ความสัมพันธ์ระหว่างทรวดทรง กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของกลุ่มโรงเรียนที่ 8 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

นายวรยุทธ ไกรเลิศมงคล

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต
ภาควิชาพลศึกษา
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
พ.ศ. 2535

ISBN 974-581-436-9

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

018452
1172141 8X

THE RELATIONSHIPS BETWEEN POSTURE AND PHYSICAL FITNESS OF MATHAYOM SUKSA ONE STUDENTS OF THE EIGHTH SCHOOL CLUSTER UNDER THE JURISDICTION OF THE DEPARTMENT OF GENERAL EDUCATION, BANGKOK METROPOLIS

Mr. Vorayut Krilertmongkol

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements

for the Degree of Master of Education

Department of Physical Education

Graduate School

Chulalongkorn University

1992

ISBN 974-581-436-9

หัวข้อวิทยานิพนธ์	ความสัมพันธ์ระหว่างทรวดทรง กับสมรรถภาพทางกาย ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของกลุ่มโรงเรียนที่ 8 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร
โดย	นายวรยุทธ ไกรเลิศมงคล
ภาควิชา	พลศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษา	รองศาสตราจารย์ ประพัฒน์ ลักษณพิสุทธิ์

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญามหาบัณฑิต

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร.ถาวร วัชราภัย)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิลปชัย สุวรรณธาดา)

.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(รองศาสตราจารย์ ประพัฒน์ ลักษณพิสุทธิ์)

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ฟอง เกิดแก้ว)

.....กรรมการ
(อาจารย์ ดร.จรูญ มีสิน)

หอสมุดกลาง สถาบันวิทยบริการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วรยุทธ ไกรเลิศมงคล : ความสัมพันธ์ระหว่างทรวดทรง กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของกลุ่มโรงเรียนที่ 8 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร (THE RELATIONSHIPS BETWEEN POSTURE AND PHYSICAL FITNESS OF MATHAYOM SUKSA ONE STUDENTS OF THE EIGHTH SCHOOL CLUSTER UNDER THE JURISDICTION OF THE DEPARTMENT OF GENERAL EDUCATION, BANGKOK METROPOLIS) อ.ที่ปรึกษา : รศ.ประพัฒน์ ลักษณพิสุทธิ์, 77 หน้า.
ISBN 974-581-436-9

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและหาความสัมพันธ์ระหว่างทรวดทรงกับสมรรถภาพทางกาย ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของกลุ่มโรงเรียนที่ 8 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชายและนักเรียนหญิง จำนวน 380 คน ปีการศึกษา 2534 ที่ได้จากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายลำดับขั้น เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือแบบประเมินทรวดทรงของรัฐนิวยอร์ค และแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายมาตรฐานระหว่างประเทศ (ICSPFT) นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติ โดยการคำนวณหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนน "ที" และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป เอส พี เอส เอส เอ็กซ์ และเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปตาราง และความเรียง

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนชายมีทรวดทรงดี ผิดปกติเล็กน้อย และต้องแก้ไข ร้อยละ 34.2, 54.2 และ 11.6 ตามลำดับ นักเรียนหญิงมีทรวดทรงดี ผิดปกติเล็กน้อย และต้องแก้ไข ร้อยละ 47.9, 47.9 และ 4.2 ตามลำดับ

2. ค่าเฉลี่ยคะแนนสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีดังนี้ รายการวิ่ง 50 เมตร 8.72 และ 9.86 วินาที ยืนกระโดดไกล 175.96 และ 146.11 เซนติเมตร แรงบีบมือ 22.52 และ 19.06 กิโลกรัม ลุก-นั่งใน 30 วินาที 20.88 และ 15.52 ครั้ง ดึงข้อ 2.20 ครั้ง (ชาย) และงอแขนห้อยตัว 4.76 วินาที (หญิง) วิ่งเก็บของ 12.52 และ 13.98 วินาที งอตัวไปข้างหน้า 9.62 และ 9.82 เซนติเมตร วิ่ง 1,000 เมตร 5.39 นาที (ชาย) และวิ่ง 800 เมตร 4.67 นาที (หญิง) ตามลำดับ

3. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง คะแนนทรวดทรงรวม กับคะแนน "ที" ของสมรรถภาพทางกายรวม ของนักเรียนชาย ($r = .332$) และนักเรียนหญิง ($r = .182$) มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ภาควิชา พลศึกษา ลายมือชื่อนิสิต .....
สาขาวิชา พลศึกษา ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา .....
ปีการศึกษา 2534 ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม .....

C341828 : MAJOR PHYSICAL EDUCATION
KEY WORD : POSTURE/PHYSICAL FITNESS/MATHAYOM SUKSA ONE STUDENTS
VORAYUT KRILERTMONGKOL : THE RELATIONSHIPS BETWEEN POSTURE AND PHYSICAL FITNESS OF MATHAYOM SUKSA ONE STUDENTS OF THE EIGHTH SCHOOL CLUSTER UNDER THE JURISDICTION OF THE DEPARTMENT OF GENERAL EDUCATION, BANGKOK METROPOLIS. THESIS ADVISOR: ASSO.PROF.PRAPAT LAXANAPHISUTH, 77 PP. ISBN 974-581-436-9

The purposes of this investigation were to study and to find the relationships between posture and physical fitness of mathayom suksa one students of the eighth school cluster under the Jurisdiction of the Department of General Education, Bangkok Metropolis. The 380 samples were, male and female students in the academic year 1991, randomized by using multistages random sampling method. The instruments in this research were New York State Posture Rating Chart and the ICSPFT physical fitness test. The data had been statistically analyzed in terms of percentages, means, standard deviations, T-score and Pearson Product Moment Correlation Coefficient by the SPSSX program. The results were presented in tables and essays.

It was found that:

1. There were 34.2, 54.2 and 11.6 percentages of male students who had good, fair and poor posture respectively. There were 47.9, 47.9 and 4.2 percentages of female students who had good, fair, and poor posture respectively.

2. The means of physical fitness test items for boys and girls were: 8.72 and 9.86 seconds for 50 meters run, 175.96 and 146.11 centimeters for standing broad jump, 22.52 and 19.06 kilograms for grip strength, 20.88 and 15.52 times for 30 seconds sit-ups, 2.20 times for pull-ups (boys) and 4.76 seconds for flexed-arm hang (girls), 12.52 and 13.98 seconds for shuttle run, 9.62 and 9.82 centimeters for trunk forward flexion, 5.39 minutes for 1,000 meters run (boys) and 4.67 minutes for 800 meters run (girls), respectively.

3. The relationships between total posture score and T-score of total physical fitness of male (r = .332) and female (r = .182) students were significantly at the .05 level.

ภาควิชา พลศึกษา ลายมือชื่อนิสิต .....
สาขาวิชา พลศึกษา ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา .....
ปีการศึกษา 2534 ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม .....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี โดยได้รับความกรุณาจากอาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ประพัฒน์ ลักษณพิสุทธิ์ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำ และแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ผู้วิจัยจึงใคร่ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

นอกจากนี้ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ ท่านผู้อำนวยการ ท่านผู้ช่วยผู้อำนวยการ ครู อาจารย์หมวดพลานามัย และนักเรียนโรงเรียนวัดประดู่ในทรงธรรม โรงเรียนวัดนวลนรดิศ โรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม โรงเรียนวัดรางบัว โรงเรียนบางแคปานขำวิทยา และโรงเรียนปัญญาวรคุณ ที่ให้ความร่วมมือและอำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูลเป็นอย่างดียิ่ง ตลอดจนท่านอาจารย์วันชัย บุญรอด ที่กรุณาให้คำแนะนำและช่วยเหลือในการทำโปรแกรมคอมพิวเตอร์

สุดท้ายนี้ ขอกราบขอบพระคุณ บิดา มารดา ครอบครัวไกรเลิศมงคล และครอบครัวอนันตคู ตลอดจน ครู อาจารย์ ทุกท่าน ที่ได้อบรมสั่งสอนมาจนกระทั่งผู้วิจัยได้ทำวิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลงด้วยดี

วรยุทธ ไกรเลิศมงคล

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย ..... ง

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ ..... จ

กิตติกรรมประกาศ ..... ฉ

สารบัญตาราง ..... ช

บทที่

1. บทนำ 1

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา 1

วัตถุประสงค์ของการวิจัย 6

สมมติฐานของการวิจัย 6

ขอบเขตของการวิจัย 7

ข้อตกลงเบื้องต้น 7

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย 7

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย 8

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 9

3. วิธีดำเนินการวิจัย 23

กลุ่มตัวอย่างประชากร 23

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 24

การเก็บรวบรวมข้อมูล 27

การวิเคราะห์ข้อมูล 28

4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล 30

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5. สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	42
รายการอ้างอิง	52
ภาคผนวก	57
ภาคผนวก ก	58
ภาคผนวก ข	61
ภาคผนวก ค	70
ประวัติผู้เขียน	77

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนกลุ่มตัวอย่างประชากร นักเรียนชายและนักเรียนหญิง	24
2	เกณฑ์มาตรฐานของแบบประเมินทรวดทรงของรัฐนิวยอร์ค	26
3	จำนวนและค่าร้อยละของระดับทรวดทรงในแต่ละระดับ ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง	30
4	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนทรวดทรงแต่ละรายการ และคะแนนรวม 13 รายการ ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง	31
5	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนการทดสอบ สมรรถภาพทางกายแต่ละรายการ ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง	32
6	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทรวดทรงรวมกับคะแนนวิ่ง 50 เมตร ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง	34
7	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทรวดทรงรวมกับคะแนนยืนกระโดดไกล ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง	34
8	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทรวดทรงรวมกับคะแนนแรงบีบมือ ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง	35
9	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทรวดทรงรวมกับคะแนนลุก-นั่ง ใน 30 วินาที ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง	36
10	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทรวดทรงรวมกับคะแนนดึงข้อ ของนักเรียนชาย และกับคะแนนงอแขนห้อยตัวของนักเรียนหญิง	37
11	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทรวดทรงรวมกับคะแนนวิ่งเก็บของ ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง	38
12	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทรวดทรงรวมกับคะแนนงอตัวไปข้างหน้า ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง	39

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่ หน้า

13 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทรวดทรงรวมกับคะแนนวิ่งระยะไกล (1,000 เมตร) ของนักเรียนชาย และกับคะแนนวิ่งระยะไกล (800 เมตร) ของนักเรียนหญิง 40

14 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทรวดทรงรวมกับคะแนน " ที " ของสมรรถภาพทางกายรวม ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง 41