

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากนำข้อมูลที่ได้จากการทดสอบไปวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติแล้ว ได้นำผลการวิเคราะห์มาเสนอในรูปตาราง ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 1 ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง ความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง ความเร็วตั้งแต่ได้ยินเสียงปืนจนกระทั่งเข้าหลังกคที่ยันเท้า และความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ในสัปดาห์ที่ 1 ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ลักษณะที่เปรียบเทียบ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		df	F-test
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.		
ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง (วินาที)	0.41	0.04	0.41	0.05	38	1.06
ความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง (วินาที)	2.99	0.29	2.92	0.21		
ความเร็วตั้งแต่ได้ยินเสียงปืนจนกระทั่งเข้าหลังกคที่ยันเท้า	0.35	0.09	0.34	0.07	38	1.64
ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (กล้ามเนื้อเหยียดสะโพก กล้ามเนื้อเหยียดเข่าและกล้ามเนื้อเหยียดเท้า หน่วยเป็นกิโลกรัม)	102.73	25.07	112.72	25.46	38	0.97

$$P > 0.05$$

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นว่าความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง ความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง และความแข็งแรงของกล้ามเนื้อทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่มีความแตกต่างที่ระดับนัยสำคัญ 0.05



ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ใน
สัปดาห์ที่ 1, 3 และ 6 ของกลุ่มทดลอง

กล้ามเนื้อ	สัปดาห์ที่ 1		สัปดาห์ที่ 3		สัปดาห์ที่ 6	
	\bar{X} (ก.ก.)	S.D.	\bar{X} (ก.ก.)	S.D.	\bar{X} (ก.ก.)	S.D.
กล้ามเนื้อเหยียดสะโพกข้างขวา	17.33	4.03	24.76	7.62	29.04	5.88
กล้ามเนื้อเหยียดสะโพกข้างซ้าย	16.47	4.51	20.91	6.06	26.01	6.50
กล้ามเนื้อเหยียดเข่าข้างขวา	18.77	5.52	23.41	6.61	27.47	8.02
กล้ามเนื้อเหยียดเข่าข้างซ้าย	16.93	4.88	20.31	6.14	23.41	7.27
กล้ามเนื้อเหยียดเท้าข้างขวา	17.48	4.96	24.22	5.03	31.36	5.75
กล้ามเนื้อเหยียดเท้าข้างซ้าย	16.29	3.68	22.61	4.97	29.22	5.68

จากตารางที่ 2 แสดงให้เห็นว่า ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ของกลุ่มทดลอง
เพิ่มขึ้นตลอดระยะเวลา 6 สัปดาห์

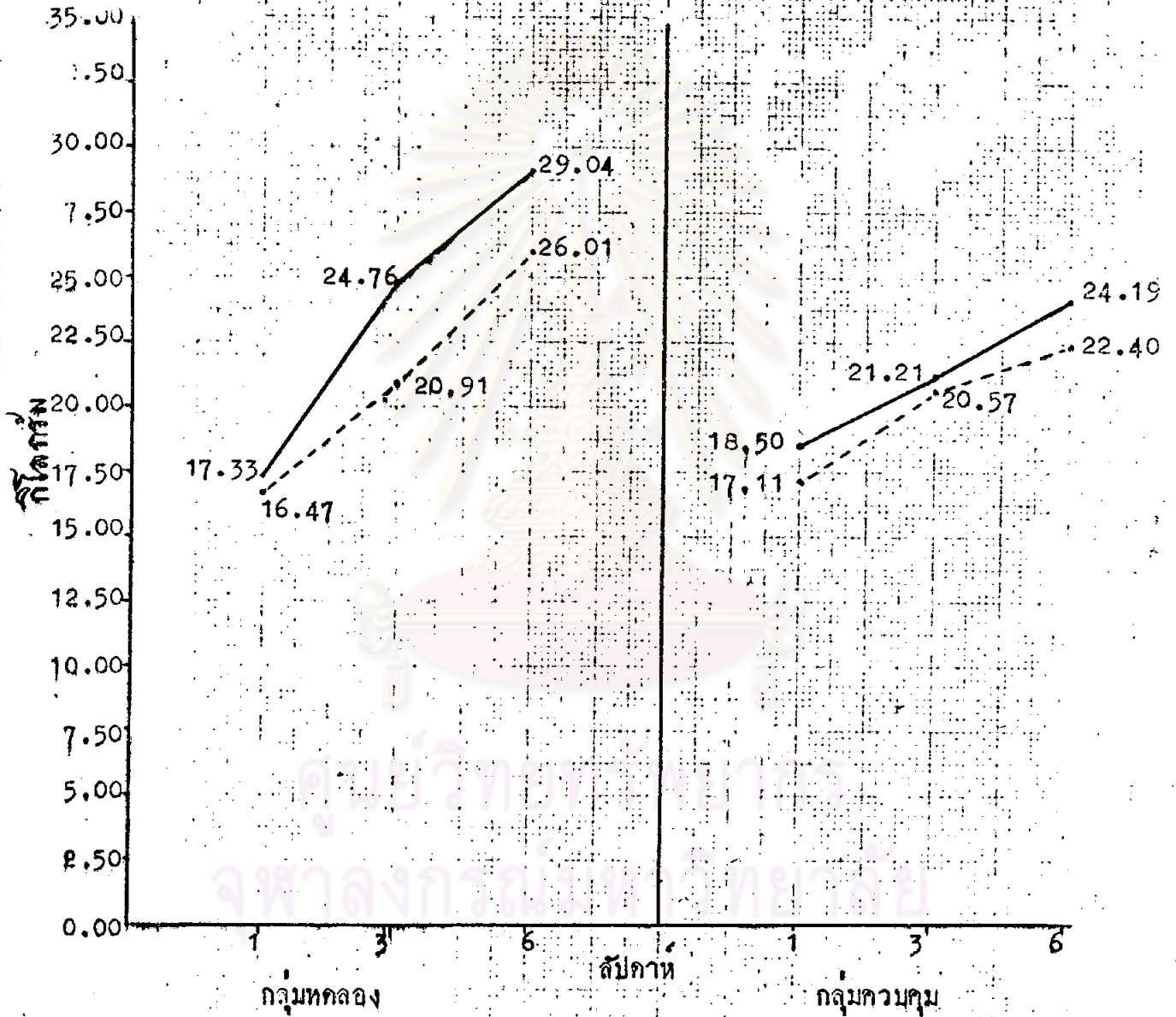
ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ใน
สัปดาห์ที่ 1, 3 และ 6 ของกลุ่มควบคุม

กล้ามเนื้อ	สัปดาห์ที่ 1		สัปดาห์ที่ 3		สัปดาห์ที่ 6	
	\bar{X} (ก.ก.)	S.D.	\bar{X} (ก.ก.)	S.D.	\bar{X} (ก.ก.)	S.D.
กล้ามเนื้อเหยียดสะโพกข้างขวา	18.50	3.81	21.21	5.36	24.19	5.17
กล้ามเนื้อเหยียดสะโพกข้างซ้าย	17.11	4.21	20.57	7.40	22.40	5.32
กล้ามเนื้อเหยียดเข่าข้างขวา	20.12	6.24	23.35	7.52	24.83	7.04
กล้ามเนื้อเหยียดเข่าข้างซ้าย	19.17	5.63	20.51	6.10	21.71	5.96
กล้ามเนื้อเหยียดเท้าข้างขวา	19.37	5.61	23.24	5.82	26.61	6.21
กล้ามเนื้อเหยียดเท้าข้างซ้าย	18.45	4.52	21.66	7.87	24.61	6.22

จากตารางที่ 3 แสดงให้เห็นว่า ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ของกลุ่มควบคุม
เพิ่มขึ้นตลอดระยะเวลา 6 สัปดาห์

กราฟที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ยความแข็งแรงของกล้ามเนื้อที่ทำหน้าที่เหยียดสะโพกข้างขวา และข้างซ้ายของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

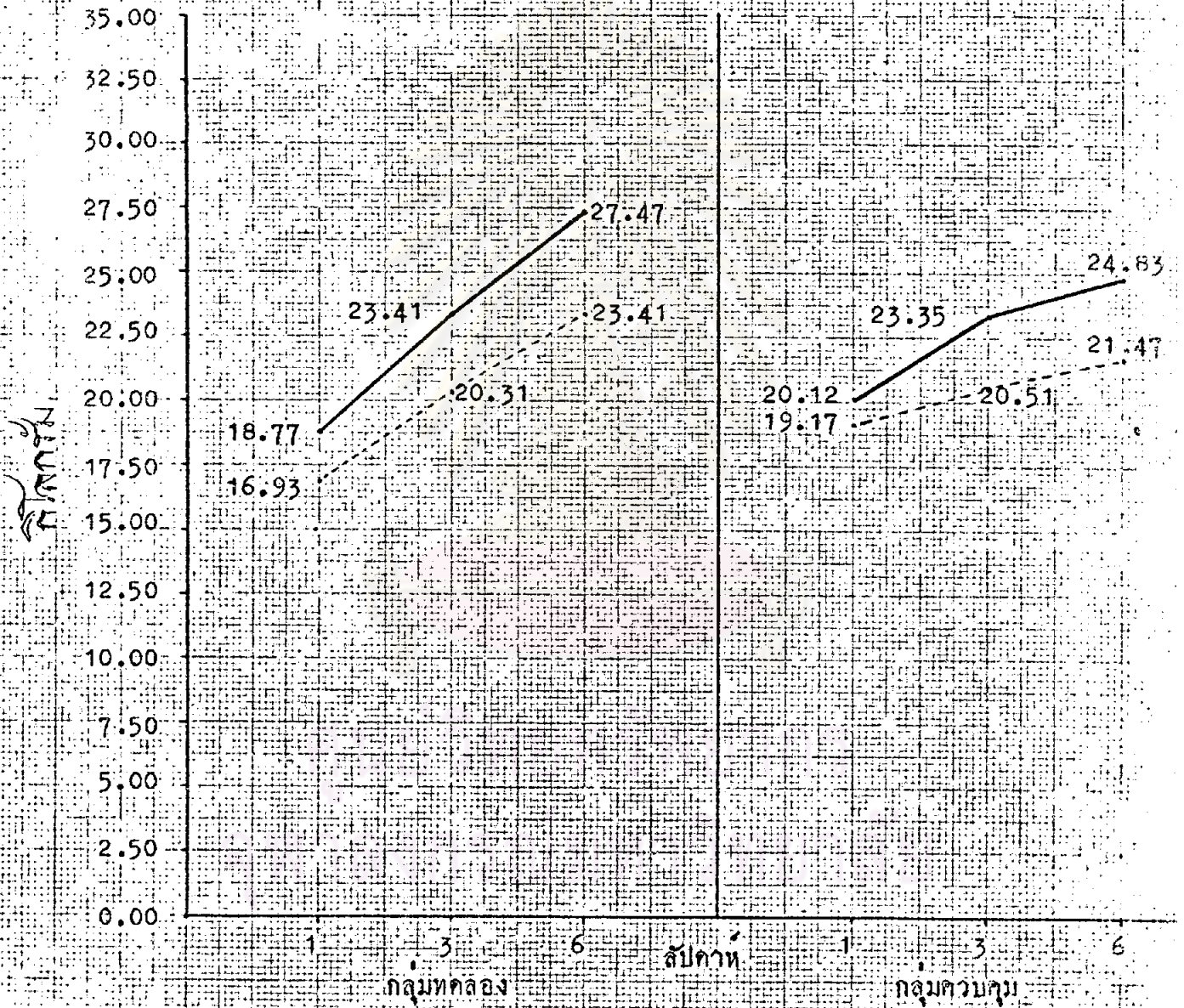
(กิโลกรัม)



มาตราส่วน 1 ซม. : 2.50 ก.ก.

_____ ข้างขวา
 - - - - - ข้างซ้าย

กราฟที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ยความแข็งแรงของกล้ามเนื้อที่หัวหน้าที่เทียบเคียงเข้าข้างขวาและซ้ายของ
 ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (กิโลกรัม)

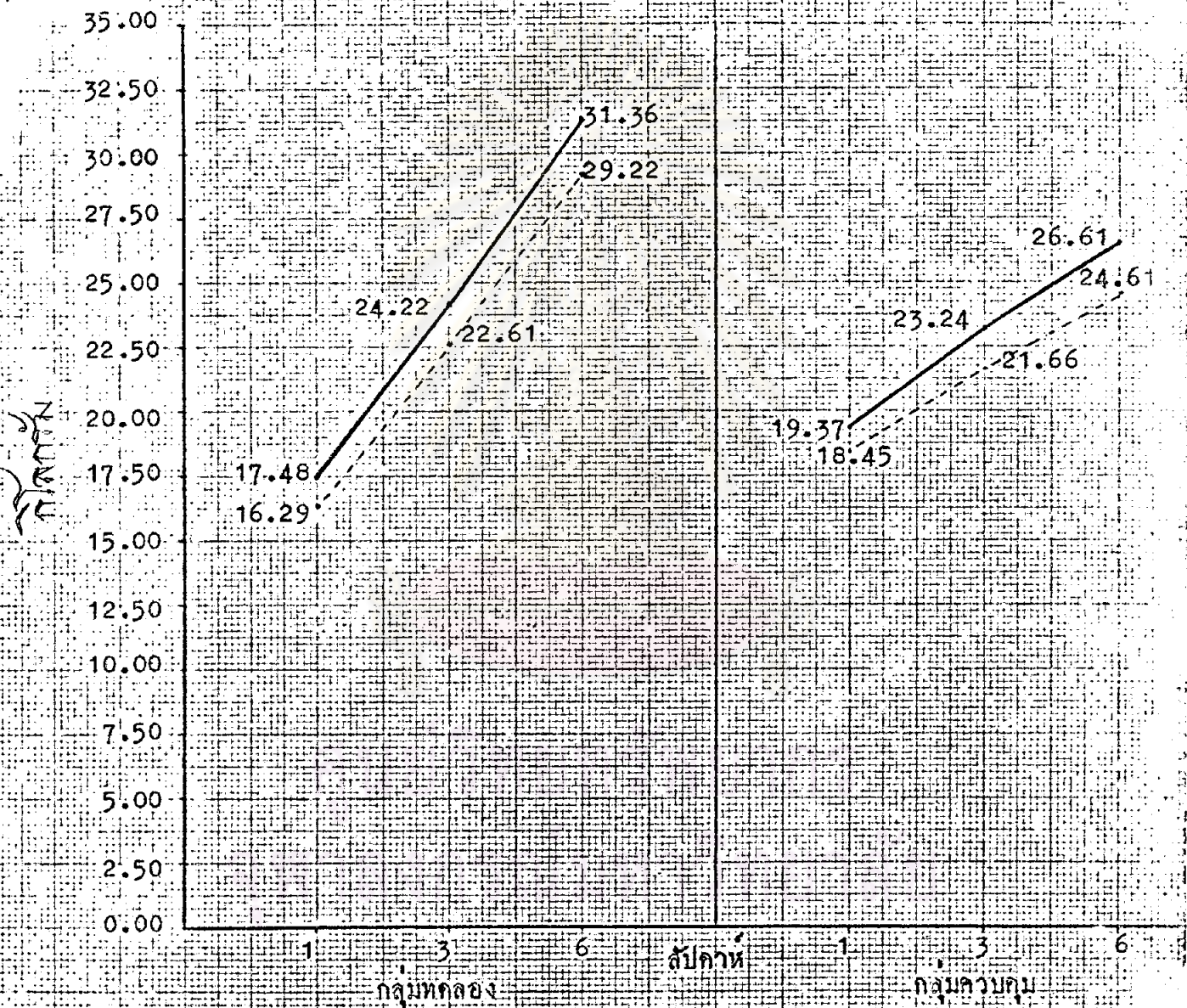


มาตราส่วน 1 ซม. : 2.50 กก.

ข้างขวา
 ข้างซ้าย

กราฟที่ 3

แสดงค่าเฉลี่ยความแข็งแรงของกล้ามเนื้อที่ทำหน้าที่เหยียดเท้าข้างขวาและข้างซ้าย
ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (กิโลกรัม)



มาตราส่วน 1 ซม. : 2.50 กก.

ข้างขวา
ข้างซ้าย

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และความแตกต่างของกล้ามเนื้อ ใน
สัปดาห์ที่ 3 ของกลุ่มทดลอง โดยการทดสอบค่า ที - เทสต์ (t - test)
ระหว่างสัปดาห์ที่ 1 และสัปดาห์ที่ 3

กล้ามเนื้อ	สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 3	S.D. _d	df	t
	\bar{X} (ก.ก.)	\bar{X} (ก.ก.)			
กล้ามเนื้อเหยียดสะโพกข้างขวา	17.33	24.76			
กล้ามเนื้อเหยียดสะโพกข้างซ้าย	16.47	20.91			
กล้ามเนื้อเหยียดเข่าข้างขวา	18.77	23.41			
กล้ามเนื้อเหยียดเข่าข้างซ้าย	16.93	20.31			
กล้ามเนื้อเหยียดเท้าข้างขวา	17.48	24.22			
กล้ามเนื้อเหยียดเท้าข้างซ้าย	16.29	22.61			
รวม	103.27	136.22	15.45	19	9.41*

* $P < 0.05$

จากตารางที่ 4 แสดงให้เห็นว่าในระหว่างสัปดาห์ที่ 1 ถึงที่ 3 กล้ามเนื้อของ
กลุ่มทดลองมีการพัฒนาขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และความแตกต่างของกล้ามเนื้อ ใน
สัปดาห์ที่ 6 ของกลุ่มทดลอง โดยทดสอบค่า ที - เทสต์ (t - test)
ระหว่างสัปดาห์ที่ 1 และสัปดาห์ที่ 6

กล้ามเนื้อ	สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 6	S.D. _d	df	t
	\bar{X} (ก.ก.)	\bar{X} (ก.ก.)			
กล้ามเนื้อเหยียดสะโพกข้างขวา	17.33	29.04			
กล้ามเนื้อเหยียดสะโพกข้างซ้าย	16.47	26.01			
กล้ามเนื้อเหยียดเข่าข้างขวา	18.77	27.47			
กล้ามเนื้อเหยียดเข่าข้างซ้าย	16.93	23.41			
กล้ามเนื้อเหยียดเท้าข้างขวา	17.48	31.36			
กล้ามเนื้อเหยียดเท้าข้างซ้าย	16.29	29.22			
รวม	103.27	166.51	18.50	19	15.15*

* P < 0.05

จากตารางที่ 5 แสดงให้เห็นว่าในสัปดาห์ที่ 6 กล้ามเนื้อของกลุ่มทดลองมีการ
พัฒนาขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และความแตกต่างของกล้ามเนื้อ ใน
สัปดาห์ที่ 3 ของกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่า ที - เทสต์ (t - test)
ระหว่างสัปดาห์ที่ 1 และสัปดาห์ที่ 3

ลักษณะที่เปรียบเทียบ	สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 3	S.D. _d	df	t
	\bar{X} (ก.ก.)	\bar{X} (ก.ก.)			
กล้ามเนื้อเหยียดสะโพกข้างขวา	18.50	21.21			
กล้ามเนื้อเหยียดสะโพกข้างซ้าย	17.11	20.57			
กล้ามเนื้อเหยียดเข่าข้างขวา	20.12	23.35			
กล้ามเนื้อเหยียดเข่าข้างซ้าย	19.17	20.51			
กล้ามเนื้อเหยียดเท้าข้างขวา	19.37	23.24			
กล้ามเนื้อเหยียดเท้าข้างซ้าย	18.45	21.66			
รวม	112.72	130.54	14.30	19	5.58*

* P < 0.05

จากตารางที่ 6 แสดงให้เห็นว่าในสัปดาห์ที่ 3 กล้ามเนื้อของกลุ่มควบคุมมีการพัฒนาขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และความแตกต่างของกล้ามเนื้อ ใน
 สปีคาน์ที่ 6 ของกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่า ที - เทสต์ (t - test)
 ระหว่างสปีคาน์ที่ 1 และสปีคาน์ที่ 6

ลักษณะที่เปรียบเทียบ	สปีคาน์ที่ 1	สปีคาน์ที่ 6	S.D. _d	df	t
	\bar{x} (ก.ก.)	\bar{x} (ก.ก.)			
กล้ามเนื้อเหยียดสะโพกข้างขวา	18.50	24.19			
กล้ามเนื้อเหยียดสะโพกข้างซ้าย	17.11	22.40			
กล้ามเนื้อเหยียดเข่าข้างขวา	20.12	24.83			
กล้ามเนื้อเหยียดเข่าข้างซ้าย	19.17	21.71			
กล้ามเนื้อเหยียดเท้าข้างขวา	19.37	26.61			
กล้ามเนื้อเหยียดเท้าข้างซ้าย	18.45	24.61			
รวม	112.72	144.35	14.54	19	9.48*

* P < 0.05

จากตารางที่ 7 แสดงให้เห็นว่า ในสปีคาน์ที่ 6 กล้ามเนื้อของกลุ่มควบคุมมีการพัฒนาขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง และความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 1, 3 และ 6 ของกลุ่มทดลอง

ลักษณะที่เปรียบเทียบ	สัปดาห์ที่ 1		สัปดาห์ที่ 3		สัปดาห์ที่ 6	
	\bar{X} (วินาที)	S.D.	\bar{X} (วินาที)	S.D.	\bar{X} (วินาที)	S.D.
ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง	0.41	0.04	0.39	0.06	0.36	0.04
ความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง	2.99	0.29	2.58	0.22	2.38	0.21

จากตารางที่ 8 แสดงให้เห็นว่า ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง และความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่งของกลุ่มทดลอง มีการพัฒนาขึ้นตลอดระยะเวลา 6 สัปดาห์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

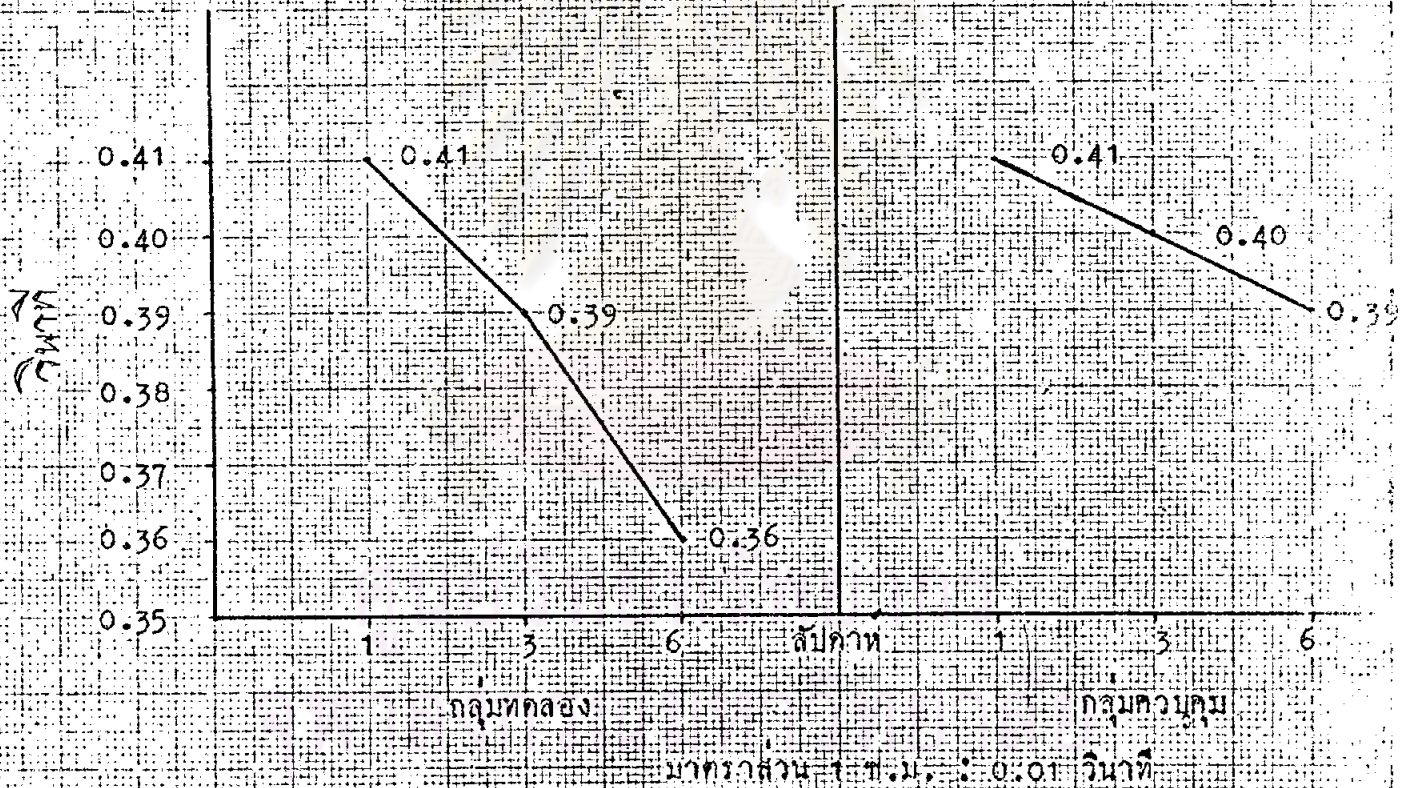
ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง และความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 1, 3 และ 6 ของกลุ่มควบคุม

ลักษณะที่เปรียบเทียบ	สัปดาห์ที่ 1		สัปดาห์ที่ 3		สัปดาห์ที่ 6	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
	(วินาที)		(วินาที)		(วินาที)	
ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง	0.41	0.05	0.40	0.05	0.39	0.06
ความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง	2.93	0.21	2.83	0.28	2.58	0.26

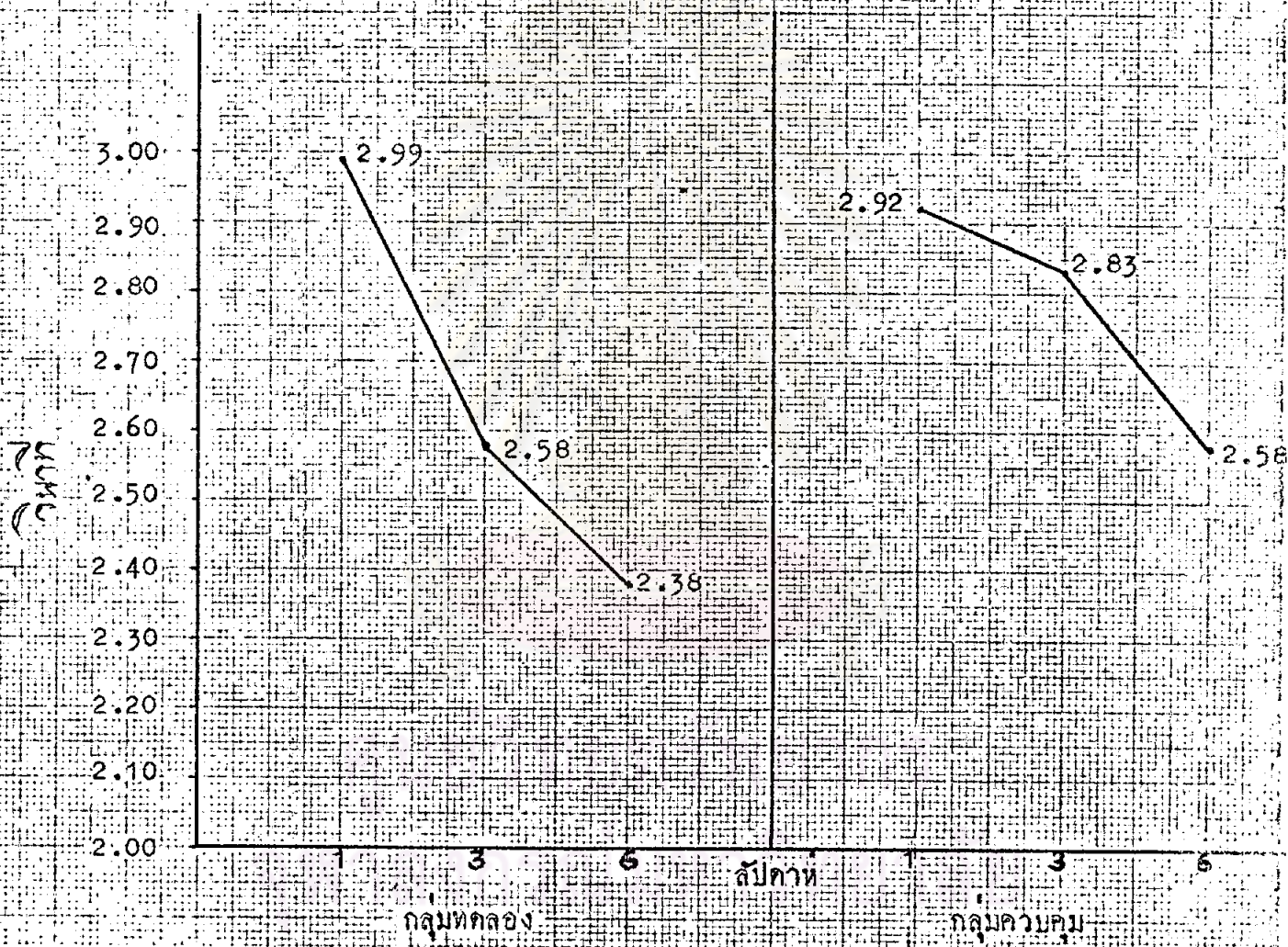
จากตารางที่ 9 แสดงให้เห็นว่า ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง และความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่งของกลุ่มควบคุม มีการพัฒนาขึ้นตลอดระยะเวลา 6 สัปดาห์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กราฟที่ 4 แสดงเวลาเฉลี่ยที่ใช้ในการเริ่มออกวิ่งของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (วินาที)



กราฟที่ 5 แสดงเวลาเฉลี่ยที่ใช้ในระยะสั้นของการเริ่มออกวิ่งของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (วินาที)



มาตราส่วน 1 ซม. = 0.1 วินาที

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และความแตกต่างของความเร็ว ในการเริ่มออกวิ่ง ความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 3 ของกลุ่มทดลอง โดยการทดสอบค่าที - เทสต์ (t - test) ระหว่างสัปดาห์ที่ 1 และสัปดาห์ที่ 3

ลักษณะที่เปรียบเทียบ	สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 3	S.D. _d	df	t
	\bar{X} (วินาที)	\bar{X} (วินาที)			
ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง	0.41	0.39	0.05	19	1.06
ความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง	2.99	2.58	7.89	19	7.89*

* P < 0.05

จากตารางที่ 10 แสดงให้เห็นว่า ในสัปดาห์ที่ 3 ของกลุ่มทดลอง ความเร็วในการเริ่มออกวิ่งมีการพัฒนาขึ้นอย่างไม่มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 และความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่งมีการพัฒนาขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และความแตกต่างของความเร็ว ในการเริ่มออกวิ่ง ความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 6 ของกลุ่มทดลอง โดยการทดสอบค่า ที - เทสต์ (t - test) ระหว่างสัปดาห์ที่ 1 และสัปดาห์ที่ 6

ลักษณะที่เปรียบเทียบ	สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 6	S.D. _d	df	t
	\bar{X} (วินาที)	\bar{X} (วินาที)			
ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง	0.41	0.36	0.05	19	4.27*
ความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง	2.99	2.38	2.49	19	10.77*

*P < 0.05

จากตารางที่ 11 แสดงให้เห็นว่า ในสัปดาห์ที่ 6 ของกลุ่มทดลอง ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง และความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง มีการพัฒนาขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05



ตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และความแตกต่างของความเร็ว ในการเริ่มออกวิ่ง ความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 3 ของกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่า t - เทสต์ (t - test) ระหว่างสัปดาห์ที่ 1 และสัปดาห์ที่ 3

ลักษณะที่เปรียบเทียบ	สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 3	S.D.	df	t
	\bar{X} (วินาที)	\bar{X} (วินาที)			
ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง	0.41	0.40	0.06	19	0.86
ความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง	2.93	2.83	0.29	19	1.88

$$P > 0.05$$

จากตารางที่ 12 แสดงให้เห็นว่า ในสัปดาห์ที่ 3 ของกลุ่มควบคุม ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง และความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง มีการพัฒนาขึ้นอย่างไม่มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และความแตกต่างของความเร็ว ในการเริ่มออกวิ่ง ความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 6 ของกลุ่ม ความคุม โดยการทดสอบค่า ที่ - เทสต์ (t - test) ระหว่างสัปดาห์ที่ 1 และสัปดาห์ที่ 6

ลักษณะที่เปรียบเทียบ	สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 6	S.D.	d.f	t
	\bar{X} (วินาที)	\bar{X} (วินาที)			
ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง	0.41	0.39	0.07	19	1.24
ความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง	2.93	2.58	0.29	19	5.23*

* $P < 0.05$

จากตารางที่ 13 แสดงให้เห็นว่า ในสัปดาห์ที่ 6 ของกลุ่มความคุม ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง มีการพัฒนาขึ้นอย่างไม่มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 และความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง มีการพัฒนาขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (กล้ามเนื้อเหยียดสะโพก กล้ามเนื้อเหยียดเข่า และกล้ามเนื้อเหยียดเท้า) และความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 1 ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

ลักษณะที่เปรียบเทียบ	กลุ่มทดลอง			กลุ่มควบคุม		
	\bar{X}	S.D.	r_{xy}	\bar{X}	S.D.	r_{xy}
	(ก.ก.)			(ก.ก.)		
ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ	102.22	25.07	-0.12	112.27	25.46	-0.07
ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง	0.41	0.04		0.41	0.05	

$$P > 0.05$$

จากตารางที่ 14 แสดงให้เห็นว่าความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ และความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 1 ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความสัมพันธ์กันอย่างไม่มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 15 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (กล้ามเนื้อเหยียดสะโพก กล้ามเนื้อเหยียดเข่า และกล้ามเนื้อเหยียดเท้า) และความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 3 ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

ลักษณะที่เปรียบเทียบ	กลุ่มทดลอง			กลุ่มควบคุม		
	\bar{X}	S.D.	r_{xy}	\bar{X}	S.D.	r_{xy}
	(ก.ก.)			(ก.ก.)		
ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ	136.02	29.00	-0.22	130.58	35.75	-0.14
ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง	0.40	0.06		0.40	0.05	

$$P > 0.05$$

จากตารางที่ 15 แสดงให้เห็นว่า ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ และความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 3 ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความสัมพันธ์กันอย่างไม่มีความสำคัญที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 16 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ของความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (กล้ามเนื้อเหยียดสะโพก กล้ามเนื้อเหยียดเข่า และกล้ามเนื้อเหยียดเท้า) และความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 6 ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ลักษณะที่เปรียบเทียบ	กลุ่มทดลอง			กลุ่มควบคุม		
	\bar{X}	S.D.	r_{xy}	\bar{X}	S.D.	r_{xy}
	(ก.ก.)			(ก.ก.)		
ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ	166.95	32.13	-0.25	143.98	31.02	-0.16
ความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง	0.36	0.04		2.58	0.26	

$$P > 0.05$$

จากตารางที่ 16 แสดงให้เห็นว่าความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ และความเร็วในการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 6 ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความสัมพันธ์กันอย่างไม่มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 17 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ของความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (กล้ามเนื้อเหยียดสะโพก กล้ามเนื้อเหยียดเข่า และกล้ามเนื้อเหยียดเท้า) และความเร็วทันของการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 1 ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ลักษณะที่เปรียบเทียบ	กลุ่มทดลอง			กลุ่มควบคุม		
	\bar{X}	S.D.	r_{xy}	\bar{X}	S.D.	r_{xy}
	(ก.ก.)			(ก.ก.)		
ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ	102.22	25.07	-0.38*	112.27	25.46	-0.39*
ความเร็วทันของการเริ่มออกวิ่ง	2.99	0.29		2.93	0.21	

*P > 0.05

จากตารางที่ 17 แสดงให้เห็นว่า ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ และความเร็วทันของการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 1 ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 18 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ของความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (กล้ามเนื้อเหยียดสะโพก กล้ามเนื้อเหยียดเข่า และกล้ามเนื้อเหยียดเท้า) และความเร็วทันของการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 3 ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ลักษณะที่เปรียบเทียบ	กลุ่มทดลอง			กลุ่มควบคุม		
	\bar{X}	S.D.	r_{xy}	\bar{X}	S.D.	r_{xy}
	(ก.ก.)			(ก.ก.)		
ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ	136.02	29.00	-0.47*	130.58	35.75	-0.45*
ความเร็วทันของการเริ่มออกวิ่ง	2.58	0.22		2.83	0.28	

*P < 0.05

จากตารางที่ 18 แสดงให้เห็นว่า ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อกับความเร็วทันของการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 3 ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 19 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ของความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (กล้ามเนื้อเหยียดสะโพก กล้ามเนื้อเหยียดเข่า และกล้ามเนื้อเหยียดเท้า) และความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 6 ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ลักษณะที่เปรียบเทียบ	กลุ่มทดลอง			กลุ่มควบคุม		
	\bar{X}	S.D.	r_{xy}	\bar{X}	S.D.	r_{xy}
	(ก.ก.)			(ก.ก.)		
ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ	166.95	32.13	-0.54*	143.98	31.02	-0.49*
ความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง	2.38	0.21		2.58	0.26	

*P < 0.05

จากตารางที่ 19 แสดงให้เห็นว่า ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อกับความเร็วต้นของการเริ่มออกวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 6 ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05