



บทที่ 1

บทนำ

## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การพลศึกษามีความสำคัญต่อมนุษย์นับตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย เพราะธรรมชาติของร่างกายจำเป็นต้องเคลื่อนไหวอยู่เสมอ เพื่อพัฒนาการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย อวัยวะเคลื่อนไหว มีความเห็นเกี่ยวกับความต้องการทางพลศึกษาและการออกกำลังกายว่า "ความต้องการดังกล่าวมิได้จำกัดขอบเขตไว้เพียงช่วงระยะเวลาใดระยะหนึ่งของชีวิต จำต้องใช้กิจกรรมพลศึกษาตลอดชีวิต เพียงแต่ว่าการใช้กิจกรรมพลศึกษาเหล่านั้นแตกต่างกันไปตามช่วงของการพัฒนาการของร่างกาย"<sup>1</sup> ในการเจริญเติบโต และพัฒนาการของร่างกายนี้จะขึ้นอยู่กับ "กฎของการใช้และไม่ใช้ (Law of use and disuse)" ดังที่ วรศักดิ์ เพียรชอบ กล่าวว่า

ในกรณีของกล้ามเนื้อ ถ้ากล้ามเนื้อส่วนใดของร่างกายมีการเคลื่อนไหวหรือออกกำลังกายอยู่เสมอ กล้ามเนื้อส่วนนั้นจะโตขึ้นหรือหนาขึ้น มีสมรรถภาพในการทำงานสูง แต่ถ้ากล้ามเนื้อส่วนใดของร่างกายไม่มีการเคลื่อนไหวหรือออกกำลังกาย กล้ามเนื้อส่วนนั้นจะแฟบเล็กลง และมีสมรรถภาพในการทำงานต่ำ<sup>2</sup>

ในสมัยดึกดำบรรพ์ ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมได้ทำให้คนต้องดิ้นรนเพื่อการมีชีวิตอยู่รอดตลอดเวลา เช่น การต่อสู้ข้าศึกศัตรู สัตว์ร้าย และภัยธรรมชาติ หรือการแสวงหาอาหารก็ทำให้คนในสมัยนั้นได้มีการออกกำลังกายและทำให้ร่างกายแข็งแรงโดยไม่รู้ลึกลับ ในสมัยปัจจุบันนี้สภาพการดำรงชีวิตดังกล่าวได้เปลี่ยนแปลงไป ความเจริญทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีได้อำนวยความสะดวกต่อชีวิตประจำวันอย่าง

---

<sup>1</sup> อวย เกตุสิงห์, "การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ," (กรุงเทพมหานคร: ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา องค์การส่งเสริมกีฬาแห่งประเทศไทย, 2514), หน้า 1.

<sup>2</sup> วรศักดิ์ เพียรชอบ, หลักและวิธีสอนวิชาพลศึกษา (กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2523), หน้า 2.

กว้างขวาง ทำให้ร่างกายขาดการออกกำลังกาย ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพของคน ดังนั้นการพลศึกษาจึงเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งในการดำรงชีวิต เป็นที่ยอมรับของนักการศึกษาโดยทั่วไปว่า การพลศึกษา ถือว่าเป็นกระบวนการศึกษาอย่างหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมให้นักเรียนได้มีการเจริญงอกงาม และมีพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยอาศัย กิจกรรมพลศึกษาที่ได้เลือกเฟ้นแล้ว เป็นสื่อกลางของการเรียนรู้<sup>1</sup>

ในการจัดการศึกษาของประเทศเพื่อสร้างคนให้มีคุณภาพ ซึ่งจะส่งผลขั้นสุดท้ายต่อความเจริญและพัฒนาการของประเทศนั้นจำเป็นต้องเน้นถึงการพัฒนาการทางด้านสมรรถภาพและสุขภาพเป็นอย่างมาก บุญสม มาร์ติน ได้ให้ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องนี้ว่า

การพัฒนากำลังคนนั้น นับว่าเป็นตัวจักรสำคัญในการพัฒนาประเทศพลังงานที่จะกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้น ก็หมายถึงคนจะต้องมีพลานามัยสมบูรณ์แข็งแรง เมื่อพิจารณาดูสิ่งที่จะช่วยพัฒนาคนให้มีร่างกายแข็งแรงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ มีความอดทนก็ได้แก่การพัฒนาในเรื่องการพลานามัยนั่นเอง<sup>2</sup>

สำหรับประเทศไทยเรา วิชาพลศึกษาได้เข้าสู่หลักสูตรของโรงเรียนนับตั้งแต่รัชสมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวทรงมีพระบรมราชโองการประกาศให้ใช้โครงการศึกษาแห่งชาติพุทธศักราช 2441 เป็นต้นมา<sup>3</sup> การพลศึกษาได้รับการเอาใจใส่จากรัฐบาลทุกยุคทุกสมัย จนถึงปัจจุบันนี้ นโยบายของรัฐบาลตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 5 พุทธศักราช 2525-2529 ประการหนึ่งคือการกำหนดแนวทางการส่งเสริมและพัฒนาการกีฬา โดยมุ่งเน้นการจัดการจัดกีฬาเพื่อมวลชน ให้ประชาชนได้เล่นกีฬาเพื่อออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และทั่วถึงกัน หวังผลจากการกีฬาในการสร้าง

<sup>1</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า 50.

<sup>2</sup> บุญสม มาร์ติน, "กรรณการกับการพัฒนาประเทศ," ประมวลบทความเรื่องการศึกษากับการพัฒนาประเทศ (พระนคร : โรงพิมพ์คุรุสภา, 2523), หน้า 8.

<sup>3</sup> วรศักดิ์ เพียรชอบ, หลักและวิธีสอนวิชาพลศึกษา, หน้า 1.

สมรรถภาพทางกาย จิตใจ และคุณธรรมที่สังคมต้องการ<sup>1</sup> แผนการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2520 ได้มีความมุ่งหมายสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติคือ ต้องการให้ผู้เรียนมีบุคคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพและอนามัยสมบูรณ์ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ<sup>2</sup> การพลศึกษาได้ถูกจัดไว้ในหมวดศิลปวัฒนธรรม จริยธรรม พละอนามัยสภาพแวดล้อม และกิจกรรมเยาวชน ซึ่งกำหนดจุดมุ่งหมายในข้อที่ 21 ว่า "รัฐพึงจัดการศึกษาในทุกระดับการศึกษา และพึงจัดให้แก่ประชาชนทั่วไปด้วย เพื่อส่งเสริมและก่อให้เกิดความสำนึกในคุณค่าของการกีฬา สุขภาพอนามัย และกิจกรรมการพักผ่อน<sup>3</sup> เมื่อพิจารณาการจัดการศึกษาของประเทศ จะพบว่าแบ่งออกเป็น 4 ระดับ คือ ระดับก่อนประถมศึกษา ระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษา และระดับอุดมศึกษา การศึกษาในแต่ละระดับนี้จะสร้างคุณภาพของคนได้มากขึ้นตามลำดับ และถือว่า การศึกษาระดับมัธยมศึกษา เป็นการศึกษาระดับขั้นแรกที่จะทำให้คนมีความสามารถในการรับใช้สังคม และการดำรงชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตามเป็นที่ทราบกันโดยทั่วไปว่า ประเทศไทยเป็นประเทศที่กำลังพัฒนา และกำลังมีปัญหาเกี่ยวกับการมัธยมศึกษาเป็นอันมาก ในขณะเดียวกันประเทศไทยก็ต้องอาศัยความเจริญก้าวหน้าทางการมัธยมศึกษาไปแก้อันตรายเศรษฐกิจและสังคมในชาติ กรมสามัญศึกษาได้ขยายโรงเรียนให้เพียงพอต่อความต้องการกำลังในชาติ การขยายปริมาณอย่างรวดเร็วจะต้องคำนึงถึงคุณภาพให้มากด้วย<sup>4</sup> ในปีการศึกษา 2526 ที่ผ่านมา โรงเรียนสังกัดกองมัธยมศึกษา กรมสามัญศึกษา มีนักเรียนในความรับผิดชอบทั่วประเทศถึง 1.5 ล้านคนเศษ และเพิ่มขึ้น

<sup>1</sup> สำออง ห่วงบุตร, "การพัฒนาการศึกษา," วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และ สันทนาการ 8 (ตุลาคม 2525) : 1-4.

<sup>2</sup> วรศักดิ์ เพียรชอบ, หลักและวิธีสอนวิชาพลศึกษา, หน้า 1.

<sup>3</sup> กระทรวงศึกษาธิการ, แผนการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2520 (กองแผนงานสำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ, 2520), หน้า 1.

<sup>4</sup> ก่อ สวัสดิพานิช, "การมัธยมศึกษาในประเทศไทย," ประมวลบทความเกี่ยวกับ การมัธยมศึกษา รวบรวมเรียบเรียงโดย บุญลือ ไชยภักดิ์ และวีระ อ่ำพันธุ์ (พระนคร : โรงพิมพ์คุรุสภา พระสุเมรุ, 2513), หน้า 1.

เป็น 1.67 ล้านคนและ 1.83 ล้านคนในปีการศึกษา 2527 และ 2528 ตามลำดับ<sup>1</sup>

ดังที่เห็นได้ว่า กรมสามัญศึกษาเป็นหน่วยงานที่รับภาระการศึกษาของประชาชนวัยเรียนระดับนี้ค่อนข้างมาก กรุงเทพมหานครซึ่งถือว่าเป็นศูนย์กลางรวมเจริญก้าวหน้าทุกสาขารวมทั้งด้านการศึกษา มีแหล่งวิทยากร และสถาบันการศึกษาชั้นสูงทุกสาขา ทำให้สถาบันการศึกษาในระดับพื้นฐานรองลงมาได้ตื่นตัวปรับปรุงมาตรฐานการศึกษาให้สูงขึ้นตลอดเวลา เพื่อบรรลุเข้าสู่สถาบันอุดมศึกษา ในปีการศึกษา 2527นี้มีนักเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครถึง 238,300 คนเศษ หรือประมาณร้อยละ 14 ของประเทศ<sup>2</sup> ลักษณะเช่นนี้ทำให้การแข่งขันทางการศึกษาเป็นไปอย่างสูงมากกว่าแหล่งอื่น ภายใต้อสภาพแวดล้อมที่แออัดคับแคบ และมลภาวะต่าง ๆ รวมทั้งความไม่ปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ผู้อยู่อาศัยต้องเผชิญปัญหาการดำรงชีวิตในเมืองหลวงเป็นอันมาก นักเรียนที่จะประสบความสำเร็จได้จำเป็นจะต้องมีความสามารถในการปรับตัว มีความกระตือรือร้น ดังนั้น กิจกรรมพลศึกษาจึงมีบทบาทต่อชีวิตประจำวันมากขึ้น ซึ่งนอกจากจะช่วยสร้างสมรรถภาพและการปรับตัวของนักเรียนแล้ว ยังผ่อนคลายความตึงเครียด ชักจูงใจให้เยาวชนได้รู้จักใช้เวลาว่างไปในทางที่เป็นประโยชน์ แทนที่จะหันไปหาความสนุกสนานในสถานบริการแหล่งมั่วสุมอบายมุขต่าง ๆ

ที่กล่าวมาเป็น เหตุผลหนึ่งที่ทำให้การพลศึกษามีความสำคัญยิ่งขึ้น โดยเฉพาะต่อนักเรียนระดับมัธยมศึกษาคือ จะช่วยพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพและประสิทธิภาพตามเป้าหมายของการจัดการศึกษา นักเรียนมัธยมศึกษาเป็นวัยที่อยู่ในระหว่างการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กเป็นผู้ใหญ่ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ถือว่ามีความสำคัญยิ่งต่อชีวิตนักเรียน<sup>3</sup> กองวางแผนการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ได้สำรวจความต้องการของเยาวชนไทยไว้ 13 ประการ ความต้องการที่สำคัญอันดับแรกคือ

<sup>1</sup> กรมสามัญศึกษา, "การจัดแผนชั้นเรียนปีการศึกษา 2526-2528,"

(กรุงเทพมหานคร : กรมสามัญศึกษา, 2526), หน้า 2 .

<sup>2</sup> เรื่องเดียวกัน .

<sup>3</sup> วรศักดิ์ เพียรชอบ, หลักและวิธีสอนวิชาพลศึกษา, หน้า 50 .

เยาวชนต้องการจะพัฒนาและรักษาไว้ซึ่งสุขภาพอันดี มีสมรรถภาพทางร่างกายสูง และมีสุขภาพจิตที่ดี<sup>1</sup> นอกจากนี้ วรศักดิ์ เพียรชอบ และสุจริต เพียรชอบ ได้ศึกษาถึงความต้องการของนักเรียนไทยในชั้นมัธยมศึกษาพบว่า ในด้านความต้องการทางร่างกายนักเรียนมีความต้องการมากในการเป็นผู้มีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ มีบุคลิกภาพที่ดี และเป็นผู้มีรูปร่างได้สัดส่วนตรงตรงที่ดี<sup>2</sup> กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของหลักสูตรพลศึกษา จะช่วยให้เด็กนักเรียนได้พัฒนาอวัยวะต่าง ๆ ให้เจริญเติบโต มีสมรรถภาพสร้างบุคลิกภาพ ส่งเสริมการปรับตัวเข้าสังคม มีจิตใจเบิกบาน อารมณ์มั่นคง พร้อมทั้งจะก้าวไปสู่อนาคตอย่างมั่นใจ ดังนั้นหลักสูตรจะต้องเลือกกิจกรรมที่สามารถตอบสนองความต้องการ ความสนใจ และสอดคล้องกับลักษณะของพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของผู้เรียนให้มากที่สุด

หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้นพุทธศักราช 2521 ได้จัดวิชาพลศึกษาไว้ในกลุ่มพัฒนาบุคลิกภาพ ได้กำหนดความมุ่งหมายไว้ดังนี้คือ

1. ให้รู้จักชะในการกีฬา และกิจกรรมพลศึกษาต่าง ๆ และสามารถนำทักษะเหล่านั้นไปใช้ให้เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวัน
2. ให้รู้และเข้าใจระเบียบข้อบังคับ และกติกา การเล่น เพื่อเป็นผู้เล่นและผู้ดูที่ดี
3. ให้มีคุณลักษณะประจำตัว เช่นการเป็นผู้มีน้ำใจ เป็นนักกีฬา ความยุติธรรม ความรับผิดชอบ ความรักหมู่คณะ ความสามัคคี ฯลฯ

<sup>1</sup> สุจริต เพียรชอบ, "ความต้องการของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา," ประมวลบทความเกี่ยวกับการมัธยมศึกษา (กรุงเทพมหานคร : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524), หน้า 15.

<sup>2</sup> วรศักดิ์ เพียรชอบ และสุจริต เพียรชอบ, "ความต้องการที่สำคัญของนักเรียนไทยชั้นมัธยมศึกษา" (กรุงเทพมหานคร : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2523), บทคัดย่อ.

4. ให้เห็นคุณค่าและมีนิสัยในการออกกำลังกายเป็นประจำด้วยความปลอดภัย  
ทั้งตนเองและผู้อื่น

5. เพื่อเพิ่มพูนสมรรถภาพร่างกายและสมรรถภาพทางจิต

6. ให้สามารถใช้วิจารณ์ญาณในการเลือก และตัดแปลงกิจกรรมพลศึกษาเพื่อ  
ออกกำลังกายให้เหมาะสมกับสภาพ และความสามารถของคน เพื่อเสริมสร้าง และดำรง  
ไว้ซึ่งประสิทธิภาพ และบุคลิกภาพ<sup>1</sup>

จากจุดมุ่งหมายของหลักสูตรดังกล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่ากิจกรรมพลศึกษาโดย  
เฉพาะวิชาบังคับซึ่งถือว่าเป็นแกนนำของหลักสูตร จำเป็นจะต้องได้รับการพิจารณาคัดเลือก  
มาเป็นอย่างดีว่าสามารถตอบสนองทั้งต่อผู้เรียน และหลักสูตรหรือ หรืออีกนัยหนึ่ง คือแผน  
การศึกษาชาตินั่นเอง นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายถือว่าเป็นผู้ผ่านกระบวนการเรียน  
การสอนมาจากหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น ดังนั้นนักเรียนในระดับนี้จึงน่าจะเป็นผู้มีพัฒนา-  
การตามความมุ่งหมายของหลักสูตรวิชาพลศึกษาดังกล่าวข้างต้นด้วย แต่เนื่องจากวิชาพล-  
ศึกษามีความแตกต่างจากวิชาอื่น ๆ ดังได้กล่าวแล้วว่าความต้องการทางพลศึกษา และ  
การออกกำลังกาย เป็นความต้องการตลอดชีวิต สมฤทธิผลของการจัดการเรียน การ  
สอนพลศึกษาในโรงเรียนมิใช่เพียงนักเรียนผ่าน เกณฑ์การวัดผลในชั้นเรียนเท่านั้น แต่ขึ้น  
อยู่กับผู้เรียนสามารถนำวิชาพลศึกษาไปใช้ประโยชน์ในการปรับปรุงและรักษาไว้ซึ่งสมรรถ  
ภาพและสุขภาพด้วยการ เล่นกีฬาและออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างกระจ่างชัดเจน ของความเป็นมาและความสำคัญ  
ของปัญหาผู้วิจัยได้สรุป เหตุผลเป็นชั้น ๆ ดังนี้

1. การพลศึกษามีความสำคัญต่อระบบการศึกษา เพื่อสร้างคุณภาพคน
2. การมัธยมศึกษา เป็นการจัดการศึกษาระยะหัว เลี้ยวหัวต่อ ซึ่งจะมีผลอย่าง  
มากต่อการพัฒนาชาติ

<sup>1</sup> กระทรวงศึกษาธิการ, หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้นพุทธศักราช 2521



3. จำนวนนักเรียนมัธยมศึกษา เพิ่มขึ้นโดยเฉพาะในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งมีประชากรหนาแน่น ก่อให้เกิดปัญหาสังคมสิ่งแวดล้อม ทำให้มีผลกระทบต่อคุณภาพทางการศึกษา

4. วิชาพลศึกษามีบทบาทสำคัญต่อการสร้างสมรรถภาพและการปรับตัวของนักเรียนภายใต้สภาวะแวดล้อมข้างต้น

5. หลักสูตรวิชาพลศึกษาจะสัมฤทธิ์ผลหรือไม่ ขึ้นอยู่ที่ผู้เรียนสามารถนำवलประสบการณ์ เข้าไปบูรณาการในชีวิตประจำวันได้เพียงใด

จากหลักสูตรวิชาพลศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นฉบับนี้ ผู้วิจัยไม่แน่ใจว่านักเรียนที่เรียนผ่านไปแล้วได้นำไปใช้หรือไม่ ถ้านำไปใช้จะมีลักษณะการนำไปใช้อย่างไร ตรงตามความมุ่งหมายของหลักสูตรหรือไม่ หรือถ้าไม่นำไปใช้ก็อาจถือได้เป็นส่วนสำคัญที่ทำให้เกิดการสูญเปล่าทางการศึกษา ทั้งนี้จะเนื่องมาจากกระบวนการเรียนการสอนสร้างประสบการณ์ให้ไม่เพียงพอหรือไม่ เพราะสภาพการดำรงชีวิตประจำวันไม่เอื้ออำนวย ประสบปัญหาในการนำไปใช้ก็ดี ปัญหาเหล่านี้มีความสำคัญน่าสนใจศึกษาเป็นอย่างยิ่ง หลักสูตรวิชาพลศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งใช้มาตั้งแต่ปีพุทธศักราช 2521 จนถึงปัจจุบันนับเป็นเวลาหลายปี ประเด็นปัญหาดังกล่าวข้างต้นยังไม่มีผู้ใดทำการศึกษา รวมทั้งการติดตามประเมินผลการนำไปใช้ของนักเรียนมาก่อน ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาเรื่อง "การนำประสบการณ์จากวิชาพลศึกษารายวิชาบังคับ ความหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้นพุทธศักราช 2521 ไปใช้ในชีวิตประจำวัน ความการรายงานของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร" เพื่อทราบสภาพข้อเท็จจริงเกี่ยวกับสภาพ และปัญหาการนำวิชาพลศึกษาดังกล่าวนี้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน ผลการวิจัยจะเป็นแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขการพลศึกษาให้บรรลุเป้าหมายสมดังเจตนารมณ์ของหลักสูตร ต่อไป

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการนำประสบการณ์จากวิชาพลศึกษา รายวิชาบังคับตามหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521 ไปใช้ในชีวิตประจำวันของนักเรียนมัธยมศึกษา

คอนปลายใน เขตกรุง เทพมหานคร

2. เพื่อศึกษาปัญหาการนำประสบการณ์จากวิชาพลศึกษารายวิชาบังคับตามหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521 ไปใช้ในชีวิตประจำวันของนักเรียนมัธยมศึกษา  
คอนปลายใน เขตกรุง เทพมหานคร

สมมุติฐานของการวิจัย

ผู้วิจัยคาดว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายซึ่งได้ผ่านการ เรียนวิชาพลศึกษา  
รายวิชาบังคับในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นไปแล้ว ย่อมมีการนำประสบการณ์ คือความรู้ ทักษะ  
และทัศนคติ ซึ่งเกิดจากวิชาพลศึกษาดังกล่าว ไปใช้ในชีวิตประจำวัน แต่การนำไปใช้ย่อม  
ต้องอาศัยองค์ประกอบหรือปัจจัยการนำไปใช้ ดังนั้น นักเรียนที่นำไปใช้ย่อมประสบปัญหา

ขอบ เขตของการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาถึงการนำประสบการณ์จากวิชาพลศึกษารายวิชาบังคับ  
ตามหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้นพุทธศักราช 2521 ไปใช้ในชีวิตประจำวัน ของนักเรียน  
มัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตกรุง เทพมหานคร

2. การวิจัยครั้งนี้ มุ่งศึกษาเกี่ยวกับสภาพการนำประสบการณ์ไปใช้ และปัญหา  
ในการนำประสบการณ์ไปใช้ เป็นประเด็นสำคัญ

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. ผู้วิจัยถือว่า แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งได้ผ่านการประเมินผลโดย  
ผู้ทรงคุณวุฒิทางพลศึกษาแล้ว เป็นแบบสอบถามที่มีความเหมาะสม สามารถใช้เป็นเครื่องมือ  
มือในการวิจัยได้

2. ผู้ตอบแบบสอบถาม ให้ความสภภาพข้อเท็จจริงที่ตนเองประสบอยู่ และถือว่าเป็น  
คำตอบที่เชื่อถือได้



### ความไม่สมบูรณ์ของการวิจัย

1. นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายกำลังเรียนวิชาผลศึกษาตามหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลาย พุทธศักราช 2524 ดังนั้นการนำประสบการณ์จากวิชาผลศึกษาบางด้านไปใช้อาจมีผลมาจากการเรียนผลศึกษาในชั้นนี้
2. นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายนี้ได้ผ่านการเรียนวิชาผลศึกษา ในหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้นพุทธศักราช 2521 มานาน อาจเกิดการลืมหรือจำคลาดเคลื่อน เกี่ยวกับการจำแนกประสบการณ์ของวิชาผลศึกษาที่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน

### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. หลักสูตร หมายถึง หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521
2. วิชาผลศึกษา หมายถึง วิชาผลศึกษารายวิชาบังคับในหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521 ได้แก่ ยืดหยุ่น เทเบิลเทนนิส กระบี่ กรีฑา บาสเกตบอล และตะกร้อ
3. การนำประสบการณ์ไปใช้ หมายถึง การนำความรู้ ทักษะ และทัศนคติหรือคุณลักษณะที่ดีซึ่งเกิดจากการเรียนวิชาผลศึกษา ไปใช้ผนวกเข้ากับพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน
4. นักเรียน หมายถึง นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ของโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร
5. ชีวิตประจำวัน หมายถึง การปฏิบัติกิจกรรมทุกอย่างเกี่ยวกับ การดำรงชีวิตที่กระทำเป็นกิจวัตรสม่ำเสมอ นับตั้งแต่ การรับประทานอาหาร การเดินทาง การทำงาน การเข้ากับสังคม การออกกำลังกาย และเล่นกีฬา การพักผ่อนหย่อนใจ ฯ
6. วิชายืดหยุ่น หมายถึง วิชา พ. 101, พ. 102 ที่ว่าด้วยกิจกรรมวิชายืดหยุ่น ตามที่ระบุอยู่ในหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521

7. วิชาเทเบิลเทนนิส หมายถึง วิชา พ. 101, พ. 102 ที่ว่าด้วยกิจกรรม วิชา เทเบิลเทนนิส ตามที่ระบุอยู่ในหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521

8. วิชากระบี่ หมายถึง วิชา พ. 203, พ. 204 ที่ว่าด้วยกิจกรรมวิชากระบี่ ตามที่ระบุอยู่ในหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521

9. วิชากรีฑา หมายถึงวิชา พ. 203, พ. 204 ที่ว่าด้วยกิจกรรมวิชากรีฑา ตามที่ระบุอยู่ในหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521

10. วิชาบาสเกตบอล หมายถึง วิชา พ.305, พ.306 ที่ว่าด้วยกิจกรรมวิชา บาสเกตบอล ตามที่ระบุอยู่ในหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521

11. วิชาตะกร้อ หมายถึง วิชา พ. 305, พ. 306 ที่ว่าด้วยกิจกรรมวิชา ตะกร้อ ตามที่ระบุอยู่ในหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. ทำให้ทราบสภาพและปัญหาการนำประสบการณ์จากวิชาพลศึกษารายวิชา บัณฑิตในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ไปใช้ในชีวิตประจำวัน
2. เป็นข้อมูลเบื้องต้นให้แก่หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อพิจารณาประเมินผลการใช้หลักสูตร
2. เป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหา และส่งเสริมการนำวิชาพลศึกษาไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน ของนักเรียนให้กับโรงเรียนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
4. เป็นแนวทางแก่ครูพลศึกษาในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้สอดคล้อง กับสภาพการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน
5. เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยอย่างกว้างขวางกับประชากร วิทยาลัยในกลุ่มอื่นต่อไป