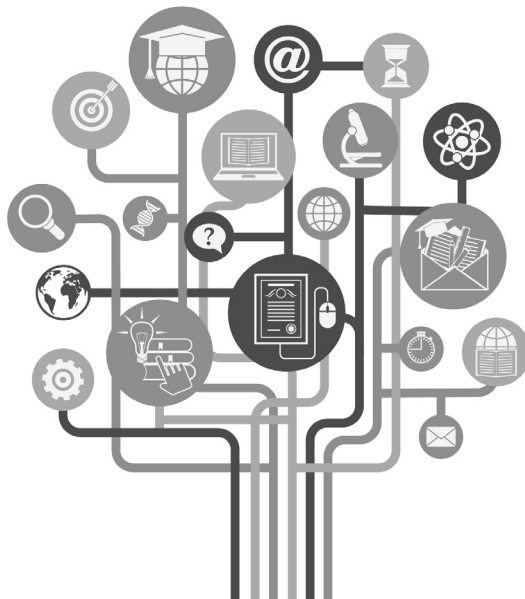


## ผลของการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารที่มีต่อทักษะ การคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย

The Effects of Cooking Activity Provision on Flexible  
Thinking Skill of Young Children

---

ฐิติรัตน์ รอดทอง  
Thitirat Rodthong





## ผลของการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารที่มีต่อ

### ทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย

The Effects of Cooking Activity Provision on  
Flexible Thinking Skill of Young Children

ฐิติรัตน์ รอดทอง<sup>1</sup>

Thitirat Rodthong

<sup>1</sup> คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ กรุงเทพฯ 10220 ประเทศไทย

Education Faculty, North Bangkok University, Bangkok 10220, Thailand

e-mail : Thitirat.ro@northbkk.ac.th

Received : March 11, 2022 Revised : July 7, 2022 Accepted : July 25, 2022

#### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาพฤติกรรมทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังที่ได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหารกลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษา คือ เด็กชายและเด็กหญิงที่มีอายุระหว่าง 5-6 ปี ที่ศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาลปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 โรงเรียนวัดโคกเจ้าหล่า สังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) จำนวน 16 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ แผนการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารจำนวน 8 แผน ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน คือ ขั้นที่ 1 การสร้างความสนใจ ขั้นที่ 2 การสร้างสถานการณ์ ขั้นที่ 3 การดำเนินกิจกรรม และขั้นที่ 4 การสรุปผล และแบบสังเกตพฤติกรรมการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้ข้อมูลทางสถิติ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยการวิเคราะห์เนื้อหา และบรรยายเชิงพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหารที่มีต่อทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย มีผลหลังการทดลองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองจากการสังเกตพฤติกรรม พบว่า เด็กมีพฤติกรรมการคิดยืดหยุ่นดีขึ้นในทุกด้าน

**คำสำคัญ:** กิจกรรมการประกอบอาหาร; ทักษะการคิดยืดหยุ่น; เด็กปฐมวัย

## Abstract

The objective of this research is to examine the flexible thinking skills of young children before and after they participate in cooking activities. The target group consisted of 16 boys and girls aged 5 to 6 years old studied in kindergarten level 3, second semester of the academic year 2021 at Wat Kok Cha La School, under the Office of the Private Education Commission. The research tools were twenty-four loose part play activities of four steps: step 1: creating interest; step 2: creating situation; step 3: activity operation, and step 4: report conclusion and behavior observation form of young children flexible thinking skills. The data was analyzed using mean, standard deviation, content analysis and descriptive narration.

The findings revealed that the children displayed more flexible thinking behavior after participating in the cooking activities than before the experiment. Furthermore, the results of the behavior observation showed that after participating in the cooking activity, the participants had better flexible thinking behavior in all aspects than before.

**Keywords:** Cooking Activity; Flexible Thinking Skill; Young Children

## บทนำ

เด็กเป็นทรัพยากรที่มีค่ายิ่งเพราะเป็นความหวังของครอบครัว เป็นผู้สืบทอดมรดกทางวัฒนธรรม และเป็นมนุษยชาติ อันเป็นพลังสำคัญในการพัฒนาประเทศอนาคตของประเทศชาติจึงขึ้นอยู่กับคุณภาพของเด็ก เพราะฉะนั้นเด็กที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ มีพัฒนาการในทุก ๆ ด้านที่เหมาะสมกับวัย ไม่ว่าจะเป็นการพัฒนาทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคมและจริยธรรม จะเป็นผู้ที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและเป็นประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติ ดังที่ปรัชญาการศึกษา ปฐมวัยในหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 กล่าวว่าการศึกษาปฐมวัยเป็นการพัฒนาเด็กตั้งแต่แรกเกิดถึง 6 ปีบริบูรณ์อย่างเป็นองค์รวมบนพื้นฐาน



การอบรมเลี้ยงดูและการส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ที่สนองต่อธรรมชาติและพัฒนาการตามวัยของเด็กแต่ละคนให้เต็มตามศักยภาพ ภายใต้บริบทสังคมและวัฒนธรรมที่เด็กอาศัยอยู่ด้วยความรักความเอื้ออาทร และความเข้าใจของทุกคนเพื่อสร้างรากฐานคุณภาพชีวิตให้เด็กพัฒนาไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์เกิดคุณค่าต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคมและประเทศชาติ (Office of Academic Affairs and Educational Standards, 2017)

สำนักนายกรัฐมนตรี (Office of the Prime Minister, 2017) ได้กล่าวถึงปัญหาของเด็กปฐมวัยว่า กลุ่มเด็กปฐมวัย (0-5 ปี) ยังมีปัญหาพัฒนาการไม่สมวัยจากประชากรที่มีบุตรลดลงส่งผลให้จำนวนเด็กปฐมวัยลดลงอย่างต่อเนื่อง และยังมีปัญหาพัฒนาการล่าช้ากว่าร้อยละ 27.5 โดยพัฒนาการที่ล่าช้าสุดคือพัฒนาการด้านภาษา สาเหตุส่วนใหญ่มาจากครอบครัวไม่มีความรู้และเวลาในการเลี้ยงดู โดยที่ช่วงวัย 0-3 ปี สมองจะมีพัฒนาการสูงสุด และส่งผลต่อระดับสติปัญญา บุคลิกภาพ และความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งการเลี้ยงดูด้วยนมแม่จะเสริมสร้างการพัฒนาของสมองได้ร้อยละ 20-30 แต่มีแม่ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน เพียงร้อยละ 27.6 ขณะที่เด็กช่วงอายุ 3-5 ปี ที่ต้องเริ่มพัฒนาทักษะการอยู่ในสังคม พบว่า กว่าร้อยละ 76.3 จะอยู่ในสถานศึกษาเด็กปฐมวัยที่ยังมีปัญหาด้านคุณภาพมาตรฐาน โดยปัจจุบันมีมาตรฐานที่หลากหลายทั้งกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงการพัฒนา สังคมและความมั่นคงของมนุษย์ และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ส่งผลต่อรูปแบบการจัดการเรียนการสอน และครูที่จะมีผลต่อพัฒนาการที่เหมาะสมกับแต่ละช่วงของเด็กปฐมวัย

นอกจากนี้ในเรื่องที่เกี่ยวกับประเด็นวิกฤตที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กปฐมวัย อย่างเป็นองค์รวมที่จำเป็นต้องได้รับการดูแลและแก้ไขอย่างเร่งด่วนมี 3 ประเด็น Jatisathien, et al. (2017) ได้แก่ 1) การจัดการศึกษาที่พัฒนาเด็กปฐมวัยแบบแยกส่วนที่เน้นด้านสติปัญญาเป็นหลักและไม่ให้ความสำคัญกับพัฒนาการด้านอื่น อนึ่งการพัฒนาทางด้านสติปัญญานั้นไม่ครบถ้วนตามที่หลักสูตรการศึกษาปฐมวัยกำหนดไว้ การละเลยการส่งเสริมเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้และการอ่านส่งผลให้เด็กไม่รักการอ่าน ขาดการใฝ่รู้ ใฝ่เรียน เด็กพัฒนาได้ไม่เต็มศักยภาพและไม่เพียงพอต่อการพัฒนา เพื่อนำไปสู่การเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ 2) การจัดการศึกษาไม่สอดคล้องกับพัฒนาการ และการทำงานของสมอง เช่น การเร่งอ่านเขียนทั้งที่เด็กยังไม่มีความพร้อมการทำกิจกรรมแบบ

เดียวกันทั้งห้อง การเรียนรู้ผ่านแบบฝึกหัด การนั่งฟังครูอธิบายเรื่อยๆ ทั้งวัน การจัดการศึกษาในลักษณะนี้เป็นการพัฒนาเด็กอย่างไม่เป็นองค์รวมและไม่สอดคล้องกับพัฒนาการความแตกต่างระหว่างบุคคลของเด็กและการทำงานของสมอง และ 3) การจัดการศึกษาที่เน้นด้านความรู้ที่ครูเป็นผู้บอก อธิบาย ออกคำสั่ง เด็กเป็นผู้รับข้อมูล เด็กไม่ได้ลงมือกระทำ สำนวณ ค้นคว้า ทดลอง ส่งผลให้เด็กขาดโอกาสที่จะพัฒนาทักษะในศตวรรษที่ 21 ซึ่งทักษะชีวิตที่เด็กปฐมวัยจะต้องเรียนรู้เพื่อการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพ ได้แก่ ทักษะยืดหยุ่นปรับตัวได้กับทุกสถานการณ์ กล้าคิด กล้าทำ และสามารถกำหนดชีวิตตนเองได้ ทักษะภาวะผู้นำมีความพร้อมรับผิดชอบในสิ่งที่ตนทำและพร้อมตัดสินใจอยู่กับความแตกต่างหลากหลายวัฒนธรรมและสังคมได้ยอมรับผู้อื่นและอยู่ร่วมกับคนที่แตกต่างได้อย่างสันติสุขทำงานเป็นและทำงานมีประสิทธิภาพ (สุภาวดี หาญเมธี, 2018)

ดังนั้น การคิดยืดหยุ่นจึงมีความสำคัญในการจัดการศึกษาให้กับเด็กปฐมวัยเพราะเป็นการฝึกให้เด็กมีความสามารถในการเปลี่ยนมุมมองความคิด คิดยืดหยุ่นพลิกแพลงคิดนอกกรอบ และสามารถปรับตัวให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลง ไม่ยึดติดอยู่กับสถานการณ์หรือปัญหาใดปัญหาหนึ่งจนทำให้เกิดผลกระทบด้านลบ ยอมรับในสิ่งที่แตกต่างจากเดิมได้ และมีความยืดหยุ่นในการแก้ไขปัญหาด้วยวิธีที่หลากหลาย (Chutabhakdikul et al., 2017) ซึ่งความสามารถทางการเคลื่อนย้ายอย่างอิสระจากสถานการณ์/กิจกรรมหนึ่งไปอีกสถานการณ์/กิจกรรมหนึ่ง หรือมีมุมมองของปัญหาไปเป็นอย่างอื่นในสภาวะแวดล้อมที่ต้องการ หัวใจสำคัญคือการเปลี่ยนแปลง การเปลี่ยนแปลงในสิ่งที่อดทนความยืดหยุ่นในการแก้ปัญหา การเปลี่ยนความสนใจหลากหลาย การเปลี่ยนแปลงจุดสนใจจากความเชื่อที่มีผลต่อพฤติกรรมหนึ่งเป็นอื่นๆ การเปลี่ยนแปลงจากงานหนึ่งไปสู่งานหนึ่ง เปลี่ยนจากสถานที่แห่งหนึ่งไปอีกแห่งหนึ่ง มีความมุ่งมั่นในการคิดหรือยอมรับความแตกต่างของวิธีการแก้ปัญหาและความสามารถในการอธิบายความยืดหยุ่นของพฤติกรรมในกิจกรรมแบบวันต่อวันได้ ความบกพร่องด้านการปรับเปลี่ยน เป็นความสามารถที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนหรือคิดหาวิธีที่มีประสิทธิภาพในการแก้ปัญหา ในขณะที่ความมุ่งมั่นเหล่านี้หากรุนแรงขึ้นต้องใช้ความอดทนมากผู้ดูแลอธิบายว่าเด็กมีความมุ่งมั่นใจสำหรับการเปลี่ยนวิธีอย่างมากหรือไม่ยืดหยุ่น เช่น เด็กมักจะทำกิจวัตรเดิม ๆ ซ้ำๆ บางรายเด็กจะไม่สามารถหยุดความตั้งใจในเรื่องที่สนใจได้หรือไม่สามารถ



เปลี่ยนความคิดให้ออกจากความผิดพลาดได้หรือไม่ยอมรับในสิ่งที่ไม่เป็นไปตามที่ต้องการ หรือมีพฤติกรรมที่ตายตัวไม่สามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลงได้ ดังนั้น การปรับเปลี่ยนความคิดจึงสรุปได้ว่าเป็นการกระทำหรือยึดหยุ่นความคิดเมื่อจำเป็น รู้จักเปลี่ยนมุมมอง คิดอิสระนอกกรอบได้โดยสามารถทำงานหลายอย่างสลับไปมาได้ เช่น ยอมรับฟังเหตุผลของผู้อื่น มีสมาธิ ตั้งใจทำงานที่ได้รับมอบหมายจนสำเร็จ รับผิดชอบหน้าที่ประจำวัน ยอมรับการเปลี่ยนแปลงและยอมรับความแตกต่างที่เกิดขึ้นกับตนเอง (Gioia et al., 2000) และ (Isquith and Gioia, 2008)

กิจกรรมการประกอบอาหาร (Cooking) เป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญต่อการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย เด็กได้รับประสบการณ์ตรงจากการใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 สังเกต ความเปลี่ยนแปลง รับรู้รสชาติ ดมกลิ่น และหยิบจับวัตถุดิบและอุปกรณ์ต่าง ๆ ในการประกอบอาหาร (สุนิสา สีมาวงค์ และคณะ, 2562) เป็นการกระตุ้นความสนใจในการเรียนรู้ของเด็กเป็นอย่างดี ส่งเสริมให้เด็กได้สำรวจ ค้นคว้า ทดลอง ได้สังเกตรูปร่าง ลักษณะรูปร่าง ขนาด สี และปริมาณของอาหาร (ศรินยา ทรัพย์วารี, 2552) ซึ่งการจัดกิจกรรมประกอบอาหารเป็นกิจกรรมที่สร้างความสนใจ ในการเรียนรู้ของเด็ก อีกทั้งยังช่วยพัฒนาในเรื่องภาษา สังคม วิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ ความคิดสร้างสรรค์ การทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม สร้างความภูมิใจในผลงานของตนเองตลอดจนพัฒนาเด็กอย่างเป็นองค์รวมในทุกๆ ด้าน จะเห็นได้ว่าการพัฒนาทักษะการคิดยืดหยุ่นผ่านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ที่เป็นรูปธรรม เด็กได้สัมผัสและลงมือปฏิบัติด้วยตนเองนั้น ทักษะและกระบวนการคิด การวางแผน อย่างเป็นขั้นตอน การลงมือปฏิบัติ การทำงานเป็นทีม และการแก้ปัญหาตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริง จะส่งเสริมให้เด็กมีความมั่นใจ กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมตามวัย และเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง และผู้อื่น

ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมประกอบอาหารสำหรับเด็กปฐมวัยนั้น สามารถจัดลำดับขั้นตอนอย่างง่าย ๆ ให้เด็กมีส่วนร่วมในการคิดเมนูอาหารที่อยากทำ คิดวิเคราะห์ถึงวัตถุดิบ ส่วนผสมต่าง ๆ ที่จะใช้ประกอบอาหารรวมถึงอุปกรณ์ว่ามีอะไรบ้าง จากนั้นจึงนำไปสู่ขั้นตอนกระบวนการ ของการปฏิบัติในขั้นตอนนี้เด็กสามารถใช้ทักษะด้านต่าง ๆ ได้ดีที่สุดใน เป็นกระบวนการของการลงมือ ปฏิบัติเด็กได้พัฒนาทักษะการสังเกต สัมผัส ดมกลิ่น และชิมรสชาติ ซึ่งกระบวนการนี้สอดคล้องกับ เทพกัญญา พรหมชาติ (2554) ได้กล่าวถึง หลักทฤษฎีของนักปรัชญาชาวอเมริกัน จอห์น ดิวอี้ (ค.ศ.1985 - 1952)

เชื่อว่าเด็กสามารถเรียนรู้ได้จากการลงมือปฏิบัติ (Learning By Doing) กระบวนการเรียนรู้ที่เน้นการปฏิบัติจริงจะทำให้เด็กฝึกคิด ฝึกลงมือทำ ฝึกทักษะกระบวนการ ฝึกการแก้ปัญหาด้วยตนเอง ฝึกทักษะการเสาะแสวงหาความรู้ร่วมกันเป็นกลุ่ม อีกทั้งยังปลูกฝังเด็กให้เด็กมีพฤติกรรมทางด้านสุขภาพ สุขอนามัย และโภชนาการที่ดี กิจกรรมที่จัดให้กับเด็กปฐมวัย จุดประสงค์สำคัญไม่ได้มีขึ้นเพื่อผลของงานคืออาหารที่ทำเสร็จ แต่จัดขึ้นเพื่อให้เด็กได้เกิดความสุขสนาน ได้รับความสนใจในการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย เน้นกระบวนการระหว่างการทำกิจกรรมเป็นสำคัญ เด็กได้สังเกตเห็นความเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่เกิดขึ้น นอกจากนั้นยังปลูกฝังให้เด็กมีสุขนิสัยที่ดี มีมารยาทที่ดีในการรับประทานอาหาร การประหยัด ความสะอาด รวมถึงการสร้างนิสัยรักการทำงาน ส่งเสริมการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมตั้งแต่เริ่มต้นจนเกิดเป็นผลงาน เด็กได้เรียนรู้ว่าสิ่งที่ทำได้มาจากไหน หรือได้มาอย่างไร (ดรรารัตน์ อุทัยพยัคฆ์, 2555) จากเหตุผลดังที่ได้กล่าวมาทั้งหมด ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการพัฒนาทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย โดยการจัดประสบการณ์เรียนรู้ด้วยกิจกรรมการประกอบอาหารเนื่องจากมีความเชื่อมั่นว่า การจัดประสบการณ์กิจกรรมการประกอบอาหารสามารถพัฒนาทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัยได้เป็นอย่างดี เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่เด็กได้ปฏิบัติจริงด้วยตนเองตั้งแต่การเตรียมอุปกรณ์ การลงมือทำอาหาร และได้ใช้ทักษะต่าง ๆ ในการเรียนรู้จนสามารถนำมาใช้ในการพัฒนาความคิดได้อย่างสมบูรณ์ ทั้งนี้เพื่อเป็นแนวทางให้กับครูและบุคลากรทางการศึกษารวมทั้งผู้ที่สนใจได้ศึกษาและนำไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไป

### คำถามการวิจัย

เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารมีทักษะการคิดยืดหยุ่นสูงขึ้นอย่างไร

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมความคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัยก่อนและหลังที่ได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร



## สมมติฐานการวิจัย

หลังการทดลองเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการคิดยืดหยุ่นสูงกว่าก่อนการทดลอง

## ขอบเขตของการวิจัย

### ด้านกลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายในการวิจัยคือ เด็กชายและเด็กหญิงที่มีอายุระหว่าง 5-6 ปี ที่ศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาลปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 โรงเรียนวัดโคกจำหล้า สังกัดคณะกรรมการการศึกษาเอกชน (สช.) จำนวน 16 คน

### ด้านตัวแปร

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ

ตัวจัดกระทำ คือ กิจกรรมการประกอบอาหาร

ตัวแปรตาม คือ ทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย

### ด้านระยะเวลา

การวิจัยครั้งนี้ ทำการทดลองในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 โดยใช้เวลาการทดลองรวมทั้งสิ้น 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 แผน แผนละ 4 ชั้นตอน ในวันที่ 1 วันที่ 2 และวันที่ 3 ของสัปดาห์ ระยะเวลา 10.20-11.00 น. ใช้เวลาวันละ 40 นาที ในช่วงกิจกรรมสร้างสรรค์ รวมใช้เวลาแผนละ 120 นาที ตั้งแต่เดือนพฤษภาคม 2564 – เดือนมิถุนายน 2564

## วิธีการวิจัย

### 1. แหล่งข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย

1.1 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี หลักการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมการประกอบอาหาร โดยปรับขั้นตอนการจัดการเรียนรู้มาจากแนวคิดของ จาก Sarah (2019) และชนิษฐา บุณนาค (2561) เพื่อนำมาใช้ในการออกแบบแผนการจัดกิจกรรมการประกอบอาหาร จำนวน 8 แผน

1.2 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี หลักการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะการคิดยืดหยุ่น เพื่อใช้เป็นแนวทางในการออกแบบสังเกตพฤติกรรมในแต่ละองค์ประกอบให้เหมาะสมกับเด็กปฐมวัย โดยศึกษาจาก Isquith & Gioia (2008) และ Scott (2019)



## 2. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายในการวิจัยคือ เด็กชายและเด็กหญิงที่มีอายุระหว่าง 5-6 ปี ที่ศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาลปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 โรงเรียนวัดโคกเจ้าหล่าสังกัดคณะกรรมการการศึกษาเอกชน (สช.) จำนวน 16 คน โดยผู้วิจัยเป็นครูประจำชั้นอนุบาล 3 ซึ่งโรงเรียนวัดโคกเจ้าหล่าเป็นโรงเรียนเอกชนเพื่อการกุศล

## 3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 ผู้วิจัยสร้างแผนการจัดกิจกรรมการประกอบอาหาร โดยมีรายละเอียดการดำเนินการดังนี้

3.1.1 ผู้วิจัยวิเคราะห์เนื้อหาในการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารเพื่อให้เนื้อหามีความสอดคล้องกับหน่วยการเรียนรู้ โดยเรียงลำดับจากหน่วยการเรียนรู้ที่เด็กกำลังเรียนอยู่ในขณะนั้น

3.1.2 การจัดทำแผนการจัดกิจกรรมการประกอบอาหาร ผู้วิจัยพัฒนาแผนจำนวน 8 แผน โดยผู้วิจัยพัฒนามาจากแนวคิดของ จาก Sarah (2019) และชนิษฐา บุณนาค (2561) ได้ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม 4 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 การสร้างความสนใจ หมายถึง การนำเด็กเข้าสู่กิจกรรม โดยใช้ นิทานหรือคำคล้องจอง และคำถามกระตุ้นให้เด็กได้มีความคิดรวบยอดเกี่ยวกับเรื่องที่เรียนรู้และการประกอบอาหาร

ขั้นที่ 2 การสร้างสถานการณ์ หมายถึง ครูและเด็กร่วมกันสร้างสถานการณ์ แนะนำสื่อ วัสดุดิบ อุปกรณ์ในการประกอบอาหาร เด็กแบ่งกลุ่มและร่วมกันวางแผนในการทำกิจกรรม

ขั้นที่ 3 การดำเนินกิจกรรม หมายถึง เด็กได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเองโดยเลือกใช้วัสดุดิบที่ตนเองจัดหามา ได้คิด ลองผิดลองถูก แลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกับเพื่อน

ขั้นที่ 4 การสรุปผล หมายถึง เด็กทบทวนกิจกรรมโดยการวาดภาพ และนำเสนอวิธีการ ลำดับขั้นตอนในกิจกรรมการประกอบอาหาร

3.2 ผู้วิจัยสร้างแบบสังเกตพฤติกรรมการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย โดยมีรายละเอียดการดำเนินการดังนี้

3.2.1 กำหนดโครงสร้างของแบบสังเกต โดยปรับปรุงมาจากแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการคิดยืดหยุ่น ของ Isquith & Gioia (2008) และ Scott (2019)



ผู้วิจัยได้กำหนดพฤติกรรมการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัยเป็น 3 องค์ประกอบ คือ ด้านความเชื่อมั่นในตนเองและกล้าตัดสินใจ ด้านปรับเปลี่ยนกิจกรรมและวิธีการให้เข้ากับสถานการณ์ และด้านแลกเปลี่ยนความคิดกับเพื่อนและผู้ใหญ่

3.2.2 สร้างคู่มือประกอบการใช้แบบสังเกตพฤติกรรมการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย

#### 4. การตรวจสอบหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนต่อไปนี้

4.1 ผู้วิจัยนำแผนการจัดกิจกรรม จำนวน 24 แผน ไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบหาคุณภาพ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

- 5 คะแนน หมายถึง มีความเห็นว่าเหมาะสมมากที่สุด
- 4 คะแนน หมายถึง มีความเห็นว่าเหมาะสมมาก
- 3 คะแนน หมายถึง มีความเห็นว่าเหมาะสมปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง มีความเห็นว่าเหมาะสมน้อย
- 1 คะแนน หมายถึง มีความเห็นว่าเหมาะสมน้อยที่สุด

ซึ่งผลการประเมินคุณภาพมีคะแนนเท่ากับ 4.42 ซึ่งถือว่ามีคุณภาพเหมาะสมระดับมาก สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการจัดกิจกรรมได้ ประเด็นปรับแก้คือ ปรับขึ้นสร้างความสนใจ โดยให้เด็กมีส่วนร่วมในการเลือกนิทาน ผู้วิจัยปรับแก้ให้สมบูรณ์ก่อนนำไปใช้จริง

4.2 ผู้วิจัยนำแบบสังเกตพฤติกรรมการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัยไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา ความเหมาะสมของคำสั่งหรือข้อกำหนด สื่อ วัสดุ อุปกรณ์ เกณฑ์การให้คะแนน และรูปแบบการบันทึก ซึ่งผลการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาพบว่า เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมีค่าอยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 ทุกรายการ โดยค่าความตรงเชิงเนื้อหาอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้มากกว่า 0.50 ขึ้นไป ประเด็นปรับแก้คือ การใช้คำอธิบายรายละเอียดของพฤติกรรมให้ชัดเจนยิ่งขึ้น ผู้วิจัยปรับแก้ให้สมบูรณ์ก่อนนำไปใช้จริง

#### 5. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลมีรายละเอียด ดังนี้

5.1 ผู้วิจัยนำแบบสังเกตพฤติกรรมเด็ก มาเก็บข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรม การคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย ก่อนการทดลอง (Pre-test) โดยให้เด็กปฏิบัติตามสถานการณ์ที่ผู้วิจัยได้กำหนดไว้และประเมินทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย กำหนดระยะเวลาในการประเมิน 3 วันในสัปดาห์ที่ 1-8

5.2 เริ่มดำเนินการทดลองตามแผนการจัดกิจกรรมการประกอบอาหาร กำหนดระยะเวลาในการทดลองทั้งหมด 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน

5.3 ผู้วิจัยนำแบบสังเกตพฤติกรรมมาเก็บข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรม การคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย หลังการทดลอง (Post-test) โดยให้เด็กปฏิบัติตามสถานการณ์ที่ผู้วิจัยได้กำหนดไว้ และประเมินทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัยในแต่ละด้าน กำหนดระยะเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 แผน ในวันที่ 1 วันที่ 2 และวันที่ 3 ของสัปดาห์ ระยะเวลา 10.20-11.00 น. ใช้เวลาวันละ 40 นาที ในช่วงกิจกรรมสร้างสรรค์ รวมใช้เวลาแผนละ 120 นาที

## 6. วิเคราะห์ข้อมูลและนำเสนอ

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลและนำเสนอข้อมูลตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

6.1 ผู้วิจัยดำเนินการตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดขึ้น

6.2 ผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้จากแบบสังเกตพฤติกรรมการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย มาดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และนำเสนอข้อมูลในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

6.3 ผู้วิจัยนำข้อมูลจากแบบสังเกตพฤติกรรมการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย มาวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) โดยการเรียบเรียง จัดคำตอบให้เป็นหมวดหมู่ และนำเสนอในรูปแบบของความเรียงตามประเด็นที่ศึกษา

## ผลการวิจัย

ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย โดยภาพรวม ก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร



### ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย โดยภาพรวม (N = 16)

กลุ่มเป้าหมาย	คะแนนเต็ม	$\bar{X}$	S. D
ก่อนการจัดกิจกรรม	18	8.06	1.56
หลังการจัดกิจกรรม	18	14.87	1.31

จากตารางที่ 1 ผลการศึกษาพบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัยโดยภาพรวม ก่อนได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 8.06 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.56 และค่าคะแนนเฉลี่ยทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัยหลังได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 14.87 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.31 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัยโดยภาพรวม ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมประกอบอาหารมาเปรียบเทียบกันพบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง และจากการสังเกตค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานพบว่าค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนก่อนการจัดกิจกรรมมีค่าเท่ากับ 1.56 มีการกระจายตัวของคะแนนการทดสอบก่อนเรียนอยู่มาก และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานหลังการจัดกิจกรรม มีค่าเท่ากับ 1.31 มีค่าลดลง คะแนนหลังการจัดกิจกรรมที่ใกล้เคียงกันมากขึ้น

ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย รายด้าน ก่อนและหลังได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร

### ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย รายด้าน (N = 16)

ทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย	กลุ่มเป้าหมาย	$\bar{X}$	S.D
ด้านความเชื่อมั่นในตนเองและกล้าตัดสินใจ	ก่อนการทดลอง	2.68	1.07
	หลังการทดลอง	4.68	0.87

**ตารางที่ 2** ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย  
รายด้าน (N = 16) (ต่อ)

ทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย	กลุ่มเป้าหมาย	$\bar{X}$	S.D
ด้านปรับเปลี่ยนกิจกรรมและวิธีการ ให้เข้ากับ สถานการณ์	ก่อนการทดลอง	2.31	0.79
	หลังการทดลอง	4.81	0.75
ด้านแลกเปลี่ยนความคิดกับเพื่อนและผู้ใหญ่	ก่อนการทดลอง	3.06	0.77
	หลังการทดลอง	3.62	0.50

จากตารางที่ 2 ผลการศึกษาพบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร เพื่อพัฒนาทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย โดยแยกเป็นรายด้าน คือ

ด้านความเชื่อมั่นในตนเองและกล้าตัดสินใจ ก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ย 2.68 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.07 และหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.68 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.87

ด้านปรับเปลี่ยนกิจกรรมและวิธีการให้เข้ากับสถานการณ์ ก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.31 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.79 และหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.81 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.75

ด้านแลกเปลี่ยนความคิดกับเพื่อนและผู้ใหญ่ ก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 3.06 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.77 และหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 3.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.50

จากผลการศึกษาผลการจัดกิจกรรมประกอบอาหารที่มีต่อทักษะการคิดยืดหยุ่นของปฐมวัยแบบรายด้าน พบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะการคิดยืดหยุ่นของปฐมวัย หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง ซึ่งแสดงให้เห็นว่ากิจกรรมประกอบอาหารสามารถพัฒนาทักษะการคิดยืดหยุ่นของปฐมวัยสูงขึ้น

**สรุป และอภิปรายผลการวิจัย**

การศึกษาเรื่อง ผลของการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารที่มีต่อทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาพฤติกรรมการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัย



เด็กปฐมวัยก่อนและหลังที่ได้รับการจัดกิจกรรมประกอบอาหาร ผู้ศึกษามีข้อสรุป 2 ประเด็น ดังนี้

1. การจัดกิจกรรมการประกอบอาหาร จากผลการศึกษา พบว่า ก่อนการทดลอง เด็กที่ได้รับการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารมีคะแนนเฉลี่ยการคิดยืดหยุ่นเท่ากับ 8.06 หลังการทดลองเด็กที่ได้รับการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารมีคะแนนเฉลี่ยการคิดยืดหยุ่นเท่ากับ 14.87 ซึ่งเห็นได้จากการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารทำให้เด็กปฐมวัยมีทักษะการคิดยืดหยุ่นหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าก่อนการทดลอง ซึ่งเป็นผลมาจาก การที่เด็กได้รับการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารอย่างต่อเนื่อง เด็กได้ทำกิจกรรมอย่างอิสระ ครูเปิดโอกาสให้เด็กร่วมกันคิดและลองผิดลองถูก เลือกและค้นหาวัตถุดิบที่ตนเองสนใจมาประกอบอาหาร ในระหว่างการทำกิจกรรมครูใช้คำถามเพื่อกระตุ้นให้เด็กแสดงพฤติกรรมทักษะการคิดยืดหยุ่นออกมาทีละขั้นตอน เด็กเกิดการเรียนรู้และค่อยๆ ทำความเข้าใจในกิจกรรม เนื่องจากเด็กจะต้องใช้ระยะเวลาในการเรียนรู้ไปที่ละลำดับขั้นตอน เรียนรู้จากรูปธรรมไปหนามธรรมจึงจะทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ได้ การจัดกิจกรรมการประกอบอาหารทั้ง 8 กิจกรรมนั้น ผู้วิจัยเลือกแล้วว่ามี ความเหมาะสมกับเด็กปฐมวัยเนื่องจากเป็นกิจกรรมที่ทำให้เด็กเลือกตัดสินใจในการทำกิจกรรม วางแผนการทำงานร่วมกันกับเพื่อน ปรับเปลี่ยน พลิกแพลงความคิดให้เข้ากับสถานการณ์ สามารถปฏิบัติกิจกรรมได้ด้วยตนเอง กิจกรรมมีความสนุกสนานและท้าทายความสามารถของเด็ก การจัดการเรียนรู้ประกอบอาหารประเภทอาหารคาวและอาหารหวาน ที่ใช้กระบวนการทำอาหารอย่างเป็นขั้นตอนโดยผ่านการรับรู้ทางประสาทสัมผัสทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ การฟัง การดม การมอง การสัมผัส และการชิมรส สอดคล้องกับ Dewey (1969) เด็กได้เรียนรู้ผ่านการลงมือปฏิบัติด้วยตนเองและได้ประสบการณ์ตรง ผ่านสื่อวัสดุที่เป็นของจริง ผู้เรียนได้มีโอกาสเลือก ตัดสินใจ แสดงความคิดเห็นในการทำกิจกรรมว่าควรใช้อุปกรณ์และส่วนผสมนั้นอย่างไรในการทำอาหาร ในระหว่าง การปฏิบัติซึ่งครูมีส่วนในการจัดกิจกรรมกับเด็ก สอดคล้องกับ Susorot (2013) ที่ได้กล่าวว่า การจัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับเด็กในช่วงปฐมวัย ควรเป็นกิจกรรมที่เด็กได้เรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง เกิดการเรียนรู้ผ่านการลงมือปฏิบัติจากกิจกรรมจริง จึงจะทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

การจัดกิจกรรมการประกอบอาหาร ผู้สอนควรกำหนดขั้นตอนในการทำกิจกรรมให้ชัดเจน โดยกำหนดให้มีความน่าสนใจ และเป็นการกระตุ้นให้เด็กเกิดทักษะการคิดยืดหยุ่น โดยสามารถออกแบบขั้นตอนการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารเป็น 4 ขั้นตอน ประกอบด้วย

ขั้นที่ 1 การสร้างความสนใจ ในขั้นนี้ครูเลือกใช้นิทาน คำคล้องจองและคำถามเป็นสื่อในการจัดกิจกรรม เนื่องจากเมื่อเด็กได้ฟังนิทาน อ่านคำคล้องจองเด็กจะคิดตามและเกิดความคิดรวบยอด เด็กได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องราวในนิทานสอดคล้องกับ Philosophy for Children New Zealand (2020) ที่กล่าวว่า ความสัมพันธ์ในนิทานที่เล่าให้เด็กฟัง เป็นการเพิ่มขั้นตอนกระบวนการค้นหาคำตอบ ข้อสงสัย เพื่อหาแนวทางในการแก้ปัญหา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกัน และการใช้สื่อนิทานจะไม่สามารถช่วยส่งเสริมความสามารถในการคิดให้กับเด็กได้เลย หากปราศจากการใช้คำถามเพื่อกระตุ้นและคอยส่งเสริมให้เด็กคิด โดยต้องไม่เป็นการกดดัน หรือทำให้เด็กเกิดความรู้สึกไม่ดีในการคิด สอดคล้อง ญัฐพงศ์ (2563) นิทาน ช่วยเสริมสร้างพัฒนาการให้แก่เด็กและเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ สร้างความทรงจำที่ดีให้เกิดขึ้นกับเด็ก เพราะเรื่องราวในนิทานเปรียบเสมือนสถานการณ์สมมติ ช่วยให้เด็กได้ฝึกคิดตาม เป็นแบบฝึกหัดอีกรูปแบบหนึ่งที่สนุกและเข้าใจง่าย โดยเด็กที่ฟังนิทานเป็นประจำจะมีทักษะการเรียนรู้ทางภาษา มีทักษะการฟังสรุปความ และเสริมความสามารถในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า มีสมาธิที่จดจ่อกับการฟัง ซึ่งเป็นทักษะที่สำคัญมากในการเรียน

ขั้นที่ 2 การสร้างสถานการณ์ ในขั้นนี้เด็กแบ่งกลุ่มร่วมกันวางแผนและแบ่งหน้าที่ในการทำกิจกรรม เด็กแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน เรียนรู้การทำงานร่วมกัน กิจกรรมกลุ่มมีสำคัญกับเด็กปฐมวัย เพราะเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะทางสังคม ทำให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง สอดคล้องกับ วรพจน์ และคณะ (2554) กล่าวว่า กระบวนการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 เป็นกระบวนการเรียนรู้โดยการเรียนเป็นกลุ่มนั้นมีความจำเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากเกิดการเปลี่ยนแปลงในสังคมโลกอย่างรวดเร็ว เกิดความท้าทายขึ้นที่สำคัญ 4 ประการ คือ การพึ่งพากันในระดับโลกที่มากขึ้น จำนวนประเทศประชาธิปไตยเพิ่มขึ้นทั่วโลก ความต้องการผู้ประกอบการที่มีความคิดสร้างสรรค์ และสุดท้ายความเปลี่ยนแปลงความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล จากดังกล่าวจำเป็นที่จะสร้างรูปแบบให้ สอดคล้องและสัมพันธ์กัน จึงมีเครื่องมือสำหรับการจัดการกับ



ความท้าทาย ประกอบด้วย การเรียนรู้แบบร่วมมือ การพิพาทเชิงสร้างสรรค์ การต่อรอง (เชิงบูรณาการ) ดังนั้น กระบวนการกลุ่มจึงมีความสำคัญยิ่ง เด็กได้แสดงศักยภาพ ของตัวเองให้คนในกลุ่มยอมรับ เมื่อมีความขัดแย้ง จะมีการระดมความคิด พุดคุย การหาแนวทางร่วมกัน เพื่อหาทางออก ร่วมกัน

ขั้นที่ 3 การดำเนินกิจกรรม เป็นขั้นตอนที่เด็กได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง โดยการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกันกับเพื่อน ครูเปิดโอกาสให้เด็กทำกิจกรรมอย่างอิสระ ได้ลองผิดลองถูกในการประกอบอาหารระหว่างการทำกิจกรรมครูคอยสังเกตและกระตุ้นด้วยคำถาม ให้คำชี้แนะในบางช่วงเวลาที่ทำกิจกรรม เนื่องจากในช่วงแรกเด็กยังสับสนและคิดไม่ออกว่าวัตถุดิบที่นำมาจะทำอาหารอย่างไร สอดคล้องกับ ชัยวัฒน์ บวรวัฒน์ เศรษฐ์ (2559) กล่าวว่า การเสริมต่อการเรียนรู้ หรือที่เรียกว่า Scaffolding ซึ่งเป็นการช่วยเหลือผู้เรียนเพื่อให้สามารถทำงานได้สำเร็จจุลวง โดยได้รับการช่วยเหลือ มีหลายรูปแบบ เช่น การตั้งคำถาม การบอกหรืออธิบาย การสาธิต การชี้แนะ การทำงานกลุ่ม การให้ผู้เรียนทำแบบฝึกหัดหรือแบบทดสอบก่อนอ่านเรื่องนั้นๆ

ขั้นที่ 4 การสรุปผล เป็นขั้นตอนที่เด็กและครูร่วมกันสรุปขั้นตอนในการประกอบอาหาร พร้อมทบทวนวิธีการ ขั้นตอนในการประกอบอาหาร โดยการวาดภาพ เด็กออกมานำเสนอผลงานที่ได้ทำ สอดคล้องกับ Claudia C. Mince Moyer (2016) กล่าวว่า กิจกรรมประกอบอาหารที่เหมาะสมกับวัยเด็กนำไปสู่ความเชื่อมั่นในตนเองสำหรับเด็ก และกล้าแสดงออกที่จะนำเสนอวิธีการทำ อีกทั้งการได้สื่อสารแสดงออกทางความคิด ในสิ่งที่ตนเองทำไปพร้อมกัน จะทำให้เด็กเกิดกระบวนการเรียนรู้ผ่านขั้นตอนการทำอาหารตั้งแต่ขั้นแรกจนถึงขั้นสุดท้าย

2. ทักษะการคิดยืดหยุ่นของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดการกรรมการประกอบอาหาร มีค่าเฉลี่ยของการคิดยืดหยุ่นที่สูงขึ้นทั้ง 3 ด้าน โดยด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุดคือ ด้านแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนและผู้ใหญ่ รองลงมาคือ ด้านปรับเปลี่ยนกิจกรรม และวิธีการให้เข้ากับสถานการณ์ และด้านความเชื่อมั่นในตนเองและกล้าตัดสินใจ ตามลำดับ ซึ่งผู้วิจัยได้สังเกตดังนี้

ด้านแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนและผู้ใหญ่ การจัดกิจกรรมการประกอบอาหารก่อนการทดลองเด็กยังแสดงพฤติกรรมด้านแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนและผู้ใหญ่ออกมาไม่ชัดเจนนัก เด็กยังไม่กล้าที่จะแสดงความคิดเห็น และยึดตนเอง



เป็นศูนย์กลางในการทำกิจกรรม หลังการทดลองเด็กกล้าซักถามในสิ่งที่ตนเองสนใจ และแสดงความคิดเห็นร่วมกันกับเพื่อน สามารถค้นคว้าหาข้อมูลจากแหล่งต่างๆ ด้วยตนเอง ในแต่ละกิจกรรมเด็กๆ จะต้องหาข้อมูลเพื่อนำมาประกอบอาหารตามเงื่อนไข หรือสถานการณ์ที่ครูวางไว้ เช่น กล้วยสามารถทำขนมอะไรได้บ้าง หรือถ้าต้องการตกแต่งน้ำแข็งใสให้มีความสวยงามน่ารับประทาน เด็กจะมีวิธีการตกแต่งอย่างไร โดยอาศัยประสบการณ์เดิมและข้อมูลที่ตนเองได้รับมาปรับใช้ในการทำกิจกรรมประกอบอาหาร สอดคล้องกับ ฟลอยภัทรา จัทรเด่นดวง (2555) กล่าวว่า กิจกรรมการประกอบอาหาร เป็นการจัดประสบการณ์ที่เปิดโอกาสให้เด็กได้ลงมือทดลองและปฏิบัติด้วยตนเองจากของจริงโดยใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 ในการเรียนรู้ คือ ตา หู จมูก ลิ้น และผิวหนัง ในการได้เห็น ได้ยิน ได้ดมกลิ่น ได้ชิมรสและได้สัมผัสเด็กจะเกิดองค์ความรู้ในตัวเองและนำไปปฏิบัติเองได้ซึ่งช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ด้านธรรมชาติรอบ ๆ ตัวจากการปฏิบัติกิจกรรมเด็กจะเกิดองค์ความรู้ในตัวเองและนำไปปฏิบัติเองได้พร้อมทั้งมีความพร้อมทางการเรียนรู้ทักษะในด้านอื่น ๆ ไปพร้อมกัน

ด้านปรับเปลี่ยนกิจกรรมและวิธีการให้เข้ากับสถานการณ์ การจัดกิจกรรมการประกอบอาหารก่อนการทดลองเด็กยังแสดงพฤติกรรมด้านปรับเปลี่ยนกิจกรรมและวิธีการให้เข้ากับสถานการณ์ออกมาไม่ชัดเจนนัก เด็กมีความกังวล สับสนคิดไม่ออกว่าต้องใช้วัตถุดิบ หรืออุปกรณ์ในการประกอบอาหารชนิดใดมาแทนสิ่งที่ตนเองไม่สามารถจัดเตรียมมาได้ หลังการทดลองเด็กได้เรียนรู้การปรับเปลี่ยนวัตถุดิบ ขั้นตอนการประกอบอาหารที่แตกต่างไปจากแผนงานที่ได้วางไว้ แต่ยังคงอยู่ภายใต้เงื่อนไขหรือสถานการณ์เดิม ในขณะที่เด็กทำกิจกรรมประกอบอาหารและพบเจอปัญหาที่ไม่สามารถดำเนินกิจกรรมต่อได้ เด็กจะต้องวางแผนในการทำกิจกรรมและปรึกษากับเพื่อนใหม่อีกครั้ง เพื่อให้กิจกรรมสามารถดำเนินต่อไปได้จนสำเร็จ ดังนั้นครูผู้สอนควรชี้แนะในบางช่วงเวลา当孩子ทำกิจกรรม เนื่องจากบางเมนูเด็กยังไม่มีประสบการณ์ในการทำมาก่อน สอดคล้องกับ McComb et al. (2011) กล่าวว่า เด็กที่คิดหรือแสดงพฤติกรรมออกมา ในขณะที่เด็กทำงานร่วมกับเพื่อน ๆ มักจะเป็นเด็กที่มีลักษณะที่มีความคิดยืดหยุ่น เด็กสามารถแสดงพฤติกรรมของตนเองได้อย่างสร้างสรรค์เมื่อได้รับข้อเสนอแนะและทำการปรับเปลี่ยนการทำงานหรือกิจกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ



ด้านความเชื่อมั่นในตนเองและกล้าตัดสินใจ การจัดกิจกรรมการประกอบอาหารก่อนการทดลองเด็กยังแสดงพฤติกรรมด้านความเชื่อมั่นในตนเองและกล้าตัดสินใจออกมาไม่ชัดเจนนัก เด็กยังไม่กล้าสื่อสารสนทนาโต้ตอบกับครูและเพื่อนจนเป็นสาเหตุให้กิจกรรมไม่สามารถดำเนินการต่อไปได้ เด็กไม่กล้าสบตา ไม่กล้าตอบคำถาม หลังการทดลองเด็กสามารถวางแผนและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อน ครู และผู้ใหญ่ โดยครูใช้คำถามกระตุ้นเพื่อให้ได้เด็กเล่าถึงปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในด้านนี้เป็นด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด เนื่องจากในเด็กยังไม่มี ความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่กล้าที่จะคิดหรือตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในระหว่างการทำกิจกรรมประกอบอาหาร ดังนั้นครูผู้สอนควรชี้แนะแนวทาง วิธีการขั้นตอนในการประกอบอาหารให้กับเด็ก และให้เด็กค่อยๆ คิดหาวิธีการขั้นตอนในการแก้ไขปัญหา สอดคล้องกับ Oh (2002) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมประกอบอาหารสามารถนำไปสู่การคิดในระดับที่สูงขึ้นได้ โดยอาศัยการสังเกต ความอยากรู้ และทักษะการแก้ปัญหา ด้วยกิจกรรมประกอบอาหารอาหาร เป็นการใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้าของเด็ก เด็กได้การแสดงออกและสำรวจ ซึ่งเป็นกิจกรรมบูรณาการที่พึงประสงค์ที่สามารถพัฒนาเด็ก

### ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาในครั้งนี้

1. ในการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารในชั้นสร้างสถานการณ์อาจให้เด็กได้เลือกเมนูที่ตนเองให้ความสนใจ
2. เวลาที่ใช้ในการทำกิจกรรมควรยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสมและความสนใจของเด็ก เนื่องจากเด็กมีความเด็กมีประสบการณ์เดิมไม่เท่ากัน ครูควรเปิดโอกาสให้เด็กได้ใช้เวลาในการตัดสินใจ
3. ในการเลือกนิทานครูควรเลือกนิทานที่มีเนื้อหาที่เน้นในเรื่องของการประกอบอาหาร เพื่อที่จะกระตุ้นให้เด็กเกิดความคิดรวบยอดในลำดับขั้นตอนวิธีการทำ

### ข้อเสนอแนะในการทำการศึกษาค้างต่อไป

1. ควรมีการศึกษาผลของการจัดกิจกรรมการประกอบอาหารที่มีต่อการพัฒนาทักษะในด้านอื่น ๆ ของเด็กปฐมวัย เช่น การคิดสร้างสรรค์ การทำงานเป็นกลุ่ม สังคม อารมณ์ เป็นต้น

2. ควรมีการศึกษาทักษะการคิดยืดหยุ่นกับตัวแปรอื่น ๆ ที่น่าสนใจ เช่น ประกอบอาหารกับทักษะทางด้านสังคม หรือ การประกอบอาหารกับความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นต้น

### เอกสารอ้างอิง

- จุฬินทิพา นพคุณ. (2561). การพัฒนาทักษะสมองเพื่อชีวิตที่สำเร็จในศตวรรษที่ 21 สำหรับเด็กปฐมวัยผ่านการสอนแบบมอนเตสซอรี. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร*, 16(1), 75-90.
- ชัยวัฒน์ บวรวัฒนเศรษฐ์. (2559). ยุทธศาสตร์การจัดการเรียนการสอนตามทฤษฎีการเสริมต่อการเรียนรู้. *วารสารวิชาการแพรววาทพินิจ* มหาวิทยาลัยพินิจ, 3(2), 154-179.
- ณัฐพงศ์ วงวิวัฒน์. (2563). *เสริมพัฒนาการให้แก่เด็กด้วยการเล่นิทาน*. (12 พฤษภาคม 2564). สืบค้นจาก <https://www.childrenhospital.go.th/8836/>.
- ดารารัตน์ อุทัยพยัคฆ์. (2555). *ประโยชน์ของการประกอบอาหารในเด็กปฐมวัย*. (23 มีนาคม 2564). สืบค้นจาก [http://daratim54.blogspot.com/2012/04/blog-post\\_08.html](http://daratim54.blogspot.com/2012/04/blog-post_08.html).
- พลอยภัทรา จันทรเด่นดวง. (2555). *ผลการจัดประสบการณ์ประกอบอาหารที่มีต่อความสามารถด้านประสาทสัมผัสของเด็กปฐมวัย*. สาขาการศึกษาปฐมวัย, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- เทพกัญญา พรหมขัติแก้ว. (2554). ธรรมชาติการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัยกับการเรียนรู้วิทยาศาสตร์คณิตศาสตร์และเทคโนโลยี. *นิตยสาร สสวท*, 40 (174), 32-35.
- ศรินยา ทรัพย์วารี. (2552). *ผลการจัดกิจกรรมประกอบอาหารที่มีต่อทักษะพื้นฐานทางคณิตศาสตร์ของเด็กปฐมวัย*. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพฯ.
- สุนิสา สีมาวงษ์ และชลธิป สมานิติโต. (2562). ผลการจัดกิจกรรมประกอบอาหารที่มีต่อความคิดสร้างสรรค์ของเด็กปฐมวัย. *วารสารบัณฑิตวิทยาลัย พิษณุพรรณ*, 14 (1), 176-177.



- สุภาวดี หาญเมธี. (2558). *EF ภูมิคุ้มกันชีวิตและป้องกันยาเสพติด*. คู่มือสำหรับครู  
อนุบาล. สถาบันอาร์แอลจี (รักลูกเสรีหนึ่ง กรู๊ป). (16 มีนาคม 2564). สืบค้น  
จาก [https://www.facebook.com/RLGEF/?locale=th\\_TH](https://www.facebook.com/RLGEF/?locale=th_TH).
- Chatsathian, C., Misomsan, K., and Chaikan, A. (2017). *wikrit pathommawai  
lae n̄āothāng k̄āekhai Early childhood crises and solutions*.  
Bangkok : plus, press.
- Claudia, C. M. (2016). *Cooking together with young children*. (May 13 ,2021)  
Retrieved from [www.bkc-od-media.vhost.psu.edu/documents/  
HO\\_CookingTogether.pdf](http://www.bkc-od-media.vhost.psu.edu/documents/HO_CookingTogether.pdf).
- Dewey, J., (1969). *Learning by doing*. (July 27, 2021) Retrieved from [https://  
www.lingoace.com/th/learning-by-doing/](https://www.lingoace.com/th/learning-by-doing/).
- Gioia, G. A., Isquith, P. K., Guy, S. C., and Kenworthy, L. (2000). *Professional  
Manual Behavior Rating Inventory of Executive Function*. Florida : PAR.
- Jatisathien, C., Meesasan, K., and Chaikarn, A. (2017). *Early childhood  
development*. Holistically Bangkok : Plus, Press.
- McCormack, T., and Atance, C.M. (2011). Planning in young children: A  
review and synthesis. *Developmental Review*, 31(1), 1–31.
- Office of the Prime Minister. (2017). *Twelfth National Economic and  
Social Development Plan 2017-2021*. Bangkok : Office of the  
National Economic and Social Development Board.
- Oh YH. (2002). The effect of integrated cooking activity on young children’s  
creativity. *Korea Journal of Child Care and Education*, 31(0), 111-133.
- Philosophy for Children New Zealand. (2020). *About P4C*. ( September  
24, 2021) Retrieved from [http://www.p4c.org. nz/about](http://www.p4c.org.nz/about).