

๖๕/

ผลของการตั้งเป้าหมายที่มีต่อความสามารถในการเสิร์ฟเทนนิส



ธนากร ศรีชาพันธุ์

ศูนย์วิทยทรัพยากร

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาควิชาพลศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2539

ISBN 974-834-385-3

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECTS OF GOAL SETTING ON THE SERVING PERFORMANCE OF TENNIS



Mr. Thanakorn Srichaphan

ศูนย์วิทยทรัพยากร

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education

Department of Physical Education

Graduate School

Chulalongkorn University

1996

ISBN 974-634-365-3

หัวข้อวิทยานิพนธ์
โดย
ภาควิชา
อาจารย์ที่ปรึกษา

ผลของการตั้งเป้าหมายที่มีต่อความสามารถในการเรียนรู้
นายธนกร ศรีชาพันธุ์
พลศึกษา
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิลปชัย สุวรรณชาติ



บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญามหาบัณฑิต



.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร.สันติ จงสุวรรณ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



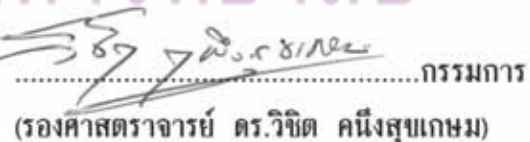
.....ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ลาวัณย์ สุกกรี)


.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิลปชัย สุวรรณชาติ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย


.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.อนันต์ อุตย)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย


.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.วิชิต คณิงสุขเกษม)


.....กรรมการ
(อาจารย์ ดร.จutha ดิงศกัทธิย์)



ชื่อนาง ศรียาพันธ์ : ผลของการตั้งเป้าหมายที่มีต่อความสามารถในการเสิร์ฟเทนนิส (EFFECTS OF GOAL SETTING ON THE SERVING PERFORMANCE OF TENNIS) อ.ที่ปรึกษา :
ผศ.ดร.ศิลปชัย สุวรรณชาติ, 121 หน้า. ISBN 974-834-385-3

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการตั้งเป้าหมายที่มีต่อความสามารถในการเสิร์ฟเทนนิส และเปรียบเทียบความสามารถในการเสิร์ฟเทนนิสระหว่างการฝึกเสิร์ฟเทนนิสควบคู่กับการตั้งเป้าหมาย และการฝึกเสิร์ฟเทนนิสเพียงอย่างเดียว กลุ่มตัวอย่างประชากรเป็นนักเทนนิสเยาวชนชายและหญิงอายุ 12-17 ปี ที่มีความสามารถในการเล่นเทนนิสในระดับแข่งขัน จำนวน 30 คน เป็นนักเทนนิสจากโรงเรียนกีฬาสุพรรณบุรี จำนวน 15 คน และเป็นนักเทนนิสเยาวชนจากสนามเทนนิสบางนา จำนวน 15 คน จากการสุ่มกำหนดกลุ่ม นักเทนนิสเยาวชนจากสนามเทนนิสบางนาเป็นกลุ่มควบคุมและนักเทนนิสจากโรงเรียนกีฬาสุพรรณบุรีเป็นกลุ่มทดลอง ทั้งสองกลุ่มทำการทดสอบก่อนการฝึกด้วยแบบทดสอบวัดความสัมฤทธิ์ผลในการเล่นเทนนิสของเฮวิต (Hewitt's achievement test) ซึ่งมีสัมประสิทธิ์ความตรงระหว่าง .52-.93 และสัมประสิทธิ์ความเที่ยงระหว่าง .75-.94 เฉพาะแบบทดสอบการเสิร์ฟลงจุด (Service placement) กลุ่มทดลองฝึกทักษะการเสิร์ฟเทนนิสควบคู่กับการตั้งเป้าหมาย ส่วนกลุ่มควบคุมฝึกทักษะการเสิร์ฟเทนนิสเพียงอย่างเดียว ทำการฝึกติดต่อกันเป็นเวลา 8 สัปดาห์ๆ ละ 3 วัน แล้วทำการทดสอบความสามารถในการเสิร์ฟเทนนิสภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 2,4,6 และ 8 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมไมโครคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป เอส พี เอส เอส / พี ซี พลัส (SPSS /PC⁺ : Statistical Package for the Social Sciences / Personal Computer Plus) เพื่อหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ค่าที (t-test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวชนิดวัดซ้ำ

ผลการวิจัยพบว่า

1. ภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 2,4,6 และ 8 ความสามารถในการเสิร์ฟเทนนิสของกลุ่มทดลองคือกลุ่มที่ฝึกเสิร์ฟเทนนิสควบคู่กับการตั้งเป้าหมายสูงกว่าความสามารถในการเสิร์ฟเทนนิสของกลุ่มควบคุมคือกลุ่มที่ฝึกเสิร์ฟเทนนิสเพียงอย่างเดียว อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05
2. ความสามารถในการเสิร์ฟเทนนิสของกลุ่มทดลองเมื่อสิ้นสุดสัปดาห์ที่ 8 สูงกว่าก่อนการทดสอบ ภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 2,4 และ 6 และความสามารถในการเสิร์ฟเทนนิสหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8 สูงกว่าก่อนการทดสอบ ส่วนความสามารถในการเสิร์ฟเทนนิสของกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันระหว่างก่อนการทดสอบ ภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 2,4,6 และ 8 อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ภาควิชา พลศึกษา
สาขาวิชา พลศึกษา
ปีการศึกษา 2538

ลายมือชื่อนิสิต
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

C 5435B4 : MAJOR PHYSICAL EDUCATION

KEY WORD: GOAL SETTING / SERVING PERFORMANCE / TENNIS

THANAKORN SRICHAPHAN : EFFECTS OF GOAL SETTING ON THE SERVING PERFORMANCE OF TENNIS

THESIS ADVISOR : ASST. PROF. SILPACHAI SUWANTHADA,PH.D. 121 PP. ISBN 974-634-365-3

The purposes of this research were to study and compare the effects of goal setting on the serving performance of tennis between serving training with goal setting and serving training only. The samples of this study were fifteen tennis players from the Suphan Buri Sports School and fifteen youth tennis players from Bangna Tennis Court. According to random assignment, the youth tennis players from Bangna Tennis Court were in the control group and the tennis players from the Suphan Buri Sports School were in the experimental group. Both groups were pre-tested by the Hewitt's Achievement Test, having validity coefficients between .52-.93 and reliability coefficients between .75-.94, on service placement. The experimental group trained serving with goal setting whereas the control group trained serving only, 3 days a week, for eight weeks. They were periodically tested at the end of 2nd, 4th, 6th and 8th weeks. The collected data were analyzed by Statistical Package for the Social Sciences / Personal Computer Plus, in terms of mean, standard deviations t-test and one way analysis of variance with repeated measurement.

The results were as follows :

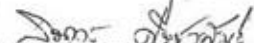
1. After training at the end of 2nd, 4th, 6th and 8th weeks, the serving performance of the experimental group which trained serving with goal setting was significantly higher than the control group which trained serving only, at the .05 level.

2. The serving performance of the experimental group at the end of 8th week was significantly higher than at the pre-test, the end of 2nd, 4th and 6th weeks, and the serving performance at the end of the 8th week was significantly higher than at the pre-test. Whereas, the serving performance of the control group was not significantly different among the pre-test, the end of 2nd, 4th, 6th and 8th weeks, at the .05 level.

ภาควิชา พลศึกษา.....

สาขาวิชา พลศึกษา.....

ปีการศึกษา 2538.....

ลายมือชื่อนิสิต .....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา .....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลุล่วงลงได้ ด้วยความกรุณาอย่างสูงจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิลปชัย สุวรรณธาดา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ซึ่งได้ให้ความช่วยเหลือ แนะนำข้อบกพร่องต่างๆ ด้ว้วิจัยขอกราบขอบพระคุณท่านอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ครู อาจารย์ทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิประสาทวิชาความรู้ให้แก่ผู้วิจัย และเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือและให้คำปรึกษาแก่ผู้วิจัยมาโดยตลอด รวมทั้งผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ที่กรุณาให้คำปรึกษา แนะนำ ตรวจสอบแก้ไข โปรแกรมการฝึกทางด้านต่างๆ และขอกราบขอบพระคุณอาจารย์บังอร สว่างวาริโรศ ที่ได้กรุณามอบทุนการศึกษาในการเรียนระดับปริญญาโท ไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

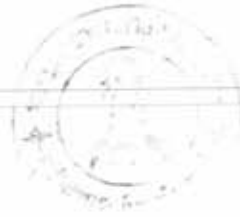
ผู้วิจัยขอขอบพระคุณอาจารย์ นิตินันท์ สรภักดิ์ อาจารย์ใหญ่โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีซึ่งได้ให้ความอนุเคราะห์สถานที่ฝึกซ้อมและการเก็บข้อมูล ขอขอบพระคุณอาจารย์ สุรัชย์ พันธุ์กำเนิด ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือแนะนำข้อมูลเกี่ยวกับนักเทนนิสโรงเรียนกีฬา และช่วยวางแผนการฝึกซ้อม รวมทั้งน้องๆ นักเทนนิสโรงเรียนกีฬาที่ได้ให้ความร่วมมืออย่างดียิ่งในงานวิจัยครั้งนี้ทุกคน

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณะผู้ปกครองนักเทนนิสเยาวชนบางนาหลายๆท่าน รวมทั้งน้องๆนักเทนนิสเยาวชนบางนาทุกคนที่ได้ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในงานวิจัยครั้งนี้

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ นายแพทย์เรืองศักดิ์ ศิริบล พี่อศรี จายะภูมิ พี่สุวัตร หลงตะ พี่สุวิทย์ เกิดบำรุง พี่สุรศักดิ์-พีนิตยา เกิดจันทิก พี่ศรุตี ศรีจันทร์วงศ์ พี่ภาสวรรณ พันธุมะบำรุง ที่ได้ให้คำปรึกษา มาโดยตลอด ขอขอบคุณ คุณอุมาพร ศรีชาพันธุ์ ที่ช่วยพิมพ์วิทยานิพนธ์จนเสร็จสิ้นและให้กำลังใจตลอดมา และขอขอบคุณพี่ๆ เพื่อนๆ และน้องๆ ทุกคนที่คอยให้กำลังใจและช่วยเหลือด้วยดีมาตลอด

ท้ายสุดนี้ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อชนะชัย-คุณแม่อุบล ศรีชาพันธุ์ ซึ่งให้ความช่วยเหลือ คอยเป็นกำลังใจ อบรมสั่งสอน ให้คำปรึกษา และสนับสนุนให้ผู้วิจัยได้ศึกษาในชั้นปริญญาโทมาบัดนี้ จึงทำให้ งานวิจัยนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ธนากร ศรีชาพันธุ์



	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ณ
บทที่	
1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	7
สมมติฐานของการวิจัย.....	7
ขอบเขตของการวิจัย.....	7
ข้อตกลงเบื้องต้น.....	8
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	9
2 วรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	10
3 วิธีดำเนินการวิจัย	
กลุ่มตัวอย่างประชากร.....	42
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	42
การดำเนินการวิจัย.....	43
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	51
แบบการวิจัย.....	51
การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ.....	52
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	58

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5	สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ..... 64
รายการอ้างอิง.....	78
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก.....	86
ภาคผนวก ข.....	88
ภาคผนวก ค.....	96
ภาคผนวก ง.....	103
ภาคผนวก จ.....	109
ภาคผนวก ฉ.....	111
ประวัติผู้วิจัย.....	121

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบด้วยค่าที่ของผลการทดสอบการเสิร์ฟก่อนการทดลอง	53
2	ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบด้วยค่าที่ของผลการทดสอบการเสิร์ฟภายหลังสิ้นสุดสัปดาห์ที่ 2	54
3	ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบด้วยค่าที่ของผลการทดสอบการเสิร์ฟภายหลังสิ้นสุดสัปดาห์ที่ 4	55
4	ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบด้วยค่าที่ของผลการทดสอบการเสิร์ฟภายหลังสิ้นสุดสัปดาห์ที่ 6	56
5	ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบด้วยค่าที่ของผลการทดสอบการเสิร์ฟภายหลังสิ้นสุดสัปดาห์ที่ 8	57
6	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการเสิร์ฟในกลุ่มควบคุม	58
7	การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำของคะแนนการเสิร์ฟในกลุ่มควบคุม	59
8	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการเสิร์ฟในกลุ่มทดลอง	60
9	การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำของคะแนนการเสิร์ฟในกลุ่มทดลอง	61
10	ผลการทดสอบความแปรปรวนเป็นรายคู่ของคะแนนการเสิร์ฟในการทดสอบแต่ละช่วงของกลุ่มทดลองด้วยวิธีของเชฟเฟ	62

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญแนภูมิ

แนภูมิที่		หน้า
1	ความสัมพันธ์ระหว่างการตั้งเป้าหมายและความสามารถในการเล่นกีฬา	14
2	กราฟแสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลการทดสอบการเ็رف ในแต่ละช่วงของการทดสอบ	83



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย