

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษาเรื่อง การเปรียบเทียบภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน ก่อนและหลังการจัดโครงการพัฒนาสุขภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนก่อนและหลังการจัดโครงการพัฒนาสุขภาพ ประชากรคือนักเรียนชั้นอนุบาล 2 โรงเรียนวัดป่ายาง อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน จำนวน 12 คน เก็บข้อมูลโดยการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง ผลจากการสังเกตการรับประทานอาหารเช้าและเครื่องดื่มและผลจากการการสังเกตพฤติกรรมเข้าร่วมทำกิจกรรม “กินอาหารครบ 5 หมู่ หนูแข็งแรง” นำเสนอผลการศึกษาในรูปแบบตารางประกอบคำอธิบาย แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 การเปรียบเทียบภาวะโภชนาการก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนาสุขภาพของประชากรชายและหญิง (ตารางที่ 4.1 – 4.6 และแผนภูมิที่ 4.1 – 4.6)

ส่วนที่ 2 การรับประทานอาหารเช้า มื้อของประชากรชายและหญิง (อาหารว่างเช้า อาหารกลางวัน อาหารว่างบ่าย และ เครื่องดื่ม) ตามโครงการพัฒนาสุขภาพ (ตารางที่ 4.7 – 4.10)

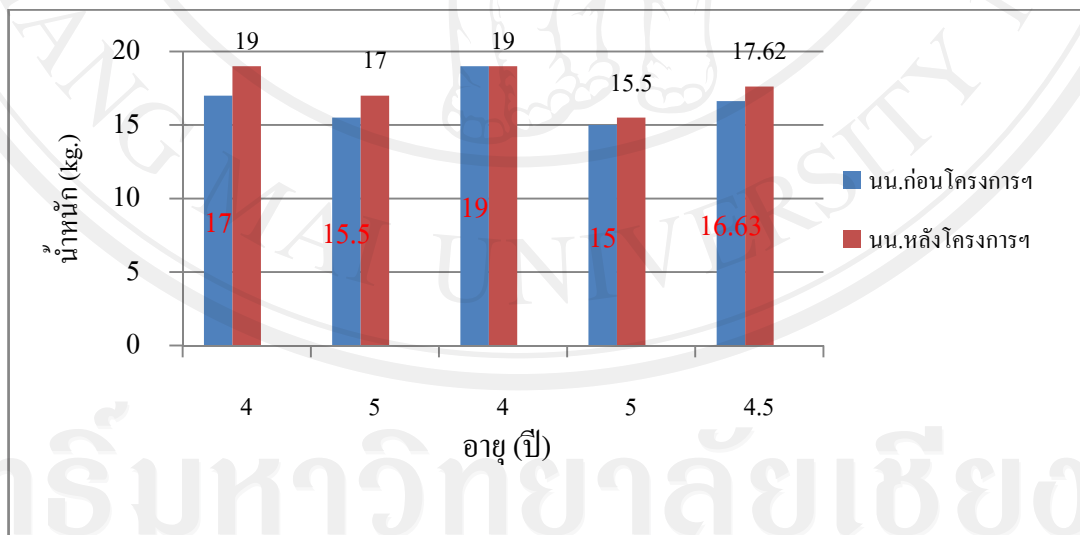
ส่วนที่ 3 การจัดกิจกรรมแผนการจัดประสบการณ์ “กินอาหารครบ 5 หมู่ หนูแข็งแรง” (ตารางที่ 4.11)

ส่วนที่ 1 การเปรียบเทียบภาวะโภชนาการก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนาสุขภาพของประชากรชายและหญิง

ตาราง 4.1 ภาวะโภชนาการใช้น้ำหนักตามเกณฑ์อายุของประชากรเพศชาย ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนาสุขภาพ (N = 4)

คนที่	น้ำหนัก		อายุ	ภาวะโภชนาการ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
1	17.00	19.00	4	น้ำหนักตามเกณฑ์	น้ำหนักตามเกณฑ์
2	15.50	17.00	5	น้ำหนักตามเกณฑ์	น้ำหนักตามเกณฑ์
3	19.00	19.00	4	น้ำหนักตามเกณฑ์	น้ำหนักตามเกณฑ์
4	15.00	15.50	5	ค่อนข้างน้อย	น้ำหนักตามเกณฑ์
โดยรวม	16.63 ± 1.80	17.62 ± 1.70	4.5 ± 0.58	น้ำหนักตามเกณฑ์	น้ำหนักตามเกณฑ์

จากตาราง 4.1 พบว่า ภาวะโภชนาการเมื่อใช้น้ำหนักตามเกณฑ์อายุของประชากรเพศชาย โดยรวมมีน้ำหนักตามเกณฑ์



แผนภูมิ 4.1 เปรียบเทียบน้ำหนักและอายุ ของประชากรเพศชายก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนาสุขภาพใช้น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ (N = 4)

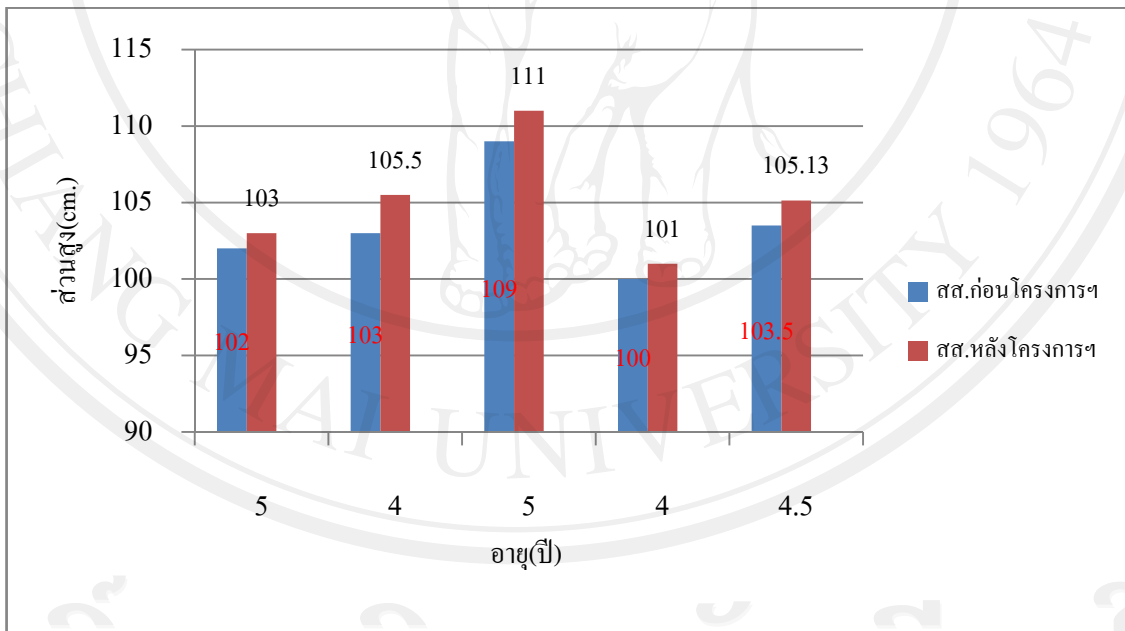
จากแผนภูมิ 4.1 พบว่า อายุโดยเฉลี่ยของประชากรเพศชาย 4.5 ปี ผลต่างน้ำหนักก่อนและหลังโครงการพัฒนาสุขภาพของประชากรเพศชาย 0.99 กิโลกรัม

ตาราง 4.2 ภาวะโภชนาการใช้ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุของประชากรเพศชาย ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนาสุขภาพ (N = 4)

คนที่	ส่วนสูง		อายุ	ภาวะโภชนาการ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
1	102.00	103.00	4	ส่วนสูงตามเกณฑ์	ส่วนสูงตามเกณฑ์
2	103.00	105.50	5	ส่วนสูงตามเกณฑ์	ส่วนสูงตามเกณฑ์
3	109.00	111.00	4	ส่วนสูงตามเกณฑ์	ส่วนสูงตามเกณฑ์
4	100.00	101.00	5	ค่อนข้างเตี้ย	ค่อนข้างเตี้ย
โดยรวม	103.50 ± 3.87	105.13 ± 4.33	4.5 ± 0.58	ส่วนสูงตามเกณฑ์	ส่วนสูงตามเกณฑ์

จากตาราง 4.2 พบว่า ภาวะโภชนาการใช้ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุของประชากรเพศชาย

โดยรวมมีส่วนสูงตามเกณฑ์



แผนภูมิ 4.2 เปรียบเทียบส่วนสูงและอายุ ของประชากรเพศชายก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ

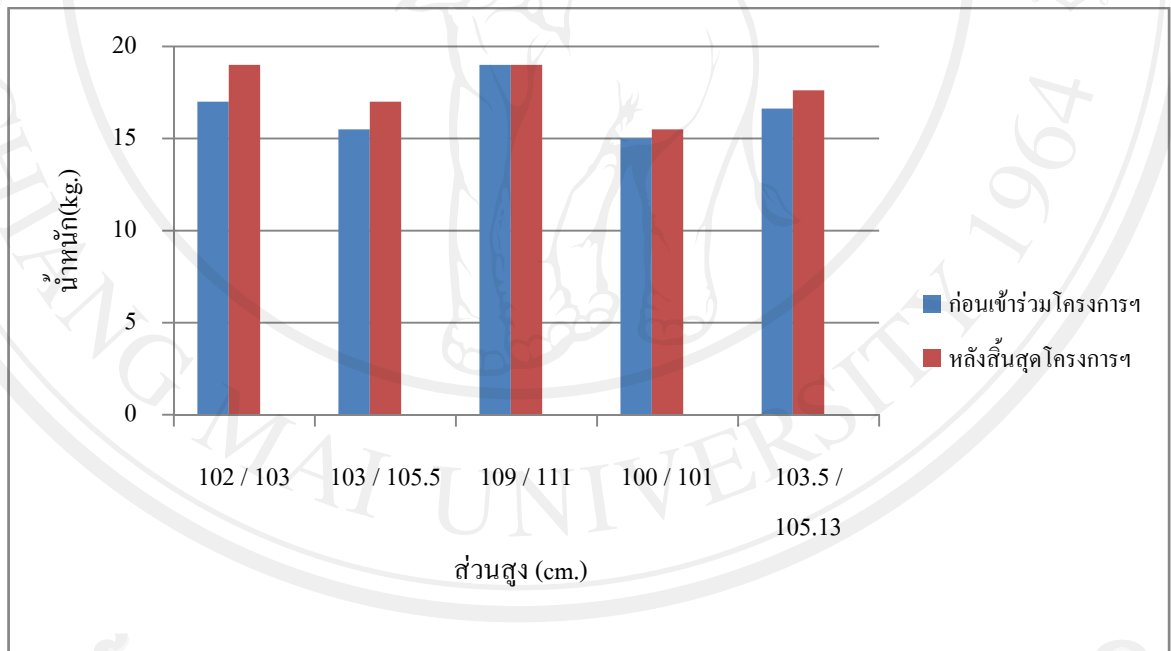
พัฒนาสุขภาพใช้ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ (N = 4)

จากแผนภูมิ 4.2 พบว่า ผลต่างส่วนสูงก่อนและหลังโครงการพัฒนาสุขภาพของประชากรเพศชาย 1.63 เซนติเมตร

ตาราง 4.3 ภาวะโภชนาการใช้น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงของประชากรเพศชาย ก่อนและหลัง
เข้าร่วมโครงการพัฒนาสุขภาพ (N = 4)

คนที่	ก่อน		หลัง		ภาวะโภชนาการ	
	น้ำหนัก	ส่วนสูง	น้ำหนัก	ส่วนสูง	ก่อน	หลัง
1	17.00	102.00	19.00	103.00	สมส่วน	สมส่วน
2	15.50	103.00	17.00	105.50	สมส่วน	สมส่วน
3	19.00	109.00	19.00	111.00	สมส่วน	สมส่วน
4	15.00	100.00	15.50	101.00	สมส่วน	สมส่วน
โดยรวม	16.63 ± 1.80	103.50 ± 3.87	17.62 ± 1.70	105.13 ± 4.33	สมส่วน	สมส่วน

จากตาราง 4.3 พบว่า ภาวะโภชนาการใช้น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงของประชากรเพศชาย
โดยรวมสมส่วน



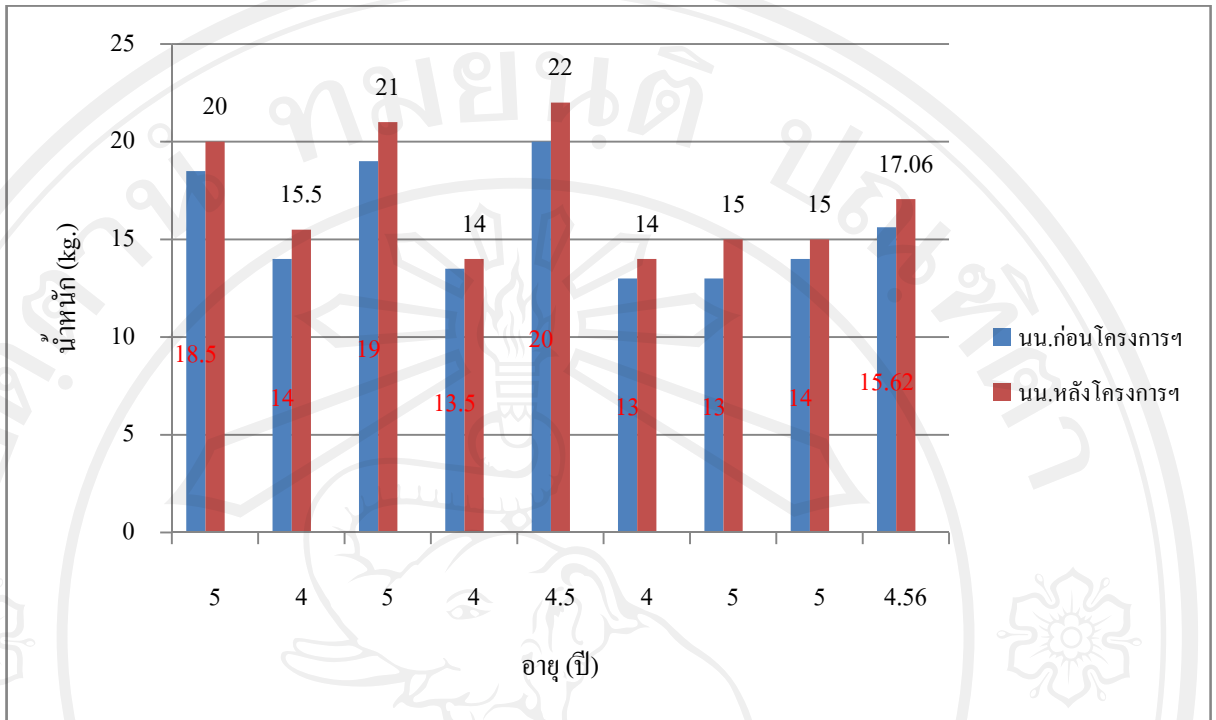
แผนภูมิ 4.3 เปรียบเทียบน้ำหนักและส่วนสูงของประชากรเพศชายก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ
พัฒนาสุขภาพใช้น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (N = 4)

จากแผนภูมิ 4.3 พบว่า น้ำหนักและส่วนสูงก่อนและหลังโครงการพัฒนาสุขภาพของ
ประชากรเพศชายมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น น้ำหนักโดยรวมมีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 0.99 กิโลกรัม ส่วนสูง
โดยรวมมีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 1.63 เซนติเมตร

ตาราง 4.4 ภาวะโภชนาการใช้น้ำหนักตามเกณฑ์อายุของประชากรเพศหญิง ก่อนและหลังเข้าร่วม
โครงการพัฒนาสุขภาพ (N = 8)

คนที่	น้ำหนัก		อายุ	ภาวะโภชนาการ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
1	18.50	20.00	5	น้ำหนักตามเกณฑ์	น้ำหนักตามเกณฑ์
2	14.00	15.50	4	น้ำหนักตามเกณฑ์	น้ำหนักตามเกณฑ์
3	19.00	21.00	5	น้ำหนักตามเกณฑ์	น้ำหนักตามเกณฑ์
4	13.50	14.00	4	ค่อนข้างน้อย	น้ำหนักตามเกณฑ์
5	20.00	22.00	4.5	น้ำหนักค่อนข้างมาก	น้ำหนักค่อนข้างมาก
6	13.00	14.00	4	น้อยกว่าเกณฑ์	ค่อนข้างน้อย
7	13.00	15.00	5	น้อยกว่าเกณฑ์	น้ำหนักตามเกณฑ์
8	14.00	15.00	5	ค่อนข้างน้อย	น้ำหนักตามเกณฑ์
โดยรวม	15.62 ± 2.98	17.06 ± 3.34	4.56 ± 0.46	น้ำหนักตามเกณฑ์	น้ำหนักตามเกณฑ์

จากตารางที่ 4.4 พบว่า ภาวะโภชนาการใช้น้ำหนักตามเกณฑ์อายุของประชากรเพศหญิง
โดยรวมมีน้ำหนักตามเกณฑ์



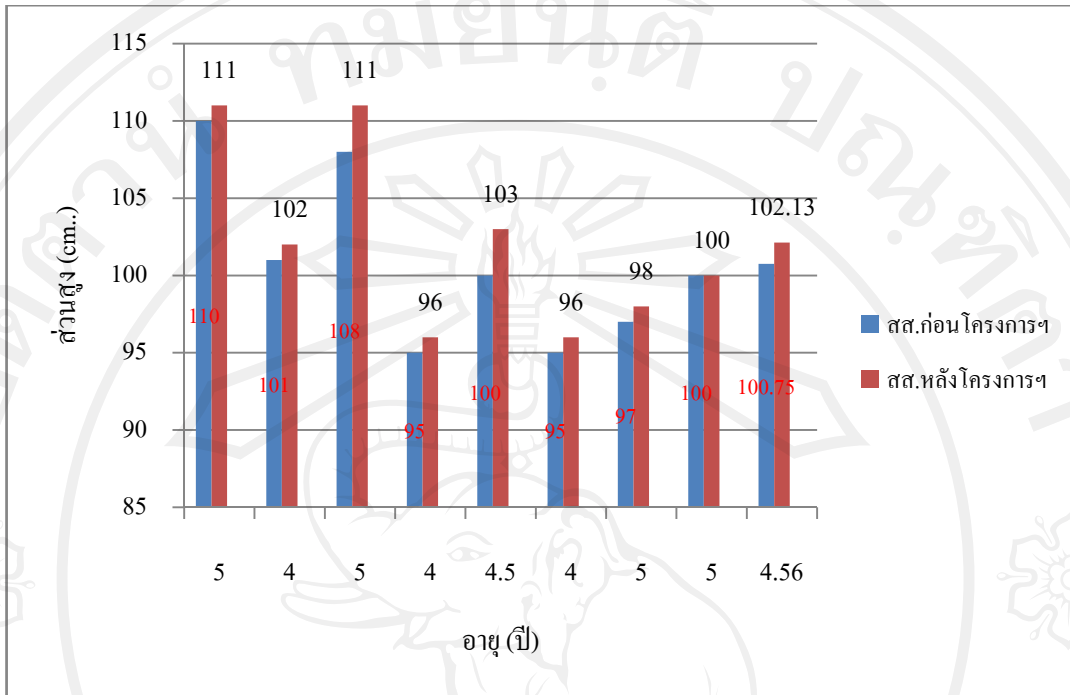
แผนภูมิ 4.4 เปรียบเทียบน้ำหนักและอายุของประชากรเพศหญิงก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนา สุขภาพใช้น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ (N = 8)

จากแผนภูมิ 4.4 พบว่า อายุโดยเฉลี่ยของประชากรเพศหญิง 4.56 ปี ผลต่างน้ำหนักก่อนและหลังโครงการพัฒนาสุขภาพของประชากรเพศหญิง 1.44 กิโลกรัม

ตาราง 4.5 ภาวะโภชนาการใช้ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุของประชากรเพศหญิง ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนาสุขภาพ (N = 8)

คนที่	ส่วนสูง		อายุ	ภาวะโภชนาการ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
1	110.00	111.00	5	ส่วนสูงตามเกณฑ์	ส่วนสูงตามเกณฑ์
2	101.00	102.00	4	ส่วนสูงตามเกณฑ์	ส่วนสูงตามเกณฑ์
3	108.00	111.00	5	ส่วนสูงตามเกณฑ์	ส่วนสูงตามเกณฑ์
4	95.00	96.00	4	ค่อนข้างเตี้ย	ค่อนข้างเตี้ย
5	100.00	103.00	4.5	ค่อนข้างเตี้ย	ส่วนสูงตามเกณฑ์
6	95.00	96.00	4	ค่อนข้างเตี้ย	ค่อนข้างเตี้ย
7	97.00	98.00	5	ค่อนข้างเตี้ย	ค่อนข้างเตี้ย
8	100.00	100.00	5	ค่อนข้างเตี้ย	ค่อนข้างเตี้ย
โดยรวม	100.75 ± 5.60	102.13 ± 6.03	4.56 ± 0.46	ค่อนข้างเตี้ย	ส่วนสูงตามเกณฑ์

จากตาราง 4.5 พบว่า ภาวะโภชนาการใช้ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุของประชากรเพศหญิง โดยรวมก่อนเข้าร่วมโครงการพัฒนาสุขภาพมีส่วนสูงค่อนข้างเตี้ย แต่หลังสิ้นสุดโครงการฯ มีส่วนสูงตามเกณฑ์



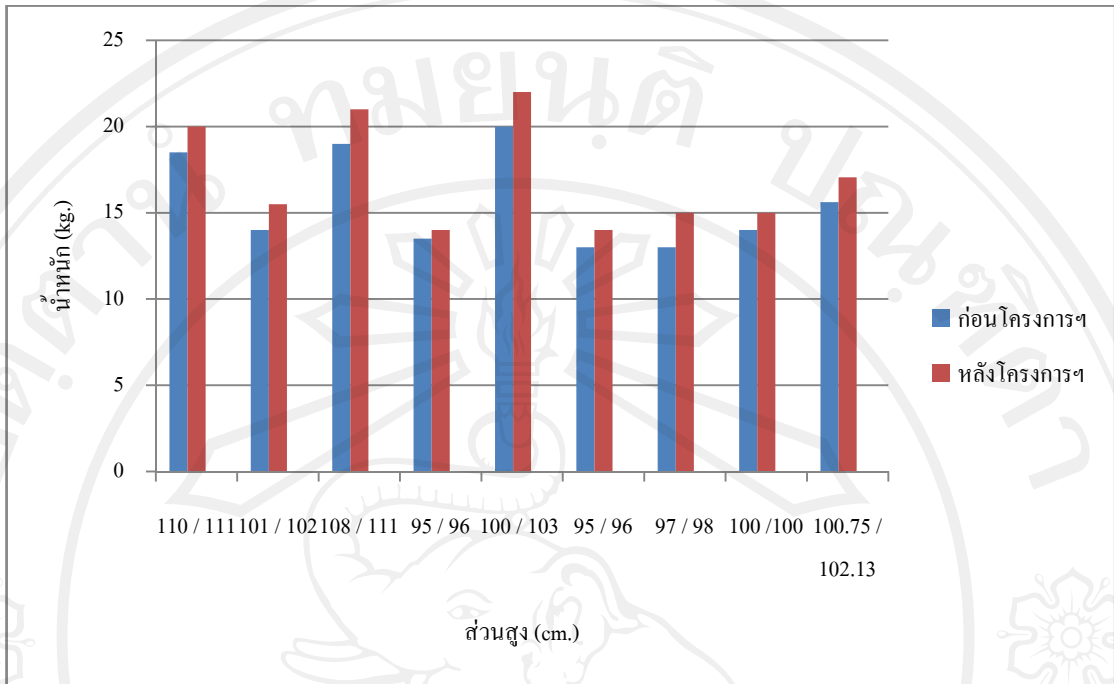
แผนภูมิ 4.5 เปรียบเทียบส่วนสูงและอายุของประชากรเพศหญิงก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนาสุขภาพใช้ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ (N = 8)

จากแผนภูมิ 4.5 พบว่า ผลต่างน้ำหนักก่อนและหลังโครงการพัฒนาสุขภาพของประชากรเพศหญิง 1.38 เซนติเมตร

ตาราง 4.6 ภาวะโภชนาการใช้น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ของประชากรเพศหญิง ก่อนและหลัง
เข้าร่วมโครงการพัฒนาสุขภาพ (N = 8)

คนที่	ก่อน		หลัง		ภาวะโภชนาการ	
	น้ำหนัก	ส่วนสูง	น้ำหนัก	ส่วนสูง	ก่อน	หลัง
1	18.50	110.00	20.00	111.00	สมส่วน	สมส่วน
2	14.00	101.00	15.50	102.00	สมส่วน	สมส่วน
3	19.00	108.00	21.00	111.00	สมส่วน	สมส่วน
4	13.50	95.00	14.00	96.00	สมส่วน	สมส่วน
5	20.00	100.00	22.00	103.00	เริ่มอ้วน	ท้วม
6	13.00	95.00	14.00	96.00	สมส่วน	สมส่วน
7	13.00	97.00	15.00	98.00	สมส่วน	สมส่วน
8	14.00	100.00	15.00	100.00	ก่อนข้างผอม	สมส่วน
โดยรวม	15.62 ± 2.98	100.75 ± 5.60	17.06 ± 3.34	102.13 ± 6.03	สมส่วน	สมส่วน

จากตาราง 4.6 พบว่า ภาวะโภชนาการใช้น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงของประชากรเพศหญิง
โดยรวมสมส่วน



แผนภูมิ 4.6 เปรียบเทียบน้ำหนักและส่วนสูงของประชากรเพศหญิงก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนาสุขภาพใช้น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (N = 8)

จากแผนภูมิ 4.6 พบว่า น้ำหนักและส่วนสูงก่อนและหลังโครงการพัฒนาสุขภาพของประชากรเพศหญิงมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น น้ำหนักโดยรวมมีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 1.44 กิโลกรัม ส่วนสูงโดยรวมมีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 1.38 เซนติเมตร

ส่วนที่ 2 การรับประทานอาหาร 3 มื้อ ของประชากรชายและหญิง (อาหารว่างเช้า อาหารกลางวัน
อาหารว่างบ่าย) ตามโครงการพัฒนาสุขภาพ

ตาราง 4.7 ค่าเฉลี่ยการรับประทานอาหารแต่ละสัปดาห์โดยรวมของประชากรเพศชาย
(อาหารว่างเช้า อาหารกลางวันและอาหารว่างบ่าย) จำแนกเป็นรายบุคคล (N = 4)

สัปดาห์ คนที่	w1	w2	w3	w4	w5	w6	w7	w8	โดยรวม	แปลผล
M1	2.47	2.73	2.87	3.13	3.40	3.67	3.87	3.73	3.23	ดี
M2	3.07	2.93	3.60	3.80	3.73	3.80	3.53	3.80	3.53	ดีมาก
M3	3.20	2.53	2.60	2.33	2.53	3.13	3.20	3.00	2.82	ดี
M4	2.73	2.87	2.93	3.00	3.13	3.40	3.33	3.87	3.16	ดี
โดยรวม	2.77	2.87	3.00	3.07	3.20	3.50	3.50	3.60	3.19	ดี

จากตาราง 4.7 พบว่า การรับประทานอาหารของประชากรเพศชายโดยรวมอยู่ในระดับ ดี
ค่าเฉลี่ยรวม 3.19

ตาราง 4.8 ค่าเฉลี่ยการดื่มเครื่องดื่มแต่ละสัปดาห์โดยรวมของประชากรเพศชาย (เครื่องดื่มว่างเช้า
และเครื่องดื่มว่างบ่าย) จำแนกเป็นรายบุคคล (N = 4)

สัปดาห์ คนที่	w1	w2	w3	w4	w5	w6	w7	w8	โดยรวม	แปลผล
M1	2.80	3.20	3.20	3.40	3.80	3.90	4.00	4.00	3.54	ดีมาก
M2	3.10	3.30	3.80	3.60	3.60	3.70	3.60	3.60	3.54	ดีมาก
M3	2.80	3.00	2.80	2.40	2.70	3.30	3.30	3.30	2.95	ดี
M4	2.80	3.20	3.60	3.50	3.40	3.60	3.20	3.40	3.34	ดี
โดยรวม	2.88	3.18	3.35	3.23	3.38	3.63	3.53	3.58	3.35	ดี

จากตาราง 4.8 พบว่า การดื่มเครื่องดื่มของประชากรเพศชายโดยรวมอยู่ในระดับ ดี ค่าเฉลี่ย
รวม 3.35

ตาราง 4.9 ค่าเฉลี่ยการรับประทานอาหารเช้าแต่ละสัปดาห์โดยรวมของประชากรเพศหญิง
(อาหารว่างเช้า อาหารกลางวันและอาหารว่างบ่าย) จำแนกเป็นรายบุคคล (N = 8)

สัปดาห์	w1	w2	w3	w4	w5	w6	w7	w8	โดยรวม	แปลผล
คนที่										
F1	3.20	3.27	3.13	3.60	3.80	3.93	3.53	3.40	3.48	ดี
F2	2.67	2.67	2.73	3.33	3.67	3.40	3.33	3.60	3.18	ดี
F3	3.20	3.60	3.53	3.47	3.80	3.93	4.00	3.73	3.66	ดีมาก
F4	2.60	2.60	2.60	3.13	3.20	2.87	3.53	3.47	3.00	ดี
F5	3.20	3.40	3.47	3.93	4.00	3.67	3.80	3.87	3.67	ดีมาก
F6	3.13	2.87	3.47	3.53	3.40	3.33	3.60	3.47	3.35	ดี
F7	2.80	3.13	3.60	3.00	3.20	3.40	3.47	3.20	3.23	ดี
F8	2.27	2.53	2.67	2.73	2.63	2.67	2.53	3.27	2.66	ดี
โดยรวม	2.88	3.01	3.15	3.34	3.36	3.40	3.48	3.50	3.27	ดี

จากตาราง 4.9 พบว่า การรับประทานอาหารเช้าของประชากรเพศหญิงโดยรวมอยู่ในระดับ ดี ค่าเฉลี่ยรวม 3.27

ตาราง 4.10 ค่าเฉลี่ยการดื่มเครื่องดื่มแต่ละสัปดาห์โดยรวมของประชากรเพศหญิง (เครื่องดื่มว่างเช้า และเครื่องดื่มว่างบ่าย) จำแนกเป็นรายบุคคล (N = 8)

สัปดาห์	w1	w2	w3	w4	w5	w6	w7	w8	โดยรวม	แปลผล
คนที่										
F1	2.90	3.10	3.40	3.80	4.00	3.90	3.50	3.50	3.51	ดี
F2	2.40	2.90	3.20	4.00	3.44	3.70	3.60	3.60	3.36	ดี
F3	2.90	3.30	3.40	3.40	3.30	3.90	4.00	4.00	3.53	ดีมาก
F4	3.10	2.80	3.30	3.30	3.60	3.20	3.60	3.60	3.31	ดี
F5	2.90	3.40	3.30	3.90	4.00	3.80	3.70	3.60	3.58	ดีมาก
F6	3.00	2.90	3.70	3.30	3.46	3.40	3.90	3.90	3.45	ดี
F7	3.20	3.10	3.80	3.20	3.40	3.40	3.40	3.20	3.34	ดี
F8	2.80	2.40	3.00	2.80	2.50	2.60	2.68	3.08	2.73	ดี
โดยรวม	2.90	2.99	3.19	3.20	3.32	3.45	3.55	3.61	3.28	ดี

จากตาราง 4.10 พบว่า การดื่มเครื่องดื่มของประชากรเพศหญิง โดยรวมอยู่ในระดับ ดี
ค่าเฉลี่ยรวม 3.28

ส่วนที่ 3 ผลการจัดกิจกรรมแผนการจัดประสบการณ์ “กินอาหารครบ 5 หมู่หนูแข็งแรง”

ตาราง 4.11 ผลจากการสังเกตพฤติกรรมของประชากรระหว่างจัดประสบการณ์ “กินอาหารครบ 5 หมู่หนูแข็งแรง”

กิจกรรม	จำนวน (ครั้ง)	ร้อยละ
ระยะเวลาที่ประชากรสนใจร่วมกิจกรรม		
(ประมาณ)		
2 – 5 นาที	27	67.50
6 – 10 นาที	8	20
มากกว่า 10 นาที	5	12.50
ความสามารถของประชากรในการร่วมกิจกรรม		
ดนตรี/การเคลื่อนไหว (4)		
ทำได้	4	100
นิทาน/เสริมความรู้ (20)		
ทำได้	20	100.00
ทำไม่ได้	0	0.00
ศิลปะ (16)		
ทำได้	16	100.00
ทำไม่ได้	0	0.00
สิ่งที่ประชากรให้ความสนใจ		
กิจกรรมที่จัดให้	8	20
สื่อการสอนที่จัดให้	20	50
ผู้สอน	4	10
เพื่อน	8	20

จากตาราง 4.11 จากการสังเกตพฤติกรรมขณะร่วมกิจกรรมตามแผนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ทั้ง 40 แผน พบว่า ประชากรส่วนใหญ่มีระยะเวลาสนใจร่วมกิจกรรม ประมาณ 2 – 5 นาที คิดเป็นร้อยละ 67.50 รองลงมา คือ 6 -10 นาที คิดเป็นร้อยละ 20 สามารถร่วมกิจกรรมได้ ทุกกิจกรรมและให้ความสนใจ สื่อการสอน 20 ครั้ง