

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญและความเป็นมาของปัญหา

สังคมในโลกยุคปัจจุบัน เป็นสังคมแห่งการเรียนรู้วิทยาการ เทคโนโลยี และการสื่อสารเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็วตามกระแสโลกาภิวัตน์ ทำให้สังคมมีลักษณะที่เป็นสังคมข้อมูลข่าวสาร (Information Society) ซึ่งมีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจขึ้น และในสังคมมีการแข่งขันทางด้านเศรษฐกิจเป็นอย่างมาก เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมผู้บริโภคอาหารและโภชนาการของประชาชนทุกกลุ่มอายุ เยาวชนไทยช่วงอายุ 10-20 ปี ก็เป็นบุคคลอีกกลุ่มหนึ่งที่ได้รับผลกระทบดังกล่าวเนื่องจากเยาวชนมีการลอกเลียนแบบการดำเนินชีวิตการบริโภคของชาวตะวันตกโดยได้รับอิทธิพลของการโฆษณา การลอกเลียนแบบการดังกล่าว เป็นการกระทำที่ขาดความรู้ ขาดการกลั่นกรอง ซึ่งก็มีผลทำให้เยาวชนส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้องทำให้ร่างกายเกิดการขาดสารอาหารหรือได้รับสารอาหารเกินความต้องการของร่างกาย และมีแนวโน้มที่จะเกิดภาวะทุพโภชนาการรวมทั้งพิษภัยจากอาหาร ทำให้เกิดโรคที่เกี่ยวกับการบริโภคมากมาย เช่น โรคอ้วน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจขาดเลือด โรคมะเร็ง โรคเบาหวาน โรคเก๊าท์ ฯลฯ อันเป็นผลก่อให้เกิดเป็นปัญหาสุขภาพเจ็บป่วย และตายก่อนเวลาอันควร (แสงโสม สีนะวัฒน์, 2541) สำหรับประเทศไทยนั้นได้เกิดปัญหาโภชนาการขึ้น โดยมีทั้งภาวะทุพโภชนาการทั้งขาดและเกินรวมทั้งพิษภัยจากอาหาร ซึ่งสาเหตุสำคัญเกิดจากพฤติกรรมทางอาหาร และโภชนาการที่ไม่ถูกต้อง (วิณะ วีระไวทยะ, 2541) จากปัญหาที่เกิดขึ้นดังกล่าว ได้ส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพการเจริญเติบโตทางร่างกายและพัฒนาทางสติปัญญาการเรียนรู้ของเยาวชน (ACC/SCN, 1997) และจากผลการศึกษาภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย กองอนามัย พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในชนบทมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 12.2 และส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานร้อยละ 13.6 (ยุวดี คาคการณ์ไกล, 2542) และจากรายงานของสหประชาชาติ พบว่า มากกว่าร้อยละ 40 ของเด็กในประเทศที่กำลังพัฒนา มีปัญหาน้ำหนักตัวต่ำกว่าเกณฑ์ หรือมีภาวะขาดธาตุที่จำเป็นต่อร่างกายได้แก่ ไอโอดีน เหล็ก แคลเซียม และวิตามิน (ACC/SCN, 1992) ซึ่งสารอาหารเหล่านี้ล้วนแล้วแต่เป็นสารอาหารที่จำเป็นในการเจริญเติบโตของเด็กวัยเรียน และมีผลกระทบต่อทั้งร่างกาย สติปัญญา เศรษฐกิจของครอบครัว และประเทศชาติ ดังนั้นจึงต้องดำเนินการแก้ไขเพื่อให้เยาวชนเรียนรู้หลักโภชนาการและพฤติกรรมด้านโภชนาการ

โดยควรให้โภชนศึกษาที่เข้าใจง่ายและน่าสนใจสำหรับเยาวชน ทั้งนี้เพื่อที่เยาวชนจะได้จะนำความรู้ไปปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคของตนเอง จากผลการศึกษาเรื่อง ความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนคอยสะเก็ดวิทยาคมพบว่า ความรู้ด้านอาหารและพฤติกรรมการบริโภคอยู่ในระดับผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ (พรพิมล บุญโคตร, 2543) และผลการศึกษาก็เกี่ยวกับภาวะโภชนาการของนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ของโรงเรียนคอยสะเก็ดวิทยาคม พบว่า ภาวะโภชนาการของนักเรียน อยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ร้อยละ 30.7 และเกินเกณฑ์มาตรฐานร้อยละ 6.6 (วรารักษ์ คำสอน, 2543) นอกจากนี้จากรายงานเกี่ยวกับเรื่องพฤติกรรมการบริโภคของงานอนามัยโรงเรียนคอยสะเก็ดวิทยาคม พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ยังขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องโภชนาการนักเรียนโดยร้อยละ 18.03 มีภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์ และร้อยละ 16.04 มีภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์ (งานอนามัยโรงเรียนคอยสะเก็ดวิทยาคม, 2543)

จากผลการศึกษาดังกล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นว่า นักเรียนโรงเรียนคอยสะเก็ดวิทยาคมมีความรู้ ความเข้าใจ ในเรื่องโภชนาการต่ำ และจากการที่นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องโภชนาการต่ำนี้เองก็ส่งผลให้นักเรียนไม่มีความรู้พอที่จะนำไปใช้ในการเลือกบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้องเหมาะสมสำหรับนักเรียนเอง อันเป็นผลให้นักเรียนมีภาวะโภชนาการต่ำ หรือเกินเกณฑ์มาตรฐาน ด้วยเหตุนี้การจัดการเรียนการสอนที่ให้ความรู้ในเรื่องโภชนาการ จึงเป็นสิ่งสำคัญต่อนักเรียนประกอบกับในรายวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพชีวภาพเรื่องกินคืออยู่ดีได้มีการกำหนดเนื้อหาเรื่องโภชนาการ แต่จากการติดตามผลสัมฤทธิ์ของนักเรียนในเนื้อหาวิชาดังกล่าวที่ผ่านมา พบว่านักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับต่ำ ซึ่งก็มีสาเหตุมาจากปัจจัยหลายประการด้วยกันโดยปัจจัยหนึ่งก็คือ การจัดการเรียนการสอนในเนื้อหาดังกล่าว จะสอนแบบบรรยายประกอบหนังสือเรียนเท่านั้น ซึ่งทำให้นักเรียนมองไม่เห็นความสำคัญของการนำความรู้ดังกล่าวไปปรับพฤติกรรมการบริโภคของตนเอง

ดังนั้น แนวทางหนึ่งที่แก้ไขปัญหาดังกล่าวได้ ก็โดยการนำเทคโนโลยีทางการศึกษาที่เป็นเทคนิควิธีการและนวัตกรรมใหม่ ๆ มาใช้ เพื่อทำให้การเรียนการสอนนั้นน่าสนใจและมีความเป็นรูปธรรมขึ้นและจากผลการศึกษา เรื่องการใช้ชุดการสอนสื่อประสมวิชาวิทยาศาสตร์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านซำเปิบ อำเภอวังโป่ง จังหวัดเพชรบูรณ์ จำนวน 30 คน พบว่านักเรียนสามารถเรียนจนกระทั่งรอบรู้และมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนตามหัวข้อวัตถุประสงค์กำหนดไว้ เฉลี่ยร้อยละ 91.56 (ชวลิต มินพิมาย, 2541) และนอกจากนี้ พบว่าเมื่อนำชุดสื่อประสมมาใช้ ในการเรียนการสอนสุขภาพอนามัย ก็ทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ที่ถูกต้องต่อสิ่งนั้น ๆ ซึ่งมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้(กนกวรรณ ประวาลพิทย์, 2540) ดังนั้น จึงเห็นได้อย่างชัดเจนว่าการเรียนจากชุดสื่อประสมนั้น นอกจากจะเป็นการช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ดีขึ้นแล้วชุดสื่อประสมยังช่วย

ให้ผู้เรียนเปลี่ยนพฤติกรรมการแสดงออกความกระตือรือร้นสนุกสนาน และมีความสนใจในการเรียนการสอน เนื่องจากนักเรียนได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม และมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างเต็มที่ตลอดเวลา (โสภา วรรณสุด, 2541) ดังนั้น ผู้ศึกษาจึงมีความเห็นว่าชุดสื่อประสมน่าจะมีความเหมาะสมที่จะนำมาช่วยในการแก้ปัญหาดังกล่าวนี้ได้ ทั้งนี้เพราะชุดสื่อประสมได้สร้างขึ้นโดยการนำสื่อหลายอย่างมาใช้ร่วมกัน และจะเป็นการใช้สื่อแต่ละอย่างเรียงลำดับกัน เพื่อให้การสอนมีประสิทธิภาพมากขึ้น (กิดานันท์ มลิทอง, 2540) นอกจากนี้ในการผลิตชุดสื่อประสมนั้นก็ผลิตขึ้นตามขั้นตอนของการผลิตอย่างมีระบบ เพื่อความสะดวกของครูผู้สอนและผู้เรียนในการนำไปใช้ ซึ่งชุดสื่อประสมนี้ผู้เรียนสามารถเรียนด้วยตนเอง หรือเรียนรายกลุ่มก็ได้ (กิดานันท์ มลิทอง, 2536)

ดังนั้นผู้ศึกษา จึงคิดที่จะสร้างชุดสื่อประสมเรื่องคุณค่าอาหารคุณภาพและสัดส่วนของสารอาหาร สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนดอยสะเก็ดวิทยาคมขึ้นแล้วนำชุดสื่อประสมดังกล่าว ไปทดลองใช้กับนักเรียน ทั้งนี้เพราะชุดสื่อประสมมีคุณลักษณะที่เหมาะสมกับลักษณะการเรียนรู้ของนักเรียนโดยสามารถสนองตอบต่อความต้องการและความสนใจ รวมทั้งความแตกต่างระหว่างบุคคลของแต่ละคน ซึ่งการเรียนรู้จากชุดสื่อประสมนั้น นอกจากจะเป็นการช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ในเรื่องโภชนาการดีขึ้นแล้ว ชุดสื่อประสมยังช่วยให้นักเรียนมีความกระตือรือร้นและมีความสนใจในกิจกรรมการเรียนการสอนตลอดเวลา เนื่องจากนักเรียนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองและมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างเต็มที่ตลอดเวลา อันจะส่งผลให้นักเรียนมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรบริโภคที่ถูกต้องเหมาะสม และเป็นการส่งเสริมภาวะโภชนาการของนักเรียนให้ดีขึ้น ตลอดจนเป็นแนวทางในส่งเสริมและพัฒนาการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน ภายหลังจากการเรียนรู้โดยใช้ชุดสื่อประสม
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมกรบริโภคอาหารของนักเรียนก่อนการเรียนและภายหลังจากการเรียนรู้โดยใช้ชุดสื่อประสม

สมมติฐานของการศึกษา

1. นักเรียนที่เรียนโดยใช้ชุดสื่อประสม จะมีผลสัมฤทธิ์การเรียนสูงขึ้น
2. นักเรียนที่เรียนโดยใช้ชุดสื่อประสม จะมีพฤติกรรมกรบริโภคอาหารภายหลังการเรียนโดยใช้ชุดสื่อประสมแตกต่างไปจากก่อนเรียน

ขอบเขตของการศึกษา

1. ประชากร ที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ คือ นักเรียนที่กำลังเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 แผนการเรียนที่ 2 ที่เรียนรายวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพชีวภาพ เรื่องกินดีอยู่ดี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2544 โรงเรียนคอยสะเก็ดวิทยาคม จังหวัดเชียงใหม่ จำนวนประชากรทั้งหมด 84 คน มี 3 ห้องเรียน ได้แก่ ห้อง 4/3-4/5 ซึ่งมีผลการเรียนเก่ง ปานกลาง และอ่อนดละกัน

2. เนื้อหา ที่นำมาใช้ในการสร้างชุดสื่อประสม เป็นเนื้อหาส่วนหนึ่งของรายวิชา วิทยาศาสตร์กายภาพชีวภาพ ตามหลักสูตรชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พ.ศ. 2524 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2533) เรื่องกินดีอยู่ดีโดยนำเนื้อหามาจากคู่มือครูของ สสวท. เรื่องกินดีอยู่ดี เกี่ยวกับเรื่องคุณค่าของอาหาร คุณภาพและสัดส่วนของสารอาหารที่มีต่อร่างกาย

นิยามศัพท์เฉพาะ

ชุดสื่อประสม หมายถึง ชุดของสื่อการสอนที่เป็น ทั้งวัสดุ อุปกรณ์ และวิธีการหลาย ๆ อย่างสำหรับครุณาไปใช้ในการสอนนักเรียน โดยจะประกอบด้วยคู่มือการใช้ชุดสื่อประสม เนื้อหาบทเรียน วัตถุประสงค์ แผนการสอน สื่อการสอนประเภท ซีดีรอม วิตทัศน์ แผ่นโปรงใส สิ่งตีพิมพ์ของจริง และกิจกรรมการเรียนการสอนพร้อมทั้ง แบบฝึกปฏิบัติ แบบทดสอบก่อนการเรียน แบบทดสอบหลังการเรียน และแบบประเมินผลตนเองในการทำกิจกรรมกลุ่ม

ผลของชุดสื่อประสม หมายถึง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่องคุณค่าของอาหาร และคุณภาพสัดส่วนของสารอาหารที่มีต่อร่างกาย และผลจากการประเมินพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนก่อนเรียนและหลังเรียนโดยใช้ชุดสื่อประสม

ความรู้ หมายถึง ความรู้เกี่ยวกับเรื่อง คุณค่าของอาหาร คุณภาพ และสัดส่วนของสารอาหารที่มีต่อร่างกาย ในรายวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพชีวภาพ เรื่องกินดีอยู่ดี

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง การปฏิบัติ หรือการแสดงออก เกี่ยวกับการรับประทานอาหารที่ทำอยู่เป็นประจำ ได้แก่ ชนิดของอาหาร การเลือกอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการน้อย และจำนวนมือของอาหารที่รับประทานในแต่ละวัน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง คะแนนของนักเรียนจากการทำแบบทดสอบหลังเรียน เรื่อง คุณค่าอาหารและคุณภาพ สัดส่วนของสารอาหาร

ประสิทธิภาพของชุดสื่อประสม หมายถึง ความสามารถของชุดสื่อประสม ตามเกณฑ์
มาตรฐาน 80/80

80 ตัวแรก หมายถึง นักเรียนจำนวน 80% สามารถบรรลุผลสำเร็จในการเรียน
ตามที่วัตถุประสงค์แต่ละข้อกำหนดไว้

80 ตัวหลัง หมายถึง คะแนนเฉลี่ยจากการทำแบบทดสอบหลังเรียนของนักเรียน
ทุกคน คิดเป็น 80 %ของคะแนนทั้งหมด

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ได้ชุดสื่อประสม สำหรับการเรียนเรื่อง กินดีอยู่ดี รายวิชาวิทยาศาสตร์
กายภาพชีวภาพ
2. ได้แนวทางในการออกแบบชุดสื่อประสมสำหรับวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพชีวภาพ
และวิชาอื่น ๆต่อไป
3. ได้แนวทางเกี่ยวกับวิธีการให้ความรู้เพื่อนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
บริโภคอาหารของนักเรียน