

คู่มือการใช้ชุดกิจกรรมการเคลื่อนไหวปาก
ที่ส่งผลต่อความสามารถในการรับประทานอาหาร
สำหรับนักเรียนสมองพิการ อายุ 4 – 6 ปี



โดย นางสาวพิกุล ทำบุญตบ
ครูชำนาญการพิเศษ

ศูนย์การศึกษาพิเศษ เขตการศึกษา 5 จังหวัดสุพรรณบุรี
สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ

คำนำ

ชุดกิจกรรมการเคลื่อนไหวปาก ที่ส่งผลต่อความสามารถในการรับประทานอาหาร สำหรับนักเรียนสมองพิการ อายุ 4 – 6 ปี ชุดกิจกรรมนี้ใช้การเล่น และสื่อการเรียนรู้ที่น่าสนใจมาใช้ เป็นสื่อพัฒนาความสามารถพื้นฐานในการรับประทานอาหารและการดื่ม ให้นักเรียนสมองพิการสามารถ ควบคุมน้ำลาย เคลื่อนไหวปาก เคี้ยว กลืน พุด และลดการสำลักอาหาร ให้นักเรียนสามารถ รับประทานอาหารได้ดีขึ้น พร้อมกันนี้ส่งผลให้นักเรียนมีบุคลิกภาพที่ดี มั่นใจในการปฏิสัมพันธ์ และ เข้าร่วมกิจกรรมกับผู้อื่นในสังคม ดำรงชีวิตในสังคมได้เต็มศักยภาพ ประกอบด้วยกิจกรรม จำนวน 5 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมนวดกระตุ้นกล้ามเนื้อรอบปาก กิจกรรมสัตว์โลกน่ารัก กิจกรรมปากหวาน กิจกรรมลูกบอลแรลลี่ และกิจกรรมเมาทบอล โดยแต่ละกิจกรรมสามารถปรับกิจกรรมทั้งในรูปแบบ ของการเล่น และการแข่งขัน ทั้งสื่ออุปกรณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรมเป็นวัสดุที่หาซื้อได้ง่าย สามารถผลิต ใช้เองได้

ผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่าคู่มือการใช้ชุดกิจกรรมเล่มนี้จะเป็นแนวทางต่อผู้ที่สนใจ นำชุดกิจกรรม สื่อการเรียนรู้ไปผลิตและประยุกต์ใช้เพื่อส่งเสริมพัฒนาการเด็กอันจะเป็นประโยชน์ ต่อเด็ก ผู้ปกครอง ครู และผู้ที่สนใจต่อไป

นางสาวพิกุล ทำบุญตอบ

สารบัญ

	หน้า
คำชี้แจงการใช้	1
คำชี้แจงสำหรับครู	1
กิจกรรมที่ 1 กิจกรรมนวดกระตุ้นกล้ามเนื้อรอบปาก	2
กิจกรรมที่ 2 กิจกรรมสัตว์โลกน่ารัก	4
กิจกรรมที่ 3 กิจกรรมปากหวาน	6
กิจกรรมที่ 4 กิจกรรมลูกบอลแรลลี่	7
กิจกรรมที่ 5 กิจกรรมเม้าท์บอล	9
การผลิตสื่อการเรียนรู้	11
แบบประเมินความสามารถในการรับประทานอาหาร	13
บรรณานุกรม	20

คำชี้แจงการใช้
ชุดกิจกรรมการเคลื่อนไหวปากที่ส่งผลต่อความสามารถในการรับประทานอาหาร
สำหรับนักเรียนสมองพิการ

ชุดกิจกรรมการเคลื่อนไหวปากที่ส่งผลต่อความสามารถในการรับประทานอาหาร สำหรับนักเรียนสมองพิการ อายุ 4 – 6 ปี ศูนย์การศึกษาพิเศษ เขตการศึกษา 5 จังหวัดสุพรรณบุรี ประกอบด้วยชุดฝึกทั้งหมด 5 ชุด ดังนี้

1. ชุดกิจกรรมนวดกระตุ้นกล้ามเนื้อรอบปาก
2. ชุดกิจกรรมสัตว์โลกน่ารัก
3. ชุดกิจกรรมปากหวาน
4. ชุดกิจกรรมลูกบอลแรลลี่
5. ชุดกิจกรรมเม้าท์บอล

คำชี้แจงสำหรับครู

ชุดกิจกรรมการเคลื่อนไหวปากที่ส่งผลต่อความสามารถในการรับประทานอาหารสำหรับนักเรียนสมองพิการ ในการนำไปใช้ควรดำเนินการ ดังนี้

- 1) การประเมินความสามารถการรับประทานอาหารก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรม
- 2) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้นักเรียนได้ปฏิบัติที่สอดคล้อง และท้าทายความสามารถของนักเรียน โดยใช้การกระตุ้นเตือนนักเรียนตามระดับความสามารถของแต่ละบุคคล ขณะทำกิจกรรมให้นักเรียนอยู่ในท่าที่เหมาะสม ป้องกันอันตราย และสร้างบรรยากาศให้เกิดความสนุกสนาน
- 3) การปรับกิจกรรม ควรจัดกิจกรรมตามระดับความสามารถของนักเรียน ทั้งขั้นตอนการทำกิจกรรมและวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในกิจกรรม
- 4) การประเมินผลหลังการใช้กิจกรรม และสังเกตพฤติกรรมระหว่างการทำกิจกรรม

กิจกรรมที่ 1 กิจกรรมนวดกระตุ้นกล้ามเนื้อรอบปาก

จุดประสงค์ของกิจกรรม

1. เพื่อลดความตึงตัวของกล้ามเนื้อรอบปาก
2. เพื่อปรับการรับรู้สัมผัสบริเวณใบหน้าและลำคอ
3. เพื่อกระตุ้นการควบคุมการเคลื่อนไหวของปาก

อุปกรณ์

1. น้ำแข็ง

วิธีการฝึก

1. ผู้สอนจัดทำให้นักเรียนนั่งให้มั่นคง
2. ผู้สอนจัดกิจกรรมนวดกระตุ้นกล้ามเนื้อรอบปาก ดังนี้

ท่าที่ 1 กระตุ้นการปิดริมฝีปากโดยใช้นิ้วชี้ และนิ้วกลางลูบด้วยแรงกดที่สม่ำเสมอ บริเวณด้านข้างแต่ละด้านของริมฝีปากในทิศทางลง ด้านซ้าย 3 ครั้งด้านขวา 3 ครั้ง แล้วจับริมฝีปากบนและล่างปิดเข้าหากันด้วยนิ้วชี้ และนิ้วหัวแม่มือนานประมาณ 1 – 2 วินาที ทำเช่นเดียวกันนี้กับริมฝีปากล่างแต่ลูบด้วยแรงกดในทิศทางขึ้น



ท่าที่ 2 ใช้นิ้วหัวแม่มือวางที่ขอบริมฝีปากให้แรงกดแล้วลากออกในทิศทางตรงข้ามกับการห่อปากจากปากจนรอบริมฝีปาก จำนวน 5 ครั้ง



ท่าที่ 3 ใช้น้ำแข็งนวดบริเวณกล้ามเนื้อรอบปาก

ท่าที่ 4 วางนิ้วชี้ลงบนริมฝีปากบนในแนวราบ ให้แรงกดลงไปอย่างช้าๆ นานประมาณ 2 วินาที แล้วปล่อยอย่างช้าๆ จะกระตุ้นให้เด็กปิดริมฝีปาก



ท่าที่ 5 ใช้นิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือจับริมฝีปากดึงออกแล้วปล่อยให้ติดตัวกลับจะเป็นการกระตุ้นกล้ามเนื้อที่จำเป็นสำหรับการปิดปาก



กิจกรรมที่ 2 กิจกรรมสัตว์โลกน่ารัก

จุดประสงค์ของกิจกรรม

1. เพื่อลดความตึงตัวของกล้ามเนื้อรอบปาก
2. เพื่อปรับการรับรู้สัมผัสบริเวณใบหน้าและลำคอ
3. เพื่อกระตุ้นการควบคุมการเคลื่อนไหวของปาก

อุปกรณ์

1. กระดาษ

วิธีการฝึก

1. ผู้สอนจัดทำให้นักเรียนนั่งให้มั่นคงหน้ากระจก
2. ผู้สอนฝึกให้นักเรียนเคลื่อนไหวปากทำท่ารูปปากเลียนแบบสัตว์

ท่าที่ 1 ปากปลาฉลาม (ทำอ้าปาก ปิดปากสลับกัน)

ครูสาธิตการทำท่าปากฉลาม แล้วให้เด็กทำตาม

ในกรณีที่เด็กไม่สามารถทำได้ด้วยตนเอง ครูกระตุ้นโดยใช้นิ้วหัวแม่มือวางตรงกลางคางใต้ริมฝีปากล่างให้แรงกดเมื่อต้องการให้เด็กอ้าปาก วางนิ้วชี้ตามแนวขากรรไกรเพื่อควบคุมการเคลื่อนไหวแนวข้าง และนิ้วกลางใต้คางดันขึ้นด้านบนเมื่อกระตุ้นการปิดปาก



ท่าที่ 2 ปากปลาทอง (ทำปิดปากและแก้มป่อง)

ครูสาธิตการทำท่าปลาทอง แล้วให้เด็กทำตาม

ในกรณีที่เด็กไม่สามารถทำได้ด้วยตนเอง ครูกระตุ้นโดยวางนิ้วชี้ลงบนริมฝีปากบนในแนวราบ ให้แรงกด พร้อมกับวางนิ้วกลางลงบนริมฝีปากล่างให้แรงกดดันริมฝีปากให้ปิด จะกระตุ้นให้เด็กปิดริมฝีปาก



ท่าที่ 3 ปากหมู (ทำห่อปาก)

ครูสาธิตการทำท่าห่อปาก แล้วให้เด็กทำตาม

ในกรณีที่เด็กไม่สามารถทำได้ด้วยตนเอง ครูกระตุ้นโดยจับริมฝีปากเด็กให้ห่อปาก



ท่าที่ 4 ปากแมว (ทำเหม้มปาก)

ครูสาธิตการทำท่าเหม้มปาก แล้วให้เด็กทำตาม

ในกรณีที่เด็กไม่สามารถทำได้ด้วยตนเอง ครูกระตุ้นโดยวางนิ้วชี้ลงบนริมฝีปากบนในแนวราบ ให้แรงกด พร้อมกับวางนิ้วกลางลงบนริมฝีปากล่างให้แรงกดดันริมฝีปากให้ปิด และให้แรงกดค้างไว้



กิจกรรมที่ 3 กิจกรรมปากหวาน

จุดประสงค์ของกิจกรรม

1. เพื่อกระตุ้นการควบคุมการเคลื่อนไหวของลิ้น
2. เพื่อปรับการรับรู้ความรู้สึกบริเวณใบหน้าและลำคอ

อุปกรณ์

1. กระจก
2. น้ำหวาน
3. ไม้กีดลิ้น

วิธีการฝึก

1. ผู้สอนจัดทำให้นักเรียนนั่งให้มั่นคงหน้ากระจก
2. ผู้สอนฝึกให้นักเรียนเคลื่อนไหวลิ้น โดยใช้ไม้กีดลิ้นแต่น้ำหวานนำไปแตะที่ด้านข้างของลิ้นเป็นพักๆ แล้วกระตุ้นให้เด็กเอียงลิ้นมาแตะต้นไม้กีดลิ้น
3. ผู้สอนฝึกให้เด็กเคลื่อนไหวลิ้น โดยครูใช้น้ำหวานแตะบริเวณริมฝีปากบนและล่าง เพื่อกระตุ้นให้เด็กกระดกลิ้นมาเลียน้ำหวาน
4. ผู้สอนทาน้ำหวานรอบปากเด็ก แล้วให้นักเรียนใช้ลิ้นเลียน้ำหวานรอบปากให้หมด



กิจกรรมที่ 4 กิจกรรมลูกบอลแรลลี่

จุดประสงค์ของกิจกรรม

1. เพื่อเพิ่มความสามารถในการควบคุมการเคลื่อนไหวของปาก

อุปกรณ์

1. กระดานแรลลี่
2. ลูกปิงปอง/ลูกกอล์ฟ
3. หลอดดูดขนาดต่างๆ

วิธีการฝึก

1. ผู้สอนจัดให้นักเรียนนั่งเก้าอี้ที่มั่นคง มีโต๊ะวางด้านหน้า
2. ผู้สอนวางกระดานแรลลี่บนโต๊ะด้านหน้าเด็ก
3. ผู้สอนอธิบายขั้นตอนการทำกิจกรรมโดยให้เด็กพยายามเป่าลูกบอลให้ลงเป้าหมาย
4. ผู้สอนสาธิตการทำกิจกรรมตามขั้นตอน เริ่มจากวางลูกบอลที่จุดเริ่มต้นทางตรง ใช้ปากคาบหลอดดูดเป่าให้ลูกบอลไปตามเส้นทางจนถึงจุดหมาย
5. ผู้สอนให้เด็กทำกิจกรรมเริ่มจากวางลูกบอลที่จุดเริ่มต้นทางตรง ใช้ปากคาบหลอดดูดเป่าให้ลูกบอลไปตามเส้นทางจนถึงจุดหมาย
6. ผู้สอนเปลี่ยนให้เด็กทำกิจกรรมเริ่มจากวางลูกบอลที่จุดเริ่มต้นทางโค้ง ใช้ปากคาบหลอดดูดเป่าให้ลูกบอลไปตามเส้นทางจนถึงจุดหมาย
7. ผู้สอนเปลี่ยนให้เด็กทำกิจกรรมทางโค้งทั้งทางซ้าย ทางขวา



การปรับกิจกรรม

1. เพิ่มหรือลดขนาดหลอดดูด โดยใช้หลอดดูดขนาดเล็กก่อนขนาดใหญ่เป้า และเป้าโดยไม่ใช้หลอดดูด
2. เพิ่มหรือลดความยาวของหลอดดูด โดยหลอดดูดสั้นเป่าง่ายกว่าหลอดดูดยาว
3. เพิ่มหรือลดขนาดและน้ำหนักลูกบอล
4. จากนั้นจึงจัดกิจกรรมในรูปแบบเกมการแข่งขันกับเพื่อนที่มีความสามารถใกล้เคียงกัน



กิจกรรมที่ 5 กิจกรรมเม้าท์บอล

จุดประสงค์ของกิจกรรม

1. เพื่อเพิ่มความสามารถในการควบคุมการเคลื่อนไหวของปาก

อุปกรณ์

1. กระดานเม้าท์บอล
2. ลูกปิงปอง/ลูกกอล์ฟ 1 ลูก
3. หลอดดูดขนาดต่างๆ



วิธีการฝึก

1. ผู้สอนจัดให้นักเรียนนั่งเก้าอี้ที่มั่นคง มีโต๊ะวางด้านหน้า
2. ผู้สอนวางกระดานเม้าท์บอลบนโต๊ะด้านหน้าเด็ก
3. ผู้สอนอธิบายขั้นตอนการทำกิจกรรมโดยให้เด็กพยายามเป่าลูกบอลให้ลงเป้าหมาย
4. ผู้สอนสาธิตการทำกิจกรรมตามขั้นตอนเริ่มจากวางลูกบอลที่จุดเริ่มต้นหน้าประตูของตนเอง ให้เด็กเป่าลูกบอลให้ลงประตูฝั่งตรงข้ามโดยระหว่างทางที่เป่าให้หลบหลีกหลุมที่อยู่บนกระดาน
5. ผู้สอนให้เด็กทำกิจกรรมเริ่มจากวางลูกบอลที่จุดเริ่มต้นหน้าประตูของตนเอง ให้เด็กเป่าลูกบอลให้ลงประตูฝั่งตรงข้ามโดยระหว่างทางที่เป่าให้หลบหลีกหลุมที่อยู่บนกระดาน
6. ผู้สอนจัดกิจกรรมในรูปแบบเกมการแข่งขันเม้าท์บอล โดยให้เด็กสองคนอยู่คนละฝั่ง แข่งกันเป่าลูกบอลให้ลงประตูฝั่งตรงข้ามโดยระหว่างทางที่เป่าผู้ทำเกมรุกเป่าลูกบอลให้หลบหลีกหลุมที่อยู่บนกระดาน ส่วนอีกฝ่ายให้เป่าบอลป้องกันไม่ให้อีกฝ่ายเป่าลงประตูได้ กำหนดระยะเวลาการเล่นรอบละ 5 นาที ผู้ชนะคือผู้ที่เป่าบอลลงประตูอีกฝ่ายได้มากที่สุด



การปรับกิจกรรม

1. เปลี่ยนเส้นทางการเป่าจากทางตรง ก่อนเป่าบนทางโค้ง
2. เพิ่มหรือลดขนาดหลอดดูด โดยใช้หลอดดูดขนาดเล็กก่อนขนาดใหญ่เป่า และเป่าโดยไม่ใช้หลอดดูด
3. เพิ่มหรือลดความยาวของหลอดดูด โดยใช้หลอดดูดสั้นเป่าง่ายกว่าหลอดดูดยาว
4. เพิ่มหรือลดขนาดและน้ำหนักลูกบอล
5. จากนั้นจึงจัดกิจกรรมในรูปแบบเกมการแข่งขันกับเพื่อนที่มีความสามารถใกล้เคียงกัน



การผลิตสื่อการเรียนรู้

1. ชุดกิจกรรมลูกบอลแรลลี่



วัสดุอุปกรณ์

1. ไม้อัดหนา 15 มิลลิเมตร ขนาดกว้าง 30 เซนติเมตร ยาว 45 เซนติเมตร 1 แผ่น
2. ไม้โครงยางพารา 1 อัน
3. สกรูเกลียวปล่อย 20 ตัว
4. สีน้ำพลาสติก
5. หลอด
6. ลูกปิงปอง

ขั้นตอนและวิธีการทำ

1. นำไม้อัดหนา 15 มิลลิเมตร ตัดเป็นรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้า ขนาดกว้าง 30 เซนติเมตร ยาว 45 เซนติเมตร เพื่อวางเป็นพื้น
2. เจาะรูที่ไม้อัดให้เป็นครึ่งวงกลม ที่บริเวณกึ่งกลางด้านบนสุด ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 7 เซนติเมตร จำนวน 1 รู
3. ทำการเจาะร่องไม้ ให้เป็นรูปเส้นโค้ง ขนาดร่องกว้าง 2 เซนติเมตร ยาวยาว 45 เซนติเมตร ไปยังรูครึ่งวงกลมที่เจาะไว้ จำนวน 2 เส้น
4. ทำการเจาะร่องไม้ ให้เป็นรูปเส้นตรง ขนาดร่องกว้าง 2 เซนติเมตร ยาวยาว 45 เซนติเมตร ไปยังรูครึ่งวงกลมที่เจาะไว้ จำนวน 1 เส้น
5. ตัดไม้โครงยางพารา ยาว 30 เซนติเมตร จำนวน 2 อัน
6. ตัดไม้โครงยางพารา ยาว 45 เซนติเมตร จำนวน 2 อัน
7. นำไม้โครงมาประกอบเข้ากับแผ่นไม้อัด พร้อมกับยึดสกรูเกลียวปล่อย

8. ตัดไม้โครงยางพารา ยาว 10 เซนติเมตร จำนวน 4 อัน เพื่อทำเป็นขาโต๊ะ
9. นำขาไม้ที่ตัดไว้มาประกอบ ทั้ง 4 มุม แล้วยึดสกรูเกลียวป้อย
10. วาดภาพในไม้อัดให้สวยงาม

2. ชุดกิจกรรมเม้าท์บอล



วัสดุอุปกรณ์

1. ไม้อัดหนา 15 มิลลิเมตร ขนาดกว้าง 30 เซนติเมตร ยาว 45 เซนติเมตร 1 แผ่น
2. ไม้โครงยางพารา 1 อัน
3. สกรูเกลียวป้อย 20 ตัว
4. พรม 1 ผืน
5. กาวยาง
6. หลอด
7. ลูกปิงปอง

ขั้นตอนและวิธีการทำ

1. นำไม้อัดหนา 15 มิลลิเมตร ตัดเป็นรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้า ขนาดกว้าง 30 เซนติเมตร ยาว 45 เซนติเมตร เพื่อวาง เป็นพื้น
2. เจาะรูที่ไม้อัดให้เป็นวงกลม ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 5 เซนติเมตร จำนวน 2 รู ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 3 เซนติเมตร จำนวน 1 รู
3. เจาะรูที่ไม้อัดให้เป็นครึ่งวงกลม ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 7 เซนติเมตร จำนวน 2 รู

4. ตัดพรมให้พอดีกับขนาดไม้อัด
5. ทากาวยางที่พรมแล้วนำมาติดกับแผ่นไม้อัด
6. ตัดพรมตรงที่เจาะรูไว้ที่ไม้อัดทุกรู
7. ตัดไม้โครงยางพารา ยาว30 เซนติเมตร จำนวน 2 อัน
8. ตัดไม้โครงยางพารา ยาว 45 เซนติเมตร จำนวน 2 อัน
9. นำไม้โครงมาประกบรอบเข้ากับแผ่นไม้อัดพร้อมกับยึดสกรูเกลียวป้อย
10. ตัดไม้โครงยางพารา ยาว 10เซนติเมตรจำนวน4อันเพื่อทำเป็นขาโต๊ะ
11. นำขาไม้ที่ตัดไว้มาประกอบ ทั้ง4 มุมแล้วยึดสกรูเกลียวป้อย

แบบประเมินความสามารถในการรับประทานอาหาร

นิยามศัพท์เฉพาะ

ความสามารถในการรับประทานอาหาร หมายถึง การอ้าปากรับอาหาร แล้วปิดปากใช้ฟันกัดเคี้ยวอาหาร เคลื่อนไหวลิ้นเพื่อคลุกเคล้าอาหารส่งอาหารให้ฟันบด เคี้ยวและกลืนอาหารได้ โดยประเมินจากแบบประเมินความสามารถในการรับประทานอาหาร

คำอธิบาย

1. ผู้ประเมินเตรียมแบบประเมิน
2. ผู้ประเมินศึกษาแบบประเมินและคู่มือแบบประเมินความสามารถในการรับประทานอาหาร
3. ผู้ประเมินเตรียมสถานที่และอุปกรณ์
4. ผู้ประเมินบันทึกผลการประเมินลงในแบบประเมินความสามารถในการรับประทานอาหาร โดยให้ทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องตรงตามระดับความสามารถของนักเรียน

คู่มือการใช้แบบประเมินความสามารถในการรับประทานอาหาร

1. อ้าปาก

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้ง่ายในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนอ้าปาก
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการอ้าปาก และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง อ้าปากกว้างได้สุดช่วง โดยมีการเคลื่อนไหวปากราบเรียบ
- 3 หมายถึง อ้าปากกว้างได้สุดช่วง โดยมีการเคลื่อนไหวปากไม่ราบเรียบ
- 2 หมายถึง อ้าปากไม่เต็มช่วงและเคลื่อนไหวไม่ราบเรียบ
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

2. ปิดปาก

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้ง่ายในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนปิดปาก
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการปิดปาก และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง ริมฝีปากชิดกันสนิทพอดี โดยมีการเคลื่อนไหวปากราบเรียบ
- 3 หมายถึง ริมฝีปากชิดกันสนิทพอดี โดยมีการเคลื่อนไหวปากไม่ราบเรียบ
- 2 หมายถึง ริมฝีปากชิดกันเป็นบางส่วน และเคลื่อนไหวไม่ราบเรียบ
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

3. ห่อปาก

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้ง่ายในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนห่อปาก
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการห่อปาก และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง ริมฝีปากชิดกันสนิทพอดี โดยมีการเคลื่อนไหวปากราบเรียบ
- 3 หมายถึง ริมฝีปากชิดกันสนิทพอดี โดยมีการเคลื่อนไหวปากไม่ราบเรียบ
- 2 หมายถึง ริมฝีปากชิดกันเป็นบางส่วน และเคลื่อนไหวไม่ราบเรียบ
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

4. เม้มปาก

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้เด็กนั่งในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนเม้มปาก
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการเม้มปาก และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง เม้มปากได้ โดยมีการเคลื่อนไหวปากราบเรียบ
- 3 หมายถึง เม้มปากได้ โดยมีการเคลื่อนไหวปากไม่ราบเรียบ
- 2 หมายถึง เม้มปากชิดกันเป็นบางส่วน และเคลื่อนไหวไม่ราบเรียบ
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

5. เขี่ยดปาก (ยิ้ม)

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้เด็กนั่งในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนเขี่ยดปาก (ยิ้ม)
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการเขี่ยดปาก (ยิ้ม) และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง เขี่ยดปาก (ยิ้ม) ได้เต็มที่ โดยมีการเคลื่อนไหวปากราบเรียบ
- 3 หมายถึง เขี่ยดปาก (ยิ้ม) ได้เต็มที่ โดยมีการเคลื่อนไหวปากไม่ราบเรียบ
- 2 หมายถึง เขี่ยดปาก (ยิ้ม) ไม่เต็มที่ และเคลื่อนไหวไม่ราบเรียบ
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

6. แลบลิ้นไปด้านหน้า

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้เด็กนั่งในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนแลบลิ้นไปด้านหน้า
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการแลบลิ้นไปด้านหน้า และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง แลบลิ้นไปด้านหน้าได้สุดช่วง โดยมีการเคลื่อนไหวลิ้นราบเรียบ
- 3 หมายถึง แลบลิ้นไปด้านหน้าได้สุดช่วง โดยมีการเคลื่อนไหวลิ้นไม่ราบเรียบ
- 2 หมายถึง แลบลิ้นไปด้านหน้าไม่สุดช่วง และเคลื่อนไหวไม่ราบเรียบ
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

7. แลบลิ้นตะมุมนปากซ้าย

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้เด็กนั่งในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนแลบลิ้นตะมุมนปากซ้าย
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการแลบลิ้นตะมุมนปากซ้าย และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง แลบลิ้นตะมุมนปากซ้ายได้ โดยมีการเคลื่อนไหวลิ้นราบเรียบ
- 3 หมายถึง แลบลิ้นตะมุมนปากซ้ายได้ โดยมีการเคลื่อนไหวลิ้นไม่ราบเรียบ
- 2 หมายถึง แลบลิ้นออกมาแต่ไม่ถึงมุมนปากซ้าย และเคลื่อนไหวไม่ราบเรียบ
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

8. แลบลิ้นตะมุมนปากขวา

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้เด็กนั่งในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนแลบลิ้นตะมุมนปากขวา
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการแลบลิ้นตะมุมนปากขวา และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง แลบลิ้นตะมุมนปากขวาได้ โดยมีการเคลื่อนไหวลิ้นราบเรียบ
- 3 หมายถึง แลบลิ้นตะมุมนปากขวาได้ โดยมีการเคลื่อนไหวลิ้นไม่ราบเรียบ
- 2 หมายถึง แลบลิ้นออกมาแต่ไม่ถึงมุมนปากขวา และเคลื่อนไหวไม่ราบเรียบ
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

9. แลบลิ้นตะริมฝีปากบน

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้เด็กนั่งในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนแลบลิ้นตะริมฝีปากบน
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการแลบลิ้นตะริมฝีปากบน และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง แลบลิ้นตะริมฝีปากบนได้ โดยมีการเคลื่อนไหวลิ้นราบเรียบ
- 3 หมายถึง แลบลิ้นตะริมฝีปากบนได้ โดยมีการเคลื่อนไหวลิ้นไม่ราบเรียบ
- 2 หมายถึง แลบลิ้นออกมาแต่ไม่ถึงริมฝีปากบน และเคลื่อนไหวไม่ราบเรียบ
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

10. แลบลิ้นแตะริมฝีปากล่าง

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้เด็กนั่งในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนแลบลิ้นแตะริมฝีปากล่าง
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการแลบลิ้นแตะริมฝีปากล่าง และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง แลบลิ้นแตะริมฝีปากล่างได้ โดยมีการเคลื่อนไหวลิ้นราบเรียบ
- 3 หมายถึง แลบลิ้นแตะริมฝีปากล่างได้ โดยมีการเคลื่อนไหวลิ้นไม่ราบเรียบ
- 2 หมายถึง แลบลิ้นออกมาแต่ไม่ถึงริมฝีปากล่าง และเคลื่อนไหวไม่ราบเรียบ
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

11. ใช้ลิ้นเลีย

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้เด็กนั่งในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนใช้ลิ้นเลีย
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการใช้ลิ้นเลีย และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง ใช้ลิ้นเลียได้ทุกทิศทาง โดยมีการเคลื่อนไหวลิ้นราบเรียบ
- 3 หมายถึง ใช้ลิ้นเลียได้ทุกทิศทาง โดยมีการเคลื่อนไหวลิ้นไม่ราบเรียบ
- 2 หมายถึง ใช้ลิ้นเลียตรงด้านหน้าได้ และเคลื่อนไหวไม่ราบเรียบ
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

12. ใช้ฟันกัดอาหาร

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้เด็กนั่งในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนใช้ฟันกัดอาหาร
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการใช้ฟันกัดอาหาร และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง ใช้ฟันกัดอาหารทุกชนิดได้ โดยริมฝีปากปิด
- 3 หมายถึง ใช้ฟันกัดอาหารทุกชนิดได้ โดยริมฝีปากไม่ปิด
- 2 หมายถึง ใช้ฟันกัดอาหารอ่อนได้ โดยริมฝีปากไม่ปิด
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

13. ใช้ฟันเคี้ยวอาหาร

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้เด็กนั่งในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนใช้ฟันเคี้ยวอาหาร
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการใช้ฟันเคี้ยวอาหาร และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง ใช้ฟันเคี้ยวอาหารทุกชนิดได้ โดยริมฝีปากปิด
- 3 หมายถึง ใช้ฟันเคี้ยวอาหารทุกชนิดได้ โดยริมฝีปากไม่ปิด
- 2 หมายถึง ใช้ฟันเคี้ยวอาหารอ่อนได้ โดยริมฝีปากไม่ปิด
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

14. ขณะรับประทานอาหารเคลื่อนไหวศีรษะและคลุกเคล้าอาหาร

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้เด็กนั่งในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนรับประทานอาหาร
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการรับประทานอาหารเคลื่อนไหวศีรษะและคลุกเคล้าอาหาร และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง เคลื่อนไหวศีรษะและคลุกเคล้าอาหาร ได้ทั่วปาก โดยริมฝีปากปิด
- 3 หมายถึง เคลื่อนไหวศีรษะและคลุกเคล้าอาหาร ได้ทั่วปาก โดยริมฝีปากไม่ปิด
- 2 หมายถึง เคลื่อนไหวศีรษะและคลุกเคล้าอาหาร ได้บางส่วน โดยริมฝีปากไม่ปิด
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

15. กลืนน้ำ

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้เด็กนั่งในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนกลืนน้ำ
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการกลืนน้ำ และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง กลืนน้ำได้ โดยริมฝีปากปิดไม่มีน้ำไหลจากปาก
- 3 หมายถึง กลืนน้ำได้ โดยริมฝีปากปิดแต่น้ำไหลจากปาก
- 2 หมายถึง กลืนน้ำได้ โดยริมฝีปากไม่ปิดมีน้ำไหลจากปาก
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

16. กลืนอาหารกึ่งแข็งกึ่งเหลว

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้เด็กนั่งในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนรับประทานอาหารกึ่งแข็งกึ่งเหลว
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการกลืน และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง กลืนอาหารได้ โดยริมฝีปากปิดไม่มีอาหารไหลจากปาก
- 3 หมายถึง กลืนอาหารได้ โดยริมฝีปากปิดแต่มีอาหารไหลจากปากเล็กน้อย
- 2 หมายถึง กลืนอาหารได้ โดยริมฝีปากไม่ปิดมีอาหารไหลจากปาก
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

17. กลืนอาหารที่ต้องบดเคี้ยวก่อน

วิธีการประเมิน

1. จัดทำให้เด็กนั่งในท่าที่มั่นคง
2. ผู้ประเมินให้นักเรียนรับประทานอาหารที่ต้องบดเคี้ยว
3. ผู้ประเมินสังเกตท่าทางการกลืน และให้คะแนนตามเกณฑ์ระดับความสามารถ

คะแนนความสามารถ

- 4 หมายถึง กลืนอาหารได้ โดยริมฝีปากปิดไม่มีอาหารไหลจากปาก
- 3 หมายถึง กลืนอาหารได้ โดยริมฝีปากปิดแต่มีอาหารไหลจากปากเล็กน้อย
- 2 หมายถึง กลืนอาหารได้ โดยริมฝีปากไม่ปิดมีอาหารไหลจากปาก
- 1 หมายถึง ไม่สามารถทำได้

แบบประเมินความสามารถในการรับประทานอาหาร

ชื่อ-นามสกุลนักเรียน.....

อายุ.....ปี วัน/เดือน/ปีที่ประเมิน.....

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องคะแนนที่ตรงตามระดับความสามารถของนักเรียน

ที่	รายการประเมิน	ระดับความสามารถ				คะแนน ความสามารถ
		4	3	2	1	
1	อ้าปาก					
2	ปิดปาก					
3	ห่อปาก					
4	เม้มปาก					
5	เหยียดปาก (ยิ้ม)					
6	แลบลิ้นไปด้านหน้า					
7	แลบลิ้นแตะมุมปากซ้าย					
8	แลบลิ้นแตะมุมปากขวา					
9	แลบลิ้นแตะริมฝีปากบน					
10	แลบลิ้นแตะริมฝีปากล่าง					
11	ใช้ลิ้นเลีย					
12	ใช้ฟันกัดอาหาร					
13	ใช้ฟันเคี้ยวอาหาร					
14	ขณะรับประทานอาหารเคลื่อนไหวลิ้นและคลุกเคล้าอาหาร					
15	กลืนน้ำ					
16	กลืนอาหารกึ่งแข็งกึ่งเหลว					
17	กลืนอาหารที่ต้องบดเคี้ยวก่อน					
รวมคะแนน						

ลงชื่อ

(

ผู้ประเมิน

)

บรรณานุกรม

- จิตติพร ยุกบลพริ้ง (2552). ผลของศึกษาผลของโปรแกรมฟื้นฟูการกลืนต่อความสามารถในการกลืนและ
การสำลักในผู้ป่วยมะเร็งศีรษะ และคอหลังผ่าตัดช่องปาก. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตร
มหาบัณฑิต (การพยาบาลผู้ใหญ่). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วัฒนา ศิริธราธิวัตร. (2555). พัฒนาการด้านการเคลื่อนไหว เด็กพัฒนาการปกติและภาวะสมองพิการ.
ขอนแก่น: หจก.โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา.
- สถาบันราชานุกูล กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2552). คู่มือการฟื้นฟูสภาพในกิจกรรมการ
รับประทานอาหารสำหรับเด็กสมองพิการ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์
การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สุจิตรา แสนทวีสุข. (2561). เทคนิคการแก้ไขความผิดปกติในกิจกรรมการบริโภคในเด็ก. ขอนแก่น :
โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

