

การพัฒนาความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อขาของนักเรียนที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการ
เคลื่อนไหวหรือสุขภาพ โดยใช้โปรแกรมพัฒนาความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อขา
ศูนย์การศึกษาพิเศษ ประจำจังหวัดอุดรธานี

The Development of leg muscle ability for children with physical, movement or health
disabilities using development programs the ability to use leg muscles
Special Education Center Udon Thani Province

ลดาวัลย์ ฮามสมพันธ์ Ladawan Harmsompan

บทคัดย่อ

การศึกษาลงการพัฒนาความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อขาของนักเรียนที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวหรือสุขภาพ โดยใช้โปรแกรมพัฒนาความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อขา เป็นการวิจัยแบบกรณีศึกษารายบุคคล โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อขาของนักเรียนที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวหรือสุขภาพ โดยใช้โปรแกรมพัฒนาความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อขา ศูนย์การศึกษาพิเศษ ประจำจังหวัดอุดรธานี โดยใช้ชุดกิจกรรมที่ 1 คือ การให้ทดสอบทางด้านแพทย์แผนไทย โดยวิธีการนวดแบ่งออกเป็น 4 ส่วนหลัก ได้แก่ แนวเส้นพื้นฐานและเปิดประตูลม, พื้นฐานขาด้านนอก, พื้นฐานขาด้านใน, พื้นฐานหลังในท่านอน จะนวดทั้งข้างซ้ายและขวา ระยะเวลาในการกหนดแต่ละจุดประมาณ 15 วินาที ใช้เวลานวดทั้งหมด 45 นาที และชุดกิจกรรมที่ 2 คือ การใช้เตียงช่วยยืน (Tilt Table) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ 1) โปรแกรมพัฒนาความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อ 2) แบบประเมินความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ Modified Ashworth Scale (MAS) กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว หรือสุขภาพ อายุ 10-15 ปี จำนวน 1 คน ที่เข้ารับบริการที่ศูนย์การศึกษาพิเศษจังหวัดอุดรธานีในปีการศึกษา 2567 การเก็บข้อมูลชุดกิจกรรมที่ 1 และชุดกิจกรรมที่ 2 ในช่วงระยะเวลาห้าเดือน (สิงหาคม – ธันวาคม 2567) โดยการนวดครั้งละ 45 นาที และการวัดผลก่อนและหลังการทำชุดกิจกรรมที่ 1 และชุดกิจกรรมที่ 2 ในกลุ่มกล้ามเนื้อ Hip Adductor, Hamstrings, Quadriceps และ Soleus

ผลการศึกษา พบว่า การนวดไทยมีผลในการลดระดับความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขาของนักเรียนที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหว โดยระดับความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหลังการนวดลดลงจากระดับ 2 (ความตึงตัวของกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้นเกือบตลอดองศาการเคลื่อนไหว) เป็นระดับ 1 (ความตึงตัวของกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้นเล็กน้อย)

การพัฒนาความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อขาของนักเรียนที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวหรือสุขภาพ โดยใช้โปรแกรมพัฒนาความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อขา ศูนย์การศึกษาพิเศษ ประจำจังหวัดอุดรธานี ซึ่งสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกายให้กับผู้ที่มีภาวะเกร็งกล้ามเนื้ออย่างต่อเนื่อง

คำสำคัญ: การพัฒนาความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อ, นักเรียนที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือการเคลื่อนไหวหรือสุขภาพ, อาการเกร็งกล้ามเนื้อ, Modified Ashworth Scale