

บทที่ 1

บทนำ



### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ยิดหยุ่น เป็นทักษะประเภทหนึ่งของกีฬาโยมนาสติภส และจัด เป็นกิจกรรมทางพลศึกษาที่ใช้การแสดงออกทางกาย เป็นสื่อให้เกิดการพัฒนาในทุกด้าน อันได้แก่ ทางกาย ทางใจ ทางสติ ปัญญา ทางอารมณ์ และทางสังคม ประพันธ์ ลักษณะพิสุทธิ และ ชัชชัย โกมารทัต (2525 : 2) ได้เขียนเกี่ยวกับธรรมชาติของยิดหยุ่นไว้ว่า

... สันนิษฐานว่า ยิดหยุ่นมีประวัติความเป็นมาพร้อมกับการกำเนิดของมนุษย์คนแรก เลยกี่ว่าได้ เพราะถ้าลองวิเคราะห์ทักษะต่าง ๆ ของยิดหยุ่นตั้งแต่ง่ายที่สุดไปจนถึงยากที่สุด การเคลื่อนไหวที่สลับซับซ้อนน้อยไปจนถึงสลับซับซ้อนมากที่สุด การเคลื่อนที่และอยู่กับที่ จะเห็นได้ว่า มนุษย์เกี่ยวข้องกับกิจกรรมยิดหยุ่นมาโดยตลอด ตั้งแต่คลอจากครรภ์มารดา หรือถ้าจะพูดให้เลยไปก็ต้อง เรียกว่า ตั้งแต่ปฏิสนธิอยู่ในครรภ์มารดา. เลยกี่ว่าได้ ในเด็กทารกนักเรียนจะสังเกตเห็นการเคลื่อนไหวที่อาศัยกล้ามเนื้อเล็กที่สุด จนกระทั่งกล้ามเนื้อใหญ่ที่สุด มีการบิดตัว หดตัว เหยียดตัว พลิกตัวไปมา ถ้าจะถามว่าเพราะอะไร ก็คงตอบได้ง่าย ๆ ว่า ธรรมชาติ. . .

สำหรับลักษณะของยิดหยุ่นนี้ คำนิง อมรรนชัย (2527 : 9) ได้เขียนไว้ว่า

ยิดหยุ่นคือกิจกรรมขาดโผน อันประกอบด้วยการกลิ้งตัว การม้วนตัว การตีดสปริง การหมุนตัว และการทำลังกาต่าง ๆ ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้จะแสดงถึงความคล่องตัวในการเคลื่อนไหวของร่างกาย ความสามารถในการทรงตัว และการควบคุมตัวเองในอากาศ การควบคุมอวัยวะส่วนต่าง ๆ ของร่างกายให้ทำงานได้ตามต้องการ และยังแสดงถึงความสามารถในการเพิ่มแรง เพิ่มความเร็ว หรือการผ่อนแรงกระแทกให้เบาลง โดยอาศัยหลักการทางวิทยาศาสตร์

ทักษะของยิတ်หยุ่นประกอบด้วยท่าที่ง่าย ๆ จนกระทั่งถึงท่าที่ยาก ข้อดีของยิတ်หยุ่นอย่างหนึ่งคือ เป็นกิจกรรมที่สามารถสร้างความพร้อมเพื่อให้ร่างกายปรับการเคลื่อนไหวให้เข้ากับสภาพการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน และนับ เป็นกิจกรรมที่ช่วย เสริมสร้างกำลัง และความแข็งแรงของกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ทำให้ร่างกายเคลื่อนไหวได้ด้วยความสง่างาม และปราดเปรียว ลักษณะการเคลื่อนไหวของยิတ်หยุ่นมัก เกี่ยวกับการกลิ้งตัว ทรงตัว คิดหรือสปริงตัว หมุนตัว กลิ้งตัว ซึ่งลักษณะเหล่านี้เป็นการเคลื่อนไหวธรรมชาติที่เด็กชอบ เล่นและปฏิบัติกันอย่างสนุกสนาน แต่มาจัด เป็นแบบอย่างที่ถูกต้อง และปลอดภัย โดยมีอุปกรณ์และเครื่องมือที่เหมาะสม (กรมวิชาการ 2521 : 1-4)

ในด้านคุณประโยชน์ของกิจกรรมยิတ်หยุ่นนี้ ได้มีผู้เขียนและให้ข้อคิดเห็นไว้ดัง เช่น ขวัญชัย เชาวสุโข (เอกสาร : อ้างถึงใน ขจร ดั่งสุวรรณรังษี 2523 : 26) กล่าวว่า

การเคลื่อนไหวตามแบบของยิมนาสติกส์นี้เป็นการทำงานของกล้ามเนื้อเนื้อมัดใหญ่เป็นหลัก สำคัญ โดยเฉพาะกล้ามเนื้อที่ได้ออกกำลังกายมาก คือ กล้ามเนื้อแขน ไหล่ ออก และท้อง ซึ่งมักถูก เเทก เเฉยหรือไม่ได้รับการออกกำลังกายในกีฬาประเภทอื่นบ่อยนัก ส่วนยิတ်หยุ่นและ แทรมโปลีนก็ใช้กล้ามเนื้อออก เป็นส่วนใหญ่ นอกจากทำให้เกิดความแข็งแรงและพลังแล้ว ยังส่งเสริมให้ร่างกายมีความว่องไว มีความอ่อนตัว ประสานงานของอวัยวะ และการทรงตัว ช่วยแก้ไขทรวดทรงให้สง่างามขึ้น ส่วนด้านจิตใจ ช่วยในเรื่องความกระฉับกระเฉง (Alertness) ความกล้า (Daring) และรู้จักล่วงหน้า (Precision)

มิลเลอร์ และ วิทคอมบ์ (Miller and Whitcomb 1957 : 156) ได้กล่าวถึง การเล่นผาดโผนและยิတ်หยุ่นไว้ว่า กิจกรรมของยิတ်หยุ่นสามารถที่จะช่วยพัฒนาสมรรถภาพทางกาย โดยเฉพาะกล้ามเนื้อเนื้อมัดใหญ่ของร่างกาย รวมทั้งช่วยพัฒนาความแคล่วคล่องว่องไว ความอ่อนตัว การทรงตัว และความแข็งแรงทนทาน การเรียนการสอนทักษะยิတ်หยุ่นนั้นจะให้คุณค่าดังกล่าวมากกว่าการเรียนการสอนพลศึกษาอื่น ๆ

ซุคอมลินสกี (Zsucomlinski) นักปรัชญาการศึกษาที่สำคัญคนหนึ่งของประเทศ สหภาพโซเวียต และ เป็นผู้อำนวยการโรงเรียนปาฟลิช (Pavlich) อันมีชื่อเสียงโรงเรียนหนึ่ง

กล่าวว่า "โรงเรียนพาลิขนี้ถือว่ายึดหยุ่นเป็นการออกกำลังกายชนิดที่เป็นหลักสำคัญ จุดมุ่งหมายของการออกกำลังกายดังกล่าว ก็เพื่อพัฒนาความรู้สึก ความงามของการเคลื่อนไหว ความแข็งแรง ความประสานงานกลมกลืน กระฉับกระเฉง แคล่วคล่อง และความอดทนให้เกิดขึ้นในตัวเด็ก" (มีทนี เกษกมล, ผู้แปล : 106)

ในการจัดการศึกษาของไทย ได้บรรจุวิชายืดหยุ่นไว้ในหลักสูตรระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521 โดยจัดเป็นวิชาบังคับในกลุ่มวิชาพัฒนาบุคลิกภาพ แบ่งเป็นวิชายืดหยุ่น 1 และวิชายืดหยุ่น 2 โดยมีจุดประสงค์และคำอธิบายรายวิชา ดังนี้

#### วิชายืดหยุ่น 1 (พ.101)

##### จุดประสงค์

1. ให้มีความรู้ความเข้าใจขั้นพื้นฐานของวิชายืดหยุ่น
2. ให้รู้ถึงคุณค่า และเห็นความสำคัญของการทำยืดหยุ่นไปใช้ในชีวิตประจำวัน
3. ให้มีความรู้ และมีทักษะขั้นพื้นฐานของยืดหยุ่น และสามารถนำไปใช้ในการออกกำลังกายได้อย่างปลอดภัย

4. ให้มีคุณลักษณะต่าง ๆ และความกล้า ความเชื่อมั่นในตนเอง ความสามารถตัดสินใจ และความสุ่มรอบคอบ

##### คำอธิบายรายวิชา

ความรู้ทั่วไปและคุณค่าของยืดหยุ่น ทักษะเฉพาะตัวเบื้องต้นของนักยืดหยุ่น มารยาทของการเป็นผู้เล่น และผู้ดูที่ดี การบริหารร่างกายและการบำรุงรักษาสุขภาพ การเล่นด้วยความปลอดภัย และการดูแลรักษาอุปกรณ์ยืดหยุ่น

#### วิชายืดหยุ่น 2 (พ.102)

##### จุดประสงค์

1. ให้มีความรู้ความเข้าใจในระเบียบข้อบังคับ และกติกา การแข่งขันยืดหยุ่น
2. ให้รู้ถึงคุณค่าและเห็นความสำคัญของการนำยืดหยุ่นไปใช้ในชีวิตประจำวัน

3. ให้มีความรู้ และทักษะขั้นสูงของยึดหยุ่นและสามารถนำไปใช้ในการออกกำลังกายได้อย่างปลอดภัย

4. ให้มีคุณลักษณะต่าง ๆ เช่น ความร่วมมือ ความกล้า ความเชื่อมั่นในตนเอง ความสามารถในการตัดสินใจและความสุขุมรอบคอบ

#### คำอธิบายรายวิชา

ทักษะ เฉพาะตัวขั้นสูงของนักยึดหยุ่น ระเบียบข้อบังคับ เทคนิค และความสามารถพิเศษของการเล่น การเสริมสร้างสมรรถภาพของการเป็นนักยึดหยุ่นที่ดี และการเล่นด้วยความปลอดภัย (กระทรวงศึกษาธิการ กรมวิชา 2529 : 5-6)

ขบวนการจัดการเรียนการสอนแก่นักเรียนนั้น การวัดผลและประเมินผลเป็นส่วนประกอบหนึ่งของการจัดการศึกษา เป็นตัวชี้ถึงผลของการจัดว่าได้บรรลุเป้าหมาย หรือไม่เพียงใด โดยเฉพาะอย่างยิ่งการวัดผลทางผลศึกษานี้ เป็นลักษณะที่แตกต่างจากวิชาอื่น ๆ เนื่องจากเนื้อหาส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมการแสดงออกทางกาย ที่ต้องอาศัยทักษะ เป็นสื่อการเรียนรู้ ดังนั้นผู้สอนควรได้มีการกำหนดคะแนนของแต่ละด้าน รวมถึงวิธีการไว้ด้วย สมคิด ชิตประสงค์ (2521 : 163-164) ได้เสนอแนะไว้ว่า "จะไม่มีมีการกำหนดตายตัวว่าแต่ละด้านจะต้องให้คะแนนเท่าไร เพราะถ้าให้คะแนนตายตัวไว้แล้ว เป็นการกำหนดที่อาจจะไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการเรียนการสอนที่ได้ชี้แจงแก่นักเรียน หรือดึงไว้ก็ได้ แต่อย่างไรก็ตาม สำหรับด้านสมรรถภาพทางกาย ทักษะ ความรอบรู้ และความเข้าใจ คะแนนควรจะมากกว่าด้านอื่น ๆ"

การวัดผลทางทักษะมีความจำเป็น เพื่อให้ทราบถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน รวมถึงการพัฒนาทางด้านทักษะในวิชานั้น ๆ ด้วย ว่าอย่างน้อยเพียงใด และการสอนของครูได้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้หรือไม่ แต่ในสภาพที่เป็นอยู่การวัดผลทางด้านทักษะนี้ โดยเฉพาะวิชายึดหยุ่นยังไม่มี เกณฑ์การให้คะแนนที่แน่นอนหรือเป็นหลักซึ่งทักษะของยึดหยุ่นเป็นการแสดงการเคลื่อนไหวที่ต้องการความสวยงาม จึงทำให้เกิดปัญหาความเที่ยงตรง ยุติธรรมของการวัด จากรายงานการวิจัยของ ขจร ตั้งสุวรรณรังษี (2523) เรื่องปัญหาการเรียน

การสอนวิชาคณิตหุ่่นในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานคร พบว่า การวัดและประเมินผลวิชาคณิตหุ่่น เป็นปัญหาสำคัญอย่างหนึ่งที่ครูผู้สอนประสบมาก คือยังไม่มีเกณฑ์ในการทดสอบนักเรียนในแต่ละทักษะของวิชาคณิตหุ่่นโดยตรงและไม่มีคความแน่นอนในการให้คะแนนการแสดงความสามารถของนักเรียน

อย่างไรก็ตาม แม้ว่าการให้คะแนนทักษะคณิตหุ่่นจะเป็นการยากและมักเกิดปัญหาในความเที่ยงตรง แน่่นอนก็ตาม การสอบวิชาคณิตหุ่่นก็ควรสอบทักษะความสามารถในการเล่น คณิตหุ่่นในท่าต่าง ๆ ของนักเรียนด้วยเสมอ (สุทธิ พานิช เจริญนาม , สัมภาษณ์)

ข้อคิดที่ได้จากรายงานการวิจัย การสัมภาษณ์ และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้สอนผู้อื่น และโดยผู้วิจัยมีความสนใจศึกษาทั้ง เป็นผู้สอนวิชานี้โดยตรง จึงได้รวบรวมประสบการณ์ศึกษาหลักและวิธีการต่าง ๆ ในหนังสือทั้งในประเทศและต่างประเทศ นำปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญ เพื่อสร้าง เกณฑ์การให้คะแนนทักษะวิชาคณิตหุ่่นสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นนี้ขึ้น

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อสร้าง เกณฑ์การให้คะแนนทักษะวิชาคณิตหุ่่นสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

#### ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการสร้าง เกณฑ์การให้คะแนนทักษะวิชาคณิตหุ่่นสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง เป็นครูผู้สอนวิชาคณิตหุ่่นในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

#### ข้อดกลง เบื้องต้น

1. ภาพที่บันทึกในวิดีโอ เทป ที่ใช้ประกอบการวิจัยครั้งนี้มีความสมบูรณ์
2. กลุ่มตัวอย่างในวิจัยนี้ เป็นครูผู้สอนวิชาคณิตหุ่่น ซึ่ง เป็นผู้มีความรู้ ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหวของคณิตหุ่่นเป็นอย่างดี
3. กลุ่มตัวอย่างทุกคนมีความ เข้าใจและชำนาญในการให้คะแนนทักษะวิชาคณิตหุ่่นตาม เกณฑ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น



4. กลุ่มตัวอย่างให้ความร่วมมือ และตั้งใจในการทดลองใช้ เกณฑ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นอย่างดีทุกคน
5. สถานที่และเวลาที่ใช้ในการทดลองมีสภาพไม่แตกต่างกันแม้จะอยู่ต่างสถาบัน และ ช่วงเวลาที่ต่างกัน
6. กลุ่มตัวอย่างในวิจัยนี้ไม่จำกัด อายุ เพศ และระยะเวลาการสอน ไม่มีผลถึงการทดลองใช้ เกณฑ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นในครั้งนี้

#### คำจำกัดความในการวิจัย

**เกณฑ์** หมายถึง ข้อกำหนดที่ใช้ในการให้คะแนน ทักษะวิชาคณิตหุ่่นสำหรับนัก เรียนชั้น มัธยมศึกษาตอนต้น

**ทักษะคณิตหุ่่น** หมายถึง การเคลื่อนไหวอย่างมีระบบระเบียบและสวยงามตามแบบ ของกิจกรรมคณิตหุ่่น

**ครูผู้สอน** หมายถึง ผู้ทำหน้าที่ในการให้ความรู้ ฝึกฝนทักษะคณิตหุ่่นแก่นัก เรียนระดับ มัธยมศึกษาตอนต้น

**นักเรียน** หมายถึง ผู้ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นทั้งชาย และหญิง

#### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้มีแบบการให้คะแนนทักษะวิชาคณิตหุ่่น สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
2. ช่วยให้ครูผู้สอนสามารถประเมินความสามารถ ทักษะคณิตหุ่่นของนักเรียนได้อย่าง เทียบตรง ยุติธรรม
3. ทำให้นักเรียนได้มีโอกาสทราบถึงวิธีการให้คะแนนและช่วยให้ได้มีโอกาสพัฒนา ทักษะการ เคลื่อนไหวตามแบบคณิตหุ่่นได้ดียิ่งขึ้น
4. เพื่อเป็นแนวทางแก่ผู้สนใจในวิชาคณิตหุ่่น ได้ศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมในอนาคตต่อไป