

แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร  
สายออกบัตรธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทย

นางสาวทิตาภรณ์ ไผ่ตง

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา  
คณะวิทยาศาสตร์การกีฬาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ปีการศึกษา 2555

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)

เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR)  
are the thesis authors' files submitted through the Graduate School.

GUIDELINES FOR DEVELOPING MANAGEMENT OF SPORT AND EXERCISE  
ACTIVITIES FOR PERSONNEL OF BANKNOTE MANAGEMENT  
GROUP BANK OF THAILAND

Miss ThitapornPhaitong

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Sciences Program in Sport Sciences

Faculty of Sport Science

Chulalongkorn University

Academic Year 2012

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย  
หรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทย

โดย

นางสาวทีตาภรณ์ ไฝ่ตง

สาขาวิชา

วิทยาศาสตร์การกีฬา

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก รองศาสตราจารย์ ดร. ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้ นับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็น  
ส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโท สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา

.....คณบดีคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชรินทร์ชัย อินทนิรม)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ เทพประสิทธิ์กุล วัชรวิชัย)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก  
(รองศาสตราจารย์ ดร. ประพัฒน์ลักษณะพิสุทธิ)

.....กรรมการ  
(อาจารย์ ดร. จุฑาทิงศักดิ์)

.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พราโม อินพรม)

นางสาวทิศาภรณ์ ไผ่ตง: แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย  
สำหรับบุคลากรสาย ออกบัตรธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทย. (GUIDELINES FOR  
DEVELOPING MANAGEMENT OF SPORT AND EXERCISE ACTIVITIES FOR  
PERSONNEL OF BANKNOTE MANAGEMENT GROUP BANK OF THAILAND)

อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก : รศ.ดร.ประพัฒน์ลักษณะพิสุทธิ์, 132 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย  
สำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย กลุ่มตัวอย่างเป็นบุคลากรสาย  
ออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย จำนวน 285 คน และผู้บริหารฝ่ายบริหารและพัฒนา  
บุคคล สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย จำนวน 5 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็น  
แบบสอบถาม นำข้อมูลมาวิเคราะห์ทางสถิติ โดยการสรุป แจกแจงความถี่ หาค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ  
และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน นำผลการวิเคราะห์เสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง และรายชื่อ  
พร้อมความถี่ หลังจากนั้นนำมาพัฒนาแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย  
สำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ต่อไป

ผลการวิจัยพบว่า

การจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย  
มีแนวทางพัฒนารวม 4 ด้าน แต่ละด้านที่มีแนวทางที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ดังนี้ ด้านบุคลากร ควรจัดหาวิทยากร  
มาบรรยายในหัวข้อต่างๆ ที่เกี่ยวกับการสร้างแรงจูงใจให้บุคลากรหันมาออกกำลังกาย เช่น วิธีการออกกำลังกายที่  
ถูกต้อง การดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง หลักโภชนาการ ฯลฯ และ ควรจัดอบรมเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้นในกรณี  
ผู้ใช้บริการเกิดอุบัติเหตุ ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ควรดูแลอาคารให้มีความปลอดภัย  
และซ่อมแซมส่วนที่ชำรุดอย่างทันทั่วทั้งที่ด้านการบริการ ควรจัดการแข่งขันกีฬาสีภายในสำหรับบุคลากรเพื่อสร้าง  
ความสามัคคีภายในองค์กรด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย ควรให้มีการจัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้  
สอดคล้องกับเวลาของบุคลากรอย่างเหมาะสม ศูนย์กีฬาควรสนับสนุนและพิจารณากิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย  
ที่บุคลากรต้องการเล่น และ ศูนย์กีฬาควรจัดวิทยากรภายนอกที่มีประสบการณ์ในด้านการสอนกิจกรรมกีฬา  
และการออกกำลังกายมาสอนบุคลากรในระยะสั้นๆ

สาขาวิชา.....วิทยาศาสตร์การกีฬา..... ลายมือชื่อนิสิต.....

ปีการศึกษา.....2555..... ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก.....

## 5478335039 : MAJOR SPORTS SCIENCE

KEYWORDS : GUIDELINES/DEVELOPING MANAGE/ SPORT AND EXERCISEACTIVITIES

THITAPORN PHAITONG :GUIDELINES FOR DEVELOPING MANAGEMENT OF SPORTAND EXERCISE ACTIVITIES FOR PERSONNEL OF BANKNOTE MANAGEMENT GROUP BANK OF THAILAND.ADVISOR : ASSOC. PROF. PRAPAT LAXANAPHISUTH,Ph.D., 132 pp.

The purposes of this research were to study the development management guidelines of sport and exercise activities of the Banknote Management Group Bank of Thailand. The samples were 285 personnel of the Banknote Management Group Bank of Thailand and 5 personnel of management and development level of Banknote Management Group Bank of Thailand. The self –constructed questionnaire and interview were the instrument to be used in collecting data. All data were analyzed by conclusion and statistic method included frequency distribution, average, percentage and standard deviation. Then they were used to develop to be the sport and exercise activities guidelines of the Banknote Management Group Bank of Thailand.

#### Results

There are 4 areas of sport management and exercise activities for personal of the Banknote Management Group Bank of Thailand. The means of each are in high level. The highest means of each area are follows. Human resource area: Provide expert person who will act as lecturer to describe as items concerning motive creation in order to push the personnel of Banknote Management Group to take exercise such as the correction method in taking exercise, good health care with best nutrition post etc. more the section should set a training program dealing with the beginning first aid in case of accident during taking an exercise. Building & Facility area: As well as all facilitating matters. The section should set a guard team to in charge of building and personnel safety and maintain suddenly the broken parts and tools. Service area: Sport day racing among personnel in order to create the unity for internal organization. Sport and exercise activities area: They should be complied and suitable with working hour. Support and consider what sport and exercise activities are favorite among personnel. External expert sport man with full experiences to train and design occasionally sport and exercise activities for the personnel.

Field of Study :Sports Science..... Student's Signature .....

Academic Year :2012..... Advisor's Signature.....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดีอันเนื่องมาจากผู้วิจัยได้รับความช่วยเหลือเป็นอย่างดีจากรองศาสตราจารย์ ดร. ประพัฒน์ลักษณะ พิสุทธี ที่ได้ให้คำปรึกษาแนะนำตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆของการวิจัยครั้งนี้มาโดยตลอด ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างยิ่งและขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์เทพประสิทธิ์กุลธวัชวิชัย ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ อาจารย์ ดร. จุฑาติงศภักดิ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พรม อินพรม กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ที่กรุณาให้คำแนะนำและแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ฉัตรชัยมะสุนสืบ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์ รองศาสตราจารย์ เทพประสิทธิ์กุลธวัชวิชัย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พรม อินพรม และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วันชัย บุญรอด ที่ได้กรุณาสละเวลาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคุณสุนีย์ ศิลปะงามเจริญ ที่ได้ให้คำปรึกษาชี้แนะแนะนำช่วยอำนวยความสะดวกในการติดต่อประสานงานทำให้การวิจัยครั้งนี้เป็นไปด้วยความราบรื่นและสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยทุกท่านที่รวมทั้งผู้เชี่ยวชาญที่ได้ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี และเสียสละเวลาของท่านเพื่อตอบแบบสอบถาม

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณาจารย์บุคลากรทุกๆท่านรวมทั้งพี่ๆเพื่อนๆและน้องๆคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่คอยช่วยเหลือให้กำลังใจและอำนวยความสะดวกในการทําวิจัยครั้งนี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคุณพ่อวิฑิตย์ – คุณแม่ นิภาวรรณ ใฝ่ดวงบิฑามารดาญาติพี่น้องทุกคนที่ได้อบรมสั่งสอนและสนับสนุนผู้วิจัยให้ความช่วยเหลือผลักดันให้ประสบความสำเร็จ รวมทั้งผู้วิจัยขอขอบพระคุณทุกท่านที่ได้ช่วยเหลือการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของทุกท่านที่กล่าวมาแล้วและมีได้กล่าวในที่นี้จึงขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

สุดท้ายนี้คุณประโยชน์ที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยขอมอบให้แก่ครูอาจารย์ที่ได้ให้ความรู้บิฑามารดาผู้ให้กำเนิดคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยศาสตร์แห่งการจัดการกีฬาที่ได้ให้วิชาความรู้ซึ่งก่อให้เกิดวิทยานิพนธ์ฉบับนี้

สารบัญ

		หน้า
	บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
	บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
	กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
	สารบัญ.....	ช
	สารบัญตาราง.....	ญ
	สารบัญแผนภูมิ.....	ฎ
บทที่		
1	บทนำ.....	1
	ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
	วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
	ขอบเขตการวิจัย.....	3
	คำจำกัดความของคำที่ใช้ในงานวิจัย.....	4
	ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย.....	6
2	เอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
	แนวความคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนา.....	7
	แนวความคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดการ.....	10
	แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการบริการ.....	16
	แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับความต้องการ.....	21
	แนวคิดทฤษฎีกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย.....	23
	ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับศูนย์กีฬาของสายออกบัตรธนาคาร ธนาकरแห่งประเทศไทย...งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	36 39
3	วิธีดำเนินงานวิจัย.....	44
	ขั้นตอนที่ 1 ขึ้นแนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาकरแห่งประเทศไทย.....	44

บทที่	หน้า
	<p>ขั้นตอนที่ 2 ขั้นพิจารณาคุณภาพของแนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและ การออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย..... 49</p>
4	<p>ผลการวิเคราะห์ข้อมูล..... 54</p> <p>ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามของบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร แห่งประเทศไทย ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม..... 55</p> <p>สภาพการจัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย..... 57</p> <p>ปัญหาการจัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย..... 62</p> <p>ความต้องการแนวทางจัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย..... 68</p> <p>ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆเกี่ยวกับแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬา และออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย..... 76</p> <p>ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามของผู้เชี่ยวชาญ..... 78</p> <p>ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม..... 78</p> <p>ความเป็นไปได้ในการนำแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย สำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จ..... 79</p> <p>ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เกี่ยวกับแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและ การออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย..... 86</p> <p>สรุปแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย..... 87</p>
5	<p>สรุปผลการวิจัยอภิปรายผล และข้อเสนอแนะ..... 89</p> <p>สรุปผลการวิจัย..... 89</p> <p>อภิปรายผลการวิจัย..... 94</p>



## หน้า

ข้อเสนอแนะ.....	99
รายการอ้างอิง.....	100
ภาคผนวก.....	101
ภาคผนวก ก เครื่องมือวิจัย.....	102
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	132

## สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 จำนวนประชากรของบุคลากรสายออกบัตร ธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทย.....	46
2 จำนวนกลุ่มตัวอย่างของฝ่ายต่างๆที่คำนวณตามสัดส่วน.....	46
3 จำนวน และค่าร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามข้อมูลทั่วไป.....	55
4 จำนวน และค่าร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสภาพการจัดการ กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร.....	58
5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหา การจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตร ธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทย.....	64
6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหา การจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตร ธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทยด้านบุคลากร.....	65
7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหา การจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตร ธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก.....	66
8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหา การจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตร ธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านการบริการ.....	68
9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหา การจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตร ธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทยด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย.....	70
10 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการ แนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทย.....	71

ตารางที่	หน้า
11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการ แนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทยด้านบุคลากร.....	72
12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการ แนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก.....	75
13 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการ แนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านการให้บริการ.....	79
14 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการ แนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย.	81
15 จำนวน และค่าร้อยละสถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	85
16 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการ นำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จ ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ โดยภาพรวม.....	86
17 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการ นำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จ ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านบุคลากร.....	87
18 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการ นำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จตาม ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก...	89

ตารางที่	หน้า
19ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ ในการนำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับ บุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จ ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านการบริการ.....	91
20ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ ในการนำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับ บุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จ ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย .....	93

## สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่	หน้า
1 แผนภูมิที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	43
2 แผนภูมิที่ 2 กระบวนการวิจัย.....	53

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันทรัพยากรมนุษย์ โดยเฉพาะบุคคลในวัยทำงาน เป็นปัจจัยที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ ทั้งภาครัฐและเอกชนจึงเล็งเห็นความสำคัญและความจำเป็นในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่มีอยู่ในปัจจุบัน และที่จะมีขึ้นในอนาคตให้มีคุณภาพ มีความเหมาะสมกับความก้าวหน้าของเศรษฐกิจ สังคม และเทคโนโลยีของประเทศ ดังที่รัฐบาลได้มีการกำหนด ยุทธศาสตร์การพัฒนาคูณภาพคนและสังคม ไทยสู่สังคมแห่งภูมิปัญญาและการเรียนรู้ ด้านการเสริมสร้างสุขภาพของคนไทยให้มีสุขภาพแข็งแรงทั้งกายและใจและอยู่ในสภาพแวดล้อมที่น่าอยู่เน้นการพัฒนากระบวนการสุขภาพอย่างครบวงจร มุ่งการดูแลสุขภาพเชิงป้องกัน การฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตใจ เสริมสร้างคนไทยให้มีความมั่นคงทางกายและการบริโภคอาหารที่ปลอดภัย ลด ละ เลิกพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ (แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10, 2550-2554) และได้มีการส่งเสริมให้บุคคลในวัยทำงานเห็นถึงความสำคัญของการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตการสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพที่ดี ปลูกฝังความมีน้ำใจ นักกีฬาให้เป็นค่านิยม เกิดความสามัคคีของคนในชาติ การสร้างความภาคภูมิใจ สร้างแรงบันดาลใจ สร้างรายได้ อาชีพ และการพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศ (แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 5, 2555-2559)ดังพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช ตอนหนึ่งที่ว่า

ร่างกายของคนเรานั้น ธรรมชาติสร้างมาสำหรับออกแรงใช้งาน มิใช่ ให้อยู่เฉยๆ ถ้าใช้แรง ให้ออกเหมาะพอดีสม่ำเสมอ ร่างกายก็เจริญแข็งแรงคล่องแคล่วและคงทน ยั่งยืน ถ้าไม่ใช้แรงหรือใช้ไม่เพียงพอ ร่างกายก็จะเจริญแข็งแรงอยู่ไม่ได้ แต่จะค่อยๆ เสื่อมไปเป็นลำดับ และหมดสภาพไปก่อนเวลาอันสมควร ดังนั้นผู้ที่ปกติทำงานโดยไม่ใช้กำลังหรือใช้กำลังแต่น้อยจึงจำเป็นต้องหาเวลาออกกำลังกายให้เพียงพอตามความต้องการตามธรรมชาติเสมอ ทุกวัน มิฉะนั้นจะเป็นที่น่าเสียดายเกินไป เพราะร่างกายอันกลับกลายเป็นอ่อนแอลงนั้นจะไม่อำนวยโอกาสให้ทำการงานโดยมีประสิทธิภาพได้(สำนักเลขาธิการ, 2523)

จากพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราชจะเห็นได้ว่าการพัฒนาทรัพยากรบุคคลในวัยทำงานให้มีสุขภาพที่ดีเพื่อพร้อมในการขับเคลื่อนให้ประเทศเจริญก้าวหน้าจึงเป็นสิ่งสำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งองค์กรใหญ่อย่างธนาคารแห่งประเทศไทยในฐานะธนาคารกลาง เป็นสถาบันการเงินที่สำคัญของประเทศ เนื่องจากมีบทบาทหน้าที่หลักในการรักษาเสถียรภาพทางการเงินและดูแลระบบการเงินให้มั่นคงและก้าวหน้า กำหนดนโยบายการเงิน การควบคุมดูแลสถาบันการเงิน มีความรับผิดชอบในการบริหารนโยบาย และพัฒนาระบบการเงินให้มีประสิทธิภาพและได้มาตรฐานสากลเพื่อให้เศรษฐกิจของประเทศมีความเจริญเติบโตอย่างต่อเนื่องและมีเสถียรภาพซึ่งมีหน่วยงาน สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยที่ทำหน้าที่ในการวางแผนและบริหารจัดการการออกใช้ธนบัตรภายในประเทศอย่างมีประสิทธิภาพ รักษาเสถียรภาพทางการเงิน สนับสนุนให้เศรษฐกิจของประเทศขยายตัวอย่างต่อเนื่อง ดูแลให้กลไกของตลาดเงินภายในประเทศดำเนินการอย่างราบรื่น และให้คำปรึกษาแก่รัฐบาลในการดำเนินนโยบายเศรษฐกิจ ในหน่วยงานสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ได้แบ่งการทำงานของบุคลากรออกเป็น 5 ฝ่าย ดังนี้ 1) ฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล 2) ฝ่ายการบัญชีและพัสดุ 3) ฝ่ายกลยุทธ์และวางแผน 4) ฝ่ายบริหารจัดการธนบัตร 5) โรงพิมพ์ธนบัตรซึ่งแต่ฝ่ายต้องใช้ทรัพยากรบุคคลที่มีความรู้ความสามารถมาก ในการทำงานของแต่ละฝ่ายนั้นอาจก่อให้เกิดผลทำให้ร่างกายเกิดความตึงเครียด อ่อนล้า เป็นผลเสียแก่ทั้งสุขภาพกาย และ สุขภาพจิตซึ่งภายในหน่วยงานสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ได้มีการจัดส่วนพื้นที่ที่เป็นที่พักผ่อนหย่อนใจและสถานที่ออกกำลังกายไว้ให้กับบุคลากร เรียกว่า อาคารสโมสรและศูนย์กีฬา สายออกบัตรธนาคาร เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรหันมาให้ความสนใจสุขภาพร่างกายด้วยการเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย ซึ่งจะช่วยในการพัฒนาด้านร่างกายและจิตใจ ลดความเครียด ความวิตกกังวล และเปิดโอกาสให้สร้างมนุษยสัมพันธ์ในระหว่างเพื่อนร่วมงาน เป็นการช่วยลดความขัดแย้งในองค์กร ก่อให้เกิดผลผลิตเพิ่มขึ้น หรือตรงตามเป้าหมาย นอกจากนี้กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ยังช่วยเสริมสร้างความสามัคคี สร้างขวัญกำลังใจของบุคลากรอีกด้วยศูนย์กีฬา สายออกบัตรธนาคาร ได้แบ่งกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายออกเป็น 14 ชมรมกีฬา ได้แก่ 1) เทนนิส 2) แบดมินตัน 3) เทเบิลเทนนิส 4) ฟุตบอล 5) วอลเลย์บอล 6) บาสเกตบอล 7) ออกกำลังกาย 8) โยคะ 9) กีฬาในร่ม 10) เปตอง 11) ตะกร้อ 12) กอล์ฟ 13) จักรยานเพื่อสุขภาพ 14) ยิงปืนสมัครเล่น และยังมีในส่วนของห้องฟิตเนสไว้ให้บริการอีกด้วย แต่จากข้อมูลของศูนย์กีฬาและการสอบถามจากเจ้าหน้าที่ศูนย์กีฬาชี้ให้เห็นว่าการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายของบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ยังอยู่ในจำนวนที่น้อยถ้าเทียบกับอัตราส่วนของบุคลากรทั้งหมด และจากสถิติการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายของบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร เมื่อเทียบกับระหว่าง

ในปี พ.ศ. 2554 กับ ปี พ.ศ. 2555 การเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายของบุคลากร สายออกบัตรธนาคารมีจำนวนน้อยลง

จากที่กล่าวมาข้างต้นถึงปัญหาการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายของบุคลากร สายออกบัตรธนาคารดังกล่าว ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาสภาพ ปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายของบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ว่าเป็นอย่างไร อีกทั้ง ศึกษาความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายของบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย เพื่อที่จะนำผลการศึกษามาพัฒนาแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายของบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยให้มีประสิทธิภาพ อันหมายถึงการที่จะทำให้บุคลากรของสายออกบัตรธนาคารหันมาสนใจเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ที่ทางศูนย์กีฬาจัดให้ เพื่อส่งผลให้บุคลากรของสายออกบัตรธนาคาร มีสุขภาพที่แข็งแรงทั้งทางสุขภาพกายและสุขภาพจิต ก่อให้เกิดการทำงานที่มีประสิทธิภาพ และเกิดประโยชน์อย่างยิ่งต่อองค์กรและประเทศชาติสืบไป

### คำสำคัญ

แนวทางการจัดการ กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย สภาพ ปัญหา และความ ต้องการสายออกบัตรธนาคาร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพ ปัญหาและความต้องการการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย
2. เพื่อพัฒนาแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

### ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านพื้นที่ ผู้วิจัยจะทำการวิจัย ณ ศูนย์กีฬาของสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย
2. ขอบเขตด้านประชากร ประชากรที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย
  - 2.1บุคลากรในสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย จำนวน 957 คน
  - 2.2ผู้บริหารฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย จำนวน 5 คน
3. ขอบเขตด้านเนื้อหา ประกอบด้วย



3.1 ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ตำแหน่ง สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน

3.2 ทรัพยากรในการบริหารจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับ บุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ในด้านต่างๆ ได้แก่

3.2.1 ด้านบุคลากร (Man)

3.2.2 ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก(Material)

3.2.3 ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย (Sport and Exercise Activities)

3.2.4 ด้านการให้บริการ (Service)

4. ขอบเขตด้านตัวแปรที่ศึกษาค้นคว้า

4.1 ตัวแปรต้น ได้แก่

4.1.1 ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ตำแหน่ง สถานภาพสมรสระดับ การศึกษา รายได้ต่อเดือน

4.1.2 สภาพ ปัญหา และความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ในด้าน ต่างๆ ดังนี้

4.1.2.1 ด้านบุคลากร (Man)

4.1.2.2 ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก(Material)

4.1.2.3 ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย(Sport and Exercise Activities)

4.1.2.4 ด้านการบริการ (Service)

4.2 ตัวแปรตาม ได้แก่

แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับ บุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

**คำจำกัดความที่ใช้ในงานวิจัย**

**แนวทางพัฒนา** หมายถึง การปรับปรุง สร้างสรรค์ การจัดการกิจกรรมกีฬาและการออก กายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย จากเดิมที่มีอยู่ให้มี ประสิทธิภาพและประสิทธิภาพที่ดีขึ้น

**การจัดการ** หมายถึง เป็นกระบวนการการสั่งงาน การควบคุม และการดำเนินงานการ จัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่ง

ประเทศไทย ในด้านบุคลากรด้านสถานที่วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านการบริการ ด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย

**สภาพ** หมายถึง สิ่งที่มีอยู่ เป็นอยู่ในปัจจุบันของการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ในด้านบุคลากร ด้านอาคารสถานที่อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก ด้านการบริการและด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย เช่น จำนวนเจ้าหน้าที่ที่ให้บริการ สภาพสนามกีฬา อุปกรณ์กีฬา ฯลฯ

**ปัญหา** หมายถึง สิ่งที่เป็นอุปสรรคข้อขัดข้องหรือสิ่งไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นในการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ในด้านบุคลากร ด้านอาคารสถานที่อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก ด้านการบริการและด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย เช่น ปัญหาด้านห้องน้ำไม่เพียงพอ ปัญหาด้านอุปกรณ์กีฬาชำรุด ฯลฯ

**ความต้องการ** หมายถึง สภาพที่สอดคล้องกับความรู้สึกเฉพาะตัวบุคคล ที่มีลักษณะเป็นความประสงค์ หรือความคาดหวังที่อยากจะให้เกิดขึ้นในการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ในด้านบุคลากร ด้านอาคารสถานที่อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก ด้านการบริการและด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย เช่น ความต้องการเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ ประจำอยู่ในศูนย์กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ความต้องการให้จัดสถานที่ออกกำลังกายให้มีมาตรฐานและมีความปลอดภัย ฯลฯ

**สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย** หมายถึง หน่วยงานฝ่ายที่กำกับดูแลวางแผนและบริหารจัดการการออกใช้ธนบัตรอย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีปริมาณหมุนเวียนเพียงพอ กับความต้องการของระบบเศรษฐกิจ และให้มีความเชื่อมั่นในระบบเงินตรา

**ศูนย์กีฬา** หมายถึง อาคาร โรงยิมเนเซียมและสนามกีฬาต่างๆ ที่อยู่ภายในศูนย์กีฬา สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

**การจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย** หมายถึง การนำกระบวนการจัดการเข้ามาบริหารกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่ได้จัดแบ่งไว้เป็นชมรมกีฬาต่างๆ เช่น ชมรมเทนนิส ชมรมแบดมินตัน ชมรมบาสเกตบอล ห้องฟิตเนส ฯลฯ เพื่อเสริมสร้างสุขภาพอนามัยทั้งทางกายและจิตใจ ให้กับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

**บุคลากร** หมายถึง พนักงานที่ปฏิบัติงาน ในหน้าที่และตำแหน่งต่าง ๆ ได้แก่ ฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคลฝ่ายการบัญชีและพัสดุ ฝ่ายกลยุทธ์และวางแผน ฝ่ายบริหารจัดการธนบัตร โรงพิมพ์ธนบัตร ภายในสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

**เจ้าหน้าที่** หมายถึง ผู้ที่ปฏิบัติหน้าที่ดูแล และสอนกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้กับผู้มาใช้บริการ รวมทั้งอำนวยความสะดวกสบายและความช่วยเหลือแก่ผู้ให้บริการ ภายในศูนย์กีฬา สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

**ฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล** หมายถึง ฝ่ายที่มีหน้าที่โดยตรงที่จะจัดดำเนินการในเรื่องการพัฒนาทรัพยากรบุคคลกร ทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ทักษะ ทักษะการต่างๆ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานให้เกิดแก่บุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

**ผู้เชี่ยวชาญ** หมายถึง ผู้บริหารฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

### **ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย**

1. ได้แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ที่มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น
2. ทำให้ทราบถึงสภาพ ปัญหา ในการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายในปัจจุบันของศูนย์กีฬา สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย
3. เป็นแนวทางในการศึกษา ค้นคว้า วิจัย เกี่ยวกับการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายภายในองค์กรอื่นๆ

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง “แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสาย ออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย” ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าจากตำราเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องนำเสนอตามหัวข้อดังต่อไปนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนา
2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดการ
3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการบริการ
4. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับความต้องการ
5. แนวคิดทฤษฎีกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย
6. ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับศูนย์กีฬาของสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 1. แนวความคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนา

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถานพ.ศ. 2542 ให้ความหมายไว้ว่าการพัฒนาแปลว่าทำให้เจริญ

นักวิชาการหลายท่านได้ให้ความหมายของ “การพัฒนา” ดังนี้

สัญญาสัญญาวิวัฒน์ (2526) ได้ให้ความหมายของคำว่าพัฒนาหมายถึงการเปลี่ยนแปลงที่มีการกำหนดทิศทาง (directed change) หรือการเปลี่ยนแปลงที่ได้วางแผนไว้แน่นอนล่วงหน้า (planned change)

ยูวัฒน์วุฒิเมธี (2526) ให้ความหมายของคำว่าพัฒนาหมายถึงการกระทำให้เกิดขึ้นคือเปลี่ยนจากสภาพหนึ่งไปสู่อีกสภาพหนึ่งที่ดีกว่า

Batten (1959) ผู้เชี่ยวชาญด้านพัฒนาชุมชนของอังกฤษได้ให้ความหมายของคำว่าพัฒนา หมายถึงการเปลี่ยนแปลงให้ดีขึ้น

ทิตยาสุวรรณชฎ(2517)ได้ให้ความหมายของ การพัฒนา คือการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการและได้กำหนดทิศทางและมุ่งที่จะควบคุมอัตราการเปลี่ยนแปลงด้วยสภาวะการพัฒนาเป็นสภาวะสมาชิกของ

สังคมได้ใช้ความรู้ความสามารถของตนได้เต็มที่โดยไม่มีสภาวะครอบงำเช่นความบีบคั้นทางการเมือง ความบีบคั้นทางเศรษฐกิจหรือความไม่สมบูรณ์ในอนามัยทุกคนสามารถที่จะนำเอาศักยภาพของตนออกมาใช้ให้เป็นประโยชน์อย่างเต็มที่เช่นการเพิ่มผลผลิตทางการเกษตรของไทยไม่สามารถจะใช้รถแทรกเตอร์แบบอเมริกาได้ม.ร.ว.เทพฤทธิ์เทวกุลได้ประดิษฐ์ “ควายเหล็ก” ขึ้นมาใช้ไถนาในสภาพแวดล้อมของสังคมไทย

อมรรักษ์าศัยและชัตติยากรรมสุด(2515)ได้ให้ความหมายของคำว่าพัฒนาหมายถึงการเปลี่ยนแปลงในตัวระบบที่ทำการซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงในตัวระบบที่ทำการซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงด้านคุณภาพ (qualitative changes) ส่วนการแปลงรูป (transformation) เป็นการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมของตัวกระทำ (environmental changes) ซึ่งนอกเหนือจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านคุณภาพและปริมาณเช่นการคมนาคมของประเทศไทยเมื่อเริ่มแรกได้มีการใช้รถเทียมม้าแล้วปรับปรุงให้ดีขึ้นโดยใช้เครื่องจักรไอน้ำมาทำรถไฟและค่อยๆปรับปรุงให้ดียิ่งขึ้นเรื่อยๆการเปลี่ยนแปลงจากรถม้ามาเป็นรถไฟหรือเป็นรถยนต์หรือเครื่องบินจนเป็นจรวดที่ดีนับได้ว่าเป็นการพัฒนา

สนธยา พลศรี (2547)กล่าวว่า การพัฒนา หมายถึงการเปลี่ยนแปลงสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้เกิดความเจริญเติบโตงอกงามและดีขึ้นจนเป็นที่พึงพอใจ

ทวีทิมา(2528) ได้สรุปคำว่าพัฒนาเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นและการเปลี่ยนแปลงนั้นจะต้องเป็นไปในทางที่ดีขึ้นกว่าสภาพเดิมที่เป็นอยู่โดยสามารถวิเคราะห์ความหมายของคำว่า “การพัฒนา” จากแนวทาง 3 ด้านคือ

1. ด้านความก้าวหน้า
2. ด้านการวางแผนเพื่อให้เกิดความเจริญ
3. ด้านวิธีการในการดำเนินการพัฒนา

ดิเรกฤกษ์ห่วย (2527) ให้แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาว่ามีลักษณะเป็นกระบวนการดังนี้คือ

1. การพัฒนาเป็นกระบวนการปรับปรุงคุณภาพชีวิตของบุคคลทั้งทางเศรษฐกิจและสังคม
2. การพัฒนามุ่งให้เกิดความเสมอภาคกันในสังคมทางเศรษฐกิจและสังคม
3. การพัฒนาจะต้องสร้างให้เกิดการกระจายอย่างทั่วถึงทั้งรายได้ของคนในชุมชนและการ

กระจายบริการต่างๆที่รัฐพึงให้แก่ประชาชนโดยมีช่องว่างระหว่างชุมชนในชนบทและในเมืองให้น้อยที่สุด

Edward W.Weidner (อ้างถึงใน ธวัชทัน โดภาส, 2529) ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาไว้ 4 กลุ่มคือ

กลุ่มที่ 1 มีความคิดเห็นว่าการพัฒนาหมายถึงการเจริญเติบโตคือการเพิ่มของผลผลิตซึ่งกระทำโดยระบบสังคมร่วมกับสิ่งแวดล้อม

กลุ่มที่ 2 มีความคิดเห็นว่าการพัฒนาน่าจะหมายถึงการเปลี่ยนแปลงระบบการกระทำเช่น การเปลี่ยนแปลงระบบสังคมระบบการเมืองและระบบบริหารเป็นต้น

กลุ่มที่ 3 มีความคิดเห็นว่าการพัฒนาเป็นการเน้นถึงวัตถุประสงค์หลักการพัฒนาตามแนวคิดนี้จะขึ้นอยู่กับจุดประสงค์ว่าผู้กำหนดวัตถุประสงค์ระบุไว้อย่างไรต้องการอะไรปัญหาต่อมาคือวัตถุประสงค์นั้นมีเหตุผลหรือได้รับความเห็นชอบหรือการสนับสนุนจากบุคคลที่เกี่ยวข้องมากน้อยเพียงใด

กลุ่มที่ 4 มีความคิดเห็นว่าการพัฒนาหมายถึงการเปลี่ยนแปลงโดยการวางแผนเพื่อไปใช้ในการดำเนินการซึ่งเน้นที่การวางแผนและนำไปดำเนินการเพื่อกำหนดหรือก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงตามจุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์นั้นๆ

Wendell L. French and Cecil H. Bell (1973) การพัฒนาองค์การ หมายถึง ความพยายามในระยะยาวที่จะปรับปรุงการแก้ไขปัญหาขององค์การ โดยใช้วิธีการจัดการที่มีประสิทธิภาพ ใช้วิธีการทำงานเป็นทีม ใช้หลักทฤษฎีพฤติกรรมศาสตร์ และการวิจัยเชิงปฏิบัติการ

อุทัย หิรัญโต (2523) การพัฒนาองค์การ หมายถึง ความพยายามอย่างมีแบบแผนในการเพิ่มประสิทธิภาพขององค์การและความเจริญของงานขององค์การด้วยการเปลี่ยนแปลงปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมภายนอกที่เป็นอยู่หรือที่เปลี่ยนแปลงไป

### หลักการพัฒนาองค์การ

ในการพัฒนาองค์การมีหลักการดังนี้(สุชาติ ทวีพรปฐมกุล, 2544)

1. มุ่งกระทำต่อองค์การเป็นส่วนรวม
2. เน้นการพัฒนาองค์การให้ใหม่อยู่เสมอ
3. ลดความขัดแย้งภายในและภายนอกองค์การ
4. ใช้ความรู้ทางพฤติกรรมศาสตร์ในการแก้ปัญหา
5. ยึดถือวิธีการทำงานเป็นทีม
6. สร้างความรู้สึกเป็นเจ้าของร่วมกันในมวลสมาชิก
7. ให้โอกาสแก่สมาชิกในการช่วยกันแก้ปัญหา
8. สร้างบรรยากาศที่ดีในการทำงาน

จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยสรุปได้ว่าการพัฒนาหมายถึงกระบวนการในการเปลี่ยนแปลงสร้างสรรค์ จากสภาพเดิมไปสู่สภาพใหม่ที่ก้าวหน้าหรือเป็นไปในเชิงบวกโดยวิธีการหรือ

กระบวนการที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพ และประสิทธิผลสูงสุด

## 2. แนวความคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดการ

ความหมายของ “การจัดการ” นักวิชาการได้ให้ความไว้แตกต่างกัน ดังนี้

Robbins and Coulter(2002) ได้ให้ความหมายของการจัดการไว้ว่า เป็นกระบวนการของความร่วมมือเพื่อให้เกิดการร่วมกันดำเนินกิจกรรมการทำงานให้ประสบผลสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลต่อตนเองและผู้อื่น

Jones & George (2003) กล่าวว่า การจัดการ หมายถึงการวางแผนการจัดโครงสร้างองค์การ นำและการควบคุมในด้านบุคลากรและทรัพยากรอื่นๆ ในการบรรลุเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลทรัพยากรขององค์การรวมถึงสินทรัพย์เช่นเครื่องจักร วัสดุคิบ เงินทุน เทคโนโลยีบุคลากร เป็นต้น

Schermahorn (2002)กล่าวว่า การจัดการ คือกระบวนการทำงานที่ประกอบไปด้วยการวางแผน การจัดการองค์กร และการควบคุมทรัพยากรที่องค์กรมีอยู่ เพื่อให้การดำเนินงานบรรลุซึ่งเป้าหมายขององค์กร

มัลลิกา ดันสอน (2544) การจัดการ หมายถึง กระบวนการในการทำงานให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ต้องการอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล โดยการสั่งการและการทำงานร่วมกับบุคคลอื่น

ศิริวรรณ เสรีรัตน์และคณะ (2542) กล่าวว่า การจัดการ คือ กระบวนการที่ผู้จัดการใช้ ศิลปะและกลยุทธ์ต่างๆ ดำเนินกิจกรรมตามขั้นตอน โดยอาศัยความร่วมมือแรงร่วมใจของสมาชิกในองค์กร การตระหนักถึงความสามารถ ความถนัด ความต้องการและความมุ่งหวังในด้านความเจริญก้าวหน้าในการปฏิบัติงานของสมาชิกในองค์กรควบคู่ไปด้วย องค์กรจึงจะสัมฤทธิ์ผลตามเป้าหมายที่กำหนดไว้

สมคิด บางโม (2545) กล่าวว่า การจัดการ คือ ศิลปะในการใช้คน เงิน วัสดุอุปกรณ์ขององค์กรและนอกองค์กร เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ขององค์กรอย่างมีประสิทธิภาพ

Richard L. Daft (1994) ได้ให้ความหมายว่า การจัดการเป็นการบรรลุถึงเป้าหมายขององค์กรอย่างมีประสิทธิภาพ และประสิทธิผล ผ่านการวางแผนการจัดองค์กร การนำ และการควบคุมทรัพยากรขององค์กร

จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยสรุปได้ว่าการจัดการ หมายถึงกระบวนการในการทำงานโดยใช้ การวางแผน การจัดการ การควบคุมทรัพยากรที่มีอยู่ในองค์กร และใช้ความร่วมมือร่วมใจของคน ในองค์กร เพื่อให้การดำเนินงานบรรลุตามเป้าหมายที่องค์กรตั้งไว้ อย่างมีประสิทธิภาพและ ประสิทธิภาพ

### ทรัพยากรในการจัดการ

ธงชัย สันติวงศ์ (2545) กล่าวว่าทรัพยากรในการจัดการประกอบไปด้วย

1. คน (Man) คือทรัพยากรที่ถือได้ว่าเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญที่จะก่อผลสำเร็จให้กับ กิจกรรมได้อย่างมากทั้งปริมาณและคุณภาพ
2. เครื่องจักร (Machine) คือ เครื่องจักร อุปกรณ์ที่จัดหาและซื้อมาเพื่อใช้ปฏิบัติงานให้ เกิด

ประโยชน์สูงสุดและคุ้มค่า

3. เงินทุน (Money) เป็นปัจจัยที่สำคัญในการให้การสนับสนุนจัดหาทรัพยากรเพื่อหล่อ เลี้ยงและอำนวยความสะดวกให้กิจกรรมขององค์กรดำเนินไปอย่างไม่ติดขัด ซึ่งเงินทุนนี้มีทั้งระยะ สั้นและระยะยาว
4. วัสดุสิ่งของ (Material) เป็นปัจจัยที่ต้องนำมาใช้ในการดำเนินการผลิต หรือการบริการ

### ด้านบุคลากร (Men)

ศิริอร ชันชหัตถ์ (2545) กล่าวว่า คนเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดในการบริหาร ดังนั้นการ บริหารงานบุคคลจึงมีความสำคัญซึ่งเป็นหน้าที่หลักของผู้บริหารที่ควรพึงเอาใจใส่ชีวิตความเป็นอยู่ และความสุขความทุกข์ของพนักงานดูแลพนักงานขององค์กรให้อยู่ในสภาพที่จะปฏิบัติงานได้ อย่างเต็มกำลังความสามารถ การมอบหมายให้เหมาะสมกับบุคคล (Put the right man in the right place) และให้ความเป็นธรรมแก่พนักงาน โดยเสมอหน้ากัน

สมชาย กิจสัมพันธ์วงศ์ (2539) กล่าวว่า คนเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดในการบริหารเพราะคน เป็นผู้ใช้ปัจจัยในการบริหารอื่นๆ ไม่ว่าจะเป็น เงิน วัสดุ และวิธีการจัดการ แต่องค์กรหรือ หน่วยงานใดจะสามารถอยู่ปฏิบัติงานให้นานที่สุดได้นั้น องค์กรหรือหน่วยงานจำเป็นต้องการการ บริหารงานบุคคลที่ดีพอ

สมยศ นาวิการ (2526) ได้กล่าวว่า ทรัพยากรที่มีความสำคัญมากที่สุดขององค์กร คือ ทรัพยากรมนุษย์ ดังนั้นหน้าที่ของความเป็นผู้นำที่อาจจะนับได้ว่ามีความสำคัญมากที่สุดของ ผู้บริหาร คือ การคัดเลือก การฝึกอบรม และการพัฒนากำลังคน ถ้าหากปราศจากกำลังคนที่มี



ความสามารถโดยเฉพาะอย่างยิ่งระดับผู้บริหารแล้ว องค์กรจะประสบกับความยุ่งยากในความสำเร็จของเป้าหมายที่ได้กำหนดขึ้นมา

หน้าที่ที่สำคัญที่สุดที่ผู้บริหารจะต้องรับผิดชอบคือ หน้าที่ในการจัดคนเข้าทำงานภายในองค์กรให้มีความเหมาะสมกับตำแหน่งงาน ต้องขึ้นอยู่กับความสามารถ และความพร้อมของตัวบุคคลด้วย ผู้บริหารจะต้องมีการเลือกเฟ้นตัวบุคคลที่มีคุณสมบัติที่ดีที่สุด จึงจะทำให้องค์กรสามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ขององค์กรที่ได้ตั้งไว้การคัดเลือกหรือจัดหาตัวบุคคลที่จะมาทำงานในหน้าที่ต่างๆ รวมทั้งการพัฒนาตัวบุคคลดังกล่าวให้มีความสามารถสูงขึ้น มีหลักดังนี้

1. จัดหาคนที่มีบุคลิกภาพและความสามารถที่ตรงกับการทำงานนั้นๆ
2. รับบุคคลให้เข้าทำงานที่สัมพันธ์กับความสามารถของตัวบุคคล
3. พัฒนาความสามารถของบุคคลด้วยการส่งเสริมให้บุคคลไปเรียนรู้ในสิ่งใหม่ๆ ตลอดเวลาเพื่อเพิ่มความรู้ความสามารถต่างๆ เพื่อให้งานออกมามีประสิทธิภาพมากขึ้น
4. ส่งเสริมให้บุคคลมีทัศนคติที่ดีในการทำงาน

จรินทร์ ธานีรัตน์ (2528) กล่าวว่า บุคลากรเป็นปัจจัยสำคัญยิ่งในการจัดกีฬาเพื่อมวลชน เพราะเป็นทั้งผู้วางแผนและดำเนินการทางการกีฬาให้เกิดผลต่อผู้เข้าร่วม เพื่อให้เกิดผลตามความมุ่งหมาย ควรจะมีเจ้าหน้าที่ดำเนินงาน และวางแผนนโยบายที่แน่นอน

ศิริอรชันทัดต์ (2545) ได้แบ่งการบริหารงานบุคคลออกเป็น 2 ระบบ คือ

1. ระบบคุณธรรม (Merit System) เป็นระบบบริหารงานบุคคลที่ใช้หลักเกณฑ์ 4 ประการคือ
  - 1.1 หลักความเสมอภาค เช่น ใช้สิทธิสมัครสอบได้ทุกคน
  - 1.2 หลักความสามารถ เช่น ให้ผู้ที่สอบได้คะแนนสูงกว่าได้รับการบรรจุก่อน
  - 1.3 หลักความมั่นคง เช่น ให้ผู้ร่วมงานได้รับความคุ้มครองเมื่อได้ปฏิบัติตามหน้าที่
  - 1.4 หลักความเป็นกลางทางการเมือง เช่น ห้ามข้าราชการฝักใฝ่ทางการเมือง

2. ระบบอุปถัมภ์ (Patronage System) เป็นระบบบริหารงานบุคคลที่ตรงข้ามกับคุณธรรม ส่วนใหญ่จะใช้ระบบเครือญาติ หรือระบบพี่น้อง

เนตร์พัฒนา ยาวีราช (2546) ได้แบ่งขั้นตอนการบริหารทรัพยากรมนุษย์ ประกอบด้วยขั้นตอนสำคัญ 3 ขั้นตอน คือ

1. การสรรหา (Recruitment) คือการได้มาซึ่งทรัพยากรมนุษย์ เพื่อบรรจุในตำแหน่งงานที่ว่างโดยการจ้างงาน การสรรหาที่มีประสิทธิภาพ มีข้อควรพิจารณา คือ การพิจารณางานที่ต้องการพนักงานปฏิบัติหน้าที่ แหล่งของทรัพยากรมนุษย์ ที่จะทำการสรรหาที่จะทำได้ ทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพ

2. การคัดเลือก (Selection) หลักในการคัดเลือกพนักงาน คือการได้บุคคลที่ดีที่สุดและเหมาะสมที่กับงาน

3. การพัฒนาและฝึกอบรม (Training) การฝึกอบรม เป็นกระบวนการในการพัฒนาคุณภาพของทรัพยากรมนุษย์ในองค์กรเพื่อให้มีผลการทำงานดีขึ้น เพื่อให้บรรลุเป้าหมายขององค์กรวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรม มีผลต่อความสำเร็จขององค์กรและมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของพนักงาน ขึ้นตอนของการฝึกอบรมพนักงานมีดังนี้

1. การพิจารณาความต้องการฝึกอบรม
2. การกำหนดโครงการฝึกอบรม
3. การบริหารจัดการฝึกอบรม
4. การประเมินผลการฝึกอบรม

การประเมินผลการปฏิบัติงาน (Performance Appraisal)

Bellogs (1961) ระบุ การประเมินผลการปฏิบัติงานหมายถึง การประเมินค่าของแต่ละบุคคล สำหรับองค์การซึ่งมักจะดำเนินการโดยผู้บังคับบัญชาหรือโดยบุคคลที่อยู่ในตำแหน่งที่สามารถสังเกตการณ์ปฏิบัติของผู้ถูกประเมิน ได้โดยมีการดำเนินการอย่างเป็นระบบต่อเนื่อง

ธงชัยสันติวงศ์ (2531) กล่าวว่า การประเมินผลการปฏิบัติงาน คือ กิจกรรมด้านการบริหารงานบุคคลที่เกี่ยวข้องกับวิธีการ ซึ่งหน่วยงานพยายามกำหนดได้ทราบแน่ชัดว่าพนักงานได้ประสิทธิภาพมากน้อยเพียงใด

Beach (2000) กล่าวว่า เป็นการประเมินค่าบุคคลในด้านการปฏิบัติงานและศักยภาพในการพัฒนาตนเองของบุคคล

เสนาะติเยาว์ (2532) ได้กำหนดนิยามการประเมินผลการปฏิบัติงานว่า เป็นการตีราคา หรือค่าการดำเนินการของบุคคลที่มีความสามารถในการทำงานได้ดีเพียงใด โดยพิจารณาคุณภาพที่กำหนดหรือบันทึกไว้ในระยะเวลาใดเวลาหนึ่ง

### ด้านการเงิน และงบประมาณ (Money)

ทองหล่อ เดชไทย ( 2536 ) กล่าวว่า การเงินเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญประการหนึ่งต่อการบริหารงาน เพราะการที่จะให้ได้ว่าซึ่งกำลังคนที่มีความรู้ความสามารถเหมาะสมกับตำแหน่งที่จะปฏิบัติ ต้องอาศัยเงิน หรืองบประมาณเพื่อเป็นค่าจ้าง ค่าตอบแทนและนอกจากนี้เงินยังเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับการซื้ออุปกรณ์เครื่องมือ เครื่องใช้ เพื่อการดำเนินงานขององค์กรดังนั้น เงิน จึงเป็นอีกปัจจัยหนึ่งของทรัพยากรที่สำคัญในการบริหารจัดการ เพื่อส่งเสริมให้การดำเนินงานในกระบวนการต่างๆ ขับเคลื่อนไปได้ด้วยดีผู้บริหารจะต้องคำนึงถึงสิ่งต่างๆ ต่อไปนี้

1. กำหนดวัตถุประสงค์ประสงค์ของการใช้เงินในแต่ละครั้งเพื่อไม่ให้มีการใช้เงินไปในทางที่ไม่สมควร และป้องกันการสูญเสียเงินไปโดยเปล่าประโยชน์

2. จัดทำแผนการใช้งบประมาณ จะต้องมีการวางแผนงาน โครงการ ตลอดจนค่าใช้จ่ายและเงินทุนต่างๆ ผู้บริหารจะต้องทราบหรือพิจารณาเตรียมจัดงบประมาณ

การจัดทำงบประมาณ ต้องมีการวางแผนทางการเงินเพื่อให้งานสำเร็จตามเป้าหมาย ผู้บริหารมีหน้าที่ที่จะต้องจัดทำงบประมาณเตรียมไว้สำหรับแผนระยะสั้น 1 ปี - 3 ปี และระยะยาว 5 ปี - 7 ปี ในแต่ละโครงการจะต้องมีการกำหนดการไว้ล่วงหน้าเป็นปี เพื่อจะได้วางแผนจัดสรรงบประมาณทางการเงินได้อย่างทันท่วงที

ปรีชา พงษ์เพ็ง (2537) กล่าวว่า งบประมาณ คือ แผนการเงินของรัฐบาลที่จัดทำขึ้น เพื่อแสดงรายรับและรายจ่ายของโครงการต่างๆ ที่รัฐบาลกำหนดว่าจะกระทำให้ระยะเวลาที่กำหนดโดยกำหนดจำนวนเงินค่าใช้จ่ายของแต่ละโครงการว่าจะใช้จ่ายเป็นเงินเท่าไร และจะหาได้จากทางไหนบ้าง เพื่อนำมาใช้จ่ายในโครงการนั้นๆ

#### **ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และเครื่องอำนวยความสะดวก (Materials)**

ธงชัย สันติวงษ์ (2531) กล่าวถึง วัสดุ อุปกรณ์ว่า เป็นปัจจัยที่มีปริมาณและมูลค่าสูงไม่ต่างไปจากปัจจัยอื่นๆ เพราะวัตถุดิบสิ่งของเหล่านี้ จะต้องมีการจัดหามาใช้ในการดำเนินการผลิตหรือพัฒนาตลอดเวลา เพื่อใช้ปฏิบัติงานให้เกิดประโยชน์สูงสุดและคุ้มค่า

ปรีชา พงษ์เพ็ง (2537) กล่าวถึง เครื่องมือเครื่องใช้ ตลอดจน โสตทัศนูปกรณ์ที่ช่วยสนับสนุนส่งเสริมการจัดการ ซึ่งสิ่งอำนวยความสะดวก และอุปกรณ์ที่เกี่ยวข้องกับการกีฬา ได้แก่ สถานที่ออกกำลังกาย สนามกีฬา โรงยิมเนเซียม สระว่ายน้ำ และอุปกรณ์ที่จำเป็นสำหรับการออกกำลังกาย และการกีฬา ทั้งที่ได้มาตรฐานและไม่ได้มาตรฐาน เพื่อตอบสนอง ความต้องการออกกำลังกาย หรือมีไว้เพื่อให้บริการสำหรับผู้ที่ต้องการ และไม่ต้องการออกกำลังกาย และเพื่อพักผ่อนหย่อนใจก็ได้ สามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. สิ่งอำนวยความสะดวกในร่ม (Indoor Facilities) หมายถึง สิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ทางด้านกีฬาที่จัดขึ้นภายในอาคารหรือสถานที่ที่กำหนดไว้ ซึ่งประกอบด้วย โรงยิมเนเซียม สนามกีฬาในร่ม ห้องนันทนาการ ห้องน้ำ เป็นต้น

2. สิ่งอำนวยความสะดวกกลางแจ้ง (Outdoor Facilities) สิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ที่อยู่กลางแจ้ง เช่น สนามกีฬาต่างๆ ที่อยู่กลางแจ้ง สระว่ายน้ำ สวนสุขภาพ เป็นต้น

สำหรับการจัดซื้อจัดหาวัสดุอุปกรณ์ ควรปฏิบัติดังนี้

1. ก่อนการซื้อวัสดุอุปกรณ์ ควรสำรวจหรือทำใบบันทึกอุปกรณ์ก่อนว่ามีอยู่มากน้อยเพียงใด และอยู่ในสภาพที่ใช้ได้หรือต้องซ่อมแซม และต้องการเพิ่มอีกจำนวนเท่าไร
2. ควรซื้อวัสดุอุปกรณ์กับร้านที่มีชื่อเสียงไว้ใจและเชื่อถือได้ เพราะจะได้ของที่ดีและมีคุณภาพ และมีบริการหลังการขาย โดยสามารถส่งวัสดุอุปกรณ์ต่างๆที่ชำรุดเสียหายไปซ่อมแซมยังร้านได้
3. ควรซื้อวัสดุอุปกรณ์ที่มีคุณภาพ เพราะใช้งานได้นาน ทนทาน และปลอดภัยกว่า การซื้อวัสดุอุปกรณ์ไม่ควรยึดเอาราคาเป็นหลักอย่างเดียว ต้องดูในส่วนของคุณภาพของด้วย
4. ควรจดบันทึกและทำตารางการซื้อวัสดุอุปกรณ์ไม่ให้ทับซ้อนกัน เพื่อที่เราจะได้วางแผนการซื้อวัสดุอุปกรณ์ในแต่ละครั้งได้อย่างถูกต้อง
5. ศึกษาราคาวัสดุอุปกรณ์จากหลายร้าน เพื่อนำราคาของแต่ละร้านมาเปรียบเทียบกัน จะช่วยให้ซื้อของได้ในราคาที่ถูกและดี
6. ควรเตรียมการซื้อวัสดุอุปกรณ์ไว้ก่อนล่วงหน้าวันที่จะซื้อ
7. ในการซื้อวัสดุอุปกรณ์แต่ละครั้งจะต้องไม่มีการรับสิ่งตอบแทนจากร้านค้า

### **ด้านการจัดการ (Management)**

การจัดการ มีความหมายแตกต่างกันออกไปในความเข้าใจของบุคคล นักวิชาการหลายท่าน ได้ให้ความหมายของการจัดการไว้ดังนี้

Haimann and Scott (1974) ได้ให้ความหมายว่า การจัดการ คือ กระบวนการทางสังคม และเทคนิคในการใช้ทรัพยากรการบริหารในการดำเนินงานขององค์กรและทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง เพื่อให้ประสบผลสำเร็จหรือบรรลุวัตถุประสงค์ขององค์กร

Longenecker and Pringle (1981) กล่าวว่า “การจัดการคือ กระบวนการรวบรวมและประสานการใช้ทรัพยากรการบริหารเพื่อดำเนินงานให้บรรลุวัตถุประสงค์ขององค์กรที่ตั้งไว้”

### **กระบวนการจัดการ**

Henri Fayol (1949) มีความเชื่อว่าเป็นไปได้ที่เราจะหาทางศึกษาถึงศาสตร์ที่เกี่ยวกับการบริหาร (Administrative sciences) ซึ่งสามารถใช้ได้กับการบริหารทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นการบริหารงานอุตสาหกรรมหรืองานรัฐบาล Fayol ได้อธิบายถึงกระบวนการจัดการไว้ 5 ประการ ดังนี้ คือ

1. การวางแผน (Planning) หมายถึง ภาระหน้าที่ของผู้บริหารที่จะต้องทำการคาดการณ์ล่วงหน้าถึงเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่จะมีผลกระทบต่อธุรกิจ และกำหนดขึ้นเป็นแผนการปฏิบัติงานหรือวิถีทางที่จะปฏิบัติเอาไว้ เพื่อสำหรับเป็นแนวทางของการทำงานในอนาคต

2. การจัดองค์การ (Organizing) หมายถึง ภาระหน้าที่ที่ผู้บริหารจะต้องจัดให้มีโครงสร้างของงานต่าง ๆ และอำนาจหน้าที่ ทั้งนี้เพื่อให้เครื่องจักร สิ่งของและตัวคน อยู่ในส่วนประกอบที่เหมาะสม ในอันที่จะช่วยให้งานขององค์การบรรลุผลสำเร็จได้

3. การบังคับบัญชาสั่งการ (Commanding) หมายถึง หน้าที่ในการสั่งงานต่าง ๆ ของผู้ได้บังคับบัญชา ซึ่งกระทำให้สำเร็จผลด้วยดี โดยที่ผู้บริหารจะต้องกระทำตนเป็นตัวอย่างที่ดี จะต้องเข้าใจคนงานของตน

4. การประสานงาน (Coordinating) หมายถึง ภาระหน้าที่ที่จะต้องเชื่อมโยงงานของทุกคนให้เข้ากันได้ และกำกับให้ไปสู่จุดมุ่งหมายเดียวกัน

5. การควบคุม (Controlling) หมายถึง ภาระหน้าที่ในการที่จะต้องกำกับให้สามารถประกันได้ว่ากิจกรรมต่าง ๆ ที่ทำไปนั้นสามารถเข้ากันได้กับแผนที่ได้วางไว้แล้ว

### 3.แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการบริการ

#### ความหมายของการบริการ

ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 ได้ให้ความหมายของการบริการ หมายถึง การปฏิบัติรับใช้ให้ความสะดวกต่าง ๆ

สมาคมการตลาดอเมริกัน (American Marketing Association อ้างถึงใน สุมณา อยู่โพธิ์, 2525) กล่าวว่า บริการ หมายถึง กิจกรรม ผลประโยชน์ หรือความพึงพอใจซึ่งได้เสนอเพื่อขาย หรือกิจกรรมที่จัดขึ้นรวมกับการขายสินค้า

เกศสินี กลั่นบุศย์ (2540)การบริการ หมายถึง การปฏิบัติรับใช้ให้ความสะดวกต่าง ๆ ต่อผู้ใช้บริการ ซึ่งจะเป็นผู้กำหนดเงื่อนไขของการมารับบริการ

วราพรรณ สันตสนะโชค (2540) การบริการหมายถึง กระบวนการของการปฏิบัติตนเพื่อผู้อื่น ดังนั้น ผู้ที่จะให้บริการควรมีคุณสมบัติที่สามารถจะอำนวยความสะดวกและทำตนเพื่อผู้อื่นอย่างมีความรับผิดชอบและมีความสุข

Blois (1974) การบริการเป็นกิจกรรมที่ถูกเสนอขายซึ่งให้ผลตอบแทนในรูปของผลประโยชน์และความพึงพอใจโดยปราศจากการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพในตัวสินค้า

Kotler (2000 อ้างถึงใน ชีรกิติ นวรัตน์ ณ อุษยา, 2547) การบริการ คือ กิจกรรมหรือผลประโยชน์ใดๆ ก็ตามที่บุคคลหนึ่งสามารถเสนอให้อีกบุคคลหนึ่ง ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่อาจจับต้องได้

และไม่ทำให้เกิดความเป็นเจ้าของใดๆ ทั้งสิ้น การผลิตบริการนี้อาจจะเกี่ยวข้องหรือไม่เกี่ยวข้องกับการผลิตสินค้าก็ได้

ไกรษร แก้วกล้า (2540) การบริการหมายถึง บุคคล กลุ่มบุคคล หรือหน่วยงานที่มีอำนาจหน้าที่เกี่ยวกับการให้บริการประชาชน โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อสนองความต้องการมีส่วนร่วม มีองค์ประกอบที่สำคัญ 5 ส่วน คือ สถานที่ บุคคลหรือตัวบริการ กระบวนการกิจกรรม ผลผลิต และผู้รับบริการ

ชัยสมพล ชาวประเสริฐ (2549) ได้ให้ความหมายของการบริการ ว่าเป็นกิจกรรมของกระบวนการส่งมอบสินค้าที่ไม่มีตัวตน ของธุรกิจให้กับผู้รับบริการ โดยสินค้าที่ไม่มีตัวตนนั้นจะต้องตอบสนองความต้องการของผู้บริการ จนนำไปสู่ความพึงพอใจได้

จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยสรุปได้ว่าการบริการหมายถึงการปฏิบัติหรือกิจกรรม ที่บุคคลหนึ่งเสนอให้อีกบุคคลหนึ่ง ซึ่งอาจเป็นสิ่งที่จับต้องไม่ได้หรือไม่มีตัวตน เพื่อตอบสนองความต้องการของผู้ใช้บริการและทำให้ผู้ใช้บริการเกิดความพึงพอใจ

#### ลักษณะของบริการ

Gronroos (1990) ได้สรุปลักษณะของการบริการไว้ 8 ประเด็น ดังนี้

1. ไม่สามารถจับต้องได้
2. มีคุณภาพไม่คงที่
3. การผลิตและการจำหน่าย และการบริโภคมักจะเกิดขึ้นพร้อมกัน
4. เป็นกิจกรรมหรือกระบวนการ
5. มูลค่าหลักของผลิตภัณฑ์เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ซื้อและขายบริการ
6. ลูกค้าถือเป็นส่วนสำคัญในการผลิต
7. บริการไม่สามารถเก็บในสต็อกได้
8. ไม่มีการโอนกรรมสิทธิ์ความเป็นเจ้าของ

สมบุญ ชัดติยะสุวงศ์ (2543) ได้สรุปว่า บริการมีลักษณะที่สำคัญ 4 ประการ ดังนี้

1. ไม่สามารถจับต้องได้ บริการไม่สามารถมองเห็นหรือเกิดความรู้สึกได้ก่อนที่  
จะมีการซื้อ
2. ไม่สามารถแบ่งแยกการให้บริการ การให้บริการเป็นการผลิตและการบริโภค  
ในขณะเดียวกัน
3. ไม่แน่นอน ลักษณะของบริการไม่แน่นอน ขึ้นอยู่กับว่าผู้ให้บริการเป็นใคร จะ  
ให้บริการเมื่อไหร่ ที่ไหน และอย่างไร

4. ไม่สามารถเก็บไว้ได้ บริการไม่สามารถเก็บไว้ได้เหมือนสินค้าอื่น ซึ่งถ้าความต้องการมีสม่ำเสมอ การให้บริการก็จะไม่มีปัญหา แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าลักษณะความต้องการไม่แน่นอน เช่น การเข้ารับบริการในช่วงเวลาที่ตรงกันครั้งละมากๆ โดยมีได้มีการนัดหมาย หรือ การให้บริการในช่วงเวลาที่ผู้ใช้บริการไม่สะดวกในการมารับบริการ ก็จะทำให้เกิดปัญหา เช่น บริการไม่ทันหรือไม่มีผู้มาใช้บริการ

### หลักการให้บริการ

โดยทั่วไปหลักการให้บริการมีข้อควรคำนึงถึง ดังนี้(สมิต สัจฉกร, 2530)

1. สอดคล้องตรงตามความต้องการของผู้รับบริการ การให้บริการต้องคำนึงถึงผู้รับบริการเป็นหลัก จะต้องนำความต้องการของผู้รับบริการมาเป็นข้อกำหนดในการให้บริการ แม้ว่าจะเป็นการให้ความช่วยเหลือที่เราเห็นว่าดี และเหมาะสมแก่ผู้รับบริการเพียงใด แต่ถ้าผู้รับบริการไม่สนใจ ไม่ให้ความสำคัญ การบริการนั้นก็อาจจะไร้ค่า

2. ทำให้ผู้รับบริการเกิดความพอใจ คุณภาพคือความพอใจของลูกค้าเป็นหลัก เบื้องต้น เพราะฉะนั้น การบริการจะต้องมุ่งให้ผู้รับบริการเกิดความพึงพอใจ และถือเป็นหลักสำคัญในการประเมินผลการให้บริการ ไม่ว่าเราจะตั้งใจให้บริการมากน้อยเพียงใด แต่ก็ยังเป็นเพียงด้านปริมาณ แต่คุณภาพของบริการวัดได้ด้วยความพอใจของลูกค้า

3. ปฏิบัติโดยถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน การให้บริการซึ่งจะสนองตอบความต้องการและความพอใจของผู้รับบริการ ที่เห็นได้ชัดคือการบริการที่ต้องมีการตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ครบถ้วน เพราะหากมีข้อผิดพลาดขาดตกบกพร่องแล้วก็ยากที่จะให้ลูกค้าพอใจ แม้จะมีคำขอโทษขอภัยก็ได้รับเพียงความเมตตา

4. เหมาะสมแก่สถานการณ์ การให้บริการที่รวดเร็วส่งสินค้าหรือให้บริการตามกำหนดเวลา เป็นสิ่งสำคัญ ความล่าช้าไม่ทันกำหนด ทำให้เป็นการบริการที่ไม่สอดคล้องกับสถานการณ์ นอกจากการส่งสินค้าทันกำหนดเวลาแล้ว ยังจะต้องพิจารณาถึงความเร่งรีบของลูกค้า และสนองตอบให้รวดเร็วก่อนกำหนดด้วย

5. ไม่ก่อผลเสียหายแก่บุคคลอื่นๆ การให้บริการในลักษณะใดก็ตามจะต้องพิจารณาโดยรอบคอบรอบด้าน จะมุ่งแต่ประโยชน์ที่จะเกิดแก่ลูกค้าและฝ่ายเราเท่านั้น ไม่เป็นการเพียงพอ จะต้องคำนึงถึงผู้เกี่ยวข้องหลายฝ่าย รวมทั้งสังคมและสิ่งแวดล้อม จึงควรยึดหลักในการบริการว่าจะระมัดระวังไม่ให้เกิดผลกระทบทำความเสียหายแก่บุคคลอื่นๆ ด้วย

ภักวิวัฒน์ เชิดพุทธ (2552) ได้สรุปไว้ว่าการบริการที่มีคุณภาพ มี 3 องค์ประกอบ ได้แก่

1. ผู้ให้บริการคือหัวใจสำคัญของงานบริการ เพราะเป็นผู้สร้างความแตกต่างและเป็นผู้สร้างความสำเร็จให้กับกิจกรรม

2. สถานที่ให้บริการ เป็นจุดแรกที่ใช้บริการจะได้สัมผัสเมื่อก้าวเข้ามาในหน่วยงาน สถานที่ที่สะอาด คุสวยงาม และเป็นระเบียบ ถือเป็นหน้าเป็นตาขององค์กร ทั้งยังแสดงให้เห็นถึงความมีประสิทธิภาพ และคุณภาพขององค์กรด้วย ผู้ใช้บริการที่เห็นจะรู้สึกเชื่อมั่นในคุณภาพและประสิทธิภาพในการให้บริการ รวมทั้งรู้สึกประทับใจเมื่อแรกพบ

3. สิ่งอำนวยความสะดวก เครื่องมือหรืออุปกรณ์สนับสนุนการให้บริการการที่เราจะเลือกใช้ประเภทใด ก็ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมในงานบริการ และสิ่งสำคัญที่ละเลยไม่ได้คือ การบำรุงรักษาดูแลเครื่องมืออุปกรณ์เหล่านั้นให้พร้อมใช้งานอยู่เสมอ ไม่ใช่ว่ามีเครื่องมืออุปกรณ์แต่ใช้งานไม่ได้เลย

### ประเภทของบริการ

ยุทธวรรณวรรณวณิชย์ (2548) ได้จำแนกประเภทบริการไว้ดังนี้

1. ตามความเกี่ยวข้องกับผู้ขายบริการ (Seller Related Bases) แบ่งได้ 3 ประเภท ดังนี้

1.1 ลักษณะของการดำเนินการ (Nature of Enterprise)

1.1.1 ดำเนินการโดยเอกชน มุ่งหวังผลกำไร

1.1.2 ดำเนินการโดยเอกชน แต่ไม่หวังผลกำไร เช่น สถาบันการศึกษา สมาคมบาง

แห่ง

1.1.3 ดำเนินการโดยรัฐ ไม่หวังผลกำไร ได้แก่ กิจการสาธารณูปโภคต่างๆ การขนส่ง สวนสาธารณะ การท่องเที่ยว เป็นต้น

1.2 หน้าที่ของบริการ (Functions Performed)

1.2.1 การสื่อสาร เช่น องค์กร โทรศัพทแห่งประเทศไทย บริษัท โทเทิลแอนด์เน็ตคอมมูนิเคชั่น จำกัด

1.2.2 ที่ปรึกษาและบริการทางธุรกิจ เช่น ตัวแทนโฆษณา สำนักงานจัดหางาน บริษัทที่ปรึกษาเกี่ยวกับธุรกิจ

1.2.3 บริการการศึกษา เช่น โรงเรียน วิทยาลัย ห้องสมุด ศูนย์รวมข่าว

1.2.4 บริการทางการเงิน เช่น ธนาคารไทยพาณิชย์ บริษัทเงินทุนและหลักทรัพย์

1.2.5 บริการเพื่อสุขภาพ เช่น คลินิก โรงพยาบาล สถานบริการกายภาพบำบัด

1.2.6 บริการประกันภัย เช่น ประกันชีวิต ประกันสุขภาพ ประกันอุบัติเหตุ

1.3 แหล่งที่มาของรายได้ (Income Source))



- 1.3.1 จากภาษีอากรของประชาชน
  - 1.3.2 จากการบริจาค
  - 1.3.3 จากการขายบริการ
  - 1.3.4 จากการขายบริการรวมทั้งการบริจาค
2. จำแนกตามความเกี่ยวข้องกับผู้ซื้อ (Buyer Related Bases) แบ่งได้เป็น 3 ประเภท ดังนี้
- 2.1 ประเภทของตลาด (Market Type)
    - 2.1.1 ตลาดอุปโภคบริโภค ผู้บริโภคจะซื้อเพื่อประโยชน์ส่วนตัวหรือในครัวเรือน
    - 2.1.2 ตลาดอุตสาหกรรม ผู้บริโภคซื้อบริการไปเพื่อผลิตสินค้า
    - 2.1.3 ตลาดรัฐบาล
  - 2.2 พฤติกรรมการซื้อ (Way in Which Service Bought)
    - 2.2.1 ซื้อตามความสะดวกซื้อ (Convenience Service) เช่น บริการการเดินทางขององค์กรขนส่งมวลชนกรุงเทพฯ
    - 2.2.2 ซื้อโดยเลือกซื้อ (Shopping Service) เช่น บริการท่องเที่ยวของบริษัทท่องเที่ยว
    - 2.2.3 ซื้อโดยเจาะจงซื้อ (Specialty Service) เช่น บริการตรวจรักษาด้านสุขภาพ
    - 2.2.4 ซื้อโดยไม่คาดคิดมาก่อน (Unsought Service) เช่น บริการปะยางรถยนต์ บริการฉุกเฉินโรงพยาบาล
  - 2.3 แรงจูงใจ (Motives)
    - 2.3.1 ด้านเหตุผล บริการส่วนใหญ่ผู้ซื้อจะตัดสินใจซื้อโดยใช้เหตุผล เนื่องจากบริการเป็นสิ่งที่ไม่มีตัวตน ไม่สามารถครอบครองเป็นเจ้าของได้ บริการจะดีหรือไม่ดีขึ้นอยู่กับพนักงานบริการ
    - 2.3.2 ด้านอารมณ์ จะมีในบริการบางประเภท เช่น บริการส่วนตัว บริการรักษาสุขภาพ บริการบันเทิง การซื้อบริการอาจทำเพื่อชื่อเสียงหรือฐานะ เช่น การซื้อตั๋วเครื่องบินชั้นหนึ่ง การซื้อตัวเข้าชมแพชั่น
3. ได้จำแนกตามความเกี่ยวข้องกับบริการ (Service Related Bases) แบ่งได้ 3 ประเภท ดังนี้
- 3.1 รูปแบบของการบริการ (Service Form)
    - 3.1.1 มีรูปแบบที่แน่นอน (Uniform Service) เช่น บริการรถโดยสารประจำทางจะส่งผู้โดยสารตามเป้าหมายที่ระบุแน่นอน
    - 3.1.2 รูปแบบตามคำสั่งของลูกค้า (Bespoke Service) เช่น บริการรถแท็กซี่จะส่งผู้โดยสารตามจุดหมายปลายทางที่ผู้โดยสารต้องการ
  - 3.2 ให้บริการโดยใช้เครื่องมือหรือแรงคนเป็นหลัก (Human or Machine Based)

3.2.1 บริการโดยใช้เครื่องมือ เครื่องมือที่ใช้จะเป็นแบบอัตโนมัติ เช่น บริการล้างรถอัตโนมัติ หรือควบคุมการทำงาน โดยใช้บุคคลช่วยก็ได้ เช่น บริการเดินทางโดยสารการบิน

3.2.2 บริการโดยใช้แรงงาน พนักงานบริการจะเป็นแรงงานที่อาจต้องอาศัยความชำนาญ เช่น บริการซ่อมประปา ซ่อมรถยนต์ หรือไม่ต้องการความชำนาญ เช่น บริการตัดหญ้า

### 3.3 ระดับการติดต่อ (High or Low Contact)

3.3.1 การติดต่อระดับสูง หมายถึง ผู้ให้บริการและผู้รับบริการใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่ด้วยกัน เมื่อเปรียบเทียบกับเวลาทั้งหมดที่ใช้ในการรับบริการ เช่น บริการทางการแพทย์ ที่คนไข้กับหมอจะอยู่ด้วยกันตลอดเวลาการให้บริการ

3.3.2 การติดต่อระดับต่ำ เช่น การซ่อม ช่างซ่อมจะพบลูกค้าเพื่อทราบอาการของรถเท่านั้น

### การให้บริการด้านกีฬา

สุมนา อยู่โพธิ์ (2525) กล่าวถึงหลักการให้บริการด้านการกีฬาแก่ผู้เล่นกีฬา ดังนี้

1. ควรให้มีบริการเช่าหรือยืมอุปกรณ์กีฬาสำหรับผู้ให้บริการ
2. สถานที่ออกกำลังกายและเล่นกีฬาต้องตั้งอยู่ในทำเลที่มีการถ่ายเทอากาศสะดวก มีแสงสว่างเพียงพอ มีขนาดของสนามกีฬาที่ได้มาตรฐาน
3. มีสิ่งอำนวยความสะดวกแก่ผู้ใช้บริการ เช่น ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ตู้ล็อกเกอร์ห้องน้ำ ฯลฯ
4. จัดให้มีกioskปฐมพยาบาล และเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ด้านการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
5. จัดให้มีเจ้าหน้าที่เพื่อแนะนำการใช้เครื่องออกกำลังกายและการเล่นกีฬาต่างๆ
6. ควรมีการประชาสัมพันธ์ ข่าวสารต่างๆที่จะจัดขึ้นภายในศูนย์กีฬา
7. ควรจัดให้มีการแข่งขันกันระหว่างสมาชิกผู้เล่นอื่นๆ อย่างน้อยปีละหนึ่งครั้ง เพื่อกระชับความสัมพันธ์ภายในองค์กร

### 4. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับความต้องการ

มาสโลว์ (Maslow อ้างถึงในพรทิพย์สัมปตตะวนิช, 2546) ได้แบ่งความต้องการของมนุษย์ออกเป็น 5 ลำดับชั้น โดยมีเงื่อนไขอยู่ 4 ข้อด้วยกันคือ

1. มนุษย์ทุกคนมีชุดความต้องการที่เหมือนกัน โดยเป็นความต้องการที่มีมาตั้งแต่เกิดและความต้องการที่ได้มาจากการติดต่อกับสังคม
2. ความต้องการบางตัวเป็นความต้องการพื้นฐานหรือสำคัญมากกว่าตัวอื่นๆ

3. ยิ่งความต้องการนั้นเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานมากเท่าไรยิ่งต้องได้รับการตอบสนองก่อนที่ความต้องการอื่นๆที่เป็นความต้องการลำดับต่อไปจะถูกกระตุ้นขึ้นมา

4. ทันทีที่ความต้องการขั้นพื้นฐานได้รับการตอบสนองความต้องการลำดับถัดมาก็จะมีความสำคัญขึ้นมา

ทฤษฎีลำดับขั้นของความต้องการ (Hierarchy of Needs Theory) ของมนุษย์ 5 ขั้นโดยเรียงลำดับตั้งแต่ขั้นพื้นฐานที่สุด (Basic Level Needs) จนถึงขั้นสูงที่สุด (Upper Level Needs) มีดังต่อไปนี้

1. ความต้องการทางกายภาพหรือทางด้านร่างกายเป็นความต้องการลำดับพื้นฐานที่สุดซึ่งเป็นความจำเป็นต่อร่างกายเพื่อดำรงชีวิตในสังคมและมีสุขภาพที่ดีเช่นความต้องการอาหารน้ำดื่มเสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่มความต้องการที่อยู่อาศัยความต้องการทางเพศและความต้องการอื่นๆที่สามารถทำให้มนุษย์ดำรงชีวิตอยู่รอดได้

2. ความต้องการความปลอดภัยคือต้องการความปลอดภัยทั้งทางกายและความมั่นคงทางใจ (Psychological Security) เช่น ความปลอดภัยทางตัวบุคคล ความปลอดภัยทางการเงินความปลอดภัยด้านที่อยู่อาศัย เป็นต้น

3. ความต้องการความผูกพันและความรักคือต้องการความรักความเป็นเจ้าของ ต้องการได้รับการยอมรับและมิตรภาพเพื่อไม่ให้รู้สึกโดดเดี่ยวและท้อแท้

4. ความต้องการเกียรติยศชื่อเสียงคือ ต้องการได้รับการเคารพนับถือจากผู้อื่น การที่บุคคลประสบความสำเร็จมีชื่อเสียงการมีฐานะในวงสังคมและได้รับการยอมรับนับถือจากคนอื่นและได้รับการชื่นชมจากคนอื่น

5. ความต้องการที่จะประจักษ์ตนเป็นลำดับความต้องการลำดับสูงสุดของมนุษย์เป็นความต้องการความสมบูรณ์แบบในชีวิต ความต้องการให้ชีวิตมีความสมบูรณ์แบบแต่ละบุคคลนั้นมีความแตกต่างกันเช่นนักกีฬาต้องการได้เหรียญทองโอลิมปิก เป็นต้น

ลีทริ์ธีรสรณ์ (2551) กล่าวว่าความต้องการของลูกค้าแบ่งออกเป็น 2 ประเภทคือความต้องการแบบ Need และความต้องการแบบ Want ความต้องการแบบแรกเกิดจากสภาพที่เราไม่พึงพอใจและคิดจะทำอะไรบางอย่างเพื่อเปลี่ยนแปลงสภาพนั้นให้ดีขึ้นเป็นความต้องการระดับพื้นฐานในสิ่งจำเป็นในชีวิตเช่นอาหารน้ำที่อยู่อาศัยการคมนาคม เป็นต้นส่วนความต้องการแบบหลังเป็นความปรารถนาที่จะให้ได้มาซึ่งความพึงพอใจมากกว่าที่จำเป็นจริงๆเป็นความต้องการปรับเปลี่ยนสภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบันให้ดีขึ้นเช่นนักศึกษาสามารถขึ้นจักรยานมาเรียนได้แต่ถ้ามีรถยนต์ก็เลือกที่จะขับรถยนต์มากกว่าเพราะสะดวกสบายกว่า เป็นต้น

ความต้องการแบบ Need ถูกขับเคลื่อนโดยความรู้สึกไม่สบายทางกายหรือใจเช่นถ้าหิวร่างกายก็ต้องการอาหารถ้ารู้สึกเครียดก็ต้องการวิธีคลายเครียดส่วนความต้องการแบบ Want ที่มีกำลังซื้อเราทราบอุปสงค์ของตลาดหนึ่งๆที่มีต่อสินค้าหนึ่งที่บริษัทผลิตได้จากการซื้อทั้งหมดของลูกค้าของบริษัทที่อยู่ในตลาดแห่งนั้น

## 5. แนวคิดทฤษฎีกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย

### ความหมายของกิจกรรมกีฬา

ความหมายของคำว่า“กิจกรรม” ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถานพ.ศ. 2542 ได้ให้ความหมายว่าการที่ผู้เรียนปฏิบัติการอย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อการเรียนรู้

ความหมายของคำว่า “กีฬา” ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถานพ.ศ. 2542 ได้ให้ความหมายว่า กิจกรรมหรือการเล่นเพื่อความสนุกเพลิดเพลินเพื่อความแข็งแรงของร่างกายหรือเพื่อผ่อนคลายความเคร่งเครียดทางจิต

ปาร์ค (Parke Cummins) อังในเกษมพันธุ์สะ, 2544) ได้ให้ความหมายของการกีฬา ในพจนานุกรมกีฬาว่ากีฬามีความหมายกว้างมากหมายถึงกิจกรรมการเล่นกิจกรรมยามว่างเกม การทดสอบหรือการแข่งขันต่างๆที่ทำให้เกิดทักษะความชำนาญความแข็งแรงความอดทนและความสง่างามทางร่างกายของบุคคลซึ่งได้แก่กิจกรรมประเภทเดี่ยวประเภทคู่และประเภททีมหรือกีฬาทางน้ำ

ศิริรัตน์ หิรัญรัตน์ (2539) กีฬา คือ กิจกรรมที่เป็นส่วนหนึ่งของชีวิต เล่นเพื่อความสนุกสนานและเพื่อแสดงออกซึ่งความสามารถและความสวยงามด้วยการเคลื่อนไหวของร่างกายในเวลาว่าง และให้เป็นไปตามกฎและระเบียบที่วางไว้ ทั้งนี้โดยไม่หวังผลตอบแทนอย่างอื่น

จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยสรุปได้ว่ากิจกรรมกีฬา เป็นการเรียนรู้ทางการเล่นกีฬาและการแข่งขันกีฬาเพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน และก่อให้เกิดการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

### ประเภทของกิจกรรมกีฬา

ประเภทของกิจกรรมกีฬา อาจแบ่งออกได้เป็น 6 ประเภทใหญ่ๆ ดังนี้

1. เกม คือ กิจกรรมที่มีความหลากหลายในรูปแบบต่างๆ เช่นเกมเบ็ดเตล็ด เกมที่นำไปสู่กีฬาใหญ่ เกมประกวด เกมสร้างสรรค์ เกมกลุ่มสัมพันธ์ เกมส่งเสริมคุณค่าทางศิลปวัฒนธรรม และการเล่นพื้นบ้าน เช่น ชักเย่อ วิ่งเปี้ยว ลิงจับหลัก อีกาฟักไข่ และมอญซ่อนผ้า

2. กีฬาประเภทเดี่ยวและประเภทคู่ เช่น ยิงธนู กรีฑา ว่ายน้ำ แบดมินตัน ปิงปอง เทนนิส และแข่งเรือ
3. กีฬาประเภททีม ปัจจุบันได้รับความนิยมสูง เนื่องจากกีฬาประเภททีม จะช่วยส่งเสริมคุณค่าทางสังคม ความสามัคคี มนุษยสัมพันธ์ การรวมกลุ่มเป็นสมาชิกของกลุ่ม การแสดงออกในความมุ่งมั่นสู่ความสำเร็จ กีฬาประเภททีม ได้แก่ ฟุตบอล บาสเกตบอล ตะกร้อ ฮอกกี้ วอลเลย์บอล และแฮร์บอล ฯลฯ
4. กีฬาสำหรับสตรีและเด็ก เป็นการจัดการกีฬา เพื่อส่งเสริมให้สตรีมีโอกาสดำเนินกิจกรรมกีฬามากขึ้น เช่น ห่วงยาง แฮร์บอล ว่ายน้ำ วอลเลย์บอล และยิมนาสติกส่วนในเด็กนั้น ปัจจุบันองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมกีฬา ได้มีการส่งเสริมและเปิดโอกาสให้เด็กได้มีส่วนร่วมในการเล่นและแข่งขันกีฬา ตามความเหมาะสมกับสภาพร่างกาย เช่น ฟุตบอล ว่ายน้ำ กรีฑา (ระยะสั้น) ยิมนาสติก และวอลเลย์บอล
5. กีฬานันทนาการ หมายถึง กีฬามวลชน (Mass Sport) หรือกีฬาที่นิยมเล่นกันทั้งชาย หญิง เด็ก ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ และกีฬาในกลุ่มคนพิเศษ เช่น คนพิการ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้เข้าร่วมเล่นกีฬาในช่วงเวลาว่าง เป็นการส่งเสริมคุณค่าการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยมีได้มุ่งผลสัมฤทธิ์จากการแข่งขัน เช่น เดิน วิ่ง เพื่อสุขภาพ กีฬาระหว่างเมือง แรลลี่ทัวร์ การทดสอบ สมรรถภาพทางกาย ดำน้ำ และปีนเขา
6. กีฬาเพื่อการแข่งขัน หมายถึง กีฬาที่เป็นเรื่องทักษะทางการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศในการแข่งขัน มีการฝึกซ้อมกันอย่างต่อเนื่อง โดยหวังผลประโยชน์จากการแข่งขัน ฉะนั้นในส่วนของผู้เล่นจะไม่ถือว่าเป็นกิจกรรมนันทนาการ แต่ในส่วนของผู้ชมนั้นถือว่าใช่ เพราะเป็นการให้ความสนุกสนานเพลิดเพลิน พักผ่อนหย่อนใจ เสริมสร้างประสบการณ์ พัฒนาการทางด้านอารมณ์และมีส่วนร่วมได้อีกด้วย เช่น ฟุตบอล เซปักตะกร้อ มวยสากล เทนนิส และบาสเกตบอล

อังศุธร ชิมโรจน์ประเสริฐ และสมาน ถวิลกิจ(2552) กล่าวว่า

- กิจกรรมกีฬานี้มีหลายประเภทกีฬานี้มีหลายประเภทกีฬาให้ผู้เข้าร่วมสามารถเลือกได้ตามความถนัดและความสนใจผู้จัดกิจกรรมสามารถจัดได้หลายรูปแบบ ดังนี้
1. กีฬาประเภทเดี่ยว (Individual Sports) คือ กีฬาใช้ทักษะในการเล่นเพียงคนเดียว ไม่จำเป็นต้องมีคู่แข่ง ทีม หรือผู้เข้าร่วมอื่น ๆ เช่น จักรยาน โบว์ลิ่ง สเก็ตน้ำแข็ง ยิมนาสติก พายเรือ ยิงปืน ยิงธนู ว่ายน้ำ ตกปลา กรีฑา ลาน กอล์ฟ จัมน้ำ ยกน้ำหนัก เป็นต้น

2. กีฬาประเภทคู่แข่งกัน (Dual Sports) คือ กีฬาที่ผู้เล่นสองคนขึ้นไป แสดงทักษะของแต่ละคนเพื่อแข่งขันกัน เช่น แบดมินตัน มวย เทนนิส ยูโด มวยปล้ำ เป็นต้น

3. กีฬาประเภททีม (Team Sports) เป็นกิจกรรมกีฬาที่ใช้ทักษะของกีฬานั้นของแต่ละคน แสดงทักษะรวมกันประกอบกับการทำงานประสานกันเป็นทีม เพื่อแข่งขันกับทีมอื่นๆ กีฬาประเภทนี้มีหลายกีฬาที่เป็นที่นิยม เพราะตื่นเต้น สนุกสนาน เช่น บาสเกตบอล ฮอกกี้ วอลเลย์บอล รักบี้ ฟุตบอล เบสบอล เป็นต้น

4. กีฬาทางน้ำ (Aquatics Sport) เช่น การว่ายน้ำ กระโดดน้ำ แข่งเรือ สกีนํ้า เป็นต้น

5. กีฬาเสริมสมรรถภาพ (Physical Conditioning Activities) เช่น การวิ่งเพื่อสุขภาพ การเต้นแอโรบิก จักรยาน เป็นต้น

6. กีฬาปะทะต่อสู้ (Combative Sport)

7. กีฬากึ่งนันทนาการ (Co-recreation Sports) การจัดกิจกรรมกีฬาจะไม่สมบูรณ์หากไม่มีการกีฬากึ่งนันทนาการที่สามารถจัดให้คนทุกเพศทุกวัยเข้าร่วมด้วยกันได้โดยมีจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เป็นที่ยอมรับของสังคม กิจกรรมดังกล่าว เช่น ดำน้ำ สเก็ตน้ำแข็ง สกี เทนนิส วอลเลย์บอล เป็นต้น

### ประโยชน์ของกีฬา

ในการเล่นกีฬาจะทำให้มนุษย์มีการพัฒนาทางด้านต่างๆ ทำให้เป็นคนมีน้ำใจ ช่วยทำให้ฐานะทางเศรษฐกิจดีขึ้น สร้างชื่อเสียงต่อบุคคลและประเทศชาติ ทำให้เป็นพลเมืองที่ดีต่อสังคม ฝึกบุคคลให้เป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีได้ และสามารถสื่อสารทางการเมือง ดังที่ (อนงค์อ้างถึงใน อาทิตยชัย เจริญรัต, 2553) กล่าวไว้ว่า

1. การกีฬาช่วยให้มนุษย์มีพัฒนาทางร่างกาย (Physical Development) ในทางที่ดีขึ้น ยกตัวอย่างเช่น

1.1 ช่วยให้อวัยวะเจริญเติบโต (Growth) เพราะในวัยเด็กนั้น การเคลื่อนไหว อวัยวะหรือที่เรียกว่าการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย จะช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโตได้อย่างสมวัย

1.2 เสริมสร้างร่างกายให้มีสมรรถภาพที่ดีในวัยเด็กนั้นการเล่นกีฬาช่วยทำให้สมรรถภาพของการใช้กล้ามเนื้อ ประสาทและระบบไหลเวียนทั้งเลือดและอากาศทำงานประสานกันดีขึ้น การได้เล่นกีฬาสม่ำเสมอช่วยให้ร่างกายมีความแข็งแรง หากเป็นวัยสูงอายุก็จะ

ช่วยชะลอความเสื่อมโทรมของสภาพร่างกายได้และสิ่งที่จะบ่งชี้ถึงความสามารถทางกายที่ดีนั้นต้องมีความแข็งแรง ความทนทาน ความเร็ว ความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อและข้อต่อ ฯลฯ ดีด้วย

1.3 ช่วยจัดโรคบางอย่างได้ เช่น โรคนอนไม่หลับ โรคท้องผูก โรคอ่อนเพลียอันเกิดจากการขาดการออกกำลังกาย เป็นต้น ซึ่งความผิดปกติของร่างกายดังกล่าวข้างต้น การขาดการออกกำลังกายก็เป็นสาเหตุหนึ่งเหมือนกันที่ทำให้สภาพร่างกายเป็นเช่นนี้ การเล่นเกมจึงเป็นสื่อที่มีอิทธิพลมากต่อการจูงใจให้มนุษย์ได้ออกกำลังกาย

2. การเล่นเกมทำให้มนุษย์ได้พัฒนาทางอารมณ์ (Emotion Development) ในภาวะอารมณ์ปัจจุบัน ซึ่งสภาวะเศรษฐกิจกำลังย่ำแย่ ประกอบกับความแออัดของผู้คนที่เพิ่มทวีมากขึ้น เกิดการแย่งชิง และแข่งขันท่ามกลางกัน ซึ่งเป็นผลกระทบถึงภาวะของอารมณ์ (Emotion) และจิตใจ (Mind) ทำให้เกิดความตึงเครียด (Tension) ขึ้น นอกจากนั้นแล้ว สภาพจิตใจของคนก็ต่ำลง เกิดการชิงดีชิงเด่น เห็นแก่ตัว และดิ้นรนเพื่อการอยู่รอดของตนเองฝ่ายเดียว การเล่นเกมเป็นสิ่งช่วยลดภาวะที่เลวร้ายนี้ได้มากเหมือนกัน ความเครียดของอารมณ์จะบรรเทาลงเมื่อบุคคลนั้นเข้าร่วมกิจกรรมทางกีฬา

3. การกีฬาช่วยให้มีพัฒนาการทางสังคม (Social Development) กิจกรรมใดๆ ก็ตามที่มีบุคคลมากกว่า 2 คนขึ้นไปร่วมกันกระทำ การเรียนรู้ซึ่งกันและกันทั้งนี้สัจใจคอและอื่นๆ ก็จะมีเกิดขึ้น ถึงแม้ว่าในระยะแรกๆ จะมองกันไม่เห็น แต่นานวันก็จะรู้ซึ่งถึงความดีลึกของบุคคลนั้นได้ การแข่งขันโดยเฉพาะการอยู่ร่วมทีมกัน สังคมก็จะพัฒนาขยายวงกว้างขึ้น มิตรภาพที่เกิดจากการที่กีฬาเป็นสื่อ นั้นจะมั่นคงและบริสุทธิ์มากกว่าสื่ออื่นๆ และที่สำคัญที่สุดนั้น กีฬาช่วยขจัดปัญหาทางสังคมอันเกิดจากการหมกมุ่นกับอบายมุขอื่นๆ โดยเฉพาะในวัยรุ่นได้มากที่สุด

4. กีฬาช่วยพัฒนาสติปัญญา (Intelligent Development) สติปัญญาของบุคคลนั้นจะพัฒนาขึ้นก็ต้องอาศัยประสบการณ์ โดยเฉพาะประสบการณ์ใหม่ๆ ที่มีปัญหาต้องใช้ความคิด การได้คิดแก้ปัญหาบ่อยๆ สมองย่อมมีการพัฒนาขึ้น เกมสื่อกีฬานั้นมีแบบแผนในการเล่นซึ่งแต่ละประเภทมากน้อยต่างกัน แบบการเล่นนั้นก็เพื่อจะหลอกล่อคู่ต่อสู้ให้หลงกลเพื่อชัยชนะ คนที่มีเขาว์ปัญญาดีย่อมได้เปรียบ การฝึกเป็นประจำ การฝึกพลาดในบางครั้งจะช่วยทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้และเขาว์ปัญญาก็จะ ได้มีการพัฒนาขึ้น

5. กีฬาทำให้บุคคลเป็นคนมีน้ำใจหรือที่เรียกว่าน้ำใจนักกีฬา (Sportsmanship) การเล่นกีฬานั้น ทำให้บุคคลมีการพัฒนาคุณลักษณะที่พิเศษอันพึงประสงค์ของสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในภาวะการณ์ปัจจุบัน คุณลักษณะของบุคคลนั้นต่ำลงมาก คุณลักษณะที่ว่าก็คือ เป็นผู้เสียสละ รู้จักแพ้ รู้จักชนะ และรู้จักให้อภัย ไม่เอาใจเอาเปรียบคนอื่น หนักนิดเบาหน่อยก็ไม่ถือโทษโกรธ ลักษณะต่างๆ ที่กล่าวนั้น กิจกรรมทางกีฬาช่วยให้มนุษย์มิได้ดีกว่ากิจกรรมประเภทอื่น

6. กีฬาช่วยทำให้ฐานะทางเศรษฐกิจดีขึ้น (Economic Development) ปัจจุบันยอมรับแล้วว่า การกีฬานั้นช่วยทำให้ฐานะทางเศรษฐกิจของบุคคลและส่วนรวมดีขึ้น โดยจะสังเกตเห็นได้ว่า นักกีฬาที่มีชื่อเสียง โดยเฉพาะอย่างยิ่งกีฬาอาชีพนั้น ทำให้นักกีฬามีโอกาสหาตั้งเป็นเงินล้าน มีเงินเลี้ยงชีพขั้นเศรษฐี แม้แต่กีฬาสมัครเล่นก็ตาม ทำให้นักกีฬามีโอกาสได้งานทำจากหน่วยงานของราชการและเอกชนที่ส่งเสริมกีฬา นอกจากนี้แล้วฐานะทางเศรษฐกิจในช่วงที่มีการแข่งขันได้ทำให้สถานที่แข่งขันนั้นมีการเสกเงินสะพัด สถานเริงรมย์ ร้านค้า โรงแรม จะมีผู้คนแน่นขนัด ประเทศใดก็ตามที่เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขัน เงินตราที่ไหลเข้าประเทศนับได้มหาศาล ธุรกิจกีฬาทำให้ปัจจุบันจึงมีการแย่งกันพยายามที่จะเป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬา เช่น ฟุตบอลโลก กีฬาโอลิมปิก สิ่งของมีค่ามีราคาได้ แต่ชื่อเสียงของนักกีฬาท้องถิ่นหรือของประเทศชาตินั้น เทียบค่าไม่ได้เป็นเงินทอง นักกีฬาชั้นนำของโลกเป็นที่รู้จักของคนก่อน โลกมากกว่าผู้นำของบางประเทศเสียอีก เช่น บราซิล พลโลกรู้จักเปเล่กันดี แต่ถ้าถามถึงผู้นำบราซิลมีใครสักกี่คนที่รู้จัก ในทำนองเดียวกันกับประเทศบราซิลคนรู้จักดีก็เพราะทีมฟุตบอลชั้นนำของโลก กีฬาจึงเป็นกิจกรรมที่สร้างชื่อเสียงให้แก่บุคคลและประเทศชาติอย่างมากมายเช่นกัน

7. กีฬาช่วยทำให้เป็นพลเมืองดี (Good Citizen) การปกครองทุกท้องถิ่นของประเทศย่อมมีกฎระเบียบ ข้อตกลงหรืออะไรก็ตามแต่ที่ทำให้บุคคลต้องปฏิบัติตาม ซึ่งเรารู้จักกันว่าข้อกำหนดนั้นๆ ก็คือกฎหมายที่ตราขึ้นเพื่อบังคับใช้เพื่อความสงบสุขของสังคม การกีฬาที่มีกฎระเบียบวางไว้แตกต่างกันตามประเภทของกีฬา หากจะเรียกว่ากฎหมายของกีฬาก็ไม่ผิด แต่เราเรียกว่า กฎกติกา นอกจากจะมีกติกาของกีฬาประเภทนั้นๆ แล้ว แต่ละทีมยังมีกฎระเบียบให้นักกีฬาในทีมปฏิบัติตามอีก นักกีฬาเป็นผู้รักษากฎระเบียบและปฏิบัติตามกติกาอยู่แล้ว เมื่ออยู่ในสังคมย่อมรู้จักรักษากฎหมายของบ้านเมือง ยอมรับและปฏิบัติตามได้โดยไม่ทำให้อึดอัดใจมากนักหรือไม่ฝ่าฝืนเลย



8. กีฬาฝึกบุคคลให้เป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี (Leadership and Fellowship) ในการเล่นกีฬานั้น ในแต่ละทีมจะมีการบริหารทีม มีผู้ร่วมรับผิดชอบ เช่น มีผู้จัดการทีม มีโค้ช มีแพทย์ประจำทีม มีหัวหน้าทีม มีลูกทีม ฯลฯ การยอมรับในตัวบุคคลตามฐานะและหน้าที่ของเขา การปฏิบัติตามคำสั่ง ความชาญฉลาดในการบริหารทีม ฯลฯ สิ่งต่างๆ เหล่านี้จะทำให้บุคคลได้พัฒนาการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีทั้งในปัจจุบันและอนาคต

9. กีฬาเป็นสื่อทางการเมือง (Politic Approach) จะเห็นได้ว่าในปัจจุบันนี้หลายๆ ประเทศได้นำเอากีฬาเป็นสื่อทางการเมืองด้วย แม้จะมีเชื้อชาติและมีลัทธิทางการเมืองที่แตกต่างกันก็ตาม กีฬาได้พัฒนาอย่างแพร่หลายในวงกว้าง และดูเหมือนกีฬาจะเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตแบบใหม่ที่พบได้ทั่วโลก และอาจเป็นสิ่งเดียวที่เห็นได้ทั้งในสังคมอุตสาหกรรมและประเทศกำลังพัฒนาซึ่งกำลังทวีความสำคัญขึ้นตามลำดับ ในฐานะที่เป็นตัวแปรที่สดใสสำหรับความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ น้อยนักที่จะมีกิจกรรมการแลกเปลี่ยนหรือการติดต่อระหว่างชาติอันใดที่สามารถสร้างความรู้สึกของมวลชนได้เท่ากับการแข่งขันกีฬา การกีฬานั้นไม่มีเชื้อชาติ ศาสนา หรือลัทธิการปกครองใดๆ ในการแข่งขันกีฬาโอลิมปิก (Olympic Games) นั้นจะมีประเทศต่างๆ จากทั่วทุกมุมโลกส่งทีมของตนเข้าร่วมการแข่งขันและถือเป็นกิจกรรมอันยิ่งใหญ่ที่สืบทอดกันมานับร้อยๆ ปีทีเดียว

### กีฬาเพื่อสุขภาพ

วุฒิพงษ์ปรมัตถากร (2537) คำว่ากีฬาเพื่อสุขภาพ หมายถึง การเล่นกีฬาหรือการออกกำลังกายที่มีจุดประสงค์แน่นอนในการพัฒนาสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ ซึ่งอาจหมายถึง การดำรงรักษาสุขภาพที่ดีอยู่แล้วมิให้ลดถอยลง ปรับปรุงสุขภาพที่ทรุดโทรมให้ดีขึ้น ป้องกันโรคที่เกี่ยวข้องเนื่องกับการขาดการออกกำลังกาย ตลอดจนช่วยแก้ไขหรือฟื้นฟูสภาพร่างกายจากโรคบางอย่าง กีฬาเพื่อสุขภาพจึงมีลักษณะที่แตกต่างจากกีฬาแข่งขันอยู่มาก เพราะมิได้เกี่ยวข้องกับชัยชนะหรือชื่อเสียงเช่นกีฬาแข่งขัน

กีฬาทุกชนิดให้ผลต่อสุขภาพแตกต่างกัน แม้จะเป็นกีฬาชนิดเดียวกัน วิธีเล่น ความชำนาญของผู้เล่น ความหนัก นาน บ่อย ของการเล่น ก็มีผลต่อสุขภาพไม่เหมือนกัน ยิ่งเป็นกีฬาที่ต้องแข่งขันระดับและความสำคัญของการแข่งขันจะเข้ามาเป็นตัวแปรเพิ่ม จนบางครั้งทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพได้

### ลักษณะของกีฬาเพื่อสุขภาพ

กีฬาทุกชนิดเป็น การบริหารร่างกายหรือการออกกำลังกายในรูปแบบต่างๆ แม้แต่การปฏิบัติงานที่มีการใช้แรงกายสามารถนำมาใช้หรือดัดแปลงให้เป็นกีฬาเพื่อสุขภาพได้ ลักษณะของกีฬาเพื่อสุขภาพ ดังนี้

1. เหมาะสมกับสภาพร่างกายของแต่ละบุคคล
2. สามารถควบคุมความหนักเบาของการเล่นได้ด้วยตนเอง
3. ใช้การฝึกความอดทนของระบบหายใจและระบบไหลเวียนเลือด
4. สามารถปฏิบัติได้เป็นประจำสม่ำเสมอ
5. มีความเสี่ยงต่ออุบัติเหตุภัยน้อยหรือไม่มีเลย
6. ปฏิบัติได้ง่าย ไม่มีกติกากฎหรือเทคนิคที่ยุ่งยาก
7. มีความสนุกสนานเพลิดเพลิน ไม่เคร่งเครียด
8. ไม่สิ้นเปลือง

การเลือกกิจกรรมกีฬาเพื่อสุขภาพนั้นเป็นการใช้แรงของร่างกายเพื่อให้เกิดประโยชน์แก่สุขภาพมากที่สุด โดยอาจจะเป็นการส่งเสริมสุขภาพในหลายๆด้านหรือด้านเดียวก็ได้ แต่ในการปฏิบัติจริงเราควรเลือกเล่นกีฬาหรือการออกกำลังกายให้หลากหลาย เพื่อให้เกิดการพัฒนาของระบบต่างๆภายในร่างกายให้ครบทุกส่วน

วุฒิพงษ์ปรมัตถการ (2537) ได้แบ่งชนิดของกิจกรรมที่เป็นกีฬาเพื่อสุขภาพ ได้แก่

1. กีฬาแข่งขัน กีฬาหลายประเภทไม่เข้าลักษณะของกีฬาเพื่อสุขภาพ เช่น ไม่เหมาะสมกับสภาพร่างกายผู้เล่น เช่น อายุน้อยหรือมากเกินไป ผู้เล่นไม่สามารถควบคุมความหนักเบาในการเล่นได้ เพราะถูกบังคับโดยเกม หรือคู่แข่ง ลักษณะของการแข่งขันไม่เป็นการฝึกความอดทนของระบบหายใจ และระบบไหลเวียนเลือด แต่อาจจะมีอันตรายมากอยู่ตัว เนื่องจากต้องมีการปะทะกันอย่างรุนแรง แต่ถ้าดูจากการฝึกซ้อมของกีฬาแต่ละชนิด จะมีการฝึกซ้อมเพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกายด้านที่จำเป็นที่ต้องใช้ในการแข่งขัน เช่น กีฬามวย การทำกายบริหาร ชกมวย กระสอบทราย การวิ่ง การยกน้ำหนัก เป็นการฝึกฝนสมรรถภาพทางกายที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพได้ ทั้งนี้ การนำวิธีฝึกของกีฬาแข่งขันต่างๆ มาฝึกฝนร่างกายจึงถือว่าเป็นกีฬาเพื่อสุขภาพด้วย

2. เกมและการเล่นที่ใช้ร่างกาย สามารถนำมาจัดให้เป็นกีฬาเพื่อสุขภาพได้หลายชนิดและยังมีผลต่อสุขภาพจิตอีกด้วย เพราะไม่เคร่งเครียดแต่มีความ สนุกสนานและเพลิดเพลิน เช่น การเล่นตีจับ ลิงชิงบอล วิ่งเปี้ยวตะกร้อวง เป็นต้น

3. กายบริหาร การออกกำลังกายด้วยท่ากายบริหารให้ผลต่อระบบการเคลื่อนไหว คือ ข้อต่อและกล้ามเนื้อ ทำให้มีความคล่องตัวและทรวดทรงดีขึ้น แต่ให้ผลน้อยต่อระบบหายใจ และระบบไหลเวียนเลือดเนื่องจากไม่มีความต่อเนื่องนานหรือหนักพอ มักใช้ประกอบการออกกำลังกายอื่นและใช้เป็นส่วนสำคัญของการอบอุ่นร่างกายในการฝึกซ้อมหรือแข่งขันกีฬา เช่น การบริหารแบบแกว่งแขน โยคะ รำมวยจีน ส่วนใหญ่จะมุ่งเน้นการฝึกการหายใจและสมาธิซึ่งเป็นผลดีต่อสุขภาพทางหนึ่ง

4. การออกกำลังกายหมายถึง การฝึกฝนร่างกายด้วยตนเอง ซึ่งสามารถทำได้หลายวิธี เช่น วิ่งเหยาะ กระโดดเชือก ถีบจักรยาน ก้าวขึ้นลงบันได เป็นต้น ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมสมรรถภาพของระบบหายใจและระบบไหลเวียนโลหิตโดยตรง แต่การยกน้ำหนักเพียงอย่างเดียวโดยไม่มีกิจกรรมอื่นที่ฝึกการหายใจและการไหลเวียนเลือดด้วยไม่ถือว่าเป็นกีฬาเพื่อสุขภาพ

5. งานอาชีพและงานอดิเรกที่ใช้ร่างกาย ถ้าคิดปริมาณรวมของการใช้ร่างกายแล้ว งานอาชีพหรืองานอดิเรกที่ทำทั้งวันอาจมากกว่าการเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายดังที่กล่าวมาแล้ว แต่ผู้ปฏิบัติจำนวนมากไม่ได้ผลในการส่งเสริมสุขภาพไปด้วย เนื่องจากไม่ได้ปฏิบัติให้เข้ากับลักษณะของกีฬาเพื่อสุขภาพ เช่น ไม่ได้ทำกายบริหารก่อนการใช้ร่างกาย ทำให้ไปหยุดไปโดยไม่มีช่วงติดต่อกันนานพอ เป็นต้น การปรับวิธีการใช้ร่างกายให้เข้ากับลักษณะของกีฬาเพื่อสุขภาพ หากทำได้จะได้ประโยชน์ทั้งผลงานและสุขภาพ

#### ความหมายของการออกกำลังกาย

นักวิชาการหลายท่านได้ให้ความหมายของการออกกำลังกายไว้ดังนี้

จรวยพร ธรณินทร์ (2534) กล่าวว่าไว้ว่า “การออกกำลังกายทำให้สุขภาพดี ทำให้รักษา ทรวดทรงอยู่ได้ หรือลดน้ำหนักที่ไม่พึงปรารถนาได้ เราจึงควรปฏิบัติกับการออกกำลังกาย เหมือนกับการแปรงฟัน การอาบน้ำ การรับประทานอาหารเช้า ต้องทำทุกวันเป็นกิจนิสัย”

ศิริรัตน์ หิรัญรัตน์ (2539)การออกกำลังกาย หมายถึงการใช้กล้ามเนื้อและอวัยวะอื่นๆ ของร่างกายทำงานมากกว่าการเคลื่อนไหวหรืออริยะบดต่างๆ ตามปกติในชีวิตประจำวัน การออกกำลังกาย

กายที่ดีและถูกต้องควรปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอตามความเหมาะสมของอายุ เพศ และสภาวะของร่างกาย โดยมีสัญญาณให้ทราบได้ว่าการออกกำลังกายนั้นเหมาะสมหรือยัง คือ อัตราการเต้นของหัวใจสูงขึ้นหายใจถี่และแรงขึ้น มีเหงื่อออก ผลที่ตามมาหลังจากการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอก็คือ สมรรถภาพด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ แขน ขา ความคล่องแคล่วว่องไว ความเร็ว การตอบสนองต่อสถานการณ์ และที่สำคัญที่สุดคือ ความอดทนหรือความทนทานของระบบไหลเวียนโลหิตดีขึ้น

ศิริรัตน์ หิรัญรัตน์ (2539) กิจกรรมการออกกำลังกาย (Physical Activities) ในที่นี้หมายถึงการจัดระบบเพื่อให้ร่างกายมีความพร้อม อวัยวะต่างๆ มีการเคลื่อนไหว ได้ผลดีทั้งร่างกายและจิตใจ เช่นเดียวกับการออกกำลังกาย เพียงแต่บางครั้งการออกกำลังกายบางชนิดไม่น่าสนใจสำหรับบุคคลหนึ่ง แต่อาจจะน่าสนใจสำหรับอีกบุคคลหนึ่ง เช่น บางคนชอบวิ่งเหยาะๆ (jogging) บางคนชอบเล่นกีฬาเป็นทีม หรือบางคนเมื่อยังอยู่ในวัยหนุ่มสาวชอบกีฬาเทนนิส แต่เมื่ออายุมากขึ้นเปลี่ยนมาเล่นกอล์ฟ ด้วยเหตุนี้เองการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายจึงต้องคำนึงถึงอายุ เพศ และสภาวะร่างกาย จึงจะทำให้กิจกรรมการออกกำลังกายเป็นไปอย่างถูกต้อง ปลอดภัย และได้ประโยชน์มากที่สุด

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2535) กล่าวว่า การออกกำลังกายคือ การที่ทำให้ร่างกายได้ใช้พลังงานหรือกำลังงานที่มีอยู่ในตัวนั้นเพื่อให้ร่างกายส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวนั่นเอง เช่น การเดิน การกระโดด การวิ่ง การทำงาน หรือในการเล่นกีฬา การออกกำลังกายแต่ละกิจกรรมร่างกายต้องใช้กำลังงานมากน้อย แตกต่างกันไปตามลักษณะของงานนั้นว่ามากน้อยหรือเบาแค่ไหน

จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยสรุปได้ว่าการออกกำลังกาย หมายถึง การทำให้ร่างกายได้ออกแรงทำงานหนักมากกว่าปกติ ซึ่งส่งผลให้ระบบต่างๆภายในร่างกายทำงานได้อย่างแข็งแรงมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น และส่งเสริมสุขภาพจิตใจให้แจ่มใส

### **ประเภทของการออกกำลังกาย**

การออกกำลังกายที่ทำให้สุขภาพร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงสามารถแบ่งได้หลายประเภทขึ้นอยู่กับเกณฑ์ที่ใช้ในการแบ่งประเภท ดังนี้

#### **แบ่งตามจุดมุ่งหมายอนงค์ บุญอศุลยรัตน์(2542)**

1.การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เป็นการออกกำลังกายที่เน้นวิธีการให้ร่างกายเกิดการพัฒนาและรักษาสุขภาพให้สมบูรณ์แข็งแรง โดยการเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมที่ทำให้เกิดการพัฒนาร่างกาย

2.การออกกำลังกายเพื่อเล่นกีฬา กีฬา คือ การออกกำลังกายชนิดหนึ่ง ซึ่งมีกฎกติกาแน่นอนแล้วแต่ชนิดของกีฬาจะแตกต่างกันไป

3.การออกกำลังกายเพื่อรักษาทรุดทรองและสัดส่วน เป็นการออกกำลังกายที่เน้นการบริหารกายเฉพาะส่วน เพื่อให้มีรูปร่างที่สมส่วน

4.การออกกำลังกายเพื่อแก้ไขความพิการ เป็นการออกกำลังกายที่เน้นให้อวัยวะหรือส่วนต่างๆ ของร่างกายที่อ่อนแอหรือพิการให้แข็งแรงขึ้น และสามารถทำงานได้

5.การออกกำลังกายที่เน้นการส่งเสริมสุขภาพจิต คลายความเครียด ลดความวิตกกังวล และส่งเสริมความสามัคคี

#### แบ่งตามวัย

1.การออกกำลังกายสำหรับทารก (แรกเกิด - 3 ปี) วัยเด็กทารกระยะนี้กล้ามเนื้อกระดูก ระบบประสาทต้องมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมีสัดส่วนและมีความพร้อมก่อน เด็กจึงจะเกิดการเรียนรู้ได้ กิจกรรมการออกกำลังกายควรเน้นในเรื่องของการพัฒนาระบบกล้ามเนื้อ ระบบประสาท และความสัมพันธ์ระหว่างประสาทกับกล้ามเนื้อ โดยผู้ปกครองใช้มือ หรืออุปกรณ์ (ของเล่น) มาช่วยเสริมพัฒนาการของเด็ก

2.การออกกำลังกายสำหรับวัยเด็กเล็ก (4 ปี – 6 ปี) เด็กในช่วงวัยนี้มีพัฒนาอย่างมากในด้านจิตใจและบุคลิกภาพต่อสภาพแวดล้อม ต้องจัดกิจกรรมออกกำลังกายเพื่อพัฒนากล้ามเนื้อใหญ่ให้แข็งแรงและทำงานประสานกันดีขึ้น เพื่อส่งเสริมการเคลื่อนไหวเบื้องต้น กิจกรรมที่ควรจัด คือ ทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน เช่น การโยน รับ ตะลูกบอล การเล่นอิสระ กิจกรรมประกอบดนตรี กิจกรรมเลียนแบบ เกม เป็นต้น

3.การออกกำลังกายสำหรับวัยเข้าเรียน (7 ปี – 11 ปี) วัยนี้เริ่มมีวุฒิภาวะทางเพศ เข้าสู่ระยะของวัยรุ่น กิจกรรมการออกกำลังกายควรสนองความต้องการทางด้านสังคมของเด็ก โดยปลูกฝังนิสัยรักการออกกำลังกาย รู้จักการเข้ากลุ่มยอมรับความสามารถของผู้อื่น และความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยจัดกิจกรรมกีฬาที่ไม่เน้นการแข่งขัน หรือกิจกรรมเข้าจังหวะ

4.การออกกำลังกายสำหรับวัยรุ่น (12 ปี–18 ปี) วัยนี้ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยามาก การทำงานของระบบต่างๆ ในร่างกายจะเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ควรจัดกิจกรรมการออกกำลังกายหลายๆอย่าง เพื่อให้เด็กมีโอกาสเลือกเล่นกีฬาที่ตนชอบโดยให้มีส่วนร่วมเป็นผู้วางแผนการจัดกิจกรรมด้วย เช่น กิจกรรมกีฬาทุกประเภท (ควรระวังและป้องกันอันตรายจากการบาดเจ็บทางกีฬา) จกรรมเข้าจังหวะ กิจกรรมเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย เป็นต้น

5.การออกกำลังกายสำหรับวัยหนุ่มสาว (19 ปี – 25 ปี) วัยนี้เริ่มเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่มีวุฒิภาวะหรือการเจริญเติบโตของร่างกายเต็มที่ กิจกรรมการออกกำลังกาย ควรเสริมสร้างในด้าน

ระเบียบวินัยพัฒนาความสามารถทางกีฬา เสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย ให้เห็นคุณค่าของกิจกรรมกีฬาได้แก่ กีฬาทุกชนิด การวิ่ง ว่ายน้ำ

6.การออกกำลังกายสำหรับวัยผู้ใหญ่ (26 ปี – 54 ปี) ประสิทธิภาพของร่างกายจะมีสูงสุดเมื่ออายุ 25 ปี หลังจากนั้นประสิทธิภาพของร่างกายจะลดลงจนถึง 40-45 ปี จะเริ่มมีอัตราเสื่อมถอยมากขึ้น ปัญหาสำหรับวัยนี้คือความยากลำบากในการปรับตัวด้านประสิทธิภาพของร่างกาย จำเป็นต้องจัดกิจกรรมให้กระตุ้นระบบหายใจและไหลเวียนให้ทำงานดีขึ้น เสริมสร้างความแข็งแรงให้กระดูกไม่ให้แตกหรือเปราะง่าย เพื่อชะลอความแก่ การจัดกิจกรรมควรเน้นกิจกรรมกีฬาเพื่อสุขภาพที่ความรุนแรงปะทะน้อยลง

7.การออกกำลังกายสำหรับวัยสูงอายุ (55 ปีขึ้นไป) วัยนี้ร่างกายจะอ่อนแอลงกล้ามเนื้อหย่อนยานและเหี่ยวแห้ง ความสามารถลดลงของข้อต่อ กระดูกเริ่มเสื่อม กิจกรรมการออกกำลังกายควรช่วยปรับสัดส่วนทรวดทรง ฟันฟูและรักษาสภาพร่างกาย ช่วยกระตุ้นให้ระบบไหลเวียนทำงานดีขึ้น กิจกรรมที่จัดควรเป็นกิจกรรมกีฬาเพื่อสุขภาพที่ไม่มีการปะทะและออกแรงเบ่ง

#### แบ่งตามอุปกรณ์

1.การออกกำลังกายมือเปล่า เป็นการออกกำลังกายโดยใช้การเคลื่อนไหวของร่างกายอย่างมีระเบียบ ระบบ อาจใช้จังหวะนั้น หรือหายใจประกอบกิจกรรมการบริหารร่างกายด้วยมือเปล่าเช่น กายบริหาร โยคะ มวยจีน

2.การออกกำลังกายใช้อุปกรณ์ เป็นการออกกำลังกายที่ต้องใช้อุปกรณ์ช่วยในการออกกำลังกาย เพื่อให้กิจกรรมออกกำลังกายสนุกสนาน ได้รับความสนใจ ช่วยให้มีความรู้รูปแบบการออกกำลังกายเพิ่มขึ้น เช่น ดนตรี อุปกรณ์กีฬา ลูกบอล ไม้ เชือก เป็นต้น

#### แบ่งตามลักษณะวิธีฝึก

1.การออกกำลังกายแบบไอโซเมตริก (Isometric Exercise) เป็นวิธีการฝึกออกกำลังกายโดยการเกร็งกล้ามเนื้อ โดยไม่มีการเคลื่อนไหวส่วนใด ความยาวของเส้นใยกล้ามเนื้อคงที่ไม่เปลี่ยนแปลง วิธีการฝึกแบบนี้เป็นการออกกำลังกายที่ไม่ต้องใช้อุปกรณ์ประกอบ สามารถปฏิบัติได้ทุกสถานที่ทุกเวลา เช่น การฝึกดันกำแพง

2.การออกกำลังกายแบบไอโซโทนิคหรือไดนามิก (Isotonic หรือ Dynamic Exercise) เป็นวิธีการฝึกออกกำลังกายแบบมีแรงต้าน โดยกล้ามเนื้อหดตัวและคลายตัว มีการเคลื่อนไหวของข้อต่อ เช่น การยกดัมเบลหรือน้ำหนักตัวผู้ฝึกเอง วิธีการฝึกแบบนี้เป็นการบริหารกล้ามเนื้อมัดต่างๆ ให้มีความแข็งแรงโดยตรงทำให้กล้ามเนื้อโตขึ้น แข็งแรงขึ้น

3.การออกกำลังกายแบบไอโซคิเนติก (Isokinetic Exercise) เป็นวิธีการฝึกการออกกำลังกาย โดยให้ร่างกายต่อสู้กับแรงต้านทานด้วยความเร็วคงที่ แต่เป็นการออกกำลังกายกับเครื่องมือ

ออกกำลังกาย ในขณะที่ออกกำลังกายจะต้องออกแรงเท่ากัน และด้วยความเร็วคงที่เท่ากันเสมอ เช่น การปั่นจักรยาน (Upright Bike) การวิ่งบนลู่วิ่ง (Treadmill) เป็นต้น

4. การออกกำลังกายแบบไม่ใช้ออกซิเจน หรือการออกกำลังกายแบบแอนแอโรบิก (Anaerobic Exercise) เป็นการออกกำลังกายโดยใช้พลังงานที่สะสมอยู่ในกล้ามเนื้อซึ่งอยู่ในรูปของ ไกลโคเจน นำออกมาใช้เป็นพลัง โดยไม่มีการใช้ออกซิเจนช่วยสันดาป (oxidation) จะเป็นการออกแรงแบบทันทีอย่างรวดเร็วและได้อย่างหนัก แต่การใช้พลังงานนี้จะหมดไปอย่างรวดเร็วเช่นกัน ภายในไม่กี่นาที และเกิดกรดแลคติก (lactic acid) ซึ่งเป็นต้นเหตุทำให้เกิดอาการเมื่อยล้าของกล้ามเนื้อ (fatigue) ลักษณะของการออกกำลังกายแบบนี้จะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ใช้เวลาสั้นๆ โอกาสที่จะทำให้กล้ามเนื้อล้ามีสูง

5. การออกกำลังกายโดยใช้ออกซิเจนหรือการออกกำลังกายแบบแอโรบิก (aerobic exercise) โดยใช้พลังงานทั้งหมดจาก ไกลโคเจน และไขมัน โดยมีออกซิเจนจากการหายใจ ช่วยสันดาป การออกกำลังกายแบบนี้ทำให้เกิดความเมื่อยล้า น้อยกว่าแบบไม่ใช้ออกซิเจน สามารถออกกำลังกายได้นานเป็นชั่วโมง เนื่องจากได้ใช้ไขมันที่มีอยู่ในร่างกายในการเผาผลาญซึ่งมีอยู่เป็นจำนวนมาก การออกกำลังกายแบบนี้เป็นการออกกำลังกายแบบใช้กล้ามเนื้อใหญ่ โดยเฉพาะแขน ขา ทำงานติดต่อกันเป็นจังหวะสม่ำเสมออย่างต่อเนื่อง ในระยะเวลาานพอ ที่จะก่อให้เกิดการพัฒนาการทำงานของหัวใจ ปอด และระบบไหลเวียนเลือด เช่น เดินเร็ว วิ่งเหยาะ ถีบจักรยาน กระโดดเชือก ว่ายน้ำ และเดินแอโรบิก เป็นต้น

#### หลักการออกกำลังกาย

$F = \text{frequency}$  คือ ความถี่ บ่อย ของการออกกำลังกาย ซึ่งต้องปฏิบัติอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน อาจทำทุกวันก็ได้ แต่ควรมีวันหยุดพักสัก 2 วันต่อสัปดาห์ หากเว้นการฝึกนานเกิน 3 วัน ผลที่ได้จากการออกกำลังกายครั้งสุดท้ายจะสูญหายไป เพราะสมรรถภาพทางกายจะเริ่มลดลงทันทีเมื่อหยุดออกกำลังกาย

$I = \text{intensity}$  คือ ความหนักเบาของการฝึก ควรออกกำลังอย่างน้อยแค่ไหน โดยใช้อัตราเต้นของชีพจร เป็นตัวกำหนด

$T = \text{time}$  คือ ช่วงระยะเวลาที่ต้องฝึกครั้งละ 30 นาที จึงจะนานเพียงพอที่จะเสริมสร้างสมรรถภาพของร่างกาย และไม่ควรเกิน 1 ชั่วโมง ซึ่งถือว่ามากเกินความจำเป็น

$T = \text{Type}$  คือรูปแบบของการออกกำลังกายจะต้องเลือกรูปแบบให้เหมาะสมกับเพศวัยและความสามารถของสมรรถภาพทางกายของตัวเอง

วรัศคี เพียรชอบ (2540) ได้กล่าวถึงหลักการออกกำลังกาย ไว้ดังนี้

1. อบอุ่นร่างกายก่อนออกกำลังกายทุกครั้ง เพื่อเตรียมส่วนต่างๆ ของร่างกายและกล้ามเนื้อให้พร้อม
2. ควรออกกำลังกายอย่างเบาๆ ก่อน แล้วจึงค่อยเพิ่มความหนักของการออกกำลังกายในวันต่อไปให้มากขึ้นตามลำดับ
3. ผู้ที่อยู่ระหว่างการพักผ่อน หรือมีโรคประจำตัว ควรปรึกษาแพทย์ก่อนที่จะออกกำลังกาย
4. ผู้ที่ประสงค์ออกกำลังกายหนักๆ โดยเฉพาะผู้อายุเกิน 40 ปี ควรปรึกษาแพทย์ก่อน
5. ในระหว่างการออกกำลังกาย ถ้ามีความผิดปกติเกิดขึ้น เช่น หน้ามืด เหงื่อออกมาก หอบผิดปกติมากเกินไป ควรหยุดออกกำลังกายทันที
6. การออกกำลังกายแต่ละครั้งควรให้เหมาะสมกับวัยของตนเอง
7. การออกกำลังกายควรทำอย่างสม่ำเสมอทุกวันเป็นประจำ อย่างน้อยวันละ 15-20 นาที
8. ผู้มีภารกิจประจำมาก ควรเลือกกิจกรรมในการออกกำลังกายง่ายๆ ใช้ระยะเวลาสั้นๆ เช่น เดิน วิ่งอยู่กับที่ กระโดดเชือก หรือเดินแอโรบิกภายในบ้าน
9. ควรทำสถิติโดยการจดบันทึกการออกกำลังกายและสุขภาพควบคู่กันไปด้วย เพื่อจะได้ทราบความก้าวหน้าของการฝึก
10. การออกกำลังกาย หากจะให้ได้ผลที่แท้จริง ควรมีการรับประทานอาหารที่ดี และการพักผ่อนที่เพียงพอควบคู่กันไปด้วย

การออกกำลังกายและการกีฬาที่มีความหมายที่มีความคล้ายคลึงกันและมีความสัมพันธ์กัน กีฬาจัดเป็นกิจกรรมอย่างหนึ่งของการออกกำลังกาย และมีกฎกติกาและระเบียบวิธีการเล่น หรือการแข่งขัน การออกกำลังกายเป็นกิจกรรมที่ไม่ใช้กฎกติกาเหมือนการเล่นกีฬาแต่ทั้ง 2 อย่างให้คุณค่าที่เหมือนกันคือ เป็นการพัฒนาทั้งทางด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ซึ่งการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา จึงเป็นสิ่งที่สำคัญสำหรับทุกคน แต่ทุกคนจะต้องเลือกชนิดการเล่นกีฬา และการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายของตนเอง

การเลือกชนิดการออกกำลังกายหรือกีฬาที่เหมาะสมจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกายแต่ถ้าเราเลือกกิจกรรมที่ไม่มีความเหมาะสมกับสภาพร่างกายของเรา อาจก่อให้เกิดโทษและเกิดการ



ขาดเจ็บต่อร่างกายของเราได้ ดังนั้นเราจึงควรปฏิบัติให้ถูกต้องตามหลักการและขั้นตอนของการ ออกกำลังกายอย่างเคร่งครัด

## 6. ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับศูนย์กีฬาของสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

### ประวัติความเป็นมาของธนาคารแห่งประเทศไทย สายออกบัตรธนาคาร

ฝ่ายออกบัตรธนาคารถือกำเนิดขึ้นท่ามกลางความตึงเครียดของภาวะสงคราม จึงประสบ ปัญหาใหม่ๆ หลายประการ โดยเฉพาะปัญหาการขาดแคลนธนบัตร ทั้งนี้เพราะเมื่อประเทศอยู่ใน ภาวะสงคราม รายจ่ายป้องกันประเทศย่อมมีจำนวนสูงมากกว่ายามปกติ ทำให้จำนวนธนบัตรออก ใช้เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ในขณะที่การสั่งพิมพ์ธนบัตรจาก บริษัท Thomas de la rue ประเทศอังกฤษ ไม่สามารถกระทำได้

เพื่อแก้ปัญหาการขาดแคลนธนบัตรดังกล่าว รัฐบาลไทยจึงติดต่อกับรัฐบาลญี่ปุ่นขอให้ช่วย จัดพิมพ์ธนบัตรให้ ซึ่งรัฐบาลญี่ปุ่นได้มอบหมายให้ บริษัท Mitsui Bussan Kaisha เป็นตัวแทนใน การติดต่อประสานงานกับโรงพิมพ์ธนบัตรของกระทรวงการคลังประเทศญี่ปุ่นจัดพิมพ์ให้ แต่ ในช่วงปลายสงครามฝ่ายพันธมิตรเป็นฝ่ายได้เปรียบในการรบ การขนส่งธนบัตรจากประเทศญี่ปุ่น มายังประเทศไทยไม่อาจกระทำได้ รัฐบาลไทยจึงตัดสินใจพิมพ์ธนบัตรขึ้นใช้เองอย่างรีบด่วน โดย อาศัยวัสดุอุปกรณ์เท่าที่จะหาได้ภายในประเทศ และใช้โรงพิมพ์ของทางราชการ ได้แก่ โรงพิมพ์ กรมแผนที่ทหารบก โรงพิมพ์กรมอุทกศาสตร์ และโรงพิมพ์ของเอกชนหลายแห่งช่วยพิมพ์ให้

จากภาวะของสงครามที่ทำให้ปริมาณธนบัตรออกใช้เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยระหว่างวันที่ 30 พฤศจิกายน พ.ศ. 2484 ซึ่งเป็นเวลาก่อนเกิดสงครามจนถึงวันที่ 31 สิงหาคม พ.ศ. 2487 ปริมาณ ธนบัตรออกใช้ได้เพิ่มจากจำนวน 275 ล้านบาท เป็น 1,993 ล้านบาท ส่งผลให้เกิดภาวะเงินเฟ้อและ ดัชนีค่าครองชีพที่สูงขึ้นเป็นลำดับ ระหว่างนั้นรัฐบาลได้แก้ปัญหาโดยออกพระราชกำหนด พันธบัตรออมทรัพย์ในภาวะคับขัน พุทธศักราช 2488 เมื่อวันที่ 8 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2488 กำหนดให้ ธนบัตรชนิดราคา 1000 บาท ทุกแบบที่ออกใช้อยู่ในขณะนั้น ไม่เป็นเงินที่ชำระหนี้ได้ตามกฎหมาย แต่สามารถนำมาจดบัญชีเปลี่ยนสภาพเป็นพันธบัตรออมทรัพย์ภายในระยะเวลาที่กำหนด โดยมี ดอกเบี้ยร้อยละ 1 ต่อปี และจะไถ่ถอนคืนเงินต้นได้ในเวลา 12 เดือน นับแต่วันที่พระราชกำหนดมี ผลบังคับใช้ มาตรการดังกล่าวมีผลช่วยลดระดับหนี้สินจากการหมุนเวียนได้ถึงประมาณ 1 ใน 3 ของธนบัตรออกใช้ในขณะนั้น ในเรื่องนี้พนักงานฝ่ายออกบัตรธนาคารมีบทบาทสำคัญในการ อำนวยความสะดวกให้กับประชาชนที่มาติดต่อ และช่วยพิจารณาตรวจสอบธนบัตรที่นำมาจดบัญชี

หรือนำมาแลกเปลี่ยนว่าเป็นธนบัตรรัฐบาลที่แท้จริงหรือไม่ ก่อนออกใบรับจดบัญชีให้เจ้าของ ยึดถือไว้เป็นหลักฐาน

ด้วยการปฏิบัติงานที่สำคัญในหน้าที่ความรับผิดชอบของพนักงานฝ่ายออกบัตรธนาคาร ทำให้ภารกิจอันสำคัญของชาติในช่วงเวลาที่คับขันดำเนินไปด้วยดี และไม่ปรากฏว่ามีผลเสียหายอย่างใดเกิดขึ้นจนกระทั่งสงครามยุติลง

เมื่อสงครามสิ้นสุดลงในเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2488 ธนบัตรปลอมแปลงเริ่มแพร่ระบาดมากขึ้น กระทรวงการคลังจึงได้ออกประกาศเมื่อวันที่ 20 พฤศจิกายน พ.ศ. 2489 ให้ยกเลิกธนบัตรชนิดราคา 20 บาท และ 50 บาท ทุกแบบที่ออกใช้ก่อนวันประกาศ ไม่ให้ชำระหนี้ได้ตามกฎหมาย ตั้งแต่วันที่ 1 ธันวาคม พ.ศ. 2489 แต่สามารถนำมาแลกเปลี่ยนกับธนบัตรชนิดที่ใช้ชำระหนี้ได้ตามกฎหมายได้ตั้งแต่วันที่ 1 ธันวาคม พ.ศ. 2489 ถึงวันที่ 1 มิถุนายน พ.ศ. 2490

ก่อนประกาศยกเลิกธนบัตรทั้งสองชนิดราคา รัฐบาลไทยได้ติดต่อสั่งพิมพ์ธนบัตรจากบริษัท Thomas de la rue แต่ทางบริษัทฯ อ้างว่าโรงพิมพ์ธนบัตรของบริษัทฯ ได้รับความเสียหายอย่างหนักจากภัยสงครามจึงไม่สามารถจัดพิมพ์ให้ได้ รัฐบาลจึงต้องแก้ไขปัญหาด้วยการติดต่อสั่งพิมพ์ธนบัตรจาก บริษัท Tudoe Press Inc. ประเทศสหรัฐอเมริกา มาใช้เป็นการชั่วคราว ต่อมาในพุทธศักราช 2490 เมื่อบริษัท Thomas de la rue พร้อมที่จะดำเนินการพิมพ์ธนบัตรแล้ว รัฐบาลจึงได้สั่งพิมพ์ธนบัตรเข้ามาและนำออกใช้ เมื่อปริมาณธนบัตรใหม่ที่นำออกใช้มีจำนวนมากพอสมควรแล้ว จึงได้ถอนคืนธนบัตรที่พิมพ์ขึ้นใช้เองในระหว่างสงครามและที่สั่งพิมพ์จากประเทศสหรัฐอเมริกากลับเข้ามาทำลาย การจัดการธนบัตรเพื่อนำออกใช้ภายในประเทศ จึงกลับเข้าสู่สภาพปกติแต่นั้นเป็นต้นมา

ธนาคารแห่งประเทศไทยได้ดำเนินการจัดตั้งโรงพิมพ์ธนบัตรขึ้นตามมติคณะรัฐมนตรี เมื่อวันที่ ๕ กันยายน พ.ศ. ๒๕๐๔ โดยใช้เงินจากบัญชีผลประโยชน์ทุนสำรองเงินตรา ตามมาตรา ๓๓ แห่งพระราชบัญญัติเงินตรา พุทธศักราช ๒๕๐๑ เป็นทุนดำเนินการ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อความมั่นคงและปลอดภัยทางเศรษฐกิจ สืบเนื่องจากการที่ประเทศไทยไม่อาจสั่งพิมพ์ธนบัตรจากต่างประเทศตามที่เคยปฏิบัติมาตั้งแต่เริ่มนำธนบัตรออกใช้เมื่อพุทธศักราช ๒๔๔๕ ได้อย่างสะดวกหรือไม่อาจกระทำได้เลยในช่วงสงครามมหาเอเชียบูรพา (พ.ศ. ๒๔๘๔ – ๒๔๘๘) ทำให้ธนบัตรที่ใช้หมุนเวียนขาดแคลนจนส่งผลกระทบต่อกิจการ ทุก ๆ ด้านของประเทศเป็นอย่างยิ่ง การมีโรงพิมพ์ธนบัตรภายในประเทศ จึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งเสริมให้เกิดความมั่นคงและปลอดภัยทางเศรษฐกิจ ทั้งยังให้ผลคุ้มค่าในระยะยาว กล่าวคือ ทำให้สามารถควบคุมได้ทั้งปริมาณและคุณภาพของธนบัตร รวมทั้งเป็นการประหยัดเงินตราต่างประเทศ นอกจากนี้ ยังมีส่วนช่วยในการสร้างชื่อเสียงให้กับประเทศอีกด้วย

โรงพิมพ์ธนบัตร บางขุนพรหม ตั้งอยู่ริมแม่น้ำเจ้าพระยา ด้านถนนท่าเกษม เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร มีเนื้อที่ ๑๑ ไร่ ๓๕ ตารางวา เริ่มก่อสร้างเมื่อวันที่ ๘ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๐๖ แล้วเสร็จเมื่อพุทธศักราช ๒๕๑๒ ธนาคารแห่งประเทศไทย ได้กราบบังคมทูลเชิญ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช เสด็จพระราชดำเนินมาทรงเป็นประธานในพิธีเปิดโรงพิมพ์ธนบัตร เมื่อวันที่ ๒๔ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๑๒

ด้วยข้อจำกัดด้านสถานที่ของโรงพิมพ์ธนบัตร บางขุนพรหม ที่ไม่อาจขยายและปรับปรุงให้รองรับการผลิตธนบัตรซึ่งเพิ่มสูงขึ้น ตลอดจนความเสี่ยงเนื่องจากสภาพแวดล้อม อาชีวอนามัย และความปลอดภัยในการทำงานที่ไม่สามารถดำเนินการแก้ไขปรับปรุงได้อย่างมีประสิทธิภาพ ธนาคารแห่งประเทศไทยจึงได้อนุมัติให้ก่อสร้างโรงพิมพ์ธนบัตรแห่งใหม่บนเนื้อที่กว่า ๑๕๑ ไร่ ณ ตำบลขุนแก้ว อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม และได้จัดพิธีวางศิลาฤกษ์โรงพิมพ์ธนบัตรแห่งใหม่ เมื่อวันที่ ๒๔ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๔๗ เวลา ๑๐.๔๕ น.

### สถานที่ตั้งของศูนย์กีฬา

ศูนย์กีฬาตั้งอยู่ภายในสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย 18 หมู่ 2 ถนนบรมราชชนนี ตำบลขุนแก้ว อำเภอนครชัยศรี จังหวัด นครปฐม 73120

### ศูนย์กีฬาเปิดทำการเวลา

เปิดบริการจันทร์ – ศุกร์ ตั้งแต่เวลา 6.30 – 20.30 น.

### สถานที่และอาคารของศูนย์กีฬาประกอบด้วย

1. อาคารศูนย์กีฬา
  - 1.1 ห้องฟิตเนส
  - 1.2 ห้องชมรมดนตรี
  - 1.3 ห้องอเนกประสงค์
  - 1.4 ห้องคาราโอเกะ
  - 1.5 ห้องสำนักงาน
  - 1.6 ร้านอาหาร
2. โรงยิม
 

2.1 สนามบาสเกตบอล	จำนวน 1 สนาม
2.2 สนามแบดมินตัน	จำนวน 3 สนาม
2.3 สนามวอลเลย์บอล	จำนวน 1 สนาม

2.4 สนามฟุตบอล	จำนวน 1 สนาม
2.5 โต้ะปิงปอง	จำนวน 1 โต้ะ
3. สนามเทนนิส	จำนวน 3 สนาม
4. สนามเปตอง	จำนวน 3 สนาม
5. สนามฟุตบอล	จำนวน 1 สนาม
6. สนามตะกร้อ	จำนวน 2 สนาม
7. สนามยิงปืน	จำนวน 1 สนาม

#### จำนวนเจ้าหน้าที่ของศูนย์กีฬา

1. เจ้าหน้าที่ดูแลศูนย์กีฬา 4 คน
2. เจ้าหน้าที่ทำความสะอาด 7 คน

#### ชมรมกีฬา มีทั้งหมด 14 ชมรม ดังนี้

- |                 |                        |
|-----------------|------------------------|
| 1. เทนนิส       | 8. โยคะ                |
| 2. แบดมินตัน    | 9. กีฬาในร่ม           |
| 3. เทเบิลเทนนิส | 10. เปตอง              |
| 4. ฟุตบอล       | 11. ตะกร้อ             |
| 5. วอลเลย์บอล   | 12. กอล์ฟ              |
| 6. บาสเกตบอล    | 13. จักรยานเพื่อสุขภาพ |
| 7. ออกกำลังกาย  | 14. ยิงปืนสมัครเล่น    |

#### 7. รายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

##### งานวิจัยในประเทศ

ศศิธรยาน์ศิริพิมลพร (2546) ได้การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระบบประเมินผลการปฏิบัติงานกับการพัฒนาตนเองของพนักงานต้อนรับภาคพื้นดินบริษัท การบินไทย จำกัด (มหาชน) พบว่า การพัฒนาตนเองของพนักงานต้อนรับภาคพื้นดินบริษัท การบินไทย จำกัด (มหาชน) ด้านการพัฒนาด้านร่างกายในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง และพบว่า พนักงานออกกำลังกายเป็นประจำทุกวันเพียงบางส่วนเท่านั้น จะเห็นได้ว่าระดับการพัฒนาตนเองด้านร่างกายอยู่ในระดับต่ำที่สุดเมื่อเทียบกับด้านอื่นๆอาจมีสาเหตุจากลักษณะการทำงานเป็นกะช่วงเวลารับประทานอาหารและการ

นอนหลับจะไม่เป็นเวลากการพักผ่อนนอนหลับไม่เพียงพอส่งผลต่อสุขภาพของพนักงานได้อีกทั้งข้อจำกัดด้านเวลาที่ต้องทำงานสลับเปลี่ยนหมุนเวียนตลอด 24 ชั่วโมงทำให้พนักงานมีเวลาในการออกกำลังกายน้อย

วัลชูลิจาวารี (2547) ได้ทำการศึกษาเรื่องความต้องการบริการการออกกำลังกายของพนักงานบริษัทมินิแบประเทศไทยจำกัดจังหวัดลพบุรีผลการศึกษพบว่าความต้องการบริการการออกกำลังกายของพนักงานในบริษัทมินิแบประเทศไทยจำกัดจังหวัดลพบุรีมีดังต่อไปนี้

1. ด้านช่วงเวลาการออกกำลังกายพบว่าอยู่ในช่วงเวลา 16.00 – 19.00 น. ของทุกวัน
2. ด้านอาคารสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกพบว่าความต้องการสถานที่ออกกำลังกายควรมีแสงสว่างเพียงพอมีสถานที่ออกกำลังกายที่ปลอดภัยและมีห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งตัวห้องน้ำและห้องส้วมที่ถูกต้องลักษณะอยู่ในระดับมากที่สุดเรียงตามลำดับ
3. ด้านชนิดของกิจกรรมพบว่ากายบริหารเพื่อสุขภาพมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุดรองลงมาคือการเดินแอโรบิกและวิ่งเพื่อสุขภาพ
4. ด้านบริการและวิชาการพบว่ามีความต้องการอยู่ในระดับมาก
5. ด้านงบประมาณพบว่าบริษัทจัดหางบประมาณในการออกกำลังกายทุกด้านและบริษัทร่วมกับพนักงานจัดหางบประมาณในการออกกำลังกายทุกด้านมีความต้องการอยู่ในระดับมาก

ภักวีวัฒน์เชิดพุทธ (2552) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “สภาพและปัญหาการบริหารจัดการศูนย์บริการการกีฬารวมศาสตร์ศูนย์รังสิต” การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ใช้เครื่องมือเป็นแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้บริหารหัวหน้าแผนกและเจ้าหน้าที่ศูนย์บริการการกีฬาจำนวน 34 คนและกลุ่มตัวอย่างที่เป็นสมาชิกศูนย์บริการการกีฬาจำนวน 400 คนและการสัมภาษณ์กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้บริหารหัวหน้าแผนกจำนวน 6 คนและสมาชิกศูนย์บริการการกีฬาจำนวน 28 คนนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานส่วนข้อมูลที่เป็นการสัมภาษณ์ได้นำมาสรุปเป็นความเรียงผลการวิจัยพบว่า

1. สภาพการบริหารศูนย์บริการการกีฬามีการใช้ทรัพยากรการบริหารโดยรวมอยู่ในระดับดีเมื่อพิจารณาตามรายด้านพบว่าอยู่ในระดับดีทุกด้าน ได้แก่ด้านบุคลากรด้านการเงินและงบประมาณด้านสถานที่วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกและด้านการจัดการสภาพกระบวนการวงจรการบริหารศูนย์บริการการกีฬาโดยรวมอยู่ในระดับดีมากเมื่อพิจารณาตามรายด้านพบว่าด้านการวางแผนด้านการปฏิบัติอยู่ในระดับดีส่วนด้านการตรวจสอบและด้านการนำผลการประเมินมาพัฒนาแผนอยู่ในระดับดีมาก

2. ปัญหาการบริหารศูนย์บริการการกีฬาโดยรวมไม่พบปัญหาจากข้อมูลแบบสอบถามแต่จากการสัมภาษณ์ด้านทรัพยากรการบริหารพบปัญหาในด้านงบประมาณไม่เพียงพอต่อการ

บำรุงรักษาซ่อมแซมในด้านบุคลากรและสนามไม่เพียงพอในการให้บริการในบางช่วงเวลาและกระบวนการวงจรการบริหารศูนย์บริการการกีฬาฯ มีข้อจำกัดตามระเบียบราชการจึงปฏิบัติงานได้ไม่คล่องตัว โดยเน้นให้การบริการกับนักศึกษาและบุคลากรของกรมศาสตร์ก่อนเป็นหลักจึงทำให้เป็นอุปสรรคในการวางแผนการให้บริการทั่วไปเพื่อหารายได้

3. ความพึงพอใจในการใช้บริการของสมาชิกศูนย์บริการการกีฬาฯ ในส่วนประสมทางการตลาดอยู่ในระดับพอใช้เมื่อพิจารณาตามรายด้าน ได้แก่ ด้านผลิตภัณฑ์ด้านราคา ด้านสถานที่และด้านการส่งเสริมการตลาดอยู่ในระดับพอใช้ทุกด้าน

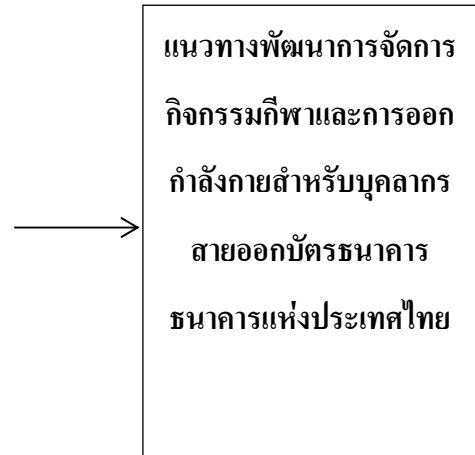
### งานวิจัยต่างประเทศ

Thibault (1993) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “แผนงานในองค์กรกีฬาแบบไม่หวังผลกำไร” มีจุดมุ่งหมายเพื่อค้นคว้าแผนงานในองค์กรกีฬาแบบไม่หวังผลกำไร ซึ่งมีแผนงานหลักของกิจกรรมกีฬาภายในประเทศ 6 อย่าง ได้แก่ ราคฐานขนาดของผู้มาใช้บริการ อาสาสมัคร กลุ่มที่สนับสนุน ค่าอุปกรณ์ ค่าธรรมเนียมสมาชิก ข้อมูลที่ได้ทั้งหมดจากการสังเกตองค์กรกีฬาแห่งชาติ 32 แห่ง ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับแผนงานที่รัฐบาลเป็นผู้ริเริ่มขึ้นสำหรับกิจกรรมกีฬาภายในประเทศ ผลการวิจัยพบว่า มีความเป็นไปได้ที่จะทำการคาดคะเนการปฏิบัติหน้าที่ขององค์กรกีฬาแห่งชาติในการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ โดยสรุปองค์กรต่างๆ วางแผนที่จะทำการเปลี่ยนแปลงบางอย่างเกี่ยวกับกิจกรรมกีฬาภายในประเทศ ซึ่งเมื่อปฏิบัติไปแล้ว 2 ปี พบว่ามีการเปลี่ยนแปลงบางอย่างเกิดขึ้น

### แนวความคิดในการวิจัย

จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่ประกอบด้วยแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดการแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการบริการ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับความต้องการแนวคิดทฤษฎีกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับศูนย์กีฬาของสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งผู้วิจัยคิดเห็นว่าศูนย์กีฬาสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยเป็นศูนย์กีฬาที่ไม่ได้สร้าง ขึ้นเพื่อก่อให้เกิดการสร้างกำไร หากแต่สร้างขึ้นเพื่อก่อให้เกิดประโยชน์แก่สุขภาพร่างกายของ บุคลากรของสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยและจากแนวคิดทฤษฎีที่กล่าวมา ข้างต้น ผู้วิจัยจึงได้นำมาสร้างกรอบแนวคิดได้ว่าการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออก กำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย เพื่อให้บุคลากรเข้าร่วม มากยิ่งขึ้นนั้น ควรจะต้องพัฒนาทรัพยากรในการจัดการ 1.ด้านบุคลากร (ธงชัย สันติวงศ์, 2545)ควร จะต้องมีการพัฒนาเจ้าหน้าที่ผู้ที่เกี่ยวข้องดูแลศูนย์กีฬา และเจ้าหน้าที่ผู้ที่ทำการสอนกิจกรรมต่างๆ ของทางศูนย์กีฬาอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้มีคุณภาพมากยิ่งขึ้น 2.ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก(ธงชัย สันติวงศ์, 2545)ควรมีการพัฒนาสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ให้ได้มาตรฐาน ทันสมัย มีความปลอดภัย มีความหลากหลาย และมีความสะดวก ในการใช้เพื่อดึงดูดให้บุคลากรมาใช้บริการ 3.ด้านการบริการสุมนา อยู่โพธิ์, 2525) ต้องพัฒนาใน ด้านการบริการให้มีความสะดวกสบายแก่ผู้ใช้บริการ 4.ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย (วรศักดิ์ เพียรชอบ, 2540) ควรพัฒนากิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรให้เข้ากับ ความต้องการของผู้ใช้บริการและปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับตัวผู้ใช้บริการ

จากนั้นผู้วิจัยจึงได้ให้ผู้เชี่ยวชาญซึ่งเป็นผู้บริหารฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคลที่มีส่วน เกี่ยวข้องโดยตรงในการผลักดันแนวทางพัฒนาให้สามารถนำไปใช้ได้จริง ตรวจสอบแนวทาง พัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย และให้ความคิดเห็นว่าจะนำไปปฏิบัติได้มากน้อยเพียงใด เพื่อให้เกิด ประโยชน์สูงสุดแก่องค์กร



แผนภูมิที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย



### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเรื่อง แนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพ ปัญหาและความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย และเพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย โดยแบ่งขั้นตอนการวิจัยออกเป็น 2 ขั้นตอน

#### ขั้นตอนที่ 1 ขั้นแนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

ดังรายละเอียดวิธีดำเนินการวิจัย ในหัวข้อต่างๆ ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

##### ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ บุคลากรของ สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย จำนวน 957 คน

##### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาผู้วิจัยใช้วิธีการคัดเลือกดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย จำนวน 957 คน ผู้วิจัยใช้วิธีการคำนวณกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของ Yamane (1973) โดยกำหนดระดับความเชื่อมั่นไว้ที่ ร้อยละ 95 หรือให้มีความคลาดเคลื่อนที่ระดับนัยสำคัญ .05 ดังสูตรต่อไปนี้

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

เมื่อ  $n$  = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง  
 $N$  = จำนวนประชากรทั้งหมด  
 $E$  = ความคลาดเคลื่อนที่ระดับนัยสำคัญ .05

แทนค่าในสูตร

$$n = \frac{957}{1 + 957(0.05)^2}$$

$$= 282.09 \text{ คน}$$

2. แบ่งประชากรออกเป็นชั้นภูมิ (Stratified Sampling) รายละเอียดของประชากรฝ่ายต่างๆ ดัง ตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนประชากร

ฝ่าย	จำนวนประชากร (คน)
1. ฝ่ายบริหารและพัฒนามูลค	20
2. ฝ่ายการบัญชีและพัสดุ	69
3. ฝ่ายกลยุทธ์และวางแผน	42
4. ฝ่ายบริหารจัดการธนบัตร	346
5. โรงพิมพ์ธนบัตร	480
<b>รวม</b>	<b>957</b>

3. กำหนดสัดส่วนของประชากรและกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งเป็นชั้นภูมิชนิดสัดส่วน (Proportionate Stratified Sampling) ในแต่ละฝ่าย รายละเอียด ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวนกลุ่มตัวอย่างของฝ่ายต่างๆที่คำนวณตามสัดส่วน

ฝ่าย	จำนวนประชากร(คน)	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง(คน)
1. ฝ่ายบริหารและพัฒนาคล	20	6
2. ฝ่ายการบัญชีและพัสดุ	69	22
3. ฝ่ายกลยุทธ์และวางแผน	42	13
4. ฝ่ายบริหารจัดการธนบัตร	346	108
5. โรงพิมพ์ธนบัตร	480	151
<b>รวม</b>	<b>957</b>	<b>300</b>

4. สุ่มตัวอย่างตามจำนวนที่คำนวณได้ในแต่ละฝ่าย โดยการสุ่มกลุ่มตัวอย่างอย่างง่ายด้วยวิธีการใช้ตารางเลขสุ่ม (Random Number Table)

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถามจำนวน 1 ชุด

แบบสอบถาม เป็นการสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับ สภาพ ปัญหา และความ ต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตร ธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย แบ่งออกเป็น 4 ตอนดังนี้

**ตอนที่ 1**แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปและสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม มีลักษณะเป็นแบบสำรวจรายการ (Checklist)

**ตอนที่ 2**แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายในด้านบุคลากรด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกด้านการบริการ ด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย มีลักษณะเป็นแบบสำรวจรายการ(Checklist) และแบบปลายเปิด (Open-Ended)

**ตอนที่ 3**แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ในด้านบุคลากรด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกด้านการบริการ ด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายมีลักษณะเป็นแบบประเภทมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 4 ระดับและแบบปลายเปิด (Open-Ended)

**ตอนที่ 4**แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ในด้านบุคลากรด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกด้านการบริการ ด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายมีลักษณะเป็นแบบประเภทมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 4 ระดับและแบบปลายเปิด (Open-Ended)

#### การสร้างและการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มีวิธีการสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือ ดังต่อไปนี้

1. ศึกษา ค้นคว้า รวบรวมข้อมูลจากเอกสาร หนังสือ ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
2. สืบหาข้อมูลเบื้องต้นจากศูนย์กีฬา เกี่ยวกับการดำเนินการทั่วไปของศูนย์กีฬา สายออกบัตริชนาคาร ธารณการแห่งประเทศไทย
3. นำข้อมูลที่ได้มาปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อสร้างแบบสอบถามให้มีความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)
4. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้องจำนวน 5 ท่านพิจารณาค่าความตรงของแบบสอบถามด้วยวิธีตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยการหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (IOC, Index of Item-Objective Congruence) เพื่อนำมาพิจารณาปรับปรุงแก้ไขความถูกต้อง ความชัดเจน และความเหมาะสมในเนื้อหา โดยค่าที่ได้ต้องมีค่าใกล้เคียง 1 มากที่สุด โดยผู้วิจัยได้กำหนดดัชนีความสอดคล้องไว้ตั้งแต่ 0.6 ขึ้นไป เพราะถือว่าค่าที่ได้เพียงพอและเป็นที่ยอมรับทางสถิติ (สิทธิ์ ชีรสรณ์ ,2552) ซึ่งเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มีค่าดัชนีได้เท่ากับ 0.99

แนวทางการพิจารณาเครื่องมือสำหรับผู้เชี่ยวชาญมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ให้คะแนน	+1	เมื่อผู้เชี่ยวชาญแน่ใจว่าข้อความแนวทางการพัฒนานั้น สอดคล้องกับวัตถุประสงค์
ให้คะแนน	0	เมื่อผู้เชี่ยวชาญไม่แน่ใจว่าข้อความแนวทางการพัฒนานั้น สอดคล้องกับวัตถุประสงค์
ให้คะแนน	-1	เมื่อผู้เชี่ยวชาญแน่ใจว่าข้อความแนวทางการพัฒนานั้น ไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์

หลังจากนั้นนำแบบสอบถามไปปรับปรุงและให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบใหม่จนเกิดความสมบูรณ์ก่อนทดลองใช้

5. นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) จำนวน 30 คนเพื่อหาคุณภาพของแบบสอบถามเพื่อตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) ของแบบสอบถามโดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา

ของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ซึ่งเป็นค่าที่ใช้วัดความเที่ยง หรือความสอดคล้อง ภายใน โดยค่าที่ได้ต้องมีค่าใกล้เคียง 1 มากที่สุด โดยผู้วิจัยกำหนดค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา 0.7 ขึ้นไป เพราะเชื่อถือว่าค่าที่ได้เพียงพอและเป็นที่ยอมรับทางสถิติ (ยูทธ ไกยวรรณ และ กุสุมา ผลาพรหม, 2553) ซึ่งได้ค่าความเชื่อถือของแบบสอบถามเท่ากับ 0.94

6. นำแบบสอบถาม ที่ทดลองใช้แล้วมาปรับปรุงด้านสำนวนภาษาให้ชัดเจน ตลอดจนรูปแบบการจัดพิมพ์แบบสอบถามเพื่อเหมาะสม และจึงใช้แบบสอบถามนี้ในการวิจัยต่อไป

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลในการทำวิจัยจากคณะวิทยาศาสตร์การ กิฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถึงผู้ช่วยผู้ว่าการ สายออกับัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย เพื่อ แจ้งให้ทราบถึงวัตถุประสงค์ และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ผู้วิจัยเก็บแบบสอบถามด้วยตนเอง โดยนำแบบสอบถามไปให้กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นบุคลากรสายออกับัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย
3. ผู้วิจัยรวบรวมแบบสอบถามที่ได้มาจัดกระทำ เพื่อตรวจสอบความสมบูรณ์ในการตอบแบบสอบถาม ลงรหัสข้อมูล และนำมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมทางสถิติ

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลจากแบบสอบถามมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมทางสถิติดังนี้

1. นำข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม และแบบสอบถามตอนที่ 2 สภาพการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายมาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่และคำนวณหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
2. นำข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 3 ปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายและ แบบสอบถามตอนที่ 4 ความต้องการแนวทางในการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายมาหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง โดยกำหนดคะแนนแต่ละระดับดังนี้

เห็นด้วยระดับมากที่สุด	ให้คะแนนเท่ากับ	4
เห็นด้วยระดับมาก	ให้คะแนนเท่ากับ	3
เห็นด้วยระดับน้อย	ให้คะแนนเท่ากับ	2
เห็นด้วยระดับน้อยที่สุด	ให้คะแนนเท่ากับ	1

เกณฑ์ในการแปลความหมายของค่าเฉลี่ย

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 3.50-4.00	หมายความว่า ระดับมากที่สุด
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 2.50-3.49	หมายความว่า ระดับมาก
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.50-2.49	หมายความว่า ระดับน้อย
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.00-1.49	หมายความว่า ระดับน้อยที่สุด

3. นำข้อมูลจากแบบสอบถามปลายเปิดมาสรุปโดยวิเคราะห์ข้อเสนอแนะแล้วนำเสนอเป็นรายชื่อพร้อมความถี่

**ขั้นตอนที่ 2 ขั้นพิจารณาคุณภาพของแนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย**

ดังรายละเอียดวิธีดำเนินการวิจัย ในหัวข้อต่างๆ ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

**ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง**

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้บริหารฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล จำนวน 5 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาผู้วิจัยใช้วิธีเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Selection Sampling Method) คือ ผู้บริหารฝ่ายทรัพยากรบุคคล จำนวน 5 คน ได้แก่ ผู้อำนวยการฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคลจำนวน 1 คน ผู้จัดการส่วนส่วนทรัพยากรบุคคลฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคลจำนวน 2 คน ผู้จัดการแผนกแผนกบริหารงานบุคคล 1-2ส่วนทรัพยากรบุคคลฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล จำนวน 2 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้เป็นแบบสอบถามที่ได้จากการสรุปผลวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามชุดที่ 1 โดยผู้วิจัยนำมาพัฒนาให้เป็นแบบสอบถามแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

เพื่อให้ผู้บริหารฝ่ายทรัพยากรบุคคล จำนวน 5 คน พิจารณาแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ที่จะนำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จ ใน 4 ด้าน แบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปและสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามมีลักษณะเป็นแบบสำรวจรายการ (Checklist)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จ มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่าชนิด 4 ระดับ (4-Rating Scale)

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆเพิ่มเติม เกี่ยวกับแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย 4 ด้าน

#### การสร้างและการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มีวิธีการสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. สรุปผลวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามชุดที่ 1 ที่ได้จากการวิจัยในขั้นตอนที่ 1
2. ศึกษาค้นคว้าเอกสารตำรา งานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพิ่มเติมจากขั้นตอนที่ 1
3. นำผลที่ได้จากการวิเคราะห์แบบสอบถามชุดที่ 1 เกี่ยวกับสภาพ ปัญหาและความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย และนำข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้าเพื่อให้ได้แนวคิดทฤษฎีการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายเพิ่มเติมมาพัฒนาเป็นแบบสอบถามแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย
4. นำแบบสอบถามแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยมาปรึกษาร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามให้เป็นแนวทางที่มีความสมบูรณ์
5. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปเก็บข้อมูลการวิจัยต่อไป

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลในการทวจิจจากคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถึงผู้บริหารฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล ประกอบด้วย ผู้อำนวยการฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล จำนวน 1 คน ผู้จัดการส่วนส่วนทรัพยากรบุคคลฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล จำนวน 2 คน ผู้จัดการแผนกแผนกบริหารงานบุคคล 1-2 ส่วนทรัพยากรบุคคลฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล จำนวน 2 คน เพื่อแจ้งให้ทราบถึงวัตถุประสงค์ และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ผู้วิจัยเก็บแบบสอบถามด้วยตนเอง โดยนำแบบสอบถามไปให้ผู้บริหารฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยทั้ง 5 คนตอบแบบสอบถาม
3. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้มาจัดกระทำ โดยตรวจสอบความสมบูรณ์ในการตอบแบบสอบถาม ลงรหัสข้อมูล และนำมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมทางสถิติ

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลจากแบบสอบถามมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมทางสถิติดังนี้

1. นำข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม มาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
2. นำข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 2 เกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย มาหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง โดยกำหนดคะแนนแต่ละระดับดังนี้

เห็นด้วยระดับมากที่สุด	ให้คะแนนเท่ากับ	4
เห็นด้วยระดับมาก	ให้คะแนนเท่ากับ	3
เห็นด้วยระดับน้อย	ให้คะแนนเท่ากับ	2
เห็นด้วยระดับน้อยที่สุด	ให้คะแนนเท่ากับ	1

เกณฑ์ในการแปลความหมายของค่าเฉลี่ย

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 3.50-4.00	หมายความว่า	ระดับมากที่สุด
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 2.50-3.49	หมายความว่า	ระดับมาก
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.50-2.49	หมายความว่า	ระดับน้อย
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.00-1.49	หมายความว่า	ระดับน้อยที่สุด

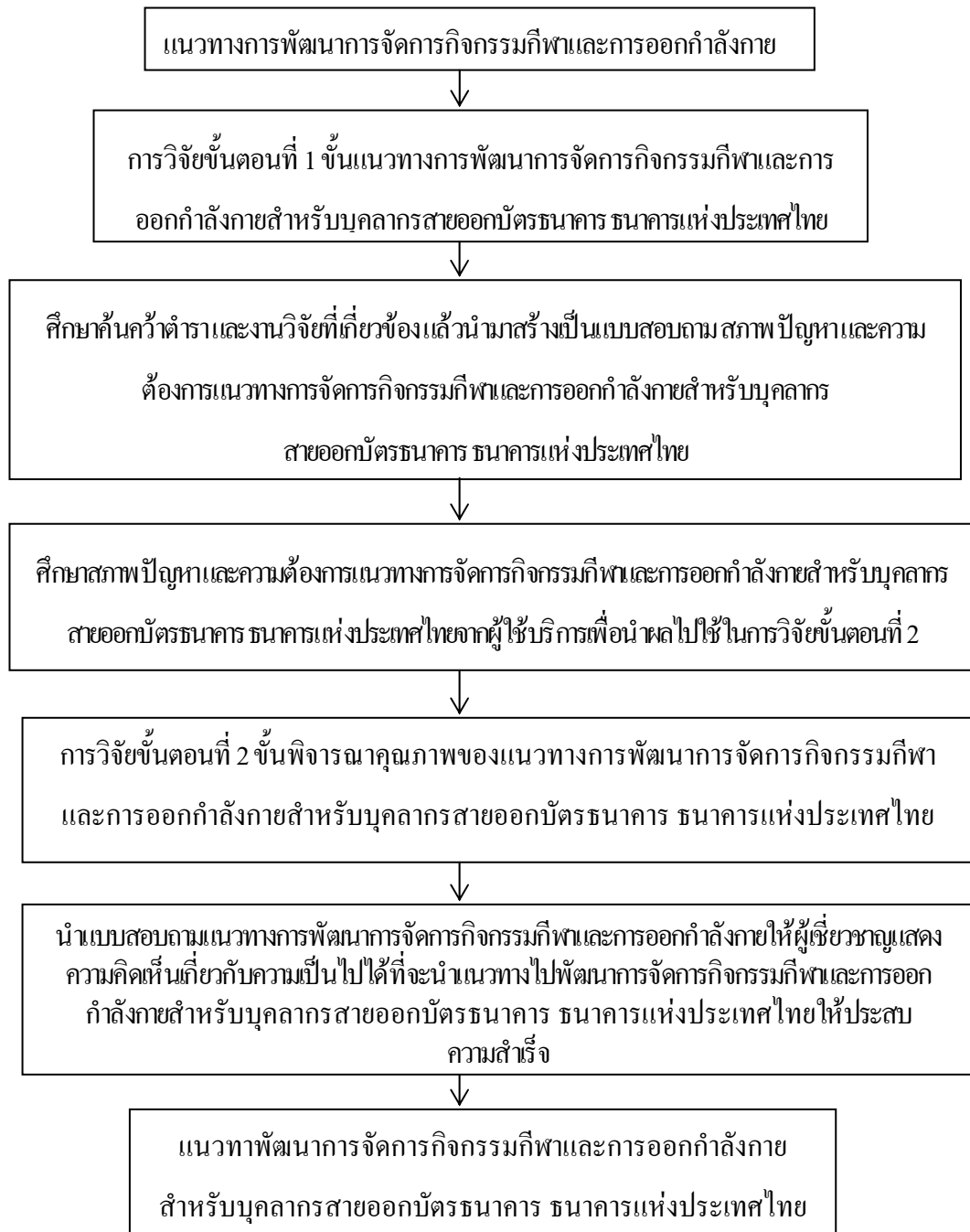


3. นำข้อมูลจากแบบสอบถามปลายเปิดมาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย นำเสนอผลวิเคราะห์เป็นรายชื่อพร้อมความถี่

4. นำผลที่ได้จากการวิเคราะห์มาพิจารณาปรับปรุงแก้ไข เรียบเรียงเป็นแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย มาเสนอแบ่งออกเป็น 4 ด้านด้านบุคลากรด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกด้านการบริการ ด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ในแต่ละด้านจะแสดงรายละเอียดเป็นข้อย่อย ที่มีค่าเฉลี่ยตั้งแต่ระดับมากขึ้นไป นำเสนอเรียงลำดับจากค่าเฉลี่ยมากที่สุด ไปหาน้อยที่สุด

### กระบวนการวิจัย

จากรายละเอียดวิธีดำเนินการวิจัยดังกล่าวข้างต้น เพื่อศึกษาแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ผู้วิจัยได้สรุปเป็นกระบวนการวิจัย นำเสนอเป็นแผนภูมิ ได้ดังนี้



แผนภูมิที่ 2 กระบวนการวิจัย

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยเรื่อง “แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกับัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย” ผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้จากแบบสอบถามมาวิเคราะห์ และนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลแยกออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามของบุคลากรสายออกับัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย แบ่งการนำเสนอออกเป็น 4 ตอน (รวม 12 ตาราง)

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (ตารางที่ 3)

ตอนที่ 2 สภาพการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกับัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย(ตารางที่ 4)

ตอนที่ 3 ปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกับัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย (ตารางที่ 5 – 9)

ตอนที่ 4 ความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกับัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย (ตารางที่ 10 - 14)

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามของผู้เชี่ยวชาญ แบ่งการนำเสนอออกเป็น 3 ตอน (รวม 6 ตาราง)

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (ตารางที่ 15)

ตอนที่ 2 ความเป็นไปได้ในการนำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกับัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จ(ตารางที่ 16 - 20)

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เกี่ยวกับแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกับัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

**1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามของบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย**

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม  
ตารางที่ 3 จำนวน และค่าร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามข้อมูลทั่วไป

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ค่าร้อยละ
1. เพศ		
- ชาย	149	52.3
- หญิง	136	47.7
2. อายุ		
- 20 - 25 ปี	4	1.4
- 26 - 35 ปี	20	7.0
- 36 - 45 ปี	96	33.7
- 46 - 55 ปี	119	41.8
- 56 ปี ขึ้นไป	46	16.1
3. สถานภาพสมรส		
- โสด	104	36.5
- สมรส	181	63.5
4. ระดับการศึกษาสูงสุด		
- ต่ำกว่าปริญญาตรี	74	26.0
- ปริญญาตรี หรือเทียบเท่า	172	60.4
- ปริญญาโท	38	13.3
- ปริญญาเอก	1	0.4

ตารางที่ 3 จำนวน และค่าร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามข้อมูลทั่วไป(ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน(คน)	ค่าร้อยละ
5. ฝ่ายที่ปฏิบัติหน้าที่		
- โรงพิมพ์ธนบัตร	142	49.8
- ฝ่ายบริหารจัดการธนบัตร	103	36.1
- ฝ่ายการบัญชีและพัสดุ	21	7.4
- ฝ่ายกลยุทธ์และวางแผน	13	4.6
- ฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล	6	2.1
6. รายได้โดยเฉลี่ยต่อเดือน		
- ต่ำกว่า 10,000 บาท	2	0.7
- 10,000 - 15,000 บาท	11	3.9
- 15,001 - 20,000 บาท	12	4.2
- 20,001 - 25,000 บาท	12	4.2
- 25,001 - 30,000 บาท	13	4.6
- 30,001 บาท ขึ้นไป	235	82.5

จากตารางที่ 3 จะเห็นได้ว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 52.3 อายุระหว่าง 46 – 55 ปี คิดเป็นร้อยละ 41.8 สถานภาพสมรส คิดเป็นร้อยละ 63.5 ระดับการศึกษาสูงสุดปริญญาตรี หรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 60.4 ปฏิบัติหน้าที่ในฝ่ายโรงพิมพ์ธนบัตร คิดเป็นร้อยละ 49.8 และมีรายได้โดยเฉลี่ยต่อเดือน 30,001 บาท ขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 82.5

ตอนที่ 2 สภาพการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตร  
ธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

ตารางที่ 4 จำนวน และค่าร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสภาพการจัดการกิจกรรม  
กีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร

สภาพการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย	จำนวน(คน)	ค่าร้อยละ
1. ช่วงระยะเวลาในการเปิด-ปิดของศูนย์กีฬา		
- เหมาะสม	264	92.6
- ไม่เหมาะสม	21	7.4
2. การจัดเจ้าหน้าที่ตรวจสอบดูแลความปลอดภัย บริเวณโดยรอบของศูนย์กีฬา		
- มี	205	71.9
- ไม่มี	80	28.1
3. จำนวนเจ้าหน้าที่เพียงพอต่อความต้องการของ บุคลากรผู้ใช้บริการ		
- เพียงพอ	212	74.4
- ไม่เพียงพอ	73	25.6
4. มีเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ความสามารถในการให้ คำแนะนำด้านกีฬาและการออกกำลังกายแก่ ผู้ใช้บริการ		
- มี	277	97.2
- ไม่มี	8	2.8
5. การแต่งกายของเจ้าหน้าที่ที่มีความเรียบร้อย		
- มี	271	95.1
- ไม่มี	14	4.9

ตารางที่ 4 จำนวน และค่าร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสภาพการจัดการกิจกรรม กีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร (ต่อ)

สภาพการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย	จำนวน(คน)	ค่าร้อยละ
6. มีเจ้าหน้าที่ที่สามารถปฐมพยาบาลเบื้องต้นได้ เมื่อเกิดอุบัติเหตุ		
- มี	234	82.1
- ไม่มี	51	17.9
7. สนามกีฬาของศูนย์กีฬามีสภาพแข็งแรงและปลอดภัย		
- มี	260	91.2
- ไม่มี	25	8.8
8. สนามกีฬาของศูนย์กีฬาและบริเวณโดยรอบของศูนย์กีฬามีความสะอาด		
- มี	264	92.6
- ไม่มี	21	7.4
9. สนามกีฬาของศูนย์กีฬาได้มาตรฐาน		
- ได้มาตรฐาน	244	85.6
- ไม่ได้มาตรฐาน	41	14.4
10. อุปกรณ์กีฬาเพียงพอของต่อบุคลากรผู้ใช้บริการ		
- เพียงพอ	190	66.7
- ไม่เพียงพอ	95	33.3
11. อุปกรณ์กีฬาได้มาตรฐานและทันสมัย		
- ได้มาตรฐานแต่ไม่ทันสมัย	104	36.5
- ได้มาตรฐานและทันสมัย	161	56.5
- ไม่ได้มาตรฐานแต่ทันสมัย	5	1.8
- ไม่ได้มาตรฐานและไม่ทันสมัย	15	5.3

ตารางที่ 4 จำนวน และค่าร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสภาพการจัดการกิจกรรม กีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตริชณาการ (ต่อ)

สภาพการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย	จำนวน(คน)	ค่าร้อยละ
12. ศูนย์กีฬามีบริการบริการผู้่น้ำดื่มเพียงพต่อ บุคลากรผู้ให้บริการ		
- เพียงพอ	194	68.1
- ไม่เพียงพอ	91	31.9
13. ศูนย์กีฬามีบริการห้องสุขาเพียงพต่อบุคลากร ผู้ให้บริการ		
- เพียงพอ	255	89.5
- ไม่เพียงพอ	30	10.5
14. ศูนย์กีฬามีบริการห้องอาบนน้ำเพียงพต่อ บุคลากรผู้ให้บริการ		
- เพียงพอ	232	81.4
- ไม่เพียงพอ	53	18.6
15. ศูนย์กีฬามีบริการให้ยืมอุปกรณ์กีฬา		
- มี	140	50.9
- ไม่มี	145	49.1
16. การให้บริการจองสนามของศูนย์กีฬา (ตอบได้หลายข้อ)		
- มีบริการจองผ่านทางโทรศัพท์	106	33.8
- มีบริการจองผ่านทางอินเทอร์เน็ต	59	18.8
- มีบริการจองที่ศูนย์กีฬาหรือสนามกีฬา	89	28.3
- ไม่มีบริการจองสนามกีฬา	60	19.1



ตารางที่ 4 จำนวน และค่าร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสภาพการจัดการกิจกรรม กีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกปฏิบัติการ (ต่อ)

สภาพการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย	จำนวน(คน)	ค่าร้อยละ
17. กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายของศูนย์กีฬาที่ท่านไปรับบริการมากกว่า 2 ครั้ง/สัปดาห์ (ตอบได้หลายข้อ)		
- ฟิตเนส	134	33.4
- แบดมินตัน	60	15.0
- จักรยานเพื่อสุขภาพ	40	10.0
- โยคะ	37	9.2
- เทนนิส	29	7.2
- เทเบิลเทนนิส	23	5.7
- ฟุตบอล	22	5.5
- กอล์ฟ	12	3.0
- บาสเกตบอล	11	2.7
- ตะกร้อ	10	2.5
- ยิงปืนสมัครเล่น	9	2.2
- วอลเลย์บอล	8	2.0
- เปตอง	6	1.5
18. ศูนย์กีฬาได้จัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้กับบุคลากรผู้สูงวัย		
- มี	145	50.9
- ไม่มี	140	49.1

ตารางที่ 4 จำนวน และค่าร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสภาพการจัดการกิจกรรม กีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตริชณาการ (ต่อ)

สภาพการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย	จำนวน	ค่าร้อยละ
19. สถานที่ที่บุคลากรไปใช้บริการมากที่สุด		
- ฟิตเนส	69	22.8
- แบดมินตัน	53	17.5
- จักรยานเพื่อสุขภาพ	32	10.6
- เทเบิลเทนนิส	31	10.2
- วอลเลย์บอล	20	6.6
- ยิงปืนสมัครเล่น	18	5.9
- บาสเกตบอล	17	5.6
- โยคะ	15	5.0
- เทนนิส	14	4.6
- กอล์ฟ	13	4.3
- ฟุตบอล	12	4.0
- ตะกร้อ	5	1.7
- เปตอง	4	1.3

จากตารางที่ 4 จะเห็นได้ว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เห็นว่า ช่วงระยะเวลาในการ เปิด-ปิดของศูนย์กีฬามีความเหมาะสม คิดเป็นร้อยละ 92.6 มีการจัดเจ้าหน้าที่ตรวจสอบดูแลความ ปลอดภัยบริเวณ โดยรอบของศูนย์กีฬา คิดเป็นร้อยละ 71.9 จำนวนเจ้าหน้าที่เพียงพอต่อความ ต้องการของบุคลากรผู้ใช้บริการ คิดเป็นร้อยละ 74.4 มีเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ความสามารถในการให้ คำแนะนำด้านกีฬาและการออกกำลังกายแก่ผู้ใช้บริการ คิดเป็นร้อยละ 97.2 การแต่งกายของ เจ้าหน้าที่ในช่วงเวลาทำการมีความเรียบร้อย คิดเป็นร้อยละ 95.1 มีเจ้าหน้าที่ที่สามารถปฐมพยาบาล เบื้องต้นได้ เมื่อเกิดอุบัติเหตุ คิดเป็นร้อยละ 82.1 สนามกีฬาของศูนย์กีฬามีสภาพแข็งแรงและ ปลอดภัย คิดเป็นร้อยละ 91.2 อาคาร สนามกีฬาของศูนย์กีฬาและบริเวณโดยรอบของศูนย์กีฬามี ความสะอาด คิดเป็นร้อยละ 92.6 สนามกีฬาของศูนย์กีฬาได้มาตรฐาน คิดเป็นร้อยละ 85.6 อุปกรณ์ กีฬาเพียงพอของต่อบุคลากรผู้ใช้บริการ คิดเป็นร้อยละ 66.7 อุปกรณ์กีฬาได้มาตรฐานและทันสมัย คิดเป็นร้อยละ 36.5 ศูนย์กีฬามีการบริการผู้่น้ำดื่มเพียงพอต่อบุคลากรผู้ใช้บริการ คิดเป็นร้อยละ 68.1

ศูนย์กีฬาที่มีบริการห้องสุขาเพียงพอต่อบุคลากรผู้ใช้บริการ คิดเป็นร้อยละ 89.5 ศูนย์กีฬาที่มีบริการห้องอาบน้ำเพียงพอต่อบุคลากรผู้ใช้บริการ คิดเป็นร้อยละ 81.4 ศูนย์กีฬาไม่มีบริการให้ยืมอุปกรณ์กีฬาคิดเป็น ร้อยละ 50.9 ศูนย์กีฬาที่มีบริการจองสนามกีฬาผ่านทางโทรศัพท์ คิดเป็นร้อยละ 33.8 กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายของศูนย์กีฬาที่ท่านไปรับบริการมากกว่า 2 ครั้ง/สัปดาห์ คือ ฟิตเนส คิดเป็นร้อยละ 33.4 ศูนย์กีฬาได้จัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้กับบุคลากรผู้สูงวัย คิดเป็นร้อยละ 50.9 ได้แก่ โยคะ เดินเพื่อสุขภาพ รำพลอว์ง เดิน-วิ่ง และเปิดสถานที่ที่บุคลากรไปใช้บริการมากที่สุดคือ ฟิตเนสคิดเป็นร้อยละ 22.8

ตอนที่ 3 ปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออก  
บรรณารักษ์ วิชาการแห่งประเทศไทย

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการ  
กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบรรณารักษ์ วิชาการแห่ง  
ประเทศไทย

ปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความคิดเห็น
1. ด้านบุคลากร	1.92	0.55	น้อย
2. ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	2.00	0.57	น้อย
3. ด้านการบริการ	1.87	0.60	น้อย
4. ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย	1.97	0.64	น้อย
<b>รวม</b>	<b>1.95</b>	<b>0.52</b>	<b>น้อย</b>

จากตารางที่ 5 จะเห็นว่าบุคลากรสายออกบรรณารักษ์ วิชาการแห่งประเทศไทย มีความ  
คิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายโดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย  
และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยทุกด้าน ยกเว้นด้านสถานที่ วัสดุ  
อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกที่อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านบุคลากร

ปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายด้านบุคลากร	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความคิดเห็น
1. มีเจ้าหน้าที่ดูแลสนามกีฬามีจำนวนไม่เพียงพอต่อการบริการ	2.19	0.67	น้อย
2. จำนวนเจ้าหน้าที่ทำความสะอาดสนามกีฬาไม่เพียงพอ	2.11	0.69	น้อย
3. เจ้าหน้าที่จบการศึกษาไม่ตรงกับการทำงานด้านกีฬาและการออกกำลังกาย	1.85	0.79	น้อย
4. เจ้าหน้าที่ขาดประสบการณ์ในการทำงาน	1.91	0.67	น้อย
5. เจ้าหน้าที่ขาดความรู้ความสามารถในการทำงาน	1.86	0.70	น้อย
6. เจ้าหน้าที่ไม่สามารถแนะนำการใช้อุปกรณ์กีฬาหรือเครื่องออกกำลังกายที่ถูกต้องได้	1.77	0.73	น้อย
7. เจ้าหน้าที่เริ่ม-เลิกปฏิบัติงานไม่ตรงตามเวลาที่ศูนย์กีฬากำหนด	1.75	0.72	น้อย
8. เจ้าหน้าที่ไม่สามารถให้ความรู้และข้อมูลต่างๆของศูนย์กีฬาได้	1.78	0.72	น้อย
9. เจ้าหน้าที่ไม่สามารถปฐมพยาบาลเบื้องต้นในกรณีบุคลากรผู้ใช้บริการเกิดอุบัติเหตุได้	1.89	0.75	น้อย
10. จำนวนเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยบริเวณศูนย์กีฬาไม่เพียงพอ	2.11	0.79	น้อย
<b>รวม</b>	<b>1.92</b>	<b>0.55</b>	<b>น้อย</b>

จากตารางที่ 6 จะเห็นว่า บุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย มีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายด้านบุคลากรโดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่ามีความคิดเห็นอยู่ในระดับน้อยทุกข้อ

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก

ปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความคิดเห็น
1. สนามกีฬาของศูนย์กีฬามีสภาพไม่แข็งแรงและไม่ปลอดภัย	1.78	0.70	น้อย
2. สนามกีฬาของศูนย์กีฬาตั้งอยู่ในพื้นที่ที่อากาศถ่ายเทไม่สะดวก	2.01	0.86	น้อย
3. บริเวณโดยรอบสนามกีฬาของศูนย์กีฬาขาดความสะอาดเรียบร้อย	1.82	0.68	น้อย
4. ภายในศูนย์กีฬาขาดความสะอาดเรียบร้อย	1.90	0.75	น้อย
5. สนามกีฬาไม่ได้มาตรฐานและไม่ปลอดภัย	1.84	0.75	น้อย
6. อุปกรณ์กีฬามีไม่เพียงพอต่อบุคลากร ผู้ใช้บริการ	2.16	0.83	น้อย
7. อุปกรณ์กีฬามีไม่ครบทุกชนิดกีฬา	2.28	0.86	น้อย
8. อุปกรณ์กีฬาไม่ได้มาตรฐานและไม่มี ความทันสมัย	1.98	0.72	น้อย
9. อุปกรณ์กีฬาชำรุด	1.96	0.71	น้อย
10. ไม่มีการให้บริการร้านค้าและเครื่องดื่ม ภายในศูนย์กีฬา	2.28	0.83	น้อย
11. ศูนย์กีฬามีบริการคู้่น้ำดื่มไม่เพียงพอ กับบุคลากรผู้ใช้บริการ	2.14	0.77	น้อย
12. ศูนย์กีฬามีบริการห้องสุขาไม่เพียงพอ กับบุคลากรผู้ใช้บริการ	1.94	0.70	น้อย

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก (ต่อ)

ปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความคิดเห็น
13. ศูนย์กีฬามีบริการห้องอาบน้ำไม่เพียงพอ กับบุคลากรผู้ใช้บริการ	1.93	0.69	น้อย
<b>รวม</b>	<b>2.00</b>	<b>0.57</b>	<b>น้อย</b>

จากตารางที่ 7 จะเห็นว่า บุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย มีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกโดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่ามีความคิดเห็นอยู่ในระดับน้อยทุกข้อ

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านการบริการ

ปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย ด้านการบริการ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความคิดเห็น
1. ช่วงวันและเวลาในการเปิด-ปิดของศูนย์กีฬา ไม่เหมาะสม	1.92	0.70	น้อย
2. ขั้นตอนในการดำเนินการลงทะเบียน เพื่อใช้สนามกีฬามีความล่าช้า	1.75	0.73	น้อย
3. ช่วงวันและเวลาในการเปิด-ปิดของแต่ละ สนามกีฬาไม่มีความเหมาะสม	1.86	0.71	น้อย

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านการให้บริการ (ต่อ)

ปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย ด้านการบริการ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความคิดเห็น
4. ขั้นตอนในการดำเนินการยื่นอุปกรณ์กีฬามี ความล่าช้า	1.85	0.68	น้อย
5. ขั้นตอนในการดำเนินการจองสนามกีฬา ไม่สะดวกต่อบุคลากรผู้ใช้บริการ	1.96	0.69	น้อย
6. การดำเนินการจัดการเรียนการสอนกีฬา/ กิจกรรมต่างๆ ไม่เป็นไปตามกำหนดที่ระบุไว้ ให้กับบุคลากรผู้ใช้บริการ	1.90	0.70	น้อย
<b>รวม</b>	<b>1.87</b>	<b>0.60</b>	<b>น้อย</b>

จากตารางที่ 8 จะเห็นว่า บุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย มีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายด้านการบริการ โดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่ามีความคิดเห็นอยู่ในระดับน้อยทุกข้อ

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย

ปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความคิดเห็น
1. ศูนย์กีฬาจัดประเภทกิจกรรมกีฬาและการ ออกกำลังกายไม่เพียงพอต่อความต้องการ ของบุคลากร	1.98	0.71	น้อย

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการ  
กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร  
ธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย (ต่อ)

ปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความคิดเห็น
2. กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่ศูนย์กีฬา จัดไม่มีความหลากหลาย	1.97	0.71	น้อย
3. กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่ศูนย์กีฬา จัดให้กับบุคลากรที่สูงวัยไม่เหมาะสม	1.97	0.71	น้อย
4. กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่ศูนย์กีฬา จัดเป็นกีฬาที่บุคลากรไม่นิยมและเข้าร่วมน้อย	1.98	0.78	น้อย
<b>รวม</b>	<b>1.97</b>	<b>0.64</b>	<b>น้อย</b>

จากตารางที่ 9 จะเห็นว่า บุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย มีความ  
ความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลัง  
กายโดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่ามีความคิดเห็นอยู่ในระดับน้อย  
ทุกข้อ



ตอนที่ 4 ความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับ  
บุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการแนว  
ทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร  
ธนาคารแห่งประเทศไทย

ความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความต้องการ
1. ด้านบุคลากร	3.12	0.59	มาก
2. ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	3.15	0.62	มาก
3. ด้านการบริการ	3.04	0.66	มาก
4. ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย	3.16	0.60	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.12</b>	<b>0.57</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 10 จะเห็นว่าบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย มีความ  
ต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และ  
เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่ามีความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย  
อยู่ในระดับมากทุกด้าน

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านบุคลากร

ความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายด้านบุคลากร	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความต้องการ
1. ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่ที่มีวุฒิการศึกษาด้านพลศึกษาหรือวิทยาศาสตร์การกีฬา	3.06	0.71	มาก
2. ควรจัดให้มีผู้ฝึกสอนที่มีความรู้ความสามารถและประสบการณ์ในการสอนทักษะการเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย	3.10	0.69	มาก
3. ควรจัดให้เจ้าหน้าที่ประจำศูนย์กีฬาผ่านการอบรมการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน(CPR)	3.11	0.67	มาก
4. ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่บริการเบิก-จ่ายและให้คำแนะนำการใช้อุปกรณ์อย่างถูกต้อง	3.00	0.66	มาก
5. เจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการควรมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส ในการให้บริการ	3.21	0.74	มาก
6. เจ้าหน้าที่ควรได้รับการฝึกอบรมการบริการให้มีบุคลิกภาพและจิตบริการ	3.18	0.71	มาก
7. ควรสนับสนุนส่งเสริมให้ผู้ฝึกสอนได้พัฒนาตนเองด้วยการค้นคว้าหาความรู้ใหม่ด้วยตนเองอยู่เสมอ	3.12	0.71	มาก
8. ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ด้านสุขภาพประจำอยู่ในศูนย์กีฬา	3.16	0.65	มาก
9. ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่ประจำสนามกีฬาให้เพียงพอต่อความต้องการของบุคลากรผู้ใช้บริการ	3.06	0.71	มาก

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านบุคลากร (ต่อ)

ความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายด้านบุคลากร	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความต้องการ
10. ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่ที่สามารถปฐมพยาบาลเบื้องต้นได้ เมื่อเกิดอุบัติเหตุ	3.17	0.68	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.12</b>	<b>0.59</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 11 จะเห็นว่าบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย มีความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่ามีความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากทุกข้อ

ตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก

ความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความต้องการ
1. ควรจัดให้สนามกีฬาของศูนย์กีฬามีสภาพแข็งแรง มั่นคงปลอดภัย และได้มาตรฐาน	3.22	0.72	มาก
2. ควรจัดให้สนามกีฬาของศูนย์กีฬาตั้งอยู่ในพื้นที่ที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก	3.20	0.72	มาก

ตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการ  
 แนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตร  
 ธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก  
 (ต่อ)

ความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความต้องการ
3. ควรจัดให้มีสถานที่ออกกำลังกายเพียงพอ ต่อบุคลากรผู้ให้บริการ	3.17	0.70	มาก
4. ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่ทำความสะอาดบริเวณ โดยรอบสนามกีฬาของศูนย์กีฬา	3.13	0.69	มาก
5. ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่ทำความสะอาดภายใน สนามกีฬาของศูนย์กีฬา	3.11	0.72	มาก
6. ควรจัดสนามกีฬาให้ได้มาตรฐานและมีความ ปลอดภัย	3.15	0.72	มาก
7. ควรจัดให้สนามกีฬามีแสงสว่างเพียงพอ	3.18	0.71	มาก
8. ควรมีการติดตั้งกล้องวงจรปิดเพื่อการดูแล รักษาความปลอดภัย	3.04	0.69	มาก
9. ควรจัดให้มีวัสดุและอุปกรณ์กีฬาที่มีคุณภาพ ได้มาตรฐาน	3.22	0.71	มาก
10. ควรจัดให้มีวัสดุและอุปกรณ์กีฬาที่เพียงพอ ต่อบุคลากรผู้ให้บริการ	3.20	0.73	มาก
11. ควรตรวจสอบสภาพวัสดุและอุปกรณ์กีฬา ให้มีสภาพพร้อมใช้งานอย่างปลอดภัย	3.25	0.67	มาก
12. ควรจัดให้มีห้องปฐมพยาบาลและอุปกรณ์ ช่วยชีวิตขั้นต้นไว้ให้บริการ เช่น เครื่องช็อก ไฟฟ้าหัวใจอัตโนมัติ	3.15	0.71	มาก

ตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการ  
 แนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตร  
 ธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก(ต่อ)

ความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความต้องการ
12. ควรจัดให้มีห้องปฐมพยาบาลและอุปกรณ์ ช่วยชีวิตขั้นต้นไว้ให้บริการ เช่น เครื่องช็อก ไฟฟ้าหัวใจอัตโนมัติ	3.15	0.71	มาก
13. ควรมีการทำแผนผังบริเวณของสถานที่ ออกกำลังกายเพื่อความสะดวกในการใช้ บริการ	3.07	0.74	มาก
14. ควรจัดให้มีบริการตู้น้ำดื่มที่สะอาดให้ เพียงพอกับบุคลากรผู้ใช้บริการ	3.14	0.68	มาก
15. ควรจัดให้มีห้องอาบน้ำที่สะอาดถูก สุขลักษณะและเพียงพอต่อความต้องการ ให้บริการ	3.11	0.69	มาก
16. ควรจัดให้มีห้องแต่งตัวที่สะอาดถูก สุขลักษณะและเพียงพอต่อความต้องการ ให้บริการ	3.07	0.72	มาก
17. ควรจัดให้มีห้องสุขาที่สะอาดถูกสุขลักษณะ และเพียงพอต่อความต้องการให้บริการ	3.11	0.70	มาก
18. ควรจัดให้มีที่นั่งพักผ่อนอย่างเพียงพอ สำหรับการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่าง บุคลากร	3.13	0.71	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.15</b>	<b>0.62</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 12 จะเห็นว่าบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย มีความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่ามีความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากทุกข้อ

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านการบริการ

ความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย ด้านการบริการ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความต้องการ
1. ควรจัดช่วงวันและเวลาในการเปิด-ปิดของศูนย์กีฬาให้มีความเหมาะสมกับบุคลากรผู้ใช้บริการ	3.05	0.68	มาก
2. ควรจัดขั้นตอนในการดำเนินการลงทะเบียนเพื่อใช้สนามกีฬาให้มีความสะดวกและรวดเร็ว	2.97	0.72	มาก
3. ควรจัดช่วงวันและเวลาในการเปิด-ปิดของแต่ละสนามกีฬาให้มีความเหมาะสมบุคลากรผู้ใช้บริการ	3.03	0.70	มาก
4. ควรจัดขั้นตอนในการดำเนินการยืมอุปกรณ์กีฬาให้มีความสะดวกสบาย	2.99	0.75	มาก
5. ควรจัดขั้นตอนในการดำเนินการจองสนามกีฬาผ่านทางโทรศัพท์ได้เพื่อความสะดวกต่อบุคลากรผู้ใช้บริการ	2.98	0.76	มาก
6. ควรจัดให้มีการเรียนการสอนกีฬา/กิจกรรมต่างๆ ให้เป็นไปตามความต้องการของบุคลากรผู้ใช้บริการ	3.09	0.69	มาก

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการ  
แนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตร  
ธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านการบริการ (ต่อ)

ความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย ด้านการบริการ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความต้องการ
7. ควรจัดระบบดูแลรักษาความปลอดภัย ให้ครอบคลุมทั้งศูนย์กีฬาและสนามกีฬา	3.09	0.71	มาก
8. ควรจัดให้มีห้องและอุปกรณ์ปฐมพยาบาล เพื่อใช้เมื่อเกิดอุบัติเหตุ	3.09	0.71	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.04</b>	<b>0.66</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 13 จะเห็นว่าบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย มีความ  
ต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ด้านการบริการ โดยภาพรวมอยู่ใน  
ระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่ามีความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและ  
การออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากทุกข้อ

ตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการ  
แนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตร  
ธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย

ความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย ด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความต้องการ
1. ศูนย์กีฬาควรจัดประเภทของกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกายให้มีความเหมาะสม กับบุคลากร	3.16	0.65	มาก
2. ศูนย์กีฬาควรจัดประเภทของกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกายให้มีความหลากหลาย	3.11	0.67	มาก

ตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการ  
แนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตร  
ธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย (ต่อ)

ความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย ด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความต้องการ
3. ศูนย์กีฬาควรจัดประเภทกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับบุคลากร ที่สูงวัยด้วย	3.14	0.71	มาก
4. ศูนย์กีฬาควรจัดวิทยากรมสร้างแรงจูงใจ ให้บุคลากรหันมาเริ่มออกกำลังกาย	3.21	0.67	มาก
5. ศูนย์กีฬาควรสนับสนุนและพิจารณากิจกรรม กีฬาและการออกกำลังกายที่บุคลากรต้องการ เล่น	3.17	0.63	มาก
6. ศูนย์กีฬาควรจัดตารางกิจกรรมกีฬาและ การออกกำลังกายให้สอดคล้องกับเวลาว่าง ของบุคลากรอย่างเหมาะสม	3.20	0.67	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.16</b>	<b>0.60</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 14 จะเห็นว่าบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย มีความ  
ต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย  
โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่ามีความต้องการแนวทางการ  
จัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากทุกข้อ



ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เกี่ยวกับแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย (ความถี่:คน)

#### 1. ด้านบุคลากร

- เพิ่มจำนวนเจ้าหน้าที่ที่ดูแลศูนย์กีฬา (7)
- ควรมีบุคลากรทั้งหญิงและชายและหลายวัย เพื่อให้สามารถเข้ากับผู้มาใช้บริการได้ทุกเพศทุกวัย(6)
- บุคลากรควรมีความรู้ด้านการออกกำลังกาย (3)
- ควรแต่งตั้งพนักงานของ สบอ. มาช่วยดูแลศูนย์กีฬาผลัด 2 เพื่อพนักงานผลัด 2 จะได้ใช้บริการบ้าง(3)
- ควรมีเจ้าหน้าที่ปฏิบัติหน้าที่ในศูนย์กีฬาที่เป็นบุคลากรของธนาคารเอง(1)
- ควรระบุวันเวลาที่มีบุคลากรมาให้คำแนะนำในการออกกำลังกายให้ชัดเจนทุกกิจกรรม (1)

#### 2. ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

- เพิ่มจำนวนอุปกรณ์/เครื่องออกกำลังกาย (7)
- ควรจัดหาอุปกรณ์กีฬา/ออกกำลังกายที่ทันสมัย(4)
- ควรซ่อมแซมอุปกรณ์กีฬา/ออกกำลังกายที่เสียหายโดยเร็ว (4)
- ควรจัดรถบริการรับ-ส่งจากศูนย์กีฬา เพื่อให้สามารถเดินทางกลับบ้านได้อย่างสะดวกหลังออกกำลังกาย เนื่องจากไม่มีรถยนต์ส่วนตัว (4)
- ควรแบ่งสนามกีฬาอย่างชัดเจน เช่น สนามเบดมินตัน บาสเกตบอล ฟุตซอล (2)
- เพิ่มจำนวนตู้ล็อกเกอร์ (2)
- ควรจัดตู้เก็บอุปกรณ์กีฬาให้เป็นสัดส่วน (2)
- ศูนย์กีฬาควรระบายอากาศ และประหยัดไฟฟ้ามากกว่านี้ (2)
- ควรทำความสะอาดสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกอย่างสม่ำเสมอ (1)
- จัดจักรยานชนิด Touring ให้พนักงานได้ยืมออกกำลังกาย จำนวนอย่างน้อย 10 คัน ในระยะทดลอง
- ควรมีตู้เก็บรองเท้า(1)
- ปรับปรุงคุณภาพเครื่องเสียงให้ฟังได้ชัดเจน ไม่มีเสียงสะท้อน(1)

- ควรจัดให้มีน้ำประปาใช้ภายนอกศูนย์กีฬา เช่น ไร่ล้างรองเท้าเวลาเล่นฟุตบอลในสนามเป็ยก (1)

- แยกชนิดวัสดุอุปกรณ์ไว้ตามสนามกีฬาแต่ละประเภท เพื่อให้สามารถใช้งาน และเบิก-คืนได้ง่าย (1)

- ควรจัดกิจกรรมกีฬาให้เหมาะกับสถานที่ เพื่อไม่ให้พื้นสนามเสียหาย (1)

- ควรให้บริการในวันเสาร์ และเปิดโอกาสให้ครอบครัวพนักงานเข้าใช้บริการ(2)

- ควรมีพื้นที่สำหรับตากผ้า (1)

- ควรมีการปฐมพยาบาลเบื้องต้นได้เมื่อเกิดอุบัติเหตุ(3)

- ควรมีสระว่ายน้ำ สนามสควอช(1)

- ควรมีอุปกรณ์เสริม เช่น เครื่องตรวจระดับการเต้นของหัวใจ เครื่องชั่งน้ำหนัก ส่วนสูง(4)

### 3. ด้านการบริการ

- ปรับช่วงเวลาให้บริการให้เหมาะสม มีหลายช่วงเวลา (4)

- ควรมีระบบลงทะเบียนเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมแบบอัตโนมัติ (2)

- ควรเพิ่มตู้น้ำดื่ม(1)

- ควรมีบุคลากรบริการเฉพาะกลุ่ม(1)

- ควรมีของที่ระลึกให้เวลาเข้าร่วมกิจกรรม เช่น อุปกรณ์เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพ สายคาดอกวัดความเร็วการเต้นของหัวใจ(1)

- เพิ่มการประชาสัมพันธ์ (1)

- ควรจัดกิจกรรมให้บ่อยขึ้น(1)

### 4. ด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย

- ควรจัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้มีความหลากหลายเหมาะสมกับทุกเพศ ทุกวัย (4)

- ควรเพิ่มหรือจัดกิจกรรมกีฬาที่ส่งเสริมการออกกำลังกายที่ไม่ต้องใช้สถานที่ภายใน ศูนย์กีฬา เช่น การปั่นจักรยาน(4)

## 2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามของผู้เชี่ยวชาญ

จากการสอบถามผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งประกอบด้วยผู้อำนวยการฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล ผู้จัดการส่วนส่วนทรัพยากรบุคคลฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล ผู้จัดการแผนก แผนกบริหารงานบุคคล 1-2 ส่วนทรัพยากรบุคคลฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล ผู้วิจัยจะนำเสนอผลการวิจัยในด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จ โดยวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน มีรายละเอียดดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม  
ตารางที่ 15 จำนวน และคำร้อยละสถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)
1. เพศ	
- ชาย	2
- หญิง	3
2. อายุ	
- 36 - 45 ปี	1
- 46 - 55 ปี	2
- 56 ปี ขึ้นไป	2
3. ระดับการศึกษาสูงสุด	
- ปริญญาโท	5
4. ตำแหน่ง	
- ผู้อำนวยการฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล	1
- ผู้จัดการส่วนส่วนทรัพยากรบุคคลฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล	2
- ผู้จัดการแผนกแผนกบริหารงานบุคคล 1-2 ส่วนทรัพยากรบุคคลฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล	2

จากตารางที่ 15 จะเห็นได้ว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิง จำนวน 3 คน เป็นเพศชาย จำนวน 2 คน มีอายุระหว่าง 46 - 55 ปี จำนวน 2 คน 56 ปี ขึ้นไป จำนวน 2 คนเท่ากัน และอายุ 36 - 45 ปี จำนวน 1 คน ระดับการศึกษาสูงสุด คือ ระดับปริญญาโท ดำรงตำแหน่งเป็นผู้อำนวยการฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคลจำนวน 1 คน ผู้จัดการส่วนส่วนทรัพยากรบุคคลฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล จำนวน 2 คน ผู้จัดการแผนก แผนกบริหารงานบุคคล 1-2ส่วนทรัพยากรบุคคลฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล จำนวน 2 คน

ตอนที่ 2 ความเป็นไปได้ในการนำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จ ตารางที่ 16 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ โดยภาพรวม

แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความคิดเห็น
1. ด้านบุคลากร	2.82	0.50	มาก
2. ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	2.85	0.20	มาก
3. ด้านการบริการ	2.77	0.45	มาก
4. ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย	2.96	0.59	มาก
<b>รวม</b>	<b>2.84</b>	<b>0.31</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 16 จะเห็นได้ว่าค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ของผู้เชี่ยวชาญอยู่ในระดับมากทุกด้าน

ตารางที่ 17 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการ  
 นำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสาย  
 ออกกำลังกาย วิชาการแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จตามความคิดเห็นของ  
 ผู้เชี่ยวชาญด้านบุคลากร

แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและ การออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรวิชาการด้านบุคลากร	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความคิดเห็น
1. จัดหาเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ ความสามารถ และ ประสบการณ์ในด้านการสอนกีฬาและการออก กำลังกายเพิ่ม	1.60	0.55	น้อย
2. มีการปฐมนิเทศหรืออบรมเจ้าหน้าที่ก่อนเข้ารับ ตำแหน่งหน้าที่ภายในศูนย์กีฬา	2.40	0.55	น้อย
3. จัดอบรมให้เจ้าหน้าที่ทุกคนสามารถตอบคำถาม หรือให้คำแนะนำเกี่ยวกับสุขภาพ และการออก กำลังกายได้	3.00	1.00	มาก
4. จัดอบรมเจ้าหน้าที่เพื่อพัฒนาความรู้ และ ความสามารถของเจ้าหน้าที่อย่างสม่ำเสมอ	2.80	0.84	มาก
5. จัดหาวิทยากรมาบรรยายในหัวข้อต่างๆ ที่เกี่ยวกับ การสร้างแรงจูงใจให้บุคลากรหันมาออกกำลังกาย เช่น วิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง การดูแลสุขภาพ ที่ถูกต้อง หลักโภชนาการ ฯลฯ	3.40	0.55	มาก
6. จัดอบรมเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้นใน กรณีผู้ใช้บริการเกิดอุบัติเหตุ	3.40	0.89	มาก
7. ส่งเสริมให้ผู้ให้เจ้าหน้าที่มีอริยาสัยและมนุษยสัมพันธ์ ที่ดี ให้บริการด้วยท่าทีที่ยิ้มแย้มแจ่มใสและใส่ใจ ผู้ใช้บริการตลอดเวลา	3.20	0.84	มาก
8. มีการบำรุงขวัญและกำลังใจแก่เจ้าหน้าที่	3.00	0.71	มาก
9. มีสวัสดิการต่างๆแก่เจ้าหน้าที่เช่น ค่ารักษาพยาบาล	2.60	0.89	มาก

ตารางที่ 17 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านบุคลากร(ต่อ)

แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคารด้านบุคลากร	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความคิดเห็น
10. มีการเลื่อนขึ้นเงินเดือน หรือปรับตำแหน่งเจ้าหน้าที่อย่างยุติธรรม	2.80	0.84	มาก
11. มีการประเมินผลการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่อย่างสม่ำเสมอ	3.20	0.84	มาก
12. จัดให้เจ้าหน้าที่ทุกคนมีรูปแบบประจำในการปฏิบัติงาน	2.40	1.14	น้อย
<b>รวม</b>	<b>2.82</b>	<b>0.50</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 17 จะเห็นได้ว่าค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ของผู้เชี่ยวชาญ ด้านบุคลากรที่อยู่ในระดับมากขึ้น ไปมี 9 ข้อ เรียงระดับค่าเฉลี่ยจากมากที่สุดไปน้อยที่สุดได้ดังนี้ จัดหาวิทยากรมาบรรยายในหัวข้อต่างๆ ที่เกี่ยวกับการสร้างแรงจูงใจให้บุคลากรหันมาออกกำลังกาย เช่น วิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง การดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง หลักโภชนาการ ฯลฯ(3.40) จัดอบรมเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้นในกรณีผู้ใช้บริการเกิดอุบัติเหตุ (3.40) ส่งเสริมให้ผู้ให้เจ้าหน้าที่มีอรรถาศัยและมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ให้บริการด้วยท่าทีที่ยิ้มแย้มแจ่มใส และใส่ใจผู้ใช้บริการตลอดเวลา (3.20) มีการประเมินผลการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่อย่างสม่ำเสมอ (3.20) จัดอบรมให้เจ้าหน้าที่ทุกคนสามารถตอบคำถาม หรือให้คำแนะนำเกี่ยวกับสุขภาพ และการออกกำลังกายได้ (3.00) มีการบำรุงขวัญและกำลังใจแก่เจ้าหน้าที่ (3.00) จัดอบรมเพื่อพัฒนาความรู้ และความสามารถของเจ้าหน้าที่อย่างสม่ำเสมอ (2.80) มีการเลื่อนขึ้นเงินเดือนหรือปรับตำแหน่งเจ้าหน้าที่อย่างยุติธรรม (2.80) สวัสดิการต่างๆแก่เจ้าหน้าที่เช่น ค่ารักษาพยาบาล (2.60)

ตารางที่ 18 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการ  
 นำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสาย  
 ออกกำลังกาย วิชาการแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จตามความคิดเห็น  
 ของผู้เชี่ยวชาญด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก

แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและ การออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรวิชาการ ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความคิดเห็น
1. จัดให้มีบริการรถรับ-ส่งระหว่างอาคารที่ทำงานกับ ศูนย์กีฬาในช่วงเวลาเช้าและเย็น	1.40	0.55	น้อย
2. จัดตั้งตู้ยาสำหรับผู้เข้ามาใช้บริการ	2.80	0.45	มาก
3. จัดทำบอร์ดความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย การ เล่นกีฬา การดูแลสุขภาพ และ โภชนาการ ภายใน ศูนย์กีฬา	3.00	0.71	มาก
4. ดูแลอาคารให้มีความปลอดภัย และซ่อมแซมส่วนที่ ชำรุดอย่างทันทั่วทั้งที่	3.60	0.55	มากที่สุด
5. จัดหาคนทำความสะอาดสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ อย่าง สม่ำเสมอ	3.40	0.55	มาก
6. ปรับสนามกีฬาให้มีมาตรฐานทุกสนามกีฬา	3.00	0.71	มาก
7. ปรับสนามกีฬาให้มีแสงสว่างเข้าถึง และอากาศ ถ่ายเทสะดวก	3.40	0.55	มาก
8. เพิ่มสนามกีฬาให้เพียงพอต่อความต้องการของผู้ที่ เข้ามาใช้บริการ	2.20	0.45	น้อย
9. บำรุงรักษาอุปกรณ์กีฬาให้พร้อมใช้งานตลอดเวลา	3.40	0.55	มาก
10. เพิ่มอุปกรณ์กีฬาให้เพียงพอต่อความต้องการ	2.80	0.45	มาก
11. เพิ่มเครื่องออกกำลังกายแบบบริหารกล้ามเนื้อ หัวใจ(CardiovascularEquipment) ในห้องฟิตเนส	2.60	0.55	มาก

ตารางที่ 18 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก(ต่อ)

แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและ การออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความคิดเห็น
	12. เพิ่มเครื่องออกกำลังกายแบบฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Strength Machine) ในห้องฟิตเนส	2.60	0.55
13. จัดหาจักรยานชนิด Touring ไว้สำหรับให้ผู้ใช้บริการขี่ออกกำลังกาย จำนวนอย่างน้อย 5 คัน	2.80	1.10	มาก
<b>รวม</b>	<b>2.85</b>	<b>0.20</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 18 จะเห็นได้ว่าค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ของผู้เชี่ยวชาญ ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกที่อยู่ในระดับมากขึ้นไปมี 11 ข้อ เรียงระดับค่าเฉลี่ยจากมากที่สุดไปน้อยที่สุดได้ดังนี้ คู่มืออาคารให้มีความปลอดภัย และซ่อมแซมส่วนที่ชำรุดอย่างทันที่(3.60) จัดหาคนทำความสะอาดสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ อย่างสม่ำเสมอ (3.40) ปรับสนามกีฬาให้มีแสงสว่างเข้าถึง และอากาศถ่ายเทสะดวก (3.40) บำรุงรักษาอุปกรณ์กีฬาให้พร้อมใช้งานตลอดเวลา (3.40) จัดทำบอร์ดความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย การดูแลสุขภาพ และโภชนาการ ภายในศูนย์กีฬา (3.00) ปรับสนามกีฬาให้มีมาตรฐานทุกสนามกีฬา (3.00) จัดตั้งตู้ยาสำหรับผู้เข้ามาใช้บริการ (2.80) เพิ่มอุปกรณ์กีฬาให้เพียงพอต่อความต้องการ (2.80) จัดหาจักรยานชนิด Touring ไว้สำหรับให้ผู้ใช้บริการขี่ออกกำลังกาย จำนวนอย่างน้อย 5 คัน (2.80) เพิ่มเครื่องออกกำลังกายแบบบริหารกล้ามเนื้อหัวใจ (Cardiovascular Equipment) ในห้องฟิตเนส (2.60) เพิ่มเครื่องออกกำลังกายแบบฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Strength Machine) ในห้องฟิตเนส (2.60)



ตารางที่ 19 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านการบริการ

แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคารด้านการบริการ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความคิดเห็น
1. จัดทำบัตรสมาชิกเป็นบัตรแข็งอิเล็กทรอนิกส์เพื่อสะดวกในการใช้บริการ และสะดวกในการเก็บข้อมูลการให้บริการ	1.80	0.45	น้อย
2. ประกาศข้อปฏิบัติในกรณีเกิดอุบัติเหตุ และเตรียมรถพยาบาลที่สามารถส่งผู้ป่วยไปโรงพยาบาลใกล้เคียงได้อย่างทันท่วงที	3.20	0.45	มาก
3. การจองสนามกีฬาสามารถจองผ่านโทรศัพท์หรือทางอินเทอร์เน็ตได้	2.60	0.89	มาก
4. จัดบริการเช็ดสุขภาพให้กับบุคลากรด้วย เครื่องชั่งน้ำหนัก เครื่องวัดเปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกาย เครื่องวัดความดัน	3.00	0.71	มาก
5. จัดการแข่งขันกีฬาภายในสำหรับบุคลากรเพื่อสร้างความสามัคคีภายในองค์กร	3.40	0.55	มาก
6. เพิ่มระบบรักษาความปลอดภัย เช่น การติดตั้งกล้องวงจรปิด	2.40	0.55	น้อย
7. ทำการสำรวจผลความต้องการของผู้มาใช้บริการ ศูนย์กีฬาอย่างสม่ำเสมอ	3.00	0.71	มาก
<b>รวม</b>	<b>2.77</b>	<b>0.45</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 19 จะเห็นได้ว่าค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ของผู้เชี่ยวชาญ ด้านการบริการอยู่ในระดับมากขึ้นไปมี 5 ข้อ เรียงระดับค่าเฉลี่ย

จากมากที่สุดไปน้อยที่สุดได้ดังนี้ จัดการแข่งขันกีฬาภายในสำหรับบุคลากรเพื่อสร้างความสามัคคีภายในองค์กร(3.40)ประกาศข้อปฏิบัติในกรณีเกิดอุบัติเหตุ และเตรียมโรงพยาบาลที่สามารถส่งผู้ป่วยไปโรงพยาบาลใกล้เคียงได้อย่างทันที่(3.20) จัดบริการเช็คสุขภาพให้กับบุคลากรด้วยเครื่องชั่งน้ำหนัก เครื่องวัดเปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกาย เครื่องวัดความดัน (3.00) ทำการสำรวจผลความต้องการของผู้มาใช้บริการศูนย์กีฬาอย่างสม่ำเสมอ (3.00) การจองสนามกีฬาสามารถจองผ่านโทรศัพท์หรือทางอินเทอร์เน็ตได้ (2.60)

ตารางที่ 20 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการ  
 นำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสาย  
 ออกกำลังกาย วิชาการแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จตามความคิดเห็นของ  
 ผู้เชี่ยวชาญด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย

แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและ การออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรวิชาการ ด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ ความคิดเห็น
1. จัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้กับ ผู้สูงอายุ เช่น ไทเก๊ก	2.80	0.84	มาก
2. ควรให้มีการจัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ให้สอดคล้องกับเวลาของบุคลากรอย่างเหมาะสม	3.20	0.45	มาก
3. ศูนย์กีฬาควรสนับสนุนและพิจารณากิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกายที่บุคลากรต้องการเล่น	3.20	0.45	มาก
4. ศูนย์กีฬาควรจัดวิทยากรภายนอกที่มีประสบการณ์ ในด้านการสอนกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย มาสอนบุคลากรในระยะสั้นๆ	3.20	0.45	มาก
5. จัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายเป็นคลาสปีน จักรยาน Touring รอบสายออกบัตรในช่วงเช้าและ เย็น	2.40	0.89	น้อย
<b>รวม</b>	<b>2.96</b>	<b>0.59</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 20 จะเห็นได้ว่าค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ของผู้เชี่ยวชาญ ด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายในระดับมากขึ้นไปมี 4 ข้อ เรียงระดับค่าเฉลี่ยจากมากที่สุดไปน้อยที่สุดได้ดังนี้ควรรให้มีการจัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้สอดคล้องกับเวลาของบุคลากรอย่างเหมาะสม(3.20) ศูนย์กีฬาควรสนับสนุนและพิจารณากิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่บุคลากรต้องการเล่น (3.20) ศูนย์กีฬาควรจัดวิทยากรภายนอกที่มีประสบการณ์ในด้านการสอนกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายมาสอนบุคลากรในระยะสั้นๆ (3.20) จัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้กับผู้สูงอายุ เช่น โทเทก (2.80)

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เกี่ยวกับแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย (ความถี่:คน)

- ควรดูแลให้เจ้าหน้าที่ศูนย์กีฬาได้รับสิทธิประโยชน์ สวัสดิการที่เหมาะสม และได้รับการพัฒนาความรู้ในอาชีพอย่างต่อเนื่อง (1)
- ควรทำการสอบถามเจ้าหน้าที่อย่างสม่ำเสมอว่า มีอุปกรณ์พร้อมใช้เพียงพอหรือไม่ หรือ ควรเพิ่มอุปกรณ์อะไรบ้าง ทั้งอุปกรณ์กีฬา เครื่องออกกำลังกายและสิ่งอำนวยความสะดวก (1)
- ควรกระตุ้นให้พนักงานเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายก่อนจะสายเกินไป (1)
- ควรส่งเสริมให้พนักงานเข้าร่วมกิจกรรม โดยเฉพาะกิจกรรมที่มีประจำ เช่น โยคะ แอโรบิค(1)
- ทางชมรมจักรยานยินดีสนับสนุนกิจกรรมคลาสปั่นจักรยาน Touring รอบสายออกบัตรในช่วงเช้าและช่วงเย็น(1)
- ปัจจุบันมีเพียงพนักงานบางกลุ่มสนใจการออกกำลังกาย ควรมีกิจกรรมส่งเสริมให้พนักงานมีจิตสำนึกในการออกกำลังกายมากขึ้น หรือให้การออกกำลังกายเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมองค์กร(1)
- ควรส่งเสริมให้พนักงานให้หันมาใช้บริการเครื่องออกกำลังกายต่างๆ (1)

## สรุปแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

### ด้านบุคลากร

1. จัดหาวิทยากรมาบรรยายในหัวข้อต่างๆ ที่เกี่ยวกับการสร้างแรงจูงใจให้บุคลากรหันมาออกกำลังกาย เช่น วิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง การดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง หลักโภชนาการ ฯลฯ
2. จัดอบรมเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้นใน กรณีผู้ใช้บริการเกิดอุบัติเหตุ
3. ส่งเสริมให้ผู้ให้เจ้าหน้าที่มีอัธยาศัยและมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ให้บริการด้วยท่าทีที่ยิ้มแย้ม แจ่มใส และใส่ใจผู้ใช้บริการตลอดเวลา
4. มีการประเมินผลการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่อย่างสม่ำเสมอ
5. จัดอบรมให้เจ้าหน้าที่ทุกคนสามารถตอบคำถาม หรือให้คำแนะนำเกี่ยวกับสุขภาพ และการออกกำลังกายได้
6. มีการบำรุงขวัญและกำลังใจแก่เจ้าหน้าที่
7. จัดอบรมเพื่อพัฒนาความรู้ และความสามารถของเจ้าหน้าที่อย่างสม่ำเสมอ
8. มีการเลื่อนขั้นเงินเดือน หรือปรับตำแหน่งเจ้าหน้าที่อย่างยุติธรรม
9. สวัสดิการต่างๆแก่เจ้าหน้าที่ เช่น ค่ารักษาพยาบาล

### ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

1. ดูแลอาคารให้มีความปลอดภัย และซ่อมแซมส่วนที่ชำรุดอย่างทันท่วงที
2. จัดหาคนทำความสะอาดสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ อย่างสม่ำเสมอ
3. ปรับสนามกีฬาให้มีแสงสว่างเข้าถึง และอากาศถ่ายเทสะดวก
4. บำรุงรักษาอุปกรณ์กีฬาให้พร้อมใช้งานตลอดเวลา
5. จัดทำบอร์ดความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายการเล่นกีฬา การดูแลสุขภาพ และโภชนาการ ภายในศูนย์กีฬา
6. ปรับสนามกีฬาให้มีมาตรฐานทุกสนามกีฬา
7. จัดตั้งตู้ยาสำหรับผู้เข้ามาใช้บริการ
8. เพิ่มอุปกรณ์กีฬาให้เพียงพอต่อความต้องการ

9. จัดหาจักรยานชนิด Touring ไว้สำหรับให้ผู้ใช้บริการขี่ออกกำลังกาย จำนวนอย่างน้อย 5 คัน
10. เพิ่มเครื่องออกกำลังกายแบบบริหารกล้ามเนื้อหัวใจ(CardiovascularEquipment) ในห้องฟิตเนส
11. เพิ่มเครื่องออกกำลังกายแบบฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Strength Machine) ในห้องฟิตเนส

#### ด้านการบริการ

1. จัดการแข่งขันกีฬาภายในสำหรับบุคลากรเพื่อสร้างความสามัคคีภายในองค์กร
2. ประกาศข้อปฏิบัติในกรณีเกิดอุบัติเหตุ และเตรียมรถพยาบาลที่สามารถส่งผู้ป่วยไปโรงพยาบาลใกล้เคียงได้อย่างทันท่วงที
3. จัดบริการเช็คสุขภาพให้กับบุคลากรด้วย เครื่องชั่งน้ำหนัก เครื่องวัดเปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกาย เครื่องวัดความดัน
4. ทำการสำรวจผลความต้องการของผู้มาใช้บริการศูนย์กีฬาอย่างสม่ำเสมอ
5. การจองสนามกีฬาสามารถจองผ่านโทรศัพท์หรือทางอินเทอร์เน็ตได้

#### ด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย

1. ควรให้มีการจัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้สอดคล้องกับเวลาของบุคลากรอย่างเหมาะสม
2. ศูนย์กีฬาควรสนับสนุนและพิจารณากิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่บุคลากรต้องการเล่น
3. ศูนย์กีฬาควรจัดวิทยากรภายนอกที่มีประสบการณ์ในด้านการสอนกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายมาสอนบุคลากรในระยะสั้นๆ
4. จัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้กับผู้สูงอายุ เช่น ไทเก๊ก

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

#### สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย” มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ โดยใช้แบบสอบถามถามกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ได้แก่ บุคลากรของสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยจำนวน 300 คน ผู้บริหารฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย จำนวน 5 คน

เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีเนื้อหาเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย 4 ด้าน ประกอบด้วย ด้านบุคลากรด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกายด้านการบริการ นำข้อมูลจากแบบสอบถามมาวิเคราะห์ โดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

#### ผลการวิจัยพบว่า

**ขั้นตอนที่ 1** **ขั้นแนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย**

##### 1. ข้อมูลทั่วไปของบุคลากรของสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ปฏิบัติหน้าที่ในฝ่ายโรงพิมพ์ธนบัตรอายุระหว่าง 46 – 55 ปี สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาสูงสุดปริญญาตรีหรือเทียบเท่า และมีรายได้โดยเฉลี่ยต่อเดือน 30,001 บาทขึ้นไป

**2. สภาพการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย**

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เห็นว่า ช่วงระยะเวลาในการเปิด-ปิดของศูนย์กีฬามีความเหมาะสม มีการจัดเจ้าหน้าที่ตรวจสอบดูแลความปลอดภัยบริเวณโดยรอบของศูนย์กีฬา จำนวนเจ้าหน้าที่เพียงพอต่อความต้องการของบุคลากรผู้ใช้บริการ มีเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ความสามารถในการให้คำแนะนำด้านกีฬาและการออกกำลังกายแก่ผู้ใช้บริการ การแต่งกายของเจ้าหน้าที่ในช่วง

เวลาทำการมีความเรียบร้อย มีเจ้าหน้าที่ที่สามารถปฐมพยาบาลเบื้องต้นได้ เมื่อเกิดอุบัติเหตุ อาคาร ศูนย์กีฬาและสนามกีฬามีสภาพแข็งแรงและปลอดภัย อาคาร สนามและบริเวณโดยรอบของศูนย์กีฬา มีความสะอาด สนามกีฬาของศูนย์กีฬาได้มาตรฐาน อุปกรณ์กีฬาเพียงพอของต่อบุคลากร ผู้ใช้บริการ อุปกรณ์กีฬาได้มาตรฐานและทันสมัย ศูนย์กีฬามีการบริการผู้นำค้ำเพียงพอบุคลากร ผู้ใช้บริการศูนย์กีฬามีบริการห้องสุขาเพียงพอต่อบุคลากร ผู้ใช้บริการศูนย์กีฬามีบริการห้องอาบน้ำ เพียงพอบุคลากร ผู้ใช้บริการศูนย์กีฬาไม่มีบริการให้เช่า/ยืมอุปกรณ์กีฬาคิดเป็น ศูนย์กีฬามี บริการจองสนามกีฬาผ่านทาง โทรศัพท์กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายของศูนย์กีฬาที่เล่น มากกว่า 2 ครั้ง/สัปดาห์ คือ ฟิตเนสศูนย์กีฬาได้จัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้กับ บุคลากรที่สู่วัย ได้แก่ โยคะ เดินเพื่อสุขภาพ รำพลอง เต้นแอโรบิก วิ่ง เดิน-วิ่ง และเปิดสถานที่ที่ บุคลากรไปใช้บริการมากที่สุด คือ ฟิตเนส

### 3. ความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับ บุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

ผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยโดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับน้อย และเมื่อพิจารณา เป็นรายด้านพบว่าด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก มีปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด

### 4. ความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการแนวทางการ จัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่ง ประเทศไทยโดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าด้านกิจกรรมกีฬา และออกกำลังกายมีความต้องการแนวทางอยู่ในระดับมากที่สุด

### 5. ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เกี่ยวกับแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและ การออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ในแต่ละด้าน

#### ด้านบุคลากร

- 1.เพิ่มจำนวนเจ้าหน้าที่
- 2.ควรมีเจ้าหน้าที่ทั้งหญิงและชาย เพื่อสะดวกต่อการให้บริการ

3.เจ้าหน้าที่ควรมีความรู้และประสบการณ์ด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย

ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

- 1.เพิ่มจำนวนอุปกรณ์/เครื่องออกกำลังกาย
- 2.ควรจัดหาอุปกรณ์กีฬา/ออกกำลังกายที่ทันสมัย
3. ควรซ่อมแซมอุปกรณ์กีฬา/ออกกำลังกายที่เสียหายโดยเร็ว
- 4.ควรจัดรถบริการรับ-ส่งจากศูนย์กีฬา เพื่อให้สามารถเดินทางกลับบ้านได้อย่างสะดวก หลังออกกำลังกาย เนื่องจากไม่มีรถยนต์ส่วนตัว
- 5.ควรแบ่งสนามกีฬาอย่างชัดเจน เช่น สนามแบดมินตัน บาสเกตบอล ฟุตบอล
- 6.เพิ่มจำนวนตู้ล็อกเกอร์
- 7.ควรจัดตู้เก็บอุปกรณ์กีฬาให้เป็นสัดส่วน
- 8.ศูนย์กีฬาควรระบายอากาศ และประหยัดไฟฟ้ามากกว่านี้
- 9.ควรทำความสะอาดสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกอย่างสม่ำเสมอ
- 10.จัดจักรยานชนิด Touring ให้พนักงานได้ยืมออกกำลังกาย จำนวนอย่างน้อย 10 คัน

ในระยะทดลอง

- 11.ควรมีตู้เก็บรองเท้า
- 12.ปรับปรุงคุณภาพเครื่องเสียงให้ฟัง ได้ชัดเจน ไม่มีเสียงสะท้อน
- 13.ควรจัดให้มีน้ำประปาใช้ภายนอกศูนย์กีฬา เช่น ไว้ล้างรองเท้าเวลาเล่นฟุตบอลใน

สนามเป็ยก

- 14.แยกชนิดวัสดุอุปกรณ์ไว้ตามสนามกีฬาแต่ละประเภท เพื่อให้สามารถใช้งาน และ

เบิก-คืนได้ง่าย

- 15.ควรจัดกิจกรรมกีฬาให้เหมาะกับสถานที่ เพื่อไม่ให้พื้นสนามเสียหาย
- 16.ควรรีให้บริการในวันเสาร์ และเปิดโอกาสให้ครอบครัวพนักงานเข้าใช้บริการ
- 17.ควรมีพื้นที่สำหรับตากผ้า
- 18.ควรมีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น ได้เมื่อเกิดอุบัติเหตุ
- 19.ควรมีสระว่ายน้ำ สนามสควอช
- 20.ควรมีอุปกรณ์เสริม เช่น เครื่องตรวจระดับการเต้นของหัวใจ เครื่องชั่งน้ำหนัก

ส่วนสูง



### ด้านการบริการ

1. ปรับช่วงเวลาที่ให้บริการให้เหมาะสม มีหลายช่วงเวลา
2. ควรมีระบบลงทะเบียนเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมแบบอัตโนมัติ
3. ควรเพิ่มตู้น้ำดื่ม
4. ควรมีบุคลากรบริการเฉพาะกลุ่ม
5. ควรมีของที่ระลึกให้เวลาเข้าร่วมกิจกรรม เช่น อุปกรณ์เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพ

สายคาดอกวัดความเร็วการเดินของหัวใจ

6. เพิ่มการประชาสัมพันธ์
7. ควรจัดกิจกรรมให้บ่อยขึ้น

### ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย

1. ควรจัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้มีความหลากหลายเหมาะสมกับทุกเพศทุกวัย
2. ควรเพิ่มหรือจัดกิจกรรมกีฬาที่ส่งเสริมการออกกำลังกาย เช่น จัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายเป็นคลาสปั่นจักรยาน Touring รอบสายออกบัตรในช่วงเช้าและเย็น

**ขั้นตอนที่ 2 พิจารณาคุณภาพของแนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย**

**แนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย**

ผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นผู้บริหารฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยมีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ของแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยโดยรวมอยู่ในระดับมากและเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า

### ด้านบุคลากร

1. จัดหาวิทยากรมาบรรยายในหัวข้อต่างๆ ที่เกี่ยวกับการสร้างแรงจูงใจให้บุคลากรหันมาออกกำลังกาย เช่น วิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง การดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง หลักโภชนาการ ฯลฯ
2. จัดอบรมเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้นเพื่อให้เจ้าหน้าที่สามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้องเมื่อเกิดอุบัติเหตุ
3. สนับสนุนให้เจ้าหน้าที่มีธรรมาภิบาลและมนุษยสัมพันธ์ที่ดีในการบริการด้วยท่าทีที่

เป็นมิตรและยิ้มแย้มแจ่มใส

4. ให้มีการประเมินผลการทำงานของเจ้าหน้าที่อย่างเป็นประจำ
5. จัดอบรมให้เจ้าหน้าที่ทุกคนให้สามารถตอบถามและให้คำแนะนำเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาได้
6. มีการให้รางวัลในการทำงานของเจ้าหน้าที่ที่ทำงานดีเด่น
7. ควรจัดอบรมเพื่อพัฒนาความรู้และความสามารถใหม่ๆให้เจ้าหน้าที่อยู่เป็นประจำ
8. มีการปรับเงินเดือน หรือปรับตำแหน่งของเจ้าหน้าที่ตามความรู้และความสามารถ
9. มีสวัสดิการต่างๆให้เจ้าหน้าที่ เช่น ค่ารถ ค่ารักษาพยาบาล

#### ด้านอาคารสถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

1. ดูแลสนามกีฬาภายในศูนย์กีฬา ให้มีความปลอดภัย และซ่อมแซมส่วนที่ชำรุดอย่างรวดเร็ว
2. จัดหาคนทำความสะอาดสถานที่วัสดุอุปกรณ์อย่างสม่ำเสมอ
3. ปรับปรุงสนามกีฬาให้มีแสงสว่างเพียงพอ และมีการถ่ายเทอากาศที่สะดวก
4. ดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาให้พร้อมใช้งานตลอดเวลา
5. จัดทำบอร์ดความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา การดูแลสุขภาพและโภชนาการ ภายในศูนย์กีฬา
6. ปรับปรุงสนามกีฬาให้ได้มาตรฐาน
7. จัดกล่องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ใช้บริการ
8. จัดหาอุปกรณ์กีฬาให้เพียงพอต่อความต้องการ
9. จัดหาจักรยานชนิด Touring ไว้สำหรับให้ผู้ใช้บริการยืมออกกำลังกายจำนวนอย่างน้อย 5 คัน
10. เพิ่มเครื่องออกกำลังกายแบบบริหารกล้ามเนื้อหัวใจ (Cardiovascular Equipment) ในห้องฟิตเนส
11. เพิ่มเครื่องออกกำลังกายแบบฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Strength Machine) ในห้องฟิตเนส

#### ด้านการบริการ

1. จัดการแข่งขันกีฬาภายในสำหรับบุคลากรเพื่อสร้างความสามัคคีภายในองค์กร
2. ติดป้ายประกาศการปฏิบัติเมื่อเกิดอุบัติเหตุ และวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
3. จัดบริการตรวจเช็คสมรรถภาพร่างกายให้กับบุคลากรด้วย เครื่องชั่งน้ำหนัก เครื่องวัดเปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกาย เครื่องวัดความดัน ฯลฯ
4. ทำแบบสอบถามความต้องการของผู้มาใช้บริการศูนย์กีฬาอยู่เป็นประจำ
5. จัดให้มีบริการจองสนามกีฬาผ่านทางโทรศัพท์หรือทางอินเทอร์เน็ตได้

#### ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย

1. ควรให้มีการจัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้สอดคล้องกับเวลาของบุคลากรอย่างเหมาะสม
2. ศูนย์กีฬาควรสนับสนุนและพิจารณากิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่บุคลากรต้องการเล่น
3. ศูนย์กีฬาควรจัดวิทยากรภายนอกที่มีประสบการณ์ในด้านการสอนกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายมาสอนบุคลากรในระยะสั้นๆ
4. จัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้กับผู้สูงอายุ เช่น ไทเก๊ก

#### อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาแนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกับัตรณาการ ผู้วิจัยใคร่ขออภิปรายผลแนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกับัตรณาการในแต่ละด้าน ตามผลการวิจัย ดังนี้

แนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกับัตรณาการด้านบุคลากร จากผลการวิจัยพบว่า

1. ศูนย์กีฬา สายออกับัตรณาการควรจัดหาวิทยากรมาบรรยายในหัวข้อต่างๆ ที่เกี่ยวกับการสร้างแรงจูงใจให้บุคลากรหันมาออกกำลังกาย เช่น วิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง การดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง หลักโภชนาการ ฯลฯ ซึ่งผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่าการสร้างแรงจูงใจเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง ที่จะทำให้บุคลากรผู้ใช้บริการนั้นหันสนใจการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายที่ทางศูนย์กีฬาได้จัดขึ้น เพราะบางท่านที่ไม่เคยเล่นกีฬาและไม่เคยออกกำลังกาย ก็จะไม่ทราบข้อมูลที่เกี่ยวข้องประโยชน์ที่จะได้รับจากการออกกำลังกายอย่างถูกวิธี และไม่ทราบข้อเสียที่จะเกิดกับร่างกายของเราถ้าหากเราไม่ออกกำลังกาย ดังนั้น การให้ข้อมูลที่ถูกต้องและเป็นประโยชน์ต่อตัวบุคลากรนั้น

จะส่งผลให้บุคลากรผู้ใช้บริการเกิดความสนใจและใส่ใจที่จะหันมาเล่นกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่ทางศูนย์จัดทำขึ้น สอดคล้องกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆเพิ่มเติมของผู้เชี่ยวชาญที่ว่าปัจจุบันมีเพียงพนักงานบางกลุ่มสนใจการออกกำลังกาย ควรมีกิจกรรมส่งเสริมให้พนักงานมีจิตสำนึกในการออกกำลังกายมากขึ้น หรือให้การออกกำลังกายเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมองค์กรซึ่งสอดคล้องกับความคิดของศิลปินชัย สุวรรณธาดาและ ถนอมวงศ์กฤษณ์เพ็ชร(2534) ในการเล่นกีฬาหรือการออกกำลังกาย เป้าหมายหลักในการฝึกสอนกีฬาหรือการเป็นผู้นำการออกกำลังกาย คือการสร้างแรงจูงใจภายใน ของบุคคล เพื่อส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาเป็นประจำสม่ำเสมอ การให้แรงจูงใจภายนอก เช่นการให้รางวัลที่เป็นสิ่งของ สามารถที่จะลดแรงจูงใจภายในได้

2. ศูนย์กีฬา สายออกบัตรธนาคาร ควรจัดอบรมเจ้าหน้าที่เพื่อพัฒนาความรู้ และความสามารถของเจ้าหน้าที่อย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้เจ้าหน้าที่มีทักษะทางการกีฬาหลายๆด้าน และสร้างสรรค์กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่มีความเหมาะสมกับบุคคลในวัยต่างๆ ทำให้มีการปรับปรุงการเรียนการสอนกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้มีความหลากหลายและน่าสนใจมากยิ่งขึ้น ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนเกิดความตื่นตัวที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ จากผู้สอนซึ่งสอดคล้องกับ ชงชัย สันติวงศ์ (2545) กล่าวว่า คนคือทรัพยากรที่เป็นปัจจัยที่มีความสำคัญที่สุดที่จะก่อผลสำเร็จให้กับกิจกรรมได้อย่างมากทั้งปริมาณและคุณภาพ

3. ศูนย์กีฬา สายออกบัตรธนาคารควรจัดเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ความสามารถ มีวุฒิการศึกษา ด้านพลศึกษาหรือวิทยาศาสตร์การกีฬา เพื่อสามารถให้คำแนะนำในเรื่องการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายให้กับบุคลากรผู้ใช้บริการ ได้อย่างถูกต้องจัดอบรมเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่สามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้องเมื่อเกิดอุบัติเหตุ สนับสนุนให้เจ้าหน้าที่มีอัธยาศัย และมนุษยสัมพันธ์ที่ดีในการบริการด้วยท่าทีที่เป็นมิตรและยิ้มแย้มแจ่มใส ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ นิธินันต์ โพธิ์ปัญญาศักดิ์ (2554) กล่าวว่า ควรมีการจัดหาผู้ฝึกสอนทักษะกีฬาที่มีความรู้ ความสามารถและประสบการณ์ในการสอนและมีวุฒิการศึกษาทางด้านพลศึกษาหรือวิทยาศาสตร์การกีฬา นอกจากนั้นควรมีการอบรมเจ้าหน้าที่ที่ทำหน้าที่บริการทุกคนให้มีความรู้ความสามารถในการให้ข้อมูลต่างๆเกี่ยวกับศูนย์กีฬาได้ และส่งเสริมให้เจ้าหน้าที่ทุกคนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส

4. ศูนย์กีฬา สายออกบัตรธนาคาร ควรมีการให้รางวัลในการทำงานของเจ้าหน้าที่ที่ทำงานดีเด่น เพื่อเป็นการสร้างแรงจูงใจในการที่จะปฏิบัติหน้าที่ให้ดี การดูแลเอาใจใส่ในการทำงานที่ตนเองรับผิดชอบ ก็จะส่งผลให้การดำเนินงานต่างๆในศูนย์กีฬา มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย สอดคล้องกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆเพิ่มเติมของผู้เชี่ยวชาญที่ว่า ดูแลให้เจ้าหน้าที่ ได้รับ

ประโยชน์ สวัสดิการที่เหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของศิริอร ชันชหัตต์ (2545) กล่าวว่า คนเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดในการบริหาร ดังนั้นการบริหารงานบุคคลจึงมีความสำคัญซึ่งเป็นหน้าที่หลักของผู้บริหารที่ควรพึงเอาใจใส่ชีวิตความเป็นอยู่ และความสุขความทุกข์ของพนักงานดูแลพนักงานขององค์กรให้อยู่ในสภาพที่จะปฏิบัติงานได้อย่างเต็มกำลังความสามารถ การมอบหมายให้เหมาะสมกับบุคคลและให้ความเป็นธรรมแก่พนักงาน โดยเสมอหน้ากัน

แนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคารด้านการบริการ จากผลการวิจัยพบว่า

1. ศูนย์กีฬา สายออกบัตรธนาคาร ควรจัดบริการตรวจเช็คสุขภาพให้กับบุคลากรด้วยเครื่องชั่งน้ำหนัก เครื่องวัดเปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกายและเครื่องวัดความดันฯลฯ ซึ่งผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า การที่ศูนย์กีฬามีบริการตรวจเช็คสุขภาพให้กับบุคลากรนั้นจะทำให้บุคลากรผู้ใช้บริการเกิดความประทับใจในการให้บริการที่แสดงถึงความใส่ใจและดูแลสุขภาพของบุคลากร อีกทั้งบุคลากรยังได้รับรู้สมรรถภาพร่างกายของตนเอง เช่นความดันโลหิตอยู่ในเกณฑ์ปกติหรือไม่ มีเปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกายระดับมากน้อยเพียงใด เป็นต้น ซึ่งจะเป็นสิ่งที่จะช่วยให้คำแนะนำแก่บุคลากรผู้ใช้บริการได้อย่างดีว่าควรจะต้องออกกำลังกายแบบใดจึงจะเหมาะสมกับสภาพร่างกายของตนเอง สอดคล้องกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆเพิ่มเติมของผู้เชี่ยวชาญที่ว่าควรกระตุ้นให้พนักงานเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายก่อนจะสายเกินไป ซึ่งสอดคล้องกับความคิดของภักวิวัฒน์ เชิดพุทธ (2552)ที่ว่า สิ่งอำนวยความสะดวก เครื่องมือหรืออุปกรณ์สนับสนุนการให้บริการการที่เราจะเลือกใช้ประเภทใด ก็ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมในงานบริการ และสิ่งสำคัญที่ละเลยไม่ได้คือ การบำรุงรักษาดูแลเครื่องมืออุปกรณ์เหล่านั้นให้พร้อมใช้งานอยู่เสมอ ไม่ใช่ว่ามีเครื่องมืออุปกรณ์แต่ใช้งานไม่ได้เลย

2. ศูนย์กีฬา สายออกบัตรธนาคาร ควรจะจัดการแข่งขันภายในระหว่างบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยด้วยกันเองปีละครั้งและแข่งขันกันภายในระหว่างธนาคารแห่งประเทศไทยทุกสาขา ซึ่งผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า การแข่งขันกีฬาทั้งภายในสายออกบัตรและระหว่างสาขาของธนาคารแห่งประเทศไทย จะเป็นการเชื่อมความสัมพันธ์อันดีของบุคลากรภายในธนาคารแห่งประเทศไทย ทั้งยังเป็นการเปิดโอกาสให้สร้างมนุษยสัมพันธ์อันดีระหว่างเพื่อร่วมงาน อีกทั้งยังช่วยลดความขัดแย้งในองค์กร เสริมสร้างความสามัคคี ปลูกฝังความมีน้ำใจนักกีฬา ซึ่งสอดคล้องกับความคิดของสุมนา อยู่โพธิ์ (2525) ควรจัดให้มีการแข่งขันกันระหว่างสมาชิกผู้เล่นอื่นๆ อย่างน้อยปีละหนึ่งครั้ง เพื่อกระชับความสัมพันธ์ภายในองค์กร

3. ศูนย์กีฬา สายออกบัตรธนาคาร ควรทำแบบสอบถามความต้องการของผู้มาใช้บริการ ศูนย์กีฬาอยู่เป็นประจำซึ่งผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า การสำรวจความคิดเห็นหรือความต้องการของ

บุคลากรผู้ให้บริการอย่างสม่ำเสมอจะทำให้ทางศูนย์กีฬาจัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายได้ตรงกับความต้องการของผู้ใช้บริการมากที่สุดเพื่อให้ผู้ให้บริการเกิดความสนใจและใส่ใจที่จะมาออกกำลังกายที่ตนเองนั้นอยากจะทำ และก่อให้เกิดความประทับใจและพึงพอใจมีความสุขกับการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย สอดคล้องกับแนวคิดของ สมิต สัจฉกร(2530) ที่ว่า การให้บริการต้องคำนึงถึงผู้รับบริการเป็นหลัก จะต้องนำความต้องการของผู้รับบริการมาเป็นข้อกำหนดในการให้บริการ แม้ว่าจะเป็นการให้ความช่วยเหลือที่เราเห็นว่าดี และเหมาะสมแก่ผู้รับบริการเพียงใด แต่ถ้าผู้รับบริการไม่สนใจไม่ให้ความสำคัญ การบริการนั้นก็อาจจะไร้ค่า

แนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออก  
 ภัทรณาการด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก จากผลการวิจัยพบว่า

1. ศูนย์กีฬา สายออกภัทรณาการ ควรจัดหาคนทำความสะอาดสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ อย่างสม่ำเสมอ และซ่อมแซมส่วนที่ชำรุดอย่างทันทั่วถึง พร้อมทั้งการบำรุงรักษาอุปกรณ์กีฬาให้พร้อมใช้งาน ปรับสนามกีฬาให้มีมาตรฐาน และมีแสงสว่างเข้าถึง และอากาศถ่ายเทสะดวกซึ่งผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า การจัดสถานที่เล่นกีฬาและออกกำลังกายให้ได้มาตรฐาน มีอากาศถ่ายเท มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย สะอาด มีอุปกรณ์กีฬาที่พร้อมใช้งานอย่างเพียงพอต่อผู้ให้บริการ ก็จะทำให้ผู้ให้บริการอยากที่จะเข้ามาใช้บริการในภายในศูนย์กีฬาสอดคล้องกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆเพิ่มเติมของผู้เชี่ยวชาญที่ว่าควรทำการสอบถามเจ้าหน้าที่อย่างสม่ำเสมอว่า มีอุปกรณ์พร้อมใช้เพียงพอหรือไม่ หรือ ควรเพิ่มอุปกรณ์อะไรบ้าง ทั้งอุปกรณ์กีฬา เครื่องออกกำลังกายและสิ่งอำนวยความสะดวก ซึ่งสอดคล้องกับ ธงชัย สันติวงษ์ (2531) กล่าวว่า การจัดการด้านสถานที่เน้นถึงกระบวนการและวิธีในการปฏิบัติงานในด้านความสะดวกสบายเพื่อเอื้ออำนวยในการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีการจัดการสถานที่ให้สะอาดเรียบร้อยตลอดจนการถ่ายเทของอากาศที่เหมาะสม เหมาะแก่การทำงาน

2. ศูนย์กีฬา สายออกภัทรณาการ ควรจัดทำป้ายบอกวิธีและข้อควรระวังในการใช้อุปกรณ์กีฬา ตลอดจนจัดให้มีสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ เช่น ห้องพยาบาลหรือตู้ยาสำหรับผู้ให้บริการ เป็นต้น ซึ่งผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า ศูนย์กีฬาสามารถสร้างความประทับใจให้แก่ผู้ให้บริการได้โดยที่เดินเข้ามาภายในศูนย์กีฬาจะมีสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆให้ผู้บริการรู้สึกมีความสุขและอยากมาใช้บริการเป็นประจำ เช่น ความสะอาดของสถานที่ ความพร้อมของเครื่องมือและอุปกรณ์ ตู้น้ำดื่มที่สะอาด เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดของภักดีวัฒน์ เชิดพุทธ (2552) สถานที่ให้บริการเป็นจุดแรกที่ผู้บริการจะได้สัมผัสเมื่อก้าวเข้ามาในหน่วยงานสถานที่ที่สะอาด ดูสวยงาม และเป็นระเบียบ ถือเป็นหน้าเป็นตาขององค์กร ทั้งยังแสดงให้เห็นถึงความมีประสิทธิภาพ และคุณภาพของ

องค์กรด้วย ผู้ใช้บริการที่เห็นจะรู้สึกเชื่อมั่นในคุณภาพและประสิทธิภาพในการให้บริการ รวมทั้งรู้สึกประทับใจเมื่อแรกพบ

แนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออก  
 ภัทรธนาการด้านกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย จากผลการวิจัยพบว่า

1. ศูนย์กีฬา สายออกภัทรธนาการควรจัดวิทยากรภายนอกที่มีประสบการณ์ในด้านการ  
 สอนกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายมาสอนบุคลากรในระยะสั้นๆให้กับบุคลากร สายออกภัทร  
 ธนาการ เพื่อให้หันมาใส่ใจเรื่องสุขภาพกันมากขึ้นและสร้างแรงจูงใจภายนอกให้บุคลากรมีความ  
 ตื่นตัวที่จะอยากเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายกับวิทยากรภายนอกที่มีประสบการณ์และมี  
 ชื่อเสียง ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆเพิ่มเติมของผู้เชี่ยวชาญที่ว่าควร  
 ส่งเสริมให้พนักงานเข้าร่วมกิจกรรม โดยเฉพาะกิจกรรมที่มีประจำ เช่น โยคะ แอโรบิคสอดคล้อง  
 กับแนวความคิดของ สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทูไทย(2542) กล่าวว่า แรงจูงใจในการ  
 เล่นกีฬามีความสำคัญเป็นอย่างมากทำให้เราได้ทราบถึงการที่จะเพิ่มหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของ  
 ผู้ที่ไม่เคยออกกำลังกายได้

2. ศูนย์กีฬา สายออกภัทรธนาการควรมีการจัดการจัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้  
 สอดคล้องกับเวลาของบุคลากรอย่างเหมาะสมเพื่อให้บุคลากรได้ใช้ช่วงเวลาที่ว่างจากการทำงานมา  
 เล่นกีฬาและออกกำลังกายได้อย่างเหมาะสม และสนับสนุนและพิจารณากิจกรรมกีฬาและการออก  
 กกำลังกายที่บุคลากรต้องการเล่นจะเป็นการจูงใจให้มีความสนใจในการเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย  
 ภายนอกนั้น ส่วนหนึ่งมาจากกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่ตนเองสนใจ เช่น ความต้องการของ  
 บุคลากรที่จะให้ศูนย์กีฬามีกิจกรรมกีฬาการปั่นจักรยาน Touring ในช่วงเช้าและช่วงเย็นรอบสาย  
 ออกภัทรธนาการ ธนาการแห่งประเทศไทย ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ  
 เพิ่มเติมของผู้เชี่ยวชาญที่ว่าทางชมรมจักรยานยินดีสนับสนุนกิจกรรมคลาสปั่นจักรยาน Touring  
 รอบสายออกภัทรในช่วงเช้าและช่วงเย็น ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดของ วรศักดิ์ เพียรชอบ  
 (2523) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมเพื่อให้ได้มีส่วนร่วมตามความสามารถหรือความต้องการของ  
 ร่างกายและจิตใจจะทำให้เกิดความสนุกสนาน มีความพยายามและความสำเร็จมากขึ้น

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ควรนำแนวทางการพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ไปปรับใช้ตามความเหมาะสมที่ศูนย์กีฬาจะนำไปปฏิบัติได้จริง

### ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาระดับความพึงพอใจในการใช้บริการการศูนย์กีฬาสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย
2. ควรศึกษาสภาพ ปัญหา การจัดการด้านการประชาสัมพันธ์ของศูนย์กีฬาอื่นๆ ที่อยู่ในองค์กรด้วย



## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

กีฬาและนันทนาการ.(2555). กีฬาคืออะไร.[ออนไลน์].แหล่งที่มา: <http://www.indumestic.com/>  
[2555, มิถุนายน 8].

เกษม พันธุสะ.(2544). การเปรียบเทียบเทียบความต้องการกิจกรรมกีฬาระหว่างนักศึกษา  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่ กับมหาวิทยาลัยอุตรา มาเลเซีย.  
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

เกศสินี กลั่นบุศย์. (2540). ความคาดหวังของผู้รับบริการพยาบาลต่อการบริการของโรงพยาบาล  
เอกชนในเขตกรุงเทพมหานคร.กรุงเทพมหานคร:วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต,  
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

จรววยพร ธรณินทร์. (2534). ออกกำลังกายและกีฬาเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร: ตะเกียง.

จรินทร์ ธานีรัตน์. (2528). นันทนาการชุมชน. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.

ชัยสมพล ชาวประเสริฐ. (2549). การตลาดบริการ.พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร: ซีเอ็ดดูเคชั่น.

คนัย เทียนพุด. (2542). การจัดการทรัพยากรบุคคล. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร:  
สำนักพิมพ์บุ๊คแบงก์

ดิเรกฤกษ์ห่วย. (2527).การพัฒนาเน้นการพัฒนาสังคมและแนวความคิดความจำเป็นพื้นฐาน.  
กรุงเทพมหานคร:มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ทวี ทิมขำ. (2528). การพัฒนาชุมชน. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.

ทิตยา สุวรรณชฎ. (2517).“สังคมวิทยา” ใน วิทยาศาสตร์สังคม. กรุงเทพมหานคร:  
สำนักวิจัย สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

ทองหล่อ เดชไทย. (2536). เอกสารการสอนชุดวิชา ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการบริหารสาธารณสุข  
และโรงพยาบาล. พิมพ์ครั้งที่ 6. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.

ธีรกิติ นวรัตน์ ณ อยุธยา. (2547). การตลาดสำหรับบริการ :แนวคิดและกลยุทธ์. กรุงเทพมหานคร:  
สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ธงชัย สันติวงษ์. (2545). การจัดการ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ธงชัย สันติวงษ์. (2531).การบริหารงานบุคคล. กรุงเทพมหานคร:ไทยวัฒนาพานิช.

ธวัช ทันโตภาส. (2529). พัฒนาชุมชนกับงานพัฒนาชนบท.กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มิตรสยาม.

นิรันดร์ โพธิ์ปัญญาศักดิ์. (2553).แนวทางพัฒนาส่วนประสมทางการตลาดของศูนย์กีฬาทางน้ำบึง  
หนองบอน กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, ภาควิชาวิทยาศาสตร์การ  
กีฬา คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- เนตร์พัฒนา ยาวีราช. (2546). การจัดการสมัยใหม่. กรุงเทพฯ: เซ็นทรัลเอ็กซ์เพรส.
- ปรีชา พงษ์เพ็ง. (2537). การศึกษาปัญหาการจัดการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 21. ภาควิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พรทิพย์ สัมปิตตะวานิช. (2546). แรงจูงใจกับการโฆษณา. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ภักดิ์วัฒน์ เชิดพุทธ. (2553). การศึกษาสภาพและปัญหาการบริหารจัดการศูนย์บริการการกีฬา ธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มัลลิกา ดันสอน. (2544). พฤติกรรมองค์กร. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ด้านสุขภาพการพิมพ์ จำกัด.
- มัลลิกา ดันสอน. (2544). การจัดการยุคใหม่. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์บริษัท เอ็กซ์เปอร์เน็ท จำกัด.
- ยุพาวรรณวรรณวานิชย์. (2548). การตลาดบริการ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ยุวัฒน์ วุฒิเมธี. (2526). การพัฒนาชุมชนกับการพัฒนาชนบท. กรุงเทพมหานคร: ไทยอนุเคราะห์ไทย.
- ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์, 2546.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2523). หลักและวิธีการสอนพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2540). หลักการพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงศึกษาธิการ.
- วราพรรณ สันทัสนะ โขภ. (2540). ความพึงพอใจของลูกค้าต่อการให้บริการของธนาคารทหารไทย จำกัด (มหาชน) : ศึกษาเฉพาะกรณีสาขาพญาไท กรุงเทพมหานคร. ภาคนิพนธ์ พ.บ. (พัฒนาสังคม). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัยสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- วัลชุลีขำวารี. (2547). ความต้องการบริการการออกกำลังกายของพนักงานบริษัทมินิแบประเทศไทย จำกัด จังหวัดลพบุรี. กรุงเทพมหานคร: วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาพลศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วิรัช วิรัชนิภาวรรณ. (2548). การบริหารจัดการและการบริหารการพัฒนาขององค์กรตาม รัฐธรรมนูญ และหน่วยงานของรัฐ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์นิติธรรม.
- วุฒิพงษ์ปรมัตถการ. (2537). การออกกำลังกาย. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- วัชรภรณ์ สุริยาภักดิ์วัฒน์. (2546). วิจัยธุรกิจยุคใหม่. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- ศิริรัตน์ หิรัญรัตน์.(2539). **สมรรถภาพทางกายและทางกีฬา**.กรุงเทพมหานคร:ภาควิชาพลศึกษา, คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริวรรณ เสรีรัตน์และคณะ. (2542). **องค์การและการจัดการ**. กรุงเทพมหานคร: ธนรัชการพิมพ์.
- ศิริอร ชันชหัตถ์. (2545). **องค์การและการจัดการ**. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร: อักษรพัฒนา.
- ศิลป์ชัย สุวรรณธาดาและ ถนอมวงศ์ กฤษณเพชร. (2534). **ประวัติและพัฒนาการของ จิตวิทยาการกีฬา**วารสารจิตวิทยาการกีฬา.
- ศศิชนันศิริพิมลพร. (2546). **การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระบบประเมินผลการปฏิบัติงานกับการพัฒนาตนเอง ของพนักงานต้อนรับภาคพื้นดิน บริษัท การบินไทย จำกัด(มหาชน)**. กรุงเทพมหานคร: วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต,มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สนธยา พลศรี. (2547). **ทฤษฎีและหลักการพัฒนารวมชน**.พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- สมคิด บางโม. (2545). **การจัดการองค์การ**. กรุงเทพมหานคร: วิทย์พัฒน์.
- สมชาย กิจสัมพันธ์วงศ์. (2539). **สภาพและปัญหาการจัดดำเนินการกีฬาและนันทนาการของหน่วยงานรัฐวิสาหกิจ**.กรุงเทพมหานคร:จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทรุไทย. (2542). **จิตวิทยาการกีฬา : แนวคิด ทฤษฎี ผู้การปฏิบัติ**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมิต สัจฉกร. (2530). **การต้อนรับและบริการที่เป็นเลิศ**.กรุงเทพมหานคร:สำนักพิมพ์วิญญูชน.
- สมยศ นาวิการ. (2526). **ทฤษฎีองค์การ**.พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร:บรรณกิจ.
- สิทธิ ชีรสรณ์. (2551). **การสื่อสารทางการตลาด**.กรุงเทพมหานคร:จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุมนา อยู่โพธิ์.(2525). **การตลาดบริการ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุริยา สุขสุภักดิ์.(2553).**การศึกษาการจัดการทีมกีฬาว่ายน้ำของสมาคมว่ายน้ำแห่งประเทศไทยในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ ครั้งที่ 16**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สัญญา สัญญาวิวัฒน์. (2526). **การพัฒนาชุมชน**. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.
- เสนาะ ดิยาวี. (2532). **การบริหารงานบุคคล**.กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ครั้งที่ 7. คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุชาติ ทวีพรปฐมกุล. (2544). **การบริหารและการจัดการนันทนาการ**.กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อนงค์ บุญอุดลยรัตน์.(2542). **กีฬาเพื่อสุขภาพ**.กรุงเทพมหานคร: สถาบันราชภัฏสวนดุสิต.

อมร รักษาสัตย์ และ ชัตติยา วรรณสุด. (2515). **ทฤษฎีและแนวความคิดในการพัฒนาประเทศ.**

กรุงเทพมหานคร: ชุมชนสหกรณ์การขายและการซื้อแห่งประเทศไทย.

อาทิตย์ชัย เจริญรัตน์. (2553). **การจัดการกีฬาและการออกกำลังกายของโรงเรียนแต่ละเหล่า.**

วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ,ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อังศุธร ชิมโรจน์ประเสริฐ และ สมาน ถวิลกิจ (2552). **กิจกรรมนันทนาการเกมกีฬา.** [ออนไลน์].

แหล่งที่มา:<http://www.thaigoodview.com/node/52006> [2552, พฤศจิกายน 30]

อุทัย หิรัญโต. (2523). **หลักการบริหารงานบุคคล.**กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.

### ภาษาอังกฤษ

Batten, T. R. (1959). **Community and Their Development.**London: Oxford University Press

Bellows, R. (1961). **Psychology of Personnel in Business and Industry.** New Jersey:

Prentice-Hall.

Beach,DonM.andReinhartz, Judy. (2000).**Supervision leadership : focus on instruction.**

Boston:Allynand Bacon.

Blois, K.J. (1974). **The Marketing Services: An Approach.** European Journal of Marketing.

Fayol, Henri. (1949). **General and Industrial Management.** London: Sir Isaac Pitman & Sons.

Gronroos,C.(1990).**Service Management and Marketing.**Lesington,MA : Lexington Book.

Haimann, T. &Scott , W. (1974). **Management in the Modern Organization.** Boston: Houghton

Mifflin Company.

Jones, Gareth R., & George, Jennifer M. (2003).**Contemporary Management.**New Jersey:

McGraw-Hill.

Longenecker,J. G.,andPrigle,C. D. (1981).**Management.**Ohio:Merril.

Richard L. Daft. (1994). **Management.** Fort Worth, Tex: Dryden Press.

Robins, S.P. and Coulter, M. (2002).**Management.** New Jersey: Prentice Hall.

Schermerhorn, John R., Hunt. (2002). **Management.** New York: John Wiley & Son.

Theo Haimann, William G. Scott, Patrick E. Connor. (1974).**Management in the modern**

**organization.**Houghton Mifflin.

Thibault, L. (1993). Strategy in nonprofit sport organizations.**Dissertation Abstracts**

**International.** Canada: University of Alberty.

Yamane, T. (1973). **An Introductory analysis**. Tokyo: Harper International Editio

Yupho, S. (1982). **Marketing services**. Bangkok: Printing house of Thammasat University.

Wendell L. French and Cecil H. Bell. (1973). **Organization Development**. Englewood Cliffs,  
N.J.: Prentice Hall.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

เครื่องมือวิจัย

### แบบสอบถาม

ในการวิจัยเรื่องแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับ  
บุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย  
คำชี้แจง

1.แบบสอบถามชุดนี้สร้างขึ้นเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบการทำวิทยานิพนธ์ ตาม  
หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิตแขนงวิชาการจัดการกีฬา สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะ  
วิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2. แบบสอบถามชุดนี้แบ่งออกเป็น 4 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปและสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย  
สำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย  
สำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

ตอนที่ 4 แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬา  
และการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

3. ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใคร่ขอความกรุณาจากท่าน ได้โปรดพิจารณาตอบคำถามทุกข้อของ  
แบบสอบถามตามความเป็นจริง เพราะคำตอบของท่านทุกข้อจะเป็นประโยชน์ในทางวิชาการ และ  
เป็นการเสนอแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สาย  
ออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย คำตอบของท่านจะถูกเก็บไว้เป็นความลับ ผู้วิจัยจะ  
นำเสนอผลการวิเคราะห์เป็นภาพรวมเท่านั้น

4. กรุณาตรวจสอบว่าท่านได้ตอบคำถามครบทุกข้อก่อนส่งแบบสอบถามกลับคืน และ  
ผู้วิจัยใคร่ขอขอบพระคุณสำหรับความอนุเคราะห์ของท่านในครั้งนี้

นางสาวทิศาภรณ์ ใฝ่ดง

นิสิตบัณฑิตศึกษากาภาคปกติชั้นปีที่2แขนงวิชาการจัดการกีฬา

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



**ตอนที่ 1** ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับสถานภาพผู้ตอบแบบสอบถาม  
**คำชี้แจง:** โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หน้าข้อความที่เป็นจริง

1. เพศ

1. ( ) ชาย      2. ( ) หญิง

2. อายุ

1. ( ) 20-25ปี      2. ( ) 26-35ปี  
 3. ( ) 36-45ปี      4. ( ) 46-55ปี  
 5. ( ) 55 ปีขึ้นไป

3. สถานภาพสมรส

1. ( ) โสด      2. ( ) สมรส

4. ระดับการศึกษาสูงสุดของท่าน

1. ( ) ต่ำกว่าปริญญาตรี      2. ( ) ปริญญาตรี หรือเทียบเท่า  
 3. ( ) ปริญญาโท      4. ( ) ปริญญาเอก

5. ท่านปฏิบัติหน้าที่ในฝ่าย

1. ( ) ฝ่ายบริหารและพัฒนาบุคคล      2. ( ) ฝ่ายการบัญชีและพัสดุ  
 3. ( ) ฝ่ายกลยุทธ์และวางแผน      4. ( ) ฝ่ายบริหารจัดการธนบัตร  
 5. ( ) โรงพิมพ์ธนบัตร

6. รายได้ของท่านโดยเฉลี่ยต่อเดือน

1. ( ) ต่ำกว่า 10,000 บาท      2. ( ) 10,001 - 15,000 บาท  
 3. ( ) 15,001 – 20,000 บาท      4. ( ) 20,001 – 25,000บาท  
 5. ( ) 25,001– 30,000 บาท      6. ( ) 30,001 บาทขึ้นไป

**ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย  
สำหรับบุคลากรสายออกับัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย**

คำชี้แจง : โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หน้าข้อความที่เป็นจริง และ/หรือกรอกข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริง

1. ท่านคิดว่าช่วงระยะเวลาในการเปิด-ปิด ของศูนย์กีฬามีความเหมาะสมหรือไม่

1. ( ) เหมาะสม                      2. ( ) ไม่เหมาะสม

2. มีการจัดเจ้าหน้าที่ตรวจสอบดูแลความปลอดภัยบริเวณ โดยรอบของศูนย์กีฬาหรือไม่

1. ( ) มี                                      2. ( ) ไม่มี

3. จำนวนเจ้าหน้าที่เพียงพอต่อความต้องการของบุคลากรผู้ใช้บริการหรือไม่

1. ( ) เพียงพอ                              2. ( ) ไม่เพียงพอ

4. มีเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ความสามารถในการให้คำแนะนำด้านกีฬาและการออกกำลังกายแก่  
ผู้ใช้บริการหรือไม่

1. ( ) มี                                      2. ( ) ไม่มี

5. การแต่งกายของเจ้าหน้าที่ในช่วงเวลาทำการมีความเรียบร้อยหรือไม่

1. ( ) มี                                      2. ( ) ไม่มี

6. มีเจ้าหน้าที่ที่สามารถปฐมพยาบาลเบื้องต้นได้ เมื่อเกิดอุบัติเหตุ

1. ( ) มี                                      2. ( ) ไม่มี

7. สนามกีฬาของศูนย์กีฬามีสภาพแข็งแรงและปลอดภัยหรือไม่

1. ( ) มี                                      2. ( ) ไม่มี

8. สนามกีฬาของศูนย์กีฬาและบริเวณ โดยรอบของศูนย์กีฬามีความสะอาดหรือไม่

1. ( ) มี                                      2. ( ) ไม่มี

9. สนามกีฬาของศูนย์กีฬาได้มาตรฐานหรือไม่

1. ( ) ได้มาตรฐาน      2. ( ) ไม่ได้มาตรฐาน

10. อุปกรณ์กีฬาเพียงพอต่อบุคลากรผู้ให้บริการหรือไม่

1. ( ) เพียงพอ      2. ( ) ไม่เพียงพอ

11. อุปกรณ์กีฬาได้มาตรฐานและทันสมัยหรือไม่

1. ( ) ได้มาตรฐานแต่ไม่ทันสมัย      2. ( ) ได้มาตรฐานและทันสมัย  
3. ( ) ไม่ได้มาตรฐานแต่ทันสมัย      4. ( ) ไม่ได้มาตรฐานและไม่ทันสมัย

12. ศูนย์กีฬามีบริการตู้น้ำดื่มเพียงพอต่อบุคลากรผู้ให้บริการหรือไม่

1. ( ) เพียงพอ      2. ( ) ไม่เพียงพอ

13. ศูนย์กีฬามีบริการห้องสุขาเพียงพอต่อบุคลากรผู้ให้บริการหรือไม่

1. ( ) เพียงพอ      2. ( ) ไม่เพียงพอ

14. ศูนย์กีฬามีบริการห้องอาบน้ำเพียงพอต่อบุคลากรผู้ให้บริการหรือไม่

1. ( ) เพียงพอ      2. ( ) ไม่เพียงพอ

15. ศูนย์กีฬามีบริการให้ยืมอุปกรณ์กีฬาหรือไม่

1. ( ) มี      2. ( ) ไม่มี

16. การให้บริการจองสนามกีฬาหรือไม่ (ตอบได้หลายข้อ)

1. ( ) มีบริการจองผ่านทางโทรศัพท์  
2. ( ) มีบริการจองผ่านทางอินเทอร์เน็ต  
3. ( ) มีบริการจองที่ศูนย์กีฬาหรือสนามกีฬา  
4. ( ) ไม่มีบริการจองสนามกีฬา

17. กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายของคุณีกีฬาที่ท่านไปรับบริการมากกว่า 2 ครั้ง/สัปดาห์

(ตอบได้หลายข้อ)

- |                        |                           |
|------------------------|---------------------------|
| 1. ( ) เทนนิส          | 2. ( ) โยคะ               |
| 3. ( ) เปตอง           | 4. ( ) ตะกร้อ             |
| 5. ( ) กอล์ฟ           | 6. ( ) จักรยานเพื่อสุขภาพ |
| 7. ( ) ยิงปืนส่มครเล่น | 8. ( ) แบดมินตัน          |
| 9. ( ) เทเบิลเทนนิส    | 10. ( ) ฟุตบอล            |
| 11. ( ) วอลเลย์บอล     | 12. ( ) บาสเกตบอล         |
| 13. ( ) ฟิตเนส         |                           |

18. ทางศูนย์กีฬาได้จัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้กับบุคลากรผู้สูงวัย

- |           |              |
|-----------|--------------|
| 1. ( ) มี | 2. ( ) ไม่มี |
|-----------|--------------|

19. สถานที่ที่บุคลากรไปใช้บริการมากที่สุด(ตอบได้หลายข้อ)

- |                        |                           |
|------------------------|---------------------------|
| 1. ( ) เทนนิส          | 2. ( ) โยคะ               |
| 3. ( ) เปตอง           | 4. ( ) ตะกร้อ             |
| 5. ( ) กอล์ฟ           | 6. ( ) จักรยานเพื่อสุขภาพ |
| 7. ( ) ยิงปืนส่มครเล่น | 8. ( ) แบดมินตัน          |
| 9. ( ) เทเบิลเทนนิส    | 10. ( ) ฟุตบอล            |
| 11. ( ) วอลเลย์บอล     | 12. ( ) บาสเกตบอล         |
| 13. ( ) ฟิตเนส         |                           |

ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เกี่ยวกับสภาพการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย  
สำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

1. ด้านบุคลากร

.....

2. ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

.....

3. ด้านการบริการ

.....

4. ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย

.....

**ตอนที่ 3 แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย  
สำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย**

**คำชี้แจง:** 1. โปรดเขียนเครื่องหมาย✓ ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการศูนย์กีฬาของท่านดังรายละเอียดสำหรับการพิจารณาแสดงความคิดเห็นต่อไปนี้

    ถ้าท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการศูนย์กีฬาข้อใดในระดับมากที่สุด ให้เขียนเครื่องหมาย✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็นมากที่สุด

    ถ้าท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการศูนย์กีฬาข้อใดในระดับมาก ให้เขียนเครื่องหมาย✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็นมาก

    ถ้าท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการศูนย์กีฬาข้อใดในระดับน้อย ให้เขียนเครื่องหมาย✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็นน้อย

    ถ้าท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการจัดการศูนย์กีฬาข้อใดในระดับน้อยที่สุด ให้เขียนเครื่องหมาย✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็นน้อยที่สุด

2. หากท่านมีความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆเกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย สำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย โปรดให้รายละเอียดลงในช่องว่างด้านท้ายตาราง

ปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย	ระดับความคิดเห็น			
	มากที่สุด	มาก	น้อย	น้อยที่สุด
<b>ด้านบุคลากร</b>				
1. มีเจ้าหน้าที่ดูแลสนามกีฬามีจำนวนไม่เพียงพอต่อการบริการ				
2. จำนวนเจ้าหน้าที่ทำความสะอาดสนามกีฬาไม่เพียงพอ				
3. เจ้าหน้าที่จบการศึกษาไม่ตรงกับการทำงานด้านกีฬาและการออกกำลังกาย				
4. เจ้าหน้าที่ขาดประสบการณ์ในการทำงาน				
5. เจ้าหน้าที่ขาดความรู้ความสามารถในการทำงาน				
6. เจ้าหน้าที่ไม่สามารถแนะนำการใช้อุปกรณ์กีฬาหรือเครื่องออกกำลังกายที่ถูกต้องได้				

7. เจ้าหน้าที่เริ่ม-เลิกปฏิบัติงานไม่ตรงตามเวลาที่ศูนย์กีฬา กำหนด				
8. เจ้าหน้าที่ไม่สามารถให้ความรู้ และข้อมูลต่างๆของ ศูนย์กีฬาได้				
9. เจ้าหน้าที่ไม่สามารถปฐมพยาบาลเบื้องต้นในกรณี บุคลากรผู้ใช้บริการเกิดอุบัติเหตุได้				
10. จำนวนเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยบริเวณศูนย์กีฬา ไม่เพียงพอ				
<b>ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก</b>				
1. สนามกีฬาของศูนย์กีฬามีสภาพไม่แข็งแรงและไม่ปลอดภัย				
2. สนามกีฬาของศูนย์กีฬาตั้งอยู่ในพื้นที่ที่อากาศถ่ายเทไม่สะดวก				
3. บริเวณโดยรอบของสนามกีฬาของศูนย์กีฬาขาดความสะอาดเรียบร้อย				
4. ภายในศูนย์กีฬาขาดความสะอาดเรียบร้อย				
5. สนามกีฬาไม่ได้มาตรฐาน และไม่ปลอดภัย				
6. อุปกรณ์กีฬามีไม่เพียงพอต่อบุคลากรผู้ใช้บริการ				
7. อุปกรณ์กีฬามีไม่ครบทุกชนิดกีฬา				
8. อุปกรณ์กีฬาไม่ได้มาตรฐาน				
9. อุปกรณ์กีฬาชำรุด				
10. ไม่มีการให้บริการร้านค้าและเครื่องดื่มภายในศูนย์กีฬา				
11. ศูนย์กีฬามีบริการตู้น้ำดื่มไม่เพียงพอต่อบุคลากรผู้ใช้บริการ				
12. ศูนย์กีฬามีบริการห้องสุขาไม่เพียงพอต่อบุคลากรผู้ใช้บริการ				
13. ศูนย์กีฬามีบริการห้องอาบน้ำไม่เพียงพอต่อบุคลากรผู้ใช้บริการ				

ปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย	ระดับความคิดเห็น			
	มากที่สุด	มาก	น้อย	น้อยที่สุด
<b>ด้านการบริการ</b>				
1. ช่วงวันและเวลาในการเปิด-ปิดของศูนย์กีฬาไม่เหมาะสม				
2. ขั้นตอนในการดำเนินการลงทะเบียนเพื่อใช้สนามกีฬา มีความล่าช้า				
3. ช่วงวันและเวลาในการเปิด-ปิดของแต่ละสนามกีฬาไม่มีความเหมาะสม				
4. ขั้นตอนในการดำเนินการขี้อุปกรณ์กีฬามีความล่าช้า				
5. ขั้นตอนในการดำเนินการจองสนามกีฬาไม่สะดวกต่อบุคลากรผู้ใช้บริการ				
6. การดำเนินการจัดการเรียนการสอนกีฬา/กิจกรรมต่างๆ ไม่เป็นไปตามกำหนดที่ระบุไว้ให้กับบุคลากรผู้ใช้บริการ				
<b>ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย</b>				
1. ศูนย์กีฬาจัดประเภทกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ไม่เพียงพอต่อความต้องการของบุคลากร				
2. กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่ศูนย์กีฬาจัด ไม่มี ความหลากหลาย				
3. กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่ศูนย์กีฬาจัดให้กับบุคลากรที่สูงวัยไม่เหมาะสม				
4. กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่ศูนย์กีฬาจัดเป็น กีฬาที่บุคลากรไม่นิยมและเข้าร่วมน้อย				



ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เกี่ยวกับปัญหาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย  
สำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

1. ด้านบุคลากร

.....

.....

2. ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

.....

.....

3. ด้านการบริการ

.....

.....

4. ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย

.....

.....

**ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย**  
**สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย**

**คำชี้แจง:** 1. โปรดเขียนเครื่องหมาย✓ ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ของท่านดังรายละเอียดสำหรับการพิจารณา แสดงความคิดเห็นต่อไปนี้

ถ้าท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ข้อใดในระดับมากที่สุดให้เขียนเครื่องหมาย✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็นมากที่สุด

ถ้าท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ข้อใดในระดับมากให้เขียนเครื่องหมาย✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็นมาก

ถ้าท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ข้อใดในระดับน้อยให้เขียนเครื่องหมาย✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็นน้อย

ถ้าท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ข้อใดในระดับน้อยที่สุดให้เขียนเครื่องหมาย✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็นน้อยที่สุด

2. หากท่านมีความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆเกี่ยวกับความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย สำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย โปรดให้รายละเอียดลงในช่องว่างด้านท้ายตาราง

ความต้องการแนวทางการจัดการ กิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย	ระดับความคิดเห็น			
	ต้องการ มากที่สุด	ต้องการมาก	ต้องการ น้อย	ต้องการน้อย ที่สุด
<b>ด้านบุคลากร</b>				
1. ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่ที่มีวุฒิการศึกษา ด้านพลศึกษาหรือวิทยาศาสตร์การ กีฬา				
2. ควรจัดให้มีผู้ฝึกสอนที่มีความรู้ ความสามารถและประสบการณ์ใน การสอนทักษะการเล่นกีฬาและการ ออกกำลังกาย				

ความต้องการแนวทางการจัดการ กิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย	ระดับความคิดเห็น			
	ต้องการ มากที่สุด	ต้องการมาก	ต้องการ น้อย	ต้องการน้อย ที่สุด
<b>ด้านบุคลากร</b>				
3. ควรจัดให้เจ้าหน้าที่ประจำศูนย์กีฬา ผ่านการอบรมการช่วยชีวิตขั้น พื้นฐาน(CPR)				
4. ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่บริการเบิก-จ่าย และให้คำแนะนำการใช้อุปกรณ์อย่าง ถูกต้อง				
5. เจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการควรมีมนุษย สัมพันธ์ที่ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส ในการ ให้บริการ				
6. เจ้าหน้าที่ควรได้รับการฝึกอบรมการ บริการ ให้มีบุคลิกภาพและจิตบริการ				
7. ควรสนับสนุนส่งเสริมให้ผู้ฝึกสอน ได้ พัฒนาตนเองด้วยการค้นคว้าหา ความรู้ใหม่ด้วยตนเองอยู่เสมอ				
8. ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ด้าน สุขภาพ ประจำอยู่ในศูนย์กีฬา				
9. ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่ประจำสนาม กีฬาให้เพียงพอต่อความต้องการของ บุคลากรผู้ใช้บริการ				
10. ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่ที่สามารถปฐม พยาบาลเบื้องต้นได้ เมื่อเกิดอุบัติเหตุ				
<b>ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก</b>				
1. ควรจัดให้สนามกีฬาของศูนย์กีฬามี สภาพแข็งแรง มั่นคงปลอดภัย และ ได้มาตรฐาน				

ความต้องการแนวทางการจัดการ กิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย	ระดับความคิดเห็น			
	ต้องการ มากที่สุด	ต้องการมาก	ต้องการ น้อย	ต้องการน้อย ที่สุด
<b>ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก</b>				
2. ควรจัดให้สนามกีฬาของศูนย์กีฬา ตั้งอยู่ในพื้นที่ที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก				
3. ควรจัดให้มีสถานที่ออกกำลังกาย เพียงพอต่อบุคลากรผู้ใช้บริการ				
4. ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่ทำความสะอาด บริเวณโดยรอบสนามกีฬาของศูนย์ กีฬา				
5. ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่ทำความสะอาด ภายในสนามกีฬาของศูนย์กีฬา				
6. ควรจัดสนามกีฬาให้ได้มาตรฐาน และ มีความปลอดภัย				
7. ควรจัดให้สนามกีฬามีแสงสว่าง เพียงพอ				
8. ควรมีการติดตั้งกล้องวงจรปิดเพื่อการ ดูแลรักษาความปลอดภัย				
9. ควรจัดให้มีวัสดุและอุปกรณ์กีฬาที่มี คุณภาพ ได้มาตรฐาน				
10. ควรจัดให้มีวัสดุและอุปกรณ์กีฬาที่ เพียงพอต่อบุคลากรผู้ใช้บริการ				
11. ควรตรวจสอบสภาพวัสดุและ อุปกรณ์กีฬาให้มีสภาพพร้อมใช้งาน อย่างปลอดภัย				
12. ควรจัดให้มีห้องปฐมพยาบาลและ อุปกรณ์ช่วยชีวิตขั้นต้นไว้ให้บริการ เช่น เครื่องช็อกไฟฟ้าหัวใจอัตโนมัติ				

ความต้องการแนวทางการจัดการ กิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย	ระดับความคิดเห็น			
	ต้องการ มากที่สุด	ต้องการมาก	ต้องการ น้อย	ต้องการน้อย ที่สุด
<b>ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก</b>				
13.ควรมีการทำแผนผังบริเวณของ สถานที่ออกกำลังกายเพื่อความ สะดวกในการใช้บริการ				
14.ควรจัดให้มีบริการตู้น้ำดื่มที่สะอาดให้ เพียงพอกับบุคลากรผู้ให้บริการ				
15. ควรจัดให้มีห้องอาบน้ำที่สะอาดถูก สุขลักษณะและเพียงพอต่อความ ต้องการให้บริการ				
16. ควรจัดให้มีห้องแต่งตัวที่สะอาดถูก สุขลักษณะและเพียงพอต่อความ ต้องการให้บริการ				
17. ควรจัดให้มีห้องสุขาที่สะอาดถูก สุขลักษณะและเพียงพอต่อความ ต้องการให้บริการ				
18. ควรจัดให้มีที่นั่งพักผ่อนอย่าง เพียงพอสำหรับการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ ดีระหว่างบุคลากร				
<b>ด้านการบริการ</b>				
1.ควรจัดช่วงวันและเวลาในการเปิด-ปิด ของศูนย์กีฬาให้มีความเหมาะสมกับ บุคลากรผู้ให้บริการ				
2. ควรจัดขั้นตอนในการดำเนินการ ลงทะเบียนเพื่อใช้สนามกีฬาให้มีความ สะดวกและรวดเร็ว				

ความต้องการแนวทางการจัดการ กิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย	ระดับความคิดเห็น			
	ต้องการ มากที่สุด	ต้องการมาก	ต้องการ น้อย	ต้องการน้อย ที่สุด
<b>ด้านการบริการ</b>				
3. ควรจัดช่วงวันและเวลาในการเปิด-ปิด ของแต่ละสนามกีฬาให้มีความ เหมาะสมบุคลากรผู้ใช้บริการ				
4. ควรจัดขั้นตอนในการดำเนินการยืม อุปกรณ์กีฬาให้มีความสะดวกสบาย				
5. ควรจัดขั้นตอนในการดำเนินการจอง สนามกีฬาผ่านทางโทรศัพท์ได้เพื่อ ความสะดวกต่อบุคลากรผู้ใช้บริการ				
6. ควรจัดให้มีการเรียนการสอนกีฬา/ กิจกรรมต่างๆ ให้เป็นไปตามความ ต้องการของบุคลากรผู้ใช้บริการ				
7. ควรจัดระบบดูแลรักษาความปลอดภัย ให้ครอบคลุมทั้งศูนย์กีฬาและสนาม กีฬา				
8. ควรจัดให้มีห้องและอุปกรณ์ปฐม พยาบาลเพื่อใช้เมื่อเกิดอุบัติเหตุ				
<b>ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย</b>				
1. ศูนย์กีฬาควรจัดประเภทของกิจกรรม กีฬาและการออกกำลังกายให้มีความ เหมาะสมกับบุคลากร				
2. ศูนย์กีฬาควรจัดประเภทของกิจกรรม กีฬาและการออกกำลังกายให้มีความ หลากหลาย				
3. ศูนย์กีฬาควรจัดกิจกรรมกีฬาและการออก กำลังกายที่เหมาะสมกับบุคลากรที่สูงวัยด้วย				

ความต้องการแนวทางการจัดการ กิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกาย	ระดับความคิดเห็น			
	ต้องการ มากที่สุด	ต้องการมาก	ต้องการ น้อย	ต้องการน้อย ที่สุด
<b>ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย</b>				
4. ศูนย์กีฬาควรจัดวิทยากรมสร้าง แรงจูงใจให้บุคลากรหันมาเริ่มออก กำลังกาย				
5. ศูนย์กีฬาควรสนับสนุนและพิจารณา กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่ บุคลากรต้องการเล่น				
6. ศูนย์กีฬาควรจัดตารางกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกายให้สอดคล้อง กับเวลาว่างของบุคลากรอย่าง เหมาะสม				

ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เกี่ยวกับความต้องการแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการ  
ออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

1. ด้านบุคลากร

.....  
.....

2. ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

.....  
.....

3. ด้านการบริการ

.....  
.....

4. ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย

.....  
.....



## แบบสอบถามสำหรับการวิจัย

### เรื่อง

#### แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร

#### สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

1. ตามที่ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยในขั้นตอนแรกเพื่อศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพปัญหาและความต้องการแนวทาง การจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย จนกระทั่งได้ข้อสรุปความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยดังรายละเอียดในแบบสอบถามตอนที่ 2 ดังนั้นเพื่อให้การวิจัยครั้งนี้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยในขั้นตอนที่สองโดยเป็นขั้นตอนสุดท้าย จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านในฐานะที่เป็นผู้มีส่วนเกี่ยวข้องและสามารถผลักดันให้แนวทางที่พัฒนาขึ้นนี้มีความเป็นไปได้ในการนำไปพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยให้ประสบความสำเร็จ ได้โปรดแสดงความคิดเห็นของท่านโดยตอบแบบสอบถามฉบับนี้ตามความเป็นจริง การแสดงความคิดเห็นของท่านจะไม่ก่อให้เกิดความเสียหายแก่ท่านแต่อย่างใด เพราะผู้วิจัยจะนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลออกมาในภาพรวม และเป็นไปเพื่อการศึกษาเท่านั้น

2. แบบสอบถามชุดนี้แบ่งออกเป็น 3 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายไปพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทยให้ประสบความสำเร็จ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆเพิ่มเติม เกี่ยวกับแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

3. กรุณาตรวจสอบว่าท่านได้ตอบคำถามครบทุกข้อก่อนส่งแบบสอบถามกลับคืน และผู้วิจัยใคร่ขอขอบพระคุณสำหรับความอนุเคราะห์ของท่านในครั้งนี้

นางสาวทิติภรณ์ ไฝ่ตง

นิสิตบัณฑิตศึกษาระดับปริญญาโทปีที่ 2 แขนงวิชาการจัดการกีฬา

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**ตอนที่ 1 สถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม**

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน  หน้าข้อความ และ/หรือ โปรดเติมคำหรือข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริง

1. ชื่อ-นามสกุล .....

2. เพศ

1.  ชาย

2.  หญิง

3. อายุ

1.  18 - 25 ปี

2.  26 - 35 ปี

3.  36 - 45 ปี

4.  46 - 55 ปี

5.  56 ปีขึ้นไป

4. ระดับการศึกษาสูงสุดของท่าน

1.  ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี

2.  ปริญญาตรี หรือเทียบเท่า

3.  ปริญญาโท

4.  ปริญญาเอก

5. ปัจจุบันท่านดำรงตำแหน่งเป็น.....

6. ระยะเวลาในการดำรงตำแหน่ง (โปรดระบุ)..... ปี

**ตอนที่ 2** แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางไปพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จ

คำชี้แจง: โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับระดับความคิดเห็นของท่านเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางในข้อต่างๆ ของแต่ละด้าน ไปพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย สายออกบัตรธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทยโดยมีรายละเอียดสำหรับการพิจารณาแสดงความคิดเห็นของท่านดังนี้

ถ้าท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางข้อใดไปพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทยข้อใดในระดับมากที่สุดให้เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็น มากที่สุด

ถ้าท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางข้อใดไปพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย สายออกบัตรธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทยข้อใดในระดับ มาก ให้เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็น มาก

ถ้าท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางข้อใดไปพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย สายออกบัตรธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทยข้อใดในระดับ น้อย ให้เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็น น้อย

ถ้าท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการนำแนวทางข้อใดไปพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับบุคลากรสายออกบัตรธนาคารธนาคารแห่งประเทศไทยข้อใดในระดับ น้อยที่สุด ให้เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็น น้อยที่สุด

แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย สำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคาร แห่งประเทศไทย	ระดับความคิดเห็น			
	มากที่สุด	มาก	น้อย	น้อยที่สุด
<b>ด้านบุคลากร</b>				
1. จัดหาเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ ความสามารถ และ ประสบการณ์ในด้านการสอนกีฬาและการออกกำลังกาย เพิ่ม				
2. มีการปฐมนิเทศหรืออบรมเจ้าหน้าที่ก่อนเข้ารับ ตำแหน่งหน้าที่ภายในศูนย์กีฬา				
3. จัดอบรมให้เจ้าหน้าที่ทุกคนให้สามารถตอบถามและให้ คำแนะนำเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาได้				
4. ควรจัดอบรมเพื่อพัฒนาความรู้ และความสามารถใหม่ๆ ให้เจ้าหน้าที่อยู่เป็นประจำ				
5. จัดหาวิทยากรมาบรรยายในหัวข้อต่างๆ ที่เกี่ยวกับการ สร้างแรงจูงใจให้บุคลากรหันมาออกกำลังกาย เช่น วิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง การดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง หลักโภชนาการ ฯลฯ				
6. จัดอบรมเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้นเพื่อให้ เจ้าหน้าที่สามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้องเมื่อเกิดอุบัติเหตุ				
7. สนับสนุนให้เจ้าหน้าที่มีอัธยาศัยและมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ในการบริการด้วยท่าทีที่เป็นมิตรและยิ้มแย้มแจ่มใส				
8. มีการให้รางวัลในการทำงานของเจ้าหน้าที่ที่ทำงาน ดีเด่น				
9. มีสวัสดิการต่างๆ ให้เจ้าหน้าที่ เช่น ค่ารถ ค่า รักษาพยาบาล				
10. มีการปรับเงินเดือน หรือปรับตำแหน่งของเจ้าหน้าที่ตาม ความรู้และความสามารถ				
11. ให้มีการประเมินผลการทำงานของเจ้าหน้าที่อย่างเป็น ประจำ				
12. จัดให้เจ้าหน้าที่ทุกคนมีเครื่องแบบประจำในการปฏิบัติงาน				

ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ ด้านบุคลากร

.....

.....

.....

แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย สำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย	ระดับความคิดเห็น			
	มากที่สุด	มาก	น้อย	น้อยที่สุด
<b>ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก</b>				
1. จัดให้มีบริการรถรับ-ส่งระหว่างอาคารที่ทำงานกับศูนย์กีฬาในช่วงเวลาเช้าและเย็น				
2. จัดคถ่องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ใช้บริการ				
3. จัดทำบอร์ดความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา การดูแลสุขภาพ และ โภชนาการ ภายในศูนย์กีฬา				
4. ดูแลสนามกีฬาภายในศูนย์กีฬา ให้มีความปลอดภัย และซ่อมแซมส่วนที่ชำรุดอย่างรวดเร็ว				
5. จัดหาคนทำความสะอาดสถานที่วัสดุอุปกรณ์อย่างสม่ำเสมอ				
6. ปรับปรุงสนามกีฬาให้ได้มาตรฐาน				
7. ปรับปรุงสนามกีฬาให้มีแสงสว่างเพียงพอ และมีการถ่ายเทอากาศที่สะดวก				
8. เพิ่มสนามกีฬาให้เพียงพอต่อความต้องการของผู้ที่เข้ามาใช้บริการ				
9. ดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาให้พร้อมใช้งานตลอดเวลา				
10. จัดหาอุปกรณ์กีฬาให้เพียงพอต่อความต้องการ				
11. เพิ่มเครื่องออกกำลังกายแบบบริหารกล้ามเนื้อหัวใจ (Cardiovascular Equipment) ในห้องฟิตเนส				
12. เพิ่มเครื่องออกกำลังกายแบบฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Strength Machine) ในห้องฟิตเนส				
13. จัดหาจักรยานชนิด Touring ไว้สำหรับให้ผู้ใช้บริการยืมออกกำลังกาย จำนวนอย่างน้อย 5 คัน				

ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ ด้านสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

.....

.....

.....

แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย สำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย	ระดับความคิดเห็น			
	มากที่สุด	มาก	น้อย	น้อยที่สุด
<b>ด้านการบริการ</b>				
1. จัดทำบัตรสมาชิกเป็นบัตรแข็งอิเล็กทรอนิกส์เพื่อสะดวกในการใช้บริการ และสะดวกในการเก็บข้อมูลการใช้บริการ				
2. ติดป้ายประกาศการปฏิบัติเมื่อเกิดอุบัติเหตุ และวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น				
3. จัดให้มีบริการจองสนามกีฬาผ่านทางโทรศัพท์หรือทางอินเทอร์เน็ตได้				
4. จัดบริการตรวจเช็คสมรรถภาพร่างกายให้กับบุคลากรด้วย เครื่องชั่งน้ำหนักเครื่องวัดเปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกาย เครื่องวัดความดัน ฯลฯ				
5. จัดการแข่งขันกีฬาภายในสำหรับบุคลากรเพื่อสร้างความสามัคคีภายในองค์กร				
6. เพิ่มระบบรักษาความปลอดภัย เช่น การติดตั้งกล้องวงจรปิด				
7. ทำแบบสอบถามความต้องการของผู้มาใช้บริการศูนย์กีฬาอยู่เป็นประจำ				

ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ ด้านการบริการ

.....

.....

.....

แนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย สำหรับบุคลากร สายออกบัตรธนาคาร ธนาคารแห่ง ประเทศไทย	ระดับความคิดเห็น			
	มากที่สุด	มาก	น้อย	น้อย ที่สุด
<b>ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย</b>				
1. จัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้กับผู้สูงอายุ เช่น ไทเก๊ก				
2. ควรให้มีการจัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายให้ สอดคล้องกับเวลาของบุคลากรอย่างเหมาะสม				
3. ศูนย์กีฬาควรสนับสนุนและพิจารณากิจกรรมกีฬาและ การออกกำลังกายที่บุคลากรต้องการเล่น				
4. ศูนย์กีฬาควรจัดวิทยากรภายนอกที่มีประสบการณ์ใน ด้านการสอนกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายมาสอน บุคลากรในระยะสั้นๆ				
5. จัดกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายเป็นคลาสปั่น จักรยาน Touring รอบสายออกบัตรในช่วงเช้าและเย็น				

ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ ด้านกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย

.....

.....

.....

**ตอนที่ 3**ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆเกี่ยวกับแนวทางพัฒนาการจัดการกิจกรรมกีฬาและการ  
ออกกำลังกายสำหรับบุคลากร สายออกับัตรธนาคาร ธนาคารแห่งประเทศไทย

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ขอขอบพระคุณที่กรุณาตอบแบบสอบถามทุกข้อ



**ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์**

ชื่อ-นามสกุล                      ทิตาภรณ์ ไผ่ตง  
วัน เดือน ปีเกิด                      19 กันยายน พ.ศ.2531

**ประวัติการศึกษา**

- มัธยมศึกษา โรงเรียนศรีอยุธยา ในพระอุปถัมภ์ฯ กรุงเทพมหานคร, 2548
- ปริญญาตรี วิทยาศาสตร์บัณฑิต คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2552
- ปริญญาโท วิทยาศาสตรมหาบัณฑิตแขนงวิชาการจัดการกีฬา  
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2554