


สมรรถภาพทางกายของนักเรียนไทยภูเขาในจังหวัดภาคเหนือ



นายมนัส ยอดคำ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาดานหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

ภาควิชาพลศึกษา
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2525

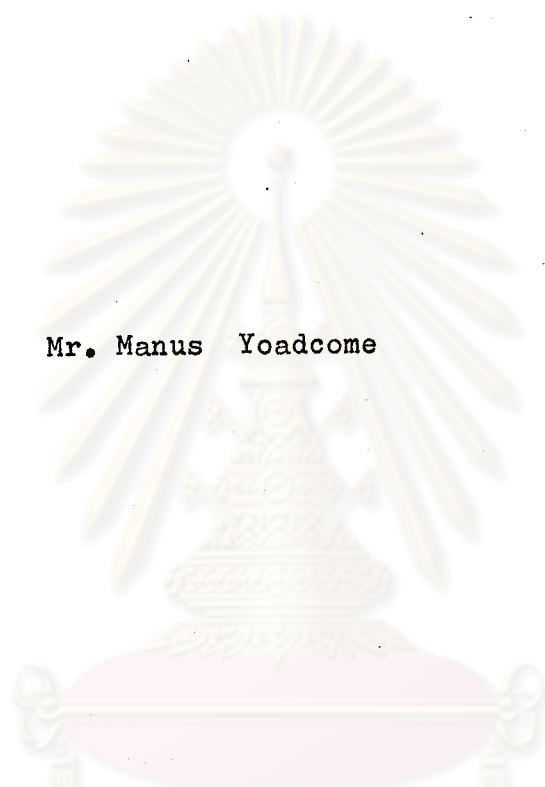
ISBN 974-560-825-4

005302

i 1๒๘๖๙๖๑

๗

THE PHYSICAL FITNESS OF THAI HILL TRIBE STUDENTS
IN NORTHERN PROVINCES



Mr. Manus Yoadcome

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirement
for the Degree of Master of Education
Department of Physical Education
Graduate School
Chulalongkorn University

1982

หัวข้อวิทยานิพนธ์

สมรรถภาพทางกายของนักเรียนไทยภูเขาในจังหวัดภาคเหนือ

โดย

นายมนัส ยอดคำ

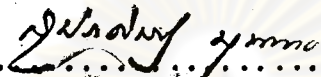
ภาควิชา

พลศึกษา

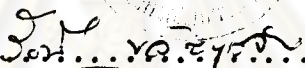
อาจารย์ที่ปรึกษา

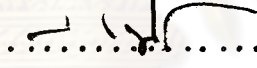
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประพจน์ ลักษณะพิสุทธิ์


บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบัณฑิต

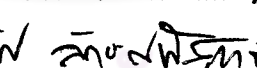
.....  คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร.สุประทีฐ หนุนาค)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....  ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์รัชนี ชวัญบุญจันทร์)

.....  กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.วรงค์ดี เพียรชอบ)

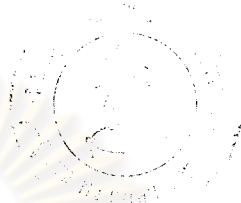
.....  กรรมการ
(รองศาสตราจารย์พอง เกิดแก้ว)

.....  กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประพจน์ ลักษณะพิสุทธิ์)

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์ สมรรถภาพทางกายของนักเรียนไทยภูเขาในจังหวัดภาคเหนือ
ชื่อนิสิต นายมนัส ยอดคำ
อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประพนธ์ ลักษณะพิสุทธิ์
ภาควิชา พลศึกษา
ปีการศึกษา 2524

บทคัดย่อ



การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนไทยภูเขาในระดับอายุต่าง ๆ โดยใช้แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย นอร์ธคาโรไลน่า กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยนี้ได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งพวกจากนักเรียนไทยภูเขาในจังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย และแม่ฮ่องสอน จำนวน 300 คน เป็นนักเรียนชาย 146 คน นักเรียนหญิง 154 คน จากโรงเรียนที่มีครูเคยผ่านการอบรม และโรงเรียนที่ครูไม่เคยผ่านการอบรมจำนวนเท่า ๆ กัน แล้วทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แปลงคะแนนดิบเป็นคะแนน "ที" และทดสอบความมีนัยสำคัญของความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ย โดยใช้ค่า "ที"

ผลการวิจัยพบว่า

1. ความสามารถโดยเฉลี่ยในการทดสอบสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการของนักเรียนไทยภูเขามีกังนี้

1.1 อายุ 6 ปี ชาย ลูก-นั่ง 2.66 ครั้ง ก้าวข้าง 6.66 ครั้ง ยืนกระโดดไกล 40.83 นิ้ว คืบซ่อ 15.33 ครั้ง สคว้อททรัสต์ 11.83 ครั้ง และหญิง ลูก-นั่ง 3.90 ครั้ง ก้าวข้าง 7.50 ครั้ง ยืนกระโดดไกล 46.30 นิ้ว คืบซ่อ 11.50 ครั้ง สคว้อททรัสต์ 11.10 ครั้ง

1.2 อายุ 7 ปี ชายลูก-นั่ง 4.70 ครั้ง ก้าวข้าง 9.66 ครั้ง ยืน
กระโดดไกล 45.12 นิ้ว ค้างข้อ 15.54 ครั้ง สควอท 12.25 ครั้ง และหญิง
ลูก-นั่ง 2.18 ครั้ง ก้าวข้าง 8.90 ครั้ง ยืนกระโดดไกล 43.36 นิ้ว ค้างข้อ
14.18 ครั้ง สควอท 11.63 ครั้ง

1.3 อายุ 8 ปี ชายลูก-นั่ง 6.22 ครั้ง ก้าวข้าง 10.63 ครั้ง ยืน
กระโดดไกล 46.81 นิ้ว ค้างข้อ 19.63 ครั้ง สควอท 13.36 ครั้ง และหญิง
ลูก-นั่ง 4.45 ครั้ง ก้าวข้าง 9.27 ครั้ง ยืนกระโดดไกล 46.75 นิ้ว ค้างข้อ
15.51 ครั้ง สควอท 12.09 ครั้ง

1.4 อายุ 9 ปี ชายลูก-นั่ง 9.18 ครั้ง ก้าวข้าง 11.36 ครั้ง
ยืนกระโดดไกล 52.72 นิ้ว ค้างข้อ 16.31 ครั้ง สควอท 12.63 ครั้ง และหญิง
ลูก-นั่ง 4.57 ครั้ง ก้าวข้าง 11.42 ครั้ง ยืนกระโดดไกล 47.85 นิ้ว ค้างข้อ
14.28 ครั้ง สควอท 12.50 ครั้ง

1.5 อายุ 10 ปี ชายลูก-นั่ง 5.47 ครั้ง ก้าวข้าง 12.00 ครั้ง
ยืนกระโดดไกล 50.89 นิ้ว ค้างข้อ 20.47 ครั้ง สควอท 12.63 ครั้ง และหญิง
ลูก-นั่ง 6.91 ครั้ง ก้าวข้าง 9.91 ครั้ง ยืนกระโดดไกล 50.16 นิ้ว ค้างข้อ
14.66 ครั้ง สควอท 12.33 ครั้ง

1.6 อายุ 11 ปี ชายลูก-นั่ง 12.92 ครั้ง ก้าวข้าง 13.00 ครั้ง
ยืนกระโดดไกล 55.92 นิ้ว ค้างข้อ 22.28 ครั้ง สควอท 12.57 ครั้ง และหญิง
ลูก-นั่ง 8.61 ครั้ง ก้าวข้าง 11.07 ครั้ง ยืนกระโดดไกล 53.15 นิ้ว ค้างข้อ
17.76 ครั้ง สควอท 12.23 ครั้ง

1.7 อายุ 12 ปี ชายลูก-นั่ง 9.50 ครั้ง ก้าวข้าง 11.57 ครั้ง
ยืนกระโดดไกล 56.14 นิ้ว ค้างข้อ .71 ครั้ง สควอท 13.00 ครั้ง และหญิง
ลูก-นั่ง 8.38 ครั้ง ก้าวข้าง 11.15 ครั้ง ยืนกระโดดไกล 53.53 นิ้ว ค้างข้อ
20.07 ครั้ง สควอท 12.76 ครั้ง

2. สมรรถภาพทางกายของนักเรียนไทยภูเขาชายและหญิง ในแต่ละระดับอายุ
ในโรงเรียนที่มีครูเคยผ่านการอบรม และในโรงเรียนที่ครูไม่เคยผ่านการอบรม ไม่แตก
ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

3. สมรรถภาพทางกายรวมของนักเรียนไทยภูเขาชาย ในโรงเรียนที่มีครูเคย
ผ่านการอบรม และโรงเรียนที่ครูไม่เคยผ่านการอบรม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ
.05

4. สมรรถภาพทางกายรวมของนักเรียนไทยภูเขาหญิง ในโรงเรียนที่มีครูเคย
ผ่านการอบรม คือว่าสมรรถภาพทางกายของนักเรียนไทยภูเขาหญิง ในโรงเรียนที่ครูไม่เคย
ผ่านการอบรมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Thesis Title The Physical Fitness of Thai Hill Tribe Students
 in Northern Provinces
Name Mr. Manus Yoadcome
Thesis Advisor Assistant Professor Prapat Luxanaphisuth
Department Physical Education
Academic Year 1981

ABSTRACT

The purpose of this study was to investigate the physical fitness of Thai hill tribe students in various ages levels. The North Carolina Fitness Test was used as a tool for collecting data. A stratified random sampling method was used to select 300 hill tribe students from Chiangmai, Chiangrai and Maehongsorn provinces. The samples were 146 boys and 154 girls from hill tribe schools where teachers from some of which were trained according to "The training of hill tribe teachers' aides Project." The obtained data were then analysed in terms of means, standard deviations, T-Score and t-test.

Result

1. The average ability of physical fitness of hill tribe students were as follows :

1.1 Males aged 6 : sit-up, 2.66 times; side step, 6.66 times; standing broad jump, 40.83 inches; pull-up, 15.33 times; and squat thrust 11.83 times; females aged 6 : sit-up, 3.90 times;

side step, 7.50 time; standing broad jump, 46.30 inches; pull-up 11.50 times; and squat thrust, 11.10 times.

1.2 Males aged 7 : sit-up, 4.70 times; aide step, 9.66 times; standing broad jump 45.12 inches; pull-up, 15.54 times; squat thrust, 12.25 times; females aged 7 : sit-up, 2.18 times; side step, 8.90 times; standing broad jump, 43.36 inches; pull-up 14.18 times; and squat thrust 11.63 times.

1.3 Males aged 8 : sit-up 6.22 times; side step 10.63 times, standing broad jump, 46.81 inches; pull-up, 19.63 times; and squat thrust, 13.36 times; females aged 8 : sit-up, 4.45 times; side step, 9.27 times; standing broad jump, 46.75 inches; pull-up, 15.51 times; and squat thrust, 12.09 times.

1.4 Males aged 9 : sit-up, 9.18 times; side step, 11.36 times; standing broad jump, 52.72 inches; pull-up, 16.31 times; and squat thrust, 12.63 times; females aged 9 : sit-up, 4.57 times; side step, 11.42 times; standing broad jump, 47.85 inches; pull-up 14.28 times; and squat thrust, 12.50 times.

1.5 Males aged 10 : sit-up, 5.47 times; sid step 12.00 times; standing broad jump, 50.89 inches; pull-up, 20.47 times; and squat thrust, 12.63 times; females aged 10 : sit-up, 6.91 times; side step, 9.91 times; standing broad jump, 50.16 inches; pull-up, 14.66 times; and squat thrust, 12.33 times.

1.6 Males aged 11 : sit-up, 12.92 times; side step, 13.00 times; standing broad jump, 55.92 inches; pull-up, 22.28 times; and squat thrust; 12.57 times; females aged 11 : sit-up, 8.61 times; side step, 11.07 times; standing broad jump, 53.15 inches; pull-up, 17.76 times; and squat thrust, 12.23 times.

1.7 Males aged 12 : sit-up, 9.50 times; side step, 11.57 times; standing broad jump, 56.14 inches; pull-up, 0.71 times; and squat thrust, 13.00 times; females aged 12 : sit-up, 8.38 times; side step, 11.15 times; standing broad jump, 53.53 inches; pull-up, 20.07 times; and squat thrust, 12.76 times.

2. The physical fitness of boy and girl hill tribe students in schools where teachers were trained was not significantly different from where teachers were not trained at all levels at the .05 level.

3. The total physical fitness of boy hill tribe students in schools where teachers were trained was not significantly different from where teachers were not trained at all levels at the .05 level.

4. The total physical fitness of girl hill tribe students where teachers were trained was significantly better than those in schools where teachers were not trained at the .05 level.

กิติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยได้รับความกรุณาจากท่านผู้เชี่ยวชาญศาสตราจารย์ประพนธ์
ลักษณะพิสุทธิ์ ซึ่งเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาและควบคุมการวิจัย ได้กรุณาแนะนำ แก้ไขข้อบก
พร่องต่าง ๆ จนวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงด้วยดี และการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ผู้วิจัย
ได้รับความร่วมมืออย่างดียิ่ง จากเจ้าหน้าที่ศูนย์พัฒนาและส่งเสริมชาวเขา ครูชาวเขา
คดอคนชาวเขาในจังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย และแม่ฮ่องสอน ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งใน
ความกรุณาดังกล่าวเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณไว้ ณ ที่นี้ด้วย

มนัส ยอดคำ



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
กิตติกรรมประกาศ	ฅ
รายการตารางประกอบ	ฉ

บทที่

1	บทนำ	
	ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
	วัตถุประสงค์ของการวิจัย	9
	สมมุติฐานของการวิจัย	9
	ขอบเขตของการวิจัย	10
	ข้อตกลงเบื้องต้น	10
	ความจำกัดของการวิจัย	10
	ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย	10
	คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	11
2	การวิจัยที่เกี่ยวข้อง	12
3	วิธีดำเนินการวิจัย	27
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	34
5	สรุป อภิปรายผล และขอเสนอแนะ	58
	บรรณานุกรม	66

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก. 72

ภาคผนวก ข. 76

ประวัติผู้เขียน 119



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการตารางประกอบ

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนกลุ่มตัวอย่างนักเรียนไทยภูเขาแยกตามอายุและเพศ	34
2	รายชื่อโรงเรียน และจำนวนนักเรียนไทยภูเขาในโรงเรียน ที่มีครูเคยผ่านการอบรม	35
3	รายชื่อโรงเรียนและจำนวนนักเรียนไทยภูเขาในโรงเรียนที่ ครูไม่เคยผ่านการอบรม	36
4	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของน้ำหนักและส่วนสูง ของนักเรียนไทยภูเขา	37
5	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนการทดสอบ สมรรถภาพทางกายของนักเรียนไทยภูเขาชาย ในโรงเรียน ที่มีครูเคยผ่านการอบรม	39
6	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนการทดสอบ สมรรถภาพทางกายของนักเรียนไทยภูเขาชาย ในโรงเรียน ที่ครูไม่เคยผ่านการอบรม	41
7	ค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมสมรรถภาพทางกายของนักเรียนไทย ภูเขาชาย ในโรงเรียนที่มีครูเคยผ่านการอบรม และในโรง เรียนที่ครูไม่เคยผ่านการอบรม และค่า "ที"	43
8	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนการทดสอบ สมรรถภาพทางกายของนักเรียนไทยภูเขาหญิง ในโรงเรียน ที่มีครูเคยผ่านการอบรม	44
9	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนการทดสอบ สมรรถภาพทางกายของนักเรียนไทยภูเขาหญิง ในโรงเรียน ที่ครูไม่เคยผ่านการอบรม	46

รายการตารางประกอบ (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
10	ค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมสมรรถภาพทางกายของนักเรียนไทยภูเขาหญิง ในโรงเรียนที่มีครูเคยผ่านการอบรม และในโรงเรียนที่ครูไม่เคยผ่านการอบรม	48
11	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนการทดสอบสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการของนักเรียนไทยภูเขาชาย	49
12	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนการทดสอบสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการของนักเรียนไทยภูเขาหญิง	51
13	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบความมีนัยสำคัญของความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ย ของคะแนนรวมสมรรถภาพทางกายของนักเรียนไทยภูเขาชายและหญิง ในโรงเรียนที่มีครูเคยผ่านการอบรม และในโรงเรียนที่ครูไม่เคยผ่านการอบรม	53
14	เกณฑ์ปกติวิสัยสมรรถภาพทางกายของนักเรียนไทยภูเขาชาย	54
15	เกณฑ์ปกติวิสัยสมรรถภาพทางกายของนักเรียนไทยภูเขาหญิง	56