

ชื่อเรื่อง : การศึกษาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 2

ชื่อผู้วิจัย : นางสาวพัชรภรณ์ เกษศิริ, ว่าที่ร้อยตรีสุพจน์ ฉัตรโชคไพศาล

หน่วยงาน : กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนปราจีนกัลยาณี จังหวัดปราจีนบุรี

ปีการศึกษา : 2562

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ การศึกษาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2562 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาข้อมูลด้านสมรรถภาพทางกายของนักเรียน และเพื่อเป็นแนวทางปรับปรุงพัฒนาแผนการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาหรือวิชากิจกรรมพัฒนาผู้เรียนรวมถึงสามารถส่งเสริมพัฒนาผู้เรียนให้เข้าสู่เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของกรมพลศึกษาโดยใช้วิธีแบ่งเป็นเกณฑ์การประเมิน 5 ระดับ

เรื่อง สมรรถภาพทางกาย วิชา พลศึกษา

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษา 2551

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนปราจีนกัลยาณี จำนวน 337 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่

แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพสำหรับเด็กไทย อายุ 7-18 ปีของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส) (สุพิตร สมหาโต, 2548) เพื่อประเมินความสามารถและประสิทธิภาพ ความแข็งแรงของอวัยวะต่างๆ 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 และสรุปผลตามระดับ เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายนักเรียน 5 ด้าน พบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีสมรรถภาพทางกายอยู่ในเกณฑ์ดี มากที่สุดจำนวน 156 คน คิดเป็นร้อยละ 46.29 รองลงมาเป็นเกณฑ์ปานกลางจำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 23.15 เกณฑ์ดีมาก จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 16.32 เกณฑ์ต่ำ จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 10.09 และอยู่ในเกณฑ์ต่ำมาก จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 4.15 ตามลำดับ จากจำนวนนักเรียนทั้งสิ้น 337 คน และเมื่อรวมจำนวนนักเรียนและร้อยละของนักเรียนที่มีเกณฑ์คุณภาพระดับปานกลางถึงระดับดีมากจำนวน 289 คน คิดเป็นร้อยละ 85.76 แสดงภาพโดยรวมของนักเรียนอยู่ในเกณฑ์คุณภาพระดับ ดีมาก