

การพัฒนา รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา*

พรศิริมา บุรณะพันธุ์¹

สุธาทิพย์ งามนิล² บัณฑิตา อินสมบัติ³

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนา รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา มีขั้นตอนดำเนินการวิจัย 3 ขั้นตอนดังนี้คือ 1) การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน โดยศึกษาแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต และศึกษาสภาพปัจจุบันด้านทักษะชีวิตของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจากครูผู้สอนและนักเรียนโรงเรียนกีฬา 11 โรงเรียน จำนวน 496 คน 2) การสร้างรูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต และประเมินคุณภาพรูปแบบโดยการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ และ 3) การศึกษาผลการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา โดยนำรูปแบบที่สร้างขึ้นไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 / 2557 โรงเรียนกีฬาจังหวัดนครสวรรค์ จำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบบันทึกการสรุปข้อมูลและแบบสอบถามสภาพปัจจุบันด้านทักษะชีวิต ชุดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต แบบประเมินคุณภาพของชุดกิจกรรม แผนการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต จำนวน 20 แผน และแบบวัดทักษะชีวิตวิเคราะห์ข้อมูลการทดสอบค่าที (t-test Dependent)

จากการศึกษาข้อมูลพื้นฐานพบว่า

1. ทักษะชีวิตของนักเรียนโรงเรียนกีฬาอยู่ในระดับน้อย ในสภาพปัจจุบันตามองค์ประกอบทักษะชีวิต 4 ด้านคือ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าตนเองและผู้อื่น 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
2. รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬาประกอบด้วย หลักการวัตถุประสงค์ แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ตามแนวคิดของ Kolb และการวัด การประเมินผล รูปแบบการจัดกิจกรรมมีคุณภาพจากการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญในระดับมาก
3. นักเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต มีทักษะชีวิตหลังได้รับกิจกรรมสูงกว่าก่อนได้รับกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: รูปแบบการจัดกิจกรรม, ทักษะชีวิต, โรงเรียนกีฬา

* วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการการศึกษาและการเรียนรู้ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ พ.ศ. 2558

¹ นักศึกษาหลักสูตรครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการการศึกษาและการเรียนรู้ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์, E-mail: phornsirima@hotmail.com

² อาจารย์, คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

³ อาจารย์, คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์



The Development of Life Skills Promotion Activity Model for Students Thailand Sports School Under Physical Institute, Ministry of Tourism and Sports*

Phornsirima Buranaphan¹

Suthatip Ngamnin² Bantita Insombat³

Abstract

The purpose of this research was the development of life skills promotion activity model for sports schools under Physical Education Institute. The research and development procedures were divided into three phases: 1) Studying the data concerned by reviewing related researches and theories and inquiries 496 people who involved in all 11 sports schools under Physical Institute. 2) Constructing and evaluating the model by drafting the model guidelines based on basic sources of information. 3) Studying the results of the developed model by a trial run with 30 Secondary 1 students in the second semester of the 2015 academic year at Nakhon Sawan Sports School and compared life skills test before and after the trial by t-test dependent

The research findings are as follows:

1. The level of the students' life skills were low in 4 aspects 1) self-awareness and empathy; 2) critical thinking decision and creative problem solving; 3) managing emotions and stress, and 4) good interpersonal relationships with others.

2. The model development was inspected and approved by connoisseurs as very appropriate in all components which consist of the principle, objectives, structure of activities according to Experience Learning (Kolb's Model) and evaluation of activities.

3. The students who were taught using the developed model significantly had life skill after activities post – test scores higher than before activities of pre-test scores at the .05 level.

Keywords: Activities Model, Life Skills, Sports School

* Research Article from the thesis for the Doctor of Education degree in Educational and Learning Management Program, Nakhon Sawan Rajabhat University, Thailand, 2015

¹ Student in Doctor of Education Program in Educational and Learning Management Program, Nakhon Sawan Rajabhat University,

E-mail: phornsirima@hotmail.com

² Lecturer, Faculty of Education in Nakhon Sawan Rajabhat University

³ Lecturer, Faculty of Education in Nakhon Sawan Rajabhat University

ความสำคัญและปัญหาการวิจัย

การพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา เป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในการที่จะเสริมสร้างภูมิคุ้มกันในการดำเนินชีวิตของการปรับตัวและการปรับสภาพจิตใจในการอยู่ร่วมกันในสังคมปัจจุบันได้อย่างดีและมีความสุข นักเรียนโรงเรียนกีฬาเป็นนักเรียนประจำแบบกิน - นอน ที่มีความสามารถพิเศษเฉพาะทางด้านกีฬา เปิดทำการเรียนการสอน 11 แห่งทั่วประเทศ โดยรูปแบบการจัดการเรียนการสอนที่เน้นการฝึกซ้อมกีฬา และการแข่งขันกีฬามากกว่าการเรียนการสอนทางวิชาการหรือวิชาสายสามัญ ปัญหาที่พบส่วนใหญ่เมื่อนักเรียนมาอยู่ร่วมกันมักจะเกิดปัญหาในการปรับตัวและการปรับสภาพจิตใจในการอยู่ร่วมกัน เช่น การปรับตัวในการอยู่ร่วมกันในหอพัก กับเพื่อน หรือครูผู้ฝึกสอนกีฬา และครูวิชาการในรูปแบบการเรียนการสอนที่เรียนควบคู่ไปกับการแข่งขันกีฬา ปัญหาเรื่องสุขภาพ การโภชนาการ ความเครียด ความวิตกกังวล การทะเลาะวิวาท การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน การตั้งครกในวัยเรียน การติดสารเสพติด ฯลฯ ปัญหาต่างๆ เหล่านี้ได้ส่งผลกระทบต่อศักยภาพของนักเรียนโรงเรียนกีฬาในการพัฒนาขีดความสามารถเพื่อให้ประสบความสำเร็จในการเป็นนักกีฬาระดับสูงขึ้นไป ซึ่งสอดคล้องกับสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ (2551, น.7 - 8) ที่ได้กล่าวไว้ว่าการเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับผู้เรียนในช่วงวัยการศึกษาขั้นพื้นฐาน เป็นการสร้างคนให้มีประสิทธิภาพทั้งด้านความสามารถภายในและความสามารถภายนอก โดยความสามารถภายในเป็นความสามารถที่จะจัดการกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นภายในตนเองและระหว่างตนเองกับผู้อื่น ส่วนความสามารถทางภายนอกนั้นเกิดเป็นทักษะความชำนาญในด้านต่างๆ ซึ่งเป็นสิ่งที่เสริมให้บุคคลดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (2550, น.11) ได้กำหนดสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียนให้มีคุณภาพมาตรฐานการเรียนรู้ด้านความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ซึ่งเป็นความสามารถในการนำกระบวนการต่างๆ ไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยการเรียนรู้ด้วยตนเอง การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง การทำงานและการอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยการสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล การจัดการปัญหาและความขัดแย้งต่างๆ อย่างเหมาะสม การปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสภาพแวดล้อม และการรู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555 - 2559) ที่ได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนและสังคมไทยให้มีคุณภาพ ยึดแนวคิดการพัฒนาแบบบูรณาการเป็นองค์รวม ที่มีคนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา มีการเชื่อมโยงทุกมิติของการพัฒนาอย่างบูรณาการ เพื่อมุ่งสู่สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขด้วยความเสมอภาคเป็นธรรมและมีภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลง

ดังนั้นการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งในการพัฒนาทักษะชีวิตให้นักเรียนมีภูมิคุ้มกันในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัยและมีความสุข

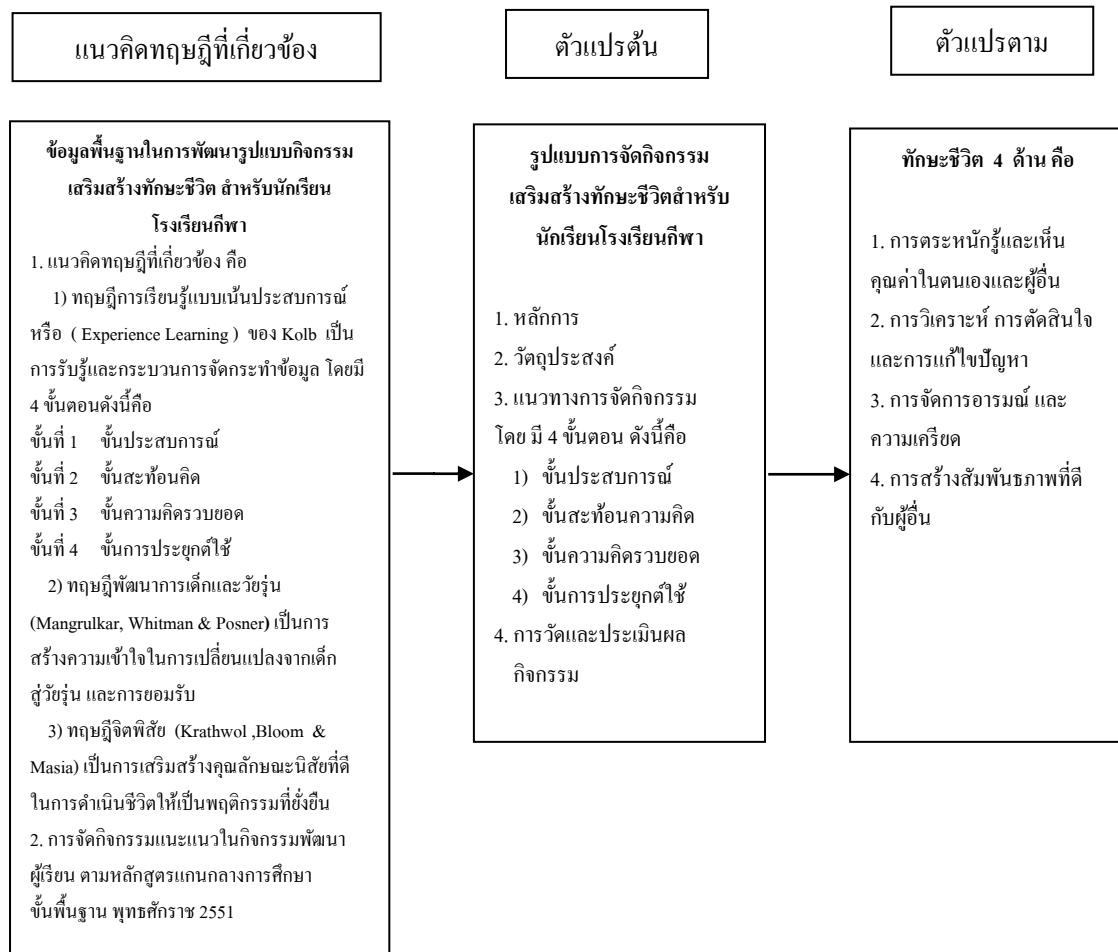
วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา
2. เพื่อสร้างรูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา
3. เพื่อศึกษาผลการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยนำแนวทางการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ (Experience Learning) ของ Kolb (1984) เป็นกระบวนการหลักในการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต ซึ่งมี 4 ขั้นตอนด้วยกัน ดังนี้คือ ขั้นตอนที่ 1 ขั้นประสบการณ์ โดยการเรียนรู้ประสบการณ์เดิมที่มีอยู่ของผู้เรียนและมาเชื่อมโยงกับประสบการณ์ใหม่ ขั้นที่ 2 ขั้นการสะท้อนความคิดและอภิปราย โดยการแสดงความคิดเห็น และการอภิปรายแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันกับสมาชิกในกลุ่มหรือระหว่างผู้เรียนด้วยกันและผู้สอนกับผู้เรียน ขั้นที่ 3 ขั้นความคิดรวบยอด โดยการแสดงผลงานของสมาชิกในแต่ละกลุ่ม เป็นการถ่ายทอดความคิดรวบยอดออกมาของสมาชิกในกลุ่มหรือของผู้เรียน และขั้นที่ 4 ขั้นการทดลองและประยุกต์ใช้ ซึ่งทำเป็นกิจกรรม โครงการหรือรายงานประกอบกิจกรรม โดยได้นำทฤษฎีพัฒนาการเด็กและวัยรุ่น (Child and Adolescent Development Theory) Mangrulkar, Whitman and Posner (2001; อ้างถึงใน สกส. วรเจริญศรี, 2550, น.23-27) ในการสร้างความเข้าใจพฤติกรรมของเด็กวัยรุ่นด้านการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย สังคม อารมณ์ จิตใจ และสติปัญญา และนำมาสู่ทฤษฎีจิตพิสัย (Krathtwol, Bloom, & Masia) (อ้างถึงในกระทรวงศึกษาธิการ, 2548, น.4-6) เป็นพฤติกรรมทางด้านจิตใจ ค่านิยม ความรู้สึก ความซาบซึ้ง ทศนคติ ความเชื่อ ความสนใจ และคุณธรรมจริยธรรม นำมาเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา เป็นรูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต ตามองค์ประกอบทักษะชีวิต 4 ด้าน คือ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) การคิด วิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น ซึ่งทั้งนี้เพื่อให้ครอบคลุมตามกลุ่มเป้าหมายของการ

วิจัยและการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียน โรงเรียนกีฬาแสดงกรอบแนวคิดการวิจัยดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต สำหรับนักเรียน โรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา

การศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการเสริมสร้างทักษะชีวิต สำหรับนักเรียน โรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา ประกอบด้วย

1. ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลจากเอกสารต่างๆในการวิจัย ได้แก่

1.1 แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างทักษะชีวิต

1.2 สภาพปัจจุบันในการเสริมสร้างทักษะชีวิต สำหรับนักเรียน โรงเรียนกีฬา 11 โรงเรียนกีฬาทั่วประเทศ ตามองค์ประกอบทักษะชีวิต 4 ด้านคือ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น

2. แหล่งข้อมูลเอกสาร ซึ่งเป็นข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับ หลักการ แนวคิดทฤษฎี และแนวการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต การวัดและการประเมินผล หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ด้านกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน แบบรายงานการบันทึกพฤติกรรมการพัฒนาบุคลิกภาพ และความมีวินัยของนักเรียน โรงเรียนกีฬา และแบบบันทึกกิจกรรมการเรียนการสอนของครูและนักเรียน โรงเรียนกีฬา

3. แหล่งข้อมูลบุคคล ได้แก่ นักเรียนและครู โรงเรียนกีฬาจังหวัดนครสวรรค์ ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สังกัดสถาบันการพลศึกษา

ตัวแปรที่ศึกษาได้แก่ ข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต สำหรับนักเรียน โรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา ประกอบด้วย 1) หลักการแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างทักษะชีวิต 2) รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต และ 3) สภาพปัจจุบันในการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักเรียน โรงเรียนกีฬา ตามองค์ประกอบทักษะชีวิต 4 ด้าน คือ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพ ที่ดีต่อผู้อื่น

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มี 2 ฉบับ ดังนี้คือ

1. แบบบันทึกการสรุปข้อมูลจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัย แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียน โรงเรียนกีฬา

2. แบบสอบถามสภาพปัจจุบันด้านทักษะชีวิตสำหรับนักเรียน โรงเรียนกีฬา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ โดยแบ่งคำถามเป็น 4 ด้าน คือ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่นมีข้อความรวมทั้งสิ้น 45 ข้อ ซึ่งตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญ 5 คน และมีค่าความเที่ยงมากกว่า 0.80

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแหล่งข้อมูล 2 แหล่ง คือ แหล่งข้อมูลที่เป็นเอกสารและแหล่งข้อมูลจากบุคคล โดยดำเนินการดังนี้

1. การเก็บรวบรวมข้อมูลที่เป็นเอกสาร การศึกษาวิเคราะห์และสังเคราะห์เนื้อหาจากเอกสารงานวิจัย/แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จัดทำตารางสังเคราะห์เอกสาร และสรุป

2. การเก็บรวบรวมข้อมูลจากบุคคล โดยใช้แบบสอบถามจากกลุ่มประชากรที่เป็นแหล่งข้อมูลเพื่อศึกษาสภาพปัจจุบันในการมีทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ตามองค์ประกอบทักษะชีวิต 4 ด้าน คือ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) การคิดวิเคราะห์ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น แล้วดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

2.1 ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล โดยยื่นเอกสารคำร้องถึงบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ เพื่อจัดทำหนังสือถึงผู้บริหารสถานศึกษาของโรงเรียนที่เป็นแหล่งข้อมูลเพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัยจากครูผู้สอนและนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

2.2 นำหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัยไปประสานกับผู้บริหารสถานศึกษาโรงเรียนกีฬาแห่งประเทศไทย จำนวน 11 แห่ง เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลจากครูผู้สอนจำนวน 148 คน และนักเรียน จำนวน 496 คน

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน แสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏตามตารางที่ 1 ดังรายละเอียด ดังนี้

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์สภาพปัจจุบันในการมีทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ที่	องค์ประกอบทักษะชีวิต	ครู		ระดับการปฏิบัติ	นักเรียน		ระดับการปฏิบัติ
		$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	
1.	การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น	2.24	0.93	น้อย	2.36	0.84	น้อย
2.	การคิดวิเคราะห์ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์	2.13	0.86	น้อย	2.05	0.79	น้อย
3.	การจัดการอารมณ์และความเครียด	3.36	1.10	ปานกลาง	2.44	0.86	น้อย
4.	การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น	3.28	1.28	ปานกลาง	2.44	0.95	น้อย
รวม		2.75	1.04	ปานกลาง	2.32	0.86	น้อย

จากตารางที่ 1 พบว่า การศึกษาข้อมูลพื้นฐานของสภาพปัจจุบันในการมีทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 11 โรงเรียนกีฬาทั่วประเทศ จากการสอบถามครูจำนวน 148 คน และนักเรียนจำนวน 348 คน มีระดับการปฏิบัติอยู่ในเกณฑ์ระดับปานกลาง และน้อย คือ 1) ด้านการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) ด้านการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด และ 4) ด้านการสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น ตามลำดับ

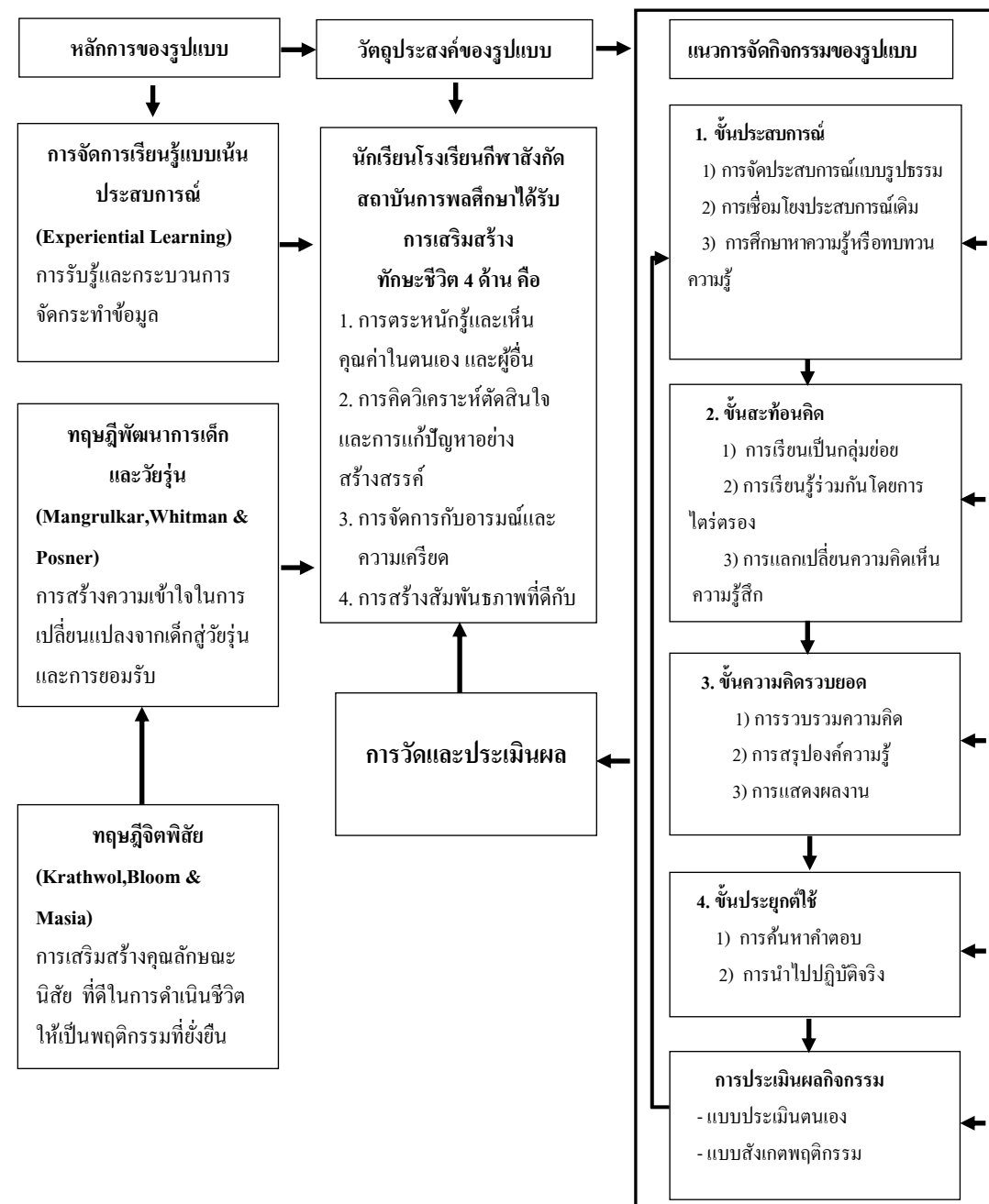
ขั้นตอนที่ 2 การสร้างรูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬาสังกัดสถาบันการพลศึกษา

การสร้างรูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียน โรงเรียนกีฬา ผู้วิจัยได้กำหนดเนื้อหาการสร้างรูปแบบตามองค์ประกอบของรูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตดังนี้คือ หลักการแนวคิดและทฤษฎี วัตถุประสงค์ แนวการจัดกิจกรรม และการวัดการประเมินผลกิจกรรม

การสร้างรูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียน โรงเรียนกีฬา ซึ่งมีเนื้อหาที่ใช้ได้แก่ องค์ประกอบทักษะชีวิต 4 ด้าน คือ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น ซึ่งแต่ละด้านขององค์ประกอบทักษะชีวิตจะประกอบด้วยเนื้อหากิจกรรมตามโครงสร้างหน่วยการเรียนรู้กิจกรรม หน่วยละ 5 กิจกรรม รวมจำนวน 20 กิจกรรม เป็นเวลารวม 20 ชั่วโมง ในการเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียน โรงเรียนกีฬา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แหล่งข้อมูลที่ใช้ในการสร้างรูปแบบได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต จำนวน 5 คน ทำหน้าที่ประเมินคุณภาพรูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียน โรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในขั้นตอนที่ 2 มี 2 ฉบับได้แก่ 1) รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา 2) แบบประเมินคุณภาพของรูปแบบในความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของรูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยส่งเอกสารร่างรูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา ไปให้ผู้เชี่ยวชาญประเมินคุณภาพรูปแบบตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ และวิเคราะห์ผลการประเมินด้วยสถิติพื้นฐาน หาค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แล้วจึงนำค่าเฉลี่ยที่ได้มาหาระดับความเหมาะสมและความเป็นไปได้โดยเทียบกับเกณฑ์ซึ่งพบว่ารูปแบบมีความเหมาะสมและความเป็นไปได้ในระดับมาก ดังแสดงรายละเอียดรูปแบบดังแผนภาพที่ 2



ภาพที่ 2 โครงสร้างรูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียน
โรงเรียนกีฬาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สังกัดสถาบันการศึกษา

ขั้นตอนที่ 3 การศึกษาผลการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา

การศึกษาผลการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา จังหวัดนครสวรรค์ โดยใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา ซึ่งมีเนื้อหาที่ใช้ได้แก่ องค์ประกอบทักษะชีวิต 4 ด้าน คือ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น ซึ่งแต่ละด้านขององค์ประกอบทักษะชีวิตจะประกอบด้วยกิจกรรมหน่วยการเรียนรู้กิจกรรมด้านทักษะชีวิต จำนวน 20 กิจกรรม เป็นเวลารวม 20 ชั่วโมง โดยกำหนดขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง และตัวแปรที่ศึกษาดังนี้คือ

ประชากร ได้แก่ นักเรียนโรงเรียนกีฬาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สังกัดสถาบันการพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 696 คน

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2557 โรงเรียนกีฬาจังหวัดนครสวรรค์ สังกัดสถาบันการพลศึกษา ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 30 คน ซึ่งได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาผลการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา มีดังนี้

1) แผนการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 20 แผน รวมทั้งสิ้น 20 ชั่วโมง

2) แบบวัดทักษะชีวิต เป็นแบบทดสอบปรนัยแบบเลือกตอบที่เชื่อมโยงกับหน่วยการเรียนรู้กิจกรรมตามองค์ประกอบทักษะชีวิต 4 ด้าน คือ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น มีจำนวน 60 ข้อ แต่ละข้อมี 4 ตัวเลือก มีการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คน นำค่าที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญประเมินความสอดคล้อง มาคัดเลือกค่าดัชนีความสอดคล้อง ของแบบสอบถามที่สามารถนำมาใช้ได้ คือต้องมีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.50 - 1.00 (บุญชม ศรีสะอาด, 2553, น.72)

การเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองใช้รูปแบบการจัดกิจกรรม และแบบวัดทักษะชีวิตกับกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังจากการเรียนการสอนตามรูปแบบที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ไปใช้กับนักเรียนโรงเรียนกีฬา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน โดยใช้ระยะเวลาในการทดลองแผนการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตตาม

แผนการจัดกิจกรรมทักษะชีวิตในกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนในวิชาแนะแนว จำนวน 20 กิจกรรม เป็นเวลารวม 20 ชั่วโมง และเมื่อถึงระยะเวลาช่วงหลังการทดลอง ให้นักเรียนทำแบบวัดทักษะชีวิต และบันทึกผลไว้เป็นผลคะแนนหลังเรียนสำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อสรุปผลการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูลการศึกษาผลการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา ที่ได้รับการสอนตามแผนการจัดกิจกรรมทักษะชีวิตในกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนในวิชาแนะแนว โดยการเปรียบเทียบคะแนนแบบวัดทักษะชีวิตก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียน โรงเรียนกีฬา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ได้รับการสอนตามรูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเปรียบเทียบคะแนนก่อนเรียนและหลังเรียน โดยใช้การทดสอบทีกรณีกู่ตัวอย่างไม่เป็นอิสระแก่กัน (t-test for Dependent Samples) ได้ผลดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนการใช้แบบวัดทักษะชีวิตของนักเรียนก่อนเรียนและหลังเรียน

การทดสอบ (N-30)	คะแนนเต็ม	$\bar{X}$	S.D.	t-test	Sig
ก่อนเรียน	160	86.43	10.77	45.54*	0.00
หลังเรียน	160	107.37	11.79		

จากตารางที่ 2 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีคะแนนทักษะชีวิตหลังการจัดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

สรุปผลการวิจัย

1. ข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา มีการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตตามองค์ประกอบทักษะชีวิต 4 ด้านดังนี้ คือ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพ ที่ดีต่อผู้อื่น

2. รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา ประกอบด้วย หลักการ วัตถุประสงค์ แนวทาง กิจกรรม และการการวัดการประเมินผลกิจกรรม โดยได้รับการประเมินผลคุณภาพรูปแบบจากผู้เชี่ยวชาญอยู่ในระดับดีมาก

3. นักเรียนโรงเรียนกีฬา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ได้ใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตตามองค์ประกอบทักษะชีวิต 4 ด้าน ดังนี้ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

- 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น สูงกว่าก่อนเกณฑ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

1. จากการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารงานวิจัยและแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาวิเคราะห์ความสำคัญของทักษะชีวิตและแนวทางในการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตมี 4 ด้าน ดังนี้ คือ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับ โดยการสอบถามสภาพปัจจุบันด้านการมีทักษะชีวิตสำหรับนักเรียน โรงเรียนกีฬา จากครูผู้สอนและนักเรียน โรงเรียนกีฬาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 11 แห่ง สังกัดสถาบันการพลศึกษา ได้ข้อมูลที่สอดคล้องกันว่า ทักษะชีวิตเป็นทักษะที่มีความจำเป็นในการเสริมสร้างและพัฒนาชีวิตของผู้เรียนให้มีความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างดีและมีความสุขได้ ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะว่าการให้ความสำคัญของทักษะชีวิตสำหรับนักเรียน โรงเรียนกีฬาเป็นสิ่งสำคัญในการดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างดีและมีความสุขได้ โดยสอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน 2551 ที่ได้กล่าวถึงความสามารถด้านทักษะชีวิตเป็นการนำกระบวนการต่างๆไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน การเรียนรู้ด้วยตนเอง การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง การทำงานและการอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยการสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล การจัดการปัญหาและความขัดแย้งต่าง ๆ อย่างเหมาะสม การปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงของสังคม และสภาพแวดล้อม และการรู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น สอดคล้องกับองค์การอนามัยโลก (WHO, 1999, p.1) ที่ได้ให้ความหมายทักษะชีวิตว่าเป็นความสามารถในการปรับตัวและการมีพฤติกรรมที่เหมาะสม สามารถจัดการกับปัญหาต่างๆได้ในชีวิตประจำวันและการจัดการกับปัญหาที่อยู่รอบตัวได้ และมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช (2547, น.19) ได้กล่าวถึงทักษะชีวิต Life Skill) ว่าเป็นยุทธวิธีทางการศึกษา ซึ่งนำมาใช้ในการพัฒนาคนเพื่อให้คนพัฒนาตนเองพร้อมจัดการกับปัญหาที่รอบข้าง และมีความสามารถในการปรับตนเองให้อยู่ในสังคมและวัฒนธรรมได้อย่างมีความสุข

2. รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา มี 4 องค์ประกอบของรูปแบบ การพัฒนารูปแบบ และการประเมินรูปแบบ พบว่ารูปแบบมีองค์ประกอบคือ หลักการ วัตถุประสงค์ แนวการจัดกิจกรรม และการวัดและการประเมินผล เนื่องจากหลักการของรูปแบบที่ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎีของการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ ซึ่งเป็นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจากการรับรู้ (Perception) และกระบวนการจัดกระทำข้อมูล (Processing) เป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์เดิมของผู้เรียนมาบูรณาการเพื่อสร้างการเรียนรู้ใหม่ๆ โดยนำทฤษฎีพัฒนาการเด็กและวัยรุ่น (Child and Adolescent

Development Theory) Mangrulkar, Whitman and Posner (2001; อ้างถึงใน สกส. วรเจริญศรี, 2550, น.23-27) ในการสร้างความเข้าใจในพฤติกรรมของเด็กวัยรุ่นด้านการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย สังคม อารมณ์ จิตใจ และสติปัญญา และนำมาสู่ทฤษฎีจิตพิสัย (Krathwol, Bloom, & Masia) (อ้างถึงใน กระทรวงศึกษาธิการ, 2548, น.4-6) เป็นพฤติกรรมทางด้านจิตใจ ซึ่งจะเกี่ยวกับค่านิยม ความรู้สึก ความซาบซึ้ง ทศนคติ ความเชื่อ ความสนใจ และคุณธรรมจริยธรรม เพื่อให้นักเรียนได้มีทักษะชีวิตในการปรับตัวและการปรับสภาพจิตใจในการอยู่ร่วมกันได้อย่างดีและมีความสุขของการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยมีการปลูกฝังจิตพิสัยที่ดี และสามารถนำไปปฏิบัติจนเกิดเป็นนิสัยและพฤติกรรมที่ยั่งยืน โดยการผ่านการรับรู้ประสบการณ์ที่เป็นรูปธรรมและการจัดกระทำต่อข้อมูลที่ได้รับการยอมรับในคุณค่าของนักเรียนแต่ละคน ซึ่งเป็นไปตามวัตถุประสงค์ของรูปแบบที่สร้างขึ้นเพื่อให้นักเรียนโรงเรียนกีฬามีทักษะชีวิตโดยเป็นไปตามขั้นตอนแนวการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต ของการจัดการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ Experience Learning ของ Kolb (1984) ซึ่งมีด้วยกัน 4 ขั้นตอนด้วยกันดังนี้คือ 1) ขั้นประสบการณ์ 2) ขั้นการสะท้อนคิด 3) ขั้นความคิดรวบยอด และขั้นที่ 4 ขั้นการทดลองและประยุกต์ใช้ และมีการวัดและการประเมินผลกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียน โรงเรียนกีฬา

3. นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬา มีทักษะชีวิตหลังจัดกิจกรรมสูงกว่าก่อนจัดกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 การที่ผลการวิจัยปรากฏเช่นนี้ อาจเนื่องมาจากรูปแบบที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมีขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ (Experience Learning) ของ Kolb (1984) ซึ่งมีด้วยกัน 4 ขั้นตอนคือ 1) ขั้นประสบการณ์ 2) ขั้นการสะท้อนคิด 3) ขั้นความคิดรวบยอด และ 4) ขั้นการประยุกต์ใช้ โดยได้ใช้กิจกรรมที่สร้างกลุ่มสัมพันธ์โดยการเรียนรู้ร่วมกัน และการจัดกิจกรรมที่เป็นไปตามลำดับขั้นการพัฒนาทักษะชีวิตการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ (Experiential Learning) ซึ่งผลที่ได้จากการทดลองใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สามารถส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทักษะชีวิตเป็นไปตามองค์ประกอบทักษะชีวิต 4 ด้านของกิจกรรมการเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์ ดังนี้คือ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ผู้เรียนได้แสดงออกด้านกิจกรรมทักษะชีวิตในรูปแบบการแสดงความคิดเห็นร่วมกันในการรู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเองและผู้อื่น และการสร้างความตระหนักในการอยู่ร่วมกันได้อย่างดีและมีความสุข 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ผู้เรียนได้รู้จักแยกแยะปัญหาต่างๆ ได้ว่าปัญหาไหนเป็นเรื่องที่ควรรีบแก้ไข และปัญหาไหนเป็นปัญหาสำคัญและปัญหาไหนที่ควรจะปรึกษาค้นคว้ากับใคร 3) การจัดการอารมณ์และความเครียด ในด้านนี้ครูผู้สอนต้องเข้ามามีบทบาทอย่างมาก เพราะนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงมาก มีการปรับตัว ปรับสภาพร่างกาย อารมณ์ และจิตใจสูง

มากกว่าทฤษฎี ครูผู้สอนต้องให้ความสำคัญกับผู้เรียนอย่างมาก และ 4) การสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น ครูผู้สอนต้องให้ความสำคัญกับผู้เรียนในการสร้างมิตรภาพกับเพื่อนหรือบุคคลรอบข้าง เช่นบางคนเก่งแต่ไม่มีเพื่อน บางคนไม่ต้องเก่งแต่เพื่อนเยอะ แต่การคบเพื่อนต้องให้ผู้เรียนรู้จักไตร่ตรอง แยกแยะ ในการคบเพื่อน และให้รู้จักรับผิดชอบ เพื่อนที่ดีและเพื่อนที่ไม่ดีมีมากมาย ควรให้ผู้เรียนรู้จักปรับตัวและปรับสภาพจิตใจในการอยู่ร่วมกันให้ได้เป็นอย่างดีและมีความสุข ผลการวิจัยดังกล่าวสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ทินพันธุ์ เนตรแพ (2557) ที่พบว่า การจัดการเรียนรู้ที่ใช้เทคนิคการเรียนรู้แบบร่วมกันคิด และกระตุ้นให้เกิดความสัมพันธ์ร่วมกับผู้อื่น จะทำให้ผู้เรียนมีทักษะการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีพัฒนาการเด็กและวัยรุ่น (Child and Adolescent Development Theory) Mangrulkar, Whitman and Posner (2001; อ้างถึงใน สกส. วรเจริญศรี, 2550, น.23-27) ในการสร้างความเข้าใจพฤติกรรมของเด็กวัยรุ่น ด้านการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย สังคม อารมณ์ จิตใจ และสติปัญญา และทฤษฎีจิตพิสัย (Kratwohl, Bloom, & Masia) (อ้างถึงในกระทรวงศึกษาธิการ, 2548, น.4-6) เป็นพฤติกรรมทางด้านจิตใจ ค่านิยม ความรู้สึก ความซาบซึ้ง ทศนคติ ความเชื่อ ความสนใจ และคุณธรรมจริยธรรม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. การจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับผู้เรียนควรกำหนดความชัดเจน ในการจัดกิจกรรมให้กับผู้เรียนก่อนลงมือปฏิบัติจริง และผู้สอนควรต้องวางแผนเรื่องของการเวลาในการปฏิบัติกิจกรรม ทั้งนี้เพื่อให้เหมาะสมกับเวลาและกิจกรรมที่ได้กำหนด
2. การจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต ควรนำไปปรับใช้กับนักเรียนระดับอื่นและจัดทำอย่างต่อเนื่องกันเพื่อเป็นการกระตุ้นความสามารถการใช้ทักษะชีวิตในชีวิตประจำวัน

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตกับนักเรียนในวัยเดียวกันของโรงเรียนอื่นที่ไม่ใช่โรงเรียนกีฬา หรือในระดับชั้นอื่นๆ
2. ควรมีการผลการนำรูปแบบกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตไปใช้ในระยะยาว และศึกษาความคงทนของทักษะชีวิตของนักเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิต

เอกสารอ้างอิง

กระทรวงศึกษาธิการ. (2542). *แนวทางการจัดกิจกรรมเพื่อสร้างเสริมคุณลักษณะเก่งดีมีสุข*. กรุงเทพฯ:

ผู้แต่ง.

_____. (2551). *หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน*. กรุงเทพฯ: ผู้แต่ง.

- ทินพันธุ์ เนตรแพ. (2557, กันยายน-ธันวาคม). ผลการจัดการเรียนรู้แบบใฝ่รู้ด้วยเทคนิคการคิดเดี่ยว คิดคู่ คิดร่วมกัน เทคนิคแบบต่อภาพและการใช้แผนผังทางปัญญา ที่มีต่อพฤติกรรมการเรียนรู้ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความพึงพอใจในการเรียน รายวิชาจุลชีววิทยาสิ่งแวดล้อม ของ นักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์. วารสารวิชาการวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์, 6(6), 25-31.
- ทิสนา แคมณี. (2551). ศาสตร์การสอน: องค์ความรู้เพื่อการจัดการกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- _____. (2551). รูปแบบการเรียนการสอนทางเลือกที่หลากหลาย. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- บุญเลี้ยง ทุมทอง. (2556). ทฤษฎีและการพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้ (*Theories and Development of Instructional Model*). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เอส พรินต์ ไทย แพลคดอรี่.
- มันฑาร ชรรณบุศย์. (2553). การสอนทักษะชีวิต. สืบค้นเมื่อ 2 มีนาคม 2554, จาก http://www.edu.chandra.ac.th2teacherAll/mdra/data/pdf/life_skill1.pdf.
- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. (2547). เอกสารการสอนชุดวิชาทักษะชีวิต *Life Skill*. (พิมพ์ครั้งที่ 4). นนทบุรี: ผู้แต่ง
- รัตนะ บัวสนธ์. (2551). *ปรัชญาวิจัย*. กรุงเทพฯ: เอเชียแปซิฟิกปริ้นติ้ง.
- _____. (2552). *การวิจัยและพัฒนานวัตกรรมการศึกษา*. กรุงเทพฯ: แอล.ที.เพรส.
- วัฒนพร ระเบียบทุกข์. (2542). *แผนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง*. กรุงเทพฯ: แอล ที เพรส.
- _____. (2554). *เทคนิคและกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ*. กรุงเทพฯ: พริกหวาน กราฟฟิค.
- วนิดา ขาวมงคล เอกแสงศรี. (2546). *หลักการสอนการพัฒนาทักษะชีวิต*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ จุฬาลงกรณ์.
- สกล วรเจริญศรี. (2550). *การศึกษาทักษะชีวิต และการสร้างโมเดลการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น. ปริญญานิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.*
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2553). *แนวทางการพัฒนาทักษะชีวิต บูรณาการการเรียนการสอน 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*. กรุงเทพฯ: ผู้แต่ง.



อัมพร พงษ์กัสนานนท์. (2550). การศึกษารูปแบบการจัดการศึกษานอกระบบในสถานศึกษา
ขั้นพื้นฐานเพื่อส่งเสริมการศึกษาดลชีวิต. ปรินญาการศึกษาคุณูปการบัณฑิต. มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ.

Joyce. B,& Weil M. (1996). *Model of teaching* . (5th ed.) Boston: Allyn and Bacon.

Life skills. (2004). Retrieved 2004, from www.cccoe.net/social/lifeskillposter.htm 5k

Life skills at freedom. (2004). Retrieved 2004, from [http://www.schools.manatee.](http://www.schools.manatee.k12.fl.us/421_JDEAN/efolio_/our_room.htm/)

[k12. fl.us/421_JDEAN/efolio_/our_room.htm/](http://www.schools.manatee.k12.fl.us/421_JDEAN/efolio_/our_room.htm/)

World Health Organization (1990). *Partners in life skills education: Conclusion from United Nations Inter-Agency Meeting*. Retrieved, 1990, from
http://www.who.int/mental_health/media/en/30.pdf.
