

## บทคัดย่อ

ชื่อเรื่องวิจัย ผลการใช้นวัตกรรม “ถังปั้นหรรษา” เพื่อพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขน สำหรับนักเรียนที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวหรือสุขภาพ

ชื่อผู้วิจัย นางสาวศศิธร ชมภู, นางมิ่งขวัญ สืบจันทา

ปีการศึกษา 2565

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขนของนักเรียนที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวหรือสุขภาพ และเพื่อเปรียบเทียบผลก่อนหลังของความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขนของนักเรียนที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวหรือสุขภาพหลังการออกกำลังกายด้วยถังปั้นหรรษา

กลุ่มเป้าหมาย คือ กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวหรือสุขภาพ จำนวน 2 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง ดังนี้ 1) มีบัตรผู้พิการ ประเภทที่ 3 คือ บุคคลที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวหรือสุขภาพ 2) มีความสามารถสื่อสารเข้าใจ 3) ไม่มีปัญหาเชิงพฤติกรรมหรืออารมณ์ 4) ตรวจประเมินทางกายภาพบำบัด พบมีการอ่อนแรงของกล้ามเนื้อแขน โดยใช้แบบประเมินความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แผนการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายกล้ามเนื้อ และ แบบประเมินความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ค่าเฉลี่ย เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่าง ของคะแนนก่อนและหลังการทดลอง สรุปผลและนำเสนอข้อมูลในรูปความเรียง

ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีค่าความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขนหลังจากได้รับการออกกำลังกายด้วย ถังปั้นหรรษา โดยแขนข้างซ้ายและขวามีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4 สูงกว่าค่าความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขนก่อนได้รับการออกกำลังกายด้วยถังปั้นหรรษา ซึ่งแขนข้างซ้ายและขวา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3 สามารถแปลผลได้ว่า นักเรียนมีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขน กลุ่มกล้ามเนื้อในการเหยียดศอกและงอศอก ทั้ง 2 ข้าง เพิ่มขึ้น ส่งผลต่อ ความสามารถหรือศักยภาพในการเคลื่อนไหวแขนที่เพิ่มขึ้นด้วย ซึ่งจะนำไปสู่การเพิ่มความสามารถในการ ทำกิจวัตรประจำวันในด้านต่าง ๆ เช่น กินอาหาร แต่งตัว เป็นต้น

คำสำคัญ : นวัตกรรม; ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขน; ออกกำลังกายแขน

