

๕ ๓๑ ๕๖

การเปรียบเทียบความสามารถทางกายของชายไทยที่มีอายุต่างกัน

นายวิบูลย์ ชลนันทน์



007463

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาคตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

ภาควิชาพลศึกษา


บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2525

ISBN 974 - 561 - 021 - 6

17358589

A COMPARISON OF PHYSICAL PERFORMANCE  
OF THAI MEN WITH DIFFERENT AGES



Mr. Vibool Jalanant

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A Thesis Submitter in partial Fulfillment of the Requirements

for the Degree of Master of Education

Department of Physical Education

Graduate School

Chulalongkorn University

1982

หัวข้อวิทยานิพนธ์ การเปรียบเทียบความสามารถทางกายของชายไทยที่มีอายุต่างกัน

โดย นายวิบูลย์ ชลนันต์

ภาควิชา พลศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษา ศาสตราจารย์ นายแพทย์ อวย เกตุสิงห์



บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้  
เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบัณฑิตศึกษา

.....  
(รองศาสตราจารย์ ดร.สุประคิษฐ์ บุญนาค) คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....  
(รองศาสตราจารย์ รัชณี ขวัญบุญจัน) ประธานกรรมการ

.....  
(รองศาสตราจารย์ วรศักดิ์ เพียรชอบ) กรรมการ

.....  
(ศาสตราจารย์ นายแพทย์ อวย เกตุสิงห์) กรรมการ

.....  
(รองศาสตราจารย์ ดร.อนันต์ อัครชู) กรรมการ

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์ การเปรียบเทียบความสามารถทางกายของชายไทยที่มีอายุต่างกัน

ผู้นิสิิต นายวิบูลย์ ชลนันต์

อาจารย์ที่ปรึกษา ศาสตราจารย์ นายแพทย์ อวย เกตุสิงห์

อาจารย์ที่ปรึกษารวม รองศาสตราจารย์ ดร. อนันต์ อัครชู

ภาควิชา พลศึกษา

ปีการศึกษา 2524



บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบสมรรถภาพทางกายของชายไทยที่มีอายุต่างกัน ระหว่างกลุ่มอายุ 11 - 13 ปี 25 - 30 ปี และ 40 - 45 ปี

กลุ่มตัวอย่างประชากรเป็นนิสิต นักศึกษาวิทยาลัยครูเทพสตรี วิทยาลัยครูเพชรบุรีพิทยาลงกรณ์ และนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ที่มีความสมบูรณ์ทางกายดี แบ่งออกตามกลุ่มอายุเป็น 3 กลุ่ม ๆ ละ 30 คน ทำการทดสอบสมรรถภาพทางกาย โดยใช้แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย 8 รายการ คือ ยืนกระโดดไกล กิ่งข้อ ห้อยตัวแขนตั้ง ไนน์สแควร์เทสต์ ก้าวขึ้นลงจากม้าแบบฮาร์วาร์ด วิ่งเร็ว 50 เมตร งอตัวไปข้างหน้า และแรงบีบมือ แต่ละรายการทำการทดสอบซ้ำคนละ 3 ครั้ง และหาค่าเฉลี่ย นำข้อมูลที่ได้มาหาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way Analysis of Variance) ผลการวิจัยปรากฏว่า

1. สมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปของชายไทยที่มีอายุ 25 - 30 ปี
2. สมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปของชายไทยที่มีอายุ 11 - 13 ปี และ 40 - 45 ปี ไม่มีความแตกต่างกันที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05
3. ความแรง (Strength) ทั้งกลุ่มอายุ 11 - 13 ปี 25 - 30 ปี และ 40 - 45 ปี ไม่มีความแตกต่างกันที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05
4. ความอดทน (Endurance) กลุ่มอายุ 11 - 13 ปี ดีกว่า กลุ่มอายุ 40 - 45 ปี ที่ระดับความมีนัยสำคัญ .01
5. พลัง (Power) ของกลุ่มอายุ 40 - 45 ปี สูงกว่ากลุ่มอายุ 11 - 13 ปี ที่ระดับความมีนัยสำคัญ .01
6. ความว่องไว (Agility) ของกลุ่มอายุ 11 - 13 ปี ดีกว่า กลุ่มอายุ 40 - 45 ปี ที่ระดับความมีนัยสำคัญ .01
7. ความว่องไว (Agility) ของกลุ่มอายุ 11 - 13 ปี และ 25 - 30 ปี ไม่มีความแตกต่างกันที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05

ศูนย์วิจัยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



differences among groups were determined.

The results of the study may be summarized as follows:

1. General physical performance of Thai males in the age group 25-30 was the best.

2. General physical performance of Thai males in the age groups 11-13 and 40-45 was not significantly different at .05 level.

3. The strength of Thai males in the age groups 11-13, 25-30 and 40-45 was not significantly different at .05 level.

4. The endurance of Thai males in the age group 11-13 was better than the age group 40-45 with significant difference at .01 level.

5. The power of Thai males in the age group 40-45 was higher than those of age group 11-13 with significant difference at .01 level.

6. The agility of Thai males in the age group 11-13 was better than those of age group 40-45 with significant difference at .01 level.

7. The agility of Thai males in the age groups 11-13 and 25-30 was not significantly different at .05 level.

## กิติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยได้รับความกรุณาจาก ศาสตราจารย์ นายแพทย์ อวย เกตุสิงห์ และ รองศาสตราจารย์ ดร.อนันต์ อัครฐ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา และควบคุมการวิจัย ตลอดจนให้คำแนะนำแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ทำให้ผู้วิจัย สามารถดำเนินงานจนเป็นผลสำเร็จ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

อนึ่ง ผู้วิจัยใคร่ขอขอบพระคุณในความอนุเคราะห์ของผู้เขารับการทดสอบ ทุกท่านที่ไต่สละเวลาเพื่อให้การวิจัยนี้สำเร็จไปด้วยดี และรวมทั้งผู้ที่มีส่วนช่วยเหลือ ในด้านอื่น ๆ ไว้ ณ ที่นี้ด้วย.

นายวิบูลย์ ชลนันท์

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย .....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	ฉ
กิตติกรรมประกาศ .....	ช
รายการตารางประกอบ .....	ฉ
๙ บทที่	
1      บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย .....	9
สมมุติฐานในการวิจัย .....	9
ขอบเขตของการวิจัย .....	10
ข้อตกลงเบื้องต้น .....	10
ความจำกัดของการวิจัย .....	10
ค่าจำกัดความของการวิจัย .....	11
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย .....	12
2      การวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	13

## สารบัญ (ต่อ)

หน้า

\* บทที่

3	วิธีดำเนินการวิจัย	
	ตัวอย่างประชากร .....	27
	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	28
	วิธีดำเนินการทดสอบ .....	28
	การเก็บรวบรวมข้อมูล .....	29
	การวิเคราะห์ข้อมูล .....	30
4	การวิเคราะห์ข้อมูลและผลการวิจัย .....	31
5	สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	51
	บรรณานุกรม .....	60
	* ภาคผนวก	
	ภาคผนวก ก. ....	65
	ภาคผนวก ข. ....	72
	ภาคผนวก ค. ....	91
	ประวัติการศึกษา .....	95

รายการตารางประกอบ

ตารางที่		หน้า
1	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทดสอบ สมรรถภาพทางกายโดยทั่ว ๆ ไป ทั้ง 3 กลุ่ม .....	31
2	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทดสอบ สมรรถภาพทางกายในแต่ละรายการ ทั้ง 3 กลุ่ม .....	32
3	ผลการวิเคราะห์จากการทดสอบการงอตัวไปข้างหน้า ของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	33
4	ผลการเปรียบเทียบรายบุคคลของการทดสอบการงอตัวไปข้างหน้า ของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	34
5	ผลการวิเคราะห์จากการทดสอบแรงบีบมือของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	35
6	ผลการวิเคราะห์จากการทดสอบค้ำข้อของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	36
7	ผลการเปรียบเทียบรายบุคคลของการทดสอบค้ำข้อของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	37
8	ผลการวิเคราะห์จากการทดสอบหอยตัวแขนค้ำข้อของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	38

รายการตารางประกอบ (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
9	ผลการเปรียบเทียบรายคู่ของการทดสอบห้อยตัวแขนคิง ของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	39
10	ผลการวิเคราะห์จากการทดสอบก้าวขึ้นลงจากม้าแบบฮาร์วาร์ด ของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	40
11	ผลการเปรียบเทียบรายคู่ของการทดสอบก้าวขึ้นลงจากม้า แบบฮาร์วาร์ดของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	41
12	ผลการวิเคราะห์จากการทดสอบยืนกระโดดไกลของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	42
13	ผลการเปรียบเทียบรายคู่ของการทดสอบยืนกระโดดไกล ของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	43
14	ผลการวิเคราะห์จากการทดสอบไนน์สแควร์เทสต์ของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	44
15	ผลการเปรียบเทียบรายคู่ของการทดสอบไนน์สแควร์เทสต์ ของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	45
16	ผลการวิเคราะห์จากการทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร ของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	46

รายการตารางประกอบ (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
17	ผลการเปรียบเทียบรายคู่ของการทดสอบวิ่งเร็ว 50 เมตร ของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	47
18	ผลการวิเคราะห์จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายรวม ทั้ง 8 รายการ ของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	48
19	ผลการเปรียบเทียบรายคู่ของการทดสอบสมรรถภาพทางกาย รวมทั้ง 8 รายการ ของแต่ละกลุ่ม ทั้ง 3 กลุ่ม .....	49

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย