

วิธีดำเนินงานและการรวบรวมข้อมูล

ตัวอย่างประชากร

ตัวอย่างประชากรเป็นนิสิตชายชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางแสน ในปีการศึกษา 2517 ซึ่งอยู่หอพักประจำภายในมหาวิทยาลัยทั้งหมด ที่สมัครใจ เข้าร่วมการฝึกและการทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตัน และสมรรถภาพทางกายจำนวน 25 คน เครื่องมือและวิธีการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการฝึกและการทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตันและสมรรถภาพทางกาย

ผู้วิจัยได้สร้างแบบฝึกทักษะกีฬาแบดมินตันซึ่งประกอบไปด้วย

ก. การเคลื่อนที่ในสนามรูปตัวเอกซ์ (X) ใช้เวลา 1 นาที

ข. การตีลูกกระทบผนังหน้ามือ และหลังมือ ใช้เวลาอย่างละ 30 วินาที

ค. การเสิร์ฟลูกสั้น และลูกยาว อย่างละ 15 ลูก

ง. การตีลูกโถง 15 ลูก

จากการสร้างและการปรับปรุงแบบฝึกทักษะกีฬาแบดมินตันทั้ง 4 แบบนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษานำ (Pilot study) กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 12 คน ที่มีสภาพร่างกายใกล้เคียงกับผู้รับการฝึกจริง โดยฝึกติดต่อกันเป็นเวลา 2 สัปดาห์ พบว่า ผลของการฝึกในวันแรกกับวันสุดท้ายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 ผลการทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตันในวันแรกและวันสุดท้ายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 จึงกล่าวได้ว่าแบบฝึกทักษะกีฬาแบดมินตันเหล่านี้ทำให้ผู้รับการฝึก มีการพัฒนาใน

ในทักษะกีฬาแบดมินตันคี่ชั้น ผู้วิจัยได้นำความรู้ที่ได้จากการศึกษานำนี้ไปทำการปรับปรุง
ในแบบฝึกทักษะกีฬาแบดมินตันทั้ง 4 แบบ ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น เพื่อนำมาใช้เป็นแบบฝึก
ในการวิจัยต่อไป

กำหนดการฝึก

ทำการฝึกเป็นเวลา 6 สัปดาห์ ๆ ละ 5 วัน ตั้งแต่วันจันทร์ - วันศุกร์
ระหว่างเวลา 5.30 - 7.00 น.

ก่อนการฝึกผู้วิจัยได้อธิบายและสาธิตให้ผู้รับการฝึกคี่ทั้ง 4 แบบฝึก ให้ผู้
เข้ารับการฝึกทดลองปฏิบัติด้วยตนเอง และโค้ชร้องไห้ผู้เข้ารับการฝึกทุกคนพยายาม
ตั้งใจทำการฝึกครั้งนี้ให้ดีที่สุด และรวมถึงการปฏิบัติตนเองในช่วงระยะเวลาการฝึกเป็น
เวลา 6 สัปดาห์ เพื่อให้สภาพร่างกายกาย จิตใจ อยู่ในสภาวะที่เป็นปกติ

การให้คะแนนในแบบฝึก¹

- ก. การวิ่งในสนามรูปตัวเอกซ์ (x) เมื่อวิ่งเข้าที่ลูกในจุดที่กำหนด
ให้โค้ชคะแนนครั้งละ 1 คะแนน
- ข. การที่ลูกกระทบผนังหน้ามือและหลังมือ ที่ลูกกระทบผนัง 1 ครั้ง ได้
1 คะแนน โดยที่ไม่ทำการละเมิดกฎกติกาที่ได้วางไว้
- ค. การเสิร์ฟลูกสั้นและลูกยาว ผู้วิจัยได้กำหนดคะแนนตามเป้าหมายต่าง ๆ
บนสนามแบดมินตัน โดยกำหนดคะแนนจากมากไปหาน้อยดังนี้ 4,
3, 2, และ 1 คะแนน ตามลำดับ
- ง. การที่ลูกโค่ง ผู้วิจัยได้กำหนดคะแนนตามเป้าหมายต่าง ๆ บนสนาม
แบดมินตันจากมากไปหาน้อยดังนี้ 4, 3, 2 และ 1 คะแนน ตาม
ลำดับ

¹ ดูรายละเอียดเกี่ยวกับการสร้างแบบฝึกและวิธีการฝึกคี่ที่ภาคผนวก ก.

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตันและสมรรถภาพทางกาย 2

2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตัน

ผู้วิจัยได้เลือกใช้แบบทดสอบมาตรฐานในการทดสอบทักษะกีฬา

แบดมินตันดังนี้

ก. การตีลูกกระทบผนังของล็อกฮาร์ท และแมคเฟอร์สัน

(Lockhart & Mcpherson Wall Volley Test)

ข. การเสิร์ฟลูกสั้นของเฟรนช์ (French Short Serve

Test)

ค. การเสิร์ฟลูกยาวของสกอตและฟอกซ์ (Scott & Fox

Long Serve Test)

ง. การตีลูกโค้งของเฟรนช์ (French Clear Test)

2.2 เครื่องมือที่ใช้ในการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

ผู้วิจัยได้เลือกใช้แบบทดสอบ ไอ ซี เอส พี เอฟ ที (I C

S P F T)

ซึ่งเป็นแบบทดสอบมาตรฐานใช้วัดสมรรถภาพทางกายระหว่างชาติ
แบบทดสอบนี้นิยมใช้กันมากในการวัดสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปในประเทศไทย

กำหนดการทดสอบ

การทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตัน และสมรรถภาพทางกายมี 2 ครั้ง คือ
ก่อนการฝึก (Pretest)และหลังการฝึก (Posttest)

วิธีดำเนินการคนควาและวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการคนควาและวิจัยดังต่อไปนี้

1. สร้างแบบฝึกทักษะกีฬาแบดมินตันนำไปลองใช้ (Pilot study)
2. เลือกแบบทดสอบมาตรฐานที่ใช้วัดทักษะแบดมินตัน และสมรรถภาพทางกายเพื่อนำมาใช้ทดสอบก่อนและหลังการฝึก
3. ปรับปรุงแบบฝึกทักษะแบดมินตันที่ได้ออกสร้างขึ้นนี้ให้เหมาะสมภายหลังที่ไคศึกษา (Pilot study) แล้ว
4. หากกลุ่มตัวอย่างประชากรจากนิสิตอาสาสมัครชายชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางแสน ปีการศึกษา 2517 ซึ่งอยู่หอพักภายในมหาวิทยาลัย
5. ทำการทดสอบทักษะกีฬาแบดมินตันและสมรรถภาพทางกายก่อนการฝึก (Pretest)
6. กำหนดระยะเวลาการฝึก อธิบายและสาธิตวิธีการฝึกให้แก่ผู้เข้ารับการฝึกจนเป็นที่เข้าใจ
7. ควบคุมการฝึกให้เป็นไปตามที่กำหนดไว้
8. ทำการทดสอบทักษะแบดมินตันและสมรรถภาพทางกายภายหลังการฝึกไคสิ้นสุดลง (Posttest)
9. รวบรวมข้อมูลที่ไคจากการฝึกและการทดสอบมาวิเคราะห์ เพื่อเป็นหลักฐานในการสรุปผลการวิจัยและเสนอแนะความคิดเห็นบางประการที่ไคจากการทำการวิจัยครั้งนี้

ลำดับขั้นและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าสถิติมูลฐาน คือคะแนนเฉลี่ย (mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของข้อมูลที่ไคจากการฝึกในเวลาหกสัปดาห์ ๆ ละ 5 วัน
2. วิเคราะห์คะแนนระหว่างการฝึกทั้งหกสัปดาห์ ๆ ละ 5 วัน โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One - Way Analysis of Variance)

3. ทดสอบรายคู่ของคะแนนที่ได้จากการฝึกโดยใช้วิธีการทดสอบของนิวแมน - คูลส์ (The Newman - Keuls Test)
4. วิเคราะห์แนวโน้ม (Trend analysis) ของคะแนนที่ได้จากการฝึก
5. หาค่าสถิติมาตรฐานคะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของข้อมูลที่ได้จากการทดสอบในแบบทดสอบมาตรฐานที่ใช้วัดทักษะแบคมินตัน และแบบทดสอบมาตรฐานสมรรถภาพทางกายก่อนและหลังการฝึก และทดสอบความแตกต่างของคะแนนที่ได้โดยใช้การทดสอบค่าที (T - test)



ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย