



บรรณานุกรม

ภาษาไทย

หนังสือ

กอร์ดอน แจ็คสัน. คู่มือการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. แปลและเรียบเรียงโดย อำนวยชัย ปฏิพัทธ์เผ่าพงศ์. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ดอกหญ้า, 2529.

กิติกร มีทรัพย์. จิตวิทยาการเลี้ยงดูเด็ก. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์เอดิชั่น เพลส โพรดักส์, 2527.

คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน. คู่มือจัดกิจกรรมสำหรับเตรียมระดับก่อนประถมศึกษา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภา, 2528.

คณิศ. เล่นกับลูก. กรุงเทพมหานคร : บริษัทเดอะนิวกู๊ปจำกัด เรียงพิมพ์, ม.ป.ป.

จรรยาพร ธรณินทร์. การออกกำลังกายของแม่และเด็ก. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อมรินทร์การพิมพ์, 2521.

_____. เกมสนุกเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ เมดิคัล มีเดีย จำกัด, 2531.

ฉลองรัตน์ อินทรีย์. อิทธิพลของสิ่งต่าง ๆ ที่มีต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็ก. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, 2522.

ฉวีวรรณ กินางวงศ์. การศึกษาเด็ก. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พิมพ์เนศ, 2526.

ประดอง กรรณสูต. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์และทำปกเจริญผล, 2525.

ประชุมพร สุวรรณตรา. ลูกพร้อมจะไปโรงเรียนหรือยัง. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์
ข้าวฟ่าง, 2532.

พลศึกษา, กรม. กิจกรรมเสนอแนะทางพลศึกษาสำหรับเด็ก. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์
คุรุสภาลาดพร้าว, 2527.

_____ . คู่มือออกกำลังเพื่อสุขภาพสำหรับข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ. กรุงเทพมหานคร
: สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2526.

_____ . มาตรการควบคุมป้องกันอันตรายและอุบัติเหตุในสถานศึกษา. กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2526.

พิริยา ธรรมพิสุทธิกุล. ลูกว่าเร็งและแข็งแรงด้วยกายบริหาร. กรุงเทพมหานคร :
ศูนย์สื่อเสริมกรุงเทพ, 2529.

มาซารุ อิกุกะ. รอให้ถึงอนุบาลก็สายเสียแล้ว. แปลโดย ชีระ สุมิตร และพรอนงค์ นิยมคำ.
กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, 2528.

มูลนิธิโรงพยาบาลเด็ก. การเลี้ยงดูและพฤติกรรมของเด็ก. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์
แสงรุ่งการพิมพ์, 2527.

วรศักดิ์ เพียรชอบ. หลักและวิธีสอนวิชาพลศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์
ไทยวัฒนาพานิช, 2527.

สมพร สุทัศนีย์, ม.ร.ว. จิตวิทยาการปกครองชั้นเรียน. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์
ไทยวัฒนาพานิช, 2523.

สมาคมทศวรรษศาสตร์แห่งประเทศไทย ในพระบรมราชินูปถัมภ์. ตำราพัฒนาการเด็ก.
กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิบูลย์กิจการพิมพ์, 2524.

สุรพงศ์ อัมพันวงษ์. ปัญหาชีวิตและสุขภาพเล่ม 3. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เจ็ดหนึ่ง-
การพิมพ์, 2525.

อัมพล สุอำพัน. คู่มือสุขภาพอนามัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
2526. (จัดพิมพ์โดยมูลนิธิแพทย์หญิง สุณิสา จรูญเรืองฤทธิ์).

อำไพ สุจริตกุล. การละเล่นและเครื่องเล่นเพื่อพัฒนาเด็ก. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524.

บทความ

เต็มศิริ บุญสิงห์. "โทรทัศน์ : สื่อมวลชนที่มีอิทธิพลต่อเยาวชนไทย." วัฏจักร
(10 กรกฎาคม 2532) : 9.

มัถนี ตุลยาทร. "เด็กอนุบาลกับเครื่องเล่นสนาม." ศึกษาศาสตร์วารสารรายไตรมาส 1
(มกราคม - เมษายน 2520). 57 - 63.

รุ่ง แก้วแดง. "ร.ร. เอกชนชื่อดังชี้วิธีการและปัญหา ร.ป.1." ไทยรัฐ (14 พฤษภาคม
2530) : 9.

วรศักดิ์ เพียรชอบ และ รัชนี ชวัญบุญจัน. "วิธีออกกำลังกายที่ง่ายและได้ประโยชน์."
วารสารสุขศึกษาพลศึกษาและสันทนาการ 5(มกราคม 2525). 112-118.

วิทยากร เชียงกุล. "ทำไมเยาวชนไม่สนใจเรียนและจะแก้กันอย่างไร." มติชน (29 มกราคม
2531) : 8.

ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา องค์การส่งเสริมกีฬาแห่งประเทศไทย. "จุลสารการใช้สวนสุขภาพ".
พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สยามรัฐ, 2528.

สมชาย ประเสริฐศิริพันธ์. "การออกกำลังกายให้เหมาะสมกับวัยและเพศ." สยามรัฐ
(11 กุมภาพันธ์ 2525). คอลัมน์หมอสยาม.

อวย เกตุสิงห์, วรศักดิ์ เพียรชอบ, อนันต์ อัดชู และ สุชาติ โสภประยูร. "การพลศึกษา และออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ." วารสารศึกษาศาสตร์ศึกษาและสหวิทยาการ 1-4 (ตุลาคม 2520). 43-54.

เอกสารอื่น ๆ

เฉลิมพล ตันสกุล. "พัฒนาการทางสติปัญญาและการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าของเด็กก่อนวัยเรียน ในเขตการศึกษา 3." วิทยานิพนธ์ปริญญาโท ภาควิชาจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, 2521.

ไชยยา แจงเจริญ. "ความคิดเห็นของผู้บริหารและครูพลศึกษาเกี่ยวกับสภาพและปัญหาการจัด กิจกรรมพลศึกษาในโรงเรียนอนุบาล สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษา แห่งชาติ." วิทยานิพนธ์ปริญญาโท ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย, 2530.

ชนพร สมบูรณ์วาท. "การเปรียบเทียบความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนชั้นเด็กเล็กที่เล่นกับ เพื่อน ที่เล่นกับแม่ และที่เล่นเอง." วิทยานิพนธ์ปริญญาโท ภาควิชาประถมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2529.

บุญเยี่ยม ประกอบแสง. "บทบาทของผู้ปกครองตามการรับรู้ของตนเอง ในการอบรมเลี้ยงดู เด็กก่อนวัยเรียน ในจังหวัดอุบลราชธานี." วิทยานิพนธ์ปริญญาโท ภาควิชา ประถมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.

ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธ์ และ คณะ. "การใช้เวลาว่างและกิจกรรมสันทนาการของประชากร กรุงเทพมหานคร." รายงานการวิจัย. กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยสภาวะ แวดล้อม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523.

พันธินี เจริญสุข. "ความคิดเห็นของครูอนุบาลเกี่ยวกับเครื่องเล่นที่จำเป็นต่อการเตรียมความพร้อมของเด็กปฐมวัย." วิทยานิพนธ์ปริญญาโท ภาควิชาประถมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.

- ยุวดี ลักษณะพิสุทธิ์. "ความคิดเห็นของผู้ปกครองนักเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับ ปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกาย." วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชา พลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2527.
- วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ. "โปรแกรมการพลศึกษาและกีฬาเพื่อพัฒนาเยาวชนไทยในชนบท." รายงาน การวิจัย. ทนุวิจัยรัชดาภิเษกสมโภช จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2526.
- วาลี ประุงสิงห์. "การศึกษารูปแบบกิจกรรมการศึกษาที่จัดในชั้นอนุบาล." วิทยานิพนธ์ปริญญา- มหาบัณฑิต ภาควิชาประถมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524.
- ตักดา ภาณี. "การจัดกิจกรรมพลศึกษาในโรงเรียนอนุบาลในกรุงเทพมหานคร." วิทยานิพนธ์ ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2526.
- ติลปชัย เทศนา. "ความคิดเห็นของผู้ปกครองเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็กก่อนวัยเรียน." วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาประถมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์- มหาวิทยาลัย, 2527.
- สำนักงานศึกษาธิการจังหวัดเชียงใหม่. "ข้อมูลทางการศึกษา ประจำปี 2530." จังหวัดเชียงใหม่ : สำนักงานศึกษาธิการ, 2530. (อัดสำเนา)
- สุชาติ รัตนสังวาลย์. "ลักษณะสิ่งแวดล้อมของเด็กเล็กในชนบท." วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต แผนกวิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521.
- บรรยาย
- คาคามูระ. "นโยบายเยาวชนญี่ปุ่น." บรรยายที่ห้องประชุมศูนย์เยาวชนจุเซ่เซ็น 11 กรกฎาคม 2530.

ภาษาต่างประเทศ

Jackson, Gordon. Fitness & Exercise. London : Salamander House, 1985.

Yamane, Taro. Statistics : an Introductory Analysis. 3 rd ed. New York
: Harper & Row, Publishers, 1979.

ภาคผนวก



รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ดร.จรรยาพร ธรณินทร์ ผู้เชี่ยวชาญพิเศษด้านพลศึกษา กรมพลศึกษา
2. รองศาสตราจารย์ ดร.สุพิตร สมิติโต อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
3. รองศาสตราจารย์ ดร.วิริยา บุญชัย อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
4. รองศาสตราจารย์ ฟอง เกิดแก้ว อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
5. รองศาสตราจารย์ ประพัฒน์ ลักษณะนิสฤทธิ์ อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ที่ ทม 0309/

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพฯ 10500

20 มกราคม 2532

เรื่อง ขอความร่วมมือในการวิจัย

เรียน

เนื่องด้วย ว่าที่ร้อยตรีกิตติพงษ์ ชัดิยะ นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา กำลังดำเนินการวิจัยเพื่อเสนอเป็นวิทยานิพนธ์เรื่อง "การศึกษาการส่งเสริมของบิดามารดาต่อการออกกำลังกายของเด็กก่อนวัยเรียน โรงเรียนอนุบาล จังหวัดเชียงใหม่" โดยมีรองศาสตราจารย์ รัชนี้ ขวัญบุญจัน เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ผลิตขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจแบบสอบถามที่ผลิตสร้างขึ้น

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านได้โปรดพิจารณาตรวจสอบเครื่องมือวิจัยที่ผลิตสร้างขึ้นดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.ถาวร วัชรภักย์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

แผนกมาตรฐานการศึกษา

โทร. 2150895-9

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ แผนมาตรฐานการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย โทร.2150895-9
ที่ ทม 0309/ วันที่ 20 มกราคม 2532
เรื่อง ขอความร่วมมือในการวิจัย

เรียน

เนื่องด้วย ว่าที่ร้อยตรีภิตินงษ์ ชัดิยะ นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา กำลังดำเนินการวิจัยเพื่อเสนอเป็นวิทยานิพนธ์เรื่อง "การศึกษาการส่งเสริมของบิตามารดาด้านการออกกำลังกายของเด็กก่อนวัยเรียน โรงเรียนอนุบาล จังหวัดเชียงใหม่" โดยมีรองศาสตราจารย์ รัชนี้ ชวัญบุญจัน เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ นิสิตขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบสอบถามที่นิสิตสร้างขึ้น

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านได้โปรดพิจารณาตรวจสอบเครื่องมือวิจัยที่นิสิตสร้างขึ้นดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

(ศาสตราจารย์ ดร.ถาวร วัชรภักย์)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ทม 0309/686

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพฯ 10500

20 มกราคม 2532

เรื่อง ขอความร่วมมือในการวิจัย

เรียน

เนื่องด้วย ว่าที่ร้อยตรีกิตติพงษ์ ชัดิยะ นิสิตชั้นปริญญาโท บัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา กำลังดำเนินการวิจัยเพื่อเสนอเป็นวิทยานิพนธ์เรื่อง "การศึกษาการส่งเสริมของบิดามารดาต่อการออกกำลังกายของเด็กก่อนวัยเรียน โรงเรียนอนุบาล จังหวัดเชียงใหม่" โดยมีรองศาสตราจารย์ รัชณี ชวัณบุญจันทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ นิสิตจำเป็นต้องเก็บรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยการแจกแบบสอบถามแก่บิดามารดาของเด็กก่อนวัยเรียนของ โรงเรียนอนุบาล

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านได้โปรดอนุญาตให้ ว่าที่ร้อยตรีกิตติพงษ์ ชัดิยะ ได้เก็บรวบรวมข้อมูลดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.ถาวร วัชรราษฎร์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

แผนกมาตรฐานการศึกษา

โทร. 2150895-9

ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

27 กุมภาพันธ์ 2532

เรื่อง ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรียน บิดามารดา เด็กชาย/เด็กหญิง

เนื่องด้วยข้าพเจ้า ว่าที่ร้อยตรีกิตติพงษ์ ชัดิยะ นิสิตปริญญาโท ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มีความประสงค์จะทำการวิจัยเรื่อง "การศึกษาการส่งเสริมของบิดามารดาด้านการออกกำลังกายของเด็กก่อนวัยเรียน โรงเรียนอนุบาล จังหวัดเชียงใหม่" ท่านเป็นผู้หนึ่งที่ได้รับเลือกให้เป็นผู้ตอบแบบสอบถาม จึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่าน โปรดกรุณาตอบแบบสอบถามให้ครบทุกข้อตรงกับความเป็นจริง เพราะผลการวิจัยครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ทางวิชาการ

ข้าพเจ้าหวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความร่วมมือจากท่านเป็นอย่างดี และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ว่าที่ร้อยตรีกิตติพงษ์ ชัดิยะ)
นิสิตภาควิชาพลศึกษา

"โปรดส่งแบบสอบถามคืนโดยเร็วที่สุด"

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง "การศึกษาการส่งเสริมของบิดามารดาต่อการออกกำลังกายของเด็กก่อนวัยเรียน
โรงเรียนอนุบาล จังหวัดเชียงใหม่"

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย _/ ลงในช่อง หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริง
และเติมคำหรือข้อความลงในช่องว่าง ให้สอดคล้องกับคำถาม
(ตอนที่ 1 มี 11 ข้อ โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ)

1. เพศของผู้ตอบ 1) ชาย
 2) หญิง
2. อายุของผู้ตอบ 1) ต่ำกว่า 25 ปี
 2) 25 - 30 ปี
 3) 31 - 35 ปี
 4) 36 - 40 ปี
 5) 41 - 45 ปี
 6) 46 - 50 ปี
 7) มากกว่า 50 ปี
3. การศึกษาสูงสุด 1) ประถมศึกษาหรือเทียบเท่า
 2) มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า
 3) อนุปริญญาหรือเทียบเท่า
 4) ปริญญาตรี
 5) ปริญญาโท
 6) ปริญญาเอก
4. สถานภาพสมรส 1) โสด (กรณีที่มีบุตรบุญธรรม)
 2) สมรส
 1) อยู่ด้วยกัน
 2) แยกกันอยู่

ท่านออกกำลังกายโดย (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- 1) การเดิน
- 2) การวิ่งเหยาะ
- 3) การขี่จักรยาน
- 4) การเต้นแอโรบิค
- 5) การว่ายน้ำ
- 6) การเล่นกีฬา
- 7) การบริหารร่างกาย
- 8) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

10. ปัจจุบันท่านได้ส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกายหรือไม่

- 1) ไม่ได้ส่งเสริม
- 2) ส่งเสริม

ท่านได้ส่งเสริมมากน้อยเพียงใด

- 1) สัปดาห์ละ 1 - 2 ครั้ง
- 2) สัปดาห์ละ 3 - 4 ครั้ง
- 3) สัปดาห์ละ 5 - 6 ครั้ง
- 4) เดือนละ 1 - 2 ครั้ง
- 5) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

11. โดยปกติบุตรของท่านออกกำลังกายกับใคร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- 1) บิดาหรือมารดา
- 2) พี่น้อง
- 3) เพื่อน
- 4) คนเดียว
- 5) จ้างครูมาฝึก
- 6) ส่งไปฝึกกับศูนย์ฝึกกีฬา
- 7) พี่เลี้ยง
- 8) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการส่งเสริมการออกกำลังกาย

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตามความเป็นจริงที่ท่านได้ส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย

- ก. ข้อใดที่ท่านไม่ได้ส่งเสริม โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตรงกับคำว่า ไม่ได้ส่งเสริม
- ข. ข้อใดที่ท่านได้ส่งเสริมในระดับมากที่สุด โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตรงกับคำว่า มากที่สุด
- ค. ข้อใดที่ท่านได้ส่งเสริมในระดับ มาก โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตรงกับคำว่า มาก
- ง. ข้อใดที่ท่านได้ส่งเสริมในระดับ น้อย โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตรงกับคำว่า น้อย
- จ. ข้อใดที่ท่านได้ส่งเสริมในระดับ น้อยที่สุด โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตรงกับคำว่า น้อยที่สุด

1. เกี่ยวกับวัน ช่วงเวลา และระยะเวลาในการออกกำลังกายโปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ

ข้อที่	วัน ช่วงเวลา และระยะเวลา	ไม่ได้ ส่งเสริม (0)	ส่งเสริม			
			มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อย ที่สุด (1)
1.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ในวันจันทร์ ถึง วันศุกร์.....					
2.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ในวันเสาร์ และวันอาทิตย์.....					
3.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ในช่วงเวลาเช้า.....					
4.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ในช่วงเวลาบ่าย.....					
5.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ในช่วงเวลาเย็น.....					
6.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกายโดยใช้ ระยะเวลาครั้งละประมาณ 10 ถึง 20 นาที.....					
7.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกายโดยใช้ ระยะเวลาครั้งละประมาณ 20 ถึง 30 นาที.....					
8.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกายโดยใช้ ระยะเวลาครั้งละประมาณ 30 นาที ถึง 1 ชั่วโมง.....					
9.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกายโดยใช้ ระยะเวลาครั้งละมากกว่า 1 ชั่วโมง.....					

2. เกี่ยวกับสถานที่ออกกำลังกายโปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ

ข้อที่	สถานที่	ไม่ได้ ส่งเสริม (0)	ส่งเสริม			
			มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อย ที่สุด (1)
1.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ภายในบริเวณบ้าน.....					
2.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ภายในบริเวณบ้านของเพื่อนบ้านหรือญาติพี่น้อง.....					
3.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ณ สนามกลางแจ้ง.....					
4.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ณ สนามของที่ทำงาน.....					
5.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ณ บริเวณลานวัด.....					
6.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ณ สนามเด็กเล่นของโรงเรียนที่บุตรของท่าน เรียน.....					
7.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ณ สนามกีฬาเทศบาลนครเชียงใหม่.....					
8.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ณ สวนสนุกในห้างสรรพสินค้า.....					
9.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ณ สถานที่ของสมาคมหรือสโมสร.....					
10.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ณ สวนสุขภาพห้วยแก้ว.....					

ข้อที่	สถานที่	ไม่ได้ ส่งเสริม (0)	ส่งเสริม			
			มาก ที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อย ที่สุด (1)
11.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ณ สวนสุขภาพสมเด็จพระศรีนครินทร์ราชชนนี บริเวณมหาวิทยาลัยเชียงใหม่.....					
12.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกายด้วย การว่ายน้ำ ณ สระว่ายน้ำของส่วนราชการ หรือเอกชน.....					
13.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ณ สนามของสถานศึกษา.....					
14.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย ณ สนามของส่วนราชการหรือเอกชน.....					

3. เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายโปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ

ข้อที่	กิจกรรม	ไม่ได้ ส่งเสริม (0)	ส่งเสริม			
			มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อย ที่สุด (1)
1.	ท่านส่งเสริมให้บุตร ได้ออกกำลังกายด้วย การเดิน.....					
2.	ท่านส่งเสริมให้บุตร ได้ออกกำลังกายด้วย การวิ่งเหยาะๆ					
3.	ท่านส่งเสริมให้บุตร ได้ออกกำลังกายด้วย การกระโดดในรูปแบบต่าง ๆ					
4.	ท่านส่งเสริมให้บุตร ได้ออกกำลังกายด้วย การบริหารร่างกาย					
5.	ท่านส่งเสริมให้บุตร ได้ออกกำลังกายด้วย - กิจกรรมเกี่ยวกับการทรงตัว					
6.	ท่านส่งเสริมให้บุตร ได้ออกกำลังกายด้วย กิจกรรมยิมนาสติกขั้นพื้นฐาน					
7.	ท่านส่งเสริมให้บุตร ได้ออกกำลังกายด้วย กิจกรรมประเภทการเล่นเลียนแบบ					
8.	ท่านส่งเสริมให้บุตร ได้ออกกำลังกายด้วย การเล่นกับลูกบอล					
9.	ท่านส่งเสริมให้บุตร ได้ออกกำลังกายด้วย การขี่จักรยานสองล้อหรือจักรยานสามล้อ.....					
10.	ท่านส่งเสริมให้บุตร ได้ออกกำลังกายด้วย การกระโดดเชือก.....					

ข้อที่	กิจกรรม	ไม่ได้ ส่งเสริม (0)	ส่งเสริม			
			มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อย ที่สุด (1)
11.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกายด้วยการห้อยโหนเชือก					
12.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกายด้วยการเล่น เครื่องเล่น สนาม เช่น ชิงช้า กระดานลื่น ฯลฯ					
13.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกายด้วยการเล่น โยนลูกทราย ลูกแก้ว					
14.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกายด้วยการเล่น ห่วงยาง					
15.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกายด้วยการว่ายน้ำเบื้องต้น					
16.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกายด้วยการเล่น ปาเป้า					
17.	ท่านส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกายด้วยการเล่น ของเล่นที่จำลองด้วยพลาสติกที่เป็นอุปกรณ์กีฬา เช่น ปิงปอง กอล์ฟ ฯลฯ					
18.	อื่น ๆ (โปรดระบุ)					

ตอนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคที่บิดามารดาประสบในการส่งเสริม
การออกกำลังกาย

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย —/ ลงในช่องว่าง ตามความเป็นจริงที่ท่าน
ได้ประสบปัญหา ในการส่งเสริมให้บุตรได้ออกกำลังกาย

- ก. ข้อที่ท่านเห็นว่า ไม่เป็นปัญหา โปรดกาเครื่องหมาย —/ ลงในช่องว่างตรงกับคำว่า
ไม่เป็นปัญหา
- ข. ข้อใดที่ท่านเห็นว่า เป็นปัญหาในระดับ มากที่สุด โปรดกาเครื่องหมาย —/ ลงใน
ช่องว่างตรงกับคำว่า มากที่สุด
- ค. ข้อใดที่ท่านเห็นว่า เป็นปัญหาในระดับ มาก โปรดกาเครื่องหมาย —/ ลงใน
ช่องว่างตรงกับคำว่า มาก
- ง. ข้อใดที่ท่านเห็นว่า เป็นปัญหาในระดับ น้อย โปรดกาเครื่องหมาย —/ ลงใน
ช่องว่างตรงกับคำว่า น้อย
- จ. ข้อใดที่ท่านเห็นว่า เป็นปัญหาในระดับ น้อยที่สุด โปรดกาเครื่องหมาย —/ ลงใน
ช่องว่างตรงกับคำว่า น้อยที่สุด

1. ปัญหาเกี่ยวกับบุตร

โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ

ข้อที่	ปัญหาเกี่ยวกับบุตร	ไม่เป็น ปัญหา (0)	เป็นปัญหา			
			มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อย ที่สุด (1)
1.	บุตรของท่านไม่ชอบออกกำลังกาย.....					
2.	บุตรของท่านมีความผิดปกติทางด้านร่างกาย.....					
3.	บุตรของท่านติดยาเสพติดหรือการพนัน.....					
4.	บุตรของท่าน ไม่มีทักษะเชิงกีฬา.....					
5.	บุตรของท่านขาดเพื่อนร่วมกิจกรรม การเล่นที่สนุกสนาน.....					
6.	บุตรของท่านสุขภาพไม่สมบูรณ์แข็งแรง.....					
7.	บุตรของท่านเคยประสบอุบัติเหตุจากการเล่น.....					
8.	บุตรของท่านมีปัญหาเกี่ยวกับการปรับตัว ในการเล่นกับคนอื่น					
9.	บุตรของท่านชอบเล่น ในลักษณะที่เป็นอันตราย แปลกพิสดาร.....					
10.	บุตรของท่านต้องทำการบ้านมากจึง ไม่มีเวลา ออกกำลังกาย.....					
11.	อื่น ๆ (โปรดระบุ)					

2. ปัญหาเกี่ยวกับบิดามารดาในการส่งเสริมการออกกำลังกายโปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ

ข้อที่	ปัญหาเกี่ยวกับบิดามารดา	ไม่เป็น ปัญหา (0)	เป็นปัญหา			
			มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อย ที่สุด (1)
1.	ท่านมีภาระกิจในการหาเลี้ยงครอบครัวมากจนไม่มีเวลาส่งเสริมบุตรให้ออกกำลังกาย.....					
2.	สุขภาพของท่านไม่เหมาะสมที่จะออกกำลังกายร่วมกับบุตร					
3.	ท่านมีปัญหาเกี่ยวกับฐานะทางการเงินในการส่งเสริมบุตรให้ออกกำลังกาย.....					
4.	ท่านมีบุตรจำนวนมากทำให้การดูแลเอาใจใส่ให้บุตรได้ออกกำลังกายไม่ทั่วถึง.....					
5.	ท่านขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับบุตร.....					
6.	ท่านขาดผู้แนะนำเกี่ยวกับการออกกำลังกายสำหรับบุตร.....					
7.	ท่านขาดทักษะในการร่วมกิจกรรมที่จัดให้บุตรได้ออกกำลังกาย.....					
8.	สภาพครอบครัวของท่านไม่เอื้ออำนวยในการส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับบุตร.....					
9.	ท่านมีภาระกิจภายในครอบครัวมาก.....					
10.	อื่น ๆ (โปรดระบุ)					

3. ปัญหาเกี่ยวกับสถานที่และอุปกรณ์โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ

ข้อที่	ปัญหาเกี่ยวกับสถานที่และอุปกรณ์	ไม่เป็น ปัญหา (0)	เป็นปัญหา			
			มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อย ที่สุด (1)
1.	ขาดสถานที่ออกกำลังกายสำหรับเด็ก.....					
2.	สถานที่ออกกำลังกายสำหรับเด็กคับแคบ.....					
3.	สถานที่ออกกำลังกายสำหรับเด็กมีไม่เพียงพอ.....					
4.	สถานที่ออกกำลังกายไม่ถูกสุขลักษณะ.....					
5.	สถานที่ออกกำลังกายอยู่ไกล ไป-มาไม่สะดวก.....					
6.	สถานที่ออกกำลังกายมีผู้เข้าร่วมกิจกรรมมาก เกินไป.....					
7.	สถานที่ออกกำลังกายของเอกชนเก็บ ค่าบริการแพงเกินไป.....					
8.	อุปกรณ์หรือเครื่องเล่นสนามสำหรับเด็ก มีไม่เพียงพอ.....					
9.	อุปกรณ์หรือเครื่องเล่นสนามสำหรับเด็ก ไม่ปลอดภัยขาดการซ่อมแซม.....					
10.	อุปกรณ์หรือเครื่องเล่นสนามสำหรับเด็ก ไม่เหมาะสมกับวัย.....					
11.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายส่วนตัวมีราคาแพง.....					

ตอนที่ 4. ข้อมูลเกี่ยวกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ ของบิดามารดาในการส่งเสริมให้เด็กก่อนวัยเรียนได้ออกกำลังกาย

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

(ขอขอบพระคุณที่ท่านได้ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้เป็นอย่างสูง)



ประวัติผู้เขียน

ว่าที่ร้อยตรีกิติพงษ์ ชัดิยะ เกิดเมื่อวันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2504 ที่จังหวัดเชียงใหม่ สำเร็จการศึกษาปริญญาครุศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา จากวิทยาลัยครูเชียงใหม่ เมื่อปีการศึกษา 2525 เข้าศึกษาต่อปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2530 ปัจจุบันทำงานอยู่ที่สถาบันเทคโนโลยีการเกษตรแม่โจ้ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ เคยเข้าร่วมโครงการมิตรภาพสำหรับศตวรรษที่ 21 ในกลุ่มผู้นำเยาวชน ณ ประเทศญี่ปุ่น เมื่อปี พ.ศ. 2530