

การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา
เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่5
โรงเรียนบ้านทุ่งตาฟุก

The study of learning achievement in the subjects of health and physical
education on of the 10 national health commandments using the Think Pair
Share technique. of Prathomsuksa 5 students Ban Thung Ta Phuk School

นครินทร์ กระสานต์ศิรี¹ อเนชา มาสมัคร² และบุญล้อม ด้วงวิเศษ³
Author¹, Author² and Author³

¹ นักศึกษาโปรแกรมวิชาการประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

² ครูโรงเรียนบ้านทุ่งตาฟุก จังหวัดกำแพงเพชร

³ อาจารย์ประจำโปรแกรมวิชาการประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาเรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่5 โรงเรียนบ้านทุ่งตาฟุก 2) เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียนและหลังเรียน โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่5 โรงเรียนบ้านทุ่งตาฟุก 3) เพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่5 โรงเรียนบ้านทุ่งตาฟุกกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านทุ่งตาฟุก ปีการศึกษา 2565 จำนวน 19 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 1) แผนการจัดการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด ในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาเรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ ชั้นประถมศึกษาปีที่5 ใช้เวลาในการวิจัยทั้งหมด 7 ชั่วโมง 2) แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ก่อนเรียนและหลังเรียน เป็นแบบทดสอบชนิดเลือกตอบ 4 ตัวเลือกจำนวน 20 ข้อ 3) แบบสอบถามความพึงพอใจ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย \bar{X} ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ค่าร้อยละ และการทดสอบค่าที่ t-test

ผลการวิจัยพบว่า 1) นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนผ่านเกณฑ์ร้อยละ 60 2) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการจัดการเรียนรู้ เรื่อง สุขบัญญัติ แห่งชาติ 10 ประการ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านทุ่งตาฟุก มีความพึงพอใจหลังการจัดการเรียนการสอน เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด อยู่ในระดับมาก

คำสำคัญ: ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน, เทคนิคเพื่อนคู่คิด, สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ

Abstract

The objectives of this research were 1) to study learning achievement in health education and physical education subjects 10 national health commandments using techniques for partners of Prathomsuksa 5 students at Ban Thung Ta Phuk School 2) to compare academic achievements before and after studying using the Think Pair Share technique. of Prathomsuksa 5 students at Ban Thung Ta Phuk School. 3) to study the students' satisfaction with learning management using the Think Pair Share technique. of PrathomSuksa 5 students at Ban Thung Ta Pook School. The sample group is PrathomSuksa 5 students of Ban Thung Ta Pook School in the academic year 2022, 19 people.

Research tools 1) health education and physical education learning management plan by using the Think Pair Share technique in the group of learning health education and physical education subject 10 National Health Commandments Grade 5 Total research time was 7 hours. 2) Achievement test before school. and after school, It is a multiple-choice test with 4 options and 20 questions. 3) Satisfaction Questionnaire The statistics used to analyze the data were mean, \bar{x} , standard deviation (S.D.), percentage, and t-test.

1) The results showed that: Achievement through the criteria of 60 percent. 2) 2) The learning achievement after the learning management on the 10 national statutes of Prathomsuksa 5 students after learning was higher than before. Statistically significant at the .05 level. 3) Prathomsuksa 5 students at Ban Thung Ta Phuk School were satisfied after teaching and learning about the 10 National Health Commands by using the friend-friend technique. at a high level.

Keywords: Achievement in learning, Think Pair Share technique, 10 National Health Commandments.

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันโลกมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ในหลายๆด้านไม่ว่าจะเป็นด้านสังคม เศรษฐกิจ การเมือง และเทคโนโลยี สิ่งต่างๆเหล่านี้ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของคนในประเทศไทย

การเปลี่ยนแปลงสู่ยุคโลกาภิวัตน์ส่งผลให้เด็กวัยเรียนมีสุขภาพที่เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งเด็กวัยเรียนที่อายุ 6-12 ปีเป็นช่วงวัยที่มีการพัฒนาด้านสติปัญญาค่อนข้างสมบูรณ์ อยากรู้ อยากรอง รวมทั้งมีความสามารถด้านภาษา และจินตนาการสูง แต่เด็กวัยเรียนเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อภาวะปัญหาสุขภาพมากกว่าประชากรกลุ่มอื่น โดยเฉพาะปัญหาสุขภาพที่เกิดจากการขาดคุณลักษณะที่ดี

จากการสำรวจพฤติกรรม สุขบัญญัติแห่งชาติในปี พ.ศ. 2558 พบว่าภาพรวมอยู่ในระดับพอใช้ ร้อยละ 77 ระดับปรับปรุงร้อยละ 18 ระดับดีเพียงร้อยละ 6 โดยส่วนใหญ่พบว่า มีพฤติกรรมรับประทานอาหารไขมันสูง รสชาติหวาน มัน เค็ม มีการเติมน้ำตาลในอาหารปริมาณมาก ดื่มน้ำอัดลมมากกว่า 4 วัน/สัปดาห์ ซึ่งเท่ากับการบริโภคน้ำตาล 20 ช้อนชา/วัน ซึ่งเกินกว่าที่องค์การอนามัยโลกกำหนดไว้ คือ 10 ช้อนชา/วัน รับประทานผักเพียงวันละ 1.5 ช้อนโต๊ะ ทั้งๆที่ควรรับประทานวันละ 12 ช้อนโต๊ะ นอกจากนี้ยังมีพฤติกรรมรับประทานขนมขบเคี้ยว แปรงฟันหลังอาหารกลางวันโรงเรียนและก่อนนอนทุกวัน ร้อยละ 32.8 และ 38.3 ตามลำดับ ไม่สวมหมวกนิรภัย ติดเกม ขาดการออกกำลังกาย โดยพบว่าเด็กอายุ 6-9 ปี และ 10-14 ปี ออกกำลังกายครบเกณฑ์ ร้อยละ 59.4 และ ร้อยละ 77.3 ตามลำดับไม่ค่อยออกกำลังกาย ร้อยละ 32.7 และ ร้อยละ 18.5 ออกกำลังกายไม่ครบเกณฑ์ร้อยละ 7.9

และ ร้อยละ 4.1 ตามลำดับ ปัญหาพฤติกรรมดังกล่าวข้างต้นส่งผลให้เด็กในวัยเรียนมีปัญหาสุขภาพโภชนาการ เสี่ยงต่อการเกิดโรคเรื้อรัง อุบัติเหตุ หรือแม้กระทั่งเสียชีวิตได้ในอนาคต (สุกิจ ทองพิลา, 2561 : 128-137)

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ได้กำหนดสาระและมาตรฐานการเรียนรู้ไว้ 5 สาระ คือ สาระที่1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์ สาระที่2 ชีวิตและครอบครัว สาระที่3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย และการป้องกันโรค สาระที่5 ความปลอดภัยในชีวิต และได้กำหนดคุณภาพของผู้เรียนเมื่อจบชั้นประถมศึกษาปีที่6 เข้าใจความสัมพันธ์เชื่อมโยงในการทำงานของระบบต่างๆ เข้าใจธรรมชาติการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ เข้าใจและเห็นคุณค่าของการมีชีวิตและครอบครัวที่อบอุ่น ภูมิใจและเห็นคุณค่าในเพศของตน ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ และการเกิดโรค อุบัติเหตุ ความรุนแรง สารเสพติด และการถูกล่วงละเมิดทางเพศ มีทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน และควบคุมตนเองในการเคลื่อนไหว รู้หลักการเคลื่อนไหวและสามารถเลือกเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย เกม กีฬาไทย (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2553 : 4)

จากการที่ได้สอนนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่5 ในรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนบ้านทุ่งตาทุก มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาเรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ อยู่ในระดับต่ำ ซึ่งอาจจะเกิดจากหลายสาเหตุ สาเหตุหนึ่งอาจจะมาจากครูขาดเทคนิคการสอนที่ดี ขาดวิธีสอนที่หลากหลายและครูอาจศึกษาเนื้อหาอย่างไม่มากพอ จึงทำให้การยกตัวอย่างในบางครั้งอาจทำให้นักเรียนไม่เข้าใจ เพราะสิ่งเหล่านั้นอาจเป็นสิ่งที่ไกลตัวนักเรียน

นอกจากนี้จากการที่ได้สังเกตนักเรียนในช่วงพักรับประทานอาหารกลางวัน นักเรียนส่วนใหญ่ไม่ล้างมือก่อนจะรับประทานอาหาร และไม่ทานผัก อีกทั้งยังมีนักเรียนบางกลุ่มชอบซื้อน้ำอัดลมและขนมเคี้ยวเป็นประจำ

ดังนั้นการใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิดจะช่วยให้ นักเรียน มีพัฒนาการในการเรียนรู้ และส่งเสริมให้นักเรียนมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี เพราะนักเรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน ทำให้ผู้เรียนกล้าแสดงออกแล้วยังทำให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพอีกด้วย ผู้เรียนสามารถเก็บเกี่ยวประสบการณ์ต่างๆ ในการทำกิจกรรมที่ผู้สอนได้เตรียมไว้ และไม่รู้สึกรู้สึกับเนื้อหาการเรียน ทั้งนี้ยังเป็นการกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และสร้างความสนใจของผู้เรียนจนเกิดเป็นทัศนคติที่ดีต่อการเรียนเรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ

จากเหตุผลข้างต้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาเรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการดีขั้น และนักเรียนสามารถนำความรู้เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาเรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่5 โรงเรียนบ้านทุ่งตาทุก
2. เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียนและหลังเรียน โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่5 โรงเรียนบ้านทุ่งตาทุก
3. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่5 โรงเรียนบ้านทุ่งตาทุก

สมมติฐานการวิจัย

1. นักเรียนที่ได้เรียนโดยการจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่5 มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ ผ่านเกณฑ์ร้อยละ 60

2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา เรื่องสุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่5 หลังได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคนิคการสอนเพื่อนคู่คิด มีผลสัมฤทธิ์หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน
3. ความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่5 อยู่ในระดับมาก

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่5 โรงเรียนบ้านทุ่งตาพุก มีวิธีการดำเนินงานวิจัย ดังนี้

ประชากร

ประชากรที่ใช้ครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่1 – ชั้นประถมศึกษาปีที่6 โรงเรียนบ้านทุ่งตาพุก อำเภอเมืองกำแพงเพชร จังหวัดกำแพงเพชร สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากำแพงเพชรเขต 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 99 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านทุ่งตาพุกอำเภอเมืองกำแพงเพชร จังหวัดกำแพงเพชร สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากำแพงเพชรเขต 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 19 คน โดยใช้วิธีเลือกแบบเจาะจง

เนื้อหาที่ใช้ในการวิจัย

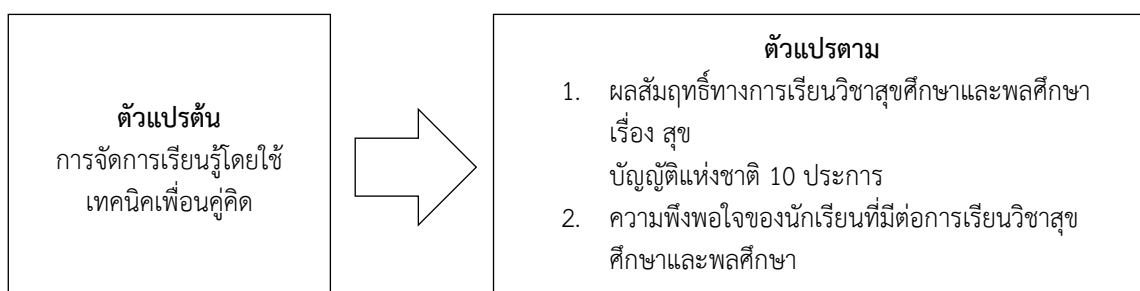
เนื้อหาที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นเนื้อหากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เรื่องหลักสุขบัญญัติ 10 ประการ ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 จำนวน 7 ชั่วโมง ประกอบด้วยหน่วยการเรียนรู้เรื่องหลักสุขบัญญัติ 10 ประการ

ตัวแปร

ตัวแปรต้น คือ การจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด

ตัวแปรตาม คือ 1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาเรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ
2. ความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการเรียนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการดำเนินงานวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แผนการจัดการเรียนรู้ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

2. แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา
3. แบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดรูปแบบของการศึกษาเป็นแบบ One Group Pre-test Post-test Design ดังตาราง

ทดสอบก่อนเรียน	ทดลอง	ทดสอบหลังเรียน
T ₁	X	T ₂

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการศึกษา

เมื่อ	T ₁	แทน	การทดสอบก่อนเรียน
	X	แทน	แบบฝึกทักษะการพูดประโยคภาษาอังกฤษ
	T ₂	แทน	การทดสอบหลังเรียน

การดำเนินการทดลองมีขั้นตอนในการดำเนินการดังนี้

1. เลือกกลุ่มเป้าหมายโดยการเลือกแบบเจาะจง ซึ่งเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านทุ่งตาทุก ปีการศึกษา 2565 จำนวน 19 คน
2. ทดสอบก่อนเรียน (Pre-test) ด้วยการให้นักเรียนทำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นก่อนเรียนแล้วเก็บคะแนนที่ได้ไว้
3. ดำเนินการสอนโดยผู้วิจัยใช้แผนการจัดการเรียนรู้จำนวน 7 แผน แผนละ 1 ชั่วโมง
4. ทดสอบหลังเรียน (Post-test) ด้วยการให้นักเรียนทำแบบทดสอบ วัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้แบบทดสอบชุดเดียวกันกับแบบทดสอบก่อนเรียน หลังจากการเรียนรู้ตามเนื้อหาจบแล้ว ตรวจสอบผลการทดสอบแล้วนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้วิธีทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หลังเรียนที่เรียนด้วยเทคนิคเพื่อนคู่คิด โดยใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และสถิติทดสอบค่าที (t-test)
2. แบบสอบถามความพึงพอใจ ของนักเรียนที่เรียนด้วยเทคนิคเพื่อนคู่คิด โดยใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

สรุปผลการวิจัย

1. นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ มีคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (ร้อยละ 60)
2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านทุ่งตาทุก จังหวัดกำแพงเพชร มีความพึงพอใจหลังเรียนการจัดการเรียนการสอน เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด อยู่ในระดับมาก

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาเรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านทุ่งตาทุก ผู้วิจัยได้อภิปรายผลดังนี้

1. นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ มีคะแนนสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (ร้อยละ 60) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่กำหนดไว้ในข้อที่1 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการจัดกระบวนการเรียนรู้โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด เป็นการจัดการเรียนการสอนที่ช่วยให้ผู้เรียนจดจำและคิดตามในประเด็นที่เด็กกำลังเรียนรู้ และเป็นวิธีการจับคู่เพื่อให้ผู้เรียนทำกิจกรรมร่วมกัน ให้คำแนะนำปรึกษาหรือ แลกเปลี่ยนความรู้ประสบการณ์ และร่วมมือกันทำกิจกรรมตามกระบวนการเรียนจนค้นพบข้อสรุป จากการดำเนินการสอนพบว่านักเรียนให้ความสนใจในการเรียน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พรทิพย์ ดิษฐปัญญา (2563) ที่พบว่านักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐานร่วมกับเทคนิคเพื่อนคู่คิดมีคะแนนความสามารถในการคิดแก้ปัญหาทางวิทยาศาสตร์หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน และสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (ร้อยละ 70) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนมีพัฒนาการความสามารถในการคิดแก้ปัญหาทางวิทยาศาสตร์และความมั่นใจในตนเองระหว่างเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนมีความรู้ในเรื่องของการดูแลตนเองตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Orem (2001) สอดคล้องกับการศึกษาของสุนิสา พรหมปาซัด (2556) ที่ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่4-6 โรงเรียนบ้านร้านตัดผม ตำบลสองพี่น้อง อำเภอนาทม จังหวัดอุดรธานี พบว่าพฤติกรรมสุขภาพตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่4-6 โดยรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้ อาจเนื่องจากสถานการณ์ปัญหาการเกิดโรคที่มีมากขึ้นในทุกพื้นที่ ทำให้นักเรียนเห็นความสำคัญและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้ถูกต้องมากขึ้น

2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องมาจากการนำเทคนิคการสอนแบบเพื่อนคู่คิดมาใช้ในการจัดการเรียน การสอน เพราะในแผนการจัดการเรียนรู้มีการนำเทคนิคเพื่อนคู่คิดนำมาใช้ในกระบวนการสอน โดยนักเรียนสามารถเรียนรู้และทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น นักเรียนจึงเกิดความกระตือรือร้นในการเรียนและช่วยให้นักเรียนเข้าใจบทเรียนมากขึ้น จึงส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้น ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของสุมาลี ชูบุญ (2561) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ผลการใช้เทคนิคเพื่อคู่คิดร่วมกับผังกราฟฟิกที่มีต่อความสามารถในการอ่านจับใจความภาษาไทยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และคะแนนนักเรียนรายบุคคลเมื่อวิเคราะห์ตามแบบการเรียนรู้ เรียงลำดับจากคะแนนสูงไปต่ำ ได้แก่นักเรียนที่มีแบบการเรียนรู้แบบการดู การสัมผัส และการฟังตามลำดับ

3. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านทุ่งตาทุก จังหวัดกำแพงเพชร มีความพึงพอใจหลังเรียนการจัดการเรียนการสอน เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด โดยรวมมีความพึงพอใจในระดับมาก ทั้งนี้เนื่องจากการจัดการเรียนการสอนโดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด เมื่อพิจารณาแต่ละรายการ ระดับมากที่สุด คือ เนื้อหาเพิ่มพูนความรู้และความเข้าใจให้นักเรียน เพราะผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลตนเองตามสุขบัญญัติ 10 ประการมากยิ่งขึ้น และส่งเสริมให้นักเรียนได้มีสัมพันธภาพภายในกลุ่มช่วยเหลือซึ่งกันและกัน รักและสามัคคีร่วมช่วยกันทำงานให้บรรลุตามเป้าหมาย ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของปิยะนุช เจียมจันทร์และธานีล ม่วงพูล (2560) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนากระบวนการเรียนการสอนแบบเพื่อนคู่คิดโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน เพื่อเสริมทักษะการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย เรื่องคำราชาศัพท์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผลการวิจัยพบว่าผู้เรียนจำนวน 30 คนผู้เรียนมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด โดยมีคะแนนเฉลี่ยทุกด้านเท่ากับ 4.55 ถ้าพิจารณาแต่ละด้านจะเห็นว่าด้านที่ได้คะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือด้านความง่ายของการใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.73 คะแนน อยู่ในระดับมากที่สุด และด้านที่ได้คะแนนเฉลี่ยต่ำสุดคือด้านความชัดเจนของตัวอักษร มีคะแนนเฉลี่ย คือ 4.43 คะแนน แต่ก็ยังอยู่ในระดับมาก

ข้อเสนอแนะ

จากการทำวิจัย การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาเรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ โดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่5 โรงเรียนบ้านทุ่งตาทุก ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1. ครูควรมีการออกแบบกิจกรรมการเรียนการสอนให้มีความสอดคล้องเหมาะสมกับความรู้ความสามารถของผู้เรียน ในการออกแบบการจัดการเรียนการสอนครูควรมีเทคนิคการควบคุมนักเรียน เพื่อให้นักเรียนสนใจในกิจกรรมการเรียนการสอนมากขึ้น โดยการกระตุ้นความสนใจและควรมีการเสริมแรงที่หลากหลาย เช่น คำชมเชย รางวัล หรืออื่นๆ
2. ครูควรทำสื่อการสอนที่หลากหลาย เนื่องจากผลการประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดการเรียนโดยใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิด มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด
3. ครูควรตรวจผลงานผู้เรียนและสรุปผลการพัฒนา ทั้งที่เมื่อเสร็จสิ้นกระบวนการเรียนการสอน เพื่อให้ผู้เรียน รู้ข้อบกพร่องของตนเอง

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการศึกษาเพิ่มเติมในเรื่องของการจัดทำสื่อการสอนและการออกแบบการจัดการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับเนื้อหา
2. ควรมีการศึกษาผลของการใช้กิจกรรมการเรียนรู้แบบเพื่อนคู่คิด ว่ามีกิจกรรมใดบ้างที่จะพัฒนาทักษะในด้านต่างๆได้

เอกสารอ้างอิง

- ปิยะนุช เจียมจันทร์และธานีล ม่วงพูล.(2560). “การพัฒนากระบวนการเรียนการสอนแบบเพื่อนคู่คิดโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน เพื่อเสริมทักษะการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย เรื่อง ราชาศัพท์.” คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.
- พรทิพย์ ดิษฐปัญญา.(2563). “ผลการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐานร่วมกับเทคนิคเพื่อนคู่คิดเพื่อพัฒนาความสามารถในการคิดแก้ปัญหาทางวิทยาศาสตร์และความมั่นใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5.” ปริญญาโท สาขาวิชาวิทยาการทางการศึกษาและการจัดการเรียนรู้ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน.(2553). พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 3) พ.ศ.2553.กรุงเทพฯ : สำนักงานรัฐมนตรี.
- สุกิจ ทองพิลา, วิภาพร ปิตินพคุณ, พิภพ ดีแพ.(2561). การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องสุขบัญญัติแห่งชาติในเด็กวัยเรียนที่เรียนด้วยหนังสือการ์ตูนกับการสอนปกติ:วารสารพยาบาลสงขลานครินทร์, 38(4), 128-137
- สุนิสา พรหมป่าซัด. (2556). “พฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่4-6 โรงเรียนบ้านร้านตัดผม ตำบลสองพี่น้อง อำเภอบางแพะ จังหวัดชุมพร”.วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- สุมาลี ชุบุญ.(2561). ผลการใช้เทคนิคเพื่อนคู่คิดกับผังกราฟิกที่มีต่อความสามารถในการอ่านจับใจความภาษาไทยของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 [วิทยานิพนธ์หลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์.
- Orem, D. E. (1985). *Nursing Concept of Practice*. พิมพ์ครั้งที่ 3. New York: McGraw Hill Book Company.

