วารสารวิชาการนอร์ทเทิร์น ISSN 2651-1509

การพัฒนาโปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพสำหรับนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูแมคี

The Development of Artistic Gymnastics Program to Promote Student's Advanced Behaviors in Hygienic in Thoo Mweh Khee Learning Center

พงษ์ลัดดา พุดลา[1] และภูฟ้า เสวกพันธ์[2]

Phongladda Phudda and Pufa Savagpun

Received: 17 July 2021; **Revised:** 10 August 2021; **Accepted:** 17 August 2021

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลของการเข้าร่วมโปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพของนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูแมคีระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูแมคี (THOO MWEH KHEE) อำเภอพบพระ จังหวัดตาก ศูนย์ประสานงานการจัดการศึกษาเด็กต่างด้าว สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตาก เขต 2 จำนวน 30 คน อายุ 7 – 11 ปี ตัวแปรต้น คือโปรแกรมยิมนาสติกศิลป์ ตัวแปรตามคือพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ โปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพของนักเรียนประกอบด้วยแผนการจัดการเรียนรู้ จำนวน 16 แผน กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมโปรแกรมเป็นเวลา 8 สัปดาห์ ๆ ละ 2 วัน ๆ ละ 60 นาที โดยการประเมินพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม ผลการวิจัยพบว่า

1. โปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพของนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูแมคี มีองค์ประกอบของโปรแกรม 6องค์ประกอบ ดังนี้ 1) เป้าหมาย 2) ตัวชี้วัด 3) แนวทางการจัดการเรียนรู้ 4) แนวทางการวัด และประเมินผล 5) สื่อและแหล่งการเรียนรู้ 6) แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

2. ผลการใช้โปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมชีวิตด้านการดูแลสุขภาพสำหรับนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูแมคีพบว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านพฤติกรรมในด้านการดูแลสุขภาพ หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ: โปรแกรมยิมนาสติกศิลป์/การดูแลสุขภาพของนักเรียน

[1] นิสิตปริญญาโท ภาควิชาพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยนเรศวร

E-mail: phongladdap@nu.ac.th โทร. 081-9294050

[2]รองศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การออกกำลังกาย คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยนเรศวร

E-mail: pu.fa@hotmail.com โทร. 081-7079270

Abstract

This research was aim to compare the result of before and after using the artistic gymnastics program to promote student's advanced behaviors in hygienic in Thoo Mweh Khee learning center. The subject was 30 person grade 7 – 11, dependent variable was the artistic gymnastics program and independent variable was behaviors in hygienic. The artistic gymnastics program was 16 lesson plan. Subject were participate in 60 minutes per day, 2 day per week; 8 weeks.

The research found that:

1. The artistic gymnastics program to promote student's advanced behaviors in hygienic in Thoo Mweh Khee learning center, includes 6 components: 1) goal 2) indicator 3) learning method 4) evaluation 5) media 6) test

2. The result of using the artistic gymnastics program to promote student's advanced behaviors in hygienic in Thoo Mweh Khee learning center has score of behaviors in hygienic after class better than before class high level significant at .01 level.

Keyword: artistic gymnastics program/ behaviors in hygienic

บทนำ

รัฐบาลเมียนมาได้ปฏิบัติการปราบปรามกลุ่มต่อต้านรัฐบาลอย่างรุนแรงและต่อเนื่อง นับตั้งแต่ปี 2527 เป็นต้นมา ส่งผลให้มีผู้หลบหนีภัยจากเมียนมาเดินทางเข้ามาในเขตราชอาณาจักรไทย ซึ่งรัฐบาลไทยได้ ผ่อนปรนให้ผู้หลบหนีภัยอาศัยอยู่ในพื้นที่พักพิงชั่วคราวบริเวณชายแดนไทย – เมียนมา เป็นการชั่วคราวตามหลักมนุษยธรรม โดยอนุญาตให้องค์กรพัฒนาเอกชนเข้ามาให้ความช่วยเหลือขั้นพื้นฐานในด้านต่างๆ อาทิ ด้านสาธารณสุข เครื่องอุปโภค – บริโภคและการศึกษา พร้อมอำนวยความสะดวกในการส่งกลับมาตุภูมิ เมื่อสถานการณ์เอื้ออำนวย ผู้หนีภัยการสู้รบจากเมียนมา มีสถานะเป็น ผู้หลบหนีภัยเข้าเมืองผิดกฎหมาย ทางการไทยผ่อนผันให้อยู่ในประเทศไทยเป็นการชั่วคราวเพื่อรอการส่งกลับเมื่อสถานการณ์ในประเทศเมียนมามีความสงบ แม้ว่าราชอาณาจักรไทยจะไม่ได้เป็นภาคีอนุสัญญาว่าด้วยสถานภาพผู้ลี้ภัย ปี ค.ศ.1951 และพิธีสารในปี ค.ศ.1967 แต่ทางการไทยก็ให้การดูแล ผู้หนีภัยการสู้รบจากเมียนมาด้วยดีมาโดยตลอด โดยได้กำหนดให้ผู้หนีภัยการสู้รบจากเมียนมาอยู่ในพื้นที่เฉพาะ ไม่ให้ไปปะปนกับกลุ่มอื่นๆ การดำเนินการควบคุมดูแลผู้พลัดถิ่น โดยจำกัดพื้นที่ให้ผู้ที่มีสถานะผู้หนีภัยการสู้รบ (ผภร.) ที่ได้รับสถานะ

จาก Provincial Admission Board (PAB) อาศัยอยู่ในพื้นที่พักพิงชั่วคราว (Temporary Shelter) ทั้ง 3 แห่ง ของจังหวัดตาก ได้แก่ พื้นที่พักพิงชั่วคราวฯ บ้านแม่หละ อำเภอท่าสองยาง จำนวน 22,343 คน พื้นที่พักพิงชั่วคราวบ้านอุ้มเปี้ยม อำเภอพบพระ จำนวน 7,810 คนและพื้นที่พักพิงชั่วคราวบ้านนุโพ อำเภออุ้มผาง จำนวน 13,585 คน (ป้องกันจังหวัดตาก, 2558) โดยมีปลัดอำเภอทำหน้าที่หัวหน้าพื้นที่พักพิงชั่วคราวฯ แห่งละ 1 คน และมีสมาชิกกองอาสารักษาดินแดนจากกองร้อยบังคับการและบริการ บก.อส.จ.ตาก ทำหน้าที่ควบคุมดูแลจัดระเบียบการบริหารจัดการและการปกครองภายในพื้นที่ โดยประสานการปฏิบัติกับสำนักงานข้าหลวงใหญ่ ผู้ลี้ภัยแห่งสหประชาชาติ UNHCR และองค์การกุศลเอกชน (NGOs) ในการให้ความช่วยเหลือ โดยจำนวนสมาชิกกองอาสารักษาดินแดน ในพื้นที่พักพิงชั่วคราวฯ บ้านแม่หละ อ.ท่าสองยาง จำนวน 58 นาย พื้นที่พักพิงชั่วคราวฯ บ้านอุ้มเปี้ยม อ.พบพระ จำนวน 47 นาย และพื้นที่พักพิงชั่วคราวฯ บ้านนุโพ อ.อุ้มผาง จำนวน 24 นาย

จากการศึกษาในด้านคุณค่าของโปรแกรมยิมนาสติกศิลป์ในโรงเรียนเป็นที่ประจักษ์มานับร่วมศตวรรษถึงผลกระทบเชิงบวกที่จะเกิดกับพัฒนาการของเด็กและเยาวชนทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญานั้น ศูนย์การเรียนซึ่งถือเป็นพื้นที่แห่งมนุษยธรรม ที่รัฐบาลไทยมีหน้าที่อำนวยความสะดวกและช่วยเหลือให้การศึกษาในพื้นที่อย่างปลอดภัย บนพื้นฐานของมนุษยธรรม ซึ่งนั่นย่อมหมายรวมถึงการจัดการศึกษาให้อย่างเท่าเทียมตามเหตุและปัจจัยเกื้อหนุนให้เกิดตามแนวทางการศึกษาเพื่อมวลชน หากแต่ความจำเป็นต่อการให้การศึกษาอย่างมีคุณภาพนั้นต้องมีความสอดคล้องกับวิถีชีวิตจริงเพื่อประโยชน์สูงสุดของการศึกษากล่าวคือ การนำไปใช้ประโยชน์ได้อย่างแท้จริง จึงจำเป็นที่จะต้องมีการศึกษาเพื่อสังเคราะห์ลักษณะวิถีชีวิตของนักเรียนในศูนย์การเรียน โดยงานวิจัยนี้มุ่งศึกษาศูนย์การเรียน ภายใต้สังกัดศูนย์ประสานงานการจัดการศึกษาเด็กต่างด้าว สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตาก เขต 2 ซึ่งผู้วิจัยใช้การวิจัยแบบเจาะจงภายในศูนย์การเรียนรู้ซูแมคี (THOO MMEH KHE) อำเภอพบพระ จังหวัดตาก ซึ่งมีการจัดการศึกษาในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (เกรด 1-6) เพื่อมุ่งพัฒนาโปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมชีวิตด้านการดูแลสุขภาพสำหรับนักเรียนในศูนย์การเรียน สังกัดศูนย์ประสานงานการจัดการศึกษาเด็กต่างด้าว ให้มีสุขภาพที่ดีและเรียนรู้หลักในการฝึกยิมนาสติกศิลป์ที่มีกิจกรรมประกอบหลากหลายที่ทำให้กล้ามเนื้อทุกส่วน สามารถเคลื่อนไหว การฝึกต้องสามารถบังคับร่างกายประกอบด้วยศิลปะการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ อย่างมีกฎเกณฑ์แบบแผน ซึ่งมีทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานเรียกว่า มูฟเมนต์ (Movement) แพ็ตเทิร์น (Pattern) ได้แก่ การวิ่ง การม้วนตัว การกระโดด การห้อยโหน การไกวตัว การหมุนตัว และการทรงตัว กิจกรรมเหล่านี้จะช่วยเพิ่มพูนสมรรถภาพของร่างกายที่ดีมาก เพราะกีฬาประเภทนี้ ส่วนมาก เป็นการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อมัดใหญ่ เช่น กล้ามเนื้อขา อกและท้อง

ในฐานะที่ผู้วิจัยเป็นนักพลศึกษาและเห็นถึงความสำคัญในวิชาพลศึกษาซึ่งภายในศูนย์การเรียนรู้เด็กต่างด้าวทั้ง 3 แห่ง ของจังหวัดตาก ได้แก่ บ้านแม่หละ อำเภอท่าสองยาง พื้นที่พักพิงชั่วคราวบ้านอุ้มเปี้ยม อำเภอพบพระและพื้นที่พักพิงชั่วคราวบ้านนุโพ อำเภออุ้มผาง (ศูนย์ป้องกันจังหวัดตาก, 2558) ยังไม่มีระบบการจัดการในกลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษาที่เป็นรูปธรรมและนามธรรมที่ชัดเจนที่จะสามารถนำไปวัดและประเมินผลให้สอดคล้องกับการประเมินคุณภาพการศึกษา ภายในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตาก เขต 2 ได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำโปรแกรมการออกกำลังกายโดยใช้กีฬายิมนาสติกศิลป์ซึ่งเป็นอีกวิชาหนึ่งในพลศึกษาที่ผู้วิจัยได้ไปสำรวจพื้นที่ในการทำวิจัยแล้วว่ามีความเหมาะสมและความต้องการของนักเรียน เพราะกีฬายิมนาสติกศิลป์นี้ถือได้ว่าเป็นกีฬาที่เป็นพื้นฐานในแทบทุกชนิดกีฬาที่สามารถต่อยอดได้เพราะมีการเรียนรู้ที่หลากหลายตั้งแต่ทักษะการเดิน การวิ่ง การกลิ้ง การหมุนตัว การกระโดด ซึ่งจะสามารถตอบโจทย์สำหรับนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้เด็กต่างด้าวได้เป็นอย่างดี ด้วยธรรมชาติของเด็กวัยปฐมวัยเกรด1-6 ที่ผู้วิจัยลงพื้นที่วิจัยด้วย ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงมีพลานามัยที่สมบูรณ์ประกอบกับครูผู้สอนสามารถที่จะนำไปวัดและประเมินผลได้ตรงตามเกณฑ์ประเมินผลคุณภาพการศึกษาภายในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตาก เขต 2 ได้

จากความสำคัญดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาโปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพสำหรับนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูแมคี ภายใต้สังกัดศูนย์ประสานงานการจัดการศึกษาเด็กต่างด้าว สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเขต ให้นักเรียนมีสุขภาพที่ดีและมีศักยภาพและเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบผลของการเข้าร่วมโปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพของนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูแมคีระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

วิธีดำเนินการวิจัย

ขั้นตอนการวิจัย

ขั้นตอนที่ 1 การพัฒนาโปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมชีวิตด้านการดูแลสุขภาพสำหรับนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูเมคี ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

1.1 การศึกษาวิถีชีวิตและพฤติกรรมนักเรียนด้านการดูแลสุขภาพ

1.2 การสร้างและยกร่างโปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมชีวิตดูแลสุขภาพ สำหรับนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูแมคี

1.3 การตรวจสอบคุณภาพด้านความเหมาะสมของโปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมชีวิตดูแลสุขภาพ สำหรับนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูแมคี

ขั้นตอนที่ 2 ผลการใช้โปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมชีวิตดูแลสุขภาพ สำหรับนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูเมคี ประกอบด้วย 2 ส่วน ดังนี้

1. การทดลองใช้โปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมชีวิตดูแลสุขภาพ สำหรับนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูแมคี

2. การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งประกอบด้วย พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมชีวิตดูแลสุขภาพ สำหรับนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูเมคี การวิจัยเรื่องการพัฒนาโปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมชีวิตดูแลสุขภาพสำหรับนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูแมคี

ผลการวิจัย

การสร้างและยกร่างโปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมชีวิตด้านการดูแลสุขภาพ สำหรับนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูแมคี ทำให้ได้โปรแกรมที่ยึด กระบวนการทางสังคมและการดำรงชีวิต (Social Process and Life Function) ที่มีความเหมาะสมและความ ถูกต้องครอบคลุมสอดคล้องกับวิถีชีวิตผู้พลัดถิ่น เพื่อเพิ่มเติมจากโปรแกรมพิเศษที่ศูนย์ประสานงานการจัด การศึกษาเด็กต่างด้าว สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ประถมศึกษาตากเขต 2 กำหนดไว้พบว่า ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่านให้ข้อตกลงเห็นด้วยกับแผนการจัดการเรียนรู้ 16 แผนโปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมชีวิตด้านการดูแลสุขภาพ สำหรับนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูเมคีโดยโปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมชีวิตด้านการดูแลสุขภาพ ทั้งนี้มีองค์ประกอบของโปรแกรมจำนวน 6 องค์ประกอบ ดังนี้ 1) เป้าหมาย 2) ตัวชี้วัด 3) แนวทางการจัดการเรียนรู้ 4) แนวทางการวัด และประเมินผล 5) สื่อและแหล่งการเรียนรู้ 6) แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

3. ผลการใช้โปรแกรมยิมนาสติกศิลป์เพื่อส่งเสริมชีวิตด้านการดูแลสุขภาพ สำหรับนักเรียนในศูนย์การเรียนรู้ซูแมคีพบว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านพฤติกรรมในด้านการดูแลสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า หลังการ ทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าก่อนการทดลองและเมื่อนำมาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ ก่อนและหลังการทดลองก็พบว่าคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

ด้านการดูแลสุขภาพ ผู้พลัดถิ่นมีลักษณะวิถีชีวิตด้านการดูแลสุขภาพพบว่าผู้พลัดถิ่นยังขาดความรู้ ในการประกอบอาหารให้ถูกสุขลักษณะ แต่อาศัยตามวิถีทางธรรมชาติ อาหารที่หาได้มาจาก

แปลงเกษตรที่ ทำขึ้นในศูนย์การเรียนดังนั้นอาหารส่วนใหญ่จะเป็นผลิตภัณฑ์จากพืชผัก และปรุงกับพริกด้วยวิธีการตัด และแกงประกอบกับเนื้อปลาหมัก (fish paste) ซึ่งเป็นอาหารที่ทำโดยศูนย์การเรียนและมีนักเรียนเป็นผู้ ประกอบอาหาร ภาชนะที่ใช้ประกอบอาหารเป็นหม้อและเตาขนาดใหญ่ที่ใช้ประกอบอาหารเลี้ยงผู้พลัดถิ่น ราว 200-300 คน มีที่เก็บภาชนะเป็นสัดส่วน นอกจากนี้ผู้พลัดถิ่นในศูนย์การเรียนยังได้รับการดูแลสุขภาพ จากองค์กรระหว่างประเทศ แต่การรักษาดังกล่าวก็ยังไม่เพียงพอต่อความต้องการของผู้พลัดถิ่นในศูนย์การ เรียนที่มีจำนวนมากและกระจายกว่า 100 ศูนย์การเรียนในพื้นที่จังหวัดตาก อีกทั้งในพื้นที่ศูนย์การเรียนมี การจัดการด้านสิ่งแวดล้อมที่ต่ำกว่ามาตรฐานค่อนข้างมากโดยเฉพาะจากแหล่งน้ำ ที่มีการทิ้งน้ำเสียลงในน้ำ จำนวนมาก ห้องส้วมที่มีอย่างจำกัด สอดคล้องกับงานวิจัยของสรพงษ์ วิชัยดิษฐ์ (2547) ที่กล่าวว่าปัจจุบันมี คนเพิ่มขึ้นทุกๆ ปีในศูนย์การเรียน ส่วนการรักษาจะมีโรงพยาบาลที่รักษาโรคทั่วไปจำนวน 2 แห่ง และมี โรงพยาบาลมาลาเรียจำนวน 2 แห่ง มีเจ้าหน้าที่อาสาสมัครคอยประจำการตลอด24ชั่วโมงมีเตียงที่พักผู้ป่วย ที่มีการอาการหนักและแพทย์ให้การรักษาอยู่ ในแต่ละวันจะมีแพทย์อาสาสมัครต่างประเทศ เข้ามาดูแลในช่วงกลางวันและถ้ามีกรณีฉุกเฉิน จะมีการส่งไปที่โรงพยาบาลที่แม่สอด เช่น โรงพยาบาลแม่สอด แม่ตาว คลินิก หรือถ้า เป็นกรณีที่เป็น โรคเฉพาะทางที่ไม่สามารถส่งไปที่โรงพยาบาลแม่สอดได้ เช่น โรคทางจิตเวช และระบบประสาท อาจมีการส่งไปที่ เชียงใหม เป็นต้น สำหรับค่าใช้จ่ายจะมีหน่ยงานองค์กรเอกชน รับผิดชอบยกเว้นในบางรายที่มีเงินทองอาจไปรักษาเองตามคลนิกหรือโรงพยาบาลเอกชน เพราะสะดวก หรือรักษาโรคเฉพาะทางบาง ชนิดที่ไม่สามารถรักษาได้ในศูนย์การเรียน นอกจากการการรักษาระบบของแพทย์แผนปัจจุบันแล้ว ยังมีการใช้ยาสมนุไพรและระบบความเชื่อดั้งเดิมในการรักษาพยาบาลบ้าง ซึ่ง สอดคล้องกับงานวิจัยของสริญญา มูลมา (2554) ที่กล่าวว่าผู้พลัดถิ่นส่วนใหญ่จะเป็นผู้ที่มีความรู้ ความสามารถมาตั้งแต่อยู่ในเมียนมาร์ เช่น หมอสมุนไพร ที่จะมีความรู้ด้านสมุนไพรเพื่อนำมาดองเหล้า หรือฝนหิน ในบ้านของหมอสมนไพรแต่ละคนจะมีสมุนไพรอยู่หลายชนิดทั้งรากไม้ เปลือกไม้ อวัยวะสัตว์ เป็นต้น คนที่นิยมรักษาส่วนใหญ่จะเป็นกลุ่มที่รักษาทั้งหมอปัจจุบันควบคู่ไปกับหมอแผนโบราณ โดยการ หาสมุนไพรอาจมีการซื้อจากแม่สอด หรือเข้าไปบริเวณใกล้เคียง หรือญาติจากฝั่งเมียนมาร์ ซึ่งนอกจาก สมุนไพรแล้วหมอแผนยังมี หมอกระดูกและนวดแผนกะเหรี่ยง ที่มีท่าการนวดคล้ายกับท่าฤาษี ดัดตนของ ไทย อีกทั้งหมอกระดูกส่วนใหญ่จะเป็นผู้ที่นับถือพุทธ ผี เพราะส่วนใหญ่จะต้องใช้คาถาต่างๆ ประกอบการ รักษาโรค ส่งผลต่อลักษณะการเข้าร่วมกิจกรรมทางกายของผู้พลัดถิ่นที่ขากรูปแบบอย่างถูกต้อง กล่าวคือ ขาดการอบอุ่นร่างกายเพื่อยืดเหยียดกล้ามเนื้อ ไม่ทราบวิธีการปฐมพยาบาลจากการบาดเจ็บอันเนื่องมาจาก การร่วมกิจกรรมทางกาย การ โภชนาการทางการกีฬา การออกกำลังกายเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายตลอดจนความรู้ในการใช้กิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อควบคุมน้ำหนักให้ได้มาตรฐานสอดคล้องกับการศึกษาของ ลือชัย วงษ์ทอง (2535) ที่กล่าวว่า ผู้พลัดถิ่นที่เข้ามาอาศัยในต่างเมืองมักร่วมเล่น

ตะกร้อในเวลาว่างแต่ไม่มีการอบอุ่นร่างกายก่อนการเล่น และการรักษาตนเองหลังมรอาการบาดเจ็บ ซึ่งเป็นเพราะขาด ระบบการศึกษาให้ความรู้ในโรงเรียน ขาดผู้ให้ความรู้และทักษะปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง และยังเป็นไปใน ทิศทางเดียวกับคำให้สัมภาษณ์ของผู้พลัดถิ่นในศูนย์การเรียน ซูแมคี (Thoo Mweh Khee) อำเภอพบพระ จังหวัดตากที่กล่าวว่า “เราเล่นตะกร้อกันที่สนามนี่ทุกวันตอนกลางวัน แล้วก็ฟุตบอลด้วย แต่ไม่รู้ว่าต้องยืด เหยียดกล้ามเนื้อยังไง ไม่มีโค้ชสอน บางทีเล่นๆเพื่อนก็เจ็บขา เจ็บเข่า เลือดออกแบบนี้ก็ให้หายเอง ไม่มียา ได้แต่ตกใจกัน ถ้ามีคนสอนเราให้เล่นเป็น ป้องกันเป็นก็ดี” ดังนั้นจึงเป็นฐานความคิดที่ผู้วิจัยได้พัฒนา เนื้อหาดังกล่าวในโปรแกรมพลศึกษาและนันทนาการตามแนวคิดการศึกษาแบบเรียนร่วม เพื่อส่งเสริมลีลา ชีวิตผู้พลัดถิ่นในศูนย์การเรียน สังกัดศูนย์ประสานงานการจัดการศึกษาเด็กต่างด้าว เพื่อให้ตอบสนองต่อ ความต้องการของผู้พลัดถิ่นอย่างมีประสิทธิภาพ

เอกสารอ้างอิง

เกษแก้ว บุญบาล. (2551). **สภาพและปัญหาการใช้หลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ของโรงเรียนสอนเด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ.** สำนักงานบริหารการศึกษาพิเศษ. ขอนแก่น.

จัตุรงค์ วงษ์ปาน. (2550). **การพัฒนาหลักสูตรท้องถิ่นกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง ตะกร้อสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา: กรณีศึกษาโรงเรียนอมราวิทยาภูมิ.** วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิตมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา. อยุธยา.

ชวลิต ชูกำแพง. (2551). **การพัฒนาหลักสูตร.** มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. มหาสารคาม.

ชาญชัย อาจินสมาจาร. (2557). **การออกแบบหลักสูตรและการเรียนการสอน (Curriculum and Instruction Design).** สถาบันเพื่อความก้าวหน้าทางวิชาการ. ปัตตานี.

ชัยวัฒน์ สุทธิรัตน์. (2556). **การพัฒนาหลักสูตร ทฤษฎีสู่การปฏิบัติ วีพริ้นท์.** กรุงเทพฯ.

เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย. (2554). **การนันทนาการ.** สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพฯ.

นพเก้า ณ พัทลุง. (2550). **การพัฒนาหลักสูตร : หลักการและแนวปฏิบัติ.** เทมการพิมพ์สงขลา. สงขลา.

ป้องกันจังหวัดตาก. (2558). **รายงานสถานการณ์พื้นที่พักพิงชั่วคราวจังหวัดตาก ฉบับบทสรุปผู้บริหาร.**กระทรวงมหาดไทย. ตาก.