เด็กไทยสุขภาพดี การเรียนเด่น: บทบาทสำคัญของกิจกรรมทางกายในโรงเรียน

กิจกรรมทางกายมีบทบาทสำคัญต่อสุขภาพทางกาย จิตใจ รวมถึงพัฒนาการด้านการเรียนรู้ของเด็ก ถึงแม้ประเทศไทยจะมีแผนส่งเสริมกิจกรรมทางกาย แต่ก็พบว่าระดับกิจกรรมทางกายของเด็กไทยยังไม่เพียงพอตามเกณฑ์ที่แนะนำ ซึ่งสะท้อนให้เห็นช่องว่างระหว่าง “นโยบาย” กับ “การปฏิบัติจริง” ในโรงเรียน ซึ่งโรงเรียนถือเป็นสถาบันสำคัญที่มีบทบาทในการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพระยะยาวของเด็กไทย ดังนั้น การเข้าใจกระบวนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของโรงเรียน รวมถึงอุปสรรคและปัจจัยเอื้อ จึงเป็นกุญแจสำคัญในการพัฒนานโยบายและมาตรการที่มีประสิทธิภาพ



กลุ่มตัวอย่าง

ผู้บริหารโรงเรียน ครู ผู้ปกครอง และนักเรียน จำนวน 144 คน จากโรงเรียนจำนวน 24 แห่ง จาก 4 ภูมิภาคของประเทศไทย

กระบวนการวิจัย

เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อทำความเข้าใจเชิงลึกเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนไทย โดยการวิเคราะห์เอกสาร (แผนยุทธศาสตร์และนโยบายของโรงเรียน) การสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์เชิงลึกและการสังเกตภาคสนาม ช่วงเดือน ส.ค.–ต.ค. 2563

ประโยชน์ของงานวิจัย



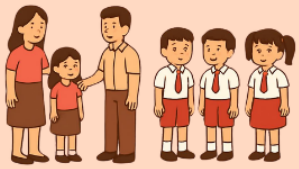
ช่วยให้เข้าใจช่องว่างระหว่างนโยบายและการปฏิบัติจริงในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนไทย สามารถนำไปใช้ในการพัฒนานโยบายระดับชาติ โดยเฉพาะการกำหนดนโยบายแบบบังคับและการสนับสนุนโรงเรียนอย่างเป็นระบบ รวมถึงใช้เป็นแนวทางในการออกแบบโปรแกรมส่งเสริมกิจกรรมทางกายที่สอดคล้องกับบริบทจริงของโรงเรียนและสังคมไทย

ผลการวิจัยสำคัญ



โรงเรียนส่วนใหญ่จะมีการจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหว เช่น กีฬา กิจกรรมนันทนาการ หรือกิจกรรมทางวัฒนธรรมต่างๆ แต่ไม่ได้ออกแบบหรือระบุอย่างชัดเจนในรูปแบบของ “นโยบายกิจกรรมทางกาย” โดยตรง อีกทั้งผู้บริหารและครูยังมีความเข้าใจเกี่ยวกับคำว่า “กิจกรรมทางกาย” ไม่ตรงตามนิยามที่ถูกต้องโดยเข้าใจเป็นเพียงการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเท่านั้น

อุปสรรคสำคัญ พบว่า การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนยังเผชิญข้อจำกัดหลายประการ ได้แก่ ความไม่สอดคล้องระหว่างตัวชี้วัดผลการดำเนินงานของโรงเรียนกับนโยบายด้านสุขภาพ ทำให้โรงเรียนให้ความสำคัญกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากกว่าการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย นอกจากนี้ ความคาดหวังของผู้ปกครองที่เน้นผลการเรียนเป็นหลักยังเป็นแรงกดดันสำคัญ รวมถึงข้อจำกัดด้านงบประมาณ พื้นที่ และอุปกรณ์ที่ไม่เพียงพอ ซึ่งล้วนเป็นอุปสรรคต่อการดำเนินงานอย่างมีประสิทธิภาพ







ปัจจัยเอื้อที่สำคัญ ได้แก่ ความร่วมมือจากหน่วยงานภายนอก ชุมชน และผู้ปกครอง ซึ่งสามารถช่วยสนับสนุนทรัพยากรและโอกาสในการจัดกิจกรรมทางกาย

งานวิจัย: How to Make Physical Activity Promotion Work in Thai Schools: Perspectives of Multiple Stakeholders

หัวหน้าโครงการวิจัย: รองศาสตราจารย์ ดร. อารีกุล อมรศรีวัฒนกุล

areekulk@gmail.com

บทความวิจัยที่เกี่ยวข้อง

CYPAS Facebook