



การพัฒนาทักษะสมองส่วนหน้า ด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการ
โดยใช้กิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ สำหรับเด็กปฐมวัย

The development of Executive functions in planning and Organizing by
Vegetable and fruit juice activities.

กัลยรัตน์ ศรีคำ¹ และ จุฑาทิพย์ โอบอ้อม²
Kanyarat Srikham¹ And Juthathip Oboom²

¹นักศึกษาโปรแกรมวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

²อาจารย์ประจำโปรแกรมวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยในชั้นเรียนครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาเปรียบเทียบการพัฒนาทักษะสมองส่วนหน้าด้านพฤติกรรมกรวางแผนและจัดระบบดำเนินการสำหรับเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ ประชากรที่ศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ได้แก่ เด็กปฐมวัยชั้นอนุบาล 2 จำนวน 22 คน โรงเรียนเทศบาล 2 (วัดทุ่งสวน) เครื่องมือในการวิจัยชั้นเรียน ได้แก่ แผนการจัดกิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ จำนวน 15 แผน และแบบประเมินผลการสังเกตทักษะสมองส่วนหน้าด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการสำหรับเด็กปฐมวัย สถิติที่ใช้ คือ ค่าร้อยละ ความก้าวหน้า ผลการวิจัยในชั้นเรียนพบว่า พฤติกรรมกรวางแผนและจัดระบบดำเนินการสำหรับเด็กปฐมวัยโดยใช้กิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ โดยภาพรวมคะแนนร้อยละความก้าวหน้าของนักเรียนเพิ่มขึ้นทุกคน ตั้งแต่ 8 ถึง 14 เมื่อเปรียบเทียบทั้งชั้นเรียนพบว่าคะแนนร้อยละความก้าวหน้าทั้งชั้นเรียนเท่ากับ 23.18

คำสำคัญ : การวางแผนและจัดระบบดำเนินการ / กิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้

Abstract

The objective of this study was To study the comparison of The development of Executive functions in Planning and Organizing for preschool children by using fruit and vegetable juice activities. The population in this study consisted of 22 preschoolers in kindergarten 2 This tool in the classroom research consists of 15 fruit and vegetable juice activity plan plans and an observation evaluation form. Frontal cerebral systematic planning and implementation for preschool children. Statistics used were progress percentage. The results of the study found that Planning and organizing behavior for preschool children by using vegetable and fruit juice activities. Overall, the percentage of student progress increased by 8 to 14. In comparison, the whole class found that the percentage of progress The whole class equals 23.18

Keywords: planning and systematization of operations / fruit and vegetable juice activities

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา การพัฒนาทางสมองเป็นศาสตร์แห่งการศึกษาด้านประสาทวิทยาสร้างความตื่นตัวแก่ภาคการศึกษาที่ต่างหันมาให้ความสนใจในการพัฒนาทางสมองของมนุษย์ในช่วงปฐมวัยสูงสุด ด้วยเหตุที่



สมองเป็นพื้นฐานของการพัฒนาด้านอารมณ์ จิตใจ สังคม สติปัญญา และการเรียนรู้ การพัฒนาทางสมองตามทฤษฎีต่างๆ เช่น ทฤษฎีการเรียนรู้ของไวทซ์ทสกี (Vygotsky's Theory) ทฤษฎีเพียเจต์ (Piaget's Theory) ฯลฯ ล้วนเป็นส่วนหนึ่งของการทำงานทางสมอง ซึ่งเป็นกระบวนการทำงานระดับสูงของสมองที่ควบคุมความคิด อารมณ์ การตัดสินใจและการกระทำ ทำให้เริ่มต้น ลงมือทำและมุ่งมั่นทำงานบรรลุผลตามเป้าหมาย (Goal directed behaviors) ในเด็กปฐมวัย ทักษะที่เป็นองค์ประกอบหลักของ EF มี 5 ด้านสำหรับอายุ 2-5 ปี ดังนี้ 1) ความจำขณะทำงาน (Working Memory) 2) การยับยั้งความคิดและพฤติกรรม (Inhibitory Control) 3) การเปลี่ยนความคิดเมื่อเงื่อนไขเปลี่ยนไป (Shift) 4) การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control) 5) การวางแผนและการจัดการ (Planning & Organizing) (BRIEF-P, 2008) ทักษะเหล่านี้มีความสำคัญในการที่บุคคลจะกำหนดเป้าหมายวางแผนงาน และมุ่งมั่นทำงานให้ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ จึงมีความเกี่ยวข้องกับการพัฒนาสมองโดยเฉพาะช่วงวัยตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 6 ขวบ ซึ่งเป็นช่วงที่สมองของเด็กมีการเติบโตมากกว่าช่วงวัยอื่น ๆ เพราะช่วงเวลาดังกล่าวเป็นช่วงเวลาที่รอยเชื่อมต่อของเซลล์สมองแต่ละเซลล์จะถูกสร้างขึ้นและมีการเชื่อมโยงของเซลล์สมองจำนวนมาก กล่าวกันว่ามากถึง 14,000 ล้านเซลล์ เส้นสายสัมพันธ์ของเซลล์สมอง ซึ่งเปรียบเสมือนสายเชื่อมระหว่างทรานซิสเตอร์ในเครื่องคำนวณนี้ จะเพิ่มตัวอย่างรวดเร็วทั้งสมองส่วนหลังและส่วนหน้าระหว่างอายุ 0-6 ขวบ (มาซารูอิบุกะ, 2549)

เด็กปฐมวัยจึงควรฝึก ทักษะสมองส่วนหน้า ที่เป็นกระบวนการทางความคิด ในสมองส่วนหน้า ที่เกี่ยวข้องกับการคิด ความรู้สึก และการกระทำ เช่น การตั้งใจคิดไตร่ตรอง การควบคุมอารมณ์ การยืดหยุ่นทางความคิด การตั้งเป้าหมาย วางแผน ความมุ่งมั่น การจดจำและเรียกใช้ข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ การจัดลำดับความสำคัญของเรื่องต่างๆ และการทำสิ่งต่างๆ อย่างเป็นขั้นเป็นตอนจนบรรลุความสำเร็จ ซึ่งเป็นทักษะที่มนุษย์เราทุกคนต้องใช้มีความสำคัญยิ่งต่อทั้งความสำเร็จในการเรียน การทำงาน รวมทั้งการมีชีวิตครอบครัว ทักษะสมองส่วนหน้านี้นักวิชาการระดับโลกชี้แล้วว่า สำคัญกว่า IQ ดังที่ รศ.ดร. นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล (2561:16) ชี้ว่าสมองส่วนหน้าทำหน้าที่ยับยั้งการเข้าหายาสเสพติดโดยควบคุมความคิดและการกระทำ ยับยั้งไม่ให้อบสนองไปตามความต้องการ รู้จักคิดหาสิ่งไหนไม่ดี การส่งเสริมให้เด็กมีทักษะสมองส่วนหน้าที่ดีตามวัย จึงช่วยลดปัญหาพฤติกรรม ลดความขัดแย้งในครอบครัว ปัญหาการเรียน ปัญหาสังคม เช่น พฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง ติดการพนัน ติดยาเสพติด ช่วยพัฒนาประเทศของเราอย่างยั่งยืน สอดคล้องกับ สุภาวดี หาญเมธี (2561:8) กล่าวว่า เมื่อเด็กได้รับโอกาสพัฒนาทักษะสมองส่วนหน้า ทั้งตัวเด็กและสังคมจะได้รับประโยชน์ เพราะจะช่วยสร้างพฤติกรรมเชิงบวกและช่วยในการตัดสินใจในทางที่สร้างสรรค์ต่อตัวเองและคนอื่น ๆ หากเด็กมีทักษะสมองส่วนหน้า เขาจะมีความสามารถในการคิดที่ดี

กิจกรรมการทำน้ำจิ้มจากผัก ผลไม้ เป็นกิจกรรมที่สามารถพัฒนาสมองส่วนหน้า ด้านการวางแผน จัดระบบ ดำเนินการ จินตนาการ วสุอุดม (2541:3) กล่าวว่า กิจกรรมเหล่านี้จัดขึ้นเพื่อพัฒนาผู้เรียนให้เกิดการเรียนรู้ 3 ด้าน คือ ด้านสติปัญญา ได้แก่ ความคิด ความเข้าใจ ความรู้สึก เจตคติ ซึ่งจะรวมการพัฒนาลักษณะความคิดคล้องตัว ความคิดยืดหยุ่น ความคิดริเริ่ม ความคิดละเอียดลออ ความคิดจินตนาการ ความอยากรู้อยากเห็น ความพอใจที่จะทำงานที่ยากและซับซ้อน ความพร้อมที่จะเสีย และสุดท้ายคือ การนำความรู้ กิจกรรมการทำน้ำจิ้มจากผัก ผลไม้ ในการพัฒนาและเสริมสร้างทักษะสมองส่วนหน้า ด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการ ให้แก่เด็กปฐมวัย มีทักษะการวางแผน การจัดระบบดำเนินการ ซึ่งเป็นสิ่งที่เด็กควรมีเมื่อโตเป็นผู้ใหญ่

ผู้วิจัยได้ปฏิบัติการสอนมาเป็นเวลานานสังเกตพบว่า การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนสำหรับเด็กปฐมวัยนั้น เด็กควรที่จะได้พัฒนาด้านด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการกิจกรรมที่ได้ลงมือทำด้วยกิจกรรมการทดลองต่าง ๆ โดยเฉพาะกิจกรรมประเภทประกอบอาหาร (Cooking) โดยเฉพาะกิจกรรมการทำน้ำจิ้มจากผัก ผลไม้ เพื่อฝึกทักษะสมองส่วนหน้า ที่เป็นกระบวนการทางความคิด ในสมองส่วนหน้า ที่เกี่ยวข้องกับการคิด ความรู้สึก



และการกระทำ เช่น การตั้งใจคิดไตร่ตรอง การควบคุมอารมณ์ การยืดหยุ่นทางความคิด การตั้งเป้าหมาย วางแผน ความมุ่งมั่น การจดจำและเรียกใช้ข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ การจัดลำดับความสำคัญของเรื่องต่างๆ และการทำสิ่งต่างๆ อย่างเป็นขั้นเป็นตอนจนบรรลุความสำเร็จ จากที่เราได้ไปศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะสมองส่วนหน้า ด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการ เราจึงนำกิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ มาใช้ในการพัฒนาและเสริมสร้างทักษะ ด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการ เพราะคิดว่าเป็นกิจกรรมที่มีการวางแผน และลำดับขั้นตอนที่ชัดเจน ประกอบกับผลพลอยได้ที่เด็กได้รับประโยชน์จากผักและผลไม้

วัตถุประสงค์

เพื่อเปรียบเทียบทักษะสมองส่วนหน้า ด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการ ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้

ขอบเขตการวิจัย

ด้านเนื้อหา

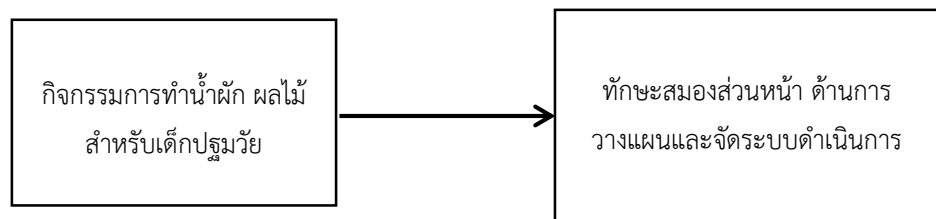
เนื้อหาที่นำมาจัดทำแผนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ เรื่อง การพัฒนาทักษะสมองส่วนหน้า ด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการสำหรับเด็กปฐมวัย ครั้งนี้ครอบคลุมเฉพาะเนื้อหาการจัดกิจกรรมการทำน้ำผักผลไม้และทักษะสมองส่วนหน้าด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการ

ด้านตัวแปร

ตัวแปรต้น กิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้

ตัวแปรตาม ทักษะสมองส่วนหน้า ด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการ

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีการดำเนินการวิจัย

กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายที่จะศึกษาวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชาย-หญิง จำนวน 22 คนที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาล 2/2 โรงเรียนเทศบาล 2 (วัดทุ่งสวน) อ.เมือง จ.กำแพงเพชร

เครื่องมือวิจัย

1. แผนการจัดกิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ จำนวน 15 แผน ซึ่งประกอบไปด้วย
 - กิจกรรมที่ 1 น้ำส้มคั้นจัดจืด
 - กิจกรรมที่ 2 น้ำผึ้งมะนาวแสนละมุน
 - กิจกรรมที่ 3 น้ำใบเตยมรกต



- กิจกรรมที่ 4 น้ำอัญชันมะนาวเปลี่ยนสี
- กิจกรรมที่ 5 น้ำกระเจี๊ยบเปรี้ยวหวาน
- กิจกรรมที่ 6 น้ำมะตูมแสนหวาน
- กิจกรรมที่ 7 น้ำตะไคร้หอมหอม
- กิจกรรมที่ 8 น้ำแตงโมปั่นแสนอร่อย
- กิจกรรมที่ 9 น้ำองุ่นปั่นธรรมชาติ
- กิจกรรมที่ 10 น้ำเสาวรสปั่นกลิ่นหัตถ์จรรย์
- กิจกรรมที่ 11 น้ำฝรั่งปั่นแสนอร่อย
- กิจกรรมที่ 12 น้ำแก้วมังกรปั่นคลายร้อน
- กิจกรรมที่ 13 น้ำสตอเบอรี่ปั่นหวานเจี๊ยบ
- กิจกรรมที่ 14 น้ำแครอทแอปเปิลเขียวปั่นริมิคซ์
- กิจกรรมที่ 15 น้ำมะเขือเทศสับปรดปั่นผสมผสาน

2. แบบประเมินผลการสังเกตทักษะสมองส่วนหน้า ด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการ

การวิเคราะห์ข้อมูล

สูตรคำนวณค่าร้อยละความก้าวหน้ารายบุคคล

$$\frac{\text{คะแนนหลังการทดลอง} - \text{คะแนนก่อนการทดลอง}}{\text{คะแนนเต็ม}} \times 100$$

สูตรคำนวณค่าร้อยละความก้าวหน้าทั้งชั้นเรียนมีสูตรคำนวณ ดังนี้

1. หาค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนการทดลอง และค่าเฉลี่ยของคะแนนหลังการทดลอง โดยใช้สูตรหาค่าเฉลี่ย ดังนี้

$$\text{สูตรคำนวณหาค่าเฉลี่ย} \quad \bar{x} = \frac{\sum x}{N}$$

แทนสูตร คะแนนเฉลี่ยหลังการเรียน - คะแนนเฉลี่ยก่อนเรียนคูณด้วย 100 หารด้วยคะแนนเต็ม

2. การหาส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(S.D.) หาได้จากสูตร

$$S.D. = \sqrt{\frac{(x - \bar{x})^2}{n-1}}$$

ผลสรุปการวิเคราะห์ข้อมูล

โดยภาพรวมคะแนนร้อยละความก้าวหน้าของนักเรียน เพิ่มขึ้น 22 คน ตั้งแต่ 8 คะแนน ถึง 14 คะแนน แสดงว่านักเรียนปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ พัฒนาทักษะสมองส่วนหน้าด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการ มีคะแนนค่าสถิติทดสอบที่มีการแจกแจงเป็น 23.18



ตารางที่ 1 เปรียบเทียบผลคะแนนร้อยละความก้าวหน้าทักษะสมองส่วนหน้าด้านการวางแผน และจัดระบบ
ดำเนินการ ของนักเรียนชั้นอนุบาล 2 ทุกคนก่อนและหลังการจัดกิจกรรม

เลขที่	ชื่อ-สกุล	คะแนนก่อน (50)	คะแนนหลัง (50)	ผลต่างคะแนน	ร้อยละ ความก้าวหน้า
1	เด็กชายชุมทรัพย์ ลุยทอง	19	32	13	26
2	เด็กชายจริภัทร ยาหอม	22	36	14	28
3	เด็กชายเลิศพิพัฒน์ โต้ะมุสอ	20	33	13	26
4	เด็กชายธนวัฒน์ ใจยังยืน	19	31	12	24
5	เด็กชายธันวา ทองสุข	11	22	11	22
6	เด็กชายเมธาสิทธิ์	22	33	11	22
7	เด็กชายนิชคุณ ตุ่นคำ	13	22	9	18
8	เด็กชายวงศกร วีระคำ	28	42	14	28
9	เด็กชายอดิศักดิ์ หมั่นไกร	22	34	12	24
10	เด็กชายเอกราช เรือศรีจันทร์	20	31	11	22
11	เด็กชายอนันต์ยศ ลิ้มประเสริฐ	12	24	12	24
12	เด็กหญิงกัญญาภัค วงษ์ภู	18	31	13	26
13	เด็กหญิงชุตินา จันทรเชื้อ	22	34	12	24
14	เด็กหญิงญาณัฐธรรมา จันนาค	23	37	14	28
15	เด็กหญิงหทัย	20	30	10	20
16	เด็กหญิงธัญพร พลอาจ	23	36	13	26
17	เด็กหญิงปัทมากร ปานะ	22	34	12	24
18	เด็กหญิงปวีชญาดา นำอ่อน	22	32	10	20
19	เด็กหญิงพิยดา สากล	18	26	8	16
20	เด็กหญิงศศิณภา สุวรรณวัฒนา	11	20	9	18
21	เด็กหญิงสุตาภัทร พวงกุหลาบ	22	34	12	24
22	เด็กชายพงศกร สุทธิสนธิ์	15	25	10	20
	ค่าเฉลี่ย	19.27	30.86	11.59	23.18
	S.D.	4.41	5.55	1.71	3.42

จากตารางที่ 1 พบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการสอนโดยใช้แผนการจัดประสบการณ์กิจกรรมการทำน้ำผัก
ผลไม้มีคะแนนร้อยละความก้าวหน้าทักษะสมองส่วนหน้าด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการ เพิ่มขึ้นทุกคน
ตั้งแต่ 8 ถึง 14 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบทั้งชั้นเรียนพบว่าคะแนนร้อยละความก้าวหน้าทั้งชั้นเรียน เท่ากับ 23.18

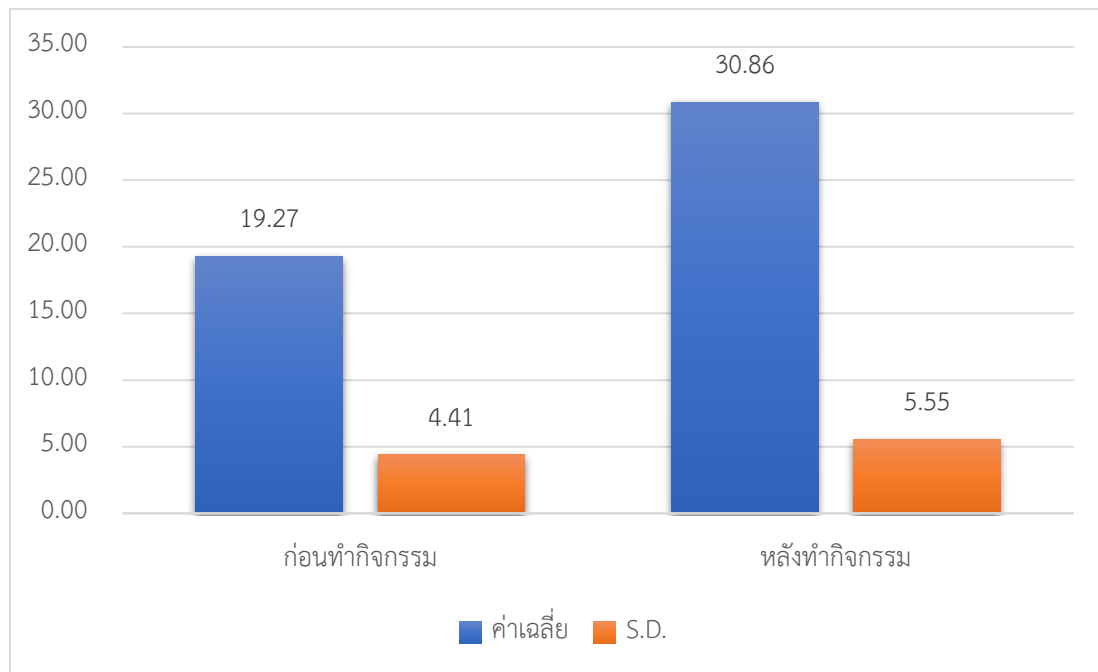


ตารางที่ 2 เปรียบเทียบผลคะแนนร้อยละความก้าวหน้าของนักเรียนชั้นอนุบาล 2 ทั้งชั้นเรียนก่อนและหลังการจัดกิจกรรม

คะแนนเฉลี่ยก่อนการจัดกิจกรรม	คะแนนเฉลี่ยหลังการจัดกิจกรรม	คะแนนร้อยละความก้าวหน้าทั้งชั้นเรียน
19.27	30.86	23.18

จากตารางที่ 2 พบว่าคะแนนเฉลี่ยก่อนการจัดกิจกรรมและหลังการจัดกิจกรรมเท่ากับ 19.27 และ 30.86 ตามลำดับและเมื่อเปรียบเทียบทั้งชั้นเรียนพบว่าคะแนนร้อยละความก้าวหน้าทั้งชั้นเรียนเท่ากับ 23.18

ภาพที่ 1 แผนภูมิแสดงการพัฒนาทักษะสมองส่วนหน้าด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการ ก่อน-หลังการจัดกิจกรรม



จากภาพที่ 1 นักเรียนทั้ง 22 คน มีพัฒนาทักษะสมองส่วนหน้าด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการที่ได้รับการสอนโดยใช้แผนการจัดประสบการณ์กิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ หลังสอนสูงกว่าก่อนสอนเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยที่กล่าวว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการสอนโดยใช้แผนการจัดกิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ มีทักษะสมองส่วนหน้าด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการหลังการจัดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรม

สรุปผลการวิจัย

เด็กปฐมวัยชั้นอนุบาล 2 โรงเรียนเทศบาล 2 (วัดทุ่งสวน) ภาคเรียนที่ 1 -2 ปีการศึกษา 2562 จำนวน 22 คน พบว่าการพัฒนาทักษะสมองส่วนหน้าด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการสำหรับเด็กปฐมวัย เด็กปฐมวัยที่ได้รับการสอนโดยใช้แผนการจัดประสบการณ์กิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ มีคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานก่อนสอนเป็น 19.27 และ 4.41 ตามลำดับ คะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานหลังสอนเป็น 30.86 และ 5.55 ตามลำดับ และเมื่อเปรียบเทียบทั้งชั้นเรียนพบว่าคะแนนร้อยละความก้าวหน้าทั้งชั้นเรียน เท่ากับ 23.18



พัฒนาทักษะสมองส่วนหน้าด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการโดยใช้แผนการจัดประสบการณ์กิจกรรมการ
การทำน้ำผัก ผลไม้ หลังสอนสูงกว่าก่อนสอน

อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อเปรียบเทียบทักษะสมองส่วนหน้าด้านการวางแผนและจัดระบบ
ดำเนินการของเด็กปฐมวัย โดยใช้กิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ นักเรียนชั้นอนุบาล 2 ก่อนและหลังการจัดกิจกรรม
ผลการศึกษาวิจัยพบว่า คะแนนร้อยละความก้าวหน้านักเรียนเพิ่มขึ้นทุกคนที่เป็นเช่นนี้ เกิดจากเด็กเกิดการเรียนรู้ไป
ทีละขั้นตอนผ่านการปฏิบัติจริงด้วยตนเอง โดยการจัดกิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้เพื่อสุขภาพ มีการวางแผนและ
จัดระบบดำเนินการจึงทำให้สมองส่วนหน้าด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการพัฒนาสูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ
รศ.ดร. นवलจันทร์ จุฑาทักติกุล (2561:16) ที่กล่าวว่า ทักษะสมองส่วนหน้า เป็นสิ่งที่สำคัญที่เด็กควรได้รับการฝึกฝน
เพื่อการเตรียมพร้อมศักยภาพ การแก้ไขปัญหา การวางแผนจัดการกับชีวิต ทักษะการใช้ชีวิตช่วยให้เด็กเข้าใจและ
รู้จักคิด เพราะเป็นทักษะที่สำคัญในการใช้ชีวิตที่ช่วยให้เด็กเข้าใจ รู้จักคิด และอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

- 1.1 ควรมีการเตรียมสื่อ อุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมให้พร้อมสำหรับเด็กทุกคน
- 1.2 ก่อนให้เด็กจัดกิจกรรมครูควรสาธิตวิธีการสร้างผลงานให้เด็กเข้าใจ เพื่อเด็กจะสามารถทำ
ผลงานได้ด้วยตนเอง
- 1.3 มีการดำเนินการอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ
- 1.4 การนำแผนการจัดประสบการณ์การจัดกิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ ไปใช้ครูจะต้องศึกษาให้
เข้าใจและปรับกิจกรรมให้สอดคล้องกับหน่วยการจัดประสบการณ์และบริบทของโรงเรียน
- 1.5 ควรให้ผู้ปกครองนำกิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ ไปใช้กับเด็กได้นอกเหนือจากที่ครูสอนใน
ห้องเรียน เพื่อให้เด็กได้พัฒนาอย่างเต็มศักยภาพ

2. ข้อเสนอแนะในการทาวิจัยครั้งต่อไป

- 2.1 ควรศึกษาเปรียบเทียบพัฒนาทักษะสมองส่วนหน้าด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการของ
เด็กปฐมวัย โดยใช้กิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ กับกิจกรรมเสริมประสบการณ์ในรูปแบบอื่น
- 2.2 ควรมีการศึกษาและพัฒนาชุดกิจกรรมสำหรับใช้ในกิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ เพื่อพัฒนา
ทักษะสมองส่วนหน้าด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการสำหรับเด็กปฐมวัย
- 2.3 ควรทำการศึกษาและพัฒนารูปแบบการจัดประสบการณ์การเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างและพัฒนา
ทักษะสมองส่วนหน้าด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการเด็กปฐมวัย โดยใช้กิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้
เพื่อนำไปพัฒนาทักษะด้านต่าง ๆ ของเด็กปฐมวัยให้เกิดประโยชน์ต่อเด็กให้ครบทุกด้าน เช่น ด้านร่างกาย
ด้านอารมณ์-จิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา

กิตติกรรมประกาศ

รายงานวิจัยในชั้นเรียนเรื่อง การพัฒนาทักษะสมองส่วนหน้าด้านการวางแผนและจัดระบบดำเนินการ
สำหรับเด็กปฐมวัย โดยใช้กิจกรรมการทำน้ำผัก ผลไม้ นักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 2 โรงเรียนเทศบาล 2 (วัดทุ่งสวน)
สำเร็จลงไปด้วยความกรุณาจากผู้เชี่ยวชาญที่สละเวลาพิจารณาตรวจสอบนวัตกรรมและเครื่องมือเก็บข้อมูล
ซึ่งผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งเป็นพระคุณอย่างยิ่ง ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้



ผู้วิจัยกราบขอพระคุณอาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์จุฑาทิพย์ โอบอ้อม อาจารย์ประจำโปรแกรมวิชาการศึกษาศาสตร์ปฐมวัยที่ให้คำปรึกษา คอยให้คำแนะนำ ช่วยเหลือการสร้างนวัตกรรมและเครื่องมือเก็บข้อมูลที่ใช้ในการทำวิจัยในชั้นเรียนทำให้การดำเนินการสำเร็จไปได้ด้วยดี ในการวิจัยชั้นเรียนฉบับนี้ออกมาสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

สุดท้ายขอขอบพระคุณครูอีกหลายคนที่ไม่สามารถเอ่ยนามได้หมด ที่ให้คำแนะนำและเป็นกำลังใจให้ผู้วิจัยทำวิจัยชั้นเรียนได้สำเร็จอย่างสมบูรณ์

เอกสารอ้างอิง

กระทรวงศึกษาธิการ, **หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด

กุลยา ตันติผลาชีวะ . (2542). **การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย**. กรุงเทพฯ : เบรน-เบส บัคส์, จันทร วรากุลเทพ และคณะ, น้ำผักและผลไม้ สูตรสมุนไพร-เครื่องเทศ เพื่อพลังงานและสุขภาพ.กรุงเทพมหานคร: เพชรรัตตติโอ, ม. ป. ป.

เดลีคูลเพรส.(2558). **คุณสมบัติจากน้ำผักและผลไม้จากกรรมวิธีการแยกกาก.สืบค้นจาก**
<http://www.dailycoldpressed.com/th/why-cold-pressed/>

เยาวพา เดชะคุปต์.(2542). **การศึกษาปฐมวัย**.กรุงเทพฯ: เอบี กราฟฟิกส์ดีไซน์

สุภาวดี หาญเมธี.(2561). **EF Executive functions (ทักษะสมองเพื่อชีวิตที่สำเร็จ)**. กรุงเทพฯ : สถาบันอาร์แอลจี(รักลูก เลิร์นนิ่ง กรุ๊ป),2561.