

แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร



บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)  
เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR)  
are the thesis authors' files submitted through the University Graduate School.

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน  
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ปีการศึกษา 2557  
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

GUIDELINES FOR MANAGING AFTER - SCHOOL PHYSICAL ACTIVITIES  
IN ELEMENTARY SCHOOLS UNDER BANGKOK METROPOLITAN ADMINISTRATION



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Education Program in Health and Physical Education  
Department of Curriculum and Instruction  
Faculty of Education  
Chulalongkorn University  
Academic Year 2014  
Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียน
	ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร
โดย	นางสาวจุฑารัตน์ ภัทรเกษวิทย์
สาขาวิชา	สุขศึกษาและพลศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ดิงศภัทย์

---

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์

.....คณบดีคณะครุศาสตร์  
(รองศาสตราจารย์ ดร.บัญชา ชลาภิรมย์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สรายุทธพิทักษ์)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ดิงศภัทย์)

.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมบูรณ์ อินทร์ถมยา)

จุฑารัตน์ ภัทรเกษวิทย์ : แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียน  
ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร (GUIDELINES FOR MANAGING AFTER -  
SCHOOL PHYSICAL ACTIVITIES IN ELEMENTARY SCHOOLS UNDER BANGKOK  
METROPOLITAN ADMINISTRATION) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: ผศ. ดร.สุธนะ ดิงศ  
ภักดิ์, หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อนำเสนอแนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน  
และเปรียบเทียบระหว่างขนาดโรงเรียนกับการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียน  
ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนโดย  
ใช้หลักกระบวนการบริหาร เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้บริหารโรงเรียน  
หรือครูผู้จัดกิจกรรม จำนวน 416 คน ได้แบบสอบถามคืนทั้งสิ้น 386 ชุด คิดเป็นร้อยละ 92.7 และ  
นักเรียน จำนวน 416 คน ได้แบบสอบถามคืนทั้งสิ้น 398 ชุด คิดเป็นร้อยละ 95.6 แล้วนำข้อมูลมา  
วิเคราะห์ค่าสถิติด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป เพื่อหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบน  
มาตรฐาน และสถิติค่าเอฟ (F-test) โดยทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แล้วนำเสนอ  
ข้อมูลในรูปตารางประกอบความเรียง

ผลการวิจัยพบว่า 1) โรงเรียนมีจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน คิดเป็นร้อยละ 93 การ  
บริหารการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ส่วน  
ใหญ่มีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง 2) การเปรียบเทียบระหว่างขนาดโรงเรียนมีผลต่อการจัด  
กิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) แนว  
ทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ควรส่งเสริมให้มีกิจกรรมทางกายโดยมีการจัดอบรมครู  
บูรณาการความรู้สู่การปฏิบัติได้จริง จัดสรรงบประมาณให้เพียงพอ และดำเนินการจัดกิจกรรมโดยใช้  
หลัก POSDCoRB

ภาควิชา หลักสูตรและการสอน

ลายมือชื่อนิสิต .....

สาขาวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก .....

ปีการศึกษา 2557

# # 5583373627 : MAJOR HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

KEYWORDS: AFTER SCHOOL PHYSICAL ACTIVITY / HEALTH AND PHYSICAL

JUTARATH PATARAGESVIT: GUIDELINES FOR MANAGING AFTER - SCHOOL PHYSICAL ACTIVITIES IN ELEMENTARY SCHOOLS UNDER BANGKOK METROPOLITAN ADMINISTRATION. ADVISOR: ASST. PROF. SUTHANA TINGSABHAT, Ph.D., pp.

The purposes of this research were to study in guidelines for managing and to compare between size of the school and activities management for after school physical activities in elementary schools under Bangkok metropolitan administration. The questionnaires related to the administration process. The samples were administrators or activators after school of 416 sets. Questionnaires were returned 92.7% from 386 sets. For student 416 sets were returned 95.6% or 398 sets. The statistic software computer program was applied for data analysis including percentages, means, standard deviations, and F - test. Significance were tested at .05 level and proposed the data in formed the tables and description in assay.

The results were as follows: 1) the schools were managed after school physical activities in elementary schools under Bangkok metropolitan administration 93% and management for after school physical activities. The overall states performed at moderate level, 2) the comparison between size of the school and activities management after school physical activities, the result showed no significance different in all aspects at the .05 levels, and 3) guidelines for managing after- school physical activity in elementary schools under Bangkok metropolitan administration that the teachers should provide teacher training in managing for after school physical activity, budgeting and management after school physical activities by POSDCoRB model

Department: Curriculum and Student's Signature .....

Instruction Advisor's Signature .....

Field of Study: Health and Physical  
Education

Academic Year: 2014

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ดิงศรัทีย อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ซึ่งช่วยให้คำแนะนำและดูแลเอาใจใส่ตลอดจนช่วยแก้ไขข้อบกพร่องที่เกิดขึ้นจากการวิจัยในครั้งนี้เป็นอย่างดีตลอดระยะเวลาที่ผู้วิจัยได้ทำการวิจัย ผู้วิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณในความกรุณาครั้งนี้เป็นอย่างสูง

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สรายุทธพิทักษ์ ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมบุรณ์ อินทร์ธมยา คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่ได้พิจารณาให้ข้อสังเกตและข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ซึ่งทำให้วิทยานิพนธ์เล่มนี้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณท่านผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่กรุณาเวลาให้ความช่วยเหลือในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์ต่อผู้วิจัย

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และครูทุกท่าน ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการตอบแบบสอบถามและช่วยเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดี จนทำให้งานวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชมา วัฒนบุรานนท์ รองศาสตราจารย์ รัชณี ขวัญบุญจัน คณาจารย์ประจำสาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา และเพื่อนพี่น้องในสาขาสุขศึกษาและพลศึกษาที่ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจมาตลอด

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคุณพ่อคุณแม่ ที่คอยอบรมสั่งสอนดูแลเอาใจใส่และให้การสนับสนุนทางด้านการศึกษา รวมทั้งเป็นกำลังใจสำคัญในการศึกษาระดับปริญญา มหาบัณฑิต

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ .....	12
ความเป็นมาและความสำคัญ .....	12
คำถามการวิจัย .....	15
วัตถุประสงค์ของการวิจัย .....	16
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย .....	16
ขอบเขตการวิจัย .....	17
ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย .....	17
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	18
1. กิจกรรมทางกาย .....	18
1.1 ความหมายของกิจกรรมทางกาย.....	18
1.2 ข้อเสนอแนะการมีกิจกรรมทางกายสำหรับเด็ก .....	19
1.3 ประโยชน์ของกิจกรรมทางกาย .....	21
2. ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับมาตรฐานของกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน .....	24
3. แนวคิดและทฤษฎีการบริหารจัดการ .....	33
3.1 ความหมายของการบริหารจัดการ.....	33
3.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับกระบวนการบริหารจัดการ.....	33
3.3 ทฤษฎีองค์การสำหรับสถานศึกษา .....	42

4. มาตรฐานด้านสถานศึกษาของกรุงเทพมหานคร .....	44
4.1 การจำแนกประเภท .....	44
4.2 ตำแหน่งที่ตั้งและรัศมีบริการของสถานศึกษา.....	46
4.3 ขนาดรองรับในการให้บริการของสถานศึกษา.....	47
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	48
5.1 งานวิจัยในประเทศ.....	48
5.2 งานวิจัยต่างประเทศ.....	50
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย .....	52
1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง .....	52
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	53
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	55
4. การวิเคราะห์ข้อมูล.....	56
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	57
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ .....	103
สรุปผลการวิจัย.....	103
อภิปรายผล .....	115
ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย.....	130
ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป .....	130
รายการอ้างอิง .....	131
ภาคผนวก.....	134
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ.....	135
ภาคผนวก ข หนังสือเชิญผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือ.....	137
ภาคผนวก ค หนังสือขอความร่วมมือในการวิจัย.....	143



ภาคผนวก ง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	146
ภาคผนวก จ การวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	163
ภาคผนวก ฉ กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัย.....	175
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์ .....	178



## สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 1	แสดงจำนวนผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดของโรงเรียน.....	57
ตารางที่ 2	แสดงข้อมูลทั่วไปของผู้บริหารหรือผู้จัดกิจกรรม.....	58
ตารางที่ 3	แสดงจำนวนครูผู้ทำหน้าที่สอน ระดับประถมศึกษาในโรงเรียน.....	59
ตารางที่ 4	แสดงข้อมูลสถานที่อำนวยความสะดวกในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัด กรุงเทพมหานคร.....	60
ตารางที่ 5	แสดงข้อมูลโรงเรียนได้มีการจัดกิจกรรมทางกายเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายให้ นักเรียน.....	61
ตารางที่ 6	แสดงช่วงเวลาการจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องและเคยจัดกิจกรรมทางกายแต่ ปัจจุบันไม่ได้จัดกิจกรรมแล้ว.....	62
ตารางที่ 7	แสดงข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้โรงเรียนไม่เคยจัดกิจกรรมทางกาย หรือไม่สามารถจัดกิจกรรมทางกายได้.....	63
ตารางที่ 8	แสดงจำนวนของโรงเรียนที่ได้จัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องเพื่อส่งเสริมให้ นักเรียนออกกำลังกายและเล่นกีฬา.....	64
ตารางที่ 9	แสดงปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบความสำเร็จในโรงเรียนที่จัด กิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่อง.....	65
ตารางที่ 10	แสดงประเภทของกิจกรรมทางกายที่จัดในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัด กรุงเทพมหานคร.....	67
ตารางที่ 11	แสดงข้อมูลโรงเรียนที่เคยจัดกิจกรรมทางกายแต่ปัจจุบันไม่จัดกิจกรรมทางกายแล้ว... ..	68
ตารางที่ 12	แสดงปัจจัยและสาเหตุ ที่ทำให้ไม่ได้ดำเนินการจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่อง .....	69
ตารางที่ 13	แสดงประเภทกิจกรรมทางกายที่ผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรมต้องการจัด กิจกรรมทางกายเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนออกกำลังกายและเล่นกีฬา.....	70
ตารางที่ 14	แสดงระดับการปฏิบัติของผู้บริหารหรือครูผู้จัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน.....	72

ตารางที่ 15 ผลการทดสอบค่าเฉลี่ยระดับการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางด้านการจัดดำเนินงาน ในรายการ ท่านได้รับการประสานงานและแบ่งภาระหน้าที่งานให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน ที่มึ ความแตกต่างกัน.....	77
ตารางที่ 16 ผลการทดสอบค่าเฉลี่ยระดับการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายด้านบุคลากร รายการคือ บุคลากรได้รับการฝึกอบรมการจัดกิจกรรมนักเรียนที่มีความแตกต่างกัน.....	77
ตารางที่ 17 แสดงปัญหา ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการวางแผนจัดกิจกรรมทางกาย .....	78
ตารางที่ 18 แสดงปัญหา ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการดำเนินการจัดกิจกรรมทางกาย ..	81
ตารางที่ 19 แสดงปัญหา ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านบุคลากรในการจัดกิจกรรมทางกาย..	82
ตารางที่ 20 แสดงปัญหา ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการอำนวยความสะดวกจัดกิจกรรมทางกาย..	84
ตารางที่ 21 แสดงปัญหา ข้อเสนอแนะและแก้ปัญหาด้านการประสานงานการจัดกิจกรรมทาง กาย .....	85
ตารางที่ 22 แสดงปัญหา ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านงบประมาณและทรัพยากรการจัด กิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน.....	87
ตารางที่ 23 แสดงปัญหา ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการประเมินผลการจัดกิจกรรมทาง กาย .....	88
ตารางที่ 24 แสดงจำนวนผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามขนาดของโรงเรียน .....	90
ตารางที่ 25 แสดงข้อมูลทั่วไปของนักเรียน.....	90
ตารางที่ 26 แสดงระยะเวลาในการเดินทางมาโรงเรียนของนักเรียน .....	94
ตารางที่ 27 แสดงสถานที่อำนวยความสะดวกในโรงเรียน ที่นักเรียนชอบทำกิจกรรม.....	95
ตารางที่ 28 แสดงข้อมูลการมีกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน.....	96
ตารางที่ 29 แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน .....	100
ตารางที่ 30 แสดงกิจกรรมที่นักเรียนอยากให้โรงเรียนมีการจัดกิจกรรมทางกายเพิ่มเติม .....	101
ตารางที่ 31 แสดงช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้โรงเรียนมีการจัดกิจกรรมทางกายเพิ่มเติม.....	102

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญ

“ร่างกายของเรานั้นธรรมชาติสร้างมาสำหรับให้ออกแรงใช้งานมิใช่ให้อยู่เฉยๆ ถ้าใช้แรงให้พอเหมาะพอดีโดยสม่ำเสมอร่างกายก็เจริญแข็งแรงคล่องแคล่วและคงทนยั่งยืน ถ้าไม่ใช้แรงเลยหรือใช้ไม่เพียงพอร่างกายก็จะเจริญแข็งแรงอยู่ไม่ได้แต่จะค่อยๆ เสื่อมไปเป็นลำดับ และหมดสมรรถภาพไปก่อนเวลาอันสมควร ดังนั้นผู้ที่ปรกติทำการงานโดยไม่ได้ใช้กำลังหรือใช้กำลังแต่น้อยจึงจำเป็นต้องหาเวลาออกกำลังกายให้พอเพียงกับความต้องการตามธรรมชาติเสมอทุกวัน มิฉะนั้นจะเป็นที่น่าเสียดายอย่างยิ่งที่เขาจะใช้สติปัญญาความสามารถของเขาทำประโยชน์ให้แก่ตนเองและแก่ส่วนรวมได้น้อยเกินไป เพราะร่างกายอันกลับกลายอ่อนแอลงนั้นจะไม่อำนวยโอกาสให้ทำการงานโดยมีประสิทธิภาพได้” พระราชดำรัส พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช พระราชทานแก่ ผู้เข้าร่วมประชุมสัมมนาเรื่องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ (มหาวิทยาลัยมหิดล, 2523)

การมีกิจกรรมทางกายที่ไม่เพียงพอเป็นสาเหตุสำคัญอันดับที่สี่ของการเสียชีวิตจากโรคเรื้อรัง เช่น โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคเบาหวาน และโรคมะเร็ง ซึ่งมีส่วนทำให้เกิดการเสียชีวิตจากโรคที่สามารถป้องกันได้จำนวนกว่า 3 ล้านคนทั่วโลกในแต่ละปี การขาดกิจกรรมทางกายยังมีส่วนต่อการเพิ่มอัตราโรคอ้วนทั้งในเด็กและผู้ใหญ่ ปัจจุบันพบเด็กไทยในระดับอนุบาลและประถมศึกษาที่มีภาวะอ้วนมากถึงร้อยละ 13-15 และพบว่า เด็กในเมืองมีภาวะอ้วนมากกว่าเด็กชนบทเกือบ 2 เท่าตัว (สง่า ตามาพงษ์, 2550) (อ้างอิงในวารสาร ทรพีเอ็ม, 2552) เด็กไทยเป็นโรคอ้วนเป็นอันดับ 2 ในเอเชีย จนองค์การอนามัยโลกยกตัวอย่างว่าเป็นประเทศที่มีเด็กอ้วนเพิ่มเร็วที่สุดประเทศหนึ่ง โดยมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องมากมายและปัจจัยหนึ่งที่เกี่ยวข้องคือ การมีกิจกรรมทางกาย ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อประชาชนทุกเพศทุกวัย อันจะนำไปสู่การเติบโตอย่างมีสุขภาวะและพัฒนาการทางสังคมที่ดีของเด็ก อีกทั้งช่วยลดความเสี่ยงจากโรคเรื้อรังและช่วยพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ใหญ่ ไม่มีคำว่าสายเกินไปที่จะเริ่มกิจกรรมทางกาย (วินัย ดะห์สลิ้น, 2551) (อ้างอิงในวารสาร ทรพีเอ็ม, 2552)

วิลาลีนี อุดุลยานนท์ (2553) ได้เสนอแนะว่า สำหรับกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาหลักสูตรแกนกลางฯ ได้กำหนดคุณภาพของนักเรียนไว้เป็น 5 สาระ 6 มาตรฐาน ในแต่ละสาระและมาตรฐานการเรียนรู้ได้กำหนดตัวชี้วัดในระดับชั้น ป.1-ม.3 และระดับชั้น ม. 4-6 ครูผู้ใดรับผิดชอบสอนระดับชั้นใด สามารถศึกษาตามระดับชั้นนั้นๆ ที่สำคัญคือ ในการประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน ครูต้องวางแผนและดำเนินการประเมินผลให้สอดคล้องกับตัวชี้วัดแต่ละตัว

หากนักเรียนผ่านการประเมินตามตัวชี้วัดทุกตัวในแต่ละระดับชั้นแล้วนั้นหมายถึงว่า ครูและโรงเรียนสามารถนำหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานฯ ไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีประสิทธิผล

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ของกระทรวงศึกษาธิการที่ใช้อยู่ในปัจจุบันนั้นยังขาดในส่วนของ การสร้างเสริมการปลูกฝังทัศนคติที่ดีต่อการออกกำลังกาย นอกจากนี้จำนวนชั่วโมงเรียนสำหรับกลุ่มสาระการเรียนรู้ยังมีน้อย เมื่อเทียบกับเวลากว่า 8 ชั่วโมง ที่ได้ศึกษาในสถานศึกษา ซึ่งไม่เพียงพอที่จะบรรลุวัตถุประสงค์ด้านการปลูกฝังและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการออกกำลังกายของเยาวชน เห็นได้จากจำนวนชั่วโมงพลศึกษาโดยเฉลี่ยมีเพียง 1 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ สำหรับเด็กในระดับประถมศึกษาถึงมัธยมศึกษาตอนต้น และหดสั้นลงเหลือเพียงครึ่งชั่วโมงโดยเฉลี่ยต่อ 1 สัปดาห์ สำหรับเด็กในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ในขณะที่วิทยาลัยเวชศาสตร์การกีฬาอเมริกัน (American College of Sport Medicine, ACSM) ได้แนะนำไว้ว่า เกณฑ์ด้านความถี่ในการออกกำลังกายเพื่อสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายอย่างมีประสิทธิภาพ ควรมีการออกกำลังกายและเล่นกีฬาอยู่ที่เฉลี่ย 3-5 ครั้งต่อสัปดาห์ ในขณะที่เกณฑ์ด้านเวลาในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างต่อเนื่องต่อครั้งนั้นควรอยู่ที่ไม่ต่ำกว่า 15 นาที (ประพัฒน์ ลักษณะพิสูทธิ์, 2553)

Corbin (2002) (อ้างถึงในดวงพร ศุภพิชน์, 2555) ได้เสนอว่า การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนควรส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะรวมไปถึงรับรู้ประโยชน์และคุณค่าของกิจกรรมทางกายและควรคำนึงถึงตัวชี้วัดในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายซึ่งต่างจากผู้ใหญ่ การใช้อัตราการเต้นหัวใจ ระดับความหนักและความต่อเนื่อง ไม่ใช่ตัวชี้วัดที่ดีในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายสำหรับเด็ก สิ่งสำคัญคือ ความสนุกสนาน เพราะเมื่อเด็กเหนื่อยก็จะพักเหนื่อยและเมื่อหายเหนื่อยก็จะกลับมาเล่นอีกเพราะมีความรู้สึกดีต่อกิจกรรม ส่วนการชักจูงให้เด็กที่มีกิจกรรมทางกายที่ไม่เพียงพอหันมาสนใจและเข้าร่วมกิจกรรมทางกายสามารถทำได้โดยการเพิ่มความสนใจและเพิ่มโอกาส วิธีการเพิ่มความสนใจทำได้โดยการให้ข้อมูลย้อนกลับด้านบวกเกี่ยวกับกิจกรรมจากพ่อแม่ ครู โค้ช และเพื่อน ส่วนวิธีการเพิ่มโอกาสทำได้โดยการให้นักเรียนได้เรียนกับโค้ชหรือครูที่ดีเกี่ยวกับทักษะและความมั่นใจรวมไปถึงการจัดกิจกรรมหลากหลายให้มีโอกาสเลือกสอดคล้องกับคำแนะนำขององค์การอนามัยโลก (WHO, 2010) (อ้างถึงในดวงพร ศุภพิชน์, 2555) เสนอแนะว่า โรงเรียนสามารถช่วยเหลือเด็กให้ปฏิบัติกิจกรรมทางกายได้ โดยจัดการเรียนการสอนที่สนับสนุนให้เด็กปฏิบัติกิจกรรมทางกายได้และให้ความรู้เกี่ยวกับความสำคัญของการออกกำลังกายและยังสอดคล้องกับข้อเสนอในกฎบัตรโตรอนโตซึ่งเป็นข้อเสนอระดับโลก ในปี ค.ศ. 2010 (วิลาลีนี อุดุลยานนท์, 2553) ที่เสนอแนะให้โรงเรียนจัดระบบการศึกษาที่ให้ความสำคัญแก่หลักสูตรกิจกรรมทางกายภาคบังคับ โดยเน้นกีฬาที่ไม่มุ่งเน้นการแข่งขันและฝึกอบรมให้ครูทุกคนมีความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมทางกาย รวมถึงมีแผนกิจกรรมทางกายที่มุ่งเน้นความหลากหลายของกิจกรรมเพื่อเพิ่มการมีส่วนร่วมโดยไม่คำนึงถึงทักษะรวมไปถึงให้โอกาสนักเรียนปฏิบัติกิจกรรมทางกายอย่างกระฉับกระเฉงทั้งในระหว่างชั่วโมงการเรียนการสอน ในช่วงพัก ช่วงพักรับประทานอาหารกลางวันและหลังเลิกเรียน

กระทรวงสาธารณสุข (2550) มีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับแนวทางการมีกิจกรรมทางกาย (Physical Activity) ที่เหมาะสมสำหรับเด็กและเยาวชนในโรงเรียน คือ โรงเรียนเป็นสถานที่ที่เด็กส่วนใหญ่ทั้งในเมืองและชนบทใช้เวลามากที่สุดรองจากที่บ้าน จากการสำรวจสถานการณ์ในปัจจุบันพบว่า โอกาสที่นักเรียนสามารถจะมีกิจกรรมทางกายในโรงเรียนมีน้อยลงกว่าในอดีต ทั้งนี้ส่วนใหญ่เนื่องจากโรงเรียนและครอบครัวให้ความสำคัญกับพัฒนาการและความแข็งแรงทางวิชาการมากกว่าพัฒนาการและความแข็งแรงทางร่างกายและสุขภาพ เวลาว่างในหนึ่งวันของเด็กและเยาวชนในโรงเรียนเริ่มตั้งแต่ก่อนเข้าเรียน 15 นาที เวลาพักน้อยช่วงสาย 10 นาที เวลาพักเที่ยง 15 นาที เวลาพักน้อยช่วงบ่าย 10 นาที และหลังเลิกเรียน 15 นาที รวมทั้งหมด 65 นาที เด็กจะใช้เวลาว่างในการเล่นและเคลื่อนไหวร่างกายตามปกติประมาณ 1 ใน 3 หรือ 1 ใน 2 ของเวลาว่างที่เด็กมีอยู่ในโรงเรียน คือ ประมาณ 20-30 นาที เด็กและเยาวชนใช้เวลาอยู่ที่โรงเรียนประมาณ 5 วันต่อสัปดาห์ ฉะนั้นระยะเวลาในการเล่นและเคลื่อนไหวรวมประมาณ 100-150 นาทีต่อสัปดาห์ เด็กและเยาวชนจะมีเวลาว่างนอกเหนือจากการเรียนปกติในโรงเรียนประมาณ 65 นาที โดยพิจารณาชั่วโมงพลศึกษา เด็กจะได้ออกกำลังกายหรือเคลื่อนไหวร่างกายในชั่วโมงพลศึกษาตามหลักสูตรสัปดาห์ละ 1 คาบ (50 นาที) ได้อย่างเต็มที่ อย่างไรก็ตามต่ำกว่าครึ่งละ 30 นาที จากสมมติฐานข้างต้น เด็กและเยาวชนจะสามารถออกกำลังกายหรือเคลื่อนไหวร่างกายตามปกติที่โรงเรียนได้ประมาณสัปดาห์ละ 130-180 นาที ซึ่งไม่เพียงพอที่จะเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายที่เหมาะสมครอบครัวและโรงเรียนจำเป็นต้องเพิ่มโอกาสให้แก่เด็กและเยาวชนให้สามารถออกกำลังกายหรือเคลื่อนไหวร่างกายอีกสัปดาห์ละ 240-290 นาที โดยร่วมกันรับผิดชอบ คือ

1. ครอบครัวสนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายหรือเคลื่อนไหวร่างกายเพิ่มเติมวันละ 20 นาที ในวันธรรมดาและวันละ 30-60 นาที ในวันหยุดสุดสัปดาห์
2. โรงเรียนควรจัดกิจกรรมออกกำลังกายเพิ่มเติมอย่างน้อยวันละ 15 นาที จากเวลาพักในช่วงต่างๆ ของแต่ละวัน

กัลยา กิจบุญชู (2546) ได้กล่าวว่า กิจกรรมสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับการสร้างสุขนิสัยการเคลื่อนไหวร่างกายไม่จำเป็นที่จะจัดในชั่วโมงพลศึกษาเท่านั้น กิจกรรมนอกเหนือจากชั่วโมงพลศึกษาสามารถทำได้ในช่วงก่อน ระหว่าง และหลังเลิกเรียน โดยเป็นกิจกรรมที่หลากหลายจะช่วยให้เด็กมีทางเลือกที่ตนเองชอบ นอกจากนี้การเชื่อมโยงกับชุมชนจะช่วยให้มีสถานที่พอเพียงและสะดวกซึ่งมีส่วนร่วมและการสนับสนุนจากชุมชนจึงจะเป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่ดี กิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนเป็นทางเลือกหนึ่งที่จะเปิดโอกาสให้เด็กมีกิจกรรมทางกายเพิ่มมากขึ้นซึ่งมีความจำเป็นที่ต้องจัดกิจกรรมทางกายเพิ่มเติมในโรงเรียนโดยสามารถจัดในช่วงเวลาว่างระหว่าง

เรียนได้ภายใต้การร่วมมือของทุกฝ่ายในโรงเรียนทั้งผู้บริหาร ครู และนักเรียน เพื่อให้เกิดการจัดกิจกรรมทางกายที่ต่อเนื่องและส่งเสริมสุขภาพของเด็กให้มีสุขภาพที่ดี

วิไลวรรณ ภูทอง (2539) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การบริหารโครงการในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์ของงานวิจัยเพื่อศึกษาสภาพและปัญหาการบริหารโครงการของโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า

1. โรงเรียนส่วนมากมีแผนผังโครงการที่จัดขึ้นตามปีการศึกษา โดยศึกษาด้านนโยบาย การปฏิบัติงานซึ่งคณะทำงานในโครงการประกอบด้วย หัวหน้าโครงการและคณะทำงานเข้าร่วมโครงการตามความสนใจและความถนัดแต่อยู่ภายใต้การสั่งงานของผู้บริหารโรงเรียน มีการประสานงานระหว่างผู้บริหารโรงเรียน ผู้ช่วยผู้บริหารโรงเรียน หัวหน้าโครงการ คณะกรรมการและมีการควบคุมคุณภาพของผลงาน

2. ปัญหาที่พบได้แก่ การขาดการศึกษาสภาพความเป็นจริงและความเป็นไปได้ของโครงการ บุคลากรขาดความรับผิดชอบต่อการปฏิบัติงาน มีอัตรากำลังในการปฏิบัติงานน้อย ขาดกาสนับสนุนด้านงบประมาณ วัสดุอุปกรณ์ ขั้นตอนการปฏิบัติงานไม่เป็นรูปธรรมยากต่อการควบคุม

การจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนอย่างยั่งยืนนั้นต้องอาศัยปัจจัยหลายพื้นฐานและการจัดการบริหารที่มีประสิทธิภาพเป็นหลักของกระบวนการบริหารทั่วไปที่สามารถใช้กับการจัดกิจกรรมต่างๆในโรงเรียนได้ เพื่อให้การดำเนินกิจกรรมนั้นดำเนินไปได้อย่างเต็มศักยภาพสอดคล้องกับสภาพการณ์จริงซึ่งเรื่องนี้ กุลิกและเออร์วิก (Gulick and Urwick, 1937) (อ้างถึงในวลัยลักษณ์ ภูพิพัฒน์, 2548) ได้เสนอความคิดและกระบวนการบริหารไว้ 7 ประการ ซึ่งเรียกย่อว่า POSDCoRB คือ 1) ด้านการวางแผน (P=Planning) 2) ด้านการจัดดำเนินงาน (O=Organizing) 3) ด้านการจัดบุคลากร (S=Staffing) 4) ด้านการอำนวยความสะดวก (D=Directing) 5) ด้านการประสานงาน (Co=Coordinating) 6) ด้านการประเมินผล (R=Reporting) 7) ด้านงบประมาณ (B=Budgeting) จากเหตุผลดังที่กล่าวมา จึงทำให้ผู้วิจัยต้องการศึกษาแนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นแนวทางการจัดกิจกรรมหลังเลิกเรียนสำหรับผู้บริหารโรงเรียน ครูผู้จัดกิจกรรม ที่เหมาะสมให้กับนักเรียน เพื่อส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

### คำถามการวิจัย

1. โรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร มีสภาพและปัญหาการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนอย่างไร

2. ขนาดโรงเรียนที่แตกต่างกัน มีการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร แตกต่างกันหรือไม่

3. แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่เหมาะสมควรเป็นอย่างไร

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพและปัญหาการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างขนาดโรงเรียนกับการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร
3. เพื่อนำเสนอแนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

**กิจกรรมทางกาย** หมายถึง กิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย โดยเน้นกิจกรรมการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย

**กิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน** หมายถึง กิจกรรมที่เน้นกิจกรรมทางกายที่ใช้เวลานอกเหนือไปจากเวลาที่ใช้ในการเรียนการสอนตามที่ปรากฏอยู่ในตารางสอนคือ ก่อนเข้าเรียน ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียนและหลังเลิกเรียน โดยเป็นกิจกรรมทางกายที่ทางโรงเรียนจัดขึ้น

**สภาพและปัญหาการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน** หมายถึง สภาพและปัญหากระบวนการบริหารจัดการกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

**แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน** หมายถึง แนวทางส่งเสริมการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนโดยใช้หลักที่วิเคราะห์และสังเคราะห์จากสภาพ ปัญหาและข้อเสนอแนะ

**ผู้บริหารโรงเรียน** หมายถึง ครูใหญ่ อาจารย์ใหญ่ ผู้อำนวยการ รองผู้อำนวยการโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร หรือผู้รักษาการในตำแหน่งดังกล่าวที่มีหน้ารับผิดชอบบริหารโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

**ครูผู้จัดกิจกรรม** หมายถึง ครูหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ครูพลศึกษา หรือผู้รับผิดชอบการจัดกิจกรรมทางกายเพื่อพัฒนาส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายของนักเรียนโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

**นักเรียน** หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษาชั้นปีที่ 4-6 ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร



**ขนาดโรงเรียน** หมายถึง ขนาดโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานครกำหนดไว้ดังนี้  
โรงเรียนขนาดเล็กคือ มีนักเรียนไม่เกิน 400 คน โรงเรียนขนาดกลางคือ มีนักเรียน 401-800 คน โรงเรียน  
ขนาดใหญ่คือ มีนักเรียนตั้งแต่ 801 คนขึ้นไป

### ขอบเขตการวิจัย

1. ประชากร คือ ผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรมและนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา  
สังกัดกรุงเทพมหานครจำนวน 438 โรงเรียน (สำนักการศึกษากรุงเทพมหานคร, 2557a)

2. แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร  
ซึ่งศึกษาปัจจัยดังนี้

2.1 ปัจจัยในการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัด  
กรุงเทพมหานคร โดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB

2.2 สภาพปัญหาและข้อเสนอแนะการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา  
สังกัดกรุงเทพมหานคร

3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 ตัวแปรต้น คือ สภาพและปัญหาการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน การจัดทำกิจกรรม  
ทางกายหลังเลิกเรียน โดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB ในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัด  
กรุงเทพมหานคร

3.2 ตัวแปรตาม คือ แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษา  
สังกัดกรุงเทพมหานคร

### ประโยชน์ที่รับจากการวิจัย

1. ทราบสภาพและปัญหาที่ส่งผลต่อการจัดกิจกรรมทางกายหลังเวลาเรียน ในโรงเรียน  
ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

2. ทราบความแตกต่างของการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนระหว่างโรงเรียนที่มีขนาด  
เล็ก กลาง และใหญ่

3. ได้แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนให้กับผู้บริหารโรงเรียน ครูผู้จัดกิจกรรม  
ได้จัดกิจกรรม ที่เหมาะสมให้กับนักเรียน เพื่อส่งเสริมสภาวะสุขภาพของนักเรียนให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี  
ต่อไป

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร สามารถนำเสนอตามลำดับดังนี้

1. กิจกรรมทางกาย
  - 1.1 ความหมายกิจกรรมทางกาย
  - 1.2 ข้อเสนอแนะการมีกิจกรรมทางกายสำหรับเด็ก
  - 1.3 ประโยชน์ของกิจกรรม
2. ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับมาตรฐานของกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน
3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการบริหารจัดการ
  - 3.1 ความหมายการบริหารจัดการ
  - 3.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับกระบวนการบริหารจัดการ
  - 3.3 ทฤษฎีองค์การสำหรับสถานศึกษา
4. มาตรฐานด้านสถานศึกษาของกรุงเทพมหานคร
  - 4.1 การจำแนกประเภท
  - 4.2 ตำแหน่งที่ตั้งและรัศมีบริการของสถานศึกษา
  - 4.3 มาตรฐานรองรับในการให้บริการของสถานศึกษา
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
  - 5.1 งานวิจัยในประเทศ
  - 5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

#### 1. กิจกรรมทางกาย

##### 1.1 ความหมายของกิจกรรมทางกาย

North Carolina Division of Public Health (2009) ให้คำจำกัดความของคำว่ากิจกรรมทางกาย หมายถึง การเคลื่อนไหวร่างกายที่ผ่านกิจกรรมต่างๆ อาจจะเป็นกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ เช่น การเล่นฟุตบอล การยกน้ำหนัก การกระโดดเชือก หรืออาจเป็นกิจกรรมทั่วไปที่ทำอยู่ในชีวิตประจำวัน เช่น การเดินเล่นในสวนสาธารณะ การเดินขึ้นบันได การทำความสะอาดบ้าน เป็นต้น

พจนานุกรมศัพท์แพทยศาสตร์ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2547).(อ้างถึงในกระทรวงสาธารณสุข, 2550) ให้คำจำกัดความของคำว่ากิจกรรมทางกาย หมายถึง การเคลื่อนไหวส่วนของร่างกายเกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อลายและมีการใช้พลังงานเพิ่มจากภาวะพัก ตัวอย่างเช่น การเล่นที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย การช่วยทำงานบ้าน การเดินทาง งานอดิเรก เช่น การเล่นกีฬา และการออกกำลังกาย

องค์การอนามัยโลก (WHO, 2010) (อ้างถึงในดวงพร ศุภพิขน์, 2555) ได้ให้คำจำกัดความของคำว่ากิจกรรมทางกายหมายถึง การเคลื่อนไหวร่างกายลักษณะใดๆที่เกิดขึ้นโดยกล้ามเนื้อโครงร่างซึ่งต้องการพลังงานในการเคลื่อนไหว

กระทรวงสาธารณสุข (2548) ให้คำจำกัดความคำว่ากิจกรรมทางกาย หมายถึง การเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายซึ่งเกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อลายและทำให้มีการใช้พลังงานเพิ่มขึ้นจากภาวะปกติขณะพัก

จากความหมายข้างต้นจึงสรุปคำจำกัดความของคำว่ากิจกรรมทางกาย หมายถึง กิจกรรมที่เน้นการเคลื่อนไหวของร่างกายโดยร่างกายต้องการเผาผลาญพลังงานเพิ่มขึ้นจากภาวะปกติขณะพัก อาทิเช่น การเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย เป็นต้น

## 1.2 ข้อเสนอแนะการมีกิจกรรมทางกายสำหรับเด็ก

North Carolina Division of Public Health (2009) ได้กล่าวถึงกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กว่า เด็กเป็นวัยที่ต้องการการเคลื่อนไหวร่างกายมากและต้องมีความหนักที่เหมาะสมเพียงพอต่อความต้องการการออกกำลังกายในแต่ละวันจึงต้องมีระยะเวลาถึง 60 นาทีต่อวันหรือมากกว่านั้นและควรเป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างและพัฒนาทั้ง 3 ด้าน คือ พัฒนาความแข็งแรงของระบบหลอดเลือดและหัวใจ พัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ และพัฒนาการสร้างความแข็งแรงที่แข็งแรง ควรระมัดระวังคือ ไม่ควรออกกำลังกายติดต่อกันเป็นระยะเวลานานๆ (2 ชั่วโมงขึ้นไป) ซึ่งเสนอว่าควรมีกิจกรรมดังต่อไปนี้

1. กิจกรรมประเภทแอโรบิก (Aerobic Activities) เป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาเรื่องความแข็งแรงของระบบหลอดเลือดและหัวใจ การทำงานของปอด โดยเน้นการเพิ่มอัตราการหายใจและการเต้นหัวใจให้เพิ่มขึ้น ใช้ระยะเวลาของกิจกรรม 60 นาทีต่อวัน ในระดับความหนักปานกลางถึงระดับมาก อย่างน้อย 3 วันต่อสัปดาห์ ตัวอย่างกิจกรรม เช่น วิ่ง กระโดดเชือก กระโดดขาเดียว วายน้ำ ปั่นจักรยาน เต้นแอโรบิก เป็นต้น

2. กิจกรรมเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Muscle-Strengthening Activities) เป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ โดยจัดกิจกรรมอย่างน้อย 3 วันต่อสัปดาห์ กิจกรรมที่ควรจัด เช่น การเล่นสนามเด็กเล่น การเล่นยางยืด เป็นต้น

3. กิจกรรมเสริมสร้างความแข็งแรงของกระดูก (Bone Strengthening Activities) เป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาการเจริญเติบโตและความแข็งแรงของกระดูก กิจกรรมที่ทำจะเป็นในลักษณะที่มีแรงกระแทก

การเคลื่อนที่สูงเพื่อกระตุ้นให้เกิดการเจริญเติบโตของกระดูกเพราะเป็นวัยที่กระดูกเจริญเติบโตได้ดีก่อน จะเข้าสู่วัยหนุ่มสาว ควรจัดกิจกรรมอย่างน้อย 3 วันต่อสัปดาห์ กิจกรรมส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมกลางแจ้ง ตัวอย่างเช่น วิ่ง กระโดดเชือก เล่นบาสเกตบอล เล่นเทนนิส เป็นต้น

World Health Organization (2003) มีข้อเสนอเพื่อเป็นทางเลือกของการทำกิจกรรมทางกาย มีคำแนะนำสำหรับการมีกิจกรรมทางกายในเด็กและเยาวชนช่วงอายุ 5-17 ปี ควรมีกิจกรรมทางกายที่ออกแรงระดับปานกลางถึงหนักทุกวันเป็นประจำอย่างน้อย 60 นาทีต่อครั้ง กิจกรรมส่วนใหญ่ควรเป็นประเภทแอโรบิก และควรมีกิจกรรมที่ออกแรงอย่างหนัก ทำควบคู่ไปพร้อมกันอย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์

สมพล สงวนรังศิริกุล (2546) เสนอไว้ว่า กิจกรรมทางกายสำหรับเด็กช่วงอายุ 6-12 ปี จะมีความสามารถในการเคลื่อนไหวออกแรง/ออกกำลังภายในรูปแบบของกีฬาได้แทบทุกชนิด เล่นกีฬาเป็นทีมได้ สามารถเข้าใจกฎและกติกาที่ไม่ซับซ้อนมากนักรวมทั้งหน้าที่ของตัวเองในขณะที่เล่น กีฬาชนิดนั้นๆ เด็กวัยนี้ส่วนใหญ่มีความสามารถเข้ากับเพื่อนๆ ที่มีอายุใกล้เคียงกันได้ดีและจะมีเพื่อนเล่นมาก เด็กส่วนใหญ่มักชอบมีกิจกรรมการเล่นในสนามกลางแจ้ง ดังนั้นสนามที่เล่นควรมีขนาดใหญ่พอสมควร พื้นสนามควรเรียบ ไม่ควรมีเนินดิน หรือหลุม อันจะเป็นสาเหตุของการบาดเจ็บของกล้ามเนื้อ เอ็น และกระดูกได้ควรเผื่อระวังเรื่องการบาดเจ็บร่างกาย อาการเหนื่อยล้าและภาวะขาดน้ำเพราะเด็กจะไม่หยุดเล่น นอกจากเกิดการบาดเจ็บหรือเกิดการเหนื่อยล้ามาก

การออกกำลังกายเพื่อพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Muscle Strength) เพื่อเสริมสร้างกระดูกและให้ระบบกล้ามเนื้อมีความแข็งแรง ได้แก่ การลุกนั่ง, การวิดพื้น, โหนบาร์เดี่ยวหรือแม่กระทั่ง การยกน้ำหนักที่ไม่หนักมากแต่จะไม่แนะนำให้มีฝึกเพื่อเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อในรูปแบบของการกระตุ้นให้กล้ามเนื้อมีขนาดใหญ่ (Body Building) ซึ่งรูปแบบการฝึกจะหนักเกิดการบาดเจ็บต่อระบบกล้ามเนื้อ เอ็น กระดูก และข้อได้ง่าย นอกจากนี้การฝึกเพื่อให้กล้ามเนื้อมีขนาดใหญ่ขึ้นจะได้ผลดีที่สุดก็ต่อเมื่อมีผลของฮอร์โมนเพศโดยเฉพาะฮอร์โมน Testosterone ร่วมด้วย จึงกล่าวได้ว่าการออกกำลังกายในรูปแบบการฝึกเพื่อเพิ่มขนาดของกล้ามเนื้อถือเป็นข้อห้ามในเด็ก

เด็กในวัยนี้มีแนวโน้มที่จะมีกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายค่อนข้างมากและมักจะมีกิจกรรมการเล่นกันเป็นกลุ่ม ดังนั้นถ้าสังเกตเห็นว่าเด็กคนใดมีพฤติกรรมที่ผิดปกติ เช่น แยกตัวออกจากกลุ่มไปเล่นคนเดียวหรือเก็บตัวแต่ในห้อง ผู้ปกครองและอาจารย์ที่รับผิดชอบควรต้องหาสาเหตุของพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป

สรุปข้อเสนอแนะการมีกิจกรรมทางกายสำหรับเด็ก คือ ควรทำกิจกรรมทางกายที่มีความหนักอยู่ระดับปานกลางถึงระดับหนัก 3-5 วันต่อสัปดาห์ อย่างน้อย 60 นาทีต่อวัน ซึ่งเน้นกิจกรรมที่สนุกสนาน ไม่ซับซ้อน มีการเคลื่อนไหวหรือเคลื่อนไหวที่มากมาย นอกจากความสนุกสนานกิจกรรมทางกายนั้นๆ สามารถ

เชื่อมโยงเพื่อพัฒนาระบบต่างๆ ของร่างกายได้ เช่น ระบบหลอดเลือดและหัวใจ ระบบกล้ามเนื้อ ระบบการหายใจ ระบบการเผาผลาญพลังงาน เป็นต้น

### 1.3 ประโยชน์ของกิจกรรมทางกาย

1. ด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กิจกรรมทางกายมีส่วนช่วยให้ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาดีขึ้นได้ ดังนี้

- 1.1 คะแนนโดยรวมดีขึ้น
- 1.2 คะแนนมาตรฐานสูงขึ้น
- 1.3 เพิ่มโอกาสการได้เข้าเรียนมหาวิทยาลัย
- 1.4 ลดโอกาสซ้ำชั้นเรียน
- 1.5 มีความจำดีขึ้น
- 1.6 แสดงพฤติกรรมเชิงบวกในชั้นเรียน
- 1.7 มีสมาธิและสามารถจดจ่อกับสิ่งที่เรียนได้ดีขึ้น
2. ด้านสุขภาพร่างกายแข็งแรง

กิจกรรมทางกายเป็นปัจจัยสำคัญปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดสุขภาพที่ดี ช่วยลดปัจจัยต่อการเกิดโรคเรื้อรังต่างๆ เช่น โรคหัวใจ โรคเบาหวาน ประเภท 2 ภาวะน้ำหนักเกินหรือโรคอ้วน เป็นต้น ถ้ามีการออกกำลังกายสะสมไว้ตั้งแต่เด็ก ก็จะเป็นการป้องกันและลดอัตราการเกิดโรคเหล่านี้ได้

#### 3. ด้านจิตใจและสังคม

กิจกรรมทางกายมีส่วนช่วยเรื่องของสุขภาพจิตได้ดีเพราะช่วยลดความตึงเครียดความวิตกกังวล ทำให้เกิดการเชื่อมั่นในตนเอง เคารพตนเองและเพิ่มบุคลิกของตนเองที่ดีมีผลต่อความคิดและการรับรู้ตนเองนอกจากนั้นแล้วกิจกรรมต่างๆ ยังสอดแทรกให้เกิดทักษะทางสังคม รับรู้การอยู่ร่วมกับสังคมและเรียนรู้ที่จะควบคุมอารมณ์ของตนทั้งในด้านบวกและด้านลบ

สมพล สงวนรังศิริกุล (2546) การออกกำลังกายมีผลต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของเด็กดังนี้

1. ผลต่อความสูง โดยทั่วไปความสูงของเด็กจะสูงเพิ่มขึ้นประมาณ 25 ซม. ตั้งแต่อายุขวบปีแรก หลังจากนั้นจะสูงขึ้นประมาณปีละ 5-8 ซม. เมื่อเข้าสู่ช่วงรุ่นจะมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว (Growth-Spurt) ซึ่งในเด็กผู้หญิงจะเริ่มสูงในช่วงอายุ 9-10 ปี ความสูงจะเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วจนถึงอายุประมาณ 12 ปี จากนั้นอัตราการเพิ่มของความสูงจะลดลงจนกระทั่งถึงอายุประมาณ 16-18 ปี ความสูงจะค่อนข้างคงที่ ส่วนในเด็กชายจะเริ่มช้ากว่าประมาณ 1-2 ปี จะเริ่มสูงในช่วงอายุ 10-12 ปี มีอัตราการเจริญเติบโต โดยเฉพาะความสูงจะเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วจนถึงอายุประมาณ 14 ปี จากนั้นอัตราการเพิ่มของความสูงจะ

ลดลงจนกระทั่งถึงอายุประมาณ 18-20 ปี ความสูงจะค่อนข้างคงที่ ปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อความสูง ได้แก่ การเจริญเติบโตของกระดูก โดยเฉพาะกระดูกกลุ่ม Long Bone และการปิดของบริเวณ Growth Plate การที่เด็กมีการเคลื่อนไหวร่างกายหรือออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะกระตุ้นให้มีการหลั่งของ Growth Hormone และ Growth Factor รวมทั้งการกระตุ้นโดยตรงต่อกระดูก อันเป็นผลทำให้มีการเพิ่มการสร้างกระดูกมากขึ้น (Bone Formation) แม้ว่าปัจจุบันยังไม่มีการศึกษาเชิงทดลองที่แสดงให้เห็นว่าในกลุ่มเด็กที่มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอมีความสูงมากกว่ากลุ่มเด็กที่ไม่มีการออกกำลังกายก็ตามแต่มีการวิจัยที่ได้สำรวจเด็กนักเรียนในช่วงอายุ 10-16 ปี ในประเทศแคนาดา, เบลเยียม, โปแลนด์ และสาธารณรัฐเชค พบว่าในกลุ่มเด็กนักเรียนชายที่มีการออกกำลังกายแบบแอโรบิก (Aerobic Exercise) ออกกำลังกายมากกว่า 6 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ จะมีค่าเฉลี่ยของความสูงมากกว่ากลุ่มเด็กที่มีการออกกำลังกายน้อยกว่า 6 ชั่วโมงต่อสัปดาห์

## 2. ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ

ในวัยเด็กความแข็งแรงของกล้ามเนื้อจะค่อยๆ เพิ่มขึ้นตามอายุและเพิ่มขึ้นอย่างมากเมื่อเข้าสู่ช่วงวัยรุ่น โดยเฉพาะผู้ชายจะมีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมากกว่าผู้หญิง (เนื่องจากอิทธิพลของฮอร์โมน Testosterone) การที่เด็กมีการเคลื่อนไหวออกแรง/ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ จะเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้กล้ามเนื้อที่มีความแข็งแรงพบว่าการออกกำลังกายแบบแอโรบิก (เช่น ฝึกจักรยานว่ายน้ำในระยะทางมากกว่า 200 เมตร) จะมีผลกระตุ้นให้เซลล์กล้ามเนื้อลายมีการเพิ่มการสร้าง Enzyme สำหรับการเผาผลาญเพื่อให้ได้พลังงานสำหรับหดและคลายตัวของกล้ามเนื้อโดยการใช้ออกซิเจน ในทำนองเดียวกัน การออกกำลังกายในรูปแบบของการที่กล้ามเนื้อต้องออกแรงมากในระยะเวลานั้นๆ เช่น การวิ่ง 60-100 เมตร, กระโดดสูง และกระโดดไกล เป็นต้น เซลล์ของกล้ามเนื้อลายจะเพิ่มการสร้าง Enzyme ที่เกี่ยวกับการเผาผลาญเพื่อให้ได้พลังงานที่ไม่ใช้ออกซิเจนนอกจากนี้การที่เด็กมีการเคลื่อนไหวออกแรงออกกำลังกายก็จะช่วยส่งเสริมให้มีการพัฒนาระบบประสาทสั่งการ ที่เกี่ยวกับการทำงานของกล้ามเนื้อต่างๆ สำหรับการทรงตัวให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

## 3. ระบบหัวใจและหลอดเลือด

ขณะที่มีการเคลื่อนไหวออกแรง/ออกกำลังกายกล้ามเนื้อต้องการพลังงานทำให้เกิดการเคลื่อนไหว ระบบหัวใจและหลอดเลือดจึงมีความสำคัญในการขนส่งสารอาหารและออกซิเจนในเลือดไปยังกล้ามเนื้อที่ทำงานพบว่า การออกกำลังกายโดยเฉพาะการออกกำลังกายแบบแอโรบิก ข้อเสนอแนะการออกกำลังกายสำหรับเด็กช่วงอายุ 2-12 ปี อย่างสม่ำเสมอ จะมีผลทำให้กล้ามเนื้อหัวใจแข็งแรงขึ้น มีขนาดใหญ่ขึ้นทำให้มีความสามารถในการบีบตัวให้มีปริมาตรเลือดที่ออกจากหัวใจแต่ละครั้งมากขึ้น มีการเพิ่มปริมาณของหลอดเลือดแดงขนาดเล็กและหลอดเลือดฝอยในกล้ามเนื้อลายและกล้ามเนื้อหัวใจ การเพิ่มปริมาณของหลอดเลือดนี้จะมีผลต่อการทำงานของกล้ามเนื้อหัวใจทำให้อัตราการเต้นของหัวใจขณะพักของผู้ที่มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะต่ำกว่าผู้ที่ไม่ได้มีการออกกำลังกายหรือออกกำลังกายแต่ไม่

สม่าเสมอ มีงานวิจัยหลายงานวิจัยที่พบว่า การออกกำลังกายแบบแอโรบิกอย่างสม่ำเสมอสามารถลดความดันโลหิตและระดับไขมันในเลือดในเด็กวัยรุ่นและวัยทำงานได้

#### 4. การควบคุมน้ำหนัก

จากผลการสำรวจของประเทศสหรัฐอเมริกาในปี 1991 พบว่า 25% ของเด็กในสหรัฐจะมีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน (Overweight) และการศึกษาในประเทศไทยที่ทำในขอนแก่น, สงขลาและกรุงเทพมหานคร พบว่า 6-14% ของเด็กไทยเป็นโรคอ้วน ปัจจุบันเชื่อว่าการรับประทานอาหารประเภทแป้งและไขมันมากเกินไปรวมกับการใช้เวลานั่งดูโทรทัศน์และเล่นเกมคอมพิวเตอร์มากเกินไป เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เด็กมีน้ำหนักเกินเด็กที่มีน้ำหนักเกินจะมีแนวโน้มที่จะทำให้เกิดโรคของระบบทางเดินหายใจ โรคของระบบกระดูกและข้อและการหลั่งของฮอร์โมนโดยเฉพาะ Growth Hormone ที่ผิดปกติ ตลอดจนเสี่ยงที่จะทำให้เกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดหัวใจและโรคอ้วนในวัยผู้ใหญ่อีกด้วย ในปัจจุบันการจำกัดอาหาร การลดเวลาการดูโทรทัศน์ ภาพยนตร์และการเล่นเกมส์ ให้ไม่เกิน 2 ชั่วโมงต่อวัน ร่วมกับการเพิ่มกิจกรรมการออกกำลังกาย ถือเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการควบคุมน้ำหนัก

#### 5. การสะสมมวลกระดูก

ปกติกระดูกจะมีการสร้าง (Bone Formation) และสลาย (Bone Resorption) อยู่ตลอดเวลา โดยพบว่าในช่วงวัยเด็กและวัยรุ่นร่างกายจะมีอัตราการสร้างมวลกระดูกมากกว่าอัตราการสลายมวลกระดูกเมื่ออายุประมาณ 30 มีอัตราการสร้างมวลกระดูกและการสลายกระดูกจะเท่าๆ กันและเมื่ออายุประมาณ 35 ปี ขึ้นไปร่างกายจะมีอัตราการสลายกระดูกมากกว่า ดังนั้นการกระตุ้นให้มีการเสริมสร้างมวลกระดูกอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อลดภาวะกระดูกพรุนในวัยสูงอายุ ควรจะเริ่มก่อนอายุ 35 ปี มีหลายงานวิจัยที่พบมีผลต่อการเสริมสร้างมวลกระดูกโดยเฉพาะรูปแบบการออกกำลังกายที่มีแรงกดหรือมีน้ำหนักกดต่อกระดูก (Weight-Bearing Exercise) เช่น การวิ่ง จะมีผลกระตุ้นให้กระดูกมีอัตราการสร้างมวลกระดูกมากขึ้น มีงานวิจัยในเด็กชายจำนวน 20 คน อายุเฉลี่ย 10.4 ปี มีการออกกำลังกายในรูปแบบของ Weight-Bearing Exercise ระยะเวลา 30 นาที 3 ครั้งต่อสัปดาห์ เป็นเวลา 32 สัปดาห์ มีปริมาณมวลกระดูกมากกว่า 2 เท่า เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มเด็กผู้ชาย 20 คน ที่มีอายุเฉลี่ยใกล้เคียงกัน นอกจากนี้ยังมีการศึกษาปริมาณมวลกระดูกในนักกีฬายิมนาสติกหญิงที่มีอายุเฉลี่ย 10.4 ปี จำนวน 45 คน และอดีตนักกีฬายิมนาสติก 36 คน อายุเฉลี่ย 25 ปี เทียบกับกลุ่มผู้หญิงที่ไม่ได้เป็นนักกีฬา 50 คน ที่มีอายุเฉลี่ย 25 ปี พบว่ามวลกระดูกของกลุ่มเด็กหญิงที่เล่นยิมนาสติก และกลุ่มอดีตนักกีฬายิมนาสติกมีมวลกระดูกมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญแสดงให้เห็นว่า มวลกระดูกที่เพิ่มขึ้นจากผลของการออกกำลังกายนั้นไม่ได้ลดลงถึงแม้ว่าจะหยุดออกกำลังกาย

#### 6. ผลต่อสุขภาพจิต

การมีกิจกรรมเคลื่อนไหวออกแรง/ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ มีผลให้เด็กเกิดความสุขสนุกสนาน มีการพัฒนาทางด้านสังคมกับเด็กในวัยเดียวกัน และกับบิดา-มารดา การที่เด็กมีสุขภาพทางกายที่แข็งแรง

จะทำให้เด็กสามารถเล่นกับเพื่อนๆ ได้อย่างดี ไม่รู้สึกว่าคุณเองเป็นคนอ่อนแอ ส่งผลให้เด็กมีความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าที่จะแสดงออกอีกด้วย

สรุปประโยชน์ที่ได้รับจากการมีกิจกรรมทางกาย แบ่งเป็นด้านหลักดังนี้

1. ด้านร่างกาย คือ เมื่อออกกำลังกายจะทำให้ระบบต่างๆ ของร่างกายทำงานได้ดีขึ้น เช่น ระบบหลอดเลือดและหัวใจ ระบบกล้ามเนื้อ ระบบการหายใจ ระบบการเผาผลาญพลังงาน เป็นต้น นอกจากนี้ยังทำให้มีพัฒนาการทางด้านร่างกายที่สมตามวัย มีบุคลิกภาพที่ดี ลดปัจจัยเสี่ยงที่เกิดโรคเรื้อรังต่างๆ ได้
2. ด้านสุขภาพจิต คือ เมื่อมีการออกกำลังกายอย่างสนุกสนานทำให้เด็กอารมณ์ดี ร่าเริงแจ่มใส นอกจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ยังสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน มีการเข้าร่วมสังคมส่งผลให้เกิดอุปนิสัยที่ดี เช่น ความกล้าแสดงออก ความเป็นผู้นำ เป็นต้น ซึ่งจะสอดแทรกอยู่ในกิจกรรมหรือกีฬานั้นๆ

## 2. ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับมาตรฐานของกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน

North Carolina Division of Public Health (2009) ได้เสนอมาตรฐานของกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนไว้ดังนี้

1. เวลาและความหนักของกิจกรรม (Time and Intensity) กิจกรรมหลังเลิกเรียน ระยะเวลาในการร่วมกิจกรรมที่แนะนำคือ 60 นาทีหรือมากกว่าซึ่งแบ่งได้ 2 กลุ่มดังนี้

กลุ่มที่ 1 กิจกรรมที่จัดขึ้นมุ่งเน้นการพัฒนาตามหมวดวิชา เช่น ศิลปะ วิทยาศาสตร์ คอมพิวเตอร์ เป็นต้น โดยเน้นเป็นไปทางด้านวิชาการโดยเสริมเรื่องของการมีกิจกรรมทางกายเข้าไปอย่างน้อย 20% ของเวลาที่จัดกิจกรรมทั้งหมด

กลุ่มที่ 2 กิจกรรมที่จัดขึ้นมุ่งเน้นการมีกิจกรรมทางกายโดยตรง เป็นกิจกรรมกีฬา กิจกรรมเกม กิจกรรมนันทนาการหรือกิจกรรมกายบริหารต่างๆ อย่างน้อย 80% ของเวลาที่จัดกิจกรรมทั้งหมด

2. คุณสมบัติของผู้ปฏิบัติงานและการอบรม (Qualified Staff and Training) คุณสมบัติของผู้ปฏิบัติงานหรือเรียกว่า ผู้นำกิจกรรมเป็นสิ่งสำคัญที่จะสร้างมาตรฐานของกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนได้เป็นอย่างดี เป็นบุคคลที่ต้องได้รับการฝึกและอบรมความรู้ความสามารถในเรื่องเกี่ยวกับกิจกรรมหลังเลิกเรียนเป็นอย่างดี สามารถจัดการวางแผน มีประสบการณ์และสามารถสร้างสรรค์กิจกรรมทางกายได้อย่างเหมาะสมต้องผ่านการฝึกอบรมทั้งสิ้นเป็นเวลา 16 ชั่วโมง โดยมีหัวข้อดังนี้

2.1 การตั้งเป้าหมายของการจัดกิจกรรม

2.2 ฝึกอบรมเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพและกิจกรรมทางกาย

2.3 ฝึกอบรมเกี่ยวกับการจัดกิจกรรม

3. หลักสูตร (Curriculum) กิจกรรมทางกายที่จัดขึ้นเป็นกิจกรรมองค์รวมที่ครอบคลุมทั้งทางด้านวิชาการและกิจกรรมทางกาย การกำหนดเป้าหมายและขับเคลื่อนให้ถึงจุดหมายโดยมีการวางแผนทุกขั้นตอน มีการออกแบบและสร้างสรรค์กิจกรรม ผลสำเร็จต้องยึดผู้เข้าร่วมกิจกรรมเป็น



หลักให้ความสำคัญกับพัฒนาการและความสนุกสนานสำหรับกลุ่มคนที่มีความสามารถพิเศษหรือมีความต้องการพิเศษ

4. ผู้นำและผู้เข้าร่วมกิจกรรม (Program Size) มีผู้นำกิจกรรมต่อผู้เข้าร่วมกิจกรรม อัตราส่วน 1:15 เป็นสัดส่วนที่จะทำให้ผู้นำสามารถดูแลและให้คำแนะนำผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้อย่างทั่วถึง ส่งเสริมและจูงใจให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเล็งเห็นความสำคัญต่อการทำกิจกรรม

5. สิ่งอำนวยความสะดวก (Facilities) การจัดการกิจกรรมหลังเลิกเรียนต้องมีกิจกรรมที่หลากหลาย จึงต้องมีสถานที่ที่สามารถเอื้อต่อการทำกิจกรรม ควรมีโรงยิมหรือสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ เป็นพื้นที่ที่สามารถใช้ประโยชน์ในการจัดการกิจกรรมทั้งในร่มและกลางแจ้ง สิ่งที่สำคัญที่สุดในการเลือกสถานที่คือ ความปลอดภัย โดยพิจารณาได้ดังนี้

5.1 พื้นที่เพียงพอต่อผู้เข้าร่วม ไม่คับแคบจนเกินไป

5.2 อากาศถ่ายเทได้สะดวก อุณหภูมิเหมาะสมต่อการจัดกิจกรรม

5.3 มีแสงสว่างเพียงพอ

5.4 ไม่มีความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ เช่น พื้นขรุขระ มีวัตถุแหลมคม เป็นต้น

5.5 มีพื้นที่บริการน้ำดื่ม

6. อุปกรณ์ (Equipment) บางครั้งอุปกรณ์อาจจะไม่จำเป็นในทุกกิจกรรมที่จัดขึ้น แต่ถ้ามีการใช้อุปกรณ์ จะต้องเพียงพอต่อจำนวนผู้เข้าร่วม การใช้อุปกรณ์จะทำให้กิจกรรมดูน่าสนใจมากขึ้น สามารถใช้อุปกรณ์เป็นสื่อในการส่งเสริมและสร้างสรรค์กิจกรรมทางกาย อุปกรณ์นั้นต้องมีความเหมาะสมต่อวัยผู้เข้าร่วม คุณภาพใช้งานได้และสามารถประยุกต์ดัดแปลงอุปกรณ์ให้เหมาะสมกับบุคคลพิเศษ

7. ประเมินผล (Evaluation) การประเมินผลเป็นขั้นตอนที่เป็นประโยชน์ต่อการปรับปรุงและการพัฒนางานสามารถประเมินคุณภาพกิจกรรม การดำเนินการจัดกิจกรรม ผลสัมฤทธิ์ของการจัดกิจกรรมได้เป็นอย่างดี โดยมีการวัดและประเมินผลหลายวิธี เช่น แบบสอบถาม แบบสังเกต การทดสอบสมรรถภาพทางกาย เป็นต้น กิจกรรมสามารถใช้การประเมินเพื่อหาสิ่งที่ต้องปรับปรุงเปลี่ยนแปลงและสิ่งที่ต้องรักษามาตรฐานไว้

8. ปัจจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

กิจกรรมทางกายมีความสำคัญต่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สุขภาพร่างกาย อารมณ์ และการเข้าสังคม กิจกรรมหลังเลิกเรียนมีส่วนช่วยให้เกิดกิจกรรมทางกายมีเพิ่มมากขึ้น กิจกรรมนั้นจะดำเนินต่อไปได้และประสบความสำเร็จควรมีทรัพยากรบุคคลที่ดีโดยมีการฝึกอบรมบุคลากรและ มีงบประมาณเพียงพอ อย่างไรก็ตามต้องแน่ใจว่าการผลลัพธ์ที่ได้จะคุ้มค่ากับการลงทุน กิจกรรมนี้จะเกิดขึ้นอย่างยั่งยืนได้นั้นต้องมีปัจจัยหลายอย่างที่มาเกี่ยวข้องดังนี้

#### ครอบครัว (Family)

1. สนับสนุนให้เด็กทำกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน
2. เป็นตัวอย่างที่ดีเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพให้กับเด็ก
3. ร่วมเป็นอาสาสมัครดูแลการทำกิจกรรมฯ
4. วัดและประเมินสุขภาพของเด็กโดยการสังเกตและทดสอบสมรรถภาพ
5. มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมทางกาย

#### ผู้นำกิจกรรมและผู้ปฏิบัติงาน (After-School Program Leader and Staff)

1. จัดกิจกรรมที่มีคุณภาพให้กับเด็กในทุกๆ วัน
2. จัดกิจกรรมให้มีความหลากหลาย ทั้งมีรูปแบบและไม่มีรูปแบบเพื่อให้เด็กได้เข้าร่วมกิจกรรมตามความสนใจ
3. เป็นตัวอย่างที่ดีเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพให้กับนักเรียน
4. ประยุกต์การใช้อุปกรณ์และจัดสรรพื้นที่ที่เหมาะสมในการจัดกิจกรรมให้เกิดประโยชน์สูงสุด มีการวางแผนในการจัดกิจกรรมฯ
5. มีส่วนร่วมในการมีกิจกรรมทางกาย
6. ให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการวางแผนและจัดกิจกรรมอย่างเหมาะสม

#### ผู้บริหารกิจกรรม (After-School Program Administrator)

1. มีเป้าหมายร่วมกันและสนับสนุนให้บรรลุเป้าหมาย
2. มีการจัดฝึกอบรมหรือสัมมนา ผู้ปฏิบัติงานด้านความรู้มาตรฐานเกี่ยวกับศักยภาพผู้ปฏิบัติงาน และคุณภาพกิจกรรม
3. มีความรู้พื้นฐานของกิจกรรมทางกายที่มีรูปแบบและไม่มีรูปแบบ
4. มีเครือข่ายความร่วมมือจากหน่วยงานอื่นๆ เช่น มหาวิทยาลัยในพื้นที่ องค์การอาสาสมัคร เป็นต้น ที่สามารถให้ความรู้เรื่องมาตรฐานการปฏิบัติ

#### หน่วยงานเกี่ยวข้อง (Licensure Agencies)

1. ส่งเสริมกิจกรรมให้มีมาตรฐานสู่การปฏิบัติ
2. มีการจัดฝึกอบรมและมีผู้เชี่ยวชาญในการพัฒนากิจกรรมทางกาย

#### หน่วยงานราชการ (State Agencies)

1. รวบรวมข้อมูลของสถานที่ที่จัดกิจกรรมฯ ที่ประสบความสำเร็จ พร้อมส่งเสริมให้จัดกิจกรรมที่มีมาตรฐานสู่การปฏิบัติ
2. มีการจัดอบรมหรือสัมมนาเกี่ยวกับกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กที่มีความต้องการพิเศษ
3. พัฒนาสื่อการเรียนรู้ เช่น แผ่นพับ จดหมายข่าว ให้กับพ่อแม่ ผู้ปกครอง เกี่ยวกับความสำคัญ ของกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน

4. สร้างความตระหนักเกี่ยวกับมาตรฐานการจัดกิจกรรมหลังเลิกเรียนให้กับพ่อแม่ ผู้นำชุมชน และผู้สนับสนุน

5. เพิ่มแหล่งความรู้เครือข่ายเกี่ยวกับกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน  
ฐานองค์กรชุมชน (Community-Based Organizations)

1. ปรึกษาอุปกรณ์ที่ใช้สำหรับกิจกรรมหลังเลิกเรียน
  2. ร่วมสนับสนุนพื้นที่ที่สามารถใช้จัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน
  3. จัดอาสาสมัครให้ความรู้กับผู้นำกิจกรรมฯหรือเป็นอาสาสมัครในการจัดกิจกรรมฯ
- หน่วยงานระดมทุน (Funding Agencies)

1. ทำมาตรฐานเกี่ยวกับอุปกรณ์ สำหรับโครงการที่ได้รับการสนับสนุน
2. ทำรายการเครื่องมือ เช่น ทำการสำรวจหรือแบบตรวจสอบมาตรฐานของอุปกรณ์
3. รวบรวมผลย้อนกลับจากผู้บริการและใช้ผลนี้มาพัฒนาการฝึกอบรมและทรัพยากรวิทยาลัยและมหาวิทยาลัย (Colleges and Universities)

1. เพิ่มแหล่งเรียนรู้หรือความรู้เกี่ยวกับข้อเสนอแนะการจัดกิจกรรมให้มีมาตรฐาน
2. มีการทำเครื่องมือประเมินกิจกรรมฯเพื่อสามารถวัดมาตรฐานได้
3. ได้รับความร่วมมือและการช่วยเหลือจากนักศึกษาฝึกงานและบริการชุมชนในการจัดกิจกรรมฯ ที่สนุกสนาน ปลอดภัย พร้อมทั้งพัฒนากิจกรรมทางกายได้อย่างเหมาะสม

กระทรวงสาธารณสุข (2550) มีข้อเสนอแนะและมาตรการสำหรับโรงเรียนในการสนับสนุน

และส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายโดยโรงเรียนและครูควรสนับสนุนและส่งเสริมในการจัดให้นักเรียนมีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้นดังนี้

1. ควรเพิ่มโอกาสออกกำลังกายในโรงเรียน โดยเพิ่มชั่วโมงพลศึกษา เด็กควรได้มีโอกาสออกกำลังกายอย่างเต็มที่ภายใต้การควบคุมดูแลของครูที่มีความรู้ความสามารถโดยตรงอย่างน้อยเป็นเวลา 30 นาที ต่อคาบ และจัดกิจกรรมหรือส่งเสริมให้เด็กมีกิจกรรมทางกายเพิ่มเติมทุกวันอย่างน้อยวันละ 15 นาที นอกเหนือจากชั่วโมงพลศึกษาตามปกติ

2. ด้านบุคลากร ครูผู้สอนพลศึกษาต้องมีความรู้และได้รับการฝึกอบรมการจัดกิจกรรมทางกายให้กับเด็กและมีตำแหน่งครูพลศึกษาที่มีคุณวุฒิการศึกษาทางพลศึกษาหรือสาขาวิทยาศาสตร์การกีฬาอย่างน้อย 1 คนต่อโรงเรียนในระดับประถมศึกษาสัดส่วนครูพลศึกษาที่เหมาะสมต่อโรงเรียนควรเป็นดังนี้

ครูพลศึกษา 1 คน : โรงเรียนประถมศึกษาขนาดเล็ก

ครูพลศึกษา 2 คน : โรงเรียนประถมศึกษาขนาดกลาง

ครูพลศึกษา 3 คน : โรงเรียนประถมศึกษาขนาดใหญ่

3. โรงเรียนและครูควรเป็นผู้ที่สนับสนุนและประยุกต์หรือบูรณาการเนื้อหาทางวิชาการของแต่ละวิชาให้สอดคล้องหรือเอื้อประโยชน์ต่อการมีกิจกรรมทางกายของเด็ก อาจอยู่ในรูปแบบของการเล่นเกม โดยให้นักเรียนได้เปลี่ยนอิริยาบถในระหว่างชั่วโมงเรียน

4. สนับสนุนมาตรการการเปลี่ยนหรือย้ายห้องเรียนการปรับเปลี่ยนบทเรียนหรือวิชาการภายในห้องเรียนไปสู่การมีกิจกรรมที่ต้องเคลื่อนไหวร่างกาย เช่น วิชาเสริมสร้างงานวิชาชีพ (งานไม้ งานเกษตร งานทำอาหาร) การก่อตั้งชมรมกีฬาต่างๆ

5. ครูควรเปิดโอกาสและกระตุ้นนักเรียนให้มีส่วนร่วมคิดในการจัดกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมสำหรับนักเรียนเพื่อให้เกิดการยอมรับและนำไปปฏิบัติด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ

6. โรงเรียนควรจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียน ตระหนักถึงความสำคัญและเพิ่มโอกาสการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เช่น การทดสอบสมรรถภาพร่างกายหรือความสมบูรณ์พร้อม การจัดแข่งขันกีฬาระหว่างห้องเรียน การแข่งขันกีฬาเป็นต้น

7. โรงเรียนควรจัดปรับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพให้เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายของนักเรียนและคำนึงถึงความปลอดภัย เช่น มีพื้นที่และอุปกรณ์กีฬาหรือออกกำลังกายที่เข้าถึงได้ง่าย (มีมุมบาสเกตบอลหลายแห่ง มีแป้นบาสและลูกบาสเกตบอลที่เหมาะสมกับร่างกายเด็ก) ปรับสนาม/ลานกีฬา/บริเวณที่เด็กมีกิจกรรมทางกายมากให้มีความปลอดภัย (ปรับระดับพื้นให้เท่ากันไม่ให้มีขั้นปัดร่องน้ำ ติดตั้งอุปกรณ์กันกระแทกบริเวณเหลี่ยมเสาหรือดึก มีรั้วกันบริเวณสระว่ายน้ำ ติดตั้งเครื่องหมายหรือสัญญาณเตือนเพื่อความปลอดภัยให้ชัดเจน) อุปกรณ์กีฬา เครื่องเล่นมีความปลอดภัยมีคุณครูหรือเจ้าหน้าที่คอยสังเกตการณ์ และตรวจตราความปลอดภัย จัดให้มีน้ำสะอาดดื่มอย่างพอเพียง

8. โรงเรียนควรร่วมมือกับชุมชนและผู้ปกครองในการส่งเสริมให้นักเรียนเดินเท้าหรือถีบจักรยานไปโรงเรียน

9. ครูต้องไม่ใช้การออกกำลังกายเป็นวิธีการทำโทษนักเรียน

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2550) มีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการเพิ่มระดับกิจกรรมทางกายและสมรรถภาพทางกายสำหรับเยาวชนจะมีประโยชน์ หากได้พิจารณาปัจจัยต่อไปนี้

1. ด้านครอบครัว ครอบครัวเป็นแบบอย่างและสนับสนุนให้เยาวชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางกายได้อย่างสนุกสนาน

2. ด้านหลักสูตรของโรงเรียน ควรจัดชั่วโมงเรียนพลศึกษาประจำวันและชั่วโมงเรียนสุขศึกษาอย่างมีคุณภาพไว้ในหลักสูตรของโรงเรียนโดยจัดกิจกรรมทั้งในชั้นเรียนและกิจกรรมเสริมหลักสูตรซึ่งจะช่วยให้เยาวชนได้พัฒนาความรู้ ทักษะ ทักษะ พฤติกรรม และความมั่นใจที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเอง ดำรงรักษากิจกรรมทางกายที่กระตือรือร้นในวิถีชีวิตไว้ได้ ขณะเดียวกันก็จัดโอกาสให้เยาวชนมีความสุขสนุกสนานพร้อมกันไปด้วย

3. ด้านโปรแกรมการดูแลการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ต้องจัดโปรแกรมให้เด็กมีเวลาได้เล่นและออกกำลังกายเป็นประจำ
4. ด้านโปรแกรมกีฬาและนันทนาการ เป็นโปรแกรมที่จัดให้เด็กและเยาวชนทุกคนได้มีกิจกรรมในการพัฒนาอย่างเพียงพอเหมาะสมเข้าถึงได้ง่ายและดึงดูดใจ
5. ด้านการจัดโครงสร้างสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมในชุมชนช่วยให้เยาวชนได้มีกิจกรรมการเดิน วิ่ง ปั่นจักรยานได้อย่างสะดวกสบาย ปลอดภัยและได้ใช้สิ่งอำนวยความสะดวกที่อยู่ใกล้บ้าน
6. ด้านสื่อประชาสัมพันธ์ มีส่วนช่วยจูงใจให้เด็กและเยาวชนได้ออกกำลังกายเล่นกีฬาและมีชีวิตที่กระตือรือร้นโดยใช้ยุทธศาสตร์ที่ออกแบบเพื่อส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางกายและกีฬาในชีวิตประจำวันอย่างสนุกสนานและปลอดภัย ดังนี้
  - 6.1 ให้ความรู้กับพ่อแม่และผู้ปกครอง โดยจัดเป็นส่วนหนึ่งของการเริ่มดำเนินงานส่งเสริมการจัดกิจกรรมทางกายให้แก่เด็กและเยาวชน
  - 6.2 ช่วยเหลือเด็กทุกคนตั้งแต่วัยอนุบาลจนถึงนักเรียน เกรด 12 ให้ได้เรียนพลศึกษาที่มีคุณภาพเป็นประจำทุกวัน ช่วยทุกโรงเรียนให้มีครูพลศึกษาที่มีวุฒิโดยตรง มีขนาดชั้นเรียนที่เหมาะสม รวมทั้งสิ่งอำนวยความสะดวก วัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็นต่อการทำให้การเรียนพลศึกษามีคุณภาพ
  - 6.3 เผยแพร่เครื่องมือที่ช่วยให้โรงเรียนได้ปรับปรุงหลักสูตรพลศึกษาและโปรแกรมกิจกรรมทางกายอื่นๆ
  - 6.4 เปิดโอกาสให้หน่วยงานการศึกษาของภาครัฐ วิชาสุขศึกษาและพลศึกษาได้ทำงานร่วมกันเพื่อช่วยให้โรงเรียนนำหลักสูตรพลศึกษาและโปรแกรมกิจกรรมทางกายอื่นๆไปใช้ได้อย่างมีคุณภาพดังนี้
    - 6.4.1 มีผู้ประสานงานของรัฐที่ทำงานเต็มเวลาเพื่อโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียน
    - 6.4.2 ทำงานในฐานะเป็นส่วนหนึ่งของโปรแกรมสุขภาพในโรงเรียน
    - 6.4.3 ได้รับการสนับสนุนจากองค์กรทั้งภาครัฐและไม่ใช่อารัฐ
7. จัดให้มีโปรแกรมการดูแลสุขภาพหลังเลิกเรียนมากขึ้น เพื่อให้เด็กนักเรียนได้มีโอกาสเล่นและเคลื่อนไหวร่างกายเป็นประจำ
8. ช่วยเหลือเยาวชนทุกคนได้เข้าถึงโปรแกรมกีฬาและนันทนาการในชุมชน
9. จัดโปรแกรมกีฬาและนันทนาการสำหรับเยาวชนโดยมีผู้ฝึกสอนและเจ้าหน้าที่รับผิดชอบในการฝึกทักษะที่จำเป็นแก่เด็กเพื่อให้เกิดการพัฒนาอย่างเพียงพอ ปลอดภัยและสนุกสนานกับประสบการณ์ในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย
10. เปิดโอกาสให้ชุมชนได้พัฒนาและส่งเสริมการใช้ทางเดินข้างถนน ทางข้ามถนน ทางจักรยาน รถไฟฟ้า สวนสาธารณะและสิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมนันทนาการอย่างปลอดภัย มีการดูแลรักษาเป็นอย่างดีและอยู่ใกล้บ้านพร้อมทั้งให้ชุมชนออกแบบพัฒนาการใช้ประโยชน์อย่างผสมผสานและเชื่อมต่อกับถนน

11. ใช้สื่อประชาสัมพันธ์ในการเชิญชวนและส่งเสริมพลศึกษาอย่างต่อเนื่องในฐานะที่เป็นองค์ประกอบสำคัญของการศึกษาที่มีคุณภาพและการมีสุขภาพดีในระยะยาว

12. สังเกตและติดตามการจัดกิจกรรมทางกาย สมรรถภาพทางกายของเยาวชนรวมทั้งโปรแกรมกิจกรรมทางกายในโรงเรียนและชุมชนทั้งในระดับประเทศและระดับรัฐ

วิลาสินี อดุลยานนท์ (2553) เสนอการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในระบบการศึกษาไว้ดังนี้

1. ระบบการศึกษาที่ให้ความสำคัญแก่หลักสูตรกิจกรรมทางกายภาคบังคับ ซึ่งเน้นกีฬาที่ไม่มุ่งเพื่อการแข่งขันและพัฒนาการฝึกอบรมด้านกิจกรรมทางกายแก่ครูพลศึกษา

2. แผนกิจกรรมทางกายที่มุ่งเน้นกิจกรรมที่หลากหลายเพื่อเพิ่มการมีส่วนร่วมโดยไม่คำนึงถึงระดับทักษะแต่เน้นที่ความสนุกสนานแทน

3. ให้โอกาสนักเรียนมีกิจกรรมทางกายอย่างกระฉับกระเฉงระหว่างชั่วโมงการเรียนการสอน ช่วงพักช่วงรับประทานอาหารกลางวันและหลังเลิกเรียน

กัลยา กิจบุญชู (2546) ได้เสนอแนะแนวทางการดำเนินการส่งเสริมการออกกำลังกายในโรงเรียนและชุมชนไว้ ดังนี้

1. นโยบายโรงเรียน การส่งเสริมการเคลื่อนไหวและออกกำลังกาย ควรเป็นนโยบายที่เขียนไว้ในธรรมนูญโรงเรียน การมีครูพลศึกษาที่พอเพียง มีการจัดชั่วโมงพลศึกษาและจัดเวลาให้เด็กมีการเคลื่อนไหว เช่น การเปลี่ยนห้องเรียน การจัดสถานที่และการจัดตั้งชมรมที่มี กิจกรรมการเคลื่อนไหว รวมทั้งการไม่ใช้การทำโทษเด็กโดยการวิ่งรอบสนามหรือวิธีอื่นๆ ที่ทำให้เกิดความรู้สึกที่ไม่ดีต่อการออกกำลังกาย

ปัจจุบันในประเทศไทยยังขาดแคลนครูพลศึกษาทั้งจำนวนและคุณภาพและมักเข้าใจว่าใครๆ ก็สอนได้ซึ่งตามความเป็นจริงการสร้างนิสัยให้รักการออกกำลังกายไม่ใช่เรื่องง่ายต้องการครูพลศึกษาที่มีความเชี่ยวชาญและกระตุ้นให้เด็กเกิดความรู้สึกอยากเรียน สนุกสนานในชั่วโมงพละ รวมถึงการใช้ชีวิตในโรงเรียนเป็นการสร้างพฤติกรรมสุขภาพนอกเหนือจากการให้เด็กสามารถเรียนรู้การเล่นกีฬาพื้นฐานในชั่วโมงพละ

2. การมีสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยให้เด็กเคลื่อนไหวและออกกำลังกายอย่างสนุกสนาน การจัดสถานที่ควรคำนึงถึงความปลอดภัย สะดวกและกระตุ้นให้เด็กอยากเล่นทั้งก่อนและหลังการเข้าเรียน รวมทั้งในระหว่างการพัก นอกจากนี้ควรจัดกิจกรรมต่างๆ ไม่เฉพาะในช่วงเปิดเทอมเท่านั้น ควรจัดในช่วงปิดเทอมหรือช่วงเทศกาลด้วยซึ่งสามารถดำเนินการร่วมกับชุมชนและหน่วยงานองค์กรต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนโดยการใช้สถานที่ที่มีอยู่แล้วเพียงต้องการการบริหารจัดการเพื่อสร้างกิจกรรมที่น่าสนใจให้แก่คนในชุมชนและมีการดูแลรักษาสถานที่ตามควร นอกจากความปลอดภัยและเข้าถึงโอกาสดังกล่าวผู้ใหญ่ควรเข้าใจและรู้วิธีการประเมินข้อจำกัดของเด็ก (เช่น โรคประจำตัว) รวมทั้งวิธีการดูแลแก้ไขในลักษณะของการปฐมพยาบาลเบื้องต้นอย่างชัดเจน การสวมใส่เสื้อผ้าและอุปกรณ์

กีฬาที่เหมาะสมเป็นอีกหนทางหนึ่งที่มีผลต่อความปลอดภัยของการเล่นกีฬาของเด็กส่วนการดูแลเรื่องโภชนาการ ควรมีการแนะนำให้เด็กได้ดื่มน้ำอย่างพอเพียงทั้งก่อน ระหว่าง และหลังการออกกำลังกายและเล่นกีฬา รวมทั้งการจัดสถานที่ที่สะดวกในการให้บริการเรื่องน้ำดื่ม การมีโครงการส่งเสริมสุขภาพสำหรับครูและเจ้าหน้าที่ของโรงเรียน ช่วยให้มีสุขภาพดีควบคุมน้ำหนักและการป้องกันการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง นอกจากนี้จะเป็นประโยชน์กับครูและเจ้าหน้าที่แล้วยังเป็นแบบอย่างที่ดี (Role Model) ให้เด็กนักเรียนอีกด้วย

3. ชั่วโมงพลศึกษา นอกจากการจัดชั่วโมงพลศึกษาให้น่าสนใจและสนุกสนานควรให้เกิดการเรียนรู้ทัศนคติที่ดีสร้างความมั่นใจและนำไปใช้เป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิตทั้งในปัจจุบันและเมื่อติดเป็นนิสัยก็จะติดตัวไปในอนาคต การประเมินผลสัมฤทธิ์ในชั่วโมงพลศึกษาโดยใช้การทดสอบสมรรถภาพ ควรเป็นการประเมินสมรรถภาพทางกายสัมพันธ์กับสุขภาพ (Health Related-Fitness) มากกว่าที่จะเป็นแบบสมรรถภาพทางกายทั่วไป (Motor Fitness) ประการสำคัญคือ ผลการทดสอบสมรรถภาพไม่ควรมีผลต่อคะแนนการศึกษา นอกจากนี้การดูแลและช่วยเหลือโดยครูและผู้ปกครอง เพื่อช่วยให้เด็กแก้ไขข้อบกพร่องเป็นสิ่งจำเป็น อย่างไรก็ตามผลของการทดสอบสมรรถภาพที่ดีขึ้นไม่ได้บอกรถึงความสำเร็จของโครงการเพราะปัจจัยหลายอย่างมีผลต่อเกณฑ์การทดสอบซึ่งไม่ใช่เนื่องจากการเข้าร่วมโครงการก็เป็นได้ การใช้การเรียนรู้แบบ Active Learning ทั้งที่โรงเรียนและบ้านที่เด็กเกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน จะกระตุ้นเด็กให้มีทัศนคติที่ดีต่อการออกกำลังกายรวมทั้งการยอมรับจากเพื่อนๆ คำชมเชยจากครูและผู้ปกครองจะเป็นแรงกระตุ้นให้เกิดการทำกิจกรรมที่ต่อเนื่องจนติดเป็นนิสัย มีรายงานจากอเมริกาว่าเด็กไม่ค่อยทำกิจกรรมในชั่วโมงพลศึกษา ดังนั้นในวัตถุประสงค์ของแผนสุขภาพแห่งชาติของอเมริกาจะเน้นการมีส่วนร่วมทำกิจกรรมของเด็กอย่างน้อยที่สุด 50% ของเวลาเรียนทั้งหมดในชั่วโมงพลศึกษาซึ่งทำได้หลายวิธี คือ การเพิ่มชั่วโมงพลศึกษา การขยายเวลาของชั่วโมงพลศึกษา การเพิ่มการเคลื่อนไหวและออกกำลังกายระดับปานกลางถึงหนักหรือการเพิ่มเวลาการออกกำลังกายระดับเบาถึงปานกลาง เป็นต้น

4. การให้ความรู้ด้านสุขภาพการเคลื่อนไหวร่างกายเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิต ความรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) หมายถึงความสามารถของแต่ละบุคคลที่รับรู้เข้าใจข้อมูลและบริการด้านสุขภาพขั้นพื้นฐานสามารถนำมาใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ทัศนคติที่ดีและนำไปปฏิบัตินั้นควรเป็นการร่วมงานกันของครูพลศึกษา ครูสุขศึกษา และครูประจำชั้นที่จะต้องวางแผนการเรียนให้สอดคล้อง โดยใช้ Active Learning Strategies เพื่อให้เกิดความรู้ด้านสุขภาพทั้งในโรงเรียนและที่บ้าน นอกจากนี้การที่เด็กรู้จักประเมินตนเอง (Self Monitor and Assessment) รวมทั้งการฝึกการตั้งเป้าหมายการทราบปัญหาข้อขัดข้องและแนวทางแก้ไข การตอกย้ำและการรณรงค์ สิ่งเหล่านี้ต้องการการเชื่อมโยงกับชุมชนเพื่อให้เด็กเกิดประสบการณ์

5. การจัดกิจกรรมนอกหลักสูตร กิจกรรมสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับการสร้างสุขนิสัยการเคลื่อนไหว ร่างกายไม่จำเป็นที่จะจัดในชั่วโมงพลศึกษาเท่านั้น กิจกรรมนอกเหนือจากชั่วโมงพลศึกษาสามารถทำได้ ในช่วงก่อนระหว่างและหลังเลิกเรียนโดยเป็นกิจกรรมที่หลากหลายจะช่วยให้เด็กมีทางเลือกที่ตนเองชอบ นอกจากนี้การเชื่อมโยงกับชุมชนจะช่วยให้มีสถานที่พอเพียงและสะดวกซึ่งมีส่วนร่วมและการสนับสนุน จากชุมชนจะเป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่ดี

6. การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองมีบทบาทอย่างมากในการสร้างเสริมนิสัยรักการออกกำลังกาย (Psychosocial Environment) โดยการจัดตั้งโครงการความร่วมมือกับทางโรงเรียนสนับสนุนกิจกรรม โรงเรียนและการเข้าไปมีบทบาทในสมาคมผู้ปกครอง เป็นต้น ผู้ปกครองที่มีความสามารถทางด้านกีฬาและ นันทนาการ สามารถมีส่วนร่วมในการชี้แนะเด็กที่สนใจในกีฬาหรือกิจกรรม กิจกรรมดังกล่าวควรมุ่งเน้น การเคลื่อนไหวและออกกำลังกายเพื่อสุขภาพมากกว่าการแข่งขันที่มีแพ้และชนะ (Win and Lose-Situation) ขณะที่การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพทุกคนได้ประโยชน์มีแต่ชนะอย่างเดียว

7. บุคลากรที่เกี่ยวข้อง การดำเนินการด้านสร้างเสริมสุขภาพจำเป็นต้องมีบุคลากรที่มีเชี่ยวชาญ รู้ประเด็นปัญหาการวางแผนงาน การสร้างกิจกรรมการดำเนินการ การประเมินผลและปรับปรุงการ ดำเนินการอย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งการให้คำแนะนำถึงแม้จะมีครูพลศึกษาหรือบางโรงเรียนจัดครูที่ ไม่ใช่ครูพลศึกษามาสอนพลศึกษานั้นจะไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร เนื่องจากขาดความเข้าใจใน เนื้อหาวิชา การกระตุ้นเพื่อให้เกิดการปฏิบัติอย่างสนุกสนานและติดเป็นนิสัย นอกจากนี้ความแตกต่าง ระหว่างบุคคลการแนะนำและสร้างแรงจูงใจให้เด็กจึงต้องจำเพาะเป็นรายๆ ไปในการดำเนินงานครูควรจัด แนวการสอนที่มีประสิทธิภาพ ผู้ปกครองและชุมชนมีส่วนร่วมในการสร้างสิ่งแวดล้อมที่ช่วยเกื้อกูลให้เกิด การดำเนินการดังกล่าวเพื่อให้เด็กได้เรียนรู้และปฏิบัติได้อย่างสนุกสนาน

8. การบริการด้านสุขภาพ แพทย์/พยาบาล/ผู้ที่เกี่ยวข้องในโรงเรียนรวมทั้งผู้ปกครองควรมีส่วน ในการให้บริการด้านสุขภาพ การตอกย้ำเพื่อให้เกิดความมั่นใจหรือแม้กระทั่งเด็กที่เริ่มมีสุขภาพสุขภาพที่เป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรังหรือมีปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรครวมทั้งผู้พิการควรจัดให้มีบริการและชี้แนะ แนวทางให้ปฏิบัติสำหรับเด็กและเยาวชนที่มีปัญหาโรคอ้วนซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยงควรแนะนำโครงการที่ดูแลทั้ง ด้านโภชนาการและการออกกำลังกายควบคู่กันไป

9. การมีส่วนร่วมของชุมชนที่ส่งเสริมนันทนาการและกีฬา การมีส่วนร่วมของชุมชนในการจัด โครงการเพื่อตอบสนองการสร้างเสริมสุขภาพจะเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่เด็กและเยาวชนสามารถเข้าร่วมได้ ในชุมชนรวมทั้งการให้เข้าถึงโครงการดังกล่าวโดยไม่มีการแบ่งชั้นวรรณะ

10. การประเมินผลเป็นระยะๆ ไม่ว่าจะในรูปแบบการนำเสนออุปกรณ์ที่เกี่ยวข้องกับความ สัมฤทธิ์ผลของโครงการสร้างเสริมสุขภาพจำเป็นต้องมีการประเมินผลเป็นระยะๆ เพื่อให้เกิดความเข้าใจถึง คุณภาพของการดำเนินการและหาแนวทางปรับปรุงให้ดีขึ้น



สรุปจากข้อเสนอแนะเกี่ยวกับมาตรฐานของกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนได้ว่า การจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนควรมีครูผู้จัดกิจกรรมที่มีความรู้และสามารถในการดำเนินการจัดโดยต้องอาศัยความร่วมมือจากผู้บริหารโรงเรียน ภาครัฐและภาคเอกชน หรือชุมชน มีส่วนร่วมให้สนับสนุนทั้งงบประมาณและความช่วยเหลืออื่นๆ อาทิเช่น จัดหาอุปกรณ์ นิเทศก์ให้ความรู้ เป็นต้น รวมถึงการบริหารจัดการที่มีประสิทธิภาพด้วย

### 3. แนวคิดและทฤษฎีการบริหารจัดการ

#### 3.1 ความหมายของการบริหารจัดการ

สุคนธ์ ปรัชญาวงศ์ชัย (2542) กล่าวว่าการบริหารจัดการ หมายถึง วิธีการหรือแผนการทำงานตามโครงการไปสู่ความสำเร็จตามความมุ่งหมายที่วางไว้โดยอาศัยปัจจัยรอบข้างไม่ว่าจะเป็นคน เงิน วัสดุ อุปกรณ์ ล้วนมีส่วนสัมพันธ์และเกี่ยวข้องให้งานโครงการสำเร็จลุล่วงด้วยดี

Kast and Rosenzweig (1970) (อ้างถึงในวิจักขณ์ อัครเลิศพานิช, 2542) กล่าวว่า การบริหารจัดการเป็นกระบวนการการทำงานร่วมกันของมนุษย์ในองค์การโดยใช้ทรัพยากรทางการบริหารเพื่อให้บรรลุจุดหมายที่กำหนดไว้

ศิริวรรณ เสรีรัตน์ (2542) (อ้างถึงในวัลย์ลักษณ์ ภูพิพัฒน์, 2548) กล่าวว่า การบริหารจัดการ หมายถึง กิจกรรมในการบริหารทรัพยากรและกิจการงานอื่นๆ เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้

นพพงษ์ เกษมสิน (2529) (อ้างถึงในฉัตรชัย ตั้งศรีทอง, 2547) ให้ความหมายไว้ว่า การบริหารจัดการ คือ กิจกรรมต่าง ๆ ที่บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปร่วมมือกันดำเนินการเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์อย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายอย่างทีบุคคลร่วมกันกำหนดโดยใช้กระบวนการอย่างมีระเบียบและใช้ทรัพยากรตลอดจนเทคนิคต่างๆ อย่างเหมาะสม

จากการที่นักบริหารและผู้เชี่ยวชาญที่กล่าวถึงการบริหารข้างต้นสรุปได้ว่า การบริหารคือ การดำเนินการจัดกิจกรรมขับเคลื่อนโดยองค์การที่มีการทำงานร่วมกัน อาศัยปัจจัยที่มีความสัมพันธ์คือ บุคลากร งบประมาณ และวัสดุอุปกรณ์ เพื่อให้กิจกรรมนั้นๆ บรรลุเป้าหมายที่วางไว้

#### 3.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับกระบวนการบริหารจัดการ

นพพงษ์ บุญจิตตรคุลย์ (2529) (อ้างอิงในณัฐพล อันตรเสน, 2542) กล่าวว่าในกระบวนการบริหารทั่วไป มีกระบวนการหรือวิธีกำหนดขั้นตอนในการปฏิบัติของผู้บริหารไว้อย่างชัดเจน ปัจจัยพื้นฐานของการบริหาร ได้แก่ 4M คือ

1. กำลังคนที่มีทั้งปริมาณและคุณภาพ (Man)
2. กำลังเงินและงบประมาณ (Money)
3. วัสดุอุปกรณ์และเครื่องอำนวยความสะดวก (Materials)

#### 4. การจัดการ (Management)

สมคิด บางโม (2542) (อ้างอิงในวลัยลักษณ์ ภูพิพัฒน์, 2548) กล่าวว่า การบริหารจัดการต่างๆ จำเป็นต้องมีทรัพยากรอันเป็นปัจจัยพื้นฐานของการจัดการ โดยทั่วไปถือว่าทรัพยากรที่เป็นปัจจัยสำคัญของการจัดการมีอยู่ 4 ประการ ซึ่งรู้จักกันดีในนาม 4M ได้แก่

1. คน (Man) เป็นผู้ปฏิบัติกิจกรรมขององค์กรนั้นๆ
2. เงิน (Money) ใช้สำหรับเป็นค่าจ้างและค่าใช้จ่ายในการดำเนินงาน
3. วัสดุ (Materials) หมายถึง อุปกรณ์เครื่องใช้ เครื่องมือต่างๆ รวมทั้งอาคารสถานที่
4. การจัดการ (Management) หมายถึง ความรู้เกี่ยวกับการจัดการปัจจัยในการบริหาร

ทั้ง 4 ประการนี้ เป็นสิ่งจำเป็นต่อการจัดการ เพราะประสิทธิภาพและประสิทธิผลของการจัดการ ขึ้นอยู่กับความสมบูรณ์ และคุณภาพของปัจจัยดังกล่าวนี้

ปัจจุบันทรัพยากรการบริหารควรมีเพิ่มเติมขึ้นมากกว่า 4 ประการ (4M's) ตามความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้รู้เกี่ยวกับการบริหารดังที่ศาสตราจารย์ วิลเลียม ที กรีนวูด (William T-Greenwood, 1965) (อ้างอิงในณัฐพล อันตรเสน, 2542) ได้ให้ความเห็นว่า ทรัพยากรการบริหารควรมีอย่างน้อย 7 ประการ คือ คน (Man) เงิน (Money) วัสดุ (Materials) อำนาจหน้าที่ (Authority) เวลา (Time) กำลังใจในการทำงาน (Will) และสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ (Facilities) กุลิกและเออร์วิค (Gallick and Urwick, 1937 อ้างอิงใน วลัยลักษณ์ ภูพิพัฒน์, 2547) ได้เสนอแนวคิดและกระบวนการบริหารไว้ 7 ประการ ซึ่งเรียกย่อว่า POSDCoRB คือ

1. ด้านการวางแผน (P = Planning) หมายถึง การวางแผนอันเป็นการคาดการณ์ในอนาคต ซึ่งจะต้องคำนึงถึงนโยบาย ทั้งนี้เพื่อให้แผนงานที่กำหนดขึ้นมีความสอดคล้องกันในการดำเนินงาน
2. ด้านการจัดดำเนินงาน (O = Organizing) หมายถึง การจัดแบ่งหน่วยงานให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน
3. ด้านการจัดบุคลากร (S = Staffing) หมายถึง การจัดหาบุคคลและเจ้าหน้าที่มาปฏิบัติงานให้สอดคล้องกับการจัดแบ่งหน่วยงานที่กำหนดไว้ หรือการจัดเกี่ยวกับการบริหารงานบุคคลเพื่อให้ได้บุคคลที่มีความรู้ ความสามารถมาปฏิบัติงานให้เหมาะสม รวมถึงการที่จะสร้างและธำรงไว้ซึ่งสัมพันธภาพในการปฏิบัติงานของบุคลากรด้วย
4. ด้านการอำนวยการ (D = Directing) หมายถึง การอำนวยการ ควบคุมงานและนิเทศก์งาน เพื่อให้งานสำเร็จลุล่วงได้ดี
5. ด้านการประสานงาน (Co = Coordinating) หมายถึง การร่วมมือกันประสานงานเพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปด้วยความเรียบร้อยราบรื่น ศึกษาหลักเกณฑ์และวิธีการที่จะช่วยให้การประสานงานได้ดีขึ้นเพื่อช่วยแก้ปัญหาข้อขัดข้องในการปฏิบัติงาน

6. ด้านการประเมินผล (R = Reporting) หมายถึง การเสนอรายงานไปยังผู้บังคับบัญชาหรือไปในหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งเบื้องบนและเบื้องล่าง การเสนอรายงานนี้ทำให้ผู้บังคับบัญชาทราบความก้าวหน้าของงานทุกระยะ สะดวกแก่การประสานงานกับหน่วยงานอื่น ในขณะเดียวกันมีการประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนทราบด้วย

7. ด้านงบประมาณ (B = Budgeting) หมายถึง การงบประมาณ โดยศึกษาให้ทราบถึงระบบและกรรมวิธี ในการบริหารเกี่ยวกับงบประมาณและการเงิน การวางแผน หรือโครงการในการใช้จ่ายเงิน การบัญชี การควบคุมดูแล การใช้จ่ายเงิน หรือตรวจสอบบัญชีโดยรอบคอบ

Henri Fayol (1949) (อ้างถึงในฉัตรชัย ตั้งศรีทอง, 2547) เป็นนักวิศวกรเหมืองแร่ ชาวฝรั่งเศส ได้เสนอกระบวนการต่าง ๆ ทางด้านการบริหารระดับสูงไว้ 5 ประการ คือ

1. การวางแผน (Planning) หมายถึง การศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลและการจัดวางแผนการปฏิบัติงานไว้ล่วงหน้า

2. การจัดหน่วยงานหรือองค์กร (Organizing) หมายถึง การเสริมสร้างด้านคนและวัสดุสิ่งของเพื่อการปฏิบัติตามแผน

3. การบังคับบัญชา (Commanding) หมายถึง การควบคุมบังคับบัญชาให้คนปฏิบัติงานตามหน้าที่

4. การประสานงาน (Coordinating) หมายถึง การเชื่อมความสัมพันธ์กับบุคคลทรัพยากรอื่น ๆ เพื่อให้การปฏิบัติบรรลุวัตถุประสงค์ของหน่วยงาน

5. การควบคุม (Controlling) หมายถึง การควบคุมดูแลให้มีการปฏิบัติงานเป็นไปตามข้อระเบียบข้อบังคับ และกฎเกณฑ์

ณัฐพล อินทรเสน (2542) ได้สรุปกระบวนการบริหารและทรัพยากรในการบริหารตามแนวคิดทฤษฎี POSDCORB กับ 4M's ซึ่งประกอบไปด้วย 8 ด้านดังต่อไปนี้

1. ด้านการวางแผน
2. ด้านการจัดองค์กร
3. ด้านการจัดบุคลากร
4. ด้านการจัดงบประมาณ
5. ด้านสถานที่ อุปกรณ์
6. ด้านอำนาจการ
7. ด้านการประสานงาน
8. ด้านการรายงานผล

### การวางแผน(Planning)

เป็นเทคนิคกระบวนการบริหารที่สำคัญที่จำเป็นต้องทำเป็นขั้นตอนด้วยความประณีต ละเอียดระมัดระวังมีความสำคัญ ดังนี้

1. การวางแผนเป็นการใช้สามัญสำนึกอย่างมีเหตุผล
2. การวางแผนเป็นการมองปัญหาที่มีอยู่และพยายามหาวิธีการแก้ไขปัญหานั้น
3. การวางแผนเป็นการหาทางเลือกที่ดีที่สุดในการปฏิบัติงานใดๆ ภายในเวลาที่กำหนด
4. การวางแผนเป็นการจัดสรรทรัพยากรที่มีอย่างจำกัดให้เกิดประโยชน์สูงสุด
5. การวางแผนเป็นความพยายามต่อเนื่องในการปฏิบัติงานให้บรรลุเป้าหมาย
6. การวางแผนเป็นการใช้ความรู้ความสามารถวินิจฉัยเหตุการณ์ต่างๆ ในอนาคต

กิจกรรมการวางแผนมี 6 กิจกรรม คือ

1. การกำหนดวัตถุประสงค์
2. การกำหนดทางเลือก
3. การกำหนดวิธีการบริหารทรัพยากร
4. การกำหนดวิธีการดำเนินงาน
5. การกำหนดวิธีการควบคุม
6. การกำหนดวิธีการประเมินผล

ขั้นตอนในการวางแผน

1. ขั้นเตรียมการ เป็นการเตรียมข้อมูล บุคลากร ทรัพยากร วัตถุประสงค์ เป้าหมายในการดำเนินการ รวมทั้งสรุปผลการดำเนินงานที่ผ่านมา
2. ขั้นวิเคราะห์สรุป วิเคราะห์ข้อมูล ข้อเท็จจริงต่างๆ
3. ขั้นดำเนินการวางแผน กำหนดว่าควรจะทำอะไร (What) ทำอย่างไร (How) ใครทำบ้าง (Who) ที่ไหน (Where) และเมื่อไหร่ (When)
4. ขั้นประเมินผล เป็นการสรุปผลการวางแผน เช่น บอกเวลาที่ได้รับทั้งทางตรง และทางอ้อม ผลกระทบที่อาจเกิดขึ้น สุดท้ายนำเสนอผู้มีอำนาจอนุมัติ

### การจัดองค์กร (Organizing)

การจัดองค์กร เป็นภารกิจของหน่วยงาน องค์กรที่จะร่วมกันจัดรูปร่างเพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างราบรื่นมีเป้าหมายที่แน่นอนมีการจัดการที่เป็นรูปแบบ ทุกคนในหน่วยงานมีความรู้ความเข้าใจกลไกการดำเนินงานภายใต้ระบบขององค์กรอย่างชัดเจน

เอกภาพในการบังคับบัญชา (Unity of Command) การจัดองค์กรจำเป็นต้องกำหนดเส้นทางเดินของงานตั้งแต่จุดเริ่มต้นจนถึงจุดสุดท้ายของการทำงาน อำนาจในการตัดสินใจขั้นสุดท้าย ความมีประสิทธิภาพขององค์กรนั้น เอกภาพในการบังคับบัญชามีความสำคัญ หน่วยงานต้องจัดให้เกิดความ

คล่องตัวในการทำงาน ส่วนต่อการปฏิบัติ และรายงานการวิเคราะห์ประเมินผล สิ่งสำคัญในการสร้างความ เป็นเอกภาพในการบังคับบัญชาอยู่ที่ความชัดเจนในการวินิจฉัยสั่งการ การรับรู้ในความ รับผิดชอบร่วมกันของผู้บริหารและผู้ปฏิบัติ การรับรู้เป้าหมาย วัตถุประสงค์สูงสุดของงานโดย หลักเกณฑ์ เงื่อนไขที่ผ่านการวิเคราะห์ วางแผนมาเป็นอย่างดีแล้ว

องค์ประกอบในการจัดองค์กร

1. การกิจและวัตถุประสงค์ขององค์กร
2. ขอบข่าย ความสำเร็จของงานในองค์กร
3. สายการบังคับบัญชา การเลื่อนไหลของสายงาน
4. จำนวนบุคลากรหรือผู้รับผิดชอบในแต่ละงานแต่ละหน้าที่
5. การประเมินผลและการควบคุมงาน

ลักษณะองค์กรที่มีความสำคัญในปัจจุบัน 2 ส่วน คือ

1. การจัดองค์กรในภาคราชการ (Bureaucratic Section) ภาคราชการให้ความสำคัญกับ โครงสร้างการบริหาร การจัดลำดับชั้นของสายการบังคับบัญชา ลำดับชั้นการตัดสินใจเป็นรูปเจดีย์ คือ ผู้บริหารสูงสุดอยู่ยอดแหลมของเจดีย์ แล้วมีผู้มีอำนาจ ตามภารกิจ รองลงมาตามลำดับจนถึงหน่วยปฏิบัติ การดำเนินงานเน้นที่ความสำเร็จของงานเป็นประเด็นหลัก

2. การบริหารงานธุรกิจเอกชน (Prelatic Section) ภาคธุรกิจเอกชนจะไม่ซับซ้อนเหมือนภาค ราชการ องค์กรจะมีปลายแหลมที่ยอดแต่ฐานจะแยกเร็วกว่าของภาคราชการและภาคเอกชนจะเน้นที่ ภาคบริการ ความพอใจของลูกค้า มากกว่าความสำเร็จของงาน ดังนั้น การจัดองค์กรจึงมีลักษณะเหมือน หมวกนักรบไทยโบราณ ผู้จัดการ หรือเจ้าของกิจการอยู่บนยอดและมีผู้ปฏิบัติหรือรองผู้จัดการอยู่ในชั้น รองลงมาไม่มากนัก ส่วนผู้ปฏิบัตินี้จะมีตั้งแต่รองผู้จัดการลงไป

### การบริหารงานบุคคล (Staffing)

การบริหารงานบุคคล (Staffing หรือ Personal Administration) หมายถึง การดำเนินงาน เกี่ยวกับบุคคลในการทำงานในหน่วยงานหรือองค์กรเพื่อให้บุคคลมาปฏิบัติงานตามที่ต้องการและให้ บุคคลได้ปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพซึ่งมีกระบวนการสำคัญ ดังนี้

1. การกำหนดนโยบาย กฎหมาย ระเบียบ ข้อบังคับเกี่ยวกับการบริหารงานบุคคลเพื่อเป็นกรอบ ในการบริหารนโยบายจะเริ่มตั้งแต่แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ นโยบายรัฐบาล นโยบายใน แผนพัฒนาระดับกระทรวง มติคณะรัฐมนตรี ส่วนภาคธุรกิจเอกชน เน้นที่นโยบายและระเบียบที่จำเป็นแก่ การดำเนินงาน

2. การวางแผนกำลังคน (Man Power Planning) เป็นกระบวนการวางแผนว่าหน่วยงานควรมี กำลังคนกี่คน แต่ละคนปฏิบัติหน้าที่อย่างไร ความรู้ความสามารถด้านใดบ้าง เพื่อความเหมาะสมกับงาน ซึ่งเริ่มตั้งแต่แผนความต้องการ แผนการให้ได้มาของกำลังคนและแผนการใช้กำลังคน

### 3. การจัดบุคคลและการสรรหาบุคคลให้ดำรงตำแหน่ง (Placement & Recruitment)

การสรรหาบุคลากร เป็นกระบวนการที่จะประชาสัมพันธ์หน่วยงานเพื่อให้ได้บุคคลที่มีความรู้ความสามารถเหมาะสมสำหรับองค์กร ให้มาสมัคร เพื่อคัดเลือก (Selection) คนที่มีความรู้ความสามารถเหมาะสมที่สุดเข้าร่วมปฏิบัติงานในองค์กร

สำนักงานเลขาธิการ (2557) ได้ออกข้อบังคับคุรุสภา ว่าด้วยมาตรฐานวิชาชีพ พ.ศ. 2556 หมวด 2 มาตรฐานการปฏิบัติงาน ข้อ 11 ว่า ผู้ประกอบวิชาชีพครู ต้องมีมาตรฐานการปฏิบัติงาน ดังต่อไปนี้

- 1) ปฏิบัติกิจกรรมทางวิชาการเพื่อพัฒนาวิชาชีพครูให้ก้าวหน้าอยู่เสมอ
- 2) ตัดสินใจปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ โดยคำนึงถึงผลที่จะเกิดขึ้นกับนักเรียน
- 3) มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้เติบโตเต็มศักยภาพ
- 4) พัฒนาแผนการสอนให้สามารถปฏิบัติได้จริงในชั้นเรียน
- 5) พัฒนาสื่อการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพอยู่เสมอ
- 6) จัดกิจกรรมทางเรียนการสอนให้ผู้เรียนรู้จักคิด วิเคราะห์ คิดสร้างสรรค์โดยเน้นผลถาวรที่เกิดแก่ผู้เรียน
- 7) รายงานผลการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนได้อย่างมีระบบ
- 8) ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีต่อผู้เรียน
- 9) ร่วมมือกับผู้อื่นในสถานศึกษาอย่างสร้างสรรค์
- 10) ร่วมมือกับผู้อื่นในชุมชนอย่างสร้างสรรค์
- 11) แสวงหาและใช้ข้อมูลข่าวสารเพื่อพัฒนา
- 12) สร้างโอกาสให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ในทุกสถานการณ์

การจัดบุคคล (Placement) หมายถึง การจัดบุคลากรที่ผ่านการคัดเลือกให้ดำรงตำแหน่งที่หน่วยงานวางแผนไว้แล้วเพื่อให้บุคคลปฏิบัติหน้าที่เกิดประโยชน์ต่อองค์กรสูงสุด

4. การพัฒนาบุคลากร (Human Resource Development) เป็นกระบวนการเกี่ยวกับการเพิ่มพูนความรู้ความสามารถของบุคลากรที่จะปฏิบัติงานในองค์กร การพัฒนาบุคลากรสามารถพัฒนาโดยองค์กรหรือให้หน่วยงานอื่นช่วยพัฒนาก็ได้ ทั้งนี้ จะยึดความรู้ความสามารถที่บุคลากรได้รับเป็นประโยชน์ต่อการทำงานที่มีประสิทธิภาพสูงแก่องค์กร

5. การให้เงินเดือนและค่าตอบแทน (Salary or Compensation) เป็นภารกิจสำคัญที่ผู้บริหารเจ้าของกิจการ ต้องจ่ายเงินให้ข้าราชการหรือลูกจ้างเพื่อเป็นค่าจ้างชีพ ทดแทนการทำงาน ถือเป็นรางวัลสำหรับการทำงาน การให้ค่าตอบแทน เงินเดือน โดยยึดถือระบบคุณธรรม ดังต่อไปนี้

5.1 หลักความสามารถ (Competence) ยึดผลงานตามความสามารถเหมาะกับเงินค่าตอบแทน

5.2 หลักความเสมอภาค (Equality) ให้โอกาสคนเสมอกันไม่เลือกชั้นวรรณะ

5.3 หลักความมั่นคง (Security) การเข้าทำงานในองค์กรเป็นอาชีพหนึ่ง การกำหนดค่าตอบแทน เงินเดือนให้เหมาะสมกับการดำรงชีวิต การเข้าออกจากงาน มีกฎหมาย กฎเกณฑ์รองรับที่ชัดเจนเป็นธรรม

5.4 ความเป็นกลางทางการเมือง (Political Neutrality) คือ การทำงานที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางการเมืองหรือการเปลี่ยนรัฐบาล

5.5 หลักในการให้เงินเดือน คือ ภาระงานมาก งานยาก ความรับผิดชอบสูงให้เงินเดือนสูง ภาระงานน้อย งานไม่ยาก ความรับผิดชอบน้อยให้เงินเดือนน้อย

6. งานทะเบียนประวัติหรือข้อมูลบุคลากร เป็นงานธุรการของบุคคล ข้อมูลการเข้ามาทำงานของบุคลากรตั้งแต่ข้อมูลส่วนตัว การศึกษา การทำงาน การเลื่อนตำแหน่ง การพัฒนาศึกษาอบรมเงินเดือน งานข้อมูลทะเบียนประวัติมีความสำคัญมาก คนที่ออกจากงานเพื่อไปทำงานหน้าที่ตำแหน่งใหม่ หากได้รับคำรับรองหรือหลักฐานการผ่านงานเดิมมาด้วย มักได้รับการพิจารณาว่าเป็นผู้มีประสบการณ์ มีความชำนาญต่างๆ ตามที่หน่วยงานต้องการ

7. งานประเมินผลการปฏิบัติงานหรือการพิจารณาความดีความชอบ การประเมินพิจารณาความดีความชอบของบุคคลเป็นวิธีการสำคัญที่ทำให้การทำงานมีประสิทธิภาพ ธรรมชาติของคนเมื่อทำงานไปย่อมเกิดความเฉื่อย เมื่อได้รับการประเมินผลเป็นระยะและได้ขวัญกำลังใจย่อมทำให้เกิดประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

8. งานวินัย การดำเนินงานทางวินัย เป็นกิจกรรมสำคัญในการควบคุมพฤติกรรมของบุคคลไม่ให้ความผิด แบบแผน ธรรมเนียมปฏิบัติขององค์กร เป็นภารกิจสำคัญของผู้บริหารในการสอดส่องดูแลความประพฤติ การรักษาวินัยของบุคลากรในองค์กรให้ดำเนินงานตามวัตถุประสงค์ เป้าหมายขององค์กรที่วางไว้ถ้ามีบุคคลใดละเมิดต้องดำเนินการตามแบบแผนตามสมควร

9. สวัสดิการ ประโยชน์เกื้อกูล และสิทธิประโยชน์

10. การให้ออกจากราชการและการรับบำเหน็จบำนาญ ของข้าราชการ พนักงานองค์กรเอกชน มีข้อตกลง ข้อกำหนด อายุในการทำงาน เป็นข้อกำหนดข้อตกลงก่อนการทำงาน หรือการจ้างงาน การออกจากงานเป็นบทสุดท้ายของการบริหารงานบุคคล การออกจากงานมี 2 กรณีที่สำคัญ

10.1 ออกตามประสงค์พนักงาน เช่น ลาออก

10.2 ออกเพราะความต้องการของหน่วยงาน เช่น เกษียณอายุ ยุบเลิกตำแหน่ง ออกเพราะทำผิด ซึ่งองค์กรต้องให้ออกตามข้อตกลง

### การอำนวยการ (Directing)

หมายถึง การส่งเสริม ช่วยเหลือ ปรีกษา แนะนำ สั่งการ ประสานกิจกรรม การติดต่อ การมอบหมายภารกิจต่างๆ เพื่อให้การดำเนินงานขององค์กรบรรลุวัตถุประสงค์ เป้าหมายหรือแผนที่วางไว้ กิจกรรมอำนวยการที่สำคัญ จำแนกได้ดังนี้

1. การประสานงาน (Coordinating)
2. การตัดสินใจและสั่งการ (Decision Making)
3. การสั่งงาน (Ordering)
4. การติดตามดูแลกำกับ และให้คำปรึกษา (Supervising & Guiding)
5. การสร้างขวัญกำลังใจ และแรงจูงใจ (Moral and Motivating)
6. การใช้ภาวะผู้นำ (Leadership)
7. การสร้างมนุษยสัมพันธ์ (Human Relation)

8. การจักระบบสื่อสารและการสร้างเครือข่าย (Net Work and Communicating)
9. การมอบหมายงานและการมอบอำนาจหน้าที่ (Take Oder & Delegating)
10. การส่งเสริมกิจกรรมอื่นๆ (Supporting)

### การประสานงาน (Coordinating)

การประสานงานหมายถึง การจักระเบียบวิธีการทำงานเพื่อให้ผู้ปฏิบัติรู้ถึงวัตถุประสงค์ และรายละเอียดของงานจนสามารถปฏิบัติหน้าที่ในลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย งานมีการร้อยรัดต่อเนื่องกันจนเสร็จสิ้นภารกิจของหน่วยงานที่เข้าร่วมกันวางไว้ มีลักษณะสำคัญดังนี้

1. การประสานงานเป็นกระบวนการหนึ่งในการบริหาร หมายถึง เป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นตั้งแต่การวางแผน เรียกประสานแผน เพื่อให้คนวางรูปแบบการทำงานตามความรู้ความสามารถ เรียกว่า ประสานคน และประสานความเข้าใจทางความคิดเรียกประสานงานความคิด โดยเรียกการประสานทั้งหมดว่า การประสานงาน

2. การประสานงานเป็นหน้าที่ของผู้บริหาร หรือผู้จัดการ
3. การประสานงานเป็นเรื่องเกี่ยวกับการแสวงหาความร่วมมือ
4. การประสานงานเป็นเรื่องเกี่ยวกับการติดต่อสื่อสาร
5. การประสานงานจะเป็นกิจกรรมที่อยู่ในทุกขั้นตอนของการทำงาน
6. การประสานงานเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับการสื่อสารสัมพันธ์

วัตถุประสงค์ของการประสานงาน

1. ลดความขัดแย้ง ระหว่างผู้ปฏิบัติกับองค์กร
2. ช่วยให้เกิดความร่วมมือในการปฏิบัติงาน
3. เกิดประสิทธิภาพ ประหยัดแรงงาน เวลาและวัสดุอุปกรณ์

วิธีการประสานงานที่สำคัญ

1. การจัดทำแผนผัง กำหนดหน้าที่การงานของหน่วยงาน แผนภูมิ ป้ายทะเบียน เป็นต้น
2. จัดทำคำสั่งและกำหนดหน้าที่ให้ชัดเจน
3. ตั้งคณะกรรมการ ตามแผนงาน

- 3.1. ทำแผนปฏิบัติงาน และแผนควบคุมการปฏิบัติงาน

- 3.2. การกำหนดส่งงาน

- 3.3. การระบุงการจัตสรรงบประมาณ การจัตกิจกรรม การควบคุมกิจกรรม

- 3.4. การจัตประชุม สัมมนา การกระจายข่าว

หลักการคัดเลือกผู้ที่เหมาะสมในการทำหน้าที่ประสานงาน

1. เป็นผู้ที่เข้าใจภารกิจองค์กรเป็นอย่างดี
2. เป็นผู้ที่มีวุฒิภาวะ น่าเชื่อถือ เป็นผู้ใหญ่



3. เป็นผู้มีความรับผิดชอบสูง
4. เป็นผู้มีความสามารถในการสร้างมนุษย์สัมพันธ์
5. เป็นผู้มีความศิลปะในการพูดโน้มน้าวใจคน

### การควบคุมงาน (Controlling)

การควบคุมงาน หมายถึง การดำเนินการในการกำกับดูแลการดำเนินงานต่างๆ เพื่อให้เป็นไปตามแผนงานที่วางไว้ การควบคุมงานมีลักษณะเป็นการกำหนดเกณฑ์หรือเป้าหมายของการปฏิบัติงานไว้ล่วงหน้าแล้วเปรียบเทียบกับผลการปฏิบัติงานที่ปรากฏในด้านต่างๆ ดังนี้

1. ด้านปริมาณ (Quantity)
2. ด้านคุณภาพ (Quality)
3. ด้านเวลา (Time)
4. ด้านงบประมาณหรือต้นทุน (Budget or Cost)

วิธีการควบคุมงานให้มีประสิทธิภาพ

1. กำหนดเกณฑ์มาตรฐาน หรือเป้าหมายการปฏิบัติงานในลักษณะที่ท้าทาย
2. จัดระบบติดต่อสื่อสารให้ทั่วถึง (Net Work) ให้มีการประสานงานสอดคล้องต่อเนื่อง สามารถรายงานกิจกรรมได้ทัน่วงที
3. ควรใช้วิธีการควบคุมงานตามแผนงานบริหาร จุดประสงค์เป็นตัวชี้นำ (M.B.O.)
4. ควรใช้วิธีการควบคุมงานแบบง่ายๆ ไม่ซับซ้อน เห็นผลชัดเจนตามจุดสำคัญ
5. ให้กำลังใจอย่างเหมาะสมและสม่ำเสมอ
6. พยายามป้องกันพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติงาน ให้เป็นไปในเชิงบวก สร้างสรรค์

กิจกรรมควบคุมงานที่สำคัญ

1. กำหนดแผนผัง แผนภูมิควบคุมงานที่ชัดเจน
2. ใช้งบประมาณเป็นตัวควบคุมงาน
3. ควบคุมโดยกำหนดเป้าหมายและวัตถุประสงค์ (M.B.O)
4. ควบคุมงานโดยใช้ห้องปฏิบัติการ

ปัญหาที่พบบ่อยในการควบคุมงาน

1. การจัดระบบงานขาดประสิทธิภาพ
2. การไม่ให้ความสำคัญของการควบคุมงานของผู้บริหาร
3. ขาดความรู้ เทคนิคที่เหมาะสมในการควบคุมงาน
4. ขาดหลักเกณฑ์ มาตรฐานในการควบคุมงาน
5. ขาดการร่วมมือของผู้ปฏิบัติงาน

### การรายงานผลงาน (Reporting)

การรายงานผลงาน หมายถึง การที่ผู้มีหน้าที่เสนอผลของงานหรือกิจกรรมให้ผู้บริหารหรือผู้ร่วมงานได้ทราบ ซึ่งมีลักษณะสำคัญ 2 ลักษณะ ดังนี้

1. รายงานผลขณะปฏิบัติงาน เป็นการรายงานผลตามขั้นตอนการปฏิบัติงานซึ่งกำหนดไว้ในแผนปฏิบัติงาน การรายงานอาจรายงานด้วยวาจาหรือด้วยลายลักษณ์อักษร ปัจจุบันมีการรายงานสู่สาธารณชน เช่น ทางสื่อมวลชน เพื่อสร้างความเข้าใจความพอใจแก่ประชาชน

2. การรายงานผลเมื่อสิ้นสุดแผนงาน เป็นการรวบรวมผลการดำเนินงานทั้งหมดและสรุปเป็นรายงานผลการดำเนินงาน สิ่งที่สำคัญควรเน้นพิเศษในการรายงาน

2.1 รายงานเป็นกระบวนการ (Input Process Out Put)

2.2 รายงานการใช้ทรัพยากร มีการใช้ทรัพยากรอะไรไปบ้าง มีปัญหาอุปสรรคอย่างไร

2.3 รายงานเกี่ยวกับผลที่เกิดขึ้น

2.4 รายงานเกี่ยวกับผลกระทบที่เกิดขึ้น (Feed Back) เป็นการรายงานในภาพรวม

### งบประมาณ (Budgeting)

งบประมาณ มีการจัดทำ จัดทำและบริหารงบประมาณให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อองค์กร งบประมาณ (Budget) หรือต้นทุน (Cost) คือ เงินหรือทรัพย์สินของที่ใช้ในการดำเนินงานขององค์กร หมายถึง ทุนในการดำเนินงาน แบ่งลักษณะงบประมาณได้ 2 ภาค ดังนี้

1. งบประมาณภาครัฐราชการ (Bureaucratic Budgeting) จัดสรรจัดทำโดยกระทรวงทบวงกรมต่างๆ ไปตามความจำเป็นโดยจัดสรรตามแผนงานโครงการ

2. งบประมาณของภาคเอกชน (Private Budgeting) เป็นทุนที่บริษัทห้างร้าน ได้มาจากการระดมทุน เช่น หุ้น เงินกู้จากแหล่งธุรกิจหรืออาจมาจากทุนส่วนตัวการบริหาร จัดสรรมาจากคณะกรรมการ Board ตามแผนงานที่คณะกรรมการได้กำหนดนโยบายหรือกลยุทธ์ไว้

งบประมาณ ถือเป็นปัจจัยสำคัญในการบริหาร การดำเนินงานต้องอาศัยเงินงบประมาณส่วนราชการไม่สามารถผลิตได้เอง เช่น เงินเดือน การก่อสร้าง รถยนต์พาหนะต่างๆ จำเป็นต้องจัดหาด้วยเงินงบประมาณทั้งสิ้น

### 3.3 ทฤษฎีองค์การสำหรับสถานศึกษา

ทฤษฎีองค์การเชิงรูปแบบ 5 รูปแบบ ที่จะนำมาประยุกต์ใช้พัฒนาสถานศึกษาได้ดี รูปแบบทฤษฎีองค์การ 2 รูปแบบใหญ่ ประกอบด้วย 5 รูปแบบย่อย ได้แก่

1. รูปแบบทรัพยากรเชิงระบบมี 2 รูปแบบย่อย คือ

1.1 รูปแบบนิเวศวิทยาประชากร (Population Ecology) เป็นรูปแบบขององค์การที่มีความพยายามหาขอบเขตของความต้องการและทรัพยากรเฉพาะตามสภาพแวดล้อมเพื่อทำให้องค์การ

อยู่รอด รูปแบบนี้มืองค์ประกอบ คือ เทคโนโลยีโครงสร้างผลิตภัณฑ์และเจ้าหน้าที่โดยไม่ได้ให้ความสำคัญกับอำนาจ ความขัดแย้งและชนชั้นทางสังคม นักทฤษฎีกลุ่มนิเวศวิทยาประชากรนี้ให้ความสำคัญกับรูปแบบขององค์การมากกว่าความเป็นองค์กร

1.2 รูปแบบการพึ่งพาทรัพยากร (Resource Dependence) เป็นรูปแบบองค์การเชิงเศรษฐกิจการเมือง อำนาจการตัดสินใจขึ้นอยู่กับปัจจัยภายในขององค์การ ซึ่งจะมีมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับทรัพยากรนั้นมีความต้องการจำเป็นมากน้อยเพียงใดและทรัพยากรนั้นอยู่ในลักษณะอำนาจผูกขาดหรือไม่ เช่น วัตถุดิบ เงิน บุคลากร หรือบริการ การพึ่งพาเป็นการกระทำเพื่อการเติบโตโดยอาศัยสภาพแวดล้อมสภาพแวดล้อมที่องค์กรต้องเผชิญโดยตรง ได้แก่ ความรู้สึก ความไม่แน่นอน ซึ่งหน่วยงานย่อยในองค์กรเป็นผู้เผชิญโดยตรงโดยใช้กลยุทธ์ด้านอำนาจในการตัดสินใจ คือ

1.2.1 กำหนดทางเลือกในการตัดสินใจอย่างมีอิสระ

1.2.2 กำหนดทางเลือกในการตัดสินใจตามสภาพแวดล้อม

1.2.3 กำหนดทางเลือกในการตัดสินใจบนพื้นฐานความแตกต่างทางเงื่อนไขของสภาพแวดล้อม

2. รูปแบบที่มุ่งเน้นเป้าหมายการกระทำ (The Goal Model) มี 3 รูปแบบคือ

2.1 รูปแบบเชิงสถานการณ์และเหตุผล (Rational Contingency Model) รูปแบบนี้จะยึดเป้าหมายขององค์การเป็นฐานเพราะเป้าหมาย คือ พื้นฐานของเหตุผลที่มีความสำคัญในการนำองค์การไปสู่ทิศทางที่กำหนด มีความคาดหวังต่อองค์การที่แตกต่างกันโดยมีความสอดคล้องกันระหว่างประสิทธิภาพขององค์การหรือระหว่างสมาชิกขององค์การด้วยกันเป็นระหว่างส่วนแบ่งการตลาดกับความพึงพอใจของลูกค้า การวิจัยกับการพัฒนาการสอนกับการวิจัยหรือการดูแลคนไข้กับการวิจัยด้านการแพทย์ทฤษฎีเชิงสถานการณ์พัฒนามาจากความคิดที่ว่าองค์การเหมาะสมที่สุด ควรจะเป็นองค์การที่มีโครงสร้างและระบบที่สอดคล้องกับสิ่งแวดล้อมและสภาพความเป็นจริงขององค์การ ตั้งอยู่บนพื้นฐานการศึกษาสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกันของมนุษย์ (Humanistic Environment) โดยมีธรรมชาติ (Natural) เป็นตัวแปรและเป็นปัจจัยสำคัญในการกำหนดรูปแบบ กฎเกณฑ์ และระเบียบแบบแผน

2.2 รูปแบบแลกเปลี่ยนต้นทุน (Transaction-Cost Model) เป็นการใช้แนวคิดเชิงเศรษฐศาสตร์ โดยมีฐานคิดในเรื่องของเหตุผลและการแสวงหาโอกาสขององค์การ หาวิธีลดต้นทุนในการเปลี่ยนแปลงสินค้าและบริการ รวมทั้งทรัพยากร แรงงาน ต้องมีการควบคุมตรวจสอบ

2.3 รูปแบบสถาบัน (Institution Model) องค์กรต้องได้รับการยอมรับทางสังคม ควรนำเทคนิคการบริหารมาใช้เนื่องจากมีการวิจารณ์ว่าทฤษฎีสถาบันเน้นเฉพาะการสร้างความเป็นสถาบัน (Institutionalization) เป็นอนุรักษ์นิยมต่อต้านการเปลี่ยนแปลงจาก 5 รูปแบบที่กล่าวมา รูปแบบที่เหมาะสมสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาสถานศึกษาได้ดี คือ

1. รูปแบบนิเวศวิทยาประชากร ซึ่งเป็นการพึ่งพาทรัพยากร เป็นรูปแบบเชิงเศรษฐกิจการเมืองซึ่งให้อำนาจในการตัดสินใจขึ้นอยู่กับปัจจัยภายในขององค์การซึ่งจะมากจะน้อยขึ้นอยู่กับทรัพยากรที่มีอยู่

มีความต้องการจำเป็นมากน้อยเพียงใดโดยให้ความสำคัญกับวัตถุดิบ เงิน บุคลากร และการบริหารจัดการ หมายความว่าทุกองค์ประกอบในองค์การต้องพึ่งพาซึ่งกันและกัน เพื่อความอยู่รอดขององค์การ มีความสัมพันธ์กันให้อำนาจในการตัดสินใจในการกำหนดทางเลือกโดยคำนึงถึงการรับรู้ การตีความ และการประเมินค่าโรงเรียนหรือสถานศึกษาส่วนใหญ่เป็นหน่วยงานหรือองค์การของทางราชการ จึงมีการสืบสานรักษาข้อปฏิบัติส่งต่อจากอดีตสู่ปัจจุบันทั้งด้านนโยบาย บทบาทหน้าที่ของบุคลากร เช่น ครูบรรจงใหม่ ต้องได้รับการปฐมนิเทศ ได้รับการถ่ายทอดวัฒนธรรมในการทำงานจากผู้มีประสบการณ์ ถือเป็นวัฒนธรรมขององค์การที่ส่งต่อจากรุ่นสู่รุ่นหรือแม้แต่ผู้นำก็ถูกส่งต่อรุ่นต่อรุ่นเช่นกันหากเรามีรูปแบบการบริหารจัดการองค์การตามรูปแบบนิเวศวิทยาประชากร ซึ่งเป็นการพึ่งพาทรัพยากรก็จะทำให้สถานศึกษาผู้บริหาร บุคลากร ชุมชน ทรัพยากร สิ่งแวดล้อม สามารถอยู่ร่วมกันพึ่งพาอาศัยกัน ร่วมมือกันพัฒนาสถานศึกษาให้เจริญก้าวหน้าอย่างมีประสิทธิภาพเกิดประสิทธิผลต่อการศึกษาของชาติต่อไป

2. รูปแบบเชิงสถานการณ์ ถือเป็นอีกรูปแบบหนึ่งที่มีความเหมาะสมและสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาสถานศึกษาได้ดี เพราะหากองค์การมีเป้าหมายในการพัฒนาที่ชัดเจนบนพื้นฐานของความมีเหตุผลเป็นสำคัญก็จะสามารถนำองค์การไปสู่ทิศทางที่กำหนดได้ตั้งนั้นสถานศึกษาถือเป็นองค์การที่มีบุคคลหลายฝ่ายทั้งผู้บริหาร ครู นักเรียน เจ้าหน้าที่ บุคลากรทางการศึกษา ชุมชนและหน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้องซึ่งเป็นผู้มีส่วนได้ส่วนเสียมีความคาดหวังต่อองค์การที่แตกต่างกัน แต่ต้องคำนึงถึงประสิทธิภาพของสถานศึกษา ความพึงพอใจของผู้รับบริการอันได้แก่นักเรียน ผู้ปกครอง ชุมชน และประเทศชาติ เพราะนักเรียนมีความคาดหวังได้รับความรู้ ประสบการณ์ที่ดีๆ จากสถานศึกษา พ่อแม่ผู้ปกครองคาดหวังให้บุตรหลานของตนเป็นคนดีมีความรู้ อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ส่วนชุมชนก็คาดหวังจะได้สมาชิกที่เป็นคนดีมีความรู้ มีจิตสาธารณะมาช่วยพัฒนาท้องถิ่น และประเทศชาติก็คาดหวังจะได้ผลิตภาพเป็นไปตามนโยบาย เช่น เป็นคนดีมีความรู้ อยู่เป็นสุข มีจิตสาธารณะ เป็นต้นกล่าวโดยสรุป หากนำเอารูปแบบขององค์การทั้ง 2 รูปแบบดังกล่าวข้างต้นมาประยุกต์ใช้ได้อย่างเหมาะสมแล้วน่าจะทำให้สถานศึกษาสามารถพัฒนาได้อย่างเต็มศักยภาพ เกิดประสิทธิภาพได้ผลิตภาพอย่างสมดุล

#### 4. มาตรฐานด้านสถานศึกษาของกรุงเทพมหานคร

##### 4.1 การจำแนกประเภท

สำนักผังเมือง (2555) มีการศึกษาสภาพทั่วไปของสถานศึกษาในกรุงเทพมหานคร พบว่า การจัดการศึกษาของไทยในปัจจุบันมี 3 รูปแบบคือ การศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย ซึ่งการศึกษาในระบบนั้นมี 2 ระดับ คือ การศึกษาขั้นพื้นฐานและการศึกษาระดับอุดมศึกษา โดยการจัดการศึกษาในระบบดังกล่าวให้จัดในสถานศึกษา ดังนี้

- สถานพัฒนาเด็กก่อนปฐมวัย
- โรงเรียน
- ศูนย์การเรียน
- มหาวิทยาลัย
- สถาบันวิทยาลัยหรือหน่วยงานที่เรียกชื่ออย่างอื่น

การศึกษา กฎเกณฑ์และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับสถานศึกษาของต่างประเทศพบว่าทั้ง Planning and Urban Design Standards (American Planning Association, 2006) (อ้างถึงในสำนักผังเมือง, 2555) และ Time-Saver Standards for Site Planning (Joseph De Chiara, 1984) (อ้างถึงในสำนักผังเมือง, 2555) ได้กล่าวถึงสาธารณูปการด้านการศึกษาโดยแบ่งประเภทดังนี้

- โรงเรียนอนุบาล
- โรงเรียนระดับประถม
- โรงเรียนระดับมัธยม

สำหรับเกณฑ์และข้อกำหนดเกี่ยวกับสถานศึกษาของประเทศไทย พบว่ามาตรฐานที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อมของการเคหะแห่งชาติและเกณฑ์มาตรฐานผังเมืองรวม พ.ศ. 2549 ได้กล่าวถึงโรงเรียนและสถาบันการศึกษาโดยกำหนดตามระดับการศึกษา ดังนี้

- โรงเรียนอนุบาล
- โรงเรียนระดับประถม
- โรงเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
- โรงเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย
- สถาบันอุดมศึกษา

จากการพิจารณาประเภทของสาธารณูปการด้านการศึกษาดังกล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่า ประเภทของสถานศึกษาแทบทั้งหมดจะยึดถือตามระดับการศึกษาเป็นหลัก ดังนั้นการจำแนกประเภทของสาธารณูปการด้านการศึกษาของกรุงเทพมหานคร จึงเสนอให้จำแนกประเภทของสถานศึกษาตามระดับการศึกษาเช่นกัน โดยในเบื้องต้นนี้แนกได้จำประเภทของสถานศึกษาที่เป็นการศึกษาในระบบที่จำเป็นต่อการกำหนดมาตรฐานด้านผังเมือง ดังต่อไปนี้

- โรงเรียนอนุบาล
- โรงเรียนระดับประถม
- โรงเรียนระดับมัธยม

## 4.2 ตำแหน่งที่ตั้งและรัศมีบริการของสถานศึกษา

การกำหนดที่ตั้งและรัศมีบริการของสถานศึกษา จะคำนึงถึงการเข้าถึงสถานศึกษาของผู้มาใช้สถานศึกษาประเภทต่างๆ ที่กระจายตัวอยู่ในพื้นที่กรุงเทพมหานคร โดยมีรายละเอียดดังนี้

4.2.1 โรงเรียนอนุบาลหรือโรงเรียนระดับก่อนประถมศึกษา การศึกษาสภาพทั่วไปของโรงเรียนระดับก่อนประถมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครในปัจจุบัน พบว่า โรงเรียนก่อนประถมศึกษา ได้กระจุกตัวในพื้นที่กลุ่มเขตต่อเมืองด้านตะวันออกหนาแน่นที่สุดรองลงมาคือเขตเมืองชั้นในด้านตะวันออก และมีการกระจายตัวเบาบางที่สุดในพื้นที่กลุ่มเขตชานเมืองด้านตะวันตก ข้อกำหนดเกี่ยวกับสถานศึกษาในระดับก่อนประถมศึกษาของประเทศไทยพบว่า

- มาตรฐานที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม ได้กำหนดรัศมีบริการของโรงเรียนอนุบาลไว้เป็นระยะทางประมาณ 400 เมตร

- เกณฑ์และมาตรฐานผังเมืองรวม พ.ศ. 2549 คือโรงเรียนระดับอนุบาลควรตั้งอยู่ในตำแหน่งที่เข้าถึงได้ด้วยการเดินเท้าเป็นระยะไม่เกิน 500 เมตร หรือใช้เวลาเดินทางไม่เกิน 10 นาที และควรอยู่ในกลุ่มบ้านของย่านพักอาศัยมาตรฐานของตำแหน่งที่ตั้งและรัศมีบริการของโรงเรียนอนุบาลหรือระดับก่อนประถมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครจึงควรตั้งอยู่ในระยะของรัศมีการให้บริการระหว่าง 300-800 เมตร

4.2.2 โรงเรียนระดับประถม การศึกษาสภาพทั่วไปของโรงเรียนระดับประถมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครในปัจจุบันพบว่า โรงเรียนประถมศึกษาได้กระจุกตัวในพื้นที่กลุ่มเขตเมืองชั้นในด้านตะวันออกหนาแน่นที่สุด รองลงมาคือ เขตต่อเมืองด้านตะวันออก และมีการกระจายตัวเบาบางที่สุดในพื้นที่กลุ่มเขตชานเมือง ด้านตะวันตก สำหรับเกณฑ์และข้อกำหนดเกี่ยวกับโรงเรียนประถมศึกษาของประเทศไทยพบว่า

- มาตรฐานที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อมของการเคหะแห่งชาติกำหนดรัศมีบริการของโรงเรียนประถมศึกษาไว้ เป็นระยะทางไม่เกิน 800 เมตร

- เกณฑ์และมาตรฐานผังเมืองรวม พ.ศ. 2549 คือ โรงเรียนระดับประถมศึกษาควรมีรัศมีบริการเป็นระยะไม่เกิน 500 เมตร หรือใช้เวลาเดินทางไม่เกิน 10 นาที และควรอยู่ในกลุ่มบ้านของย่านพักอาศัยมาตรฐานของตำแหน่งที่ตั้งและรัศมีบริการของโรงเรียนระดับประถมในเขตกรุงเทพมหานครจึงควรตั้งอยู่ในระยะของรัศมีการให้บริการระหว่าง 400-1,200 เมตร

4.2.3 โรงเรียนระดับมัธยม การศึกษาสภาพทั่วไปของโรงเรียนระดับมัธยม ในกรุงเทพมหานครในปัจจุบันพบว่าโรงเรียนมัธยมศึกษาได้กระจุกตัวอยู่ในพื้นที่กลุ่มเขตเมืองชั้นในด้านตะวันออกหนาแน่นที่สุด รองลงมาคือ เขตต่อเมืองด้านตะวันออก และมีการกระจายตัวเบาบางที่สุดในพื้นที่กลุ่มเขตชานเมืองด้านตะวันตกส่วนการศึกษา สำหรับเกณฑ์และข้อกำหนดเกี่ยวกับโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาของประเทศไทยพบว่า

- มาตรฐานที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อมของการเคหะแห่งชาติได้กำหนดรัศมีบริการของโรงเรียนมัธยมศึกษาไว้ เป็นระยะทางไม่เกิน 1,200-1,600 เมตร

- เกณฑ์และมาตรฐานผังเมืองรวม พ.ศ. 2549 คือ โรงเรียนมัธยมศึกษาควรมีรัศมีบริการมีระยะไม่เกิน 1,500 เมตร หรือใช้เวลาเดินทางประมาณ 30-45 นาที มาตรฐานของตำแหน่งที่ตั้งและรัศมีบริการของโรงเรียนระดับมัธยมในเขตกรุงเทพมหานคร จึงควรตั้งอยู่ในระยะของรัศมีบริการให้บริการระหว่าง 1-2 กิโลเมตร

#### 4.3 ขนาดรองรับในการให้บริการของสถานศึกษา

การกำหนดขนาดรองรับในการให้บริการของสถานศึกษาเป็นการคำนึงถึงจำนวนนักเรียน นักศึกษา และขนาดพื้นที่ที่เหมาะสมสำหรับสถานศึกษาแต่ละแห่งในพื้นที่กรุงเทพมหานคร โดยมีรายละเอียด ดังนี้

4.3.1 โรงเรียนอนุบาลหรือโรงเรียนระดับก่อนประถมศึกษา การศึกษาเกณฑ์และข้อกำหนดเกี่ยวกับสถานศึกษาระดับก่อนประถมศึกษาของประเทศไทยพบว่า

- มาตรฐานที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อมของการเคหะแห่งชาติ ระบุลักษณะประชากรระดับก่อนประถมศึกษาว่าจะมีเด็ก 20 คนต่อประชากร 1,000 คน โรงเรียนอนุบาลควรมีพื้นที่ 800-1,600 ตารางเมตรต่อนักเรียน 120 คน

- เกณฑ์และมาตรฐานผังเมืองรวม พ.ศ. 2549 คือ ขนาดที่พอเหมาะของโรงเรียนระดับอนุบาลคือ มีพื้นที่ประมาณ 0.5-2 ไร่ และมีจำนวนนักเรียน 40-60 คน มาตรฐานของขนาดรองรับในการให้บริการของโรงเรียนอนุบาล หรือระดับก่อนประถมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครกำหนดให้สามารถรองรับจำนวนนักเรียน 25-30 ต่อประชากร 1,000 คน และมีขนาดพื้นที่ 0.5-2 ไร่

4.3.2 โรงเรียนระดับประถมสำหรับเกณฑ์และข้อกำหนดเกี่ยวกับสถานศึกษาระดับประถมศึกษาของประเทศไทยพบว่า

- มาตรฐานที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม ระบุลักษณะประชากรระดับประถมศึกษาว่าจะมีเด็ก 150 คนต่อประชากร 1,000 คน และโรงเรียนประถมควรมีพื้นที่ไม่ต่ำกว่า 5 ไร่ แต่หากเป็นเขตในเมืองพื้นที่ต้องไม่ต่ำกว่า 2.5 ไร่ นอกจากนี้ควรมีพื้นที่เพิ่ม 0.5 ไร่ ต่อนักเรียนที่เพิ่มขึ้นทุก 100 คน

- เกณฑ์และมาตรฐานผังเมืองรวม พ.ศ. 2549 คือ ขนาดที่พอเหมาะของโรงเรียนระดับประถมคือ มีพื้นที่ประมาณ 5-7 ไร่ และมีจำนวนนักเรียน 200-400 คน มาตรฐานของขนาดรองรับในการให้บริการของโรงเรียนระดับประถมในเขตกรุงเทพมหานครควรกำหนดให้สามารถรองรับจำนวนนักเรียน 75-100 ต่อประชากร 1,000 คน และมีขนาดพื้นที่ 2.5-10 ไร่

4.3.3 โรงเรียนระดับมัธยม สำหรับเกณฑ์และข้อกำหนดเกี่ยวกับสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาของประเทศไทยพบว่า

- มาตรฐานที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อมระบุลักษณะประชากรระดับมัธยมศึกษาว่า ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นจะมีนักเรียน 75 คน ต่อประชากร 1,000 คน และระดับมัธยมปลายจะมีนักเรียน 25 คน ต่อประชากร 1,000 คน ทั้งนี้โรงเรียนมัธยมควรมีพื้นที่ไม่ต่ำกว่า 10 ไร่ แต่หากเป็นเขตเมืองพื้นที่ต้องไม่ต่ำกว่า 5 ไร่ นอกจากนี้ควรมีพื้นที่เพิ่ม 0.5 ไร่ ต่อนักเรียนที่เพิ่มขึ้นทุก 100 คน

- เกณฑ์และมาตรฐานผังเมืองรวม พ.ศ. 2549 คือ ขนาดที่พอเหมาะของโรงเรียนระดับมัธยมคือ มีพื้นที่ประมาณ 5-7 ไร่ และมีจำนวนนักเรียน 600-1,000 คน มาตรฐานของขนาดรองรับในการให้บริการของโรงเรียนระดับมัธยมในเขตกรุงเทพมหานครควรกำหนดให้สามารถรองรับจำนวนนักเรียน 50-75 ต่อประชากร 1,000 คน และมีขนาดพื้นที่ 5-20 ไร่

## 5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

### 5.1 งานวิจัยในประเทศ

กรมพลศึกษา (2551) รายงานผลการวิจัย เรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ในกรุงเทพมหานคร พบว่านักเรียนชาย-หญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ส่วนมากทำกิจกรรมหลังเลิกเรียน รองลงมาได้แก่การทำกิจกรรมภายในโรงเรียนเมื่อเดินทางมาถึงโรงเรียน อ่านหนังสือ กิจกรรมด้านศิลปะ และการเลี้ยงสัตว์ การทำกิจกรรมเมื่อมีเวลาว่างขณะอยู่ที่บ้านอยู่ในระดับน้อยได้แก่ กิจกรรมสะสมสิ่งของ กิจกรรมการปลูกต้นไม้ และใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมระหว่างนักเรียนชาย-หญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ในแต่ละกิจกรรม ผลการวิจัย พบว่า การทำกิจกรรมต่างๆ ส่วนใหญ่นักเรียนชาย-หญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 แตกต่างกับนักเรียนชาย-หญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และนักเรียนชาย-หญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และกิจกรรมการสะสมสิ่งของ ของนักเรียนชาย-หญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 แตกต่างกับนักเรียนชาย-หญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อย่างมีนัยสำคัญที่ .05 และกิจกรรมด้านกีฬา นักเรียนชาย-หญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 แตกต่างกับนักเรียนชาย-หญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ณัฐพล อันตรเสน (2542) ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาปัญหาการจัดและดำเนินโครงการนันทนาการในโรงเรียนสำหรับเด็กพิเศษ มีวัตถุประสงค์เพื่อ การศึกษาปัญหาการจัดและดำเนินโครงการนันทนาการในโรงเรียนสำหรับเด็กพิเศษ และเปรียบเทียบปัญหาการจัดและดำเนินการ โครงการนันทนาการสำหรับเด็กพิเศษทั้ง 3 กลุ่มโรงเรียนที่สอนเด็กนักเรียนที่มีความบกพร่องทางด้านอารมณ์เพียงอย่างเดียว กลุ่มโรงเรียนที่สอนเด็กนักเรียนที่มีความบกพร่องทางด้านสติปัญญาเพียงอย่างเดียวและกลุ่มโรงเรียนที่สอนเด็กนักเรียนที่มีความบกพร่องทางด้านสติปัญญาเพียงอย่างเดียว ตามการรับรู้ของผู้บริหารและครูผู้รับผิดชอบการจัดและดำเนินการโครงการนันทนาการ ผู้วิจัยส่งแบบสอบถาม 150 ฉบับให้กับผู้บริหาร 59 คน และครูผู้รับผิดชอบโครงการนันทนาการ 75 ฉบับ ได้รับคืนจากผู้บริหาร 59 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 78.66 และครูผู้รับผิดชอบโครงการนันทนาการ 63 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 84.00 รวมแล้วได้รับ



แบบสอบถามกลับคืนทั้งหมด 122 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 81.33 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ โดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Analysis of Variance) และการทดสอบความแตกต่างรายคู่โดยวิธีของเชฟเฟ้ (Sheaffe) ผลการวิจัย พบว่า

1. ปัญหาการจัดและดำเนินโครงการโดยรวมของโครงการนันทนาการในโรงเรียนสำหรับเด็กพิเศษมีปัญหาอยู่ระดับน้อย และปัญหาการจัดและดำเนินการในแต่ละด้าน ซึ่งประกอบไปด้วย 8 ด้าน คือ ด้านการวางแผน ด้านการจัดองค์กร ด้านการจัดการบุคลากร ด้านการจัดงบประมาณ ด้านสถานที่ วัสดุ อุปกรณ์ ด้านอำนวยความสะดวก ด้านการประสานงาน ด้านการรายงานผล มีปัญหาการจัด และดำเนินการอยู่ในระดับน้อยทุกด้าน เช่นเดียวกัน

2. การเปรียบเทียบปัญหาการจัดและดำเนินการโครงการนันทนาการในโรงเรียนสำหรับเด็กพิเศษ ตามการรับรู้ของผู้บริหาร และครูผู้รับผิดชอบโครงการนันทนาการ โดยรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนปัญหาการจัดและดำเนินการในแต่ละด้านไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีเพียงด้านการรายงานผลเท่านั้น ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กระทรวงสาธารณสุข (2548) รายงานผลการวิจัยเรื่อง การสำรวจสถานการณ์การดำเนินงานด้านนโยบายและการปฏิบัติด้านการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกาย ของสถานศึกษา ประจำปีงบประมาณ 2548 มีวัตถุประสงค์เพื่อทราบสถานการณ์การดำเนินงานด้านนโยบายการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายของผู้บริหารโรงเรียนต่อการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกายของนักเรียน และเพื่อทราบถึงการปฏิบัติด้านการสอน หรือการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกายของอาจารย์/ครูผู้ปฏิบัติด้านการสอน/ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกายสำหรับนักเรียน โดยการสำรวจโรงเรียนทั่วประเทศ ผลการสำรวจสถานการณ์พบว่า

1. สถานการณ์ด้านนโยบายและส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายและออกกำลังกายสำหรับนักเรียน พบว่า ผู้บริหารโรงเรียนร้อยละ 93.3 มีการกำหนดนโยบายการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายและออกกำลังกายสำหรับนักเรียน ร้อยละ 81.5 กำหนดนโยบายการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายและออกกำลังกายบนพื้นฐานของหลักสูตรการเรียนการสอน ร้อยละ 64.8 กำหนดจากพื้นฐานของนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการ เมื่อพิจารณาถึงการกำหนดมาตรการแนวทางและแผนงานในการปฏิบัติตามนโยบายของโรงเรียน พบว่า ร้อยละ 87.1 โรงเรียนมีการกำหนดมาตรการและแนวทางในการปฏิบัติฯ และมีการมอบหมายผู้รับผิดชอบการดำเนินงานตามนโยบายฯ โดยร้อยละ 54.9 มีการมอบหมายให้ครูและอาจารย์ทุกคนร่วมกันดำเนินการตามนโยบาย รองลงมา ร้อยละ 46.9 มอบหมายให้หัวหน้าหมวดพละนามัธยมเป็นผู้ดำเนินการ เมื่อพิจารณาในเรื่องนโยบายการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายและออกกำลังกายของนักเรียนนอกเหนือชั่วโมงเรียนพลศึกษา พบว่า ร้อยละ 93.0 โรงเรียนมีการส่งเสริมกิจกรรมฯ นอกเวลาเรียนพลศึกษา และมีการติดตาม ตรวจสอบ กำกับประเมินผลการดำเนินงานส่งเสริมฯ ถึงร้อยละ 81.9

2. การสำรวจอาจารย์และครูผู้ปฏิบัติด้านการสอนในการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายและออกกำลังกายสำหรับนักเรียน พบว่า ร้อยละ 93.8 กลุ่มตัวอย่างได้รับทราบนโยบายการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายและออกกำลังกายของโรงเรียน โดยร้อยละ 64.2 รับทราบจากผู้บริหารหรือหัวหน้าหมวดพละน่ายมั่งให้ทราบ รองลงมาร้อยละ 40.0 รับทราบจากประกาศหนังสือเวียนภายในโรงเรียน สำหรับการจัดการกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายและออกกำลังกายของนักเรียนนอกเวลาเรียน พบว่า ร้อยละ 95.5 มีการจัดการกิจกรรมฯ โดยส่วนมากกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายที่จัดให้นักเรียน จัดในช่วงเย็นหลังเลิกเรียน สูงถึงร้อยละ 62.4 (ค่าเฉลี่ยจำนวนวันที่จัดในช่วงเวลาเย็น 2.29 วันต่อสัปดาห์ และค่าเฉลี่ยเวลาที่จัด 29.81 นาทีต่อวัน) รองลงมาคือจัดในช่วงเช้าก่อนเข้าเรียน คิดเป็นร้อยละ 52.4 (ค่าเฉลี่ยจำนวนวันที่จัดในช่วงเวลาเช้า 1.98 วันต่อสัปดาห์ และค่าเฉลี่ยเวลาที่จัด 8.75 นาทีต่อวัน)

สำหรับการจัดการกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายของนักเรียนนอกเหนือการจัดช่วงเช้า กลางวัน และเย็นแล้ว ยังพบว่า ร้อยละ 89.7 มีการจัดการกิจกรรมแข่งขันกีฬาในโรงเรียน (ค่าเฉลี่ยของการจัดการกิจกรรมแข่งขันกีฬา คือ 0.95 ครั้งต่อปี) สำหรับกิจกรรมการทดสอบสมรรถภาพทางกาย พบว่า ร้อยละ 76.3 โรงเรียนมีการทดสอบสมรรถภาพทางกายนักเรียน (ค่าเฉลี่ยของการทดสอบสมรรถภาพทางกาย คือ 1.10 ครั้งต่อปี)

วิไลวรรณ ภูทอง (2539) ได้ศึกษาเรื่อง การบริหารโครงการในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร โดยมีวัตถุประสงค์ของงานวิจัยเพื่อศึกษาสภาพและปัญหาการบริหารโครงการของโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า

1. โรงเรียนส่วนมากมีการจัดคณะวางแผนโครงการ ตามปีการศึกษา โดยศึกษาด้านนโยบายการปฏิบัติงาน ซึ่งคณะทำงานในโครงการประกอบด้วย หัวหน้าโครงการและคณะทำงานเข้าร่วมโครงการตามความสนใจและความถนัด แต่อยู่ภายใต้การสั่งงานของผู้บริหารโรงเรียน มีการประสานงานระหว่างผู้บริหารโรงเรียน ผู้ช่วยผู้บริหารโรงเรียน หัวหน้าโครงการ คณะกรรมการ และมีการควบคุมคุณภาพของผลงาน

2. ปัญหาที่พบมาก ได้แก่ การขาดการศึกษาสภาพความเป็นจริงและความเป็นไปได้ของโครงการ บุคลากรขาดความรับผิดชอบต่อการปฏิบัติงาน มีอัตรากำลังในการปฏิบัติงานน้อย ขาดกาสนับสนุนด้านงบประมาณ วัสดุอุปกรณ์ ขั้นตอนการปฏิบัติงานไม่เป็นรูปธรรม ยากต่อการควบคุม

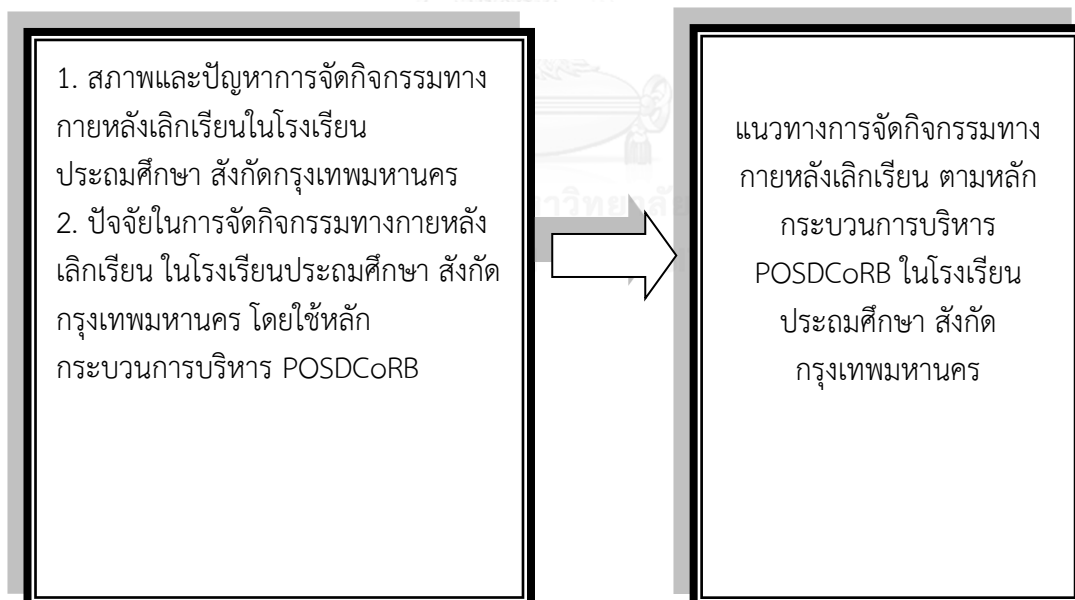
## 5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

Denise Huang (2008) ได้ศึกษาเรื่อง Identification of Key Indication for Quality in Afterschool Programs โดยกล่าวถึงเรื่องคุณภาพของการจัดการกิจกรรมหลังเลิกเรียน โดยได้ศึกษาจากการทบทวนวรรณกรรมและการสังเกต รวบรวมข้อมูลจากการสำรวจโปรแกรมหลังเลิกเรียนทั้งหมด 15 โปรแกรม ผลการศึกษาพบว่า องค์ประกอบที่ได้รวบรวมจากการทบทวนวรรณกรรมมีความสอดคล้องกัน

ทั้ง 3 ประเภท ได้แก่ กระบวนการจัดการโปรแกรม สิ่งแวดล้อมการจัดโปรแกรม และคุณภาพการจัดการเรียนการสอน การศึกษายังเผยให้เห็นถึงคุณภาพบางประการที่ต้องเพิ่มเติม การศึกษานี้ระบุว่าสำหรับกลยุทธ์การตรวจสอบในการประเมินโปรแกรมเพื่อตอบสนองตามคุณภาพ มาตรฐานกับกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือการตรวจสอบสามารถช่วยประเมินโปรแกรมหลังเลิกเรียน เพื่อที่ไม่เพียงแต่ได้รับรู้ถึงมาตรฐานหลัก แต่ยังเพื่อช่วยในการระบุปัญหาและการแก้ไขปัญหาคต่อไป

Beets, Wallner, and Beighle (2010) ได้ศึกษาเรื่อง Defining Standards and Policies for Promoting Physical Activity in Afterschool Programs โดยกล่าวถึงการกำหนดมาตรฐานและนโยบายเกี่ยวกับการออกกำลังกายหลังเลิกเรียน โดยศึกษาจากการทบทวนวรรณกรรมจาก 47 รัฐ แปลภาษาทั้งหมด 14 รัฐ ซึ่งเป็นมาตรฐานการส่งเสริมการจัดการออกกำลังกายหลังเลิกเรียน ระดับประเทศ รวมถึงการนำมาตรฐานนั้นไปใช้กับ 5 รัฐ กำหนดนโยบายเกี่ยวกับระยะเวลาการจัดและศักยภาพผู้จัดการ ผลการศึกษาพบว่า การส่งเสริมการจัดกิจกรรม ยังขาดผู้นำกิจกรรมในการดำเนินกิจกรรมซึ่งมีความสำคัญต่อรากฐานสำหรับอนาคต การทดสอบมาตรฐานเหล่านี้ นโยบายมีผลอย่างมากต่อการพัฒนาแนวทางแห่งชาติเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายหลังเลิกเรียนได้

#### กรอบแนวความคิดในการวิจัย



### บทที่ 3

## วิธีการดำเนินการวิจัย

วิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัย เรื่อง แนวทางการกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ซึ่งมีรายละเอียดวิธีการดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

#### 1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร คือ ผู้บริหารโรงเรียน หรือครูผู้จัดกิจกรรม และนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2557 จาก 438 โรงเรียน (สำนักงานการศึกษากรุงเทพมหานคร, 2557a)

1.2 กลุ่มตัวอย่าง การเลือกกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ จากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi- Stages Random Sampling) ได้ผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรมจำนวน 416 คน และนักเรียนจำนวน 416 คน ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 จาก 438 โรงเรียน โดยวิธีการหาขนาดกลุ่มตัวอย่าง มีดังนี้

**ขั้นที่ 1** กำหนดกลุ่มตัวอย่างเพื่อหาจำนวนโรงเรียนโดยใช้สูตรการคำนวณ Yamane (1973) (อ้างถึงในศิริชัย พงษ์วิชัย, 2552) ดังนี้

สูตรคำนวณ

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

เมื่อกำหนดให้  $n$  = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

$N$  = ขนาดของประชากร

$e$  = ความคลาดเคลื่อนของประชากรที่ยอมรับได้ที่ระดับ .05

ความคลาดเคลื่อนของกลุ่มตัวอย่าง กำหนดระดับความคลาดเคลื่อนที่ระดับ .05 โดยได้ขนาดของประชากรเป็นจำนวน 438 โรงเรียน (สำนักงานการศึกษากรุงเทพมหานคร, 2557a) จะได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 208 โรงเรียน

**ขั้นที่ 2** สุ่มกลุ่มตัวอย่างจากเขตการศึกษา จำนวน 50 เขต เขตละ 4 โรงเรียน โดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi –Stages Random Sampling)

**ขั้นที่ 3** สุ่มกลุ่มตัวอย่างจากขนาดโรงเรียน จำนวน 208 โรงเรียน โดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi -Stages Random Sampling)

**ขั้นที่ 4** สุ่มกลุ่มตัวอย่างดังนี้

4.1 จำนวนผู้บริหารโรงเรียนหรือครูจัดกิจกรรมในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร กำหนดกลุ่มตัวอย่างละ 2 คน จำนวน 208 โรงเรียน รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 416 คน

4.2 จำนวนนักเรียนประถมศึกษาปลายในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร กำหนดกลุ่มตัวอย่างละ 2 คน จำนวน 208 โรงเรียน รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 416 คน

## 2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการนำเสนอแนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนของผู้บริหารโรงเรียนหรือผู้จัดกิจกรรมหลังเลิกเรียนและนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดย

1. ศึกษาเนื้อหาเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน จากหนังสือ เอกสาร วารสาร และรายงานการวิจัยต่างๆที่เกี่ยวข้อง

2. สร้างข้อคำถามจากแนวความคิดและกระบวนการบริหารของ กุลิกและเออร์วิค (Gulick and-Urwick, 1937) (อ้างถึงในวลัยลักษณ์ ภูมิพัฒน์, 2548) มาปรับปรุงในด้านข้อคำถามเพื่อให้สอดคล้องกับการนำเสนอแนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

3. ปรับปรุงเนื้อหาข้อคำถามเพื่อให้สอดคล้องกับการนำเสนอแนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตามกรอบแนวคิดและวัตถุประสงค์ของการวิจัย แบ่งออกเป็น 2 ดังนี้

**ชุดที่ 1** แบบสอบถามสำหรับผู้บริหารโรงเรียน หรือผู้จัดกิจกรรมหลังเลิกเรียน โดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้บริหารโรงเรียน หรือผู้จัดกิจกรรมหลังเลิกเรียน และสภาพทั่วไป ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร มีข้อคำถามทั้งหมด 9 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร โดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB มีข้อคำถามทั้งหมด 22 ข้อ มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ ได้แก่

- 3 หมายถึง มีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับ มาก
- 2 หมายถึง มีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับ ปานกลาง
- 1 หมายถึง มีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับ น้อย
- 0 หมายถึง มีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับ ไม่ปฏิบัติ

ค่าเฉลี่ยคะแนน

- 2.50 - 3.00 อยู่ในเกณฑ์ มาก
- 1.50 - 2.49 อยู่ในเกณฑ์ ปานกลาง
- 0.50 - 1.49 อยู่ในเกณฑ์ น้อย
- 0.00 - 0.49 อยู่ในเกณฑ์ ไม่ปฏิบัติ

ส่วนที่ 3 เป็นคำถามปลายเปิดเพื่อขอข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางการแก้ไข เกี่ยวกับการดำเนินการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

**ชุดที่ 2** แบบสอบถามสำหรับนักเรียนที่กำลังศึกษาประถมศึกษาปีที่ 4-6 สังกัดกรุงเทพมหานคร โดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับสภาพข้อมูลทั่วไปและสถานที่ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร มีข้อความทั้งหมด 10 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการมีกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมกีฬาและออกกำลังกาย กิจกรรมชุมนุมและ กิจกรรมที่ทางโรงเรียนจัดให้ นอกเหนือจากการเรียนการสอน มีข้อความทั้งหมด 38 ข้อ ลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ได้แก่

- มากที่สุด หมายถึง การกระทำกิจกรรมนี้เป็นประจำ สม่ำเสมอ (5 ครั้ง ต่อสัปดาห์ขึ้นไป)
- มาก หมายถึง การกระทำกิจกรรมนี้อยู่บ่อยครั้ง (3-4 ครั้ง ต่อสัปดาห์)
- ปานกลาง หมายถึง การกระทำกิจกรรมนี้เป็นบางครั้ง (1-2 ครั้ง ต่อสัปดาห์)
- น้อย หมายถึง การกระทำกิจกรรมนี้นานๆครั้ง (1 ครั้ง ต่อ 2 สัปดาห์)
- ไม่เคยกระทำ หมายถึง นักเรียนไม่เคยกระทำกิจกรรมนั้นเลย  
(ไม่มีกิจกรรมในโรงเรียน หรือไม่เคยกระทำ)

ค่าเฉลี่ยคะแนน

- 3.50 - 4.00 อยู่ในเกณฑ์ มากที่สุด
- 2.50 - 3.49 อยู่ในเกณฑ์ มาก
- 1.50 - 2.49 อยู่ในเกณฑ์ ปานกลาง
- 0.50 - 1.49 อยู่ในเกณฑ์ น้อย
- 0.00 - 0.49 อยู่ในเกณฑ์ ไม่ปฏิบัติ

ส่วนที่ 3 ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับความต้องการทำกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

4. ขออนุมัติหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อขอความอนุเคราะห์ให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขแบบสอบถาม

5. หาคความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน พิจารณาตรวจสอบแบบสอบถาม ประมวลแนวความคิดต่างๆ นำมาแก้ไขให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น ถือได้ว่าแบบสอบถามนี้ครอบคลุมเนื้อหาและใช้ภาษาที่เข้าใจตรงกันทุกคน หลังจากนั้นนำแบบสอบถามมาวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ แล้วนำมาแก้ไขปรับปรุงเครื่องมือให้ถูกต้อง เหมาะสม ก่อนนำไปใช้ ซึ่งเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เครื่องมือสำหรับผู้บริหารโรงเรียน หรือผู้จัดกิจกรรมทางกาย และนักเรียน มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.97 และ 0.89 ตามลำดับ

6. นำแบบสอบถาม จำนวน 30 ชุดไปทดลองใช้ (Try Out) กับผู้บริหารโรงเรียน หรือผู้จัดกิจกรรมทางกาย และนักเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง

7. เก็บรวบรวมแบบสอบถามจำนวน 30 ชุด ที่ทดลองใช้ (Try Out) กลับคืน และนำแบบสอบถามมาหาคความเที่ยง (Reliability) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) (Cronbach, 1976) (อ้างถึงในณัฐพล อันตรเสน, 2542) ซึ่งเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นเครื่องมือสำหรับผู้บริหารโรงเรียน หรือผู้จัดกิจกรรมทางกาย และนักเรียน มีค่าความเที่ยงของแบบสอบถามเท่ากับ 0.92 และ 0.91 ตามลำดับ

8. ตรวจสอบแบบสอบถาม ปรับปรุงแก้ไขให้เป็นเครื่องมือฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้ในการรวบรวมข้อมูลต่อไป

### 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับต่อไปนี้

1. ขออนุมัติหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ส่งหนังสือถึงผู้บริหารโรงเรียน เพื่อแจ้งให้ทราบถึงวัตถุประสงค์และขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยส่งหนังสือขอความร่วมมือของผู้วิจัยและแบบสอบถามทางไปรษณีย์

2. ให้ผู้ตอบแบบสอบถามส่งแบบตอบกลับคืนให้ผู้วิจัยทางไปรษณีย์

3. โรงเรียนที่ยังไม่ได้ส่งแบบสอบถามกลับคืน ผู้วิจัยจะติดต่อทางโทรศัพท์และตามแบบสอบถามกลับคืนด้วยตนเอง

4. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้กลับคืนมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลแล้วนำมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ต่อไป

#### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล และค่าสถิติต่างๆ โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ช่วยในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้คือ

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม วิเคราะห์ด้วยการหาค่าความถี่ ร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

2. ข้อมูลเกี่ยวกับการบริหารดำเนินการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร วิเคราะห์ด้วยการหาค่าร้อยละมาแจกแจงความถี่ของคำตอบ วิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

3. เปรียบเทียบขนาดโรงเรียน เกี่ยวกับการดำเนินการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร โดยนำข้อมูลมาวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Analysis of Variance) ด้วยการทดสอบสถิติค่าเอฟ (F-test) แต่ถ้าหากผลการทดสอบค่าเอฟ (F-test) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงจะทดสอบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ่ (Scheffe') ความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนำเสนอผลที่ได้จากการวิเคราะห์ในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

4. นำความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้บริหารโรงเรียน ผู้จัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน และนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานครเกี่ยวกับแนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในคำถามแบบปลายเปิด (Open-Ended) มาสรุปเสนอแนะเป็นความเรียง

5. นำเสนอแนวทางการดำเนินการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์ สังเคราะห์ แนวทางจากปัญหาและการดำเนินการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน

**สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล** ผู้วิจัยนำแบบสอบถามมาวิเคราะห์ข้อมูล และหาค่าสถิติโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ดังนี้

1. ค่าความเที่ยง (Reliability)
2. ค่าความตรง (Validity)
3. ค่าร้อยละ (Percentages)
4. ค่าเฉลี่ย (Mean)
5. ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
6. ค่าสถิติเอฟ (F-test)



## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อนำเสนอแนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนและเปรียบเทียบระหว่างขนาดโรงเรียนต่อการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านกระบวนการบริหาร เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 416 คน ได้แบบสอบถามคืนทั้งสิ้น 386 ชุด คิดเป็นร้อยละ 92.7 และนักเรียน จำนวน 416 คน ได้แบบสอบถามคืนทั้งสิ้น 398 ชุด คิดเป็นร้อยละ 95.6 ข้อมูลนำมาวิเคราะห์ค่าสถิติด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์ เพื่อหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติ F-test โดยทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แล้วนำเสนอข้อมูลในรูปตารางประกอบความเรียง

แบบสอบถามสำหรับผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรมในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ผลวิจัยมีดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดของโรงเรียน

ขนาดของโรงเรียน	จำนวน	ร้อยละ
โรงเรียนขนาดเล็ก	128	33
โรงเรียนขนาดกลาง	128	33
โรงเรียนขนาดใหญ่	130	34
รวม	386	100

จากตารางที่ 1 พบว่า มีผู้สอบแบบสอบถามเป็นโรงเรียนขนาดเล็ก จำนวน 128 ชุด คิดเป็นร้อยละ 33 โรงเรียนขนาดกลาง จำนวน 128 ชุด คิดเป็นร้อยละ 33 และโรงเรียนขนาดใหญ่ จำนวน 130 ชุด คิดเป็นร้อยละ 34

ตารางที่ 2 แสดงข้อมูลทั่วไปของผู้บริหารหรือผู้จัดการกิจกรรม

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.	<b>ท่านปฏิบัติหน้าที่ในตำแหน่ง</b>								
	ผู้บริหารโรงเรียน	32	25.0	42	32.8	33	25.4	107	27.7
	หัวหน้ากลุ่มสาระ	19	14.8	23	18	24	18.5	66	17.1
	ครูพลศึกษา	55	43.0	42	32.8	59	45.4	156	40.4
	ครูในตำแหน่งอื่นๆ	22	17.2	21	16.4	14	10.8	57	14.8
2.	<b>เพศ</b>								
	ชาย	66	51.6	73	57	79	60.8	218	56.5
	หญิง	62	48.4	55	43	51	39.2	168	43.5
3.	<b>อายุ</b>								
	ช่วง 20-34 ปี	30	23.4	29	22.7	21	16.2	80	20.7
	ช่วง 35-60 ปี	98	76.6	99	77.3	108	83.1	305	79.0
	ช่วง 60 ปีขึ้นไป	0	0.0	0	0.0	1	0.8	1	0.3
4.	<b>วุฒิการศึกษาสูงสุด</b>								
	ปริญญาตรีหรือ เทียบเท่า	77	60.2	67	52.3	72	55.4	216	56
	ปริญญาโท	50	39.1	61	47.7	58	44.6	169	43.8
	ปริญญาเอก	1	0.8	0	0.0	0	0.0	1	0.3
5.	<b>ประสบการณ์ทำงาน</b>								
	น้อยกว่า 6 ปี	53	41.4	75	58.6	54	41.5	182	47.2
	6-10 ปี	26	20.3	16	12.5	24	18.5	66	17.1
	10-15 ปี	13	10.2	9	7.0	22	16.9	44	11.4
	15 ปีขึ้นไป	36	28.1	28	21.9	30	23.1	94	24.3

จากตารางที่ 2 พบว่าผู้ที่ตอบแบบสอบถาม เป็นครูพลศึกษา จำนวน 156 คน ผู้บริหารโรงเรียน จำนวน 107 คน และหัวหน้ากลุ่มสาระวิชาพลศึกษา จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 40.4 , 27.7 และ 17.1 ตามลำดับ ส่วนใหญ่เป็นเพศชายจำนวน 218 คน คิดเป็นร้อยละ 56.5 เพศหญิงจำนวน 168 คน คิดเป็นร้อยละ 43.5 อายุของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 35-60 ปี คิดเป็นร้อยละ 79.0 วุฒิการศึกษาส่วนใหญ่จะอยู่ในระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่าจำนวน 216 คน คิดเป็นร้อยละ 56.0 รองลงมาคือวุฒิมัธยมศึกษาในระดับปริญญาโทจำนวน 169 คน คิดเป็นร้อยละ 43.8 และมีประสบการณ์การทำงานน้อยกว่า 6 ปี คิดเป็นร้อยละ 47.2

**ตารางที่ 3** แสดงจำนวนครูผู้ทำหน้าที่สอน ระดับประถมศึกษาในโรงเรียน

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD
		1.	จำนวนครูผู้ทำหน้าที่ สอนระดับ ประถมศึกษา	13.02	3.36	26.66	7.99	54.13	24.82

จากตารางที่ 3 พบว่าจำนวนครูผู้ทำหน้าที่สอนระดับประถมศึกษาในโรงเรียนมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 31.39 คน โดยจำนวนครูที่อยู่ในโรงเรียนขนาดใหญ่มีจำนวนครูมากที่สุดเฉลี่ยอยู่ที่ 54.13 คน รองลงมาคือโรงเรียนขนาดกลางมีครูเฉลี่ย 26.66 คน และโรงเรียนขนาดเล็กมีครูเฉลี่ย 13.02 คน

ตารางที่ 4 แสดงข้อมูลสถานที่อำนวยความสะดวกในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

ข้อ	สถานที่อำนวยความสะดวกในโรงเรียน	โรงเรียนขนาดเล็ก (n=128)		โรงเรียนขนาดกลาง (n=128)		โรงเรียนขนาดใหญ่ (n=130)		รวม (n=386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
			ละ		ละ		ละ		ละ
1	สนามฟุตบอล	40	31.2	64	50	47	31.1	151	39.1
2	สนามบาสเกตบอล	22	17.2	29	22.7	58	44.6	109	28.2
3	สนามวอลเลย์บอล	29	22.7	74	57.8	61	46.2	164	42.5
4	สนามแบดมินตัน	14	10.9	24	18.8	39	30	77	19.9
5	สนามเปตอง	42	32.8	74	57.8	60	46.2	176	45.6
6	สนามตะกร้อ	25	19.5	79	61.7	61	46.9	165	42.7
7	สระว่ายน้ำ	0	0.0	0	0.0	11	8.5	11	2.8
8	ห้อง Fitness	11	8.6	26	20.3	29	22.3	66	17.1
9	ลานกรีฑาลู่และลาน	1	0.8	13	10.2	5	3.8	19	4.9
10	สนามเทนนิส	0	0.0	1	0.8	2	1.5	3	0.8
11	ลานเอนกประสงค์	62	48.4	80	62.5	96	73.8	238	61.7
12	ห้องกีฬาในร่ม	18	14.1	31	24.2	18	13.8	67	17.4
13	ห้องดนตรี	91	71.1	110	85.9	120	92.3	321	83.2
14	ห้องศิลปะ	86	62.2	103	80.5	115	88.5	304	78.8
15	อื่นๆ เช่น สนามเด็กเล่น ห้องสมุด หอประชุม	10	7.8	7	5.5	15	11.5	32	8.3

\* หมายเหตุ เลือกได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 4 พบว่าค่าร้อยละของสถานที่อำนวยความสะดวกในโรงเรียนจะพบว่าสถานที่ที่โรงเรียนส่วนใหญ่จะมีอยู่ในโรงเรียนคือ ห้องดนตรี ห้องศิลปะ และลานเอนกประสงค์ คิดเป็นร้อยละ 83.2, 78.8 และ 61.7 ตามลำดับ

สถานที่อำนวยความสะดวกในโรงเรียนขนาดเล็ก ได้แก่ ห้องดนตรี ห้องศิลปะ และลานเอนกประสงค์ คิดเป็นร้อยละ 71.1, 67.2 และ 48.4 ตามลำดับ

สถานที่อำนวยความสะดวกในโรงเรียนขนาดกลางได้แก่ ห้องดนตรี ห้องศิลปะ และลาน  
เอนกประสงค์ คิดเป็นร้อยละ 85.9, 80.5 และ 62.5 ตามลำดับ

สถานที่อำนวยความสะดวกในโรงเรียนขนาดใหญ่ ได้แก่ ห้องดนตรี ห้องศิลปะ และลาน  
เอนกประสงค์ คิดเป็นร้อยละ 92.3, 88.5 และ 73.3 ตามลำดับ

ตารางที่ 5 แสดงข้อมูลโรงเรียนได้มีการจัดกิจกรรมทางกายเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายให้นักเรียน

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.	ไม่เคยจัดกิจกรรม	2	1.6	15	11.7	6	4.6	23	6.0
2.	เคยจัดกิจกรรม และปัจจุบันจัด กิจกรรมทางกาย อย่างต่อเนื่อง	121	94.5	114	89.1	124	95.4	359	93.0
3.	เคยจัดกิจกรรม แต่ปัจจุบันไม่ได้จัด กิจกรรมทางกาย แล้ว	26	20.3	23	18.0	22	16.9	71	18.4

\* หมายถึง เลือกได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 5 พบว่าโรงเรียนเคยจัดกิจกรรมทางกาย และปัจจุบันจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องโดยคิดเป็นร้อยละ 93.0 โดยส่วนใหญ่พบในโรงเรียนขนาดใหญ่ และที่เคยจัดกิจกรรม แต่ปัจจุบันไม่ได้จัดกิจกรรมทางกายแล้ว มีถึงร้อยละ 18.4 โดยส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นกับโรงเรียนขนาดเล็ก ในส่วนที่ไม่เคยมีการจัดกิจกรรมทางกายคิดเป็นร้อยละ 6 โดยพบว่าส่วนใหญ่เป็นโรงเรียนขนาดกลาง ที่ไม่เคยจัดกิจกรรมให้กับนักเรียน

**ตารางที่ 6** แสดงช่วงเวลาการจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องและเคยจัดกิจกรรมทางกายแต่ปัจจุบันไม่ได้จัดกิจกรรมแล้ว

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>1. จัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง</b>									
	ก่อนเข้าเรียน	72	56.2	62	48.8	90	69.2	224	58.0
	ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียน	11	8.6	0	0.0	11	8.5	22	5.7
	หลังเลิกเรียน	48	37.5	64	50	72	55.4	184	47.7
<b>2. เคยจัดกิจกรรมแต่ปัจจุบันไม่ได้จัดกิจกรรมแล้ว</b>									
	ก่อนเข้าเรียน	8	6.2	7	5.5	15	11.5	30	7.8
	ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียน	0	0.0	2	1.6	0	0.0	2	0.5
	หลังเลิกเรียน	20	15.6	15	11.7	8	6.2	43	11.1

\* หมายเหตุ เลือกได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 6 พบว่าช่วงเวลาของการจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นในช่วงเวลาก่อนเข้าเรียน และช่วงเวลาที่เคยมีการจัดกิจกรรมแต่ปัจจุบันไม่มีการจัดกิจกรรมทางกายแล้วจะอยู่ในช่วงเวลาหลังเลิกเรียน

ตารางที่ 7 แสดงข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้โรงเรียนไม่เคยจัดกิจกรรมทางกายหรือไม่สามารถจัดกิจกรรมทางกายได้

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 2)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 15)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 6)		รวม (n = 23)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	นักเรียนต้องรีบกลับบ้าน/นักเรียนไม่สนใจ	1	50.0	8	53.3	2	33.3	11	47.8
2	ครูพลศึกษา/น้อย/ขาดคนรับผิดชอบกิจกรรม/ภาระงานมาก	2	100.0	4	26.7	0	0.0	6	26.1
3	ขาดงบประมาณ	0	0.0	4	26.7	0	0.0	4	17.4
4	สถานที่ไม่เพียงพอ/อาคารอยู่ระหว่างปรับปรุง	0	0.0	9	60.0	3	50.0	12	52.2
5	มีกิจกรรมอื่นๆ มาก และเวลามีจำกัด	1	50.0	0	0.0	4	66.7	5	21.7
6	ขาดอุปกรณ์กีฬา	0	0.0	4	26.7	0	0.0	4	17.4
7	ผู้ปกครองไม่ให้ความสำคัญและสนับสนุนเท่าที่ควร	1	50.0	0	0.0	0	0.0	1	4.3

\* หมายเหตุ เลือกได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 7 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 386 คน มีผู้ตอบแบบสอบถามว่าไม่มีการจัดกิจกรรมทางกายภายในโรงเรียนมีจำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 6.0 ตามตารางที่ 4 ปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้โรงเรียนไม่สามารถและ/หรือไม่เคยจัดกิจกรรมทางกายโดยจำแนกตามประเภทของโรงเรียน ดังนี้

โรงเรียนขนาดเล็กมีปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้ไม่สามารถและ/หรือไม่เคยจัดกิจกรรมทางกาย ส่วนใหญ่มาจากการที่มีครูพลศึกษาน้อยเกินไป ขาดคนรับผิดชอบจัดกิจกรรมและภาระงานมาก

โรงเรียนขนาดกลางมีปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้ไม่สามารถและ/หรือไม่เคยจัดกิจกรรมทางกาย ส่วนใหญ่มาจากสถานที่ไม่เพียงพอ คับแคบและอาคารอยู่ระหว่างปรับปรุง

โรงเรียนขนาดใหญ่มีปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้ไม่สามารถและ/หรือไม่เคยจัดกิจกรรมทางกาย ส่วนใหญ่มาจากการมีกิจกรรมอื่นๆ มาก และเวลามีจำกัด

**ตารางที่ 8** แสดงจำนวนของโรงเรียนที่ได้จัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องเพื่อส่งเสริมให้นักเรียน ออกกำลังกายและเล่นกีฬา

รายการ	โรงเรียนที่ได้จัดกิจกรรมทางกาย (N = 359)	
	จำนวน	ร้อยละ
โรงเรียนขนาดเล็ก	121	33.7
โรงเรียนขนาดกลาง	114	31.8
โรงเรียนขนาดใหญ่	124	34.5

จากตารางที่ 8 พบว่ามีผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 386 คน มีผู้ตอบแบบสอบถามว่า โรงเรียนที่จัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องทั้งหมด 359 คน คิดเป็นร้อยละ 93 ตามตารางที่ 5 เป็น โรงเรียนขนาดเล็ก 121 คน คิดเป็นร้อยละ 33.7 โรงเรียนขนาดกลาง 114 คน คิดเป็นร้อยละ 31.8 และโรงเรียนขนาดใหญ่ 124 คน คิดเป็นร้อยละ 34.5



ตารางที่ 9 แสดงปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบผลความสำเร็จในโรงเรียนที่จัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่อง

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 121)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 114)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 124)		รวม (n = 359)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	ความรู้ ความสามารถใน การจัดกิจกรรม ของครู	10	9.8	13	12.9	16	13.3	39	12.1
2	ทักษะ ความตั้งใจ และความสนใจ ของนักเรียน	48	47.1	33	32.7	63	52.5	114	44.6
3	ได้รับการ สนับสนุนอุปกรณ์ และงบประมาณ	10	9.8	14	13.9	23	19.2	47	14.6
4	การสนับสนุนจาก ผู้ปกครอง	14	13.7	26	25.7	24	20.0	64	19.8
5	ความรับผิดชอบ ดูแลการฝึกซ้อม/ เสียสละของครู	22	21.6	39	38.6	32	26.7	93	28.8
6	สถานที่	20	19.5	25	24.8	21	17.5	66	20.4
7	ได้รับการ สนับสนุนจาก ผู้บริหาร	19	18.6	28	27.7	29	24.2	76	23.5
8	มีการติดตาม ประเมินผลเป็น ระยะ	8	7.8	20	19.8	8	6.7	36	11.1

\* หมายเหตุ ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 9 พบว่าปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบผลความสำเร็จ คือ ทักษะ ความตั้งใจและความชอบของนักเรียน, ความรับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อม/เสียสละของครู และความร่วมมือจากผู้อำนวยการ คิดเป็นร้อยละ 44.6, 28.8 และ 23.5 ตามลำดับ ซึ่งเมื่อมีการจำแนกตามขนาดของโรงเรียนแล้วได้ดังนี้

โรงเรียนขนาดเล็กมีปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบผลความสำเร็จ คือ ทักษะ ความตั้งใจและความชอบของนักเรียน, ความรับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อม/เสียสละของครู และความร่วมมือจากผู้อำนวยการ คิดเป็นร้อยละ 47.1, 21.6 และ 18.6 ตามลำดับ

โรงเรียนขนาดกลางมีปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบผลความสำเร็จ คือ ความรับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อม/เสียสละของครู, ทักษะ ความตั้งใจและความชอบของนักเรียน และความร่วมมือจากผู้อำนวยการ คิดเป็นร้อยละ 38.6, 32.7 และ 27.7ตามลำดับ

โรงเรียนขนาดใหญ่มีปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบผลความสำเร็จ คือ ทักษะ ความตั้งใจและความชอบของนักเรียน, ความรับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อม/เสียสละของครู และความร่วมมือจากผู้อำนวยการ คิดเป็นร้อยละ 52.5, 26.7 และ 24.2 ตามลำดับ

ตารางที่ 10 แสดงประเภทของกิจกรรมทางกายที่จัดในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 121)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 114)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 124)		รวม (n = 359)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	กิจกรรมออกกำลัง กายหน้าเสาธง	67	55.4	74	45.6	87	70.2	228	63.5
2	ชมรมกีฬา/กีฬาสี่	52	43.0	52	45.6	69	55.6	186	51.8
3	ฟุตบอล/ฟุตซอล	44	36.4	44	38.6	47	37.9	135	37.6
4	เทเบิลเทนนิส	17	14.0	15	13.2	10	8.1	42	11.7
5	วิ่ง/เดินออกกำลัง กายรอบโรงเรียน	7	5.8	16	14.0	17	13.7	40	11.1
6	วอลเลย์บอล	4	3.3	12	10.5	20	16.1	36	10
7	ตะกร้อ	7	5.8	15	13.2	8	6.5	30	8.4
8	แบดมินตัน	18	14.9	10	8.8	28	22.6	56	15.6
9	แชร์บอล	8	6.6	7	6.1	11	8.9	26	7.2
10	บาสเกตบอล	3	2.5	5	4.4	5	4.0	13	3.6
11	มวย/เทควันโด	4	3.3	3	2.6	2	1.6	9	2.5
12	เปตอง	18	14.9	15	13.2	21	16.9	54	15
13	กระโดดเชือก	8	6.6	0	0.0	15	12.1	23	6.4
14	ฮูลาฮูป	12	9.9	3	2.6	14	11.3	29	8.1
15	อื่นๆ เช่น ว่ายน้ำ พายเรือ รำพัดจีน กิจกรรมนันทนาการ	4	3.3	8	7.0	10	8.1	22	6.2

\* หมายถึง เลือกได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 10 พบว่ากิจกรรมที่มีการจัดมากที่สุดของโรงเรียน คือ กิจกรรมออกกำลังกายหน้าเสาธง ชมรมกีฬา/กีฬาสี่ และฟุตบอล/ฟุตซอล คิดเป็นร้อยละ 63.5, 51.8 และ 37.6 ตามลำดับ จำแนกตามขนาดโรงเรียนได้ดังนี้

กิจกรรมที่มีการจัดมากที่สุดของโรงเรียนขนาดเล็ก คือ กิจกรรมออกกำลังกายหน้าเสาธง ชมรม กีฬา/กีฬาสี่ และฟุตบอล/ฟุตซอล คิดเป็นร้อยละ 55.4, 43.0 และ 36.4 ตามลำดับ

กิจกรรมที่มีการจัดมากที่สุดในโรงเรียนขนาดกลาง คือ กิจกรรมออกกำลังกายหน้าเสาธง ชมรม กีฬา/กีฬาสี่ และฟุตบอล/ฟุตซอล คิดเป็นร้อยละ 45.6, 45.6 และ 38.6 ตามลำดับ

กิจกรรมที่มีการจัดมากที่สุดในโรงเรียนขนาดใหญ่ คือ กิจกรรมออกกำลังกายหน้าเสาธง ชมรม กีฬา/กีฬาสี่ และฟุตบอล/ฟุตซอล คิดเป็นร้อยละ 70.2, 55.6 และ 37.9 ตามลำดับ

ตารางที่ 11 แสดงข้อมูลโรงเรียนที่เคยจัดกิจกรรมทางกายแต่ปัจจุบันไม่จัดกิจกรรมทางกายแล้ว

รายการ	โรงเรียนที่ได้จัดกิจกรรมทางกาย (N =71)	
	จำนวน	ร้อยละ
โรงเรียนขนาดเล็ก	26	36.6
โรงเรียนขนาดกลาง	23	32.4
โรงเรียนขนาดใหญ่	22	31.0

จากตารางที่ 11 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 386 คน มีผู้ตอบแบบสอบถามว่า โรงเรียนเคยจัดกิจกรรมทางกาย แต่ปัจจุบันไม่ได้จัดกิจกรรมทางกายแล้วมีทั้งหมด 71 คน คิดเป็น ร้อยละ 18.3 เป็นโรงเรียนขนาดเล็ก 26 คน คิดเป็นร้อยละ 36.6 โรงเรียนขนาดกลาง 23 คน คิดเป็น ร้อยละ 31.8 และโรงเรียนขนาดใหญ่ 22 คน คิดเป็นร้อยละ 34.5

ตารางที่ 12 แสดงปัจจัยและสาเหตุ ที่ทำให้ไม่ได้ดำเนินการจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่อง

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 26)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 23)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 22)		รวม (n = 71)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	อุปกรณ์กีฬาและ งบประมาณ	0	0.0	2	8.7	3	13.6	5	7.0
2	การสนับสนุนของ ผู้ปกครอง	2	7.7	6	26.1	0	0.0	8	11.3
3	มีระยะเวลาจำกัด	17	65.4	12	52.2	8	36.4	37	52.1
4	ความรับผิดชอบ ของครูและภาระ งานมาก	14	53.8	5	21.7	9	40.9	28	39.4
5	ครูขาดทักษะ ความรู้ ความสามารถ	0	0.0	2	8.7	0	0.0	2	2.8
6	สถานที่ไม่ เพียงพอ/ไม่ เอื้ออำนวย	8	30.8	6	26.1	5	22.7	19	26.8
7	ขาดนโยบาย/การ สนับสนุนของ ผู้บริหาร	3	11.5	2	8.7	4	18.2	9	12.7
8	ภูมิอากาศไม่ เอื้ออำนวย	0	0.0	2	8.7	4	18.2	6	8.5
9	ความสนใจของ นักเรียน	2	7.7	10	43.5	2	9.1	14	19.7

\* หมายถึง ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 12 พบว่าปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้โรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ไม่ได้ดำเนินการจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่อง เนื่องจาก มีระยะเวลาจำกัด, ความรับผิดชอบของ

ครูและภาระงาน และสถานที่ไม่เพียงพอ/ไม่เอื้ออำนวย คิดเป็นร้อยละ 52.1, 39.4 และ 26.8 ตามลำดับ โดยจำแนกตามขนาดโรงเรียน ดังนี้

โรงเรียนขนาดเล็กมีปัจจัยและสาเหตุ คือ มีระยะเวลาจำกัด, ความรับผิดชอบของครูและภาระงาน และสถานที่ไม่เพียงพอ ไม่เอื้ออำนวย คิดเป็นร้อยละ 65.4, 53.8 และ 30.8 ตามลำดับ

โรงเรียนขนาดกลางมีปัจจัยและสาเหตุ คือ มีระยะเวลาจำกัด, ความสนใจของเด็ก และสถานที่ไม่เพียงพอ/ไม่เอื้ออำนวย คิดเป็นร้อยละ 52.2, 43.5 และ 26.1 ตามลำดับ

โรงเรียนขนาดใหญ่มีปัจจัยและสาเหตุ คือ ความรับผิดชอบของครูและภาระงาน, มีระยะเวลาจำกัด และสถานที่ไม่เพียงพอ/ไม่เอื้ออำนวย คิดเป็นร้อยละ 40.9, 36.4 และ 22.7 ตามลำดับ

**ตารางที่ 13** แสดงประเภทกิจกรรมทางกายที่ผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรมต้องการจัดกิจกรรมทางกายเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนออกกำลังกายและเล่นกีฬา

ข้อ	กิจกรรมทางกาย	โรงเรียนขนาดเล็ก (n = 28)		โรงเรียนขนาดกลาง (n = 37)		โรงเรียนขนาดใหญ่ (n = 28)		รวม (n = 93)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	กีฬาที่เด็กให้ความสนใจ/ ชมรม/กีฬาสี	6	21.4	4	10.8	14	50.0	24	25.8
2	กายบริหาร แอโรบิก	12	42.9	15	40.5	13	46.4	40	43.0
3	เทเบิลเทนนิส	4	14.3	7	18.9	0	0.0	11	11.8
4	ฟุตบอล/ ฟุตซอล	7	25.0	20	54.1	0	0.0	27	29.0
5	วิ่งเพื่อสุขภาพ	2	7.1	2	5.4	2	7.1	6	6.5
6	เปตอง	4	14.3	9	24.3	0	0.0	13	14.0
7	ฮูลาฮูป	3	10.7	3	8.1	0	0.0	6	6.5
8	แบดมินตัน	4	14.3	7	18.9	0	0.0	11	11.8
9	กระโดดเชือก	0	0.0	2	5.4	0	0.0	2	2.2

ตารางที่ 13 (ต่อ)

ข้อ	กิจกรรม ทางกาย	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 28)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 37)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 28)		รวม (n = 93)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
			ละ		ละ		ละ		ละ
10	เตะกร้อ	5	17.9	1	2.7	0	0.0	6	6.5
11	มวย/เทควันโด	2	7.1	4	10.8	0	0.0	6	6.5
12	กิจกรรม นันทนาการ	2	7.1	2	5.4	0	0.0	4	4.3
13	กีฬาพื้นบ้าน	1	3.6	1	2.7	0	0.0	2	2.2
14	อื่นๆ เช่น พายเรือ ว่ายน้ำ เทนนิส วอลเลย์บอล	3	10.7	3	8.1	1	3.5	7	7.5

\* หมายเหตุ เลือกลงได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 13 พบว่า กิจกรรมทางกายที่ทางผู้บริหารและครูต้องการจัดให้กับนักเรียน คือ กายบริหาร แอโรบิก, ฟุตบอล/ฟุตซอล และกีฬาที่เด็กสนใจในรูปแบบกีฬาสี คิดเป็นร้อยละ 43.0, 29.0 และ 25.8 ตามลำดับ จำแนกตามขนาดโรงเรียน ดังนี้

โรงเรียนขนาดเล็กต้องการให้มีการจัดกิจกรรมกายบริหาร เช่น แอโรบิก, ฟุตบอล/ฟุตซอล และกีฬาที่เด็กสนใจในรูปแบบกีฬาสี คิดเป็นร้อยละ 42.9, 25 และ 21.4 ตามลำดับ

โรงเรียนขนาดกลางต้องการให้มีการจัดฟุตบอล/ฟุตซอล, กิจกรรมกายบริหาร เช่น แอโรบิก และเปตอง คิดเป็นร้อยละ 54.1, 40.5 และ 24.3 ตามลำดับ

โรงเรียนขนาดใหญ่ต้องการให้มีการจัดกีฬาที่เด็กสนใจในรูปแบบกีฬาสี, กิจกรรมกายบริหาร เช่น แอโรบิก และกรีฑา วิ่งเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 50, 46.4 และ 7.1 ตามลำดับ

ตารางที่ 14 แสดงระดับการปฏิบัติของผู้บริหารหรือครูผู้จัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน

ข้อ	รายการ	โรงเรียนขนาดเล็ก (n = 128)			โรงเรียนขนาดกลาง (n = 128)			โรงเรียนขนาดใหญ่ (n = 130)			รวม (n = 386)			p-value
		$\bar{x}$	SD	ระดับ คะแนน	$\bar{x}$	SD	ระดับ คะแนน	$\bar{x}$	SD	ระดับ คะแนน	$\bar{x}$	SD	ระดับ คะแนน	
<b>ด้านการวางแผน</b>														
1.	ท่านได้มีส่วนร่วมในการเตรียมข้อมูลสำหรับวางแผนจัดกิจกรรมนักเรียน	2.25	0.687	ปานกลาง	2.41	0.657	ปานกลาง	2.53	0.673	มาก	2.48	0.673	ปานกลาง	.271
2.	ท่านได้มีโอกาสเข้าร่วมการวิเคราะห์ข้อมูลก่อนจัดกิจกรรมนักเรียน	2.41	0.769	ปานกลาง	2.45	0.626	ปานกลาง	2.38	0.707	ปานกลาง	2.41	0.702	ปานกลาง	.685
3.	ท่านได้มีส่วนร่วมดำเนินการวางแผนการวัดกิจกรรมนักเรียน	2.48	0.721	ปานกลาง	2.48	0.627	ปานกลาง	2.45	0.716	ปานกลาง	2.47	0.688	ปานกลาง	.920
4.	ท่านได้มีส่วนร่วมประเมินผลและสรุปการวางแผนการจัดกิจกรรมนักเรียน	2.30	0.847	ปานกลาง	2.41	0.715	ปานกลาง	2.42	0.702	ปานกลาง	2.38	0.757	ปานกลาง	.430
<b>ด้านการจัดดำเนินงาน</b>														
5.	ท่านได้รับการประสานงานและแบ่งภาระหน้าที่งานให้เหมาะสมกับภารกิจปฏิบัติงาน	2.38	0.689	ปานกลาง	2.59	0.608	มาก	2.52	0.661	มาก	2.50	0.658	ปานกลาง	.033*
6.	ท่านได้มีส่วนร่วมในการประสานสัมพันธ์กิจกรรมก่อนที่จะจัดกิจกรรมนักเรียน	2.38	0.652	ปานกลาง	2.52	0.664	มาก	2.39	0.699	ปานกลาง	2.43	0.673	ปานกลาง	.190
<b>ด้านการจัดบุคลากร</b>														
7.	ท่านได้มอบหมายหน้าที่รับผิดชอบแต่ละฝ่ายอย่างเป็นระบบ	2.34	0.778	ปานกลาง	2.35	0.635	ปานกลาง	2.45	0.695	ปานกลาง	2.38	0.705	ปานกลาง	.375

\* p < .05



ตารางที่ 14 (ต่อ)

ข้อ	รายการ	โรงเรียนขนาดเล็ก (n = 128)				โรงเรียนขนาดกลาง (n = 128)				โรงเรียนขนาดใหญ่ (n = 130)				รวม (n =)	p-value
		$\bar{x}$	SD	ระดับ คะแนน	ระดับ ปานกลาง	$\bar{x}$	SD	ระดับ คะแนน	ระดับ ปานกลาง	$\bar{x}$	SD	ระดับ คะแนน	ระดับ ปานกลาง		
8.	บุคลากรในโรงเรียนมีปริมาณได้ สัดส่วนกับจำนวนนักเรียน	2.21	0.760	ปานกลาง	2.23	0.715	ปานกลาง	2.38	0.663	ปานกลาง	2.28	0.716	ปานกลาง	.106	
9.	บุคลากรได้รับการฝึกอบรมการจัด กิจกรรมนักเรียน	2.04	0.817	ปานกลาง	2.22	0.698	ปานกลาง	2.28	0.705	ปานกลาง	2.18	0.747	ปานกลาง	.028*	
<b>ด้านการอำนวยความสะดวก</b>															
10.	มีการควบคุมดูแลกิจกรรมโดยครูหรือ นักเรียนอย่างเป็นระบบ	2.43	0.695	ปานกลาง	2.46	0.639	ปานกลาง	2.50	0.685	ปานกลาง	2.46	0.672	ปานกลาง	.703	
11.	มีครูที่ปรึกษาในการจัดกิจกรรม นักเรียน	2.42	0.694	ปานกลาง	2.47	0.601	ปานกลาง	2.45	0.706	ปานกลาง	2.45	0.667	ปานกลาง	.849	
12.	มีครูรับผิดชอบดูแลตลอดเวลาของ การจัดกิจกรรมนักเรียน	2.46	0.686	ปานกลาง	2.52	0.640	มาก	2.51	0.626	มาก	2.49	0.650	ปานกลาง	.768	
<b>ด้านการประสานงาน</b>															
13.	มีการประสานงานของครูแต่ละฝ่าย งานที่รับผิดชอบ	2.45	0.674	ปานกลาง	2.50	0.602	ปานกลาง	2.58	0.633	มาก	2.51	0.637	มาก	.290	
14.	มีการสื่อสารข้อมูลตรงกันไปใน ทิศทางเดียวกันของแต่ละฝ่าย	2.48	0.639	ปานกลาง	2.48	0.652	ปานกลาง	2.57	0.596	มาก	2.51	0.629	มาก	.394	

\* p &lt; .05

ตารางที่ 14 (ต่อ)

ข้อ	รายการ	โรงเรียนขนาดเล็ก (n = 128)				โรงเรียนขนาดกลาง (n = 128)				โรงเรียนขนาดใหญ่ (n = 130)				รวม (n =)	p-value
		$\bar{x}$	SD	ระดับ คะแนน	ปานกลาง	$\bar{x}$	SD	ระดับ คะแนน	ปานกลาง	$\bar{x}$	SD	ระดับ คะแนน	ปานกลาง		
<b>ด้านงบประมาณและทรัพยากร</b>															
15.	มีสถานที่เหมาะสมในการจัดกิจกรรม นักเรียน	2.05	0.762	ปานกลาง	2.20	0.754	ปานกลาง	2.12	0.678	ปานกลาง	2.12	0.732	ปานกลาง	.269	
16.	มีงบประมาณเพียงพอในการจัดกิจกรรม นักเรียน	1.83	0.785	ปานกลาง	1.99	0.726	ปานกลาง	2.00	0.682	ปานกลาง	1.94	0.734	ปานกลาง	.106	
17.	อุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมเพียงพอ	2.06	0.558	ปานกลาง	2.14	0.661	ปานกลาง	2.11	0.650	ปานกลาง	2.10	0.624	ปานกลาง	.604	
18.	ได้รับการสนับสนุนเรื่องอุปกรณ์ สถานที่ และงบประมาณที่เพียงพอ	1.95	0.668	ปานกลาง	2.05	0.730	ปานกลาง	2.07	0.649	ปานกลาง	2.02	0.683	ปานกลาง	.302	
<b>ด้านประเมินผล</b>															
19.	กำหนดหน่วยงานที่มีหน้าที่ประเมิน	2.23	0.621	ปานกลาง	2.29	0.617	ปานกลาง	2.31	0.657	ปานกลาง	2.28	0.631	ปานกลาง	.627	
20.	มีการประเมินผลกิจกรรมทุกครั้งเมื่อสิ้นสุด กิจกรรมนักเรียน	2.27	0.684	ปานกลาง	2.36	0.649	ปานกลาง	2.39	0.629	ปานกลาง	2.34	0.654	ปานกลาง	.323	
21.	มีการจัดทำรายงานผลการจัดกิจกรรม นักเรียน	2.33	0.700	ปานกลาง	2.38	0.627	ปานกลาง	2.42	0.621	ปานกลาง	2.38	0.650	ปานกลาง	.503	
22.	ผลประเมินนำไปเป็นข้อมูลในการปรับปรุง แก้ไขและพัฒนากิจกรรมครั้งต่อไป	2.24	0.740	ปานกลาง	2.35	0.659	ปานกลาง	2.40	0.666	ปานกลาง	2.33	0.690	ปานกลาง	.171	

\* p &lt; .05

จากตารางที่ 14 พบว่ามีระดับการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน โดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB ดังนี้

1. ด้านการวางแผน เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการวางแผนของผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ทุกรายการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นรายการต่อไปนี้ คือ ท่านได้มีส่วนร่วมในการเตรียมข้อมูลสำหรับวางแผนจัดกิจกรรมนักเรียนในโรงเรียนขนาดใหญ่ มีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก

เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการวางแผนของผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรมจำแนกตามขนาดโรงเรียนไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

2. ด้านการจัดดำเนินงาน เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการจัดดำเนินงานของผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ทุกรายการมีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นรายการต่อไปนี้ คือ ท่านได้รับการประสานงานและแบ่งหน้าที่งานให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงานในโรงเรียนขนาดกลางและโรงเรียนขนาดใหญ่ ท่านได้มีส่วนในการประชาสัมพันธ์กิจกรรมก่อนที่จะจัดกิจกรรมในโรงเรียนขนาดกลาง มีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก

เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการจัดดำเนินงานของผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 รายการดังต่อไปนี้ คือ ท่านได้รับการประสานงานและแบ่งหน้าที่งานให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน

เมื่อทดสอบค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติด้านการจัดดำเนินงานของรายการที่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยวิธีของเชฟเฟ่ (Scheffe' method) (ดังตารางที่ 15) พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

3. ด้านการจัดบุคลากร เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการจัดบุคลากรของผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ทุกรายการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง

เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการจัดบุคลากรของผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 รายการดังต่อไปนี้ คือ บุคลากรได้รับการฝึกอบรมการจัดกิจกรรมนักเรียน

เมื่อทดสอบค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติด้านการจัดบุคลากรของรายการที่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยวิธีของเชฟเฟ่ (Scheffe' method) (ดังตารางที่ 16) พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

4. ด้านการอำนวยความสะดวก เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการอำนวยความสะดวกของผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ทุกรายการมีการ

ปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นรายการดังต่อไปนี้ คือ มีครูผู้รับผิดชอบดูแลตลอดเวลาของการจัดกิจกรรมนักเรียน ในโรงเรียนขนาดกลางและขนาดใหญ่ มีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก

เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการอำนวยความสะดวกของผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

5. ด้านการประสานงาน เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการประสานงานของผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม โรงเรียนขนาดเล็ก ทุกรายการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง โรงเรียนขนาดเล็ก ส่วนโรงเรียนขนาดกลางและขนาดใหญ่ ทุกรายการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก

เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการประสานงานของผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

6. ด้านงบประมาณและทรัพยากร เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านงบประมาณและทรัพยากรของผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ทุกรายการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง

เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านงบประมาณและทรัพยากรของผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

7. ด้านประเมินผล เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านประเมินผลและทรัพยากรของผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ทุกรายการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง

เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านประเมินผลและทรัพยากรของผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

**ตารางที่ 15** ผลการทดสอบค่าเฉลี่ยระดับการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางด้านการจัดดำเนินงาน ในรายการ ท่านได้รับการประสานงานและแบ่งภาระหน้าที่งานให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน ที่มีความแตกต่างกัน

ขนาดโรงเรียน	ค่าเฉลี่ย $\bar{x}$	โรงเรียนขนาดกลาง (2.59)	โรงเรียนขนาดใหญ่ (2.52)
โรงเรียนขนาดเล็ก	2.38	0.21	0.14
โรงเรียนขนาดกลาง	2.59	-	0.07
โรงเรียนขนาดใหญ่	2.52	-	-

จากตารางที่ 15 ค่าเฉลี่ยระดับการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางด้านการจัดดำเนินงาน รายการคือ ท่านได้รับการประสานงานและแบ่งภาระหน้าที่งานให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน ในโรงเรียนขนาดเล็ก ขนาดกลาง และขนาดใหญ่ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**ตารางที่ 16** ผลการทดสอบค่าเฉลี่ยระดับการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายด้านบุคลากร รายการคือ บุคลากรได้รับการฝึกอบรมการจัดกิจกรรมนักเรียนที่มีความแตกต่างกัน

ขนาดโรงเรียน	ค่าเฉลี่ย $\bar{x}$	โรงเรียนขนาดกลาง (2.22)	โรงเรียนขนาดใหญ่ (2.28)
โรงเรียนขนาดเล็ก	2.04	0.18	0.24
โรงเรียนขนาดกลาง	2.22	-	0.06
โรงเรียนขนาดใหญ่	2.28	-	-

จากตารางที่ 16 ค่าเฉลี่ยระดับการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายด้านบุคลากร รายการคือ บุคลากรได้รับการฝึกอบรมการจัดกิจกรรมนักเรียน ในโรงเรียนขนาดเล็ก ขนาดกลาง และขนาดใหญ่ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 17 แสดงปัญหา ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการวางแผนจัดกิจกรรมทางกาย

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>ปัญหาด้านการวางแผนจัดกิจกรรมทางกาย</b>									
1	ไม่มีการวางแผนการจัดกิจกรรม	4	3.1	8	6.2	24	18.5	36	9.3
2	นโยบายของผู้บริหาร	8	6.2	8	6.2	13	10.0	29	7.5
3	ระยะเวลาจำกัด	28	21.9	29	22.7	31	23.8	88	22.8
4	ความร่วมมือของนักเรียน	35	27.3	29	22.7	16	12.3	80	20.7
5	กลุ่มเป้าหมายที่แตกต่างกัน	9	7.0	5	3.9	15	11.5	29	7.5
6	ปัจจัยภายนอก เช่น อากาศร้อน ฝนตก	0	0.0	0	0.0	4	3.1	4	1.0
7	กิจกรรมไม่สอดคล้องกับความต้องการ	5	3.9	12	9.4	11	8.5	28	7.3
8	การสรรหาผู้รับผิดชอบ	5	3.9	10	7.8	4	3.1	19	4.9
9	ความร่วมมือผู้ปกครอง	0	0.0	8	6.2	0	0.0	8	2.1
10	จัดกิจกรรมไม่ตรงวัตถุประสงค์	1	0.8	0	0	0	0	7	0.3

ตารางที่ 17 (ต่อ)

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการวางแผนจัดกิจกรรมทางกาย									
1	จัดกิจกรรม หลากหลาย เหมาะสมกับสภาพ ภูมิอากาศ	2	1.6	0	0.0	0	0.0	2	0.5
2	สนับสนุนและวาง นโยบายให้เอื้อต่อ การจัดกิจกรรม	7	5.5	5	3.9	11	8.5	23	6.0
3	จัดสรรเวลา	9	7.0	21	16.4	25	19.2	55	14.2
4	แนะนำและ ส่งเสริมการเล่น กีฬา	13	10.2	9	7.0	6	4.6	28	7.3
5	จัดสถานที่เอื้อกับ การออกกำลังกาย	6	4.7	2	1.6	2	1.5	10	2.6
6	ให้นักเรียนเข้า ร่วมกิจกรรมตาม ความสนใจ	6	4.7	1	0.8	5	3.8	12	3.1
7	สำรวจปัญหาและ ความสนใจขอ นักเรียน	12	9.4	5	3.9	10	7.7	27	7.0
8	ประชาสัมพันธ์ให้ ทั่วถึง เพื่อสร้าง แรงจูงใจ	12	9.4	19	14.8	6	4.6	37	9.6

ตารางที่ 17 (ต่อ)

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
9	ศึกษาตาม หลักสูตร	0	0.0	1	0.8	2	1.5	3	0.8
10	ควรมีการ วางแผนโครงการ ชัดเจนและ ปฏิบัติงานได้จริง	5	3.9	7	5.5	21	16.2	33	8.5
11	จัดช่วงเวลาที่ บุคลากรว่าง	1	0.8	0	0.0	0	0.0	1	0.3

จากตารางที่ 17 พบว่า ปัญหาที่มีผู้ให้ความสนใจมากที่สุด คือ ระยะเวลาจำกัด จำนวน 88 คน ความร่วมมือของนักเรียน จำนวน 80 คน และ ไม่มีการวางแผนการจัดกิจกรรม จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 22.8, 20.7 และ 9.3 ตามลำดับ โดยมีข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการวางแผน จัดกิจกรรมทางกายได้แก่ จัดสรรเวลาให้มีความเหมาะสม จำนวน 55 คน ประชาสัมพันธ์ให้ทั่วถึง สร้างแรงจูงใจในการจัดกิจกรรมทางกาย จำนวน 37 คน และ ควรมีการวางแผนโครงการชัดเจนและ ปฏิบัติงานได้จริง จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 14.2, 9.6 และ 8.5 ตามลำดับ



ตารางที่ 18 แสดงปัญหา ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการดำเนินการจัดกิจกรรมทางกาย

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>ปัญหาด้านการจัดดำเนินการจัดกิจกรรมทางกาย</b>									
1	ขาดแคลนผู้ที่ รับผิดชอบทำให้ไม่ ทั่วถึงและขาดความ ชัดเจน	10	7.8	9	7.0	11	8.5	30	7.8
2	ไม่มีการ ประชาสัมพันธ์ ให้ทราบ	18	14.1	4	3.1	11	8.5	33	8.5
3	ไม่มีโครงการรองรับ	1	0.8	2	1.6	7	5.4	10	2.6
<b>ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการจัดดำเนินการจัดกิจกรรมทางกาย</b>									
1	ให้นักเรียนหาเวลา ว่างทำกิจกรรม เพิ่มเติม	9	7.0	0	0.0	2	1.5	11	2.8
2	มีกิจกรรมให้ นักเรียนเลือกตาม ความสนใจ	5	3.9	3	2.3	3	2.3	11	2.8
3	ขอความร่วมมือจาก ครูและผู้มีส่วน เกี่ยวข้อง	11	8.6	16	12.5	17	13.1	44	11.4
4	มีการ ประชาสัมพันธ์การ ออกกำลังกาย	3	2.3	1	0.8	5	3.8	9	2.3

จากตารางที่ 18 พบว่า ปัญหาที่มีผู้ให้ความสนใจมากที่สุด คือ ไม่มีการประชาสัมพันธ์ให้ทราบ จำนวน 33 คน ขาดแคลนผู้ที่รับผิดชอบทำให้ไม่ทั่วถึงและขาดความชัดเจน จำนวน 30 คน และ ไม่มีโครงการรองรับ จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 8.5, 7.8 และ 2.6 ตามลำดับ โดยมีข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการจัดดำเนินการจัดกิจกรรมทางกาย ได้แก่ ขอความร่วมมือจากครูและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องจำนวน 44 คน ให้นักเรียนหาเวลาว่างทำกิจกรรมเพิ่มเติม จำนวน 11 คน และมีกิจกรรมให้นักเรียนเลือกตามความสนใจ จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 11.4, 2.8 และ 2.8 ตามลำดับ

ตารางที่ 19 แสดงปัญหา ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านบุคลากรในการจัดกิจกรรมทางกาย

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>ปัญหาด้านบุคลากรในการจัดกิจกรรมทางกาย</b>									
1	ขาดแคลนบุคลากร	35	27.3	34	26.6	28	21.5	97	25.1
2	บุคลากรทักษะด้าน กิจกรรมทางกายมีจำกัด	37	28.9	36	28.1	49	37.7	122	31.6
3	บุคลากรร่วมมือน้อย	24	18.8	11	8.6	18	13.8	53	13.7
4	บุคลากรไม่มีเวลา มีภาระงานหนัก	20	15.6	29	22.7	20	15.4	69	17.9
5	สุขภาพของบุคลากรเอง	0	0.0	2	1.6	3	2.3	5	1.3
<b>ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านบุคลากรในการจัดกิจกรรมทางกาย</b>									
1	เพิ่มอัตรากำลังคนที่มี ความเชี่ยวชาญ	19	14.8	28	21.9	19	14.6	66	17.1
2	จัดอบรมให้บุคลากร	13	10.2	18	13.3	24	18.5	54	14.0
3	ให้บุคลากรตระหนักถึง ความสำคัญของการ ออกกำลังกาย	6	4.7	6	4.7	4	3.1	16	4.1

ตารางที่ 19(ต่อ)

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
4	จัดการงานให้ เหมาะสมกับ ความสามารถของ บุคลากร	17	13.3	8	6.2	6	4.6	31	8.0
5	ให้นักเรียนมีส่วนร่วม ในการจัดกิจกรรม	10	7.8	4	3.1	6	4.6	20	5.2
6	จัดให้มีเจ้าหน้าที่ที่ รับผิดชอบโดยตรง	6	4.7	4	3.1	10	7.7	20	5.2
7	จัดประชุมชี้แจงปัญหา และการแก้ไขเพื่อขอ ความร่วมมือจากครู	15	11.7	13	10.2	10	7.7	38	9.8
8	จัดช่วงที่บุคลากรว่าง	1	0.8	0	0.0	2	1.5	3	0.8
9	พิจารณาความ สอดคล้องของเวลา กิจกรรมและหลักสูตร	0	0.0	10	7.8	1	0.8	11	2.8

\* หมายถึง เลือกลงได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 19 พบว่า ปัญหาที่มีผู้ให้ความสนใจมากที่สุด คือ บุคลากรที่มีความรู้และทักษะด้านกิจกรรมทางกายมีจำกัด จำนวน 112 คน ขาดแคลนบุคลากร จำนวน 97 คน และ บุคลากรไม่มีเวลา มีภาระงานหนัก จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 31.6, 25.1 และ 17.9 ตามลำดับ โดยมีข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านบุคลากรในการจัดกิจกรรมทางกาย ได้แก่ เพิ่มอัตรากำลังคนที่มีความเชี่ยวชาญ จำนวน 66 คน จัดอบรมให้บุคลากรกลุ่มสาระอื่น มีความรู้การจัดกิจกรรม จำนวน 54 คน และ จัดประชุมชี้แจงปัญหาและแนวทางการแก้ไขเพื่อขอความร่วมมือจากครู จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 17.1, 14.0 และ 9.8 ตามลำดับ

ตารางที่ 20 แสดงปัญหา ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการอำนวยความสะดวกกิจกรรมทางกาย

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>ปัญหาด้านการอำนวยความสะดวกกิจกรรมทางกาย</b>									
1	ไม่มีความพร้อมในการให้ คำแนะนำเกี่ยวกับการ ออกกำลังกาย	1	0.8	3	2.3	5	3.8	9	2.3
2	ไม่มีศูนย์หรือบุคลากร รับผิดชอบโดยตรง	15	11.7	17	13.3	26	20.0	58	15.0
3	การสนับสนุนของ ผู้บริหาร	9	7.0	13	10.2	19	14.6	41	10.6
4	การสนับสนุนของ ผู้ปกครอง และชุมชน	3	2.3	3	2.3	2	1.5	8	2.1
5	ไม่มีโครงการรองรับ	0	0.0	2	1.6	2	1.5	4	1.0
<b>ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหา ด้านการอำนวยความสะดวกกิจกรรมทางกาย</b>									
1	ควรจัดการเรียนการสอน ให้น้อยลง	1	0.8	0	0.0	0	0.0	1	0.3
2	ทำความเข้าใจกับครู นักเรียนและผู้ปกครอง	2	1.6	1	0.8	4	3.1	7	1.8
3	หาผู้สนับสนุนในการจัด กิจกรรม	1	0.8	0	0.0	6	4.6	7	1.8
4	จัดตั้งคณะกรรมการใน การดูแลรับผิดชอบ	6	4.7	9	7.0	21	16.2	36	9.3
5	ให้นักเรียนเป็นผู้ดำเนิน กิจกรรมตามความสนใจ	2	1.6	3	2.3	0	0.0	5	1.3
6	ปรับทัศนคติผู้บริหารให้ ตระหนักถึงความสำคัญ	2	1.6	9	7.0	9	6.9	20	5.2

จากตารางที่ 20 พบว่า ปัญหาที่มีผู้ให้ความสนใจมากที่สุด คือ ไม่มีศูนย์หรือบุคลากรรับผิดชอบโดยตรงในการดูแลกิจกรรม จำนวน 58 คน การสนับสนุนของผู้บริหาร จำนวน 41 คน และ ไม่มีความพร้อมในการให้คำแนะนำเกี่ยวกับการออกกำลังกาย จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 15.6 และ 2.3 ตามลำดับ โดยมีข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการอำนวยความสะดวกทางกาย ได้แก่ จัดตั้งคณะกรรมการในการดูแลรับผิดชอบ จำนวน 36 คน ปรับทัศนคติผู้บริหารให้ตระหนักถึงความสำคัญ จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 9.3 และ 5.2 ตามลำดับ

ตารางที่ 21 แสดงปัญหา ข้อเสนอแนะและแก้ปัญหาด้านการประสานงานการจัดกิจกรรมทางกาย

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>ปัญหาด้านการประสานงานการจัดกิจกรรมทางกาย</b>									
1	ไม่มีการประชุมหรือ แจ้งข้อมูลเพื่อทราบ	18	14.1	9	7.0	10	7.7	37	9.6
2	ขาดการประสานงาน กับผู้ปกครอง	2	1.6	6	4.7	7	5.4	15	3.9
3	ขาดการประสานงาน กับนักเรียน	5	3.9	0	0.0	2	1.5	7	1.8
4	ไม่มีการประสานงาน อย่างเป็นระบบ	9	7.0	8	6.2	7	5.4	24	6.2
5	ขาดประสบการณ์ ขาดความเข้าใจ	0	0.0	5	3.9	4	3.1	9	2.3
6	ไม่มีโครงการรองรับ	0	0.0	2	1.6	2	1.5	7	1.0

ตารางที่ 21 (ต่อ)

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการประสานงานการจัดกิจกรรมทางกาย</b>									
1	มีการจัดประชุม แจ้งข้อมูลให้ทราบ อย่าง ต่อเนื่อง	26	20.3	16	12.5	14	10.8	56	14.5
2	ขอความร่วมมือจาก หน่วยงาน และ แต่งตั้งเจ้าหน้าที่ ประสานงาน	9	7.0	3	2.3	7	5.4	16	4.9
3	จัดกิจกรรมก่อน ตอนเช้าแถวหรือใน เวลาราชการ	1	0.8	0	0.0	0	0.0	1	0.3
4	ใช้การสื่อสารหลาย ช่องทาง	0	0.0	2	1.6	0	0.0	2	0.5
5	มีการจัดอบรม	0	0.0	5	3.9	4	3.1	9	2.3

จากตารางที่ 21 พบว่า ปัญหาที่มีผู้ให้ความสนใจมากที่สุด คือ ไม่มีการประชุมหรือแจ้งข้อมูลให้ทราบ จำนวน 37 คน ไม่มีการประสานงานอย่างเป็นระบบ จำนวน 24 คน และ ขาดการประสานงานกับผู้ปกครอง จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 9.6, 6.2 และ 3.9 ตามลำดับ โดยมีข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการวางแผนจัดกิจกรรมทางกายได้แก่ มีการจัดประชุม แจ้งข้อมูลให้ทราบ ทำความเข้าใจ ดำเนินกิจกรรมให้มีความต่อเนื่อง จำนวน 56 คน ขอความร่วมมือจากหน่วยงานต่างๆ และแต่งตั้งเจ้าหน้าที่ประสานงานเพื่อเป็นตัวแทนประสานงาน จำนวน 16 คน และมีการจัดอบรม จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 14.5, 4.9 และ 2.3 ตามลำดับ

**ตารางที่ 22** แสดงปัญหา ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านงบประมาณและทรัพยากรการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>ปัญหาด้านงบประมาณและทรัพยากรการจัดกิจกรรมทางกาย</b>									
1	สถานที่ไม่เพียงพอ ไม่เอื้ออำนวย	28	21.9	29	22.7	34	26.2	91	23.6
2	อุปกรณ์ไม่เพียงพอ ขาดคุณภาพ	33	25.8	17	13.3	25	19.2	81	21.0
3	งบประมาณไม่เพียงพอ	39	30.5	52	40.6	48	36.9	133	34.5
<b>ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านงบประมาณและทรัพยากรการจัดกิจกรรมทางกาย</b>									
1	ขอความร่วมมือจาก หน่วยงานอื่นๆ	32	25.0	24	18.8	19	14.6	75	19.4
2	จัดสรรงบในการจัด กิจกรรมทางกาย	30	23.4	34	26.6	50	38.5	114	29.5
3	ขอความร่วมมือครู	4	3.1	2	1.6	0	0.0	6	1.6
4	สร้างสถานที่เพิ่มเติม	3	2.3	6	4.7	13	10	22	5.7
5	จัดกิจกรรมที่มีความ เหมาะสมกับอุปกรณ์ และสถานที่ที่มีอยู่	20	15.6	11	8.6	13	10.0	44	11.4
6	จัดอุปกรณ์มาให้ตรง ความต้องการ	3	2.3	0	0.0	0	0.0	3	0.8
7	แบ่งนักเรียนเข้าร่วม กิจกรรม และจัดตาราง การใช้สนาม	7	5.5	4	3.1	14	10.8	26	6.5
8	จัดกิจกรรมเพื่อหา รายได้	1	0.8	7	5.5	0	0.0	8	2.1

จากตารางที่ 22 พบว่า ปัญหาที่มีผู้ให้ความสนใจมากที่สุด คือ งบประมาณไม่เพียงพอ จำนวน 133 คน สถานที่ไม่เพียงพอ ไม่เอื้ออำนวย ไม่เหมาะสม จำนวน 91 คน และ อุปกรณ์ไม่เพียงพอ ขาดคุณภาพ จำนวน 81 คน คิดเป็นร้อยละ 34.5, 23.6 และ 21 ตามลำดับ โดยมีข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านงบประมาณและทรัพยากรการจัดกิจกรรมทางกาย ได้แก่ มีการจัดสรรงบในการจัดกิจกรรมทางกายจำนวน 114 คน ขอความร่วมมือจากหน่วยงานอื่นๆ จำนวน 75 คน และ จัดกิจกรรมที่มีความเหมาะสมกับอุปกรณ์และสถานที่ที่มีอยู่ จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 29.5, 19.4 และ 11.4 ตามลำดับ

ตารางที่ 23 แสดงปัญหา ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการประเมินผลการจัดกิจกรรมทางกาย

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>ปัญหาด้านการประเมินผลการจัดกิจกรรมทางกาย</b>									
1	ไม่มีการประเมินผล การจัดกิจกรรม อย่างต่อเนื่อง	28	21.9	31	24.2	21	20.7	86	22.3
2	แบบประเมินไม่มี ความเที่ยงตรงตาม ความจริง	0	0.0	5	3.9	3	2.3	8	2.1
3	ไม่มีการนำผล ประเมินกลับมาใช้ ประโยชน์	2	1.6	3	2.3	5	3.8	10	2.6
4	ไม่มีความรู้ความ เข้าใจในการ ประเมินผล	7	5.5	1	0.8	2	1.5	10	2.6



ตารางที่ 23 (ต่อ)

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 128)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 128)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 130)		รวม (n = 386)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	จัดการประเมินผล ตามตัวชี้วัด	4	3.1	2	1.6	1	0.8	7	1.8
2	ติดตามประเมินผล อย่างต่อเนื่อง	14	10.9	8	6.2	2	1.5	24	6.2
3	ประเมิน รายบุคคล	0	0.0	0	0.0	1	0.8	1	0.3
4	จัดบุคลากรให้ เพียงพอกับงาน มีผู้รับผิดชอบการ ประเมินผล	4	3.1	3	2.3	8	6.2	15	3.9
5	ประเมินตรง สภาพความเป็น จริง	4	3.1	7	5.5	5	3.8	16	4.1
6	จัดอบรม นิเทศก์	6	4.7	5	3.9	3	2.3	14	3.6
7	นำข้อเสนอแนะ มาพัฒนาอย่าง จริงจัง	1	0.8	2	1.6	1	0.8	4	1.0

จากตารางที่ 23 พบว่า ปัญหาที่มีผู้ให้ความสนใจมากที่สุด คือ ไม่มีการประเมินผลการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 22.3 ตามลำดับ โดยมีข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหาด้านการประเมินผลการจัดกิจกรรมทางกาย ได้แก่ ติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่อง จำนวน 24 คน ออกแบบการประเมินให้ตรงกับสภาพความเป็นจริง จำนวน 16 คน และ จัดบุคลากรให้เพียงพอกับภาระงาน จัดให้มีผู้รับผิดชอบในการประเมิน จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 6.2, 4.1 และ 3.9 ตามลำดับ

## แบบสอบถามสำหรับนักเรียน

ตารางที่ 24 แสดงจำนวนผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามขนาดของโรงเรียน

ขนาดของโรงเรียน	โรงเรียนประถม สังกัดกรุงเทพมหานคร (n = 398)	
	จำนวน	ร้อยละ
โรงเรียนขนาดเล็ก	134	33.7
โรงเรียนขนาดกลาง	132	33.2
โรงเรียนขนาดใหญ่	132	33.2

จากตารางที่ 24 พบว่ามีผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 398 คน โดยแบ่งการสำรวจออกเป็น 3 ขนาดโรงเรียน คือ โรงเรียนขนาดเล็ก จำนวน 134 คน โรงเรียนขนาดกลาง จำนวน 132 คน และโรงเรียนขนาดใหญ่ จำนวน 132 คน คิดเป็นร้อยละ 33.7, 33.2 และ 33.2 ตามลำดับ

ตารางที่ 25 แสดงข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n = 134)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n = 132)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n = 132)		รวม (n = 398)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	เพศ								
1.1	ชาย	51	38.1	59	44.7	47	35.6	157	39.4
1.2	หญิง	83	61.9	73	55.3	85	64.4	241	60.6
2	โรคประจำตัว								
2.1	ไม่มีโรค ประจำตัว	133	99.3	119	90.2	122	92.4	374	94.0
2.2	กระเพาะอาหาร	0	0.0	2	1.5	1	0.8	3	0.8
2.3	หอบหืด	0	0.0	2	1.5	6	4.5	8	2.0
2.4	ภูมิแพ้	0	0.0	5	3.8	3	2.3	8	2.0
2.5	ไม่ได้ระบุโรค	1	0.7	0	0.0	0	0.0	1	0.7
2.6	หัวใจ	0	0.0	4	3.0	0	0.0	4	1.0
2.7	โลหิตจาง	0	0.0	0	0.0	1	0.8	1	0.3

ตารางที่ 25 (ต่อ)

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n =134)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n =132)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n =132 )		รวม (n =398)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
3	<b>กำลังศึกษา</b>								
3.2	ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4	36	26.9	29	22.0	26	19.7	91	22.9
3.3	ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5	37	27.6	29	22.0	36	27.3	102	25.6
3.4	ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6	61	45.5	74	56.1	70	53	205	51.5
4	<b>ระดับการศึกษา ของผู้ปกครอง</b>								
4.1	ประถมศึกษา	63	47	57	43.2	35	26.5	155	38.9
4.2	มัธยมศึกษา / ประกาศนียบัตร วิชาชีพ	59	44	52	39.4	63	47.8	174	43.7
4.3	อนุปริญญาหรือ เทียบเท่า	1	0.7	8	6.1	8	6.1	17	4.3
4.4	ปริญญาตรีหรือ เทียบเท่า	10	7.5	12	9.1	11	16.7	44	11.1
4.5	สูงกว่าปริญญาตรี	1	0.7	3	2.3	4	3.0	8	2.0
5	<b>อาชีพของผู้ปกครอง</b>								
5.1	รับราชการ หรือ พนักงานรัฐวิสาหกิจ	13	9.7	21	15.9	16	12.1	50	12.6
5.2	ธุรกิจธุรกิจ หรือ ค้าขาย	29	21.6	33	25.0	35	26.5	97	24.4
5.3	เกษตรกร	3	2.2	1	0.8	0	0	7	1.0
5.4	รับจ้างทั่วไป	88	65.7	72	54.5	74	56.1	234	58.8
5.5	แม่บ้าน	1	0.7	5	3.8	7	5.3	13	3.3

ตารางที่ 25 (ต่อ)

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n =134)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n =132)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n =132 )		รวม (n =398)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
6	การเดินทางไปกลับระหว่างบ้านกับโรงเรียน								
6.1	เดินทาง ไป-								
	กลับเอง	92	68.7	83	62.9	72	54.5	247	62.1
	- เดิน	41	30.6	41	31.1	25	18.9	107	26.9
	- จักรยาน	15	11.2	8	6.1	5	3.8	28	7.0
	- รถโดยสาร								
	ประจำทาง	36	26.9	34	25.8	42	31.8	112	28.1
6.2	รถโรงเรียนหรือรถโดยสาร								
	เหมาจ่าย	4	3.0	11	8.3	9	6.8	24	6.0
6.3	ผู้ปกครองมารับและส่ง								
		38	28.4	38	28.8	51	38.6	127	31.9
7	มาถึงโรงเรียน								
7.1	ถึงโรงเรียนก่อนเคารพธงชาติ								
	มากกว่า 1 ชม.	57	42.5	57	43.2	47	35.6	161	40.5
7.2	ถึงโรงเรียนก่อนเคารพธงชาติ								
	น้อยกว่า 1 ชม.	71	53.0	69	52.3	71	53.8	211	53.0
7.3	ถึงโรงเรียนพอดี								
	เคารพธงชาติ	6	4.5	6	4.5	11	8.3	23	5.8
7.4	ถึงโรงเรียนหลัง								
	เคารพธงชาติ	0	0	0	0	3	2.3	3	0.8

ตารางที่ 25 (ต่อ)

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n =134)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n =132)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n =132 )		รวม (n =398)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
8	หลังจากโรงเรียนเล็กแล้วนักเรียนมักจะ								
8.1	กลับบ้านทันที	71	5.3	53	40.2	49	37.1	173	43.5
8.2	อยู่โรงเรียน								
	< 1 ชั่วโมง.	30	22.4	37	28.0	50	37.9	117	29.4
8.3	อยู่โรงเรียน								
	> 1 ชั่วโมง	32	23.9	32	24.2	28	21.2	92	23.1
8.4	เรียนพิเศษ	1	0.7	10	7.6	5	3.8	16	4.0

จากตารางที่ 25 พบว่ามีผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 398 คน โดยเป็นเพศชาย 157 คน เพศหญิง จำนวน 214 คน คิดเป็นร้อยละ 39.4 และ 60.6 ไม่พบว่ามีโรคประจำตัวจำนวน 374 คน คิดเป็นร้อยละ 94.0 ผู้ตอบแบบสอบถามกำลังศึกษาอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 91 คน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 102 คน และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 205 คน คิดเป็นร้อยละ 22.9, 25.6 และ 51.5 ตามลำดับ ระดับการศึกษาของผู้ปกครองโดยรวมจะอยู่ในระดับมัธยมศึกษา/ประกาศนียบัตรวิชาชีพ จำนวน 174 คน คิดเป็นร้อยละ 43.7 และเมื่อจำแนกออกเป็นขนาดของโรงเรียน พบว่าโรงเรียนขนาดเล็กระดับการศึกษาของผู้ปกครองส่วนใหญ่อยู่ในระดับประถมศึกษา จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 47 โรงเรียนขนาดกลางระดับการศึกษาของผู้ปกครองส่วนใหญ่อยู่ในระดับประถมศึกษา จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 43.2 โรงเรียนขนาดใหญ่ระดับการศึกษาของผู้ปกครองส่วนใหญ่อยู่ในระดับมัธยมศึกษา/ประกาศนียบัตรวิชาชีพ จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 47.8 อาชีพของผู้ปกครองส่วนใหญ่จะประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป จำนวน 234 คน คิดเป็นร้อยละ 58.8

โดยปกตินักเรียนเดินทางไปกลับระหว่างบ้านกับโรงเรียนโดยการเดินทาง ไป-กลับเอง ซึ่งส่วนใหญ่จะใช้บริการรถโดยสารประจำทาง จำนวน 112 คน รองลงมาคือการเดิน จำนวน 107 คน และจักรยาน จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 28.1, 26.9 และ 7 ตามลำดับ เดินทางมาโรงเรียนโดยพ่อแม่หรือผู้ปกครองมารับและส่งจำนวน 127 คน คิดเป็นร้อยละ 31.9 และเดินทางมาโรงเรียนโดยรถโรงเรียน หรือรถที่โดยสารเหมาจ่ายเป็นรายเดือน จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 6.0

ซึ่งการมาโรงเรียนนักเรียนนักเรียนส่วนใหญ่มักจะมาถึงโรงเรียนก่อนเคารพธงชาติน้อยกว่า 1 ชั่วโมง จำนวน 211 คน คิดเป็นร้อยละ 53.0 รองลงมาคือ ถึงโรงเรียนก่อนเคารพธงชาติมากกว่า 1 ชั่วโมง จำนวน 161 คน คิดเป็นร้อยละ 40.5 และหลังจากโรงเรียนเลิกแล้วนักเรียนมักจะกลับบ้านทันที จำนวน 173 คน รองลงมาคือ อยู่โรงเรียนน้อยกว่า 1 ชั่วโมง จำนวน 117 คน และอยู่โรงเรียนมากกว่า 1 ชั่วโมง จำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 43.5, 29.4 และ 23.1 ตามลำดับ

ตารางที่ 26 แสดงระยะเวลาในการเดินทางมาโรงเรียนของนักเรียน

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n =134)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n =132)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n =132)		รวม (n =398)	
		$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD
1.	ระยะเวลาใน การเดินทางมา โรงเรียน (นาที)	51.49	26.543	46.89	22.416	51.33	26.392	49.91	25.223

จากตารางที่ 26 นักเรียนส่วนใหญ่ใช้เวลาในการเดินทางมาโรงเรียนโดยเฉลี่ย 49.91 นาที

ตารางที่ 27 แสดงสถานที่อำนวยความสะดวกในโรงเรียน ที่นักเรียนชอบทำกิจกรรม

ข้อ	สถานที่อำนวยความสะดวกในโรงเรียน	โรงเรียนขนาดเล็ก (n=134)		โรงเรียนขนาดกลาง (n=132)		โรงเรียนขนาดใหญ่ (n=132)		รวม (n=398)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	สนามฟุตบอล	40	29.9	73	54.5	55	42.4	168	42.2
2	สนามบาสเกตบอล	6	4.5	18	13.6	26	19.7	50	12.6
3	สนามวอลเลย์บอล	16	11.9	10	7.6	7	5.3	33	8.3
4	สนามแบดมินตัน	14	10.4	1	0.8	11	8.3	26	6.5
5	สนามเปตอง	11	8.2	32	25.0	16	12.1	59	15.1
6	สนามตะกร้อ	8	6.0	6	4.5	6	4.5	20	5.0
7	สระว่ายน้ำ	2	1.5	0	0.0	3	2.3	5	1.3
8	ห้อง Fitness	8	6.0	0	0.0	11	8.3	19	4.8
9	ลานกรีฑา และลาน	7	5.2	7	5.3	2	1.5	16	4.0
10	สนามเทนนิส	2	1.5	3	2.3	4	3.0	9	2.3
11	ลานเอนกประสงค์	41	30.6	37	28	39	29.5	117	29.4
12	ห้องกีฬาในร่ม	5	3.7	11	8.3	8	6.1	24	6.0
13	ห้องดนตรี	56	41.8	67	50.8	68	51.5	191	48.0
14	ห้องศิลปะ	54	40.3	53	40.2	50	37.9	157	39.4
15	อื่นๆ	9	6.6	3	2.3	5	3.8	17	4.4

\* หมายเหตุ เลือกตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 27 พบว่านักเรียนชอบทำกิจกรรมโดยส่วนใหญ่ คือ ห้องดนตรี, สนามฟุตบอล และห้องศิลปะ คิดเป็นร้อยละ 48.0, 42.2 และ 39.4 ตามลำดับ

ตารางที่ 28 แสดงข้อมูลการมีกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน

ชื่อ	โรงเรียนขนาดเล็ก (n =134)			โรงเรียนขนาดกลาง (n =132)			โรงเรียนขนาดใหญ่ (n =398)		
	$\bar{x}$	SD	ระดับคะแนน	$\bar{x}$	SD	ระดับคะแนน	$\bar{x}$	SD	ระดับคะแนน
<b>1 กิจกรรมนันทนาการ</b>									
1.1	2.14	0.990	ปานกลาง	2.12	0.989	ปานกลาง	1.88	0.989	ปานกลาง
1.2	2.93	0.828	มาก	2.88	0.883	มาก	2.59	1.063	มาก
1.3	2.50	1.081	ปานกลาง	2.32	1.043	ปานกลาง	2.28	1.256	ปานกลาง
1.4	2.47	1.261	ปานกลาง	2.17	1.078	ปานกลาง	2.07	1.167	ปานกลาง
1.5									
1.6	2.35	1.240	ปานกลาง	1.83	1.109	ปานกลาง	1.88	1.284	ปานกลาง
<b>1.7 กิจกรรมสังคม (เช่น การจัดเลี้ยงปีใหม่ งานเลี้ยง วันเกิด ฉลองในโอกาสพิเศษต่าง ๆ)</b>									
1.7	2.51	1.243	มาก	2.19	1.192	ปานกลาง	2.08	1.105	ปานกลาง
1.8	2.16	1.287	ปานกลาง	1.80	1.350	ปานกลาง	1.58	1.261	ปานกลาง
1.9	2.10	1.018	ปานกลาง	1.99	1.156	ปานกลาง	1.90	1.158	ปานกลาง
1.10	1.92	0.997	ปานกลาง	1.92	1.252	ปานกลาง	1.61	1.103	ปานกลาง
1.11	2.48	0.948	ปานกลาง	2.48	1.030	ปานกลาง	2.35	1.041	ปานกลาง
1.12	1.94	1.067	ปานกลาง	1.65	1.084	ปานกลาง	1.59	1.125	ปานกลาง
	0.18	0.830	ไม่ปฏิบัติ	0.00	0.000	ไม่ปฏิบัติ	0.00	0.000	ไม่ปฏิบัติ



ตารางที่ 28 (ต่อ)

ชื่อ	โรงเรียนขนาดเล็ก (n =134)		โรงเรียนขนาดกลาง (n =132)		โรงเรียนขนาดใหญ่ (n =398)		
	$\bar{x}$	SD	ระดับคะแนน	ระดับคะแนน	$\bar{x}$	SD	
2	เล่นกีฬา/ออกกำลังกาย						รวม
2.1	1.87	1.370	ปานกลาง	ปานกลาง	1.59	1.284	ปานกลาง
2.2	1.95	1.234	ปานกลาง	ปานกลาง	1.59	1.284	ปานกลาง
2.3	1.77	1.320	ปานกลาง	น้อย	1.43	1.315	น้อย
2.4	1.16	1.394	น้อย	น้อย	0.88	1.119	น้อย
2.5	0.98	1.247	น้อย	น้อย	0.73	1.020	น้อย
2.6	2.28	1.417	ปานกลาง	ปานกลาง	1.83	1.444	ปานกลาง
2.7	2.33	1.364	ปานกลาง	ปานกลาง	1.73	1.430	ปานกลาง
2.8	1.52	1.386	ปานกลาง	น้อย	1.14	1.318	น้อย
2.9	2.20	1.521	ปานกลาง	ปานกลาง	1.95	1.472	ปานกลาง
2.10	1.96	1.314	ปานกลาง	ปานกลาง	1.80	1.373	ปานกลาง
2.11	2.11	1.319	ปานกลาง	ปานกลาง	1.64	1.338	ปานกลาง
2.12	1.67	1.501	ปานกลาง	น้อย	1.48	1.367	น้อย
2.13	2.34	1.419	ปานกลาง	ปานกลาง	2.01	1.401	ปานกลาง
2.14	อื่นๆ เช่น มวย แบดมินตัน แฮร์บอล กระโดดเชือก ยกน้ำหนัก เปตอง						รวม
	0.18	0.774	ไม่ปฏิบัติ	ไม่ปฏิบัติ	0.15	0.671	ไม่ปฏิบัติ
					0.14	0.653	ไม่ปฏิบัติ

ตารางที่ 28 (ต่อ)

ชื่อ	โรงเรียนขนาดเล็ก (n = 134)			โรงเรียนขนาดกลาง (n = 132)			โรงเรียนขนาดใหญ่ (n = 398)						
	$\bar{x}$	SD	ระดับคะแนน	$\bar{x}$	SD	ระดับคะแนน	$\bar{x}$	SD	ระดับคะแนน				
3	<b>ร่วมกิจกรรมชุมนุมของโรงเรียน</b>												
3.1	เข้าร่วมชุมนุมวิชาการ (วิทยุคลื่นตา ฯลฯ)	2.25	1.306	ปานกลาง	2.10	1.191	ปานกลาง	2.34	1.283	ปานกลาง	2.23	1.262	ปานกลาง
3.2	เข้าร่วมชุมนุมดนตรี (ไทยสากล)	2.18	1.123	ปานกลาง	2.11	0.998	ปานกลาง	1.92	1.331	ปานกลาง	2.07	1.161	ปานกลาง
3.3	เข้าร่วมชุมนุมศิลปะ (วาดรูปงานประดิษฐ์ ฯลฯ)	2.37	1.180	ปานกลาง	1.94	1.068	ปานกลาง	1.92	1.205	ปานกลาง	2.08	1.169	ปานกลาง
3.4	เข้าร่วมชุมนุมภาษาต่างประเทศ	1.92	1.251	ปานกลาง	1.70	1.089	ปานกลาง	1.67	1.157	ปานกลาง	1.76	1.170	ปานกลาง
3.5	เข้าร่วมชุมนุมคอมพิวเตอร์	2.31	1.277	ปานกลาง	2	1.126	ปานกลาง	2.01	1.214	ปานกลาง	2.11	1.213	ปานกลาง
3.6	เข้าร่วมชุมนุมกีฬา	2.66	1.287	มาก	2.86	1.140	มาก	2.43	1.273	ปานกลาง	2.65	1.244	มาก
3.7	อื่นๆ เช่น จิตอาสา นาฏศิลป์, ชนมไทย	0.21	0.814	ไม่ปฏิบัติ	0.08	0.510	ไม่ปฏิบัติ	0.14	0.700	ไม่ปฏิบัติ	0.15	0.687	ไม่ปฏิบัติ
4	<b>กิจกรรมออกกำลังกายพิเศษของโรงเรียนจัดให้</b>												
4.1	กิจกรรมกายบริหาร	2.21	1.360	ปานกลาง	2.23	1.412	ปานกลาง	1.63	1.400	ปานกลาง	2.02	1.415	ปานกลาง
4.2	วิ่งหรือเดินเร็ว	1.89	1.402	ปานกลาง	1.88	1.172	ปานกลาง	1.83	1.293	ปานกลาง	1.86	1.290	ปานกลาง
4.3	การแข่งขันกีฬา	2.43	1.271	ปานกลาง	2.56	1.187	น้อย	2.38	1.305	ปานกลาง	2.45	1.254	ปานกลาง
4.4	อื่นๆ เช่น กีฬาเบตมินตัน กีฬาตะกร้อ	0.13	0.654	ไม่ปฏิบัติ	0.00	0.000	ไม่ปฏิบัติ	0.01	0.87	ไม่ปฏิบัติ	0.05	0.386	ไม่ปฏิบัติ

จากตารางที่ 28 พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาที่มีการมุ่งเน้นทางด้านกิจกรรมนันทนาการ ได้แก่ เกมสกี กีฬา กรีฑา และการเข้าร่วมชุมนุมของโรงเรียน ได้แก่ การเข้าร่วมชุมนุมกีฬา ซึ่งมีเกณฑ์การปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ในกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในด้านอื่นๆ ทางโรงเรียนให้ความสำคัญในการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง

ในโรงเรียนขนาดเล็กกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาที่มุ่งเน้นคือ กิจกรรมนันทนาการ ได้แก่ เกมสกี กีฬา กรีฑา กิจกรรมสังคม (เช่น การจัดเลี้ยงปีใหม่ งานเลี้ยง วันเกิด ฉลองในโอกาสพิเศษต่างๆ) และการเข้าร่วมชุมนุมของโรงเรียน ได้แก่ การเข้าร่วมชุมนุมกีฬา ซึ่งมีเกณฑ์การปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ส่วนกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในด้านอื่นๆ ทางโรงเรียนให้ความสำคัญในการปฏิบัติส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง

ในโรงเรียนขนาดกลางกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาที่มุ่งเน้นคือ กิจกรรมนันทนาการ ได้แก่ เกมสกี กีฬา กรีฑา และการเข้าร่วมชุมนุมของโรงเรียน ได้แก่ การเข้าร่วมชุมนุมกีฬา ซึ่งมีเกณฑ์การปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ส่วนกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในด้านอื่นๆ ทางโรงเรียนให้ความสำคัญในการปฏิบัติส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง

ในโรงเรียนขนาดใหญ่กิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาที่มุ่งเน้นคือ กิจกรรมนันทนาการ ได้แก่ เกมสกี กีฬา กรีฑา และการเข้าร่วมชุมนุมของโรงเรียน ได้แก่ การเข้าร่วมชุมนุมกีฬา ซึ่งมีเกณฑ์การปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ส่วนกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในด้านอื่นๆ ทางโรงเรียนให้ความสำคัญในการปฏิบัติส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 29 แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน

ข้อ	รายการ	โรงเรียน ขนาดเล็ก (n =134)		โรงเรียน ขนาดกลาง (n =132)		โรงเรียน ขนาดใหญ่ (n =132 )		รวม (n =398)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	เสนอการจัดกิจกรรมทางกายเพิ่มเติม								
	ไม่ได้แสดงความ คิดเห็น	31	23.1	47	35.6	26	19.7	104	26.1
	แสดงความคิดเห็น	103	76.9	85	64.4	106	80.3	294	73.9
2	เสนอช่วงเวลาที่ยากให้จัดกิจกรรม								
	ไม่ได้แสดงความ คิดเห็น	43	32.1	50	37.9	45	34.1	138	34.7
	แสดงความคิดเห็น	91	67.9	82	62.1	87	65.9	260	65.3

จากตารางที่ 29 พบว่านักเรียนเสนอกิจกรรมทางกายเพิ่มเติมจำนวน 294 คน คิดเป็นร้อยละ 73.9 และเสนอช่วงเวลาที่ยากให้จัดกิจกรรมทางกายจำนวน 260 คิดเป็นร้อยละ 65.3

ตารางที่ 30 แสดงกิจกรรมที่นักเรียนอยากให้โรงเรียนมีการจัดกิจกรรมทางกายเพิ่มเติม

ข้อ	กิจกรรมทางกาย	โรงเรียนขนาดเล็ก (n = 103)		โรงเรียนขนาดกลาง (n = 85)		โรงเรียนขนาดใหญ่ (n = 106)		รวม (n = 294)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	กายบริหาร เช่น แอโรบิก	13	12.7	5	6.1	17	15.9	35	11.6
2	วอลเลย์บอล	13	12.7	3	3.8	11	10.6	27	9
3	ว่ายน้ำ	9	9.0	5	6.1	7	6.8	21	7.3
4	แบดมินตัน	13	12.7	8	9.8	12	11.4	33	11.3
5	ฟุตบอล/ฟุตซอล	28	26.9	14	15.9	19	18.2	60	20.4
6	ยิมนาสติก	1	0.7	5	5.3	1	0.8	7	2.3
7	แชร์บอล	5	4.5	6	6.8	2	2.3	13	4.5
8	บาสเกตบอล	5	4.5	9	10.6	8	7.6	22	7.5
9	เทเบิลเทนนิส	6	6.0	0	0.0	4	3.8	10	3.3
10	เปตอง	4	3.7	1	0.8	1	0.8	6	1.8
11	จัดการแข่งขัน/ ชมรมกีฬา	6	6.0	8	9.8	6	5.3	20	7
12	กิจกรรม นันทนาการ	2	2.2	0	0	13	12.1	14	4.8
13	ปั่นจักรยาน	1	0.7	1	1.5	2	1.5	4	1.3
14	กีฬาพื้นบ้าน	2	1.5	0	0.0	1	0.8	3	0.8
15	กรีฑา	3	3.0	0	0.0	1	0.8	4	1.3
16	ฮูลาฮูป	0	0.0	1	0.8	1	0.8	2	0.5
17	อื่นๆ เช่น หมาก รูก ฟิตเนส สเก็ต บอร์ด มวยไทย	1	0.7	2	2.4	2	1.5	5	1.7

\* หมายเหตุ เลือกได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 30 พบว่าในโรงเรียนขนาดเล็กได้เสนอให้มีการจัดกิจกรรมเพิ่มเติม ได้แก่ ฟุตบอล/ฟุตซอล ร้อยละ 26.9 กิจกรรมกายบริหาร วอลเลย์บอล และแบดมินตัน ร้อยละ 12.

ในโรงเรียนขนาดกลางได้เสนอให้มีการจัดกิจกรรมเพิ่มเติม ได้แก่ ฟุตบอล/ฟุตซอล ร้อยละ 15.9 บาสเกตบอล ร้อยละ 10.6 แบดมินตันและการจัดแข่งกีฬา ชมรมกีฬา ร้อยละ 9.8

ในโรงเรียนขนาดใหญ่ได้เสนอให้มีการจัดกิจกรรมเพิ่มเติม ได้แก่ ฟุตบอล/ฟุตซอล ร้อยละ 18.2 กิจกรรมกายบริหาร เช่น แอโรบิก ร้อยละ 15.9 และกิจกรรมนันทนาการ ร้อยละ 12.1

ตารางที่ 31 แสดงช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้โรงเรียนมีการจัดกิจกรรมทางกายเพิ่มเติม

ข้อ	กิจกรรมทางกาย	โรงเรียนขนาดเล็ก (n = 91)		โรงเรียนขนาดกลาง (n = 82)		โรงเรียนขนาดใหญ่ (n = 87)		รวม (n = 260)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
		1	ก่อนเข้าเรียน	5	5.2	6	6.8	7	7.6
2	ช่วงพักกลางวัน	14	14.9	7	9.1	8	9.1	29	11.1
3	หลังเลิกเรียน	55	60.4	44	53.8	45	51.5	144	55.3
4	อื่นๆ เช่น เสาร์-อาทิตย์, ปิดภาคเรียน	1	1.5	1	0.8	2	3.0	4	1.8

\* หมายเหตุ เลือกได้มากกว่า 1 คำตอบ

จากตารางที่ 31 พบว่าช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้จัดกิจกรรม ได้แก่ ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน 55.3 พักกลางวัน ร้อยละ 11.1 และช่วงเวลาเช้า ร้อยละ 6.5 โดยจำแนกตามขนาดโรงเรียนดังนี้

โรงเรียนขนาดเล็ก ช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้จัดกิจกรรมได้แก่ ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน 60.4 พักกลางวัน ร้อยละ 14.9 และช่วงเวลาเช้า ร้อยละ 5.2

โรงเรียนขนาดกลาง ช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้จัดกิจกรรมได้แก่ ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน 53.8 พักกลางวัน ร้อยละ 9.1 และช่วงเวลาเช้า ร้อยละ 6.8

โรงเรียนขนาดใหญ่ ช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้จัดกิจกรรมได้แก่ ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน 51.5 พักกลางวัน ร้อยละ 9.1 และช่วงเวลาเช้า ร้อยละ 7.6

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องแนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน มีวัตถุประสงค์ของการวิจัย เพื่อ 1) เพื่อศึกษาการจัดกิจกรรมทางกายหลังเวลาเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร 2) เพื่อเปรียบเทียบระหว่างขนาดโรงเรียนต่อการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร 3) นำเสนอแนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเวลาเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ประชากรคือ ประชากร คือ ผู้บริหารโรงเรียน หรือครูผู้จัดกิจกรรม และนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2557 กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 390 คน ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi -Stage Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสอบถามสำหรับผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม โดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB และแบบสอบถามสำหรับนักเรียน มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.97 และ 0.89 ตามลำดับ และค่าความเที่ยงของแบบสอบถามเท่ากับ 0.92 และเครื่องมือสำหรับนักเรียน มีค่าความเที่ยงของแบบสอบถามเท่ากับ 0.91 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความแตกต่างระหว่างขนาดโรงเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานครด้วยค่าเอฟ (F-test) โดยทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

#### สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องแนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร สามารถสรุปผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. สภาพและปัญหาการจัดกิจกรรมทางกายเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายให้กับนักเรียน จำแนกตามขนาดโรงเรียนได้ดังนี้

##### 1.1 โรงเรียนขนาดเล็ก

ผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตอบแบบสอบถามจำนวน 128 คน คิดเป็นร้อยละ 33.0 เป็นครูพลศึกษา จำนวน 55 คน ผู้บริหารโรงเรียน จำนวน 32 คน และหัวหน้ากลุ่มสาระวิชาพลศึกษา จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 43.0, 25.0 และ 14.8 ตามลำดับเป็นเพศชายจำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 51.6 เพศหญิงจำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 48.4 อายุส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 35-60 ปี คิดเป็นร้อยละ 76.6 ส่วนใหญ่วุฒิการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่าจำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 60.2 รองลงมาคือวุฒิมัธยมศึกษาาระดับปริญญาโทจำนวน 50 คน

คิดเป็นร้อยละ 39.1 ส่วนใหญ่มีประสบการณ์การทำงานน้อยกว่า 6 ปี คิดเป็นร้อยละ 41.4 สถานที่อำนวยความสะดวกที่มีในโรงเรียนมากที่สุด ได้แก่ ห้องดนตรี ห้องศิลปะ และลานเอนกประสงค์ คิดเป็นร้อยละ 71.1, 67.2 และ 48.4 ตามลำดับ

โรงเรียนขนาดเล็กมีการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง คิดเป็นร้อยละ 94.5 โรงเรียนเคยจัดกิจกรรมแต่ปัจจุบันไม่ได้จัดกิจกรรมทางกายแล้ว มีถึงร้อยละ 26 ช่วงเวลาการจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นในช่วงเวลาก่อนเข้าเรียน และช่วงเวลาหลังเลิกเรียน เป็นช่วงที่ยกเลิกการจัดกิจกรรมเป็นส่วนใหญ่ ปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้ไม่สามารถและ/หรือไม่เคยจัดกิจกรรมทางกาย ส่วนใหญ่มาจากมีครูพลศึกษาไม่เพียงพอ ขาดผู้รับผิดชอบจัดกิจกรรม และมีภาระงานมาก ปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบความสำเร็จ คือ ทักษะ ความตั้งใจและความสนใจของนักเรียน, ความรับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อม/ความเสียสละของครู และความร่วมมือจากผู้อำนวยการ คิดเป็นร้อยละ 47.1, 21.6 และ 18.6 ตามลำดับ กิจกรรมที่มีการจัดมากที่สุดของโรงเรียน คือ กิจกรรมออกกำลังกายหน้าเสาธง ชมรมกีฬา/กีฬา และฟุตบอล/ฟุตซอล คิดเป็นร้อยละ 63.5, 51.8 และ 37.6 ตามลำดับ โรงเรียนที่เคยจัดกิจกรรมแต่ปัจจุบันไม่ได้จัดแล้ว มีปัจจัยและสาเหตุจาก ระยะเวลาที่จำกัด, ความรับผิดชอบของครูและภาระงาน และสถานที่ไม่เพียงพอ ไม่เอื้ออำนวย คิดเป็นร้อยละ 65.4, 53.8 และ 30.8 ตามลำดับ ผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรมเสนอให้มีการจัดคือ กิจกรรมกายบริหาร เช่น แอโรบิก, ฟุตบอล/ฟุตซอล และกีฬาที่เด็กสนใจ/กีฬา คิดเป็นร้อยละ 42.9, 25.0 และ 21.4 ตามลำดับ นักเรียนได้เสนอให้มีการจัดกิจกรรมเพิ่มเติม ได้แก่ ฟุตบอล/ฟุตซอล ร้อยละ 26.9 กิจกรรมกายบริหาร วอลเลย์บอล และแบดมินตัน ร้อยละ 12.7 โดยช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้ออกกำลังกายได้แก่ ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน 60.4 พักกลางวัน ร้อยละ 14.9 และช่วงเวลาเช้า ร้อยละ 5.2

การจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน โดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB ประกอบด้วย 7 ด้าน คือ ด้านการวางแผน ด้านการดำเนินงาน ด้านบุคลากร ด้านอำนวยความสะดวกด้านประสานงาน ด้านงบประมาณ และด้านประเมินผล สรุปได้ดังนี้

1.1.1 ด้านการวางแผนการจัดกิจกรรม โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายชื่อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การมีส่วนร่วมในการดำเนินการวางแผนการจัดกิจกรรมทางกาย ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ ท่านได้มีส่วนร่วมในการเตรียมข้อมูลสำหรับวางแผนกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุดคือ 1) ความร่วมมือของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม 2) ระยะเวลาที่จำกัด 3) นโยบายของผู้บริหารโรงเรียน คิดเป็นร้อยละ 27.3, 21.9 และ 7.0 ตามลำดับ

1.1.2 ด้านการดำเนินงาน โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง ปัญหาที่พบมากที่สุดคือ 1) ไม่มีการประชาสัมพันธ์ให้ทราบ 2) ขาดแคลนผู้รับผิดชอบทำให้ไม่ทั่วถึงและขาดความชัดเจน คิดเป็นร้อยละ 14.1 และ 7.8 ตามลำดับ



1.1.3 ด้านการจัดบุคลากร โดยรวมมีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การได้รับมอบหมายหน้าที่ความรับผิดชอบในแต่ละฝ่ายอย่างเป็นระบบ ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ บุคลากรได้รับการฝึกอบรมการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) บุคลากรที่มีความรู้และทักษะด้านกิจกรรมทางกายมีจำกัด 2) ขาดแคลนบุคลากร 3) บุคลากรให้ความร่วมมือน้อย คิดเป็นร้อยละ 28.9, 27.3 และ 18.8 ตามลำดับ

1.1.4 ด้านการอำนวยการ โดยรวมมีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีครูรับผิดชอบดูแลตลอดเวลาของการจัดกิจกรรม ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ มีครูที่ปรึกษาในการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) ไม่มีศูนย์หรือบุคลากรรับผิดชอบโดยตรงในการดูแลกิจกรรม 2) ไม่ได้รับการสนับสนุนจากผู้บริหาร คิดเป็นร้อยละ 11.7 และ 7.0 ตามลำดับ

1.1.5 ด้านการประสานงาน โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การสื่อสารข้อมูลที่ตรงกันไปในทิศทางเดียวกันของแต่ละฝ่าย ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุดคือ มีการประสานงานกับครูแต่ละฝ่ายที่รับผิดชอบ ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) ไม่มีการประชุมหรือแจ้งข้อมูลเพื่อทราบ 2) ไม่มีการประสานงานอย่างเป็นระบบ คิดเป็นร้อยละ 14.1 และ 7.0 ตามลำดับ

1.1.6 ด้านงบประมาณ โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุดคือ อุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมเพียงพอ ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ มีงบประมาณเพียงพอในการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) งบประมาณไม่เพียงพอ 2) อุปกรณ์ไม่เพียงพอ 3) สถานที่ไม่เพียงพอ ไม่เอื้ออำนวย คิดเป็นร้อยละ 30.5, 25.8 และ 21.9 ตามลำดับ

1.1.7 ด้านการประเมินผล โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีการจัดทำรายงานผลการจัดกิจกรรม ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ กำหนดหน่วยงานที่มีหน้าที่ประเมิน ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) ไม่มีการประเมินผลกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง 2) ไม่มีความรู้ความเข้าใจในการประเมิน คิดเป็นร้อยละ 21.0 และ 7.0 ตามลำดับ

## 1.2 โรงเรียนขนาดกลาง

ผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตอบแบบสอบถามจำนวน 128 คน คิดเป็นร้อยละ 33.0 เป็นครูพลศึกษา จำนวน 42 คน ผู้บริหารโรงเรียน จำนวน 42 คน และหัวหน้ากลุ่มสาระวิชาพลศึกษา จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 32.8, 32.8 และ 18.0 ตามลำดับ เป็นเพศชายจำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 57.0 เพศหญิงจำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 43.0 อายุส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 35-60 ปี คิดเป็นร้อยละ 77.3 ส่วนใหญ่มีวุฒิการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า จำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 52.3 รองลงมาคือวุฒิการศึกษาระดับปริญญาโทจำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 47.7 ส่วนใหญ่มีประสบการณ์การทำงานน้อยกว่า 6 ปี คิดเป็นร้อยละ 58.6 สถานที่อำนวยความสะดวกที่มีในโรงเรียนมากที่สุดได้แก่ ห้องดนตรี ห้องศิลปะ และลานเอนกประสงค์ คิดเป็นร้อยละ 85.9, 80.5 และ 62.5 ตามลำดับ

โรงเรียนได้จัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องคิดเป็นร้อยละ 89.1 โรงเรียนไม่เคยมีการจัดกิจกรรมทางกายคิดเป็นร้อยละ 6 พบมากที่สุดเป็นโรงเรียนขนาดกลาง และเคยจัดกิจกรรมทางกายแต่ปัจจุบันไม่ได้จัดแล้ว คิดเป็นร้อยละ 23 ช่วงเวลาของการจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นในช่วงเวลาก่อนเข้าเรียน และช่วงเวลาที่เคยมีการจัดกิจกรรมแต่ปัจจุบันไม่มีการจัดกิจกรรมทางกายแล้วจะอยู่ในช่วงเวลาหลังเลิกเรียน ปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้ไม่สามารถและ/หรือไม่เคยจัดกิจกรรมทางกาย ส่วนใหญ่มาจากสถานที่ไม่เพียงพอ คับแคบและอาคารอยู่ระหว่างปรับปรุง ปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบความสำเร็จ คือ ความรับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อม/ความเสียสละของครู, ทักษะ ความตั้งใจ และความสนใจของนักเรียน และความร่วมมือจากผู้บริหารโรงเรียน คิดเป็นร้อยละ 38.6, 32.7 และ 27.7 ตามลำดับ กิจกรรมที่มีการจัดมากที่สุดในโรงเรียน คือ กิจกรรมออกกำลังกายหน้าเสาธง ชมรมกีฬา/กีฬา สี่ และฟุตบอล/ฟุตซอล คิดเป็นร้อยละ 63.5, 51.8 และ 37.6 ตามลำดับ โรงเรียนที่เคยจัดกิจกรรมแต่ปัจจุบันไม่ได้ดำเนินการจัดมีปัจจัยและสาเหตุ คือ มีระยะเวลาจำกัด, ความสนใจของเด็ก และสถานที่ไม่เพียงพอ/ไม่เอื้ออำนวย คิดเป็นร้อยละ 52.2, 43.5 และ 26.1 ตามลำดับ ผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรมมีข้อเสนอในการจัดกีฬาฟุตบอล/ฟุตซอล, กิจกรรมกายบริหาร เช่น แอโรบิกและเปตอง คิดเป็นร้อยละ 54.1 40.5 และ 24.3 ตามลำดับ นักเรียนได้เสนอให้มีการจัดกิจกรรมเพิ่มเติม ได้แก่ กีฬาฟุตบอล/ฟุตซอล ร้อยละ 15.9 กีฬาบาสเกตบอล ร้อยละ 10.6 กีฬาแบดมินตันและการจัดแข่งกีฬาในรูปแบบ ชมรมกีฬา ร้อยละ 9.8 โดยช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้ออกกำลังกายได้แก่ ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน 53.8 พักกลางวัน ร้อยละ 9.1 และช่วงเวลาเช้า ร้อยละ 6.8

การจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน โดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB ประกอบด้วย 7 ด้าน คือ ด้านการวางแผน ด้านการดำเนินงาน ด้านบุคลากร ด้านอำนาจการ ด้านประสานงาน ด้านงบประมาณ และด้านประเมินผล สรุปได้ดังนี้

1.2.1 ด้านการวางแผนการจัดกิจกรรม โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การมีส่วนร่วมดำเนินการวางแผนการจัดกิจกรรม ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ ท่านได้มีส่วนร่วมในการเตรียมข้อมูลการวางแผนและมีเข้าร่วมประเมินผลและสรุปการวางแผนการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) ระยะเวลาจำกัด 2) การให้ความร่วมมือของนักเรียน 3) กิจกรรมไม่สอดคล้องกับความต้องการ คิดเป็นร้อยละ 22.7, 22.7 และ 9.4 ตามลำดับ

1.2.2 ด้านการดำเนินงาน โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การได้รับการประสานงานและแบ่งหน้าที่งานให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ การมีการประชาสัมพันธ์กิจกรรมก่อนที่จะจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุดคือ ขาดแคลนผู้ที่รับผิดชอบทำให้ไม่ทั่วถึงและขาดความชัดเจน คิดเป็นร้อยละ 7.0

1.2.3 ด้านการจัดบุคลากร โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การได้รับมอบหมายหน้าที่รับผิดชอบแต่ละฝ่ายอย่างเป็นระบบ ข้อที่ปฏิบัติ

ต่ำสุดคือ บุคลากรได้รับการฝึกอบรมการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบบ่อยที่สุด คือ 1) บุคลากรที่มีความรู้และทักษะด้านกิจกรรมทางกายมีจำกัด 2) ขาดแคลนบุคลากร 3) บุคลากรไม่มีเวลา มีภาระงานหนัก คิดเป็นร้อยละ 28.1, 26.6 และ 22.7 ตามลำดับ

1.2.4 ด้านการอำนวยความสะดวก โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีครูรับผิดชอบดูแลตลอดเวลาของการจัดกิจกรรม ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ มีการควบคุมดูแลกิจกรรมโดยครูหรือนักเรียนอย่างเป็นระบบ ปัญหาที่พบบ่อยที่สุด คือ 1) ไม่มีศูนย์หรือบุคลากรรับผิดชอบโดยตรงในการดูแลกิจกรรม 2) ไม่ได้รับการสนับสนุนจากผู้บริหารโรงเรียน คิดเป็นร้อยละ 13.3 และ 10.2 ตามลำดับ

1.2.5 ด้านการประสานงาน โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีการประสานงานกับครูแต่ละฝ่ายที่รับผิดชอบ ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ การสื่อสารข้อมูลที่ตรงกันไปในทิศทางเดียวกันของแต่ละฝ่าย ปัญหาที่พบบ่อยที่สุดคือ ไม่มีการประชุมหรือแจ้งข้อมูลเพื่อทราบ คิดเป็นร้อยละ 10

1.2.6 ด้านงบประมาณ โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีสถานที่เหมาะสมในการจัดกิจกรรม ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ มีงบประมาณเพียงพอในการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบบ่อยที่สุด คือ 1) งบประมาณไม่เพียงพอ 2) สถานที่ไม่เพียงพอไม่เอื้ออำนวย 3) อุปกรณ์ไม่เพียงพอ ขาดคุณภาพ คิดเป็นร้อยละ 40.6, 22.7 และ 13.3 ตามลำดับ

1.2.7 ด้านการประเมินผล โดยรวมมีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีการจัดทำรายงานผลการจัดกิจกรรม ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ กำหนดหน่วยงานที่มีหน้าที่ประเมิน ปัญหาที่พบบ่อยที่สุด คือ 1) ไม่มีการประเมินผลการจัดกิจกรรม 2) ไม่มีการประเมินผลการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง คิดเป็นร้อยละ 16.4 และ 7.8 ตามลำดับ

### 1.3 โรงเรียนขนาดใหญ่

ผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ตอบแบบสอบถามจำนวน 130 คน คิดเป็นร้อยละ 34.0 เป็นครูพลศึกษา จำนวน 59 คน ผู้บริหารโรงเรียนจำนวน 33 คน และหัวหน้ากลุ่มสาระวิชาพลศึกษา จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 45.5, 25.4 และ 18.5 ตามลำดับ เป็นเพศชายจำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 60.8 เพศหญิงจำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 39.2 อายุส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 35-60 ปี คิดเป็นร้อยละ 83.1 ส่วนใหญ่มีวุฒิการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 55.4 รองลงมาคือวุฒิการศึกษาระดับปริญญาโทจำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 44.6 ส่วนใหญ่มีประสบการณ์การทำงานน้อยกว่า 6 ปี คิดเป็นร้อยละ 41.5 สถานที่อำนวยความสะดวกที่มีในโรงเรียนมากที่สุด ได้แก่ ห้องดนตรี ห้องศิลปะ และลานเอนกประสงค์ คิดเป็นร้อยละ 92.3, 88.5 และ 73.3 ตามลำดับ

โรงเรียนขนาดใหญ่ มีจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องคิดเป็นร้อยละ 93.0 โดยส่วนใหญ่พบในโรงเรียนขนาดใหญ่ ช่วงเวลาก่อนเข้าเรียนมีการจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องมากที่สุด และช่วงเวลาหลังเลิกเรียน เป็นช่วงที่ยกเลิกกิจกรรมมากที่สุด มีปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้ไม่สามารถและ/หรือไม่เคยจัดกิจกรรมทางกาย ส่วนใหญ่มาจากการมีกิจกรรมอื่น ๆ มาก และเวลามีจำกัด ปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบผลความสำเร็จ คือ ทักษะ ความตั้งใจและความสนใจของนักเรียน, ความรับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อม/เสียสละของครู และความร่วมมือจากผู้บริหารโรงเรียน คิดเป็นร้อยละ 52.5, 26.7 และ 24.2 ตามลำดับ กิจกรรมที่มีการจัดมากที่สุดในโรงเรียน คือ กิจกรรมออกกำลังกายหน้าเสาธง ชมรมกีฬา/กีฬา สีส และกีฬาฟุตบอล/ฟุตซอล คิดเป็นร้อยละ 63.5, 51.8 และ 37.6 ตามลำดับ ปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้โรงเรียนที่เคยจัดกิจกรรมแต่ปัจจุบันไม่ได้ดำเนินการจัด คือ ความรับผิดชอบของครูและภาระงาน, มีระยะเวลาจำกัด และสถานที่ไม่เพียงพอ/ไม่เอื้ออำนวย คิดเป็นร้อยละ 40.9, 36.4 และ 22.7 ตามลำดับ ผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรมต้องการให้มีการจัดกีฬาที่เด็กสนใจ กีฬาสี, กิจกรรมกายบริหาร เช่น แอโรบิก และ วิ่งเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 50, 46.4 และ 7.1 ตามลำดับ นักเรียนได้เสนอให้มีการจัดกิจกรรมเพิ่มเติม ได้แก่ กีฬาฟุตบอล/ฟุตซอล ร้อยละ 18.2 กิจกรรมกายบริหาร เช่น แอโรบิก ร้อยละ 15.9 และกิจกรรมนันทนาการ ร้อยละ 12.1 โดยช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้ออกกำลังกายได้แก่ ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน ร้อยละ 51.5 ช่วงเวลาพักกลางวัน ร้อยละ 9.1 และช่วงเวลาเช้า ร้อยละ 7.6

การจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน โดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB ประกอบด้วย 7 ด้าน คือ ด้านการวางแผน ด้านการดำเนินงาน ด้านบุคลากร ด้านอำนาจการ ด้านประสานงาน ด้านงบประมาณ และด้านประเมินผล สรุปได้ดังนี้

1.3.1 ด้านการวางแผนการจัดกิจกรรม โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายชื่อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การมีส่วนร่วมในการเตรียมข้อมูลสำหรับวางแผนกิจกรรม ส่วนข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ การเข้าร่วมวิเคราะห์ข้อมูลและประเมินผล สรุปการวางแผนการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) ระยะเวลาจำกัด 2) ไม่มีการวางแผนกิจกรรมประจำปี 3) ความร่วมมือของนักเรียน คิดเป็นร้อยละ 23.8, 18.5 และ 12.3 ตามลำดับ

1.3.2 ด้านการดำเนินงานพิจารณารายชื่อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การได้รับการประสานงานและแบ่งหน้าที่งานให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน ส่วนข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ การมีการประชาสัมพันธ์กิจกรรมก่อนที่จะจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) ไม่มีการประชาสัมพันธ์ให้ทราบ 2) ขาดแคลนผู้ที่รับผิดชอบทำให้ไม่ทั่วถึงและขาดความชัดเจน คิดเป็นร้อยละ 8.5 และ 8.5 ตามลำดับ

1.3.3 ด้านการจัดบุคลากร โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายชื่อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การได้รับมอบหมายหน้าที่รับผิดชอบแต่ละฝ่ายอย่างเป็นระบบ ส่วนข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ บุคลากรได้รับการฝึกอบรมการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) บุคลากรที่มีความรู้และ

ทักษะด้านกิจกรรมทางกายมีจำกัด 2) ขาดแคลนบุคลากรจำนวน 97 คน 3) บุคลากรไม่มีเวลา มีภาระงานหนัก คิดเป็นร้อยละ 37.7, 21.5 และ 15.4 ตามลำดับ

1.3.4 ด้านการอำนวยความสะดวก โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีครูผู้รับผิดชอบดูแลตลอดเวลาของการจัดกิจกรรม ส่วนข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ มีครูที่ปรึกษาในการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) ไม่มีศูนย์หรือบุคลากรรับผิดชอบโดยตรงในการดูแลกิจกรรม 2) ไม่ได้รับการสนับสนุนจากผู้บริหารโรงเรียน คิดเป็นร้อยละ 20, 14.6 ตามลำดับ

1.3.5 ด้านการประสานงาน โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีการประสานงานกับครูแต่ละฝ่ายที่รับผิดชอบ ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ การสื่อสารข้อมูลที่ตรงกันไปในทิศทางเดียวกันของแต่ละฝ่ายงานมีการประสานงานกับครูแต่ละฝ่าย ปัญหาที่พบมากที่สุดคือ ไม่มีการประชุมหรือแจ้งข้อมูลเพื่อทราบ คิดเป็นร้อยละ 7.7

1.3.6 ด้านงบประมาณ โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีสถานที่เหมาะสมในการจัดกิจกรรม ส่วนข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ มีงบประมาณเพียงพอในการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) สถานที่ไม่เพียงพอ ไม่เอื้ออำนวย 2) งบประมาณไม่เพียงพอ 3) อุปกรณ์ไม่เพียงพอ ขาดคุณภาพ คิดเป็นร้อยละ 36.9, 26.2 และ 19.2 ตามลำดับ

1.3.7 ด้านการประเมินผล โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีการจัดทำรายงานผลการจัดกิจกรรม ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ กำหนดหน่วยงานที่มีหน้าที่ประเมิน ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) ไม่มีการประเมินผลการจัดกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 13.8

2. เปรียบเทียบระดับการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน โดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB ดังนี้

2.1 ด้านการวางแผน เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการวางแผนของผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ทุกรายการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นรายการต่อไปนี้คือ ท่านได้มีส่วนร่วมในการเตรียมข้อมูลสำหรับวางแผนจัดกิจกรรมนักเรียนในโรงเรียนขนาดใหญ่ มีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการวางแผนของผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

2.2 ด้านการจัดดำเนินงาน เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการจัดดำเนินงานของผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ทุกรายการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นรายการต่อไปนี้คือ ท่านได้รับการประสานงานและแบ่งหน้าที่งานให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงานในโรงเรียนขนาดกลางและโรงเรียนขนาดใหญ่ ท่านได้มีส่วนร่วมในการประชาสัมพันธ์กิจกรรมก่อนที่จะจัดกิจกรรมนักเรียนในโรงเรียนขนาดกลาง มีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการจัดดำเนินงานของผู้บริหาร

โรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 รายการดังต่อไปนี้คือ ท่านได้รับการประสานงานและแบ่งหน้าที่งานให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน

เมื่อทดสอบค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติด้านการจัดดำเนินงานของรายการที่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยวิธีของเชฟเฟ (Scheffe' method) พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

2.3 ด้านการจัดบุคลากร เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ด้านการจัดบุคลากรของผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ทุกรายการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการจัดบุคลากรของผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 รายการดังต่อไปนี้คือ บุคลากรได้รับการฝึกอบรมการจัดกิจกรรมนักเรียน

เมื่อทดสอบค่าเฉลี่ยของการปฏิบัติด้านการจัดบุคลากรของรายการที่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยวิธีของเชฟเฟ (Scheffe' method) (ดังตารางที่ 16) พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

2.4 ด้านการอำนวยความสะดวก เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ด้านการอำนวยความสะดวกของผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ทุกรายการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นรายการดังต่อไปนี้คือ มีครูผู้รับผิดชอบดูแลตลอดเวลาของการจัดกิจกรรมนักเรียน ในโรงเรียนขนาดกลางและขนาดใหญ่ มีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการอำนวยความสะดวกของผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

2.5 ด้านการประสานงาน เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ด้านการประสานงานของผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม โรงเรียนขนาดเล็ก ทุกรายการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง โรงเรียนขนาดเล็ก ส่วนโรงเรียนขนาดกลางและขนาดใหญ่ ทุกรายการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านการประสานงานของผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

2.6 ด้านงบประมาณและทรัพยากร เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านงบประมาณและทรัพยากรของผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ทุกรายการมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้านงบประมาณและทรัพยากรของผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

2.7 ด้านประเมินผล เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้าน ประเมินผลและทรัพยากรของผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ทุกรายการ มีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนด้าน ประเมินผลและทรัพยากรของผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรม จำแนกตามขนาดโรงเรียน ไม่มีความ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

การจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน โดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB ในโรงเรียน ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ระหว่างขนาดโรงเรียนเล็ก ขนาดกลางและขนาดใหญ่ ไม่มีความ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

3. แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัด กรุงเทพมหานคร โดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB ประกอบด้วย 7 ด้าน คือ ด้านการวางแผน ด้านการดำเนินงาน ด้านบุคลากร ด้านอำนาจการ ด้านประสานงาน ด้านงบประมาณ และด้านประเมินผล และปัจจัยอื่นๆ จำแนกตามขนาดโรงเรียน ได้ดังนี้

3.1 แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน โรงเรียนขนาดเล็ก ในประถมศึกษา สังกัด กรุงเทพมหานคร มีดังนี้

3.1.1. ผู้บริหารโรงเรียนและผู้จัดกิจกรรมมีการวางแผนร่วมกันถึงความเป็นไปได้ในการจัด กิจกรรมมีการเตรียมข้อมูลสำหรับวางแผนกิจกรรม เช่น การสำรวจปัญหาและความสนใจของนักเรียน เพื่อให้ตรงตามความต้องการ การสำรวจช่วงเวลาที่เหมาะสมทั้งนักเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม เป็นต้น

3.1.2. มีนโยบายสนับสนุนเรื่องการมีกิจกรรมทางกาย และมีตัวชี้วัดที่ชัดเจนเพื่อให้เกิดความ เข้าใจที่ตรงกัน สามารถปฏิบัติงานให้ตรงตามเป้าประสงค์ได้

3.1.3 การจัดกิจกรรมใดๆ ควรมีการวางแผนการดำเนินงานและมีการประชาสัมพันธ์โดยอาศัย ช่วงเวลา และควรขอความร่วมมือจากครูและผู้ที่เกี่ยวข้องในการประชาสัมพันธ์ทุกครั้งที่ทำโครงการ หรือกิจกรรม นอกจากนี้การให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการประชาสัมพันธ์และการจัดกิจกรรมทางกาย นั้น จะทำให้การประชาสัมพันธ์ทั่วถึงมากขึ้น และเป็นการฝึกให้นักเรียนมีความรับผิดชอบอีกด้วย

3.1.4 การระบุหน้าที่ความรับผิดชอบให้บุคลากรอย่างชัดเจน จะทำให้กิจกรรมสามารถดำเนิน กิจกรรมได้อย่างราบรื่น เพราะเมื่อมีผู้รับผิดชอบโดยตรงแล้ว การดูแลและติดตามความคืบหน้าของ กิจกรรมจะเป็นไปอย่างมีระบบ

3.1.5 มีการเพิ่มอัตรากำลังบุคลากรตรงตามวุฒิการศึกษา สามารถจัดการงานให้เหมาะสมกับ ความสามารถของบุคลากรได้ แต่เนื่องจากอัตราบุคลากรนั้นมีจำนวนตำแหน่งจำกัดในแต่ละโรงเรียน สิ่ง สำคัญที่โรงเรียนควรจัดให้มีคือ การจัดอบรมให้บุคลากรทั้งกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา หรือกลุ่มสาระอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

3.1.6 มีการจัดประชุม แจ้งข้อมูลให้ทราบ หรือมีการประสานงานหลายช่องทางมากขึ้นให้เกิดความหลากหลายในการสื่อสารและรับสาร เพื่อความเข้าใจในการดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่องได้รวดเร็วมากขึ้น ครูผู้จัดกิจกรรมมีหน้าที่ในการสอบถามความคืบหน้า หรือปัญหาที่พบระหว่างดำเนินกิจกรรมเป็นระยะๆ

3.1.7 มีการจัดสรรงบประมาณให้เพียงพอการจัดกิจกรรมทางกาย และมีการวางแผนสำรองในการขอความร่วมมือจากหน่วยงานอื่นๆ เช่น ชุมชน องค์กรของรัฐและเอกชน เป็นต้น และควรจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับปัจจัยพื้นฐานที่มีอยู่ เช่น งบประมาณ อุปกรณ์และสถานที่ เป็นต้น

3.1.8 ติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่องโดยให้ผู้จัดกิจกรรมหรือผู้รับผิดชอบเป็นผู้ประเมินซึ่งจะเป็นประโยชน์ทั้งด้านการพัฒนาและปรับปรุงในครั้งต่อไปด้วย

3.1.9 ปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบผลความสำเร็จ คือ 1) ทักษะ ความตั้งใจ และความชอบของนักเรียน 2) ความรับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อม ความเสียสละของครู 3) ผู้บริหารโรงเรียนให้การสนับสนุน

3.1.10 ผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรมได้เสนอให้มีการจัดกิจกรรมกายบริหารรูปแบบแอโรบิก กีฬาฟุตบอลและฟุตซอล และกีฬาที่เด็กสนใจในรูปแบบของชมรมกีฬาและจัดกีฬาประจำปี ส่วนนักเรียนได้เสนอความต้องการมีกิจกรรมกีฬา คือ กีฬาฟุตบอลและฟุตซอล กิจกรรมกายบริหาร กีฬาวอลเลย์บอล และกีฬาแบดมินตัน โดยอาจจะจัดอุปกรณ์และสถานที่ให้พร้อมเล่น หรือมีการจัดการแข่งขันระหว่างชั้นเรียน เป็นต้น โดยช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้ออกกำลังกายมากที่สุดคือ ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน

3.2 แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน โรงเรียนขนาดกลาง ในประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร มีดังนี้

3.2.1 ผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม มีการวางแผนร่วมกันถึงความเป็นไปได้ในการจัดกิจกรรมมีการเตรียมข้อมูลสำหรับวางแผนกิจกรรม เช่น การสำรวจช่วงเวลาที่เหมาะสมทั้งนักเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม การสำรวจปัญหาและความสนใจของนักเรียนเพื่อให้สอดคล้องต่อความต้องการ เป็นต้น และมีส่วนร่วมในการประเมินผลและสรุปการวางแผนการจัดกิจกรรมเพื่อมีจุดมุ่งหมายไปในทิศทางเดียวกัน ส่งผลต่อการดำเนินการจัดกิจกรรมต่อไป

3.2.2 การมีการประชาสัมพันธ์กิจกรรมก่อนที่จะจัดกิจกรรม ขอความร่วมมือจากครูและผู้ที่เกี่ยวข้องในการประชาสัมพันธ์ นอกจากนี้การให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการประชาสัมพันธ์และการจัดกิจกรรมทางกายนั้น จะทำให้การประชาสัมพันธ์ทั่วถึงมากขึ้น และเป็นการฝึกให้นักเรียนมีความรับผิดชอบอีกด้วย



3.2.3 การระบุหน้าที่ความรับผิดชอบให้บุคลากรอย่างชัดเจน จะทำให้กิจกรรมสามารถดำเนินกิจกรรมได้อย่างราบรื่น เพราะเมื่อมีผู้รับผิดชอบโดยตรงแล้ว การดูแลและติดตามความคืบหน้าของกิจกรรมจะเป็นไปอย่างมีระบบ

3.2.4 มีการเพิ่มอัตรากำลังบุคลากรตรงตามวุฒิการศึกษา สามารถจัดการงานให้เหมาะสมกับความสามารถของบุคลากรได้ แต่เนื่องจากอัตราบุคลากรนั้นมีจำนวนตำแหน่งจำกัดในแต่ละโรงเรียน สิ่งสำคัญที่โรงเรียนควรจัดให้มีคือ การจัดอบรมให้บุคลากรทั้งกลุ่มสาระการเรียนรู้สุศึกษาและพลศึกษา หรือกลุ่มสาระอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

3.2.5 มีการควบคุมดูแลกิจกรรมทางกายโดยครูหรือนักเรียนอย่างเป็นระบบ หรือจัดบุคลากรรับผิดชอบโดยตรงในการดูแลกิจกรรม สามารถแก้ไขหรือให้คำปรึกษาได้ทันที ในกรณีที่มีปัญหาเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมทางกาย

3.2.6 มีการจัดประชุม แจ้งข้อมูลให้ทราบ หรือมีการประสานงานหลายช่องทางมากขึ้น ให้เกิดความหลากหลายในการส่งสารและรับสาร เพื่อความเข้าใจในการดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่องได้รวดเร็วมากขึ้น ครูผู้จัดกิจกรรมมีหน้าที่ในการสอบถามความคืบหน้า หรือปัญหาที่พบระหว่างดำเนินกิจกรรมเป็นระยะๆ

3.2.7 มีการจัดสรรงบประมาณให้เพียงพอการจัดกิจกรรมทางกาย และมีการวางแผนสำรองในการขอความร่วมมือจากหน่วยงานอื่นๆ เช่น ชุมชน องค์กรของรัฐและเอกชน เป็นต้น และควรจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับปัจจัยพื้นฐานที่มีอยู่ เช่น งบประมาณ อุปกรณ์และสถานที่ เป็นต้น

3.2.8 กำหนดหน่วยงานที่มีหน้าที่ประเมิน ติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่องโดยให้ผู้จัดการกิจกรรมหรือผู้รับผิดชอบเป็นผู้ประเมินซึ่งจะเป็นประโยชน์ทั้งด้านการพัฒนาและปรับปรุงในครั้งต่อไปด้วย

3.2.9 ปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบผลความสำเร็จ คือ 1) ความรับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อมและเสียสละของครูผู้จัดกิจกรรม 2) ความตั้งใจและความสนใจของนักเรียน 3) การได้รับการสนับสนุนของผู้บริหารโรงเรียน

3.2.10 ผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรมมีข้อเสนอในการจัดฟุตบอลและฟุตซอล กิจกรรมกายบริหาร เช่น แอโรบิก และกีฬาเบตอง ส่วนนักเรียนได้เสนอให้มีการจัดกิจกรรมเพิ่มเติม มากที่สุดคือ กีฬาฟุตบอลและฟุตซอล รองลงมาคือ กีฬาบาสเกตบอล และกีฬาแบดมินตัน ตามลำดับ โดยช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้ออกกิจกรรมมากที่สุดคือ ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน

3.3 แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน โรงเรียนขนาดใหญ่ ในประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร มีดังนี้

3.3.1 มีนโยบายสนับสนุนเรื่องการมีกิจกรรมทางกาย ในกิจกรรมประจำปี และมีตัวชี้วัดที่ชัดเจน เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน สามารถปฏิบัติงานให้ตรงตามเป้าประสงค์ได้จริง

3.3.2 ผู้บริหารโรงเรียนและผู้จัดการกิจกรรมมีการวางแผนร่วมกัน วิเคราะห์ความเป็นไปได้ในการจัดกิจกรรม มีการเตรียมข้อมูลสำหรับวางแผนกิจกรรม เช่น การสำรวจช่วงเวลาที่เหมาะสมทั้งนักเรียนและครูผู้จัดการกิจกรรม การสำรวจปัญหาและความสนใจของนักเรียนเพื่อให้สอดคล้องต่อความต้องการ เป็นต้น และมีส่วนร่วมในการประเมินผลและสรุปการวางแผนการจัดกิจกรรมเพื่อมีจุดมุ่งหมายไปในทิศทางเดียวกัน ส่งผลต่อการดำเนินการจัดกิจกรรมต่อไป

3.3.3 มีการประชาสัมพันธ์กิจกรรมก่อนที่จะจัดกิจกรรมให้ทราบ โดยขอความร่วมมือจากครูผู้จัดการกิจกรรมหรือผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง นอกจากนี้การให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการประชาสัมพันธ์และการจัดกิจกรรมทางกายนั้น จะทำให้การประชาสัมพันธ์ทั่วถึงมากขึ้น และเป็นการฝึกให้นักเรียนมีความรับผิดชอบอีกด้วย

3.3.4 มีการเพิ่มอัตรากำลังบุคลากรตรงตามวุฒิการศึกษา สามารถจัดการงานให้เหมาะสมกับความสามารถของบุคลากรได้ แต่เนื่องจากอัตราบุคลากรนั้นมีจำนวนตำแหน่งจำกัดในแต่ละโรงเรียน สิ่งสำคัญที่โรงเรียนควรจัดให้มีคือ การจัดอบรมให้บุคลากรทั้งกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา หรือกลุ่มสาระอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

3.3.5 มีการควบคุมดูแลกิจกรรมทางกายโดยครูหรือนักเรียนอย่างเป็นระบบ หรือจัดบุคลากรรับผิดชอบโดยตรงในการดูแลกิจกรรม สามารถแก้ไขหรือให้คำปรึกษาได้ทันที ในกรณีที่มีปัญหาเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมทางกาย

3.3.6 มีการจัดประชุม แจ้งข้อมูลให้ทราบ หรือมีการประสานงานหลายช่องทางมากขึ้น ให้เกิดความหลากหลายในการส่งสารและรับสาร เพื่อความเข้าใจในการดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่องได้รวดเร็วมากขึ้น ครูผู้จัดการกิจกรรมมีหน้าที่ในการสอบถามความคืบหน้า หรือปัญหาที่พบระหว่างดำเนินกิจกรรมเป็นระยะๆ

3.3.7 การจัดสรรงบประมาณให้เพียงพอการจัดกิจกรรมทางกาย และมีการวางแผนสำรองในการขอความร่วมมือจากหน่วยงานอื่นๆ เช่น ชุมชน องค์กรของรัฐและเอกชน เป็นต้น และควรจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับปัจจัยพื้นฐานที่มีอยู่ เช่น งบประมาณ อุปกรณ์และสถานที่ เป็นต้น

3.3.8 กำหนดหน่วยงานที่มีหน้าที่ประเมิน ติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่องโดยให้ผู้จัดการกิจกรรมหรือผู้รับผิดชอบเป็นผู้ประเมินซึ่งจะเป็นประโยชน์ทั้งด้านการพัฒนาและปรับปรุงในครั้งต่อไปด้วย

3.3.9 ปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบผลความสำเร็จ คือ 1) ทักษะ ความตั้งใจและความสนใจของนักเรียน 2) ความรับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อม/เสียสละของครู 3) การสนับสนุนของผู้บริหารโรงเรียน

3.3.10 ผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดการกิจกรรมเสนอให้มีการจัดกีฬาที่เด็กสนใจ ในรูปแบบกีฬาสี่, กิจกรรมกายบริหาร เช่น แอโรบิก และวิ่งเพื่อสุขภาพ ส่วนนักเรียนได้เสนอให้มีการจัดกิจกรรมมากที่สุด

คือ ฟุตบอล/ฟุตซอล รองลงมาคือ กิจกรรมกายบริหาร เช่น แอโรบิก และกิจกรรมนันทนาการ ตามลำดับ โดยช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้ออกกิจกรรมมากที่สุดคือ ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน

## อภิปรายผล

ผู้วิจัยขออภิปรายผลสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของงานวิจัยดังนี้

1. สภาพและปัญหาการจัดกิจกรรมทางกายเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายให้กับนักเรียน จำแนกตามขนาดโรงเรียนได้ดังนี้

### 1.1 โรงเรียนขนาดเล็ก

โรงเรียนมีการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง คิดเป็นร้อยละ 94.5 สอดคล้องกับงานวิจัยของกระทรวงสาธารณสุข (2548) รายงานผลการวิจัยเรื่อง การสำรวจสถานการณ์การดำเนินงานด้านนโยบายและการปฏิบัติด้านการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกายของสถานศึกษา ประจำปีงบประมาณ 2548 ผลการสำรวจสถานการณ์พบว่า โรงเรียนมีการส่งเสริมกิจกรรมฯ นอกเวลาเรียนพลศึกษา และมีการติดตาม ตรวจสอบ กำกับประเมินผลการดำเนินงานส่งเสริมฯ ถึงร้อยละ 81.9 โรงเรียนเคยจัดกิจกรรม แต่ปัจจุบันไม่ได้จัดกิจกรรมทางกายแล้ว มีถึงร้อยละ 26.0 โดยส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นกับโรงเรียนขนาดเล็ก ช่วงเวลาการจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นในช่วงเวลาก่อนเข้าเรียน และช่วงเวลาหลังเลิกเรียน เป็นช่วงที่ยกเลิกการจัดกิจกรรมเป็นส่วนใหญ่ มีปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้ไม่สามารถและ/หรือไม่เคยจัดกิจกรรมทางกาย ส่วนใหญ่มาจากการที่มีครูพลศึกษาน้อยเกินไป ขาดคนรับผิดชอบจัดกิจกรรม และภาระงานมาก ปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบความสำเร็จ คือ 1) ทักษะความตั้งใจและความชอบของนักเรียน สอดคล้องกับ วีระพล จันทร์ศิลา (2540) ที่กล่าวว่า การเปิดโอกาสให้นักเรียนเข้ากลุ่มกิจกรรมตามความต้องการและความสนใจนั้นเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุด 2) ความรับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อม/เสียสละของครู สอดคล้องกับดวงพร ศุภพิชน์ (2555) สรุปไว้ว่า ควรมีผู้รับผิดชอบโครงการ/โปรแกรมการแข่งขัน ดำเนินการตามแผน และประเมินผลการจัดกิจกรรม สะท้อนผลให้นักเรียนทราบ 3) ความร่วมมือจากผู้อำนวยการ สอดคล้องกับ กัลยา กิจบุญชู (2546) ได้แนะนำแนวทางการส่งเสริมการออกกำลังกายในโรงเรียนเกี่ยวกับด้านนโยบาย การส่งเสริมและออกกำลังกาย ควรเป็นนโยบายที่เขียนไว้ในรัฐธรรมนูญโรงเรียน การมีครูพลศึกษาที่เพียงพอ มีการจัดชั่วโมงพลศึกษา จัดเวลาให้เด็กได้มีการเคลื่อนไหว เช่น การเปลี่ยนห้องเรียน การจัดสถานที่และการจัดตั้งชมรมที่มีกิจกรรมการเคลื่อนไหว รวมทั้งการไม่ใช้การทำโทษเด็กโดยการวิ่งรอบสนามหรือวิธีอื่นๆ ที่ทำให้เกิดความรู้สึกที่ไม่ดีต่อการออกกำลังกาย กิจกรรมที่มีการจัดมากที่สุดในโรงเรียน คือ กิจกรรมออกกำลังกายหน้าเสาธง ชมรมกีฬา/กีฬาซี และฟุตบอล/ฟุตซอล โรงเรียนที่เคยจัดกิจกรรมแต่ปัจจุบันไม่ได้ดำเนินการจัดมีปัจจัยและสาเหตุ คือ 1) มีระยะเวลาจำกัด ซึ่ง กระทรวงสาธารณสุข (2550) กล่าวว่าโอกาสที่นักเรียนสามารถจะมีกิจกรรมทางกายในโรงเรียนมีน้อยลงกว่าในอดีต ทั้งนี้ส่วนใหญ่เนื่องจากโรงเรียนและ

ครอบครัวให้ความสำคัญกับพัฒนาการและความแข็งแรงทางวิชาการมากกว่าพัฒนาการและความแข็งแรงทางร่างกายและสุขภาพ 2) ความรับผิดชอบของครูและภาระงาน ซึ่ง North Carolina Division of Public Health (2009) เสนอมาตรฐานของกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนว่า ครูมีผู้นำกิจกรรมต่อผู้เข้าร่วมกิจกรรม อัตราส่วน 1:15 เป็นสัดส่วนที่จะทำให้ผู้นำสามารถดูแลและให้คำแนะนำผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้อย่างทั่วถึง ส่งเสริมและจูงใจให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเร่งเห็นความสำคัญต่อการทำกิจกรรม 3) สถานที่ไม่เพียงพอ ไม่เอื้ออำนวย ซึ่ง North Carolina Division of Public Health (2009) เห็นว่าสถานที่ควรเอื้อต่อการทำกิจกรรม ควรมีโรงยิมหรือสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ เป็นพื้นที่ที่สามารถใช้ประโยชน์ในการจัดกิจกรรมทั้งในร่มและกลางแจ้ง พื้นที่เพียงพอต่อผู้เข้าร่วม ไม่คับแคบจนเกินไป ผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรมเสนอให้มีการจัดกายบริหาร/แอโรบิก, ฟุตบอล/ฟุตซอล และกีฬาที่เด็กสนใจ/กีฬาที่นักเรียนได้เสนอให้มีการจัดกิจกรรมเพิ่มเติม ได้แก่ ฟุตบอล ฟุตซอล กายบริหาร วอลเลย์บอล และแบดมินตัน โดยช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้ออกกำลังกายได้แก่ ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน

การจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน โดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB ประกอบด้วย 7 ด้าน คือ ด้านการวางแผน ด้านการดำเนินงาน ด้านบุคลากร ด้านอำนาจการ ด้านประสานงาน ด้านงบประมาณ และด้านประเมินผล สรุปได้ดังนี้

1.1.1 ด้านการวางแผนการจัดกิจกรรมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การมีส่วนร่วมในการดำเนินการวางแผนการจัดกิจกรรม ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ ท่านได้มีส่วนร่วมในการเตรียมข้อมูลสำหรับวางแผนกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) ความร่วมมือของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม 2) ระยะเวลาจำกัด 3) นโยบายของผู้บริหารโรงเรียน สิ่งปัจจัยเหล่านี้มีอิทธิพลอย่างมากต่อการดำเนินการจัดกิจกรรม ซึ่ง กัลยา กิจบุญชู (2546) ได้แนะนำแนวทางการส่งเสริมการออกกำลังกายในโรงเรียนเกี่ยวกับด้านนโยบาย การส่งเสริมและออกกำลังกาย ควรเป็นนโยบายที่เขียนไว้ในรัฐธรรมนูญโรงเรียน

1.1.2 ด้านการดำเนินงานมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) ไม่มีการประชาสัมพันธ์ให้ทราบ 2) ขาดแคลนผู้รับผิดชอบทำให้ไม่ทั่วถึงและขาดความชัดเจน ครูผู้จัดกิจกรรมต้องมีการประชาสัมพันธ์ให้ทราบทั่วกัน ทั้งในส่วนของผู้ปฏิบัติงานด้วยตนเองและผู้เข้าร่วมกิจกรรมทางกาย เพื่อเชิญชวนให้บุคลากรเข้ามามีบทบาทในการดำเนินงานมากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัย วิจักขณ์ อัครเลิศพานิช (2542) เสนอว่าการสื่อสารโครงการลานกีฬาควรเน้นการสื่อสารให้มากกว่าที่เป็นอยู่เพราะที่ผ่านมามักจะเห็นชัดเจนเพียงสื่อเดียว คือ สื่อสิ่งพิมพ์ ควรประสานงานกับหน่วยงานของทหารเพราะมีทั้งคลื่นวิทยุเป็นจำนวนมาก รวมทั้งโทรศัพท์อีกสองช่อง เพื่อโฆษณาเชิญชวนให้เยาวชนหันมาสนใจการเล่นกีฬาที่ลานกีฬา ซึ่งคาดว่าจะจะเป็นแนวทางที่ดีในการประชาสัมพันธ์ข่าวสาร เพื่อให้เข้าถึงกลุ่มเป้าหมายให้มากขึ้น

1.1.3 ด้านการจัดบุคลากร โดยรวมมีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การได้รับมอบหมายหน้าที่รับผิดชอบแต่ละฝ่ายอย่างเป็นระบบ ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ บุคลากรได้รับการฝึกอบรม การจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) บุคลากรที่มีความรู้และทักษะด้านกิจกรรมทางกายมีจำกัด 2) ขาดแคลนบุคลากร 3) บุคลากรให้ความร่วมมือน้อย สอดคล้องกับ วิไลวรรณ ภูทอง (2539) ได้ศึกษาเรื่อง การบริหารโครงการในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร โดยมีวัตถุประสงค์ของงานวิจัยเพื่อศึกษาสภาพและปัญหาการบริหารโครงการของโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า มีอัตรากำลังในการปฏิบัติงานน้อย จึงควรมีการจัดอบรมการจัดกิจกรรมเพื่อเพิ่มพูนความรู้และแลกเปลี่ยนประสบการณ์

1.1.4 ด้านการอำนวยความสะดวก โดยรวมมีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีครูรับผิดชอบดูแลตลอดเวลาของการจัดกิจกรรม ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ มีครูที่ปรึกษาในการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ ไม่มีศูนย์หรือบุคลากรรับผิดชอบโดยตรงในการดูแลกิจกรรม ซึ่ง ดวงพร ศุภพิชน์ (2555) สรุปไว้ว่า ผู้รับผิดชอบโครงการ/โปรแกรมการแข่งขัน ควรมีการวางแผนร่วมกันระหว่างครูพลศึกษาและผู้เกี่ยวข้องทั้งในด้านกำหนดเป้าหมาย การกำหนดแนวทางการจัดการแข่งขัน การกำหนดผู้รับผิดชอบและบทบาทหน้าที่ในการจัดการแข่งขัน การดำเนินการตามแผนการประเมินผลกิจกรรมและการประเมินผลการจัดกิจกรรม การสะท้อนผลแก่นักเรียน

1.1.5 ด้านการประสานงาน โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การสื่อสารข้อมูลที่ตรงกันไปในทิศทางเดียวกันของแต่ละฝ่าย ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ มีการประสานงานกับครูแต่ละฝ่ายที่รับผิดชอบ ปัญหาที่พบมากที่สุดคือ ไม่มีการประชุมหรือแจ้งข้อมูลเพื่อทราบ

1.1.6 ด้านงบประมาณ โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุดคือ อุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมเพียงพอ ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ มีงบประมาณเพียงพอในการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) งบประมาณไม่เพียงพอ 2) อุปกรณ์ไม่เพียงพอ 3) สถานที่ไม่เพียงพอ สอดคล้องกับ วัลลภา เทพหัสติน ณ อยุธยา (2530)(อ้างถึงในวีระพล จันทร์ศิลา, 2540) อุปสรรคของการดำเนินการจัดกิจกรรม คือ ขาดงบประมาณซึ่งมีจำกัด ผู้บริหารสูงสุดให้การสนับสนุนน้อยเกินไปและทรัพยากรที่สนับสนุนให้เกิดการพัฒนาักเรียนมีน้อยเกินไป

1.1.7 ด้านการประเมินผล โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุดคือ มีการจัดทำรายงานผลการจัดกิจกรรม สอดคล้องกับ วลีภรณ์ จงแก้ววัฒนา (2554) ผลการวิจัยพบว่าโรงเรียนสวนใหญ่มีการประเมินผลการปฏิบัติงาน โดยจัดตั้งเป็น คณะกรรมการติดตามและประเมินผลการปฏิบัติงาน จัดให้มีการประเมินผลการปฏิบัติงานได้อย่างเหมาะสม ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด กำหนดหน่วยงานที่มีหน้าที่ประเมิน ปัญหาที่พบมากที่สุดคือ ไม่มีการประเมินผลการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง ซึ่ง กัลยา กิจบุญชู (2546) เสนอว่า การดำเนินการด้านสร้างเสริมสุขภาพจำเป็นต้องมี

บุคลากรที่เชี่ยวชาญ ที่รู้ประเด็นปัญหาการวางแผนงาน การสร้างกิจกรรมการดำเนินการ การประเมินผล และปรับปรุงการดำเนินการอย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งการให้คำแนะนำได้

## 1.2 โรงเรียนขนาดกลาง

โรงเรียนได้จัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องคิดเป็นร้อยละ 89.1 สอดคล้องกับงานวิจัยของกระทรวงสาธารณสุข (2548) รายงานผลการวิจัยเรื่อง การสำรวจสถานการณ์การดำเนินงานด้านนโยบาย และการปฏิบัติด้านการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกายของสถานศึกษา ประจำปีงบประมาณ 2548 ผลการสำรวจสถานการณ์พบว่า โรงเรียนมีการส่งเสริมกิจกรรมฯ นอกเวลาเรียนพลศึกษา และมีการติดตาม ตรวจสอบ กำกับประเมินผลการดำเนินงานส่งเสริมฯ ถึงร้อยละ 81.9 โรงเรียนไม่เคยมีการจัดกิจกรรมทางกายคิดเป็นร้อยละ 6 พบมากที่สุดเป็นโรงเรียนขนาดกลาง และเคยจัดกิจกรรมทางกายแต่ปัจจุบันไม่ได้จัดแล้ว คิดเป็นร้อยละ 23 ช่วงเวลาของการจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นในช่วงเวลา ก่อนเข้าเรียน และช่วงเวลาที่เคยมีการจัดกิจกรรมแต่ปัจจุบันไม่มีการจัดกิจกรรมทางกายแล้วจะอยู่ในช่วงเวลาหลังเลิกเรียน โรงเรียนขนาดกลางมีปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้ไม่สามารถและ/หรือไม่เคยจัดกิจกรรมทางกาย ส่วนใหญ่มาจากสถานที่ไม่เพียงพอ คับแคบและอาคารอยู่ระหว่างปรับปรุง ปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบความสำเร็จ คือ 1) ความรับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อม/ความเสียสละของครู ซึ่ง North Carolina Division of Public Health (2009) เสนอมาตรฐานของกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนว่า ควรมีผู้นำกิจกรรมต่อผู้เข้าร่วมกิจกรรม อัตราส่วน 1:15 เป็นสัดส่วนที่จะทำให้ผู้นำสามารถดูแลและให้คำแนะนำผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้อย่างทั่วถึง ส่งเสริมและจูงใจให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเห็นความสำคัญต่อการทำกิจกรรม 2) ทักษะ ความตั้งใจและความสนใจของนักเรียน สอดคล้องกับ วีระพล จันทร์ศิลา (2540) ที่กล่าวว่า การเปิดโอกาสให้นักเรียนเข้ากลุ่มกิจกรรมตามความต้องการและความสนใจนั้นเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุด 3) ความร่วมมือจากผู้บริหารโรงเรียน สอดคล้องกับกัลยา กิจบุญชู (2546) ได้แนะนำแนวทางการส่งเสริมการออกกำลังกายในโรงเรียนเกี่ยวกับด้านนโยบาย การส่งเสริมและออกกำลังกาย ควรเป็นนโยบายที่เขียนไว้ในรัฐธรรมนูญโรงเรียน กิจกรรมที่มีการจัดมากที่สุดในโรงเรียน คือ กิจกรรมออกกำลังกายหน้าเสาธง ชมรมกีฬา/กีฬา และฟุตบอล/ฟุตซอล โรงเรียนที่เคยจัดกิจกรรมแต่ปัจจุบันไม่ได้ดำเนินการจัดมีปัจจัยและสาเหตุ คือ 1) มีระยะเวลาจำกัด 2) ความสนใจของเด็ก ที่กล่าวว่า การเปิดโอกาสให้นักเรียนเข้ากลุ่มกิจกรรมตามความต้องการและความสนใจนั้นเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุด 3) สถานที่ไม่เพียงพอ/ไม่เอื้ออำนวย ผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรมมีข้อเสนอในการจัดกีฬาฟุตบอล/ฟุตซอล, กายบริหาร เช่น แอโรบิก และเปตอง นักเรียนได้เสนอให้มีการจัดกิจกรรมเพิ่มเติม ได้แก่ กีฬาฟุตบอล/ฟุตซอล ร้อยละ 15.9 กีฬาบาสเกตบอล ร้อยละ 10.6 กีฬาแบดมินตันและการจัดแข่งกีฬาในรูปแบบชมรมกีฬา ร้อยละ 9.8 โดยช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้จัดกิจกรรมได้แก่ ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน

การจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน โดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB ประกอบด้วย 7 ด้าน คือ ด้านการวางแผน ด้านการดำเนินงาน ด้านบุคลากร ด้านอำนาจการ ด้านประสานงาน ด้านงบประมาณ และด้านประเมินผล สรุปได้ดังนี้

1.2.1 ด้านการวางแผนการจัดกิจกรรม โดยรวมมีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การมีส่วนร่วมดำเนินการวางแผนการจัดกิจกรรม สอดคล้องกับงานวิจัยของวิไลวรรณ ภูทอง (2539) พบว่าโรงเรียนส่วนมากมีคณะกรรมการจัดตามปีการศึกษา โดยศึกษานโยบายการปฏิบัติงานซึ่งคณะทำงานในโครงการประกอบด้วยหัวหน้าโครงการและคณะทำงานเข้าร่วมโครงการตามความสนใจและความถนัดแต่อยู่ภายใต้การสั่งงานของผู้บริหารโรงเรียน ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ ท่านได้มีส่วนร่วมในการเตรียมข้อมูลการวางแผนและมีเข้าร่วมประเมินผลและสรุปการวางแผนการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) ระยะเวลาจำกัด 2) ความร่วมมือของนักเรียน 3) กิจกรรมไม่สอดคล้องกับความต้องการซึ่ง กัลยา กิจบุญชู (2546) เสนอว่า ควรมีการจัดกิจกรรมที่หลากหลาย เพื่อให้นักเรียนได้เลือกกิจกรรมตามความสนใจหรือตามความนิยม จะทำให้เด็กส่วนใหญ่ได้เข้าร่วมกิจกรรมมากที่สุด

1.2.2 ด้านการดำเนินงาน โดยรวมมีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การได้รับการประสานงานและแบ่งหน้าที่งานให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน ซึ่งสอดคล้องกับ วีระพล จันทร์ศิลา (2540) งานวิจัยพบว่า การบริการโครงการได้มีการกระจายงานให้บุคลากรที่รับผิดชอบในการจัดกิจกรรมอย่างเหมาะสม ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ การมีการประชาสัมพันธ์กิจกรรมก่อนที่จะจัดกิจกรรม

1.2.3 ด้านการจัดบุคลากร โดยรวมมีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การได้รับมอบหมายหน้าที่รับผิดชอบแต่ละฝ่ายอย่างเป็นระบบ ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ บุคลากรได้รับการฝึกอบรมการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) บุคลากรที่มีความรู้และทักษะด้านกิจกรรมทางกายมีจำกัด 2) ขาดแคลนบุคลากร 3) บุคลากรไม่มีเวลา มีภาระงานหนัก ซึ่ง กระทรวงสาธารณสุข (2550) เสนอว่า ครูผู้สอนพลศึกษาต้องมีความรู้ และได้รับการฝึกอบรมด้านการจัดกิจกรรมทางกายให้แก่เด็ก และมีตำแหน่งครูพลศึกษาที่มีคุณวุฒิทางพลศึกษาหรือวิทยาศาสตร์การกีฬาน้อย 1 คนต่อโรงเรียนในระดับประถมศึกษา สัปดาห์ละ 1 คนต่อโรงเรียนที่เหมาะสมต่อโรงเรียน

1.2.4 ด้านการอำนาจการตามธรรมชาติผู้บริหารโรงเรียน หรือครูผู้จัดกิจกรรม โดยรวมมีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีครูรับผิดชอบดูแลตลอดเวลาของการจัดกิจกรรม ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ มีการควบคุมดูแลกิจกรรมโดยครูหรือนักเรียนอย่างเป็นระบบ ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) ไม่มีศูนย์หรือบุคลากรรับผิดชอบโดยตรงในการดูแลกิจกรรม 2) ไม่ได้รับการสนับสนุนจากผู้บริหารโรงเรียน สอดคล้องกับ งานวิจัยของ อมร อนันตรักษ์ (2536) (อ้างถึง

ในฉันทพล อันตรเสน, 2542) ได้เสนอแนะว่า ผู้บริหารโรงเรียนเป็นบุคคลสำคัญที่จะเป็นผู้นำเป้าหมายนโยบายการจัดการศึกษาไปสู่การปฏิบัติงานให้เป็นผลสำเร็จ

1.2.5 ด้านการประสานงาน โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีการประสานงานกับครูแต่ละฝ่ายที่รับผิดชอบ ดังที่สมพงษ์ เกษมสิน (2517) (อ้างถึงในกัลยา อนันตวงค์, 2539) สรุปไว้ว่า การประสานงานเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับตัวบุคคลเป็นสำคัญและเป็นสิ่งนี้นักบริหารหรือหัวหน้าจะต้องสร้างสรรค์บรรยากาศของความร่วมมือร่วมใจ เพื่อให้การปฏิบัติงานประสาน สอดคล้อง กลมกลืน ราบรื่น และเรียบร้อย บรรลุเป้าหมายภายในระยะเวลาที่กำหนด ส่วนที่ปฏิบัติต่ำสุดคือ การสื่อสารข้อมูลที่ตรงกันไปในทิศทางเดียวกันของแต่ละฝ่ายงานมีการประสานงานกับครูแต่ละฝ่ายที่รับผิดชอบ ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุดคือ การสื่อสารข้อมูลที่ตรงกันไปในทิศทางเดียวกันของแต่ละฝ่าย ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ ไม่มีการประชุมหรือแจ้งข้อมูลเพื่อทราบ ซึ่งประมะ สตะเวทิน (2534) ได้เสนอในงานวิจัยว่า ควรมีการสื่อสารสองเที่ยว (Two-Way Communication) ได้แก่ การแจ้งข่าวและข้อมูลให้ทราบจากผู้ส่งสารไปยังผู้รับสาร และเปิดโอกาสให้ผู้รับสารซักถามได้ เช่น ประธานรุ่นพี่ได้เรียกน้องๆ ทุกชั้นปีประชุม เพื่อแจ้งข่าวคราวเกี่ยวกับกิจกรรมของคณะฯ และเปิดโอกาสให้น้องๆ ได้ซักถามหรืออาจารย์ได้ชี้แจงมอบหมายงานกลุ่ม และให้สมาชิกกลุ่มได้ซักถามข้อสงสัยต่างๆ เป็นต้น

1.2.6 ด้านงบประมาณ โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีสถานที่เหมาะสมในการจัดกิจกรรม อาจเป็นเพราะสามารถจัดสรรพื้นที่ให้เพียงพอต่อการจัดกิจกรรม สอดคล้องกับ North Carolina Division of Public Health (2009) ได้เสนอมาตรฐานของกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนไว้ว่า การจัดกิจกรรมหลังเลิกเรียนนั้นต้องมีกิจกรรมที่หลากหลาย จึงต้องมีสถานที่ที่สามารถเอื้อต่อการทำกิจกรรม ควรมีโรงยิมหรือสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ เป็นพื้นที่ที่สามารถใช้ประโยชน์ในการจัดกิจกรรมทั้งในร่มและกลางแจ้ง สิ่งที่สำคัญที่สุดในการเลือกสถานที่คือ ความปลอดภัย ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุดคือ มีงบประมาณเพียงพอในการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) งบประมาณไม่เพียงพอ 2) สถานที่ไม่เพียงพอ ไม่เอื้ออำนวย 3) อุปกรณ์ไม่เพียงพอ ขาดคุณภาพ สอดคล้องกับ ประพล พุทธสุวรรณ (2543) งบประมาณที่ได้รับจากกรุงเทพมหานครมีน้อยไม่เพียงพอกับกิจกรรมทำให้เกิดปัญหามาก จึงควรมีการจัดสรรงบประมาณให้เพียงพอต่อการจัดกิจกรรม หรือมีการประยุกต์การทำให้กิจกรรมทางกายที่ใช้งบประมาณน้อยมาปรับให้เข้ากับบริบทของโรงเรียน

1.2.7 ด้านการประเมินผล โดยรวมมีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุดคือ มีการจัดทำรายงานผลการจัดกิจกรรม มีความสอดคล้อง สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา (2552) ได้กำหนดหลักการดำเนินการวัดและประเมินผล การเรียนรู้ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ทว่าเป็นกระบวนการเก็บ รวบรวม ตรวจสอบ ตีความผลการเรียนรู้และพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของผู้เรียนตามมาตรฐานการเรียนรู้ และตัวชี้วัดของหลักสูตร นำผลไปปรับปรุงพัฒนาการจัดการเรียนรู้และใช้เป็นข้อมูลสำหรับการตัดสินใจ การเรียน สถานศึกษาต้องมี



กระบวนการจัดการที่เป็นระบบ เพื่อให้การดำเนินการวัดและประเมินผล การเรียนรู้เป็นไปอย่างมีคุณภาพ และประสิทธิภาพ และให้ผลการประเมินที่ตรงตามความรู้ความสามารถ ที่แท้จริงของผู้เรียน ถูกต้องตาม หลักการวัดและประเมินผลการเรียนรู้รวมทั้งสามารถรองรับการประเมิน ภายในและการประเมินภายนอก ตามระบบประกันคุณภาพการศึกษาต่อไป ข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด กำหนดหน่วยงานที่มีหน้าที่ประเมิน ปัญหาที่ พบมากที่สุด คือ 1) ไม่มีการประเมินผลการจัดกิจกรรม 2) ไม่มีการประเมินผลการจัดกิจกรรมอย่าง ต่อเนื่อง เนื่องด้วยมีบุคลากรที่เชี่ยวชาญในการรับผิดชอบกิจกรรมจำกัด จึงทำให้ไม่มีหน่วยงานที่ รับผิดชอบแน่ชัดในการประเมินผล ซึ่งกัลยา กิจบุญชู (2546) เสนอว่า การดำเนินการด้านสร้างเสริม สุขภาพจำเป็นต้องมีบุคลากรที่เชี่ยวชาญ ที่รู้ประเด็นปัญหาการวางแผนงาน การสร้างกิจกรรมการ ดำเนินการ การประเมินผลและปรับปรุงการดำเนินการอย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งการให้คำแนะนำได้

### 1.3 โรงเรียนขนาดใหญ่

โรงเรียนได้จัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องคิดเป็นร้อยละ 93.0 สอดคล้องกับงานวิจัยของ กระทรวงสาธารณสุข (2548) รายงานผลการวิจัยเรื่อง การสำรวจสถานการณ์การดำเนินงานด้านนโยบาย และการปฏิบัติด้านการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกายของสถานศึกษา ประจำปี งบประมาณ 2548 ผลการสำรวจสถานการณ์พบว่า โรงเรียนมีการส่งเสริมกิจกรรมฯ นอกเวลาเรียนพล ศึกษา และมีการติดตาม ตรวจสอบ กำกับประเมินผลการดำเนินงานส่งเสริมฯ ถึงร้อยละ 81.9 ช่วงเวลา ก่อนเข้าเรียนมีการจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องมากที่สุด และช่วงเวลาหลังเลิกเรียน ยกเลิกการจัด กิจกรรมทางกายมากที่สุด ปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้ไม่สามารถและ/หรือไม่เคยจัดกิจกรรมทางกาย คือ โรงเรียนมีกิจกรรมอื่นๆ มากเกินไป เวลาในการจัดกิจกรรมจึงมีจำกัด ปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทาง กายประสบผลความสำเร็จ คือ 1) ทักษะ ความตั้งใจและความสนใจของนักเรียน สอดคล้องกับ กัลยา กิจ บุญชู (2546) ได้แนะนำแนวทางการส่งเสริมการออกกำลังกายในโรงเรียนว่า เด็กนักเรียนทุกคนมีสิทธิ์ที่จะ เข้าถึงการเรียนพลศึกษา/สุขศึกษาในช่วงเวลาที่จัดให้ และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมนอกชั่วโมงพลศึกษา และการเล่นกีฬาต่างๆตามความชอบและความถนัดของแต่ละคนเป็นสิ่งที่ควรสนับสนุน 2) ความ รับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อม/เสียสละของครู 3) ความร่วมมือจากผู้บริหารโรงเรียน สอดคล้องกับ งานวิจัย ของ อมร อนันตรักษ์ (2536) (อ้างถึงในณัฐพล อันตรเสน, 2542) ได้เสนอแนะว่า ผู้บริหารโรงเรียนเป็น บุคคลสำคัญที่จะเป็นผู้นำเป้าหมาย นโยบายการจัดการศึกษาไปสู่การปฏิบัติงานให้เป็นผลสำเร็จ กิจกรรม ที่มีการจัดมากที่สุดในโรงเรียน คือ กิจกรรมออกกำลังกายหน้าเสาธง ชมรมกีฬา/กีฬาสี และกีฬาฟุตบอล/ ฟุตบอล ผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรมต้องการให้มีการจัดกีฬาที่เด็กสนใจ กีฬาสี, กิจกรรมกาย บริหาร เช่น แอโรบิก และ วิ่งเพื่อสุขภาพ นักเรียนได้เสนอให้มีการจัดกิจกรรมเพิ่มเติม ได้แก่ กีฬา ฟุตบอล/ฟุตซอล กายบริหาร เช่น แอโรบิก และกิจกรรมนันทนาการ โดยนักเรียนอยากให้ออกกำลังกายในช่วงเวลาหลังเลิกเรียนมากที่สุด

การจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน โดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB ประกอบด้วย 7 ด้าน คือ ด้านการวางแผน ด้านการดำเนินงาน ด้านบุคลากร ด้านอำนาจการ ด้านประสานงาน ด้านงบประมาณ และด้านประเมินผล สรุปได้ดังนี้

1.3.1 ด้านการวางแผนการจัดกิจกรรม โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การมีส่วนร่วมในการเตรียมข้อมูลสำหรับวางแผนกิจกรรม ส่วนข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ การเข้าร่วมวิเคราะห์ข้อมูลและประเมินผล สรุปการวางแผนการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) ระยะเวลาจำกัด 2) ไม่มีการวางแผนกิจกรรมประจำปี ซึ่ง กัลยา กิจบุญชู (2546) ได้แนะนำแนวทางการส่งเสริมการออกกำลังกายในโรงเรียนเกี่ยวกับด้านนโยบาย การส่งเสริมและออกกำลังกาย ควรเป็นนโยบายที่เขียนไว้ในรัฐธรรมนูญโรงเรียน 3) ความร่วมมือของนักเรียน ซึ่ง วีระพล จันทร์ศิลา (2540) ได้เสนอว่าการเปิดโอกาสให้นักเรียนเข้ากลุ่มกิจกรรมตามความต้องการและความสนใจนั้นเป็นปัจจัยที่สำคัญ

1.3.2 ด้านการดำเนินงาน พิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การได้รับการประสานงานและแบ่งหน้าที่งานให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน ส่วนข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ การมีการประชาสัมพันธ์กิจกรรมก่อนที่จะจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) ไม่มีการประชาสัมพันธ์ให้ทราบ 2) ขาดแคลนผู้ที่รับผิดชอบทำให้ไม่ทั่วถึงและขาดความชัดเจน

1.3.3 ด้านการจัดบุคลากร โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ การได้รับมอบหมายหน้าที่รับผิดชอบแต่ละฝ่ายอย่างเป็นระบบ ส่วนข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ บุคลากรได้รับการฝึกอบรมการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) บุคลากรที่มีความรู้และทักษะด้านกิจกรรมทางกายมีจำกัด 2) ขาดแคลนบุคลากร 3) บุคลากรไม่มีเวลา มีภาระงานหนัก ซึ่ง สอดคล้องกับ กระทรวงสาธารณสุข (2550) ที่เสนอว่า ครูผู้สอนพลศึกษาต้องมีความรู้ และได้รับการฝึกอบรมด้านการจัดกิจกรรมทางกายให้แก่เด็ก และมีตำแหน่งครูพลศึกษาที่มีคุณวุฒิทางพลศึกษาหรือวิทยาศาสตร์การกีฬอย่างน้อย 1 คนต่อโรงเรียน ในระดับประถมศึกษาสัปดาห์ครุพลศึกษาที่เหมาะสมต่อโรงเรียน

1.3.4 ด้านการอำนาจการ โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีครูรับผิดชอบดูแลตลอดเวลาของการจัดกิจกรรม ส่วนข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด คือ มีครูที่ปรึกษาในการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) ไม่มีศูนย์หรือบุคลากรรับผิดชอบโดยตรงในการดูแลกิจกรรม 2) ไม่ได้รับการสนับสนุนจากผู้บริหารโรงเรียน สอดคล้องกับ งานวิจัยของ อมร อนันตรักษ์ (2536) (อ้างถึงในณัฐพล อินทรเสน, 2542) ได้เสนอแนะว่า ผู้บริหารโรงเรียนเป็นบุคคลสำคัญที่จะเป็นผู้นำเป้าหมาย นโยบายการจัดการศึกษาไปสู่การปฏิบัติงานให้เป็นผลสำเร็จ

1.3.5 ด้านการประสานงาน โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด มีการประสานงานกับครูแต่ละฝ่ายที่รับผิดชอบ ดังที่ สมพงษ์ เกษมสิน (2517) (อ้างถึง

ในกัลยา อนันตวงศ์, 2539) การประสานงานเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับตัวบุคคลเป็นสำคัญและเป็นสิ่งที่นักบริหารหรือหัวหน้าจะต้องสร้างสรรค์บรรยากาศของความร่วมมือร่วมใจ เพื่อให้การปฏิบัติงานประสานสอดคล้องกลมกลืนราบรื่น และเรียบร้อย บรรลุเป้าหมายภายในระยะเวลาที่กำหนด ส่วนข้อที่ปฏิบัติต่ำสุดคือ การสื่อสารข้อมูลที่ตรงกันไปในทิศทางเดียวกันของแต่ละฝ่ายงานมีการประสานงานกับครูแต่ละฝ่าย ปัญหาที่พบมากที่สุดคือ ไม่มีการประชุมหรือแจ้งข้อมูลเพื่อทราบ

1.3.6 ด้านงบประมาณ โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีสถานที่เหมาะสมในการจัดกิจกรรม สอดคล้องกับ North Carolina Division of Public Health (2009) ได้เสนอมาตรฐานของกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนไว้ว่า การจัดกิจกรรมหลังเลิกเรียนนั้นต้องมีกิจกรรมที่หลากหลาย จึงต้องมีสถานที่ที่สามารถเอื้อต่อการทำกิจกรรม ครบมีโรงยิมหรือสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ เป็นพื้นที่ที่สามารถใช้ประโยชน์ในการจัดกิจกรรมทั้งในร่มและกลางแจ้ง สิ่งที่สำคัญที่สุดในการเลือกสถานที่ คือ ความปลอดภัย ส่วนข้อที่ปฏิบัติต่ำสุดคือ มีงบประมาณเพียงพอในการจัดกิจกรรม ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ 1) สถานที่ไม่เพียงพอ ไม่เอื้ออำนวย 2) งบประมาณไม่เพียงพอ 3) อุปกรณ์ไม่เพียงพอ ขาดคุณภาพ ซึ่งสอดคล้องกับ กัลยา อนันตวงศ์ (2539) จากงานวิจัยสรุปว่า สถานที่ส่วนใหญ่เป็นคอนกรีต ส่วนใหญ่เป็นสนามกลางแจ้งและใต้ถุนอาคาร ซึ่งมีสภาพพอใช้ ไม่เพียงพอต่อจำนวนนักเรียน รวมถึงอุปกรณ์ด้วย

1.3.7 ด้านการประเมินผล โดยรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อปรากฏว่า ข้อที่ปฏิบัติสูงสุด คือ มีการจัดทำรายงานผลการจัดกิจกรรมสอดคล้องกับ วลีภรณ์ จงแก้ววัฒนา (2554) ผลการวิจัยพบว่าโรงเรียนส่วนใหญ่มีการประเมินผลการปฏิบัติงาน โดยจัดตั้งเป็น คณะกรรมการติดตามและประเมินผลการปฏิบัติงาน จัดให้มีการประเมินผลการปฏิบัติงานได้อย่างเหมาะสม ส่วนข้อที่ปฏิบัติต่ำสุด กำหนดหน่วยงานที่มีหน้าที่ประเมิน ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ ไม่มีการประเมินผลการจัดกิจกรรมประเมินผล ซึ่งกัลยา กิจบุญชู (2546) เสนอว่า การดำเนินการด้านสร้างเสริมสุขภาพจำเป็นต้องมีบุคลากรที่เชี่ยวชาญ ที่รู้ประเด็นปัญหาการวางแผนงาน การสร้างกิจกรรมการดำเนินการ การประเมินผล และปรับปรุงการดำเนินการอย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งการให้คำแนะนำได้

2. การเปรียบเทียบระหว่างขนาดโรงเรียน คือ ขนาดเล็ก ขนาดกลาง และขนาดใหญ่ มีผลต่อการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สรุปคือ ขนาดของโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ไม่มีผลต่อการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนให้กับนักเรียน โดยรูปแบบการจัดกิจกรรมทางกายหลังอาภามีความแตกต่างกันเพื่อให้สอดคล้องกับบริบทของโรงเรียน และการประเมินคุณภาพมาตรฐาน โรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร (SMART School) ประจำปี 2557 สำหรับ โรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร (สำนักการศึกษากรุงเทพมหานคร, 2557).(สำนักการศึกษากรุงเทพมหานคร, 2557b)

3. แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัด กรุงเทพมหานคร โดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB ประกอบด้วย 7 ด้าน คือ ด้านการวางแผน ด้านการดำเนินงาน ด้านบุคลากร ด้านอำนาจการ ด้านประสานงาน ด้านงบประมาณ และด้านประเมินผล และปัจจัยอื่นๆ จำแนกตามขนาดโรงเรียน ได้ดังนี้

3.1 แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน โรงเรียนขนาดเล็ก ในประถมศึกษา สังกัด กรุงเทพมหานคร มีดังนี้

3.1.1. ผู้บริหารโรงเรียนและผู้จัดกิจกรรมมีการวางแผนร่วมกันถึงความเป็นไปได้ในการจัดกิจกรรมมีการเตรียมข้อมูลสำหรับวางแผนกิจกรรม เช่น การสำรวจปัญหาและความสนใจของนักเรียน เพื่อให้ตรงตามความต้องการ การสำรวจช่วงเวลาที่เหมาะสมทั้งนักเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม เป็นต้น สอดคล้องกับ แนวคิดทฤษฎี POSDCORB (1937) (อ้างถึงในฉันทพล อินทรเสน, 2542) ขั้นตอนในการวางแผน 1) ขั้นเตรียมการ เป็นการเตรียมข้อมูล บุคลากร ทรัพยากร วัตถุประสงค์ เป้าหมายในการดำเนินการ รวมทั้งสรุปผลการดำเนินงานที่ผ่านมา 2) ขั้นวิเคราะห์สรุป วิเคราะห์ข้อมูล ข้อเท็จจริงต่างๆ 3) ขั้นดำเนินการวางแผน กำหนดว่าจะทำอะไร (What) อย่างไร (How) ใครทำบ้าง (Who) ที่ไหน (Where) และเมื่อไหร่ (When) 4) ขั้นประเมินผล เป็นการสรุปผลการวางแผน เช่น บอกเวลาที่ได้รับทั้งทางตรง และทางอ้อม ผลกระทบที่อาจเกิดขึ้น สุดท้ายนำเสนอผู้มีอำนาจอนุมัติ

3.1.2. มีนโยบายสนับสนุนเรื่องการมีกิจกรรมทางกาย และมีตัวชี้วัดที่ชัดเจนเพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน สามารถปฏิบัติงานให้ตรงตามเป้าประสงค์ได้

3.1.3 การจัดกิจกรรมใดๆ ควรมีการวางแผนการดำเนินงานและการประชาสัมพันธ์โดยอาศัยช่วงเวลา และควรขอความร่วมมือจากครูและผู้ที่เกี่ยวข้องในการประชาสัมพันธ์ทุกครั้งที่จัดทำโครงการหรือกิจกรรม นอกจากนี้การให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการประชาสัมพันธ์และการจัดกิจกรรมทางกาย นั้น จะทำให้การประชาสัมพันธ์ทั่วถึงมากขึ้น และเป็นการฝึกให้นักเรียนมีความรับผิดชอบอีกด้วย สอดคล้องกับ สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (2552) แนะนำแนวทางการจัดกิจกรรมช่วงเวลาหลังเลิกเรียน ในโครงการพัฒนาระบบเฝ้าระวังปัญหาเสพติดในสถานศึกษาว่า ให้เด็กเป็นผู้จัดกิจกรรมหรือเป็นพี่เลี้ยงในการจัดกิจกรรม พี่เลี้ยงหรือผู้จัดกิจกรรมควรเป็นรุ่นพี่หรือคนวัยใกล้เคียงกันกับกลุ่มเป้าหมาย เพื่อลดช่องว่างในการเข้าร่วมกิจกรรม เป็นการสร้างโอกาสให้กับเยาวชนรุ่นพี่ได้มีเวทีฝึกทักษะและ/หรือทำกิจกรรมเพื่อสังคม เสริมสร้างคุณค่าในตน ตลอดจนเป็นการสร้างตัวแบบที่ดีให้กับเด็ก และเยาวชนได้รับรู้จากประสบการณ์ตรง

3.1.4 มีการเพิ่มอัตรากำลังบุคลากรตรงตามวุฒิการศึกษา สามารถจัดภาระงานให้เหมาะสมกับความสามารถของบุคลากรได้ แต่เนื่องจากอัตราบุคลากรนั้นมีจำนวนตำแหน่งจำกัดในแต่ละโรงเรียน สิ่งสำคัญที่โรงเรียนควรจัดให้มีคือ การจัดอบรมให้บุคลากรทั้งกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา หรือกลุ่มสาระอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง North Carolina Division of Public Health (2009) ได้เสนอมาตรฐาน

ของกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนไว้ว่า คุณสมบัติของผู้ปฏิบัติงานหรือเรียกว่า ผู้นำกิจกรรม เป็นกุญแจสำคัญที่จะสร้างมาตรฐานของกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนได้เป็นอย่างดี เป็นบุคคลที่ต้องได้รับการฝึกและอบรมความรู้ ความสามารถในเรื่องเกี่ยวกับกิจกรรมหลังเลิกเรียนเป็นอย่างดี สามารถจัดการวางแผน มีประสบการณ์และสามารถสร้างสรรค์กิจกรรมทางกายได้อย่างเหมาะสม

3.1.5 มีการจัดประชุม แจ้งข้อมูลให้ทราบ หรือมีการประสานงานหลายช่องทางมากขึ้น ให้เกิดความหลากหลายในการส่งสารและรับสาร เพื่อความเข้าใจในการดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่องได้รวดเร็วมากขึ้น ครูผู้จัดกิจกรรมมีหน้าที่ในการสอบถามความคืบหน้า หรือปัญหาที่พบระหว่างดำเนินกิจกรรมเป็นระยะๆ

3.1.6 มีการจัดสรรงบประมาณให้เพียงพอการจัดกิจกรรมทางกาย และมีการวางแผนสำรองในการขอความร่วมมือจากหน่วยงานอื่นๆ เช่น ชุมชน องค์กรของรัฐและเอกชน เป็นต้น และควรจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับปัจจัยพื้นฐานที่มี คือ งบประมาณ อุปกรณ์และสถานที่ที่มีอยู่ สอดคล้องกับ กัลยา กิจบุญชู (2546) ได้เสนอแนะแนวทางการดำเนินการส่งเสริมการออกกำลังกายในโรงเรียนและชุมชนไว้ว่า การมีสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยให้เด็กเคลื่อนไหวและออกกำลังกายอย่างสนุกสนาน การจัดสถานที่ ควรคำนึงถึงความปลอดภัย สะดวก และกระตุ้นให้เด็กอยากเล่นทั้งก่อนและหลังการเข้าเรียน รวมทั้งในระหว่างการพัก ซึ่งสามารถดำเนินการร่วมกับชุมชนและหน่วยงานองค์กรต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน โดยการใช้สถานที่ที่มีอยู่แล้วเพียงต้องการการบริหารจัดการเพื่อสร้างกิจกรรมที่น่าสนใจให้แก่คนในชุมชนและมีการดูแลรักษาสถานที่ตามควร

3.1.7 ติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่องโดยให้ผู้จัดการกิจกรรมหรือผู้รับผิดชอบเป็นผู้ประเมินซึ่งจะเป็นประโยชน์ทั้งด้านการพัฒนาและปรับปรุงในครั้งต่อไปด้วย ซึ่ง กัลยา กิจบุญชู (2546) เสนอว่า การดำเนินการด้านสร้างเสริมสุขภาพจำเป็นต้องมีบุคลากรที่เกี่ยวข้องหลายฝ่าย ที่รู้ประเด็นปัญหาการวางแผนงาน การสร้างกิจกรรมการดำเนินการ การประเมินผลและปรับปรุงการดำเนินการอย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งการให้คำแนะนำได้

3.1.8 ปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบผลความสำเร็จ คือ 1) ทักษะ ความตั้งใจ และความชอบของนักเรียน 2) ความรับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อม ความเสียสละของครู 3) ผู้บริหารโรงเรียนให้การสนับสนุน

3.1.9 ผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรมได้เสนอให้มีการจัดกิจกรรมกายบริหารรูปแบบแอโรบิก กีฬาฟุตบอลและฟุตซอล และกีฬาที่เด็กสนใจในรูปแบบของชมรมกีฬาและจัดกีฬาประจำปี ส่วนนักเรียนได้เสนอความต้องการมีกิจกรรมกีฬา คือ ฟุตบอลและฟุตซอล กายบริหาร วอลเลย์บอล และแบดมินตัน โดยอาจจะจัดอุปกรณ์และสถานที่ให้พร้อมเล่น หรือมีการจัดการแข่งขันระหว่างชั้นเรียนเป็นต้น โดยช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้ออกกำลังกายมากที่สุดคือ ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน สอดคล้องกับ กัลยา กิจบุญชู (2546) ได้เสนอแนะแนวทางการดำเนินการส่งเสริมการออกกำลังกายในโรงเรียนและชุมชนไว้ว่า

กิจกรรมนอกเหนือจากชั่วโมงพลศึกษาสามารถทำได้ในช่วงก่อนระหว่างและหลังเลิกเรียน โดยเป็นกิจกรรมที่หลากหลาย จะช่วยให้เด็กมีทางเลือกที่ตนเองชอบ

3.2 แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน โรงเรียนขนาดกลาง ในประถมศึกษา สังกัด กรุงเทพมหานคร มีดังนี้

3.2.1 ผู้บริหารโรงเรียนและผู้จัดกิจกรรมมีการวางแผนร่วมกันถึงความเป็นไปได้ในการจัดกิจกรรมมีการเตรียมข้อมูลสำหรับวางแผนกิจกรรม เช่น การสำรวจช่วงเวลาที่เหมาะสมทั้งนักเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม การสำรวจปัญหาและความสนใจของนักเรียนเพื่อให้สอดคล้องต่อความต้องการ เป็นต้น และมีส่วนร่วมในการประเมินผลและสรุปการวางแผนการจัดกิจกรรมเพื่อมีจุดมุ่งหมายไปในทิศทางเดียวกัน ส่งผลต่อการดำเนินการจัดกิจกรรมต่อไป สอดคล้องกับ แนวคิดทฤษฎี POSDCORB (1937) (อ้างถึงในฉันทพล อินทรเสน, 2542) ขั้นตอนในการวางแผน 1) ขั้นตอนเตรียมการ เป็นการเตรียมข้อมูล บุคลากร ทรัพยากร วัตถุประสงค์ เป้าหมายในการดำเนินการ รวมทั้งสรุปผลการดำเนินงานที่ผ่านมา 2) ขั้นตอนวิเคราะห์สรุป วิเคราะห์ข้อมูล ข้อเท็จจริงต่างๆ 3) ขั้นตอนดำเนินการวางแผน กำหนดว่าจะทำอะไร (What) อย่างไร (How) ใครทำบ้าง (Who) ที่ไหน (Where) และเมื่อไหร่ (When) 4) ขั้นตอนประเมินผล เป็นการสรุปผลการวางแผน เช่น บอกเวลาที่ได้รับทั้งทางตรง และทางอ้อม ผลกระทบที่อาจเกิดขึ้น สุดท้ายนำเสนอผู้มีอำนาจอนุมัติ

3.2.2 การมีการประชาสัมพันธ์กิจกรรมก่อนที่จะจัดกิจกรรม ขอความร่วมมือจากครูและผู้ที่เกี่ยวข้องในการประชาสัมพันธ์ นอกจากนี้การให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการประชาสัมพันธ์และการจัดกิจกรรมทางกายนั้น จะทำให้การประชาสัมพันธ์ทั่วถึงมากขึ้น และเป็นการฝึกให้นักเรียนมีความรับผิดชอบอีกด้วย สอดคล้องกับ วาสนา คุณณาภิสิทธิ์ (2550) มีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการเพิ่มระดับกิจกรรมทางกายว่า สื่อประชาสัมพันธ์มีส่วนช่วยจูงใจให้เยาวชนได้ออกกำลังกาย เล่นกีฬาและมีชีวิตที่กระตือรือร้นโดยใช้ยุทธศาสตร์ที่ออกแบบเพื่อส่งเสริมให้เยาวชนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางกายและกีฬาในชีวิตประจำวันอย่างสนุกสนานและปลอดภัย

3.2.3 การระบุหน้าที่ความรับผิดชอบให้บุคลากรอย่างชัดเจน จะทำให้กิจกรรมสามารถดำเนินกิจกรรมได้อย่างราบรื่น เพราะเมื่อมีผู้รับผิดชอบโดยตรงแล้ว การดูแลและติดตามความคืบหน้าของกิจกรรมจะเป็นไปอย่างมีระบบ

3.2.4 มีการเพิ่มอัตรากำลังบุคลากรตรงตามวุฒิการศึกษา สามารถจัดภาระงานให้เหมาะสมกับความสามารถของบุคลากรได้ แต่เนื่องจากอัตราบุคลากรนั้นมีจำนวนตำแหน่งจำกัดในแต่ละโรงเรียน สิ่งสำคัญที่โรงเรียนควรจัดให้มีคือ การจัดอบรมให้บุคลากรทั้งกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา หรือกลุ่มสาระอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยขอความร่วมมือจากหน่วยงานรัฐและเอกชน ในการเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินการจัดกิจกรรมและนิเทศก์ วาสนา คุณณาภิสิทธิ์ (2550) เสนอว่าเปิดโอกาสให้หน่วยงานการศึกษาของรัฐและภาควิชาสุขศึกษาและพลศึกษาได้ทำงานร่วมกัน เพื่อช่วยให้โรงเรียนนำหลักสูตรพล

ศึกษาและโปรแกรมกิจกรรมทางกายอื่นๆไปใช้ได้อย่างมีคุณภาพโดย 1) มีผู้ประสานงานของรัฐที่ทำงานเต็มเวลาเพื่อโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียน 2) ทำงานในฐานะเป็นส่วนหนึ่งของโปรแกรมสุขภาพในโรงเรียน 3) ได้รับการสนับสนุนจากองค์กรทั้งภาครัฐและไม่ใช่ภาครัฐ

3.2.5 มีการควบคุมดูแลกิจกรรมทางกายโดยครูหรือนักเรียนอย่างเป็นระบบ หรือจัดบุคลากรรับผิดชอบโดยตรงในการดูแลกิจกรรม สามารถแก้ไขหรือให้คำปรึกษาได้ทันที ในกรณีที่มีปัญหาเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมทางกาย

3.2.6 มีการจัดประชุม แลกเปลี่ยนข้อมูลให้ทราบ หรือมีการประสานงานหลายช่องทางมากขึ้น ให้เกิดความหลากหลายในการส่งสารและรับสาร เพื่อความเข้าใจในการดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่องได้รวดเร็วมากขึ้น ครูผู้จัดกิจกรรมมีหน้าที่ในการสอบถามความคืบหน้า หรือปัญหาที่พบระหว่างดำเนินกิจกรรมเป็นระยะๆ

3.2.7 มีการจัดสรรงบประมาณให้เพียงพอการจัดกิจกรรมทางกาย และมีการวางแผนสำรองในการขอความร่วมมือจากหน่วยงานอื่นๆ เช่น ชุมชน องค์กรของรัฐและเอกชน เป็นต้น และควรจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับปัจจัยพื้นฐานที่มี คือ งบประมาณ อุปกรณ์และสถานที่ที่มีอยู่ สอดคล้องกับ กัลยา กิจบุญชู (2546) ได้เสนอแนะแนวทางการดำเนินการส่งเสริมการออกกำลังกายในโรงเรียนและชุมชนไว้ว่า การมีสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยให้เด็กเคลื่อนไหวและออกกำลังกายอย่างสนุกสนาน การจัดสถานที่ ควรคำนึงถึงความปลอดภัย สะดวก และกระตุ้นให้เด็กอยากเล่นทั้งก่อนและหลังการเข้าเรียน รวมทั้งในระหว่างการพัก ซึ่งสามารถดำเนินการร่วมกับชุมชนและหน่วยงานองค์กรต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน โดยการใช้สถานที่ที่มีอยู่แล้วเพียงต้องการการบริหารจัดการเพื่อสร้างกิจกรรมที่น่าสนใจให้แก่คนในชุมชนและมีการดูแลรักษาสถานที่ตามควร

3.2.8 กำหนดหน่วยงานที่มีหน้าที่ประเมิน ติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่องโดยให้ผู้จัดการกิจกรรมหรือผู้รับผิดชอบเป็นผู้ประเมินซึ่งจะเป็นประโยชน์ทั้งด้านการพัฒนาและปรับปรุงในครั้งต่อไปด้วย กัลยา กิจบุญชู (2546) ได้เสนอแนะแนวทางการดำเนินการส่งเสริมการออกกำลังกายในโรงเรียนและชุมชนไว้ว่า การประเมินผลเป็นระยะๆ ไม่ว่าจะในรูปแบบการนำเสนออุปกรณ์ที่เกี่ยวข้องกับความสัมฤทธิ์ผลของโครงการสร้างเสริมสุขภาพ จำเป็นต้องมีการประเมินผลเป็นระยะๆ เพื่อให้เกิดความเข้าใจถึงคุณภาพของการดำเนินการ และหาแนวทางปรับปรุงให้ดีขึ้น

3.2.9 ปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบผลความสำเร็จ คือ 1) ความรับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อมและเสียสละของครูผู้จัดกิจกรรม 2) ทักษะ ความตั้งใจและความสนใจของนักเรียน 3) การได้รับการสนับสนุนของผู้บริหารโรงเรียน

3.2.10 ผู้บริหารโรงเรียนและครูผู้จัดกิจกรรมมีข้อเสนอในการจัดฟุตบอลและฟุตซอล กิจกรรมกายบริหาร เช่น แอโรบิก และกีฬาเปตอง ส่วนนักเรียนได้เสนอให้มีการจัดกิจกรรมเพิ่มเติม มากที่สุดคือ กีฬาฟุตบอลและฟุตซอล รองลงมาคือ กีฬาบาสเกตบอล และกีฬาแบดมินตัน ตามลำดับ โดยช่วงเวลาที่

นักเรียนอยากให้ออกกิจกรรมมากที่สุดคือ ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน สอดคล้องกับ วิลาสินี อดุลยานนท์ (2553) เสนอว่า ควรให้ออกงานนักเรียนที่จะมีกิจกรรมอย่างกระฉับกระเฉงในระหว่างชั่วโมงการเรียนการสอนในช่วงพักช่วงรับประทานอาหารกลางวัน และหลังเลิกเรียน

3.3 แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน โรงเรียนขนาดใหญ่ ในประถมศึกษา สังกัด กรุงเทพมหานคร มีดังนี้

3.3.1 มีนโยบายสนับสนุนเรื่องการจัดกิจกรรมทางกาย ในกิจกรรมประจำปี และมีตัวชี้วัดที่ชัดเจน เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน สามารถปฏิบัติงานให้ตรงตามเป้าประสงค์ได้จริง

3.3.2 ผู้บริหารโรงเรียนและผู้จัดกิจกรรมมีการวางแผนร่วมกัน วิเคราะห์ความเป็นไปได้ในการจัดกิจกรรม มีการเตรียมข้อมูลสำหรับวางแผนกิจกรรม เช่น การสำรวจช่วงเวลาที่เหมาะสมทั้งนักเรียนและครูผู้จัดกิจกรรม การสำรวจปัญหาและความสนใจของนักเรียนเพื่อให้สอดคล้องต่อความต้องการ เป็นต้น และมีส่วนร่วมในการประเมินผลและสรุปการวางแผนการจัดกิจกรรมเพื่อมีจุดมุ่งหมายไปในทิศทางเดียวกัน ส่งผลต่อการดำเนินการจัดกิจกรรมต่อไป สอดคล้องกับ แนวคิดทฤษฎี POSDCORB (1937) (อ้างถึงในฉันทพล อันตรเสน, 2542) ขั้นตอนในการวางแผน 1) ขั้นตอนเตรียมการ เป็นการเตรียมข้อมูล บุคลากร ทรัพยากร วัตถุประสงค์ เป้าหมายในการดำเนินการ รวมทั้งสรุปผลการดำเนินงานที่ผ่านมา 2) ขั้นตอนวิเคราะห์สรุป วิเคราะห์ข้อมูล ข้อเท็จจริงต่างๆ 3) ขั้นตอนดำเนินการวางแผน กำหนดว่าจะทำอะไร (What) อย่างไร (How) ใครทำบ้าง (Who) ที่ไหน (Where) และเมื่อไหร่ (When) 4) ขั้นตอนประเมินผล เป็นการสรุปผลการวางแผน เช่น บอกเวลาที่ได้รับทั้งทางตรง และทางอ้อม ผลกระทบที่อาจเกิดขึ้น สุดท้ายนำเสนอผู้มีอำนาจอนุมัติ

3.3.3 มีการประชาสัมพันธ์กิจกรรมก่อนที่จะจัดกิจกรรมให้ทราบ โดยขอความร่วมมือจากครูผู้จัดกิจกรรมหรือผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง นอกจากนี้การให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการประชาสัมพันธ์และการจัดกิจกรรมทางกายนั้น จะทำให้การประชาสัมพันธ์ทั่วถึงมากขึ้น และเป็นการฝึกให้นักเรียนมีความรับผิดชอบอีกด้วย

3.3.4 มีการเพิ่มอัตราค่าจ้างบุคลากรตรงตามวุฒิการศึกษา สามารถจัดการงานให้เหมาะสมกับความสามารถของบุคลากรได้ แต่เนื่องจากอัตราบุคลากรนั้นมีจำนวนตำแหน่งจำกัดในแต่ละโรงเรียน สิ่งสำคัญที่โรงเรียนควรจัดให้มีคือ การจัดอบรมให้บุคลากรทั้งกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา หรือกลุ่มสาระอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ซึ่ง สำนักงานเลขาธิการ (2557) หมวด 2 มาตรฐานการปฏิบัติงาน ข้อ 11 ว่า ผู้ประกอบวิชาชีพครู ต้องมีมาตรฐานการปฏิบัติงาน ดังต่อไปนี้ 1) ปฏิบัติกิจกรรมทางวิชาการเพื่อพัฒนาวิชาชีพครูให้ก้าวหน้าอยู่เสมอ 2) ตัดสินใจปฏิบัติกิจกรรมต่างๆโดยคำนึงถึงผลที่จะเกิดขึ้นกับนักเรียน 3) มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้เติบโตเต็มศักยภาพ 4) พัฒนาแผนการสอนให้สามารถปฏิบัติได้จริงในชั้นเรียน 5) พัฒนาสื่อการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพอยู่เสมอ 6) จัดกิจกรรมทางเรียนการสอนให้ผู้เรียนรู้จักคิด วิเคราะห์ คิดสร้างสรรค์โดยเน้นผลถาวร ที่เกิดแก่ผู้เรียน 7) รายงานผลการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน



ได้อย่างมีระบบ 8) ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีต่อผู้เรียน 9) ร่วมมือกับผู้อื่นในสถานศึกษาอย่างสร้างสรรค์ 10) ร่วมมือกับผู้อื่นในชุมชนอย่างสร้างสรรค์ 11) แสวงหาและใช้ข้อมูลข่าวสารเพื่อพัฒนา 12) สร้างโอกาสให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ในทุกสถานการณ์

3.3.5 มีการควบคุมดูแลกิจกรรมทางกายโดยครูหรือนักเรียนอย่างเป็นระบบ หรือจัดบุคลากรรับผิดชอบโดยตรงในการดูแลกิจกรรม สามารถแก้ไขหรือให้คำปรึกษาได้ทันที ในกรณีที่มีปัญหาเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมทางกาย

3.3.6 มีการจัดประชุม แลกเปลี่ยนข้อมูลให้ทราบ หรือมีการประสานงานหลายช่องทางมากขึ้น ให้เกิดความหลากหลายในการส่งสารและรับสาร เพื่อความเข้าใจในการดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่องได้รวดเร็วมากขึ้น ครูผู้จัดกิจกรรมมีหน้าที่ในการสอบถามความคืบหน้า หรือปัญหาที่พบระหว่างดำเนินกิจกรรมเป็นระยะๆ

3.3.7 การจัดสรรงบประมาณให้เพียงพอการจัดกิจกรรมทางกาย และมีการวางแผนสำรองในการขอความร่วมมือจากหน่วยงานอื่นๆ เช่น ชุมชน องค์กรของรัฐและเอกชน เป็นต้น และควรจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับปัจจัยพื้นฐานที่มี คือ งบประมาณ อุปกรณ์และสถานที่ที่มีอยู่ สอดคล้องกับ North Carolina Division of Public Health (2009) ได้เสนอมาตรฐานของกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนไว้ว่า ฐานองค์กรชุมชน (Community-Based Organizations) ปรึกษาอุปกรณ์ที่ใช้สำหรับกิจกรรมหลังเลิกเรียนและร่วมสนับสนุนพื้นที่ที่สามารถใช้จัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน

3.3.8 กำหนดหน่วยงานที่มีหน้าที่ประเมิน ติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่องโดยให้ผู้จัดกิจกรรมหรือผู้รับผิดชอบเป็นผู้ประเมินซึ่งจะเป็นประโยชน์ทั้งด้านการพัฒนาและปรับปรุงในครั้งต่อไป ด้วยสอดคล้องกับ North Carolina Division of Public Health (2009) ได้เสนอมาตรฐานของกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนไว้ว่า การประเมินผลเป็นขั้นตอนที่เป็นประโยชน์ต่อการปรับปรุงและการพัฒนางานสามารถประเมินคุณภาพกิจกรรม การดำเนินการจัดกิจกรรม ผลสัมฤทธิ์ของการจัดกิจกรรม ได้เป็นอย่างดี โดยมีการวัดและประเมินผลหลายวิธี เช่น แบบสอบถาม แบบสังเกต การทดสอบสมรรถภาพทางกาย เป็นต้น กิจกรรมสามารถใช้การประเมินเพื่อหาสิ่งที่ต้องปรับปรุงเปลี่ยนแปลงและสิ่งที่ต้องรักษามาตรฐานไว้

3.3.9 ปัจจัยที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบผลความสำเร็จ คือ 1) ทักษะ ความตั้งใจและความสนใจของนักเรียน 2) ความรับผิดชอบดูแล ความรับผิดชอบดูแลการฝึกซ้อม/เสียสละของครู 3) การสนับสนุนของผู้บริหารโรงเรียน

3.3.10 ผู้บริหารโรงเรียนหรือครูผู้จัดกิจกรรมเสนอให้มีการจัดกีฬาที่เด็กสนใจ ในรูปแบบกีฬาสี่, กิจกรรมกายบริหาร เช่น แอโรบิก และวิ่งเพื่อสุขภาพ ส่วนนักเรียนได้เสนอให้มีการจัดกิจกรรมมากที่สุดคือ ฟุตบอล/ฟุตซอล รองลงมาคือ กายบริหาร เช่น แอโรบิก และกิจกรรมนันทนาการ ตามลำดับ โดยช่วงเวลาที่นักเรียนอยากให้จัดกิจกรรมมากที่สุดคือ ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน สอดคล้องกับ กัลยา กิจบุญชู (2546) ได้เสนอแนะแนวทางการดำเนินการส่งเสริมการออกกำลังกายในโรงเรียนและชุมชนไว้ว่า กิจกรรม

นอกเหนือจากชั่วโมงพลศึกษาสามารถทำได้ในช่วงก่อนระหว่างและหลังเลิกเรียน โดยเป็นกิจกรรมที่หลากหลาย จะช่วยให้เด็กมีทางเลือกที่ตนเองชอบ

### ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. การฝึกอบรมบุคลากรมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งในการพัฒนาคนและพัฒนางาน และสามารถควบคุมด้านงบประมาณและทรัพยากรได้ สามารถนำความรู้ที่ได้มาประยุกต์กับบริบทที่โรงเรียนมีใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ให้คุ้มค่า ด้วยความสามารถที่ตนเองมี นอกจากนี้ได้ความรู้ความเข้าใจแล้ว สิ่งที่ได้คือได้แบ่งปันประสบการณ์ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ พบปะกับบุคลากรสายงานเดียวกัน สร้าง

ความกลมเกลียวมีเครือข่ายที่จะช่วยให้การพัฒนางานนั้นก้าวไปได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

2. ความต้องการและความสนใจของผู้เรียนเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้กิจกรรมทางกายนั้นดำเนินต่อไปได้อย่างต่อเนื่อง จึงควรมีการสำรวจเพื่อหาความต้องการของผู้เข้าร่วมก่อน

3. แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร สามารถนำผลการวิจัยไปปรับ ประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมตามบริบทของแต่ละโรงเรียน เพื่อพัฒนาและส่งเสริมการจัดกิจกรรมทางกายสำหรับโรงเรียนตนเองได้

### ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่เฉพาะเจาะจงคือ ผู้ดำเนินการจัดกิจกรรมทางกาย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์และตรงกับสภาพความเป็นจริงมากที่สุด

2. ศึกษาเปรียบเทียบระหว่างขนาดโรงเรียนต่อการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนต่างจังหวัด เนื่องจากปัจจัยพื้นฐานแตกต่างกัน

3. ควรมีการศึกษาจุดแข็ง จุดอ่อน โอกาสและอุปสรรค (SWOT Analysis) ของโรงเรียนที่มีผลต่อการจัดกิจกรรมทางกายให้ครอบคลุมและชัดเจนมากขึ้น

## รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กรมพลศึกษา. (2551). *รายการผลการวิจัยการใช้เวลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ใน กรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ครุสภาลาดพร้าว.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2548). *ผลการสำรวจสถานการณ์การดำเนินงานด้านนโยบายและการปฏิบัติด้านการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกาย ของสถานศึกษา*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2550). *ข้อเสนอแนะ แนวทางการมีกิจกรรมทางกาย (Physical Activity) ที่เหมาะสมสำหรับเด็กและเยาวชนในโรงเรียน*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กัลยา กิจบุญชู. (2546). *แนวทางการส่งเสริมการออกกำลังกายในโรงเรียน*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กัลยา อนันตวงศ์. (2539). *สภาพและปัญหาการดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต, ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ฉัตรชัย ตั้งศรีทอง. (2547). *สภาพและปัญหาการจัดการแข่งขันกีฬาของโครงการกีฬาต้านยาเสพติดในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดนครราชสีมา*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรบัณฑิต, สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ณัฐพล อันตรเสน. (2542). *การศึกษาปัญหาการจัดการจัดและดำเนินการโครงการนันทนาการในโรงเรียน สำหรับเด็กพิเศษ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ดวงพร ศุภพิชน์. (2555). *การพัฒนารูปแบบการเพิ่มกิจกรรมทางกายของเด็กวัยรุ่นในโรงเรียน: การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, วิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและกีฬา มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ประมะ สตะเวทิน. (2534). *เอกสารการสอนชุดวิชาหลักและทฤษฎีการสื่อสาร*. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ประพล พุทธสุวรรณ. (2543). *สภาพและปัญหาการจัดการจัดกิจกรรมพลศึกษาในโครงการโรงเรียนสามประโยชน์ของโรงเรียน สังกัดกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรบัณฑิต, วิชาเอกพลศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธ์. (2553). *เด็กไทยไร้พุง: ความด้อยประสิทธิผลและความไร้ประสิทธิภาพของการจัดการ*. <http://www.manager.co.th/daily/ViewNews.aspx?NewsID=953000013684>
- มหาวิทยาลัยมหิดล. (2523). *พระราชดำรัสในโอกาสประชุมสัมมนาเรื่อง การออกกำลังเพื่อสุขภาพ ณ มหาวิทยาลัยมหิดล* <http://3king.lib.kmutt.ac.th/King9CD/chapter14/page34.html>
- วรารัตน์ ทรัพย์อิม. (2552). *ผลของการใช้การศึกษาด้านโภชนาการสำหรับผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาลที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐานโดยใช้โมเดลปลาหู*. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาปฐมวัย ภาควิชาหลักสูตรและเทคโนโลยีการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วลัยลักษณ์ ภูพิพัฒน์. (2548). *การดำเนินงานบริหารจัดการโครงการหนึ่งตำบลหนึ่งผลิตภัณฑ์*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชาบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- วลีภรณ์ จงแก้ววัฒนา. (2554). *การศึกษาการบริหารงานบุคคล ด้านบุคลากรครูของโรงเรียนในสังกัดกรุงเทพมหานคร*. *An Online Journal of Education* 6(1), 1397-1411.
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2550). *เป้าหมายของการจัดกิจกรรมทางกายในสถานศึกษาให้สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน*. <http://www.tahper.or.th/Chiang%20mai/9956/56.pdf>
- วีไลวรรณ ภูทอง. (2539). *การบริหารโครงการของโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วิจักขณ์ อัครเลิศพานิช. (2542). *ปัจจัยที่มีผลต่อการเข้ามามีส่วนร่วมของประชาชนในการบริหารจัดการลานกีฬาของกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาสังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการบริหารและนโยบายสวัสดิการสังคม คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- วิลาสินี อดุลยานนท์. (2553). *กฎบัตรโตรอนโตเพื่อกิจกรรมทางกาย: ข้อเสนอระดับโลกเพื่อให้เกิดการปฏิบัติ*. <http://en.thaihealth.or.th/system/files/AW%20toronto%20web%20THAI%20final29072010.pdf>
- วีระพล จันทรศิลา. (2540). *สภาพปัญหาการดำเนินการจัดกิจกรรมนักเรียนตามทรรศนะผู้บริหารและอาจารย์ กิจกรรมในโรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษา: ศึกษาเฉพาะกรณี จังหวัดพิษณุโลก*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษามหาบัณฑิต, วิชาเอกการบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- ศิริชัย พงษ์วิชัย. (2552). *การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วยคอมพิวเตอร์*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมพล สงวนรังศิริกุล. (2546). *ข้อเสนอแนะการออกกำลังกายสำหรับเด็ก 2-12 ปี*. นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สำนักผังเมือง. (2555). *การกระจายตัวของสถานศึกษาทุกสังกัดในเขตกรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพมหานคร: สำนักผังเมืองกรุงเทพมหานคร.

สำนักการศึกษากรุงเทพมหานคร. (2557a). *โรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานครจำแนกตามขนาดโรงเรียน*.

<http://www.bangkokeducation.in.th/cms/download/stat/file/37.pdf>

สำนักการศึกษากรุงเทพมหานคร. (2557b). *การประเมินคุณภาพมาตรฐานโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร (SMART School) ประจำปี 2557*.

<http://www.bangkokeducation.in.th/cms/download/download/file/63.pdf>

สำนักงานเลขาธิการ. (2557). *การรับรองปริญญาและประกาศนียบัตรทางการศึกษา*. กรุงเทพมหานคร.

สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. (2552). *แนวทางการจัดกิจกรรมช่วงเวลาหลังเลิกเรียน (บ้านหลังเรียน)*. กรุงเทพมหานคร.

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2552). *แนวปฏิบัติการวัดและประเมินผลการเรียนรู้*

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทยจำกัด.

สุคนธ์ ปรัชญาวงศ์ชัย. (2542). *ศึกษาดำเนินงานโครงการโรงเรียนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคมในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารศึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

ภาษาอังกฤษ

Beets, Michael W, Wallner, Megan, & Beighle, Aaron. (2010). *Defining standards and policies for promoting physical activity in afterschool programs*. *Journal of School Health*, 80(8), 411-417.

Denise Huang. (2008). *Identification of key indication for quality in afterschool programs*. University of California, Los Angeles: National Center for Research on Evaluation, Standards, and Student Testing.

North Carolina Division of Public Health. (2009). *Move More North Carolina: Recommended Standards for After-School Physical Activity*. North Carolina: North Carolina Division of Public Health (Raleigh).

World Health Organization. (2003). *World Health Organization: process for a global strategy on diet, physical activity and health*.



ภาคผนวก ก  
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ



### รายนามผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

1. รองศาสตราจารย์ ดร. รัชนี ขวัญบุญจันทร์  
อาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมบูรณ์ อินทร์ถมยา  
อาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. รองศาสตราจารย์ ดร. เอ็มอัชฌา วัฒนบูรานนท์  
อาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ มานิต โกศลอินทรีย์  
อาจารย์กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา  
โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถม
5. อาจารย์พีระเดช สู้สุข  
อาจารย์กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา  
โรงเรียนปทุมวนาราม สังกัดกรุงเทพมหานคร



ภาคผนวก ข  
หนังสือเชิญผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY



ที่ ศธ 0512.6(2771)/57-

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

9 ตุลาคม 2557

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์พีระเดช สู้สุข

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นางสาวจุฑารัตน์ ภัทรเกษวิทย์ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา และพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ติงศภักดิ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

(รองศาสตราจารย์ ดร.เนาวนิตย์ สงคราม)

รองคณบดี

ปฏิบัติราชการแทนคณบดี

งานหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2681-82 ต่อ 608



ที่ ศธ 0512.6(2771)/57-

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330  
9 ตุลาคม 2557

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ มานิต โกศลอินทรีย์

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นางสาวจุฑารัตน์ ภัทรเกษวิทย์ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษา และพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ติงศภัทีย์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

(รองศาสตราจารย์ ดร.เนาวนิตย์ สงคราม)

รองคณบดี

ปฏิบัติราชการแทนคณบดี

งานหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2681-82 ต่อ 608



## บันทึกข้อความ

**ส่วนงาน** งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาฯ โทร. 82681-2 ต่อ 608

**ที่** ศธ 0512.6(2771)/57-

**วันที่** 9 ตุลาคม 2557

**เรื่อง** ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

**เรียน** รองศาสตราจารย์ ดร.เอ็มอัชฌา วัฒนบุรานนท์

ด้วย นางสาวจุฑารัตน์ ภัทรเกษวิทย์ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษา และพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ติงศภัทิตย์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (รองศาสตราจารย์ ดร.เนาวนิตย์ สงคราม)  
CHULALONGKORN UNIVERSITY รองคณบดี



## บันทึกข้อความ

**ส่วนงาน** งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาฯ โทร. 82681-2 ต่อ 608

**ที่** ศธ 0512.6(2771)/57-

**วันที่** 9 ตุลาคม 2557

**เรื่อง** ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

**เรียน** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมบูรณ์ อินทร์ธมยา

ด้วย นางสาวจุฑารัตน์ ภัทรเกษวิทย์ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษา และพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ดิงศภัทย์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (รองศาสตราจารย์ ดร.เนาวนิตย์ สงคราม)  
CHULALONGKORN UNIVERSITY รองคณบดี



## บันทึกข้อความ

**ส่วนงาน** งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์ฯ โทร. 82681-2 ต่อ 608

**ที่** ศธ 0512.6(2771)/57-

**วันที่** 9 ตุลาคม 2557

**เรื่อง** ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

**เรียน** รองศาสตราจารย์ ดร.รัชณี ขวัญบุญจัน

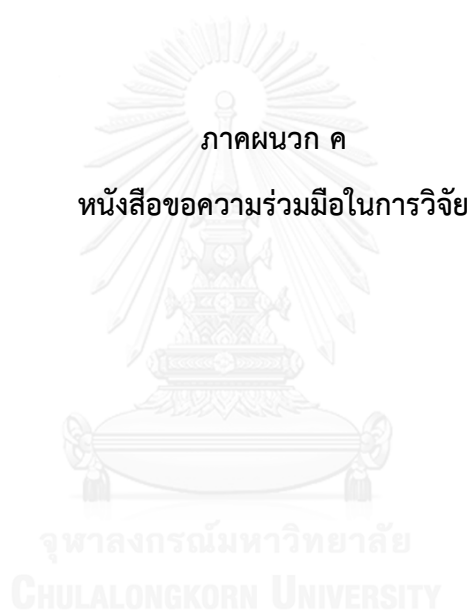
ด้วย นางสาวจุฑารัตน์ ภัทรเกษวิทย์ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา และพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ติงศภัทย์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.เนาวนิตย์ สงคราม)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

รองคณบดี





ที่ ศธ 0512.6(2791.10)/58-

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330  
มกราคม 2558

เรื่อง ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลวิจัย  
เรียน

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นางสาวจุฑารัตน์ ภัทรเกษวิทย์ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษา และพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ในระหว่างการทำนิพนธ์เรื่อง “แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ติงศภัทย์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องขอเก็บข้อมูลวิจัยด้วยแบบสอบถามกับผู้อำนวยการโรงเรียน ครูและนักเรียน ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดอนุญาตให้นิสิตได้ทำการเก็บข้อมูลวิจัยดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

(รองศาสตราจารย์ ดร.เนาวนิตย์ สงคราม)

รองคณบดี

ปฏิบัติราชการแทนคณบดี

งานหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2681-2 ต่อ 608

เบอร์โทรติดต่อนิสิตผู้วิจัย : 084-333-2742 Email: rath\_bu@hotmail.com





ที่ ศธ 0512.6(2791.10)/58-

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

พฤษภาคม 2558

เรื่อง ขอขอบคุณ

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียน

ตามที่ท่านได้กรุณาให้ความร่วมมือในการทำวิจัยวิทยานิพนธ์กับ นางสาวจุฑารัตน์ ภัทรเกษ  
วิทย์ นิสิตหลักสูตรครุศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการ  
สอน เรื่อง “แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัด  
กรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุธนะ ดิงศภักดิ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในความ  
ร่วมมือจากท่านครั้งนี้ทำให้นิสิตสามารถดำเนินงานวิจัยให้สำเร็จลุล่วงตามวัตถุประสงค์

คณะครุศาสตร์ ขอขอบคุณและหวังว่าจะได้รับความร่วมมือด้วยดีในโอกาสต่อไป

ขอแสดงความนับถือ  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

(รองศาสตราจารย์ ดร.เนาวนิตย์ สงคราม)

รองคณบดี

ปฏิบัติราชการแทนคณบดี

ภาคผนวก ง  
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



## แบบสอบถามเพื่อการวิจัยเรื่อง

แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร  
(GUIDELINES FOR MANAGING AFTER-SCHOOL PHYSICAL ACTIVITY IN  
ELEMENTARY SCHOOLS UNDER BANGKOK METROPOLITAN ADMINISTRATION)

**กิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน** หมายถึง กิจกรรมที่เน้นกิจกรรมทางกายที่ใช้เวลานานอกเหนือไปจากเวลาที่ใช้ในการเรียนการสอนตามที่ปรากฏอยู่ในตารางสอน คือ ก่อนเข้าเรียน ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียน และหลังเลิกเรียน โดยเป็นกิจกรรมทางกายที่โรงเรียนจัดขึ้นเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนออกกำลังกายและเล่นกีฬา

**คำชี้แจง**

1. แบบสอบถามฉบับนี้จัดทำขึ้นโดยมีจุดประสงค์เพื่อศึกษาการจัดการจัดกิจกรรมทางกายก่อนเข้าเรียน ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียน และหลังเลิกเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร โดยสอบถามจากผู้บริหาร ครูผู้จัดกิจกรรม

2. ในฐานะที่ผู้บริหารและครูผู้จัดกิจกรรมเป็นบุคคลหนึ่งที่มีความสำคัญในการวิจัย จึงขอความกรุณาตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริง และตอบให้ครบทุกข้อ ผู้วิจัยขอรับรองว่าข้อมูลที่ได้จะนำไปเป็นประโยชน์เพื่อพัฒนาระบบการศึกษา ซึ่งไม่มีผลกระทบต่อผู้ตอบใดๆทั้งสิ้น

3. แบบสอบถามชุดนี้แบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้

**ตอนที่ 1** แบ่งเป็น 2 ตอนย่อยดังนี้

1.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้บริหาร หรือ ครูผู้จัดกิจกรรม

1.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานที่ทั่วไปของโรงเรียน

**ตอนที่ 2** แบบสอบถามเกี่ยวกับการดำเนินการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน

**ตอนที่ 3** ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหา

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงที่ท่านได้กรุณาเสียสละเวลาพิจารณาตรวจสอบความเที่ยงและความครอบคลุมในองค์ประกอบที่ต้องการวัดในครั้งนี้

นางสาวจุฑารัตน์ ภัทรเกษวิทย์

นิสิตปริญญาโท สาขาหลักสูตรและการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนของนักเรียนประถมศึกษา สังกัด

กรุงเทพมหานคร

### ตอนที่ 1

#### 1.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้บริหาร หรือครูผู้จัดกิจกรรม

**คำชี้แจง** ให้ท่านกรอกข้อความลงในช่องว่าง หรือขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อที่ตรงกับ

ความจริงมากที่สุด

1. ท่านปฏิบัติหน้าที่ในตำแหน่ง
  - ผู้อำนวยการโรงเรียน
  - รองผู้อำนวยการโรงเรียน
  - หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
  - ครูพลศึกษา
  - ครูผู้จัดกิจกรรมทางกาย
  - ตำแหน่งอื่นๆ.....
2. เพศ  ชาย  หญิง
3. อายุ
  - อายุ 20-34 ปี
  - อายุ 35-60 ปี
  - อายุ 60 ปีขึ้นไป
4. วุฒิการศึกษาสูงสุด.....สาขา/วิชา.....
5. ประสบการณ์การทำงาน.....ปี (ในโรงเรียน ที่ทำแบบสอบถาม)
6. ครูผู้ทำหน้าที่สอน ระดับประถมศึกษา ในโรงเรียนของท่านมีจำนวน ..... คน

#### 1.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานที่ทั่วไปของโรงเรียน

**คำชี้แจง** ให้ท่านกรอกข้อความลงในช่องว่าง หรือขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อที่ตรงกับ

ความจริงมากที่สุด

1. โรงเรียนที่ท่านสังกัด ตั้งอยู่ในเขต.....
2. ขนาดของโรงเรียน
  - ขนาดเล็ก (มีนักเรียนไม่เกิน 400 คน)
  - ขนาดกลาง (มีนักเรียน 401-800 คน)
  - ขนาดใหญ่ (มีนักเรียน 801 คนขึ้นไป)

## 3. สถานที่ที่มีอยู่ในโรงเรียน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- |  |   |   |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> สนามฟุตบอล    | <input type="checkbox"/> สนามบาสเกตบอล  | <input type="checkbox"/> สนามวอลเลย์บอล   |
| <input type="checkbox"/> สนามแบดมินตัน | <input type="checkbox"/> สนามเปตอง      | <input type="checkbox"/> สนามตะกร้อ       |
| <input type="checkbox"/> สระว่ายน้ำ    | <input type="checkbox"/> ห้อง Fitness   | <input type="checkbox"/> ลานกรีฑาถูและลาน |
| <input type="checkbox"/> สนามเทนนิส    | <input type="checkbox"/> ลานเอนกประสงค์ | <input type="checkbox"/> ห้องกีฬาในร่ม    |
| <input type="checkbox"/> ห้องศิลปะ     | <input type="checkbox"/> ห้องดนตรี      | <input type="checkbox"/> อื่นๆ.....       |

## ตอนที่ 2 การดำเนินการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน

**กิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน** หมายถึง กิจกรรมที่เน้นกิจกรรมทางกายที่ใช้เวลานานอกเหนือไปจากเวลาที่ใช้ในการเรียนการสอนตามที่ปรากฏอยู่ในตารางสอน คือ ก่อนเข้าเรียน ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียน และหลังเลิกเรียน โดยเป็นกิจกรรมทางกายที่โรงเรียนจัดขึ้นเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนออกกำลังกายและเล่นกีฬา

## 2.1 การจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน

**คำชี้แจง** ให้ท่านกรอกข้อความลงในช่องว่าง หรือขีดเครื่องหมาย  ลงในช่อง  หน้าข้อที่ตรงกับความจริงมากที่สุด

1. โรงเรียนได้มีการจัดกิจกรรมทางกายเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายให้กับนักเรียนหรือไม่

- ไม่เคยจัดกิจกรรม (ตอบข้อ 2 และ 6)
- เคยจัดกิจกรรม และปัจจุบันจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่อง (ตอบข้อ 3, 4 และ 6)
- ก่อนเข้าเรียน     ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียน     หลังเลิกเรียน
- เคยจัดกิจกรรม แต่ปัจจุบันไม่ได้จัดกิจกรรมทางกายแล้ว (ตอบข้อ 3, 5 และ 6)
- ก่อนเข้าเรียน     ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียน     หลังเลิกเรียน

2. ท่านคิดว่ามีปัจจัยและสาเหตุใดบ้าง ที่ทำให้โรงเรียนไม่สามารถและ/หรือไม่เคยจัดกิจกรรมทางกาย

.....

.....

.....

3. ที่ผ่านมาโรงเรียนได้จัดกิจกรรมทางกายเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

4. ปัจจุบันโรงเรียนได้จัดกิจกรรมทางกายเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนออกกำลังกายและเล่นกีฬาอะไร และท่านคิดว่ามีปัจจัยและสาเหตุใดบ้าง ที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกายประสบผลความสำเร็จ

.....

.....

.....

5. ท่านคิดว่ามีปัจจัยและสาเหตุใดบ้าง ที่ทำให้ไม่ได้ดำเนินการจัดกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่อง

.....

.....

.....

6. ถ้าท่านต้องการจัดกิจกรรมทางกายเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนออกกำลังกายและเล่นกีฬา ท่านคิดว่าควรจัดกิจกรรมอะไรให้กับนักเรียน

.....

.....

.....

## 2.2 การบริหารจัดการกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน

**คำชี้แจง** ให้ท่านขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับการปฏิบัติของท่านเกี่ยวกับการจัดการกิจกรรมทาง

กายที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด โดยเลือกคำตอบตามเกณฑ์ดังนี้

**มาก** หมายถึง ข้อที่ท่านมีระดับการปฏิบัติ มาก

**น้อย** หมายถึง ข้อที่ท่านมีระดับการปฏิบัติ น้อย

**ปานกลาง** หมายถึง ข้อที่ท่านมีระดับการปฏิบัติ ปานกลาง

**ไม่ปฏิบัติ** หมายถึง ข้อที่ท่านไม่เคยปฏิบัติเลย

ข้อ	การจัดการกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน	ระดับการปฏิบัติกิจกรรม			
		มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่ปฏิบัติ
<b>ด้านการวางแผน</b>					
1.	ท่านได้มีส่วนร่วมในการเตรียมข้อมูลสำหรับวางแผนจัดกิจกรรมนักเรียน				
2.	ท่านได้ มีโอกาสเข้าร่วมการวิเคราะห์ข้อมูลก่อนจัดกิจกรรมนักเรียน				
3.	ท่านได้มีส่วนร่วมดำเนินการวางแผนการจัดกิจกรรมนักเรียน				
4.	ท่านได้มีส่วนร่วมประเมินผลและสรุปการวางแผนการจัดกิจกรรมนักเรียน				
<b>ด้านการจัดดำเนินงาน</b>					
5.	ท่านได้รับการประสานงานและแบ่งภาระหน้าที่งานให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน				
6.	ท่านได้มีส่วนในการประชาสัมพันธ์กิจกรรมก่อนที่จะจัดกิจกรรมนักเรียน				
<b>ด้านการจัดบุคลากร</b>					
7.	ท่านได้มอบหมายหน้าที่รับผิดชอบแต่ละฝ่ายอย่างเป็นระบบ				
8.	บุคลากรในโรงเรียนมีปริมาณได้สัดส่วนกับจำนวนนักเรียน				
9.	บุคลากรได้รับการฝึกอบรมการจัดการกิจกรรม				

ข้อ	การจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน	ระดับการปฏิบัติกิจกรรม			
		มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่ปฏิบัติ
<b>ด้านการอำนวยความสะดวก</b>					
10.	มีการควบคุมดูแลกิจกรรมโดยครูหรือนักเรียน อย่างเป็นระบบ				
11.	มีครูที่ปรึกษาในการจัดกิจกรรมนักเรียน				
12.	มีครูรับผิดชอบดูแลตลอดเวลาของการจัด กิจกรรมนักเรียน				
<b>ด้านการประสานงาน</b>					
13.	มีการประสานงานของครูแต่ละฝ่ายงานที่ รับผิดชอบ				
14.	มีการสื่อสารข้อมูลที่ตรงกันไปในทิศทาง เดียวกันของแต่ละฝ่าย				
<b>ด้านงบประมาณและทรัพยากร</b>					
15.	มีสถานที่เหมาะสมในการจัดกิจกรรมนักเรียน				
16.	มีงบประมาณเพียงพอในการจัดกิจกรรม นักเรียน				
17.	อุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมเพียงพอ				
18.	ได้รับการสนับสนุนเรื่องอุปกรณ์ สถานที่ และ งบประมาณที่เพียงพอ				
<b>ด้านประเมินผล</b>					
19.	กำหนดหน่วยงานที่มีหน้าที่ประเมิน				
20.	มีการประเมินผลกิจกรรมทุกครั้งเมื่อสิ้นสุด กิจกรรมนักเรียน				
21.	มีการจัดทำรายงานผลการจัดกิจกรรมนักเรียน				
22.	ผลประเมินนำไปเป็นข้อมูลในการปรับปรุงแก้ไข และพัฒนากิจกรรมครั้งต่อไป				



### ตอนที่ 3

#### ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหา

#### การจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนของโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

**กิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน** หมายถึง กิจกรรมที่เน้นกิจกรรมทางกายที่ใช้เวลานานอกเหนือไปจากเวลาที่ใช้ในการเรียนการสอนตามที่ปรากฏอยู่ในตารางสอน คือ ก่อนเข้าเรียน ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียน และหลังเลิกเรียน โดยเป็นกิจกรรมทางกายที่โรงเรียนจัดขึ้นเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนออกกำลังกายและเล่นกีฬา

คำชี้แจง โปรดแสดงทรรศนะและให้คำแนะนำเพิ่มเติมเกี่ยวกับปัญหาอื่นๆและข้อเสนอแนะในการแก้ไขปัญหาในการจัดกิจกรรมทางกาย

#### 1. ด้านการวางแผนจัดกิจกรรมทางกาย

##### 1.1 ปัญหา

.....

.....

.....

##### 1.2 ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหา

.....

.....

.....

#### 2. ด้านการจัดดำเนินการจัดกิจกรรมทางกาย

##### 2.1 ปัญหา

.....

.....

.....

##### 2.2 ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหา

.....

.....

.....

3. ด้านบุคลากรในการจัดกิจกรรมทางกาย

3.1 ปัญหา

.....

.....

.....

3.2 ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหา

.....

.....

.....

4. ด้านการอำนวยการจัดกิจกรรมทางกาย

4.1 ปัญหา

.....

.....

.....

4.2 ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหา

.....

.....

.....

5. ด้านการประสานงานการจัดกิจกรรมทางกาย

5.1 ปัญหา

.....

.....

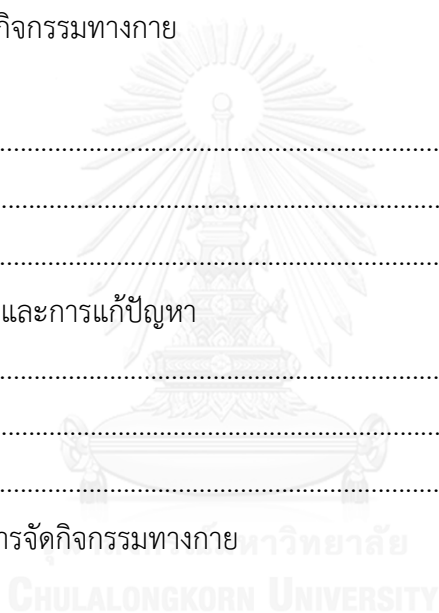
.....

5.2 ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหา

.....

.....

.....



## 6. ด้านงบประมาณและทรัพยากรการจัดกิจกรรมทางกาย

## 6.1 ปัญหา

.....

.....

.....

## 6.2 ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหา

.....

.....

.....

## 7. ด้านการประเมินผลการจัดกิจกรรมทางกาย

## 7.1 ปัญหา

.....

.....

.....

## 7.2 ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหา

.....

.....

.....

**แบบสอบถามเพื่อการวิจัยเรื่อง**  
**แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร**  
**(GUIDLINES FOR MANAGING AFTER-SCHOOL PHYSICAL ACTIVITY IN**  
**ELEMENTARY SCHOOLS UNDER BANGKOK METROPOLITAN ADMINISTRATION)**

**คำชี้แจง**

1. แบบสอบถามฉบับนี้จัดทำขึ้นโดยมีจุดประสงค์เพื่อศึกษาการมีกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนของนักเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร โดยสอบถามจากนักเรียนที่กำลังศึกษาประถมศึกษาปีที่ 4-6 สังกัดกรุงเทพมหานคร

2. ในฐานะที่นักเรียนเป็นบุคคลหนึ่งที่มีความสำคัญในการวิจัย จึงขอความกรุณาตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริง และตอบให้ครบทุกข้อ ผู้วิจัยขอรับรองว่าข้อมูลที่ได้จะนำไปเป็นประโยชน์เพื่อพัฒนาระบบการศึกษา ซึ่งไม่มีผลกระทบต่อผู้ตอบใดๆทั้งสิ้น

3. แบบสอบถามชุดนี้แบ่งเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานที่ทั่วไปของโรงเรียน

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการมีกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนตอนเย็น

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะ

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงที่ท่านได้กรุณาเสียสละเวลาพิจารณาตรวจสอบความเที่ยงและความครอบคลุมในองค์ประกอบที่ต้องการวัดในครั้งนี้

นางสาวจุฑารัตน์ ภัทรเกษวิทย์

นิสิตปริญญาโท สาขาหลักสูตรและการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

### เรื่อง แนวทางการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนของนักเรียนประถมศึกษา

#### สังกัดกรุงเทพมหานคร

#### ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนกรอกข้อความลงในช่องว่าง หรือขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อที่ตรงกับความจริงมากที่สุด

1. เพศ  ชาย  หญิง
2. นักเรียนมีโรคประจำตัวหรือไม่  ไม่มี  มี โปรดระบุโรค.....
3. นักเรียนกำลังศึกษาอยู่ชั้นประถมปีที่.....
4. ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง (บุคคลที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วย หรือผู้ที่อุปการะดูแลนักเรียนระหว่างเรียน เช่น บิดา มารดา ญาติพี่น้อง หรือผู้อุปการะเลี้ยงดู) (เลือกตอบเพียง 1 ข้อ)
 

<input type="checkbox"/> ประถมศึกษา	<input type="checkbox"/> อนุปริญญาหรือเทียบเท่า
<input type="checkbox"/> มัธยมศึกษา	<input type="checkbox"/> ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า
<input type="checkbox"/> ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.)	<input type="checkbox"/> สูงกว่าปริญญาตรีหรือเทียบเท่า
5. อาชีพของผู้ปกครอง (บุคคลที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วย หรือผู้ที่อุปการะดูแลนักเรียนระหว่างเรียน เช่น บิดา มารดา ญาติพี่น้องหรือผู้อุปการะเลี้ยงดู) (เลือกผู้ปกครองคนเดียวกับคำตอบข้อ 5.)
 

<input type="checkbox"/> รับราชการ หรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ
<input type="checkbox"/> ธุรกิจ หรือค้าขาย
<input type="checkbox"/> เกษตรกร
<input type="checkbox"/> รับจ้างทั่วไป
<input type="checkbox"/> อื่นๆ (เช่น แม่บ้าน หรือระบุ.....)
6. ปกตินักเรียนเดินทางไปกลับระหว่างบ้านกับโรงเรียนอย่างไร
 

<input type="checkbox"/> เดินทาง ไป- กลับเอง ( <input type="checkbox"/> เดิน <input type="checkbox"/> จักรยาน <input type="checkbox"/> รถโดยสารประจำทาง เป็นต้น)
<input type="checkbox"/> รถตู้โรงเรียน หรือรถที่โดยสารเหมาจ่ายเป็นรายเดือน
<input type="checkbox"/> พ่อแม่หรือผู้ปกครองมารับและส่ง
7. นักเรียนใช้เวลาเดินทางไปกลับระหว่างบ้านกับโรงเรียนเฉลี่ยวันละ.....ชั่วโมง  
(รวมเวลาที่ใช้เดินทางไปและกลับ)
8. การมาโรงเรียนนักเรียนมักจะ
 

<input type="checkbox"/> ถึงโรงเรียนก่อนเคารพธงชาติมากกว่า 1 ชั่วโมง
<input type="checkbox"/> ถึงโรงเรียนก่อนเคารพธงชาติน้อยกว่า 1 ชั่วโมง
<input type="checkbox"/> ถึงโรงเรียนพอดีเคารพธงชาติ

- ถึงโรงเรียนหลังเคารพธงชาติ  
 อื่นๆ (โปรดระบุ) .....

9. หลังจากโรงเรียนเลิกแล้วนักเรียนมักจะ

- กลับบ้านทันที  อยู่โรงเรียนน้อยกว่า 1 ชั่วโมง  
 อยู่โรงเรียนมากกว่า 1 ชั่วโมง  อื่นๆ (โปรดระบุ) .....

### ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับโรงเรียน

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนกรอกข้อความลงในช่องว่าง หรือขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อที่

ตรงกับความจริงมากที่สุด

- โรงเรียนของนักเรียน ตั้งอยู่ในเขต.....
- สถานที่ที่มีอยู่ในโรงเรียน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 

<input type="checkbox"/> สนามฟุตบอล	<input type="checkbox"/> สนามบาสเกตบอล	<input type="checkbox"/> สนามวอลเลย์บอล
<input type="checkbox"/> สนามแบดมินตัน	<input type="checkbox"/> สนามเปตอง	<input type="checkbox"/> สนามตะกร้อ
<input type="checkbox"/> สระว่ายน้ำ	<input type="checkbox"/> ห้อง Fitness	<input type="checkbox"/> ลานกรีฑาลู่และลาน
<input type="checkbox"/> สนามเทนนิส	<input type="checkbox"/> ลานเอนกประสงค์	<input type="checkbox"/> ห้องกีฬาในร่ม
<input type="checkbox"/> ห้องศิลปะ	<input type="checkbox"/> ห้องดนตรี	<input type="checkbox"/> อื่นๆ.....
- จากสถานที่ในข้อ 2 นักเรียนชอบทำกิจกรรมในสถานที่บริเวณใดมากที่สุด (โปรดระบุ 3 อันดับแรก)

.....  
 .....

### ตอนที่ 3

แบบสอบถามเกี่ยวกับการมีกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน

**คำชี้แจง** ให้ขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับการกระทำกิจกรรมของนักเรียนที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด โดยเลือกคำตอบตามเกณฑ์ดังนี้

- มากที่สุด** หมายถึง การกระทำกิจกรรมนี้ เป็นประจำ สม่ำเสมอ (สัปดาห์ละ 5 ครั้งขึ้นไป)
- มาก** หมายถึง การกระทำกิจกรรมนั้น อยู่บ่อยครั้ง (สัปดาห์ละ 3-4 ครั้ง)
- ปานกลาง** หมายถึง การกระทำกิจกรรมนั้น เป็นบางครั้ง (สัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง)
- น้อย** หมายถึง การกระทำกิจกรรมนั้น นานๆ ครั้ง (2 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้ง)
- ไม่เคยกระทำ** หมายถึง นักเรียนไม่เคยกระทำกิจกรรมนั้นเลย (ไม่มีกิจกรรม หรือไม่เคยกระทำ)

#### ตัวอย่าง

ข้อ	การประกอบกิจกรรมก่อนเข้าเรียน ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียน และหลังเลิกเรียน เป็นกิจกรรมที่ทำด้วยความสมัครใจ นักเรียนทำกิจกรรมอะไร	ระดับการกระทำกิจกรรมของนักเรียน				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เคยกระทำ
1.	กิจกรรมนันทนาการ 1.1 การฝีมือและศิลปะ หัตถกรรม	.....	.....	.... ✓ ...	.....	.....

ข้อ	การประกอบกิจกรรมก่อนเข้าเรียน ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียน และหลังเลิกเรียน เป็นกิจกรรมที่ทำด้วยความสมัครใจ นักเรียนทำกิจกรรมอะไร	ระดับการกระทำกิจกรรมของนักเรียน				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เคยกระทำ
1.	กิจกรรมนันทนาการ 1.1 การฝีมือและศิลปะ หัตถกรรม 1.2 เกมส์ กีฬา กรีฑา 1.3 เล่นดนตรี ร้องเพลง 1.4 ดูละครและชมภาพยนตร์ 1.5 งานอดิเรก (เช่น ประเภทสะสม ปลูกต้นไม้ ลี้ยงสัตว์ ถ่ายรูป ) 1.6 กิจกรรมสังคม (เช่น การจัดเลี้ยงปีใหม่ งานเลี้ยงวันเกิด ฉลองในโอกาสพิเศษ)	.....	.....	.....	.....	.....

ชื่อ	การประกอบกิจกรรมก่อนเข้าเรียน ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียน และหลังเลิกเรียน เป็นกิจกรรมที่ทำด้วยความสมัครใจ นักเรียนทำกิจกรรมอะไร	ระดับการกระทำกิจกรรมของนักเรียน				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เคยกระทำ
	1.7 เต็นรำ ฟ้อนรำ 1.8 การคุย การโต้วาที การปาถกถา ฯ 1.9 เขียนบทกวี เขียนเพลง เรื่องสั้น 1.10 อ่านหนังสือพิมพ์ อ่านหนังสือต่างๆ ไป 1.11 การฟังวิทยุ ฟังอภิปราย โต้วาที 1.12 อื่นๆ (ระบุ).....	.....	.....	.....	.....	.....
2.	เล่นกีฬา/ซ้อมกีฬา/ออกกำลังกาย 2.1 เล่นกีฬาบาสเกตบอล 2.2 เล่นกีฬาวอลเลย์บอล 2.3 เล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส 2.4 เล่นกีฬาเทนนิส 2.5 เล่นยิมนาสติก 2.6 เล่นกีฬาฟุตบอล 2.7 เล่นกีฬาฟุตซอล (ฟุตบอลประตุเล็ก 3 คน/5 คน) 2.8 เล่นกีฬาตะกร้อ 2.9 ปั่นจักรยาน 2.10 วิ่งจ้อกกิ้ง 2.11 เต็นแอโรบิก 2.12 ว่ายน้ำ 2.13 เล่นกีฬาพื้นบ้าน เช่น หมากเก็บ กระโดดตยาง 2.14 เล่นกีฬาอื่นๆ (ระบุ).....	.....	.....	.....	.....	.....



ข้อ	การประกอบกิจกรรมทางกายก่อนเข้าเรียน ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียน และหลังเลิกเรียนเป็นกิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้น นักเรียนทำกิจกรรมอะไร	ระดับการกระทำกิจกรรมของนักเรียน				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เคยกระทำ
3	<p>ร่วมกิจกรรมชุมนุมของโรงเรียน</p> <p>3.1 เข้าร่วมชุมนุมวิชาการ (วิทย์ คณิตฯ ฯลฯ)</p> <p>3.2 เข้าร่วมชุมนุมดนตรี (ไทย สากล)</p> <p>3.3 เข้าร่วมชุมนุมศิลปะ (วาดรูป งานประดิษฐ์ ฯลฯ)</p> <p>3.4 เข้าร่วมชุมนุมภาษาต่างประเทศ</p> <p>3.5 เข้าร่วมชุมนุมคอมพิวเตอร์</p> <p>3.6 เข้าร่วมชุมนุมกีฬา</p> <p>3.7 เข้าร่วมชุมนุมอื่นๆ (ระบุ).....</p>	.....	.....	.....	.....	.....
4.	<p>กิจกรรมออกกำลังกายพิเศษที่โรงเรียนจัดให้</p> <p>4.1 กิจกรรมเข้าจังหวะ (แอโรบิก แอโรบิกมวยไทย)</p> <p>4.2 วิ่งหรือเดินเร็ว</p> <p>4.3 การแข่งขันกีฬา</p> <p>4.4 อื่นๆ (ระบุ).....</p>	.....	.....	.....	.....	.....
5.	ทำกิจกรรมอื่นๆ (ระบุ).....	.....	.....	.....	.....	.....

#### ตอนที่ 4

ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน  
ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร

**กิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน** หมายถึง กิจกรรมที่เน้นกิจกรรมทางกายที่ใช้เวลานอกเหนือไปจากเวลาที่ใช้ในการเรียนการสอนตามที่ปรากฏอยู่ในตารางสอน คือ ก่อนเข้าเรียน ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียน และหลังเลิกเรียน โดยเป็นกิจกรรมทางกายที่โรงเรียนจัดขึ้นเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนออกกำลังกายและเล่นกีฬา

**นักเรียนอยากให้โรงเรียนมีการจัดกิจกรรมทางกายเพิ่มเติมอะไรบ้างและถ้าจัดกิจกรรมอยากให้จัดกิจกรรมช่วงไหนของวัน**

**ตัวอย่างคำตอบ** อยากให้โรงเรียนจัดกิจกรรมกีฬาแบบมินิตัน ช่วงเวลาพักกลางวัน

.....

.....

.....

.....

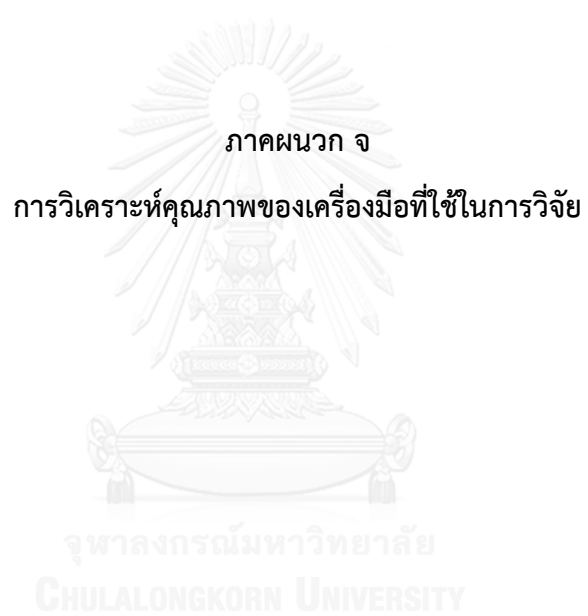
.....

.....

.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ขอขอบพระคุณทุกท่านที่ให้ข้อมูล



### 1. ตารางค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Congruence: IOC) ในการตรวจสอบหาความตรง เชิงเนื้อหาของเครื่องมือ

ตารางแสดงค่าดัชนีความสอดคล้องในการตรวจสอบหาความตรงเชิงเนื้อหาของเครื่องมือสำหรับ  
ผู้บริหารโรงเรียน

รายการ	ผู้เชี่ยวชาญ (R)					ผลรวม ของ คะแนน ( $\Sigma R$ )	ค่า IOC	แปล ผล
	คน	คน	คน	คน	คน			
	ที่ 1	ที่ 2	ที่ 3	ที่ 4	ที่ 5			
<b>ข้อมูลผู้สอบแบบสอบถาม</b>								
1. ท่านปฏิบัติหน้าที่ในตำแหน่ง	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
<input type="checkbox"/> ผู้บริหารโรงเรียน								
<input type="checkbox"/> รองผู้บริหารโรงเรียน								
<input type="checkbox"/> หัวหน้ากลุ่มสาระวิชาพลศึกษา								
<input type="checkbox"/> ครูพลศึกษา								
<input type="checkbox"/> ตำแหน่งอื่นๆ.....								
2. เพศ <input type="checkbox"/> ชาย <input type="checkbox"/> หญิง	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
3. อายุ	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
<input type="checkbox"/> อายุ 20-34 ปี								
<input type="checkbox"/> อายุ 35-60 ปี								
<input type="checkbox"/> อายุ 60 ปีขึ้นไป								
4. วุฒิการศึกษาสูงสุด.....สาขา/วิชา.....	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
5. ประสบการณ์การเป็นผู้บริหาร.....ปี (ในโรงเรียน ที่ทำแบบสอบถาม)	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
6. ครูผู้ทำหน้าที่สอน ระดับประถมศึกษา ในโรงเรียนของท่านมีจำนวน .....คน	1	1	1	0	1	4.0	0.8	ใช้ได้

รายการ	ผู้เชี่ยวชาญ (R)					ผลรวม ของ คะแนน (ΣR)	ค่า IOC	แปล ผล
	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่			
	1	2	3	4	5			
<b>ข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่ทั่วไปของโรงเรียน</b>								
1. โรงเรียนของนักเรียน ตั้งอยู่ในเขต.....	1	1	0	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
2. ขนาดของโรงเรียน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
<input type="checkbox"/> ขนาดเล็ก (มีนักเรียนต่ำกว่า 400 คน) <input type="checkbox"/> ขนาดกลาง (มีนักเรียน 401-800 คน) <input type="checkbox"/> ขนาดใหญ่ (มีนักเรียน 800 คนขึ้นไป)								
3. สถานที่ที่มีอยู่ในโรงเรียน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
<input type="checkbox"/> สนามฟุตบอล <input type="checkbox"/> สนามบาสเกตบอล <input type="checkbox"/> สนามวอลเลย์บอล <input type="checkbox"/> สนามแบดมินตัน <input type="checkbox"/> สนามเปตอง <input type="checkbox"/> สนามตะกร้อ <input type="checkbox"/> สระว่ายน้ำ <input type="checkbox"/> ห้อง Fitness <input type="checkbox"/> ลานกรีฑาและลาน <input type="checkbox"/> สนามเทนนิส <input type="checkbox"/> ลานเอนกประสงค์ <input type="checkbox"/> ห้องกีฬาในร่ม <input type="checkbox"/> ห้องศิลปะ <input type="checkbox"/> ห้องดนตรี <input type="checkbox"/> อื่นๆ.....								
<b>การดำเนินการจัดกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียน</b>								
1. โรงเรียนได้มีการจัดกิจกรรมทางกาย								
เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายให้กับ								
นักเรียนหรือไม่								
1.1 <input type="checkbox"/> ไม่เคยจัดกิจกรรม	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
(ตอบข้อ 2 และ 6)								

รายการ	ผู้เชี่ยวชาญ (R)					ผลรวม ของ คะแนน (ΣR)	ค่า IOC	แปล ผล
	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่			
	1	2	3	4	5			
1.2 <input type="checkbox"/> เคยจัดกิจกรรม และปัจจุบันจัด กิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่อง (ตอบข้อ 3, 4 และ 6)	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
<input type="checkbox"/> ก่อนเข้าเรียน								
<input type="checkbox"/> ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียน								
<input type="checkbox"/> หลังเลิกเรียน								
1.3 <input type="checkbox"/> เคยจัดกิจกรรม แต่ปัจจุบันไม่ได้ จัดกิจกรรมทางกายแล้ว (ตอบข้อ 3, 5 และ 6)	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
<input type="checkbox"/> ก่อนเข้าเรียน								
<input type="checkbox"/> ระหว่างเปลี่ยนคาบเรียน								
<input type="checkbox"/> หลังเลิกเรียน								
2. โรงเรียนไม่เคยจัดกิจกรรมทางกาย หลังเลิกเรียน ท่านคิดว่าเนื่องด้วยจาก สาเหตุใด	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
3. ที่ผ่านมารโรงเรียนเคยจัดกิจกรรมทาง กายหลังเลิกเรียนอะไรบ้าง	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
4. ปัจจุบันโรงเรียนจัดกิจกรรมทางกาย หลังเลิกเรียนอะไร และท่านคิดว่ามีปัจจัย ใดบ้าง ที่ทำให้การจัดกิจกรรมทางกาย หลังเลิกเรียนประสบผลความสำเร็จ	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
5. ท่านคิดว่ามีปัจจัยใดบ้าง ที่ทำให้การ จัดกิจกรรมไม่ประสบผลความสำเร็จ	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้

รายการ	ผู้เชี่ยวชาญ (R)					ผลรวม ของ คะแนน (ΣR)	ค่า IOC	แปล ผล
	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่			
	1	2	3	4	5			
<b>การจัดกิจกรรมทางกายโดยใช้หลักโดยใช้หลักกระบวนการบริหาร POSDCoRB</b>								
1. ท่านได้เตรียมข้อมูลสำหรับวางแผนจัดกิจกรรมนักเรียน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
2. ท่านได้ มีการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้ ก่อนจัดกิจกรรมนักเรียน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
3. ท่านได้ดำเนินการวางแผนการจัดกิจกรรมนักเรียน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
4. ท่านได้ประเมินผลและสรุปการวางแผนการจัดกิจกรรมนักเรียน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
5. ท่านได้มีการประสานงานและแบ่งภาระหน้าที่งานให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
6. ท่านได้มีการประชาสัมพันธ์กิจกรรมก่อนที่จะจัดกิจกรรมนักเรียน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
7. ท่านได้มอบหมายหน้าที่รับผิดชอบแต่ละฝ่ายอย่างเป็นระบบ	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
8. บุคลากรในโรงเรียนเพียงพอในการจัดกิจกรรมนักเรียน	1	1	1	0	1	4.0	0.8	ใช้ได้
9. บุคลากรในโรงเรียนมีประสบการณ์ในการจัดกิจกรรมนักเรียน	1	1	1	0	1	4.0	0.8	ใช้ได้
10. มีการควบคุมดูแลกิจกรรมโดยครูหรือนักเรียนอย่างเป็นระบบ	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
11. มีครูที่ปรึกษาของกิจกรรมนักเรียน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
12. มีครูรับผิดชอบดูแลตลอดเวลาการจัดกิจกรรมนักเรียน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้

รายการ	ผู้เชี่ยวชาญ (R)					ผลรวม ของ คะแนน ( $\Sigma R$ )	ค่า IOC	แปล ผล
	คน	คน	คน	คน	คน			
	ที่ 1	ที่ 2	ที่ 3	ที่ 4	ที่ 5			
13. มีการประสานงานของครูแต่ละฝ่าย งานที่รับผิดชอบ	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
14. มีการสื่อสารข้อมูลที่ตรงกันไปใน ทิศทางเดียวกันของแต่ละฝ่าย	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
15. มีสถานที่เหมาะสมในการจัดกิจกรรม นักเรียน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
16. มีงบประมาณเพียงพอในการจัด กิจกรรมนักเรียน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
17. อุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมเพียงพอ	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
18. ได้รับการสนับสนุนเรื่องอุปกรณ์ สถานที่ และงบประมาณ	1	1	1	0	1	4.0	0.8	ใช้ได้
19. กำหนดหน่วยงานที่มีหน้าที่ประเมิน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
20. มีการประเมินกิจกรรมทุกครั้งเมื่อ สิ้นสุดกิจกรรมนักเรียน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
21. จัดทำรายงานผลการจัดกิจกรรม นักเรียน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
22. ผลประเมินนำไปเป็นข้อมูลในการ ปรับปรุงแก้ไขและพัฒนากิจกรรมครั้ง ต่อไป	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้



รายการ	ผู้เชี่ยวชาญ (R)					ผลรวม ของ คะแนน ( $\Sigma R$ )	ค่า IOC	แปล ผล
	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่			
	1	2	3	4	5			
<b>ข้อเสนอแนะ</b>								
1. ด้านการวางแผน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
1.1 ปัญหา								
1.2 ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหา								
2. ด้านการจัดดำเนินการ	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
2.1 ปัญหา								
2.2 ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหา								
3. ด้านบุคลากร	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
3.1 ปัญหา								
3.2 ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหา								
4. ด้านการอำนวยความสะดวก	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
4.1 ปัญหา								
4.2 ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหา								
5. ด้านการประสานงาน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
5.1 ปัญหา								
5.2 ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหา								
6. ด้านงบประมาณและทรัพยากรการ	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
6.1 ปัญหา								
6.2 ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหา								
7. ด้านการประเมินผล	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
7.1 ปัญหา								
7.2 ข้อเสนอแนะและการแก้ปัญหา								
<b>รวม</b>							<b>0.97</b>	<b>ใช้ได้</b>



รายการ	ผู้เชี่ยวชาญ (R)					ผลรวม ของ คะแนน (ΣR)	ค่า IOC	แปล ผล
	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่			
	1	2	3	4	5			
5. อาชีพของผู้ปกครอง (บุคคลที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วย หรือผู้ที่อุปการะดูแลนักเรียนระหว่างเรียน เช่น บิดา มารดา ญาติพี่น้อง หรือผู้อุปการะเลี้ยงดู) <input type="checkbox"/> รับราชการ หรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ <input type="checkbox"/> ธุรกิจ หรือค้าขาย <input type="checkbox"/> เกษตรกร <input type="checkbox"/> รับจ้างทั่วไป <input type="checkbox"/> อื่นๆ (เช่น แม่บ้าน หรือระบุ.....)	1	1	1	1	1	5.00	1.00	ใช้ได้
6. ปกตินักเรียนเดินทางไป-กลับ โรงเรียน อย่างไร <input type="checkbox"/> เดินทาง ไป- กลับเอง ( <input type="checkbox"/> เดิน <input type="checkbox"/> จักรยาน <input type="checkbox"/> รถโดยสารประจำทาง) <input type="checkbox"/> รถประจำโรงเรียน หรือรถที่โดยสารเหมา จ่ายเป็นรายเดือน <input type="checkbox"/> พ่อแม่หรือผู้ปกครองมารับและส่ง	1	1	1	1	1	5.00	1.00	ใช้ได้
7. นักเรียนใช้เวลาเดินทางไปกลับระหว่างบ้านกับ โรงเรียนเฉลี่ยวันละ..... ชั่วโมง (รวมเวลาที่ใช้เดินทางไปและกลับ)	1	1	1	0	1	4.00	0.80	ใช้ได้
8. หลังจากโรงเรียนเลิกแล้วนักเรียนมักจะ <input type="checkbox"/> กลับบ้านทันที <input type="checkbox"/> อยู่โรงเรียนน้อยกว่า 1 ชั่วโมง <input type="checkbox"/> อยู่โรงเรียนมากกว่า 1 ชั่วโมง <input type="checkbox"/> ไปที่อื่นก่อนกลับบ้าน <input type="checkbox"/> อื่นๆ (โปรดระบุ) .....	1	1	1	1	1	5.00	1.00	ใช้ได้

รายการ	ผู้เชี่ยวชาญ (R)					ผลรวม ของ คะแนน ( $\Sigma R$ )	ค่า IOC	แปล ผล
	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่			
	1	2	3	4	5			
<b>ข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่โรงเรียน</b>								
1. โรงเรียนของนักเรียน ตั้งอยู่ในเขต....	1	1	1	1	0	4.0	0.80	ใช้ได้
2. สถานที่ที่มีอยู่ในโรงเรียน (ตอบได้ มากกว่า 1 ข้อ)	1	1	1	0	1	4.0	0.80	ใช้ได้
<input type="checkbox"/> สนามฟุตบอล <input type="checkbox"/> สนามบาสเกตบอล <input type="checkbox"/> สนามวอลเลย์บอล <input type="checkbox"/> สนามแบดมินตัน <input type="checkbox"/> สนามเปตอง <input type="checkbox"/> สนามตะกร้อ <input type="checkbox"/> สระว่ายน้ำ <input type="checkbox"/> ห้อง Fitness <input type="checkbox"/> ลานกรีฑาลู่และลาน <input type="checkbox"/> สนามเทนนิส <input type="checkbox"/> ห้องกีฬาในร่ม <input type="checkbox"/> ลานเอนกประสงค์ <input type="checkbox"/> ห้องศิลปะ <input type="checkbox"/> ห้องดนตรี <input type="checkbox"/> อื่นๆ.....								
3. จากสถานที่ในข้อ 2 นักเรียนชอบทำ กิจกรรมในสถานที่บริเวณใดมากที่สุด	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
<b>ข้อมูลเกี่ยวกับการมีกิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนของนักเรียน</b>								
1. กิจกรรมนันทนาการ								
1.1 การฝีมือและศิลปะ หัตถกรรม	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
1.2 เกมส์ กีฬา กรีฑา	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
1.3 เล่นดนตรี ร้องเพลง	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
1.4 ดุละครและชมภาพยนตร์	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
1.5 งานอดิเรก (เช่น ประภาพาสสม ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ ถ่ายรูป )	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้

รายการ	ผู้เชี่ยวชาญ (R)					ผลรวม ของ คะแนน (ΣR)	ค่า IOC	แปล ผล
	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่			
	1	2	3	4	5			
1.6 กิจกรรมสังคม (เช่น การจัดเลี้ยงปี ใหม่ งานเลี้ยงวันเกิด ฉลองในโอกาส พิเศษต่าง ๆ)	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
1.7 เดินร่ำ ฟ้อนร่ำ	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
1.8 การคุย การโต้ว่าที่ การปาถกถา	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
1.9 เขียนบทกวี เขียนเพลง เรื่องสั้น	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
1.10 อ่านหนังสือพิมพ์ อ่านหนังสือต่างๆ ไป	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
1.11 การฟังวิทยุ ฟังอภิปราย โต้ว่าที่	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
1.12 อื่นๆ (ระบุ).....	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
2. เล่นกีฬา/ซ้อมกีฬา/ออกกำลังกาย								
2.1 เล่นกีฬาบาสเกตบอล	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
2.2 เล่นกีฬาวอลเลย์บอล	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
2.3 เล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
2.4 เล่นกีฬาเทนนิส	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
2.5 เล่นยิมนาสติก	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
2.6 เล่นกีฬาฟุตบอล	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
2.7 เล่นกีฬาฟุตซอล (ฟุตซอลประตูเล็ก 3 คน/5 คน)	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
2.8 เล่นกีฬาตะกร้อ	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
2.9 ปั่นจักรยาน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
2.10 วิ่งจ็อกกิ้ง	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
2.11 เดินแอโรบิก	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
2.12 ว่ายน้ำ	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้

รายการ	ผู้เชี่ยวชาญ (R)					ผลรวม ของ คะแนน ( $\Sigma R$ )	ค่า IOC	แปล ผล
	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่	คน ที่			
	1	2	3	4	5			
2.13 เล่นกีฬาพื้นบ้าน เช่น หมากเก็บ โดดยาง	1	1	1	1	1	5.0	1	ใช้ได้
2.14 เล่นกีฬาอื่นๆ (ระบุ).....	1	1	1	1	1	5.0	1	ใช้ได้
3. ร่วมกิจกรรมชุมนุมของโรงเรียน								
3.1 เข้าร่วมชุมนุมวิชาการ (วิทยุ คณิตฯ ฯลฯ)	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
3.2 เข้าร่วมชุมนุมดนตรี (ไทยสากล)	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
3.3 เข้าร่วมชุมนุมศิลปะ (วาดรูป ประดิษฐ์)	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
3.4 เข้าร่วมชุมนุมภาษาต่างประเทศ	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
3.5 เข้าร่วมชุมนุมคอมพิวเตอร์	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
3.6 เข้าร่วมชุมนุมกีฬา	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
3.7 เข้าร่วมชุมนุมอื่นๆ (ระบุ).....	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
4. กิจกรรมออกกำลังกายพิเศษที่ โรงเรียนจัด								
4.1 กิจกรรมเข้าจังหวะ (แอโรบิก ฯลฯ)	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
4.2 วิ่งหรือเดินเร็ว	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
4.3 การแข่งขันกีฬา	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
4.4 อื่นๆ (ระบุ).....	0	1	1	1	1	4.0	0.8	ใช้ได้
5. ทำกิจกรรมอื่นๆ (ระบุ).....	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
<b>ข้อเสนอแนะ</b>								
1. นักเรียนอยากให้โรงเรียนมีการจัด กิจกรรมทางกายหลังเลิกเรียนเพิ่มเติม อะไรบ้างและถ้าจัดอยากให้จัดช่วงไหน	1	1	1	1	1	5.0	1.0	ใช้ได้
<b>รวม</b>							<b>0.89</b>	<b>ใช้ได้</b>



ตารางแสดงกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ลำดับ	เขตการศึกษา	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (n = 208 )	
		จำนวน	ร้อยละ
1	พระนคร	5	2.4
2	ป้อมปราบศัตรู	2	1.0
3	สัมพันธวงศ์	2	1.0
4	ดุสิต	6	2.9
5	พญาไท	1	0.5
6	ห้วยขวาง	3	1.4
7	ราชเทวี	3	1.4
8	ดินแดง	2	1.0
9	วังทองหลาง	3	1.4
10	บางรัก	2	1.0
11	ปทุมวัน	4	1.9
12	ยานนาวา	5	2.4
13	พระโขนง	2	1.0
14	สาทร	1	0.5
15	บางคอแหลม	5	2.4
16	คลองเตย	3	1.4
17	สวนหลวง	5	2.4
18	วัฒนา	4	1.9
19	บางนา	4	1.9
20	บางเขน	4	1.9
21	ดอนเมือง	4	1.9
22	จตุจักร	5	2.4
23	ลาดพร้าว	4	1.9
24	บางซื่อ	5	2.4
25	หลักสี่	3	1.4
26	สายไหม	6	2.9
27	บางกะปิ	6	2.9



ลำดับ	เขตการศึกษา	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (n = 208 )	
		จำนวน	ร้อยละ
28	มีนบุรี	5	2.4
29	ลาดกระบัง	6	2.9
30	หนองจอก	8	3.8
31	บึงกุ่ม	5	2.4
32	ประเวศ	4	1.9
33	คันนายาว	1	0.5
34	สะพานสูง	2	1.0
35	คลองสามวา	5	2.4
36	ธนบุรี	6	2.9
37	คลองสาน	4	1.9
38	บางกอกใหญ่	2	1.0
39	บางกอกน้อย	4	1.9
40	ตลิ่งชัน	4	1.9
41	บางพลัด	3	1.4
42	จอมทอง	8	3.8
43	ทวีวัฒนา	5	2.4
44	ภาษีเจริญ	6	2.9
45	หนองแขม	3	1.4
46	บางขุนเทียน	6	2.9
47	ราษฎร์บูรณะ	5	2.4
48	บางแค	7	3.4
49	ทุ่งครุ	3	1.4
50	บางบอน	7	3.4
<b>รวม</b>		<b>208</b>	<b>100</b>

## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

ชื่อ : นางสาวจุฑารัตน์ ภัทรเกษวิทย์

เกิดวันที่ : 4 ธันวาคม พ.ศ. 2530

ภูมิลำเนา : จังหวัดราชบุรี

ประวัติการศึกษา : สำเร็จการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาจากโรงเรียนประสาทรัฐประชาภิจ

จังหวัดราชบุรี

: สำเร็จการศึกษาปริญญาตรี

สาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2552

ปัจจุบันทำงาน : ศูนย์กีฬา หน่วยสวัสดิการรามารามธิบดี ฝ่ายทรัพยากรบุคคล

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามารามธิบดี

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY