

บทที่ 1

บทนำ



### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันนี้ หลักสูตรของสถาบันการศึกษาในระดับต่าง ๆ ของประเทศไทย ได้เน้นความสำคัญของวิชาพลศึกษามาก ทั้งนี้เพราะว่าวิชาพลศึกษามีบทบาทต่อการพัฒนา กำลังคนของประเทศอย่างมากนั่นเอง หลักประกันสำคัญอย่างหนึ่งของกำลังคนก็ได้แก่สุขภาพ อนามัย ประเทศชาติจะมั่นคง มีการพัฒนา สามารถทำผลผลิตได้อย่างเต็มที่นั้น ก็ต่อเมื่อ พลเมืองของประเทศมีสุขภาพอนามัยสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ การที่สุขภาพอนามัย ของเยาวชนและประชาชนจะสมบูรณ์แข็งแรงได้นั้น ทางหนึ่งก็ได้จากการมีส่วนร่วมใน กิจกรรมทางพลศึกษา ทั้งนี้เพราะว่าวิชาพลศึกษามีบทบาทสำคัญมากในการที่จะช่วยพัฒนา ทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และ สังคม

ทางด้านร่างกาย : วิชาพลศึกษาช่วยให้ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ มีความ สง่าผ่าเผย มีสุขภาพดี มีการเจริญเติบโตอย่างเต็มที่ ซึ่งจะเห็นได้ชัดเมื่อเทียบกับคนที่ ไม่ชอบหรือไม่มีโอกาสได้ออกกำลังกาย ฮิปโปเครติส และ วิทโตริโน คา เฟลเตอร์ (Hippocrates And Vittorino Da Feltre) ในวิทยานิพนธ์ของ อนันต์ อัครชู ใจกล่าวว่า "การได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษาอยู่เสมอ จะทำให้ร่างกายมีสุขภาพดี และมีการพัฒนาทางด้านร่างกายดีขึ้น ถ้าส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายไม่ได้ออกกำลังกาย แล้ว จะทำให้ร่างกายส่วนนั้นไม่เจริญเติบโต สุขภาพไม่ดี สมรรถภาพในการทำงานต่ำหรือไม่ดีเท่าที่ควรและเกิดโรคร้ายไข้เจ็บได้ง่ายอีกด้วย"<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup>อนันต์ อัครชู, "การศึกษาประมวลการสอนและปัญหาการสอนวิชาพลศึกษาในชั้น มัธยมศึกษาตอนต้น ของโรงเรียนรัฐบาลในภาคการศึกษาที่ 1" (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต แผนกวิจัยการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2510), หน้า 2.

ทางจิตใจ : วิชาพลศึกษาช่วยเพิ่มพูนความเชื่อมั่น มีความคิดริเริ่ม มีความรอบคอบ มีจิตใจเชื่อเชื่อแต่มีไหวพริบดี สามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี และจะควบคู่ไปกับการมีร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์เสมอ จอห์น ล็อก (John Locke) ได้กล่าวว่า "จิตใจที่สมบูรณ์ยอมอยู่ในร่างกายที่แข็งแรง" <sup>1</sup>

การมีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษาอยู่เสมอจะทำให้มีสุขภาพทางกายและทางจิตดีขึ้น เพราะสุขภาพทางกายและทางจิตใจมีความสัมพันธ์กัน มาก

ทางด้านอารมณ์ : วิชาพลศึกษามีส่วนช่วยให้มีความอดกลั้น มีความขี้คิด ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด ช่วยให้มีความอดทน และสามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ดี

ทางด้านสังคมนั้น วิชาพลศึกษาส่งเสริมให้อยู่ในระเบียบวินัย รู้จักเคารพกฎกติกา อันเป็นพื้นฐานสำคัญของการอยู่ร่วมกันในสังคม มีความเสียสละ มีน้ำใจนักกีฬา มีความสามัคคีในหมู่คณะ การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นคุณลักษณะที่ช่วยให้การดำเนินชีวิตในสังคมเป็นไปอย่างราบรื่นมีระเบียบ คลาร์ก (Clarke) ได้กล่าวว่า "วิชาพลศึกษาที่อยู่ภายใต้การนำที่ถูกต้องของผู้สอน ย่อมสามารถปลูกฝังคุณลักษณะอันดีงามที่มีความจำเป็นในชีวิตประจำวันเป็นอย่างยิ่ง" <sup>2</sup>

ในปีพุทธศักราช 2518 กระทรวงศึกษาธิการได้ประกาศใช้หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลายซึ่งรวมถึงระดับอาชีวศึกษาสาขาต่าง ๆ ได้แก่ พณิชยการ ขางกล ขางก่อสร้าง

<sup>1</sup>John Nixon and Florence Stumpe Frederickson, An Introduction to Physical Education, 5 th ed. W.B. Saunders Company. (Philadelphia, London, 1959), p. 922.

<sup>2</sup>Harrison H. Clarke, Application of Measurement to Health and Physical Education, 2d ed. (Englewood Cliffs : N.J. Prentice-Hall, 1959), pp. 17 - 18.

เกษตรกรรม เป็นต้น ซึ่งในหลักสูตรฉบับนี้ได้จัดให้มีการเรียนการสอนวิชาหมวดพลา  
นามัยเป็นวิชาภาคบังคับ กำหนดให้เรียนวิชาพลศึกษาสัปดาห์ละ 1 คาบ และสามารถ  
เลือกได้อีก 3 คาบต่อภาคการเรียน<sup>1</sup> ในแผนการศึกษาชาติฉบับปีพุทธศักราช 2520  
ได้กล่าวเน้นในตอนหนึ่งของความมุ่งหมายของการศึกษาว่า "เพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดีมี  
สุขภาพและอนามัยสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ"<sup>2</sup> และในจุดมุ่งหมายของหลักสูตรมัธยม  
ศึกษาตอนต้นฉบับปี พ.ศ. 2521 ได้กล่าวไว้ในตอนหนึ่งว่า "เพื่อให้มีสุขภาพสมบูรณ์  
ทั้งร่างกายและจิตใจและรู้จักส่งเสริมการสาธารณสุขของชุมชน"<sup>3</sup> นอกจากนี้ตามหลัก  
หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้นฉบับปี พ.ศ. 2521 นี้ วิชาพลศึกษาจัดเป็นวิชาหนึ่งในกลุ่มพัฒนา  
บุคลิกภาพและเป็นวิชาบังคับในหลักสูตร โดยกำหนดเรียนสัปดาห์ละ 2 คาบ และให้  
เลือกเรียนได้อีก 2 คาบ ในชั้นมัธยมปีที่ 1 และ 2 ส่วนมัธยมปีที่ 3 มีสิทธิ์เลือกเรียน  
ได้ 4 คาบ ต่อหนึ่งภาคการศึกษา<sup>4</sup> จากหลักฐานดังกล่าวนี้ แสดงให้เห็นว่าในประเทศไทย  
ไทยได้จัดให้มีการเรียนวิชาพลศึกษาเป็นภาคบังคับตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาจนถึงชั้นมัธยม  
ศึกษาตอนปลาย

ในสหภาพโซเวียต วิชาพลศึกษาได้จัดไว้เป็นวิชาบังคับเรียนตั้งแต่ชั้นประถม  
ศึกษาตอนต้นจนถึงมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยบังคับเรียนสัปดาห์ละ 1 คาบโดยตลอด<sup>5</sup>

<sup>1</sup>กระทรวงศึกษาธิการ, หลักสูตรประโยคมัธยมศึกษาตอนปลาย พุทธศักราช 2518 (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์โรงเรียนสารพัดช่างพระนคร, 2518), หน้า 10.

<sup>2</sup>กระทรวงศึกษาธิการ, แผนการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2520 (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา, 2520), หน้า 2.

<sup>3</sup>กระทรวงศึกษาธิการ, หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521 (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จงเจริญการพิมพ์, 2520), หน้า 2.

<sup>4</sup>เรื่องเดียวกัน, หน้า 3.

<sup>5</sup>สมาน แสงมะลิ, "สหภาพโซเวียต" วารสารสามัญศึกษา 5 : 11 (พฤษภาคม, 2517) : 19.

ส่วนในสหรัฐอเมริกาโดยทั่วไปแล้ว โรงเรียนของแต่ละรัฐได้จัดสอนวิชาพลศึกษาตั้งแต่ชั้นอนุบาลไปจนถึงระดับชั้นที่ 12<sup>1</sup>

วิชาพลศึกษามีความจำเป็นไม่เฉพาะแต่ในวัยเรียนเท่านั้น แต่มีความจำเป็นต่อทุกเพศทุกวัยและทุกอาชีพ วิชาพลศึกษาสามารถก่อให้เกิดคุณค่าในการดำเนินชีวิตเช่นเดียวกับวิชาอื่น ๆ และมีความสำคัญเหมือนวิชาอื่น ๆ แต่วิชาพลศึกษามีสื่อการเรียนรู้อีกต่างจากวิชาอื่น ๆ ได้มีนักการศึกษาหลายท่านได้ให้คำจำกัดความและความหมายของวิชาพลศึกษาไว้ดังนี้

วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ กล่าวว่า "วิชาพลศึกษาคือการศึกษาแขนงหนึ่ง ซึ่งมีวัตถุประสงค์และความมุ่งหมายเช่นเดียวกับการศึกษาอื่น ๆ คือเป็นวิชาที่จะส่งเสริมให้นักเรียนได้มีพัฒนาการทางด้านร่างกายจิตใจ อารมณ์และสังคม จะแตกต่างจากวิชาอื่น ๆ ก็ตรงที่วิธีการและสื่อที่นำมาใช้ คือ พลศึกษาใช้กิจกรรมการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นสื่อกลางของการเรียน โดยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษาต่าง ๆ"<sup>2</sup>

กอง วิสุทธารมภ์ กล่าวว่า "การพลศึกษาคือการศึกษาฝึกฝนร่างกายให้มีสมรรถภาพดีขึ้น โดยใช้กิจกรรมบางอย่างเป็นเครื่องประกอบการพลศึกษาส่งเสริมให้ร่างกายเจริญงอกงาม เกิดโคแข็งแรง ว่องไว ส่งเสริมอบรมจิตใจให้เป็นผู้มีระเบียบวินัย หนักแน่น อุดม งาม งาม งาม มีจิตใจสูง สร้างสรรค์สามัคคี"<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Carl E. Willgoose, The Curriculum in Physical Education (New Jersey : Prentice-Hall, 1969), p. 63.

<sup>2</sup>วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ, "ความหมายและวัตถุประสงค์ของวิชาพลศึกษา" วารสารพลศึกษา, ปีที่ 1, ฉบับที่ 11 (มิถุนายน, 2512) : 10.

<sup>3</sup>กอง วิสุทธารมภ์, "การพลศึกษากับการพัฒนาประเทศ" เอกสารคำบรรยาย ณ.หอประชุมกรมศาสนา, 28 มกราคม 2513 (อัครสำเนา) : 1

/ อวย เกตุสิงห์ กล่าวว่า "การออกกำลังกายเป็นทั้งยาและอาหารและเป็นอาหารพิเศษที่ทุกคนต้องการ ถ้าขาดออกกำลังกายก็เช่นเดียวกับคนที่ขาดอาหาร"<sup>1</sup>

/ คาร์ล คิมบลิว บุควอลเตอร์ (Karl W. Bookwalter) กล่าวว่า "พลศึกษาคือการพัฒนาการที่โดดเด่นที่สุดด้านบูรณาการและการปรับปรุงตัวทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม โดยจัดให้มีการสอนและการเข้าร่วมในกิจกรรมประเภทกีฬา กิจกรรมเข้าจังหวะและยิมนาสติกที่ไต่เลือกสรรแล้วตามความต้องการของสังคม"<sup>2</sup>

/ แอกเนส อาร์ เวย์แมน (Agnes R. Wayman) กล่าวว่า "พลศึกษาเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา ซึ่งเกี่ยวข้องกับกล้ามเนื้อใหญ่ ๆ ของร่างกาย เพื่อให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษา ที่เลือกไต่ตามความเหมาะสม ทั้งนี้เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีร่างกายที่เจริญเติบโต"<sup>3</sup>

/ แจ็ค บี แนช (Jay B. Nash) กล่าวว่า "พลศึกษาเป็นการศึกษาส่วนหนึ่งในกระบวนการศึกษาทั้งหมดและเป็นการศึกษาที่ใช้กิจกรรมเป็นสื่อ เพื่อให้เกิดการพัฒนาทางกาย ทางสติปัญญา อารมณ์ และสังคม"<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> อวย เกตุสิงห์, "วิทยาศาสตร์การกีฬา" การประชุมสัมมนาทางวิชาการพลศึกษา, 6 - 8 ธันวาคม 2518 (เอกสารประกอบคำบรรยาย).

<sup>2</sup> Karl W. Bookwalter, Physical Education in Secondary Schools. (Washington D.C. : Library of Education Series, 1964), p. 13.

<sup>3</sup> Agnes R. Wayman, A Modern Philosophy of Physical Education. (Philadelphia : W.B. Saunders Company, 1960), p. 39.

<sup>4</sup> Jay B. Nash, Physical Education. (New York : A.S. Barnes and Co; 1948), p. 52.

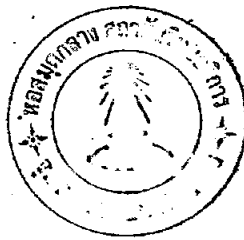
/ชาร์ล เอ บุคเคอร์ (Charles A. Bucher) กล่าวว่า "พลศึกษาเป็นส่วนหนึ่งที่มีความสัมพันธ์กับการศึกษาอื่น ๆ คือเป็นวิชาหนึ่งที่ส่งเสริมให้บุคคลได้มีการพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ และ สังคม โดยมีกิจกรรมพลศึกษาที่ไ้เลือกสรรแล้วเป็นอย่างดี เป็นสื่อในการเรียนรู้มากขึ้น"<sup>1</sup>

สรุปแล้ววิชาพลศึกษามีความสำคัญในหลักสูตรของโรงเรียนเป็นอย่างมาก เป็นส่วนช่วยพัฒนาร่างกายให้แข็งแรงสมบูรณ์ มีการเจริญเติบโตอย่างเต็มที่ มีสติปัญญาเฉลียวฉลาดทันคน มีอารมณ์ดีและสามารถเข้ากับผู้อื่นได้ดี

เนื่องจากหลักสูตรชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายฉบับปี พ.ศ.2503 ไม่ได้จัดวิชาพลศึกษาไว้ในหลักสูตรซึ่งรวมถึงระดับอาชีวศึกษาคด้วย ครั้นมาในปี พ.ศ.2518 ได้มีการปรับปรุงหลักสูตรวิชาหมวดพลานามัยในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายขึ้นใหม่ ซึ่งจะเห็นได้ว่าวิชาพลศึกษาได้ขาดระยะไปในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายทั้งสายสามัญและสายอาชีวศึกษานานพอสมควร เมื่อเริ่มใช้หลักสูตรปี พ.ศ.2518 วิชาพลศึกษากำหนดเป็นวิชาบังคับและมีวิชาเลือกเรียนเพิ่มเติมอีกด้วย ทำให้มีเนื้อวิชามากขึ้น ครูพลศึกษาก็ต้องมึ้งงานรับผิดชอบมากขึ้น การเตรียมสถานที่ อุปกรณ์และบุคลากรจึงมีปัญหามาก ซึ่งยังไม่มีผู้ใดทำการศึกษาค้นคว้า ในโรงเรียนประเภทอาชีวศึกษาเลย ผู้วิจัยจึงได้เลือกศึกษาสภาพปัญหาเกี่ยวกับการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนพณิชยการ เพื่อวิเคราะห์ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ในการดำเนินการทางพลศึกษา เพื่อที่จะเป็นประโยชน์และเป็นแนวทางในการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนพณิชยการให้เหมาะสมและได้ผลดียิ่งขึ้น

<sup>1</sup>Charles A. Bucher, Foundations of Physical Education.

(st. Louis : The C.V. Mosby, 1960), p. 34.



## ความหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัญหาการจัดและดำเนินการ โปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียน พหิขการของรัฐบาลและเอกชนในกรุงเทพมหานครในคานต่าง ๆ ดังนี้

- โครงการสอนพลศึกษาในโรงเรียน
- โครงการจัดแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียน
- โครงการจัดแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียน
- โครงการจัดกิจกรรมเพื่อนันทนาการ
- โครงการจัดกิจกรรมพิเศษทางพลศึกษาสำหรับนักเรียนที่ผิดปกติ

2. เพื่อวิเคราะห์ปัญหาการสอนพลศึกษาในโรงเรียนพหิขการทั้งของรัฐบาลและเอกชนในกรุงเทพมหานคร ในคานบุคลากร สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

## ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยเป็นครูสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนพหิขการทั้งของรัฐบาลและเอกชนในกรุงเทพมหานครที่โชหลักสุตรของกระทรวงศึกษาธิการ
2. มุงศึกษาปัญหาทางคานวัสดุประสงค์ การเลือกกิจกรรมและวิธีดำเนินการจัดใน 5 โครงการดังกล่าวในหัวข้อความมุงหมายของการวิจัย

## ข้อตกลงเบื้องต้น

ผู้วิจัยถือว่า ผู้ตอบแบบสอบถามคือครูพลศึกษาในโรงเรียนพหิขการหลักสุตรปกติของกระทรวงศึกษาธิการ ให้คำตอบที่เชื่อถือได้และตรงกับความเป็นจริง

## ประโยชน์ที่จะไ้รับจากการวิจัย

1. เพื่อเป็นแนวทางสำหรับครูผู้สอนพลศึกษาในโรงเรียนพหิขการสามารถปรับปรุงสถานที่ อุปกรณ์และเครื่องอำนวยความสะดวกและการจัดโปรแกรมพลศึกษาให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

2. เพื่อเป็นแนวทางสำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องและคณะกรรมการดำเนินงานปรับปรุงหลักสูตร แก้อุปสรรคต่าง ๆ เพื่อให้การจัดโปรแกรมผลศึกษามีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

3. เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษา ค้นคว้า และวิจัยเพิ่มเติมในโอกาสต่อไป

### คำจำกัดความของการวิจัย

ครูพลศึกษา	:	หมายถึง ครูผู้ทำหน้าที่สอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนพลศึกษาทั้งของรัฐบาลและเอกชนในกรุงเทพมหานคร ที่มีวุฒิและไม่มีวุฒิทางพลศึกษา
โรงเรียนพลศึกษาของเอกชน	:	หมายถึง โรงเรียนที่ทำการสอนหลักสูตรพลศึกษา 3 ปี สังกัดสำนักคณะกรรมการการศึกษาเอกชน
โรงเรียนพลศึกษาของรัฐบาล	:	หมายถึง วิทยาลัยที่เปิดสอนหลักสูตรพลศึกษา 3 ปี สังกัดกรมอาชีวศึกษา และสถาบันเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา
หลักสูตรหมวดวิชาพลานามัย	:	หมายถึง หลักสูตรหมวดวิชาพลานามัย ประโยชน์มัธยมศึกษาตอนปลาย ฉบับปี พ.ศ. 2518
อุปกรณ์	:	หมายถึง เครื่องมือสำหรับใช้สอนวิชาพลศึกษา และส่งเสริมให้การเรียนการสอนบรรลุจุดมุ่งหมาย
สถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก	:	หมายถึง สนามกลางแจ้งและในร่มที่รวมทั้งห้องเก็บอุปกรณ์ ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องน้ำ ที่อยู่ในสภาพที่สามารถช่วยให้การเรียนการสอนดำเนินไปได้ตามปกติ
บุคลากร	:	หมายถึง ครูพลศึกษา นักเรียนและผู้บริหาร



- การสอนพลศึกษาในโรงเรียน : หมายถึงการจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาตามหลักสูตรของกระทรวงศึกษาธิการฉบับปี พ.ศ.2518 สัปดาห์ละ 1 คาบ เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ทักษะ กฎกติกาและความรู้ในกีฬาประเภทต่าง ๆ
- การจัดแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียน : หมายถึงการจัดกิจกรรมแข่งขันขึ้นภายในโรงเรียน การแข่งขันอาจจะจัดตามระดับชั้น ตามสี ตามกลุ่ม หรือระหว่างห้อง เพื่อส่งเสริมและให้สอดคล้องกับการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา
- การจัดแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียน : หมายถึงการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาเพื่อแข่งขันกับโรงเรียนอื่น ทั้งเป็นประเพณีและไม่เป็นประเพณี เช่น กีฬาเชื่อมความสัมพันธ์ การแข่งขันกีฬาของกรมพลศึกษาหรือของกรุงเทพมหานคร เป็นต้น
- การจัดกิจกรรมเพื่อนันทนาการ : หมายถึงการจัดกิจกรรมทางพลศึกษาเพื่อเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ใช้ความสามารถหรือตามความถนัด ความสนใจได้เข้าร่วม ทั้งนี้เพื่อให้รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
- การจัดกิจกรรมพิเศษสำหรับเด็กที่ผิดปกติ : หมายถึงการจัดกิจกรรมสำหรับส่งเสริมเด็กนักเรียนที่ไม่สามารถเข้าร่วมในกิจกรรมกับนักเรียนปกติได้ เช่น ความพิการของแขนขา ความผิดปกติทางสายตา หรือโรคประจำตัว ได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษา เพื่อให้มีการพัฒนาตามความเหมาะสม