

## คำนำ

ตำราเล่มนี้ ผู้เขียนได้เขียนขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นตำราประกอบคำบรรยายในกระบวนวิชา RC 466 นันทนาการในโรงเรียน ซึ่งเป็นวิชาบังคับในหลักสูตรของภาคพลานามัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง และนอกจากนักศึกษาได้ศึกษาแล้วนั้นยังเป็นประโยชน์ต่อผู้สนใจ ผู้นำเยาวชน ผู้มีหน้าที่รับผิดชอบทางด้านนันทนาการและสถาบันการศึกษาทั่วไป

ตำรานันทนาการในโรงเรียนเล่มนี้ มีเนื้อหาสาระซึ่งประกอบด้วย 5 บท คือ บทที่ 1 เกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของนันทนาการ บทที่ 2 ความหมายของนันทนาการลักษณะความสำคัญประโยชน์ของนันทนาการ บทที่ 3 นันทนาการในโรงเรียน บทที่ 4 ประเภทกิจกรรมของนันทนาการ บทที่ 5 การเป็นผู้นำนันทนาการและภาคผนวก แหล่งและสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ

นันทนาการเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับมนุษย์ในยุคปัจจุบันเป็นอย่างมาก ทั้งนี้เพราะว่าการดำเนินชีวิตของคนเรานั้นได้เปลี่ยนแปลงไปจนเป็นผลให้ต้องมีปัจจัยที่ห้า เพิ่มจากปัจจัยที่สี่ประการ ได้แก่ ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค และอาหาร ปัจจัยที่ห้าก็คือ การพักผ่อน จากการเปลี่ยนแปลงนี้เองทำให้นันทนาการเริ่มมีบทบาทและมีความสำคัญต่อสังคมมนุษย์เป็นอย่างมาก

ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 นี้ มุ่งการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เป็นสำคัญ ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่า ตำราเล่มนี้จักเป็นประโยชน์ทั้งในแง่หลักการ ทฤษฎี และแนวทางปฏิบัติในการพัฒนาคุณภาพชีวิต สังคม ตลอดจนเด็กและเยาวชนในโรงเรียน ซึ่งเป็นทรัพยากรของชาติในอนาคต

ฉะนั้น ผู้เขียนจึงได้เรียบเรียงตำราเล่มนี้ขึ้นเพื่อให้นักศึกษาได้ศึกษาประกอบคำ  
บรรยาย ตลอดจนผู้สนใจได้ศึกษาค้นคว้า

อนึ่ง ตำราเล่มนี้ ผู้เขียนได้จัดทำขึ้นในระยะเวลาอันสั้น หากมีข้อบกพร่อง  
ประการใดก็ขออภัยไว้ ณ ที่นี้ด้วย และถ้าท่านผู้รู้ท่านใดจะกรุณาให้คำแนะนำจักเป็น  
พระคุณยิ่ง.



(ร.ต.ท.จรัญ ธานีรัตน์)