

การศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียน  
โรงเรียนโสตศึกษา



นางสาวธมนวรรณ สักดีวังปลา

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพลศึกษา ภาควิชาพลศึกษา

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2546

ISBN 974-17-4884-1

ลิขสิทธิ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2548

I21336702

**A STUDY OF EXERCISE AND SPORTING BEHAVIORS OF STUDENTS  
IN SCHOOL FOR THE DEAF**

**Miss. Thamanawan Sakwangpla**

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

**Department of Physical Education**

**Faculty of Education**

**Chulalongkorn University**

**Academic Year 2003**

**ISBN 974-17-4884-1**



ธมนวรรณ สักดีวังปลา : การศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา  
ของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา (A STUDY OF EXERCISE AND SPORTING  
BEHAVIORS OF STUDENTS IN SCHOOL FOR THE DEAF)

อาจารย์ที่ปรึกษา : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุชาติ ทวีพรปฐมกุล, 206 หน้า.

ISBN : 974-17-4884-1.

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบพฤติกรรมการออกกำลังกาย  
และการเล่นกีฬาของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา ด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ  
กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 จาก 10 โรงเรียน  
จำนวน 500 คน เป็นนักเรียนชาย 250 คน และนักเรียนหญิง 250 คน ผู้วิจัยได้สร้าง  
แบบสอบถามและเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองและทางไปรษณีย์ ได้รับแบบสอบถามกลับคืนมา  
459 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 91.8 แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์ โดยหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย  
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า "ที" (t-test) ค่า "เอฟ" (F-test) และ ทดสอบความแตกต่างระหว่างคู่  
โดยวิธีของเชฟเฟ (Scheffe's method)

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนโรงเรียนโสตศึกษามีพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ด้านความรู้  
อยู่ในระดับพอใช้ ด้านเจตคติอยู่ในระดับดี และด้านการปฏิบัติอยู่ในระดับดี
2. นักเรียนชายและนักเรียนหญิงโรงเรียนโสตศึกษาส่วนใหญ่ มีความรู้ เจตคติ และ  
การปฏิบัติ เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ  
ทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 , 2 และ 3 มีความรู้ และการปฏิบัติ เกี่ยวกับ  
พฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05  
แต่ด้านเจตคติ เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ  
ทางสถิติที่ระดับ .05

ภาควิชา พลศึกษา

สาขาวิชา พลศึกษา

ปีการศึกษา 2546

ลายมือชื่อนิสิต...ธมนวรรณ สักดีวังปลา.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

## 4583702127 MAJOR : PHYSICAL EDUCATION

KEY WORD : EXERCISE / SPORTING / BEHAVIOR / SCHOOL FOR THE DEAF.

THAMANAWAN SAKWANGPLA : A STUDY OF EXERCISE AND  
SPORTING BEHAVIORS OF STUDENTS IN SCHOOL FOR THE DEAF.

THESIS ADVISOR:ASSIST.PROF. SUCHART TAWEEPORNPATHOMKUL, Ph.D.,  
206 pp. ISBN : 974-17-4884-1.

The purposes of this research were to study and compare the knowledge, attitude, and practice in exercise and sporting behavior of students in the School for the Deaf. Subjects were 250 male and 250 female students, studying at Matayomsuksa 1-3 from 10 Schools for the Deaf. Subjects were asked to respond to the questionnaires devised by the researcher. Four hundred and fifty nine questionnaires (91.8 percents) were returned and the collected data were then analyzed in term of percentages, means and standard deviation. A t-test, One Way Analysis of Variance and the Scheffe-s method were employed to determine the significant difference at the .05 level.

The findings were as follow :

1. The overall knowledge in exercise and sporting behavior of the subjects was at the fair level while the attitude and practice were at the good level.
2. Knowledge, attitude and practice in exercise and sporting behavior of both male and female subjects were not significantly different at the .05 level.
3. Knowledge and practice in exercise and sporting behavior of subjects in Matayomsuksa 1, 2 and 3 were not significantly different at the .05 level while attitude in exercise and sporting behavior was significantly different at the .05 level.

Department Physical Education  
Field of Study Physical Education  
Academic year 2003

Student's signature.....*Thamanawan*.....  
Advisor's signature.....*[Signature]*.....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาช่วยเหลืออย่างยิ่ง จากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุชาติ ทวีพรปฐมกุล อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษาและคำแนะนำ รวมทั้งตรวจแก้ไขปรับปรุงข้อบกพร่องต่างๆ ในการวิจัย ด้วยความเอาใจใส่อย่างดีเสมอมา ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณท่านเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้ ด้วย

กราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เฉลิม ชัยวัชรภรณ์ ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และ รองศาสตราจารย์ เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และ รองศาสตราจารย์ ดร. วิชิต คณิงสุขเกษม ที่กรุณาให้คำแนะนำ และแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

กราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ที่ได้ให้ความช่วยเหลือ แนะนำ และตรวจสอบเครื่องมือ เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข ให้เครื่องมือมีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น รวมทั้งผู้แต่งตำราและผู้วิจัยทุกๆ ท่าน ที่ผู้วิจัยใช้ประกอบการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณสำนักเขตพื้นที่การศึกษา ผู้อำนวยการ คณะครูและนักเรียนโรงเรียน โสตศึกษาทั้ง 10 แห่ง ที่กรุณาให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ เป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณพี่ๆ เพื่อนๆ และน้องๆ เจ้าหน้าที่ภาควิชาพลศึกษา และสำนักวิทยาศาสตร์การกีฬาทุกท่าน ที่คอยช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกในการทำวิจัยครั้งนี้ และขอขอบพระคุณทุกท่านที่มีได้กล่าวมาในที่นี้ จึงขอกราบขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

สุดท้ายนี้ ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ ที่เคารพอย่างสูง ที่อบรมสั่งสอน และให้โอกาสทางการศึกษา พร้อมทั้งให้กำลังใจและสนับสนุนทางการเรียนในทุกๆด้าน แก่ลูก เป็นอย่างดีเสมอมา

## สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ

### บทที่

1	บทนำ.....	1
	ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
	วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	6
	ขอบเขตของการวิจัย.....	6
	ข้อตกลงเบื้องต้น.....	7
	คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	7
	ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	8
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
	แนวความคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม.....	10
	แนวความคิดเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา.....	16
	แนวความคิดเกี่ยวกับเด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน.....	43
	แนวความคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา.....	70
	รายงานการวิจัยในประเทศและต่างประเทศ.....	75
3	วิธีดำเนินการวิจัย.....	94
	ประชากรที่ใช้ในการทำวิจัย.....	94
	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	95
	วิธีการสร้างเครื่องมือ.....	96
	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	97
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	98

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ..... 101
5	สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผล ..... 161
	สรุปผลการวิจัย ..... 162
	อภิปรายผลการวิจัย ..... 166
	ข้อเสนอแนะจากการวิจัย ..... 171
	ข้อเสนอแนะ ..... 171
	รายการอ้างอิง ..... 172
	ภาคผนวก
	ภาคผนวก ก ..... 180
	ภาคผนวก ข ..... 182
	ภาคผนวก ค ..... 185
	ภาคผนวก ง ..... 196
	ภาคผนวก จ ..... 202
	ภาคผนวก ฉ ..... 204
	ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์ ..... 206



## สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1	ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม..... 102
2	พฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ของผู้ตอบแบบสอบถาม ..... 105
3	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ด้านความรู้ เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ..... 109
4	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ด้านเจตคติ เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ..... 112
5	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ด้านการปฏิบัติ เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ..... 114
6	จำนวนและร้อยละของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา จำแนกด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ..... 116
7	ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่า “ที” ด้านความรู้ เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา จำแนกตามเพศ..... 118
8	ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่า “ที” ด้านเจตคติ เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา จำแนกตามเพศ..... 122
9	ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่า “ที” ด้านการปฏิบัติ เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา จำแนกตามเพศ..... 125
10	ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่า “เอฟ” ด้านความรู้ เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษาจำแนกตามรายข้อตามชั้นปีที่ศึกษา..... 128
11	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านความรู้ เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษา ในคำถามข้อที่ 3 เป็นรายคู่ โดยวิธีของเซฟเฟ ..... 133

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

12	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียน โรงเรียน โสตศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษา ในคำถามข้อที่ 6 เป็นรายคู่โดยวิธีของเซฟเฟ	134
13	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียน โรงเรียน โสตศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษา ในคำถามข้อที่ 7 เป็นรายคู่ โดยวิธีของเซฟเฟ	135
14	การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย ด้านความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียน โรงเรียน โสตศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษา ในคำถามข้อที่ 24 เป็นรายคู่ โดยวิธีของเซฟเฟ	136
15	ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่า “เอฟ” ด้านเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียน โรงเรียน โสตศึกษา จำแนกรายข้อตามชั้นปีที่ศึกษา	137
16	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียน โรงเรียน โสตศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษา ในคำถามข้อที่ 1 เป็นรายคู่โดยวิธีของเซฟเฟ	142
17	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียน โรงเรียน โสตศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษา ในคำถามข้อที่ 2 เป็นรายคู่โดยวิธีของเซฟเฟ	143
18	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียน โรงเรียน โสตศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษา ในคำถามข้อที่ 5 เป็นรายคู่โดยวิธีของเซฟเฟ	144

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

19	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษาในคำถามข้อที่ 7 เป็นรายคู่โดยวิธีของเซฟเฟ	145
20	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษาในคำถามข้อที่ 13 เป็นรายคู่โดยวิธีของเซฟเฟ	146
21	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษาในคำถามข้อที่ 14 เป็นรายคู่โดยวิธีของเซฟเฟ	147
22	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษาในคำถามข้อที่ 15 เป็นรายคู่โดยวิธีของเซฟเฟ	148
23	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษาในคำถามข้อที่ 17 เป็นรายคู่โดยวิธีของเซฟ	149
24	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านเจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของนักเรียนโรงเรียนโสตศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษาในคำถามข้อที่ 18 เป็นรายคู่โดยวิธีของเซฟ	150

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
25	ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่า “เอฟ” ด้านการปฏิบัติ เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของ นักเรียน โรงเรียน โสคศึกษา จำแนกรายข้อตามชั้นปีที่ศึกษา.....151
26	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านการปฏิบัติ เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ของนักเรียน โรงเรียน โสคศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษา ในคำถามข้อที่ 1 เป็นรายคู่ โดยวิธีของเซฟเฟ.....155
27	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านการปฏิบัติ เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ของนักเรียน โรงเรียน โสคศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษา ในคำถามข้อที่ 2 เป็นรายคู่ โดยวิธีของเซฟเฟ.....156
28	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านการปฏิบัติ เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ของนักเรียน โรงเรียน โสคศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษา ในคำถามข้อที่ 4 เป็นรายคู่ โดยวิธีของเซฟเฟ.....157
29	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านการปฏิบัติ เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ของนักเรียน โรงเรียน โสคศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษา ในคำถามข้อที่ 9 เป็นรายคู่ โดยวิธีของเซฟเฟ.....158
30	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านการปฏิบัติ เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ของนักเรียน โรงเรียน โสคศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษา ในคำถามข้อที่ 9 เป็นรายคู่ โดยวิธีของเซฟเฟ.....159
31	การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้านการปฏิบัติ เกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ของนักเรียน โรงเรียน โสคศึกษา ระหว่างชั้นปีที่ศึกษา ในคำถามข้อที่ 19 เป็นรายคู่ โดยวิธีของเซฟเฟ.....160