สมรรถภาพทางกายของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในจังหวัดนครปฐม

นายอำพล บัวแก้ว

006603

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต
ภาควิชาพลศึกษา
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
พ.ศ. 2524

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

I 16310564

THE PHYSICAL FITNESS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN NAKHON PATHOM

Mr. Amphol Buakaew

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of The Requirements

for the Degree of Master of Education

Department of Physical Education

Graduate School

Chulalongkorn University

1981

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์ สมรรถภาพทางกายของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในจังหวัดนครปฐม

โดย นายอำพล บัวแก้ว

ภาควิชา พลศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร. วรศักดิ์ เพียรชอบ

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญามหาบัณฑิต

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร. สุประดิษฐ์ บุนนาค)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ศิลปชัย สุวรรณชาดา)

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. วรศักดิ์ เพียรชอบ)

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์รัชนี ชวัญบุญจัน)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ถนอมวงศ์ กฤษณ์เพ็ชร์)

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์	สมรรถภาพทางกายของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ในจังหวัดนครปฐม-
ชื่อนิสิต	นายอำพล บัวแก้ว
อาจารย์ที่ปรึกษา	รองศาสตราจารย์ ดร. วรศักดิ์ เพียรชอบ
ภาควิชา	พลศึกษา
ปีการศึกษา	22523

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เพื่อศึกษาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ปีการศึกษา2523 ในจังหวัดนครปฐม โดยใช้แบบทดสอบ สมรรถภาพทางกายมาตรฐานระหว่างประเทศ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยนี้ ได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งเป็นพวก จากนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ในจังหวัดนครปฐม จำนวน 1,200 คน เป็นนักเรียนชาย 600 คน นักเรียนหญิง 600 คน จากโรงเรียนรัฐบาลและโรงเรียนราษฎร์ โดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แปลงคะแนนดิบเป็นคะแนน "ที" และทดสอบค่า "ที"

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนในระดับมัธยมศึกษา ในจังหวัดนครปฐม มีสมรรถภาพทางกายอยู่ในระดับปานกลาง ประมาณร้อยละ 66

2. สมรรถภาพทางกายรวมของนักเรียนชายชั้น ม.3 ม.ศ. 4 และ ม.ศ. 5 ตรงเรียนรัฐบาล มีสมรรถภาพทางกายดีกว่านักเรียนชายในโรงเรียนราษฎร์ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ส่วนสมรรถภาพทางกายรวมของนักเรียนชายชั้น ม.1 ม.2 และ ม.ศ.3 ของโรงเรียนรัฐบาลและโรงเรียนราษฎร์ ไม่แตกต่างกัน

3. สมรรถภาพทางกายรวมของนักเรียนหญิงชั้น ม.2 ของโรงเรียนรัฐบาล มีสมรรถภาพทางกายดีกว่านักเรียนหญิงในโรงเรียนราษฎร์ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ส่วนสมรรถภาพทางกายรวมของนักเรียนหญิงชั้น ม.1 ม. 3 ม.ศ.3 ม.ศ.4 และม.ศ5 ของโรงเรียนรัฐบาล และโรงเรียนราษฎร์ ไม่แตกต่างกัน

4. สมรรถภาพทางกายรวมของนักเรียนชายโรงเรียนรัฐบาล มีสมรรถภาพทางกายดีกว่านักเรียนชายโรงเรียนราษฎร์ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ . 05

5. สมรรถภาพทางกายรวมของนักเรียนหญิงโรงเรียนรัฐบาลและโรงเรียนราษฎร์ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Thesis	: The Physical Fitness of Secondary School Students in Nakhon Pathom
Name	: Mr. Amphol Buakaew
Thesis Adviser	: Associate Professor Vorasak Pienchob, P.E.D.
Department	: Physical Education
Academic Year	: 1980

Abstract

The purpose of this study was to investigate the physical fitness of secondary school students for the academic year of 1980 in Nakhon Pathom. The International Committee for Standardized Physical Fitness Test was used as a tool for collecting data. A stratified random sampling method was used to select 1200 secondary school students with equal boys and girls from each grade level. The obtained data were then analysed in terms of means, standard deviations and T - score. A t - test was also employed to determine the significant difference.

It was found that :

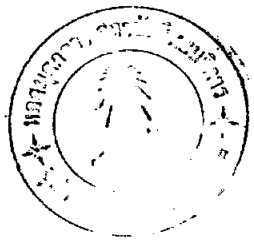
1. About 66 percent of secondary school students in Nakhon Pathom were of physically fit at moderate.

2. The Physical Fitness of boy students in public schools in MOR SOR 5 were significantly better than those in private schools at the .05 level. In the other grade levels were not significantly different.

3. The Physical fitness of girl students in public schools MOR 2 was significantly better than those of girl in private schools at the .05 level. In the other grade levels were no significantly different.

4. The physical fitness of all boy students in public schools was significantly better than those in private schools at the .05 level.

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จได้ด้วยดี เนื่องจากผู้วิจัยได้รับความช่วยเหลือ แนะนำ และแก้ไขข้อบกพร่อง จากรองศาสตราจารย์ ดร. วรศักดิ์ เพียรชอบ อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้วิจัยรู้สึกทราบซึ้งในความกรุณา จึงขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ. ที่นี้

ขอขอบคุณ กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ กองกรีฑาที่กรุณา ให้ยืมอุปกรณ์ในการทดสอบสมรรถภาพทางกายและนาฬิกาจับเวลา และ ขอขอบคุณอาจารย์ นักเรียนทุกโรงเรียนในจังหวัดนครปฐม และ พี่ น้อง เพื่อนทุกคนที่ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือในการวิจัยเป็นอย่างดียิ่ง

สุดท้ายนี้ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ ที่ให้กำลังใจและความอบอุ่นตลอดมา

อำพล ชัวแก้ว

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย ..... ง

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ ..... ฉ

กิตติกรรมประกาศ ..... ฌ

รายการตารางประกอบ ..... ร

บทที่

1 บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา 1

วัตถุประสงค์ของการวิจัย 9

สมมติฐานของการวิจัย 9

ข้อตกลงเบื้องต้น 9

ขอบเขตของการวิจัย 10

ความจำกัดของการวิจัย 10

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ 10

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย 11

2 การวิจัยที่เกี่ยวข้อง 12

3 วิธีดำเนินการวิจัย 35

4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล 41

5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ 68

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บรรณานุกรม 76

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก. 81

ภาคผนวก ข. 87

ประวัติการศึกษา .....

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการตารางประกอบ

ตารางที่		หน้า
1	รายชื่อโรงเรียนรัฐบาลและจำนวนนักเรียน	42
2	รายชื่อโรงเรียนราษฎร์และจำนวนรักเรียน	43
3	ค่าเฉลี่ยอายุ น้ำหนัก และส่วนสูงของกลุ่มตัวอย่าง	44
4	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทดสอบยืนกระโดดไกล วิ่ง 50 เมตร วิ่งเก็บของ แรงบีบมือ ลุกนั่ง 30วินาที ดึงข้อ และวิ่ง 1000 เมตร ของนักเรียนชายโรงเรียนรัฐบาล	47
5	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทดสอบยืนกระโดดไกล วิ่ง 50 เมตร วิ่งเก็บของ แรงบีบมือ ลุกนั่ง 30 วินาที ดึงข้อ และวิ่ง 1000 เมตร ของนักเรียนชายโรงเรียนราษฎร์	49
6	ค่าเฉลี่ยของคะแนน "ที" รวมของสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายในโรงเรียนรัฐบาลและโรงเรียนราษฎร์และค่า "ที"	51
7	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทดสอบ ยืนกระโดดไกล วิ่ง 50 เมตร วิ่งเก็บของ แรงบีบมือ ลุกนั่ง30 วินาที งอแขนห้อยตัว งอตัวข้างหน้า และวิ่ง 800 เมตรของนักเรียนหญิงโรงเรียนรัฐบาล ...	53
8	ค่าเฉลี่ยและส่วยเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนการทดสอบการยืนกระโดดไกล วิ่ง 50 เมตร วิ่งเก็บของ แรงบีบมือ ลุกนั่ง 30 วินาที งอแขนห้อยตัว งอตัวข้างหน้า และวิ่ง 800 เมตร ของนักเรียนหญิงโรงเรียนราษฎร์	55

รายการตารางประกอบ (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
9	ค่าเฉลี่ยของคะแนน "ที" รวมของสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิงในโรงเรียนรัฐบาล และโรงเรียนราษฎร์ และค่า "ที"	57
10	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทดสอบสมรรถภาพทางกายรวมโรงเรียนรัฐบาลและโรงเรียนราษฎร์ ในการยืนกระโดดไกล วิ่ง 50 เมตร วิ่งเก็บของ แรงบีบมือ ลุกนั่ง 30วินาที ดึงข้อ และวิ่ง 1000 เมตร ของนักเรียนชาย	58
11	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทดสอบสมรรถภาพทางกายรวมโรงเรียนรัฐบาลและโรงเรียนราษฎร์ ในการยืนกระโดดไกล วิ่ง50 เมตร วิ่งเก็บของ แรงบีบมือ ลุกนั่ง 30วิมาที งอแขนห้อยตัว งอตัวข้างหน้า และวิ่ง 800 เมตร ของนักเรียนหญิง	60
12	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบความมีนัยสำคัญของความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมสมรรถภาพทางกายของนักเรียนโรงเรียนรัฐบาลและโรงเรียนราษฎร์ ทั้งชายและหญิง	62
13	เกณฑ์ปกติวิสัยของสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 5 และจำนวนร้อยละของนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในแต่ละระดับ.....	64
14	เกณฑ์ปกติวิสัยของสมรรถภาพทางกายของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 5 และจำนวนร้อยละของนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในแต่ละระดับ	66