

มทที่ 1

บทนำ



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การศึกษามีความสำคัญและจำเป็นยิ่งสำหรับมนุษย์ เพราะการศึกษาเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของมนุษย์ ดังจะเห็นได้จากวัตถุประสงค์ของการศึกษาที่มุ่งพัฒนามนุษย์ 3 ด้านที่สำคัญคือ ประชานวิสัย (**Cognitive Domain**) วิชาวิสัย (**Affective Domain**) และเจตณวิสัย (**Psychomotor Domain**)¹ วัตถุประสงค์ประเภทประชานวิสัย เป็นวัตถุประสงค์ที่เกี่ยวกับพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากขบวนการทางสมอง และสติปัญญา วัตถุประสงค์ประเภทวิชาวิสัย เป็นวัตถุประสงค์ที่เกี่ยวกับพฤติกรรมทางค่าเจตณคติ (**Attitude**) ทาที่ ความรู้สึก อารมณ์ และค่านิยม ส่วนวัตถุประสงค์ประเภทเจตณวิสัย เป็นวัตถุประสงค์ที่เน้นในคานการทํางานประสานกันของกล้ามเนื้อและประสาท ซึ่งวิชาพลศึกษาก็มุ่งที่จะพัฒนาในคานนี้

พลศึกษาเป็นการศึกษาแขนงหนึ่งซึ่งมีวัตถุประสงค์และมีความมุ่งหมายเช่นเดียวกับการศึกษาแขนงอื่น ๆ และเป็นวิชาที่ส่งเสริมใหญ่เรียนโตมีพัฒนาการคานต่าง ๆ เช่น ทางคานอวัยวะของร่างกาย ทางจิตใจ ทางอารมณ์ ทางสังคม และสติปัญญา แต่วิชาพลศึกษานั้นจะแตกต่างจากวิชาการคานอื่น ๆ ตรงที่คองใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหวในการออกกําลังกายและกีฬาเป็นสื่อของการเรียน ดังเช่น

ธอมสัน (**Thompson**) ได้ให้คานิยามของพลศึกษาไว้ว่า "พลศึกษาเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา ซึ่งอาศัยการจัดกิจกรรมที่เลือกสรรแล้วเพื่อให้เกิดพัฒนา

¹ วรรศักดิ์ เพียรชอบ, หลักและวิธีการสอนพลศึกษา (กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2523), หน้า 79.

การเจริญเติบโตในทุก ๆ ด้านของร่างกาย และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่าง ๆ เพื่อให้เป็นพลเมืองดี และสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ¹

แนช (Nash) ได้ให้นิยามของพลศึกษาไว้ว่า "พลศึกษาเป็นการศึกษาแขนงหนึ่งของกระบวนการศึกษาทั้งหมด แต่เป็นการศึกษาที่ใช้กิจกรรมทางกายเป็นสื่อในการศึกษา เพื่อให้เกิดการพัฒนาการทางกาย ประสาท อารมณ์ และสติปัญญา"²

กู๊ด (Good) ได้ให้นิยามของพลศึกษาว่า " การพลศึกษาคือ โครงการกัณฑ์เรียนการสอน และการเข้าร่วมในกิจกรรมโดยใช้กล่ามเนื้อใหญ่ ๆ เพื่อที่จะส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายในค่านักษะกลไก ทักษะคติ และสุนิสัยที่ดี"³

จรินทร์ ชานีรัตน์ ได้สรุปความหมายของการพลศึกษาว่า "คือ การศึกษาแขนงหนึ่ง ที่ใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหวทางกายเป็นสื่อกลาง เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางกาย ทางจิตใจ ทางอารมณ์ ทางสังคม และพัฒนาการทางค่านิยมทางจิตใจ ตลอดจนการเป็นพลเมืองดีด้วย"⁴

พ.อ.มงคล พรหมสาขา ณ สกลนคร กล่าวถึงพลศึกษาไว้ดังนี้ คือ พลศึกษา

¹ John C. Thompson, Physical Education for the 1970's (New Jersey : Prentice Hall, 1971). P 1.

² Jay B. Nash, Physical Education Interpretation and Objective (New York : A.S. Barnes and Company, 1954), p.52.

³ Carter V. Good, Dictionary of Education, (2nd ed., New York: McGraw-Hill Book Company, 1952), p.398.

⁴จรินทร์ ชานีรัตน์, วิชาพลศึกษา, (กรุงเทพมหานคร: ครูสภา, 2514).

มีความหมายและขอบข่ายกว้างขวางเพียงใดพึงระลึกว่า

1. พลศึกษาเป็นองค์หนึ่งในสี่ของการศึกษาของชาติ คือ พุทธิศึกษา จริยศึกษา พลศึกษา และหัตถศึกษา
 2. พลศึกษาและสุขศึกษา เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน จะขาดสิ่งหนึ่งสิ่งใดไม่ได้
 3. พลศึกษาส่งเสริมให้มีการออกกำลังกาย บริหารร่างกายด้วยการ เล่น- เกมสกีฬาต่าง ๆ เพื่อให้ร่างกาย จิตใจแข็งแรงสมบูรณ์
 4. อบรมให้เป็นผู้มีน้ำใจ เป็นนักกีฬา
 5. ในรู้จักและพอใจที่จะใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์จากการสันทนาการ
 6. ก่อให้เกิดความสามัคคีในหมู่คณะ
 7. รู้จักรักษาความปลอดภัยในขณะที่ออกกำลังกาย หรือเล่นเกมสกีฬาต่าง ๆ
- มิให้มีอุบัติเหตุเกิดขึ้น¹

วรศักดิ์ เพียรชอบ ได้กล่าวถึงพลศึกษาว่า "เป็นกระบวนการศึกษาอย่างหนึ่ง ที่จะช่วยส่งเสริมนักเรียนให้มีความเจริญงอกงาม และมีพัฒนาทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา จิตใจ อารมณ์และสังคม โดยอาศัยกิจกรรมพลศึกษาที่เลือกเฟ้นแล้ว เป็นสื่อกลางของการ เรียนรู"² กล่าวคือ

ทางด้านร่างกาย มนุษย์ต้องมีการเคลื่อนไหวเพื่อพัฒนาความสามารถของกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ของร่างกายให้เป็นไปตามกฎของการใช้และไม่ใช้ คือ ถ้ากล้ามเนื้อของร่างกายส่วนใดได้รับการเคลื่อนไหว หรือออกกำลังกายอยู่เสมอ กล้ามเนื้อนั้นจะโตหรือหนาขึ้น มีสมรรถภาพการทำงานสูง กล้ามเนื้อส่วนใดไม่ได้รับการออกกำลังกาย กล้ามเนื้อส่วนนั้นก็จะแฟบเล็กลง มีประสิทธิภาพในการทำงานต่ำลง³ วิชาพลศึกษาจะ

¹ พ.อ. มงคล พรหมสาขา ณ สกลนคร, "การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยวิถีทางพลศึกษา" วารสารสุขศึกษา พลศึกษาและสันทนาการ 9 (สิงหาคม 2526) : 40-41.

² วรศักดิ์ เพียรชอบ, หลักและวิธีสอนพลศึกษา, หน้า 2.

³ ฟอง เกิดแก้ว, การพลศึกษา, (กรุงเทพมหานคร: วัฒนาพานิชจำกัด, 2520), หน้า 49.

สามารถช่วยใ้มนุษย์ใ้ได้มีการเคลื่อนไหวอย่างมีประสิทธิภาพ ถูกต้องและเป็นทักษะ ซึ่งทักษะนี้จะ เป็นเครื่องมือที่สำคัญที่จะทำให้บุคคลสามารถเข้าร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาใ้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ การเคลื่อนไหวต่าง ๆ เหล่านี้ทำให้กล้ามเนื้อ มีอัตราการไหลเวียนของเลือดที่สูง ทำให้ระบบต่าง ๆ ทำงานเพิ่มขึ้น เพื่อรักษาไว้ซึ่งความสมดุล ระบบต่าง ๆ จะถูกรบกวนใ้ทำงานหนักอยู่เสมอ สภาพร่างกายก็จะเกิดความเครียด และปรับตัวเข้ากับสภาพนั้นใ้ได้ ผลทำให้ระบบต่าง ๆ ไ้ฝึกการทำงานอย่างสม่ำเสมอ มีการประสานงานช่วยเหลือซึ่งกันและกันตลอดเวลา จะเกิดความสัมพันธ์ในหน้าที่อย่างมีประสิทธิภาพ และหน้าที่นี้จะ เป็นตัวกำหนดโครงสร้างใ้ให้สง่างาม สมสัดส่วน บ่งบอกถึงสุขภาพที่ดี ซึ่งเป็นวิถีทางแห่งชีวิต อันจะนำบุคคลไปสู่ความสุข ความหวัง และความสำเร็จต่าง ๆ นานาใ้ชีวิต

ทางด้านจิตใ้ใจ ร่างกายและจิตใ้ใจนั้นสัมพันธ์กันดังคำกรีกโบราณว่า "จิตใ้ใจที่ใ้คืออยู่ในร่างกายที่สมบูรณ์"¹ ทั้งนี้เพราะร่างกายและจิตใ้ใจเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันแยกกันมิได้ การพัฒนาทางด้านจิตใ้ใจนั้นเป็นการที่สามารถสะสมรวบรวมแก่นสารความรู้ความสามารถใ้ใช้ความคิดพิจารณาไตร่ตรอง และใ้คือความหมายอธิบายความรู้เหล่านั้นใ้ได้² จะเห็นใ้ได้ว่าสนามกีฬาใ้เป็นห้องปฏิบัติการอย่างใ้ดี ที่จะช่วยใ้ในการฝึกอบรมนักเรียน ในขณะที่เรียนใ้ได้อย่างสนุกสนานนั้น นักเรียนจะใ้สัมผัสทุกสิ่งทุกอย่าง จิตใ้ใจจะจจจจใ้เป็นสมารถอยู่กับกิจกรรมที่ใ้ใดกระทำอยู่ การแสดงออกต่าง ๆ จะ เป็นไปตามความเป็นจริงที่ใ้อยู่ในส่วนลึกของจิตใ้ใจทุกประการ แฉใ้ให้เห็นถึงนิสัยที่แท้จริง จนมีใ้คำกล่าววว่า สนามกีฬาเป็นสถานที่แสดงออกซึ่งนิสัย ความประพฤติที่แท้จริงของใ้ผู้รวมเล่นวว่าใ้ใ้รับการช้ดเกล้ามา มากน้อยเพียงไร สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ใ้จึง เป็นหน้าที่ของใ้ผู้รับผิดชอบใ้ในค่านพลศึกษาที่ใ้จะต้องใ้ให้ คำแนะนำ ชี้แจง ตักเตือน บำช้ และทบทวนใ้ในสิ่งใ้ที่เหมาะสม สมควร เป็นแบบอย่าง

¹ จรินทร์ ชานีรัตน์, วิชาพลศึกษา, หน้า 8.

² วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ, "พลศึกษากับการพัฒนาทางด้านจิตใ้ใจ", วารสารสุขศึกษา พลศึกษาและสันทนาการ, 4(มกราคม 2521), หน้า 13.

ที่ดีต่อไป เพราะวิชาพลศึกษานั้นนอกจากจะมีเนื้อหาทางด้านทักษะต่าง ๆ แล้ว ยังปลูกฝังทางด้านพฤติกรรม ความรู้ เจตคติ และคุณธรรม เพื่อเป็นพลเมืองที่ดีไปด้วย

ทางด้านอารมณ์ พลศึกษาเป็นเครื่องมือที่จะช่วยฝึกการควบคุมอารมณ์ให้มั่นคง อ่อน อึด ถึก ทน ต่อการย่ำแย่ต่าง ๆ ที่ได้รับ นอกจากนี้กิจกรรมพลศึกษายังช่วยในการพัฒนาในด้านการผ่อนคลายความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ ระบบประสาท ดังที่ น.พ. สุวิทย์ อารีกุล ไกลแสดงความคิดเห็นว่า การออกกำลังกายนั้น เป็นการลดความตึงเครียดของประสาท เนื่องจากต้องใช้ส่วนต่าง ๆ ของกล้ามเนื้อ ทำให้ความกดดันทางอารมณ์ผ่อนคลายลงได้ ซึ่งจะช่วยให้ประสบผลสำเร็จในการกีฬา และช่วยในการแก้ปัญหาอื่น ๆ ได้ รวมทั้งยังระบายพลังงานที่เหลือออกไป ทำให้อารมณ์แจ่มใส เป็นที่น่ายินดีหาสมาคม

ทางด้านสังคม ชั่วโมงพลศึกษาเป็นชั่วโมงที่จำลองสภาพสังคมได้อย่างแท้จริง นักเรียนได้ลงมารวมกลุ่มกัน มีการปฏิสัมพันธ์ (Interaction) กันมากที่สุด นักเรียนจะปรับบุคลิกภาพของตนเองขึ้น มีทั้งการเป็นผู้นำ ผู้ตาม มีความเชื่อมั่นในตนเอง ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีการทำงานเป็นหมู่คณะ รู้จักสิทธิและหน้าที่ มีความรับผิดชอบในหมู่คณะ มีความสุจริต ยุติธรรม เคารพกฎกติกาข้อบังคับ ระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา รู้จักการเป็นผู้เล่นและผู้ที่ถูก รู้จักแพ้ รู้จักชนะ รู้จักถอย นอกจากนีกิจกรรมพลศึกษาเป็นสื่อสัมพันธ์ในการเปิดความสัมพันธ์ ความเข้าใจอันดีต่อกันและกันในระหว่างประเทศ เป็นการช่วยแก้ปัญหาสังคม ซึ่งนับว่าการพลศึกษาส่งเสริมพัฒนาการทางสังคมอย่างแท้จริง

ทางด้านสติปัญญา การที่บุคคลจะมีสติปัญญาที่ดี หรือมีการพัฒนาทางด้านสติปัญญาได้อย่างดีนั้น ประการสำคัญจะต้องขึ้นอยู่กับพื้นฐานเบื้องต้น คือ มีสุขภาพร่างกายที่ดี ใ้รับการพักผ่อนอย่างเพียงพอ รับประทานอาหารที่มีคุณค่า รวมไปถึงอาหารพิเศษ คือ การออกกำลังกายด้วยทั้งที่ อวัยวะ เกล็ดสิงห์ ไ้กล่าวไว้ว่า การออกกำลังกายเป็นทั้งอาหารและยา

น.พ. สุวิทย์ อารีกุล, "ประโยชน์ของการออกกำลังกาย", วารสารสุขภาพ
สำหรับประชาชนของแพทยสมาคมฯ และแพทยสภา, 6 (มีนาคม 2522), หน้า 80.

และเป็นอาหารพิเศษที่ทุกคนต้องการ ถ้าขาดการออกกำลังกายก็เช่นเดียวกับคนขาดอาหาร ทำให้ตายได้เหมือนกัน¹ การเข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาจะเกิดคุณค่าทางกาย-ปัญญามาก ผู้เข้าร่วมจะต้องมีความรู้ ความเข้าใจ เจตคติ และทักษะ ตลอดจนสามารถนำทฤษฎีทางวิทยาศาสตร์ เขามาช่วยเหลือในการเข้าร่วมกิจกรรม ได้เรียนรู้ควบคู่ไปกับการปฏิบัติ มีโจทย์ให้แก้ปัญหาควยตนเองอยู่เสมอ ก่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ เกิดขึ้นได้เป็นสิ่งต่อเนื่องกันต่อ ๆ ไป

สตรอง (Strong) ได้กล่าวถึงบทบาทของพลศึกษาในโรงเรียนไว้ดังนี้

1. บทบาทในการพัฒนาจิตใจต่าง ๆ ขึ้นพื้นฐาน
2. บทบาทการพัฒนาความเจริญทางด้านร่างกาย
3. บทบาทของสมรรถภาพทางกาย
4. บทบาทในการสอนกีฬาและทักษะในการใช้เวลาว่าง
5. บทบาทในการพัฒนาภาพพจน์ของตนเอง
6. บทบาทในการพัฒนาความคิด
7. บทบาทในด้านการพัฒนาสังคม
8. บทบาทในการส่งเสริมสุขภาพ
9. บทบาทในการปรับปรุงบุคลิกภาพ
10. บทบาทช่วยในการพักผ่อนหย่อนใจ
11. บทบาทในการสร้างเสริมความสามารถในการทำงานของร่างกาย²

¹อวย เกตุสิงห์, และคนอื่น ๆ, "การอภิปรายเรื่องการศึกษาและการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ", วารสารสุขภาพ พลศึกษา และสันทนาการ, 3(มกราคม-ตุลาคม 2520), หน้า 44.

²กลินตัน เอ็ช สตรอง, "บทบาทของพลศึกษาในโรงเรียน", วารสารสุขภาพ พลศึกษา และสันทนาการ, 3(กรกฎาคม 2522), หน้า 41-47.

วิชาพลศึกษาได้ถูกบรรจุไว้ในหลักสูตรของโรงเรียนทั้งในระดับประถมศึกษา และระดับมัธยมศึกษาของประเทศไทยครั้งแรก เมื่อพุทธศักราช 2441¹ แม้จะมีการเปลี่ยนแปลงและวางแผนการศึกษาอีกหลายครั้ง คือในพุทธศักราช 2475, 2494 และแผนการศึกษาแห่งชาติพุทธศักราช 2503 อีกทั้งตาม การพลศึกษาก็ยังเป็นส่วนสำคัญส่วนหนึ่งของแผนการศึกษาแห่งชาติอยู่นั่นเอง ในแผนการศึกษาแห่งชาติปีพุทธศักราช 2520 ที่ประกาศใช้ในปัจจุบัน สำหรับทางคานพลศึกษาก็ได้กล่าวไว้อย่างชัดเจน ในความมุ่งหมายของการศึกษาว่า "ให้มีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพและอนามัยที่สมบูรณ์ทั้งทางกายและจิตใจ"² และในหมวดที่ 6 ข้อที่ 21 ของแผนการศึกษาแห่งชาติฉบับเดียวกันก็ได้บ่งไว้อีกเช่นกันว่า "รัฐพึงจัดการศึกษาในทุกระดับการศึกษา และพึงจัดให้แก่ประชาชนทั่วไป ทั่ววัย เพื่อเสริมสร้างและก่อให้เกิดความสำนึกและคุณค่าในการกีฬา สุขภาพอนามัยและกิจกรรมการพักผ่อน"³ นโยบายของรัฐบาลพลเอก เกรียงศักดิ์ ชมะนันทน์ แดงคือรัฐสภา เมื่อวันที่พฤหัสบดีที่ 7 มิถุนายน 2522 ส่วนที่ว่าด้วยการศึกษา ในตอนหนึ่งชี้ว่า

จะเร่งและส่งเสริมให้นักเรียน นิสิต นักศึกษา มีสุขภาพพลานามัย มีจริยธรรม มีความรับผิดชอบ และบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคมและชาติ จะสนับสนุนการกีฬา ทั้งคานประชาชนและเยาวชน เพื่อให้มีสุขภาพและพลานามัยสมบูรณ์ มีจิตใจเป็นนักกีฬา เพื่อสร้างชื่อเสียงให้ประเทศชาติต่อไป⁴

ปัจจุบันหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521 ได้จัดวิชาพลศึกษา และสุขศึกษา ซึ่งรวมเรียกว่าวิชาพลานามัย เป็นวิชาในกลุ่มพัฒนาบุคลิกภาพ ซึ่งหลักสูตร

¹ วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ, หลักและวิธีสอนพลศึกษา, หน้า 2.

² เรื่องเดียวกัน, หน้า 1.

³ กระทรวงศึกษาธิการ, แผนการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2520 (กองแผนงานสำนักปลัดกระทรวงศึกษาธิการ, 2520), หน้า 1.

⁴ เกรียงศักดิ์ ชมะนันทน์, พลเอก. "นโยบายรัฐบาล", วารสารการศึกษา เอกชน, 11 (สิงหาคม 2522), หน้า 18.

กำหนดวัตถุประสงค์ของวิชาพลศึกษาไว้ดังนี้

1. ใ้มีทักษะในการกีฬาและกิจกรรมพลศึกษาต่าง ๆ และสามารถนำทักษะต่าง ๆ เหล่านั้นไปใช้ให้เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวัน
2. ใ้รู้และเข้าใจระเบียบข้อบังคับและกฎกติกาการเล่น เพื่อให้เป็นผู้ดูแลเป็นผู้เล่นที่ดี
3. ใ้มีคุณลักษณะประจำตัว เช่น การเป็นผู้มีน้ำใจนักกีฬา ความยุติธรรม ความรับผิดชอบ ความรักหมั่นละ ความสามัคคี ฯลฯ
4. ใ้เห็นคุณค่าและมีนิสัยในการออกกำลังกายเป็นประจำด้วยความปลอดภัยทั้งตนเองและผู้อื่น
5. เพื่อเพิ่มพูนสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางจิต
6. ใ้สามารถใ้วิจารณ์หาข้อดีในการเลือก คัดแปลงกิจกรรมพลศึกษา เพื่อออกกำลังกายให้เหมาะสมกับสภาพและความสามารถของตน เพื่อเสริมสร้างและดำรงไว้ซึ่งประสิทธิภาพและบุคลิกภาพ¹

อัตราเวลา วิชาพลศึกษาหลักสูตรกำหนดไว้ดังนี้

- ก. วิชาพลศึกษาบังคับ 2 คาบต่อสัปดาห์ต่อปี
- ข. วิชาพลศึกษาเลือกรั้ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ไม่เกิน 2 คาบต่อสัปดาห์ต่อปี ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ไม่เกิน 2 คาบต่อสัปดาห์ต่อปี และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ไม่เกิน 4 คาบต่อสัปดาห์ต่อปี²

รายชื่อวิชาพลศึกษาบังคับมีดังนี้ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ประกอบด้วย พ.101 ยืดหยุ่น 1 พ.101 เทเบิลเทนนิส 1 พ.102 ยืดหยุ่น 2 พ.102 เทเบิลเทนนิส 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ประกอบด้วย พ.203 กรีฑา 1 พ.203 กระบี่ 1 พ.204 กรีฑา 2 พ.204 กระบี่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ประกอบด้วย พ.305 บาสเก็ตบอล 1 พ.305 ตะกร้อ 1 พ.306 บาสเก็ตบอล 2 พ.306 ตะกร้อ 2³

¹กระทรวงศึกษาธิการ, หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521, หน้า 80.

²เรื่องเดียวกัน, หน้า 3.

³เรื่องเดียวกัน, หน้า 82-83.

ในบรรดารายวิชาพลศึกษาบังคับที่กล่าวมาแล้วข้างต้น กรีฑา เป็นวิชาหนึ่งที่มีกิจกรรมการ เรียนการสอนหลายประเภท เช่นการวิ่งผลัด การวิ่งข้ามรั้ว การวิ่งกระโดดไกล การกระโดดสูง การทุ่มน้ำหนัก การขว้างจักร. ชีมันตัน จึงจำเป็นที่จะต้องการอุปถัมภ์ในการ เรียนการสอนหลายอย่าง ตามแต่ละประเภทของกิจกรรมการ เรียนการสอน และครูสอนจะต้อง เป็นผู้มีความรู้และความสามารถในทักษะแต่ละประเภทที่กำหนดไว้ในหลักสูตร จึงจะทำให้การ เรียนการสอนเป็นไปตามจุดประสงค์ที่ตั้งไว้ และโดยที่วิชากรีฑา เป็นกิจกรรมที่สนองความต้องการและ เกี่ยวข้องกับการมีชีวิตรอยู่ประจำวันของบุคคลอย่างหนึ่ง เพราะเป็นกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับ การเดิน การวิ่ง การกระโดด การขว้าง และการปา ซึ่งเป็นสิ่งช่วยสร้าง เสริมและพัฒนาการเคลื่อนไหวตามธรรมชาติของมนุษย์ ในสถานะที่ผู้วิจัย เป็นครูพลศึกษาคนหนึ่ง จึงเกิดความสนใจและต้องการสำรวจปัญหาต่าง ๆ ของการ เรียนการสอนวิชากรีฑาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นอย่างจริงจัง ซึ่งจะเป็นประโยชน์โดยตรงต่อผู้มีหน้าที่และผู้ที่เกี่ยวข้อง ไค่นำไปปรับปรุงแก้ไขปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้ให้ดีขึ้น เพื่อใช้เป็นแนวทางในการจัดการ เรียนการสอนวิชากรีฑาในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ให้มีประสิทธิภาพ อันจะเป็นการพัฒนาเยาวชนของชาติ และช่วยให้วิชาพลศึกษาได้เกิดการพัฒนาเจริญก้าวหน้ายิ่ง ๆ ขึ้นไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาถึงความคิดเห็นของครูพลศึกษาและนักเรียนเกี่ยวกับปัญหาการเรียนการสอนวิชากรีฑา ในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อศึกษาถึงความคิดเห็นของครูพลศึกษา และนักเรียนเกี่ยวกับปัญหาการเรียนการสอนวิชากรีฑา ในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
2. เพื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการเรียนการสอนวิชากรีฑา ในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ระหว่างครูพลศึกษากับนักเรียน

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ได้ศึกษาถึงความคิดเห็นของครูพลศึกษาที่สอนวิชากรีฑา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนรัฐบาล สังกัดกรมสามัญศึกษา และนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 (ม.2) ที่เคยเรียนวิชากรีฑา ในโรงเรียนรัฐบาล สังกัดกรมสามัญศึกษา

จากการสุ่มตัวอย่างโรงเรียนทุกเขตการศึกษาทั่วประเทศ โดยมีวิธีการสุ่มตัวอย่างประชากรดังนี้

1. สุ่มจากจังหวัดทุกเขตการศึกษา โดยสุ่มจำนวนจังหวัดครึ่งหนึ่งของจำนวนจังหวัดที่สังกัดในแต่ละเขตการศึกษา โดยการสุ่มแบบง่าย
2. เขตกรุงเทพสุ่มตัวอย่างโรงเรียน จำนวนร้อยละ 20 ของจำนวนโรงเรียนที่สังกัดอยู่ในเขตกรุงเทพ โดยการสุ่มแบบง่าย
3. จังหวัดที่สุ่มได้ในข้อ 1 สุ่มโรงเรียนจังหวัดละ 3 โรงเรียน คือ โรงเรียนประจำจังหวัด โรงเรียนประจำอำเภอ โรงเรียนประจำตำบล
4. จากโรงเรียนที่สุ่มได้ในข้อ 2 และ 3 สุ่มกลุ่มตัวอย่างนักเรียน โรงเรียนละ 5 คน สำหรับครูพลศึกษาที่สอนวิชากรีฑาในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นนำมาเป็นตัวอย่างโรงเรียนละ 1 คน

ฉะนั้นในการวิจัยครั้งนี้ จะได้กลุ่มตัวอย่างประชากรที่เป็นครูพลศึกษา จำนวน 137 คน กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนจำนวน 635 คน โดยมีขอบเขตของปัญหาดังต่อไปนี้

1. ปัญหาเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ในการเรียนการสอนวิชากรีฑา
2. ปัญหาเกี่ยวกับวิธีดำเนินการ และการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนวิชากรีฑา
3. ปัญหาเนื้อหาวิชากรีฑา
4. ปัญหาเกี่ยวกับสถานที่และอุปกรณ์เก็บเรื่องอำนวยความสะดวก
5. ปัญหาเกี่ยวกับการวัดและการประเมินผลวิชากรีฑา
6. ปัญหาเกี่ยวกับกิจกรรมเสริมหลักสูตรวิชากรีฑา
7. ปัญหาอื่น ๆ

ข้อตกลงเบื้องต้น

ผู้วิจัยถือว่าผู้ตอบแบบสอบถาม คือครูพลศึกษา และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนรัฐบาลสังกัดกรมสามัญศึกษา ให้คำตอบที่เชื่อถือได้และตรงกับความเป็นจริง ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. ทำให้ทราบปัญหาต่าง ๆ เกี่ยวกับการเรียนการสอนวิชากรีฑาในโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ

2. เพื่อเป็นแนวทางในการแก้ไขมีอยู่หาและอุปสรรคต่าง ๆ ในการเรียนการสอนวิชากรีกาในชั้นมัธยมศึกษาตอนคนไทยรรดูตามวัตถุประสงค์
3. เป็นการพัฒนากการพลศึกษาให้ดียิ่งขึ้น

คำจำกัดความ

ครูพลศึกษา หมายถึง ครู อาจารย์ที่ทำการสอนวิชากรีกา อยู่ในโรงเรียน รัฐบาลระดับมัธยมศึกษาตอนคน สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ

นักเรียน หมายถึง นักเรียนในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เคยเรียนวิชากรีกา ในโรงเรียนรัฐบาล สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ

เนื้อหาวิชา หมายถึง เนื้อหาวิชากรีกาที่ได้กำหนดไว้ในหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนคน พุทธศักราช 2521

อุปกรณ์และเครื่องอำนวยความสะดวก หมายถึง เครื่องมือเครื่องใช้ในการเรียนการสอนวิชากรีกา เช่น รั้วกระโดด เบาะลดแรงกระแทก เป็นต้น

สถานที่ หมายถึง โรงเรียนพลศึกษา สนาม หรือสถานที่อื่น ๆ ที่ใช้ในการเรียนการสอนวิชากรีกา

ทักษะ หมายถึง ความสามารถของนักเรียนที่จะปฏิบัติกิจกรรมพลศึกษาได้อย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ

การวัดและการประเมินผล หมายถึง หลักเกณฑ์การวัดของครูพลศึกษา และแบบทดสอบทักษะต่าง ๆ ของกิจกรรมกรีกาในการทดสอบทักษะกรีกา และประเมินผลการเรียนกรีกาว่าอยู่ในระดับใด

กิจกรรมเสริมหลักสูตร หมายถึง การจัดการแข่งขันกรีกาภายในโรงเรียน และการแข่งขันกรีกานอกโรงเรียน รวมถึงการจัดกิจกรรมกรีกาให้นักเรียนได้ฝึกทักษะเพิ่มเติมนอกเวลาเรียน

โรงเรียนประจำจังหวัด หมายถึง โรงเรียนรัฐบาลที่ทำการสอนในระดับมัธยมศึกษาตอนคน สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ที่ตั้งอยู่ในเขตอำเภอเมืองของจังหวัดนั้น ๆ รวมทั้งโรงเรียนในเขตกรุงเทพ

โรงเรียนประจำอำเภอ หมายถึง โรงเรียนรัฐบาลสังกัดกรมสามัญศึกษา
กระทรวงศึกษาธิการ ที่ทำการสอนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ตั้งอยู่ในเขตอำเภอ
ต่าง ๆ ที่ไม่ใช่เขตอำเภอเมืองของจังหวัด

โรงเรียนประจำตำบล หมายถึง โรงเรียนรัฐบาลที่สังกัดกรมสามัญศึกษา
กระทรวงศึกษาธิการ ที่ทำการสอนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ตั้งอยู่ในตำบลต่าง ๆ



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย