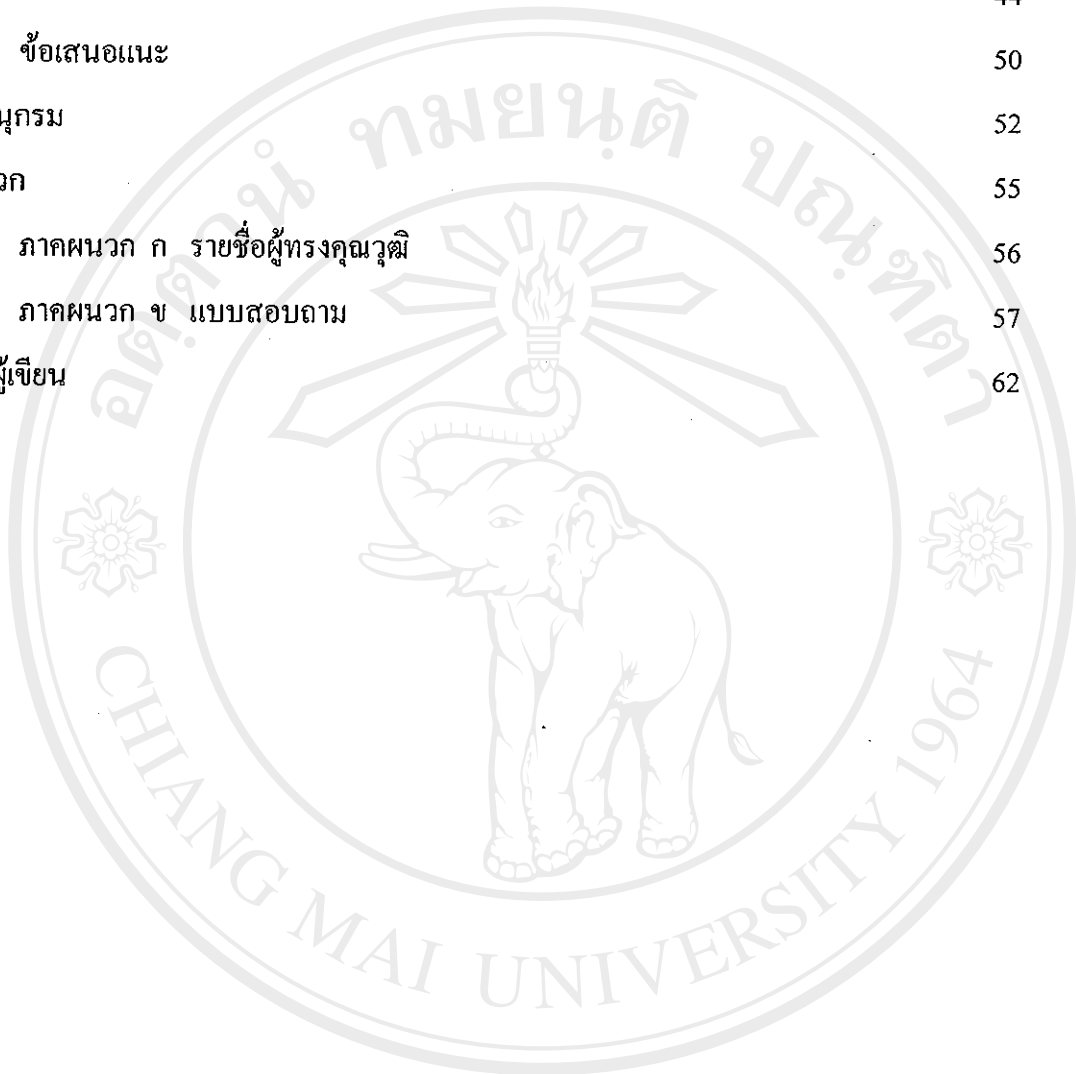


## สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	๗
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	3
ขอบเขตของการศึกษา	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	3
ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
อาหารกับพัฒนาการของเด็กวัยก่อนเรียน	5
อาหารของเด็กวัยก่อนเรียน	17
บทบาทของผู้ปกครอง พ่อ-แม่ ในการจัดเตรียมอาหารให้กับเด็ก	20
หลักการจัดเตรียมอาหารสำหรับเด็ก	21
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	25
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา	29
ประชากร	29
เครื่องมือที่ใช้	29
การเก็บรวบรวมข้อมูล	30
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้	30
บทที่ 4 ผลการศึกษา	33

บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	42
สรุป	42
อภิปรายผล	44
ข้อเสนอแนะ	50
บรรณานุกรม	52
ภาคผนวก	55
ภาคผนวก ก รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ	56
ภาคผนวก ข แบบสอบถาม	57
ประวัติผู้เขียน	62



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
 Copyright© by Chiang Mai University  
 All rights reserved

## สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า	
2.1	น้ำหนักและส่วนสูงโดยเฉลี่ยของเด็กวัยก่อนเรียน	7
2.2	การใช้กล้ามเนื้อและการเคลื่อนไหวร่างกายของเด็กวัย 3-6 ปี	8
2.3	พัฒนาการทางด้านอารมณ์ของเด็กวัย 3-6 ปี	12
2.4	พัฒนาการทางสติปัญญาของเด็กวัย 3-6 ปี	15
2.5	ตัวอย่างรายการอาหารสำหรับเด็กวัยก่อนเรียนใน 1 วัน	19
4.1	จำนวนและร้อยละของผู้ปกครองจำแนกตามข้อมูลทั่วไป	34
4.2	จำนวนและร้อยละของผู้ปกครองจำแนกตามระดับการรับรู้ทางโภชนาการ	36
4.3	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานจำแนกตามการจัดเตรียมอาหารของผู้ปกครอง	38
4.4	จำนวนและร้อยละของนักเรียนจำแนกตามภาวะโภชนาการ น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ และตามเพศ	40
4.5	การเปรียบเทียบการรับรู้ทางโภชนาการและการจัดเตรียมอาหารของผู้ปกครองระหว่างเด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ น้ำหนักตามเกณฑ์ และน้ำหนักเกินเกณฑ์ ค่ะแนแนแต่ละกลุ่มหาค่าเฉลี่ย	41