



ผลของการใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดที่มีต่อพฤติกรรมการรักษาความสะอาด
ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เทศบาลตำบลตำบอง
อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี

**The Effects of Cleanliness Habit Training Package on the Cleanliness Behaviors
of the First Year Preschoolers at the Child Development Center of Tambon
Samrong Municipality, Tamuang District, Kanjanaburi Province**

เสาวณี กุลทอง

Saowanee Kulthong

วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาระดับปฐมวัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

**Master of Education Thesis in Early Childhood Education
Phetchaburi Rajabhat University**

2553

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

ชื่อวิทยานิพนธ์ ผลของการใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดที่มีต่อพฤติกรรมการรักษา
ความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาล
ตำบลสำโรง อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี

ผู้วิจัย นางสาวเสาวณี กุลทอง

สาขาวิชา การศึกษาปฐมวัย

คณะกรรมการที่ปรึกษา

คณะกรรมการสอบ

.....ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.นิตยา ประพฤติกิจ)

.....ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ สุเทพ ลิ้มอรุณ)

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.นิตยา ประพฤติกิจ)

.....กรรมการ
(ดร.ปิยะนาถ บุญมีพิพิธ)

.....กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ
(รองศาสตราจารย์ ดร.ธีระ ประพฤติกิจ)

มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของ
การศึกษาตามหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

.....

.....

(ดร.วิวัฒน์ วรวงษ์)
คณบดีคณะครุศาสตร์

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิวัต กลิ่นงาม)
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

ชื่อวิทยานิพนธ์ ผลของการใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดที่มีต่อพฤติกรรมการรักษาความสะอาด
ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เทศบาลตำบลสำโรง อำเภอท่าม่วง จังหวัด
กาญจนบุรี **ผู้วิจัย** นางสาวเสาวณี กุลทอง สาขาวิชา การศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2553

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย
ชั้นปีที่ 1 ก่อนและหลังการใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาด และเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรม
การรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ระหว่างเพศชายและหญิงหลังการฝึกนิสัย
รักความสะอาด กลุ่มตัวอย่างคือ เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 อายุ 3 - 4 ขวบ จำนวน 22 คน แยกออกเป็น
เพศชาย 13 คน และเพศหญิง 9 คน ซึ่งได้จากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากรทั้งหมดจำนวน 3
ห้องเรียน ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เทศบาลตำบลสำโรง อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน
24 กิจกรรม เพื่อใช้ในการทดลอง 8 สัปดาห์ ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 และแบบสังเกต
พฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การหา
ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที แบบกลุ่มที่ไม่เป็นอิสระแก่กัน และการวิเคราะห์
ความแปรปรวนร่วม

ผลการวิจัยพบว่า

1. เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ที่ได้รับการฝึกโดยใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดมีพฤติกรรมการรักษาความสะอาดดีขึ้นกว่าก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
2. เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 เพศชายและเพศหญิงที่ได้รับการฝึกโดยใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดมีพฤติกรรมการรักษาความสะอาดหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยเพศหญิงมีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการรักษาความสะอาดสูงกว่าเพศชาย

Thesis Title : The Effects of Cleanliness Habit Training Package on the Cleanliness Behaviors of the First Year Preschoolers at the Child Development Center of Tambon Samrong Municipality, Tamuang District, Kanjanaburi Province. **Researcher :** Miss. Saowanee Kulthong
Major : Early Childhood Education. **Year :** 2010

Abstract

The purposes of this study were to compare the cleanliness behaviors of the first year preschoolers before and after the experiment and to compare the cleanliness behaviors of male and female first year preschoolers after the experiment. The samples were twenty - two 3-4 year - old children divided into thirteen boys and nine girls who were simply randomized from the population of the three classrooms of the first year preschoolers at the Child Development Center of Tambon Somrong Municipality, Tamuang District, Kanjanaburi Province. The instruments used in the study were Cleanliness Habit Training Package for the eight-week experiment in the second semester of the academic year 2009 and the Cleanliness Observation Form for the children constructed by the researcher. The statistics used for data analysis were t – test (t – dependent) and Analysis of Covariance.

The results were as follows :

1. After an application of Cleanliness Habit Training Package, the first year preschoolers were significantly better in cleanliness habits than before at the level of .001 .
2. After an application of Cleanliness Habit Training Package, the first year boy and girl preschoolers had significant differences in cleanliness habits at the level of .05. The girls' cleanliness habits were in an average better than those of the boys.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดีเพราะได้รับความอนุเคราะห์อย่างยิ่งจากรองศาสตราจารย์ ดร.นิตยา ประพฤติกิจ ประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาช่วยให้คำแนะนำให้คำปรึกษา สนับสนุน ช่วยเหลือ แก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ที่สำคัญยิ่งได้ให้กำลังใจตลอดระยะเวลาในการศึกษาวิจัย จนทำให้วิทยานิพนธ์เล่มนี้เสร็จสมบูรณ์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ และขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์สุเทพ ลีมอรุณ ประธานสอบวิทยานิพนธ์ ดร.ปิยะนาถ บุญมีพิพิธ กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่ช่วยแนะนำแก้ไขในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.ธีระ ประพฤติกิจ ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุมาลี งามสมบัติ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ฤดี ธีระเดชพงศ์ ที่ให้ความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขและเสนอแนะการจัดทำเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ขอขอบคุณผู้ช่วยนักวิจัย คือ นางสาวรุ่งฤดี พึ่งแพง ครูผู้ช่วยโรงเรียนตลาดสำโรง ที่ช่วยในการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ และขอขอบคุณ ผู้บริหาร คณะครู และบุคลากร โรงเรียนตลาดสำโรงที่อำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาวิจัยครั้งนี้

ประโยชน์อันเนื่องมาจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบบูชาแด่ คุณพ่อ คุณแม่ คุณครู อาจารย์ และนางสาวภา กุลทอง ครู ค.ศ. 3 โรงเรียนตลาดสำโรง ที่ได้ให้โอกาสผู้วิจัยได้มีวันนี้ และขอมอบเพื่อเป็นเครื่องหมายแห่งความเพียรพยายามสำหรับผู้ที่คอยให้กำลังใจทุกท่าน

เสาวณี กุลทอง

ตุลาคม 2553

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	(3)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	(4)
กิตติกรรมประกาศ.....	(5)
สารบัญ.....	(6)
สารบัญตาราง.....	(9)
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
สมมุติฐานของการวิจัย.....	4
ขอบเขตของการวิจัย.....	4
ข้อตกลงเบื้องต้น.....	5
คำนิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
ประโยชน์ของการวิจัย.....	6
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย.....	7
ความหมายของพฤติกรรมการรักษาความสะอาด.....	7
ความสำคัญของพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย.....	8
แนวคิดและหลักการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย.....	10
การสังเกตและประเมินพฤติกรรมรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย.....	17
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัย.....	22
ความหมายของการฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัย.....	22
ความสำคัญของ การฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัย.....	23
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัย...	24
หลักการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัย.....	31
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	34

บทที่	หน้า
งานวิจัยในประเทศ.....	34
งานวิจัยต่างประเทศ.....	37
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	40
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	40
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	41
การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	41
แบบแผนการวิจัย	43
การเก็บรวบรวมข้อมูล	43
การวิเคราะห์ข้อมูล	44
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	46
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	49
สรุปผลการวิจัย	49
การอภิปรายผล	50
ข้อเสนอแนะ	53
บรรณานุกรม	55
ภาคผนวก.....	59
ผนวก ก ตารางกำหนดการจัดกิจกรรมตามชุดฝึกนิสัยรักความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1	60
ผนวก ข ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1.....	65
ผนวก ค แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1	128
ผนวก ง ผลการประเมินความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมการฝึกนิสัย รักความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 กับวัตถุประสงค์ของการวิจัย....	131
ผนวก จ ผลการประเมินความสอดคล้องระหว่างข้อของแบบสังเกตพฤติกรรม การรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 กับวัตถุประสงค์ ของการวิจัย.....	134
ผนวก ฉ แสดงการคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสังเกตพฤติกรรม รักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามสูตรของครอนบาค.....	137
ผนวก ช แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรม การรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง	

	หน้า
ก่อนและหลังการทดลอง.....	140
ผนวก ซ รายชื่อผู้เชี่ยวชาญที่ตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	143
ผนวก ฉ หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย	144
ประวัติผู้วิจัย.....	148

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1. ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า t ของคะแนนพฤติกรรม การรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ก่อนและหลังการทดลอง	46
2. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนพฤติกรรมรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ก่อนและหลังการทดลองจำแนกตามเพศ.....	47
3. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมรักษา ความสะอาดของของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ระหว่างเพศชาย และเพศหญิง หลังการทดลอง.....	48

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ภาวะการเจ็บป่วยและเสียชีวิตวัยเด็กในปัจจุบันมากกว่าครึ่งหนึ่ง เกิดจากการได้รับเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายผ่านอาหาร น้ำ มือที่สกปรก จากทางเดินหายใจ การเจ็บป่วยหลายประเภทสามารถป้องกันได้ด้วยการรักษาสุขอนามัยและมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี ได้แก่ ดื่มน้ำ และรับประทานอาหารที่สะอาด ล้างมือให้สะอาดทุกครั้งหลังการขับถ่ายและก่อนสัมผัสอาหาร ควรใช้น้ำที่มาจากแหล่งน้ำที่สะอาดและปลอดภัยในการดำรงชีวิตประจำวัน การใช้ส้วมที่ถูกสุขลักษณะ การกำจัดมูลของสัตว์ให้อยู่ห่างจากที่อยู่อาศัย ทางเดิน บ่อน้ำ และบริเวณที่เด็กเล่น สุขภาพที่ดีจะต้องสร้างขึ้นด้วยตนเอง โดยชุมชน สังคมและรัฐให้การสนับสนุน โดยเฉพาะระบบสาธารณสุขโลก ระบบกักน้ำเสีย สิ่งปฏิภูลและการควบคุมดูแลสิ่งแวดล้อมให้ปลอดภัย ดูแลรักษาร่างกาย ของใช้ให้สะอาดและขับถ่ายลงในส้วมที่ถูกสุขลักษณะ รักษาฟันให้แข็งแรงและแปรงฟันทุกวันอย่างถูกต้อง ล้างมือให้สะอาดทุกครั้งก่อนสัมผัสอาหาร และหลังการขับถ่าย กินอาหารสุกสะอาด ปราศจากสารอันตราย และหลีกเลี่ยงอาหาร รสจัด รสหวาน สีฉูดฉาด (กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข, 2546)

การดูแลสุขภาพความสะอาดของร่างกายนั้น เป็นคุณลักษณะสำคัญอีกประการหนึ่งของบุคลิกภาพของบุคคลด้านความรับผิดชอบ การจะดูว่าใครเป็นผู้มีความรับผิดชอบต่อตนเองหรือไม่ นั้นดูได้จากพฤติกรรมการรักษาความสะอาดที่เด็กแสดงออก เช่น เมื่อตื่นนอนเก็บที่นอน หมอนมุ้ง เข้าที่ให้เรียบร้อยโดยไม่ต้องมีใครเตือน อาบน้ำ แปรงฟัน ทันทีก่อนเก็บที่นอนเสร็จ ช่วยพ่อแม่ทำความสะอาดบ้านก่อนไปโรงเรียนและช่วยอีกครั้งเมื่อกลับจากโรงเรียนจนเป็นกิจวัตร ทั้งเศษกระดาษ หรือเศษอาหารในภาชนะทิ้งผงทุกครั้ง (ประดินันท์ อุปรมัย, 2539) แต่โดยธรรมชาติของเด็กส่วนใหญ่มักจะดำเนินชีวิตอย่างเรียบง่าย ในชนบทที่เป็นแหล่งทุรกันดาร เด็กปฐมวัยจะดำเนินชีวิตอย่างขาดระเบียบแบบแผนไม่คำนึงถึงความสะอาด ความปลอดภัย ผู้ปกครองขาดความรู้ความเข้าใจในด้านสุขอนามัย เด็กจะถูกปล่อยให้อยู่ตามสภาพ ดังนั้นงานด้านสุขอนามัยของสถานศึกษาจึงมีความสำคัญต่อเด็กปฐมวัย (ธีระยุทธ เสนิงศ์ ณ อยุธยา, 2543)

การเสริมสร้างนิสัยในการรักษาความสะอาดของร่างกายเป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องปลูกฝังให้เกิดขึ้นในตัวเด็ก เพราะความสะอาด ส่งผลต่อสุขภาพของเด็กโดยตรง หากเด็กได้มีการรักษาความสะอาดของร่างกายอย่างสม่ำเสมอ ก็เป็นการป้องกันโรคบางชนิดไม่ให้เกิดกับตนเองได้ หรือในรายที่เกิดเจ็บป่วยด้วยโรคบางชนิดที่เป็นโรคติดต่อ การรักษาความสะอาดก็จะเป็นการจำกัดไม่ให้เกิดการเจ็บป่วยนั้นลุกลาม หรือแพร่ขยายไปสู่บุคคลอื่นได้ (กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข, 2546) ดังนั้นการวางแผนพัฒนาคุณภาพของประชากร หรือพัฒนาสุขภาพทั่วไปของประชาชน จึงควรให้ความสำคัญกับกลุ่มเด็กให้มากโดยทั่วไปแล้วเด็กที่ได้รับการดูแลสุขภาพอย่างถูกต้องตั้งแต่วัยทารกจะมีปัญหาน้อยลง เพราะว่าปัญหาสุขภาพต่างๆ ที่พบตั้งแต่เล็กและมักจะได้รับการดูแลรักษาอย่างดี ปัญหาสุขภาพของเด็กจึงเป็นปัญหาต่อเนื่องมาจากก่อนวัยเรียนเป็นส่วนใหญ่ ปัญหาสุขภาพในเด็กได้แก่

1. โรคติดเชื้อ โรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ และระบบทางเดินอาหารเป็นสาเหตุที่ทำให้เด็กเจ็บป่วยและขาดโรงเรียนมากที่สุด ลักษณะความเป็นอยู่และสิ่งแวดล้อมของเด็กเอื้อต่อการติดเชื้อโรคได้ง่าย โรคอุจจาระร่วงที่เกิดจากการดื่มน้ำ หรือรับประทานอาหารที่มีเชื้อโรคร่วมกัน อาหารที่วางขายไม่ถูกสุขลักษณะ การดูแลตนเองในเรื่องอนามัยส่วนบุคคลไม่ดี ที่อยู่อาศัยคับแคบทำให้อยู่ร่วมกันอย่างแออัด เหล่านี้เป็นปัญหาที่ทำให้เด็กติดเชื้อโรคอยู่เป็นประจำ

2. โรคผิวหนังและผม ปัญหาที่พบบ่อยได้แก่ พุพอง หิด เหา ซึ่งพบมากในเด็กวัยเรียนระยะแรก ในช่วงเข้าวัยรุ่นเด็กรู้จักการดูแลรักษาตนเองมากขึ้น ปัญหาเหล่านี้ก็จะพบน้อยลง

3. โรคฟันและเหงือก ในการตรวจสุขภาพฟันในเด็ก ทั้งในเมืองและต่างจังหวัดพบว่าเด็กเกือบทุกคนจะมีปัญหาฟันผุ เหงือกอักเสบ และทันตอนามัยไม่ดี ปัญหาต่างๆ เหล่านี้เป็นปัญหาสืบเนื่องมาจากการขาดการดูแลสุขภาพฟันที่ถูกต้องในวัยก่อนเรียน การรับประทานขนมหวาน เช่น ลูกกวาด ซ็อกโกแลต การแปรงฟันที่ไม่ถูกวิธี หรือไม่แปรงฟันเลย ลักษณะการบริโภคอาหารที่ไม่มีกากของเด็กวัยก่อนเรียน เหล่านี้เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดโรคฟัน และเหงือก อย่างไรก็ตามในปัจจุบัน ได้มีผู้เห็นความสำคัญของฟันมากขึ้นและพยายามรณรงค์ให้ประชาชน ได้มีความรู้ในการดูแลสุขภาพฟันของตนเอง การสาธารณสุขมูลฐานจึงเป็นวิธีสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาพของเยาวชนวัยเรียนซึ่งเป็นพลังสำคัญของประเทศที่สามารถสนับสนุนงานสาธารณสุขมูลฐานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และประหยัดค่าใช้จ่าย หากได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ถูกต้อง โดยการฝึก อบรม ปลูกฝังความรู้ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายสุขภาพดีถ้วนหน้า (กรมอนามัย, กระทรวงสาธารณสุข, 2549)

การจัดบริการด้านสุขภาพหรือสุขอนามัยให้แก่เด็กในสถานศึกษาปฐมวัยจึงมีความสำคัญด้วยเหตุผลดังต่อไปนี้ (Hildebrand , 1991 อ้างถึงใน นันทิยา น้อยจันทร์, 2548)

1. วิทยาลัย เป็นวัยที่พัฒนาการด้านต่างๆ กำลังพัฒนาอย่างเต็มที่ สถานศึกษาจึงสามารถจัดประสบการณ์ให้เด็กเกิดการเรียนรู้ด้านสุขอนามัยได้เป็นอย่างดี
2. เด็กในสถานศึกษาปฐมวัยอยู่ในวัยที่เล่น ทำกิจกรรม และกินนอนร่วมกันอย่างใกล้ชิดจำเป็นต้องป้องกันมิให้เกิดการแพร่เชื้อหรือมีการติดต่อโรคจากเด็กด้วยกัน สถานศึกษาจึงควรจัดบริการด้านสุขภาพให้แก่เด็กอย่างทั่วถึง
3. การจัดสภาพแวดล้อม การปฏิบัติ และกิจกรรมที่เกี่ยวกับสุขภาพอนามัย เป็นกิจกรรมที่ต้องปลูกฝังให้เป็นนิสัย สถานศึกษาเป็นสถานที่ที่เหมาะสมที่จะจัดกิจกรรมและประสบการณ์เพื่อปลูกฝังเจตคติด้านนี้ เนื่องจากสถานศึกษาเป็นสถานที่เด็กใช้ชีวิตประจำวัน อยู่ในสถานศึกษาเป็นระยะเวลายาวนาน และทางสถานศึกษาสามารถจัดกิจกรรมให้ต่อเนื่องประสานสัมพันธ์กันได้
4. การให้ความรู้และประสบการณ์ด้านสุขภาพอนามัยแก่เด็กจนเด็กมีเจตคติที่ดีต่อสุขอนามัยนั้น เด็กสามารถนำความรู้ที่ได้รับ ไปถ่ายทอดให้บุคคลที่บ้าน เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องของผู้ปกครองให้เป็นไปในทางที่เหมาะสมได้
5. การป้องกันเชื้อโรคในเด็กปฐมวัย สามารถช่วยป้องกันการแพร่โรคต่างๆ ไปยังเด็กอื่นได้

จากสภาพปัญหาที่ผู้วิจัยได้พบจากประสบการณ์ที่ได้ทำงานในด้านการดูแลเด็กมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2543 จนถึงปัจจุบัน ปัญหาที่พบบ่อยที่สุดคือเด็กเล็กๆ มักจะขาดเรียนบ่อย เนื่องจากป่วยด้วยโรคหวัด หรือ ไอเรื้อรัง เมื่อหยุดเรียนและรักษาจนดีขึ้นและผู้ปกครองนำกลับมาเรียนตามเดิมอีกสักกระยะหนึ่งเด็กก็จะป่วยและหยุดเรียนอีก ซึ่งส่งผลให้เด็กได้รับการพัฒนาไม่ต่อเนื่องและพัฒนาการอย่างล่าช้า จึงทำให้เห็นได้ว่าเมื่อเด็กมาอยู่รวมกันเป็นจำนวนมาก เด็กจะต้องเล่นและคลุกคลีกันอย่างใกล้ชิด ถ้าเด็กคนหนึ่งป่วย ก็จะทำให้ติดต่อไปยังเด็กคนอื่นๆ ได้ง่ายเพราะเด็กยังไม่รู้จักการป้องกันและระมัดระวังตนเอง โดยเฉพาะในเรื่องการรักษาความสะอาดในการทำกิจวัตรประจำวัน ความจำเป็นดังกล่าวย่อมแสดงให้เห็นว่าเด็กยังต้องได้รับการดูแลเรื่องการรักษาความสะอาดในด้านต่างๆ เป็นอย่างมากเพราะเด็กยังช่วยตัวเองได้ไม่มากนัก และภูมิคุ้มกันต่อเชื้อโรคก็ยังมีน้อย การอบรมเลี้ยงดูและการส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสม เช่นการรักษาความสะอาดของร่างกาย เครื่องนุ่งห่ม และการรักษาสภาพแวดล้อมรอบตัวเด็กให้สะอาดจะช่วยป้องกันความเจ็บป่วยและส่งผลต่อพัฒนาการด้านสติปัญญา อารมณ์ จิตใจ และสังคมของเด็กให้ดีขึ้นไปด้วยเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงทำการวิจัยเรื่องผลของการใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดที่มีต่อพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 เพื่อให้เป็นข้อมูลสำหรับครูและผู้ที่เกี่ยวข้องในการดูแลและฝึกฝนนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัยต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ก่อนและหลังการฝึกนิสัยรักความสะอาด
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ระหว่างเพศชายและหญิงหลังการทดลอง

สมมุติฐานของการวิจัย

1. พฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ก่อนและหลังการทดลองจะแตกต่างกัน
2. พฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ระหว่างเพศชายและหญิงหลังการทดลองจะแตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรคือ เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 อายุ 3 - 4 ขวบ จำนวน 3 ห้อง เรียนๆ ละ 22, 21 และ 18 คน ตามลำดับของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เทศบาลตำบลสำโรง อำเภอนาทมวัง จังหวัดกาญจนบุรี ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552
2. กลุ่มตัวอย่างคือ เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 อายุ 3 - 4 ขวบ 1 ห้องเรียน จำนวน 22 คน ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เทศบาลตำบลสำโรง อำเภอนาทมวัง จังหวัดกาญจนบุรี ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 ซึ่งได้จากการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) จากประชากรทั้งหมด 3 ห้องเรียน
3. ตัวแปรที่ศึกษา
 - 3.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 - 3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
4. ระยะเวลาที่ใช้ในการทดลอง การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยทำการทดลองในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ๆ ละ 3 วันๆ ละ 20 นาที

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 หนึ่งห้องเรียนจำนวน 22 คน ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้จากการสุ่มอย่างง่าย จึงสามารถใช้เป็นตัวแทนประชากรเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ทั่วๆ ไปได้

2. ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีความแม่นยำตรงตามทฤษฎี (Construct validity) เพราะได้ผ่านการพิจารณาตัดสินจากผู้เชี่ยวชาญแล้ว

3. แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาดที่ใช้ในการเก็บข้อมูลครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณาตัดสินจากผู้เชี่ยวชาญ และผ่านการวิเคราะห์ตามกระบวนการทางสถิติแล้ว จึงมีความแม่นยำตรงตามทฤษฎี และเชื่อถือได้ (Reliability)

คำนิยามศัพท์เฉพาะ

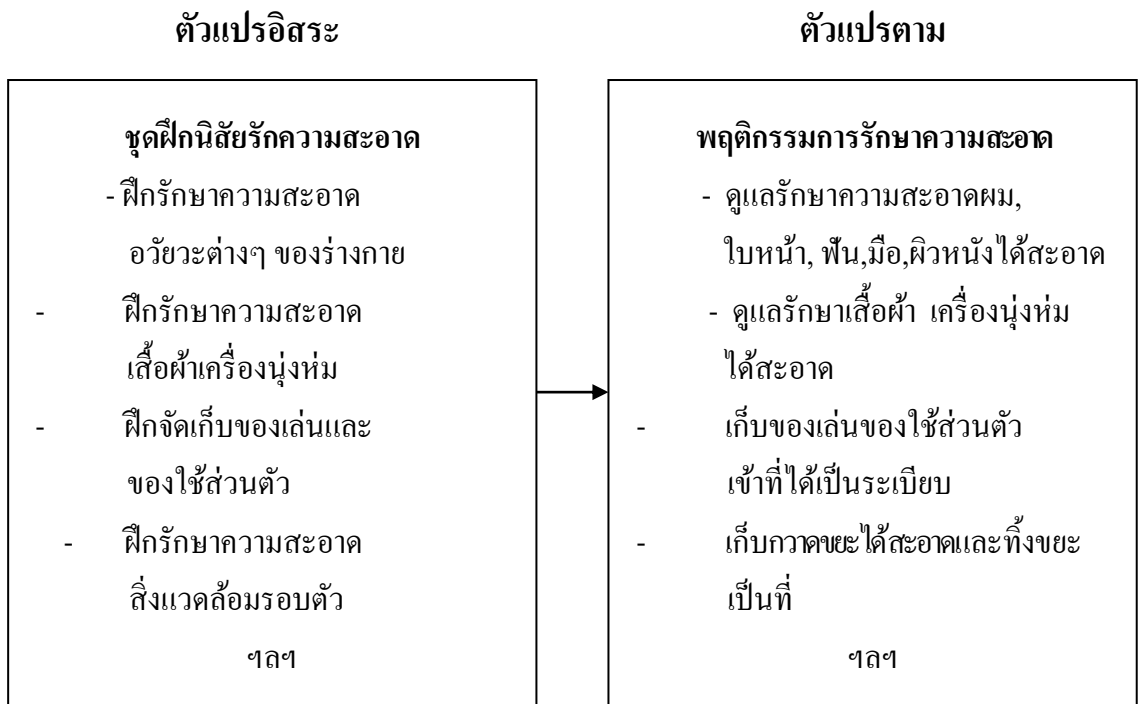
ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาด หมายถึง ชุดกิจกรรมเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดจำนวน 24 กิจกรรม เช่น การฝึกล้างมือ การแปรงฟัน การใช้ห้องน้ำ และการเก็บของเล่นของใช้ส่วนตัวเข้าที่ ฯลฯ ซึ่งผู้วิจัยสร้างและพัฒนาขึ้นเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมรักษาความสะอาดของเด็กอายุ 3-4 ขวบ

พฤติกรรมรักษาความสะอาด หมายถึง พฤติกรรมรักษาความสะอาด จำนวน 30 พฤติกรรม เช่น การดูแลรักษาอวัยวะต่างๆ ของร่างกาย ของเล่นของใช้ หรืออุปกรณ์ต่างๆ รวมทั้งสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัวให้สะอาดเรียบร้อย ปราศจากเชื้อโรค ซึ่งสามารถประเมินได้จากแบบสังเกตที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

เด็กปฐมวัย หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปฐมวัยชั้นปีที่ 1 อายุระหว่าง 3-4 ขวบ ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เทศบาลตำบลสำโรง อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยเรื่องผลของการใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดที่มีต่อพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 มีกรอบแนวคิดในการวิจัยตามแนวคิด ทฤษฎีและหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย ปี พ.ศ. 2546 มาตรฐานที่ 1, 4, 6 และ 7 ดังนี้



ประโยชน์ของการวิจัย

1. ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดจะเป็นประโยชน์ต่อครูปฐมวัยในการจัดการเรียนการสอนเพื่อให้เด็กมีพฤติกรรมรักษาความสะอาดมากขึ้น
2. เด็กปฐมวัยที่ได้รับการฝึกนิสัยรักความสะอาดในการวิจัยครั้งนี้จะมีพฤติกรรมรักษาความสะอาดมากขึ้น
3. ผลการวิจัยครั้งนี้จะเป็นข้อมูลสำหรับผู้ที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย และการจัดการศึกษาปฐมวัยในการพัฒนาการเรียนการสอนสำหรับเด็กปฐมวัยให้มีประสิทธิภาพมากขึ้นต่อไป

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดที่มีต่อพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เทศบาลตำบลลำยอง อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแยกตามหัวข้อดังต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย
 - 1.1 ความหมายของพฤติกรรมรักษาความสะอาด
 - 1.2 ความสำคัญของพฤติกรรมรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย
 - 1.3 แนวคิดและหลักการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย
 - 1.4 การสังเกตและประเมินผลพฤติกรรมรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัย
 - 2.1 ความหมายของการฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัย
 - 2.2 ความสำคัญของการฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัย
 - 2.3 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัย
 - 2.4 หลักการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัย
3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 3.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 3.2 งานวิจัยต่างประเทศ

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย

1.1 ความหมายของพฤติกรรมรักษาความสะอาด

พฤติกรรมรักษาความสะอาด ได้มีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

พฤติกรรมรักษาความสะอาด หมายถึง การดูแลรักษาส่วนต่างๆ ของร่างกาย เครื่องนุ่งห่ม และสิ่งของเครื่องใช้รอบตัวเด็กให้สะอาดอยู่เสมอ (ประภาพรรณ เอี่ยมสุภามิตร, 2532 อ้างถึงใน ชีราพร กุลนันทน์, 2543)

กุลชลี ภูมรินทร์ (2535) ได้กล่าวไว้ว่า การรักษาความสะอาดร่างกาย หมายถึง การแสดงออกของบุคคลในการรักษาอนามัยส่วนบุคคล เพื่อการมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง ปราศจากโรคที่สามารถหลีกเลี่ยงได้ โดยเน้นในการรักษาความสะอาดของอวัยวะสำคัญของร่างกาย อันได้แก่ ตา หู จมูก ปาก ฟัน มือ เท้า เล็บและผิวหนัง รวมทั้งเสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย

กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข (2543) ได้ให้ความหมาย ของพฤติกรรมกรรมการรักษาความสะอาดไว้ว่า เป็นการกำจัดสิ่งสกปรกและจุลชีพ ออกจากสิ่งของ เครื่องใช้ และร่างกาย

สมหวัง คำนชัยจิตร และทิพวรรณ ตั้งตระกูล (2543) กล่าวว่าพฤติกรรมกรรมการรักษาความสะอาด หมายถึง การขจัดสิ่งปนเปื้อนรวมทั้งเชื้อโรคออกจากสิ่งของเครื่องมือ เครื่องใช้ รวมทั้งร่างกายเพื่อป้องกันการแพร่ของเชื้อโรค.

นอกจากนี้ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช (2543) ได้กล่าวไว้ว่าพฤติกรรมกรรมการรักษาความสะอาดเป็นการถ่ายทอดขนบธรรมเนียมประเพณีอันเป็นวิถีทางในการดำเนินชีวิต โดยการอบรมสั่งสอน โดยยึดหลักวัฒนธรรม เด็กจะได้รับการอบรมให้เป็นผู้มีวัฒนธรรมและแสดงให้เห็น ความเจริญในด้านวัตถุ และจิตใจ ผู้ใหญ่จึงสอนให้เด็กรู้จักรักษาความสะอาดของร่างกาย รู้จักรักษาเล็บ มือ ฟัน ให้น้ำสะอาด หรือรู้จักอาบน้ำชำระร่างกายให้สะอาดปราศจากกลิ่นเหม็นอับ โคลนเปื้อนให้สะอาดเรียบร้อย ถูกกาลเทศะ อยู่ดีกินดี รักษาบ้านเรือนที่อยู่อาศัยให้เป็นระเบียบเรียบร้อยสะอาด รู้จักรักษาสุขภาพ รู้จักเลือกรับประทานอาหารดีมีคุณประโยชน์ต่อร่างกาย

จุไรรัตน์ แพรพพราย และรุ่งอรุณ เขียวพุ่มพวง (2547) อธิบายถึงความหมายของพฤติกรรมกรรมการรักษาความสะอาดไว้ว่า หมายถึงการประพฤติปฏิบัติตนของบุคคลที่มีผลโดยตรงต่อสุขภาพ เช่นการดูแลรักษาความสะอาดของร่างกาย ของใช้ และการเลือกรับประทานอาหาร

จากคำจำกัดความที่ยกมาเบื้องต้นสามารถสรุปได้ว่า พฤติกรรมการรักษาความสะอาดเป็นการกระทำที่แสดงออกมาของแต่ละบุคคลในการดูแลและป้องกันตนเองและผู้อื่น ให้พ้นจากสิ่งสกปรกที่อาจจะนำเชื้อโรคต่างๆ มาสู่ตน ซึ่งมีผลโดยตรงต่อสุขภาพ ทั้งยังเป็นการปฏิบัติของบุคคลในการป้องกันไม่ให้เกิดโรครึ้น โดยการนำหลักการรักษาความสะอาดมาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน เพื่อแสดงให้เห็นถึงความมีวัฒนธรรมของบุคคลนั้น

1.2 ความสำคัญของพฤติกรรมกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย

พฤติกรรมกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย เป็นสิ่งสำคัญอย่างมากที่ครู และผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กจะต้องปลูกฝังให้เกิดขึ้นในตัวเด็ก ทั้งนี้เพราะความสะอาดมีผลโดยตรงต่อสุขภาพของเด็กปฐมวัย นอกจากนั้นเด็กปฐมวัยยังมีภูมิคุ้มกันต้านทานโรคต่ำ ถ้าร่างกายของเด็กไปสัมผัสกับสิ่งสกปรกบ่อยครั้งเข้า ก็จะทำให้เกิดโรครึ้นได้ง่าย และโรคบางชนิดอาจเป็น

โรคติดต่อที่แพร่เชื้อไปสู่บุคคลข้างเคียงได้ด้วย ตัวอย่างเช่น การที่เด็กใส่เสื้อผ้าเปียกชื้นเป็นระยะเวลายาวนาน ทำให้เกิดเป็นโรคไข้หวัดหรือโรคปอดบวมขึ้นได้ หรืออาจทำให้เด็กมีอาการปวดท้องได้ หรือในกรณีที่เด็กสวมเสื้อผ้าไม่สะอาดที่มีเชื้อราเกาะติดอยู่อาจทำให้เด็กเป็นโรคผิวหนัง การที่เด็กเป็นโรคผิวหนังเด็กจะเกิดอาการคันอยู่อย่าง ไม่มีความสุข ซึ่งจะมีผลกระทบต่อจิตใจเด็ก และสามารถจะติดต่อไปยังผู้ที่อยู่ใกล้ชิดอีกด้วย (ประภาพรรณ เอี่ยมสุภามิต , 2532)

การจัดการศึกษาของเด็กปฐมวัยโดยทั่วไปมีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมให้เด็กมีความสุขนิสัยที่ดีเกี่ยวกับการกิน เล่น ออกกำลังกาย และการพักผ่อนอย่างถูกต้อง ปลูกฝังให้เด็กมีลักษณะนิสัยที่ดีงาม รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ เป็นการฝึกให้เด็กรู้จักใช้ประสาทสัมผัสให้สัมพันธ์กันได้อย่างเหมาะสม นอกจากนั้นหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ.2546 ยังได้กำหนดมาตรฐานด้านคุณภาพเด็กระดับปฐมวัย ยึดการพัฒนาคุณภาพเด็กให้มีพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาที่เหมาะสมกับวัย ความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยใช้หลักการพัฒนาเด็กโดยองค์รวม เพื่อให้เด็กมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ตามที่ระบุไว้ในหลักสูตร โดยกำหนดคุณภาพเด็กเป็น 8 ส่วน คือ มีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์และพัฒนาสิ่งแวดล้อม สามารถคิดรวบยอด คิดแก้ปัญหา คิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีความรู้ และทักษะเบื้องต้น สนใจใฝ่รู้ รักการอ่าน พัฒนาตนเอง มีสุขนิสัย สุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี มีสุนทรียภาพและลักษณะนิสัยด้านศิลปะ ดนตรี และการเคลื่อนไหว

ซึ่งในส่วนของสุขภาพนั้น มุ่งเน้นให้เด็กเจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์ มีพัฒนาการสมวัย มีสุขนิสัย สุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี โดยร่างกายของเด็กต้องได้รับการพัฒนาไปพร้อมกับการพัฒนาด้านอารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา ซึ่งในที่นี้จะขอกกล่าวถึงมาตรฐานที่เกี่ยวกับด้านการรักษาความสะอาดซึ่งเป็นการกำหนดความคาดหวังที่จะเกิดกับเด็กหลังจบหลักสูตรไว้ดังนี้

มาตรฐานที่ 1 ร่างกายเจริญเติบโตตามวัย และมีสุขนิสัยที่ดี

ตัวบ่งชี้ที่ 1.2 รู้จักรักษาสุขภาพอนามัยและความปลอดภัย โดยกำหนดสภาพที่พึงประสงค์ไว้ว่าเด็กรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ได้ เด็กต้องล้างมือหลังจากใช้ห้องน้ำ ห้องส้วม และก่อนรับประทานอาหารได้ บอกความต้องการเมื่อจะขับถ่าย และขับถ่ายเป็นเวลา

มาตรฐานที่ 4 มีคุณธรรม จริยธรรม และมีจิตใจที่ดีงาม

ตัวบ่งชี้ที่ 4.1 มีวินัยในตนเองและมีความรับผิดชอบโดยกำหนดสภาพที่พึงประสงค์ไว้ว่า จัดเก็บของเล่น ของใช้เข้าที่ได้เรียบร้อย

มาตรฐานที่ 6 ช่วยเหลือตนเองได้เหมาะสมกับวัย

ตัวบ่งชี้ที่ 6.1 เลือกเครื่องแต่งกายของตนเอง แต่งตัวด้วยตนเองได้และ
รับประทานอาหารได้ด้วยตนเอง โดยไม่หกเลอะเทอะ

มาตรฐานที่ 7 รักธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม และความเป็นไทย

ตัวบ่งชี้ที่ 7.1 คุณลักษณะธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม โดยกำหนดสภาพที่พึงประสงค์ไว้
ว่าสนใจธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมรอบตัว ทิ้งขยะถูกที่ ไม่ทำลายสาธารณสมบัติ

คุณลักษณะที่พึงประสงค์ดังกล่าวจะทำให้เด็กมีพัฒนาการด้านสังคมตามมา
กล่าวคือ การพัฒนาสังคมนิสัย เพื่อให้เด็กมีลักษณะนิสัยที่ดี แสดงออกอย่างเหมาะสมและ
อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ช่วยเหลือตนเองในการทำกิจวัตรประจำวัน มีนิสัยรักการทำงาน
รู้จักระมัดระวังความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น จึงควรจัดให้เด็กได้ปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน
อย่างสม่ำเสมอ เช่น รับประทานอาหาร พักผ่อนนอนหลับ ขับถ่าย ทำความสะอาดร่างกาย เล่น
และทำงานร่วมกับผู้อื่นปฏิบัติตามกฎกติกาข้อตกลงของส่วนรวม เก็บของเข้าที่เมื่อเล่นหรือทำงาน
เสร็จ (กระทรวง ศึกษาธิการ, 2548)

1.3 แนวคิดและหลักการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย

1.3.1 แนวคิดเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย

มีผู้ให้แนวคิดเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย ไว้หลายท่าน
ดังต่อไปนี้

สุชา จันทรเอม (2517 อ้างถึงใน ชีราพร กุลนันทน์, 2535) ได้กล่าวไว้ว่า
การให้เด็กรู้จักดูแลตนเองเป็นการเจริญเติบโตทางด้านบุคลิกภาพ ขั้นตอนของการรู้จักดูแลเสื้อผ้า
และสิ่งต่างๆ ตนเองเป็นหนทางที่จะนำไปสู่การพัฒนาการรู้จักตนเองและเคารพตนเอง
ความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งเป็นบุคลิกภาพทางสังคมอย่างหนึ่งที่ควรปลูกฝังและส่งเสริมให้กับเด็ก
เพราะคนที่มีความมั่นใจในตนเองจะมีบุคลิกภาพที่ดี มองโลกในแง่ดี และมีความรู้สึกปลอดภัย
กล้าแสดงออก สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช (2535) กล่าวว่า เด็กที่มีอายุระหว่าง 2-6
ขวบ เป็นวัยแห่งการจัดแจง เด็กวัยนี้สามารถเรียนรู้และกระทำสิ่งต่างๆ ได้เป็นลำดับขั้น มีการ
เปลี่ยนแปลงเจริญเติบโต และมีพัฒนาการในทุกด้าน เป็นวัยที่กำลังพัฒนา ชอบสำรวจ อยากรู้อยาก
เห็น และชอบที่จะลองผิดลองถูก ไม่ชอบอยู่นิ่ง และชอบทำเลียนแบบผู้ดูแล หรือผู้ที่อยู่ใกล้ชิด
เด็กที่เติบโตแข็งแรงสมบูรณ์ย่อมทำให้มีสุขภาพจิตดี อารมณ์ สติปัญญา ตลอดจนสังคมของเด็ก
ย่อมดีด้วย เด็กที่ได้รับการอบรมและฝึกให้มีสุขนิสัยที่ดีมาตั้งแต่ยังเป็นเด็กเล็กๆ เมื่อเติบโตขึ้น
สุขนิสัยก็จะติดตัวเด็กตลอดไปจนเป็นผู้ใหญ่

สมหวัง ด้านชัยวิจิตร และทิพวรรณ ตั้งตระกูล (2543) กล่าวว่า การสัมผัส เป็นกลไกการนำเชื้อโรคที่สำคัญที่สุด พบมากที่สุด การสัมผัสเกิดขึ้นโดยตรงจากการจับต้องของเล่น ของใช้ต่างๆ ถ้ามือหรือของเล่น ของใช้มีเชื้อโรคปนเปื้อนเด็กก็จะได้รับเชื้อโรคจากการสัมผัสนั้น วิธีการแก้ไขที่สำคัญที่สุดคือการล้างมืออย่างถูกต้อง จากการวิจัยพบว่าถ้าล้างมืออย่างถูกต้องจะทำให้อัตราการติดเชื้อลดลงทันที

สถิต วงศ์สุวรรณ (2544) กล่าวว่า ความสะอาดเป็นสิ่งส่งเสริมบุคลิกภาพ และสุขภาพอย่างมาก ควรรักษา และทำความสะอาดร่างกายอยู่เสมอ เพื่อป้องกันการติดโรค และทำให้ตนมีคุณค่าสูงขึ้น จะต้องรักษาความสะอาดของร่างกาย เครื่องแต่งตัว อาหาร เเคหสถาน

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข (2546) ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดฟันและมือของเด็กปฐมวัยไว้ว่า ฟัน ทั้งฟันน้ำนม และฟันแท้มีหน้าที่ในการบดเคี้ยวอาหาร และช่วยในการออกเสียง นอกจากนี้ยังช่วยเสริมใบหน้าให้สวยงามและเสริมบุคลิกภาพ การดูแลสุขภาพช่องปากจึงเป็นเรื่องสำคัญ เพื่อถนอมฟันให้อยู่ในสภาพที่ดีและใช้งานได้อย่างดีตลอดไป ปัจจุบันพบว่าคนส่วนใหญ่ยังขาดการดูแลรักษาฟันให้สะอาดจึงเป็นสาเหตุสำคัญทำให้เป็นโรคฟันผุและโรคเหงือก โดยเฉพาะเด็กปฐมวัยมักจะกินของหวาน คุณคนจนหลักคางคนม ทำให้ฟันผุ สูญเสียฟัน และเหงือกอักเสบ ทำให้เจ็บป่วย กินอาหารได้ไม่ดีและมีปัญหาการออกเสียง ป้องกันโรคฟัน โรคเหงือก และปัญหาอื่นๆ ซึ่งเกิดจากการสูญเสียฟัน ฟันผุ และโรคเหงือกที่รุนแรง ไม่สามารถบดเคี้ยวอาหารได้จึงมีปัญหาสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ

มือเป็นอวัยวะที่ใช้ทำกิจกรรมต่างๆ มากมาย จึงสัมผัสกับร่างกายของตนเอง ของผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม ซึ่งอาจมีสิ่งสกปรก เชื้อโรคเชื้อพยาธิ โดยเฉพาะเด็กเล็กมักใช้มือหยิบอาหารเข้าปากโดยตรงหรือชอบดูดนิ้วมือ มือที่สกปรกจะเป็นแหล่งแพร่เชื้อโรกระบบทางเดินอาหาร (เช่น อหิวาต์คอกโรค ไทฟอยด์ บิด เป็นต้น) ไปพยาธิ (เช่น พยาธิไส้เดือน พยาธิตัวตืด พยาธิแส้ม้า พยาธิเส้นด้าย เป็นต้น) และสิ่งสกปรกโดยรอบ เช่น ขยะมูลฝอย อาหารดิบ มูกเมือก น้ำลายของผู้ป่วยโรคติดต่อ (วัณโรค ไข้หวัด) บริเวณที่มีเชื้อโรคและสิ่งสกปรกติดอยู่เป็นประจำได้แก่ บริเวณนิ้วโป้ง ปลายนิ้วทุกนิ้ว ฝ่ามือ ตามซอกนิ้วมือ และบริเวณหลังมือ ซึ่งคนเรามักจะล้างมือไม่ทั่วถึง วิธีการที่ง่าย สะดวก และประหยัดที่สุดคือ การล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่และน้ำ ล้างให้ถูกต้องทั่วถึงทุกส่วนของมือ สามารถป้องกันตนเองครบครันและชุมชน จากสารพิษและโรคติดเชื้อระบบทางเดินอาหาร และทางเดินหายใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่ทำกันในกรุงการจี ประเทศปากีสถานซึ่งมีประชากรหนาแน่นประมาณ 4 ล้านคน มีการณรงค์เพื่อลดการเกิดโรคติดต่อในเด็กที่เป็นสาเหตุของการเจ็บป่วยและเสียชีวิต โดยได้มีการอบรมชาวบ้านที่มีเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี อยู่ในความดูแลอย่างน้อยสองคน โดยเชิญเพื่อนบ้านที่อยู่รอบๆ มาฟังด้วย

วิทยากรจะมีวิดีโอ สไลด์ และการบรรยายเน้นให้เห็นถึงความสำคัญ และวิธีการที่ถูกต้องในการล้างมือ โดยอบรม 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์ในช่วงแรก และลดลงจำนวนเรื่อยๆ เป็นเวลาหนึ่งปี โดยชาวบ้านจะได้รับแจกสบู่ธรรมดา หรือสบู่ฆ่าเชื้อ (มีไตรโลคาร์บอน 1.2%) ให้ล้างมือหลังจากถ่ายอุจจาระ หลังจากทำความสะอาดกันเด็ก ล้างมือก่อนปรุงอาหาร ก่อนรับประทานอาหาร ให้นมเด็ก โดยมีชาวบ้านข้างเคียงอีก 306 ครัวเรือนเป็นกลุ่มควบคุม ผลจากการรณรงค์พบว่า การล้างมือทำให้ปัญหาปอดอักเสบลดลง ได้ครึ่งหนึ่ง และอุบัติการณ์เกิดท้องเสียลดลงได้ 53% และพบว่า การอาบน้ำวันละครั้งก็สามารถลดปัญหาเรื่องผื่นที่ผิวหนังลงได้ 34% ไม่ว่าจะใช้สบู่แบบใด นอกจากนี้ยังมีการศึกษาอื่นๆ พบว่าการล้างมือด้วยสบู่หรือน้ำยาที่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสมสามารถลดปัญหาโรคที่ติดต่อจากคนหนึ่ง ไปสู่อีกคนในสถานเลี้ยงเด็ก ในโรงเรียน และในทหารเกณฑ์ได้

คอกซ์ และคณะ (Dodge et.al. , 2002 อ้างถึงใน พัชรีย์ ผลโยธิน, 2548) กล่าวว่า การดูแลสุขภาพอนามัย ความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น เป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาเด็กด้านร่างกาย ซึ่งจะช่วยให้เด็กเกิดประสบการณ์ความคิดรวบยอด อันเป็นกระบวนการนำไปสู่การพัฒนาด้านสติปัญญาเกิดสมรรถภาพทางร่างกาย มีผลต่อความเชื่อมั่น เกิดการเรียนรู้ในการแก้ปัญหา เกิดทักษะการคิด ความคิดสร้างสรรค์ และมีแนวโน้มที่จะเกิดคุณลักษณะที่ดีทางสังคม ทั้งนี้เด็กควรได้เรียนรู้ที่จะปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน ดูแลรักษาความปลอดภัยร่างกายของตนเอง เรียนรู้ที่จะระวังรักษาสุขภาพรวมทั้งเห็นคุณค่าของการรักษาความปลอดภัยในชีวิตประจำวัน เช่น การรับประทานอาหาร การข้ามถนน เป็นต้น

จากแนวคิดการรักษาความปลอดภัยของเด็กปฐมวัยที่กล่าวมาข้างต้นพอจะสรุปได้ว่า เด็กปฐมวัยเป็นวัยที่กำลังพัฒนา ต้องปลูกฝังและส่งเสริมให้เด็กได้รู้จักดูแลตนเองในการรักษาความปลอดภัยร่างกาย เสื้อผ้า และสิ่งของต่างๆ เพื่อส่งเสริมให้เด็กมีบุคลิกภาพ และสุขภาพที่ดี ซึ่งจะส่งผลให้เด็กมีพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้

1.3.2 หลักการรักษาความปลอดภัยของเด็กปฐมวัย

การรักษาความปลอดภัยสำหรับเด็กปฐมวัย แบ่งออกเป็น 2 ลักษณะคือ การรักษาความปลอดภัยของร่างกาย และการรักษาความปลอดภัยเครื่องนุ่งห่ม ดังรายละเอียดต่อไปนี้

การรักษาความปลอดภัยร่างกาย หมายถึง การรักษาและดูแลรักษาอวัยวะต่างๆ ของร่างกายอย่างถูกวิธี (ประภาพรรณ เอี่ยมสุภามิต , 2532) ดังต่อไปนี้

1. การรักษาความปลอดภัยตา
2. การรักษาความปลอดภัยหู
3. การรักษาความปลอดภัยจมูก

4. การรักษาความสะอาดปาก
5. การรักษาความสะอาดฟัน
6. การรักษาความสะอาดมือและเล็บมือ
7. การรักษาความสะอาดเท้า
8. การรักษาความสะอาดผม

1. การรักษาความสะอาดตา ลักษณะที่ควรสร้างเสริมได้แก่

1.1 ไม่ใช้มือสกปรกขยี้ตา ถ้ามีสิ่งแปลกปลอมเข้าตา ควรล้างตาในน้ำยาล้างตา หรือในน้ำที่สะอาด สำหรับเด็กวัยนี้ยังไม่อนุญาตให้หยิบยาล้างตาด้วยตนเอง ควรอธิบายให้เด็กเข้าใจ และทราบถึงแนวทางการปฏิบัติ ทางที่ดีควรให้เด็กมาแจ้งให้ครู หรือผู้เกี่ยวข้องทราบเพื่อหาทางแก้ไขให้

1.2 เมื่อนัยน์ตามีอาการผิดปกติ เช่น มีขี้ตาติดอยู่บริเวณตา ให้ใช้สำลีหรือผ้าเช็ดหน้าเช็ดออกให้หมด และถ้ามีขี้ตาแห้งเกาะติดอยู่ให้ใช้สำลีหรือผ้าเช็ดหน้าที่สะอาดชุบน้ำยาล้างตาหรือน้ำที่สะอาดให้พอเปียกแล้วเช็ดรอบบริเวณตา

1.3 ถ้าเป็นโรคตาแดง ให้บอกครูหรือผู้เกี่ยวข้องทราบ เพื่อพาไปพบแพทย์ และหลังจากนั้นควรให้เด็กพักรักษาอยู่ที่บ้าน ไม่ไปเล่นกับผู้อื่น ทั้งยังไม่ควรใช้สายตาในการดูโทรทัศน์หรืออ่านหนังสือ

2. การรักษาความสะอาดหู ลักษณะที่ควรสร้างเสริมได้แก่

2.1 หลีกเลี่ยงการใช้ของแข็งแรงแงหู และป้องกันไม่ให้สิ่งของเข้าไปในหู

2.2 หลีกเลี่ยงการที่จะทำให้น้ำเข้าหู ถ้าเกิดมีน้ำเข้าหูให้ตะแคงหูเพื่อให้น้ำไหลออก แล้วจึงใช้สำลีเช็ดหูให้แห้ง

2.3 รักษาบริเวณซอกหู และใบหูให้สะอาดโดยการถูขี้โคล หรือใช้ผ้าชุบน้ำพอหมาด ๆ เช็ด

3. การรักษาความสะอาดจมูก ลักษณะนิสัยที่ควรสร้างเสริมได้แก่

3.1 หลีกเลี่ยงการใช้นิ้วมือหรือสิ่งของอื่นในจมูก

3.2 หลีกเลี่ยงการเล่นบิบบจุมุก

3.3 เมื่อมีน้ำมูกไหลให้ใช้ผ้าสะอาด หรือกระดาษเช็ดหน้าที่นุ่มสะอาด เช็ดน้ำมูก อย่างปล่อยให้ น้ำมูกแห้งเกรอะกรังอยู่ในจมูกหรือบริเวณจมูกด้านหน้าหรือสอดเอาน้ำมูกเข้าไป

4. การรักษาความสะอาดปาก ลักษณะนิสัยที่ควรสร้างเสริมได้แก่

4.1 ล้างปากและบ้วนปากให้สะอาดทุกครั้ง หลังรับประทานอาหารเสร็จแล้ว

4.2 ใช้กระดาษทิชชูที่สะอาดหรือผ้าเช็ดปากที่สะอาด เช็ดปากเมื่อมีเศษอาหาร หรือสิ่งอื่นติดอยู่

5. การรักษาความสะอาดฟัน ลักษณะนิสัยที่ควรสร้างเสริม ได้แก่

5.1 แปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง คือเวลาเช้าหลังจากตื่นนอน และเวลาค่ำก่อนเข้านอน สำหรับอาหารมื้อกลางวันถ้าฝีกให้แปรงฟันได้ด้วยก็จะเป็นการดี

5.2 แปรงฟันให้ถูกวิธี การแปรงฟันที่ถูกต้องได้แก่

5.2.1 จับแปรงสีฟันให้ส่วนที่เป็นขนแปรงเข้าหาฟันเมื่อแปรงค้ำหน้าของฟัน และหงายขนแปรงขึ้นเมื่อแปรงฟันด้านในซี่บน และคว่ำแปรงลงเมื่อแปรงฟันกรามซี่ล่าง

5.2.2 ป้ายยาสีฟันลงบนแปรงสีฟันให้มีปริมาณพอเหมาะ

5.3 แนวทางการจัดประสบการณ์เพื่อสร้างประสบการณ์สร้างเสริมลักษณะนิสัยการรักษาความสะอาดฟัน

6. การรักษาความสะอาดมือและเล็บมือ

6.1 การรักษามือ ควรให้เด็กปฐมวัยล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง เมื่อพบสกปรก หรือมีสิ่งต่างๆ เปื้อนมืออยู่ และถ้าเป็นการเปื้อนที่มีน้ำมันควรใช้สบู่ฟอกด้วย ฝีกให้เด็กล้างมือหลังจากการเล่น การทำกิจกรรม การรับประทานอาหาร การเข้าห้องน้ำ รวมทั้งก่อนรับประทานอาหารด้วย และควรฝีกให้เด็กเช็ดมือด้วยผ้าสะอาด หรือกระดาษหลังล้างมือทุกครั้ง

6.2 การรักษาเล็บ ควรตัดเล็บและดูแลรักษาเล็บของเด็กอยู่เสมอ รักษาความสะอาดโดยการดูแลไม่ให้สิ่งสกปรกติดอยู่ตามซอกเล็บมือของเด็ก

7. การรักษาความสะอาดเท้า

7.1 เช็ดเท้าให้แห้งหลังจากล้างเท้าทุกครั้ง

7.2 ใช้แปรงอ่อนๆ แปรงขน และใส่ผ้าเท้าให้สะอาด

8. การรักษาความสะอาดผม ครูปฐมวัยควรให้ความรู้แก่เด็กปฐมวัยและผู้ปกครองของเด็กเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดผมให้เด็ก ดังนี้

8.1 สระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

8.2 สระผมอย่างถูกวิธี การสระผมที่ถูกต้องคือ

8.2.1 ราดน้ำลงบนศีรษะให้เปียกทั่ว

8.2.2 เทแชมพูลงบนฝ่ามือพอประมาณแล้วจึงเอามือป้ายลงบนศีรษะให้ทั่ว พร้อมทั้งใช้ปลายนิ้วมือนวดหรือเกาบนศีรษะให้ทั่วทั้งศีรษะ

8.2.3 ราคาน้ำลงบนศีรษะอีกครั้งเพื่อชำระล้างแชมพูออกให้หมดจนเส้นผมไม่มีฟองของแชมพูติดอยู่

8.2.4 ใช้ผ้าเช็ดตัวที่สะอาดเช็ดผมให้แห้ง

8.2.5 ใช้หวี หรือแปรงผมให้ถูกวิธีและถูเบาๆ

การรักษาความสะอาดเครื่องนุ่งห่ม หมายถึง การรักษาความสะอาดเสื้อผ้าที่เด็กสวมใส่ทุกประเภท เด็กปฐมวัยเป็นวัยที่ทุกคนชอบเล่นอยู่ตลอดเวลา และมักจะทำเสื้อผ้าเปื้อนเปรอะอยู่เสมอ ถ้าเด็กไม่มีนิสัยที่จะรักษาเสื้อผ้าของตนให้สะอาด ก็อาจจะทำให้เกิดโรคภัยกับเด็กได้ และอาจส่งผลติดต่อไปยังผู้ที่อยู่ใกล้ชิดเด็ก ดังนั้นจึงมีความจำเป็นที่ต้องสร้างเสริมนิสัยการรักษาความสะอาดเครื่องนุ่งห่มให้แก่เด็กด้วย ลักษณะนิสัยที่ควรส่งเสริมคือ

1. สวมเสื้อผ้าที่สะอาด และไม่เปียกชื้น
2. ไม่สวมเสื้อผ้าซ้ำโดยยังไม่ซัก
3. เมื่อเสื้อผ้าที่สวมใส่อยู่เกิดเปียกชื้น ต้องเปลี่ยนแล้วผึ่งเสื้อผ้านั้นให้แห้งก่อนที่จะนำไปใส่ตะกร้าที่จะซัก
4. ไม่เอามือที่เปรอะเปื้อนป้ายหรือเช็ดลงบนเสื้อผ้าของตนเอง
5. ไม่นั่งลงบนพื้นสกปรก คือ มีฝุ่นติดอยู่หรือมีความเปียกชื้นอยู่

นอกจากการรักษาความสะอาดทางด้านร่างกาย และเครื่องนุ่งห่มแล้ว การจัดสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมก็มีความสำคัญต่อพัฒนาการของเด็ก สภาพแวดล้อมมีส่วนกำหนดสภาวะสุขภาพอนามัยของบุคคล มีอิทธิพลต่อการสร้างความรู้สึกรัก พัฒนาสติปัญญา จิตใจและอารมณ์ สภาพแวดล้อมทางกายภาพที่ถูกต้องลักษณะ สดชื่น ปราศจากมลภาวะ มีความเป็นธรรมชาติที่เอื้อต่อชีวิต และสภาพแวดล้อมเชิงสังคมที่เป็นมิตร น่าอยู่ ปลอดภัย ทำให้มีความสุข ช่วยผ่อนคลายความเครียด การพัฒนาสิ่งแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อชีวิต จึงเป็นสิ่งจำเป็นเพราะมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมไม่สามารถแยกออกจากกันได้ สุขภาพกายและจิตที่ดีจึงต้องอาศัยการอยู่ในสิ่งแวดล้อมเชิงกายภาพและสังคมที่ดี ซึ่งจะเกิดขึ้นได้เมื่อทุกคนในชุมชนช่วยกันสร้างสรรค์ ปัจจุบันสิ่งแวดล้อมถูกมนุษย์ทำลายไปมาก โดยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ หรือเกิดจากการขาดความรับผิดชอบต่อส่วนรวมจนเกิดเป็นปัญหาความไม่สมดุลทางธรรมชาติ เช่น การสะสมสิ่งปฏิกูลและขยะ สารพิษและมลภาวะในน้ำ ในดิน ในอากาศ ตลอดจนสภาพแปรปรวนของลมฟ้าอากาศจากภาวะเรือนกระจกที่ทำให้ผิวโลกร้อนขึ้น ปัญหาเหล่านี้จะส่งผลกระทบต่อตัวคน ครอบครัว และสังคมส่วนรวม ทั้งด้านความเป็นอยู่ สุขภาพอนามัย พฤติกรรม การเกิดโรคภัยไข้เจ็บ เป็นปัญหาทั้งทางเศรษฐกิจและสังคม (กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข, 2546) โดยเฉพาะการจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน เพราะโรงเรียนเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน ที่มีความสำคัญและมีบทบาทใน

การให้ความรู้ ปลุกฝังลักษณะนิสัยต่างๆ ให้แก่เด็ก โดยมุ่งให้ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้จากการเรียน นำไปใช้ในการดำรงชีวิต มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ คิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาต่างๆ วันหนึ่งๆ เด็กต้องใช้ชีวิตอยู่ในโรงเรียนไม่ต่ำกว่า 8-10 ชั่วโมง นอกจากเด็กจะได้รับความรู้จากครู อาจารย์ แล้ว เด็กยังเรียนรู้จากสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัวอีกด้วย ดังนั้นสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนจึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับเด็ก

การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนให้ถูกหลักสุขาภิบาล ตลอดจนการปลุกฝังลักษณะนิสัยที่ดี ให้วัยเด็ก จะส่งผลให้เด็กนั้นเติบโตเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่าในอนาคต โรงเรียนจึงไม่ควรตั้งอยู่ใกล้โรงงานอุตสาหกรรม หรือสถานที่ที่มีเสียงดังรบกวน กลิ่นเหม็น หรือฝุ่นละออง ต้องมีแสงสว่างเพียงพอ มีการระบายอากาศที่ดี ตลอดจนจัดการสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ให้เอื้อต่อการมีสุขภาพดี ไม่ว่าจะเป็นส่วนของส้วม น้ำ อาหาร และความสะดวกในโรงเรียน ดังนั้นเพื่อป้องกันและแก้ไขผลกระทบต่อสุขภาพ อันเนื่องมาจากน้ำดื่ม น้ำใช้ ทั้งปริมาณ และคุณภาพ รัฐจึงมีนโยบายในการดำเนินงานต่างๆ ทั้งระยะสั้นและระยะยาวดังนี้

ส้วม เป็นสถานที่หนึ่งในโรงเรียน ที่มีความสำคัญต่อเด็ก เพราะส้วมเป็นที่รวบรวมและกำจัดสิ่งปฏิกูลที่ร่างกายขับถ่ายออกมา โดยไม่ก่อให้เกิดเหตุรำคาญ และควบคุมป้องกันมิให้เชื้อโรคเกิดการแพร่กระจายได้ ส้วมในโรงเรียนควรสะอาด ต้องแยกส้วมชาย หญิง และมีจำนวนเพียงพอกับ เด็ก ความเจ็บป่วยส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจากเชื้อโรคที่พบในอุจจาระของคน และสัตว์ ถ้ามีการปนเปื้อนของเชื้อดังกล่าวในน้ำ มือ อาหาร ภาชนะใส่อาหาร หรือบริเวณที่เตรียมอาหาร และกินเข้าไป จะเป็นสาเหตุของความเจ็บป่วยได้ วิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรคคือการกำจัดอุจจาระทั้งของคนและของสัตว์อย่างถูกสุขลักษณะ ทุกคนควรถ่ายอุจจาระลงในส้วมทุกครั้ง ส่วนมูลของสัตว์ควรกำจัดให้ห่างจากบ้านที่อยู่อาศัย ทางสาธารณะ และบริเวณที่เด็กเล่น ถ้าในสถานที่ที่ไม่มีส้วมควรถ่ายอุจจาระให้ห่างจากบ้าน ทางสาธารณะ แหล่งน้ำและบริเวณที่เด็กเล่น และควรฝังกลบทันที ถ้าเด็กไม่ได้ถ่ายอุจจาระลงในส้วมควรกำจัดอุจจาระเด็กลงในส้วมทันที

น้ำ เป็นสิ่งสำคัญเช่นกัน โรงเรียนต้องจัดให้มีน้ำดื่มที่สะอาด แก่เด็กให้เพียงพอ และเหมาะสมตามสภาพที่โรงเรียนจะจัดดำเนินการได้ อาจจะเป็นน้ำประปา น้ำกรอง หรือน้ำดื่มบรรจุขวด

อาหาร เป็นสิ่งที่เสริมสร้างให้ร่างกายเด็กแข็งแรง มีพลังงาน อาหารในโรงเรียนจะต้องมีการดูแลให้มีคุณค่าทางโภชนาการ สะอาด ปลอดภัยแก่การบริโภคได้ (ชาญชัย ศรีสวยเพชร, 2523 อ้างถึงในวนิดา วรเกริกกุลชัย, 2550)

ในเรื่องของความสะอาดนั้น เป็นเรื่องสำคัญ ทั้งความสะอาดของสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ความสะอาดภายในห้องเรียน และความสะอาดของตัวเด็กเอง ในเรื่องของโรงเรียนนั้น

จะต้องมีการจัดระบบในเรื่องขยะ ให้ความรู้แก่เด็กในการแยกขยะทิ้งลงในถังให้ถูกต้อง ฝึกพฤติกรรมการปฏิบัติในเรื่องนี้ เพื่อลดปริมาณขยะภายในห้องเรียน เด็กจะต้องฝึกเปลี่ยนเวรดูแลความสะอาด จัดโต๊ะ เก้าอี้เป็นระเบียบ ส่วนความสะอาดของตัวเองนั้น จะต้องให้ความรู้เรื่องการดูแลตนเอง สุขวิทยาส่วนบุคคล แก้วน้ำดื่ม หรือของใช้ส่วนตัว ร่วมกับผู้อื่น เพื่อป้องกันการแพร่ของโรคติดต่อบางชนิด ดังนั้นการจัดโรงเรียน และสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนให้ถูกหลักสุขาภิบาล เป็นกิจกรรมพื้นฐานที่มีความสำคัญต่อการเอื้อให้เด็กได้เกิดการเรียนรู้อย่างเต็มศักยภาพ เติบโตเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่า สามารถดูแลพัฒนาสุขภาพของตนเอง ให้ถูกสุขอนามัย ภายใต้ภาวะแวดล้อมที่เหมาะสมจะนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีของตนเอง ครอบครัว และชุมชนต่อไป

1.4 การสังเกตและประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย

1.4.1 ความหมายของการสังเกตและประเมินพฤติกรรม

มีผู้ให้ความหมายของการสังเกตโดยเน้นลักษณะของการสังเกตต่าง ๆ กัน ดังนี้

จวีวรรณ กินวงศ์ (2527) กล่าวว่า การสังเกตพฤติกรรมเด็ก (Observation) เป็นวิธีการประเมินแบบไม่เป็นทางการวิธีหนึ่งที่สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับตัวเด็กเพื่อนำผลการสังเกตนั้นมาประเมินตัวเด็ก การใช้การสังเกตเป็นเครื่องมือในการประเมินเด็กปฐมวัย มีกรอบแนวคิดมาจากการศึกษาพฤติกรรมการศึกษา মানুষวัยศึกษา การศึกษาระบบนิเวศวิทยา และปรากฏการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นทางธรรมชาติ ซึ่งวิธีสังเกตเป็นวิธีที่ใช้มากที่สุดในการศึกษาเด็ก

เวิร์ดแทม (Wortham, 1990 อ้างถึงใน สิริมา ภิญโญนนตพงษ์, 2545) กล่าวว่า การสังเกตเป็นกระบวนการที่มีความเหมาะสมในการใช้ประเมินเด็กมากกว่าการใช้เครื่องมือการประเมินแบบเป็นทางการ ในการสอนเด็กเล็กครูควรให้ความสำคัญกับกระบวนการที่เด็กเรียนรู้มากกว่าการรู้ว่าเด็กรู้อะไร แบบทดสอบไม่ได้บอกคำตอบที่เด็กเล็กมีกระบวนการเรียนรู้ อย่างไรก็ตามการสังเกตเป็นวิธีการที่สามารถเก็บรายละเอียดพฤติกรรมทุกด้านของเด็กได้ดี และเป็นพฤติกรรมที่เป็นไปตามธรรมชาติ ดังนั้นข้อมูลที่ได้สังเกตจากเด็กสามารถบ่งชี้ความสามารถของเด็กได้

สิริมา ภิญโญนนตพงษ์ (2542) กล่าวว่า การสังเกตเป็นวิธีการวัดและประเมินตามสภาพจริงที่มีความเหมาะสมกับเด็กปฐมวัย มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนา ร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม สติปัญญา เป็นวิธีการศึกษาทำความเข้าใจเกี่ยวกับตัวเด็ก ด้วยการเฝ้าดูพฤติกรรมที่เด็กแสดงออกตามธรรมชาติ ในการสังเกตต้องมีความสามารถในการใช้หูและตาเป็นเครื่องมือสำคัญ การสังเกตที่ดีครูควรมีจุดมุ่งหมายที่แน่นอน มีแบบการสังเกตตลอดจนเกณฑ์การให้คะแนน

พฤติกรรมจากการสังเกตนั้นๆ ให้ชัดเจน และมีการจดบันทึกข้อมูลไว้เป็นหลักฐาน สามารถนำมาประเมินตัวเด็กได้

นภเนตร ธรรมบวร (2545) กล่าวว่า การสังเกตสามารถทำได้ทั้งแบบเป็นระบบ (Systematic Observation) หรือแบบเป็นทางการ ได้แก่การสังเกตอย่างมีจุดมุ่งหมายที่แน่นอนตามแผนที่วางไว้ การสังเกตเด็กอย่างเป็นระบบเกิดขึ้นเนื่องจาก ในการสังเกตเด็กจำนวน 20-30 คนในชั้นเรียนหนึ่งๆ ครูคนเดียวหรือสองคนไม่สามารถสังเกตพฤติกรรมต่างๆ ของเด็กได้ทั้งหมดหรือถึงแม้จะสังเกตได้ ข้อมูลต่างๆ ที่ได้มาอาจถูกละเลยหรือไม่มีการเก็บรวบรวมถ้าไม่มีการจดบันทึก ในขณะที่เดียวกันข้อมูลที่ได้ อาจไม่มีความต่อเนื่องในทางลึก ด้วยเหตุนี้จึงมีความจำเป็นที่ครูจะต้องใช้การบันทึกการสังเกตเด็กอย่างเป็นระบบ เพื่อช่วยให้คนทราบข้อมูลของเด็กแต่ละคนในชั้นเรียนของคนอย่างเพียงพอ เป็นระบบ และมีความต่อเนื่อง พร้อมทั้งจะให้ข้อมูลกับผู้ปกครองหรือบุคคลที่เกี่ยวข้องกับเด็กได้ทุกเมื่อ และการสังเกตแบบไม่เป็นทางการ (Informal) โดยการสังเกตในขณะที่เด็กทำกิจกรรมประจำวัน และเกิดพฤติกรรมที่ไม่คาดคิดว่าจะเกิดขึ้นและครูจดบันทึกไว้ การบันทึกพฤติกรรมมีความสำคัญอย่างยิ่งที่ต้องทำอย่างสม่ำเสมอ เนื่องจากเด็กเจริญเติบโตและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว จึงต้องนำมาบันทึกเป็นหลักฐานไว้อย่างชัดเจน

จากความหมายของการสังเกตข้างต้นพอสรุปได้ว่า การสังเกตเป็นวิธีการรวบรวมข้อมูลเพื่อการศึกษาพฤติกรรมด้านต่างๆ ของเด็ก โดยใช้ประสาทสัมผัสของผู้สังเกตเป็นการเฝ้าดูพฤติกรรมที่เด็กแสดงออกในขณะที่เด็กทำกิจกรรมประจำวัน และมีการจดบันทึกข้อมูลไว้เป็นหลักฐาน สามารถนำมาประเมินตัวเด็กได้

การประเมินพฤติกรรมของเด็กปฐมวัย คือ กระบวนการสังเกตพฤติกรรมของเด็กในขณะที่ทำกิจกรรม แล้วจดบันทึกลงในเครื่องมือที่ผู้สอนสร้างขึ้นหรือกำหนดอย่างต่อเนื่อง เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมที่เด็กแสดงออกในแต่ละครั้ง เป็นข้อมูลในการพัฒนากิจกรรมให้เด็กได้รับการพัฒนาอย่างเต็มตามศักยภาพ เป็นกระบวนการต่อเนื่องและเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมปกติตามตารางกิจกรรมประจำวันและครอบคลุมพัฒนาการของเด็กทุกด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา เพื่อนำผลมาใช้ในการจัดกิจกรรมหรือประสบการณ์พัฒนาเด็กให้เต็มตามศักยภาพของแต่ละคน ด้วยเหตุนี้ผู้สอนซึ่งเป็นผู้ที่จะทำหน้าที่ประเมินพฤติกรรมของเด็กปฐมวัย จะต้องเป็นผู้ที่มีความรู้ ความเข้าใจในพัฒนาการเด็กวัย 3-5 ปี เป็นอย่างดี และต้องเข้าใจโครงสร้างของการประเมินอย่างละเอียดว่าจะประเมินเมื่อไรและอย่างไร ต้องมีความสามารถในการเลือกเครื่องมือ และวิธีการที่จะใช้ได้อย่างถูกต้องจึงจะทำให้ผลของการประเมินนั้นเที่ยงตรงและเชื่อถือได้ การประเมินอาจทำได้หลายวิธี แต่วิธีที่ง่ายต่อการปฏิบัติและนิยมใช้กันมาก คือการ

สังเกต ซึ่งต้องทำอย่างต่อเนื่องและบันทึกไว้เป็นหลักฐานอย่างสม่ำเสมอ อาจกล่าวได้ว่าผู้สอนหรือผู้เกี่ยวข้องกับเด็กต้องคำนึงถึงเรื่องต่างๆ ดังต่อไปนี้

1.4.2 ขั้นตอนการประเมินพฤติกรรม

การประเมินพฤติกรรมเด็กปฐมวัย จะต้องผ่านขั้นตอนต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. ศึกษาและทำความเข้าใจพัฒนาการของเด็กในแต่ละช่วงอายุทุกด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา ดังปรากฏในหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546 อย่างละเอียด จึงจะทำให้ดำเนินการประเมินพฤติกรรมได้อย่างถูกต้องและตรงกับความเป็นจริง

2. วางแผนเลือกใช้วิธีการและเครื่องมือที่เหมาะสมสำหรับใช้บันทึกและประเมินพัฒนาการ เช่น แบบบันทึกพฤติกรรมเหมาะที่จะใช้บันทึกพฤติกรรมของเด็ก การบันทึกรายวันเหมาะกับการบันทึกกิจกรรมหรือประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนทุกวัน การบันทึกการเลือกของเด็กเหมาะสำหรับใช้บันทึกลักษณะเฉพาะหรือปฏิกริยาที่เด็กมีต่อสิ่งต่างๆ รอบตัว เป็นต้น ดังนั้น จึงเป็นหน้าที่ของผู้สอนที่จะเลือกใช้เครื่องมือประเมินพัฒนาการ ให้เหมาะสม เพื่อจะได้ผลของพัฒนาการที่ถูกต้องตามต้องการ

3. ดำเนินการประเมินและบันทึกพัฒนาการ หลังจากที่ได้วางแผนและเลือกเครื่องมือที่จะใช้ประเมิน และบันทึกพัฒนาการแล้ว ก่อนจะลงมือประเมิน และบันทึกจะต้องอ่านคู่มือ หรือคำอธิบายวิธีการใช้เครื่องมือต่างๆ อย่างละเอียด แล้วจึงดำเนินการตามขั้นตอนที่ปรากฏ ในคู่มือและบันทึกเป็นลายลักษณ์อักษรต่อไป

4. ประเมินและสรุป การประเมิน และสรุปนั้นต้องดูจากผลการประเมินหลายๆ ครั้ง มิใช่เพียงครั้งเดียว หรือนำเอาผลจากการประเมินเพียงครั้งเดียวมาสรุป อาจทำให้ผิดพลาดได้ ผลการประเมินดูได้จากผลที่ปรากฏในเครื่องมือประเมินและบันทึกพัฒนาการ เช่น ประเมินการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของเด็กอายุ 3 ปี ปรากฏว่ายังเดินขึ้นบันไดสลับทำไม่ได้ ก็ต้องมาตีความหมายว่ากำลังขาของเด็กยังมีไม่พอที่จะเดินสลับทำขึ้นบันได อาจสรุปได้ว่าพัฒนาการกล้ามเนื้อใหญ่ยังไม่แข็งแรงเหมาะสมกับวัย ต้องจัดกิจกรรมพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ส่วนขาต่อไป

5. รายงานผล เมื่อได้ผลจากการประเมินและสรุปพัฒนาการของเด็กแล้ว ผู้สอนจะต้องตัดสินใจว่าจะรายงานข้อมูลไปยังผู้ใด เพื่อจุดประสงค์อะไร และจะต้องใช้รูปแบบใดสำหรับรายงาน เช่น ต้องรายงานผู้บริหารสถานศึกษา ผู้ปกครอง เพื่อให้ทราบว่าการกิจกรรมหรือประสบการณ์ที่สถานศึกษาจัดให้เด็กนั้นส่งเสริมพัฒนาการของเด็กแต่ละคนอย่างไร เป็นไปตามจุดประสงค์หรือไม่ เพื่อจะได้วางแผนช่วยเหลือเด็กได้ตรงตามความต้องการต่อไป โดยสถานศึกษา

จะมีสมุดรายงานประจำตัวเด็ก ผู้สอนใช้สมุดรายงานนั้นเป็นเครื่องมือหรือ แบบรายงานผู้ปกครอง ได้ และถ้าผู้สอนมีข้อเสนอแนะหรือจะขอความร่วมมือจากผู้ปกครองเกี่ยวกับการส่งเสริมพัฒนาการเด็กก็อาจจะเขียนเพิ่มเติมลงไป ในสมุดรายงาน และต้องคำนึงไว้เสมอไม่ว่าจะใช้แบบรายงานใด ข้อมูลควรจะมี ความหมายเกิดประโยชน์แก่เด็กเป็นสำคัญ การบันทึกข้อความลงในสมุดรายงานประจำตัวเด็ก ผู้สอนควรใช้ภาษาในทางสร้างสรรค์มากกว่าในทางลบ

6. การให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการประเมิน ผู้สอนต้องตระหนักว่า การทำงานร่วมกับผู้ปกครองเกี่ยวกับการพัฒนาเด็กเป็นเรื่องสำคัญมาก ผู้สอนควรขอร้องผู้ปกครอง ที่พยายามมีส่วนร่วมในการพัฒนาเด็ก ผู้สอนจะต้องต้อนรับผู้ปกครองที่มาสถานศึกษา ขอขอบคุณ สำหรับความร่วมมือ เขียนจดหมายถึงผู้ปกครองเพื่อรายงานเรื่องเด็ก พุดคุยด้วยตนเองหรือ ทาง โทรศัพท์ สิ่งเหล่านี้จะทำให้ผู้ปกครองรู้สึกถึงความสำคัญของตนเองและต้องการที่จะมีส่วนร่วมกับผู้สอนในการพัฒนาเด็กของตน

1.4.3 วิธีการและเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินพฤติกรรมเด็ก

ในการสรุปผลการประเมินพฤติกรรมเด็กปฐมวัยแต่ละครั้ง ควรใช้วิธีการ ประเมินอย่างหลากหลาย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์ที่สุด วิธีการที่เหมาะสมและนิยมใช้ในการ ประเมินเด็กปฐมวัย มีด้วยกันหลายวิธี แต่ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบสังเกตในการประเมิน พฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย

1. การสังเกตและการบันทึก การสังเกต มีอยู่ 2 แบบ คือ การสังเกตอย่างมี ระบบ ได้แก่ การสังเกตอย่างมีจุดมุ่งหมายที่แน่นอนตามแผนที่วางไว้ และอีกแบบหนึ่งคือการ สังเกตแบบไม่เป็นทางการ เป็นการสังเกต ในขณะที่เด็กทำกิจกรรมประจำวันและเกิดพฤติกรรม ที่ไม่คาดคิดว่าจะเกิดขึ้นและผู้สอนจดบันทึกไว้ การสังเกตเป็นวิธีการที่ผู้สอนใช้ในการศึกษา พฤติกรรมของเด็ก เมื่อมีการสังเกตก็ต้องมีการบันทึก ผู้สอนควรทราบว่าจะบันทึกอะไร ใน การศึกษาพฤติกรรมเด็กการบันทึกพฤติกรรมมีความสำคัญอย่างยิ่งที่ต้องทำอย่างสม่ำเสมอ เนื่องจากเด็กเจริญเติบโตและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว จึงต้องนำมาบันทึกเป็นหลักฐานไว้ อย่าง ชัดเจน การสังเกตและการบันทึกพฤติกรรมเด็กสามารถใช้แบบง่ายๆ คือ

1.1 แบบบันทึกพฤติกรรม ใช้บันทึกเหตุการณ์เฉพาะอย่างโดยบรรยาย พฤติกรรมเด็ก ผู้บันทึกต้องบันทึกวัน เดือน ปีเกิดของเด็ก และวัน เดือน ปีที่ทำการบันทึกแต่ละครั้ง

1.2 การบันทึกประจำวัน เป็นการบันทึกเหตุการณ์หรือประสบการณ์ ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนทุกวัน ถ้าหากบันทึกในรูปแบบของการบรรยายก็มักจะเน้นเฉพาะเด็กรายที่ ต้องการศึกษา ข้อดีของการบันทึกประจำวันคือการชี้ให้เห็นความสามารถเฉพาะอย่างของเด็ก จะช่วย กระตุ้นให้ผู้สอนได้พิจารณาปัญหาของเด็กเป็นรายบุคคล ช่วยให้ผู้เชี่ยวชาญมีข้อมูลมากขึ้นสำหรับ

วินิจฉัยเด็กว่าสมควรจะได้รับคำปรึกษาเพื่อลดปัญหาและส่งเสริมพัฒนาการของเด็กได้อย่างถูกต้อง นอกจากนี้ยังช่วยชี้ให้เห็นข้อดีข้อเสียของการจัดกิจกรรมและประสบการณ์ได้เป็นอย่างดี

1.3 แบบสำรวจรายการ ช่วยให้สามารถวิเคราะห์เด็กแต่ละคนได้ค่อนข้างละเอียด เหมาะสมกับเด็กระดับปฐมวัย การสนทนา สามารถใช้การสนทนาได้ทั้งเป็นกลุ่มหรือรายบุคคล เพื่อประเมินความสามารถในการแสดงความคิดเห็น และพัฒนาการด้านการใช้ภาษาของเด็กและบันทึกผลการสนทนาลงในแบบบันทึกพฤติกรรมหรือบันทึกประจำวัน (นันทิยา น้อยจันทร์, 2548)

1.4.4 หลักการสร้างแบบสังเกต

การสร้างแบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยนั้น จำเป็นที่จะต้องศึกษามาตรฐานคุณลักษณะที่พึงประสงค์เพื่อนำมากำหนดพฤติกรรมรักษาความสะอาดที่เหมาะสมกับเด็ก เช่น

มาตรฐานที่ 1 ด้านร่างกายเจริญเติบโตตามวัย และมีสุขนิสัยที่ดี

ตัวบ่งชี้ที่ 1 รักษาสุขภาพอนามัย และความปลอดภัย ล้างมือหลังจากใช้ห้องน้ำ / ห้องส้วม

มาตรฐานที่ 4 ด้านมีคุณธรรม จริยธรรม และมีจิตใจที่ดีงาม

ตัวบ่งชี้ที่ 1 มีวินัยในตนเองและมีความรับผิดชอบ รู้จักเก็บของเล่นของใช้เข้าที่

ตัวบ่งชี้ที่ 4 รู้จักประหยัด รู้จักใช้ดูแล และรักษาสิ่งของของตนเอง

และส่วนรวมอย่างรู้คุณค่า

มาตรฐานที่ 6 ด้านการช่วยเหลือตนเองได้เหมาะสมกับวัย

ตัวบ่งชี้ที่ 1 ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตนเอง

มาตรฐานที่ 7 ด้านรักธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม และความเป็นไทย

ตัวบ่งชี้ที่ 1 ดูแลรักษาธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม รู้จักสนใจธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (นันทิยา น้อยจันทร์, 2548)

และสิ่งแวดล้อม (นันทิยา น้อยจันทร์, 2548)

การใช้แบบสังเกตกับเด็กปฐมวัย ผู้ใช้ควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแบบสังเกตแบบสังเกตนั้นควรมีความเชื่อมั่น (Reliability) และความแม่นยำตรง (Validity) ในงานวิจัยครั้งนี้ใช้มาตรวัดแบบ Likert Scale ซึ่งนิยมใช้วัดเจตคติ ความคิดเห็น ความต้องการ แรงจูงใจ และกิจนิสัยในการเรียน มีหลักเกณฑ์การสร้างดังนี้ (รวีวรรณ ชินะตระกูล, 2535)

1. ตั้งจุดมุ่งหมายว่าต้องการศึกษาพฤติกรรมของใครเกี่ยวกับอะไร เช่น การรักษาความสะอาด

2. ให้ความหมายของพฤติกรรมที่จะศึกษาให้ชัดเจน
3. กำหนดพฤติกรรม ให้ครอบคลุมสิ่งที่ต้องการวัด
4. นำข้อความไปให้ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะพิจารณา แล้วแก้ไข
5. จัดพิมพ์ข้อความพร้อมคำชี้แจงในการตอบ
6. กำหนดว่าจะใช้มาตรวัดเท่าใด เช่น 1-3 . 1-5. 1-7
7. วิเคราะห์หาคุณภาพของเครื่องมือก่อนใช้จริงเพื่อปรับปรุงก่อนใช้จริง

ผู้วิจัยได้ใช้แบบสังเกตและประเมินพฤติกรรมการศึกษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย ตามแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) ที่ประกอบด้วยพฤติกรรมการศึกษาความสะอาดจำนวน 30 ข้อ เพื่อใช้ในการประเมินพฤติกรรม 3 ระดับ จากมากไปน้อย คือ 2 เท่ากับ มาก 1 เท่ากับ ปานกลาง 0 เท่ากับ ต้องปรับปรุง (บุญชม ศรีสะอาด, 2545)

2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัย

2.1 ความหมายของการฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัย

คำว่า การฝึกนิสัยรักความสะอาด ได้มีผู้กล่าวถึงไว้ดังนี้

ณพงษ์ พัวพรพงษ์ (2539) กล่าวว่า การฝึกนิสัยให้เด็กรักความสะอาด หมายถึง การปลูกฝังทัศนคติและนิสัยการรักษาสุขภาพให้เกิดขึ้นในตัวของเด็ก เนื่องจากทัศนคติและนิสัยจะเริ่มก่อตัวขึ้นตั้งแต่แรกเกิด และจะเป็นจุดสำคัญที่จะทำให้เด็กผู้นั้นสนใจที่จะดูแลรักษาสุขภาพตัวเองต่อไปในอนาคตจนตลอดชีวิต

กุลยา ตันติผลาชีวะ (2542) กล่าวว่า การฝึกต้องทำสม่ำเสมอ เราไม่สามารถเปลี่ยนพฤติกรรมเด็กได้ทันทีทันใดต้องฝึกซ้ำอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เด็กซึมซับเป็นนิสัย เมื่อฝึกต้องลงโทษทันทีเพื่อแก้ไขให้ถูกต้อง ถ้าเด็กทำผิดต้องชมเชย

อารี รังสินันท์ (2543) ได้กล่าวว่า นิสัยรักความสะอาดนั้นคือลักษณะของผู้มีวัฒนธรรมที่แสดงถึงความเจริญด้านวัตถุ และจิตใจ เช่น รู้จักเลือกรับประทานอาหารดีมีประโยชน์ต่อร่างกาย มีบ้านเรือนที่จัดไว้อย่างเป็นระเบียบ สะอาด รู้จักรักษาสุขภาพอนามัย

พจนานุกรมฉบับบัณฑิตยสถาน (2546) ได้ให้ความหมายของคำว่า “นิสัย” หมายถึง ความประพฤติที่เคยชิน เช่น ทำงานเป็นนิสัย ส่วนคำว่า “รักความสะอาด” หมายถึง การชอบหรือพอใจกับการดำรงชีพด้วยความเป็นระเบียบเรียบร้อย และมีความสะอาดปราศจากเชื้อโรค

นันทิยา น้อยจันทร์ (2548) กล่าวว่า การปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขนิสัย หมายถึง พฤติกรรมที่เด็กแสดงถึงความสามารถในการปฏิบัติกิจส่วนตัวได้ทุกชนิดหรือรู้จักทำสิ่งต่างๆ

ให้กับตนเองโดยไม่ต้องเป็นภาระของผู้อื่น เช่น ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร รักษาและทำความสะอาดร่างกาย ฟัน ผม เล็บ รับประทานอาหารเองไม่หกเลอะเทอะ เป็นต้น

สายฤดี วรทิจโกคาทร และ ประภาพรรณ จูเจริญ (2552) ได้ให้ความหมายของคำว่านิสัย หมายถึงความประพฤติที่เคยชิน เป็นความประพฤติต่างๆในชีวิตประจำวัน ที่บุคคลคิด พูด หรือทำซ้ำแล้วซ้ำอีกตั้งแต่เกิดมาในที่สุดก็จะกลายเป็นนิสัย

จากความหมายดังกล่าวข้างต้น พอจะสรุปได้ว่าการฝึกนิสัยรักความสะอาดนั้นหมายถึง การที่เด็กได้รับการฝึกให้มีความประพฤติในการดูแลรักษาความสะอาดของร่างกาย และการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอจนเกิดความเคยชิน ซึ่งเป็นการฝึกให้ประพฤติดี เหมาะสมและแสดงพฤติกรรมในการดูแลรักษาความสะอาดให้กับตนเองได้เองโดยไม่ต้องบังคับหรือต้องตักเตือนอยู่เป็นประจำซึ่งจะส่งผลดีต่อสุขภาพ และบุคลิกภาพด้านความมีระเบียบวินัยของคนผู้นั้น

2.2 ความสำคัญของการฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัย

มีนักวิชาการหลายท่านได้กล่าวถึงความสำคัญของวินัยและการปลูกฝังให้เด็กมีนิสัยรักความสะอาดไว้ดังนี้

ภรณี กุรุรัตน์ (2535) กล่าวว่าวินัยเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคนในฐานะที่เป็นสมาชิกของสังคม การมีวินัยเป็นสิ่งที่ช่วยให้เด็กได้กระทำในสิ่งที่สังคมยอมรับโดยไม่มีใครมาบังคับ การฝึกวินัยจะเป็นการช่วยให้เด็กได้กระทำสิ่งต่างๆ โดยคำนึงถึงตนเองและผู้อื่นด้วย วินัยที่ควรปลูกฝังให้แก่เด็กนั้นควรจะเป็นวินัยในตนเองมากกว่าที่จะเป็นวินัยที่ตั้งอยู่บนรากฐานของการให้ปฏิบัติตามคำสั่ง ควรเป็นเรื่องของความเต็มใจมากกว่าการทำตามคำสั่งหรือเพราะการลงโทษ

ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร (2539) กล่าวว่า ในการฝึกฝนให้เด็กเกิดนิสัยรักความสะอาดมีความสำคัญต่อเด็กปฐมวัยคือ

1. เพื่อให้เด็กมีลักษณะนิสัยที่ดี แสดงออกอย่างเหมาะสมและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ช่วยเหลือตนเองในการทำกิจวัตรประจำวัน มีนิสัยรักการทำงาน รู้จักระมัดระวังความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น จึงควรจัดให้เด็กได้ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันอย่างสม่ำเสมอ เช่น รับประทานอาหาร พักผ่อนนอนหลับ ขับถ่าย ทำความสะอาดร่างกาย เล่นและทำงานร่วมกับผู้อื่น ปฏิบัติตามกฎกติกาข้อตกลงของส่วนรวม เก็บของเข้าที่เมื่อเล่นหรือทำงานเสร็จ เด็กสามารถปฏิบัติภารกิจที่เป็นกิจวัตรประจำวัน ภารกิจที่ได้รับมอบหมาย รวมทั้งภารกิจภายในครอบครัว ภายในโรงเรียน และภารกิจภายในสังคมที่ตนเป็นสมาชิกอยู่

2. เป็นการส่งเสริมเพื่อฝึกหน้าที่ความรับผิดชอบในชีวิตประจำวัน เด็กปฐมวัยเป็นวัยของการเรียนรู้หน้าที่ความรับผิดชอบ และฝึกหัดการช่วยตัวเองในชีวิตประจำวัน

เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2544) กล่าวถึงการฝึกความมีระเบียบเรียบร้อยไว้ว่า เด็กๆ ที่อาศัยอยู่ในบ้านที่เก็บข้าวของเป็นระเบียบก็จะได้รับการพัฒนาด้านระเบียบ และเป็นการฝึกความรอบคอบ เด็กที่มีระเบียบจะไม่ค่อยทำของหายเพราะเขาจะเก็บของเป็นที่เป็นทาง จัดวางเรียบร้อย หยิบใช้และตรวจสอบได้ง่าย

อารี พันธุ์ณี (2548) กล่าวถึงความมีวินัยไว้ว่า วินัยเป็นเรื่องสำคัญที่ต้องปลูกฝังกันมาตั้งแต่เล็ก เพราะวินัยนอกจากจะทำให้มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย มีความเจริญก้าวหน้าแล้ว คนมีวินัยในตนเองมักเป็นคนที่ประสบความสำเร็จ ทั้งด้านการเรียน การประกอบอาชีพ และการดำรงชีวิต

มัลรอย, โบทอลล์ และกอดิโอ (Mulroy, Bothell and Gaudio, 2004 อ้างถึงในพัชรียา ผลโยธิน, 2548) ได้กล่าวไว้ว่า การดูแลให้เด็กปฐมวัยปลอดภัย และมีสุขภาพสมบูรณ์นั้นยังไม่เพียงพอ ควรต้องติดตามความเคลื่อนไหวและความรู้ให้ทันต่อเหตุการณ์ รวมทั้งต้องเรียนรู้สิ่งที่ทำให้เด็กปฐมวัยอยู่ในภาวะเสี่ยง และรู้วิธีป้องกันด้วย เช่น สารตะกั่วสามารถทำลายการพัฒนาสมอง และระบบประสาทของเด็กอายุต่ำกว่า 6 ปี อย่างถาวร หรือในระดับต้นนำไปสู่ปัญหาพฤติกรรมลดสติปัญญา ลดการเจริญเติบโตและการได้ยินด้อยลง พิษตะกั่วสามารถทำอันตรายไต และตับ ทำให้หูหนวก ตาบอด สิ้นสติ และอาจถึงตายได้ การให้เด็กล้างมือเพื่อชำระล้างฝุ่น การทำความสะอาดพื้นผิวต่างๆ ด้วยผ้าชื้นเพื่อช่วยป้องกันฝุ่นไม่ให้กระจายในอากาศ และสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็กเป็นการป้องกัน และลดการเสี่ยงของสารตะกั่วที่จะเข้าสู่ร่างกาย ดังนั้นการฝึกเด็กปฐมวัยให้รู้จักล้างมือบ่อยๆ โดยเฉพาะก่อนรับประทานอาหาร จึงมีความสำคัญ

จากคำกล่าวข้างต้นพอจะสรุปถึงความสำคัญของการฝึกนิสัยรักความสะอาดได้ว่าการฝึกให้เด็กมีนิสัยรักความสะอาดนั้นจะทำให้เด็ก สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตนเอง ทั้งยังรู้จักป้องกันและปฏิบัติตนให้พ้นจากภาวะเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพ ซึ่งการฝึกนั้นจะต้องฝึกฝนตั้งแต่ยังเล็ก เด็กจะเรียนรู้และสามารถพัฒนาพฤติกรรมจากการที่ได้ปฏิบัติด้วยตนเองทุกวันจนเกิดความเคยชิน และปฏิบัติจนเป็นนิสัย สามารถดูแลตนเองได้ ซึ่งเป็นพื้นฐานที่ทำให้เด็กมีความเป็นระเบียบเรียบร้อย มีวินัย มีความรับผิดชอบต่อตนเอง และสังคมส่วนรวม ดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข ประสบผลสำเร็จ มีความเจริญก้าวหน้า และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

2.3 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัย

2.3.1 แนวคิดเกี่ยวกับการฝึกนิสัยรักความสะอาด

ได้มีผู้ให้แนวคิดเกี่ยวกับการฝึกนิสัยรักความสะอาดไว้หลายท่านดังนี้

การอบรมเลี้ยงดูและฝึกเด็กเพื่อสร้างเสริมสุขนิสัยนั้นมีความมุ่งหมายอยู่ 5 ประการดังนี้ (เบญญา แสงมลิ, 2535)

1. เพื่อให้เด็กมีความเป็นอยู่อย่างถูกสุขลักษณะ ที่อยู่ของเด็กต้องสะอาด เรียบร้อย สะอาดสบาย
2. เพื่อให้เด็กมีสุขภาพอนามัยสมบูรณ์ โดยจัดอาหารที่มีประโยชน์ดูแล การขับถ่าย การนอน การพักผ่อน
3. เพื่อให้รู้จักป้องกันอันตรายที่จะเกิดขึ้นกับตน ควรสอนให้เด็กรักษา ความสะอาดและความปลอดภัยของร่างกาย
4. เพื่อให้มีสุขภาพจิตดีก่อให้เกิดสติปัญญา อารมณ์ และสังคมดี
5. เพื่อให้มีสุขนิสัยที่ดี ซึ่งมีส่วนต่อการพัฒนาการด้านต่างๆ ของเด็ก ครู หรือผู้ที่ดูแลอยู่ใกล้ชิดเด็กต้องกระทำตนเป็นตัวอย่าง และดูแลให้เด็กกระทำอย่างสม่ำเสมอ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช (2536) ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนา เด็กให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขนั้นจำเป็นต้องมีการศึกษาพฤติกรรมทางสังคมของบุคคลที่อยู่ในสังคมนั้น เพื่อจะได้ ปลูกฝังและให้ความรู้ในทางที่ถูกต้องให้เกิดขึ้นกับเด็กตั้งแต่ก่อนวัยเรียน เพราะสามารถสร้าง ลักษณะนิสัย และวิถีชีวิตที่ดีแก่เด็กบุคคลนั้นได้

การปลูกฝังเด็กให้มีพฤติกรรมรักษาความสะอาด ควรให้เด็กได้เรียนรู้ จากประสบการณ์ตรง ให้เด็กได้พบเห็นความเป็นไปของสิ่งที่ศึกษาในลักษณะต่างๆ ของธรรมชาติ หรือสิ่งแวดล้อมโดยตรงด้วยระบบประสาทสัมผัสทั้ง 5 คือ การได้ยิน ได้เห็น ได้สัมผัส ได้กลิ่น และได้ลิ้มรส เป็นการเรียนรู้ด้วยตนเองและฝึกปฏิบัติจริง การให้เด็กรู้สึกรับรู้ซึ่งในเรื่องใดเรื่อง หนึ่งควรให้เด็กเรียนโดยผ่านกระบวนการปฏิบัติจริง เรียนรู้จากของจริง ทดลองจริงกับสิ่งนั้น การ ที่เด็กได้สัมผัสจะเกิดการมีส่วนร่วม ที่สุดเด็กจะเกิดความเข้าใจความคิรวบยอดของการให้เด็ก ปฏิบัติจริงโดยตรงด้วยการกระทำซ้ำๆ จนเกิดเป็นทักษะหรือนิสัยที่ถือเป็นกิจปฏิบัติ เด็กจะเกิดการ ยอมรับและความรู้สึกรับผิดชอบรับผิดชอบต่อตนเอง และส่วนรวมต่อไปในอนาคต (กระทรวงศึกษาธิการ, 2548)

ตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2548) มุ่งให้เด็กมีพัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา ที่เหมาะสมกับวัย ความสามารถ และความแตกต่างของแต่ละบุคคล เมื่อเด็กจบหลักสูตรการศึกษา ปฐมวัย เด็กจะมีมาตรฐานในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ และด้านคุณลักษณะตามวัย ดังนี้

1. ร่างกายแข็งแรงเจริญเติบโตตามวัย และมีสุขนิสัยที่ดี
2. ใช้กล้ามเนื้อใหญ่ และกล้ามเนื้อเล็กได้อย่างคล่องแคล่ว และประสาน สัมพันธ์กัน

3. มีสุขภาพจิตดี และมีความสุข
4. มีคุณธรรม จริยธรรม และมีจิตใจที่ดีงาม
5. ชื่นชม และแสดงออกทางศิลปะ ดนตรี การเคลื่อนไหว และรักการออกกำลังกาย

กำลังกาย

6. ช่วยเหลือตนเองได้เหมาะสมตามวัย
7. รักธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมท้องถิ่น และความเป็นไทย
8. อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข และเป็นสมาชิกที่ดีของสังคมในระบบอบประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข
9. ใช้ภาษาสื่อสารได้เหมาะสมกับวัย
10. มีความสามารถในการคิด การแก้ปัญหาได้เหมาะสมกับวัย
11. มีจินตนาการ และมีความคิดสร้างสรรค์
12. มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้สิ่งต่าง และมีทักษะในการแสวงหาความรู้

ตามคุณลักษณะที่พึงประสงค์ข้อที่ 1 คือ ร่างกายแข็งแรงเจริญเติบโตตามวัย และมีสุขนิสัยที่ดี ได้มีนักการศึกษาหลายท่านกล่าวถึงแนวคิดเกี่ยวกับการฝึกนิสัยรักความสะอาดเพื่อให้เด็กมีร่างกายแข็งแรง เจริญเติบโตตามวัย และมีสุขนิสัยที่ดี ดังนี้

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2549) ได้สรุปการฝึกนิสัยรักความสะอาดไว้อย่างชัดเจนว่าการที่ ให้เด็กได้มีส่วนทำงานบ้านบ้างนั้นเป็นการทำให้เด็กมีความรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญของบ้าน มีคุณค่าในบ้าน และอยากอยู่ติดบ้านมากขึ้น แต่การที่เด็กไม่จำเป็นต้องทำอะไรจะทำให้เด็กรู้สึกไม่สนใจบ้าน บ้านเป็นเพียงที่นอนเท่านั้นสิ่งนี้เป็นสิ่งที่ผู้ปกครองทั้งหลายคงจะไม่ต้องการการฝึกให้เด็กมีหน้าที่ๆ จะต้องรับผิดชอบนั้น เป็นการสร้างเสริมลักษณะนิสัยที่ดีให้กับเด็ก อันจะทำให้เป็นผู้ใหญ่ที่มีบุคลิกภาพดีในอนาคต เด็กแต่ละคนมีความสามารถในการรับผิดชอบต่างกัน และไม่ใช่ว่าสิ่งที่เกิดขึ้นมาเอง เกิดจากการเรียนรู้ได้รับการอบรมสั่งสอนจากผู้ใกล้ชิดเด็กสามารถมีความรับผิดชอบมากขึ้นเพียงใดขึ้นอยู่กับ การเรียนรู้ และวุฒิภาวะของเด็กแต่ละคน ปัจจัยด้านครอบครัว เจตคติ และความสม่ำเสมอในการฝึกฝน การฝึกนิสัยรักความสะอาดให้เด็กนั้นเป็นส่วนหนึ่งที่จะสอนให้เด็กเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น โดยเริ่มที่การดูแลและรักษาความสะอาดส่วนตัวของเด็กก่อน เป็นการปลูกฝังนิสัยรักความสะอาดให้เกิดขึ้นในตัวเด็ก โดยให้เด็กยอมรับว่าการกินอาหาร การนอน การแปรงฟัน สระผม ขับถ่าย การช่วยงานบ้าน เป็นภารกิจประจำวันที่เด็กฝึกและปฏิบัติได้เองด้วยความเต็มใจ โดยไม่ต้องบังคับ ซึ่งจะช่วยให้เด็ก ทำภารกิจประจำวันเหล่านี้ได้ง่ายขึ้น เป็นนิสัยได้เร็วขึ้น เป็นส่วนหนึ่งของการมีชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่น ซึ่งเด็กสามารถรับเอาค่านิยมเหล่านั้นไว้ได้เองในที่สุด

ศุภาวดี หาญเมธี (2534) ได้กล่าวไว้ว่า การฝึกให้เด็กรักความสะอาด หรือรู้จักรับผิดชอบต่อตนเองนั้นกระทำได้ โดย

1. ฝึกให้อาบน้ำ ล้างมือ หนูน้อยวัย 2 ปี จะใช้เวลาอยู่ในอ่างน้ำ ห้องน้ำ นานถึง 20 นาที และเป็นสัญลักษณ์อย่างหนึ่งว่าเด็กเริ่มจะโตขึ้น และเริ่มห่างจากแม่ได้แล้ว เด็กทุกคนจะชอบล้างมือ ถูมือ แต่ไม่มีใครชอบล้างหน้า จึงต้องพยายามให้เด็กซักล้างหน้าเอง และสอนให้รู้จักใช้ผ้าเช็ดหน้า เด็กๆ ล้างมือเองได้ แต่พอล้างเสร็จเด็กจะถามว่า “หนูจะทำไมอย่างดี มือหนูเปียก” ผู้ใหญ่ควรแนะวิธีเช็ดมือ เช็ดตัว และชี้ที่เก็บผ้าขนหนูให้เด็กรู้จัก ต้องคอยดูว่าลูกแปรงฟันสะอาดดีหรือยัง ฟันห้องน้ำลื่นเป็นอันตรายหรือไม่ ล้างสบู่ออกหมดหรือไม่

2. การดูแลรักษาฟัน เป็นการรักษาความสะอาดที่สำคัญประการหนึ่ง เป็นหน้าที่ของผู้ใหญ่ที่จะต้องสอนเด็กให้รู้จักดูแลรักษาฟัน ขณะเดียวกันควรพาไปพบหมอฟันอย่างสม่ำเสมอ สมาคมฟันแห่งอเมริกาแนะนำว่า ควรจะแปรงฟันให้ลูกตั้งแต่ฟันซี่หน้าซี่แรกโผล่ขึ้นมา และทันทีที่เด็กยอมรับการแปรงฟัน พอถึง 2 ปี เด็กจะมีฟันหลายซี่และแปรงฟันเอง เพราะถึงวัยที่เด็กจดจำพฤติกรรมแปรงฟันของผู้ใหญ่เอาไว้ ดังนั้นแม้เด็กจะคู่งก้าง ก็ควรพยายามสอนเด็กเวลาที่ควรให้ลูกแปรงฟันมากที่สุดคือหลังอาหาร การแปรงฟันจะช่วยให้เศษอาหารหลุดออกมา และช่วยนวดเหงือก แปรงสีฟันของเด็กควรให้เด็กพอที่จะชอกซอนไปได้ทั่วปาก มีหัวแปรงเล็ก และมีขนที่อ่อนนุ่ม ใช้เสร็จควรล้างให้สะอาดและวางไว้ในที่แห้ง

3. การรับประทานอาหาร พ่อแม่ส่วนมากอยากให้เด็กรับประทานอาหารให้เป็นระเบียบเรียบร้อย แต่เด็กกลับชอบปีนปายแก้อีแทน เด็กอาจยังไม่หิวพ่อแม่ควรปล่อยเด็กก่อนเมื่อเด็ก หิวเด็กจะบอกและทานข้าว ได้เอง เด็กวัยนี้จับช้อนส้อมและตักอาหารใส่ปากเองได้โดยอาหารไม่หล่นเกลื่อนกลาด คีมน้ำจากแก้วได้เช่นเดียวกับผู้ใหญ่ การสร้างอุปนิสัยการรับประทานอาหารให้กับเด็กควรเป็นไปตามความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบของเด็ก เมื่อเด็กตักข้าวได้เอง อาจพาเด็กไปรับประทานอาหารนอกบ้านเพื่อให้เด็กได้เรียนรู้การวางตัว กำหนดการรับประทานอาหารของตัวเอง เด็กจะรู้สึกสนุกเพลิดเพลินกับการได้ลงมือทำอะไรด้วยตนเอง

4. การขับถ่าย เด็กทุกคนรับประทานอาหารและคิมน้ำทุกวัน ร่างกายก็ย่อมต้องขับถ่ายกากอาหารออกมา เด็กก็ควรจะต้องเรียนรู้เรื่องการขับถ่าย ครู หรือผู้ใหญ่ที่ดูแลเด็กก็ต้องสอนให้เด็กบอกเมื่อต้องการขับถ่าย สอนให้เด็กช่วยตนเองได้ในการใช้ส้วม ให้รู้จักล้างมือหลังจากเข้าส้วม หัดให้เด็กถ่ายอุจจาระทุกวันและเป็นเวลา เด็กแต่ละคนจะมีความแตกต่างเรื่องตารางการนอนต่างกันไป รวมทั้งไม่ปัสสาวะรดที่นอนตอนกลางวัน ส่วนใหญ่จะเริ่มได้ตอนอายุ 2-3 ปี ถ้าเด็กเล่นได้นานๆ โดยไม่ปัสสาวะรดกางเกงหรือถ่ายรด หรือเด็กเข้าห้องน้ำเป็นระยะสม่ำเสมอเป็นสัญญาณที่ดีที่บ่งว่าเด็กพร้อมที่จะเรียนรู้การใช้ห้องน้ำอย่างถูกวิธี พ่อแม่มีวิธีให้ลูกเรียนรู้การขับถ่ายได้

หลายวิธี บางคนพยายามสร้างนิสัยด้วยการจับลูกเข้าห้องน้ำ เป็นระยะสม่ำเสมอ บางคนก็หอบลูกวิ่งเข้าห้องน้ำ “ทันเวลา” แต่วิธีที่ดีที่สุดคือการเห็นตัวอย่างที่ดี เด็กจะเรียนรู้ได้จากการมองเห็นสมาชิกคนอื่นๆ ในบ้านใช้ห้องน้ำกันทั่วหน้า

5. การพักผ่อน เด็กควรเข้านอนเป็นเวลาซึ่งจะทำให้เด็กรู้สึกง่วงเมื่อถึงเวลานอน จะได้ไม่สร้างปัญหาเด็กไม่ง่วงและดุกบังกပ်ให้นอน เด็กจะมีความสุขถ้าเขาเข้านอนโดยมีพ่อหรือแม่เป็นผู้นำไปส่งจนถึงที่นอนอยู่กับเขาจนเด็กพร้อมที่จะหลับ

6. แต่งตัวได้เอง เด็กวัย 2 ปี เริ่มมีทัศนคติที่ดีกับสิ่งที่เด็กต้องทำเป็นประจำ เด็กพยายามที่จะช่วยตัวเอง เด็กรู้จักจะดึงกางเกงและถุงเท้าออกจากตัวได้ รู้จักสวมใส่ถุงเท้ารองเท้า แม้จะกลับด้านบ้างผิดข้างบ้าง เด็ก 3-4 ปีครึ่ง ถอดเสื้อผ้าเองได้แล้ว สามารถติดกระดุมปลดกระดุมได้ประมาณ 2-3 เม็ด เด็กผู้ชายต้องให้พ่อแม่ช่วยมากกว่าเด็กหญิง ในขณะที่เด็กหญิงวุ่นกับการสวมเสื้อผ้าเอง เด็กผู้ชายจะวุ่นอยู่กับการผูกเชือกรองเท้า ติดกระดุม รูดซิปกางเกง แม่ต้องคอยให้กำลังใจและส่งเสริมให้ลูกถอดเสื้อผ้าทุกชิ้นด้วยตัวเอง รวมทั้งถอดถุงเท้าด้วย หากเด็กถอดลำบากก็ช่วยบ้าง แต่ต้องให้น้อยที่สุด ในช่วงวัยนี้ลูกจะดึงซิปออกได้คล่องแล้ว ดึงถุงเท้าออกก็เป็นใส่รองเท้าได้ถูกข้างมากขึ้น เริ่มสวมเสื้อกางเกงง่ายๆ ได้โดยไม่ต้องมีใครช่วย

ธีราพร กุลนันทน์ (2535) กล่าวว่า วิชาจิตที่ต้องปฏิบัติอยู่เสมอเป็นการฝึกฝนความรับผิดชอบให้เกิดขึ้นในตัวเด็ก ผู้ใหญ่ต้องตั้งกฎระเบียบประจำวันให้เด็กได้ปฏิบัติตามและไม่มีเด็กคนใดเล็กเกินกว่าจะปฏิบัติตามระเบียบกิจวัตรต่างๆ ได้ เมื่อเราตั้งระเบียบขึ้นแล้ว เด็กจะเข้าใจและทราบว่าตนเองควรจะทำอย่างไร

กุลยา ตันติผลาชีวะ (2542) กล่าวว่า การฝึกวินัยนั้นเป็นสิ่งจำเป็น เพราะวินัยมีได้หมายถึงการจัดการเรียนรู้อย่างเป็นระเบียบ ความเข้มงวดของการอยู่ร่วมกัน แต่วินัยหมายถึงการอยู่ร่วมกันอย่างสุขสบาย ด้วยความเข้าใจมารยาทและเหตุผลอันดี เด็กจำเป็นต้องปลูกฝังความมีวินัยเนื่องจากการสร้างวินัยไม่ใช่การลงโทษ แต่การสร้างวินัยเกิดจากการสั่งสอนอย่างมีเหตุผล การเป็นตัวอย่างที่ดีให้โอกาสเด็กปฏิบัติด้วยความสุข การสร้างวินัยเด็กที่ดีต้องเริ่มมาตั้งแต่แรกเกิด ด้วยการสนองตอบให้เด็กรู้สึกได้ในความรักจากพ่อแม่ ต่อมาเมื่อเด็กเริ่มโต การกำหนดวินัยในครอบครัว กฎเกณฑ์ต่างๆ ที่จะให้เด็กทำต้องสอดคล้องกับอายุ อารมณ์และวุฒิภาวะของเด็กแล้ว เลือกพฤติกรรมที่ควรพัฒนาเด็ก ซึ่งในเด็กเล็กได้แก่ ความมีระเบียบ การช่วยเหลือเพื่อน การเล่นเกมมีกติกา การเป็นสมาชิกของสังคมที่ดี สิ่งสำคัญในการฝึกวินัยเด็กนอกจากความรัก และเหตุผลแล้ว สิ่งที่ทำเป็นประจำคือการสอนให้เด็กรู้ขอบเขตของความประพฤติด้วยความตระหนักว่าอิสรภาพที่แท้จริงคืออิสรภาพที่มีขอบเขต ไม่ใช่การทำอะไรตามใจทุกคนต้องมีขอบเขตเพื่อการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นที่ดี

2.3.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัย

ทฤษฎีที่เหมาะสมกับการฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัยมากที่สุดคือทฤษฎีการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบการกระทำ (Operant Conditioning) ซึ่งพัฒนาโดยนักจิตวิทยาชาวอเมริกันชื่อ สกินเนอร์ (B.F. Skinner) ซึ่งมีความเชื่อว่าพฤติกรรมของบุคคลเป็นผลพวงเนื่องมาจากการปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อม พฤติกรรมที่เกิดขึ้น (Emitted) ของบุคคลจะแปรเปลี่ยนไปเนื่องมาจากผลกรรม (Consequences) ที่เกิดขึ้นในสภาพแวดล้อมนั้น สกินเนอร์ให้ความสำคัญกับผลกรรม 2 ประเภท ได้แก่ ผลกรรมที่เป็นตัวเสริมแรง (Reinforcer) ที่ทำให้พฤติกรรมที่บุคคลกระทำอยู่นั้นมีอัตราการกระทำเพิ่มมากขึ้นและผลกรรมที่เป็นตัวลงโทษ (Punisher) ที่ทำให้พฤติกรรมที่บุคคลกระทำนั้นยุติลง

ดังนั้นในการแก้ไขพัฒนาและส่งเสริมพฤติกรรมของบุคคลใดก็ตาม จะต้องใช้ผลกรรมเป็นตัวคอยคุมพฤติกรรมให้เหมาะสม โดยการใช้ผลกรรมเป็นตัววางเงื่อนไขให้บุคคลนั้นแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เงื่อนไขผลกรรมที่ใช้ในการปรับพฤติกรรมโดยการใช้ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบการกระทำของสกินเนอร์ จึงเน้นอยู่ที่ผลกรรมที่เป็นแรงเสริมที่ว่า “ การกระทำใดๆ ที่ได้รับแรงเสริม การกระทำนั้นๆ มีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้น แต่การกระทำใดๆ ที่ไม่ได้รับแรงเสริม การกระทำนั้นๆ มีแนวโน้มที่จะลดลงและหายไปในที่สุด ”

การให้แรงเสริม (Reinforcement) หมายถึง การทำให้ความถี่ของพฤติกรรมเพิ่มขึ้น โดยการทำให้บุคคลได้รับผลกรรมที่พึงพอใจ หลังจากบุคคลแสดงพฤติกรรมนั้นแล้ว ซึ่งอาจจะทำได้โดยให้สิ่งที่บุคคลพึงพอใจ หรือนำเอาสิ่งที่บุคคลไม่พึงพอใจออกไปจากสถานการณ์ที่บุคคลนั้นอาศัยอยู่ ตัวอย่างเช่น ชงชัชลบกระดานดำให้ครู ครูก็พูดว่า “ชงชัชเป็นเด็กดี ครูชอบ” หลังจากชงชัชลบกระดานดำเสร็จแล้ว พฤติกรรม “ลบกระดานดำ” จะเพิ่มมากขึ้น

การให้แรงเสริมแบ่งเป็น 2 ประเภทคือ การให้แรงเสริมบวก และการให้แรงเสริมลบ

1. การให้แรงเสริมบวก (Positive Reinforcement) หมายถึงการให้สิ่งเร้าที่ทำให้พฤติกรรมที่พึงประสงค์เพิ่มขึ้น หรือการให้สิ่งที่บุคคลพอใจ สบายใจ เมื่อบุคคลมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ สิ่งที่ทำให้พฤติกรรมเพิ่มขึ้น เรียกว่า “ตัวเสริมบวก” (Positive reinforcer) ได้แก่ ขนม ลูกกวาด อาหาร ของเล่น คำชมเชย กิจกรรมที่เด็กชอบ ฯลฯ สิ่งเหล่านี้อาจจะเรียกว่า “รางวัล” แต่แรงเสริมบวกต่างจากรางวัลตรงที่ว่ารางวัลหมายถึงสิ่งที่จะต้องให้ตอบแทนบริการต่างๆ หรือความสำเร็จของบุคคล ไม่จำเป็นว่าพฤติกรรมนั้นจะต้องเพิ่มขึ้น ส่วนแรงเสริมบวกนั้นเป็นสิ่งที่ทำให้พฤติกรรมเพิ่มขึ้น ดังตัวอย่างจากคำชมที่ว่า “นิดีเด็กดี” เป็นการให้แรงเสริมแก่พฤติกรรม

“นั่งลง” หรือครูอาจจะพูดต่อไปว่า “ครูชอบคนที่ไม่ดื้อ” ดังนั้นข้อความที่ว่า “นิติเด็กดี ครูชอบคนที่ไม่ดื้อ” เป็นตัวแรงเสริมบวก

แรงเสริมบวกมีหลายชนิด แต่แบลคแฮม และซิลเบอร์แมน (Blackham and Silberman, 1971 อ้างถึงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2549) ได้แบ่งแรงเสริมบวกเป็น 3 ชนิด คือ

1.1 แรงเสริมทางสังคม (Social reinforcement) ได้แก่ คำชมเชย เช่นคำว่า “ดี” “ดีมาก” การยอมรับและการให้ความสนใจ เช่น พักหน้า พูดคำว่า “อ้อ” ยิ้ม ตะลึงเบาๆ การพูดจายกย่อง การให้ความสนใจ การถูกกอด แรงเสริมทางสังคมเป็นแรงเสริมที่ค่อนข้างวางใจ และสามารถนำไปใช้ในสถานการณ์อย่างมีประสิทธิภาพ อีกทั้งใช้ได้ง่าย สะดวกและประหยัด

1.2 แรงเสริมที่เป็นสิ่งของและสัญลักษณ์ที่นำไปแลกเปลี่ยนสิ่งที่ต้องการได้ (Tangible and token reinforcement) เป็นแรงเสริมที่กินได้ จับต้องและมองเห็นได้ ได้แก่ ขนม อาหาร ตุ๊กตา กิจกรรมต่างๆ ที่เด็กพอใจ ฯลฯ และสิ่งที่เด็กนำไปแลกเปลี่ยนสิ่งของที่ต้องการ ซึ่งขอเรียกว่า “ สิ่งประสงค์ ” (Back – up reinforcers) ได้แก่ ดาว เหรียญพลาสติก บัตรสีต่างๆ เป็นต้น แรงเสริมนี้เรียกว่า “แรงเสริมแลกเปลี่ยน” หรือ “เบี้ยอรรถกร” (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2549)

1.3 แรงเสริมที่อยู่ภายในตัวบุคคล (Intrinsic reinforcer) เป็นแรงเสริมที่เกิดจากภายในตัวบุคคลหลังจากที่แสดงพฤติกรรมที่พึงปรารถนาหรือทำสิ่งต่างๆ ได้สำเร็จ เช่น ความภาคภูมิใจ และความพอใจในผลงาน เป็นต้น

2. การให้แรงเสริมลบ (Negative Reinforcement) หมายถึง การเพิ่มความถี่ของพฤติกรรม โดยการขจัดสิ่งเร้าที่บุคคลไม่พึงพอใจออกไปทันทีที่บุคคลแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ หรือการที่พฤติกรรมของบุคคลเพิ่มขึ้น เพราะพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมานั้นสามารถถอดถอนสิ่งเร้าที่ไม่น่าพึงพอใจ (Aversive Stimulus) ได้ เช่น เดโชเข้าห้องเรียนสาย ครูก็ให้เดโชยืนหน้าชั้น 5 นาที (สิ่งที่ไม่น่าพึงพอใจ) ต่อมาเดโชเข้าห้องเรียนตรงเวลา ครูก็ไม่ให้เดโชยืนหน้าชั้นอีกต่อไป พฤติกรรมเข้าห้องเรียนตรงเวลาสามารถถอดถอนสิ่งเร้าที่ไม่น่าพึงพอใจออกไปได้ ในเวลาต่อมาทำให้พฤติกรรมการเข้าเรียนตรงเวลาของเดโชเพิ่มขึ้น เราจะเห็นว่าการให้แรงเสริมลบนั้นต่างจากการลงโทษตรงที่ว่า การลงโทษนั้นเป็นการให้สิ่งเร้าที่ไม่ดีแก่พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ดังตัวอย่างในตอนแรกเดโชเข้าห้องเรียนสาย (พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์) ครูให้ยืนหน้าชั้นเป็นการลงโทษ ต่อมาเมื่อเดโชเข้าห้องเรียนตรงเวลา (พฤติกรรมที่พึงประสงค์) ครูก็ไม่ให้เดโชยืนหน้าชั้นอีกต่อไป จึงเห็นได้ว่าการให้แรงเสริมลบนั้นเด็กจะแสดงพฤติกรรมบางอย่างเพื่อลดความไม่น่าพึงพอใจ เช่น เมื่ออยู่ในสภาพอากาศหนาว บุคคลจะสวมเสื้อกันหนาวทำให้ความหนาวซึ่งเป็นสิ่งเร้าที่ไม่น่าพึงพอใจลดลง

นอกจากนี้ ซีราพร กุลนันทน์ (2535) ยังได้กล่าวถึงทฤษฎีการวางเงื่อนไข การเลียนแบบพฤติกรรมของเบนดูรา (Albert Bandura) ว่าตัวแบบที่ปลูกฝังให้เด็กมีพฤติกรรม การรักษาความสะอาด ได้แก่ พ่อ แม่ บุคคลที่เกี่ยวข้องใกล้ชิดกับเด็ก และตัวแบบอื่นๆ ซึ่งแสดงแบบ ของผู้รักษาความสะอาดที่ปรากฏอยู่ในชีวิตจริง เนื่องจากเด็กเล็กๆ ชอบเลียนแบบ ฉะนั้นวิธีฝึกให้เด็ก รักษาความสะอาดที่ได้ผลอีกวิธีหนึ่งนอกเหนือจากการให้แรงเสริมหรือรางวัล ก็คือการทำแบบให้เด็ก ทำตาม เช่นก่อนกินข้าวทุกครั้งทั้งพ่อและแม่จะล้างมือก่อน เมื่อเห็นพ่อแม่ล้างมือเด็กจะล้างมือบ้าง เมื่อทำเช่นนั้นทุกวัน ในที่สุดเด็กก็จะล้างมือก่อนกินข้าวทุกครั้งแม้จะ โต้จนไม่ได้อยู่กับพ่อ แม่แล้ว ก็ตาม

2.4 หลักการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย

การจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักษาความสะอาด ให้แก่เด็กปฐมวัยนั้น จำเป็นอย่างยิ่ง ที่จะต้องศึกษาถึงพัฒนาการตามวัยของเด็กเพื่อให้กิจกรรมที่จัดนั้นเหมาะสมกับเด็กแต่ละวัย สามารถนำมาพัฒนาลักษณะนิสัยที่ดีในการดูแลสุขภาพตนเอง สำหรับการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจัด กิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักษาความสะอาด โดยศึกษาทักษะและพัฒนาการทางสังคม ของเด็กปฐมวัยที่ เกี่ยวกับการช่วยเหลือตนเอง ในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน การดูแลรักษาความสะอาดร่างกาย ของ ใช้ส่วนตัวและส่วนรวม รวมทั้งการช่วยกันดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม ดังนี้

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2546) ได้กล่าวถึงลักษณะทักษะ และพัฒนาการทางสังคมของเด็กปฐมวัย อายุ 3-5 ปี ไว้ว่า

เด็กอายุ 3 ปี มีความรู้สึที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น คือจะเริ่มรู้บทบาทหน้าที่ ของตนเอง เริ่มรู้จักเลือกเล่นสิ่งที่ตนชอบ สนใจ รู้จักช่วยเหลือตนเอง ล้างมือได้ รับประทานอาหารได้ การอยู่ร่วมกับผู้อื่นและการมีคุณธรรมจริยธรรม ยึดตัวเองเป็นศูนย์กลาง เริ่มปฏิบัติตามกฎกติกา ง่ายๆ รู้จักทำงานที่ได้รับมอบหมาย การอนุรักษ์วัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม เริ่มแสดงความรู้จัก แสดงความเคารพ ทั้งขณะได้ถูกที่ ไม่ทำลายสิ่งของเครื่องใช้

เด็กอายุ 4 ปี มีความรู้สึที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น รู้บทบาทหน้าที่ของตนเอง รู้จักเลือกเล่นสิ่งที่ตนชอบและสนใจ เริ่มรู้จักชื่นชมความสามารถและผลงานของตนเองและผู้อื่น รู้จักช่วยเหลือตนเอง แต่งตัวได้ รับประทานอาหารได้ด้วยตนเอง โดยไม่หกเลอะเทอะ รู้จักทำความสะอาดหลังจากเข้าห้องน้ำ ห้องส้วม การอยู่ร่วมกับผู้อื่นและการมีคุณธรรมจริยธรรม เล่นร่วมกับผู้อื่นได้เริ่มช่วยเหลือผู้อื่น ปฏิบัติตามกฎ กติกาที่ตกลงร่วมกัน มีความรับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมาย การอนุรักษ์วัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม รู้จักแสดงความเคารพ ทั้งขณะได้ถูกที่ รักษาสิ่งของที่ใช้ร่วมกัน

เด็กอายุ 5 ปี มีความรู้สึที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น รับผิดชอบหน้าที่ของตนเองและหน้าที่ๆ ได้รับมอบหมาย รู้จักเลือกเล่น ทำงานตามที่ชอบ สนใจและทำได้ รู้จักชื่นชมในความสามารถและผลงานของตนเองและผู้อื่น รู้จักช่วยเหลือตนเอง เลือกเครื่องแต่งกายของตนเองได้ และ แต่งตัวได้ ใช้เครื่องมือ เครื่องใช้ในการรับประทานอาหารได้ ทำความสะอาดร่างกายได้ การอยู่ร่วมกับผู้อื่นและการมีคุณธรรมจริยธรรม เล่นหรือทำงานร่วมกันในกลุ่มย่อยได้ รู้จักการให้และการรับ ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสถานศึกษา ตั้งใจทำงานที่ได้รับมอบหมายจนสำเร็จ การอนุรักษ์วัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม แสดงความเคารพได้เหมาะสมกับโอกาส ทิ้งขยะได้ถูกที่ ช่วยดูแลรักษาสิ่งแวดล้อมรอบตัว

นอกจากนั้นการจัดกิจกรรมการรักษาความสะอาดให้แก่เด็กปฐมวัยยังต้องจัดให้สอดคล้องกับการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของเด็กเป็นสำคัญดังนี้ (กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ, 2546)

1. การตรวจสุขภาพตอนเช้า ก่อนเข้าเรียนครูหรือผู้ดูแลเด็กควรตรวจสุขภาพของเด็กจับต้องตัวเด็กดูว่าตัวร้อนมีไข้หรือเปล่า ดูเล็บมือ ดูผม ดูฟัน สังเกตการแต่งกายของเด็ก การที่ครูตรวจเด็กทุกเช้าโดยสม่ำเสมอ นั้นเด็กจะระวังเรื่องเล็บ ฟัน ผม และเครื่องแต่งกายของเขา

2. การล้างมือ ฝึกให้เด็กล้างมือเสมอหลังจากเล่นเครื่องเล่นแล้ว และก่อนรับประทานอาหารทุกครั้งเด็กควรล้างมือก่อน เมื่อเด็กเข้าส้วมแล้วต้องล้างมือให้สะอาด เมื่อใดที่มือเด็กเปื้อนก็ต้องแนะนำให้เด็กทราบว่าควรล้างมือ ครูหรือผู้ดูแลเด็กควรสอนให้เด็กรู้จักใช้น้ำอย่างประหยัด ระบายแรกครูอาจเปิดก๊อกน้ำให้เด็ก ให้เด็กลูมือ เมื่อเด็กเข้าใจและทำเป็นเด็กก็จะทำได้เอง ถ้าผู้ใหญ่คอยดูแลเวลาเด็กล้างมือ เด็กก็จะไม่เปิดน้ำเล่นจนหกเลอะเทอะ หรือทำให้เสื้อผ้าเปียก ใกลที่ล้างมือควรมีผ้าเช็ดมือแขวนไว้สำหรับเด็กเช็ดมือหลังล้างมือแล้ว

3. การแปรงฟัน ตามปกติแล้วเด็กควรแปรงฟันวันละ 2 ครั้ง คือตอนเช้า และก่อนเข้านอน ในปัจจุบันพ่อแม่ต้องออกทำงานนอกบ้านและมักจะกลับมาค่ำ เด็กบางคนอาจนอนหลับแล้ว การอบรมฝึกลูกจึงทำได้น้อย สถานศึกษาจำเป็นต้องช่วยพ่อแม่ในเรื่องนี้ จึงมักสอนการแปรงฟันให้แก่เด็กและฝึกให้เด็กแปรงฟันที่โรงเรียน หลังจากรับประทานอาหารกลางวันฝึกเด็กให้หัดจับแปรงให้ถนัดและถูกต้อง เมื่อใช้แล้วล้างแปรงให้สะอาด แขนงไว้ให้แห้ง

4. การล้างหน้า หลังจากเด็กตื่นนอนควรใช้ขันตักน้ำหรือน้ำลงอ่างเป็นการฝึกให้เด็กรู้จักใช้น้ำอย่างประหยัดไปในตัว นำผ้าเช็ดหน้าขนหนูผืนเล็กๆ ของเด็กทุกคนใส่ลงในอ่าง ชุบน้ำพอเปียก ส่งให้เด็กเช็ดหน้าเช็ดคอ แล้วนำผ้าขนหนูเหล่านี้ไปซักตากให้แห้งเพื่อใช้ในวันต่อไป

5. การอาบน้ำ ควรจัดให้เด็กอาบน้ำในตอนบ่าย ครูหรือผู้ดูแลเด็กควรแนะนำวิธีอาบน้ำให้เด็ก หัดให้เด็กตักน้ำล้างหน้าล้างตัว ถูสบู่แล้วตักน้ำราดตัวล้างสบู่ให้หมด เช็ดตัวให้แห้ง เมื่ออาบน้ำเสร็จแล้ว ระยะเวลาแรกครูอาจตักน้ำราดให้ ให้เด็กถูสบู่เอง ส่วนที่เด็กถูหนักก็คือท้องพยายามให้ถูแขน ขา และเท้าด้วย หลังอาบน้ำและเช็ดตัวแล้วเทแป้งใส่มือเด็ก ให้เด็กถูปัสสาวะตามหน้าและตัวเด็กจะรู้สึกสบาย

6. การรับประทานอาหาร ก่อนรับประทานอาหารต้องล้างมือให้สะอาด เด็กรับประทานทุกอย่างที่มีประโยชน์ ไม่ควรเลือกอาหาร ให้อะเอียดก่อนกลืน ไม่ส่งเสียงพูดคุยดังในระหว่างรับประทานอาหาร แนะนำให้เด็กพยายามรับประทานอาหารอย่างเรียบร้อย ตักอาหารไม่หก รับประทานอาหารเสร็จแล้วนำถาด หรือจานอาหาร ไปไว้ที่สำหรับล้าง

7. การพักผ่อนหรือการนอน ควรจัดให้เด็กได้พักผ่อนประมาณ 10-15 นาที ด้วยการให้เด็กนั่งเฉยๆ หรือนอนเหยียดขาอยู่กับพื้น ซึ่งครูอาจเล่านิทานหรือเปิดเพลงเบาๆ ให้เด็กฟัง หรือให้เด็กดูรูปจากหนังสือก็ได้ เด็กควรนอนพักตอนกลางวันประมาณชั่วโมงครึ่งควรจัดที่นอนให้ห่างกันพอควร อากาศในห้องต้องโปร่งสบาย ไม่มียุง เด็กบางคนอาจไม่หลับก็ไม่เป็นไร เนื่องจากต้องการให้เด็กพักผ่อนเท่านั้น

8. การเก็บรักษาเครื่องใช้และเครื่องเล่น เด็กควรได้รับการฝึกให้ดูแลสิ่งต่างๆ ของตัว รักษาให้สะอาด เก็บให้เป็นที่ สิ่งของเหล่านั้นก็จะทนทาน หยิบง่าย มองดูเป็นระเบียบเรียบร้อย

9. การฝึกให้เด็กรู้จักรักษาสภาพแวดล้อม ด้วยการทิ้งขยะให้ถูกที่ โดยฝึกให้ทิ้งลงในถังที่รองรับขยะ ซึ่งสามารถสอนให้เด็กแยกขยะเปียก ขยะแห้ง ไว้อย่างละถัง

นอกจากการศึกษาทักษะและพัฒนาการทางสังคมของเด็กปฐมวัยที่เกี่ยวกับการช่วยเหลือตนเอง ในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน การดูแลรักษาความสะอาดร่างกาย ของใช้ส่วนตัว และส่วนรวม รวมทั้งการช่วยกันดูแลรักษาสิ่งแวดล้อมแล้ว ในการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกเด็กสิ่งที่ควรศึกษาอีกเรื่องหนึ่งก็คือความสนใจ และความมีสมาธิในการเรียนรู้ของเด็กทั้งเพศชายและหญิง ดังที่มีผู้กล่าวไว้ว่า

วันชัย ไชยสิทธิ์ (2549) กล่าวว่าไว้ในปัจจุบันเด็กไทยของเรามีปัญหาหนึ่งที่พ่อแม่ผู้ปกครองและสังคมปัจจุบันให้ความสนใจเป็นอย่างมาก คือปัญหาเด็กไม่ค่อยมีสมาธิ ซึ่งพบในเด็กชายมากกว่าเด็กหญิง ในระดับอาการที่สำคัญคือ เด็กจะสนใจอะไรได้ไม่นาน พุดมาก อยู่ไม่นิ่ง นั่งไม่คิดที่ ทำงานไม่สำเร็จ มีการรับรู้และเรียนรู้ได้น้อยกว่าเพื่อนร่วมชั้นเรียน และมักจะก่อความสงบสุขของชั้นเรียนอีกด้วย

คิสส์และสคูด (Kids & School, 2552) ได้กล่าวไว้ว่า โดยพื้นฐานแล้วเด็กหญิงมีแนวโน้มที่จะมีพัฒนาการเรื่องภาษา ความคิดความอ่านได้เร็วกว่าเด็กชายอาจสังเกตเห็นได้ด้วยตนเอง นอกจากนั้นยังสังเกตได้อีกเช่นกันว่าเด็กหญิงมีแนวโน้มที่จะเรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้ดีกว่าเด็กชายเพราะมีสมาธิดีและยาวกว่า

จากข้อความดังกล่าวข้างต้น พอจะสรุปได้ว่าเด็กจะพัฒนาลักษณะนิสัยรักความสะอาดได้มากน้อยเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับการศึกษาให้เด็กได้ปฏิบัติจริงตามกิจวัตรประจำวันอย่างต่อเนื่อง และอย่างถูกวิธี โดยการฝึกนั้นจะมุ่งเน้นให้เด็กมีพฤติกรรมการรักษาความสะอาดด้านร่างกาย และสุขภาพอนามัยด้วยการรู้จักรักษาความสะอาดอวัยวะต่างๆ ของร่างกาย มีวินัยในตนเองและมีความรับผิดชอบด้วยการเก็บของเล่นของใช้เข้าที่เป็นระเบียบ ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตนเองโดยการรับประทานอาหารด้วยตนเองโดยไม่หกเลอะเทอะ และการดูแลรักษาธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมด้วยการรู้จักเก็บกวาดและทิ้งขยะให้เป็นที่ ซึ่งการฝึกให้เด็กได้ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันนั้นบุคคลที่เกี่ยวข้องและใกล้ชิดเด็กจะต้องเป็นแบบอย่างที่ดี และการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกให้เด็กมีนิสัยรักความสะอาดนั้นผู้ฝึกจะต้องศึกษาพัฒนาการตามวัยของเด็กด้วยว่าเด็กในวัย 3 – 4 ปี สามารถที่จะปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่เกี่ยวข้องกับตนเอง และที่เกี่ยวข้องกับส่วนรวมอะไรได้บ้าง เช่น เด็กอายุ 3 ปี รู้จักช่วยเหลือตนเอง ในการล้างมือ รับประทานอาหารได้ด้วยตนเอง ทิ้งขยะได้ถูกที่ ไม่ทำลายสิ่งของเครื่องใช้ เด็กอายุ 4 ปี ก็จะแต่งตัวได้ รับประทานอาหารได้ด้วยตนเอง โดยไม่หกเลอะเทอะ รู้จักทำความสะอาดหลังจากเข้าห้องน้ำห้องส้วม ทิ้งขยะได้ถูกที่ รักษาสิ่งของที่ใช้ร่วมกัน การจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดให้เกิดแก่ตัวเด็กนั้นจะช่วยเพิ่มให้เด็กมีทักษะความชำนาญ รู้วิธีปฏิบัติที่ถูกต้อง และมีสุขนิสัยที่ดีในการดูแลตนเอง และกิจกรรมที่นำมาฝึกให้เด็กนั้นจะต้องเป็นสิ่งที่สามารถดึงดูดใจให้เด็กอยากทำโดยไม่ต้องบังคับ ถึงแม้ว่าเด็กอาจจะซุกซนและสมาธิสั้นก็สามารถจะพัฒนาและฝึกทักษะต่างๆ ให้กับเด็กได้

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.1 งานวิจัยในประเทศ

กุลชลิ ภูมรินทร์ (2535) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เรื่องการดูแลตนเองกับพฤติกรรมดูแลตนเองในเด็กวัยเรียน 5 ด้าน ได้แก่ การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อนนอนหลับ การรักษาความสะอาดของร่างกาย และการป้องกันโรค และอุบัติเหตุ จากการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมรักษาสุขภาพตนเอง ที่ผ่านมาสรุปลงได้ว่าพฤติกรรมที่นักวิชาการเห็นว่าสำคัญอย่างสอดคล้องและทำให้ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงได้แก่

พฤติกรรมการกิน การออกกำลังกาย การรักษาสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล การจัดการกับความเครียด การป้องกันอุบัติเหตุ การรักษาความปลอดภัยการตรวจสุขภาพประจำปี

นิรัชรา จันทิหาล้า (2541) ได้ทำการวิจัยการเปรียบเทียบผลการใช้เทคนิคเบียร์รลดกรกับเทคนิคตัวแบบ ต่อพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของชั้นเรียน และความเป็นระเบียบของอุปกรณ์เครื่องใช้ส่วนตัวของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเจียรนวนนท์อุทิศ 3 จำนวน 8 คน แบ่งเป็นกลุ่มเทคนิคเบียร์รลดกร 4 คน และกลุ่มตัวแบบวีดีทัศน์ 4 คน ผลการวิจัยพบว่า 1. เทคนิคเบียร์รลดกรสามารถเพิ่มพฤติกรรมรักษาความสะอาดของชั้นเรียนและพฤติกรรมรักษาความเป็นระเบียบของอุปกรณ์เครื่องใช้ส่วนตัวของนักเรียนได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01 2. ตัวแบบวีดีทัศน์ สามารถเพิ่มพฤติกรรมรักษาความสะอาดของชั้นเรียนและพฤติกรรมรักษาความเป็นระเบียบของอุปกรณ์เครื่องใช้ส่วนตัวของนักเรียนได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01 3. การปรับพฤติกรรมรักษาความสะอาดของชั้นเรียนและพฤติกรรมรักษาความเป็นระเบียบของอุปกรณ์เครื่องใช้ส่วนตัวของนักเรียน โดยใช้ เทคนิคเบียร์รลดกรกับเทคนิคตัวแบบวีดีทัศน์ไม่แตกต่างกัน

อัจฉรา ผาสุก (2545) ได้ทำการศึกษาการดำเนินงาน โครงการอบรมผู้นำนักเรียน ส่งเสริมสุขภาพ สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา อำเภอประโคนชัย จังหวัดบุรีรัมย์ พบว่าการดำเนินงานโครงการอบรมผู้นำนักเรียนส่งเสริมสุขภาพ ในภาพรวมของคะแนนของการปฏิบัติงานอยู่ในระดับปานกลาง โดยกิจกรรมที่ปฏิบัติมากที่สุดได้แก่ การตรวจสุขภาพและความผิดปกติของร่างกายโดยการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงภาคเรียนละครั้ง การให้ความรู้ด้านอนามัยเกี่ยวกับรวมกิจกรรมรณรงค์ป้องกันไข้เลือดออกเดือนละครั้ง และการปฏิบัติตนให้เกิดสุขนิสัยในการล้างมือทุกครั้งก่อนรับประทานอาหารและหลังออกจากห้องส้วม ร้อยละ 79.2 , 76.0 และ 64.0 ตามลำดับ แต่ยังพบกิจกรรมที่ไม่ได้ปฏิบัติมากที่สุด ร้อยละ 73.0 คือ การช่วยกิจกรรมสาธารณสุขชุมชน โดยให้เหตุผลว่าตนเองยังเป็นเด็กเกรงว่าจะไม่ได้รับความเชื่อถือจากผู้ใหญ่

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2545, อ้างถึงใน สุภาวดี โกมารทัต, 2549) ได้ทำการศึกษาความแตกต่างทักษะทางสังคมระหว่างเพศหญิงและเพศชายซึ่งพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างสมบูรณ์ที่เห็นได้ชัด คือ เพศหญิงจะมีความรับผิดชอบมากกว่าเพศชาย เช่น มีความซื่อสัตย์ สุจริต มีความอดทน มีวินัยในตนเอง รู้จักระมัดระวังและดูแลตนเอง ไม่ทำลายสิ่งของและรู้จักเก็บรักษาของตนเอง และเพศหญิงจะกล้าพูดกล้าแสดงออก

สถาพร ถิ่นบูรณะกุล (2546) ได้ทำการศึกษาการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วมของครอบครัวในการดูแลสุขภาพช่องปากเด็กอายุ 0-5 ปี ปรากฏผลว่า ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพช่องปากเด็กอายุ 0-5 ปี ของผู้เลี้ยงดูเด็ก และความสะอาดช่องปากเด็ก หลังการ

เข้าร่วมกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในกลุ่มทดลองดีกว่าก่อนการเข้าร่วมกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม โดยพฤติกรรมที่ดีขึ้น ได้แก่ การทำความสะอาดเหงือกและฟันเป็นประจำ การตรวจสุขภาพช่องปากในระยะ 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา และการไม่รับประทานซ็อกโกแลต ลูกอม หรือหมากฝรั่ง

สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2547) ได้ทำการศึกษาพฤติกรรมสุขภาพและภาวะสุขภาพของนักเรียนในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ผลการศึกษาพบว่า อัตราส่วนนักเรียนกลุ่มตัวอย่างของนักเรียนนอกเขตเทศบาล กับนักเรียนในเขตเทศบาลเป็น 1.33 มีเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ อัตราส่วนนักเรียนในแต่ละชั้นใกล้เคียงกัน นักเรียนส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดามารดา ซึ่งมีระดับการศึกษาในระดับประถมศึกษา และมีอาชีพเกษตรกรรมเป็นส่วนใหญ่ นักเรียนมีปัญหาด้านการเรียนมากที่สุด ร้อยละ 46.4 ปัญหาความเครียด ร้อยละ 45.9 ผู้ที่นักเรียนปรึกษามากที่สุดคือครู รองลงมาคือเพื่อนและมารดาตามลำดับ นักเรียนมีพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองที่ต้องปรับปรุง ร้อยละ 34.7 พฤติกรรมบริโภคที่ต้องปรับปรุง ร้อยละ 61.6 พฤติกรรมออกกำลังกายตามเกณฑ์ ร้อยละ 50.5 พฤติกรรมด้านอารมณ์และความรู้สึกที่มีปัญหา ร้อยละ 17.1 พฤติกรรมสัมพันธภาพสังคม ร้อยละ 96.9 ในด้านภาวะสุขภาพของนักเรียน พบว่า นักเรียนมีน้ำหนักตามอายุน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 3.2 น้ำหนักมากเกินเกณฑ์ ร้อยละ 7.8 ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ เตี้ย และค่อนข้างเตี้ย ร้อยละ 11.4 น้ำหนักตามส่วนสูงที่พอม ร้อยละ 2.8 อ้วน ร้อยละ 3.8 มีฟันผุ ร้อยละ 38.7 เหงือกอักเสบ ร้อยละ 11.1 สายตาสั้น ร้อยละ 1.0 เป็นเหา ร้อยละ 5.7 นักเรียนในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับทองมีแนวโน้มพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเอง พฤติกรรมบริโภค พฤติกรรมด้านอารมณ์และความรู้สึก ตลอดจนภาวะสุขภาพทางกาย ได้แก่ โรคฟันผุ โรคผิวหนัง ความสะอาดของร่างกาย และเสื้อผ้า ภาวะโภชนาการเป็นปัญหาน้อยกว่าโรงเรียนระดับอื่น

ประทีน อิ่มสุขศรี (2547) ได้ทำการศึกษาภาวะสุขภาพของนักเรียนในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ จังหวัดพิษณุโลก อุดรดิตถ์ และเพชรบูรณ์ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีปัญหา 3 อันดับแรก คือ ความเครียด การเงิน การเรียน ร้อยละ 40.0, 38.3, และ 35.3 ตามลำดับ บุคคลที่นักเรียนปรึกษา คือ แม่ เพื่อน และครู นักเรียนมีการดูแลสุขภาพตนเองในระดับปานกลาง ร้อยละ 73.7 ในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับทอง เงิน และทองแดงนักเรียนมีการดูแลสุขภาพตนเอง ในระดับดี ร้อยละ 17.7, 17.8, 12.4 ตามลำดับ มีการบริโภคอาหารที่อยู่ในระดับต้องปรับปรุง ร้อยละ 43.2 ในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับทอง เงิน ทองแดง และที่ไม่ผ่านเกณฑ์มีการบริโภคอาหารในระดับต้องปรับปรุง ร้อยละ 42.1, 35.0, 40.1, 47.9 ตามลำดับ นักเรียนมีการออกกำลังกายที่โรงเรียนและที่บ้าน ร้อยละ 99.3, 92.7 ปฏิบัติได้ตามเกณฑ์ที่โรงเรียนและที่บ้าน ร้อยละ 30.8,

39.8 ในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับทอง ปฏิบัติที่โรงเรียนและที่บ้านได้ตามเกณฑ์ ร้อยละ 38.6 , 43.5 ซึ่งมากกว่าในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่ไม่ผ่านเกณฑ์ พบร้อยละ 22.9 , 36.0 นักเรียนมีความเสี่ยง หรือปัญหาด้านพฤติกรรมคือ ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนร้อยละ 14.3 พฤติกรรมอยู่ไม่นิ่งสมาธิสั้น ร้อยละ 12.2 พฤติกรรมเกร ร้อยละ 11.3 ด้านอารมณ์ ร้อยละ 11.0 ด้านสัมพันธภาพทางสังคม ร้อยละ 4.3 นักเรียนมีน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ร้อยละ 78.9 น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 4.1 ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ ร้อยละ 83.0 ค่อนข้างเตี้ย และเตี้ย ร้อยละ 6.8, 4.8 และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (สมส่วน) ร้อยละ 81.3 และน้ำหนักมากกว่าเกณฑ์ (อ้วน) ร้อยละ 3.8 นักเรียนมีฟันผุ ร้อยละ 55.0 เหงือกอักเสบ ร้อยละ 43.6 พบโรคผิวหนัง กลาก เกื้ออื่น ร้อยละ 4.0 โรคเหา ร้อยละ 5.9 ด้านความสะอาดที่เป็นปัญหาคือพบเล็บเท้าสะอาด ร้อยละ 57.1 เล็บมือสะอาด ร้อยละ 69.1 สายตาผิดปกติจากการตรวจด้วย E-Chart พบในสายตาวาร้อยละ 2.7 สายตาสายร้อยละ 2.6

ลัดดา เหมาะสุวรรณ (2552) ได้ทำการศึกษาวิจัยพัฒนาการแบบองค์รวมของเด็กไทย ในเด็กปฐมวัย และได้กล่าวไว้ในหนังสือเลี้ยงลูกอย่างไรให้เก่ง ดี มีสุข ว่าพ่อแม่มุ่งสอนปลูกฝังให้เป็นเด็กดี ไม่ดี ไม่ชน เชื่อฟังพ่อแม่ และผู้ใหญ่ โดยใช้ประสบการณ์ที่ตนเองได้รับมา พ่อแม่บางส่วน ไม่ได้สอนเพื่อปลูกฝังอะไรเพราะยังเห็นว่าเด็กยังไม่รู้เรื่อง รอโตก่อนค่อยสอน ถ้าเป็นยายย่ามักจะตามใจ ไม่เข้มงวดกับเด็ก ครอบครัวในชนบทจึงเริ่มสอนให้เด็กช่วยทำงานบ้านเมื่ออายุประมาณ 5 ปี โดยเน้นที่เด็กหญิงมากกว่าเด็กชาย ในเด็กวัยเรียนพ่อแม่ และผู้เลี้ยงดูเด็กสอนให้มีระเบียบวินัย รับผิดชอบเรื่องการเรียนการทำงานบ้าน ส่วนใหญ่สอนโดยการพูดครอบครัวในภาคกลางเขตเมืองและกรุงเทพมหานคร ไม่ได้สอนและเข้มงวดให้ลูกทำงานบ้าน เพราะมีคนทำให้

3.2 งานวิจัยต่างประเทศ

เล็ททอล (Lattal, 1969 อ้างถึงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2549) ได้นำแนวคิดของ ฟรีแม็ค คือการใช้กิจกรรมที่เด็กชอบทำมากที่สุด หรือกิจกรรมที่เด็กทำบ่อยที่สุดมาเสริมแรงกิจกรรมที่เด็กชอบทำน้อยที่สุด โดยเล็ททอลใช้หลักฟรีแม็คในการเสริมสร้างพฤติกรรมการแปรงฟันของเด็กในค่ายฤดูร้อน โดยที่เด็กเหล่านี้ชอบการว่ายน้ำมากที่สุด ดังนั้นเขาจึงวางเงื่อนไขว่าถ้าใครอยากจะทำสระว่ายน้ำต้องแปรงฟันเสียก่อน ผลปรากฏว่าเด็กแปรงฟันกันทุกคน

โอเบรียนและคณะ (O'Brien et. al., 1972 อ้างถึงใน ประดิษฐ์ อุปรณีย์, 2535) ได้ทดลองใช้วิธีการยุติ กับเด็กพิการอายุ 6 ขวบ เพื่อยุตินิสัยการรับประทานอาหารด้วยมือที่ไม่สะอาด และมักทำอาหารหกรดตัวตลอดเวลา โดยทุกครั้งที่เด็กใช้มือหยิบอาหาร ขณะที่นำอาหารเข้าปาก เขาก็จะจับมือเด็กไว้ แล้วเช็ดมือให้สะอาด จากนั้นจึงปล่อยให้เด็กรับประทานต่อไป เขาทำเช่นนี้อยู่หลายครั้งปรากฏว่า พฤติกรรมการรับประทานอาหารของเด็กไม่เปลี่ยนแปลง เขาจึง

ศึกษาประวัติของเด็กพบว่าเด็กยังไม่เคยเรียนรู้การใช้ช้อนรับประทานอาหารมาก่อนเลย โอเบเรียน และคณะจึงจัดโปรแกรมฝึกการรับประทานอาหารที่ถูกต้องให้กับเด็กอยู่ระยะหนึ่งจนแน่ใจว่าเด็กสามารถทำได้ด้วยตนเองได้จึงปล่อยให้เด็กรับประทานอาหารด้วยตนเอง และเมื่อใดก็ตามที่เด็กกลับไปใช้มือหยิบอาหารอีก ครูก็จับมือของเด็กไว้แล้วเซ็ดมือให้สะอาดจากนั้นจึงให้เด็กรับประทานอาหารต่อไป การใช้การหยุดยั้ง การฝึก รวมทั้งเสริมแรงด้วยอาหารในช่วงระยะเวลาหนึ่งผลปรากฏว่าเด็กเริ่มรับประทานอาหารด้วยวิธีการที่เหมาะสมได้

คริสโตเฟนเซน และคณะ (Christophensen, et. al., 1972 อ้างถึงใน ประภาพรรณ เอี่ยมสุภามิต, 2537) ได้ทำการทดลองโดยใช้เบียร์รกรเพื่อเพิ่มพฤติกรรมกรรมการจัดเตียงนอนด้วยตนเอง พฤติกรรมการตัดหญ้าในสนามหน้าบ้าน พฤติกรรมการล้างจาน ซาม ของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเด็ก 3 คน ชาย 2 หญิง 1 เด็กเหล่านี้ได้รับการเสริมแรงด้วยเบียร์รกรเมื่อเด็กแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ตามที่กำหนด ผลจากการศึกษาพบว่าพฤติกรรมดังกล่าวเพิ่มขึ้น และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมลดลง

ฮอร์เนอร์ และ เคิลิตซ์ (Horner and Keilitz, 1975 อ้างถึงในพรณทิพย์ ศิริวรรณ บุญย์, 2547) ได้ทดลองใช้เบียร์รกรและแรงเสริมทางสังคมในการฝึกทักษะที่จำเป็นในชีวิตประจำวัน คือ การฝึกแปรงฟัน ให้แก่เด็กที่มีความบกพร่องทางสมอง จำนวน 8 คน อายุเฉลี่ย 13 ปี IQ เฉลี่ย 43.1 โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มแรกฝึกแปรงฟัน โดยให้ได้รับเบียร์รกรควบคู่กับแรงเสริมทางสังคม เช่น คำชมเชย การตบหลังเบาๆ แล้วใส่เบียร์ลงในถ้วย เมื่อเด็กแปรงฟันถูกวิธีในแต่ละขั้นตอน เบียร์ที่ได้รับสามารถนำไปแลกหมากฝรั่งชนิดไม่หวานได้เมื่อฝึกเสร็จแต่ละครั้ง ส่วนกลุ่มที่ 2 จะได้รับเฉพาะแรงเสริมทางสังคมเท่านั้นตลอดระยะเวลาการฝึก ผลปรากฏว่าเด็กทั้ง 2 กลุ่ม สามารถแปรงฟันได้ถูกวิธีทุกขั้นตอนตามเกณฑ์ที่กำหนด ภายในการฝึกครั้งที่ 18 จากจำนวน 30 ครั้ง เพียง 6 คน ส่วนอีก 2 คน ของทั้ง 2 กลุ่มไม่สามารถแปรงฟันได้ถูกต้องตามขั้นตอนที่กำหนด

คอกี ฮวง มิลเลอร์ และ เจนเนฟโร (Caughy, Huang, Miller, and Genevro, 2004) ได้ศึกษาผลของการใช้โครงการส่งเสริมสุขภาพแก่เด็ก (The Healthy Steps for Young Children Program - HS) โดยส่งเสริมแม่มีมือใหม่ในเรื่องการปฏิสัมพันธ์ระหว่างแม่กับลูก การคิดแม่อย่างปลอดภัย และพฤติกรรมของเด็ก จากการสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ซึ่งเข้าร่วมโครงการ ผลการวิจัยพบว่าแม่ที่เข้าร่วมโครงการดังกล่าวมีปฏิสัมพันธ์กับลูกอย่างเหมาะสมและรวดเร็วกว่าแม่อีกกลุ่มหนึ่ง และจากการศึกษาระยะยาวพบว่ามารดาที่เข้าโครงการ HS มีความสามารถช่วยให้ลูกรู้สึกปลอดภัยจากการคิดแม่และมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาลดน้อยลง

จากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สรุปได้ว่า การรักษาความสะอาดเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อเด็กปฐมวัย เนื่องจากพฤติกรรมการรักษาความสะอาดที่เด็กแสดงออกทั้งการดูแลรักษาความสะอาดส่วนตัว และส่วนรมนั้นจะเป็นสิ่งที่บ่งบอกถึงควมมีระเบียบและควมมีวินัยของเด็ก ซึ่งสามารถที่จะสอนและปลูกฝังให้เกิดขึ้นในตัวเด็กได้โดยการดูแลเอาใจใส่ของพ่อแม่และครู โดยการให้ทำกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยโดยการวางเงื่อนไขและเสริมแรง ดังนั้นผู้เกี่ยวข้องกับเด็กจึงควรได้ตระหนักถึงการคิดหาวิธีการต่างๆ เพื่อพัฒนาให้เด็กมีนิสัยในการรักษาความสะอาดทั้งของตนเอง และส่วนรวม ซึ่งจะเป็นการวางรากฐานที่ดีต่อไปในอนาคต

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบกลุ่มเดียวที่มีการสังเกตก่อนและหลังการทดลอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ผลของการใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดที่มีต่อพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ซึ่งมีขั้นตอนการดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือในการวิจัย
3. การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. แบบแผนการวิจัย
5. การเก็บรวบรวมข้อมูล
6. การวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 อายุระหว่าง 3 - 4 ขวบ จำนวน 3 ห้องเรียนๆ ละ 22 , 21 และ 18 ตามลำดับ ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เทศบาลตำบลตำบอง อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 อายุระหว่าง 3 - 4 ขวบ 1 ห้องเรียน จำนวน 22 คน เป็นเพศชาย 13 คน เพศหญิง 9 คน ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เทศบาลตำบลตำบอง อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 ซึ่งได้จากการสุ่มตัวอย่าง อย่างง่าย (Simple random sampling) จากประชากรทั้งหมด 3 ห้องเรียน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้เครื่องมือในการทดลองดังนี้

1. ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ซึ่งผู้วิจัยสร้างและพัฒนาขึ้น จำนวน 24 กิจกรรม
2. แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ซึ่งผู้วิจัยสร้างและพัฒนาขึ้น จำนวน 30 ข้อ

การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 - 1.1 ศึกษาหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย ปี พ.ศ.2546 หลักการและทฤษฎีเกี่ยวกับการฝึกนิสัยรักความสะอาดและการสร้างชุดฝึก
 - 1.2 สร้างชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดที่เหมาะสมกับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 24 กิจกรรม โดยเรียงลำดับจากง่ายไปยาก เพื่อใช้ในการทดลอง 8 สัปดาห์ๆ ละ 3 วันๆ ละ 20 นาที (ภาคผนวก ข.)
 - 1.3 นำชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเสนอผู้เชี่ยวชาญทางการศึกษาปฐมวัย การวิจัยและการสาธารณสุขการแพทย์ จำนวน 3 คน เพื่อพิจารณาตัดสินให้มีความแม่นยำตรงตามโครงสร้างทฤษฎี (Construct Validity) โดยเก็บรวบรวมไปคำนวณค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย (Index of Item and Objective Congruence – IOC) ตามสูตรของ โรวินลลีและแฮมเบิลตัน (Rowinelli and Hambleton , 1977 อ้างถึงใน พิชิต ฤทธิจรูญ, 2548) ตามสูตรดังนี้

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC = ดัชนีความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมในชุดฝึก กับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

$\sum R$ = ผลรวมของคะแนนจากการพิจารณาของผู้เชี่ยวชาญ

N = จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

เมื่อ	+1	=	กิจกรรมนั้นสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย
	0	=	กิจกรรมนั้นไม่แน่ใจว่าสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย
	-1	=	กิจกรรมนั้นไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.4 นำกิจกรรมที่ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกันตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป ไปปรับปรุงแก้ไขทางด้านภาษาและความรัดกุมของชุดฝึกตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญแล้วนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

2. แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด

2.1 ศึกษาหลักการและทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรม การรักษาความสะอาดและการสร้างแบบสังเกตพฤติกรรม

2.2 สร้างแบบสังเกตที่ประกอบด้วยพฤติกรรมรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยจำนวน 30 ข้อ เพื่อใช้ในการประเมินพฤติกรรม 3 ระดับ จากมากไปน้อย คือระดับ 2 หมายถึง ดี ระดับ 1 หมายถึง ปานกลาง ระดับ 0 หมายถึง ต้องปรับปรุง (บุญชม ศรีสะอาด, 2545) (ภาคผนวก ง)

2.3 นำแบบสังเกตที่สร้างขึ้นไปฝึกใช้กับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 1 ห้องเรียน เพื่อปรับปรุงแก้ไข ฝึกทักษะการสังเกต และการประเมินผล

2.4 นำแบบสังเกตที่ผู้วิจัยคัดเลือกแล้วเสนอผู้เชี่ยวชาญทางด้านการศึกษาปฐมวัย การวิจัยและการสาธารณสุขการแพทย์ จำนวน 3 คน เพื่อพิจารณาตัดสินความแม่นยำตามโครงสร้างทฤษฎี โดยเก็บรวบรวมไปคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย (Index of Item and Objective Congruence - IOC) ของโรวินELLI และ แฮมเบิลตัน (Rowinelli and Hambleton , 1977 อ้างถึงใน พิชิต ฤทธิ์จรูญ, 2548)

2.5 นำแบบสังเกตพฤติกรรมที่ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกันที่มีค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป ไปทดลองใช้ (try out) กับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เทศบาลตำบลสำโรง อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี จำนวน 18 คน เพื่อนำผลไปหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้สูตรหาค่าความสอดคล้องภายใน หรือสัมประสิทธิ์อัลฟา (α Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach, 1970 อ้างถึงใน บุญชม ศรีสะอาด , 2545) ตามสูตรดังนี้

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right]$$

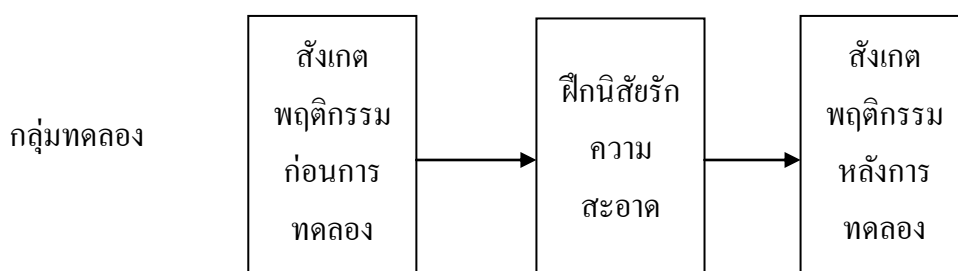
เมื่อ	α	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น
	k	แทน	จำนวนข้อของเครื่องมือวัด
	$\sum S_i^2$	แทน	ผลรวมของความแปรปรวนของแต่ละข้อ
	S_t^2	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนรวม

2.6 ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาดเท่ากับ .96

($\alpha = .9567$)

แบบแผนการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยใช้แผนการทดลองแบบกลุ่มทดลองกลุ่มเดียวที่มีการทดสอบก่อน และหลังการทดลอง (A Quasi - Experimental group pretest - posttest design) ดังในรูปแบบต่อไปนี้



การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจะเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ทั้งก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง ตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. สังเกตและประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยการประเมินสภาพร่างกายและพฤติกรรมในสถานการณ์ที่เด็กทำกิจวัตรประจำวันเกี่ยวกับการรักษาความสะอาด ก่อนการทดลองเป็นเวลา 2 วัน ด้วยแบบสังเกตพฤติกรรม การรักษาความสะอาด ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยผู้สังเกตที่เป็นผู้วิจัย และผู้ช่วยในการวิจัยอีก 1 คน ที่ได้รับการชี้แนะเกี่ยวกับการใช้เครื่องมือแล้ว

2. ให้เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทำกิจกรรมตามชุดฝึกนิสัยรักความสะอาด ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 เป็นเวลา 8 สัปดาห์ๆ ละ 3 วันๆ ละ 20 นาที รวม 24 ครั้ง ตามตาราง (ภาคผนวก ก)

3. สังเกตและประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของกลุ่มตัวอย่างหลังการทดลอง (Posttest) เป็นเวลา 2 วัน หลังเสร็จสิ้นการทดลอง โดยตรวจสภาพร่างกายและพฤติกรรม การรักษาความสะอาดในชีวิตประจำวันของเด็ก โดยผู้สังเกตและแบบสังเกตชุดเดิม

4. นำข้อมูลจากการสังเกตทั้ง 2 ครั้งไปหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ระหว่างผู้สังเกตเพื่อนำไปวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างก่อนและหลังการทดลอง

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการสังเกตพฤติกรรมรักษาความสะอาดของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลองไปวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติดังนี้

1. หาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนซึ่งเป็นผลของการสังเกตพฤติกรรมรักษาความสะอาดของกลุ่มตัวอย่างทั้งก่อน และหลังการทดลองโดยใช้สูตรดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด, 2545)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

เมื่อ	\bar{X}	แทน	ค่าเฉลี่ยของแต่ละกลุ่ม
	$\sum X$	แทน	ผลรวมของคะแนนของเด็กแต่ละคนในกลุ่ม
	n	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่ม

2. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยก่อน และหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ t-test แบบกลุ่มที่ไม่เป็นอิสระแก่กัน (t-dependent) ตามสูตรดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด, 2545)

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n \sum D^2 - (\sum D)^2}{(n-1)}}}, df = n-1$$

เมื่อ	t	แทน	ค่าสถิติที่จะใช้เปรียบเทียบกับค่าวิกฤต เพื่อทราบความมีนัยสำคัญ
	D	แทน	ค่าผลต่างระหว่างคะแนนก่อนและหลัง

		การทดลอง
n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่างหรือจำนวนคู่คะแนน
$\sum D$	แทน	ผลรวมทั้งหมดของผลต่างของคะแนนระหว่าง ก่อนและหลังการทดลอง
$\sum D^2$	แทน	ผลรวมของกำลังสองของผลต่างของคะแนน ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง

3. วิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนของกลุ่มตัวอย่างเพศชาย และเพศหญิงหลังการทดลองโดยใช้ผลการสังเกตก่อนการทดลอง (Pretest) เป็นตัวแปรปรวนร่วม (Covariates)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบกลุ่มเดียว ที่ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างและมีการสังเกตก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งผู้วิจัยได้ตั้งวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ผลของการใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดที่มีต่อพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ทำตามขั้นตอนดังนี้

ตอนที่ 1. แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ก่อนและหลังการทดลอง ดังในตารางที่ 1

ตอนที่ 2. แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 เพศชาย และเพศหญิงหลังการทดลอง โดยใช้ผลการสังเกตก่อนการทดลอง (Pretest) เป็นตัวแปรปรวนร่วม (Covariates) ดังในตารางที่ 2 และ 3

ตอนที่ 1. แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ก่อนและหลังการทดลอง ตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่า t ของคะแนนพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการทดลอง

การประเมิน	N	\bar{X}	S.D.	t
ก่อนการทดลอง	22	.85	.317	18.261***
หลังการทดลอง	22	1.70	.147	

***p < .001

จากตารางที่ 1 พบว่าค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ก่อนการทดลองมีค่าเท่ากับ .85 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน มีค่าเท่ากับ .317 หลังการทดลองมีค่าเท่ากับ

1.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน มีค่าเท่ากับ .147 เมื่อทดสอบค่าทีในตารางพบว่า มีค่าเท่ากับ 18.261 ซึ่งสูงกว่าค่าที ที่ระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($p < .001$) จึงสรุปได้ว่าพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ตอนที่ 2 วิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 เพศชาย และเพศหญิงหลังการทดลอง โดยใช้ผลการสังเกตก่อนการทดลอง (Pretest) เป็นตัวแปรปรวนร่วม (Covariates)

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนพฤติกรรมรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่างเพศชายและหญิง

ค่าสถิติ	จำนวน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
		\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
เพศชาย	13	.69	.254	1.65	.120
เพศหญิง	9	1.09	.251	1.79	.147

จากตารางที่ 2 พบว่าพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ก่อนการทดลองของกลุ่มตัวอย่างเพศชายมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ .69 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ .254 หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.65 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ .120 และกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.09 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ .251 หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.79 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ .147 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าคะแนนพฤติกรรมรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งเพศชายและหญิงมีค่าเฉลี่ยหลังการทดลองสูงขึ้นและพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมีแนวโน้มที่สูงกว่ากลุ่มตัวอย่างเพศชาย

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเพศชาย และเพศหญิงหลังการทดลองโดยใช้ผลการสังเกตก่อนการทดลอง (Pretest) เป็นตัวแปรปรวนร่วม (Covariates)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม (b)	.106	1	.106	6.073	.023*
ภายในกลุ่ม (w)	.350	20	.017		
ทั้งหมด (t)	.456	21			

*p < .05

จากตารางที่ 3 พบว่า ค่า F มีค่าเท่ากับ 6.073 ค่า Sig มีค่าเท่ากับ .023 ตกอยู่ในเขตวิกฤตจึงปฏิเสธสมมติฐานเป็นกลางนั่นคือเมื่อให้ผลสังเกตก่อนการทดลอง (Pretest) เป็นตัวแปรปรวนร่วม (Covariate) แล้วเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 หลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่างเพศชายและเพศหญิงพบว่า ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงสูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p < .05$)

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องผลของการใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดที่มีต่อพฤติกรรมการรักษาความสะอาด มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ก่อนและหลังการฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 และเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ระหว่างเพศชาย และหญิงหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างคือเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 อายุ 3-4 ขวบ 1 ห้องเรียน จำนวน 22 คน แยกออกเป็นเพศชาย 13 คน และเพศหญิง 9 คน ซึ่งได้จากการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) จากประชากรที่ใช้ในการวิจัย จำนวน 3 ห้องเรียน ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลสำโรง อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 24 กิจกรรมเพื่อใช้ในการทดลอง 8 สัปดาห์ ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 และแบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัย ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น สถิติที่ใช้ในการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่างคือ t-test แบบกลุ่มที่ไม่เป็นอิสระแก่กัน (t-dependent) และเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนของกลุ่มตัวอย่างเพศชายและเพศหญิงหลังการทดลอง โดยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance) ซึ่งกำหนดให้ผลการสังเกตก่อนการทดลอง (Pretest) เป็นตัวแปรปรวนร่วม (Covariates)

สรุปผลการวิจัย

1. เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ที่ได้รับการฝึกโดยใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดมีพฤติกรรมการรักษาความสะอาดดีขึ้นกว่าก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
2. เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 เพศชายและเพศหญิงที่ได้รับการฝึกโดยใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดมีพฤติกรรมการรักษาความสะอาดหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยเพศหญิงมีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการรักษาความสะอาดสูงกว่าเพศชาย

การอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้สามารถอภิปรายผลตามสมมุติฐานการวิจัยที่ตั้งไว้ดังต่อไปนี้
สมมุติฐานข้อที่ 1 พฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ก่อน
และหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) พบว่า ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการรักษา
ความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ก่อนการทดลอง มีค่าเท่ากับ .85 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน มีค่า
เท่ากับ .317 หลังการทดลอง มีค่าเท่ากับ 1.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน มีค่าเท่ากับ .147 และเมื่อ
มีการทดสอบความแตกต่างโดยใช้ t-test แบบกลุ่มที่ไม่เป็นอิสระแก่กัน (t-dependent) พบว่า
มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($p < .001$) ซึ่งแสดงว่าเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
ที่ได้รับการฝึกโดยใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดมีพฤติกรรมการรักษาความสะอาดหลังการทดลอง
สูงกว่าก่อนการทดลอง สอดคล้องกับสมมุติฐานที่ตั้งไว้ ซึ่งแสดงว่าชุดฝึกนิสัยรักความสะอาด
ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นสามารถพัฒนาพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
ได้โดยเฉพาะในรายพฤติกรรมที่เกี่ยวกับ ความรับผิดชอบที่มีต่อกิจวัตรประจำวันของตนเอง ได้แก่
การดูแลความสะอาดร่างกาย เสื้อผ้า การรับประทานอาหาร และความรับผิดชอบต่อการทำงาน เช่น
เก็บที่นอน เก็บของเล่นของใช้ส่วนตัวให้เป็นระเบียบเรียบร้อย มีความรับผิดชอบต่อห้องเรียน และ
โรงเรียน เช่น การรักษาความสะอาดห้องเรียน เก็บของเล่นเข้าที่ และทิ้งขยะในถังขยะ เป็นต้น ซึ่ง
จะทำให้เด็กเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบ ต่อตนเองและผู้อื่น มีความเชื่อมั่นในตนเอง ปฏิบัติหน้าที่
ของตนอย่างมีระเบียบวินัยโดยไม่ต้องให้ใครบังคับและปฏิบัติจนเป็นนิสัย ชุดฝึกนิสัยรัก
ความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นครั้งนี้จึงเป็นชุดฝึกที่เหมาะสม
กับพัฒนาการของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา ไม่ยาก
จนเกินไปและเป็นกิจกรรมที่สอดคล้องกับความสนใจของเด็ก ชุดฝึกและ ผลการวิจัยครั้งนี้จึง
สนับสนุนและสอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย (กรมวิชาการ, กระทรวงศึกษาธิการ, 2548)
ซึ่งได้กำหนดปรัชญาการจัดการศึกษาและอบรมเลี้ยงดูเด็กบนพื้นฐานที่สนองความต้องการของ
เด็กแรกเกิด ถึง 6 ปี ที่ต้องการความรักและความอบอุ่น ความเข้าใจและความจำเป็นที่ต้องได้รับการ
พัฒนาทางด้านร่างกาย ด้านอารมณ์และจิตใจ ด้านสังคมและด้านสติปัญญา อย่างสมดุลต่อเนื่องไป
พร้อมกันทุกด้าน ประสบการณ์ที่เด็กได้รับจะเป็นประสบการณ์ตรงที่หลากหลาย เหมาะสมกับวัย
ความแตกต่างระหว่างบุคคล และบริบทของสังคมที่เด็กอาศัยอยู่ ทั้งนี้เป็นไปเพื่อให้เด็กเกิดการ
เรียนรู้และมีความสุขกับการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน โดยอาศัยความร่วมมือระหว่างบ้าน
สถานศึกษา และชุมชน เพื่อพัฒนาให้เติบโตเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพต่อไป สอดคล้องกับแนวคิด

ของนางลักษณะ สิ้นสืบทผล (2526 อ้างถึงใน ชีราพร กุลนันทน์, 2543) ที่ได้กล่าวไว้ว่า เด็กจะสามารถช่วยตนเองได้ ถ้าได้รับการฝึกที่เหมาะสม เพราะการฝึกให้เด็กช่วยตนเองต้องคำนึงถึงหลักในการฝึก ซึ่งจะต้องเข้าใจพัฒนาการเด็กในแต่ละวัย ช่วงเวลาของการฝึกเด็ก คือช่วงเวลาที่เด็กแสดงให้เห็นว่าเต็มใจและพร้อมที่จะทำสิ่งต่างๆ ให้เด็กทำตามความสามารถเหมาะสมกับวัยวุฒิภาวะของเด็ก เด็กจะได้ประสบผลสำเร็จ ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง จัดประสบการณ์ให้ตามระดับวัยของเด็ก ตั้งแต่กิจกรรมง่ายๆ และใกล้ตัวไปถึงกิจกรรมที่ยากขึ้น และห่างจากตัวไป เพื่อให้เกิดการขี้ขลาด และทำทายเป็น และทำให้เด็กสนใจ และอยากทำเองโดยไม่เกิดการเบื่อหน่าย ควรให้กำลังใจโดยใช้วิธีนุ่มนวลด้วยการยกย่องชมเชย ไม่บีบบังคับให้ทำได้ในทันทีทันใด ถ้าใช้ระเบียบที่เข้มงวดมาก จะทำให้เด็กไม่ประสบผลสำเร็จในการช่วยตนเอง เพราะเกิดความไม่แน่ใจในความสามารถ การยกย่องชมเชยและยอมรับจะทำให้เด็กมีความเชื่อมั่นในตนเอง ทำให้เกิดความรูสึกว่าต้องทำให้ได้ ควรให้เด็กมีส่วนร่วมและช่วยในการทำงานบางอย่างที่เหมาะสมกับวัย และควรชี้ตัวอย่างเด็กอีกคนที่เขาพยายามที่จะช่วยตนเองให้เด็กได้เห็นว่าเขาเองก็สามารถทำได้เช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับเล็ททอล (Lattal, 1969 อ้างถึงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2549) ซึ่งได้นำแนวคิดของ ฟรีแม็ค มาใช้แก้ไขลักษณะนิสัยที่ไม่เหมาะสมของเด็กเล็กในค่ายฤดูร้อน ซึ่งเขาพบว่าเด็กเหล่านี้ไม่ชอบแปรงฟันในตอนเช้าเลย จึงศึกษาว่ากิจกรรมใดที่เด็กชอบมากที่สุดในการช่วยตนเอง ซึ่งก็พบว่ากิจกรรมที่เด็กชอบทำมากที่สุดคือการว่ายน้ำ ดังนั้นเขาจึงวางเงื่อนไขว่าถ้าใครอยากจะทำลงสระว่ายน้ำต้องแปรงฟันเสียก่อน ผลปรากฏว่าภายในหนึ่งสัปดาห์เด็กแปรงฟันตอนเช้ากันทุกคน

นอกจากนี้ ผลการวิจัยครั้งนี้ยังสนับสนุนแนวคิดของกระทรวงศึกษาธิการ (2548) ในเรื่องการจัดการศึกษาของเด็กปฐมวัยที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมให้เด็กมีสุขนิสัยที่ดีเกี่ยวกับการกิน เล่น ออกกำลังกาย และการพักผ่อนอย่างถูกต้อง ปลูกฝังให้เด็กมีลักษณะนิสัยที่ดีงาม รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ เป็นการฝึกให้เด็กรู้จักใช้ประสาทสัมผัสให้สัมพันธ์กันได้อย่างเหมาะสม โดยยึดการพัฒนาคุณภาพเด็กให้มีพัฒนาการ ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาที่เหมาะสมกับวัย ความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยใช้หลักการพัฒนาเด็กโดยองค์รวม เพื่อให้เด็กมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ซึ่งกำหนดคุณภาพเด็กเป็น 8 ส่วน โดยเฉพาะการมีคุณธรรม จริยธรรม และ ค่านิยมที่พึงประสงค์ มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์และพัฒนาสิ่งแวดล้อม พัฒนาดตนเอง มีสุขนิสัย สุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดี และการพัฒนาสังคมนิสัย เพื่อให้เด็กมีลักษณะนิสัยที่ดี แสดงออกอย่างเหมาะสมและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ช่วยเหลือตนเองในการทำกิจวัตรประจำวัน มีนิสัยรักการทำงาน รู้จักระมัดระวังความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น โดยการฝึกให้เด็กได้ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันอย่างสม่ำเสมอ เช่น รับประทานอาหาร พักผ่อนนอนหลับ ขับถ่าย ทำความสะอาดร่างกาย เล่น และทำงานร่วมกับผู้อื่น

ปฏิบัติตามกฎกติกา ข้อตกลงของส่วนรวม เก็บของเข้าที่เมื่อเล่นหรือทำงานเสร็จ เป็นต้น

สมมุติฐานข้อที่ 2 พฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ระหว่างเพศชายและหญิงหลังการทดลองจะแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 พบว่าก่อนการทดลองเพศชายมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ .69 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ .254 เพศหญิงมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.09 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ .251 หลังการทดลองเพศชายมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.65 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ .120 เพศหญิงมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.79 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าเท่ากับ .147 และเมื่อมีการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเพศชาย และเพศหญิงหลังการทดลอง โดยใช้ผลการสังเกตก่อนการทดลอง (Pretest) เป็นตัวแปรปรวนร่วม (Covariates) พบว่าเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 เพศชายและเพศหญิงที่ได้รับการฝึกโดยใช้ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 มีพฤติกรรมการรักษาความสะอาดหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ($p < .05$) โดยเพศหญิงมีพฤติกรรมการรักษาความสะอาดดีกว่าเพศชาย สอดคล้องกับสมมุติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เพราะเด็กชายเป็นเด็กซุกซนชอบเล่นไม่ค่อยมีระเบียบวินัย ไม่ค่อยมีสมาธิ จึงฝึกการรักษาความสะอาดได้ยากกว่าเพศหญิงอย่างชัดเจน สอดคล้องกับที่ วันชัย ไชยสิทธิ์ (2549) ได้กล่าวไว้ว่าในปัจจุบันเด็กไทยของเรามีปัญหาหนึ่งที่พ่อแม่ผู้ปกครองและสังคมปัจจุบันให้ความสนใจเป็นอย่างมาก คือปัญหาเด็กไม่ค่อยมีสมาธิ ซึ่งพบในเด็กชายมากกว่าเด็กหญิง ในระดับอาการที่สำคัญคือ เด็กจะสนใจอะไรได้ไม่นาน พุดมาก อยู่ไม่นิ่ง นั่งไม่ติดที่ ทำงานไม่สำเร็จ มีการรับรู้และเรียนรู้ได้น้อยกว่าเพื่อนร่วมชั้นเรียน และมักจะก่อความสงบสุขของชั้นเรียนอีกด้วย และสอดคล้องกับ คิดส์แอนด์สคูล (Kids & School, 2552) ซึ่งได้กล่าวว่า โดยพื้นฐานแล้วเด็กหญิงมีแนวโน้มที่จะมีพัฒนาการเรื่องภาษา ความคิดความอ่านได้เร็วกว่าเด็กชายอาจสังเกตเห็นได้ด้วยตนเอง นอกจากนั้นยังสังเกตได้อีกเช่นกันว่าเด็กหญิงมีแนวโน้มที่จะเรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้ดีกว่าเด็กชายเพราะมีสมาธิดีและยาวกว่า สอดคล้องกับแนวคิดของลัดดา เหมาะสุวรรณ (2552) ที่ได้ทำการศึกษาวิจัยพัฒนาการแบบองค์รวมของเด็กไทย ในเด็กปฐมวัย และได้กล่าวไว้ในหนังสือ “เลี้ยงลูกอย่างไรให้เก่ง ดี มีสุข” ว่าพ่อแม่มุ่งสอนปลูกฝังให้เป็นเด็กดี ไม่คือ ไม่ชน เชื่อฟังพ่อแม่ และผู้ใหญ่ โดยใช้ประสบการณ์ที่ตนเองได้รับมา พ่อแม่บางส่วนไม่ได้สอนเพื่อปลูกฝังอะไรเพราะยังเห็นว่าเด็กยังไม่รู้เรื่อง รอโตก่อนค่อยสอน ถ้าเป็นยายย่ามักจะตามใจ ไม่เข้มงวดกับเด็ก ครอบครัวยุคใหม่เริ่มสอนให้เด็กช่วยทำงานบ้านเมื่ออายุประมาณ 5 ปี โดยเน้นที่เด็กหญิงมากกว่าเด็กชาย ในเด็กวัยเรียนพ่อแม่และผู้เลี้ยงดูเด็กสอนให้มีระเบียบวินัย รับผิดชอบเรื่องการเรียนการทำงานบ้าน ส่วนใหญ่

สอนโดยการพูด ครอบครัวในภาคกลางเขตเมืองและกรุงเทพมหานคร ไม่ได้สอนและเข้มงวดให้ ลูกทำงานบ้านเพราะมีคนทำให้ ซึ่งสอดคล้องกับ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2545, อ้างถึงใน สุภาวดี โกมารทัต, 2549) ที่กล่าวไว้ว่า ทักษะทางสังคมระหว่างเพศหญิงและเพศชายจะมีความแตกต่างกันอย่างสมบูรณ์ที่เห็นได้ชัดคือ เพศหญิงจะมีความรับผิดชอบมากกว่าเพศชาย เช่น มีความซื่อสัตย์สุจริต มีความอดทน มีวินัยในตนเอง รู้จักระมัดระวังและดูแลตนเอง ไม่ทำลาย สิ่งของและรู้จักเก็บรักษาของตนเอง และเพศหญิงจะกล้าพูดกล้าแสดงออก ด้วยเหตุผล และผลการวิจัยดังกล่าวจึงสามารถสรุปได้ว่าเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 เพศหญิงมีพฤติกรรมการรักษา ความสะอาดดีกว่าเพศชาย

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะสำหรับครูและผู้ที่เกี่ยวข้อง

1.1 ควรนำชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ไปใช้ฝึกให้เด็กปฐมวัยอย่างต่อเนื่องและปรับให้เหมาะสมกับกิจกรรมประจำวันของเด็กทุกกิจกรรม เพื่อส่งเสริมและพัฒนา สุนิสัยที่ดีด้านการดูแลรักษาความสะอาดให้ตนเอง และส่วนรวมของเด็กให้ดีขึ้น

1.2 การปลูกฝังให้เด็กมีนิสัยรักความสะอาด ต้องร่วมมือกันระหว่างบ้านและ โรงเรียนโดยให้สอดคล้องกันอย่างต่อเนื่องไม่ขาดตอน และให้ความสำคัญเท่า ๆ กัน

1.3 ครู ผู้ปกครองและผู้ที่เกี่ยวข้อง จะต้องเป็นแบบอย่างที่ดี ด้านการแสดง พฤติกรรมการรักษาความสะอาดทั้งส่วนตัว และส่วนรวม เพราะเด็กวัยนี้เป็นวัยแห่งการ ลอกเลียนแบบ

1.4 การปลูกฝังให้เด็กมีนิสัยรักความสะอาด จะบรรลุวัตถุประสงค์ได้จะต้อง ฝึกปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ จนกลายเป็นลักษณะนิสัยประจำตัว

1.5 การปลูกฝังให้เด็กมีนิสัยรักความสะอาด ควรปลูกฝังให้กับเด็กตั้งแต่ระดับ ปฐมวัย เพื่อเป็นการวางพื้นฐานในด้านลักษณะนิสัยที่ดีต่าง ๆ

1.6 การปลูกฝังให้เด็กมีนิสัยรักความสะอาดในระดับปฐมวัย จะต้องผสมผสานอยู่ ในการจัดกิจกรรมต่างๆ ทุกกิจกรรม ทั้งกิจกรรมการเรียนการสอน และการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน เพื่อให้เด็กได้ฝึกเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาเพื่อติดตามผลหลังการทดลองอย่างต่อเนื่อง เพื่อดูว่าเด็กปฐมวัยที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการรักษาความสะอาดดีขึ้นหรือมีการปฏิบัติจนเป็นกิจวัตรประจำวันอย่างสม่ำเสมอหรือไม่

2.2 ควรศึกษาเพิ่มเติมว่าพฤติกรรม สิ่งแวดล้อมทางครอบครัวและทางสังคมมีผลต่อพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยหรือไม่และมากน้อยเพียงใด เพื่อหาทางช่วยเหลือปรับปรุงต่อไป

2.3 ควรทำการวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการรักษาความสะอาด โดยใช้การทดลอง 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมระหว่างกลุ่มที่ได้รับการฝึกตามปกติ กับกลุ่มที่ได้รับการฝึกจากชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดว่าแตกต่างกันหรือไม่

บรรณานุกรม

- กุลชลี ภูมรินทร์. (2535). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เรื่องการดูแลตนเองกับพฤติกรรม
การดูแลตนเองในเด็กวัยเรียน. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขา
พยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กองสุขศึกษา กระทรวงสาธารณสุข. (2536). การสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์กับการพัฒนาการ
สาธารณสุขเพื่อบรรลุสุขภาพดีถ้วนหน้า. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.
- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. (2546). คู่มือหลักสูตรก่อนประถมศึกษาพุทธศักราช 2540.
กรุงเทพมหานคร : คุรุสภาลาดพร้าว.
- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2544). ยิ่งกว่าอีคิว คู่มือพัฒนาชีวิตให้ดูน้อย. กรุงเทพมหานคร :
ซัคเซสมิเดีย.
- กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข. (2546). 10 แนวทางสร้างสุขภาพ พฤติกรรม
ที่พึงประสงค์ตามสุขบัญญัติ 10 ประการ. นนทบุรี : การศาสนา สำนักพระพุทธศาสนา
แห่งชาติ.
- กุลยา ตันติผลาชีวะ. (2542). การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย. กรุงเทพมหานคร :
เอ็ดมันเพรสโปรดักส์.
- _____ . (2547). คู่มือการเลี้ยงดูวัยอนุบาลให้เก่ง ฉลาดเป็นคนดีมีคุณภาพ.
กรุงเทพมหานคร : อ่านสนุก.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2548). หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546. กรุงเทพมหานคร:
คุรุสภาลาดพร้าว.
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2549). คู่มือการพัฒนาผู้ดูแลเด็ก. กรุงเทพมหานคร:
องค์การทหารผ่านศึก.
- จูไรรัตน์ แพรวพราย และรุ่งอรุณ เขียวพุ่มพวง. (2547). หนังสือเรียนสาระการเรียนรู้พื้นฐาน
สุขศึกษา. กรุงเทพมหานคร : แม็ค.
- ฉวีวรรณ กิनावงศ์. (2527). การศึกษาเด็ก. พิษณุโลก : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ณพงษ์ พัวพรพงษ์. (2552). เรื่องน่ารู้ในการดูแลฟันเด็ก. ค้นเมื่อสิงหาคม 14, 2552,
จาก <http://www.siamdental.com/childtip.htm>
- ธีราพร กุลนันทน์. (2543). การพัฒนาบุคลิกภาพสำหรับเด็กปฐมวัย. นครสวรรค์ : คอมพิวเตอร์
แอนด์กราฟฟิค.

- ธีรยุทธ์ เสนีวงศ์ ณ อยุธยา. (2543). **พฤติกรรมการสอนประถมศึกษา**. หน่วยที่ 1-7. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- นิรัชรา จันทิหล้า. (2541). **การเปรียบเทียบผลการใช้เทคนิคเบี่ยงรรถรกับเทคนิคตัวแบบต่อพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของชั้นเรียนและความเป็นระเบียบของอุปกรณ์เครื่องใช้ส่วนตัวนักเรียน**. ปรินญาณีพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- นภเนตร ชรรณบวร. (2545). **การประเมินผลพัฒนาการเด็กปฐมวัย**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นันทิยา น้อยจันทร์. (2548). **การประเมินผลพัฒนาการเด็กปฐมวัย**. กรุงเทพมหานคร : นิตินัยนภัสวรรณ ชื่นฤดี. (2550). **ศึกษาการพัฒนาสาระการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย ตามแนวพระราชดำริเศรษฐกิจแบบพอเพียง ของนักเรียนหญิงอายุ 5 – 6 ปี ระดับชั้นอนุบาลปีที่ 3**.
 ค้นเมื่อสิงหาคม 14, 2552,
 จาก <http://www.magickidschool.com/articleDetail.php?id=117>
- นพวัชร สมนาคดิวัฒน์. (2552). **โรคที่มากับมือ**. **Health Today**. ค้นเมื่อกรกฎาคม 28, 2552,
 จาก <http://www.thaiclinic.com>
- เบญจา แสงมะลิ. (2536). **การสร้างเสริมลักษณะนิสัย**. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2545). **การวิจัยเบื้องต้น**. กรุงเทพมหานคร : สุวีริยาสาส์น.
- ประภาพรรณ เอี่ยมสุภชาติ. (2532). **เอกสารการสอนชุดวิชาฝึกอบรมครูและผู้เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย**. หน่วยที่ 11 - 15. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- _____. (2537). **ประมวลสาระชุดวิชาหลักการและแนวคิดทางการปฐมวัยศึกษา**. หน่วยที่ 5 - 8. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร. (2539). **เอกสารการสอนชุดวิชาพฤติกรรมวัยเด็ก**. หน่วยที่ 1-5.
 นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- ประดิพันธ์ อุปรมย์ . (2535). **เอกสารการสอนชุดวิชาการสร้างเสริมลักษณะนิสัยระดับปฐมวัยศึกษา**. หน่วยที่ 8 – 15. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- _____. (2539). **เด็กกับการพัฒนาบุคลิกภาพ**. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- ประทีน อิ่มสุขศรี. (2547). **การศึกษาภาวะสุขภาพของนักเรียนในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจังหวัดพิษณุโลก อุตรดิตถ์ และเพชรบูรณ์**. งานวิจัยสาธารณสุข ศูนย์อนามัยที่ 9 พิษณุโลก.
- พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์. (2547). **ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่ง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พัชรี ผลโยธิน. (2548). **ประมวลสาระชุดวิชา การจัดประสบการณ์สำหรับเด็กปฐมวัย**. หน้าที่ 1-6.

นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยนครราชสีมา

พิชิต ฤทธิ์จรูญ. (2548). **หลักการวัดและประเมินผลการศึกษา**. กรุงเทพมหานคร : ใส่ออฟ
เคอร์มีสท์.

ภรณ์ คุรุรัตน์. (2535). **เอกสารคำสอนวิชา การเล่นของเด็ก**. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ.

มหาวิทยาลัยสุโขทัยนครราชสีมา. (2536). **เอกสารการสอนชุดวิชา การสร้างเสริมลักษณะนิสัย**.
หน้าที่ 1 -7. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยนครราชสีมา.

มหาวิทยาลัยสุโขทัยนครราชสีมา. (2543). **เอกสารการสอนชุดวิชา การพัฒนาพฤติกรรมเด็ก**.
หน้าที่ 1. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยนครราชสีมา.

รวีวรรณ ชินะตระกูล. (2535). **วิธีวิจัยการศึกษา**. กรุงเทพมหานคร : คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าฯ ลาดกระบัง.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542**. กรุงเทพมหานคร :
ศิริวัฒนาอินเตอร์พรีน.

ลัดดา เหมาะสุวรรณ. (2552). **เลี้ยงลูกอย่างไรให้ เก่ง ดี มี สุข**. กรุงเทพมหานคร : สมาคมกุมาร
แพทย์แห่งประเทศไทย.

วันชัย ไชยสิทธิ์. (2549). **เด็กอยู่ไม่สุข**. กรุงเทพมหานคร : สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น
กรมสุขภาพจิต.

วนิดา วรเกตุกุลชัย. (2550). **นานาความรู้ ผู้การสร้างสิ่งแวดล้อม**. ค้นเมื่อกรกฎาคม 18, 2551,
จาก <http://kruweel.tanti.ac.th/es.doc>

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2549). **การปรับพฤติกรรม**. กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์.

สุภาวดี หาญเมธี. (2543). **เติบโตใหญ่วัยเยาว์**. กรุงเทพมหานคร : ม.ป.พ.

สมหวัง ด่านชัยวิจิตร และ ทิพวรรณ ตั้งตระกูล. (2539). **วิธีปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคติดเชื้อใน
โรงพยาบาล**. โครงการตำราศิริราช รายการที่ 186. กรุงเทพมหานคร : เรือนแก้วการพิมพ์.

สถิต วงศ์สวรรค์. (2544). **การพัฒนามวลิกภาพ**. กรุงเทพมหานคร : อักษรพิทยา.

สิริมา ภิญโญอนันตพงษ์. (2545). **การวัดและประเมินแนวใหม่ เด็กปฐมวัย**. กรุงเทพมหานคร :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สถาพร ถิ่นบูรณะกุล. (2546). **การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมของครอบครัวในการดูแลสุขภาพช่องปาก
เด็กอายุ 0 – 5 ปี**. วิทยานิพนธ์คหกรรมศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนครอบครัวและสังคม).

- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาชิราช.
- สำนักงานส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย (2547). การศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนใน
โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร : กระทรวงสาธารณสุข.
- สุภาวดี โกมารทัต. (2549). สรรมาสารพัน. นิตยสารชีวจิต. กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์พริ้นติ้ง
แอนด์พับลิชชิ่ง.
- สุรเดช มูลจันทิ. (2550). การจัดประสบการณ์การเล่นพื้นบ้านไทย เพื่อพัฒนาพฤติกรรมทางสังคม
เด็กปฐมวัย ชั้นอนุบาลปีที่ 1. ค้นเมื่อสิงหาคม 14, 2552,
จาก <http://www.kruesanbannok.com>
- สายฤดี วรกิจโกคาทร และ ประภาพรรณ จูเจริญ. (2552). ฝึกลักษณะนิสัยที่เสริมให้สมองดี.
ค้นเมื่อสิงหาคม 14, 2552, จาก http://main.dou.us/view_content.php
- อารี รั้งสินันท์. (2543). เอกสารการสอนชุดวิชา การพัฒนาพฤติกรรมเด็ก. หน่วยที่ 1 -7. นนทบุรี :
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาชิราช.
- เอกรินทร์ สีมหาศาล และคณะ. (2544). สุขศึกษาและพลศึกษา 1. นนทบุรี : ไทยร่มเกล้า จำกัด.
- อัจฉรา ผาสุก. (2545). การดำเนินงานโครงการอบรมผู้นำนักเรียนส่งเสริมสุขภาพ สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษา อำเภอประโคนชัย จังหวัดบุรีรัมย์. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาล
ศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- อารี พันธุ์มณี. (2548). สอนลูกถูกวิธีให้เป็นคนดีในอนาคต. กรุงเทพมหานคร : ไช้ใหม่.
- Caughy, Margaret; O'Brien, Huang, Keng – Yen, Miller, Therese and Genevro, Janice L.
(2004). The Effects of the the Healthy Steps for Young Children Program: Results
from Observations of Parenting and Child Development. **Early Childhood
Research Quarterly**. 19(4), 611-630.
- Kids & School. (2552). บอร์ดคนรักลูก. ค้นเมื่อตุลาคม 24, 2552,
จาก [http://www.llovespacewagon.com /index.phy](http://www.llovespacewagon.com/index.phy)

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

ตารางกำหนดการจัดกิจกรรมตามชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

ตารางกำหนดการจัดกิจกรรมตามชุดฝึกนิสัยรักความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาล ตำบลสำโรง อ.ท่าม่วง จ.กาญจนบุรี

สัปดาห์ ที่	วัน / เวลา	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์เฉพาะ
1	วันจันทร์ที่ 4 มกราคม พ.ศ.2553 เวลา 14.40 – 15.00 น.	ผมหนูเรียบเป็นระเบียบ	1. เพื่อฝึกให้เด็กมีนิสัยหวีผมให้เป็นระเบียบ 2. เพื่อฝึกให้เด็กรู้จักช่วยเหลือตนเองในการทำกิจวัตรประจำวัน
	วันพุธที่ 6 มกราคม พ.ศ.2553 เวลา 9.00 – 9.20 น.	ผมสะอาดไร้เหา	1. เพื่อทบทวนและพัฒนาทักษะการดูแลผมให้สะอาดด้วยตนเอง 2. เพื่อฝึกให้เด็กรู้จักป้องกันตนเองเบื้องต้นจากการคิดเหา
	วันพฤหัสบดีที่ 7 มกราคม พ.ศ.2553 เวลา 12.00 -12.20 น.	การล้างหน้า	1. เพื่อฝึกให้เด็กรู้จักดูแลรักษาความสะอาดใบหน้าของตนเองอย่างถูกต้อง 2. เพื่อให้เด็กมีนิสัยรักความสะอาดบนใบหน้า
2	วันจันทร์ที่ 11 มกราคม พ.ศ.2553 เวลา 12.00 - 12.20 น.	หน้าใสไร้คราบ	เพื่อทบทวนและพัฒนาทักษะการล้างหน้าให้สะอาดด้วยตนเอง
	วันพุธที่ 13 มกราคม พ.ศ.2553 เวลา 9.00 – 9.20 น.	การซักผ้าเช็ดหน้า	1. เพื่อให้เด็กรู้จักทำความสะอาดของใช้ส่วนตัว 2. เพื่อฝึกให้เด็กมีนิสัยชอบดูแลรักษาของใช้ส่วนตัว
	วันศุกร์ที่ 15 มกราคม พ.ศ.2553 เวลา 9.00 – 9.20 น.	หวัดจ้ลาก่อน	1. เพื่อให้เด็กรู้จักวิธีป้องกันตนเองไม่ให้ติดหวัดจากผู้อื่น 2. เพื่อให้เด็กรู้จักรักษาความสะอาดของตนเองขณะเป็นหวัด

ตารางกำหนดการจัดกิจกรรมตามชุดฝึกนิสัยรักความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาล ตำบลสำโรง อ.ท่าม่วง จ.กาญจนบุรี

(ต่อ)

สัปดาห์ ที่	วัน / เวลา	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์
3	วันจันทร์ที่ 18 มกราคม พ.ศ.2553 เวลา 12.00 – 12.20 น.	ฟันสะอาดปากหอม	1. เพื่อให้เด็กรู้จักวิธีการ แปรงฟันที่ถูกต้อง 2. เพื่อให้เด็กมีนิสัยรักยา ความสะอาดฟันและอุปกรณ์ การแปรงฟัน
	วันพุธที่ 20 มกราคม พ.ศ.2553 เวลา 12.00 – 12.20 น.	ฟันใครขาวใสน่ามอง	1. เพื่อให้เด็กได้ทบทวน วิธีการแปรงฟันที่ถูกต้อง 2. เพื่อให้เด็กเกิดทักษะความ ชำนาญในการแปรงฟันด้วย ตนเอง
	วันศุกร์ที่ 22 มกราคม พ.ศ.2553 เวลา 10.40 – 11.00 น.	มารู้วิธีทำให้มือสะอาด	1. เพื่อให้เด็กได้รู้จักการ รักษาความสะอาดมือ 2. เพื่อให้เด็กล้างมืออย่างถูก วิธี
4	วันจันทร์ที่ 25 มกราคม พ.ศ.2553 เวลา 10.40 – 11.00 น.	มือสะอาดดีไม่มีโรค	1. เพื่อให้เด็กได้ทบทวน วิธีการล้างมือที่ถูกวิธี 2. เพื่อให้เด็กรู้ถึงโทษที่จะ ได้รับจากมือที่สกปรก
	วันพุธที่ 27 มกราคม พ.ศ.2553 เวลา 11.40 – 12.00 น.	อาบน้ำแล้วสบายตัว	1. เพื่อให้เด็กได้รู้จักการ รักษาความสะอาดร่างกาย 2. เพื่อให้เด็กบอกวิธีอาบน้ำ ที่ถูกต้องได้
	วันศุกร์ที่ 29 มกราคม พ.ศ.2553 เวลา 11.40 – 12.00 น.	เสื้อผ้าไหนน่าใส่	เพื่อให้เด็กรู้จักวิธีดูแลเสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่มที่เด็กสวมใส่ให้ สะอาดด้วยตนเอง

ตารางกำหนดการจัดกิจกรรมตามชุดฝึกนิสัยรักความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาล ตำบลสำโรง อ.ท่าม่วง จ.กาญจนบุรี

(ต่อ)

สัปดาห์ ที่	วัน / เวลา	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์
5	วันจันทร์ที่ 1 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2553 เวลา 9.00 - 9.20 น.	รองเท้านักใหม่	เพื่อให้เด็กรู้จักวิธีดูแลรักษา รองเท้านักที่ตนเองสวมใส่ให้ สะอาด
	วันพุธที่ 3 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2553 เวลา 9.00 - 9.20 น.	ล้างแก้วน้ำดื่ม	เพื่อให้เด็ก ได้รู้จักการรักษา ความสะอาดของใช้ส่วนตัว ให้สะอาด
	วันศุกร์ที่ 5 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2553 เวลา 11.40 - 12.00 น.	หนูนอนฝันดีเพราะมีที่นอน สะอาด	1. เพื่อให้เด็กได้รู้จักการ รักษาความสะอาดที่นอน ของตนเอง 2. เพื่อให้เด็กรู้จักเก็บที่นอน ให้เป็นระเบียบ
6	วันจันทร์ที่ 8 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2553 เวลา 10.40 - 11.00 น.	กินดีมีสุข	1. เพื่อให้เด็กรู้จักรักษา ความสะอาดก่อน และหลัง รับประทานอาหาร 2. เพื่อให้เด็กรู้จักปฏิบัติตน ในการรับประทานอาหาร
	วันพุธที่ 10 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2553 เวลา 9.00 - 9.20 น.	ไปห้องน้ำกันเถอะ	1. เพื่อให้เด็กใช้ห้องน้ำห้อง ส้วมได้ถูกวิธี 2. เพื่อให้เด็กรู้จักการรักษา ความสะอาดในการใช้ ห้องน้ำห้องส้วม
	วันศุกร์ที่ 12 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2553 เวลา 10.15 - 10.35 น.	เก็บของเล่น	1. เพื่อให้เด็กเล่น และเก็บ ของเล่นให้ถูกที่ตามมุมต่าง ๆ ที่จัดไว้ 2. เพื่อให้เด็กรู้จักจัดเก็บของ เล่นเข้าที่เมื่อเล่นเสร็จ

ตารางกำหนดการจัดกิจกรรมตามชุดฝึกนิสัยรักความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาล ตำบลสำโรง อ.ท่าม่วง จ.กาญจนบุรี

(ต่อ)

สัปดาห์ที่	วัน / เวลา	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์
7	วันจันทร์ที่ 15 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2553 เวลา 10.15 – 10.35 น.	การเช็ดฝุ่น	1. เพื่อฝึกให้เด็กมีนิสัยรักความสะอาด 2. เพื่อฝึกตาและมือของเด็กให้ประสานสัมพันธ์กันในการเช็ดฝุ่นในที่ต่าง ๆ ให้สะอาด
	วันพุธที่ 17 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2553 เวลา 9.00 – 9.20 น.	การกวาดขยะ	1. เพื่อฝึกให้เด็กรู้จักรักษาความสะอาดบ้านและบริเวณบ้าน 2. เพื่อฝึกให้เด็กมีนิสัยรักความสะอาด
	วันศุกร์ที่ 19 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2553 เวลา 9.00 – 9.20 น.	มาเก็บขยะกันเถอะ	1. เพื่อให้เด็กรู้จักรักษาความสะอาดบริเวณบ้าน และโรงเรียน 2. เพื่อให้เด็กทิ้งขยะให้เป็นที่
8	วันจันทร์ที่ 22 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2553 เวลา 10.30 – 10.50 น.	สนุกกับทรายแล้วร่างกายต้องสะอาด	1. เพื่อให้เด็กได้รู้จักการรักษาความสะอาดร่างกายหลังการเล่นทราย 2. เพื่อให้เด็กรู้จักรักษาความสะอาดของเล่นและเก็บเข้าที่เป็นระเบียบ
	วันพุธที่ 24 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2553 เวลา 9.00 – 9.20 น.	- มุมศิลป์จะสร้างสรรค์ถ้าทำให้สะอาด - ลีกลีกลี ปะ ปะ แล้วช่วยกันเก็บ	1. เพื่อให้เด็กรักษาความสะอาดขณะทำกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ 2. เพื่อฝึกให้เด็กมีนิสัยรักความสะอาด
	วันศุกร์ที่ 26 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2553 เวลา 9.00 – 10.00 น.	บัวลอยอร่อยดีต้องรู้วิธีทำให้สะอาด	1. เพื่อให้เด็กรู้จักการเตรียมอาหารที่สะอาด 2. เพื่อให้เด็กรู้จักรักษาความสะอาดร่างกายและอุปกรณ์หลังการทำกิจกรรม

ภาคผนวก ข

ชุดฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 1 และ 6 ชื่อกิจกรรมที่ 1 ผมหนูเรียบเป็นระเบียบ
 สัปดาห์ที่ 1 วันจันทร์ที่ 4 มกราคม พ.ศ. 2553 เวลา 14.40 ถึง 15.00 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกให้เด็กมีนิสัยหิวผมให้เป็นระเบียบ
2. เพื่อฝึกให้เด็กรู้จักช่วยเหลือตนเองในการทำกิจวัตรประจำวัน

วัสดุอุปกรณ์

1. กระจก
2. หวีสำหรับเด็กทุกคน

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูนำรูปภาพคนที่หิวผมจนเรียบตรง กับคนที่ผมยุ่งฟูหิวยาก (ภาคผนวก) มาให้
 เด็กๆ ดู และสนทนาแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปภาพที่ครูนำมาให้ดู

2. ขั้นตอนการ

1. ครูกับเด็กสนทนาและร่วมแสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับการดูแลผมของตนเองให้
 เรียบสวย และดูดีน่ามอง และครูขออาสาสมัครในห้องที่เป็นเด็กผู้หญิงที่มีผมยาวหิวและผมผม
 เรียบร้อยเป็นระเบียบ กับเด็กผู้หญิงที่มีผมยาวแต่ปล่อยให้ผมฟูไม่เป็นระเบียบขยงที่ผมผมหลุด และ
 เด็กผู้ชายที่วิ่งเล่นจนเหงื่อออกผมเปียกเหงื่อ ออกมาขึ้นเทียบให้เพื่อนดู และร่วมกันสนทนาดังนี้

1.1 เด็กๆ ว่าผมของเพื่อนคนไหนดูดีมีระเบียบกว่ากัน และเด็กๆชอบให้ผมของ
 ตนเองเรียบ หรือยุ่งเหยิง เพราะอะไร

1.2 เวลาเด็กๆ รู้สึกว่าคันศีรษะเด็กๆ จะต้องทำอะไรบ้าง

1.3 เด็กๆ ต้องสระผมบ่อยไหม เพราะอะไร และใครสระผมให้เด็กๆ

1.4 ถ้าเด็กๆ สระผมเองยังไม่ได้ เด็กๆ จะมีวิธีดูแลผมให้เรียบตรงไม่ยุ่งจนพัน
 กันด้วยตัวเองได้หรือไม่ ทำอย่างไร

1.5 หลังสระผมแล้วเด็กๆ จะต้องทำอย่างไรบ้าง

2. ครูแจกหวีให้เด็กๆ หวีผมของตัวเอง แล้วให้ส่องกระจกดูว่าผมของตนเอง เรียบร้อยดีหรือยัง ถ้าผมของเด็กคนไหนพันกันจนหวิยาก ครูก็จะคอยช่วย จนเด็กสามารถหวีผมตนเองได้ลื่นขึ้น

3. ขั้นสรุป

เด็กและครูร่วมกันสรุป เกี่ยวกับการดูแลผมให้เป็นระเบียบด้วยการหวีผมว่ามี ประโยชน์ต่อตัวเด็ก คือ ผมจะได้ไม่พันกันหวิง่าย สิ่งสกปรกที่ติดอยู่ที่ผมก็จะหลุดออก ลดความ สกปรก และลดกลิ่นเหม็นเหม็นเหงื่อลงได้

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตว่าเด็กหวีผมได้เรียบร้อยด้วยตนเองได้หรือไม่
2. ครูสังเกตว่าหวีที่เด็กใช้ของแต่ละคนดำหรือไม่
3. ครูสังเกตความตั้งใจในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันด้วยตนเอง

2. เครื่องมือวัด

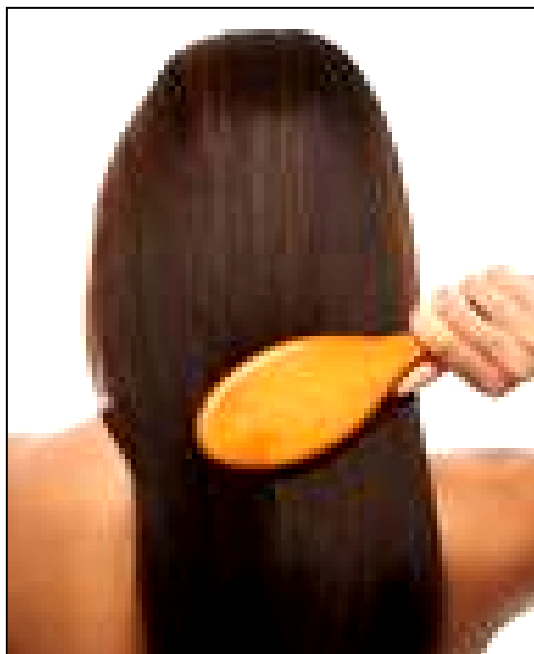
แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การ ประเมินดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

ภาคผนวก



แหล่งสืบค้นรูปภาพจาก: <http://images.google.co.th>

<http://blufiles.storage.live.com>

<http://www.womaninfoocus.com>

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
ตามมาตรฐานที่ 1 และ 6 ชื่อกิจกรรมที่ 2 ผมสะอาดไร้เหา
สัปดาห์ที่ 1 วันพุธที่ 6 มกราคม พ.ศ. 2553 เวลา 9.00 ถึง 9.20 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อทบทวนและพัฒนาทักษะการดูแลผมให้สะอาดด้วยตนเอง
2. เพื่อฝึกให้เด็กรู้จักป้องกันตนเองเบื้องต้นจากการติดเชื้อ

วัสดุอุปกรณ์

1. กระจกใส ใช้ส่องหา สำหรับเด็กทุกคน
2. กระจกสีขาว
3. รูปภาพตัวเหา และรูปผมที่มีไข่เหา (ภาคผนวก)

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูนำรูปภาพตัวเหา และรูปภาพผมที่มีไข่เหาเกาะอยู่มาให้เด็กๆ ดู โดยที่ครูยังไม่บอกว่าเป็นรูปภาพอะไร และให้เด็กๆ แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปภาพที่ครูนำมาว่าคือรูปอะไร

2. ชำนาญการ

1. ครูให้เด็กๆ ร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปภาพที่ครูนำมา โดยที่ครูจดความคิดเห็นของเด็กแต่ละคนไว้ และรวบรวมคำตอบให้เด็กร่วมกันสรุปอีกครั้ง แล้วครูจึงเฉลยให้เด็กทราบว่ารูปที่เด็กเห็นคือรูปภาพอะไร

2. ครูกับเด็กร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับเรื่องเหา ดังนี้

- 2.1 เด็กๆ เคยเป็นเหาหรือเปล่าคะ
- 2.2 เหาชอบอยู่ที่ไหนคะ
- 2.3 เด็กๆ คิดว่าเหาเกิดจากอะไรคะ
- 2.4 ถ้าเป็นเหาจะทำให้เกิดโทษต่อเด็กๆ อย่างไรคะ
- 2.5 ถ้าเด็กๆ ไม่อยากเป็นเหาจะต้องทำอะไรคะ

2.6 เด็กๆ อาจจะทราบไปหมดแล้วว่าตัวเองเป็นเหาหรือเปล่า

3. ครูสาธิตวิธีการใช้หวีซี่ถี่ๆ สางผม โดยใช้กระดาษขาวรองเพื่อจะให้เห็นสิ่งสกปรกที่หลุดร่วงลงมาจากผม

4. ครูแจกหวีที่มีซี่ถี่ๆ พร้อมกระดาษสีขาว ให้เด็กทุกคน และให้เด็กกลองสางผมของตนเองดูทุกคน

3. ขั้นสรุป

ครูและเด็กร่วมกันสรุปเกี่ยวกับโทษที่เกิดจากการเป็นเหา และวิธีการดูแลและป้องกันการเกิดเหาด้วยตนเอง โดยการใช้หวีซี่ถี่ๆ สางดูบ่อยๆ ด้วยตนเอง

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตการร่วมตอบคำถามและแสดงความคิดเห็นของเด็กว่ามีความสนใจมากน้อยเพียงใดเกี่ยวกับเรื่องที่สนทนากันอยู่

2. ครูสังเกตว่าเด็กสามารถบอกถึงโทษและสาเหตุที่ทำให้เกิดเหาได้หรือไม่

3. ครูสังเกตว่าเมื่อได้รับคำแนะนำและเรียนรู้ในเรื่องเหาแล้วเด็กมีพฤติกรรมในการดูแลรักษาผมของตัวเองหรือไม่เพียงใด

4. ครูสังเกตและสอบถามผู้ปกครองเมื่อพบว่าเด็กมีอาการคันและเกาศีรษะบ่อยว่าเด็กบอกหรือขอความช่วยเหลือจากครูหรือผู้ปกครองให้ช่วยแก้ไขได้หรือไม่เพียงใด

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

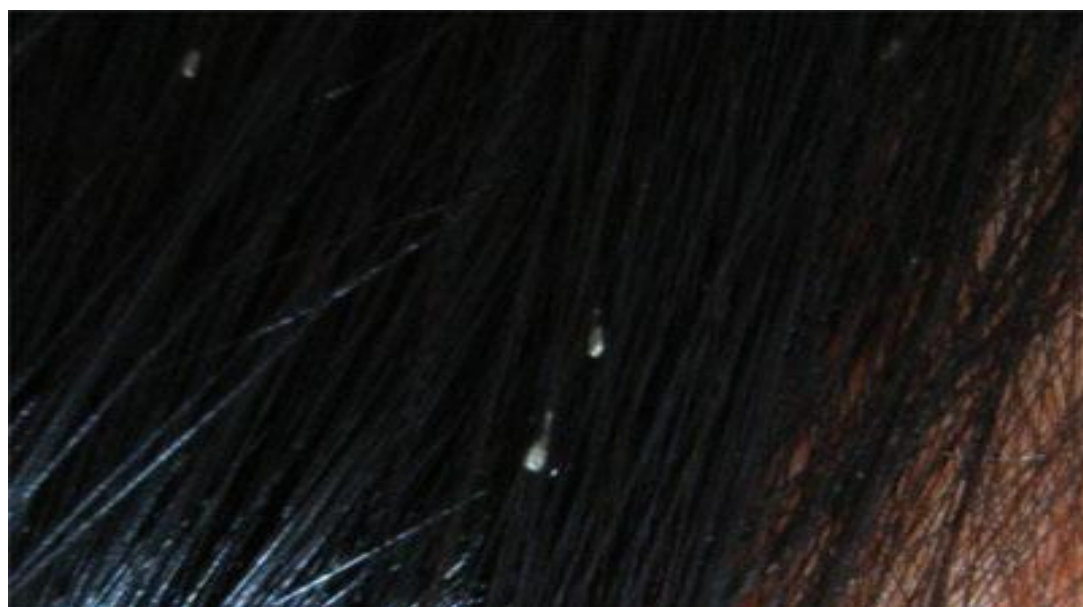
3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

ภาคผนวก

เหา



แหล่งสืบค้นรูปภาพจาก: <http://images.google.co.th>

<http://www.med.cmu.ac.th/dept/parasite/public/Lice.htm>

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 1 และ 6 ชื่อกิจกรรมที่ 3 การล้างหน้า
 สัปดาห์ที่ 1 วันพฤหัสบดีที่ 7 มกราคม พ.ศ. 2553 เวลา 12.00 ถึง 12.20 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกให้เด็กรู้จักดูแลรักษาความสะอาดใบหน้าของตนเองอย่างถูกต้อง
2. เพื่อให้เด็กมีนิสัยรักความสะอาดบนใบหน้า

สื่อ / วัสดุอุปกรณ์

1. รูปภาพหน้าเด็กที่สะอาด (ภาคผนวก)
2. สบู่ล้างหน้าสำหรับเด็ก
3. น้ำสะอาด
4. ผ้าเช็ดหน้าสำหรับเด็ก 2 คน ต่อ 1 ผืน

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชี้นำ

ครูนำภาพใบหน้าเด็กที่สะอาด มาให้เด็กดู

2. ชี้นำดำเนินการ

1. ครูและเด็กร่วมกันสนทนา และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับภาพที่ครูนำมาให้ดู

โดยครูตั้งคำถามดังนี้

- 1.1 เด็กๆ ชอบมีใบหน้าสะอาดเหมือนเด็กในรูปภาพ หรือเปล่านั้น
- 1.2 แล้วถ้าใบหน้าของเด็กๆ มอมเหมมเด็กๆ จะทำอย่างไรคะ
- 1.3 เด็กๆ ควรล้างหน้าตอนไหนบ้าง
- 1.4 ทำไมต้องล้างหน้า
- 1.5 การล้างหน้าทำอย่างไร

2. ครูแจกผ้าเช็ดหน้าให้เด็กคนละผืน

3. ครูสาธิตการล้างหน้าด้วยน้ำสะอาดและสบู่ล้างหน้าให้เด็กดู

4. ครูใช้ผ้าเช็ดหน้าซับน้ำออกจากใบหน้า

5. ครูให้เด็กลองปฏิบัติดูบ้างทุกคน

3. ขั้นสรุป

เด็กและครูร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการดูแลทำความสะอาดใบหน้าด้วยการล้างหน้าอย่างถูกวิธี ทำให้หน้าสะอาดปราศจากคราบสิ่งสกปรก ทำให้ผิวหนังมีสุขภาพดี ไม่มีผดผื่นคัน การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตการตอบคำถามและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการดูแลใบหน้าให้สะอาด

2. ครูสังเกตว่าเด็กแต่ละคนสามารถล้างหน้าได้เองและสะอาดหรือไม่ เพื่อปรับปรุงแก้ไขต่อไป

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมิน ดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

ภาคผนวก



แหล่งสืบค้นรูปภาพจาก: <http://images.google.co.th>

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
ตามมาตรฐานที่ 1 และ 6 ชื่อกิจกรรมที่ 4 หน้าใสไร้คราบ
สัปดาห์ที่ 2 วันจันทร์ที่ 11 มกราคม พ.ศ. 2553 เวลา 12.00 ถึง 12.20 น.

วัตถุประสงค์

เพื่อทบทวนและพัฒนาทักษะการล้างหน้าให้สะอาดด้วยตนเอง

วัสดุอุปกรณ์

1. น้ำสะอาด
2. สบู่ล้างหน้าสำหรับเด็ก
3. สำลี
4. โลชั่นเช็ดทำความสะอาดผิวสำหรับเด็ก
5. ผ้าเช็ดหน้าสำหรับเด็ก 2 คน ต่อ 1 ผืน

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูพาเด็กออกไปเล่นกิจกรรมกลางแจ้ง โดยให้เด็กเล่นเครื่องเล่นสนาม และเล่น
อิสระ ครูให้สัญญาณเมื่อหมดเวลา

2. ชำนาญการ

1. หลังหมดเวลากิจกรรมกลางแจ้งครูให้เด็กๆ ไปทำความสะอาดร่างกายและล้าง
หน้าให้หมดคราบเหงื่อไคล

2. หลังล้างหน้าเสร็จครูพาเด็กเข้าห้องเรียน

3. ครูแจกผ้าเช็ดหน้าให้เด็กซับน้ำที่หน้าให้แห้ง

4. ครูนำสำลีและเทโลชั่นเช็ดผิวสำหรับเด็กแจกให้เด็กนำมาเช็ดที่หน้าอีกครั้ง

5. เด็กกับครูร่วมกันสนทนา ดังนี้

5.1 สำลีของใครยังมีคราบดำอีกบ้าง

5.2 ทำไมไม่ล้างหน้าแล้วบางคนจึงยังมีคราบสีดำติดที่สำลี

- 5.3 เด็ก ๆ จะทำอะไรถึงจะไม่มีคราบดำติดที่สำคัญ
6. ครูให้เด็ก ๆ ทบทวนวิธีการล้างหน้าที่ถูกวิธีอีกครั้ง
7. ครูให้เด็กที่ยังมีคราบดำติดที่สำคัญไปล้างหน้า ชับหน้าให้แห้ง เช็ดด้วยโลชั่นอีกครั้ง แล้วดูว่าสะอาดขึ้นหรือไม่

3. ขั้นสรุป

เด็กและครูร่วมสรุปเกี่ยวกับการดูแลรักษาความสะอาดบนใบหน้าด้วยการล้างหน้าให้ถูกวิธี หลังจากเล่นและมีเหงื่อออก หรือเมื่อใบหน้าเปื้อนและมีสิ่งสกปรกติดอยู่ จะทำให้ใบหน้าของเด็ก ๆ ใสสะอาดน่ามอง

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตว่าเด็กมีความตั้งใจในการทำความสะอาดตนเองหรือไม่
2. ครูสังเกตว่าเด็กสามารถล้างหน้าได้สะอาดหลังการล้างหน้าครั้งแรกได้หรือไม่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมิน ดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 1 และ 6 ชื่อกิจกรรมที่ 5 การซักผ้าเช็ดหน้า
 สัปดาห์ที่ 2 วันพุธที่ 13 มกราคม พ.ศ. 2553 เวลา 9.00 ถึง 9.20 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กรู้จักทำความสะอาดของใช้ส่วนตัว
2. เพื่อฝึกให้เด็กมีนิสัยชอบดูแลรักษาของใช้ส่วนตัว

วัสดุอุปกรณ์

1. น้ำ
2. ผ้าเช็ดหน้า
3. สบู่

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูสนทนากับเด็กเกี่ยวกับของใช้ส่วนตัว เช่น ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว และนำ
 ผ้าเช็ดหน้า 2 ผืน ผืนหนึ่งสกปรกมีคราบขนม ช็อคโกแลต และคราบน้ำมูก ส่วนอีกผืนซักสะอาด
 ยังไม่ได้ใช้ มาวางกางไว้บนโต๊ะ

2. ชำนาญ

1. ครูให้เด็กดูผ้าเช็ดหน้า 2 ผืนที่วางไว้บนโต๊ะและร่วมกันสนทนาและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับผ้าเช็ดหน้าที่ครูนำมาให้ดูว่าถ้าเด็กจะเช็ดหน้าเด็กๆ จะเลือกผ้าผืนที่สกปรก หรือผืน
 ที่สะอาดเพราะอะไร

2. ครูแจกผ้าเช็ดหน้าที่มีคราบสกปรกให้เด็กแต่ละคน

3. ครูสนทนากับเด็กเรื่องการใช้น้ำและการดูแลผ้าเช็ดหน้าให้สะอาด โดยสนทนา

กันดังนี้

- เด็กๆ เห็นผ้าเช็ดหน้าที่มีคราบสกปรกแล้วอยากใช้หรือเปล่านั้น
- เด็กๆ ควรใช้ผ้าเช็ดหน้าที่สกปรกเช็ดหน้าหรือไม่ เพราะอะไร

- ผ้าเช็ดหน้าที่สะอาด จะมีลักษณะอย่างไร
 - ถ้าผ้าเช็ดหน้าของเด็ก ๆ สกปรก จะมีวิธีทำอย่างไรให้สะอาดได้บ้างคะ
4. ครูสาธิตวิธีการซักผ้าเช็ดหน้าให้เด็กดู
 5. ครูให้เด็กลองปฏิบัติดูบ้าง

3. ขั้นสรุป

เด็กและครูร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการทำความสะอาดผ้าเช็ดหน้าด้วยการซักให้สะอาด จะทำให้ทราบสกปรกและเชื้อโรคหลุดออกไป เมื่อนำมาใช้เช็ดหน้าจะได้ไม่คันเด็ก ๆ จะมีสุขภาพดีไม่เป็นโรคผิวหนัง

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

ครูสังเกตว่าเด็กแต่ละคนซักผ้าเช็ดหน้าได้สะอาดด้วยตนเองได้หรือไม่เพียงใด

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
ตามมาตรฐานที่ 1 ชื่อกิจกรรมที่ 6 หวัดจำลอง
สัปดาห์ที่ 2 วันศุกร์ที่ 15 มกราคม พ.ศ. 2553 เวลา 9.00 ถึง 9.20 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กรู้จักวิธีป้องกันตนเองไม่ให้ติดหวัดจากผู้อื่น
2. เพื่อให้เด็กรู้จักรักษาความสะอาดของตนเองขณะเป็นหวัด

วัสดุอุปกรณ์

1. กระดาษทิชชู หรือผ้าเช็ดหน้า

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูกับเด็กสนทนาและแสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับไข้หวัดใหญ่ 2009 ที่กำลังระบาดอยู่ ว่าเด็กๆ รู้จักหรือเปล่า

2. ขั้นตอนการ

1. ครูให้เด็กๆ ช่วยกันดูว่าเพื่อนในห้องมีใครเป็นหวัด และมีน้ำมูกบ้าง
2. ครูกับเด็กสนทนาและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเพื่อนๆ ที่เป็นหวัด ว่าจะมีวิธีป้องกันตนเอง และเพื่อนอย่างไรไม่ให้ติดหวัด โดยครูตั้งคำถามดังนี้

2.1 ถ้าเด็กๆ เป็นหวัดเวลาจะไอ หรือจามจะต้องทำอย่างไร

2.2 ถ้ามีน้ำมูกไหล เด็กๆ จะต้องทำอย่างไร

2.3 เด็กๆ สามารถสั่งน้ำมูกและเช็ดให้สะอาดโดยไม่ให้เพื่อนข้างแถมตัวเองได้หรือไม่คะ

หรือไม่คะ

2.4 เวลาเช็ดน้ำมูกเสร็จแล้วเด็กๆ ควรจะทำอย่างไรกับกระดาษทิชชูหรือผ้าเช็ดหน้าที่เปื้อนน้ำมูกคะ

3. ครูให้เด็กที่มีน้ำมูกมาเป็นอาสาสมัครแสดงตัวอย่าง โดยครูสาธิตวิธีการเช็ดน้ำมูกด้วยกระดาษทิชชูไม่ให้เพื่อนข้างแถมเด็กๆ

4. ครูให้เด็กที่เป็นหวัดมีน้ำมูกทดลองเช็ดน้ำมูกด้วยตนเองดูบ้าง

3. ขั้นสรุป

ครูและเด็กร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพความสะอาดตนเองขณะเป็นหวัด เพื่อป้องกันไม่ให้เชื้อโรคแพร่กระจาย เด็กๆ จะได้ไม่เป็นหวัด และไม่ทำให้หวัดติดเพื่อนๆ

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตว่าเด็กมีคราบน้ำมูกติดตามข้างแก้มหรือไม่
2. ครูสังเกตว่าเด็กใช้ผ้าเช็ดหน้าหรือกระดาษทิชชูเช็ดน้ำมูกได้สะอาดด้วยตนเองหรือไม่
3. ครูสังเกตว่าเมื่อเด็กเช็ดน้ำมูกแล้วสามารถดูแลสุขภาพความสะอาดจัดเก็บกระดาษทิชชูหรือผ้าเช็ดหน้าเรียบร้อยหรือไม่
4. ครูสังเกตเด็กที่ไม่เป็นหวัดว่าสามารถหลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองได้หรือไม่ เช่น ไม่เข้าไปใกล้เพื่อนที่กำลังไอ หรือจาม หรือใช้ผ้าปิดปากป้องกันตนเอง

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 1 และ 6 ชื่อกิจกรรมที่ 7 ฝันสะอาดปากหอม
 สัปดาห์ที่ 3 วันจันทร์ที่ 18 มกราคม พ.ศ. 2553 เวลา 12.00 ถึง 12.20 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กรู้จักวิธีการแปรงฟันที่ถูกต้อง
2. เพื่อให้เด็กมีนิสัยรักษาความสะอาดฟันและอุปกรณ์การแปรงฟัน

วัสดุอุปกรณ์

1. แปรงสีฟัน
2. ยาสีฟัน
3. แก้วน้ำ
4. รูปภาพฟันที่สะอาดและไม่สะอาด (ภาคผนวก)
5. รูปภาพแสดงการแปรงฟันอย่างถูกวิธี (ภาคผนวก)

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูให้เด็กใช้กระจกส่องดูฟันของตนเองเปรียบเทียบกับฟันของเพื่อน และให้เด็กเล่าประสบการณ์ที่บ้านเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดฟันของตนเองว่าทำอะไร ทำด้วยตนเอง หรือเปล่า

2. ขั้นตอนการ

1. ให้นำรูปภาพฟันที่ขาวสะอาด กับรูปฟันผุเห็งอกอักเสบมาให้เด็กดู และชักชวนเด็กสนทนาและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปภาพ ดังนี้

1.1 เด็กๆ อยากมีฟันที่เหมือนรูปไหน เพราะอะไร

1.2 เวลาเราดูคนที่ยิ้มแล้วเห็นฟันขาวสะอาด กับเห็นฟันผุดำ เด็กๆ คิดว่าคนไหนที่ยิ้มสวยและน่ามองกว่ากัน

1.3 ถ้าอยากมีฟันที่สะอาด ไม่ผุและมีสีด้า เด็กๆ จะดูแลรักษาฟัน อย่างไร

2. ครูสนทนากับเด็กถึงวิธีการแปรงฟัน และให้เด็กทำท่าทางการแปรงฟันแบบที่เด็กเคยทำ

3. ครูนำรูปภาพการแปรงฟันที่ถูกวิธีมาให้เด็กๆ ดู และสนทนาเกี่ยวกับการดูแลรักษาฟัน ด้วยการแปรงฟันที่ถูกวิธี ดังนี้

3.1 ทำไมเราต้องแปรงฟันทุกวัน

3.2 เวลาแปรงฟันเด็กๆ ทำอย่างไร

3.3 ถ้าเด็กๆ แปรงฟันไม่สะอาด จะเป็นอย่างไร

3.4 การแปรงฟันที่ถูกวิธีทำอย่างไร

3.5 ถ้าเด็กลืมแปรงสีฟัน แล้วเด็กจะไปใช้แปรงสีฟันของเพื่อนได้หรือไม่

4. ครูอธิบายและสาธิตการแปรงฟันที่ถูกวิธีให้เด็กดู

5. ครูพาเด็กไปปฏิบัติจริงที่อ่างล้างหน้า โดยให้เด็กเปิดน้ำใส่แก้วสำหรับแปรงฟัน เพื่อให้เด็กรู้จักประหยัดน้ำไม่เปิดทิ้งขว้าง

6. ครูลองให้เด็กแปรงฟัน และบ้วนปากอย่างถูกวิธี

7. ครูสอนวิธีการล้างแปรงให้สะอาด

8. ครูให้เด็กนำแปรงสีฟัน และแก้วน้ำมาเก็บในที่ที่ครูจัดไว้ให้

3. ขั้นสรุป

เด็กและครูร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดปากและฟัน ด้วยการแปรงฟันอย่างถูกวิธี จะทำให้เหงือกและฟันมีสุขภาพดีแข็งแรงทนทาน ฟันสะอาดไม่มีเศษอาหารติดตามซอกฟันซึ่งเป็นสาเหตุของฟันผุ

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตวิธีการจับแปรงสีฟัน และถูฟัน อย่างถูกต้อง
2. ครูสังเกตดูว่าเด็กยังมียาสีฟันติดที่ปาก และข้างแก้มหรือไม่
3. ครูสังเกตดูว่ามียาสีฟันติดอยู่ที่ขนแปรงสีฟันหรือไม่
4. ครูสังเกตว่าเด็กสามารถล้างแปรงสีฟันไม่ให้มียาสีฟันติดอยู่ได้ดีเพียงใด
5. ครูสังเกตดูว่าเด็กหยิบ เก็บแปรงสีฟัน และแก้วน้ำถูกที่และเรียบร้อยหรือไม่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัย ชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

ภาคผนวก

ฟันผุ ทำให้เหงือกอักเสบและบวม



แหล่งสืบค้นรูปภาพจาก: <http://gotoknow.org/file/kongkiet/p9.JPG>



แหล่งสืบค้นรูปภาพจาก: http://www.dentistry.go.th/tec_detail.php?techno_id=10



แหล่งสืบค้นรูปภาพจาก: <http://images.google.co.th>

http://www.numesai.com/picture/26_200809241510011.jpg

การแปรงฟันอย่างถูกวิธี

เด็กเล็ก (< 10 ปี) : วิธีแปรงฟันแบบถูไปถูมา (Scrub method)

วิธีการแปรงแบบนี้แนะนำให้ใช้กับฟันน้ำนม เพราะรูปร่างของฟันน้ำนมจะมีซี่เล็กสั้นๆ จึงเหมาะกับการแปรงทำความสะอาด โดยวิธีนี้

การวางแปรงสีฟัน



วางขนแปรงตั้งฉากกับแกนตามยาวของฟัน ขนแปรงวางบนตัวฟันครอบคลุมไปถึงบริเวณซอกขอบเหงือก

วิธีแปรงฟัน



ขยับแปรงถูไปมาในแนวราบ หน้า-หลัง เป็นระยะทางสั้นๆ ประมาณ 10 ครั้ง จากนั้นเลื่อนขนแปรงไปยังตำแหน่งต่อไป โดยให้ตำแหน่งใหม่เหลื่อมกับตำแหน่งเดิมเล็กน้อย ทำเช่นนี้จนครบทุกตำแหน่ง ส่วนฟันหน้าด้านเพดาน และฟันหน้าล่างด้านลิ้น ให้วางด้ามแปรงขนานกับแกนตามยาวของฟันขยับไปมาสั้นๆ



ทางด้านบดเคี้ยว วางขนแปรงตั้งฉากกับด้านสบฟัน กดขนแปรงเล็กน้อยขยับไปมา
สั้นๆ



แปรงบริเวณด้านบนของลิ้นเบาๆ ให้สะอาดเพื่อจัดการเศษอาหารที่ตกค้างอยู่ออก
ให้หมด

แหล่งสืบค้นรูปภาพจาก: <http://www.childrenhospital.go.th/main/dent/content10.html>

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 1 และ 6 ชื่อกิจกรรมที่ 8 พันใครขาวใส่นามอง
 สัปดาห์ที่ 3 วันพุธที่ 20 มกราคม พ.ศ. 2553 เวลา 12.00 ถึง 12.20 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กได้ทบทวนวิธีการแปรงฟันที่ถูกต้อง
2. เพื่อให้เด็กเกิดทักษะความชำนาญในการแปรงฟันด้วยตนเอง

วัสดุอุปกรณ์

1. แปรงสีฟัน
2. ยาสีฟัน
3. แก้วน้ำ
4. สีย้อมฟัน
5. เพลง “แปรงฟัน”

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูนำเพลง “แปรงฟัน” มาร้องให้เด็กฟังแล้วให้เด็กร้องตาม พร้อมแสดงท่าทาง

ประกอบ

เพลง “แปรงฟัน” (ไม่ทราบนามผู้แต่ง)

แปรงสีแปรงแปรงฟัน

ฟันหนูสวยสะอาดดี

แปรงขึ้นแปรงลงทุกซี่

สะอาดดีเมื่อหนูแปรงฟัน

2. ชำนาญ

1. ครูและเด็กร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับการแปรงฟันให้สะอาดด้วยตนเอง โดยสนทนากันดังนี้

1.1 เด็กๆ ควรแปรงฟันตอนไหนบ้าง

1.2 เวลาแปรงฟันเด็กๆ ทำอย่างไร

- 1.3 ฟันของเด็กๆ มีประโยชน์อย่างไร
- 1.4 ถ้าเราไม่ดูแลฟันให้ถูกวิธีจะเกิดอะไรขึ้น
- 1.5 ใครแปรงฟันให้เด็กๆ
- 1.6 ทำไมเด็กๆ ต้องแปรงฟันด้วยตนเอง
2. ครูให้เด็กๆ ล้างมือ เตรียมตัวไปรับประทานอาหารกลางวัน
3. ครูพาเด็กไปรับประทานอาหารกลางวัน
4. ครูพาเด็กกลับมาที่ห้องเรียนหลังรับประทานอาหารเสร็จ
5. ครูให้เด็กเตรียมแปรงสีฟัน และให้เด็กบิบบยาสีฟันด้วยตนเอง
6. ครูให้เด็กแปรงฟัน
7. หลังจากเด็กแปรงฟันเสร็จแล้วครูใช้ก้านสำลีชุบน้ำยาล้างฟันให้ชุ่มพอควร กดและทาผิวเคลือบฟันของเด็กทุกคน ให้ครบทุกซี่ ทุกด้านทั้งไว้ซักรู
8. ครูให้เด็กใช้น้ำบ้วนปาก 1 ครั้ง
9. ครูให้เด็กแต่ละคนส่องกระจกดูฟันของตนเอง และสนทนากับเด็กถึงลักษณะของฟันที่เด็กเห็นในกระจก ดังนี้
 - ฟันของเด็กมีลักษณะเป็นอย่างไร
 - เด็ก ๆ รู้ไหมว่าทำไมจึงเป็นอย่างนั้น
 - ฟันบริเวณที่ติดสีเข้ม กับบริเวณที่ติดสีอ่อนๆ ต่างกันอย่างไร (ติดสีเข้มแสดงว่าบริเวณนั้นยังแปรงฟันไม่สะอาด)
 - เด็กๆ จะทำให้สีที่ติดอยู่ที่ฟันหลุดออกไปได้อย่างไร
8. ครูให้เด็กไปแปรงฟันซ้ำให้สะอาดทุกคน เพื่อให้สีข้อมฟันหลุดออก

3. ขั้นสรุป

เด็กและครูร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการแปรงฟันให้สะอาดต้องแปรงให้ถูกวิธี ฟันจะได้สะอาดและแข็งแรง

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตสีฟันที่เกิดจากการใช้สีข้อมฟัน ของเด็กแต่ละคนเพื่อประเมินผล และหาทางปรับปรุงแก้ไขต่อไป
2. ครูสังเกตว่าเด็กสามารถแปรงฟันให้สีที่ข้อมฟันหลุดออกหมดได้หรือไม่เพียงใด

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 1 และ 6 ชื่อกิจกรรมที่ 9 มารู้วิธีทำให้มือสะอาด
 สัปดาห์ที่ 3 วันศุกร์ที่ 22 มกราคม พ.ศ. 2553 เวลา 10.40 ถึง 11.00 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กได้รู้จักการรักษาความสะอาดมือ
2. เพื่อให้เด็กล้างมืออย่างถูกวิธี

วัสดุอุปกรณ์

1. สบู่
2. ผ้าเช็ดมือ
3. รูปภาพการล้างมือของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (ภาคผนวก)

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูร้องเพลง “ล้างมือ” ให้เด็กฟัง และให้เด็กร้องตาม พร้อมแสดงท่าทางล้างมือตามจินตนาการ

“เพลงล้างมือ” (คุณหญิงเบญจา แสงมลิ)

มือลั่นนั้นสวยจริงๆ

ถ้าเปื้อน ไม่นิ่งรีบล้างเร็วไว

กลับจากห้องน้ำและก่อนกินไป

ล้างมือเสียให้สะอาดเลย

2. ชำนาญ

1. ครูนำภาพการล้างมือที่ถูกต้องของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขมาให้เด็กดู
2. ครูและเด็กร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับการล้างมืออย่างถูกวิธี
3. ครูสาธิตวิธีการล้างมืออย่างถูกวิธี 7 ขั้นตอน ตามแบบของกรมอนามัยให้เด็กดู และให้เด็กทำตามทีละขั้นตอน

4. ครูพาเด็กไปที่อ่างล้างมือ

5. ครูสาธิตการล้างมือด้วยสบู่ และปฏิบัติตามขั้นตอนการล้างมืออย่างถูกวิธี

6. ครูสาธิตการเช็ดมือด้วยผ้าเช็ดมือให้เด็กดู

7. ครูให้เด็กลองทำตามขั้นตอนทุกคน

3. ขั้นสรุป

เด็กและครูร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดมือด้วยการล้างมืออย่างถูกวิธี 7 ขั้นตอน ตามแบบของกรมอนามัย ทำให้มือสะอาดปราศจากเชื้อโรค มีผลดีต่อสุขภาพของเด็ก

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตว่าเด็กล้างมือได้สะอาดและถูกวิธีหรือไม่

2. ครูสังเกตว่าถ้าเด็กคนไหนล้างมือไม่ถูกต้องครูให้เด็กลองทำดูใหม่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

ภาคผนวก

วิธีการล้างมือ 7 ขั้นตอน

ต้องล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ทุกขั้นตอนทำ 5 ครั้ง สลับกันทั้ง 2 ข้าง



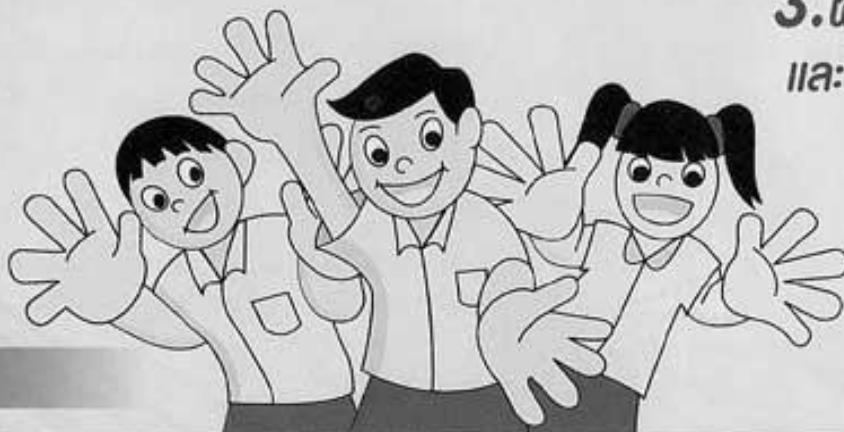
2. ฝ่ามือถูหลังมือ
และนิ้วชอกนิ้ว



1. ฝ่ามือถูกัน



3. ฝ่ามือถูฝ่ามือ
และนิ้วชอกนิ้ว





7.ถูรอบข้อมือ



6.ปลายนิ้วมือ
ถูขวางฝ่ามือ



5.ถูนิ้วหัวแม่มือโดยรอบ
ด้วยฝ่ามือ



4.หลังนิ้วมือถูฝ่ามือ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 1 และ 6 ชื่อกิจกรรมที่ 10 มือสะอาดดีไม่มีโรค
 สัปดาห์ที่ 4 วันจันทร์ที่ 25 มกราคม พ.ศ. 2553 เวลา 10.40 ถึง 11.00 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กได้ทบทวนวิธีการล้างมือที่ถูกวิธี
2. เพื่อให้เด็กรู้ถึงโทษที่จะได้รับจากมือที่สกปรก

วัสดุอุปกรณ์

1. สบู่
2. ผ้าเช็ดมือ
3. สำลี
4. โทนนอร์เช็ดผิวทำความสะอาดราบสกปรกตกค้างหลังล้างมือ

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ขั้นนำ

ครูร้องเพลง “ล้างมือ” เพื่อสร้างความสนใจของเด็ก และให้เด็กร้องพร้อมกับแสดง
 ทำล้างมือที่ถูกวิธีประกอบเพลง

เพลง “ล้างมือ” (ศรีนวล รัตนสุวรรณ)

ก่อนกินอาหาร	เราต้องล้างมือ
เล่นมาเปื้อนเปรอะ	ก็ต้องล้างมือ
กลับจากห้องน้ำ	ก็ต้องล้างมือ
ล้างมือ ล้างมือ ล้างมือ	ให้สะอาดเอ๋ย

2. ขั้นดำเนินการ

1. ครูตรวจมือและเล็บมือเด็กว่าสะอาดหรือไม่เพียงใด
2. เด็กและครูร่วมกันสนทนาถึงหน้าที่ของมือและโทษที่จะได้รับจากการไม่รักษา
 ความสะอาดของมือ โดยตั้งคำถามดังนี้

- 2.1 มือของเด็กๆ มีประโยชน์อย่างไร
- 2.2 เด็กๆ ควรใช้มือหยิบขนมใส่ปากโดยไม่ล้างมือก่อนดีหรือไม่ เพราะอะไร
- 2.3 เด็กๆ มีวิธีรักษาความสะอาดมืออย่างไร
3. ครูให้เด็กล้างมือหลังจากให้เด็กเล่นอิสระตามมุม โดยให้เด็กล้างมือตามแบบที่เด็กเคยล้างด้วยการถูไปมาด้วยน้ำอย่างเดียว
4. ครูให้เด็กเช็ดมือให้แห้ง
5. ครูแจกสำลิตีชูป โทเนอร์ให้เด็กแต่ละคน พร้อมทั้งสาธิตวิธีการใช้สำลิตีชูป โทเนอร์เช็ดมือทั้งฝ่ามือ และหลังมือให้เด็กดู แล้วลองให้เด็กทำดูทุกคน
6. ครูให้เด็กดูที่สำลิตีว่ามีคราบดำติดอยู่หรือไม่
7. ครูให้เด็กเก็บของเล่นที่ครูเตรียมไว้ แล้วให้เด็กล้างมือใหม่ด้วยสบู่และตามขั้นตอนการล้างมือที่ถูกต้องวิธี
8. ให้เด็กเช็ดมือให้แห้ง และเช็ดด้วยโทเนอร์อีกครั้งนำสำลิตีที่เช็ดมือทั้ง 2 ครั้ง เปรียบเทียบกันว่าสำลิตีที่ใช้เช็ดมือครั้งแรก กับครั้งที่ 2 อันไหนมีคราบสกปรกมากกว่ากัน

3. ขั้นสรุป

เด็กและครูร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการดูแลรักษาความสะอาดมืออย่างถูกวิธี จะทำให้มือเด็กๆ สะอาดมากขึ้น ทำให้เด็กๆ ไม่เจ็บป่วยง่าย จากการใช้มือที่สกปรกหยิบอาหารรับประทาน

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตว่าเด็กมีความตั้งใจที่จะล้างมือให้สะอาดอย่างถูกวิธีหรือไม่
2. ครูสังเกตว่าเด็กที่มีเล็บดำและมีขี้เล็บหลังล้างมือแล้วเล็บมือเด็กสะอาดขึ้นหรือไม่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 1 และ 6 ชื่อกิจกรรมที่ 11 อาบน้ำแล้วสบายตัว
 สัปดาห์ที่ 4 วันพุธที่ 27 มกราคม พ.ศ. 2553 เวลา 11.40 ถึง 12.00 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กได้รู้จักการรักษาความสะอาดร่างกาย
2. เพื่อให้เด็กบอกวิธีอาบน้ำที่ถูกต้องได้

วัสดุอุปกรณ์

1. สบู่อาบน้ำเด็ก
2. ผ้าเช็ดตัว
3. เสื้อผ้าที่ครูให้เด็กเตรียมมาจากบ้าน
4. กะละมังใส่น้ำให้เด็กตักอาบ
5. ขันตักน้ำอาบ
6. แป้ง
7. เพลง “อาบน้ำ”

เวลาที่ใช้การทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูเร้าความสนใจของเด็กด้วยการร้องเพลง “อาบน้ำ” พร้อมทั้งทำท่าทางประกอบให้เด็กดู แล้วให้เด็กร้องและทำท่าทางประกอบไปพร้อมๆ กันอีกครั้ง

เพลง “อาบน้ำ” (ไม่ทราบนามผู้แต่ง)

อาบน้ำชุ่มซ่า	ล้างหน้าล้างตา
ฟอกสบู่ถูตัว	ชำระเหงื่อไคล
ราดน้ำให้ทั่ว	เสร็จแล้วเช็ดตัว
เราไม่ขุ่นมัว	สุขภาพสบายใจ

2. ขั้นตอนการ

1. ครูและเด็กร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับเรื่องการอาบน้ำ ดังนี้
 - 1.1 ทุกเช้าเมื่อเราตื่นนอน และก่อนเข้านอนตอนกลางคืนเราควรทำอะไรบ้าง
 - 1.2 ทำไมเราต้องอาบน้ำทุกวัน
 - 1.3 เวลาอาบน้ำเด็กๆ รู้สึกอย่างไร
 - 1.4 ถ้าเราไม่อาบน้ำจะเกิดอะไรขึ้น
 - 1.5 ใครอาบน้ำให้เด็กๆ
 - 1.6 ทำไมเด็กๆ ต้องอาบน้ำด้วยตนเอง
 - 1.7 การอาบน้ำทำอย่างไร
2. ครูให้เด็กเปลี่ยนเสื้อผ้าและครูพาเด็กไปห้องน้ำ ที่ครูเตรียมสบู่ น้ำใส่กะละมัง และแปรงทาสีไว้ให้เด็กแล้ว
3. ครูให้เด็กอาบน้ำด้วยตนเองจนเสร็จ
4. ครูขออาสาสมัครออกมาเป็นแบบให้ครู 1 คน เพื่อสาธิตวิธีการเช็ดตัว
5. ครูสาธิตวิธีการเช็ดตัวโดยเริ่มจากใช้ผ้าเช็ดตัว เช็ดน้ำที่ใบหน้า ไบหู และตามลำตัวเด็กที่เป็นอาสาสมัคร จนแห้ง แล้วจึงใช้แปรงทาสีที่ใบหน้า ลำคอ ตามตัว เพื่อให้เด็กรู้สึกสบายตัวมากขึ้น
6. ครูนำผ้าเช็ดตัวที่ใช้เช็ดตัวแล้ว ไปผึ่งให้แห้ง
7. ครูให้เด็กทุกคนลองปฏิบัติตามแบบที่ครูสาธิตให้ดู

3.ขั้นสรุป

เด็กและครูร่วมกันสรุปเกี่ยวกับวิธีการอาบน้ำ การเช็ดตัว และประโยชน์ของการอาบน้ำจะทำให้ร่างกายสะอาด ไม่มีกลิ่นเหม็น เด็กๆ จะรู้สึกสดชื่น สบายตัว และต้องนำผ้าเช็ดตัวไปผึ่งให้แห้ง

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตว่าเด็กอาบน้ำด้วยความเต็มใจหรือไม่
2. ครูสังเกตว่าเด็กสามารถอาบน้ำ ฟอกสบู่ ขัดถูส่วนต่างๆ ของร่างกาย และล้างสบู่ออกจนสะอาดได้หรือไม่
3. ครูสังเกตว่าเด็กสามารถบอกวิธีการอาบน้ำ และปฏิบัติจริงได้ถูกต้องหรือไม่
4. ครูสังเกตว่าเด็กสามารถเช็ดตัวและส่วนต่างๆ ของร่างกายให้แห้งและสะอาดได้ดีเพียงใด

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 1 และ 6 ชื่อกิจกรรมที่ 12 เสื้อตัวไหนน่าใส่
 สัปดาห์ที่ 4 วันศุกร์ที่ 29 มกราคม พ.ศ. 2553 เวลา 11.40 ถึง 12.00 น.

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เด็กรู้จักวิธีดูแลเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มที่เด็กสวมใส่ให้สะอาดด้วยตนเอง

วัสดุอุปกรณ์

1. ตุ๊กตา
2. สบู่
3. น้ำสะอาด
4. กะละมังซักผ้า
5. ที่แขวนผ้าสำหรับตาก
6. นิทานเรื่อง “เสื้อตัวใหม่ของนุ่น”

เวลาที่ใช้การทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูสร้างความสนใจเด็กด้วยการร้องเพลง “เสื้อที่ฉันรัก” ให้เด็กๆ ฟังพร้อมก็นำ
 เสื้อผ้าที่ครูเตรียมไว้ที่มุมประสบการณ์บทบาทสมมติมาแสดงประกอบท่าทาง และให้เด็กร้องตาม

เพลง “เสื้อที่ฉันรัก” (ไม่ทราบนามผู้แต่ง)

เสื้อตัวนี้ฉันก็ว่าดี เสื้อตัวนั้นฉันก็ว่าน่ารัก

เสื้อตัวโน้นก็สวยยิ่งนัก ฉันจึงรักเสื้อหมดทุกตัว

2. ชำนาญการ

1. ครูสนทนากับเด็กเกี่ยวกับเสื้อผ้าที่เด็กชอบใส่ ดังนี้
 - 1.1 ถ้าเสื้อตัวใหม่ของเด็กๆ สกปรกและเหม็นๆ จะรู้สึกอย่างไร
 - 1.2 เด็กๆ จะทำอะไรไม่ให้เสื้อผ้าของเด็กๆ สกปรก
 - 1.3 ถ้าเด็กๆ สวมใส่เสื้อผ้าที่สกปรกจะเกิดอะไรขึ้นกับเด็ก

2. ครูนำตุ๊กตา 2 ตัว ที่สวมใส่เสื้อผ้าที่สะอาด และเสื้อผ้าสกปรกมาให้เด็กดู และสนทนากับเด็กดังนี้

2.1 เด็ก ๆ เห็นตุ๊กตา 2 ตัวนี้แล้ว เด็ก ๆ อยากจะเล่นตัวไหน เพราะอะไรคะ

2.2 เด็ก ๆ จะช่วยทำให้เสื้อผ้าของตุ๊กตาสะอาดได้อย่างไรคะ

3. ครูให้เด็กถอดเสื้อผ้าตุ๊กตาตัวที่สกปรกออก

4. ครูสาธิตวิธีการซักเสื้อผ้าตุ๊กตาที่สกปรกให้เด็กดู

5. ครูนำเสื้อผ้าตุ๊กตาที่ซักเสร็จหนีบที่ไม้แขวนแล้วเอาออกตากที่มีแสงแดด

6. เมื่อเสื้อผ้าตุ๊กตาแห้งครูให้เด็กเก็บแล้วนำมาสวมใส่ให้ตุ๊กตาเหมือนเดิม และสนทนาถึงเสื้อผ้าที่ซักสะอาดแล้ว

6.1 เมื่อซักเสื้อผ้าให้ตุ๊กตาแล้วเด็ก ๆ อยากเล่นตุ๊กตาตัวนี้ใหม่คะ เพราะอะไร

6.2 ถ้าเด็ก ๆ อยากมีตุ๊กตาที่สะอาดเล่น เด็ก ๆ จะต้องทำอย่างไร

3.ขั้นสรุป

เด็กและครูร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการดูแลเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มให้สะอาดด้วยตนเอง ซึ่งจะมีผลต่อสุขภาพอนามัยของตัวเด็กเอง จึงควรดูแลรักษาความสะอาดเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มให้สะอาดอยู่เสมอ

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตเสื้อผ้าที่เด็กสวมใส่ว่าสะอาดหรือไม่
2. ครูสังเกตว่าเด็กใช้มือเช็ดที่เสื้อผ้าของตนเองเวลามือเปื้อนหรือไม่
3. ครูสังเกตว่าเด็กนั่งหรือนอนลงบนพื้นที่สกปรกหรือไม่
4. ครูสังเกตว่าเด็กมีความระมัดระวังในการรักษาเสื้อผ้าไม่ให้สกปรกได้หรือไม่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
ตามมาตรฐานที่ 1 และ 6 ชื่อกิจกรรมที่ 13 รongเท้าคูใหม่
สัปดาห์ที่ 5 วันจันทร์ที่ 1 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553 เวลา 9.00 ถึง 9.20 น.

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เด็กรู้จักวิธีดูแลรักษารองเท้าที่ตนเองสวมใส่ให้สะอาด

วัสดุอุปกรณ์

1. รองเท้าเด็กสำหรับใส่ไปเที่ยว
2. ฟ้ายืดรองเท้า
3. ครีมทำความสะอาดเครื่องหนัง
4. เพลง “รองเท้าใหม่”

เวลาที่ใช้การทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ช้่นนำ

ครูนำรองเท้าสำหรับเด็กใส่ไปเที่ยวที่มีสีสันสวยงาม และมีแบบต่างๆ ออกมาวาง
เพื่อเร้าความสนใจของเด็ก พร้อมกับร้องเพลง “รองเท้าใหม่”

“เพลงรองเท้าใหม่” (ไม่ทราบนามผู้แต่ง)

ฉันมีรองเท้าใหม่ ใครใครก็ไม่เหมือนฉัน

ฉันขัดมันทุกๆ วัน ดูซิมันเป็นเงางาม

2. ช้่นดำเนินการ

1. ครูให้เด็กหยิบรองเท้านักเรียนที่ชั้นวางรองเท้ามารับเทียบกับรองเท้าที่ครู
นำมาให้ดู

2. ครูกับเด็กสนทนาและให้เด็กแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับรองเท้าของตนเองกับ
รองเท้าที่ครูนำมาให้ดูว่า โดยครูตั้งคำถามดังนี้

2.1 เด็กๆ คิดว่ารองเท้าคูใหม่ และน่าใส่มากกว่ากัน เพราะอะไร

2.2 ถ้ารองเท้าของเด็กๆ เป็อนดิน เด็กๆ จะทำอย่างไรให้รองเท้าของเด็กๆ

สะอาด

3. ครูสาธิตวิธีการทำความสะอาดรองเท้าแก่นักเรียนที่เลอะดินให้เด็กดู
4. ครูให้เด็กทุกคนลองปฏิบัติตามคู่มือ

3. ขั้นสรุป

ครูและเด็กร่วมกันสรุปถึงการดูแลรักษารองเท้าของตนเองให้สะอาดน่าสวมใส่ ด้วยการเช็ดให้ดิน ชี้นูน ที่ติดรองเท้าออกเสียก่อน แล้วจึงขัดให้มันวาวและควรนำออกฝั่งแคดบ้าง เพื่อไม่ให้มีกลิ่นอับและเกิดเชื้อราซึ่งจะทำให้เด็กคันเท้าเวลาสวมใส่

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตว่าเด็กเช็ดดิน ชี้นูนออกจากรองเท้า ก่อนขัดหรือไม่
2. ครูสังเกตว่าเด็กมีความพยายามที่จะขัดรองเท้าของตนเองให้ใหม่ขึ้นหรือไม่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 1 ชื่อกิจกรรมที่ 14 ล้างแก้วนํ้าดื่ม
 สัปดาห์ที่ 5 วันพุธที่ 3 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553 เวลา 9.00 ถึง 9.20 น.

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เด็กรู้จักการรักษาแก้วนํ้าดื่มให้สะอาด

วัสดุอุปกรณ์

1. แก้วนํ้าดื่มประจำตัวเด็ก
2. นํ้ายาล้างภาชนะสำหรับใส่อาหาร
3. นํ้าสะอาด

เวลาที่ใช้การทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ช้่นนำ

ครูนำแก้วนํ้า 2 ใบ ที่ล้างสะอาด กับแก้วที่มีคราบนิ้วมือติดอยู่ให้เด็กดู และสนทนากับเด็กถึงแก้วนํ้าที่เด็กเห็นว่ามิลักษณะต่างกันอย่างไร

2. ช้่นดำเนินการ

1. ครูให้เด็ก ๆ สํารวจแก้วนํ้าของตนเองว่าสะอาด หรือมีคราบนิ้วมือติดอยู่หรือไม่
2. ครูสนทนาและตั้งคำถามให้เด็กแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้และการรักษาความสะอาดแก้วนํ้าดื่มของตนเอง ดังนี้
 - 2.1 แก้วนํ้าที่ไม่สะอาดมีคราบนิ้วมือติดอยู่เกิดจากอะไร
 - 2.2 แก้วนํ้าที่สะอาด จะต้องมิลักษณะอย่างไร
 - 2.3 ถ้าเด็ก ๆ ใช้แก้วนํ้าที่ไม่สะอาด จะเกิดอะไรขึ้นกับเด็ก ๆ
 - 2.4 เด็ก ๆ ควรใช้แก้วนํ้าดื่มของผู้อื่นหรือไม่ เพราะอะไร
 - 2.4 หลังใช้แก้วนํ้าดื่มแล้วเด็ก ๆ ควรทำอย่างไรบ้าง
 - 2.5 ถ้าแก้วนํ้าดื่มของเด็ก ๆ สกปรกจะมีวิธีทำให้แก้วนํ้าดื่มสะอาดได้

อย่างไร

3. ครูสาธิตวิธีการล้างแก้วนํ้าให้สะอาด

3.ขั้นสรุป

เด็กและครูร่วมกันสรุปเกี่ยวกับประโยชน์ และโทษของการใช้แก้วนํ้าที่สะอาด และสรุปว่าจะมีผลต่อสุขภาพของเด็ก และเด็กๆ สามารถที่จะดูแลรักษาของใช้ส่วนตัวให้สะอาดได้ด้วยตนเอง

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตว่าแก้วนํ้าของเด็กแต่ละคนมีคราบนิ้วมือติดอยู่มากน้อยเพียงใด
2. ครูสังเกตว่าเด็กสามารถล้างแก้วนํ้าดื่มได้สะอาดด้วยตนเองหรือไม่
3. ครูสังเกตว่าเด็กล้างแก้วนํ้าดื่มแล้วนำไปคว่ำที่ชั้นวางแก้วได้เรียบร้อยหรือไม่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
ตามมาตรฐานที่ 1, 4 และ 6 ชื่อกิจกรรมที่ 15 หนูนอนฝันดีเพราะมีที่นอนสะอาด
สัปดาห์ที่ 5 วันศุกร์ที่ 5 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553 เวลา 11.40 ถึง 12.00 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กได้รู้จักการรักษาความสะอาดที่นอนของตนเอง
2. เพื่อให้เด็กรู้จักเก็บที่นอนให้เป็นระเบียบ

วัสดุอุปกรณ์

ที่นอนของเด็ก

เวลาที่ใช้การทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูนำคำคล้องจอง “นอนหลับตาเสียก่อน” มาท่องให้เด็กๆ ฟัง และให้เด็กๆ ท่องตาม หลังจากนั้นครูให้เด็กๆ นอนลงกับพื้นอย่างอิสระสักครู่

คำคล้องจอง “นอนหลับตาเสียก่อน”

หลับตาเสียก่อน	อ่อนเพลียทั้งวัน
หลับตาแล้วฝันเห็นเทวดา	มาร่ำมาร่างมขำโสภา
พอตื่นขึ้นมา	เทวดาไม่มี

2. ชำนาญ

1. ครูกับเด็กร่วมสนทนาและแสดงความคิดเห็นถึงความรู้สึกที่ได้นอนอย่างอิสระว่าเด็กรู้สึกสบายหรือไม่อย่างไร

2. ครูให้เด็กนอนลงกับพื้นสักครู่ แล้วให้เด็กนำที่นอนของตนเองมานอน และสนทนาถึงความรู้สึกระหว่างการนอนบนที่นอนนุ่มๆ กับนอนที่พื้นแข็งๆ เด็กๆ ชอบนอนที่นอนแบบไหนมากกว่ากัน

3. ครูให้เด็ก ๆ สืบถามที่นอนของตนเองว่าสะอาด มีกลิ่นเหม็นหรือไม่

2. ครูกับเด็กสนทนาเกี่ยวกับวิธีการดูแลรักษาความสะอาดที่นอน ดังนี้

- 2.1 เด็กๆ ชอบนอนที่นอนที่มีกลิ่นหอม และสะอาดหรือไม่ เพราะอะไร
- 2.2 ถ้านอนที่นอนที่ไม่สะอาด มีกลิ่นเหม็นอับ จะเป็นอย่างไร
- 2.3 ถ้าที่นอนของเด็ก ๆ ซึ้นเหม็น และมึกลิ่นเหม็นอับจะทำความสะอาดที่นอนอย่างไรให้หายซึ้นและหมดกลิ่น

3. ครูสาธิตวิธีการดูแลทำความสะอาดที่นอนให้เด็กดู โดย

- 3.1 ครูสะอาดที่นอนแล้วนำที่นอน ไปผึ่งที่มีแดด
 - 3.2 ทิ้งไว้ซักครู่ให้ที่นอนรับแสงแดดจนจับดูแล้วอุ่นหายซึ้น
 - 3.3 ครูเก็บที่นอนที่นำไปผึ่งแดดมาพับเก็บเข้าที่ให้เรียบร้อย
4. ครูให้เด็กลองทำดูบ้าง โดยครูคอยแนะนำ และช่วยเหลืออยู่ใกล้ๆ
5. ครูให้เด็กตากที่นอนทิ้งไว้ซักครู่แล้วให้เด็กเก็บที่นอนมาพับเก็บเข้าที่ให้

เรียบร้อย

3.ขั้นสรุป

เด็กและครูร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการดูแลทำความสะอาดที่นอนให้สะอาดด้วยการนำออกผึ่งแดด แสงแดดจะช่วยฆ่าเชื้อโรคทำให้ที่นอนหายซึ้นจากเหม็น ไม่เป็นเชื้อรา ทำให้นอนหลับสบายไม่คันตัว

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตว่าเด็กทำความสะอาดที่นอนได้ด้วยตนเองหรือไม่
2. ครูสังเกตว่าเด็กนำที่นอนมาพับเก็บเข้าที่เป็นระเบียบหรือไม่
3. ครูสังเกตว่าเด็กมีความกระตือรือร้นในการทำสะอาดของใช้ของตนเองหรือไม่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมกรรการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

พฤติกรรมกรรการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมิน

ดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
ตามมาตรฐานที่ 1 และ 6 ชื่อกิจกรรมที่ 16 กินดีมีสุข
สัปดาห์ที่ 6 วันจันทร์ที่ 8 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553 เวลา 10.40 ถึง 11.00 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กรู้จักรักษาความสะอาดก่อน และหลังรับประทานอาหาร
2. เพื่อให้เด็กรู้จักปฏิบัติตนในการรับประทานอาหาร

วัสดุอุปกรณ์

1. จานข้าว
2. ช้อน

เวลาที่ใช้การทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูท่องคำคล้องจอง “เวลาอาหาร” ให้เด็กฟัง และให้เด็กท่องตามพร้อมกับแสดงท่าทางประกอบ

คำคล้องจอง “เวลาอาหาร”

เวลาอาหาร จะโอจะงาม จะเรจะหา
ใช้ผ้าขาวขาว ปิดปากเอาไว้ หันหน้าออกไป
อย่าให้เสียงดัง

2. ชำนาญ

ครูสนทนากับเด็กเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในการรับประทานอาหาร ดังนี้

1. ก่อนรับประทานอาหารเด็กๆ ควรปฏิบัติอย่างไร
 - ล้างมือให้สะอาด
2. การปฏิบัติตนระหว่างรับประทานอาหารควรทำอย่างไร
 - ใช้ช้อนตักอาหารรับประทาน
 - ไม่ทิ้งเศษอาหารลงพื้น

- รับประทานอาหารไม่ให้หกเลอะเทอะ
 - ไม่พุดขณะรับประทานอาหาร
 - ไม่เคี้ยวอาหารเสียงดัง
- 3. การปฏิบัติตนหลังรับประทานอาหาร
 - ล้างมือให้สะอาด
 - แปรงฟันหลังรับประทานอาหาร
- 4. ครูพาเด็กไปรับประทานอาหารกลางวันที่โรงอาหาร
- 5. ครูให้เด็กนั่งที่โต๊ะที่ครูจัดอาหารเตรียมไว้ให้
- 6. ครูให้เด็กรับประทานอาหารกลางวัน

3. ขั้นสรุป

ครูกับเด็กร่วมกันสรุปเกี่ยวกับมารยาท และการปฏิบัติตนในการรับประทานอาหาร

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตว่าเด็กล้างมือก่อนรับประทานอาหารหรือไม่
2. ครูสังเกตว่าเด็กใช้ช้อนตักอาหาร โดยไม่ใช้มือหยิบอาหารเข้าปากหรือไม่
3. ครูสังเกตว่าเด็กรับประทานอาหารหกเลอะเทอะหรือไม่
4. ครูสังเกตว่าเด็กทิ้งเศษอาหารลงพื้นหรือไม่
5. ครูสังเกตว่าเด็กพุดขณะรับประทานอาหารหรือไม่
6. ครูสังเกตว่าเด็กเคี้ยวอาหารเสียงดังหรือไม่
7. ครูสังเกตว่าหลังรับประทานอาหารเสร็จแล้วเด็กล้างมือ และแปรงฟันหรือไม่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
ตามมาตรฐานที่ 1 และ 6 ชื่อกิจกรรมที่ 17 ไปห้องน้ำกันเถอะ
สัปดาห์ที่ 6 วันพุธที่ 10 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553 เวลา 9.00 ถึง 9.20 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กใช้ห้องน้ำห้องส้วมได้ถูกวิธี
2. เพื่อให้เด็กรู้จักการรักษาความสะอาดในการใช้ห้องน้ำห้องส้วม

วัสดุอุปกรณ์

นิทานเรื่อง “หนูปูกปดทอง” (ภาคผนวก)

เวลาที่ใช้การทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูเล่านิทานเรื่อง “หนูปูกปดทอง” ให้เด็กฟังและร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับเนื้อเรื่องในนิทาน

2. ชำนาญ

1. ครูสนทนากับเด็กเกี่ยวกับสุขนิสัยที่ดีในการใช้ห้องน้ำห้องส้วม โดยครูตั้งคำถามและให้เด็กร่วมแสดงความคิดเห็น ดังนี้

- 1.1 เวลาเด็กๆ ต้องการจะขับถ่ายจะต้องขับถ่ายที่ไหน
- 1.2 เด็กๆ จะนั่งขับถ่ายตามพื้นห้องน้ำได้หรือไม่ เพราะอะไร
- 1.3 หลังจากขับถ่ายเสร็จแล้วเด็กๆ จะต้องทำอะไรบ้าง

2. ครูพาเด็กไปดูห้องน้ำห้องส้วม และแนะนำชื่อเครื่องใช้และวิธีใช้ห้องน้ำห้องส้วม

3. ครูหาอาสาสมัครมาสาธิตวิธีการใช้ห้องน้ำห้องส้วมตามที่ครูบอก ได้แก่ การนั่งปัสสาวะแล้วราดน้ำ โดยครูคอยช่วยเหลืออยู่ใกล้ๆ

4. ครูให้เด็กฝึกปฏิบัติจริงการใช้ห้องน้ำห้องส้วมโดยครูคอยให้คำแนะนำช่วยเหลืออย่างใกล้ชิด

3. ขั้นสรุป

ครูและเด็กร่วมกันสรุปเมื่อต้องการจับถ่ายเด็กๆ ต้องจับถ่ายในห้องน้ำห้องส้วม และต้องราดน้ำชำระล้างให้สะอาด ทุกครั้งเพื่อป้องกันเชื้อโรคแพร่กระจายและต้องทำความสะอาดล้างมือทุกครั้งหลังเข้าส้วม

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตการใช้ห้องน้ำห้องส้วมของเด็กว่าใช้ได้ถูกวิธีหรือไม่
2. ครูสังเกตว่าหลังจับถ่ายแล้วเด็กราดน้ำทำความสะอาดหรือไม่
3. ครูสังเกตว่าหลังจากใช้ห้องน้ำห้องส้วมเสร็จแล้วเด็กๆ ล้างมือทุกครั้งหรือไม่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

ภาคผนวก

นิทานเรื่องหนูปุกปวดท้อง

อรรรรณ สุ่มประดิษฐ์ (ผู้แต่ง)

ทุกเช้าที่บ้านของหนูปุก คุณแม่สอนให้หนูปุกเข้าห้องส้วมเพื่อให้หนูปุกฝึกการจับถ่าย อุจจาระ ปัสสาวะ ให้เป็นเวลา แต่หนูปุกมักไม่ยอมเข้าห้องส้วมเพราะห้องส้วมใหญ่และน่ากลัว คุณแม่จึงต้องหาคณะโณมาให้นั่งแทน พอหนูปุกเข้าโรงเรียน หนูปุกดีใจมากเพราะที่โรงเรียนมีของเล่นและเพื่อนมากมาย คุณครูของหนูปุกก็ใจดีด้วย คุณครูสอนให้เด็กทุกคนได้รู้จักห้องเรียน ของเล่น และการใช้ห้องน้ำ ห้องส้วม ที่โรงเรียนเด็กๆ ทุกคนเมื่อปวดปัสสาวะหรืออุจจาระจะบอกให้ครูพาไปเสมอ แต่เวลาหนูปุกปวดท้อง จะไม่กล้าบอกครูและไม่กล้าไปห้องส้วมเอง เพราะกลัวและไม่เคยนั่ง หนูปุกจึงมักจะปล่อยออกมาเลอะเทอะเสมอ แต่คุณครูก็ไม่ว่า และพาหนูปุกไปทำความสะอาด และคุณครูจะบอกเสมอว่า เวลาปวดท้องให้บอกคุณครู คุณครูจะพาไปเอง และจะสอนวิธีการใช้ห้องน้ำห้องส้วมว่าทุกครั้งที่เราปวดท้องนั้นควรทำอย่างไรและเมื่อถ่ายเสร็จแล้วต้องราดน้ำให้สะอาด และล้างก้นให้สะอาดด้วย แต่ถ้าใครยังล้างก้นเองไม่ได้ครูจะให้เด็กช่วยตัวเองก่อน แล้วครูจะราดน้ำให้ และหลังจากเข้าห้องน้ำทุกครั้งจะต้องล้างมือเสมอ

เดี๋ยวนี้หนูปุกไม่กลัวที่จะเข้าห้องส้วมอีกแล้ว เพราะหนูปุกใช้ห้องส้วมเป็นแล้ว จึงไม่ทำเลอะเทอะอีก คุณพ่อคุณแม่ของหนูปุกก็ดีใจที่หนูปุกไม่กลัวห้องส้วมและช่วยตัวเองได้แล้ว

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 4 ชื่อกิจกรรมที่ 18 เกือบของเล่น
 สัปดาห์ที่ 6 วันศุกร์ที่ 4 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553 เวลา 10.15 ถึง 10.35 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กเล่น และเก็บของเล่นให้ถูกที่ตามมุมต่าง ๆ ที่จัดไว้
2. เพื่อให้เด็กรู้จักจัดเก็บของเล่นเข้าที่เมื่อเล่นเสร็จ

วัสดุอุปกรณ์

1. ของเล่นที่จัดไว้ตามมุมจัดประสบการณ์
2. ผ้าสำหรับเช็ดฝุ่นตามชั้น

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูร้องเพลง “มาช่วยกันเก็บ” ให้เด็กฟัง และให้เด็กร้องตาม

เพลง “มาช่วยกันเก็บ”

เก็บของเอาไว้ให้ถูกที่	เก็บดีๆ อย่าวิ่งซุกซน
มาช่วยกันเก็บทุกคน	มาช่วยกันเก็บทุกคน
หนู หนู หนูน่าน	ช่วยกันคนดี

2. ชำนาญ

1. ครูจัดเตรียมของเล่นไว้ตามมุมต่าง ๆ
2. ครูให้เด็กเลือกเล่นตามมุมที่ตนเองสนใจตามเวลาที่กำหนด
3. ครูให้เด็กจัดเก็บของที่ตนเองเล่นใส่ตะกร้า
4. ครูให้เด็กเช็ดทำความสะอาดชั้นและโต๊ะที่จัดวางของเล่น
5. ครูให้เด็กเก็บตะกร้าของเล่นไว้ตามมุมหรือชั้นที่ตนเองนำมาเล่นให้ เรียบร้อย

3. ชำนาญ

เด็กกับครูร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการเก็บของเล่นเข้าที่เมื่อเล่นเสร็จแล้ว ดังนี้

1. เด็กๆ เล่นแล้วไม่เก็บของเล่นจะทำให้ห้องรกไม่เป็นระเบียบและเป็นอันตรายต่อเด็กถ้าวิ่งหรือเดินไปเหยียบของเล่นจะทำให้ลื่นล้มได้

2. เมื่อเด็กๆ นำของเล่นออกมาจากที่ไหนก็ต้องนำเก็บเข้าที่เดิมเพื่อจะได้หยิบออกมาเล่นในครั้งต่อไปได้ง่าย ของเล่นไม่หายมีของเล่นๆ ได้นาน

3. ก่อนเก็บของเล่นเข้าที่ก็ต้องทำความสะอาดชั้นวางของ หรือ โตะทุกครั้งเพื่อไม่ให้มีฝุ่นของเล่นจะได้ไม่สกปรก

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตพฤติกรรมการจัดเก็บของเล่นว่าเป็นระเบียบเรียบร้อยดีหรือไม่
2. ครูสังเกตว่าเด็กเก็บของเล่นเข้าที่เดิมได้ถูกต้องทุกครั้งหรือไม่
3. ครูสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเล่นได้ดีจนเป็นนิสัยหรือไม่
4. ครูสังเกตว่าเด็กสามารถเช็คทำความสะอาด โตะและชั้น ได้สะอาดเรียบร้อยดีทุกครั้งหรือไม่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมิน ดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 1 และ 7 ชื่อกิจกรรมที่ 19 การเช็ดฝุ่น
 สัปดาห์ที่ 7 วันจันทร์ที่ 15 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553 เวลา 10.15 ถึง 10.35 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกให้เด็กมีนิสัยรักความสะอาด
2. เพื่อฝึกตาและมือของเด็กให้ประสานสัมพันธ์กันในการเช็ดฝุ่นในที่ต่าง ๆ ให้สะอาด

วัสดุอุปกรณ์

1. ผ้า
2. ตะกร้า
3. ถังน้ำ

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูให้เด็กสำรวจชั้นวางของใช้ส่วนตัวว่ามีฝุ่นหรือไม่ แล้วถามว่าเราจะทำให้สะอาดได้อย่างไร

2. ขั้นตอนการ

1. ครูและเด็กร่วมกันสนทนาถึงวิธีการรักษาความสะอาดชั้นวางของและตู้เก็บของเล่นในห้องเรียน

2. ครูเตรียมตะกร้าใส่ผ้าที่ชุบน้ำหมาด ๆ

3. ครูสาธิตวิธีการเช็ดฝุ่นที่ตู้เก็บอุปกรณ์และของเล่นให้เด็กดูทุกคน โดยยกอุปกรณ์ต่างๆ ลงจากชั้น ทีละอย่างด้วยมือทั้งสองข้าง

4. ครูใช้ผ้าที่เตรียมไว้เช็ดชั้นวางของ โดยเริ่มจากทางด้านซ้ายสุดไปขวาสุด

5. เมื่อเสร็จแล้วครูนำอุปกรณ์ขึ้นไว้ที่ชั้นตามเดิม

6. ครูให้เด็กลองปฏิบัติดูบ้างกับผู้อื่นๆ โดยครูคอยให้คำแนะนำช่วยเหลืออยู่ใกล้ๆ

7. ครูและเด็กนำตะกร้าผ้าไปซัก

3. ขั้นสรุป

เด็กและครูร่วมกันสรุปวิธีการรักษาความสะอาดชั้นเก็บของใช้ส่วนตัวและตู้เก็บของเล่นด้วยการเช็ดฝุ่นออกให้หมดก่อนที่จะเก็บของเข้าที่

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

ครูสังเกตว่าเด็กสามารถทำความสะอาดฝุ่นบนชั้นได้ถูกต้องและสะอาดหรือไม่ โดยให้คำแนะนำแก้ไขเป็นรายบุคคล

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

ประเมินพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 7 ชื่อกิจกรรมที่ 20 การกวาดขยะสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 สัปดาห์ที่ 7 วันพุธที่ 17 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553 เวลา 9.00 ถึง 9.20 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกให้เด็กรู้จักรักษาความสะอาดบ้านและบริเวณบ้าน
2. เพื่อฝึกให้เด็กมีนิสัยรักความสะอาด

วัสดุอุปกรณ์

1. หน้ากากปิศาจขยะ
2. ไม้กวาดอันเล็กสำหรับเด็ก
3. ที่ตักขยะ
4. ตะกร้าหรือถังใส่เศษขยะ

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูเล่านิทานเรื่อง “ปิศาจขยะ” ให้เด็กฟัง โดยใช้หน้ากากปิศาจประกอบการเล่านิทาน พร้อมทั้งให้เด็กแสดงท่าทางเป็นปิศาจขยะ และให้เด็กมองรอบๆ ห้องว่าสะอาดหรือสกปรก

2. ขั้นตอนการ

1. ครูและเด็กร่วมกันสนทนาและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการทำความสะอาดห้องเรียน และบริเวณรอบๆ ห้องเรียน ดังนี้

1.1 ถ้าตามพื้นห้องเรียนและบริเวณรอบๆ ห้องเรียนของเรามีฝุ่นผง และเศษกระดาษ กุ้งขนม ที่อยู่เกลื่อน เด็กๆ จะทำอย่างไร

1.2 ฝุ่นผง และเศษขยะชิ้นเล็กๆ ที่เราไม่สามารถใช้มือหยิบเก็บได้สะดวก เด็กๆ จะทำอย่างไรให้เก็บขยะเหล่านี้ได้สะอาด

1.3 ถ้าครูจะให้เด็กๆ ช่วยดูห้องให้สะอาด แต่ยังมีฝุ่น และเศษขยะหล่นอยู่ตามพื้นห้องเด็กๆ คิดว่าจะต้องทำอะไรก่อนถึงจะดูห้องได้สะอาดขึ้น

1.4 เด็กๆ เคยช่วยคุณแม่วาดบ้านหรือเปล่า แล้วรู้ไหมคะว่าวาดบ้านต้องทำอย่างไร

2. ครูสาธิตวิธีการกวาดขยะให้รวมเป็นกองเดียวกันและตักขยะไปทิ้งในถังขยะให้เด็กดูเพื่อให้เป็นตัวอย่าง

3. ครูแบ่งเด็กออกเป็น 3 กลุ่ม ให้เด็กลงทำดูบ้างโดย

- ให้เด็กกลุ่มที่ 1 กวาดในห้อง
- ให้เด็กกลุ่มที่ 2 กวาดหน้าห้อง
- ให้เด็กกลุ่มที่ 3 กวาดข้างห้อง

3. ขั้นสรุป

เด็กและครูร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการทำความสะอาดบ้านและโรงเรียนด้วยการกวาดขยะให้มารวมกัน จะทำให้เก็บขยะได้ง่ายขึ้น และต้องตักทิ้งในถังขยะให้เรียบร้อยเพราะถ้าปล่อยไว้ขยะก็จะปลิวเกลื่อนและทำให้รูกอีก

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตดูว่าเด็กแต่ละกลุ่มกวาดขยะมารวมกันเป็นกองเดียวกัน และตักไปทิ้งในถังขยะโดยไม่หกเลอะเทอะข้างถังขยะได้หรือไม่

1. ครูสังเกตดูว่าเมื่อเด็กตักขยะทิ้งลงถังเสร็จแล้วเด็กๆ สามารถเก็บอุปกรณ์เข้าที่ ได้เรียบร้อยหรือไม่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

พฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมิน
ดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 7 ชื่อกิจกรรมที่ 21 มาเก็บขยะกันเถอะ
 สัปดาห์ที่ 7 วันศุกร์ที่ 19 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553 เวลา 9.00 ถึง 9.20 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กรู้จักรักษาความสะอาดบริเวณบ้าน และโรงเรียน
2. เพื่อให้เด็กทิ้งขยะให้เป็นที่

วัสดุอุปกรณ์

ตะกร้าขยะ

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

20 นาที

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูพาเด็กเดินสำรวจขยะ และที่ทิ้งขยะ ในบริเวณโรงเรียน

2. ชำนาญดำเนินการ

1. ครูและเด็กร่วมกันสนทนาถึงสภาพแวดล้อมในโรงเรียนที่เห็นดังนี้
 - 1.1 เด็ก ๆ เห็นว่าในโรงเรียนของเรามีขยะไหมคะ
 - 1.2 ขยะที่เห็นมาจากไหน
 - 1.3 ถ้ามีแต่คนทิ้งขยะไม่มีคนเก็บโรงเรียนของเราจะเป็นอย่างไร
 - 1.4 ถ้าเด็ก ๆ ทิ้งขยะไม่ถูกที่โรงเรียนของเราจะเป็นอย่างไร
2. ครูให้เด็กร่วมกันแสดงความคิดเห็นถึงแนวทางแก้ไข
3. ครูพาเด็ก ๆ เก็บขยะรอบบริเวณโรงเรียน พร้อมกับชวนเด็กร้องเพลง “อย่าทิ้ง”

ไปด้วยในขณะที่เดินเก็บขยะ

เพลง “อย่าทิ้ง” (เตือนใจ ศรีมารุต)

อย่าทิ้ง อย่าทิ้ง อย่าทิ้ง ทิ้งแล้วจะสกปรก

ถ้าเราเห็นมันรก ต้องเก็บ ต้องเก็บ ต้องเก็บ

4. ครูให้เด็กนำขยะที่เก็บได้มาเทรวมกัน สนทนาเกี่ยวกับปริมาณขยะที่เก็บได้

5. ครูให้เด็กยกตะกร้าขยะที่เทรวมกันแล้วไปเก็บในที่ทิ้งขยะ

6. ครูให้เด็กล้างมือหลังเก็บขยะ

3. ขั้นสรุป

เด็กและครูร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการเก็บขยะจะช่วยให้โรงเรียนมีสภาพ แวดล้อมที่ดี สะอาดไม่รก และเด็กๆ ควรนำความรู้ไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันที่บ้านด้วย

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตว่าเด็กเก็บขยะบริเวณรอบ ๆ โรงเรียนได้สะอาดหรือไม่
2. ครูสังเกตว่าเด็กขยะที่เก็บมารวมกันได้เรียบร้อยไม่หกเลอะเทอะ
3. ครูสังเกตว่าเด็กนำตะกร้าขยะไปวางในที่ทิ้งขยะได้เรียบร้อย
4. ครูสังเกตว่าเด็กล้างมือหลังเก็บขยะได้สะอาด

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

พฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมิน

ดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 6 และ 4 ชื่อกิจกรรมที่ 22 สนุกกับทรายแล้วร่างกายต้องสะอาด
 สัปดาห์ที่ 8 วันจันทร์ที่ 22 มกราคม พ.ศ. 2553 เวลา 10.30 ถึง 10.50 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กได้รู้จักการรักษาความสะอาดร่างกายหลังการเล่นทราย
2. เพื่อให้เด็กรู้จักรักษาความสะอาดของเล่นและเก็บเข้าที่เป็นระเบียบ

วัสดุอุปกรณ์

1. กระบี่องใส่ทราย
2. ช้อนตักทราย
3. บ่อทราย

เวลาที่ใช้การทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูพาเด็กออกไปที่บ่อทราย และอธิบายการเล่นในบ่อทรายอย่างถูกวิธีและปลอดภัยให้เด็กทราบ

2. ชำนาญ

1. ครูแจกกระบี่องใส่ทรายให้เด็ก
2. ครูสาธิตการเล่นทรายด้วยกระบี่องให้เด็กดู
3. ครูให้เด็กตักทรายเล่นเอง
4. เมื่อหมดเวลาที่กำหนดครูให้สัญญาณหมดเวลาเล่น ครูให้เด็กเก็บอุปกรณ์การเล่นทรายให้เรียบร้อย
5. ครูให้เด็กทำความสะอาดเสื้อผ้า ร่างกาย ล้างมือให้สะอาด
6. ครูตรวจดูว่าเด็กทุกคนทำความสะอาดร่างกายสะอาดเรียบร้อยแล้วทุกคนแล้วจึงให้เด็กเข้าห้องเรียน เพื่อเตรียมตัวทำกิจกรรมอื่นต่อไป

3. ชั้นสรุป

ครูและเด็กร่วมกันสรุปถึงวิธีการทำความสะอาดร่างกาย และอุปกรณ์การเล่นทรายให้สะอาด และจัดเก็บเข้าที่ให้เรียบร้อยหลังจากเล่นทรายเสร็จแล้ว

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตว่าเด็กทำความสะอาดอุปกรณ์การเล่นทรายก่อนเก็บหรือไม่
2. ครูสังเกตว่าเด็กนำอุปกรณ์เล่นทรายเก็บเข้าที่และวางเป็นระเบียบหรือไม่
3. ครูสังเกตว่าเสื้อผ้าเด็กยังมีทรายติดอยู่หรือไม่ ถ้ายังมีครูแนะนำเด็กให้ทำความสะอาดอีกครั้ง และดูว่าเด็กมีความกระตือรือร้นในการทำความสะอาดร่างกายหรือไม่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

พฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมิน

ดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 4 ชื่อกิจกรรมที่ 23 มุมศิลปะสร้างสรรค์ถ้าทำให้สะอาด
 สัปดาห์ที่ 8 วันพุธที่ 24 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553 เวลา 9.00 ถึง 9.20 น.

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เด็กรักษาความสะอาดขณะทำกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์

วัสดุอุปกรณ์

1. สีน้ำ
2. พู่กัน
3. แก้วใส่น้ำ
4. กระดาษขาว
5. ผ้ากันเปื้อน

เวลาในการทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ขั้นนำ

ครูจัดโต๊ะกิจกรรมวาดภาพด้วยสีน้ำ ไว้ให้เด็กทำกิจกรรมสร้างสรรค์

2. ขั้นดำเนินการ

1. ครูสาธิตการวาดภาพด้วยสีน้ำลงบนกระดาษให้เป็นรูปต่างๆ พร้อมกับแนะนำวิธีการใช้พู่กันคนสีให้เข้ากัน และปาดพู่กันกับปากขวด เพื่อไม่ให้สีหยดเลอะเทอะ หยิบพู่กันมาจากขวดสีใดก็ต้องนำไปใส่ไว้ที่สีเดิม ไม่นำพู่กันอันเดียวกันไปจุ่มหลายสี เพราะจะทำให้สีไม่สวย

2. ครูให้เด็กทำกิจกรรมวาดภาพด้วยสีน้ำตามความคิดสร้างสรรค์ด้วยตนเองอย่างอิสระ เมื่อเสร็จให้เด็กนำผลงานมาส่ง พร้อมกับเล่าให้ครูฟังด้วยว่าวาดรูปอะไร ครูเขียนชื่อเด็กและความหมายของผลงานตามที่เด็กเล่าให้ฟัง

3. ครูให้เด็กนำผลงานไปหิ้งให้แห้งแล้วจึงเก็บใส่กล่องผลงานของตนเอง

4. เมื่อหมดเวลาครูให้เด็กเก็บทำความสะอาดอุปกรณ์และทำความสะอาดบริเวณที่ตนเองทำงานให้เรียบร้อย

3. ชั้นสรุป

เด็กและครูร่วมกันสรุปเกี่ยวกับวิธีการทำกิจกรรมวาดภาพด้วยสีน้ำต้องใช้วัสดุอุปกรณ์ให้ถูกวิธี หลังจากทำกิจกรรมเสร็จต้องช่วยกันเก็บและทำความสะอาดวัสดุอุปกรณ์ให้เรียบร้อย

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตว่าเด็กสามารถทำกิจกรรมวาดภาพด้วยสีน้ำอย่างถูกวิธีหรือไม่
2. ครูสังเกตผลงานเด็กที่ทำว่าเป็นระเบียบไม่ทำเลอะเทอะ หรือทำกระดากขาด
3. ครูสังเกตว่าเด็กสามารถเก็บ ทำความสะอาดอุปกรณ์และบริเวณที่ตนเองทำงานสะอาดได้ด้วยตนเองหรือไม่
4. ครูสังเกตว่าหลังทำกิจกรรมเสร็จหมดแล้วเด็กเก็บไปล้างมือของตนเองหรือไม่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

พฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมิน

ดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 4 ชื่อกิจกรรมที่ 24 นึก นึก ปะ ปะ แล้วช่วยกันเก็บ
 สัปดาห์ที่ 8 วันพุธที่ 24 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553 เวลา 9.00 ถึง 9.20 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกให้เด็กรู้จักเก็บและทำความสะอาดหลังการทำงานศิลปะ
2. เพื่อฝึกให้เด็กมีนิสัยรักความสะอาด

วัสดุอุปกรณ์

1. รูปภาพที่จะให้เด็กทำกิจกรรมนึกปะ
2. กระดาษสี
3. กาว

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

20 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูนำงานนึก ปะ ที่ทำเสร็จแล้วมาให้เด็กดู

2. ขั้นตอนการ

1. ครูกับเด็กร่วมสนทนาถึงงานนึกปะที่ครูนำมาให้ดู ดังนี้
 - 1.1 เด็กๆ เคยเห็นรูปที่ทำแบบนี้ไหม แล้วรู้ไหมว่าเขาเรียกว่าอะไร
 - 1.2 มีวิธีทำอย่างไรถึงจะสวย
2. ครูสาธิตวิธีการทำกิจกรรมนึกปะให้เด็กดู โดยเริ่มจากนึกกระดาษสีเป็นชิ้นเล็กๆ
3. ครูสาธิตวิธีทากาวโดยแนะนำให้เด็กใช้กาวเพียงเล็กน้อยทาลงบนรูปภาพที่ครู
 แจก แล้วนำกระดาษสีติดลงบนรูปภาพที่ทากาว
4. ครูให้เด็กทำกิจกรรมนึกปะ
5. เมื่อหมดเวลาให้เด็กนำงานมาส่ง และให้เก็บอุปกรณ์ และทำความสะอาด

บริเวณที่ตนเองทำงาน

3. ขั้นสรุป

ครูและเด็กร่วมกันสรุปถึงวิธีการจัดเก็บและทำความสะอาดหลังทำงานศิลปะ การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตว่าเด็กทำงานได้สะอาดมีกาวเลอะเทอะที่รูปภาพหรือไม่
2. ครูสังเกตว่าเด็กคนไหนเก็บอุปกรณ์ และเศษกระดาษทันทีที่ทำงานเสร็จ
3. ครูสังเกตว่าเด็กเก็บอุปกรณ์เข้าที่ได้เรียบร้อยหรือไม่
4. ครูสังเกตว่าเด็กเก็บเศษกระดาษชิ้นเล็กๆ และทำความสะอาดบริเวณที่ทำงาน

ได้สะอาด ไม่มีคราบกาวเหนียวติดอยู่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

พฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมิน

ดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

แผนการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกนิสัยรักความสะอาดสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1
 ตามมาตรฐานที่ 1 ชื่อกิจกรรมที่ 25 บัวลอยอร่อยดีต้องรู้วิธีทำให้สะอาด
 สัปดาห์ที่ 8 วันศุกร์ที่ 26 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553 เวลา 9.00 ถึง 10.00 น.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กรู้จักการเตรียมอาหารที่สะอาด
2. เพื่อให้เด็กรู้จักรักษาความสะอาดร่างกายและอุปกรณ์หลังการทำกิจกรรม

วัสดุอุปกรณ์

1. แป้งทำขนมบัวลอย
2. กะทิ
3. น้ำตาลทราย
4. ผ่ากั้นเป็อน
5. อุปกรณ์อื่น ๆ เช่น กะละมัง

เวลาที่ใช้ทำกิจกรรม

60 นาที

จำนวนผู้ทำกิจกรรม

เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 จำนวน 22 คน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ชำนาญ

ครูท่องคำคล้องจอง “อาหารดี มีประโยชน์” ให้เด็กฟัง และให้เด็กท่องตาม

2. ขั้นตอนการ

1. ครูล้างมืออย่างถูกวิธีให้เด็กดู
2. ครูเช็ดมือให้แห้ง ด้วยผ้าเช็ดมือที่เตรียมไว้
3. ครูผสมแป้งในการทำขนมบัวลอย
4. ครูให้เด็กนวดแป้งในภาชนะที่ครูผสมไว้ ด้วยตนเอง
5. ครูดูว่านวดแป้งได้ที่หรือยัง
6. ครูจัดแป้งเป็นก้อนๆ ลงในถาด
7. ครูปั้นแป้งเป็นก้อนกลมเล็ก ๆ ให้เด็กดู
8. ครูให้เด็กปั้นแป้งเป็นก้อนกลมเล็กๆ ด้วยตนเองเพื่อใส่หม้อต้ม

9. ครูให้เด็กจับประทานขนมที่ช่วยกันปรุง

3. ชั้นสรุป

1. ครูและเด็กร่วมกันสรุปเกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดก่อนเตรียมปรุงอาหาร ถ้ารับประทานอาหารที่ปรุงไม่สะอาดจะทำให้เกิดโทษต่อร่างกาย

2. หลังทำอาหารต้องทำความสะอาดร่างกายและอุปกรณ์ในการทำอาหารให้สะอาด

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัด / สิ่งที่วัด

1. ครูสังเกตว่าเด็กระมัดระวังในเรื่องการรักษาความสะอาดได้หรือไม่
2. ครูสังเกตว่าเด็กเก็บภาชนะและทำความสะอาดบริเวณที่ตนเองทำกิจกรรมได้หรือไม่

3. ครูสังเกตว่าเด็กทำความสะอาดมือก่อนและหลังการทำกิจกรรมได้สะอาดหรือไม่

2. เครื่องมือวัด

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

3. เกณฑ์การประเมิน

พฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามเกณฑ์การประเมิน
ดังนี้

ระดับ 2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
ระดับ 1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
ระดับ 0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

ภาคผนวก ค

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

แบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

ชื่อ นามสกุล อายุ

คำชี้แจง ขอให้ท่านสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1

โดยทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องระดับคะแนนดังต่อไปนี้

2	หมายถึง	ปฏิบัติได้ดีโดยไม่ต้องชี้แนะ
1	หมายถึง	ปฏิบัติได้ปานกลางหรือต้องชี้แนะบ้าง
0	หมายถึง	ปฏิบัติไม่ได้หรือต้องชี้แนะเสมอ

ข้อที่	พฤติกรรมรักษาความสะอาด	ดี (2)	ปานกลาง (1)	ต้อง ปรับปรุง (0)
1	รักษาผมได้สะอาดไม่มีรังแค			
2	รักษาผมได้สะอาดไม่มีเหา			
3	รักษาผมได้สะอาดไม่มีกลิ่นเหม็น			
4	รักษาใบหน้าได้สะอาด			
5	หนังศีรษะไม่มีแผลพุพอง			
6	เช็ดหูได้สะอาดไม่มีขี้หูเกาะกรัง			
7	เช็ดใบหูได้สะอาดไม่มีขี้โคลจับ			
8	เช็ดตาได้สะอาดไม่มีขี้ตา			
9	เช็ดจมูกได้สะอาดไม่มีน้ำมูก			
10	แปรงฟันหลังอาหารกลางวัน			
11	แปรงฟันได้สะอาดไม่มีเศษอาหาร			
12	บ้วนปากได้สะอาดไม่มียาสีฟันติด			
13	ล้างแปรงสีฟันได้สะอาด			
14	จัดเก็บแปรงสีฟันเข้าที่ได้เรียบร้อย			
15	รักษาเล็บมือได้สะอาดไม่มีขี้เล็บ			

ข้อที่	พฤติกรรมการรักษาความสะอาด	ดี (2)	ปานกลาง (1)	ต้อง ปรับปรุง (0)
16	ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร			
17	ล้างมือหลังเข้าห้องน้ำ			
18	รักษาผิวหนังได้สะอาดไม่มีขี้ไคล หรือคราบสกปรก			
19	รับประทานอาหารไม่หกเลอะเทอะ			
20	ใช้ช้อนตักอาหารรับประทาน			
21	รักษาเสื้อผ้าได้สะอาด			
22	รักษาแก้วน้ำดื่มได้สะอาดไม่มีคราบน้ำมือ			
23	ไม่ทิ้งเศษอาหารลงบนพื้น			
24	พับเก็บที่นอนเข้าที่ได้เป็นระเบียบ			
25	จัดเรียงของใช้ส่วนตัวได้เป็นระเบียบ			
26	ช่วยทำความสะอาดห้องเรียน			
27	เก็บของเล่นเข้าที่เมื่อเล่นเสร็จ			
28	ขับถ่ายในห้องส้วมได้			
29	ราดน้ำหลังขับถ่ายได้สะอาด			
30	ทิ้งขยะในถังขยะ			
คะแนนรวม				
ค่าเฉลี่ย				

ภาคผนวก ง

**ผลการประเมินความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมการฝึกนิสัยรักความสะอาดของเด็ก
ปฐมวัยชั้นปีที่ 1 กับวัตถุประสงค์ของการวิจัย**

**ตารางแสดงผลการประเมินความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมการฝึกนิสัยรักความสะอาด
ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 กับวัตถุประสงค์ของการวิจัย**

ตามสูตร	$IOC = \frac{\sum R}{N}$		
เมื่อ	+ 1	หมายถึง	เห็นด้วยว่าสอดคล้องกัน
	0	หมายถึง	ไม่แน่ใจ
	- 1	หมายถึง	ไม่เห็นด้วยว่าสอดคล้องกัน

ข้อที่	กิจกรรม	ผู้ประเมินคนที่			IOC
		1	2	3	
1	ผมหนูเรียบเป็นระเบียบ	+1	+1	+1	1
2	ผมสะอาดไร้เหา	+1	+1	-1	0.66
3	การล้างหน้า	+1	+1	+1	1
4	หน้าใสไร้คราบ	+1	+1	+1	1
5	การซักผ้าเช็ดหน้า	+1	+1	+1	1
6	หวัดจ้ลาก่อน	+1	+1	+1	1
7	ฟันสะอาดปากหอม	+1	+1	+1	1
8	ฟันใครขาวใส่นำมอง	+1	+1	+1	1
9	มารู้วิธีทำให้มือสะอาด	+1	+1	+1	1
10	มือสะอาดดีไม่มีโรค	+1	+1	+1	1
11	อาบน้ำแล้วสบายตัว	+1	+1	+1	1
12	เสื้อผ้าไหนน่าใส่	+1	+1	+1	1
13	รองเท้าคูใหม่	+1	+1	+1	1
14	ล้างแก้วน้ำดื่ม	+1	+1	+1	1
15	หนุนอนพื้นดีเพราะมีที่นอนสะอาด	+1	+1	+1	1
16	กินดีมีสุข	+1	+1	+1	1
17	ไปห้องน้ำกันเถอะ	+1	+1	+1	1
18	เก็บของเล่น	+1	+1	+1	1

ตารางแสดงผลการประเมินความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมการฝึกนิสัยรักษาความสะอาด
ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 กับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

(ต่อ)

ข้อที่	พฤติกรรมการรักษาความสะอาด	ผู้ประเมินคนที่			IOC
		1	2	3	
19	การเช็ดฝุ่น	+1	+1	+1	1
20	การกวาดขยะ	+1	+1	+1	1
21	มาเก็บขยะกันเถอะ	+1	+1	+1	1
22	สนุกกับทรายแล้วร่างกายต้องสะอาด	+1	+1	+1	1
23	มุขศิลป์จะสร้างสรรค์ถ้าทำให้สะอาด	+1	+1	+1	1
24	ฉีก ฉีก ปะ ปะ แล้วช่วยกันเก็บ	+1	+1	+1	1
25	บัวลอยอร่อยดีต้องรู้วิธีทำให้สะอาด	+1	+1	+1	1
	รวม				24.66
	รวมเฉลี่ย				0.9864

ภาคผนวก จ

**ผลการประเมินความสอดคล้องระหว่างข้อของแบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความ
สะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 กับวัตถุประสงค์ของการวิจัย**

ตารางแสดงผลการประเมินความสอดคล้องระหว่างข้อของแบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความ
สะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 กับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

$$\text{ตามสูตร} \quad \text{IOC} = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ	+ 1	หมายถึง	เห็นด้วยว่าสอดคล้องกัน
	0	หมายถึง	ไม่แน่ใจ
	- 1	หมายถึง	ไม่เห็นด้วยว่าสอดคล้องกัน

ข้อที่	พฤติกรรมรักษาความสะอาด	ผู้ประเมินคนที่			IOC
		1	2	3	
1	รักษาผมได้สะอาดไม่มีรังแค	+1	+1	+1	1
2	รักษาผมได้สะอาดไม่มีเหา	+1	+1	+1	1
3	รักษาผมได้สะอาดไม่มีกลิ่นเหม็น	+1	+1	0	0.66
4	รักษาใบหน้าได้สะอาด	+1	+1	+1	1
5	หนังศีรษะไม่มีแผลพุพอง	+1	+1	0	0.66
6	เช็ดหูได้สะอาดไม่มีขี้หูเกรอะกรัง	+1	+1	0	0.66
7	เช็ดใบหูได้สะอาดไม่มีขี้โคลจับ	+1	+1	0	0.66
8	เช็ดตาได้สะอาดไม่มีขี้ตา	+1	+1	0	0.66
9	เช็ดจมูกได้สะอาดไม่มีน้ำมูก	+1	+1	+1	1
10	แปรงฟันหลังอาหารกลางวัน	+1	+1	+1	1
11	แปรงฟันได้สะอาดไม่มีเศษอาหาร	+1	+1	+1	1
12	บ้วนปากได้สะอาดไม่มียาสีฟันติด	+1	+1	+1	1
13	ล้างแปรงสีฟันได้สะอาด	+1	+1	+1	1
14	จัดเก็บแปรงสีฟันเข้าที่ได้เรียบร้อย	+1	+1	0	0.66
15	รักษาเล็บมือได้สะอาดไม่มีขี้เล็บ	+1	+1	0	0.66
16	ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร	+1	+1	+1	1

ตารางแสดงผลการประเมินความสอดคล้องระหว่างข้อของแบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความ
สะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 กับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

(ต่อ)

ข้อที่	พฤติกรรมรักษาความสะอาด	ผู้ประเมินคนที่			IOC
		1	2	3	
17	ล้างมือหลังเข้าห้องน้ำ	+1	+1	+1	1
18	รักษาผิวหนังได้สะอาด ไม่มีขี้ไคล หรือคราบสกปรก	+1	+1	+1	1
19	รับประทานอาหารไม่หกเลอะเทอะ	+1	+1	+1	1
20	ใช้ช้อนตักอาหารรับประทาน	+1	+1	+1	1
21	รักษาเสื้อผ้าได้สะอาด	+1	+1	+1	1
22	รักษาเก๋วน้ำดื่มได้สะอาด ไม่มีคราบน้ำมือ	+1	+1	+1	1
23	ไม่ทิ้งเศษอาหารลงบนพื้น	+1	+1	0	0.66
24	พับเก็บที่นอนเข้าที่ได้เป็นระเบียบ	+1	+1	+1	1
25	จัดเรียงของใช้ส่วนตัวได้เป็นระเบียบ	+1	+1	+1	1
26	ช่วยทำความสะอาดห้องเรียน	+1	+1	+1	1
27	เก็บของเล่นเข้าที่เมื่อเล่นเสร็จ	+1	+1	+1	1
28	จับถ่ายในห้องส้วมได้	+1	+1	0	0.66
29	ราดน้ำหลังจับถ่ายได้สะอาด	+1	+1	+1	1
30	ทิ้งขยะในถังขยะ	+1	+1	+1	1
	รวม				26.94
	รวมเฉลี่ย				0.898

ภาคผนวก ฉ

**แสดงการคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาด
ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามสูตรของครอนบาค**

**ตาราง แสดงการคำนวณค่าความเชื่อมั่นของแบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของ
เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ตามสูตรของครอนบาค**

RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

	Mean	Std Dev	Cases
1. BHE1A	1.8333	.3835	18.0
2. BHE2A	1.7222	.4609	18.0
3. BHE3A	1.5556	.6157	18.0
4. BHE4A	1.7222	.4609	18.0
5. BHE5A	1.8333	.3835	18.0
6. BHE6A	1.7778	.4278	18.0
7. BHE7A	1.7222	.4609	18.0
8. BHE8A	1.5000	.5145	18.0
9. BHE9A	1.7222	.5745	18.0
10. BHE10A	1.3889	.6077	18.0
11. BHE11A	1.4444	.5113	18.0
12. BHE12A	1.5556	.5113	18.0
13. BHE13A	1.3889	.5016	18.0
14. BHE14A	1.6667	.4851	18.0
15. BHE15A	1.4444	.7048	18.0
16. BHE16A	1.5556	.5113	18.0
17. BHE17A	.3889	.5016	18.0
18. BHE18A	1.5556	.5113	18.0
19. BHE19A	1.7222	.4609	18.0
20. BHE20A	1.8333	.3835	18.0
21. BHE21A	1.6111	.5016	18.0
22. BHE22A	1.2222	.4278	18.0
23. BHE23A	1.5000	.5145	18.0

24. BHE24A	1.3333	.6860	18.0
25. BHE25A	1.2778	.6691	18.0
26. BHE26A	.6667	.8402	18.0
27. BHE27A	1.1111	.8324	18.0
28. BHE28A	1.7778	.4278	18.0
29. BHE29A	1.6111	.5016	18.0
30. BHE30A	1.6667	.4851	18.0

N of

Statistics for	Mean	Variance	Std Dev	Variables
SCALE	45.1111	116.8105	10.8079	30

Reliability Coefficients

N of Cases = 18.0 N of Items = 30

Alpha = .9567

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสังเกตพฤติกรรมการรักษาความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่
1 มีค่าเท่ากับ .9567

ภาคผนวก ข

**แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมการรักษาความสะอาด
ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการทดลอง**

ตารางแสดงค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนพฤติกรรมกรรมการรักษา
ความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการทดลอง

ข้อที่	พฤติกรรมกรรมการรักษาความสะอาด	จำนวน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
			\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
1	รักษาผมได้สะอาดไม่มีรังแค	22	1.54	.596	1.90	.294
2	รักษาผมได้สะอาดไม่มีเหา	22	1.22	.869	1.86	.351
3	รักษาผมได้สะอาดไม่มีกลิ่นเหม็น	22	.95	.722	1.68	.477
4	รักษาใบหน้าได้สะอาด	22	.63	.658	1.81	.395
5	หนังศีรษะไม่มีแผลพุพอง	22	1.86	.468	1.95	.213
6	เช็ดหูได้สะอาดไม่มีขี้หูเกรอะกรัง	22	1.50	.512	2.00	.000
7	เช็ดใบหูได้สะอาดไม่มีขี้โคลจับ	22	1.25	.720	1.77	.429
8	เช็ดตาได้สะอาดไม่มีขี้ตา	22	.86	.640	1.90	.294
9	เช็ดจมูกได้สะอาดไม่มีน้ำมูก	22	.86	.774	1.77	.429
10	แปรงฟันหลังอาหารกลางวัน	22	.86	.640	1.59	.503
11	แปรงฟันได้สะอาดไม่มีเศษอาหาร	22	1.00	.436	1.77	.429
12	บ้วนปากได้สะอาดไม่มียาสีฟันติด	22	.68	.568	1.86	.351
13	ล้างแปรงสีฟันได้สะอาด	22	.31	.477	1.45	.510
14	จัดเก็บแปรงสีฟันเข้าที่ได้เรียบร้อย	22	1.18	.733	1.86	.351
15	รักษาเล็บมือได้สะอาดไม่มีขี้เล็บ	22	.36	.658	1.50	.598
16	ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร	22	.90	.610	1.95	.213
17	ล้างมือหลังเข้าห้องน้ำ	22	.00	.000	.31	.568
18	รักษาผิวหนังได้สะอาดไม่มีขี้โคลหรือคราบสกปรก	22	1.00	.756	1.77	.429
19	รับประทานอาหารไม่หกเลอะเทอะ	22	.77	.528	1.86	.351
20	ใช้ช้อนตักอาหารรับประทาน	22	1.27	.456	2.00	.000
21	รักษาเสื้อผ้าได้สะอาด	22	.63	.581	1.68	.477
22	รักษาแก้วน้ำดื่มได้สะอาดไม่มีคราบน้ำมือ	22	.27	.456	1.27	.456

ตารางแสดงค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนพฤติกรรมการรักษา
 ความสะอาดของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการทดลอง
 (ต่อ)

ข้อที่	พฤติกรรมรักษาความสะอาด	จำนวน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
			\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
23	ไม่ทิ้งเศษอาหารลงบนพื้น	22	.90	.610	1.95	.213
24	พับเก็บที่นอนเข้าที่ได้เป็นระเบียบ	22	.54	.671	1.59	.503
25	จัดเรียงของใช้ส่วนตัวได้เป็นระเบียบ	22	.81	.733	1.81	.395
26	ช่วยทำความสะอาดห้องเรียน	22	.40	.503	1.09	.750
27	เก็บของเล่นเข้าที่เมื่อเล่นเสร็จ	22	.45	.510	1.68	.477
28	ขับถ่ายในห้องส้วมได้	22	1.09	.526	1.90	.294
29	ราดน้ำหลังขับถ่ายได้สะอาด	22	.63	.581	1.77	.429
30	ทิ้งขยะในถังขยะ	22	.81	.588	1.86	.351

ภาคผนวก ข

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญที่ตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. รองศาสตราจารย์ ดร.ธีระ ประพฤติกิจ
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ฤดี ธีระเดชพงศ์
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุมาลี งามสมบัติ

ภาคผนวก ฅ

หนังสือเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย