

## บทที่ 5

### สรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะ

การพัฒนาแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 มีวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีดำเนินการวิจัย และสรุปผลการวิจัย ดังนี้

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์หลัก เพื่อพัฒนาแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โดยมีวัตถุประสงค์ย่อย ดังนี้

1. เพื่อสำรวจและวิเคราะห์คำที่มีปัญหาด้านการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามตัวสะกด สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
2. เพื่อสร้างและหาประสิทธิภาพแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
3. เพื่อทดลองใช้แบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
4. เพื่อประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การพัฒนาแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการในลักษณะของการวิจัยและพัฒนา ซึ่งมีขั้นตอนการดำเนินการ ดังนี้

#### ขั้นตอนที่ 1 การสำรวจและวิเคราะห์คำที่มีปัญหาด้านการเขียนสะกดไม่ตรงตามตัวสะกด

แหล่งข้อมูล ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านคลองทราย สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเพชรบูรณ์ เขต 3 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 26 คน

คณะผู้วิจัยได้นำแบบทดสอบการเขียนตามคำบอกคำที่มีปัญหาด้านการเขียนสะกดคำ จำนวน 100 คำ ไปทดสอบกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 26 คน แล้วนำไปตรวจให้คะแนน และหาค่าร้อยละของคำที่นักเรียนผิดมากที่สุด ได้คำที่มีปัญหาด้านการเขียนสะกดคำ จำนวน 56 คำ เพื่อนำไปสร้างแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด

### **ขั้นตอนที่ 2 การสร้างและหาประสิทธิภาพแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด**

การดำเนินการในขั้นตอนนี้ คณะผู้วิจัยได้นำคำที่มีปัญหาด้านการเขียนสะกดคำ จากการสำรวจและวิเคราะห์ในขั้นที่ 1 มาสร้างแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด จำนวน 8 ชุด แล้วนำแบบฝึกทักษะที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน พิจารณาความเหมาะสมของแบบฝึกทักษะ และทำการปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ จากนั้นนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านแสงมณีวิทยา สำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษาเพชรบูรณ์ เขต 3 จำนวน 3 คน เพื่อตรวจสอบการสื่อความของภาษา และความเหมาะสมของเวลาที่ใช้ปฏิบัติกิจกรรม แล้วนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านซับสมบุรณ์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเพชรบูรณ์ เขต 3 จำนวน 9 คน เพื่อหาประสิทธิภาพของแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด ตามเกณฑ์ 80/80

### **ขั้นตอนที่ 3 การทดลองใช้แบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด**

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านคลองทราย สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเพชรบูรณ์ เขต 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 26 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่แบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด จำนวน 8 ชุด แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 30 ข้อ โดยใช้แบบแผนการทดลอง กลุ่มเดียวทดสอบก่อน-หลัง คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองด้วยตนเอง เป็นเวลา 8 วัน (ไม่รวมการทดสอบก่อนเรียน - หลังเรียน) ในช่วงเช้า 08.40 น. - 09.40 น. ของทุกวัน

### **ขั้นตอนที่ 4 การประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด**

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านคลองทราย สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเพชรบูรณ์ เขต 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 26 คน

เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อแบบฝึกทักษะ การเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด โดยคณะผู้วิจัยทำการประเมินทันทีหลังจาก การทดลองสิ้นสุด

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การสำรวจและวิเคราะห์คำที่มีปัญหาด้านการเขียนสะกดไม่ตรงตามตัวสะกด วิเคราะห์ โดยหาค่าร้อยละ
2. การสร้างแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด วิเคราะห์โดยหา ค่าความเหมาะสมของแบบฝึกทักษะ โดยหาค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนประสิทธิภาพ ของแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด วิเคราะห์โดยการหาค่า  $E_1/E_2$
3. การทดลองใช้แบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด วิเคราะห์ โดยหาค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานจากคะแนนการทำแบบทดสอบของนักเรียน และ ทดสอบความมีนัยสำคัญของความแตกต่างของคะแนนที่ได้จากการทำแบบทดสอบก่อนและ หลังเรียนด้วยสถิติทดสอบที แบบไม่อิสระต่อกัน (t – test dependent)
4. การประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรง ตามมาตราตัวสะกด วิเคราะห์โดยหาค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

### สรุปผลการวิจัย

1. จากการสำรวจและวิเคราะห์คำที่มีปัญหาด้านการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามตัวสะกด ได้คำที่มีปัญหาด้านการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด จำนวน 56 คำ
2. แบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด จำนวน 8 ชุด ผู้เชี่ยวชาญได้พิจารณาแล้วเห็นว่ามีเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด และมีประสิทธิภาพของ แต่ละชุด ชุดที่ 1 – 8 เท่ากับ 86.60/82.22, 86.77/83.33, 89.59/84.44, 85.71/84.44, 84.66/ 82.22, 85.36/83.33, 88.71/87.78 และ 86.07/85.56 ตามลำดับ และมีประสิทธิภาพรวม เท่ากับ 86.68/84.17 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้
3. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังเรียนของนักเรียน มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 13.42 คะแนน และ 22.00 คะแนน ตามลำดับ และผลผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนหลังเรียน สูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4. นักเรียนมีความพึงพอใจต่อแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า นักเรียนมีความพึงพอใจในด้าน ปัจจัยนำเข้า ด้านกระบวนการ และด้านผลผลิต อยู่ในระดับมากทุกด้าน

## อภิปรายผล

1. การสำรวจและวิเคราะห์คำที่มีปัญหาด้านการเขียนสะกดไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด ได้คำที่มีปัญหาด้านการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด จำนวน 56 คำ ทั้งนี้อาจ เนื่องจาก นักเรียนขาดการฝึกฝนด้านการเขียนสะกดคำ ขาดการเอาใจใส่และแก้ไขอย่างจริงจัง สอดคล้องกับ ปรียา หิรัญประดิษฐ์ (2532, หน้า 48) กล่าวถึง สาเหตุของการการเขียนสะกด คำผิด สรุปได้ว่า เกิดจากผู้เขียนไม่รู้จักสังเกต พื้นฐานการเขียนไม่ดีพอ ขาดการเอาใจใส่การเขียน ขาดการฝึกฝนและสืบเนื่องมาจากการพูดผิด จนกลายเป็นความเคยชิน สอดคล้องกับ เอกฉัท จารุมณีชน (2537, หน้า 233 -236) กล่าวถึงสาเหตุการเขียนสะกดคำผิด สรุปได้ว่าใช้พยัญชนะ ตัวสะกดผิด และสอดคล้องกับ รัชณี ศรีไพรวรรณ (2539, หน้า 103 – 104) กล่าวถึง สาเหตุของการเขียนสะกดคำผิด สรุปได้ว่าคำที่มีตัวสะกดไม่ตรงตามมาตราตัวสะกดจะเป็นคำที่นักเรียนมัก เขียนสะกดคำผิด

2. การสร้างและหาประสิทธิภาพแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตรา ตัวสะกด ผู้เชี่ยวชาญได้พิจารณาแล้วเห็นว่ามีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด และ ประสิทธิภาพรวม เท่ากับ 86.68/84.17 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก คณะผู้วิจัย ได้สร้างแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด โดยเริ่มจากการสำรวจและ สังเคราะห์คำที่มีปัญหาด้านการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด แล้วนำคำที่มีปัญหาไป สร้างแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด โดยให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณา ความเหมาะสม ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ แล้วจึงนำไปหาประสิทธิภาพ สอดคล้องกับ ชันธชัย มหาโพธิ์ (2535, หน้า 20) กล่าวว่า แบบฝึกที่ดีมีลักษณะเนื้อหาตรงกับ จุดประสงค์ มีกิจกรรมเหมาะสมกับวัยหรือความสามารถของนักเรียน มีรูปภาพประกอบ มีที่ว่าง สำหรับฝึกเขียน นักเรียนสามารถฝึกได้ด้วยตนเอง และสมพร พูลพันธ์ (2541, หน้า 40) กล่าวว่า ลักษณะของแบบฝึกที่ดีต้องเกี่ยวข้องกับบทเรียนที่เรียนแล้ว มีคำชี้แจงสั้น ๆ ที่จะทำให้ผู้เรียนเข้าใจ ได้ง่าย ทำทหายความสนใจ ใช้เวลาเหมาะสม และใช้หลักจิตวิทยาในการจูงใจ สอดคล้องกับ ผลการวิจัยของ ปิยนาด น่วมทอง (2543, บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนาแบบฝึกทักษะ ภาษาไทย เรื่อง การเขียนสะกดคำพื้นฐานในแบบเรียนภาษาไทย สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา

ปีที่ 1 ผลการวิจัย พบว่า ประสิทธิภาพของแบบฝึกที่สร้างขึ้น เท่ากับ 93.71/82.13 เป็นไปทำนองเดียวกับผลการวิจัยของ วิลาวัลย์ สุภิกฤษ์ (2545, หน้า 55-57) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนาแบบฝึกภาษาไทย เรื่องการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผลการวิจัย พบว่า ประสิทธิภาพของแบบฝึกที่สร้างขึ้น เท่ากับ 85.68/84.80 สอดคล้องกับผลการวิจัยของ บัณฑิตา แจ้จวบ (2545, หน้า46) ได้ทำการวิจัยเรื่องการสร้างแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำ ในมาตราตัวสะกดที่มีพยัญชนะใช้หลายตัว สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผลการวิจัย พบว่า ประสิทธิภาพของแบบฝึกที่สร้างขึ้น เท่ากับ 84.52/83.60 และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ กรรณิการ์ เลิศกระโทก และคนอื่นๆ (2549, บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง เรื่องการพัฒนาแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ผลการศึกษา พบว่า แบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 มีประสิทธิภาพ 82.48/80.37

3. ผลผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนที่เรียนโดยใช้แบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ เนาวรัตน์ ชื่นมณี (2540, บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนาแบบฝึกภาษาไทย การสะกดคำยากเรื่องเปิดหาย สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ผลการวิจัย พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนที่ใช้แบบฝึกภาษาไทย การสะกดคำยากเรื่องเปิดหาย หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จากผลการวิจัยของ มะลิ อัจฉริยะ (2540, บทคัดย่อ ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนาแบบฝึกทักษะภาษาไทย เรื่องการสะกดคำไม่ตรงตามมาตรา ตัวสะกด แม่ก ก แม่กน แม่กต และแม่กบ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ผลการวิจัย พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนที่ได้รับการฝึกโดยใช้แบบฝึกการสะกดคำไม่ตรงตามมาตรา ตัวสะกด แม่ก ก แม่กน แม่กต และแม่กบ หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปเช่นเดียวกับผลการวิจัยของ ปิยนาด น่วมทอง (2543, บทคัดย่อ ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนาแบบฝึกทักษะภาษาไทย เรื่อง การเขียนสะกดคำพื้นฐานในแบบเรียนภาษาไทย สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ผลการวิจัย พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาไทยของนักเรียนที่ได้รับการฝึกโดยใช้แบบฝึกทักษะภาษาไทย เรื่องการเขียนสะกดคำพื้นฐานในแบบเรียนภาษาไทย หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับผลการวิจัยของ บัณฑิตา แจ้จวบ (2545, หน้า46) ได้ทำการวิจัยเรื่องการสร้างแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำ ในมาตราตัวสะกดที่มีพยัญชนะใช้หลายตัว

สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผลการวิจัย พบว่า ผลสัมฤทธิ์การเขียนสะกดคำของนักเรียน หลังเรียนโดยใช้แบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำ ในมาตราตัวสะกดที่มีพยัญชนะใช้หลายตัว สูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4. นักเรียนมีความพึงพอใจต่อแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า นักเรียนมีความพึงพอใจในด้าน ปัจจัยนำเข้า ด้านกระบวนการ และด้านผลผลิต อยู่ในระดับมากทุกด้าน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก แบบฝึกที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยเริ่มจากการสำรวจและสังเคราะห์คำที่มีปัญหา แล้วจึงนำคำที่มี ปัญหา มาสร้างแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตราตัวสะกด โดยเริ่มจากกิจกรรมที่ ง่ายไปหายาก มีกิจกรรมหลากหลาย มีภาพประกอบ มีการวางรูปแบบที่ดี สามารถศึกษาค้นคว้าได้ ด้วยตนเอง ทำให้นักเรียนเกิดความสนใจ เพลิดเพลิน และมีความสุขในการทำแบบฝึก ซึ่ง สอดคล้องกับ สุมาลี โกศลสมบัติ (2524, หน้า 12) ได้กล่าวว่านักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อการเขียน สะกดคำ ชอบศึกษาหาความรู้ในเรื่องการเขียนสะกดคำ สนใจที่จะรู้คำใหม่ ๆ ได้ดีขึ้น อีกทั้งยัง สอดคล้องกับผลการศึกษาของ กรรณิการ์ เลิศกระโทก และคนอื่นๆ (2549, บทคัดย่อ) ได้ ทำการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง เรื่องการพัฒนาแบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตามมาตรา ตัวสะกด กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ผลการศึกษา พบว่า ความพึงพอใจของนักเรียนหลังเรียนโดยใช้แบบฝึกทักษะการเขียนสะกดคำไม่ตรงตาม มาตราตัวสะกด ในด้านปัจจัยนำเข้า และด้านผลผลิต มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก ในด้าน กระบวนการ มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ควรเริ่มจากกิจกรรมที่ง่ายไปหากิจกรรมที่ยาก และต้องให้ นักเรียนทราบผลของการปฏิบัติกิจกรรมทันที เพื่อทราบความก้าวหน้าของตนเอง
2. การใช้แบบฝึกทักษะควรคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ทั้งนี้สามารถปรับเวลา ตามความเหมาะสมกับศักยภาพของผู้เรียน
3. การใช้แบบฝึกทักษะครูควรตรวจและแก้ไขการเขียนสะกดคำในการฝึกทุกครั้ง เพื่อให้ นักเรียนได้แก้ไขข้อผิดพลาดของตน
4. การใช้แบบฝึกทักษะควรให้นักเรียนอ่าน และรู้ความหมายของคำนั้นอย่างถูกต้องก่อน ทุกครั้ง

5. การทำแบบฝึกทักษะแต่ละชุด ถ้านักเรียนทำแบบฝึกไม่ผ่าน ควรให้นักเรียนฝึกทำซ้ำอีกจนผ่าน
6. การนำแบบฝึกทักษะไปใช้ ครูผู้สอนควรอ่านคำชี้แจงการใช้ให้เข้าใจ และควรปรับใช้ให้เหมาะสมกับสภาพของนักเรียน และโอกาสในการใช้แบบฝึกทักษะ

### **ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยในครั้งต่อไป**

1. ควรศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาแบบฝึกทักษะอื่น ๆ เช่น การอ่าน การฟัง การคิดวิเคราะห์ และการเขียนเชิงสร้างสรรค์
2. ควรศึกษาวิจัยการพัฒนาแบบฝึกทักษะในกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่น ๆ
3. ควรศึกษาวิจัยเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนกับเกณฑ์ภายหลังจากการเรียนโดยใช้แบบฝึกทักษะ