

## บทที่ 1

### บทนำ



## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การพัฒนาประเทศให้เจริญรุ่งเรืองขึ้นนั้น บุคลากรหรือพลเมืองของชาตินั้นต่างเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนา พลเมืองจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีเป็นผู้ที่มีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ทั้งสุขภาพทางกายและสุขภาพทางจิตนั้น การส่งเสริมสุขภาพเป็นมาตรการสำคัญประการหนึ่ง ในการที่จะส่งเสริมให้ประชาชนที่มีสุขภาพไม่ค่อยดีให้ดีขึ้น และผู้ที่มีสุขภาพดีแล้วให้เป็นผู้ที่มีสุขภาพดีตลอดไป เพราะสุขภาพเป็นองค์ประกอบที่มีความสำคัญต่อบุคคลไปจนตลอดชีวิต บุคคลที่ไม่ค่อยดูแลรักษาสุขภาพให้ดีจะทำให้เกิดการสูญเสียและสิ้นเปลืองค่ารักษาพยาบาล ในบางครั้งอาจจะถึงสูญเสียชีวิตได้ ดังนั้น เด็กนักเรียน นักศึกษา และประชาชนทั้งหลาย จึงควรหมั่นดูแลรักษาสุขภาพของตนเองให้ดีที่สุดเท่าที่จะกระทำได้ เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุข เพราะการมี สุขภาพดีปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ เป็นหนทางหนึ่งที่จะนำบุคคลไปสู่ความสำเร็จต่างๆ ในชีวิตได้

การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาที่ถูกต้องจะทำให้มีสุขภาพดี การขาดการออกกำลังกายจะทำให้มีร่างกายที่อ่อนแอ และเป็นสาเหตุของการเกิดโรคต่างๆ เพราะการออกกำลังกายในขนาดที่เหมาะสม เช่น อายุ 5-8 ปี ร่างกายต้องการการออกกำลังกาย เช่น การวิ่ง การกระโดด และ ปีนป่าย อย่างน้อย วันละ 4 ชั่วโมง อายุ 11-16 ปี วัยรุ่นอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษา ร่างกายต้องการการออกกำลังกายกลางแจ้งวันละ 1.30 ชั่วโมง อายุ 17-25 ปี อายุ 31-50 ปี ร่างกายต้องการ การออกกำลังกายในกิจกรรมที่หนักปานกลาง อย่างน้อยวันละ 1 ชั่วโมง และอายุตั้งแต่ 51 ปีขึ้นไป เป็นต้น (วรศักดิ์ เพียรชอบ, 2523) ผลดีของการออกกำลังกายสม่ำเสมอมีลักษณะค่อนข้างถาวร แต่มีใช้ถาวรตลอดกาลตราบเท่าที่การออกกำลังกายขาดตอนไปสภาพเสื่อมก็เกิดขึ้น ยิ่งขาดการ ออกกำลังกายนานเข้า ความเสื่อมก็ย่อมมีมากขึ้น ในที่สุดทุกๆ อย่างก็กลับสู่สภาพของคนธรรมดา หรือสภาพก่อนที่จะเริ่มออกกำลังกาย (อวย เกตุสิงห์, 2523)

การกีฬาแห่งประเทศไทย (2538) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการเล่นกีฬาไว้ว่า การเล่นกีฬาเป็นมาตรการสำคัญที่จะใช้พัฒนาคุณภาพประชากร ทั้งในด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต และยังสามารพัฒนาประชาชนในชาติให้มีความสามัคคี มีจริยธรรม มีน้ำใจนักกีฬา รู้จักเสียสละ มุ่งผลประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว ข้อสำคัญอีกประการหนึ่งคือ การกีฬาสามารถ

สร้างชื่อเสียงเกียรติภูมิให้กับประเทศชาติ อีกทั้งในอดีต การกีฬาคือสิ่งที่นานาประเทศใช้เป็นสื่อในการเชื่อมสัมพันธ์ไมตรีระหว่างประเทศ ที่มีลัทธิการปกครองแตกต่างกัน วุฒิพงษ์ ประมัตถการ (2537) ได้สรุปว่า การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้บุคคลทุกเพศ ทุกวัย และ ทุกอาชีพ ได้ร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา เพื่อประโยชน์ของสุขภาพทั้ง ทายกายและจิตใจ โดยยึดหลักการจัดกีฬาเพื่อทุกคน (sport for all)

การออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ เป็นสิ่งบ่งชี้ความสำคัญของการรักษาสุขภาพ ได้เป็นอย่างดี รัฐบาลได้เล็งเห็นความสำคัญของการพัฒนาคุณภาพคน จึงได้กำหนดแผนพัฒนา การกีฬาแห่งชาติขึ้น เพื่อส่งเสริมและกระตุ้นให้ประชาชนได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬามากขึ้น โดยกำหนดเป็นแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 1 (พ.ศ. 2535 – 2539) มีแผนงานหลักในการ พัฒนาการกีฬา 6 แผนงาน และแผนพัฒนาการกีฬาขั้นพื้นฐานเป็นแผนงานพัฒนาการกีฬา แผนหนึ่ง ซึ่งจากการประเมินแผนงานนี้ พบว่าประสบความสำเร็จในระดับปานกลาง แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 1 ประสบปัญหาในด้านการนำแผนพัฒนาการกีฬาไปสู่การ ปฏิบัติ การประสานประโยชน์ การร่วมมือกันระหว่างองค์กรภาครัฐและเอกชน (การกีฬาแห่ง ประเทศไทย, 2538) เป็นต้น

รัฐบาลได้มองเห็นความสำคัญในการพัฒนาประเทศ จึงเร่งพัฒนานักเรียน เยาวชน และ นักศึกษาได้รับการพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพ โดยใช้การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเพื่อเป็น ทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา จิตใจ สังคม จริยธรรม โดยกำหนด ให้มีแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2540-2544) ขึ้น ซึ่งองค์ประกอบของแผน พัฒนา การกีฬาแห่งชาติประกอบด้วย 6 แผนหลัก ดังนี้

### 1. แผนพัฒนากีฬาขั้นพื้นฐาน

มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาเด็กและเยาวชนให้มีทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬา สามารถเล่น กีฬาได้และดูกีฬาเป็น มีเจตคติที่ดีต่อการออกกำลังกายและเล่นกีฬา มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง มี คุณธรรม มีวินัย และมีน้ำใจนักกีฬา เสริมสร้างความสามารถส่วนบุคคล และการทำงานเป็น หมู่คณะ และสามารถนำคุณลักษณะดังกล่าวไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี

## 2. แผนพัฒนาการกีฬาเพื่อมวลชน

มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนทุกเพศ ทุกวัย ทุกอาชีพ และบุคคลกลุ่มพิเศษ ออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ บุคลิกภาพ นันทนาการเสริมสร้างความสามัคคี ช่วยป้องกันและแก้ไขปัญหาของสังคม

## 3. แผนพัฒนาการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เล่นกีฬาได้มีโอกาสทดสอบและพัฒนาความสามารถ ทักษะ และจริยธรรม เพื่อมุ่งสู่ความเป็นเลิศ โดยสร้างพื้นฐานและปรับปรุงมาตรฐานของนักกีฬา ผู้ฝึกสอน ผู้ตัดสิน สถานที่และอุปกรณ์การแข่งขัน ทั้งระดับท้องถิ่น ระดับชาติ และนานาชาติ ส่งเสริมให้มีการจัดตั้งชมรม สโมสร สมาคมอย่างแพร่หลาย รวมทั้งจัดให้มีกองทุนสำหรับบุคลากรด้านกีฬา

## 4. แผนพัฒนาการกีฬาเพื่อการอาชีพ

มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนากีฬาสากลที่มีศักยภาพหรือกีฬาไทยบางชนิด ซึ่งเป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่สำคัญให้เป็นกีฬาอาชีพได้อย่างมีมาตรฐาน โดยการพัฒนาบุคลากรและดำเนินการด้านกฎหมาย ระเบียบ ข้อบังคับที่เกี่ยวข้องและจำเป็นกับการประกอบอาชีพกีฬา ภูมิใจให้องค์กรเอกชนร่วมส่งเสริมกิจการกีฬาเพื่อการอาชีพ

## 5. แผนพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา

มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาและนำความรู้ด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา อาทิ วิชาการด้านสรีรวิทยาการออกกำลังกาย โภชนาการกับการกีฬา จิตวิทยากับการกีฬา ชีวกลศาสตร์การกีฬา เวชศาสตร์การกีฬา และวิศวกรรมและเทคโนโลยีทางการกีฬา เครื่องมืออุปกรณ์ และสถานที่สำหรับการออกกำลังกายและเล่นกีฬา

## 6. แผนพัฒนาการบริหารการกีฬา

มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาการบริหารการกีฬาของประเทศ ให้มีความเป็นเอกภาพและมีประสิทธิภาพ โดยให้องค์กรที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชนในส่วนกลาง ส่วนภูมิภาค และส่วนท้องถิ่น มีส่วนร่วมในการพัฒนาการบริหารการกีฬา

จากการศึกษาตัวอย่างซึ่งการพัฒนาการกีฬาของไทย (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2541) เกี่ยวกับการจัดและส่งเสริมกีฬาขั้นพื้นฐานในช่วงแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 2 ได้จัดให้

กับกลุ่มเป้าหมาย 2 กลุ่ม คือ กลุ่มเด็ก เยาวชนในระบบโรงเรียนและกลุ่มเยาวชนนอกระบบโรงเรียน กลุ่มเด็กและเยาวชนในระบบโรงเรียนได้จัดให้มีการสอนพลศึกษาในระดับก่อนวัยเรียนจนถึงระดับอุดมศึกษา ส่วนกลุ่มเยาวชนนอกระบบโรงเรียนได้จัดกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาตามศูนย์เยาวชน และศูนย์กีฬาต่างๆ รวมทั้งมีการฝึกอบรมผู้นำกีฬาขั้นพื้นฐาน การดำเนินงานพัฒนาการกีฬาขั้นพื้นฐาน ที่ผ่านมาในภาพรวมประสบความสำเร็จในระดับหนึ่ง และได้พบว่ามีปัญหา อุปสรรคหลายประการที่ต้องปรับปรุงแก้ไข ได้แก่ หลักสูตรระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา สัดส่วนเวลาเรียน เนื้อหาที่จะพัฒนาทักษะกีฬา ซึ่งเป็นวิชาที่มีส่วนสำคัญต่อการพัฒนาร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม มีเวลาเรียนน้อยเกินไป ขาดครูพลศึกษาที่ชำนาญในการเรียนการสอนพลศึกษาในระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษา นักเรียนส่วนใหญ่มีค่านิยมมุ่งเน้น การเรียนวิชาการเพื่อไปศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา ไม่สนใจวิชาพลศึกษาเท่าที่ควร และในระดับอุดมศึกษา นักศึกษาขาดโอกาสในการฝึกกิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาขั้นพื้นฐาน รวมทั้งขาดสถานที่เล่นกีฬา อุปกรณ์กีฬา จากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พ.ศ. 2535 พบว่า ประชากรที่มีอายุอยู่ในวัยเรียนทั้งระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษา และอุดมศึกษา ไม่เล่นกีฬาหรือออกกำลังกายถึงร้อยละ 74.30 และจากการสำรวจการประเมินผลแผนพัฒนากีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2540 – 2544) ระยะครึ่งแผน พ.ศ. 2540 – 2542 (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2542) พบว่า ช่วงวัยรุ่นหรือเยาวชนไม่เล่นกีฬา เพราะไม่มีเวลาถึงร้อยละ 55.30 และไม่สนใจร้อยละ 36.20 แสดงให้เห็นว่าการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาในระบบโรงเรียน ยังไม่เกิดประสิทธิภาพเท่าที่ควร ซึ่งสะท้อนให้เห็นภาพรวมว่านักเรียนนักศึกษาขาดทักษะความรู้ เจตคติที่ดีต่อการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไม่สามารถไปใช้ชีวิตประจำวันได้

ปัจจุบันประชาชนกำลังประสบปัญหาทางด้านสุขภาพ ทั้งด้านสุขภาพร่างกายและสุขภาพจิตใจอย่างมาก ปัญหาคนตงงาน ปัญหายาเสพติด ความเครียด ความวิตกกังวล โรคทางจิตประสาท โรคเหล่านี้เป็นผลสืบเนื่องมาจากการขาดการออกกำลังกายของมนุษย์ ในปัจจุบันหาทางออกไม่ได้มีการฆ่า ตัวตายของนิสิตนักศึกษา เนื่องจากความเครียด ซึ่งเป็นผลมาจากสุขภาพจิตอ่อนแอ ทำให้เกิดการสูญเสียและนำความเศร้าเสียใจมาสู่ครอบครัว

ดังนั้นแผนพัฒนาการสาธารณสุข ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 – 2544) สาขาพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ จึงได้กล่าวถึงกลุ่มพฤติกรรมที่สำคัญที่ควรได้รับการส่งเสริม ได้แก่ การบริโภคอาหาร การบริโภคยาสูบ สุรา และสารเสพติด การออกกำลังกาย ความเครียด เพศสัมพันธ์ ความปลอดภัยและการอนุรักษ์และฟื้นฟูสิ่งแวดล้อมในกลุ่มประชาชนทุกกลุ่ม อายุและเพศ โดย

เด็กและเยาวชนเป็นกลุ่มเป้าหมายสำคัญกลุ่มหนึ่งที่ต้องได้รับการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลคือการดำเนินการผ่านกระบวนการทางการศึกษาในสถาบันศึกษาระดับต่าง ๆ เพราะสถาบันการศึกษาเป็นสถาบันที่เยาวชนใช้ชีวิตอยู่ในแต่ละวันเป็นเวลานาน หากสถาบันการศึกษาให้ความสนใจในการจัดการศึกษาหรือจัดสภาพแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของเยาวชนได้ จะเป็นการช่วยแก้ปัญหาสุขภาพของประเทศได้เป็นอย่างมาก

สถาบันเทคโนโลยีราชมงคลและสถาบันราชภัฏ เป็นสถาบันที่มีบทบาทสำคัญในการพัฒนา “คน” เพื่อให้เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาสังคมและประเทศชาติ ผู้ที่เข้าสู่วัยศึกษาในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงและระดับปริญญาตรี จะเป็นผู้ที่มีอายุประมาณ 16 – 26 ปี จัดได้ว่าเป็นระยะของวัยรุ่นตอนปลายย่างเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่จะมีความกระตือรือร้นสนใจสิ่งรอบข้าง ใฝ่ต่อการเปลี่ยนแปลง ใฝ่ต่อการรับรู้ มีอุดมคติสูงต้องการแสวงหาความมั่นคงทางสังคม ต้องการการพัฒนาทางสติปัญญาถึงขีดสุด อาจกล่าวได้ว่าเป็นวัยที่กำลังพัฒนาตนเองให้ครบทุกด้าน ทั้งทางด้านร่างกาย สังคม อารมณ์ สติปัญญา และด้านจิตวิญญาณเพื่อที่เขาเหล่านั้นจะได้ประสบความสำเร็จในการศึกษามีความสุขในชีวิต มีความสำเร็จในหน้าที่การงานและเป็นแบบอย่างที่ดีแก่บุคคลอื่นในสังคม สถาบันเทคโนโลยีและสถาบันราชภัฏมีนักศึกษาอยู่เป็นจำนวนมาก หลายชั้นปีและหลายภูมิภาค ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาพฤติกรรม การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาทั้งทางด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัยของนิสิตนักศึกษาในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงและปริญญาตรีของสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลและสถาบันราชภัฏ เพื่อจะได้นำผลของการวิจัยมาเป็นแนวทางให้ผู้เกี่ยวข้องได้นำไปพัฒนาให้ดีขึ้น ซึ่งนอกจากจะเป็นประโยชน์ต่อตนเอง แล้วยังเป็นประโยชน์ในส่วนรวม คือเป็นแนวทางพัฒนาประชากรให้มีความสมบูรณ์พร้อมทุกด้าน เพื่อช่วยพัฒนาประเทศชาติต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรม การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาทางด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัยของนักศึกษาในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลและสถาบันราชภัฏ
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรม การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาทางด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย ของนักศึกษาในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลและสถาบันราชภัฏตามตัวแปรเพศ ชั้นปีที่ศึกษาและที่ตั้งตามภูมิภาคของวิทยาเขต

## ขอบเขตของการวิจัย

1. ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ด้าน พุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัยของนักศึกษาในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลและสถาบันราชภัฏ ปีการศึกษา 2544 ภาคปกติ

2. ตัวแปรที่สำคัญ

ตัวแปรต้น คือ สภาพของนักศึกษาในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลและสถาบันราชภัฏ จำแนกตามลักษณะ ดังนี้

1. เพศ ได้แก่

- 1) ชาย
- 2) หญิง

2. ชั้นปีที่ศึกษาของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงและระดับ

ปริญญาตรี

- 1) ชั้นปีที่ 1
- 2) ชั้นปีที่ 2
- 3) ชั้นปีที่ 3
- 4) ชั้นปีที่ 4

3. ที่ตั้งตามภูมิภาคของวิทยาเขต ได้แก่

- 1) ภาคเหนือ
- 2) ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
- 3) ภาคตะวันออก
- 4) ภาคกลาง
- 5) ภาคใต้

ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ของนักศึกษาในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลและราชภัฏ ประกอบด้วย

1. พฤติกรรมทางด้านพุทธิพิสัย
2. พฤติกรรมทางด้านจิตพิสัย
3. พฤติกรรมทางด้านทักษะพิสัย

## ข้อตกลงเบื้องต้น

1. ผู้วิจัยถือว่า ข้อมูลที่ได้รับจากการตอบแบบสอบถามของนักศึกษาเป็นข้อมูลที่เชื่อถือได้ และตรงกับความเป็นจริงในขณะนั้น
2. นักศึกษาผู้ตอบแบบสอบถาม แบบสลับภาษาธรมเป็นนักศึกษาที่ไม่ได้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเป็นประจำ

## คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

**การออกกำลังกาย** หมายถึง การกระทำใดๆ ที่ทำให้มีการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย เพื่อเสริมสร้างสุขภาพ เพื่อความสนุกสนาน เพื่อสังคม โดยใช้กิจกรรมง่ายๆ หรืออาจมีกฎกติกาแข่งขันที่เข้าใจง่าย เช่น เดิน วิ่ง การบริหารร่างกาย วายน้ำ ชีจ๊กรยาน เป็นต้น

**การเล่นกีฬา** หมายถึง การกระทำใดๆ ที่ทำให้มีการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสุขภาพ เพื่อความสนุกสนาน เพื่อสังคม เพื่อการแข่งขัน โดยจะเคร่งครัดต่อกฎเกณฑ์กติกาของการแข่งขันหรือไม่เคร่งครัดก็ได้ เช่น การเล่นวอลเลย์บอล บาสเกตบอล ฟุตบอล ตระกร้อ แบดมินตัน วายน้ำ กรีฑา เป็นต้น

**การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา** หมายถึง การออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา เพื่อให้ส่วนต่างๆ ของร่างกายมากกว่าภาวะปกติอย่างเป็นระบบระเบียบ โดยคำนึงถึงความเหมาะสมกับเพศ วัย และสภาพร่างกายของแต่ละบุคคลเป็นสำคัญ

**พฤติกรรม การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา** หมายถึง การแสดงออกทางด้าน พุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัยเกี่ยวกับเรื่อง การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

**พุทธิพิสัย** หมายถึง พฤติกรรมการเรียนรู้ด้านสติปัญญา ความสามารถที่จะจำ และระลึกได้ มีความเข้าใจ การนำไปใช้ และการแก้ปัญหาเกี่ยวกับเรื่อง การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

**จิตพิสัย** หมายถึง พฤติกรรมด้านความรู้สึกเกี่ยวกับความคิดเห็น ความเชื่อ ทศนคติ หรือค่านิยมเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

**ทักษะพิสัย** หมายถึง พฤติกรรมด้านการเคลื่อนไหวของอวัยวะต่างๆ ของร่างกายในการกระทำเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

สถาบันเทคโนโลยีราชมงคล (วิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษาเดิม) หมายถึง สถาบัน การศึกษาและการวิจัย มีวัตถุประสงค์ที่จะผลิตครูอาชีวศึกษาระดับปริญญาตรี ให้การศึกษาทาง ด้านวิชาชีพ ทั้งระดับประกาศนียบัตรและระดับปริญญาตรี ทำการวิจัยส่งเสริมการศึกษาทาง ด้านวิชาชีพ และให้บริการทางวิชาการแก่สังคม และในปีพุทธศักราช 2531 พระบาทสมเด็จพระเจ้า อยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช ทรงพระมหากรุณาธิคุณพระราชทานนามใหม่ให้ วิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษา เป็น “สถาบันเทคโนโลยีราชมงคล” และได้ดำเนินการตามวัตถุประสงค์ เดิม ซึ่งประกอบด้วย 40 วิทยาเขต และ 14 คณะ จัดการศึกษาทั้งระดับประกาศนียบัตร และระดับปริญญาตรี เพื่อสนองความต้องการในการพัฒนาประเทศ สังกัดกระทรวงศึกษาธิการ มี ฐานะ เทียบเท่ากรม

สถาบันราชภัฏ เป็นวิทยาลัยครูส่วนใหญ่ในจำนวน 36 แห่งทั่วประเทศ พัฒนามาจาก โรงเรียนฝึกหัดครูประเภทต่างๆ บางแห่งจึงมีอายุนับเนื่องกันกว่าหนึ่งร้อยปี และบางแห่งที่จัดตั้ง เป็นวิทยาลัยครูโดยตรง มีอายุน้อยที่สุด 23 ปี วิทยาลัยครูถือเป็นสถาบันอุดมศึกษาเฉพาะทาง ดำเนินกิจการโดยอาศัยพระราชบัญญัติของตนเองมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2518 ทำหน้าที่ผลิตครูและ ส่งเสริมวิทยฐานะครู เปิดสอนในระดับปริญญาตรี และได้ขยายฐานทางวิชาการเปิดสอนสาขา วิชาการอื่นๆ มาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2527 โดยอาศัยพระราชบัญญัติวิทยาลัยครู (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2527 คือเปิดสอนใน 3 สาขาวิชา ได้แก่ สาขาวิชาการศึกษา สาขาวิชาศิลปศาสตร์ และสาขา วิชา วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี เมื่อภารกิจเปลี่ยนไป จึงได้ขอพระราชทานชื่อใหม่ “วิทยาลัย ครู” และพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ พระราชทาน ชื่อว่า “สถาบันราชภัฏ” เมื่อวันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2535 คำว่า “ราชภัฏ” แปลว่า ข้าราชการ จากภารกิจที่เปลี่ยนแปลง การได้รับพระราชทานชื่อเป็น “สถาบันราชภัฏ” และการมีปณิธานที่ จะทำหน้าที่เป็นสถาบันอุดมศึกษาเพื่อพัฒนาท้องถิ่น จึงได้ขอแก้ไขพระราชบัญญัติวิทยาลัยครู เปลี่ยนเป็น พระราชบัญญัติสถาบันราชภัฏ พ.ศ. 2538 มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 25 มกราคม 2538 เป็นผลให้วิทยาลัยครูทั่วประเทศ 36 แห่ง กลายเป็นสถาบันราชภัฏ 36 แห่ง ตั้งอยู่ใน กรุงเทพมหานคร 6 แห่ง และตั้งอยู่ในต่างจังหวัดอีก 30 แห่ง

### ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. ทำให้ทราบถึงพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ทางด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัยของนักศึกษาในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล และสถาบันราชภัฏ



2. เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมให้นักศึกษาแต่ละแห่งที่อยู่ในภูมิภาคต่างๆ มี  
พฤติกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ดี

3. เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษา ค้นคว้าหรือวิจัยในเรื่องอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับ  
พฤติกรรมออกกำลังกายและเล่นกีฬาในหน่วยงานหรือสถาบันอื่นๆ ต่อไป