



การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในวัยทารกและเด็กเล็ก ผ่านกระบวนการว่ายน้ำ

ดุษฎา นันตา *

ดร.ปริญญา ทุมสท้าน **

~~~~~  
**คำสำคัญ:** การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์/ การพัฒนาทารก/ การว่ายน้ำเพื่อการพัฒนา  
**บทคัดย่อ**

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อรายงานผลศึกษาความสัมพันธ์และระดับการส่งผลของกระบวนการว่ายน้ำและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการว่ายน้ำที่มีผลต่อการพัฒนาการของทารกและเด็กเล็กจากการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ด้วยแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้ปกครองและเป็นลูกค้ำของ สวิมมิ่ง คิด้ส์ (ไทยแลนด์) จำนวน 320 ท่าน

ผลสถิติเชิงอ้างอิง (Inferential Statistics) ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับภาพรวมตัวแปรตาม พบว่าอยู่ระหว่าง .230 ถึง .417 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01 โดยที่ตัวแปรกระบวนการว่ายน้ำมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการพัฒนาการของทารกและเด็กเล็ก ในขณะที่ผลการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรตามกับตัวแปรต้น ในภาพรวมยืนยันค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พัฒนาการของทารกและเด็กเล็กกับกระบวนการว่ายน้ำ ซึ่งพบว่า 1) ด้านร่างกาย มีระดับความสัมพันธ์ = .5268 2) ด้านอารมณ์ = .4865 3) ด้านสังคม = .3827 และ 4) ด้านสติปัญญา = .4074

### Abstract

The objective of this research article was to report the results from the study of the relationship and effect level of swimming procedures and related factors of swimming that affect the development in babies and toddlers. The quantitative research method was conducted with 320 samples of parents and clients of Swimming Kids Thailand.

The results showed that the overall opinions toward the level of swimming procedures and other factors affecting development in babies and toddlers were the highest. As for the swimming procedures and other factors affecting development in babies and toddlers, the swimming procedures were the highest. Furthermore, the results of inferential statistics also reported the

\* นักศึกษา หลักสูตรรัฐประศาสนศาสตรดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยปทุมธานี

\*\* อาจารย์ประจำ หลักสูตรรัฐประศาสนศาสตรดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยปทุมธานี



correlation between variables of development in babies and toddlers. The overall correlations between variables X1 – X5 and dependent variable Y were between .230 and .417 (sig. < .01). The variables of swimming procedures (X) had a positive relation with development in babies and toddlers (Y). Additionally, the correlations between dependent variables Y1 – Y4 and independent variable X indicated that the overall correlations of development in babies and toddlers were .5268 with physiques (Y1), .4865 with emotions (Y2), .3827 with society (Y3), and .4074 with intelligence (Y4).

## บทนำ

ท่ามกลางการแข่งขันระหว่างประเทศที่สูงขึ้นและการก้าวเข้าสู่การเป็นสมาชิกหนึ่งของประชาคมอาเซียน (ASEAN Community) ทำให้ประเทศไทยต้องมุ่งให้ความสำคัญกับการสร้างและพัฒนาทรัพยากรมนุษย์โดยเฉพาะการเตรียมทรัพยากรมนุษย์ให้พร้อมรับกับธุรกิจในอนาคตที่ต้องเผชิญกับสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ และการแข่งขันด้านแรงงานที่มีความเข้มข้นมากขึ้นเพื่อเพิ่มโอกาสการทำงานของคนไทย ด้วยเหตุนี้จึงมีความจำเป็นที่ต้องสร้างทรัพยากรมนุษย์ตั้งแต่วัยเด็กให้เป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพ สามารถแข่งขันและอยู่รอดได้ ประกอบกับการลงทุนในทรัพยากรมนุษย์นั้นเป็นการลงทุนที่มีความคุ้มค่า เนื่องจากทรัพยากรมนุษย์เป็นทรัพยากรเพียงสิ่งเดียวที่มีความรู้ความสามารถ สติปัญญา สามารถพัฒนาได้อย่างไม่มีขีดจำกัด และสร้างความยั่งยืนให้กับประเทศชาติได้อย่างไม่มีที่สิ้นสุด อีกทั้งยังไม่มีเครื่องมือหรือเทคโนโลยีใดที่มาทดแทนได้

กิจกรรมสำหรับเด็กมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะเด็กในวัยแรกเกิดถึง 6 ขวบ เป็นระยะที่สำคัญที่สุดของการพัฒนาทั้งร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา ดังนั้นครอบครัวจึงมีความจำเป็นที่จะต้องจัดกิจกรรมที่เหมาะสมให้กับเด็กเพื่อกระตุ้นให้เกิดการพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพของเด็กแต่ละคน และกิจกรรมนั้นควรเป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างให้เด็กมีทักษะในการดูแลตนเอง เพราะการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในช่วยวัยทารกนั้นสำคัญมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากได้รับการสนับสนุนและส่งเสริมให้มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเนื่องจากครอบครัวโรงเรียน และชุมชนแล้ว จะเป็นการเสริมสร้างพัฒนาการ ของเด็กให้มีการพัฒนาการด้านต่างๆ ได้อย่างเหมาะสมทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา โดยจัดกิจกรรมให้เด็กมีการเคลื่อนไหวร่างกายด้วยการออกกำลังกายตามความสนใจ จะสามารถปลูกฝังนิสัยรักการออกกำลังกายไปตลอดชีวิต ซึ่งในช่วง 5 ปีแรก เป็นระยะเวลาสำคัญที่เด็กมีความพร้อมต่อการเรียนรู้ การเปลี่ยนแปลง และปรับปรุงพฤติกรรมของตนต่อสถานการณ์ที่ได้รับ (สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2558)

การว่ายน้ำเป็นกีฬาที่เหมาะสมกับทุกวัย ไม่ว่าจะเป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ การว่ายน้ำให้ทั้งความสนุกสนาน ได้ออกกำลังกายทุกส่วนของร่างกายโดยเฉพาะเด็กทารก ปัจจุบันมีครอบครัวที่มีลูกเล็กจำนวนมากที่พาลูกไปว่ายน้ำเพื่อเสริมพัฒนาการ กล่าวได้ว่า เด็กเล็กหรือเด็กทารกวัยตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 2 ขวบอยู่ในช่วงที่กล้ามเนื้อและสมองมีพัฒนาการสูงที่สุด ผู้ปกครองหลายท่านให้



ความสำคัญกับการออกกำลังกายของลูกน้อยตั้งแต่ยังเล็ก การฝึกว่ายน้ำสำหรับเด็กทารก ซึ่งเป็นที่นิยมในต่างประเทศนั้นเริ่มแพร่หลายในประเทศไทยมากขึ้น ถือว่าเป็นกิจกรรมหนึ่งที่ช่วยเสริมสร้างพัฒนาการทางสมองและร่างกายของเด็กทารกได้ครบทุกส่วน

การว่ายน้ำทุกวันเป็นประจำแม้จะเป็นเพียงระยะเวลาสั้นๆ แต่ก็มีประโยชน์ โดยเฉพาะหลังจากการเริ่มเรียนครั้งแรก เพราะการได้ฝึกว่ายน้ำบ่อยๆ ทำให้ทักษะพัฒนาการก้าวหน้ามากขึ้น การว่ายน้ำประมาณ 20 นาที เป็นเวลาที่พอเพียงแล้ว และหากสามารถปรับอุณหภูมิของน้ำให้เหมาะสมได้ก็จะสามารถอยู่ในน้ำได้นานกว่า 45 นาที แต่ก็ควรระวังอย่าให้เหนื่อยจนเกินไป ฉะนั้นการฝึกว่ายน้ำในระยะเวลาสั้นๆ แต่บ่อยๆ จะดีกว่า (วาสนา คุณาอภิสิทธิ์, 2543)

ในทางการแพทย์ได้มีการศึกษาเกี่ยวกับการว่ายน้ำของทารก พบว่าตามธรรมชาติ เด็กสามารถดำน้ำได้ตั้งแต่แรกเกิด เพราะคุ้นเคยกับสภาพที่อยู่ในน้ำในท้องแม่เป็นเวลานาน 9 เดือน เวลาลงน้ำเด็กจะมีสัญชาตญาณปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมในน้ำ การหมุนเวียนของเลือดที่ไปเลี้ยงร่างกายจะมีลักษณะแตกต่างจากการหมุนเวียนของเลือดเมื่อร่างกายอยู่บนบก เวลาเด็กเอาหน้าและน้ำจะเกิดการปรับการหมุนเวียนของเลือดให้เหมาะสมกับสภาพการอยู่ในน้ำ เหมือนกับสัตว์เลื้อยลูกด้วยนมที่ต้องหายใจเหมือนกับมนุษย์ และการที่เด็กว่ายน้ำและลอยตัวในน้ำได้นั้น เนื่องจากความคุ้นเคยของเด็กที่อยู่ในน้ำมานาน 9 เดือน และน้ำยังมีความหนาแน่นมาก ช่วยให้เด็กอยู่ในสภาพที่ไร้น้ำหนัก ตัวเบา สามารถเคลื่อนไหวในน้ำได้อย่างอิสระ เด็กสามารถเคลื่อนไหวในน้ำได้มากกว่าอยู่บนบกเสียอีก เด็กเรียนรู้ได้เร็ว ด้วยอายุเพียง 6 เดือน ก็สามารถเรียนรู้ได้มากแล้ว เด็กบางคนยังเดินไม่ได้แต่สามารถว่ายน้ำได้ (สุริยา ณ นคร, 2532)

ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะทำการศึกษาเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในวัยทารกและเด็กเล็กผ่านกระบวนการว่ายน้ำ” เพื่อต้องการศึกษาว่ามืองค์ประกอบของการว่ายน้ำใดบ้างที่ส่งผลต่อการพัฒนาการของเด็กทารก โดยผลการศึกษานี้จะสามารถนำไปใช้เป็นประโยชน์ได้ในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในวัยเด็กของประเทศไทยให้มีพัฒนาการตามช่วงวัย มีความก้าวหน้า และมีสุขภาพที่แข็งแรง รวมทั้งมีทักษะการเอาชีวิตรอดในน้ำเพื่อเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณภาพของประเทศต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อรายงานผลการศึกษาความสัมพันธ์และระดับการส่งผลของกระบวนการว่ายน้ำ และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการว่ายน้ำที่มีผลต่อพัฒนาการของทารกและเด็กเล็ก

### วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลจากผู้ปกครองของโรงเรียนสอนว่ายน้ำทารกและเด็กเล็ก สวิมมิ่ง คิตส์ (ไทยแลนด์) กลุ่มตัวอย่าง 285 คน และสำรองไว้ 12.5% (35 คน) เพื่อป้องกันแบบสอบถามที่เกิดจากความผิดพลาดจากการตอบแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งจะส่งผลต่อความเชื่อถือของงานวิจัย ดังนั้นจึงรวมขนาดกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดเป็นจำนวน 320 คน โดยใช้การเลือกตัวอย่างแบบโควตา (Quota Sampling)



## ผลการวิจัย

ค่าตัวแปรอิสระไม่มีความสัมพันธ์กันเองในระดับมาก จากข้อกำหนดพื้นฐานของการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) ตัวแปรอิสระจะต้องไม่มีความสัมพันธ์กันมากเกินไปซึ่งทำให้เกิดปัญหา “Multicollinearity” โดยจากผลการวิเคราะห์ พบว่าความสัมพันธ์กันเองระหว่างตัวแปรอิสระ มีความสัมพันธ์ระดับต่ำ (น้อยกว่า .8) ซึ่งไม่พบปัญหาตัวแปรอิสระมีความสัมพันธ์กันเอง (Multicollinearity) ทำให้ผลการทำนายมีความน่าเชื่อถือ (สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์ และกรรณิการ์ สุขเกษม, 2536 : 44-47)

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างระดับกระบวนการว่ายน้ำ (X) มีความสัมพันธ์กับระดับการพัฒนาการของเด็กทารกและเด็กเล็ก (Y) จากผลการวิเคราะห์สมการเชิงถดถอยแบบเส้นตรงพหุคูณ พบว่าผลลัพธ์ค่า Sig. เท่ากับ 0.000 เมื่อเปรียบเทียบกับระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 (Sig มีค่าน้อยกว่า 0.05) แสดงว่ามีตัวแปรอิสระอย่างน้อย 1 ตัว (ระดับกระบวนการว่ายน้ำ) ส่งผลต่อตัวแปรตาม คือมีผลต่อการพัฒนาการของเด็กทารกและเด็กเล็ก

การวิเคราะห์การถดถอยเชิงซ้อน แบบขั้นตอน (Multiple Linear Regression Analysis-Enter) ระหว่างระดับกระบวนการว่ายน้ำ ประกอบด้วย ด้านกระบวนการว่ายน้ำด้านการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง ด้านการสร้างความสนใจให้กับเด็ก ด้านความพร้อมของสถานที่ และด้านบทบาทของครูผู้สอน ส่งผลต่อการพัฒนาการของเด็กทารกและเด็กเล็ก

## อภิปรายผล

เมื่อพิจารณาถึงปัจจัยในกระบวนการว่ายน้ำที่มีผลต่อการพัฒนาการของทารกและเด็กเล็กพบว่า “การมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง” เป็นปัจจัยสำคัญที่สุดในการว่ายน้ำ การว่ายน้ำของทารกและเด็กเล็กจะต้องให้ผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วม เนื่องจากผู้ปกครองเป็นบุคคลที่เด็กเล็ก จะให้ความเชื่อใจที่สุด และการลงไปเล่นในสระว่ายน้ำผู้ปกครองจะต้องให้การดูแลอย่างใกล้ชิด ทั้งนี้การสัมผัสของผู้ปกครองจะช่วยลดการกลัวของเด็กลง การว่ายน้ำจะช่วยสร้างพัฒนาการอย่างมั่นคงและยั่งยืน และยังช่วยสร้างสัมพันธ์อันดีระหว่างพ่อ แม่ และลูก อีกทั้งยังส่งผลอีกมากมายต่อการพัฒนาการของทารกและเด็กเล็ก

วัยที่เหมาะสมสำหรับการว่ายน้ำนั้นไม่มีการกำหนดแน่ชัดว่าควรจะเป็นวัยใด ทารกและเด็กเล็ก สามารถเริ่มเรียนได้ โดยเริ่มเรียนขั้นพื้นฐานและควรพยายามฝึกอย่างสม่ำเสมอ เพื่อจะได้เกิดการเรียนรู้ที่ละขั้นตอนอย่างแม่นยำ (วาสนา คุณาภิสิทธิ์, 2543 : 20) ครอบครัวหรือผู้ปกครองมีส่วนสำคัญในการที่จะทำให้เด็กมีแรงจูงใจ ผู้ปกครองเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้เด็กมาว่ายน้ำ ดังนั้นจึงต้องมีการอธิบายเกี่ยวกับว่ายน้ำให้ผู้ปกครองทราบถึงประโยชน์ของการเรียนว่ายน้ำที่มีผลต่อการพัฒนาการของทารกและเด็กเล็กทั้งทางด้านร่างกายอารมณ์ สังคม และสติปัญญา

นอกจากตัวของผู้ปกครองที่เป็นปัจจัยสำคัญในการว่ายน้ำแล้วกระบวนการว่ายน้ำแล้วปัจจัยอีกประการหนึ่งซึ่งมีความสำคัญ คือ รูปแบบการออกแบบหลักสูตร การจัดหลักสูตรต้อง มุ่งตอบสนองความต้องการของเด็ก มิใช่ตอบสนองความต้องการของผู้พัฒนาหลักสูตร และต้องสร้างแรงจูงใจให้กับเด็กๆ กระบวนการการว่ายน้ำ เช่น การตีขา การเกาะ การหมุน และอื่นๆ ในทุกๆ



ท่าของการว่ายน้ำ ส่งผลต่อกล้ามเนื้อ ปอด หัวใจ และสมองของทารกและเด็กเล็ก ทำให้ทารกและเด็กเล็กที่ว่ายน้ำในวัยเยาว์มีพัฒนาการการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ พัฒนาการด้านสมองและร่างกายที่มั่นคงแข็งแรง

หลักสูตรการว่ายน้ำต้องมีความเหมาะสมกับความสามารถและอายุของทารกและเด็กเล็ก ไม่หนักหรือเบาจนเกินไป มีความต่อเนื่องอย่างสม่ำเสมอและการฝึกควรจะเป็นไปตามแผนการฝึกที่วางไว้อย่างเป็นระบบ เป็นขั้นตอนอย่างเหมาะสม การฝึกที่มีการกำหนดความหนักเบาที่เหมาะสมจะช่วยพัฒนาการเคลื่อนไหวและระบบการทำงานของอวัยวะต่างๆ ให้มีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น ส่วนการฝึกที่ขาดความต่อเนื่อง หรือเบาเกินไป จะไม่ก่อให้เกิดการพัฒนาหรือความเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นแต่ประการใด (ธาวุฒิ ปลื้มสำราญ, 2542 : 46 – 54) นอกจากนี้หลักสูตรการว่ายน้ำและกระบวนการว่ายน้ำต้องความปลอดภัยเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการฝึกที่เหมาะสมตามวัยของเด็กอย่างสูงสุด

ในการฝึกให้การพัฒนาทักษะการว่ายน้ำของทารกและเด็กเล็ก บทบาทของครูผู้สอนมีความสำคัญเช่นเดียวกัน ครูฝึกสอนจะต้องมีความรู้ ความสามารถ มีความเชี่ยวชาญ และผ่านหลักสูตรด้านการจัดการเรียนการสอนด้านการว่ายน้ำในระดับประเทศ ครูผู้สอนต้องมีความชำนาญพิเศษในการฝึกเด็กในแต่ละช่วงอายุให้เด็กเกิดศักยภาพสูงสุด โดยสิ่งสำคัญ คือ ครูผู้สอนจะต้องมีความรู้เกี่ยวกับพัฒนาการของเด็กแรกเกิด และหลักของการใช้จิตวิทยามาประยุกต์ใช้ (วาสนา คุณาอภิสิทธิ์, 2529 : 22-23) ครูผู้สอนต้องมีความรู้ที่ลึกซึ้งในเรื่ององค์ประกอบต่างๆ ต้องมีความรู้ด้านสรีระและการสร้างแรงจูงใจ ต้องมีความรู้ในการเลือกใช้อุปกรณ์การสอนให้เหมาะสมกับพัฒนาการของทารกและเด็กเล็กในแต่ละช่วงอายุ ต้องสร้างบรรยากาศในกระบวนการว่ายน้ำให้เกิดความสุข ซึ่งองค์ประกอบต่างๆ เหล่านี้ล้วนส่งผลที่ดีต่อพัฒนาการของทารกและเด็กเล็ก บทบาทของครูผู้สอนนอกเหนือจากการสอนแล้วยังมีบทบาทในการอำนวยความสะดวกและถ่ายทอดทักษะให้แก่ผู้ปกครองเพื่อนำไปปฏิบัติต่อเมื่ออยู่ที่บ้านอีกด้วย

อย่างไรก็ตาม ผลจากการทดสอบทางสถิติพบว่าการสร้างแรงจูงใจกับเด็ก และความพร้อมของสถานศึกษาไม่มีผลต่อพัฒนาการของทารกและเด็กเล็ก ซึ่งผู้วิจัยมีความเห็นว่าการสร้างแรงจูงใจกับเด็ก แม้ไม่มีความสัมพันธ์โดยตรงการพัฒนาการของเด็กทารก แต่การสร้างแรงจูงใจเป็นการสร้างสิ่งเร้าเพื่อให้ทารกหรือเด็กเล็กไปสระว่ายน้ำและมีความต้องการลงสระน้ำ ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางอ้อมต่อพัฒนาการของเด็กทารกและเด็กเล็ก

สำหรับความพร้อมของสถานศึกษา กล่าวคือ สระว่ายน้ำสำหรับทารกและเด็กเล็กที่มีมาตรฐานเป็นที่ยอมรับ สระว่ายน้ำที่สะอาด อยู่ในที่ร่ม มีระบบน้ำอุ่นและระบบควบคุมอุณหภูมิให้เหมาะสม คือประมาณ 30-33 องศาเซลเซียส รวมทั้งมีการใช้เกลือบำบัดในสระว่ายน้ำซึ่งจะช่วยปรับสมดุลให้กับร่างกายของเด็กๆ ได้เป็นอย่างดี มีความปลอดภัยและมีลักษณะที่เหมาะสมสำหรับทารกและเด็กเล็ก มีกิจกรรมในน้ำให้เล่นที่หลากหลาย มีอุปกรณ์เสริมหรือของเล่นที่มีสีสันที่ทำให้เด็กๆ มีความสนใจ จะเป็นปัจจัยที่มีผลต่อด้านการสร้างแรงจูงใจกับทารกและเด็กเล็กในความต้องการว่ายน้ำ และจูงใจผู้ปกครองให้พาทารกและเด็กเล็กมาใช้บริการ รวมทั้งมีส่วนร่วมใน



กระบวนการว่ายน้ำของทารกและเด็ก ซึ่งจะมีผลทางอ้อมต่อการพัฒนาการของทารกและเด็กเล็กนั่นเอง

### ข้อเสนอแนะ

1. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรนำเรื่องการว่ายน้ำนี้ไปกำหนดเป็นนโยบายระดับชาติ โดยจัดตั้งหน่วยงานที่รับผิดชอบ เพื่อการพัฒนาทารกและเด็กเล็กอย่างยั่งยืน วางนโยบายอย่างเป็นรูปธรรม และขับเคลื่อนการดำเนินงานอย่างจริงจัง โดยวางนโยบายและสนับสนุนงบประมาณไปยังหน่วยงานที่รับผิดชอบ เช่น องค์การบริหารส่วนท้องถิ่น องค์การบริหารส่วนจังหวัด และองค์การบริหารส่วนตำบล ในการส่งเสริมให้มีการสร้างสระว่ายน้ำสำหรับทารกและเด็กเล็กขึ้นในท้องถิ่นที่กำกับดูแลให้ครอบคลุมทุกจังหวัดในประเทศไทย และให้งบประมาณต่อเนื่องในการดำเนินงานในระยะยาว โดยสระว่ายน้ำที่สร้างควรอยู่ในที่ร่ม มีระบบการดูแลรักษาความสะอาดของน้ำให้ได้มาตรฐานตามหลักวิชาการ สถานที่จะต้องมีมาตรฐานเรื่องของคุณภาพสระที่ออกแบบให้เหมาะสำหรับการเรียนการสอนว่ายน้ำทารกและเด็กเล็ก มีสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ และมีขนาดเพียงพอในการรองรับจำนวนนักเรียนได้

2. จากผลการศึกษาพบว่าบทบาทของครูผู้สอนส่งผลต่อการพัฒนาการของทารกและเด็กเล็ก ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องจะต้องมีแผนงานในการพัฒนาบุคลากรสำหรับการเรียนการสอนว่ายน้ำทารกและเด็กเล็กให้มีความเชี่ยวชาญ การสอนว่ายน้ำสำหรับทารกและเด็กเล็กยังคงค่อนข้างใหม่และยังไม่แพร่หลายในประเทศไทย ดังนั้นบุคลากรที่มีความรู้และความสามารถในการสอนก็จะมีค่อนข้างน้อยมาก ซึ่งไม่เพียงพอต่อการสอน จึงควรมีการพัฒนาบุคลากรด้านการสอนว่ายน้ำทารกและเด็กเล็กให้มีความรู้ความสามารถเพียงพอต่อความต้องการของการเรียนการสอนว่ายน้ำในประเทศ

3. ให้มีการจัดทำหลักสูตรการเรียนการสอนว่ายน้ำสำหรับทารกและเด็กเล็ก เพื่อให้เด็กไทยทุกคนได้เข้าถึงการเสริมสร้างพัฒนาการตั้งแต่วัยเยาว์ด้วยกระบวนการว่ายน้ำ มีหลักสูตรการสอนว่ายน้ำทารกและเด็กเล็กให้เหมาะสมโดยในหลักสูตรจะต้องกำหนดเป้าหมายของการเรียนแต่ละช่วงวัยว่าเด็กสามารถทำอะไรจากการเรียนว่ายน้ำ โดยมีจุดประสงค์การเรียนรู้หลักๆ คือ เด็กทุกคนจะต้องมีพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา และการอยู่กับสังคมอย่างมีความสุข

4. ให้ความรู้และสร้างค่านิยมให้ประชาชนได้เห็นความสำคัญถึงการนำบุตรหลานมาว่ายน้ำตั้งแต่วัยเยาว์ ซึ่งนอกจากจะทำให้เด็กปลอดภัยจากการจมน้ำแล้ว ยังทำให้เด็กมีพัฒนาการที่ดีทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา



### บรรณานุกรม

- ธาวุฒิ ปลื้มสำราญ. (2542). **เวชศาสตร์การกีฬา**. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- วาสนา คุณาภิสิทธิ์. (2529). **ว่ายน้ำ: กีฬาสำหรับทุกคน (1.)**. กรุงเทพฯ: ยูไนเต็ทบุ๊คส์.
- \_\_\_\_\_. (2543). **ว่ายน้ำเพื่อชีวิต**. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2558). **คู่มือการออกกำลังกาย เพื่อเสริมสร้างพัฒนาการเด็ก**. กรุงเทพฯ : กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีทางการกีฬา สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
- สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์ และ กรรณิการ์ สุขเกษม. (2536). **การวิเคราะห์การถดถอย : แนวคิด วิธีการ และการประยุกต์ใช้ = Regression analysis : concepts, methods and applications**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เลื่องเชียง.
- สุริยา ณ นคร. (2532). “มาสอนลูกน้อยให้ว่ายน้ำ”. **หมอชาวบ้าน**. (126): 12.
- Hawley, A. (1984). **Swim, Baby, Swim (Pelham practical sports)**. London: Pelham Books.