

ชื่อเรื่อง : การศึกษาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2

ชื่อผู้วิจัย : นายธานินทร รอดเกตุกุล

หน่วยงาน : กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนปราจีนกัลยาณี จังหวัดปราจีนบุรี

ปีการศึกษา : 2562

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ การศึกษาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2562 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาข้อมูลด้านสมรรถภาพทางกายของนักเรียน และเพื่อเป็นแนวทางปรับปรุงพัฒนาแผนการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาหรือวิชากิจกรรมพัฒนาผู้เรียนรวมถึงสามารถส่งเสริมพัฒนาผู้เรียนให้เข้าสู่เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของกรมพลศึกษาโดยใช้วิธีแบ่งเป็นเกณฑ์การประเมิน 5 ระดับ

เรื่อง สมรรถภาพทางกาย **วิชา** พลศึกษา

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษา 2551

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนปราจีนกัลยาณี จำนวน 450 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่

แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพสำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปีของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส. สมิติไต่, 2548) เพื่อประเมินความสามารถและประสิทธิภาพความแข็งแรงของอวัยวะต่างๆ ซึ่งร่างกายเฉพาะเจาะจงที่เกี่ยวกับส่วนประกอบของร่างกาย ความอ่อนตัว ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ และความอดทนของระบบไหลเวียนและระบบหายใจ จำนวน 6 รายการ ประกอบด้วย 1) ลูก – นั่ง 60 วินาที 2) ดันพื้น 30 วินาที 3) นั่งงอตัวไปข้างหน้า 4) วิ่งอ้อมหลัก 5) วิ่งระยะไกล 1,600 เมตรสำหรับนักเรียนชาย และระยะ 1,200 เมตรสำหรับนักเรียนหญิง 6) ยืนกระโดดไกล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล ได้ใช้เครื่องมือวิเคราะห์ผลการเจริญเติบโตและสมรรถภาพทางกาย 6 ด้าน โดยสร้างขึ้นจากโปรแกรม Microsoft Excel 2003 ใช้เกณฑ์อ้างอิงมาตรฐานสมรรถภาพทางกายของกรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการเป็นฐานข้อมูล และประเมินผลผู้เรียนตามเกณฑ์ 5 ระดับ ดังนี้

1. เกณฑ์ดีมาก
2. เกณฑ์ดี
3. เกณฑ์ปานกลาง
4. เกณฑ์ต่ำ
5. เกณฑ์ต่ำมาก

ผลการวิจัยปรากฏว่า

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลนักเรียนชายและนักเรียนหญิงเพื่อนำมาวิเคราะห์ผล และสรุปผลตามระดับเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายนักเรียน 5 ด้าน พบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีสมรรถภาพทางกายอยู่ในเกณฑ์ปานกลางมากที่สุดจำนวน 145 คน คิดเป็นร้อยละ 32.22 รองลงมาเป็นเกณฑ์ดีจำนวน 133 คน คิดเป็นร้อยละ 29.55 เกณฑ์ดีมากจำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 16.00 เกณฑ์ต่ำจำนวน 69 คนคิดเป็นร้อยละ 15.33 และเกณฑ์ต่ำมากจำนวน 21 คนคิดเป็นร้อยละ 4.68 ตามลำดับ จากจำนวนนักเรียนทั้งสิ้น 450 คน และเมื่อรวมจำนวนนักเรียนและร้อยละของนักเรียนที่มีเกณฑ์คุณภาพระดับปานกลางถึงระดับดีมากจำนวน 350 คน คิดเป็นร้อยละ 77.78 แสดงภาพโดยรวมของนักเรียนอยู่ในเกณฑ์คุณภาพระดับ ปานกลาง