



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การศึกษาเป็นพื้นฐานที่สำคัญในการที่จะพัฒนาความเจริญก้าวหน้าของประเทศ เพราะจะช่วยให้ประชาชนมีการพัฒนาตัวเองทั้งทางร่างกาย ค่านสติปัญญา ค่านอารมณ์ และค่านสังคม สามารถมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ วิชาพลศึกษาก็มีความมุ่งหมายเช่นเดียวกับวิชาอื่น ๆ เพียงแต่วิชาพลศึกษานั้นใช้การเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย เป็นสื่อนำไปสู่จุดมุ่งหมาย และความมุ่งหมายที่สำคัญของวิชาพลศึกษาอีกอย่างหนึ่งคือ มุ่งที่จะให้นักเรียนมีทัศนคติที่ดี และรักการออกกำลังกาย ตลอดจนกระตือรือร้นนำความรู้และทักษะที่ได้รับจากชั่วโมงพลศึกษาไปใช้ออกกำลังกายในเวลาว่าง ทั้งในระหว่างที่กำลังศึกษาเล่าเรียน และหลังจากสำเร็จการศึกษาไปแล้ว เพื่อจะได้เป็นคนที่มีร่างกายแข็งแรง มีสุขภาพดี มีประสิทธิภาพในการทำงานประกอบอาชีพต่อไป ดังที่ทราบกันแล้วว่า ถ้าออกกำลังกายเป็นประจำจะเกิดการเปลี่ยนแปลงในร่างกายหลายอย่าง เช่น เพิ่มประสิทธิภาพของระบบหายใจและระบบไหลเวียนโลหิต ลดปริมาณไขมันในเส้นเลือด มีการพัฒนาความแข็งแรง ความอดทนของกล้ามเนื้อ และความคล่องแคล่วองไว¹

การที่นักเรียนจะเห็นคุณค่าของการออกกำลังกายจนกระตือรือร้นนำความรู้และทักษะที่ได้จากการเรียนวิชาพลศึกษาในชั้นเรียนไปปฏิบัติเป็นประจำในชีวิตประจำวันของตคนนั้น นักเรียนจะต้องมีทัศนคติที่ดีและมีความเชื่อมั่นในคุณค่าของวิชาพลศึกษาก่อน เพราะ ทัศนคติมีผลต่อการแสดงออกในพฤติกรรมของบุคคล และขณะเดียวกันการแสดงออกหรือการปฏิบัติ

¹Karl W. Bookwalter and Harold J. Vanderzweg, Foundation and Principle of Physical Education (London : W.B. Saunders Co., 1969), p. 93.

ของบุคคลนั้นด้วย¹ มีนักพลศึกษาและนักสุขศึกษาหลายคนเชื่อว่า การที่นักเรียนจะมีพฤติกรรมอย่างไรนั้น ความรู้และทัศนคติต่อสิ่งนั้นเป็นเรื่องที่สำคัญมาก

บิวเจอร์ (Bucher) กล่าวว่า ในการที่จะสร้างสมรรถภาพทางกายและรักษาให้คงที่นั้น ต้องให้นักเรียนเกิดทัศนคติที่ดีและเห็นความสำคัญของสมรรถภาพทางกายก่อน จนกระทั่งนำไปปฏิบัติเป็นประจำ²

คีเซล (Kiesel) กล่าวว่า การที่นักเรียนจะเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายในขณะที่มีเวลาวางนั้น นักเรียนจะต้องรู้ว่าทำเพื่ออะไร และทำอย่างไร มีความพอใจโดยได้รับความรู้จากการเรียนวิชาพลศึกษาและสุขศึกษาในชั้นเรียน³

ซาฟริต (Safrit) กล่าวว่า ใครก็ตามที่มีทัศนคติในทางบวกต่อวิชาพลศึกษาก็จะมีความสนใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษา เพราะว่าการมีทัศนคติต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดก็จะมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติต่อสิ่งนั้น และเชื่อกันว่าการมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อพลศึกษาหรือกิจกรรมพลศึกษาก็สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ถ้าได้จัดโปรแกรมพลศึกษาที่ดีและน่าสนใจให้แก่เด็กเรียน⁴

¹ ประภาเพ็ญ สุวรรณ, ทัศนคติการวัดการเปลี่ยนแปลงและพฤติกรรมอนามัย (กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2520), หน้า 3.

² Charle A. Bucher and Constance R. Koenig, Secondary School Physication (Saint Louis : The C.V. Mosby Co., 1968), p. 172.

³ Charles Joseph Kiesel, "The Relationship Between Physical Fitness Knowledge and Physical Fitness of Young Adult Males Senior High School," Dissertation Abstracts International 39 (August 1978) : 751-A.

⁴ Magaret J. Safrit, Evaluation in Physical Education (New Jersey : Prentice-Hall, 1973), p. 190.

สุชาติ โสภประยูร ไก่กล่าวว่

ทัศนคติที่มีบทบาทสำคัญอย่างมากที่เคียวใน เรื่องสุขปฏิบัติของนักเรียน เพราะว่ทัศนคติที่ดีของนักเรียนที่มีต่อความรู้ที่ไ้รับหรือต่อกิจกรรมและวิธีสอนของครู รวมทั้งต่อตัวครู จะช่วยให้นักเรียนไ้เ้นำความรู้หรือประสบการณ์ไปใช้ในชีวิตประจำวันไ้ คือ ทัศนคติจะสามารไ้โน้มน้าวจิตใจ หรือจูงใจให้นักเรียนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไ้เป็นการปฏิบัติไ้ไ้มากที่เคียว¹

ในการสอนวิชาพลศึกษาก็ต้องมีวัตถุประสงค์ที่จะไ้ให้เกิดพฤติกรรมที่ไ้ต้องการ 3
ค่านคือ

ประชาณวิสัย (Cognitive Domain) .

วิภาวิสัย (Affective Domain)

จสนวิสัย (Psychomotor Domain)

คั้งนั้น จะเห็นไ้ว่ในการสอนวิชาพลศึกษานอกจากจะไ้ต้องไ้ให้ความรู้และทักษะตลอดจนคุณธรรมต่าง ๆ ในสังคมจะไ้ต้องคำนึงถึง ค่านที่ทัศนคติ โดยเฉพาะ ค่านวิชาพลศึกษา และการออกกำลังกาย จึงควรไ้ให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมตามความสามารถของแต่ละคน และประสบความสำเร็จในการกระทำของตน จะช่วยไ้ให้นักเรียนไ้มีความสนใจและไ้ต้องการมีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้นต่อไปอีก แม้เป็นนอกเวลาเรียนก็ตาม นอกจากนี้ หลักสูตรในการสอน ตัวครูผู้สอน อุปกรณ์ สถานที่ กิจกรรมในการเรียน ฯลฯ ก็มียลต่อทัศนคติของนักเรียนที่มีต่อวิชาพลศึกษา

วรศักดิ์ เพียรชอบ กล่าวว่

การจัดไ้โครงการสอนพลศึกษาก็เพื่อที่จะไ้ให้นักเรียนทุกคนไ้มีความรู้ ความเข้าใจและเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย ไ้มีทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬา และการออกกำลังกาย และรู้จักปฏิบัติตามระเบียบข้อบังคับของการเล่นกีฬา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา รู้จักใช้เวลาว่างไ้เป็นประโยชน์

¹สุชาติ โสภประยูร, การสอนสุขศึกษา (กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2520), หน้า 54.

ตลอดจนการรู้จักรักษาสุขภาพ อนามัยให้สมบูรณ์ เหมาะสมกับการเล่น กีฬาประเภทต่าง ๆ¹

สมชาย ประเสริฐศิริพันธ์ กล่าวว่

โรงเรียนมีบทบาทในการที่จะต้อง เตรียมคนให้พร้อมที่จะออกไปสู่โลก ภายนอก (หลังวัยเรียน) กล่าวได้ว่า การพลศึกษาในโรงเรียนจะประสบ ความสำเร็จหรือไม่ขึ้นอยู่กับนักเรียนที่ออกจากโรงเรียนไปแล้วจะไปใช้ใ้ได้ มากน้อยเพียงใด หรือกล่าวอีกนัยหนึ่ง ความสำเร็จของการพลศึกษาในโรง เรียนได้จากการที่ตลอดชีวิตของแต่ละคนมีแรงจูงใจที่จะ ออกกำลังกาย (เล่นกีฬา) ตลอดไปเพื่อรักษาสมรรถภาพของตนให้ดียิ่งเสมอ²

การสร้างทัศนคติที่ดีต่อวิชาพลศึกษาจึงมีความสำคัญต่อการที่นักเรียนจะนำประสพ การที่ได้รับไปใช้ในช่วว่างและการที่ร่างกายจะมีสมรรถภาพทางกายที่ดีนั้น ก็ต้องอาศัย การปฏิบัติเป็นประจำ คือ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ มีนิสัยในการออกกำลังกายเป็นประจำ ตลอดชีวิต ไม่ใช่เพียงแต่ในวัยที่กำลังศึกษาเล่า เรียนหรือเพียงแคในช่วโมงพลศึกษาเท่านั้น ซึ่งการออกกำลังกายเป็นประจำอาจจะต้องมีปัจจัยอื่น ๆ มาประกอบหลายอย่าง เช่น สถานที่ อุปกรณ์ เวลา ตลอดจนสภาพแวดล้อมของสังคม แต่ที่สำคัญที่สุด คือ ทัศนคติและ ความเชื่อมั่นอย่างจริงจังต่อวิชาพลศึกษาและการออกกำลังกาย

ดังนั้น การวิจัยนี้จึงมีวัตถุประสงค์ที่จะศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติต่อวิชา พลศึกษากับสมรรถภาพทางกาย เพื่อจะได้เป็นแนวทางในการปรับปรุงการเรียนการสอน พลศึกษาในชั้นเรียนต่อไป.

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

¹วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ, หลักและวิธีสอนวิชาพลศึกษา (กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2523), หน้า 19.

²สมชาย ประเสริฐศิริพันธ์, "กีฬาเพื่อการสันตนาการในหลักสูตรวิชาพลศึกษา," วารสารศึกษา พลศึกษา และสันตนาการ 3 (มกราคม-ตุลาคม 2520) : 94.

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติต่อวิชาพลศึกษา กับสมรรถภาพทางกาย
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในจังหวัดขอนแก่น

สมมุติฐานการวิจัย

ทัศนคติต่อวิชาพลศึกษาของนักเรียนชายและหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มีความสัมพันธ์กับสมรรถภาพทางกาย

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติที่มีต่อวิชาพลศึกษา กับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายและหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สายสามัญใน
จังหวัดขอนแก่นเท่านั้น

ข้อตกลงเบื้องต้น

ในการวิจัยครั้งนี้ถือว่า แบบวัดทัศนคติที่มีต่อวิชาพลศึกษาที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นมานั้น สามารถวัดความรู้สึก ความสนใจ การเห็นคุณค่า ความนิยมชมชอบที่มีต่อเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรือสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งเกี่ยวกับวิชาพลศึกษา และถือว่าเป็นการแสดงออกอย่างเต็มใจและจริงใจ เป็นที่เชื่อถือได้ วัดได้โดยใช้แบบสอบถาม

1. ผนังห้องเรียน

ประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัย

1. เพื่อเป็นประโยชน์ในการสอนวิชาพลศึกษา ← ความพึงพอใจที่พึงประสงค์
2. เพื่อเป็นประโยชน์ในการจัดหลักสูตรวิชาพลศึกษา ← ความพึงพอใจที่พึงประสงค์
3. เพื่อทราบถึงค่าเฉลี่ย สมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดขอนแก่น

คำจำกัดความ

ทัศนคติที่มีต่อวิชาพลศึกษา หมายถึง ทำที่ ความรู้สึก ความสนใจ การเห็นคุณค่า ความชื่นชม ความนิยมชมชอบที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือเรื่องใดเรื่องหนึ่งซึ่งเกี่ยวกับวิชาพลศึกษา ภายหลังจากการที่นักเรียนมีประสบการณ์ในเรื่องนั้นมาแล้ว ซึ่งมีทั้งในลักษณะนิมมาน (Positive) คือ สนใจ นิยมชมชอบ และในลักษณะนิเสธ (Negative) คือ เบื่อหน่าย ไม่สนใจ และความรู้สึกเฉย ๆ ไม่ถึงกับนิยมชมชอบ หรือเกลียดชังเรียกว่าทัศนคติแบบกลาง

สมรรถภาพทางกาย หมายถึง ความสามารถของร่างกายในการประกอบกิจกรรม หรือการงานอย่างใดอย่างหนึ่งได้อย่างมีประสิทธิภาพ และไม่เหนื่อยอ่อนจนเกินไป ในขณะที่เดียวกันก็สามารถที่จะทนอมกำลังกายเหลือไว้ใช้ในเวลารว่างเพื่อความสนุกสนานในชีวิตประจำวันได้ด้วย

นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย หมายถึง นักเรียนที่กำลังเรียนอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 และมัธยมศึกษาปีที่ 5 ทั้งชายและหญิง ซึ่งได้เรียนวิชาพลศึกษา ตามหลักสูตร ประโยคมัธยมศึกษาตอนปลาย พ.ศ. 2518 มีวิชา พ.402 ระเบียบกระทรวง พ.503

แอนด์บอล พ.504 ตะกร้อ หรือในบางโรงเรียนที่ไม่สามารถจัดกิจกรรมดังกล่าวได้ก็จะ
เลือกวิชาต่อไปนี้แทน คือ การบริหารกาย เทนนิส คาบสองมือ ยูโด วายุน้ำ ซอฟบอล
กิจกรรมเข้าจังหวะ โดยกำหนดให้เรียน 24 คาบ ต่อภาคเรียน และให้เรียนประวัติ
ความเป็นมา กติกาการแข่งขัน หลักวิทยาศาสตร์การกีฬา ซึ่งเป็นภาคทฤษฎี 6 คาบ และ
ให้เรียนภาคปฏิบัติ อันได้แก่ ทักษะเบื้องต้นในกิจกรรมแต่ละประเภท เทคนิคและวิธีการ
แข่งขัน 18 คาบ



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย