

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กวีนิ ค.เซนทร์เดชา. ความต้องการบริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนในหมู่บ้าน
เป้าหมาย จ. ชุมพร วิทยาลัยนพนธ์ปริณฎมมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
 2529. กองควบคุมโรงงานกระทรวงอุตสาหกรรม "คำจำกัดความของ
 อุตสาหกรรมขนาดเล็ก ขนาดกลาง และขนาดใหญ่" เสนอที่กองควบคุมโรงงาน
 อุตสาหกรรมวันที่ 29 ธันวาคม 2530. (อัครสาเนา).
- จรรยาพร ธรนิทร์. แนวความคิดใหม่เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวของมนุษย์ วารสารสุขศึกษา
พลศึกษาและสันทนาการ 1 (มกราคม 2533)
- _____. แนวทางการพัฒนาวิทยาศาสตร์การกีฬาของประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร:
 โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2535.
- _____. ออกกำลังกายและการกีฬาเพื่อสุขภาพสำหรับทุกคน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์
 คุรุสภาลาดพร้าว, 2535.
- จรินทร์ ธาณีรัตน์. กีฬาเพื่อมวลชน. วารสารสุขศึกษา พลศึกษาและสันทนาการ 7(เมษายน
 2524)
- เจริญ กระบวนรัตน์ และคณะ. ความต้องการรับบริการทางด้านการออกกำลังกายเพื่อ
ส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. รายงาน
 การวิจัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2525.
- _____. พลศึกษากับความต้องการสังคมในปัจจุบัน. วารสารกีฬา 1(พฤศจิกายน 2526)
- ดวงใจ สิทธิไชย. การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นสังกัด
กรมสามัญศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร. ปริณฎมมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัย
 ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2521.
- บุญเลิศ กาญจนงกล. ปัญหาการจัดและดำเนินการกีฬาเพื่อนันทนาการของรัฐวิสาหกิจใน
กรุงเทพมหานคร. วิทยาลัยนพนธ์ปริณฎมมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.

- ประคอง กรรณสุต. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์
เจริญผล, 2525.
- ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ และคณะ. การใช้เวลาว่างและกิจกรรมสันทนาการของประชากร
กรุงเทพมหานคร. รายงานการวิจัยสถาบันวิจัยสภาวะแวดล้อม
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523.
- เพชรรัตน์ ทิรัญชาติ. ความต้องการการจัดบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ
และสมรรถภาพทางกายของบุคลากรในหน่วยงานเอกชนในกรุงเทพมหานครตามการ
รับรู้ของตนเอง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.
- ไพวัลย์ คันลาพุม. ปัญหาการจัดนันทนาการของศูนย์เยาวชนในเขตกรุงเทพมหานคร.
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2516.
- พลศึกษา, กรม. การเล่นกีฬาและการออกกำลังกายของประชาชนในกรุงเทพมหานคร.
รายงานการวิจัย กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขศึกษา, 2526.
- วิภาดา กถิตบรร. การเล่นกีฬาของนักเรียนพยาบาลในเขตกรุงเทพมหานครปีการศึกษา
2520. วิทยานิพนธ์ ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521.
- กนอมวงศ์ ทวีบุรณ์ สุเนตุ นวกิจกุล และศิรินารถ บุตขสงวน. การใช้เวลาเรียนของนิสิต
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. รายงานการสำรวจและวิเคราะห์ฝ่ายวางแผนและ
พัฒนา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524.
- สมาคมชายจ้างอีเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์, "ทำเนียบสมาชิกสมาคมชายจ้างอีเล็กทรอนิกส์และ
คอมพิวเตอร์" 2532, (พิมพ์ดีด).
- สมเกียรติ สุนันทพงศ์. การศึกษาความต้องการบริการทางด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริม
สุขภาพของบุคลากรในมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี. วารสาร
ศึกษาศาสตร์ 6 (กุมภาพันธ์ 2532)
- สมคิด ชิตประสงศ์. หลักการสอนพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2517.

สมบัติ กาญจนกิจ. เทคโนโลยีและการกีฬาทางใหม่ของนันทนาการ. วารสารสุขศึกษา

พลศึกษา และนันทนาการ 1 (มกราคม 2533)

———. นันทนาการชุมชนและโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2535.

———. การเป็นผู้นำนันทนาการ. กรุงเทพมหานคร: คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.

สมศักดิ์ สุพรรณวงศ์. มาคลายความเครียดกันเถอะ. กรุงเทพมหานคร: วรุฒิกิจการพิมพ์,
2530.

อนันต์ อัดชู. สรีรวิทยาการออกกำลังกาย. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2527.

ภาษาอังกฤษ

Butler, A. "The Influence of Material Exercise on the Toxicity of Ethanol to Neonatal Myocardial Cells." Dissertation Abstracts Interational. 46 (April 1986)

Flash, B. Completed Research In Health, Physical Education and Recreation. Texas: The Veterans Administration Hospital, 1973.

Forster, P., and Roski, G. "Complex Analysis of the Motivation of Going in for Sports During Leisure Time Among Young Working People and Apprentices." Dissertation Abstracts International. 1 (December 1992)

Godbey, G., and Parker, S., Leisure Studies and Services: An Overview. Philadelphia: W.B. Saunders Company, 1972.

- Humphrey, D. "The Relationship of Participation in out-of School Activities to School Achievement." Thesis Abstract.
School of Education, Indiana University, (1960)
- Jones, A. Leisure Time Education. New York: Harper and Brothers, 1946.
- Nash, J.B. The Philosophy of Recreation and Leisure. St.Louis: C.V. Mosby Co., 1953.
- Roski, G. "Sport and Health-Related Values and Their Reflection in Youngsters' Sport Activities During Leisure Time."
Dissertation Abstracts International. 11 (December 1992)
- Telama, R, Kirjonen, J. and Ramala, H. "Changes of Leisure-Time Physical Activity During Ten Years Among Employees of Metal Industry. Dissertation Abstracts International.
11 (December 1992)
- Yamane, T. Statistics : An Introductory Analysis. New York: Harper & Row, 1973.

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก.

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ก.

1. รองศาสตราจารย์ พงษ์ เกิดแก้ว คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. รองศาสตราจารย์ ชัชชัย งามารัตน์ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. คร. วิชิต คณิงสุขเกษม คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. อาจารย์ สุชาติ ทวีพรปฐมกุล คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
5. รองศาสตราจารย์ ดร.สุพิตร สมานิต คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์
6. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พีระ มาลีหอม คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ข.

หนังสือขอความร่วมมือในการวิจัย

ที่ ทม 0309/5508

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ถนนพญาไท กรุงเทพฯ 10330

24 มิถุนายน 2536

เรื่อง ขอความร่วมมือในการวิจัย

เรียน ผู้จัดการฝ่ายบุคคล บริษัท.....

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นายณภพ กิจเพิ่มพูล นิสิตชั้นปริญญาโท บัณฑิต ภาควิชาพลศึกษากำลัง
ดำเนินการวิจัย เพื่อ เสนอ เป็นวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การออกกำลังกายในเวลาว่างของพนักงาน
โรงงานอุตสาหกรรมอิเล็กทรอนิกส์ขนาดใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร" โดยมีรองศาสตราจารย์
ดร.สมบัติ กาญจนกิจ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ นิสิตจำเป็นต้องเก็บรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ
ที่เกี่ยวข้อง โดยการแจกแบบสอบถามแก่พนักงานของบริษัท.....

จึงเรียนมา เพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านได้โปรดพิจารณาอนุญาตให้ นายณภพ
กิจเพิ่มพูล ได้เก็บรวบรวมข้อมูลดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการ และขอขอบคุณเป็นอย่างสูง
มา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.ถาวร วัชรวิชัย)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ค.

แบบสอบถาม



แบบสอบถามเกี่ยวกับการออกกำลังกายในเวลาว่างของพนักงาน

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องว่าง () ที่ท่านเห็นว่าถูกต้องตรงกับสภาพความเป็นจริง

1. เพศ () ชาย () หญิง
2. อายุ () น้อยกว่า 18 ปี () 18-25 ปี () 26-30 ปี
() 31-35 ปี () 36-40 ปี () 41 ปีขึ้นไป
3. สถานภาพทางการสมรส
() โสด () สมรส
4. ระยะเวลาที่ท่านปฏิบัติงานที่หน่วยงานแห่งนี้จนถึงปัจจุบัน
() น้อยกว่า 2 ปี () 3-5 ปี () 6-10 ปี
() 11-15 ปี () 16-20 ปี () 21-25 ปี
() มากกว่า 25 ปีขึ้นไป
5. ท่านออกกำลังกายกี่วัน ต่อ 1 สัปดาห์
() ไม่ได้ออกกำลังกาย () 1-2 วัน () 3-4 วัน
() 5-6 วัน () 7 วัน

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการออกกำลังกายในเวลาว่างในแต่ละด้าน

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง () หน้าข้อความที่ท่านเลือกตอบหรือเติมข้อความที่ท่านต้องการลงในช่องว่างที่กำหนดให้

ในปัจจุบันท่านได้ออกกำลังกายหรือไม่ได้ออกกำลังกายในเวลาว่างให้เลือกตอบดังนี้

- () ได้ออกกำลังกาย (ให้ตอบเฉพาะข้อ ก-ง)
 () ไม่ได้ออกกำลังกาย (ให้ตอบเฉพาะข้อ ข กับ จ)

ก. ท่านออกกำลังกาย

1. ท่านได้รับความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายจากแหล่งข้อมูล

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- () โทรทัศน์ () วิทยุ
 () หนังสือพิมพ์ () วารสาร นิตยสาร สิ่งตีพิมพ์
 () บุคลากร หรือ อาจารย์ผู้สอน () อื่น ๆ โปรดระบุ

2. ท่านออกกำลังกายในเวลาใดเป็นส่วนใหญ่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- () 05.00 - 06.00 น. () 06.00 - 07.00 น.
 () 07.00 - 08.00 น. () 08.00 - 09.00 น.
 () 09.00 - 10.00 น. () 10.00 - 11.00 น.
 () 11.00 - 12.00 น. () 12.00 - 13.00 น.
 () 13.00 - 14.00 น. () 14.00 - 15.00 น.
 () 15.00 - 16.00 น. () 16.00 - 17.00 น.
 () 17.00 - 18.00 น. () อื่น ๆ โปรดระบุ.....

3. ท่านออกกำลังกายสัปดาห์ละประมาณ

- () 1 - 2 ครั้ง () 3 - 4 ครั้ง
 () 5 - 6 ครั้ง () 7 ครั้งขึ้นไป

4. เวลาที่ท่านใช้เวลาออกกำลังกายในแต่ละครั้งประมาณ

- () 10 - 20 นาที () 20 - 30 นาที
 () 30 - 40 นาที () 40 - 50 นาที
 () 50 - 60 นาที () 1 ชั่วโมง
 () มากกว่า 1 ชั่วโมง

5. ในวันเสาร์อาทิตย์หรือวันหยุดนักขัตฤกษ์ ท่านมักจะออกกำลังกายที่

- () สถานบริหารร่างกาย () สวนสาธารณะ
 () บ้าน () สนามาสเกตบอลกลางแจ้ง
 () สนามกีฬาในหมู่บ้าน ภายในโรงงาน
 () สนามกีฬาขององค์กรกีฬาแห่งประเทศไทย () บริเวณหน้าคึกคักที่ว่าง
 () ห้างสรรพสินค้า () สนามกีฬาแห่งชาติ กรมพลศึกษา
 () มหาวิทยาลัย () สนามฟุตบอล
 () อื่น ๆ โปรดระบุ.....
 () อื่น ๆ โปรดระบุ.....

6. ถ้าท่านไม่ออกกำลังกายในบริษัท ท่านไปใช้สถานที่นอกบริษัทออกกำลังกายที่

- () สถานบริการร่างกายของเอกชน () สนามกีฬาขององค์กรกีฬาแห่งประเทศไทย
 () บ้าน () สวนสุขภาพ
 () สนามกีฬาในหมู่บ้าน () สนามกีฬาเอกชน
 () สนามกีฬาแห่งชาติ กรมพลศึกษา () สวนสุขภาพ
 () อื่น ๆ โปรดระบุ.....
 () สวนจตุจักร

7. เมื่อมีเวลาว่างหลังจากเลิกงานแล้วในบริษัท ท่านชอบออกกำลังกายประเภท
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

กิจกรรมนันทนาการ

- | | |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> เทเบิลเทนนิส | <input type="checkbox"/> กิจกรรมเข้าจังหวะ |
| <input type="checkbox"/> แบดมินตัน | <input type="checkbox"/> การบริหารร่างกาย |
| <input type="checkbox"/> ยกน้ำหนัก | <input type="checkbox"/> อื่น ๆ โปรดระบุ |

กิจกรรมกลางแจ้ง

- | | |
|-------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> วิ่งเหยาะ | <input type="checkbox"/> เทนนิส |
| <input type="checkbox"/> บาสเกตบอล | <input type="checkbox"/> เบตอง |
| <input type="checkbox"/> ว่ายน้ำ | <input type="checkbox"/> ฟุตบอล |
| <input type="checkbox"/> วอลเลย์บอล | <input type="checkbox"/> กรีฑา |
| <input type="checkbox"/> ตะกร้อ | <input type="checkbox"/> อื่น ๆ โปรดระบุ..... |

8. ท่านชอบออกกำลังกายในบริษัทเพราะ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> มีเพื่อนมาก | <input type="checkbox"/> ประหยัดเงิน |
| <input type="checkbox"/> มีความปลอดภัย | <input type="checkbox"/> มีตู้เก็บเสื้อผ้า |
| <input type="checkbox"/> บรรยากาศดี | <input type="checkbox"/> สถานที่ออกกำลังกายเหมาะสม |
| <input type="checkbox"/> มีอุปกรณ์ให้ยืม | <input type="checkbox"/> มีบุคลากรคอยแนะนำ |
| | <input type="checkbox"/> อื่น ๆ โปรดระบุ..... |

6. หน่วยงานของท่านมีโครงการบริการด้านการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพและสมรรถภาพทางกาย หรือไม่

() มี

() ไม่มี

7. หน่วยงานของท่านมีการจัดการแข่งขันกีฬาให้แก่พนักงานหรือไม่

() มี

() ไม่มี

8. หน่วยงานของท่านมีห้องออกกำลังกายหรือไม่

() มี

() ไม่มี



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ข. ด้านความสนใจในการออกกำลังกาย

โปรดจัดลำดับความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกาย โดยเขียนตัวเลขลงในช่องหลัง
กิจกรรมที่ท่านสนใจมากที่สุด 20 อันดับ ตั้งแต่อันดับที่ 1 ถึง 20

ฟุตบอล	
วอลเลย์บอล	
ซอฟท์บอล	
ว่ายน้ำ	
รักบี้	
กรีฑา	
จักรยาน	
โบว์ลิ่ง	
เทเบิลเทนนิส	
กิจกรรมเข้าจังหวะ	
ยิมนาสติก	
บริหารร่างกาย	
ยูโด	
เบตอง	
บาสเกตบอล	
แบดมินตัน	
ตะกร้อ	
เทนนิส	
แฮนด์บอล	
กอล์ฟ	

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ค. คำถามการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังภายในบริษัท

1. ท่านเคยเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังภายในที่ทางบริษัท เป็นผู้จัดทำตั้งต่อไปนี้

<input type="checkbox"/> กีฬาที่บริษัทลงแข่งขันกับทีมภายนอก	<input type="checkbox"/> กีฬาภายใน
<input type="checkbox"/> กีฬาระหว่างบริษัท	<input type="checkbox"/> ไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังภายใน

2. จากข้อ 1 ท่านเข้าร่วมในฐานะ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

<input type="checkbox"/> ผู้ชม	<input type="checkbox"/> ผู้เล่น
<input type="checkbox"/> กองเชียร์	<input type="checkbox"/> คณะกรรมการจัดการแข่งขัน
<input type="checkbox"/> กรรมการผู้ตัดสิน	

ง. คำถามอุปสรรคและปัญหาที่เกี่ยวกับการออกกำลังภายใน

1. ปัญหาที่ท่านประสบเกี่ยวกับสถานที่ออกกำลังภายในบริษัท (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

<input type="checkbox"/> ไม่ปลอดภัย
<input type="checkbox"/> สถานที่ออกกำลังภายในไม่ได้แบ่งแยกตามกิจกรรมการออกกำลังภายใน
<input type="checkbox"/> สถานที่ออกกำลังภายในมีอากาศร้อนอบอ้าว
<input type="checkbox"/> สถานที่ออกกำลังภายในมีน้อยเกินไป
<input type="checkbox"/> สถานที่ออกกำลังภายในมักมีบุคคลภายนอก เข้ามาใช้
<input type="checkbox"/> ไม่มีห้อง เปลี่ยนเสื้อผ้าและห้องอาบน้ำเพียงพอ
<input type="checkbox"/> สถานที่ออกกำลังภายในมักจะมีรถจอดหรือพนักงาน เดินผ่าน เป็นประจำ
<input type="checkbox"/> ไม่มีตู้เก็บเสื้อผ้า
<input type="checkbox"/> สนามกลางแจ้ง ไม่มีไฟส่องสว่าง เวลากลางคืน
<input type="checkbox"/> อื่น ๆ โปรดระบุ.....

2. ปัญหาที่ท่านประสบเกี่ยวกับอุปกรณ์การออกกำลังกายภายในบริษัท (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- () อุปกรณ์ไม่เพียงพอ () ไม่มีอุปกรณ์ให้ยืม
 () อุปกรณ์ชำรุด () ขาดการบริการด้านการยืมอุปกรณ์
 () ไม่มีเจ้าหน้าที่ให้บริการด้านอุปกรณ์ () อื่น ๆ โปรดระบุ.....

3. ปัญหาส่วนตัวที่ท่านประสบในการออกกำลังกายภายในบริษัท (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- () ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม
 () มีเวลาในการออกกำลังกายน้อย
 () กิจกรรมที่ในบริษัทไม่น่าสนใจ
 () ไม่ทราบวิธีการออกกำลังกาย
 () ไม่มีผู้ฝึกคอยแนะนำ
 () ขาดทุนทรัพย์ที่จะใช้จ่ายในการออกกำลังกาย
 () ไม่มีเสื้อผ้าที่เหมาะสม
 () บ้านอยู่ห่างไกลจากบริษัท
 () มีภารกิจงานการ เรียบมาก
 () มีภารกิจที่จะรับผิดชอบทางบ้านมาก
 () ไม่มีเวลาในการออกกำลังกาย
 () อื่น ๆ โปรดระบุ.....

4. การเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่ทางบริษัทเป็นผู้จัดให้ท่านมีปัญหาในการ

ออกกำลังกาย คือ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- () ไม่มีเวลาเพียงพอ
 () ไม่ทราบข่าวสารรายละเอียดของโครงการ
 () สถานที่ อุปกรณ์ไม่น่าจัดกิจกรรม
 () กิจกรรมไม่น่าสนใจ
 () ทางบริษัทมีงบประมาณในการจัดน้อยเพียงพอ
 () อื่น ๆ โปรดระบุ.....

จ. เหตุผลที่ท่านไม่ออกกำลังกาย

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> สุขภาพไม่ดี | <input type="checkbox"/> มีความบกพร่องทางกาย |
| <input type="checkbox"/> ไม่มีเวลาว่างพอ | <input type="checkbox"/> ไม่มีเวลาว่างพอ |
| <input type="checkbox"/> ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม | <input type="checkbox"/> ไม่มีผู้ฝึกสอน |
| <input type="checkbox"/> ค่าใช้จ่ายสูงเกินไป | <input type="checkbox"/> เคยได้รับอุบัติเหตุจากการเล่นกีฬา |
| <input type="checkbox"/> ทำให้เสียเวลาเรียน | <input type="checkbox"/> ใช้เวลาว่างประกอบกิจกรรมอื่น ๆ |
| | <input type="checkbox"/> อื่น ๆ โปรดระบุ |

ตอนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับความต้องการ รับบริการ การออกกำลังกายภายในบริษัท

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ท่านต้องการ แบบสอบถามแต่ละข้อจะมีคำตอบ
ของความต้องการ 4 ระดับ คือ

- | | |
|-----------------------|--------------------------------------|
| ความต้องการมากที่สุด | ให้ทำเครื่องหมาย / ลงในช่องหมายเลข 4 |
| ความต้องการมาก | ให้ทำเครื่องหมาย / ลงในช่องหมายเลข 3 |
| ความต้องการน้อย | ให้ทำเครื่องหมาย / ลงในช่องหมายเลข 2 |
| ความต้องการน้อยที่สุด | ให้ทำเครื่องหมาย / ลงในช่องหมายเลข 1 |

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ความต้องการ	4	3	2	1
<p><u>ความต้องการด้านบุคลากร</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ควรมีบุคลากรคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย 2. บุคลากรที่คอยให้คำแนะนำควร เป็นผู้ที่มีความรู้ทางพลศึกษาโดยตรง 3. บุคลากรที่คอยให้คำแนะนำควร เป็นผู้สนใจในด้านนี้โดยตรง 4. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควร เป็นผู้ชำนาญการแต่ละด้าน 5. มีบุคลากรให้ความรู้ในเรื่องกติกากการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ 6. ควรมีบุคลากรทำหน้าที่ในการประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสารความรู้เกี่ยวกับความเคลื่อนไหวทางการกีฬา 7. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย 8. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย 9. ควรมีเจ้าหน้าที่เบิก - จ่ายอุปกรณ์ 10. ควรมีเจ้าหน้าที่ห้องพยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย 11. อื่น ๆ ปรครระบุ..... 				

ความต้องการ	4	3	2	1
<p><u>ด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว 2. สถานที่ออกกำลังกายควรมีที่นั่งพักผ่อนอย่างเพียงพอ 3. สถานที่ออกกำลังกายควรมีที่ปฐมพยาบาลอยู่ใกล้เคียง 4. สถานที่ออกกำลังกายควรมีอุปกรณ์บริการให้เพียงพอ 5. สถานที่ออกกำลังกายควรมี ตู้เก็บเสื้อผ้า 6. สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้อง เปลี่ยนเสื้อผ้าและห้องอาบน้ำ 7. สถานที่ออกกำลังกายไม่ควรให้บุคคลภายนอกเข้ามาใช้ 8. ควรมีห้องเก็บ และห้องยืมอุปกรณ์โดยเฉพาะ 9. ต้องการให้มีสนามบาสเกตบอล 10. ต้องการให้มีสนามตะกร้อ 11. ต้องการให้มีสนามซอฟท์บอล 12. ต้องการให้มีสนามเทนนิส 13. ต้องการให้มีสนามวอลเลย์บอล 14. ต้องการให้มีสนามเบตอง 15. ควรให้มีสนามเบตมินตัน 16. ต้องการให้มีสระว่ายน้ำ 17. ต้องการให้มีสนามและอุปกรณ์ที่ทันสมัย 18. อื่น ๆ โปรดระบุ..... 				

ประวัติผู้วิจัย

นายณพนธ์ กิจเพิ่มพูล เกิดวันที่ 31 กรกฎาคม 2508 ที่กรุงเทพมหานคร
สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จากโรงเรียนราชธานี เมื่อปีการศึกษา 2526
สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีครุศาสตรบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา จากคณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2530 และเข้าศึกษาในระดับปริญญาโท
ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2532
ปัจจุบันทำงานอยู่บริษัท ซีเกท เทคโนโลยี คอมพิวเตอร์(ประเทศไทย) จำกัด.



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย