

บทคัดย่อ

ชื่องานวิจัย : โปรแกรมควบคุมน้ำหนักนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนอนุบาลเชียงราย
ชื่อผู้วิจัย : พิกุล ธรรมลังกา
สังกัด : โรงเรียนอนุบาลเชียงราย สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเชียงราย เขต 1
ปีการศึกษา : 2551

งานวิจัยเรื่องโปรแกรมควบคุมน้ำหนักนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนอนุบาลเชียงราย สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเชียงราย เขต 1 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาโปรแกรมควบคุมน้ำหนักนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน และผลของการเปลี่ยนแปลงน้ำหนักนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมควบคุมน้ำหนัก โดยทำการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 เพื่อเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างน้ำหนักและส่วนสูงว่าเป็นไปตามเกณฑ์เครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการของประชาชนไทย อายุ 1 – 19 ปี ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ.2542 หรือไม่ ปรากฏว่ามีนักเรียนไม่ปฏิบัติตามเกณฑ์ 15 คน ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้จึงได้ทำการทดลองกับกลุ่มประชากรทั้ง 15 คน โดยให้นักเรียนทั้ง 15 คนเข้าร่วมโปรแกรมควบคุมน้ำหนักนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน ซึ่งในโปรแกรมประกอบไปด้วย โปรแกรมด้านโภชนาการและโปรแกรมด้านการออกกำลังกาย ทำการทดลองเป็นเวลา 12 สัปดาห์ และนำน้ำหนักที่เกินจากมาตรฐานเมื่อเทียบกับส่วนสูงมาเปรียบเทียบระหว่างก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมควบคุมน้ำหนัก

จากผลการวิจัยพบว่า หลังจากนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรมควบคุมน้ำหนักแล้ว นักเรียนมีน้ำหนักที่เกินจากมาตรฐานลดลงเมื่อเทียบกับส่วนสูง