



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

9 พลศึกษา เป็นกิจกรรมที่มีความจำเป็นและสำคัญมากตั้งแต่สมัยดึกดำบรรพ์มาแล้ว ทั้งนี้เพราะว่าธรรมชาติของร่างกายต้องการการเคลื่อนไหวเพื่อช่วยในการเจริญเติบโตและรักษาไว้ซึ่งสุขภาพ วิชาพลศึกษา เป็นวิชาที่มีบทบาทสำคัญยิ่งที่จะสนองความต้องการของร่างกายในค่านี ในสมัยดึกดำบรรพ์ต้องการกินร่นเพื่อการมีชีวิตอยู่รอด เช่น หาอาหาร การต่อสู้กับสัตว์ร้าย ข่าศึก ศัตรู คินฟ้าอากาศ และสิ่งแวกล้อมอื่น ๆ ทำให้คนในสมัยนั้นได้มีการออกกำลังกายเพื่อสนองความต้องการของร่างกายโดยไม่รู้ลึ้กตัว ต่อมาในปัจจุบันความเจริญทางคานวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีต่าง ๆ ได้เป็นไปอย่างรวดเร็ว ทำให้คนส่วนมากไม่มีโอกาสได้ออกกำลังกายเพื่อสนองความต้องการของร่างกายเท่าที่ควร การพลศึกษา จึงเข้ามามีบทบาทโดยเฉพาะอย่างยิ่งในโรงเรียน ซึ่งวิชาพลศึกษานอกจากจะเป็นวิชาที่จะสนองความต้องการทางคานร่างกาย เพื่อส่งเสริมให้ร่างกายมีการเจริญเติบโต มีสมรรถภาพดี และสมบูรณ์แล้ว ยังเป็นวิชาที่สร้างเสริมให้มีการพัฒนาทางคานจิตใจ อารมณ์ และสังคมอีกด้วย

ทางคานร่างกาย วิชาพลศึกษาช่วยให้ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ มีความสง่าผ่าเผย มีสุขภาพดี มีการเจริญเติบโตอย่างเต็มที่ ซึ่งจะเห็นได้ชัดเมื่อเทียบกับคนที่ไม่ชอบหรือไม่มีโอกาสได้ออกกำลังกาย ฮิปโปเครติส และวิตโตริโน คา เฟลเตอร์ (Hippocrates and Vittarino Da Feltre) ไก่กล่าวไว้ว่า "การได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษาอยู่เสมอ จะทำให้ร่างกายมีสุขภาพดี และมีการพัฒนาทางคานร่างกายดีขึ้น ถ้าส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายไม่ได้ออกกำลังกายแล้ว จะทำให้ร่างกายส่วนนั้นไม่เจริญเติบโต

สุขภาพไม่ดี สมรรถภาพในการทำงานต่ำ หรือไม่เท่าที่ควรและเกิดโรคภัยไข้เจ็บได้ง่าย อีกด้วย¹

ทางด้านจิตใจ วิชาพลศึกษาช่วยเพิ่มพูนความเชื่อมั่น มีความคิดริเริ่ม มีความรอบคอบ มีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีไหวพริบดี สามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี และจะควบคุมไปกับการมีร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์เสมอ จอห์น ล็อก (John Locke) โคลกล่าวว่ "จิตใจที่แจ่มใสย่อมอยู่ในเรือนร่างที่สมบูรณ์"² การมีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษาอยู่เสมอ จะทำให้มีสุขภาพทางกายและทางจิตดีขึ้น เพราะสุขภาพทางกายและทางจิตใจมีความสัมพันธ์กันมาก

ทางด้านอารมณ์ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษา เป็นวิถีทางที่จะส่งเสริมให้บุคคลรู้จักควบคุมอารมณ์ของตน และมีความอดทนในสิ่งที่ไม่พอใจ ไม่แสดงสิ่งที่ไม่สมควรออกมาให้ผู้อื่นเห็น ไม่เป็นคนโกรธง่าย มีอารมณ์ดีใบหน้ายิ้มแย้มแจ่มใสเสมอ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษายังช่วยคลายความตึงเครียดของจิตใจ ทำให้เกิดความพอใจและมีความสุขภาคภูมิใจในตนเองเมื่อมีความสำเร็จในการเล่นกีฬาได้ คแนป และแฮกแมน (Knapp and Hagman) โคลกล่าวว่ กิจกรรมในพลศึกษามีส่วนสำคัญในการพัฒนาทางด้านอารมณ์โดยปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น รู้จักควบคุมอารมณ์ ส่งเสริมการแสดงออก และมีความเชื่อมั่นในตนเอง³

¹John Nixon and Florence Stumpe Frederickson, An Introduction to Physical Education 5th. (Philadelphia London : W.B. Saunders Co., 1959), p. 122.

²Ibid., p. 922.

³Clyde Knapp and E. Patricia Hagman, Teaching Method of Physical Education (New York : McGraw-Hill Book Co., 1960), p. 34.

ทางค่านิยม วิชาพลศึกษาส่งเสริมให้อยู่ในระเบียบวินัย รู้จักเคารพกฎกติกา อันเป็นพื้นฐานสำคัญของการอยู่ร่วมกันในสังคม มีความเสียสละ มีน้ำใจนักกีฬา มีความสามัคคีในหมู่คณะ การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นคุณลักษณะที่ช่วยให้การดำเนินชีวิตในสังคมเป็นไปอย่างราบรื่นมีระเบียบ คลาร์ก (Clarke) ได้กล่าวว่า "วิชาพลศึกษาที่อยู่ภายใต้การนำที่ถูกต้องของผู้สอน ย่อมสามารถปลูกฝังคุณลักษณะอันดีงามที่มีความจำเป็นในชีวิตประจำวันเป็นอย่างยิ่ง"¹

๔) ดังที่ได้กล่าวมาแล้วว่า กิจกรรมพลศึกษาเป็นวิชาที่ส่งเสริมให้บุคคลได้มีการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยใช้กิจกรรมพลศึกษาที่ได้เลือกแล้วเป็นสื่อกลางในการเรียน ดังที่ บุชเชอร์ (Bucher) ได้ให้คำจำกัดความของวิชาพลศึกษาว่า วิชาพลศึกษาเป็นส่วนที่มีความสัมพันธ์กับการศึกษาอื่น ๆ คือ เป็นวิชาที่ส่งเสริมให้บุคคลได้มีการพัฒนาทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และจิตใจ โดยมีกิจกรรมทางพลศึกษาที่ได้เลือกแล้วเป็นสื่อในการเรียนรู้² และวอร์คีย์ เพียร์ชอบ ก็ได้สรุปไว้ว่า วิชาพลศึกษาคือ การศึกษาแขนงหนึ่งที่แตกต่างจากการศึกษาอื่นตรงที่วิธีการและสื่อที่นำมาใช้โดยเป็นการศึกษาที่ใช้กิจกรรมการออกกำลังกาย หรือการเล่นกีฬาเป็นสื่อกลางของการเรียนการสอน โดยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษาต่าง ๆ แต่ความมุ่งหมายและวัตถุประสงค์หลักนั้นเช่นเดียวกับการศึกษาอย่างอื่น คือ เป็นวิชาที่จะส่งเสริมให้นักเรียนได้มีการพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม³

¹H. Harrison Clarke, Application of Measurement to Health and Physical Education 2nd. (Englewood Cliffs, New Jersey : Prentice-Hall, 1959), pp. 17-18.

²Charles A. Bucher, Foundations of Physical Education (St. Louis : The C.V. Mosby Co., 1960), p. 34.

³วอร์คีย์ เพียร์ชอบ, "ความหมายและวัตถุประสงค์ของการพลศึกษา," วารสารพลศึกษา 11 (มิถุนายน 2512) : 10.

ในปีพุทธศักราช 2518 กระทรวงศึกษาธิการได้ประกาศใช้หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งในหลักสูตรฉบับนี้ได้จัดให้มีการเรียนการสอนวิชาหมวดพลานามัยเป็นวิชาบังคับ โดยกำหนดให้เรียนวิชาพลศึกษาสัปดาห์ละ 1 คาบ และสามารถเลือกได้อีก 3 คาบต่อหนึ่งภาคการศึกษา¹

ในแผนการศึกษาชาติฉบับปีพุทธศักราช 2520 ได้เน้นในค่อนหนึ่งของความมุ่งหมายของการศึกษาว่า "เพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพและอนามัยสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ"² และในจุดมุ่งหมายของหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้นฉบับปี พ.ศ. 2521 ได้กล่าวไว้ในค่อนหนึ่งว่า "เพื่อให้มีสุขภาพสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ และรู้จักส่งเสริมการสาธารณสุขของชุมชน"³ นอกจากนี้ ตามหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้นฉบับปี พ.ศ. 2521 นี้ วิชาพลศึกษาจัดเป็นวิชาหนึ่งในกลุ่มพัฒนาบุคลิกภาพและเป็นวิชาบังคับในหลักสูตร โดยกำหนดเรียนสัปดาห์ละ 2 คาบ และให้เลือกเรียนได้อีก 2 คาบ ในชั้นมัธยมปีที่ 1 และ 2 ส่วนชั้นมัธยมปีที่ 3 เลือกเรียนได้ 4 คาบ ต่อหนึ่งภาคการศึกษา⁴ ส่วนในหลักสูตรพลศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พุทธศักราช 2524 ได้กำหนดให้เรียนสัปดาห์ละ 1 คาบ และเลือกเรียนได้อีก 2 คาบ ต่อหนึ่งภาคการศึกษา⁵ จากหลักฐานดังกล่าวนี้ แสดงให้เห็นว่าในประเทศไทยได้เห็นความ

¹ กระทรวงศึกษาธิการ, หลักสูตรประโยคมัธยมศึกษาตอนปลาย พุทธศักราช 2518 (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์โรงเรียนสารพิทักษ์พระนคร, 2518), หน้า 10.

² _____, แผนการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2520 (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, 2520), หน้า 2.

³ _____, หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521 (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จงเจริญการพิมพ์, 2520), หน้า 2.

⁴ เรื่องเดียวกัน, หน้า 3.

⁵ กระทรวงศึกษาธิการ, หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลาย พุทธศักราช 2524 (กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์การพิมพ์, 2523), หน้า 183-184.

สำคัญของวิชาพลศึกษา โดยจัดให้มีการเรียนวิชาพลศึกษาเป็นภาคบังคับตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาจนถึงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

๔๗ ผู้บริหารการศึกษาได้เห็นความสำคัญของวิชาพลศึกษาโดยได้พยายามปรับปรุงพัฒนาขบวนการเรียนการสอน หลักสูตร เนื้อหาวิชา และตัวครูผู้สอนให้เหมาะสมสอดคล้องกับเวลา เพื่อมุ่งให้ผู้นับเรียนประสบความสำเร็จในการเรียนตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ แต่ก็ยังพบว่ามีปัญหาอื่นที่เป็นอุปสรรคต่อความสำเร็จในการเรียน อาทิเช่น นักเรียนที่มีความถนัดทางการเรียนสูง แต่ไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน¹ ปัญหาดังกล่าวมีนักการศึกษาและนักจิตวิทยาได้ทำการศึกษาพบว่า สัมฤทธิ์ผลทางการเรียนนั้นมีขึ้นอยู่กับองค์ประกอบทางด้านสติปัญญาเพียงอย่างเดียว ยังอาศัยองค์ประกอบอื่นอีก ได้แก่ เรื่องของแรงจูงใจ ความเอาใจใส่ นิสัยในการเรียน และทัศนคติที่ดีต่อการเรียน

๕ นักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายของคำว่าทัศนคติแตกต่างกันพอจะสรุปได้ว่า ทัศนคติหมายถึง สภาพความพร้อมทางจิตใจและอารมณ์ของบุคคลในอันที่จะตอบสนองต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือสภาพการณ์บางอย่างโดยการแสดงท่าที ความรู้สึกในรูปของพฤติกรรม อันอาจเป็นไปในทางต่อต้านหรือสนับสนุน

๖ จากการศึกษาของ ฮิลเดเรท (Hilldreth) พบว่า สาเหตุที่ทำให้เด็กฉลาดจำนวนหนึ่งไม่ประสบผลสำเร็จในการเรียน เนื่องมาจากนิสัยในการเรียนไม่ดี² ขาดความสนใจและขาดทัศนคติที่ดีต่อการเรียนในเรื่องนี้ โฮลท์แมนและคณะ (Holtzman and Others) ได้ทำการศึกษาโดยสร้างแบบวัดนิสัยและทัศนคติในการเรียนและศึกษาพบว่า

¹ จรูญ วิรุฬห์รักษ์, "สาเหตุการออกกลางคันของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา" (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต แผนกวิชามัธยมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521).

² Gertrude H. Hilldreth, Introduction of the Gifted (New York : McGraw-Hill Book Co., 1966), p. 424.

นิสัยและทัศนคติในการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวก (Positive) กับสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน¹ กล่าวคือ หากมีนิสัยและทัศนคติในการเรียนที่ดี จะมีแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จในการเรียนสูง นอกจากนี้ยังพบว่า นักเรียนที่มีสติปัญญาเท่ากัน ถ้ามีทัศนคติและแรงจูงใจในการเรียนต่างกัน จะมีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนต่างกันด้วย

จะเห็นได้ว่านิสัยและทัศนคติในการเรียนมีอิทธิพลโดยตรงต่อสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนเป็นอย่างมาก หากนักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อครู วิธีการสอนของครู โรงเรียน ขบวนการเรียนการสอน ยอมรับวัตถุประสงค์และคุณค่าของการศึกษาแล้ว ย่อมก่อให้เกิดแรงจูงใจ กำลังใจ ความขยัน ความเอาใจใส่ และความตั้งใจเรียนให้เกิดประสิทธิภาพ แต่ถ้านักเรียนมีนิสัยและทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเรียนแล้ว ย่อมเป็นเหตุให้ผู้นั้นเกิดความท้อแท้ เบื่อหน่ายหมกมุ่นกำลังใจ ทำให้ผลการเรียนต่ำด้วย²

การที่นักเรียนจะเห็นคุณค่าของการออกกำลังกายจนกระทั่งนำความรู้และทักษะที่ได้จากการเรียนวิชาพลศึกษาในชั้นเรียนไปปฏิบัติเป็นประจำในชีวิตประจำวันของตัวนั้น นักเรียนจะต้องมีทัศนคติที่ดีและมีความเชื่อมั่นในคุณค่าของวิชาพลศึกษาก่อน เพราะทัศนคติมีผลต่อการแสดงออกในพฤติกรรมของบุคคล และขณะเดียวกันเป็นการแสดงออกหรือการปฏิบัติของบุคคลนั้นด้วย² มีนักพลศึกษาและนักสุขศึกษาหลายท่านเชื่อว่า การที่นักเรียนจะมีพฤติกรรมอย่างไรวินั้น ความรู้และทัศนคติต่อสิ่งนั้นเป็นเรื่องที่สำคัญมาก

๒ ซาฟริต (Safrit) กล่าวว่า ใครก็ตามที่มีทัศนคติในทางบวกต่อวิชาพลศึกษาก็จะมีความสนใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษา เพราะว่าการมีทัศนคติต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดก็จะมี ความสัมพันธ์กับการปฏิบัติต่อสิ่งนั้น และเชื่อกันว่าการมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อวิชาพลศึกษาหรือ

¹Brown Holtzman, Manual of Survey of Study Habit and Attitudes (New York : The Psychological Co., 1965), p. 5.

²ประภาเพ็ญ สุวรรณ, ทัศนคติการวัดการเปลี่ยนแปลงและพฤติกรรมอนามัย (กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2520), หน้า 3.

กิจกรรมพลศึกษาก็สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ถ้าได้จัดโปรแกรมพลศึกษาที่ดีและน่าสนใจให้นักเรียน¹ //

สุชาติ โสมประยูร กล่าวว่

ทัศนคติที่มีบทบาทสำคัญอย่างมากที่เคียวใน เรื่องสุขุปฏิบัติของนักเรียน เพราะว่ทัศนคติที่ดีของนักเรียนที่มีต่อความรู้ที่ไ้รับหรือต่อกิจกรรมและวิธีสอนของครุ รวมทั้งต่อตัวครุ จะช่วยให้นักเรียนไ้ค้นหาความรู้หรือประสบการณ์ไปใช้ในชีวิิตประจำวันไ้ คือ ทัศนคติจะสามารถโน้มน้าวจิตใจหรือจูงใจให้นักเรียนเปลี่ยนทฤษฎีเป็นการปฏิบัติไ้ไ้มากที่ไ้ไ้²

ในการสอนวิชาพลศึกษาไ้ต้องมีวัตถุประสงค์ที่จะไ้เกิดพฤติกรรมที่ต้อการ 5 คำนไ้คือ

1. ประชานวิสัย (Cognitive Domain) เป็นวัตถุประสงค์ที่เกี่ยวข้งกับพฤติกรรมที่ไ้เกิดขึ้นจากกระบวนการทางสมองและสติปัญญา คือ ต้อการไ้เกิดทางค่านความรู้
2. วิชาวิสัย (Affective Domain) เป็นวัตถุประสงค์ที่เกี่ยวข้งกับพฤติกรรมทางค่านเจตคติ หรือทัศนคติ (Attitude) ทาที่ ความรู้สึก อารมณ์ และค่านิยม
3. ทักษะวิสัย (Skill Domain) เป็นวัตถุประสงค์ที่เน้นในค่านการทำงานประสานกันของประสาทและกล้ามเนื้อ เพื่อไ้เกิดทักษะไ้เป็นสิ่งจำเป็นในการเรียนวิชาพลศึกษา
4. สมรรถภาพทางกายวิสัย (Physical Fitness Domain) เป็นวัตถุประสงค์ที่เน้นในค่านความสามารถของร่างกายในการที่จะปฏิบัติหน้าที่ในชีวิิตประจำวันในสังคมไ้ไ้ไ้ประสิทธิภาพ //

¹Magaret J. Safrit, Evaluation in Physical Education

(New Jersey : Prentice-Hall, 1973), p. 190.

²สุชาติ โสมประยูร, การสอนสุขศึกษา (กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2520), หน้า 54.

5. สังคมวิสัย (Social Domain) เป็นวัตถุประสงค์ที่มุ่งจะปลูกฝังคุณลักษณะ และคุณธรรมต่าง ๆ ในตัวนักเรียน เช่น ความเป็นผู้มีน้ำใจ เป็นนักกีฬา ความซื่อสัตย์ ความเคารพต่อระเบียบข้อบังคับ และอื่น ๆ ทำให้นักเรียนสามารถปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น และมีชีวิตอยู่ในสังคมได้เป็นอย่างดี¹ //

สำหรับวัตถุประสงค์ทางค่านิยม (Affective Domain) ซึ่งเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมทางค่านิยม (Attitude) ยังได้จำแนกออกเป็น 5 ระดับคือ

1. การรับ (Receiving) เป็นพฤติกรรมที่เกี่ยวกับความตั้งใจและสนใจของนักเรียนที่ทําส่งหนึ่งสิ่งใด หรือในสิ่งที่จะเรียน เช่น ฟังการอธิบายและดูการสาธิตทักษะของครูอย่างตั้งใจ

2. การสนองตอบ (Responding) เป็นพฤติกรรมที่นักเรียนมีการสนองตอบด้วยการมีส่วนร่วมในสิ่งนั้น เช่น นักเรียนปฏิบัติตามกฎกติกาการเล่น

3. การตีค่า (Valuing) เป็นพฤติกรรมในการมองเห็นค่าในวัตถุ ปรากฏการณ์หรือในพฤติกรรม เริ่มตั้งแต่การยอมรับหรือเห็นคุณค่าที่น้อย ๆ เช่น ความปรารถนาที่จะฝึกหัดทักษะให้ดีขึ้น จนถึงการเห็นคุณค่าที่มาก ๆ และยาก เช่น การมีหน้าที่รับผิดชอบเพื่อผลประโยชน์ของส่วนรวม

4. การจัด (Organization) เป็นพฤติกรรมในการนำความสามารถหลาย ๆ อย่างมาผสมผสานกัน เช่น การมีความรับผิดชอบในการกระทำของตนเองในเวลาเล่น

5. คุณลักษณะอันเกิดจากค่านิยมหรือค่านิยมในระดับสูง (Characterization by Value or Value Complex) เป็นระดับที่นักเรียนสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเอง และเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตของตนเองได้ เช่น การมีนิสัยในการบำรุงรักษาสุขภาพของตนเองให้คืออยู่เสมอ²

¹ วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ, หลักและวิธีสอนวิชาพลศึกษา (กรุงเทพมหานคร : ไทพรวรรณพานิช, 2523), หน้า 85-90.

² เรื่องเดียวกัน, หน้า 81-82.

จะเห็นได้ว่า ในการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา นอกจากต้องการให้มีความรู้และทักษะ ตลอดจนคุณธรรมต่าง ๆ ในสังคม ยังต้องคำนึงถึงด้านทัศนคติ โดยเฉพาะต่อวิชาพลศึกษา และการออกกำลังกาย จึงควรให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมตามความสามารถของแต่ละคน เพื่อให้ประสบความสำเร็จในการกระทำของตน จะช่วยให้ผู้เรียนมีความสนใจและต้องการมีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้นต่อไปอีก นอกจากนี้หลักสูตร การสอน ตัวครูผู้สอน อุปกรณ์ สถานที่ กิจกรรมในการเรียนการสอน ฯลฯ ก็มีผลต่อทัศนคติของนักเรียนที่มีต่อวิชาพลศึกษาคด้วย

วรศักดิ์ เพียรชอบ กล่าววว่า

การจัดโครงการสอนพลศึกษาก็เพื่อที่จะให้นักเรียนทุกคนได้มีความรู้ ความเข้าใจและเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย ให้มีทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬา และการออกกำลังกาย และรู้จักปฏิบัติตามระเบียบข้อบังคับของการเล่นกีฬา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ตลอดจนการรู้จักรักษาสุขภาพ อนามัยให้สมบูรณ์ เหมาะสมกับการเล่นกีฬาประเภทต่าง ๆ

๕-๗ การสร้างทัศนคติที่ดีต่อวิชาพลศึกษาจึงมีความสำคัญต่อการที่นักเรียนจะนำประสบการณ์ที่ได้รับไปใช้ในเวลารว่าง เพื่อให้เป็นคนที่มีร่างกายแข็งแรงและสมบูรณ์ ซึ่งต้องอาศัยการปฏิบัติเป็นประจำ คือ ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ มีนิสัยในการออกกำลังกายเป็นประจำตลอดชีวิต ไม่ใช่เพียงแต่ในวัยที่กำลังศึกษาเล่าเรียนหรือเพียงแค่วินาทีของพลศึกษาเท่านั้น ซึ่งการออกกำลังกายเป็นประจำอาจจะต้องมีปัจจัยอื่น ๆ มาประกอบหลายอย่าง เช่น สถานที่ อุปกรณ์ เวลา ตลอดจนสภาพแวดล้อมของสังคม แต่ที่สำคัญที่สุด คือ จะต้องมิตทัศนคติที่ดีต่อวิชาพลศึกษา และการออกกำลังกาย ๗

อีกประการหนึ่งที่สำคัญก็คือ ในการวัดผลทางการเรียนการสอนวิชาพลศึกษานั้น ครูพลศึกษาส่วนใหญ่มักมุ่งวัดผลทางความรู้และทางค่านิยมทักษะ มักจะละเลยต่อการวัดผลทางทัศนคติของนักเรียนที่มีต่อวิชาพลศึกษา จึงเป็นสาเหตุให้ครูพลศึกษาไม่สามารถทราบถึงทัศนคติทางพลศึกษาของนักเรียน ซึ่งอาจจะทำให้การเรียนการสอนวิชาพลศึกษาไม่ประสบผลสำเร็จเท่าที่ควร

ในการที่จะพัฒนาประเทศนั้นก็ต้อองอาศัยประชากรที่มีคุณภาพ และประชากรจะมีคุณภาพได้นั้นก็จะต้องมีสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์เสียก่อน โดยการออกกำลังกายเป็นประจำ ดังจุดมุ่งหมายของหลักสูตรวิชาพลศึกษา พุทธศักราช 2524 ข้อ 3 ที่เน้นให้ผู้เรียนเห็นคุณค่าของการกีฬา และเล่นกีฬาตามอุดมคติของกีฬา เช่น กีฬาเพื่อมิตรภาพ กีฬาเพื่อสุขภาพ กีฬาเพื่อความสนุกสนาน และข้อ 4 ที่เน้นให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาและรักษาสภาพทางร่างกายและจิตใจด้วยการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำ¹ การที่ประชาชนจะเห็นความสำคัญของวิชาพลศึกษามากน้อยเพียงใดนั้น จุดหนึ่งที่ต้องคำนึงถึง คือทัศนคติที่มีต่อวิชาพลศึกษาในขณะที่เรียนในโรงเรียน และผู้วิจัยเชื่อว่า ถ้านักเรียนได้มีทัศนคติที่ดีต่อวิชาพลศึกษาในโรงเรียนแล้วก็น่าจะเห็นความสำคัญของวิชาพลศึกษาต่อไปในภายภาคหน้าด้วย จึงทำให้สนใจในการที่จะศึกษาทัศนคติของนักเรียนที่มีต่อวิชาพลศึกษา เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงความเข้าใจและทัศนคติของหลักวิชานี้ให้ถูกต้อง และจะได้เป็นแนวทางในการสร้างเสริมการจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาทัศนคติของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีต่อวิชาพลศึกษา
2. เพื่อเปรียบเทียบทัศนคติทางพลศึกษาของนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง
3. เพื่อเปรียบเทียบทัศนคติทางพลศึกษาของนักเรียนในกรุงเทพมหานครกับนักเรียนในต่างจังหวัด
4. เพื่อสร้างเกณฑ์ปกติวิสัยทัศนคติทางพลศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

¹กระทรวงศึกษาธิการ, หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลาย พุทธศักราช 2524,

สมมติฐานของการวิจัย

วิชาพลศึกษา เป็นวิชาที่อยู่ในหลักสูตร และทุกโรงเรียนก็จัดให้มีโครงการพลศึกษา จุดมุ่งหมายเพื่อเสริมสร้างทัศนคติ ดังนั้น นักเรียนน่าจะมีทัศนคติต่อวิชาพลศึกษาในระดับใด ระดับหนึ่ง นอกจากนี้ เพศและที่ตั้งของสถานศึกษาไม่น่าจะเป็นสาเหตุให้ทัศนคติของนักเรียน แตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

1. เป็นการศึกษาทัศนคติทางพลศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่วัดได้จากมาตราวัดของสุรศักดิ์ สุขเมธีวรกุล
2. ตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชายและนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2525 เฉพาะสังกัดกรมสามัญศึกษาทั้งในกรุงเทพมหานครและในต่างจังหวัด

ข้อตกลงเบื้องต้น

ผู้วิจัยถือว่ากลุ่มตัวอย่างประชากรที่ตอบข้อความในมาตราวัดทัศนคติทางพลศึกษาได้ ตอบตามความรู้ลึก ความคิดเห็นที่แท้จริง และด้วยความจริงใจ เชื่อถือได้

ความไม่สมบูรณ์ของการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้อาจไม่สมบูรณ์ เนื่องจากสาเหตุดังต่อไปนี้

1. ตัวอย่างประชากรที่ตอบมาตราวัดทัศนคติทางพลศึกษาอาจจะอยู่ในสภาพที่ไม่พร้อมที่จะตอบ เช่น มีความเร่งรีบเนื่องจากกำลังเรียน ป่วย

2. การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยไม่ได้ควบคุมตัวแปรอื่น ๆ ที่อาจมีผลต่อการวิจัย เช่น ระดับสติปัญญา พื้นฐานการอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัว ฐานะทางสังคมและเศรษฐกิจของครอบครัว ประสบการณ์ของผู้ตอบ เป็นต้น

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

โรงเรียน หมายถึง โรงเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายทั่วประเทศ (ทั้งในกรุงเทพมหานครและในต่างจังหวัด)

นักเรียน หมายถึง นักเรียนชายและนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา ปีการศึกษา 2525 ทั่วประเทศ

โรงเรียนชาย หมายถึง โรงเรียนที่มีนักเรียนชายล้วน ตั้งแต่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 (ม.1) ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 (มศ.5) และโรงเรียนที่มีนักเรียนชายล้วนในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 (ม.3) ส่วนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 (ม.4) ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เป็นแบบสหศึกษา

โรงเรียนหญิง หมายถึง โรงเรียนที่มีนักเรียนหญิงล้วนตั้งแต่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และโรงเรียนที่มีนักเรียนหญิงล้วนในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ส่วนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เป็นแบบสหศึกษา

โรงเรียนแบบสหศึกษา หมายถึง โรงเรียนที่มีทั้งนักเรียนชายและนักเรียนหญิงเรียนรวมกัน ตั้งแต่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

นักเรียนในต่างจังหวัด หมายถึง นักเรียนที่เรียนใน 5 ภาค คือ ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคตะวันออก ภาคใต้ และภาคกลาง

ทัศนคติ หมายถึง ความพร้อมที่จะตอบสนองต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือสภาพการณ์ใดในทางสนับสนุนหรือต่อต้านสิ่งนั้นหรือสภาพการณ์นั้น

ทัศนคติทางพลศึกษา หมายถึง ความพร้อมที่จะตอบสนองต่อเรื่องพลศึกษา ซึ่งอาจจะ เป็นทางสนับสนุน หรือในทางต่อต้านทางพลศึกษา

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. ทำให้ทราบทัศนคติของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีต่อวิชาพลศึกษา
2. เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้บริหารการศึกษา ผู้บริหารโรงเรียน และครูพลานามัย ได้ปรับปรุงการเรียนการสอน เพื่อส่งเสริมทัศนคติทางพลศึกษาให้ดียิ่งขึ้น
3. เพื่อเป็นแนวทางสำหรับการศึกษาในเรื่องนี้ต่อไป

