

การเปรียบเทียบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนประถมศึกษาระหว่าง  
โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีกับนักเรียนประถมศึกษาทั่วประเทศ

นายฤทธินาท สุวรรณบุรณ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาดมหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

ภาควิชาพลศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2536

ISBN 974-583-025-9

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

018854 119373913

**A COMPARISON OF PHYSICAL FITNESS OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS  
BETWEEN THE SUPHAN BURI SPORT SCHOOL AND OTHER ELEMENTARY SCHOOLS**

**Mr. Rittinat Suvannaboon**

**A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements**

**for the Degree of Master of Education**

**Department of Physical Education**

**Graduate School**

**Chulalongkorn University**


**1993**

**ISBN 974-583-025-9**

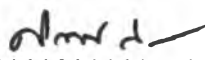
หัวข้อวิทยานิพนธ์      การเปรียบเทียบสมรรถภาพทางกายของนัก เรือนประถมศึกษา  
ระหว่างโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี กับนักเรียนประถมศึกษา  
ทั่วประเทศ  
โดย                            นายฤทธินาท สุวรรณบุรณ์  
ภาควิชา                        พลศึกษา  
อาจารย์ที่ปรึกษา            รองศาสตราจารย์ ดร. วิจิต คณิงสุขเกษม


---


บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโท

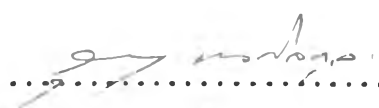
  
.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย  
(ศาสตราจารย์ ดร. กาวร วิษราม)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

  
.....ประธานกรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิลปชัย สุวรรณธาดา)

  
.....อาจารย์ที่ปรึกษา  
(รองศาสตราจารย์ ดร. วิจิต คณิงสุขเกษม)

  
.....กรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ จินตาร์ ม่องศรี)

  
.....กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สุนต์ นวกิจกุล)

พิมพ์ที่ศูนย์พิมพ์หนังสือเพื่อการศึกษา กรุงเทพมหานคร

ฤทธินาท สุวรรณบุรณ : การเปรียบเทียบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนประถมศึกษา  
ระหว่างโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีกับนักเรียนประถมศึกษาทั่วประเทศ (A COMPARISON OF  
PHYSICAL FITNESS OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS BETWEEN THE SUPHANBURI  
SPORT SCHOOL AND OTHER ELEMENTARY SCHOOLS) อ.ที่ปรึกษา : รศ.ดร.วิจิต  
คณิงสุขเกษม, 107 หน้า. ISBN 974-583-025-9

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนประถมศึกษาทั่วประเทศ  
และเปรียบเทียบกับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนประถมศึกษาโรงเรียนกีฬา จังหวัดสุพรรณบุรี กลุ่ม  
ตัวอย่างประชากรเป็นนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 1-6 ทั่วประเทศ จำนวน 1,248 คน และกลุ่มประชากร  
ที่เป็นนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 2-6 ของโรงเรียนกีฬา จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 100 คน เครื่องมือที่ใช้  
ในการวิจัยเป็นแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย ฟิสิคัล เบสท์ (Physical Best) ของ เอ เอ เอช พี อี  
อาร์ ดี (AAHPERD) เก็บรวบรวมข้อมูลที่ได้จากการทดสอบมาทำการวิเคราะห์ หาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบน  
มาตรฐาน และทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยด้วย ที-เทสต์ (t-test)

ผลการวิจัยพบว่า

สมรรถภาพทางกายโดยรวมของนักเรียนประถมศึกษาทั่วประเทศ และของนักเรียนประถมศึกษา  
โรงเรียนกีฬา จังหวัดสุพรรณบุรี มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นบางราย  
ที่ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนี้

1. รายการดัชนีมวลของร่างกาย ในนักเรียนประถมศึกษาหญิงชั้นปีที่ 2, 3, 5 และ 6  
นักเรียนประถมศึกษาชายชั้นปีที่ 4, 5 และ 6
2. รายการวิ่งเดิน 1 ไมล์ ในนักเรียนประถมศึกษาหญิงชั้นปีที่ 2
3. รายการความอ่อนตัว ในนักเรียนประถมศึกษาชายชั้นปีที่ 3 และ 4 นักเรียนประถมหญิง  
ชั้นปีที่ 4
4. รายการลุกนั่ง 1 นาที ในนักเรียนประถมศึกษาหญิงชั้นปีที่ 2
5. รายการดึงข้อ ในนักเรียนประถมศึกษาชายและหญิงชั้นปีที่ 2-5

ภาควิชา ..... พลศึกษา  
สาขาวิชา ..... พลศึกษา  
ปีการศึกษา ..... 2535

ลายมือชื่อนิสิต .....  
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา .....  
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษารวม .....

## C441222 : MAJOR PHYSICAL EDUCATION  
KEY WORD: PHYSICAL FITNESS/ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS/SUPHANBURI SPORT SCHOOL  
RITTINAT SUWANNABOON : A COMPARISON OF PHYSICAL FITNESS OF ELEMENTARY  
SCHOOL STUDENTS BETWEEN THE SUPHANBURI SPORT SCHOOL AND OTHER  
ELEMENTARY SCHOOLS. THESIS ADVISOR : ASSO.PROF. VIJIT KANUNGSUKKASEM,  
Ed.D., 107 PP. ISBN 974-583-025-9

The purposes of this investigation were to study the physical fitness of the elementary school students in the whole country and to compare the physical fitness between the elementary school students of Suphanburi Sport School and the other elementary schools in the whole country. The sample population were 1,248 students in grade 1 to 6 from the elementary schools in the whole country. The population were 100 students in grade 2 to 6 of Suphanburi Sport School. The instrument in this research was the Physical Best AAHPERD physical fitness test. The data then, were analyzed in terms of means, standard deviation and t-test.

The results were presented as follows:

Almost all of the physical fitness components of students of the elementary school in the whole country and those of Suphanburi Sport School were significantly different at the level of .05, except the following physical fitness components which were found no significant differences:

1. Body Mass Index of girl students in grade 2,3,5 and 6, and the boy students in grade 4,5 and 6.
2. One Mile Walk/Run of girl students in grade 2.
3. Flexibility of girl students in grade 4 and the boy students in grade 3 and 4.
4. Modified Sit-Ups of girl student in grade 2.
5. Pull-Ups of boy and girl students in grade 2,3,4 and 5.

ภาควิชา พลศึกษา.....  
สาขาวิชา พลศึกษา.....  
ปีการศึกษา 2535.....

ลายมือชื่อนิสิต.....  
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....  
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จล่วงไปได้ด้วยพระคุณของรองศาสตราจารย์ ดร. วิจิต  
คณิงสุขเกษม อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สุเนต นวกิจกุล และคณาจารย์  
ภาควิชาพลศึกษาทุกท่าน ที่ให้ความเมตตา ให้คำแนะนำ และข้อคิดเห็นต่าง ๆ ด้วยดีเสมอมา  
ตลอดจนความช่วยเหลือจากพี่ ๆ น้อง ๆ นิสิตปริญญาโท-เอก ภาควิชาพลศึกษา และศึกษานิเทศก์  
กรมพลศึกษา จังหวัดต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง จึงขอขอบพระคุณทุกท่านมา ณ โอกาสนี้

ท้ายนี้ ผู้วิจัยใคร่ขอขอบพระคุณบิดา-มารดา ผู้ให้โอกาสและสนับสนุนการศึกษาแก่ผู้  
วิจัยในทุก ๆ ด้าน ขอขอบคุณพี่ ๆ น้อง ๆ ตลอดจน ภรรยาและลูก ๆ อันเป็นที่รัก ที่ให้กำลังใจ  
แก่ผู้วิจัยเสมอมาจนสำเร็จการศึกษา

นายฤทธินาท สุวรรณบุรณ

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
รายการตารางประกอบ.....	ณ
บทที่	
1    บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	7
สมมติฐานของการวิจัย.....	7
ขอบเขตของการวิจัย.....	7
ข้อตกลงเบื้องต้นของการวิจัย.....	7
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย.....	9
2    บรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	10
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศไทย.....	21
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศ.....	28
3    วิธีดำเนินการวิจัย.....	36
กลุ่มประชากร.....	36
เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง.....	38
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	39
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	40
4    ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	41

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่	
5 สรุปลผลการวิจัย อภิปรายผล ข้อเสนอแนะ.....	72
บรรณานุกรม.....	89
ภาคผนวก.....	93
ภาคผนวก ก.....	94
ภาคผนวก ข.....	100
ภาคผนวก ค.....	102
ภาคผนวก ง.....	105
ประวัติผู้วิจัย.....	107



รายการตารางประกอบ

ตารางที่	หน้า
1 คำเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอายุ ส่วนสูง น้ำหนัก ดัชนีมวลของร่างกาย และค่าคะแนนสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการของนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 1 ทั่วประเทศ.....	42
2 คำเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอายุ ส่วนสูง น้ำหนัก ดัชนีมวลของร่างกาย และค่าคะแนนสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการของนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 2 ทั่วประเทศ.....	43
3 คำเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอายุ ส่วนสูง น้ำหนัก ดัชนีมวลของร่างกาย และค่าคะแนนสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการของนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 3 ทั่วประเทศ.....	44
4 คำเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอายุ ส่วนสูง น้ำหนัก ดัชนีมวลของร่างกาย และค่าคะแนนสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการของนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 4 ทั่วประเทศ.....	45
5 คำเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอายุ ส่วนสูง น้ำหนัก ดัชนีมวลของร่างกาย และค่าคะแนนสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการของนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 5 ทั่วประเทศ.....	46
6 คำเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอายุ ส่วนสูง น้ำหนัก ดัชนีมวลของร่างกาย และค่าคะแนนสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการของนักเรียนประถมศึกษาชั้นปีที่ 6 ทั่วประเทศ.....	47
7 คำเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอายุ ส่วนสูง น้ำหนัก ดัชนีมวลของร่างกาย และค่าคะแนนสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี.....	48

รายการตารางประกอบ (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
8	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอายุ ส่วนสูง น้ำหนัก ดัชนีมวลของร่างกาย และค่าคะแนนสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี..... 50
9	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอายุ ส่วนสูง น้ำหนัก ดัชนีมวลของร่างกาย และค่าคะแนนสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี..... 51
10	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอายุ ส่วนสูง น้ำหนัก ดัชนีมวลของร่างกาย และค่าคะแนนสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี..... 53
11	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอายุ ส่วนสูง น้ำหนัก ดัชนีมวลของร่างกาย และค่าคะแนนสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี..... 55
12	เปรียบเทียบดัชนีมวลของร่างกายระหว่างนักเรียนประถมศึกษาทั่วประเทศ กับนักเรียนประถมศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี..... 57
13	เปรียบเทียบความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจ จากวิ่งเดิน 1 ไมล์ ระหว่างนักเรียนประถมศึกษาทั่วประเทศกับนักเรียนประถมศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี..... 58
14	เปรียบเทียบความอ่อนตัว ระหว่างนักเรียนประถมศึกษาทั่วประเทศกับนักเรียนประถมศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี..... 59
15	เปรียบเทียบความแข็งแรง-ความอดทนของกล้ามเนื้อท้องโดยการลุกนั่ง 1 นาที ระหว่างนักเรียนประถมศึกษาทั่วประเทศกับนักเรียนประถมศึกษาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี..... 60

รายการตารางประกอบ (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
16	เปรียบเทียบความแข็งแรง-ความอดทนของกล้ามเนื้อร่างกายส่วนบนโดยการ ดึงข้อระหว่างนักเรียนประถมศึกษาทั่วประเทศกับนักเรียนประถมศึกษาโรงเรียน กีฬาสุพรรณบุรี.....	61
17	ระดับค่าดัชนีมวลของร่างกาย ของนักเรียนประถมศึกษาชายทั่วประเทศ.....	62
18	ระดับความสามารถทางสมรรถภาพทางกายรายการวิ่งเดิน 1 ไมล์ ของนักเรียนประถมศึกษาชายทั่วประเทศ.....	63
19	ระดับความสามารถทางสมรรถภาพทางกายรายการความอ่อนตัว ของนักเรียนประถมศึกษาชายทั่วประเทศ.....	64
20	ระดับความสามารถทางสมรรถภาพทางกายรายการลูกนั่ง 1 นาที ของนักเรียน ประถมศึกษาชายทั่วประเทศ.....	65
21	ระดับความสามารถทางสมรรถภาพทางกายรายการดึงข้อ ของนักเรียน ประถมศึกษาชายทั่วประเทศ.....	66
22	ระดับค่าดัชนีมวลของร่างกาย ของนักเรียนประถมศึกษาหญิงทั่วประเทศ.....	67
23	ระดับความสามารถทางสมรรถภาพทางกายรายการวิ่งเดิน 1 ไมล์ ของนักเรียนประถมศึกษาหญิงทั่วประเทศ.....	68
24	ระดับความสามารถทางสมรรถภาพทางกายรายการความอ่อนตัว ของนักเรียนประถมศึกษาหญิงทั่วประเทศ.....	69
25	ระดับความสามารถทางสมรรถภาพทางกายรายการลูกนั่ง 1 นาที ของนักเรียนประถมศึกษาหญิงทั่วประเทศ.....	70
26	ระดับความสามารถทางสมรรถภาพทางกายรายการดึงข้อ ของนักเรียน ประถมศึกษาหญิงทั่วประเทศ.....	71