

การศึกษาการส่งเสริมของบิดามารดาด้านการออกกำลังกาย  
ของเด็กก่อนวัยเรียน โรงเรียนอนุบาล จังหวัดเชียงใหม่



ว่าที่ร้อยตรีกิตติพงษ์ ชัดิยะ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

ภาควิชาพลศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2532

ISBN 974-576-816-2

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

016007

I 17502 652

A STUDY OF PARENTS PROMOTION IN EXERCISING OF PRESCHOOL  
CHILDREN IN KINDERGARTENS, CHANGWAT CHIANGMAI

Acting Sub-Lt. Kitipung Kattiya

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Education  
Department of Physical Education  
Graduate School  
Chulalongkorn University

1989

ISBN 974-576-816-2

หัวข้อวิทยานิพนธ์ การศึกษาการส่งเสริมของบิดามารดาด้านการออกกำลังกาย  
ของเด็กก่อนวัยเรียน โรงเรียนอนุบาล จังหวัดเชียงใหม่

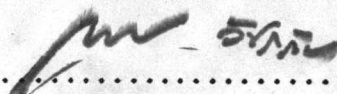
โดย ว่าที่ร้อยตรีจิตติพงษ์ ชัตติยะ

ภาควิชา พลศึกษา

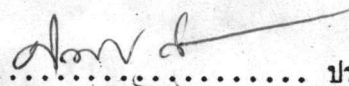
อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ รัชณี ชวัณบุญจัน

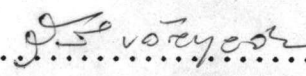


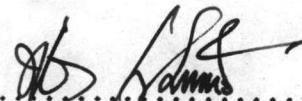
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

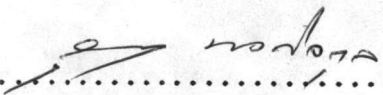
  
..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย  
(ศาสตราจารย์ ดร. ถาวร วิชรภักย์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

  
..... ประธานกรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิลปชัย สุวรรณชาติ)

  
..... อาจารย์ที่ปรึกษา  
(รองศาสตราจารย์ รัชณี ชวัณบุญจัน)

  
..... กรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ พอง เกิดแก้ว)

  
..... กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สุเนต นวกิจกุล)





พิมพ์ที่เชียงใหม่

กิติพงษ์ ชติยะ, ว่าที่ร้อยตรี : การศึกษาการส่งเสริมของบิดามารดาด้านการออกกำลังกาย  
ของเด็กก่อนวัยเรียน โรงเรียนอนุบาล จังหวัดเชียงใหม่ (A STUDY OF PARENTS PROMO-  
TION IN EXERCISING OF PRESCHOOL CHILDREN IN KINDERGARTENS. CHANGWAT-  
CHIANGMAI) อ.ที่ปรึกษา : รศ.รัชณี ขวัญบุญจัน, 77 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงการส่งเสริมของบิดามารดาด้านการออกกำลังกายของ  
เด็กก่อนวัยเรียน โรงเรียนอนุบาล จังหวัดเชียงใหม่ โดยส่งแบบสอบถามไปยังบิดามารดาของเด็กก่อนวัย-  
เรียน จำนวน 370 ชุด ได้รับแบบสอบถามคืนมาจำนวน 370 ชุด คิดเป็นร้อยละร้อย ผู้วิจัยได้นำแบบสอบ-  
ถามมาวิเคราะห์โดยหาค่า ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบ  
ความเรียง

ผลการวิจัยพบว่า บิดามารดาส่งเสริมการออกกำลังกายของเด็กก่อนวัยเรียนโดยเฉลี่ยอยู่ใน  
ระดับมาก ได้แก่ ให้บุตรได้ออกกำลังกายครั้งละประมาณ 10 ถึง 20 นาที หรือ 20 ถึง 30 นาที ในช่วง  
เวลาเย็น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวันเสาร์และวันอาทิตย์ สถานที่ออกกำลังกาย ได้แก่ ภายในบริเวณบ้าน  
สนามเด็กเล่นของโรงเรียน สนามกลางแจ้ง สนามของสถานศึกษา และสระว่ายน้ำของส่วนราชการหรือ-  
เอกชน กิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ การขี่จักรยานสองล้อหรือจักรยานสามล้อ การเดิน การเล่น-  
เครื่องเล่นสนาม การวิ่งเหยาะ การเล่นกับลูกบอล การกระโดดในรูปแบบต่างๆ การบริหารร่างกาย และ-  
การว่ายน้ำเบื้องต้น

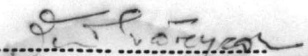
บิดามารดาประสบปัญหาในการส่งเสริมการออกกำลังกายโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ได้แก่  
บุตรติดรายการโทรทัศน์ บิดามารดามีภาระกิจภายในครอบครัวมาก สถานที่ออกกำลังกายสำหรับเด็กมีไม่-  
เพียงพอ อยู่ไกลไปมาไม่สะดวก คับแคบ มีผู้เข้าร่วมกิจกรรมมากเกินไป สถานที่ออกกำลังกายของเอกชน-  
เก็บค่าบริการแพงเกินไป อุปสรรคในการออกกำลังกายส่วนตัวมีราคาแพง อุปกรณ์หรือเครื่อง เล่นสนามสำหรับเด็กมีไม่เพียงพอ ไม่เหมาะสมกับวัย และไม่ปลอดภัยขาดการซ่อมแซม

ภาควิชา ..... พลศึกษา

สาขาวิชา ..... พลศึกษา

ปีการศึกษา 2532 .....

ลายมือชื่อนิสิต ..... 

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา ..... 



KITIPUNG KATTIYA, ACTING SUB-LT. : A STUDY OF PARENTS PROMOTION IN EXERCISING OF PRESCHOOL CHILDREN IN KINDERGARTENS, CHANGWAT CHIANG-MAI. THESIS ADVISOR : ASSO. PROF. RAJANEE QUANBOONCHAN, 77 PP.

The purpose of this research was to study parents promotion in exercising of preschool children in kindergartens, Changwat Chiangmai. Three-hundred and seventy questionnaires were sent to parents of preschool children. All questionnaires accounted for one hundred percent were returned. The data were analyzed in terms of means, standard deviations, and percentages.

The results indicated that the parents promotion rated as the highest level was as follows : The exercising period was 10-20 minutes or 20-30 minutes in the evening, especially on the weekend, exercising places were areas inside their houses, playgrounds in schools, open playgrounds, fields of educational institutes and swimming pools of governmental or private sectors, exercising activities were bicycle or tricycle riding, walking, equipment-playing, jogging, ball playing, different jumping, bodily exercising, and fundamentally swimming.

Problem encountered by parents in exercising promotion, rated as the highest level were as follows, children were addicted to television, parents did too many family jobs, exercising places were insufficient, inconvenient and very small, there were too many participants, private exercise places charged high service fees, exercising equipment was very expensive, playground equipment was insufficient, unsuitable, unsafe.

ภาควิชา ..... พลศึกษา  
สาขาวิชา ..... พลศึกษา  
ปีการศึกษา 2532 .....

ลายมือชื่อนิสิต .....  
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา .....  
*Dr. R. J. K.*  
*R. J. K.*



### กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความช่วยเหลือและแนะนำอย่างดียิ่งจาก รองศาสตราจารย์ รัชนี้ ชวัณบุญจันทร์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ คณาจารย์และผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน นอกจากนี้ยังได้รับความอนุเคราะห์เป็นอย่างดีจากผู้อำนวยการ เจ้าของหรือผู้จัดการโรงเรียนอนุบาล จังหวัด เชียงใหม่ ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และเนื่องจากทุกการวิจัยครั้งนี้ บางส่วนได้รับมาจากทุน-อุดหนุนการวิจัยของบัณฑิตวิทยาลัย จึงขอขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัยมา ณ ที่นี้ด้วย

ทำยนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณทุกท่านที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งคุณพ่ออินตัม คุณแม่ศรีพิน คุณเกษมณี และเด็กหญิงเกษกานต์ ชัตติยะ ซึ่งสนับสนุน ในด้านการเงินและเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมาจนสำเร็จการศึกษา

ว่าที่ร้อยตรีกิตติพงษ์ ชัตติยะ





สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ช
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	6
ขอบเขตของการวิจัย.....	6
ข้อตกลงเบื้องต้นของการวิจัย.....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย.....	7
คำจำกัดความของการวิจัย.....	7
2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	8
งานวิจัยภายในประเทศ.....	8
งานวิจัยในต่างประเทศ.....	11
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	13
กลุ่มตัวอย่างประชากร.....	13
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	15
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	16
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	16
สถิติที่ใช้ในการวิจัย.....	17
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	19
5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	43
บรรณานุกรม.....	51
ภาคผนวก.....	57
ประวัติผู้เขียน.....	77

## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	คำร้อยละของข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม.....	19
2	คำร้อยละเกี่ยวกับวัน ช่วงเวลา และระยะเวลาในการออกกำลังกาย.....	24
3	คำร้อยละเกี่ยวกับสถานที่ออกกำลังกาย.....	25
4	คำร้อยละเกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกาย.....	27
5	คำร้อยละของปัญหาเกี่ยวกับบุตร.....	29
6	คำร้อยละของปัญหาเกี่ยวกับบิดามารดา.....	30
7	คำร้อยละของปัญหาเกี่ยวกับสถานที่และอุปกรณ์.....	31
8	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการส่งเสริมการออกกำลังกายของบิดามารดา เกี่ยวกับวัน ช่วงเวลา และระยะเวลาในการออกกำลังกาย.....	33
9	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการส่งเสริมการออกกำลังกายของบิดามารดา เกี่ยวกับสถานที่ออกกำลังกาย.....	34
10	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการส่งเสริมการออกกำลังกายของบิดามารดา เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกาย.....	36
11	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของปัญหาเกี่ยวกับบุตรที่บิดามารดาประสบในการส่งเสริมการออกกำลังกาย.....	38
12	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของปัญหาเกี่ยวกับบิดามารดาที่บิดามารดาประสบในการส่งเสริมการออกกำลังกาย.....	39
13	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของปัญหาเกี่ยวกับสถานที่และอุปกรณ์ที่บิดามารดาประสบในการส่งเสริมการออกกำลังกาย.....	40