

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

มวยได้เริ่มปรากฏแล้วในสมัยกรุงสุโขทัยเป็นราชธานีและได้แสดงบทบาทในแง่ประเพณีแห่งการละเล่น เพื่อการเฉลิมฉลองในงานเทศกาลและในแง่ศิลปะของการต่อสู้เมื่อเผชิญกับศัตรูในยามสงคราม เพราะอาวุธที่ใช้ในสมัยนี้จะเป็นอาวุธประจำกาย เช่น หอก ดาบ และมีด พร้อมทั้งอาวุธที่เป็นอวัยวะของร่างกาย เช่น หมัด ศอก เข่า และเท้าที่ใช้เตะ ถีบ ซึ่งเรียกว่า มวยไทยทั้งนี้จะมีสำนักให้การอบรมและสั่งสอนมวยไทยในหัวเมืองต่าง ๆ โดยเฉพาะที่เด่นมากที่สุดคือ สำนักที่เมืองลพบุรี

ในสมัยกรุงศรีอยุธยาเป็นราชธานี มวยไทยได้มีบทบาทในแง่การละเล่นเพื่อการเฉลิมฉลอง เช่น การแสดงในงานวัดซึ่งมีมากขึ้นและสำหรับศิลปะของการต่อสู้ซึ่งสำคัญกว่าสมัยกรุงสุโขทัยเพราะมีสงครามกับพม่ามากกว่า จนได้เกิดตำนานของนายขนมต้มนักมวยไทยที่สู้กับพม่าจนชนะ ได้หลายคน อนึ่ง มวยไทยยังเป็นศิลปะของการต่อสู้สำหรับทหารองครักษ์ หรือ ทหารมหาดเล็กรักษาพระองค์ เช่นเดียวกับสมัยสุโขทัยและได้มีสำนักฝึกอบรมและสั่งสอนมวยไทยในหัวเมืองต่าง ๆ เป็นจำนวนมาก

ครั้นเข้าสู่สมัยธนบุรีและรัตนโกสินทร์ตอนต้น มวยไทยก็ยังมีบทบาทเหมือนสมัยกรุงศรีอยุธยา และเมื่อก้าวเข้าสู่ยุคปัจจุบัน มวยไทยได้แปรเปลี่ยนรูปแบบสู่การแข่งขันและการกีฬามากขึ้น จนกระทั่งได้มีการจัดการแข่งขันทั้งที่เป็นระบบและไม่มีระบบ เช่น การแข่งขันชกมวย

ตามประเพณีของการเฉลิมฉลองของเทศกาลและการแข่งขันที่เวทีที่ได้จัดตั้งขึ้น โดยการอนุมัติของทางราชการ คือเวทีราชดำเนินและเวทีลุมพินีในเขตกรุงเทพมหานคร และเวทีประจำท้องถิ่นต่าง ๆ ที่ได้ขออนุญาตจัดการแข่งขัน เป็นต้น

มวยไทยได้วิวัฒนาการจากรูปแบบของศิลปะของการต่อสู้จนกลายเป็นกีฬาสมัครเล่น และกีฬาอาชีพจนกระทั่งได้มีองค์กรรับรองคือ สมาคมมวยไทยสมัครเล่นแห่งประเทศไทย และสมาคมมวยอาชีพแห่งประเทศไทย โดยมีการจัดการแข่งขันและจัดเป็นธุรกิจในเชิงศิลปะของการแสดงและเพื่อการบันเทิงอีกด้วยทั้งนี้ ได้มีการถ่ายทอดสดทางโทรทัศน์เพื่อเสนอเป็นการสนทนาการให้แก่ประชาชนอีกด้านหนึ่งด้วย

ในด้านการศึกษานั้น วิชามวยไทยได้เป็นกิจกรรมเพื่อการเรียนการสอนทั้งในหลักสูตรระดับมัธยมศึกษาและอุดมศึกษา โดยเฉพาะในสถาบันผลิตครูพลศึกษา เช่น วิทยาลัยพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เป็นต้น (มงคล คำเมือง, 2532)

สลัปรี พัฒน์วิบูลย์ (2522) ได้ทำการศึกษาถึงการกีฬาและพลศึกษาในประเทศไทย ในรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ในสมัยของพระองค์นั้น ปรากฏว่าการกีฬาและพลศึกษาได้รับการสนับสนุนและส่งเสริมอย่างมาก มีการฟื้นฟูการกีฬาที่เป็นกีฬาพื้นเมืองของไทยให้แพร่หลายและเป็นที่ยอมรับกันมากขึ้น นอกจากนั้นพระองค์ยังทรงนำเอากีฬาต่างประเทศเข้ามาเผยแพร่เพิ่มขึ้นอีก หลังจากที่พระองค์เสด็จพระราชดำเนินกลับจากประพาสประเทศในทวีปยุโรป เมื่อปี พ.ศ. 2440 อันได้แก่ กีฬามวยสากล ยูโด รักบี้ ฟุตบอล ซี่มา เทนนิส เพื่อเป็นการส่งเสริมคนไทยได้มีการออกกำลังกายให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงอยู่ตลอดเวลา และกีฬาที่พระองค์ได้นำมาเผยแพร่นั้นก็กลายเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมกันอย่างแพร่หลายในสมัยต่อมา

นอกจากนี้พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวยังสนพระทัยในการกีฬาอย่างยิ่ง จะเห็นได้ว่า พระองค์ทรงเสด็จเข้าร่วมเล่นกีฬาต่าง ๆ กับข้าราชการบริวาร ได้แก่ มวยไทย กระบี่กระบอง แข่งเรือ เป็นต้น นอกจากนี้ยังทรงเสด็จพระราชดำเนินทอดพระเนตรและ

พระราชทานรางวัลแก่ผู้ที่ชนะเลิศในการแข่งขันกีฬาพื้นเมืองของไทยด้วยพระองค์เองอยู่เสมอ ๆ เช่น การแข่งขันชกมวย การแข่งขันกระบี่กระบอง การแข่งเรือ และการแข่งขันกีฬาว่าวพั่น เป็นต้น

โพธิ์สวัสดิ์ แสงสว่าง (2522) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการ "พัฒนาการกีฬามวยไทย" โดยศึกษาจากวิทยานิพนธ์ วารสาร บทกวีที่เกี่ยวข้องกับมวยไทย สัมภาษณ์ครู อาจารย์ที่สอนมวยไทย นายสนามมวย สื่อมวลชนที่เกี่ยวข้องกับกีฬามวยไทยทั้งในอดีตและปัจจุบันและสรุปว่าการกีฬามวยไทยจากสมัยกรุงสุโขทัยถึงสมัยปัจจุบันมีจุดที่น่าสนใจ คือ

1. จุดมุ่งหมายในการฝึกหัดมวยไทยในอดีตตั้งแต่ครั้งกรุงสุโขทัยจนมาถึงสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ตอนต้น เพื่อการทหาร การป้องกันประเทศ และถวายอารักขาแด่พระมหากษัตริย์ แต่ในปัจจุบันส่วนใหญ่เป็นอาชีพ
2. การเปรียบเทียบในสมัยก่อน เปรียบมวยโดยอาศัยความสมัครใจของนักมวยทั้งสองฝ่าย ไม่มีการชั่งน้ำหนัก ไม่กำหนดรุ่น ในปัจจุบันต้องอาศัยการชั่งน้ำหนักและระดับชั้นฝีมือของนักมวย
3. กติกาการแข่งขัน ในอดีตกติกาไม่รัดกุม นักมวยได้รับอันตรายถึงแก่ชีวิต หรือบาดเจ็บสาหัสอยู่เนือง ๆ เพราะจะต้องชกกันจนกว่าจะยอมแพ้กันไปข้างหนึ่ง ปัจจุบันกติการัดกุมยิ่งขึ้น มีทั้งกำหนดน้ำหนัก จำนวนยก ระยะเวลาการต่อสู้ในแต่ละยก เป็นต้น
4. ในอดีตและปัจจุบัน กีฬามวยไทย มีส่วนที่เหมือนกันใกล้เคียงกัน และไม่ยิ่งหย่อนไปกว่ากัน ในจุดที่มวยไทยช่วยสร้างคุณธรรม สร้างความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา ความซื่อสัตย์สุจริต ความสุขุมรอบคอบ และความกตัญญูทดแทน

วิชามวยสากลเป็นวิชาที่กล่าวถึงการป้องกันตัวและการตอบโต้คู่ต่อสู้ รู้จักใช้วิถีวะที่มีอยู่ตามธรรมชาติให้เกิดประโยชน์ เต็มไปด้วยกลเม็ดพลิกแพลง โดยมีต้องอาศัยอาวุธหรือวัตถุภายนอกมาเกี่ยวข้องด้วยเลย ซึ่งสามารถนำไปใช้ได้ใยามคับขัน หรือถูกรังแกได้อย่างฉับพลัน นอกจากนี้ยังเป็นวิชาบริหารกายให้ได้สัดส่วนสมบูรณ์ (แสง สิริโปล, 2520) การฝึกหัดมวยเหมาะสำหรับผู้ที่สมรรถภาพทางกายดีเท่านั้น เพราะการชกมวยสากลจะต้องใช้กำลังแขน เหว



ไหล่ ซา ข้อมือ ข้อศอก และข้อเท้าเข้าช่วยในการชกหมัดต่าง ๆ การป้องกันตัว การเคลื่อนไหว และการปะทะจากคู่ต่อสู้ ก่อนจะเริ่มฝึกหัดชกมวยจำเป็นต้องปรับปรุงตัวด้วยการออกกำลังกาย ร่างกายให้แข็งแรงเสียก่อน (ป. ไชยภักดิ์, 2518) กีฬามวยสากลเป็นเกมที่จะต้องใช้กำลังกาย รวมอยู่เสมอ ฝึกให้เกิดความรู้เจ็ยเวลา รู้จักใช้ความคล่องแคล่ว การทรงตัว และการบังคับใจ ต้องฝึกหัดขึ้นเชิง ไทวพริบมากมาย นับว่ามีคุณสมบัติพิเศษ เป็นวิชาป้องกันตัวดีเลิศ ช่วยปรับปรุง ลักษณะท่าทาง ตลอดจนรูปร่างกายให้มีพละกำลัง (นิยม ทองชิตร์, 2504) ในการฝึกมวยสากล จะต้องคำนึงถึงทักษะเบื้องต้น สมรรถภาพทางกายขั้นพื้นฐาน ตลอดจนการฝึกพิเศษเกี่ยวกับ สมรรถภาพทางกายและการฝึกขึ้นเชิงขั้นสูง (แสวง ศิริไพล์, 2520)

การชกมวยต้องใช้วัยวะทุกส่วนของร่างกายเคลื่อนไหว ทั้งการป้องกันตัว และตอบโต้ คู่ต่อสู้โดยตรง การรุกก็คือนการเข้าชก ซึ่งมีวิธีการต่าง ๆ มากมาย การรับก็มีการถอย การเงย การฉาก การหลบ การบิดบิด ตลอดจนการตอบโต้ การเคลื่อนไหวต่าง ๆ เหล่านี้เกิดขึ้นตลอดเวลา และอยู่ในระยะกระชั้นชิด ดังนั้น ผู้ได้รับการฝึกหัดจะต้องมีความรวดเร็วในการป้องกัน ตัวเองไม่ให้ถูกชกได้ง่าย ๆ จะต้องฝึกหัดอยู่เสมอจนกล้ามเนื้อ และประสาทเกิดความเคยชินและ สัมพันธ์ซึ่งกันและกัน เพราะการชกมวยประสาทต้องสามารถควบคุมการทำงานของกล้ามเนื้อได้ อย่างมีประสิทธิภาพและรวดเร็ว ฅนอม อัครเศรณี (2510) ได้กล่าวว่า ศิลปะของการชกมวย ที่ดีที่สุด คือ "การทำคู่ต่อสู้ให้เจ็บมากที่สุด โดยระมัดระวังตนเองให้เจ็บน้อยที่สุด" ซึ่งสอดคล้องกับ นิยม ทองชิตร์ (2504) ที่ให้ความเห็นว่า "การชกหมัดเพื่อเข้าต่อสู้โต้ตอบกัน ผู้ที่มีความเร็วในการปล่อยหมัดแต่ละหมัดออกไปย่อมจะมีโอกาสนำชัยชนะมาสู่ตนได้มากกว่าผู้ปล่อยหมัดออกไปช้ากว่า ซึ่งเราเรียกว่า ชิงชกก่อน"

การให้คะแนนจากการแข่งขันในแต่ละยกผู้ตัดสินต้องคิดคะแนนให้แก่กันมวยแต่ละคนตาม จำนวนการชกหมัด การชกที่ได้คะแนนจะต้องชกด้วยสันหมัดที่กำลังอยู่ถูกต้องตามด้านหน้าหรือด้านข้างของ ศีรษะและลำตัวเหนือแนวเข็มขัด การใช้หมัดเทวียงชกถูกต้องตามส่วนที่กล่าวข้างต้นถือว่า ได้คะแนน ไม่มีคะแนนพิเศษสำหรับการชกล้ม (A.I.B.A. Rules, 1984)

จากเหตุผลดังกล่าวจะเห็นว่าความสำเร็จในการชกมวยสากลสมัครเล่นขึ้นอยู่กับ

สมรรถภาพทางกายและความสามารถในการชกหมัดต่าง ๆ เป็นส่วนประกอบหนึ่งที่ทำให้เพิ่มความสำเร็จในการชกมวยสมัครเล่นมากยิ่งขึ้น เพราะการชกมวยสากลสมัครเล่นต้องใช้เวลาแข่งขัน 3 ยก ๆ ละ 3 นาที พักระหว่างยก 1 นาที นักมวยต้องเคลื่อนไหวหาจังหวะเข้าชกคู่ต่อสู้ มีการปะทะ หลบหลีกหลอกล่อป้องกันและตอบโต้กับคู่ต่อสู้ จึงต้องอาศัยสมรรถภาพทางกาย นอกจากนี้ในการชกมวยสากลสมัครเล่น นักมวยที่ชกหมัดต่าง ๆ ได้จำนวนมากและชกได้ตลอดเวลา นั้นจำเป็นต้องมีสมรรถภาพทางกายดีและมีทักษะการชกหมัดได้ถูกต้องตามกติกา ความดีในการชกหมัดจึงเป็นตัวบอกลถึงสมรรถภาพทางกายและทักษะการชกหมัดต่าง ๆ ของนักมวย ในการแข่งขันถ้านักมวยมีสมรรถภาพทางกายดี มีทักษะการชกหมัดต่าง ๆ ได้ถูกต้องตามกติกาสามารถชกหมัดต่าง ๆ ได้ตลอดเวลา มีจำนวนมากกว่าคู่ต่อสู้ ย่อมมีโอกาสได้คะแนนมากกว่านักมวยที่ชกหมัดได้น้อย ซึ่งตรงกับหลักการตัดสินชนะเลิศโดยคะแนน

ศักดิ์ชาย ทัพสุวรรณ (2526) ได้ให้ความคิดเห็นในองค์ประกอบสำคัญที่นักมวยสากลควรจะมี คือ

1. ฟุตเวิร์ค (Footwork) ที่คล่องแคล่วว่องไว
2. การใช้หมัด หมัดนำหรือหมัดหน้า หรือหมัดแย็บที่รวดเร็วจะเป็นหมัดที่อันตรายและน่ากลัวที่สุด เพราะสามารถรบกวนคู่ต่อสู้ได้ตลอดเวลา จะเป็นหมัดที่ทำคะแนนและป้องกันตัวเองได้ดี

หมัดที่ชกในระยะใกล้ ได้แก่ หมัดตรงซ้าย และหมัดตรงขวา ส่วนหมัดที่ชกในระยะไกล ได้แก่ หมัดฮุคซ้าย หมัดฮุคขวา หมัดอัปเปอร์คัทซ้ายและหมัดอัปเปอร์คัทขวา ทุกหมัดที่ชกไปต้องถูกเป้าหมายด้วยสันหมัดจึงจะถูกต้องตามกติกา (แสวง ศิริไพบูลย์, 2520) ทุกหมัดที่กล่าวมานี้มีความแตกต่างในระยะทางที่เคลื่อนไหวไปยังเป้าหมาย จะเห็นได้ว่าหมัดที่เป็นอาวุธสำคัญของมวยสากล ได้แก่ หมัดตรง (Straight Hit) หมัดฮุค (Hook) หมัดอัปเปอร์คัท (Uppercut) ซึ่งนักมวยต้องชกหมัดเหล่านี้ให้คล่องแคล่วทั้งข้างซ้ายและข้างขวาในทุกหมัดเพื่อประโยชน์ในการรุกและรับ ถนอม อัครเศรณี (2510) ได้กล่าวว่า ผู้ที่จะเป็นนักมวยสากลจะต้องหัดชกหมัดให้คล่องแคล่วทั้งข้างซ้ายและข้างขวา ต้องมีเป้าหมายของหมัด ชกให้คล่อง ชกให้แม่นยำ



การเล่นกีฬาทุกอย่างจำเป็นจะต้องคำนึงถึงสมรรถภาพของนักกีฬา สมรรถภาพและความสามารถของร่างกายที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหวนับเป็นส่วนสำคัญที่สุดของความสำเร็จทางการกีฬา สมรรถภาพและความสามารถของร่างกายแต่ละบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหวเพื่อทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่ง หรือหลาย ๆ อย่างพร้อมกันนั้น หมายถึง สมรรถภาพหรือความสามารถทางกลไกนั่นเอง

ในการฝึกซ้อมกีฬาเกือบทุกชนิดและเกือบทุกประเภทยังไม่ได้รับความสนใจจากผู้ที่เกี่ยวข้องเท่าที่ควร อาจถือว่าเป็นเรื่องของนักกีฬาและผู้ฝึกสอนเท่านั้น แต่ความจริงแล้วปัญหาการฝึกซ้อมมีมากมาย ทั้งตัวนักกีฬาเองและสิ่งแวดล้อม การช่วยแก้ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ เท่าที่จะทำได้ เพื่อนักกีฬาจะได้เตรียมตัวฝึกซ้อมอย่างดีและสม่ำเสมอให้สถิติและมาตรฐานของนักกีฬาดำเนินไปด้วยรวมทั้งเป็นการยกระดับมาตรฐานการกีฬาของประเทศให้ทัดเทียมนานาชาติอีกด้วย (ถนอมวงศ์ กฤษณ์เพชร, 2526)

"การฝึกซ้อม (Training) เป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับนักกีฬาทุกประเภท เพราะการฝึกซ้อมที่ได้กระทำจนบรรลุเป้าหมายแล้วจะทำให้บุคคลที่ได้รับการฝึกซ้อมนั้นเกิดความพร้อมทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจก่อนที่จะลงมือทำการแข่งขัน" (Bucher, 1968) ทั้งนี้ เป็นเพราะการฝึกซ้อมให้ผลต่อเซลล์ เนื้อเยื่อ อวัยวะ และระบบกล้ามเนื้อ ระบบการหายใจ ระบบการไหลเวียนเลือด ระบบประสาท ระบบย่อยอาหาร ระบบขับถ่าย และความร้อนในร่างกายดีขึ้น ดังที่อนันต์ อิตชู (2526) กล่าวว่า

ผลที่เกิดจากการฝึกจะทำให้ระบบกล้ามเนื้อแข็งแรง เหนียวและหนาขึ้นมีการสะสมอาหารไว้ได้มากขึ้นกว่าเดิม มีความทนต่อความเป็นกรด-ด่างได้อย่างดี ทนต่อการเหน็ดเหนื่อยมากยิ่งขึ้น สามารถใช้ออกซิเจนได้มากขึ้น ระบบประสาทมีการสั่งงานด้วยความรวดเร็วและแรงขึ้น การสั่งงานของระบบประสาทมีความสัมพันธ์กันดีกับการทำงานของกล้ามเนื้อ ทำให้การทำงานมีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2532) กล่าวว่า การที่มาตรฐานการกีฬาของไทยเราไม่มีการพัฒนาเท่าที่ควรนั้นสาเหตุที่สำคัญอย่างหนึ่งนั้นอาจจะเป็นเพราะว่าเราขาดกระบวนการ การเพาะ

นักกีฬาควบคู่ไปกับการแข่งขันกีฬา

หรือจะพูดอีกนัยหนึ่งว่า เราขาดการส่งเสริมให้ประชาชนพลเมือง ได้มีการเรียนรู้ได้ ฝึกหัด ได้เล่น และได้แข่งขันกีฬาอย่างกว้างขวาง จึงทำให้ไม่สามารถที่จะคัดนักกีฬาจากจำนวน ประชากรที่มาก ๆ อย่างเพียงพอนั่นเอง

ดังนั้น จึงเป็นธรรมดาที่ว่าเมื่อฐานการเล่นกีฬาไม่ดี ไม่กว้างขวางพอ ฐานนี้ก็จะย่อมจะ ไม่สามารถที่จะรองรับยอดที่สูงได้ ฉะนั้น ประเด็นที่สำคัญอันดับแรกในการที่จะพัฒนาการกีฬานั้นควร จะได้ส่งเสริมให้ประชาชนพลเมือง ได้มีโอกาสเรียนรู้ ได้ฝึกหัด ได้เล่น และได้แข่งขันกีฬาในวิธี การที่ดีที่สุดที่ถูกต้อง โดยกว้างขวางและทั่วถึงกันให้มากที่สุด วิธีการที่จะส่งเสริมที่สามารถจะทำได้ โดยง่าย โดยที่รัฐบาลไม่ต้องลงทุนลงแรงอะไรเพิ่มขึ้นอีกมากมายนัก อย่างหนึ่งก็คือ การเริ่มจาก นักเรียนซึ่ง เป็นกลุ่มเป้าหมายที่สำคัญมากนี้ ด้วยการจัดโปรแกรมการเรียนการสอนพลศึกษาและ กีฬาที่ดีใน โรงเรียนเพื่อให้นักเรียน ได้เรียนรู้ ได้ฝึกหัด ได้เล่น และได้แข่งขันกีฬาในวิธีการที่ถูกต้อง อย่างทั่วถึงกันทุกคน ทุกโรงเรียนทั่วประเทศ เป็นอันดับแรก การจัดให้นักเรียน ได้มีส่วนร่วมใน โปรแกรมพลศึกษาและกีฬาอย่างทั่วถึงกันนี้ จะ เป็นการส่งเสริมให้นักเรียนที่จะเติบโต เป็นพลเมือง ของชาติในอนาคต ได้เป็นผู้ที่มีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ มีสุขภาพและพละอนามัยสมบูรณ์ มีน้ำใจ นักกีฬา และมีระเบียบวินัย

วิชิต คณิงสุขเกษม (2533) ได้กล่าวไว้ว่า ผู้ฝึกสอนคือผู้ทำหน้าที่สอนเกี่ยวกับกีฬา เปรียบเสมือนผู้ควบคุมนักกีฬา โดยมีหน้าที่ต้องพยายามพัฒนา ปรับปรุงเพิ่มขีดความสามารถของ ทีมฝึกบุคคลในการเพิ่มสมรรถภาพทางกาย สติปัญญา คุณธรรม ความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา กำหนด ตารางการฝึกซ้อม คิดค้นหาวิธีการฝึกต่าง ๆ ให้เกิดประสิทธิภาพ ควรจะมีบทบาททั้งทางตรง และทางอ้อม ที่จะสร้างแรงจูงใจให้กับนักกีฬา เพื่อให้บรรลุจุดหมายที่ตั้งไว้

### เอกสารและงานวิจัยในประเทศ

เพ็ญประภา เข้มแดง (2518) ได้ทำการศึกษาเรื่อง วิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวของอาวุธมวยไทย โดยวัดระยะเวลาปฏิกิริยาของหมัดศอกและเตะด้วยเครื่องอิเล็กทรอนิกส์ วัดแรงกระทบด้วยเครื่อง ไดนาโมมิเตอร์ กลุ่มตัวอย่างที่ 1 เป็นนักมวยอาชีพ 20 คน กลุ่มที่ 2 เป็นบุคคลที่ไม่เคยฝึกมวยไทยอย่างจริงจังมาก่อน จำนวน 20 คน รวมทั้งสิ้น 40 คน ในการทดลองผู้เข้ารับการทดลองจะทำ 3 ท่า คือ หมัด ศอก และเตะ แต่ละท่าทำ 3 ครั้ง แยกเป็นซ้ายและขวา ผลการศึกษาพบว่า นักมวยและบุคคลธรรมดาในกลุ่มนี้มีน้ำหนักใกล้เคียงกัน (50-55 กิโลกรัม) ในช่วงต้นระยะเวลาปฏิกิริยาค่าเฉลี่ยของหมัดศอกของบุคคลธรรมดาล้นกว่านักมวยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนการเตะไม่แตกต่างกัน ในด้านแรงกระทบนั้น ปรากฏว่าหมัดของนักมวยและบุคคลธรรมดาไม่แตกต่างกัน ศอกบุคคลธรรมดามีแรงกระทบมากกว่านักมวยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนการเตะนักมวยมีแรงกระทบมากกว่าบุคคลธรรมดาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 และเมื่อเปรียบเทียบในน้ำหนักต่างกัน พบว่า นักมวยที่หนัก 44-49 กิโลกรัม มีแรงกระทบน้อยกว่านักมวยที่หนัก 50-55 กิโลกรัม ทั้งหมัดศอกและเตะ แต่ในด้านระยะเวลาปฏิกิริยาไม่แตกต่างกัน ทั้งหมัดศอกและเตะ เมื่อเปรียบเทียบระยะเวลาปฏิกิริยาระหว่างข้างที่ถนัดและ ไม่ถนัดของนักมวยและบุคคลธรรมดาไม่แตกต่างกัน ส่วนในแรงกระทบนั้นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในหมัดศอกและเตะทั้งในบุคคลธรรมดาและนักมวย

วัลภา วัฒนพงษ์ (2518) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของการลดน้ำหนักตัวของนักกีฬาต่อความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ และความอดทน ผู้ถูกทดลองเป็นนักมวยสมัครเล่น มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พลศึกษา ซึ่งมีสภาพร่างกายสมบูรณ์ จำนวน 8 คน แต่ละคนจะต้องลดน้ำหนักตัว 3 ครั้ง คือ 2 เพอร์เซ็นต์, 4 เพอร์เซ็นต์, และ 6 เพอร์เซ็นต์ โดยการลดหรือตอาอาหารและน้ำ หรือโดยการออกกำลังกาย ก่อนการลดน้ำหนักให้ทดสอบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อโดยวัดแรงบีบมือ แรงเหยียดขา และแรงเหยียดหลัง โดยใช้เครื่องวัดแรงบีบมือและแรงเหยียดหลัง และวัดความอดทนด้วยจักรยานวัดงาน เพื่อวัดประสิทธิภาพสูงสุดใน 6 นาที หลังการลดน้ำหนัก



(ในวันต่อมา) ทำการทดสอบเช่นเดิมในเวลาและภาวะแวดล้อมใกล้เคียงกัน แล้วนำผลที่ได้มาเปรียบเทียบกับประสิทธิภาพที่วัดก่อนลดน้ำหนักกับหลังลดน้ำหนักแต่ละระดับ โดยการทดสอบค่า "ที" ผลปรากฏว่า

1. ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อก่อนและหลังลดน้ำหนักทุกระดับ (2 เปอร์เซ็นต์, 4 เปอร์เซ็นต์, และ 6 เปอร์เซ็นต์) ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
2. การลดน้ำหนัก 2 เปอร์เซ็นต์ ไม่ทำให้ความอดทนลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
3. การลดน้ำหนัก 4 เปอร์เซ็นต์ ทำให้ความอดทนลดลง 2.3 เปอร์เซ็นต์ ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01
4. การลดน้ำหนัก 6 เปอร์เซ็นต์ ทำให้ความอดทนลดลง 3.3 เปอร์เซ็นต์ ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

สมถวิล วิจารณ์กรกิจ (2519) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสมรรถภาพทางกาย กับผลการชกมวยไทย โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักมวยอาชีพจากค่ายมวยต่าง ๆ ในกรุงเทพมหานคร 15 ค่าย จำนวน 60 คน มีประสบการณ์ในการชกอย่างน้อย 1 ปี อายุเฉลี่ย 18.92 ปี น้ำหนักเฉลี่ย 115.07 ปอนด์ และส่วนสูงเฉลี่ย 162.25 เซนติเมตร มารับการทดสอบก่อนขึ้นชกจริง 7-10 วัน นักมวยจะถูกทดสอบ 2 อย่างคือ

1. ทดสอบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ 5 อย่าง โดยวัดแรงบีบมือ แรงงอ เขยียดของแขนและขา ด้วยเครื่องวัดแรงบีบมือ (Grip Dynamometer) ซึ่งได้ดัดแปลงให้เหมาะสม
2. ทดสอบความทนทานของระบบการไหลเวียนของโลหิตโดยใช้ ฮาร์วาร์ดสเต็ปเทส ซึ่งศาสตราจารย์ นายแพทย์ อวย เกตุสิงห์ ได้ดัดแปลงให้เหมาะสมกับคนไทย เมื่อทดสอบแล้วติดตามผลการชกมวยมาคิดเป็นคะแนนดังนี้ ชั้นะ 2 คะแนน เสมอ 1 คะแนน แพ้ 0 แล้วนำมาหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

จากการวิจัยพบว่า

1. ค่าเฉลี่ยของการทดสอบความทนทานของระบบการไหลเวียนของโลหิตเท่ากับ 114.17 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 15.13 และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .04

ซึ่งไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ค่าเฉลี่ยของการทดสอบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขนขวาเท่ากับ 72.97 กิโลกรัม ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 15.35 และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .15 ซึ่งไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ค่าเฉลี่ยของการทดสอบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขนซ้ายเท่ากับ 70.43 กิโลกรัม ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 14.93 และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .05 ซึ่งไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ค่าเฉลี่ยของการทดสอบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขาขวาเท่ากับ 52.17 กิโลกรัม ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 14.55 และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ -.10 ซึ่งไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. ค่าเฉลี่ยของการทดสอบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขาซ้ายเท่ากับ 49.65 กิโลกรัม ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 14.47 และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ -.08 ซึ่งไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุป ผลการทดสอบความทนทานของระบบการไหลเวียนของโลหิต และผลการทดสอบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ไม่มีความสัมพันธ์กับผลการชก

สินชัย รัศมีเฟื่อง (2527) ได้ศึกษา เรื่องเวลาของการตอบสนองและความเร็วของการชกหมัดต่าง ๆ ในมวยสากล โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตชาย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตพลศึกษา ปีการศึกษา 2526 ซึ่งผ่านการเรียนวิชามวยสากลมาแล้วจำนวน 30 คน มีสภาพของร่างกาย และความยาวของช่วงแขนใกล้เคียงกัน โดยการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบจงใจ (Purposive Random Sampling) ในการทดลอง ผู้รับการทดลองจะชก 6 หมัด คือ หมัดตรงขวา หมัดตรงซ้าย หมัดอุ้คขวา หมัดอุ้คซ้าย หมัดอัปเปอร์คัทขวา และหมัดอัปเปอร์คัทซ้าย แต่ละหมัดจะชก 3 ครั้ง โดยจับเวลาของการตอบสนอง และความเร็วของการชกหมัด ด้วยเครื่องวัดเวลาอิเล็กทรอนิกส์

### ผลการวิจัยพบว่า

1. เวลาของการตอบสนองของการชกหมัด ตรงขวา ตรงซ้าย อกขวา อกซ้าย อ้าเปอร์คัทขวา และหมัดอ้าเปอร์คัทซ้าย (0.8310, 0.9426, 0.7923, 0.7880, 0.8273, และ 0.8023 วินาที ตามลำดับ) ไม่แตกต่างกัน

2. ความเร็วของการชกหมัด ตรงขวา ตรงซ้าย อกขวา อกซ้าย อ้าเปอร์คัทขวา และหมัดอ้าเปอร์คัทซ้าย (5.81, 6.33, 6.12, 6.51, 6.45 และ 6.75 เมตร/วินาที ตามลำดับ) ไม่แตกต่างกัน

นาง เสียงหล่อ (2528) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสมรรถภาพทางกาย ความถี่ของการชก และคะแนนจากการแข่งขันของนักมวยสากลสมัครเล่น ใช้กลุ่มตัวอย่างชายชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2527 ของวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี ที่กำลังเรียนวิชามวยสากล จำนวน 20 คน (น้ำหนักเกิน 51 กิโลกรัมและไม่เกิน 54 กิโลกรัม) ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบจงใจและใช้แบบทดสอบสควอตธรัสส์ 3 นาที และเครื่องวัดความถี่ของการชกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product-Moment Correlation Coefficient)

### ผลการวิจัยพบว่า

1. เครื่องมือวัดความถี่ของการชกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมาสามารถที่นำไปใช้วัดความถี่ของการชกของนักมวยสากลสมัครเล่นได้

2. สมรรถภาพทางกายมีความสัมพันธ์เชิงนิมิตกับความถี่ของการชก สมรรถภาพทางกายมีความสัมพันธ์เชิงนิมิตกับคะแนนจากการแข่งขัน และความถี่ของการชกมีความสัมพันธ์เชิงนิมิตกับคะแนนการแข่งขันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r = .90, .88$  และ  $.63$  ตามลำดับ)

ชัยยันต์ พันธุ์งาม (2528) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ของปฏิภพวิทยาและความเร็วของการชกหมัดในมวยสากลกับความสามารถทางกลไกทั่วไป โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจากนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง จำนวน 30 คน ได้ใช้แบบทดสอบความสามารถทางกลไกทั่วไปของ



บาร์โรว์ ชุดที่ 1 ซึ่งประกอบด้วยรายการทดสอบ 6 รายการ คือ

1. ยืนกระโดดไกล (Standing Broad Jump)
2. ชว้างลูกซอฟบอลไกล (Softball Distance Throw)
3. วิ่งซิกแซก (Zigzag Run)
4. ส่งบอลกระทบผนัง (Wall Pass)
5. ทุ่มบอลหนัก 6 ปอนด์ (Medicine Ball Put)
6. วิ่งเร็ว 60 หลา (60 - Yard Dash)

ปฏิบัติการและความเร็วของการชกหมัด ได้ใช้เครื่องจับเวลาอิเล็กทรอนิกส์

(Electronic Timer) ที่สร้างขึ้นโดยหน่วยซ่อมสร้างเครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ภาควิชาสรีรวิทยา คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล สามารถจับเวลาได้อย่างละเอียด 1/100 วินาที แล้วนำคะแนนมาแปลงให้เป็นหน่วยเดียวกันเพื่อหาความสัมพันธ์ ผลปรากฏว่า ความสามารถทางกลไกทั่วไปมีความสัมพันธ์เชิงนิมิตกับเวลาปฏิบัติการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ

.05 และความสามารถทางกลไกทั่วไปไม่มีความสัมพันธ์กับความเร็วของการชกหมัดในมวยสากล

ครองจักร งามมีศรี (2530) สร้างแบบทดสอบทักษะกีฬามวยไทยสำหรับนักศึกษาชาย วิทยาลัยพลศึกษา ซึ่งประกอบไปด้วยรายการทดสอบ 4 รายการ คือ การเตะเฉียงบริเวณลำตัว การถีบบริเวณลำตัว การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว การชกหมัดตรงหลังเข้าใบหน้ากลุ่มตัวอย่างในการหาคุณภาพของแบบทดสอบเป็นนักศึกษาชาย วิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ จำนวน 30 คน ซึ่งใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย

ผลการศึกษาพบว่า

1. ความสอดคล้องกันในการให้คะแนนของผู้ใช้แบบทดสอบทั้ง 3 คน ตามแบบทดสอบทักษะกีฬามวยไทยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนของผู้ใช้แบบทดสอบคนที่หนึ่งกับคนที่สอง คนที่หนึ่งกับคนที่สาม และคนที่สองกับคนที่สาม มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ( $r = 0.9689, 0.9691, 0.8532, 0.9788, 0.9743, 0.9690, 0.8345, 0.9849, 0.9588, 0.9305, 0.8906, 0.9634$  ตามลำดับ)

2. แบบทดสอบทักษะกีฬามวยไทยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเชื่อมั่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $r = 0.7561, 0.7394, 0.7794, 0.7093$  ตามลำดับ)

3. แบบทดสอบทักษะกีฬามวยไทยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเที่ยงตรงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $r = 0.8306$ )

ในปี พ.ศ. 2522 เจริญทัศน์ จินตนาเสรี ได้ทำการวิจัยปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬาเซต เพื่อสำรวจและวิเคราะห์อุปสรรคเกี่ยวกับการฝึกซ้อมของนักกีฬาในการเตรียมตัวเพื่อแข่งขันกีฬาเซตแห่งประเทศไทยครั้งที่ 12 จังหวัดอุบลราชธานี ได้จัดทำแบบสอบถามแก่นักกีฬาที่มารับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ที่หน่วยปฏิบัติงานศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬาในระหว่างการแข่งขันที่สนามกีฬากลาง จังหวัดอุบลราชธานี จำนวนทั้งสิ้น 218 คน ผลการวิจัยพบว่า นักกีฬาส่วนใหญ่มีอาชีพนักเรียนนิสิตนักศึกษาร้อยละ 61.1 นอกจากนั้นมีอาชีพรับราชการรับจ้าง และอื่น ๆ นักกีฬามีประสบการณ์แข่งขันตั้งแต่ระดับโรงเรียนถึงระดับประชาชนแล้วเฉลี่ย 2-3 ครั้ง มีการเตรียมการฝึกซ้อมก่อนการแข่งขันกีฬาเซต ครั้งที่ 12 เป็นเวลา 2 เดือน 23 วัน ส่วนใหญ่ร้อยละ 49 ฝึกซ้อมด้วยตนเอง มีครูฝึกสอนดูแลควบคุมการฝึกซ้อมร้อยละ 44 ปัญหาและอุปสรรคเกี่ยวกับการฝึกซ้อมที่สำคัญ คือ เรื่อง สนามฝึกซ้อม อุปกรณ์ ครูฝึกสอนและเวลาในการฝึกซ้อม

ในปี พ.ศ. 2524 ศูนย์วิทยาศาสตร์กีฬา ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬาในการแข่งขันกีฬาเซตแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 14 ณ จังหวัดปัตตานี โดยส่งแบบสอบถามให้กับนักกรีฑาทั้ง 10 เขต รวมทั้งสิ้น 212 คน ผลการวิจัย พบว่า อายุเฉลี่ยของนักกีฬาชาย 23-35 ปี อายุเฉลี่ยของนักกีฬาหญิง 18-40 ปี มีผู้นับถือศาสนาพุทธ 204 คน ศาสนาคริสต์ 5 คน อิสลาม 3 คน นักกีฬาส่วนมากยังเป็นโสด ร้อยละ 91.30 อาชีพรับราชการ ร้อยละ 32.07 ร้อยละ 29.72 มีอาชีพเป็นนักเรียน นักศึกษา นอกนั้นประกอบอาชีพอื่น ๆ ประสบการณ์แข่งขันระดับโรงเรียนโดยเฉลี่ย 5 ครั้ง ระดับอุดมศึกษาเฉลี่ย 2 ครั้ง ระดับประชาชนเฉลี่ย 3 ครั้ง ระดับเซตเฉลี่ย 3 ครั้ง ระดับชาติเฉลี่ย 0.3 ครั้ง ระยะเวลาการฝึกซ้อมเตรียมตัวเข้าแข่งขันเฉลี่ยวันละ 2 ชั่วโมง 22 นาที ฐานะทางเศรษฐกิจโดยเฉลี่ยรายได้เดือนละ 1,287 บาท นักกีฬาต้องรอเพื่อนร่วมทีมเพื่อที่จะฝึกซ้อมร้อยละ 48.11 นักกีฬามีโค้ชหรือผู้ฝึกสอนร้อยละ 64.15



อีกร้อยละ 33.49 ไม่มีผู้ฝึกสอน ได้รับความสะดวกในการใช้สนามระดับมากที่สุดร้อยละ 27.35 และร้อยละ 13.20 ไม่ได้รับความสะดวกในการใช้สนามเลย สนามอยู่ในสภาพที่พอใช้ได้ร้อยละ 65.09 ใช้ไม่ได้เลย 13.65 อยู่ในสภาพดีมากร้อยละ 14.62 อุปกรณ์ในการฝึกซ้อมร้อยละ 45.26 มีอุปกรณ์เพียงพอและที่มีอุปกรณ์ไม่เพียงพอร้อยละ 39.63 ความรู้ของผู้ฝึกสอน นักกีฬา เห็นว่าผู้ฝึกสอนมีความรู้ในระดับดีมากร้อยละ 47.64 และเห็นว่าผู้ฝึกสอนมีความรู้น้อยร้อยละ 2.83 อุปสรรคของตนเองที่เป็นปัญหาในการฝึกซ้อม คือ มีรูปร่างไม่เหมาะสมกับชนิดกีฬาที่เล่น ร้อยละ 29.25 นอกนั้นปัญหาเรื่องอายุมากหรือน้อยไปมีโรคประจำตัวและเรียนรู้การฝึกหัดได้ช้า ตามลำดับ นักกีฬาได้รับการดูแลจากผู้รับผิดชอบเป็นครั้งคราวร้อยละ 51.41 ไม่ได้รับการดูแลเลยร้อยละ 14.62 โดยเฉลี่ยนักกีฬาได้นอนคืนละ 7.46 ชั่วโมง เขต 9 นอนมากที่สุด เฉลี่ย 8.15 ชั่วโมง เขต 10 นอนน้อยที่สุด 7 ชั่วโมง นักกีฬาได้รับการบำรุงร่างกายไม่เพียงพอร้อยละ 10.37 นักกีฬาร้อยละ 73.12 ฝึกซ้อมในตอนเย็น และฝึกซ้อมทั้งเช้าและเย็นร้อยละ 17.45 นักกีฬามีปัญหาเรื่อง ไม่มีคู่มือฝึกซ้อมร้อยละ 40.57 และขาดคู่มือฝึกซ้อมที่มีฝีมือใกล้เคียงร้อยละ 21.70

ในปี พ.ศ. 2526 กรมการฝ่ายประเมินผลการจัดการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 11 ได้รายงานเกี่ยวกับปัญหาของสถานที่และอุปกรณ์ประจำสนามว่า มีปัญหาที่สำคัญคือ ความไม่สะดวกในการจัดสถานที่ฝึกซ้อมหรือสนามฝึกซ้อมกีฬาประเภทต่าง ๆ ทั้งนี้ เนื่องจาก 1) สนามมีไม่เพียงพอ 2) อุปกรณ์มีไม่เพียงพอ และ 3) ไม่มีเวลาจัดดำเนินการเรื่องสนามฝึกซ้อม ข้อเสนอแนะ คือ 1) ควรมีการวางแผนกำหนดและจัดหาสนามฝึกซ้อมและอุปกรณ์การฝึกซ้อมให้พอเพียงและสะดวก และ 2) ด้านสถานที่แข่งขันและอุปกรณ์ประจำสนามแข่งขันควรเป็นความรับผิดชอบของกรมการคนละชุด

ในปี พ.ศ. 2529 ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา ส่วนภูมิภาค จังหวัดอุบลราชธานี ได้ทำการวิจัยปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬา ในการเตรียมตัวเข้าแข่งขันคัดเลือกตัวแทนกีฬาแห่งชาติ ภายในเขต 3 โดยใช้แบบสอบถามให้นักกีฬาทั้งสิ้น 982 คน ได้รับแบบสอบถามคืนมา 632 ชุด คิดเป็นร้อยละ 64.36 นำผลที่ได้จากการเก็บข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่าซี และวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวผลการวิจัยพบว่า



1. นักกีฬาที่มีปัญหาในการฝึกซ้อมอยู่ในระดับน้อยที่สุด ในด้านผู้ฝึกสอนหรือ โค้ชและด้านสถานที่และอุปกรณ์ในการฝึกซ้อมตามลำดับ และนักกีฬาที่มีปัญหาในการฝึกซ้อมระดับน้อยในด้านทั่วไป ด้านขวัญและกำลังใจ และด้านสุขภาพอนามัยในขณะฝึกซ้อมก่อนการแข่งขัน ตามลำดับ

2. นักกีฬาที่มีความคิดเห็นด้วยในระดับมากที่สุด ในเรื่อง สมรรถภาพทางกายที่มีความจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับนักกีฬา และควรมีการเก็บตัวในขณะฝึกซ้อมก่อนการแข่งขันตามลำดับและนักกีฬาที่มีความเห็นอยู่ในระดับน้อย ในเรื่องการฝึกซ้อมทักษะเพียงอย่างเดียวในขณะฝึกซ้อม

3. ปัญหาในการฝึกซ้อมของนักกีฬาชายกับนักกีฬาหญิงมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ในเรื่องดังนี้

3.1 ฝนตกขณะฝึกซ้อม ทำให้ซ้อมได้ไม่เต็มที่

3.2 ความรับผิดชอบของผู้ฝึกสอน

3.3 ซาดแพทย์ประจำทีมขณะฝึกซ้อม

3.4 ไม่ได้รับการพักผ่อนอย่างเพียงพอในขณะฝึกซ้อม

3.5 ซาดอาหารบำรุงร่างกายขณะฝึกซ้อม

3.6 การฝึกซ้อมหนักเกินไป ทำให้เหนื่อยไม่หลับ

3.7 ผู้บังคับบัญชาหรือผู้ปกครอง ไม่สนับสนุน

4. นักกีฬาแต่ละจังหวัดประสบปัญหาในการฝึกซ้อมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับสมัครเล่น จักรยาน และยกน้ำหนัก

ในปีเดียวกัน ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬาส่วนภูมิภาค จังหวัดภูเก็ต ได้ทำการวิจัย เรื่อง ปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬาในการเตรียมตัวเข้าแข่งขันคัดเลือกตัวแทนกีฬาแห่งชาติภายในเขต 8 ณ จังหวัดชุมพร ได้ส่งแบบสอบถามให้กับนักกีฬาตอบ จำนวนทั้งสิ้น 268 คน นำแบบสอบถามที่ได้กลับคืนมาทั้งหมดมาวิเคราะห์เพื่อหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าซี และความแปรปรวนทางเดียว ผลการวิจัยปรากฏว่า

1. นักกีฬาที่มีปัญหาในการฝึกซ้อมอยู่ในระดับน้อยที่สุดในด้านผู้ฝึกสอนและนักกีฬาที่มีปัญหาในการฝึกซ้อมอยู่ในระดับน้อยในด้านสถานที่และอุปกรณ์การฝึกซ้อม ด้านสุขภาพอนามัย ด้านขวัญและ

กำลังใจ และด้านทั่ว ๆ ไป ตามลำดับ

2. นักกีฬาที่มีความคิดเห็นด้วยอยู่ในระดับมากที่สุดในเรื่องควรมีการเก็บตัวฝึกซ้อมก่อนแข่งขัน และสมรรถภาพทางกาย มีความจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับนักกีฬา และนักกีฬามีความเห็นด้วยอยู่ในระดับมาก ในเรื่องการตรวจสุขภาพเป็นประจำ ควรมีการทดสอบสมรรถภาพทางกายขณะฝึกซ้อม ควรมีการฝึกสมรรถภาพทางกายควบคู่ไปด้วย ควรมีแพทย์ประจำทีม ผู้ฝึกสอนควรมีความรู้เรื่องวิทยาศาสตร์การกีฬา และควรมีวันหยุดซ้อมประมาณ 1-2 วันต่อสัปดาห์

3. ปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬาชายกับนักกีฬาหญิง มีความคิดเห็นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

### 3.1 ด้านสถานที่และอุปกรณ์การฝึกซ้อม

3.1.1 อุปกรณ์การฝึกซ้อมไม่เพียงพอกับนักกีฬา

3.1.2 อุปกรณ์การฝึกซ้อมไม่ได้มาตรฐาน

3.1.3 ขาดอุปกรณ์การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

### 3.2 ด้านผู้ฝึกสอน

3.2.1 ผู้ฝึกสอนไม่เข้าใจธรรมชาติและนิสัยของนักกีฬา

3.2.2 ผู้ฝึกสอนไม่รับฟังความคิดเห็นของนักกีฬา

3.2.3 ผู้ฝึกสอนไม่มีมนุษยสัมพันธ์กับกีฬา

3.2.4 ผู้ฝึกสอนขาดความรับผิดชอบ

3.2.5 ผู้ฝึกสอนขาดความยุติธรรม

### 3.3 ด้านสุขภาพอนามัย

3.3.1 ขาดแพทย์ประจำทีมขณะฝึกซ้อม

3.3.2 เกิดการบาดเจ็บขณะฝึกซ้อม

3.3.3 ไม่ได้รับการพักผ่อนเพียงพอขณะฝึกซ้อม

3.3.4 การฝึกซ้อมหนักเกินไป ทำให้เหนื่อยไม่หลับ

### 3.4 ด้านขวัญและกำลังใจ

3.4.1 ที่พักในขณะฝึกซ้อมหรือเก็บตัวไม่สะดวก

3.4.2 ผู้บังคับบัญชาหรือผู้ปกครองไม่สนับสนุนการฝึกซ้อม

3.4.3 ความเอาใจใส่ของผู้จัดการทีมไม่ทั่วถึง

3.5 ด้านทั่ว ๆ ไป

ไม่นำเอาเทคโนโลยีใหม่ ๆ เช่น วิดีโอที่เกี่ยวกับการกีฬามาใช้

4. นักกีฬาแต่ละจังหวัดประสบปัญหาในการฝึกซ้อมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ในกีฬาระเภทต่าง ๆ คือ ฟุตบอล และกรีฑา

ในปีเดียวกัน ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา ส่วนภูมิภาค จังหวัดอุบลราชธานี ได้ทำการวิจัย เรื่อง ปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬาในการเตรียมตัวเข้าแข่งขันคัดเลือกตัวแทนกีฬานักเรียนอายุไม่เกิน 18 ปี ภายในเขตการศึกษา 10 โดยใช้แบบสอบถามส่งให้กับนักกีฬาจำนวน 246 คน ได้รับแบบสอบถามคืนมา จำนวน 214 ชุด คิดเป็นร้อยละ 86.99 ผลการวิจัยพบว่า

1. นักกีฬาส่วนใหญ่อายุระหว่าง 16-18 ปี เคยลงแข่งขันคัดเลือกเป็นตัวแทนเขตการศึกษา 1 ครั้ง กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้น ม.5 ส่วนใหญ่ใช้เวลาการฝึกซ้อมก่อนการแข่งขันระหว่าง 7-13 วัน ๆ ละ 2 ชั่วโมง ปกติฝึกซ้อมเช้า-เย็น ส่วนใหญ่มีการเก็บตัว 7-13 วัน สถานที่เก็บตัวฝึกซ้อมคือ สนามกีฬาโรงเรียน เดินทางจากที่พัก ไปฝึกซ้อมโดยพาหนะส่วนตัวระยะทางระหว่าง 1-2 กม. ส่วนใหญ่จะได้รับการบริการจากศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา ในเรื่องทดสอบสมรรถภาพทางกาย

2. นักกีฬาประสบปัญหาในเรื่องการฝึกซ้อมอยู่ในระดับน้อยที่สุดในด้านผู้ฝึกสอนหรือโค้ชและประสบปัญหาในการฝึกซ้อมอยู่ในระดับน้อยในด้านสถานที่และอุปกรณ์การฝึกซ้อมด้านขวัญและกำลังใจ ด้านทั่วไป ๆ และด้านสุขภาพอนามัยในขณะฝึกซ้อมตามลำดับ

3. นักกีฬามีความเห็นด้วยเกี่ยวกับการฝึกซ้อมอยู่ในระดับมากที่สุดในเรื่อง ควรมีการเก็บตัวในขณะฝึกซ้อมก่อนการแข่งขัน และสมรรถภาพทางกายมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับนักกีฬา ตามลำดับ นักกีฬามีความเห็นด้วยอยู่ในระดับน้อยในเรื่อง การฝึกซ้อมควรฝึกทักษะกีฬาอย่างเดียว



4. นักกีฬาชายกับนักกีฬาหญิงประสบปัญหาในการฝึกซ้อมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ในทุก ๆ ด้าน
5. นักกีฬาชายกับนักกีฬาหญิงมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการฝึกซ้อมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ในเรื่อง สมรรถภาพทางกายมีความจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับนักกีฬา
6. นักกีฬาแต่ละจังหวัดประสบปัญหาในการฝึกซ้อมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ในกีฬาประเภทฟุตบอลและกรีฑา ส่วนกีฬาเทนนิสไม่มีความแตกต่างกัน

ในปี พ.ศ. 2530 ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬาแห่งประเทศไทย ได้ทำการวิจัย เรื่อง ปัญหาการฝึกซ้อมของนักกีฬาในการเตรียมตัวเข้าแข่งขันคัดเลือกเป็นตัวแทนเขต เพื่อไปแข่งขันกีฬาแห่งชาติ โดยคณะผู้วิจัยส่งแบบสอบถามให้กับนักกีฬาเขต 3, 6, 7 และ 9 ได้รับแบบสอบถามคืนมา 1,751 ชุด เป็นนักกีฬาชาย 1,154 คน เป็นนักกีฬาหญิง 597 คน นำข้อมูลมาวิเคราะห์ โดยคิดเป็นร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พบว่า ปัญหาในการฝึกซ้อมมีดังนี้

ปัญหาเกี่ยวกับด้านสถานที่และอุปกรณ์ในการฝึกซ้อมที่เป็นปัญหาในระดับมาก มีเฉพาะในภาคใต้ในเรื่องฝนตก ขณะฝึกซ้อมทำให้ฝึกซ้อมได้ไม่เต็มที่ และขาดอุปกรณ์เสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย เช่น ลูกยกน้ำหนัก นอกนั้นอยู่ในระดับน้อย และน้อยที่สุดในทุกภาค จากทุกภาครวมกัน พบว่า ปัญหาด้านสถานที่และอุปกรณ์ นักกีฬาจะประสบปัญหาอยู่ในระดับน้อยและน้อยที่สุด โดยเฉลี่ยสูงสุด (ระดับน้อย) คือ ปัญหาเรื่องขาดอุปกรณ์ การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย และต่ำที่สุด คือสนามฝึกซ้อมอยู่ไกลจากที่พักเกินไป

ปัญหาเกี่ยวกับด้านผู้ฝึกสอน มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยและน้อยที่สุดในทุกภาคจากทุกภาครวมกัน พบว่า ปัญหาด้านผู้ฝึกสอนนักกีฬาจะประสบอยู่ในระดับน้อยและน้อยที่สุดเช่นกัน

ปัญหาเกี่ยวกับด้านสุขภาพอนามัยในขณะฝึกซ้อมที่เป็นปัญหาในระดับมากในทุกภาค คือ ปัญหาการขาดแพทย์ประจำทีมขณะฝึกซ้อม นอกจากนั้นเป็นปัญหามากในภาคใต้ คือ ปัญหาเรื่องการบาดเจ็บในขณะฝึกซ้อม นอกนั้นอยู่ในระดับน้อยและน้อยที่สุดในทุกภาค

ปัญหาเกี่ยวกับด้านขวัญและกำลังใจ ที่เป็นปัญหาในระดับมากมีเฉพาะในภาคใต้ใน

เรื่อง เบี้ยเลี้ยงที่ได้รับไม่เพียงพอ ที่พักสำหรับการเก็บตัวไม่สะดวก หรือที่พักในขณะฝึกซ้อมไม่สะดวกและผู้บังคับบัญชาหรือผู้ปกครอง ไม่สนับสนุนการฝึกซ้อม นอกนั้นอยู่ในระดับน้อยและน้อยที่สุดทุกภาค

ปัญหาด้านทั่ว ๆ ไป ที่เป็นปัญหาในระดับมากของภาคเหนือ คือ ไม่มีการนำเอาเทคโนโลยีใหม่ ๆ เช่น วิดีโอที่เกี่ยวกับกีฬามาใช้ ของภาคใต้ คือ ปัญหาเรื่องระยะเวลาในการฝึกซ้อมไม่มีการนำเอาเทคโนโลยีใหม่ ๆ มาใช้ และขาดการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย นอกนั้นอยู่ในระดับน้อยและน้อยที่สุดทุกภาค

สุเมธ พรหมอินทร์ (2531) ได้ศึกษาความคิดเห็นของนักกีฬาเกี่ยวกับปัญหาการฝึกซ้อมในการเตรียมตัวเข้าแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 15 และเพื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นของนักกีฬาระหว่างสถาบัน ระหว่างชนิดกีฬา และระหว่างนักกีฬาชายกับนักกีฬาหญิงเกี่ยวกับปัญหาการฝึกซ้อม ในการเตรียมตัวเข้าแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 15 โดยใช้แบบสอบถาม ถามนักกีฬามหาวิทยาลัย หรือนักกีฬาสถาบันอุดมศึกษาของรัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ทุกชนิดกีฬาที่ส่งเข้าแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 15 จำนวน 1,050 ฉบับ ได้รับแบบสอบถามที่ตอบกลับคืนมา 985 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 93.90 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว และทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยวิธีของเชฟเฟ ผลการวิจัยปรากฏว่า

1. ความคิดเห็นของนักกีฬาเกี่ยวกับปัญหาการฝึกซ้อม ในการเตรียมตัวเข้าแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 15 อยู่ในระดับน้อย
2. ความคิดเห็นของนักกีฬาระหว่างสถาบันเกี่ยวกับปัญหาการฝึกซ้อม ในการเตรียมตัวเข้าแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 15 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05
3. ความคิดเห็นของนักกีฬาระหว่างชนิดกีฬาเกี่ยวกับปัญหาการฝึกซ้อม ในการเตรียมตัวเข้าแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 15 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05
4. ความคิดเห็นระหว่างนักกีฬาชายกับนักกีฬาหญิงเกี่ยวกับปัญหาการฝึกซ้อม ในการ

เตรียมตัวเข้าแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 15 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ชาญวิทย์ ผลชีวิน (2533) ได้ศึกษาสภาพและปัญหาในการจัดดำเนินการของทีมฟุตบอลทีมชาติไทย ตามการรับรู้ของผู้เกี่ยวข้องและเพื่อเปรียบเทียบสภาพและปัญหาของทีมฟุตบอลทีมชาติไทย ตามการรับรู้ของผู้เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยได้ส่งแบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่างประชากร 3 กลุ่ม คือ ผู้บริหารและผู้ที่เกี่ยวข้องกับกีฬาฟุตบอล ผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติไทย และนักฟุตบอลทีมชาติไทย จำนวน 160 ชุด ได้รับแบบสอบถามคืน จำนวน 149 ชุด คิดเป็นร้อยละ 93.13 นำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (ANOVA) และทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยวิธีของเชฟเฟ (Scheffe)

#### ผลการวิจัยพบว่า

1. ผู้บริหารและผู้ที่เกี่ยวข้องกับกีฬาฟุตบอล ผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติไทย และนักฟุตบอลทีมชาติไทย มีความเห็นเกี่ยวกับสภาพในการจัดดำเนินการฟุตบอลทีมชาติไทย มีสภาพอยู่ในระดับน้อยและไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05
2. ผู้บริหารและผู้ที่เกี่ยวข้องกับกีฬาฟุตบอล ผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติไทย และนักฟุตบอลทีมชาติไทย มีความเห็นเกี่ยวกับปัญหาในการจัดดำเนินการฟุตบอลทีมชาติไทย มีปัญหาอยู่ในระดับมาก และผู้บริหารและผู้ที่เกี่ยวข้องกับกีฬาฟุตบอล กับนักฟุตบอลทีมชาติไทย มีความเห็นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ในปี พ.ศ. 2533 วิชิต คณิงสุขเกษม รายงานสรุปการกีฬาในการกีฬาประเทศไทย เอเชีย เกี่ยวกับการฝึกสอนกีฬาในปัจจุบันการพัฒนาบุคคลให้เป็น โค้ช ในประเทศไทย เป็นเรื่องทีละเอียดก่อนและมีการวางแผนเตรียมการอย่างดี ซึ่งไม่เหมือนในประเทศไทย ผู้ที่เรียนจบทางด้านพลศึกษาก็สามารถเป็น โค้ช ได้ทันทีหรือไม่เหมือนในประเทศไทย ซึ่งบางครั้งผู้ที่ไม่ได้แม้แต่เรียนจบทางด้านพลศึกษาก็สามารถเป็น โค้ช ได้

ประเทศไทยได้มีการจัดตั้ง โรงเรียนซึ่งมีหลักสูตรที่จะสอนเด็กหนุ่มสาวให้เป็น โค้ช



โดยเฉพาะที่นั่งเรียนในโรงเรียนสอนไค้ชมีจำกัด ดังนั้นจึงต้องมีการสอบแข่งขันเพื่อเข้าศึกษา ผู้สมัครสอบแข่งขันต้องเป็นนักกีฬาที่เก่ง การสอบเข้าใช้เวลาทั้งหมด 4 วัน วิชาที่สอบเป็นวิชาทั่ว ๆ ไป ตั้งแต่ฟิสิกส์ วิชาเคมี วิชาชีววิทยา ไปจนถึงวิชาคณิตศาสตร์ ผู้ที่สอบเข้าได้ต้องศึกษาประมาณ 4-5 ปี ตลอดระยะเวลาการศึกษา นักเรียนไค้ชต้องเสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรงทุกวัน นักเรียนไค้ชต้องมีการฝึกทักษะในระดับแข่งขันประมาณครึ่งวัน เมื่อจบการศึกษา นักเรียนไค้ชเหล่านี้จะกลายเป็นไค้ชระดับสูงของประเทศ ในประเทศรัสเซียไค้ชเป็นอาชีพที่มีเกียรติเพราะเป็นอาชีพที่ต้องมีการฝึกอย่างหนักและมีการศึกษาที่ดี ทุก ๆ 5 ปี หลังจากจบการศึกษาไปแล้ว ไค้ชทุกคนต้องกลับมาหาความรู้เพิ่มเติมที่โรงเรียนประมาณหนึ่งภาคการศึกษา

เมื่อนักเรียนไค้ชจบการศึกษาจากโรงเรียนสอนไค้ชทุกคนจะได้งานทันที โดยสามารถไปทำงานได้ทุกแห่งในประเทศ ลักษณะงานและสถานที่ของงานขึ้นอยู่กับความสามารถและกีฬาที่ถนัด ถ้าไค้ชคนใดได้รับคัดเลือกให้อยู่กับกีฬากระดับสูงสุดของประเทศ ไค้ชคนนั้นก็จะรับผิดชอบนักกีฬาเพียงไม่กี่คน ฉะนั้นอัตราส่วนระหว่างไค้ชชั้นเดียวกับนักกีฬาชั้นยอดของประเทศรัสเซียจึงมีอัตราส่วนที่ต่ำมากอย่างยิ่งเพราะไค้ช 1 คน จะรับผิดชอบนักกีฬาไม่เกิน 7 คน บางชนิดกีฬา เช่น กรีฑา ว่ายน้ำ และยิมนาสติก ไค้ช 1 คน รับผิดชอบนักกีฬาไม่เกิน 4-5 คน เท่านั้น

วุฒิชัย จ้างงศ์ (2522) ได้กล่าวว่า การจัดการสถานที่จะต้องคำนึงถึงกระบวนการวิธีในการปฏิบัติงานด้วย เกี่ยวกับความสะดวกสบายเพื่อเอื้ออำนวยในการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ การจัดการสถานที่ให้สะอาดเรียบร้อยรวมทั้งการถ่ายเทอากาศที่เหมาะสม อุณหภูมิ ความสะดวกสบายในการทำงาน ก็จะทำให้การทำงานมีประสิทธิภาพ

เจริญ กระจวนรัตน์ (2531) ได้กล่าวว่า ปัญหาอุปสรรคของการพัฒนาการกีฬาของชาติให้ก้าวไปสู่ความสำเร็จ และจุดสุดยอดโดยแท้จริงนั้น เกิดจากตัวบุคคลที่เข้ามามีบทบาทหน้าที่เกี่ยวข้องกับการกีฬาของชาติในทุกๆระดับเป็นส่วนใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นในฐานะของผู้บริหารหรือคณะกรรมการกีฬา ผู้ฝึกสอนกีฬา นักกีฬา คณะกรรมการผู้ตัดสิน หรือแม้แต่ผู้ให้การสนับสนุนกีฬาเองก็ตาม หากขาดความสำนึก ความรับผิดชอบ ในบทบาทหน้าที่ มัวแต่หลงอยู่กับตำแหน่ง หรือฐานะทางสังคมตามคำเยินยอ จนลืมความถูกต้องไม่มุ่งมั่นในการที่จะแก้ไขปรับปรุงความผิดพลาดที่เกิดขึ้น

ขึ้นให้หมดไป ความหวังที่จะเห็นความสำเร็จสุดยอดและความก้าวหน้าทัดเทียมนานาชาติของวงการกีฬาไทย ก็คงเป็นไปได้เพียงแค่ว่า "ความหวัง" หรือ "ความฝัน" เท่านั้น

วิชิต คณิงสุขเกษม (2533) ได้กล่าวว่า องค์ประกอบที่สำคัญของ โปรแกรมที่ดีในการสร้างนักกีฬาระดับสุดยอดจริง ๆ แล้วการที่นักกีฬาจะเก่งนั้นไม่ใช่ขึ้นอยู่กับโค้ช หรือตัวนักกีฬาเองเท่านั้น แต่ต้องมีองค์ประกอบอื่น ๆ คอยสนับสนุนอีกด้วย ซึ่งองค์ประกอบต่าง ๆ นั้น ได้แก่ อุปกรณ์และสถานที่การสนับสนุนนักกีฬาในด้านต่าง ๆ การสนับสนุนทางการเงิน การสนับสนุนที่ดีจากผู้บริหาร

กัลยา กิจบุญชู (2533) ได้กล่าวว่า ภาวะโภชนาการที่ดีจำเป็นสำหรับร่างกายของนักกีฬาที่ต้องการทำงานอย่างเต็มศักยภาพ และเป็นปัจจัยพื้นฐานเพื่อนำไปประกอบกับการฝึกซ้อมที่เหมาะสม โดยการนำเอาวิทยาศาสตร์การกีฬามาประยุกต์ใช้ และการควบคุมอารมณ์และจิตใจนักกีฬา ในช่วงการฝึกซ้อมและการแข่งขันก็จะนำมาซึ่งความสำเร็จ กีฬาบางชนิด เช่น มวย ยูโด ยกน้ำหนัก นักกีฬาจำเป็นต้องมีการควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ที่จะแข่ง โดยปกติการลดน้ำหนักอย่างรวดเร็วทำได้โดยการขับน้ำออกจากร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นการใช้ยาขับปัสสาวะ อบอุ่นน้ำ หรือออกกำลังกายอย่างหนักเพื่อขับเหงื่อ มีผลเสียต่อสมรรถภาพทางกายของนักกีฬา ทำให้ความสามารถในการเล่นกีฬา ที่แม้จะมีการฝึกมาอย่างดีแล้วทำไม่ได้ไม่เต็มที่ จริง ๆ แล้วก็มีใช้นักมวยที่ลดน้ำหนักก่อนแข่งจะแพ้เสมอไปแต่โอกาสที่จะลดสมรรถภาพทางกายในการแข่งขันนั้นจะมากกว่าผู้ที่ไม่ได้ลดน้ำหนัก

สมชาย ประเสริฐศิริพันธ์ (2533) ได้กล่าวถึง แนวนโยบายในการส่งเสริมและพัฒนา กีฬา ในส่วนภูมิภาคว่า เป้าหมายที่สำคัญที่สุดของเราก็คือว่า เราจะพยายามกระจายความเจริญหรือความตื่นตัวทางด้านกีฬา ไปสู่ภูมิภาคให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ เพราะเหตุว่า ประชากรส่วนใหญ่ของประเทศอยู่ในภูมิภาคต่าง ๆ วิธีการที่จะกระจายไปถึงภูมิภาคต่าง ๆ นั้นเราจะทำในลักษณะของการที่จะพยายามส่งเสริมให้ภูมิภาคต่าง ๆ ได้รวมตัวกันเพื่อจะตั้งองค์กรขึ้นรับผิดชอบงานกีฬาของภูมิภาคนั้น ๆ องค์กรที่ว่าจะทำในรูปของการรวมตัวกันเป็นชมรม สโมสร หรือ สมาคมกีฬาในแต่ละแห่ง เช่น ในแต่ละจังหวัด หรือ อำเภอ นอกจากนี้เรายังมีนโยบายในการที่



จะสร้างหรือจัดหาสถานที่สำหรับเล่นกีฬาให้กับประชาชน หรือเยาวชนในภูมิภาคให้เพียงพอ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เป้าหมายในช่วงแรก จะพยายามให้ทุกจังหวัดได้มีสนามกีฬาของจังหวัดให้ครบ เพื่อที่จะเป็นศูนย์กลาง ในการที่จะส่งเสริมและกระจายความตื่นตัวทางด้านกีฬาในภูมิภาคเหล่านี้ และในส่วนของการพัฒนาบุคลากรกีฬาในภูมิภาค เราก็จะพยายามที่จะฝึกอบรมสนับสนุน ให้มีกิจกรรมต่าง ๆ หลังจากที่มีการฝึกอบรมอย่างกว้างขวางแล้ว จะส่งเสริมให้มีการจัดกิจกรรมหรือการแข่งขันกีฬาในระดับตำบล อำเภอ และจังหวัดให้มากขึ้น เพื่อที่จะให้บุคลากรที่ได้รับการฝึกอบรมแล้ว ได้ใช้ความรู้ ความสามารถในการที่จะทำหน้าที่ ในการจัดการแข่งขันได้อย่างมีประสิทธิภาพและเกิดความรู้ ความชำนาญอย่างแท้จริง ทั้งหมดนี้เป็นแนวนโยบายที่เราคิดว่าจะช่วยให้การพัฒนากีฬาในภูมิภาคเจริญขึ้น ส่วนเรื่องอุปสรรคต่าง ๆ นั้น ในภูมิภาคยังมีปัญหา เรื่องของการขาดแคลน เราก็จะพยายามที่จะตั้งศูนย์อุปกรณ์กีฬาขึ้นในภูมิภาคต่าง ๆ โดยในขั้นแรกอาจจะดำเนินการในจังหวัดที่มีสนามกีฬารวมอยู่แล้ว และให้จังหวัดเหล่านั้น ได้มีอุปกรณ์กีฬาที่มากพอที่จะให้บริการกับเยาวชนและประชาชน เพื่อใช้สำหรับการ เล่นกีฬาและออกกำลังกาย

สาโรช คุนพิงษ์ (2534) ได้กล่าวว่า ประสิทธิภาพของการกีฬาไทยโดยทั่วไปยังไม่ได้มาตรฐาน ทั้งนี้เพราะประชาชนจำนวนมากที่เล่นกีฬาอย่างจริงจัง อาจเป็นด้วยปัญหาหลายประการ อาทิเช่น ความไม่ใส่ใจของผู้บริหาร การจัดการ และการบริการด้านการกีฬา สถานที่ อุปกรณ์ บุคลากร งบประมาณ และประการสำคัญ รัฐไม่มีนโยบายและเป้าหมายที่แน่นอน และจริงจัง การพัฒนากีฬาเพื่อการแข่งขันหรือประสิทธิผลของการกีฬาจะหวังผลเลิศและถาวรนั้น เป็นไปไม่ได้ยาก หากไม่มีการวางแผนส่งเสริมและพัฒนาการกีฬาเพื่อสุขภาพและความเป็นเลิศ ทำอย่างจริงจังและพร้อมกันทุกหน่วยงานทั้งของรัฐและเอกชน โดยเริ่มจากโรงเรียน วิทยาลัย มหาวิทยาลัย ประชาชนเพราะรากฐานของคุณภาพหรือสิทธิผลของการกีฬานั้นย่อมอยู่ที่การส่งเสริมให้คนส่วนใหญ่ของประเทศเล่นกีฬากันให้ทั่วถึงเสียก่อน

ด้านสมาคมกีฬาสัมครเล่น ควรปรับปรุงนโยบายและโครงสร้างใหม่ สมาคมกีฬา สัมครเล่นต่าง ๆ มีบทบาทเกี่ยวกับการกีฬาในประเทศอยู่ไม่น้อย แต่บางสมาคมทำหน้าที่เพียงแต่จัดการแข่งขันเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งน่าจะจัดให้มีโครงการสอนและอบรมกีฬาเยาวชนหรือผู้สนใจเป็น



โครงการหลักของสมาคมด้วย กรรมการของแต่ละสมาคมมีอายุเพียงระยะหนึ่งก็เปลี่ยนกันไปตามวาระ และอีกประการหนึ่ง ลักษณะงานเป็นงานสมัครเล่น กรรมการจะทำงานเฉพาะในเวลาว่างงาน ทำให้โครงการและงานของสมาคมไม่มั่นคงถาวร จึงควรที่จะให้แต่ละสมาคมจัดให้มีเจ้าหน้าที่โครงการ โดยได้รับเงินเดือนประจำ การกีฬาแห่งประเทศไทยควรจะได้ขยายงานให้กว้างขวางยิ่งขึ้น และให้ติดตามผลการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ในภูมิภาคอย่างจริงจัง โดยยึดวัตถุประสงค์เป็นหลัก

เชษฐา ชูานะจาโร (2535) ได้กล่าวว่า ประเทศไทยมีผู้ฝึกสอนจากคิวบาและอเมริกาซึ่งถือว่าเป็นประเทศที่มีนักมวยสากลสมัครเล่นที่เก่งที่สุดในโลก เราหวังว่าผู้ฝึกสอนเหล่านี้ จะสามารถช่วยนักมวยสากลสมัครเล่นของไทย ให้มีประสบการณ์นานาชาติมากขึ้น แต่ด้วยความสามารถแล้วเราจะต้องใช้เวลาานพอสมควร (เดลินิวส์ 3 กรกฎาคม 2535)

การเตรียมทีมมวยสากลสมัครเล่นในกีฬาโอลิมปิกต้องใช้งบประมาณมาก และต้องเตรียมในระยะยาวนั้นต้องมีปัญหามากมาย เช่น ต้องเคลียร์เรื่องงาน การเรียน หรือแม้กระทั่งการชกมวยไทย การทำงานทุกอย่างย่อมมีปัญหา ก็ต้องหาทางแก้ไขกันไป (ไทยรัฐ 8 สิงหาคม 2535)

เรามีโครงการดาวรุ่งมุ่งโอลิมปิก เท่าที่ผ่านมาโครงการนี้เป็นแค่นามธรรมยังไม่ปฏิบัติให้เป็นรูปธรรมได้มากนัก ต่อไปบุคลากรต้องทำงานกันมากยิ่งขึ้น โดยสมาคมมวยสากลสมัครเล่นจะเป็นตัวกระตุ้นให้โครงการดำเนินการไปอย่างมีประสิทธิภาพ (ไทยรัฐ 16 สิงหาคม 2535)

ทวีป จันทรโรจน์ (2535) ได้กล่าวว่า เราต้องวางแผนการทำงานให้เป็นระบบมากขึ้นต่อไปต้องมีสถานที่ฝึกซ้อมที่ดี อุปกรณ์ต้องครบสมบูรณ์ การเตรียมมวยต้องทำไว้ 2 ชุด โดยทำเผื่อไว้ 2 ช่วงอายุ คือ ชุดหนึ่งเตรียมไว้ 4 ปีข้างหน้า อีกชุดหนึ่งอาจต้องทำไว้ 8 ปีข้างหน้าทีเดียว (ไทยรัฐ 16 สิงหาคม 2535)

### เอกสารและงานวิจัยในต่างประเทศ

การเล่นกีฬาทุกอย่างจำเป็นจะต้องคำนึงถึงสมรรถภาพของนักกีฬา สมรรถภาพทางกาย ที่เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวนับเป็นส่วนสำคัญที่สุดของความสำเร็จทางการกีฬา คลาร์ก (Clarke, 1967) ได้ศึกษา และแบ่งแยกปัจจัยที่เป็นพื้นฐานของความสามารถทางกลไกทั่วไป (General Motor Abilities) ไว้ 9 ปัจจัย คือ

1. ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Muscular Strength)
2. ความทนทานของกล้ามเนื้อ (Muscular Endurance)
3. ความทนทานของระบบไหลเวียนโลหิต (Circulatory Endurance)
4. พลังของกล้ามเนื้อ (Muscular Power)
5. ความคล่องแคล่วว่องไว (Agility)
6. ความอ่อนตัว (Flexibility)
7. ความเร็ว (Speed)
8. การประสานงานระหว่างสายตา - มือ (Eye - Hand Coordination)
9. การประสานงานระหว่างสายตา - เท้า (Eye - Foot Coordination)

ปัจจัยที่เป็นพื้นฐานของความสามารถทางกลไกทั่วไปเหล่านี้ จะมีส่วนช่วยให้สามารถเล่นกีฬาได้ดี ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับว่ากีฬาแต่ละประเภทต้องการปัจจัยทางด้านใดมากกว่ากัน

โดยเฉพาะอย่างยิ่งการประสานงานระหว่างประสาทสายตากับมือ เป็นปัจจัยที่สำคัญยิ่งในกีฬาหลายประเภทด้วยกัน เช่น มวย ฟุตบอล บาสเกตบอล เทเบิลเทนนิส เทนนิส แบดมินตัน เป็นต้น ถ้านักกีฬาสามารถใช้มือและตา และประสานงานกันอย่างกลมกลืนก็สามารถช่วยให้การเล่นกีฬาของเขามีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น สิ่งที่จะกำหนดความสามารถของการประสานงานนี้ คือระยะเวลาที่มือจะสามารถตอบสนองต่อการกระตุ้นด้วยการเห็น ในลักษณะที่เหมาะสมกับการเล่นกีฬานั้น เช่น เมื่อนักมวยเห็นคู่ต่อสู้จะชกหมัดมาที่ตนก็สามารถปล่อยหมัดออกไปก่อนด้วยความเร็ว หรือหากปล่อยหมัดไม่ทันก็จะกันหรือปัดหมัด หลบให้หมัดผ่านพ้นไป และถอยให้พ้นระยะหมัดไปอย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อที่หมัดจะได้ไม่ถูกตนอย่างฉับไว ดังนั้น ถ้าประสิทธิภาพในการรับรู้และการตอบสนองสูงก็

จะทำให้สมรรถภาพในการเคลื่อนไหวดีขึ้น

รีบีสส์ และ เฮอ์เบอร์ต (Rebisl and Herbert, 1970) ได้ศึกษาถึงผลของการลดน้ำหนักอย่างรวดเร็วและให้ดื่มน้ำไปภายหลังที่มีต่อสมรรถภาพในการทำงานของนักมวยปล้ำ โดยให้ผู้เข้ารับการทดลอง ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างจากนักมวยปล้ำอยู่ในสภาวะต่าง ๆ ก่อนออกกำลังกาย ดังนี้คือ สภาวะปกติ สภาวะลดน้ำหนัก (ลดน้ำหนัก 5 เปอร์เซ็นต์ ภายในเวลา 78 ชั่วโมง) และสภาวะภายหลังจากที่ดื่มน้ำแล้ว 5 ชั่วโมง แล้วให้ถีบจักรยานเพื่อหาสมรรถภาพในการทำงานของร่างกาย (PWC<sub>170</sub>) ผลจากการทดลองปรากฏว่า เมื่ออยู่ในสภาวะลดน้ำหนักก่อนออกกำลังกาย จะมีสมรรถภาพลดลง แต่หลังจากให้ดื่มน้ำแล้วภายใน 5 ชั่วโมง สมรรถภาพในการทำงานของร่างกายก็จะกลับคืนสู่ระดับปกติ

โอกิลวี และ ทูทโก (Ogilvie and Tutko, 1970) ได้ทำการศึกษาลักษณะบุคลิกภาพของผู้ฝึกสอน โดยได้เสนอแนะว่า ผู้ฝึกสอนที่มีความก้าวร้าว มักจะเลือกผู้เล่นที่มีความก้าวร้าวด้วย และผู้ฝึกสอนที่มีลักษณะแนวความคิดแบบเก่าหรือ โบราณจะไม่ยอมเปลี่ยนแปลงอะไร (Conservative Coach) และมีแนวโน้มที่จะเลือกหาตัวนักกีฬาที่มีลักษณะแบบเดียวกัน โอกิลวี และทูทโกยังได้สรุปว่า ผู้ฝึกสอนจะทำงานประสบความสำเร็จและทำงานได้ดีที่สุด กับผู้เล่นที่บุคลิกลักษณะหลายประการคล้ายคลึงกับตนเอง ในสถานการณ์ของการสอนที่มีแบบอย่างเดียวกันกับ ผู้ฝึกสอนและผู้ฝึกสอนจำนวนไม่น้อยที่สามารถทำงานประสบความสำเร็จกับนักกีฬาซึ่งมีบุคลิกลักษณะแตกต่างไปจากบุคลิกภาพของตนเอง ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทั้งหลายจะเป็นไปตามระยะเวลา แต่ไม่แน่นอนเสมอไป ขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ระหว่างผู้ฝึกสอนกับนักกีฬา โอกิลวีและทูทโก ได้แยกผู้ฝึกสอนออกเป็นกลุ่มตามบุคลิกลักษณะดังนี้

1. ชอบใช้อำนาจเด็ดขาด
2. สุภาพเรียบร้อย
3. เคร่งเครียด
4. ปล่อยตามสบาย



### 5. ยึดถือผลประโยชน์ส่วนตัว

บอลล์ (Ball, 1972) เป็นชาวแคนาดาได้ศึกษาวิจัยเพื่อที่จะดูว่ามีตัวแปรที่เกี่ยวกับโครงสร้างของประเทศ เช่น ประชากร เศรษฐกิจ การเมืองอะไรที่จะส่งผลให้ทีมของประเทศที่ชนะการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกที่โตเกียว ประเทศญี่ปุ่น เขาได้เลือกตัวแปรที่คิดว่าจะมีบทบาทสัมพันธ์กับความสัมฤทธิ์ผลถึง 55 ชนิด ได้แก่ ขนาดของประชากร เชื้อชาติ เผ่าพันธุ์ และการผสมผสานของประชากร ลักษณะโครงสร้างทางสังคม ปัจจัยทางเศรษฐกิจ ตลอดจนโครงสร้างทางการเมืองถูกนำมาศึกษาหาค่าสหสัมพันธ์ การศึกษาถึงความสัมฤทธิ์ผลของทีมกีฬานั้นยึดถือผู้ชนะที่ 1-2-3 แล้วนำมารวมคะแนนในกีฬาประเภทต่าง ๆ ผลงานการวิจัยของบอลล์นั้นถือเป็นการศึกษาที่ใช้กรรมวิธีทางสถิติเชิงปริมาณเป็นครั้งแรกของการศึกษาที่กีฬาโอลิมปิกเกมส์ อย่างไรก็ตามตัวอย่างประชากร จำกัดเฉพาะประเทศที่ชนะการแข่งขันกีฬานั้น การศึกษาครั้งนี้ทำให้ทราบว่าความสัมฤทธิ์ผลทางกีฬาโอลิมปิกของประเทศต่าง ๆ นั้นขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหรือตัวแปรที่เกี่ยวกับเศรษฐกิจ การเมืองและการปกครอง ปัจจัยทางสังคมซึ่งบอลล์เสนอแนะว่า ประเทศที่ประสบความสำเร็จในกีฬาโอลิมปิกนั้นจะต้องมีการครอบครองทรัพยากรทั้งกำลังคนและเศรษฐกิจ และมีระบบการปกครองส่วนกลางที่กล้าตัดสินใจได้ทันทีและมีอำนาจที่จะโยกย้ายใช้สอยทรัพยากรดังกล่าวอย่างทันที่

เจมส์ (James, 1974) ได้ศึกษาความมุ่งหมายเบื้องต้นของการชกมวยสากลสมัครเล่น คือ ชกคู่ต่อสู้ด้วยสันหมัดตรง เป้าหมายตามกติกากำหนดไว้ให้ได้คะแนน หมัดต่าง ๆ ที่เป็นอาวุธสำคัญของการชกมวยสากลสมัครเล่นมีหมัดแย็บ (Jab) หมัดตรง (Straight Hit) หมัดฮุค (Hook) และหมัดอัปเปอร์คัท (Uppercut) นักมวยต้องชกหมัดเหล่านี้ได้คล่องแคล่ว มีเป้าหมายชกได้แม่นยำ ทั้งหมัดซ้ายและหมัดขวา เป้าหมายของหมัดส่วนมากจะชกไปตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกายคู่ต่อสู้มี ไบหน้า ปลายคาง ลำตัว ท้อง แล้วแต่จังหวะและโอกาสที่จะอำนวยให้ หมัดที่ชกในระยะ ไกลมีหมัดตรงซ้ายและหมัดตรงขวา หมัดที่ชกในระยะใกล้มีหมัดฮุคซ้าย หมัดฮุคขวา หมัดอัปเปอร์คัทซ้าย และหมัดอัปเปอร์คัทขวา ทุกหมัดที่ชกไปต้องถูกเป้าหมายด้วยสันหมัด มีแรงส่งจากแขน หัวไหล่ และลำตัว จึงจะถูกกติกา

เวบ (Webb, 1978) ได้กล่าวไว้ในการศึกษาสมรรถภาพทางกายว่า นักมวยที่สนใจเกี่ยวกับสมรรถภาพทางกาย มักจะเป็นผู้ประสบผลสำเร็จในการชกมวยได้โดยเห็นความสำคัญของสิ่งต่าง ๆ ต่อไปนี้คือความแข็งแรง (Strength) ความอดทนของระบบหายใจ (Cardio-Vascular Endurance) ความเร็ว (Speed) ความคล่องแคล่วว่องไว (Agility) กำลัง (Power) ความกระฉับกระเฉง (Mobility) การทรงตัวและความสัมพันธ์ระหว่างกล้ามเนื้อกับระบบประสาท (Balance and Co-ordination) สิ่งต่าง ๆ ที่กล่าวมานี้เป็นปัจจัยพื้นฐานของสมรรถภาพทางกาย นักมวยก่อนที่จะเข้ารับการฝึกอย่างหนักตามโปรแกรมจำเป็นต้องมีสมรรถภาพทางกายที่ดีมาก่อน ปัจจัยพื้นฐานทั่วไปของสมรรถภาพทางกายนี้มีส่วนช่วยให้เล่นกีฬาได้ดี ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับประเภทกีฬาว่าต้องการปัจจัยทางด้านใดมาก

ฮิกกี (Hickey, 1979) ได้กล่าวว่า ในบรรดากีฬาระเบียงต่าง ๆ มีกีฬาไม่กี่ประเภทเท่านั้นที่จะต้องใช้ร่างกายของตนเองเข้าต่อสู้เหมือนอย่างมวย ดังนั้นจึงจำเป็นที่โปรแกรมฝึกจะต้องกว้างพอครอบคลุมถึงขอบข่ายที่สำคัญของสมรรถภาพทางกาย คือ ความเร็ว (Speed) กำลัง (Power) ความกระฉับกระเฉง (Mobility) ความอดทน (Endurance) และทักษะขั้นสูง (High Degree of Skill) องค์ประกอบทางกายเหล่านี้เป็นสิ่งจำเป็นที่จะทำให้การชกมวยประสบผลสำเร็จ เป็นการพิสูจน์ให้เห็นว่านักมวยจะสามารถชกได้ตามต้องการในขณะแข่งขันนั้น ทั้งนี้ เพราะว่าร่างกายจะต้องได้รับการฝึกมาอย่างหนักนอกจากนั้นยังต้องคำนึงถึงระบบหัวใจและปอดอีกด้วย

แคลนซี (Clancy, 1982) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับปัญหาหัวไหล่ของนักกีฬา ซึ่งผลการวิจัย พบว่า อันตรายที่จะเกิดขึ้นบริเวณหัวไหล่อันเนื่องมาจากการฝึกซ้อมหรือการกีฬานั้นมีหลายประการ คือ

1. อันตรายต่อกลุ่มของเส้นประสาทที่ไปเลี้ยงแขน (Brachia Plexus)
2. อันตรายต่อเส้นประสาทเล็ก ๆ บริเวณไหล่
3. อันตรายต่อข้อต่อ Acromioclavicular
4. อันตรายต่อข้อต่อ Sternoclavicular

5. ไหล่หลุด

6. การเคลื่อนของหัวไหล่จากตำแหน่งปกติ

และจากที่กล่าวมาการใช้งานหัวไหล่มากเกินไป หรือการรักษาพยาบาลหัวไหล่ที่เกิดการบาดเจ็บ ไม่ถูกวิธีก็เป็นอันตรายต่อหัวไหล่ได้เช่นกัน แต่อย่างไรก็ตามการบาดเจ็บเหล่านี้สามารถที่จะรักษาจนไหล่กลับอยู่ในสภาพที่ใช้งานได้ โดยต้องใช้ระยะเวลาในการรักษา

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สรุปได้ว่า องค์ประกอบที่สำคัญในการเตรียมตัวฝึกซ้อมและสร้างนักกีฬาให้บรรลุความสำเร็จนั้น มีองค์ประกอบและปัจจัยต่าง ๆ มากมาย ไม่เพียงแต่ขึ้นอยู่กับ ผู้ฝึกสอน และตัวนักกีฬาเท่านั้น แต่ต้องมีองค์ประกอบอื่น ๆ คอยสนับสนุนอีกด้วย ซึ่งองค์ประกอบต่าง ๆ นั้นได้แก่ การสนับสนุนนักกีฬาในด้านต่าง ๆ การสนับสนุนด้านการเงิน สวัสดิการและการสนับสนุนของผู้บริหาร ในการเตรียมทีมมวยสากลสมัครเล่นเพื่อเข้าแข่งขันยังมีองค์ประกอบและปัญหาเฉพาะปลีกย่อยที่แตกต่างไปจากกีฬาอื่น ๆ อีก เช่น การเตรียมสมรรถภาพทางกายและสภาพจิตใจให้พร้อม การสร้างความสัมพันธ์ของระบบประสาทกับกล้ามเนื้อ ความสัมพันธ์ของปฏิกิริยาและความเร็วของการชกหมัด และหลบหลีก การลดน้ำหนักให้อยู่ในน้ำหนักที่ต้องการแต่ยังคงสภาพความแข็งแรงและความทนทานไว้ โภชนาการกับการควบคุมน้ำหนักและบำรุงนักกีฬา เป็นต้น

กีฬามวยสากลสมัครเล่น ซึ่งเป็นกีฬาประเภทหนึ่งที่สร้างชื่อเสียงให้กับประเทศไทย ยังไม่มีการศึกษาสภาพและปัญหาในการเตรียมทีมเพื่อการแข่งขันในระดับนานาชาติ จึงทำให้ผู้วิจัยต้องการศึกษาสภาพและปัญหาในการเตรียมทีมกีฬามวยสากลสมัครเล่นของไทยในกีฬาโอลิมปิก เพื่อที่จะนำมาเป็นแนวทางสำหรับผู้เกี่ยวข้องทุก ๆ ด้าน แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ เพื่อพัฒนากีฬามวยสากลสมัครเล่นของไทยให้มีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้นต่อไป