

บทคัดย่อ

ชื่องานวิจัย ผลการฝึกความคล่องแคล่วว่องไวที่มีผลต่อความสามารถในการเลี้ยงลูกฟุตบอลของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนปราจีนกัลยาณี

ชื่อผู้วิจัย นายศิวินันท์ อธิจันทร์รัตน์

หน่วยงาน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนปราจีนกัลยาณี

ปีการศึกษา 2564 ภาคเรียนที่ 2

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการฝึกความคล่องแคล่วว่องไวที่มีต่อความสามารถในการเลี้ยงลูกฟุตบอลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนปราจีนกัลยาณีและเพื่อเปรียบเทียบผลของการฝึกเสริมด้วยโปรแกรมการฝึกความคล่องแคล่วว่องไวกับการฝึกซ้อมตามปกติที่มีต่อความสามารถในการเลี้ยงลูกฟุตบอลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนปราจีนกัลยาณี

ผลการวิจัยพบว่า

1. ความคล่องแคล่วว่องไวในการเลี้ยงลูกฟุตบอลของของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนปราจีนกัลยาณี พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนปราจีนกัลยาณี มีค่าเฉลี่ยความคล่องแคล่วว่องไวในการเลี้ยงลูกฟุตบอลก่อนได้รับการฝึกโปรแกรมฝึกความคล่องแคล่วว่องไวเท่ากับ 12.57 วินาที และค่าเฉลี่ยความคล่องแคล่วว่องไวในการเลี้ยงลูกฟุตบอลหลังได้รับการฝึกโปรแกรมฝึกความคล่องแคล่วว่องไวเท่ากับ 11.11 วินาที มีค่าเฉลี่ยความต่างก่อนและหลังได้รับการฝึกโปรแกรมฝึกความคล่องแคล่วว่องไวลดลงเท่ากับ 1.46 วินาที ซึ่งมีผล การเปลี่ยนแปลงความคล่องแคล่วว่องไวพัฒนาในทิศทางที่ดีขึ้น สรุปได้ว่าโปรแกรมฝึกความคล่องแคล่วว่องไว ความสามารถในการเลี้ยงลูกฟุตบอลสามารถช่วยพัฒนาความคล่องแคล่วว่องไวในการเลี้ยงลูกฟุตบอลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนปราจีนกัลยาณี

2. การเปรียบเทียบการฝึกเสริมด้วยโปรแกรมการฝึกความคล่องแคล่วว่องไวกับการฝึกซ้อมตามปกติที่มีต่อความสามารถในการเลี้ยงลูกฟุตบอลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนปราจีนกัลยาณี สรุปได้ว่ามีค่าเฉลี่ยความคล่องแคล่วว่องไวก่อนการฝึกและหลังการฝึกตามโปรแกรมการฝึกความคล่องแคล่วว่องไวแตกต่างกันกับค่าเฉลี่ยความคล่องแคล่วว่องไวหลังการฝึกซ้อมตามปกติ กล่าวคือค่าเฉลี่ยความคล่องแคล่วว่องไวในการเลี้ยงลูกฟุตบอลก่อนได้รับการฝึกโปรแกรมฝึกความคล่องแคล่วว่องไวเท่ากับ 12.57 วินาที และค่าเฉลี่ยความคล่องแคล่วว่องไวในการเลี้ยงลูกฟุตบอลหลังได้รับการฝึกโปรแกรมฝึกความคล่องแคล่วว่องไวเท่ากับ 11.11 วินาที มีค่าเฉลี่ยความต่างก่อนและหลังได้รับการฝึกโปรแกรมฝึกความคล่องแคล่วว่องไวลดลงเท่ากับ 1.46 วินาที