



วิจัยในชั้นเรียน

การพัฒนาความสามารถในการยืนทรงตัว ของบุคคลพิการซ้อน
โดยใช้กิจกรรมฝึกลูกขี้ยืนร่วมกับกล่องฝึกยืน

โดย

นางอัจฉรินทร์ คำด้วง

ตำแหน่ง ครูผู้ช่วย

ปีการศึกษา ๒๕๖๒

ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดสิงห์บุรี

สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กระทรวงศึกษาธิการ

เรื่องวิจัย : การพัฒนาความสามารถในการยืนทรงตัว ของบุคคลพิการซ้อน โดยใช้กิจกรรมฝึกลุกขึ้นยืน ร่วมกับกล่องฝึกยืน

ผู้วิจัย : นางอัจฉรินทร์ คำด้วง ตำแหน่ง ครู ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดสิงห์บุรี

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนาความสามารถในการยืนทรงตัว ของบุคคลพิการซ้อน โดยใช้กล่องฝึกยืนร่วมกับกิจกรรมฝึกลุกขึ้นยืน และเพื่อศึกษาเทคนิค วิธีการเพิ่มความแข็งแรงและความทนทานของกล้ามเนื้อที่ใช้ในการยืนทรงตัว โดยกลุ่มเป้าหมาย คือ เด็กชายยินดี บุ่งทอง นักเรียนชั้นเตรียมความพร้อม ห้อง 3 ของศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดสิงห์บุรี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2562 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1)แผนการจัดกิจกรรมฝึกลุกขึ้นยืนและการฝึกบนกล่องฝึกยืนจำนวน 4 แผน 4 กิจกรรม แต่ละกิจกรรมใช้เวลา 50 นาที 2)แบบบันทึกหลังการสอนตามแผนการสอนเฉพาะบุคคล (IIP)และ 3)การทดสอบ Five times sit to stand test (FTSST) ดำเนินการตามแผนการจัดกิจกรรม จำนวน 4 กิจกรรม โดยดำเนินกิจกรรมซ้ำ กิจกรรมละ 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน (วันอังคาร พุธ และวันพฤหัสบดี) รวมเป็นระยะเวลา 16 สัปดาห์ และนำผลที่ได้มาเปรียบเทียบกับค่าคะแนนก่อนและหลังการพัฒนา วิเคราะห์ข้อมูลโดย ค่าความต่าง และค่าเฉลี่ยร้อยละ

จากผลการวิจัยพบว่าเมื่อ เด็กชายยินดี บุ่งทอง ได้รับการฝึกการทรงตัวโดยใช้กิจกรรมฝึกลุกขึ้นยืนร่วมกับกล่องฝึกยืน เป็นเวลาทั้งสิ้น 16 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้ง พบว่า ความสามารถในการทรงตัวของผู้เรียนหลังการพัฒนาเพิ่มขึ้น โดยความสามารถในการทรงตัวของผู้เรียนที่ได้จากการทดสอบ Five times sit to stand test (FTSST) ก่อนพัฒนามีระยะเวลาเฉลี่ย 151.67 วินาที และหลังพัฒนา มีระยะเวลาเฉลี่ย 29.73 วินาที เมื่อนำมาหาค่าความต่างของชุดข้อมูล พบว่ามีระยะเวลาในการทดสอบลดลง 121.94 วินาที คิดเป็นร้อยละ 80.41 ทำให้สามารถสรุปได้ว่าการฝึกการทรงตัวใช้กิจกรรมฝึกลุกขึ้นยืนร่วมกับกล่องฝึกยืนสามารถเพิ่มความสามารถในการทรงตัวและการปรับเปลี่ยนท่าทางในบุคคลพิการซ้อนได้