

ความคิดเห็นของผู้ปกครองนักเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร
เกี่ยวกับปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกาย



นางยุวดี สักขณพิสุทธิ์

ศูนย์วิจัยทรัพยากร

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาคตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

ภาควิชาพลศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2527

ISBN 974 - 563 - 284 - 8

010804

i 17069491

OPINIONS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS' PARENTS IN BANGKOK METROPOLIS
CONCERNING PROBLEMS AND NEEDS IN EXERCISE

MRS. YUWADEE LAXANAPHISUTH



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

1984

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ความคิดเห็นของผู้ปกครองนักเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกาย

โดย

นางยุวดี ลักษณะพิสุทธิ์

ภาควิชา

พลศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษา

รองศาสตราจารย์พอง เกิดแก้ว



บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยเป็นส่วน
หนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบัณฑิต

สุปราณี งาม

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร.สุปราณี งาม)

คณะกรรมการ สอววิทยานิพนธ์

สุปราณี งาม
..... ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุปราณี งาม นวกิจกุล)

พอง เกิดแก้ว
..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์พอง เกิดแก้ว)

อนันต์ อัทธู
..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.อนันต์ อัทธู)

เฉลิม ชัยวัชรารักษ์
..... กรรมการ
(อาจารย์ ดร.เฉลิม ชัยวัชรารักษ์)

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ความคิดเห็นของผู้ปกครองนักเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกาย
ชื่อนิติกร นางยุวดี ลักษณะพิเศษ
อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์พอง เกิดแก้ว
ภาควิชา พลศึกษา
ปีการศึกษา 2526



บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความคิดเห็นของผู้ปกครองนักเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างประชากร เป็นผู้ปกครองนักเรียนมัธยมศึกษา หลายอาชีพทั้งเพศชายและเพศหญิง โดยผู้วิจัยได้ส่งแบบสอบถาม ไปยังกลุ่มตัวอย่างประชากรจำนวน 1,200 ชุด ได้รับแบบสอบถามกลับคืนมา 978 ชุด คิดเป็นร้อยละ 81.50 นำข้อมูลที่ได้ มาวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติ โดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่า "ที" (t - Test) วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว และเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่ม โดยวิธีของ "เชฟเฟ" (Scheffe' test for all possible comparison)

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผู้ปกครองนักเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร มีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาในการออกกำลังกายคือ อุปกรณ์ที่ใช้ประกอบในการออกกำลังกายมีราคาแพง อุปกรณ์ไม่ครบตามความต้องการและความสนใจ ไม่มีการตรวจตราสถานที่และอุปกรณ์ติดตั้งให้อยู่ในสภาพที่ปลอดภัยเสมอ ขาดความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกาย ความสมบูรณ์ของร่างกายไม่เหมาะสมกับกีฬาบางประเภท กิจกรรมการออกกำลังกายบางประเภทยากเกินไป ต้องใช้เวลาฝึกนาน มีเวลาออกกำลังกายไม่แน่นอนทำให้ออกกำลังกายไม่เป็นประจำสม่ำเสมอ มีเวลาในการออกกำลังกายน้อยเกินไป และ

ไม่มีเวลาออกกำลังกาย

2. ผู้ปกครองนักเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร มีความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการในการออกกำลังกายคือ ควรจัดให้มีสถานที่ออกกำลังกายที่ปลอดภัย เหมาะสมกับทุกเพศ วัย และประเภทของกีฬา ควรจัดกิจกรรมที่ไม่สิ้นเปลืองงบประมาณ หรือต้องใช้อุปกรณ์มาก ควรจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับความต้องการ และความสนใจของผู้มาใช้บริการ ควรสอนทักษะเบื้องต้นในแต่ละกิจกรรมก่อนทุกครั้ง ควรจัดให้มีบุคลากรที่มีอัธยาศัยไมตรีและมีบุคลิกภาพดี ควรจัดให้มีบุคลากรให้บริการดูแลรักษาความปลอดภัย แก่ผู้มาใช้บริการและทรัพย์สิน ควรจัดให้มีบุคลากรที่มีวุฒิทางพลศึกษา เป็นผู้ให้บริการ ควรจัดให้มีหน่วยงานให้บริการด้าน การตรวจสอบสุขภาพและทดสอบสมรรถภาพทางกายโดยไม่คิดค่าบริการ โดยตรวจและทดสอบปีละครั้ง ด้วยอุปกรณ์ การตรวจและทดสอบที่ทันสมัย ควรจัดให้มีการแนะนำการออกกำลังกายที่ดีและถูกต้อง จัดวิทยากรให้ความรู้เกี่ยวกับกีฬา และการออกกำลังกายแก่ผู้สนใจ รวมทั้งให้ความรู้เกี่ยวกับการเลือกซื้อ และเก็บรักษาอุปกรณ์ด้วย

3. ผู้ปกครองนักเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร ระหว่างเพศชาย กับเพศหญิง มีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาและความต้องการ ในการออกกำลังกาย ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

4. ผู้ปกครองนักเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร ระหว่าง 4 กลุ่ม อาชีพ มีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาและความต้องการ ในการออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ด้านวัตถุประสงค์ของการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านการตรวจสอบสุขภาพและการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

activities, lack of physical fitness in playing some types of sports, some exercise activities were too difficult and using too much time in practising, the inconsistency of exercise was due to lack of time.

2. The opinions of secondary school students' parents in Bangkok Metropolis concerning problems and needs in exercise were : safety and appropriate places for both sexes, ages, and type of sport, economical exercise activities should be organized. Basic skills should be taught to some beginners before practising new skills. There should be the provision of good personality personnel, guardmen for securing members and their property, personnel specialized in physical education field, unit for free health appraising and an annual physical fitness testing. Equipments for testing for physical fitness should be the latest model. There should be lecturers or some kind of instructions concerning exercise or sport programs and including how to select or to take care of equipments.

3. There was no significant difference at the .05 level between the opinions of male and female parents concerning problems and needs in exercise.

4. There was a significant difference at the .05 level among opinions of the four professional groups concerning problems and needs in the area of exercise objectives, equipments and facilities, health appraising and physical fitness testing.



กิติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี โดยได้รับความกรุณาจาก
รองศาสตราจารย์ฟอง เกิดแก้ว ที่รับเป็นอาจารย์ผู้ควบคุมการวิจัย ซึ่งช่วยให้คำ
แนะนำ และให้ข้อคิดเห็นต่างๆตลอดจนให้ความเอาใจใส่ ในการปรับปรุงแก้ไขข้อ
บกพร่องต่างๆเป็นอย่างดี ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณในความกรุณาของท่านเป็น
อย่างสูง

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้รับความร่วมมือ ในการทบทวนแบบสอบถามจาก ผู้
ปกครองนักเรียนมัธยมศึกษาในท้องที่การศึกษาต่างๆ ในกรุงเทพมหานคร และได้
ได้รับความช่วยเหลือในการ เก็บรวบรวมข้อมูล และแจกแจงความถี่จากนิสิตปริญญาตรี
ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย หลายคนด้วยกัน ผู้
วิจัยจึงถือโอกาสขอบพระคุณทุกท่านเป็นอย่างสูง

ยุวดี ลักษณะพิเศษ

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
กิตติกรรมประกาศ	ช
รายการตารางประกอบ	ฉ
บทที่	
1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	6
สมมติฐานของการวิจัย	6
ขอบเขตของการวิจัย	7
ข้อตกลงเบื้องต้น	7
ความไม่สมบูรณ์และความจำกัดของการวิจัย	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย	8
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	8
2 บรรณคดีและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	11
3 วิธีดำเนินการวิจัย	28
กลุ่มประชากร	28
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	29
วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล	30
การวิเคราะห์ข้อมูล	31
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	36
5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	86
บรรณานุกรม	109

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ภาคผนวก	114
ประวัติผู้เขียน	133



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการตารางประกอบ

ตารางที่		หน้า
1	คำร้อยละเกี่ยวกับรายละเอียดต่างๆ ของผู้ตอบแบบ สอบถาม	36
2	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของ ความคิดเห็น เกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของการออกกำลังกาย ของผู้ปกครอง นักเรียน	40
3	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความบ่อยครั้ง ในการออกกำลังกายด้วยกิจกรรม การออกกำลังกายและกีฬา ประเภทต่างๆ ของผู้ปกครองนักเรียน	42
4	คำร้อยละเกี่ยวกับสถานที่ที่ใช้ในการออกกำลังกาย ช่วง เวลาที่ใช้ในการออกกำลังกาย วันที่ออกกำลังกายเป็น ประจำ จำนวนเวลาที่ใช้ออกกำลังกายแต่ละครั้ง	45
5	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของ ความคิดเห็นเกี่ยวกับ ปัญหาค่านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของ ผู้ปกครองนักเรียน	47
6	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิดเห็นเกี่ยว กับ ปัญหาค่านกิจกรรมการออกกำลังกายของผู้ปกครองนักเรียน	50
7	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิดเห็นเกี่ยว กับ ปัญหาค่านเวลาที่ใช้ในการออกกำลังกายของผู้ปกครอง นักเรียน	52
8	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิดเห็น เกี่ยวกับความถี่ของการ ค่านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่ง อำนวยความสะดวก ของผู้ปกครองนักเรียน	54

รายการตารางประกอบ (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
9	คำเจดีย์และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิดเห็นเกี่ยวกับ ความต้องการด้าน กิจกรรมการออกกำลังกาย ของผู้ ปกครองนักเรียน	56
10	คำเจดีย์และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิดเห็นเกี่ยว กับความต้องการ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของผู้ปกครองนักเรียน	58
11	คำเจดีย์และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิด เห็นเกี่ยวกับความต้องการด้าน การตรวจสอบสุขภาพและ การทดสอบสมรรถภาพทางกาย ของผู้ปกครองนักเรียน ..	60
12	คำเจดีย์และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิด เห็นเกี่ยวกับความต้องการด้านวิชาการ ของผู้ ปกครองนักเรียน	62
13	คำเจดีย์ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า "ที" รวม ของความคิดเห็นเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ กิจกรรมที่ใช้ ในการออกกำลังกาย ปัญหาและความต้องการใน การออกกำลังกายด้านต่างๆ ของผู้ปกครองนักเรียน ระหว่างเพศชายและเพศหญิง	64
14	คำเจดีย์และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิดเห็น เกี่ยวกับวัตถุประสงค์ในการออกกำลังกาย ของ ผู้ปกครองนักเรียน 4 กลุ่มอาชีพ	66
15	คำเจดีย์และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิดเห็น เกี่ยวกับปัญหาค้นสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของผู้ปกครองนักเรียน	67
16	คำเจดีย์และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิด เห็นเกี่ยวกับปัญหาค้นกิจกรรมการออกกำลังกาย ของผู้ปกครองนักเรียน	68

รายการตารางประกอบ (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
17	คำเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาคำนวณเวลาที่ใช้ในการออกกำลังกายของผู้ปกครองนักเรียน	69
18	คำเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิดเห็นเกี่ยวกับ ความต้องการค่านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของผู้ปกครองนักเรียน	70
19	คำเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการค่าน กิจกรรมการออกกำลังกายของผู้ปกครองนักเรียน	71
20	คำเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิดเห็นเกี่ยวกับ ความต้องการค่านบุคลากรผู้ให้บริการ ของผู้ปกครองนักเรียน	72
21	คำเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการ ค่านการตรวจสอบสุขภาพ และการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ของผู้ปกครองนักเรียน	73
22	คำเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการ ค่านวิชาการของผู้ปกครองนักเรียน	74
23	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว ของความคิดเห็นเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ ในการออกกำลังกาย ของผู้ปกครองนักเรียน 4 กลุ่มอาชีพ	75
24	การทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของคำเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ในการออกกำลังกาย ของผู้ปกครองนักเรียน 4 กลุ่มอาชีพ	76

รายการตารางประกอบ (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
25	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว ของ ความคิดเห็น เกี่ยวกับปัญหาค้นสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก ของผู้ปกครองนักเรียน 4 กลุ่มอาชีพ	77
26	การทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของค่า เฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาค้นสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของผู้ปกครอง นักเรียน 4 กลุ่มอาชีพ	78
27	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว ของ ความคิดเห็นเกี่ยวกับ ปัญหาค้นกิจกรรมการ ออกกำลังกาย ของผู้ปกครองนักเรียน 4 กลุ่มอาชีพ	79
28	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว ของ ความคิดเห็นเกี่ยวกับ ปัญหาค้นเวลาที่ใช้ในการ ออกกำลังกาย ของผู้ปกครองนักเรียน 4 กลุ่มอาชีพ	80
29	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว ของ ความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการ ค้นสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของผู้ปกครอง นักเรียน 4 กลุ่มอาชีพ	81
30	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว ของ ความคิดเห็นเกี่ยวกับความคิดเห็นค้น กิจกรรม การออกกำลังกาย ของผู้ปกครองนักเรียน 4 กลุ่มอาชีพ ..	82
31	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว ของ ความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการ ค้นการตรวจ สอบสุขภาพและการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ของ ผู้ปกครองนักเรียน 4 กลุ่มอาชีพ	83

รายการตารางประกอบ (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
32	การทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาค้น การตรวจสอบสุรภาพและการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ของผู้ปกครองนักเรียน 4 กลุ่มอาชีพ ..	84
33	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว ของความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาค้นวิชาการ ของผู้ปกครองนักเรียน 4 กลุ่มอาชีพ	85

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย