

รายงานส่วนบุคคล
(Individual Study)

เรื่อง การเพิ่มสมรรถนะและความแข็งแรงของ
กล้ามเนื้อของเด็กออทิสติก (Autism Children)
โดยการใช้กิจกรรมว่ายน้ำ

จัดทำโดย นายชัยยา อุทธะยะ
ตำแหน่ง นักวิชาการศูนย์เยาวชน(ผู้นำกิจกรรมพลศึกษา)ชำนาญการ
สังกัด สำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว

รายงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของการฝึกอบรม
หลักสูตรนักบริหารมหานครระดับต้น รุ่นที่ ๓๘
สถาบันพัฒนาข้าราชการกรุงเทพมหานคร
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๔

๑. หัวข้อ การเพิ่มสมาธิและความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแก่เด็กออทิสติก (Autism Children) โดยใช้กิจกรรมว่ายน้ำ

๒. ความสำคัญของการศึกษา / ที่มาของการนำเสนอ

ออทิสติกเป็นกลุ่มโรคที่มีสาเหตุมาจากความผิดปกติของโครงสร้างหรือสารเคมีบางอย่างของสมอง ส่งผลให้เกิดพัฒนาการล่าช้าหรือพัฒนาการไปในทางถดถอยแสดงปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมในลักษณะแปลก ๆ คำนิยามของเด็กออทิสติกอาจแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับจุดเน้นของผู้ให้คำนิยาม ดังนี้

แพทย์หญิงเพ็ญแข ลิ้มศิลา (๒๕๔๐) ให้คำนิยามไว้ว่า “เป็นอาการทางจิตเวชที่วินิจฉัยได้ตั้งแต่วัยเด็กเล็ก มีความหมายว่าตัวเองหรือ Self โดยจะชอบแยกตัวอยู่ตามลำพังในโลกของตัวเอง เหมือนกับมีกำแพงที่มองไม่เห็นกันอยู่จนทำให้พวกเขาขาดการรับรู้จากสิ่งแวดล้อมรอบตัวอย่างสิ้นเชิง”

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ (๒๕๔๑) ได้ให้ความหมายไว้ว่า “ออทิสติก (Autistic) หรือ ออทิสซึม (Autism) มาจากรากศัพท์ภาษากรีกว่า Auto (ตัวเรา) เป็นภาวะของปัญหาทางจิตเวชที่มีความผิดปกติอย่างรุนแรงเกี่ยวกับอารมณ์สังคมการสื่อความหมายและปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม”

ลักษณะเด่นและพฤติกรรมของเด็กออทิสติกที่มีความแตกต่างจากเด็กปกติสามารถสังเกตได้จากพฤติกรรมเหล่านี้

(๑) แยกตัว ไม่สบตาผู้อื่น ไม่รู้จักการรอคอย อยู่ในโลกลส่วนตัว ขาดพัฒนาการในการเล่นแบบเด็กและการสร้างจินตนาการ

(๒) พัฒนาการทางการพูดล่าช้า ใช้ภาษาที่คนอื่นไม่เข้าใจ พูดซ้ำ ๆ ไม่ตอบสนองเสียงเรียกพูดเลียนเสียงผู้อื่น ใช้ภาษาท่าทางหรือเมื่อต้องการสิ่งใดจะใช้การจับมือหรือชี้นิ้ว

(๓) สมาธิสั้น สนใจเป็นช่วง ๆ อารมณ์แปรปรวน เคลื่อนไหวแปลก ๆ ลอกเลียนแบบไม่เป็น ทำร้ายตนเองและผู้อื่น ขนผิดปกติ ควบคุมตนเองไม่ได้ มีพฤติกรรมซ้ำ ๆ หัวเราะหรือร้องไห้โดยไม่มีสาเหตุ

จากคำนิยามของผู้นิยามประกอบกับลักษณะเด่นและพฤติกรรมของเด็กออทิสติกสามารถสรุปคำนิยามของเด็กออทิสติกได้ นั่นคือ เป็นเด็กที่มีความบกพร่องอีกกลุ่มหนึ่งที่ถูกจัดไว้ในความพิการตามพระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ พุทธศักราช ๒๕๓๔ และมักเห็นได้ชัดในกลุ่มเด็กเล็ก อายุระหว่าง ๑-๓ ขวบ ซึ่งเด็กปกติทุกคนในวัยนี้มีพัฒนาการทุกด้านเป็นไปอย่างรวดเร็ว

เนื่องจากเด็กออทิสติกมีปัญหาด้านพัฒนาการและพฤติกรรมหลายด้านจึงจำเป็นต้องมีบุคลากรที่ร่วมกันทำงาน เช่น นักกิจกรรมบำบัด นักกายภาพบำบัด จิตแพทย์เด็ก ครูศึกษาพิเศษที่สำคัญคือผู้ปกครอง ที่สามารถร่วมกันทำงานในการกระตุ้นพัฒนาการ เพื่อปรับพฤติกรรมให้เด็กมีพัฒนาการที่ดีขึ้นตามวัย

ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) สำนักวัฒนธรรมกีฬาและการท่องเที่ยว กรุงเทพมหานคร ได้ปฏิบัติตามวิสัยทัศน์ ด้านที่ ๓ คือ มหานครสำหรับทุกคน ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ ๓.๑ ในการจัดสิ่งอำนวยความสะดวกและสวัสดิการให้กับผู้สูงอายุ ผู้พิการ และผู้ด้อยโอกาส โดยใช้กิจกรรมว่ายน้ำเป็นกิจกรรมบำบัดเพื่อเพิ่มสมาธิและความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ โดยความสำคัญของการว่ายน้ำนั้นมีอยู่หลากหลาย ซึ่งการวิจัยทางด้านวิทยาศาสตร์ให้การยืนยันไว้ว่า การว่ายน้ำช่วยให้

ร่างกายแข็งแรง สามารถพัฒนาสมองและสุขภาพจิตให้ดีขึ้นได้ เสมือนเป็นการฝึกนั่งสมาธิกำหนดลมหายใจเข้า-ออก ผ่านกระบวนการที่เรียกว่า “การกำเนิดประสาท (Hippocampal Neurogenesis)” ซึ่งเป็นการสร้างเซลล์สมองทดแทนเซลล์ที่สูญเสียไปเนื่องจากความเครียดสะสม เป็นการออกกำลังกายที่มีผลกระทบน้อยมาก ช่วยให้หัวใจและปอดแข็งแรง สามารถลดการบาดเจ็บและอันตรายบริเวณข้อต่อต่าง ๆ โดยจะทำการฝึกให้กับเด็กออทิสติกทั้ง ๒ กลุ่ม ดังนี้

(๑) กลุ่มที่มีอาการน้อย เรียกว่า “Mild Autism” หรือกลุ่มที่มีศักยภาพสูง (High Functioning Autism) ซึ่งมีระดับสติปัญญาปกติหรือสูงกว่าปกติ มีพัฒนาการทางภาษาดี มีความสามารถบางอย่างแฝงอยู่หรือเป็นอัจฉริยะ แต่ยังมีความบกพร่องทางสังคม การรับรู้ทางอารมณ์ ความรู้สึกบุคคลอื่นเรียกว่า “ภาวะแอสเพอร์เกอร์ (Asperger's Syndrome)”

(๒) กลุ่มที่มีอาการปานกลาง เรียกว่า “Moderate Autism” มีพัฒนาการทางภาษาและการสื่อสารทักษะการสังคมการเรียนรู้ล่าช้า มีปัญหาทางด้านการช่วยเหลือตนเองและการกระตุ้นตนเองพอสมควร แต่สามารถพัฒนาจนช่วยเหลือตนเองได้

๓. วัตถุประสงค์

๓.๑ เพื่อให้เด็กออทิสติกสามารถพัฒนาการรับรู้และสร้างสมาธิ

๓.๒ เพื่อให้เด็กออทิสติกสามารถพัฒนาและเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ

๓.๓ เพื่อให้เด็กออทิสติกสามารถพัฒนาพฤติกรรมทางสังคม มีสมาธิกับสิ่งที่อยู่ตรงหน้า เล่นกับเพื่อนในวัยเดียวกัน

๓.๔ เพื่อให้เด็กออทิสติกสามารถพัฒนาพฤติกรรมการสื่อความหมาย โดยการตอบสนองต่อเสียงเรียก การมอง การจับ และการสื่อสารที่สามารถเข้าใจได้บ้าง

๓.๕ เพื่อให้เด็กออทิสติกสามารถพัฒนาตนเองทางพฤติกรรมและอารมณ์ได้โดยไม่รู้สึกริวกังวล เมื่อต้องทำหรือปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ

๓.๖ เพื่อให้เด็กออทิสติกสามารถพัฒนาตนเองให้ใช้ชีวิตร่วมกับคนปกติอย่างมีความสุข รวมถึงการเรียนรู้ กฎ กติกา ระเบียบต่าง ๆ ของสังคม

๓.๗ เพื่อให้เด็กออทิสติกสามารถพัฒนาตนเอง ช่วยเหลือตนเองให้ปลอดภัยหากเกิดอุบัติเหตุต่าง ๆ

๔. เป้าหมาย

๔.๑ ด้านบุคคล โดยการคัดเลือกพิจารณาตามรายละเอียด ดังนี้

(๑) เด็กออทิสติกที่มีอาการน้อยหรือปานกลาง อายุ ๘ ปี ขึ้นไป (นับจากปีเกิดถึงปัจจุบัน)

(๒) มีการรับรองด้านพฤติกรรมและสุขภาพจากสถาบัน สถานศึกษา หรือสถานที่อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยต้องไม่มีพฤติกรรมก้าวร้าว พร้อมรับการเรียนรู้ สามารถสื่อสารเบื้องต้นได้ดีพอสมควร สุขภาพดี และไม่เป็นโรคติดต่อที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งจะสามารถนำไปสู่การแพร่เชื้อได้

(๓) ไม่จำกัดเพศ

(๔) จัดการเรียนการสอนเป็นกลุ่ม ๆ ละไม่เกิน ๕ คน ต่อวิทยากร ๑ ท่าน แต่ไม่เกิน ๕ กลุ่ม (๒๐ คน)

๔.๒ สถานที่และเวลาในการจัดการเรียนการสอน

(๑) สระว่ายน้ำ ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) หรือสถานที่อื่นที่เหมาะสม

(๒) จัดการเรียนการสอนเฉพาะวันเสาร์และวันอาทิตย์

(๓) เวลาในการจัดการเรียนการสอนทั้งสิ้น ๒๐ ครั้ง (๑๐ สัปดาห์) โดยจัดการเรียนการสอนครั้งละ ๑ ชั่วโมง ๓๐ นาที

๕. แนวคิด / หลักการที่ใช้ในการศึกษา

จากการนำเสนอหัวข้อ การเพิ่มสมาธิและความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแก่เด็กออทิสติก (Autism Children) โดยใช้กิจกรรมว่ายน้ำ สามารถใช้ความรู้ หลักการ และแนวคิดของ SWOT Analysis และทฤษฎี PDCA ของเดมมิง เป็นแนวทางการดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพสูงสุด ดังนี้

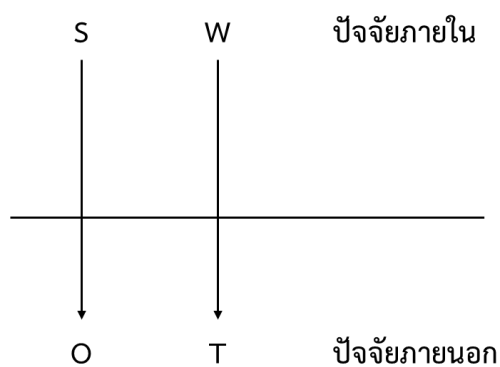
๕.๑ การใช้ความรู้ หลักการ และแนวคิดของ SWOT Analysis โดย SWOT Analysis หมายถึง การวิเคราะห์สภาพแวดล้อมและศักยภาพเป็นเครื่องมือในการประเมินสถานการณ์สำหรับการประกอบธุรกิจ ซึ่งช่วยให้ผู้บริหารรู้ถึงจุดแข็งและจุดอ่อนจากสภาพแวดล้อมภายใน มองเห็นโอกาสและอุปสรรคจากสภาพแวดล้อมภายนอก ตลอดจนผลกระทบต่อการประกอบธุรกิจทุกประเภท ซึ่งแบ่งเป็น ๔ ส่วน ดังนี้

๕.๑.๑ จุดแข็ง (S : Strengths) : จุดเด่นหรือจุดแข็ง (ข้อได้เปรียบ) เป็นผลมาจากปัจจัยภายใน เป็นข้อดีที่เกิดจากสภาพแวดล้อมภายในบริษัท เช่น จุดแข็งด้านการเงิน และข้อได้เปรียบด้านการผลิต และด้านทรัพยากรบุคคล โดยบริษัทจะต้องใช้ประโยชน์จากจุดแข็งในการกำหนดกลยุทธ์การตลาด

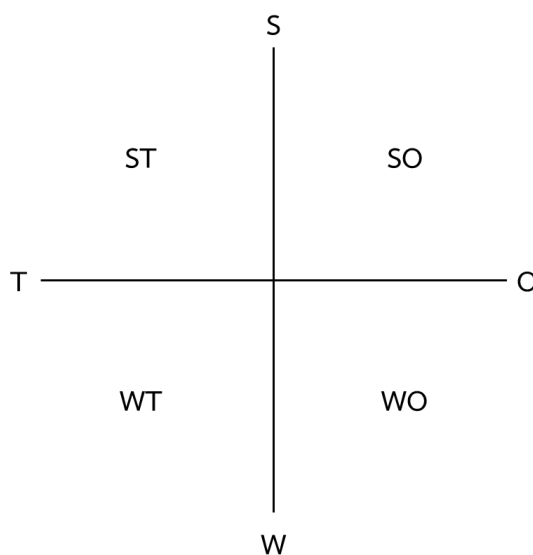
๕.๑.๒ จุดอ่อน (W : Weaknesses) : จุดด้อยหรือจุดอ่อน ข้อเสียเปรียบเป็นผลมาจากปัจจัยภายใน เป็นปัญหาหรือข้อบกพร่องที่เกิดจากสภาพแวดล้อมภายในต่าง ๆ ของบริษัท เช่น การขาดเงินทุน นโยบายและทิศทาง การบริการที่ไม่แน่นอน หรือบุคลากรที่ไม่มีคุณภาพ ซึ่งบริษัทจะต้องหาวิธีในการปรับปรุงให้ดีขึ้นหรือขจัดให้หมดไปอันจะเป็นประโยชน์ต่อบริษัท

๕.๑.๓ โอกาส (O : Opportunities) : เกิดจากปัจจัยภายนอก เป็นผลจากการที่สภาพแวดล้อมภายนอกของบริษัทเอื้อประโยชน์ หรือส่งเสริมการดำเนินงานของบริษัท โอกาสแตกต่างจากจุดแข็งตรงที่โอกาสเป็นผลมาจากสภาพแวดล้อมภายนอก แต่จุดแข็งเป็นผลมาจากสภาพแวดล้อมภายใน ผู้ประกอบการที่ดีจะต้องแสวงหาโอกาสอยู่เสมอ โดยการวิเคราะห์สิ่งแวดล้อมภายนอกที่เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ตลอดเวลา เช่น เศรษฐกิจ สังคม การเมือง เทคโนโลยีและการแข่งขันในตลาด และใช้ประโยชน์จากโอกาสนั้น

๕.๑.๔ อุปสรรค (T : Threats) : เกิดจากปัจจัยภายนอก เป็นข้อจำกัดที่เกิดจากสภาพแวดล้อมภายนอกที่ส่งผลเสียต่อธุรกิจ เช่น ราคาน้ำมันที่สูงขึ้น อัตราดอกเบี้ยที่สูงขึ้น สภาพเศรษฐกิจที่ชะลอตัว ผู้ประกอบการจำเป็นต้องปรับกลยุทธ์ทางการตลาดให้สอดคล้อง และพยายามขจัดอุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นให้ได้



แผนภูมิที่ ๕.๑ แสดงภาพเชื่อมโยงระหว่างปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก



แผนภูมิที่ ๕.๒ แสดงผลวิเคราะห์โดยการประยุกต์ใช้ SWOT Analysis

- SO หมายถึง จุดแข็งและมีโอกาสพัฒนา
- WO หมายถึง จุดอ่อนและมีโอกาสพัฒนา
- WT หมายถึง จุดอ่อนและมีอุปสรรคในการพัฒนา
- ST หมายถึง จุดอ่อนและมีอุปสรรคในการพัฒนา

จากทฤษฎี SWOT Analysis สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการวิเคราะห์ได้ ดังนี้

หัวข้อ	รายละเอียด
๑. Strengths : S (จุดแข็ง/ข้อได้เปรียบ)	- สระว่ายน้ำขนาดมาตรฐาน ๒๕ x ๕๐ เมตร ความลึก ๑.๕๐ เมตร เหมาะสำหรับการจัดการเรียนการสอน - สถานที่ตั้งสะดวกแก่การมาใช้บริการ การคมนาคม สะดวกทั้งรถยนต์หรือรถจักรยานยนต์ส่วนบุคคลและรถสาธารณะ - มีพื้นที่ขนาดใหญ่ สามารถรองรับกิจกรรมอื่น ๆ ได้หลากหลายปลอดภัย และสะอาด - บุคลากรมีความรู้ความชำนาญเฉพาะด้านและมีความพร้อมในการให้ความรู้
๒. Weakness : W (จุดอ่อน/ข้อเสียเปรียบ)	- มีผู้ใช้บริการจำนวนมาก กิจกรรมหลากหลาย รวมถึงการขอใช้สถานที่จัดงานของส่วนราชการต่าง ๆ อาจทำให้การจัดการเรียนการสอนไม่ต่อเนื่อง - ต้องสร้างความเข้าใจกับสมาชิกที่มาใช้บริการเกี่ยวกับเด็กกอดทิสติก
๓. Opportunities : O (โอกาส)	- กลุ่มเด็กกอดทิสติกให้ความสนใจจำนวนมาก
๔. Threats : T (อุปสรรค)	- ปัญหาไฟฟ้าดับหรือน้ำประปาหยุดไหล โดยไม่สามารถแจ้งให้ทราบล่วงหน้าได้ - วิทยากรไม่สามารถมาปฏิบัติงานได้โดยไม่ได้แจ้งให้ทราบล่วงหน้า

๕.๒ การใช้ทฤษฎี PDCA ในการพัฒนาขั้นตอนและกระบวนการอื่น ๆ ดังนี้

หัวข้อ	รายละเอียด
๑. P : Plan (การวางแผน)	- วางแผนการจัดพื้นที่ เวลาสำหรับการจัดการเรียนการสอน ไม่ให้กระทบกับการใช้บริการของสมาชิก - จัดหาวิทยากรสำรอง กรณีที่วิทยากรไม่สามารถมาปฏิบัติการสอนได้
๒. D : Do (ปฏิบัติ)	- ดำเนินการสอนให้เป็นไปตามวันและเวลาที่กำหนด - ทดสอบและประเมินผลการเรียนว่ายน้ำ
๓. C : Check (ตรวจสอบ)	- หาข้อมูลจากฝ่ายที่เกี่ยวข้องกับปัญหาไฟฟ้าดับและน้ำประปาหยุดไหล เช่น วัน เวลา รวมถึงการลาหยุดของวิทยากร
๔. A : Action (ปรับปรุง)	- รวบรวมข้อมูลจากการทดสอบและประเมินผลการจัดการเรียนการสอนว่ายน้ำ และนำมาปรับปรุงการสอนให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

๖. แนวทางการดำเนินการ / ระยะเวลา และผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง

ลำดับที่	วัน เดือน ปี	การดำเนินการ	รายละเอียดการดำเนินการ	ผู้ดำเนินการ
๑	๑-๗ ตุลาคม ๒๕๖๔	จัดทำโครงการ	- จัดทำรายละเอียดโครงการ พร้อมงบประมาณ เพื่อเสนอ ขออนุมัติจัดโครงการและ งบประมาณ	นายชัยยา อุทระยะ
๒	๘-๑๘ ตุลาคม ๒๕๖๔	เสนอขออนุมัติ โครงการ	- เสนอขออนุมัติโครงการและ งบประมาณ	นายชัยยา อุทระยะ
๓	๑๙-๒๓ ตุลาคม ๒๕๖๔	ประชุม เจ้าหน้าที่เพื่อ กำหนดแนว ทางการปฏิบัติ	- เชิญประชุมเจ้าหน้าที่ทุกส่วนที่ เกี่ยวข้อง ดังนี้ (๑) ผู้อำนวยการศูนย์ฯ (๒) หัวหน้ากลุ่มงานทุกกลุ่มงาน (๓) ข้าราชการที่เกี่ยวข้อง เพื่อกำหนดแนวทางและวิธีการ ปฏิบัติ เช่น (๑) คุณสมบัติของเด็กออทิสติก (๒) หลักสูตรการเรียนว่ายน้ำ (๓) กำหนดระยะเวลาการ รับสมัคร (๔) กำหนดการคัดเลือกเด็ก ออทิสติก (๕) ประกาศรายชื่อผู้ผ่านการ คัดเลือก (๖) เชิญวิทยากรและแต่งตั้ง วิทยากร	นายชัยยา อุทระยะ
				ผู้อำนวยการ ศูนย์ฯ เป็นผู้ มอบหมายงาน แต่ละด้านให้กับ เจ้าหน้าที่และ มอบหมายให้ หัวหน้ากลุ่มงาน เป็นผู้กำกับและ ติดตาม
๔	๒๔-๓๑ ตุลาคม ๒๕๖๔	ประกาศ รับสมัคร	ประกาศรับสมัครทางช่องทาง ต่าง ๆ เช่น ป้ายประชาสัมพันธ์ หรือเว็บไซต์ของศูนย์ เป็นต้น	เจ้าหน้าที่ฝ่าย ประชาสัมพันธ์
๕	๑-๖ พฤศจิกายน ๒๕๖๔	คัดเลือกและ ประกาศ รายชื่อ	- คัดเลือกเด็กออทิสติกที่มี คุณสมบัติตามที่กำหนด - ประกาศรายชื่อผู้ผ่านการ คัดเลือก - ประชุมผู้ปกครองเพื่อทราบ ข้อปฏิบัติต่าง ๆ	นายชัยยา อุทระยะ และ คณะกรรมการ คัดเลือก

ลำดับที่	วัน เดือน ปี	การดำเนินการ	รายละเอียดการดำเนินการ	ผู้ดำเนินการ
๖	๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๔	ประชุมเจ้าหน้าที่เพื่อเตรียมความพร้อม	- เชิญประชุมเจ้าหน้าที่ที่ดำเนินการเกี่ยวกับการสอนว่ายน้ำ เช่น วิทยากร อาสาสมัคร (ช่วยชีวิต) พนักงานทำความสะอาด ฯลฯ เพื่อทำความเข้าใจในขั้นตอนและวิธีการปฏิบัติในการสอน	นายชัยยา อุทธะยะ คณะวิทยากร และเจ้าหน้าที่ทุกท่าน
๗	๘-๑๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๔	การเตรียมการ	- เตรียมการด้านต่าง ๆ เช่น การจัดพื้นที่ การสำรวจอุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดการเรียนการสอน รวมไปถึงการเตรียมการด้านความปลอดภัย และเอกสารต่าง ๆ ที่ต้องใช้ประกอบการจัดการเรียนการสอน	นายชัยยา อุทธะยะ คณะวิทยากร และเจ้าหน้าที่ทุกท่าน
๘	๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ ถึง ๑๐ มกราคม ๒๕๖๕	การปฏิบัติ การสอน ตามโครงการ	- ดำเนินการสอนว่ายน้ำ จำนวน ๒๐ ครั้ง ๆ ละ ๑ ชั่วโมง ๓๐ นาที - ทดสอบวัดและประเมินผล การเรียนว่ายน้ำ	นายชัยยา อุทธะยะ คณะวิทยากร และเจ้าหน้าที่ทุกท่าน
๙	๑๑-๒๐ มกราคม ๒๕๖๕	ขั้นสรุป รายละเอียดต่าง ๆ ของการดำเนินการ จัดโครงการ	- ดำเนินการสรุปรายละเอียดต่าง ๆ ของการดำเนินการจัดโครงการ	นายชัยยา อุทธะยะ
			- ดำเนินการตั้งเบิกค่าวิทยากร	นายชัยยา อุทธะยะ และเจ้าหน้าที่ฝ่ายการเงิน
			- สรุปผลการทดสอบวัดและประเมินผลการเรียนว่ายน้ำ - จัดทำเกียรติบัตรสำหรับผู้ผ่านการเข้าร่วมโครงการ	นายชัยยา อุทธะยะ และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง
			- มอบเกียรติบัตรสำหรับผู้ผ่านการเข้าร่วมโครงการ	ผู้อำนวยการศูนย์ฯ
			- สรุปปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินการ	นายชัยยา อุทธะยะ

๗. ประโยชน์จากการศึกษา

๗.๑ เด็กออทิสติกที่ผ่านการเข้าร่วมโครงการกิจกรรมว่ายน้ำจะมีสมาธิในการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ และสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ เพิ่มมากขึ้น

๗.๒ สามารถพัฒนาพฤติกรรมทางสังคม ลดความก้าวร้าว และสามารถเล่นสนุกกับเพื่อนในวัยเดียวกันได้

๗.๓ สามารถเรียนรู้ที่จะปรับพฤติกรรมของตนเอง แสดงและพัฒนาตนเองในด้านการสื่อความหมาย และการสื่อสารที่สามารถเข้าใจได้

๗.๔ มีความชอบที่จะเข้าร่วมหรือปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ โดยไม่เกิดความรู้สึกวิตกกังวล

๗.๕ สามารถพัฒนาตนเองให้ใช้ชีวิตร่วมกับคนปกติอย่างมีความสุข ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และระเบียบต่าง ๆ ทางสังคมได้อย่างถูกต้องหรือดีขึ้น

๗.๖ สามารถพัฒนาตนเองจากการเข้าร่วมโครงการกิจกรรมว่ายน้ำ และช่วยเหลือตนเองให้ปลอดภัยจากการเกิดอุบัติเหตุทางน้ำ

๘. งบประมาณ

กิจกรรม/โครงการ	รายการ/รายละเอียด	งบประมาณ	กฎหมาย ระเบียบที่เกี่ยวข้อง
การเพิ่มสมาธิและความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแก่เด็กออทิสติก (Autism Children) โดยใช้กิจกรรมว่ายน้ำ	๑. ค่าตอบแทนวิทยากรสอนว่ายน้ำ จำนวน ๕ คน คนละ ๒๐ ครั้ง ครั้งละ ๑ ชั่วโมง ๓๐ นาที (ชั่วโมงละ ๑,๒๐๐.- บาท) = ๒๐ ครั้ง x ๕ คน x ๑,๘๐๐.- บาท = ๑๘๐,๐๐๐.- บาท	๑๘๐,๐๐๐.- บาท	ระเบียบกรุงเทพมหานคร ว่าด้วยเงินบำรุงและค่าใช้จ่ายของศูนย์บริการและกิจกรรมส่งเสริมการศึกษา การดนตรี สำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว พ.ศ. ๒๕๖๓ บัญชี ๓ ข้อ ๔.๑๓
	๒. ค่าวัสดุอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรม เช่น ๒.๑ โฟมว่ายน้ำ ๒.๒ กระดาษการ์ด ๒.๓ กระดาษถ่ายเอกสาร ๒.๔ หมวก แว่นตา ชุดว่ายน้ำ ๒.๕ และอื่น ๆ	๒๐,๐๐๐.- บาท	ระเบียบกรุงเทพมหานคร ว่าด้วยเงินบำรุงและค่าใช้จ่ายของศูนย์บริการและกิจกรรมส่งเสริมการศึกษา การดนตรี สำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว พ.ศ. ๒๕๖๓ บัญชี ๓ ข้อ ๓
	รวมเป็นเงินทั้งสิ้น	๒๐๐,๐๐๐.- บาท	(-สองแสนบาทถ้วน-)

๙. แนวทางการติดตามและประเมินผล

เด็กออทิสติกที่ผ่านการคัดเลือกเข้าร่วมโครงการ “การเพิ่มสมาธิและความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแก่เด็กออทิสติก (Autism Children) โดยใช้กิจกรรมว่ายน้ำ” จะต้องผ่านเกณฑ์การประเมินเบื้องต้นก่อน ถึงจะมีสิทธิ์เข้ารับการทดสอบและประเมินผลการเรียนว่ายน้ำ ดังนี้

๙.๑ ตัวชี้วัดความสำเร็จ ระดับผลผลิต (Output) และระดับผลลัพธ์ (Outcome)

๙.๑.๑ จำนวนผู้ผ่านการคัดเลือกกลุ่มละไม่เกิน ๔ คน ต่อวิทยากร ๑ ท่าน
จำนวน ๕ กลุ่ม รวมแล้วจึงมีจำนวนผู้มีสิทธิ์เรียนว่ายน้ำทั้งสิ้น ไม่เกิน ๒๐ คน

๙.๑.๒ ระยะเวลาเรียนว่ายน้ำ เฉพาะวันเสาร์และวันอาทิตย์ วันละ ๑ ชั่วโมง ๓๐ นาที จำนวน ๒๐ ครั้ง

๙.๑.๓ ผู้ที่มีสิทธิ์เข้ารับการทดสอบวัดและประเมินผลการเรียนว่ายน้ำ จะต้องมียุทธศาสตร์ในการเข้าเรียนว่ายน้ำไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนทั้งหมด (ไม่น้อยกว่า ๑๖ ครั้ง)

๙.๒ วิธีการ / เครื่องมือที่ใช้ในการติดตามและการประเมินผล (สำเร็จ)

การทดสอบวัดและประเมินผลการเรียนว่ายน้ำ เป็นการวัดผลสำเร็จจากการสอนของวิทยากรและพัฒนาการของผู้เรียน ตั้งแต่ครั้งที่ ๑ จนถึงครั้งที่ ๒๐ เพื่อให้ทราบถึงพัฒนาการของผู้เรียนหลังเข้าร่วมโครงการกิจกรรมว่ายน้ำ รวมทั้งเพื่อให้ทราบถึงปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น โดยจะนำไปสู่การปรับปรุงเพื่อพัฒนารูปแบบการดำเนินการหรือการจัดโครงการให้มีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น

ใบบันทึกคะแนนแบบประเมินค่าทักษะการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ขึ้นพื้นฐานเฉพาะเด็กออกทิสติก

ชื่อ (ด.ช. / ด.ญ. / นาย / นาง / นางสาว).....นามสกุล.....

เกิดวันที่.....เดือน.....พ.ศ.....อายุ.....ปี

น้ำหนัก.....กิโลกรัม ส่วนสูง.....เซนติเมตร โรคประจำตัว (ถ้ามี).....

หัวข้อทักษะ	ทักษะย่อย	รายละเอียดทักษะย่อย	คะแนนที่ปฏิบัติได้	ระดับคะแนน	เจ้าหน้าที่
๑. ทักษะการควบคุมการหายใจ	๑. การดำน้ำและการกลั้นหายใจ <i>ความสำคัญ</i> ๓ คะแนน	๑. สามารถดำน้ำโดยที่ศีรษะจมน้ำ ร่างกายไม่ไหล่พ้นน้ำ ๒. สามารถกลั้นหายใจได้ในระยะเวลา ๑๐ วินาที ๓. สามารถควบคุมตนเองได้เมื่ออยู่ใต้น้ำ	(๐) (๑) (๐) (๑) (๐) (๑)	๐ ๑ ๒ ๓	
๒. ทักษะการพุงตัวและการเคลื่อนที่	๒. การลอยตัวลักษณะต่าง ๆ <i>ความสำคัญ</i> ๓ คะแนน	๑. สามารถพุงตัวโดยร่างกายส่วนต่าง ๆ ต้องไม่สัมผัสกับขอบสระหรือกั้นสระ ๒. สามารถพุงตัวโดยเคลื่อนที่ไปในทิศทางต่าง ๆ ได้ โดยไม่สัมผัสกับขอบสระหรือกั้นสระ ๓. สามารถพุงตัวได้ในระยะเวลา ๓ นาที	(๐) (๑) (๐) (๑) (๐) (๑)	๐ ๑ ๒ ๓	
๓. ทักษะความสัมพันธ์และความต่อเนื่องของการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์	๓. ลักษณะความสัมพันธ์และความต่อเนื่องของศีรษะ แขน ขา ลำตัว การหายใจ และการว่ายน้ำในระยทาง ๕๐ เมตร <i>ความสำคัญ</i> ๕ คะแนน	๑. ลักษณะของลำตัว แขน ขา ขนานกับผิวน้ำ การหมุนแขนและการเตะเท้าต้องมีความสัมพันธ์กัน ๒. การรักษาสมดุลของการหายใจ และการพลิกหน้าหายใจต้องไม่ยกศีรษะ ๓. ต้องไม่มีการหยุดพัก ยืนหรือจับลู่ตลอดระยะทางทั้งหมด ๔. สามารถว่ายน้ำได้ตามระยะทางที่กำหนดไว้ (๕๐ เมตร) ๕. ลักษณะการว่ายน้ำต้องมีความสมดุลกลมกลืน และสัมพันธ์กันของลำตัว แขน ขา ศีรษะ และการหายใจ ตลอดจนความถูกต้องโดนรวมของร่างกาย	(๐) (๑) (๐) (๑) (๐) (๑) (๐) (๑) (๐) (๑)	๐ ๑ ๒ ๓ ๔ ๕	

สรุป ผ่านหัวข้อทักษะย่อย

๑	๒	๓	สำเร็จ
---	---	---	--------

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้ปกครอง

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้ประเมิน

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้ควบคุมการประเมิน

๑๐. ข้อเสนอแนะ

เมื่อการจัดดำเนินการเพิ่มสมาธิและความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแก่เด็กออทิสติก (Autism Children) โดยใช้กิจกรรมว่ายน้ำเสร็จสิ้นจำนวน ๒๐ ครั้ง และผู้ที่มีสิทธิ์เข้ารับการทดสอบวัดและประเมินผลการเรียนว่ายน้ำที่มีเวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ หรือ ๑๖ ครั้ง ได้รับการทดสอบวัดและประเมินผลการเรียนว่ายน้ำแล้วนั้น

จากการทดสอบวัดและประเมินผลการเรียนว่ายน้ำของผู้ที่มีสิทธิ์เข้ารับการทดสอบฯ ตามเกณฑ์ดังกล่าว มีผลการทดสอบฯ อยู่ ๒ แบบ ดังนี้

(๑) ผู้ที่ผ่านการทดสอบวัดและประเมินผลการเรียนว่ายน้ำและสำเร็จการเรียนว่ายน้ำ ควรได้รับการส่งเสริมและสนับสนุนการเรียนว่ายน้ำในท่าว่ายน้ำอื่น ๆ เพื่อพัฒนาไปสู่ขั้นพัฒนาทักษะและขั้นสูงต่อไป ส่วนผู้ที่มีความสามารถนั้น ควรมีการคัดเลือกให้เป็นตัวแทนของจังหวัดกรุงเทพมหานคร เพื่อเข้าร่วมการแข่งขันรายการต่าง ๆ เช่น การแข่งขันกีฬาว่ายน้ำระดับเขต ระดับจังหวัด ตัวแทนภาค ระดับประเทศ ฯลฯ เป็นต้น

(๒) ผู้ที่ไม่ผ่านการทดสอบวัดและประเมินผลการเรียนว่ายน้ำ กรณีที่มีความประพฤติเรียบร้อยและมีความประสงค์ที่จะเรียนว่ายน้ำต่อ ควรมีการสนับสนุนให้เรียนว่ายน้ำได้ต่อเนื่องแต่ต้องผ่านการคัดเลือกเสียก่อน นอกเสียจากเป็นผู้ที่ต้องการจะสมัครเข้ามาเรียนใหม่อีกครั้งหนึ่ง

การจัดการเรียนการสอนหรือการจัดโครงการที่เกี่ยวกับกีฬาว่ายน้ำให้กับกลุ่มเด็กออทิสติกนั้น ควรมีรูปแบบของการออกกำลังกายหรือแบบฝึกสมรรถภาพทางกายเพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงให้กับกล้ามเนื้ออื่น ๆ ตัวอย่างเช่น การดันพื้น (Push Up), ชีทอัพ (Sit Up), การวิ่งระยะสั้น (Short Distance Running), การฝึกแรงบีบจากมือ ฯลฯ ตามความเหมาะสม โดยให้ผู้ปกครองควบคุมการออกกำลังกายขณะที่อยู่ที่บ้าน เพื่อเพิ่มสมรรถนะทางร่างกายและกล้ามเนื้อ รวมไปถึงลดปัญหาการเกิดโรคอ้วนได้ เป็นต้น