

**ดนตรี กิจกรรมเคลื่อนไหว และจังหวะ เพื่อส่งเสริมพัฒนาทักษะทางด้านร่างกาย
ของเด็กปฐมวัย ***

**Music, Rhythmic and Movement Activities to Promote the Development of
Physical Skills in Early Childhood Children**

นารีรัตน์ จันทวฤทธิ์¹, นันทา โพธิ์คำ², และวีณา ภาคมฤค³,
Nareerat Jantawarit¹, Nanta Pokam², Weena Pakmaluk³
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด^{1,2,3}
Mahamakut Buddhist University Roi Et Campus^{1,2,3}

Email : pik.45@hotmail.com

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมพัฒนาทักษะทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย โดยประยุกต์ใช้ดนตรี กิจกรรมเคลื่อนไหว และจังหวะให้ถูกต้องตามช่วงวัยและพัฒนาการของเด็ก จากการศึกษาพบว่าดนตรี กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะมีความสำคัญต่อการพัฒนาทักษะด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย เพราะการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย ทำให้เด็กนอกจากจะมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงแล้วยังช่วยให้เด็กเก่ง ดี และมีความสุข สนุกสนานเพลิดเพลินผ่านดนตรี เสียงเพลง และทำนองจากเครื่องดนตรี ดังนั้นจึงได้นำความสำคัญของการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะเพื่อส่งเสริมให้เด็กเกิดจินตนาการ ความคิดสร้างสรรค์และส่งเสริมพัฒนาทักษะทางด้านร่างกาย โดยเฉพาะกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ได้แก่ แขน ขา ลำตัว และการประสานสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อต่างๆ ให้เด็ก เดิน กระโดด วิ่ง เล่นเครื่องเล่นสนาม และเล่นปืนปายอย่างอิสระ ส่งผลต่อพัฒนาการสำหรับเด็กปฐมวัยเพื่อให้เด็กเจริญเติบโตเหมาะสมตามวัย มีสุขนิสัยที่ดีในการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่กล้ามเนื้อเล็ก ได้อย่างคล่องแคล่วประสานสัมพันธ์กัน และมีสุขภาพจิตดีนำไปสู่การทำกิจกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพให้เป็นบุคคลที่ดีของสังคมสืบต่อไป

คำสำคัญ : ดนตรี; กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ; ทักษะทางด้านร่างกาย; เด็กปฐมวัย

* Received August 14, 2021; Revised October 1, 2021; Accepted November 11, 2021

ABSTRACT

This article aims to promote the development of physical skills of early childhood children via using music, rhythmic and movement activities which are suitable for the age and growth. The study shows that music, rhythmic and movement activities are important for children's physical development. The fact reveals that physical movement makes children healthy; additionally, smart, good and happy through melodies from musical instruments. Therefore, rhythmic and movement activities have been regarded to enhance children's imagination and creativity, and to strengthen physical skills especially large muscles such as arms, legs and torso. Moreover, the coordination of various muscles helps children move freely; for example, walking, jumping, running, playing in the playground and climbing. It also has an effect on children's growth so that they can grow up appropriately according to their age. Similarly, having good traits to use both large and small muscles actively and connectively and having good mental health result in effective activities as well as being a good person of the society.

Keywords : Music; Rhythmic and Movement Activities; Physical Skills; Early Childhood

1. บทนำ

ดนตรี กิจกรรมเคลื่อนไหวเป็นกิจกรรมการฝึกเด็กให้รู้จักการฟัง รู้จักการคิด รู้จักการสังเกต รู้จักการแก้ปัญหา การจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อส่งเสริมพัฒนาการให้ครบทุกด้านคือด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ จิตใจ ด้านสังคม ด้านสติปัญญา และบุคลิกภาพให้เด็กได้รับอย่างเหมาะสมกับวัย ศักยภาพของเด็กแต่ละบุคคลเป็นการฝึกความสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อมัดใหญ่เด็กปฐมวัยมีพัฒนาการด้านร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไปได้อย่างรวดเร็วการเล็งดูเด็กในช่วงวัยนี้จึงมีผลต่อการเจริญเติบโตของเด็กปฐมวัย ความแข็งแรงของร่างกายในการเคลื่อนไหวและการได้รับฟังดนตรีเพื่อการสื่อสาร หากได้รับการพัฒนาด้านร่างกายที่ถูกต้องเหมาะสม มีความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการและได้รับการเล็งดูที่เหมาะสม เด็กจะสามารถพัฒนาความสามารถของตนเองได้อย่างเต็มที่ การจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะเป็นกิจกรรมที่จัดให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย โดยใช้ดนตรี เสียงเพลง จังหวะ และทำนองหรือเครื่องดนตรีประกอบการเคลื่อนไหวเป็นสิ่งที่เด็กต้องเรียนรู้ให้เกิดประสบการณ์มากขึ้นโดยเฉพาะในระยะแรกของชีวิต ช่วงระยะปฐมวัยมีความสำคัญเป็นพิเศษ เนื่องจากเป็นรากฐานของพัฒนาการก้าวต่อไปของชีวิตเด็กแต่บุคคลนั้นเป็นปัจจัยที่สำคัญในการกำหนดความสามารถ แรงจูงใจ ใฝ่เรียนรู้ และความ

กระตือรือร้นในการพัฒนาตนเองของเด็กปฐมวัยที่จะส่งผลต่อเนื่องจากช่วงวัยเด็กไปสู่วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่ ดังนั้น การจัดประสบการณ์ให้กับเด็กในทุกด้านจะช่วยกระตุ้นให้เด็กเกิดการเรียนรู้ และมีความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์กับสิ่งต่างๆ รอบตัวในวิถีชีวิตของเด็ก และในสังคมภายนอกอันจะสั่งสมเป็นทักษะพื้นฐานที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ และสามารถพัฒนาต่อเนื่องไปสู่ระดับที่สูงขึ้น (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2560)

การฝึกพัฒนาทักษะด้านร่างกายของเด็กจากการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะผ่านดนตรี เป็นการปฏิบัติพัฒนาทักษะด้านร่างกายโดยใช้จินตนาการความคิดสร้างสรรค์ท่าทางประกอบซึ่งเป็นลักษณะการคิดที่มีคุณค่าทางด้านอารมณ์และสังคม เด็กที่ได้รับการฝึกเป็นประจำเป็นการพัฒนาสมองทั้งสองซีกพร้อมกัน ทั้งนี้ยังพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่และกล้ามเนื้อมัดเล็กให้ประสานสัมพันธ์กันเป็นไปตามวัย เกิดคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในวัยเด็กที่มีการเจริญเติบโตอย่างมีคุณค่าดังนั้นเด็กในวัย 3-6 ปี ควรได้รับการฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอเพื่อการสร้างเซลล์สมองของเด็กจากกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะเป็นจุดมุ่งหมายที่สำคัญประการหนึ่งของการจัดการศึกษาพัฒนาคนให้มีคุณภาพมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์สร้างความเข้าใจและแนวทางปฏิบัติเกี่ยวกับการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนสำคัญที่สุด

แต่ในปัจจุบันนี้เด็กไทยในยุคดิจิทัลแตกต่างอย่างมากจากเด็กสมัยก่อน ทั้งเรื่องอาหารการกินเปลี่ยนไป เด็กปฐมวัยกินอาหารขยะมากขึ้น บางคนชอบอาหารฟาสต์ฟู้ดกินขนมที่มีรสหวานจัด ได้รับไขมันจากอาหารสูงมาก กินเนย กินครีม กินข้าวขาหมู ข้าวมันไก่ นิยมกินขนมหวานๆ มันๆ จนไขมันที่ได้จากอาหารการกินล้นเกินไปแต่ไม่ยอมกินอาหารประเภทผัก ทำให้เป็นโรคอ้วนน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน เด็กไทยในปัจจุบันนี้ยังเอาแต่นั่งหน้าจอโทรศัพท์มือถือ เล่นเกมคอมพิวเตอร์ ไม่มีเวลาออกกำลังกาย ผิดกับเด็กสมัยก่อนที่มีโอกาสวิ่งเล่นกลางแจ้ง ได้ทั้งอากาศบริสุทธิ์และได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายเมื่อทุกอย่างเปลี่ยนไปสุขภาพเด็กสมัยนี้จึงไม่เหมือนกับเด็กสมัยก่อน

ดังนั้นการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับดนตรี กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เป็นสิ่งสำคัญที่ควรได้ปฏิบัติจริงเพื่อให้เด็กปฐมวัยได้แสดงศักยภาพตามความถนัดและความสนใจ สามารถแสวงหาและสร้างความรู้ด้วยตนเองที่นำไปสู่การรู้จักคิด วิเคราะห์ สร้างสรรค์ตามจินตนาการ พัฒนาอย่างรู้เท่าทันควบคู่กับการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขทั้งสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดี เพื่อส่งเสริมพัฒนาทักษะทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัยได้อย่างสมดุลเต็มตามศักยภาพของแต่ละบุคคล ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของการเรียน เพราะเด็กในช่วงวัย 3-6 ปีแรกของชีวิต ต้องเรียนรู้ผ่านการเล่นเป็นระยะที่เด็กมีพัฒนาการสูงเพราะเด็กได้รับการจัดประสบการณ์หรือกิจกรรมที่เหมาะสมต่อเนื่องตามลำดับเท่ากับเป็นการวางรากฐานที่มั่นคงสำหรับการพัฒนาเด็กในวัยนี้ต่อไป

2. ดนตรีสำหรับเด็กปฐมวัย

ดนตรีคือภาษาหนึ่งซึ่งใช้ถ่ายทอดความรู้สึกเป็นคำพูดหรือท่าทาง ดนตรีใช้เสียงและจังหวะเป็นสื่อในการถ่ายทอดความรู้สึก ดนตรีจึงเป็นสิ่งที่เด็กปฐมวัยควรเรียนรู้มีความเข้าใจภาษาที่ใช้สื่อสารและภาษาดนตรีพ่อแม่ผู้ปกครองและผู้ที่เกี่ยวข้องจึงมีบทบาททางด้านพัฒนาการทางดนตรีได้อย่างมากบุคคลทั่วไปมักรู้สึกว่าดนตรีมีประโยชน์ต่อเด็กปฐมวัยอย่างไร แต่อย่างไรก็ตามคงมีน้อยคนที่เข้าใจบทบาทของดนตรีกับเด็กปฐมวัยอย่างแท้จริงแม้ว่าบุคคลที่ทราบถึงการให้การศึกษาด้านดนตรีกับเด็กปฐมวัยซึ่งมีหนังสือเพียงไม่กี่เล่มที่กล่าวถึงดนตรีกับเด็กปฐมวัย จึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งที่พ่อแม่ควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องนี้เพื่อประโยชน์และช่วยให้เด็กมีพัฒนาการทางดนตรีได้

กิจกรรมดนตรีที่เหมาะสมกับเด็ก ได้แก่ กิจกรรมที่ทำร่วมกันเป็นกลุ่ม เช่นการร้องเพลงการทำท่าทางเคลื่อนไหวประกอบเพลง และบรรเลงเครื่องดนตรีอย่างง่าย เป็นต้น เด็กจะสนุกกับกิจกรรมที่เด็กได้ออกความคิด ได้เคลื่อนไหว ได้ใช้ภาษา บรรเลงเครื่องดนตรี และร้องเพลง กิจกรรมดนตรีจะเป็นพื้นฐานของเด็กปฐมวัยในการที่จะพัฒนาการดนตรีให้ดีขึ้นในอนาคตเด็กที่เรียนจบชั้นอนุบาลควรมีความสามารถ ดังนี้คือ 1)มีการใช้เสียงร้องเพลงให้แตกต่างจากเสียงพูดของเด็กปฐมวัย 2)ร้องเพลงได้ชัดเจนไม่ผิดเพี้ยน และ 3)รู้จักจังหวะ เร็ว-ช้า พลังเสียง ดัง-เบา

2.1 การสอนดนตรีสำหรับเด็กปฐมวัย

การสอนดนตรีสำหรับเด็กปฐมวัยเป็นพัฒนาการเด็กตามองค์ประกอบ3ประการของดนตรี ได้แก่ การเคลื่อนไหว การฟัง และการร้องเพลง จะช่วยให้ครูจัดประสบการณ์และกิจกรรมที่เหมาะสมกับเด็กได้ อีกทั้งพ่อแม่ควรให้ความสนใจในการส่งเสริมพัฒนาการด้านดนตรีของเด็กเพื่อสนองความรู้สึกของเด็กผ่านการเคลื่อนไหวหรือเข้าจังหวะประกอบเพลงใช้ในการพัฒนาระบบการทำงานของกล้ามเนื้อมัดใหญ่ใช้พัฒนาทักษะทางด้านร่างกาย การเข้ากลุ่มหรือด้านสังคม และใช้ในการพัฒนาแนวคิดทางดนตรี เช่น ช้า เร็ว สูงต่ำ ดังค่อย เป็นต้น ถ้าจะกล่าวถึงคุณค่าของดนตรีที่มีต่อเด็กในวัยนี้จึงพอสรุปได้ดังนี้

1) ดนตรีช่วยพัฒนาความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการของเด็กปฐมวัย ดนตรีเป็นสื่อกระตุ้นให้เด็กทดลองปฏิบัติและแสดงออกโดยใช้ดนตรีเป็นสื่อ

2) ดนตรีช่วยพัฒนาด้านการตอบสนองทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัย เพราะดนตรีเป็นสื่อเร้าให้เด็กแสดงออกทางด้านอารมณ์

3) ดนตรีช่วยพัฒนาด้านปัญญา โดยเหตุที่ดนตรีเป็นสื่อทำให้เด็กคิดและทำความเข้าใจกับเรื่องของเสียงและช่วยพัฒนาด้านการรับรู้ตลอดจนการเชื่อมโยงแนวคิดต่างๆ

4) ดนตรีช่วยพัฒนาด้านภาษา เด็กปฐมวัยชอบการร้องเพลง การเรียนรู้ทางด้านภาษาจึงทักษะพื้นฐานที่เด็กปฐมวัยเรียนรู้ไปด้วย นอกจากนี้เด็กยังใช้ภาษาเป็นสื่ออธิบายความรู้สึกต่อดนตรีจึงทำให้เด็กมีพัฒนาการด้านภาษามากขึ้นด้วย

5) ดนตรีช่วยพัฒนาการด้านร่างกาย ประสบการณ์ทางดนตรีเกี่ยวกับการร้องเพลงการเล่นเครื่องดนตรีการเข้าจังหวะ สิ่งเหล่านี้ช่วยให้เด็กปฐมวัยมีพัฒนาการทางด้านกล้ามเนื้อที่ดีขึ้นด้วย (เทพรัตน์ พานิชยิ่ง, 2553)

2.2 พัฒนาการด้านดนตรีของเด็กปฐมวัย

2.2.1 พัฒนาการด้านดนตรีของเด็กอายุ 3 ปี

การบังคับกล้ามเนื้อมัดใหญ่พัฒนาขึ้น พูดได้เป็นเรื่องเป็นราว มีความคิด เด็กปฐมวัยจะพยายามร้องเพลงง่ายๆ ได้อย่างถูกต้อง พัฒนาการทางด้านจังหวะดีขึ้น เริ่มตบมือเข้ากับจังหวะที่ได้ยิน เด็กวัยนี้มักจะร้องเพลงและเต้นให้ผู้ใหญ่ดูแสดงให้เห็นถึงการเริ่มพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น

2.2.2 พัฒนาการด้านดนตรีของเด็กอายุ 4 ปี

ร่างกายเจริญเติบโตมากขึ้น การทำงานของอวัยวะในระบบต่างๆ ดีขึ้น รู้จักคำศัพท์มากขึ้น มีการแสดงออกและการคิดที่ลึกซึ้ง สามารถร้องเพลงยาวๆ ได้แต่ยังผิดเพี้ยนและสามารถแสดงความรู้สึกกับลักษณะของเพลงได้ดีขึ้น

2.2.3 พัฒนาการด้านดนตรีของเด็กอายุ 5 ปี

มีพัฒนาการด้านสังคมเริ่มอย่างชัดเจน สติปัญญาและอารมณ์พัฒนาดีขึ้น ด้านดนตรีของเด็กปฐมวัยได้รับการสอนให้ร้องเพลง เคลื่อนไหวร่างกายกับเพื่อนๆ ในชั้นเรียน มีการปรับตัวเข้ากับเพื่อนๆ ได้ ชอบร้องเพลงและเลียนแบบบุคคลที่ตนชื่นชอบ มีสมาธิในการฟังเพลงมากขึ้น

จากที่กล่าวมาเกี่ยวกับดนตรีสำหรับเด็กปฐมวัยเป็นสิ่งที่เด็กปฐมวัยควรเข้าใจภาษาที่ใช้สื่อสารในการจัดกิจกรรมดนตรีที่เหมาะสมกับเด็ก เช่นการร้องเพลง การทำท่าทางเคลื่อนไหวประกอบเพลง เป็นต้น เด็กจะสนุกกับกิจกรรมที่เด็กได้ออกความคิด ได้เคลื่อนไหว ได้ใช้ภาษา บรรเลงเครื่องดนตรี และร้องเพลง อีกทั้งการสอนดนตรียังช่วยให้ครูจัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับเด็กได้และทำให้เด็กมีพัฒนาการด้านดนตรีในแต่ละช่วงวัยดีขึ้นในอนาคตต่อไป

3. กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ

กิจกรรมการเคลื่อนไหวเป็นกิจกรรมที่จัดให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างอิสระตามจังหวะโดยใช้เสียงเพลงคำคล้องจอง ซึ่งจังหวะดนตรีที่ใช้ประกอบได้แก่ เสียงตบมือ เสียงเพลง เสียงเคาะไม้ เคาะเหล็กกลอง มาประกอบการเคลื่อนไหว เพื่อส่งเสริมให้เกิดจินตนาการ ความคิดสร้างสรรค์ซึ่งเด็กวัยนี้ร่างกายกำลังอยู่ในระหว่างพัฒนาการใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกาย ยังไม่ผสมผสานหรือสัมพันธ์กันอย่างสมบูรณ์ ตามลักษณะการเคลื่อนไหวของเด็ก เช่น 1)ช้า ได้แก่ การตีกลอง 2)เร็ว ได้แก่ การวิ่ง 3)นุ่มนวล ได้แก่ การไหว้ การบิน 4)ซิงซัง ได้แก่ การกระต๊อบเท้าต่างๆ ตีกลองต่างๆ 5)รำเรงมีความสุข ได้แก่ การตบมือ หัวเราะ และ 6)เศร้าโศกเสียใจ ได้แก่ สีหน้า ท่าทาง (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2560)

ทักษะการเคลื่อนไหวสำหรับเด็กโดยธรรมชาติของเด็กเล็ก อายุ 3-5 ปี เป็นช่วงอายุที่กำลังอยากรู้อยากเห็น และมีพลังในตัวอย่างมากมาย ขอบวิ่ง และปีนป่าย ดังนั้นกิจกรรมการเคลื่อนไหวสำหรับเด็กในช่วงอายุนี้มีความจำเป็นอย่างมาก การให้เด็กนั่งนิ่งๆ อยู่กับที่อาจเป็นกิจกรรมไม่เหมาะสมมากนัก เด็กบางคนจะสามารถเรียนรู้ได้ดีขึ้นถ้ามีการเคลื่อนไหว บางโรงเรียนได้เปลี่ยนเก้าอี้แบบนั่งธรรมดาทั่วไปของเด็กเล็กให้เป็นลูกบอลยางใบใหญ่ๆ ให้เด็กนั่ง และสามารถขยับหรือโยกตัวกับลูกบอลได้ระหว่างเรียน การสอนทักษะการเคลื่อนไหวให้กับเด็กในวัยนี้จึงมีความสำคัญเป็นอย่างมาก เพราะทักษะพื้นฐานจะติดตัวเด็กไปจนโต ตลอดจนถ้าครูสามารถปลูกฝังให้เด็กมีทัศนคติที่ดีต่อกีฬาหรือการออกกำลังกายจะทำให้เด็กเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ ที่รักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาต่อไปได้ (ณัฐพร สุตดี, 2562)

เด็กปฐมวัยเป็นวัยที่สมองและร่างกายกำลังเจริญเติบโตซึ่งการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายจะปรากฏออกมาในลักษณะของสุขภาพอนามัยในด้านรูปร่างและสัดส่วนของร่างกายโดยเด็ก 1-6 ปี จะมีความเจริญเติบโตทางร่างกายในระดับสูงซึ่งจะเป็นไปตามวัยของเด็ก เช่น เด็ก 4 ปีจะสามารถเดินลงบันไดแบบสลับเท้าได้ดีกว่าเด็กอายุ 3 ปี และจะกระโดดด้วยเท้าข้างเดียวหรือในการกระโดดสลับเท้า เมื่ออายุ 5 ปีขึ้นไปควรส่งเสริมพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อใหญ่ กล้ามเนื้อใหญ่นับว่าเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการพัฒนาทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย โดยธรรมชาติของเด็กชอบการเคลื่อนไหวมาตั้งแต่เกิดโดยไม่ได้ได้รับการฝึกหัดเช่น การเดินไปมา การไขว่คว้า เป็นต้น การเคลื่อนไหวร่างกายของเด็กจะเริ่มจากศีรษะไปยังส่วนเท้าจากลำตัวไปยังแขน มือและนิ้วจากสะโพกไปขาจนกระทั่งถึงปลายเท้าการทำงานของกล้ามเนื้อใหญ่นี้จะนำไปสู่การควบคุมการทำงานของกล้ามเนื้อและจะมีผลไปสู่พื้นฐานการเรียนรู้ขั้นต่อไปและในเด็กปฐมวัยไม่สามารถควบคุมร่างกายให้อยู่นิ่งได้เด็กจึงมีการแสดงพฤติกรรมที่เป็นการเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา เช่น การเดิน วิ่งกระโดด ปีนป่าย เป็นต้น จากกิจกรรมต่างๆ ที่เด็กเคลื่อนไหวนั้นมักจะใช้กล้ามเนื้อแขนขาและลำตัว ซึ่งความสามารถในการควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายจำเป็นต้องจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ของเด็กที่สนองความต้องการ ความสนใจ ความปลอดภัย เด็กมีโอกาได้เลือกเล่น เรียนรู้ที่หลากหลาย มีการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมพัฒนาการการเรียนรู้ของเด็ก โดยครูเป็นผู้ชี้แนะสนับสนุน เรียนรู้ร่วมกับเด็กได้ลงมือปฏิบัติค้นพบด้วยตนเอง (สิริมา ภิญโญอนันตพงษ์, 2550)

3.1 ความสำคัญของกิจกรรมการเคลื่อนไหวสำหรับเด็กปฐมวัย

กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เป็นกิจกรรมที่จัดให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างอิสระตามจังหวะโดยใช้เสียงเพลง คำคล้องจอง จังหวะและดนตรีที่ใช้ประกอบ ได้แก่ เสียงตบมือ เสียงเพลง เสียงเคาะไม้ เสียงเคาะเหล็ก รำมะนา กลอง เป็นต้น มาประกอบในการเคลื่อนไหว เพื่อส่งเสริมให้เด็กเกิดจินตนาการ ความคิดสร้างสรรค์และส่งเสริมพัฒนาทางด้านร่างกาย โดยเฉพาะกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ได้แก่ แขน ขา ลำตัว และการประสานสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อต่างๆ การเคลื่อนไหวและจังหวะมีความสำคัญและจำเป็นอย่างมากสำหรับมนุษย์โดยเฉพาะในสภาพสังคมปัจจุบันที่เต็มไปด้วยการต่อสู้และการแข่งขัน

ทำให้คนมีความเครียดมากขึ้นการผ่อนคลายด้วยการเคลื่อนไหวหรือการร้องเพลงจะทำให้คนเราสามารถผ่อนคลาย (จันทร์กฤษณา ผลวิวัฒน์, 2556)

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ (2560) ได้อธิบายความสำคัญของการเคลื่อนไหวไว้ ดังนี้ 1) เพื่อพัฒนาอวัยวะทุกส่วนให้มีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดีในการเคลื่อนไหว 2) เพื่อสนองความต้องการตามธรรมชาติ ความสนใจ และความพอใจของเด็ก 3) เพื่อให้เกิดความซาบซึ้ง และมีสุนทรียภาพในการเคลื่อนไหวตามจังหวะ 4) เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียด 5) เพื่อให้ได้รับประสบการณ์ สนุกสนาน รื่นเริงจากการเล่นกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะแบบต่างๆ 6) เพื่อพัฒนาด้านสังคม การปรับตัว และความร่วมมือในกลุ่ม 7) เพื่อให้โอกาสเด็กได้แสดงออกและมีความคิดสร้างสรรค์ การจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะเป็นสิ่งจำเป็นต่อการพัฒนาการเด็ก การสอนการเคลื่อนไหวและจังหวะให้แก่เด็ก เปิดโอกาสให้เด็กได้เรียนรู้การตอบสนองและการใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกายมาผสมผสานกับดนตรี โดยมีปัจจัยในการบูรณาการดนตรีในห้องเรียน 4 ประการ ได้แก่ ความสามารถด้านสติปัญญาและความฉลาดความเชี่ยวชาญในการใช้ทักษะด้านร่างกาย พัฒนาด้านอารมณ์-จิตใจ (พรพิมล เวสสวรรค์ และศศิลักษณ์ ชัยนกิจ, 2558)

3.2 ลักษณะของการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวสำหรับเด็กปฐมวัย

ลักษณะของกิจกรรมของการเคลื่อนไหวจำแนกได้ 3 ประเภทใหญ่ๆ ดังนี้

1. การเคลื่อนไหวพื้นฐาน เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายที่ต้องใช้กล้ามเนื้อใหญ่ เพื่อให้ร่างกายได้ใช้กลไกทั้งหมดทำให้เกิดการกระตุ้นระบบการท างานของร่างกาย จำแนกได้เป็น 2 ลักษณะ

1.1 การเคลื่อนไหวพื้นฐาน เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายที่ต้องใช้กล้ามเนื้อใหญ่และเล็ก เพื่อให้ร่างกายได้ใช้กลไกทั้งหมดทำให้เกิดการกระตุ้นการท างานของร่างกาย จำแนกเป็น 2 ลักษณะ

1.1.1 การเคลื่อนไหวแบบอยู่กับที่ (Nonlocomotor Movement) เป็นการเคลื่อนไหวที่ร่างกายไม่ต้องเคลื่อนไหวจากที่หนึ่งไปที่หนึ่ง ได้แก่ การตบมือ ผงกศีรษะ ขยับตา ชันเข่า เคาะเท้า การเคลื่อนไหวมือและแขน การเคลื่อนไหวมือและนิ้วมือ หรือการเคลื่อนไหวเท้าและปลายเท้า

1.1.2 การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ (locomotor Movement) เป็นการเคลื่อนไหวที่ย้ายร่างกายจากจุดหนึ่งไปอีกจุดหนึ่ง ได้แก่ การเดิน การวิ่ง การกระโดด การคลาน การเคลื่อนไหวประกอบอุปกรณ์ขณะทำกิจกรรม การเคลื่อนไหวประกอบจังหวะ การเคลื่อนไหวประกอบดนตรี เพลง เพื่อให้เด็กเกิดสุนทรียกับจังหวะดนตรี และการเคลื่อนไหวที่งดงาม

2. การเคลื่อนไหวกับอุปกรณ์ เป็นการเคลื่อนไหวโดยใช้อุปกรณ์ร่วมทำกิจกรรม เพื่อให้เด็กเกิดกิจกรรมกลไกของร่างกาย ลักษณะของการเคลื่อนไหวนี้จำแนกเป็น 3 ลักษณะ คือ

2.1 การทำให้วัตถุที่อยู่นิ่งเคลื่อนที่

2.2 การหยุดวัตถุเคลื่อนที่เป็นกิจกรรมของเด็กที่ฝึกให้เด็กรับหรือหยุดวัตถุที่กำลังเคลื่อนที่มาหา

2.3 การเคลื่อนที่ไปพร้อมวัตถุ

3. การเคลื่อนไหวประกอบจังหวะตามภาษาเด็กปฐมวัย เรียกว่า กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะกิจกรรมนี้มีดนตรี เพลง หรืออุปกรณ์เคาะจังหวะประกอบ สิ่งที่น่าหวังเพื่อให้เด็กมีสุนทรีย์กับจังหวะ ดนตรี และการเคลื่อนที่ดังตาม

3.3 ขั้นตอนการสอนในกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ

จากการสังเกตพัฒนาขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะประกอบด้วย 3 ขั้นดังนี้
ขั้นที่ 1 การเคลื่อนไหวพื้นฐาน เป็นการสร้างข้อตกลงและอธิบายกติกาของกิจกรรมและให้เด็กเคลื่อนไหวตามสัญญาณของครู

ขั้นที่ 2 การเคลื่อนไหวที่สัมพันธ์กับเนื้อหา เป็นที่ครูให้เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะที่ครูเคาะ และให้เด็กเคลื่อนไหวประกอบเพลง โดยบูรณาการเนื้อหาให้สอดคล้องกับหน่วยการเรียนรู้

ขั้นที่ 3 การผ่อนคลายกล้ามเนื้อเป็นการให้เด็กเคลื่อนไหวในท่าที่ผ่อนคลายและสนทนาเกี่ยวกับประสบการณ์ที่ได้ในการปฏิบัติ (กุลยา ตันติผลาชีวะ, 2551)

จากการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะจากที่กล่าวมาจึงเห็นได้ว่าเป็นกิจกรรมที่จัดให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายผสมผสานกับดนตรี ทำให้เด็กมีความสุขสนุกสนานเพลิดเพลินและเปิดโอกาสให้เด็กได้เรียนรู้จากประสบการณ์ที่เด็กได้รับ กิจกรรมเคลื่อนไหวมีลักษณะที่สรุปได้คือการเคลื่อนไหวพื้นฐานการเคลื่อนไหวกับอุปกรณ์ และการเคลื่อนไหวประกอบจังหวะตามภาษาเด็กปฐมวัย กิจกรรมดังกล่าวเป็นการพัฒนามิติทักษะการเคลื่อนไหวสำหรับเด็กโดยธรรมชาติของเด็กปฐมวัย อายุ 3-6 ปี เป็นช่วงอายุที่กำลังอยากรู้อยากเห็น และมีพลังในตัวอย่างมากมาย ชอบวิ่ง ชอบกระโดด และชอบเคลื่อนไหว เด็กปฐมวัยเป็นวัยที่สมองและร่างกายกำลังเจริญเติบโตจะปรากฏในลักษณะของสุขภาพอนามัยด้านรูปร่างและสัดส่วนของร่างกายมีความแข็งแรงพร้อมที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคตอย่างมีคุณภาพต่อไป

4. พัฒนาทักษะทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย

การเปลี่ยนแปลงความสามารถของร่างกายในการเคลื่อนไหวสุขภาพอนามัยที่ดี รวมถึงการใช้มือกับตาที่ประสานสัมพันธ์กันในการทำกิจกรรมต่างๆ เป็นพัฒนาการที่เป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นของร่างกายในด้านโครงสร้างของร่างกาย ด้านความสามารถในการเคลื่อนไหว และด้านความรู้สึกสุขภาพอนามัยที่ดีรวมถึงการใช้สัมผัสรับรู้ การใช้ตาและมือประสานกันในการทำกิจกรรมต่างๆ เด็กอายุ 3-5 ปีมีการเจริญเติบโตรวดเร็วโดยเฉพาะในเรื่องน้ำหนักและส่วนสูง กล้ามเนื้อใหญ่จะมีความก้าวหน้ามากกว่ากล้ามเนื้อเล็ก สามารถบังคับการเคลื่อนไหวของร่างกายได้ดี มีความคล่องแคล่วว่องไวในการเดินสามารถวิ่ง กระโดด ควบคุมและบังคับการทรงตัวได้ดีจึงชอบเคลื่อนไหว ไม่หยุดนิ่ง พร้อมทั้งจะออกกำลัง

และเคลื่อนไหวในลักษณะต่างๆ ของกล้ามเนื้อใหญ่ทำให้มีการพัฒนาทักษะทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัยอยู่ตลอดเวลา ส่วนกล้ามเนื้อเล็กและความสัมพันธ์ระหว่างตาและมือยังไม่สมบูรณ์ การสัมผัสหรือการใช้มือมีความละเอียดขึ้น ใช้มือหยิบจับสิ่งของต่างๆ ได้มากขึ้น ถ้าเด็กไม่เครียดหรือกังวลจะสามารถทำกิจกรรมที่พัฒนากล้ามเนื้อเล็กได้ดีและนานขึ้นซึ่งมีทักษะการใช้กล้ามเนื้อใหญ่และทักษะการใช้กล้ามเนื้อเล็กทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย ดังนี้

4.1 ทักษะการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย เด็กสามารถวิ่งได้อย่างราบรื่น วิ่งก้าวกระโดดได้ กระโดดด้วยสองขาพ้นจากพื้น ถีบ จับ ขว้างลูกบอลกระดอนได้ ปีนป่ายเครื่องเล่นสนามได้ เป็นการพัฒนาความแข็งแรง การทรงตัวการยืดหยุ่นความคล่องแคล่วในการใช้วิธีต่างๆ การประสานสัมพันธ์ และจังหวะการเคลื่อนไหวในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่โดยจัดกิจกรรมให้เด็กได้เล่นอิสระกลางแจ้ง เล่นเครื่องเล่นสนาม เล่นปีนป่ายอย่างอิสระ และเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะดนตรีเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้เด็กมีร่างกายแข็งแรงมีการทรงตัวที่ดี มีการยืดหยุ่นและความคล่องแคล่วในการใช้วิธีต่างๆ ตามจังหวะการเคลื่อนไหวและการประสานสัมพันธ์กัน (คู่มือหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย, 2560)

4.2 ทักษะการใช้กล้ามเนื้อเล็กทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย เด็กสามารถใช้มือประสานสัมพันธ์กับตา และหยิบจับอุปกรณ์ วาดภาพและเขียนวาดภาพคน มีแขน ขา และส่วนต่างๆ ของร่างกาย ตัดตามรอยเส้นและรูปต่างๆ เขียนตามแบบอย่างได้เป็นการพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ นิ้วมือ และการประสานสัมพันธ์ระหว่างมือกับตาได้อย่างคล่องแคล่ว โดยจัดกิจกรรมให้เด็กได้เล่นเครื่องเล่นสัมผัสฝึกช่วยเหลือตนเองในการแต่งกายการหยิบจับสิ่งของและอุปกรณ์ต่างๆ เช่น ซ้อน ส้อม สีเทียน กรรไกร พู่กันดินเหนียว (หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย, 2560)

5. พัฒนาการด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย

การเจริญเติบโตทางด้านร่างกายปรากฏออกมาในภาพของสุขภาพอนามัยในด้านรูปร่างและสัดส่วนของร่างกาย ส่วนเด็ก 1-6 ปีจะเป็นไปในอัตราคงที่และมีความเจริญของร่างกายในส่วนที่พัฒนา ทำให้ร่างกายเคลื่อนไหวคล่องแคล่วได้ดีขึ้น แยกเป็น 2 ส่วนคือ กล้ามเนื้อใหญ่ เด็กปฐมวัยจะมีอัตราพัฒนาเป็นไปตามวัย เช่นเด็กอายุ 4 ปีจะสามารถเดินลงบันไดแบบสลับเท้าได้ดีกว่าเด็กอายุ 8 ปี กระโดดด้วยเท้าข้างเดียวหรือในการกระโดดสลับเท้าเมื่ออายุ 5 ปีขึ้นไป การส่งเสริมพัฒนาการเด็กในด้านกล้ามเนื้อใหญ่ เช่น การยืนการเดิน การวิ่ง การกระโดด การโยน การรับลูกบอล และการเตะลูกบอล เป็นธรรมชาติและความต้องการของเด็กปฐมวัย (สิริมา ภิญญอนันตพงษ์, 2550)

พัฒนาการทางด้านร่างกายเป็นพัฒนาการที่สำคัญด้านหนึ่งของเด็กปฐมวัย เพราะพัฒนาการทางด้านร่างกายเป็นพัฒนาการที่สร้างเสริมความมั่นใจให้กับเด็ก เด็กที่มีวุฒิภาวะตามวัยที่สมบูรณ์ส่วนหนึ่งเกิดจากการที่เด็กมีรูปร่าง มีร่างกายที่สมบูรณ์ และมีสมรรถนะทางกายที่ทัดเทียมกับผู้อื่น การที่เด็กได้รับ

กิจกรรมพัฒนาทางกายที่ถูกต้อง นอกจากสร้างเสริมร่างกายให้แข็งแรงแล้ว ยังช่วยให้เด็กเคลื่อนไหว และใช้ลักษณะท่าทางที่ถูกต้องเมื่อเติบโตขึ้น (กุลยา ตันติผลาชีวะ, 2551)

พัฒนาการทางกายเป็นการที่ได้มีการเปลี่ยนแปลง คือ มีร่างกายสูงขึ้น มีน้ำหนักเพิ่มขึ้น กล้ามเนื้อมีกำลังมากขึ้น ระบบประสาทต่างๆ ทำหน้าที่ถูกต้องตามระบบ พัฒนาการทางการเคลื่อนไหวของเด็กในระยะ 2 ปีแรกเกิดขึ้นต่อกันเป็นลำดับ(Locomotion) และการใช้มือจับต้องสิ่งของพฤติกรรมเหล่านี้จะเกิดขึ้นเป็นลำดับ (วิณี ชิดเชิดวงศ์, 2537: 154)

พัฒนาการด้านร่างกาย หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงลักษณะ หรือ การทำหน้าที่ของระบบอวัยวะต่างๆ ทั้งภายในและภายนอกร่างกาย ซึ่งมีผลต่อเนื่องมาจากการเจริญเติบโตที่สามารถวัดหรือทดสอบความเจริญก้าวหน้าในการทำงานของระบบต่างๆ นั้นได้(นงคันทุส พรหมจุล, 2554)

พัฒนาการทางกายเป็นการเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย มีการเพิ่มจำนวน และขนาดของเซลล์ การเจริญเติบโตนี้สามารถวัดได้จากน้ำหนัก ความยาวความกว้างและความหนา(อรพรรณ สุมานัส, 2539)

การส่งเสริมพัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย

1. เด็กควรได้รับอาหารที่หลากหลายครบ 5 หมู่ เพื่อให้มีน้ำหนักและส่วนสูงตามเกณฑ์ อย่างไรก็ตามควรระวังทั้งการขาดสารอาหารและโรคอ้วน ควรดื่มนมรสจืดหรือนมพร่องไขมัน วันละ 2-3 แก้ว และควรหลีกเลี่ยงเครื่องดื่มรสหวานหรือน้ำอัดลม

2. ควรปลูกฝังให้เด็กมีนิสัยการกินที่ถูกต้อง เช่น รับประทานอาหารเช้าไม่รับประทานอาหารเช้า เด็กวัยนี้สามารถซื้ออาหารได้เอง ผู้เลี้ยงดูควรเป็นตัวอย่างที่ดีในการรับประทานและเลือกซื้ออาหาร

3. ควรส่งเสริมให้ออกกำลังกายสม่ำเสมอวันละ 30-60 นาที

4. ควรกำหนดเวลาการใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์นอกเหนือจากใช้เพื่อการศึกษาไม่เกิน 1-2 ชั่วโมงต่อวัน ไม่ควรใช้ขณะรับประทานอาหาร และก่อนเข้านอน

5. ควรส่งเสริมให้เด็กได้ทำกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกายที่ซับซ้อนขึ้น เช่น ดนตรี กีฬา เพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและการทำงานของระบบประสาทที่มีการทำงานประสานกันได้มากขึ้น

6. ควรกำหนดเวลาเข้านอนและกิจกรรมก่อนนอนให้เป็นกิจวัตร เด็กอายุ 6-9 ปีควรนอน 9-12 ชั่วโมงต่อวัน ส่วนเด็กอายุ 9-12 ปี ควรนอน 9-10 ชั่วโมงต่อวัน

7. ควรได้รับการตรวจโดยแพทย์ ในช่วงอายุ 6 ปี 8 ปี และ 10 ปี เพื่อประเมินการเจริญเติบโต ประเมินการเข้าสู่วัยหนุ่มสาว ตรวจคัดกรองการมองเห็น ตรวจคัดกรองการได้ยิน และตรวจคัดกรองภาวะซีด (อายุ 4-6 ปี)

8. ควรพบทันตแพทย์ เพื่อตรวจสุขภาพช่องปากและฟันทุก 6 เดือน

9. ควรเริ่มสอนเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่น การดูแลตนเอง เปิดประเด็นให้เด็กซักถาม

10. ครูควรมีการตรวจประเมินพัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็กอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง จากเนื้อหาข้างต้นที่กล่าวว่าพัฒนาทักษะทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย จะดีได้นั้นขึ้นอยู่กับ การจัดกิจกรรม ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวเป็นการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย ทำให้มีสุขภาพอนามัยที่ดี มีทักษะในการใช้กล้ามเนื้อขนาดใหญ่ โดยการกระโดด การวิ่ง การเต้น การทำท่าทางประกอบ การเคลื่อนไหว ส่วนทักษะในการใช้กล้ามเนื้อเล็กสามารถปฏิบัติได้ดีในเรื่องการตัดกระดาษด้วยกรรไกร การฉีก การปะ การติด การปั้น การวาดภาพเกี่ยวกับศิลปะต่างๆ เป็นต้น แต่ถึงอย่างไรก็ตามในกิจกรรม การต่างๆ ที่จะพัฒนาทักษะทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัยก็ขึ้นอยู่กับหลายปัจจัย เช่น การรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ การนอนให้เป็นเวลา การตรวจสุขภาพร่างกายอย่างสม่ำเสมอ เป็นต้น สิ่งที่กำลังกล่าวมานี้ ถ้าทำได้ก็จะส่งผลถึงการเจริญเติบโตของร่างกายให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นไป

6. สรุป

ดนตรี กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ เพื่อส่งเสริมพัฒนาทักษะทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย โดยการประยุกต์ใช้ดนตรี กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะให้ถูกต้องตามช่วงวัยและพัฒนาการของเด็ก เด็กปฐมวัยเป็นช่วงวัย 3-6 ปี เป็นวัยแรกเริ่มแห่งการเจริญเติบโต ทั้งทางด้านสมองซีกขวาและซีกซ้าย ซึ่งเซลล์ประสาทจะส่งกระแสประสาทไปในส่วนต่างๆ ของสมอง สมองจะสั่งการทำให้เกิดการเคลื่อนไหว ของร่างกาย เช่นการเดิน การวิ่ง การกระโดด การก้าวกระโดด การควมบ้า การสไลด์การกระโจน การทรงตัว และการปีนป่าย พร้อมทำกิจกรรมที่ต้องใช้แรง พัฒนาการทางร่างกายเป็นพัฒนาการที่สร้างเสริมความ มั่นใจให้กับเด็กปฐมวัยทำให้เด็กที่มีวุฒิภาวะตามวัยที่สมบูรณ์ ส่วนหนึ่งเกิดจากการที่เด็กมีรูปร่าง มีร่างกายที่สมบูรณ์ และมีสมรรถนะทางกายสามารถบังคับการเคลื่อนไหวของร่างกายได้ดี ในส่วนของทักษะการ ใช้กล้ามเนื้อขนาดใหญ่และทักษะการใช้กล้ามเนื้อเล็กทางด้านร่างกายของเด็กปฐมวัย ทำให้เด็กปฐมวัยมี ความสมบูรณ์แบบในการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีความสุขและแสดงออกผ่านดนตรีและการเคลื่อนไหว

ดังนั้น ดนตรี เป็นส่วนที่สำคัญที่ทำให้เด็กมีอารมณ์และจิตใจก่อเกิดความสุขสนุกสนานเพลิดเพลิน เมื่อเพลิดเพลินไปกับเสียงดนตรีแล้วทำให้เด็กเริ่มมีกิจกรรมต่างๆ เกิดขึ้นผ่านการเคลื่อนไหวตามจังหวะดนตรี เสียงเพลง เด็กเกิดจินตนาการ เกิดความคิดสร้างสรรค์ในการเคลื่อนไหวร่างกายและยังสามารถเล่นร่วมกับ เพื่อนได้อย่างมีความสุข ทำให้เด็กมีพัฒนาการครบทุกด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์จิตใจ ด้านสังคม และ ด้านสติปัญญา และยังทำให้เด็กมีทักษะต่างๆ ร่วมถึงการเจริญเติบโตตามวัยที่สมบูรณ์ในอนาคตสืบต่อไป

7. บรรณานุกรม

กุลยา ตันตผลาชีวะ. (2551). การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มิตรสัมพันธ์ กราฟฟิค.

- กุลยา ตันติผลาชีวะ. (2551). **การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย**. กรุงเทพฯ : เบรินเบสบุ๊กส์.
- จันทร์กฤษณา ผลวิวัฒน์. (2556). **การเรียนรู้พิเศษสำหรับเด็กปฐมวัย**. สืบค้นเมื่อ 13 สิงหาคม 2564.
จาก <http://taamkru.com/webboard>
- ณัฐพร สุกดี. (2562). **ทักษะและเทคนิคการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวสำหรับเด็กเล็ก**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เทพรัตน์ พานิชยิ่ง. (2553). **ผลของการใช้กิจกรรมดนตรีตามแนวคิดของออร์ฟ ที่มีต่อความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนระดับปฐมวัยโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร (ฝ่ายประถม) เขตวัฒนากรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นงคินุช พรรณทูล. (2554). **ผลการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะที่เน้นท่าท่างชัดเจนเชิงประยุกต์เพื่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็กปฐมวัย**. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาศาสตร์. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พรพิมล เวสสวรรค์ และศศิลักษณ์ ชัยนิกิจ. (2558). **ผลของการจัดกิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะโดยใช้แนวคิดการเต้นเชิงสร้างสรรค์ที่มีต่อความคิดสร้างสรรค์ของเด็กอนุบาล**. *วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา*. 10(2). 63-73.
- เยาวรัตน์ รัตนธรรม. (2561). **การเพิ่มการรับรู้ด้านมิติสัมพันธ์และความใส่ใจของนักเรียนปฐมวัยโดยใช้กิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกาย**. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางวิทยาการปัญญา. วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา : มหาวิทยาลัยบูรพา.
- วิณี ชิตเชตวงศ์. (2537). **การศึกษาเด็ก**. กรุงเทพฯ : รุ่งเรืองสาส์นการพิมพ์.
- สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ. (2560). **การจัดกิจกรรมที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้**. กรุงเทพฯ : ศรุสภาลาดพร้าว.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2560). **แนวทางการจัดการเรียนรู้ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์สหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สิริมา ภิญโญอนันตพงษ์. (2550). **การศึกษาปฐมวัย**. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.
- _____. (2550). **เอกสารประกอบการสอน การประเมินผลแนวใหม่ที่เน้นเด็กเป็นสำคัญ : การประเมินสร้างความรู้จักนักเรียน**. สาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อรพรรณ สุมานัส. (2539). **ปัจจัยบางประการที่เกี่ยวข้องกับอายุครรภ์ พัฒนาการทางกายและสุขภาพของเด็กแรกเกิด**. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.