

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในประเทศ

มาลี ศิริ (2516 : ก) ทำการวิจัยเรื่อง ปัญหาและความต้องการในการจัดตั้งโปรแกรมพลศึกษา สุขศึกษาและสันทนาการของสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้า พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ชอบกีฬาเมื่อมีโอกาส คิดเป็นร้อยละ 91.63 และชอบออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ร้อยละ 77.63 นักศึกษาเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายโดยใช้กีฬาเป็นสื่อ เพราะว่ามีผลต่อการส่งเสริมสมรรถภาพทางกายให้มีความแข็งแรงก่อให้เกิดความรักใคร่สามัคคีในหมู่คณะ ต้องการให้มีการจัดการแข่งขันกีฬา ต้องการบริการค่านักกิจกรรมกีฬาทั้งในร่มและกลางแจ้ง และต้องการให้มีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

สุพิตร โชติบุญกุล (2516 : ก) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ปัญหาและความต้องการทางค่านักศึกษา พลศึกษาและสันทนาการของเยาวชนในศูนย์ฝึกเยาวชนชนบทภาคใต้ โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูลจากเยาวชนที่มาจากจังหวัดต่าง ๆ 14 จังหวัด รวม 100 คน ผลปรากฏว่า เยาวชนต้องการให้จัดสอนเนื้อหาทางสุขศึกษา พลศึกษาและสันทนาการเพิ่มขึ้น เพื่อเยาวชนจะใ้สามารถนำความรู้และประสบการณ์ไปใช้กับบุคคลในท้องถิ่นต่อไปได้อีก การจัดสภาพแวดล้อมบริเวณศูนย์ฝึกเยาวชนยังมีปัญหา เรื่อง สถานที่พักไม่เพียงพอกับจำนวนเยาวชน เยาวชนต้องการห้องพยาบาลและต้องการให้มีการตรวจสุขภาพบ้าง เป็นครั้งคราว เยาวชนสนใจโปรแกรมการแข่งขันกีฬาภายในมาก แต่มีปัญหาเรื่องกิจกรรมที่จัดให้มีการแข่งขัน เพราะเยาวชนขาดความรู้และทักษะในกิจกรรมนั้น ๆ

จันทร์ ผ่องศรี และคณะ (2521 : 9) ทำการวิจัยเกี่ยวกับ ความสนใจในการกีฬาของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พบว่า นิสิตสนใจและเคยเล่นกีฬา ร้อยละ 86.23 นิสิตมีความต้องการให้มหาวิทยาลัยจัดบริการค่านอุปกรณ์ และให้มี

สนามอยู่ใกล้ ๆ คณะวิชา ต้องการให้มีการจัดบริการทดสอบสมรรถภาพทางกาย มีผู้ฝึกสอน และให้มีภาพยนตร์และสไลด์เกี่ยวกับกีฬา

วิภาคา กฤติขจร (2521 : ก) ทำการวิจัยเรื่อง การเล่นกีฬาของนักเรียน พยาบาลในเขตกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2520 พบว่า นักศึกษาร้อยละ 90.30 ชอบ กีฬาเมื่อมีโอกาส ร้อยละ 82.55 สนใจฟังข่าวสารและติดตามข่าวกีฬาเป็นบางโอกาส ร้อยละ 73.96 สนใจและมีประสบการณ์ด้านกีฬามาก่อน และร้อยละ 63.16 ชอบเล่น กีฬาในยามว่าง นักศึกษาส่วนใหญ่เห็นความสำคัญของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ว่ามีประโยชน์ต่อร่างกายทุกด้าน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ด้านอุปสรรค และปัญหาที่พบมากที่สุด คือ ขาดอุปกรณ์ สถานที่ และขาดบุคลากรด้านพลศึกษามาแนะแนว ทางและให้บริการทางด้านกีฬา สำหรับประเภทกีฬาที่นักศึกษาต้องการ ไล่แก่ วายน้ำ เต้นรำ แบดมินตัน เป็นต้น ส่วนบริการด้านพลศึกษาที่นักศึกษาต้องการมากที่สุด คือ การ จัดสรรงบประมาณด้านกีฬาให้เพียงพอ จัดให้มีอุปกรณ์และสถานที่ในการเล่นกีฬาทุกประเภท

ในปีเดียวกัน นภพร ทศนิยนา (2521 : ก) ทำการวิจัยเรื่อง ปัญหา เจตนาคติ และความต้องการด้านพลศึกษา ของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหิดล พบว่า นักศึกษา ส่วนใหญ่ออกกำลังกายเฉลี่ยสัปดาห์ละ 1-2 ชั่วโมง ปัญหาที่สำคัญที่สุดที่นักศึกษาไม่เข้า ร่วมกิจกรรมพลศึกษาที่จัดขึ้น คือ สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกไม่เพียงพอ และไม่ไ้มาตรฐาน ปัญหารองลงมา คือ บุคลากรทางพลศึกษาไม่เพียงพอ ปัญหาอื่น ๆ เช่น ประชาสัมพันธ์ไม่ดี ตลอดจนผู้บริหารไม่ให้การสนับสนุน

นักศึกษาเห็นด้วยกับจุดมุ่งหมายทั่วไปของวิชาพลศึกษา เชื่อว่าการออกกำลังกาย อย่างถูกต้องหลักเกณฑ์และสม่ำเสมอจะช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้แก่ร่างกายได้ การออกกำลังกาย เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับมนุษย์ทุกเพศ ทุกวัย ทุกอาชีพ และเห็นด้วยกับการจัดกีฬาระหว่าง คณะและกีฬาภายในคณะ

ด้านบริการ นักศึกษาส่วนใหญ่เห็นด้วยกับการตั้งชมรมกีฬา และจัดตั้งศูนย์หรือ หน่วยงานที่รับผิดชอบด้านกีฬาโดยตรง เพื่อทำหน้าที่บริหารและส่งเสริมกีฬาของมหาวิทยาลัย และต้องการผู้ฝึกสอนมาประจำ ตลอดจนจัดอุปกรณ์ ตำรา เอกสารด้านกีฬาให้เพียงพอ กับความต้องการของนักศึกษา ประเภทกีฬาที่นักศึกษาส่วนใหญ่ต้องการให้เปิดสอนและ สนับสนุน คือ แบดมินตัน วายน้ำ บาสเกตบอล เทนนิส วอลเลย์บอล และกิจกรรมเข้าจังหวะ

(ลีลาศ) กีฬาที่ได้รับความนิยมสูงสุดทั้งนักศึกษาชายและหญิง คือ วาโยน้ำ

ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ (2523 : ก) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้เวลาว่าง และกิจกรรมสันทนาการของประชากรกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพอสรุปได้ในสิ่งที่เกี่ยวข้องกับ การวิจัยครั้งนี้ ประชากรกรุงเทพมหานคร ร้อยละ 25.49 ใช้เวลาว่างด้วยการเล่นกีฬา ร้อยละ 13.86 ไปใช้เวลาว่างที่สนามกีฬา ใช้เวลาว่างเพื่อพักผ่อนเล่นกีฬา และประกอบกิจกรรมตามความสนใจ เฉลี่ยวันละ 2.06 ชั่วโมง ร้อยละ 69.06 มีปัญหาการใช้เวลาว่างคล้ายสาเหตุที่มีภารกิจประจำวันมาก ร้อยละ 31.93 ซากอุปกรณ์และสถานที่ และร้อยละ 28.71 ประสบปัญหาการเดินทางไป-มา ไม่สะดวก

เจริญ กระบวนรัตน์ และคณะ (2525 : ก) ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการรับบริการค้ำการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ พบว่า

1. ข้าราชการและนิสิต ต้องการได้รับบริการค้ำการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมากที่สุด
2. ข้าราชการและนิสิต ต้องการให้มหาวิทยาลัยจัดเตรียมสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกให้เหมาะสมเพียงพอ และต้องการบุคลากรที่มีความรู้ ความชำนาญแต่ละค้ำมาคอยให้บริการ ให้ค้ำแนะนำในการออกกำลังกายมากที่สุด ความต้องการรองลงมา ได้แก่ ความต้องการบริการค้ำความรู้เกี่ยวกับเทคนิค วิธีการออกกำลังกายและกติกากการแข่งชันมาก และการประชาสัมพันธ์
3. ข้าราชการต้องการได้รับบริการในกิจกรรมประเภทบริหาร ทรวดทรง กายบริหาร วาโยน้ำ เทนนิส แบดมินตัน ส่วนนิสิตต้องการกิจกรรมประเภท วาโยน้ำ ฟุตบอลและเทนนิส
4. ในวันธรรมดา ข้าราชการและนิสิตต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.30-18.30 น. ส่วนในวันหยุดราชการ ข้าราชการต้องการเวลา 8.00-10.00 น. นิสิตต้องการเวลา 16.30-18.30 น.
5. สถานที่ออกกำลังกายและอุปกรณ์ไม่เพียงพอกับความต้องการ



ในปีเดียวกัน ถนนวงศ์ กฤษณ์เพ็ชร และรัชณี ชวีบุญญ์จัน (2525 : ก) ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่มีต่อการเรียนกิจกรรมพลศึกษาทั่วไป โดยส่งแบบสอบถามไปยังนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 1,160 คน พบว่า นิสิตมีความสนใจออกกำลังกาย ร้อยละ 95.40 กิจกรรมพลศึกษาที่สนใจ ได้แก่ แบดมินตัน วาโยน้ำ และเทนนิส นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มีความสนใจโดยทั่วไป และมีประสบการณ์ด้านกิจกรรมพลศึกษาน้อย แต่มีความสนใจด้านกิจกรรมพลศึกษาอยู่ในระดับมาก

จิกรณ ศิริประเสริฐ (2525 : ก) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการและการจัดบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในมหาวิทยาลัย กลุ่มตัวอย่างประชากร เป็นบุคลากรที่ทำงานในมหาวิทยาลัย จำนวน 12 มหาวิทยาลัย โดยใช้แบบสอบถามส่งไปยังกลุ่มตัวอย่างประชากรที่เป็นบุคลากรที่ทำงานในมหาวิทยาลัย 720 ชุด ได้รับแบบสอบถามคืนมา 579 ชุด คิดเป็นร้อยละ 80.42 ผลการวิจัยพบว่า บุคลากรในมหาวิทยาลัยมีความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพในต่าง ๆ ดังนี้

1. ก้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ต้องการสถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม อยู่ใกล้ไปมาสะดวก มีสถานที่ออกกำลังกายที่มีคุณภาพอยู่ในเขตพืชมাত্রฐาน อุปกรณ์พลศึกษามีคุณภาพอยู่ในเขตพืชมাত্রฐาน สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัวและทำความสะอาดร่างกายอย่างเพียงพอสุขลักษณะ อุปกรณ์พลศึกษาที่เพียงพอตามสัดส่วนกับจำนวนผู้ใช้บริการ

2. ก้านกิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ ต้องการกิจกรรมประเภท วาโยน้ำ แบดมินตัน กายบริหาร เทนนิส และเทเบิลเทนนิส

3. ก้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ได้แก่ ความต้องการอุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบสมรรถภาพมีเพียงพอและได้มาตรฐาน เช่น เครื่องวัดความจุปอด ม้าก้าว ชีน-ลง เบาะกันสะเทือน เครื่องตรวจหัวใจ เครื่องตรวจความดัน เครื่องตรวจไขมัน เป็นต้น สถานที่ฝึกกิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย และแผนภาพอธิบายวิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย

4. ก้านบุคลากรให้บริการ ได้แก่ ความต้องการบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ มีบุคลิกภาพดี มีสุขภาพสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ รู้หลักและวิธีสอนที่ถูกต้องเหมาะสม มีความรู้และความเข้าใจ วิธีจัดและดำเนินการด้านพลศึกษาและสามารถเลือกกิจกรรมได้

เหมาะสม

5. คำนวณวิชาการ ใ้แก่ ต้องการความรู้เกี่ยวกับเทคนิค และทักษะการ ออกกำลังกาย หนังสือ ตำรา เอกสาร หรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกได้ศึกษาค้นคว้า เพิ่ม เติมอยู่ เสมอโดยทั่วถึงกัน มีภาพยนตร์หรือโทรทัศน์เกี่ยวกับ กีฬา และจักให้สมาชิกได้มีความรู้ความเข้าใจในการใช้ รักษาและเลือกอุปกรณ์ สิ่งต่าง ๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ

6. คำนวณช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ใ้แก่ ต้องการออกกำลังกาย ในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันศุกร์ และต้องออกกำลังกายในเวลา 16.30 - 18.30 น. ทุกวัน

กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ (2526 : ก) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การ เล่น กีฬาและออกกำลังกายของประชาชนในกรุง เทพมหานคร โดยมีความมุ่งหมายเพื่อศึกษา สภาพการ เล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนในกรุง เทพมหานคร และเสนอข้อมูล ที่ ใ้รับจากการวิจัย เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินงานค่านการส่งเสริมกีฬาและออกกำลังกาย ให้เป็นไปโดยมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ตัวอย่างของประชากรของการวิจัยครั้งนี้ เป็นประชาชน ชายและหญิงทุกระดับอายุในกรุง เทพมหานคร จำนวน 657 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถามเชิงสำรวจ ที่ประกอบด้วยข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพโดยทั่วไปของผู้ตอบ แบบสอบถาม ความสนใจที่มีต่อการกีฬาออกกำลังกาย ลักษณะหรือรูปแบบของการ เล่นกีฬา และออกกำลังกาย ตลอดจนเหตุผลของการ เข้าร่วมและไม่เข้าร่วมกิจกรรมการกีฬาและ การออกกำลังกาย ผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยครั้งนี้ ใ้แก่

1. ประเภทกีฬา/ออกกำลังกาย ที่ประชาชนชายและหญิงมีความสนใจ มากที่สุด คือ ฟุตบอล

2. กิจกรรมกีฬา/ออกกำลังกาย ที่ประชาชนชายและหญิงปฏิบัติ เป็น ประจำมากที่สุด คือ การ เล่นกายบริหารและการวิ่งเหยาะ

3. วันและเวลาที่ใช้ในการ เล่นกีฬา/ออกกำลังกาย ของประชาชน ชายและหญิงส่วนใหญ่เล่นในช่วงเวลาเย็น ครั้งละนานกว่า 1 ชั่วโมง และ 1 ชั่วโมง ตามลำดับ และเล่นสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง โดยไม่กำหนดวันแน่นอน

4. เหตุผลในการ เล่นกีฬา/ออกกำลังกาย ของประชาชนชายและหญิง คือ เล่นกีฬาและออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและความแข็งแรง

5. เหตุผลของการไม่เล่นกีฬา/ออกกำลังกาย ของประชาชนชายและหญิง
คือ ไม่มีเวลา

✕ แสงเพชร คุณาเรืองรอง (2527 : ง) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการ
บริการด้านการออกกำลังกายของครูโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร โดยส่ง
แบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่างประชากรที่เป็นครูโรงเรียนมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพ
มหานคร จำนวน 50 โรงเรียน โรงเรียนละ 20 คน เป็นชาย 10 คน หญิง 10 คน
ซึ่งเป็นชายโสด 5 คน สมรสแล้ว 5 คน หญิงโสด 5 คน สมรสแล้ว 5 คน รวมประชากร
ที่ใช้ในการวิจัย 1,000 คน ใ้รับแบบสอบถามคืนมา 930 ชุด คิดเป็นร้อยละ 93.00
ผลการวิจัยพบว่า

1. ครูมีความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายในระดับมาก
2. ครูมีความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายในแต่ละด้านในระดับ
มาก คือ ความต้องการด้านรูปแบบของการจัดกิจกรรม ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ความต้องการด้านการทดสอบ
สมรรถภาพทางกาย ความต้องการด้านวิชาการ ความต้องการด้านกิจกรรม ความต้องการ
ด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย

3. ครูมีความต้องการด้านการออกกำลังกายเป็นรายชื่อ ในแต่ละด้าน
ดังต่อไปนี้

- 3.1 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก
ได้แก่ ใ้มีอุปกรณ์กีฬาที่ใช้ในการออกกำลังกายสำหรับครูอย่าง เพียงพอและได้มาตรฐาน
ใ้มีห้อง เปลี่ยนเครื่องแต่งตัวและทำความสะอาดร่างกายสำหรับครู ใ้มีตู้เก็บของสำหรับ
ครูที่ออกกำลังกาย

- 3.2 ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ได้แก่ ใ้มีบุคลากร
ที่มีมนุษยสัมพันธ์ ใ้มีผู้สอนที่มีจิตวิทยาในการสอนบุคคลวัยต่าง ๆ ใ้มีผู้สอนที่สามารถให้
คำแนะนำหรือใช้วิธีสอนหรือฝึกหัดที่เข้าใจง่าย

- 3.3 ความต้องการด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ได้แก่
ใ้โรงเรียนจัดบริการด้านการออกกำลังกายในเวลาราชการที่ว่างจากการสอนและต้อง
การออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.00-18.00 น.

3.4 ความต้องการค้นรูปแบบของการจัดกิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมที่จัดควร เป็นกิจกรรมที่ไม่ต้อง เสียค่าใช้จ่ายมาก แต่มีประโยชน์ทางด้านสุขภาพ กิจกรรมที่จัดควร เป็นกิจกรรมที่ครูสามารถเข้าร่วมได้โดยไม่ต้องใช้ทักษะมาก

3.5 ความต้องการค้นหากิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ แบบมินตัน กายบริหาร วายน้ำ

3.6 ความต้องการค้นหาการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ได้แก่ ใ้มีอุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบสมรรถภาพทางกายของครูได้มาตรฐานเท่าที่จะหาได้ ใ้มีเกณฑ์มาตรฐานการทดสอบสมรรถภาพทางกายรายการต่าง ๆ ไว้เปรียบเทียบเพื่อจะได้ประเมินผลตนเอง ใ้มีบัตรบันทึกการทดสอบสมรรถภาพทางกายเป็นรายบุคคล

3.7 ความต้องการค้นหาวิชาการ ได้แก่ ใ้โรงเรียนบริการ ค้นความรู้ เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ใ้โรงเรียนจัดหาภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับการกีฬาและการออกกำลังกายแบบต่าง ๆ มาฉายให้ชม ใ้โรงเรียน บริการค้นหาความรู้ เกี่ยวกับการออกกำลังกายสำหรับบุคคลในวัยต่าง ๆ

4. ความต้องการบริการค้นหาการออกกำลังกายระหว่างครูชายและครูหญิง แตกต่างกันที่ระดับ .05

5. ความต้องการบริการค้นหาการออกกำลังกายระหว่างครูที่เป็นโสภกับครูที่สมรส ไม่แตกต่างกันที่ระดับ .05

หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมพลศึกษา (2529 : ก) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความสนใจและความต้องการในการออกกำลังกายของเยาวชนในชนบท ในเขตการศึกษา 8" โดยใช้แบบสอบถามกับเยาวชนชายและหญิง อายุระหว่าง 10-15 ปี ในเขตการศึกษา 8 จำนวน 4,000 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. เยาวชนในชนบทใช้เวลาว่างช่วยทำงานบ้านมากที่สุด ได้รับข่าวสารทางกีฬามากที่สุดจากโทรทัศน์ เยาวชนส่วนใหญ่มีความสนใจในการดูกีฬาสูงมาก สถานที่เล่นกีฬาของ เยาวชนส่วนมากเล่นในบริเวณวัดที่อยู่ใกล้เคียง และชอบกีฬาประเภททีมมากกว่ากีฬาประเภทบุคคล เยาวชนส่วนใหญ่ไม่มีอุปกรณ์ในการออกกำลังกายเป็นของตนเอง อุปกรณ์ที่ใช้ส่วนใหญ่มียืมจากโรงเรียน ส่วนประเภทกีฬาที่เยาวชนชายเลือกเล่นมากที่สุด คือ ฟุตบอล และเยาวชนหญิง เลือกเล่นกีฬาวอลเลย์บอลมากที่สุด สถานที่เล่นกีฬาส่วนมากมีสถานที่เล่นฟุตบอล วอลเลย์บอล ตะกร้อ ดู้วิ่ง ส่วนสถานที่เล่นกีฬาว่ายน้ำ

และยิมนาสติกมีน้อยมาก ประเภทกีฬาที่เยาวชนรู้จักมาก ได้แก่ ฟุตบอล วอลเลย์บอล กรีฑา บาสเกตบอล ตามลำดับ และกีฬาที่รู้จักน้อยมาก ได้แก่ กีฬาโปโลน้ำ และกีฬายูโด

2. ความต้องการในด้านการออกกำลังกายของเยาวชน คือ เพื่อส่งเสริมสมรรถภาพในตนเอง ต้องการออกกำลังกายทุกวันอย่างสม่ำเสมอ เยาวชนต้องการออกกำลังกายเป็นหมู่คณะและใช้อุปกรณ์ ต้องการผู้นำในการออกกำลังกาย

3. ความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ที่ได้รับจากการออกกำลังกายนั้น เยาวชนส่วนใหญ่มีความคิดเห็นถูกต้องคือ

4. ทักษะคติของ เยาวชนที่มีต่อการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีทัศนคติที่ดี

5. อุปสรรคและปัญหาสำคัญที่ทำให้เยาวชนไม่สามารถออกกำลังกายได้ ได้แก่ ต้องช่วยทำงานที่บ้าน ไม่มีเวลาว่าง ไม่มีอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย ไม่มีสถานที่ออกกำลังกาย

6. ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนระหว่างความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่าง เยาวชนชนบท ระหว่างประถมศึกษาตอนปลายชาย ประถมศึกษาตอนปลายหญิง มัธยมศึกษาตอนต้นชาย และมัธยมศึกษาตอนต้นหญิง ปรากฏว่า ความต้องการในด้านการออกกำลังกายของกลุ่มเยาวชน มีความคิดเห็นแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ประโยชน์ที่ได้รับจากการออกกำลังกาย ทักษะคติที่มีต่อการออกกำลังกาย ความคิดเห็นเกี่ยวกับการออกกำลังกาย และอุปสรรคที่สำคัญที่ทำให้ไม่สามารถออกกำลังกายได้ มีความคิดเห็นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1

งานวิจัยในต่างประเทศ

อดิเคจิ (Adedeji : 1972) ได้ศึกษาบทบาทของพลศึกษาในการสร้างชาติของไนจีเรีย โดยวิธีการสัมภาษณ์หัวหน้าหน่วยงาน ข้าราชการและประชาชนที่มีความเกี่ยวข้องกับการพลศึกษาและการกีฬาตามแบบสอบถามที่ได้เตรียมไว้ก่อนแล้วทำการอัดเทป นอกจากนี้ยังใช้แบบสอบถามถามประชาชนชาวไนจีเรียที่ได้คัดเลือกแล้วอีกจำนวน 100 คน จากข้อมูลที่ได้เหล่านี้นำมาใช้สำหรับเป็นโครงสร้างในการศึกษาบทบาทของวิชาพลศึกษาต่อการสร้างชาติต่อไป โดยคลุมถึงคำถามต่าง ๆ เหล่านี้ คือ ภูมิหลังโดยทั่ว ๆ ไป ประวัติความเป็นมาของการศึกษา ขนบธรรมเนียมประเพณีของการ



กีฬาและเกมการเล่น การแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียน การจัดองค์การของการกีฬา การกีฬาระหว่างชาติ แนวโน้มของระบบของการพลศึกษาในโรงเรียนชั้นประถมศึกษา มัธยมศึกษา และสถาบันการศึกษาชั้นสูง การฝึกหัดครูและบทบาทของรัฐบาลในจีเรีย จากการวิเคราะห์ข้อมูลใหม่ข้อสรุปว่า กีฬาและเกมการเล่นซึ่งเป็นกิจกรรมของวิชาพลศึกษามีบทบาทสำคัญในการ (1)สนองความต้องการของบุคคล (2) ทำให้รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ (3) ช่วยให้ผู้สามารถมีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษาและกีฬาต่าง ๆ ทั้งในระดับชาติและระหว่างชาติ (4) ทำให้มีความเข้าใจกันทั้งในระดับชาติและระหว่างชาติ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการสร้างชาติในจีเรียต่อไป

จังก์เกอร์, แอนเดอร์สัน และมุลเลอร์ (Junker, Anderson and Muellen : 1974) ทำการสำรวจเกี่ยวกับชุมนุมกีฬาที่ตนนิยมในสหรัฐอเมริกาและแคนาดา โดยใช้แบบสอบถามไปยังสถานที่ต่าง ๆ มากกว่า 2,000 แห่ง พบว่า ในอเมริกาเหนือมีชุมนุมกีฬาถึงหมื่น ๆ ชุมชุม เพราะเขาเชื่อว่าชุมนุมกีฬาเป็นกลุ่มบุคคลที่รวมกันด้วยจุดหมายเดียวกัน คือ เพื่อขยายและส่งเสริมความสนใจในการเข้าไปมีส่วนร่วมทั้งกับกิจกรรมพลศึกษาและกิจกรรมอื่น ๆ กีฬาที่ได้รับความนิยมมากที่สุด คือ ฟุตบอล คาราเต้ เล่นเรือ สกี ยูโด ฟันดาบ ยิมนาสติกส์ และรักบี้

แอนน์ (Ann : 1976) ทำการศึกษาสำรวจความต้องการและความสนใจในกิจกรรมที่สามารถเล่นได้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในภาคกลางของรัฐเทนเนสซี (Tennessee) จากการสำรวจกิจกรรมที่สามารถเล่นได้ตลอดชีพ 36 ประเภท ได้ถูกแบ่งออกเป็น 3 ประเภทใหญ่ ๆ โดยสำรวจจากผู้สูงอายุ 94 คน ซึ่งมีอายุระหว่าง 55-56 ปี สิ่งที่สำรวจ ได้แก่ ความเอาใจใส่ในกิจกรรม การร่วมกิจกรรม และสิ่งที่ต้องการจะได้รับการฝึกเพิ่มเติม ผลจากการสำรวจสรุปได้ว่า วิทยาลัย มหาวิทยาลัย และหน่วยงานอื่น ๆ ที่ดำเนินงานเกี่ยวกับการสอน ควรส่งเสริมและดำเนินการเกี่ยวกับกิจกรรมตลอดชีพให้กว้างขวาง เพื่อเป็นการเตรียมเยาวชนให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่กระตือรือร้น กีฬาประเภททีมไม่ควรตัดออกจากกิจกรรมของโรงเรียน และกิจกรรมที่สามารถเล่นได้ตลอดชีพควรได้รับการสนับสนุนไปพร้อม ๆ กัน