

ชื่องานวิจัย	การพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมัดใหญ่ โดยใช้ชุดกิจกรรมกลางแจ้ง ของเด็กอนุบาลชั้นปีที่ 2/3 โรงเรียนบ้านนา
ผู้วิจัย	รอตียะห์ บากา
สาขาวิชา	การศึกษาปฐมวัย
ปีการศึกษา	ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมัดใหญ่โดยใช้ชุดกิจกรรมกลางแจ้งของเด็กอนุบาลชั้นปีที่ 2/3 2) เพื่อเปรียบเทียบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมัดใหญ่ระหว่างก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมกลางแจ้งของเด็กอนุบาลชั้นปีที่ 2/3 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียน ชาย - หญิง อายุระหว่าง 4 - 5 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นอนุบาลปีที่ 2/3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 ของโรงเรียนบ้านนา ตำบลบ้านนา อำเภोजะนะ จังหวัดสงขลา จำนวน 29 คน ได้มาโดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ 1) แผนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้กิจกรรมกลางแจ้งของเด็กอนุบาลชั้นปีที่ 2/3 จำนวน 6 แผน 2) แบบประเมินความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กปฐมวัย 3) ชุดกิจกรรมกลางแจ้ง จำนวน 1 ชุด มี 6 กิจกรรม ได้แก่ 3.1) รับ - ส่งบอลข้ามหัว 3.2) เดินต่อเท้าเส้นตรงประคองลูกปิงปอง 3.3) โยนบอลลงตะกร้า 3.4) วิ่งหลบหลีกสิ่งกีดขวาง 3.5) กระโดดข้ามสิ่งกีดขวาง 3.6) กระโดดตามรอยเท้า สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

#### ผลการวิจัยพบว่า

1) ผลการพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมัดใหญ่ของเด็กอนุบาลชั้นปีที่ 2/3 โดยใช้ชุดกิจกรรมกลางแจ้ง พบว่าความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมัดใหญ่หลังจัดกิจกรรมกลางแจ้งเพิ่มขึ้น เมื่อพิจารณาในภาพรวมพบว่า ร้อยละของการพัฒนา คือ 5.22

2) ผลการเปรียบเทียบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมัดใหญ่ระหว่างก่อนและหลังใช้กิจกรรมกลางแจ้งของเด็กอนุบาลชั้นปีที่ 2/3 พบว่าความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมัดใหญ่โดยภาพรวมมีคะแนนเพิ่มขึ้นเท่ากับ 4.79 คะแนน

**คำสำคัญ :** เด็กปฐมวัย, กล้ามเนื้อมัดใหญ่, กิจกรรมกลางแจ้ง