

ความต้องการบริการค่านการออกกำลังกายของครูโรงเรียนมัธยมศึกษา
ในเขตกรุงเทพมหานคร



นายแสงเพชร คุหาเรืองรอง



ศูนย์วิทยทรัพยากร

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาคามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต
ภาควิชาพลศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2528

ISBN 974 - 564 - 230 - 4

010987

i 18140117

NEEDS FOR EXERCISING SERVICES OF SECONDARY
SCHOOL TEACHERS IN BANGKOK METROPOLIS



MR. Sangpech Cuharuangrong

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

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

Department of Physical Education

Graduate school

Chulalongkorn University

1985

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ความต้องการบริการด้านการสอนกำลังกายของครูโรงเรียน
มัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร

โดย

นายแสงเพชร คุณาเรืองรอง

ภาควิชา

พลศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษา

รองศาสตราจารย์ชัชชัย โถมารัตต์



บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาคำหลักสูตรปริญญาโทมหาบัณฑิต

[Handwritten signature]

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร. สุประสิทธิ์ มุขนาค)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุเนต นวกิจกุล)

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิลปชัย สุวรรณชาคา)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ชัชชัย โถมารัตต์)

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์	ความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายของครูโรงเรียนมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร
ชื่อนิสิต	นายแสงเพชร คุณาเรืองรอง
อาจารย์ที่ปรึกษา	รองศาสตราจารย์ ชัชชัย โภภารัตต์
ภาควิชา	พลศึกษา
ปีการศึกษา	2527



บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ความต้องการบริการด้านการออกกำลังกาย ของครูโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างประชากรเป็นครูโรงเรียนมัธยมศึกษาจำนวน 50 โรงเรียน โดยใช้แบบสอบถามส่งไปยังกลุ่มตัวอย่างประชากรที่เป็นครูในโรงเรียนมัธยมศึกษา 1,000 ชุด ได้รับแบบสอบถามคืน 930 ชุด คิดเป็นร้อยละ 93.00 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาวิธีทางสถิติ โดยการหาค่าร้อยละ มัชฌิมเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ความแตกต่างโดยใช้ค่า ที

ผลการวิจัยพบว่า

1. ครูมีความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายในระดับมาก
2. ครูมีความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายในแต่ละด้านในระดับมากคือ ความต้องการด้านรูปแบบของการจัดกิจกรรม ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ความต้องการด้านการทดสอบสมรรถภาพ ความต้องการด้านวิชาการ ความต้องการด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย ความต้องการด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย
3. ครูมีความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายเป็นรายข้อ ในแต่ละด้านดังต่อไปนี้
 - 3.1 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ให้มีอุปกรณ์กีฬาที่ใช้สำหรับการออกกำลังกายสำหรับครูอย่างเพียงพอและได้มาตรฐาน

ให้มีของเปลี่ยนเครื่องแต่งตัวและทำความสะอาดร่างกายสำหรับครู ให้มีตู้เก็บของสำหรับครูที่ออก
กำลังกาย

3.2 ความต้องการค่านมูกลากรู้อยู่ใหม่บริการ ได้แก่ ให้มีมูกลากรที่มีมนุษย์สัมพันธ์
ให้มีผู้สอนที่มีจิตวิทยา ในการสอนมูกคลในวัยต่าง ๆ ให้มีผู้สอนที่สามารถให้คำแนะนำหรือใช้วิธีสอน
หรือฝึกหัดที่เข้าใจง่าย

3.3 ความต้องการค่านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ได้แก่ ให้โรงเรียนจัด
บริการค่านการออกกำลังกายในเวสวาราชการที่ว่างจากการสอนและต้องการออกกำลังกายให้โรงเรียน
จัดบริการค่านการออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.00 - 18.00 น.

3.4 ความต้องการค่านรูปแบบของการจัดกิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมที่จัดควรเป็น
กิจกรรมที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายมาก และมีประโยชน์ทางด้านสุขภาพ กิจกรรมที่จัดควรเป็นกิจกรรมที่ไม่
ต้องใช้เวลายาวนาน และมีประโยชน์ทางด้านสุขภาพ กิจกรรมที่จัดควรเป็นกิจกรรมที่ครูสามารถเข้าร่วมได้
โดยไม่ต้องใช้ทักษะมาก

3.5 ความต้องการค่านกิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ แพคเกจ กายบริหาร
ว่ายน้ำ

3.6 ความต้องการค่านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ได้แก่ ให้มีอุปกรณ์ที่ใช้ใน
การทดสอบสมรรถภาพทางกายของครูได้มาตรฐานเท่าที่จะหาได้ ให้มีเกณฑ์มาตรฐานการทดสอบ
สมรรถภาพทางกายรายการต่าง ๆ ไว้เปรียบเทียบ เพื่อจะได้ประเมินผลตนเอง ให้มีบัตรบันทึกการ
ทดสอบสมรรถภาพทางกายเป็นรายบุคคล

3.7 ความต้องการค่านวิชาการ ได้แก่ ให้โรงเรียนบริการค่านความรู้เกี่ยวกับการ
ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ให้โรงเรียนจัดหาภาพยนต์หรือเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับการศึกษาและการออก
กำลังกายแบบต่าง ๆ มาฉายให้ชม ให้โรงเรียนบริการค่านความรู้เกี่ยวกับวิธีการออกกำลังกายสำหรับ
บุคคลในวัยต่าง ๆ

4. ความต้องการบริการค่านการออกกำลังกายระหว่างครูชายกับครูหญิงแตกต่างกันที่ระดับ

.05

5. ความต้องการบริการค่านการออกกำลังกายระหว่างครูที่เป็นโสดกับครูที่สมรส ไม่แตก
ต่างกันที่ระดับ .05

Thesis Needs for Exercising Services of Secondary School
Teachers in Bangkok Metropolis

Name Mr. Sangpech Cuharuangrong

Thesis Advisor Associate Professor Chatchai Komaratat

Department Physical Education

Academic year 1984



ABSTRACT

The purpose of this study was to investigate the needs for exercising services of secondary school teachers in Bangkok Metropolis. The samples were secondary school teachers of 50 schools. Questionnaires were sent to 1,000 secondary school teachers. Nine hundred and thirty of questionnaires accounted for ninety-three percent were returned. The data were, then, statistically analyzed in terms of percentages, means and standard deviations. The t-test was also employed to analyze the significant difference.

It was found that the exercising services needs of secondary school teachers were :

1. The needs for exercising services were high.
2. The needs for exercising services were exercising activities, service personnels, places, equipment and facilities, physical fitness testing, theoretical knowledge, types of activities and preferred schedules for exercising.
3. The needs for exercising services in individual aspects were as follows :

3.1 The quantity of equipments were proportional to the number of users, adequate and hygienic facilities for dressing, shower, and also lockers.

3.2 The needs of service personnels were the staffs with human relation, good psychology, good knowledge of methods of instruction and understand how to organize, select, and conduct appropriate physical education activities.

3.3 The needs of preferred days for exercising were on week days. The preferred time was during 4.00 - 6.00 p.m. and free time.

3.4 The needs for types of activities were activities with low expense and minimal time, but useful for health. Teachers can participate the activities without skill.

3.5 The needs for exercising activities were badminton, calisthenics, and swimming.

3.6 The needs for physical fitness testing were adequate quantity of physical fitness testing equipments.

3.7 The needs of theoretical knowledge were the staffs who had knowledge in exercising for health, providing sport movies and video tape and providing instruction of how to exercise to members of different ages.

4. There was significant difference at the .05 level between the opinions of male and female teachers.

5. There was no significant difference at the .05 level between married and unmarried teachers.



กิติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี โดยได้รับความกรุณาช่วยเหลือจากรองศาสตราจารย์ชัชชัย โจนารัตต์ อาจารย์ผู้ควบคุมการวิจัยซึ่งช่วยให้คำแนะนำและให้ข้อคิดเห็น ตลอดจนให้ความเอาใจใส่ในการปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ เป็นอย่างดียิ่งตลอดมา

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้รับความร่วมมือในการตรวจสอบแบบสอบถามจากผู้ทรงคุณวุฒิ และทบทวนแบบสอบถามจากครูโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เป็นอย่างดี ผู้วิจัยถือโอกาสขอบพระคุณบุคลากรทุกท่านเป็นอย่างสูง

แสงเพชร คุณาเรืองรอง

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญ



	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	๖
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	๗
ถึติกรรมประกาศ	๘
สารบัญตาราง	๙
บทที่	
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ในการวิจัย	8
สมมติฐานของการวิจัย	8
ขอบเขตของการวิจัย	8
ข้อตกลงเบื้องต้น	9
คำจำกัดความ	9
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	10
2 วรรณคดี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	11
3 วิธีดำเนินการวิจัย	31
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	31
การสร้างแบบสอบถาม	31
ตัวอย่างประชากร	32
การเก็บรวบรวมข้อมูล	33
การวิเคราะห์ข้อมูล	33
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	35
5 สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	79
บรรณานุกรม	90
ภาคผนวก	95
ประวัติผู้เขียน	116

รายการตารางประกอบ

ตารางที่		หน้า
1	คำร้องขอเกี่ยวกับรายละเอียดของผู้ขอแบบสอบถาม	35
2	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความต้องการของครูโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับความต้องการค้ำสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก	40
3	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความต้องการของครูโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับความต้องการค้ำบุคลากรผู้ให้บริการ	42
4	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความต้องการของครูโรงเรียนมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครเกี่ยวกับความต้องการค้ำช่วงเวลาในการออกกำลังกาย	44
5	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความต้องการของครูโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับความต้องการค้ำรูปแบบของงานกิจกรรม	45
6	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความต้องการของครูโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับความต้องการค้ำกิจกรรมการออกกำลังกาย	46
7	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความต้องการของครูโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับความต้องการค้ำการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	47
8	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความต้องการของครูโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับความต้องการค้ำวิชาการ	48
9	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความต้องการของครูโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับความต้องการรวมทุกค้ำ	49

รายการตารางประกอบ

ตารางที่		หน้า
10	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่ (t) ความต้องการของครู โรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เมื่อแยกกลุ่มชายกับหญิง และไต่ถามสมรส เกี่ยวกับความต้องการค่านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ความสะดวก	50
11	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่ (t) ความต้องการของครู โรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เมื่อแยกกลุ่มชายกับหญิง และ ไต่ถามสมรส เกี่ยวกับความต้องการค่านบุคลากรผู้ให้บริการ	55
12	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่ (t) ความต้องการของครู โรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เมื่อแยกกลุ่มชายกับหญิง และ ไต่ถามสมรส เกี่ยวกับความต้องการของค่านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย	59
13	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่ (t) ความต้องการของครู โรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เมื่อแยกกลุ่มชายกับหญิง และ ไต่ถามสมรส เกี่ยวกับความต้องการค่านรูปแบบของการจัดกิจกรรม	62
14	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่ (t) ความต้องการของครู โรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เมื่อแยกกลุ่มชายกับหญิง และ ไต่ถามสมรส เกี่ยวกับความต้องการค่านกิจกรรมการออกกำลังกาย	65
15	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่ (t) ความต้องการของครู โรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เมื่อแยกกลุ่มชายกับหญิง และ ไต่ถามสมรส เกี่ยวกับความต้องการค่านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	68
16	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่ (t) ความต้องการของครู โรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เมื่อแยกกลุ่มชายกับหญิง และ ไต่ถามสมรส เกี่ยวกับความต้องการค่านวิชาการ	72
17	คำเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่ (t) ความต้องการของครู โรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เมื่อแยกกลุ่มชายกับหญิง และ ไต่ถามสมรส เกี่ยวกับความต้องการรวมทุกด้าน	76