

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา



ในการพัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้าทัดเทียมอารยประเทศนั้น ต้องอาศัยการพัฒนา ทั้งทางด้านการศึกษา เศรษฐกิจ สังคม การเมือง และความมั่นคงของประเทศ ซึ่งจะต้องพัฒนา อย่างต่อเนื่อง หลักสำคัญประการหนึ่งที่จะขาดเสียมิได้ในการพัฒนาประเทศ ก็คือ การพัฒนาคน ในชาติให้เป็นผู้ที่มีสุขภาพแข็งแรง สมบูรณ์ทั้งทางสุขภาพกายและสุขภาพจิต การมีสุขภาพดี นอกจากจะทำให้ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงแล้ว ยังทำให้มีสมรรถภาพทางกายสูงตลอดจนมีความ สามารถทางสติปัญญา สามารถแก้ไขปัญหิต่าง ๆ ได้อย่างชาญฉลาด และหากประชากรใน ประเทศมีสุขภาพดี ย่อมจะทำให้การพัฒนาประเทศในด้านต่าง ๆ เช่น การศึกษา เศรษฐกิจ สังคม การเมือง และความมั่นคงของชาติมีการพัฒนาไปในทางที่ดีด้วย แต่ถ้าหากบุคคลไม่ดูแลสุขภาพ ให้ดีก็จะทำให้เกิดการสูญเสีย สิ้นเปลืองค่ารักษาพยาบาล บางครั้งอาจจะถึงกับสูญเสียชีวิตได้ ดังนั้นการพัฒนาประเทศจึงต้องมุ่งพัฒนาสุขภาพของประชาชนควบคู่กันไปกับการพัฒนา ด้าน อื่นๆ และประชาชนทั้งหลายควรหมั่นดูแลสุขภาพของตนเองให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ เพื่อให้ สามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุข เพราะการมีสุขภาพที่ดีปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ เป็นหนทาง หนึ่งที่จะนำไปสู่ความสำเร็จต่าง ๆ ในชีวิต

การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาทำให้มีสุขภาพดีเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับชีวิตเนื่องจาก เป็นความต้องการของร่างกายอย่างหนึ่ง มนุษย์เราทุกคนล้วนมีความต้องการการออกกำลังกาย ที่เหมาะสมตามสภาพของร่างกายเป็นประจำ สม่ำเสมอการออกกำลังกายมีผลต่อกล้ามเนื้อ หลอดเลือด สมอและประสาท ข้อต่อ กล้ามเนื้อทุกส่วน ตลอดจนระบบขับถ่าย ซึ่งจะต้องใช้เวลา อย่างน้อยออกกำลังกายติดต่อกัน 20 - 30 นาที โดยต้องให้หัวใจเต้นมากกว่าปกติประมาณเกือบ เท่าตัว และจำเป็นต้องปฏิบัติอย่างต่อเนื่องอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง (แจก ธนะสิริ, 2527) ถ้าหาก ออกกำลังกายเป็นประจำก็จะทำให้ได้ประโยชน์ต่อส่วนต่าง ๆ ของร่างกายและเมื่อทุกส่วนแข็งแรง ก็จะไม่มึโรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียน ซึ่งนอกจากจะช่วยป้องกันโรคภัยแล้วยังสามารถช่วยรักษาโรค ที่มีอยู่ให้หายไปได้ด้วย

นอกจากนี้การกีฬาแห่งประเทศไทย (2538) ยังได้กล่าวถึง ความสำคัญของการเล่น กีฬาไว้ว่า

การเล่นกีฬาเป็นมาตรการสำคัญที่จะใช้พัฒนาคุณภาพประชากรทั้งในด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต และยังสามารถพัฒนาประชาชนในชาติให้มีความสามัคคี มีจริยธรรม มีน้ำใจ นักกีฬา รู้จักเสียสละ มุ่งผลประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว ข้อสำคัญอีกประการหนึ่งคือ การกีฬาสามารถสร้างชื่อเสียงเกียรติภูมิให้กับประเทศชาติ อีกทั้งในอดีตการกีฬาคือสิ่งที่นานาประเทศใช้เป็นเครื่องมือในการเชื่อมสัมพันธ์ไมตรีระหว่างประเทศ ที่มีลัทธิการปกครองแตกต่างกัน

วุฒิปงษ์ ปรมัตถากร (2537) ได้สรุปว่า การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้บุคคลทุกเพศ ทุกวัยและทุกอาชีพ ได้ร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา เพื่อประโยชน์ของสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ โดยยึดหลักการจัดกีฬาเพื่อทุกคน (Sport for all)

การออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ เป็นสิ่งบ่งชี้ถึงความสำคัญของการรักษาสุขภาพได้เป็นอย่างดี จากความสำคัญของการออกกำลังกายดังกล่าว รัฐบาลได้เล็งเห็นความสำคัญของการพัฒนาคุณภาพคน จึงได้กำหนดแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติขึ้น เพื่อส่งเสริมและกระตุ้นให้ประชาชนได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬามากขึ้น โดยกำหนดเป็นแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 1 (พ.ศ. 2535 - 2539) มีแผนงานหลักในการพัฒนาการกีฬา 6 แผนงาน และแผนพัฒนาการกีฬาขั้นพื้นฐานเป็นแผนงานพัฒนาการกีฬาแผนหนึ่ง ซึ่งจากการประเมินแผนงานนี้พบว่า ประสบความสำเร็จในระดับปานกลาง แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 1 ประสบปัญหาในด้านการนำแผนพัฒนาการกีฬาไปสู่การปฏิบัติ การประสานประโยชน์ การร่วมมือกันระหว่างองค์กรภาครัฐและเอกชน (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2538) เป็นต้น

จะเห็นได้ว่า ในการพัฒนาคนในแผนพัฒนาการกีฬาขั้นพื้นฐานประสบปัญหาหลายประการ ซึ่งจะต้องเร่งแก้ไขในแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2540 - 2544) เพื่อปลูกฝังให้ประชาชนได้ใช้การออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาสุขภาพพลานามัยให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพของคน ซึ่งสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 - 2544) ที่เน้นคนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนา และการพัฒนาการกีฬาในช่วงแผนฯ ระยะที่ 8 คือการสร้างรากฐานเพื่อพัฒนาขีดความสามารถของคนเป็นการเตรียมและนำคนไทยให้มีสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดี มีคุณธรรม แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 2 จึงเป็นแผนแม่บทของการพัฒนาการกีฬาของชาติ โดยมุ่งขยายและยกระดับการพัฒนาการกีฬาขั้นพื้นฐานของประชาชนทั้งมวล ให้กว้างขวางสู่ประชากรทุกกลุ่มเป้าหมาย และมุ่งพัฒนาคุณภาพของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ให้สอดคล้องสัมพันธ์

กับความต้องการของบุคคลชุมชนและประเทศ ให้เด็ก เยาวชนและประชาชน ได้มีการพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพ นอกจากนี้การขยายและยกระดับการพัฒนากีฬาขั้นพื้นฐานยังเอื้อประโยชน์ต่อการพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศและการสร้างระบบการบริหารกีฬาด้วย (การกีฬาแห่งประเทศไทย,2538)

จากแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2540 - 2544) ซึ่งมีแผนงานหลัก 6 แผนงานเพื่อพัฒนาการกีฬา ได้แก่

1. การพัฒนาการกีฬาขั้นพื้นฐาน
2. การพัฒนาการกีฬาเพื่อมวลชน
3. การพัฒนาการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ
4. การพัฒนาการกีฬาเพื่ออาชีพ
5. การพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา
6. การพัฒนาการบริหารการกีฬา

และจากแผนงานหลักในการพัฒนาการกีฬาขั้นพื้นฐาน มีกลุ่มเป้าหมายคือ เด็ก และเยาวชน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาเด็กและเยาวชน ให้มีทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬา สามารถเล่นกีฬาได้ และดูกีฬาเป็น มีเจตคติที่ดีต่อการออกกำลังกายและเล่นกีฬา มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง มีคุณธรรม มีวินัย และมีน้ำใจนักกีฬา เสริมสร้างความสามารถส่วนบุคคล และการทำงานเป็นหมู่คณะ และสามารถนำคุณลักษณะดังกล่าวไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี

การพัฒนากีฬาขั้นพื้นฐาน เป็นการปลูกฝัง สร้างเสริมความรู้ ประสบการณ์ ทักษะ และเจตคติที่ดีต่อการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา การดูกีฬา เป็นการฝึกคุณธรรม จริยธรรม และความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา เพื่อให้เด็กและเยาวชนมีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง มีสุขภาพพลานามัยที่ดี และยอมรับว่าการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต

จากการศึกษาตัวบ่งชี้การพัฒนากีฬาของไทย (การกีฬาแห่งประเทศไทย,2541) เกี่ยวกับการจัด และส่งเสริมกีฬาขั้นพื้นฐานในช่วงแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 2 ได้จัดให้กับกลุ่มเป้าหมาย 2 กลุ่ม คือ กลุ่มเด็ก เยาวชนในระบบโรงเรียน และกลุ่มเยาวชนนอกระบบโรงเรียน กลุ่มเด็กและเยาวชนในระบบโรงเรียนได้จัดให้มีการสอนพลศึกษาในระดับก่อนวัยเรียน จนถึงระดับอุดมศึกษา ส่วนกลุ่มเยาวชนนอกระบบโรงเรียนได้จัดกิจกรรมการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาตามศูนย์เยาวชน และศูนย์กีฬาต่าง ๆ รวมทั้งมีการฝึกอบรมผู้นำกีฬาขั้นพื้นฐาน การ

ดำเนินงานพัฒนาการกีฬาขั้นพื้นฐานที่ผ่านมากในภาพรวมประสบความสำเร็จในระดับหนึ่ง และได้พบว่ามีปัญหาอุปสรรคหลายประการที่ต้องปรับปรุงแก้ไข ได้แก่ หลักสูตรระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา สัดส่วนเวลาเรียน เนื้อหาวิชาที่จะพัฒนาทักษะกีฬา ซึ่งเป็นวิชาที่มีส่วนสำคัญต่อการพัฒนาร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม มีเวลาเรียนน้อยเกินไป ขาดครูพลศึกษาที่ชำนาญในการเรียนการสอนพลศึกษาในระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษา นักเรียนส่วนใหญ่มีค่านิยมมุ่งเน้นการเรียนวิชาการเพื่อไปศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาไม่สนใจวิชาพลศึกษาเท่าที่ควร และในระดับอุดมศึกษา นิสิต นักศึกษาขาดโอกาสในการฝึกกิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาขั้นพื้นฐาน รวมทั้งขาดสถานกีฬา อุปกรณ์กีฬา จากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พ.ศ. 2535 พบว่า ประชากรที่มีอายุอยู่ในวัยเรียนทั้งระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษา และอุดมศึกษาไม่เล่นกีฬาหรือออกกำลังกายถึงร้อยละ 74.30 และจากการสำรวจการประเมินผลแผนพัฒนากีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2540-2544) ระยะครึ่งแผน พ.ศ. 2540-2542 (การกีฬาแห่งประเทศไทย,2542) พบว่า ช่วงวัยรุ่นหรือเยาวชนไม่เล่นกีฬา เพราะไม่มีเวลาถึงร้อยละ 55.30 และไม่สนใจร้อยละ 36.20 แสดงให้เห็นว่าการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาในระบบโรงเรียนยังไม่เกิดประสิทธิภาพเท่าที่ควร ซึ่งสะท้อนให้เห็นภาพรวมว่านักเรียนนักศึกษาขาดทักษะความรู้ เจตคติที่ดีต่อการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไม่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

ในปัจจุบันประชาชนกำลังประสบปัญหาทางด้านสุขภาพ ทั้งด้านสุขภาพร่างกายและสุขภาพจิตใจอย่างมาก ความเครียด ความวิตกกังวล โรคทางจิตประสาท โรคเหล่านี้เป็นผลสืบเนื่องมาจากการขาดการออกกำลังกายของมนุษย์ในปัจจุบันมีการฆ่าตัวตายของนิสิตนักศึกษาเนื่องจากความเครียด ซึ่งเป็นผลมาจากสุขภาพจิตอ่อนแอ ทำให้เกิดการสูญเสีย และนำความเศร้าเสียใจมาสู่ พ่อ แม่ และญาติพี่น้อง

อย่างไรก็ตาม นิสิตนักศึกษาไม่มีโอกาสได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬาต่อเนื่องจากโรงเรียนมัธยม เนื่องจากสถาบันส่วนใหญ่ไม่มีการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาเป็นวิชาบังคับในหลักสูตร สำหรับกิจกรรมเสริมหลักสูตรสถาบันอุดมศึกษา ยังไม่ได้ส่งเสริมกีฬาขั้นพื้นฐานอย่างจริงจัง (การกีฬาแห่งประเทศไทย,2542) จะเห็นได้ว่า นิสิตนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาสังกัดทบวงมหาวิทยาลัยได้รับการส่งเสริมสุขภาพพลานามัยและการออกกำลังกาย ที่เกี่ยวกับกีฬาค่อนข้างน้อย เนื่องจากไม่มีการกำหนดเป็นวิชาบังคับในหลักสูตรการเรียนการสอน จะมีก็เป็นเพียงวิชาเลือกจะลงทะเบียนเรียนหรือไม่ลงทะเบียนเรียนก็ได้ ยกเว้นในสาขาที่สอนในหลักสูตรเกี่ยวกับพลศึกษาที่จะมีกำหนดเป็นวิชาบังคับให้เรียนกีฬาประเภทต่าง ๆ ซึ่งมีเฉพาะนิสิตนักศึกษาที่เรียนเป็นวิชาเอกในสาขานั้น ๆ ซึ่งมีความชอบอยู่แล้วที่จะปฏิบัติ อยู่เป็นประจำ ส่วนนิสิตนักศึกษาในคณะ และสาขาวิชาอื่น ๆ ได้เล่นกีฬาและออกกำลังกายน้อย ทบวงมหาวิทยาลัยได้มีการจัด

กิจกรรมกีฬาและออกกำลังกายแต่นิสิตนักศึกษามีส่วนร่วมน้อยมาก ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาทั้งทางด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัยของนิสิตนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ เพื่อจะได้นำผลของการวิจัยมาเป็นแนวทางให้ผู้เกี่ยวข้องได้นำไปพัฒนาให้ดีขึ้น ซึ่งนอกจากจะเป็นประโยชน์ต่อตนเองแล้วยังเป็นประโยชน์ต่อประเทศชาติ นั่นคือ เมื่อประชากรมีความสมบูรณ์พร้อมทุกด้านก็จะสามารถพัฒนาประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้าต่อไปได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาทางด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัยของนิสิต นักศึกษา ในมหาวิทยาลัยของรัฐ
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัยของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐตามตัวแปรเพศ ชั้นปีที่ศึกษา และที่ตั้งตามภูมิภาคของมหาวิทยาลัย

ขอบเขตของการวิจัย

1. ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัยของนิสิต นักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ ปีการศึกษา 2542 ภาคปกติ ที่เปิดรับนิสิต นักศึกษาโดยการสอบแข่งขันเท่านั้น
2. ตัวแปรที่สำคัญ
ตัวแปรต้น คือ สภาพของนิสิต นักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ จำแนกตามลักษณะดังนี้

1. เพศ ได้แก่
 - 1) ชาย
 - 2) หญิง
2. ชั้นปีที่ศึกษาของนิสิต นักศึกษา ได้แก่
 - 1) ชั้นปีที่ 1
 - 2) ชั้นปีที่ 2
 - 3) ชั้นปีที่ 3
 - 4) ชั้นปีที่ 4

3. ที่ตั้งตามภูมิภาคของมหาวิทยาลัย ได้แก่

- 1). ภาคตะวันออก
- 2). ภาคใต้
- 3). ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
- 4). ภาคเหนือ
- 5). ภาคกลาง

ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ของนิสิต นักศึกษา ในมหาวิทยาลัยของรัฐ ประกอบด้วย

- 1). พฤติกรรมทางด้านพุทธิพิสัย
- 2). พฤติกรรมทางด้านจิตพิสัย
- 3). พฤติกรรมทางด้านทักษะพิสัย

3. การเลือกกลุ่มตัวอย่างตามตัวแปร ภูมิภาค ผู้วิจัย เลือกมหาวิทยาลัยบูรพาเป็นตัวแทนภาคตะวันออก เนื่องจากมีเพียงมหาวิทยาลัยเดียวในภูมิภาคนี้

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. ผู้วิจัยถือว่า ข้อมูลที่ได้รับจากการตอบแบบสอบถามของนิสิต นักศึกษา เป็นข้อมูล ที่เชื่อถือได้ และตรงกับความเป็นจริงในขณะนั้น
2. นิสิต นักศึกษา ผู้ตอบแบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์เป็นนิสิต นักศึกษาที่ไม่ได้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเป็นประจำ

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

การออกกำลังกาย หมายถึง การกระทำใด ๆ ที่ทำให้มีการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เพื่อเสริมสร้างสุขภาพ เพื่อความสนุกสนาน เพื่อสังคม โดยใช้กิจกรรมง่ายๆหรือมีกฎกติกาการแข่งขันง่าย ๆ เช่น เดิน วิ่ง การบริหารร่างกาย การยกน้ำหนัก ว่ายน้ำ ซี่จักรยาน เป็นต้น

การเล่นกีฬา หมายถึง การกระทำใด ๆ ที่ทำให้มีการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสุขภาพ เพื่อความสนุกสนาน เพื่อสังคม เพื่อการแข่งขัน โดยจะเคร่งครัดต่อกฎเกณฑ์กติกาของการแข่งขัน หรือไม่เคร่งครัดก็ได้ เช่นการเล่นฟุตบอล วอลเลย์บอล บาสเกตบอล กรีฑา ตะกร้อ แบดมินตัน ว่ายน้ำ เป็นต้น

การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา หมายถึง การออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา เพื่อให้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายทำงานมากกว่าภาวะปกติอย่างเป็นระบบระเบียบ โดยคำนึงถึงความเหมาะสมกับเพศ วัย และสภาพร่างกายของแต่ละบุคคลเป็นสำคัญ

พฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา หมายถึง การแสดงออกทางด้าน พุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัยเกี่ยวกับเรื่องการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

พุทธิพิสัย หมายถึง พฤติกรรมการเรียนรู้ด้านสติปัญญาความสามารถที่จะจำและระลึกได้ มีความเข้าใจ และการนำไปใช้ และการแก้ปัญหาเกี่ยวกับเรื่องการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

จิตพิสัย หมายถึง พฤติกรรมด้านความรู้สึกเกี่ยวกับความคิดเห็น ความเชื่อ ทัศนคติ หรือค่านิยมเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

ทักษะพิสัย หมายถึง พฤติกรรมด้านการเคลื่อนไหวของอวัยวะต่างๆ ของร่างกาย ในการกระทำเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

ที่ตั้งตามภูมิภาคของมหาวิทยาลัย หมายถึง สถานที่ตั้งของมหาวิทยาลัยแต่ละแห่งที่อยู่ตามภูมิภาคต่าง ๆ ตามเขตการปกครอง ได้แก่

ภาคตะวันออก ประกอบด้วย

1. มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาคใต้ ประกอบด้วย

1. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
2. มหาวิทยาลัยทักษิณ

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ประกอบด้วย

1. มหาวิทยาลัยขอนแก่น
2. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
3. มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี
4. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

ภาคเหนือ ประกอบด้วย

1. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. มหาวิทยาลัยแม่โจ้
3. มหาวิทยาลัยนเรศวร
4. มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

5. มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

ภาคกลาง ประกอบด้วย

1. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
3. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
4. มหาวิทยาลัยมหิดล
5. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
6. มหาวิทยาลัยศิลปากร
7. สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
8. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี
9. สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. ทำให้ทราบถึงพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาทางด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัยของนิสิต นักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ
2. เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมให้นิสิต นักศึกษาแต่ละแห่งที่อยู่ในภูมิภาคต่าง ๆ มีพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาที่ดี
3. เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษา ค้นคว้าหรือวิจัยในเรื่องอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม การออกกำลังกายและเล่นกีฬาในหน่วยงานหรือสถาบันอื่น ๆ ต่อไป