



รายงานวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice)

เรื่อง

การพัฒนาทักษะสมอง EF EF ของเด็กปฐมวัย

ผ่านกิจกรรมบูรณาการอัตลักษณ์ท้องถิ่น

“ข้าวหลามน้ำหนาว”



จำเพื่อใช้งาน



ยังคิดใคร่ครอง



มีเป้าหมาย



ควบคุมอารมณ์

นางสาวเพชรภรณ์ ขุขันธ์

ตำแหน่ง ครู

โรงเรียนบ้านห้วยหินลับ

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเพชรบูรณ์ เขต 2

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ

การพัฒนาทักษะสมอง EF ของเด็กปฐมวัย
ผ่านกิจกรรมบูรณาการอัตลักษณ์ท้องถิ่น "ข้าวหลามน้ำหนาว"

นางสาวเพชรภรณ์ ชุพันธ์
ตำแหน่ง ครู

โรงเรียนบ้านห้วยหินลับ
สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเพชรบูรณ์ เขต 2
กระทรวงศึกษาธิการ

คำนำ

เอกสารรายงานวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) เรื่อง การพัฒนาทักษะสมอง EF ของเด็กปฐมวัย ผ่านกิจกรรมบูรณาการอัตลักษณ์ท้องถิ่น “ข้าวหลามน้ำหนาว” จัดทำขึ้นเพื่อเสนอรับการพิจารณาคัดเลือก ผลงานวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ ด้านการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ระดับปฐมวัย ของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษาเพชรบูรณ์เขต 2 โดยมีจุดมุ่งหมายสำคัญในการส่งเสริมพัฒนาการของเด็กปฐมวัยอย่างครอบคลุม ผ่านการพัฒนาทักษะสมองเพื่อชีวิตที่สำเร็จ หรือ Executive Functions (EF) ซึ่งเป็นฐานรากสำคัญในการ เรียนรู้และการดำเนินชีวิต

การจัดทำผลงาน Best Practice เล่มนี้ เกิดจากการตระหนักถึงความสำคัญของการจัดประสบการณ์ การเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ที่สอดคล้องกับธรรมชาติ พัฒนาการ และบริบทความต้องการของเด็ก ปฐมวัย โดยได้นำ “ข้าวหลามน้ำหนาว” ซึ่งเป็นอัตลักษณ์และภูมิปัญญาท้องถิ่นอันทรงคุณค่า มาแปลงเป็นสื่อ และแหล่งเรียนรู้ธรรมชาติที่ทรงพลัง เพื่อให้เด็กได้ฝึกการสังเกต การลงมือปฏิบัติ การใช้ประสาทสัมผัส การจำ ภาระทำงาน การยับยั้งชั่งใจ อดทนรอคอย ตลอดจนการวางแผนและการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า เอกสารเล่มนี้ ประกอบด้วยเนื้อหาสำคัญ 8 ประเด็น ได้แก่ ความสำคัญของผลงาน จุดประสงค์และเป้าหมาย กระบวนการ ดำเนินงาน (PDCA) ผลการดำเนินงาน ปัจจัยความสำเร็จ บทเรียนที่ได้รับ การเผยแพร่ และการขยายผลต่อ ยอด

ผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้บริหารสถานศึกษา คณะครู ราษฎรชาวบ้าน ผู้ปกครอง และผู้มีส่วน เกี่ยวข้องทุกท่าน ที่ได้ให้การสนับสนุน ให้คำแนะนำ และให้ความร่วมมือในการดำเนินงานจนประสบผลสำเร็จ เป็นอย่างดี หวังเป็นอย่างยิ่งว่าเอกสารรายงานฉบับนี้จะเป็นประโยชน์และเป็นแนวทางสำหรับครูผู้สอน ตลอดจนผู้สนใจในการนำภูมิปัญญาท้องถิ่นไปประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาทักษะสมอง EF และการจัดประสบการณ์ ปฐมวัยอย่างมีคุณภาพต่อไป

นางสาวเพชรภรณ์ ชุพันธ์
ตำแหน่ง ครู
โรงเรียนบ้านห้วยหินลับ

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
ความสำคัญของผลงาน.....	1
จุดประสงค์และเป้าหมายของการดำเนินงาน.....	3
กระบวนการดำเนินงาน ผลผลิต หรือขั้นตอนการดำเนินงาน.....	3
ผลการดำเนินงาน ผลสัมฤทธิ์ และประโยชน์ที่ได้รับ.....	15
ปัจจัยความสำเร็จที่ได้รับจากการดำเนินงาน.....	17
บทเรียนที่ได้รับจากผลผลิต (Lessons Learned).....	18
การเผยแพร่ผลงาน นวัตกรรม และการได้รับการยอมรับ.....	20
การขยายผล ต่อยอด หรือประยุกต์ใช้ผลงาน.....	20
ภาคผนวก.....	
ภาคผนวก ก: คู่มือการจัดประสบการณ์การเรียนรู้บูรณาการ EF	
ภาคผนวก ข: เครื่องมือและแบบประเมินทักษะสมอง EF	
ภาคผนวก ค: ภาพกิจกรรมการเรียนรู้และการทำข้าวหลามน้ำหนาว	

ชื่อผลงาน: การพัฒนาทักษะสมอง EF ของเด็กปฐมวัย ผ่านกิจกรรมบูรณาการอัตลักษณ์ท้องถิ่น "ข้าวหลามน้ำหนาว"

ประเภท: ด้านการจัดประสบการณ์เรียนรู้ระดับปฐมวัย

ผู้เสนอผลงาน: นางวสาวเพชรภรณ์ ชุพันธ์

ตำแหน่ง: ครู สังกัด โรงเรียนบ้านห้วยหินลับ

สังกัด: สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเพชรบูรณ์ เขต 2

ตำบล วังทอง **อำเภอ** น้ำหนาว **จังหวัด** เพชรบูรณ์ 67260

E- mail Phetcharaporn199@gmail.com **เว็บไซต์โรงเรียน** <http://www.huaihinlab.com>

1.ความสำคัญของผลงาน

1.1 เหตุผล ความจำเป็น ปัญหา หรือความต้องการ

เด็กปฐมวัย (ช่วงอายุ 3–6 ปี) ถือเป็น "หน้าต่างแห่งโอกาส" ที่สำคัญที่สุดของชีวิตในการพัฒนาการทางสมอง โดยเฉพาะสมองส่วนหน้า (Prefrontal Cortex) ซึ่งทำหน้าที่เกี่ยวกับ **ทักษะสมองเพื่อชีวิตที่สำเร็จ หรือ Executive Functions (EF)** อันเป็นทักษะการบริหารจัดการตนเองขั้นสูง ประกอบด้วย การยับยั้งชั่งใจ การจำใจการทำงาน การคิดยืดหยุ่น การมุ่งเป้าหมาย และการกำกับอารมณ์ตนเอง ทักษะเหล่านี้ไม่ได้เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติหรือผ่านการท่องจำ แต่ต้องได้รับการปลูกฝังและพัฒนาผ่านการลงมือปฏิบัติจริง (Hands-on Experience) ในสถานการณ์การเรียนรู้ที่มีความหมายและเปิดโอกาสให้เด็กได้เผชิญความท้าทายตามวัย

อย่างไรก็ตาม จากการสังเกตและสะท้อนผลสภาพการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ระดับปฐมวัยในสถานศึกษาที่ผ่านมา พบว่ายังคงมีสภาพปัญหาและความต้องการจำเป็นสำคัญ 3 ประการ ได้แก่

1. **สภาพปัญหาด้านการขาดโอกาสในการฝึกทักษะสมอง EF ในสถานการณ์จริง** รูปแบบการจัดประสบการณ์ส่วนใหญ่ยังคงยึดครูเป็นศูนย์กลาง (Teacher-centered) เน้นการกำกับให้เด็กทำตามคำสั่ง การทำแบบฝึกหัดบนกระดาน หรือการทำกิจกรรมตามขั้นตอนสำเร็จรูปที่ครูจัดเตรียมไว้ทั้งหมด ส่งผลให้เด็กขาดโอกาสในการฝึกคิด วางแผน แบ่งหน้าที่ แก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า ขาดการฝึกความอดทนรอคอยและการยับยั้งชั่งใจ ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของการสร้างทักษะสมอง EF ในชีวิตจริง
2. **สภาพปัญหาด้านสื่อและบริบทการเรียนรู้ที่ไกลตัวเด็ก** สื่อการสอนและหน่วยการเรียนรู้ส่วนใหญ่อ้างอิงจากบริบทสำเร็จรูปภายนอกที่ไม่เชื่อมโยงกับวิถีชีวิต หรือรากเหง้าวัฒนธรรมของชุมชนที่เด็กอาศัยอยู่ ทำให้เด็กขาดความสนใจ ขาดความผูกพัน และขาดแรงจูงใจในการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) อีกทั้งยังทำให้เด็กมองไม่เห็นคุณค่าของภูมิปัญญาท้องถิ่นในบ้านเกิดของตนเอง
3. **ความต้องการจำเป็นในการพัฒนาเด็กปฐมวัยในบริบทท้องถิ่น** อำเภอ น้ำหนาวเป็นพื้นที่ที่มีเอกลักษณ์ทางธรรมชาติและวัฒนธรรมอาหารที่โดดเด่น โดยเฉพาะ **"ข้าวหลามน้ำหนาว"** ซึ่งเป็นภูมิปัญญาที่มีกระบวนการละเอียดอ่อนและสะท้อนวิถีชีวิตของชุมชนได้อย่างชัดเจน เด็กปฐมวัยจึงมี

ความจำเป็นต้องได้รับการจัดประสบการณ์ที่เชื่อมโยงกับสิ่งที่อยู่รอบตัว เพื่อกระตุ้นประสาทสัมผัสทั้ง 5 ให้เด็กได้ลองสังเกต วางแผน ตวงส่วนผสม และอดทนรอคอยในขั้นตอนการนึ่งข้าวหลาม

จากเหตุผลและความจำเป็นดังกล่าว ผู้จัดทำจึงได้นำอัตลักษณ์ท้องถิ่น "ข้าวหลามน้ำหนาว" มาเป็นสื่อและแหล่งเรียนรู้หลักในการออกแบบการจัดประสบการณ์เชิงรุก เพื่อแก้ปัญหาการเรียนรู้แบบดั้งเดิม และเปลี่ยนภูมิปัญญาท้องถิ่นให้กลายเป็นนวัตกรรมในการพัฒนาทักษะสมอง EF ของเด็กปฐมวัยอย่างเป็นระบบ มีความหมาย และยั่งยืน

1.2 แนวคิดและหลักการสำคัญในการออกแบบผลงาน/นวัตกรรม

ผู้จัดทำได้ออกแบบนวัตกรรมโดยใช้แนวคิด การเรียนรู้โดยใช้ท้องถิ่นเป็นฐาน ร่วมกับ กระบวนการจัดประสบการณ์สืบเสาะและปฏิบัติจริง นำเอา อัตลักษณ์ท้องถิ่น "ข้าวหลามน้ำหนาว" ซึ่งเป็นภูมิปัญญาและวิถีชีวิตอันโดดเด่นของอำเภอน้ำหนาว มาเป็นสื่อและแหล่งเรียนรู้ทรงคุณค่า เพื่อพัฒนาทักษะสมอง EF ทั้ง 9 ด้าน (3 กลุ่มทักษะ) ดังนี้

กลุ่มทักษะพื้นฐาน

ความจำขณะทำงาน (Working Memory) เด็กจดจำวัตถุดิบ ลำดับขั้นตอนการกรอกข้าวเหนียว ใส่กะทิ และการใส่อุปกรณ์

การยับยั้งชั่งใจ (Inhibitory Control) เด็กฝึกการอดทนรอคอยขณะข้าวหลามอบไฟ ระมัดระวังความร้อน และควบคุมตนเองไม่ให้สัมผัสสิ่งอันตราย

การยืดหยุ่นความคิด (Shift/Cognitive Flexibility) เด็กแก้ปัญหาเฉพาะหน้าเมื่อพบว่าปริมาณกะทิไม่พอ ไม่พรมีขนาดต่างกัน หรือไฟแรง/เบาเกินไป

กลุ่มทักษะกำกับตนเอง

การโฟกัสจดจ่อ (Focus/Attention) เด็กตั้งใจกรอกข้าวใส่กระบอกละเอียดไม่เผลอที่ละน้อยไม่ให้หก

การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control) เด็กจัดการความตื่นเต้น ความกลัวไฟ หรือความผิดหวังเมื่อข้าวหลามไหม้

กลุ่มทักษะปฏิบัติงาน

การวางแผนและจัดระบบ (Planning & Organizing) / การเริ่มต้นทำ (Initiation) / การมุ่งเป้าหมาย (Goal-Directed Persistence) / การประเมินตนเอง (Self-Monitoring) เด็กแบ่งหน้าที่กลุ่ม จัดเตรียมอุปกรณ์ วางเป้าหมายให้ข้าวหลามสุกหอมอร่อย และชิมพร้อมประเมินผลงานตนเอง

1.3 สรุปสภาพปัญหาและความจำเป็นของผลงาน

ผลงานนี้เกิดขึ้นเพื่อแก้ปัญหาการเรียนรู้ที่ขาดปฏิสัมพันธ์และการขาดการฝึกทักษะสมองในชีวิตจริง โดยแปลงคุณค่าของ "ข้าวหลามน้ำหนาว" ซึ่งเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นใกล้ตัว ให้กลายเป็นห้องเรียนสมอง EF ที่มีชีวิต นำไปสู่การพัฒนาเด็กปฐมวัยอย่างเต็มศักยภาพทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

2. จุดประสงค์และเป้าหมายของการดำเนินงาน

2.1 จุดประสงค์การดำเนินงาน

1. เพื่อพัฒนาทักษะสมอง EF (Executive Functions) ของเด็กปฐมวัย ทั้งด้านทักษะพื้นฐาน ด้านการกำกับตนเอง และด้านทักษะปฏิบัติงาน ผ่านกิจกรรมบูรณาการอัตลักษณ์ท้องถิ่น "ข้าวหลามน้ำหนาว"
2. เพื่อให้เด็กปฐมวัยเกิดความตระหนัก เห็นคุณค่า และมีความภาคภูมิใจในอัตลักษณ์และภูมิปัญญาท้องถิ่น "ข้าวหลามน้ำหนาว"
3. เพื่อสร้างรูปแบบการจัดประสบการณ์การเรียนรู้เชิงรุก ที่บูรณาการภูมิปัญญาท้องถิ่นสำหรับครูปฐมวัย

2.2 เป้าหมายของการดำเนินงาน

เป้าหมายเชิงปริมาณ:

เด็กนักเรียนระดับชั้นปฐมวัย ชั้นอนุบาลปีที่ 3 โรงเรียนบ้านห้วยหินลับ จำนวน 8 คน ได้รับการจัดประสบการณ์เรียนรู้ผ่านกิจกรรมบูรณาการอัตลักษณ์ท้องถิ่น "ข้าวหลามน้ำหนาว" คิดเป็นร้อยละ 100

เป้าหมายเชิงคุณภาพ:

1. เด็กปฐมวัยกลุ่มเป้าหมายไม่น้อยกว่าร้อยละ 85 มี ระดับพัฒนาการทักษะสมอง EF ในภาพรวมอยู่ในระดับ "ดี" ขึ้นไป
2. เด็กปฐมวัยกลุ่มเป้าหมายไม่น้อยกว่าร้อยละ 85 แสดงออกถึง ความภาคภูมิใจในอัตลักษณ์ท้องถิ่น ผ่าน การเล่าเรื่อง การสะท้อนความคิด และการทำกิจกรรมร่วมกับชุมชน
3. สถานศึกษามีสื่อและคู่มือการจัดประสบการณ์บูรณาการพัฒนา EF ที่สอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2568

3. กระบวนการดำเนินงาน ผลผลิต หรือขั้นตอนการดำเนินงาน

กระบวนการดำเนินงานตามวงจรคุณภาพ PDCA



P - Plan วิเคราะห์ปัญหา / กำหนดเป้าหมายการพัฒนา EF/ ออกแบบหน่วยการเรียนรู้ 15 วัน /จัดทำคู่มือการจัดประสบการณ์ /จัดทำสื่อ /เครื่องมือประเมินให้สอดคล้องกับเด็กปฐมวัย

D - Do ดำเนินกิจกรรม 15 วัน (แบ่งเป็น 3 ระยะ ระยะที่ 1 เปิดโลกนิทาน สืบสานจุดกำเนิดระยะที่ 2 เตรียมพร้อม สำรวจและวางแผน ระยะที่ 3 ลงมือปฏิบัติจริงและส่งต่อภูมิปัญญา)

C - Check ประเมินพัฒนาการ EF / สังเกตพฤติกรรม / ถอดบทเรียนร่วมกับเด็กและชุมชน

A - Act ปรับปรุงกระบวนการ / ขยายผลนวัตกรรม / เผยแพร่ Best Practice สู่ชุมชนและโรงเรียนอื่น

สัปดาห์ที่ 1 เปิดโลกนิทาน สืบสานจุดกำเนิด (วัน ที่ 1 - 5) เน้น EF จำเพื่อใช้งาน, จดจ่อใส่ใจ , ยืดหยุ่นความคิด

วันที่ 1 จุดประกายจากนิทาน ตอนที่ 1 กำเนิดข้าวหลาม

กิจกรรม ครูเล่านิทานชวนฝันเรื่อง "กำเนิดข้าวหลาม" เพื่อเล่าถึงประวัติและวิถีชีวิตคนน้ำหนาว สนทนาแลกเปลี่ยนความคิด และให้เด็กเล่นเกมเรียงลำดับภาพนิทาน



ทักษะ EF ที่เกิด ฝึกการยืดหยุ่นความคิด จำเพื่อนำมาใช้งาน และจดจ่อใส่ใจ

วันที่ 2 นักสำรวจข้าวหลาม

กิจกรรม ครูนาวัตถุดิบจริง (ข้าวเหนียว กะทิ น้ำตาล ไม้ไผ่ ใบเตย) มาให้ได้กฯ สัมผัส เปรียบเทียบ ต้มกลั่น สังเกตสี และทำใบงาน ตัด ปะ ภาพข้าวหลาม



ทักษะ EF ที่เกิด จดจ่อใส่ใจ ยืดหยุ่นความคิด และการควบคุมอารมณ์

วันที่ 3 การทดลอง "ความลับของเมล็ดข้าวเหนียว"

กิจกรรม เด็กๆ เปรียบเทียบและสัมผัสขนาดของ "ข้าวสารแห้ง" กับ "ข้าวเหนียวแช่น้ำ" เปรียบเทียบ ข้าวเหนียวดิบแห้งกับข้าวเหนียวแช่น้ำ ทดลองขยี้ใบเตยใส่น้ำ สังเกตสีและกลิ่น



ทักษะ EF ที่เกิด ฝึกการจดจ่อใส่ใจ และการยืดหยุ่นความคิด

วันที่ 4 เรียนรู้วิถีชุมชน

กิจกรรม เรียนรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นโดยการสัมภาษณ์ปราชญ์ชุมชน ชมคลิปวิดีโอความเป็นมาและ ประเพณีเผาข้าวหลาม



ทักษะ EF ที่เกิด ฝึกการจดจ่อใส่ใจและจำเพื่อใช้งาน

วันที่ 5 นิทาน ตอนที่ 2 "ความลับแห่งป่าไม้ไผ่"

กิจกรรม อ่านนิทานภาคต่อ เล่าเรื่องความลับของกระบอกไม้ไผ่ที่มีเชื้อไม้และกลิ่นหอมเฉพาะตัวของ น้ำหนาว ทดลองสัมผัสไม้ไผ่ ลำทำใบงานสร้างป่าไม้ไผ่



ทักษะ EF ที่เกิด ฝึกความจำเพื่อนำมาใช้งาน และการยืดหยุ่นความคิด

สัปดาห์ที่ 2 เตรียมพร้อม สำรวจและวางแผน (วัน ที่ 6 - 10) เป้าหมาย EF การวางแผนและจัดระบบ, ริเริ่มและลงมือทำ,ยังคิดไตร่ตรอง

วันที่ 6 สืบเสาะแหล่งไม้ไผ่และวัสดุท้องถิ่นน้ำหนาว

กิจกรรม เดินสำรวจป่าไม้ไผ่ในโรงเรียน ไม้ที่นำมาทำข้าวหลาม มีผู้ปกครองนักเรียนมาให้ความรู้เรื่อง การเลือกกระบอกไม้ไผ่ในการทำข้าวหลามและช่วยตัดกระบอกไม้ไผ่ให้ เนื่องจากที่โรงเรียนมีไม้ไผ่ที่ปลูกไว้ เยอะ



ทักษะ EF ที่เกิด ฝึกการจดจ่อใส่ใจและวางแผนจัดระบบดำเนินการ

วันที่ 7 ออกแบบ "กระบอกข้าวหลามในฝัน"

กิจกรรม เด็กๆ วาดภาพ หรือลงลายลงบนกระบอกไม้ไผ่จำลอง ตามจินตนาการ



ทักษะ EF ที่เกิด ฝึกการจดจ่อใส่ใจ วางแผนจัดระบบดำเนินการ มุ่งสู่เป้าหมาย และติดตามประเมินตนเอง

วันที่ 8 กิจกรรม "ซัง ตวง วัด" สัดส่วนความอร่อย

กิจกรรม เด็กๆ ฝึกการใช้ถ้วยตวง ช้อนตวง ตวงข้าวเหนียว ตวงน้ำกะทิ และใส่น้ำตาลตามสูตรเด็กปฐมวัย เด็กแบ่งหน้าที่ในกลุ่ม วางแผนว่าใครจะทำความสะอาดกระบอกล้างไม้น้ำ ใครจะล้างข้าว ใครจะกรอกข้าว ฝึกการโฟกัสจดจ่อเท่าที่น้อยไม่ให้เลอะเทอะ



ทักษะ EF ที่เกิด ฝึกการจดจ่อใส่ใจ ยังคิดได้ตรง การยืดหยุ่นความคิด วางแผนจัดระบบดำเนินการ

วันที่ 9 กิจกรรมจำลองขั้นตอนการทำข้าวหลาม

กิจกรรม ฝึกทักษะการลงกระบอกล้างไม้น้ำ ฝึกท่องสูตรลำดับ "ตักข้าว → เคาะ → เทกะทิ → อุดจุก" เพื่อสร้างความชำนาญและความมั่นใจ



ทักษะ EF ที่เกิด ฝึกความจำเพื่อนำมาใช้งาน จดจ่อใส่ใจ การยืดหยุ่นความคิด วางแผนจัดระบบ
ดำเนินการ มุ่งสู่เป้าหมาย

วันที่10 เตรียมความพร้อมความปลอดภัย

กิจกรรม เรียนรู้เรื่อง "ไฟและความร้อน" ฏความปลอดภัยในการเข้าใกล้ไฟในการเผาข้าวหลาม ทำ
ใบงานเรื่องปลอดภัยหรือไม่



ทักษะ EF ที่เกิด ความจำเพื่อนำมาใช้งาน จดจ่อใส่ใจ การยั้งคิดไตร่ตรองและควบคุมตนเอง

สัปดาห์ที่ 3 ลงมือปฏิบัติจริง และส่งต่อภูมิปัญญา (วัน ที่ 11 - 15) เน้น EF มุ่งเป้าหมาย ประเมินตนเอง
ควบคุมอารมณ์

วันที่ 11 ก้าวนำสู่การลงมือทำข้าวหลามน้ำหนาว

กิจกรรม เชิญผู้ปกครอง/ปราชญ์ชุมชนมาร่วมกิจกรรมให้ความรู้กับเด็กๆ ให้ เด็กๆ ลงมือล้างข้าวผสมกะทิ กรอกข้าวเหนียว หยอดกะทิ และอุดจุกใบเตยลงในกระบอกลูกไม้ไฟจริงชิมผลงานที่ทำ







ทักษะ EF ที่เกิด ฝึก EF ครบทั้ง 9 ด้าน

วันที่ 12 ไร่เฉลิมสร้างสรรค์ "กระบอกไม้ไผ่แปลงกาย"

กิจกรรม วาดภาพตกแต่งกระบอกไม้ไผ่ที่ใช้แล้วจากการทำข้าหลาม วาดตามจินตนาการ สำหรับใช้เก็บแปรงฟันยาสีฟันของตัวเอง



ทักษะ EF ที่เกิด ริเริ่มลงมือทำ ยืดหยุ่นความคิด จดจ่อใส่ใจ มุ่งสู่เป้าหมาย และติดตามประเมินตนเอง

วันที่ 13 กิจกรรมแปรรูป "สร้างสรรค์เมนูใหม่จากข้าวหลาม"

กิจกรรม นำเนื้อข้าวหลามมาบูรณาการทำเมนูใหม่ เป็นเมนูสลัดโรลผลไม้ข้าวหลาม ฝึกการยืดหยุ่นความคิด



ทักษะ EF ที่เกิด ฝึกการยืดหยุ่นความคิด ริเริ่มลงมือทำ วางแผนจัดระบบดำเนินงาน

วันที่ 14 นักออกแบบ "ตราสินค้าและบรรจุภัณฑ์ข้าวหลามน้อย"

กิจกรรม เด็กๆ ออกแบบโลโก้ หรือสร้างสายรัดกระบอกข้าวหลามด้วยการวาดภาพระบายสีและแปะสติ๊กเกอร์ตามจินตนาการ





ทักษะ EF ที่เกิด การยืดหยุ่นความคิด การวางแผนจัดระบบดำเนินการ การริเริ่มและลงมือทำ

วันที่ 15 นิทรรศการน้อย "สืบสานภูมิปัญญา ข้าวหลามน้ำหนาว"

กิจกรรม เชิญผู้ปกครอง และน้องๆ พี่ๆ ในโรงเรียน เข้าร่วมชมผลงาน เด็กๆ สวมบทบาท เป็นผู้
นำเสนอผลงานสื่อสร้างสรรค์ และสะท้อนความภาคภูมิใจ



ทักษะ EF ที่เกิด ความมุ่งมั่นเป้าหมายที่สำเร็จ และการประเมินภาพรวมความสำเร็จ

ขั้น CHECK ตรวจสอบ ประเมินผล

ประเมินผลอย่างต่อเนื่อง ทั้งระหว่างจัดกิจกรรมและหลังจัดกิจกรรม โดยใช้แบบสังเกตพฤติกรรม
แบบประเมินทักษะ EF การสะท้อนผลจากเด็ก ผู้ปกครอง รวมทั้งเปรียบเทียบผลก่อนและหลังกิจกรรม

ข้อมูลที่ได้ช่วยให้เห็นพัฒนาการของเด็กในทุกด้าน ทั้งด้านความคิด การวางแผน การทำงานร่วมกัน และการควบคุมอารมณ์

ชั้น ACT ปรับปรุงพัฒนา

เมื่อได้ผลการประเมินแล้ว จึงนำข้อมูลมาปรับปรุงกิจกรรมให้เหมาะกับเด็กมากยิ่งขึ้น พร้อมทั้งพัฒนาสื่อการเรียนรู้ เพิ่มกิจกรรมที่ส่งเสริม EF และเผยแพร่ผลงานให้โรงเรียนและเครือข่ายสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ ส่งผลให้เกิดการพัฒนาทั้งตัวเด็ก ครู และชุมชนอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

4. ผลการดำเนินงาน ผลสัมฤทธิ์ และประโยชน์ที่ได้รับ

4.1 ผลสำเร็จของการดำเนินงาน

ทักษะ EF 9 ด้าน	ผลที่เกิดกับเด็ก
1. ความจำเพื่อใช้งาน	จดจำขั้นตอนและนำมาใช้ได้
2. การยั้งคิดไตร่ตรอง	รอคอย คิดก่อนลงมือทำ
3. การยืดหยุ่นความคิด	ปรับวิธีเมื่อพบปัญหา
4. การจดจ่อใส่ใจ	ตั้งใจทำกิจกรรมจนสำเร็จ
5. การควบคุมอารมณ์	จัดการอารมณ์เมื่อไม่เป็นไปตามที่คิด
6. การติดตามประเมินตนเอง	ตรวจสอบผลงานของตนเอง
7. การริเริ่มและลงมือทำ	กล้าคิดและลงมือทำด้วยตนเอง
8. การวางแผนและจัดระบบ	วางแผนขั้นตอนและจัดเตรียมอุปกรณ์
9. ความมุ่งมั่นเป้าหมาย	พยายามทำงานจนสำเร็จ

4.2 ผลสัมฤทธิ์ของการดำเนินงาน

-พัฒนาการด้านทักษะสมอง EF ของเด็กปฐมวัยสูงขึ้นอย่างชัดเจน: ผลการประเมินพบว่า เด็กปฐมวัยร้อยละ 90 มีทักษะสมอง EF ในภาพรวมอยู่ในระดับ "ดีมาก" โดยด้านที่เห็นผลชัดเจนที่สุดคือ ความจำขณะทำงาน การยืดหยุ่นความคิด การวางแผนและจัดระบบ เพราะเด็กต้องคิดว่าจะทำอะไร เตรียมอะไร และทำตามลำดับอย่างไร เมื่อเกิดปัญหาต้องปรับวิธี

-สัมฤทธิ์ผลด้านความรักและภูมิใจในท้องถิ่น: เด็กปฐมวัยร้อยละ 95.00 สามารถเล่าเรื่องราว อธิบายขั้นตอน และถ่ายทอดความภาคภูมิใจใน "ข้าวหลามน้ำหนาว" ให้แก่ผู้อื่นฟังได้อย่างมั่นใจ

กราฟเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการจัดกิจกรรม

เปรียบเทียบคะแนนก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียนแต่ละคน คะแนนเต็ม 18 คะแนน



แบบสรุปผลการประเมินทักษะสมอง EF ภาพรวมของห้องเรียน

ชั้นอนุบาลปีที่ 3 จำนวนนักเรียนทั้งหมด 8 คน

ที่	ชื่อ - สกุล	คะแนนรวม ก่อนเรียน (18)	ระดับ คุณภาพ ก่อนเรียน	คะแนนรวม หลังเรียน (18)	ระดับ คุณภาพ หลังเรียน	ความก้าวหน้า (+/-)
1	เด็กหญิงปณยาพร ปราณีวงศ์	11	ดี	17	ดีมาก	+6
2	เด็กหญิงพรชนก กำแก้ว	11	ดี	18	ดีมาก	+7
3	เด็กหญิงแพรวา เจียมภูเขียว	8	ปานกลาง	16	ดีมาก	+8
4	เด็กหญิงวิศรา เนตรชัยภูมิ	9	ปานกลาง	16	ดีมาก	+7
5	เด็กหญิงอชิรญา คำยิ่ง	12	ดี	18	ดีมาก	+6
6	เด็กหญิงชนชนก ศรีชุม	12	ดี	18	ดีมาก	+6
7	เด็กชายธนภัทร ขวัญพร้อม	8	ปานกลาง	14	ดี	+6
8	เด็กชายอชิรวิชญ์ คงเมือง	8	ปานกลาง	13	ดี	+5
	คิดเป็นร้อยละ	54.86		90.28		+35.42

สรุปผลประเมินภาพรวมชั้นเรียน

นักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 3 จำนวน 8 คน มีพัฒนาการทักษะสมอง EF หลังการจัดประสบการณ์ผ่านกิจกรรม "ข้าวหลามน้ำหนาว" อยู่ในระดับ **ดีขึ้นไป** คิดเป็นร้อยละ **90.28** ของจำนวนนักเรียนทั้งหมด ซึ่งสูงกว่าเป้าหมายที่กำหนดไว้ (ร้อยละ 85)

สรุปผลการเปรียบเทียบ

รายการ	ก่อนจัดกิจกรรม	หลังจัดกิจกรรม	ความก้าวหน้า
คะแนนเฉลี่ยคิดเป็นร้อยละ	54.86%	90.28%	+35.42%
ระดับคุณภาพโดยรวม	ปานกลาง-ดี	ดี-ดีมาก	ดีขึ้น

4.3 ประโยชน์ที่ได้รับ



4.5 หลักฐานเชิงประจักษ์

ผลผลิตข้าวหลามน้ำหนาว สะอาด ไร้ควัน ด้วยกระบวนการอบควบคุมอุณหภูมิ ผู้เรียนได้รับการพัฒนาทักษะการปฏิบัติงานจริง ความรับผิดชอบในการทำงานร่วมกัน และเกิดความภาคภูมิใจในภูมิปัญญาท้องถิ่น และสร้างทักษะอาชีพติดตัว



5 ปัจจัยความสำเร็จที่ได้รับจากการดำเนินงาน

1. การมีส่วนร่วมอย่างเข้มแข็งของชุมชนและท้องถิ่น ผู้ปกครองให้ความอนุเคราะห์วัตถุดิบ ไม้ไผ่ และเป็นวิทยากรให้ความรู้อย่างเป็นกันเอง
2. ภาวะผู้นำและการส่งเสริมของผู้บริหาร ผู้บริหารสถานศึกษาให้ความสำคัญ สนับสนุนงบประมาณ สื่อ อุปกรณ์ และอำนวยความสะดวกในการจัดกิจกรรมนอกห้องเรียน
3. บริบทสื่อธรรมชาติที่ดึงดูดใจ "ข้าวหลามน้ำหนาว" เป็นสื่อจริง สัมผัสได้ มีทั้งกลิ่น รสชาติ รูปร่าง และความท้าทาย ซึ่งเป็นตัวกระตุ้นสมอง EF ได้ดีกว่าสื่อจำลองหรือใบงานกระดาษ
4. การสื่อสารและความร่วมมือกับผู้ปกครอง ผู้ปกครองสะท้อนพฤติกรรม EF ของเด็กที่บ้าน เช่น เด็กมีวินัย อดทนรอคอย และช่วยงานบ้านมากขึ้น หลังได้รับการฝึกจากกิจกรรมนี้

ขอขอบพระคุณผู้ปกครองที่ได้ให้ความอนุเคราะห์นำข้าวเหนียวดามาให้เด็กๆ ทำกิจกรรม ขอขอบคุณคุณแม่เครือ คุณแม่เขียว ปราชญ์ชาวบ้านที่มาให้ความรู้กับเด็กๆ ขอขอบคุณคุณพ่อประมวน นันวิสัย คุณพ่อมานัส กระฐินทอง ที่ช่วยให้ความรู้เรื่องการเลือกไม้มาทำกระบอกข้าวหลามและตัดกระบอกข้าวหลามให้ ขอขอบคุณ

คุณแม่อุเทน คำไข คุณครูณิชาภัทร ตะนุชนม์ ให้คำปรึกษา และสนับสนุนการดำเนินงาน จนทำให้การทำข้าวหลามประสบผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์อย่างมีประสิทธิภาพ"



6 บทเรียนที่ได้รับจากผลผลิต

6.1 ข้อสรุปและข้อสังเกต

การพัฒนาทักษะสมอง EF ไม่สามารถเกิดจากการสอนแบบบอกเล่า แต่ต้องเกิดจาก "ประสบการณ์ตรงที่มีความหมายและมีความท้าทายที่พอดีกับวัย"

ภูมิปัญญาท้องถิ่นใกล้ตัวเป็นวัตถุดิบชั้นเลิศในการพัฒนาสมอง เพราะมีความจริงแท้ ที่ทำให้เด็กกระตือรือร้นโดยไม่ต้องบังคับ



6.2 ข้อควรระวังในการนำไปประยุกต์ใช้

คำเตือนด้านความปลอดภัย: กิจกรรมเกี่ยวข้องกับของมีคม (ฝ่ากระบอกล้างไม้ไฟ) และความร้อน/ไฟ (การเผาข้าวหลาม)

ขั้นตอนการเหลาไม้หรือใช้ไฟ ต้องอยู่ในความดูแลอย่างใกล้ชิดของครูและปราชญ์ชาวบ้าน



ควรจัดพื้นที่เขตความปลอดภัย ให้ได้กร่วมสังเกตการณ์นั่งข้าวหลามในระยะที่ปลอดภัย

6.3 แนวทางการพัฒนางานให้ประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้น

ขยายผลสู่ STEAM Education นำเรื่องข้าวหลามนำพานำไปต่อยอดเชื่อมโยงกับ Science (การเปลี่ยนแปลงสถานะของกะทิเมื่อโดนความร้อน), Technology (เทคนิคการหลามด้วยไฟ), Engineering (การออกแบบฐานเผา), Art (การออกแบบฉลากบรรจุภัณฑ์), และ Math (การตวง การนับกระบอกล้าง)



7 การเผยแพร่ผลงาน นวัตกรรม และการได้รับการยอมรับ

การเผยแพร่ผลงานสื่อออนไลน์: เผยแพร่การจัดกิจกรรมและชุดเอกสารแผนการจัดประสบการณ์ ผ่านเว็บไซต์โรงเรียน, Facebook Page และกลุ่มไลน์ผู้ปกครอง



8 การขยายผล ต่อยอด หรือประยุกต์ใช้ผลงาน

8.1 การขยายผลภายในและภายนอกสถานศึกษา

การขยายผลภายในสถานศึกษา: นำกระบวนการ ไปประยุกต์ใช้กับกิจกรรมบูรณาการบริบทอื่น ๆ ในโรงเรียน เช่น กิจกรรม "หน่อไม้ตองน้ำหนาว" หรือ ผลไม้ท้องถิ่น"

การขยายผลสู่ชุมชนและเครือข่าย: จัดกิจกรรม PLC (Professional Learning Community) ข้ามสถานศึกษา ในพื้นที่อำเภอบ้านนา เพื่อถ่ายทอดแนวทางการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นพัฒนา EF



8.2 รูปแบบและแนวปฏิบัติการนำไปประยุกต์ใช้ในพื้นที่อื่น (Model to Practice)

ขั้นตอนการประยุกต์ใช้	แนวทางการปฏิบัติงานในสถานศึกษาอื่น
1. สำรวจบริบท	สำรวจอัตลักษณ์หรือวัตถุดิบโดดเด่นในท้องถิ่นของตนเอง (เช่น กล้วย, หน่อไม้)
2. ถอดรหัส EF	วิเคราะห์ว่าอัตลักษณ์นั้น ๆ มีขั้นตอนใดที่กระตุ้น Working Memory, Inhibitory Control หรือ Shift
3. วางโครงสร้างกิจกรรม	นำโครงสร้าง EF ไปครอบคลุมกิจกรรมท้องถิ่นนั้น ๆ
4. ดำเนินการและประเมิน	จัดกิจกรรมแบบ Active Learning และสังเกตพฤติกรรม EF ของเด็กอย่างต่อเนื่อง

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

สแกนคู่มือการจัดประสบการณ์



ภาคผนวก ข

สแกนดูเครื่องมือและแบบประเมินทักษะสมอง EF (Executive Functions) ของเด็กปฐมวัย



ภาคผนวก ค

สแกนดูภาพกิจกรรมการเรียนรู้และการทำข้าวหลามน้ำหนาว



