

หน้า 323
ฉบับที่ 10
ค.ร.

ความสามารถในการกระโดดของผู้เล่นบาสเกตบอลในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง

ปริญญานิพนธ์

ของ

ศิริรัฐ ยอดสมสวย

9 - ก.ค. 2542

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

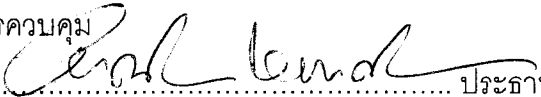
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา

พฤษภาคม 2542

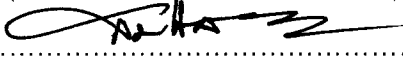
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอก
พลศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

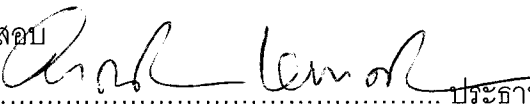
..... ประธาน

(รองศาสตราจารย์ผาณิต บิลมาศ)

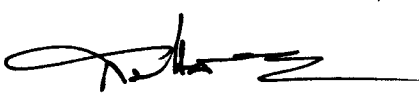
..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ)

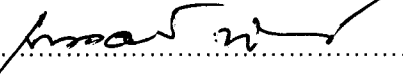
คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน

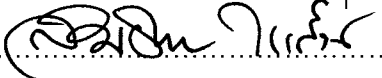
(รองศาสตราจารย์ผาณิต บิลมาศ)

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ)

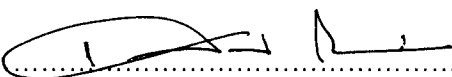
..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพูนท์)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมชาย ไกรสังข์)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิชาลาภรณ์)

วันที่.....๘.....เดือน.....พฤษภาคม.....พ.ศ.....๒๕๔๒.....

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาของรองศาสตราจารย์ผาณิต บิลมาศ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพจน์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์สมชาย ไกรสังข์ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำ และชี้แนะข้อบกพร่องต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่องานวิจัย จนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่ง จึงขอขอบพระคุณอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอขอบพระคุณอาจารย์และนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง และวิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ ที่ได้ให้ความช่วยเหลือและให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลเป็นอย่างดี ขอขอบพระคุณเพื่อน ๆ ที่คอยช่วยเหลือและให้กำลังใจตลอดมา

ท้ายสุดนี้ขอโน้มรำลึกถึงพระคุณของบิดา มารดา ผู้ซึ่งให้การสนับสนุนให้ผู้วิจัยได้มีโอกาสเข้ารับการศึกษ ให้กำลังใจ กำลังทรัพย์ ในการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ให้สำเร็จเรียบร้อยด้วยดี

ศิริรัฐ ยอดสมสวຍ

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
คำนำ	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	3
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	3
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
ความสำคัญและประโยชน์ของกีฬามาสเกตบอล	6
องค์ประกอบทักษะกีฬามาสเกตบอล	9
ลักษณะการกระโดดในกีฬามาสเกตบอล	11
คุณสมบัติของแบบทดสอบที่ดี	18
วิธีการทดสอบทางพลศึกษา	20
ประโยชน์ของผลการทดสอบ	21
การวิจัยที่เกี่ยวข้อง	23
การวิจัยในต่างประเทศ	23
การวิจัยในประเทศไทย	25
สมมุติฐานในการศึกษาค้นคว้า	28
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	29
แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง	29
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	30
วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล	30
วิธีจัดกระทำกับข้อมูล	31

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า	32
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	32
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	32
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	33
5 บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	39
บทย่อ	39
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	39
แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง	39
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	40
การวิเคราะห์ข้อมูล	40
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	41
อภิปรายผล	43
ข้อเสนอแนะ	45
บรรณานุกรม	46
ภาคผนวก	49
ประวัติย่อของผู้วิจัย	60

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	แสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่าง	29
2	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสามารถในการกระโดดของ นักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง	33
3	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสามารถในการกระโดดของ นักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง	34
4	แสดงระดับความสามารถในการกระโดดสำหรับนักกีฬาบาสเกตบอลชายและ นักกีฬาบาสเกตบอลหญิง	35
5	แสดงระดับความสามารถในการกระโดดสำหรับนักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง...	36
6	แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความสามารถในการกระโดด ของนักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชาย	37
7	แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความสามารถในการกระโดด ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษาหญิง	38
8	แสดงคะแนนความสามารถในการกระโดดสกดกันและวิ่งกระโดดของนักกีฬา บาสเกตบอลชาย	54
9	แสดงคะแนนความสามารถในการกระโดดสกดกันและวิ่งกระโดดของนักกีฬา บาสเกตบอลหญิง	55
10	แสดงคะแนนความสามารถในการกระโดดสกดกันและวิ่งกระโดดของนักศึกษาชาย	56
11	แสดงคะแนนความสามารถในการกระโดดสกดกันและวิ่งกระโดดของนักศึกษาหญิง	59

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 การเคลื่อนไหวในการกระโดด	12
2 ลักษณะการกระโดดยิงประตู	13
3 การกระโดดแย่งลูกบอลของฝ่ายป้องกัน	15
4 การกระโดดแย่งลูกบอลของฝ่ายรุก	17
5 แบบทดสอบการกระโดดสกัดกั้น	51
6 แบบทดสอบการวิ่งกระโดด	52

บทที่ 1

บทนำ

คำนำ

บาสเกตบอลเป็นกีฬาชนิดหนึ่งที่มีความนิยมและมีผู้สนใจเล่นกันมากเพราะบาสเกตบอลเป็นกีฬาที่สนุกสนาน ทำหายความสามารถ ใช้พื้นที่ไม่มาก เล่นได้ทุกฤดูกาลและไม่สิ้นเปลืองอุปกรณ์ อีกทั้งบาสเกตบอลยังเป็นกีฬาที่ได้ถูกบรรจุเข้าไปในเกมการแข่งขันใหญ่ ๆ ทั่วโลก เช่น โอลิมปิกเกมส์, เอเชียนเกมส์, ซีเกมส์, การแข่งขันบาสเกตบอลชิงชนะเลิศแห่งเอเชีย และการแข่งขันบาสเกตบอลชิงแชมป์โลก สำหรับในประเทศไทยก็มีการจัดการแข่งขันบาสเกตบอลชิงถ้วยสมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร (CROWN PRINCE 'S CUP), การแข่งขันกีฬาแห่งชาติ, การแข่งขันชิงถ้วยพระราชทานประเภท ก, การแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย, การแข่งขันระดับวิทยาลัยพลศึกษา, การแข่งขันกีฬานักเรียนกรมพลศึกษา และกีฬามหาวิทยาลัยพลศึกษา ซึ่งบาสเกตบอลยังถูกบรรจุไว้ในหลักสูตรให้มีการเรียนการสอนเกือบทุกระดับชั้น

กีฬาบาสเกตบอลเป็นกีฬาที่ต้องใช้ทักษะเบื้องต้นเป็นอย่างมาก เช่น การรับส่ง การเลี้ยงรวมทั้งการยิงประตู แต่สิ่งสำคัญที่จะขาดไม่ได้เลยในการเล่นกีฬาบาสเกตบอลก็คือ การกระโดด ไม่ว่าจะเป็นการกระโดดยิงประตูบาสเกตบอล การกระโดดตามลูกบาสเกตบอลหลังจากการยิงประตู หรือแม้กระทั่งการกระโดดขึ้นแย่งลูกบาสเกตบอลกับคู่ต่อสู้ ซึ่งนับว่าเป็นทักษะที่สำคัญมากสำหรับนักกีฬาบาสเกตบอลที่จำเป็นจะต้องมีเพราะในการแข่งขันผู้ที่มีร่างกายเหนือกว่ามีผู้เล่นที่พร้อมมากกว่าและสามารถทำประตูได้มากกว่าจะเป็นผู้ที่ชนะในการแข่งขัน ดังนั้นความสามารถในการกระโดดจึงเป็นส่วนสำคัญประการหนึ่งที่จะเป็นส่วนช่วยในการทำคะแนนในการแข่งขันเพราะในการแข่งขันนั้นต้องอาศัยการยิงประตูซึ่งก็มีหลายวิธีด้วยกัน เช่น การวิ่งกระโดดยิงประตู (Lay-up shot), การยืนยิงประตู (Set shot), และการกระโดดยิงประตู (Jump shot) แต่การยิงประตูที่ใช้กันมากในการเล่น (การแข่งขัน) คือ การกระโดดยิงประตู (สมรรถชัย น้อยศรี. 2526 : 3) กล่าวไว้ว่าหากทีมใดมีผู้ที่มีความสามารถยิงประตูหรือสามารถเข้าครอบครองลูกบาสเกตบอลได้อย่างมีประสิทธิภาพมากกว่าทีมนั้นก็จะได้ชัยชนะ แต่ในการแข่งขันซึ่งมีฝ่ายตรงข้ามคอยป้องกันอยู่การกระโดดยิงประตูและการกระโดดตามลูกบาสเกตบอลภายหลังการยิงประตูได้ก่อนนั้นถือว่าเป็นฝ่ายได้เปรียบ

การกระโดดนั้นเป็นการเคลื่อนไหวที่ทำให้ร่างกายลอยตัวจากพื้นสู่อากาศ ซึ่งจะต้องออกแรงเพื่อเอาชนะแรงต้านทานของร่างกาย แรงต้านทานของอากาศ แรงต้านทานจากน้ำหนักของร่างกาย และแรงดึงดูดของโลก การกระโดดโดยทั่วไปแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะที่กระโดดจากพื้นก่อนจะลอยตัวขึ้นสู่อากาศ (Take - off) ระยะที่อยู่ในอากาศ (Flight) และระยะลงสู่พื้น (Landing) (Morehousekine and Cooper. 1956 : 151) ประสิทธิภาพของกระโดดนั้นขึ้นอยู่กับแรงที่ใช้ในการกระโดดจากพื้นก่อนที่จะลอยตัวสู่อากาศ นอกจากนี้ ฆาณิต บิลมาศ (2530 : 27) ได้กล่าวว่า ประสิทธิภาพของการกระโดดขึ้นอยู่กับองค์ประกอบพื้นฐานของร่างกาย ประกอบด้วย ความเร็ว (Speed) พลัง (Power) ความแข็งแรง (Strength) และความคล่องตัว (Agility) เป็นต้น

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า การเล่นบาสเกตบอลจำเป็นต้องอาศัยความสามารถในการกระโดดให้สูงเพื่อที่จะสามารถกระโดดเข้าแย่งลูกบาสเกตบอลหรือกระโดดยิงประตูและลักษณะการกระโดดที่สำคัญและใช้กันมากมี 2 ลักษณะ คือ

1. การยืนกระโดดในแนวตั้ง (Vertical Jump) ส่วนใหญ่เป็นการกระโดดในการขึ้นปิดลูกบาสเกตบอลหรือแม้กระทั่งการกระโดดยิงประตู
2. การวิ่งกระโดด (Running Jump) ส่วนใหญ่เป็นการเคลื่อนที่เข้าวิ่งกระโดดยิงประตู ความสามารถในการกระโดดทุกแบบต้องการกำลังกล้ามเนื้อที่แข็งแรงมาก เพราะจะสามารถช่วยในการย่อและเหยียดเข้าได้เร็ว ซึ่งเป็นการเพิ่มแรงในการถีบตัว และทำให้ได้ความไกลหรือความสูงเพิ่มขึ้น (Klissouras and Karpovich. 1967 : 46) จุดอ่อนของการกระโดดและการสกัดกั้นที่พบอยู่เป็นประจำคือ แรงสปริงที่ใช้ในการกระโดดไม่ดีพอ (องค์การส่งเสริมกีฬาแห่งประเทศไทย. 2524 : 18) ซึ่งสอดคล้องกับชิมามะ (Shimazu. 1979 : 186) กล่าวว่า ความสามารถในการกระโดดคือ การกระโดดสกัดกั้น (Block Jump) และการวิ่งกระโดด (Running Jump) เป็นองค์ประกอบอย่างหนึ่งที่สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาการเล่น ซึ่งสามารถปรับปรุงการเล่นได้ถึง 70 - 80 เปอร์เซ็นต์

ในเรื่องของความสำคัญของการกระโดด ผู้วิจัยได้ศึกษาจากตำรา เอกสาร และสอบถามจากผู้เชี่ยวชาญแล้วว่า การกระโดดมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งในกีฬาบาสเกตบอล ซึ่งในการแข่งขันกีฬาบาสเกตบอลนั้นการกระโดดก็เริ่มมีความสำคัญตั้งแต่วินาทีแรกของการแข่งขัน คือ ในการกระโดดขึ้นปิดลูกบาสเกตบอลฝ่ายใดปิดลูกบาสเกตบอลได้ก่อนก็จะเป็นฝ่ายได้เปรียบและเป็นฝ่ายที่สามารถทำแต้มได้ก่อน ส่วนการกระโดดต่อ ๆ มาก็คือการกระโดดในการยิงประตู การกระโดดแย่งลูกบาสเกตบอล และการกระโดดตามลูกบาสเกตบอลหลังการยิงประตู ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนแล้วแต่เป็นลักษณะของการกระโดดที่ใช้ในกีฬาบาสเกตบอลด้วยกันทั้งสิ้น

ดังที่ได้กล่าวมาแล้วว่า ความสำเร็จในการเล่นบาสเกตบอลนั้นคุณสมบัติสำคัญที่นักกีฬาบาสเกตบอลจะขาดไม่ได้เลยก็คือ ความสามารถในการกระโดด ไม่ว่าจะเป็นการกระโดดยิงประตูบาสเกตบอล การกระโดดตามลูกบาสเกตบอลหลังการยิงประตู หรือการกระโดดสกัดกันก็ตาม ล้วนแต่เป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งสำหรับตัวนักกีฬา ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงความสามารถในการกระโดดของผู้เล่นบาสเกตบอลในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง เพื่อที่จะเป็นแนวทางในการพัฒนาขีดความสามารถของผู้เล่นบาสเกตบอลต่อไป

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อทราบความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง
2. เพื่อทราบความสามารถในการกระโดดของนักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง
3. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชาย และนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษาหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. แบ่งระดับความสามารถในการกระโดด ของนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง
2. แบ่งระดับความสามารถในการกระโดด ของนักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง
3. ทราบความแตกต่างของความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชาย ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง
4. ทราบความแตกต่างของความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษาหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง
5. ผลของการศึกษาในครั้งนี้จะเป็นประโยชน์สำหรับผู้สนใจจะศึกษาค้นคว้า เกี่ยวกับองค์ประกอบของความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. กลุ่มตัวอย่าง

1.1 กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง ประจำปีการศึกษา 2541 รวมทั้งสิ้น 5 วิทยาลัย ได้แก่ วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง และวิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ เป็นนักกีฬาบาสเกตบอลชาย 60 คน และนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง 60 คน รวม 120 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง ประจำปีการศึกษา 2541 รวมทั้งสิ้น 5 วิทยาลัย ได้แก่ วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง และวิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพการศึกษาระดับสูง (พลศึกษา) ชั้นปีที่ 2 จำนวนร้อยละ 50 ของนักศึกษา ซึ่งผ่านการเรียนวิชาบาสเกตบอลมาแล้ว และไม่ได้เป็นนักกีฬาบาสเกตบอล

2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา คือ

2.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variable)

2.1.1 นักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง

2.1.2 นักศึกษาชายและนักศึกษาหญิงในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง

2.2 ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ คะแนนความสามารถในการกระโดด คือ การกระโดดสกัดกั้นและการวิ่งกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชาย นักกีฬาบาสเกตบอลหญิง และนักศึกษาชาย นักศึกษาหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความสามารถในการกระโดด หมายถึง ความพยายามที่จะทำให้ร่างกายลอยอยู่ในอากาศให้นานที่สุดเท่าที่จะทำได้ ซึ่งมีหลายวิธีในการวิจัยครั้งนี้จะทำการกระโดดด้วยสองเท้า เรียกว่า การกระโดดสกัดกั้น และการกระโดดด้วยเท้าเดียว เรียกว่า การวิ่งกระโดด

2. ผู้เล่นบาสเกตบอล หมายถึง นักกีฬาบาสเกตบอลชาย นักกีฬาบาสเกตบอลหญิง และนักศึกษาชาย นักศึกษาหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง ได้แก่ วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัด

สุพรรณบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร วิทยาลัย
พลศึกษาจังหวัดอ่างทอง และวิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ ประจำปีการศึกษา 2541

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย ทั้งของต่างประเทศและภายในประเทศ พอสรุปได้ดังนี้

1. ความสำคัญและประโยชน์ของกีฬาสเกตบอล ✓
2. องค์ประกอบทักษะกีฬาสเกตบอล ✓
3. ลักษณะการกระโดดในกีฬาสเกตบอล ✓
4. คุณสมบัติของแบบทดสอบที่ดี (Good test) ✓
5. วิธีการทดสอบทางพลศึกษา
6. ประโยชน์ของผลการทดสอบ
7. การวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 7.1 การวิจัยในต่างประเทศ
 - 7.2 การวิจัยในประเทศไทย

ความสำคัญและประโยชน์ของกีฬาสเกตบอล

ความสำคัญของกีฬาสเกตบอล

การเคลื่อนไหวหรือการออกกำลังกายเป็นกระบวนการตามธรรมชาติอย่างหนึ่งที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตให้อยู่อย่างปกติสุข ตามหลักสรีรวิทยา ร่างกายของคนเราทุกคนล้วนต้องการการออกกำลังกายเพื่อการเจริญเติบโต การพัฒนาการของระบบต่าง ๆ ของร่างกาย และรักษาไว้ซึ่งสมรรถภาพและสุขภาพด้วยกันทั้งสิ้น ดังนั้นการออกกำลังกายเป็นประจำด้วยกิจกรรมทางพลศึกษากิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งจึงเป็นปัจจัยที่จะทำให้ร่างกายมีสมรรถภาพในการทำงาน ช่วยป้องกันโรคภัยไข้เจ็บและทำให้อายุยืนยาว ตามหลักฐานในประวัติศาสตร์ มนุษย์สมัยกรีกและโรมันนั้นรู้จักการออกกำลังกายเพื่อความสมบูรณ์ ความอดทนของร่างกาย ทั้งยังนิยมยกย่องผู้ที่มีร่างกายสมบูรณ์ งดงามด้วยมัดกล้ามเนื้อ และยังมีการแข่งขันกีฬาเพื่อเป็นการบูชาเทพเจ้าซีอุส (Zeus) ซึ่งต่อมาได้กลายเป็นต้นกำเนิดของการพลศึกษา การพลศึกษาและการกีฬาได้มีวิวัฒนาการเรื่อยมาจนถึงปัจจุบันที่มีการแข่งขันกีฬาระดับโลก ระดับทวีป และระดับชาติ เช่น กีฬาโอลิมปิก กีฬาเอเชียนเกมส์ และกีฬาซีเกมส์ เป็นต้น (ธงชัย เจริญทรัพย์มณี. 2538 : 11)

เป็นความจริงที่ว่า " กล้ามเนื้อส่วนใดของร่างกายที่เกิดการเคลื่อนไหว หรือออกกำลังกายอยู่เสมอ กล้ามเนื้อส่วนนั้นจะโตและหนา มีสมรรถภาพในการทำงานสูงขึ้นและถ้ากล้ามเนื้อส่วนที่ไม่ได้ออกกำลังกายหรือไม่ได้เกิดการเคลื่อนไหว ก็จะแฟบหรือเล็กลงสมรรถภาพการทำงานต่ำ " (วรศักดิ์ เพียรชอบ. 2523 : 2) กิจกรรมการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ของการเล่นกีฬา นอกจากจะช่วยพัฒนาด้านร่างกายแล้ว ยังช่วยส่งเสริมการทำงานประสานกันของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย ช่วยพัฒนาส่งเสริมบุคคลให้เป็นผู้ที่มี บุคลิกภาพและสามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้เป็นอย่างดี เช่น เป็นผู้มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความกล้าแสดงออก มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีความอดทน รู้จักยับยั้งชั่งใจ มีจรรยาและคุณธรรม เคารพต่อกฎกติกาการเล่น เคารพสิทธิของผู้อื่น เสียสละ ประโยชน์ส่วนตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวม มีความเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี และมีน้ำใจนักกีฬา เป็นต้น

กีฬาบาสเกตบอล เป็นกิจกรรมทางพลศึกษาอีกกิจกรรมหนึ่งที่มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่ง ในหลักสูตรของสถานศึกษาทุกระดับ ที่จะช่วยปรับปรุงและส่งเสริมให้บุคคลได้มีพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์ และสติปัญญา สามารถดำรงชีวิตให้อยู่ในสังคมปัจจุบันได้อย่างมีประสิทธิภาพและปกติสุข หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ บาสเกตบอลเป็นกิจกรรมหนึ่งที่สามารถใช้เป็นสื่อในการที่จะบรรลุถึง ความมุ่งหมายของการศึกษาของชาติ ที่ว่า " ให้มีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพและอนามัยสมบูรณ์ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ รัฐพึงจัดการศึกษาในทุกระดับการศึกษาและพึงจัดให้แก่ประชาชนทั่วไปด้วย เพื่อเสริมสร้างและก่อให้เกิดความสำนึกในคุณค่าของการกีฬา และสุขภาพอนามัย และกิจกรรมการพักผ่อน " (กระทรวงศึกษาธิการ. 2520 : 1,5)

บาสเกตบอลเป็นกีฬาที่มีผู้นิยมเล่นและฝึกฝนกันทั่วไปตามประเทศต่าง ๆ ทุกมุมโลก เพราะกีฬานี้เล่นได้ทุกสถานที่ ทั้งกลางแจ้งและในร่ม เล่นได้ทุกฤดูกาล ใช้พื้นที่ไม่มากนักและไม่สิ้นเปลืองอุปกรณ์ ซึ่งกิจกรรมพลศึกษาในสถานศึกษาของไทยนั้น รัตนา วัฒนกุล พบว่า กิจกรรมพลศึกษาทั้งชายและหญิงที่ต้องการให้สอนได้แก่ บาสเกตบอล และแบดมินตัน (รัตนา วัฒนกุล. 2508 : 38) ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ อนันต์ อัดชู ที่ว่า กีฬาระหว่างโรงเรียน ที่นิยมจัดกันมากที่สุดคือบาสเกตบอล (อนันต์ อัดชู. 2511 : 78) ปัจจุบันการแข่งขันกีฬาระหว่างชาติ ไม่ว่าจะเป็นการแข่งขันกีฬาโอลิมปิก เอเชียนเกมส์ ซีเกมส์ หรือ การแข่งขันกีฬาภายในประเทศ เช่น กีฬาแห่งชาติ กีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย กีฬา 4 เหล่าทัพ ฯลฯ ได้บรรจุการแข่งขันกีฬาบาสเกตบอลรวมอยู่ด้วยทั้งสิ้น ซึ่งการแข่งขันในรายการต่าง ๆ ดังกล่าวล้วนแต่มีจุดประสงค์เพื่อส่งเสริมให้ทุกคนได้แสดงออกซึ่งความสามารถทางทักษะ ภายใต้ขอบเขตของกฎกติกาการแข่งขัน และมีวิญญูณนักกีฬาอย่างแท้จริง เพื่อเกียรติของตัวเอง ของสถาบัน ของประเทศชาติและของโลกกีฬา (ธงชัย เจริญทรัพย์มณี. 2538 : 12-13)

ประโยชน์ของกีฬาบาสเกตบอล

ในบรรดากีฬารวมพลศึกษา บาสเกตบอลเป็นกีฬาที่เล่นได้ไม่ยากนัก สามารถเล่นได้ทั้งกลางแจ้งและในร่ม เล่นได้ทุกฤดูกาล ใช้พื้นที่ไม่มากและไม่เปลืองอุปกรณ์ เป็นกีฬาอีกชนิดหนึ่งที่นอกจากจะช่วยส่งเสริมการออกกำลังกาย และพัฒนาสมรรถภาพทางกายได้เป็นอย่างดีแล้ว ยังช่วยพัฒนาบุคลิกภาพและคุณลักษณะที่ดี เช่น ส่งเสริมความสามัคคีในหมู่คณะ ส่งเสริมความมีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้ภัย เป็นต้น ดังนั้นถ้าเราให้ความสนใจฝึกหัดทักษะการเล่นบาสเกตบอลอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องแล้วก็จะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองในด้านต่าง ๆ อีกมากมาย ดังนี้

1. ด้านร่างกาย

- 1.1 ทำให้ร่างกายแข็งแรง มีความอดทน มีความแคล่วคล่องว่องไว มีพลัง และมีความเร็ว
- 1.2 ทำให้ร่างกายมีทรวดทรงดี รูปร่างได้สัดส่วนสง่างาม
- 1.3 ทำให้การทำงานของระบบต่าง ๆ ภายในร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และประสานสัมพันธ์กันดี โดยเฉพาะระบบหายใจและระบบไหลเวียนโลหิต ระบบขับถ่าย ระบบกล้ามเนื้อและระบบประสาท
- 1.4 ทำให้ร่างกายสดชื่น กระปรี้กระเปร่า
- 1.5 ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันโรคให้แก่ร่างกายได้ดี
- 1.6 ทำให้ร่างกายสามารถประกอบกิจกรรมการงานต่าง ๆ ได้เป็นเวลานานอย่างมีประสิทธิภาพ

2. ด้านจิตใจ

- 2.1 ทำให้เกิดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ คือ ความมีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้ภัย
- 2.2 ก่อให้เกิดความสมัครสมานสามัคคีในหมู่คณะ
- 2.3 เสริมสร้างคุณลักษณะในการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี
- 2.4 มีจิตใจแจ่มใสร่าเริงอยู่เสมอ
- 2.5 ก่อให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อการกีฬา รู้จักความยุติธรรม เคารพในสิทธิของผู้อื่น
- 2.6 ทำให้รู้จักวางแผนและคิดหาวิธีปรับปรุงตัวเอง และทีมให้ดีขึ้น ก่อให้เกิดความเฉลียวฉลาด มีการตัดสินใจที่ดีมีเหตุผล และรู้จักแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดี
- 2.7 ทำให้เป็นบุคคลที่มีความคิดสร้างสรรค์ที่ดี

3. ด้านอารมณ์

- 3.1 ทำให้รู้จักควบคุมสติอารมณ์ได้ดี มีความอดทนและมีอารมณ์ที่มั่นคง
- 3.2 ทำให้เกิดสมาธิแน่วแน่ในการที่จะประกอบกิจกรรมต่าง ๆ
- 3.3 ทำให้อารมณ์แจ่มใส เยือกเย็นและสุขุม

4. สังคม

- 4.1 ทำให้มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี
- 4.2 ทำให้สามารถปรับปรุงตนเองให้เข้ากับสังคมหมู่คณะได้ดี
- 4.3 ทำให้มีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข
- 4.4 สำหรับผู้ที่มีทักษะและความสามารถสูงจนได้รับเลือกให้เป็นนักกีฬาของ

สถาบันต่าง ๆ ย่อมเป็นผู้ที่มีเกียรติและได้รับการยกย่องจากสังคมหรือสถาบันนั้น ๆ

5. ด้านการนำทักษะมาเกิดบอกลงไปใช้ในชีวิตประจำวัน

5.1 ทำให้มีทักษะในการกะเกณฑ์ระยะ หรือคาดคะเนสิ่งต่าง ๆ เช่น ความเร็ว - ช้า, ระยะทางใกล้ - ไกล, ความสูง - หนา และขนาดของคน สัตว์ สิ่งของต่าง ๆ ได้ใกล้เคียงกับสภาพความเป็นจริง

5.2 ช่วยในการเคลื่อนไหว เช่น การเดิน การวิ่ง ยืน หยุด กระโดด ปีนป่าย การปะทะ และการป้องกันตัวเป็นไปโดยอัตโนมัติและมีประสิทธิภาพดีกว่าคนที่ไม่เคยเล่นกีฬาเลย

5.3 การกระทำหรือประกอบกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การข้ามถนน การขึ้นรถ - ลงเรือ และการห้อยโหน ฯลฯ เป็นไปด้วยความรวดเร็ว ตัดสินใจได้อย่างถูกต้อง มีประสิทธิภาพ และมีความปลอดภัย

5.4 ทำให้มีทักษะในการเล่น การใช้เครื่องมือและอุปกรณ์ต่าง ๆ อย่างปลอดภัย

5.5 ทำให้ได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ (ธงชัย เจริญทรัพย์มณี. 2538 : 13-15)

องค์ประกอบทักษะกีฬาบาสเกตบอล

องค์ประกอบพื้นฐานของกีฬาบาสเกตบอลที่ใช้ในการเรียนการสอน ส่วนมากประกอบด้วยทักษะต่าง ๆ ดังที่ ฟอง เกิดแก้ว (2534 : 56-57) กล่าวไว้ดังนี้

1. ทักษะเกี่ยวกับการทรงตัว และการเคลื่อนไหวของร่างกายให้อยู่ในลักษณะสมดุลย์ อยู่เสมอ ซึ่งมีท่าทางดังนี้

1.1 การยืน

1.2 การวิ่งและการหยุด

- 1.3 การเปลี่ยนทิศทาง
- 1.4 การหมุนตัวและการกลับตัว
- 1.5 การหลอกล่อ หมายถึง ความสามารถในการลวงให้ฝ่ายตรงข้ามเข้าใจผิดเกี่ยวกับทิศทาง เพื่อยิงประตูหรือส่งลูกบอล โดยใช้มือ เท้า ศรีษะ ไหล่ สายตา และลูกบอล
- 1.6 การกระโดด
- 1.7 การเปลี่ยนแปลงความเร็ว ได้แก่ การวิ่งเร็ว วิ่งช้า เป็นต้น
- 1.8 การทรงตัวในการป้องกัน
 - 1.8.1 การยืน เหมือนกับการยืนในท่าปกติ
 - 1.8.2 การเคลื่อนที่ไปข้างหน้า ไปข้างหลัง และไปด้านข้าง
2. ทักษะเกี่ยวกับการครอบครองลูกบอล หมายถึง การถือลูกบอล การรับลูกบอล การส่งลูกบอล และการเลี้ยงลูกบอล
 - 2.1 การถือลูกบอล
 - 2.2 การรับลูกบอล
 - 2.3 การส่งลูกบอล
 - 2.3.1 การส่งลูกบอลสองมือระดับอก
 - 2.3.2 การส่งลูกบอลมือเดียว
 - 2.3.3 การส่งลูกบอลกระดอน
 - 2.3.4 การส่งลูกบอลสองมือเหนือศรีษะ
 - 2.3.5 การส่งลูกบอลมือเดียวเหนือไหล่
 - 2.3.6 การส่งลูกบอลมือเดียวล่าง
 - 2.3.7 การส่งลูกบอลสองมือนล่าง
3. ทักษะเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกบอล ประกอบด้วย
 - 3.1 การเลี้ยงลูกบอลระดับต่ำ
 - 3.2 การเลี้ยงลูกบอลระดับสูง
 - 3.3 การเลี้ยงลูกบอลในสถานการณ์จริง
4. ทักษะเกี่ยวกับการยิงประตู ประกอบด้วย
 - 4.1 การยืนยิงประตูสองมือ
 - 4.2 การยืนยิงประตูมือเดียว
 - 4.3 การกระโดดยิงประตู

4.4 การยิงประตูได้หวัง

4.5 การหมุนตัวยิงประตู

4.6 การยิงประตูด้วยลูกศรหรือลูกตวัด

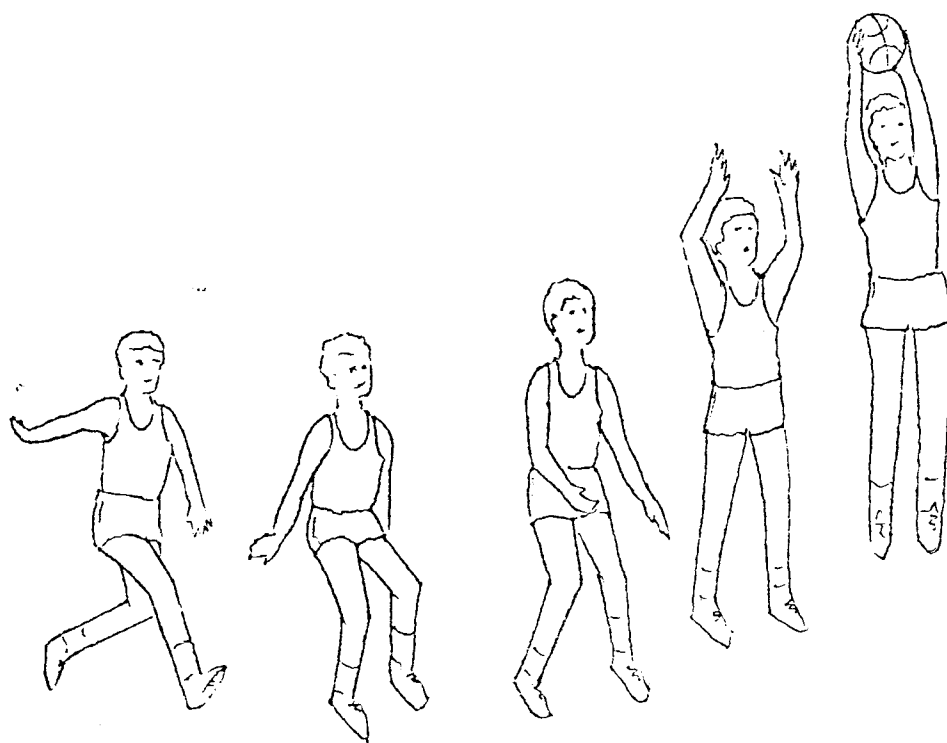
ลักษณะการกระโดดในกีฬาบาสเกตบอล

การกระโดดเป็นสิ่งจำเป็นที่จะต้องใช้ตลอดการแข่งขัน เช่น การกระโดดยิงประตู กระโดดส่งลูกบอล กระโดดแย่งลูกบอล กระโดดบดลูกบอล กระโดดหมุนตัว หรือกลับตัว เป็นต้น วิธีการกระโดดมีหลักการปฏิบัติดังนี้

1. ย่อเข้า พับเขวลงเล็กน้อยก่อนที่จะกระโดดขึ้น น้ำหนักตัวอยู่เหนือเท้าทั้งสอง
2. เหยียดแขนทั้งสองขึ้นนำตามด้วยการยืดเข้าและข้อศอกเหยียด ส่งด้วยปลายเท้าและเอวให้สูงที่สุดเท่าที่จะทำได้ และในขณะที่ลอยตัวอยู่ในอากาศไม่ควรที่จะงอเข้า
3. เหยื่อน้ำมองที่หมาย (ลูกบอล)

หมายเหตุ

1. การกระโดดอาจกระโดดขึ้นด้วยเท้าเดียว หรือด้วยสองเท้าพร้อมกันก็ได้ แล้วแต่โอกาสของการใช้
2. การลงสู่พื้นต้องลงด้วยปลายเท้าทั้งสองพร้อมกัน ย่อเข้าเพื่อผ่อนแรงกระแทก

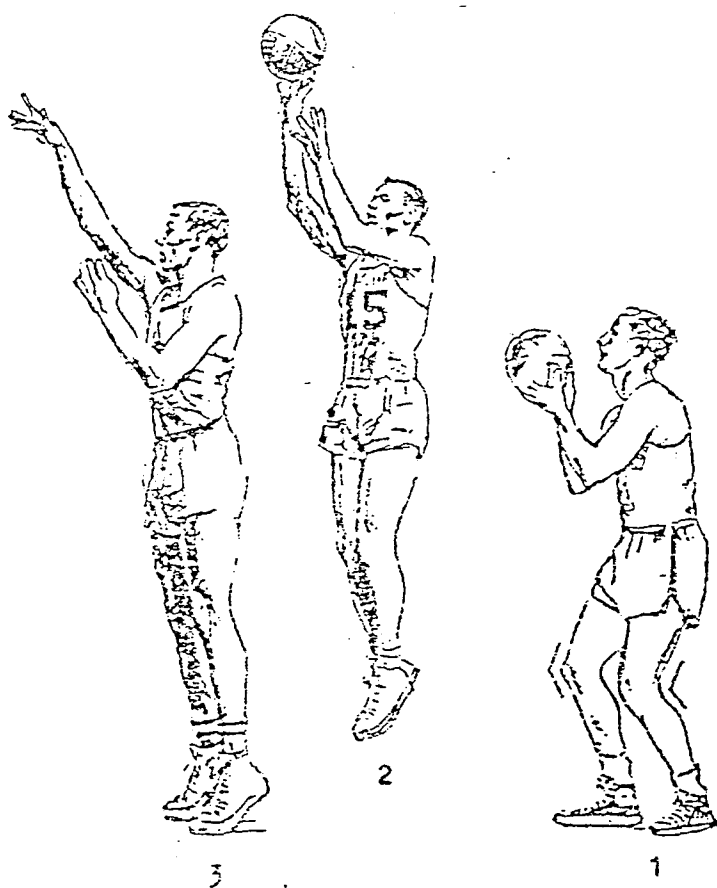


ภาพประกอบ 1 การเคลื่อนไหวในการกระโดด

1. การกระโดดยิงประตู

การกระโดดยิงประตูเป็นทักษะที่สำคัญในการเล่นบาสเกตบอลสำหรับผู้เล่นทุกระดับจากการศึกษาแบบของการยิงประตู จากการแข่งขันบาสเกตบอลชิงถ้วยสมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร ครั้งที่ 2 ซึ่งทำการแข่งขัน ณ ยิมเนเซียม 1 กรุงเทพมหานคร ระหว่างวันที่ 20 - 27 กุมภาพันธ์ 2525 พบว่า การกระโดดยิงประตูเป็นแบบที่นำมาใช้ในการเล่นมากที่สุด และจะเห็นได้ว่าทุกครั้งที่มีการแข่งขัน ไม่ว่าจะเป็นทีมที่มาจากต่างประเทศ หรือทีมในประเทศก็ตาม จะยิงประตูด้วยวิธีการกระโดดยิงประตูเป็นส่วนใหญ่ เพราะการยิงประตูแบบนี้ผู้ยิงสามารถกระโดดขึ้นไปสูงและสามารถกระทำได้อย่างรวดเร็ว ทำให้ยากแก่การป้องกัน ปัจจุบันถือว่าเป็นแบบของการยิงประตูที่ให้ประสิทธิภาพมากที่สุด อย่างไรก็ตามการยิงประตูแบบนี้จะได้ผลมากเมื่อยิงในระยะใกล้และปานกลางเท่านั้น การยิงลูกบาสเกตบอลในระยะไกลมักไม่ค่อยได้ผล วิธีปฏิบัติในการกระโดดยิงประตูประกอบด้วย 4 ขั้นตอนดังต่อไปนี้ (สมรรถชัย น้อยศิริ, 2526 : 53)

1. ขั้นเตรียมตัว (Preparing) ใช้มือซ้ายรองรับลูกบอลตรงด้านล่าง (กรณีที่เป็นมือขวา) นิ้วมือกางออกอย่าให้นิ้วมือถูกลูกบอล มือขวายู่ทางด้านหลังของลูกบอล งอข้อศอกตามสบาย ลูกบอลอยู่ระดับคางตามองตรงไปยังห่วงประตู ยืนให้เท้าขวายู่หน้าเท้าซ้ายเล็กน้อย ก้มตัวย่อเข้าทั้งสอง น้าหนักตัวอยู่ที่เท้าขวา
2. ขั้นกระโดดเพื่อถีบตัวขึ้นจากพื้น (Take off) เขยียดเข้าทั้งสองพร้อมกับยืดลำตัวขึ้น กระโดดให้ตัวลอยขึ้นไปในอากาศ ในขณะเดียวกันยกแขนทั้งสองขึ้น โดยให้ข้อศอกขวาทำมุมประมาณ 90 องศา
3. ขั้นลอยตัวในอากาศ (Flight) ในขณะที่ตัวลอยนิ่งอยู่ในอากาศให้ผลักลูกบอลด้วยมือขวา แขนเหยียดตามลูกบอลไป และกดข้อมือลง เมื่อลูกบอลหลุดจากมือ
4. ขั้นลงสู่พื้น (Landing) การลงสู่พื้นจะเริ่มหลังจากที่ปล่อยลูกบอลไปแล้ว ลำตัวลอยต่ำลง ให้ลงสู่พื้นด้วยเท้าทั้งสอง แล้วค่อยลดแขนลงมาอยู่ในท่าทรงตัวที่ดี



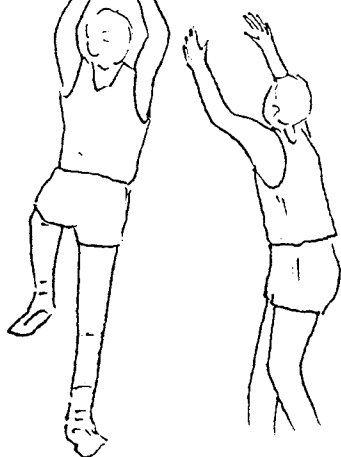
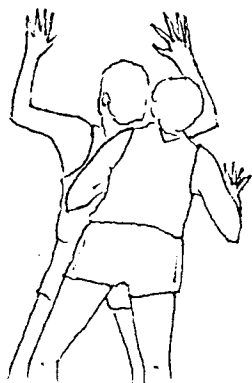
ภาพประกอบ 2 ลักษณะการกระโดดยิงประตู

2. การกระโดดแย้งลูกบาสเกตบอลภายหลังการยิงประตู

การกระโดดแย้งลูกบาสเกตบอล คือ การพยายามที่จะครอบครองบอลหลังจากที่มี การยิงประตูพลาดเป้าหมายเพื่อให้ลูกบาสเกตบอลบอลไม่ตายและสามารถดำเนินการเล่นต่อ เนื่องไปได้ เป็นการกระทำแห่งหนึ่งที่ช่วยปล้ำความเชื่อที่ว่าบาสเกตบอลเป็นกีฬาที่ไม่ต่อเนื่อง (สุนทร กายประจักษ์. 2536 : 49)

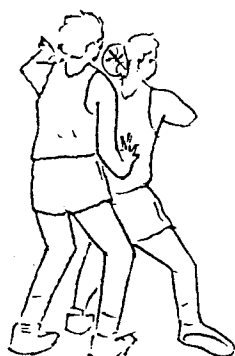
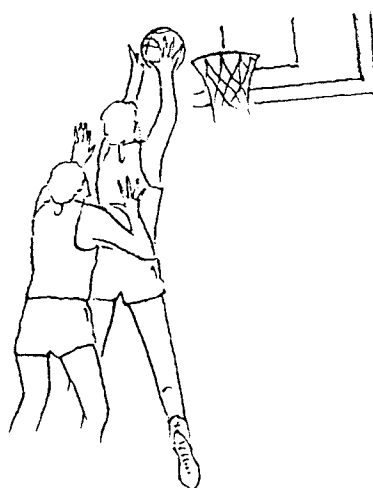
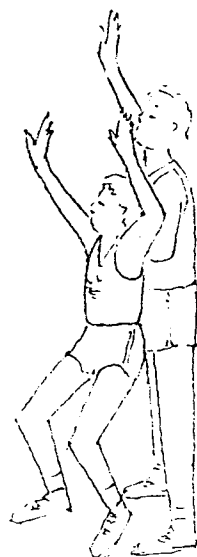
การกระโดดแย้งลูกบาสเกตบอลภายหลังการยิงประตูนั้นสามารถแบ่งได้เป็น 2 แบบ ดังนี้คือ

1. การกระโดดแย้งลูกบาสเกตบอลของฝ่ายป้องกัน กฎแจ้งสำคัญของการกระโดดตาม ลูกบาสเกตบอลของฝ่ายป้องกันคือ ตำแหน่งที่ยืน ผู้เล่นป้องกันมักจะเป็นฝ่ายได้เปรียบ ถ้าเขายืน อยู่ในตำแหน่งของการป้องกันที่ถูกต้อง โดยจะต้องยืนอยู่ระหว่างตำแหน่งของลูกบาสเกตบอล และตำแหน่งของผู้เล่นฝ่ายรุกที่เขาจะต้องพยายามกันออกไปให้ห่างจากห่วงประตู และห่างต่อการ กระโดดตามลูกบาสเกตบอล ยกเว้นในกรณีที่ต้องเผชิญกับผู้เล่นฝ่ายรุกที่อยู่ใกล้กับตำแหน่งที่ห่วง ประตูมาก กรณีเสียเปรียบเช่นนี้ผู้เล่นป้องกันจะต้องพยายามผลักดันให้ตัวเองเข้าไปอยู่ในตำแหน่ง ที่ใกล้กับห่วงประตูมากกว่าแทน ด้วยวิธีนี้ผู้เล่นป้องกันจะสามารถมองเห็นทั้งลูกบาสเกตบอลและ ทั้งฝ่ายตรงข้าม และนอกจากนั้นจะทำให้การกระโดดตามลูกบาสเกตบอลของฝ่ายป้องกันได้ผลดี อีกด้วย เพราะสามารถมองเห็นฝ่ายตรงข้ามในขณะที่กำลังยิงประตูได้ทันทีที่ลูกบาสเกตบอลลอย ขึ้น การกระโดดตามลูกบาสเกตบอลก็เริ่มได้ทันทีเช่นกัน ขยับเท้าเคลื่อนไหวร่างกายให้อยู่ในท่า เตรียมพร้อมที่จะกระโดดได้ทันทีที่การยิงประตูพลาดเป้าหมาย กระโดดตามควาลูกบาสเกตบอล จากห่วงประตู หรือจากกระดานแป้นโดยไม่ต้องรอให้ลูกบาสเกตบอลหล่นลงมาเสียก่อน



ภาพประกอบ 3 การกระโดดแย่งลูกบอลของฝ่ายป้องกัน

2. การกระโดดแย่งลูกบาสเกตบอลของฝ่ายรุก ทีมฝ่ายรุกควรได้มีการจัดวางตำแหน่งผู้เล่นให้เหมาะสม เพื่อให้ผู้เล่นทุกคนได้ใช้ความสามารถของตนเองให้เป็นประโยชน์แก่ทีมมากที่สุด จัดวางผู้เล่นที่จะกระโดดยิงประตูให้อยู่ในตำแหน่งที่จะกระโดดยิงได้ถนัด ให้ผู้เล่นที่ยืนใกล้ห่วงประตูคอยรับลูกบาสเกตบอลที่ถูกส่งลงไปต่ำและจัดให้ผู้เล่นที่จะกระโดดตามลูกบาสเกตบอลยืนอยู่ในตำแหน่งที่ชิดกับห่วงประตู ข้อได้เปรียบประการหนึ่งของผู้เล่นฝ่ายรุกก็คือ ทุกคนจะรู้หน้าที่กัน รู้จังหวะกัน ซึ่งจะทำให้คาดการณ์ล่วงหน้าได้ถูกต้อง ว่าใครจะทำการยิงประตูเมื่อไหร่และจุดใดการคาดการณ์ล่วงหน้าได้ถูกต้องแม่นยำนี้และจะเป็นผลให้การกระโดดตามลูกบาสเกตบอลของผู้เล่นฝ่ายรุกได้เปรียบอย่างเห็นได้ชัด วิธีง่ายที่สุดที่จะทำให้การกระโดดตามลูกบาสเกตบอลของผู้เล่นฝ่ายรุกได้ผลก็คือ ผู้ยิงประตูเป็นผู้เข้าไปตามลูกบาสเกตบอลของตัวเอง การกระทำเช่นนี้มีผลสองประการคือ ประการแรกผู้ยิงประตูจะต้องเป็นผู้รู้ดีที่สุดว่าลูกบาสเกตบอลที่ปล่อยออกไปจะถึงเป้าหมายช้าหรือเร็วแค่ไหน และรู้ด้วยว่าลูกบาสเกตบอลจะเข้าไปกระทบห่วงประตู ทางด้านซ้ายหรือทางด้านขวา ประการที่สองทำในการป้องกันของฝ่ายตรงข้ามทำได้ลำบากขึ้นเพราะเมื่อเขายกมือขึ้นสกัดบอลในตอนที่ยิงประตูแล้ว ต้องรีบหมุนตัวตามเพื่อสกัดไม่ให้เข้าไปใกล้ห่วงประตูด้วยนั้น เป็นสิ่งที่ทำได้ลำบากและอาจจะทำให้ผู้เล่นป้องกันเสียการทรงตัว เปิดโอกาสให้ผ่านได้โดยสะดวก นอกจากนั้นการกระทำเช่นนั้นยังอาจจะทำให้ผู้เล่นป้องกันหลงทิศ เบินความสนใจไปทางอื่น เนื่องจากคิดเอาเองว่า ลูกบาสเกตบอลคงจะเข้าห่วงประตูไปแล้ว



ภาพประกอบ 4 การกระโดดแย่งลูกบอลของฝ่ายรุก

จากการที่ได้กล่าวถึงลักษณะของการกระโดดในกีฬาบาสเกตบอลที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้นนั้นจะเห็นได้ว่าการกระโดดเป็นปัจจัยที่สำคัญอย่างยิ่งประการหนึ่งที่เป็นคุณสมบัติของนักกีฬาบาสเกตบอลที่พึงมี เพราะการกระโดดเป็นสิ่งที่จำเป็นที่ต้องใช้ในการแข่งขันไม่ว่าจะเป็นกระโดดยิงประตู การกระโดดขึ้นแย่งลูกบาสเกตบอล การกระโดดปิดลูกบาสเกตบอล และอื่น ๆ ดังนั้น นักกีฬาบาสเกตบอลที่ดีก็ควรจะมีความรู้เกี่ยวกับเรื่องของการกระโดดและควรจะมีฝึกหัดการกระโดดที่ถูกต้องเพื่อที่จะทำให้สามารถกระโดดได้สูงเพื่อที่จะเป็นประโยชน์ในการเล่น หรือการแข่งขันกีฬาบาสเกตบอลต่อไป

คุณสมบัติของแบบทดสอบที่ดี

คุณสมบัติของแบบทดสอบที่ดี วิลกูส (Willgoose. 1961 : 21-28) ได้เสนอไว้ว่า

1. ต้องมีความเที่ยงตรง (Validity) แบบทดสอบที่ดีต้องสามารถใช้วัดสิ่งที่ต้องการทราบค่าได้ แบบทดสอบที่มีความเที่ยงตรงสูง สามารถบอกค่าของคุณภาพในสิ่งที่ต้องการทราบได้สูงโดยไม่บิดเบือน หรือมีค่าของสิ่งที่ต้องการวัดรวมอยู่ด้วย
2. แบบทดสอบที่มีความเชื่อมั่น (Reliability) หมายถึง ความคงที่แน่นอนของแบบทดสอบ จะนำเอาแบบทดสอบนั้นไปใช้กี่ครั้งก็ตาม ผลลัพธ์จะได้เหมือนเดิม เมื่อใช้กับกลุ่มประชากรเดียวกัน
3. แบบทดสอบที่ดีจะต้องมีความเป็นปรนัย (Objectivity) คือ ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในการให้คะแนนในการทดสอบ แม้ว่าข้อทดสอบที่นำไปใช้นั้น ใครจะเป็นผู้ให้คะแนนก็ตาม ทุกคนจะให้คะแนนเหมือนกันหมด ความเป็นปรนัยของแบบทดสอบมีคุณสมบัติดังนี้
 - 3.1 มีรายละเอียดและข้อชี้แจงในการนำไปใช้แจ่มชัดแน่นอน
 - 3.2 ง่ายและสะดวกแก่การใช้
 - 3.3 ผลของการทดสอบนำไปคำนวณค่าทางคณิตศาสตร์ได้
 - 3.4 ข้อทดสอบนั้นต้องเป็นกรรมวิธีทางวิทยาศาสตร์
4. แบบทดสอบต้องมีลักษณะประหยัด (Economical) คือ ไม่ต้องใช้จ่ายในการทดสอบมากนัก และประหยัดทั้งอุปกรณ์ สถานที่ เวลา และบุคลากร
5. แบบทดสอบที่ดีต้องมีเกณฑ์ปกติ (Norms)
6. แบบทดสอบที่ดีต้องมีอำนาจในการจำแนกสูง (Discrimination Power) คือ หลังจากการทำการทดสอบแล้วต้องสามารถแยกคนเก่งและคนอ่อนได้

7. แบบทดสอบที่ดีต้องดึงดูดความสนใจของผู้รับการทดสอบ ทำท่ายที่ให้ความสามารถอย่างเต็มที่ (Attractive)

8. แบบทดสอบที่ดีต้องมีคุณค่าในการพัฒนา (Development Value) คือ ผู้รับการทดสอบสามารถรู้ถึงความสามารถและความบกพร่องของตนเอง สำหรับที่จะเป็นแนวทางในการปรับปรุงให้ดีขึ้น

9. คำแนะนำในการทดสอบเป็นมาตรฐาน (Standardized Direction) แบบทดสอบที่ดีจะต้องมีคำสั่งเป็นมาตรฐานที่ทำให้ผู้รับการทดสอบทำการทดสอบได้เหมือน ๆ กันผลการทดสอบจึงจะเป็นมาตรฐานเดียวกัน

จอห์นสัน และเนลสัน (Johnson and Nelson. 1986 : 59) ได้กล่าวถึงคุณภาพของแบบทดสอบที่ดี ซึ่งมีองค์ประกอบสำคัญ 4 ประการ คือ

1. มีความเที่ยงตรง (Validity)
2. มีความเชื่อมั่น (Reliability)
3. ความเป็นปรนัย (Objectivity)
4. มีเกณฑ์ปกติ (Norms)

ซวาล แพร์ตกุล (2516 : 123-136) ได้กล่าวว่า แบบทดสอบที่ดีจะต้องมีคุณลักษณะ 10 ประการ ดังนี้

1. ต้องมีความเที่ยงตรง (Validity)
2. ต้องมีความยุติธรรม (Fair)
3. ต้องมีความลึก (Searching)
4. ต้องยั่วเย้าอย่างยิ่ง (Exemplasy)
5. ต้องจำเพาะเจาะจง (Definite)
6. ต้องมีความเป็นปรนัย (Objectivity)
7. ต้องมีประสิทธิภาพ (Efficiency)
8. ต้องยากพอเหมาะ (Difficulty)
9. ต้องมีอำนาจจำแนก (Discrimination)
10. ต้องมีความเชื่อมั่น (Reliability)

และผาณิต บิลมาศ (2530 : 50-51) ได้กล่าวถึงแบบทดสอบที่ดีว่า ควรมีลักษณะที่สำคัญดังต่อไปนี้

1. เป็นแบบทดสอบที่วัดความสามารถสำคัญ ๆ
2. เป็นแบบทดสอบที่คล้ายการเล่นจริง
3. เป็นแบบทดสอบที่วัดการกระทำของบุคคลหนึ่ง ๆ โดยเฉพาะ
4. เป็นแบบทดสอบที่เน้นทำทางที่ดี
5. เป็นแบบทดสอบที่มีวิธีการในการให้คะแนนแม่นยำ
6. เป็นแบบทดสอบที่กำหนดจำนวนครั้ง ในการทดสอบเพียงพอ
7. เป็นแบบทดสอบที่น่าสนใจและมีความหมาย
8. เป็นแบบทดสอบที่มีความยากเหมาะสม
9. เป็นแบบทดสอบที่คะแนนสามารถนำมาตัดสินโดยใช้ค่าสถิติ
10. เป็นแบบทดสอบที่มีค่าเฉลี่ยสำหรับการแปลผลของการกระทำ

วิธีการทดสอบทางพลศึกษา

วิธีการทดสอบทางพลศึกษาสามารถทดสอบได้หลายทาง ดังที่ ผาณิต บิลมาศ (2526 : 26-27) ได้กล่าวไว้

1. ทดสอบโดยให้ปฏิบัติ (Performance Test) หมายถึง การให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติ ในกิจกรรมที่ครูต้องการทราบ เพื่อดูความสามารถและผลสัมฤทธิ์จากการเรียนการสอน ผลที่ได้จากการปฏิบัติ มีหลายอย่าง เช่น

- 1.1 เวลา เมื่อใช้เวลาเป็นเกณฑ์ในการทดสอบ เช่น การวิ่ง
- 1.2 ความสูง เมื่อใช้ความสูงเป็นเกณฑ์ ในการทดสอบ เช่น การกระโดดสูง
- 1.3 ความไกล เมื่อใช้ความไกลเป็นเกณฑ์ในการทดสอบ เช่น การกระโดดไกล

ทุ่มน้ำหนัก

- 1.4 จำนวนครั้งต่อเวลาที่กำหนด เช่น ลูก-นั่ง ภายในเวลา 30 วินาที
- 1.5 ผ่าน-ไม่ผ่าน เช่น ทำยิมนาสติก ทำต่าง ๆ

2. ทดสอบโดยสอบข้อเขียน (Written Test) เป็นการทดสอบความรู้ความเข้าใจในด้านต่าง ๆ ทางพลศึกษา เช่น ประวัติพลศึกษาและกิจกรรมต่าง ๆ วิธีการเล่น แบบแผนการเล่น กติกา

มารยาทในการเล่น พฤติกรรมการมีน้ำใจเป็นนักกีฬา ความสามารถในการเรียนที่มีเหตุและผลทางพลศึกษา เป็นต้น การวัดแบบนี้ทำได้ 2 วิธี คือ การสอนแบบอัตนัย กับ การสอนแบบปรนัย

3. ทดสอบโดยใช้เครื่องมือในการวัด เช่น วัดแรงบีบของมือ โดยใช้เครื่องมือวัดแรงบีบมือ (Grip Dynamometer) วัดความจุปอด โดยใช้เครื่องวัดความจุปอด (Wet or Air Spirometer) วัดกำลังขาโดยใช้เครื่องวัดกำลังขา (Leg Dynamometer) เป็นต้น

4. ทดสอบโดยการสอบปากเปล่า (Oral Test) เป็นการวัดเกี่ยวกับความรู้ ความเข้าใจ เจตคติทางพลศึกษา ครูจะเตรียมคำถามเป็นข้อ ๆ ล่วงหน้า

5. ทดสอบโดยการสังเกต (Observation) การวัดแบบนี้ ครูจะพิจารณาจากการเล่น การเรียน การใช้เวลาว่าง หรือในการแข่งขัน โดยพิจารณา

5.1 ความสนใจ ความสามารถ และทักษะในการเล่น

5.2 การประสานงาน และการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

5.3 ความแข็งแรง และความคล่องแคล่วว่องไว

5.4 การควบคุมอารมณ์

5.5 ความมานะพยายามและความอดทน

5.6 ความรู้คุณค่าในกิจกรรมพลศึกษา

5.7 การมีน้ำใจเป็นนักกีฬา

5.8 ความรับผิดชอบต่อหน้าที่

5.9 มารยาทในการเล่นและการดูกีฬา

5.10 เจตคติต่อกิจกรรมทางพลศึกษา

5.11 ประชาธิปไตยในการเล่น

5.12 การเป็นผู้นำและผู้ตาม

ประโยชน์ของผลการทดสอบ

วิริยา บุญชัย (2529 : 22-24) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของผลการทดสอบไว้ดังนี้ คือ การประเมินสถานภาพและความก้าวหน้าหรือความสัมฤทธิ์ผลของนักเรียน และเพื่อประโยชน์อีกมากมายดังจะกล่าวต่อไป

1. เพื่อการให้เกรด คะแนนของการทดสอบจะนำไปใช้เพื่อเป็นเป้าหมายในการให้เกรดมากกว่าเหตุผลอื่น ๆ ซึ่งในบางลักษณะก็เป็นผลดี เพราะเป็นวิธีการที่เป็นปรนัยในการให้เกรดแต่ก็ยังมีปัญหาถ้าหากใช้คะแนนการทดสอบเพียงอย่างเดียว เพราะเป็นเป้าหมายอย่างแคบเท่านั้น

2. การแบ่งกลุ่มผู้เรียน การวัดผลทางพลศึกษาจะทำให้ผู้สอนกำหนดผู้เรียนได้ว่ามีความสามารถอยู่ในระดับใด จะอยู่กลุ่มเดียวกันได้หรือไม่ เพราะว่าส่วนใหญ่โครงการพลศึกษาจะมีกิจกรรมประเภทที่มียุเป็นจำนวนมาก จึงจำเป็นที่ผู้เรียนจะต้องมีทักษะใกล้เคียงกันมาร่วมกิจกรรมดังกล่าว กลุ่มที่มีลักษณะคล้ายกันหรือเหมือนกันมีประโยชน์อย่างยิ่งในการเรียนการสอนและสร้างบรรยากาศทางสังคมได้มากกว่ากลุ่มที่มีลักษณะแตกต่างกัน

3. การกำหนดสถานะต่าง ๆ ของผู้เรียน ข้อนี้อยู่ในจุดมุ่งหมายโดยตรงของพลศึกษาอยู่แล้ว ผู้เรียนแต่ละคนมีสถานภาพอะไรบ้าง มีทักษะเฉพาะด้านใด ความสามารถเข้ากับบุคคลอื่นเป็นอย่างไร กำหนดสถานภาพต่าง ๆ ได้ต้องมีการวัดและประเมินผล การประเมินผลเพื่อกำหนดสถานะต่าง ๆ ต้องทำก่อนการสร้างหรือวางโครงการเรียนการสอนพลศึกษา เพราะผลของการวัดผลนี้จะเป็นพื้นฐานที่มีระบบของการสร้างโครงการพลศึกษาต่อไป

4. วัดความก้าวหน้า ความก้าวหน้าเป็นส่วนที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในการเรียนการสอนพลศึกษาเพื่อปรับปรุงและส่งเสริมแรงจูงใจทั้งของผู้เรียนและของผู้สอน การวัดผลเมื่อเริ่มต้นเรียนและสิ้นสุดการเรียนในแต่ละครั้ง สามารถนำคะแนนของแต่ละคนมาเปรียบเทียบดูความก้าวหน้าว่ามีมากน้อยเพียงใด ความแตกต่างของคะแนนจะเป็นสิ่งเร้าให้นักเรียนปรับปรุงตนเอง การวัดผลความก้าวหน้าจะเป็นสิ่งเร้าให้ผู้สอนให้ความสนใจประสิทธิภาพการสอนในวิธีสอนแบบต่าง ๆ ที่ใช้ ถ้าส่วนใหญ่อยู่กับที่ก็อาจจะเป็นไปได้ว่าวิธีสอนของผู้สอนผิดพลาด หรือตลอดการเรียนการสอนไม่มีการวัดผลเลย ไม่มีการปรับปรุงพัฒนาอะไรขึ้นมาเลย

5. ช่วยในการพิจารณาคะแนนอย่างมีปณัย การให้คะแนนวิชาพลศึกษาเหมือนหนามยอกอกของครูพลศึกษาและวิชาชีพพลศึกษามานาน เพราะในส่วนประกอบของกระบวนการศึกษานั้น วิชาพลศึกษาเป็นส่วนประกอบหนึ่งแต่มีคะแนนน้อยมาก ซึ่งเป็นการทอนพลศึกษาผิดพลาดทั้งผู้สอน ผู้เรียนและอื่น ๆ ถ้าพิจารณาคะแนนเพียง 20 คะแนน จาก 1,000 คะแนน ก็ย่อมไม่เห็นความสำคัญใด ๆ ได้ แต่บทบาทหน้าที่ความสำคัญของวิชาพลศึกษาไม่อยู่ที่คะแนน 20 คะแนน หรือ 50 คะแนน การวัดที่เชื่อถือได้ ถูกต้องแม่นยำ กลวิธีการประเมินผลที่มีประสิทธิภาพ มีการให้คะแนนที่เป็นปณัยแก่คะแนนที่ได้มาจากการวัด สิ่งนี้ทำให้วิชาพลศึกษาดำรงอยู่ได้

6. เพื่อการวินิจฉัย เพื่อการวินิจฉัยหาสาเหตุว่า การที่เด็กเรียนวิชาหนึ่งไม่ได้ดีเนื่องด้วยอะไร และเป็นการบอกได้ว่าเด็กเก่ง เด็กไม่เก่ง หรือเด่นด้อยทางไหน อันจะเป็นแนวทางช่วยแก้ไข ส่งเสริมการเรียนของเด็ก ตลอดจนปรับปรุงการเรียนการสอนให้เกิดประโยชน์และมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

7. เพื่อเป็นการกระตุ้นการเรียนรู้ การประเมินผลการสอนของตนเองจะเป็นการกระตุ้นให้นักเรียนได้ความรู้ความคิดต่าง ๆ และมีทักษะ การพยายามเอาชนะตนเองด้วยการเรียนให้ได้คะแนนเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ จะเป็นสิ่งเร้าให้เกิดการเรียนรู้เป็นอย่างดี

8. เพื่อเป็นแนวทางการค้นคว้าวิจัย การวัดผลเป็นการรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย ข้อมูลที่ได้จากการวัดผลสามารถนำไปวิจัยเกี่ยวกับการเรียนรู้ ประสิทธิภาพของวิธีการสอน อุปกรณ์การสอน ตลอดจนหลักสูตรที่ใช้

9. เพื่อเป็นการปรับปรุงการเรียนการสอน การวัดผลจะช่วยให้ทราบว่าเทคนิคหรือวิธีการสอน อุปกรณ์การสอนและเนื้อหาวิชาที่เราสอนนั้นมีประสิทธิภาพหรือไม่ นอกจากนี้การวัดผลซึ่งให้เราเห็นถึงความเจริญของงานในเด็กแต่ละคน ดังนั้น จะเห็นได้ว่าการวัดผลสามารถบ่งบอกส่วนดีและส่วนเสียของโครงการสอนได้เป็นอย่างดี ซึ่งเป็นพื้นฐานในการปรับปรุงหลักสูตรเป็นพื้นฐานในการเลือกการสอนที่มีประสิทธิภาพ

10. เพื่อวัดโครงการพลศึกษา ผลจากการทดสอบเป็นข้อมูลที่ใช้ประเมินโครงการพลศึกษาได้โดยทราบเกี่ยวกับข้อบกพร่องต่าง ๆ เช่น การจัดการเรียนการสอนบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้หรือไม่ ปฏิบัติของนักเรียนที่มีต่อโครงการพลศึกษาเป็นอย่างไร เมื่อทราบข้อมูลต่าง ๆ ก็สามารถนำข้อมูลที่ได้มานำมาปรับปรุงโครงการพลศึกษาเพื่อให้บรรลุเป้าหมายให้มากที่สุด

การวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยในต่างประเทศ

เฮย์ (Hey. 1972 : 13) ได้ศึกษาผลของการยกน้ำหนักที่มีต่อความแม่นยำในการกระโดดยิงประตูบาสเกตบอล กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชายระดับอุดมศึกษา จำนวน 40 คน และก่อนการฝึกทุกคนทดสอบความแข็งแรงและความแม่นยำในการยิงประตู โดยการกระโดดยิงประตูบาสเกตบอล กำหนดระยะทาง 12 ฟุต และ 20 ฟุต อย่างละ 50 ครั้ง ทดสอบความแข็งแรงโดยเคเบิล เทนชัน (Cable Tension) ซึ่งประกอบด้วยรายการทดสอบความแข็งแรงของการงอข้อมือ การยกของข้อมือ การเหยียดข้อศอกและการเหยียดของไหล่ แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 10 คน ฝึกติดต่อกัน 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 5 วัน โดยจัดโปรแกรมการฝึกดังต่อไปนี้

กลุ่มที่ 1 ฝึกกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลอย่างเดียวในระยะทาง 12 ฟุต จำนวน 100 ครั้ง กระทำติดต่อกัน โดยมีคนส่งลูกให้เสมอไม่ขาดระยะ

กลุ่มที่ 2 ฝึกโดยการใช้น้ำหนักก่อนแล้วฝึกกระโดดยิงประตูบาสเกตบอล ระยะ 12 ฟุต จำนวน 100 ครั้ง

กลุ่มที่ 3 ให้กระโดดยิงประตูบาสเกตบอลอย่างเดียว ระยะทาง 20 ฟุต จำนวน 100 ครั้ง

กลุ่มที่ 4 ทำเช่นเดียวกับกลุ่มที่ 2 แต่ระยะทางเท่ากับกลุ่มที่ 2

ส่วนการยกน้ำหนักของกลุ่มที่ 2 และกลุ่มที่ 4 มีโปรแกรมดังนี้

1. การงอนิ้วมือ (Finger curl)
2. การงอข้อมือ (Wrist curl)
3. การบริหารกล้ามเนื้อแขนด้านหลัง (Triceps exercise)
4. การฝึกส่วนหลังของลำคอ (Behind the neck press)

เมื่อฝึกครบ 4 สัปดาห์แล้ว ทำการทดสอบเหมือนก่อนการฝึก ผลการศึกษาพบว่า การฝึกยกน้ำหนักที่มีผลต่อความแม่นยำในการกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลเพิ่มขึ้น แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนความแข็งแรงของการงอนิ้วมือ เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่การฝึกยกน้ำหนักทำให้ความแข็งแรงประการอื่น เพิ่มขึ้นแต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

เมทคาล์ฟ (Metcalf. 1972 : 5023 - A) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการถ่ายทอดผลของการฝึกกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลไปในความแม่นยำในการยิงประตูโทษ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย สุ่มมา 85 คน ถูกทดสอบทักษะบาสเกตบอลเพื่อคัดเลือกผู้ที่ได้คะแนนดีที่สุดไว้ 64 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง 6 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน และกลุ่มควบคุมหนึ่งกลุ่ม จำนวน 16 คน ฝึกตามแผนการฝึกดังนี้

- กลุ่มที่ 1 ฝึกกระโดดยิงประตูทำมือเดียว ที่ระยะ 10 ฟุต
- กลุ่มที่ 2 ฝึกกระโดดยิงประตูทำกระโดดยิง ที่ระยะ 10 ฟุต
- กลุ่มที่ 3 ฝึกกระโดดยิงประตูทำมือเดียว ที่ระยะ 15 ฟุต
- กลุ่มที่ 4 ฝึกกระโดดยิงประตูทำกระโดดยิง ที่ระยะ 15 ฟุต
- กลุ่มที่ 5 ฝึกกระโดดยิงประตูทำมือเดียว ที่ระยะ 20 ฟุต
- กลุ่มที่ 6 ฝึกกระโดดยิงประตูทำกระโดดยิง ที่ระยะ 20 ฟุต
- กลุ่มที่ 7 ไม่มีการฝึก

แต่ละกลุ่มทำการฝึกติดต่อกันเป็นเวลา 19 วัน และทำการทดสอบ 2 ระยะ คือก่อนฝึกและหลังฝึก ด้วยการยิงลูกโทษในท่าสองมือล่าง (Under Hand) กระโดดยิงและยิงมือเดียว (Jump Shot and One Hand Shot) ผลการศึกษาพบว่า

1. ผู้รับการฝึกสามารถรับรู้การยิงประตูแบบกระโดดยิงและใช้ได้ผลในการยิงลูกโทษ

2. การถ่ายทอดผลของการฝึกยิงประตูแบบกระโดดยิง และยืนยิงมือเดียว ที่ระยะ 10 ฟุต และระยะ 20 ฟุต ในการยิงลูกโทษด้วยท่าสองมือล่างนั้นให้ผลความแม่นยำต่างกับการกระโดดยิงและการยิงมือเดียว
3. การฝึกยิงประตูในท่ากระโดดยิง และยืนยิงมือเดียว ที่ระยะ 10 ฟุต และ 20 ฟุต ให้ผลเหมือนกันโดยถ่ายทอดไปยังความแม่นยำในการยิงลูกโทษได้
4. การฝึกยิงประตูในท่ากระโดดยิง ที่ระยะ 15 ฟุต สามารถถ่ายทอดความแม่นยำไปยังการยิงลูกโทษได้ดีกว่าการฝึกหัดยิงประตูในท่ามือเดียว
5. การถ่ายทอดผลของการฝึกยิงประตูในท่ามือเดียวและกระโดดยิง ที่ระยะ 10 , 15 และ 22 ฟุต ในการยิงลูกโทษด้วยท่ามือเดียวนั้น ให้ผลต่อความแม่นยำเหมือนกับการกระโดดยิง
6. การถ่ายทอดผลของการฝึกกระโดดยิงและยืนยิงมือเดียวที่ระยะ 15 ฟุต ทำให้การยิงลูกโทษในท่ามือเดียว มีความแม่นยำมากกว่าการฝึกยิงในท่ากระโดดยิงและยิงมือเดียวที่ระยะ 10 และ 20 ฟุต

เกรย์,สตาร์ท และเกล็นครอส (Gray,Start and Glencross. 1962 : 230-235) ได้ทำการศึกษาคุณสมบัติและประโยชน์ของการกระโดดแตะผนัง (Modified Vertical Jump) หาความเที่ยงตรงและความเชื่อมั่นในการทดสอบโดยใช้แบบทดสอบกระโดดแตะผนังแล้วคำนวณหางาน (Work) ที่ทำได้เป็นแบบทดสอบที่ใช้เป็นเกณฑ์และเปรียบเทียบกับแบบทดสอบที่วัดกำลังขาแบบอื่น ๆ คือ กระโดดแตะ (The Jump Reach) สควอทจั้ม (Squat Jump) ยืนกระโดดไกล (Standing Broad Jump) ผลการศึกษาพบว่า การกระโดดแตะผนังที่ดัดแปลงใหม่มีค่าความเที่ยงตรง .989 และค่าความเชื่อมั่น .977 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นอกจากนั้นยังสามารถจัดดำเนินการทดสอบได้ประหยัดกว่า

การวิจัยในประเทศไทย

สมรรถชัย น้อยศิริ (2526 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อที่มีต่อความแม่นยำในการกระโดดยิงประตูบาสเกตบอล กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตชายชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พลศึกษา จำนวน 24 คน โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 12 คน คือ กลุ่มฝึกกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลอย่างเดียว และกลุ่มฝึกกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลควบคู่กับการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ทำการฝึกเป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ พุธ และศุกร์ ผลการศึกษาพบว่า การฝึกกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลอย่างเดียวและการฝึกกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลควบคู่กับการฝึกความแข็งแรง

ของกล้ามเนื้อ มีผลต่อความแม่นยำในการกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลไม่แตกต่างกัน แต่อย่างไรก็ตามการฝึกกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลอย่างเดียว และการฝึกกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลควบคู่กับการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อช่วยให้อัตราการเพิ่มความแม่นยำในการกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลสูงขึ้นทุกช่วง 2 สัปดาห์ นอกจากนี้ ในการฝึกกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลยังช่วยให้มีการพัฒนาด้านความแข็งแรงเพิ่มขึ้นทั้งกลุ่มที่ฝึกกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลอย่างเดียวและกลุ่มที่ฝึกกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลควบคู่กับการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ

พรสวรรค์ สรรภักดี (2527 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาค้นคว้าเรื่อง " ธรรมชาติความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาวอลเลย์บอลระดับวิทยาลัยพลศึกษา " กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักกีฬาวอลเลย์บอลชายและหญิง วิทยาลัยพลศึกษาทั่วประเทศ 17 แห่ง ปีการศึกษา 2527 เป็นนักกีฬาวอลเลย์บอลชาย 178 คน และหญิง 165 คน รวมจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 343 คน แบบทดสอบที่นำมาใช้เป็นแบบทดสอบวัดความสามารถในการกระโดดของชิมาซุ (Shimazu) ซึ่งมีรายการทดสอบอยู่ 2 รายการ คือ การกระโดดสกัดกั้นและการวิ่งกระโดด ผลการศึกษาพบว่า

1. ธรรมชาติความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาวอลเลย์บอลชายและหญิงทำได้สูงสุดเท่ากับ 83.5, 83.4 ต่ำสุดเท่ากับ 13.9 และ 0.4 ตามลำดับ
2. ธรรมชาติความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาวอลเลย์บอลชายและหญิงมีค่ามัธยฐานเลขคณิต 48.51, 29.58 และความเบี่ยงเบนมาตรฐาน 7.38 และ 7.16 ตามลำดับ
3. จำแนกตามเกณฑ์ความสามารถในการกระโดดเป็น 4 ระดับ คือ ดีมาก ดี ต่ำ และต่ำมาก ดังนี้

นักกีฬาวอลเลย์บอลชาย

ความสามารถ	ความสามารถในการกระโดด	ตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์	คะแนนที่
ดีมาก	72.0 ขึ้นไป	92.69 ขึ้นไป	65 ขึ้นไป
ดี	51.5 - 71.9	55.45 - 92.68	51 - 64
ต่ำ	28.4 - 51.4	8.69 - 55.44	36 - 50
ต่ำมาก	ต่ำมาก 28.4	ต่ำกว่า 8.96	ต่ำกว่า 36

นักกีฬาวอลเลย์บอลหญิง

ความสามารถ	ความสามารถในการกระโดด	ตำแหน่งเปอร์เซนต์ไทล์	คะแนนที่
ดีมาก	53.0 ขึ้นไป	93.33 ขึ้นไป	65 ขึ้นไป
ดี	29.5 - 52.9	55.16 - 93.32	51 - 64
ต่ำ	13.4 - 29.4	9.09 - 55.15	36 - 50
ต่ำมาก	ต่ำกว่า 13.4	ต่ำกว่า 9.09	ต่ำกว่า 36

พญ ช่างหล่อ (2529 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องดรชนีการกระโดดและทักษะวอลเลย์บอลของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา เป็นนักศึกษาชายและหญิงวิทยาลัยพลศึกษาเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2528 จำนวน 120 คน เป็นนักศึกษาชาย 60 คน และนักศึกษาหญิง 60 คน แบบทดสอบที่นำมาใช้เป็นแบบทดสอบดรชนีการกระโดดของซิมาสู ซึ่งมีรายการอยู่ 2 รายการ คือ การกระโดดสกัดกั้นและการวิ่งกระโดด แบบทดสอบของเฉลิมชัย บุญรักษ์ มีอยู่ 3 รายการ คือ การเล่นลูกสองมือกระทบผนัง การเตะชูลูก การเสิร์ฟ

ผลการศึกษาพบว่า

1. ดรชนีการกระโดดและทักษะวอลเลย์บอลของนักศึกษาชายและหญิงมีค่ามัธยฐานเลขคณิต 42.72, 27.57 และ 50.24, 49.92 ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน 16.33, 17.38 และ 6.42, 7.54 ตามลำดับ

2. ความสัมพันธ์ระหว่างดรชนีการกระโดดกับทักษะวอลเลย์บอลของนักศึกษาชายและหญิง ค่าความสัมพันธ์ .41, .32 ตามลำดับ

ยุทธนา คงรุ่งเรือง (2532 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาลักษณะการเคลื่อนไหวของการกระโดดยิงประตูบาสเกตบอล กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักศึกษาชาย คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ปีการศึกษา 2532 โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มตัวแทนนักกีฬาบาสเกตบอลตำแหน่งปีกและการ์ด จำนวน 10 คน และกลุ่มนักศึกษาที่กำลังเรียนวิชาผู้ฝึกและตัดสินกีฬาบาสเกตบอล จำนวน 10 คน รวมทั้งหมด 20 คน มาทำการทดสอบกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลคนละ 10 ครั้ง

ผลการศึกษาพบว่า

ลักษณะการเคลื่อนไหวของการกระโดดยิงประตูบาสเกตบอลที่ส่งผลสัมฤทธิ์ดีที่สุดของข้อมือคือ 145 - 149 องศา มุมของข้อศอกคือ 110 - 114 องศา มุมของหัวไหล่คือ 110 - 114 องศา มุมของลำตัวคือ 130 - 134 องศา มุมของข้อเท้าคือ 80 - 84 องศา มุมการเคลื่อนไหวของลูกบาสเกตบอลคือ 55 - 59 องศา

วีระ กัจฉปศิริพันธ์ (2536 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการกระโดดกับประสิทธิภาพในการตบวอลเลย์บอลของนักกีฬาหญิงระดับนักเรียนอาชีวะ พ.ศ.2535 โดยใช้วิธีการเจาะจงเลือกกลุ่มตัวอย่างจำนวน 48 คน ซึ่งเป็นนักกีฬาวอลเลย์บอลหญิงระดับนักเรียนอาชีวะ จาก 4 ประเทศ คือ ประเทศอินโดนีเซีย ประเทศมาเลเซีย ประเทศสิงคโปร์ และประเทศไทย ประเทศละ 12 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วยแบบทดสอบวัดความสามารถในการกระโดดของซิมาสู และแบบวัดความสามารถในการตบวอลเลย์บอลของผาณิต บิลมาศ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ผลการศึกษาพบว่า ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาวอลเลย์บอลหญิงระดับนักเรียนอาชีวะมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการตบวอลเลย์บอลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สรุปจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งต่างประเทศและในประเทศที่มีความเกี่ยวข้องกับเรื่องของ การกระโดดนั้นก็ได้มีผู้วิจัยหลายท่านที่ได้ทำการศึกษาถึงเรื่องของความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาประเภทต่าง ๆ รวมไปถึงการสร้างเกณฑ์มาตรฐานในการกระโดด การสร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับการกระโดด ซึ่งจากงานวิจัยหลาย ๆ เล่มก็ล้วนแล้วแต่ต้องการพัฒนาศักยภาพในการกระโดดของนักกีฬาด้วยกันทั้งสิ้น ซึ่งส่วนใหญ่ผลของการวิจัยก็ทำให้ได้ทราบถึงความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาและนำมาปรับปรุงให้นักกีฬาเกิดการพัฒนามากขึ้น ซึ่งผู้วิจัยเป็นผู้หนึ่งที่มีความสนใจในด้านกีฬาและชื่นชอบในกีฬาสเกตบอลจึงมีความสนใจที่จะศึกษาถึงความสามารถในการกระโดดของผู้เล่นสเกตบอล เนื่องจากว่ากีฬาสเกตบอลนั้นเป็นกีฬาชนิดหนึ่งที่จะต้องใช้การกระโดดและทักษะการกระโดดก็เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับกีฬาสเกตบอลมาก เพราะนอกจากจะใช้ในการกระโดดยิงประตู การกระโดดเข้าแย่งลูกสเกตบอล หรือแม้กระทั่งการกระโดดตามลูกสเกตบอลหลังการยิงประตูแล้ว ผู้เล่นสเกตบอลที่สามารถกระโดดได้สูงก็เป็นผู้ได้เปรียบในทุก ๆ ด้านของการแข่งขัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความสามารถในการกระโดดของผู้เล่นสเกตบอลในระดับวิทยาลัยพลศึกษา เพื่อที่จะไว้ใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาขีดความสามารถในการกระโดดของผู้เล่นสเกตบอลต่อไป

สมมุติฐานในการศึกษาค้นคว้า

1. ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาสเกตบอลชายกับนักศึกษายชายแตกต่างกัน
2. ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษานหญิงแตกต่างกัน

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เป็นตัวแทนของวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง ได้แก่ วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง และวิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาประจำปีการศึกษา 2541 เป็นนักกีฬาบาสเกตบอลชาย 60 คน และเป็นนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง 60 คน รวม 120 คน จากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชายและนักศึกษาหญิงระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพการศึกษาระดับสูง (พลศึกษา) ชั้นปีที่ 2 ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง ได้แก่ วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง และวิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ ประจำปีการศึกษา 2541 ที่ผ่านการเรียนวิชาบาสเกตบอลมาแล้ว จำนวนร้อยละ 50 จากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling)

ตาราง 1 แสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่าง

วิทยาลัย	นักกีฬาบาสเกตบอล		นักศึกษา		รวม
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	
พลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี	12	12	66	6	96
พลศึกษาจังหวัดชลบุรี	12	12	45	10	79
พลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร	12	12	24	4	52
พลศึกษาจังหวัดอ่างทอง	12	12	22	8	54
พลศึกษากรุงเทพ	12	12	68	12	104
รวม	60	60	225	40	385

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยใช้แบบทดสอบวัดความสามารถในการกระโดดของ ชิมาซุ (Shimazu. 1979 : 186-187) ซึ่งเป็นแบบทดสอบที่มีความเชื่อมั่นเท่ากับ .978 เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย รายการทดสอบ 2 รายการ คือ

1.1 การกระโดดสกัดกั้น (Blocking Jump)

1.2 การวิ่งกระโดด (Running Jump)

ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการทดสอบความเชื่อมั่นของแบบทดสอบดังกล่าวโดยการทดสอบซ้ำ (Test-retest Correlation Coefficient) จากกลุ่มทดสอบซึ่งเป็นนักกีฬาบาสเกตบอล และ นักศึกษาของวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดกระบี่ จำนวน 80 คน ปรากฏว่าแบบทดสอบทั้ง 2 รายการ มีความเชื่อมั่น .781 และ .835 ตามลำดับ

2. แบบทดสอบของ ชิมาซุ มีความเที่ยงตรงตามสภาพ ในการเล่นกีฬาบาสเกตบอลจะมี ทั้งการกระโดดสกัดกั้น (Blocking Jump) และการวิ่งกระโดด (Running Jump) เพื่อเข้าทำประตู

3. อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ

3.1 ฝานั่ง

3.2 ผงชอล์ก

3.3 กระดาษขาวสำหรับตีเส้น

3.4 เทปวัดระยะทาง

3.5 เครื่องมือวัดความสูงของการกระโดด

วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับอุปกรณ์ สถานที่และวิธีการทดสอบ

2. ขอนหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อขอความร่วมมือจากผู้อำนวยการวิทยาลัย พลศึกษาภาคกลาง ได้แก่ วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง และวิทยาลัยพลศึกษา กรุงเทพมหานคร เพื่อทำการทดสอบกับกลุ่มตัวอย่าง และขอใช้สถานที่ทำการทดสอบ

3. อธิบายและสาธิตวิธีการทดสอบแก่ผู้ช่วยในการทดสอบ เพื่อให้เข้าใจถึงวิธีการ ทดสอบ และรายละเอียดอื่น ๆ

4. การแต่งกายของผู้รับการทดสอบ ใช้ชุดฝึกพลศึกษาของวิทยาลัยพลศึกษา

5. ก่อนการทดสอบ ผู้วิจัยและผู้ช่วยทดสอบชี้แจงจุดประสงค์ของการทดสอบ และสถิติการทดสอบให้ผู้รับการทดสอบดูจนเป็นที่เข้าใจ
6. ทำการทดสอบในช่วงเวลา 15.00 - 17.00 นาฬิกา ตั้งแต่วันจันทร์ถึงวันศุกร์
7. ทำการทดสอบตามแบบ และวิธีการของแบบทดสอบวัดความสามารถในการกระโดด
8. จัดทำใบบันทึกผลการทดสอบ ของผู้เข้ารับการทดสอบเป็นรายบุคคล เมื่อได้ข้อมูลแล้วนำมาบันทึกในใบบันทึกรวม เพื่อหาค่าสถิติและทำการวิเคราะห์

วิธีจัดการกับข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง
2. หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความสามารถในการกระโดดของนักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง
3. หาความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง โดยใช้ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็นเกณฑ์ในการแบ่งระดับความสามารถในการกระโดดออกเป็น 5 ระดับ คือ ดีมาก ดี ปานกลาง พอใช้ และควรปรับปรุง
4. หาความสามารถในการกระโดดของนักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง โดยใช้ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็นเกณฑ์ในการแบ่งระดับความสามารถในการกระโดดออกเป็น 5 ระดับ คือ ดีมาก ดี ปานกลาง พอใช้ และควรปรับปรุง
5. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ความสามารถในการกระโดด ของนักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชาย โดยใช้สถิติที (t-test Independent) ที่ระดับนัยสำคัญ .01
6. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ความสามารถในการกระโดด ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษาหญิง โดยใช้สถิติที (t-test Independent) ที่ระดับนัยสำคัญ .01

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า

การศึกษาเรื่อง ความสามารถในการกระโดดของผู้เล่นบาสเกตบอลในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง ทำการวิเคราะห์ข้อมูลและเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์เป็นตัวอักษรเพื่อใช้ในการคำนวณ ดังนี้

$\bar{X}$ แทน ค่าเฉลี่ย

S.D. แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

t แทน ค่าสถิติที

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง
2. หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความสามารถในการกระโดดของนักศึกษาชายและนักศึกษานหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง
3. หาศวามสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง โดยใช้ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็นเกณฑ์ในการแบ่งระดับความสามารถในการกระโดดออกเป็น 5 ระดับ คือ ดีมาก ดี ปานกลาง พอใช้ และควรปรับปรุง
4. หาศวามสามารถในการกระโดดของนักศึกษาชายและนักศึกษานหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง โดยใช้ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็นเกณฑ์ในการแบ่งระดับความสามารถในการกระโดดออกเป็น 5 ระดับ คือ ดีมาก ดี ปานกลาง พอใช้ และควรปรับปรุง
5. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ศวามสามารถในการกระโดด ของนักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชาย โดยใช้สถิติที (t-test Independent) ที่ระดับนัยสำคัญ .01

6. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ความสามารถในการกระโดด ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษานหญิง โดยใช้สถิติที (t-test Independent) ที่ระดับนัยสำคัญ .01

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชาย นักกีฬาบาสเกตบอลหญิง และนักศึกษาชาย นักศึกษาหญิง

ตาราง 2 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง

กลุ่มตัวอย่าง	การกระโดดสถิตกัน		การวิ่งกระโดด		ความสามารถในการกระโดด	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
นักกีฬาบาสเกตบอลชาย	48.77	11.26	71.05	7.19	119.82	18.45
นักกีฬาบาสเกตบอลหญิง	31.75	5.82	40.10	4.70	71.85	10.52

จากตาราง 2 แสดงว่า

จากการทดสอบการกระโดดสถิตกัน พบว่า นักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าเฉลี่ย 48.77 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 11.26 เซนติเมตร

จากการทดสอบการกระโดดสถิตกัน พบว่า นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าเฉลี่ย 31.75 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.82 เซนติเมตร

จากการทดสอบการวิ่งกระโดด พบว่า นักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าเฉลี่ย 71.05 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 7.19 เซนติเมตร

จากการทดสอบการวิ่งกระโดด พบว่า นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าเฉลี่ย 40.10 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.70 เซนติเมตร

จากการทดสอบความสามารถในการกระโดด พบว่า นักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าเฉลี่ย 119.82 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 18.45 เซนติเมตร

จากการทดสอบความสามารถในการกระโดด พบว่า นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าเฉลี่ย 71.85 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 10.52 เซนติเมตร

ตาราง 3 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสามารถในการกระโดด
ของนักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง

กลุ่มตัวอย่าง	การกระโดดสกดกั้น		การวิ่งกระโดด		ความสามารถในการกระโดด	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
นักศึกษาชาย	44.64	9.33	54.27	10.07	98.91	19.40
นักศึกษาหญิง	28.95	6.33	33.30	7.22	62.25	13.55

จากตาราง 3 แสดงว่า

จากการทดสอบการกระโดดสกดกั้น พบว่า นักศึกษาชายมีค่าเฉลี่ย 44.64 เซนติเมตร
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 9.33 เซนติเมตร

จากการทดสอบการกระโดดสกดกั้น พบว่า นักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ย 28.95
เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.33 เซนติเมตร

จากการทดสอบการวิ่งกระโดด พบว่า นักศึกษาชายมีค่าเฉลี่ย 54.27 เซนติเมตร
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 10.07 เซนติเมตร

จากการทดสอบการวิ่งกระโดด พบว่า นักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ย 33.30 เซนติเมตร
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 7.22 เซนติเมตร

จากการทดสอบความสามารถในการกระโดด พบว่า นักศึกษาชายมีค่าเฉลี่ย
98.91 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 19.40 เซนติเมตร

จากการทดสอบความสามารถในการกระโดด พบว่า นักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ย
62.25 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 13.55 เซนติเมตร

2. ระดับความสามารถในการกระโดดสำหรับนักกีฬาบาสเกตบอลชาย นักกีฬาบาสเกตบอลหญิง และนักศึกษาชาย นักศึกษาหญิง แบ่งระดับความสามารถในการกระโดดออกเป็น 5 ระดับ คือ ดีมาก ดี ปานกลาง พอใช้ และควรปรับปรุง

ตาราง 4 แสดงระดับความสามารถในการกระโดดสำหรับนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง

ระดับความสามารถ	การกระโดดสถิตกัน		การวิ่งกระโดด		ความสามารถในการกระโดด	
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง
ดีมาก	65.57 ขึ้นไป	40.48 ขึ้นไป	81.84 ขึ้นไป	47.15 ขึ้นไป	147.49 ขึ้นไป	87.63 ขึ้นไป
ดี	54.31-65.57	34.67-40.48	74.64-81.84	42.46-47.15	129.05-147.49	77.12-87.63
ปานกลาง	43.14-54.30	28.84-34.66	67.45-74.65	37.75-42.25	110.59-129.04	66.59-77.11
พอใช้	31.88-43.13	23.02-28.83	60.26-67.44	33.05-37.74	92.14-110.58	56.04-66.58
ควรปรับปรุง	ต่ำกว่า 31.88	ต่ำกว่า 23.02	ต่ำกว่า 60.26	ต่ำกว่า 33.05	ต่ำกว่า 92.14	ต่ำกว่า 56.04

จากตาราง 4 แสดงว่า

ระดับความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง มีดังนี้

การกระโดดสถิตกันของนักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าต่ำกว่า 31.88 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 65.57 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

การกระโดดสถิตกันของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าต่ำกว่า 23.02 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 40.48 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

การวิ่งกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าต่ำกว่า 60.26 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 81.84 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

การวิ่งกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าต่ำกว่า 33.05 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 47.15 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าต่ำกว่า 92.14 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 147.49 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าต่ำกว่า 56.04 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 87.63 ขึ้นไป ดีมาก

ตาราง 5 แสดงระดับความสามารถในการกระโดดสำหรับนักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง

ระดับความสามารถ	การกระโดดสกดักัน		การวิ่งกระโดด		ความสามารถในการกระโดด	
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง
ดีมาก	58.64 ขึ้นไป	38.45 ขึ้นไป	69.38 ขึ้นไป	44.13 ขึ้นไป	128.01 ขึ้นไป	82.57 ขึ้นไป
ดี	49.32-58.64	32.13-38.45	59.32-69.38	36-92-44.13	108.62-128.01	69.03-82.57
ปานกลาง	37.97-49.31	25.75-32.12	49.23-59.31	29.29-36.91	89.21-108.61	55.47-69.20
พอใช้	28.64-37.96	19.45-25.74	39.16-49.22	22.07-29.28	69.81-89.20	41.92-55.46
ควรปรับปรุง	ต่ำกว่า 28.64	ต่ำกว่า 19.45	ต่ำกว่า 39.16	ต่ำกว่า 22.07	ต่ำกว่า 69.81	ต่ำกว่า 41.92

จากตาราง 5 แสดงว่า

ระดับความสามารถในการกระโดดของนักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง มีดังนี้

การกระโดดสกดักันของนักศึกษาชายมีค่าต่ำกว่า 28.64 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 58.64 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

การกระโดดสกดักันของนักศึกษาหญิงมีค่าต่ำกว่า 19.45 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 38.45 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

การวิ่งกระโดดของนักศึกษาชายมีค่าต่ำกว่า 39.16 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 69.38 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

การวิ่งกระโดดของนักศึกษาหญิงมีค่าต่ำกว่า 22.07 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 44.13 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

ความสามารถในการกระโดดของนักศึกษาชายต่ำกว่า 69.81 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 128.01 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

ความสามารถในการกระโดดของนักศึกษาหญิงต่ำกว่า 41.92 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 82.57 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬา
บาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชาย และนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษาหญิง

ตาราง 6 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความสามารถในการกระโดดของ
นักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชาย

รายการ	กลุ่มตัวอย่าง	$\bar{X}$	t
การกระโดดสกดกั้น	นักกีฬาบาสเกตบอลชาย	48.76	2.91**
	นักศึกษาชาย	44.64	
การวิ่งกระโดด	นักกีฬาบาสเกตบอลชาย	71.05	12.10**
	นักศึกษาชาย	54.27	
ความสามารถในการกระโดด	นักกีฬาบาสเกตบอลชาย	119.82	13.11**
	นักศึกษาชาย	98.91	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01, $t(.01; df 59) = 2.39$

จากตาราง 6 แสดงว่า

ความสามารถในการกระโดดสกดกั้นของนักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชาย
มีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าเฉลี่ย
สูงกว่า

ความสามารถในการวิ่งกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชายมีค่าเฉลี่ย
แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าเฉลี่ยสูงกว่า

ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชายมีค่าเฉลี่ย
แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักกีฬาบาสเกตบอลชายมีผลรวมของ
ค่าเฉลี่ยสูงกว่า

ตาราง 7 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความสามารถในการกระโดดของ
นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษาหญิง

รายการ	กลุ่มตัวอย่าง	$\bar{X}$	t
การกระโดดสกัดกั้น	นักกีฬาบาสเกตบอลหญิง	31.75	2.44**
	นักศึกษาหญิง	28.95	
การวิ่งกระโดด	นักกีฬาบาสเกตบอลหญิง	40.10	5.26**
	นักศึกษาหญิง	33.30	
ความสามารถในการกระโดด	นักกีฬาบาสเกตบอลหญิง	71.85	7.11**
	นักศึกษาหญิง	62.25	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01, $t (.01; df 59) = 2.39$

จากตาราง 7 แสดงว่า

ความสามารถในการกระโดดสกัดกั้นของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษาหญิง
มีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง
มีค่าเฉลี่ยสูงกว่า

ความสามารถในการวิ่งกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษาหญิง
มีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง
มีค่าเฉลี่ยสูงกว่า

ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ย
แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีผลรวมของ
ค่าเฉลี่ยสูงกว่า

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อทราบความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง
2. เพื่อทราบความสามารถในการกระโดดของนักศึกษาชายและนักศึกษานหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง
3. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชาย และนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษานหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เป็นตัวแทนของวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง ได้แก่ วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง และวิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาวินิจฉัยพลศึกษาประจำปีการศึกษา 2541 เป็นนักกีฬาบาสเกตบอลชาย 60 คน และเป็นนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง 60 คน รวม 120 คน จากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชายและนักศึกษานหญิงระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพการศึกษาระดับสูง (พลศึกษา) ชั้นปีที่ 2 ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง ได้แก่ วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง และวิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ ประจำปีการศึกษา 2541 ที่ผ่านการเรียนวิชาบาสเกตบอลมาแล้ว จำนวนร้อยละ 50 จากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยใช้แบบทดสอบวัดความสามารถในการกระโดดของ ชิมาซุ (Shimazu. 1979 : 186 -187) ซึ่งเป็นแบบทดสอบที่มีความเชื่อมั่นเท่ากับ .978 เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย รายการทดสอบ 2 รายการ คือ
 - 1.1 การกระโดดสกัดกั้น (Blocking Jump)
 - 1.2 การวิ่งกระโดด (Running Jump)
2. แบบทดสอบของ ชิมาซุมีความเที่ยงตรงตามสภาพ ในการเล่นกีฬาบาสเกตบอลจะมีทั้งการกระโดดสกัดกั้น (Blocking Jump) และการวิ่งกระโดด (Running Jump) เพื่อเข้าทำประตู
3. อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ
 - 3.1 ฝานั่ง
 - 3.2 ผงชอล์ก
 - 3.3 กระดาษขาวสำหรับตีเส้น
 - 3.4 เทปวัดระยะทาง
 - 3.5 เครื่องมือวัดความสูงของการกระโดด

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความสามารถในการกระโดดของ นักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง
2. หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความสามารถในการกระโดดของ นักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง
3. หาศักยภาพในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง โดยใช้ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็นเกณฑ์ในการแบ่งระดับความสามารถในการกระโดดออกเป็น 5 ระดับ คือ ดีมาก ดี ปานกลาง พอใช้ และควรปรับปรุง
4. หาศักยภาพในการกระโดดของนักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง โดยใช้ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็นเกณฑ์ในการแบ่งระดับความสามารถในการกระโดดออกเป็น 5 ระดับ คือ ดีมาก ดี ปานกลาง พอใช้ และควรปรับปรุง
5. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ศักยภาพในการกระโดด ของนักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชาย โดยใช้สถิติที (t-test Independent) ที่ระดับนัยสำคัญ .01

6. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ความสามารถในการกระโดด ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษานวญิง โดยใช้สถิติที (t-test Independent) ที่ระดับนัยสำคัญ .01

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. ผลการหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชาย นักกีฬาบาสเกตบอลหญิง และนักศึกษาชาย นักศึกษานวญิง

1.1 จากการทดสอบการกระโดดสัดักัน พบว่า นักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าเฉลี่ย 48.77 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 11.26 เซนติเมตร

1.2 จากการทดสอบการกระโดดสัดักัน พบว่า นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าเฉลี่ย 31.75 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.82 เซนติเมตร

1.3 จากการทดสอบการวิ่งกระโดด พบว่า นักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าเฉลี่ย 71.05 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 7.19 เซนติเมตร

1.4 จากการทดสอบการวิ่งกระโดด พบว่า นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าเฉลี่ย 40.10 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.70 เซนติเมตร

1.5 จากการทดสอบความสามารถในการกระโดด พบว่า นักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าเฉลี่ย 119.82 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 18.45 เซนติเมตร

1.6 จากการทดสอบความสามารถในการกระโดด พบว่า นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าเฉลี่ย 71.85 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 10.52 เซนติเมตร

1.7 จากการทดสอบการกระโดดสัดักัน พบว่า นักศึกษาชายมีค่าเฉลี่ย 44.64 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 9.33 เซนติเมตร

1.8 จากการทดสอบการกระโดดสัดักัน พบว่า นักศึกษานวญิงมีค่าเฉลี่ย 28.95 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.33 เซนติเมตร

1.9 จากการทดสอบการวิ่งกระโดด พบว่า นักศึกษาชายมีค่าเฉลี่ย 54.27 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 10.07 เซนติเมตร

1.10 จากการทดสอบการวิ่งกระโดด พบว่า นักศึกษานวญิงมีค่าเฉลี่ย 33.30 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 7.22 เซนติเมตร

1.11 จากการทดสอบความสามารถในการกระโดด พบว่า นักศึกษาชายมีค่าเฉลี่ย 98.91 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 19.40 เซนติเมตร

1.12 จากการทดสอบความสามารถในการกระโดด พบว่า นักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ย 62.25 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 13.55 เซนติเมตร

2. ระดับความสามารถในการกระโดดสำหรับนักกีฬาบาสเกตบอลชาย นักกีฬาบาสเกตบอลหญิง และนักศึกษาชาย นักศึกษาหญิง แบ่งระดับความสามารถในการกระโดดออกเป็น 5 ระดับ คือ ดีมาก ดี ปานกลาง พอใช้ และควรปรับปรุง

2.1 ระดับความสามารถในการกระโดดสำหรับนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง มีดังนี้

การกระโดดสัดกันของนักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าต่ำกว่า 31.88 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 65.57 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

การกระโดดสัดกันของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าต่ำกว่า 23.02 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 40.48 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

การวิ่งกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าต่ำกว่า 60.25 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 81.84 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

การวิ่งกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าต่ำกว่า 33.05 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 47.15 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

2.2 ระดับความสามารถในการกระโดดสำหรับนักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง มีดังนี้

การกระโดดสัดกันของนักศึกษาชายมีค่าต่ำกว่า 28.64 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 58.64 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

การกระโดดสัดกันของนักศึกษาหญิงมีค่าต่ำกว่า 19.45 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 38.45 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

การวิ่งกระโดดของนักศึกษาชายมีค่าต่ำกว่า 39.16 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 69.38 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

การวิ่งกระโดดของนักศึกษาหญิงมีค่าต่ำกว่า 22.07 เซนติเมตร ควรปรับปรุง และ 44.13 เซนติเมตร ขึ้นไป ดีมาก

3. ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ความสามารถในการกระโดดของ นักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชาย และนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษาหญิง

3.1 ความสามารถในการกระโดดสกัดกั้นของนักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชายมีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าเฉลี่ยสูงกว่า

3.2 ความสามารถในการวิ่งกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชายมีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าเฉลี่ยสูงกว่า

3.3 ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชายมีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักกีฬาบาสเกตบอลชายมีผลรวมของค่าเฉลี่ยสูงกว่า

3.4 ความสามารถในการกระโดดสกัดกั้นของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าเฉลี่ยสูงกว่า

3.5 ความสามารถในการวิ่งกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าเฉลี่ยสูงกว่า

3.6 ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีผลรวมของค่าเฉลี่ยสูงกว่า

อภิปรายผล

ความสามารถในการกระโดดของผู้เล่นบาสเกตบอลในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลางพบว่า ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าเฉลี่ยสูงกว่า ความสามารถในการกระโดดของนักศึกษาชายและนักศึกษาหญิง โดยนักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าเฉลี่ยของการกระโดดสกัดกั้นเท่ากับ 48.77 เซนติเมตร การวิ่งกระโดดเท่ากับ 71.05 เซนติเมตร และความสามารถในการกระโดดเท่ากับ 119.82 เซนติเมตร นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าเฉลี่ยของการกระโดดสกัดกั้นเท่ากับ 31.75 เซนติเมตร การวิ่งกระโดด

เท่ากับ 40.10 เซนติเมตร และความสามารถในการกระโดดเท่ากับ 71.85 เซนติเมตร ส่วนนักศึกษาชายมีค่าเฉลี่ยของการกระโดดสกัดกันเท่ากับ 44.64 เซนติเมตร การวิ่งกระโดดเท่ากับ 54.27 เซนติเมตร และความสามารถในการกระโดดเท่ากับ 98.91 เซนติเมตร นักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ยของการกระโดดสกัดกันเท่ากับ 28.95 เซนติเมตร การวิ่งกระโดดเท่ากับ 33.30 เซนติเมตร และความสามารถในการกระโดดเท่ากับ 62.25 เซนติเมตร เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยของนักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชาย และนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษาหญิงมาเปรียบเทียบกันจะเห็นได้ว่าความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชาย นักกีฬาบาสเกตบอลหญิง และนักศึกษาชาย นักศึกษาหญิง มีความแตกต่างกันโดยนักกีฬาบาสเกตบอลชาย นักกีฬาบาสเกตบอลหญิง จะมีค่าเฉลี่ยสูงกว่า นักศึกษาชาย นักศึกษาหญิง อาจเป็นเพราะว่า นักกีฬาบาสเกตบอลมีการฝึกฝนมากกว่า ทั้งทางด้านทักษะ และความสามารถเฉพาะตัว อีกทั้งนักกีฬาบาสเกตบอลมีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมากกว่านักศึกษาทั่วไปอันเป็นผลมาจากการฝึกซ้อมของตัวนักกีฬาเอง ซึ่งสอดคล้องกับ สมรรถชัย น้อยศิริ (2526 : บทคัดย่อ) กล่าวว่า การฝึกกระโดดยิงประตูทุกวันช่วยพัฒนาให้เกิดความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ทั้งนี้จะเห็นได้ว่านักกีฬาบาสเกตบอลต้องมีการฝึกยิงประตูเป็นประจำและจากการฝึกยิงประตูนี้เองทำให้เกิดความแข็งแรงของกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้น จึงทำให้นักกีฬาบาสเกตบอลมีความสามารถในการกระโดดสูงกว่านักศึกษาทั่วไป ซึ่งสอดคล้องกับ พยุ่ง ช่างหล่อ (2529 : 50) ซึ่งได้ทำการศึกษาเรื่องดรชนี้การกระโดดในวอลเลย์บอลและทักษะวอลเลย์บอลของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา พบว่า ดรชนี้ในการกระโดดเป็นองค์ประกอบอย่างหนึ่งที่ใช้ในการเล่นวอลเลย์บอลและมีความสัมพันธ์กับการเล่นวอลเลย์บอลดังจะเห็นได้จากค่าความสัมพันธ์ ระหว่างดรชนี้การกระโดดกับทักษะวอลเลย์บอลมีความสัมพันธ์กันสูง แสดงว่า นักศึกษาที่มีดรชนี้การกระโดดสูง ก็จะมีทักษะวอลเลย์บอลสูง ส่วนผู้ที่มีดรชนี้การกระโดดต่ำ ก็จะมีทักษะวอลเลย์บอลต่ำ นอกจากนี้ ทิพา ธรรมสถิตย์ (2529 : 49-53) กล่าวว่า แบบทดสอบความสามารถในการกระโดดครั้งที่หนึ่งมีความสัมพันธ์กับครั้งที่สอง ผู้ที่ทำคะแนนความสามารถในการกระโดดครั้งที่หนึ่งได้สูง ก็จะทำคะแนนในการกระโดดครั้งที่สองได้สูงเช่นเดียวกัน ส่วนผู้ที่ทำคะแนนในการกระโดดครั้งที่หนึ่งได้ต่ำ ก็จะทำคะแนนกระโดดในครั้งที่สองได้ต่ำเช่นเดียวกัน และนอกจากนี้ยังพบว่าปัจจัยของความสามารถในการกระโดดยังขึ้นอยู่กับ ขนาดของรูปร่าง ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ส่วนสูง การฝึกฝน รวมไปถึงความสามารถเฉพาะตำแหน่งอีกด้วย

จากผลการศึกษาจะเห็นได้ว่าความสามารถในการกระโดดมีความสำคัญมากในการเล่นกีฬาไม่ใช่เพียงแต่ในกีฬาบาสเกตบอลเท่านั้น กีฬาประเภทอื่น เช่น วอลเลย์บอลก็จำเป็นต้องใช้

ทักษะในการกระโดด และความสามารถในการกระโดดก็เป็นสิ่งที่จำเป็นในการเล่นกีฬาเป็นอย่างมากจะขาดเลยมิได้ ดังจะเห็นได้จากผลการศึกษาและเปรียบเทียบกับกีฬาประเภทอื่นความสามารถในการกระโดดจะมีความสัมพันธ์กับการเล่นกีฬาและผลของการแข่งขัน คือ นักกีฬาที่มีความสามารถในการกระโดดสูงย่อมประสบความสำเร็จในการแข่งขันได้อันดับดี และในขณะเดียวกันนักกีฬาที่มีความสามารถในการกระโดดต่ำจะมีผลการแข่งขันได้อันดับไม่ดี

ข้อเสนอแนะ

1. ควรศึกษาความสามารถในการกระโดดของนักเรียนในระดับอื่น ๆ อีกนอกเหนือจากในระดับวิทยาลัยพลศึกษา
2. ควรนำผลการศึกษาในครั้งนี้ไปพัฒนาความสามารถในการกระโดดของผู้เล่นบาสเกตบอลในวิทยาลัยพลศึกษาต่อไป

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- ชวาล แพรัตกุล. เทคนิคการวัดผล. พิมพ์ครั้งที่3. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์วัฒนาพานิช, 2516.
- ทิพา ธรรมสถิตย์. เกณฑ์ปกติของดรรชนีความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาวอลเลย์บอลหญิงในเอเชีย. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529. อัดสำเนา.
- ธงชัย เจริญทรัพย์มณี. บาทเกตบอล 1. ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2538.
- ผาณิต บิลมาศ. การทดสอบและการประเมินผลพลศึกษา. พิมพ์ครั้งที่3. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526.
- _____. การวัดทักษะกีฬา. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530.
- พรสวรรค์ สระภักดี. ดรรชนีความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาวอลเลย์บอลระดับวิทยาลัยพลศึกษา. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2527. อัดสำเนา.
- พยุ่ง ช่างหล่อ. ดรรชนีความสามารถในการกระโดดและทักษะวอลเลย์บอลของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา. ปรินญานิพนธ์ กศ. ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529. อัดสำเนา.
- ฟอง เกิดแก้ว. การกีฬา. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, 2534.
- ยุทธนา คงรุ่งเรือง. การศึกษาลักษณะการเคลื่อนไหวของการกระโดดยิงประตูบาสเกตบอล. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2532. อัดสำเนา.
- รัตนา วัฒนกุล. การสำรวจความคิดเห็นของนักเรียนฝึกหัดครู ป.กศ. สูง ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยาและธนบุรีที่มีต่อการเรียนพลศึกษา. วิทยานิพนธ์ คม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2508. อัดสำเนา.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. หลักและวิธีการสอนพลศึกษา. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2523.
- วิริยา บุญชัย. การทดสอบและการประเมินผลพลศึกษา. พิมพ์ครั้งที่2. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2529.
- วีระ กัจฉปดิรินทร์. ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการกระโดดกับประสิทธิภาพในการตบวอลเลย์บอลของนักกีฬาหญิงระดับนักเรียนอาชีวศึกษา พ.ศ.2535. ปรินญานิพนธ์ กศ. ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2536. อัดสำเนา.

ศึกษาธิการ, กระทรวง. เอกสารประกอบการอบรมเพื่อพัฒนาคณะกรรมการโรงเรียนโครงการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์. 2520.

สมรรถชัย น้อยศิริ. ผลของการฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อที่มีต่อความแม่นยำในการกระโดดยิงประตูบาสเกตบอล. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526. อัดสำเนา.

สมเกียรติ อักษรถึง. เทคนิคการฝึกกีฬาบาสเกตบอล. ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2532.

ส่งเสริมกีฬาแห่งประเทศไทย, องค์การ. ตำราวอลเลย์บอล. 2524.

สุนทร ภายประจักษ์. การเล่นบาสเกตบอลระดับโลก. กรุงเทพฯ : พิมพ์ครั้งที่ 1, 2536.

อนันต์ อัดชู. การศึกษาประมวลการสอนและปัญหาการสอนวิชาพลศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นของโรงเรียนรัฐบาลในภาคการศึกษาที่ 1. วิทยานิพนธ์ คม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2511. อัดสำเนา.

Gray, R.K. , K.B. Start and D.J. Glencross. " A Useful Modification of the Vertical Power Jump," Research Quarterly. 33 : 230 - 235 ; May, 1962.

Hey, John Philip " Effect of Weight Training upon The Accuracy of Basketball Jump Shooting," Dissertation Abstracts International. 33 : 606 A ; August, 1972.

Johnson, Barry L. And Jack K. Nelson. Practical Measurement for Evaluation in Physical Education. 5 th ed. New York : Macmillan Publishing, 1986.

Klissouras, Vassilis and Peter V.Karpovich. Elecfrogonicmetric Study of jumping events. The research Quartely. 38 : 41 - 48 ; March, 1972.

Metcalf, Robert Leo " Tranfer of Training effect Basketball Shooting practice on free throw shooting accuracy," Dissertation Abstracts International. 32 : 5023 - A ; March, 1972.

Morehousekine, Lourence E. and John M. Cooper. Kinesiology. ST. Louis : The C.V. Mosby Company, 1956.

Shimazu, Daisen. " World Men and Women Volleyball Jump Index (VJI)," In Championship Volleyball. West Poiny, N.Y. : Leisure Press, 1979.

Willgoose, Care E. Evaluation in Health Education and Physical Education. New York : Mc Graw - Hill, Book Company, Inc., 1961.

ภาคผนวก

แบบทดสอบความสามารถในการกระโดด

คำชี้แจง

การเริ่มการทดสอบ ผู้รับการทดสอบทุกคนทำการอบอุ่นร่างกาย 5 นาที โดยการบริหารร่างกายและกล้ามเนื้อส่วนที่ใช้ในการกระโดด ทั้งนี้เพื่อเป็นการป้องกันการบาดเจ็บ

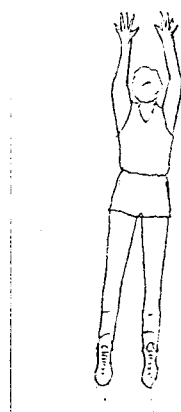
รายละเอียดแบบทดสอบวัดความสามารถในการกระโดด

ประกอบด้วยแบบทดสอบ 2 รายการ ดังนี้ คือ

1. แบบทดสอบการกระโดดสกัดกั้น (Blocking Jump)
2. แบบทดสอบการวิ่งกระโดด (Running Jump)

รายละเอียดของแบบทดสอบแต่ละรายการมีดังนี้

1. แบบทดสอบการกระโดดสกัดกัน (Blocking Jump)



วิธีปฏิบัติ

1. ผู้รับการทดสอบเอาปลายนิ้วมือทั้งสองข้างแตะผงซอลัก ยื่นหันหน้าให้ปลายเท้าทั้งสองข้างชิดผนัง หรืออุปกรณ์การทดสอบ เขยียดแขนขึ้นให้ปลายนิ้วมือทั้งสองข้างแตะที่ผนัง บันทึกความสูงของผู้รับการทดสอบจากพื้นถึงปลายนิ้วมือ
2. ผู้รับการทดสอบกระโดดแตะผนังด้วยปลายนิ้วมือทั้งสองข้าง ในลักษณะของการกระโดดสกัดกัน (Blocking Jump) กระโดดให้สูงที่สุดเท่าที่ทำได้

ระเบียบการทดสอบ

1. สามารถก้าวเท้าได้ 1 - 3 ก้าวก่อนกระโดดแตะผนัง
2. กระโดดแตะผนังด้วยปลายนิ้วมือทั้งสองข้าง
3. กระโดดแตะผนังติดต่อกัน 3 ครั้ง ต่อเนื่องกัน

การคิดคะแนน

คิดคะแนนจากผลของการกระโดดที่สูงที่สุด โดยวัดความสูงจากพื้นถึงปลายนิ้วมือ หน่วยของการวัดเป็นเซนติเมตร

2. แบบทดสอบการวิ่งกระโดด (Running Jump)



วิธีปฏิบัติ

1. ผู้รับการทดสอบเอาปลายนิ้วมือข้างที่ถนัดแตะผงชอล์กเพียงข้างเดียว ยืนหันหน้าให้ปลายเท้าทั้งสองข้างชิดผนัง หรืออุปกรณ์การทดสอบ เขยียดแขนขึ้นให้ปลายนิ้วมือข้างที่ถนัดแตะที่ผนัง บันทึกความสูงของผู้รับการทดสอบจากพื้นถึงปลายนิ้วมือ หน่วยการวัดเป็นเซนติเมตร
2. ผู้รับการทดสอบก้าวเท้า 2 - 3 ก้าว ก่อนกระโดดแตะผนังด้วยปลายนิ้วมือข้างที่ถนัดเพียงข้างเดียว ให้สูงที่สุดเท่าที่ทำได้

ระเบียบการทดสอบ

1. ก้าวเท้า 2 - 3 ก้าวก่อนการกระโดดแตะผนัง
2. กระโดดแตะผนังด้วยปลายนิ้วมือข้างที่ถนัดเพียงข้างเดียว
3. กระโดดแตะผนังติดต่อกัน 3 ครั้ง ต่อเนื่องกัน

การคิดคะแนน

คิดคะแนนจากผลการกระโดดที่สูงที่สุด โดยวัดความสูงจากพื้นถึงปลายนิ้วมือ หน่วยของการวัดเป็นเซนติเมตร

ใบบันทึกความสามารถในการกระโดด
ของผู้เล่นบาสเกตบอล วิทยาลัยพลศึกษา.....

ชื่อ เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
ทำการทดสอบวันที่ เดือน พ.ศ. 2540
ความถนัด ☐ มือขวา ☐ มือซ้าย
ผู้ทดสอบ

ความสูง เซนติเมตร
น้ำหนัก กิโลกรัม

	ความสูงก่อนการกระโดด	ความสามารถในการกระโดด		
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3
การกระโดดสกดก้น				
การวิ่งกระโดด				

การคิดคะแนน (สำหรับผู้วิจัย)

ความสูงของการกระโดดสกดก้น	 เซนติเมตร
ความสูงของการวิ่งกระโดด	 เซนติเมตร
ความสามารถในการกระโดด	 เซนติเมตร

ตาราง 8 แสดงคะแนนความสามารถในการกระโดดสกดักันและการวิ่งกระโดดของนักกีฬา
 บาสเกตบอลชาย

อันดับที่	กระโดดสกดักัน	วิ่งกระโดด	อันดับที่	กระโดดสกดักัน	วิ่งกระโดด
1	55	75	31	42	75
2	57	76	32	50	78
3	45	76	33	56	79
4	50	70	34	50	71
5	55	68	35	56	70
6	45	66	36	47	70
7	35	58	37	59	81
8	38	60	38	69	71
9	40	67	39	65	69
10	53	70	40	68	73
11	60	80	41	60	71
12	57	79	42	45	56
13	50	80	43	50	55
14	46	70	44	56	70
15	56	80	45	58	69
16	61	84	46	50	58
17	65	87	47	55	65
18	56	79	48	54	62
19	70	89	49	40	67
20	60	82	50	35	69
21	57	80	51	36	65
22	55	78	52	32	65
23	46	70	53	40	70
24	45	68	54	42	75
25	45	70	55	38	69
26	35	67	56	35	70
27	33	65	57	36	70
28	36	68	58	32	68
29	37	69	59	33	65
30	38	70	60	34	66

ตาราง 9 แสดงคะแนนความสามารถในการกระโดดสกดักันและการวิ่งกระโดดของนักกีฬา
 บาสเกตบอลหญิง

อันดับที่	กระโดดสกดักัน	วิ่งกระโดด	อันดับที่	กระโดดสกดักัน	วิ่งกระโดด
1	36	38	30	26	38
2	39	45	31	36	42
3	38	40	33	27	38
4	40	45	34	30	33
5	37	39	35	27	39
6	38	42	36	26	37
7	45	52	37	42	49
8	45	53	38	39	36
9	35	37	39	30	35
10	40	46	40	35	40
11	29	35	41	33	40
12	33	40	42	30	40
13	39	45	43	29	38
14	38	45	44	42	49
15	35	44	45	35	43
16	35	43	46	37	45
17	30	40	47	41	49
18	32	40	48	27	35
19	29	40	49	26	34
20	28	37	50	30	38
21	27	35	51	28	37
22	26	35	52	29	36
23	29	38	53	23	35
24	30	39	54	22	34
25	26	40	55	27	46
26	28	37	56	28	36
27	25	25	57	25	40
28	24	35	58	29	39
29	26	38	59	27	38
30	27	39	60	28	36

ตาราง 10 แสดงคะแนนความสามารถในการกระโดดสกดก้นและการวิ่งกระโดดของนักศึกษายาย

อันดับที่	กระโดดสกดก้น	วิ่งกระโดด	อันดับที่	กระโดดสกดก้น	วิ่งกระโดด	อันดับที่	กระโดดสกดก้น	วิ่งกระโดด
1	47	51	26	32	46	51	40	48
2	40	62	27	38	49	52	49	56
3	44	59	28	40	49	53	41	49
4	43	55	29	42	51	54	30	44
5	39	46	30	34	45	55	40	48
6	40	50	31	49	96	56	61	76
7	43	59	32	37	43	57	47	77
8	44	50	33	60	68	58	24	37
9	45	51	34	47	67	59	45	57
10	41	49	35	29	37	60	49	55
11	47	58	36	36	41	61	39	46
12	42	51	37	38	44	62	35	40
13	47	62	38	56	62	63	60	67
14	49	55	39	33	41	64	46	55
15	47	56	40	37	54	65	32	39
16	42	55	41	39	45	66	46	52
17	45	50	42	50	56	67	44	49
18	43	48	43	51	68	68	55	61
19	45	60	44	40	48	69	46	57
20	40	47	45	46	55	70	47	59
21	32	45	46	45	55	71	40	69
22	32	42	47	30	36	72	39	60
23	32	46	48	40	48	73	40	53
24	47	59	49	31	39	74	37	47
25	40	47	50	47	62	75	39	47

ตาราง 10 (ต่อ)

อันดับที่	กระโดดสกดกัน	วิ่งกระโดด	อันดับที่	กระโดดสกดกัน	วิ่งกระโดด	อันดับที่	กระโดดสกดกัน	วิ่งกระโดด
76	41	48	101	23	35	126	56	80
77	47	60	102	40	45	127	45	54
78	42	49	103	48	55	128	54	59
79	30	49	104	47	48	129	64	67
80	34	40	105	43	51	130	56	67
81	37	47	106	32	43	131	53	64
82	36	42	107	41	52	132	54	61
83	44	57	108	50	57	133	52	57
84	34	45	109	44	53	134	43	57
85	35	42	110	46	50	135	64	70
86	37	43	111	33	41	136	47	54
87	36	44	112	45	55	137	53	66
88	37	44	113	70	76	138	60	67
89	39	45	114	59	72	139	60	66
90	37	47	115	53	59	140	60	67
91	48	49	116	50	65	141	57	67
92	50	55	117	54	65	142	50	65
93	38	48	118	60	77	143	57	65
94	34	41	119	56	65	144	58	65
95	47	50	120	55	62	145	45	53
96	42	53	121	58	63	146	35	50
97	42	46	122	59	65	147	45	51
98	40	48	123	52	62	148	52	62
99	46	57	124	39	49	149	35	47
100	43	48	125	54	60	150	27	32

ตาราง 10 (ต่อ)

อันดับที่	กระโดดสกดกัน	วิ่งกระโดด	อันดับที่	กระโดดสกดกัน	วิ่งกระโดด	อันดับที่	กระโดดสกดกัน	วิ่งกระโดด
151	40	51	176	33	39	201	64	70
152	30	45	177	32	41	202	44	60
153	40	48	178	45	53	203	52	58
154	40	52	179	56	64	204	70	78
155	40	50	180	56	67	205	61	71
156	40	51	181	36	42	206	54	62
157	35	45	182	30	49	207	50	66
158	50	60	183	56	62	208	56	66
159	35	53	184	40	55	209	49	68
160	32	40	185	40	48	210	57	69
161	45	55	186	45	55	211	56	63
162	25	41	187	45	50	212	65	78
163	30	45	188	45	52	213	60	65
164	45	53	189	40	52	214	60	67
165	41	52	190	20	30	215	39	52
166	54	48	191	40	50	216	30	45
167	45	53	192	50	61	217	49	55
168	50	67	193	42	51	218	45	60
169	55	65	194	45	58	219	45	52
170	30	43	195	59	67	220	40	60
171	40	55	196	61	67	221	41	48
172	32	40	197	65	68	222	35	50
173	43	49	198	52	67	223	45	55
174	50	54	199	55	66	224	47	49
175	48	61	200	47	54	225	39	50

ตาราง 11 แสดงคะแนนความสามารถในการกระโดดสกดกั้นและการวิ่งกระโดดของนักศึกษหญิง

อันดับที่	กระโดดสกดกั้น	วิ่งกระโดด	อันดับที่	กระโดดสกดกั้น	วิ่งกระโดด
1	23	44	21	25	31
2	26	23	22	28	35
3	25	25	23	42	43
4	33	35	24	29	40
5	28	33	25	26	30
6	28	38	26	35	43
7	31	34	27	35	40
8	21	20	28	34	35
9	22	27	29	27	37
10	28	35	30	26	29
11	18	23	31	35	40
12	32	41	32	33	39
13	30	35	33	25	32
14	25	20	34	22	25
15	40	42	35	20	26
16	42	44	36	32	41
17	20	25	37	42	45
18	30	35	38	38	43
19	24	29	39	26	29
20	30	35	40	22	26

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ - สกุล นายศิริรัฐ ยอดสมสวย
เกิดเมื่อวันที่ 18 เดือนกรกฎาคม พุทธศักราช 2518
สถานที่เกิด อำเภอองครักษ์ จังหวัดนครนายก
สถานที่อยู่ปัจจุบัน อำเภอเมือง จังหวัดกระบี่
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน อาจารย์ 1 ระดับ 3
สถานที่ทำงานปัจจุบัน วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดกระบี่
ถนนศรีตรัง อำเภอเมือง จังหวัดกระบี่

ประวัติการศึกษา

พ.ศ.2528	ประถมศึกษา จากโรงเรียนตลาดคลอง16 ตำบลดอนฉิมพลี อำเภอองครักษ์ จังหวัดนครนายก
พ.ศ.2534	มัธยมศึกษา จากโรงเรียนดอนฉิมพลีพิทยาคม ตำบลดอนฉิมพลี อำเภอองครักษ์ จังหวัดนครนายก
พ.ศ.2536	ประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาชั้นสูง พลศึกษา จากวิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ อำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี
พ.ศ.2538	ปริญญาตรี จากวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี
พ.ศ.2542	การศึกษามหาบัณฑิต พลศึกษา จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ความสามารถในการกระโดดของผู้เล่นบาสเกตบอลในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง

บทคัดย่อ

ของ

ศิริรัฐ ยอดสมสวย

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา

พฤษภาคม 2542

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความสามารถในการกระโดดของผู้เล่นบาสเกตบอลในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาบาสเกตบอลชาย นักกีฬาบาสเกตบอลหญิง และนักศึกษาชาย นักศึกษาหญิง ในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง ได้แก่ วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง และวิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ แบ่งออกเป็นนักกีฬาชาย 60 คน นักกีฬาหญิง 60 คน นักศึกษาชาย 225 คน และนักศึกษาหญิง 40 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นแบบทดสอบความสามารถในการกระโดด ประกอบด้วยรายการทดสอบ 2 รายการ คือ การกระโดดสกดกัน และการวิ่งกระโดด ความสามารถในการกระโดดของผู้เล่นบาสเกตบอลในวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง แบ่งออกเป็น 5 ระดับ คือ ดีมาก ดี ปานกลาง พอใช้ และควรปรับปรุง และทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของความสามารถในการกระโดดโดยใช้สถิติที (t-test Independent) ที่ระดับ .01

ผลการศึกษาพบว่า

1. ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าเฉลี่ย 119.82 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 18.45 เซนติเมตร
2. ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าเฉลี่ย 71.85 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 10.52 เซนติเมตร
3. ความสามารถในการกระโดดของนักศึกษาชายมีค่าเฉลี่ย 98.91 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 19.40 เซนติเมตร
4. ความสามารถในการกระโดดของนักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ย 62.25 เซนติเมตร ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 13.55 เซนติเมตร
5. ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลชายกับนักศึกษาชายมีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักกีฬาบาสเกตบอลชายมีค่าเฉลี่ยสูงกว่า
6. ความสามารถในการกระโดดของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงกับนักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีค่าเฉลี่ยสูงกว่า

JUMPING ABILITY THE BASKETBALL PLAYERS OF PHYSICAL EDUCATION
IN THE MIDDLE REGION

AN ABSTRACT
BY
SIRIRAT YODSOMSUAY

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

The purpose of this study was to compare the jumping ability of the college basketball players and students who studied in 5 physical education colleges in the middle region. The samples of this study consisted of 120 college basketball players (60 men and 60 women) and 265 students (225 men and 40 women) of Suphanburi, Chonburi, Samutsakhon, Angthong and Bangkok Physical Education Colleges. The instruments of this study consisted of 2 test items, namely 1) blocking jump and 2) running jump. The jumping abilities of both college basketball players and students were classified into 5 levels, such as very good, good, average, poor and very poor and statistically analyzed by t-test Independent at the significance .01 level of confidence.

The results of this study were concluded as:

1. The jumping ability of male college basketball players had mean ($\bar{X}$) 119.82 centimeters, standard deviation (S.D.) 18.45 centimeters.
2. The jumping ability of female college basketball players had mean ($\bar{X}$) 71.85 centimeters, standard deviation (S.D.) 10.52 centimeters.
3. The jumping ability of male students had mean ($\bar{X}$) 98.91 centimeters, standard deviation (S.D.) 19.40 centimeters.
4. The jumping ability of female students had mean ($\bar{X}$) 62.25 centimeters, standard deviation (S.D.) 13.55 centimeters.
5. There were significant differences in the jumping abilities between male college basketball players and students at the .01 level, and the basketball players had a higher scores than the students.
6. There were significant differences in the jumping abilities between female college basketball players and students at the .01 level, and the basketball players had a higher scores than the students.