

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การจัดการศึกษาปฐมวัยตามหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546 มีจุดประสงค์ในการเตรียมความพร้อมด้านพัฒนาการทั้ง 4 ด้านคือด้านร่างกาย อารมณ์-จิตใจ สังคม และสติปัญญาที่เหมาะสมกับวัยในการจัดประสบการณ์การเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัยอายุระหว่าง 3-5 ปี จะไม่จัดเป็นรายวิชาแต่จัดในรูปแบบของกิจกรรมบูรณาการผ่านการเล่นเพื่อให้เด็กเรียนรู้ประสบการณ์ตรงเกิดความรู้ทักษะคุณธรรมรวมทั้งเกิดพัฒนาการทั้ง ร่างกาย อารมณ์-จิตใจ สังคม และสติปัญญา (กรมวิชาการ , 2546)

จากการสังเกตของผู้วิจัยในด้านการรับประทานอาหารของเด็กปฐมวัยช่วงอายุระหว่าง 3-4 ปีของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านมอเกาะไทยจำนวนทั้งสิ้น 17 คนพบว่า บางส่วนไม่ยอมรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เช่น ผักในการรับประทานอาหารกลางวันในแต่ละมื้อส่งผลให้นักเรียนไม่เกิดลักษณะที่พึงประสงค์ตามหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546

จากการศึกษางานวิจัยเรื่องการปรับพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ โดยใช้นิทานในการปรับเปลี่ยน จึงได้หยิบยกนิทานเรื่อง อาหารดี มีประโยชน์ ร่างกายแข็งแรงเพื่อปลูกฝังและฝึกสุขลักษณะนิสัยที่ดีในการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ผักและผลไม้มีส่วนช่วยในการทำงาน ของเซลล์สมอง หากได้รับสารอาหารไม่ครบ สมองไม่สามารถพัฒนาได้เต็มความสามารถทำให้ความ ฉลาดทางสติปัญญา (Intelligence quotient) และความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional quotient) ต่ำ เช่น ถ้าขาดสารประเภทเหล็กที่พบในผักสีเขียว และไทอะมินในธัญพืชเป็นต้น จะทำให้สมองเจริญเติบโต ได้ไม่ดี สติปัญญาไม่ฉลาดเท่าที่ควร ขาดสาร tryptophan ที่เป็นสารเริ่มต้นในการสังเคราะห์ serotonin ที่มีผลต่อสมองที่ควบคุมอารมณ์ซึ่งพบในผลไม้ เช่น กล้วย ข้าวโพด ทำให้มีผลต่ออารมณ์ และบุคลิกภาพ (ฉัตรภา หัตถโส, 2550; ประสงค์ เทียนบุญ, 2554; อรอนงค์ กังสดาลอาไพ, 2555; อนุสรณ์ อารักษ์, 2553) ผักและผลไม้เป็นอาหารที่มีความสำคัญต่อสุขภาพของมนุษย์อย่างยิ่งโดยมีบทบาทด้านโภชนาการที่สำคัญคือ เป็นแหล่งวิตามินและแร่ธาตุช่วยให้อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายทำงานได้ ตามปกติ (มูลนิธิการแพทย์แผนไทยพัฒนา, 2548) ซึ่งวิตามินในผักผลไม้มีนั้นช่วยในการเสริมสร้าง การเจริญเติบโต และสร้างความต้านทานโรคต่าง ๆ หากร่างกายได้รับวิตามินไม่เพียงพออาจเกิด อันตรายต่อสุขภาพได้ ตัวอย่างเช่นถ้าร่างกายได้รับ

วิตามินซีไม่เพียงพอ จะทำให้มีอาการเบื่ออาหาร เลือดออกที่ผิวหนัง เลือดออกตามไรฟัน นอกจากนี้ในผักผลไม้ยังประกอบไปด้วยแร่ธาตุ และ โยอาหาร ซึ่งการขาดแร่ธาตุ เช่น ธาตุเหล็ก ทำให้เกิดโรคโลหิตจางได้ อีกทั้งโยอาหารจะเป็นตัวพาน้ำ และสารพิษออกจากร่างกาย ช่วยป้องกันโรคอ้วน โรคหลอดเลือดแข็ง หัวใจ และมะเร็ง (อนุสรณ์ อารักษ์, 2553) จากการสำรวจพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยเรียน 6-14 ปี พบว่ามีปริมาณการ บริโภคผักและผลไม้ต่ำที่สุด (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2548) ถือว่าเป็นปัญหาสำคัญที่ต้องแก้ไข ดังนั้นพฤติกรรมการบริโภคผักและผลไม้ จึงควรได้รับการส่งเสริมตั้งแต่ในวัยเด็กเพื่อให้เด็กวัยเรียน มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในวัย ผู้ใหญ่ต่อไป เด็กวัยเรียนต้องได้รับการพัฒนาที่ดีได้รับการปลูกฝัง พฤติกรรมการบริโภคทั้งที่บ้าน และโรงเรียนเนื่องจากเด็กวัยเรียนใช้เวลาอยู่บ้านและโรงเรียนพอ ๆ กัน การพัฒนาเด็กวัยเรียนให้เติบโต และเป็นคนที่มีความสมบูรณ์พร้อมทุกด้านจึงต้องปลูกฝัง พฤติกรรมที่จะเป็นนิสัยของเด็กต่อไปในอนาคต (ลัดดา เหมาะสุวรรณ, 2548)การบริโภคอาหารที่ ไม่เหมาะสมต้องได้รับการปรับ เพื่อไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์โดยต้องมีการให้ความรู้ การสร้าง จิตสำนึก สร้างความตระหนักร่วมมือกัน โดยใช้ระบบโรงเรียนและขอความร่วมมือจากครอบครัว และ ชุมชนโดยสอดแทรกเนื้อหาเรื่องการบริโภคอาหารลงในหลักสูตรเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติอย่างแท้จริง (เครือข่ายวิจัยสุขภาพ มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ, 2549)

การให้ความรู้ในช่วงชั้นปฐมวัย เพื่อเตรียมความพร้อมให้กับเด็ก ให้มีความพร้อมก่อนที่จะขึ้นระดับประถมศึกษา ซึ่งครูผู้สอนในระดับปฐมวัยมีความสำคัญมากในการปลูกฝังลักษณะนิสัย การรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ให้กับเด็กได้ ด้วยการนำนิทานเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง (child centered) การที่เล่านิทานให้ผู้ฟังเกิดความสนุกสนาน เพลิดเพลิน ครูผู้เล่านิทานจะต้องมีกลยุทธ์ในการเล่านิทาน เพราะครูที่เล่านิทานหน้าห้องต้องเล่านิทานต่อหน้าเด็กจำนวนมาก เป็นการยากที่จะส่งกระแส ความรัก ความอบอุ่นไปทั่วถึง ต้องมีวิธีอื่นที่หลากหลาย จึงจะสามารถเรียกร้องความสนใจของเด็ก (ปริดา ปัญญาจันทร์ และชีวัน วิสาสะ, 2545 หน้า 21) และชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2521, หน้า 83-84) ได้กล่าวว่า สื่อการสอนจะช่วยจะช่วยให้ครูเล่านิทานได้ดีขึ้น สอดคล้องกับที่เกริก ชื่นพันธ์ (2543, หน้า 91) กล่าวว่าสื่อที่ครูนำมาใช้ประกอบการเล่านิทานมีผลช่วยให้ผู้ฟังหรือเด็กๆ ตื่นเต้น สนุกสนาน เพลิดเพลินเร้าความสนใจ ให้เด็กมีสมาธิหรือ ความตั้งใจยาวนาน และสร้างความเข้าใจในเนื้อเรื่องของนิทานให้เห็นเป็นรูปธรรมชัดเจนยิ่งขึ้น

จากสถานการณ์ ปัญหาขั้นต้นผู้วิจัยจึงได้จัดกิจกรรมการเล่านิทานเพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางด้านการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ของเด็กปฐมวัย ที่สอดคล้องกับพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายเพื่อให้เด็กเกิดการรับรู้จากกิจกรรมการเล่านิทาน ในการ

กระตุ้นการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ในแต่ละมื้อ จากตัวละครในนิทาน เพื่อให้การปรับพฤติกรรมทานอาหารที่มีประโยชน์ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านมอเอกไทยทำให้ผู้ปกครองเกิดความเชื่อมั่นว่าเมื่อนำบุตรหลานเข้ามาศึกษาในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กมอเอกไทย จะได้รับการปรับพฤติกรรมและสุขลักษณะนิสัยที่ดีในการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ สะอาด ปลอดภัย มีสุขภาพที่แข็งแรง

คำถามวิจัย

1. หนังสือนิทานเพื่อส่งเสริมพฤติกรรม การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ของเด็กปฐมวัยมีประสิทธิภาพเป็นอย่างไร
2. ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ก่อน-หลังการใช้หนังสือนิทานของเด็กปฐมวัยเป็นอย่างไร

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาหนังสือนิทานเพื่อส่งเสริมพฤติกรรม การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ของเด็กปฐมวัยให้มีประสิทธิภาพ
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ก่อน-หลังการใช้หนังสือนิทาน

สมมุติฐาน

1. หนังสือนิทานเพื่อส่งเสริมพฤติกรรม การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ของเด็กปฐมวัยมีประสิทธิภาพ
2. ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ หลังจากการใช้นวัตกรรมหนังสือนิทาน ดีวก่อนการใช้

ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา
การวิจัยครั้งนี้มีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาหนังสือนิทานเพื่อส่งเสริม พฤติกรรมการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์สำหรับเด็กปฐมวัย จำนวน 1เล่ม ดังต่อไปนี้
เล่มที่ 1 เรื่อง อาหารดี มีประโยชน์ ร่างกายแข็งแรง

2.แหล่งข้อมูล

2.1 ผู้เชี่ยวชาญด้านเนื้อหาการจัดการศึกษาเด็กปฐมวัยจำนวน 3 คน

2.2 เด็กปฐมวัยของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านมอเกอไทย ตำบลวาลย์ อำเภอบพพระ จังหวัดตาก จำนวน 17คน

3.ขอบเขตด้านตัวแปร

ตัวแปรอิสระ ได้แก่ การจัดประสบการณ์เรียนรู้โดยหนังสือนิทาน

ตัวแปรตาม ได้แก่

1. ประสิทธิภาพของหนังสือนิทาน เรื่องที่ 1 อาหารดีมีประโยชน์ ร่างกายแข็งแรง ของเด็กปฐมวัย

2. ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ของเด็กปฐมวัย

นิยามศัพท์

1. หนังสือนิทาน คือ หนังสือนิทานที่ครูนำมาเล่า มีสาระเน้นพฤติกรรมการรับประทานอาหารของตัวละครในเรื่องมีพี่แพร์และน้องบอลในเรื่องที่พี่แพร์ไม่ยอมกินผักจึงทำให้พี่แพร์เหนื่อยและหอบง่ายเมื่อวิ่งและออกกำลังกายนิดๆหน่อยๆแต่พอพี่แพร์หันมากินผักจึงมีร่างกายที่แข็งแรงขึ้นและมีสุขภาพจิตที่ดี

2. ผลการพัฒนาด้านอารมณ์-จิตใจ หมายถึง คะแนนพัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ ที่เด็กปฐมวัยได้จากการวัดด้วยแบบประเมินพัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจทั้งก่อน-หลัง จากใช้หนังสือนิทานเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ของเด็กปฐมวัย

3. ประสิทธิภาพหนังสือนิทาน คือ การนำเอาเรื่องราวในนิทานโดยมีเนื้อหาสาระเกี่ยวกับผลของการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์เช่นผัก นม มาเล่าให้เด็กฟัง เพื่อเป็นการปลูกฝังพฤติกรรมการรับประทานอาหารผัก นม ให้กับเด็กปฐมวัย หลังจากที่ได้ฟังนิทานจบแล้วให้เด็กประเมินตนเองด้วยการให้เด็กรายงานการรับประทานอาหารผักนม

ประโยชน์ของการวิจัย

1. เด็กมีพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์เพิ่ม

2. ครูสามารถปรับพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์โดยใช้นิทานได้กับเด็กปฐมวัย

3. การปรับพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์โดยใช้นิทานของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเป็นที่เชื่อมั่นและได้รับการยอมรับจากผู้ปกครอง