

การสร้างแบบสอบถาม รูปภาพทางกายสำหรับนักกีฬายิมนาสติกหญิง



นางสาวสืบสาย นุญวีรบุตร

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการ ศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตร์มหาบัณฑิต

ภาควิชาพลศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

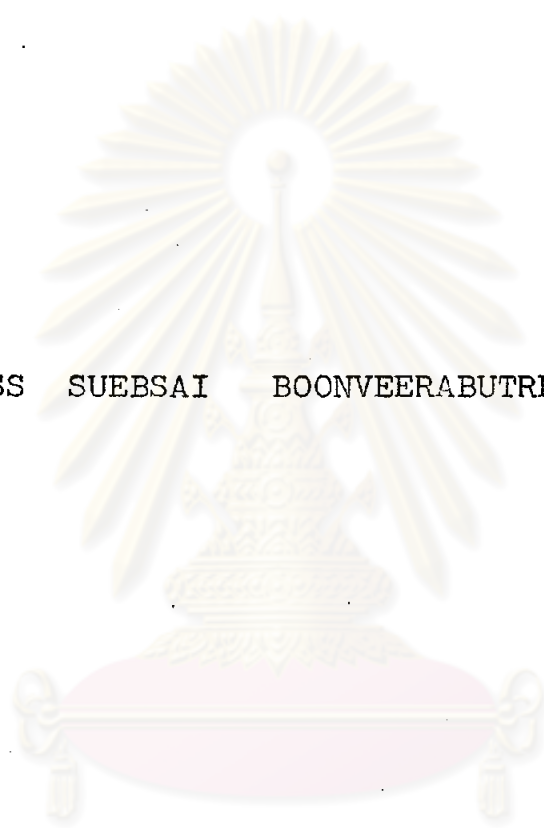
พ.ศ. 2527

ISBN 974-563-802-1

011391

i 17924856

CONSTRUCTION OF A PHYSICAL FITNESS TEST FOR FEMALE GYMNASTS



MISS SUEBSAI BOONVEERABUTRE

คุณยวิทย์ทรัพย์ากร  
A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Education

Department of Physical Education

Graduate School

Chulalongkorn University

1984

หัวข้อวิทยานิพนธ์      การสร้างแบบสอบถามสภาพทางกายสำหรับนักกีฬายิมนาสติกส์หญิง  
โดย                              นางสาวสืบสาย บุญวีรบุตร  
ภาควิชา                              พลศึกษา  
อาจารย์ที่ปรึกษา              รองศาสตราจารย์ประพัฒน์ ลักษณะพิสูทธิ์



บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาคำถามหลักสูตรปริญญาโท

..... *ประพัฒน์ ลักษณะพิสูทธิ์* ..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย  
( รองศาสตราจารย์ ดร.สุประภัสร์ บุญนาค )

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... *[Signature]* ..... ประธานกรรมการ  
( ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สเนต นวกิจกุล )

..... *[Signature]* ..... กรรมการ  
( รองศาสตราจารย์ พอง เกิดแก้ว )

..... *[Signature]* ..... กรรมการ  
( รองศาสตราจารย์ ชัชชัย โกมารทัต )

..... *ประพัฒน์ ลักษณะพิสูทธิ์* ..... กรรมการ  
( รองศาสตราจารย์ ประพัฒน์ ลักษณะพิสูทธิ์ )

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์      การสร้างแบบสอบถามรรณภาพทางกายสำหรับนักกีฬาโยมมาสติกส์หญิง  
ชื่อ                              นางสาวสืบสาย บุญวีรบุตร  
อาจารย์ที่ปรึกษา        รองศาสตราจารย์ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์  
ภาควิชา                        พลศึกษา  
ปีการศึกษา                2527



บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อสร้างแบบสอบถามรรณภาพทางกายสำหรับนักกีฬาโยมมาสติกส์หญิง กลุ่มประชากร เป็นนักกีฬาโยมมาสติกส์หญิงทั่วประเทศ จากวิทยาลัยพลศึกษามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตพลศึกษา และนักกีฬาทีมชาติ รวมทั้งสิ้น 80 คน ทำการทดสอบสมรรถภาพทางกายกลุ่มประชากรด้วยแบบสอบถามรรณภาพทางกายมาตรฐานนานาชาติ 1 ครั้ง และทดสอบด้วยแบบสอบถามรรณภาพทางกายสำหรับนักกีฬาโยมมาสติกส์หญิงที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น 2 ครั้ง ห่างกัน 1 สัปดาห์ นำข้อมูลที่ได้มาหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แปลงคะแนนทั้งหมดเป็นคะแนน "ที" แล้วหาค่าความสัมพันธ์ และทดสอบความมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

ผลการวิจัยพบว่า

1. แบบสอบถามรรณภาพทางกายสำหรับนักกีฬาโยมมาสติกส์ ประกอบด้วย 8 รายการ คือ กระโดดเชือก 3 นาที วิ่งเร็ว 30 เมตร กระโดดแตะผนัง นั่งแยกขาพับตัว สะพานโค้ง นอนราบเหยียดแขนกระตุกเข่า 30 วินาที สควอททริสต์ 30 วินาที และหกสูงตึกผนัง มีค่าความตรงเท่ากับ 0.52 และค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.86 มีนัยสำคัญที่ระดับ .01 ซึ่งในแต่ละรายการมีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงดังนี้

- 1. วิ่ง 30 เมตร                      มีค่าความเที่ยงเท่ากับ      0.79
- 2. สควอท ทริสต์ 30 วินาที      มีค่าความเที่ยงเท่ากับ      0.61
- 3. นอนราบเหยียดแขนกระตุกเข่ามีค่าความเที่ยงเท่ากับ      0.75
- 4. นั่งแยกขาพับตัว                มีค่าความเที่ยงเท่ากับ      0.93
- 5. สะพานโค้ง                        มีค่าความเที่ยงเท่ากับ      0.87

- |                      |                        |      |
|----------------------|------------------------|------|
| 6. กระจกแตะผนัง      | มีค่าความเที่ยงเท่ากับ | 0.91 |
| 7. ทงสูงติดผนัง      | มีค่าความเที่ยงเท่ากับ | 0.41 |
| 8. กระจกเชือก 3 นาที | มีค่าความเที่ยงเท่ากับ | 0.90 |

2. แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับนักกีฬาอิมานาสติกส์หญิง เมื่อแยกกลุ่มที่ไม่ใช่ นักกีฬาทีมชาติ มีค่าความตรงเท่ากับ 0.56 และค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.71 และกลุ่มนักกีฬาทีมชาติ มีค่าความตรงเท่ากับ 0.87 ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.97 มีนัยสำคัญที่ระดับ

.01



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

๗

Thesis Title            Construction of a Physical Fitness  
                                 Test for Female Gymnasts

Name                      Miss Suebsai    Boonveerabutre

Thesis Advisor        Associate Professor Prapat  
                                 Laxanaphisuth

Department            Physical Education

Academic year        1984



#### ABSTRACT

The purpose of this study was to construct a physical fitness test for female gymnasts. Eighty subjects were selected from Physical Education Colleges, Srinakharinvirot University (Palasuksa campus) and female national gymnasts. The test was then validated by ICSPFT the test and retest method was used to find reliability. The obtained data were then analysed in terms of means, standard deviations, T-score and correlation coefficient.

It was found that

1. The Physical Fitness Test for female Gymnasts consisted of 8 items, they were 30 meters sprint, squat thrust 30 seconds, semi-salto 30 seconds, forward split flexion, bridge, modified vertical jump, wall handstand and rope jumping 3 minutes. The validity and reliability of test were 0.52 and 0.86 and there were

significant at .01 level.

The reliability of each item was :

- 1.1 30 meters sprint at 0.79 was significant at .01 level
- 1.2 Squat thrust 30 seconds at 0.61 was significant at .01 level
- 1.3 Semi-salto 30 seconds at 0.75 was significant at .01 level
- 1.4 Forward split Flexion at 0.93 was significant at .01 level
- 1.5 Bridge at 0.87 was significant at .01
- 1.6 Modified vertical jump at 0.91 was significant at .01 level
- 1.7 Wall handstand at 0.41 was significant at .01 level
- 1.8 Rope jumping 3 minutes at 0.90 was significant at .01 level

2. The validity and reliability of test from seperated groups which were non - national gymnasts were 0.56 and 0.71 significant at .01 level and national gymnasts were 0.87 and 0.97 significant at .01 level.



### กิตติกรรมประกาศ

การทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี โดยได้รับความกรุณาและเอาใจใส่จาก ท่านรองศาสตราจารย์ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์ ได้ให้คำปรึกษา แก้ไขและแนะนำรวมทั้งขอ ขอบคุณอาจารย์ผู้ฝึกสอนวิชา ศึกษาศาสตร์ นักศึกษาศาสตรบัณฑิตหญิงที่มหาวิทยาลัยพลศึกษาทุกแห่ง และผู้ฝึกสอนนักกีฬาทีมชาติ นักกีฬาทีมชาติหญิง ที่ได้สละเวลาและกำลังกายเพื่อช่วยในการวิจัย ครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

และบุคคลอีกผู้หนึ่งที่ช่วยวิจัยของขอขอบคุณ คือ คุณสุนทรี ถาวรสถิตย์ ที่ได้มีส่วน ช่วยให้วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จได้ด้วยดี ผู้วิจัยจึงขอขอบคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย.

สืบสาย บุญวีรบุตร

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





บทคัดย่อภาษาไทย .....	๓
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	๔
กิตติกรรมประกาศ .....	๕
รายการตารางประกอบ .....	๖

บทที่

1 บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย .....	19
ขอบเขตของการวิจัย .....	19
ข้อตกลงเบื้องต้น .....	19
คำจำกัดความในการวิจัย .....	19
ข้อจำกัดของการวิจัย .....	20
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย .....	20

2 รายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	21
-------------------------------------	----

3 วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มประชากร .....	30
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	30
อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ .....	31
ลำดับขั้นในการดำเนินการทดสอบสมรรถภาพทางกาย .....	31
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	34
รายละเอียดของแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับนักศึกษา	
ยิมนาสติกส์หญิง .....	37

สารบัญ (ต่อ)

บทที่		หน้า
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	46
5	สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
	สรุปผลการวิจัย .....	59
	ผลการวิจัย .....	59
	อภิปรายผลการวิจัย .....	61
	ข้อเสนอแนะ .....	64
	บรรณานุกรม .....	65
	ภาคผนวก .....	70
	ประวัติผู้วิจัย .....	75

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการตารางประกอบ

ตารางที่		หน้า
1	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอายุ น้ำหนัก ส่วนสูง ของนักกีฬาบิมาสถิกส์หญิงทั้งหมด .....	46
2	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอายุ น้ำหนัก ส่วนสูง ของนักกีฬาบิมาสถิกส์หญิงจำแนกตามกลุ่มไมโครโซมาติและทีโซมาติ	47
3	ค่าสัมประสิทธิ์ความตรงระหว่างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายมาตรฐาน นานาชาติกับแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ครั้งที่ 1	48
4	ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายที่ผู้วิจัยสร้าง ขึ้นระหว่างการทดสอบครั้งที่ 1 กับครั้งที่ 2 .....	48
5	ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายที่ผู้วิจัยสร้าง ขึ้นระหว่างการทดสอบครั้งที่ 1 กับครั้งที่ 2 ในแต่ละรายการ .....	49
6	ค่าสัมประสิทธิ์ความตรงระหว่างรายการทดสอบสมรรถภาพกันเดียวกัน ระหว่างรายการทดสอบของแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายมาตรฐานนานาชาติ กับรายการทดสอบของแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น .....	50
7	เกณฑ์ปกติวิสัย สมรรถภาพทางกายสำหรับนักกีฬาบิมาสถิกส์หญิง รายการวิ่งเร็ว 30 เมตร .....	51
8	เกณฑ์ปกติวิสัย สมรรถภาพทางกายสำหรับนักกีฬาบิมาสถิกส์หญิง รายการ สควอทรหัสต์ 30 วินาที .....	52
9	เกณฑ์ปกติวิสัย สมรรถภาพทางกายสำหรับนักกีฬาบิมาสถิกส์หญิง รายการนอนราบเหยียดแขนกระดูกเข่า .....	53
10	เกณฑ์ปกติวิสัย สมรรถภาพทางกายสำหรับนักกีฬาบิมาสถิกส์หญิง รายการนั่งแยกขาพับตัว .....	54
11	เกณฑ์ปกติวิสัย สมรรถภาพทางกายสำหรับนักกีฬาบิมาสถิกส์หญิง รายการทำสะพานโค้ง .....	55

## รายการตารางประกอบ (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
12	เกณฑ์ปกคิวิสัย สมรรถภาพทางกายสำหรับนักกีฬาโยนิมนาสติกส์หญิง รายการกระโดดตะแฉ่ง .....	56
13	เกณฑ์ปกคิวิสัย สมรรถภาพทางกายสำหรับนักกีฬาโยนิมนาสติกส์หญิง รายการหกสูงตีคฉิ่ง .....	57
14	เกณฑ์ปกคิวิสัย สมรรถภาพทางกายสำหรับนักกีฬาโยนิมนาสติกส์หญิง รายการกระโดดเชือก 3 นาที .....	58

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย