

## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

การพัฒนาชุมชน, กรม แนวทางการดำเนินงานโครงการพัฒนาครอบครัว, กรุงเทพมหานคร :

ห้างหุ้นส่วนจำกัด บางกอกบล็อท, 2537.

เกศินี เกิดอนันต์. การศึกษาอบรมเลี้ยงดูเด็กของครอบครัว ที่มีผู้ปกครองคนเดียว

ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาประถมศึกษา  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.

ข้าราชการพลเรือน, สำนักงาน ทรัพยากรบุคคล : กลยุทธ์ในการพัฒนาแบบยั่งยืน.

กรุงเทพมหานคร : สถาบันข้าราชการพลเรือน, 2538.

คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน. การศึกษาลักษณะการอบรมเลี้ยงดูเด็ก

ก่อนวัยเรียน กรุงเทพมหานคร : ที. พี พรินท์ จำกัด, 2537.

คณะกรรมการการพัฒนาศึกษาและอบรมเลี้ยงดูเด็ก, สำนักงาน ภาวะวิกฤติของชีวิต

เด็กไทย : ปัญหาที่ยังไม่สายเกินแก้. กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์พรินต์ติ้งกรุ๊ป, 2535.

คณะกรรมการการศึกษาเอกชน, สำนักงาน พัฒนาการของเด็กระดับก่อนประถมศึกษา.

กรุงเทพมหานคร : บริษัทรุ่งเรืองการพิมพ์ (199 ) จำกัด , 2531.

จินตนา นุ่มผึ้ง. การอบรมดูแลเด็ก. กรุงเทพมหานคร : โอ เอส พรินต์ติ้ง เฮาส์, 2525.

ฉันทนา ภาคบงกช. การศึกษาสำหรับผู้ปกครองเด็กปฐมวัย. เอกสารประกอบการเรียนวิชา

ปช 541 การศึกษาสำหรับผู้ปกครองเด็กปฐมวัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย  
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. 2528.

ดวงเดือน ช่อนน่วม. รูปแบบโปรแกรมการศึกษาสำหรับเด็กสามารถพิเศษในชั้นประถมศึกษา.

รายงานการวิจัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2539.

นภเนตร ธรรมบวร. การประเมินผลพัฒนาการเด็กปฐมวัย. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540

นิภา ทองไทย. หลักสูตรการอบรมเลี้ยงดูเด็กก่อนวัยเรียนสำหรับพ่อแม่ในชุมชนเกษตรกรรม

ชนบท. ปริญญาการศึกษาดุขฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร. 2535.

ทัศนา แรมมณี และคณะ. หลักการและรูปแบบการพัฒนาเด็กปฐมวัยตามวิถีชีวิตไทย

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536.

- ประธาน สุวรรณมงคล. "ทัศนะบางประการในเรื่องสภาพแวดล้อมกับการมีส่วนร่วมของชุมชน" ในการมีส่วนร่วมของประชาชนในการพัฒนา. กรุงเทพมหานคร : ศักดิ์โสภณาการพิมพ์, 2539.
- ปัทมศิริ สีรานุกรักษ์. การพัฒนาโปรแกรมการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองเพื่อส่งเสริมการรู้หนังสือขั้นต้นของเด็กวัยอนุบาล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาประถมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- ปรีชา เปี่ยมพงศ์สานต์ และคณะ. วิธีวิทยาการศึกษาสังคมไทย : วิชาใหม่แห่งการพัฒนา. กรุงเทพมหานคร : เอดิสัน เพรสโปรดักท์, 2535.
- ปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี, สำนัก. การประชุมสมัชชาแห่งชาติ ครั้งที่ 1 ด้านการพัฒนาเด็ก. อมรินทร์พริ้นติ้งกรุ๊ป จำกัด, 2533.
- พรรณิกา สันติพงษ์. การสร้างชุดการสอนเพื่อช่วยผู้ปกครองเตรียมความพร้อมทางการอ่านแก่เด็กก่อนวัยเรียนที่ยังไม่พร้อมทางการอ่าน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2536.
- พระธรรมปิฎก. การพัฒนาที่ยั่งยืน เพื่อชุมชนแห่งการศึกษาและบรรยากาศแห่งวิชาการ. บริษัทสหธรรมิก จำกัด, 2537, 2539.
- พัชรี ลวนแก้ว. จิตวิทยาพัฒนาการและการดูแลเด็กปฐมวัย. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ดวงกมล, 2536.
- พัฒนาการศึกษาอบรม และเลี้ยงดูเด็ก, คณะกรรมการ. ภาวะวิกฤติของชีวิตเด็กไทยปัญหาที่ยังไม่สายเกินแก้. กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์พริ้นติ้งกรุ๊ป, 2535.
- มัทนา ท่าพริก. การศึกษาการใช้แผนประสบการณ์วันเด็กเล็กในด้านส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกาย ในเขตการศึกษา 11. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. 2531.
- วันเพ็ญ พิศาลพงษ์. ทางเลือกของปฐมวัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2531.
- วราภรณ์ รักริฉัย. การอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย. กรุงเทพมหานคร : แสงศิลป์การพิมพ์, 2535.
- สังคมศาสตร์สาธาณสุข, กลุ่ม. การมีส่วนร่วมของชุมชน : จุดอ่อนของงานสาธาณสุขมูลฐาน. วารสารสังคมศาสตร์. 10 ( พฤษภาคม - ธันวาคม 2525 ) หน้า 23.

สนิท ชาวสะอาด. ปัจจัยสำคัญต่อการมีส่วนร่วมของประชาชนในระดับท้องถิ่น : การศึกษากกรณี  
โครงการประปาหมู่บ้าน อำเภอเมืองนครพนมและอำเภอรธาตุพนม จังหวัดนครพนม  
ปริญญารัฐศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาการปกครอง จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ,  
2539.

สุจินต์ สิมารักษ์ และเกสินี สุภธีระ. คู่มือการประเมินสภาวะชนบทอย่างเร่งด่วน. ขอนแก่น :  
โรงพิมพ์ศิริภักดิ์ออฟเซ็ท , 2530.

สมน อมรวิวัฒน์ และคณะ. การศึกษาเชิงมนุษยวิทยาเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็กตามวิถีชีวิต  
ไทย. ภาควิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.

สุภางค์ จันทร์พานิช. วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย , 2539.

ศรีธอวงศ์ คล้ายโกศล. การศึกษาระยะเปรียบเทียบความรู้และความสามารถในการดูแลเด็กเด็กป่วย  
ระหว่างผู้ปกครองที่ได้รับการเตรียมตามปกติ กับผู้ปกครองที่ได้รับการเตรียมตาม  
โปรแกรม. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, 2527.

อรุณี นรดา. ผู้ปกครองกับการจัดการปฐมวัยศึกษาในประมวลสาระชุดวิชาหลักการและ  
แนวคิดทางการศึกษาปฐมวัย, หน่วยที่ 15 เล่มที่ 4 . นนทบุรี : สาขาศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช , 2536.

อารยา สุวงศ์. เอกสารประกอบการสอนวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ และการดูแลเด็กปฐมวัย  
กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาโรงเรียนสาธิต คณะครุศาสตร์ วิทยาลัยครูสวนดุสิต,

อโณทัย อุบลสวัสดิ์. ผลของกิจกรรมให้ความรู้ผู้ปกครองที่มีต่อทักษะกระบวนการ  
ทางวิทยาศาสตร์ของเด็กก่อนวัยเรียน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต  
ภาควิชาประถมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2535.

#### ภาษาอังกฤษ

Albert, D. F. The Effects Of Parent Involvement On Student Success. University Of  
Southern California, 1997.

Auerbach, A. B., Parents learn through discussion: Principle and practices of parent  
Group education. Melbourne, FL: Robert E. Krieger Publishing Co, 1980.

Berger, E. H. Parents as Partners in Education : Families and schools Working Together.  
New Jersey : A Simon and Schuster, 1995.

- Bronstein, Leslie. The Effects Of A School - Based Parent Training Program On Parent' And Children' s Social Problem - Solving And Decision - Making Skill. The State University Of New Jersey, 1994.
- Diamondstone, J. M. Design. Leading and evaluating workshops for teachers and parent : a mannual for trainers and leadership personnel in early children education. London : High/Scope press, 1980.
- Dicker, anne - mari. Parent Education Needs With Regard to Milieu - Disdvantaged Preschool Child. University Of Pretoria, 1993.
- Honig S. Alice. Parent Involvement in Early Childhood Education. America, 1979.
- John Devavaram. Pra for Rural Resource Managament. London : Edward Arnold, 1991.
- Joyce and Weil. Model for teacher thinking. Journal of The Education Leadership, 1986
- Mascarenhas, Jame. Participatory Rural Appraisal. London : Edward Arnold, 1991.
- Shan Parmesh and others. Participatory Rural Appraisal and Planing. London : Edward Arnold, 1991.
- Spodek, b and Saracho, O.N. Right from the start : Teaching children ages three to eight. America : Allyn and Bacon, 1994.

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย




ภาคผนวก ก  
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

- |  |   |
|--|---|
| 1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ประนอม รอดคำดี | รองคณบดีฝ่ายวิชาการ<br>คณะพยาบาลศาสตร์<br>จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 2. อาจารย์อุษา ดวงสา                     | ภาควิชาการศึกษานอกระบบ<br>มหาวิทยาลัยเชียงใหม่                  |
| 3. อาจารย์ จำนงค์ แรกพิณีจ               | สถาบันทักษิณคดีศึกษา  |
| 4. อาจารย์ สุกัญญา กาญจนกิจ              | คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย                              |

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ข  
ดัชนีการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ดัชนีการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล

### 1. ด้านอาหารและโภชนาการ

- 1.1 จัดอาหารที่มีสารอาหารครบ 5 หมู่ และให้เด็กได้รับประทานครบทั้ง 3 มื้อ
  - 1.2 เลือกอาหารที่มีประโยชน์ให้กับเด็กได้อย่างเหมาะสมกับวัย โดยเลือกอาหารในท้องถิ่นของตน ที่มีประโยชน์กับร่างกายของเด็ก
  - 1.3 ให้เด็กรับประทานอาหารเสริมที่เหมาะสมกับวัย
  - 1.4 เลือกวิธีการปรุงอาหารที่มีคุณค่าต่ออาหารมากที่สุด
  - 1.5 ให้เด็กรับประทานอาหารที่สด สะอาด ปราศจากเชื้อโรค และไม่มีสารเคมี
- ผงชูรสเจือปน**
- 1.6 ปลุกฝังสุนทรีย์ในการรับประทานอาหารของเด็ก
  - 1.7 จัดสถานที่ในการรับประทานอาหารให้เป็นที่
  - 1.8 กำหนดเวลารับประทานอาหารของเด็ก

### 2. ด้านการป้องกันโรคและการรักษาพยาบาล ตลอดจนการเฝ้าระวังความพิการ

- 2.1 สํารวจสุขภาพเด็ก โดยควรชั่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูงเด็กเป็นระยะ ๆ
- 2.2 พาเด็กไปรับภูมิคุ้มกันโรคให้ครบ และรับการตรวจสุขภาพประจำปีด้วย
- 2.3 สังเกตอาการผิดปกติของเด็ก และปรึกษาแพทย์ หรือเจ้าหน้าที่อนามัย
- 2.4 ให้อาหารเด็กด้วยความระมัดระวัง รักษาโรคเด็กด้วยยาที่แพทย์สั่ง
- 2.5 จัดสถานที่อยู่อาศัยให้เป็นระเบียบ และเก็บสิ่งที่เป็นอันตรายให้พ้นมือเด็ก
- 2.6 ให้ความรู้และแนะนำวิธีปฏิบัติตนให้แก่เด็กในการป้องกันโรคร้าย และอุบัติเหตุต่าง ๆ

### 3 ด้านการดูแลที่อยู่อาศัย เครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม

- 3.1 จัดสภาพแวดล้อมภายในบ้านและนอกบ้าน ให้มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย มีความสะอาดอยู่เสมอ
- 3.2 รักษาเครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่มให้อยู่ในสภาพที่ดี ปลอดภัย และสะอาดอยู่เสมอ
- 3.3 เลือกซื้อเครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่มที่ปลอดภัย สะอาด และให้ประโยชน์เหมาะสมกับเด็ก
- 3.4 ฝึกให้เด็กช่วยงานเล็ก ๆ น้อย ๆ เหมาะสมกับวัย

#### 4. ด้านการรักษาความสะอาดของร่างกาย

- 4.1 กำหนดสถานที่ในการทำความสะอาดร่างกาย และจัดสิ่งของที่จำเป็นให้พร้อมในการทำความสะอาดร่างกาย
- 4.2 ดูแลเด็กในการอาบน้ำอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งการรักษาความสะอาดของเส้นผมและเล็บ
- 4.3 ตรวจฟัน และติดตามการแปรงฟันของเด็กอย่างสม่ำเสมอ
- 4.4 ดูแลเด็กในการขับถ่ายให้เป็นเวลา พร้อมทั้งจัดสิ่งของที่จะเป็นให้เด็กสามารถหยิบใช้ได้เองอย่างสะดวก
- 4.5 สานิตวิธีและฝึกให้เด็กรักษาความสะอาดของร่างกายด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ
- 4.6 จัดหารองเท้าแตะที่มีขนาดพอเหมาะกับเท้าของเด็ก และฝึกให้เด็กสวมรองเท้าทุกครั้งที่ออกจากบ้าน

#### 5. ด้านการพักผ่อนนอนหลับ

- 5.1 ดูแลการพักผ่อนนอนหลับของเด็กทั้งกลางวัน กลางคืน
- 5.2 ให้เวลาแก่เด็กในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่สงบ ๆ ของตนเอง
- 5.3 ส่งเสริมให้เด็กนอนเป็นเวลา
- 5.4 ดูแลเรื่องสถานที่ที่ให้เด็กนอน ตลอดจนลักษณะการนอน
- 5.5 ทำความสะอาดที่นอนและเครื่องนอนของเด็กบ่อย ๆ
- 5.6 ฝึกให้เด็กรู้จักช่วยเหลือตนเองในการนอน

#### 6. ด้านการออกกำลังกาย

- 6.1 กระตุ้นให้เด็กช่วยงานที่ส่งเสริมการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับวัย
- 6.2 ดูแลเด็กขณะช่วยงาน ให้คำแนะนำและระมัดระวังเรื่องความปลอดภัยของเด็ก
- 6.3 ส่งเสริมการออกกำลังกายทุกชนิดที่พัฒนากล้ามเนื้อเล็ก และกล้ามเนื้อใหญ่ทุกส่วน
- 6.4 ส่งเสริมการออกกำลังกาย โดยให้เด็กได้เล่นในเวลาเพียงพอ
- 6.5 เปิดโอกาสให้เด็กได้ออกกำลังกายกับเพื่อนวัยเดียวกัน กับเพื่อนบ้าน พี่น้อง
- 6.6 จัดหาอุปกรณ์ที่ปลอดภัย และดูแลความปลอดภัยในขณะที่เด็กออกกำลังกาย
- 6.7 เมื่อเกิดการบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ผู้ใหญ่ควรเข้าไปดูแลให้การรักษาพยาบาลก่อน แล้วจึงให้คำแนะนำตักเตือน



ภาคผนวก ค

แนวคำถามเกี่ยวกับการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล

สถาบันวิทย์บริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แนวคำถามเกี่ยวกับการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล

### 1. ด้านอาหารและโภชนาการ

- 1.1 อาหารที่จัดให้เด็กมีอะไรบ้าง และรับประทานเวลาใดบ้าง
- 1.2 วิธีการเลือกซื้ออาหารมีลักษณะอย่างไร
- 1.3 อาหารเสริมที่จัดให้เด็กรับประทานมีอะไรบ้าง
- 1.4 วิธีการปรุงอาหารใช้วิธีใดบ้าง
- 1.5 ลักษณะอาหารที่จัดให้เด็กรับประทานเป็นอย่างไร
- 1.6 การช่วยเหลือตนเองของเด็กในการรับประทานอาหารเป็นอย่างไร
- 1.7 เด็กรับประทานอาหารที่ไหน
- 1.8 กำหนดให้เด็กรับประทานเวลาใด

### 2. ด้านการป้องกันโรคและการรักษาพยาบาล ตลอดจนการเฝ้าระวังความพิการ

- 2.1 เด็กได้ขังน้ำหนัก และวัดส่วนสูงเป็นประจำหรือไม่
- 2.2 เด็กได้รับการฉีดวัคซีนครบหรือไม่ และได้รับการตรวจสุขภาพประจำปีสม่ำเสมอหรือไม่
- 2.3 สังเกตอาการผิดปกติของเด็กอย่างไร และพาเด็กไปรับการรักษาที่ใด
- 2.4 ใครเป็นคนจัดยาให้เด็ก จัดยาให้เด็กอย่างไร
- 2.5 ดูแลจัดเก็บสถานที่ และสิ่งของที่เป็นอันตรายให้พ้นมือเด็กอย่างไร
- 2.6 ให้ความรู้และแนะนำวิธีปฏิบัติตนแก่เด็กในการป้องกันโรคภัย และอุบัติเหตุต่าง ๆ ใด

### 3. ด้านการดูแลที่อยู่อาศัย

- 3.1 ดูแลและจัดสถานที่ภายนอกบ้าน และภายในบ้านอย่างไร
- 3.2 ดูแลรักษาเครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่มอย่างไร
- 3.3 เลือกซื้อเครื่องใช้ และเครื่องนุ่งห่มอย่างไร
- 3.4 ฝึกให้เด็กช่วยงานอะไรบ้าง ที่เหมาะสมกับวัย

#### 4. ด้านการรักษาความสะอาดของร่างกาย

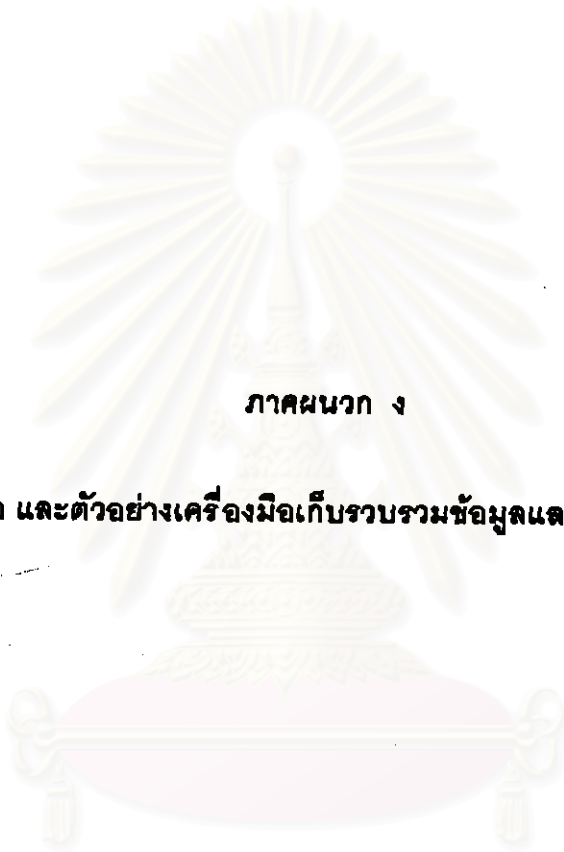
- 4.1 อานน้ำที่ไหน
- 4.2 ดูแลเด็กในการอาบน้ำอย่างไร และรักษาความสะอาดของเส้นผม และเล็บของเด็กอย่างไร
- 4.3 ดูแลสุขภาพในช่องปากและฟันของเด็กอย่างไร
- 4.4 ดูแลเด็กให้ขับถ่ายเวลาใด (เป็นเวลา)
- 4.5 ฝึกให้เด็กช่วยเหลือตนเองในการรักษาความสะอาดของร่างกายอย่างไร
- 4.6 ดูแลและฝึกให้เด็กสวมรองเท้าแตะก่อนออกจากบ้านอย่างไร

#### 5. ด้านการพักผ่อนนอนหลับ

- 5.1 เมื่อเด็กนอน ใครเป็นผู้ทำหน้าที่ดูแลเด็ก
- 5.2 เด็กทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่สงบของตนเองในเวลาใด
- 5.3 ฝึกให้เด็กนอนเวลาใด
- 5.4 จัดให้เด็กนอนที่ไหน และดูแลการนอนของเด็กอย่างไร
- 5.5 ดูแล และรักษาความสะอาดที่นอนและเครื่องนอนของเด็กอย่างไร
- 5.6 ฝึกให้เด็กรู้จักช่วยเหลือตนเองในการนอนอย่างไร

#### 6. ด้านการออกกำลังกาย

- 6.1 การออกกำลังกายของเด็กในการช่วยงานผู้ใหญ่มีอะไรบ้าง
- 6.2 ดูแล และให้คำแนะนำแก่เด็กในเรื่องความปลอดภัยอย่างไร
- 6.3 ให้เด็กได้ออกกำลังกายด้วยการเล่นอะไรบ้าง
- 6.4 ให้เด็กเล่นในเวลาใดบ้าง
- 6.5 เด็กเล่นกับใครบ้าง เล่นเป็นกลุ่ม หรือเล่นคนเดียว
- 6.6 จัดอุปกรณ์ และดูแลความปลอดภัยในระหว่างการออกกำลังกายของเด็กอย่างไร
- 6.7 ดูแล และรักษาพยาบาลเมื่อเด็กเกิดอาการบาดเจ็บในระหว่างการเล่นอย่างไร



ภาคผนวก ง  
เครื่องมือ และตัวอย่างเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบสำรวจชุมชน

หมู่บ้าน.....ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....  
 ผู้บันทึก.....

### 1. ลักษณะทางภูมิศาสตร์

1.1 ลักษณะทางภูมิศาสตร์ ( การตั้งบ้านเรือน , การเดินทางไปยังสถานีอนามัยตำบล  
 และโรงพยาบาลประจำอำเภอ )

.....  
 .....  
 .....

1.2 ลักษณะประชากร ( จำนวนประชากร เด็ก ผู้ใหญ่ , ศาสนาที่นับถือ ฯลฯ )

.....  
 .....  
 .....

1.3 ลักษณะการทำมาหากิน ( อาชีพหลัก, อาชีพอื่นๆ ฯลฯ )

.....  
 .....  
 .....

1.4 ลักษณะทางสังคมเศรษฐกิจ ( ผู้นำชุมชน, สถาบันในชุมชน, บริการสาธารณสุข  
 ฯลฯ )

.....  
 .....  
 .....

1.5 วัฒนธรรมประเพณีในหมู่บ้าน ( ประเพณี และความเชื่อในหมู่บ้าน )

.....  
 .....  
 .....

**2. การอบรมเลี้ยงดูเด็ก ( สภาพความเป็นอยู่ในหมู่บ้านที่สัมพันธ์กับการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกาย )**

**2.1. ด้านอาหารและโภชนาการ**

.....  
.....  
.....

**2.2. ด้านการป้องกันและการรักษาพยาบาล ( การเฝ้าระวังความพิการ )**

.....  
.....  
.....

**2.3. ด้านการดูแลที่อยู่อาศัย เครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม**

.....  
.....  
.....

**2.4. ด้าน การรักษาความสะอาดของร่างกาย**

.....  
.....  
.....

**2.5. ด้านการพักผ่อนนอนหลับ**

.....  
.....  
.....

**2.6. ด้านการออกกำลังกาย**

.....  
.....  
.....



### 3. ด้านสภาพความเป็นอยู่ภายในบ้าน

3.1. การกินอยู่ ( เวลารับประทานอาหาร, ลักษณะของอาหาร, วิธีรับประทานอาหาร, การปรุงและการเก็บอาหาร ฯลฯ )

3.2. การนอน ( สถานที่นอน, เครื่องใช้ในการนอน, เวลาเข้านอน ตื่นนอน ของเด็ก และผู้ใหญ่ สุขลักษณะ ฯลฯ )

3.3. การออกกำลังกาย

3.4. การพักผ่อนหย่อนใจ ( การฟังวิทยุดูโทรทัศน์, การชมการแสดงต่าง ๆ, ความสัมพันธ์ของผู้ใหญ่กับเด็กขณะพักผ่อนหย่อนใจ ฯลฯ )

สถาบันวิจัยประชากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

(ตัวอย่าง)

แบบบันทึกการสังเกตอย่างมีส่วนร่วมเกี่ยวกับพฤติกรรมของผู้ปกครอง  
ในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล

สถานที่ บ้านนางวัลภา พิบูลย์วันที่ 18 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 2540ชื่อของ นางวัลภา พิบูลย์เวลา 16.00 - 17.00

บันทึกการสังเกต	ดัชนีการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกาย
<p>16.00 น. เด็กชายหบเดินเข้ามาในบ้าน กอดเลื้อยและกางเกงนักเรียน เหลือเพียงกางเกงในตัวเดียว แล้วเดินไปเปิดโทรทัศน์ นางแดงกำลังทำกับข้าวอยู่ในครัว ได้เรียกเด็กชายหบไปอาบน้ำ แต่เด็กชายหบนั่งดูโทรทัศน์ นางแดงเดินมาและพูดว่า “ แลใส่กางเกงในตัวเดียว นั่งแล้วสกปรก ไปอาบน้ำก่อน แล้วค่อยมาแลโทรทัศน์ จะได้บายตัว” เด็กชายหบไม่ลุกขึ้น นางแดงจึงเข้าไปจับแขน แล้วพูดว่า “บอกให้อาบน้ำ ซูดไม่รู้ฟัง ต้องให้บังคับ” นางแดงทำท่าตีสูก เด็กชายหบรีบวิ่งเข้าห้องน้ำ นางแดงเดินไปที่ห้องน้ำ หยิบสบู่ให้ และบอกว่า “สระผมกันนะหบ” จากนั้นนางแดงกลับไปทำกับข้าวต่อ</p> <p>( 17.00 ) นางแดงเรียกเด็กชายหบมารับประทานข้าว นางแดง”หบมากินข้าวโต๊ะแม่ทำเสร็จแล้ว” เด็กชายหบเดินไปตักข้าว และตักปลาในหม้อแกง แล้วส่งจานข้าวให้นางแดง นางแดงเอากังปลาออก และคลุกเนื้อปลากับข้าว และบอกว่า “แม่เอากังออกให้แล้ว”</p>	<p>การแต่งกายของเด็ก</p> <p>การดูแลในการทำความสะอาดร่างกายของเด็ก</p> <p>การช่วยเหลือตนเองในการรับประทานอาหาร</p> <p>การดูแลการรับประทานอาหารของเด็ก</p>

## ตัวอย่าง

## แบบสัมภาษณ์ผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล

สถานที่ บ้านนางวัลภา พิบูลย์

วันที่ 11 เดือนสิงหาคม พ.ศ.2540

ชื่อผู้ของ นางวัลภา พิบูลย์

เวลา 9.00 น. - 9.30 น.

ข้อความถามในการสัมภาษณ์	คำตอบจากการสัมภาษณ์	ดัชนีการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล
<p>1. ด้านอาหารและโภชนาการ</p> <p>- “ หนชอบกินกับข้าวไห้ไหร มั่งพี่ “</p> <p>- “กับข้าวนี้พี่แดงทำที่เขาชอบ ไซ้มีัยคะ”</p> <p>- พี่แดงทำกับข้าวเองทุกมือเลยเออคะ”</p> <p>“เวลากินเขาทำปรีอคะ</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>“ ชอบแห้ง ๆ พวกไก่ พวกไข่ทอด ถ้าแกงกินได้มั่ง เออแต่เยื่อปลามาคลุกข้าว”</p> <p>“อย่างอื่นไม่ค่อยกิน กินแต่ พันนั้น พี่ทอดไซ้ให้ประจำ ให้มันกินได้ก็ย้งดี”</p> <p>“ส่วนใหญ่ก็ทำเอง มีมั่งซื้อกิน พวกก๋วยเตี๋ย ข้าวผัด ถ้าไป ตลาดก็ซื้อมาเหมือนกัน”</p> <p>“ทำเอง เดินไปตักข้าวเอง พี่ทำตั้งไว้ให้ ”</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>อาหารที่เด็กชอบรับประทาน</p> <p>การจัดอาหารให้เด็ก</p> <p>การปรุงอาหาร</p> <p>การช่วยเหลือตนเอง ในการรับประทานอาหาร ของเด็กการจัดเตรียมอาหาร ของแม่</p> <p>.....</p> <p>.....</p>

(ตัวอย่าง)

แบบสรุบบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาลของแต่ละครอบครัว

ชื่อผู้ปกครอง นางชำนานุ แก้วเมือง ชื่อเด็ก เด็กหญิงทริภา ชูรัมย์

ดัชนีการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	ข้อค้นพบพฤติกรรมของผู้ปกครอง	ปัญหาที่พบ	ข้อมูลสนับสนุน
1. <u>ด้านอาหารและโภชนาการ</u> 1.1 การจัดการอาหารที่มีสารอาหารครบ 5 หมู่ และให้เด็กได้รับประทานอาหารครบทั้ง 3 มื้อ	จัดอาหารให้ครบทั้ง 3 มื้อ แต่สารอาหารไม่ครบ 5 หมู่	เด็กได้รับสารอาหารไม่ครบ โดยเฉพาะประเภทผัก	1) แม่เล่าว่าเด็กไม่ชอบรับประทานผัก รับประทานพวกแกงเผ็ด แกงส้ม รับประทานเฉพาะเนื้อ และแกงจืด หรือ หมูทอด ไก่ทอด แม่ " ชอบแกงจืด ผัดผักไม่ค่อยกิน แกงเผ็ดก็ชอบ " (จากการสัมภาษณ์) 2) มือเย็นเด็กรับประทานไข่ต้มและ ตักเนื้อไก่จากถ้วยแกง 1 ช้อน มาคลุกกับข้าว (จากการสังเกต)
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....

แบบสรุปบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาลโดยรวม

สถานที่ บ้านหนองกก หมู่ที่ 4 ตำบลพัฒนา อำเภอพรพิน จังหวัดนครศรีธรรมราช

การส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	สิ่งที่ผู้ปกครองต้องตระหนักเกี่ยวกับผลกระทบที่มีต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	หน้าที่ของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	ข้อค้นพบทั่วไปในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กอนุบาลของผู้ปกครอง	ประเด็นปัญหาที่พบ
<p>1. ด้านอาหารและโภชนาการ</p> <p>- ปริมาณของสารอาหารที่สำคัญต่อสมองของเด็กซึ่งเจริญเติบโตเร็วที่สุด การได้รับปริมาณของสารอาหารครบถ้วนตามความต้องการของร่างกายจะทำให้เจริญเติบโต</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>1. ถ้าเด็กได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ จะทำให้การเจริญเติบโตของสมองเป็นไปอย่างล่าช้าเด็กที่มีสมองเติบโตช้า จะเรียนรู้เข้าใจจดจำสิ่งต่างๆ ได้น้อยกว่าเด็กที่สมองเติบโตตามปกติ</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>1.การจัดสารอาหารครบ 5 หมู่ และให้เด็กได้รับประทานครบทั้ง 3 มื้อ</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>1.การจัดอาหารให้เด็กอาหารที่จัดให้เด็กเป็นอาหารที่เด็กชอบเพราะผู้ปกครองอยากให้เด็กทานได้</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>- จัดอาหารไม่ครบ 5 หมู่ โดยจัดอาหารตามความชอบของเด็กและจัดให้เป็นอาหารประเภทเดียวกับผู้ใหญ่รับประทาน</p> <p>.....</p> <p>.....</p>

(ตัวอย่าง)

แบบวิเคราะห์พฤติกรรมของผู้ปกครองในการส่งเสริม  
พัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล

ข้อมูลของ นางวัลภา พิบูลย์จากข้อมูลวันที่ 18 เดือนสิงหาคม พ.ศ.2540

บทวิเคราะห์	การส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกาย ของเด็กวัยอนุบาล
<p><u>ด้านการรักษาความสะอาดของร่างกาย</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การปล่อยให้เด็กอาบน้ำ โดยไม่ได้ติดตามดูแล</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การดูแลการรักษาความสะอาดของร่างกาย</li> </ul>
<p><u>ด้านอาหารและโภชนาการ</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- เด็กรับประทานอาหารเช้าไม่ครบ 5 หมู่</li> <li>- เด็กช่วยตนเองในการรับประทานอาหารเช้า</li> <li>- แม่เป็นผู้จัดเตรียมและดูแลเด็กในการรับประทานอาหารเช้า</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- อาหารที่จัดให้เด็กรับประทาน</li> <li>- การฝึกนิสัยในการรับประทานอาหารเช้า</li> <li>- การจัดเตรียมอาหาร</li> </ul>
<p>.....</p> <p>.....</p>	<p>.....</p> <p>.....</p>

(ตัวอย่าง)

ตารางตรวจสอบความสอดคล้องของข้อมูลด้านแหล่งที่มาของข้อมูล

ข้อมูลสำรวจชุมชน ด้านการอบรมเลี้ยงดูเด็ก

แหล่งที่มาของข้อมูล			ประเด็น ที่เหมือนกัน	ประเด็น ที่ต่างกัน	หมายเหตุ
( วันเดือนปี ) เวลา	สถานที่	บุคคล			
7 ส.ค.40 ( 10.00 น )	บ้านนางรัตน์	นางรัตน์	1.ประเภทของ อาหารที่เด็ก รับประทาน	-	-
8 ส.ค. 40 ( 16.00 น. )	ร้านค้า	นางก้อย ( เจ้าของ ร้านค้า )	2. ช่วงเวลา ที่เด็กซื้ออาหาร		
.....	.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....	.....

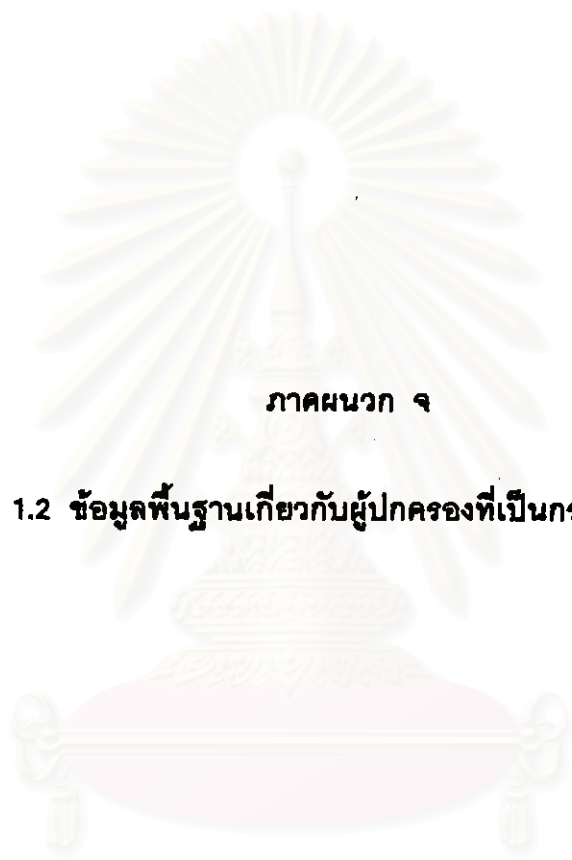
(ตัวอย่าง)

ตารางตรวจสอบข้อมูลด้านวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การอบรมเลี้ยงดูเด็กของผู้ปกครอง การพัฒนาด้าน ร่างกาย จากข้อมูล นางชำนานฎ แก้วเมือง

ดัชนีข้อมูล	ข้อมูลที่ได้จาก			สรุป		หมายเหตุ
	การสัมภาษณ์	การสังเกต	เอกสารบันทึก	สอดคล้อง	ไม่สอดคล้อง	
1. ด้านอาหารและโภชนาการ - ประเภทอาหารที่เด็ก รับประทาน	เด็กไม่ชอบรับประทานผัก ชอบรับประทานประเภทแกงเผ็ด แกงส้ม รับประทานเฉพาะเนื้อและแกงจืดหรือพวกหมูทอด ไก่ทอด	อาหารที่เด็กรับประทาน ในมือเย็น แกงไก่ (เฉพาะเนื้อคลุกกับข้าว) ไข่ทอด	-	สอดคล้อง	-	-
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....





ภาคผนวก จ

1.2 ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับผู้ประกอบการที่เป็นกรณีศึกษา

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 1.2 ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับผู้ปกครองที่เป็นกรณีศึกษา

### 1.2.1 ข้อมูลพื้นฐานทั่วไป

ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลทั่วไปของผู้ปกครองที่เป็นกรณีศึกษาในแต่ละครอบครัว เพื่อให้ได้ภาพรวมการดำเนินชีวิต ซึ่งเป็นพื้นฐานของการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ของผู้ปกครองคนที่ 2 - 8 ดังนี้

#### ครอบครัวที่ 2 : นางรัตน์

ครอบครัวที่ 2 เป็นครอบครัวเดี่ยว ประกอบด้วย พ่อ แม่ ลูก คือ นางรัตน์ อายุ 28 ปี ด.ญ.เอน อายุ 6 ปี และ ด.ญ.อาย อายุ 5 ปี

นางรัตน์ประกอบอาชีพค้าขาย ในแต่ละวันเวลาประมาณตีสาม นางรัตน์ออกไปขายปลาที่ตลาดกับแม่และพี่สาว กลับมาเวลาประมาณ 11.00น. ด.ญ.เอนตื่นนอน เวลาประมาณ 6.00 น. ช่วยตัวเองในการอาบน้ำ แต่งตัว เมื่อเสร็จ เรียกน้องให้อาบน้ำ แต่งตัว ซึ่งแม่จัดเตรียมเสื้อผ้าไว้ให้โดยด.ญ.เอนคอยดูแลน้องอยู่ใกล้ ๆ หลังจากนั้นพาน้องไปบ้านยาย เพื่อรับประทานข้าว และให้น้องเล่นอยู่ที่บ้านยาย ส่วนตนเองไปโรงเรียน ก่อนเที่ยงนางรัตน์จะไปรับน้องอายมารับประทานอาหารกลางวันที่บ้าน และนอนพักทั้งแม่และลูกจนถึงเวลาประมาณ 14.00 น. เมื่อตื่นนอนนางรัตน์ทำอาหารไว้สำหรับมือเย็น เสร็จแล้วนั่งดูโทรทัศน์และเล่นกับน้องอาย ตอนเย็นเมื่อด.ญ.เอนกลับมาจากโรงเรียน จะเปลี่ยนเสื้อผ้า และนั่งดูโทรทัศน์ หรือ บางครั้งเล่นกับน้องจนถึงเวลาประมาณ 18.00 น. จึงรับประทานอาหารเย็น ซึ่งส่วนใหญ่รับประทานพร้อมกันทั้งแม่และลูก โดยด.ญ.เอนมักช่วยแม่ในการยกจานอาหารมาตั้งโต๊ะ หรือ บางครั้งก็ยกจานมานั่งรับประทานหน้าโทรทัศน์ เสร็จแล้วจึงอาบน้ำ เขียนหนังสือ และดูโทรทัศน์ จนถึงเวลาประมาณ 21.00 น. จึงเข้านอน โดยนางรัตน์และลูก นอนนอกห้อง นางรัตน์มักนำเบาะมาวางไว้ตรงพื้นหน้าห้องนอน และกางมุ้งเพื่อกันยุง เมื่อเด็กดูโทรทัศน์จนถึงเวลาพอสมควรแล้ว นางรัตน์จะเรียกให้เข้านอน บางครั้งเด็ก ๆ นอนหลับหน้าโทรทัศน์ นางรัตน์จะอุ้มเด็กเข้าไปนอน แต่ถ้าเป็นวันหยุดเด็ก ๆ ดูโทรทัศน์จนตึกจึงเข้านอน และตื่นขึ้นมาแต่เช้าเพื่อเปิดโทรทัศน์ ดูการ์ตูน

### ครอบครัวที่ 3 : นางแดง

ครอบครัวที่ 3 เป็นครอบครัวเดี่ยว ประกอบด้วย พ่อ แม่ ลูก คือ นายจรรยา อายุ 44 ปี นางแดง อายุ 38 ปี และ ด.ช.หบ อายุ 6 ปี

นายจรรยา มีอาชีพทำนา และรับจ้างก่อสร้างทั่วไป ส่วนนางแดง ช่วยนายจรรยาทำนาเมื่อถึงฤดูทำนา หากไม่ใช่ฤดูทำนานางแดงจะอยู่บ้าน โดยปกติทุก ๆ วันเมื่อ นายจรรยา ออกไปทำงาน นางแดงคอยดูแลด.ช.หบให้อาบน้ำ แต่งตัว ทานอาหารและส่งด.ช.หบ ไปโรงเรียน โดยฝากลูกไปกับเพื่อนบ้าน จากนั้นนางแดงจึงซักเสื้อผ้า ทำความสะอาดเครื่องใช้ ต่างๆ หรือบางครั้งนั่งคุยกับเพื่อนบ้าน แต่ส่วนใหญ่มักดูโทรทัศน์และนอนพักผ่อนอยู่กับบ้าน ตอนเย็นเมื่อเด็กชายหบกลับมาบ้าน นางแดงจัดเตรียมอาหารเย็น ขณะที่เด็กชายหบดูโทรทัศน์ หรือไปเล่นกับเพื่อนข้างบ้าน นางแดงมักบังคับให้เด็กชายหบเขียนหนังสือทุกวันหลังจากกลับจาก โรงเรียน ถ้าไม่เขียนจะลงโทษด้วยการตี หรือไม่ให้ดูโทรทัศน์ บางครั้งนางแดงและเด็กชายหบ เข้าไปเก็บเศษไม้จากสวนยางพาราเพื่อมาทำเชื้อเพลิง บางวันนางแดงให้เด็กชายหบรับประทาน อาหารก่อนหากเด็กบอกว่าหิว แต่ถ้าไม่หิวก็รับประทานพร้อมกันทั้งครอบครัวเวลา 18.00 น. โดยรับประทานอาหารไปด้วย และดูโทรทัศน์ไปด้วย หลังจากนั้นถ้าเด็กชายหบยังไม่อาบน้ำ นางแดงบอกให้อาบน้ำ แต่งตัว แล้วจึงมาดูโทรทัศน์ได้อีกครั้งและให้เข้านอนเวลาประมาณ 20.30 น. โดยปูที่นอน และกางมุ้งให้ด.ช.หบนอนตรงพื้นที่หน้าโทรทัศน์ ซึ่งมีเบาะนอน หมอน และผ้าห่มให้โดยเฉพาะ ส่วนนางแดงและนายจรรยา นอนตรงส่วนที่กันเป็นห้องนอน ซึ่งไม่มี เบาะนอน ที่นอนมีลักษณะเป็นไม้กระดานตียกพื้นและมีเสื่อปู

### ครอบครัวที่ 4 : นางราตรี

ครอบครัวที่ 4 เป็นครอบครัวเดี่ยว ประกอบด้วย พ่อ แม่ ลูก คือ นายอรุณ อายุ 36 ปี นางราตรี อายุ 33 ปี ด.ช.เบียร์ อายุ 6 ปี และ ด.ญ.แก้ว อายุ 2 ปี

นายอรุณ ซึ่งมีอาชีพรับรถรับจ้างจะออกไปทำงานนอกบ้านอีก อำเภอหนึ่ง และกลับมาทุกวันอาทิตย์ ปกติเด็ก ๆ อยู่กับนางราตรี เวลาประมาณ 6 โมงเช้า นางราตรีตื่นขึ้นมาทำอาหาร และดูแล ด.ช.เบียร์ให้อาบน้ำ แต่งตัว รับประทานอาหาร และ

ไปโรงเรียน โดยบางครั้งอาศัยรถเพื่อนบ้าน หรือบางครั้งก็เดินไปเองกับเพื่อนนักเรียนด้วยกัน จากนั้นนางราตรีจึงทำงานบ้านต่าง ๆ เช่นทำความสะอาดเครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม และทำความสะอาดบ้าน รวมทั้งดูแลลูกคนเล็กไปด้วย นางราตรีและลูกจะนอนพักในช่วงกลางวัน เวลาประมาณ 13.00 น. - 14.00 น. และตื่นขึ้นมาทำอาหารสำหรับมือเย็น เมื่อเสร็จแล้วก็นั่งดูโทรทัศน์กับลูกคนเล็ก หรือไปนั่งคุยกับเพื่อนบ้าน เมื่อค.ช.เบียร์กลับมาจากโรงเรียนแล้ว เปลี่ยนเสื้อผ้า และเล่นกับน้อง กับเพื่อนข้างๆ บ้าน ตอนเย็นก่อนอาหารนางราตรีให้ลูก ๆ อาบน้ำ แต่งตัว เมื่อถึงเวลาประมาณ 18.00 น. รับประทานอาหารพร้อมกัน หลังจากนั้น ดูโทรทัศน์ และให้ค.ช.เบียร์ และลูกคนเล็ก เข้านอนเวลาประมาณ 20.30 น.

#### ครอบครัวที่ 5 : นางนิต

ครอบครัวที่ 5 เป็นครอบครัวเดี่ยว ประกอบด้วย พ่อ แม่ ลูก คือ นาย วิลาศ อายุ 36 ปี นางนิต อายุ 36 ปี ค.ช.ดล อายุ 9 ปี และค.ญ. เอ็ม อายุ 6 ปี

นายอรุณ มีอาชีพขี่มอเตอร์ไซด์รับจ้าง ส่วนนางนิตมีอาชีพขายข้าวแกงในโรงเรียนมัธยมระดับอำเภอ ทุกเช้านางนิตจะทำอาหาร และดูแลลูกในการอาบน้ำ แต่งตัว รับประทานอาหาร ก่อนไปโรงเรียน จากนั้นนางนิตไปขายข้าวแกง ส่วนนายอรุณขับรถไปส่งลูกที่โรงเรียน และมารับในตอนเย็นหลังเลิกโรงเรียน ตอนเย็นค.ช.ดลและค.ญ.เอ็่มมักเปลี่ยนเสื้อผ้า แล้วไปวิ่งเล่นที่บ้านเพื่อนบ้าน หรือบ้านย่า เมื่อนางนิตกลับมา จะเตรียมอาหารมือเย็น โดยบางครั้งนำอาหารที่เหลือจากการขายมารับประทานในมือเย็นด้วย ค.ช.ดล และค.ญ.เอ็่ม รับประทานอาหารเมื่อหิว หรือบางครั้งก็รับประทานพร้อมกันนายอรุณ และ นางนิต ค.ญ.เอ็่มอาบน้ำ แต่งตัวเอง ตามเวลาที่ตนเองต้องการ แล้วดูโทรทัศน์จนบางครั้งนอนหลับหน้าโทรทัศน์ นางนิต ต้องปลุกให้ไปนอนในห้อง ค.ญ. เอ็่มเข้านอนเวลาประมาณ 21.00 น.

#### ครอบครัวที่ 6 : นางดา

ครอบครัวที่ 6 เป็นครอบครัวเดี่ยว ประกอบด้วย พ่อ แม่ ลูก คือ นายระจุม อายุ 45 ปี นางลัดดา อายุ 38 ปี ค.ญ.ทัศนีย์ อายุ 14 ปี ค.ช.ศักดิ์ อายุ 13 ปี ค.ช.ดล อายุ 9 ปี ค.ญ.พร อายุ 7 ปี และค.ญ. รั อายุ 5 ปี

นายระจุ่มมีอาชีพซีพรีมมอเดอริโซ่รับจ้าง ส่วนนางดามีอาชีพทำขนมขาย และเป็นอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน นายระจุ่มจะออกจากบ้านแต่เช้า นางดาทำหน้าที่ดูแลการอาบน้ำ แต่งตัว และการรับประทานอาหารของเด็ก อย่างไรก็ตาม ส่วนใหญ่นางดาต้องออกไปหาไม้ไผ่มาทำข้าวหลามขาย จึงให้ด.ญ.ทัศนีย์ ซึ่งเป็นพี่คนโตคอยดูแลน้อง ๆ เด็ก ๆ เดินไปโรงเรียนเอง ยกเว้นบางครั้งนายระจุ่ม หรือนางดาซีมอเดอริโซ่ไปส่ง ตอนเช้าถ้านางดาไม่ได้ทำอาหาร ก็ให้เงินเด็กไปซื้ออาหารรับประทานเองที่ร้านค้าหน้าโรงเรียน บางวันเด็กอาจกลับถึงบ้านก่อนแม่ เนื่องจากนางดาไปขายขนมไกลกลับมาไม่ทันลูก ส่วนใหญ่แล้วหน้าที่ในการดูแลน้อง ๆ จึงตกเป็นของด.ญ.ทัศนีย์ โดยจะดูแล ด.ญ.รีมากกว่าคนอื่น เพราะเป็นน้องคนเล็ก ด.ญ.รีรับประทานข้าวประมาณเวลา 18.00 น. ขณะรับประทานข้าว มักดูโทรทัศน์ไปด้วย หากวันไหนนางดาอยู่บ้านทำขนม เมื่อเด็ก ๆ กลับมาจากโรงเรียน มักได้รับประทานขนมที่นางดาทำก่อนอาหารเย็น แต่ถ้านางดาออกไปขายของ กว่าที่จะกลับมาถึงบ้านเด็ก ๆ ก็เข้านอนแล้วตั้งแต่เวลาประมาณ 20.30 น.

#### ครอบครัวที่ 7 : นางพร้อม

ครอบครัวที่ 7 เป็นครอบครัวเดี่ยว ประกอบด้วย พ่อ แม่ ลูก คือ นายสว่าง อายุ 52 ปี นางพร้อม อายุ 50 ปี นายจรัส อายุ 23 ปี นางสาวเพ็ญแข อายุ 20 ปี ด.ช.ธนศ อายุ 13 ปี และ ด.ญ.ยา อายุ 5 ปี

นายสว่างและนางพร้อมมีอาชีพทำนาและทำสวน โดยเฉพาะสวนยางพารา มีการเก็บหมาก และมะพร้าวไปขายบ้าง นางพร้อมตื่นแต่เช้าเพื่อทำอาหาร และดูแลด.ญ. ยา ให้อาบน้ำ แต่งตัว รับประทานอาหารเช้า บางวันด.ญ.ยา นั่งซ้อนจักรยานของ ด.ช.ธนศไปโรงเรียน และบางวันก็เดินไปพร้อมไปกับลูก ๆ ของนางดา ในช่วงที่ด.ญ.ยาไปโรงเรียน นางพร้อมจะเข้าสวนหาหมาก หรือปลูกพืชผักต่าง ๆ หรือถ้าไม่เข้าสวนก็จะอยู่บ้าน ซักผ้า เก็บกวาดบ้าน และทำอาหารเตรียมไว้สำหรับมือเย็น ตอนเย็นหลังจากด.ญ.ยากลับมาจากโรงเรียนแล้ว จะเปลี่ยนเสื้อผ้า แล้วไปเล่นที่บ้านด.ญ.รี และบางครั้งก็รับประทานอาหารที่บ้านด.ญ.รีด้วย แต่โดยปกติเวลาประมาณ 18.00 น. จะกลับมาอาบน้ำ และรับประทานอาหารเช้าที่บ้าน หลังจากนั้นจึงดูโทรทัศน์ กับพี่ และแม่ และเข้านอนเวลาประมาณ 20.00 น.

### ครอบครัวที่ 8 : นางประทุม

ครอบครัวที่ 8 เป็นครอบครัวขยาย ประกอบด้วย นายสำราญ (ปู่) อายุ 62 ปี นางประทุม (ย่า) อายุ 60 ปี นายประเสริฐ (พ่อ) อายุ 28 ปี นายประสิทธิ์ อายุ (20 ปี) และด.ช.เดียร์ อายุ 6 ปี

ทุกเช้านายสำราญ และนางประทุม ออกไปตัดยางในสวน ยางพาราตั้งแต่ตี 3 และกลับมาในเวลา 6 โมงเช้า นางประทุมเป็นผู้ดูแลด.ช.เดียร์ตั้งแต่เล็ก เนื่องจากพ่อและแม่แยกทางกันตั้งแต่ ด.ช.เดียร์อายุได้ประมาณ 2 ขวบ ทุกวันนางประทุม จะทำอาหารไว้สำหรับด.ช.เดียร์ และดูแลการอาบน้ำ แต่งตัว และรับประทานอาหาร โดย นายสำราญพาด.ช.เดียร์ไปส่งที่โรงเรียน หลังจากนั้น นางประทุมจะเข้าสวนไปเก็บมะพร้าว หรือ หมากมาปอกที่บ้าน บางครั้งก็ทำงานถึงเย็นจนกระทั่งด.ช.เดียร์กลับมาถึงบ้าน เปลี่ยนเสื้อผ้า แล้วช่วยนางประทุมปอกมะพร้าวด้วย ถ้าไม่มีงานด.ช.เดียร์จึงดูโทรทัศน์ เล่นฟุตบอล ซีจรรย์าน เล่นกับเพื่อน หลังจากนั้นถ้าหิวมากก็รับประทานอาหารเย็นก่อนแล้วไปอาบน้ำที่ลานปูนข้างล่าง โดยมีนางประทุมตามไปดูและขณะอาบน้ำ เมื่ออาบน้ำเสร็จ ด.ช.เดียร์ขึ้นมาแต่งตัวบนบ้าน แล้วไป นั่งดูโทรทัศน์ และเข้านอนเวลาประมาณ 20.30 น

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### 1.2.2 ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับพฤติกรรมการณ์ส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกาย ของเด็กวัยอนุบาลโดยผู้ปกครองที่เป็นกรณีศึกษา

ด้านการดูแลเรื่อง การป้องกันโรค และการรักษาพยาบาล ตลอดจน  
การเฝ้าระวังความพิการ

ในการติดตามพัฒนาการเด็กด้านน้ำหนัก ส่วนสูงว่าเด็กมีพัฒนาการ  
ปกติ เป็นไปตามวัยหรือไม่ แม่มักเทียบเคียงพัฒนาการลูกของตนกับประสบการณ์ในการเลี้ยงลูก  
คนที่ผ่านมา หรือกับเด็กที่อยู่ในวัยเดียวกัน

แม่ หรือ ย่า ยาย ทำหน้าที่หลักในการดูแลเด็กเมื่อเด็กเจ็บป่วย ขณะที่  
พ่อทำหน้าที่เพียงแค่พาลูกไปหาหมอ หรือไปซื้อยามาให้เท่านั้น แต่หลังจากนั้นแม่จะทำหน้าที่ใน  
การดูแลลูก ทั้งการให้ยา การเช็ดตัว และการดูแลเรื่องอาหารการกินของเด็ก เช่น

ด.ช.หบ ป่วยเป็นฝีที่ก้น นางแดงพาไปหาหมอที่โรงพยาบาลด้วย  
รถจักรยานยนต์รับจ้างทั้งไปและกลับ และเมื่อกลับมาถึงบ้าน ช่วยด.ช.หบถอดกางเกง และทายา  
ให้ที่ ก้น รวมทั้งจัดยาให้รับประทาน

ด.ญ.รุ่งป่วยเป็นไข้ ตัวร้อน นางตุ๊กพา ด.ญ.รุ่งนั่งรถมอเตอร์ไซด์  
รับจ้างไปหาหมอที่โรงพยาบาล และเมื่ออยู่บ้านนางตุ๊กต้มข้าวต้ม และจัดยาให้รับประทาน และ  
เช็ดตัวให้ก่อนนอน

อย่างไรก็ตามมีบางครอบครัวที่แม่ให้พี่คนโตช่วยดูแลน้องที่ป่วยแทนแม่  
ถ้าหากว่าพ่อและแม่มีธุระ เช่น

เมื่อ ด.ญ.รีไม่สบาย ด.ญ.ทัศนีย์จะทำหน้าที่ในการดูแลน้องแทนแม่  
ตั้งแต่การหยิบยาให้น้องรับประทาน ดูแลให้น้องนอนพักผ่อน นางดาเล่าว่า “ พี่ไม่อยู่ พ่อมันไม่อยู่  
ก็ให้คนโตดูแล ให้น้องกินข้าวแล้ว เอายาให้กิน แต่พี่ต้องสั่งก่อนว่า แลให้ดีๆ หน้าของยา ว่าให้กิน  
อะไร ก็เม็ด พี่หยิบมาแล้วบอกให้มันฟัง ”

การเจ็บป่วยของเด็ก โรคที่เด็กเจ็บป่วยบ่อย คือ ไข้หวัด ตัวร้อน ซึ่งจะ เป็นมากในช่วงฤดูฝน รวมทั้งโรคพิษสุนัข และโรคเหาในเด็กผู้หญิง แม่จะสังเกตอาการผิดปกติของ เด็กจากการดูลักษณะเด็ก และตามตัว เช่น ตัวร้อน เชื้องซึม หรือมีอาการไอด้วย หากแม่เห็นว่า เด็กเป็นไข้ ไม่สบาย เด็กเจ็บป่วยเล็กน้อย มีอาการเพียงเล็กน้อย เช่น ตัวร้อน ปวดท้อง ปวดฟัน ก็จะใช้ยาชุด ประเภท ท้มใจ พาราเซตามอล ทิฟที ให้เด็กกิน ถ้ามีอาการไอ ก็จะใช้ยาน้ำดำ ตราเสือดาว จากร้านค้า หรือร้านขายยาให้กิน นำพืชสมุนไพรมาใช้ในการรักษาโรคของเด็ก แต่ถ้าเจ็บป่วยมากจึงพาเด็กไปหาหมอที่โรงพยาบาล เช่น

ค.ญ.รุ่งไม่สบาย นางตุ๊กบอกว่าสังเกตอาการของลูกจาก "รุ่งจะซึม ๆ ไม่ค่อยพูด ตัวร้อน ไอ พี่ก็จะพาไปโรงพยาบาล ซึ่ยามีสวนน้อย แต่ถ้าเป็นไข้ตอนกลางคืน ก็ให้ กินยาที่มีก่อน พักพารา พอหัวเข่าแล้วยังไม่หาย ก็จะไปหาหมอ " (นางตุ๊ก)

การป้องกันอาการเจ็บป่วย แม่ทุกคนมีการป้องกันการเจ็บป่วยของ ลูกเหมือน ๆ กัน เช่น ในช่วงฤดูฝน แม่จะเอาถุงพลาสติก รม หรือเสื่อกันฝนใส่กระเป๋าของเด็ก เวลาไปโรงเรียน แต่ในกรณีที่เป็นไข้หวัดที่สามารถติดต่อกันได้ แม่ส่วนใหญ่ไม่มีการป้องกัน เท่าที่ควรยังปล่อยให้เด็กดื่มน้ำแก้วเดียวกัน หรือใช้ของอื่น ๆ ร่วมกับสมาชิกคนอื่นในบ้าน

การป้องกันอุบัติเหตุ สภาพที่อยู่อาศัย การจัดวางสิ่งของต่าง ๆ ในบ้าน ส่วนใหญ่มีความปลอดภัย มีการเก็บอุปกรณ์เครื่องใช้ที่เป็นอันตราย เช่น มีด เลื่อย ฆ้อน เป็นที่ เป็นทางให้พ้นมือเด็ก โดยเก็บไว้ในตู้ หรือ สอดไว้บนหลังคาบ้าน และทุกบ้านได้สอนให้เด็กรู้จัก ระวังระวังเกี่ยวกับไฟฟ้า ของเล่นมีคม หรือของที่เป็นอันตราย ส่วนใหญ่จะไม่ให้เด็กเสียบปลั๊ก ไฟฟ้าเอง เพราะกลัวว่าเด็กจะเอามือไปโดนช่องเสียบ แต่มีบางบ้านที่แม่ปล่อยให้เด็กเสียบปลั๊กไฟ เอง โดยแม่ไม่ได้ดูแลอยู่ใกล้ ๆ จากการสังเกตพบว่า ค.ญ.เอน และค.ช.หบจะเสียบปลั๊กโทรทัศน์ เองทุกครั้งเมื่อจะดูโดยไม่มีแม่ดูแลอยู่ใกล้ ๆ

แม่ไม่เข้มงวดกับการเล่นของเด็กมากนัก เด็กจะเล่นอะไรก็ได้ตามที่ เด็กชอบ และในการป้องกันการเจ็บป่วยและอุบัติเหตุ นั้น แม่มักใช้วิธีบอก และห้าม เช่น ถ้าเด็กไม่ เชื่อฟังจะลงโทษด้วยการตี ซึ่งทำให้เด็กได้ระมัดระวังตัวเองมากขึ้น



นางประทุมบอกว่า “ น้องเดียร์นั้นห้ามไม่ค่อยรู้ฟัง วันก่อนบอกว่า  
ข้ามถนนให้แลให้ตีก่อนต่อข้าม วันนั้นเขาขับไปเล่นบ้านเพื่อน พอข้ามถนนติดเดียวรถเฉียด  
ชนไป เช็ดแล้วที่นี่ ”

### ด้านการดูแลเรื่อง การดูแลที่อยู่อาศัย เครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม

บ้านส่วนใหญ่ตั้งอยู่กลางสวนยางพารา หรือไม่มีต้นไม้ใหญ่อยู่รอบ ๆ  
บ้าน บางบ้านที่มีบริเวณแคบ ๆ แต่มีต้นไม้ใหญ่มากมักอับชื้น และแฉะแฉะในฤดูฝน นอกจากนี้  
บางบ้านยังมีมูลของสัตว์จำพวกไก่ เปิดตามพื้นบ้าน ทำให้บริเวณบ้านไม่สะอาดเท่าที่ควร เช่น

บ้านนางตุ๊ก เป็นบ้านไม้ยกพื้น เวลาฝนตก ทางเข้าบ้าน ได้ถูบ้าน  
และรอบ ๆ บ้านมักมีน้ำท่วมขัง และมีมูลของไก่ตามบันไดบ้าน ทำให้มีุงและแมลงวันตอมมาก  
และการเดินทางไม่สะดวก นางตุ๊กต้องให้ด.ญ. รุ่งใสรองเท้าบูทสำหรับเด็ก เพื่อป้องกันสัตว์ที่เป็น  
อันตรายกัดเท้า

การจัดบ้านถือว่าเป็นหน้าที่ของแม่ แม่มักจัดบ้านในช่วงวันหยุด  
การวางสิ่งของเครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม แม่ส่วนใหญ่จะวางไว้อย่างเป็นระเบียบเรียบร้อย แต่มี  
บางบ้านที่แม่ต้องทำงานไม่มีเวลาดูแลบ้านเลย เช่น

บ้านของนางดา นางดาต้องออกไปทำงานแต่เช้า และบางครั้งก็กลับ  
มาค่ำ จึงไม่มีเวลาที่จะทำความสะอาดบ้าน หรือจัดเก็บสิ่งของให้เรียบร้อย จากการสังเกตพบว่า  
เสื้อผ้าต่าง ๆ จะวางกอง ๆ ไว้ บางตัววางพาดไว้ที่หน้าต่าง หรือพวกอุปกรณ์ในการทำขนม  
เมื่อทำขนมเสร็จนางดาจะวางไว้ตรงสถานที่ที่ทำ ไม่ได้เก็บให้เรียบร้อย เพราะเมื่อทำขนมเสร็จ  
ก็ต้องรีบออกไปขาย

การทำความสะอาดเครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม แม่เป็นผู้ทำความสะอาดเอง  
ทั้งหมด เพราะแม่คิดว่าเด็กยังเล็ก ยังทำได้ไม่สะอาด มีเฉพาะบ้านของนางดาที่ให้ที่คนโตช่วยทำ  
ความสะอาดเครื่องใช้ และทำความสะอาดเสื้อผ้าให้น้อง นางดาบอกว่า “ ด.ญ.ทัศนีย์ช่วยซักผ้า  
จัดผ้าให้น้อง แล้วช่วยพี่ทำความสะอาดบ้าน ”

แม่เป็นผู้ซื้อเสื้อผ้าให้เด็ก ส่วนใหญ่จะเป็นเสื้อผ้าสำเร็จรูปที่ขายอยู่ตามท้องตลาด แต่นาน ๆ ครั้งนางดาจึงจะซื้อเสื้อผ้าให้ลูก ส่วนใหญ่จะให้เด็กใส่เสื้อผ้าของพี่ ๆ หรือจากที่คนอื่นให้มา เวลาซื้อผ้าแม่มักเลือกเสื้อผ้าที่ใหญ่กว่าตัวเด็ก และราคาไม่แพง เช่น นางนิดเอาเสื้อและกระโปรงนักเรียนของด.ญ.เอิมมาเปลี่ยนที่โรงเรียน เพราะว่าอยากให้เสื้อและกระโปรงใหญ่กว่าตัวจะได้นำไปใส่ในบิ๊ตต่อไปด้วย ส่วนนางแดงจะซื้อกางเกงที่ใหญ่กว่าตัวด.ช.หบ เวลาใส่ต้องรัดเข็มขัดแน่น ๆ เพื่อไม่ให้หลุด และถ้าเก็บไว้ใส่ในบิ๊ตต่อไปก็จะทำให้ได้พอดีตัว

การจัดเก็บเสื้อผ้าให้เด็ก แม่เป็นคนทำ ให้ โดยพับไว้ในตู้ หรือในตะกร้า เพื่อให้เด็กหยิบได้สะดวก เด็กมักแต่งตัวเรียบร้อยทั้งขณะอยู่ที่บ้าน ที่โรงเรียน และเวลาไปเที่ยวนอกบ้าน แม่มักให้เด็กช่วยเหลือตนเองในการแต่งตัว จากการสังเกตพบว่า เด็กทั้งชายและหญิงต่างเลือกเสื้อผ้าที่จะใส่เอง และ สวมเสื้อผ้าด้วยตนเอง ตั้งแต่สวมเสื้อ สวมกางเกง ติดกระดุม รูดซิป ใส่ถุงเท้าและรองเท้า และเด็กบางคนยังช่วยน้องในการแต่งตัวด้วย เช่น

ด.ญ.เอินช่วยน้องแต่งตัวทุกวัน เพราะแม่ต้องไปทำงานแต่เช้า ถ้าแม่ไม่ได้เลือกเสื้อผ้าไว้ให้ ด.ญ.เอินจะเลือกเสื้อผ้าทั้งของตนเองและของน้องเอง เมื่อตัวเองแต่งตัวเสร็จ ก็จะแต่งให้น้องต่อ โดยช่วยน้องตั้งแต่ใส่เสื้อ ใส่กางเกง หรือกระโปรง และติดกระดุม

### ด้านการดูแลเรื่อง การรักษาความสะอาดของร่างกาย

แม่ดูแลเด็กในการรักษาความสะอาดของร่างกายในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1) ด้านการอาบน้ำ ทุกวันแม่เป็นคนเรียกให้เด็กอาบน้ำ ทั้งเช้าและเย็น โดยจะให้เด็กอาบน้ำ ถูสบู่ สระผมด้วยตนเอง แม่ส่วนใหญ่มักฝึกให้เด็กช่วยเหลือตนเองในการอาบน้ำ โดยให้เด็กอาบน้ำกับแม่ เพื่อให้แม่คอยแนะนำก่อน เมื่อเห็นว่าเด็กทำได้แล้วจึงปล่อยให้เด็กทำเอง ซึ่งเด็กบางคนจะทำได้เอง ตั้งแต่การลุกขึ้นอาบน้ำโดยแม่ไม่ต้องเรียกในตอนเช้า และการทำความสะอาดร่างกาย เช่น

ทุก ๆ วันด.ญ.เอินจะตื่นเองและลุกขึ้นไปอาบน้ำเอง เพราะนางรัตน์ต้องออกไปทำงานตั้งแต่ตี 3 และยังช่วยเหลือน้องในการอาบน้ำ สระผม ฟอกสบู่ และดูแลให้น้องแปรงฟัน

ในวันหยุดนั้นเด็กมักอาบน้ำไม่เป็นเวลา เด็กบางคนอาบน้ำเพียงวันละ 1 ครั้ง ขณะที่บางคนอาบน้ำมากกว่า 2 ครั้ง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่าเด็กอยากอาบน้ำหรือไม่ เช่น

ในวันหยุดด.ช.เดียรมักอาบน้ำหลายครั้ง ตอนเช้าจะอาบน้ำก่อนรับประทานข้าว หลังจากนั้นจะไปเล่นกีฬาพวกฟุตบอล วิ่ง หรือขี่จักรยาน เมื่อหกโมง เสื้อผ้าสกปรก ก็จะกลับมาอาบน้ำ แล้วไปเล่นใหม่ แล้วกลับมาอีกในตอนเย็น และจะอาบน้ำก่อนรับประทานอาหารเช้า

ด.ญ.เอ็มมักอาบน้ำครั้งเดียวในวันหยุด เพราะตอนเช้าหลังจากตื่นนอนจะล้างหน้า แปรงฟัน ทานข้าวเสร็จแล้ว ก็จะไปบ้านย่า หรือไปเล่นบ้านเพื่อน และตอนกลางวันมารับประทานข้าวบ้านย่า จะกลับมาบ้านอีกครั้งในตอนเย็น ซึ่งนางนิตจะดูให้อาบน้ำ ถ้าไม่อาบน้ำจะโดนทำโทษด้วยการตี

2) ผม แม่ให้เด็กไว้ผมสั้นตามระเบียบของทางโรงเรียน เด็กชายเมื่อผมยาวแม่จะพาเด็กไปตัดผมที่ร้าน ส่วนเด็กหญิงแม่บางคนก็พาไปตัดผมที่ร้าน และบางคนก็ตัดผมให้ลูกเอง เช่น

นางดาจะตัดผมให้ด.ญ.รี เมื่อผมยาว เพราะไม่ต้องเสียเงินไปตัดที่ร้าน ส่วนคนอื่น ๆ แม่จะพาไปตัดที่ร้าน

การสระผมของเด็ก ในช่วงแรก ๆ แม่ส่วนใหญ่จะฝึกให้เด็กสระผม โดยแม่จะอาบน้ำพร้อมเด็กและสระผมให้เด็ก พร้อมทั้งฝึกให้เด็กทำไปด้วย หลังจากนั้นเมื่อเห็นว่าเด็กทำได้แล้ว จึงปล่อยให้เด็กทำเอง แม่ของด.ญ.รี และด.ญ.ยา คูแลและสระผมให้ลูกสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง ในขณะที่แม่คนอื่น ๆ ปล่อยให้เด็กช่วยเหลือตนเองในการสระผม เมื่อด.ญ.รุ่งเป็นเหาแม่จะได้เม็ดยาน้อยหน้ามาบดและหมักไว้บนหัวเด็กเพื่อฆ่าเหา ส่วนแม่ของด.ญ.เอ็ม และด.ญ.เอินซื้อยาจากร้านค้า มาหมักผมเพื่อฆ่าเหาให้เด็ก และแม่ของด.ญ.รีจะไม่ได้รักษาเหาให้เด็กนอกจากใช้หวี หรือ ใช้มือหาเหาจากผมเด็ก รวมถึงสระผมให้เด็กเท่านั้น

3) ฟัน จากการสังเกตและสัมภาษณ์แม่พบว่า เด็กทุกคนมีสุขภาพฟันไม่ดี โดยเฉพาะฟันผุ ฟันผุทุกคน และบางคนมีคราบเหลือง แม่บางคนเล่าว่าเด็กส่วนใหญ่จะแปรงฟัน 1 ครั้ง คือตอนเช้าก่อนไปโรงเรียน โดยแม่ปล่อยให้เด็กแปรงฟันเอง ไม่ได้ดูแลว่าเด็กแปรงฟันสะอาดหรือไม่ หรือแปรงฟันหรือไม่ ในช่วงกลางคืนเด็กมักหลับหน้าโทรทัศน์ แล้วแม่อุ้มเข้านอนโดยเด็กไม่ได้แปรงฟัน เห็นได้ชัดว่าแม่ไม่ได้ดูแลเอาใจใส่เด็กในการแปรงฟันเท่าที่ควร เพราะคิดว่าเด็กมีฟันน้ำนม ยังไงก็ต้องปล่อยให้มันหัก แล้วค่อยไปดูแลตอนที่มันหักขึ้นแล้วก็ได้ ทำให้แม่ไม่ได้ฝึกให้เด็กมีสุขนิสัยที่ดีในการรักษาสุขภาพฟัน รวมไปถึงการปล่อยให้เด็กเลือกซื้ออาหารตามที่เด็กชอบ เช่น พวกลูกอม หมากฝรั่ง ไอศกรีม ชอกโกแลต อมยิ้ม น้ำอัดลม และขนมหวานต่าง ๆ เป็นต้น ทำให้เด็กทุกคนฟันผุ เช่น

แม่ของด.ช.หบบอกว่า “ หบเขากินข้าวไม่ค่อยกินเนื้อ มันเคี้ยวไม่ได้ เจ็บฟัน มันฟันผุหมดแล้ว กินแต่ข้าว ผอมเพราะไร ”

ส่วนแม่ของด.ญ.เอ็มบอกว่า “ ฟันมันเป็นสีเหลืองหมดนี้ ไม่รู้ไร (ทำไม) แต่มันไม่ค่อยแปรง หัวค้ำนี้ไม่แปรงเลย ใช้ให้แปรงจนรำคาญแล้ว มันว่าแปรงแล้วฟันมันไม่ใช่ขาวนี่แม่ ”

สำหรับโรงเรียนมีบทบาทในการดูแลรักษาสุขภาพในช่องปากและฟันเด็ก โดยโรงเรียนจะให้เด็กแปรงฟัน หลังรับประทานอาหารกลางวันทุกวัน และให้เด็กอมฟลูออไรด์เดือนละ 1 ครั้งด้วย รวมถึงจัดให้มีพยาบาลจากโรงพยาบาลมาตรวจสุขภาพในช่องปากและฟันและเด็กทุกเดือน

4) เล็บ แม่ส่วนใหญ่จะไม่ค่อยได้ดูแลทำความสะอาดเล็บให้เด็ก แม่ตัดเล็บให้เด็กก็ต่อเมื่อครูสั่งให้เด็กตัดเล็บ และเด็กมาบอกแม่ แม่จึงตัดเล็บให้

5) การขับถ่าย แม่ฝึกให้เด็กรู้จักทำความสะอาดหลังการขับถ่าย โดยแม่ล้างให้เด็กก่อน และสอนเด็กไปด้วย จากนั้นให้เด็กทำเอง เมื่อแม่เห็นว่าเด็กทำได้แล้วก็ปล่อยให้เด็กทำเอง เด็กเข้าห้องน้ำเองเมื่อปวดโดยไม่ได้ออกแม่ และล้างทำความสะอาดด้วยตนเอง

### ด้านการดูแลเรื่อง การพักผ่อนนอนหลับ

การนอนของเด็ก เด็กนอนเป็นเวลา กล่าวคือ วันจันทร์ - วันศุกร์จะนอนเวลาประมาณ 21.00 น. แต่สำหรับวันหยุด คือวันเสาร์เด็กนอนดึกกว่าปกติ ตอนเช้าเด็กตื่นนอนประมาณ 6.00 น. ในวันหยุดเด็กจะตื่นสาย และมักเล่นมากกว่านอนกลางวัน

การนอนในครอบครัวของ ด.ญ.เอิน, ด.ช.เดียร์, และด.ช.เบียร์ เด็กจะนอนกับพ่อแม่ แต่ในบางครอบครัวเด็กจะนอนกับพี่ คือ ด.ญ.เอ็ม, ด.ญ.รี, และด.ญ.ยา ส่วนด.ญ.หบแม่จะจัดให้นอนบนเบาะต่างหาก โถง ๆ แม่ ส่วนด.ญ.รุ่งนอนกับพ่อ เพราะแม่นอนกับน้องซึ่งยังเล็กอยู่

### ด้านการดูแลเรื่อง การออกกำลังกาย

การออกกำลังกายของเด็กส่วนใหญ่จะออกกำลังกายด้วยการเล่นมากกว่าออกกำลังกายด้วยการช่วยงานผู้ใหญ่

การออกกำลังกายด้วยการเล่น แม่ส่วนใหญ่ให้อิสระสำหรับเด็กในการเล่น แต่มีความแตกต่างกันระหว่างเด็กผู้หญิงและเด็กผู้ชาย, เช่น

ด.ญ.ยา นางพร้อมชื่อของเล่นพวกตุ๊กตามาให้ ส่วนพี่ชื่อเกมส์จับคู่ และจิ๊กซอร์มาให้และเล่นกับน้อง นางพร้อมไม่ให้ด.ญ.ยาไปเล่นไกล บ้าน ให้ไปเล่นบ้านเพื่อนได้เฉพาะบ้านของด.ญ.รี ซึ่งเป็นญาติกัน ด.ญ.ยาชอบไปเล่นหม้อข้าวหม้อแกง ทรายของ เป็นแม่ค้า เป็นครู และเล่นดินที่บ้านของด.ญ.รี บางครั้งที่ ๆ ของด.ญ.รีจะเอากาบมะพร้าวมาทำเป็นเรือให้น้องนั่งและลาก

ด.ญ.เอ็มเล่นต่างจากเด็กหญิงคนอื่น ๆ คือ นอกจากเล่นพวกหม้อข้าวหม้อแกง หรือเล่นตุ๊กตา และของเล่นพลาสติกอื่น ๆ ที่นางนิตซื้อให้แล้ว เล่นชนเหมือนเด็กผู้ชาย กับพี่ชาย เพื่อนข้างบ้านทั้งผู้หญิงและผู้ชาย ชอบเล่นเป่ากบ เล่นไล่จับ เล่นน้ำตามคูน้ำข้างบ้าน จับปลา นางนิตมักปล่อยให้ลูกได้เล่นอย่างอิสระ เพียงแต่ห้ามไม่ให้ไปเล่นตรงที่มีรถวิ่งผ่าน และในป่าลึก ๆ

สำหรับการเล่นของเด็กชายมักเล่นฟุตบอล ซึ่จักรยาน ตัวต่อ หุ่นยนต์  
ไช่ลาน รถพลาสติก หรือวิ่งเล่นกับเพื่อน ๆ

ด.ช.เบียร์ชอบเล่นกับน้องและเพื่อนบ้านทั้งเด็กหญิงและเด็กชายในวัย  
เดียวกัน และที่โตกว่า นางราตรีไม่ให้ออกไปเล่นไกล ๆ บ้าน ส่วนใหญ่จะให้เล่นที่ลานหน้าบ้าน  
และบอกให้ด.ช.เบียร์ชวนน้องเล่นด้วย ของเล่นที่นางราตรีซื้อให้ เป็นพวกหุ่นยนต์ รถไช่ลาน

ส่วนด.ช.หบ นางแดงให้ไปเล่นได้เฉพาะกับเพื่อนบ้านเท่านั้น เพราะ  
เป็นห่วงกลัวว่าไปเล่นไกล ๆ แล้วรถจะชน นางแดงมักซื้อของเล่นให้ลูกประเภทดินน้ำมัน รถยนต์  
พลาสติกให้ลูก ด.ช.หบไม่ค่อยมีของเล่น และมักไปวิ่งเล่นกับเพื่อนข้างบ้านมากกว่า

การออกกำลังกายด้วยการช่วยงานผู้ใหญ่ บางครั้งแม่จึงจะให้ลูกช่วย  
งานเบา ๆ ที่เห็นว่าลูกพอจะทำเช่น พับเสื้อผ้า กรอกน้ำ หยิบของให้ผู้ใหญ่ เช่น ไม้กวาด  
จาน แก้ว ช้อน รองเท้า เป็นต้น หรือให้เด็กไปซื้อของใกล้ ๆ บ้าน เช่น น้ำแข็ง น้ำอัดลม  
ปลากระป๋อง เป็นต้น แม่มักจะทำเองมากกว่าให้ลูกช่วย เพราะคิดว่าเด็กยังเล็ก แต่บางครั้งเด็กก็  
อาสาช่วยผู้ใหญ่ทำงานเอง เช่น ด.ช.เดียร์กลับมาจากโรงเรียน เห็นนางประทุมกำลังปอกมะพร้าว  
อยู่ ก็รีบวิ่งขึ้นไปเปลี่ยนเสื้อผ้า แล้วลงมาบอกแม่ว่า “แม่ให้นุ้ยช่วยทำกัน” นางประทุมจึงให้  
ด.ช.เดียร์ช่วย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก จ

- 1.3 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับแบบแผนพฤติกรรมของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาลโดยรวมแต่ละด้านก่อนทดลองใช้โปรแกรมฯ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1.3 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับแบบแผนพฤติกรรมของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาลโดยรวมแต่ละด้าน ก่อนทดลองใช้โปรแกรมฯ

ด้านการดูแลเรื่องการป้องกันโรค การรักษาพยาบาล ตลอดจนการเฝ้าระวังความพิการ

1) การสำรวจสุขภาพเด็ก แม่เป็นผู้นำหน้าที่ในการดูแลสุขภาพเด็ก แม่ไม่ได้พาเด็กไปตรวจสุขภาพน้ำหนัก ส่วนสูง อย่างสม่ำเสมอ แต่จะทราบน้ำหนัก ส่วนสูงเด็ก โดยการถามครู หรือถามอาสาสมัครสาธารณสุขหมู่บ้านเมื่อเข้าไปตรวจสุขภาพเด็ก หรือเมื่อพาเด็กไปหาหมอ แม่ดูพัฒนาการเด็กของตน จากการเปรียบเทียบกับเด็กที่อยู่ในวัยเดียวกัน จากลูกญาติ ลูกเพื่อนบ้าน และลูกคนก่อน ๆ

2) การรับภูมิคุ้มกันโรคของเด็ก แม่ทุกคนครบพาเด็กไปรับภูมิคุ้มกันโรคทุกครั้งตามที่หมอนัด ส่วนการบันทึกพัฒนาการเด็กในสมุดสุขภาพ แม่ส่วนใหญ่จะบันทึกพัฒนาการเด็กในช่วงแรกเกิด - 5 เดือน หลังจากนั้นไม่มีการบันทึก

3) การเจ็บป่วยของเด็ก โรคที่เด็กเจ็บป่วยบ่อย คือ ไข้หวัด ตัวร้อน ซึ่งมักเป็นในช่วงฤดูฝน รวมทั้งโรคฟันผุ และโรคเหา แม่สังเกตอาการผิดปกติของเด็กจากการดูลักษณะเด็ก และตะตตามตัว เช่น ตัวร้อน เชื้องซีมี หรือมีอาการไอ 'แสดงว่าเด็กเป็นไข้' ไม่สบาย

การดูแลเด็กเมื่อเด็กเจ็บป่วย เด็กเจ็บป่วยเล็กน้อย เช่น

เมื่อเด็กเจ็บป่วย ตัวร้อน ปวดท้อง ปวดฟัน แต่อาการไม่มากนัก

แม่จะซื้อยาประเภททัมใจ ทิฟที พาราเซตามอล ถ้ามีอาการไอ ก็จะซื้อยาน้ำค้ำคธาเสือดาวจาก - ร้านค้า หรือร้านขายยาให้เด็กรับประทาน มีอยู่บ้างที่ใช้พืชสมุนไพรมารักษาโรคบางอย่างของเด็ก เช่น รักษาเหาโดยใช้เมล็ดน้อยหน่ารักษา รักษาเกลิ้น โดยทาด้วยหัวเหียม แต่ถ้าเด็กมีอาการเชื้องซีมี ตัวร้อนสูง ก็พาเด็กไปหาหมอที่โรงพยาบาล หรือคลินิก การให้ยารักษาเมื่อเด็กเจ็บป่วยของแม่ ส่วนใหญ่แม่เป็นผู้หยิบยาให้เด็กและจัดยาให้เด็กทานเอง และบอกเด็กว่ากินยานี้แล้วหายไข้ แต่บางครั้งก็ไหว้วานลูกคนโตให้ช่วยจัดการให้ ในกรณีที่มีเด็กโตในบ้าน และแม่ต้องออกไปทำงาน



เมื่อเด็กได้รับอุบัติเหตุ เช่น มีดบาด หกล้ม เป็นแผลเล็กน้อย แม่ทายาแดง หรือทิงเจอร์ แล้วปิดบาดแผลด้วยพลาสเตอร์ จากนั้นปล่อยให้แผลของเด็กหายเอง ไม่สนใจทำความสะอาดแผลหรือใส่ยาใหม่ แม่ไม่มีความรู้เรื่องการรักษาความสะอาดบาดแผล ทำให้เด็กมักมีแผลติดเชื้อลุกลามไปสู่ส่วนอื่น ๆ ของร่างกาย แต่ถ้าเด็กได้รับอุบัติเหตุรุนแรง เช่น หกล้มเป็นแผลลึก แขนหัก ขาหัก แม่จะพาเด็กไปโรงพยาบาล โดยให้เด็กนั่งรถจักรยานยนต์และแม่นั่งซ้อนอยู่ข้างหลัง หรือนำเด็กไปโดยรถยนต์หากเด็กเป็นมากไม่สามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้ แม่บางคนพาเด็กไปรักษาทั้งที่โรงพยาบาล และที่บ้านหมอแผน ซึ่งเป็นหมอแผนโบราณที่ชาวบ้านยอมรับนับถือว่ามีความชำนาญในด้านการบีบนวด

5) การดูแลป้องกันอุบัติเหตุภายในบ้าน แม่มักจัดเก็บของมีคมให้พ้นมือเด็ก เช่น มีด เลื่อย หรือของมีคมต่าง ๆ โดยเก็บไว้ในที่สูง เหน็บไว้ที่ฝาบ้าน บนหลังบ้านหรือในตู้ และเมื่อเด็กออกไปนอกบ้านจะบอกให้เด็กสวมรองเท้า

6) การให้ความรู้และการแนะนำวิธีปฏิบัติตนให้แก่เด็กในการป้องกันโรคภัย และอุบัติเหตุ แม่มักใช้วิธีบอก หรือห้าม เช่น ห้ามปีนต้นไม้ ห้ามวิ่งเล่นที่ถนน ห้ามตากฝน ห้ามเล่นกันแรง ๆ เป็นต้น แม่จะบอกวิธีป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุ เช่น ให้เดินชิดริมถนน เมื่อจะข้ามถนนให้ดูซ้ายขวาให้ดีก่อน หรือเมื่อฝนตกให้เอาถุงพลาสติกสวมที่ศีรษะ กันฝน หรือหลบฝนก่อน หรือถ้าเล่น ๆ กันแล้วเกิดอุบัติเหตุให้รีบมาบอกผู้ใหญ่ แม่สอนเด็กไปด้วยในขณะกำลังปฐมพยาบาล เช่น การทำแผลเล็กน้อยๆ ที่สามารถใช้ยาสามัญประจำบ้านได้ พวดยาแดง ทิงเจอร์ไอโอดีน แม่มักสอนวิธีทำความสะอาดแผลและการใส่ยาไปด้วยให้เด็กด้วย แต่ไม่ให้เด็กทำเอง และหากเด็กไม่ทำตามที่แม่บอกหรือห้าม เด็กจะถูกลงโทษด้วยการตี เมื่อไม่อยู่บ้านแม่จะให้พี่คนโตเป็นคนช่วยดูแลน้อง ๆ แต่ไม่ให้พี่หยิบยาให้น้องรับประทาน ให้พี่พาน้องไปหาญาติผู้ใหญ่ หรือเพื่อนบ้านให้หยิบยาให้น้อง หรือพาไปหาหมอที่โรงพยาบาล

### ด้านการดูแลเรื่อง การดูแลที่อยู่อาศัย เครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม

1) การเลือกซื้อเครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่มสำหรับเด็ก แม่เป็นผู้เลือกซื้อเสื้อผ้าที่เหมาะสมกับวัยของเด็ก ทั้งที่เป็นชุดนักเรียน ชุดใส่อยู่บ้าน ถุงเท้า รองเท้า เครื่องนอน ผ้าห่ม อุปกรณ์ในครัวเรือนรวมทั้งสิ่งของเครื่องใช้อื่น ๆ ให้เด็กเองแต่บางครั้งก็จะพาเด็กไปซื้อจากร้านค้าในตลาดโดยให้เด็กเลือกเองตามใจชอบ

2) การดูแลและรักษาความสะอาดเครื่องแต่งกาย แม่เป็นคนทำเองทั้งหมด แม่มักให้เด็กใส่เสื้อผ้าซ้ำกัน ประมาณ 2 วัน ถ้าหากเสื้อผ้าไม่สกปรกมากนัก แต่ถ้า

สกปรกมากก็ให้ใส่วันเดียว เมื่อเสื้อผ้าขาดไม่มากนัก แม่ก็เย็บรอยขาดเพื่อให้นำมาใส่ได้อีก แต่ถ้าเป็นเสื้อผ้าที่เก่ามาก หรือขาดมากแล้ว จะนำมาทำเป็นผ้าเช็ดตัว การทำความสะอาดเสื้อผ้าของเด็ก แม่เก็บรวบรวม ๆ เสื้อผ้าของสมาชิกภายในบ้านเมื่อมีจำนวนมากมาซักพร้อมกัน โดยนำไปซักที่บ่อน้ำข้างบ้าน หรือซักในห้องน้ำ โดยซักเสื้อและกางเกงรวม ๆ กันไป การซักด้วยผงซักฟอก 1 ครั้ง โดยใช้มือขยี้และซักผ้าด้วยแปรง หลังจากนั้นล้างผ้าด้วยน้ำเปล่า 2 ครั้ง แล้วจึงนำไปตาก แม่ที่มีบ้านไม้ยกพื้นมักตากผ้าที่ราวใต้ถุนบ้าน จากนั้นจึงเก็บผ้าที่แห้งในตอนเย็น

3) การดูแลและรักษาความสะอาดสิ่งของเครื่องใช้ แม่จะไม่ให้เด็กช่วยทำความสะอาดอุปกรณ์ต่างๆ ภายในบ้าน เช่น เครื่องครัว เครื่องนอน ได้แก่ ที่นอน หมอน มุ้ง ผ้าห่ม เพราะ กลัวว่าเด็กทำได้ไม่สะอาด แล้วต้องเสียเวลาในการทำสะอาดซ้ำอีกครั้ง แม่จึงเป็นผู้ทำความสะอาดเองทั้งหมด ทุกวันแม่จะเก็บที่นอนวางซ้อน ๆ กันไว้ตามมุมห้องนาน ๆ ครั้งจึงนำที่นอน หมอนมาผึ่งแดด และเอาไม้ตีฝุ่นออก ปลอกหมอนและผ้าห่มซักประมาณเดือนละครั้ง และการเปลี่ยนที่นอน มุ้ง หรือผ้าห่มผืนใหม่ ก็ต่อเมื่อขาดมาก ๆ เครื่องนอนของเด็กกับของผู้ใหญ่ใช้รวมกัน

### ด้านการดูแลเรื่อง การทำความสะอาดของร่างกาย

สถานที่ในการทำมาความสะอาดร่างกาย มี 2 ลักษณะคือ บ้านที่อาบน้ำ โดยใช้การตักน้ำอาบข้าง ๆ บ่อน้ำในบริเวณ และบ้านที่อาบน้ำในห้องน้ำในบ้าน แม่เป็นผู้ดูแลเด็กในการทำมาความสะอาดร่างกาย ในทุก ๆ ด้าน ทั้งการอาบน้ำ การทำความสะอาดเล็บ ผม ฟัน หู ซึ่งมีลักษณะการดูแลและรักษาความสะอาดร่างกายดังนี้

1) การอาบน้ำ โดยปกติแม่จะให้เด็กอาบน้ำวันละ 2 ครั้ง เช้า และเย็น สำหรับบ้านที่อาบน้ำโดยการตักน้ำอาบข้าง ๆ บ่อน้ำ แม่จะอาบน้ำพร้อมเด็ก โดยแม่ตักน้ำใส่ในกะละมังไว้ให้ และมีสบู่ ยาสระผมใส่ไว้ในขันข้าง ๆ เด็กตักน้ำรดตัวเอง โดยแม่ช่วยถูสบู่ หรือ บางครั้งก็ให้เด็กทำความสะอาดด้วยตัวเอง สำหรับบ้านที่อาบน้ำในห้องน้ำ แม่มักปล่อยให้เด็กอาบน้ำเอง โดยไม่ได้เข้าไปดูแลว่าเด็กอาบน้ำอย่างไร ถูสบู่สะอาดหรือไม่ เพราะคิดว่าเด็กช่วยเหลือตัวเองได้ ซึ่งพบว่า เด็กมักอาบลวก ๆ ไม่ค่อยสะอาด ตักรดเพียง 2 - 3 ครั้ง แต่เมื่อเด็กเล่นสกปรกมากแม่จะให้เด็กอาบน้ำมากกว่าวันละ 2 ครั้ง ในวันธรรมดาที่เด็กไปโรงเรียนเด็กจะอาบน้ำเช้าและเย็น โดยช่วงเช้าอาบน้ำเวลา 6.00 - 7.30 น. และตอนเย็น ในช่วงเวลาประมาณ

17.00 - 19.00 น. แต่ถ้าเป็นวันหยุดเด็กมักอาบตอนสาย ๆ หรือตอนกลางวันในช่วงเวลาประมาณ 10.00 - 12.00 น. และถ้าเด็กไม่สบายแม่ไม่ให้อาบน้ำ แต่เช็ดตัวให้แทน

3) การดูแลความสะอาดของผม ทั้งเด็กหญิงและชายไว้ผมสั้น โดยแม่มักพาเด็กไปตัดผมที่ร้านตัดผม ราคาคนละ 10 - 20 บาท แต่บางครั้งแม่บางคนก็ตัดผมให้ลูกเอง เมื่อลูกสาวเป็นเหา แม่นำเมล็ดน้อยหน่ามาทุบและผสมน้ำแล้วนำไปหมักไว้บนผมเด็ก ทิ้งไว้สัก 30 นาทีแล้วล้างน้ำออก และสระผมซ้ำอีกครั้งหนึ่ง ปกติแม่เป็นผู้สระผมให้เด็กโดยสระในช่วงที่เด็กอาบน้ำ ให้เด็กช่วยสระผมตนเองไปพร้อมกันด้วย โดยแม่ตักน้ำราดผมเด็กจนเปียกทั่วศีรษะ แล้วใช้ยาสระผมชนิดเดียวกับที่แม่ใช้ ซึ่งนิยมใช้ยาสระผมยี่ห้อซิลซิลเพราะ มีปริมาณมาก ราคาไม่แพง และใช้มานานแล้ว แม่เทยาสระผมใส่มือตนเอง และใส่มือเด็กเล็กน้อย แล้วขยี้ให้เกิดฟอง ขไลมยาสระผมกับผมของเด็ก ใช้มือเกาศีรษะของเด็กและให้เด็กช่วยเกาด้วยเพื่อฝึกเด็กสระผมไปพร้อม ๆ กัน เมื่อทั่วแล้วล้างออกด้วยน้ำสะอาด 2 ครั้ง แม่สระผมด้วยยาสระผมให้เด็กเพียงครั้งเดียว การสระผมของเด็กหญิงและชายมีลักษณะเหมือนกัน แต่ส่วนใหญ่เด็กชายมีผมน้อย แม่มักให้เด็กสระเองโดยมีแม่คอยดูแลอยู่ใกล้ ๆ มากกว่า แม่สระผมให้เด็กสัปดาห์ละ 2 - 3 ครั้ง

4) การดูแลความสะอาดของฟัน แม่เริ่มฝึกให้เด็กแปรงฟันเองเมื่อเด็กมีอายุประมาณ 4 - 5 ขวบ โดยแม่เริ่มทำให้ดู ให้เด็กฝึกทั้งเช้า และเย็นในขณะอาบน้ำ เมื่อเด็กแปรงฟันได้เอง แม่ไม่ค่อยได้สนใจติดตาม เพราะคิดว่าเด็กช่วยเหลือตัวเองได้แล้ว และคิดว่าเด็กแปรงไม่สะอาดก็ไม่เป็นไร เพราะเด็กในวัยนี้ยังไม่มีฟันแท้ แม่ได้ดูแลเด็กแปรงฟันบ้างส่วนใหญ่นในช่วงเช้า แต่ในช่วงเย็น ก่อนนอน เด็กไม่ค่อยแปรงฟัน หรือแปรงน้อยมาก เนื่องจากหลับไปก่อน ขณะที่ดูโทรทัศน์ หรือพ่อแม่เรียกให้เด็กแปรงแล้วเด็กไม่ยอมแปรง พ่อแม่รำคาญ ปล่อยเลขตามเลย แปรงสีฟันที่เด็กใช้มีขนาดเล็ก เหมาะแก่การจับ ยาสีฟันที่ใช้เป็นยาสีฟันที่สมาชิกทุกคนในบ้านใช้เหมือนกัน ยี่ห้อคอลเกต โกลด์ซิด หรือดาร์ลี่ ไม่แยกยาสีฟันสำหรับเด็ก โดยแม่จะบีบยาสีฟันใส่แปรงสีฟันให้เด็กเพียงเล็กน้อย ให้เด็กอมน้ำบ้วนปากก่อนแล้วแปรงฟัน หลังจากนั้นบ้วนปากอีกประมาณ 4 - 5 ครั้งจนรู้สึกว่ปากสะอาดแล้ว จึงเสร็จการแปรงฟัน

5) การดูแลความสะอาดเล็บ แม่เป็นคนตัดเล็บทั้งเล็บมือ และเล็บเท้าให้เด็ก โดยสังเกตเมื่อเด็กมีเล็บดำ และยาว จึงใช้ที่ตัดเล็บตัดให้ เด็กที่เข้าโรงเรียนแล้ว แม่ไม่ค่อยสนใจดูแล และตัดให้ ปล่อยให้เป็นหน้าที่ของครู ส่วนเด็กที่ยังไม่เข้าโรงเรียนผู้ปกครองตัดเล็บให้ก็ต่อเมื่อเล็บดำมาก ๆ สาเหตุที่เป็นเช่นนี้เพราะ ผู้ปกครองไม่ให้ความสำคัญเรื่องเล็บ เพราะเป็นส่วนในร่างกายที่ไม่สะอาดตา

6) การทำความสะอาด แม่ไม่แคะนุให้เด็ก เพราะกลัวว่าที่แคะนุ ทำให้เกิดอันตรายต่อหูของเด็ก

7) การปลุกฝังให้เด็กมีสุนทรีย์ที่ดีในการทำความสะอาดร่างกาย แม่ส่วนใหญ่ไม่ได้ปลุกฝังสุนทรีย์ในการรักษาความสะอาดร่างกายให้แก่เด็กอย่างสม่ำเสมอ จะปฏิบัติให้เด็กดูในช่วงแรก ๆ เช่น ในการอาบน้ำ เมื่อเด็กอาบน้ำพร้อมกับแม่ แม่ดูสบู่ หรือ สระผมให้เด็กดู เพื่อเด็กได้ทำตาม หรือถ้าเด็กได้แปรงฟันพร้อมกับแม่ แม่จะสอนวิธีการแปรงฟัน ให้ แต่หลังจากนั้นก็ปล่อยให้เด็กทำด้วยตนเอง โดยไม่ได้ติดตามควบคุมติดตามให้ถูกต้อง เรียบร้อย

8) การขับถ่าย แม่ให้เด็กถ่ายในห้องส้วม การชำระล้างถ้าเด็กช่วยตัวเองไม่ได้ แม่จะล้างให้ แต่ถ้าเด็กช่วยตนเองได้ เด็กล้างเอง โดยแม่สอนให้ในช่วงแรก การขับถ่ายของเด็กมักไม่เป็นเวลา ถ้าเด็กอยู่ตามลำพังไม่มีผู้ใหญ่อยู่ด้วย เด็กไม่ค่อยชำระล้าง หลังจากขับถ่าย หรือชำระล้างไม่สะอาด เด็กทุกคนสวมรองเท้าทุกครั้งถ้าออกนอกบ้านไปที่ ไกล ๆ แต่มีบ้างที่ไม่สวม เมื่อไปเล่นใกล้ ๆ บ้านในบริเวณที่เป็นลานดิน หรือสนามหญ้า

### ด้านการดูแลเรื่อง การพักผ่อนนอนหลับ

1) ลักษณะการพักผ่อนนอนหลับของเด็ก เด็กมักนอนร่วมกับพ่อและแม่ บนเตียง หรือบนเบาะในห้อง ถ้าบ้านไหนมีที่นอน เด็กจะนอนกับที่นอน ตอนกลางวันเด็กมักนอน บนเสื่อกลางพื้นบ้าน เครื่องนอนของเด็ก ได้แก่เบาะ ผ้าห่ม ซึ่งใช้ร่วมกับผู้ใหญ่ มีบางบ้านที่มี หมอนขนาดเล็กสำหรับเด็ก เวลานอนกลางวัน แม่กางมุ้งให้เด็กนอน แต่ถ้าเวลากลางวันไม่ได้ กางมุ้งให้เด็กนอน บางบ้านที่มีพัดลมมักเปิดพัดลมไล่ยุงแทนมุ้ง

2) กิจกรรมที่เด็กทำเพื่อเป็นการพักผ่อน ส่วนใหญ่เด็กจะเล่นกับเพื่อน ้วยเดียวกัน เมื่อเหนื่อยจึงมานอน หรือดูโทรทัศน์แล้วนอนหลับไปเลย ส่วนการพักผ่อนอื่นๆ ที่เป็น กิจกรรมที่สงบไม่ปรากฏ

3) เวลาที่เด็กนอนพักผ่อน เด็กนอนในช่วงเวลาประมาณ 20.00 น. - 21.00 น. และตื่นประมาณ 6 โมงเช้า ก่อนนอน เด็กดูโทรทัศน์แล้วจึงเข้านอนเมื่อรู้สึกง่วง หรือบางครั้งหลับไปหน้าโทรทัศน์ ซึ่งพ่อหรือแม่จะอุ้มพาไปนอนที่นอน แม่ไม่ค่อยให้ความสำคัญ กับเวลานอนของเด็ก โดยคิดว่าถ้าเด็กง่วงก็จะเข้านอนเอง บางครั้งเมื่อเรียกให้เด็กเข้านอน แต่เด็กยังเล่น หรือดูโทรทัศน์ไม่ยอมลุกไปนอน แม่ก็มักเฉยไม่ติดตามควบคุมให้ทำตามคำสั่ง ส่วนการนอนกลางวัน เด็กมักนอนในช่วงเวลาที่ไม่แน่นอน ถ้าง่วงก็นอน แต่ถ้าไม่ง่วงก็ไม่นอน

4) การจัดสถานที่นอน และเครื่องนอนให้กับเด็ก การนอนกลางวัน บางบ้านก็ให้เด็กนอนบนเสื่อ บางบ้านก็ให้เด็กนอนบนพื้น ถ้าเป็นกลางคืน เด็กนอนโดยมีมุ้งกาง ในห้องนอน การจัดเครื่องนอนของเด็ก มักใช้เครื่องนอนร่วมกับแม่ เมื่อถึงเวลาแม่จัดเบาะนอน ผ้าห่ม และมุ้งให้กับเด็ก และให้เด็กเข้านอน แล้วสอดชายมุ้งเข้าไปไว้ใต้เบาะ เพื่อกันยุงเข้า บางบ้านจุดยากันยุง หรือเปิดพัดลมเพื่อไล่ยุง

### ด้านการดูแลเรื่อง การออกกำลังกาย

1) ประเภทของการออกกำลังกาย การออกกำลังกายที่เป็นการเล่น เด็กผู้หญิงชอบเล่นหม้อข้าวหม้อแกง กระโดดยาง หมากเก็บ เล่นชายของ จ้ำจัมมะเรือเปราะ เล่นชิงช้า ส่วนเด็กผู้ชายชอบวิ่งเล่น หรือเล่นฟุตบอล ทอยหลุม ยิงหนังสติ๊ก เล่นผีหลอก วิ่งไล่จับ การเล่นและของเล่นที่นำมาเล่น พบว่า มีทั้งของเล่นที่ได้จากธรรมชาติ คือ ต้นกล้วย กาบมะพร้าว กระลามะพร้าว ใบไม้ ดิน เมล็ดของผลไม้ ของเล่นที่เป็นพวกเศษวัสดุ เช่น ยางล้อรถ ขวดยาสระผม กระบอง ฝาขวด ลูกพลาสติก เป็นต้น ของเล่นสำเร็จรูปที่แม่ซื้อให้ ซึ่งเด็กผู้ชายมีพวก หุ่นยนต์ ลูกบอล ดาบ ตัวต่อ เป็นต้น ของเล่น ส่วนเด็กผู้หญิงมักมีตุ๊กตา หม้อข้าวหม้อแกง และของเล่นที่แม่หรือพ่อทำให้เล่น ได้แก่ รถไม้ หนังสือตึก ชิงช้า ที่ทำจากผ้าขาวม้ามาผูกไว้ที่เสา ได้ถุนบ้าน การออกกำลังกายที่เป็นการช่วยงานบ้านแม่ ส่วนใหญ่ให้เด็กช่วยทำงานบ้านที่เหมาะสมกับวัยของเด็ก เช่น กวาดบ้าน กรอกน้ำใส่ขวด เป็นต้น แต่ส่วนใหญ่แม่ไม่ค่อยให้เด็กช่วยงานบ้าน เนื่องจากคิดว่า เด็กยังเล็ก ทำได้ไม่สะอาด

2) ลักษณะการเล่น แม่เปิดโอกาสให้เด็กได้เล่นเต็มที่และเลือก การเล่นตามพอใจ เด็กเล่นกันเป็นกลุ่ม และเล่นคนเดียว เด็กเล่นกับเพื่อนวัยเดียวกัน เล่นกับ พี่น้อง และเล่นกับเพื่อนที่โตกว่า ทั้งนี้แม่บอกเด็กที่มีน้องพาน้องไปเล่นด้วย

3) การดูแลการเล่นของเด็ก แม่มักให้เด็กเล่นอย่างอิสระอยู่ใกล้ ๆ บ้าน โดยคอยเตือนและดูแลอยู่ห่าง ๆ เด็กสามารถเลือกของเล่นได้ตามใจชอบ และตาม ความสนใจตลอดทั้งวัน โดยไม่จำกัดเวลา พ่อแม่มักไม่ได้ออกกำลังกายกับเด็ก ปล่อยให้เด็กเล่น กับพี่น้อง หรือเพื่อนวัยเดียวกัน และไม่ได้แนะนำวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง ปล่อยให้เด็กเล่น อย่างอิสระ แต่ถ้าหากเกิดอุบัติเหตุ ก็จะเข้าไปดูแล หากมีบาดแผลมาก ๆ ก็พาไปหาหมอ แต่ถ้า เป็นบาดแผลเล็กน้อย จะทายาและปิดพลาสเตอร์ แล้วปล่อยให้หายเอง



ภาคผนวก ข

**คู่มือการใช้โปรแกรมการศึกษาสำหรับผู้ปกครอง  
ในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล  
ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา**



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**คู่มือการใช้โปรแกรมการศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริม  
พัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้  
ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา**



**ผู้วิจัย นางสาวเจนจิรา คงสุข**

**สถาบันวิทยบริการ**

**จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**

**คู่มือการใช้โปรแกรมการศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกาย  
ของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา  
เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต**

**ภาควิชาประถมศึกษา**

**บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**

**พ.ศ. 2540**

## คำนำ

งานพัฒนาใด ๆ ที่มาจากสำนึกและความรู้สึกเป็นเจ้าของของสมาชิกแล้ว จะส่งผลให้งานพัฒนานั้นดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ และอย่างต่อเนื่อง

รูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา เป็นรูปแบบหนึ่ง ที่ส่งเสริมให้ประชาชนในชนบทได้มีส่วนร่วมในการดำเนินงานพัฒนาชนบทของตนทุกขั้นตอน ตั้งแต่การวางแผน การวิเคราะห์ การนำไปปฏิบัติ และการประเมินผล รวมถึงมีการแลกเปลี่ยน ประสบการณ์ซึ่งกันและกัน โดยมีการนำเทคนิควิธี ต่าง ๆ เข้ามาใช้ เช่นการทำแผนที่ ตารางเวลา ปฏิทินฤดูกาล เป็นต้น เพื่อให้ประชาชนได้จัดระบบความคิด และความรู้เกี่ยวกับชุมชนของตนเอง ในรูปแบบที่เป็นรูปธรรม พอที่จะทำความเข้าใจได้ง่าย เพื่อให้เกิดความตระหนักในสภาพปัญหา จากข้อมูลที่ได้จากการจัดระบบนั้น

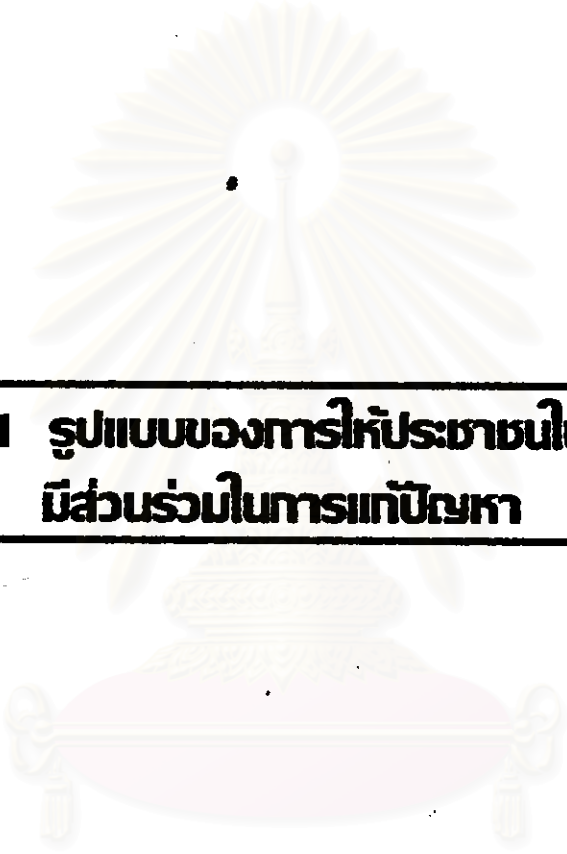
คู่มือการใช้โปรแกรมการศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการ ทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา ฉบับนี้ เป็นการรวบรวมเนื้อหาสาระเกี่ยวกับลักษณะของรูปแบบ ขั้นตอน เทคนิควิธีการ รวมถึง ประโยชน์ของการนำรูปแบบนี้ไปใช้ เพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้ใช้โปรแกรม ในการศึกษา รูปแบบ การให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา เพื่อการพัฒนาชนบท โดยการส่งเสริมให้ ประชาชนในชนบทได้เกิดความตระหนักในความสำคัญของปัญหา รวมทั้งใช้ประโยชน์จากความรู้ ที่ประมวลมาในการแก้ปัญหา เพื่อพัฒนาท้องถิ่นของตน

สถาบันวิทยบริการ

นางสาวเจนจิรา คงสุข

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





**\* ตอน 1 รูปแบบของการให้ประชาชนในชนบท  
มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา**

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## การให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา ดีอะไร



☛ การให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา คือ การนำชาวบ้านในชนบทเข้ามารวมกลุ่มกันทำกิจกรรมเกี่ยวกับการจัดระบบความคิดและความรู้เกี่ยวกับชุมชนของตน เพื่อประมวลความรู้ความเข้าใจของตน ในเรื่องสภาพความเป็นอยู่ต่าง ๆ แล้วนำเสนอออกมาในรูปของ แผนภูมิ แผนที่ รูปภาพ และ/หรือ ตาราง ซึ่งทำขึ้นจากวัสดุที่หาได้ในท้องถิ่น เพื่อช่วยให้ชาวบ้านในชนบท เข้าใจได้ง่าย และเกิดความตระหนักในความสำคัญของปัญหา รวมทั้งใช้ประโยชน์จากความรู้ที่ประมวลมานั้นในการวางแผนแก้ปัญหา เพื่อพัฒนาท้องถิ่นของตน ☛



## ลักษณะสำคัญของการให้ประชาชนในชนบท มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา \*

การให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา มีลักษณะสำคัญ ดังนี้

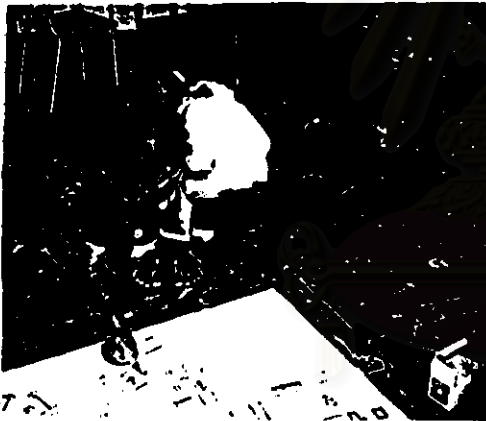


- ๑ 1. นักพัฒนาทำงานกับชาวบ้านในท้องถิ่น โดยตรง และชาวบ้านเป็นผู้ให้ความหมายของปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชนของตน เรียนรู้ที่จะแก้ปัญหาด้วยตัวเอง

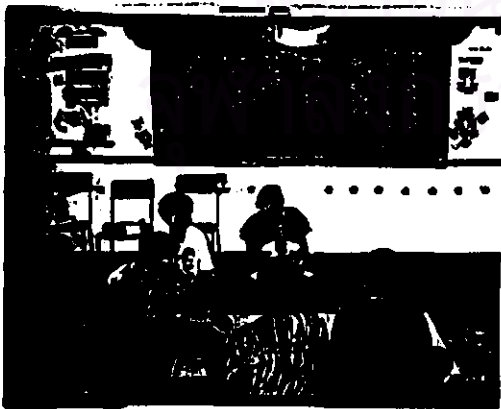


- ๑ 2. ชาวบ้านมีส่วนร่วมโดยตรงในการดำเนินงานทุกขั้นตอน ตั้งแต่ การวางแผน การวิเคราะห์ การนำไปปฏิบัติ และการประเมินผล รวมถึงมีการเรียนรู้ และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกันในการทำงาน

๕ 3. วิธีการดำเนินงานเน้นการฝึกให้ชาวบ้านจัดระบบความคิดและความรู้เกี่ยวกับชุมชนของตนเอง ในรูปแบบที่เป็นรูปธรรม พอที่ชาวบ้านจะทำความเข้าใจได้ง่าย เพื่อให้เกิดความตระหนักในสภาพของปัญหาจากข้อมูลที่ได้จัดระบบนั้น



๕ 4. กิจกรรมและสื่อที่ใช้ทำกิจกรรม สามารถหาและทำได้ในสภาพความเป็นอยู่ในปกติของชาวบ้านโดยไม่ต้องอาศัยสื่อที่มีเทคโนโลยีสูงหรือกิจกรรมที่เป็นทางการ และซับซ้อน ซึ่งไม่เหมาะกับธรรมชาติของชาวบ้าน



๕ 5. หน้าที่หลักของผู้ใช้โปรแกรมซึ่งเป็นบุคคลภายนอก คือ สอนวิธีจัดระบบข้อมูลที่เป็นนามธรรมโดยแปลงให้มีลักษณะเป็นรูปธรรม

๕๕๕๕๕

✓

**จุดสำคัญของรูปแบบการให้ประชาชนในชนบท  
มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา ❀**



★ 1. ประชาชนในชนบทได้เป็นผู้แก้ปัญหาของตนเอง โดยใช้วิธีการต่างๆ ที่เหมาะสมในการพัฒนาให้สอดคล้องกับชุมชนของตน โดยการเป็นผู้มีส่วนร่วมในการดำเนินงานทุกขั้นตอน ตั้งแต่ การวางแผน การวิเคราะห์ การนำไปปฏิบัติ และการประเมินผล รวมถึงมีการเรียนรู้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกันและกันในการทำงาน




★ 2. ประชาชนในชนบทได้เป็นผู้แก้ปัญหาของตนเอง และใช้วิธีการต่างๆ ที่เหมาะสมในการพัฒนาให้สอดคล้องกับชุมชนของตน โดยการเป็นผู้มีส่วนร่วมในการดำเนินงานทุกขั้นตอน ตั้งแต่ การวางแผน การวิเคราะห์ การนำไปปฏิบัติ และการประเมินผล รวมถึงมีการเรียนรู้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกันและกันในการทำงาน



★ 3. ประชาชนในชนบทได้มีการริเริ่ม ร่วมมือ ร่วมใจในการพัฒนาชุมชนของตนเอง  
อันจะทำให้การพัฒนาชุมชนดำเนินไปได้อย่างเข้มแข็ง และถาวรกว่าการพัฒนาที่บุคคลภายนอก  
ไปจัดให้



★ 4. รูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา เป็นรูปแบบที่มี  
เทคนิคและวิธีการต่าง ๆ ที่ทำให้ผู้เข้าร่วมได้รับประสบการณ์ที่สนุกสนาน และเน้นอยู่กับชีวิต  
ของชาวบ้าน รวมทั้งได้ข้อมูลสำหรับการพัฒนาชุมชนที่มีคุณภาพและลึกในเวลาน้อย



**\* ตอน 2 โปรแกรมการศึกษาสำหรับผู้ปกครอง  
ในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล  
ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา**



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## \* สารสำคัญของโปรแกรม \*

**โปรแกรมการศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชุมชนมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาทางบับสมบูรณ์ ประกอบด้วยสาระสำคัญ ดังนี้**

### 1. หลักการของโปรแกรม

- 1.1 งานพัฒนาเด็กมีความเกี่ยวข้องกับบุคคลหลายฝ่าย ครอบครัวเป็นหน่วยของสังคมที่มีความสำคัญที่สุดต่อการหล่อหลอมพฤติกรรมที่ดีให้แก่เด็ก แต่ในทางปฏิบัติ พ่อแม่หรือบุคคลต่าง ๆ ที่ทำหน้าที่ในการอบรมเลี้ยงดูเด็ก ขาดการเตรียมตัว ทำให้การดูแลเอาใจใส่เป็นไปอย่างไม่ถูกต้อง หรือมีวิธีการเลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสม ซึ่งในสภาพความเป็นจริงแล้ว งานพัฒนาเด็กเป็นบทบาทหน้าที่ที่ผู้ปกครองจะต้องรับผิดชอบ ทั้งนี้เพราะ ผู้ปกครอง คือ ผู้ที่จะตอบได้ดีที่สุดว่า ต้องการให้ลูกหลานของตนพัฒนาไปในทิศทางใด และเป็นคนอย่างไร
- 1.2 งานพัฒนาใด ๆ โดยเฉพาะงานพัฒนาเด็กที่มาจากสำนักและความรู้สึกเป็นเจ้าของของสมาชิกแล้ว จะส่งผลให้งานพัฒนานั้นดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพและต่อเนื่อง การจัดกิจกรรมเพื่อช่วยให้ผู้ปกครองได้ตระหนักในความสำคัญของบทบาทหน้าที่ของตน และดำเนินการแก้ปัญหาเกี่ยวกับการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กของตน โดยเน้นให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาเพื่อความรู้สึกเป็นเจ้าของ จึงเป็นยุทธวิธีที่ช่วยให้งานพัฒนาเด็กเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

### 2. วัตถุประสงค์ของโปรแกรม

เพื่อกระตุ้นให้ผู้ปกครองเกิดความตระหนักเกี่ยวกับความสำคัญของปัญหาในการอบรมเลี้ยงดูและส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล และสามารถให้ประโยชน์จากความรู้ที่ประมวลมาขึ้นในการวางแผนแก้ปัญหา หรือตลอดไปถึงการติดตามการแก้ปัญหาจนบรรลุผล เพื่อพัฒนาเด็กของตน



### 3. คุณสมบัติและบทบาทของผู้ใช้โปรแกรมฯ

- 3.1 ผู้รับบริการ คือ ผู้ปกครองของเด็กวัยอนุบาลในชนบทภาคใต้ และเด็กวัยอนุบาล
- 3.2 ผู้ให้บริการ คือ ครู เจ้าหน้าที่อนามัย หรือ นักพัฒนาซึ่งอาจเป็นเจ้าหน้าที่ หรือ บุคลากรที่เป็นตัวแทนจากหน่วยงานรัฐบาล หรือเอกชนที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนา ชุมชนชนบทภาคใต้ ซึ่งมีความสนใจในการปฏิบัติการเพื่อส่งเสริมพัฒนาการทาง ร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วม ในการแก้ปัญหา ทั้งนี้โดยมีคุณสมบัติ ดังนี้ คือ เป็นบุคคลที่เข้าใจสภาพท้องถิ่น ชนบท มีภูมิสำเนา และภูมิหลังทางภาษาและวัฒนธรรมเดียวกัน สำหรับบทบาท ของผู้ให้บริการมีดังนี้
- 1) เก็บข้อมูลพื้นฐานของชุมชน และเก็บข้อมูลพื้นฐานเพื่อตั้งคำถาม ของการวิจัย
  - 2) เลือกทีมงาน
  - 3) จัดประชุมสมาชิกในทีมงาน
  - 4) ให้ความรู้แก่สมาชิกในทีมงานเกี่ยวกับการส่งเสริมพัฒนาการทาง ร่างกายของเด็กวัยอนุบาล
  - 5) ประเมินผลการดำเนินการจัดกิจกรรม
- 3.3 คนกลาง คือ คนในพื้นที่ ซึ่งสามารถเป็นสื่อกลางในการสร้างความสัมพันธ์และ ประสานงานระหว่างผู้ให้บริการกับคนในชุมชน

### 4. ลักษณะของโปรแกรมฯ

การศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา ผู้ปกครองเข้าร่วม กิจกรรมการประชุมจำนวน 5 ครั้ง ใช้เวลาดำเนินการทั้งสิ้น 10 สัปดาห์ ในวัน เวลา ที่ผู้ปกครองสะดวก ซึ่งเป็นวันอาทิตย์ ประมาณเวลา 13.00 น. - 15.00 น. สถานที่ โรงเรียนบ้านหนองกก ตำบลพัฒนา อำเภอพรหมิน จังหวัดนครศรีธรรมราช (วัน เวลา และสถานที่ที่ยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสม) ประกอบด้วยการจัดกิจกรรม ดังนี้

- 1) กิจกรรมการประชุมครั้งที่ 1 การระบุปัญหา เป็นการพูดคุยถึงปัญหาสุขภาพทางร่างกายของบุตรหลานของผู้ปกครองว่ามีอะไรบ้าง ผู้ปกครองระบุปัญหา และหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับปัญหาที่ได้ระบุไว้ ด้วยการเดินสำรวจชุมชน
- 2) กิจกรรมการประชุมครั้งที่ 2 ผู้ปกครองนำข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพของเด็กวัยอนุบาลที่ได้จากการเดินสำรวจชุมชนมาเสนอในที่ประชุมทำแผนที่และตารางแสดงจำนวนเด็กที่เป็นปัญหา และจัดลำดับความสำคัญของปัญหา โดยเลือกปัญหาที่ต้องแก้ไขเป็นอันดับแรก และการสัมภาษณ์ผู้ปกครอง ผู้อาวุโสในหมู่บ้านเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูในสมัยรุ่นยาย รุ่นแม่ และรุ่นลูก
- 3) กิจกรรมการประชุมครั้งที่ 3 นำข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้ปกครองและผู้อาวุโสในหมู่บ้านเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูในสมัยรุ่นยาย รุ่นแม่ รุ่นลูกมาพูดคุยกัน ทำตารางเปรียบเทียบความแตกต่างในการอบรมเลี้ยงดูทั้ง 3 รุ่น และทำตารางเวลาเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในหมู่บ้าน เพื่อให้เห็นสาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นกับเด็กอย่างชัดเจนขึ้น ผู้ปกครองระดมสมองหาแนวทางการแก้ปัญหา และวางแผนการแก้ปัญหา
- 4) กิจกรรมการประชุมครั้งที่ 4 เป็นการพูดคุยถึงผลที่ได้รับจากการแก้ปัญหา การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเด็ก ปัญหาที่พบ และผู้ปกครองวางแผนแก้ปัญหาต่อไป
- 5) การจัดกิจกรรมการประชุมครั้งที่ 5 เป็นการพูดคุยถึงการดำเนินการแก้ปัญหา ปัญหาที่พบ และการทำแผนภูมิประมวลผลการดำเนินงานทั้งหมดของผู้ปกครอง และความต้องการในการดำเนินการแก้ปัญหาเรื่องต่อไป

## 5. เนื้อหาของโปรแกรม

วิธีการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ใน 6 ด้านดังนี้

- 5.1 ด้านอาหารและโภชนาการ
- 5.2 ด้านการป้องกันโรคและการรักษาพยาบาล ตลอดจนการเฝ้าระวังความพิการ)
- 5.3 ด้านการดูแลที่อยู่อาศัย เครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม
- 5.4 ด้านการรักษาความสะอาดของร่างกาย

5.5 ด้านการพักผ่อนนอนหลับ

5.6 ด้านการออกกำลังกาย

การเลือกเนื้อหาของโปรแกรมฯ ขึ้นไม่จำเป็นต้องครบทุกหัวข้อ ขึ้นอยู่กับสภาพปัญหาของแต่ละชุมชน ตลอดจนความสนใจและความต้องการของผู้ปกครองในชุมชนนั้น ๆ

## 6. การดำเนินการใช้โปรแกรมฯ

จากหลักการ วัตถุประสงค์ ลักษณะของโปรแกรมฯ และเนื้อหาของโปรแกรมฯ ดังกล่าว ผู้วิจัยได้กำหนดขั้นตอนการดำเนินการใช้โปรแกรมฯ ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน นำเสนอรายละเอียดไว้ในหัวข้อขั้นตอนการจัดการศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา (หน้า )

## 7. สื่อประกอบการใช้โปรแกรมฯ

- 7.1 คู่มือการใช้โปรแกรมการศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา เนื้อหาสาระในคู่มือประกอบด้วย
- การให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา
  - ลักษณะสำคัญ และคุณค่าของรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา
  - ขั้นตอนการจัดการศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา
- ฯลฯ
- 7.2 คู่มือการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล
- ความหมายและลักษณะพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล

- ระดับสมรรถภาพทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล
- ปัญหาที่เกิดจากความผิดปกติของพัฒนาการทางร่างกาย

ที่พบบ่อยในเด็กวัยอนุบาล

- ความหมาย แนวคิดสำคัญ และหลักการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล

ฯลฯ

### 7.3. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล

#### 7.3.1 เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล

- 1) แบบสำรวจชุมชน
- 2) แบบบันทึกการสังเกตอย่างมีส่วนร่วมเกี่ยวกับพฤติกรรมของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล
- 3) แบบสัมภาษณ์ผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล

#### 7.3.2 เครื่องมือวิเคราะห์ข้อมูล

- 1) แบบสรุปบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาลของแต่ละครอบครัว
- 2) แบบสรุปบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาลโดยรวม
- 3) แบบวิเคราะห์พฤติกรรมของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล

### 7.4 อุปกรณ์อื่น ๆ ที่ใช้ระหว่างการจัดกิจกรรม

#### 7.4.1. ซอส์กีสี่ ปากกาเมจิก กระดาษปรู๊ฟ

#### 7.4.2 เครื่องบันทึกเสียง

#### 7.4.3 กล้องถ่ายรูป

## 8. การประเมินผลการใช้โปรแกรมฯ

เนื่องจากข้อมูลเกี่ยวกับการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาลของผู้ปกครองเป็นข้อมูลเชิงคุณลักษณะ จึงกำหนดเกณฑ์ประสิทธิภาพของโปรแกรมฯ โดยการใช้เกณฑ์เชิงคุณลักษณะดังนี้ ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมฯ ผู้ปกครองมีการเปลี่ยนแปลงแบบแผนพฤติกรรมส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ในเรื่องที่คุณปกครองเลือกมาแก้ปัญหา จากการทำตามที่เป็นปฏิบัติต่อ ๆ กันมา หรือ การทำอย่างไม่มีสมาธิ มาเป็นการทำโดยคำนึงถึงผลที่เกิดขึ้นต่อเด็กในระยะยาว และ/หรือ การทำอย่างสม่ำเสมอ



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**ขั้นตอนการจัดการศึกษาสำหรับผู้ปกครอง  
ในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล \*  
ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา**

**ขั้นตอนการจัดการศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการ  
ทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วม  
ในการแก้ปัญหา มี 4 ขั้นตอน สรุปได้ดังนี้**

**ขั้นที่ 1 : กำหนดพื้นที่ และเก็บข้อมูลพื้นฐาน**

กำหนดพื้นที่ที่จะดำเนินการการศึกษาสำหรับผู้ปกครอง ๑ และ  
ดำเนินการเก็บข้อมูลพื้นฐานแบบมีส่วนร่วม เกี่ยวกับสภาพความเป็นอยู่ทั่วไปของหมู่บ้าน  
ในด้านลักษณะภูมิประเทศ จำนวนประชากร เศรษฐกิจ การศึกษา ประเพณีและวัฒนธรรม ฯลฯ

**ขั้นที่ 2 : เลือกทีม และเก็บข้อมูลพื้นฐานเพื่อตั้งสมมติฐาน**

- **เลือกทีม** ตัวบุคคลที่จะเข้าร่วมทีม ประกอบด้วย นักพัฒนา  
ผู้ใช้โปรแกรม ผู้ปกครอง และ ผู้นำในชุมชนที่จะอำนวยความสะดวกในการทำงานกับผู้ปกครอง  
( ถ้ามี )

- **เก็บข้อมูลพื้นฐานเพื่อตั้งสมมติฐาน** ด้านการส่งเสริม  
พัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาลของครอบครัวของสมาชิกในทีม ในด้านอาหาร และ  
โภชนาการ ด้านการป้องกันโรคและการรักษาพยาบาล ( การเฝ้าระวังความพิการ ) ด้านการ  
ดูแลที่อยู่อาศัย เครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม ด้านการรักษาความสะอาดของร่างกาย ด้านการพักผ่อน  
นอนหลับ และด้านการออกกำลังกาย

### รูปที่ 3 : วิธีการรวบรวมทรัพยากรสำหรับผู้ปกครอง

#### 3.1 ชั้นเตรียมการ

- ติดต่อกับทีมงาน เพื่อตกลงเกี่ยวกับวัน เวลา และสถานที่ที่ใช้สำหรับจัดกิจกรรม รวมทั้งจัดสถานที่ และเครื่องมืออุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดกิจกรรม

#### 3.2 ดำเนินการจัดกิจกรรม ประกอบด้วย ขั้นตอน ดังนี้

- (1) **ระบุปัญหา** ทีมงานร่วมกันเก็บข้อมูลด้านการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ของผู้ปกครองในชุมชน ด้วยเทคนิควิธีต่าง ๆ เช่น การเดินสำรวจ การสัมภาษณ์ เป็นต้น เพื่อค้นหาปัญหาพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล จากนั้นทีมงานร่วมกันระบุปัญหาที่พบ
- (2) **จัดลำดับความสำคัญของปัญหา** ทีมงานวิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลที่ได้มาจากชั้นการระบุปัญหา และจัดลำดับความสำคัญของปัญหาที่ทีมงานจะดำเนินการแก้ไขอย่างเร่งด่วน รวมทั้งเลือกปัญหาที่จะทำการแก้ไขเป็นอันดับแรก
- (3) **หาแนวทางแก้ปัญหา และเลือกทางแก้ปัญหา** ทีมงานระดมสมองหาแนวทางแก้ปัญหา และเลือกทางแก้ปัญหาที่ได้เลือกไว้ให้สอดคล้องกับสภาพการอบรมเลี้ยงดูเด็กวัยอนุบาลในท้องถิ่นของตน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการใช้ประโยชน์จากภูมิปัญญาท้องถิ่น และการคำนึงถึงคุณค่าของสภาพความเป็นอยู่แบบดั้งเดิมที่สามารถประยุกต์ให้เหมาะกับสภาพปัจจุบันได้
- (4) **วางแผนการแก้ปัญหา** ทีมงานร่วมกันวางแผนการดำเนินงานเพื่อแก้ปัญหาที่ได้เลือกไว้ และแบ่งงานกันเพื่อทำตามแผนดังกล่าว
- (5) **ดำเนินการแก้ปัญหา** ทีมงานลงมือดำเนินการแก้ปัญหาตามแผนที่วางไว้ โดยเริ่มแก้ปัญหาของเด็กวัยอนุบาลที่เป็นบุตรหลานของทีมงานก่อน และเมื่อได้ผลแล้วจึงอาจขยายเครือข่ายการดำเนินการแก้ปัญหาของเด็กวัยอนุบาลไปสู่ครอบครัวอื่นในชุมชนตามสภาพความเหมาะสม
- (6) **ประเมินผลการดำเนินงาน** ว่าควรสิ้นสุดการดำเนินงานเนื่องจากปัญหาได้รับการแก้ไขแล้ว หรือควรมุ่งที่ปัญหาอื่นที่อาจเป็นไปได้อีกมากกว่า หรือ กลับไปทบทวน และทำขั้นตอนใดขั้นตอนหนึ่งซ้ำใหม่
- (7) **เลือกปัญหา และ/หรือร่วมกันขยายกลุ่มทีมงาน** แล้วดำเนินการขั้น (3). (4). (5). (6) และ (7) ตามลำดับต่อไป หากสมาชิกมีความต้องการร่วมกัน

#### ขั้นที่ 4 : การประมวลข้อมูล

เก็บข้อมูลจากการจัดกิจกรรม เก็บข้อมูลอย่างไม่เป็นทางการ  
 ในขณะจัดกิจกรรมการประชุมแต่ละครั้ง เพื่อนำผลมาปรับปรุงการจัดกิจกรรมในครั้งต่อไป  
 ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น และ หลังจากจัดกิจกรรมแล้ว นำข้อมูลทั้งหมดมาประมวล เพื่อสรุปและ  
 นำเสนอแก่ผู้ที่เกี่ยวข้องต่อไป



สถาบันวิทยบริการ  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





**แผนภูมิขั้นตอนการจัดการศึกษาสำหรับผู้ปกครอง  
ในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็ควัยอนุบาล  
ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา**

ขั้นที่ 1 : กำหนดพื้นที่ และเก็บข้อมูลพื้นฐาน



ขั้นที่ 2 : เลือกทีม และเก็บข้อมูลพื้นฐานเพื่อตั้งสมมติฐาน



ขั้นที่ 3 : จัดกิจกรรมการศึกษาสำหรับผู้ปกครอง

3.1 **ขั้นเตรียมการ**  
3.2 **ดำเนินการจัดกิจกรรม มีขั้นตอนดังนี้**

- (1) ระบุปัญหา
- (2) จัดลำดับความสำคัญของปัญหา
- (3) หาแนวทางแก้ปัญห และเลือกทางแก้ปัญห
- (4) วางแผนการแก้ปัญห
- (5) ดำเนินการแก้ปัญห
- (6) ประเมินผลการดำเนินงาน
- (7) เลือกปัญหาใหม่ และ/หรือปรับขยายกลุ่มทีมงาน



ขั้นที่ 4 ประมวลข้อมูล

## ❁ กิจกรรมภาคสนามเสนอแนะในการเก็บข้อมูลพื้นฐาน ❁

**เทคนิควิธีที่นำมาใช้ในการเก็บข้อมูลพื้นฐานของโปรแกรมการศึกษาสำหรับ  
ผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการ  
ให้ประชาชนในชุมชนมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา ที่สำคัญ ได้แก่**

1. การเดินสำรวจชุมชน
2. การสัมภาษณ์
3. การทำแผนที่
4. การทำตาราง
  - 4.1 ตารางแสดงแนวโน้มเรื่องอาหารการกิน และ  
การรักษาสุขภาพปากและฟันในหลายชั่วอายุคน
  - 4.2 ตารางเวลาแสดงความเป็นมาของการเกิดร้านค้า  
ในหมู่บ้าน
  - 4.3 ตารางเวลาสรุปการรวบรวมข้อมูล เรื่องการรับประทานผัก  
และสุขภาพฟันของเด็กวัยอนุบาล
5. การทำปฏิทินฤดูกาล
6. การทำแผนภูมิ
  - 6.1 แผนภูมิแสดงการรักษาสุขภาพปากและฟันของเด็ก  
วัยอนุบาล
  - 6.2 แผนภูมิประมวลผลการดำเนินงาน
7. การทำแผนผังความคิดแสดงการขยายเครือข่าย

ฯลฯ

😊 ทีมทำงานจะเลือกเทคนิควิธีการใดก่อนก็ได้ โดยสามารถปรับเปลี่ยนเป็นวิธีง่ายๆ เพื่อความเหมาะสมในสถานการณ์และปัญหาของแต่ละชุมชน เทคนิควิธีการเหล่านี้เป็นการดึงข้อเท็จจริงที่มีอยู่ในชุมชนออกมา เพื่อนำมาจัดให้เป็นระบบ และใช้ประโยชน์ในการพัฒนาต่าง ๆ โดยอาศัยการมีส่วนร่วมของประชาชน

## ตัวอย่างเทคนิควิธี

### 1. การเดินสำรวจชุมชน



#### ลักษณะสำคัญ

เป็นการเดิน และสังเกต เพื่อสำรวจสิ่งที่ต้องการศึกษา เช่น ลักษณะหมู่บ้าน การประกอบอาชีพ สภาพการอบรมเลี้ยงดูเด็กของผู้ปกครองในหมู่บ้าน เป็นต้น ในระหว่างการเดินสำรวจจะมีการทำกิจกรรมต่าง ๆ อย่างหลากหลาย เช่น การสังเกต การซักถาม การฟัง การดู การจดบันทึก การถ่ายภาพ หรือการทำแผนที่ในระหว่างการเดินสำรวจ เป็นต้น และนำข้อมูลต่างๆ ที่ได้จากการสำรวจมาประมวล จัดให้เป็นระบบ และทำกิจกรรมอื่น ๆ ต่อไป เช่น การทำแผนผังหมู่บ้าน แผนที่สังคม หรือปฏิทินฤดูกาล เป็นต้น

#### ประโยชน์

1. ทำให้ได้พบกับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างแท้จริง และชาวบ้านจะเป็นผู้ให้ความหมายของปัญหาที่เกิดขึ้น
2. ทำให้ได้ข้อมูลอื่น ๆ ที่มีความสัมพันธ์กับปัญหาที่เกิดขึ้น หรือเรื่องที่ต้องการจะศึกษา

3. ทำให้สามารถใช้เทคนิควิธีการต่าง ๆ ในการเก็บข้อมูลได้อย่างหลากหลาย อันจะทำให้ได้ข้อมูลที่มีความละเอียดชัดเจนขึ้น

4. เป็นวิธีการที่ทำได้ง่าย เหมาะกับธรรมชาติของชาวบ้าน

**ตัวอย่าง**

**การเดินทางสำรวจชุมชน เรื่อง ปัญหาสุขภาพทางด้านร่างกายที่เกิดขึ้นกับเด็กวัยอนุบาล โดยผู้ปกครอง อาสาสมัครสาธารณสุขมูลฐาน และผู้ใช้โปรแกรม**

สมาชิกทุกคนออกเดินทางสำรวจชุมชนเพื่อเก็บข้อมูลในด้านต่าง ๆ เกี่ยวกับโรคที่เด็กวัยอนุบาลเป็นมาก อาหารที่เด็กชอบและไม่ชอบรับประทาน โดยสมาชิกในทีมงานได้ร่วมกันวางแผนการเดินทางสำรวจชุมชน โดยมีการอภิปรายถึงสถานที่ที่จะสำรวจ การแบ่งสถานที่รับผิดชอบในการเดินทางสำรวจ และในขณะเดินทางสำรวจชุมชนนั้น สมาชิกบางคนมีการจดบันทึกข้อมูลที่ได้จากการสังเกต การซักถาม เป็นต้น

**ตัวอย่างของการจดบันทึกข้อมูลจากการเดินทางสำรวจชุมชนของสมาชิกในทีมงาน โดย นางขนิษฐ นาคอ่อน ผู้ปกครองของเด็กวัยอนุบาล**

๑. เด็กชาย ๑ อายุ ๕ ขวบ เป็นหมากฝรั่ง ชอบกินขนมปัง  
วัน ๕ ปี

๒. เด็กชาย ๑ อายุ ๕ ขวบ ไม่ชอบกินผัก กินผลไม้แต่ผลไม้ที่ชอบกิน  
ลูกอม ขนมเยลลี่ คุกกี้ ไข่ต้ม

๓. เด็กชาย ๑ อายุ ๕ ขวบ ชอบกินผลไม้ ชอบกินผลไม้ที่ชอบกิน  
ลูกอม เยลลี่ คุกกี้ ไข่ต้ม

๔. เด็กชาย ๑ อายุ ๕ ขวบ ไม่ชอบกินผัก ชอบกินผลไม้ที่ชอบกิน  
ลูกอม ไข่ต้ม คุกกี้

๕. เด็กชาย ๑ อายุ ๕ ขวบ ชอบกินผัก แต่ไม่กินผักที่  
ชอบกินผลไม้ ชอบกินผลไม้ที่ชอบกิน คุกกี้ ไข่ต้ม

๖. เด็กชาย ๑ อายุ ๕ ขวบ ไม่ชอบกินผัก ชอบกินผลไม้ที่ชอบกิน  
ลูกอม เยลลี่ คุกกี้ ไข่ต้ม

๗. เด็กชาย ๑ อายุ ๕ ขวบ ไม่ชอบกินผัก ชอบกินผลไม้ที่ชอบกิน  
ลูกอม เยลลี่ คุกกี้ ไข่ต้ม



## ตัวอย่าง

**การสัมภาษณ์ เรื่อง ปัญหาสุขภาพทางด้านร่างกายที่เกิดขึ้นกับเด็กวัยอนุบาล  
โดยนางประทุม ศิริพันธ์ ผู้ปกครองของเด็กวัยอนุบาลที่เป็นสมาชิกในทีมงาน**

- นางประทุม ( ผู้ปกครองผู้สัมภาษณ์ )      นางศรี ( ผู้ปกครองผู้ให้สัมภาษณ์ )
- นางประทุม : น้องคุณ กับน้องไซ (เด็ก) ไม่อยู่เออ
- นางศรี : เนี่ยอยู่แถวนี้แตกเดียว (เมื่อตะกี้นี้) อูระโหมวังสะน้ำทุ
- นางประทุม : หม้ายนี้ ว่าถามแล้วว่าน้องคุณ กับไอ้ น้องไซมันชอบ  
กินโหมวัง น้ำทุมอีสำรวจแล้วเด็กเล็ก ๆ  
มันมีปัญหาไอ้โหมวัง
- นางศรี : ชอบแหละที่เหมือนกันชอบกินแต่หนมแห้ง  
ลูกอมไอ้โหมวังนั่นแหละ
- นางประทุม : แล้วผักชอบกินมังหม้าย
- นางศรี : น้องคุณมันชอบแหละกินมัง แต่คนเด็กนี่เปล่า  
ไม่ชอบเลย ไม่ค่อยกิน
- นางประทุม : แล้วน้องศรีทำปรีอ(อย่างไร) เหนเด็กไม่กินผัก
- นางศรี : บังคับหลาวแหละ แต่มันก็อไม่กินนี่ มันเขี่ยไว้  
ข้างจานจาด ไม่รู้จะทำปรีอดีแล้ว (ไม่รู้จะทำอย่างไรดี)

๑๑๑

☆ จากการสัมภาษณ์ สมาชิกในทีมงานได้ไปสัมภาษณ์ผู้ปกครองของเด็กวัยอนุบาล  
ทุกคนในชุมชนเพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพทางด้านร่างกายของเด็กวัยอนุบาล  
ให้มากที่สุด



## 2. การสัมภาษณ์



### **ลักษณะสำคัญ**

การสัมภาษณ์เป็นการสนทนาอย่างไม่เป็นทางการ เป็นเทคนิควิธีที่เข้าถึงตัวชาวบ้าน ทั้งทำให้ได้ทราบถึงข้อมูลอื่นๆ ที่เกี่ยวกับตัวชาวบ้านในสภาพความเป็นจริงมากที่สุด การสัมภาษณ์ที่มีคุณภาพนั้น จำเป็นต้องมีบรรยากาศที่เป็นกันเอง และควรเป็นไปในลักษณะของการพูดคุย ควรพูดหรือถามคำถามในทำนองที่กระตุ้นให้ผู้ถูกสัมภาษณ์มีส่วนร่วมในการสนทนา ในการสัมภาษณ์จะมีการใช้คำถามปลายเปิดซึ่งคำถามบางคำถามได้ถูกกำหนดไว้ก่อนแล้ว แต่บางคำถามเกิดขึ้นระหว่างการสัมภาษณ์ การสัมภาษณ์มีหลายชนิด เช่น การสัมภาษณ์เป็นกลุ่ม อาจมีการประชุมกลุ่มกัน เพื่ออภิปรายถึงหัวข้อปัญหาโดยเฉพาะในกลุ่มซึ่งประกอบด้วยคนหลายแบบที่มีความเข้าใจแตกต่างกัน อันนำไปสู่การช่วยให้ประเด็นของปัญหาชัดเจนขึ้น

### **ประโยชน์**

1. การสัมภาษณ์ เป็นเทคนิควิธีที่ทำให้เข้าถึงข้อมูลที่ต้องการได้โดยตรง
2. เป็นเทคนิควิธีที่ทำได้ง่าย อาศัยเฉพาะการสนทนาพูดคุย
3. เป็นการสร้างความสัมพันธ์อันดีกับผู้ให้ข้อมูล

### 3. การทำแผนที่



#### ลักษณะสำคัญ

เป็นการทำแผนที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่ศึกษา เช่น โครงการของหมู่บ้าน ประชากร โรคที่เกิดขึ้นในหมู่บ้าน (ความพิการ การขาดสารอาหารในเด็ก ฯลฯ) การวางแผนครอบครัว การฉีดวัคซีน ความยากจน เป็นต้น การทำแผนที่ไม่จำเป็นต้องวาดลงในกระดาษเสมอไป แต่การทำแผนที่ที่สามารถทำได้ในสนามบนพื้นดิน บนที่ปูน โดยการใช้วัสดุท้องถิ่น อาทิเช่น ไม้ หิน หญ้า ต้นไม้ ใบไม้ เมล็ดพืช หรือ ขอสก เป็นต้น ในการทำเครื่องหมายแสดงสิ่งที่กำลังศึกษา เช่น ใช้ก้อนหินแสดง บ้านที่มีสมาชิกเป็นโรคติดต่อ เมล็ดพืช แสดงบ้านที่มีการวางแผนครอบครัว ขอสกสีต่าง ๆ แสดงโรคที่เกิดขึ้นกับเด็ก เป็นต้น

การทำแผนที่เป็นรูปเป็นร่าง จะนำไปสู่การสนทนาพูดคุยร่วมกันของชาวบ้าน และต่อเนื่องไปสู่การเดินสำรวจชุมชน เพื่อศึกษาสิ่งที่สนใจให้ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

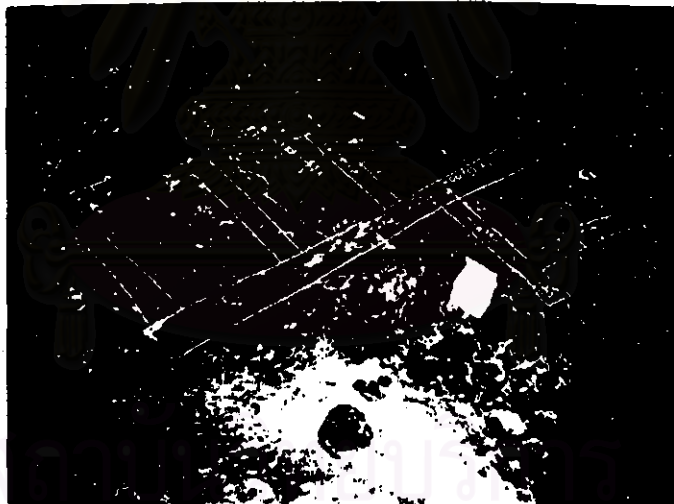
#### ประโยชน์

1. แผนที่มึประสิทธิภาพในการเข้าถึงชุมชน เพราะประชาชนที่ใช้ไม่จำเป็นต้องมีความชำนาญด้านศิลปะ
2. แผนที่สามารถใช้โดยชาวบ้าน สำหรับการระบุถึงปัญหา การวิเคราะห์ปัญหาโดยเฉพาะอย่างยิ่ง การตัดสินใจในการเดินสำรวจเพื่อใช้ในการวางแผนพัฒนาโปรแกรมต่าง ๆ

3. แผนที่จะช่วยให้มีการตัดสินใจอย่างมีส่วนร่วมในการประชุมกลุ่ม
4. แผนที่สามารถใช้ในการอภิปรายโครงการต่าง ๆ ในชุมชน หรือเป็นเครื่องมือในการส่งเสริม การจัดการ และ การตรวจสอบในการประชุมกลุ่มให้สะดวกขึ้น
5. แผนที่จะช่วยในการส่งเสริมชาวบ้านในการเดินสำรวจและ การสังเกตสิ่งต่างๆ รวมถึงการนำไปใช้ในการเป็นข้อมูลในการทำกิจกรรมอื่น ๆ

### **ตัวอย่าง**

**แผนที่แสดงสถานที่อยู่ของเด็กวัยอนุบาลที่มีปัญหาและไม่มีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพฟัน และการรับประทานผักจากการเดินสำรวจชุมชนโดยสมาชิกในทีมงาน**



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





## 4. การทำตาราง

### **ลักษณะสำคัญ**

การทำตาราง เป็นการแสดง และ/หรืออธิบายถึงการดำเนินงานต่าง ๆ หรือ เหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น รวมไปถึงการแสดงข้อมูลโดยสรุป จากการทำกิจกรรม การสัมภาษณ์ การซักถาม หรือจากข้อมูลที่ได้มีการบันทึกไว้ ได้แก่

4.1 ตารางแสดงแนวโน้มเรื่องอาหารการกิน และการรักษาสุขภาพ ปากและฟันในหลายชั่วอายุคน

4.2 ตารางเวลาแสดงความเป็นมาของการเกิดร้านค้าในหมู่บ้าน

4.3 ตารางสรุปการรวบรวมข้อมูล เรื่องการรับประทานผัก และสุขภาพฟันของเด็กวัยอนุบาล

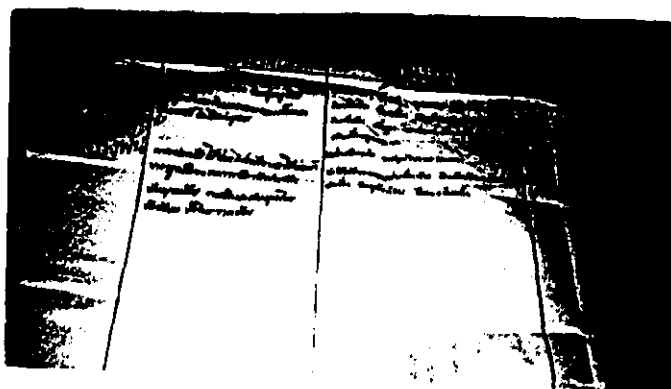
ฯลฯ

### **ประโยชน์**

1. ทำให้ได้ทราบถึงการดำเนินงาน หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ โดยสรุป ได้อย่างชัดเจน และเป็นรูปธรรม
2. ทำให้ได้นำข้อมูลไปเป็นแนวทางการดำเนินงานต่าง ๆ เพื่อแก้ปัญหา
3. ชาวบ้านเป็นผู้มีความสำคัญในการให้ข้อมูล

### **ตัวอย่างที่ 4.1**

ตารางแสดงแนวโน้มเรื่องอาหารการกิน และการรักษาสุขภาพปากและฟัน  
ในหลายชั่วอายุคน



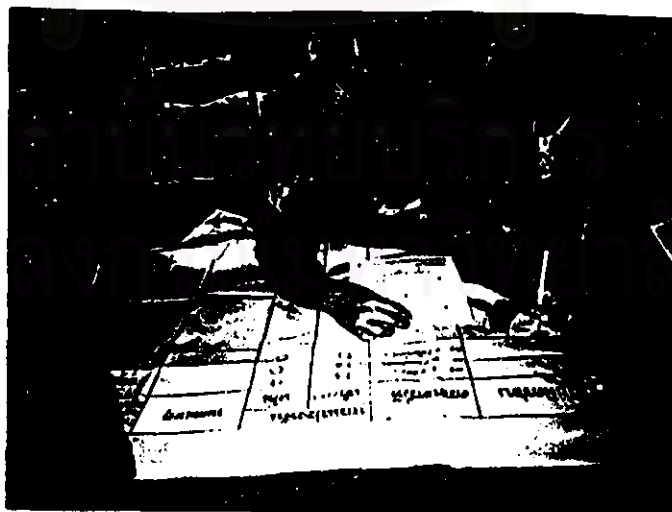
**ตัวอย่างที่ 4.2**

**ตาราง เวลาแสดงความเป็นมาของการเกิดร้านค้าในหมู่บ้าน**



**ตัวอย่างที่ 4.3**

**ตารางสรุปการรวบรวมข้อมูล เรื่องการรับประทานผัก และสุขภาพฟัน  
ของเด็กวัยอนุบาล**



## 5. การทำปฏิทินฤดูกาล

### ลักษณะสำคัญ

การสำรวจตามฤดูกาลเป็นสิ่งสำคัญ ซึ่งแผนจะเปลี่ยนในเดือนต่อเดือน ตลอดไปจนครบปี โดยอาศัยพื้นฐานความรู้ความชำนาญของชาวบ้าน ชาวบ้านได้แสดงความสามารถของเขาที่จะเข้าใจและผลิตปฏิทิน โดยวาดลงบนพื้นดิน และใช้เมล็ดผลไม้ ก้อนหิน แท่งไม้ และวัสดุอื่น ๆ ลงบนพื้นดิน เช่น การใช้ก้อนหิน และแท่งไม้ หรือเมล็ดพืช ที่มีสีแตกต่างกัน แสดงถึง เดือนที่ผ่านตก จำนวนวันของการจ้างงาน รายได้ เป็นต้น เช่นเดียวกับการใช้ชอล์ก ปากกา ทำปฏิทินลงบนแผ่นกระดาษ หัวข้อเรื่องของปฏิทินฤดูกาล เช่น โรค ประเพณี เป็นต้น

### ประโยชน์

1. ปฏิทินตามฤดูกาลสามารถทำให้ทราบถึง ลักษณะความเป็นอยู่ของชาวบ้าน หรือสิ่งที่ชาวบ้านในชุมชนทำในช่วง 12 เดือน
2. ทำให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงในระหว่างปีในสภาพชีวิตความเป็นอยู่ของชาวบ้าน
3. ทำให้เห็นถึงลักษณะความเป็นอยู่ของชาวบ้านในรูปแบบที่เป็นรูปธรรม ซึ่งจะนำไปสู่การดำเนินการ เพื่อส่งเสริมหรือป้องกันแก้ไขปัญหาค่าที่เกิดขึ้นในช่วงเวลานั้น

### ตัวอย่าง

ปฏิทินฤดูกาลแสดงการเกิดโรคต่าง ๆ ในหมู่บ้านในแต่ละปี

เดือน	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.
โรค												
โรคท้องร่วง				⋮								
โรคผิวหนัง			⋮	⋮						⋮	⋮	
โรคมาเลเรีย									⋮	⋮	⋮	
โรคไข้หวัด									⋮	⋮	⋮	

## 6. การทำแผนภูมิ

### ลักษณะสำคัญ

การทำแผนภูมิโดยการนำข้อมูลต่าง ๆ ที่มีอยู่ เช่น ข้อมูลจากการบันทึกจากการสัมภาษณ์ จากการสังเกต หรือข้อมูลต่าง ๆ จากการอภิปรายในเรื่องที่ได้ดำเนินการ เช่น ลักษณะสำคัญของการดำเนินงาน ขั้นตอนการดำเนินงาน ข้อเสนอนะเพิ่มเติม เป็นต้น เพื่อให้ได้เข้าใจเรื่องที่กำลังศึกษาได้อย่างเป็นรูปธรรมมากยิ่งขึ้น ทำให้ได้เห็นจำนวนหรือสถิติของสิ่งที่ต้องการทราบ ซึ่งจะนำไปสู่การดำเนินงานในขั้นต่อไป ได้แก่

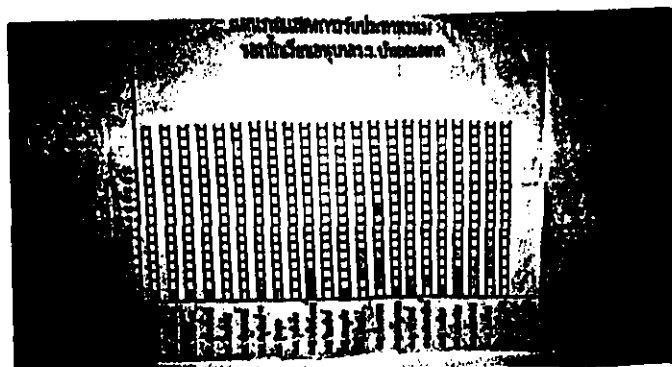
- 6.1 แผนภูมิแสดงการรักษาสุขภาพปากและฟันของเด็กวัยอนุบาล
- 6.2 แผนภูมิประมวลผลการดำเนินงาน

### ประโยชน์

1. แผนภูมิทำให้เข้าใจเรื่องที่กำลังศึกษาได้อย่างเป็นรูปธรรมมากยิ่งขึ้น
2. แผนภูมินำไปสู่การสนทนาเรื่องที่กำลังศึกษาได้ง่ายขึ้น เช่น ใช้ประกอบการอภิปรายถึงโครงการต่าง ๆ ในชุมชน หรือ ปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชน เป็นต้น
3. แผนภูมิสามารถทำได้ง่ายโดยชาวบ้าน ซึ่งรวมถึงคนที่ไม่รู้หนังสือ และเด็ก นำไปสู่การดึงดูดความสนใจในการศึกษาข้อมูล และ สำหรับการวางแผนการทำงานในขั้นต่อไป

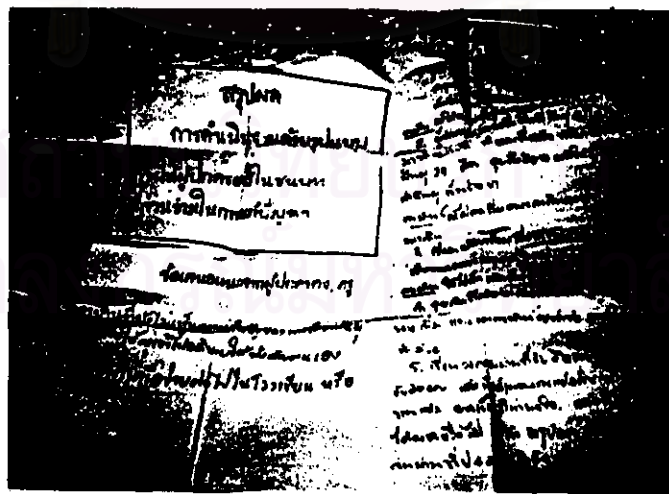
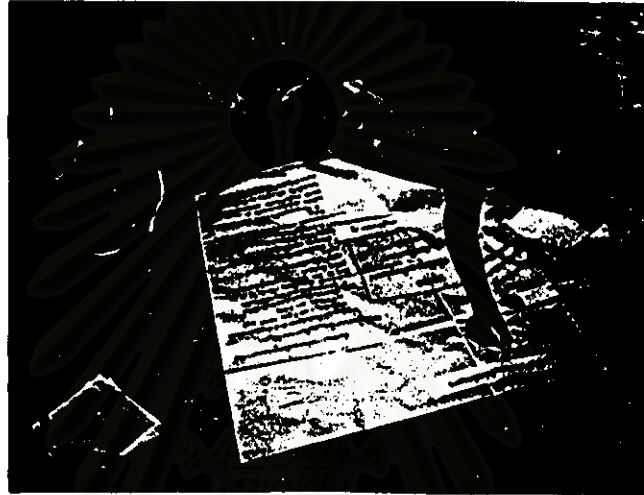
### ตัวอย่างที่ 6.1

แผนภูมิแสดงการรักษาสุขภาพปากและฟันของเด็กวัยอนุบาล  
ในโรงเรียนบ้านหนองกก



**ตัวอย่างที่ 6.2**

**แผนภูมิประมวลผลการดำเนินงาน**



## 7. การทำแผนผังความคิดแสดงการขยายเครือข่าย

### ลักษณะสำคัญ

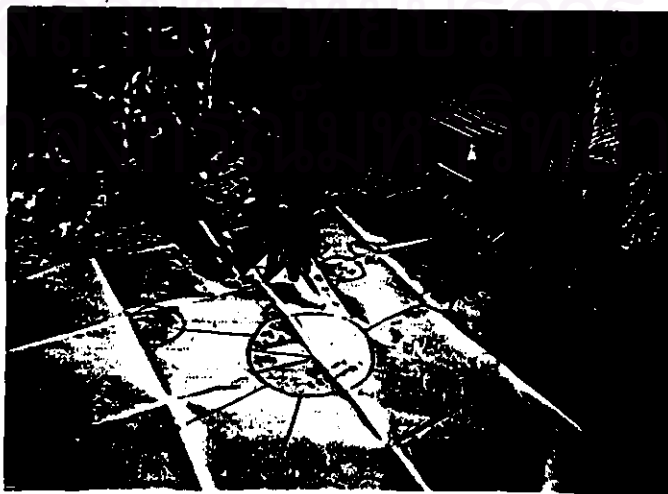
การทำแผนผังความคิดแสดงการขยายเครือข่าย เป็นการนำเสนอถึงเครือข่ายงานที่รับผิดชอบ เพื่อให้เห็นอย่างเด่นชัดถึงเครือข่ายต่าง ๆ ที่ขยายขอบเขตออกไป หรือแสดงถึงบทบาทของชาวบ้านในการขยายเครือข่ายไปยังบุคคลอื่น ๆ ในชุมชน

### ประโยชน์

1. ทำให้ทราบถึงขอบเขตของงานที่รับผิดชอบอย่างเป็นรูปธรรม
2. ทำให้เกิดความเข้าใจได้ง่ายในการศึกษาต่าง ๆ จากแผนผังความคิดแสดงการขยายเครือข่าย
3. ทำให้ง่ายต่อชาวบ้านในการทำ โดยไม่ต้องอาศัยความรู้ในชั้นสูง ซึ่งรวมถึงคนที่ไม่รู้หนังสือและเด็ก และนำไปสู่การดึงจุดความสนใจในการศึกษาข้อมูล
4. มีคุณค่าสำหรับการวางแผนการทำงานในขั้นต่อไป

### ตัวอย่าง

การทำแผนผังความคิดแสดงการขยายเครือข่าย  
การขยายเครือข่ายจากชาวบ้านในที่ทำงานไปสู่ชาวบ้านคนอื่น ๆ ในชุมชน



## 7. การทำแผนผังความคิดแสดงการขยายเครือข่าย

### ลักษณะสำคัญ

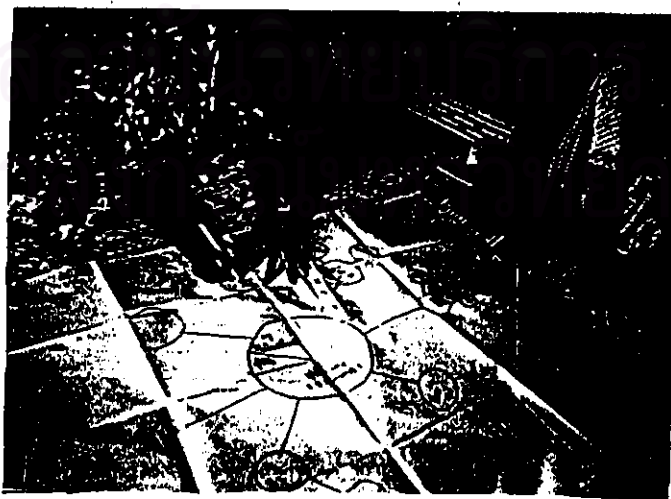
การทำแผนผังความคิดแสดงการขยายเครือข่าย เป็นการนำเสนอถึงเครือข่ายงานที่รับผิดชอบ เพื่อให้เห็นอย่างเด่นชัดถึงเครือข่ายต่าง ๆ ที่ขยายขอบเขตออกไป หรือแสดงถึงบทบาทของชาวบ้านในการขยายเครือข่ายไปยังบุคคลอื่น ๆ ในชุมชน

### ประโยชน์

1. ทำให้ทราบถึงขอบเขตของงานที่รับผิดชอบอย่างเป็นรูปธรรม
2. ทำให้เกิดความเข้าใจได้ง่ายในการศึกษาของงานต่าง ๆ จากแผนผังความคิดแสดงการขยายเครือข่าย
3. ทำให้ง่ายต่อชาวบ้านในการทำ โดยไม่ต้องอาศัยความรู้ในขั้นสูง ซึ่งรวมถึงคนที่ไม่รู้หนังสือและเด็ก และนำไปสู่การดึงดูดความสนใจในการศึกษาข้อมูล
4. มีคุณค่าสำหรับการวางแผนการทำงานในขั้นต่อไป

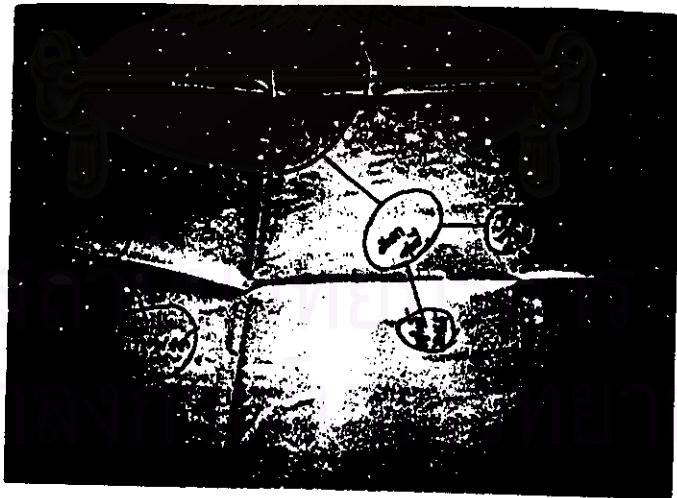
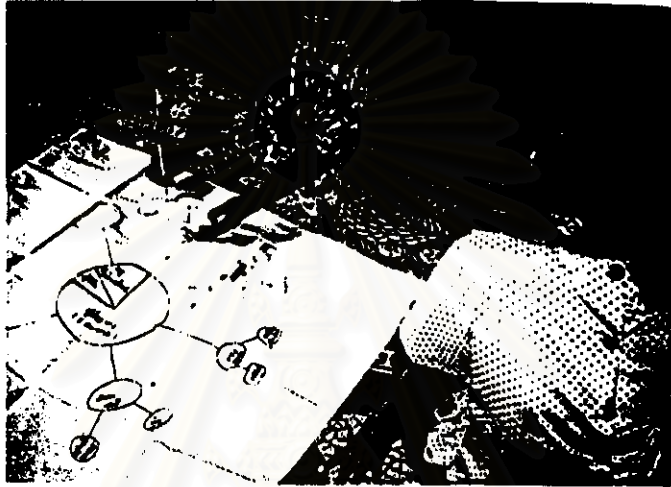
### ตัวอย่าง

การทำแผนผังความคิดแสดงการขยายเครือข่าย  
การขยายเครือข่ายจากชาวบ้านในทีมงานไปสู่ชาวบ้านคนอื่น ๆ ในชุมชน



## ตัวอย่าง

การขยายการส่งมอบบาทจากผู้ใช้โปรแกรมสู่ชาวบ้าน  
และการขยายเครือข่ายจากชาวบ้านในทีมงานไปสู่ชาวบ้านคนอื่น ๆ ในชุมชน





## พลกระทบ และ ข้อบ่งชี้ถึงการนำรูปแบบการให้ประชาชน ในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาไปประยุกต์ใช้★

☉ การใช้รูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา  
ในต่างประเทศ เช่น อินเดียได้ พิลิปปินส์ ศรีลังกา พบว่า รูปแบบนี้ เป็นรูปแบบที่มีประสิทธิภาพ  
ในการพัฒนาชุมชน โดยเห็นได้จากสิ่งต่อไปนี้ คือ

- ๗ 1. การมีความตระหนัก และความคาดหวังเพิ่มขึ้นของชาวบ้านในการพัฒนา  
ตนเองและชุมชน กล่าวคือ ชาวบ้านเต็มใจร่วมดำเนินการพัฒนาโดยปราศจากผลประโยชน์  
จากภายนอก
- ๗ 2. การลดเวลาเพื่อร่วมรับผิดชอบเพิ่มขึ้นของชาวบ้าน
- ๗ 3. รัฐบาล พบว่า ปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชนสามารถได้จากชาวบ้าน ถ้าชาว  
บ้านได้มีโอกาสในการร่วมมือการวางแผนตั้งแต่ในขั้นแรก
- ๗ 4. การมีความตระหนักเพิ่มขึ้นของท้องถิ่น ซึ่งนำไปสู่การตรวจสอบ  
สภาพปัญหาของท้องถิ่น และสามารถเผยแพร่ข้อมูลที่มีอยู่ในท้องถิ่น นอกจากนี้มีการค้นพบ  
ภูมิปัญญาท้องถิ่นซึ่งยังมีอยู่ในหมู่บ้าน ชาวบ้านได้นำมาวิเคราะห์ และนำไปใช้ รวมทั้งให้ข้อมูล  
ย้อนกลับไปสู่ระบบการวางแผนโดยตัวเอง
- ๗ 5. ชาวบ้านได้รับการฝึกให้สามารถคิดวิเคราะห์ในระดับที่ลึกซึ้ง และกว้างไกล  
มากขึ้น ซึ่งส่งผลให้คุณภาพงานของเขาดีขึ้นด้วย
- ๗ 6. การอบรมชาวบ้านลดลง ชาวบ้านกลายเป็นผู้ฝึกอบรมด้วยตนเอง  
ซึ่งการเรียนรู้จากชาวบ้านในท้องถิ่นด้วยกัน ทำให้การเรียนรู้เป็นไปได้ง่ายขึ้น และกระบวนการ  
มีส่วนร่วมในประสบการณ์ของ ชาวบ้านยังช่วยให้เขาได้สามารถเรียนรู้จากตัวเองด้วย

☉ นอกจากนี้ยังพบประสิทธิภาพของการให้รูปแบบการให้ประชาชนในชนบท  
มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาในประเทศไทย ที่บ้านหนองกก ต.ร่อนพิบูลย์ อ.ร่อนพิบูลย์  
จ.นครศรีธรรมราช พบว่า ชาวบ้านมีการขยายเครือข่ายการดำเนินงานจากกลุ่มของตนไปสู่  
ชาวบ้านคนอื่น ๆ ในชุมชน

การประเมินผลการใช้โปรแกรมการศึกษาสำหรับผู้ปกครอง  
 \* ในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล \*  
 ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชุมชนมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา



♥ ความสำเร็จของโปรแกรมการศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชุมชนมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา ประเมินได้จาก การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาลในเรื่องที่สมาชิกในกลุ่มเลือกมาแก้ปัญหา



**ตารางสรุปแบบแผนพฤติกรรมของแม่ในการดูแลรักษาสุขภาพปากและฟัน  
ของเด็กวัยอนุบาลก่อนและหลังการใช้โปรแกรม**

ก่อนใช้โปรแกรม	หลังใช้โปรแกรม
<p><b>1. เรื่อง การแปรงฟัน</b> <b>พฤติกรรมแบบแผนข้อที่ 1 ( 5 คน )</b></p> <p>แม่บอกให้เด็กแปรงฟัน แต่ไม่ได้กำกับติดตามดูแล การแปรงฟันของเด็ก ู้บ้าง ไม่รู้บ้างว่าเด็กแปรงฟัน หรือไม่ แปรงถูกวิธี แปรงสะอาดหรือไม่ จากข้อมูล ดังต่อไปนี้</p> <p>- ใ้ให้มันเข้าห้องน้ำ ไม่รู้ว่ามันแปรงไม่แปรง เข้าไปแล้ว ไม่รู้ได้ตามไปแล ” ( นางนิต )</p> <p>- เราแปรงเองหัวเข้าตอนอาบน้ำ แต่หัวค้ำไม่ค่อย แปรง พี่ไม่ค่อยได้ดู เห็นเขาอาบน้ำ ทำได้ ” ( นางประทุม )</p> <p style="text-align: center;">.....</p> <p><b>พฤติกรรมแบบแผนข้อที่ 2 ( 3 คน )</b></p> <p>แม่บอกให้เด็กแปรงฟัน ได้กำกับติดตามดูแลบ้าง เป็นบางครั้ง โดยการตักเตือน บังคับ หรือทำพร้อม ไปกับเด็ก แต่ไม่ลงน้ำหนัก จากข้อมูลดังต่อไปนี้</p> <p>- หัวเข้าได้แล บางทีแปรงให้มัน แต่หัวค้ำไม่ค่อยได้ แปรง บางทีถ้าเราไม่เตือนมันก็ไม่แปรง (นางพร้อม )</p> <p>- ต้องบังคับของหมบ หัวเข้าแปรงนั้นแหละ แต่หัวค้ำ นอนหลับแลโทรทัศน์แล้วหลับ บางทีต้องตี แต่นั้น แหละไม่ได้แลหลุด ทบมันชี้คร้าน ( นางแดง )</p>	<p><b>พฤติกรรมแบบแผนข้อที่ 1 ( 3 คน )</b></p> <p>แม่ดูแลการแปรงฟันของเด็กเพิ่มมากขึ้น และ ได้กำกับติดตามดูแลเป็นบางครั้ง ทั้งเช้าและเย็น แต่ยังต้องบอกให้เด็กแปรงฟัน จากข้อมูลดังต่อไปนี้</p> <p>- อาทิตย์นี้แปรงทั้งเช้า ทั้งเย็นเลย หมกก็อไม่กิน แต่ก็อยังต้องใช้มันั้นแหละ ( นางนิต )</p> <p>- แปรงทั้งเช้า ทั้งเย็นแหละ แปรงทุกวัน แต่บางทีก็ บอกให้แปรงมัน เดียวนี้พอเราอาบน้ำเสร็จก็อมักแปรง เองแล้วแหละ เวลาก่อนนอน แปรงทุกวัน ( นางพร้อม )</p> <p style="text-align: center;">.....</p> <p><b>พฤติกรรมแบบแผนข้อที่ 2 ( 5 คน )</b></p> <p>แม่ดูแลการแปรงฟันของเด็กมากขึ้น ทั้งเช้าและเย็น และไม่ต้องบอกให้เด็กทำ เด็กจะแปรงฟันเอง และ แม่จะคอยติดตามการแปรงฟันของเด็กอย่างเฉียบ ๆ จากข้อมูลดังต่อไปนี้</p> <p>- ทำเหมือนกันแหละ หัวเข้าเขาแปรง หัวเย็นแปรง ยกขึ้นแปรงเองไม่ใช้แล้วที่นี้หัวเย็น น้ำทุมก็อคอยแล เวลาเขาแปรง ( นางประทุม )</p> <p style="text-align: center;">.....</p>

ก่อนใช้โปรแกรม	หลังใช้โปรแกรม
<p><b>2. เรื่อง การรับประทานอาหาร</b> <b>พฤติกรรมแบบแผนข้อที่ 1 ( 5 คน )</b></p> <p>แม่ตามใจให้เด็กรับประทานอาหาร โดยคำนึงถึงความชอบของเด็กมากกว่าให้เด็กรับประทานอาหารที่มีสัดส่วนหมู่อาหารเหมาะสมกับวัยของเด็ก และไม่บังคับให้เด็กรับประทานอาหารที่เด็กไม่ชอบ จากข้อมูลดังต่อไปนี้</p> <p>“ มันไม่กินนี่ไม่รู้ทำปรี้อ ก้อต้องปล่อย ตัวมันเล็ก อยู่แล้ว ชอบกินแต่ไข่ทอด หรือพวกผัดแห้ง ๆ เท่านั้นแหละ ผักไม่กินเลย ” ( นางพร้อม )</p> <p>“ รุ่งเขากินเหมือนกันแหละผัก แต่เป็นที่ ๆ บางทีถ้าไม่ยอมกินเขาก้อไม่กิน ชอบกินแกงส้ม เอาปลามาคลุก ไข่ทอดอะไรพวกนั้นแหละ แค่นั้นแหละมันอยู่ได้แล้ว พี่ว่ามันอยากกินไหม ก้อทำให้มันกิน ( นางตุ๊ก )</p> <p>.....</p> <p><b>พฤติกรรมแบบแผนข้อที่ 2 ( 3 คน )</b></p> <p>แม่ใช้วิธีบังคับให้เด็กรับประทานอาหารที่เด็กไม่ค่อยชอบรับประทาน แต่มีประโยชน์ จากข้อมูลดังต่อไปนี้</p> <p>“ ต้องบังคับแหละเฮิน ไม่นั้นไม่กินผักเลย หรือไฮ้โหร ที่เขาไม่ชอบจะไม่กินเลย พี่ต้องบอกว่า กินมันดีะลูก มีประโยชน์ทั้งนั้น พี่ตักให้แหละ บอกว่าต้องกินให้หมด ไม่นั้นไม่ให้แลโทรทัศน์ เขาก้อต้องกิน ” ( นางรัตน )</p> <p>“ ถึงผักก้อ มันว่าแม่บังคับให้กินผัก มันว่ากิน ทำไฮ้โหร ก้อใส่ผักทุกที แต่มันกินแต่เนื้อ ถ้าทอดหมู ปลาแห้ง ชอบหนาแหละ ( นางนิต )</p> <p>.....</p>	<p><b>พฤติกรรมแบบแผนข้อที่ 1 ( 5 คน )</b></p> <p>แม่จัดอาหารให้เด็ก โดยคำนึงถึงประโยชน์ที่เด็กจะได้รับจากอาหารมากกว่า การจัดอาหารให้เด็กรับประทานตามความชอบของเด็ก จากข้อมูลดังต่อไปนี้</p> <p>“ พอมันกินผัก น้อก้อทำพวกต้มมัน ผัดมันใส่ผัก ที่มันชอบก่อน ได้กินผักสักนิดก้อยังดี กินทั้งเนื้อทั้งผักแล้วแหละ แต่ยังไม่มากเท่าใด ” ( นางพร้อม )</p> <p>“ เวลากินข้าวบางที ถ้าเขานิวทีก้อให้เขากินก่อน เขาดักข้าวเอง ดักกับข้าวเอง ที่ก้อคอยแลแหละว่าเขากินกับไหม้มั่ง กับข้าวที่ทำครบหมัดนั้นแหละแต่แรกเขาไม่ค่อยกิน แต่เนี่ยเห็นว่าจะต้องกินแล้วว่่าที่ไม่ชอบ พี่ก้อทำหลายอย่างให้เขาเลือกกิน ” ( นางตุ๊ก )</p> <p>.....</p> <p><b>พฤติกรรมแบบแผนข้อที่ 2 ( 3 คน )</b></p> <p>เด็กรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ โดยแม่ไม่ต้องการบังคับ จากข้อมูลดังต่อไปนี้</p> <p>“ พอทำกิจกรรมนี้ ( การส่งเสริมสุขภาพปากและฟัน ) ไฮ้โหรเบียร์มันกินแล้วผัก ผักใบเขียวก้อเริ่มกินมันแล้ว น้ำทุมเลยยทำให้เขากินทุกมื้อแหละ เขานั้นมีปัญหาอย่างเดียวไม่ค่อยกินผัก นี่เพิ่งกินนี้แหละ ไม่ต้องบังคับแล้ว หมมแห้งก้อไม่เห็นเขากินแล้ว ” ( นางประทุม )</p> <p>“ เริ่มกินแล้วผัก บอกว่านุ้ยกินผักแล้วแม่เหอ แม่ไม่ต้องบังคับแล้วนะ กินเอง ” ( นางนิต )</p> <p>.....</p>

**คำแนะนำในการใช้โปรแกรมการศึกษาสำหรับผู้ปกครอง**  
**❖ ในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ❖**  
**ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชุมชนมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา**

❖ 1. ควรเริ่มการประชุมด้วยบรรยากาศที่ไม่เป็นทางการประมาณ 5 นาที  
 ปลดปล่อยให้สมาชิกพูดคุยทักทายกันในเรื่องต่าง ๆ โดยผู้ใช้โปรแกรมเองก็ควรได้ถาม  
 สารทุกข์สุขดิบของสมาชิกด้วยความสนใจและห่วงใยอย่างจริงใจ

**ตัวอย่างบทสนทนา**



- ผู้ใช้โปรแกรม : วันนี้กว่าที่ตาไม่มา ฝนตกแต่เช้า  
 นางตา : มาอยู่แล้ว เนี่ยแลที่ตาลุยน้ำมาเลย  
 ผู้ใช้โปรแกรม : น้ำท่วมมากมัยคะพี่ตา  
 นางตา : จังหวะน้องเจนเหอ แคซาอ่อนไป  
 ผู้ใช้โปรแกรม (หันมาทางนางตุ๊ก) : แลพี่ตุ๊กสะคะ  
 น้ำท่วมจิงมัยแถวนั้น  
 นางตุ๊ก : นึกว่าไม่ได้มาแล้ว น้ำมามาก  
 ดีที่น้องเจนให้น้ำคมเอารถไปรับ  
 นางประทุม : แลลูกหายใช้แล้วยัง  
 นางตุ๊ก : พาไปทานหมอลูกวา(เมื่อวาน)  
 ค่อยยังชั่วแล้ว  
 ผู้ใช้โปรแกรม (หันมาทางนางนิต) : เดินหลาว  
 (แลพี่สะ) เดินลุยน้ำมาแลคนเดียว  
 (เมื่อตะกี้)  
 นางนิต : น้ำแค่เซา แรบ(รีบ)มา เดินลุยน้ำ  
 มาแลคนเดียว (เมื่อตะกี้)  
 นางราตรี : พี่นิตไปงานศพมาไมใช่เออ  
 นางนิต : ไปช่วยเขาเล็รจ แล้วมานี้เลย

๕๒ 2. เมื่อได้เวลาสมควร ผู้นำการประชุมควรเริ่มจากการให้สมาชิกรายงาน ข้อมูลของคนทีละคน เพื่อเปิดโอกาสให้ทุกคนได้แลกเปลี่ยนข้อมูล และเพื่อให้ข้อมูล ไม่กระจุกกระจายจนยากแก่การจับความ

**ตัวอย่างบทสนทนา**



ผู้ใช้โปรแกรม : แถวบ้านที่รัตนเด็กหันไปมองมั่งคะ  
นางรัตน : ผักไม่ค่อยกิน ไม่ค่อยกินนะถึงฟัน  
ข้างใน ก็รู้สึกว่าจะเป็นรู...  
ผู้ใช้โปรแกรม : ถึงที่ตุ๊กสะคะ  
นางตุ๊ก : ไปตามตรงนั้นได้สามคน  
ฟันผุสองคน ฟันไม่ผุคนหนึ่ง  
รวมลูกเองกันเป็นสี่คน

.....

๕๓ 3. ในการประชุมระยะแรก ๆ ไม่ควรคาดหวังให้สมาชิกเป็นคนเริ่มทำสิ่งที่ตน ไม่คุ้นเคย แต่ควรให้คนที่คล่องแคล่วแล้ว เริ่มนำก่อน จากนั้นจึงค่อย ๆ ค่อย ๆ ปล่อยให้สมาชิกร่วมทำกิจกรรมคนละเล็กคนละน้อย โดยให้เวลาในการตัดสินใจและลงมือ ทำงานแก่สมาชิกนานพอสมควร และคอยดูแลให้สมาชิกได้รับความสะดวก และ ประสบความสำเร็จในการทำกิจกรรม

**ตัวอย่างบทสนทนา**



ผู้ใช้โปรแกรม : เดี่ยวเราลองทำแผนที่บนพื้นแตกก่อน  
นางดา : วาดกว้างหน่อย  
ผู้ใช้โปรแกรม : ตรงนี้คะ พี่ปีทช่วยกันนะ  
แก่คนรำนานูในการวาด  
นางดา (บอกครูปีท) : เดินทำทางก่อนดี  
ครูปีท : วาดหน้าโรคเวียนก่อน  
(ใช้ชอล์กวาดถนนบนพื้น)

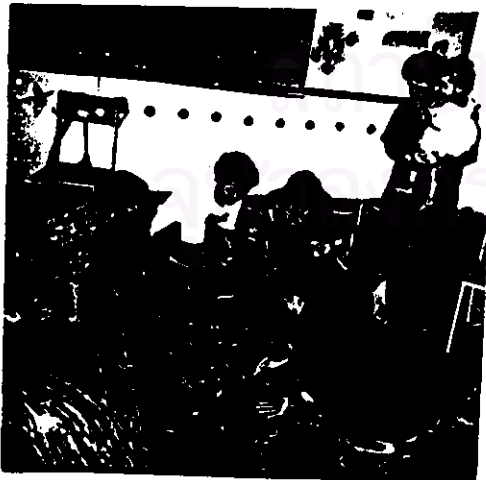


- นางดา : เอามาที่นี่ให้พี่ดาวาดมั่ง  
(ผู้ใช้โปรแกรมยื่นขอรถให้)  
นี่หนนเข้าไปห้วยจากไม้พะ  
(วาดถนนต่อจากที่ครูบ๊ท)  
ผู้ใช้โปรแกรม (ซีไปที่พื้นที่นางประทุมกำลังวาด)  
: แล้วตรงนี้หนนใช้ไหรนนี้ น้ำท่วม  
นางประทุม (ซีตรงถนนที่วาด) : หนน ร.ก.  
ผู้ใช้โปรแกรม : ออย่าเพิ่งเขียนบ้าน ทางนี้หลาวแหละ  
(ซีไปในพื้นที่ บ้านพี่รัตน์หลาว  
พี่รัตน์เขียนเอง( ยื่นขอรถให้พี่รัตน์)  
พี่รัตน์ : เค (ตรงนี้อยู่ตรงเคของพี่ ( วาดถนน  
ต่อจากถนนที่ครูบ๊ทวาด )

.....

**\* 4. ขั้นตอนการทำกิจกรรม จะต้องย่อยเป็นขั้นเล็ก ๆ เข้าใจง่าย ปฏิบัติตามได้ง่าย และต้องคอยดูแลให้ทำงานเสร็จทุกคนก่อนขึ้นขั้นต่อไป**

#### ตัวอย่างบทสนทนา



- ผู้ใช้โปรแกรม : วาดถนนกันเสร็จแล้ว ขอรถขาว  
ลงบ้านก่อน ค่อยระบายสีว่ามันเป็น  
พื้นผุ ไม่ผุ ลงบ้านก่อน ( ยื่นขอรถ  
ให้ทุกคน คนละ 1-2 คัน )  
นางประทุม : ขอน้ำทุมบ้านอยู่คนละหนน  
แล้วมันเข้าไปข้างในแหละ  
ผู้ใช้โปรแกรม : น้ำทุมก็กวาดยาวไปเลย บ้านนั้น  
ให้ขอรถขาววาดเป็นสี่เหลี่ยมนะคะ  
นางประทุม : นี่บ้านน้ำทุม เข้าไปข้างในนิดนึง  
บ้านใช้แป้ม ( วาด  แทนบ้าน )

๕. ผู้นำการประชุมต้องคอยสรุปข้อมูล และตรวจสอบข้อมูลให้เป็นระบบอย่างสม่ำเสมอ เพื่อช่วยไม่ให้สมาชิกสับสน หรือหลงประเด็น

ตัวอย่างบทสนทนา



ผู้ใช้โปรแกรม (ซึ่งสืบพื้นที่สมาชิกกระบาย) : สีส้มนี้  
แทนอะไบนะคะ(อ่านแผนที่)  
สมาชิกทุกคน : กินผักมังไม่กินมัง  
ผู้ใช้โปรแกรม : สีเขียวล่ะคะ  
สมาชิกทุกคน : ไม่กิน  
ผู้ใช้โปรแกรม : ไม่กิน แล้วสีที่วากินล่ะคะ  
นางรัตน์ : สีเหลือง  
ผู้ใช้โปรแกรม : เข้าใจตรงกันนะค่ะ เรื่องผัก

๖. ควรให้สมาชิกพูดอภิปรายกันตามสบาย ได้เนื้อหาสาระตามที่ต้องการพอสมควรแล้ว จึงค่อยให้ลงมือเขียนสรุปสิ่งที่อภิปราย เพื่อไม่ให้ความคิดที่กำลังไหลลื่นอยู่สะดุดไป

ตัวอย่างบทสนทนา



ผู้ใช้โปรแกรม : แลจากแผนที่ เกือบ 100% เลย  
พื่อว่าสาเหตุไหนมันถึงพื้นผุจ้ง  
นางนิต : เห็นที่ถาม ๆ เด็กมันพื้นผุแบบนี้  
มันกินทนมแห้ง ถึงถูกอมมันก็ชอบ  
นางประทุม : มันหวานถึงติดฟัน นมากฝรั่งก็ชอบ  
ผู้ใช้โปรแกรม : ถึงเวลาทำความสะอาดฟันละ  
นางตุ๊ก : บางทีมันไม่หมด เด็ก ๆ มันแปรงเอง  
นางรัตน์ : มันแปรงฟันไม่สะอาด



**ข้อเสนอแนะสำหรับการนำไปประกอบการศึกษาสำหรับผู้ปกครอง  
ในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล  
ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา  
ในยุคโควิด \***

**\* ข้อเสนอแนะสำหรับการนำไปประกอบฯ ไปประยุกต์ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีประสิทธิผลและมีประสิทธิภาพ มีดังนี้**

**1. แหล่งข้อมูลที่สำคัญ ♣**

คนกลางที่เป็นผู้ให้ข้อมูลและเป็นผู้ประสานความสัมพันธ์ระหว่างผู้ใช้โปรแกรมฯ กับชาวบ้าน เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างราบรื่น คือ บุคคลที่เป็นที่ยอมรับนับถือในชุมชน เช่น ผู้ใหญ่บ้าน ผู้อาวุโส ครู เป็นต้น

**2. การจัดเตรียมค่าใช้จ่าย ♣**

ในดำเนินการใช้โปรแกรมฯ ผู้ใช้โปรแกรมฯ ควรจัดเตรียมค่าใช้จ่ายให้พร้อม อาทิเช่น ค่าเดินทาง ค่าสื่ออุปกรณ์ พวงเครื่องเขียน ค่าฟิล์มถ่ายรูป ค่าล้างอัด ค่าอาหาร เป็นต้น

**3. การจัดกิจกรรม ♣**

**3.1 ความยืดหยุ่นในการจัดกิจกรรม** การจัดกิจกรรมในแต่ละครั้งอาจจะประสบปัญหาสมาชิกไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ครบทุกคน แต่หากมีสมาชิกตั้งแต่ 5 คน ขึ้นไป จากจำนวนทั้งหมด 8 คน สามารถดำเนินการจัดกิจกรรมได้ และหากไม่สามารถประชุมกลุ่มใหญ่ได้ ควรจัดประชุมกลุ่มย่อยสมาชิกที่มีบ้านอยู่ใกล้ ๆ กัน

**3.2 เวลาที่เหมาะสมสำหรับการจัดกิจกรรม** ผู้ปกครองส่วนใหญ่ว่างในช่วงวันหยุด การจัดกิจกรรมจึงควรจัดในช่วงวันหยุดที่ผู้ปกครองสะดวก และควรเลือกจัดในช่วงเดือน มกราคมถึงเดือนสิงหาคม เพราะไม่ติดช่วงฤดูฝน เวลาที่ใช้ (กรณีที่ใช้โปรแกรมเป็นคนในพื้นที่) 1) เก็บข้อมูลพื้นฐาน (1 เดือน) 2) การเลือกทีมและเก็บข้อมูลพื้นฐานเพื่อตั้งคำถามของการวิจัย (2 เดือน) 3) ทดลองใช้โปรแกรมฯ (2 เดือน) 4) ประเมินผลการใช้โปรแกรมฯ (1 เดือน)



กิจกรรมสวชนเพื่อกระตุ้นให้ผู้ปกครองตระหนักในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล

สิ่งที่ผู้ปกครองต้องตระหนักเกี่ยวกับผลกระทบที่มีต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	หน้าที่ของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	กิจกรรมการกระตุ้นให้ผู้ปกครองได้เกิดความตระหนักในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล
<p><b>ด้านอาหารและโภชนาการ</b></p> <p>1. ถ้าเด็กได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ จะทำให้การเจริญเติบโตของสมองเป็นไปอย่างล่าช้า เด็กที่สมองเติบโตช้าจะเรียนรู้ เข้าใจ จดจำ สิ่งต่าง ๆ ได้น้อยกว่าเด็กที่สมองเติบโตตามปกติ</p> <p>2. เด็กที่เป็นโรคขาดสารอาหาร จะมีอาการหิวโหย อ่อนเพลีย กระวนกระวาย ไม่มีความสนใจ ขาดความกระตือรือร้น และการขาดสารอาหารมีผลต่อการเจริญเติบโตของเด็ก เช่น</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- เด็กที่ขาดธาตุเหล็ก จะมีอาการอ่อนเพลีย เบื่ออาหาร เปลือกตาด้านใน ริมฝีปาก ลิ้นจะซีดจางกว่าปกติ</li> <li>- เด็กที่ขาดวิตามินเอ จะมีผลต่อสุขภาพตา จะมองไม่เห็นเวลาแสงสลัว หรือตอนกลางวัน ถ้าขาดมากจะทให้มันเป็นแผลหรือตาบอดได้ เป็นต้น</li> </ul>	<p>1. จัดอาหารที่มีสารอาหารครบทั้ง 5 หมู่ และให้เด็กได้รับประทานครบทั้ง 3 มื้อ</p> <p>2. ควรเลือกอาหารที่มีประโยชน์ให้กับเด็กได้อย่างเหมาะสมกับวัย โดยเลือกอาหารในท้องถิ่นของตน ที่มีประโยชน์กับร่างกายของเด็กมากที่สุด</p> <p>3. ควรให้เด็กได้รับประทานอาหารเสริมที่เหมาะสมกับวัย</p> <p>4. ควรเลือกอาหารที่ย่อยง่าย มีรสอ่อน เลือกอาหารจานเดียวที่มีคุณค่าครบถ้วน และเด็กสามารถรับประทานได้สะดวก เช่น อาหารเป็นชิ้นเล็ก ๆ ไม่มีก้างไม่มีกระดูก</p> <p>5. การปรุงอาหารให้เด็ก ควรเลือกวิธีการปรุงที่มีคุณค่าต่ออาหารมากที่สุด และอาหารที่ปรุงไว้ เพื่อรับประทานหลายมื้ออย่าเลือกอาหารที่มีสารกันบูด</p>	<p>1. ทำแผนภูมิ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- แสดงอาหารที่เด็กรับประทานในแต่ละวัน และสารอาหารที่มีในอาหารดังกล่าว</li> <li>- แสดงอาหารที่เด็กชอบรับประทาน และสารอาหารที่มีในอาหารดังกล่าว</li> <li>- แสดงอาหารที่ผู้ปกครองจัดให้เด็กรับประทาน และสารอาหารที่มีในอาหารดังกล่าว</li> </ul> <p>2. ทำ Web</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- แสดงอาหารที่เด็กชอบ แจกแจกตามหมู่ของอาหาร</li> </ul>

สิ่งที่ผู้ปกครองต้องตระหนักเกี่ยวกับผลกระทบที่มีต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	หน้าที่ของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	กิจกรรมการกระตุ้นให้ผู้ปกครองได้เกิดความตระหนักในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล
<p>3. ถ้าเด็กได้รับประทานอาหารผิด ๆ ไม่มีคุณค่าทางโภชนาการ จะเกิดอาการดังนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ถ้าเด็กรับประทานอาหารที่มีน้ำตาลมากเป็นประจำ จะมีผลเสียต่อร่างกาย คือ การเจริญเติบโตของเด็กจะช้าลง ภูมิคุ้มกันของร่างกายจะลดลง เกิดอาการอ่อนเพลีย การดูดซึมอาหารของลำไส้ใหญ่จะช้าลง เพราะสารนั้นมีผลต่อการทำงานของตับ จะทำให้ร่างกายของเด็กเรื่องช้าลง</li> <li>- ถ้าเด็กได้รับประทานอาหารที่มีสารเคมี อาหารที่มีผงชูรส อาหารสำเร็จรูปในท้องตลาด ไขมันขบเคี้ยวจะทำให้ร่างกายอ่อนแอ เป็นหวัดง่ายเพราะส่งผลกับไตโดยตรง ทำให้ไตทำงานหนัก</li> <li>- ถ้าเด็กได้รับประทานอาหารที่มีกรด น้ำอัดลม ชา กาแฟ จะทำให้สมองส่วนกลางไม่สั่งงาน</li> <li>- ถ้าเด็กได้รับประทานอาหารที่มีรสจัด จะทำให้เด็กมีอาการมึนงงเฉื่อย ดัดสินใจเร็วขึ้น สมาธิสั้น เนื่องจากทำให้ไตของเด็กอ่อนแอ ตับ และกระบวนการสร้างเม็ดเลือดอ่อนแอ</li> </ul>	<p>6. ควรให้เด็กรับประทานอาหารที่สด ปราศจากเชื้อโรค ไม่มีสารเคมี ผงชูรสเจือปน รวมถึงการไม่ได้รับประทานอาหารที่มีกรด หรือเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลม น้ำชา กาแฟ เป็นต้น</p> <p>7. ควรจัดน้ำดื่มที่สะอาดให้แก่เด็ก เป็นการป้องกันโรคติดต่อทางเดินอาหาร</p> <p>8. ควรรับประทานอาหารเช้าพร้อมกับเด็ก เพื่อช่วยแนะนำมารยาทในการรับประทานอาหาร และปลูกฝังนิสัยในการรับประทานอาหาร และการช่วยตนเองของเด็ก</p> <p>9. ควรตักอาหารปริมาณพอดีกับความต้องการและฝึกให้เด็กรับประทานอาหารเช้าให้หมดจาน เพราะถ้าอาหารมีมาก เด็กจะเลิกรับประทานอาหารไปก่อนอิ่ม</p> <p>10. ควรจัดสถานที่รับประทานอาหารเช้าให้แก่เด็ก เพื่อฝึกให้เด็กรับประทานอาหารเช้าให้เป็นที่</p> <p>11. ควรกำหนดเวลารับประทานอาหารเช้าของเด็ก และดูแลให้เด็กรับประทานอาหารเช้าทุกมื้อให้เป็นเวลา</p>	<p>- แสดงลักษณะของอาหารที่ผู้ปกครองจัดให้เด็ก แจกแจงตามหมู่อาหารที่เด็กชอบ</p> <p>3. ทำแผนที่สังคมแสดงโรคที่เกิดจากภาวะทุพโภชนาการของเด็ก</p> <p>4. ทำแผนภูมิแสดงโรคที่เกิดจากภาวะทุพโภชนาการของเด็ก</p> <p>5. ทำตารางเวลาที่แสดงช่วงเวลาของเด็กรับประทานอาหารเช้า</p> <p>6. ทำปฏิทินฤดูกาลแสดงผลไม้ที่เด็กชอบในแต่ละช่วง</p>

<p>สิ่งที่ผู้ปกครองต้องตระหนักเกี่ยวกับผลกระทบที่มีต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>	<p>หน้าที่ของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>	<p>กิจกรรมการกระตุ้นให้ผู้ปกครองได้เกิดความตระหนักในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>
<p>ทำให้สมองขาดสารอาหาร สังการได้ไม่ดี ทำให้เด็กขาดสมาธิ และขาดความอดทน</p> <p>4. ถ้าเด็กไม่ได้รับประทานอาหารที่สะอาด ปราศจากเชื้อโรค เด็กจะเป็นโรคโลหิตจางจากพยาธิปากขอ เกิดอาการซีดรมฝีปากแห้งเปลือกตา ลิ้นและสีผิว เป็นโรคเรื้อรัง นอกจากนี้การรับประทานอาหารที่ไม่สะอาด ทำให้ท้องร่วง และเกิดอาการอ่อนเพลีย</p> <p>5. ถ้าเด็กไม่ได้รับการแนะนำในการรับประทานอาหารเช้าที่เป็นประโยชน์จะทำให้เด็กไม่สามารถเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าต่อร่างกาย ส่งผลให้เด็กเลือกรับประทานอาหารที่ตนเองชอบ ซึ่งอาหารเหล่านั้นจะมีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตของร่างกายได้ เช่น การดื่มน้ำอัดลมมาก ๆ จะทำให้สมองส่วนกลางของเด็กไม่ทำงาน เป็นต้น</p> <p>6. ถ้าเด็กกินไม่เป็นที่ ไม่เป็นเวลา หรือกินไปเล่นไป จะทำให้พัฒนาการทางร่างกายของเด็กมีปัญหา หรืออาจหยุดชะงักได้ เนื่องจากการเกิดโรค เช่น โรคกระเพาะ โรคอ้วน เป็นต้น</p>	<p>12. เวลาที่เด็กรับประทานอาหารเช้าควรให้เด็กนั่งเป็นที่เมื่อรับประทานอาหารเช้าจึงให้เด็กไปเล่นได้ เพราะเด็กอาจล้าสักอาหารเช้าหมดลมได้</p> <p>13. ปลอ่ยให้เด็กช่วยเหลือตนเองในการรับประทานอาหารเช้าเด็กจะมีความภาคภูมิใจ และเชื่อมั่นในตนเอง เด็กจะรู้สึกเจริญอาหาร</p>	

สิ่งที่ผู้ปกครองต้องตระหนักเกี่ยวกับผลกระทบที่มีต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	หน้าที่ของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	กิจกรรมการกระตุ้นให้ผู้ปกครองได้เกิดความตระหนักในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล
<p><b>ด้านการป้องกันโรค และการรักษาพยาบาล ( การเฝ้าระวังความพิการ )</b></p> <p>1. ถ้าเด็กขาดการดูแลในด้านการรักษาพยาบาล การดูแลสุขภาพที่ถูกต้องจากการใช้ยา หรือขาดการเอาใจใส่ในการพาไปพบแพทย์ เมื่อมีอาการเจ็บป่วย จะทำให้เด็กมีสุขภาพที่อ่อนแอ เป็นโรคได้ง่าย และอาจถึงตายได้</p> <p>2. ถ้าเด็กอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่มีความปลอดภัยและมั่นคง จะทำให้ได้รับอันตรายจากอุบัติเหตุต่าง ๆ ที่เกิดจากการใช้สภาพแวดล้อม แขนหัก ขาหักจากการเล่นได้ เด็กพิการ จะเกิดความรู้สึกอับอาย ไม่กล้าพบหน้าพูดคุยกับคนอื่น ทำให้มีปัญหาทางจิต</p> <p>3. ถ้าเด็กไม่ได้รับการตรวจสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ เช่น ขาดการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง หรือไม่ได้พาเด็กไปฉีดวัคซีน เป็นต้น จะทำให้ไม่ทราบพัฒนาการของเด็กว่าเป็นไปอย่างปกติตามวัยหรือไม่ อาจมีผลให้เด็กมีพัฒนาการล่าช้าไม่เป็นไปตามวัย ส่งผลให้ได้รับการรักษาที่ล่าช้าไปด้วย</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. สำรองสุขภาพเด็ก โดยควรชั่งน้ำหนัก และส่วนสูงเด็ก เป็นระยะ ๆ เพื่อให้ทราบว่าเด็กเจริญเติบโตตามวัย หรือไม่</li> <li>2. พาเด็กไปรับภูมิคุ้มกันโรคให้ครบ และรับการตรวจสุขภาพประจำปีด้วย</li> <li>3. หมั่นสังเกตอาการผิดปกติทางสุขภาพเด็กและจดบันทึก หรือปรึกษาแพทย์ หรือเจ้าหน้าที่สถานีอนามัย</li> <li>4. ดูแลรักษาเด็กเมื่อเด็กเจ็บป่วย หรือได้รับบาดเจ็บ เสียแต่เนิ่น ๆ</li> <li>5. พาเด็กที่เจ็บป่วยมากไปรับการรักษาจากแพทย์ หรือ อนามัย</li> <li>6. ควรปลูกพืชสมุนไพรไว้ใช้ประจำบ้าน และหาคู่มือการใช้ยาสมุนไพรไว้ใช้ประจำบ้านด้วย</li> <li>7. ให้อาหารเด็กด้วยความระมัดระวัง และตระหนักถึงโทษของการซื้อขายจากคำโฆษณา ควรอ่านสลากยาทุกครั้งก่อนใช้ยา รักษาโรคเด็ก และควรเป็นยาที่แพทย์สั่ง</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ทำกราฟแสดงพัฒนาการในด้านน้ำหนักของเด็กแต่ละคน เปรียบเทียบในแผ่นเดียว</li> <li>2. ทำกราฟแสดงพัฒนาการในด้านส่วนสูงของเด็กแต่ละคน เปรียบเทียบในแผ่นเดียว</li> <li>3. ทำกราฟแสดงน้ำหนัก ส่วนสูงเปรียบเทียบเกณฑ์ปกติในแต่ละช่วงอายุ</li> <li>4. จัดอันดับเมตริกซ์แสดงการพาลูกหลานไปฉีดวัคซีนของผู้ปกครองในแต่ละช่วงอายุ และระดับการศึกษา</li> <li>5. ทำแผนภูมิแสดงจำนวนเด็กวัยอนุบาลที่โรครและอุบัติเหตุต่าง ๆ ในแต่ละปี</li> <li>6. ทำตารางเวลาแสดงเหตุการณ์เกี่ยวกับการปฏิบัติการสุขภาพในหมู่บ้าน</li> <li>7. ทำแผนที่สังคมแสดงการเกิดโรคต่าง ๆ ในหมู่บ้าน</li> </ol>

<p>สิ่งที่ผู้ปกครองต้องตระหนักเกี่ยวกับผลกระทบที่มีต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>	<p>หน้าที่ของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>	<p>กิจกรรมการกระตุ้นให้ผู้ปกครองได้เกิดความตระหนักในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>
<p>อันจะทำให้เด็กเกิดความวิตกกังวลจนยากที่จะแก้ไข หรือไม่อาจแก้ไขได้แล้ว</p> <p>4. ถ้าเด็กได้ช่วยงาน หรือเล่น หรือใช้วัสดุอุปกรณ์ในการเล่นที่ไม่เหมาะสม โดยขาดการให้ความรู้และการฝึกฝนที่ถูกต้อง อาจทำให้เด็กได้รับอันตราย เกิดบาดแผล เกิดความพิการทางกาย บางคนสมองได้รับการกระทบกระเทือน หรือส่งผลกระทบต่อพัฒนาการทุกด้านของเขา</p>	<p>8. จัดสถานที่อยู่อาศัยให้เป็นระเบียบ และเก็บสิ่งของที่อาจเกิดอันตรายให้พ้นมือเด็ก</p> <p>9. ควรสังเกตว่าเด็กสามารถทำอะไรได้บ้าง ดูแลให้เด็กทำสิ่งนั้นด้วยตนเองมากขึ้น โดยช่วยเหลือแนะนำ และดูแลความปลอดภัยให้เด็กด้วย</p> <p>10. ให้ความรู้และแนะนำวิธีปฏิบัติตนให้แก่เด็กในการป้องกันโรคภัยและอุบัติเหตุต่าง ๆ</p>	<p>8. ทำปฏิทินสุขภาพแสดงโรคที่มักเกิดขึ้นในแต่ละเดือน</p> <p>9. เดินสำรวจและการทำงานที่แสดงสถานที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคและอุบัติเหตุ</p> <p>10. ทำแผนภูมิแสดงความสัมพันธ์ของโรคภัยไข้เจ็บที่ใช่วิธีรักษาเมื่อเด็กเจ็บป่วย</p> <p>11. การจัดอันดับมาตรการให้ความรู้และคำแนะนำแก่เด็กในการช่วยเหลือในการดูแลรักษา และป้องกันสุขภาพของตน</p>

สิ่งที่ผู้ปกครองต้องตระหนักเกี่ยวกับผลกระทบที่มีต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	หน้าที่ของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	กิจกรรมการกระตุ้นให้ผู้ปกครองได้เกิดความตระหนักในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล
<p>ด้านการดูแลที่อยู่อาศัย เครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม</p> <p>1. ถ้าเด็กอยู่ในสภาพแวดล้อม มีที่อยู่อาศัย เครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่มที่ไม่สะอาดถูกสุขลักษณะ จะทำให้เกิดผลกระทบต่อการเจริญเติบโตของเด็ก เด็กจะเป็นโรคติดเชื้อง่าย จะมีความเสี่ยงเป็นโรคหัด โรคภูมิแพ้ได้ง่าย เพราะร่างกายยังเด็ก ยังไม่มีภูมิคุ้มกันเพียงพอ จึงทำให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บจากสภาพแวดล้อมภายนอก รวมทั้งก่อให้เกิดอุบัติเหตุทำให้ร่างกายพิการได้</p> <p>2. การใช้สิ่งของต่างๆ ไม่เหมาะสมกับวัย ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพแก่เด็กได้ เช่น การมีหมอน เบาะนอนที่แข็งเกินไป ทำให้เด็กเกิดอาการปวดคอ ปวดหลัง หรือการสวมใส่เครื่องนุ่งห่มที่ไม่พอดีตัว คับเกินไป ทำให้เกิดปัญหาการเคลื่อนไหวไม่สะดวก อึดอัด เป็นต้น</p> <p>3. หากเด็กไม่ได้รับการฝึกในการช่วยงาน การทำความสะอาด หรือการจัดเก็บสิ่งของเครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม ทำให้เด็กขาดการดูแลความสะอาด ความปลอดภัย ให้กับ</p>	<p>1. ควรจัดสภาพแวดล้อมทั้งภายในบ้านและนอกบ้าน ให้มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย มีความสะอาดอยู่เสมอ เช่น</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- เก็บกวาดบริเวณบ้านอยู่เสมอ</li> <li>- กวาดดูบ้านให้สะอาดอยู่เสมอ</li> <li>- วางของใช้ให้เป็นระเบียบ</li> <li>- ซ่อมแซมสิ่งของชำรุด</li> <li>- เก็บขยะอย่างมิดชิด หรือเผา ฯลฯ</li> </ul> <p>2. ควรดูแลรักษาเครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่มให้อยู่ในสภาพที่ดี ปลอดภัย และสะอาดอยู่เสมอ เช่น</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- เช็ดทำความสะอาดที่นั่ง ที่นอน และเครื่องใช้ต่างๆ อยู่เสมอ</li> <li>- ซักเสื้อผ้าของเด็กให้สะอาด</li> <li>- ให้เด็กใส่เสื้อผ้าที่สะอาด</li> <li>- ไม่ให้เด็กใส่เสื้อผ้าซ้ำกันหลายวัน</li> </ul>	<p>1. เดินสำรวจจุดต่าง ๆ ในและนอกบ้าน ที่อาจเกิดอุบัติเหตุต่าง ๆ ได้</p> <p>2. ทำแผนผังแสดงการจัดที่อยู่อาศัย ที่ปลอดภัยสำหรับเด็ก</p> <p>3. ทำแผนภูมิแสดงโรคและอุบัติเหตุที่เด็กได้รับจากความไม่ปลอดภัยของที่อยู่อาศัย เครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม</p> <p>4. ทำ Web แสดงการฝึกให้เด็กช่วยเหลือตนเองในการใช้ และการดูแลรักษาที่อยู่อาศัย เครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม</p> <p>5. ทำรายการสิ่งต่าง ๆ ที่เด็กทำได้</p> <p>6. ทำตารางเปรียบเทียบสิ่งที่เด็กในรุ่นย่าแม่ และลูก ทำได้ในวัยอนุบาล</p>

<p>สิ่งที่ผู้ปกครองต้องตระหนักเกี่ยวกับผลกระทบที่มีต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>	<p>หน้าที่ของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>	<p>กิจกรรมการกระตุ้นให้ผู้ปกครองได้เกิดความตระหนักในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>
<p>ตนเอง ทำให้เกิดการเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพเด็ก เป็นโรคหรืออุบัติเหตุ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เบาะหมอน ที่นอน ผ้าห่ม มุ้ง ควรนำตากแดด</li> <li>- ซ่อมแซมเครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่มที่ชำรุด</li> <li>3. ควรเลือกซื้อเครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่มที่ปลอดภัย สะอาดและให้ประโยชน์คุ้มค่า เหมาะสมกับวัยของเด็ก</li> <li>4. ควรฝึกให้เด็กช่วยงานเล็ก ๆ น้อยเหมาะกับวัยของเด็ก ในการช่วยดูแล ช่วยจัดเก็บ หรือทำความสะอาดที่อยู่อาศัย เครื่องใช้ หรือเครื่องนุ่งห่ม ตามความสามารถของเด็ก ที่หึงจะกระทำได้ โดยผู้ใหญ่คอยให้คำแนะนำและสาธิต ให้เด็กได้ลองทำด้วยตนเอง</li> </ul>	



<p>สิ่งที่ผู้ปกครองต้องตระหนักเกี่ยวกับผลกระทบที่มีต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>	<p>หน้าที่ของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>	<p>กิจกรรมการกระตุ้นให้ผู้ปกครองได้เกิดความตระหนักในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>
<p><b>ด้านการรักษาความสะอาดของร่างกาย</b></p> <p>1. การขาดการดูแลรักษาความสะอาดร่างกายของเด็ก ทำให้เด็กเกิดปัญหาสุขภาพ เช่น การเกิดโรคติดต่อ เป็นเชื้อรา กลากเกลื้อน การเกิดโรคเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร เนื่องจากมือ เล็บมือไม่สะอาด การเป็นเหา รวมทั้งปัญหาเกี่ยวกับฟัน อันจะส่งผลให้เกิดการเบื่ออาหาร เคี้ยวอาหารไม่ละเอียด การอักเสบของช่องปากซึ่งอาจลุกลามไปสู่หู และเยื่อหุ้มสมอง เป็นต้น</p> <p>2. หากเด็กไม่ได้รับการดูแล ขาดการฝึกการขับถ่าย และขาดการทำความสะอาดหลังการขับถ่ายทันที ทำให้เด็กเกิดปัญหาเกี่ยวกับความผิดปกติไม่สามารถควบคุมระบบการขับถ่ายของตนเองได้ มีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร ขับถ่ายไม่เป็นเวลา มีอาการท้องผูก ปวดท้อง แต่ไม่ถ่าย เมื่อการขับถ่าย เพราะขับถ่ายยาก และมีอาการเจ็บทวาร และเกิดอาการเบื่ออาหาร และเมื่อขาดการทำความสะอาดหลังการขับถ่าย ทำให้เกิดการติดเชื้อโรค</p>	<p>1. กำหนดสถานที่ให้แก่เด็กในการทำความสะอาดร่างกาย และจัดสิ่งของที่จำเป็นให้พร้อมในการทำความสะอาดร่างกาย</p> <p>2. ดูแลเด็กในการอาบน้ำอย่างสม่ำเสมอ รวมถึงการรักษาความสะอาดของเส้นผม โดยการแปรงผมทุกวัน และสระผมสัปดาห์ละครั้ง</p> <p>3. หมั่นตรวจฟัน และติดตามการแปรงฟันของเด็กอย่างสม่ำเสมอ และคอยเปลี่ยนแปลงสีฟันเมื่อเสีย และดูแลการรักษาความสะอาดของแปรงสีฟันเด็กอยู่เสมอ</p> <p>4. ดูแลเด็กในการขับถ่ายให้เป็นเวลา พร้อมทั้งจัดสิ่งของที่จำเป็นให้เด็กสามารถหยิบใช้ได้เองอย่างสะดวก และปลอดภัย</p> <p>5. สอนให้เด็กเข้าใจว่า การชำระร่างกายหลังการขับถ่าย ช่วยให้ร่างกายสะอาด ไม่เป็นโรค และให้เด็กปฏิบัติทุกครั้งเมื่อขับถ่ายแล้ว ความล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง</p>	<p>1. ทำแผนภูมิแสดงโรคและการเกิดโรคที่พบบ่อยในเด็กวัยอนุบาล</p> <p>2. เดินสำรวจสภาพที่อยู่อาศัยเพื่อทำแผนที่สังคมแสดงที่อยู่อาศัยที่ถูกสุขลักษณะ และไม่ถูกสุขลักษณะ</p> <p>3. ทำ Web แสดงผลกระทบต่อพัฒนาการด้านต่าง ๆ ที่มีสาเหตุจากการไม่รักษาความสะอาดของร่างกายของเด็กวัยอนุบาลทีละเรื่อง</p> <p>4. สำรวจสภาพฟัน และทำแผนที่แสดงเด็กที่มีปัญหาด้านสุขภาพฟันในแต่ละบ้าน</p> <p>5. ทำเมตริกซ์เพื่อให้เห็นความสัมพันธ์ระหว่างการแปรงฟันอย่างสม่ำเสมอกับการเป็นโรคฟันผุ</p> <p>6. ทำ Web แสดงการติดเชื้อของเด็ก</p>

<p>สิ่งที่ผู้ปกครองต้องตระหนักเกี่ยวกับผลกระทบที่มีต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>	<p>หน้าที่ของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>	<p>กิจกรรมการกระตุ้นให้ผู้ปกครองได้เกิดความตระหนักในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>
<p>ที่สกปรกเป็นโรคพยาธิ ส่งผลให้ร่างกายเกิดโรคขาดความสมบูรณ์แข็งแรง</p> <p>3. การขาดการแนะนำส่งเสริมให้เด็กได้ช่วยเหลือตนเองในการทำความสะอาดร่างกาย ทำให้เด็กไม่สามารถรักษาความสะอาดร่างกายของตนเองได้อย่างถูกต้อง ซึ่งทำให้เกิดความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพของเด็กได้ในภายหลัง</p> <p>4. การปล่อยให้เด็กวิ่งเล่น โดยไม่สวมรองเท้า จะทำให้เด็กได้รับเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกาย หรืออุบัติเหตุได้ เช่น ทำให้มีพยาธิเข้าสู่ร่างกายได้ง่าย หรือการเกิดบาดทะยัก ทำให้มีอาการอักเสบ เท้าบวม เดินไม่ได้ เป็นต้น</p>	<p>6. หลีกเลี่ยงการหลอก การขู่ การลงโทษรุนแรงในการขับถ่ายของเด็ก ควรใช้การอธิบายให้เด็กเข้าใจ และควรมีการเสริมแรง เมื่อเด็กพัฒนาการขับถ่ายเป็นระเบียบขึ้นตอน7. ควรสาธิต และฝึกให้เด็กรักษาความสะอาดของร่างกายด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ เช่น ให้เด็กอาบน้ำโดยใช้มือ หรือผ้าถูตัว ให้คราบโคลนออกให้หมดทุกครั้งที่อาบน้ำ การสาธิต การแปรงฟัน การทำความสะอาดเล็บ ผม ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย รวมถึงการทำความสะอาดหลังการขับถ่ายอย่างถูกวิธีให้เด็กดู และให้เด็กลองทำเอง</p> <p>8. ควรจัดหารองเท้าแตะที่มีขนาดพอเหมาะกับเท้าของเด็ก และฝึกให้เด็กสวมรองเท้าทุกครั้ง ก่อนออกนอกบ้าน</p>	

สิ่งที่ผู้ปกครองต้องตระหนักเกี่ยวกับผลกระทบที่มีต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	หน้าที่ของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	กิจกรรมการกระตุ้นให้ผู้ปกครองได้เกิดความตระหนักในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล
<p><b>ด้านการพักผ่อนนอนหลับ</b></p> <p>1. ถ้าหากเด็กไม่ได้รับการพักผ่อนที่เพียงพอ และเหมาะสมกับวัยแล้ว จะทำให้เกิดผลกระทบกับพัฒนาการทางร่างกายคือร่างกายมีการเจริญเติบโตช้ากว่าปกติ เด็กจะเกิดอาการอ่อนเพลีย ขาดสมาธิในการรับรู้ หงุดหงิด และเด็กเล็กจะร้องไห้โยเย ในเด็กบางคนจะเกิดอาการนอนกระสับกระส่าย หลับ ๆ ตื่น ๆ</p> <p>2. การมีสถานที่นอน และเครื่องใช้ในการนอนที่ไม่ถูกสุขลักษณะจะมีผลต่อสุขภาพร่างกายของเด็ก อาจทำให้เด็กมีบุคลิกภาพทางร่างกายที่ผิดปกติ เช่น คอเอียง หลังโกง เดินไม่ตรง รวมทั้งทำให้เกิดโรคภัยได้ง่าย อาจเป็นโรคหวัด โรคมาเรีย หรือมีอาการไอกรน เป็นต้น</p> <p>3. การขาดการช่วยเหลือตนเองของเด็กในการทำกิจวัตรประจำวัน ก่อนนอน และหลังจากตื่นนอนแล้ว จะทำให้เด็กต้องคอยพึ่งพาผู้ใหญ่อยู่เสมอ ขาดการพัฒนาสุขภาพที่ดี และขาดความมีระเบียบในการทำกิจวัตรประจำวันของตน</p>	<p>1. ควรดูแลการพักผ่อนนอนหลับของเด็กทั้งกลางวัน กลางคืน ดูว่าเด็กแต่ละวัยมีความต้องการมากน้อยเพียงใด</p> <p>2. ควรให้เวลาแก่เด็กในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่สงบ ๆ ของตนเอง เพื่อเป็นการให้เด็กได้พักผ่อนอย่างสงบตามลำพัง</p> <p>3. คงความเชื่อในเรื่องการนอนในช่วงที่ตะวันทับตา เพราะเป็นช่วงเวลารับประทานอาหาร และจะทำให้เด็กนอนดี ซึ่งมีผลต่อสุขภาพของเด็ก</p> <p>4. ส่งเสริมให้เด็กนอนเป็นเวลา และนอนในสถานที่ที่เหมาะสม ปลอดภัย</p> <p>5. ดูแลเรื่องสถานที่ที่让孩子นอน ตลอดจนลักษณะการนอน เช่น นอนในที่ที่สะอาด อากาศปลอดโปร่ง มีมุ้ง หรือมุ้งลวดในที่ยุ่งชุม และนอนในท่าที่ช่วยให้หลับสบาย</p> <p>6. หมั่นทำความสะอาดที่นอน และเครื่องนอนของเด็กบ่อย ๆ</p> <p>7. ฝึกให้เด็กได้รู้จักช่วยเหลือตนเอง เข้านอนเมื่อถึงเวลาจัดเก็บที่นอน หรือทำความสะอาดที่นอน บ้างเป็นครั้งคราว</p>	<p>1. ทำแผนภูมิแสดงช่วงเวลาการนอนของเด็กวัยอนุบาลในแต่ละช่วงอายุ</p> <p>2. กราฟแท่งแสดงระยะเวลาการนอนของเด็กวัยอนุบาลในแต่ละช่วงอายุเทียบกับเกณฑ์ปกติ</p> <p>3. ทำ Web แสดงถึงผลกระทบที่มีต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาลอันเกิดจากการมีสถานที่นอนและเครื่องใช้ในการนอนที่ไม่ถูกสุขลักษณะ</p>

สิ่งที่ผู้ปกครองต้องตระหนักเกี่ยวกับผลกระทบที่มีต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	หน้าที่ของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล	กิจกรรมการกระตุ้นให้ผู้ปกครองได้เกิดความตระหนักในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล
<p>ด้านการออกกำลังกาย</p> <p>1. เด็กในวัยนี้เป็นวัยที่ร่างกายกำลังเจริญเติบโต กล้ามเนื้อทุกส่วนต้องการพัฒนา หากเด็กไม่ได้รับการส่งเสริมให้ออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสม และเพียงพอแล้ว จะทำให้ร่างกายของเด็กที่กำลังเจริญเติบโตหยุดชะงัก เช่น การพัฒนาของกล้ามเนื้อ และประสาทไม่สัมพันธ์กัน กระดูกขาดความแข็งแรง ส่วนสูงหยุดการพัฒนา เป็นต้น</p> <p>2. ถ้าปล่อยให้เด็กได้ออกกำลังกายทั้งที่เป็นการทำงาน หรือการเล่น การใช้ของเล่น หรืออุปกรณ์ต่าง ๆ โดยขาดการแนะนำจากผู้ปกครองแล้ว จะทำให้เด็กมีความเสี่ยงต่อการได้รับอุบัติเหตุจากการออกกำลังกาย</p> <p>3. การปล่อยให้เด็กออกกำลังกายเพียงบางส่วนของร่างกาย อาจทำให้การเจริญเติบโต และการพัฒนาสมรรถภาพทางกายของเด็ก เป็นไปอย่างไม่สมดุล ทำให้เด็กขาดสมรรถภาพทางกายที่สำคัญบางประการไป</p>	<p>1. ควรกระตุ้นให้เด็กช่วยงานที่ส่งเสริมการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับวัย</p> <p>2. ดูแลเด็กขณะช่วยงาน ให้คำแนะนำ และระมัดระวังเรื่องความปลอดภัยของเด็ก</p> <p>3. เสียสละเวลาในการออกกำลังกายกับลูก ส่งเสริมหรือนำเสนอการออกกำลังกายที่ถูกวิธีให้กับลูก ดักเตือนให้ระมัดระวังอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นได้จากการออกกำลังกาย</p> <p>4. ส่งเสริมการออกกำลังกายทุกชนิดที่พัฒนากล้ามเนื้อเล็ก และกล้ามเนื้อใหญ่ทุกส่วน โดยมีทั้งกิจกรรมที่เคลื่อนไหว และกิจกรรมที่สงบสลับกันไป</p> <p>5. ส่งเสริมการออกกำลังกาย โดยให้เด็กได้เล่นในเวลาที่เหมาะสม</p> <p>6. เปิดโอกาสให้เด็กได้ออกกำลังกายกับเพื่อนวัยเดียวกัน กับเพื่อนบ้าน ที่นั่ง</p> <p>7. จัดหาอุปกรณ์ที่ปลอดภัย และดูแลความปลอดภัย</p>	<p>1. จัดอันดับเมตริกซ์แสดงกิจกรรมการส่งเสริมการออกกำลังกายของเด็กวัยอนุบาลในแต่ละครอบครัว</p> <p>2. ทำแผนภูมิแสดงเวลาที่เด็กส่วนใหญ่ออกกำลังกาย</p> <p>3. ทำปฏิทินฤดูกาลแสดงการละเล่นของเด็กในแต่ละช่วงฤดูกาล</p> <p>4. ตรวจสอบและทำแผนที่สังคมแสดงครอบครัวที่มีสถานที่ที่เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุจากการออกกำลังกายของเด็ก</p> <p>5. ทำตารางวิเคราะห์ส่วนของร่างกายที่ได้ประโยชน์จากการเล่น แต่ละอย่างที่เด็กเล่นประจำอยู่แล้ว</p>

<p>สิ่งที่ผู้ปกครองต้องตระหนักเกี่ยวกับผลกระทบที่มีต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>	<p>หน้าที่ของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>	<p>กิจกรรมการกระตุ้นให้ผู้ปกครองได้เกิดความตระหนักในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล</p>
	<p>ในขณะที่เด็กออกกำลังกาย</p> <p>8. เมื่อเกิดการบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ผู้ใหญ่ควรเข้าไปดูแลให้การรักษาพยาบาลก่อน แล้วจึงให้คำแนะนำต่ักเตือน</p>	

## **ภาคผนวก**

**ตัวอย่างการจัดการศึกษาสำหรับผู้ปกครอง  
ในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล  
ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา**

**กรณีตัวอย่าง : บ้านหนองกก ตำบลพัฒนา อำเภอมโนรมย์  
จ.นครศรีธรรมราช**

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**ตัวอย่างการจัดการศึกษาสำหรับผู้ปกครอง  
ในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของ  
เด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชุมชนมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา**

**ขั้นตอนการจัดการศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกาย  
ของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชุมชนมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา  
( บ้านหนองกก ต.พัฒนา | อ.พรพิณ | จ. นครศรีธรรมราช )**



**ระยะเวลาของโปรแกรมการศึกษา ๑**

เดือน พฤษภาคม 2540 - เดือนธันวาคม พ.ศ.2540

**ผู้เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษา ๑**

แม่ของเด็กวัยอนุบาลจำนวน 8 คน ครูอนุบาล 2 คน  
และผู้ใช้โปรแกรม

**สถานที่ที่ใช้จัดโปรแกรมการศึกษา ๑**

บ้านหนองกก ต.พัฒนา | อ.พรพิณ  
จ.นครศรีธรรมราช

### วัตถุประสงค์ของโปรแกรมการศึกษา ฯ

เพื่อกระตุ้นให้ผู้ปกครองเกิดความตระหนักเกี่ยวกับความสำคัญ  
ของปัญหาในการอบรมเลี้ยงดู และส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล และ  
สามารถใช้ประโยชน์จากความรู้ที่ประมวลมาในการแก้ปัญหาเพื่อพัฒนาเด็กของตน รวมทั้ง  
ยังเป็นการกระตุ้นให้ผู้ปกครองได้เข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาเด็กวัยอนุบาลให้สอดคล้องกับ  
สภาพความเป็นอยู่ของท้องถิ่นชนบทของตน

**วิธีดำเนินการ การศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกาย  
ของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา**

#### ขั้นที่ 1 : กำหนดพื้นที่ และเก็บข้อมูลพื้นฐาน

กำหนดพื้นที่ที่จะดำเนินการศึกษาสำหรับผู้ปกครอง ฯ และดำเนินการเก็บข้อมูล  
พื้นฐานแบบมีส่วนร่วม เกี่ยวกับสภาพความเป็นอยู่ทั่วไปของหมู่บ้าน ในด้านลักษณะภูมิประเทศ  
จำนวนประชากร เศรษฐกิจ การประกอบอาชีพ ฯลฯ

- ติดต่อกับบุคคลสำคัญในชุมชน ซึ่งเป็นบุคคลที่คนในชุมชนให้การ  
ยอมรับนับถือ ได้แก่ ผู้ใหญ่บ้าน ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน ผู้สูงอายุ และครูในหมู่บ้าน
- เข้าไปพบปะกับชาวบ้าน สังเกต และสัมภาษณ์เกี่ยวกับสภาพ  
ความเป็นอยู่ทั่วไปของหมู่บ้าน

#### การดำเนินการของผู้ใช้โปรแกรม

##### 1. กำหนดพื้นที่

ผู้ใช้โปรแกรมเลือกชุมชนที่เป็นสนามของการศึกษาสำหรับผู้ปกครอง  
ในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบท  
มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา คือ บ้านหนองกก ต.พัฒนา อ.พรพิน จ.นครศรีธรรมราช  
การคัดเลือกหมู่บ้านที่จะทำการศึกษา ผู้ใช้โปรแกรมทำการศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับ  
หมู่บ้านต่าง ๆ ในภาคใต้ ดังแสดงในแผนภูมิดังนี้



**แผนภูมิที่ การเลือกหมู่บ้านและกรณีศึกษา การศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาลด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา**

**ขั้นที่ 1** ภาครัฐที่แสดงถึงปัญหาการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กและปัญหาการพัฒนาชุมชน จากข้อมูลพื้นฐานระดับหมู่บ้านปีล่าสุด ( กชช.2ค.พ.ศ.2537 ) ผู้ใช้โปรแกรมได้ศึกษาข้อกระทงต่าง ๆ ในกชช.2ค. และพบว่ามี 4 ข้อที่สามารถใช้เป็นดัชนีในการคัดเลือกหมู่บ้าน จึงได้กำหนดเกณฑ์การคัดเลือกหมู่บ้าน

**ขั้นที่ 2** นำหมู่บ้านที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์จำนวน 127 หมู่บ้าน จากจำนวนหมู่บ้านทั้งหมด 7,496 หมู่บ้าน ไปปรึกษากับผู้ทรงคุณวุฒิทางการพัฒนาชนบท เพื่อพิจารณาถึงหมู่บ้านที่มีคุณสมบัติที่เหมาะสมสำหรับการใช้โปรแกรม ผู้ทรงคุณวุฒิได้พิจารณาว่า บ้านหนองกก ต.พัฒนา . อ.พรพิณ จ.นครศรีธรรมราชเป็นหมู่บ้านที่มีคุณสมบัติเหมาะสมกับการใช้โปรแกรม

**เกณฑ์การคัดเลือกหมู่บ้าน ( ขั้นที่ 1 ) มีดังนี้**

1. หมู่บ้านที่มีเด็กมีสภาวะทุพโภชนาการ 15 % ขึ้นไป
2. หมู่บ้านที่มีปัญหาด้านสุขภาพอนามัย ในระดับปานกลางขึ้นไป
3. หมู่บ้านที่ชาวบ้านมีปัญหาความรู้ความเข้าใจด้านสุขภาพอนามัยในระดับปานกลางขึ้นไป
4. ระดับการพัฒนาหมู่บ้าน มีระดับการพัฒนาอยู่ในระดับด้อยกว่าหมู่บ้านส่วนใหญ่

**ลักษณะของหมู่บ้านที่มีคุณสมบัติเหมาะสมกับการใช้โปรแกรม ( ขั้นที่ 2 ) มีดังนี้**

1. มีผู้นำชุมชน เช่นกำนันผู้ใหญ่บ้าน เจ้าอาวาส ครูใหญ่ ฯลฯ ที่มีความกระตือรือร้นและเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาชุมชนของตน
2. สมาชิกในชุมชนมีการรวมตัวอย่างเข้มแข็ง ร่วมแรง ร่วมใจกัน พัฒนาสภาพชีวิตความเป็นอยู่ของตน
3. เป็นหมู่บ้านที่มีเครือข่ายทางสังคมกับหมู่บ้านอื่น ๆ

## 2. เก็บข้อมูลพื้นฐาน



**ระยะเวลาในการเก็บข้อมูลพื้นฐาน : เดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2540**

- เดือนมิถุนายน พ.ศ.2540

### **ดำเนินการเก็บข้อมูล**

ครั้งที่ 1 เดือนพฤษภาคม พ.ศ.2540 ผู้ใช้โปรแกรมดำเนินการเก็บข้อมูลพื้นฐานแบบมีส่วนร่วม เพื่อเก็บข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับสภาพความเป็นอยู่ทั่วไปของหมู่บ้านในด้านลักษณะภูมิประเทศ จำนวนประชากร การประกอบอาชีพ ประเพณีและวัฒนธรรม ฯลฯ โดยเข้าไปสำรวจพื้นที่บ้านหนองกก ต.พัฒนา อ.พรหม จ.นครศรีธรรมราช

ผู้ใช้โปรแกรมเข้าไปในหมู่บ้าน โดยการติดต่อกับบุคคลซึ่งเป็นผู้นำหมู่บ้าน และได้รับการยอมรับนับถือจากคนในหมู่บ้าน ได้แก่ ผู้ใหญ่บ้าน ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน ผู้สูงอายุ และครู เป็นผู้ให้ข้อมูล และเป็นสื่อกลางในการประสานความสัมพันธ์ระหว่างผู้ใช้โปรแกรมกับชาวบ้าน เพื่อสร้างความคุ้นเคยและการยอมรับจากชาวบ้าน หลังจากนั้นผู้ใช้โปรแกรมกลับไปศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมจากเอกสารต่าง ๆ และกลับเข้าไปในหมู่บ้านอีกครั้ง

ครั้งที่ 2 เดือนมิถุนายน พ.ศ.2540 เข้าไปสำรวจพื้นที่อีกครั้ง เพื่อเก็บข้อมูลเกี่ยวกับสภาพความเป็นอยู่ของหมู่บ้านเพิ่มเติม

## ขั้นที่ 2 : เลือกทีม และเก็บข้อมูลพื้นฐานเพื่อตั้งสมมติฐาน

(1) **เลือกทีม** โดยตัวบุคคลที่เข้าร่วมทีมประกอบด้วย นักพัฒนา ผู้ใช้โปรแกรม ผู้ปกครอง และผู้นำในชุมชนที่จะอำนวยความสะดวกในการทำงานกับผู้ปกครอง ( ถ้ามี )

(2) **เก็บข้อมูลพื้นฐานเพื่อตั้งสมมติฐาน** ด้านการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาลของผู้ปกครอง ในด้านอาหารและโภชนาการ ด้านการป้องกันโรคและการรักษาพยาบาล ( การเฝ้าระวังความพิการ ) ด้านการดูแลที่อยู่อาศัย เครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม ด้านการรักษาความสะอาดของร่างกาย ด้านการพักผ่อนนอนหลับ และด้านการออกกำลังกาย เพื่อตั้งสมมติฐานเกี่ยวกับลักษณะพฤติกรรมของผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล

### การดำเนินการของผู้ใช้โปรแกรม

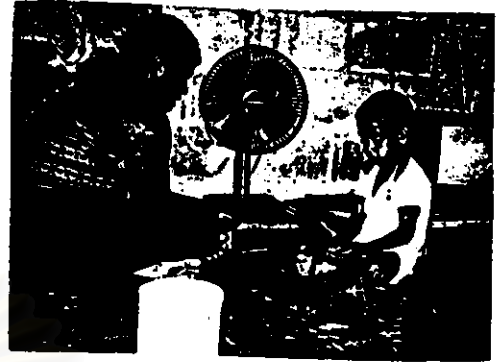


#### 1. เลือกทีม

บุคคลที่จะเข้าร่วมทีมประกอบด้วย ผู้ใช้โปรแกรม และผู้ปกครอง โดยผู้ใช้โปรแกรมดำเนินการรับสมัครผู้ปกครอง ที่มีคุณสมบัติดังนี้

- (1) เป็นผู้ที่ต้องการเข้ามามีส่วนร่วมในการทำงานด้วยความสมัครใจ
- (2) เป็นผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ดี มีความอดทนในการทำงาน
- (3) เป็นผู้ที่อยู่ในชุมชนและรู้เรื่องราวความเป็นไปในชุมชน
- (4) เป็นผู้ที่ต้องการมีส่วนร่วมในการให้ความรู้ และประสบการณ์ของตนเองแก่ผู้อื่น และพร้อมที่จะรับความรู้และประสบการณ์
- (5) เป็นผู้ที่มีใจกว้างกับการเปลี่ยนแปลง และนวัตกรรมใหม่ รับรู้ในความแตกต่างกันตามการเปลี่ยนแปลงของเวลา และนวัตกรรมที่แตกต่าง

## 2. เก็บข้อมูลพื้นฐานเพื่อตั้งสมมติฐาน



ระยะเวลาในการเก็บข้อมูลเพื่อตั้งสมมติฐาน : เดือนกรกฎาคม พ.ศ.2540

- เดือนกันยายน พ.ศ.2540 :

### ดำเนินการเก็บข้อมูล

ในช่วงเดือนแรกของเดือนกรกฎาคม ผู้ใช้โปรแกรมอาศัยอยู่กับครูในโรงเรียนบ้านหนองก ซึ่งอยู่ในละแวกใกล้เคียงกับบ้านหนองกก ต.พัฒนา อ.พรพิบูลย์ จ.นครศรีธรรมราช ห่างจากบ้านหนองกก เป็นระยะทางประมาณ 1 กิโลเมตร

ผู้ใช้โปรแกรมและครู ได้เข้าไปในหมู่บ้านและติดต่อพูดคุยกับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน เพื่อขอทราบลักษณะการส่งเสริมพัฒนาการเด็กวัยอนุบาลของผู้ปกครอง และลักษณะพฤติกรรมของผู้ปกครองที่อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านได้ปฏิบัติงานด้วย เพื่อเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล



ผู้ใช้โปรแกรมพบปะกับผู้ปกครองของเด็กวัยอนุบาล เพื่อสร้างความคุ้นเคย โดยการให้รถจักรยานยนต์เป็นพาหนะในการเดินทาง โดยเข้าไปในช่วงเช้าเวลาประมาณ 6.00 น. - 8.00 น. ช่วงกลางวันเวลาประมาณ 11.00 น. - 14.00 น. และช่วงเย็นเวลา

ประมาณ 16.00 น. - 18.00 น. โดยจะสลับเวลากันไปในแต่ละวันและแต่ละบ้าน แต่ถ้าหากเป็น  
 ช่วงวันหยุด ผู้ใช้โปรแกรมจะอยู่ในหมู่บ้านทั้งวัน โดยจะมีการพูดคุยกับผู้ปกครองเกี่ยวกับ  
 เรื่องทั่ว ๆ ไปในชีวิตประจำวัน และการอบรมเลี้ยงดูเด็กของผู้ปกครอง และเมื่อผู้ใช้โปรแกรม  
 มีความคุ้นเคยกับผู้ปกครองของเด็กวัยอนุบาลในบ้านหนองกกแล้ว จึงทำการรับสมัครผู้ปกครอง  
 ที่สนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกาย  
 ของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา โดยมี  
 ผู้ปกครองจำนวน 8 คนให้ความสนใจ และสมัครเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งผู้ปกครองจำนวน 8 คน  
 ที่สมัครเป็นแม่ของเด็กวัยอนุบาลทั้งหมด



จากช่วงกลางเดือนสิงหาคมเป็นต้นไป ผู้ใช้โปรแกรมต้องเข้าไปสังเกต  
 สัมภาษณ์ ผู้ปกครองทั้ง 8 บ้าน เกี่ยวกับการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล  
 โดยเฉพาะ ฉะนั้นเพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการศึกษาส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของ  
 ผู้ปกครองเป็นไปอย่างครอบคลุมในทุก ๆ ด้าน ผู้ใช้โปรแกรมได้จัดทำตารางเวลาการเยี่ยมบ้าน  
 เพื่อบันทึกถึงวันเวลา และกิจกรรมที่ทำในขณะที่เยี่ยมบ้าน โดยผู้ใช้โปรแกรมจะสลับเวลา  
 การเยี่ยมบ้านในแต่ละบ้านทั้งในช่วงเช้ากลางวัน และช่วงเย็นของทุกบ้าน รวมถึงการเข้าไป  
 อาศัยอยู่กับผู้ปกครอง





**ผู้ใช้โปรแกรมใช้วิธีการสังเกตแบบมีส่วนร่วมและการสัมภาษณ์**  
 อย่างไม่เป็นทางการ โดยในช่วงแรก ๆ ของการเก็บข้อมูล ผู้ใช้โปรแกรมจะบันทึกข้อมูล  
 อย่างคร่าว ๆ ลงในสมุดบันทึกที่นำติดตัวไปด้วย และเมื่อเกิดความไว้วางใจและคุ้นเคยกัน  
 อย่างแน่นแฟ้นมากขึ้น ผู้ใช้โปรแกรมจึงขออนุญาตผู้ปกครองในการใช้เครื่องบันทึกเสียงในการ  
 เก็บข้อมูลระยะพูดคุย หลังจากนั้นในช่วงกลางคืนผู้ใช้โปรแกรมนำข้อมูลที่ได้จากการสังเกต และ  
 สัมภาษณ์ ไปทำการบันทึกในแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกาย  
 ของเด็กวัยอนุบาลของผู้ปกครองอย่างมีส่วนร่วม และแบบสัมภาษณ์ผู้ปกครองในการส่งเสริม  
 พัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาลอย่างมีส่วนร่วม

### **สรุปผลการเก็บข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับชุมชน**

สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับเด็กวัยอนุบาลบ้านหนองกก มีเป็นจำนวนมาก  
 โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาด้านสุขภาพและความแข็งแรงของร่างกาย เด็กวัยอนุบาลบ้านหนองกก  
 ประสบปัญหาทางด้านการขาดสารอาหาร การเป็นโรคต่าง ๆ เช่น โรคหวัด โรคพยาธิ โรคมาเลเรีย  
 โรคตาแดง เป็นต้น รวมไปถึงปัญหาสุขภาพฟัน และการติดเชื้อ จากปัญหาต่างๆ เหล่านี้ ส่งผลให้  
 พัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็กมีความชะงัก ไม่เป็นไปอย่างเหมาะสมตามวัย ซึ่งสาเหตุ  
 สำคัญประการหนึ่งที่ทำให้เด็กวัยอนุบาลประสบปัญหาพัฒนาการทางด้านร่างกาย คือ การขาด  
 ความรู้ ความเข้าใจ และความตระหนักในความรับผิดชอบของผู้ปกครอง เกี่ยวกับการดูแลเด็ก  
 ทางโภชนาการ การดูแลสุขภาพ และการรักษาความเจ็บป่วยของเด็ก ทำให้มีการอบรมเลี้ยงดู  
 ที่ไม่เหมาะสม ซึ่งนอกจากส่งผลให้เด็กประสบปัญหาพัฒนาการทางด้านร่างกาย แล้วยังกระทบ  
 ไปถึงพัฒนาการด้านอื่น ๆ ของเด็กที่จะเป็นปัญหาต่อไป

**ขั้นที่ 3 : การจัดกิจกรรมการศึกษาสำหรับผู้ปกครองในการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ด้วยรูปแบบการให้ประชาชนในชนบทมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา**

(1) **ขั้นเตรียมการ**

- ติดต่อกับผู้ปกครองและสมาชิกคนอื่น ๆ ในทีมงาน เพื่อตกลงเกี่ยวกับวัน เวลา และสถานที่ในการจัดกิจกรรม รวมทั้งจัดเตรียมสถานที่ และเครื่องมือ อุปกรณ์ สำหรับการจัดกิจกรรม

(2) **ดำเนินการจัดกิจกรรม**

**การดำเนินการของผู้ใช้โปรแกรม**

**1. ขั้นเตรียมการ**

**1.1 ติดต่อกับผู้ปกครองของเด็กวัยอนุบาล** ซึ่งเป็นแม่เด็กจำนวน 8 คน และผู้เข้าร่วมประชุมคนอื่น ๆ ได้แก่ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน และครูอนุบาล โดยผู้ใช้โปรแกรมเข้าไปพบกับผู้ปกครองที่บ้านทุกบ้าน เพื่อสอบถามถึงวัน เวลา สถานที่ที่ผู้ปกครองสะดวก และได้ตกลงวัน เวลา และสถานที่ในการประชุม เป็นวันอาทิตย์ เวลาประมาณ 13.00 น. - 15.00 น. ณ ห้องอนุบาล โรงเรียนบ้านหนองกก ต.พัฒนา อ.พรพิณ จ.นครศรีธรรมราช ( วัน เวลา และสถานที่เปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม )

**1.2 จัดเตรียมสถานที่** โดยผู้ใช้โปรแกรมได้จัดทำป้ายนิเทศ จัดโต๊ะเก้าอี้ และพื้นที่ให้มีความเหมาะสมสำหรับการจัดกิจกรรม รวมทั้งจัดเตรียมเครื่องมือ และอุปกรณ์ในการเก็บข้อมูลระยะจัดกิจกรรม เช่น จัดเตรียมแนวคำถาม เครื่องเขียน เครื่องบันทึกเสียง กล้องถ่ายรูป ฯลฯ

**2. ดำเนินการจัดกิจกรรม**

**2.1 ระบุปัญหา**

**การประชุมครั้งที่ 1**

สมาชิกในทีมงานอภิปรายเกี่ยวกับลูก ๆ ของสมาชิกว่ามีปัญหาเรื่องอะไรบ้างที่เป็นปัญหาหนักใจ ซึ่งสมาชิกช่วยกันเสนอได้ 3 ปัญหา คือ (1) เด็กชอบกินขนมแห้ง (2) ไม่ชอบกินผัก (3) เจ็บป่วย หวัด หินผุ โดยมีครูพี่ซึ่งเป็นครูสอนเด็กอนุบาลได้เขียนปัญหาที่สมาชิกเสนอบนกระดาน

## ตัวอย่างการอภิปราย



ผู้ใช้โปรแกรม : แผลว่า ลูก ๆ มีปัญหาอะไร  
มั่งคะที่น่าหนักใจ

นางตุ๊ก : เรื่องกิน ไม่ค่อยกินข้าว

นางแดง : จริง มันกินแต่ขนมแห้ง

นางนิต : ชอบกินขนมถุง 5 บาท

.....

ผู้ใช้โปรแกรม : นอกจากชอบกินขนมแห้ง  
แล้วมีปัญหาคะไรอีกคะ

นางรัตน์ : ใช้ขวด เด็กก็เบื่อน่ะ

นางแดง : ฟันผุก็มากนะ ลูกที่ฟันผุ

มันเลยผอม กินข้าวไม่ได้

เจ็บฟัน หมูก็เคี้ยวไม่ออก

นางนิต : ของจางกัน ฟันผุหมด

มันชอบกินแต่ลูกอม

ผู้ใช้โปรแกรม : แล้วของลูกที่ตาสะคะ

นางดา : อีเหลือนะ ผุเหมือนกัน

.....

สมาชิกอภิปรายถึงปัญหาที่เสนอบนกระดาน และระดม  
ความคิดอีกครั้งหนึ่งเกี่ยวกับปัญหาที่สมาชิกเสนอมาว่าน่าจะมีสาเหตุมาจากอะไร และ  
เป็นปัญหาอะไรที่สมาชิก คิดว่าต้องแก้ไข รวมถึงทำอะไรเพื่อให้ได้ทราบว่ามีปัญหาทั้ง 3 ปัญหา  
ที่สมาชิกได้เสนอมานั้น เป็นปัญหาที่เด็กวัยอนุบาลในหมู่บ้านส่วนใหญ่เป็นกันมาก และจำเป็น  
ต้องได้รับการแก้ไขก่อนปัญหาอื่น ๆ หรือไม่ โดยสมาชิกคนหนึ่งได้เสนอว่า ให้ไปสำรวจ สัมภาษณ์  
ผู้ปกครองที่อยู่ใกล้ ๆ บ้าน ว่าเด็กมีปัญหาอะไรกันมาก สมาชิกทุกคนเห็นด้วยกับวิธีการนี้  
จึงตกลงแบ่งความรับผิดชอบในการไปสำรวจ และสัมภาษณ์ผู้ปกครอง



## 2.2 จัดลำดับความสำคัญของปัญหา การประชุมครั้งที่ 2

สมาชิกนำข้อมูลมาที่ได้จากการเดินสำรวจ และสัมภาษณ์ ผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาลในหมู่บ้านมาสนทนากัน โดยสมาชิกช่วยกันให้รายชื่อเด็กวัยอนุบาล ที่มีปัญหา และไม่มีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพฟัน การรับประทานผัก การรับประทานนมที่ไม่มี ประโยชน์ ซึ่งมีสมาชิก 2 คนที่ได้จกรายชื่อมาด้วย คือนางทุม กับนางนิค จากการนำเสนอพบว่า ปัญหาที่เด็กเป็นมาก คือ ปัญหาโรคฟันผุ และปัญหาการไม่รับประทานผัก และเพื่อให้ได้เห็นถึง จำนวนเด็กที่มีปัญหาและไม่มีปัญหาทั้ง 2 เรื่องนี้อย่างชัดเจนขึ้น สมาชิกจึงทำแผนที่แสดง สถานที่อยู่ของเด็กวัยอนุบาลที่สมาชิกได้ไปสำรวจและสัมภาษณ์มา

### ตัวอย่างการทำแผนที่

2.1 สมาชิกทุกคนนั่งล้อมวงกันบนเก้าอี้ที่จัดไว้เป็นวงกลม ในห้องเรียน เริ่มการประชุมด้วยการซักถามถึงเรื่องที่ได้ไปสำรวจมาเกี่ยวกับสุขภาพฟัน และการรับประทานผักและนมของเด็ก สมาชิกทุกคนได้ทำการบ้านมาเป็นอย่างดี มีสมาชิก 2 คน จุดใส่กระดาษมา นางประทุมจุดมา 6 ชื่อ นางนิคจุดมา 9 ชื่อ สมาชิกทุกคนคุยกันถึงข้อมูลที่ได้ เก็บมาอย่างสนุกสนาน แล้วถึงวิธีการไปเก็บข้อมูลโดยการเดินสำรวจ การสัมภาษณ์พ่อแม่ของเด็ก

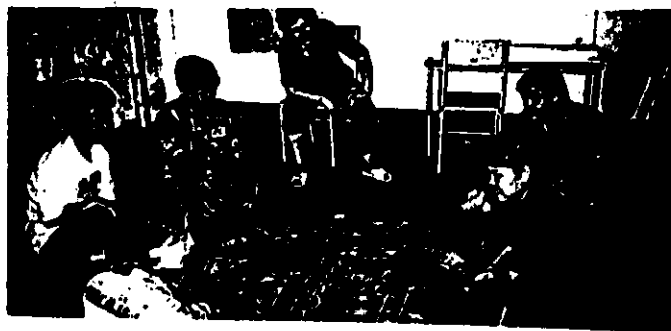


2.2 สมาชิกแต่ละคนเล่าถึงลักษณะการกินของเด็ก ได้แก่ การกินนม การกินผัก และสุขภาพฟัน จากนั้นผู้ใช้โปรแกรมจัดระบบข้อมูลที่สมาชิกรายงาน ออกเป็น 2 เรื่อง คือ การกินผัก : กิน กินบ้างไม่กินบ้าง ไม่กิน ฟัน : ฟันผุ ฟันไม่ผุ โดยสมาชิก ทุกคนช่วยกันสรุป

2.3 สมาชิกทุกคนช่วยกันเคลื่อนเก้าอี้ออก และลงมือเขียนแผนที่ บ้านเด็กอนุบาลที่ไปสำรวจพบลงบนพื้นห้อง โดยครูปัทเป็นคนเริ่มวาดก่อน ผู้ใช้โปรแกรมส่งข้อซัก ให้สมาชิก ลงมือวาดรายละเอียดในแตรของตน สมาชิกทุกคนต่างช่วยกันคิด ชี้ และบอกซึ่งกัน และกัน จนได้บ้านครบตามที่ไปสำรวจมา โดยใช้สัญลักษณ์  แทนบ้าน

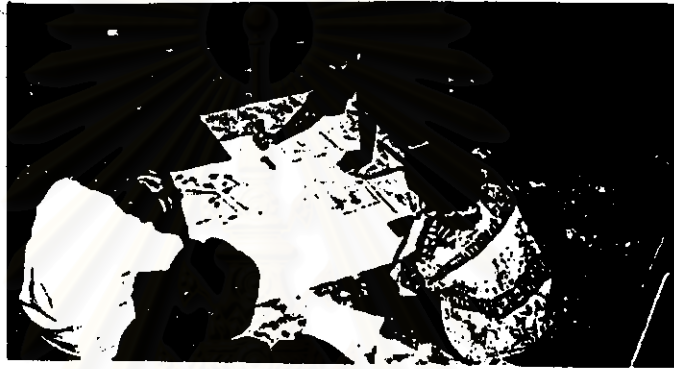


2.4 ผู้ใช้โปรแกรมแจกข้อซักสี่ให้สมาชิกทุกคนเริ่มเขียน สัญลักษณ์ที่ละชั้นตอน เริ่มจาก (1) ไม้กินผัก ให้กากบาทสี่เหลี่ยม (2) กินมันไม่กินมัน ให้กากบาท สี่เหลี่ยม (3) กินทุกอย่าง ให้กากบาทสี่เหลี่ยม หลังจากกากบาทลงใน  เสร็จแล้ว สมาชิก ทุกคนช่วยกันนับจำนวนบ้านเด็กที่ได้ลงข้อซักสี่ทวนอีกครั้ง และให้ลงตัวเลขแทนจำนวนเด็กไว้ ข้าง ๆ ด้วย จากนั้นสมาชิกช่วยกันลงข้อซักสี่บ้านเด็กที่พื้นผุ โดยระบายสีแดงลงใน  ถ้าพื้น ไม่ผุไม่ต้องระบาย และให้ลงตัวเลขแทนจำนวนเด็กไว้ข้าง ๆ ด้วย จากนั้นสมาชิกช่วยกันตรวจ สอบจำนวนบ้าน และความถูกต้องของแผนที่ และช่วยกันนับจำนวนที่กากบาท และระบาย เพื่อเขียนตารางสรุป โดยเขียนตารางไว้บนกระดานเพื่อให้สมาชิกได้เห็นและสามารถเปรียบเทียบ ข้อมูลได้อย่างชัดเจน ซึ่งสมาชิกทุกคนมีความกระตือรือร้นในการคิด ชี้ บอก ในการทำแผนที่มาก



2.5 ผู้ใช้โปรแกรมนำเสนอวิธีการพิจารณาปัญหา โดยถามนำให้เปรียบเทียบระหว่างสุขภาพฟัน และการรับประทานอาหารเช้าของคนสมัยก่อนกับสมัยปัจจุบันว่ามีความแตกต่างกันอย่างไร สมาชิกทุกคนช่วยกันคิดและพูดถึงสาเหตุของฟันผุ การไม่รับประทานผัก ที่เกิดขึ้นกับเด็กสมัยปัจจุบัน ซึ่งทุกคนเห็นพ้องต้องกันว่า ฟันผุเป็นปัญหาใหญ่ และที่บอกว่าเป็นฟันไม่ผุ ก็คือ มองไม่เห็น ซึ่งจริง ๆ แล้วไม่รู้ว่าเป็นฟันผุหรือไม่

2.6 ผู้ใช้โปรแกรมขอให้สมาชิกช่วยกันประมวลสิ่งที่คุยกันลงในกระดาษ โดยให้สมาชิกผลัดกันเขียนสาเหตุของฟันผุของลูก ๆ



2.7 ผู้ใช้โปรแกรมนำกระดาษปริ๊ฟและปากกาเมจิกมาให้สมาชิกช่วยกันวาดแผนที่จากพื้นลงในกระดาษ สมาชิกแต่ละคนวาดได้ช้าลง และมีการปรึกษากันนานขึ้น การวาดไม่หนักแน่นเท่า แต่ก็ไม่ได้ถึงกับลำบาก มืออยู่บางช่วงที่กลุ่มซึ่งทำส่วนของตนเสร็จแล้ว คุยกันเรื่องอื่น ๆ ขณะที่อีก 5 คนกำลังถกเถียงเกี่ยวกับตำแหน่งบ้านในแผนที่ แต่ก็ไม่มีปัญหาอะไร เพราะเป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกสนิทสนมคุ้นเคยกัน สมาชิกคนหนึ่งแยกออกไปให้แม่ลูกอยู่มุมหนึ่ง แต่ก็มองการเขียนแผนที่ตลอด และลุกขึ้นมาช่วยวาดในส่วนที่เป็นบ้านของตนกับบ้านที่ตนสอบถาม



2.8 เมื่อแผนที่เสร็จ สมาชิกทุกคนเริ่มกลับเข้ามาบรรยายสัญลักษณ์ลงบนส่วนของตน บางคนหันกลับไปดูแผนที่บนพื้นอีกครั้งก่อนลงมือเขียนบนกระดาษ

2.9 ผู้ใช้โปรแกรมขอให้สมาชิกคนหนึ่ง เขียนความหมายของสัญลักษณ์กำกับที่มุมกระดาษ

2.10 ผู้ใช้โปรแกรมให้สมาชิกแต่ละคนทบทวนจำนวนเด็กบนกระดาษให้ถูกต้อง ตามจำนวนบนตาราง และแก้ไขส่วนที่ยังใช้สัญลักษณ์สับสน

2.11 สมาชิกอภิปรายข้อมูลจากตาราง และทำการจัดลำดับความสำคัญของปัญหาที่ควรได้รับการแก้ไขก่อน คือ ปัญหาโรคฟันผุ เพราะเด็กเป็นโรคฟันผุมากที่สุด คือ เด็กเป็นโรคฟันผุ 23 คน จากจำนวนเด็กวัยอนุบาลในหมู่บ้านทั้งหมด 29 คน และปัญหาที่ควรได้รับการแก้ไขเป็นอันดับต่อมา คือ ปัญหาการไม่รับประทานผัก

### ตัวอย่างการอภิปราย

- ผู้ใช้โปรแกรม : ตอนนี้ได้เรื่องฟันผุกับเรื่องของการกินผักไข่มั้ยคะ  
ถึงที่เราเห็นปัญหาตอนนี้จะไหนะคะ คือ ปัญหาที่แลว่า  
เป็นมาก
- นางนิต : ฟันผุ
- นางประทุม : ฟันผุ
- นางรัตน์ : ฟันผุมากตั้ง 23 คน ไม่กินผัก 14 คน ฟันผุแหละเป็นปัญหา
- นางดา : ที่ดาว่า ต้องแก้ไขเรื่องฟันผุนั้นแหละก่อน
- นางสุก : ที่ว่ากัน เด็กพอมันฟันผุแล้ว มันไม่ค่อยกินไหม

2.12 ผู้ใช้โปรแกรมทบทวนถึงความแตกต่างในเรื่องของสุขภาพฟัน และการรับประทานผักอีกครั้งหนึ่ง และมีการบ้านสำหรับสมาชิกในเรื่องของการไปสอบถามการอบรมเลี้ยงดูเด็กในด้านอาหาร การรักษาสุขภาพฟันในรุ่นแม่ของแม่ยังเด็ก ( รุ่นยาย ) และรุ่นแม่ยังเด็ก ( รุ่นแม่ ) และรุ่นลูก เพื่อนำมาพูดคุยกันในครั้งต่อไป

### 3. ระดมสมองหาแนวทางแก้ปัญหา และเลือกทางแก้ปัญหา

หลังจากได้ปัญหาว่า ปัญหาโรคฟันผุจะต้องได้รับการแก้ไขเป็นอันดับแรก สมาชิกได้สนทนาถึงอาหารการกิน การรักษาสุขภาพฟันของคนในอดีตและปัจจุบันว่ามีความแตกต่างกันอย่างไร เพื่อหาถึงสาเหตุและแนวทางทางในการแก้ปัญหา และตกลงกันไปหาร้อมูลเพิ่มเติมจากผู้สูงอายุในชุมชน

### การประชุมครั้งที่ 3

สมาชิกได้ไปทำการสัมภาษณ์แม่ ๆ ของตน และผู้สูงอายุ ( รุ่นยาย ) ในหมู่บ้าน และรายงานในการประชุมว่า ในขณะที่รุ่นยายยังเด็กนั้น อาหารการกิน และการรักษาสุขภาพพื้นเป็นอย่างไร เมื่อรายงานข้อมูลแล้วแล้ว สมาชิกจึงอภิปรายถึงอาหารการกิน และการรักษาสุขภาพพื้น ในสมัยรุ่นยาย รุ่นแม่ และรุ่นลูก พบว่า สมัยรุ่นยาย และรุ่นแม่เป็นเด็ก จะมีปัญหาพื้นผื่นน้อยมาก ถึงแม้ว่าการแปร่งพื้นในสมัยก่อนจะใช้ถ่านไฟ เกลืออบคห่อผ้า หรือ เปลือกหมากแปร่ง แต่เนื่องจาก เด็กสมัยก่อนได้รับประทานอาหารพวกผัก และผลไม้ที่มีกาก และใยช่วยในการขับพื้นมาก รวมทั้งไม่มีขนมที่มีผงชูรสซึ่งมีรสหวานที่ทำให้เกิดโรคพื้นผื่น จึงทำให้เด็กสมัยก่อนไม่ค่อยมีปัญหาโรคพื้นผื่น แต่สำหรับเด็กในสมัยนี้มีปัญหาโรคพื้นผื่นมาก เนื่องจากชอบรับประทานอาหารที่มีรสหวานพวกลูกอม หมากฝรั่ง น้ำอัดลม หรือขนมกรอบ ๆ มีผงชูรสพวก ลูกอม มาม่า ขนมโปะ เค้ก คอนแอม คูนตาม ฯลฯ รวมถึงเด็กไม่มีการรักษาสุขภาพพื้น อย่างสม่ำเสมอ แปร่งพื้นบ้างไม่แปร่งพื้นบ้าง และขณะอภิปราย สมาชิกก็ผลัดกันเขียนข้อมูลลงในตารางแสดงการเปรียบเทียบสภาพที่เกิดขึ้นทั้ง 3 รุ่น

#### ตัวอย่างการอภิปราย



ผู้ใช้โปรแกรม : แต่ก่อนรุ่นยายรักษาพื้น  
กันพื้นปรือคะ

นางพร้อม : แต่แรกเขาใช้เกลืออบคห่อผ้า  
กูพื้น

นางนิต : ที่ตามแม่มา เขาก็ทำพื้นนั้น

ผู้ใช้โปรแกรม : แล้วรุ่นแม่ล่ะคะ

นางดา : มีแปร่งสีพื้นแล้ว แต่ใช้กับ  
พวกวิเศษนิยม

ผู้ใช้โปรแกรม : ยังใช้เปลือกหมากอยู่มั๊ยคะ

นางแดง : รุ่นแม่ทุกวันยังใช้อยู่

.....  
จากนั้นสมาชิก ช่วยกันเขียนตารางเวลา โดยช่วยกันนึกว่า  
ในแต่ละช่วงเวลามีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้นในหมู่บ้านบ้าง เช่น เริ่มมีร้านค้าในหมู่บ้านตั้งแต่เมื่อไหร่  
ขนมเริ่มมีมาขายเมื่อไหร่ การตั้งอนามัยในหมู่บ้าน การมีถนนในหมู่บ้าน เป็นต้น และสมาชิก

เขียนสรุปถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในหมู่บ้านว่า ทำให้เกิดอะไรขึ้นกับเด็กในหมู่บ้าน ในเรื่อง  
อาหารการกิน การรักษาสุขภาพฟัน และการรักษาพยาบาล เป็นต้น



เมื่อสมาชิกได้สนทนาดังความเป็นมาของปัญหาโรคฟันผุแล้ว สมาชิกอภิปรายถึงแนวทางในการแก้ปัญหา คือ การไม่让孩子กินขนมที่ไม่มีประโยชน์ต่อสุขภาพฟัน และการให้เด็กแปรงฟัน รวมถึงการเสนอให้โรงเรียนกับบ้านประสานความร่วมมือกันในการแก้ปัญหา

#### ตัวอย่างการอภิปราย

- ผู้ใช้โปรแกรม : ถึงที่ที่เสนอ คือ ปัญหาฟันผุที่เห็นได้ชัดมากหาเพื่อน  
เกือบ 100 % แนวทางในการแก้ปัญหาที่ว่าปรือมั่ง
- นางดา : แก้วโรฟันปรือ อย่าให้มันกินขนมแห้ง ไม่มีปัญหาหวัด  
ที่คิดว่าให้มันกินนมสดเหมือนแต่แรก ก็บายเหมัด
- นางนิต : ไม่กินปรือ มันเดินโรงเรียนร้านค้าอยู่ทั่ว
- นางประทุม : ถึงว่าร้านค้าทำไม่ได้ไซมัย ก็ต้องให้แปรงฟันเท่านั้นแหละ

.....  
หลังจากสมาชิกอภิปรายถึงแนวทางในการแก้ปัญหาแล้ว

จึงดำเนินการเลือกทางแก้ปัญหาโรคฟันผุ ด้วยการทำการบันทึกการแปรงฟัน และการรับประทานอาหารของเด็ก ทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน

#### 4. วางแผนแก้ปัญหา

##### การประชุมครั้งที่ 3

สมาชิกอภิปรายวางแผนแก้ปัญหาโรคฟันผุให้กับเด็กวัยอนุบาล เป็น 2 ช่วง คือ

**ช่วงที่ 1** สมาชิกแก้ปัญหาด้วยการบันทึกการแปรงฟัน และการรับประทานอาหารของบุตรหลานของตนก่อน แล้วนำข้อมูลมาอภิปรายกัน

**ช่วงที่ 2** สมาชิกขยายเครือข่ายการบันทึกการแปรงฟัน และการรับประทานอาหารของเด็กวัยอนุบาลไปยังผู้ปกครองคนอื่น ๆ ในหมู่บ้าน รวมทั้งให้โรงเรียน ดำเนินการบันทึกเพื่อตรวจสอบการแปรงฟัน และการรับประทานอาหารของเด็กที่โรงเรียน ว่าสอดคล้องกับที่บ้านหรือไม่

สมาชิกสรุปพร้อมกันว่า ทุกคนจะเริ่มแก้ปัญหาช่วงที่ 1 ก่อน โดยกลับไปทำบันทึก การส่งเสริมสุขภาพฟันของเด็กวัยอนุบาล ด้วยการแปรงฟัน และการรับประทานอาหารที่มี ประโยชน์ ของตนทุกวัน แล้วนำมาแลกเปลี่ยนกันในครั้งต่อไป

##### ตัวอย่างการอภิปราย

- นางดา : นี่โบบันทึกนี้ เราต้องลงทำแลก่อนไฉมัย
- นางนิต : ใครทำหลาว เราต้องบันทึกก่อนแหละว่าเด็ก  
มันแปรงฟันหม้าย กินนมแข็งหม้าย
- นางประทุม : เขาก็ต้องแลมันให้มากหว่าเดิม พอบันทึกเสร็จแล้ว  
ทำปรีอหลาว
- นางรัตน์ : เอามาแลกันไฉมัยน้องอ้อย
- ผู้ใช้โปรแกรม : ค่ะ พวกที่ ๆ ลงบันทึกดูก่อนว่าได้ผลพันปรีอมัง  
ถึงเอาที่บันทึกมาคุยกันหลาว
- นางนิต : แล้วบ้านเด็กคนอื่น ก็ค่อยทำ ไฉมัยเราทำแลก่อน
- นางดา : เราพวกทดลองก่อนเพื่อน
- นางประทุม : ถ้าได้ผลเด็กมันแปรงฟันมาก ก็ได้บอกเพื่อนแหละ

.....

## 5. ดำเนินการแก้ปัญหา การประชุมครั้งที่ 4

สมาชิกทำการบันทึกการแปร่งฟันและการรับประทานอาหารของเด็กวัยอนุบาลที่เป็นบุตรหลานของตนก่อน ประมาณ 2 สัปดาห์ และนำข้อมูลที่ได้มาอภิปรายกันในที่ประชุม ซึ่ง พบว่า เมื่อสมาชิกได้ทำการบันทึกการแปร่งฟันและการรับประทานอาหารของเด็ก เด็กมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการแปร่งฟัน และการรับประทานอาหารที่ดีขึ้น รวมทั้งสมาชิกมีความเอาใจใส่ในการดูแลและส่งเสริมการแปร่งฟัน และการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ของเด็กเพิ่มมากขึ้น

### ตัวอย่างการอภิปราย



ผู้ใช้โปรแกรม : แปร่งฟันดีมีชัยที่  
นางนิค : อาทิตยน์มีไข่ม้อย แปร่งทั้งเข้า  
ทั้งเขี้ยวเลย ทนมาก็ไม่กิน  
เขาบอกว่า แม่บอกครูกิน  
นุ้ยกินหมดแล้ว

ผู้ใช้โปรแกรม : รองที่รัตนสะคะ  
นางรัตน : เอ็นเขาทำเอง ตอนนี่ไม่ต้อง  
บอกแล้ว ยังช่วยแลน้อง  
แปร่งฟันกัน



นางดา : รองที่ดา พอแปร่งเสร็จแล้ว  
มันวิ่งมายิ้มให้แล มันบอก  
แม่กาให้นุ้ยกิน นุ้ยแปร่งแล้ว  
ได้สนใจมันมากหัดแหละ  
พอทำไฉน

นางนิค : ต้องคอยแลแปร่งจริงหม้าย

.....  
จากนั้นสมาชิกจึงตกลงที่จะเริ่มดำเนินการแก้ไขปัญหาในช่วงที่ 2 คือ  
การขยายเครือข่ายการแก้ปัญหาโรคฟันผุของเด็กวัยอนุบาล โดยการส่งเสริมสุขภาพฟัน



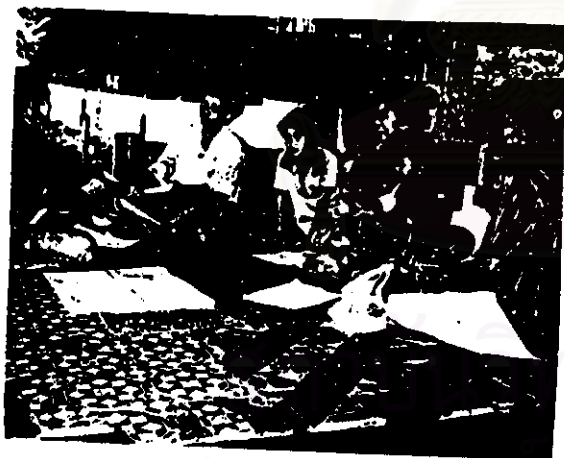
ด้วยการบันทึกการแปร่งฟันและการรับประทานอาหารของเด็กวัยอนุบาลไปยังผู้ปกครองคนอื่น ๆ ในหมู่บ้าน ซึ่งสมาชิกเป็นผู้ที่ดูแลและรับผิดชอบในการอธิบายถึงเหตุผลในการทำการบันทึก วิธีการบันทึก รวมทั้งคอยติดตามดูแลการบันทึกของผู้ปกครองที่ตนเองรับผิดชอบว่า มีการบันทึกอย่างสม่ำเสมอหรือไม่ ในเวลาประมาณ 2 สัปดาห์

## 6. การประเมินผลการดำเนินงาน

### การประชุมครั้งที่ 5

สมาชิกนำข้อมูลที่ได้จากการขยายเครือข่ายการส่งเสริมสุขภาพฟันของเด็กวัยอนุบาลไปยังผู้ปกครองคนอื่น ๆ มาอภิปรายเกี่ยวกับผลที่ได้จากการขยายเครือข่าย ปัญหาที่พบ โดยสมาชิกแต่ละคนได้เล่าถึงการทำงานของตนเอง

### ตัวอย่างการอภิปราย



- ผู้ใช้โปรแกรม : พี่ดาไปทำปรีอ (ทำอะไร) ที่ให้เขาเขียนในบันทึก
- นางดา : ก้อเอาไปให้เขาที่บ้าน แล้วอธิบายให้ฟังเหมือนที่เราทำ
- ผู้ใช้โปรแกรม : พี่ดาได้ไปตามแลมั่งมัยคะ
- นางดา : ไปแล พอว่าเดินผ่านบ้านเขา ก็เรียกแลทุกวัน
- ผู้ใช้โปรแกรม : น้ำทุมสะคะ
- นางประชุม : ไปแหละ ไปแลสองครั้งแล้ว ไร่บิอบ (เด็ก) ยังบอกมาตามทางว่า น้ำทุมเหอ นุ้ยแปรงทุกวันแล้ว

.....

จากนั้นสมาชิกทำ แผนผังความคิดแสดงถึงการขยายเครือข่ายบ้านของผู้ปกครอง  
ที่สมาชิกรับผิดชอบ และอ่านข้อมูลจากการบันทึกการส่งเสริมสุขภาพฟันของเด็กวัยอนุบาลของ  
สมาชิกและผู้ปกครองที่สมาชิกรับผิดชอบ พร้อมทั้งเขียนลงในตารางสรุปผลการดำเนินงานในด้าน  
การแปรงฟันและการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ของเด็กวัยอนุบาลของสมาชิกในที่ทำงาน  
และของผู้ปกครองที่เป็นเครือข่ายของสมาชิก



สมาชิกดูแลแผนที่ที่ได้ทำไว้ในการประชุมครั้งแรก ( จัดลำดับความสำคัญของ  
ปัญหา ) แล้วทำสัญลักษณ์ • ลงบนบ้านที่สมาชิกรู้สึกว่าประสบความสำเร็จในการขยายเครือข่าย  
ในการส่งเสริมสุขภาพฟัน



จากนั้นสมาชิกช่วยกันประเมินผลการทำงานของสมาชิกในการแก้ปัญหา  
โรคฟันผุด้วยการส่งเสริมการรักษาสุขภาพฟัน ที่ได้ทำการแก้ไขไป ซึ่งสมาชิกทั้งหมดมีความเห็น  
ที่สอดคล้องกันว่า การทำกิจกรรมส่งเสริมการรักษาสุขภาพฟันของสมาชิก ประสบความสำเร็จ  
มากถึง 80 % เพราะผู้ปกครองมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการดูแลเอาใจใส่ในการแปรงฟัน  
และการรับประทานอาหารของเด็กวัยอนุบาลมากขึ้น รวมทั้งการทำบันทึกการแปรงฟัน และ

การรับประทานอาหารของเด็กอย่างสม่ำเสมอ ทำให้เด็กมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการแปรงฟันและการรับประทานอาหารเช้าไปในทางที่ดีขึ้น และสมาชิกเกิดความรู้สึกภูมิใจที่สามารถดำเนินการแก้ไขปัญหาพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กวัยอนุบาลในชุมชน ด้วยตัวของสมาชิกเอง ทำให้มีกำลังใจในการทำงานเพื่อพัฒนาเด็กในหมู่บ้านต่อไป

### 7. เลือกปัญหา และ/หรือร่วมกันขยายกลุ่มทีมงาน

หลังจากสมาชิกดำเนินการแก้ปัญหาเรื่อง โรคฟันผุ และได้ผลสำเร็จเป็นที่น่าพอใจแล้ว สมาชิกมีความต้องการร่วมกันที่จะดำเนินการแก้ปัญหาพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กวัยอนุบาล ในเรื่องต่อไป คือ การไม่รับประทานผัก

#### ขั้นที่ 4 : การประมวลข้อมูล

ผู้ใช้โปรแกรมเก็บข้อมูลจากการจัดกิจกรรม โดยเก็บข้อมูลอย่างไม่เป็นทางการ ในขณะที่จัดกิจกรรมการประชุมแต่ละครั้ง เพื่อนำผลมาปรับปรุงการจัดกิจกรรมในครั้งต่อไปให้เหมาะสมยิ่งขึ้น และหลังจากจัดกิจกรรมแล้ว นำข้อมูลทั้งหมดมาประมวล เพื่อสรุปและนำเสนอแก่ผู้ที่เกี่ยวข้อง

#### การดำเนินการของผู้ใช้โปรแกรม

ผู้ใช้โปรแกรมจะเก็บรวบรวมข้อมูล ตรวจสอบข้อมูล และวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น ทุกครั้งที่จัดกิจกรรม กล่าวคือ หลังจากจัดกิจกรรมแล้ว ผู้ใช้โปรแกรมนำข้อมูลจากการสนทนาของสมาชิกมาถอดเทป และบันทึกลงในแบบบันทึกการประชุม จากนั้นจึงวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมของผู้ปกครองจากการจัดกิจกรรมการประชุม และหลังจากนั้นผู้ใช้โปรแกรมเวียนเก็บข้อมูลพฤติกรรมของผู้ปกครองขณะอยู่ที่บ้าน โดยใช้วิธีการสังเกตและสัมภาษณ์อย่างมีส่วนร่วม และนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้ในแต่ละวันมาจัดกระทำด้วยวิธีการ ดังนี้

- (1) เรียบเรียงข้อมูลที่สังเกตและสัมภาษณ์ให้ครบถ้วนและเป็นระบบ
- (2) นำข้อมูลจากแบบบันทึกภาคสนามมาทำการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า เพื่อหาความน่าเชื่อถือของข้อมูลจากแหล่งข้อมูล และวิธีรวบรวมข้อมูลที่แตกต่างกันแล้วนำข้อมูลเหล่านั้นมาเปรียบเทียบกัน

(3) เมื่อสิ้นสุดแต่ละสัปดาห์ ผู้ใช้โปรแกรมนำข้อมูลของแต่ละวันมาวิเคราะห์ โดยนำมาเปรียบเทียบกันเพื่อหาความสัมพันธ์ ลักษณะร่วม และ/หรือความแตกต่างของข้อมูล ที่มีอยู่ จากนั้นนำข้อหรือทบทมาสร้างเป็นข้อสรุปชั่วคราว และเก็บข้อมูลเพิ่มเติมต่อไปโดยจะทำการ วิเคราะห์เช่นนี้ตลอดไป จนกระทั่งครบ 4 สัปดาห์

(4) เมื่อสิ้นสุด 4 สัปดาห์ ผู้ใช้โปรแกรมนำข้อสรุปชั่วคราวของสัปดาห์ที่ 1 - 4 มาวิเคราะห์ สรุปรวมเป็นข้อสรุปย่อยใหม่ของแต่ละเดือน และดำเนินการเช่นนี้ทุกเดือน จนกระทั่ง เดือนที่ 3 ผู้ใช้โปรแกรมได้ข้อมูลในแต่ละเดือน ซึ่งสามารถนำมาเปรียบเทียบกันได้ และ จากข้อสรุปย่อยนี้ นำมาสร้างเป็นบทสรุปการเชื่อมโยง และจัดกลุ่มข้อมูลจากปรากฏการณ์ต่างๆ โดยการวิเคราะห์ข้อมูลแบบอุปนัย ( Analytic Induction )

## ประวัติผู้เขียน

นางสาวเจนจิรา คงสุข เกิดเมื่อวันที่ 18 พฤศจิกายน พ.ศ. 2514 ที่อำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช สำเร็จการศึกษาศึกษาศาสตรบัณฑิต (เกียรตินิยมอันดับ 1) สาขาวิชาการประถมศึกษา จากคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒภาคใต้ เมื่อปีการศึกษา 2536 และเข้ารับราชการที่โรงเรียนบ้านหนองกก อ. ร่อนพิบูลย์ จ. นครศรีธรรมราช เป็นเวลา 2 ปี และขอลาศึกษาต่อในหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการศึกษาปฐมวัย ภาควิชาประถมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2538 และจบในปีการศึกษา 2540



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย