

ชื่อเรื่อง : การศึกษาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2

ชื่อผู้วิจัย : นายศิวพันธ์ อธิจันทร์รัตน์

หน่วยงาน : กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนปราจีนกัลยาณี

ปีการศึกษา : 2562

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ การศึกษาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2562 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาข้อมูลด้านสมรรถภาพทางกายของนักเรียน และเพื่อเป็นแนวทางปรับปรุงพัฒนาแผนการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาหรือวิชากิจกรรมพัฒนาผู้เรียน รวมถึงสามารถส่งเสริมพัฒนาผู้เรียน ให้เข้าสู่เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของกรมพลศึกษาโดยใช้วิธีแบ่งเป็นเกณฑ์การประเมิน 5 ระดับ เรื่อง สมรรถภาพทางกาย วิชา พลศึกษา ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษา 2551 วิชาพื้นฐาน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนปราจีนกัลยาณี ประจำปีการศึกษา 2562 จำนวน 348 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพสำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปี ของสำนักงานกองทุนวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สุพิตร สมานิติ ,2548) เพื่อประเมินความสามารถและประสิทธิภาพความแข็งแรงของอวัยวะต่างๆของร่างกายเฉพาะเจาะจงที่เกี่ยวกับส่วนประกอบของร่างกาย ความอ่อนตัว ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ และความอดทนของระบบไหลเวียนและระบบหายใจ จำนวน 6 รายการ ประกอบด้วย 1. ลูก – นิ่ง 60 วินาที 2. ดันพื้น 30 วินาที 3. นิ่งอตัวไปข้างหน้า 4. วิ่งอ้อมหลัก 5. วิ่งระยะไกล 1,600 เมตร 6. กระโดดไกล การวิเคราะห์ข้อมูล ได้ใช้เครื่องมือวิเคราะห์ผลการเจริญเติบโตและสมรรถภาพทางกาย 5 ด้าน โดยสร้างขึ้นจากโปรแกรม Microsoft Excel 2003 ใช้เกณฑ์อ้างอิง มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของกรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการเป็นฐานข้อมูล และประเมินผลผู้เรียนตามเกณฑ์ 5 ระดับ ดังนี้ 1. ดีมาก 2. ดี 3. ปานกลาง 4. ต่ำ 5. ต่ำมาก ผลการวิจัยปรากฏว่า

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลนักเรียนชายและนักเรียนหญิงเพื่อนำมาวิเคราะห์ผล และสรุปผลตามระดับเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายนักเรียน 5 ด้าน พบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีสมรรถภาพทางกายอยู่ในเกณฑ์ดีมากที่สุดจำนวน 147 คน คิดเป็นร้อยละ 42.24 รองลงมาเป็นเกณฑ์ปานกลางจำนวน 88 คน คิดเป็นร้อยละ 25.29 เกณฑ์ต่ำจำนวน 65 คนคิดเป็นร้อยละ 18.68 เกณฑ์ดีมากจำนวน 50 คน คิดเป็นร้อยละ 14.37 และเกณฑ์ต่ำมากจำนวน 2 คนคิดเป็นร้อยละ 0.57 ตามลำดับ จากจำนวนนักเรียนชายและหญิงทั้งสิ้น 348 คน และเมื่อรวมจำนวนนักเรียนและร้อยละของนักเรียนที่มีเกณฑ์คุณภาพระดับปานกลางถึงระดับดีมากจำนวน 285 คน คิดเป็นร้อยละ 81.09