

รายงาน
ผลการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการว่ายน้ำ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

นางกัจจา กลิ่นจันทร์
ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะครูชำนาญการ

โรงเรียนเทศบาลแหลมฉบัง 2 (มูลนิธิไต้ล้ง - ช้าง พรประภา)
สังกัดเทศบาลนครแหลมฉบัง จังหวัดชลบุรี
กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น กระทรวงมหาดไทย

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 และแก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 3) พุทธศักราช 2553 กำหนดว่าการจัดการศึกษาต้องยึดหลักว่าผู้เรียนทุกคนมีความสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ และถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด กระบวนการจัดการศึกษาต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มตามศักยภาพ (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. 2557: 6-18) มุ่งพัฒนาผู้เรียนทุกคนซึ่งเป็นกำลังของชาติให้เป็นมนุษย์ที่มีความสมดุลทั้งด้านร่างกาย ความรู้ คุณธรรม ความรู้และทักษะพื้นฐาน (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551, หน้า 4)

ในปัจจุบันกีฬาว่ายน้ำเป็นที่นิยมแพร่หลายสำหรับบุคคลทั่วไป โดยพบว่าผู้สนใจในการว่ายน้ำเป็นจำนวนมาก สังเกตได้จากผู้ที่ผู้ปกครองนิยมนำบุตรหลานไปเรียนว่ายน้ำตามสระว่ายน้ำต่าง ๆ ที่อยู่ในกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัด เพราะการว่ายน้ำทำให้เกิดประโยชน์กับผู้ว่ายน้ำเป็นอย่างมาก เสริมสร้างให้ร่างกายแข็งแรงซึ่งสอดคล้องกับ วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2543, หน้า 34) ที่ได้กล่าวไว้ว่าการว่ายน้ำเป็นวิธีหนึ่งที่เพิ่มพูนสมรรถภาพของร่างกายทุกส่วนได้ดีการว่ายน้ำทำให้กล้ามเนื้อในกลุ่มต่างๆ ได้มีการเคลื่อนไหวได้มากกว่าการออกกำลังกายประเภทอื่นๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งมีประโยชน์ต่อหัวใจและปอด ซึ่งทำให้หัวใจมีขนาดใหญ่ขึ้นจนสามารถสูดดมโลหิตในแต่ละครั้ง ได้มากขึ้น และปอดจะมีพื้นที่มีประสิทธิผลมากขึ้นด้วย ซึ่งสอดคล้องกับ เทเวศร์ พิริยะพูนท์ (2534) ที่ได้กล่าวไว้ว่า กีฬาว่ายน้ำนับได้ว่าเป็นกีฬาที่มีความนิยมกันอย่างแพร่หลายอย่างยิ่งในปัจจุบัน มีการแข่งขันกันแทบทุกระดับตั้งแต่ระดับเยาวชนจนถึงโอลิมปิก นอกจากนั้นยังเป็นที่นิยมของประชาชนทั่วไป ซึ่งใช้กีฬาว่ายน้ำเป็นสื่อในการออกกำลังกายอีกด้วย ส่วนด้านความปลอดภัยสามารถใช้ป้องกันตนเองเมื่อประสบอุบัติเหตุทางน้ำ และในสภาพสังคมปัจจุบันประเทศของเราได้มีการรณรงค์ให้มีการต่อต้านยาเสพติด ดังนั้นการที่ประชาชนทั่วไปได้ให้ความสนใจกับการออกกำลังกายด้วยการว่ายน้ำ จึงเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และเป็นปัจจัยเสริมที่ทำให้ประชาชนและเยาวชนได้ห่างไกลยาเสพติดได้อีกทางหนึ่งด้วย

การว่ายน้ำเป็นกิจกรรมหนึ่งที่ได้รับการบรรจุไว้ในหลักสูตรของพลศึกษาตั้งแต่ในระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษา หรือสูงกว่านั้น เช่น ในระดับวิชาชีพพลศึกษาตลอดจนการเรียนการสอนนอกหลักสูตร ทั้งนี้เพื่อวัตถุประสงค์ที่แตกต่างกันออกไป แต่ไม่ว่าจะวัตถุประสงค์ใดจะอยู่ในหลักสูตรหรือนอกหลักสูตรก็ตามปัจจัยสำคัญ 2 ลักษณะที่เกี่ยวข้องกับการว่ายน้ำ คือ การเรียนการสอน ซึ่งจะต้องจัดควบคู่กันเสมอไปเพื่อประสิทธิภาพของการเรียนการสอนโดยเฉพาะองค์ประกอบที่สำคัญอย่างยิ่งในการสอน คือ ความรู้ความสามารถของผู้สอน และการรับรู้ของผู้เรียน (วัลลีย์ ภัทรโรภาส, 2544, หน้า 2) การว่ายน้ำได้มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง จนมีแบบของท่าว่ายน้ำ 4 แบบที่ใช้ในการแข่งขัน คือ ท่าครอว์ล (ฟรีสไตล์) ท่ากรรเชียง ท่ากบ และท่าผีเสื้อ ฉะนั้นการที่จะว่ายน้ำให้ได้ทุกแบบ การเรียนการสอนจึงมีความสำคัญอย่างมากสำหรับผู้ประสงค์จะฝึกหัดเพื่อเป็นนักว่ายน้ำที่ดีในอนาคต และจากข้อมูลของครูผู้สอนว่ายน้ำตามสระว่ายน้ำประจำโรงเรียนต่างๆ และหรือสระว่ายน้ำที่เปิดการเรียนการสอนว่ายน้ำให้กับบุคคลทั่ว ๆ ไป พบว่า ในปัจจุบันการสอนว่ายน้ำ

ของครูโดยส่วนใหญ่ ครูผู้สอนมักจะเป็นผู้กำหนดกระบวนการเรียนการสอนว่ายน้ำตามความต้องการของตนเอง โดยการวางแผนในการจัดการเรียนการสอนตามความรู้ความสามารถของครูแต่ละท่าน อีกทั้งต้องคำนึงถึงความต้องการของผู้เรียน ซึ่งมักจะมีความต้องการว่ายน้ำให้เป็นโดยเร็ว และในจุดนี้จึงทำให้ครูผู้สอนว่ายน้ำจำเป็นต้องข้ามขั้นตอนที่เป็นพื้นฐานสำคัญในการว่ายน้ำไป ส่งผลให้ผู้เรียนว่ายน้ำมีทักษะพื้นฐานในการว่ายน้ำที่ไม่สมบูรณ์อย่างแท้จริง การนำทักษะพื้นฐานการว่ายน้ำไปใช้ในอนาคตจึงอยู่บนพื้นฐานที่ไม่ถูกต้อง ซึ่งทักษะพื้นฐานสำคัญ ที่ครูสอนว่ายน้ำทั่วไปควรคำนึงถึงจะประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ การสร้างความคุ้นเคยกับน้ำ การสอนทักษะในการว่ายน้ำให้ถูกทางการลอยตัว การพุงตัวในน้ำ การสอนให้เรียนรู้สามารถพัฒนาไปสู่การแข่งขัน จึงส่งผลให้ครูผู้สอนว่ายน้ำตามสระว่ายน้ำต่างๆ มุ่งเน้นการสอนทางด้านทักษะการว่ายน้ำท่าต่าง ๆ เพียงอย่างเดียว ไม่ได้เน้นการลอยตัวหรือการพุงตัวในน้ำเพื่อที่จะทำให้ผู้เรียนลดความกังวลหรือความกลัวน้ำ

จากเหตุผลดังกล่าวผู้ศึกษามีความคิดเห็นว่าการสอนว่ายน้ำที่เน้นด้านการลอยตัวและการพุงตัวในน้ำจะทำให้ผู้เรียนลดความกังวลและความกลัวเมื่อว่ายน้ำ น่าจะเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถสร้างทักษะพื้นฐานการว่ายน้ำให้กับผู้เรียนได้รวดเร็วขึ้น เพราะความเชื่อมั่นรวมกับความชำนาญในการพุงตัวหรือลอยตัวอยู่ในน้ำได้เป็นเวลานานและปลอดภัย จะทำให้ผู้เรียนสามารถปฏิบัติทักษะต่างๆ เกี่ยวกับการว่ายน้ำ โดยเฉพาะการว่ายน้ำในท่าต่างๆ ได้เร็วขึ้นและดีขึ้นได้ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับ สมควร โพธิ์ทอง (2532 : 32) ที่กล่าวว่า การสอนว่ายน้ำสำหรับผู้ว่ายน้ำไม่เป็นควรจะเริ่มจากการให้ผู้เรียนสามารถพุงตัวหรือเลี้ยงตัวในน้ำลึกให้เกิดความชำนาญก่อนสอนทักษะการว่ายน้ำ โดยมุ่งเน้นให้มีความสามารถในการดำน้ำขึ้นลงเป็นจังหวะ(Bobbing) ทั้งนี้ทักษะการพุงตัวหรือเลี้ยงตัวนั้น จะส่งผลต่อพัฒนาการในการว่ายน้ำได้อย่างดี

ดังนั้นผู้ศึกษาในฐานะครูผู้สอนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีความตระหนักถึงความสำคัญของการว่ายน้ำ จึงได้จัดกิจกรรมการเรียนการสอน พัฒนาทักษะการว่ายน้ำ ท่าครอว์ล (ฟรีสไตล์) ท่ากบ และท่ากรรเชียง โดยกิจกรรมและกระบวนการจัดการเรียนรู้ให้มีความสอดคล้องกับตัวชี้วัดชั้นปี กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา และ มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และกีฬา ปฏิบัติตนเป็นประจำสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจ นักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการเล่นกีฬา (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551, หน้า 174-177)

วัตถุประสงค์การศึกษา

1. เพื่อศึกษาผลการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการว่ายน้ำของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
2. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีต่อการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการว่ายน้ำ

ความสำคัญของการศึกษา

1. ได้แนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนการว่ายน้ำที่สามารถพัฒนาทักษะการว่ายน้ำของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
2. เป็นการส่งเสริมทักษะทางสังคมและปลูกฝังทักษะพื้นฐานทางด้านกีฬานำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันต่อไป
3. ทราบระดับความรู้สึกรักของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการว่ายน้ำของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ขอบเขตของการศึกษา

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 1 ปี การศึกษา 2559 โรงเรียนเทศบาลแหลมฉบัง 2 (มูลนิธิไต้ล้ง - ชึ่ง พรประภา) จำนวน 232 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2559 โรงเรียนเทศบาลแหลมฉบัง 2 (มูลนิธิไต้ล้ง - ชึ่ง พรประภา) จำนวน 40 คน ได้มา โดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากนักเรียนที่ผู้ศึกษาเป็นครูผู้สอนประจำวิชา

3. ระยะเวลาที่ใช้ในการทดลอง

ดำเนินการทดลองในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2559 โดยใช้ระยะเวลาในการทดลอง 18 ชั่วโมง

4. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

- 4.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ การจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการว่ายน้ำ
- 4.2 ตัวแปรตาม ได้แก่
 - 4.2.1 ทักษะการว่ายน้ำ
 - 4.2.2 ความพึงพอใจ

5. เนื้อหาที่ใช้ในการศึกษา

เนื้อหาที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ การว่ายน้ำท่าครอว์ล (ฟรีสไตล์) ท่ากบ และท่า กรรเชียง ซึ่งสถานศึกษากำหนดไว้ในหลักสูตรสถานศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตามสาระและมาตรฐานการเรียนรู้ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ทักษะการว่ายน้ำ หมายถึง คะแนนที่ได้จากการประเมินท่าทางหรือความสามารถใน การว่ายน้ำ ท่าครอว์ล (ฟรีสไตล์) ท่ากบ และท่ากรรเชียง ประกอบด้วยทักษะการใช้ขา การใช้แขน การหายใจ และความสัมพันธ์ต่อเนื่องของท่าว่ายน้ำ ซึ่งวัดผลด้วยแบบประเมินทักษะการว่ายน้ำ ที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้น
2. แบบประเมินทักษะการว่ายน้ำ หมายถึง เครื่องมือที่ใช้วัดผลท่าทางหรือความสามารถใน

การว่ายน้ำ ท่าครอว์ล (ฟรีสไตล์) ท่ากบ และท่ากรรเชียง ด้วยวิธีการสังเกต โดยใช้เกณฑ์การประเมิน 4 ระดับ คือ นักเรียนปฏิบัติได้ 3 ทักษะย่อย ได้ 3 คะแนน นักเรียนปฏิบัติได้ 2 ทักษะย่อยได้ 2 คะแนน นักเรียนปฏิบัติได้ 1 ทักษะย่อยได้ 1 คะแนน และนักเรียนปฏิบัติไม่ได้ ได้ 0 คะแนน

3. ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกชอบสนใจและเต็มใจของนักเรียนที่มีต่อผลการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการว่ายน้ำ ซึ่งประเมินผลได้จากการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจที่ผู้ศึกษาได้สร้างขึ้น

4. แบบสอบถามความพึงพอใจ หมายถึง ชุดข้อความที่ผู้ศึกษากำหนดขึ้นสำหรับให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่มีต่อการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการว่ายน้ำ ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ