



## รูปแบบวิธีการปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice)

### การส่งเสริมสมาธิเด็กปฐมวัย โดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym)



นางสาวลักขมี บุผานอง  
- ตำแหน่ง ครูอัตราจ้าง -



โรงเรียนบ้านจอมพัฒนา

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาระดับประถมศึกษาสมุทร

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ

## คำนำ

เอกสารฉบับนี้จัดทำขึ้นเพื่อใช้เป็นแบบเสนอผลงานวิธีการปฏิบัติที่เป็นเลิศ (best practice) ด้านการพัฒนาการจัดการศึกษาปฐมวัย ของนางสาวลักขมี บุผาหลง ตำแหน่ง ครูอัตราจ้าง โรงเรียนบ้านย้อมพัฒนา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาชุมพุกตาหาร ชื่อผลงานที่นำเสนอครั้งนี้ คือ การส่งเสริมสมาธิเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym)

ซึ่งเป็นนวัตกรรมที่ได้ดำเนินการเมื่อปีการศึกษาที่ผ่านมา และในปีการศึกษานี้ ข้าพเจ้ายังคงดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เป็นโครงการที่ประสบความสำเร็จและเป็นไปตามวัตถุประสงค์

ผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่า เอกสารฉบับนี้จะเป็นข้อมูลที่เป็นประโยชน์สำหรับคณะกรรมการที่จะทำการประเมินในครั้งนี้เป็นอย่างดี ขอขอบคุณผู้บริหาร คณะครู นักเรียนโรงเรียนบ้านย้อมพัฒนาทุกคนที่มีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมและการจัดทำรายงานเล่มนี้จนเสร็จสมบูรณ์

นางสาวลักขมี บุผาหลง

๑ กรกฎาคม ๒๕๖๗

## สารบัญ

คำนำ	
ชื่อผลงาน	หน้า
ชื่อผู้นำเสนอผลงาน	๑
ส่วนที่ ๑ ความสำคัญของผลงาน นวัตกรรม หรือวิธีปฏิบัติที่นำเสนอ	๑
ส่วนที่ ๒ จุดประสงค์และเป้าหมายการดำเนินงาน	๓
ส่วนที่ ๓ กระบวนการผลิตผลงานหรือขั้นตอนการดำเนินงาน	๓
ส่วนที่ ๔ ผลการดำเนินการ ผลสัมฤทธิ์และประโยชน์ที่ได้รับ	๖
ส่วนที่ ๕ ปัจจัยความสำเร็จ	๗
ส่วนที่ ๖ บทเรียนที่ได้รับ	๗
ส่วนที่ ๗ การเผยแพร่ และการได้รับการยอมรับ	๗
ส่วนที่ ๘ การขยายผล ต่อยอดหรือประยุกต์ใช้ผลงาน นวัตกรรม หรือวิธีการปฏิบัติ	๘
ภาคผนวก	๙

## แบบการนำเสนอสถานศึกษาที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice)

### จังหวัดมุกดาหาร ประจำปี ๒๕๖๗

ชื่อผลงาน: การส่งเสริมสมาธิเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym)

ชื่อผู้นำเสนอผลงาน: นางสาวลักขมี บุผาหลง

ตำแหน่ง ครูอัตราจ้าง

โรงเรียน บ้านย่อมพัฒนา

สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษามุกดาหาร ตำบลชะโนดน้อย อำเภอดงหลวง

จังหวัดมุกดาหาร ๔๙๑๔๐ โทรศัพท์: ๐๙๓-๕๔๕-๖๖๙๔ E-mail: [yomputtana@gmail.com](mailto:yomputtana@gmail.com)

#### ส่วนที่ ๑ ความสำคัญของผลงาน นวัตกรรม หรือวิธีปฏิบัติที่นำเสนอ

##### ๑. ความสำคัญของผลงาน นวัตกรรม หรือวิธีปฏิบัติที่นำเสนอ

หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช ๒๕๖๐ เป็นหลักสูตรที่เน้นพัฒนาให้เด็กทุกคนได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาอย่างมีคุณภาพและต่อเนื่อง ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีความสุขและเหมาะสมตามวัย และพัฒนาการตามวัยของเด็กแต่ละคนให้เต็มตามศักยภาพ (กระทรวงศึกษาธิการ, ๒๕๖๐: ๓) ช่วงปฐมวัยจึงเป็นช่วงที่มีความสำคัญต่อการวางรากฐานของพัฒนาการทุกด้านรวมถึงการเตรียมความพร้อมให้เด็กมีสมาธิในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อให้เด็กสามารถเรียนรู้ได้อย่างเต็มที่ (บุญทิพา เตชะทรงคุณ, ๒๕๖๑: ๑) ดังนั้น การเตรียมความพร้อมหรือการส่งเสริมให้เด็กมีสมาธิในการทำงานจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เพราะหากเด็กไม่มีสมาธิ เด็กจะไม่สามารถเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้โดยละเอียดถี่ถ้วน ขาดความรอบคอบ วอกแวกง่าย ไม่สามารถรวบรวมการทำงานให้เป็นระเบียบ หรือปฏิบัติตามคำสั่งได้อย่างถูกต้อง ส่งผลให้ทำงานไม่เสร็จหรือเกิดข้อผิดพลาดได้ ประกอบกับปัจจุบันโลกได้มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เทคโนโลยีต่าง ๆ ถูกพัฒนาขึ้นอย่างก้าวกระโดด และเชื่อมโยงกับชีวิตประจำวัน ทำให้เด็กปฐมวัยในยุคนี้ได้รับการกระตุ้นจากสื่อมัลติมีเดีย และเทคโนโลยีค่อนข้างมาก ส่งผลให้มีช่วงความสนใจในระยะเวลาที่สั้นลง และมีอัตราป่วยเป็นโรคสมาธิสั้นเพิ่มมากขึ้น (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๖๑: ออนไลน์) อีกทั้งลักษณะตามธรรมชาติของเด็กปฐมวัย ยังเป็นวัยที่มีช่วงความสนใจโดยเฉลี่ย ๘-๒๐ นาทีเท่านั้น อาจทำให้ไม่สามารถเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้โดยละเอียดถี่ถ้วน การเตรียมสมาธิก่อนการเรียนรู้หรือการจัดประสบการณ์ให้เด็กปฐมวัยจึงเป็นขั้นตอนสำคัญที่จะช่วยเพิ่มระยะความสนใจในการเรียนรู้ให้กับเด็ก เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้ ได้ร่วมทำกิจกรรมและได้รับการพัฒนาครบทุกด้านได้อย่างเต็มที่

การบริหารสมอง (Brain Gym) เป็นกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกาย ที่จะช่วยให้สมองทั้ง 2ซีกให้ทำงานประสานกันได้ดี ซึ่งพัฒนาขึ้นโดย ดร. พอล อี เดนนิสัน และ เกล อี เดนนิสัน นักประสาทวิทยาชาวอเมริกัน

เพื่อช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนรู้ เพราะการเคลื่อนไหวร่างกายจากการบริหารสมองนี้จะทำให้สมองตื่นตัว เกิดความกระตือรือร้น ช่วยเรื่องการมองเห็น การได้ยิน การเคลื่อนไหว อีกทั้งช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด และทำให้จิตใจสงบพร้อมที่จะเรียนรู้ (Paul E.Dennison; & Gaill E.Dennison, ๑๙๘๑ อ้างอิงจากรอบทิศ ไวยสุศรี ๒๕๕๗: ๗) ซึ่งการนำการบริหารสมองมาใช้นี้จะช่วยพัฒนานักเรียนให้เกิดสมาธิ สมองตื่นตัว เตรียมพร้อมที่จะเรียนรู้และทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้นสอดคล้องกับทฤษฎีของ มอนเตสซอรี ที่กล่าวว่า เด็กมีความจำเป็นที่จะต้องมีจิตที่มีสมาธิ เพราะเด็กจะไม่สามารถเรียนรู้ได้ หากจิตของเด็กกวนวายตลอดเวลา และเมื่อเด็กทำกิจกรรมและมีสมาธิที่ดีแล้ว จะช่วยขยายความสนใจของเด็ก ทำให้กิจกรรมการเรียนรู้สำเร็จลุล่วงไปได้ดี

โรงเรียนบ้านย่อมพัฒนา เปิดทำการสอนตั้งแต่ระดับชั้นอนุบาล ๒-ประถมศึกษาปีที่ ๖ จากการที่ผู้วิจัย ได้มีการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียนพบว่า มีนักเรียนจำนวนหนึ่งในระดับชั้นอนุบาลปีที่ ๓ มีปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมการอยู่ไม่นิ่ง โดยสังเกตได้จากพฤติกรรมของเด็กในขณะทำกิจกรรมในชั้นเรียน นักเรียนไม่มีสมาธิ ไม่สามารถตั้งใจ จดจ่อกับการเรียนหรือการทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ ไม่รอคอยในการตอบคำถาม มักจะลุกขึ้นยืน เดิน หมุนตัวหรือหยิบจับสิ่งของรอบตัวขณะที่ครูสอน มีระยะความสนใจที่สั้น ต่ำกว่าเกณฑ์ ส่งผลให้นักเรียนไม่สามารถร่วมกิจกรรมการเรียนรู้กับเพื่อนในชั้นเรียนได้ ทั้งนี้ ถ้าเด็กไม่ได้รับการแก้ไขและส่งเสริมสมาธิให้มีสูงขึ้น พฤติกรรมการอยู่ไม่นิ่งจะส่งผลเสียต่อการใช้ชีวิตประจำวัน เพราะเด็กจะไม่มีสมาธิในการทำกิจกรรมต่าง ๆ อาจทำให้เรียนรู้ช้า ทำงานไม่ถูกต้องตามคำสั่ง ทำให้ประสิทธิภาพในการเรียนลดลง จากข้อมูลดังกล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงสนใจจะทำการศึกษา การสร้างการส่งเสริมสมาธิเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) เพื่อส่งเสริมสมาธิของเด็กที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง สำหรับนักเรียนชั้นอนุบาล ๓ โรงเรียนบ้านย่อมพัฒนา เนื่องจากผู้วิจัยเห็นว่าปัญหาการอยู่ไม่นิ่ง เป็นสิ่งที่ควรรีบแก้ไข และควรส่งเสริมสมาธิให้กับเด็ก ผู้นำเสนอจึงจะทำการศึกษาผลของการส่งเสริมสมาธิเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) เพื่อนำมาใช้แก้ปัญหาและส่งเสริมเด็กให้มีสมาธิ ทำให้สามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และพัฒนาได้อย่างเต็มศักยภาพยิ่งขึ้นไป

### แนวทางการพัฒนา

จากการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนชั้นอนุบาล ๓ โรงเรียนบ้านย่อมพัฒนา พบว่านักเรียนมีสมาธิการจดจ่อในการเล่นหรือทำกิจกรรมประมาณ ๓-๕ นาที ซึ่งน้อยกว่าเกณฑ์ปกติที่นักเรียนชั้นอนุบาล ๓ จะต้องมีสมาธิการจดจ่อในการเล่นหรือทำกิจกรรมประมาณ ๑๕-๒๐ นาที จึงได้มองเห็นความสำคัญของปัญหานี้และได้ทำการออกแบบทดลองค้นหาวิธีการและพัฒนานวัตกรรมการจัดการเรียนรู้ เพื่อแก้ให้นักเรียนที่มีสมาธิการจดจ่อในการเล่นหรือทำกิจกรรมน้อยกว่าเกณฑ์ปกติ จากการศึกษาปัญหาการจัดประสบการณ์ดังกล่าว จึงทำให้พบว่า การสอดแทรก Brain Gym เข้าไปในกิจกรรมต่างๆระหว่างวัน เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมก่อน

เรียน หรือก่อนเริ่มกิจกรรม จะช่วยให้เด็กมีสมาธิ ทำให้สามารถเรียนรู้ได้ดีขึ้น เช่น การเคลื่อนไหวมือสลับข้างประกอบเพลง ทำอย่างช้าๆ พร้อมกับใช้สายตามองตามขณะที่เคลื่อนไหวมือ จะช่วยให้ผ่อนคลายความตึงเครียดของสมองส่วนหน้าและส่วนหลัง มีสมาธิในการเรียนรู้และทำงาน

## ส่วนที่ ๒ จุดประสงค์และเป้าหมายการดำเนินงาน

### ๑. จุดประสงค์

- ๑.๑ เพื่อส่งเสริมสมาธิเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym)
- ๑.๒ เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญาของเด็กปฐมวัยผ่านกิจกรรมการบริหารสมอง

(Brain Gym)

- ๑.๓ เพื่อส่งเสริมให้เด็กผ่อนคลายความตึงเครียดผ่านกิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym)

### ๒. เป้าหมายการดำเนินงาน

#### ๒.๑ เป้าหมายเชิงปริมาณ

- ร้อยละ ๘๐ ของนักเรียนปฐมวัย มีสมาธิโดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) เพิ่มขึ้น
- ร้อยละ ๘๐ ของนักเรียนปฐมวัย มีพัฒนาการด้านสติปัญญาของเด็กปฐมวัยผ่านกิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) เต็มตามศักยภาพและมีความพร้อมในการเรียนในระดับสูงขึ้น
- ร้อยละ ๘๐ ของเด็กปฐมวัยมีความผ่อนคลายความตึงเครียดผ่านกิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym)

#### ๒.๒ เป้าหมายเชิงคุณภาพ

- นักเรียนปฐมวัย มีสมาธิ และมีพัฒนาการด้านสติปัญญาของเด็กปฐมวัยผ่านกิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) เต็มตามศักยภาพและมีความพร้อมในการเรียนในระดับสูงขึ้น

## ส่วนที่ ๓ กระบวนการผลิตผลงานหรือขั้นตอนการดำเนินงาน

### ๑. การออกแบบพัฒนาผลงาน/นวัตกรรม

๑. ศึกษา/วิเคราะห์สภาพปัญหาปัจจุบันและความต้องการของเด็กในชั้นเรียน
๒. ศึกษาหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย แนวคิดทฤษฎี เอกสารข้อมูลที่เกี่ยวข้อง
๓. วางแผนการออกแบบกิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) โดยกำหนดจุดมุ่งหมายและรูปแบบของกิจกรรมที่เหมาะสมกับพัฒนาการตามวัยของเด็ก
๔. สร้างนวัตกรรมกิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) โดยแต่ละกิจกรรมเชื่อมโยง สอดคล้องกันและนำไปใช้ในชั้นอนุบาล ๓ ของโรงเรียนบ้านย่อมพัฒนา
๕. ดำเนินการจัดกิจกรรมส่งเสริมสมาธิเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym)

## วงจรคุณภาพ PDCA

P = Plan คือ การวางแผน การกำหนดเป้าหมายและวัตถุประสงค์ในการดำเนินงาน วิธีการและขั้นตอนที่จำเป็น เพื่อให้การดำเนินการประกันคุณภาพบรรลุเป้าหมายตามที่กำหนดไว้

D = Do คือ การปฏิบัติงานให้บรรลุตามแผนงานที่ได้กำหนดไว้ การดำเนินงานต่าง ๆ เป็นไปตามขั้นตอน หรือระบบงานที่ออกแบบหรือกำหนดไว้ โดยหน่วยงานนั้น ๆ จะต้องเก็บรวบรวมข้อมูลและบันทึกข้อมูลที่เกี่ยวข้อง กับการปฏิบัติงานไว้ด้วย เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการดำเนินในขั้นตอนต่อไป

C = Check คือ การติดตาม ตรวจสอบ ระบบกลไกของการดำเนินงาน รวมทั้งผลการปฏิบัติงานเป็นไปตามเป้าหมายและวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้หรือไม่ หากมีปัญหาหรือจุดอ่อนของการดำเนินงาน ควรได้มีการค้นหา สาเหตุและวางมาตรการในการแก้ไขต่อไปเพื่อเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพของงานต่อไป

A = Act คือ การปรับปรุงพัฒนา ในการทำงาน เพื่อเกิดการพัฒนาที่ดีขึ้น

## ๒. การดำเนินงานตามกิจกรรม

### ๒.๑ ชั้นเตรียมการ (Plan)

๑. กำหนดเป้าหมาย โดยการพัฒนาสมาธิเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) ใช้เป็นกิจกรรมจัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้กับเด็กปฐมวัย โดยใช้ใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) เป็น การส่งเสริมพัฒนาด้านสติปัญญาของเด็กปฐมวัย

๒. การวางแผนการทำงาน ดำเนินการโดยวิเคราะห์สภาพการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ศึกษาหลักสูตรปฐมวัย สารที่ควรเรียนรู้ ประสบการณ์สำคัญ มาตรฐานการศึกษาปฐมวัย และตัวบ่งชี้ ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับพัฒนาการทั้ง 4 ด้านของเด็กปฐมวัย ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง วางแผนการผลิตสื่อ โดยกำหนด จุดมุ่งหมาย และรูปแบบของสื่อให้เหมาะสมกับพัฒนาการตามวัยของเด็ก

๓. เตรียมวัสดุ อุปกรณ์สำหรับทำกิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym)

### ๒.๒ ชั้นดำเนินการ (Do)

#### กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym)

##### ๑. ทำจิบ-แอล

ยกมือทั้ง ๒ ข้างขึ้นมา ให้มือขวาทำท่าจิบ โดยใช้นิ้วหัวแม่มือประกบกับนิ้วชี้ส่วนนิ้วอื่นๆให้เหยียดออกไป มือซ้ายให้ทำเป็นรูปตัวแอล (L) โดยให้กางนิ้วหัวแม่มือกับนิ้วชี้ออกไป ส่วนนิ้วที่เหลือให้กำเอาไว้ เปลี่ยนเป็นจิบด้วยมือซ้าย ส่วนมือขวาก็ทำเป็นรูปตัวแอล (L) ทำสลับกันไปมาพร้อมร้องเพลงเต่าประกอบท่าทาง

## ๒. ทำโป้ง-ก้อย

ยกมือทั้ง ๒ ข้าง ให้มือขวาทำท่าโป้งโดยกำมือและยกหัวแม่มือขึ้นมา ส่วนมือซ้ายให้ทำท่าก้อย โดยกำมือและเหยียดนิ้วก้อยชี้ออกมา เปลี่ยนมือซ้ายเป็นท่าโป้งและมือขวาเป็นท่าก้อย ทำสลับกันไปมาพร้อมร้องเพลงอวยากินไข่พะโล้ประกอบท่าทาง

## ๓. ทำแตะจุมุก-แตะหู

นำมือขวาไปแตะที่หูซ้าย ส่วนมือซ้ายให้ไปแตะที่จุมุก(ลักษณะมือไขว้กัน) จากนั้นเปลี่ยนมาเป็นมือซ้ายแตะที่หูขวา ส่วนมือขวาไปแตะที่จุมุก(ลักษณะมือไขว้กัน) ทำสลับกันไปมาพร้อมร้องเพลงอึ่งอ่างประกอบท่าทาง

## ๔. ทำนับ ๑-๑๐

เริ่มท่าเตรียม กำมือทั้ง ๒ ข้าง

- ยกมือขวาให้อยู่ในระดับสายตาแล้วทำท่าชี้นิ้วไปทางซ้าย และมือซ้ายทำท่าชู ๑ นิ้ว (นิ้วชี้) นับ ๑
- กลับให้มือซ้ายอยู่ในระดับสายตาแล้วทำท่าชี้นิ้วไปทางขวา และ ให้มือขวาทำท่าชู ๒ นิ้ว (นิ้วชี้และนิ้วกลาง) นับ ๒
- กลับให้มือขวาอยู่ในระดับสายตาแล้วทำท่าชี้นิ้วไปทางซ้าย และ ให้มือซ้ายทำท่าชู ๓ นิ้ว (นิ้วชี้ นิ้วกลาง และนิ้วนาง) นับ ๓
- กลับให้มือซ้ายอยู่ในระดับสายตาแล้วทำท่าชี้นิ้วไปทางขวา และให้มือขวาทำท่าชู ๔ นิ้ว (นิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วก้อย) นับ ๔
- กลับให้มือขวาอยู่ในระดับสายตาแล้วทำท่าชี้นิ้วไปทางซ้าย และให้มือซ้ายทำท่าชู ๕ นิ้ว นับ ๕
- กลับให้มือซ้ายอยู่ในระดับสายตาแล้วทำท่าชี้นิ้วไปทางขวา และมือขวาทำท่านิ้วโป้งกับนิ้วก้อยแตะกัน เป็นท่าชู ๓ นิ้ว (นิ้วชี้ นิ้วกลาง และนิ้วนางกางออก) นับ ๖
- กลับให้มือขวาอยู่ในระดับสายตาแล้วทำท่าชี้นิ้วไปทางซ้าย และมือซ้ายทำท่านิ้วโป้งกับนิ้วนางแตะกัน นิ้วที่เหลืออีก ๓ นิ้ว (นิ้วชี้ นิ้วกลาง และนิ้วก้อย) กางออก นับ ๗
- กลับให้มือซ้ายอยู่ในระดับสายตาแล้วทำท่าชี้นิ้วไปทางขวา และมือขวาทำท่านิ้วโป้งกับนิ้วกลางแตะกัน นิ้วที่เหลืออีก ๓ นิ้ว (นิ้วชี้ นิ้วนาง และนิ้วก้อย) กางออก นับ ๘
- กลับให้มือขวาอยู่ในระดับสายตาแล้วทำท่าชี้นิ้วไปทางซ้าย และมือซ้ายทำท่านิ้วโป้งกับนิ้วชี้แตะกัน อีก ๓ นิ้วที่เหลือ (นิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วก้อย) กางออก นับ ๙
- กลับให้มือซ้ายอยู่ในระดับสายตาแล้วทำท่าชี้นิ้วไปทางขวา และมือขวาทำท่ากำมือ นับ ๑๐
- ร้องเพลง เร็วเข้าสิ พร้อมทำท่าทางประกอบ



### ๒.๓ Check = C

ตรวจสอบผลงาน โดยการพัฒนาสมาธิเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) และสังเกตผลการใช้กิจกรรม นำข้อบกพร่องจาก การดำเนินกิจกรรม ไปปรับปรุง พัฒนา และต่อยอดเป็นกิจกรรมเพิ่มเติมอย่างต่อเนื่อง

### ๒.๔ Action = A

ปรับปรุงผลงานให้ดีขึ้น โดยออกแบบเพิ่มเติมจากการพัฒนาสมาธิเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) การปรับปรุงกิจกรรมที่น่าสนใจ ดึงดูดความสนใจมากยิ่งขึ้น

## ส่วนที่ ๔ ผลการดำเนินการ ผลสัมฤทธิ์และประโยชน์ที่ได้รับ

### ผลการดำเนินงาน

จากการส่งเสริมสมาธิเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) โรงเรียนบ้านย้อมพัฒนา ส่งผลให้เกิดผลการดำเนินกิจกรรม ๓ ด้าน ดังนี้

#### ด้านคุณภาพของเด็ก

๑. เด็กสมาธิ ใจจดจ่อในการทำกิจกรรมมากขึ้น
๒. เด็กมีความสุขในการเรียนรู้และมีพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม สติปัญญา
๓. เด็กได้รับโอกาสทางการศึกษาที่มีคุณภาพ และเท่าทันต่อการเปลี่ยนแปลงในยุคศตวรรษที่ ๒๑

#### ด้านครูผู้สอน

๑. ครูผู้สอนได้วิธีการส่งเสริมสมาธิเด็กปฐมวัยในการจัดประสบการณ์
๒. มีความสามารถในการผลิตสื่อการเรียนการสอนที่เหมาะสมกับวิธีการสอน
๓. มีการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง และสร้างสรรค์เท่าทันสถานการณ์
๔. มีความภาคภูมิใจในการปฏิบัติงานที่ส่งผลต่อเด็กปฐมวัย

#### ด้านโรงเรียน

๑. ผู้ปกครองมีความไว้วางใจในการจัดประสบการณ์สำหรับเด็กปฐมวัย
๒. มีวิธีการปฏิบัติที่เป็นเลิศ สามารถเป็นแบบอย่างได้
๓. มีเครือข่ายในการบริหารการจัดการศึกษา

## ส่วนที่ ๕ ปัจจัยความสำเร็จ

๑. เด็กให้ความสนใจ และให้ความร่วมมือกับกิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) เป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากเป็น กิจกรรมที่ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง (Learning by Doing) สอดคล้องกับพัฒนาการตามวัยของเด็ก
๒. ผู้ปกครองเห็นความสำคัญของกิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) และให้การสนับสนุน รวมทั้งให้ความร่วมมือ ในการจัดประสบการณ์
๓. คุณครูให้ความสำคัญในการเลือกใช้สื่อ แหล่งเรียนรู้ใกล้ตัวเด็ก และ เหมาะสมกับเด็ก เพื่อใช้ในการจัดประสบการณ์
๔. คุณครูมีความมุ่งมั่นในการพัฒนาการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่เป็นนามธรรม นำไปสู่รูปธรรมสำหรับเด็ก
๕. เพื่อนครู ให้การสนับสนุน ในส่วนของการให้คำปรึกษา คำแนะนำในการจัดกิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym)
๖. ผู้บริหารสถานศึกษา ให้การส่งเสริม สนับสนุนให้คำแนะนำกิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) โดยมีการนิเทศ กำกับ ติดตามอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง

## ส่วนที่ ๖ บทเรียนที่ได้รับ (Lesson Learned)

๑. กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญาของเด็ก ช่วยให้เด็กมีสมาธิ ใจจดจ่อมากขึ้นจริง ผู้สอนควรมีกิจกรรมที่หลากหลายรูปแบบ เพื่อให้เด็กฝึกกิจกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น
๒. กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดให้เด็กปฐมวัยได้เป็นอย่างดี ผู้สอนควรพาเด็กทำกิจกรรมทุกวัน อย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้เด็กเกิดการจดจำ และมีสมาธิอย่างต่อเนื่อง

## ส่วนที่ ๗ การเผยแพร่ และการได้รับการยอมรับ

๑. การเผยแพร่ผลงานการส่งเสริมสมาธิเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) สำหรับโรงเรียนในเครือข่ายตำบลชะโนดน้อย และ อำเภอดงหลวง ได้แก่ โรงเรียนบ้านหนองยาง โรงเรียนบ้านชะโนด ๒ โรงเรียนชุมชนหนองบัว และโรงเรียนโพนแดง และโรงเรียนนอกสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษามุกดาหาร ได้แก่ โรงเรียนบ้านนาเจริญหนองแดง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอำนาจเจริญ
๒. การเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์กิจกรรมในเพจโรงเรียนบ้านย่อมพัฒนา และใน YouTube
๓. การเผยแพร่ผ่าน Line กลุ่มผู้ปกครอง กลุ่มคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน


## ส่วนที่ ๘ การขยายผล ต่อยอดหรือประยุกต์ใช้ผลงาน นวัตกรรม หรือวิธีการปฏิบัติ

๑. การส่งเสริมสมาธิเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) ได้ขยายผล สร้างเครือข่ายทางการศึกษาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ได้แก่ โรงเรียนบ้านหนองยาง โรงเรียนบ้านชะโนด ๒ โรงเรียนชุมชนหนองบัว และโรงเรียนโพนแดง และโรงเรียนนอกสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษามุกดาหาร ได้แก่ โรงเรียนบ้านนาเจริญหนองแดง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษา อำนาจเจริญ

๒. โรงเรียนบ้านย่อมพัฒนา ได้นำการส่งเสริมสมาธิเด็กปฐมวัยโดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) มาใช้ในการจัดการเรียนรู้ในระดับปฐมวัยและนำไปเผยแพร่ให้กับระดับชั้นพื้นฐาน (ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๖) ของโรงเรียน ในปีการศึกษา ๒๕๖๖

## ภาคผนวก

## รางวัลที่ได้รับ

รางวัล/เกียรติคุณ	รางวัล/เกียรติคุณ
 <p>โรงเรียนคุณภาพมาตรฐานกิจกรรมวิทยาศาสตร์                      สำหรับเด็กปฐมวัย “บ้านนักวิทยาศาสตร์น้อย” ตาม                      พระราชกฤษฎีกาของพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระ                      เทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี</p>	 <p>ได้รับการประกันคุณภาพภายนอก (พ.ศ.๒๕๖๖-                      ๒๕๗๐) จากสำนักงานรับรองมาตรฐานและ                      ประเมินคุณภาพการศึกษา (องค์การมหาชน)                      การศึกษาปฐมวัย และระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน</p>

### ประมวลภาพกิจกรรม

#### ทำจีบ-แอล



#### ทำโป้ง-ก้อย



### ประมวลภาพกิจกรรม

#### ท่าแตะจมูก-แตะหู



#### ทำนับ ๑-๑๐



### ประมวลภาพกิจกรรม







รูปแบบวิธีการปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice)

การส่งเสริมสมาธิเด็กปฐมวัย  
โดยการใช้กิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym)

โรงเรียนบ้านจอมพัฒนา

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาระยอง  
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ