



## รายงานวิจัยในชั้นเรียน

เรื่อง การทำสมาธิก่อนเรียนเพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

MEDITATION BEFORE CLASS TO COMPARE ACADEMIC ACHIEVEMENT

ชิสา ล้วนยาภรณ์

CHISA LAWANYAPORN

*Chisa*  
นวันเพ็ญ ๖๖๕



รายงานการวิจัยในชั้นเรียนนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิชาการปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา 1 รหัสวิชา 03606134

หลักสูตรครุศาสตร์อุตสาหกรรมบัณฑิต (5ปี) สาขาวิชา ครุศาสตร์เกษตร

คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี

สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2563

## บทคัดย่อ

การวิจัยการทำสมาธิก่อนเรียนเพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีจุดประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนที่ทำสมาธิก่อนเรียนกับผู้เรียนที่ไม่ได้ทำสมาธิก่อนเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 สาขาเกษตรศาสตร์ 4 ห้องเรียนที่เรียนในรายวิชาการเลี้ยงโคนม โดยใช้นักเรียนหมายเลข 1-10 ของแต่ละห้อง รวม 40 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม สลับกันทดลอง โดยกลุ่มแรกทดลองเรียนโดยการทำสมาธิก่อนเรียน กลุ่มที่ 2 ทำการเรียนการสอนตามปกติ จากนั้น ในอีกคาบเรียนให้สลับกลุ่มกันโดยกลุ่มที่ 2 ทำการเรียนโดยทำสมาธิก่อนเรียน กลุ่มที่ 1 ทำการเรียนโดยปกติ โดยหลังการเรียนทุกครั้งให้ทำแบบทดสอบหลังเรียนเพื่อเก็บผลการเรียนในแต่ละคาบเพื่อนำมาเปรียบเทียบ ผลการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ของนักเรียน ระดับชั้น ประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 จำนวน 4 ห้องเรียน ห้องเรียนละ 10 คนตามเลขที่ 1-10 จำนวน 40 คน พบว่าในหน่วยการเรียนรู้ที่ 3 กลุ่มทดลองทำคะแนนแบบทดสอบหลังเรียนได้ 3.5, 3.2 กลุ่มเรียนปกติทำคะแนนได้ 2.8, 2.6 ตามลำดับ และในหน่วยการเรียนรู้ที่ 4 กลุ่มทดลองทำแบบทดสอบหลังเรียนได้ 7.3, 6.6 กลุ่มเรียนปกติทำคะแนนได้ 6.4, 6.3 ตามลำดับ

เมื่อทำการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของกลุ่มที่ทำการทดลองได้คะแนนมากกว่ากลุ่มที่เรียนปกติ ทั้ง 2 หน่วยการเรียนรู้ จึงสรุปได้ว่า การทำสมาธิก่อนเริ่มการเรียนการสอนสามารถเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้