ผลการใช้สื่อวีดิทัศน์ เพื่อประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษา
เรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ

The results of the usage video learning materials for physical education
course to catch the handball although
one-handed by getting the handball overhead

พัศพงศ์ จิรพัฒนพงศ์

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา

ปีการศึกษา 2563

ชื่อเรื่อง	ผลการใช้สื่อวีดิทัศน์ เพื่อประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษา เรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ
ผู้วิจัย	พัศพงศ์ จิรพัฒนพงศ์
กลุ่มสาระการเรียนรู้	สุขศึกษาและพลศึกษา
ปีการศึกษา	2563

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้สื่อวีดิทัศน์ประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษา เรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัย คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง จำนวน 60 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยมีเกณฑ์การคัดเข้าคือ 1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะน้อยที่สุด 2 ห้อง โดยคะแนนเฉลี่ยห้องที่น้อยที่สุดจะเลือกให้เป็นกลุ่มทดลอง 30 คน และห้องที่ได้คะแนนเฉลี่ยที่น้อยที่สุดรองลงมาเป็นกลุ่มควบคุม 30 คน สถิติที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบที (t-test Independent) ผลการวิจัยพบว่าการจัดการเรียนรู้โดยใช้สื่อควบคู่การจัดการเรียนรู้ไปด้วยในกลุ่มทดลองจะส่งผลให้นักเรียนมีผลการทดสอบที่ดีกว่าการจัดการเรียนรู้โดยไม่ใช้สื่อวิดีทัศน์ในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : สื่อวีดิทัศน์, กีฬาแฮนด์บอล

คำนำ

รายงานการวิจัย เรื่องผลการใช้สื่อวีดิทัศน์ เพื่อประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษาเรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าและจัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์ ทำให้ทราบผลจากการใช้สื่อวีดิทัศน์เพื่อมาแก้ไขปัญหาการจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษาในสถาณการณ์การเรียนที่ไม่ปกติมีหลากหลายรูปแบบ อีกทั้งยังเป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าข้อมูลวางแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาต่อไปในอนาคต ซึ่งผลการวิจัยและข้อเสนอแนะต่างๆ จะเป็นประโยชน์ต่อผู้เกี่ยวข้องไม่มากก็น้อยในการนำวิจัยไปประยุกต์ ใช้เพื่อให้เกิดความเหมาะสม ตลอดจนเกิดแนวทางในการปรับปรุงพัฒนางานวิจัยในรายวิชาหรือผู้ที่เกี่ยวข้องต่อไป

พัศพงศ์ จิรพัฒนพงศ์
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อ..... ก

คำนำ..... ข

สารบัญ..... ค

บทที่ 1 บทนำ..... 1

ภูมิหลัง..... 1

ความมุ่งหมายของการวิจัย..... 3

ความสำคัญของการวิจัย..... 3

ขอบเขตของการวิจัย..... 3

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย..... 3

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย..... 3

ตัวแปรที่ศึกษา..... 3

นิยามศัพท์เฉพาะ..... 4

กรอบแนวคิดการวิจัย..... 4

สมมติฐานในการวิจัย..... 4

บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... 5

ความหมายของสื่อวีดิทัศน์..... 5

การสร้างสื่อวีดิทัศน์..... 6

ประวัติกีฬาแฮนด์บอล..... 7

ทักษะการจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งบอลมือเดียวเหนือศีรษะ..... 9

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... 13

บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า..... 15

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง..... 15

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย..... 15

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย..... 15

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย..... 15
การสร้างเครื่องมือในการวิจัย..... 15
การเก็บรวบรวมข้อมูล..... 16
การจัดกระทำข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล..... 16
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล..... 17
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล..... 17
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล..... 17
บทที่ 5 สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ..... 19
ความมุ่งหมายของการวิจัย..... 19
ความสำคัญของการวิจัย..... 19
ขอบเขตของการวิจัย..... 19
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย..... 19
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย..... 19
ตัวแปรที่ศึกษา..... 19
วิธีดำเนินการ..... 20
เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย..... 20
การสร้างเครื่องมือในการวิจัย..... 20
การเก็บรวบรวมข้อมูล..... 20
การจัดกระทำข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล..... 20
สรุปผล..... 21
อภิปรายผล..... 21
ข้อเสนอแนะ..... 21
ข้อเสนอแนะที่ได้จากงานวิจัย..... 21
ข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยครั้งถัดไป..... 22
บรรณานุกรม..... 23
ภาคผนวก..... 25

บทที่ 1
บทนำ

ภูมิหลัง

กระทรวงศึกษาธิการ ได้กำหนดรูปแบบการจัดการเรียนการสอนสำหรับโรงเรียนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ใน 3 รูปแบบ ซึ่งโรงเรียนสามารถเลือกรูปแบบการจัดการเรียนการสอนโดยพิจารณาตามความเหมาะสมและบริบทของโรงเรียน ดังนี้ 1. การเรียนในชั้นเรียน (On-Site) 2. การเรียนผ่านโทรทัศน์ (On-Air) 3. การเรียนการสอนแบบออนไลน์ (Online) (กระทรวงศึกษาธิการ, 2563) ซึ่งฝ่ายบริหารโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา ได้ตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลนักเรียน ผู้ปกครอง ครูและบุคลากรทางการศึกษา จึงกำหนดการจัดการเรียนรู้ให้มีแนวทางเป็นไปตามที่ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการได้กำหนด และได้เลือกใช้รูปแบบการจัดการเรียนการสอนแบบผสมผสานโดยแบ่งกลุ่มในชั้นเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม สลับวันมาเรียน ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2563 ตามคำสั่งโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา ที่ 143/2563 เรื่อง การแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2563 โดยให้ครูผู้สอน มีหน้าที่ดังต่อไปนี้

1. ศึกษา วิเคราะห์หลักสูตร มาตรฐานการเรียนรู้ เพื่อวางแผนการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบที่กำหนด
2. จัดทำโครงสร้างรายวิชาสอน เนื้อหาสาระการเรียนรู้ แบบทดสอบก่อนเรียน-หลังเรียน แบบฝึกหัด ภาระงาน ชิ้นงาน แบบทดสอบและเอกสารอื่นๆ ตามความเหมาะสมให้ตรงตามตัวชี้วัด หรือผลการเรียนรู้ของรายวิชาที่ได้รับมอบหมาย
3. จัดทำบทเรียนออนไลน์หรือสื่อออนไลน์ให้นักเรียนนักศึกษาเมื่อนักเรียนเรียนออนไลน์อยู่ที่บ้าน ในรายวิชาที่ได้รับมอบหมาย
4. ตรวจสอบการเข้าเรียนของนักเรียนด้วยระบบออนไลน์ในรายวิชาที่ได้รับมอบหมายรวมไปถึงการติดตามงานที่มอบหมายให้นักเรียน
5. ปฏิบัติการสอนในคาบสอนของรายวิชาที่ได้รับมอบหมายอย่างเคร่งครัด

6. รายงานปัญหาการดำเนินการให้กับฝ่ายบริหารทราบ

7. หน้าที่อื่นๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย

การเรียนการสอนเป็นกิจกรรมหลายประเภทที่ครูและผู้เรียนได้ปฏิบัติร่วมกัน เพราะนอกจากการสอนจะหมายถึง การให้ ความรู้ ข้อมูล ข้อเท็จจริง และประสบการณ์ต่างๆแล้ว การสอนยังเป็นการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างครูกับผู้เรียน เกี่ยวกับเรื่องของวิชาการ คือ เนื้อหาความรู้ตลอดจนความประพฤติ ความรู้สึกนึกคิด ทัศนคติ ความเชื่อ และค่านิยมต่างๆ ซึ่งมุ่งเน้นผู้เรียนโดยสำคัญ (วาสนา, 2542) ซึ่งการสอนในรายวิชาพลศึกษามรูปแบบการเรียนการสอนที่มุ่งเน้นในการฝึกปฏิบัติ โดยมีจุดมุ่งหมาย แบ่งเป็น พุทธิวิสัย เจตคติวิสัย ทักษะวิสัย สมรรถภาพทางกายวิสัยและสังคมวิสัย (คุณลักษณะที่พึงประสงค์)

การสอนพลศึกษาโดยใช้วีดิทัศน์เป็นสื่อการเรียนการสอน เป็นอีกวิธีการหนึ่งที่นิยมใช้กันโดยทั่วไป การใช้สื่อวีดิทัศน์ นับเป็นเทคโนโลยีการศึกษาที่ให้ความสะดวกทั้งผู้สอนและผู้เรียนทั้งนี้เพราะผู้สอนมีจำนวนจำกัดและวีดิทัศน์ประกอบการเรียนสามารถแพร่ภาพและเสียงไปตามห้องเรียนต่างๆหรือตามบ้านได้เป็นสื่อการสอนที่สามารถนำสื่อหลายอย่างมาใช้ร่วมกันได้อย่างสะดวกเป็นการใช้สื่อประสมเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่สมบูรณ์ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนการสอนโดยเชิญผู้เชี่ยวชาญหรือผู้มีความสามารถพิเศษในแต่ละแขนงมาเป็นผู้สอนทางวีดีทัศน์ได้ นอกจากนี้วีดิทัศน์ยังสามารถสาธิต(Demonstrate) ได้อย่างชัดเจนสามารถทำให้ผู้เรียนได้เห็นสิ่งที่ต้องการเน้นได้โดยเทคนิคการถ่ายในระยะใกล้(Close-up) เพื่อขยายภาพหรือวัสดุสิ่งของให้ผู้เรียนได้เห็นทั่วถึงกันทุกคนได้อย่างชัดเจนช่วยปรับปรุงเทคนิคการสอนของครูเช่นในการใช้สอนแบบจุลภาคและเป็นสื่อที่สามารถนำภาพที่เป็นรูปธรรมมาประกอบการสอนได้อย่างสะดวกและรวดเร็วช่วยให้ผู้เรียนได้รับความรู้ที่ทันสมัยและรู้เท่าทันต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคมเพราะสามารถแพร่ภาพและเสียงของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นหรือเรื่องราวที่อยู่ใกล้ๆมาให้ชมได้ (กิดานันท์ มะลิทอง, 2531)

ในการนี้ผู้สอนจึงได้สนใจวิธีการสอนโดยใช้วีดิทัศน์ประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษา เรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ โดยทำการเปรียบเทียบผลการทดสอบทักษะกลุ่มที่ได้มาเรียนทั้ง On-Site ผสมการเรียนแบบ Online โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ของครูผู้สอนกับกลุ่มที่ได้มาเรียนทั้ง On-Site ผสมการเรียนแบบ Online โดยไม่ใช้สื่อวีดิทัศน์ของครูผู้สอน

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการใช้สื่อวีดิทัศน์ประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษา เรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ

ความสำคัญของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ทำให้ทราบผลจากการใช้สื่อวีดิทัศน์เพื่อมาแก้ไขปัญหาการจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษาในสถาณการณ์การเรียนที่ไม่ปกติมีหลากหลายรูปแบบ อีกทั้งยังเป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าข้อมูลวางแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาต่อไปในอนาคต

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ประจำปีการศึกษา 2563 โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา จำนวน 434 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้มาจากการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Selection) โดยมีเกณฑ์การคัดเข้าคือ 1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะน้อยที่สุด 2 ห้อง โดยคะแนนเฉลี่ยห้องที่น้อยที่สุดจะเลือกให้เป็นกลุ่มทดลอง 30 คน และห้องที่ได้คะแนนเฉลี่ยที่น้อยที่สุดรองลงมาเป็นกลุ่มควบคุม 30 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรต้น การจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษาโดยประกอบการใช้สื่อวีดิทัศน์ทักษะการจับลูกแฮนด์บอลและการส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ

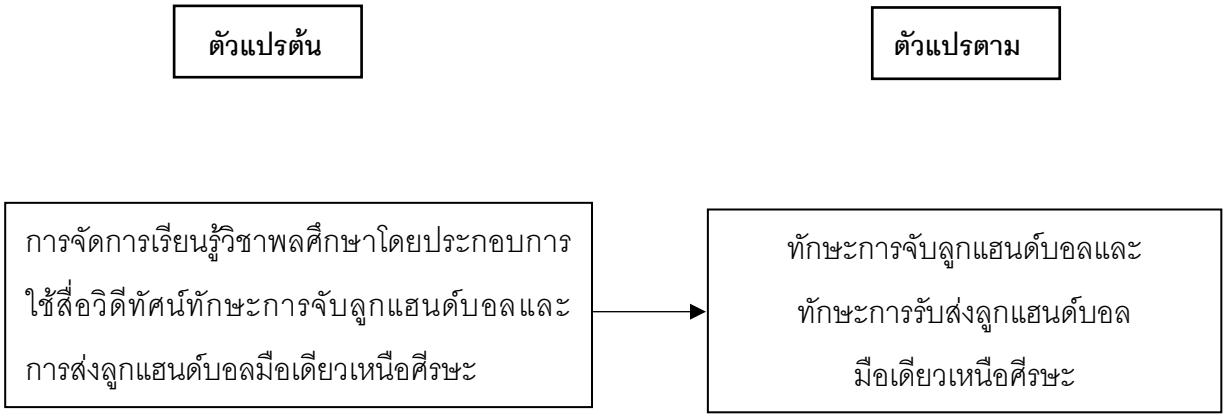
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ทักษะการจับลูกแฮนด์บอลและทักษะการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. สื่อวีดิทัศน์ หมายถึง สื่อคลิปวีดิโอการสอนที่ผ่าน Platform YouTube

2. ทักษะกีฬาแฮนด์บอล หมายถึง ทักษะการเล่นกีฬาในกีฬาแฮนด์บอล ได้แก่ ทักษะการจับลูกแฮนด์บอล ทักษะการรับส่งแฮนด์บอล ทักษะการยิงประตู ทักษะการเลี้ยงลูก ทักษะการเคลื่อนไหวพร้อมลูกแฮนด์บอล ทักษะการเคลื่อนที่ ทักษะการป้องกัน

กรอบแนวในคิดการวิจัย



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมุติฐานในการวิจัย

1. ทักษะการจับลูกแฮนด์บอลและทักษะการรับส่งลูกแฮนด์บอลในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจะมีผลคะแนนที่แตกต่างกัน

บทที่ 2
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง ผลการใช้สื่อวีดิทัศน์ เพื่อประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษา เรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ ผู้วิจัยทำการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องอย่างหลากหลายเพื่อเป็นข้อมูลประกอบในการดำเนินวิจัย ซึ่งสามารถแบ่งออกเป็นหมวดหมู่ของการศึกษาได้ดังนี้

1. ความหมายสื่อวีดิทัศน์
2. การสร้างสื่อวีดิทัศน์
3. ประวัติกีฬาแฮนด์บอล
4. ทักษะการจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งบอลมือเดียวเหนือศีรษะ
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความหมายของสื่อวีดิทัศน์

กิดานันท์ (2543) ได้ให้ความหมายของคำว่า วีดิทัศน์ คือ สิ่งที่สามารถบันทึกได้ทั้งภาพและเสียง หลังจากบันทึกสัญญาณภาพและเสียงแล้ว สามารถนำไปใช้งานได้ทันทีสามารถใช้ทบทวนเนื้อหาได้หลาย ๆ ครั้งเพื่อศึกษาบทเรียนให้มีความรู้ความเข้าใจมาก ขึ้น อีกทั้งยังเป็นสื่อที่ถ่ายทอดเรื่องราวไปยังผู้ชมจำนวนมากในเวลาเดียวกันได้เป็นอย่างดีผู้ชมสามารถรับรู้ สถานการณ์ต่างๆ ได้โดยการรับสัมผัสทางตาและหู

วีดิทัศน์บนอินเตอร์เน็ต หรือ Video on Web คือ ระบบการแพร่ภาพและเสียงวีดิทัศน์จากคลังข้อมูลวีดิทัศน์ (Video Server) สู่ผู้ชมที่อยู่ในเครือข่ายสื่อสาร ผ่านระบบจัดการข้อมูลวีดิทัศน์แบบทยอยส่งเรื่อย ๆ หรือวีดิทัศน์แบบสายธาร ทยอยส่งเรื่อย ๆ หรือวีดิทัศน์แบบสายธาร (Streaming) โดยผู้ใช้บริการสามารถเลือกเนื้อหาวีดิทัศน์ได้ตามประสงค์โดยไม่จำกัดเวลาและสถานที่ การจัดการศึกษาต้องนำเทคโนโลยีเข้ามาช่วยจัดการจึงจะเข้ามาช่วยจัดการจึงจะได้ผลดีซึ่งก็คือ"คอมพิวเตอร์และวีดิทัศน์" จากความสามารถในการจัดเก็บและส่งข้อมูลของระบบเครือข่ายคอมพิวเตอร์ทำให้จัดเก็บและส่งข้อมูลวีดิทัศน์ตามคำร้องขอได้และเช่นเดียวกัน สื่อผสม (Mulimedia) ได้มีการนำมาใช้ในงานนำเสนอในหลายรูปแบบ เนื่องจากจะสามารถทำให้ผู้รับชมสามารถเข้าใจได้ดีกว่าการใช้สื่ออักษร ภาพ หรือเสียง อย่างใดอย่างหนึ่งเพียงอย่างเดียว โดยระบบเครือข่ายได้ถูกนำมาใช้ในการนำเสนอข้อมูลเช่นเดียวกัน เนื่องจากประสิทธิภาพการเข้าถึงผู้รับชม

จำนวนมากได้ในการนำเสนอเพียงครั้งเดียว และการใช้สื่อผสม ประเภทวีดิทัศน์เพื่อใช้ในการนำเสนอผ่าน web browser ในระบบ อินทราเน็ตและอินเทอร์เน็ต ซึ่งเป็นระบบ Network ที่มีการนำมาประยุกต์ใช้มากที่สุดอย่างหนึ่งในปัจจุบัน (พงศ์ศักดิ์, 2555)

การสร้างสื่อวีดิทัศน์

ประทิน (2550) ได้กำหนดขั้นตอนการผลิตสื่อวีดิทัศน์ มี 5 ขั้นตอน คือ

1. ขั้นตอนการวางแผน (Planning) เป็นขั้นตอนที่ผู้ผลิตหาแนวคิดลักษณะการนำเสนอสื่อวีดิทัศน์ เวลาในการสร้างสร้างนานเท่าไร ความยาวของสื่อวีดิทัศน์กี่นาที หรือกี่ตอนจบและแยกเป็นรายละเอียดย่อย ๆ ได้ ดังนี้

1.1 วิเคราะห์เนื้อหาของสื่อวีดิทัศน์ เป็นกระบวนการหาข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องที่ต้องทำสื่อวีดิทัศน์ ว่าข้อเท็จจริงอย่างไร ซึ่งข้อมูลนั้นอาจเป็นงานวิจัยหรือรายงานของหน่วยงาน เอกสารตำรา หรือการไปดูจากสถานที่ จริงเพื่อให้น่าเชื่อถือ

1.2 วิเคราะห์ผู้ชมหรือกลุ่มเป้าหมายว่าเป็นใคร อายุเท่าไร อยู่ในระดับใด วัยใด การศึกษาอยู่ใน ระดับใด เพื่อให้สื่อวีดิทัศน์ที่ออกมาบรรลุวัตถุประสงค์

1.3 กำหนดจุดประสงค์ เป็นการคาดหมายว่าผู้ชมได้ดูสื่อวีดิทัศน์แล้วได้ความรู้อะไร ทำอะไร ได้บ้าง เกิดค่านิยมอย่างไร

1.4 การเขียนบท เป็นการมอบหมายให้ผู้เขียนบทนำเรื่องราวมาลำดับภาพกับเสียงให้มีความ ต่อเนื่องสัมพันธ์กันและเป็นไปตามวัตถุประสงค์ ผู้เขียนบทจึงต้องมีความสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงเนื้อหาเรื่องราว ออกมาเป็นภาพและเสียงได้อย่างชัดเจน

2. ขั้นเตรียมการ (Preparation) เมื่อวางแผนเรียบร้อยแล้วก่อนลงมือจริง ต้องจัดเตรียมสิ่งของ ต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความพร้อม ได้แก่

2.1 เตรียมบุคลากร

2.2 เตรียมวัสดุอุปกรณ์

2.3 เตรียมสถานที่ถ่ายทำ

2.4 เตรียมผู้แสดง

2.5 เตรียมงานกราฟิกที่นำมาใช้ประกอบสื่อวีดิทัศน์

2.6 เตรียมฉากและอุปกรณ์ประกอบฉาก

3. ขั้นดำเนินการผลิต (Production)

4. ขั้นตัดต่อ (Post Production) สื่อวีดิทัศน์ที่ถูกถ่ายทำไว้แล้ว จะถูกนำมาตัดต่อให้เป็นสื่อวีดิทัศน์ ที่สมบูรณ์ โดยใช้เครื่องตัดต่อโดยเฉพาะหรือใช้คอมพิวเตอร์ช่วยตัดต่อ ซึ่งทำให้ได้เทคนิคพิเศษซับซ้อนยิ่งขึ้น ประโยชน์ของการตัดต่อ คือ สามารถสอดแทรกงานกราฟิกเข้าไปในรายการและยังใช้เสียงดนตรีและเสียงประกอบ เข้าไปในวีดิทัศน์ที่เป็นดิจิทัลไฟล์ได้อีกด้วย

5. ขั้นประเมินผลรายการ (Evaluation) การประเมินผลรายการจะทำหลังจากที่แพร่ภาพ โดย ประเมินจากผู้ดูหรือผู้เชี่ยวชาญ เพื่อให้ทราบประสิทธิภาพและความเหมาะสม

ประวัติกีฬาแฮนด์บอล

ประวัติกีฬาแฮนด์บอล

แฮนด์บอล (Handball) เริ่มต้นมาจากประเทศเยอรมัน ในราวปลายศตวรรษที่ 19 โดยครูพลศึกษาคนหนึ่งชื่อ Konrad Koch ได้ริเริ่มและแนะนำกีฬาประเภทนี้ออกมาเผยแพร่ อย่างไรก็ตามเกมแฮนด์บอลก็ยังไม่เป็นที่นิยมกว้างขวางเท่าที่ควร จนกระทั่งถึงปี พ.ศ. 2447 แฮนด์บอลจึงได้มีการพัฒนาอย่างกว้างขวางขึ้นในภาคพื้นยุโรป มีการกำหนดระเบียบและกติกาการเล่นโดยอาศัยกติกาของฟุตบอลเป็นหลัก นักพลศึกษาชาวอเมริกากล่าวว่า กีฬาแฮนด์บอลน่าจะเป็นเกมกีฬาที่เก่าแก่ที่สุด เพราะมนุษย์นิยมใช้มือกับลูกบอลขว้างมาแต่โบราณแล้ว อย่างไรก็ตาม ไม่สามารถจะเดาได้ว่าเกมนี้ได้วิวัฒนาการมาเป็นกีฬาแฮนด์บอลในปัจจุบันได้อย่างไร ประเทศยุโรปในฤดูหนาวไม่สามารถเล่นกีฬากลางแจ้งได้ จึงใช้ห้องพลศึกษาดัดแปลงเล่นกีฬาฟุตบอลด้วยมือ ตอนแรกใช้ผู้เล่น 11 คนเท่ากับฟุตบอล แต่ไม่สะดวก เพราะสถานที่คับแคบ จึงลดจำนวนผู้เล่นเหลือข้างละ 7 คนจึงกลายมาเป็นกีฬาแฮนด์บอลแบบการเล่นในปัจจุบัน ในช่วงนั้นแฮนด์บอลมิได้ถือว่าเป็นกีฬาอย่างหนึ่ง เพราะไม่มีหน่วยงานเป็นของตนเอง แต่คณะกรรมการที่ก่อตั้งและดำเนินการก็มาจากสหพันธ์กีฬาสมัครเล่นระหว่างชาติ (The International Amateur Athletic Federation) มีชื่อย่อๆ ว่า I.A.A. F. คณะกรรมการชุดนี้เป็นคณะกรรมการที่มีหน้าที่จัดดำเนินการต่างๆ ในทวีปยุโรปสมัยนั้น หลังจากปี พ.ศ. 2447 กีฬาแฮนด์บอลซึ่งอยู่ในความดูแลของ I.A.A.F. ก็มีความมั่นคงขึ้น และหลายๆ ประเทศให้ความสนใจ และมีการจัดบรรจุในรายการกิจกรรมการกีฬาของประเทศนั้นๆ ด้วย

ตลอดจนได้มีการแข่งขันทั้งภายในและภายนอกประเทศมากขึ้น ในปี พ.ศ. 2469 I.A.A.F. ได้ตั้งคณะกรรมการกีฬาแฮนด์บอลขึ้นโดยเฉพาะ โดยมีคณะกรรมการที่มาจากประเทศต่างๆ ในเครือสมาชิกของกีฬาประเภทนี้มีการประชุมตกลงเรื่องกติกาซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นที่กีฬาแฮนด์บอลได้ตั้งเป็นกีฬาประเภทหนึ่งโดยเอกเทศ และมีการริเริ่มตั้งสหพันธ์แฮนด์บอลขึ้นในปี พ.ศ. 2471 ประเทศกลุ่มสมาชิก 11 ประเทศได้เข้าร่วมประชุมในการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกที่เมืองอัมสเตอร์ดัม ประเทศฮอลแลนด์ The International amateur Handball! Federation ก็ได้จัดตั้งขึ้น และบุคคลที่มีความสำคัญของการกีฬาสหพันธ์คือ Every Brundage ประธานของ I.O.C. ได้เป็นสมาชิกขององค์การใหม่นี้ด้วย ในปี พ.ศ. 2471 กีฬาแฮนด์บอลก็ได้มีการสาธิตขึ้นในมหกรรมกีฬาโอลิมปิก ต่อมาในปี พ.ศ. 2474 แฮนด์บอลก็ได้บรรจุเข้าเป็นรายการแข่งขันกีฬาระหว่างชาติ โดยการยอมรับของ I.O.C. หลังจากการประชุมที่กรุงอัมสเตอร์ดัม สมาชิกทั้งหมด 11 ประเทศ ก็ได้เพิ่มเป็น 25 ประเทศในปี พ.ศ. 2477 ซึ่งเป็นจุดที่ชี้ให้เห็นว่ากีฬาแฮนด์บอลได้รับความนิยมอย่างกว้างขวาง ในปี พ.ศ. 2479 ก็ได้บรรจุเข้าแข่งขันในกีฬาโอลิมปิกที่กรุงเบอร์ลิน ประเทศเยอรมัน หรือที่เรียกว่า Nazi Olympic สงครามโลกครั้งที่ 2 ได้สร้างปัญหาต่าง ๆ ให้กับการกีฬาเป็นอย่างมากแต่หลังสงครามโลกครั้งที่ 2 ได้มีการประชุมร่วมกันอีกครั้งหนึ่งที่โดเปนเฮเกน เพื่อที่จะฟื้นฟูกีฬาแฮนด์บอลขึ้นมาใหม่ แต่ก็ล้มเหลว จนกระทั่งในปี พ.ศ. 2499 จึงได้มีการแก้ไขกติกาแฮนด์บอลขึ้นใหม่ และยอมรับทักษะการเล่นสมัยก่อน ซึ่งทำให้ลักษณะของการเล่นและกติกาเปลี่ยนแปลงไป โดยอาศัยกติกาของฟุตบอลและบาสเกตบอลมาผสมกัน สมัยก่อนนิยมการเล่นแบบ 11 คน เช่นเดียวกับฟุตบอล แต่ในยุโรปตอนเหนือได้มีการเล่นแบบ 7 คน และเล่นกันในร่ม ตอนแรก ๆ ก็ไม่ค่อยได้รับความนิยมมากนัก แต่ต่อมาการเล่นแฮนด์บอลแบบ 7 คน ก็เป็นที่นิยมแพร่หลายในยุโรป ทำให้การเล่นแบบ 11 คนได้หายไป ซึ่งในปัจจุบันทั่วโลกก็ยอมรับการเล่นแบบ 7 คน และจากผลของการวิจัยต่างๆ ปรากฏว่าแฮนด์บอลเป็นพาที่มีความเร็วเป็นอันดับสองของโลกรองลงมาจากกีฬาฮอกกี้น้ำแข็ง เหตุที่แฮนด์บอล 7 คนนิยมเล่นในร่มก็อาจเป็นเพราะเนื้อที่สนามน้อย สามารถเล่นในที่แคบ ๆ ได้ และอีกอย่างก็คือสภาพของดินฟ้าอากาศในฤดูหนาวของทวีปยุโรปนั้นจะปกคลุมไปด้วยหิมะและน้ำแข็ง ดังนั้นแฮนด์บอลจึงไม่สามารถเล่นในสนามกลางแจ้งได้ ด้วยเหตุผลนี้แฮนด์บอลจึงเป็นที่นิยมเล่นกันในร่มหรือโรงยิมเนเซียมแทน

จากที่กล่าวมาแล้วจะเห็นว่ากีฬาแฮนด์บอลเป็นกีฬาของโลกอย่างหนึ่งเพราะการแข่งขัน

กีฬาสำคัญระหว่างชาติก็มีการแข่งแฮนด์บอลด้วย เช่น กีฬาเอเชียนเกมส์ ก็ได้มีการแข่งขันแฮนด์บอล หลังจากที่บรรจุไว้ในกีฬาโอลิมปิก เมื่อปี พ.ศ. 2479 แล้วและในปี พ.ศ. 2516 ได้บรรจุในโปรแกรมการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกที่นครมิวนิค ประเทศเยอรมันตะวันตกด้วย

ประวัติกีฬาแฮนด์บอลในประเทศไทย

กีฬาแฮนด์บอลได้นำเข้ามาเผยแพร่ในประเทศไทย ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2482 โดยอาจารย์กอง วิสุทธารมย์ อดีตอธิบดีกรมพลศึกษา ในสมัยนั้นแฮนด์บอลยังนิยมการเล่นแบบ 11 คนอยู่ แต่คนไทยเราไม่ค่อยจะนิยมเล่นกีฬาประเภทนี้กันเลยยกไป ซึ่งอาจเป็นเพราะประเทศไทยสามารถเล่นฟุตบอลได้ตลอดฤดูกาล กีฬาแฮนด์บอลจึงไม่เป็นที่นิยมเล่นดังกล่าว ต่อมาในปี พ.ศ. 2500 อาจารย์ธนิต คงมนต์ ได้ไปดูงานด้านพลศึกษาในประเทศเดนมาร์ก และสวีเดน ได้นำกีฬาแฮนด์บอลนี้มาเผยแพร่อีกครั้งหนึ่ง โดยเริ่มบรรจุเข้าสอนในโรงเรียนฝึกหัดครูพลานามัย และวิทยาลัยพลศึกษาก่อนที่อื่นเพื่อเป็นการทดลอง และต่อมาก็ได้เผยแพร่ไปตามโรงเรียนต่าง ๆ บ้าง แต่ก็ยังไม่กว้างขวางนัก ปัจจุบันวิทยาลัยพลศึกษาทั่วประเทศได้บรรจุวิชาแฮนด์บอลไว้ในหลักสูตรตลอดจนหลักสูตรประโยคมัธยมศึกษาตอนปลายของกระทรวง ศึกษาธิการ พ.ศ. 2518 ได้กำหนดเป็นวิชาบังคับ จึงนับได้ว่ากีฬาแฮนด์บอลเป็นที่รู้จักและนิยมกันอย่างกว้างขวางในหมู่นักเรียน และประชาชนคนไทยมากยิ่งขึ้น แฮนด์บอลได้บรรจุเข้าแข่งขันในกีฬาของวิทยาลัยพลศึกษาทั่วประเทศที่กรมพลศึกษาเป็นเจ้าภาพ เมื่อ พ.ศ. 2524 โดยการใช้กติกาการแข่งขันสากลฝ่ายละ 7 คนปัจจุบันนายปรีดา รอดโพธิ์ทอง อธิบดีกรมพลศึกษา ได้พิจารณาแล้วเห็นว่า พาแฮนด์บอลเป็นกีฬาที่มีความเหมาะสมกับสภาพภูมิอากาศ และสภาพของคนไทย จึงได้ส่งเสริมและให้มีการฟื้นฟูกีฬาประเภทนี้ขึ้นอีกครั้งหนึ่ง โดยให้กองกีฬากรมพลศึกษาเป็นผู้ดำเนินการ ซึ่งจัดให้มีการอบรมผู้ฝึกสอน อบรมผู้ตัดสิน พร้อมทั้งจัดให้มีการแข่งขันกีฬาแฮนด์บอลในกีฬากรมพลศึกษาเป็นประจำทุกปี

ทักษะการจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งบอลมือเดียวเหนือศีรษะ

การถือลูกแฮนด์บอล (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2550: 16)

การถือหรือการจับลูกแฮนด์บอล ทักษะนี้เป็นทักษะที่ต้องใช้อย่างต่อเนื่องตลอดเวลาการเล่นไม่ว่าจะเป็นการส่ง การรับ และการยิงประตู ก็จะต้องอาศัยทักษะการจับลูกบอลทุกครั้ง ดังนั้นนิ้วมือของนักกีฬาแฮนด์บอลจะต้องเป็นนิ้วมือที่ทรงพลัง และมีความแข็งแกร่ง ในการจับลูกบอลแต่

ละครั้ง จะต้องสัมผัสลูกบอลด้วยความระมัดระวัง และพยายามจับให้ลูกบอลกระชับมือมากที่สุด ในเวลาที่เร็วที่สุด โดยใช้มืออีกข้างหนึ่งคอยประคองเพื่อช่วยให้มือข้างที่จับลูกบอล หาจุดในการจับลูกบอลได้กระชับแน่นมากขึ้น

วิธีการถือหรือการจับลูกแฮนด์บอล

1. กางนิ้วออกให้กว้างที่สุด

2. นิ้วก้อยและนิ้วหัวแม่มือเป็นนิ้วที่ใช้ในการจับลูกบอล

3. นิ้วชี้ นิ้วกลาง และนิ้วนาง เป็นนิ้วที่ใช้ในการประคองลูกบอล โดยใช้ส่วนของโค่นนิ้วเป็นตัวช่วยประคอง

4.ในการจับลูกแฮนด์บอลแต่ละครั้งนั้น ฝ่ามือจะไม่สัมผัสลูกบอล (นิยมจับในทวีปยุโรปเนื่องจากมีรูปร่างค่อยตัวใหญ่ ส่วนในทวีปเอเชีย ฝ่ามือจะสัมผัสลูกบอลเพื่อช่วยในการประคองลูกบอล (ดังรูป)

ภาพประกอบ 2 การจับลูกแฮนด์บอล

การรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2550: 26-27, 31)

ทักษะการรับลูกแฮนด์บอล แบ่งออกเป็น 3 ทักษะใหญ่ ๆ ได้ดังนี้

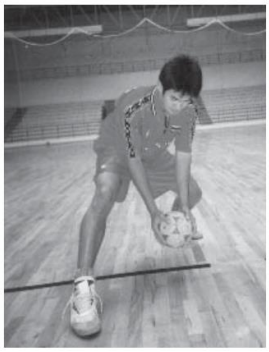
1. ทักษะการรับลูกบอลระดับสูงกว่าศีรษะ เหยียดแขนทั้งสองชูขึ้นเหนือศีรษะ กางนิ้วออกเตรียมพร้อมที่จะรับลูกบอล สายตาต้องมองลูกบอลตลอดเวลา การยืนควรแยกเท้าออกประมาณ 1 ช่วงไหล่ เพื่อเป็นการประคองตัว ในบางครั้งการรับลูกบอลทักษะนี้อาจจะต้องกระโดดรับลูกอีกด้วย ถ้าลูกบอลที่ส่งมานั้นสูงเกินไป

ภาพประกอบ 3 การรับลูกบอลระดับสูงกว่าศีรษะ

2. ทักษะการรับลูกบอลระดับปานกลาง ทักษะนี้เป็นทักษะที่ใช้มากที่สุดในการรับลูกบอล เพราะเป็นทักษะที่ง่ายที่สุด และอีกประการหนึ่ง ผู้ส่งลูกบอลส่วนใหญ่มีเป้าหมายในการส่งลูกมาระดับหน้าอกของผู้รับอยู่แล้ว วิธีการรับลูกบอลระดับปานกลางนี้ ยื่นแขนออกมาเตรียมพร้อมรับลูกบอล กางนิ้วออกให้กว้างพอประมาณ นิ้วหัวแม่มือหันเข้าหากัน สายตามองไปยังลูกบอล เมื่อลูกบอลสัมผัสมือแล้วให้ผ่อนแรงเข้าหาลำตัว เพื่อลดแรงปะทะในการส่ง

ภาพประกอบ 4 ทักษะการรับลูกบอลระดับปานกลาง

3. ทักษะการรับลูกระดับต่ำ ทักษะนี้ส่วนใหญ่เป็นการแก้ไขสถานการณ์ ในการส่งลูกบอลต่ำกว่าเป้าหมาย วิธีการรับลูกบอลในทักษะนี้ให้แยกเท้าออกให้กว้างพอสมควร ย่อตัวลงรับลูกบอลเบนทั้งสองข้าง ชี้ทิศทางลงกับพื้น แขนงอเล็กน้อย หงายฝ่ามือออกทั้งสองข้าง พร้อมที่จะรับลูกบอลสายตามองลูกบอลตลอดเวลา ข้อสำคัญต้องพยายามไม่ให้ลูกบอลสัมผัสขาของผู้รับ



ภาพประกอบ 5 ทักษะการรับลูกระดับต่ำ

การส่งลูกมือเดียวเหนือไหล่ ทักษะนี้เป็นรากฐานของการส่งลูกแฮนด์บอลที่สำคัญที่สุดเป็นทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่ทักษะการยิงประตู การส่งลูกบอลแบบนี้ใช้สำหรับการส่งลูกระยะไกลได้ผลดีที่สุด เช่น การส่งเพื่อเล่นลูก fast break แต่ถ้าผู้ส่งขาดความแม่นยำหรือมีกำลังหัวไหล่ไม่ดีเพียงพอ อาจจะทำให้เกิดการผิดพลาดได้เสมอ

ภาพประกอบ 6 ทักษะการส่งบอลเหนือไหล่หรือเหนือศีรษะ

วิธีปฏิบัติ ยืนอยู่ในท่าทรงตัว ยกลูกบอลขึ้นเหนือไหล่ขวา ถนัดขวา) สูงประมาณระดับหู ข้อศอกงอเป็นมุมประมาณ 90 องศา แขนท่อนบนขนานกับพื้น บิดหัวไหล่ซ้ายไปข้างหน้าพร้อมถ่ายน้ำหนัก สายตามองผู้รับ ส่งแรงจากการก้าวเท้ามายังสะโพก ลำตัว หัวไหล่ ข้อมือ และปลายนิ้วมือตามลำดับ บังคับทิศทางการส่งด้วยนิ้วมือและตวัดข้อมือไปในทิศทางที่ต้องการส่ง สุดท้ายต้องเหยียดแขนไปตามทิศทางของลูกบอลที่ออกไปพร้อมก้าวเท้าตามไปข้างหน้า

ข้อเสนอแนะ ในการส่งลูกมือเดียวเหนือไหล่ เนื่องจากการส่งลูกมือเดียวเหนือไหล่นี้เป็นทักษะที่ยากพอสมควรและผู้ส่งมักขาดความแม่นยำ การฝึกควรเริ่มจากการส่งลูกอยู่กับที่ก่อนแล้วจึงค่อย ๆ เคลื่อนที่ส่งลูกบอลตามแต่ระยะทางที่กำหนด เช่น ให้ผู้รับการฝึก ส่งลูกบอลเข้าเป้าหมายจนเกิดความแม่นยำ ต่อไปจึงให้ฝึกการส่งลูกโดยการวิ่งส่งลูกบอลไปให้ผู้รับที่อยู่ระยะไกลออกไป เมื่อฝึกจนชำนาญแล้ว อันดับต่อไปให้ฝึกการส่งลูกจากการแย่งลูกบอลได้หลังจากฝ่ายตรงข้ามยิงประตูไม่เข้า ซึ่งผู้ที่ควรได้รับการฝึกทักษะนี้เป็นกรณีพิเศษควรเป็นผู้รักษาประตู

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

รัตติยา หักกะยานนท์ และคณะ(2564) ได้ศึกษา ผลการจัดกิจกรรมเล่านิทานประกอบสื่อวีดิทัศน์เพื่อส่งเสริมมารยาทไทยในเด็กปฐมวัยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลการจัดกิจกรรมเล่านิทานประกอบสื่อวีดิทัศน์เพื่อส่งเสริมมารยาทไทยในเด็กปฐมวัย กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นเด็กระดับชั้นอนุบาลปีที่ 2 จำนวน 18 คน ปีการศึกษา 2562 โรงเรียนราชินี กรุงเทพมหานคร เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา คือ นิทานประกอบสื่อวีดิทัศน์ แผนการจัดกิจกรรมเล่านิทานประกอบสื่อวีดิทัศน์จำนวน 15 แผน แบบสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกมารยาทไทยทางวาจา และแบบสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกมารยาทไทยทางกาย วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการศึกษาพบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเล่านิทานประกอบสื่อวีดิทัศน์ มีคะแนนพฤติกรรมการแสดงมารยาทไทยทั้งมารยาททางวาจาและมารยาททางกายสูงขึ้น

นายธานินทร์ จันทอง (2547) ได้ศึกษา การพัฒนาสื่อวิดีทัศน์ วิชาวิทยาศาสตร์ เรื่องมลพิษทางน้ำสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดอ้อมน้อย อำเภอกระทุ่มแบน จังหวัดสมุทรสาครนี้มีวัตถุประสงค์ 1. เพื่อพัฒนาสื่อวิดีทัศน์ วิชาวิทยาศาสตร์ เรื่องมลพิษทางน้ำ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตามเกณฑ์มาตรฐาน 80 2. เพื่อหาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน และ 3. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่เรียนจากสื่อวิดีทัศน์ เรื่องมลพิษทางน้ำ โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยได้จากการสุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ : โรงเรียนวัดอ้อมน้อย อำเภอกระทุ่มแบน จังหวัดสมุทรสาคร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 30 คนเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ 1. สื่อวิดีทัศน์ เรื่องมลพิษทางน้ำ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 2. แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน เรื่องมลพิษทางน้ำ 3. แบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนชั้นประถมศึกบาปีที่ 6 ที่มีต่อสื่อวิดีทัศน์ เรื่องมลพิษทางน้ำ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และการทดสอบค่าที (t- test)

ผลการวิจัยพบว่า 1. สื่อวิดีทัศน์ วิชาวิทยาศาสตร์ เรื่องมลพิษทางน้ำที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 80 2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนหลังจากที่เรียนจากสื่อวิดีทัศน์

เรื่องมลพิษทางน้ำสูงกว่าก่อนเรียน 3. ความพึงพอใจของนักเรียน ที่มีต่อสื่อวิดีทัศน์ อยู่ในระดับมาก

ประสิทธิ์ เอมทิม (2551) ได้ศึกษาผลการใช้บทเรียนวีดิทัศน์ที่เน้นการฝึกทักษะปฏิบัติ เรื่อง การปั้นลวดลายไทย วิชาทัศนศิลป์ กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะสำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 การวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมาย 1) เพื่อพัฒนาบทเรียนวีดิทัศน์เรื่อง การปั้นลวดลายไทย 2) เพื่อเปรียบเทียบทักษะปฏิบัติการปั้นลวดลายไทยระหว่างการใช้บทเรียนวีดิทัศน์ที่เน้นทักษะการฝึกปฏิบัติกับการเรียนตามแผนการจัดการเรียนรู้ของครู 3) เพื่อศึกษาความพึงพอใจในการเรียนที่มีต่อบทเรียนวีดิทัศน์ เรื่อง การปั่นลวดลายไทย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนของโรงเรียนมัธยมวัดดุสิตารามช่วงชั้นที่ 3 (มัธยมศึกษาปีที่ 1) กลุ่มทดลอง 35 คน และกลุ่มควบคุม 35 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ บทเรียนวีดิทัศน์ที่เน้นทักษะการฝึกปฏิบัติ เรื่อง การปั้นลวดลายไทย แบบประเมินทักษะปฏิบัติ แบบประเมินคุณภาพบทเรียนวีดิทัศน์ที่เน้นทักษะการฝึกปฏิบัติเรื่องการปั้นลวดลายไทย แผนการจัดการเรียนรู้ของครูและแบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการใช้บทเรียนวีดิทัศน์ที่เน้นการฝึกทักษะปฏิบัติ เรื่องการปั่นลวดลายไทย สถิติที่ใช้คือค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และ t-test

ผลของการวิจัย 1) ได้บทเรียนวีดิทัศน์ที่เน้นการฝึกทักษะปฏิบัติ เรื่องการปั้นลวดลายไทยที่มีคุณภาพด้านเนื้อหาอยู่ในระดับดีมากและมีคุณภาพด้านเทคโนโลยีอยู่ในระดับดีและมีประสิทธิภาพ 86.23/87.33 2) นักเรียนที่เรียนจากบทเรียนวีดิทัศน์ เรื่องการปั้นลวดลายไทยกับการเรียนตามแผนการจัดการเรียนรู้ของครู มีผลทักษะปฏิบัติการปั้นลวดลายไทยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) นักเรียนมีความพึงพอใจมากที่สุดต่อการเรียนจากบทเรียนวีดิทัศน์ เรื่องการปั้นลวดลายไทย

บทที่ 3
วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ประจำปีการศึกษา 2563 โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา จำนวน 434 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้มาจากการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Selection) โดยมีเกณฑ์การคัดเข้าคือ 1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะน้อยที่สุด 2 ห้อง โดยคะแนนเฉลี่ยห้องที่น้อยที่สุดจะเลือกให้เป็นกลุ่มทดลอง 30 คน และห้องที่ได้คะแนนเฉลี่ยที่น้อยที่สุดรองลงมาเป็นกลุ่มควบคุม 30 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. สื่อวีดิทัศน์ประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษาเรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ

การสร้างเครื่องมือในการวิจัย

1. ศึกษารายละเอียดข้อมูล วิธีการ ทฤษฎี และหลักการ สร้างสื่อวีดิทัศน์และทักษะการจับลูกแฮนด์บอล ทักษะการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ เพื่อมาสร้างสื่อวีดิทัศน์ ประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษาเรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ

2. ดำเนินการสร้างสื่อวีดิทัศน์ประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษาเรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ทดสอบทักษะการจับลูกแฮนด์บอลและทักษะการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะก่อนเรียนเพื่อหาค่าคะแนน

2. นำนักเรียนที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนที่ต่ำที่สุด 2 ห้องเรียน คัดเลือกห้องละ 30 คน เพื่อทำการทดลองการใช้สื่อวิดีทัศน์กับการไม่ใช้สื่อวิดีทัศน์

3. ทำการทดสอบหลังเรียนกับกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

4. นำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ทางสถิติ

การจัดกระทำข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยนำคะแนนการทดสอบทักษะการจับลูกและทักษะการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ ที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้มาวิเคราะห์

1. หาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนการทดสอบทักษะทั้งสองกลุ่ม

2. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการจับลูกแฮนด์บอลและทักษะการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติที (t-tset Independent)

3. กำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลจากผลการศึกษาค้นคว้า และการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน ผู้วิจัยได้ใช้สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

$\bar{X}$ แทน ค่าเฉลี่ยของคะแนนการทดสอบ

S.D. แทน ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทดสอบ

N แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง

t แทน ค่าที่ใช้ในการพิจารณา (t – distribution)

df แทน ชั้นแห่งความเป็นอิสระ (Degree of freedom)

* แทน มีนัยสำคัญทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยเสนอมีดังนี้

1. หาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนการทดสอบทักษะการจับลูกและการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะของทั้งสองกลุ่ม

2. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยทักษะการจับลูกและการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติที (t-test Independent)

3. กำหนดความนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนทักษะการจับลูกและการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมและการทดสอบแบบที (t-test Independent)

ตาราง 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนทักษะการจับลูกและการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ

กลุ่ม	N	$\bar{X}$	S.D.	*df*	t	Sig
ทดลอง	30	8.5	1.07	58	3.25	.002*
ควบคุม	30	7.6	1.07			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 1 พบว่ากลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ควบคู่การใช้สื่อวีดิทัศน์มีคะแนนค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 8.5 ส่วนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับสื่อวีดิทัศน์ควบคู่การจัดการเรียนรู้มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ที่ 7.6 และทั้ง 2 กลุ่มมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากันที่ 1.07 ผลจากการวิเคราะห์ทางสถิติด้วยสถิติ Independent sample T-test พบว่า ทั้ง 2 กลุ่มมีผลการปฏิบัติทักษะที่แตกต่างกันโดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 5

สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการใช้สื่อวีดิทัศน์ประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษา เรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ

ความสำคัญของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ทำให้ทราบผลจากการใช้สื่อวีดิทัศน์เพื่อมาแก้ไขปัญหาการจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษาในสถาณการณ์การเรียนที่ไม่ปกติมีหลากหลายรูปแบบ อีกทั้งยังเป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าข้อมูลวางแผนการจัดการเรียนรู้พลศึกษาต่อไปในอนาคต

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ประจำปีการศึกษา 2563 โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา จำนวน 434 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้มาจากการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Selection) โดยมีเกณฑ์การคัดเข้าคือ 1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะน้อยที่สุด 2 ห้อง โดยคะแนนเฉลี่ยห้องที่น้อยที่สุดจะเลือกให้เป็นกลุ่มทดลอง 30 คน และห้องที่ได้คะแนนเฉลี่ยที่น้อยที่สุดรองลงมาเป็นกลุ่มควบคุม 30 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรต้น การจัดการเรียนรู้วิชาพลศึกษาโดยประกอบการใช้สื่อวีดิทัศน์ทักษะการจับลูกแฮนด์บอลและการส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ทักษะการจับลูกแฮนด์บอลและทักษะการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ

วิธีดำเนินการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. สื่อวีดิทัศน์ประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษาเรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ

การสร้างเครื่องมือในการวิจัย

1. ศึกษารายละเอียดข้อมูล วิธีการ ทฤษฎี และหลักการ สร้างสื่อวีดิทัศน์และทักษะการจับลูกแฮนด์บอล ทักษะการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ เพื่อมาสร้างสื่อวีดิทัศน์ ประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษาเรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ

2. ดำเนินการสร้างสื่อวีดิทัศน์ประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษาเรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ทดสอบทักษะการจับลูกแฮนด์บอลและทักษะการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะก่อนเรียนเพื่อหาค่าคะแนน

2. นำนักเรียนที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนที่ต่ำที่สุด 2 ห้องเรียน คัดเลือกห้องละ 30 คน เพื่อทำการทดลองการใช้สื่อวิดีทัศน์กับการไม่ใช้สื่อวิดีทัศน์

3. ทำการทดสอบหลังเรียนกับกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

4. นำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ทางสถิติ

การจัดกระทำข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยนำคะแนนการทดสอบทักษะการจับลูกและทักษะการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ ที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้มาวิเคราะห์

1. หาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนการทดสอบทักษะทั้งสองกลุ่ม

2. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการจับลูกแฮนด์บอลและทักษะการรับส่งลูกแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติที (t-tset Independent)

3. กำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปผล

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลงานวิจัยเรื่อง ผลการใช้สื่อวีดิทัศน์ เพื่อประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษา เรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ ผู้วิจัยสรุปผลได้ดังนี้

จากการสังเกตคะแนนการทดสอบจะพบได้ว่าการจัดการเรียนรู้โดยใช้สื่อควบคู่การจัดการเรียนรู้ไปด้วยในกลุ่มทดลองจะส่งผลให้นักเรียนมีผลการทดสอบที่ดีกว่าการจัดการเรียนรู้โดยไม่ใช้สื่อวิดีทัศน์ในกลุ่มควบคุมทั้งนี้อาจเป็นเพราะนักเรียนอาจเกิดความพึงพอใจสามารถทบทวนวนดูการปฏิบัติทักษะผ่านสื่อได้หลายรอบไม่จำกัด ทบทวนบทเรียนได้อย่างอิสระและทบทวนบทเรียนเมื่อตัวผู้เรียนสะดวกได้เต็มที่

อภิปรายผล

กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยทางสถิติที่ระดับ .05 อาจเป็นเพราะนักเรียนอาจเกิดความพึงพอใจสามารถทบทวนวนดูการปฏิบัติทักษะผ่านสื่อได้หลายรอบไม่จำกัด ทบทวนบทเรียนได้อย่างอิสระและทบทวนบทเรียนเมื่อตัวผู้เรียนสะดวกได้เต็มที่ ดังที่ ประสิทธิ์ เอมทิม และคณะ (2551) ได้กล่าวว่านักเรียนมีความสนใจและพึงพอใจระดับดีกับการเรียนรู้การฝึกปฏิบัติทักษะการปั้นลวดลายไทยจากบทเรียนวีดิทัศน์ ซึ่งมีการนำเสนอการสาธิตวิธีการ มีการจับภาพระยะใกล้ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เพื่อให้นักเรียนได้เห็นรายละเอียดได้อย่างชัดเจน นักเรียนสามารถหยุดภาพนิ่ง ดูภาพช้า ดูซ้ำ หรือทบทวนบทเรียนได้อย่างอิสระและไม่จำกัดเวลา สามารถเรียนรู้และฝึกปฏิบัติได้ด้วยตนเอง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากงานวิจัย

จากการใช้สื่อวีดิทัศน์ร่วมด้วยในการเรียนการสอนพบว่าเนื้อหาควรให้มีความกระชับและต้องเพิ่มเทคนิคการตัดต่อวิดีโอเพิ่มเติมให้มีภาพประกอบในเนื้อหามีข้อความขั้นตอนลำดับการปฏิบัติทักษะที่ชัดเจนเป็นตัวอักษรเพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ได้ง่ายมากขึ้น

ข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยครั้งถัดไป

1. ศึกษาความพึงพอใจของผู้เรียนจากการใช้สื่อวีดิทัศน์ในการจัดการเรียนรู้
2. ศึกษาหาคุณภาพของเครื่องมือสื่อวีดิทัศน์

บรรณานุกรม

กระทรวงศึกษาธิการ. (2563). แนวทางการจัดการเรียนการสอนของโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ปีการศึกษา 2563. กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ.

การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2550). หลักสูตรผู้ฝึกสอนกีฬาแฮนด์บอลระดับชาติ ขั้นกลาง. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ดอกเบี้ย.

กิดานันท์ มะลิทอง. (2531). เทคโนโลยีการศึกษาร่วมสมัย(พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

กิดานันท์ มะลิทอง. (2543). เทคโนโลยีการศึกษาและนวัตกรรม. (พิมพ์ครั้งที่ 2). ภาควิชาโสตทัศนศึกษา คณะครุศาสตร์. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ธานินทร์ จันทอง. (2547). การพัฒนาสื่อวีดิทัศน์วิชาวิทยาศาสตร์ เรื่องมลพิษทางน้ำ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดอ้อมน้อย อำเภอกระทุ่มแบน จังหวัดสมุทรสาสร. สารนิพนธ์ ศษ.ม. (เทคโนโลยีการศึกษา). นครปฐม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.

ประทิน คล้ายนาค. (2550). การผลิตรายการโทรทัศน์ทางการศึกษา. นครปฐม: โครงการตำราและเอกสารประกอบการสอน คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร.

ประสิทธิ์ เอมทิม, นฤมล ศิระวงษ์ และจิราภรณ์ บุญส่ง. (2551). ผลการใช้บทเรียนวีดิทัศน์ที่เน้นการฝึกทักษะปฏิบัติ เรื่องการปั้นลวดลายไทยวิชาทัศนศิลป์ กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะสำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3. วารสารวิชาการศาสตร์, 9(1), 11-51.

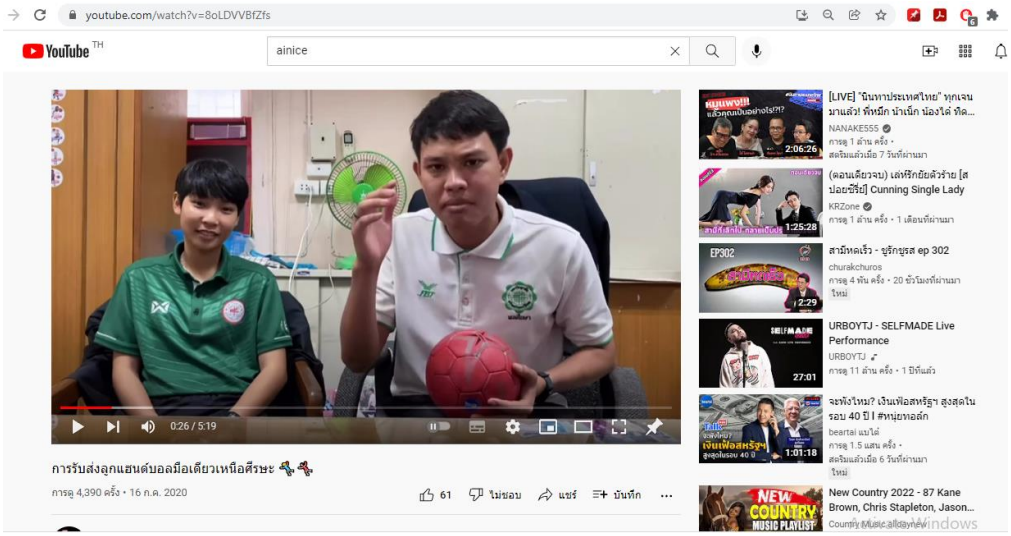
พงศ์ศักดิ์ บัวจะมะ. (2555). การพัฒนาวีดิทัศน์บนอินเทอร์เน็ตเพื่อส่งเสริมความมีจิตสาธารณะของ นักศึกษาระดับปริญญาตรีสาขาวิชาเทคโนโลยีและสื่อสารการศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. ปทุมธานี: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี.

รัตติยา หักกะยานนท์ และคณะ. (2564). ผลการจัดกิจกรรมเล่านิทานประกอบสื่อวีดิทัศน์เพื่อส่งเสริมมารยาทไทยในเด็กปฐมวัย. วารสารภาวนาสารปริทัศน์, 1(5-8), 15-27

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2542). รูปแบบการสอนและการเรียนรู้ในวิชาพลศึกษา. วารสารคณะพลศึกษา, 2(3-4), 20-35.

เสาวภา นิรุตติวัฒน์. (2552). สภาพและปัญหาการเตรียมทีมแฮนด์บอล เพื่อเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 37. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ภาคผนวก

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย สื่อวีดิทัศน์เพื่อประกอบการเรียนรู้รายวิชาพลศึกษา เรื่อง การจับลูกแฮนด์บอลและการรับส่งแฮนด์บอลมือเดียวเหนือศีรษะ

ลิงก์ URL: https://www.youtube.com/watch?v=8oLDVVBfZfs