

ชื่อเรื่อง : การศึกษาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/10

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 โรงเรียนปราจีนกัลยาณี

ชื่อผู้วิจัย : นางสาวพิชญ์กัญญา อธิพวงมาลัย

กลุ่มสาระการเรียนรู้ : สุขศึกษาและพลศึกษา

ภาคเรียน ปีการศึกษา: ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิง ปฏิบัติด้านการฝึกทักษะสมรรถภาพทางกายมีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาข้อมูลด้านสมรรถภาพทางกายของนักเรียน และเพื่อเป็นแนวทางการปรับปรุงพัฒนาทางด้านความแข็งแรงของร่างกาย บุคลิกภาพที่ดีของผู้เรียน ส่งผลให้ผู้เรียนมีสุขภาพกายที่ดี สุขภาพจิตที่ดี และยังเป็นการพัฒนาด้านหลักสูตรแกนกลาง ตามตัวชี้วัดแผนการจัดการเรียนรู้ รายวิชาพลศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/10 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 ของโรงเรียนปราจีนกัลยาณีเรื่อง การศึกษาสมรรถภาพทางกายของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/10 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/10 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 43 คน โดยแบ่งเป็น นักเรียนชาย 27 คน นักเรียนหญิง 16 คน

สรุปผลการวิจัย

รายงานวิจัยในชั้นเรียนครั้งนี้เป็นงานวิจัย เชิงปฏิบัติจากการเก็บรวบรวมข้อมูลนักเรียนชายและนักเรียนหญิงเพื่อนำมาวิเคราะห์ผล และสรุปผลตามระดับเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายนักเรียน 5 ด้าน พบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีสมรรถภาพทางกายอยู่ในเกณฑ์ปานกลางมากที่สุดจำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 32.55 รองลงมา เป็นเกณฑ์ดีมากจำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 27.90 เกณฑ์ดีจำนวน 7 คนคิดเป็นร้อยละ 16.20 เกณฑ์ต่ำจำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 16.27 และเกณฑ์ต่ำมากจำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 6.97 ตามลำดับ จากจำนวนนักเรียนทั้งสิ้น 43 คน และเมื่อรวมจำนวนนักเรียนและร้อยละของนักเรียนที่มีเกณฑ์คุณภาพระดับปานกลางอยู่ในระดับดีมากจำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 32.55 แสดงภาพโดยรวมของนักเรียนอยู่ในเกณฑ์คุณภาพระดับ ดี

ข้อเสนอแนะ

ควรจัดกิจกรรมส่งเสริมสมรรถภาพทางกายให้กับนักเรียนชายและนักเรียนหญิงจำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 23.25 เพื่อให้มีสุขภาพและบุคลิกภาพที่ดี กลับเข้าสู่เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายของกรมพลศึกษาต่อไป