

การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียน
ขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี

ปริญญานิพนธ์

ของ

ธัญญารัตน์ วงษ์สมัย

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา

มกราคม 2542

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๒ 13573

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้วเห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

..... ประธาน
(รองศาสตราจารย์วาสนา คุณาอภิสิทธิ์)
..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี)

คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน
(รองศาสตราจารย์วาสนา คุณาอภิสิทธิ์)
..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ภาคภูมิ รัตนโรจนากุล)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษาของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิชาลาภรณ์)

วันที่ ๑๖ เดือน กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๕๒

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาจากรองศาสตราจารย์ วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สมรรถชัย น้อยศิริ ประธานและกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควงศ์มิ รัตนโรจนากุล กรรมการสอบเพิ่มเติมตลอดจน รองศาสตราจารย์ผาณิต บิลมาศ ที่ได้สละเวลาเป็นอย่างมากในการให้คำปรึกษาให้ข้อเสนอแนะและข้อคิดเห็น ต่าง ๆ จนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอกราบขอบพระคุณนายวายุ พยัคฆ์ขันตร อาจารย์เอก เกิดเต็มภูมิ ดร.พัฒนาชาติ กฤติบวร ดร.สุวัตร สิทธิหล่อ และอาจารย์บุญมี ชาวดี ที่ได้กรุณา เป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจแบบสอบถามและให้คำแนะนำ ขอบคุณโรงเรียนที่เป็น กลุ่มตัวอย่างที่ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจนสำเร็จด้วยดี

ท้ายที่สุดผู้วิจัยขอโน้มระลึกถึงพระคุณบิดา มารดา และครูอาจารย์ ทุกท่านที่ได้อบรมสั่งสอนและได้ถ่ายทอดความรู้ต่าง ๆ แก่ผู้วิจัยให้มีความรู้ความสามารถ ขอขอบพระคุณน้อง ๆ ปริญญาโท (2538 – 2539) และผู้มีพระคุณอีกหลายท่านที่ สนับสนุนให้กำลังใจเสมอมาจนงานวิจัยนี้สำเร็จได้ด้วยดี

ธัญญารัตน์ วงษ์สมัย

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
คำนำ.....	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	5
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	5
/ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย	8
ความหมายและความสำคัญของการใช้เวลา.....	8 ✓
ความหมายและความสำคัญของการใช้เวลาว่าง.....	13 ✓
ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง.....	14 ✓
ประเภทของการใช้เวลาว่าง.....	16 ✓
ประโยชน์ของเวลาว่าง.....	23
การวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	26
✗การวิจัยในต่างประเทศ.....	26 ✓
การวิจัยในประเทศไทย.....	28 ✓
สรุปเอกสารและการวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	32
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	35
แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง.....	35
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	37
ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ.....	38
วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	39
การจัดกระทำกับข้อมูล.....	39

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า.....	41
ข้อตกลงเกี่ยวกับการวิเคราะห์และแปลผล.....	41
ผลการศึกษาค้นคว้า.....	41
5 บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	69
บทย่อ.....	69
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	69
แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง.....	69
วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	69
วิธีจัดกระทำกับข้อมูล.....	70
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	70
อภิปรายผล.....	74
ข้อเสนอแนะ.....	81
ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป.....	82
บรรณานุกรม.....	83
ภาคผนวก.....	89
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	110

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	จำนวนกลุ่มตัวอย่างโรงเรียนในโครงการขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสระบุรี.....	36
2	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำนวนเพศ ระดับการศึกษา บิดา มารดา รายได้ของผู้ปกครอง และอาชีพบิดา มารดา.....	42
3	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในด้าน การออกกำลังกาย และเล่นกีฬา.....	44
4	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่าง ในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ในวันจันทร์ – วันศุกร์ , วันเสาร์ – วันอาทิตย์ และวันหยุด.....	47
5	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในด้านการ ช่วยทำงานบ้าน.....	49
6	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่าง ในด้านการช่วยทำงานบ้าน ในวันจันทร์ – วันศุกร์ , วันเสาร์ – วันอาทิตย์ และวันหยุด.....	50
7	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในด้าน การหารายได้พิเศษ.....	52
8	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่าง ในด้านการหารายได้พิเศษ ในวันจันทร์ – วันศุกร์ , วันเสาร์ – วันอาทิตย์ และวันหยุด.....	53
9	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในด้าน งานอดิเรก.....	55

ตาราง	หน้า
10 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่าง ในด้านงานอดิเรก ในวันจันทร์ – วันศุกร์ , วันเสาร์ – วันอาทิตย์ และวันหยุด.....	56
11 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในด้าน การเรียนรู้.....	58
12 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่าง ในการเรียนรู้ ในวันจันทร์ – วันศุกร์ , วันเสาร์ – อาทิตย์ และวันหยุด.....	59
13 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายและ เล่นกีฬาระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง.....	61
14 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายและ เล่นกีฬาระหว่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว.....	63
15 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการใช้เวลาว่างในการช่วยทำงานบ้าน ระหว่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 โดยใช้ การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว.....	64
16 ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยในการใช้เวลาว่าง ในการช่วยทำงานบ้านของระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่	
17 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการใช้เวลาว่างในการรายได้พิเศษระหว่าง นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 โดยใช้การวิเคราะห์ ความแปรปรวนทางเดียว.....	66
18 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการใช้เวลาว่างในงานอดิเรกระหว่าง นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 โดยใช้การวิเคราะห์ ความแปรปรวนทางเดียว.....	67

ตาราง

หน้า

19 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการใช้เวลาว่างในด้านการเรียนระหว่าง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 โดยใช้การวิเคราะห์ความ แปรปรวนทางเดียว.....	68
--	----

บทที่ 1

บทนำ

คำนำ

การพัฒนาศักยภาพของคนไทยตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 - 2544) คำนึงถึงคุณค่าความเป็นมนุษย์และการพัฒนาศักยภาพของเยาวชน มุ่งเน้นให้คนเป็นคนดี มีคุณธรรม มีสุขภาพ พลานามัยที่ดี ได้รับการพัฒนาศักยภาพอย่างเต็มที่ ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา สามารถปรับตัวให้สามารถอยู่ได้ในสังคมที่เน้นระบบการแข่งขันทางด้านเศรษฐกิจ ในส่วนของยุทธศาสตร์การพัฒนาศักยภาพของคนไทย เน้นให้มีการพัฒนาสุขภาพและพลานามัยของเยาวชนในชนบทและกระจายให้ทั่วถึงในกลุ่มประชากรด้อยโอกาส (สำนักนายกรัฐมนตรี. 2539 : 10 -15)

การจัดการศึกษา ถือเป็นกลไกในการพัฒนามนุษย์ที่ก่อให้เกิดประโยชน์สุขอันยั่งยืนของมนุษย์เอง และเอื้อต่อการพัฒนาประเทศ จำเป็นที่จะต้องพัฒนามนุษย์ให้เข้าไปในลักษณะที่พึงปรารถนาของสังคม (กระทรวงศึกษาธิการ. 2539 : 13)

กระทรวงศึกษาธิการ ในฐานะเป็นองค์กรที่มีหน้าที่รับผิดชอบต่อการจัดการศึกษาให้แก่ พลเมืองของประเทศจึงเล็งเห็นถึงความจำเป็นที่จะต้องจัดและดำเนินโครงการขยายโอกาสทางการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ โดยมีหลักการและเหตุผลคือ ให้ขยายการศึกษาภาคบังคับต่อไปอีก 3 ปี ในท้องถิ่นที่มีความพร้อม และดำเนินโครงการนำร่องขยายโอกาสทางการศึกษาโดยไม่บังคับต่อไปอีก 3 ปี โดยไม่เก็บค่าเล่าเรียน (สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ. 2538 : 1 - 2)

นอกจากเวลาที่ต้องใช้ไปกับการศึกษาเล่าเรียนในชั้นเรียนแล้วนักเรียนยังมีเวลาเหลือว่างในแต่ละวันอีกส่วนหนึ่ง เช่น ตอนเช้าก่อนเข้าเรียน พักกลางวัน หลังเลิกเรียน และในวันหยุดต่าง ๆ เวลาว่างในแต่ละช่วงที่กล่าวมาเป็นเวลาที่มีความ

สำคัญต่อการประกอบกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมความเป็นมนุษย์ของนักเรียนให้มากขึ้น การใช้เวลาว่างจึงเป็นเรื่องสำคัญที่จะละเลยเสียมิได้ ดวงเดือน พิศาลบุตร (2515 : 84 - 85) กล่าวถึงความสำคัญของการใช้เวลาว่างว่าถ้านักเรียนใช้เวลาว่างไม่ถูกต้อง จะเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดพฤติกรรมไม่เหมาะสมขึ้น การใช้เวลาว่างเป็นหรือไม่เป็น จึงเป็นเรื่องสำคัญมีส่วนให้นักเรียนพบความสำเร็จมากหรือน้อย ช้าหรือเร็ว ต่างกัน เป็นหน้าที่ของผู้ปกครอง ครูผู้สอน และครูแนะแนว ที่จะต้องช่วยกันสร้างนิสัยที่ดี ให้นักเรียนรู้จักแบ่งเวลาในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน และรู้จักใช้เวลาว่างที่มีอยู่ให้ ถูกต้องเป็นประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น โรงเรียนก็ควรจัดกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อ ส่งเสริมให้นักเรียนได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ยิ่งขึ้นด้วย

จากปัญหาสภาพเศรษฐกิจและสังคมของประเทศที่มีการเปลี่ยนแปลง อย่างรวดเร็ว ส่งผลให้นักเรียนในโครงการขยายโอกาสทางการศึกษาต้องออกจาก การศึกษากลางคันเพื่อเข้าทำงานช่วยเหลือครอบครัวทำให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ พลานามัยมีความประพฤติที่ไม่เหมาะสม ติดยาเสพติด ในที่สุดก็ส่งผลกระทบต่อ ศักยภาพของคนไทยโดยตรงและคงเป็นปัญหาสำคัญของประเทศชาติ ปัญหาต่าง ๆ อาจไม่เกิดขึ้นหรือลดความรุนแรงลงได้หากนักเรียนเหล่านั้นกำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียน โดยที่ทางโรงเรียนได้จัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรให้เหมาะสมกับความต้องการ เพื่อ เป็นแนวทางให้นักเรียนได้นำกิจกรรมต่าง ๆ ไปใช้ในชีวิตประจำวันโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในช่วงเวลาว่าง

ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลาว่างของนักเรียน ในระดับมัธยมศึกษา ภาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2523 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนใน ระดับมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมที่นักเรียนสนใจ และทำมากที่สุดในเวลาว่างคือ กิจกรรมบันเทิง ร้องลงมา คือ กิจกรรมกีฬาและ กิจกรรมการอ่านหนังสือ นักเรียนใช้เวลาว่างส่วนมากที่โรงเรียน โดยเข้าร่วมกิจกรรม ทัศนศึกษาและกีฬา ซึ่งเป็นกิจกรรมที่โรงเรียนจัดให้ กิจกรรมที่นักเรียนทำมากที่สุด หลังโรงเรียนเลิกคือ การพูดคุยกับเพื่อน ประเภทของกิจกรรมกีฬาที่นักเรียนชอบมาก คือ วอลเลย์บอล จักรยาน แบดมินตัน เกม ต่อสู้ป้องกันตัว ฟุตบอล และวอลเลย์บอล

นอกจากนี้ โกเมศ จันทรโกษ (2522 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษา การใช้เวลาว่างของนักเรียนสองผลักระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า นักเรียนสองผลัดใช้เวลาว่างทำกิจกรรมแต่ละระดับทุกกิจกรรมไม่เท่ากันกิจกรรมส่วนใหญ่ช่วยทำงานบ้าน โดยซักผ้า รีดเสื้อผ้า ทำความสะอาดบ้าน ล้างภาชนะ และหุงหาอาหาร และใช้เวลาว่างขณะอยู่ที่บ้านด้านการเรียนโดยทำการบ้าน และทบทวนบทเรียน ฟังวิทยุ อ่านหนังสือพิมพ์ วารสาร หรือหนังสืออ่านเล่น ดูโทรทัศน์ และร้องเพลง ใช้เวลาว่างขณะที่อยู่โรงเรียนด้านการเรียนโดยการทำกรบ้านหรืองานที่อาจารย์มอบหมาย และเข้าห้องสมุด โดยไม่เคยและไม่ค่อยได้เล่นกีฬาเกือบทุกประเภท ส่วนในระหว่างไปและกลับจากโรงเรียน นักเรียนสองผลัดส่วนใหญ่ไม่แะทำกิจกรรมใด ๆ ระหว่างทางนักเรียนสองผลัดในส่วนกลางกับส่วนภูมิภาค ชายกับหญิง และนักเรียนที่เรียนต่างผลัดกัน มีน้ำหนักการทำกิจกรรมบางอย่างในเวลาว่างแตกต่างกัน

กระทรวงมหาดไทย (2540 : เอกสารโครงการ) เห็นความสำคัญของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ในหมู่เยาวชนเพื่อพัฒนาสุขภาพและป้องกันปัญหาเสพติด จึงได้ดำเนินโครงการจัดหาสนามกีฬาสำหรับเยาวชนเพื่อสุขภาพ และป้องกันยาเสพติด โดยมีหลักการดังนี้

ตามที่รัฐบาลได้มีนโยบายส่งเสริมและพัฒนาการกีฬาและการออกกำลังกาย ทั้งเพื่อการแข่งขัน และเพื่อสุขภาพอนามัยของคนในชาติ โดยกระจายโอกาสด้านกีฬาไปให้ทั่วทุกภูมิภาค และทุกชุมชน เพื่อให้เด็กและเยาวชนในประเทศไทยมีโอกาสเล่นกีฬา ตั้งแต่เยาว์วัย และสนับสนุนบริการพื้นฐานด้านกีฬา รัฐมนตรีประจำสำนักนายกรัฐมนตรี (นายวีระกร คำประกอบ) จึงมีดำริและสนับสนุนให้รัฐบาลจัดทำโครงการจัดหาสถานที่เล่นกีฬาและออกกำลังกายให้กับเด็กและเยาวชนให้ทั่วทุกจังหวัดและในอำเภอที่ใหญ่ เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้มีสถานที่สำหรับเล่นกีฬา และออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ อันจะส่งผลให้ร่างกายแข็งแรง เป็นการฝึกทักษะการแก้ไขปัญหา สร้างความมั่นใจในตัวเอง สร้างความสามัคคี และส่งเสริมให้เกิดการรวมตัวเป็นหมู่คณะเพื่อใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์แทนการมั่วสุม หมกมุ่นในอบายมุขรวมทั้งยาเสพติด อีกทั้งเป็นการเสริมสร้างสถาบันครอบครัวให้เข้มแข็ง ตลอดจนเปิดโอกาสให้เด็กและเยาวชนได้พัฒนา

ทักษะการกีฬาเพื่อนำไปสู่การเป็นนักกีฬาที่มีคุณภาพของชาติและเป็นตัวอย่างที่ดีแก่เด็กและเยาวชนในชุมชนต่อไป

นอกจากนั้นกระทรวงศึกษาธิการได้มองเห็นความสำคัญของการใช้เวลาว่างโดยมุ่งเน้นการจัดให้สถานศึกษาจัดกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้กับนักเรียนเพื่อการป้องกันสารเสพติด วัตถุประสงค์นี้ ตามนโยบายกระทรวงศึกษาธิการตามแผนป้องกันสารเสพติด ของกระทรวงศึกษาธิการ (พ.ศ.2540 – 2544) ได้กล่าวไว้ว่า “สนับสนุนให้สถานศึกษาทุกสังกัดจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาตลอดจนกิจกรรมทางเลือกต่าง ๆ เน้นการให้เด็กและเยาวชนรู้จักใช้เวลาว่างไปในทางสร้างสรรค์ และเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพอนามัย เพื่อเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ และความสามัคคีในหมู่คณะ” ดังนั้น การใช้เวลาของเด็กวัยนี้ จึงได้รับอิทธิพลทั้งจากที่บ้าน ซึ่งเกิดจากการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ ผู้ปกครอง และอิทธิพลจากทางโรงเรียน ซึ่งมักเกิดจากเพื่อน ครู และคนอื่น ๆ การศึกษาถึงการแบ่งเวลาตลอดจนการเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กในวัยเด็กตอนปลายและวัยรุ่นตอนต้น จึงเป็นเรื่องที่น่าสนใจ เพราะอาจใช้เป็นสิ่งบ่งชี้ถึงความรู้ความคิดพฤติกรรมของเด็ก ประสิทธิภาพของการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ผู้ปกครองครู อนาคตของเด็ก อนาคตของสังคม และประเทศชาติ (กระทรวงศึกษาธิการ . 2540 : 9 – 22)

จากการสัมภาษณ์ผู้บริหารโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสระบุรี จำนวน 4 โรงเรียน พบว่า นักเรียนบางคนต้องออกกลางคันด้วยเหตุผลเพื่อไปประกอบอาชีพ นอกจากนี้ ยังมีปัญหาทางด้านการดำรงชีวิตในสังคม ขาดความพร้อมและศักยภาพในการดูแล และพัฒนาตนเอง มีพฤติกรรมทางชั่วร้าย รวมทั้งการติดยาเสพติด ผลของการศึกษาในครั้งนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อผู้บริหาร ครู พ่อแม่ผู้ปกครอง และผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน โดยใช้เป็นแนวทางประกอบการพิจารณาหาทางป้องกัน แก้ไข ปรับปรุง หรือส่งเสริมการใช้เวลาว่างของนักเรียนให้เป็นไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสม เพื่อเป็นประโยชน์ในการพัฒนาศักยภาพของคนไทย ตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 - 2544) ได้

จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ที่จะศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาส จังหวัดสระบุรี เพราะช่วยให้ทราบสถานภาพต่าง ๆ ของนักเรียนรวมทั้งกิจกรรมที่นักเรียนมีส่วนร่วม และลักษณะของสังคมที่เป็นสิ่งแวดล้อมของนักเรียนเอง เพื่อใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนป้องกันปัญหาต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นแก่เด็กในโรงเรียนต่อไป

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี
2. เพื่อเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ระหว่างนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี
3. เพื่อเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ระหว่างชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. ทราบถึงการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี
2. ทราบถึงความแตกต่างของการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ระหว่างนักเรียนชายและนักเรียนหญิง
3. ทราบถึงความแตกต่างของการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ระหว่างชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี

4. ได้แนวทางประกอบการพิจารณาการจัดกิจกรรมการใช้เวลาว่างของนักเรียนให้เหมาะสมและเป็นประโยชน์

5. เป็นแนวทางสำหรับการวิจัยที่เกี่ยวข้องต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นปีการศึกษา 2540 ที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี จำนวน 44 โรงเรียน รวมนักเรียนทั้งสิ้น 5,057 คน

2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรต้น คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำแนกตาม

2.1.1 เพศ

2.1.2 ระดับชั้นของนักเรียน (มัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3)

2.2 ตัวแปรตาม คือ การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาส จังหวัดสระบุรี

นิยามศัพท์เฉพาะ

นักเรียนมัธยมศึกษา หมายถึง นักเรียนชายและนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี

เวลาว่าง หมายถึง เวลาที่นักเรียนใช้ประกอบกิจกรรมต่าง ๆ นอกเวลาเรียน เป็นการประกอบกิจกรรมในโรงเรียนและนอกโรงเรียน รวมทั้งในวันหยุดต่าง ๆ ด้วยโดยจำแนกเป็น 5 ด้าน คือ

1. การใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา
2. การใช้เวลาว่างในด้านการช่วยทำงานบ้าน

3. การใช้เวลาว่างในด้านการหารายได้พิเศษ
4. การใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก
5. การใช้เวลาว่างในด้านการเรียน

โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา หมายถึง โรงเรียนในโครงการขยายโอกาสทางการศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ กระทรวงศึกษาธิการ

บทที่ 2

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้ารวบรวมเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยโดยจัดเรียงลำดับหัวข้อดังนี้

ความหมายและความสำคัญของการใช้เวลา

ความหมาย

เวลา หมายถึง ช่วงระยะเวลาประกอบกันเป็นความยาวนานที่มีอยู่หรือเป็นอยู่ โดยนิยามกำหนดเป็นครุ่ คราว วัน เดือน ปี (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. 2525 : 751) เวลาคือขณะหนึ่งของปรากฏการณ์ที่เป็นอยู่หรือดำเนินต่อเนื่องไปจากอดีตปัจจุบันจนเป็นอนาคต และหวนกลับคืนไม่ได้ (The Grolier International Dictionary Volume. 2 : 1746, 1979.)

ชัยณรงค์ สุวรรณสาร (2528 : 39) ให้ความหมายของเวลาว่า “เวลาเป็นทรัพยากรที่มีอยู่สิ่งเดียวในโลกไม่สามารถสะสมไว้ได้เหมือนสะสมเงิน หรือวัตถุ”

✓ ปธาน สุวรรณมงคล (2533 : 80) ได้กล่าวว่า เวลานั้นเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าและไม่อาจสะสมไว้ได้ เหมือนทรัพยากรอื่นๆ คนส่วนมากจะมองไม่เห็นความสำคัญของเวลาเนื่องจากเห็นว่าเวลานั้นมีอยู่แล้วไม่ต้องไปชวนขวยหามาให้เหนื่อยยาก ดังนั้น เวลา จึงเป็นทรัพยากรที่ทุกคนต้องให้ความสำคัญดังคำกล่าวที่ว่า “เวลาและวารีไม่เคยคอยใคร”

วิมาน จิวเจียม (2539 : 6) ได้ให้ความหมายของเวลาไว้ดังนี้

1. เวลาเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่มนุษย์ได้รับมาเท่าเทียมกัน สำหรับใช้ในการทำงานโดยมีหน่วยนับเป็น วินาที นาที ชั่วโมง วัน สัปดาห์ เดือน ปี ยกเว้นช่วงอายุขัยซึ่งจะไม่เท่ากัน

2. เวลาเป็นทรัพยากรที่เปลี่ยนแปลงไม่ได้ เวลาที่ผ่านไปแล้วจะหวนกลับไปสู่อดีตอีกย่อมทำไม่ได้

3. เวลาเป็นทรัพยากรที่สะสมไม่ได้ จึงไม่มีธนาคารหรือโรงพัสดุ หรือห้องเก็บสะสมเวลา

4. เวลาเป็นทรัพยากรที่อนุรักษ์ไม่ได้ หรือหยุดเวลาไม่ได้ เวลาจะต้องเดินไปตามทิศทางของเวลา จากอดีตไปสู่ปัจจุบันและอนาคตเป็นลักษณะก้าวไปข้างหน้าอย่างไม่หยุดยั้ง

5. เวลาเป็นทรัพยากรที่หายיםเช่นเดียวกับเงินหรือวัสดุไม่ได้

จากความหมายของเวลาดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า “เวลาเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่มนุษย์ได้รับมาเท่าเทียมกัน เวลาเป็นทรัพยากรที่เปลี่ยนแปลงสะสมอนุรักษ์ หรือหยุดไม่ได้ จะต้องเดินไปตามทิศทางจากอดีตไปสู่ปัจจุบันและอนาคตเป็นลักษณะการก้าวไปข้างหน้าอย่างไม่หยุดยั้ง”

ความสำคัญของการใช้เวลา

วิมาน จิวเจียม (2539 : 58) กล่าวถึงความสำคัญของการบริหารเวลาพอสรุปประเด็นได้ดังนี้

1. เวลาเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่มนุษย์ได้รับมาเท่าเทียมกัน สำหรับใช้ในการทำงานโดยมีหน่วยนับเป็น วินาที นาที ชั่วโมง สัปดาห์ เดือน ปี ยกเว้นช่วงอายุขัยซึ่งจะไม่เท่ากัน

2. เวลาเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่เปลี่ยนแปลงไม่ได้ เวลาที่ผ่านไปแล้วจะหวนกลับไปสู่อดีตอีกย่อมทำไม่ได้

3. เวลาเป็นทรัพยากรที่สะสมไม่ได้ จึงไม่มีธนาคารหรือโรงพัสดุ หรือห้องเก็บสะสมเวลา

4. เวลาเป็นทรัพยากรที่ซื้อหรือจัดหาไม่ได้ จึงไม่มีร้านขายเวลา ในประเด็นนี้อาจมีผู้โต้แย้งได้กล่าวคือ ในรายการวิทยุ หรือรายการโทรทัศน์จะมีการซื้อขายเวลาเพื่อทำรายการต่าง ๆ หรือกรณีที่มีรายการหนึ่งใช้เวลาจัดรายการ 2 ชั่วโมง ต่อมา

ขอซื้อเวลาเพิ่มเป็น 3 ชั่วโมง ในกรณีนี้หากพิจารณาในแง่ของการบริหารเวลาแล้ว ก็หมายถึงการที่จะต้องใช้เวลาหรือบริการเวลาที่ได้รับมา 2 ชั่วโมงนั้น เพื่อทำรายการ ในขณะนั้นและวันนั้น ซึ่งจะไปเกินเวลาหรือกินเวลาของรายการอื่น ๆ ไม่ได้หรือในอีก แง่มุมหนึ่งก็คือ ไม่สามารถซื้อเวลาที่ผ่านมาแล้วได้ หรือซื้อเวลาเพื่อต่ออายุตนเอง ย่อมทำไม่ได้ หรือวันหนึ่ง ๆ มี 24 ชั่วโมง เราจะไปหาซื้อเพิ่มเป็นวันละ 25 ชั่วโมง ก็ย่อมทำไม่ได้เช่นเดียวกัน

5. เวลาเป็นทรัพยากรที่อนุรักษ์ไม่ได้ หรือหยุดเวลาไม่ได้ เวลาจะต้องเดิน ไปตามทิศทางของเวลา จากอดีตไปสู่ปัจจุบันและอนาคตเป็นลักษณะก้าวไปข้างหน้า อย่างไม่หยุดยั้ง

6. เวลาเป็นทรัพยากรที่หายืมเช่นเดียวกับเงินหรือวัสดุไม่ได้

ลักษณะการใช้เวลา

เมื่อเวลาเป็นสิ่งที่มียค่ายิ่ง เวลาเป็นทรัพยากรที่สูญสิ้น เวลาไม่สามารถ หวนกลับมาคืนมาได้ ดังนั้นการใช้เวลาให้ดูมีคุณค่าของเวลาไม่ปล่อยเวลาให้ผ่านไปโดย ไร้ประโยชน์ เมื่อคิดจะทำสิ่งใดจะต้องทำให้เหมาะสมกับเวลา จะต้องมีการวางแผน การใช้เวลาหรือการบริหารเวลา ซึ่ง เฉลิม สุขะสมบัติ (2527 : 45) ได้ให้ความหมาย ของการใช้เวลาหรือการบริหารเวลาได้ดังนี้ การดำเนินการโดยใช้เวลาปฏิบัติงานให้ได้ ผลตรงตามเป้าหมายมากที่สุด ใช้เทคนิคการจัดเวลาทำงานอย่างมีประสิทธิภาพทำ ให้เกิดประโยชน์ และได้รับผลมากตามวัตถุประสงค์โดยใช้เวลาน้อยที่สุด

ขจรศักดิ์ หาญณรงค์ (2519 : เอกสารอัดสำเนา) ได้สรุปถึงลักษณะของ การใช้เวลาของมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตลอดชีวิต ประมาณอายุ 70 ปี มนุษย์ใช้เวลา ในเรื่องต่าง ๆ ต่างกัน ดังนี้

ใช้เวลาในการนอน ประมาณ 23 ปี คิดเป็นร้อยละ 39.2 ของเวลาที่มีหรือ ประมาณวันละ 6 ชั่วโมง 30 นาที

ใช้เวลาในการศึกษาและทำงาน ประมาณ 19 ปี คิดเป็นร้อยละ 27.2 ของ เวลาที่มีหรือประมาณวันละ 3 ชั่วโมง 5 นาที

ใช้เวลาในการพักผ่อนนี้จริง ประมาณ 19 ปี คิดเป็นร้อยละ 27.2 ของเวลาที่มีหรือประมาณวันละ 3 ชั่วโมง 5 นาที

ใช้เวลาในการรับประทานอาหาร ประมาณ 6 ปี คิดเป็นร้อยละ 8.6 ของเวลาที่มีหรือประมาณวันละ 2 ชั่วโมง 3 นาที

ใช้เวลาในการเดินทาง ประมาณ 6 ปี คิดเป็นร้อยละ 8.6 ของเวลาที่มีหรือประมาณวันละ 1 ชั่วโมง 22 นาที

ใช้เวลาในการแต่งกาย ประมาณ 2 ปี คิดเป็นร้อยละ 2.8 ของเวลาที่มีหรือประมาณวันละ 41 นาที

ใช้เวลาในการทำพิธีทางศาสนา ประมาณ 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 1.4 ของเวลาที่มีหรือประมาณวันละ 20 นาที

สรุปได้ว่า คนเรานั้นตลอดชีวิตใช้เวลาในการนอนมากที่สุดถึงร้อยละ 39.2 รองลงมาจะใช้เวลาในการศึกษาและการพักผ่อนร้อยละ 27.2 จึงต้องเห็นคุณค่าของเวลาให้มาก และต้องพยายามหาวิธีการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและแก่ส่วนรวมให้มากที่สุด

๔ รัชนี ลาขโรจน์ (2527 : เอกสารการสอน) กล่าวว่า การใช้เวลาของคนนั้นสามารถจำแนกออกเป็น 4 ทาง ได้แก่

1. เวลาที่ใช้ในการทำงาน คือ เวลาที่ใช้การประกอบอาชีพหากเป็นนักเรียน นักศึกษาก็คือ เวลาในการเรียนหนังสือ
2. เวลาที่ใช้ในการนอนหลับ
3. เวลาเพื่อการทำกิจวัตรประจำวัน
4. เวลาเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ

เมธี ปิลันธนานนท์ (2528 : 8) ได้แบ่งกิจกรรมในการใช้เวลาของบุคคลไว้ 5 ชนิด คือ

1. กิจกรรมอาชีพ คือ กิจกรรมเพื่อการครองชีพของตนเอง และครอบครัว ซึ่งเป็นกิจกรรมหลักที่คนเราใช้เวลาในการทำงานไม่มากนัก คือ ประมาณวันละ 6 ชั่วโมง

2. กิจกรรมของครอบครัว เป็นกิจกรรมที่ต้องใช้เวลาเพื่อความสุขสมบูรณ์ สงบสุข ความมั่นคง ทั้งนี้รวมถึงการอบรมสั่งสอนสมาชิกในครอบครัวด้วย

3. กิจกรรมของชุมชน เป็นการใช้เวลาเพื่อความร่วมมือ และให้ความช่วยเหลือแก่องค์กร หรือสถาบันต่าง ๆ ในชุมชน

4. กิจกรรมการพักผ่อน และการสังคม เป็นกิจกรรมที่ใช้เวลามากที่สุดได้แก่ การนอนเที่ยวเตร่ ดูทีวี ฟังเพลง เป็นต้น

5. กิจกรรมเพื่อสุขภาพ เป็นกิจกรรมที่ต้องใช้เวลาส่วนหนึ่งเพื่อการตรวจร่างกายการรักษาความเจ็บไข้การออกกำลังกาย เป็นต้น ส่วนใหญ่จะให้ความสำคัญของการใช้เวลาด้านนี้เป็นอันดับสุดท้าย

ผาณิต บิลมาศ (2537 : เอกสารอัดสำเนา) ได้กำหนดหลักเกณฑ์เพื่อพิจารณาเวลารว่างของบุคคลในแต่ละชั้นไว้ดังนี้

1. เวลาที่ใช้ในการเรียนหรือการทำงาน
2. เวลาที่เกี่ยวข้องกับการเรียนหรือการทำงาน
 - 2.1 เวลาที่ใช้ในการแต่งตัวไปเรียนหรือทำงาน
 - 2.2 เวลาที่ใช้ในการเดินทางไปและกลับโรงเรียนหรือที่ทำงาน
 - 2.3 เวลาที่ใช้ในการทำการบ้าน หรืองานที่นำกลับมาทำที่บ้าน
 - 2.4 เวลาที่ใช้ในการทำงานอื่น ๆ
3. เวลาที่ใช้ในการดำรงชีวิต
 - 3.1 เวลาในการนอน
 - 3.2 เวลาที่ใช้ในการรับประทานอาหาร
 - 3.3 อื่น ๆ

เพราะฉะนั้นเวลารว่างเท่ากับผลรวมของข้อ 1 2 3 ลบด้วยเวลาใน 1 วัน

(24 ชม.)

ความหมายและความสำคัญของการใช้เวลาว่าง

ความหมาย

วิสคอฟ (Weiskopf. 1975 : 3) กล่าวถึงเวลาว่างไว้ดังนี้ “เวลาว่าง” (Leisure) โดยทั่วไปหมายถึง เวลาอันอิสระของบุคคลหลังจากปฏิบัติกิจกรรมที่จำเป็นและว่างจากการทำงานประจำ

✓ เวลาว่างเป็นช่วงเวลาที่เป็นส่วนตัวอย่างสมบูรณ์หลังจากเสร็จสิ้นจากงานประจำและปฏิบัติหน้าที่ต่าง ๆ ในช่วงเวลาอิสระที่บุคคลสามารถปฏิบัติกิจกรรมตามความพอใจและก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม

เพลโต (Plato.1978 : 3) ได้ให้ความหมายของเวลาว่างไว้ 3 ประการ คือ

1. เวลาว่างเป็นเวลาที่เหลืออยู่
2. เวลาว่างเป็นเวลาที่ป็นอิสระจากกิจกรรมอื่น ๆ
3. เวลาว่างเป็นเวลาที่ป็นตัวของตัวเองหรือความเป็นอิสระจากสภาพจิตใจ ที่จดจ่ออยู่กับการงานหรือสิ่งต่าง ๆ

สมบัติ กาญจนกิจ (2535 : 28 - 29) ได้กล่าวถึงความหมายของเวลาว่างไว้ดังนี้ เวลาว่างมาจากภาษาลาติน คือ Lirere แปลว่า การได้รับอนุญาตอิสระจากการทำงานหรือหน้าที่ นอกเหนือจากงานประจำมีอิสระจากการทำงานหรือหน้าที่ นอกเหนือจากงานประจำมีอิสระที่จะกระทำอะไรตามใจปรารถนา เวลาว่างมีแนวคิด 5 ความหมายคือ

1. ทศนะของเวลาว่างแบบดั้งเดิม เวลาว่างคือ เวลาที่ไม่ทำงาน เวลาว่างคือ หน้าที่ของสังคมชนชั้น
2. เวลาว่าง คือ กิจกรรมที่กระทำในช่วงเวลาว่าง
3. เวลาว่าง คือ เวลาอิสระ
4. เวลาว่าง คือ วิถีชีวิต หรือสภาพที่เกิดขึ้นที่ต้องการให้บุคคลประสบความสำเร็จที่เขาต้องการจะทำได้ นอกจากนั้นได้กล่าวถึงลักษณะและองค์ประกอบของกิจกรรมเวลาว่างดังนี้

ก. ระดับของควมมีอิสรภาพ ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับเวลา และการตัดสินใจ เป็นเวลาอิสระปราศจากการควบคุม เป็นการใช้เวลาว่างอย่างอิสระในการเข้าร่วม กิจกรรมการเล่นเป็นการแสดงออกโดยอิสระเป็นกิจกรรมดีหรือไม่ดีก็ได้

ข. การแสดงออกแห่งตน เวลาว่างเน้นในเรื่องการที่บุคคลได้เข้าร่วม กิจกรรมเพื่อส่งเสริมการแสดงออกแห่งตน สามารถจัดขึ้น ได้ในสถานการณ์ที่มีความ สนใจ

ค. ความพึงพอใจ กิจกรรมเวลาว่างจะต้องก่อให้เกิดความพึงพอใจ ไม่นั่น กฎกติกา

ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง

สมบัติ กาญจนกิจ (2535 : 26) ได้กล่าวสรุปว่า ได้มีทฤษฎีทางสังคมวิทยา และทฤษฎีทางจิตวิทยาที่ใช้อธิบายความสำคัญของการเล่นซึ่งการเล่นก็คือจัดว่าเป็น กิจกรรมการใช้เวลาว่างอย่างหนึ่ง ซึ่งสามารถนำมาเป็นข้อมูลในการพิจารณา ได้แก่ ทฤษฎีระบายอารมณ์ (Catharsis Theory) ของอริสโตเติล กิจกรรมการเล่นเป็นการ ระบายออกทางอารมณ์ ซึ่งเปรียบเสมือนเครื่องรักษาความปลอดภัยของระบบ ประสาท ทฤษฎีการผ่อนคลายความตึงเครียด (Relaxation Theory) สแตนลีย์ ฮอลย์ อธิบายตามหลักทฤษฎีวิวัฒนาการของมนุษย์ว่า การเล่นเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลง พัฒนาการของมนุษย์จากวัยเด็กสู่วัย ผู้ใหญ่จากสัตว์เป็นมนุษย์ ดังนั้น การเล่น จากพฤติกรรมที่ต้องยังชีพ เช่น การตกปลา ล่าสัตว์ พายเรือ ตั้งค่ายพักแรมเป็น กิจกรรมที่ลอกเลียนแบบคนรุ่นก่อนที่สืบทอดกันมาจากบรรพบุรุษ ซึ่งทฤษฎีนี้เป็น การเลียนแบบการวิวัฒนาการของการแสดงออกของคนหรือสัตว์ที่สืบทอดกันมานาน ทฤษฎีสัญชาตญาณ (Instinct Practice) คาร์ ครอส์ ได้รายงานพฤติกรรมการเล่น ของคนและสัตว์ว่าเป็นการเตรียมตัวหรือสัญชาตญาณเพื่อความอยู่รอด โดยการฝึก หัดปฏิบัติทักษะต่าง ๆ เพื่อการดำรงชีพเพื่อการปรับตัว ทฤษฎีการแสดงออกแห่งตน (Self-Expression Theory) เฮลเมอร์ มิตเชล ได้กล่าวว่า การเล่นเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง

ในการตอบสนองความต้องการแสดงออกของมนุษย์ ปกติมนุษย์ต้องการเคลื่อนไหว ใช้พลังงานเสมอ การแสดงออกในเรื่องของความสามารถทักษะต่าง ๆ ทั้งทางด้าน สรีระและกายวิภาค ระดับทางสมรรถภาพทางกาย สิ่งแวดล้อมและสังคม การเล่น จะช่วยตอบสนองการแสดงออกทางด้านทักษะคติ และนิสัยของคน ทฤษฎีสังคม ประสานสัมพันธ์ (Social Contact Theory) กล่าวว่าการเล่นเป็นกิจกรรมทางสังคม ของมนุษย์ในการที่จะช่วยผสมผสานสังคม ตั้งแต่หน่วยเล็กที่สุดของสังคม คือ ครอบครัว ชุมชน และสังคมต้องการเล่นเพื่อเสริมสร้างเครือข่ายของสังคมในวิถีชีวิต วัฒนธรรมอารยธรรม การให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การเคารพสิทธิ หน้าที่ ความรับผิดชอบ ทฤษฎีการบุกเบิกสร้างสรรค์ (Creative Exploration Theory) กล่าวว่าการเล่นเป็นพฤติกรรมการค้นหา สิ่งเร้า-กระตุ้น ซึ่งเป็นแรงขับทางจิตวิทยา ทำให้คนเราต้องการความตื่นเต้น ทำทาย ความพอใจ ความสนุกสนานในรูปแบบ ของหัวเราะ ขบขัน ช่วยคนเราบรรลุถึงความรู้สึกต้องการความสำเร็จขั้นสูงสุด (Self-Actualization)

จากที่กล่าวข้างอิงทฤษฎีทางจิตวิทยา และทฤษฎีทางสังคมวิทยาที่อธิบาย พฤติกรรมการเล่นของมนุษย์นับได้ว่ามีส่วนที่สามารถนำมาอ้างอิง หรืออธิบายความ สำคัญของการใช้เวลาว่างได้ กล่าวคือ

1. เป็นหนทางให้คนได้สามารถแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ตามความ พึงพอใจ

2. เป็นหนทางลดแรงขับทางจิตวิทยาลงได้

ดวงเดือน พิศาลบุตร (2515 : 84 - 85) ได้กล่าวถึงการใช้เวลาว่างให้เป็น ประโยชน์ไว้ดังนี้ การใช้เวลาว่างเป็นหรือไม่เป็นนั้นเป็นเรื่องสำคัญมาก เพราะจะช่วย ให้นักเรียนพบความสำเร็จหรือเจริญก้าวหน้าได้มากหรือรวดเร็วต่างกัน และวิธีการใช้ เวลาว่างของนักเรียนยังมีผลต่อนักเรียนเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่แล้วด้วย กล่าวคือ นักเรียนไม่ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น อยู่เฉย ๆ หรือพูดคุยแต่เรื่องไร้สาระ

เอาแต่เล่นสนุก ไม่ช่วยทำงานบ้าน ไม่คิดทำงาน ใช้เวลาให้หมดไปด้วยการเที่ยวเตร่ แต่นักเรียนที่รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น ช่วยงานบ้าน ศึกษาค้นคว้า ทำงานอดิเรก เป็นต้น ก็จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ครู และผู้ปกครอง จึงควรสนับสนุนให้นักเรียนรู้จักแบ่งเวลา ใช้เวลาว่างอย่างเหมาะสม เป็นการปลูกฝังนิสัยที่ดีเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างตั้งแต่เยาว์วัย การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและครอบครัวเป็นการแสดงออกที่ถูกต้อง ช่วยปลูกฝังให้รู้คุณค่าของเวลา ทำให้มีประสบการณ์ในชีวิตการทำงานต่าง ๆ มากขึ้น ทำให้เกิดความภาคภูมิใจและเชื่อมั่นในตนเองยิ่งขึ้น และอาจช่วยเพิ่มพูนรายได้ให้กับตนเองหรือครอบครัวบ้างตามสมควร การรู้จักใช้เวลาว่างจึงมีส่วนอย่างสำคัญที่ช่วยให้ประสบความสำเร็จในชีวิต

ประเภทของการใช้เวลาว่าง

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลาว่างพบว่าจะมีลักษณะของกิจกรรมความร่วมมือกันและประโยชน์ที่ได้รับแตกต่างกัน ซึ่งสามารถแยกประเภทของการใช้เวลาว่างได้ดังนี้

1. การใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

การใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา หมายถึง การใช้เวลาของนักเรียนที่เล่นในห้องกับกิจกรรมออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ได้แก่ การเล่นที่มีการเคลื่อนไหวทางกาย การวิ่งเหยาะ ๆ การเล่นกีฬาเพื่อการออกกำลังกาย การเล่นพื้นเมือง การเต้นรำตามจังหวะเพลง การออกกำลังกายแบบอากาศนิยม กิจกรรมการกีฬา ได้แก่ กิจกรรมกีฬาทั้งในร่มและกลางแจ้ง กิจกรรมกีฬาประเภทใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ การเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีม เป็นต้น ซึ่งมีนักการศึกษาและนักวิชาการได้กล่าวไว้ เช่น เอก เกิดเต็มภูมิ (2540 : เอกสารอัดสำเนา) ได้ให้คำนิยามของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไว้ดังนี้ การออกกำลังกายเป็นสัจชาติญาณของมนุษย์เพื่อกระตุ้นให้ระบบทางสรีรวิทยาของร่างกายได้มีการพัฒนาตามกระบวนการโดยสมบูรณ์

ซึ่งเป็นพื้นฐาน ของการพัฒนากระบวนการทางด้านจิตใจและกระบวนการทาง ด้านสังคมของมนุษย์ได้สร้างสรรค์ขึ้น สามารถแบ่งระดับของการกีฬา ได้เป็น 3 ระดับ คือ การกีฬาเพื่อสุขภาพ และนันทนาการ การกีฬาเพื่อการแข่งขัน และ การกีฬาเพื่อสังคมและการเมือง การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกาย หรือการเล่นกีฬาทำประโยชน์ให้แก่มนุษย์ในหลายด้าน และการกีฬาแห่งประเทศไทย (2528 : 10 - 13) ได้สรุปประโยชน์ของการออกกำลังกายไว้ดังนี้

1. การเจริญเติบโต การออกกำลังกาย จัดเป็นปัจจัยสำคัญอันหนึ่งที่มี ต่อการเจริญเติบโต เด็กที่ไม่ค่อยได้ออกกำลังกายแต่มีอาหารการกินอุดมสมบูรณ์ อาจมีส่วนสูงและน้ำหนักตัวมากกว่าเด็กในวัยเดียวกันโดยเฉลี่ย แต่ส่วนใหญ่แล้ว จะมีไขมันมากเกินไป มีกระดูกเล็ก หัวใจมีขนาดเล็กเมื่อเทียบกับน้ำหนักตัว อ้วน แบบจุ เป็นต้น ซึ่งถือว่าการเจริญเติบโตที่ผิดปกติ ตรงกันข้ามกับเด็กที่มีการ ออกกำลังกายถูกต้องสม่ำเสมอ ร่างกายจะผลิตฮอร์โมน ที่เกี่ยวกับการเจริญเติบโต อย่างถูกส่วน จึงกระตุ้นให้อวัยวะต่าง ๆ เจริญขึ้นพร้อมกันไปทั้งขนาดรูปร่างและหน้า ที่การทำงาน และเมื่อประกอบกับผลของการออกกำลังกายที่ทำให้เจริญอาหารการ ย่อยและการขับถ่ายดี เด็กที่มีการออกกำลังกายอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอ จึงมีการ เจริญเติบโตดีกว่าเด็กที่ขาดการออกกำลังกาย

2. รูปร่างทรวดทรง การออกกำลังกายอาจจัดเป็นได้ทั้งยาป้องกันและ ยารักษา การเสียทรวดทรงจะเห็นได้ว่าการเสียทรวดทรงในช่วงการเจริญเติบโตดัง ข้อ 1 ย่อมป้องกันได้ด้วยการออกกำลังกายแต่เมื่อเจริญเติบโตเต็มที่แล้ว การขาด การออกกำลังกายยังสามารถทำให้ทรวดทรงเสียไปอีกมาก เช่น ตัวเอียง หลังอ พุงยื่น ซึ่งทำให้เสียบุคลิกได้อย่างมาก ในระยะนี้ในการกลับมาออกกำลังกายอย่าง ถูกต้องเป็นประจำสม่ำเสมอยังสามารถแก้ไขให้ทรวดทรงกลับดีขึ้นมาได้บ้างแต่ต้อง ใช้เวลานานเป็นเดือน เป็นปี แต่บางอย่างอาจเห็นผลภายในเพียงไม่ถึงเดือน เช่น การมีพุงยื่น การบริหารกายเพื่อเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าท้อง มีความ ตึงตัวเพิ่มขึ้นจนกระชับอวัยวะภายในไว้ไม่ให้ดันออกมาเป็นพุงยื่นได้

3. สุขภาพทั่วไป เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่าการออกกำลังกาย

เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพถึงแม้ว่าจะไม่มีหลักฐานแน่ชัดว่าการออกกำลังกายสามารถเพิ่มภูมิคุ้มกันต่อโรคที่เกิดจากการติดเชื้อได้ แต่มีหลักฐานที่บ่งบอกว่าเมื่อนักกีฬาเกิดการบาดเจ็บจากการติดเชื้อจะหายได้เร็วและมีโรคแทรกซ้อนได้น้อยกว่าข้อที่ทำให้เชื่อแน่ชัดได้ว่า ผู้ที่ออกกำลังกายย่อมมีสุขภาพดี กว่าผู้ขาดการออกกำลังกาย คือ การที่อวัยวะต่าง ๆ มีการเจริญดีทั้งขนาดรูปร่างและหน้าที่การงาน โอกาสของการเกิดโรคที่ไม่ใช่โรคติดเชื้อ เช่น โรคกล้ามเนื้อสมรรถภาพในการทำงานของอวัยวะเองจึงมีน้อยกว่า

4. สมรรถภาพทางกาย ถ้าจัดการออกกำลังกายเป็นยาบำรุง

การออกกำลังกายถือว่าเป็นยาบำรุงอย่างดีที่สามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายได้ เพราะไม่มียาใด ๆ ที่สามารถทำให้ร่างกายมีสมรรถภาพเพิ่มขึ้นได้อย่างแท้จริงและถาวร ยาบางอย่างอาจทำให้ผู้ใช้สามารถทำงานบางอย่างได้นานกว่าปกติ แต่เมื่อทำไปแล้วร่างกายก็อ่อนเพลียมากจนต้องพักผ่อนนานกว่าปกติ หรือร่างกายทรุดโทรมลงไป ในทางปฏิบัติเราสามารถจะสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายทุก ๆ ด้าน เช่น ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัว ความทนทาน ด้วยการออกกำลังกายที่ใช้สมรรถภาพทางกายด้านนั้น ๆ

5. การป้องกันโรค การออกกำลังกายสามารถป้องกันโรคได้หลายชนิด

โดยเฉพาะโรคที่เกิดจากการเสื่อมสมรรถภาพของอวัยวะ อันเนื่องจากการมีอายุมากขึ้นประกอบด้วยปัจจัยอื่น ๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น การกินอาหารเกิน ความเครียด การสูบบุหรี่มาก หรือพันธุกรรม โรคเหล่านี้ได้แก่ โรคประสาทเสื่อมสุขภาพ หลอดเลือดหัวใจเสื่อมสภาพ ความดันโลหิตสูง โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคข้อต่อเสื่อมสภาพ เป็นต้น ผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำ มีโอกาสเกิดโรคเหล่านี้ได้ช้ากว่าผู้ที่ขาดการออกกำลังกายหรืออาจไม่เกิดขึ้นเลยชั่วชีวิต

6. การรักษาโรคและฟื้นฟูสภาพ โรคต่าง ๆ ที่กล่าวในข้อ 5 ถ้าหาก

เกิดขึ้นแล้ว การจัดการออกกำลังกายที่เหมาะสมจะเป็นวิธีรักษาและฟื้นฟูสภาพที่สำคัญในปัจจุบันแต่ในการออกกำลังกายที่เหมาะสมมีปัญหาเพราะบางครั้งโรค

ได้กำเริบรุนแรงจนการออกกำลังกายแม้เพียงเบา ๆ ก็เป็นข้อห้ามในกรณีดังกล่าว การควบคุม โดยใกล้ชิดจากแพทย์ผู้ทำการรักษาและการตรวจสอบสภาพร่างกาย โดยละเอียดเป็นระยะจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง

กิจกรรมกีฬา เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมคุณค่าทางด้านการพัฒนาความเจริญเติบโตทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ซึ่งรัฐบาลได้ประกาศเป็นแผนพัฒนากีฬาแห่งชาติฉบับที่ 2 ปีพ.ศ. 2540-2544 โดยแบ่งออกเป็น 6 แผนหลักดังนี้

1. แผนงานพัฒนากีฬาขั้นพื้นฐาน
2. แผนงานพัฒนากีฬาเพื่อมวลชน
3. แผนงานพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศ
4. แผนงานพัฒนากีฬาเพื่อการอาชีพ
5. แผนงานพัฒนากีฬาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีทางการกีฬา
6. แผนงานพัฒนากีฬาการบริหารและการพัฒนากีฬา

สมบัติ กาญจนกิจ (2535 : 102 - 103) ได้กล่าวถึงความสำคัญของกิจกรรมกีฬาและได้แบ่งกีฬาออกเป็น 6 ประเภทใหญ่ ๆ ดังนี้

1. กิจกรรมเกม กีฬาขั้นพื้นฐาน เช่น กรีฑา ยิมนาสติก ฟุตบอล
2. กีฬาประเภทเดี่ยว และประเภทคู่ เช่น กีฬายิงธนู โบว์ลิ่ง ยิงปืน จักรยาน แข่งเรือ ตกปลา ไต่เขา เดินทางไกล ดำน้ำ กระโดดน้ำ กรีฑา วายน้ำ เป็นต้น
3. กีฬาประเภททีม กีฬาทีมกำลังได้รับความนิยมสูง ทั้งนี้เพราะว่ากีฬาทีมช่วยส่งเสริมคุณค่าทางสังคมเช่น ความสามัคคี มนุษย์สัมพันธ์ การรวมกลุ่ม เป็นสมาชิกของกลุ่ม การแสดงออกในการมุ่งมั่นสู่ความสำเร็จ ตัวอย่างของกีฬาทีม ได้แก่ กีฬาฟุตบอล บาสเกตบอล วอลเลย์บอล ตะกร้อ ฮอกกี้ ซอฟท์บอล เบสบอล เนตบอล แอนด์บอล เป็นต้น
4. กีฬาสำหรับสตรีและเด็ก เป็นการจัดกิจกรรมกีฬา เพื่อส่งเสริมให้สตรีมีบทบาทในการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬามากขึ้น เช่น กีฬาเนตบอล บาสเกตบอล ฟุตบอล ยูโด คาราเต้ วูซูมาราธอน กรีฑา วายน้ำ วอลเลย์บอล เป็นต้น

ในปี 2533 คณะกรรมการโอลิมปิกสากลร่วมกับองค์การศึกษาศาสนาและวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ ประกาศให้การสนับสนุนเป็นปีแห่งการส่งเสริมบทบาทสตรีในการกีฬารวมทั้งนักกีฬา โค้ช ผู้บริหาร และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกับการกีฬามากขึ้น

5. กีฬานันทนาการ หมายถึง กีฬามวลชน (Mass Sport) หรือกีฬาที่นิยมเล่นทั้งชายและหญิง วัยเด็ก เยาวชน ผู้ใหญ่ และสูงอายุ และแม้กระทั่งกีฬาเพื่อกลุ่มประชากรพิเศษเพื่อให้ผู้ที่เข้าร่วมเล่นกีฬาในช่วงเวลาว่าง และส่งเสริมคุณค่าการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยมีได้มุ่งไปสัสมฤทธิ์ กีฬานันทนาการ ได้แก่ กีฬาสากล เช่น กอล์ฟ เทนนิส วอลเลย์บอล วิ่ง-เดิน เพื่อสุขภาพ ตลอดจนกีฬาประเภทเสี่ยงอันตราย ทำทายความสามารถ เช่น แข่งรถ แข่งเรือ

6. กีฬาเพื่อการแข่งขัน ซึ่งหมายถึง กีฬาที่เน้นในเรื่องทักษะกีฬาเพื่อแสดงความเป็นเลิศในเชิงกีฬา ถ้ามีการเล่นที่ฝึกหัดฝึกซ้อมกันอย่างต่อเนื่อง โดยหวังผลประโยชน์ก็เป็นกีฬาอาชีพ กีฬาประเภทนี้ในแง่ของนันทนาการเป็นกีฬาสำหรับผู้ชมเป็นการบันเทิงอย่างหนึ่ง ที่ช่วยสร้างเสริมประสบการณ์ การพัฒนาทางด้านอารมณ์ การมีส่วนร่วมของกลุ่มการเชียร์หรือเป็นส่วนหนึ่งของทีม การพักผ่อนหย่อนใจ กีฬาอาชีพและเพื่อการแข่งขัน ได้แก่ ยิมนาสติก กรีฑา ฟุตบอล มวยสากล เทนนิส กอล์ฟ บาสเกตบอล เป็นต้น

การกีฬานันทนาการเป็นกิจกรรมนันทนาการที่นิยมในชุมชนทั่วโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเทศตะวันตก เช่น สหรัฐอเมริกา ยุโรป และลาตินอเมริกา จนเกิดเป็นบริษัทธุรกิจข้ามชาติในการกีฬา เช่น บริษัทผลิตสินค้าอาดิดาส ในกี ดันลอป ได้ลงทุนส่งเสริมผลิตภัณฑ์ทางการกีฬา และอุปกรณ์กีฬา เพื่อส่งเสริมให้บุคคลในสังคมได้เล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ บริษัทผู้สนับสนุนธุรกิจการค้า ได้ใช้การกีฬาเพื่อโฆษณาธุรกิจการค้า ทำให้เกิดการเผยแพร่กีฬาโดยสื่อมวลชน ประชาสัมพันธ์ เช่น วิทยูโทรทัศน์ หนังสือส่งเสริมให้กีฬาเป็นส่วนสำคัญในช่วงเวลาว่างที่สังคมต้องมีส่วนร่วม

2. การใช้เวลาในด้านการช่วยทำงานบ้าน

การใช้เวลาในด้านการช่วยทำงานบ้าน หมายถึง การใช้เวลาในการช่วยทำงานภายในบ้าน ได้แก่ การช่วยจ่ายกับข้าว ซื้อของ การหุงหาอาหาร การเตรียมอาหาร การล้างภาชนะ การทำความสะอาดบ้าน การซักกรีดเสื้อผ้า การซ่อมแซมเสื้อผ้า การเลี้ยงน้อง และการรดน้ำต้นไม้ เป็นต้น

การช่วยทำงานบ้าน เป็นหน้าที่ของบุคคลในบ้านที่จะต้องช่วยกัน ซึ่งในหลักสูตรประถมศึกษาพุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533) ได้กำหนดเนื้อหาไว้ในกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย โดยมุ่งให้นักเรียนได้พัฒนาค่านิยม เจตคติ พฤติกรรม และบุคลิกภาพ ให้มีความรับผิดชอบ รักการทำงาน โดยเฉพาะในกลุ่มการทำงานและพื้นฐานอาชีพ ได้กำหนดเนื้อหาเรื่องงานบ้าน เป็นงานบังคับที่ต้องเรียนตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 - 6 รวมทั้งสอนหน้าที่ต่าง ๆ ที่บุคคลในบ้านควรมีความรับผิดชอบร่วมกัน เช่น การช่วยกันรักษาความสะอาด การจัดบ้าน การตกแต่งบ้าน และการแบ่งเบาภาระอื่น ๆ ภายในบ้าน ได้แก่ การล้างถ้วยจาน การซักกรีดเสื้อผ้า การประกอบอาหาร ฯลฯ โดยการให้ความรู้และมุ่งให้มีความสามารถพร้อมกันไป ด้วยการสอนในกลุ่มการทำงานและพื้นฐานอาชีพนี้ จึงเน้นการสอนโดยการให้ความรู้พร้อมไปกับการฝึกปฏิบัติจริง เพื่อให้นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่องาน เน้นให้นักเรียนมีความรับผิดชอบ ชยัน อดทน มีความเพียร ละเอียดถี่ถ้วน มีระเบียบ และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ และให้นักเรียนมีนิสัยรักการทำงาน นักเรียนในฐานะเป็นสมาชิกของครอบครัว ฉะนั้น การช่วยทำงานภายในบ้าน จึงเป็นกิจกรรมหนึ่งที่นักเรียนระดับประถมศึกษาสามารถกระทำได้

3. การใช้เวลาว่างในด้านการหารายได้พิเศษ

การใช้เวลาว่างในด้านการหารายได้พิเศษ หมายถึง การใช้เวลาในการขายของหน้าร้าน การรับจ้าง การขายดอกไม้ ขายหนังสือพิมพ์ การประดิษฐ์สิ่งของขาย และการปลูกผัก เป็นต้น การใช้เวลาว่างในด้านนี้ถือเป็นกิจกรรมเสริมรายได้ทางหนึ่ง ซึ่งในยุคปัจจุบันนี้ ค่าครองชีพในแต่ละวันนั้นสูงขึ้นสภาพเศรษฐกิจตกต่ำ ค่าเงินบาทลอยตัว การหารายได้พิเศษจึงมีคนนิยมทำกันมาก

สำหรับการทำงานในสถานประกอบการนั้น กระทรวงมหาดไทยได้กำหนดไว้ในกฎหมายคุ้มครองการใช้แรงงานเด็ก โดยจะกำหนดในเรื่องอายุไว้อย่างชัดเจนว่าห้ามนายจ้างรับเด็กอายุต่ำกว่า 13 ปีบริบูรณ์เป็นลูกจ้าง (ประกาศกระทรวงมหาดไทย ฉบับที่ 12 วันที่ 18 มกราคม พ.ศ.2533) (สถาบันวิจัยสังคม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 2538 : 115) โดยห้ามไม่ให้ทำทุกกรณีไม่ว่าจะเป็นงานในวันหยุดก็ตาม

ในการใช้เวลาสำหรับการหารายได้พิเศษนี้ นักเรียนจึงไม่สามารถทำในสถานประกอบการได้ นอกจากทำอาชีพส่วนตัวหรือรับจ้างพ่อแม่ หรือญาติพี่น้อง อาชีพของผู้ปกครอง จึงมีส่วนโดยตรงในเรื่องนี้ โดยเฉพาะถ้าพ่อแม่มีอาชีพค้าขาย ในระหว่างปิดเทอมนักเรียนก็จะใช้เวลาในการช่วยผู้ปกครองตนเอง ในการขายของด้วย ทั้งนี้ฐานะของผู้ปกครองนักเรียนก็มีส่วนเกี่ยวข้องด้วยเช่นกัน ถ้าฐานะผู้ปกครองดี ก็จะไม่ส่งเสริมให้นักเรียนหารายได้พิเศษ แต่ถ้าผู้ปกครองฐานะไม่ดี ก็จะทำให้การส่งเสริมนักเรียนในการหารายได้พิเศษ เป็นต้น

4. การใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก

งานอดิเรกตามพจนานุกรมบัณฑิตราชสถาน (2526 : 872) กล่าวว่า งานอดิเรกคือ งานพิเศษที่ทำเพื่อความเพลิดเพลิน ซึ่งนันทนา เดชะนนท์ (2538 : 26 - 27) ได้รวบรวมความหมายของคำว่า การใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก จากนักวิชาการและนักการศึกษาไว้ดังนี้

การใช้เวลาว่างงานอดิเรก หมายถึง การใช้เวลาทำงานอดิเรกได้แก่ การอ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ ฟังเพลง ท่องเที่ยว สะสมสิ่งของต่าง ๆ วาดรูประบายสี เขียนบันทึกประจำวัน เขียนจดหมาย ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ งานอดิเรกเป็นกิจกรรมนันทนาการของบุคคลในการสร้างความสมดุลและความเป็นอยู่ของชีวิตให้ดีขึ้น ในการที่บุคคลจะเลือกทำกิจกรรมแต่ละประเภะนั้นขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อม ความสนใจ ความพึงพอใจ ในสิ่งนั้น

5. การใช้เวลาว่างในด้านการเรียน

การใช้เวลาว่างในด้านการเรียน หมายถึง การใช้เวลาของนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับการเรียน ได้แก่ การทำการบ้าน การทบทวนบทเรียน การเตรียมตัว

ก่อนเรียน การอ่านหนังสือประกอบบทเรียน การเข้าห้องสมุด และการเรียนพิเศษ เป็นต้น ซึ่งมีนักการศึกษาและนักวิชาการ ได้ศึกษาไว้ เช่น

นันทนา เตชะนนท์ (2538 : 9) ได้กล่าวว่า การใช้เวลาด้านการเรียน หมายถึง กิจกรรมที่นักเรียนทำเพื่อเป็นการแสวงหาและเพิ่มพูนความรู้ในระหว่างปิดภาคเรียนที่ไม่ใช่การไปเรียนตามปกติ ได้แก่ การทำการบ้าน ทบทวนบทเรียน ที่เรียนมาแล้ว ศึกษาบทเรียน ก่อนที่จะเรียนต่อไป (เป็นการเตรียมหาหนังสือในชั้นต่อไปมาอ่านไว้ก่อน ฯลฯ) อ่านหนังสือประกอบบทเรียน เข้าห้องสมุดประชาชน และเรียนพิเศษ

ประโยชน์ของเวลาว่าง

ดาร์ล ดาวาศักดิ์ (2520 : 11-12) กล่าวว่าในสังคมโลกสมัยปัจจุบัน ประชาชนมีเวลาว่างมากซึ่งเวลาว่างดังกล่าวเปิดโอกาสให้คนได้รับความรื่นเริงจากกิจกรรมนันทนาการได้ อย่างไรก็ตามเวลาว่างนี้คือสิ่งที่ต้องศึกษาเพราะมีอิทธิพลต่อชีวิตของสังคมสมัยใหม่มาก เวลาว่างนั้นมีบทบาทที่สำคัญ 3 ประการคือ

1. เวลาว่างเป็นปัญหาสังคม (Social Problem) เวลาว่างนั้นทำให้คนมีอิสระที่จะทำในสิ่งที่เขาต้องการเมื่อไร ที่ไหน กับใครก็ได้ อันจะเป็นการพัฒนาสังคมทางกาย และจิตใจของเขา การที่คนทำอะไรในเวลาว่างนั้นเป็นสิ่งที่บ่งให้เห็นบุคลิก ลักษณะ ฐานะ และสังคมของเขา เวลาว่างในสังคมในสมัยใหม่นั้น มีผลดีหรือเลวต่อความเป็นอยู่ของบุคคลต่อครอบครัว ต่อชุมชนและต่อประเทศชาติ ปัจจุบันที่มีผลต่อเวลาว่างในสังคมสมัยใหม่ และปัญหาทางสังคมที่เกิดขึ้นจากเวลาว่างนั้น มีดังนี้

- ก. ความก้าวหน้าทางเทคนิคและอุตสาหกรรม
- ข. ฐานะความเป็นอยู่สะดวกสบายขึ้น
- ค. การศึกษาเจริญขึ้น
- ง. เวลาว่างเพิ่มขึ้น
- จ. ปัญหาคนว่างงาน
- ฉ. ทศนคติทางสังคมเปลี่ยนรูปใหม่

ข. ประชากรเพิ่มขึ้น

2. เวลาว่างเป็นองค์ประกอบของเศรษฐกิจ (Economic Factor) เวลาที่นอกเหนือจากการต้องทำมาหาเลี้ยงชีพก็คือ เวลาว่างของคน ในเวลาว่างนี้มีคนใช้อ่านนวนิยาย ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ เล่นกีฬาต่าง ๆ ไปดูหนังดูละคร ไปท่องเที่ยวและเยี่ยมเยียนเพื่อน ๆ เป็นต้น การที่สินค้าจะขายได้นั้น เกิดจากคนที่มีเวลาว่าง มีความปรารถนาที่จะซื้อ และมีเงินจะซื้อ ฐานะเศรษฐกิจของประเทศขึ้นอยู่กับการใช้จ่ายและรายได้ของประชากร เวลาว่างนั้นมีอิทธิพลใหญ่ยิ่งต่อเศรษฐกิจของชาติเมื่อ 50 ปีก่อน คนงานต้องทำงานวันละ 50 - 60 ชั่วโมง ต่อสัปดาห์ ปัจจุบันกฎหมายแรงงานให้ทำงานไม่เกิน 40 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ เวลาที่เหลือนั้น เป็นเวลาที่คนต้องใช้ให้เหมาะสมมีผู้พยากรณ์ว่า อีก 30 ปีข้างหน้ามนุษย์จะทำงานสัปดาห์ละ 20 ชั่วโมง เพราะมีเครื่องทุ่นแรง และอำนวยความสะดวกในการทำงาน เนื่องจากความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์จะเป็นปัญหาเกี่ยวกับคนมีเวลาว่างมากและเป็นปัญหาค้นว้างงานเมื่อเป็นเช่นนี้ทำให้คนต้องเสาะหาสิ่งที่จะอำนวยความสะดวกนั้นหนทางการแก้ไข ไม่ว่าจะเป็สถานที่บริการ อุปกรณ์ นอกจากนั้นยังต้องเตรียมโครงการนันทนาการให้แก่บุคคลเหล่านั้น เป็นการเตรียมรับสถานการณ์

3. เวลาว่างเป็นโอกาสของการสร้างวัฒนธรรม (Leisure as a Cultural Opportunity) ความเจริญของวัฒนธรรมกับเวลาว่างนั้นสัมพันธ์กันมา ตั้งแต่ดึกดำบรรพ์ คนจะมีโอกาสสร้างสรรค์สิ่งสวยงาม สร้างอารยธรรมต่อเมื่อมีเวลาว่างมาขบคิดและจินตนาการ ตราบใดที่คนไม่มีเวลาว่างยุ่งอยู่กับภาวะสงครามคนก็ไม่มีโอกาสสร้าง วัฒนธรรมให้เจริญรุ่งเรืองได้

จรัส สุวรรณเวลา (2521 : เอกสารอัดสำเนา) กล่าวว่า ปัญหาเกี่ยวกับการติดยาเสพติดในหมู่วัยรุ่นเมืองไทยสาเหตุที่สำคัญคือ การใช้เวลาในการคบค้าสมาคมกับเพื่อนในโรงเรียนและเพื่อนแถวละแวกบ้าน หรือแหล่งมั่วสุมต่าง ๆ เช่น โรงภาพยนตร์ ศูนย์การค้า ร้านกาแฟ เริงสะพาน หอพักและบ้านเพื่อน และสาเหตุสำคัญอีกประการหนึ่งที่ทำให้วัยรุ่นติดยาเสพติด หรือสภาพแวดล้อม ซึ่งมีสาเหตุมาจากการเกิดความกดดันในครอบครัวและฐานะทางเศรษฐกิจ และการตอบสนอง

ต่อความเครียด หรือความกดดันของแต่ละคนก็ไม่เหมือนกัน บางคนก็ทนต่อสู้ แต่บางคนก็ยอมแพ้หนีเข้าหายาเสพติด ฉะนั้น ในการแก้ปัญหาจึงจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากบุคคลหลาย ๆ ฝ่าย คือ จากพ่อแม่ ผู้ปกครอง และครู เป็นสำคัญ เพื่อนและชุมชนรอบลงมา โดยใช้วิธีการกระตุ้นเด็กในเรื่องของการรู้จักหน้าที่ เคารพครู อาจารย์ พ่อแม่ ผู้ปกครอง วางตนให้เหมาะสมกับกาลเทศะ ใช้เหตุผล และวิจารณ์ญาณในการตัดสินใจต่าง ๆ แก้ปัญหาครอบครัวและการเรียนด้วยการไตร่ตรองหาเหตุผล ปรีกษาคู พ่อแม่ผู้ปกครอง และสุดท้ายคือ การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

จากการศึกษาเอกสารที่เผยแพร่ในประเทศสหพันธ์รัฐสาธารณรัฐเยอรมันนี (Federal Republic of Germany.1987 : เอกสารแผ่นพับ) ได้กล่าวถึงเยาวชนเยอรมันเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างไว้ดังนี้ กิจกรรมเวลาว่างของเยาวชนเยอรมันมีอายุเฉลี่ย 15-20 ปี โดยเสนอเป็นร้อยละของคนสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมโดยเรียงลำดับดังนี้

1. เล่นกีฬา	ร้อยละ 45
2. สนทนาในกลุ่มเพื่อน	ร้อยละ 37
3. เดินรำและออกนอกบ้าน	ร้อยละ 32
4. อ่านหนังสือ	ร้อยละ 28
5. ฟังเพลง	ร้อยละ 20
6. ขับรถยนต์ขี่มอเตอร์ไซด์ ใช้เวลาว่างอยู่กับเพื่อนชาย หรือใช้เวลาว่างอยู่กับเพื่อนหญิง	ร้อยละ 15
7. ทำการฝีมือประกอบอาหาร	ร้อยละ 14
8. นอน ผึนกลางวัน	
เดิน พุด คุย ตกปลา เดินทางไกล	ร้อยละ 12
9. เล่นดนตรี	ร้อยละ 11
10. ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ วาดรูป ถ่ายรูป	ร้อยละ 8
11. ดูโทรทัศน์ วีดีโอ	ร้อยละ 5

การวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยในต่างประเทศ

ฮูด (Hood.1992 : 33) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างพื้นฐานและการรับรู้ทางครอบครัวกับรูปแบบการใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่น โดยสมมุติฐานว่า เด็กวัยรุ่นจะยังคงใช้ชีวิตอยู่กับครอบครัว และอิทธิพลของครอบครัวจะส่งผลต่อวิถีชีวิตของเขา โดยศึกษาถึงองค์ประกอบทางจิตวิทยาสำหรับเด็กวัยรุ่นกับความพึงพอใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรม ผลการวิจัยพบว่า มีความสัมพันธ์ระหว่างเปอร์เซ็นต์ของการใช้เวลาว่างกับพื้นฐาน และการรับรู้ทางครอบครัว องค์ประกอบทางจิตวิทยา 9 องค์ประกอบสามารถนำมาเป็นองค์ประกอบในการวัดการใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่น

เรย์มอร์ (Raymore.1994 : 702) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับเปลี่ยนรูปแบบของพฤติกรรมการใช้เวลาว่างในช่วงเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาสู่ช่วงวัยรุ่นในมหาวิทยาลัย จนถึงช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงและการคงอยู่ของรูปแบบพฤติกรรมการใช้เวลาว่างตามช่วงวัยดังกล่าว ได้แก่ เพื่อนสนิท และผู้ปกครอง รูปแบบการใช้เวลาว่างที่ทำการศึกษได้แก่ ระดับของการมีส่วนร่วมในกิจกรรม กิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย กิจกรรมบันเทิง กิจกรรมที่บ้าน และกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่เสี่ยงอันตราย นักเรียนเมื่ออยู่ในช่วงระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจะเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างในเกณฑ์ต่ำและจะเปลี่ยนแปลงโดยเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างสูงขึ้นเมื่อเข้าเรียนในระดับวิทยาลัย และเปลี่ยนแปลงอีกครั้งเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้นกล่าวคือจะเข้าร่วมในกิจกรรมการใช้เวลาว่างน้อยลง

วิดเมอร์ (Widmer.1994 : 3878) ได้สร้างแบบทดสอบวัดความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เวลาว่างกับพฤติกรรมที่แสดงถึงภาวะทางจริยธรรมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการแบ่งแยกกลุ่มนักเรียนวัยรุ่น

ที่มีปัญหากับกลุ่มนักเรียนวัยรุ่นปกติ โดยพิจารณากิจกรรมการใช้เวลาว่างเป็นหลัก โครงสร้างของแบบทดสอบประกอบด้วยเนื้อหาที่เป็นตัวแทนของพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของกลุ่มวัยรุ่นที่มีปัญหา และจากการหาค่าความเชื่อมั่นทางสถิติโดยใช้ค่าสหสัมพันธ์ผลการวิจัยพบว่าค่าสหสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมที่เป็นการปฏิบัติของกลุ่มวัยรุ่นกับเกณฑ์ประเมินค่าแบบ เอแอลแอลเอส (Appropriate Leisure Lifestyle Scale : ALLS) มีค่าเป็นบวก ส่วนค่าสหสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมที่เป็นความรู้สึกของกลุ่มวัยรุ่นกับเกณฑ์ประเมินค่า เอแอลแอลเอส มีค่าเป็นลบ

บราวน์ (Brown.1994 : 3413) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงานตามหน้าที่ จำนวนของเวลาว่างกับความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่างของครูผู้สอนหญิงในระดับประถมศึกษา ผลการวิจัยพบว่ามีค่าความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างความพึงพอใจในงานตามหน้าที่กับจำนวนของเวลาว่างและความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่าง ส่วนค่าความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงานตามหน้าที่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติกับความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่าง และค่าความสัมพันธ์ระหว่าง ความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติกับจำนวนของเวลาว่าง

นิสเบท (Nisbet .1995 : 75) ได้ศึกษาเรื่องรูปแบบการจัดโปรแกรมการใช้เวลาว่างให้แก่นักเรียนในระดับมัธยมศึกษาที่มีความผิดปกติทางสมองประเภทสมองช้า (Mental Retard) ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยสำคัญที่เป็นตัวบ่งบอกถึงความสำเร็จในการจัดโปรแกรมการใช้เวลาว่างให้แก่เรียนดังกล่าวได้แก่ ประสบการณ์ของครูผู้สอน ระดับการศึกษาของครูผู้สอน ปีที่จบการศึกษา ความต้องการของนักเรียน

แม็คโดเวล (Mcdowell.1995 : 4353) ได้ศึกษาเรื่องความปรารถนาและการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างเปรียบเทียบกับเด็กวัยรุ่นปกติกับเด็กวัยรุ่นที่มีความผิดปกติทางสมองประเภทเรียนช้า ผลการวิจัยพบว่า เด็กวัยรุ่นทั้งสองกลุ่มมีความปรารถนาสูงที่จะใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการ ส่วนกิจกรรมที่เด็กทั้ง 2 กลุ่มได้เข้าร่วมในเวลาว่างได้แก่ การฟังดนตรี ดูภาพยนตร์ ดูโทรทัศน์ จับกลุ่มสนทนา วาดรูป ฟุตบอล ชนกีฬาวอลเลย์บอล ส่วนกิจกรรมที่เด็กทั้ง 2 กลุ่ม เข้าร่วมในเกณฑ์ต่ำ

ได้แก่ การจับจ่ายสิ่งของ การกินอาหารนอกบ้าน และการอ่านหนังสือ นอกจากนั้นยังพบว่าปัญหาอุปสรรคที่ทำให้วัยรุ่นไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามที่ตนปรารถนาได้ก็คือ ความจำกัดทางด้านเวลา และโอกาส เด็กวัยรุ่นที่มีความผิดปกติทางสมองมีความปรารถนาที่จะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในเกณฑ์ที่สูงกว่าเด็กวัยรุ่นปกติ

คีเวล (Kivel.1996 : 1322) ได้ศึกษาเรื่องบทบาทของการใช้เวลาว่างในฐานะที่เป็นข้อมูลสำคัญ เป็นดัชนีที่แสดงถึงพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศประเภทเลสเบียน เกย์ ไบเซ็กชวล ของเยาวชนกลุ่มอายุ 19-23 ปี ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบของการใช้เวลาว่างมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศการใช้เวลาว่างของเยาวชนในกลุ่มดังกล่าว เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้พวกเขาเหล่านั้น พัฒนาความเข้าใจตนเองนอกจากนั้นเขาได้สรุปว่า เยาวชนซึ่งมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศจะเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้ สอดคล้องต่อการรับรู้และความเข้าใจในตนเอง

วัตสัน (Watson.1997 : 3251) ได้ศึกษาเรื่องผลกระทบของทัศนคติและแรงจูงใจ ของการใช้เวลาว่างที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการการ ออกกำลังกาย ของนักศึกษาในวิทยาลัย ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างวันละ 2-3 ชั่วโมง ในการดูโทรทัศน์หรือทำกิจกรรมที่ไม่มีการเคลื่อนไหวซึ่งเขาสรุปไว้ว่านักศึกษามีเวลาว่าง แต่ไม่ใช้เวลาว่างในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการการออกกำลังกายขาดทัศนคติที่ดี ขาดแรงจูงใจ ตลอดจนไม่เห็นความสำคัญของกิจกรรมนันทนาการการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ

การวิจัยในประเทศไทย

ดวงใจ สิทธิไชย (2521 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างการ ใช้เวลาว่างกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนซึ่งได้ข้อมูลที่ชี้ให้เห็นว่าการเลือกใช้เวลาทำให้เกิดประโยชน์จะมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดังนี้ นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน ใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่างกัน โดยนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง สนใจการอ่านหนังสือและทัศนศึกษามากกว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการ

เรียนต่ำ นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสนใจฟังวิทยุ ชมโทรทัศน์และภาพยนตร์ และสนใจหารายได้พิเศษมากกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง และนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

โกเมศ จันทระเกษ (2522 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องการใช้เวลาว่างของนักเรียนสองผลัดระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า นักเรียนสองผลัดใช้เวลาว่างทำกิจกรรมแต่ละระดับทุกกิจกรรม ไม่เท่ากัน กิจกรรมส่วนใหญ่ช่วยทำการบ้าน โดยซักผ้า รีดเสื้อผ้า ทำความสะอาดบ้าน ล้างภาชนะ และหุงหาอาหาร และใช้เวลาว่างขณะอยู่ที่บ้านด้านการเรียนโดย ทำการบ้าน และทบทวนบทเรียนที่เรียนมาแล้ว ใช้เวลาว่างขณะที่อยู่โรงเรียน ด้านการเรียนโดยการ ทำการบ้านหรืองานที่อาจารย์มอบหมาย และเข้าห้องสมุด โดยไม่เคย และไม่ค่อยได้เล่นกีฬาเกือบทุกประเภทส่วนในระหว่างไปและกลับจากโรงเรียน นักเรียนสองผลัดส่วนใหญ่ไม่แะทำกิจกรรมใด ๆ ระหว่างทาง นักเรียนสองผลัดในส่วนกลางกับส่วนภูมิภาค ชายกับหญิง และนักเรียนที่เรียนต่างผลัดกัน มีน้ำหน้การทำกิจกรรมบางอย่างในเวลาว่างแตกต่างกัน

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2523 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า กิจกรรมที่นักเรียนสนใจและทำมากที่สุดในเวลาว่างคือ กิจกรรมบันเทิง รองลงมาคือ กิจกรรมกีฬาและกิจกรรมการอ่านหนังสือ นักเรียนใช้เวลาว่างส่วนมากที่โรงเรียนโดยเข้าร่วมกิจกรรมทัศนศึกษาและกีฬา ซึ่งเป็นกิจกรรมที่โรงเรียนจัดให้ กิจกรรมที่นักเรียนทำมากที่สุดหลังโรงเรียนเลิกคือ การพูดคุยกับเพื่อน ประเภทของกิจกรรมกีฬาที่นักเรียนชอบมากคือ วอลเลย์บอล แบดมินตัน เกม ต่อสู้ป้องกันตัว ฟุตบอลและวอลเลย์บอล ส่วนปัญหาที่นักเรียนประสบในการใช้เวลาว่างคือ เวลา อุปกรณ์ และสถานที่ไม่เพียงพอ นักเรียนชายกับนักเรียนหญิง และนักเรียนโรงเรียนรัฐบาลกับนักเรียนโรงเรียนราษฎร์มีความสนใจในการใช้กิจกรรมในเวลาว่างไม่แตกต่างกันและนักเรียนระดับมัธยมศึกษาใช้เวลาว่างนอกเวลาเรียนไม่แตกต่างกัน

วิจิตร ละอองศรี (2529 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัด

พิษณุโลก พบว่า การใช้เวลาวางในด้านการบำเพ็ญประโยชน์ ตามตัวแปรเพศ ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกันและการใช้เวลาวางในด้านการบำเพ็ญประโยชน์ตามตัวแปรอาชีพของผู้ปกครองแตกต่างกัน และการใช้เวลาวางในด้านการเรียน ด้านการหารายได้พิเศษและด้านนันทนาการตามตัวแปรเพศ ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน เพศ ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกันจะเลือกใช้เวลาว่างรายการต่าง ๆ เป็นอันดับแตกต่างกัน

■ มายาวี สมบุญ (2535 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาการใช้เวลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดนนทบุรี พบว่า การใช้เวลาของนักเรียนตามตัวแปร เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง และการอบรมเลี้ยงดู มีความแตกต่างกัน และการใช้เวลาของนักเรียน ตามตัวแปรขนาดของโรงเรียนและลำดับการเกิดแตกต่างกันแต่ตัวแปรอาชีพของผู้ปกครอง ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว สถานภาพครอบครัว ไม่มีผลทำให้การใช้เวลาของนักเรียนแตกต่างกัน นักเรียนทุกกลุ่มในแต่ละตัวแปรเลือกใช้เวลาทำกิจกรรมต่าง ๆ เป็นอันดับแตกต่างกันเป็นส่วนใหญ่ แต่มีบางกิจกรรมและบางช่วงของเวลาที่นักเรียนเลือกเป็นอันดับไม่แตกต่างกัน

■ นันทนา เตชะนนท์ (2538 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาการใช้เวลาในระหว่างปิดภาคเรียนของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร พบว่า ด้านการเรียน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร ใช้เวลาส่วนใหญ่ทบทวนบทเรียนมาแล้ว รองลงมาทำการบ้าน และกิจกรรมเข้าห้องสมุดน้อยที่สุด ด้านช่วยทำงาน พบว่า ทำความสะอาดบ้านมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 89.14 รองลงมาล้างภาชนะ คิดเป็นร้อยละ 84.34 และกิจกรรมซ่อมแซมเสื้อผ้าน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 32.32 ด้านงานอดิเรก พบว่า ดูโทรทัศน์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 93.18 รองลงมาอ่านหนังสือ คิดเป็นร้อยละ 84.60 และกิจกรรมจักสานน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 12.63 และด้านการหา

รายได้พิเศษ พบว่า รับจ้างมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 10.10 รองลงมาประดิษฐ์สิ่งของ ขาย คิดเป็นร้อยละ 2.53 และกิจกรรมปลูกต้นไม้ขายน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 1.26 ด้านการเรียน นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนประถมศึกษาสังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร ใช้เวลาส่วนใหญ่ทำการบ้าน รองลงมาทบทวนบทเรียนที่เรียนไปแล้ว และกิจกรรมเข้าห้องสมุดน้อยที่สุดนักเรียนทั้งสองสังกัด ใช้เวลาต่างกัน คือ ด้านการเรียน นักเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร เรียนพิเศษน้อยกว่านักเรียนสังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร ด้านช่วยทำงาน นักเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร ทำงานทุกกิจกรรมมากกว่านักเรียนสังกัดทบวงมหาวิทยาลัย ในกรุงเทพมหานคร เล่นดนตรี และท่องเที่ยว น้อยกว่านักเรียนสังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร และด้านหารายได้พิเศษ นักเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร รับจ้างมากกว่านักเรียน สังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร

มานะ หมอยาดี (2540 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ ผลการวิจัยพบว่านักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศ ส่วนมากมีความต้องการวิชาเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อออกกำลังกาย ความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุดคือ มีภาพยนตร์หรือเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอ ๆ ความรู้เกี่ยวกับเทคนิคและทักษะการออกกำลังกาย เชี่ยวชาญการมาบรรยายสาธิตในหลักการวิธีใหม่ ๆ ให้แก่สมาชิกได้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ หน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นักเรียนนายเรืออากาศส่วนมากมีความต้องการการออกกำลังกายเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายโดยมีความต้องการกิจกรรมกีฬาตามลำดับดังนี้ แบดมินตัน ฟุตบอล โบว์ลิง ยิงปืน ยิงธนู เทนนิส เทเบิลเทนนิส บาสเกตบอล วอลเลย์บอล เซปักตะกร้อ วายน้ำ รักบี้ฟุตบอล ตามลำดับ และความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย ได้แก่ สถานที่ออกกำลังกายในร่ม สถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้งควรมีไฟฟ้าสนาม สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ตู้เก็บเสื้อผ้า (LOCKER)

สำหรับผู้ให้บริการมีการบริการจำหน่ายอาหารและเครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย อุปกรณ์กีฬาที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

ปัทมา รอดทั้ง (2540 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องการใช้เวลาว่างด้วยการเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนล่าง ผลการวิจัยพบว่า ประชาชนส่วนมากที่ใช้เวลาว่างด้วยการเล่นกีฬาและออกกำลังกายมีอายุระหว่าง 15-25 ปี มีวุฒิการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ไม่ได้ประกอบอาชีพ และยังมีรายได้ ประชาชนส่วนมากได้รับข่าวสารความรู้เกี่ยวกับการเล่นกีฬาและออกกำลังกายจากโทรทัศน์ เล่นกีฬา และออกกำลังกายทั้งในวันธรรมดาและวันหยุดมากที่สุด ใช้เวลา 1-2 วัน / สัปดาห์ และใช้เวลาในแต่ละครั้ง 10-30 นาที ในช่วงเวลา 16.00-19.00 น. ใช้สนามกีฬาของโรงเรียนหรือของหมู่บ้านเป็นที่เล่นกีฬาและออกกำลังกายมากที่สุด กิจกรรมในร่มที่นิยมมากที่สุดคือ วอลเลย์บอล กิจกรรมกลางแจ้งที่นิยมมากที่สุดคือ วิ่งเหยาะมากที่สุด แต่กีฬาที่สนใจมากที่สุดคือฟุตบอล ประชาชนมีจุดมุ่งหมายของการเล่นกีฬา และออกกำลังกายเพื่อให้มีสุขภาพดีมากที่สุด ปัญหาการเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย ด้านสถานที่คือ สถานที่ไม่เพียงพอ ด้านอุปกรณ์ คือ อุปกรณ์ไม่เพียงพอ ปัญหาส่วนตัวของประชาชนที่อยู่ในระดับมากที่สุดคือ เวลาว่างไม่เพียงพอที่จะใช้ในการเล่นกีฬา และออกกำลังกาย ความต้องการรับบริการในการเล่นกีฬา และออกกำลังกายของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนล่างด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกและด้านบุคลากรผู้ให้บริการอยู่ในระดับมากที่สุดทั้งสองด้าน

สรุปเอกสารและการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้านั้นสามารถสรุปได้ดังนี้

เวลา หมายถึง ทรัพยากรธรรมชาติที่มนุษย์ได้รับมาเท่าเทียมกัน เวลาเป็นทรัพยากรที่เปลี่ยนแปลง สะสม อนุรักษ์ หรือหยุดไม่ได้จะต้องเดินไปตาม

ทิศทางจากอดีตไปสู่ปัจจุบันและอนาคต เป็นลักษณะการก้าวไปข้างหน้าอย่างไม่หยุดยั้ง

เวลาว่าง หมายถึง เวลาอันเป็นอิสระของบุคคลหลังจากปฏิบัติกิจกรรมที่จำเป็นและว่างจากการทำงานประจำ

การใช้เวลาว่างมีความสำคัญทั้งตนเองและสังคมจะเห็นได้ว่าการใช้เวลาที่ถูกต้องเหมาะสมเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่น ซึ่งเป็นเยาวชนของชาติ ถ้าเลือกใช้เวลาว่างได้ถูกต้องจะช่วยลดปัญหาทางสังคมได้อีกระดับหนึ่ง

ฉะนั้น การใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา, การช่วยงานบ้าน, การหารายได้พิเศษ, งานอดิเรก และการเรียนจึงนับว่าเป็นการพักผ่อน การบันเทิงและการพัฒนาตนเองในทางสร้างสรรค์

สำหรับงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลาว่างพบว่า การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น และนักเรียนชั้นประถมศึกษา เพศ ผลการเรียนรู้ รายได้ผู้ปกครอง การศึกษาผู้ปกครอง เป็นตัวแปรในการทำกิจกรรมต่างๆ ของนักเรียนไม่แตกต่างกัน โดยสรุปผลเป็นด้าน ดังนี้

1. การใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ส่วนใหญ่จะออกกำลังกายตามช่วงของวัย วัยรุ่นจะใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการ วัยน้ำจักกรยาน แบดมินตัน เกม ช่วงผู้ใหญ่ตอนต้นจะใช้เวลาว่างในกิจกรรม วึ่งเหาะฟุตบอล โบว์ลิ่ง เซปักตะกร้อ วัยน้ำ

2. การใช้เวลาว่างในด้านการช่วยทำงานบ้าน นักเรียนมัธยมศึกษาส่วนใหญ่ จะช่วยทำงานบ้าน โดยซักผ้า รีดเสื้อผ้า ทำความสะอาดบ้าน ล้างภาชนะ และหุงหาอาหาร

3. การใช้เวลาว่างในด้านหารายได้พิเศษ จะเป็นไปตามตัวแปรของผู้ปกครองส่วนมากจะเป็นนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน โดยการจะรับจ้างมากที่สุด

4. การใช้เวลาวางในด้านงานอดิเรก นักเรียนมัธยมศึกษาส่วนใหญ่จะใช้เวลาวางในด้านงานอดิเรก โดยการฟังวิทยุ ชมโทรทัศน์ กิจกรรมบันเทิง อ่านหนังสือ จักสาน

5. การใช้เวลาวางในด้านการเรียน นักเรียนมัธยมศึกษาส่วนใหญ่จะใช้เวลาวางในด้านการเรียน โดยการทบทวนการบ้าน ทำการบ้าน เข้าห้องสมุด อ่านหนังสือ

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ประชากรเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นปีการศึกษา 2540 ที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี จำนวน 44 โรงเรียน จำนวน 5,057 คน

กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ปีการศึกษา 2540 ที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี จำนวน 396 คน จากโรงเรียน จำนวน 22 โรงเรียน ได้มาโดยมาสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ตามขั้นตอนต่อไปนี้

1. เลือกโรงเรียนที่ตั้งอยู่ในเขตบริการของสำนักงานการประถมศึกษาของแต่ละอำเภอ ซึ่งได้จำนวน 22 โรงเรียน โดยการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยวิธีจับสลาก

2. กลุ่มตัวอย่างจำนวนนักเรียนโรงเรียนละ 18 คน ระดับชั้น ชั้นละ 6 คน โดยแบ่งเป็นนักเรียนชาย 3 คน นักเรียนหญิง 3 คน ตั้งแต่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 รวม 396 คน ชาย 198 คน หญิง 198 คน โดยใช้วิธีการกำหนดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยของ เครจี่และมอร์แกน (Krejcie and Morgan.1970 : 607 - 610) ด้วยวิธีสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยวิธีจับสลาก ดังตาราง 1

ตาราง 1 จำนวนกลุ่มตัวอย่างโรงเรียนในโครงการขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัด
สำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสระบุรี

ลำดับ ที่	กลุ่มตัวอย่างโรงเรียน	กลุ่มตัวอย่างนักเรียน			รวม
		(คน)			
		ม.1	ม.2	ม.3	
สำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมืองสระบุรี					
1	บ้านปากข้าวสาร(บริษัทข้าวไทยจำกัดสงเคราะห์ 2)	6	6	6	18
2	วัดโนนสภาราม	6	6	6	18
สำนักงานการประถมศึกษาอำเภอแก่งคอย					
3	ทับกวาง	6	6	6	18
4	วัดเตาปูน	6	6	6	18
5	วัดพระพุทธรูปน้อยมิตรภาพที่ 69	6	6	6	18
สำนักงานการประถมศึกษาอำเภอหนองแค					
6	ชุมชนวัดไทยงาม	6	6	6	18
7	วัดหนองสมัค (มูลนิธิสุขาวดีอุปถัมภ์)	6	6	6	18
8	หินกอง (พิบูลย์อุปถัมภ์)	6	6	6	18
สำนักงานการประถมศึกษาอำเภอหนองแซง					
9	วัดหนองสีดา	6	6	6	18
สำนักงานการประถมศึกษาอำเภอบ้านหมอ					
10	วัดมะขามเรียง	6	6	6	18
สำนักงานการประถมศึกษาอำเภอพระพุทธบาท					
11	ท้ายพิบูล (สำนักงานสลากกินแบ่งสงเคราะห์ 68)	6	6	6	18
สำนักงานการประถมศึกษาอำเภอหนองโดน					
12	บ้านกลับสราญราษฎร์	6	6	6	18
สำนักงานการประถมศึกษาอำเภอวิหารแดง					
13	บ้านคลองไทร	6	6	6	18
14	วัดหนองหมูใต้	6	6	6	18
15	วัดหนองนาบุญ	6	6	6	18

ตาราง 1 (ต่อ)

ลำดับ ที่	กลุ่มตัวอย่างโรงเรียน	กลุ่มตัวอย่างนักเรียน			รวม
		(คน)			
		ม.1	ม.2	ม.3	
	สำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเฉลิมพระเกียรติ				
16	หน้าพระลาน (พิบูลสงคราม)	6	6	6	18
17	ห้วยบง (บริษัทข้าวไทยจำกัดสงเคราะห์ 3)	6	6	6	18
	สำนักงานการประถมศึกษาอำเภอมวกม่วง				
18	บ้านวังม่วง	6	6	6	18
	สำนักงานการประถมศึกษาอำเภอมวกเหล็ก				
19	ไทยรัฐ 68 (เขตลาด)	6	6	6	18
20	สวนทองรวมมิตร	6	6	6	18
21	บ้านหนองเอียว	6	6	6	18
22	บ้านซับสนุ่น	6	6	6	18
	รวม	132	132	132	396

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม มีลักษณะเป็นแบบตรวจคำตอบ (Check List)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเป็นแบบตารางประมาณค่า (Rating Scales) เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างซึ่งประกอบด้วยรายการดังต่อไปนี้

1. การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
2. การใช้เวลาว่างด้านการช่วยงานบ้าน

3. การใช้เวลารว่างด้านการหารายได้พิเศษ

4. การใช้เวลารว่างด้านงานอดิเรก

5. การใช้เวลารว่างด้านการเรียน

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นอื่น ๆ

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

การวิจัยครั้งนี้ใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นเครื่องมือสำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้างานวิจัย วิทยานิพนธ์ เอกสาร บทความ และหนังสือพิมพ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการใช้เวลารว่าง

2. ศึกษาสภาพโดยทั่ว ๆ ไปของโรงเรียน เพื่อดูสภาพในการจัดกิจกรรมใช้เวลารว่างของนักเรียน

3. รวบรวมปัญหาความรู้ ความคิด จากขั้นตอนข้างต้นมาสร้างแบบทดสอบการใช้เวลารว่างของนักเรียน

4. นำไปปรึกษากับประธานและกรรมการควบคุม เพื่อขอคำแนะนำ

5. นำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่านตรวจหาความเที่ยงตรงตามเนื้อหา

6. นำแบบสอบถามมาปรับปรุงแก้ไข

7. นำแบบสอบถามไปให้ประธานและกรรมการควบคุมปริญญาโทตรวจสอบอีกครั้ง เพื่อพิจารณาความต้องถูกของแบบสอบถาม

8. นำแบบสอบถามที่ได้รับการปรับปรุงความข้อเสนอแนะ แล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนจำนวน 60 คน ซึ่งเป็นนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างเพื่อหาความเชื่อมั่น (Reliability) .95

9. นำแบบสอบถามไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขอนหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ถึงผู้เชี่ยวชาญ ผู้อำนวยการประถมศึกษา จังหวัดสระบุรี หัวหน้าสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอ ผู้อำนวยการโรงเรียน อาจารย์ใหญ่ ครูใหญ่ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. นำหนังสือขอความร่วมมือในการทำวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ไปติดต่อกับผู้เชี่ยวชาญ ผู้อำนวยการประถมศึกษา จังหวัดสระบุรี หัวหน้าสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอ ผู้อำนวยการโรงเรียน อาจารย์ใหญ่ ครูใหญ่ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 22 โรงเรียน เพื่อขอความร่วมมือ ในการเก็บข้อมูล
3. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองโดยนำแบบสอบถาม ไปให้กลุ่มตัวอย่างของแต่ละโรงเรียนแล้วเก็บรวบรวมแบบสอบถามคืนทั้งหมด

การจัดกระทำกับข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปการวิจัยทางสังคมศาสตร์ (Statistical Package for the Social Science/PC หรือ SPSS/PC) เพื่อหาค่าสถิติต่าง ๆ ดังนี้

1. นำข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 1 มาวิเคราะห์โดยวิธีการแจกแจงความถี่และเปลี่ยนค่าเป็นร้อยละ
2. นำข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 2 มาวิเคราะห์แต่ละข้อในแต่ละด้านโดยวิธีแจกแจงความถี่ หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง โดยใช้สถิติที (t-test Independent)

4. เปรียบเทียบการใช้เวลารว่างระหว่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One Way Analysis of Variance) หากพบความแตกต่างจะทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของ ตุกี (Tukey) แล้วนำผลการวิเคราะห์ เพื่อจัดลำดับความสำคัญของการใช้เวลารว่างให้ถือหลักเกณฑ์ประมาณค่าดังนี้

ค่าเฉลี่ย	ระดับการปฏิบัติกิจกรรม
3.50 - 4.00	มากที่สุด
2.50 - 3.49	มาก
1.50 - 2.49	น้อย
0.50 - 1.49	น้อยที่สุด
0.00 - 0.49	ไม่ได้ปฏิบัติ

5. ทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปตารางและความเรียง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า

ข้อตกลงเกี่ยวกับการวิเคราะห์และแปลผล

แบบสอบถามที่นำมาวิเคราะห์ มีจำนวน 396 ฉบับ คิดเป็น ร้อยละ 100
แยกเป็นคำตอบจากนักเรียนชาย จำนวน 198 คน นักเรียนหญิง จำนวน 198 คน
ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูล โดยดำเนินการตามลำดับดังนี้

1. นำแบบสอบถามตอนที่ 1 มาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ
แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง
2. นำแบบสอบถามตอนที่ 2 มาแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและ
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. เปรียบเทียบความแตกต่างการใช้เวลาว่างของคะแนนค่าเฉลี่ยระหว่าง
นักเรียนชายกับนักเรียนหญิง โดยใช้สถิติที และใช้ความมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ
.05
4. เปรียบเทียบความแตกต่างการใช้เวลาว่างของคะแนนค่าเฉลี่ยระหว่าง
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว
หากพบความแตกต่างจะทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของ ตุกี (Tukey)
แล้วนำเสนอในรูปตารางและความเรียง

ผลการศึกษาค้นคว้า

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี

ตาราง 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ระดับการศึกษา บิดา มารดา

รายได้ของผู้ปกครอง และอาชีพบิดา มารดา

ระดับการศึกษา		ป.4	ป.6 หรือ ป.7	ม.ต้น	ม.ปลาย	ปวช.	ปวส.	อนุ ปริญญา	ปริญญาตรี	สูงกว่า ปริญญาตรี	อื่นๆ	รวม
บิดา	จำนวน	22.3	100	33	20	9	6	2	3	-	-	396
		56.30	25.30	8.30	5.10	2.30	1.50	0.50	0.80	-	-	100.00
มารดา	จำนวน	25.6	90	19	13	4	7	2	2	-	-	396
		65.40	22.70	4.80	3.30	1.00	1.80	0.50	0.5	-	-	100.00

รายได้ของ ผู้ปกครองรวมกัน	ต่ำกว่า 3,000 (บาท)	3,001 – 6,000 (บาท)	6,001 – 9,000 (บาท)	9,001 - ขึ้นไป	อื่นๆ	รวม
จำนวน	109	173	62	48	4	396
ร้อยละ	27.50	43.70	15.70	12.10	1.00	100.00

อาชีพ		รับราชการ	เกษตรกรรม	รัฐวิสาหกิจ	ค้าขาย	ลูกจ้าง	อื่นๆ	รวม
บิดา	จำนวน	55	28	3	72	208	30	396
	ร้อยละ	13.90	7.10	0.80	18.20	52.50	7.60	100.00
มารดา	จำนวน	7	32	-	114	202	41	396
	ร้อยละ	1.80	8.10	-	28.80	51.00	10.40	100.00

จากตาราง 2 แสดงให้เห็นว่านักเรียนที่ตอบแบบสอบถามเป็นชายร้อยละ 50 หญิงร้อยละ 50 ส่วนใหญ่การศึกษาของบิดาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 คิดเป็นร้อยละ 56.30 ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น คิดเป็นร้อยละ 8.30 น้อยที่สุดคือ ระดับอนุปริญญา คิดเป็นร้อยละ 0.50 ส่วนระดับการศึกษาของมารดาเด็กนักเรียน การศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในระดับมากที่สุดคือ ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 คิดเป็นร้อยละ 65.40 รองลงมาคือ ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 หรือประถมศึกษาปีที่ 7 คิดเป็นร้อยละ 22.70 ระดับชั้น

มัธยมศึกษาตอนต้น คิดเป็นร้อยละ 4.80 น้อยที่สุด คือ ระดับอนุปริญาและปริญาตรี คิดเป็นร้อยละ 0.50 เท่ากัน

นักเรียนที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ผู้ปกครองมีรายได้รวมกันมากที่สุดคือ 3,001 - 6,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 43.70 รองลงมาคือ ต่ำกว่า 3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 27.50 รายได้ 6,001 - 9,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 15.70 น้อยที่สุด 9,001 - 12,000 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 12.10

นักเรียนที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ของบิดามีอาชีพเป็นรับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 52.50 รองลงมาคือ ค้าขาย คิดเป็นร้อยละ 18.20 รับราชการ คิดเป็นร้อยละ 13.90 เกษตรกรรม คิดเป็นร้อยละ 7.1 น้อยที่สุดคือ รัฐวิสาหกิจ คิดเป็นร้อยละ 0.80

นักเรียนที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ของมารดามีอาชีพเป็นรับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 51.00 รองลงมาคือ ค้าขาย คิดเป็นร้อยละ 28.80 เกษตรกรรม คิดเป็นร้อยละ 8.10 น้อยที่สุด คือ รับราชการ คิดเป็นร้อยละ 1.80

ตอนที่ 2 ข้อมูลการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาจังหวัดสระบุรี

ตาราง 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในด้าน
การออกกำลังกายและเล่นกีฬา

ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา	$\bar{X}$	S.D.	ระดับปฏิบัติ
1. การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาก่อนเข้าชั้นเรียน	1.78	1.17	น้อย
2. การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาในช่วงโม่งอิสระ หรือพักกลางวัน	2.61	1.08	มาก
3. การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาหลังเลิกเรียน ที่โรงเรียน	1.96	1.35	น้อย
4. การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาในวันหยุด เสาร์-อาทิตย์ หรือวันหยุด	2.52	1.25	มาก
5. การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาช่วงปิดภาคเรียน	2.62	1.23	มาก
6. การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาที่นักเรียนปฏิบัติ			
- ฟุตบอล	2.12	1.56	น้อย
- บาสเกตบอล	2.09	1.32	น้อย
- แฮร์บอล	0.95	1.07	น้อยที่สุด
- แอนด์บอล	0.94	1.19	น้อยที่สุด
- แบดมินตัน	1.46	1.35	น้อยที่สุด
- ยิมนาสติก	0.59	0.96	น้อยที่สุด
- ตะกร้อวง	1.72	1.38	น้อย
- เซปักตะกร้อ	1.53	1.47	น้อย

ตาราง 3 (ต่อ)

ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา	$\bar{X}$	S.D.	ระดับปฏิบัติ
- เทเบิลเทนนิส	1.39	1.34	น้อยที่สุด
- เทนนิส	0.59	0.97	น้อยที่สุด
- ว่ายน้ำ	1.79	1.34	น้อย
- มวย	0.50	0.93	น้อยที่สุด
- วิ่งเพื่อสุขภาพ	2.28	1.19	น้อย
7. กิจกรรมการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาที่บ้าน			
- หมากรูก	1.18	1.30	น้อยที่สุด
- จักรยาน	2.99	1.16	มาก
- กระโดดหนังยาง	1.17	1.30	น้อยที่สุด
- เตะ	1.16	1.28	น้อยที่สุด
- กระต่ายขาเดียว	1.28	1.30	น้อยที่สุด
- ตีจับ	1.01	1.19	น้อยที่สุด
- หมากเข่ง	0.65	1.00	น้อยที่สุด
- หมากเก็บ	1.39	1.30	น้อยที่สุด
- วิ่งเปรี๊ยะ	1.19	1.24	น้อยที่สุด
- กระต่ายกระแต	0.59	0.98	น้อยที่สุด
- ลิงชิงบอล	2.10	1.29	น้อย
- ทอยเส้น	1.01	1.33	น้อยที่สุด
- ช้อนแอบ	2.04	1.38	น้อย
- เล่นว่าว	1.34	1.37	น้อยที่สุด
- เล่นลูกข่าง	0.97	1.24	น้อยที่สุด

ตาราง 3 (ต่อ)

ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา	$\bar{X}$	S.D.	ระดับปฏิบัติ
- ดัดลูกแก้ว	1.31	1.32	น้อยที่สุด
- ดัดลูกหิน	0.51	0.86	น้อยที่สุด
รวม	1.47	0.57	น้อยที่สุด

จากตาราง 3 แสดงให้เห็นว่านักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาในระดับมาก คือ ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ในช่วงปิดภาคเรียน ชั่วโมงอิสระ หรือพักกลางวัน วันเสาร์ – วันอาทิตย์ และวันหยุด ตามลำดับ

การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาที่นักเรียนปฏิบัติมีค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ วิ่งเพื่อสุขภาพ ฟุตบอล บาสเกตบอล ว่ายน้ำ ตะกร้อวง เซปักตะกร้อ และ แบดมินตัน และน้อยที่สุดคือ มวย กิจกรรมการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาที่บ้านที่นักเรียนปฏิบัติจากมากไปหาน้อย คือ จักรยาน ลิงชิงบอล ซ่อนแอบ หมากเก็บ กระต่ายขาเดียว กระโดดหนังยาง ตามลำดับ และน้อยที่สุด คือ ดัดลูกหิน

ตาราง 4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในวันจันทร์ – วันศุกร์ , วันเสาร์ – วันอาทิตย์ และวันหยุด

เวลา	วันจันทร์ - วันศุกร์		วันเสาร์ – วันอาทิตย์	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
05.00 – 06.00 น.	68	17.2	50	12.6
06.00 – 07.00 น.	47	11.9	54	13.6
07.00 – 08.00 น.	74	18.7	97	24.5
08.00 – 09.00 น.	16	4.0	45	11.4
09.00 – 10.00 น.	23	5.8	79	19.9
10.00 - 11.00 น.	22	5.6	35	8.8
11.00 – 12.00 น.	88	22.2	58	14.6
12.00 – 13.00 น.	105	26.5	29	7.3
13.00 – 14.00 น.	24	6.1	31	7.8
14.00 – 15.00 น.	45	11.4	65	16.4
15.00 – 16.00 น.	72	18.2	75	18.9
16.00 – 17.00 น.	128	32.3	147	37.1
17.00 – 18.00 น.	150	37.9	154	38.9

จากตาราง 4 แสดงให้เห็นว่านักเรียนใช้ช่วงเวลาที่ว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ในวันจันทร์ - วันศุกร์ มากที่สุด คือ เวลา 17.00 - 18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 37.90 รองลงมาคือ เวลา 16.00 - 17.00 น.คิดเป็นร้อยละ 32.3 เวลา 11.00 - 12.00 น. คิดเป็นร้อยละ 22.20 น้อยที่สุดคือเวลา 8.00 - 9.00 น. คิดเป็นร้อยละ 04.00 และ

ช่วงเวลาวางในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ในวันเสาร์ - วันอาทิตย์ วันหยุดมากที่สุด คือ เวลา 17.00 - 18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 38.90 รองลงมาคือ เวลา 16.00 - 17.00 น. คิดเป็นร้อยละ 37.10 เวลา 07.00 - 08.00 น. คิดเป็นร้อยละ 24.50 เวลา 9.00 - 10.00 น. คิดเป็นร้อยละ 19.90 น. เวลา 15.00 - 16.00 น. คิดเป็นร้อยละ 18.90 ตามลำดับ และเวลาที่ออกกำลังกายน้อยที่สุดคือเวลา 12.00 - 13.00 น. คิดเป็นร้อยละ 7.30

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในด้านการ
ช่วยทำงานบ้าน

ด้านการช่วยทำงานบ้าน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับปฏิบัติ
1. ปลูกและดูแลต้นไม้	2.49	1.06	น้อย
2. ซักรีดเสื้อผ้า	3.20	0.99	มาก
3. กวาดบ้านถูบ้าน	3.14	0.86	มาก
4. หุงหาอาหาร	2.67	1.07	มาก
5. ล้างจาน	2.97	1.06	มาก
6. เลี้ยงน้อง	1.42	1.40	น้อยที่สุด
7. เลี้ยงสัตว์	1.78	1.36	น้อยที่สุด
รวม	2.53	0.64	มาก

จากตาราง 5 แสดงให้เห็นว่านักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการช่วยทำงานบ้าน
ในระดับมาก คือ ซักรีดเสื้อผ้า กวาดบ้านถูบ้าน ล้างจาน หุงหาอาหาร ตามลำดับและ
น้อยที่สุด คือ เลี้ยงน้อง

ตาราง 6 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้าน
การช่วยงานบ้าน ในวันจันทร์ – ศุกร์, วันเสาร์ – วันอาทิตย์ และวันหยุด

เวลา	วันจันทร์ - วันศุกร์		วันเสาร์ - วันอาทิตย์	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
05.00 – 06.00 น.	110	27.80	89	22.50
06.00 – 07.00 น.	105	26.50	79	19.90
07.00 – 08.00 น.	82	20.70	163	41.20
08.00 – 09.00 น.	25	6.30	69	17.40
09.00 – 10.00 น.	18	4.60	71	17.90
10.00 - 11.00 น.	10	2.50	25	6.30
11.00 – 12.00 น.	22	5.60	64	16.20
12.00 – 13.00 น.	12	3.00	43	10.90
13.00 – 14.00 น.	18	4.50	38	9.60
14.00 – 15.00 น.	47	11.90	72	18.20
15.00 – 16.00 น.	105	26.50	112	28.30
16.00 – 17.00 น.	150	37.90	131	33.10
17.00 – 18.00 น.	137	34.60	121	30.60

จากตาราง 6 แสดงให้เห็นว่านักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการช่วยงานบ้านในวันจันทร์ - วันศุกร์ มากที่สุด คือ เวลา 16.00 - 17.00 น. คิดเป็นร้อยละ 37.90 รองลงมาคือ เวลา 17.00 - 18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 34.60 เวลา 05.00 - 06.00 น. คิดเป็นร้อยละ 27.80 ตามลำดับ น้อยที่สุดคือเวลา 10.00 - 11.00 น. คิดเป็นร้อยละ 2.50

และช่วงเวลารว่างในด้านการช่วยงานบ้าน ในวันเสาร์ - วันอาทิตย์ และวันหยุด มากที่สุด คือ เวลา 16.00 - 17.00 น. คิดเป็นร้อยละ 33.10 รองลงมา คือ เวลา 17.00 - 18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 30.60 เวลา 15.00 - 16.00 น. คิดเป็นร้อยละ 28.30 เวลา 05.00- 06.00 น. คิดเป็นร้อยละ 22.50 ตามลำดับ น้อยที่สุดคือเวลา 10.00 - 11.00 น. คิดเป็นร้อยละ 6.30

ตาราง 7 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในด้าน
การหารายได้พิเศษ

ด้านการหารายได้พิเศษ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับปฏิบัติ
1. จัดสวน	0.29	0.67	ไม่ได้ปฏิบัติ
2. รับจ้างในโรงงาน	0.27	0.72	ไม่ได้ปฏิบัติ
3. ขายหนังสือพิมพ์	0.15	0.55	ไม่ได้ปฏิบัติ
4. ทำงานในร้านอาหาร	0.44	1.04	ไม่ได้ปฏิบัติ
5. ปลุกต้นไม้ขาย	0.35	0.87	ไม่ได้ปฏิบัติ
6. ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม	0.14	0.53	ไม่ได้ปฏิบัติ
7. รับจ้างใช้แรงงานทั่วไป	0.69	1.18	น้อยที่สุด
รวม	0.33	0.53	ไม่ได้ปฏิบัติ

จากตาราง 7 แสดงให้เห็นว่านักเรียนเกือบทั้งหมดไม่ได้ใช้เวลาว่างในด้านการหารายได้พิเศษ ไม่ได้ปฏิบัติเลยมีปฏิบัติบ้างระดับน้อยที่สุด คือ รับจ้างใช้แรงงานทั่วไป

ตาราง 8 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้าน
การหารายได้พิเศษ ในวันจันทร์ – วันศุกร์ , วันเสาร์ – วันอาทิตย์ และวันหยุด

เวลา	วันจันทร์ – วันศุกร์		วันเสาร์ - วันอาทิตย์	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
05.00 – 06.00 น.	14	3.50	20	5.10
06.00 – 07.00 น.	18	4.50	24	6.10
07.00 – 08.00 น.	34	8.60	75	18.90
08.00 – 09.00 น.	29	7.30	53	13.40
09.00 – 10.00 น.	22	5.60	69	17.40
10.00 - 11.00 น.	10	2.50	31	7.80
11.00 – 12.00 น.	21	5.30	47	11.90
12.00 – 13.00 น.	20	5.10	34	8.60
13.00 – 14.00 น.	14	3.50	49	12.40
14.00 – 15.00 น.	18	4.50	27	6.80
15.00 – 16.00 น.	43	10.90	43	10.90
16.00 – 17.00 น.	57	14.40	57	14.40
17.00 – 18.00 น.	59	14.90	56	14.10

จากตาราง 8 แสดงให้เห็นว่านักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการหารายได้พิเศษในวันจันทร์ - วันศุกร์ มากที่สุด คือ เวลา 17.00 - 18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 14.9 รองลงมา คือ เวลา 16.00 - 17.00 น. คิดเป็นร้อยละ 14.40 เวลา 15.00 - 6.00 น. คิดเป็นร้อยละ 10.90 เวลา 07.00 - 08.00 น. คิดเป็นร้อยละ 8.60 ตามลำดับ น้อยที่สุดคือเวลา

10.00 - 11.00 น. คิดเป็นร้อยละ 2.5 และช่วงเวลาว่างในด้านการหารายได้พิเศษในวันเสาร์ - วันอาทิตย์ และวันหยุด มากที่สุด คือ เวลา 07.00 - 08.00 น. คิดเป็นร้อยละ 18.9 รองลงมา คือ เวลา 09.00 - 10.00 น. คิดเป็นร้อยละ 17.40 เวลา 16.00 - 17.00 น. คิดเป็นร้อยละ 14.40 เวลา 17.00 - 18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 14.10 ตามลำดับ น้อยที่สุด คือ เวลา 05.00 - 06.00 น. คิดเป็นร้อยละ 5.10

ตาราง 9 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก

ด้านงานอดิเรก	$\bar{X}$	S.D.	ระดับปฏิบัติ
1. ดูภาพยนตร์	2.37	1.30	น้อยที่สุด
2. ดูโทรทัศน์	3.46	0.75	น้อยที่สุด
3. ฟังวิทยุ	2.59	1.18	น้อยที่สุด
4. พุดคุย	3.07	1.01	น้อยที่สุด
5. ปลูกและดูแลต้นไม้	2.09	1.18	น้อยที่สุด
6. เดินรำ	0.81	1.10	น้อยที่สุด
7. ตกปลา	1.25	1.22	น้อยที่สุด
8. ห้องเพลงบรรเลง	1.66	1.38	น้อยที่สุด
9. ดูแลสัตว์เลี้ยง	1.80	1.30	น้อยที่สุด
10. อ่านหนังสือ	2.58	0.97	น้อยที่สุด
11. เล่นวี.ดี.โอ. เกม	1.50	1.42	น้อยที่สุด
12. ทำงานศิลป์	1.18	1.15	น้อยที่สุด
13. เขียนบันทึกประจำวัน	0.95	1.10	น้อยที่สุด
14. สะสมสิ่งของต่าง ๆ	1.43	1.36	น้อยที่สุด
15. เที่ยวตามสถานที่ต่าง ๆ	1.84	1.26	น้อยที่สุด
เที่ยวห้างสรรพสินค้า	1.88	1.26	น้อยที่สุด
รวม	1.90	0.58	น้อยที่สุด

จากตาราง 9 แสดงให้เห็นว่านักเรียนใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรกอยู่ในระดับน้อยที่สุดทุกข้อแต่บางข้อมีค่าเฉลี่ยของคะแนนมากที่สุด คือ ดูโทรทัศน์ พุดคุย ฟังวิทยุ อ่านหนังสือ ดูภาพยนตร์ ตามลำดับ และน้อยที่สุด คือ เดินรำ

ตาราง 10 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรกในวันจันทร์ - วันศุกร์ , วันเสาร์ – วันอาทิตย์ และวันหยุด

เวลา	วันจันทร์ - วันศุกร์		วันเสาร์ - วันอาทิตย์	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
05.00 – 06.00 น.	44	11.10	41	10.40
06.00 – 07.00 น.	50	12.60	59	14.90
07.00 – 08.00 น.	56	14.10	100	25.30
08.00 – 09.00 น.	77	9.30	70	17.70
09.00 – 10.00 น.	47	11.90	114	28.80
10.00 - 11.00 น.	32	8.10	70	17.70
11.00 – 12.00 น.	47	11.90	101	25.50
12.00 – 13.00 น.	59	14.90	76	19.20
13.00 – 14.00 น.	33	8.30	78	19.70
14.00 – 15.00 น.	47	11.90	69	17.40
15.00 – 16.00 น.	84	21.20	87	22.00
16.00 – 17.00 น.	130	32.80	107	27.00
17.00 – 18.00 น.	143	36.10	114	28.80

จากตาราง 10 แสดงให้เห็นว่านักเรียนใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก ในวันจันทร์ - วันศุกร์ มากที่สุด คือ เวลา 17.00 - 18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 36.10 รองลงมาคือ เวลา 16.00 - 17.00 น. คิดเป็นร้อยละ 32.80 เวลา 15.00 - 16.00 น. คิดเป็นร้อยละ

21.20 เวลา 12.00 - 13.00 น. คิดเป็นร้อยละ 14.90 ตามลำดับ น้อยที่สุดคือเวลา 10.00 - 11.00 น. คิดเป็นร้อยละ 8.10 และช่วงเวลาว่างในด้านงานอดิเรก ในวันเสาร์ - วันอาทิตย์ และวันหยุด มากที่สุด คือ เวลา 9.00 - 10.00 น. และ 17.00 - 18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 28.80 รองลงมาคือ เวลา 16.00 - 17.00 น. คิดเป็นร้อยละ 27.00 เวลา 11.00 - 12.00 น. คิดเป็นร้อยละ 25.50 เวลา 07.00 - 08.00 น. คิดเป็น ร้อยละ 25.30 ตามลำดับ น้อยที่สุดคือเวลา 05.00 - 06.00 น. คิดเป็นร้อยละ 10.40

ตาราง 11 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในด้านการเรียน

ด้านการเรียน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับปฏิบัติ
1. การทำการบ้าน	3.07	0.84	มาก
2. ทบทวนการบ้านที่เรียนมาแล้ว	2.40	0.88	น้อย
3. เตรียมบทเรียนก่อนเข้าเรียน	2.25	0.97	น้อย
4. ทำรายงาน	2.48	1.05	น้อย
5. สรุปเนื้อหาก่อนเข้าสอบร่วมกัน	2.14	1.02	น้อย
6. เข้าห้องสมุด	2.34	1.06	น้อย
รวม	2.45	0.66	น้อย

จากตาราง 11 แสดงให้เห็นว่านักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการเรียนอยู่ระดับมาก คือ การทำการบ้าน และระดับน้อย ทำรายงาน ทบทวนการบ้านที่เรียนมาแล้ว เข้าห้องสมุด เตรียมบทเรียนก่อนเข้าเรียน สรุปเนื้อหาก่อนเข้าสอบร่วมกันตามลำดับ

ตาราง 12 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่างในการเรียน
ในวันจันทร์ - วันศุกร์ , วันเสาร์ - วันอาทิตย์ และวันหยุด

เวลา	วันจันทร์ - วันศุกร์		วันเสาร์ - วันอาทิตย์	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
05.00 – 06.00 น.	41	10.40	44	11.10
06.00 – 07.00 น.	59	14.90	50	12.60
07.00 – 08.00 น.	100	25.30	56	14.10
08.00 – 09.00 น.	70	17.70	37	9.30
09.00 – 10.00 น.	114	28.80	47	11.90
10.00 - 11.00 น.	70	17.70	32	8.10
11.00 – 12.00 น.	101	25.50	47	11.90
12.00 – 13.00 น.	76	19.20	59	14.90
13.00 – 14.00 น.	78	19.70	33	8.30
14.00 – 15.00 น.	69	17.40	47	11.90
15.00 – 16.00 น.	87	22.00	84	21.20
16.00 – 17.00 น.	107	27.00	130	32.80
17.00 – 18.00 น.	114	28.80	143	36.10

จากตาราง 12 แสดงให้เห็นว่านักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการเรียน ในวันจันทร์ - วันศุกร์ มากที่สุด คือ เวลา 9.00 - 10.00 น. คิดเป็นร้อยละ 38.40 รองลงมาคือ เวลา 11.00 - 12.00 น. และ 13.00 - 14.00 น. เท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 31.30 เวลา 14.00 - 15.00 น. คิดเป็นร้อยละ 28.80 เวลา 08.00 - 09.00 น. คิดเป็นร้อยละ 27.30

ตามลำดับ น้อยที่สุดคือเวลา 05.00 - 06.00 น. คิดเป็นร้อยละ 3.80 ช่วงเวลาในด้าน
การเรียนรู้ ในวันเสาร์ - วันอาทิตย์ และวันหยุด มากที่สุด คือ เวลา 16.00 - 17.00 น.
คิดเป็นร้อยละ 25.30 รองลงมาคือ เวลา 09.00 - 10.00 น. คิดเป็นร้อยละ 24.00 เวลา
17.00 - 18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 18.20 เวลา 07.00 - 08.00 น. คิดเป็นร้อยละ 17.20
ตามลำดับ น้อยที่สุดคือเวลา 05.00 - 06.00 น. คิดเป็นร้อยละ 4.50

ตาราง 13 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
ระหว่างนักเรียนชาย กับนักเรียนหญิง

การใช้เวลาว่าง	เพศ	จำนวน (คน)	ค่าเฉลี่ย	ความ เบี่ยงเบน มาตรฐาน	ค่าที	2-tailed Prob
1. ด้านการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา	ชาย	198	1.55	.52	2.95	.004*
	หญิง	198	1.38	.60		
2. ด้านการช่วยทำงาน บ้าน	ชาย	198	2.33	.66	-6.55	.000*
	หญิง	198	2.73	.54		
3. ด้านหารายได้พิเศษ	ชาย	198	.38	.55	1.68	.093
	หญิง	198	.29	.50		
4. ด้านงานอดิเรก	ชาย	198	1.94	.60	1.27	0.205
	หญิง	198	1.87	.56		
5. ด้านการเรียน	ชาย	198	2.33	.68	-3.47	.001*
	หญิง	198	2.56	.62		

$P < .05$ ($.05, 394 = 1.96$)

จากตาราง 13 แสดงให้เห็นว่าการใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 การใช้เวลาว่างในการช่วยทำงานบ้าน ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การใช้เวลาว่างในการหารายได้พิเศษ ระหว่างนักเรียนชายกับ

นักเรียนหญิง ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการใช้เวลาว่างในการเรียน ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

ตาราง 14 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
ระหว่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวน
ทางเดียว

การใช้เวลาว่าง	แหล่งความ แปรปรวน	df	SS	MS	F	F – prob.
ด้านการออกกำลังกายและ เล่นกีฬา	ระหว่างกลุ่ม	2	1.34	.67	2.10	.12
	ภายในกลุ่ม	393	124.88	.32		
รวม		395	126.21			

$P < .05$

จากตาราง 14 แสดงให้เห็นว่าการใช้เวลาว่างในการด้านออกกำลังกายและ
เล่นกีฬาเปรียบเทียบระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 15 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการใช้เวลาว่างในด้านการช่วยทำงานบ้านระหว่าง
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว

การใช้เวลาว่าง	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	F – prob.
ด้านการช่วยทำงานบ้าน	ระหว่างกลุ่ม	2	3.54	1.77	4.01*	.02*
	ภายในกลุ่ม	393	173.22	.44		
รวม		395	176.76			

$P^* < .05$

จากตาราง 15 แสดงให้เห็นว่าการใช้เวลาว่างในด้านการช่วยทำงานบ้าน
เปรียบเทียบระหว่างระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติ ที่ระดับ .05 จึงได้เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยวิธีของตุ๊กี ได้ผล
ดังตาราง 15 ดังนี้

ตาราง 16 ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยการใช้เวลาว่างในด้านการ
ช่วยทำงานบ้าน ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3

ระดับชั้น		มัธยมศึกษาปีที่ 3	มัธยมศึกษาปีที่ 2	มัธยมศึกษาปีที่ 1
	$\bar{X}$	.3864	.1591	.3106
มัธยมศึกษาปีที่ 3	.3864	-	0.22*	0.08
มัธยมศึกษาปีที่ 2	.1591		-	0.15
มัธยมศึกษาปีที่ 1	.3106			-

$P^* < .05$

จากตาราง 16 แสดงให้เห็นว่าระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กับมัธยมศึกษา
ปีที่ 3 มีการใช้เวลาว่างในด้านการช่วยงานบ้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่
ระดับ .05

ตาราง 17 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการใช้เวลาวางในด้านการหารายได้พิเศษระหว่างนักเรียน
ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว

การใช้เวลาวาง	แหล่งความ แปรปรวน	df	SS	MS	F	F – prob.
ด้านการหารายได้พิเศษ	ระหว่างกลุ่ม	2	.92	.46	1.68	.19
	ภายในกลุ่ม	393	108.40	.28		
รวม		395	109.33			

$P \leq .05$

จากตาราง 17 แสดงให้เห็นว่าการใช้เวลาว่างในด้านการหารายได้พิเศษ
เปรียบเทียบระหว่างระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 18 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรกระหว่างนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว

การใช้เวลาว่าง	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	F – prob.
ด้านงานอดิเรก	ระหว่างกลุ่ม	2	1.56	.78	2.34	.10
	ภายในกลุ่ม	393	131.20	.33		
รวม		395	132.76			

$$P \leq .05$$

จากตาราง 18 แสดงให้เห็นว่าการใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก ระหว่างระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 19 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการใช้เวลาว่างในด้านการเรียนระหว่างระดับ
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว

การใช้เวลาว่าง	แหล่งความ แปรปรวน	df	SS	MS	F	F – prob.
ด้านการเรียน	ระหว่างกลุ่ม	2	.51	.26	.60	.55
	ภายในกลุ่ม	393	169.72	.43		
รวม		395	170.24			

$$P < = 0.5$$

จากตาราง 19 แสดงให้เห็นว่าการใช้เวลาว่างในด้านการเรียน ระหว่างระดับ
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 ไม่แตกต่างกัน

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อทราบและเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นปีการศึกษา 2540 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จำนวน 396 คนจากโรงเรียน 22 โรงเรียน ซึ่งได้มาโดยสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมี 2 ตอน ประกอบด้วยตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างของนักเรียน

วิธีจัดกระทำกับข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป การวิจัยทางสังคมศาสตร์ (Statistical Package for the Social Sciences - Personal Computer Plus หรือ SPSS/PC) ตามขั้นตอนดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนตัวของผู้รับแบบสอบถาม หาค่าร้อยละ นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง
2. วิเคราะห์ข้อมูลของผู้ตอบแบบสอบถามที่เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในแต่ละด้านโดยวิธีหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงโดยใช้สถิติที (t-test Independent)
4. เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One Way Analysis of Variance) ทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของ ตุ๊กกี (Tukey) แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี สรุปได้ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

1. กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา นักเรียนชาย จำนวน 198 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 นักเรียนหญิง จำนวน 198 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00

2. ส่วนใหญ่บิดาและมารดาของกลุ่มตัวอย่าง มีระดับการศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 คิดเป็นร้อยละ 56.30 , 65.40 รองลงมาคือ ระดับประถมศึกษาปีที่ 6 หรือประถมศึกษาปีที่ 7 คิดเป็นร้อยละ 25.30 , 22.70 ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น คิดเป็นร้อยละ 8.30 , 4.80 น้อยที่สุดคือ ระดับชั้นอนุปริญญาและปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ .50

3. ผู้ปกครองกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีรายได้รวมกันคือ 3,001 – 6,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 43.70 รองลงมาคือ ต่ำกว่า 3,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 27.50 รายได้ 6,001 – 9,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 15.70 น้อยที่สุดคือ 9,001 – 12,000 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 12.10

4. บิดามารดากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 52.50 , 51.00 รองลงมาคือ ค้าขาย คิดเป็นร้อยละ 18.20 , 28.80 รับราชการคิดเป็นร้อยละ 13.90 , 1.80 เกษตรกรรม คิดเป็นร้อยละ 7.10 , 8.10 น้อยที่สุด คือ รัฐวิสาหกิจ คิดเป็นร้อยละ .80

ตอนที่ 2 ข้อมูลการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นของนักเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี สรุปได้ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างของนักเรียน สามารถสรุปได้ดังนี้

1.1 การใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ค่าเฉลี่ยโดยรวมแล้วอยู่ในระดับน้อยที่สุดส่วนช่วงเวลาที่ใช้ในการเล่นกีฬาหรือเล่นกีฬามากที่สุดคือ วันจันทร์ – วันศุกร์ เวลา 17.00 – 18.00 น. และวันเสาร์ – วันอาทิตย์ วันหยุด เวลา 17.00 – 18.00 น.

1.2 การใช้เวลาว่างในด้านการช่วยงานบ้าน ค่าเฉลี่ยโดยรวมแล้วอยู่ในระดับมากและช่วงเวลาที่ใช้ในการเล่นกีฬามากที่สุด คือ วันจันทร์ – วันศุกร์ เวลา 16.00 – 17.00 น. และวันเสาร์ - วันอาทิตย์ วันหยุด เวลา 16.00 – 17.00 น.

1.3 การใช้เวลาวางในด้านการหารายได้พิเศษค่าเฉลี่ยโดยรวมแล้วอยู่ในระดับไม่ได้ปฏิบัติและช่วงเวลาวางในด้านการหารายได้พิเศษมากที่สุด คือ วันจันทร์ – วันศุกร์ เวลา 17.00 – 18.00 น. และวันเสาร์ - วันอาทิตย์ วันหยุด เวลา 07.00 – 08.00 น.

1.4 การใช้เวลาวางในด้านงานอดิเรกค่าเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับน้อยที่สุดและส่วนช่วงเวลากการใช้เวลาวางในด้านงานอดิเรกมากที่สุด คือ วันจันทร์ – วันศุกร์ เวลา 17.00 – 18.00 น. และวันเสาร์ – วันอาทิตย์ วันหยุด เวลา 09.00 – 10.00 น.

1.5 การใช้เวลาวางในด้านการเรียนค่าเฉลี่ยโดยรวมอยู่ระดับน้อยและส่วนช่วงเวลาที่ใช้เวลาว่างในด้านการเรียนมากที่สุด คือ วันจันทร์ – วันศุกร์ เวลา 09.00 – 10.00 น. และวันเสาร์ – วันอาทิตย์ วันหยุด 16.00 – 17.00 น.

2. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการใช้เวลาวางระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง

2.1 การใช้เวลาวางในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2 การใช้เวลาวางในด้านการช่วยงานบ้าน ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.3 การใช้เวลาวางในด้านการหารายได้พิเศษ ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

2.4 การใช้เวลาวางในด้านงานอดิเรก ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

2.5 การใช้เวลาวางในด้านการเรียน ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวการใช้เวลาวางระหว่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3

3.1 การใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ระหว่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 ไม่แตกต่างกัน

3.2 การใช้เวลาว่างในด้านการช่วยงานบ้าน ระหว่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่ามีค่าเฉลี่ยอย่างน้อย 1 คู่ ที่แตกต่างกันแต่เมื่อทดสอบภายหลังโดยวิธี ตุ๊กกี พบว่าคู่ที่แตกต่างกันคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.3 การใช้เวลาว่างในด้านการหารายได้พิเศษ ระหว่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 ไม่แตกต่างกัน

3.4 การใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก ระหว่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 ไม่แตกต่างกัน

3.5 การใช้เวลาว่างในด้านการเรียน ระหว่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 ไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1. บิดา มารดา และผู้ปกครองของนักเรียนส่วนใหญ่มีการศึกษาอยู่ในระดับต่ำกว่าการศึกษามัธยมศึกษา (ประถมศึกษาชั้นปีที่ 6) คือ โดยเฉลี่ยแล้วจบการศึกษาระดับประถมศึกษาชั้นปีที่ 4 ส่วนใหญ่จึงมีอาชีพรับจ้าง เช่น ถีบสามล้อ ถีบสามล้อส่งผัก ดายหญ้าทำความสะอาด เป็นต้น ฉะนั้น จึงมีรายได้เฉลี่ยรวมกันอยู่ในระหว่าง 3,001 – 6,000 บาท ต่อเดือน ซึ่งเป็นรายได้ที่มีจำนวนไม่มากนัก

ด้วยเหตุผลดังกล่าว จึงทำให้นักเรียนในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี ไม่ค่อยมีเวลาว่างมากนักเพราะต้องช่วยบิดา มารดา และผู้ปกครองทำ

มาหาเลี้ยงชีพ แต่ถ้ามีเวลว่างนักเรียนมีการใช้เวลาว่างเกี่ยวกับการทำงานบ้าน ทางด้านการเรียนน้อย งานอดิเรกและการออกกำลังกายและเล่นกีฬาน้อยที่สุด โดยที่นักเรียนมักทำงานบ้านในเวลา 16.00 – 17.00 น. เสร็จแล้วจึงไปทำงานอดิเรกและออกกำลังกายและเล่นกีฬาในเวลา 17.00 – 18.00 น.

กิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่นักเรียนปฏิบัติมากที่สุดเรียงตามลำดับ คือ จักรยาน วิ่งเพื่อสุขภาพ และฟุตบอล ที่เป็นเช่นนี้เพราะจักรยานเป็นพาหนะในกิจกรรมประจำวันอยู่แล้วและนักเรียนเองก็ไม่มีอุปกรณ์อย่างอื่นที่จะใช้ในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา เนื่องจากฐานะทางบ้านยากจน จึงจำเป็นต้องใช้อุปกรณ์เท่าที่มีอยู่ซึ่งก็นับว่าเป็นเรื่องดีที่นักเรียนยังเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา เช่นเดียวกับ กิจกรรมวิ่งเพื่อสุขภาพที่นักเรียนปฏิบัติมาเป็นลำดับรองลงมาก็เพราะเป็นกิจกรรมที่ไม่ต้องใช้อุปกรณ์แต่อย่างใดและสามารถวิ่งในที่ใดก็ได้ เช่น ข้างถนน ท้องนา บริเวณโรงเรียน ซึ่งนับเป็นกิจกรรมการออกกำลังกายที่มีประโยชน์ต่อการเสริมสร้างสมรรถภาพ ทั้งจักรยาน และวิ่งเพื่อสุขภาพล้วนเป็นกิจกรรมการออกกำลังกายแบบใช้ออกซิเจน (Aerobic Exercise) ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้มีผลดีต่อสมรรถภาพทางกายโดยรวม เพราะช่วยเสริมสร้างความทนทานของระบบไหลเวียนเลือดได้มากและเป็นองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกายที่สำคัญ สอดคล้อง กับที่ วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2541 : 15) กล่าวว่า ศักยภาพ หรือความสามารถของระบบหายใจและระบบไหลเวียนเลือด เรียกอีกอย่างว่าความทนทานของระบบไหลเวียนเลือด (Circulo = Respiratoty Endurance) หมายถึง คุณสมบัติที่สามารถทนทานต่อการปฏิบัติกิจกรรมหนักได้เป็นระยะเวลาสั้น ๆ หรืออาจกล่าวได้ว่าสมรรถภาพของระบบไหลเวียนเลือด (Circulo = Respiratoty Fitness) หมายถึงรวมอยู่ในกิจกรรมที่ต้องการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ของร่างกายเป็นส่วนมาก เช่น วิ่ง ว่ายน้ำ ขี่จักรยาน ทั้งนี้เพราะกิจกรรมเหล่านี้กระตุ้นให้หัวใจและระบบการไหลเวียนเลือดกับระบบหายใจได้ทำงานในระดับสูงขึ้นกว่าปกติอย่างมีประสิทธิภาพ เช่นเดียวกับ วรศักดิ์ เพียรชอบ (2520 : 45) ได้สรุปประโยชน์ของการออกกำลังกายไว้ดังนี้

1. การออกกำลังกายเป็นประจำช่วยลดความดันโลหิตสูง และลดไขมันในเลือดได้ทางหนึ่ง
2. การออกกำลังกายเป็นประจำจะช่วยให้อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น หัวใจ ปอด ไต กล้ามเนื้อ กระดูก มีความแข็งแรงทำงานได้ดีขึ้น
4. การออกกำลังกายช่วยลดความตึงเครียด ลดความกังวลใจทำให้จิตใจดีขึ้นและท้ายที่สุดก็เป็นการป้องกันโรคแผลในกระเพาะอาหาร
5. การออกกำลังกายจะช่วยให้โรคเหนียวง่าย หรือเวียนศีรษะสำหรับผู้ทำงานเบาหายไป
6. การออกกำลังกายเป็นประจำให้โรคติดเชื้ เช่น เป็นหวัด คัดจมูก หรือเจ็บคอ
7. การออกกำลังกายเป็นประจำทำให้แก่ช้าและมีอายุยืน
8. การออกกำลังกายเป็นประจำทำให้ร่างกายและจิตใจมีประสิทธิภาพในการทำงานสูงสามารถศึกษาเล่าเรียนหรือประกอบกิจกรรมงานต่าง ๆ ให้ผลผลิตสูง
9. ในขณะนี้ทางการแพทย์มีความเชื่อว่า การออกกำลังกายช่วยป้องกันการเป็นโรคหัวใจวายได้เป็นอย่างดีอีกด้วย

นอกจากนั้นแล้วทั้งกิจกรรมจักรยาน วิ่งเพื่อสุขภาพและฟุตบอลล้วนเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนมีสมรรถภาพทางกายโดยรวมคือ ความแข็งแรง ความทนทานของกล้ามเนื้อ ความยืดหยุ่น ความคล่องตัว การทำงานประสานสัมพันธ์ ฯลฯ ซึ่งเป็นองค์ประกอบต่าง ๆ ของสมรรถภาพทางกายพัฒนาขึ้นทั้งสิ้น ซึ่งโดยทั่วไปแล้วเป็นที่ยอมรับกันว่าสมรรถภาพทางกายมีความเกี่ยวข้องกับสุขภาพและสุขภาพมีความเกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตที่ดี การออกกำลังกายและเล่นกีฬาสม่ำเสมอ ย่อมส่งผลให้นักเรียนมีสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ (Health – Related Fitness) ดีตามไปด้วย ซึ่งสอดคล้องกับที่สมาคมสุขศึกษา พลศึกษา นันทนาการและการเดินร่ำแห่งสหรัฐอเมริกา (AAHPERD) ได้นิยามความหมายของสมรรถภาพทางกายในส่วนที่เกี่ยวข้องกับชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีของมนุษย์ไว้ว่า ผู้ที่มีสมรรถภาพทางกายที่ดี คือ ผู้ที่

1. ประกอบกิจกรรมประจำวันโดยปราศจาก ความเหนื่อยล้าเกินควร
2. ลดความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับการไม่ออกกำลังกายไป

ตลอดชีวิต

3. มีความแข็งแรงสมบูรณ์เป็นพื้นฐานเพียงพอต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายได้หลากหลายรูปแบบ (วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. 2541 : 13)

ดังนั้น จะเห็นว่าโรงเรียน หน่วยงาน และองค์กรที่เกี่ยวข้องโดยเฉพาะองค์การบริหารส่วนตำบล และองค์กรบริหารส่วนจังหวัด ควรได้หาหนทางช่วยเหลือนักเรียน ซึ่งเป็นเยาวชนที่จะเป็นกำลังของชาติในอนาคต ได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์และไม่ขัดต่อหลักศีลธรรมและกฎหมายตลอดจนปัญหาเสพติดด้วยการจัดอุปกรณ์ สถานที่ งบประมาณ บุคลากร เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนได้ใช้เวลาว่างโดยการออกกำลังกายและเล่นกีฬามากขึ้นเพราะจะไปหวังจากบิดา มารดาและผู้ปกครอง ย่อมเป็นไปได้ไม่ได้เนื่องจากมีฐานะยากจน

2. การใช้เวลาว่างในด้านการช่วยทำงานบ้านที่นักเรียนปฏิบัติมากคือ ซักรีด เสื้อผ้า กวาดบ้านถูบ้าน หุงหาอาหาร ล้างจาน รongลงมาคือ ปลูกและดูแลต้นไม้ แสดงว่า กิจกรรมโดยรวมของการช่วยงานบ้านเป็นงานพื้นฐานที่เด็กชนบทโดยปกติต้องทำกันเป็นส่วนมากเพราะภายในครอบครัว บิดา มารดาและผู้ปกครอง มักใช้ บุตร ธิดา ในการทำกิจกรรมภายในบ้านซึ่งสอดคล้องกับหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533) ได้กำหนดเนื้อหา ไว้ในกลุ่มสร้างเสริมโดยมุ่งให้นักเรียนได้พัฒนาค่านิยม เจตคติ พฤติกรรม และบุคลิกภาพ ให้มีความรับผิดชอบ รักการทำงานโดยเฉพาะในกลุ่มการงานและพื้นฐานอาชีพ ฉะนั้น การช่วยทำงานภายในบ้าน จึงเป็นกิจกรรมหนึ่งที่นักเรียนระดับประถมศึกษาสามารถกระทำได้และกระทำจนเป็นกิจวัตรประจำวัน

3. การใช้เวลาว่างในด้านหารายได้พิเศษ นักเรียนปฏิบัติมากที่สุด คือ รับจ้าง ใช้แรงงานทั่วไป จะเห็นว่า นักเรียนในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาโดยรวมไม่ใช้เวลาว่างในด้านหารายได้พิเศษ โดยจะมีส่วนน้อยที่จะช่วยบิดา มารดา และผู้ปกครอง หารายได้พิเศษด้วยการรับจ้างทั่วไป เช่น ทำงานในร้านอาหาร จักสาน

ปลูกต้นไม้ ในวันจันทร์ – วันศุกร์อยู่ในเวลา 17.00 – 18.00 น. ในวันเสาร์ – วันอาทิตย์ วันหยุดจะเริ่มเวลา 07.00 น. เป็นต้นไปแสดงว่าหลังจากทำงานบ้านแล้วนักเรียนก็จะเริ่มปฏิบัติงานโดยการหารายได้พิเศษเลย เหตุที่นักเรียนไม่ได้ปฏิบัติการใช้เวลาว่างในการหารายได้พิเศษเพราะกระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคมได้กำหนดพระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงานในเรื่องอายุไว้อย่างชัดเจน ในมาตรา 44 ห้ามมิให้นายจ้างจ้างเด็กอายุต่ำกว่าสิบห้าปี เป็นลูกจ้างออกตามความในพระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน พ.ศ.2541 ให้ไว้ ณ วันที่ 19 สิงหาคม พ.ศ. 2541 นายไตรรงค์ สุวรรณคีรี รัฐมนตรีว่าการกระทรวงและสวัสดิการสังคม (2541 : 11)

4. การใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรกนักเรียนปฏิบัติมากที่สุด คือ ดูโทรทัศน์ รองลงมาคือ พุดคุย แสดงว่าการใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก นักเรียนในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา โดยรวมใช้เวลาว่างในด้านนี้น้อยอาจเป็นเพราะนักเรียนในวัยนี้จะช่วยบิดา มารดา และผู้ปกครอง ทำงานบ้านและออกกำลังกายและเล่นกีฬาในช่วงเวลาวันจันทร์ – วันศุกร์ นักเรียนจะใช้เวลา 17.00 – 18.00 น. มากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ ดร.อารี พันธุ์ณี ที่สัมภาษณ์ พ่อ แม่ ผู้ปกครองที่ว่าอยากให้ลูก ๆ ช่วยทำงานบ้านบ้างไหม คำตอบคือ “พ่อ แม่” แทบทุกคนอยากให้ลูก ๆ ช่วยทำงานบ้าน และจะพอใจมากขึ้นหากลูกได้ช่วยแบ่งภาระหน้าที่ภายในบ้านลงได้จริง ๆ (อารี พันธุ์ณี. 2537 : 75)

5. การใช้เวลาว่างในการเรียนนักเรียนปฏิบัติมากที่สุด คือ การทำการบ้าน แสดงว่านักเรียนและอยู่ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ไม่ค่อยให้ความสำคัญของการใช้เวลาว่างด้านการเรียน สังเกตจาก ช่วงเวลาวันจันทร์ – วันศุกร์ จะใช้เวลา 09.00 – 10.00 น. และวันเสาร์ – วันอาทิตย์ วันหยุดใช้เวลา 16.00 – 17.00 น. ในการใช้เวลาว่างในการเรียนเราควรช่วยกันสนับสนุนให้ผู้ปกครองเล็งเห็นความสำคัญของการใช้เวลาว่างในการเรียนเพื่อเยาวชน ตามชนบทจะได้นำการศึกษาที่เรียนมานำไปพัฒนาท้องถิ่นของตนเองเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับโครงการศึกษาเพื่อพัฒนาหมู่บ้านในเขตชนบท ยากจน (2529 : 5) แผนเพิ่มความรู้และการศึกษาแก่ประชาชน เพื่อให้มีโอกาสอ่าน

หนังสือ และใช้ภาษาไทยที่มีลักษณะเหมาะสมและสอดคล้องกับการแก้ปัญหาท้องถิ่น โดยการจัดให้มีการอ่านหนังสือ ที่อ่านหนังสือ ส่งเสริมการใช้ภาษาไทย เพิ่มเติมให้เพียงพอับความต้องการตลอดจนการรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ต่อการดำรงชีวิตในท้องถิ่น

ดังนั้น จึงเห็นได้ว่าการใช้เวลาว่างที่ถูกต้องเหมาะสมมีความสำคัญต่อนักเรียน ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ เป็นอย่างมากซึ่งสอดคล้องกับที่ดำรัสดาราคักดี (2520 : 11-12) กล่าวว่า ในสังคมโลกสมัยปัจจุบันประชาชนมีเวลาว่างมาก ซึ่งเวลาว่างดังกล่าวเปิดโอกาสให้คนได้รับความรื่นเริงจากกิจกรรมนันทนาการได้ อย่างไรก็ตามเวลาว่างนี้คือสิ่งที่ต้องศึกษาเพราะมีอิทธิพลต่อชีวิตของสังคมสมัยใหม่มาก เวลาว่างนั้นมีบทบาทที่สำคัญ 3 ประการคือ

1. เวลาว่างเป็นปัญหาสังคม (Social Problem) เวลาว่างนั้นทำให้คนมีอิสระที่จะทำในสิ่งที่เขาต้องการเมื่อไร ที่ไหน กับใครก็ได้ อันจะเป็นการพัฒนาสังคม ทางกายและจิตใจของเขา การที่คนทำอะไรในเวลาว่างนั้นเป็นสิ่งที่บ่งให้เห็นบุคลิกลักษณะฐานะ และสังคมของเขา เวลาว่างในสังคมในสมัยใหม่นั้น มีผลดีหรือเลวต่อความเป็นอยู่ของบุคคลต่อครอบครัว ต่อชุมชนและต่อประเทศชาติ ปัจจัยที่มีผลต่อเวลาว่างในสังคมสมัยใหม่ และปัญหาทางสังคมที่เกิดขึ้นจากเวลาว่างนั้น มีดังนี้

- ก. ความก้าวหน้าทางเทคนิคและอุตสาหกรรม
- ข. ฐานะความเป็นอยู่สะดวกสบายขึ้น
- ค. การศึกษาเจริญขึ้น
- ง. เวลาว่างเพิ่มขึ้น
- จ. ปัญหาคนว่างงาน
- ฉ. ทศนคติทางสังคมเปลี่ยนรูปใหม่
- ช. ประชากรเพิ่มขึ้น

2. เวลาว่างเป็นองค์ประกอบของเศรษฐกิจ (Economic Factor) เวลาที่นอกเหนือจากการต้องทำมาหาเลี้ยงชีพก็คือ เวลาว่างของคน ในเวลาว่างนี้มีคนใช้อ่าน นวนิยาย ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ เล่นกีฬาต่าง ๆ ไปดูหนังดูละคร ไปท่องเที่ยวและเยี่ยมเยียนเพื่อน ๆ เป็นต้น การที่สินค้าจะขายได้นั้น เกิดจากคนที่มีเวลาว่าง มีความปรารถนาที่จะซื้อ และมีเงินจะซื้อ ฐานะเศรษฐกิจของประเทศขึ้นอยู่กับการใช้จ่ายและรายได้ของประชากร เวลาว่างนั้นมีอิทธิพลใหญ่ยิ่งต่อเศรษฐกิจของชาติเมื่อ 50 ปีก่อน คนงานต้องทำงานวันละ 50 - 60 ชั่วโมง ต่อสัปดาห์ ปัจจุบันกฎหมายแรงงานให้ทำงานไม่เกิน 40 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ เวลาที่เหลือนั้น เป็นเวลาที่คนต้องใช้ให้เหมาะสมมีผู้พยากรณ์ว่า อีก 30 ปีข้างหน้ามนุษย์จะทำงานสัปดาห์ละ 20 ชั่วโมง เพราะมีเครื่องทุ่นแรง และอำนวยความสะดวกในการทำงาน เนื่องจากความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์จะเป็นปัญหาเกี่ยวกับคนมีเวลาว่างมากและเป็นปัญหาคนว่างงาน เมื่อเป็นเช่นนี้ทำให้คนต้องเสาะหาสิ่งที่จะอำนวยความสะดวกทางกิจกรรมนันทนาการแก่เขา ไม่ว่าจะเป็นสถานทีบริการ อุปกรณ์ นอกจากนั้นยังต้องเตรียมโครงการนันทนาการให้แก่บุคคลเหล่านั้น เป็นการเตรียมรับสถานการณ์

3. เวลาว่างเป็นโอกาสของการสร้างวัฒนธรรม (Leisure as a Cultural Opportunity) ความเจริญของวัฒนธรรมกับเวลาว่างนั้นสัมพันธ์กันมาตั้งแต่ดึกดำบรรพ์ คนจะมีโอกาสสร้างสรรค์สิ่งสวยงาม สร้างอารยธรรมต่อเมื่อมีเวลาว่าง มาขบคิดและจินตนาการ ตราบใดที่คนไม่มีเวลาว่างอยู่อยู่กับภาวะสงครามคนก็ไม่มีโอกาสสร้างวัฒนธรรมให้เจริญรุ่งเรืองได้

นอกจากนั้น ยังสอดคล้องกับที่ จรัส สุวรรณเวลา (2521 : เอกสารอัดสำเนา) กล่าวไว้ว่า ปัญหาเกี่ยวกับการติดยาเสพติดในหมู่วัยรุ่นเมืองไทยสาเหตุที่สำคัญคือ การใช้เวลาในการคบค้าสมาคมกับเพื่อนในโรงเรียนและเพื่อนแถวละแวกบ้าน หรือแหล่งมั่วสุมต่าง ๆ เช่น โรงภาพยนตร์ ศูนย์การค้า ร้านกาแฟ เชียงสะพาน หอพักและบ้านเพื่อน และสาเหตุสำคัญอีกประการหนึ่งที่ทำให้วัยรุ่นติดยาเสพติด หรือสภาพแวดล้อม ซึ่งมีสาเหตุมาจากการเกิดความกดดันในครอบครัวและฐานะทางเศรษฐกิจ และการตอบสนองต่อความเครียด หรือความกดดันของแต่ละคนก็ไม่เหมือนกัน บางคนก็ทนต่อสู้

แต่บางคนก็ยอมแพ้หนีเข้าหายาเสพติด ฉะนั้น ในการแก้ปัญหาจึงจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากบุคคลหลาย ๆ ฝ่าย คือ จากพ่อแม่ ผู้ปกครอง และครู เป็นสำคัญ เพื่อนและชุมชนรอบลงมา โดยใช้วิธีการกระตุ้นเด็กในเรื่องของการรู้จักหน้าที่ เคารพครู อาจารย์ พ่อแม่ ผู้ปกครอง วางตนให้เหมาะสมกับกาลเทศะ ใช้เหตุผล และพิจารณาญาณ ในการตัดสินใจต่าง ๆ แก้ปัญหาครอบครัวและการเรียนด้วยการไตร่ตรองหาเหตุผล ปรีक्षा ครู พ่อแม่ผู้ปกครอง และสุดท้ายคือ การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

6. ในเรื่องของการเปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาว่างด้านต่าง ๆ ทั้ง 5 ด้าน ระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง มีความแตกต่างกันทั้ง 5 ด้าน เพราะความแตกต่างระหว่างบุคคล นักเรียนในวัยนี้ เป็นวัยรุ่นย่อมมีความแตกต่างกัน ในด้านความสนใจ และความสามารถสอดคล้องกับที่ ปราณี รามสูตร (2517 : 56) กล่าวว่า ความสนใจ หมายถึง แนวโน้มทางด้านจิตใจ หรือความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งใด สิ่งหนึ่ง ซึ่งมีอิทธิพลทำให้บุคคลนั้นเอาใจใส่ และรู้สึกพอใจในการกระทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับสิ่งนั้นและนักจิตวิทยามีความเห็นว่า ความสนใจของคนเราจะเป็นอย่างไร ย่อมขึ้นอยู่กับความแตกต่างระหว่างบุคคล ได้แก่ ลักษณะบุคลิกภาพของคน ๆ นั้น บวกกับสิ่งแวดล้อม การศึกษา และสถานะทางเศรษฐกิจของผู้คนด้วย ฯลฯ

นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับที่ กันยา สุวรรณแสง (2532 : 229) กล่าวว่า ความแตกต่างระหว่างบุคคลหมายความว่า แต่ละคนในโลกนี้ย่อมมีความแตกต่างกันบ้างไม่มากก็น้อย ทั้งภายนอก คือ ทางกาย และภายในคือ นิสัย จิตใจ สติปัญญา ความถนัด ความสามารถ เจตคติ ความสนใจ ความต้องการ ฯลฯ และสุภัททา บินทะแพทย์ (2534 : 134) กล่าวว่า ความสนใจ หมายถึง ความโน้มเอียงที่บุคคลจะเลือกหรือกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ชอบมากกว่าสิ่งอื่น ความสนใจเป็นแรงผลักดันที่กระตุ้นให้บุคคลทำการใด ๆ ขึ้น ความสนใจแสดงถึงความชอบของบุคคล หรือความรู้สึกของความตั้งใจ หรือความรู้สึกอยากรู้ อยากเห็นเกี่ยวกับบุคคล วัตถุ หรือสิ่งของ

แต่เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาว่าง ระหว่างนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 พบว่าไม่แตกต่างกันถึง 4 ด้าน คือ

การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา การใช้เวลาว่างด้าน
หารายได้พิเศษ การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก และการใช้เวลาว่างด้านการเรียน นั้น
เป็นเพราะนักเรียนมีช่วงอายุเดียวกัน ส่วนที่แตกต่างอยู่ 1 ด้าน คือการใช้เวลาว่าง
ด้านการทำงานบ้านอาจแตกต่างกันไปบ้าง เพราะอาชีพของ บิดา มารดา และ
ผู้ปกครอง มีความแตกต่างกันจึงมีกิจกรรมเฉพาะในการช่วยทำงานบ้านไม่เหมือนกัน

ข้อเสนอแนะ

1. ควรจัดให้โรงเรียนเป็นศูนย์กลางส่งเสริมการใช้เวลาว่าง โดยการออก
กำลังกายและเล่นกีฬาและจัดอุปกรณ์ สถานที่ ตลอดจนประเภทของกิจกรรมการออก
กำลังกายและกีฬาให้สอดคล้องกับความต้องการและความสนใจของนักเรียนมากขึ้น
2. ควรจัดการประชาสัมพันธ์การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์เพื่อให้
ผู้ปกครองทราบและให้นักเรียนเลือกในการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อลดภาวะปัญหา
เสพติด และใช้เวลาว่างให้ถูกต้องของวัยรุ่น
3. ภาครัฐและเอกชนควรส่งเสริมและสนับสนุนอุปกรณ์ต่าง ๆ เช่น อุปกรณ์
กีฬา เพื่อตอบสนองความต้องการของเยาวชน

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำแบบสอบถามของแต่ละท้องถิ่นว่านักเรียนต้องการใช้เวลาว่าง
ในการปฏิบัติกิจกรรมใด ผู้ปกครอง ครู กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน ในท้องถิ่นจะได้นำกิจกรรม
มาตอบสนองนักเรียนในท้องถิ่นของตนเองเพื่อลดภาวะและปัญหาเด็กวัยรุ่นในท้องถิ่น

2. เพื่อจะทราบการใช้เวลาว่างของนักเรียนในท้องถิ่นต่าง ๆ นั้นต้องการ
ปฏิบัติกิจกรรมในการใช้เวลาว่างควรมีการศึกษาทุกท้องถิ่น ทุกจังหวัดและศึกษาอย่าง
สม่ำเสมอ เพื่อให้ทันต่อเหตุการณ์และการเปลี่ยนแปลงของสังคมจะได้มีโอกาสหา
กิจกรรมทันสมัยให้กับนักเรียนและนักเรียนจะได้มีเจตคติต่อการใช้เวลาว่างถูกต้อง
เพื่อประโยชน์ในการพัฒนาศักยภาพของเยาวชนไทยต่อไป

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กวิน คเชนทร์เดชา. ความต้องการการบริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชน
หมู่บ้านเป้าหมายจังหวัดชุมพร. วิทยานิพนธ์ คบ. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย, 2530. อัดสำเนา
- กันยา สุวรรณแสง. จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ : บำรุงสาส์น , 2532.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2540 - 2544).
กรุงเทพฯ : รุ่งศิลป์การพิมพ์, 2533.
- กองป้องกันยาเสพติด สำนักงาน ป.ป.ส. "ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการ
ออกกำลังกายและป้องกันยาเสพติด," วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และ
สันตนาการ. กรกฎาคม - กันยายน 2539.
- โกเมศ จันทรเกษ. การใช้เวลาว่างของนักเรียนสองผลัดระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย.
วิทยานิพนธ์ คม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523. อัดสำเนา.
- ขจรศักดิ์ หาญณรงค์. แนวการบริหารเวลาสำหรับนักบริหาร. สถาบันบัณฑิตพัฒนา
บริหารศาสตร์, กรุงเทพฯ : 2519. อัดสำเนา.
- จรินทร์ ธานีรัตน์. นันทนาการชุมชน. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์โอเดียน, 2519.
- จรัส สุวรรณเวลา. ปัญหาการติดยาในประเทศไทย. กรุงเทพฯ : สามเจริญพานิช,
2521 . อัดสำเนา.
- จรวพร ธรณินทร์. "การจัดการศึกษาพื้นฐานเพื่อปวงชนในด้านสุขภาพและกีฬา
เพื่อปูทางสู่อนาคต," วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันตนาการ.
มกราคม - มิถุนายน 2536.
- ชัยณรงค์ สุวรรณสาร. "การบริหารเวลา," ประชาศึกษา . 6 ; มีนาคม 2528.
- ดวงใจ สิทธิไชย. การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
สังกัดกรมสามัญศึกษา ในกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม.
กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2521. อัดสำเนา.
- ดวงเดือน พิศาลบุตร. การแนะแนว. พิมพ์ครั้งที่ 6 . กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย , 2515.

ดำรงส ดาราศักดิ์. สันทนากการขั้นนำ. คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.

ณัณทนา เตชะนนท์. การศึกษาการใช้เวลาว่างในระหว่างปิดภาคเรียนของนักเรียนชั้นประถมปีที่ 5 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญา ค.ม. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2538. อัดสำเนา.

ปธาน สุวรรณมงคล. "นักบริหารกับสิ่งที่ทำให้สูญเสียเวลา," วารสารข้าราชการ. 1 ; มกราคม - กุมภาพันธ์ 2533.

ปราณี รามสูตร. จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์รุ่งวัฒนา , 2517.

มหาดไทย, กระทรวง. โครงการกีฬาต้านยาเสพติด. 2540 : เอกสารโครงการ.

ผาณิต บิลมาศ. เอกสารประกอบการเรียนวิชาการวัดและประเมินผลชั้นสูงทางพลศึกษา. คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร , 2537 : อัดสำเนา.

มายาวี สมบุญ. การศึกษาการใช้เวลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร , 2535.

เมธี ปิณฑนนท์. "เทคนิคการบริหารเวลา," มิตรครู. ปักษ์แรก ; ธันวาคม 2528.

รัชนี ลาชโรจน์. "การใช้เวลาว่างและนันทนาการของวัยรุ่น," เอกสารการสอนชุดวิชาพัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช , 2527.

ราชบัณฑิตยสถาน . พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2525. กรุงเทพมหานคร : อักษรเจริญทัศน์ . 2526.

แรงงานและสวัสดิการสังคม, กระทรวง. พระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน. เอกสารแจกห้ามจำหน่าย. กรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน. กรุงเทพฯ : 2541.

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. "สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ," วารสารกีฬา. 33 : 13 – 16 ; สิงหาคม 2541.

_____ . การใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร .

วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์

มหาวิทยาลัย, 2523.อัดสำเนา.

วรศักดิ์ เพียรชอบ. "การพลศึกษาและการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ," วารสาร

สุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ. 45 : 1 - 4 ; มกราคม - ตุลาคม

2520.

วิมาน จิวเจียม. การบริหารเวลา. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดมหาสารคาม, 2539.

วัน สังข์สะอาด. การสำรวจการใช้เวลาว่างของนักเรียนในโรงเรียนวิสามนัญศึกษาและ

อาชีวศึกษาในจังหวัดพระนครศรีอยุธยาและนนทบุรี. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม.

วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร, 2505.อัดสำเนา.

❶ วิจิตร ละออศรี . การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในโรงเรียน

สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดพิษณุโลก. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม.

กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร , 2529.อัดสำเนา.

ศึกษาธิการ , กระทรวง . วารสารแนะแนว . 153 : มิถุนายน – กรกฎาคม 2537.

_____ . โรงเรียนกับการพัฒนาชนบท โครงการการศึกษาเพื่อพัฒนา

หมู่บ้าน ในเขตชนบท ยากจน. สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษา

แห่งชาติ. กรุงเทพฯ : 2529.

_____ . แผนป้องกันสารเสพติด ของกระทรวงศึกษาธิการ(พ.ศ. 2540-2544)

กรุงเทพฯ.องค์การค้าของคุรุสภา, 2539.

_____ . แผนพัฒนาการศาสนา และวัฒนธรรม ระยะที่ 8(พ.ศ.2540-2544).

สำนักนโยบายและแผน สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ, 2539.

สภาวิจัยแห่งชาติ . รายงานผลการวิจัยเรื่องสาเหตุแห่งความผิดจากลักษณะในคดีเด็ก

และเยาวชน , 2509.

❷ สมบัติ กาญจนกิจ. นันทนาการชุมชนและโรงเรียน. พิมพ์ครั้งที่ 1 กรุงเทพฯ :

สำนักพิมพ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ,2535.

สุภัททา ปิณฑะแพทย์. จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด อรุณการพิมพ์,

2534.

สำนักนายกรัฐมนตรี . แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540-2544)
กรุงเทพฯ . สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ,
 2539.

————— . แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8
 พ.ศ. 2540-2544. สำนักนายกรัฐมนตรี, 2540.

เอก เกิดเต็มภูมิ. เอกสารประกอบการสอนวิชาสรีรวิทยาการออกกำลังกาย. วิทยาลัย
 พลศึกษาจังหวัดอ่างทอง , 2540 : จัดสำเนา.

- ✓ Brown, Kathy Ann. "Measuring Elementary School Teachers' Job satisfaction,
 Perceived Amount of Leisure, and Leisure Satisfaction,"
Dissertation Abstracts International. Dai-A 55/11: p.3413; May,
 1995.
- ✓ Hood, Colleen Deyell. "Family Functioning and Adolescent Leisure Patterns ,"
Dissertation Abstracts International. Dai-A ,53/09, p.3363, Mar,
 1993. ✓
- ✓ Kivel, Beth Dana. "In on The Outside, Out on The Inside : Lesbian/
 Gay/Bisexual," Dissertation Abstracts International. Dai-A 57/03 :
 p.1322 ; Sep, 1996.
- Krejcie, Robert V., Morgan, Daryle W. "Determining Sample Size for Research
 Activities" Educational Psychological Measurement, Vol 30 : 607-
 610 ; November , 1970.
- ✓ McDowell, Linda Lee Goette. "Leisure Recreational Preferences and Practices
 Among Adolescents with and Without Mental Retardation,"
Dissertation Abstracts International. Dai-A 56/11 : p.4353 ; May,
 1996.

- ✓ Nisbet, Rebecca Seal. "Recreation and Leisure Programming at the High School Level for Individuals with Mild or Moderate Mental Retardation," Dissertation Abstracts International. Dai-A 55/n : p. 3475 ; May, 1995.
- Plato Cited By Edithl. Ball and Robert E. Ciprino. Leisure service Preparation. New Jersey : Prentice-Hall Inc., Englewood Cliffs, 1978.
- ✓ Raymore, Leslie Ann. " The Trandition from Adolescence to Young Adulthood : Predictors of Leisure Behavior," Dissertation Abstracts International. Dai-A 56/02 : p.702 ; Aug, 1995.
- The Grolier International Dictionary Volume Two. Pan-American Copyright Conventions in Maynard Massachusetts, 1979.
- ✓ Watson, James Franklin. "The Impact of Leisure Attitude and Motivation on the Physical Recreation/ Leisure Participation Time of College Students," Dissertation Abstracts International. Dai-A 57/07 : p.3251 ; Jan, 1997.
- ✓ Weiskopf , Donale C. A Guide to Recreation and Leisure. Massachusetts : Allyn and Bacon , 1975.
- ✓ Widmer, Mark Alan. " Measuring Ethical Behavior Leisure from an Aristotelian Foundation," Dissertation Abstracts International. Dai-A 54/10 : p.3875 ; Apr, 1994.
- Witty, P.A. Comics, television, and our children, W Today' s Health. February, 1955.
- Youth (Bulletin) Federal Republic of Germany : Press office, 1986.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

ประวัติและรายนามผู้เชี่ยวชาญ

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. นายวายุ พยัคฆ์ขันตร

วุฒิทางการศึกษา

การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.)

มหาวิทยาลัยบูรพา

สถานที่ทำงาน

ผู้เชี่ยวชาญพิเศษฯ ระดับ 9

กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ

2. นายเอก เกิดเต็มภูมิ

วุฒิทางการศึกษา

ครุศาสตรบัณฑิต (ค.บ.) พลศึกษา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ครุศาสตรมหาบัณฑิต (ค.ม.) พลศึกษา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Cert. (Sport Biomechanics) Tsukubu

University, Japan

สถานที่ทำงาน

อาจารย์ 3 ระดับ 8

ผู้เชี่ยวชาญวิชาการเรียนรู้ทักษะทางกลไก

วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง

3. ดร.พัฒนาชาติ กฤติบวร

วุฒิทางการศึกษา

การศึกษาศาสตรบัณฑิต (กศ.บ.) พลศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พลศึกษา

ครุศาสตรมหาบัณฑิต (ค.ม.) พลศึกษา

Ph.D (sport Administration) Oregon State

University, U.S.A.

สถานที่ทำงาน	อาจารย์ใหญ่โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ
4. ดร.สุวัตร สิทธิหล่อ	
วุฒิทางการศึกษา	ครุศาสตรบัณฑิต (ค.บ.) พลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ครุศาสตรมหาบัณฑิต (ค.ม.) พลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย Ph.D (Sport Biomechanics) Oregon State University, U.S.A.
สถานที่ทำงาน	ผู้อำนวยการศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา จังหวัดสุพรรณบุรี กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ
5. นายบุญมี ขาวดี	
วุฒิทางการศึกษา	การศึกษาศาสตรบัณฑิต (กศ.บ.) เคมี่ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร วุฒิปัตริหลักสูตรการพัฒนานักบริหารและ ผู้จัดการศึกษาระดับสูง (PRASARNMIT MINIMASTER OF EDUCATION) ประกาศนียบัตรการประชาสัมพันธ์ สำนักนายกรัฐมนตรี
สถานที่ทำงาน	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านปากข้าวสาร (บริษัทข้าวไทยจำกัดสงเคราะห์ 2) ระดับ 9 อำเภอเมือง จังหวัดสระบุรี

ภาคผนวก ข

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตัวอย่าง
แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง
การใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี

- คำชี้แจง
1. แบบสอบถามนี้สร้างขึ้นเพื่อศึกษาข้อมูลการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี
 2. แบบสอบถามนี้แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ
 - ตอนที่ 1 รายละเอียดส่วนตัวของนักเรียน
 - ตอนที่ 2 การใช้เวลาว่างในด้านต่าง ๆ
 - ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ
 3. โปรดตอบทุกข้อเพราะเนื่องจากจะได้นำข้อมูลที่ได้จากนักเรียนนำเสนอคณะกรรมการการประถมศึกษา จังหวัดสระบุรี เพื่อใช้เป็นแนวทางในการปรับปรุง ส่งเสริมการจัดกิจกรรมการใช้เวลาว่างต่าง ๆ ให้กับนักเรียนซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อไป
 4. "การใช้เวลาว่าง" หมายถึง การใช้เวลาอันเป็นอิสระของบุคคลหลังจากปฏิบัติกิจกรรมที่จำเป็นและว่างจากการทำงานประจำ

ขอขอบคุณที่กรุณาให้ความร่วมมือ

ผู้วิจัย

9. อาชีพผู้ขอบิดา

☐ รับราชการ☐ รัฐวิสาหกิจ☐ รับจ้าง☐ เกษตรกรรม☐ ค้าขาย☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

10. อาชีพผู้ขอมารดา

☐ รับราชการ☐ รัฐวิสาหกิจ☐ รับจ้าง☐ เกษตรกรรม☐ ค้าขาย☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา
ตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี

คำชี้แจง แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นขอความกรุณา โปรดพิจารณากรอก
ข้อมูลตามความเป็นจริง ซึ่งกำหนดค่าคะแนนแบบสอบถามแต่ละ
ข้อไว้ 5 ระดับ คือ

ข้อใดที่ท่านปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุดให้	4	คะแนน
ข้อใดที่ท่านปฏิบัติกิจกรรมมากให้	3	คะแนน
ข้อใดที่ท่านปฏิบัติกิจกรรมน้อยให้	2	คะแนน
ข้อใดที่ท่านปฏิบัติกิจกรรมน้อยที่สุดให้	1	คะแนน
ข้อใดที่ท่านไม่ได้ปฏิบัติกิจกรรมให้	0	คะแนน

ตัวอย่าง

ข้อความ	มากที่สุด 4	มาก 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	ไม่ได้ปฏิบัติ 0
ต้องการใช้เวลาว่างในการ ออกกำลังกายและเล่นกีฬา..... /					

คำอธิบาย จากตัวอย่างแสดงว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความต้องการใช้เวลาว่าง
ในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาอยู่ในระดับมากที่สุด

1.การใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา

ข้อความ	มากที่สุด 4	มาก 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	ไม่ได้ปฏิบัติ 0
1. การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ก่อนเข้าชั้นเรียน					
2. การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ในช่วงโม่งอิสระหรือพัก กลางวัน					
3. การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา หลังเลิกเรียนที่โรงเรียน					
4. การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ในวันหยุดเสาร์-อาทิตย์หรือวัน หยุดราชการ.....					
5. การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาใน ช่วงปิดภาคเรียน					
6. กิจกรรมการออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬาที่นักเรียน ปฏิบัติ					
- ฟุตบอล					
- บาสเกตบอล					
- แฮร์บอล					
- แอนด์บอล					
- แบดมินตัน					
- ยิมนาสติก					
- ตะกร้อวง					
- เซปักตะกร้อ					

ข้อความ	มากที่สุด 4	มาก 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	ไม่ได้ปฏิบัติ 0
- เทเบิลเทนนิส					
- เทนนิส					
- ว่ายน้ำ					
- มวย					
- วิ่งเพื่อสุขภาพ					
อื่น ๆ (โปรดระบุ)					
7. กิจกรรมออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาที่บ้าน					
- หมากรุก					
- จักรยาน					
- กระโดดหนังยาง					
- กระโดดเชือก					
- เตะ					
- กระต่ายขาเดียว					
- ตีจับ					
- หมากรุก					
- หมากรุก					
- วิ่งเหยี่ยว					
- กระต่ายกระแต					
- ลิงชิงบอล					
- ทอยเส้น					
- ซ่อนแอบ					
- เล่นว่าว					
- เล่นลูกข่าง					

ข้อความ	มากที่สุด 4	มาก 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	ไม่ได้ปฏิบัติ 0
- ดัดลูกแก้ว					
- ดัดลูกหิน					
- อื่น ๆ โปรดระบุ					
1.....					
2.....					
3.					

คำชี้แจง

ให้นักเรียนเขียนเหตุผลที่ใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา และ
ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาได้น้อยมา 3 ข้อ

8. เหตุผลที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาได้แก่

- 1.....
- 2.....
- 3.....

เหตุผลที่ทำให้นักเรียนสามารถออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาได้น้อยในด้านเวลาว่างได้แก่

- 1.....
- 2.....
- 3.....

9. ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาใน วันจันทร์ - ศุกร์ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|---|
| ☐ 05.00 - 06.00 น. | ☐ 06.00 - 07.00 น. |
| ☐ 07.00 - 08.00 น. | ☐ 08.00 - 09.00 น. |
| ☐ 09.00 - 10.00 น. | ☐ 10.00 - 11.00 น. |
| ☐ 11.00 - 12.00 น. | ☐ 12.00 - 13.00 น. |
| ☐ 13.00 - 14.00 น. | ☐ 14.00 - 15.00 น. |
| ☐ 15.00 - 16.00 น. | ☐ 16.00 - 17.00 น. |
| ☐ 17.00 - 18.00 น. | ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... |

10. ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาใน

วันเสาร์ - อาทิตย์ และวันหยุด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ 05.00 - 06.00 น.

☐ 06.00 - 07.00 น.

☐ 07.00 - 08.00 น.

☐ 08.00 - 09.00 น.

☐ 09.00 - 10.00 น.

☐ 10.00 - 11.00 น.

☐ 11.00 - 12.00 น.

☐ 12.00 - 13.00 น.

☐ 13.00 - 14.00 น.

☐ 14.00 - 15.00 น.

☐ 15.00 - 16.00 น.

☐ 16.00 - 17.00 น.

☐ 17.00 - 18.00 น.

☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)

12. โปรดจัดลำดับความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกายหรือกีฬา โดยเขียนเป็นตัว

หนังสือ

อันดับที่ 1

อันดับที่ 2

อันดับที่ 3

2. การใช้เวลาว่างในด้านการช่วยทำงานบ้าน

ข้อความ	มากที่สุด 4	มาก 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	ไม่ได้ปฏิบัติ 0
1. ปลุกและดูแลต้นไม้					
2. ซักรีดเสื้อผ้า					
3. กวาดบ้านถูบ้าน					
4. หุงหาอาหาร.....					
5. ล้างจาน					
6. เลี้ยงน้อง					
7. เลี้ยงสัตว์					
8. อื่น ๆ โปรดระบุ					
8.1.....					
8.2.....					
8.3					

คำชี้แจง

ให้นักเรียนเขียนเหตุผลที่ใช้เวลาว่างในด้านการช่วยงานบ้านและช่วยงานบ้านได้น้อยมา 3 ข้อ

9. เหตุผลที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการช่วยงานบ้านได้แก่

- 1.....
- 2.....
- 3.....

10. เหตุผลที่ทำให้นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการทำงานบ้านได้น้อยได้แก่

- 1.....
- 2.....
- 3.....

11. ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้ในการด้านการช่วยงานบ้านในวันจันทร์ - ศุกร์

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|---|
| ☐ 05.00 - 06.00 น. | ☐ 06.00 - 07.00 น. |
| ☐ 07.00 - 08.00 น. | ☐ 08.00 - 09.00 น. |
| ☐ 09.00 - 10.00 น. | ☐ 10.00 - 11.00 น. |
| ☐ 11.00 - 12.00 น. | ☐ 12.00 - 13.00 น. |
| ☐ 13.00 - 14.00 น. | ☐ 14.00 - 15.00 น. |
| ☐ 15.00 - 16.00 น. | ☐ 16.00 - 17.00 น. |
| ☐ 17.00 - 18.00 น. | ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... |

12. ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้ในการด้านการช่วยงานบ้านในวันเสาร์ - อาทิตย์ และวันหยุด

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|--|
| ☐ 05.00 - 06.00 น. | ☐ 06.00 - 07.00 น. |
| ☐ 07.00 - 08.00 น. | ☐ 08.00 - 09.00 น. |
| ☐ 09.00 - 10.00 น. | ☐ 10.00 - 11.00 น. |
| ☐ 11.00 - 12.00 น. | ☐ 12.00 - 13.00 น. |
| ☐ 13.00 - 14.00 น. | ☐ 14.00 - 15.00 น. |
| ☐ 15.00 - 16.00 น. | ☐ 16.00 - 17.00 น. |
| ☐ 17.00 - 18.00 น. | ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ) |

12. โปรดจัดลำดับความสนใจในกิจกรรมในด้านการช่วยงานบ้าน โดยเขียนเป็น

ตัวหนังสือ

อันดับที่ 1

อันดับที่ 2

อันดับที่ 3

3. การใช้เวลาวางในด้านการหารายได้พิเศษ

ข้อความ	มากที่สุด 4	มาก 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	ไม่ได้ปฏิบัติ 0
1. จักสาน					
2. รับจ้างในโรงงาน					
3. ขายหนังสือพิมพ์					
4. ทำงานในร้านอาหาร					
5. ปลุกต้นไม้ขาย					
6. ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม					
7. รับจ้างใช้แรงงานทั่วไป					
8. อื่น ๆ โปรดระบุ					
8.1					
8.2					
8.3					

คำชี้แจง

ให้นักเรียนเขียนเหตุผลที่ใช้เวลาวางในด้านการหารายได้พิเศษและการหารายได้พิเศษได้น้อยมา 3 ข้อ

9. เหตุผลที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการหารายได้พิเศษได้แก่

- 1.....
- 2.....
- 3.....

10. เหตุผลที่ทำให้นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการหารายได้พิเศษได้น้อยได้แก่

- 1.....
- 2.....
- 3.....

11. ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้ในการหารายได้พิเศษในวันจันทร์ – ศุกร์

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|--|
| ☐ 05.00 - 06.00 น. | ☐ 06.00 - 07.00 น. |
| ☐ 07.00 - 08.00 น. | ☐ 08.00 - 09.00 น. |
| ☐ 09.00 - 10.00 น. | ☐ 10.00 - 11.00 น. |
| ☐ 11.00 - 12.00 น. | ☐ 12.00 - 13.00 น. |
| ☐ 13.00 - 14.00 น. | ☐ 14.00 - 15.00 น. |
| ☐ 15.00 - 16.00 น. | ☐ 16.00 - 17.00 น. |
| ☐ 17.00 - 18.00 น. | ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ) |

12. ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้ในการหารายได้พิเศษในวันเสาร์ - อาทิตย์ และวันหยุด

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|--|
| ☐ 05.00 - 06.00 น. | ☐ 06.00 - 07.00 น. |
| ☐ 07.00 - 08.00 น. | ☐ 08.00 - 09.00 น. |
| ☐ 09.00 - 10.00 น. | ☐ 10.00 - 11.00 น. |
| ☐ 11.00 - 12.00 น. | ☐ 12.00 - 13.00 น. |
| ☐ 13.00 - 14.00 น. | ☐ 14.00 - 15.00 น. |
| ☐ 15.00 - 16.00 น. | ☐ 16.00 - 17.00 น. |
| ☐ 17.00 - 18.00 น. | ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ) |

13. โปรดจัดลำดับความสนใจในกิจกรรมในการหารายได้พิเศษ โดยเขียนเป็น

ตัวหนังสือ

อันดับที่ 1

อันดับที่ 2

อันดับที่ 3

4. การใช้เวลารว่างในด้านงานอดิเรก

ข้อความ	มากที่สุด 4	มาก 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	ไม่ได้ปฏิบัติ 0
1. ดูภาพยนตร์					
2. ดูโทรทัศน์					
3. ฟังวิทยุ					
4. พุดคุย					
5. ปลูกและดูแลต้นไม้					
6. เดินรำ					
7. ตกปลา					
8. ร้องเพลงบรรเลง					
9. ดูแลสัตว์เลี้ยง					
10. อ่านหนังสือ					
11. เล่นวี.ดี.โอ เกม					
12. ทำงานศิลป์					
13. เขียนบันทึกประจำวัน					
14. สะสมสิ่งของต่าง ๆ					
15. เที่ยวตามสถานที่ต่าง ๆ					
16. เที่ยวห้างสรรพสินค้า					
17. อื่น ๆ โปรดระบุ					
17.1					
17.2					
17.3					

คำชี้แจง

ให้นักเรียนเขียนเหตุผลที่ใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรกและทำงานอดิเรกได้น้อย
มา 3 ข้อ

18. เหตุผลที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรกได้แก่

1.
2.
3.

19. เหตุผลที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรกได้แก่

1.
2.
3.

20. ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรกในวันจันทร์ - ศุกร์

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|--|
| ☐ 05.00 - 06.00 น. | ☐ 06.00 - 07.00 น. |
| ☐ 07.00 - 08.00 น. | ☐ 08.00 - 09.00 น. |
| ☐ 09.00 - 10.00 น. | ☐ 10.00 - 11.00 น. |
| ☐ 11.00 - 12.00 น. | ☐ 12.00 - 13.00 น. |
| ☐ 13.00 - 14.00 น. | ☐ 14.00 - 15.00 น. |
| ☐ 15.00 - 16.00 น. | ☐ 16.00 - 17.00 น. |
| ☐ 17.00 - 18.00 น. | ☐ อื่น ๆ โปรดระบุ |

21. ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรกในวันเสาร์ - อาทิตย์

และวันหยุด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|--|
| ☐ 05.00 - 06.00 น. | ☐ 06.00 - 07.00 น. |
| ☐ 07.00 - 08.00 น. | ☐ 08.00 - 09.00 น. |
| ☐ 09.00 - 10.00 น. | ☐ 10.00 - 11.00 น. |
| ☐ 11.00 - 12.00 น. | ☐ 12.00 - 13.00 น. |
| ☐ 13.00 - 14.00 น. | ☐ 14.00 - 15.00 น. |
| ☐ 15.00 - 16.00 น. | ☐ 16.00 - 17.00 น. |
| ☐ 17.00 - 18.00 น. | ☐ อื่น ๆ โปรดระบุ |

22. โปรดจัดลำดับความสนใจในกิจกรรมด้านงานอดิเรก โดยเขียนเป็นตัวหนังสือ

- อันดับที่ 1
- อันดับที่ 2
- อันดับที่ 3

5. การใช้เวลาว่างในด้านการเรียน

ข้อความ	มากที่สุด 4	มาก 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	ไม่ได้ปฏิบัติ
1. การทำการบ้าน					
2. ทบทวนการบ้านที่เรียนมาแล้ว					
3. เตรียมบทเรียนก่อนเข้าเรียน					
4. ทำรายงาน					
5. สรุปเนื้อหา ก่อนเข้าสอบร่วมกัน					
6. เข้าห้องสมุด					
7. อื่น ๆ โปรดระบุ					
7.1					
7.2					
7.3					

คำชี้แจง

ให้นักเรียนเขียนเหตุผลที่ใช้เวลาว่างในด้านการเรียนและด้านการเรียนได้น้อยมา

3 ข้อ

8. เหตุผลที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการเรียนได้แก่

- 1.....
- 2.....
- 3.....

9. เหตุผลที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการเรียนได้น้อยได้แก่

- 1.....
- 2.....
- 3.....

10. ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการเรียนในวันจันทร์ - ศุกร์

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|--|
| ☐ 05.00 - 06.00 น. | ☐ 06.00 - 07.00 น. |
| ☐ 07.00 - 08.00 น. | ☐ 08.00 - 09.00 น. |
| ☐ 09.00 - 10.00 น. | ☐ 10.00 - 11.00 น. |
| ☐ 11.00 - 12.00 น. | ☐ 12.00 - 13.00 น. |
| ☐ 13.00 - 14.00 น. | ☐ 14.00 - 15.00 น. |
| ☐ 15.00 - 16.00 น. | ☐ 16.00 - 17.00 น. |
| ☐ 17.00 - 18.00 น. | ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ) |

11. ช่วงเวลาที่นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการเรียนในวันเสาร์ - อาทิตย์ และวันหยุด

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|--|
| ☐ 05.00 - 06.00 น. | ☐ 06.00 - 07.00 น. |
| ☐ 07.00 - 08.00 น. | ☐ 08.00 - 09.00 น. |
| ☐ 09.00 - 10.00 น. | ☐ 10.00 - 11.00 น. |
| ☐ 11.00 - 12.00 น. | ☐ 12.00 - 13.00 น. |
| ☐ 13.00 - 14.00 น. | ☐ 14.00 - 15.00 น. |
| ☐ 15.00 - 16.00 น. | ☐ 16.00 - 17.00 น. |
| ☐ 17.00 - 18.00 น. | ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ) |

12. โปรดจัดลำดับความสนใจในกิจกรรมในด้านการเรียน โดยเขียนเป็นตัวหนังสือ

- อันดับที่ 1
- อันดับที่ 2
- อันดับที่ 3

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ

.....

.....

.....

.....

.....

ขอบคุณ

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อนางสาว ธัญญารัตน์	ชื่อสกุล วงษ์สมัย
เกิดวันที่ 13	เดือนกรกฎาคม พุทธศักราช 2502
สถานที่เกิด	อำเภอหนองโดน จังหวัดสระบุรี
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	51 หมู่ 4 ตำบลหนองโดน อำเภอหนองโดน จังหวัดสระบุรี
ตำแหน่งปัจจุบัน	อาจารย์ 2 ระดับ 6
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนบ้านปากข้าวสาร (บริษัทข้าวไทยจำกัดสงเคราะห์ 2) ตำบลปากข้าวสาร อำเภอเมือง สระบุรี จังหวัดสระบุรี

ประวัติการศึกษา

พ.ศ.2520	มัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย โรงเรียนพิบูลวิทยาลัย จังหวัดลพบุรี
พ.ศ.2522	ป.กศ.สูง (พลศึกษา) วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง
พ.ศ.2525	กศ.บ. (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
พ.ศ.2542	กศ.ม. (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียน
ขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี

บทคัดย่อ
ของ
ธัญญารัตน์ วงษ์สมัย

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา
มกราคม 2542

การทำวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักเรียน ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี รวม 396 คน แบ่งเป็นนักเรียนชาย 198 คน นักเรียนหญิง 198 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น 2 ตอน ได้แก่ ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างของนักเรียนในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ทดสอบค่าที (t -test Independent) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One - Way Analysis of Variance) การทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยวิธีตุกี (Tukey) โดยใช้นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัยพบว่า

1. บิดา มารดา และผู้ปกครองของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดสระบุรี ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ส่วนใหญ่ มีรายได้รวมเฉลี่ย 3,001 – 6,000 บาท ต่อเดือน และมีอาชีพรับจ้าง
2. นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี ใช้เวลาว่างในด้านการทำงานบ้านอยู่ในระดับมากและกิจกรรมที่นิยมมากตามลำดับ คือ ซักเสื้อผ้า กวาดดูบ้าน ล้างจาน หุงหาอาหาร ส่วนช่วงเวลาที่ใช้ทำงานบ้าน คือ เวลา 16.00 – 17.00 น. ต่อจากนั้นใช้ช่วงเวลา 17.00 – 18.00 น. ทำกิจกรรมการเรียน การออกกำลังกายและเล่นกีฬาและงานอดิเรก ตามลำดับ
3. นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี ปฏิบัติกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียน อยู่ในระดับน้อย นิยมมากโดยลำดับ คือ ทำการบ้าน ทำรายงาน ทบทวนการบ้านที่เรียนมาแล้ว

4. การใช้เวลาว่างโดยรวมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี ที่อยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ การออกกำลังกายและเล่นกีฬา และงานอดิเรก เช่น ดูโทรทัศน์ ฟุตบอล ฟังวิทยุ และไม่ได้ใช้เวลาว่างในการหารายได้พิเศษแต่อย่างใด

5. เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. นักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี ใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา หารายได้พิเศษงานอดิเรก การเรียน ไม่แตกต่างกัน แต่ใช้เวลาว่างในด้านการช่วยงานบ้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

LEISURE USE OF LOWER SECONDARY SCHOOL STUDENTS
IN EDUCATIONAL OPPORTUNITY EXPANSION SCHOOLS
IN SARABURI

AN ABSTRACT
BY
THANYARAT WONGSAMAI

Presented in partial fulfillment of the requirements for the
Master of Education degree in Physical Education
at Srinakharinwirot University
January 1999

The purposes of this study were to investigate and compare the leisure use of lower secondary school students in Educational Opportunity Expansion Schools in Saraburi. The sample consisted of 198 males and 198 females by stratified random sampling. Data were collected by the questionnaires that were constructed by the researcher herself, by divided into 2 aspects. The returned questionnaires (100 percent) were statistically analyzed into mean ($\bar{X}$), standard deviation (S.D.), one-way analysis of variance (F-test) and Tukey's multiple comparison method at the significance .05 level.

The results were found that :-

1. Their parents' income average were 3,001 – 6,000 bath per month by employing.
2. Most of the student spent leisure time through home activities around 16.00 – 17.00 P.M. The type of home activities they orderly attended were laundry, home cleaning, dishes cleaning and cooking and then at 17.00 – 18.00 P.M. They do homework, exercise and sport, and hobby activities.
3. Less of the students spent leisure time through extra class activities, the activities they attended were homework, reporting and lesson rehearsal.
4. The least leisure time that they attended were exercises, sport activities, and hobby consecutively. They attended t.v. watching, chatting, listen to the radio and they did not spent leisure time through extra work at all.
5. From independent t-test there was significant difference at the .05 level between both sexes on leisure time used.

6. From one – way analysis of variance there were no significant difference at the .05 level among the first mathayomsuksa to the third mathayomsuksa on exercise , sport , extra work and hobby . The another expect there were significant difference at the .05 level among them on home activities.