

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันคนไทยยังประสบปัญหาโภชนาการ ซึ่งปรากฏให้เห็นเป็น 2 รูปแบบ คือ ภาวะการขาดสารอาหาร ได้แก่ การขาดโปรตีนและพลังงาน การขาดธาตุไอโอดีน ภาวะโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก และภาวะการขาดวิตามินเอและวิตามินอื่นๆและอีกรูปแบบหนึ่งคือ ภาวะการได้รับสารอาหารเกิน ได้แก่ภาวะน้ำหนักตัวเกินเกณฑ์และโรคอ้วน (ปราณีต ผ่องแผ้ว, 2539) ประชากรกลุ่มหนึ่งที่มีปัญหาโภชนาการ คือ เด็กวัยเรียน เด็กวัยเรียนมีปัญหาทั้งการขาดสารอาหารและการได้รับสารอาหารมากเกินไปความต้องการของร่างกาย ปัญหาการขาดสารอาหารที่พบบ่อยในเด็กวัยเรียนคือ ภาวะการขาดโปรตีนและพลังงาน ภาวะโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก และการขาดธาตุไอโอดีน ส่วนการได้รับสารอาหารมากเกินไป ความต้องการของร่างกายที่พบมาก คือ การได้รับสารอาหารที่ให้พลังงานมากเกินไป ทำให้เกิดโรคอ้วน การมีภาวะทุพโภชนาการจะนำมาสู่ปัญหาสุขภาพมากมาย เช่น การมีภาวะโภชนาการต่ำ เป็นเหตุให้เด็กวัยเรียนเจริญเติบโตช้า เจ็บป่วยบ่อย ความสามารถในการเรียนรู้ด้อย ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำและสมรรถภาพในการทำกิจกรรมและการเล่นกีฬาต่ำ (กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข, 2548) ส่วนการมีภาวะโภชนาการเกิน หรือโรคอ้วน ทำให้เกิดความผิดปกติของระบบทางเดินหายใจ หายใจลำบากโดยเฉพาะเวลานอน กลางคืนเกิดอาการนอนกรนหรือหยุดหายใจเป็นพัก ๆ เนื่องจากมีไขมันมากทำให้ทางเดินหายใจ แคบลง ในรายที่อ้วนมาก ๆ จะนอนราบไม่ได้ ซึ่งเรียกอาการดังกล่าวว่า Pickwickian Syndrome เมื่อหายใจลำบากสมองจะได้รับออกซิเจนไม่เพียงพอ ทำให้ในเวลากลางวันมีอาการหงุดหงิด เรียนหนังสือไม่รู้เรื่อง และการมีน้ำหนักตัวมาก ทำให้เหนื่อยง่าย เป็นผื่นคันที่บริเวณข้อพับต่าง ๆ และยังมีผลเสียต่อจิตใจเนื่องจากถูกเพื่อนล้อเลียน เมื่อโตขึ้นจะเป็นปมด้อยในรูปร่าง เกิดความอับ บางรายอาจแยกตัวจากเพื่อนและไม่อยากไปโรงเรียน เด็กวัยเรียนที่อ้วนเมื่อโตขึ้นมีแนวโน้มที่จะเป็นผู้ใหญ่ที่อ้วน และในอนาคตอาจเป็นโรคบางอย่างง่ายกว่าคนที่มือน้ำหนักตัวปกติ เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดตีบ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคของถุงน้ำดี และโรคที่เกี่ยวข้องกับข้อและกระดูก ในกรณีที่ต้องได้รับการผ่าตัดจะเกิดความเสียหายมากกว่าคนปกติ (พิราภรณ์ บุตรหนัน, 2548)

โรงเรียนของรัฐแห่งหนึ่งในตำบลฟ้าฮ่าม อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ เปิดสอนตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2544 ตั้งแต่ระดับชั้นอนุบาล 1 ถึงระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (ข้อมูลสารสนเทศ โรงเรียนวัดชะจาว, 2549) จากข้อมูลการประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน โดยใช้เกณฑ์อ้างอิงน้ำหนักส่วนสูงของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ.2543 คือ น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (Weight for Height) พบว่ามีนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการต่ำ ร้อยละ 2.42 นักเรียนมีภาวะโภชนาการปกติ ร้อยละ 85.92 และภาวะโภชนาการเกิน ร้อยละ 11.65 (ข้อมูลงานอนามัยโรงเรียนวัดชะจาว, 2549) ผลการประเมินภาวะโภชนาการนี้แสดงให้เห็นว่า นักเรียนบางส่วนยังมีปัญหาภาวะโภชนาการ ซึ่งทางโรงเรียนได้เล็งเห็นความสำคัญด้านโภชนาการของนักเรียน โดยทางโรงเรียนได้เข้าร่วมโครงการสร้างเด็กไทยให้เต็มศักยภาพด้วยอาหารและโภชนาการของวุฒิสภาสาธารณสุขการสมอง และได้เข้าร่วมโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของกระทรวงสาธารณสุข โดยโรงเรียนได้มีการจัดป้ายนิเทศให้ความรู้เรื่องอาหารและโภชนาการแก่นักเรียน มีการจัดอาหารกลางวันที่ถูกหลักโภชนาการ มีการควบคุมดูแลการจำหน่ายอาหารและเครื่องดื่มของร้านจำหน่ายในโรงเรียนให้มีความสะอาด ถูกสุขลักษณะ ปลอดภัย และในการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามหลักสูตรสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ในกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ ยังกำหนดให้นักเรียนได้ศึกษาเกี่ยวกับสารอาหาร ตามมาตรฐานการเรียนรู้ช่วงชั้นที่ 2 สาระที่ 1 สิ่งมีชีวิตกับกระบวนการดำรงชีวิต มาตรฐาน ว 1.1 เข้าใจ หน่วยพื้นฐานของสิ่งมีชีวิต ความสัมพันธ์ของโครงสร้างและหน้าที่ของระบบต่าง ๆ ของสิ่งมีชีวิตที่ทำงานสัมพันธ์กัน มีกระบวนการสืบเสาะหาความรู้ สื่อสารสิ่งที่เรียนรู้ และนำความรู้ไปใช้ในการดำรงชีวิตของตนเองและดูแลสิ่งมีชีวิต ข้อ 3 ว่าด้วยสำรวจ สืบค้นข้อมูล อภิปรายและอธิบายเกี่ยวกับสารอาหาร และความจำเป็นที่ร่างกายต้องการสารอาหารที่ได้สัดส่วนเหมาะสมกับเพศ วัย (สถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, 2546) และกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา กำหนดให้นักเรียนได้ศึกษาเกี่ยวกับการเลือกบริโภคอาหาร ตามมาตรฐานการเรียนรู้ช่วงชั้นที่ 2 สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ ข้อ 3 ว่าด้วย สามารถเลือกบริโภคอาหาร ผลิตภัณฑ์สุขภาพ ข้อมูลข่าวสารและบริการสุขภาพ (กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ, 2546)

และเมื่อนำภาวะโภชนาการของนักเรียนที่แตกต่างกันไปเปรียบเทียบกับเกณฑ์การประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ พบว่า นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการต่ำมีระดับคะแนนเฉลี่ย 2.00 นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการปกติมีระดับคะแนนเฉลี่ย 2.50 และนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน มีระดับคะแนนเฉลี่ย 1.95 ส่วนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา พบว่านักเรียนที่มีภาวะโภชนาการต่ำมีระดับคะแนนเฉลี่ย 3.00 นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการปกติมีระดับคะแนนเฉลี่ย 3.50 และนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินมีระดับคะแนนเฉลี่ย 3.00 (ข้อมูลงานวิชาการ โรงเรียนวัดชะขาว, 2549) จะเห็นได้ว่านักเรียนที่มีภาวะโภชนาการปกติ มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ และกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาอยู่ในระดับสูงกว่านักเรียนที่มีภาวะทุพโภชนาการ

เมื่อพบนักเรียนมีปัญหาด้านโภชนาการและส่งผลกระทบต่อผลการเรียนดังกล่าว ผู้ศึกษาได้ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่าการมีภาวะโภชนาการที่ดีนั้นเป็นสิ่งที่มีความสำคัญยิ่งต่อสุขภาพ ซึ่งจะนำไปสู่การมีประสิทธิภาพที่ดีในการเรียนรู้ คือมีการพัฒนาการทางสมองและสติปัญญาดี มีความมั่นคงทางอารมณ์ สดชื่น แจ่มใสและมีสมาธิ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงตามมา หากนักเรียนมีปัญหาภาวะโภชนาการ จะทำให้การพัฒนาการและการเจริญเติบโตทางร่างกายเป็นไปอย่างเชื่องช้า พัฒนาการทางสมองและสติปัญญาจะเป็นไปไม่เต็มที่ ทำให้มีผลการเรียนที่มีประสิทธิภาพต่ำ และยังส่งผลทางด้านอารมณ์และจิตใจไม่ร่าเริงขาดความกระตือรือร้น และตอบสนองต่อสิ่งต่างๆ ได้ช้า (สิริวัฒน์ อายุวัฒน์, 2539) นอกจากนี้ยังได้ศึกษาถึงเทคนิควิธีสอนแบบต่างๆ ที่จะนำมาใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่ทำให้ผู้เรียนมีผลสัมฤทธิ์ที่ดีขึ้น เช่น การสอนเป็นรายบุคคล การสอนเป็นกลุ่ม การเรียนรู้แบบสร้างองค์ความรู้ การศึกษานอกสถานที่ (กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ, 2546) ดังนั้นผู้ศึกษาซึ่งเป็นครูผู้สอนวิทยาศาสตร์โรงเรียนของรัฐแห่งหนึ่งในตำบลฟ้าฮ่าม อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ ได้ตระหนักถึงปัญหาดังกล่าวจึงนำแนวคิดมาศึกษาเพื่อแก้ไขปัญหา ผู้ศึกษาจึงสนใจศึกษา ภาวะโภชนาการกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาที่เกี่ยวข้องของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 เพื่อเป็นข้อมูลให้แก่โรงเรียนในการส่งเสริมสุขภาพ และพัฒนานักเรียนให้มีภาวะโภชนาการที่เหมาะสมและมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีต่อไป

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการทั้งโดยรวมและจำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์และกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2

ขอบเขตการศึกษา

ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรในการศึกษาค้างนี้ คือนักเรียนปกติชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนของรัฐแห่งหนึ่งในตำบลฟ้าฮ่าม อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ ที่ศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550

ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษาค้างนี้ครอบคลุมเรื่องภาวะโภชนาการของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ซึ่งประเมินได้จากกรวัดสัดส่วนของร่างกาย และคำนวณผลด้วยโปรแกรมระบบประเมินภาวะโภชนาการ (รปภ.) และระบบสารสนเทศทางภูมิศาสตร์ (สัคดา พริงล้าฎ และคณะ, 2549) โดยใช้น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุและน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงเป็นตัวบ่งชี้ เพื่อจำแนกภาวะโภชนาการของนักเรียน และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์และกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 เป็นค่าระดับคะแนนจากการประเมินผลการเรียนรู้ ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550

นิยามศัพท์เฉพาะ

นักเรียนช่วงชั้นที่ 2 หมายถึงเด็กปกติที่ศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ถึงประถมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนของรัฐแห่งหนึ่งในตำบลฟ้าฮ่าม อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่

ภาวะโภชนาการ หมายถึง สุขภาพร่างกาย ประเมินโดยการวัดสัดส่วนของร่างกาย และคำนวณผลด้วยโปรแกรมระบบประเมินภาวะโภชนาการ (รปภ.) และระบบสารสนเทศทางภูมิศาสตร์ (สัคดา พริงล้าฎ และคณะ, 2549) โดยใช้น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ และน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงเป็นตัวบ่งชี้ เทียบกับเกณฑ์อ้างอิงน้ำหนักส่วนสูง เพื่อประเมินภาวะการเจริญเติบโตของเด็กไทย (กองโภชนาการ กรมอนามัย, 2543)

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาที่เกี่ยวข้อง หมายถึง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์และกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ หมายถึง ค่าระดับคะแนนกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ จากการประเมินผลการเรียนรู้ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 ตามเกณฑ์ของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเชียงใหม่เขต 1 กระทรวงศึกษาธิการ

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา หมายถึง ค่าระดับคะแนนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา จากการประเมินผลการเรียนรู้ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 ตามเกณฑ์ของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเชียงใหม่เขต 1 กระทรวงศึกษาธิการ

ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา

การศึกษาภาวะโภชนาการกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาที่เกี่ยวข้องของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ในครั้งนี้ได้รับประโยชน์ คือ

1. ได้ข้อมูลเบื้องต้นในการวางแผนแก้ไขปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2
2. ได้ข้อมูลพื้นฐานในการประสานงานกับผู้ที่เกี่ยวข้อง เช่น ผู้ปกครอง ครู เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และฝ่ายงานอนามัยของโรงเรียน ในการปรับปรุงแก้ไขภาวะโภชนาการของนักเรียน
3. เป็นแนวทางในการปรับปรุงการเรียนการสอนกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์และกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
4. เป็นข้อมูลพื้นฐานในการจัดเตรียมอาหารกลางวันในโรงเรียน
5. เป็นแนวทางในการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับภาวะโภชนาการกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับชั้นอื่น ๆ ในโรงเรียนเอกชนที่มีขนาดใหญ่ รวมทั้งเปรียบเทียบกับโรงเรียนในเขตพื้นที่การศึกษาเขตอื่น ๆ ต่อไป
6. เป็นแนวทางในการศึกษาเชิงทดลองเด็กที่มีภาวะโภชนาการต่ำและภาวะโภชนาการเกิน เพื่อแก้ไขปัญหาภาวะโภชนาการให้เหมาะสมกับวัย

