ให้ความหมายของวัยรุ่นว่าเป็นการเจริญเติบโตไปสู่วุฒิภาวะและเป็นช่วงวัยที่กำลงพัฒนาจากความเป็นเด็กไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่โดยจะเกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม

วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์(2545) ให้ความหมายของวัยรุ่นว่าเป็นวัยที่เจริญสู่วุมิภาวะหรือการเปลี่ยนแปลงซึ่งเนื่องมาจากความเจริญงอกงามทางด้านร่างกาย รวมถึงสิ่งที่ได้รับการถ่ายทอดทางพันธุกรรม โดยมีสิ่งแวดล้อมเป็นตัวเสริม

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีพัฒนาการจากวัยเด็กไปเป็นวัยผู้ใหญ่ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา การแบ่งช่วงอายุของวัยรุ่นไม่ได้ถือเป็นหลักตายตัวเสมอไป เพราะนักจิตวิทยาแบ่งไว้เพื่อให้สะดวกแก่การศึกษาเท่านั้น เนื่องจากพัฒนาการของมนุษย์เป็นกระบวนการที่ต่อเนื่อง ไม่ได้หยุดเป็นช่วงๆ จึงทำให้เกณฑ์การแบ่งอายุแตกต่างกันไป(วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์,2545) ดังนี้

Hurlock (1984) แบ่งอายุของวัยรุ่นออกเป็น 3 ช่วง คือ วัยก่อนวัยรุ่น(Preadolescence) อายุ10-12ปี วัยรุ่นตอนต้น (Early adolescence) อายุ13-16ปี และวัยรุ่นตอนปลาย(Late adolescence) อายุ17-20ปี

องค์การอนามัยโลก(WHO ,2002) ได้กำหนดช่วงอายุของวัยรุ่นไว้ ให้อยู่ในช่วง 10-19 ปี

สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น(กรมสุขภาพจิต,2545) กล่าวถึงช่วงอายุของเด็กวัยรุ่นว่าอยู่ระหว่าง 10-19 ปี เหมือนองค์การอนามัยโลก โดยแบ่งออกเป็น 3ระยะได้แก่ วัยรุ่นตอนต้น มีช่วงอายุระหว่าง 10-13 ปี วัยรุ่นตอนกลาง 14-16 ปี วัยรุ่นตอนปลาย มีช่วงอายุระหว่าง 17-19 ปี

ในการศึกษาครั้งนี้ ให้ความหมายของเด็กวัยรุ่นหมายถึง บุคคลที่มีการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กเข้าสู่วัยผู้ใหญ่และมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา โดยแบ่งช่วงอายุตามแนวคิดขององค์การอนามัยโลก และกรมสุขภาพจิต คือมีอายุอยู่ในช่วง 10-19ปี

6.2 **พัฒนาการในเด็กวัยรุ่น**

วัยรุ่นเป็นวัยที่จะเริ่มเป็นหนุ่มสาวซึ่งเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เนื่องจากพัฒนาการของวัยนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งทางด้าน ร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา (วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์,2545)

1) การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

ร่างกายของเด็กวัยรุ่นจะเปลี่ยนแปลงจากเด็กมาสู่วัยรุ่นอย่างเด่นชัด (วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์,2545) โดยมีการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย คือ การเจริญเติบโตของขนาดร่างกาย การเปลี่ยนแปลงสัดส่วนของร่างกาย การเปลี่ยนแปลงของระบบอวัยวะสืบพันธุ์ โดยการ

เปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะเป็นไปอย่างรวดเร็วและมีบทบาทสำคัญต่อพัฒนาการด้านอื่น(Santrock ,1996) ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่สำคัญมีดังนี้

1.1) ส่วนสูงและน้ำหนักเพิ่มขึ้น เด็กวัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงขนาดของร่างกายคือส่วนสูงและน้ำหนักซึ่งความสูงของร่างกายนั้นจะสัมพันธ์กับฮอร์โมนที่เกี่ยวข้องกับการเจริญเติบโตป(Growth Hormone)ที่ผลิตมาจากต่อมไร้ท่อพิทูอิตารี(Pituitary Gland) ในกรณีที่การหลั่งของฮอร์โมนเป็นไปอย่างปกติและสม่ำเสมอเด็กที่มีภาวะโภชนาการดีก็จะสูงได้จนถึงขีดสุดของตัวเขาเอง อย่างไรก็ตามนอกจากฮอร์โมนแล้วความสูงของเด็กย่อมขึ้นอยู่กับความสูงของพ่อแม่ ลักษณะโครงสร้างของร่างกาย ภาวะโภชนาการและการบรรลุวุฒิภาวะทางเพศของเด็กด้วย(กุญชรี ค้าขาย ,2542) เมื่อเปรียบเทียบระหว่างเด็กหญิงและชายที่อายุเท่ากันในวัยที่จะเข้าวัยรุ่น เด็กผู้หญิงจะสูงกว่าชาย เพราะ เด็กหญิงเข้าสู่วัยรุ่นก่อนเด็กชาย แต่เมื่อเด็กโตเป็นผู้ใหญ่แล้วผู้ชายจะสูงกว่าผู้หญิงโดยทั่วไป(วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์,2545) นอกจากส่วนสูงแล้วเด็กวัยรุ่นจะมีน้ำหนักเพิ่มขึ้นเนื่องจากกล้ามเนื้อไขมัน กระดูกได้เพิ่มขึ้นและขยายตัวขึ้นอย่างรวดเร็ว กระดูกของเด็กจะโตขึ้นและหนักขึ้น รูปร่างสัดส่วนของกระดูกจะเปลี่ยนไป(กุญชรี ค้าขาย ,2542) ช่วงตอนต้นของวัยรุ่นร่างกายของเด็กจะไม่ได้สัดส่วน ดูเก้งก้าง ทำให้รู้สึกอึดอัดและอ่อนไหวง่ายเกี่ยวกับสัดส่วนของร่างกาย(ศรีเรือน แก้วกังวาน ,2540)

1.2) การเจริญเติบโตของวัยรุ่นแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนวัยรุ่น ระยะวัยรุ่นและระยะหลังวัยรุ่น

ระยะก่อนวัยรุ่นเป็นระยะที่ร่างกายของเด็กวัยรุ่นเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงแต่การทำงานของระบบอวัยวะสืบพันธุ์ยังไม่มีการพัฒนา(Santrock,1996) นั่นคือเด็กวัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงของเสียง โดยเด็กชายจะมีน้ำเสียงแตกพร่าและห้าวขึ้น ซึ่งเป็นผลมาจากลูกกระเดือก(Larynx)เจริญเติบโตอย่างรวดเร็วทำให้สายเสียง(Vocal cord) ยาวกว่าเดิม ทำให้เสียงเปลี่ยน ส่วนในเด็กหญิงที่เคยเล็กและแหลมจะเปลี่ยนเป็นเสียงกังวานขึ้น แต่จะไม่ชัดเจนเหมือนในเพศชาย (วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์,2545) ทรวงอกของผู้หญิงจะขยายออกตามพันธุกรรมและต่อมไร้ท่อ นอกจากนี้ยังมีการขยายของสะโพก เอวคอดเข้า เป็นต้น ในเด็กชายจะมีปุ่มนูนขึ้นที่หน้าอก “ขึ้นพาน” หรือ “นมแตกพาน” ลานนมจะมีสีเข้มขึ้นและกว้างขึ้น ทั้งหญิงชายจะมีขนขึ้นตามร่างกาย เช่น รักแร้ ริมฝีปาก และบริเวณอวัยวะเพศ เป็นต้น(วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์,2545:ศรีเรือน แก้วกังวาน,2540:สุชา จันทร์เอม,2540)

ระยะวัยรุ่นเป็นระยะที่ระบบอวัยวะสืบพันธุ์เริ่มทำงาน แต่ยังทำหน้าที่ได้ไม่สมบูรณ์(Santrock,1996)กล่าวคือในเพศหญิงจะเริ่มมีประจำเดือนตอนแรก ส่วนเพศชายจะสามารถผลิต

อสุจิได้ โดยเด็กวัยรุ่นชายจะเกิดการหลั่งอสุจิในเวลาหลับ หรือฝันเปียก ซึ่งมักจะเกิดขึ้นเป็นปกติในวัยรุ่นชาย แสดงให้เห็นว่ามีวุฒิภาวะทางเพศแล้ว(วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์,2545:สุชา จันทร์เอม ,2540) แต่ในระยะนี้การทำหน้าที่ของระบบอวัยวะสืบพันธุ์ยังไม่สมบูรณ์

ระยะหลังวัยรุ่น เป็นระยะที่ร่างกายของเด็กวัยรุ่นเจริญเติบโตเต็มที่พร้อมกับระบบอวัยวะสืบพันธุ์ทำหน้าที่ได้อย่างสมบูรณ์ (Santrock ,1996)

จากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่กล่าวมาข้างต้นจะพบว่าไม่ได้มีการระบุช่วงอายุของการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายไว้อย่างชัดเจน เนื่องจาก ช่วงอายุในการเปลี่ยนแปลงของร่างกายไม่สามารถระบุได้แน่นอน ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ เช่น พันธุกรรม สุขภาพ ระดับความสามารถทางด้านสติปัญญา ขนาดและโครงสร้างของร่างกาย สิ่งแวดล้อม และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว(Santrock ,1996) ดังนั้นจึงไม่สามารถบอกได้แน่นอนว่าการเปลี่ยนแปลงลักษณะใดเกิดขึ้นก่อน ลักษณะใดเกิดขึ้นหลัง และลักษณะบางอย่างก็เกิดขึ้นโดยไม่สามารถเห็นได้อย่างชัดเจน การเปลี่ยนแปลงนี้อาจมีผลกระทบต่อพฤติกรรมบางอย่างได้ เช่น ในเด็กผู้หญิงบางคน เมื่อรู้สึกว่ารูปร่างของตนมีการเปลี่ยนแปลงก็พยายามหลบซ่อนไม่ให้เพื่อนเห็น เพราะกลัวถูกล้อ ส่วนในเด็กชายเมื่อเสียงแตกพร่า ก็ไม่ค่อยกล้าพูดกับคนอื่นโดยเฉพาะเพศตรงข้ามเพราะความอายและอาจหลบหน้าหลบตาไม่ยอมเข้าสมาคมกับเพื่อนฝูง(สุชา จันทร์เอม,2540) ตรงกันข้ามกับเด็กที่มีพัฒนาการช้ากว่าเพื่อนรุ่นเดียวกัน อาจจะรู้สึกกระดากและอ่อนไหวง่ายกับการถูกวิพากษ์วิจารณ์ เด็กบางคนจะป้องกันตนเองโดยไม่สุงสิงกับเพื่อน บางคนแสดงอาการก้าวร้าว ทั้งนี้เพราะต้องการกลบเกลื่อนความกังวลเกี่ยวกับร่างกายของตนเอง (ศรีเรือน แก้วกังวาน,2540)

2) การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์

อารมณ์ของวัยรุ่นนั้นเป็นอารมณ์ที่รุนแรงอ่อนไหวง่าย และเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว จึงอาจเรียกลักษณะอารมณ์ของเด็กวัยรุ่นเช่นนี้ว่า เป็นแบบพายุบุแคม (Storm and stress) ซึ่งหมายถึงการมีอารมณ์รุนแรงเต็มไปด้วยความเชื่อมั่นในตนเอง (ศรีเรือน แก้วกังวาน,2540:สุชา จันทร์เอม,2540) โดยมีสาเหตุมาจากการเปลี่ยนแปลงฮอร์โมนในร่างกายและการเจริญเข้าสู่วัยเจริญพันธุ์ ทำให้เด็กวัยรุ่นมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย สับสน อ่อนไหว มีความเข้มข้นของอารมณ์สูง อารมณ์ไม่มั่นคง โดยอารมณ์ที่เกิดขึ้นนั้นมีทุกประเภท เช่น รัก ชอบ โกรธ เกลียด อิจฉา ริษยา โอ้อวด ถือดี เจ้าทิฐิ หงุดหงิด วุ่นวายใจฯลฯ (ศรีเรือน แก้วกังวาน,2540) อารมณ์ประเภทใดก็ตามที่เกิดขึ้นมักจะมีความรุนแรงอ่อนไหวง่าย เปลี่ยนแปลงง่ายอย่างรวดเร็วโดยไม่มีเหตุผลมากนัก และมักแสดงออกโดยไม่กลั่นกรอง (กรมสุขภาพจิต,2545) เด็กวัยรุ่นจึงมักขาดความยั้งคิด ขาดการเหนี่ยวรั้ง เมื่อมีความรู้สึกอย่างไรก็แสดงออกทันทีโดยไม่มีการยับยั้ง และความคิดเห็นของ

วัยรุ่นก็เป็นความรู้สึกที่รุนแรง ไม่ค่อยเดินสายกลาง (สุชา จันทร์เอม,2540) ประกอบกับการควบคุมอารมณ์ยังทำได้ไม่สมบูรณ์จึงทำให้บางครั้งพลุ่งพล่าน บางครั้งเก็บกด บางครั้งมั่นใจสูง บางครั้งไม่แน่ใจ บางครั้งยอมอะไรง่ายๆ บางครั้งดื้อรั้น ดึงดัน เอาแต่ใจตนเอง เพราะลักษณะอารมณ์ของวัยรุ่นเป็นเช่นนี้ จึงทำให้เข้ากับบุคคลต่างวัยได้ยาก เด็กวัยรุ่นจึงเกาะกลุ่มกันได้มากกว่าวัยอื่นๆ เพราะเข้าใจกันละยอมรับกันและกันได้ง่าย(ศรีเรือน แก้วกังวาน,2540) นอกจากนี้การที่เด็กวัยรุ่นเกิดอารมณ์ง่ายและรุนแรงเช่นนี้ จึงเป็นเรื่องง่ายต่อการยุแหย่หรือชักนำให้เด็กเกิดความรู้สึกอยากลองดี ทั้งในทางที่ดีและทางที่เลว ความคิดชั่ววูบของอารมณ์วัยรุ่น จึงอาจเป็นสิ่งที่ทำให้เขาแสดงพฤติกรรมผิดๆออกมา ซึ่งอาจหมายถึงชีวิตและอนาคตของเขาเอง (สุชา จันทร์เอม,2540)

3) การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมของเด็กวัยรุ่น แบ่งออกเป็น 4 ลักษณะ คือ การพัฒนาความเป็นเอกลักษณ์แห่งตน ความสัมพันธ์ทางสังคมกับครอบครัว ความสำคัญทางสังคมกับเพื่อน และความสัมพันธ์ทางสังคมกับเพศตรงข้าม (กุญชรี ค้าขาย,2542)

การพัฒนาความเป็นเอกลักษณ์ของตน Erik Erikson(1968) นักจิตวิทยา เจ้าของทฤษฎีขั้นตอนพัฒนาการทางสังคม(Psychosocial Developmental Stage) ได้แบ่งพัฒนาการทางจิตสังคมออกเป็น 8 ขั้นตอน โดยแบ่งวัยรุ่นไว้ในขั้นตอนที่ 5 คือการมีเอกลักษณ์ของตน ขัดแย้งกับความไม่เข้าใจตนเอง(Identity VS Identity Diffusion) โดยเชื่อว่าขั้นตอนนี้เป็นช่วงที่มีความขัดแย้งและมีลักษณะวิกฤติยิ่งกว่าช่วงอื่น เพราะเป็นหัวเลี้ยวหัวต่อระหว่างความเป็นและความเป็นผู้ใหญ่ อาจไม่สามารถแก้ไขภาวะวิกฤติให้ผ่านพ้นไปด้วยดี เด็กวัยรุ่นผู้นั้นจะเกิดความสับสนในบทบาทและกลายเป็นผู้ใหญ่ที่มีบุคลิกภาพ สับสนไม่คงที่เด็กวัยรุ่นจึงมักจะแสวงหาเอกลักษณ์แห่งตนเพื่อทำความรู้จักตนเองในแง่มุมต่างๆ เช่น ความชอบ ความสนใจ ความปรารถนาในชีวิต ปรัชญาในชีวิต อาชีพที่ตนต้องการ เพื่อนต่างเพศที่ตนปรารถนาจะคบหรือเลือกเป็นชีวิตคู่ ความถนัดเฉพาะตน เป็นต้น ในขณะเดียวกัน เด็กวัยรุ่นก็ต้องผสมผสานลักษณะเฉพาะของตนในแง่มุมต่างๆให้เข้ากันได้กับความเป็นจริงของครอบครัว วัฒนธรรม ค่านิยมของสังคม และค่านิยมของกลุ่มเพื่อนร่วมวัย หากเด็กวัยรุ่นเกิดความล้มเหลวในการสร้างเอกลักษณ์เฉพาะตัว ซึ่งวัยรุ่นจะรู้ได้ว่าตนล้มเหลวโดยการเปรียบเทียบกับข้อเรียกร้องจากสังคมและการมีพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนไปจากที่สังคมยอมรับ เมื่อเป็นเช่นนี้วัยรุ่นอาจเลือกเอาการพัฒนาเอกลักษณ์เชิงลบขึ้นมาแทนที่ การพัฒนาเอกลักษณ์เชิงบวก เช่น การเป็นอาชญากร การเข้าไปร่วมกลุ่มหรือแก๊งที่มีวัฒนธรรมเฉพาะอย่าง ทั้งนี้เพื่อสร้างเอกลักษณ์ให้ได้แม้จะเป็นเชิงลบก็ตาม(กุญชรี ค้าขาย,2542) ดังนั้นเด็กวัยรุ่น

จะต้องมีความเป็นตัวเองหรือเอกลักษณ์ที่มั่นคงเพียงพอจึงจะสามารถมีความรักใคร่ผูกพันกับผู้อื่นได้ และการที่เด็กวัยรุ่นจะมีเอกลักษณ์ของตนได้นั้นจะต้องเรียนรู้จากประสบการณ์ชีวิต หรือเลียนแบบบุคคลสำคัญซึ่งการเลียนแบบจะช่วยให้วัยรุ่นมีเอกลักษณ์ที่มั่นคงและมีความรักใคร่ผูกพันกับผู้อื่น

ความสัมพันธ์ทางสังคมกับครอบครัว เมื่อเติบโตเข้าสู่วัยรุ่น ความสัมพันธ์ของเด็กวัยรุ่นกับพ่อแม่จะเปลี่ยนไป โดยเด็กวัยรุ่นจะเริ่มแยกตัวออกจากครอบครัวและเริ่มเข้าสู่สังคมมากขึ้น (กุญชรี ค้าขาย,2542) เนื่องจากเด็กวัยรุ่นต้องการอิสระและการเป็นตัวของตัวเอง จึงชอบอยู่ตามลำพัง มีห้องนอนอยู่เป็นสัดส่วนและมีของใช้ส่วนตัวเพราะเขาต้องการรับผิดชอบตัวเอง และต้องการความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองซึ่งบางครั้งความต้องการอาจมีมากจนต่อต้านความคิดและการกระทำของผู้ใหญ่ (นงพงา ลิ้มสุวรรณ,2545) เด็กวัยรุ่นจึงมักแสดงท่าทีบางอย่างที่ผู้ใหญ่รู้สึกว่าเขาอวดดี ก้าวร้าว ไม่สุภาพอ่อนน้อมหรือท้าทายกฎเกณฑ์ของสังคม (กรมสุขภาพจิต,2545) จนบางครั้งอาจทำให้เกิดความขัดแย้งกับพ่อแม่ แต่ไม่ได้หมายความว่าเด็กวัยรุ่นจะไม่มีความสัมพันธ์ที่ดีกับพ่อแม่เลย เพราะความจริงแล้ว วัยรุ่นส่วนใหญ่ยังรู้สึกใกล้ชิดกับพ่อแม่ ยังต้องการความเห็นและการยอมรับจากพ่อแม่อยู่ แต่ในขณะเดียวกันก็ต้องการเป็นอิสระและต้องการเป็นตัวของตัวเองด้วย (กุญชรี ค้าขาย,2542)

ความสัมพันธ์ทางสังคมกับเพื่อน ในเด็กวัยรุ่นอิทธิพลของกลุ่มเพื่อนจะมีมากกว่าอิทธิพลของครอบครัว เด็กวัยรุ่นจึงเลือกเข้าหาเพื่อนมากกว่าพ่อแม่ (Fuhrmann,1990) ดังนั้นเพื่อนจึงมีอิทธิพลอย่างมากต่อเด็กวัยรุ่น เพราะเข้าต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อนจึงมักเอาอย่างและทำตามค่านิยมของเพื่อน (นงพงา ลิ้มสุวรรณ,2545) เนื่องจากเด็กวัยรุ่นมีความต้องการอย่างรุนแรงในการที่จะทำตนเองให้เป็นที่ยอมรับนับถือของเพื่อนและบุคคลในสังคม โดยจะพยายามทำทุกสิ่งทุกอย่างสุดความสารถเพื่อให้ได้มาเพื่อการยอมรับจากบุคคลอื่นว่าตนเป็นผู้ใหญ่ ซึ่งจะสามารถสังเกตได้จากการแต่งตัว การเอาใจใส่กิริยาของตนเองและบุคคลในครอบครัว ตลอดจนการรวมกลุ่มระหว่างเพื่อนสนิทในรุ่นเดียวกันในรูปแบบของแก๊ง (สุชา จันทร์เอม,2540) ซึ่งโดยทั่วไปลักษณะกลุ่มเพื่อนของเด็กวัยรุ่นอาจแบ่งได้ดังนี้ (พึงพิศ จักรปิง,2539)

1. กลุ่มเพื่อนฝูง(Crowd) เป็นกลุ่มเพื่อนขนาดใหญ่เกิดจากการรวมตัวของสมาชิกเนื่องจากความสนใจในกิจกรรมอันเดียวกันและมีค่านิยมคล้ายคลึงกัน แต่สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในกลุ่มไม่จำเป็นต้องเป็นเพื่อนสนิทกันทุกคนในกลุ่มก็ได้

2. กลุ่มเพื่อนสนิท(Clique)เป็นกลุ่มเพื่อนที่เป็นเพศเดียวกัน มีความสามารถและความสนใจคล้ายๆกัน ทำกิจกรรมทางสังคมร่วมกัน มีความสนิทสนมและมีอิทธิพลต่อกันและกัน

3. เพื่อนคู่หู(Churn) เป็นเพื่อนที่มีความรักความไว้วางใจต่อกันมาก มีความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดสนิทสนมกัน มีอัธยาศัย รสนิยมและความสามารถใกล้เคียงกัน จะมีจำนวน 1-2 คนเท่านั้นที่จะคบกันจนถึงวัยผู้ใหญ่

4. แก๊ง(Gang) หมายถึงกลุ่มผู้ที่มีแนวคิดเดียวกัน สมาชิกของแก๊งมักจะเป็นเพศเดียวกัน สมาชิกในกลุ่มอาจจะมาจากบุคคลต่างฐานะหรือต่างวัย โดยส่วนใหญ่จุดประสงค์ของการรวมกลุ่มมักถูกมองไปในทางลบ และมีพฤติกรรมต่อต้านสังคม ก่อกวนความสงบสุขของผู้อื่น โดยที่เด็กชายจะมีแนวโน้มของการเข้าร่วมกลุ่มแก๊งมากกว่าเด็กหญิง

จากการที่เด็กวัยรุ่นให้ความสำคัญกับเพื่อนมากกว่าพ่อแม่จึงจับกลุ่มกันได้นานสนิทแน่นแฟ้นและผูกพันกับเพื่อนในกลุ่มมากขึ้น เพราะสามารถร่วมทุกข์แก้ไขและเข้าใจปัญหาของกันและกันดีกว่าคนต่างวัย นอกจากนี้กลุ่มยังสนองความต้องการทางสังคมด้านต่างๆซึ่งเด็กต้องการมากในระยะนี้ เช่น การเป็นบุคคลสำคัญ การต่อต้านผู้มีอำนาจ การหนีสภาพน่าเบื่อของบ้าน เป็นต้น เมื่อเด็กรวมกลุ่มกันก็จะสร้างกฎระเบียบ ภาษา ประเพณีประจำกลุ่มเพื่อใช้เฉพาะสมาชิกของกลุ่มเท่านั้น และสมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องปฏิบัติตาม มิฉะนั้นแล้วอาจหมดสภาพการเป็นสมาชิกของกลุ่มและต้องหากลุ่มใหม่ต่อไป(ศรีเรือน แก้วกังวาล ,2540) เด็กวัยรุ่นจึงต้องประเมินตนเองและพฤติกรรมจากปฏิกิริยาที่เพื่อนแสดงต่อตนเอง เพราะเพื่อนมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อพัฒนาการทั้งด้านอารมณ์และจิตใจของเด็ก การที่เพื่อนยอมรับนับเป็นเรื่องจำเป็นอย่างยิ่ง แต่ในทางตรงกันข้ามถ้าได้รับการปฏิเสธจากกลุ่มเพื่อนจะมีผลเสียอย่างร้ายแรงต่อสภาพจิตใจของเด็กวัยรุ่น (สมภพ เรืองตระกูล ,2547) กลุ่มเพื่อนจึงมีอิทธิพลอย่างมากต่อความประพฤติ การแต่งกาย กิริยา ท่าทาง มีการพยายามเลียนแบบกัน เพื่อให้เกิดสัญลักษณ์ประจำกลุ่มขึ้น แม้ว่าการกระทำบางอย่างที่ตนทำเพื่อความโก้เก๋และเพื่อก่อให้เกิดเป็นจุดเด่นขึ้นนั้นจะขัดต่อสายตาของผู้ใหญ่ก็ตาม(สุชา จันทร์เอม ,2540) เพราะความอยากเด่นและอยากทัดเทียมเพื่อนฝูงจึงทำให้เด็กวัยรุ่นไม่อยากแตกต่างจากกลุ่มซึ่งอาจมีส่วนผลักดันให้เด็กวัยรุ่นประพฤติตนนอกลู่นอกทางได้ (กรมสุขภาพจิต ,2545)

4) การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา

การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายทำให้วัยรุ่นมีพลังมากขึ้น มีความกระตือรือร้นและมีความสามารถเพิ่มขึ้น จึงทำให้วัยรุ่นรู้จักใช้ความคิดพิจารณาเหตุผลต่างๆสามารถแสดงความคิดเห็นร่วมกับผู้อื่น รู้จักพิจารณาตนเองและสังเกตว่าคนอื่นมีความรู้สึกอย่างไรต่อตนเอง ทั้งพยายามปรับปรุงบุคลิกภาพของตนเองให้เป็นไปในทางที่สังคมยอมรับ โดยจะพยายามเอาแบบอย่างจากบุคคลหรือสิ่งต่างๆที่ตนเห็นว่าดี ซึ่งสิ่งนี้อาจได้มาจากคนใกล้ชิด ภาพยนตร์ หนังสือ

อ่านเล่น เป็นต้น(สุชา จันทร์เอม ,2540) จากการที่เด็กวัยรุ่นมีความนึกคิดที่เป็นเหตุเป็นผล สามารถจินตนาการและเข้าใจความคิดรวบยอดที่ลึกซึ้งได้ จะกระตุ้นให้เขามีความคิดสร้างสรรค์ ทุ่มเทและให้ความสนใจอย่างจริงจังในสิ่งที่เขาชอบ แต่อย่างไรก็ตามพลังความคิดอาจชักนำให้วัยรุ่นคิดหรือมองทุกสิ่งที่อยู่รอบตัวเขาในแง่ลบ คิดเล็กคิดน้อย คิดเห็นแต่ความต่ำต้อยและปมด้อยของตนเอง ความอยากรู้อยากลองที่มีในตัวเขาอาจชักนำให้เขาลองเสี่ยงในสิ่งต่างๆได้ง่าย หากจิตใจไม่หนักแน่นพอ(กรมสุขภาพจิต ,2545)

พัฒนาการของวัยรุ่น เป็นช่วงเวลาที่มีการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญทั้งทางร่างกายและจิตใจ รวมทั้งต้องมีการปรับตัวอีกหลายอย่างจึงนับว่าเป็นหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ดังนั้นการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจึงเป็นงานพัฒนาการที่สำคัญที่สำคัญของเด็กวัยรุ่น(สมภพ เรืองตระกูล ,2547) อย่างไรก็ตามการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทุกๆด้านทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา อาจส่งผลให้เด็กวัยรุ่นปรับตัวได้ไม่ทันต่อการเปลี่ยนแปลง จึงทำให้เสี่ยงต่อการเกิดปัญหาพฤติกรรมตามวัยได้ง่าย(กรมสุขภาพจิต ,2545 ; กุญชรี ค้าขาย ,2542) ปัญหาพฤติกรรมตามวัยที่มักพบในเด็กวัยรุ่น ได้แก่ ปัญหาลักขโมย ปัญหาทางเพศ ปัญหายาเสพติด ปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง และปัญหาฆ่าตัวตาย เป็นต้น(กรมสุขภาพจิต ,2545 ; กุญชรี ค้าขาย ,2542 ; ศรีเรือน แก้วกังวาล ,2540) ดังนั้นจะเห็นว่าพฤติกรรมก้าวร้าวเป็นหนึ่งในพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของเด็กวัยรุ่นและมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น

7.ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

7.1 งานวิจัยในประเทศ

กิ่งดาว กลิ่นจันทร์(2537) ได้ศึกษาผลของการใช้เทคนิคการแข่งขันระหว่างกลุ่มด้วยเกมที่มีต่อความสามารถในการอ่านภาษาไทย พบว่า กลุ่มที่ใช้เทคนิคการแข่งขันด้วยเกมมีความสามารถในการอ่านเข้าใจภาษาไทยได้ดีกว่ากลุ่มที่เรียนรู้ตามคู่มือครู ที่ระดับนัยสำคัญ .05

ทิพวัลย์ สุทิน(2539) ได้ศึกษาการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนวัยรุ่นโดยรูปแบบการปรับพฤติกรรมด้วยปัญญา พบว่า นักเรียนที่ได้รับการปรับพฤติกรรมด้วยปัญญามีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากแบบวัดในระยะทดลองและระยะติดตามผลน้อยกว่าระยะเส้นฐานอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แต่จำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวจากการสังเกตในระยะทดลองเท่านั้นที่น้อยกว่าระยะเส้นฐานที่ระดับ .05 นักเรียนในกลุ่มปรับพฤติกรรมด้วยปัญญา มีพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่านักเรียนกลุ่มกำกับตนเองและกลุ่มควบคุมทั้งพฤติกรรมก้าวร้าวที่ได้จากการสังเกต และคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากการตอบแบบวัดในระยะทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างในระยะติดตามผล

สุภา มาลากุล ณ อยุธยา(2540) ได้ทำการวิจัยเพื่อศึกษาพฤติกรรมก้าวร้าวเป็นกลุ่มของนักเรียนอาชีวศึกษา โดยได้แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่ อายุต่ำกว่า 16 ปี อายุระหว่าง 16-20 ปี และอายุ 20 ปีขึ้นไป ผลการศึกษาพบว่า เด็กอายุน้อยที่สุดก้าวร้าวที่สุดและมีความคับข้องใจสูงทุกด้าน มีความรู้สึกเป็นหมู่พวกสูง เด็กที่ก้าวร้าวมากที่สุดเป็นเด็กที่เรียนในวิชาชีพที่ต้องใช้สมองและไม่มีโอกาสออกกำลังกายเพื่อลดความคับข้องใจที่เป็นการลดความก้าวร้าวไปในตัว เด็กที่พ่อแม่มีฐานะดีมีความก้าวร้าวและความคับข้องใจสูงกว่าเด็กที่พ่อแม่ฐานะต่ำกว่า

หรรษา แก้วพูลปกรณ์(2541) ได้ศึกษาการวิจัยเรื่องผลของการฝึกควบคุมความโกรธและทักษะทางสังคมที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักศึกษาอาชีวศึกษา กลุ่มตัวอย่าง 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คนและกลุ่มควบคุม 10 คน กลุ่มทดลองได้รับการฝึกควบคุมความโกรธและทักษะทางสังคมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง เป็นเวลา 8 สัปดาห์ กลุ่มควบคุมได้เข้าร่วมทำกิจกรรมกลุ่มในระยะทดลอง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง เป็นเวลา 8 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่านักศึกษาในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากการตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ในระยะสิ้นสุดการทดลอง น้อยกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ(P<.05)และนักศึกษาในกลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวจากการตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ในระยะสิ้นสุดการทดลองน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ (P<.05) นักศึกษาในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาที่เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะทดลองและระยะติดตามผลน้อยกว่าในระยะเส้นฐาน (P<.05) และนักศึกษาในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยร้อยละของจำนวนช่วงเวลาที่เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะทดลองและระยะติดตามผลน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ (P<.05)

รัฐพล ไผ่งาม (2543) ได้ศึกษาถึงผลของการใช้กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่1 พบว่าผลการทดลอง หลังการทดลองที่เข้าร่วมเกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษามีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองทั้งจากแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเองและแบบประเมินพฤติกรรมการเชื่อมั่นในตนเอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พนิดา จันทรกรานต์(2544) ได้ใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาเชาว์อารมณ์ของนักเรียนที่มีความสามารถพิเศษทางด้านวิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์ ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลองนักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีคะแนนเชาว์อารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้

เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 และนักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีคะแนนเชาว์อารมณ์สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

ไปรยุรา บุณยะภักดิ์ (2545) ได้นำโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มใช้กับนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ พบว่า นักศึกษาพยาบาลกลุ่มที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักศึกษาพยาบาลกลุ่มที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาพยาบาลที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กรวิดา ศรีสุภา(2547) ได้ศึกษาผลของการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของโกล์แมนที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่า เมื่อคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้น ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนจากการประเมินของนักเรียน ครู และผู้ปกครองก็จะน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียน พบว่า มีความสัมพันธ์กันทางลบอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

7.2 งานวิจัยต่างประเทศ

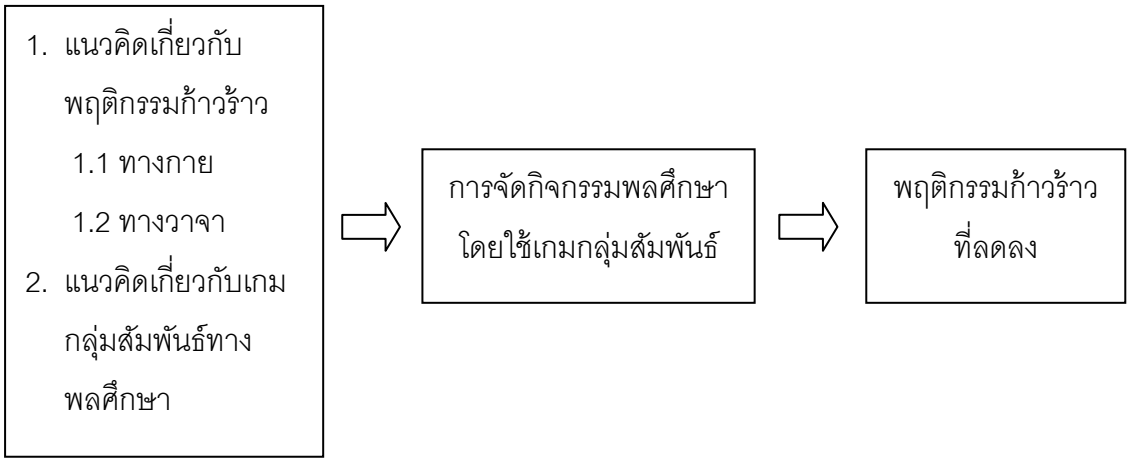
Dubow(1985) ศึกษาการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและส่งเสริมพฤติกรรมชอบสังคมในเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษา โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเพศชายที่มีอายุ 8-13 ปี จำนวน 104 คน ซึ่งถูกวัดด้วยแบบทดสอบเพื่อจัดแบ่งพฤติกรรมที่ผิดปกติให้การบำบัดโดยแบ่งออกเป็น 4 รูปแบบ คือ 1) วัดความคิดเป็นการฝึกการควบคุมตนเอง 2) วัดพฤติกรรม(ฝึกทักษะชอบสังคม) 3) วัดความคิดและพฤติกรรม (เป็นการรวมการฝึกการควบคุมตนเองและฝึกทักษะชอบสังคม) 4) วัดความตั้งใจในการเล่นในการให้การบำบัดนักจิตวิทยา โรงเรียนจะเป็นผู้ควบคุมดูแลดำเนินการ ซึ่งจะพบนักเรียนโดยจะแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็นกลุ่มเล็กๆ พบกัน 10 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง โดยใช้ระยะเวลามากกว่า 5 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า เด็กนักเรียนที่ได้รับการบำบัดความคิดและพฤติกรรมกับเด็กที่ได้รับการบำบัดโดยตั้งใจและการบำบัดด้วยการเล่น มีพัฒนาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติมากกว่าโดยลดพฤติกรรมก้าวร้าวและเพิ่มพฤติกรรมชอบสังคมอย่างทันทีทันใด

Dangel, Deschner and Rasp(1989) ทำการวิจัยกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวจำนวน 12 คน อายุ 10-17 ปี โดยกลุ่มทดลองจะได้รับการฝึกควบคุมความโกรธ ซึ่งประกอบด้วย เทคนิคการหยุดความคิด, การผ่อนคลายและการฝึกแก้ปัญหาด้วยตนเอง เป็นการฝึกสัปดาห์ละ 1 ครั้ง เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ตัวแปรตามคือพฤติกรรมก้าวร้าว ผู้สังเกตพฤติกรรมคือครูผู้สอน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่เข้ารับการฝึกลดพฤติกรรมก้าวร้าวลงจำนวน 9 คน นักเรียนที่ไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวเลยตลอดช่วงที่ทำการศึกษาอยู่จำนวน 2 คนและนักเรียนที่ได้รับการฝึกมีพฤติกรรมก้าวร้าวมากขึ้นจำนวน 1 คน แต่มีอัตราก้าวร้าวลดลงในระยะติดตามผล

Etscheidt (1991) ได้ทำการวิจัยเพื่อตรวจสอบว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญามีผลต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าว และสามารถเพิ่มการควบคุมตนเองได้หรือไม่ โดยตั้งสมมติฐานไว้ว่าผู้รับการทดลองในกลุ่มควบคุมจะสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ดีกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งได้ทำการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นที่มีปัญหาทางพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ อายุระหว่าง 12-18 ปี ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวลงได้ และเพิ่มการควบคุมตนเองขึ้น มากกว่ากลุ่มทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศที่เกี่ยวข้องดังกล่าวพฤติกรรมก้าวร้าวสามารถปรับได้โดยการใช้กิจกรรมหรือวิธีการต่างๆเข้ามาช่วย ซึ่งการลดพฤติกรรมก้าวร้าวต้องมีการปรับวิธีการหรือกิจกรรมต่างๆเข้ามาช่วยตามความเหมาะสมของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการลดพฤติกรรมเพื่อให้เกิดผลที่มีคุณภาพ

8. กรอบแนวคิด



บทที่ 3
วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษาเป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi – Experimental Research) ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนการดำเนินงานออกเป็น 3 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 การเตรียมการทดลอง ประกอบด้วย

1.1 การศึกษาค้นคว้า เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.2 การเลือกประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.3 การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ขั้นที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 การกำหนดรูปแบบการวิจัย

2.2 การติดต่อประสานงานก่อนการทดลอง

2.3 การดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล

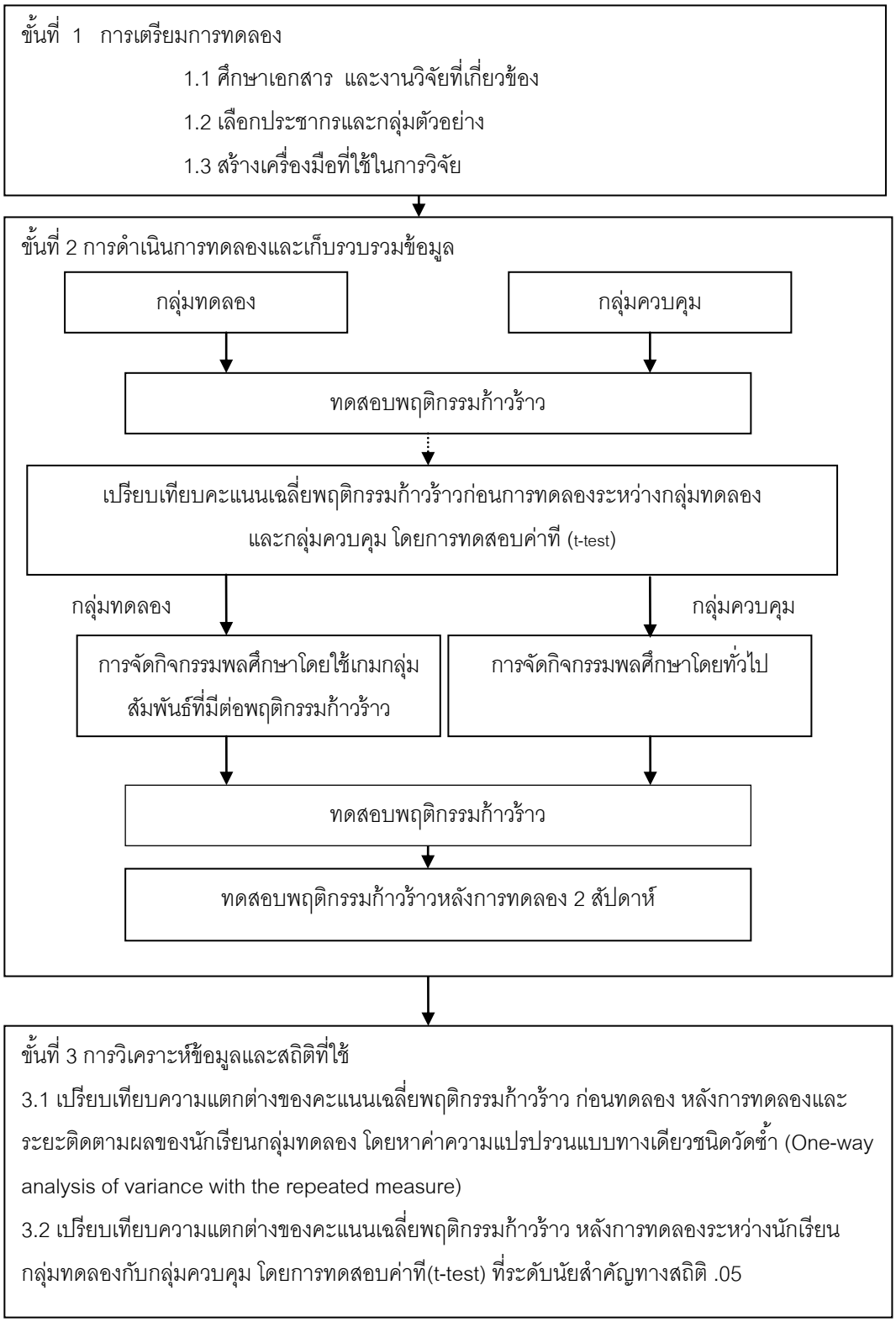
ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

3.1 การวิเคราะห์ข้อมูล

3.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ขั้นตอนการวิจัย สามารถเขียนเป็นแผนภาพได้ดังต่อไปนี้

ภาพที่ 1 แสดงขั้นตอนการดำเนินการวิจัย



ขั้นที่ 1 การเตรียมการทดลอง

1.1 ศึกษาค้นคว้า เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.1.1 ศึกษาเอกสาร บทความ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก้าวร้าว

1.1.2 ศึกษาเอกสาร บทความ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเกมกลุ่มสัมพันธ์

1.1.3 ศึกษาเอกสาร บทความ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย

1.2 การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.2.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ภาคปลาย ปีการศึกษา 2554 โรงเรียนในสังกัดกรุงเทพมหานคร จังหวัดกรุงเทพมหานคร

1.2.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวในภาคปลาย ปีการศึกษา 2554 โรงเรียนสวนลุมพินี จังหวัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 2 กลุ่ม แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม

การเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยให้ครูประจำชั้นและครูฝ่ายปกครองของโรงเรียนสวนลุมพินี เลือกนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวจำนวน 30 คน และให้นักเรียนทำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว เพื่อแบ่งเป็นนักเรียนออกเป็นกลุ่มทดลอง 15 คน และกลุ่มควบคุม 15 คน

1.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลองและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1) เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง คือ แผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 16 กิจกรรม ซึ่งมีขั้นตอนการดำเนินงาน ดังนี้

1.1) ศึกษาเอกสาร บทความ และงานวิจัยเพื่อนำมาสร้างเป็นแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว

1.2) ดำเนินการจัดทำแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์

1.3) นำแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจพิจารณาเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

1.4) นำแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิต้องเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางพลศึกษา หรือเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถในเรื่องแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวตรวจพิจารณาความตรงตามวัตถุประสงค์ ความตรงตามเนื้อหา และความเหมาะสมของแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อนำมาแก้ไขปรับปรุง โดยมาหาค่าความตรงเชิงเนื้อหา(Index of Congruence หรือ IOC) ได้ค่าเท่ากับ 0.98

1.5) แก้ไขปรับปรุงแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ให้มีความสมบูรณ์ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

1.6) นำแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 20 คน ที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่างเพื่อดูความเหมาะสมในเรื่องการจัดกิจกรรมและนำมาปรับปรุงแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น เพื่อนำไปใช้จริง

2) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ได้ดำเนินตามขั้นตอน ดังนี้

2.1) ศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวกับการสร้างแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

2.2) สร้างแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งเป็นแบบวัดมาตรส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 4 ระดับ คือ

ประจำ หมายถึง นักเรียนปฏิบัติ 10 ครั้งขึ้นไปในช่วงก่อนทดสอบ 2 สัปดาห์

บ่อยๆ หมายถึง นักเรียนปฏิบัติ 6-9 ครั้ง ก่อนทดสอบ 2 สัปดาห์

ค่อนข้างบ่อย หมายถึง นักเรียนปฏิบัติ 1-5 ครั้ง ก่อนทดสอบ 2 สัปดาห์

ไม่เคยเลย หมายถึง นักเรียนไม่มีการปฏิบัติเลย

ในส่วนของการกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนการปฏิบัติในแต่ละข้อความของแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน มีดังนี้

ปฏิบัติประจำ ให้ 4 คะแนน

ปฏิบัติบ่อยๆ ให้ 3 คะแนน

ปฏิบัติค่อนข้างบ่อย ให้ 2 คะแนน

ไม่เคยปฏิบัติเลย ให้ 1 คะแนน

การกำหนดเกณฑ์การตัดสินพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีดังนี้

ค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว	การตัดสินผลการปฏิบัติ
1.00 – 1.49	มีพฤติกรรมในระดับดีมาก
1.50 – 2.49	มีพฤติกรรมในระดับดี
2.50 – 3.49	มีพฤติกรรมในระดับที่พอใช้
3.50 – 4.00	มีพฤติกรรมที่ต้องปรับปรุงแก้ไข

2.3) นำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวที่สร้างขึ้นนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

2.4) นำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวที่แก้ไขแล้วไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่านตรวจ นำมาหาความตรงของแบบวัด (Index of Congruence หรือ IOC) ได้ค่าเท่ากับ1

2.5) นำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ไปทดลองใช้กับนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2554 จำนวน 20 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง

2.6) นำผลการวัดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนมาตรวจให้คะแนนและหาค่าความเที่ยงของแบบวัด โดยมีเกณฑ์เลือกข้อทดสอบที่มีค่าความเที่ยง(Reliability) ตั้งแต่ 0.8 ขึ้นไป ส่วนข้อทดสอบที่มีค่าความเที่ยง(Reliability) ไม่ตรงตามเกณฑ์คุณภาพของแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวจะตัดทิ้ง

ขั้นที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวมรวมข้อมูล

2.1 กำหนดรูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi – Experimental Research) แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยกลุ่มตัวอย่างที่ได้จะมาจากการคัดเลือกจากครูฝ่ายปกครองและครูประจำชั้นของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวและแบ่งกลุ่มจากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งมีการเก็บข้อมูลก่อนทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ดังแผนภาพ

ภาพที่ 2 แบบแผนการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	วัดก่อนการทดลอง	รูปแบบกิจกรรม	หลังสิ้นสุดการทดลอง 8 สัปดาห์	วัดหลังทดลอง 2 สัปดาห์
E	O1	X	O2	O3
C	O4		O5	O6

E = นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์

C = นักเรียนกลุ่มควบคุมที่ปฏิบัติกิจกรรมพลศึกษาโดยทั่วไป

X = การจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าว

O1,O4 = ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม

O2,O5 = ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม

O3,O6 = ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว หลังการทดลอง 2 สัปดาห์ของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม

2.2 ติดต่อประสานงานก่อนการทดลอง

2.2.1 ผู้วิจัยติดต่อขอทำหนังสือที่สำนักงานหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนสวนลุมพินี ในการขออนุญาตทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

2.2.2 ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขั้นตอนการทำวิจัยแก่รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ ครูฝ่ายปกครอง และครูประจำชั้นของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และร่วมกันกำหนดตารางเวลาการจัดกิจกรรมพลศึกษาที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าว

2.2.3 ครูฝ่ายปกครองและครูประจำชั้นร่วมกันคัดเลือกนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวจำนวน 30 คนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวเพื่อนำมาทำแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว

2.3 การดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาวิจัยเรื่องผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นดำเนินการทดลอง

2.3.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างทดสอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวเพื่อแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มทดลอง 15 คน และกลุ่มควบคุม 15 คน

2.3.2 ดำเนินการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์หลังเลิกเรียน เป็นเวลา 8 สัปดาห์สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ในกลุ่มทดลองและให้นักเรียนกลุ่มควบคุมได้ปฏิบัติกิจกรรมพลศึกษาตามความสนใจหลังเวลาเลิกเรียน

ขั้นหลังการทดลอง

2.3.3 ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบทดสอบเพื่อวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง

2.3.4 ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบทดสอบเพื่อวัดพฤติกรรมก้าวร้าวในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังเสร็จสิ้นการทดลองเป็นเวลา 2 สัปดาห์

2.3.5 ผู้วิจัยนำคะแนนจากแบบทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวไปทดสอบค่าทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานของการวิจัย

ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

3.1 วิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้คอมพิวเตอร์ ดังนี้

3.1.1 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผลของนักเรียนกลุ่มทดลอง โดยการหาค่าความแปรปรวนแบบทางเดียวชนิดวัดซ้ำ(One-way analysis of variance with the repeated measure)

3.1.2 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าว หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที(t-test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

3.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

3.2.1 วิเคราะห์หาค่าความแปรปรวนแบบทางเดียวชนิดวัดซ้ำ(One-way analysis of variance with the repeated measure)ของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวโดยใช้คอมพิวเตอร์

3.2.2 วิเคราะห์ข้อมูลโดยคำนวณหาค่าเฉลี่ย($\bar{x}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(SD) ของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวโดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์

บทที่ 4
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลจากการวิจัยเรื่อง “ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา” ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

ตอนที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (ดังแสดงไว้ในตารางที่ 1)

ตอนที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผลของกลุ่มทดลอง (ดังแสดงไว้ในตารางที่ 2-3)

ตอนที่ 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผลของกลุ่มควบคุม (ดังแสดงไว้ในตารางที่ 4)

ตอนที่ 4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (ดังแสดงไว้ในตารางที่ 5-6)

ตอนที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (ดังแสดงไว้ในตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง

พฤติกรรมก้าวร้าว	กลุ่มทดลอง n = 15		กลุ่มควบคุม n = 15		t
	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD	
1. พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	55.87	20.02	53.80	14.80	0.32
2. พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา	57.40	18.18	56.27	14.64	0.16
รวมทุกด้าน	113.27	37.69	110.07	28.76	0.13

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นว่าก่อนการทดลอง คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายและวาจาของกลุ่มทดลองมีค่าเท่ากับ 113.27 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 110.07 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยรวมพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งทางกายและวาจามาเปรียบเทียบความแตกต่าง พบว่าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลอง

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนแบบทางเดียวชนิดวัดซ้ำ(One-way analysis of variance with the repeated measure) ของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลอง

แหล่งความแปรปรวน	SS	Df	MS	F
between subject	13280.31	14	948.59	
within subject	33796.66	30	1126.56	
between condition	10083.24	2	5041.62	5.95*
Error	23713.42	28	846.90	
Total	47076.97	44	1069.93	

* $p < .05$

จากตารางที่ 2 พบว่าค่าเอฟ ที่ได้จากการวิเคราะห์ความแปรปรวนเท่ากับ 5.95 แสดงว่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 3 ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลอง โดยวิธีของ LSD

		ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ระยะติดตามผล
การทดลอง	คะแนนเฉลี่ย	113.27	78.80	85.20
ก่อนการทดลอง	113.27		34.47*	28.07*
หลังการทดลอง	78.80			6.40
ระยะติดตามผล	85.20			

* $p < .05$

จากตารางที่ 3 แสดงให้เห็นว่าคะแนนเฉลี่ยจากแบบทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลอง ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ระยะติดตามผลไม่แตกต่างจากหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 3 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนแบบทางเดียวชนิดวัดซ้ำ(One-way analysis of variance with the repeated measure) ของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มควบคุม

แหล่งความแปรปรวน	SS	Df	MS	F
between subject	26052.31	14	1860.87	
within subject	14314.67	30	477.16	
between condition	247.51	2	123.76	0.25
Error	14067.16	28	502.39	
Total	40366.98	44	917.43	

จากตารางที่ 4 พบว่าค่าเอฟ ที่ได้จากการวิเคราะห์ความแปรปรวนเท่ากับ 0.25 แสดงว่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 4 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 5 คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง

พฤติกรรมก้าวร้าว	กลุ่มทดลอง n = 15		กลุ่มควบคุม n = 15		t
	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD	
1. พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	38.53	13.43	50.53	17.24	-2.13*
2. พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา	40.27	11.96	54.73	16.21	-2.78*
รวมทุกด้าน	78.80	24.91	105.27	33.06	-2.48*

* $p < .05$

จากตารางที่ 5 แสดงให้เห็นว่าหลังการทดลองคะแนนเฉลี่ยรวมพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองมีค่าเท่ากับ 78.80 และกลุ่มควบคุมมีค่าเท่ากับ 105.27เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยรวมพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งทางกายและวาจามาเปรียบเทียบความแตกต่างแล้ว พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าว หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกเป็นรายข้อ

ข้อ	คำถาม	กลุ่มทดลอง n = 15		กลุ่มควบคุม n = 15		t
		$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD	
พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย						
1	ฉันจะดึง กระชากเสื้อเพื่อแสดงความไม่พอใจเมื่อมีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อน	1.47	0.74	2.40	1.06	-2.80*
10	ถ้าใครแกล้งฉัน และทำให้ฉันไม่พอใจฉันจะคอยแกล้งขัดขาให้ล้ม	1.73	1.03	2.40	1.18	-1.64
11	หากฉันรู้ว่าคนอื่นแอบนินทาฉัน ฉันจะคอย ยั่วแหย่เขา	2.07	1.03	2.60	1.06	-1.40
16	ฉันทำท่าทางล้อเลียนข้อบกพร่องของเพื่อน เพื่อยั่วให้เขาโกรธ	1.73	0.80	2.33	1.11	-1.70
19	ฉันมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับผู้อื่น จนเกิดการชกต่อย หรือตบตีกัน	2.20	1.01	2.60	1.18	-0.99
21	ฉันจะแสดงให้คนที่ฉันไม่พอใจรู้ว่าฉันไม่พอใจเขาโดยผลักโต๊ะ เก้าอี้เพื่อให้เขารู้ว่าฉันไม่พอใจ	1.80	0.78	2.93	1.22	-3.03*
22	ฉันจะขว้างของที่อยู่ในมือ ใส่คนที่มาทำร้ายฉันก่อน	2.33	0.98	2.80	1.01	-1.28
23	ถ้าฉันมีสิ่งของอยู่ใกล้มือ ฉันจะคว้ามาตีคนที่ทำให้ฉันโกรธ	2.20	1.08	3.07	0.80	-2.50*
25	ฉันแกล้งเพื่อน เช่น ขัดขาให้ล้ม เพราะสนุกดี	1.73	0.96	2.13	1.13	-1.05
26	เมื่ออยากดูของของเพื่อน ฉันจะดึง กระชากเสื้อเพื่อให้ได้ดูของตามที่ต้องการ	1.67	0.72	2.13	0.99	-1.47
27	ฉันแกล้งผู้ที่อ่อนแอกว่า โดยการเตะ ถีบ เป็นต้น	1.73	1.03	2.47	1.30	-1.71
30	เมื่อฉันถูกลงโทษโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะแสดงท่าทีไม่พอใจ เช่น ทำลายสิ่งของ ผลักโต๊ะ เก้าอี้	1.93	0.96	2.53	1.13	-1.57
31	เมื่อเกิดความขัดแย้งกับผู้อื่นและถูกท้าทายให้ต่อสู้กัน ฉันจะไม่ปฏิเสธ	2.13	1.25	2.47	1.13	-0.77
32	เมื่อฉันไม่พอใจการกระทำของบางคนฉันจะท้าให้เขาพิสูจน์ว่าใครต่อสู้ได้ดีกว่ากันด้วยการชกต่อย	1.80	0.94	2.33	1.35	-1.26

ตารางที่ 6 **(ต่อ)**

ข้อ	คำถาม	กลุ่มทดลอง n = 15		กลุ่มควบคุม n = 15		t
		$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD	
33	ฉันข่มขู่เพื่อนเพื่อขอของที่ฉันต้องการจากเขา	1.73	0.96	2.87	1.13	-2.97*
34	เมื่อฉันถูกดุด่า ฉันจะระบายความโกรธโดยการขว้างปาสิ่งของ	1.93	1.10	2.47	1.19	-1.28
35	เมื่อพบกับบางคนที่ไม่ชอบหน้ากัน ฉันจะแหย่ให้เขาไม่พอใจ	2.07	1.10	2.53	1.25	-1.09
37	ถ้ามีกรณีขัดแย้งกับผู้อื่นฉันจะใช้กำลังในการตัดสิน เช่น ชกต่อย	1.87	1.06	2.40	1.12	-1.34
39	ฉันหยอกล้อหรือเล่นกับเพื่อนแล้วได้รับบาดเจ็บ ฉันควบคุมความโกรธไม่ได้ต้องทุบตีเขาให้บาดเจ็บคืน	1.87	1.13	2.33	1.18	-1.11
40	ฉันจะเตะหรือถีบใส่คนที่ทำให้ฉันโกรธมาก	2.27	1.16	2.67	1.11	-0.96
	รวมค่าเฉลี่ย	1.92	0.67	2.52	0.86	-2.13*
พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา						
2	ฉันจะตวาดหรือตะคอกใส่ถ้าเพื่อนสั่งให้ทำในสิ่งที่ฉันไม่พอใจ	1.67	0.62	2.40	0.91	-2.58*
3	ถ้าฉันไม่พอใจเพื่อนหรือผู้อื่น ฉันจะพูดเสียดสีเพื่อให้เขารู้สึกตัว	1.67	0.90	2.67	0.82	-3.19*
4	ฉันพูดเสียงดังรบกวนขณะที่ครูสอน	1.47	0.74	2.20	1.15	-2.08*
5	เมื่อมีใครมาห้ามไม่ให้ฉันทำในบางสิ่งในขณะที่ตัวเขาเองยังทำ ฉันจะพูดจาเสียดสีย้อนว่าเขา	2.27	0.88	2.93	1.10	-1.83
6	ฉันจะพูดเสียงดังเอะอะ โวยวาย เพื่อทำให้เพื่อนรู้สึกเกรงกลัว	1.80	0.86	2.73	0.80	-3.08*
7	ฉันพูดจาเยาะเย้ยผู้ที่เคยตำหนิในความผิดพลาดของฉัน เมื่อเขาทำผิดพลาดบ้าง	2.20	0.94	2.87	0.99	-1.89
8	ฉันล้อชื่อพ่อแม่ของเพื่อนเพียงเพื่อความสนุก ทั้งที่รู้ว่าเพื่อนไม่ชอบ	1.73	1.03	2.87	0.99	-3.07*
9	ฉันพูดจายั่วยุให้เพื่อนโกรธ เพราะรู้สึกสนุกดี	1.53	0.74	2.53	1.19	-2.77*
12	เมื่อเพื่อนทำให้ฉันโกรธ ฉันจะพูดข่มขู่เพื่อน	2.20	1.15	2.67	1.23	-1.07
13	เมื่อฉันรู้สึกไม่พอใจใคร ฉันจะพูดคำหยาบหรือด่า	2.27	0.88	2.80	0.94	-1.60

ตารางที่ 6 **(ต่อ)**

ข้อ	คำถาม	กลุ่มทดลอง n = 15		กลุ่มควบคุม n = 15		t
		$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD	
14	ถ้าไม่ชอบเพื่อนคนไหน ฉันจะพูดดูถูกให้เขาเจ็บใจ	2.13	0.99	3.00	1.07	-2.30*
15	ฉันตั้งฉายาให้เพื่อนที่มีปมด้อยในเรื่องต่างๆ	2.20	1.08	2.53	1.06	-0.85
17	ฉันจะพูดตวาด ตะคอก เมื่อเพื่อนทำไม่ถูกใจฉัน	2.13	1.06	2.87	0.99	-1.96
18	ฉันด่าด้วยคำไม่สุภาพต่อผู้ที่กล่าวหาฉันทั้งต่อหน้าและลับหลัง	2.20	1.15	3.13	0.83	-2.55*
20	ถ้าใครทำให้ฉันอับอายหรือโกรธแค้น ฉันจะพูดล้อชื่อพ่อแม่เพื่อเป็นการตอบโต้	2.20	1.21	2.80	1.08	-1.43
24	ฉันจะพูดระบายด้วยคำหยาบคาย เมื่อเกิดความรู้สึกไม่พอใจ	1.87	0.74	2.80	0.94	-3.01*
28	ถ้าใครหัวเราะเมื่อฉันทำผิดฉันจะไปพูดดูถูกเขา	2.07	0.88	2.60	1.18	-1.40
29	ถ้าใครพูดยั่วแหย่ฉัน ฉันจะพูดยั่วแหย่กลับคืน	2.20	1.01	2.93	1.10	-1.90
36	ถ้ามีการแข่งขันกีฬาหรือประชันความสามารถระหว่างห้อง ฉันจะพูดเยาะเย้ยฝ่ายตรงข้าม	2.20	1.08	2.87	1.19	-1.61
38	ฉันใช้คำพูดไม่สุภาพเพื่อระบายความโกรธหรือคับแค้นใจ	2.53	1.06	2.60	1.12	-0.17
	รวมค่าเฉลี่ย	2.01	0.60	2.74	0.81	-2.78*
	ค่าเฉลี่ยรวมทุกด้าน	1.97	0.62	2.63	0.83	-2.48*

* $p < .05$

จากตารางที่ 6 แสดงให้เห็นว่าหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองมีค่าเท่ากับ 1.97 และกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 2.63 เมื่อนำค่าเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวมาเปรียบเทียบความแตกต่างทั้งสองกลุ่มแล้ว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง ข้อที่ 5,7,10,11,12,13,15,17,19,20,22,25,26,27,28,29,30,31,32,34,35,36,37,38,39 และ 40 มีค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มทดลองน้อยกว่ากลุ่มควบคุม ส่วนข้อที่ 1,2,3,4,6,8,9,14,18,21,23,24 และ 33 มีค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มทดลองน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 5
สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัย เรื่อง “ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าว

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนสวนลุมพินี จังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2554 รวมทั้งสิ้น 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 15 คน และกลุ่มควบคุม 15คน เลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นแบบเฉพาะเจาะจง เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง ซึ่งทำการเลือกนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวโดยครูฝ่ายปกครองและครูประจำชั้นแล้วนำมาทำแบบทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวเพื่อแบ่งกลุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม สำหรับเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์จำนวน 16 แผน และแบบทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมกิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ และนักเรียนกลุ่มควบคุมเข้าร่วมกิจกรรมทางพลศึกษาทั่วๆไป โดยผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนการทดลอง หลังการทดลองและหลังการทดลอง 2 สัปดาห์ จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวก่อนทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผลของนักเรียนกลุ่มทดลอง โดยการหาค่าความแปรปรวนแบบทางเดียวชนิดวัดซ้ำ(One-way analysis of variance with repeated measure) รวมทั้งเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าว หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยการหาค่าเฉลี่ย($\bar{x}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(SD) ทดสอบค่าที(t-test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง“ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา” สรุปได้ดังนี้

1. ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่าง

กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือ การจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ทำให้พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล น้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือ การจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ของกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาทั่วไปอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

1. ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือ การจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ทำให้พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล น้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่า “ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ มีพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่าก่อนการทดลอง” ซึ่งมีความสอดคล้องกันระหว่างการทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวและการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวที่ผู้วิจัยทำการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนเพิ่มเติม ทั้งนี้อาจสืบเนื่องจากนักเรียนกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีเกมให้นักเรียนได้เล่นได้ปฏิบัติร่วมกันทุกๆเกม ซึ่งกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์หรือเกมกลุ่มสัมพันธ์ที่จัดให้นั้น ผู้วิจัยได้ปรับเนื้อหา วิธีการดำเนินกิจกรรม การปรับพฤติกรรม ขั้นตอนการสอนให้สอดคล้องกับกิจกรรมพลศึกษาที่เป็นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อให้เหมาะสมกับการนำมาใช้ในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว

ขั้นตอนการสอนต่างๆมีลักษณะขั้นตอนตามหลักของกระบวนการเรียนการสอนพลศึกษาที่ประกอบไปด้วย ขั้นนำ ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ขั้นอธิบาย สาธิตและปฏิบัติ ขั้นนำไปใช้ และขั้นสรุป

ในขั้นนำ เป็นการเตรียมความพร้อมให้แก่นักเรียนก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม มีการแนะนำทักทายหน้าชั้นเรียน พร้อมทั้งตรวจสอบรายชื่อนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม

ในขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย เป็นการเตรียมความพร้อมของร่างกายให้พร้อมสำหรับการทำกิจกรรม โดยให้นักเรียนทุกคนได้มีโอกาสออกมานำท่ากายบริหาร และนักเรียนคนอื่นสามารถทำตามได้เป็นการส่งเสริมการเคารพในผู้อื่น สอดคล้องกับการช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน

ในขั้นอธิบาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ เป็นขั้นที่ผู้วิจัยเป็นผู้แนะนำเกม อธิบายวิธีการเล่นและข้อตกลงของเกมให้แก่นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม จะเป็นการอธิบายเกี่ยวกับขั้นตอน กฎ กติกาในการเล่นเกม มีการสร้างข้อตกลงระหว่างผู้วิจัยและผู้เรียน มีการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามข้อสงสัยก่อนการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อให้การดำเนินกิจกรรมดำเนินได้อย่างราบรื่น ผู้เรียนจะต้องทำตามกฎกติกา เมื่อผู้เรียนมีความเข้าใจในกฎ กติกา ข้อตกลงทั้งหมดเรียบร้อยแล้วผู้วิจัยจะสาธิตวิธีการเล่นเกมอีกครั้ง พร้อมทั้งการฝึกปฏิบัติเพื่อความเข้าใจที่ตรงกัน และสามารถนำไปใช้ได้อย่างถูกต้อง

ในขั้นนำไปใช้เป็นขั้นตอนที่สำคัญ เพราะนอกจากผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะได้เกิดการเคลื่อนไหวร่างกายจากการเล่นเกมแล้ว ยังเป็นขั้นที่ให้ผู้เรียนเกิดการปฏิสัมพันธ์และการเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นจากการใช้กิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์เป็นสื่อ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะได้เรียนรู้กับการอยู่ในสถานการณ์จริงของเกมนั้นๆ รู้จักปรับตัวในการทำงานร่วมกับผู้อื่น การยอมรับซึ่งกันและกัน การปฏิบัติตามกฎกติกาการแข่งขัน ช่วยลดความเครียด และเกิดพฤติกรรมอันพึงประสงค์ในการอยู่ร่วมกันในสังคม รวมทั้งคุณธรรม จริยธรรมต่างๆที่ได้รับจากเกมนั้นๆซึ่งจะมีวัตถุประสงค์แตกต่างกันไปตามชนิดของเกม

ขั้นสรุป เป็นขั้นตอนที่ผู้วิจัยจะทำการสรุปถึงวัตถุประสงค์ที่ได้รับจากกิจกรรมและสิ่งที่ต้องการให้นักเรียนได้รับจากกิจกรรม ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะเกิดการเรียนรู้ถึงสิ่งที่ผู้วิจัยสรุปในแต่ละกิจกรรม และเหตุการณ์แต่ละเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในการเล่นจากเกม มีข้อคิดในการนำไปดำเนินชีวิต ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้ใช้เทคนิคในการปรับพฤติกรรม ซึ่งประกอบไปด้วยการให้รางวัล การยกย่องชมเชย การยกตัวอย่างตัวแบบ และการใช้กิจกรรมพิเศษ เพื่อเป็นการเสริมแรงในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวอีกด้วย

กิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนั้น จะเน้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เกิดการเรียนรู้จากการเล่นเกมที่ช่วยสร้างคุณลักษณะอันพึงประสงค์ที่จะช่วยในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งทางกายและทางวาจา ยกตัวอย่างเช่น เกมเห็นแกะไหมเป็นเกมที่ทำให้เด็กเกิดการเคารพผู้อื่น รู้จักการใช้คำพูดที่เป็นไปในทางบวกไม่ใช้คำพูดที่เป็นการดูถูกหรือเป็นคำพูดในทางลบที่ไม่ดี เมื่อนักเรียนเกิดการเรียนรู้สิ่งที่ได้รับจากกิจกรรมดังกล่าวก็จะช่วยให้เด็กลด

พฤติกรรมการพูดจาดูถูก การพูดคำหยาบ การพูดจาเยาะเย้ย เป็นต้น นอกจากนี้ตัวผู้วิจัยก็จะต้องปฏิบัติตนให้เป็นแบบอย่างที่ดีต่อนักเรียนกลุ่มทดลองเพื่อไม่ให้นักเรียนเรียนรู้ถึงพฤติกรรมที่แสดงถึงความก้าวร้าว ซึ่งสอดคล้องกับ Bandura (1973) ที่กล่าวไว้ว่า ความก้าวร้าวเป็นรูปแบบหนึ่งของพฤติกรรมทางสังคมซึ่งเกิดจากการเรียนรู้ การเรียนรู้นั้นไม่เพียงแต่เป็นผลจากการได้รับรางวัลหรือการลงโทษเท่านั้น แต่ความสามารถในการเลียนแบบโดยการสังเกตก็เป็นวิธีการสำคัญที่ช่วยในการเรียนรู้ได้อย่างหนึ่ง โดยที่ทุกเกมที่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เข้าร่วมจะมีความสอดคล้องกับพฤติกรรมก้าวร้าว ดังนี้

พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย ซึ่งประกอบไปด้วย การทุบตี การชกต่อย การขัดขาให้ล้ม การเลียนแบบท่าทางความผิดหรือข้อบกพร่องของผู้อื่น การขว้างปาสิ่งของ การดึงกระชากเสื้อ การทะเลาะวิวาท การยั่วแหย่ การผลักโต๊ะ เก้าอี้ให้ล้ม การเตะถีบ จะมีกิจกรรมเกมที่ 1,2,3,4,5,7,8,10,11,13,14,15 และ 16 ที่จะเน้นการช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย ซึ่งจากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างจากระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา ซึ่งประกอบด้วย การพูดเสียงดังเอะอะโวยวาย การพูดคำหยาบ การพูดจาเยาะเย้ย การพูดจาไม่สุภาพ การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น การพูดจาดูถูก การพูดจาข่มขู่ การพูดจายั่วยุ การตวาดตะคอก การพูดจาเสียดสี จะมีกิจกรรมเกมที่ 2,3,4,5,6,9,10,11,12,14, 15 และ 16 ที่จะเน้นการช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา ซึ่งจากการผลการวิจัยในครั้งนี้พบว่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจาของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างจากระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นอกจากนี้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะเกิดการเรียนรู้สิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวแล้ว ยังมีความสอดคล้องบางประการที่จะช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ เช่น เมื่อเด็กได้เล่นเกมเด็กจะเกิดการรู้จักควบคุมอารมณ์ช่วยลดความคับข้องใจหากเข้าร่วมกิจกรรมบ่อยๆจะช่วยระงับอารมณ์ต่างๆได้ (Bookwater ,1969) ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยลดการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว การจัดกิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ดังกล่าวยังช่วยสนองความต้องการทางธรรมชาติของเด็ก ส่งเสริมพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหว เกิดพัฒนาการทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ 1) การพัฒนาด้านความรู้ 2) การพัฒนาด้านร่างกาย 3) การพัฒนาด้านทักษะ 4) การพัฒนาด้านเจตคติ และ 5) การพัฒนาด้านคุณธรรม จริยธรรม ซึ่งสอดคล้องกับหลักการของกระบวนการทางพลศึกษาอย่างแท้จริง (วรศักดิ์ เพียรชอบ ,2548)

ผลการศึกษาการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวในครั้งนี้ยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ทิพวัลย์ สุทิน(2539) ที่ได้ศึกษา การลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนวัยรุ่นโดยรูปแบบการปรับพฤติกรรมด้วยปัญญา พบว่า นักเรียนที่ได้รับการปรับพฤติกรรมด้วยปัญญามีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากแบบวัดในระยะทดลองและระยะติดตามผลน้อยกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แต่จำนวนช่วงเวลาการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวจากการสังเกตในระยะทดลองเท่านั้นที่น้อยกว่าระยะเส้นฐานที่ระดับ .05 นักเรียนในกลุ่มปรับพฤติกรรมด้วยปัญญา มีพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่านักเรียนกลุ่มกำกับตนเองและกลุ่มควบคุมทั้งพฤติกรรมก้าวร้าวที่ได้จากการสังเกต และคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวจากการตอบแบบวัดในระยะทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างในระยะติดตามผล

2. ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือ การจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ของกลุ่มทดลองนักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาทั่วไปอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งตรงกับสมมติฐานข้อที่ 2 “หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ มีพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่านักเรียนที่ไม่ได้ร่วมกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์” ซึ่งมีความสอดคล้องกันระหว่างการทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวและการสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวที่ผู้วิจัยทำการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนเพิ่มเติม

ในแบบทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวเป็นรายข้อหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในข้อที่ 1, 2,3,4,6,8,9,14,18,21,23 ,24 และ 33 นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนในข้อที่ 5,7,10,11,12,13,15,16,17,19,20,22,25,26,27,28,29,30,31,32,34,35,36,37,38,39 และ 40 นักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายน้อยกว่ากลุ่มควบคุม แต่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อนำค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายมาเปรียบเทียบกัน พบว่า ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การที่นักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์มีพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอาจเป็นผลมาจากนักเรียนกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้

เกมกลุ่มสัมพันธ์ เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง การเข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าวเป็นการจัดกิจกรรมที่นักเรียนกลุ่มทดลองจะได้รับการเรียนรู้เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวจากแผนการจัดกิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นให้สอดคล้องกับการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวว่ามีสาเหตุมาจากสิ่งใด โดยพฤติกรรมก้าวร้าวจะเกิดจากการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงซึ่งเกิดจากการเรียนรู้โดยตรงของบุคคลนั้นๆเมื่อมีการกระทำสิ่งใดแล้วได้รับผลตอบแทนเป็นสิ่งที่ดีบุคคลก็จะแสดงพฤติกรรมนั้นต่อไป และการเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบ เป็นการสังเกตพฤติกรรมของตัวแบบ ผู้สังเกตจะเกิดความคาดหวังกับตนเองเมื่อเห็นตัวแบบได้ผลตอบแทนเป็นสิ่งที่ดี (Bandura ,1977) ผู้วิจัยจึงจัดกิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ให้ทุกกิจกรรมมีการเรียนรู้ทั้งประสบการณ์ตรง และการสังเกตตัวแบบ ซึ่งในการจัดกิจกรรมผู้วิจัยจะไม่มีการลงโทษนักเรียนโดยใช้วิธีการที่รุนแรง เพราะ การได้เห็นคนอื่นใช้การลงโทษที่รุนแรงจะทำให้บุคคลเพิ่มพฤติกรรมก้าวร้าว การใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์มาช่วยในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวนี้นอกจากนักเรียนจะได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมด้วยตนเองในการทำงานร่วมกันเป็นทีมให้สามารถสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้แล้วยังสามารถนำข้อคิดเห็นของเพื่อนในกลุ่มมาเป็นภาพสะท้อนในการปรับปรุงพฤติกรรมของตนเองให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นและเป็นที่ยอมรับในสังคมได้อีกด้วย รวมทั้งการที่ผู้วิจัยตั้งเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์และมีการจัดกิจกรรมที่เอื้ออำนวยในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลอง ซึ่งแตกต่างจากกลุ่มควบคุมที่ให้นักเรียนได้ปฏิบัติกิจกรรมพลศึกษาโดยทั่วไป จึงทำให้นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์มีคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวแตกต่างจากนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาโดยทั่วไป ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ กรวิดา ศรีสุภา(2547) ได้ศึกษา ผลของการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของโกล์แมนที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่า หลังทดลอง ค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนจากการประเมินของนักเรียน ครู ผู้ปกครองน้อยกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นอกจากนี้การใช้กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ยังมีส่วนทำให้นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเองจึงทำให้มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงด้วย ดังผลการวิจัยของ กรกช สุดสวัสดิ์(2553) ซึ่งได้ศึกษา ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับประถมศึกษา พบว่า หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้กิจกรรมกลุ่มเกมกลุ่มสัมพันธ์มีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองจากการตอบแบบวัดการเห็น

คุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ดำเนินกิจวัตรประจำวันตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. ผลการวิจัยพบว่าการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ช่วยให้นักเรียนลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ ดังนั้น ครูผู้สอนจึงควรนำไปจัดทำเป็นโปรแกรมพลศึกษาได้ในระดับชั้นประถมศึกษาโดยเฉพาะนักเรียนในวัยนี้ เนื่องจาก จะมีการเปลี่ยนแปลงในด้านอารมณ์ของช่วงก่อนเข้าสู่วัยรุ่น สามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ และช่วยให้นักเรียนสามารถลดปัญหาที่อาจเกิดขึ้นก่อนเข้าสู่ช่วงวัยรุ่น นอกจากนี้ยังสามารถนำมาช่วยในการลดพฤติกรรมของเด็กที่มีปัญหาความก้าวร้าวอีกด้วย

2. ในการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ควรจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่องเพื่อทำให้พฤติกรรมก้าวร้าวไม่กลับมา จะสังเกตได้จากผลการทดลองของกลุ่มทดลองในระยะระหว่างหลังการทดลองและระยะติดตามผล คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมก้าวร้าวเริ่มกลับมาอีกครั้ง สาเหตุอาจมาจากขาดการกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์เป็นระยะเวลา 2 สัปดาห์ จึงควรมีการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่องเพื่อช่วยให้นักเรียนลดพฤติกรรมก้าวร้าวดีขึ้น

3. การจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ เป็นกิจกรรมที่มีลักษณะของการแข่งขันที่จะต้องมีผลแพ้ชนะ หรือการได้รับรางวัลเป็นการตอบแทนทำให้นักเรียนอยากเอาชนะ นักเรียนบางคนอาจจะแสดงพฤติกรรมที่ไม่ดีออกมา ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้สอนจะต้องอธิบายและชี้แจงถึงเหตุผล และความสำคัญและยอมรับในผลของการแข่งขัน ชี้แจงให้นักเรียนทราบว่าสิ่งที่กำลังเผชิญเป็นเพียงแค่สถานการณ์ในเกม แม้ว่าเราจะมีความต้องการที่จะชนะมากเพียงใดก็ไม่สมควรที่จะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวหรือพฤติกรรมที่ไม่ดีออกมา ถ้านักเรียนสามารถมีพฤติกรรมที่ดีขึ้น ผู้สอนควรจะมีการให้แรงเสริมทางสังคม เช่น การกล่าวชื่นชม การให้ของรางวัล เป็นต้น เหล่านี้จะเป็นประโยชน์ต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ดียิ่งขึ้น

4. ในขณะดำเนินกิจกรรม ผู้สอนควรให้ความสำคัญกับนักเรียนทุกคน ควรสังเกตนักเรียนว่ามีส่วนร่วมในกิจกรรมหรือไม่ และควรแบ่งความสนใจให้กับนักเรียนทุกคนอย่างทั่วถึงเพื่อให้นักเรียนรู้สึกว่าผู้สอนให้ความสนใจแก่ตน เกิดความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมมากยิ่งขึ้น

5. แบบสังเกตพฤติกรรมก้าวร้าวควรมีการสรุปผลความถี่เป็นรายบุคคล

6. ควรมีการปรับปรุงเนื้อหาของกิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์เพิ่มเติมเพื่อพัฒนาในข้อที่ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ของกลุ่มทดลองก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ได้แก่ข้อที่ 1,2,5,7,8,14,15,19,20,22,23,26,29,30,34,36,37,38 และ 40

7. ควรนำการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ไปใช้กับนักเรียนกลุ่มที่มีปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวโดยปรับโปรแกรมให้มีความเหมาะสม

8. ควรนำการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ไปปรับใช้กับพฤติกรรมอื่นๆ เช่น ความเห็นแก่ตัว การขาดมนุษยสัมพันธ์ เป็นต้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาวิจัยในเรื่องการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์โดยแยกตามเพศ ตามวัย หรือระดับชั้น

2. ควรศึกษาวิจัยในเรื่องการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์กับกลุ่มบุคคลพิเศษอื่นๆหรือกลุ่มที่มีปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าว

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

กรกช สุดสวัสดิ์ .ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับประถมศึกษา .วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2553.

กรมสุขภาพจิต. ปัญหาสุขภาพจิต ปมเด็กไทย ก้าวร้าว-สมาธิสั้น[ออนไลน์].2553. แหล่งที่มา: http://www.cmteens.com/board/view/757/ [16 กรกฎาคม 2554]

กรวิดา ศรีสุภา .ผลของการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของโกล์แมนที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 . วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยีการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ,2547.

กิ่งดาว กลิ่นจันทร์ .ผลของการเรียนแบบร่วมมือโดยใช้เทคนิคการแข่งขันระหว่างกลุ่มด้วยเกมที่มีต่อความสามารถในการอ่านเข้าใจความภาษาไทย ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 . วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2537.

กุญชรี ค้าขาย .จิตวิทยาแนะแนวเด็กวัยรุ่น .กรุงเทพมหานคร : สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา ,2542

จรินทร์ ธานีรัตน์ .เกม .กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร ,2524.

จิรกรณ์ ศิริประเสริฐ .ทักษะและเทคนิคการสอนพลศึกษาในระดับประถมศึกษา .กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,2543.

จิรกรณ์ ศิริประเสริฐ .เกมเบ็ดเตล็ด.ภาควิชาพลศึกษาและนันทนาการ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา,2540.

ดิษยา มีเพียร .ผลของการควบคุมตนเองต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิดหญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี .วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2551.

ถวิล ธาราโภชน์ .พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาคน .กรุงเทพมหานคร : ทิพย์วิสุทธิ์, 2543.

ทศวร มณีศรีขำ. การเก็บข้อมูลเป็นรายบุคคล. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2539.

ทิพวัลย์ สุทิน.การลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนวัยรุ่นโดยรูปแบบการปรับพฤติกรรมด้วยปัญญา .วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต,ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.

ทิศนา แขมมณี .คู่มือการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ .กรุงเทพมหานคร : บูรพาศิลป์การพิมพ์, 2522.

ทิศนา เทียนเสม .กระบวนการเรียนรู้โดยการทำงานกลุ่ม .วารสารครุศาสตร์5 (สิงหาคม-พฤศจิกายน 2515).

เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย .เอกสารคำสอนเทคนิคทักษะเกมมูลฐาน .กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.

ไทยโพสต์ .เด็กไทยศตวรรษที่ 21 ก้าวร้าว-ไม่รับผิดชอบ[ออนไลน์]. 2552 . แหล่งที่มา : http://www.thaipost.net/x-cite-kidz/180709/7895 [16กรกฎาคม 2554]

นันทิยา วงศ์เสรีพิพัฒนา และคณะ. ผลของกีฬาและนันทนาการที่มีต่อการปรับแต่งบุคลิกภาพสำหรับนักเรียนที่มีทักษะอ่อน .คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524.

นิชรา เรืองดารกานนท์และคณะ .ตำราพัฒนาการและพฤติกรรมเด็ก. กรุงเทพมหานคร : โฮลิสติก, 2551.

นงพงา ลิ้มสุวรรณ. เลี้ยงลูกถูกวิธีชีวีเป็นสุข. กรุงเทพมหานคร : คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ,2545

ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์ .เกมพลศึกษา .กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2546.

ไปรยุรา บุณยะภักดิ์. ผลของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพ. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2545

พงษ์ศักดิ์ พละพงศ์ .ประวัติปรัชญาและหลักการพลศึกษา .นครหลวง : โอเดียนสโตร์, 2527.

พนม ลิ้มอารีย์ .กลุ่มสัมพันธ์ .กรุงเทพมหานคร : จิตภัณฑ์การพิมพ์, 2529.

พนิดา จันทรกรานต์ .ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อการพัฒนาเชาวน์อารมณ์ของนักเรียนที่มีความสามารถพิเศษทางด้านวิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์ .วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, ภาควิชาสารัตถศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2544.

พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ .ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ .กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2551.

พรรณี ชูทัย .จิตวิทยาการเรียนการสอน .กรุงเทพมหานคร : วรวุฒิการพิมพ์, 2522.

พึงพิศ จักรปิง .จิตวิทยาและการแนะแนวเด็กวัยรุ่น .เชียงใหม่ : อักษรคอมพริ้นท์, 2539.

เพ็ญพิไล ฤทธาคณานนท์ .พัฒนาการมนุษย์ . คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2550.

ไพวัลย์ ตัณลาพุฒ .พลศึกษาเบื้องต้น .กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.

มงคล แฝงสาเคน. เกมเบ็ดเตล็ด. กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์, 2548

เยาวพา เตชะคุปต์ .ทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสำหรับการสอนในระดับประถมศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, ภาควิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2517.

รัฐพล ไผ่งาม.ผลของการใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษา ในการสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชาพลศึกษา ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543.

ลักขณา สริวัฒน์ .สุขวิทยาจิตและการปรับตัว .กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์, 2545.

วรศักดิ์ เพียรชอบ .รวมบทความเกี่ยวกับ ปรัชญา หลักการ วิธีสอนและการวัดเพื่อประเมินผลทางพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร, 2548.

วรศักดิ์ เพียรชอบ.หลักและวิธีการสอนพลศึกษา .กรุงเทพมหานคร :ไทยวัฒนาพาณิช, 2527.

วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์ .จิตวิทยาการปรับตัว .กรุงเทพมหานคร : ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ, 2545.

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ .การสอนพลศึกษา .กรุงเทพมหานคร : วิทยพัฒน์, 2539.

วีระ มนัสวานิช .เทคนิคและทักษะการสอนเกม .กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์, 2539.

ศิริชัย กาญจนวาสี. ทฤษฎีการประเมิน. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2545

ศรีเรือน แก้วกังวาล. จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม 2 .กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2540.

ศรีเรือน แก้วกังวาล. .ทฤษฎีจิตวิทยาบุคลิกภาพ .กรุงเทพมหานคร : หมอชาวบ้าน, 2544.

สมบัติ กาญจนกิจ .นันทนาการขั้นนำ .กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541.

สมพร สุทัศนีย์ .จิตวิทยาการปกครองชั้นเรียน .กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.

สมภพ เรืองตระกูล .ความเครียดและอาการทางจิตเวช .กรุงเทพมหานคร : เรือนแก้วการพิมพ์, 2547.

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต .ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม .สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2553.

สาธารณสุข,กระทรวง. กรมสุขภาพจิต .การทบทวนองค์ความรู้และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในเรื่องระบาดวิทยาของปัญหาสุขภาพจิตและโรคทางจิตเวช .กรุงเทพมหานคร : องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2547.

สาธารณสุข,กระทรวง. กรมสุขภาพจิต .คู่มือการช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตและป้องกันสารเสพติดในวัยรุ่นสำหรับบุคลากรสาธารณสุข .กรุงเทพมหานคร : วงศ์กมลโปรดักชั่น, 2545.

สิทธิโชค วรานุสันติกุล .จิตวิทยาสังคม : ทฤษฎีและการประยุกต์ .กรุงเทพมหานคร, 2549.

สุชา จันทร์เอม .จิตวิทยาพัฒนาการ .กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2540.

สุชาติ ทวีพรปฐมกุล .เทคนิคและทักษะเกมมูลฐาน .กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543.

สุนีย์รัตน์ ฤทธิ์ธงชัยเลิศ .ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน .วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, ภาควิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.

สุภา มาลากุล ณ อยุธยา .พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นกลุ่มของนักเรียนอาชีวศึกษา .กรุงเทพมหานคร : อักษรบัณฑิต, 2540.

สุรางค์ โค้วตระกูล .จิตวิทยาการศึกษา .กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541.

หรรษา แก้วพูลปกรณ์ .ผลของการฝึกควบคุมความโกรธและทักษะทางสังคมที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักศึกษาอาชีวศึกษา .วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541.

อมรา รสสุข .การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจากเกมสถานการณ์จำลองและเกมจำลองสถานการณ์ในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่มี

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ .วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, ภาควิชาโสตทัศนศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2529.

อรนลิน ไชยวสุ .พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชายระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 ที่อ่านหนังสือการ์ตูนและเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่มีเนื้อหารุนแรง .วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2547.

อุดร รัตนภักดิ์ .หลักการพลศึกษา .กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2529.

ภาษาอังกฤษ

Averill, J.R. Anger and Aggression. New York : Springer-Verlag,1982.

Baron,R.A. and Richardson,D.R. .Human Aggression(2nd Ed.) . New York : Plenum, 1994.

Bandura A. Aggression : A Social Learning Analysis. Englewood Criffs ,New Jessey : Prentice-Hall,1973.

Bandura A. Social learnimg theory. Englewood Cliffs, NJ : Prentice - Hall,1977

Berkowitz L. Aggression : A Social Psychological analysis. New York : McGraw-Hill ,1962.

Berkowitz L. Aggression its causes ,consequences, and control. New York : McGraw-Hill ,1993.

Bookwalter W. K. and Harold J. Foundations and Principle of Physical Education. Vander Zwagg : W.B. Saunders Company. ,1969.

Bucher ,Chales Augustus.Foundations of Physical Education. St Louis : C.V.Mosby, 1979.

Carlson E. .Games in the Classroom. In The Study of Games. Elliot M. Avedon and Brain Sutton-Smith ,ed.New York : John Wiley and Son ,1991.

Danger R. F. and Others. Anger Control Training for Adolescents in Residential Treatment. Special Issue : Empirical Research in Behavioral Social Work. Behavior Modification ,1989.

Erik H. Erikson. Identity : Youth and Crisis. New York : W.W. Norton ,1968.

Etscheidt S. Reducing Aggressive Behavior and Improving Self-control ; A Cognitive Behavioral Training Program for Behaviorally Disordered Adolescents. Behavioral Disorders ,1991.

Fuhrmann,B.S. Adolescence .Illinosis : Scott ,Foresman ,Co. ,1990.

Goldstein Bruce E. Psychology. Pacific Grove ,Calif : Book/Cole ,1994.

Hurlock Elizabeth B. Child Development. Auckland : McGraw-Hill ,1984.

Miller, A.G. and Whitcomb V. Physical Education in the Elementary School Curriculum. Englewood Criffs , NJ : Prentice - Hall, 1969.

Mummendey.A..Social Phychology of Aggression.Germany : Springer-Verlag Berlin Heidelberg ,1984.

Larsen J.R. and Buss M.D. Personality Phychology(2nd Ed.) . Boston : McGraw-Hill ,2005.

Santrock ,W.J. Adolescent . USA : Times Mirror Higher Education. , 1996.

Schmuck ,Richard A.. Group Process in the Classroom. Dubuque ,Iowa : W.C.Brown. Van Nostrand Reihold Company ,1988.

Schurr ,E. L. A Humanistic Approach to Elementary School Physical Education. Englewood Criffs : Prentice-Hall ,1980.

Sears,D.O.,Peplau L.A., Tayler,S.E.. Social Phychology(7th Ed.). Englewood Cliffs,N.J. Prentice-Hall ,1991.

Smith,E.R. and Mackie,D.M.. Social Phychology. New York : McGraw-Hill ,1995.

World Health Organization .WHO Definition of Health.[Online].2005. Available from : http://www.sciencedirect.com [2011,July 1]

World Health Organization .World Health Statistics Annual .Geneva : Author ,1999.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เรื่อง “ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา” มีดังนี้

1. รองศาสตราจารย์ ดร.รัชนี ขวัญบุญจัน
   อาจารย์ประจำภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิลปชัย สุวรรณธาดา
   อาจารย์ประจำคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

3. รองศาสตราจารย์ เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย
   อาจารย์ประจำคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วันชัย บุญรอด
   อาจารย์ประจำคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ถาวร วรรณศิริ
   อาจารย์ประจำกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
   โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถม

ภาคผนวก ข
หนังสือเชิญผู้ทรงคุณวุฒิ

บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร.82681-2 ต่อ 612

ที่ ศธ 0512.6(2771)/54- 4458 วันที่ ๒๙ ธันวาคม 2554

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน รองศาสตราจารย์ ดร.รัชนี ขวัญบุญจัน

ด้วย นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา" โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.อาชัญญา รัตนอุบล)
รองคณบดี

ที่ ศธ 0512.6(2771)/ 54- 4457

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

28 ธันวาคม 2554

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิลปชัย สุวรรณธาดา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา" โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.อาชัญญา รัตนอุบล)
รองคณบดี
ปฏิบัติการแทนคณบดี

งานหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน ฝ่ายวิชาการ
โทร. 0-2218-2681-82 ต่อ 612

บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร.82681-2 ต่อ 612

ที่ ศธ 0512.6(2771)/54- 4461 **วันที่** 28 ธันวาคม 2554

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน รองศาสตราจารย์ เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย

ด้วย นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา" โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.อาชัญญา รัตนอุบล)
รองคณบดี

บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร.82681-2 ต่อ 612

ที่ ศธ 0512.6(2771)/54-4460 **วันที่** 28 ธันวาคม 2554

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วันชัย บุญรอด

ด้วย นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา" โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.อาชัญญา รัตนอุบล)
รองคณบดี

บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร.82681-2 ต่อ 612

ที่ ศธ 0512.6(2771)/54- 4456 **วันที่** 28 ธันวาคม 2554

เรื่อง ขอเชิญบุคลากรในสังกัดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถมและรองคณบดี

ด้วย นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา" โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ถาวร วรรณศิริ เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดอนุญาตให้ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ถาวร วรรณศิริ เป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.อาชัญญา รัตนอุบล)
รองคณบดี

บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร.82681-2 ต่อ 612

ที่ ศธ 0512.6(2771)/54-4459 วันที่ 28 ธันวาคม 2554

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ถาวร วรรณศิริ

ด้วย นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา" โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.อาชัญญา รัตนอุบล)
รองคณบดี

ภาคผนวก ค
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามการปฏิบัติตัวของนักเรียนต่อผู้อื่น

แบบสอบถามฉบับนี้เป็นการสอบถามข้อเท็จจริงเกี่ยวกับ “การปฏิบัติตัวของนักเรียนต่อผู้อื่น” ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการตอบคำถามของนักเรียน จะเป็นประโยชน์ในการศึกษาเป็นอย่างยิ่ง ข้อคำถามทุกข้อ ไม่มีข้อใดมีคำตอบที่เป็นถูกหรือผิด คำตอบของนักเรียนแต่ละคนจะแตกต่างกันไปตามสภาพความเป็นจริงของนักเรียนผู้นั้น ผู้วิจัยใคร่ขอร้องให้นักเรียนตอบคำถามตามสภาพความเป็นจริงของตนเองและขอรับรองว่าข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียนที่ตอบแบบสอบถามนี้จะไม่มีการนำไปเปิดเผย ตลอดจนไม่มีการนำข้อมูลดังกล่าวไปใช้ในประโยชน์อื่นใดนอกจากการศึกษาวิจัยครั้งนี้เท่านั้น

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามมีทั้งสิ้น 40 ข้อ แต่ละข้อจะเป็นสถานการณ์ระหว่างตัวนักเรียนกับผู้อื่น แต่ละสถานการณ์จะแสดงถึง**วิธีการปฏิบัติตัวของนักเรียนทั้งในอดีตและปัจจุบัน**

วิธีตอบแบบสอบถาม ให้นักเรียน**ระลึกถึงเหตุการณ์ระหว่างตัวนักเรียนกับผู้อื่นย้อนหลังไปตั้งแต่สองสัปดาห์ที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบัน** ว่านักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างไร แล้วให้ทำเครื่องหมาย X ลงในช่องคำตอบท้ายข้อคำถามที่ตรงกับความเป็นจริงที่สุด ข้อละหนึ่งคำตอบ และขอให้ตอบให้ครบทุกข้อ

ตัวอย่าง

วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ประจำ	บ่อยๆ	ค่อนข้างบ่อย	ไม่เคยเลย
0. ถ้าเพื่อนมาแหย่ ฉันจะไม่พอใจและทำร้ายกลับ				
00. ฉันชอบเรียกชื่อพ่อแม่เพื่อน แทนชื่อของเพื่อน				

หลักเกณฑ์ในการตอบแบบสอบถาม เป็นดังนี้

เลือก “ประจำ” เมื่อสถานการณ์นั้นเกิดขึ้นตรงกับความเป็นจริง 10 ครั้งขึ้นไป

เลือก “บ่อยๆ” เมื่อสถานการณ์นั้นเกิดขึ้นตรงกับความเป็นจริง 6-9 ครั้ง

เลือก “ค่อนข้างบ่อย” เมื่อสถานการณ์นั้นเกิดขึ้นตรงกับความเป็นจริง 1-5 ครั้ง

เลือก “ไม่เคยเลย” เมื่อสถานการณ์นั้นไม่เคยเกิดขึ้นเลยในความเป็นจริง

แบบวัดการปฏิบัติตนของนักเรียนต่อผู้อื่น

ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ประจำ	บ่อยๆ	ค่อนข้างบ่อย	ไม่เคยเลย
1	ฉันจะดึง กระชากเสื้อเพื่อแสดงความไม่พอใจเมื่อมีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อน				
2	ฉันจะตวาดหรือตะคอกใส่ถ้าเพื่อนสั่งให้ทำในสิ่งที่ฉันไม่พอใจ				
3	ถ้าฉันไม่พอใจเพื่อนหรือผู้อื่น ฉันจะพูดเสียดสีเพื่อให้เขารู้สึกตัว				
4	ฉันพูดเสียงดังรบกวนขณะที่ครูสอน				
5	เมื่อมีใครมาห้ามไม่ให้ฉันทำในบางสิ่ง ในขณะที่ตัวเขาเองยังทำ ฉันจะพูดจาเสียดสีย้อนว่าเขา				
6	ฉันจะพูดเสียงดังเอะอะ โวยวาย เพื่อทำให้เพื่อนรู้สึกเกรงกลัว				
7	ฉันพูดจาเยาะเย้ยผู้ที่เคยตำหนิในความผิดพลาดของฉัน เมื่อเขาทำผิดพลาดบ้าง				
8	ฉันล้อชื่อพ่อแม่ของเพื่อนเพียงเพื่อความสนุก ทั้งที่รู้ว่าเพื่อนไม่ชอบ				
9	ฉันพูดจายั่วยุให้เพื่อนโกรธ เพราะรู้สึกสนุกดี				
10	ถ้าใครแกล้งฉัน และทำให้ฉันไม่พอใจฉันจะคอยแกล้งขัดขาให้ล้ม				
11	หากฉันรู้ว่าคนอื่นแอบนินทาฉัน ฉันจะคอยยั่วแหย่เขา				
12	เมื่อเพื่อนทำให้ฉันโกรธ ฉันจะพูดข่มขู่เพื่อน				
13	เมื่อฉันรู้สึกไม่พอใจใคร ฉันจะพูดคำหยาบหรือด่า				
14	ถ้าไม่ชอบเพื่อนคนไหน ฉันจะพูดจาดูถูกให้เขาเจ็บใจ				
15	ฉันตั้งฉายาให้เพื่อนที่มีปมด้อยในเรื่องต่างๆ				
16	ฉันทำท่าทางล้อเลียนข้อบกพร่องของเพื่อน เพื่อยั่วให้เขาโกรธ				

แบบวัดการปฏิบัติตนของนักเรียนต่อผู้อื่น

ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ประจำ	บ่อยๆ	ค่อนข้างบ่อย	ไม่เคยเลย
17	ฉันจะพูดตวาด ตะคอก เมื่อเพื่อนทำไม่ถูกใจฉัน				
18	ฉันด่าด้วยคำไม่สุภาพต่อผู้ที่กล่าวหาฉันทั้งต่อหน้าและลับหลัง				
19	ฉันมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับผู้อื่น จนเกิดการชกต่อยหรือตบตีกัน				
20	ถ้าใครทำให้ฉันอับอายหรือโกรธแค้น ฉันจะพูดล้อชื่อพ่อแม่เพื่อเป็นการตอบโต้				
21	ฉันจะแสดงให้คนที่ฉันไม่พอใจรู้ว่าฉันไม่พอใจเขาโดยผลักโต๊ะ เก้าอี้เพื่อให้เขารู้ว่าฉันไม่พอใจ				
22	ฉันจะขว้างของที่อยู่ในมือ ใส่คนที่มาทำร้ายฉันก่อน				
23	ถ้ามีสิ่งของอยู่ใกล้มือ ฉันจะคว้ามาตีคนที่ทำให้ฉันโกรธ				
24	ฉันจะพูดระบายด้วยคำหยาบคาย เมื่อเกิดความรู้สึกไม่พอใจ				
25	ฉันแกล้งเพื่อน เช่น ขัดขาให้ล้ม เพราะสนุกดี				
26	เมื่ออยากดูของของเพื่อน ฉันจะดึง กระชากเสื้อเพื่อให้ได้ดูของตามที่ต้องการ				
27	ฉันแกล้งผู้ที่อ่อนแอกว่า โดยการเตะ ถีบ เป็นต้น				
28	ถ้าใครหัวเราะเมื่อฉันทำผิดฉันจะไปพูดดูถูกเขา				
29	ถ้าใครพูดยั่วแหย่ฉัน ฉันจะพูดยั่วแหย่กลับคืน				
30	เมื่อฉันถูกลงโทษโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะแสดงท่าทีไม่พอใจ เช่น ทำลายสิ่งของ ผลักโต๊ะ เก้าอี้				
31	เมื่อเกิดความขัดแย้งกับผู้อื่นและถูกท้าทายให้ต่อสู้กัน ฉันจะไม่ปฏิเสธ				
32	เมื่อฉันไม่พอใจการกระทำของบางคนฉันจะท้าให้เขาพิสูจน์ว่าใครต่อสู้ได้ดีกว่ากันด้วยการชกต่อย				

แบบวัดการปฏิบัติตนของนักเรียนต่อผู้อื่น

ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ประจำ	บ่อยๆ	ค่อนข้างบ่อย	ไม่เคยเลย
33	เมื่อฉันถูกดุด่า ฉันจะระบายความโกรธโดยการขว้างปาสิ่งของ				
34	ฉันข่มขู่เพื่อนเพื่อขอของที่ฉันต้องการจากเขา				
35	เมื่อพบกับบางคนที่ไม่ชอบหน้ากัน ฉันจะแหย่ให้เขาไม่พอใจ				
36	ถ้ามีการแข่งขันกีฬาหรือประชันความสามารถระหว่างห้อง ฉันจะพูดเยาะเย้ยฝ่ายตรงข้าม				
37	ถ้ามีกรณีขัดแย้งกับผู้อื่นฉันจะใช้กำลังในการตัดสิน เช่น ชกต่อย				
38	ฉันใช้คำพูดไม่สุภาพเพื่อระบายความโกรธหรือคับแค้นใจ				
39	ฉันหยอกล้อหรือเล่นกับเพื่อนแล้วได้รับบาดเจ็บ ฉันควบคุมความโกรธไม่ได้ต้องทุบตีเขาให้บาดเจ็บคืน				
40	ฉันจะเตะถีบใส่คนที่ทำให้ฉันโกรธมาก				

แผนการจัดกิจกรรมที่ 1
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** ส่งข่าว **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

กิจกรรม “ส่งข่าว” ช่วยพัฒนานักเรียนให้เกิดการทำงานร่วมกันเป็นทีม รู้ถึงประโยชน์ของการทำงานร่วมกัน สามารถทำให้เกิดความเข้าใจกันระหว่างบุคคล เคารพในตัวของเพื่อนร่วมทีม และยังสามารถฝึกความเร็วจากกิจกรรมที่ปฏิบัติ ส่งผลต่อสมรรถภาพทางกายให้เกิดการพัฒนา

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มีความสามารถ ดังนี้

1. อธิบายการเล่นเกมส่งข่าว และสิ่งที่ได้จากการเล่นเกมได้ถูกต้อง
2. มีสมรรถภาพทางกายที่ดี
3. มีทักษะในการเล่มเกมส่งข่าว
4. มีพฤติกรรมการทำงานร่วมกันเป็นทีม และความมีระเบียบวินัยได้
5. มีเจตคติที่ดีต่อการเล่นเกม มีความพึงพอใจ เกิดความนุกสนาน

สาระการเรียนรู้

การเล่นเกม “ส่งข่าว” ให้นักเรียนแบ่งออกเป็น 3 ทีม ทีมละ 5 คน แต่ละทีมยืนเป็นแถวตอนที่เส้นเริ่ม ที่เส้นกลับตัวจะมีกระดาษเขียนข้อความไว้จำนวน 5 ข้อความ ซึ่งเมื่อนำแต่ละข้อความมาต่อกันจะเป็นเรื่องราวของข่าว(แสดงถึงโทษของผู้ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว) เริ่มเล่นให้ผู้เล่นคนแรกวิ่งไปอ่านข้อความในกระดาษจะใช้เวลานานเท่าใดก็ได้ เมื่อจำได้แล้วให้วางกระดาษไว้แล้วรีบกลับมาเขียนที่กระดาษของกลุ่มตนเองที่จุดเริ่มต้น ผู้เล่นคนแรกของแต่ละทีมวิ่งมาถึงจุดเริ่มต้นและแตะมือผู้เล่นคนที่สอง ผู้เล่นคนที่สองก็สามารถวิ่งไปยังเส้นกลับตัวเพื่ออ่านข้อความในกระดาษและกลับมาเขียนข้อความของตนต่อจากคนแรกเพื่อประกอบเป็นเรื่องราว ปฏิบัติดังนี้เรื่อยไปจนครบทั้ง 5 คน เมื่อบอกข่าวจนครบทุกคนแล้วผู้เล่นคนสุดท้ายของแต่ละแถวจะเป็นคนบอกข่าวให้ผู้นำฟังว่า ข่าวที่ได้รับมานั้นถูกต้องมากน้อยเพียงใด ทีมใดสามารถบอกข่าวได้ถูกต้องมากที่สุดชนะ ในกรณีที่สามารถบอกข่าวได้ถูกต้องเหมือนกันจะให้ทีมที่เข้าเส้นชัยก่อนเป็นผู้ชนะ

อุปกรณ์

นกหวีด กรวย กระดาษ ปากกา บัตรคำ

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนยืนเป็นแถวตอน 5 แถวแถวละ 3 คน ดังรูป ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ 1.2 ผู้สอนตรวจสอบชื่อนักเรียนที่มาเรียน		-ความมีระเบียบวินัย
2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที) 2.1 ให้นักเรียนยืนเป็นแถวตามเดิม 2.2 ผู้สอนนำนักเรียนยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆ		-การเคารพผู้อื่น
3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(10 นาที) 3.1 ผู้สอนให้นักเรียนนั่งเป็นแถวตอนหน้ากระดานพร้อมทั้งนับ 3 เพื่อแบ่งนักเรียนเป็น 3 กลุ่ม 3.2 ผู้สอนอธิบายวิธีการเล่นเกม 3.3 ผู้สอนขอตัวแทนนักเรียนออกมาสาธิตวิธีการเล่นเกม 3.4 ผู้สอนเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย		-การเคารพผู้อื่น
4.ขั้นการนำไปใช้(15 นาที) 4.1 ให้นักเรียนแต่ละทีมยืนเป็นแถวตอน	-ทะเลาะวิวาท	-การเคารพในตัวของเพื่อนร่วมทีม

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
4.2 เมื่อผู้สอนให้สัญญาณเริ่มเล่น ผู้เล่นคนแรกรีบวิ่งไปจำข้อความเพื่อนำมาเขียนที่จุดเริ่มต้น ซึ่งเมื่อวิ่งกลับมายังจุนดเริ่มต้นจะต้องแตะมือผู้เล่นคนที่สองเพื่อให้ผู้เล่นคนที่สองวิ่งไปจำข้อความเพื่อเขียนต่อจากคนแรก ทำแบบนี้เรื่อยๆจนครบทั้งทีม 4.3 ทีมที่พบคำผิดน้อยที่สุดจะเป็นทีมชนะ **5.ขั้นสรุป(15 นาที)** 5.1 ผู้สอนให้นักเรียนนั่งเป็นแถว ดังรูป ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ 5.2 ผู้สอนสรุปทีมที่ชนะในการเล่นเกม และให้เพื่อนๆ กล่าวชื่นชมและเพื่อแสดงยินดีแก่ผู้ชนะ 5.3 ผู้สอนสรุปสิ่งที่ได้จากการเล่นเกมนี้ คือ ในการทำงานร่วมกันนั้นทุกคนมีความสำคัญที่จะทำให้ทีมประสบความสำเร็จ ถ้าเกิดการทะเลาะ หรือการไม่เคารพในตัวของเพื่อนร่วมทีม ความสำเร็จก็จะเกิดขึ้นได้ยาก 5.4 ผู้สอนสั่งนักเรียนเลิกแถว	-ทะเลาะวิวาท	-การทำงานร่วมกันเป็นทีม -การรู้จักกล่าวชื่นชมผู้อื่น -ความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ได้รับจากเกมในการลดพฤติกรรมทะเลาะวิวาท

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

……

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

……

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

……

……

……

แผนการจัดกิจกรรมที่ 2
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** เชื่อฉัน **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

กิจกรรม “เชื่อฉัน” เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เกิดความเคารพในผู้อื่น มีความรู้สึกไว้วางใจซึ่งกันและกัน ฝึกการทำงานเป็นทีม มีสมาธิในการทำกิจกรรมต่างๆได้ รวมทั้งเป็นการฝึกการทำงานประสานกันของประสาทกับการเคลื่อนไหวร่างกาย

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มีความสามารถ ดังนี้

1. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเล่นเกมส่งข่าวและสิ่งที่ได้จากการเล่นเกมได้ถูกต้อ
2. มีสมรรถภาพทางกายที่ดี
3. มีทักษะการเล่มเกมเชื่อฉันได้ถูกต้อง
4. แสดงพฤติกรรมเคารพผู้อื่น มีระเบียบวินัยและมีการทำงานร่วมกันเป็นทีมได้
5. มีเจตคติที่ดีต่อการเล่มเกมเชื่อฉัน มีความพึงพอใจ เกิดความสนุกสนาน

สาระการเรียนรู้

กิจกรรม “เชื่อฉัน” เป็นกิจกรรมที่เป็นการแข่งขันเป็นทีม ทีมละ 3 คน โดยให้ผู้เล่นคนแรกเป็นผู้นำทางโดยจะต้องบอกให้เล่นคนที่ 2 ซึ่งจะต้องปิดตาเดินตามการส่งเสียงบอกของผู้เล่นคนที่ 1 ไปยังตำแหน่งที่ต้องการ โดยที่ห้ามสัมผัสโดนเพื่อนเป็นอันขาด ระหว่างทางจะมีขวดน้ำและกรวยวางเป็นอุปสรรค ให้ผู้เล่นคนที่ 1 บอกทางจนถึงเส้นชัย เป็นระยะทาง 5 เมตร ในระหว่างการเล่นเกมห้ามผู้เล่นเดินเตะขวดน้ำหรือกรวยที่วางไว้ ถ้าขวดน้ำหรือกรวยล้ม ผู้เล่นจะต้องวิ่งกลับไปยังจุดเริ่มต้นใหม่ เมื่อผู้เล่นคนที่ 1 และ 2 ถึงเส้นชัยแล้วให้ผู้เล่นคนที่ 2 กลับมาเป็นผู้นำทางแก่ผู้เล่นคนที่ 3 ทำแบบเดิมอีกครั้งจนเข้าเส้นชัย ทีมใดสามารถเข้าเส้นชัยเป็นทีมแรกจะเป็นผู้ชนะ

อุปกรณ์

ขวดน้ำ กรวย ผ้าปิดตา นกหวีด

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนยืนเป็นแถวตอน 5 แถวแถวละ 3 คน ดังรูป ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ 1.2 ผู้สอนตรวจสอบชื่อนักเรียนที่มาเรียน		-ความมีระเบียบวินัย
2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที) 2.1 ให้นักเรียนยืนเป็นแถวตามเดิม 2.2 ผู้สอนนำนักเรียนยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆ		-การเคารพผู้อื่น
3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(15 นาที) 3.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นแถว ดังรูป ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ 3.2 ผู้สอนแบ่งนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม ตามแถวที่นั่ง 3.3 ผู้สอนแจกผ้าปิดตาให้กลุ่มละ 1 ผืน 3.4 ผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการเล่นเกม 3.5 ผู้สอนเปิดโอกาสให้นักเรียนถามข้อสงสัย 3.6 ผู้สอนให้นักเรียนได้ฝึกปฏิบัติ		-การเคารพผู้อื่น
4.ขั้นนำไปใช้ (10 นาที) 4.1 ผู้สอนให้สัญญาณการเริ่มเล่นเกม 4.2 ผู้เล่นคนแรกของแต่ละทีมนำทางผู้เล่นคนที่ 2 ไปยังเส้นชัยแล้ว ผู้เล่นคนที่ 2 ก็จะต้องนำทางผู้เล่นคนที่ 3 ไปยังเส้นชัยด้วยโดยจะต้องไม่ทำอุปกรณ์กีดขวางล้ม ถ้ามีอุปกรณ์กีดขวางล้มจะต้องมาเริ่มใหม่ที่จุดเริ่มต้น	-การชกต่อยทุบตี -การเตะถีบ -การพูดจาดูถูก -การพูดตวาดตะคอก	-ความเคารพในผู้อื่น -ความรู้สึกไว้วางใจซึ่งกันและกัน

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
4.3 ทีมใดสามารถเข้าเส้นชัยได้เป็นทีมแรกจะเป็นผู้ชนะ	-พูดเสียงดัง เอะอะโวยวาย	-การทำงานเป็นทีม -สมาธิในการทำกิจกรรม
5.ขั้นสรุป(15 นาที) 5.1 ผู้สอนสรุปทีมที่ชนะในการเล่นเกมและชมเชยทีมที่ชนะในการแข่งขัน 5.2 ให้ตัวแทนนักเรียนแสดงความคิดเห็นว่ากิจกรรมดังกล่าวสามารถช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้อย่างไร 5.3 ผู้สอนสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรม คือ การเคารพเชื่อถือซึ่งกันและกันจะช่วยให้มีการปฏิบัติตัวที่ดีระหว่างกัน ไม่แสดงพฤติกรรมที่เป็นการไม่เคารพต่อผู้อื่น เช่น พฤติกรรมการชก ต่อย ทุบ ตี เตะ ถีบ การพูดจาดูถูก พูดตวาด ตะคอก การพูดเสียงดัง เอะอะโวยวาย เป็นต้น	-การชกต่อย ทุบตี -การเตะ ถีบ -การพูดจาดูถูก -การพูดตวาดตะคอก -พูดเสียงดัง เอะอะโวยวาย	-ความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ได้รับจากเกมซึ่งลดพฤติกรรมการชกต่อย ทุบตี การเตะถีบ การพูดจาดูถูก การพูดตวาด ตะคอก และพูดเสียงดัง เอะอะโวยวาย

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

……

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

……

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

……

……

……

แผนการจัดกิจกรรมที่ 3
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** ใบ้ชื่อ **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

กิจกรรม “ใบ้ชื่อ” เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนเกิดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ไม่ล้อเลียนปมด้อยหรือความบกพร่องต่างๆของผู้อื่น ฝึกการสังเกตและใช้การสื่อสารทางกายได้ดี และต้องมีการแสดงออกทางกายที่เหมาะสม ไม่แสดงพฤติกรรมที่ล้อเลียนผู้อื่น

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มีความสามารถ ดังนี้

1. มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการเล่มเกมใบ้ชื่อและสิ่งที่ได้จากการเล่นเกมได้ถูกต้อง
2. มีสมรรถภาพทางกายที่ดี
3. มีทักษะในการสื่อสารที่ถูกต้อง
4. แสดงการเคารพสิทธิผู้อื่น เกิดความเห็นอกเห็นใจ ไม่แสดงพฤติกรรมการล้อเลียนปมด้อยผู้อื่น
5. มีเจตคติที่ดีต่อการเล่มเกมใบ้ชื่อ มีความพึงพอใจ เกิดความสนุกสนาน

สาระการเรียนรู้

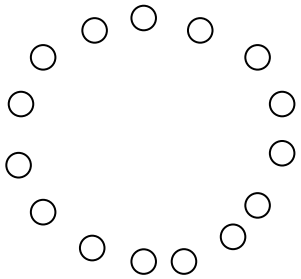
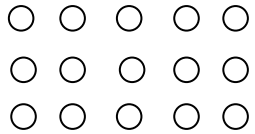
กิจกรรม “ใบ้ชื่อ” เป็นกิจกรรมการบรรยายรูปร่างลักษณะ ท่าทาง หรือพฤติกรรมของเพื่อน เพื่อเป็นการสื่อสารให้เพื่อนคนอื่นรู้ว่าเป็นใคร การเริ่มเล่นผู้สอนจะเลือกผู้ที่จะขึ้นมาเป็นผู้ใบ้คนแรก เมื่อได้ผู้เล่นคนแรกที่จะเริ่มเกมแล้วก็ให้ผู้เล่นวิ่งไปจับฉลากภายในเวลา 30 วินาที ซึ่งจุดจับฉลากจะอยู่ห่างจุดใบ้เป็นระยะทางประมาณ 10 เมตร ในฉลากจะมีรายชื่อเพื่อนที่ผู้เล่นจะต้องทำการใบ้ เมื่อจับฉลากได้ชื่อเพื่อนแล้วผู้เล่นคนแรกเริ่มทำการใบ้ชื่อเพื่อน โดยจะสามารถพูดเพื่อใบ้ชื่อเพื่อนได้ไม่เกิน 2 พยางค์ และแสดงท่าทางได้ 2 ท่า เพื่อทำให้เพื่อนคนอื่นทราบถึงคุณลักษณะของรายชื่อในฉลากซึ่งจะต้องเป็นการใบ้ในทางที่ดีของเพื่อน การตอบให้ผู้เล่นยกมือในการตอบผู้ใดยกมือก่อนก็จะได้สิทธิ์ในการตอบก่อน ตอบถูกจะได้ 1 คะแนน ผู้เล่นคนใดได้ตอบแล้วและตอบผิดจะไม่มีสิทธิ์ตอบจนกว่าจะถึงการใบ้ของผู้ใบ้คนต่อไป เมื่อตอบถูกผู้เล่นก็จะต้องออกมาเป็นผู้ใบ้คนต่อไป ผู้ใบ้คนเดิมก็จะกลับไปเป็นผู้เล่น ผู้ใบ้จะโดนหักคะแนน 1 คะแนน ใน

กรณีที่ใบ้เป็นการพูดดูถูก เยาะเย้ย เลียนแบบท่าทางความผิดหรือข้อบกพร่องของผู้ที่ถูกใบ้ นักเรียนคนใดตอบได้คะแนนถึง 5 คะแนน จะเป็นผู้ชนะในการแข่งขัน

อุปกรณ์

ขวดโหลใส่ฉลาก ฉลากรายชื่อเด็ก กระดาษเพื่อจดบันทึกคะแนน

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	**ลดความก้าวร้าวด้าน**	**ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง**
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนยืนเป็นแถว ดังรูป  1.2 ผู้สอนตรวจสอบชื่อนักเรียนที่มาเรียน **2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที)** 2.1 ผู้สอนขออาสาสมัครมานำท่ากายบริหาร 2.2 อาสาสมัครทำท่ากายบริหารท่าต่างๆจำนวน 3-4 ท่า **3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(10 นาที)** 3.1 นักเรียนนั่งเป็นแถวตอน ดังรูป แล้วนั่งลง  3.2 ผู้สอนอธิบายวิธีการเล่นเกม 3.3 ผู้สอนเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม	-พูดเยาะเย้ย -พูดจาดูถูก -เลียนแบบพฤติกรรมท่าทางความผิดหรือข้อบกพร่องของผู้อื่น	-ความมีระเบียบวินัย -การเคารพในสิทธิผู้อื่น สามารถปฏิบัติตามได้ -เคารพผู้อื่น

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
3.4 ผู้สอนขออาสาสมัครออกมาเล่นเป็นตัวอย่าง **4.ขั้นนำไปใช้ (20 นาที)** 4.1 ผู้สอนสุ่มนักเรียนที่จะออกมาเป็นผู้ใบ้คนแรก 4.2 ผู้ใบ้คนแรกจับฉลากชื่อและทำการใบ้ชื่อ 4.3 ผู้เล่นคนใดจะทายชื่อให้ยกมือ ผู้ใบ้จะเป็นคนเลือกผู้ตอบ ผู้เล่นคนใดตอบถูกจะต้องเป็นผู้ใบ้คนต่อไป 4.4 ผู้เล่นคนใดได้คะแนน 5 คะแนนก่อนจะเป็นผู้ชนะ **กฎ กติกาในการเล่นเกม** ผู้เล่นคนใดตอบถูกจะได้ 1 คะแนน ตอบผิดจะหมดสิทธิ์ตอบในรอบการใบ้นั้น ผู้ใบ้คนใดใบ้เป็นการพูดดูถูกเยาะเย้ย เลียนแบบท่าทางความผิดหรือข้อบกพร่องของผู้ที่ถูกใบ้ จะต้องโดนหัก 1 คะแนน **5.ขั้นสรุป(10 นาที)** 5.1 ผู้สอนสรุปผู้ที่ชนะเลิศในการแข่งขัน พร้อมให้เพื่อนๆทุกคนกล่าวชมเชย 5.2 ผู้สอนสรุปสิ่งที่ได้จากการกิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนมองในด้านดีของเพื่อนที่จะนำมาบอกเล่า หรือบ่งชี้ความเป็นตัวตนของเพื่อนคนนั้น ไม่ควรที่จะใช้วาจาที่เป็นการเยาะเย้ย ดูถูก หรือแสดงพฤติกรรมท่าทางเลียนแบบข้อบกพร่องของเพื่อน	-พูดเยาะเย้ย -พูดจาดูถูก -เลียนแบบพฤติกรรมท่าทางความผิดหรือข้อบกพร่องของผู้อื่น -พูดเยาะเย้ย -พูดจาดูถูก -เลียนแบบพฤติกรรมท่าทางความผิดหรือข้อบกพร่องของผู้อื่น	-ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น -ไม่ล้อเลียนปมด้อยหรือความบกพร่องต่างๆ -การฝึกสังเกต -ความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ได้รับจากเกมซึ่งช่วยลดพฤติกรรมการพูดเยาะเย้ย การพูดจาดูถูก และการเลียนแบบพฤติกรรมท่าทางความผิดหรือข้อบกพร่องของผู้อื่น

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

……

……

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

……

……

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

……

……

……

……

แผนการจัดกิจกรรมที่ 4
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** วิ่ง 4 ขา **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

กิจกรรม “วิ่ง 4 ขา” เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมความสามัคคี คือ ทุกคนต้องมีจังหวะการวิ่งที่พอดีกัน ถ้านักเรียนมีจังหวะการวิ่งที่ไม่พร้อมกันก็จะทำให้เกิดการสะดุดขา อาจเป็นอุปสรรคในการไปให้ถึงเป้าหมาย หรือเกิดการบาดเจ็บขึ้นได้ นักเรียนจะเกิดการเรียนรู้ถึงความยากลำบากของการที่ตนเองไม่สามารถเดินได้ตามปกติ หรือปัญหาจากการสะดุดขา

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มีความสามารถ ดังนี้

1. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการเล่มเกมวิ่ง 4 ขา และสิ่งที่ได้จากการเล่นเกม
2. มีสมรรถภาพทางกายที่ดี
3. ปฏิบัติทักษะการวิ่ง 4 ขา ได้อย่างถูกต้อง
4. แสดงพฤติกรรมความสามัคคีของเพื่อนในทีม
5. มีเจตคติที่ดีต่อการเล่มเกมวิ่ง 4 ขา มีความพึงพอใจ เกิดความสนุกสนาน

สาระการเรียนรู้

กิจกรรม “วิ่ง 4 ขา” เป็นกิจกรรมที่จะต้องแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 3 คน จำนวน 5 กลุ่ม แต่ละกลุ่มจะใช้เชือกผูกข้อเท้าคนกลางทั้ง 2 ข้างเข้ากับข้อเท้าของคนด้านนอก ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มวิ่ง 4 ขาแข่งกัน เป็นระยะทาง 50 เมตร โดยการเริ่มออกสตาทเท้าจะต้องอยู่หลังเส้นเริ่มที่กำหนดไว้ กลุ่มใดวิ่งเข้าเส้นชัยก่อนจะเป็นทีมที่ชนะ โดยการแข่งขันจะให้มีการแข่งขัน 3 ครั้ง ทีมที่เข้าเส้นชัยทีมแรกจะได้ 5 คะแนน เข้าที่สองจะได้ 4 คะแนน เข้าที่สามจะได้ 3 คะแนน เข้าที่สี่จะได้ 2 คะแนน และเข้าอันดับสุดท้ายจะได้ 1 คะแนน นำคะแนนของการแข่งขันทั้ง 3 รอบมารวมกัน ทีมใดได้คะแนนมากที่สุดจะเป็นผู้ชนะ

อุปกรณ์

แถบผ้าสำหรับผูกเท้า นกหวีด ของรางวัล และเทปกาว

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนยืนเป็นแถวตอน 5 แถวแถวละ 3 คน ดังรูป ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ 1.2 ผู้สอนตรวจสอบชื่อนักเรียนที่มาเรียน		-ความมีระเบียบวินัย
2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที) 2.1 ผู้สอนขออาสาสมัครมานำท่ากายบริหารจำนวน 3 คน 2.2 อาสาสมัครนำกายบริหารคนละ 1 ท่า		-การเคารพผู้อื่น
3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(15 นาที) 3.1 ให้นักเรียนจัดทีม ทีมละ 3 คน และนั่งเป็นทีม 3.2 ผู้สอนแจกผ้าเพื่อไปผูกข้อเท้าจำนวน 2 ผืนต่อทีม 3.3 ผู้สอนอธิบายและให้กลุ่มตัวอย่างมาสาธิตวิธีการเล่น 3.4 ผู้สอนเปิดโอกาสให้นักเรียนถามข้อสงสัย 3.5 ผู้สอนให้นักเรียนฝึกปฏิบัติทักษะการวิ่ง 4 ขา		-การเคารพในสิทธิผู้อื่น
4.ขั้นนำไปใช้ (15 นาที) 4.1 ผู้เล่นแต่ละทีมประจำที่จุดเริ่มต้น 4.2 ผู้สอนให้สัญญาณเริ่มวิ่ง 4 ขา จำนวน 3 ครั้ง **เกณฑ์การตัดสิน** ผู้เล่นทีมใดวิ่งเข้าเส้นชัยเป็นลำดับที่ 1 ได้ 5 คะแนน ผู้เล่นทีมใดวิ่งเข้าเส้นชัยเป็นลำดับที่ 2 ได้ 4 คะแนน ผู้เล่นทีมใดวิ่งเข้าเส้นชัยเป็นลำดับที่ 3 ได้ 3 คะแนน	-การขัดขาให้ล้ม -การยั่วแหย่ -การดึง กระชากเสื้อ -การพูดข่มขู่	-ความสามัคคี -การเคารพในสิทธิผู้อื่น

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
ผู้เล่นทีมใดวิ่งเข้าเส้นชัยเป็นลำดับที่ 4 ได้ 2 คะแนน ผู้เล่นทีมใดวิ่งเข้าเส้นชัยเป็นลำดับที่ 5 ได้ 1 คะแนน นำคะแนนทั้ง 3 ครั้งมารวมกัน ทีมใดมีคะแนนรวมจากการแข่งขันมากที่สุดจะเป็นผู้ชนะในการแข่งขัน **5.ขั้นสรุป (10 นาที)** 5.1 ให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ดังรูป ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ 5.2 ผู้สอนสรุปทีมที่ชนะเลิศในการแข่งขัน พร้อมทั้งมอบของรางวัลแก่ทีมชนะ 5.3 ผู้สอนสรุปสิ่งที่ได้จากการเล่นเกมนี้ คือ การสร้างความสามัคคี การรู้จักควบคุมอารมณ์ เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซึ่งมีส่วนสำคัญในการที่จะช่วยส่งเสริมให้เกิดความเข้าอกเข้าใจกัน ไม่เกิดความแตกแยกโดยจะช่วยให้สามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าว เช่น พฤติกรรมการขัดขาให้ล้ม การยั่วแหย่ การดึง กระชากเสื้อ การพูดข่มขู่ เป็นต้น	-การขัดขาให้ล้ม -การยั่วแหย่ -การดึงกระชากเสื้อ -การพูดข่มขู่	-ความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ได้รับจากเกมซึ่งช่วยลดพฤติกรรมการขัดขาให้ล้ม การยั่วแหย่ การดึงกระชากเสื้อ และการ พูดจาข่มขู่

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

……

……

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

……

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

……

……

……

แผนการจัดกิจกรรมที่ 5
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** สร้างตึก **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

กิจกรรม “สร้างตึก” เป็นกิจกรรมที่ช่วยทำให้ผู้เล่นสามารถวางแผนการทำงานร่วมกัน ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น รวมทั้งยังเป็นการฝึกควบคุมอารมณ์ของนักเรียน ซึ่งเหล่านี้เป็นคุณลักษณะที่ดีที่มีส่วนช่วยในการลดพฤติกรรมก้าวร้าว

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มีความสามารถ ดังนี้

1. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการเล่นเกมสร้างตึกและสิ่งที่ได้รับจากการเล่นเกม
2. มีสมรรถภาพทางกายที่ดี
3. มีทักษะจากการเล่มเกมสร้างตึกอย่างถูกต้อง
4. แสดงพฤติกรรมยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น และเกิดความสามัคคีได้
5. มีเจตคติที่ดีต่อการเล่นเกมสร้างตึก มีความสนุกสนาน เกิดความพึงพอใจ

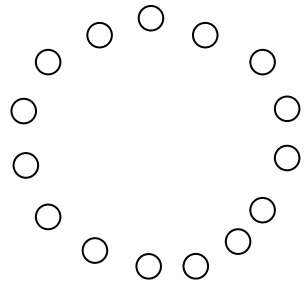
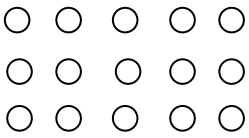
สาระการเรียนรู้

กิจกรรม “สร้างตึก” เป็นการเล่นเกมโดยแบ่งกลุ่มผู้เล่นออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละ 3 คน การเล่นเกมผู้นำจะให้ผู้เล่นแต่ละกลุ่มประจำอยู่ที่เริ่มต้น เมื่อผู้นำให้สัญญาณผู้เล่นจะต้องวิ่งไปเอากล่องไม้ขีดไฟที่เส้นกลับตัวทีละกล่องโดยให้ผู้เล่นวิ่งครั้งละ 1 คน เมื่อคนแรกเริ่มวิ่งและนำกล่องไม้ขีดไฟมายังจุดเริ่มต้นให้แตะมือกับผู้เล่นคนต่อไปเพื่อวิ่งไปยังจุดกลับตัวและนำกล่องไม้ขีดไฟกลับมาเช่นเดิม ทำแบบนี้จนครบทั้ง 12 กล่อง เมื่อทีมใดได้กล่องไม้ขีดไฟครบแล้วให้วางแผนในการต่อกล่องไม้ขีดไฟให้ได้สูงที่สุด ทีมใดสามารถต่อได้สูงที่สุดจะเป็นทีมที่ชนะ

อุปกรณ์

นกหวีด กล่องไม้ขีดไฟ กรวย ตลับวัดความสูง

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	**ลดความก้าวร้าวด้าน**	**ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง**
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนยืนเป็นแถว ดังรูป  1.2 ผู้สอนตรวจสอบชื่อนักเรียน		-ระเบียบวินัยในการเข้าแถว
2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที) 2.1 ผู้สอนขออาสาสมัครมานำท่ากายบริหารจำนวน 3 คน 2.2 อาสาสมัครนำกายบริหารคนละ 1 ท่าไม่ซ้ำกัน		-ความสามารถในการปฏิบัติตามผู้อื่น
3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(10 นาที) 3.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นแถว ดังรูป  3.2 ผู้สอนแบ่งนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม ตามแถวที่นั่ง 3.3 ผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการเล่นเกม 3.4 ผู้สอนเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม		-การเคารพในสิทธิผู้อื่น
4.ขั้นนำไปใช้ (15 นาที) 4.1 แต่ละทีมประจำที่จุดเริ่มต้น เมื่อผู้นำให้สัญญาณผู้เล่นคนแรกวิ่งไปนำกล่องไม้ขีดไฟมายังจุดเริ่มต้นพร้อมทั้งแตะมือผู้เล่นคนที่สอง ผู้เล่นคนที่สองก็วิ่งไปนำกล่อง	-การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น -การพูดจายั่วยุ	-การควบคุมอารมณ์

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
ไม้ขีดไฟมายังจุดเริ่มต้นทำต่อไปจนเก็บกล่องไม้ขีดไฟครบทั้ง 12 กล่อง 4.2 เมื่อแต่ละทีมได้กล่องไม้ขีดไฟครบทั้ง 12 กล่องแล้ว ให้ผู้เล่นนำกล่องไม้ขีดไฟมาต่อกันให้ได้สูงที่สุด **เกณฑ์การตัดสิน** ทีมใดสามารถต่อกล่องไม้ขีดไฟได้สูงที่สุดจะเป็นทีมที่ชนะ	-การดึงกระชากเสื้อ -ขัดขาผู้อื่น -พูดไม่สุภาพ	-ความสามัคคี -การเคารพในสิทธิของผู้อื่น
5.ขั้นสรุป (15 นาที) 5.1 ผู้สอนสรุปผู้ชนะในการแข่งขัน พร้อมทั้งให้เพื่อนแต่ละกลุ่มกล่าวชมเชย ยกย่องผู้ชนะ 5.2 ผู้สอนสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรม คือ การทำงานที่มีการวางแผนและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน รวมทั้งยอมรับในความคิดเห็นของผู้อื่น จะสามารถทำให้ประสบความสำเร็จ และช่วยให้เกิดการเคารพในสิทธิของผู้อื่น ไม่แสดงพฤติกรรมที่ไม่ดีต่อผู้อื่นทั้งทางวาจา เช่น การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น การพูดยั่วยุ ทางกาย เช่น การแกล้งผู้อื่นด้วยวิธีต่างๆ ทั้งการดึง กระชากเสื้อ ขัดขาผู้อื่น	-การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น -การพูดจายั่วยุ -การดึงกระชากเสื้อ -ขัดขาผู้อื่น	-การกล่าวยกย่องชมเชยผู้อื่น -ความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ได้รับจากเกมซึ่งช่วยลดพฤติกรรมการล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น การพูดจายั่วยุ การดึงกระชากเสื้อ และการขัดขาผู้อื่น

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

……

……

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

……

……

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

……

……

……

……

แผนการจัดกิจกรรมที่ 6
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** ตั้งชื่อเพื่อน **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

กิจกรรม “ตั้งชื่อเพื่อน” เป็นกิจกรรมที่ช่วยทำให้ผู้เล่นได้คิดและเกิดการเรียนรู้เพื่อให้นักเรียนได้เลือกใช้คำที่เป็นการแสดงตัวตนของผู้อื่น โดยการใช้คำที่มีความสุภาพ ไม่ใช้คำหยาบคาย ไม่ใช้คำที่เป็นการเสียดสีผู้อื่นหรือการล้อชื่อพ่อแม่ของผู้อื่น ซึ่งจะช่วยลดพฤติกรรมที่ไม่ดีในเรื่องการใช้คำไม่สุภาพ คำหยาบคาย คำที่เป็นการพูดจาเสียดสี หรือคำที่เป็นการล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มีความรู้ ความสามารถ ดังนี้

1. มีความรู้ความเข้าใจวิธีการเล่นเกมตั้งชื่อเพื่อน และสิ่งที่ได้รับจากเกมอย่างถูกต้อง
2. มีสมรรถภาพทางกายที่ดี
3. มีการปฏิบัติทักษะการเล่นเกมตั้งชื่อเพื่อนโดยใช้คำที่ดีได้อย่างถูกต้อง
4. แสดงการลดพฤติกรรมการใช้คำหยาบคาย และพฤติกรรมการพูดจาเสียดสีผู้อื่นได้
5. แสดงเจตคติที่ดีต่อการเล่นเกมตั้งชื่อเพื่อน มีความพึงพอใจและเกิดความสนุกสนาน

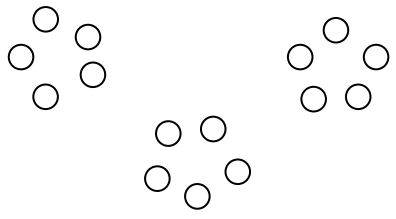
สาระการเรียนรู้

กิจกรรม “ตั้งชื่อเพื่อน” เป็นการเล่นเกมโดยให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 3 กลุ่ม กลุ่มละ 5 คน แต่ละกลุ่มจะได้รับกระดาษกลุ่มละ 2 ใบ เพื่อใช้เขียนชื่อเพื่อนอีก 2 กลุ่มโดยใช้กลุ่มละ 1 ใบ โดยให้สมาชิกของแต่ละกลุ่มได้ช่วยกันคิดชื่อเพื่อนกลุ่มอื่น แล้วตั้งชื่อให้กับเพื่อนต่างกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน จำนวน 2 กลุ่ม รวมทั้งหมด 10 คน ตามที่นักเรียนในกลุ่มคิดว่าเหมาะสมกับเพื่อนคนนั้น ซึ่งจะต้องเป็นการยกย่อง หรือกล่าวในทางที่ดีกลุ่มใดตั้งชื่อให้เพื่อนครบทุกคนแล้วให้ยกมือ เมื่อทุกกลุ่มตั้งชื่อเพื่อนครบหมดแล้ว ให้ออกมาอ่านชื่อที่กลุ่มตนตั้งไว้ทีละกลุ่ม ผู้สอนจะให้นักเรียนกลุ่มอื่นเป็นผู้ตัดสินว่าทีมใดจะเป็นผู้ชนะ โดยจะต้องเลือกใช้คำที่ไม่เป็นการเสียดสีผู้อื่น การใช้คำหยาบคาย หรือเป็นคำที่ไม่สุภาพ ผู้สอนจะเป็นผู้สรุปคะแนนและผู้ชนะเลิศในการแข่งขันจากการโหวตของเพื่อนต่างกลุ่ม

อุปกรณ์

กระดาษ ปากกา นาฬิกาจับเวลา ของรางวัล

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนยืนเป็นแถวหน้ากระดานเรียง 1 1.2 ผู้สอนตรวจสอบชื่อนักเรียน		-ความมีระเบียบวินัย
2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที) 2.1 ผู้สอนเลือกนักเรียนที่ยังไม่ได้ออกมานำยืดเหยียดกล้ามเนื้อ เพื่อให้เป็นผู้นำยืดเหยียดกล้ามเนื้อ จำนวน 3 คน		-การเคารพผู้อื่น
3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(10 นาที) 3.1 นักเรียนยืนเป็นแถวหน้ากระดานเรียง 1 3.2 ให้นักเรียนนับ 3 เพื่อแบ่งกลุ่ม และนั่งตามกลุ่ม 3.3 ผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการเล่นเกม โดยให้นักเรียนนั่งเป็นกลุ่มตามที่ได้จัดไว้ ดังรูป  3.4 ผู้สอนเปิดโอกาสให้นักเรียนถามข้อสงสัย		-การเคารพในสิทธิผู้อื่น
4.ขั้นนำไปใช้ (15 นาที) 4.1 แจกกระดาษและปากกาให้นักเรียนแต่ละกลุ่ม 4.2 ผู้สอนให้สัญญาณในการเล่นเกม ให้เวลา 10 นาทีในการคิดตั้งชื่อ	-พูดคำหยาบ -พูดจาเสียดสี -พูดคำไม่สุภาพ	-การกล่าวชื่นชมผู้อื่นในทางที่ดี

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้
4.3 ผู้สอนให้สัญญาณหมดเวลา 4.4 นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมาอ่านชื่อที่ตั้งให้กับเพื่อนต่างกลุ่ม และบอกสาเหตุถึงชื่อที่ตั้งให้ **5.ขั้นสรุป (15 นาที)** 5.1 ผู้สอนสรุปผู้ชนะในการแข่งขัน และให้รางวัลแก่ผู้ชนะ5.2 ผู้สอนให้นักเรียนแสดงรู้สึกที่ได้รับจากการที่เพื่อนตั้งชื่อให้ในทางที่ดี 5.3 ผู้สอนสรุปสิ่งที่ได้จากการเล่นเกมนี้ คือ การใช้ถ้อยคำที่ในทางที่ดีกับผู้อื่นนั้นจะทำให้ผู้อื่นเกิดความรู้สึกที่ดีทั้งต่อตนเองและผู้ที่ใช้คำที่เหมาะสม เป็นการเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกัน พร้อมยกตัวอย่างผู้ที่เป็นแบบอย่างจากดารา นักแสดง เป็นต้น	-พูดคำหยาบ -พูดจาเสียดสี -พูดคำไม่สุภาพ	-การใช้คำที่ดีในการกล่าวถึงผู้อื่น -ความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ได้รับจากเกมซึ่งช่วยลดพฤติกรรมการพูดคำหยาบ การพูดจาเสียดสี และการพูดคำไม่สุภาพ

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

……

……

แผนการจัดกิจกรรมที่ 7
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** จงอางหวงไข่ **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

กิจกรรม “จงอางหวงไข่” เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนเกิดความสามัคคีระหว่างกัน เคารพในกฎ กติกา พัฒนาให้เกิดเป็นความเคารพในบรรทัดฐานของสังคม ไม่กระทำพฤติกรรมที่สังคมมองว่าเป็นพฤติกรรมที่ไม่ดี ไม่เหมาะสมได้ และยังเป็นการพัฒนาทางด้านร่างกายในเรื่องของการเคลื่อนไหวร่างกายให้ดีขึ้น

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มีความรู้ ความสามารถ ดังนี้

1. มีความรู้ความเข้าใจวิธีการเล่นเกมจงอางหวงไข่และสิ่งที่ได้รับจากเกมอย่างถูกต้อง
2. มีสมรรถภาพทางกายที่ดี
3. มีทักษะในการเล่นเกมจงอางหวงไข่ได้ถูกต้อง
4. แสดงการลดพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงและแสดงความสามัคคีได้
5. มีเจตคติที่ดีในการเล่นเกมจงอางหวงไข่ มีความพึงพอใจ เกิดความสนุกสนาน

สาระการเรียนรู้

กิจกรรม “จงอางหวงไข่” เป็นการเล่นเกมโดยการแบ่งผู้เล่นเป็น 3 ทีม ทีมละ 5 คน ทีมแรกจะเป็นฝ่ายป้องกันไข่จากทีมที่ 2 และ ทีมที่ 3 (ทีมจงอาง)ก่อน ทีมแรกจะทำหน้าที่คุ้มกันไข่ซึ่งวางไว้บริเวณเส้นวงกลมที่กำหนดให้จำนวน 10 ฟอง โดยจะต้องพยายามแตะหรือสัมผัสผู้เล่นฝ่ายตรงข้ามที่จะมาขโมยไข่ ยกเว้นการดึง หรือกระชากเสื้อที่ห้ามกระทำเป็นอันขาดถ้าผู้สอนเห็นการดึงหรือกระชากเสื้อเกิดขึ้นจะปรับไข่ให้กับผู้เล่นฝ่ายขโมยครั้งละ 1 ฟอง ถ้าผู้เล่นทีมที่ขโมยคนใดโดนสัมผัสตัวจะต้องออกจากการแข่งขันเมื่อผู้เล่นทีมที่ 2 และ 3 (ขโมยไข่) ขโมยได้ให้นำมาวางไว้ยังวงกลมที่กำหนดแดนปลอดภัยของการขโมย ถ้ายังไม่ได้นำไปวางไว้ยังบริเวณดังกล่าว ฝ่ายคุ้มกันไข่ก็จะสามารถแย่งกลับมาได้โดยการแตะหรือสัมผัสตัว ผู้นำจับเวลา 5 นาที เมื่อหมดเวลาให้สลับกันเป็นทีมป้อแงกัน ฝ่ายไหนป้องกันไข่ได้มากกว่าจะเป็นผู้ชนะ

อุปกรณ์

ลูกฟุตบอลพลาสติกขนาดเล็ก นกหวีด เทป นาฬิกาจับเวลา

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนยืนเป็นแถวตอน 5 แถวแถวละ 3 คน ดังรูป ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ 1.2 ผู้สอนตรวจสอบชื่อนักเรียน		-ความมีระเบียบวินัย
2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที) 2.1 ผู้สอนเลือกนักเรียนที่ยังไม่เคยออกมานำกายบริหาร 2.2 ผู้นำทำท่ากายบริหาร 1-3 ท่า		-การเคารพผู้อื่น
3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(10 นาที) 3.1 แบ่งนักเรียนเป็น 3 ฝ่าย โดยสุ่มนักเรียนมา 3 คน ทำการเลือกผู้เล่นของทีมตนเอง 3.2 ผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการเล่นเกม 3.3 ผู้สอนเปิดโอกาสให้นักเรียนถามข้อสงสัย		-การเคารพในสิทธิผู้อื่น
4.ขั้นนำไปใช้ (15 นาที) 4.1 ให้แต่ละฝ่ายยืนประจำจุดของตนเอง 4.2 ผู้สอนให้สัญญาณการเล่นเกมโดยจับเวลา 5 นาที 4.3 ผู้เล่นฝ่ายขโมยไปขโมยไข่ในแดนของฝ่ายคุ้มกันเพื่อนำมาวางไว้ยังแดนของตนเอง(ในระหว่างการเล่นถ้าเกิดการดึงหรือกระชากเสื้อขึ้นผู้สอนจะทำการปรับไข่จำนวน 1 ฟอง) ผู้เล่นฝ่ายป้องกันใช้การสัมผัสตัวแทน	-ดึง กระชากเสื้อผู้อื่น -การทะเลาะวิวาท	-ความคล่องแคล่วว่องไว -ความเร็ว -ไม่ใช้ความรุนแรง

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
การดึงกระชากเสื้อเพื่อเป็นการหยุดการขโมยของฝ่ายขโมย 4.4 ผู้สอนให้สัญญาณหมดเวลา 4.5 สลับกันเป็นฝ่ายป้องกันจนครบทั้ง 3 ทีม **5.ขั้นสรุป (15 นาที)** 5.1 ผู้สอนสรุปผู้ชนะในการแข่งขัน และกล่าวชมเชย 5.2 ผู้สอนและผู้เรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการเล่นเกมนี้ คือ การลดพฤติกรรมดึง กระชากเสื้อผู้อื่นและการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในทีมก่อให้เกิดความสามัคคี ซึ่งมีส่วนสำคัญในการที่จะช่วยลดความแตกแยกหรือการทะเลาะวิวาทขึ้นในสังคม	-ดึง กระชากเสื้อผู้อื่น -การทะเลาะวิวาท	-ความสามัคคี -ความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ได้รับจากเกมซึ่งช่วยลดพฤติกรรมการดึงกระชากเสื้อและการทะเลาะวิวาท

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

……

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

……

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

……

……

……

แผนการจัดกิจกรรมที่ 8
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** ลำเลียงไข่ **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

กิจกรรม “ลำเลียงไข่” เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนเกิดความรู้จักในการรักษา ทะนุถนอมสิ่งของต่างๆ จากการที่จะต้องระวังไม่ให้ไข่แตก และเป็นการสร้างเสริมการทำงานเป็นทีมเพื่อให้ประสบผลสำเร็จ

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มีความสามารถ ดังนี้

1. มีความรู้ความเข้าใจในการเล่นเกมลำเลียงไข่ และสิ่งที่ได้รับจากเกมอย่างถูกต้อง
2. มีสมรรถภาพทางกายที่ดี
3. มีทักษะในการเล่นเกมลำเลียงไข่ได้อย่างถูกต้อง
4. มีความสามัคคีและแสดงการรักษา ทะนุถนอมสิ่งของได้
5. มีเจตคติที่ดีในการเล่มเกมลำเลียงไข่ มีความสนุกสนาน และเกิดความพึงพอใจ

สาระการเรียนรู้

กิจกรรม “ลำเลียงไข่” เป็นการเล่นเกมโดยให้นักเรียนแบ่งเป็น 3 ทีม ทีมละ 5 คน ภารกิจของกิจกรรมนี้คือการนำไข่ต้มจากจุดที่กำหนดให้ซึ่งห่างจากจุดเริ่มต้นประมาณ 10 เมตร นำกลับมายังจุดเริ่มต้นโดยใช้จานกระดาษขนาดเล็กในการลำเลียง การเริ่มเกมจะให้แต่ละกลุ่มจะยืนประจำที่จุดเริ่มต้น เมื่อผู้นำให้สัญญาณผู้เล่นแต่ละทีมจะนำจานกระดาษวิ่งไปยังจุดที่วางไข่เอาไว้ครั้งละคน แล้วทำการลำเลียงไข่โดยให้นำไข่วางไว้บนจานกระดาษและนำกลับมายังจุดเริ่มต้น นำจานกระดาษให้กับผู้เล่นคนที่สองไปลำเลียงไข่เช่นเดิมจนครบทุกคน ทีมใดนำไข่กลับมาได้โดยไม่มีรอยแตก หรือมีไข่ที่มีรอยแตกน้อยที่สุดจะเป็นผู้ชนะ ในกรณีที่มีรอยแตกเท่ากัน จะให้ทีมที่เข้าเส้นชัยก่อนเป็นผู้ชนะ

อุปกรณ์

ไข่ต้ม นกหวีด กรวย จานกระดาษ ของรางวัล

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนยืนเป็นแถวตอน 5 แถวแถวละ 3 คน ดังรูป ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ 1.2 ผู้สอนตรวจสอบชื่อนักเรียน		-ความมีระเบียบวินัยในการเข้าแถว
2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที) 2.1 ผู้สอนนำยืดเหยียดกล้ามเนื้อ 3 ท่า		-การเคารพผู้อื่น
3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(10 นาที) 3.1 นักเรียนยืนเป็นแถวหน้ากระดานเรียง 1 3.2 ให้นักเรียนบอกผลไม้ที่ผู้นำกำหนดให้ 3 อย่างเพื่อทำการแบ่งกลุ่ม 3.3 ผู้สอนแจกอุปกรณ์ให้ทุกทีม 3.4 ผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการเล่นเกม 3.5 ผู้สอนให้นักเรียนฝึกปฏิบัติ		-การเคารพในสิทธิผู้อื่น
4.ขั้นนำไปใช้ (15 นาที) 4.1 แต่ละทีมประจำยังจุดเริ่มต้น เมื่อผู้สอนให้สัญญาณปล่อยตัว ผู้เล่นคนแรกจะต้องวิ่งไปลำเลียงไข่กลับมายังจุดเริ่มต้นและนำจานกระดาษส่งให้ผู้เล่นคนที่สองเพื่อไปลำเลียงเช่นเดิม ทำเรื่อยๆจนครบทุกคน 4.2 ทีมใดที่มีรอยแตกน้อยที่สุดจะเป็นทีมชนะ	-ผลักโต๊ะ เก้าอี้ให้ล้ม -ขว้างปาสิ่งของ	-การทะนุถนอมสิ่งของทั้งของตนเองและส่วนรวม
5.ขั้นสรุป (15 นาที) 5.1 ผู้สอนสรุปผู้ชนะในการแข่งขัน พร้อมทั้งให้รางวัลแก่ผู้ที่ชนะในการแข่งขัน		

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้
5.2 ผู้สอนสรุปสิ่งที่ได้จากการเล่นเกมนี้ คือ แสดงการรักษาทะนุถนอมสิ่งของเป็นสิ่งสำคัญ เพราะ ของทุกอย่างมีคุณค่าควรด้วยความทะนุถนอม ไม่มีพฤติกรรมการขว้างปาสิ่งของ หรือการทำลายสิ่งของให้เกิดความเสียหาย เช่น การผลัก โต๊ะหรือเก้าอี้ให้ล้ม อาจทำให้ของเกิดความเสียหายขึ้น	-ผลักโต๊ะ เก้าอี้ให้ล้ม -ขว้างปาสิ่งของ	-ความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ได้รับจากเกมซึ่งช่วยลดพฤติกรรมการผลักโต๊ะเก้าอี้และการขว้างปาสิ่งของ

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

……..

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

…….

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

……

……

……

แผนการจัดกิจกรรมที่ 9
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** แต่งนิทาน **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

กิจกรรม “แต่งนิทาน” เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนได้ฝึกการคิดและหาวิธีที่ช่วยลดพฤติกรรมการพูดตวาด ตะคอก หรือพูดจาข่มขู่ โดยให้นักเรียนในกลุ่มช่วยกันแต่งนิทานที่จะช่วยทำให้ลดพฤติกรรมดังกล่าวได้ เมื่อนักเรียนได้แสดงความคิดเห็นและช่วยกันแต่งนิทาน นักเรียนก็จะเห็นถึงประโยชน์ของการไม่พูดตวาด ตะคอก หรือพูดจาข่มขู่ได้

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มีความสามารถ ดังนี้

1. มีความรู้ความเข้าใจจากการเล่นเกมแต่งนิทาน และสิ่งที่ได้รับจากเกม
2. มีสมรรถภาพทางกายที่ดี
3. มีทักษะจากการเล่นเกมแต่งนิทานที่ถูกต้อง
4. แสดงการลดพฤติกรรมการพูดจาข่มขู่และพูดตวาด ตะคอกได้
5. มีเจตคติที่ดีจากการเล่นเกมแต่งนิทาน มีความสนุกสนานเกิดความพึงพอใจ

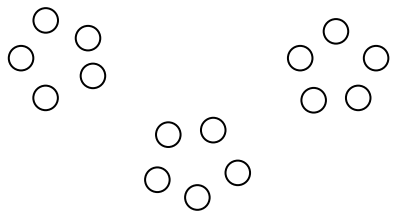
สาระการเรียนรู้

กิจกรรม “แต่งนิทาน” เป็นการเล่นเกมโดยให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มละ 5 คน แต่ละกลุ่มจะต้องช่วยกันแต่งนิทานที่จะช่วยทำให้ลดพฤติกรรมบางอย่าง ซึ่งผู้สอนจะให้นักเรียนแต่ละกลุ่มวิ่งไปเอาคำที่บอกว่าเป็นพฤติกรรมใด และนำมาแต่งนิทานเพื่อลดพฤติกรรมดังกล่าว เมื่อแต่ละกลุ่มแต่งนิทานเสร็จทุกกลุ่มแล้ว ผู้สอนก็จะสุ่มให้ตัวแทนของแต่ละกลุ่มออกมาเล่านิทานที่ได้แต่งให้ฟังจนครบทุกกลุ่ม นักเรียนทุกคนจะเป็นผู้ตัดสินว่านิทานของกลุ่มไหนเป็นผู้ชนะ โดยผู้สอนจะให้นักเรียนเขียนใส่เศษกระดาษว่าเลือกกลุ่มใดเป็นกลุ่มชนะเลิศในการแข่งขัน มีข้อแม้ว่านักเรียนจะต้องห้ามเลือกกลุ่มของตนเองในการให้คะแนน ทีมที่มีคะแนนมากที่สุดจะชนะเลิศในการแข่งขัน

อุปกรณ์

กระดาษ ปากกา ฉลาก

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนยืนเป็นแถวหน้ากระดานเรียง 1 1.2 ผู้สอนสำรวจชื่อนักเรียน **2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที)** 2.1 ผู้นำนำนักเรียนวิ่งรอบสนามเพื่ออบอุ่นร่างกาย **3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(10 นาที)** 3.1 ให้นักเรียนนับ 3 เพื่อแบ่งกลุ่ม พร้อมตั้งชื่อกลุ่มและเพราะอะไรถึงเลือกชื่อนี้ นั่งตามรูป  3.2 ผู้สอนอธิบายวิธีการเล่นเกม 3.3 แจกกระดาษและปากกาให้ทุกกลุ่มช่วยกันแต่งนิทาน 3.4 เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย **4.ขั้นนำไปใช้ (15 นาที)** 4.1 ผู้สอนให้นักเรียนเริ่มแต่งนิทาน 4.2 เมื่อเสร็จครบทุกกลุ่ม ผู้สอนจะทำการสุ่มกลุ่มให้ออกมาอ่านนิทานที่แต่ง จนครบทุกกลุ่ม 4.3 ผู้สอนแจกกระดาษเพื่อให้นักเรียนโหวตคะแนนที่	-การพูดตวาดตะคอก -การพูดจาข่มขู่	-ความมีระเบียบวินัยจากการเข้าแถว -การเคารพผู้อื่น -การเคารพในสิทธิผู้อื่น -ความคิดสร้างสรรค์ -การลดพฤติกรรมที่ไม่ดี

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
กลุ่มที่ชอบ โดยจะต้องไม่ให้คะแนนกลุ่มตัวเอง **5.ขั้นสรุป (15 นาที)** 5.1 ผู้สอนสรุปผู้ชนะในการแข่งขัน พร้อมทั้งกล่าวแสดงความชื่นชมแก่ทีมชนะ5.2 ผู้สอนและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการเล่นเกมนี้ คือ การลดพฤติกรรมการพูดตวาด ตะคอก และการพูดข่มขู่ ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ก่อให้เกิดโทษต่อตนเองอย่างไร โดยผู้นำจะยกตัวอย่างบุคคลมีชื่อเสียงที่มีพฤติกรรมดังกล่าวและชี้ให้เห็นโทษของการมีพฤติกรรม เช่นนั้น	-การพูดตวาดตะคอก -การพูดจาข่มขู่	-ความรู้ความเข้าใจ ในสิ่งที่ได้รับจากเกม ซึ่งช่วยลดพฤติกรรมการพูดตวาดตะคอกและการพูดจาข่มขู่

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

……

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

……

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

……

……

……

แผนการจัดกิจกรรมที่ 10
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** ฉลากตรงข้าม **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

กิจกรรม “ฉลากตรงข้าม” เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนมีความประพฤติ ปฏิบัติที่ดีทั้งทางกายและทางวาจา ส่งเสริมให้นักเรียนเกิดความคิดสร้างสรรค์ในการที่จะคิดหาวิธีการแสดงพฤติกรรมที่ดีจากการเล่นเกมที่เกิดขึ้น ทั้งยังส่งเสริมให้เกิดสมรรถภาพทางกายที่ดี

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มีความสามารถ ดังนี้

1. มีความรู้ความเข้าใจจากการเล่นเกมฉลากตรงข้าม และสิ่งที่ได้รับจากเกมได้
2. มีสมรรถภาพทางกายที่ดี
3. มีทักษะในการเล่มเกมฉลากตรงกันข้ามอย่างถูกต้อง
4. คิดอย่างสร้างสรรค์ และแสดงการลดพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจาและทางกายได้
5. มีเจตคติที่ดีจากการเล่นเกมฉลากตรงข้าม เกิดความสนุกสนาน มีความพึงพอใจ

สาระการเรียนรู้

กิจกรรม “ฉลากตรงข้าม” เป็นการเล่นเกมโดยให้ผู้เล่นทั้งหมดช่วยกันตอบว่าพฤติกรรมที่เพื่อนกำลังแสดงนั้นเป็นพฤติกรรมอะไร โดยผู้นำจะมีฉลากให้ผู้เล่นได้ทำการจับว่าพฤติกรรมในฉลากคือพฤติกรรมอะไร ซึ่งพฤติกรรมที่อยู่ในฉลากจะเป็นพฤติกรรมความก้าวร้าวทั้งทางกายและวาจา ผู้เล่นที่จับได้พฤติกรรมก้าวร้าวนั้น จะต้องแสดงท่าทางที่ตรงกันข้ามเพื่อให้เพื่อนทายว่าเป็นพฤติกรรมใด การเริ่มเล่นเกมผู้นำจะให้จะสุ่มชื่อนักเรียนครั้งละคน เมื่อผู้นำเรียกชื่อใครให้ผู้เล่นคนนั้นรีบวิ่งไปยังขวดโหลเพื่อสุ่มหยิบฉลากที่ระบุพฤติกรรมเอาไว้ เมื่อเปิดอ่านแล้วให้วิ่งกลับมาแสดงพฤติกรรมที่ตรงข้ามกับฉลาก เพื่อนในแถวจะต้องตอบให้ถูกต้องว่าเป็นพฤติกรรมใด ภายในเวลา 1 นาที ถ้าเพื่อนในแถวตอบถูกให้กลับไปนั่งในแถวตามปกติ ถ้าไม่มีใครตอบถูกภายใน 1 นาที ผู้ที่เป็นคนแสดงพฤติกรรมจะถูกลงโทษ

อุปกรณ์

นกหวีด ฉลากคำ กรวย นาฬิกาจับเวลา ขวดโหล

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนยืนเป็นแถวตอน 3 แถว ดังรูป ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ 1.2 ผู้สอนตรวจสอบรายชื่อนักเรียน **2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที)** 2.1 ผู้สอนขออาสาสมัคร 1 คนเพื่อนำกายบริหาร 3 ท่า **3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(10 นาที)** 3.1นักเรียนยืนเป็นแถวตอน 3 แถว ดังรูป ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ 3.2 อธิบายและให้นักเรียนอาสาสมัครออกมาสาธิตวิธีการเล่นเกมแก่เพื่อนๆ 3.3 เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย 3.4 ให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการเล่นเกมฉลากตรงข้าม **4.ขั้นนำไปใช้ (20 นาที)** 4.1 สุ่มชื่อผู้เล่น ผู้เล่นคนใดโดนสุ่มชื่อจะต้องวิ่งไปจับฉลากแล้วเปิดดูว่าในฉลากเป็นพฤติกรรมใดก็ให้วิ่งกลับมาที่แถวเพื่อแสดงพฤติกรรมที่ตรงกันข้ามให้เพื่อน	-พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย -พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา	-ความมีระเบียบวินัยในการเข้าแถว -การเคารพผู้อื่น -ความคิดสร้างสรรค์ -การเรียนรู้สิ่งที่ควรปฏิบัติในชีวิตประจำวันจากฉลากที่ผู้สอนกำหนดให้ -การเคารพในสิทธิผู้อื่น

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
ตอบภายในเวลา 1 นาทีผู้เล่นที่เพื่อนตอบถูกจะกลับเข้าไปยังแถว ใครตอบผิดก็จะต้องโดนทำโทษ 4.2 ผู้นำเรียกสุ่มผู้เล่นคนต่อไปจนครบทุกคน และให้ผู้เล่นปฏิบัติเช่นเดิม **5.ขั้นสรุป (10 นาที)** 5.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นแถวตอน ดังรูป ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ 5.2 ผู้สอนกล่าวชมเชยนักเรียนทุกคนและกล่าวสรุปว่ากิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนลดพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายและทางวาจา โดยชี้ให้เห็นว่าพฤติกรรมในฉลากเป็นพฤติกรรมที่ไม่ดีไม่ควรที่จะแสดงออกมา ตรงข้าม พฤติกรรมที่ดีต่างหากที่เป็นพฤติกรรมที่ควรประพฤติปฏิบัติแสดงออกมาและยกตัวอย่างนักแสดงที่ประพฤติปฏิบัติดีให้แก่นักเรียนทราบ	-พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย -พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา	-ความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ได้รับจากเกมซึ่งช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งทางกายและทางวาจา

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

.....

.....

แผนการจัดกิจกรรมที่ 11
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** เกมล่าลายเซน **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

กิจกรรม “เกมล่าลายเซน” เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนจะเกิดความรู้สึกชื่นชม ยกย่องผู้อื่น และผู้ที่ถูกชมเชยเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจแก่พฤติกรรมที่ดีของตน สามารถทำให้เกิดความคงอยู่ของพฤติกรรมที่ดีเหล่านั้น และผู้ที่ไม่ได้รับคำกล่าวชื่นชม ยกย่องเลยก็จะเกิดความรู้สึกต้องการเป็นที่ยอมรับ และเกิดพฤติกรรมที่ดีขึ้นได้

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มีความสามารถ ดังนี้

1. มีความรู้ความเข้าใจการเล่นเกมล่าลายเซน และสิ่งที่ได้รับจากการเล่นเกมได้
2. มีสมรรถภาพททางกายที่ดี
3. มีทักษะในการเล่นเกมล่าลายเซนได้อย่างถูกต้อง
4. ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น แสดงการชื่นชม ยกย่องผู้อื่นได้
5. มีเจตคติที่ดีจากการเล่นเกมล่าลายเซน มีความพึงพอใจ เกิดความสนุกสนาน

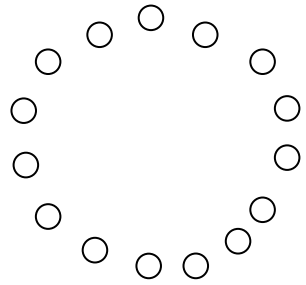
สาระการเรียนรู้

กิจกรรม “เกมล่าลายเซน” เป็นกิจกรรมที่ให้ผู้เล่นแต่ละคนไปตามหาผู้เล่นคนอื่นที่มีคุณสมบัติตามที่ผู้นำกำหนดให้ เพื่อนคนใดที่มีพฤติกรรมหรือคุณลักษณะที่ตรงกับผู้นำกล่าวถึงให้ผู้เล่นรีบวิ่งไปขอลายเซนเพื่อนคนนั้น เมื่อผู้นำแจ้งพฤติกรรมหรือคุณสมบัติของผู้เล่นครบแล้วและนักเรียนได้ลายเซนครบทุกข้อแล้วให้นำมาส่งคืนผู้นำ ผู้นำจะตัดสินว่าในคุณสมบัติหรือพฤติกรรมข้อนั้นๆผู้เล่นคนใดได้รับการยกย่องมากที่สุด ผู้เล่นที่ได้รับการยกย่องมากที่สุดในแต่ละข้อจะได้รับของรางวัลจากผู้นำ

อุปกรณ์

ปากกา กระดาษ ของรางวัล

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดานตามลำดับความสูง 1.2 ผู้สอนตรวจสอบรายชื่อนักเรียน		-ความมีระเบียบวินัยในการเข้าแถว
2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที) 2.1 ให้นักเรียนที่ยังไม่เคยนำทำท่ากายบริหารมานำกายบริหาร 2-3 ท่า		-การเคารพผู้อื่น
3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(10 นาที) 3.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม ดังรูป  3.2 ผู้นำแจกกระดาษและปากกาแก่ผู้เล่น 3.3 ผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการเล่นเกม 3.4 ผู้สอนเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย		-การเคารพในสิทธิผู้อื่น
4.ขั้นนำไปใช้ (15 นาที) 4.1 ผู้นำแจ้งคุณสมบัติและพฤติกรรมในแต่ละข้อเพื่อให้ผู้เล่นได้ไปขอลายเซนเพื่อนที่มีลักษณะดังกล่าว 4.2 ผู้นำแจ้งคุณสมบัติและพฤติกรรมครบทุกข้อให้ผู้เล่นนำกระดาษมาให้ผู้นำเพื่อทำการสรุปผล	-พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย -พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา	-การชื่นชมผู้อื่น -ความคิดเห็นในทางที่ดี -การยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น
5.ขั้นสรุป (15 นาที) 5.1 ผู้สอนสรุปผู้ที่เพื่อนยกย่องมากที่สุดในแต่ละข้อและมอบรางวัล		-การเคารพสิทธิผู้อื่น

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
5.2 ผู้สอนและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการเล่นเกมนี้ คือ แสดงการชื่นชม ยกย่องผู้อื่นรวมทั้งมีสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ซึ่งจะสามารถช่วยให้นักเรียนเคารพผู้อื่น ไม่ละเมิดหรือกระทำพฤติกรรมไม่ดีต่อเพื่อนที่สำคัญเมื่อนักเรียนเห็นเพื่อนได้รับผลตอบรับที่ดี นักเรียนก็จะต้องนำข้อดีเหล่านั้นของเพื่อนมาปฏิบัติเช่นกัน	-พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย -พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา	-ความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ได้รับจากเกมซึ่งช่วยลดพฤติกรรมการทุบตีชกต่อย เลียนแบบท่าทางความผิดหรือข้อบกพร่องของเพื่อน การดึงกระชากเสื้อ ขัดขาให้ล้ม การยั่วแหย่ทะเลาะวิวาท การผลักโต๊ะ เก้าอี้ให้ล้ม การเตะ ถีบ -การพูดเสียงดังเอะอะโวยวาย พูดจาไม่สุภาพ พูดจาเยาะเย้ย การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น พูดคำหยาบ ตวาดตะคอก พูดจาข่มขู่ พูดจาดูถูก พูดจาเสียดสี พูดจายั่วยุ

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

……

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

……

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

……

……

……

แผนการจัดกิจกรรมที่ 12
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** เห็นแกะไหม **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

กิจกรรม “เห็นแกะไหม” เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนเห็นคุณค่าของการใช้คำพูดที่จะต้องไม่เป็นการดูถูก หรือเยาะเย้ยผู้อื่น โดยการเล่นเกมนักเรียนจะเรียนรู้โดยตรงจากการที่ทุกคนต้องออกไปพูดบรรยายถึงลักษณะของเพื่อน ซึ่งจะต้องพูดถึงลักษณะที่ดี หรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มีความสามารถ ดังนี้

1. มีความรู้ความเข้าใจจากการเล่นเกมเห็นแกะไหม และสิ่งที่ได้รับจากเกม
2. มีสมรรถภาพทางกายที่ดี
3. มีทักษะในการเล่นเกมเห็นแกะไหมอย่างถูกต้อง
4. แสดงการลดพฤติกรรมพูดจาเยาะเย้ยแสดงการลดพฤติกรรมพูดจาดูถูก
5. มีเจตคติที่ดีในการเล่นเกมเห็นแกะไหม มีความสนุกสนาน เกิดความพึงพอใจ

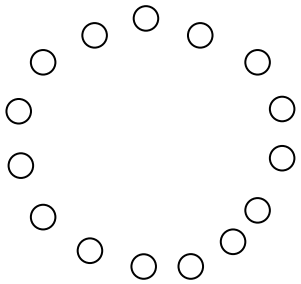
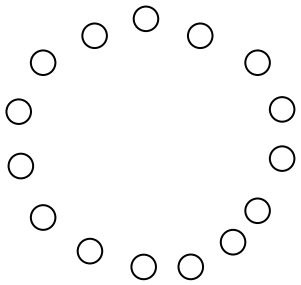
สาระการเรียนรู้

กิจกรรม “เห็นแกะไหม” ในการเล่นผู้เล่นจะยืนเป็นวงกลม และกำหนดให้ผู้เล่นคนหนึ่งอยู่นอกวงกลมเป็นคนเลี้ยงแกะ การเริ่มเล่นคนเลี้ยงแกะจะถามคนที่ยืนเป็นวงกลมว่า “เห็นแกะของฉันไหม” คนในวงกลมจะถามว่า “แกะของคุณมีลักษณะอย่างไร” คนเลี้ยงแกะจะต้องบรรยายลักษณะแกะของตน โดยจะบอกตามลักษณะเฉพาะของบุคคล คนที่รู้ว่าถูกกล่าวถึงก็จะรีบวิ่งหนีไปรอบๆวงทันที คนที่ถูกถามก็จะวิ่งไล่ตาม และคนเลี้ยงแกะเดิมก็เข้าแทนที่ผู้ที่วิ่งไล่แกะไป การวิ่งไล่และการหนี ให้วิ่งจนครบรอบถึงที่ที่ยืนเดิม ถ้าการวิ่งไล่ทัน คนที่เป็นแกะต้องกลับมาเป็นคนเลี้ยงแกะและเล่นต่อไปเช่นนี้เหมือนเมื่อเริ่มเล่น และทุกคนจะต้องมาเป็นคนเลี้ยงแกะ

อุปกรณ์

นกหวีด นาฬิกาจับเวลา กระดาษ ปากกา

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	**ลดความก้าวร้าวด้าน**	**ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง**
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนยืนเป็นแถว ดังรูป  1.2 ผู้สอนสำรวจชื่อนักเรียน		-ความมีระเบียบวินัยในการเข้าแถว
2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที) 2.1 ผู้สอนเลือกนักเรียนที่ยังไม่เคยออกมานำท่ากายบริหาร ให้ออกมานำกายบริหาร 3 ท่า		-การเคารพผู้อื่น
3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(10 นาที) 3.1 นักเรียนยืนเป็นแถว ดังรูป  3.2 ผู้สอนอธิบายวิธีการเล่นเกม 3.3 ผู้สอนให้นักเรียนสาธิตการเล่นเกมและฝึกปฏิบัติ		-การเคารพในสิทธิผู้อื่น
4.ขั้นนำไปใช้ (15 นาที) 4.1 ผู้เล่นยืนเป็นวงกลม และขออาสาสมัครออกมาเป็นคนเลี้ยงแกะคนแรก 4.2 คนเลี้ยงแกะคนแรกบรรยายลักษณะของแกะแก่ผู้ถูกถาม	-การพูดดูถูก -การพูดเยาะเย้ย	-ความคิดสร้างสรรค์ -การไม่ละเมิดสิทธิผู้อื่นทางวาจา

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
4.3 ผู้เล่นที่ถูกถามจะต้องวิ่งไล่แกะที่โดนบรรยาย 4.4 ถ้าแกะวิ่งครบรอบกลับมาที่เดิมได้ ผู้ถูกถามจะต้องเป็นคนเลี้ยงแกะต่อไป ถ้าผู้ถูกถามวิ่งไล่แกะทันก่อนที่จะวิ่งครบรอบแกะจะต้องมาเป็นคนเลี้ยงแกะ **5.ขั้นสรุป (15 นาที)** 5.1 ผู้สอนให้นักเรียนกล่าวชมเชยเพื่อนๆและตนเองที่ไม่แสดงการพูดจาดูถูก หรือเยาะเย้ยผู้อื่น 5.2 ผู้สอนและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการเล่นเกมนี้ คือ การใช้คำพูดที่ไม่เป็นการดูถูกหรือเยาะเย้ยผู้อื่นในทางตรงกันข้ามให้ใช้คำที่เป็นการชื่นชมยกย่องจะทำให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจ ช่วยลดพฤติกรรมการพูดดูถูกและการพูดเยาะเย้ยผู้อื่น	-การพูดดูถูก -การพูดเยาะเย้ย	-ความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ได้รับจากเกมซึ่งช่วยลดพฤติกรรมการพูดดูถูก และการพูดเยาะเย้ย

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

……

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

……

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

……

……

……

แผนการจัดกิจกรรมที่ 13
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** แย่งหาง **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

กิจกรรม “แย่งหาง” เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมความสามัคคี สามารถปฏิบัติตามกฎกติกา ข้อบังคับ รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย ช่วยให้นักเรียนเห็นคุณค่าของผู้อื่น รวมทั้งเคารพสิทธิของผู้อื่น

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มี ความสามารถ ดังนี้

1. มีความรู้ความเข้าใจในการเล่นเกมแย่งหาง และสิ่งที่ได้รับจากการเล่นเกมได้
2. มีสมรรถภาพทางกายที่ดี
3. มีทักษะการเล่นเกมแย่งหางที่ถูกต้อง
4. มีความสามัคคี และแสดงการลดพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจาและทางกายได้
5. มีเจตคติที่ดีจากการเล่นเกมแย่งหาง มีความสนุกสนาน และพึงพอใจในการเล่นเกม

สาระการเรียนรู้

กิจกรรม “แย่งหาง” จะแบ่งผู้เล่นออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละ 3 คน ผู้สอนจะกำหนดเขตเป็นพื้นที่สี่เหลี่ยมขนาด 7x7 เมตรการเริ่มเล่นผู้เล่นทุกคนจะอยู่ในเขตพื้นที่ดังกล่าว โดยผู้เล่นแต่ละทีมจะต้องนำหาง (ผ้าเช็ดหน้า) เหน็บไว้ที่หลัง ผู้สอนจะกำหนดให้ผ้าเช็ดหน้า 1 สีต่อ 1 ทีม แต่ละคนจะต้องคอยแย่งผ้าเช็ดหน้าของผู้อื่นซึ่งอยู่คนละทีมกับตนและรักษาหางของตัวเองอย่าให้ทีมอื่นมาแย่ง เมื่อผู้เล่นคนใดโดนแย่งหางไปได้แล้วให้เดินออกจากพื้นที่ที่กำหนด ในกรณีที่ผ้าเช็ดหน้าตกสามารถเก็บขึ้นมาเหน็บด้านหลังของตัวเองได้ ถ้าเกิดการทะเลาะวิวาทหรือมีปากเสียงกันเกิดขึ้น ผู้สอนจะปรับให้ทีมของคู่กรณีแพ้จากการแข่งขันทันที ทีมใดสามารถแย่งผ้าจากทีมอื่นได้มากที่สุดจะเป็นผู้ชนะ

อุปกรณ์

นกหวีด ผ้าเช็ดหน้า

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนยืนเป็นแถวหน้ากระดานเรียง 1 1.2 ผู้สอนตรวจสอบรายชื่อนักเรียน **2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที)** 2.1 ผู้สอนเลือกนักเรียนที่ยังไม่เคยออกมานำท่ากายบริหารให้ออกมานำกายบริหาร 3 ท่า **3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(10 นาที)** 3.1 ให้นักเรียนนับ 3 เพื่อแบ่งกลุ่มออกเป็น 3 กลุ่ม 3.2 ผู้สอนแจกหาง (ผ้าเช็ดหน้า)แก่ผู้เล่นของแต่ละทีม 3.3 ผู้สอนอธิบายโดยให้ผู้เล่นทุกคนเข้าไปในเขตพื้นที่ที่กำหนดให้ และผู้เล่นทุกคนเริ่มการแย่งหาง(ผ้าเช็ดหน้า)ของผู้เล่นทีมอื่น ผู้เล่นคนใดโดนแย่งหางจะต้องออกไปนอกพื้นที่ของการเล่นทันที 3.4 ผู้สอนสุ่มให้นักเรียนสาธิตวิธีการเล่นเกม **4.ขั้นนำไปใช้ (15 นาที)** 4.1 ผู้สอนให้สัญญาณเริ่มเล่น 4.2 ผู้เล่นทีมใดสามารถแย่งผ้าเช็ดหน้าได้มากที่สุดจะเป็นผู้ชนะ **5.ขั้นสรุป (15 นาที)** 5.1 นักเรียนยืนเป็นแถวตอน 5 แถวแถวละ 3 คน ดังรูป ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ 5.2 ผู้สอนสรุปทีมที่ชนะ พร้อมให้คำยกย่อง ชมเชย	-การทะเลาะวิวาท	-ความมีระเบียบวินัยในการเข้าแถว -การเคารพผู้อื่น -การเคารพในสิทธิผู้อื่น -ความสามัคคี

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
5.3 นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการเล่นเกมนี้ พร้อมทั้งอธิบายว่าสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งทางกายและทางวาจาได้อย่างไร 5.4 ผู้สอนสรุปสิ่งที่ได้ คือ นักเรียนจะได้ปฏิบัติตามกฎกติกาข้อบังคับ มีน้ำใจเป็นนักกีฬา และเห็นคุณค่าของผู้อื่น รวมทั้งเคารพสิทธิของผู้อื่น ซึ่งเหล่านี้จะทำให้สามารถลดพฤติกรรมการทะเลาะวิวาทได้	-ทะเลาะวิวาท	-ความรู้ความเข้าใจ ในสิ่งที่ได้รับจากเกมซึ่งช่วยลดพฤติกรรมการทะเลาะวิวาท

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

……

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

……

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

……

……

……

แผนการจัดกิจกรรมที่ 14
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** หยากไย่ไฟฟ้า **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

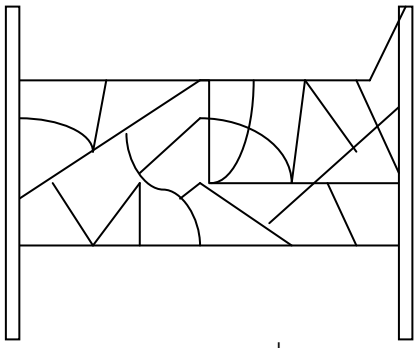
กิจกรรม “หยากไย่ไฟฟ้า” เป็นกิจกรรมที่ทำให้นักเรียนได้เสริมสร้างความสามัคคี ช่วยกันทำงานให้ประสบความสำเร็จร่วมกัน ทั้งยังเป็นการให้นักเรียนรู้จักคิดวางแผนการทำงานให้ประสบความสำเร็จและยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มีความรู้ ความสามารถ ดังนี้

1. มีความรู้ความเข้าใจการเล่นหยากไย่ไฟฟ้า และสิ่งที่ได้รับจากเกม
2. มีสมรรถภาพทางกายที่ดี
3. มีทักษะในการเล่นเกมหยากไย่ไฟฟ้าที่ถูกต้อง
4. แสดงพฤติกรรมเคารพสิทธิของผู้อื่น และแสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความสามัคคีได้
5. มีเจตคติที่ดีต่อเกมหยากไย่ไฟฟ้า มีความสนุกสนานและความพึงพอใจ

สาระการเรียนรู้

กิจกรรม “หยากไย่ไฟฟ้า” เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนทุกคนช่วยกันในการลอดผ่านช่องที่ทำด้วยเชือก โดยนำเชือกมาขึงระหว่างเสา 2 ต้นและมีขนาดของช่องต่างกันตามความเหมาะสม ดังรูป



นักเรียนทุกคนจะต้องช่วยกันวางแผนที่จะลอดผ่านช่องให้ได้ทุกคน โดยที่ห้ามลอดผ่านช่องซ้ำกัน แต่ละคนจะสามารถลอดผ่านได้หนึ่งช่อง ผู้นำจับเวลา 10 นาที ถ้านักเรียนสามารถผ่านไปได้หมดโดยไม่โดนเชือกเลยจะถือว่าชนะ

อุปกรณ์

เชือก เสา นาฬิกาจับเวลา

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนยืนเป็นแถว ดังรูป ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ 1.2 ผู้สอนตรวจสอบรายชื่อนักเรียน		-ความมีระเบียบวินัยในการเข้าแถว
2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที) 2.1 ผู้สอนสุ่มตัวแทนนักเรียนนำกายบริหาร 3 ท่า		-การเคารพผู้อื่น
3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(10 นาที) 3.1 ผู้สอนอธิบายเกมให้นักเรียนช่วยกันวางแผนในการลอดผ่านช่องที่กำหนดให้ จากนั้นจับเวลา 10 นาที ให้ผู้เล่นลอดผ่านช่องต่างๆไปให้ได้ โดยมีข้อแม้ว่าจะต้องลอดคนละ 1 ช่อง ไม่ซ้ำช่องกัน และจะต้องไม่โดนเชือก ซึ่งผู้เล่นสามารถช่วยเหลือให้เพื่อนสามารถลอดผ่านไปได้ 3.2 ให้นักเรียนฝึกปฏิบัติ 3.3 ผู้สอนเปิดโอกาสให้นักเรียนสอบถามข้อสงสัย	-พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย -พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา	-การเคารพในสิทธิผู้อื่น
4.ขั้นนำไปใช้ (20 นาที) 4.1 ผู้สอนให้สัญญาณการเริ่มเล่น โดยทำการจับเวลาเป็นเวลา 10 นาที 4.2 ผู้สอนให้สัญญาณหมดเวลา 4.3 ผู้สอนให้โอกาสผู้เล่นอีกครั้ง ถ้าครั้งแรกผู้เล่นไม่สามารถผ่านภารกิจไปได้	-พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย -พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา	-ความสามัคคี -การเคารพสิทธิของผู้อื่น -การทำงานร่วมกันเป็นทีม

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
5.ขั้นสรุป (10 นาที) 5.1 ผู้สอนให้นักเรียน ร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรมนี้ และมอบรางวัลในกรณีที่นักเรียนสามารถทำภารกิจสำเร็จ 5.2 ผู้สอนสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรมนี้ คือ การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน การทำงานเป็นทีมจะต้องยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น ก่อให้เกิดความสามัคคี รวมทั้งเรียนรู้การอยู่ร่วมกันไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น โดยกล่าวถึงพฤติกรรมก้าวร้าวที่ถือเป็นการละเมิดสิทธิผู้อื่น	-พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย -พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา	-ความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ได้รับจากเกมซึ่งช่วยลดพฤติกรรมการทุบตี เลียนแบบท่าทางความผิดหรือข้อบกพร่อง การชกต่อย การดึงกระชากเสื้อ การขัดขาให้ล้มการยั่วแหย่ ทะเลาะวิวาท การเตะถีบ - พูดจาเยาะเย้ย การล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น การตวาดตะคอก พูดจาข่มขู่ พูดจาดูถูก พูดจาเสียดสี พูดจายั่วยุ

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

……

……

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

……

……

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

……

……

……

……

แผนการจัดกิจกรรมที่ 15
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** ดนตรีชิงหลัก **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

กิจกรรม “ดนตรีชิงหลัก” เป็นกิจกรรมที่ทำให้นักเรียนเกิดพฤติกรรมการยอมรับถึงผลที่เกิดขึ้นจากการที่นักเรียนเกิดการแย่งชิงหลักกัน และเห็นคุณค่าของการปฏิบัติตนที่ถูกต้องตามกฎระเบียบที่วางเอาไว้ ไม่แสดงพฤติกรรมที่เป็นการผิดกติกา จะช่วยลดพฤติกรรมในทางที่ไม่ดีต่อนักเรียนจากการเรียนรู้ผ่านกิจกรรม

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มีความสามารถ ดังนี้

1. มีความรู้ความเข้าใจในการเล่นเกมดนตรีชิงหลัก และสิ่งที่ได้รับจากการเล่นเกมได้
2. มีสมรรถภาพทางกายที่ดี
3. มีทักษะในการเล่นเกมดนตรีชิงหลักที่ถูกต้อง
4. แสดงการเคารพสิทธิของผู้อื่น และปฏิบัติตามกฎกติกาได้
5. มีเจตคติที่ดีจากเกมดนตรีชิงหลัก มีความพึงพอใจและความสนุกสนาน

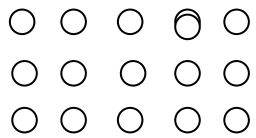
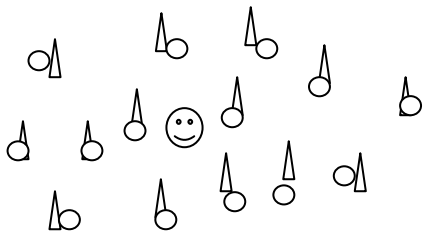
สาระการเรียนรู้

กิจกรรม “ดนตรีชิงหลัก” เป็นกิจกรรมที่มีวิธีการเล่นคล้ายกับเก้าอี้ดนตรี คือ ผู้สอนจะเปิดเพลง เมื่อผู้สอนกดหยุดเพลงผู้เล่นจะต้องวิ่งเปลี่ยนหลัก ห้ามประจำที่หลักเดิมของตนเอง โดยการเริ่มเล่นเกมนั้นจะให้ผู้เล่นยืนประจำหลัก(กรวย) ทั้งหมด 14 หลัก เหลือผู้เล่นไว้ 1 คนเพื่อคอยแย่งหลักก่อนเกมเริ่มเล่น เมื่อผู้สอนให้สัญญาณเริ่มเล่นและเริ่มกดหยุดเพลงผู้เล่นทุกคนจะต้องวิ่งเปลี่ยนหลัก ผู้เล่นคนใดที่ไม่มีหลักอยู่จะต้องออกจากการแข่งขัน และนำหลักออกครั้งละ 1 หลัก ผู้เล่นคนใดเหลือเป็นคนสุดท้ายจะเป็นผู้ชนะเลิศในการแข่งขัน โดยมีข้อแม้ว่าในระหว่างการเล่นหรือเปลี่ยนหลักนั้นผู้เล่นจะต้องไม่มีพฤติกรรมการพูดจาข่มขู่ การตวาดตะคอก การขัดขาให้ล้ม หรือการดึงกระชากเสื้อ เด็ดขาด ถ้าผู้เล่นคนใดมีพฤติกรรมดังกล่าวจะต้องออกจากการแข่งขันทันที

อุปกรณ์

กรวย นกหวีด เครื่องเล่นเพลง

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนยืนเป็นแถว ดังรูป  1.2 ผู้สอนทำการสำรวจชื่อนักเรียน **2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที)** 2.1 ผู้สอนนำนักเรียนทำท่ากายบริหาร 2 ท่า **3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(10 นาที)** 3.1 ผู้สอนอธิบายวิธีการเล่นเกม 3.2 ให้นักเรียนยืนประจำหลักของตนเอง ที่วางไว้กระจายดังรูป โดยมีผู้เล่น 1 คนที่ไม่มีกรวยประจำตัวเองเพื่อรอชิงหลักของผู้อื่นก่อนการเริ่มเล่น  3.3 ผู้สอนให้นักเรียนลองเล่นเกมเพื่อเป็นการสาธิตวิธีการเล่นเกม 3.4 ผู้สอนเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย **4.ขั้นนำไปใช้ (15 นาที)** 4.1 ผู้สอนให้สัญญาณการเริ่มเล่นโดยเปิดเพลง 4.2 ผู้สอนกดหยุดเพลง ผู้เล่นทำการเปลี่ยนหลัก ผู้เล่นคนใดไม่มีหลักจะต้องออกจากการแข่งขัน 4.3 เอาหลักออก 1 หลัก ทุกครั้งที่มีการเริ่มใหม่	- การดึงกระชากเสื้อ -การขัดขาให้ล้ม -การตวาดตะคอก - การพูดจาข่มขู่	-ความมีระเบียบวินัยในการเข้าแถว -การเคารพผู้อื่น -การเคารพในสิทธิผู้อื่น -การเคารพกฎกติกาแข่งขัน -การเคารพสิทธิของผู้อื่น

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
4.4 ดำเนินการเล่นแบบเดิมไปเรื่อยๆจนเหลือผู้ชนะคนสุดท้าย โดยที่จะต้องไม่ทำผิดกติกาที่วางไว้ **5.ขั้นสรุป (15 นาที)** 5.1 ผู้สอนให้นักเรียนกล่าวชมเชยผู้ที่ชนะ 5.2 นักเรียน ร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรมนี้ 5.3 ผู้สอนสรุปสิ่งที่ได้จากเกม คือ เมื่อนักเรียนมีการแย่งหลักนั้น จะต้องกระทำตามกฎกติกาที่วางไว้ ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนเป็นที่มีเคารพในกฎกติกา เคารพในสิทธิของผู้อื่น ไม่แสดงพฤติกรรมที่เป็นการละเมิดสิทธิผู้อื่น เช่น การดึงกระชากเสื้อ การขัดขาให้ล้ม การตวาด ตะคอก การพูดจาข่มขู่ เป็นต้น	- การดึงกระชากเสื้อ - การขัดขาให้ล้ม - การตวาดตะคอก - การพูดจาข่มขู่	-ความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ได้รับจากเกมซึ่งช่วยลดพฤติกรรมการดึงกระชากเสื้อ การขัดขาให้ล้ม การตวาดตะคอก การพูดจาข่มขู่

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

……

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

……

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

……

……

……

แผนการจัดกิจกรรมที่ 16
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **จำนวนนักเรียน** 15 คน **ผู้สอน** นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล
เรื่อง กิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ **ชื่อกิจกรรม** ข้อความถึงเพื่อน **เวลา** 50 นาที

สาระสำคัญ

กิจกรรม “ข้อความถึงเพื่อน” เป็นกิจกรรมที่ทำให้นักเรียนรู้ถึงพฤติกรรมต่างๆของตนเองจากความคิดเห็นของเพื่อน เพื่อจะได้ทราบว่าตนเองควรจะมีการปรับลดพฤติกรรมที่ไม่ดีในด้านใดและควรจะคงไว้ซึ่งพฤติกรรมที่ดีเรื่องใด เป็นการสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์แก่ตัวนักเรียน

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน มีความสามารถ ดังนี้

1. มีความรู้ความเข้าใจเกมข้อความถึงเพื่อน และสิ่งที่ได้รับจากการเล่นเกม
2. มีสมรรถภาพทางกายที่ดี
3. มีทักษะในการเล่นเกมข้อความถึงเพื่อนได้ถูกต้อง
4. แสดงการลดพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายและวาจาได้
5. มีเจตคติที่ดีจากการเล่นเกมข้อความถึงเพื่อน เกิดความสนุกสนานและความพึงพอใจ

สาระการเรียนรู้

กิจกรรม “ข้อความถึงเพื่อน” ผู้สอนจะแจกฉลากแก่นักเรียนทุกคนคนละ 14 ใบ เพื่อให้นักเรียนเขียนข้อความที่ตรงกับเพื่อน(ที่กำลังยืนฝั่งตรงข้าม) มากที่สุดคนละ 1 ใบ โดยผู้สอนจะเรียกให้นักเรียนไปยืนฝั่งตรงข้ามครั้งละคน เมื่อนักเรียนเขียนข้อความที่ตรงกับเพื่อนแล้วให้ม้วนเป็นฉลากและนำไปใส่ในแก้วที่เพื่อนถือไว้หรือถ้านักเรียนเห็นว่าข้อความที่ผู้สอนเตรียมให้ไม่มีข้อความใดตรงกับพฤติกรรมของเพื่อนก็สามารถม้วนเป็นฉลากเปล่าๆได้ โดยต้องวิ่งไปกลับภายในเวลา 10 วินาทีทำเช่นนี้จนครบทุกคน โดยข้อความที่เขียนนั้นผู้สอนจะกำหนดให้ ดังนี้

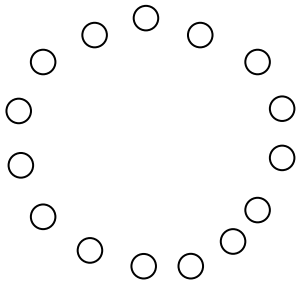
พูดเสียงดัง เอะอะ โวยวาย	พูดสุภาพ	ยั่วแหย่	พูดจาเสียดสี	ใจเย็น	ซื่อสัตย์
เลียนแบบท่าทางความผิดหรือข้อบกพร่องผู้อื่น	ขว้างปาสิ่งของ	ช่วยเหลือผู้อื่น	พูดจาไม่สุภาพ	ดึง กระชากเสื้อ	ไม่แกล้งเพื่อน
ผลักโต๊ะ เก้าอี้ให้ล้ม	พูดจาข่มขู่	พูดจาดูถูก	ชอบแบ่งปัน	จริงใจ	ทะเลาะวิวาท
พูดจาเยาะเย้ย	เตะ ถีบ	ชก ต่อย	ตวาด ตะคอก	พูดจายั่วยุ	พูดคำหยาบ
ล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น	รักเพื่อนๆ	ทุบ ตี	ขัดขาให้ล้ม	เป็นคนดี	มีระเบียบวินัย

นักเรียนคนใดที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งทางกายและวาจาน้อยที่สุดจะเป็นผู้ชนะในการแข่งขัน

อุปกรณ์

ปากกา กระดาษ A4 แก้ว

กระบวนการจัดกิจกรรม

กระบวนการจัดกิจกรรม	**ลดความก้าวร้าวด้าน**	**ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง**
1.ขั้นนำ (5 นาที) 1.1 นักเรียนยืนเป็นแถว ดังรูป  1.2 ผู้สอนสำรวจชื่อนักเรียน **2.ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย (5 นาที)** 2.1 ผู้สอนนำนักเรียนทำท่ากายบริหาร 3 ท่า **3.ขั้นอธิบาย สาธิตและฝึกปฏิบัติ(10 นาที)** 3.1 ให้ผู้เล่นยืนเป็นแถวหน้ากระดานเรียงหนึ่ง 3.2 ผู้สอนอธิบายและสาธิตวิธีการเล่นเกม 3.3 เปิดโอกาสให้นักเรียนถามข้อสงสัย **4.ขั้นนำไปใช้ (15 นาที)** 4.1 ผู้สอนเรียกชื่อนักเรียนมายืนฝั่งตรงข้ามครั้งละคน 4.2 ให้นักเรียนที่อยู่ในแถวเขียนพฤติกรรมที่ตรงกับนักเรียนที่ออกไปหน้าแถวลงในฉลาก รอผู้สอนให้สัญญาณ 4.3 เมื่อผู้สอนให้สัญญาณ ให้นักเรียนที่อยู่ในแถววิ่งนำฉลากมาใส่แก้วของนักเรียนที่ไปยืนฝั่งตรงข้ามไปกลับภายในเวลา 10 วินาที		-ความมีระเบียบวินัยในการเข้าแถว -การเคารพผู้อื่น -การเคารพในสิทธิผู้อื่น

กระบวนการจัดกิจกรรม	ลดความก้าวร้าวด้าน	ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวัง
4.4 ผู้สอนเรียกชื่อนักเรียนออกมาหน้าแถวเรื่อยๆจนครบทุกคน **5.ขั้นสรุป (15 นาที)** 5.1 ผู้สอนบอกถึงพฤติกรรมที่เพื่อนวิจารณ์แก่นักเรียนทุกคนเพื่อให้ทราบถึงพฤติกรรมของตนเองและสามารถนำกลับไปปรับปรุงพฤติกรรมที่ไม่ดีหรือคงไว้ซึ่งพฤติกรรมที่ดีได้ 5.2 สรุปผู้ที่ได้รับรางวัล 5.3 ผู้สอนและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการเล่นเกมนี้ คือ การลดพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งทางกายและทางวาจาที่ผู้สอนได้กำหนดไว้ข้างต้น	-ลดพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายและวาจา	-ความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ได้รับจากเกมซึ่งช่วยลดพฤติกรรมความก้าวร้าวทั้งทางกายและวาจา

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

……

……

……

ปัญหาและอุปสรรค

……

……

……

ข้อเสนอแนะในการเรียนครั้งต่อไป

……

……

……

ภาคผนวก ง
การวิเคราะห์หาคุณภาพเครื่องมือ

แบบวัดการปฏิบัติตนของนักเรียนต่อผู้อื่น

ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
1	ฉันจะดึง กระชากเสื้อเพื่อแสดงความไม่พอใจเมื่อมีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อน	1	1	1	1	1	1
2	ฉันจะตวาดหรือตะคอกใส่ถ้าเพื่อนสั่งให้ทำในสิ่งที่ฉันไม่พอใจ	1	1	1	1	1	1
3	ถ้าฉันไม่พอใจเพื่อนหรือผู้อื่น ฉันจะพูดเสียดสีเพื่อให้เขารู้สึกตัว	1	1	1	1	1	1
4	ฉันพูดเสียงดังรบกวนขณะที่ครูสอน	1	1	1	1	1	1
5	เมื่อมีใครมาห้ามไม่ให้ฉันทำในบางสิ่ง ในขณะที่ตัวเขาเองยังทำ ฉันจะพูดจาเสียดสีย้อนว่าเขา	1	1	1	1	1	1
6	ฉันจะพูดเสียงดังเอะอะ โวยวาย เพื่อทำให้เพื่อนรู้สึกเกรงกลัว	1	1	1	1	1	1
7	ฉันพูดจาเยาะเย้ยผู้ที่เคยตำหนิในความผิดพลาดของฉัน เมื่อเขาทำผิดพลาดบ้าง	1	1	1	1	1	1
8	ฉันล้อชื่อพ่อแม่ของเพื่อนเพียงเพื่อความสนุก ทั้งที่รู้ว่าเพื่อนไม่ชอบ	1	1	1	1	1	1
9	ฉันพูดจายั่วยุให้เพื่อนโกรธ เพราะรู้สึกสนุกดี	1	1	1	1	1	1
10	ถ้าใครแกล้งฉัน และทำให้ฉันไม่พอใจฉันจะคอยแกล้งขัดขาให้ล้ม	1	1	1	1	1	1
11	หากรู้ว่าคนอื่นแอบนินทาฉัน ฉันจะคอยยั่วแหย่เขา	1	1	1	1	1	1
12	เมื่อเพื่อนทำให้ฉันโกรธ ฉันจะพูดข่มขู่เพื่อน	1	1	1	1	1	1
13	เมื่อฉันรู้สึกไม่พอใจใคร ฉันจะพูดคำหยาบหรือด่า	1	1	1	1	1	1
14	ถ้าฉันไม่ชอบเพื่อนคนไหน ฉันจะพูดจาดูถูกให้เขาเจ็บใจ	1	1	1	1	1	1
15	ฉันตั้งฉายาให้เพื่อนที่มีปมด้อยในเรื่องต่างๆ	1	1	1	1	1	1
16	ฉันทำท่าทางล้อเลียนข้อบกพร่องของเพื่อน เพื่อยั่วให้เขาโกรธ	1	1	1	1	1	1

แบบวัดการปฏิบัติตนของนักเรียนต่อผู้อื่น

ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
17	ฉันจะพูดตวาด ตะคอก เมื่อเพื่อนทำไม่ถูกใจฉัน	1	1	1	1	1	1
18	ฉันด่าด้วยคำไม่สุภาพต่อผู้ที่กล่าวหาฉันทั้งต่อหน้าและลับหลัง	1	1	1	1	1	1
19	ฉันมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับผู้อื่น จนเกิดการชกต่อย หรือตบตีกัน	1	1	1	1	1	1
20	ถ้าใครทำให้ฉันอับอายหรือโกรธแค้น ฉันจะพูดล้อชื่อพ่อแม่เพื่อเป็นการตอบโต้	1	1	1	1	1	1
21	ฉันจะแสดงให้คนที่ฉันไม่พอใจรู้ว่าฉันไม่พอใจเขาโดยผลักโต๊ะ เก้าอี้เพื่อให้เขารู้ว่าฉันไม่พอใจ	1	1	1	1	1	1
22	ฉันจะขว้างของที่อยู่ในมือ ใส่คนที่มาทำร้ายฉันก่อน	1	1	1	1	1	1
23	ถ้าฉันมีสิ่งของอยู่ใกล้มือ ฉันจะคว้ามาตีคนที่ทำให้ฉันโกรธ	1	1	1	1	1	1
24	ฉันจะพูดระบายด้วยคำหยาบคาย เมื่อเกิดความรู้สึกไม่พอใจ	1	1	1	1	1	1
25	ฉันแกล้งเพื่อน เช่น ขัดขาให้ล้ม เพราะสนุกดี	1	1	1	1	1	1
26	เมื่ออยากดูของของเพื่อน ฉันจะดึง กระชากเสื้อเพื่อให้ได้ดูของตามที่ต้องการ	1	1	1	1	1	1
27	ฉันแกล้งผู้ที่อ่อนแอกว่า โดยการเตะ ถีบ เป็นต้น	1	1	1	1	1	1
28	ถ้าใครหัวเราะเมื่อฉันทำผิดฉันจะไปพูดดูถูกเขา	1	1	1	1	1	1
29	ถ้าใครพูดยั่วแหย่ฉัน ฉันจะพูดยั่วแหย่กลับคืน	1	1	1	1	1	1
30	เมื่อฉันถูกลงโทษโดยไม่มีเหตุผล ฉันจะแสดงท่าทีไม่พอใจ เช่น ทำลายสิ่งของ ผลักโต๊ะ เก้าอี้	1	1	1	1	1	1
31	เมื่อเกิดความขัดแย้งกับผู้อื่นและถูกท้าทายให้ต่อสู้กัน ฉันจะไม่ปฏิเสธ	1	1	1	1	1	1
32	เมื่อฉันไม่พอใจการกระทำของบางคนฉันจะท้าให้เขาพิสูจน์ว่าใครต่อสู้ได้ดีกว่ากันด้วยการชกต่อย	1	1	1	1	1	1

แบบวัดการปฏิบัติตนของนักเรียนต่อผู้อื่น

ข้อ	วิธีที่นักเรียนปฏิบัติต่อผู้อื่น	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
33	เมื่อฉันถูกดุด่า ฉันจะระบายความโกรธโดยการขว้างปาสิ่งของ	1	1	1	1	1	1
34	ฉันข่มขู่เพื่อนเพื่อขอของที่ฉันต้องการจากเขา	1	1	1	1	1	1
35	เมื่อพบกับบางคนที่ไม่ชอบหน้ากัน ฉันจะแหย่ให้เขาไม่พอใจ	1	1	1	1	1	1
36	ถ้ามีการแข่งขันกีฬาหรือประชันความสามารถระหว่างห้อง ฉันจะพูดเยาะเย้ยฝ่ายตรงข้าม	1	1	1	1	1	1
37	ถ้ามีกรณีขัดแย้งกับผู้อื่นฉันจะใช้กำลังในการตัดสิน เช่น ชกต่อย	1	1	1	1	1	1
38	ฉันใช้คำพูดไม่สุภาพเพื่อระบายความโกรธหรือคับแค้นใจ	1	1	1	1	1	1
39	ฉันหยอกล้อหรือเล่นกับเพื่อนแล้วได้รับบาดเจ็บ ฉันควบคุมความโกรธไม่ได้ต้องทุบตีเขาให้บาดเจ็บคืน	1	1	1	1	1	1
40	ฉันจะเตะถีบใส่คนที่ทำให้ฉันโกรธมาก	1	1	1	1	1	1
รวมทุกข้อ		**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**

แบบสังเกตและบันทึกพฤติกรรมก้าวร้าว

ชื่อผู้สังเกต.....วันที่สังเกต.....

ผู้ถูกสังเกตหมายเลข 1 ชื่อ.....

2 ชื่อ.....

3 ชื่อ.....

4 ชื่อ.....

	ผู้เชี่ยวชาญคนที่					
พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	1	2	3	4	5	รวม
1.ทุบ ตี	1	1	1	1	1	1
2.ยั่วแหย่	1	1	1	1	1	1
3.เตะ ถีบ	1	1	1	1	1	1
4.ชก ต่อย	1	1	1	1	1	1
5.ขัดขาให้ล้ม	1	1	1	1	1	1
6.ทะเลาะวิวาท	1	1	1	1	1	1
7.ขว้างปาสิ่งของ	1	1	1	1	1	1
8.ดึง กระชากเสื้อ	1	1	1	1	1	1
9.ผลักโต๊ะ เก้าอี้ให้ล้ม	1	1	1	1	1	1
10.เลียนแบบท่าทางความผิดหรือข้อบกพร่องของเพื่อน	1	1	1	1	1	1
พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา						
1.พูดจายั่วยุ	1	1	1	1	1	1
2.พูดจาข่มขู่	1	1	1	1	1	1
3.พูดจาดูถูก	1	1	1	1	1	1
4.พูดคำหยาบ	1	1	1	1	1	1
5.พูดจาเสียดสี	1	1	1	1	1	1
6.ตวาด ตะคอก	1	1	1	1	1	1
7.พูดจาเยาะเย้ย	1	1	1	1	1	1
8.พูดจาไม่สุภาพ	1	1	1	1	1	1
9.ล้อชื่อพ่อแม่ผู้อื่น	1	1	1	1	1	1
10.พูดเสียงดัง เอะอะ โวยวาย	1	1	1	1	1	1
รวม	1	1	1	1	1	1

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์
ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
1.กิจกรรมส่งข่าว	1.สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1.00
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	3.สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	4.อุปกรณ์	1	1	1	1	1	1.00
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	0	1	1	1	1	0.80
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	1	1	1	1	1	1.00
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	1	1	1	1	1.00
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	1	1	1	1	1.00
	5.5 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1.00
	เฉลี่ยรวม	.89	1	1	1	1	0.98

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์
ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
2.กิจกรรมเชื่อฉัน	1.สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1.00
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	3.สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	4.อุปกรณ์	1	1	1	1	1	1.00
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	1	1	1	1	1	1.00
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	0	1	1	1	1	0.80
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	1	1	1	1	1.00
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	1	1	1	1	1.00
	5.5 ขั้นสรุป	1	0	1	1	0	0.60
	เฉลี่ยรวม	.89	.89	1	1	.89	0.93

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์
ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
3.กิจกรรมใบ้ชื่อ	1.สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1.00
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	3.สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	4.อุปกรณ์	1	1	1	1	1	1.00
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	1	1	1	1	1	1.00
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	1	1	1	1	1	1.00
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	1	1	1	1	1.00
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	1	1	1	1	1.00
	5.5 ขั้นสรุป	1	0	1	1	1	0.80
	เฉลี่ยรวม	1	.89	1	1	1	0.98

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์
ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
4.กิจกรรมวิ่ง 4 ขา	1.สาระสำคัญ	1	0	1	1	1	0.80
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	0	1	1	1	0.80
	3.สาระการเรียนรู้	1	0	1	1	1	0.80
	4.อุปกรณ์	1	0	1	1	0	0.60
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	1	0	1	1	1	0.80
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	1	0	1	1	1	0.80
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	0	1	1	1	0.80
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	0	1	1	1	0.80
	5.5 ขั้นสรุป	1	0	1	1	1	0.80
	เฉลี่ยรวม	1	0	1	1	.89	0.80

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์
ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
5.กิจกรรมสร้างตึก	1.สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1.00
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	3.สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	4.อุปกรณ์	1	1	1	1	1	1.00
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	1	1	1	1	1	1.00
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	1	1	1	1	1	1.00
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	1	1	1	1	1.00
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	1	1	1	1	1.00
	5.5 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1.00
	เฉลี่ยรวม	1	1	1	1	1	1.00

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์
ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
6.กิจกรรมตั้งชื่อเพื่อน	1.สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1.00
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	3.สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	4.อุปกรณ์	1	1	1	1	1	1.00
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	1	1	1	1	1	1.00
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	1	1	1	1	1	1.00
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	1	1	1	1	1.00
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	1	1	1	1	1.00
	5.5 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1.00
	เฉลี่ยรวม	1	1	1	1	1	1.00

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์
ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
7.กิจกรรมจงอางหวงไข่	1.สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1.00
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	3.สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	4.อุปกรณ์	1	1	1	1	1	1.00
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	1	1	1	1	1	1.00
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	1	1	1	1	1	1.00
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	1	1	1	1	1.00
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	1	1	1	1	1.00
	5.5 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1.00
	เฉลี่ยรวม	1	1	1	1	1	1.00

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์
ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
8.กิจกรรมลำเลียงไข่	1.สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1.00
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	3.สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	4.อุปกรณ์	1	1	1	1	1	1.00
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	1	1	1	1	1	1.00
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	1	1	1	1	1	1.00
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	1	1	1	1	1.00
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	1	1	1	1	1.00
	5.5 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1.00
	เฉลี่ยรวม	1	1	1	1	1	1.00

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์
ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
9.กิจกรรมแต่งนิทาน	1.สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1.00
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	3.สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	4.อุปกรณ์	1	1	1	1	1	1.00
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	1	1	1	1	1	1.00
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	1	1	1	1	1	1.00
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	1	1	1	1	1.00
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	1	1	1	1	1.00
	5.5 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1.00
	เฉลี่ยรวม	1	1	1	1	1	1.00

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์
ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
10.กิจกรรมฉลากตรงข้าม	1.สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1.00
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	3.สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	4.อุปกรณ์	1	1	1	1	1	1.00
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	1	1	1	1	1	1.00
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	1	1	1	1	1	1.00
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	1	1	1	1	1.00
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	1	1	1	1	1.00
	5.5 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1.00
	เฉลี่ยรวม	1	1	1	1	1	1.00

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์
ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
11.กิจกรรมล่าลายเซน	1.สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1.00
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	3.สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	4.อุปกรณ์	1	1	1	1	1	1.00
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	1	1	1	1	1	1.00
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	1	1	1	1	1	1.00
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	1	1	1	1	1.00
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	1	1	1	1	1.00
	5.5 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1.00
	เฉลี่ยรวม	1	1	1	1	1	1.00

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
12.กิจกรรมเห็นแกะไหม	1.สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1.00
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	3.สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	4.อุปกรณ์	1	1	1	1	1	1.00
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	1	1	1	1	1	1.00
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	1	1	1	1	1	1.00
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	1	1	1	1	1.00
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	1	1	1	1	1.00
	5.5 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1.00
	เฉลี่ยรวม	1	1	1	1	1	1.00

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์
ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
13.กิจกรรมแย่งหาง	1.สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1.00
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	3.สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	4.อุปกรณ์	1	1	1	1	1	1.00
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	1	1	1	1	1	1.00
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	1	1	1	1	1	1.00
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	1	1	1	1	1.00
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	1	1	1	1	1.00
	5.5 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1.00
	เฉลี่ยรวม	1	1	1	1	1	1.00

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์
ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
14.กิจกรรมหยากไย่ไฟฟ้า	1.สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1.00
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	3.สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	4.อุปกรณ์	1	1	1	1	1	1.00
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	1	1	1	1	1	1.00
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	1	1	1	1	1	1.00
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	1	1	1	1	1.00
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	1	1	1	1	1.00
	5.5 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1.00
	เฉลี่ยรวม	1	1	1	1	1	1.00

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์
ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
15.กิจกรรมดนตรีชิงหลัก	1.สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1.00
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	3.สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	4.อุปกรณ์	1	1	1	1	1	1.00
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	1	1	1	1	1	1.00
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	1	1	1	1	1	1.00
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	1	1	1	1	1.00
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	1	1	1	1	1.00
	5.5 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1.00
	เฉลี่ยรวม	1	1	1	1	1	1.00

ตารางพิจารณาแผนการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์
ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับประถมศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่	รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ					เฉลี่ย
		1	2	3	4	5	
16.กิจกรรมข้อความถึงเพื่อน	1.สาระสำคัญ	1	1	1	1	1	1.00
	2.จุดประสงค์การเรียนรู้	1	1	1	1	0	0.80
	3.สาระการเรียนรู้	1	1	1	1	1	1.00
	4.อุปกรณ์	1	1	1	1	1	1.00
	5.กระบวนการจัดกิจกรรม 5.1 ขั้นนำ	1	1	1	1	1	1.00
	5.2 ขั้นพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	1	1	1	1	1	1.00
	5.3 ขั้นอธิบาย สาธิตและขั้นปฏิบัติ	1	1	1	1	1	1.00
	5.4 ขั้นนำไปใช้	1	1	1	1	1	1.00
	5.5 ขั้นสรุป	1	1	1	1	1	1.00
	เฉลี่ยรวม	1	1	1	1	.89	0.98

หาค่าความเที่ยงเครื่องมือ

R E L I A B I L I T Y A N A L Y S I S - S C A L E (A L P H A)

Reliability Coefficients

N of Cases = 20.0 N of Items = 40

Alpha = .9715

ภาคผนวก จ
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล(เพิ่มเติม)

ตารางที่ 7 คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง(แบบสังเกตพฤติกรรม)

พฤติกรรมก้าวร้าว	กลุ่มทดลอง n = 15		กลุ่มควบคุม n = 15		t
	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD	
1. พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	5.40	2.97	5.33	2.87	0.06
2. พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา	4.20	2.04	4.60	1.59	-0.60
รวมทุกด้าน	9.60	4.42	9.93	4.18	-0.21

จากตารางที่ 7 แสดงให้เห็นว่าก่อนการทดลอง คะแนนฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายและวาจาของกลุ่มทดลองมีค่าเท่ากับ 9.60 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 9.93 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยรวมพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งทางกายและวาจามาเปรียบเทียบความแตกต่าง พบว่า ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 8 ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนแบบทางเดียวชนิดวัดซ้ำ(One-way analysis of variance with the repeated measure) ของค่าเฉลี่ยการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองในแบบสังเกตพฤติกรรม

แหล่งความแปรปรวน	SS	Df	MS	F
between subject	460.53	14	32.89	
within subject	340.67	30	11.36	
between condition	260.40	2	130.20	45.42*
Error	80.27	28	2.87	
Total	801.20	44	18.21	

* $p < .05$

จากตารางที่ 8 พบว่าค่าเอฟ ที่ได้จากการวิเคราะห์ความแปรปรวนเท่ากับ 45.42 แสดงว่าค่าเฉลี่ยการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 9 ตารางแสดงผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลอง โดยวิธีของ LSD ในแบบสังเกตพฤติกรรม

		ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ระยะติดตามผล
การทดลอง	คะแนนเฉลี่ย	9.60	4.60	4.40
ก่อนการทดลอง	9.60		5.00*	5.20*
หลังการทดลอง	4.60			0.20
ระยะติดตามผล	4.40			

* $p < .05$

จากตารางที่ 9 แสดงให้เห็นว่าคะแนนเฉลี่ยจากแบบทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนกลุ่มทดลอง ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ระยะติดตามผลไม่แตกต่างจากหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 10 ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนแบบทางเดียวชนิดวัดซ้ำ(One-way analysis of variance with the repeated measure) ของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มควบคุมในแบบสังเกตพฤติกรรม

แหล่งความแปรปรวน	SS	Df	MS	F
between subject	682.58	14	48.76	
within subject	76.67	30	2.56	
between condition	4.58	2	2.29	0.89
Error	72.09	28	2.58	
Total	759.25	44	17.26	

จากตารางที่ 10 พบว่าค่าเอฟ ที่ได้จากการวิเคราะห์ความแปรปรวนเท่ากับ 0.89 แสดงว่าค่าเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าว ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 11 คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังทดลอง(ในแบบสังเกตพฤติกรรม)

พฤติกรรมก้าวร้าว	กลุ่มทดลอง n = 15		กลุ่มควบคุม n = 15		t
	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD	
1. พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย	2.60	2.32	4.80	2.43	-2.54*
2. พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา	2.00	1.73	4.53	2.23	-3.47*
รวมทุกด้าน	4.60	3.07	9.33	4.45	-3.39*

* $p < .05$

จากตารางที่ 11 แสดงให้เห็นว่าหลังการทดลองคะแนนเฉลี่ยรวมพฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองมีค่าเท่ากับ 4.60 และกลุ่มควบคุมมีค่าเท่ากับ 9.33 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยรวมพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งทางกายและวาจามาเปรียบเทียบความแตกต่างแล้ว พบว่า พฤติกรรมก้าวร้าวของกลุ่มทดลองน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ภาคผนวก ฉ
ภาพการดำเนินกิจกรรม

ภาพการดำเนินกิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษา

ภาพการดำเนินกิจกรรมเกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษา

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นายฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล เกิดวันที่ 16 สิงหาคม พ.ศ. 2530 ที่จังหวัดนครศรีธรรมราช สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษาจากโรงเรียนเทศบาลวัดเสมาเมือง ในปีการศึกษา 2542 และในปีการศึกษา 2548 สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาจากโรงเรียนเบญจมราชูทิศ จังหวัดนครศรีธรรมราช ต่อมาในปีการศึกษา 2552 ได้สำเร็จการศึกษาหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปี พ.ศ. 2553 ได้เข้าศึกษาต่อที่คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และสำเร็จการศึกษาหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขศึกษาและพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยในปีการศึกษา 2554