

ปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์

ปริญญานิพนธ์
ของ
วัลลภ รุจิรากร

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
พฤษภาคม 2546
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๒๑๖.๗๑
๗๔๔๗๒
ร. ๓

ปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์

บทคัดย่อ
ของ
วัลลภ รุจิรากร

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
พฤษภาคม ๒๕๔๖

๒ ๒๕๔๖

วัลลภ รุจิรากร. (2546). ปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์. ปริญญาโท กศ.ม. (พลศึกษา).

กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม :

รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพจน์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์อมรพงศ์ สุธรรมรักษ์.

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาระดับปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกาย ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ กลุ่มตัวอย่าง เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ จำนวน 374 คน ประกอบด้วยนิสิตชาย 204 คน นิสิตหญิง 170 คน โดยใช้สูตร ยามาเน่ (Yamane) และใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random) เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่และค่าร้อยละ ผลการศึกษาพบว่า

นิสิตที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 374 คน ประกอบด้วยนิสิตชาย 204 คน คิดเป็นร้อยละ 54.5 นิสิตหญิง 170 คน คิดเป็นร้อยละ 45.5 กิจกรรมการออกกำลังกาย นิสิตร้อยละ 73.0 ได้รับความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายจากทางโทรทัศน์ นิสิตร้อยละ 55.1 เลือกการออกกำลังกายในวันที่มีการเรียนการสอนและวันหยุดราชการ นิสิตส่วนใหญ่ร้อยละ 45.7 ออกกำลังกายเฉลี่ยใน 1 สัปดาห์ เป็นเวลา 1 - 2 วัน มีนิสิตร้อยละ 33.2 ใช้เวลามากกว่า 60 นาที ในการออกกำลังกายแต่ละครั้ง ช่วงเวลา 17.00-18.00 น. มีนิสิตร้อยละ 51.1 เลือกออกกำลังกายในช่วงนี้ สถานที่ ที่นิสิตร้อยละ 37.4 เลือกออกกำลังกายในมหาวิทยาลัยคือ ลานเอนกประสงค์ สถานที่นอกมหาวิทยาลัยที่นิสิตร้อยละ 59.1 เลือกออกกำลังกาย คือ ที่บ้าน กิจกรรมที่นิสิตร้อยละ 50.5 เลือกปฏิบัติเมื่อออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย คือ วิ่งเหยาะ การมีเพื่อนร่วมกิจกรรมเป็นเหตุผลที่ นิสิตร้อยละ 82.4 เลือกที่จะออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย ส่วนเหตุผลที่ นิสิตร้อยละ 85.6 เลือกออกกำลังกาย คือ เพื่อให้มีสุขภาพดี ปัญหาเรื่องเวลาว่าง ไม่เพียงพอเป็นเหตุให้นิสิต ร้อยละ 61.8 ประสบปัญหานี้ในการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย และเวลาว่างไม่เพียงพอยังเป็นปัญหาให้นิสิต ร้อยละ 63.6 ไม่เข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ

ระดับปัญหาของนิสิตเกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 34.2 แต่ปัญหาที่มีมากที่สุด ได้แก่ เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย ระดับความต้องการของนิสิตเกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 31.8 ได้แก่ เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย ระดับปัญหาของนิสิตด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ส่วนใหญ่อยู่ใน

ระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 35.2 ปัญหาที่มากที่สุด ได้แก่ เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลไม่เพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย ระดับความต้องการของนิสิต ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 32.9 ได้แก่ เรื่องการมีเจ้าหน้าที่ไม่เพียงพอในการเบิกจ่ายอุปกรณ์

ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

นิสิตส่วนใหญ่เห็นว่าควรจัดให้มีการพร้อมมากกว่านี้ กล่าวคือ ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่เพียงพอกับความต้องการและมีประสิทธิภาพมากกว่าที่เป็นอยู่ ควรมีเจ้าหน้าที่หรือบุคลากรคอยให้คำแนะนำและดูแลเรื่องการยืม-คืนอุปกรณ์ รวมถึงจัดให้มีการประชาสัมพันธ์ สถานที่ที่ควรเตรียมความพร้อมโดยเฉพาะโรงฝึกพลศึกษาในร่มเพราะมีนิสิตใช้บริการเป็นจำนวนมาก และเพื่อรองรับนิสิตชั้นปีที่ 1 ที่จะเข้ามาศึกษาในปีการศึกษา 2546 ภายในสนามควรจัดให้มีน้ำดื่มและแสงสว่างให้เพียงพอ สระว่ายน้ำมีกฎระเบียบมากเกินไปในการที่จะใช้บริการ และต้องการให้มีเจ้าหน้าที่ทำความสะอาด การใช้สนามควรจัดทำตารางการใช้สนามปิดประกาศ บุคลากรที่ให้บริการยังมีจำนวนน้อยและควรมีบุคลากรที่มีความเชี่ยวชาญทางด้านกีฬาหรือเฉพาะด้านมาให้ความรู้ ที่สำคัญควรมีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำที่สนามหากเกิดกรณีฉุกเฉิน ส่วนกิจกรรมนิสิตเห็นว่า ควรมีการส่งเสริมเรื่องกิจกรรมการออกกำลังกายและการแข่งขันกีฬาให้มีความหลากหลายขึ้น ทั้งในส่วนของชมรม และของทางมหาวิทยาลัย เนื่องจากการประชาสัมพันธ์กิจกรรมต่างๆ ให้นิสิตได้รับรู้ยังไม่ทั่วถึง และการใช้บริการสถานที่และอุปกรณ์ต่างๆ ในการออกกำลังกายไม่ควรเสียค่าบริการ

PROBLEMS AND NEEDS FOR EXERCISES OF THE UNDER GRADUATE
STUDENTS AT SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY ONGKHARAK

AN ABSTRACT

BY

VALLOP RUJIRAKORN

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the master of Education degree in Physical Education
at Srinakharinwirot University

May 2003

Vallop Rujirakorn. (2003). *Problems and Needs for Exercises of The Under Graduate Students at Srinakharinwirot University Ongkharak*. Master thesis, M.Ed. (Physical Education). Bangkok : Graduate sts, Srinakharinwirot University.
Advisor Committee : Assoc.Prof.Tawate Piriyaopon, Assist.Prof.Amorpong Suthummaraksa.

The objective of this thesis is to study levels of problems and needs for exercises of the under graduate students at Srinakharinwirot University Ongkharak. Sampling group has been taken from 374 Undergraduates, Srinakharinwirot University ,Ongkharak composing of 204 Men undergraduates and 170 women undergraduates. The thesis has been designed to use Yamane formulation and stratified random. The customized questionnaire has been used as an instrument and frequency and percentage have been used as statistical data in data analysis.

Findings are as follow

Sampling group has been taken from 374 Undergraduates, including 204 Men undergraduates (54.5%) and 170 women undergraduates (45.5%.) The research could synopsis in the following findings : 73.0 % undergraduates have obtained the exercising knowledge from TV. 55.1% undergraduates have chosen a studying day for their exercising. 45.7% undergraduates have exercised at least 1-2 days a week in average. 33.2% undergraduates have spent more than 60 minutes for each exercising period. 51.1% undergraduates have chosen 5.00 p.m. – 6.00 p.m. as their exercising time. 37.4 % undergraduates have preferred a recreation area in the campus as an exercising place. 59.1% undergraduates have preferred to exercise at home if they were to choose an out-of-campus exercising place. 50.5% undergraduates have preferred a jogging while exercising in the campus. 82.4% undergraduates have chosen to exercise in the campus because they could easily find their peers to join an exercising activity. 85.6% undergraduates have exercised for healthiness. 61.8% undergraduates have not been able to exercise due to their lack of recreation time. 63.6% undergraduates have not joined a exercise activity hosted by the campus due to their lack of recreation time.

The problem regarding to getting exercising services, places, and facilities was in a moderate level at around 34.2%. The biggest problem was drinking water supply at the exercising place. There was a high demand for getting exercising services, places, and facilities. 31.8% have accounted for getting drinking water supply at the exercising

place. The problem regarding to service personnel was in a moderate level at around 35.2%. The biggest problem was an inadequacy of the medical service personnel. There was a high demand for the service personnel. 32.9% have accounted for an inadequacy of the personnel for borrowing a sport instrument.

Recommendation

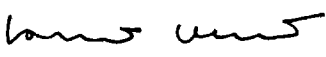
Most undergraduates agree that an adequacy of efficient personnel should be arranged. The supervisor who could give advice and could monitor borrowing of the sport instrument should be in place. Public relation personnel are also required. There should be an additional exercising area especially indoor stadium in order to support freshmen in the next semester. An adequate supply of drinking water and lighting should be provided. There should be a leniency in using a swimming pool and maintenance personnel should be provided. There should be an occupying timetable in the area. Advisors who have expertise on particular sports should be provided together with the medical advisors for emergency use. There should be a support in a sport and exercising activity both on the activity group and campus. Public relation has come into place. Lastly, the place and facility usage should be free of charge.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

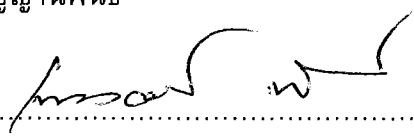
ปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์

ของ
นายวัลลภ รุจิรากร

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

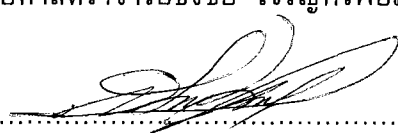

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร.นภาพรณ์ หะวานนท์)
วันที่ 6 เดือน พฤษภาคม พ.ศ.2546

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์


..... ประธาน
(รองศาสตราจารย์ เทเวศร์ พิริยะพูนท์)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อมรพงศ์ สุธรรมรักษ์)


..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธงชัย เจริญทรัพย์มณี)


..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(อาจารย์ลำพอง ศรีรุ่ง)

ประกาศคุณประการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยความกรุณาอย่างยิ่งจาก รองศาสตราจารย์ เทเวศร์ พิริยะพณท์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์อมรพงศ์ สุธรรมรักษ์ ประธานและกรรมการควบคุม ปริญญานิพนธ์ ตลอดจน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี และอาจารย์ลำพอง ศรีรุ่ง กรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติมที่ให้คำปรึกษา ข้อคิดเห็นและแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ จนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ได้ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.วิรัช วรรณรัตน์ รองศาสตราจารย์ ดร.สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธาวุฒิ ปลื้มสำราญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี ที่กรุณาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือสำหรับการวิจัยครั้งนี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูล และขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างซึ่งให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี

ผู้วิจัยขอขอบคุณพี่ เพื่อน น้อง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เพื่อนร่วมงานพรรคไทยรักไทย สมาชิกชมรมอนุรักษ์ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และทุกๆ ท่านที่คอยให้กำลังใจและให้ความช่วยเหลือในการวิจัยจนสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

ท้ายสุดนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณบิดา นายสุนทร รุจิรากร มารดา นางสมัย รุจิรากร นางสาววิจิตรา ทองสุขและญาติพี่น้องทุกท่าน ที่คอยให้ความรัก ความห่วงใย กำลังใจและทุนทรัพย์ต่อผู้วิจัยในการศึกษาและการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

วัลลภ รุจิรากร

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ.....	1
	ภูมิหลัง.....	1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	3
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	4
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	4
	นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
	กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	5
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
	ความหมายของความต้องการ.....	6
	ความหมายของการออกกำลังกาย.....	9
	หลักการออกกำลังกาย.....	10
	ประโยชน์ของการออกกำลังกาย.....	13
	ประวัติและความเป็นมาของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์.....	18
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	19
	งานวิจัยในต่างประเทศ.....	19
	งานวิจัยในประเทศ.....	20
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	28
	ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	28
	เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	29
	ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ.....	30
	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	30
	การจัดกระทำข้อมูล.....	31
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	32
	สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	32
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	33

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....	170
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	170
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	171
อภิปรายผล.....	172
ข้อเสนอแนะ.....	173
 บรรณานุกรม.....	 174
 ภาคผนวก.....	 178
 ประวัติย่อผู้วิจัย.....	 189

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวนของประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	28
2 จำนวนและร้อยละของสถานะภาพส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	33
3 จำนวนและร้อยละของนิสิตชายและหญิงที่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นต่าง ๆ.....	34
4 จำนวนและร้อยละของนิสิตชายและหญิงที่ศึกษาอยู่ในคณะต่าง ๆ.....	35
5 จำนวนและร้อยละของนิสิตระดับชั้นปีที่ 1-5 ที่ศึกษาอยู่ในคณะต่าง ๆ.....	36
6 จำนวนและร้อยละของแหล่งของสื่อที่ได้รับความรู้เกี่ยวกับกิจกรรม การออกกำลังกาย.....	37
7 จำนวนและร้อยละของวันในการออกกำลังกาย.....	38
8 จำนวนและร้อยละของการออกกำลังกายเฉลี่ยใน 1 สัปดาห์.....	39
9 จำนวนและร้อยละของเวลาที่ใช้โดยประมาณในการออกกำลังกายแต่ละครั้ง.....	40
10 จำนวนและร้อยละของเวลาที่เลือกออกกำลังกาย.....	41
11 จำนวนและร้อยละของสถานที่ภายในมหาวิทยาลัยที่ใช้ออกกำลังกาย เป็นประจำ.....	43
12 จำนวนและร้อยละของสถานที่ที่นิตออกกำลังกายภายนอกมหาวิทยาลัย.....	44
13 จำนวนและร้อยละของกิจกรรมการออกกำลังกายที่เลือกปฏิบัติในมหาวิทยาลัย	45
14 จำนวนและร้อยละของเหตุผลที่ออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย.....	47
15 จำนวนและร้อยละของเหตุผลที่ออกกำลังกาย.....	48
16 จำนวนและร้อยละของปัญหาส่วนบุคคลในการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย...	49
17 จำนวนและร้อยละของปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย ที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ.....	50
18 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิต เกี่ยวกับการรับบริการ ในการออกกำลังกายด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก.....	51
19 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตชาย.....	53
20 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตหญิง.....	55
21 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 1.....	57
22 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 2.....	59
23 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 3.....	61
24 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 4.....	63
25 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 5.....	65

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
26	จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะเภสัชศาสตร์.....	67
27	จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะสหเวชศาสตร์.....	69
28	จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์.....	71
29	จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์.....	73
30	จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะสังคมศาสตร์.....	75
31	จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์.....	77
32	จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะพลศึกษา.....	79
33	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิต เกี่ยวกับการรับบริการ ในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก.....	81
34	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตชาย.....	83
35	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตหญิง.....	85
36	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 1.....	87
37	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 2.....	89
38	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 3.....	91
39	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 4.....	93
40	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 5.....	95
41	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะเภสัชศาสตร์.....	97
42	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะสหเวชศาสตร์.....	99
43	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์.....	101
44	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์.....	103
45	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะสังคมศาสตร์.....	105
46	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์.....	107
47	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะพลศึกษา.....	109
48	จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรฯ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ.....	111

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
49 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตชาย.....	112
50 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตหญิง.....	114
51 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 1.....	116
52 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 2.....	118
53 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 3.....	120
54 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 4.....	122
55 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 5.....	124
56 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะเภสัชศาสตร์.....	126
57 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะสหเวชศาสตร์.....	128
58 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์.....	130
59 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์.....	132
60 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะสังคมศาสตร์.....	134
61 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์.....	136
62 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะพลศึกษา.....	138
63 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตมหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ.....	140
64 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตชาย.....	141
65 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตหญิง.....	143
66 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 1.....	145
67 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 2.....	147
68 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 3.....	149
69 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 4.....	151
70 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 5.....	153

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
71	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะเภสัชศาสตร์.....	155
72	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะสหเวชศาสตร์.....	157
73	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์.....	159
74	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์.....	161
75	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะสังคมศาสตร์.....	163
76	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์.....	165
77	จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะพลศึกษา.....	167

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

“...การศึกษาเป็นเครื่องมืออันสำคัญในการพัฒนาความรู้ ความคิด ความประพฤติ ทัศนคติ ค่านิยมและคุณธรรมของบุคคล เพื่อให้เป็นพลเมืองที่ดีมีคุณภาพและประสิทธิภาพ เมื่อบ้านเมืองประกอบไปด้วยพลเมืองที่มีคุณภาพและประสิทธิภาพ การพัฒนาประเทศชาติ ก็ย่อมทำได้โดยสะดวกราบรื่นได้ผลที่แน่นอนและรวดเร็ว...” (กรมประชาสัมพันธ์.2542 : 122)

การศึกษานับเป็นกระบวนการที่สำคัญต่อการพัฒนามนุษย์ ดังที่ ภิญญู สาทร (2521 : 11) ได้กล่าวไว้ว่าการศึกษา คือกระบวนการสั่งสอน กระบวนการฝึกอบรม หรือกระบวนการ ถ่ายทอดความรู้ ความชำนาญ และทัศนคติ ซึ่งรวมเรียกว่า “ประสบการณ์” ซึ่งมนุษย์เป็นผู้จัด ให้แก่มนุษย์ด้วยกัน สอดคล้องกับคำกล่าวของ พนม พงษ์ไพบูลย์ (2540 : 3) ว่าการศึกษาคือ การสร้างคนให้มีความรู้ ความสามารถ มีทักษะพื้นฐานที่จำเป็น มีลักษณะนิสัยจิตใจที่ดีงาม มีความพร้อมที่จะต่อสู้เพื่อตนเองและสังคม มีความพร้อมที่จะประกอบการทำงานอาชีพได้ การศึกษาช่วยให้คนเจริญงอกงาม ทั้งทางปัญญา จิตใจ ร่างกาย และสังคม การศึกษาจึงเป็น ความจำเป็นของชีวิตอีกประการหนึ่ง นอกเหนือจากความจำเป็นด้านที่อยู่อาศัย อาหาร เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค การศึกษาจึงเป็นปัจจัยที่ห้าของชีวิต เป็นปัจจัยที่จะช่วยแก้ปัญหา ทุก ๆ ด้านของชีวิตและเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดของชีวิต ดังนั้นการศึกษาจึงนับได้ว่ามีประโยชน์ อย่างยิ่งต่อมนุษย์ เพราะการศึกษาเป็นกระบวนการการเรียนรู้ต่อเนื่องตลอดชีวิต มนุษย์สามารถ เรียนรู้เพิ่มขึ้นได้ตลอดเวลาจากการเปลี่ยนแปลงหรือจากประสบการณ์ ซึ่งการเรียนรู้อาจมาจากการ คิด หรือการปฏิบัติ หรือทั้งสองอย่างพร้อม ๆ กัน

เยาวชนนับเป็นทรัพยากรที่มีความสำคัญยิ่ง เพราะเยาวชนเป็นอนาคตของชาติและ ธรรมชาติสร้างให้มนุษย์ต้องต่อสู้เผชิญสิ่งต่าง ๆ เพื่อความอยู่รอดและดำเนินชีวิตได้ กลไกใน การดำรงชีวิตคือการมีจิตใจและร่างกายที่สมบูรณ์ สิ่งที่จะนำมาซึ่งการมีคุณภาพชีวิตที่ดีทำให้ มนุษย์มีสุขภาพสมบูรณ์ ประกอบด้วย โภชนาการที่ดี การหลีกเลี่ยงโรคภัย การพักผ่อน อย่างเพียงพอและการออกกำลังกาย เยาวชนที่กำลังศึกษาเล่าเรียนเมื่อมีเวลาว่างจากการเรียน ควรหันมาออกกำลังกาย เพราะการออกกำลังกายนั้นให้ประโยชน์ต่อร่างกาย

ประโยชน์ของการออกกำลังกายมีอยู่ด้วยกันหลายด้าน ประโยชน์ที่มีผลต่อร่างกาย เช่น ผลต่อระบบหัวใจ ผู้ที่ฝึกซ้อมกีฬาระยะเวลานาน ๆ สามารถหายใจเข้า-ออกเต็มที่ เพราะสมรรถ- ภาพทรวงอก กล้ามเนื้อกะบังลมมีการหดตัว (Elastic Recoil) ดีขึ้น อัตราการหายใจสภาวะปกติ จะลดลง ผลต่อระบบไหลเวียนโลหิต ทำให้มีปริมาณเลือดเพิ่มขึ้นเมื่อออกกำลังกายเป็นประจำ ร่างกายต้องใช้เลือดรักษาระดับอุณหภูมิ ปริมาณเลือดดำไหลกลับสู่หัวใจเพิ่มขึ้นเมื่อพอกจาก

ปอด ทำให้ปริมาณเลือดแดงมีมากตามไปด้วยจึงสามารถเลี้ยงกล้ามเนื้อได้เพียงพอ เมื่อปริมาณเลือดเพิ่มเส้นเลือดจะขยายและหดตัวบ่อยขึ้น ทำให้การยืดหยุ่นดีขึ้น ป้องกันไม่ให้เส้นเลือดแข็งตัวหรือเปราะ เส้นเลือดฝอยซึ่งมีความจำเป็นในกล้ามเนื้อยังเพิ่มขึ้นอีกด้วย ความดันเลือดมีการเปลี่ยนแปลงเนื่องจากปริมาณเลือดเพิ่ม ทำให้ความต้านทานในเส้นเลือดน้อยลงด้วย หัวใจได้ทำการสูบฉีดเป็นผลให้กล้ามเนื้อหัวใจแข็งแรงเป็นการป้องกันโรคหัวใจเสื่อมสมรรถภาพ (Degenerative-Disease) หรือโรคหัวใจวายได้ การสะสมกรดแลคติกเป็นไปได้ช้าร่างกายมีเวลากำจัดออกจากกล้ามเนื้อ ทำให้เหนื่อยช้าลงและลดการเป็นตะคริว (วุฒิพงษ์ ปรมัตถการ. 2537 : 5-6) เป็นต้น

กระทรวงศึกษาธิการได้เปิดโรงเรียนฝึกหัดครูชั้นสูง ขึ้นที่ถนนประสานมิตร เมื่อ 28 เมษายน พ.ศ.2492 รับผู้สำเร็จการศึกษามัธยมศึกษาปีที่ 6 มาเรียนต่อตามหลักสูตร 3 ปี เมื่อจบได้รับวุฒิปริญญาตรีบัตรครูประถม (ป.ป.) ถ้าเรียนต่อจาก ป.ป. อีก 2 ปี จะได้รับประกาศนียบัตรครูมัธยม (ป.ม.) ซึ่งเป็นวุฒิสูงสุดของอาชีพครูในขณะนั้น แต่การศึกษาของไทยยังขาดแคลนครูเป็นอย่างมาก กระทรวงจึงต้องการแก้ปัญหาโดยจัดให้มีการประชุมและศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี ได้เสนอให้จัดตั้งวิทยาลัยวิชาการศึกษา มีการสอนถึงขั้นปริญญา ดังนั้น พ.ศ. 2496 กระทรวงจึงประกาศตั้งวิทยาลัยวิชาการศึกษาและประกาศรวมโรงเรียนฝึกหัดครูชั้นสูงประสานมิตร เข้ากับวิทยาลัยวิชาการศึกษา เป็นวิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร จากนั้นมีการขยายวิทยาเขตไปตั้งในสถานที่ต่าง ๆ

เมื่อวิทยาลัยวิชาการศึกษาเจริญก้าวหน้า และต้องการขยายการจัดการศึกษาในสาขาอื่น ๆ ศาสตราจารย์ ดร.สุตใจ เหล่าสุนทร จึงได้ดำเนินการเพื่อยกฐานะ และได้รับการยกฐานะเมื่อ 29 มิถุนายน พ.ศ. 2517 ได้รับพระราชทานนาม จากพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ว่า มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีความหมายว่า “มหาวิทยาลัยที่เจริญเป็นศรีสง่าแก่มหานคร” (มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. 2534 : 27-28) และได้มีการเปลี่ยนแปลงตามลำดับ จนปัจจุบันมีสถานที่ตั้งเพียง 2 แห่ง คือ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อยู่ที่ ถ.สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตย เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร และมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ อยู่ที่ ต.องครักษ์ อ.องครักษ์ จ.นครนายก

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ได้เปิดการเรียนการสอนตั้งแต่ปีการศึกษา 2539 เป็นต้นมา โดยคณะแรกที่เปิดสอนคือ คณะวิศวกรรมศาสตร์ มีนิสิต 992 คน และในปีการศึกษา 2541 ได้เปิดการเรียนการสอนคือ คณะเภสัชศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ในส่วนของการผลิตครูวิทยาศาสตร์ และคณะพลศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร์การกีฬา (มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. 2541 : 3) และในปีการศึกษา 2546 นิสิตชั้นปีที่หนึ่งทุกคณะจะต้องไปเรียนที่มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์

เนื่องจากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ตั้งอยู่ในพื้นที่ จ.นครนายก ฉะนั้นการเดินทางไป-กลับไม่ค่อยสะดวก ทางมหาวิทยาลัยจึงได้จัดตั้งหอพักนิสิตขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์คือ เพื่อเสริมสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการศึกษาและให้นิสิตมีโอกาสนำแสงสว่างประสบการณ์ของชีวิตในมหาวิทยาลัย ตลอดจนต้องการฝึกฝนให้นิสิตรู้จักการอยู่ร่วมกัน เคารพในสิทธิของผู้อื่น มีน้ำใจ มีความสามัคคี มีความรับผิดชอบต่อตนเองและส่วนรวม รวมทั้งส่งเสริมให้นิสิตจัดกิจกรรมประเภทต่างๆ เพื่อเสริมสร้างพัฒนาการของนิสิตในด้านสังคม อารมณ์ ร่างกายและจิตใจ (มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. 2539 : 2) นิสิตส่วนใหญ่เป็นนิสิตที่พักอาศัยอยู่ที่หอพักของทางมหาวิทยาลัย จึงมีเวลาที่สามารถประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายได้ โดยทางมหาวิทยาลัยมีความพร้อมในด้านต่างๆ เช่น ด้านสถานที่ ด้านอุปกรณ์ ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและด้านบุคลากร แต่นิสิตที่มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ มีหลายระดับชั้นปี หลายคณะและยังมีทั้งนิสิตชายและนิสิตหญิง ซึ่งอาจเป็นปัญหาต่อการออกกำลังกายและอาจมีความต้องการในด้านต่างๆ อย่างแตกต่างกัน

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ นับเป็นมหาวิทยาลัยหนึ่งที่ได้ให้ความสำคัญของกิจกรรมการออกกำลังกายและพลศึกษา จึงได้กำหนดไว้ในหลักสูตรระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พ.ศ.2540 ให้วิชาพลศึกษาเป็นวิชาที่นิสิตทุกคนต้องเรียนภาคปฏิบัติ อย่างน้อย 2 หน่วยกิต

จากการค้นคว้าดังกล่าว ผู้วิจัยมีความประสงค์จะศึกษาปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ซึ่งผลการศึกษาครั้งนี้จะช่วยให้ทราบถึงสภาพต่างๆ ของนิสิต รวมทั้งกิจกรรมที่นิสิตได้มีโอกาสเข้าร่วมทั้งยังสามารถใช้ข้อมูลเป็นพื้นฐานในการวางแผนงาน ป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าว ที่อาจเกิดขึ้นแก่นิสิตในอนาคต

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อทราบปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์
2. เพื่อทราบปัญหาส่วนตัวในการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ทำให้ทราบปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกาย ทราบระดับปัญหาและความต้องการในการบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกและบุคลากร เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาได้อย่างเหมาะสมและสอดคล้องกับความต้องการของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ทั้งยังเป็นแนวทางสำหรับผู้ปกครอง อาจารย์ ผู้บริหารและผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ในการที่จะส่งเสริมให้นิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ได้ออกกำลังกายเพื่อประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ จำนวน 2,265 คน ประกอบด้วยนิสิตชาย 1,236 คน นิสิตหญิง 1,209 คน

กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ จำนวน 374 คน ประกอบด้วยนิสิตชาย 204 คน นิสิตหญิง 170 คน โดยใช้สูตร ยามาเน่ (Yamane) และใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

2. ตัวแปรที่ใช้ศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปีและคณะ

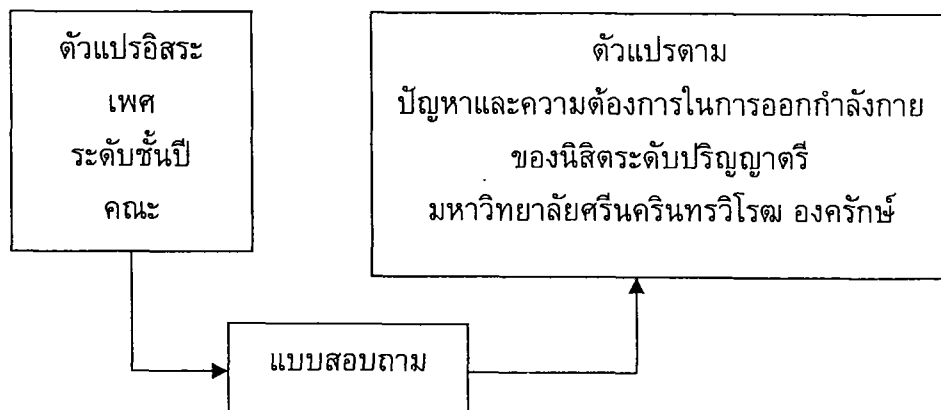
2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกาย

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ปัญหา หมายถึง อุปสรรคหรือภาวะที่ก่อให้เกิดความไม่สะดวกในการออกกำลังกาย
2. ความต้องการ หมายถึง ความรู้สึกเฉพาะของบุคคลที่มีความอยาก ความประสงค์ หรือ ความต้องการในการออกกำลังกาย
3. นิสิต หมายถึง นิสิตชาย และนิสิตหญิง ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2545

กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า

จากขอบเขตของการศึกษาค้นคว้าในเรื่องปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรฯ ผู้วิจัยสรุปเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า (Conceptual Frame Work) ไว้ดังนี้



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้ารวบรวมเอกสาร และผลการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทั้งต่างประเทศและในประเทศ เพื่อนำมาเป็นแนวทางสนับสนุนในการศึกษาครั้งนี้ โดยแบ่งเป็น หัวข้อดังนี้

เอกสารที่เกี่ยวข้อง

- 1.1 ความหมายของความต้องการ
- 1.2 ความหมายของการออกกำลังกาย
- 1.3 หลักการออกกำลังกาย
- 1.4 ประโยชน์ของการออกกำลังกาย
- 1.5 ประวัติและความเป็นมาของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

- 2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
- 2.2 งานวิจัยภายในประเทศ

เอกสารที่เกี่ยวข้อง

1.1 ความหมายของความต้องการ

ความต้องการ (Needs) หมายถึงสภาพการณ์ขาดสมดุลภายในร่างกายมนุษย์ ซึ่งจะก่อให้เกิดแรงผลักดันให้มนุษย์ต่อสู้กับสภาพการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อให้ร่างกายเข้าสู่สภาพ สมดุลดังเดิม จึงสรุปได้ว่ามนุษย์ทุกคนจะมีความต้องการ ซึ่งความต้องการมีหลายอย่างดังที่ มาสโลว์ (Maslow, 1970 : 80 - 92) ได้อธิบายถึงลักษณะความต้องการชั้นต่างๆ ดังนี้

ขั้นที่ 1 ความต้องการทางสรีระ (Basic Physiological Need) ความต้องการด้าน- สรีระเป็นความต้องการพื้นฐานที่สำคัญที่สุดทางด้านการดำรงชีวิต เช่น ความต้องการอาหาร น้ำ อากาศและอุณหภูมิ การหลับนอน การขับถ่าย เป็นต้น

ขั้นที่ 2 ความต้องการปลอดภัยและมั่นคง (Safety And Security Need) คือ ความ- ต้องการความปลอดภัยมั่นคง ซึ่งได้แก่ ความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย ความเป็นปึกแผ่น ความ- ต้องการความคุ้มครองปกป้อง ความรู้สึกปลอดภัยจากการคุกคาม ปลอดภัยจากความวิตกกังวล ตลอดจนการหลีกเลี่ยงอันตรายหรือความเจ็บปวดต่างๆ

ขั้นที่ 3 ความต้องการความรักและเป็นเจ้าของ (Love And Belonging Needs) คือ ความต้องการความรักอยากให้เป็นที่รัก ยอมรับจากกลุ่ม โดยปกติแล้วบุคคลมักจะอยู่ รวมกลุ่มกัน ดังนั้น จึงต้องการความรักและต้องการมีส่วนร่วมในกลุ่มให้ยอมรับตนเอง เช่น

กลุ่มครอบครัว กลุ่มสังคม กลุ่มทำงาน เป็นต้น

ขั้นที่ 4 ความต้องการที่จะได้รับการยกย่องจากผู้อื่น (Self Esteem Needs) คือ ความต้องการที่จะให้ผู้อื่นยกย่องตน เป็นความปรารถนาของบุคคล ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมต่างๆ ขึ้นได้เป็นอันมาก เช่น บางคนมีการใช้จ่ายแบบฟุ่มเฟือยเกินฐานะตนเอง เพื่อให้บุคคลอื่นได้ยกย่องตน เป็นต้น

ขั้นที่ 5 ความต้องการที่จะบรรลุถึงความต้องการของตนเองอย่างแท้จริง (Self - Actualization) คือ ความต้องการสูงสุดของบุคคลที่บุคคลจะต้องพยายามกระทำการต่างๆ ตามความเหมาะสม และตามความสามารถของตนเอง เช่น ครูสอนหนังสืออย่างไม่เกิดความเบื่อหน่าย สอนด้วยความสุขสบายใจ เป็นต้น

ความต้องการ (Needs) ตามหลักการของเมอร์เรย์ (อาเรียห์ พันธุมณี 2538 : 189-192) ซึ่งเมอร์เรย์มีความคิดเห็นว่า ความต้องการเป็นสิ่งที่บุคคลได้สร้างขึ้น ก่อให้เกิดความรู้สึก ขาบซึ่ง ความต้องการนี้บางครั้งเกิดขึ้นเนื่องจากแรงกระตุ้นภายในของบุคคล และบางครั้ง อาจเกิดความต้องการเนื่องจากสภาพสังคมหรือแรงกระตุ้นภายนอกก็ได้ หรืออาจกล่าวได้ว่า ความต้องการเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเนื่องมาจากสภาพทางร่างกายและสภาพทางจิตใจนั่นเอง ทฤษฎี ความต้องการตามหลักการของเมอร์เรย์ สรุปได้ดังนี้

1. ความต้องการที่จะเอาชนะด้วยการแสดงออกทางความก้าวร้าว (Need For Aggression) เป็นความต้องการที่จะเอาชนะผู้อื่น เอาชนะต่อสิ่งขัดขวางทั้งปวงด้วยความรุนแรง มีการต่อสู้ การแค้น การทำร้ายร่างกาย หรือการฆ่าฟันกัน เช่น พุดจาประชดประชันกับเพื่อนที่ไม่ชอบ เป็นต้น

2. ความต้องการที่จะเอาชนะฟันฝ่าอุปสรรคต่างๆ (Need For Counteraction) เป็น ความต้องการที่จะฟันฝ่าอุปสรรค ความล้มเหลวต่างๆ ด้วยการสร้างความพยายามขึ้น เช่น เมื่อได้รับคำดูถูกดูหมิ่น ผู้ที่ได้รับจะเกิดความพากเพียรพยายาม เพื่อเอาชนะคำสบประมาท จนประสบผลสำเร็จ เป็นต้น

3. ความต้องการที่จะยอมแพ้ (Need For Abasement) เป็นความต้องการที่จะยอม-แพ้ ยอมรับผิด ยอมรับคำวิพากษ์วิจารณ์ หรือยอมรับการถูกลดโทษ เช่น การเผาตัวตายเพื่อประท้วงการปกครอง เป็นต้น

4. ความต้องการป้องกันตนเอง (Need For Defense) เป็นความต้องการที่จะ ป้องกันตนเองจากคำวิพากษ์วิจารณ์ การตำหนิติเตียน ซึ่งเป็นการป้องกันทางด้านจิตใจ พยายามหาเหตุผลมาอธิบายการกระทำของตน มีการป้องกันตนเองเพื่อให้พ้นผิดจากการกระทำต่างๆ ทั้งปวง เช่น ให้เหตุผลว่าสอบตกเพราะสอนไม่ดี เป็นต้น

5. ความต้องการเป็นอิสระ (Need For Autonomy) เป็นความต้องการที่ปรารถนาจะเป็นอิสระจากสิ่งกีดขวางทั้งปวง ต้องการที่จะต่อสู้ดิ้นรนเพื่อเป็นตัวของตัวเอง เช่น เด็กมักจะแต่งตัวหรือรับประทานอาหารเอง โดยไม่ต้องการความช่วยเหลือจากมารดาหรือบุคคลอื่น เป็นต้น

6. ความต้องการความสำเร็จ (Need For Achievement) คือ ความต้องการที่จะกระทำการต่างๆ ที่ยากลำบากให้ประสบความสำเร็จ หรือพยายามเอาชนะอุปสรรคทั้งปวง เพื่อให้การทำงานของตนประสบความสำเร็จ จากการศึกษาพบว่า เพศชายมีความต้องการที่จะประสบความสำเร็จมากกว่าเพศหญิง

7. ความต้องการสร้างมิตรภาพกับบุคคลอื่น (Need For Affiliation) เป็นความต้องการที่จะทำให้ผู้อื่นรักใคร่ ต้องการรู้จักหรือมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นต้องการเอาอกเอาใจ มีความซื่อสัตย์ต่อเพื่อนฝูง พยายามสร้างความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับบุคคลอื่น

8. ความต้องการความสนุกสนาน (Need For Play) เป็นความต้องการที่จะแสดงความสนุกสนาน ต้องการหัวเราะเพื่อการผ่อนคลายความตึงเครียด มีการสร้างหรือเล่าเรื่องตลก ขบขัน มีการพักผ่อนหย่อนใจ มีการเล่นเกมกีฬา เป็นต้น

9. ความต้องการแยกตนเองจากผู้อื่น (Need For Rejection) เป็นความต้องการหรือมีความปรารถนาของบุคคล ในการที่จะแยกตนออกจากผู้อื่น ไม่มีความรู้สึกยินดียินร้ายกับบุคคลอื่น ต้องการเมินเฉยจากผู้อื่น

10. ความต้องการความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น (Need For Succorance) เป็นความต้องการให้บุคคลอื่นมีความสุข เห็นอกเห็นใจ มีความสงสาร ต้องการได้รับความช่วยเหลือ การดูแล คำแนะนำ จากบุคคลอื่น

11. ความต้องการที่จะให้ความช่วยเหลือต่อบุคคลอื่น (Need For Nurturance) เป็นความต้องการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมกับบุคคลอื่น โดยการให้ความช่วยเหลือแก่บุคคลที่ไม่สามารถจะช่วยเหลือตนเองได้ หรือให้ความช่วยเหลือให้บุคคลอื่นพ้นจากภัยอันตรายต่างๆ

12. ความต้องการที่จะสร้างความประทับใจในตนเองให้กับผู้อื่น (Need For Exhibition) เป็นความต้องการที่จะให้บุคคลอื่นได้เห็น ได้ยินเกี่ยวกับเรื่องราวของตัวเอง ต้องการให้ผู้อื่นมีความสนใจ สนุกสนาน แปลกใจ หรือตกใจในเรื่องราวของตนเอง เช่น เล่าเรื่องตลก ขบขันให้บุคคลอื่นฟังเพื่อบุคคลอื่นจะเกิดความประทับใจในตนเอง เป็นต้น

13. ความต้องการมีอิทธิพลเหนือบุคคลอื่น (Need For Dominance) เป็นความต้องการที่จะให้บุคคลอื่นทำตามคำสั่งของตน ทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนมีอิทธิพลเหนือกว่าบุคคลอื่น

14. ความต้องการที่จะยอมรับนับถือผู้อาวุโสกว่า (Need For Deference) เป็นความต้องการที่จะยอมรับนับถือผู้อาวุโสกว่าด้วยความยินดี รวมทั้งนิยมชมชื่นในบุคคลที่มีอำนาจเหนือกว่า พร้อมจะให้ความช่วยเหลือด้วยความยินดี

15. ความต้องการหลีกเลี่ยงความรู้สึกล้มเหลว (Need For Avoidance Of Inferiority) เป็นความต้องการที่จะหลีกเลี่ยงให้พ้นจากความอับอายทั้งหลาย ต้องการหลีกเลี่ยงการดูถูก หรือการกระทำต่างๆ ที่ทำให้เกิดความละอายใจ

16. ความต้องการที่จะหลีกเลี่ยงจากอันตราย (Need For Avoidance Harm) เป็นความต้องการที่จะหลีกเลี่ยงความเจ็บปวดทางด้านร่างกาย ต้องการได้รับความปลอดภัยจากอันตรายทั้งปวง

17. ความต้องการที่จะหลีกเลี่ยงจากการตำหนิหรือถูกลงโทษ (Need For Avoidance Of Blame) เป็นความต้องการที่จะหลีกเลี่ยงการลงโทษด้วยการคล้อยตามกลุ่ม หรือยอมรับคำสั่ง หรือปฏิบัติตามกฎข้อบังคับของกลุ่มเพราะกลัวการถูกลงโทษ

18. ความต้องการความเป็นระเบียบเรียบร้อย (Need For Orderliness) เป็นความต้องการที่จะจัดสิ่งของต่างๆ ให้อยู่ในสภาพที่เป็นระเบียบเรียบร้อย มีความประณีตงดงาม เช่น การจัดหนังสือในชั้นหนังสือให้เป็นระเบียบเรียบร้อย เป็นต้น

19. ความต้องการที่จะรักษาชื่อเสียง (Need For Inviolacy) เป็นความต้องการที่จะรักชื่อเสียงของตนที่มีอยู่ไว้จนสุดความสามารถ เช่น การไม่ยอมขโมยแม้ว่าตนจะต้องหิว หรือไม่ยอมทำความผิด ไม่คดโกงผู้ใดเพื่อชื่อเสียงของวงศ์ตระกูล เป็นต้น

20. ความต้องการให้ตนเองมีความแตกต่างจากบุคคลอื่น (Need For Contrariness) เป็นความต้องการที่จะกระทำให้ตนเองไม่เหมือนกับบุคคลอื่น เช่น เพื่อในกลุ่มใส่กระโปรงมาโรงเรียน แต่ตนต้องการให้แตกต่างจากบุคคลอื่น โดยการใส่กางเกงมาโรงเรียน เป็นต้น

1.2 ความหมายของการออกกำลังกาย

แลมบี (Lamb. 1984 : 11) ได้ให้ความหมายของการออกกำลังกายไว้ว่า คือการทำงานของกล้ามเนื้อลาย เพื่อให้ร่างกายมีการเคลื่อนไหวตามความมุ่งหมาย โดยที่มียุทธศาสตร์ของระบบต่างๆ ในร่างกายช่วยสนับสนุน ส่งเสริม ให้การออกกำลังกายมีประสิทธิภาพและคงอยู่ได้

อีดิงตัน (สุวิมล ตั้งสัจพจน์. 2526 : 1 ; อ้างอิงจาก Edington. 1997) ได้ให้ความหมายของการออกกำลังกายไว้ว่า เป็นการศึกษาเกี่ยวกับการออกกำลังกายที่จะต้องรู้จักการตอบสนองต่อร่างกายของมนุษย์ในรูปแบบของการออกกำลังกายเฉพาะอย่าง การออกกำลังกายเฉพาะอย่างนี้สามารถดัดแปลงร่างกายให้กระทำจนเกิดผลการฝึกเฉพาะอย่างนั้น ๆ

เวิร์คคัตตี เพียร์ซอบ (2523 : 37) ได้ให้ความหมายของการออกกำลังกายไว้ว่า การที่เราทำให้ร่างกายได้ใช้แรงงาน หรือกำลังงานที่มีอยู่ในตัวนั้น เพื่อให้ร่างกายหรือส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวนั่นเอง เช่น การเดิน การกระโดด การวิ่ง การทำงานหรือในการเล่นกีฬา การออกกำลังกายแต่ละกิจกรรม ร่างกายต้องใช้กำลังงานมากน้อยแตกต่างกันไป ตามลักษณะของงานนั้นว่ามากน้อยหรือหนักเบาแค่ไหน

จรินทร์ ธานีรัตน์ (2529 : 15) ได้ให้ความหมายของการออกกำลังกายไว้ว่า การออกกำลังกาย (Physical Exercises) หมายถึง การเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย (Physical Activities) ทั้งหลายที่บุคคลเลือกกระทำ เพื่อต้องการให้ร่างกายได้รับการเคลื่อนไหว ในอันที่จะช่วยให้กล้ามเนื้อได้ทำงาน และเกิดความเจริญเติบโตส่งเสริมให้ร่างกายแข็งแรง ทรวดทรงดี ปอดและหัวใจทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ และเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพอนามัยแก่ผู้เข้าร่วมเป็นประการสำคัญ

กรมพลศึกษา (2534 : 84) ได้ให้คำจำกัดความของการออกกำลังกาย (Exercises) ว่าเป็นการใช้แรงกล้ามเนื้อและร่างกายให้เคลื่อนไหว เพื่อให้ร่างกายแข็งแรง มีสุขภาพดี โดยจะใช้กิจกรรมใดเป็นสื่อก็ได้ เช่น กายบริหาร เดินเร็ว วิ่งเหยาะๆ หรือ การฝึกกีฬาที่มีได้มุ่งที่การแข่งขัน

1.3 หลักการออกกำลังกาย

การออกกำลังกายย่อมทำให้เกิดผลดีต่อร่างกาย และในทางที่ดีต้องปฏิบัติให้ถูกต้องตามหลักและวิธีการออกกำลังกายดังที่ วรศักดิ์ เพียรชอบ (2523 : 6-7) ได้อธิบายถึงหลักและวิธีการในการออกกำลังกายไว้ ดังต่อไปนี้

1. ควรจะเริ่มออกกำลังกายอย่างเบาๆ ก่อนจึงค่อยๆ เพิ่มความหนักของการออกกำลังกายในวันต่อไปให้มากขึ้นตามลำดับ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับผู้ที่ไม่เคยออกกำลังกายมาก่อนเลย
2. ผู้ที่ฟิ้นจากไข้ หรือมีโรคภัยไข้เจ็บประจำตัว ควรปรึกษาแพทย์ก่อนที่จะออกกำลังกาย
3. ผู้ที่ประสงค์จะออกกำลังกายหนักๆ โดยเฉพาะผู้ที่มีอายุกว่า 40 ปี ควรปรึกษาแพทย์ก่อน
4. ในระหว่างการออกกำลังกาย ถ้ามีความรู้สึกผิดปกติมาก เช่น หน้ามืด ใจเต้นแรง เหนื่อย หรือหอบมากเกินไป ควรหยุดออกกำลังกายทันที และถ้าจะออกกำลังกายต่อไปอีก ควรจะได้ปรึกษาแพทย์ก่อน
5. การออกกำลังกายแต่ละครั้งควรให้เหมาะสมกับวัยของตนเองด้วย
6. การออกกำลังกายที่จะได้รับประโยชน์อย่างแท้จริงนั้นควรได้ออกแรง โดยให้ส่วนต่างๆ ของร่างกายทุกส่วนทำงานมากกว่าปกติ เพื่อให้รู้สึกเหนื่อย เช่น หายใจถี่ขึ้น หรือชีพจรเต้นเร็วขึ้นกว่าปกติ
7. ผู้ที่มีภารกิจประจำวันที่ไม่สามารถแบ่งเวลาเพื่อการทำนี้ได้ ควรเลือกกิจกรรมที่ง่ายและกระทำได้ในบริเวณบ้านในเวลาสั้นๆ ได้ เช่น เดินเร็วๆ วิ่งเหยาะๆ อยู่กับที่ กระโดดเชือก ชกมวย หรืออื่นๆ เหล่านี้ เป็นต้น

8. เครื่องมือที่ช่วยในการออกกำลังกาย เช่น เครื่องช่วยเขย่า สั่น ดึง หรือดัน ร่างกาย เพื่อให้ร่างกายไม่ต้องออกแรงนั้น มีประโยชน์น้อยมาก หรือเกือบไม่มีผลต่อร่างกายเลย ทั้งนี้เพราะการออกกำลังกายจะมีประโยชน์หรือไม่เพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับว่าร่างกายได้ออกแรงมาก-น้อยเพียงใดด้วย

9. การออกกำลังกายควรกระทำสม่ำเสมอทุกวันเป็นประจำ อย่างน้อยวันละ 15-20 นาที ทั้งนี้ก็เพราะร่างกายต้องการอาหารเป็นประจำทุกวันฉนั้นใด ร่างกายก็ต้องการการออกกำลังกายเป็นประจำทุกวันฉนั้น

10. เพื่อให้การออกกำลังกายมีความสุขสนุกสนานหรือมีแรงจูงใจมากยิ่งขึ้น ควรจะหาสถิติเกี่ยวกับการออกกำลังกายเป็นประจำควบคุมกันไปด้วย เช่น การนับอัตราและการเปลี่ยนแปลงของการเดินขึ้นหรือการหายใจแต่ละครั้ง ควบคุมกันไปด้วย

11. ต้องระลึกไว้เสมอว่า การออกกำลังกายเป็นประจำนั้นเป็นเพียงปัจจัยอย่างหนึ่งในการรักษาสุขภาพเท่านั้น ถ้าจะใช้ได้ผลดีอย่างแท้จริง ควรจะมีการรับประทานอาหารที่ดีและถูกต้อง และมีการพักผ่อนที่เพียงพอควบคุมกันไปด้วย

เจริญทัศน์ จินตนะเสรี (วุฒิพงษ์ ปรมัตถการ. 2537 : 55-57 ; อ้างอิงจาก เจริญทัศน์ จินตนะเสรี. 2523 : 23-27) ได้กล่าวว่า เพื่อให้การออกกำลังกายนั้นได้ผลเต็มที่และไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ ขอให้ยึดข้อปฏิบัติ 10 ประการ ดังนี้

1. การประมาณตน สภาพร่างกายและความเหมาะสมกับการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาชนิดต่าง ๆ ของแต่ละคนไม่เหมือนกัน แม้ในคนเดียวกันในช่วงเวลาหนึ่งกับอีกช่วงเวลาหนึ่งก็แตกต่างกัน การเพิ่มสมรรถภาพจากการออกกำลังกายมีกฎอยู่ว่า จะต้องเป็นไปตามเหมาะสมกับสภาพร่างกายของแต่ละบุคคล

2. การแต่งกาย การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาแต่ละชนิด ต่างก็มีแบบของเครื่องแต่งกายที่ต่างกัน เครื่องแต่งกายที่เหมาะสมย่อมทำให้การเคลื่อนไหวมีประสิทธิภาพดีกว่า และยังเป็นการป้องกันอันตราย ด้านความอดทนต้องคำนึงถึงการระบายความร้อนออกจากร่างกายเป็นสำคัญ

3. เลือกเวลาดีนฟ้าอากาศ หมายถึง การกำหนดเวลาการออกกำลังกายที่แน่นอน และควรจะเป็นเวลาเดียวกันทุกวัน เพราะมันมีผลต่อการปรับตัวของร่างกาย ถ้าอากาศเย็นต้องใช้เวลารอบอุ่นร่างกายมาก การเลือกสภาพอากาศอาจทำได้ยาก แต่การเลือกเวลาทำได้ง่ายและเวลาที่เหมาะสมคือตอนเช้าตรู่และตอนเย็น

4. สภาพของกระเพาะอาหาร ควรงดอาหารหนักก่อนออกกำลังกายประมาณ 3 ชั่วโมง ถ้าหากท้องว่างอยู่นานจะทำให้พลังงานสำรองหมดไป ฉนั้น ก่อนหรือระหว่างออกกำลังกายอาจให้อาหารที่ย่อยได้ง่ายแต่ไม่ถึงกับทำให้อึดหรือแน่นท้อง ขณะที่อึดจัดกระเพาะอาหารจะทำให้การขยายตัวของปอดได้ไม่เต็มที่ การไหลเวียนของเลือดจะต้องแบ่งเลือดส่วน

หนึ่งไปใช้ในการย่อยอาหาร หากเป็นกีฬาที่ต้องมีการปะทะ กระเพาะอาหารที่เต็มจะแตกได้ง่าย ดังนั้นจึงไม่ควรออกกำลังกายในขณะที่อิ่มจัด

5. การดื่มน้ำ การขาดน้ำทำให้สมรรถภาพทางกายลดลง การให้น้ำชดเชยส่วนที่ขาดทำให้สมรรถภาพทางกายไม่ลดลง ก่อนการออกกำลังกายร่างกายอยู่ในสภาพไม่ขาดน้ำหรือในระหว่างการออกกำลังกายไม่เกิดการกระหายน้ำ ก็ไม่จำเป็นต้องดื่มน้ำ

6. ความเจ็บป่วย การเจ็บป่วยทุกชนิดทำให้สมรรถภาพทางกายลดลง ถ้าร่างกายมีอุณหภูมิสูงกว่าปกติจากการเป็นไข้ หัวใจต้องทำงานหนักขึ้นเพื่อระบายความร้อน เมื่อไปออกกำลังกาย หัวใจจะต้องทำงานมากขึ้นแม้แต่งานเบาๆ ก็อาจกลายเป็นงานหนักเกินกำลังไปได้และถ้าหากเป็นไข้ที่เกิดจากเชื้อโรค การไหลเวียนของเลือดที่เพิ่มขึ้นจากการออกกำลังกายอาจจะทำให้เชื้อโรคแพร่กระจายได้รวดเร็วยิ่งขึ้น ก่อให้เกิดการอักเสบทั่วร่างกายหรือในอวัยวะที่สำคัญซึ่งเป็นอันตรายต่อชีวิตได้

7. ความเจ็บป่วยระหว่างการออกกำลังกาย เมื่อเกิดการบาดเจ็บหรืออุบัติเหตุขึ้นในระหว่างการออกกำลังกายควรหยุดพัก หากบาดเจ็บเพียงเล็กน้อยเมื่อได้พักชั่วคราวก็หายเป็นปกติอาจจะลงไปเล่นต่อได้ แต่ถ้าการเล่นต่อนี้ทำให้อาการเดิมกลับมาเป็นมากขึ้นก็ต้องหยุด ข้อนี้สำคัญมากสำหรับผู้ที่มีอายุเกิน 35 ปี โดยเฉพาะการหายใจขัด จุกแน่น เจ็บบริเวณหน้าอก ซึ่งอาจเป็นอาการของการขาดเลือดหล่อเลี้ยงหัวใจ หากฝืนเล่นต่อไปอาจเกิดอาการหัวใจวายได้

8. ด้านจิตใจ ตามหลักจิตวิทยาเชื่อว่าการออกกำลังกายมีผลต่อการคลายความเครียดระหว่างการออกกำลังกายควรทำจิตใจให้ปลอดโปร่ง พยายามขจัดปัญหาเรื่องรบกวนจิตใจ สร้างสมาธิให้แก่ตนเอง ในกรณีที่ไม่สามารถขจัดปัญหาได้ก็ควรงดการออกกำลังกาย เพราะมันจะเป็นสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุได้ง่าย

9. ความสม่ำเสมอ ไม่ว่าจะเป็นการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพหรือเพื่อการแข่งขันกีฬา ก็ตาม การรักษาความสม่ำเสมอจะช่วยให้ร่างกายมีความพร้อมที่ดีกว่าในทุกๆ ด้าน หากต้องการเพิ่มสมรรถภาพทางกาย นอกจากจะขึ้นอยู่กับปริมาณความหนักของงานแล้วยังขึ้นอยู่กับความสม่ำเสมออีกด้วย

10. การพักผ่อน ภายหลังการออกกำลังกาย จำเป็นต้องมีการพักผ่อนอย่างเพียงพอ โดยมีหลักสังเกตดังนี้ ก่อนการออกกำลังกายครั้งต่อไปร่างกายจะต้องมีความสดชื่น อยู่ในสภาพเดิมหรือดีกว่าเดิม การออกกำลังกายวันต่อมาจึงจะกระทำให้มากขึ้นตามลำดับได้ เนื่องจากการออกกำลังกายแต่ละครั้ง ร่างกายต้องเสียพลังงานสำรองจำเป็นต้องมีการชดเชย รวมทั้งการซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอหรือเสริมสร้างให้แข็งแรงยิ่งขึ้น กระบวนการเหล่านี้จะเกิดขึ้นในขณะที่ร่างกายมีการพักผ่อนอย่างเพียงพอเท่านั้น

สัทขรา ชัมเจริญ (2543 : 4-5) ได้กล่าวถึงหลักสำคัญในการออกกำลังกายไว้ว่า ควรทำประจำทุกวันอย่างน้อยวันละ 30 นาที และออกกำลังกายให้หนักประมาณ 2 ใน 3 หรือ 70% ของความสามารถสูงสุดของแต่ละคนหรือถือเกณฑ์จากอัตราชีพจรดังนี้

1. เด็กควรออกกำลังกายให้ชีพจรเต้นได้ประมาณ 160 ครั้ง/นาที
2. อายุ 20-30 ปี ควรออกกำลังกายให้ชีพจรเต้นได้ประมาณ 150 ครั้ง/นาที
3. อายุ 30-40 ปี ควรออกกำลังกายให้ชีพจรเต้นได้ประมาณ 140 ครั้ง/นาที
4. อายุ 40-50 ปี ควรออกกำลังกายให้ชีพจรเต้นได้ประมาณ 130 ครั้ง/นาที
5. อายุ 50-60 ปี ควรออกกำลังกายให้ชีพจรเต้นได้ประมาณ 120 ครั้ง/นาที
6. อายุ 60-70 ปี ควรออกกำลังกายให้ชีพจรเต้นได้ประมาณ 100-110 ครั้ง/นาที

และในขณะที่ออกกำลังกายอย่าฝืนการเคลื่อนไหวร่างกาย ไม่ว่าในจังหวะหรือท่าใดก็ตาม อย่ารีบร้อนที่จะทำให้เสร็จๆ ไป ควรเริ่มจากท่าที่ช้าๆ ไปก่อน จนเกิดความชำนาญและคล่องตัวแล้วจึงค่อยทำเร็วขึ้นตามจังหวะ

1.4 ประโยชน์ของการออกกำลังกาย

ตำรง กิจกุศล (2527 : 20-24) ได้รวบรวมประโยชน์และสรุปไว้ดังนี้

1. การออกกำลังกายทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง มีพลังดีขึ้น
2. การออกกำลังกายจะช่วยให้มีการทรงตัวดีขึ้น มีความว่องไวมากขึ้น เพราะร่างกายได้ซ้อมเคลื่อนไหว การทำงานของอวัยวะต่าง ๆ มีความสัมพันธ์กันดี
3. การออกกำลังกายบางแบบ เช่น การออกกำลังกายแบบแอโรบิก จะสามารถช่วยให้ระบบหัวใจ ปอด และหลอดเลือดทำงานดีขึ้นอย่างชัดเจนมาก
4. การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและถูกต้องตามหลักการจะสามารถช่วยให้อาการของโรคหลายอย่างดีขึ้นได้
5. การออกกำลังกายจะช่วยให้ผู้ที่นอนไม่หลับนอนหลับได้ดีขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่นอนไม่หลับจากความเครียด
6. การออกกำลังกายที่พอเหมาะพอดีจะช่วยให้พลังทางเพศดีขึ้นทั้งชายหญิง
7. การออกกำลังกายจะช่วยให้ผู้ที่มีอาการทางจิต เช่น ซึมเศร้า (Depression) มีอาการดีขึ้นได้ เพราะการออกกำลังกายทำให้มีการหลั่งของ Beta-Endorphine มากขึ้น ซึ่งสารนี้นอกจากจะช่วยลดความเจ็บปวดได้แล้ว ยังเป็นสารที่ต่อต้านความซึมเศร้า (Antidepressant) ด้วย
8. การออกกำลังกายจะช่วยให้มีรูปร่างดีขึ้น
9. การออกกำลังกายที่พอเหมาะพอดี จะสามารถชะลอความเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ ในผู้สูงอายุได้ดีที่สุด
10. จากการศึกษาในสหรัฐพบว่า ผู้ที่ได้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอนั้นจะมีวันลาป่วยน้อยมาก คือมีวันลาเพียงเศษหนึ่งส่วนสามของผู้ที่ไม่ออกกำลังกายเท่า นั้น

วุฒิพงษ์ ปรมัตถการ (2537 : 5-6) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายไว้ ดังนี้

1. ผลการออกกำลังกายต่อระบบไหลเวียนเลือด

1.1 ปริมาณเลือด ผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำจะทำให้ปริมาณเลือดเพิ่มขึ้น ร่างกายจำเป็นต้องใช้เลือดรักษาระดับอุณหภูมิและใช้ออกซิเจนเพื่อการสันดาบ ปริมาณของเลือดที่เพิ่ม ทำให้เลือดดำไหลกลับสู่หัวใจเพิ่มขึ้น หลังจากส่งไปฟอกที่ปอดแล้ว ปริมาณเลือดแดงมีมากขึ้น สามารถไปเลี้ยงกล้ามเนื้อได้อย่างเพียงพอ

1.2 การสะสมกรดแลคติก เป็นตัวการสำคัญอย่างหนึ่ง เชื่อว่าเป็นสาเหตุหนึ่งของการเป็นตะคริวที่กล้ามเนื้อ ผู้ที่ออกกำลังกายสม่ำเสมอจะทำให้การสะสมกรดแลคติกเป็นไปได้น้อย ร่างกายมีเวลากำจัดออกจากกล้ามเนื้อเป็นผลทำให้เหนื่อยช้าลง

1.3 เส้นเลือด เมื่อมีปริมาณเลือดเพิ่มขึ้น เส้นเลือดจำเป็นจะต้องขยายตัวและหดตัวบ่อยขึ้น การยืดหยุ่นตัวของเส้นเลือดจึงดีขึ้น เป็นการช่วยป้องกันไม่ให้เส้นเลือดแข็งตัวหรือเปราะ เส้นเลือดฝอยที่เปิดเป็นทางเปื่อยให้เลือดไหลเวียน ในโอกาสที่มีความจำเป็นเส้นเลือดในกล้ามเนื้อยังเพิ่มขึ้นอีกด้วย

1.4 หัวใจ ผู้เชี่ยวชาญทางวงการการแพทย์มีหลักฐานยืนยันว่า การออกกำลังกายเป็นประจำสามารถป้องกันโรคหัวใจเสื่อมสมรรถภาพ (Degenerative-Disease) หรือโรคหัวใจวายได้ดี ส่วนประกอบส่วนใหญ่ของหัวใจคือกล้ามเนื้อหัวใจ (Cardiac Muscle) เมื่อมีการออกกำลังกายจะทำให้กล้ามเนื้อหัวใจสูบฉีดเลือดไปยังส่วนต่างๆ ของร่างกายได้ทันตามความต้องการ เพราะหัวใจแข็งแรงและมีสมรรถภาพในการทำงานดีขึ้น

1.5 ความดันเลือด เมื่อมีการออกกำลังกายจะทำให้ความดันเลือดเปลี่ยนแปลงไปเพราะว่ามีปริมาณเลือดไหลมากขึ้น ปริมาณสูบฉีดเลือดของหัวใจมากขึ้น แต่ความต้านทานในเส้นเลือดน้อยลงเพราะเส้นเลือดฝอยขยายตัวได้ดี

2. ผลการออกกำลังกายต่อระบบหัวใจ

ในนักกีฬาที่ฝึกซ้อมเป็นระยะเวลานานจะสามารถหายใจเข้าเต็มที่หลังจากหายใจออกเต็มที่แล้วดีขึ้น เพราะสมรรถภาพทรวงอก กล้ามเนื้อกะบังลมมีการหดตัว (Elastic Recoil) ดีขึ้น นอกจากนั้นอัตราการหายใจต่อนาที (Ventilation Minute Volume) ขณะปกติหรือออกกำลังกายระดับเบาและปานกลาง ผู้ที่เป็นนักกีฬาจะหายใจต่อหน่วยเวลาลดลง เพราะสามารถสูดอากาศได้ลึกกว่าและความสามารถหายใจสูงสุด (Maximum Breathing Volume) ในนักกีฬาจะสามารถหายใจเต็มที่ให้เร็วที่สุดในเวลาจำกัดดีกว่าคนธรรมดา

3. ผลการออกกำลังกายต่อระบบกล้ามเนื้อ

การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอทำให้เยื่อหุ้มกล้ามเนื้อมีความเหนียวและหนาขึ้น ขนาดกล้ามเนื้อโตขึ้น ทำให้ความแข็งแรงเพิ่มขึ้น ช่วยชะลออาการเมื่อยล้า หากเมื่อยล้าจะใช้เวลาพักและคืนสู่สภาพปกติได้เร็ว

4. ผลการออกกำลังกายต่อระบบอื่นๆ

4.1 ระบบประสาทอัตโนมัติ ทำงานได้สมดุลกัน (Sympathetic And Parasympathetic) ทำให้การปรับตัวของอวัยวะให้เหมาะกับการออกกำลังกายได้เร็วกว่าการฟื้นตัวเร็วกว่า

4.2 ต่อม ต่อมหมวกไตเจริญขึ้น มีฮอร์โมนสะสมมากขึ้น

4.3 ดับ เพิ่มปริมาณและน้ำหนัก มีไกลโคเจนและสารที่จำเป็นต่อการออกกำลังกายไปสะสมมากขึ้น

5. ช่วยป้องกันโรคอ้วน การออกกำลังกายที่ถูกต้องและเหมาะสม จะช่วยให้ร่างกายใช้พลังงานที่ได้รับจากสารอาหารต่างๆ โดยไม่มีการสะสมไว้เกินความจำเป็น ถ้าขาดการออกกำลังกายจะทำให้สารอาหารที่มีอยู่ในร่างกายถูกสะสมและเปลี่ยนเป็นไขมัน แทรกซึมตามเนื้อเยื่อ ทั่วร่างกาย เป็นสาเหตุหนึ่งของการเกิดโรคอ้วน

สมชาย ไกรสังข์ (2540 : 2-7) ได้สรุปถึงประโยชน์และคุณค่าของการออกกำลังกาย ที่สำคัญ ไว้ดังนี้

1. ทางด้านร่างกาย

การออกกำลังกายเป็นประจำและสม่ำเสมอมีประโยชน์ต่อร่างกายมากมาย พอสรุปได้ คือ

ผลของการออกกำลังกายที่มีต่อกล้ามเนื้อ การออกกำลังกายเป็นประจำ จะช่วยให้เยื่อหุ้มกล้ามเนื้อมีความหนา เหนียว และแข็งแรง ขนาดกล้ามเนื้อโตขึ้น จำนวนเส้นใยหดฝอยที่อยู่ในกล้ามเนื้อทำงานได้มากขึ้น สารที่มีประโยชน์ เช่น ไกลโคเจน ฮีโมโกลิน สะสมอยู่ในกล้ามเนื้อมากขึ้น การทำงานของประสาทในกล้ามเนื้อก็ดีขึ้นไปด้วย

ผลของการออกกำลังกายที่มีต่อระบบไหลเวียนโลหิต การออกกำลังกายเป็นประจำจะช่วยให้กล้ามเนื้อหัวใจหนา โต และแข็งแรง สูดฉีดโลหิตไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกายที่ละมากๆ อัตราการบีบตัวของหัวใจน้อยครั้งทำให้หัวใจได้พัก และเหนื่อยช้า เมื่อหยุดการออกกำลังกายอาการเหนื่อยก็จะหายเร็วกว่าคนที่ไม่เคยออกกำลังกาย นอกจากนี้สามารถป้องกันโรคหัวใจเสื่อมสภาพหรือโรคหัวใจวาย ช่วยให้ไขมันเส้นโลหิตและความดันโลหิตลดลง

ผลของการออกกำลังกายที่มีต่อระบบหายใจ คนที่ออกกำลังกายเป็นประจำ ปอดจะมีความจุอากาศมาก สามารถรับออกซิเจนได้มาก อัตราการหายใจจะต่ำ หลังจากการออกกำลังกายอัตราการหายใจจะลดลงและกลับคืนสภาพปกติได้เร็วกว่าคนที่ไม่ออกกำลังกาย

2. ทางด้านการทำงานประสานกันระหว่างระบบประสาทกับระบบกล้ามเนื้อ

ระบบประสาทและกล้ามเนื้อสามารถทำงานประสานกันมากน้อยเพียงใดนั้น ส่วนใหญ่ขึ้นอยู่กับร่างกาย มีการออกกำลังกายหรือเคลื่อนไหวมากน้อยแค่ไหน การทำงานประสานกันระหว่างระบบประสาทและกล้ามเนื้อ จะมีมากและดีขึ้นด้วยการเคลื่อนไหวของ

ร่างกายในกิจกรรมต่าง ที่มีการประสานกันระหว่างระบบประสาทและกล้ามเนื้อจะเป็นการเคลื่อนไหวที่มีความสง่างาม จังหวะกลมกลืนมีประสิทธิภาพและประหยัดแรงงาน

กิจกรรมที่ส่งเสริมให้มีการเคลื่อนไหวในส่วนต่างๆ ของร่างกายเป็นประจำ นับตั้งแต่การเคลื่อนไหวในชีวิตประจำวัน เช่น การเดิน วิ่ง กระโดด ตลอดจนกิจกรรมกีฬาต่างๆ เช่น ฟุตบอล บาสเกตบอล วูตว๊าน ล้วนเป็นกิจกรรมที่จะช่วยให้ร่างกายได้มีการเคลื่อนไหว และส่งเสริมให้มีการทำงานประสานกันระหว่างระบบประสาทและกล้ามเนื้อทั้งสิ้น

3. ทางด้านสังคม

กิจกรรมทางด้านพลศึกษา ซึ่งอยู่ภายใต้การจัดการและการดำเนินการที่ถูก-ต้องจะช่วย ส่งเสริมให้บุคคลเป็นผู้ที่มีความรู้ ความเข้าใจ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ เป็นอย่างดี เช่น ด้านลักษณะประจำตัวจะส่งเสริมให้เป็นผู้ที่มีความกล้า ความคิดริเริ่ม ความอดทน ความเชื่อมั่น ในตนเอง สำหรับลักษณะในหมู่พวกจะส่งเสริมให้เป็นผู้ที่มีความเห็นอกเห็นใจ มีความสุภาพ มีความร่วมมือกัน มีความซื่อสัตย์สุจริต มีน้ำใจนักกีฬา เคารพในสิทธิผู้อื่น เสียสละประโยชน์ส่วน-ตนและเป็นผู้นำ-ผู้ตามที่ดี จะทำให้ผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถรู้ พฤติกรรมของผู้ที่มีส่วนร่วมได้เป็นอย่างดี เพื่อจะช่วยเหลือ แก้ไข ให้เป็นผู้ที่มีคุณลักษณะเป็นที่ปรารถนาของสังคม และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

4. ทางด้านสติปัญญา

แม้ว่าไม่มีผลการวิจัยมาสนับสนุนว่าการมีส่วนร่วมในกิจกรรมพลศึกษา ช่วย ให้บุคคลเป็นผู้ที่สามารถสะสม รวบรวมความรู้และความสามารถพิจารณาไตร่ตรองตีความหมาย หรืออธิบายความรู้นั้นๆ ได้โดยตรงก็ตาม แต่มีเหตุผลพอที่จะทำให้เชื่อได้ว่าการมีส่วนร่วมใน กิจกรรมพลศึกษา ภายใต้การจัดและควบคุมที่ถูกต้องสามารถช่วยให้มีพัฒนาการทางด้าน สติปัญญา ผู้มีส่วนร่วมจะต้องมีความรู้ความเข้าใจในกิจกรรมนั้นๆ พอสมควร และผู้ที่มีส่วนร่วม กิจกรรมพลศึกษาจะเข้าร่วมอย่างสนุกสนานและมีความหมายแก่ตนเอง ยิ่งกว่านั้นในการมีส่วนร่วม ต้องใช้ความคิดและนำประสบการณ์ของตนมาใช้ในการพิจารณาให้ได้สิ่งที่ถูกต้อง และดีกว่าเสมอ

ในเอกสารประกอบการเรียนวิชาการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต พล 101 (2541 : 106-107) ซึ่งเป็นวิชาพื้นฐานบังคับมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ได้กำหนดให้หลักสูตรระดับปริญญาตรีทุกคนต้องเรียน ยังได้ระบุถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายไว้ดังนี้

การออกกำลังกายก่อให้เกิดประโยชน์ในทางกายคือ การจัดชนิด ความหนัก ความนาน และความบ่อยของการออกกำลังกายให้เหมาะกับเพศ วัย สภาพร่างกายและ จุดประสงค์ของแต่ละคน หากสามารถจัดได้เหมาะสม จะให้คุณประโยชน์ดังต่อไปนี้ การเจริญเติบโต การออกกำลังกายเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการเจริญ

เด็บบ๊อบ เด็กที่ไม่ค่อยออกกำลังกายแต่มีอาหารกินสมบูรณ์ อาจมีส่วนสูงและน้ำหนักตัวมากกว่าเด็กในวัยเดียวกันโดยเฉลี่ย แต่ส่วนใหญ่จะมีไขมันเกิน กระดูกเล็ก หัวใจมีขนาดเล็กเมื่อเทียบกับน้ำหนักตัวและ รูปร่างอาจผิดปกติได้ เช่น เข้าชิดกัน อ้วนแบบจู้ เป็นต้น ถือว่าเป็นการเจริญเติบโตที่ผิดปกติ ตรงข้ามกับเด็กที่มีการออกกำลังกายถูกต้องเสมอ ร่างกายจะผลิตฮอร์โมนที่เกี่ยวข้องกับการเจริญเติบโตอย่างถูกส่วน จึงกระตุ้นให้อวัยวะต่างๆ เจริญขึ้นพร้อมกันทั้งขนาด รูปร่าง และหน้าที่การทำงาน เมื่อประกอบกับผลของการออกกำลังกายที่ทำให้เจริญอาหาร การย่อยและการขับถ่ายที่ดี เด็กที่มีการออกกำลังกายอย่างถูกต้อง และสม่ำเสมอจึงมีการเจริญเติบโตดีกว่าเด็กที่ขาดการออกกำลังกาย

2. รูปร่างและทรวดทรง การออกกำลังกายเป็นได้ทั้งยาป้องกันและยารักษาโรค การเสียทรวดทรงในช่วงการเจริญเติบโตช่วงข้อ 1 ย่อมป้องกันได้ด้วยการออกกำลังกาย แต่เมื่อโตเต็มที่แล้วขาดการออกกำลังกาย จะทำให้ทรวดทรงเสียได้ เช่น ตัวเอียง หลังอวบ ทำให้บุคลิกภาพในระยะนี้ การกลับมาออกกำลังกายอย่างถูกต้องสม่ำเสมอ ยังสามารถแก้ไขให้ทรวดทรงกลับดีขึ้นได้ แต่การแก้ไขบางอย่างใช้เวลานานเป็นเดือน เป็นปี แต่บางอย่างอาจเห็นผลภายในไม่ถึง 1 เดือน เช่น การมีพุงป่อง การบริหารกายเพื่อเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหน้าท้องเพียง 2 สัปดาห์ ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องมีความตึงตัวเพิ่มขึ้นจนกระชับอวัยวะภายในไว้ ไม่ให้ดันออกมาเป็นพุงป่องได้

3. สุขภาพทั่วไป การออกกำลังกายเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ ถึงแม้จะไม่มีหลักฐานแน่ชัดว่าการออกกำลังกายจะสามารถเพิ่มภูมิคุ้มกันต่อโรคที่เกิดจากการติดเชื้อได้ แต่พบบ่อยว่า เมื่อนักกีฬาเกิดการเจ็บป่วยจากการติดเชื้อจะหายได้เร็วกว่า และมีโรคแทรกซ้อนน้อยกว่า ข้อที่ทำให้เชื่อแน่ว่าผู้ที่ออกกำลังกาย ย่อมมีสุขภาพดีกว่าผู้ขาดการออกกำลังกาย คือ การที่อวัยวะต่างๆ มีการพัฒนาทั้งขนาด รูปร่าง และหน้าที่การทำงาน

4. สมรรถภาพทางกาย การออกกำลังกายถือเป็นยาบำรุงเพียงอย่างเดียวที่สามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายได้ เพราะไม่มียาใดๆ ที่สามารถทำให้ร่างกายมีสมรรถภาพเพิ่มขึ้นได้อย่าง แท้จริงและถาวร ในทางปฏิบัติเราสามารถเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายทุก ๆ ด้าน เช่น ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัว ความอดทนด้วยการออกกำลังกายที่ใช้สมรรถภาพทางกายด้านนั้น ๆ

5. การป้องกันโรค การออกกำลังกายสามารถป้องกันโรคร้ายหลายชนิด โดยเฉพาะโรคที่เกิดจากการเสื่อมสภาพของอวัยวะอันเนื่องจากการมีอายุมากขึ้น ประกอบกับปัจจัยอื่นๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น การกิน ความเคร่งเครียด สูบบุหรี่มาก หรือกรรมพันธุ์ โรคเหล่านี้ได้แก่ โรคประสาทเสียดุลยภาพ เป็นต้น ผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำมีโอกาสเกิดโรคเหล่านี้ช้ากว่าผู้ที่ขาดการออกกำลังกาย หรืออาจไม่เกิดขึ้นเลย

6. การรักษาโรคและฟื้นฟูสภาพ โรคต่างๆ ที่กล่าวในข้อ 5 ถ้าหากเกิดขึ้นแล้ว การจัดการออกกำลังกายที่เหมาะสมจัดเป็นวิธีการรักษาและฟื้นฟูสภาพที่สำคัญในปัจจุบัน แต่ในการออกกำลังกายที่เหมาะสมมีปัญหาหลายประการ บางครั้งโรคกำเริบรุนแรงจนการออกกำลังกายแม้เพียงเบาๆ ก็เป็นข้อห้าม กรณีดังกล่าว การควบคุมโดยใกล้ชิดจากแพทย์ผู้ทำการรักษาและตรวจสอบสภาพร่างกาย โดยละเอียดเป็นระยะเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง

สุพัชรา ชีมเจริญ (2543 : 6-7) ได้กล่าวถึงคุณประโยชน์ของการออกกำลังกาย

1. ช่วยทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรงขึ้น มีพลังกำลังดีขึ้น
2. ช่วยให้การทรงตัวดีขึ้น มีความคล่องตัวในยามที่เคลื่อนไหวร่างกาย อวัยวะต่างๆ มีความสัมพันธ์และประสานงานกันได้ดี

3. ช่วยชะลอความเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ โดยเฉพาะในผู้สูงอายุ
4. ช่วยทำให้ระบบขับถ่ายดีขึ้นทุกระบบ ไม่ว่าจะถ่ายหนักถ่ายเบาหรือระบบขับเหงื่อ

5. ช่วยให้อารมณ์ดีขึ้นมีส่วนไม่อ้วนและไม่ผอมเกินไป มีความคล่องตัวในการทำงานทำให้เกิดความมั่นใจและเชื่อมั่นในตนเอง

6. ช่วยให้จิตใจแจ่มใสไม่เป็นโรคซึมเศร้า เพราะการออกกำลังกายที่หนักพอสมควรจะทำให้มีการหลั่งของสารเอ็นดอร์ฟินซึ่งเป็นสารที่ต่อต้านความซึมเศร้าได้ เมื่อออกกำลังกายแล้วจะทำให้นอนหลับง่ายขึ้น

7. ช่วยให้อาการของโรคดีขึ้น เช่น โรคปวดเมื่อย ไขข้อในเข่าลดลงได้
8. ช่วยในระบบไหลเวียนภายในร่างกาย เช่น หลอดเลือด หัวใจ ปอดทำงานดีขึ้น
9. ช่วยประหยัดค่ารักษาพยาบาล เนื่องจากร่างกายแข็งแรงไม่มีโรคภัยไข้เจ็บจึงไม่ต้องไปโรงพยาบาล

1.5 ประวัติและความเป็นมาของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์

พ.ศ. 2518 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับบริจาคที่ดินในอำเภองครักษ์ จังหวัดนครนายก จำนวน 947 ไร่ 2 งาน จาก บริษัท ศรีระกระบือ จำกัด เพื่อจัดตั้งสถานศึกษา (วันมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ 2544. 2544 : 34) แต่ขณะนั้นทางมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ยังไม่ได้ดำเนินการใดๆ และได้รับอนุมัติที่ดินจากองค์การบริหารส่วนตำบลองครักษ์ อีกจำนวน 22 ไร่ 2 งาน รวมพื้นที่ทั้งหมด 970 ไร่ (วันสมเด็จพระเทพฯ. 2541 : 120)

จนกระทั่ง 25 กุมภาพันธ์ 2535 คณะรัฐมนตรี มีมติให้มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ขยายการศึกษาไปที่อำเภอ องครักษ์ จังหวัดนครนายก โดยให้ใช้งบประมาณแผ่นดิน และให้จัดตั้ง 6 คณะ 1 สถาบัน ดังนี้

1. คณะวิทยาศาสตร์
2. คณะอุตสาหกรรมศาสตร์

3. คณะกายภาพบำบัด
4. คณะเภสัชศาสตร์
5. คณะทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
6. คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา
7. สถาบันวิจัยและพัฒนา (วันมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ 2544. 2544 : 36)

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ได้เปิดการเรียนการสอนตั้งแต่ปีการศึกษา 2539 เป็นต้นมา โดยคณะแรกที่เปิดสอน คือ คณะวิศวกรรมศาสตร์ มีนิสิต 992 คน (มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. 2541 : 3) แต่เนื่องจากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ตั้งอยู่ห่างจากตัวอำเภอองครักษ์ ทำให้ไม่สะดวกในการเดินทางเพราะมีรถประจำทางน้อย และเป็นการไม่ปลอดภัยต่อบุคลากรและนิสิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจึงได้จัดตั้งหอพักนิสิต ขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์ คือ เพื่อเสริมสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนและให้นิสิตได้มี โอกาสแสวงหาประสบการณ์ชีวิตในมหาวิทยาลัย พร้อมทั้งเป็นการให้บริการและสวัสดิการแก่นิสิต ตลอดจนต้องการฝึกฝนให้นิสิตรู้จักการอยู่ร่วมกัน เคารพในสิทธิของผู้อื่น มีน้ำใจ มีความสามัคคี มีความรับผิดชอบต่องานและส่วนรวม รวมทั้งส่งเสริมให้นิสิตจัดกิจกรรมนิติตประเภทต่าง ๆ เพื่อเสริมสร้างพัฒนาการของนิสิตในด้านสังคม อารมณ์ ร่างกายและจิตใจ (มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. 2539 : 2)

2.งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

เฟลค และคิลคอยน์ (Flack And Kilcoyne. 1984 : 239-243) ได้ทำการวิจัยเรื่อง โครงการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในโรงเรียน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้บุคลากรจัดโครงการขึ้นเองได้ และเพื่อให้บุคลากรทุกคนมีสุขภาพดี โดยฝึกฝนอบรมผู้ดำเนินงานโครงการ จำนวน 32 คน ให้ผู้ฝึกอบรมทั้งหมด ไปจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพบุคลากรในโรงเรียนของตนเอง มีการประเมินผลทั้งโครงการฝึกอบรมและโครงการที่ดำเนินงานในโรงเรียน ผลคือผู้ที่เข้าอบรมมีความรู้ ทักษะดี และการปฏิบัติทางสุขภาพดีกว่าผู้ที่ไม่ได้ฝึกอบรม และบุคลากรสามารถจัดดำเนินโครงการสุขภาพในโรงเรียนได้ ทั้งนี้ได้รับการสนับสนุนจากกลุ่มผู้บริหารโรงเรียนเป็นอย่างดี

บัทเลอร์ (Butler. 1989 : 1591-A) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การเปรียบเทียบพฤติกรรม การออกกำลังกายของนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษากับวิชาเอกอื่น โดยใช้นักศึกษาระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยที่กำหนดให้วิชาพลศึกษาเป็นวิชาบังคับพื้นฐาน แยกเป็นนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษา 225 คน นักศึกษาวิชาเอกอื่น 549 คน ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาวิชาเอกพลศึกษามีความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายในเวลาวางมากกว่านักศึกษาวิชาเอกอื่น ส่วนการไม่เข้าร่วมของนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษามักจะมีปัญหาเรื่อง สภาพอากาศ

การเจ็บป่วย บาดเจ็บหรือติดภารกิจที่ต้องรับผิดชอบ สำหรับกิจกรรมควรเพิ่มกิจกรรมการออกกำลังกายแบบแอโรบิก นอกจากนี้ เพศก็มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายในระหว่างเวลาว่าง

โฮลบลูค (Holbrook. 1992 : 2735-A) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการเร่งด่วนและกำหนดแผนเพื่อจัดสิ่งอำนวยความสะดวกในการส่งเสริมสุขภาพการเรียนรู้พลศึกษา นันทนาการ และโปรแกรมการแข่งขันกีฬา โดยส่งแบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่าง 94 คน ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ประกอบด้วย ผู้บริหารสถาบัน ผู้อำนวยการสำนักธุรการ และสถาปนิก ผลการวิจัยพบว่า คณะกรรมการวางแผนของสถาบันจะต้องศึกษาในรายละเอียดเพื่อกำหนดแบบ สิ่งอำนวยความสะดวกได้อย่างถูกต้อง จัดเพิ่มงบประมาณเพื่อซ่อมแซมสิ่งอำนวยความสะดวก จัดตั้งศูนย์บริการเพื่อประโยชน์สำหรับการบำรุงรักษาที่ได้ประสิทธิภาพ ควรเริ่มดำเนินการตั้งแต่ขั้นวางแผน และการวิจัยเพื่อศึกษาแนวทางในอนาคตเป็นสิ่งจำเป็น เพื่อประสิทธิผลการวางแผนและการดำเนินการ

วัตสัน (Watson.1997 : 3251) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ผลกระทบของทัศนคติและแรงจูงใจของการใช้เวลาว่างที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกายของนักศึกษาในวิทยาลัย ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ตอบคำถามว่าไม่ค่อยมีเวลาว่างในการออกกำลังกาย เนื่องจากมีเวลาไม่เพียงพอแต่พวกเขาใช้เวลา 2-3 ชั่วโมงต่อวัน ในการดูโทรทัศน์หรือทำกิจกรรมอื่นๆ ที่ไม่มีการเคลื่อนไหว วัตสันจึงสรุปว่านักศึกษาไม่ใช่ไม่มีเวลาว่าง แต่เป็นเรื่องการขาดความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกาย เพราะขาดทัศนคติและแรงจูงใจที่ดี

2.2 งานวิจัยในประเทศ

ทองสุข สัมปหังสิต (2531 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อทราบถึงการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายของนิสิต และเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายโดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล จำนวน 913 คน วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้ค่าร้อยละ T-Test, F-Test ผลการวิจัยพบว่า

1. นิสิตส่วนมากใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกาย และจะออกกำลังกายในวันที่มีการเรียนการสอน โดยจะออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.00 – 18.00 น. นิสิตส่วนมากจะใช้โรงฝึกพลศึกษาเป็นสถานที่ออกกำลังกาย
2. นิสิตชายมีความสนใจในกิจกรรมกีฬาฟุตบอลมากที่สุด ส่วนนิสิตหญิงมีความสนใจกิจกรรมกีฬาวolleyball มากที่สุด
3. นิสิตหญิงเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายกีฬาน้องใหม่มากที่สุด

4. นิสิตมีปัญหาการออกกำลังกายด้านสถานที่คือ โรงฝึกพลศึกษามีอากาศร้อนอบ-
อ้าว ด้านอุปกรณ์ นิสิตเห็นว่าอุปกรณ์การออกกำลังกายไม่เพียงพอต่อความต้องการ ปัญหา
ส่วนตัวของนิสิตนั้น ส่วนมากจะมีปัญหาเวลาว่างไม่เพียงพอที่จะออกกำลังกาย และมีภาระด้าน
การเรียนมาก

5. ความต้องการบริการการออกกำลังกายในด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก-
สะดวกของนิสิตชายและนิสิตหญิงไม่แตกต่างกัน ซึ่งนิสิตส่วนมากมีความต้องการด้านดังกล่าว
มาก

6. ความต้องการบริการการออกกำลังกายในด้านบุคลากรของนิสิตชายและหญิง
ไม่แตกต่างกัน ซึ่งนิสิตส่วนมากต้องการให้มีบุคลากรคอยแนะนำและให้บริการด้านต่างๆ มาก

7. ความต้องการการออกกำลังกายในด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก
ของแต่ละคณะ พบว่านิสิตคณะพลศึกษา มีความต้องการแตกต่างกับนิสิตคณะวิทยาศาสตร์
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งนิสิตคณะพลศึกษามีความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์
สิ่งอำนวยความสะดวกมากกว่านิสิตคณะวิทยาศาสตร์ส่วนคณะอื่นมีความต้องการใกล้เคียงกัน

8. ความต้องการบริการการออกกำลังกายในด้านบุคลากร ของแต่ละคณะพบว่า
นิสิตคณะพลศึกษา มีความต้องการแตกต่างกัน นิสิตคณะมนุษยศาสตร์ วิทยาศาสตร์ ศึกษา-
ศาสตร์และสังคมศาสตร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งนิสิตคณะพลศึกษาต้องการให้มี
บุคลากรคอยแนะนำ และบริการด้านต่างๆ มากกว่าคณะอื่นๆ ส่วนคณะอื่นๆ นั้นมีความต้องการ
ใกล้เคียงกัน

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2534 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการการบริการ
การออกกำลังกายของบุคลากร มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร โดยมีจุดมุ่งหมาย
เพื่อศึกษาความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรมหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 300 คน โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บ
รวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูล โดยการหาค่าร้อยละ มัชฌิมเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
วิเคราะห์ความแตกต่าง โดยใช้ค่าที (T-Test) และค่าเอฟ (F-Test) และทดสอบความแตกต่าง
ของคะแนนเป็นรายคู่ โดยวิธีทดสอบของนิวแมน-คูลส์ (New Man-Kuel Method) ผลการวิจัย
พบว่า

บุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร มีความต้องการบริการการ
ออกกำลังกายในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1.ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ต้องการสถานที่
ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้ไปมาสะดวก อุปกรณ์พลศึกษาที่เพียงพอ ตาม
สัดส่วนกับจำนวนผู้ใช้บริการ และอุปกรณ์กีฬาที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

2. ด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ ต้องการกิจกรรมประเภทเทเบิล-
เทนนิส วูว่น้ำ แบดมินตัน เปตอง สลลาค กายบริหาร เทนนิส และกิจกรรมเข้าจังหวะ

3. ด้านทดสอบสมรรถภาพทางกาย ได้แก่ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบสมรรถภาพทางกายมีเพียงพอและได้มาตรฐาน มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของบุคลากรเป็นประจำ และสถานที่สำหรับฝึกกิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย

4. ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ได้แก่ ความต้องการบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ดี มีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ

5. ด้านวิชาการ ได้แก่ ต้องการหนังสือ ตำรา เอกสาร หรือคู่มือ เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกได้ศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมอยู่เสมอโดยทั่วถึงกัน สมาชิก มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อจะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้นต่อไป และมีภาพยนตร์หรือเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับกีฬาเสมอ ๆ

6. ด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ได้แก่ ต้องการออกกำลังกายในวันเสาร์ อาทิตย์ และวันศุกร์ โดยวันธรรมดาต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.30 - 18.30 น. และวันเสาร์ วันอาทิตย์ ต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 8.00 - 10.00 น. และ 16.30 - 18.30 น.

7. การเปรียบเทียบความต้องการบริการการออกกำลังกายรวมทั้ง 5 ด้าน คือ สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก กิจกรรมการออกกำลังกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกาย บุคลากรผู้ให้บริการ และวิชาการ ของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ระหว่างบุคลากรชายกับหญิง ปรากฏว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

8. การเปรียบเทียบความต้องการบริการการออกกำลังกายรวมทั้ง 5 ด้าน คือ สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก กิจกรรมการออกกำลังกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกาย บุคลากรผู้ให้บริการ และวิชาการ ของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ระหว่างบุคลากรที่เป็นโสดกับสมรส ปรากฏว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

9. การเปรียบเทียบความต้องการบริการการออกกำลังกายรวมทั้ง 5 ด้าน คือ สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก กิจกรรมการออกกำลังกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกาย บุคลากรผู้ให้บริการ และวิชาการ ของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร จำนวนตามอายุ ปรากฏว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนำผลมาทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ พบว่า บุคลากรที่มีอายุระหว่าง 51-60 ปี มีความแตกต่างกับบุคลากรที่มีอายุระหว่าง 41-50 ปี 31-40 ปี และ 21-30 ปี มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ พบว่าบุคลากรที่มีอายุระหว่าง 41-50 ปี มีความแตกต่างกับบุคลากรที่มีอายุระหว่าง 31-40 ปี และ 21-30 ปี อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ควรมีหน่วยงานใหม่ขึ้นมารับผิดชอบการจัดการและการให้บริการการออกกำลังกาย โดยหน่วยงานใหม่นี้จะเปิดรับบุคลากรให้เป็นสมาชิกและเก็บเงินจากสมาชิกด้วย นอกจากนั้นต้องมีหน้าที่ดูแลรักษา สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และควรจะต้องมีครูฝึกที่ชำนาญ เพื่อที่จะคอยให้

คำแนะนำและช่วยเหลือการออกกำลังกายของสมาชิก

มานะ หมอยาดี (2540 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อทราบความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศ ระดับปริญญาตรี โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล กลุ่มประชากรของนักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศ ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี จำนวน 700 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศส่วนมากมีความต้องการวิชาการเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย โดยมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุดคือ มีภาพยนตร์หรือเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอๆ ความรู้เกี่ยวกับเทคนิคและทักษะการออกกำลังกาย เชี่ยวชาญการบรรยายสาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกได้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ หน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

2. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศ ส่วนมากมีความต้องการด้านกิจกรรมการออกกำลังกายเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย โดยมีความต้องการในระดับมากที่สุด คือ แบดมินตัน ฟุตบอล โบว์ลิ่ง ยิงธนู และระดับมาก คือ เทนนิส เทเบิลเทนนิส บาสเกตบอล วอลเลย์บอล เซปักตะกร้อ วัยน้ำ รักบี้ฟุตบอล

3. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศ ส่วนมากมีความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง เพื่อการออกกำลังกาย โดยมีความต้องการระดับมากที่สุด สถานที่ออกกำลังกายในร่ม สถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ควรมีไฟฟ้าสนาม สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายและทำความสะอาดร่างกายอย่างเพียงพอถูกสุขลักษณะ ตู้เก็บเสื้อผ้า (Locker) สำหรับผู้ใช้บริการ มีการบริการจำหน่ายอาหารและเครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย อุปกรณ์กีฬามีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

4. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศ ส่วนมากมีความต้องการ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย โดยมีความต้องการระดับมากที่สุด คือ มีหน่วยงานและบุคลากรและหน่วยงานที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศโดยเฉพาะบุคลากรผู้ให้บริการที่ให้คำแนะนำในการออกกำลังกายที่มีความรู้ความชำนาญในกิจกรรมแต่ละด้านอย่างถนัด บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา บุคลากรผู้ให้บริการที่มีความรู้ ความเข้าใจ วิธีการจัดและดำเนินการด้านพลศึกษา และสามารถเลือกกิจกรรมที่เหมาะสม บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม

ปัทมา รอดทั้ง (2540 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้เวลาวางด้วยการเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนล่าง โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการใช้เวลาวางด้วยการเล่นกีฬาและ ออกกำลังกายของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนล่าง กลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็น ประชาชนชาย 200 คน ประชาชนหญิง 200 คน รวม 400 คน โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ทดสอบค่าที (T-Test Independent) วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Analysis Of Variance) และทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe Method) ผลการวิจัยพบว่า

1. ประชาชนส่วนมากที่ใช้เวลาวางด้วยการเล่นกีฬาและออกกำลังกายมีอายุระหว่าง 15-25 ปี มีวุฒิการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ไม่ได้ประกอบอาชีพและยังไม่มีรายได้

2. ประชาชนส่วนมากได้รับข่าวสารความรู้เกี่ยวกับการเล่นกีฬาและออกกำลังกายจากโทรทัศน์ เล่นกีฬาและออกกำลังกายทั้งในวันธรรมดาและวันหยุดมากที่สุด ใช้เวลา 1-2 วัน / สัปดาห์ และใช้เวลาในแต่ละครั้ง 15-30 นาที ในช่วงเวลา 16.00-19.00 น. ใช้สนามกีฬาของโรงเรียนหรือของหมู่บ้านเป็นที่เล่นกีฬาและออกกำลังกายมากที่สุด กิจกรรมในร่มที่นิยมมากที่สุดคือ วอลเลย์บอล กิจกรรมกลางแจ้งที่นิยมมากที่สุด วิ่งเหยาะมากที่สุด แต่กีฬาที่สนใจมากที่สุดคือ ฟุตบอล

3. ประชาชนมีจุดมุ่งหมายของการเล่นกีฬาและออกกำลังกายเพื่อให้มีสุขภาพดีมากที่สุด

4. ประชาชนมีปัญหาการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย ด้านสถานที่ คือสถานที่ไม่เพียงพอ ด้านอุปกรณ์ คืออุปกรณ์ไม่เพียงพอ ปัญหาส่วนตัวของประชาชนที่อยู่ในระดับมากที่สุดคือ เวลาวางไม่เพียงพอที่จะใช้ในการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย

5. ความต้องการรับบริการในการเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนล่างด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกและด้านบุคลากรผู้ให้บริการอยู่ในระดับมากที่สุด 2 ด้าน

6. จากการทดสอบค่าทีพบว่า ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกระหว่างประชาชนชายกับประชาชนหญิง มีความต้องการไม่แตกต่างกันและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการโดยรวมไม่มีความแตกต่างกัน ยกเว้น ความต้องการให้มีบุคลากรคอยให้คำแนะนำในการเล่นกีฬาและออกกำลังกายและให้มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสนามกีฬาและสถานที่ออกกำลังกาย ประชาชนหญิงมีความต้องการมากกว่าประชาชนชาย

7. จากการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว พบว่า

7.1 ความต้องการทางด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกและบุคลากรผู้ให้บริการระหว่างกลุ่มอายุ ทุกข้อไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายคู่โดยวิธีเชฟเฟ พบว่า ประชาชนกลุ่มอายุ 15-25 ปี กับประชาชนกลุ่มอายุ 26-35 ปี และประชาชนกลุ่มอายุ 15-25 ปี

กับประชาชนกลุ่มอายุ 56 ปีขึ้นไป มีความต้องการด้านความต้องการให้มีห้องเก็บและยืมอุปกรณ์โดยเฉพาะ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

7.2 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ระหว่างระดับการศึกษาไม่มีความแตกต่างกัน

7.3 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกและด้านบุคลากรผู้ให้บริการระหว่างกลุ่มอาชีพไม่มีความแตกต่างกัน

ไชยา อังศุสกุณมถ. (2543 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง พฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษาวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยพลศึกษาเขตภาคเหนือ โดยมี จุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของนักศึกษาวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยพลศึกษาเขตภาคเหนือ เปรียบเทียบพฤติกรรม การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษา และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติและการปฏิบัติของนักศึกษาวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยพลศึกษาเขตภาคเหนือ จำนวน 304 คน เป็น นักศึกษาชายจำนวน 152 คน และเป็นนักศึกษาหญิง จำนวน 152 คน โดยใช้แบบสอบถามวิเคราะห์ข้อมูล ใช้สถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) ทดสอบค่าที (T-Test) วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-Way Analysis Of Variance) หรือค่าเอฟ (F-Test) ทดสอบรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ (Scheffe Method) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์จากผลคูณของคะแนนแบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Coefficient Of Correlation) ผลการวิจัยพบว่า

1. นักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษาส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอยู่ในระดับพอใช้ มีเจตคติอยู่ในระดับดี และมีการปฏิบัติอยู่ในระดับดี

2. นักศึกษาชายและนักศึกษาหญิงมีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและสุขภาพแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาชายมีความรู้ดีกว่านักศึกษาหญิง

3. นักศึกษาชายและนักศึกษาหญิงมีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไม่แตกต่างกัน

4. นักศึกษาสาขาวิชาบริหารธุรกิจและนักศึกษาสาขาวิชาคอมพิวเตอร์มีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาสาขาวิชาคอมพิวเตอร์มีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพดีกว่านักศึกษาสาขาวิชาบริหารธุรกิจ

5. นักศึกษาวิชาบริหารธุรกิจและนักศึกษาสาขาวิชาคอมพิวเตอร์มีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไม่แตกต่างกัน

6. นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ตามสถานที่ตั้งของวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยพลศึกษาเขตภาคเหนือในที่ต่างกัน มีความรู้เกี่ยวกับออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดเชียงใหม่ จังหวัดลำปาง จังหวัดเพชรบูรณ์ มีความรู้แตกต่างกับนักศึกษาวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยพลศึกษา

จังหวัดสุโขทัย และนักศึกษาวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดเชียงใหม่ มีความรู้แตกต่างกับนักศึกษาวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดเพชรบูรณ์

7. นักศึกษาที่อยู่ตามสถานที่ตั้งของวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยพลศึกษาเขตภาคเหนือ ที่ตั้งต่างกัน มีเจตคติเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดเชียงใหม่ จังหวัดลำปาง และจังหวัดเพชรบูรณ์ มีเจตคติแตกต่างกับนักศึกษาวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุโขทัย

8. นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ตามสถานที่ตั้งของวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยเขตภาคเหนือ ในที่ตั้งต่างกัน มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไม่แตกต่างกัน

9. พฤติกรรมเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านความรู้ เจตคติและด้านความรู้กับการปฏิบัติของนักศึกษาวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยพลศึกษาเขตภาคเหนือ มีความสัมพันธ์กันเชิงนิมิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

10. พฤติกรรมเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านเจตคติกับการปฏิบัติของนักศึกษาวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยเขตภาคเหนือไม่มีความสัมพันธ์กัน

ยิ่งศักดิ์ เผ่าอินจันทร์ (2543 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการการออกกำลังกายของสมาชิกศูนย์เยาวชนของกรุงเทพมหานคร โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อทราบความต้องการของสมาชิกศูนย์เยาวชนในเขตกรุงเทพมหานครที่มีต่อความต้องการกิจกรรมออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 400 คน โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผลการวิจัยพบว่า

1. สมาชิกศูนย์เยาวชนของกรุงเทพมหานครเป็นชาย 222 คน คิดเป็นร้อยละ 55.50 เป็นหญิง 178 คน คิดเป็นร้อยละ 44.50 อายุระหว่าง 8-12 ปี 223 คน คิดเป็นร้อยละ 58.22 อายุระหว่าง 13-18 ปี 167 คน คิดเป็นร้อยละ 41.75 ระดับชั้นประถมศึกษา 243 คน คิดเป็นร้อยละ 60.75 ระดับชั้นมัธยมศึกษา 157 คน คิดเป็นร้อยละ 39.25

2. ความต้องการการให้บริการการออกกำลังกาย ด้านหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายความรู้เกี่ยวกับพื้นฐานความอบอุ่นร่างกายและการออกกำลังกายความรู้เกี่ยวกับกติกาการเล่นกีฬาหรือกิจกรรมพลศึกษา เชิญผู้ฝึกสอนกีฬามาสอนในหลัก-การวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกได้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ มีภาพยนตร์หรือเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับการแข่งขันกีฬาอยู่เสมอ ความเข้าใจถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายต่อร่างกาย จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษาและเลือกใช้อุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้การออกกำลังกายอย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ โครงการจัดกิจกรรมกีฬาของศูนย์เยาวชนที่จัดตลอดปี การประชาสัมพันธ์การออกกำลังกายของศูนย์เยาวชนของสมาชิกทั้งกลุ่ม อายุระหว่าง 8-12 ปี และ 13-18 ปี มีความต้องการอยู่ในระดับมากและมากที่สุด

สมาชิกระดับประถมศึกษา มีความต้องการด้านหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกาย ความรู้เกี่ยวกับพื้นฐานการอบอุ่นร่างกายและการออกกำลังกาย ความเข้าใจถึงประโยชน์ของการออกกำลังกาย การประชาสัมพันธ์การออกกำลังกายของศูนย์เยาวชน มีความต้องการอยู่ในระดับมาก ส่วนความต้องการด้านความรู้เกี่ยวกับกติกาการเล่นกีฬา หรือ กิจกรรมพลศึกษา เชิญผู้ฝึกสอนกีฬามาสอนในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิก ได้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ มีภาพยนตร์หรือเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับการแข่งขันกีฬาอยู่เสมอ จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการศึกษา การเลือกใช้อุปกรณ์สิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกาย อย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ โครงการจัดกิจกรรมของศูนย์เยาวชนที่จัดตลอดปี มีความต้องการในระดับมากที่สุด ส่วนสมาชิกระดับมัธยมศึกษา มีความต้องการทุกด้านในระดับมาก

3. ความต้องการประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

ความต้องการประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายในระดับน้อยที่สุดของสมาชิกกลุ่มอายุ 8-12 ปี คือ กรีฑา ว่ายน้ำ ฟุตบอลและสนุกเกอร์ ส่วนสมาชิกกลุ่มอายุ 13-18 ปี คือ บาสเกตบอล ว่ายน้ำ ฟุตบอล สนุกเกอร์ และเทควันโด ความต้องการประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายในระดับน้อยของสมาชิกกลุ่มอายุ 8-12 ปี คือ เทนนิส แบดมินตัน บาสเกตบอล วอลเลย์บอล ซอฟท์บอล ยูโดและเทควันโด ส่วนสมาชิกกลุ่มอายุ 13-18 ปี คือ กายบริหาร กิจกรรมเข้าจังหวะ แบดมินตัน วอลเลย์บอล กรีฑา แอนด์บอล รักบี้ฟุตบอล หมากรุก ยูโด วิ่งเพื่อสุขภาพและแอโรบิกดันทันซ์

ความต้องการประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายในระดับมากของสมาชิกกลุ่มอายุ 8-12 ปี คือ กายบริหาร กิจกรรมเข้าจังหวะ เทเบิลเทนนิส เปตอง ยิงธนู เซปักตะกร้อ ตะกร้อ-ลอดบ่วง ตะกร้อวง แร้บบอล แอนด์บอล รักบี้ฟุตบอล หมากรุก ฮอกกี้ ยิมนาสติก มวยไทย กระบี่ กระบอง ฟันดาบ วิ่งเพื่อสุขภาพ แอโรบิกดันทันซ์ ส่วนสมาชิกกลุ่มอายุ 13-18 ปี คือ เทนนิส เทเบิลเทนนิส เปตอง ยิงธนู เซปักตะกร้อ ตะกร้อลอดบ่วง แร้บบอล ซอฟท์บอล หมากรุก ฮอกกี้ กระบี่-กระบอง ฟันดาบ วิ่งเพื่อสุขภาพ ยกน้ำหนัก

ความต้องการประเภทกิจกรรมการออกกำลังกายในระดับมากของสมาชิกกลุ่มอายุ 8-12 ปี กายบริหาร กิจกรรมเข้าจังหวะ เทเบิลเทนนิส เปตอง ยิงธนู เซปักตะกร้อ ตะกร้อ-ลอดบ่วง ตะกร้อวง แร้บบอล แอนด์บอล รักบี้ฟุตบอล หมากรุก ฮอกกี้ ยิมนาสติก มวยไทย กระบี่-กระบอง ฟันดาบ วิ่งเพื่อสุขภาพ แอโรบิกดันทันซ์ ส่วนสมาชิกกลุ่มอายุ 13-18 ปี คือ เทนนิส เทเบิลเทนนิส เปตอง ยิงธนู เซปักตะกร้อ ตะกร้อลอดบ่วง แร้บบอล ซอฟท์บอล หมากรุก ฮอกกี้ กระบี่ กระบอง ฟันดาบ วิ่งเพื่อสุขภาพ ยกน้ำหนัก

ความต้องการประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายในระดับมากที่สุดของสมาชิกกลุ่มอายุ 8-12 ปี คือ มวยสากล รักบี้ฟุตบอล หมากรุก มวยไทย มวยปล้ำ สควอชและยกน้ำหนัก ส่วนสมาชิกกลุ่มอายุ 13-18 ปี คือ มวยสากล ตะกร้อวง ยิมนาสติก มวยไทย มวยปล้ำ ยูโด สควอช และสนุกเกอร์

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ จำนวน 2,265 คน ประกอบด้วยนิสิตชาย 1,236 คน นิสิตหญิง 1,029 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ จำนวน 374 คน ประกอบด้วยนิสิตชาย 204 คน นิสิตหญิง 170 คน โดยใช้สูตร ยามาเน่ (Yamane) และใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

ตาราง 1 จำนวนของประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

คณะ / ระดับชั้นปี		เพศ			
		ชาย		หญิง	
		ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
เภสัชศาสตร์ /	1	26	4	68	11
	2	25	4	55	9
	3	18	3	44	7
	4	15	3	45	7
	5	8	2	23	4
สหเวชศาสตร์ /	1	7	2	42	7
	2	8	2	31	5
	3	5	2	35	6
	4	-	-	-	-
วิศวกรรมศาสตร์ /	1	174	27	74	12
	2	173	27	83	13
	3	183	28	27	5
	4	149	23	32	5

ตาราง 1 (ต่อ)

คณะ / ระดับชั้นปี	เพศ				
	ชาย		หญิง		
	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	
พยาบาลศาสตร์ /	1	1	42	7	
	2	-	39	6	
	3	-	44	7	
	4	2	30	5	
ศึกษาศาสตร์ /	1	9	18	3	
	2	18	41	7	
	3	20	39	6	
	4	21	27	5	
สังคมศาสตร์ /	1	8	22	4	
	2	6	19	3	
	3	-	-	-	
	4	-	-	-	
พลศึกษา /	1	166	67	11	
	2	136	72	11	
	3	30	3	2	
	4	28	7	2	
รวม	1,236	204	1,029	170	

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปีและคณะ

ตอนที่ 2 กิจกรรมการออกกำลังกายของนิสิต ซึ่งมีขอบเขตเนื้อหา ประกอบด้วย

สถานภาพการออกกำลังกาย และปัญหาส่วนตัวในการออกกำลังกาย ลักษณะ

แบบสอบถามเป็นแบบสำรวจรายการ (Check list)

ตอนที่ 3 ปัญหาและความต้องการเกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกาย ซึ่งมีขอบเขตเนื้อหาเกี่ยวกับ ปัญหาและความต้องการการรับบริการการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และบุคลากร ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับคือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อยและน้อยที่สุด

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เป็นแบบสอบถามแบบปลายเปิด (Open – Ended)

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามลำดับขั้นตอนดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
2. รวบรวมข้อมูลนำมาสร้างแบบสอบถาม
3. นำแบบสอบถามไปปรึกษาประธานและกรรมการควบคุมปริญญาโท

เพื่อขอคำแนะนำ

4. นำแบบสอบถามให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คน (รายละเอียดอยู่ในภาคผนวก)

ตรวจสอบ แก้ไข เพื่อหาค่าความเที่ยงตรง (Validity) ตามเนื้อหา ในการใช้ภาษาและครอบคลุมเนื้อหา เพื่อปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปทดลองใช้

5. นำแบบสอบถามไปให้ประธานและกรรมการควบคุมปริญญาโท

ตรวจสอบอีกครั้ง เพื่อพิจารณาความถูกต้องของแบบสอบถาม

6. นำแบบสอบถามที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไข ทดลองไปใช้กับนิสิต

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ จำนวน 50 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) และมีค่าความเชื่อมั่น 0.92

7. นำแบบสอบถามไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงผู้เชี่ยวชาญ เพื่อขอความอนุเคราะห์ ตรวจสอบแก้ไขแบบสอบถาม
2. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงอาจารย์ผู้สอน อาจารย์ที่ปรึกษาของนิสิตที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขอความร่วมมือในการใช้กลุ่มตัวอย่าง สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

3. นำแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างพร้อมหนังสือนำส่งด้วยตนเองแล้วเก็บรวบรวมแบบสอบถามคืนทั้งหมด

4. นำแบบสอบถามที่ได้รับคืนมาตรวจสอบความสมบูรณ์ ถูกต้อง แล้วนำแบบสอบถามไปดำเนินการวิเคราะห์ต่อไป

การจัดกระทำข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม แล้วนำมาวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. นำผลตอบแบบสอบถามในตอนนที่ 1, 2, 3 มาแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

2. นำผลตอบแบบสอบถามในตอนนที่ 4 สรุปความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ นำเสนอเป็นความเรียง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่องปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกาย ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ผู้วิจัยได้ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 374 คน ได้รับแบบสอบถามกลับคืนมาจำนวน 374 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

N แทน จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

% แทน จำนวนร้อยละ

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งเป็น 4 ตอน

ตอนที่ 1 นำข้อมูลมาแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละและนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 2 นำข้อมูลมาแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละและนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 3 นำข้อมูลมาแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละและนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 4 นำข้อมูลมาสรุปและนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 สถานภาพส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตาราง 2 จำนวนและร้อยละของสถานะภาพส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

รายการ	N (คน)	%
เพศ		
ชาย	204	54.5
หญิง	170	45.5
รวม	374	100.0
นิตระดับปริญญาตรี		
ชั้นปีที่ 1	120	32.1
ชั้นปีที่ 2	113	30.2
ชั้นปีที่ 3	75	20.1
ชั้นปีที่ 4	60	16.0
ชั้นปีที่ 5	6	1.6
รวม	374	100.0
คณะที่กำลังศึกษา		
เภสัชศาสตร์	54	14.4
สหเวชศาสตร์	24	6.4
วิศวกรรมศาสตร์	140	37.4
พยาบาลศาสตร์	27	7.3
สังคมศาสตร์	11	2.9
ศึกษาศาสตร์	35	9.4
พลศึกษา	83	22.2
รวม	374	100.0

จากตาราง 2 แสดงว่าสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม เป็นนิสิตชาย 204 คน คิดเป็นร้อยละ 54.5 เป็นนิสิตหญิง 170 คน คิดเป็นร้อยละ 45.5 เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 จำนวน 120 คน คิดเป็นร้อยละ 32.1 ชั้นปีที่ 2 จำนวน 113 คน คิดเป็นร้อยละ 30.2 ชั้นปีที่ 3 จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 20.1 ชั้นปีที่ 4 จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 16.0 ชั้นปีที่ 5 จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 1.6 เป็นนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ในคณะเภสัชศาสตร์ จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 14.4 คณะสหเวชศาสตร์ จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 6.4 คณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 140 คน คิดเป็นร้อยละ 37.4 คณะพยาบาลศาสตร์ จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 7.3 คณะสังคมศาสตร์ จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 2.9 คณะศึกษาศาสตร์ จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 9.4 และคณะพลศึกษา จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 22.2

ตาราง 3 จำนวนและร้อยละของนิสิตชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นต่าง ๆ

รายการ	ชาย		หญิง	
	N	%	N	%
ระดับชั้นปีที่ 1	65	31.9	55	32.4
ระดับชั้นปีที่ 2	59	28.9	54	31.8
ระดับชั้นปีที่ 3	42	20.6	33	19.4
ระดับชั้นปีที่ 4	36	17.6	24	14.1
ระดับชั้นปีที่ 5	2	1.0	4	2.4

จากตาราง 3 แสดงว่ากลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้านี้เป็นนิสิตชายที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 1 จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 31.9 ระดับชั้นปีที่ 2 จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 28.9 ระดับชั้นปีที่ 3 จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 20.6 ระดับชั้นปีที่ 4 จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 17.6 ระดับชั้นปีที่ 5 จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1.0 นิสิตหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 1 จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 32.4 ระดับชั้นปีที่ 2 จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 31.8 ระดับชั้นปีที่ 3 จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 19.4 ระดับชั้นปีที่ 4 จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 14.1 และระดับชั้นปีที่ 5 จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 2.4

ตาราง 4 จำนวนและร้อยละของนิสิตชายและหญิงที่ศึกษาอยู่ในคณะต่างๆ

คณะที่กำลังศึกษา	ชาย		หญิง	
	N	%	N	%
เภสัชศาสตร์	16	7.8	38	22.4
สหเวชศาสตร์	6	2.9	18	10.6
วิศวกรรมศาสตร์	105	51.5	35	20.6
พยาบาลศาสตร์	2	1.0	25	14.7
สังคมศาสตร์	4	2.0	7	4.0
ศึกษาศาสตร์	14	6.9	21	12.4
พลศึกษา	57	27.9	26	15.3
รวม	204	100.0	170	100.0

จากตาราง 4 แสดงว่ากลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้านี้เป็นนิสิตชายที่กำลังศึกษาอยู่ในคณะเภสัชศาสตร์ จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 7.8 คณะสหเวชศาสตร์ จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 2.9 คณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 51.5 คณะพยาบาลศาสตร์ จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1.0 คณะสังคมศาสตร์ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 2.0 คณะศึกษาศาสตร์ จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 6.9 คณะพลศึกษา จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 27.9 นิสิตหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในคณะเภสัชศาสตร์ จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 22.4 คณะสหเวชศาสตร์ จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 10.6 คณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 20.6 คณะพยาบาลศาสตร์ จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 14.7 คณะสังคมศาสตร์ จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 4.1 คณะศึกษาศาสตร์ จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 12.4 และคณะพลศึกษา จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 15.3

ตาราง 5 จำนวนและร้อยละของนิสิตระดับชั้นปีที่ 1-5 ที่ศึกษาอยู่ในคณะต่างๆ

คณะที่กำลังศึกษา	ระดับชั้นปี									
	1		2		3		4		5	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
เภสัชศาสตร์	15	12.5	13	11.5	10	13.3	10	16.7	6	100.0
สหเวชศาสตร์	9	7.5	7	6.2	8	10.7	-	-	-	-
วิศวกรรมศาสตร์	39	32.5	40	35.4	33	44.0	28	46.7	-	-
พยาบาลศาสตร์	8	6.5	6	5.3	7	9.3	6	10.0	-	-
สังคมศาสตร์	6	5.0	5	4.4	-	-	-	-	-	-
ศึกษาศาสตร์	6	5.0	10	8.8	10	13.3	9	15.0	-	-
พลศึกษา	37	31.0	32	28.3	7	9.3	7	11.7	-	-
รวม	120	100.0	113	100.0	75	100.0	60	100.0	6	100.0

จากตาราง 5 แสดงว่านิสิตระดับชั้นปีที่ 1 ที่กำลังศึกษาอยู่ในคณะเภสัชศาสตร์ จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 12.5 คณะสหเวชศาสตร์ จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 7.5 คณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 32.5 คณะพยาบาลศาสตร์ จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 6.7 คณะสังคมศาสตร์ จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 5.0 คณะศึกษาศาสตร์ จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 5.0 คณะพลศึกษา จำนวน 37 คน คิดเป็นร้อยละ 31.0 นิสิตระดับชั้นปีที่ 2 ที่กำลังศึกษาอยู่ในคณะเภสัชศาสตร์ จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 11.5 คณะสหเวชศาสตร์ จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 6.2 คณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 35.4 คณะพยาบาลศาสตร์ จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 5.3 คณะสังคมศาสตร์ จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 4.4 คณะศึกษาศาสตร์ จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 8.8 คณะพลศึกษา จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 28.3 นิสิตระดับชั้นปีที่ 3 ที่กำลังศึกษาอยู่ในคณะเภสัชศาสตร์ จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 13.3 คณะสหเวชศาสตร์ จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 10.7 คณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 44.0 คณะพยาบาลศาสตร์ จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 9.3 คณะศึกษาศาสตร์ จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 13.3 คณะพลศึกษา จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 9.3 นิสิตระดับชั้นปีที่ 4 ที่กำลังศึกษาอยู่ในคณะเภสัชศาสตร์ จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 16.7 คณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 46.7 คณะพยาบาลศาสตร์ จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 10.0 คณะศึกษาศาสตร์ จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 15.0 คณะพลศึกษา จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 11.7 และนิสิตระดับชั้นปีที่ 5 ที่กำลังศึกษาอยู่ในคณะเภสัชศาสตร์ จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 100.0

ตอนที่ 2 กิจกรรมการออกกำลังกายของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์

ตอนที่ 2.1 สภาพการออกกำลังกายของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
องครักษ์

ตาราง 6 จำนวนและร้อยละของแหล่งของสื่อที่ได้รับความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกาย
(N=374)

รายการ	นิสิตทั้งหมด		ชาย		หญิง	
	N	%	N	%	N	%
โทรทัศน์	273	73.0	273	69.6	131	77.1
วิทยุ	106	28.3	47	23.0	59	34.7
หนังสือพิมพ์	175	46.8	94	46.1	81	47.6
วารสาร นิตยสาร สิ่งตีพิมพ์	185	49.5	92	45.1	93	54.7
อินเทอร์เน็ต	92	24.6	50	24.5	42	24.7
บุคลากรผู้สอน	170	45.5	93	45.6	77	45.3
เพื่อน	250	66.8	128	62.7	122	71.8
อื่น ๆ	23	6.1	13	6.4	10	5.9

จากตาราง 6 แสดงว่านิสิตได้รับความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายจากสื่อต่างๆ ดังนี้ โทรทัศน์ จำนวน 273 คน คิดเป็นร้อยละ 73.0 วิทยุ จำนวน 106 คน คิดเป็นร้อยละ 28.3 หนังสือพิมพ์ จำนวน 175 คน คิดเป็นร้อยละ 46.8 วารสาร นิตยสาร สิ่งตีพิมพ์ จำนวน 185 คน คิดเป็นร้อยละ 49.5 อินเทอร์เน็ต จำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 24.6 บุคลากรผู้สอน จำนวน 170 คน คิดเป็นร้อยละ 45.5 เพื่อน จำนวน 250 คน คิดเป็นร้อยละ 66.8 และจากแหล่งอื่นๆ จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 6.1 เมื่อจำแนกตามเพศ ได้แก่ นิสิตชายได้รับความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายจากสื่อต่างๆ ดังนี้ โทรทัศน์ จำนวน 273 คน คิดเป็นร้อยละ 69.6 วิทยุ จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 23.0 หนังสือพิมพ์ จำนวน 94 คน คิดเป็นร้อยละ 46.1 วารสาร นิตยสาร สิ่งตีพิมพ์ จำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 45.1 อินเทอร์เน็ต จำนวน 50 คน คิดเป็นร้อยละ 24.5 บุคลากรผู้สอน จำนวน 93 คน คิดเป็นร้อยละ 45.6 เพื่อน จำนวน 128 คน คิดเป็นร้อยละ 62.7 อื่นๆ จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 6.4 นิสิตหญิงได้รับความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายจากสื่อต่างๆ ดังนี้ โทรทัศน์ จำนวน 131 คน คิดเป็นร้อยละ 77.1 วิทยุ จำนวน

59 คน คิดเป็นร้อยละ 34.7 หนังสือพิมพ์ จำนวน 81 คน คิดเป็นร้อยละ 47.6 วารสาร นิตยสาร
 สิ่งตีพิมพ์ จำนวน 93 คน คิดเป็นร้อยละ 54.7 อินเทอร์เน็ต จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 24.7
 บุคลากรผู้สอน จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 45.3 เพื่อน จำนวน 122 คน คิดเป็นร้อยละ 71.8
 และอื่นๆ จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 5.9

ตาราง 7 จำนวนและร้อยละของวันในการออกกำลังกาย (N=374)

รายการ	นิสิตทั้งหมด		ชาย		หญิง	
	N	%	N	%	N	%
วันที่มีการเรียนการสอน	115	30.7	53	26.0	62	36.5
วันหยุดราชการ	53	14.2	23	11.3	30	17.6
วันที่มีการเรียนการสอนและ วันหยุดราชการ	206	55.1	128	62.7	78	45.8

จากตาราง 7 แสดงว่าวันในการออกกำลังกายของนิสิตมีดังนี้ ผู้ที่ออกกำลังกายในวันที่มี
 การเรียนการสอน จำนวน 115 คน คิดเป็นร้อยละ 30.7 ผู้ที่ออกกำลังกายในวันหยุดราชการ
 จำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 14.2 นี้ ผู้ที่ออกกำลังกายในวันที่มีการเรียนการสอนและ
 วันหยุดราชการ จำนวน 206 คน คิดเป็นร้อยละ 55.1 เมื่อจำแนกตามเพศ ได้แก่ นิสิตชายออก
 กำลังกายวันที่มีการเรียนการสอน จำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 26.0 วันหยุดราชการ จำนวน
 23 คน คิดเป็นร้อยละ 11.3 วันที่มีการเรียนการสอนและวันหยุดราชการ จำนวน 128 คน คิดเป็น
 ร้อยละ 62.7 นิสิตหญิงออกกำลังกายวันที่มีการเรียนการสอน จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ
 36.5 วันหยุดราชการ จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 17.6 และวันที่มีการเรียนการสอนและ
 วันหยุดราชการ จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 45.8

ตาราง 8 จำนวนและร้อยละของการออกกำลังกายเฉลี่ยใน 1 สัปดาห์ (N=374)

รายการ	นิสิตทั้งหมด		ชาย		หญิง	
	N	%	N	%	N	%
1-2 วัน	171	45.7	66	32.4	105	61.8
3-4 วัน	103	27.5	59	28.9	44	25.9
5-6 วัน	49	13.1	38	18.6	11	6.5
ทุกวัน	51	13.6	41	20.1	10	5.9

จากตาราง 8 แสดงว่านิสิตที่ออกกำลังกายเฉลี่ยใน 1 สัปดาห์เป็นเวลา 1-2 วัน จำนวน 171 คน คิดเป็นร้อยละ 45.7 เป็นเวลา 3-4 วัน จำนวน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 27.5 เป็นเวลา 5-6 วัน จำนวน 49 คน คิดเป็นร้อยละ 13.1 เป็นเวลาทุกวัน จำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 13.6 เมื่อจำแนกตามเพศ ได้แก่ นิสิตชายออกกำลังกายเฉลี่ยใน 1 สัปดาห์ เป็นเวลา 1-2 วัน จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 32.4 เป็นเวลา 3-4 วัน จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 28.9 เป็นเวลา 5-6 วัน จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 18.6 ทุกวัน จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 20.1 นิสิตหญิงออกกำลังกายเฉลี่ยใน 1 สัปดาห์ เป็นเวลา 1-2 วัน จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 61.8 เป็นเวลา 3-4 วัน จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 25.9 เป็นเวลา 5-6 วัน จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 6.5 และทุกวัน จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 5.9

ตาราง 9 จำนวนและร้อยละของเวลาที่ใช้โดยประมาณในการออกกำลังกายแต่ละครั้ง (N=374)

รายการ	นิสิตทั้งหมด		ชาย		หญิง	
	N	%	N	%	N	%
15-30 นาที	81	21.7	27	13.2	54	31.8
30-45 นาที	84	22.5	33	16.2	51	30.0
45-60 นาที	85	22.7	52	25.5	33	19.4
มากกว่า 60 นาที	124	33.2	92	45.1	32	18.8

จากตาราง 9 แสดงว่านิสิตที่ใช้เวลาในการออกกำลังกายแต่ละครั้งประมาณ 15-30 นาที จำนวน 81 คน คิดเป็นร้อยละ 21.7 ประมาณ 30-45 นาที จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 22.5 ประมาณ 45-60 นาที จำนวน 85 คน คิดเป็นร้อยละ 22.7 มากกว่า 60 นาที จำนวน 124 คน คิดเป็นร้อยละ 33.2 เมื่อจำแนกตามเพศ ได้แก่ นิสิตชายใช้เวลาประมาณ 15-30 นาที จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 13.2 ประมาณ 30-45 นาที จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 16.2 ประมาณ 45-60 นาที จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 25.5 มากกว่า 60 นาที จำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 45.1 นิสิตหญิงใช้เวลาประมาณ 15-30 นาที จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 31.8 ประมาณ 30-45 นาที จำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 30.0 ประมาณ 45-60 นาที จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 19.4 และมากกว่า 60 นาที จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 18.8

ตาราง 10 จำนวนและร้อยละช่วงเวลาที่เลือกออกกำลังกาย (N=374)

รายการ	นิสิตทั้งหมด		ชาย		หญิง	
	N	%	N	%	N	%
05.00-06.00 น.	13	3.5	9	4.4	4	2.4
06.00-07.00 น.	6	1.6	2	1.0	4	2.4
07.00-08.00 น.	2	0.5	1	0.5	1	0.6
08.00-09.00 น.	-	-	-	-	-	-
09.00-10.00 น.	-	-	-	-	-	-
10.00-11.00 น.	1	0.3	1	0.5	-	-
11.00-12.00 น.	2	0.5	2	1.0	-	-
12.00-13.00 น.	-	-	-	-	-	-
13.00-14.00 น.	-	-	-	-	-	-
14.00-15.00 น.	-	-	-	-	-	-
15.00-16.00 น.	7	1.9	4	2.0	3	1.8
16.00-17.00 น.	60	16.0	30	14.7	30	17.6
17.00-18.00 น.	191	51.1	109	53.4	82	48.2
18.00-19.00 น.	63	16.8	25	12.3	38	22.4
19.00-20.00 น.	18	4.8	11	5.4	7	4.1
20.00-21.00 น.	11	2.9	10	4.9	1	0.6

จากตาราง 10 แสดงว่านิสิตที่ออกกำลังกายเลือกออกกำลังกายช่วงเวลา ดังนี้ เวลา 05.00-06.00 น. จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 3.5 เวลา 06.00-07.00 น. จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 1.6 เวลา 07.00-08.00 น. จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 0.5 เวลา 10.00-11.00 น. จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.3 เวลา 11.00-12.00 น. จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 0.5 เวลา 15.00-16.00 น. จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 1.9 เวลา 16.00-17.00 น. จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 16.0 เวลา 17.00-18.00 น. จำนวน 191 คน คิดเป็นร้อยละ 51.1 เวลา 18.00-19.00 น. จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 16.8 เวลา 19.00-20.00 น. จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 4.8 เวลา 20.00-21.00 น. จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 2.9 เมื่อจำแนกตามเพศ ได้แก่ นิสิตชายที่ออกกำลังกายช่วงเวลา 05.00-06.00 น. จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 4.4 เวลา 06.00-07.00 น. จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1.0 เวลา 07.00-08.00 น. จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.5 เวลา 10.00-11.00 น. จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.5 เวลา 11.00-12.00 น. จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1.0 เวลา 15.00-16.00 น. จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 2.0 เวลา 16.00-17.00 น. จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 14.7 เวลา 17.00-18.00 น. จำนวน 109 คน คิดเป็นร้อยละ 53.4 เวลา 18.00-19.00 น. จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 12.3 เวลา 19.00-20.00 น. จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 5.4 เวลา 20.00-21.00 น. จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 4.9 นิสิตหญิงที่ออกกำลังกายช่วงเวลา 05.00-06.00 น. จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 2.4 เวลา 06.00-07.00 น. จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 2.4 เวลา 07.00-08.00 น. จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.6 เวลา 15.00-16.00 น. จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 1.8 เวลา 16.00-17.00 น. จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 17.6 เวลา 17.00-18.00 น. จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 48.2 เวลา 18.00-19.00 น. จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 22.4 เวลา 19.00-20.00 น. จำนวน 7 คน และคิดเป็นร้อยละ 4.1 เวลา 20.00-21.00 น. จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.6

ตาราง 11 จำนวนและร้อยละของสถานที่ภายในมหาวิทยาลัยที่ใช้ออกกำลังกายเป็นประจำ
(N=374)

รายการ	นิสิตทั้งหมด		ชาย		หญิง	
	N	%	N	%	N	%
โรงฝึกพลศึกษา 3	119	31.8	68	33.3	51	30.0
สนามฟุตบอล	82	21.9	75	36.8	7	4.1
สนามเทนนิส	33	8.8	17	8.3	16	9.4
สนามบาสเกตบอลกลางแจ้ง	-	-	-	-	-	-
ลานเอนกประสงค์	140	37.4	44	21.6	96	56.5

จากตาราง 11 แสดงว่าสถานที่ในการออกกำลังกายที่นิสิตใช้เป็นประจำ ได้แก่ โรงฝึกพลศึกษา 3 จำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 31.8 สนามฟุตบอล จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 21.9 สนามเทนนิส จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 8.8 ลานเอนกประสงค์ จำนวน 140 คน คิดเป็นร้อยละ 37.4 เมื่อจำแนกตามเพศ ได้แก่ นิสิตชายใช้สถานที่ออกกำลังกายเป็นประจำ ได้แก่ โรงฝึกพลศึกษา 3 จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 33.3 สนามฟุตบอล จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 36.8 สนามเทนนิส จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 8.3 ลานเอนกประสงค์ จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 21.6 นิสิตหญิงใช้สถานที่ออกกำลังกายเป็นประจำ ได้แก่ โรงฝึกพลศึกษา 3 จำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 30.0 สนามฟุตบอล จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 4.1 สนามเทนนิส จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 9.4 และลานเอนกประสงค์ จำนวน 96 คน คิดเป็นร้อยละ 56.5

ตาราง 12 จำนวนและร้อยละของสถานที่ที่นิสิตออกกำลังกายภายนอกมหาวิทยาลัย (N=374)

รายการ	นิสิตทั้งหมด		ชาย		หญิง	
	N	%	N	%	N	%
บ้าน	221	59.1	98	48.0	123	72.4
สนามกีฬาในหมู่บ้าน	56	15.0	42	20.6	14	8.2
สวนสาธารณะ	42	11.2	25	12.3	17	10.0
สโมสรเอกชน	9	2.4	8	3.9	1	0.6
สนามกีฬาของทางรัฐบาล	27	7.2	22	10.8	5	2.9
สถานที่อื่น ๆ	19	5.1	9	4.4	10	5.9

จากตาราง 12 แสดงว่าสถานที่ภายนอกมหาวิทยาลัยที่นิสิตเลือกออกกำลังกาย ได้แก่ บ้าน จำนวน 221 คน คิดเป็นร้อยละ 59.1 สนามกีฬาในหมู่บ้าน จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 15.0 สวนสาธารณะ จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 11.2 สโมสรเอกชน จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 2.4 สนามกีฬาของทางรัฐบาล จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 7.2 สถานที่อื่นๆ จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 5.1 เมื่อจำแนกตามเพศ ได้แก่ นิสิตชายออกกำลังกายที่บ้าน จำนวน 98 คน คิดเป็นร้อยละ 48.0 สนามกีฬาในหมู่บ้าน จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 20.6 สวนสาธารณะ จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 12.3 สโมสรเอกชน จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 3.9 สนามกีฬาของทางรัฐบาล จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 10.8 อื่นๆ จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 4.4 นิสิตหญิงออกกำลังกายที่บ้าน จำนวน 123 คน คิดเป็นร้อยละ 72.4 สนามกีฬาในหมู่บ้าน จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 8.2 สวนสาธารณะ จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 10.0 สโมสรเอกชน จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.6 สนามกีฬาของทางรัฐบาล จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 2.9 และอื่นๆ จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 5.9

ตาราง 13 จำนวนและร้อยละของกิจกรรมการออกกำลังกายที่เลือกปฏิบัติในมหาวิทยาลัย
(N=374)

รายการ	นิสิตทั้งหมด		ชาย		หญิง	
	N	%	N	%	N	%
เทเบิลเทนนิส	63	16.8	45	22.1	18	10.6
วิ่งเหยาะ	189	50.5	100	49.0	89	52.4
แบดมินตัน	122	32.6	59	28.9	63	37.1
บาสเกตบอล	61	16.3	38	18.6	23	13.5
แอโรบิกดำนซ์	125	33.4	26	12.7	99	58.2
ฟุตบอล	133	35.6	129	63.2	4	2.4
วอลเลย์บอล	21	5.6	11	5.4	10	5.9
ตะกร้อ	18	4.8	14	6.9	4	2.4
เปตอง	9	2.4	4	2.0	5	2.9
เทนนิส	76	20.3	46	22.5	30	17.6
ขี่จักรยาน	151	40.4	56	27.5	95	55.9
อื่นๆ	48	12.8	28	13.7	20	11.8

จากตาราง 13 แสดงว่ากิจกรรมที่นิสิตเลือกปฏิบัติเมื่อออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย ได้แก่ เทเบิลเทนนิส จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 16.8 วิ่งเหาะ จำนวน 189 คน คิดเป็นร้อยละ 50.5 แบดมินตัน จำนวน 122 คน คิดเป็นร้อยละ 32.6 บาสเกตบอล จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 16.3 แอโรบิกแดนซ์ จำนวน 125 คน คิดเป็นร้อยละ 33.4 ฟุตบอล จำนวน 133 คน คิดเป็นร้อยละ 35.6 วอลเลย์บอล จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 5.6 ตะกร้อ จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 4.8 เปตอง จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 2.4 เทนนิส จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 20.3 ขี่จักรยาน จำนวน 151 คน คิดเป็นร้อยละ 40.4 อื่นๆ จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 12.8 เมื่อจำแนกตามเพศ ได้แก่ นิสิตชายเลือกปฏิบัติกิจกรรม เทเบิลเทนนิส จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 22.1 วิ่งเหาะ จำนวน 100 คน คิดเป็นร้อยละ 49.0 แบดมินตัน จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 28.9 บาสเกตบอล จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 18.6 แอโรบิกแดนซ์ จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 12.7 ฟุตบอล จำนวน 129 คน คิดเป็นร้อยละ 63.2 วอลเลย์บอล จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 5.4 ตะกร้อ จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 6.9 เปตอง จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 2.0 เทนนิส จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 22.5 ขี่จักรยาน จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 27.5 อื่นๆ จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 13.7 นิสิตหญิงเลือกปฏิบัติกิจกรรม เทเบิลเทนนิส จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 10.6 วิ่งเหาะ จำนวน 89 คน คิดเป็นร้อยละ 52.4 แบดมินตัน จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 37.1 บาสเกตบอล จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 13.5 แอโรบิกแดนซ์ จำนวน 99 คน คิดเป็นร้อยละ 58.2 ฟุตบอล จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 2.4 วอลเลย์บอล จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 5.9 ตะกร้อ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 2.4 เปตอง จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 2.9 เทนนิส จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 17.6 ขี่จักรยาน จำนวน 95 คน คิดเป็นร้อยละ 55.9 และอื่นๆ จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 11.8

ตาราง 14 จำนวนและร้อยละของเหตุผลที่ออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย (N=374)

รายการ	นิสิตทั้งหมด		ชาย		หญิง	
	N	%	N	%	N	%
มีเพื่อนร่วมกิจกรรม	308	82.4	162	79.4	146	85.9
มีความปลอดภัย	128	34.2	58	28.4	70	41.2
ประหยัดเงิน	151	40.4	76	37.3	75	44.1
บรรยากาศดี	202	54.0	99	48.5	103	60.6
สถานที่เหมาะสม	205	54.8	111	54.4	94	55.3
มีอุปกรณ์ให้ยืม	111	29.7	54	26.5	57	33.5
มีบุคลากรคอยแนะนำ	55	14.7	17	8.3	38	22.4
อื่น ๆ	21	5.6	12	5.9	9	5.3

จากตาราง 14 แสดงว่าเหตุผลที่นิสิตออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย เพราะมีเพื่อนร่วมกิจกรรม จำนวน 308 คน คิดเป็นร้อยละ 82.4 มีความปลอดภัย จำนวน 128 คน คิดเป็นร้อยละ 34.2 ประหยัดเงิน จำนวน 151 คน คิดเป็นร้อยละ 40.4 บรรยากาศดี จำนวน 202 คน คิดเป็นร้อยละ 54.0 สถานที่เหมาะสม จำนวน 205 คน คิดเป็นร้อยละ 54.8 มีอุปกรณ์ให้ยืม จำนวน 111 คน คิดเป็นร้อยละ 29.7 มีบุคลากรคอยแนะนำ จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 14.7 อื่นๆ จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 5.6 เมื่อจำแนกตามเพศ ได้แก่ นิสิตชายออกกำลังกาย เพราะมีเพื่อนร่วมกิจกรรม จำนวน 162 คน คิดเป็นร้อยละ 79.4 มีความปลอดภัย จำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 28.4 ประหยัดเงิน จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 37.3 บรรยากาศดี จำนวน 99 คน คิดเป็นร้อยละ 48.5 สถานที่เหมาะสม จำนวน 111 คน คิดเป็นร้อยละ 54.4 มีอุปกรณ์ให้ยืม จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 26.5 มีบุคลากรคอยแนะนำ จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 8.3 อื่นๆ จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 5.9 นิสิตหญิงออกกำลังกาย เพราะมีเพื่อนร่วมกิจกรรม จำนวน 146 คน คิดเป็นร้อยละ 85.9 มีความปลอดภัย จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 41.2 ประหยัดเงิน จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 44.1 บรรยากาศดี จำนวน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 60.6 สถานที่เหมาะสม จำนวน 94 คน คิดเป็นร้อยละ 55.3 มีอุปกรณ์ให้ยืม จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 33.5 มีบุคลากรคอยแนะนำ จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 22.4 และอื่นๆ จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 5.3

ตาราง 15 จำนวนและร้อยละของเหตุผลที่ออกกำลังกาย (N=374)

รายการ	นิสิตทั้งหมด		ชาย		หญิง	
	N	%	N	%	N	%
เพื่อให้มีสุขภาพดี	320	85.6	165	80.9	155	91.2
เพื่อผ่อนคลายความเครียด	262	70.1	145	71.1	117	68.8
เพื่อการเข้าสังคม	105	28.1	61	29.9	44	25.9
เพื่อลดน้ำหนัก	164	43.9	58	28.4	106	62.4
เพื่อการแข่งขัน	70	18.7	59	28.9	11	6.5
เพื่อความสนุกสนาน	261	69.8	148	72.5	113	66.5
เพื่อให้มีบุคลิกภาพดี	165	44.1	89	43.6	76	44.7
เพื่อได้รับความรู้ใหม่ๆ	64	17.1	41	20.1	23	13.5
อื่นๆ	10	2.7	7	3.4	3	1.8

จากตาราง 15 แสดงว่าเหตุผลของนิสิตที่ออกกำลังกาย เพื่อให้มีสุขภาพดี จำนวน 320 คน คิดเป็นร้อยละ 85.6 เพื่อผ่อนคลายความเครียด จำนวน 262 คน คิดเป็นร้อยละ 70.1 เพื่อการเข้า-สังคม จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 28.1 เพื่อลดน้ำหนัก จำนวน 164 คน คิดเป็นร้อยละ 43.9 เพื่อการแข่งขัน จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 18.7 เพื่อความสนุกสนาน จำนวน 261 คน คิดเป็นร้อยละ 69.8 เพื่อให้มีบุคลิกภาพดี จำนวน 165 คน คิดเป็นร้อยละ 44.1 เพื่อได้รับความรู้ใหม่ๆ จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 17.1 อื่นๆ จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 2.7 เมื่อจำแนกตามเพศ ได้แก่ เหตุผลของนิสิตชาย เพื่อให้มีสุขภาพดี จำนวน 165 คน คิดเป็นร้อยละ 80.9 เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียด จำนวน 145 คน คิดเป็นร้อยละ 71.1 เพื่อการเข้าสังคม จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 29.9 เพื่อลดน้ำหนัก จำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 28.4 เพื่อการแข่งขัน จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 28.9 เพื่อความสนุกสนาน จำนวน 148 คน คิดเป็นร้อยละ 72.5 เพื่อให้มีบุคลิกภาพดี จำนวน 89 คน คิดเป็นร้อยละ 43.6 เพื่อได้รับความรู้ใหม่ๆ จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 20.1 อื่นๆ จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 3.4 เหตุผลของนิสิตหญิง เพื่อให้มีสุขภาพดี จำนวน 155 คน คิดเป็นร้อยละ 91.2 เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียด จำนวน 117 คน คิดเป็นร้อยละ 68.8 เพื่อการเข้าสังคม จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 25.9 เพื่อลดน้ำหนัก จำนวน 106 คน คิดเป็นร้อยละ 62.4 เพื่อการแข่งขัน จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 6.5 เพื่อความสนุกสนาน จำนวน 113 คน คิดเป็นร้อยละ 66.5 เพื่อให้มีบุคลิกภาพดี จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 44.7 เพื่อได้รับความรู้ใหม่ๆ จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 13.5 และอื่นๆ จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 1.8

ตอนที่ 2.2 ปัญหาส่วนบุคคลในการออกกำลังกายของนิสิตมหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรฯ

ตาราง 16 จำนวนและร้อยละของปัญหาส่วนบุคคลในการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย
(N=374)

รายการ	นิสิตทั้งหมด		ชาย		หญิง	
	N	%	N	%	N	%
ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม	61	16.3	38	18.6	23	13.5
ไม่ทราบวิธีการออกกำลังกาย	31	8.3	20	9.8	11	6.5
เวลาว่างไม่เพียงพอ	231	61.8	98	48.0	133	78.2
ขาดทุนทรัพย์ที่จะใช้จ่ายในการ ออกกำลังกาย	21	5.6	20	9.8	1	0.6
ไม่มีเสื้อผ้าที่เหมาะสม	26	7.0	14	6.9	12	7.1
ไม่มีผู้ให้คำแนะนำฝึกสอน	59	15.8	39	19.1	20	11.8
มีภารกิจด้านการเรียน	205	54.8	102	50.0	103	60.6
อื่น ๆ	26	7.0	23	11.3	3	1.8

จากตาราง 16 แสดงว่าปัญหาส่วนบุคคลของนิสิตในการออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัย ได้แก่ ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 16.3 ไม่ทราบวิธีการออกกำลังกาย จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 8.3 เวลาว่างไม่เพียงพอ จำนวน 231 คน คิดเป็นร้อยละ 61.8 ขาดทุนทรัพย์ที่จะใช้จ่ายในการออกกำลังกาย จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 5.6 ไม่มีเสื้อผ้าที่เหมาะสม จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 7.0 ไม่มีผู้ให้คำแนะนำฝึกสอน จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 15.8 มีภารกิจด้านการเรียน จำนวน 205 คน คิดเป็นร้อยละ 54.8 อื่นๆ จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 7.0 เมื่อจำแนกตามเพศ ได้แก่ นิสิตชายมีปัญหา ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 18.6 ไม่ทราบวิธีการออกกำลังกาย จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 9.8 เวลาว่างไม่เพียงพอ จำนวน 98 คน คิดเป็นร้อยละ 48.0 ขาดทุนทรัพย์ที่จะใช้จ่ายในการออกกำลังกาย จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 9.8 ไม่มีเสื้อผ้าที่เหมาะสม จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 6.9 ไม่มีผู้ให้คำแนะนำฝึกสอน จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 19.1 มีภารกิจด้านการเรียน จำนวน 102 คน คิดเป็นร้อยละ 50.0 อื่นๆ จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 11.3 นิสิตหญิงมีปัญหา ไม่มีเพื่อนร่วม

กิจกรรม จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 13.5 ไม่ทราบวิธีการออกกำลังกาย จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 6.5 เวลาว่างไม่เพียงพอ จำนวน 133 คน คิดเป็นร้อยละ 78.2 ขาดทุนทรัพย์ที่จะใช้จ่ายในการออกกำลังกาย จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.6 ไม่มีเสื้อผ้าที่เหมาะสม จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 7.1 ไม่มีผู้ให้คำแนะนำฝึกสอน จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 11.8 มีภารกิจด้านการเรียน จำนวน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 60.6 และอื่นๆ จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 1.8 เช่น ไม่มียานพาหนะเป็นของตนเอง

ตาราง 17 จำนวนและร้อยละของปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย
ที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ (N=374)

รายการ	นิสิตทั้งหมด		ชาย		หญิง	
	N	%	N	%	N	%
เวลาว่างไม่เพียงพอ	238	63.6	108	52.9	130	76.5
กิจกรรมไม่น่าสนใจ	53	14.2	40	19.6	13	7.6
ไม่ทราบข่าวสารรายละเอียดของกิจกรรม	122	32.6	72	35.3	50	29.4
อื่นๆ	21	5.6	17	8.3	4	2.4

จากตาราง 17 แสดงปัญหาส่วนบุคคลของนิสิตในการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบโดยรวม ได้แก่ เวลาว่างไม่เพียงพอ จำนวน 238 คน คิดเป็นร้อยละ 63.6 กิจกรรมไม่น่าสนใจ จำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 14.2 ไม่ทราบข่าวสารรายละเอียดของกิจกรรม จำนวน 122 คน คิดเป็นร้อยละ 32.6 อื่นๆ จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 5.6 เมื่อจำแนกตามเพศ ได้แก่ นิสิตชายมีปัญหา เวลาว่างไม่เพียงพอ จำนวน 108 คน คิดเป็นร้อยละ 52.9 กิจกรรมไม่น่าสนใจ จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 19.6 ไม่ทราบข่าวสารรายละเอียดของกิจกรรม จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 35.3 อื่นๆ จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 8.3 นิสิตหญิงมีปัญหา เวลาว่างไม่เพียงพอ จำนวน 130 คน คิดเป็นร้อยละ 76.5 กิจกรรมไม่น่าสนใจ จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 7.6 ไม่ทราบข่าวสารรายละเอียดของกิจกรรม จำนวน 50 คน คิดเป็นร้อยละ 29.4 อื่นๆ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 2.4

ตอนที่ 3 ปัญหาและความต้องการของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์
เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก

ตาราง 18 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิต เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกาย
ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก (N=374)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	54	14.4	85	22.7	128	34.2	71	19.0	36	9.6
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	21	5.6	50	13.4	122	32.6	93	24.9	88	23.5
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	28	7.5	62	16.6	146	39.0	92	24.6	46	12.3
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	32	8.6	78	20.9	128	34.2	92	24.6	44	11.8
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	27	7.2	70	18.7	131	35.0	83	22.2	63	16.8
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	32	8.6	80	21.4	127	34.0	92	24.6	43	11.5
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	26	7.0	53	14.2	134	35.8	101	27.0	60	16.0
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	150	40.1	92	24.6	72	19.3	39	10.4	21	5.6
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	81	21.7	102	27.3	116	31.0	55	14.7	20	5.3
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	64	17.1	90	24.1	122	32.6	71	19.0	27	7.2
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	36	9.6	63	16.8	161	43.0	71	19.0	43	11.5
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	29	7.8	73	19.5	134	35.8	94	25.1	44	11.8

ตาราง 18 (ต่อ)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	46	12.3	70	18.7	143	38.2	82	21.9	33	8.8
รวม	626	12.9	968	19.9	1664	34.2	1036	21.3	568	11.7

จากตาราง 18 แสดงว่าปัญหาของนิสิตเกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 34.2 อยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 21.3 และอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 19.9

ตาราง 19 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตชาย (N=204)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	38	18.6	43	21.1	64	31.4	32	15.7	27	13.2
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	13	6.4	31	15.2	59	28.9	50	24.5	51	25.0
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	14	6.9	34	16.7	83	40.7	48	23.5	25	12.3
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	18	8.8	38	18.6	70	34.3	51	25.0	27	13.2
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	18	8.8	43	21.1	71	34.8	43	21.1	29	14.2
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	21	10.3	44	21.6	63	30.9	54	26.5	22	10.8
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	17	8.3	37	18.1	67	32.8	50	24.5	33	16.2
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	98	48.0	46	22.5	32	15.7	17	8.3	11	5.4
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย - หญิง	48	23.5	53	26.0	62	30.4	31	15.2	10	4.9
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	33	16.2	45	22.1	65	31.9	42	20.6	19	9.3
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	22	10.8	38	18.6	77	37.7	40	19.6	27	13.2
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	15	7.4	42	20.6	68	33.3	50	24.5	29	14.2
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	28	13.7	35	17.2	77	37.7	43	21.1	21	10.3

จากตาราง 19 แสดงว่าปัญหาของนิสิตชายเกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.4 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.9 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.7 เรื่องสถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้ อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.3 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มี กิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.8 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.9 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.8 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 48.0 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.4 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.9 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.7 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.3 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.7

ตาราง 20 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตหญิง (N=170)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	16	9.4	42	24.7	64	37.6	39	22.9	9	5.3
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	8	4.7	19	11.2	63	37.1	43	25.3	37	21.8
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	14	8.2	28	16.5	63	37.1	44	25.9	21	12.4
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	14	8.2	40	23.5	58	34.1	41	24.1	17	10.0
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	9	5.3	27	15.9	60	35.3	40	23.5	34	20.0
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	11	6.5	36	21.2	64	37.6	38	22.4	21	12.4
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	9	5.3	16	9.4	67	39.4	51	30.0	27	15.9
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	52	30.6	46	27.1	40	23.5	22	12.9	10	5.9
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	33	19.4	49	28.8	54	31.8	24	14.1	10	5.9
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	31	18.2	45	26.5	57	33.5	29	17.1	8	4.7
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	14	8.2	25	14.7	84	49.4	31	18.2	16	9.4
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	14	8.2	31	18.2	66	38.8	44	25.9	15	8.8
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	18	10.6	35	20.6	66	38.8	39	22.9	12	7.1

จากตาราง 20 แสดงว่าปัญหาของนิสิตหญิงเกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.6 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.1 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.1 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.1 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.3 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.6 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.4 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 30.6 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.8 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.5 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 49.4 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.8 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.8

ตาราง 21 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 1 (N=120)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	8	6.7	31	25.8	50	41.7	22	18.3	9	7.5
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	8	6.7	18	15.0	38	31.7	33	27.5	23	19.2
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	9	7.5	26	21.7	49	40.8	24	20.0	12	10.0
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	10	8.3	25	20.8	41	34.2	30	25.0	14	11.7
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	11	9.2	24	20.0	43	35.8	21	17.5	21	17.5
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	8	6.7	24	20.0	48	40.0	29	24.2	11	9.2
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	6	5.0	22	18.3	42	35.0	29	24.2	21	17.5
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	44	36.7	31	25.8	24	20.0	14	11.7	7	5.8
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	24	20.0	29	24.2	38	31.7	21	17.5	8	6.7
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	18	15.0	27	22.5	45	37.5	21	17.5	9	7.5
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	7	5.8	19	15.8	58	48.3	25	20.8	11	9.2
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	7	5.8	22	18.3	46	38.3	34	28.3	11	9.2
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	10	8.3	21	17.5	55	45.8	23	19.2	11	9.2

จากตาราง 21 แสดงว่าปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 1 เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกาย-กายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 41.7 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.7 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.8 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิด-ประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.2 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.8 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.0 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.0 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 36.7 เรื่องสัญลักษณ์ของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.7 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.5 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.3 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.3 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.8

ตาราง 22 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 2 (N=113)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	23	20.4	18	15.9	36	31.9	25	22.1	11	9.7
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	7	6.2	13	11.5	39	34.5	26	23.0	28	24.8
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	10	8.8	11	9.7	44	38.9	32	28.3	16	14.2
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	15	13.3	20	17.7	30	26.5	31	27.4	17	15.0
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	9	8.0	21	18.6	42	37.2	30	26.5	11	9.7
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	12	10.6	20	17.7	37	32.7	37	32.7	7	6.2
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	10	8.8	14	12.4	45	39.8	30	26.5	14	12.4
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	52	46.0	24	21.2	18	15.9	13	11.5	6	5.3
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	32	28.3	31	27.4	35	31.0	14	12.4	1	0.9
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	26	23.0	24	21.2	37	32.7	23	20.4	3	2.7
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	17	15.0	20	17.7	46	40.7	17	15.0	13	11.5
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	10	8.8	25	22.1	37	32.7	28	24.8	13	11.5
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	20	17.7	21	18.6	37	32.7	27	23.9	8	7.1

จากตาราง 22 แสดงว่าปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 2 เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลัง-กายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.9 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.5 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.9 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 27.4 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรมีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.2 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับน้อยและปานกลาง ร้อยละ 32.7 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.8 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 46.0 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.0 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.7 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.7 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.7 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.7

ตาราง 23 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 3 (N=75)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	16	21.3	21	28.0	18	24.0	12	16.0	8	10.7
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	4	5.3	12	16.0	23	30.7	21	28.0	15	20.0
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	7	9.3	14	18.7	26	34.7	22	29.3	6	8.0
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	7	9.3	17	22.7	28	37.3	15	20.0	8	10.7
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	5	6.7	15	20.0	25	33.3	15	20.0	15	20.0
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	8	10.7	20	26.7	25	33.3	12	16.0	10	13.3
7. การใช้สถานที่ของบุคลากรภายนอกในการออกกำลังกาย	3	4.0	5	6.7	33	44.0	21	28.0	13	17.3
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	30	40.0	20	26.7	14	18.7	8	10.7	3	4.0
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	15	20.0	20	26.7	24	32.0	10	13.3	6	8.0
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	10	13.3	23	32.7	21	28.0	14	18.7	7	9.3
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	8	10.7	14	18.7	35	46.7	13	17.3	5	6.7
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	8	10.7	13	17.3	33	44.0	15	20.0	6	8.0
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	8	10.7	21	28.0	28	37.3	14	18.7	4	5.3

จากตาราง 23 แสดงว่าปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 3 เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลัง-กายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 28.0 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.7 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.7 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.3 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.3 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.3 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 44.0 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 40.0 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่อง-แต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.0 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 30.7 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 46.7 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 44.0 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.3

ตาราง 24 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 4 (N=60)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	7	11.7	12	20.0	22	36.7	11	18.3	8	13.3
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	2	3.3	5	8.3	22	36.7	11	18.3	20	33.3
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	2	3.3	9	15.0	23	38.3	14	23.3	12	20.0
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	-	-	10	16.7	29	48.3	16	26.7	5	8.3
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	2	3.3	8	13.3	18	30.0	16	26.7	16	26.7
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	4	6.7	12	20.0	15	25.0	14	23.3	15	25.0
7. การใช้สถานที่ของบุคลากรภายนอกในการออกกำลังกาย	7	11.7	8	13.3	12	20.0	21	35.0	12	20.0
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	24	40.0	12	20.0	15	25.0	4	6.7	5	8.3
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	10	16.7	17	28.3	18	30.0	10	16.7	5	8.3
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	7	11.7	13	21.7	19	31.7	13	21.7	8	13.3
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	4	6.7	8	13.3	18	30.0	16	26.7	14	23.3
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	4	6.7	7	11.7	18	30.0	17	28.3	14	23.3
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	8	13.3	5	8.3	19	31.7	18	30.0	10	16.7

จากตาราง 24 แสดงว่าปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 4 เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลัง-กายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.7 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.7 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.3 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิด-ประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.3 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.0 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับน้อยที่สุดและปานกลาง ร้อยละ 25.0 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 35.0 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 40.0 เรื่องสุข-ลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.0 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.7 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.0 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.0 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.7

ตาราง 25 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 5 (N=6)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	-	-	3	50.0	2	33.3	1	16.7	-	-
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	-	-	2	33.3	-	-	2	33.3	2	33.3
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	-	-	2	33.3	4	66.7	-	-	-	-
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	-	-	6	100.0	-	-	-	-	-	-
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	-	-	2	33.3	3	50.0	1	16.7	-	-
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	-	-	4	66.7	2	33.3	-	-	-	-
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	-	-	4	66.7	2	33.3	-	-	-	-
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	-	-	5	83.3	1	16.7	-	-	-	-
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	-	-	5	83.3	1	16.7	-	-	-	-
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	3	50.0	3	50.0	-	-	-	-	-	-
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	-	-	2	33.3	4	66.7	-	-	-	-
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	-	-	6	100.0	-	-	-	-	-	-
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	-	-	2	33.3	4	66.7	-	-	-	-

จากตาราง 25 แสดงว่าปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 5 เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลัง-กายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 50.0 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกาย-กลางแจ้ง อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 50.0 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 66.7 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้ อย่างชัดเจน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 100.0 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.0 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 66.7 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 66.7 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 83.3 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย - หญิง อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 83.3 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 50.0 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออก-กำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 66.7 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 100.0 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 66.7

ตาราง 26 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะเภสัชศาสตร์ (N=54)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	4	7.4	14	25.9	21	38.9	13	24.1	2	3.7
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	2	3.7	9	16.7	16	29.6	17	31.5	10	18.5
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	3	5.6	14	25.9	15	27.9	16	29.6	6	11.1
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	4	7.4	19	35.2	13	24.1	12	22.2	6	11.1
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	5	9.3	7	13.0	20	37.0	10	18.5	12	22.2
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	3	5.6	16	29.6	17	31.5	12	22.2	6	11.1
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	1	1.9	8	14.8	22	40.7	13	24.1	10	18.5
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	12	22.2	23	42.6	14	25.9	5	9.3	-	-
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	7	13.0	15	27.8	23	42.6	8	14.8	1	1.9
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	12	22.2	20	37.0	12	22.2	10	18.5	-	-
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	4	7.4	8	14.8	26	48.1	15	27.8	1	1.9
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	2	3.7	11	20.4	25	46.3	14	25.9	2	3.7
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	3	5.6	8	14.8	20	37.0	19	35.2	4	7.4

จากตาราง 26 แสดงว่าปัญหาของนิสิตคณะเภสัชศาสตร์เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 38.9 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 31.5 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 29.6 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้ อย่างชัดเจน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.2 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.3 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.5 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.7 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 42.6 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.6 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.0 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.1 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 46.3 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.0

ตาราง 27 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะสหเวชศาสตร์ (N=24)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	3	12.5	5	20.8	13	54.2	3	12.5	-	-
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	-	-	2	8.3	6	25.0	10	41.7	6	25.0
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	2	8.3	5	20.8	12	50.0	3	12.5	2	8.3
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	2	8.3	5	20.8	12	50.0	5	20.8	-	-
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	-	-	6	25.0	7	29.2	6	25.0	5	20.8
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	1	4.2	4	16.7	15	62.5	3	12.5	1	4.2
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	-	-	4	16.7	10	41.7	8	33.3	2	8.3
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	9	37.5	9	37.5	4	16.7	1	4.2	1	4.2
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	7	29.2	7	29.2	6	25.0	2	8.3	2	8.3
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	4	16.7	6	25.0	10	41.7	3	12.5	1	4.2
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	1	4.2	8	33.3	13	54.2	1	4.2	1	4.2
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	3	12.5	6	25.0	10	41.7	5	20.8	-	-
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	3	12.5	8	33.3	9	37.5	3	12.5	1	4.2

จากตาราง 27 แสดงว่าปัญหาของนิสิตคณะสหเวชศาสตร์เกี่ยวกับการรับบริการในการ
 ออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องความเพียงพอ
 ของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 54.2 เรื่องความเพียงพอของสถานที่
 ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 41.7 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออก-
 กกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.0 เรื่อง
 สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิด
 ประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.0 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ
 ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 29.2 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมี
 ความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 62.5 เรื่องการใช้
 สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 41.7 เรื่องการมีน้ำ
 ดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 37.5 เรื่อง
 สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับมากและมาก
 ที่สุด ร้อยละ 29.2 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
 41.7 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่
 ระดับปานกลาง ร้อยละ 54.2 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออก
 กกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 41.7 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออก
 กกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.5

ตาราง 28 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ (N=140)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	35	25.0	30	21.4	44	31.4	20	14.3	11	7.9
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	11	7.9	25	17.9	48	34.3	33	23.6	23	16.4
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	9	6.4	20	14.3	62	44.3	37	26.4	12	8.6
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	15	10.7	23	16.4	54	38.6	37	26.4	11	7.9
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	15	10.7	31	22.1	46	32.9	35	25.0	13	9.3
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	17	12.1	42	30.0	42	30.0	25	17.9	14	10.0
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	17	12.1	19	13.6	47	33.6	39	27.9	18	12.9
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	67	47.9	27	19.3	21	15.0	12	8.6	13	9.3
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	29	20.7	41	29.3	43	30.7	20	14.3	7	5.0
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	21	15.0	35	25.0	41	29.3	28	20.0	15	10.7
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	19	13.6	21	15.0	57	40.7	28	20.0	15	10.7
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	15	10.7	30	21.4	50	35.7	28	20.0	17	12.1
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	22	15.7	27	19.3	58	41.1	20	14.3	13	9.3

จากตาราง 28 แสดงว่าปัญหาของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์เกี่ยวกับการรับบริการในการ
 ออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องความเพียงพอ
 ของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.4 เรื่องความเพียงพอของสถานที่
 ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.3 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่
 ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 44.3 เรื่อง
 สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิด
 ประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.6 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ
 ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.9 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมี
 ความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับปานกลางและมาก ร้อยละ 30.0 เรื่อง
 การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.6 เรื่อง
 การมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 47.9 เรื่อง
 สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับปานกลาง
 ร้อยละ 30.7 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 29.3
 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับ
 ปานกลาง ร้อยละ 40.7 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออก-
 กายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.7 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการ
 ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 41.4

ตาราง 29 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ (N=27)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	-	-	9	33.3	7	25.9	8	29.6	3	11.1
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	-	-	1	3.7	12	44.4	7	25.9	7	25.9
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	2	7.4	5	18.5	7	25.9	8	29.6	5	18.5
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	1	3.7	3	11.1	12	44.4	9	33.3	2	7.4
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	1	3.7	3	11.1	12	44.4	7	25.9	4	14.8
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	-	-	3	11.1	10	37.0	9	33.3	5	18.5
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	-	-	1	3.7	11	40.7	9	33.3	6	22.2
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	8	29.6	4	14.8	10	37.0	4	14.8	1	3.7
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	4	14.8	5	18.5	12	44.4	4	14.8	2	7.4
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	1	3.7	3	11.1	13	48.1	7	25.9	3	11.1
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	-	-	2	7.4	13	48.1	8	29.6	4	14.8
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	-	-	2	7.4	9	33.3	13	48.1	3	11.1
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	3	11.1	3	11.1	12	44.4	8	29.6	1	3.7

จากตาราง 29 แสดงว่าปัญหาของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์เกี่ยวกับการรับบริการในการ
 ออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องความเพียงพอ
 ของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 33.3 เรื่องความเพียงพอของสถานที่
 ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 44.4 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่
 ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 29.6 เรื่อง
 สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิด
 ประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 44.4 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ
 ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 44.4 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมี
 ความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.0 เรื่องการใช้
 สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.7 เรื่องการมีน้ำ
 ดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.0 เรื่องสุขลักษณะ
 ของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 44.4 เรื่อง
 ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.1 เรื่องความ
 ปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง
 ร้อยละ 48.1 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกาย
 กลางแจ้ง อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 48.1 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่
 ในระดับปานกลาง ร้อยละ 44.4

ตาราง 30 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะสังคมศาสตร์ (N=11)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	-	-	5	45.5	3	27.3	3	27.3	-	-
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	1	9.1	2	18.2	3	27.3	2	18.2	3	27.3
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	2	18.2	-	-	4	36.4	2	18.2	3	27.3
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	-	-	3	27.3	4	36.4	3	27.3	1	9.1
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	1	9.1	2	18.2	3	27.3	2	18.2	3	27.3
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	-	-	4	36.4	2	18.2	3	27.3	2	18.2
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	-	-	2	18.2	6	54.5	1	9.1	2	18.2
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	3	27.3	4	36.4	1	9.1	2	18.2	1	9.1
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	3	27.3	2	18.2	1	9.1	4	36.4	1	9.1
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	2	18.2	4	36.4	3	27.3	2	18.2	-	-
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	-	-	6	54.5	2	18.2	2	18.2	1	9.1
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	-	-	4	36.4	3	27.3	4	36.4	-	-
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	2	18.2	1	9.1	5	45.5	3	27.3	-	-

จากตาราง 30 แสดงว่าปัญหาของนิสิตคณะสังคมศาสตร์เกี่ยวกับการรับบริการในการ
 ออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องความเพียงพอ
 ของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 45.5 เรื่องความเพียงพอของสถานที่
 ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับน้อยที่สุดและปานกลาง ร้อยละ 27.3 เรื่องการแบ่งเวลาในการ
 ใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
 36.4 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้
 สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.4 เรื่องสถานที่ออกกำลังกาย
 ในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับน้อยที่สุดและปานกลาง ร้อยละ 27.3 เรื่อง
 สถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อย-
 ละ 36.4 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
 54.5 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 36.4
 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ
 36.4 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 36.4 เรื่องความ
 ปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมาก ร้อยละ
 54.5 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่
 ในระดับน้อยและมาก ร้อยละ 36.4 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ใน
 ระดับปานกลาง ร้อยละ 45.5

ตาราง 31 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ (N=35)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	9	25.7	6	17.1	14	40.0	4	11.4	2	5.7
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	2	5.7	7	20.0	12	34.3	7	20.0	7	20.0
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	4	11.4	5	14.3	14	40.0	8	22.9	4	11.4
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	3	8.6	7	20.0	13	37.1	7	20.0	5	14.3
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	2	5.7	8	22.9	12	34.3	7	20.0	6	17.1
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	8	22.9	3	8.6	14	40.0	7	20.0	3	8.6
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	4	11.4	5	14.3	12	34.3	10	28.6	4	11.4
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	17	48.6	5	14.3	9	25.7	2	5.7	2	5.7
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	13	37.1	7	20.0	10	28.6	3	8.6	2	5.7
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	10	28.6	9	25.7	10	28.6	5	14.3	1	2.9
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	7	20.0	6	17.1	19	54.3	3	8.6	-	-
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	7	20.0	5	14.3	15	42.9	6	17.1	2	5.7
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	6	17.1	10	28.6	12	34.3	6	17.1	1	2.9

จากตาราง 31 แสดงว่าปัญหาของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์เกี่ยวกับการรับบริการในการ
 ออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องความเพียงพอ
 ของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.0 เรื่องความเพียงพอของสถานที่
 ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.7 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่
 ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.0 เรื่อง
 สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิด-
 ประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.1 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ
 ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.3 เรื่องสถานที่ออกกำลังกาย
 มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.0 เรื่องการใช้
 สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.3 เรื่องการมี
 น้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 48.6 เรื่อง
 สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ
 37.1 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลางและมากที่สุด ร้อยละ
 28.6 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่
 ในระดับปานกลาง ร้อยละ 54.3 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออก
 กายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.9 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออก
 กาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.3

ตาราง 32 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะพลศึกษา (N=83)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	3	3.6	16	19.3	26	31.3	20	24.1	18	21.7
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	5	6.0	4	4.8	25	30.1	17	20.5	32	38.6
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	6	7.2	13	15.7	32	38.6	18	21.7	14	16.9
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	7	8.4	18	21.7	20	24.1	19	22.9	19	22.9
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	3	3.6	13	15.7	31	37.3	16	19.3	20	24.1
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	3	3.6	8	9.6	27	32.5	33	39.8	12	14.5
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	4	4.8	14	16.9	26	31.3	21	25.3	18	21.7
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	34	41.0	20	24.1	13	15.7	13	15.7	3	3.6
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	18	21.7	25	30.1	21	25.3	14	16.9	5	6.0
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	14	16.9	13	15.7	33	39.8	16	19.3	7	8.4
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	5	6.0	12	14.5	31	37.3	14	16.9	21	25.3
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	2	2.4	15	18.1	22	26.5	24	28.9	20	24.1
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	7	8.4	13	15.7	27	32.5	23	27.7	13	15.7

จากตาราง 32 แสดงว่าปัญหาของนิสิตคณะพลศึกษาเกี่ยวกับการรับบริการในการ
 ออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องความเพียงพอ
 ของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.3 เรื่องความเพียงพอของสถานที่
 ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 38.6 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่
 ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.6 เรื่อง
 สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิด-
 ประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 24.1 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ
 ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.3 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมี
 ความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 39.8 เรื่องการใช้สถานที่
 ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.3 เรื่องการมีน้ำดื่มที่
 สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 41.0 เรื่องสุขลักษณะของ
 สถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับมากร้อยละ 30.1 เรื่องความ
 ปลอดภัยของห้องแต่ง-กายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.8 เรื่องความปลอดภัยใน
 การจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.3
 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่
 ระดับน้อย ร้อยละ 28.9 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง
 ร้อยละ 32.5

ตาราง 33 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิต เกี่ยวกับการรับบริการในการ
ออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก (N=374)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	156	41.7	110	29.4	86	23.0	16	4.3	6	1.6
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	73	19.5	104	27.8	129	34.5	38	10.2	30	8.0
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	62	16.6	121	32.4	134	35.8	35	9.4	22	5.9
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและ ออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้ สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	111	29.7	106	28.3	112	29.9	26	7.0	19	5.1
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้ มี กิจกรรมประเภทเดียว	72	19.3	103	27.5	107	28.6	53	14.2	39	10.4
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอ และ เหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	111	29.7	119	31.8	114	30.5	17	4.5	13	3.5
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการ ออกกำลังกาย	60	16.0	76	20.3	146	39.0	64	17.1	28	7.5
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ ออกกำลังกาย	227	60.7	76	20.3	53	14.2	13	3.5	5	1.3
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่ง กาย และห้องสุขา ชาย – หญิง	143	38.2	113	30.2	91	24.3	16	4.3	11	2.9
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและ ห้องสุขา	133	35.6	105	28.1	101	27.0	19	5.1	16	4.3
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และ สภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	130	34.8	123	32.9	89	23.8	22	5.9	10	2.7
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และ สภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกาย กลางแจ้ง	109	29.1	104	27.8	113	30.2	33	8.8	15	4.0
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	159	42.5	105	28.1	85	22.7	18	4.8	7	1.9
รวม	1546	31.8	1365	28.1	1360	28.0	370	7.6	221	4.5

จากตาราง 33 แสดงว่าความต้องการของนิสิตเกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก อยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 31.8 อยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 28.1 อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 28.0

ตาราง 34 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตชาย (N=204)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	89	43.6	52	25.5	48	23.5	12	5.9	3	1.5
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	39	19.1	55	27.0	67	32.8	24	11.8	19	9.3
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	34	16.7	61	29.9	78	38.2	18	8.8	13	6.4
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	50	24.5	58	28.4	69	33.8	15	7.4	12	5.9
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	41	20.1	53	26.0	67	32.8	24	11.8	19	9.3
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	60	29.4	55	27.0	70	34.3	12	5.9	7	3.4
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	26	12.7	47	23.0	73	35.8	43	21.1	15	7.4
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	133	65.2	36	17.6	24	11.8	9	4.4	2	1.0
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	73	35.8	57	27.9	56	27.5	9	4.4	9	4.4
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	61	29.9	54	26.5	61	29.9	15	7.4	13	6.4
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	65	31.9	58	28.4	57	27.9	16	7.8	8	3.9
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	47	23.0	50	24.5	75	36.8	22	10.8	10	4.9
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	89	43.6	52	25.5	48	23.5	12	5.9	3	1.5

จากตาราง 34 แสดงว่าความต้องการของนิสิตชายเกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกาย-กายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ความต้องการเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 43.6 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.8 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.2 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีการการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.8 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.8 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.3 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.8 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 65.2 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.8 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลางและมากที่สุด ร้อยละ 29.9 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 31.9 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.8 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 37.3

ตาราง 35 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตหญิง (N=170)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	67	39.4	58	34.1	38	22.4	4	2.4	3	1.8
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	34	20.0	49	28.8	62	36.5	14	8.2	11	6.5
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	28	16.5	60	35.3	56	32.9	17	10.0	9	5.3
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	61	35.9	48	28.2	43	25.3	11	6.5	7	4.1
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	31	18.2	50	29.4	40	23.5	29	17.1	20	11.8
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	51	30.0	64	37.6	44	25.9	5	2.9	6	3.5
7. การใช้สถานที่ของบุคลากรภายนอกในการออกกำลังกาย	34	20.0	29	17.1	73	42.9	21	12.4	13	7.6
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	94	55.3	40	23.5	29	17.1	4	2.4	3	1.8
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย - หญิง	70	41.2	56	32.9	35	20.6	7	4.1	2	1.2
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	72	42.4	51	30.0	40	23.5	4	2.4	3	1.8
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	65	38.2	65	38.2	32	18.8	6	3.5	2	1.2
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	62	36.5	54	31.8	38	22.4	11	6.5	5	2.9
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	83	48.3	45	26.5	34	20.0	7	4.1	1	0.6

จากตาราง 35 แสดงว่าความต้องการของนิสิตหญิงเกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ความต้องการเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 39.4 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.5 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.3 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.9 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 29.4 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.6 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 42.9 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 55.3 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 41.2 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลางและมากที่สุด ร้อยละ 42.4 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 38.2 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 36.5 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 48.8

ตาราง 36 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 1 (N=120)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	49	40.8	35	29.2	32	26.7	3	2.5	1	0.8
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	19	15.8	33	27.5	50	41.7	11	9.2	7	5.8
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	23	19.2	44	36.7	37	30.8	8	6.7	8	6.7
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	33	27.5	32	26.7	39	32.5	10	8.3	6	5.0
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	25	20.8	33	27.5	30	25.0	16	13.3	16	13.3
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	35	29.2	32	26.7	45	37.5	7	5.8	1	0.8
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	16	13.3	26	21.7	45	37.5	26	21.7	7	5.8
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	67	55.8	27	22.5	20	16.7	5	4.2	1	0.8
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	45	27.5	34	28.3	37	30.8	2	1.7	2	1.7
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	41	34.2	31	25.8	39	32.5	6	5.0	3	2.5
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	39	32.5	40	33.3	31	25.8	8	6.7	2	1.7
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	29	24.2	31	25.8	44	36.7	12	10.0	4	3.3
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	46	38.3	31	25.8	34	28.3	7	5.8	2	1.7

จากตาราง 36 แสดงว่าความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 1 เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ความต้องการเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 40.8 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 41.7 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 36.7 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.5 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 27.5 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.5 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.5 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 55.8 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 37.5 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลางและมากที่สุด ร้อยละ 34.2 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 33.3 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.7 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 38.3

ตาราง 37 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 2 (N=113)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	46	40.7	39	34.5	20	17.7	6	5.3	2	1.8
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	27	23.9	33	29.2	32	28.3	14	12.4	7	6.2
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	15	13.3	41	36.3	37	32.7	15	13.3	5	4.4
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	32	28.3	37	32.7	27	23.9	11	9.7	6	5.3
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	21	18.6	36	31.9	35	31.0	15	13.3	6	5.3
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	37	32.7	41	36.3	27	23.9	4	3.5	4	3.5
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	16	14.2	22	19.5	50	44.2	18	5.9	7	6.2
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	76	67.3	24	21.2	6	5.3	5	4.4	2	1.8
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	51	45.1	39	34.5	16	14.2	5	4.4	2	1.8
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	46	40.7	34	30.1	23	20.4	6	5.3	4	3.5
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	45	39.8	38	33.6	18	15.9	9	8.0	3	2.7
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	41	36.3	37	32.7	21	18.6	11	9.7	3	2.7
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	57	50.4	31	27.4	17	15.0	6	5.3	2	1.8

จากตาราง 37 แสดงว่าความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 2 เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ความต้องการเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 40.7 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 29.2 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 36.3 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 32.7 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 31.9 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 36.3 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 44.2 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 67.3 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 45.1 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลางและมากที่สุด ร้อยละ 40.7 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 39.8 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 36.3 เรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 50.4

ตาราง 38 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 3 (N=75)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	38	50.7	20	26.7	14	18.7	2	2.7	1	1.3
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	14	18.7	21	28.0	25	33.3	8	10.7	7	9.3
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	13	17.3	22	29.3	30	40.0	6	8.0	4	5.3
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	21	28.0	25	33.3	22	29.3	3	4.0	4	5.3
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	14	18.7	20	26.7	21	28.0	13	17.3	7	9.3
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	19	25.3	27	36.0	24	32.0	3	4.0	2	2.7
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	13	17.3	11	14.3	34	45.3	11	14.7	6	8.0
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	45	60.0	15	20.0	14	18.7	1	1.3	-	-
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	22	29.3	23	30.7	23	30.7	2	2.7	5	6.7
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	23	30.7	25	33.3	18	24.0	3	4.0	6	8.0
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	24	32.0	27	36.0	20	26.7	2	2.7	2	2.7
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	22	29.3	17	22.7	28	37.3	6	8.0	2	2.7
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	27	36.0	25	33.3	20	26.7	3	4.0	-	-

จากตาราง 38 แสดงว่าความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 3 เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ความต้องการเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 50.7 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.3 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.0 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิด-ประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 33.3 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.0 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 36.0 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.3 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 60.0 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับปานกลางและมาก ร้อยละ 30.7 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 33.3 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 36.0 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.3 เรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 36.0

ตาราง 39 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 4 (N=60)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	22	36.7	14	23.3	17	28.3	5	8.3	2	3.3
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	10	16.7	16	26.7	20	33.3	5	8.3	9	15.0
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	10	16.7	12	20.0	27	45.0	6	10.0	5	8.3
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	21	35.0	11	18.3	23	38.3	2	3.3	3	5.0
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	11	18.3	11	18.3	19	31.7	9	15.0	10	16.7
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	19	31.7	16	26.7	16	26.7	3	5.0	6	10.0
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	12	20.0	15	25.0	16	26.7	9	15.0	8	13.3
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	35	58.3	9	15.0	12	20.0	2	3.3	2	3.3
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	21	35.0	16	26.7	14	23.3	7	11.7	2	3.3
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	18	30.0	15	25.0	20	33.3	4	6.7	3	5.0
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	18	30.0	17	28.3	19	31.7	3	5.0	3	5.0
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	13	21.7	18	30.0	19	31.7	4	6.7	6	10.0
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	27	45.0	15	25.0	13	21.7	2	3.3	3	5.0

จากตาราง 39 แสดงว่าความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 4 เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ความต้องการเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 36.7 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.3 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.0 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.3 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.7 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 31.7 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 26.7 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 58.3 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.0 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.3 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.7 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.7 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 45.0

ตาราง 40 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 5 (N=6)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	1	16.7	2	33.3	3	50.0	-	-	-	-
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	3	50.0	1	16.7	2	33.3	-	-	-	-
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	1	16.7	2	33.3	3	50.0	-	-	-	-
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	4	66.7	1	16.7	1	16.7	-	-	-	-
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	1	16.7	3	50.0	2	33.3	-	-	-	-
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	1	16.7	3	50.0	2	33.3	-	-	-	-
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	3	50.0	2	33.3	1	16.7	-	-	-	-
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	4	66.7	1	16.7	1	16.7	-	-	-	-
9. สุวลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	4	66.7	1	16.7	1	16.7	-	-	-	-
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	5	83.3	-	-	1	16.7	-	-	-	-
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	4	66.7	1	16.7	1	16.7	-	-	-	-
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	4	66.7	1	16.7	1	16.7	-	-	-	-
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	2	33.3	3	50.0	1	16.7	-	-	-	-

จากตาราง 40 แสดงว่าความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 5 เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ความต้องการเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.0 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 50.0 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.0 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิด-ประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 66.7 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 50.0 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 50.0 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 50.0 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 66.7 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 66.7 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 83.3 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 66.7 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 66.7 เรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.0

ตาราง 41 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะเภสัชศาสตร์ (N=54)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	20	37.0	19	35.2	14	25.9	1	1.9	-	-
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	11	20.4	15	27.8	19	35.2	8	14.8	1	1.9
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	7	13.0	17	31.5	22	40.7	7	13.0	1	1.9
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	24	44.4	12	22.2	15	27.8	3	5.6	-	-
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	17	31.5	11	20.4	13	24.1	10	18.5	3	5.6
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	19	35.2	19	35.2	16	29.6	-	-	-	-
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	9	16.7	10	18.5	24	44.4	9	16.7	2	3.7
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	33	61.1	11	20.4	10	18.5	-	-	-	-
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	23	42.6	4	25.9	16	29.6	1	1.9	-	-
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	28	51.9	14	25.9	10	18.5	2	3.7	-	-
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	18	33.3	24	44.4	11	20.4	1	1.9	-	-
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	19	35.2	17	31.5	13	24.1	5	9.3	-	-
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	26	48.1	17	31.5	10	18.5	1	1.9	-	-

จากตาราง 41 แสดงว่าความต้องการของนิสิตคณะเภสัชศาสตร์เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ความต้องการเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 37.0 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.2 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.7 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 44.4 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 31.5 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 35.2 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 44.4 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 61.1 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 42.6 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 51.9 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 44.4 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.2 เรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 48.1

ตาราง 42 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะสหเวชศาสตร์ (N=24)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	7	29.2	14	58.3	2	8.3	-	-	1	4.2
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	3	62.5	6	25.5	10	41.7	2	8.3	3	12.5
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	4	16.7	6	25.0	11	45.8	2	8.3	1	4.2
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	5	20.8	10	41.7	8	33.3	-	-	1	4.2
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	2	8.3	4	16.7	9	37.5	6	25.0	3	12.5
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	4	16.7	10	41.7	10	41.7	-	-	-	-
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	5	20.8	5	20.8	7	29.2	5	20.8	2	8.3
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	16	66.7	4	16.7	3	12.5	-	-	1	4.2
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	12	50.0	10	41.7	1	4.2	-	-	1	4.2
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	11	45.8	9	37.5	3	12.5	-	-	1	4.2
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	9	37.5	10	41.7	5	20.8	-	-	-	-
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	7	29.2	6	25.0	10	41.7	1	4.2	-	-
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	10	41.7	10	41.7	2	8.3	1	4.2	1	4.2

จากตาราง 42 แสดงว่าความต้องการของนิสิตคณะสหเวชศาสตร์เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ความต้องการเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 58.3 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 41.7 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.8 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีการใช้สถานที่ปิด-ประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 41.7 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.5 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับปานกลางและมาก ร้อยละ 41.7 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 29.2 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 66.7 เรื่องสัญลักษณ์ของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 50.0 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 45.8 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 41.7 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 41.7 เรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 41.7

ตาราง 43 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ (N=140)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	68	48.6	34	24.3	32	22.9	4	22.9	2	1.4
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	31	32.1	37	26.4	52	37.1	12	8.6	8	5.7
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	25	17.9	43	30.7	54	38.6	12	8.6	6	4.3
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	33	23.6	40	28.6	48	34.3	10	7.1	9	6.4
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	28	20.0	43	30.7	41	29.3	19	13.6	9	6.4
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	46	32.9	39	27.9	40	28.6	7	5.0	8	5.7
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	23	16.4	24	17.1	53	37.9	29	20.7	11	7.9
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	87	62.1	26	18.6	18	12.9	8	5.7	1	0.7
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	47	36.3	37	26.4	40	28.6	10	7.1	6	4.3
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	45	32.1	35	25.0	39	27.9	11	7.9	10	7.1
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	55	39.3	34	24.3	41	29.3	7	5.0	3	2.1
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	40	28.6	14	24.3	50	35.7	9	6.4	7	5.0
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	55	39.3	41	29.3	37	26.4	5	3.6	2	1.4

จากตาราง 43 แสดงว่าความต้องการของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ความต้องการเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 48.6 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.1 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.6 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิด-ประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.3 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 30.7 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 32.9 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.9 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 62.1 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.6 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 32.1 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 39.3 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.7 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 39.3

ตาราง 44 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ (N=27)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	10	37.0	9	33.3	5	18.5	2	7.4	1	3.7
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	1	3.7	10	37.0	7	25.9	4	14.8	5	15.8
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	3	11.1	15	55.6	3	11.1	3	11.1	3	11.1
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	7	25.9	10	37.0	6	22.2	2	7.4	2	7.4
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	5	18.5	10	37.0	8	29.6	-	-	1	14.8
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	5	18.5	13	48.1	5	18.5	1	3.7	3	11.1
7. การใช้สถานที่ของบุคลากรภายนอกในการออกกำลังกาย	2	7.4	11	40.7	8	29.6	3	11.1	3	11.1
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	15	55.6	8	29.6	3	11.1	-	-	1	3.7
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	10	37.0	12	44.4	2	7.4	3	11.1	-	-
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	7	25.9	11	40.7	9	33.3	-	-	-	-
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	8	29.6	13	48.1	3	11.1	1	3.7	2	7.4
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	8	29.6	9	33.3	4	14.8	4	14.8	2	7.4
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	11	40.7	12	44.4	1	3.7	3	11.1	-	-

จากตาราง 44 แสดงว่าความต้องการของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ความต้องการเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 37.0 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.0 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 55.6 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีการใช้สถานที่ปิด-ประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.0 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.0 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 48.1 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 40.7 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 55.6 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 44.4 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 40.7 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 48.1 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 33.3 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 44.4

ตาราง 45 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะสังคมศาสตร์ (N=11)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	6	54.5	1	9.1	3	27.3	1	9.1	-	-
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	4	36.4	6	54.5	1	9.1	-	-	-	-
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	3	27.3	2	18.2	6	54.5	-	-	-	-
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	3	27.3	4	36.4	3	27.3	1	9.1	-	-
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	4	36.4	4	36.4	3	27.3	-	-	-	-
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	5	45.5	3	27.3	2	18.2	1	9.1	-	-
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	3	27.3	2	18.2	4	36.4	2	18.2	-	-
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	7	63.6	3	27.3	1	9.7	-	-	-	-
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	4	36.4	6	54.5	1	9.1	-	-	-	-
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	5	45.5	2	18.2	4	36.4	-	-	-	-
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	4	36.4	4	36.4	3	27.3	-	-	-	-
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	4	36.4	5	45.5	2	18.2	-	-	-	-
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	6	54.4	2	18.2	3	27.3	-	-	-	-

จากตาราง 45 แสดงว่าความต้องการของนิสิตคณะสังคมศาสตร์เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ความต้องการเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 54.5 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 54.5 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 54.5 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิด-ประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 36.4 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 36.4 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 45.5 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.4 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 63.6 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 54.5 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 45.5 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 36.4 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 45.5 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 54.5

ตาราง 46 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ (N=35)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	14	40.0	6	17.1	14	40.0	1	2.9	-	-
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	7	20.0	9	25.7	14	40.0	3	8.6	2	5.7
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	8	22.9	8	22.9	13	37.1	4	11.4	2	5.7
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	9	25.7	13	37.1	10	28.6	1	2.9	2	5.7
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	3	8.6	10	28.6	9	25.7	9	25.7	4	11.4
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	11	31.4	13	37.1	11	31.4	-	-	-	-
7. การใช้สถานที่ของบุคลากรภายนอกในการออกกำลังกาย	8	22.9	7	20.0	15	42.9	3	8.6	2	5.7
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	16	45.7	8	22.9	9	25.7	1	2.9	1	2.9
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	12	34.3	13	37.1	8	22.9	-	-	2	5.7
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	13	37.1	11	31.4	7	20.0	2	5.7	2	5.7
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	11	31.4	13	37.1	8	22.9	3	8.6	-	-
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	10	28.6	11	31.4	8	22.9	5	14.3	1	2.9
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	13	37.1	10	28.6	9	25.7	2	5.7	1	2.9

จากตาราง 46 แสดงว่าความต้องการของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์เกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ความต้องการเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลางและมากที่สุด ร้อยละ 40.0 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.0 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.1 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.1 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 28.6 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.1 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.9 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 45.7 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.1 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 37.1 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.1 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 31.4 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 37.1

ตาราง 47 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะพลศึกษา (N=83)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม	31	37.3	27	32.5	16	19.3	7	8.4	2	2.4
2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	16	19.3	21	25.3	26	31.3	9	10.8	11	13.3
3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน	-	-	42	50.7	25	30.1	7	8.4	9	10.8
4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน	30	36.1	17	20.5	22	26.5	9	10.8	5	6.0
5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว	13	15.7	21	25.3	24	28.9	9	10.8	16	19.3
6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน	21	25.3	22	26.5	30	36.1	8	9.6	2	2.4
7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย	10	12.0	17	20.5	35	42.2	13	15.7	8	9.6
8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย	53	63.9	16	19.3	9	10.8	4	4.8	1	1.2
9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย – หญิง	35	42.2	21	25.3	23	27.7	2	2.4	2	2.4
10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา	24	28.9	23	27.7	29	34.9	4	4.8	3	3.6
11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม	25	30.1	25	30.1	18	21.7	10	12.0	5	6.0
12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	21	25.3	22	26.5	26	31.3	9	10.8	5	6.0
13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	38	45.8	13	15.7	23	27.7	6	7.2	3	3.6

จากตาราง 47 แสดงว่าความต้องการของนิสิตคณะพลศึกษาเกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เห็นได้ว่า ความต้องการเรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับปานกลางและมากที่สุด ร้อยละ 37.3 เรื่องความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.3 เรื่องการแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 50.7 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 36.1 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่งๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.9 เรื่องสถานที่ออกกำลังกายมีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.1 เรื่องการใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.2 เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 63.9 เรื่องสุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขาชาย – หญิง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 27.7 เรื่องความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.9 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายในร่ม อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 30.1 เรื่องความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อการออกกำลังกายกลางแจ้ง อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.3 และเรื่องมาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 45.8

ตาราง 48 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์
ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ (N=374)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	44	11.8	87	23.3	134	35.8	65	17.4	44	11.8
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	46	12.3	84	22.5	141	37.7	78	20.9	25	6.7
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	36	9.6	87	23.3	137	36.6	83	22.2	31	8.3
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	33	8.8	88	23.5	142	38.0	82	21.9	29	7.9
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	36	9.6	79	21.1	155	41.4	79	21.1	25	6.7
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	76	20.3	83	22.2	109	29.1	86	23.0	20	5.3
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	61	16.3	100	26.7	127	34.0	64	17.1	22	5.9
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	82	21.9	86	23.0	121	32.4	67	17.9	18	4.8
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	103	27.5	86	23.0	110	29.4	57	15.2	18	4.8
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	64	17.1	82	21.9	139	37.2	67	17.9	22	5.9
รวม	581	15.5	862	23.0	1315	35.2	728	19.5	254	6.8

จากตาราง 48 แสดงว่าปัญหาของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์
ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 35.2 อยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 23.0 และอยู่ในระดับน้อย 19.5

ตาราง 49 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตชาย (N=374)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	31	15.2	43	21.1	65	31.9	33	16.2	32	15.7
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	27	13.2	48	23.5	68	33.3	41	20.1	20	9.8
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	23	11.3	47	23.0	66	32.4	41	20.1	27	13.2
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	22	10.8	50	24.5	65	31.9	43	21.1	24	11.8
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	29	14.2	40	19.6	78	38.2	37	18.1	20	9.8
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	54	26.5	36	17.6	56	27.5	44	21.6	14	6.9
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	42	20.6	41	20.1	72	35.3	33	16.2	16	7.8
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	52	25.5	42	20.6	64	31.4	33	16.2	13	6.4
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	62	30.4	40	19.6	59	28.9	29	14.2	14	6.9
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	38	18.6	42	20.6	3	35.8	33	16.2	18	8.8

จากตาราง 49 แสดงว่าปัญหาของนิสิตชายด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.9 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.3 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านนันทนาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.4 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.9 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.2 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 27.5 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.3 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.4 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 30.4 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.8

ตาราง 50 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตหญิง (N=170)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	13	7.6	44	25.9	69	40.6	32	18.8	12	7.1
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	19	11.2	36	21.2	73	42.9	37	21.8	5	2.9
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	13	7.6	40	23.5	71	41.8	42	24.7	4	2.4
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	11	6.5	38	22.4	77	45.3	39	22.9	5	2.9
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	7	4.1	39	22.9	77	45.3	42	24.7	5	2.9
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	22	12.9	47	27.6	53	31.2	42	24.7	6	3.5
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	19	11.2	59	34.7	55	32.4	31	18.2	6	3.5
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	30	17.6	44	25.9	57	33.5	34	20.0	5	2.9
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	41	24.1	46	27.1	51	30.0	28	16.5	4	2.4
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	26	15.3	40	23.5	66	38.8	34	20.0	4	2.4

จากตาราง 50 แสดงว่าปัญหาของนิสิตหญิงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่อง บุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.6 เรื่อง บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.9 เรื่อง บุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 41.8 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.3 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.3 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับ ปานกลาง ร้อยละ 31.2 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 34.7 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่าย อุปกรณ์ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.5 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำ สถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.0 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอใน การทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.8

ตาราง 51 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 1 (N=120)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	9	7.5	32	26.7	44	36.7	23	19.2	12	10.0
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	13	10.8	24	20.0	52	43.3	25	20.8	6	5.0
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกากการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	8	6.7	32	26.7	44	36.7	27	22.5	9	7.5
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	7	5.8	30	25.0	45	37.5	30	25.0	8	6.7
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	9	7.5	21	17.5	59	49.2	25	20.8	6	5.0
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	25	20.8	25	20.8	37	30.8	28	23.3	5	4.2
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	16	13.3	31	25.8	54	45.0	23	19.2	5	4.2
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	20	16.7	27	22.5	46	38.3	23	19.2	4	3.3
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	33	27.5	12	10.0	49	40.8	17	14.2	9	7.5
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	17	14.2	27	22.5	47	39.2	23	19.2	6	5.0

จากตาราง 51 แสดงว่าปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 1 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.7 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 43.3 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกากการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.7 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.5 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 49.2 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.8 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.5 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.3 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.8 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.2

ตาราง 52 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 2 (N=113)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	19	16.8	23	20.4	40	35.4	17	15.0	14	12.4
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	22	19.5	23	20.4	38	33.6	22	19.5	8	7.1
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	14	12.4	28	24.8	42	37.2	21	18.6	8	7.1
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	14	12.4	32	28.3	40	35.4	18	15.9	9	8.0
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	16	14.2	26	23.0	44	38.9	22	19.5	5	4.4
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	28	24.8	24	21.2	31	27.4	25	22.1	5	4.4
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	22	19.5	29	25.7	35	31.0	23	20.4	4	3.5
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	34	30.1	16	14.2	33	29.2	23	20.4	7	6.2
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	32	28.3	35	31.0	22	19.5	19	16.8	5	10.4
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	22	19.5	21	18.6	42	37.2	25	22.1	3	2.7

จากตาราง 52 แสดงว่าปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 2 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.4 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.6 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกากการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.2 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.4 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.9 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 27.4 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.0 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับมาก-ที่สุด ร้อยละ 30.1 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 31.0 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.2

ตาราง 53 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 3 (N=75)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	8	10.7	18	24.0	27	36.0	12	16.0	10	13.3
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	7	9.3	19	25.3	27	36.0	18	24.0	4	5.3
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	8	10.7	17	22.7	25	33.3	15	20.0	10	13.3
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	7	9.3	13	17.3	30	40.0	18	24.0	7	9.3
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	6	8.0	21	28.0	23	30.7	16	21.3	9	12.0
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	10	13.3	19	25.3	25	33.3	14	18.7	7	9.3
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	16	21.3	22	29.3	22	29.3	7	9.3	8	10.7
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	17	22.7	20	26.7	21	28.0	13	17.3	4	5.3
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	16	21.3	18	24.0	25	33.3	13	17.0	3	4.0
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	8	10.7	19	25.3	28	37.3	10	13.3	10	13.3

จากตาราง 53 แสดงว่าปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 3 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.0 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.0 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.3 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.0 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.7 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.3 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลางและมาก ร้อยละ 29.3 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.0 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.3 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.3

ตาราง 54 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 4 (N=60)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	8	13.3	13	21.7	21	35.0	10	16.7	8	13.3
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	4	6.7	17	28.3	19	31.7	13	21.7	7	11.7
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาระเภทต่าง ๆ	6	10.0	8	13.3	23	38.3	19	31.7	4	6.7
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	5	8.3	12	20.0	22	36.7	16	26.7	5	8.3
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	5	8.3	10	16.7	24	40.0	16	26.7	5	8.3
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	13	21.7	14	23.3	15	25.0	15	25.0	3	5.0
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	7	11.7	13	21.7	24	40.0	11	18.3	5	8.3
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	11	18.3	18	30.0	20	33.3	8	13.3	3	5.0
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	20	33.3	18	30.0	13	21.7	8	13.3	1	1.7
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ด้านการออกกำลังกาย	16	26.7	12	20.0	20	33.3	9	15.0	3	5.0

จากตาราง 54 แสดงว่าปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 4 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.0 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.7 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.3 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.7 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.0 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลางและมาก ร้อยละ 25.0 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.0 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก - จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.3 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.3 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.3

ตาราง 55 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 5 (N=6)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	-	-	1	16.7	2	33.3	3	50.0	-	-
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	-	-	1	16.7	5	83.3	-	-	-	-
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	-	-	2	33.3	3	50.0	1	16.7	-	-
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	-	-	1	16.7	5	83.3	-	-	-	-
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	-	-	1	16.7	5	83.3	-	-	-	-
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	-	-	1	16.7	1	16.7	4	66.7	-	-
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	-	-	5	83.8	1	16.7	-	-	-	-
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	-	-	5	83.3	1	16.7	-	-	-	-
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	2	33.3	3	50.0	1	16.7	-	-	-	-
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	1	16.7	3	50.0	2	33.0	-	-	-	-

จากตาราง 55 แสดงว่าปัญหาของนิสิตระดับชั้นปีที่ 5 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 50.0 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 83.3 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.0 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 83.3 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 83.3 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 66.7 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 83.3 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่าย อุปกรณ์ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 83.3 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 50.0 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 50.0

ตาราง 56 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะเภสัชศาสตร์ (N=54)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	1	1.9	18	33.3	19	35.2	11	20.4	5	9.3
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	4	7.4	14	25.9	19	35.2	13	24.1	4	7.4
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	2	3.7	12	22.2	30	55.6	9	16.7	1	1.9
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	1	1.9	16	29.6	24	44.4	11	20.4	2	3.7
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	1	1.9	12	22.2	26	48.1	13	24.1	2	3.7
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	8	14.8	12	22.2	16	29.6	16	29.6	2	3.7
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	3	5.6	23	42.6	19	35.2	8	14.8	1	1.9
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	7	13.0	19	35.2	17	31.5	11	20.4	-	-
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	13	24.1	18	33.3	18	33.3	5	9.3	-	-
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	6	11.1	18	33.3	19	35.2	10	18.5	1	1.9

จากตาราง 56 แสดงว่าปัญหาของนิสิตคณะเภสัชศาสตร์ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้
 ว่า ปัญหาเรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
 35.2 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.2
 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกากการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
 55.6 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง
 ร้อยละ 44.4 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.1
 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับ
 น้อยและปานกลาง ร้อยละ 29.6 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณ
 สถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 42.6 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก –
 จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.2 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำ
 สถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลางและมาก ร้อยละ 33.3 เรื่องการมีบุคลากรอย่าง
 เพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับ
 ปานกลาง ร้อยละ 35.2

ตาราง 57 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะสหเวชศาสตร์ (N=24)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	-	-	10	41.7	12	50.0	-	-	2	8.3
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	1	4.2	10	41.7	11	45.8	2	8.3	-	-
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	1	4.2	7	29.2	9	37.5	7	29.2	-	-
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	-	-	7	29.2	13	54.2	4	16.7	-	-
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	-	-	7	29.2	11	45.8	6	25.0	-	-
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	3	12.5	7	29.2	10	41.7	4	16.7	-	-
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	5	20.8	8	33.3	8	33.3	3	12.5	-	-
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	3	12.5	7	29.2	10	41.7	4	16.7	-	-
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	4	16.7	4	16.7	12	50.0	3	12.5	1	4.2
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	4	16.7	5	20.8	10	41.9	3	12.5	2	8.3

จากตาราง 57 แสดงว่าปัญหาของนิสิตคณะสหเวชศาสตร์ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.0 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.8 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกากการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.5 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 54.2 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.8 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 41.7 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลางและมาก ร้อยละ 33.3 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 41.7 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.0 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 41.7

ตาราง 58 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ (N=140)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	23	16.4	28	20.0	47	33.6	2	15.0	21	15.0
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	19	13.6	30	21.4	46	32.9	29	20.7	16	11.4
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	18	12.9	29	20.7	44	31.4	32	22.9	17	12.1
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	18	12.9	32	22.9	44	31.4	29	20.7	17	12.1
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	22	15.7	29	20.7	52	37.1	24	17.1	13	9.3
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	33	23.6	31	22.1	38	27.1	25	17.9	13	9.3
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	33	23.6	32	22.9	38	27.1	25	17.9	12	8.6
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	36	25.7	29	20.7	44	31.4	19	13.6	12	8.6
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	40	28.6	31	22.1	40	28.6	20	14.3	9	6.4
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	22	15.7	30	21.4	48	34.3	26	18.6	14	10.0

จากตาราง 58 แสดงว่าปัญหาของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.6 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.9 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.4 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.4 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.1 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 27.1 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัย บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 27.1 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.4 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลางและมากที่สุด ร้อยละ 28.6 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.3

ตาราง 59 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ (N=27)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	2	7.4	4	14.8	12	44.4	8	29.6	1	3.7
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	3	11.1	3	11.1	13	48.1	7	25.9	1	3.7
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	3	11.1	6	22.2	8	29.6	9	33.3	1	3.7
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	2	7.4	1	3.7	9	33.3	14	51.9	1	3.7
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	1	3.7	2	7.4	14	51.9	8	29.6	2	7.4
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	4	14.8	4	14.8	7	25.9	11	40.7	1	3.7
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	-	-	8	29.6	11	40.7	5	18.5	3	11.1
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	1	3.7	4	14.8	12	44.4	10	37.0	-	-
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	5	18.5	5	18.5	7	25.9	10	37.0	-	-
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	4	14.8	3	11.1	9	33.3	9	33.3	2	7.4

จากตาราง 59 แสดงว่าปัญหาของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 44.4 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.1 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกากการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 33.3 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 51.9 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 51.9 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 40.7 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.7 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 44.4 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 37.0 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับน้อยและปานกลาง ร้อยละ 33.3

ตาราง 60 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะสังคมศาสตร์ (N=11)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	2	18.2	4	36.4	2	18.2	3	27.3	-	-
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	1	9.1	3	27.3	5	45.5	2	18.2	-	-
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	1	9.1	6	54.6	3	27.3	1	9.1	-	-
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	2	18.2	4	36.4	3	27.3	1	9.1	1	9.1
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	1	9.1	1	9.1	6	54.5	3	27.3	-	-
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	1	9.1	3	27.3	2	18.2	5	45.5	-	-
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	-	-	4	36.4	3	27.3	3	27.3	1	9.1
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	2	18.2	3	27.3	2	18.2	3	27.3	1	9.1
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	3	27.3	4	36.4	1	9.1	2	18.2	1	9.1
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	2	18.2	2	18.2	5	45.5	2	18.2	-	-

จากตาราง 60 แสดงว่าปัญหาของนิสิตคณะสังคมศาสตร์ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้
 ว่า ปัญหาเรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 36.4
 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.5 เรื่อง
 บุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 54.5
 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ
 36.4 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 54.5 เรื่องการมี
 บุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับน้อย ร้อยละ
 45.5 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ใน
 ระดับมาก ร้อยละ 36.4 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับ
 น้อยและมาก ร้อยละ 27.3 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย
 อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 36.4 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้
 ข้าราชการ ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับน้อยและปานกลาง ร้อยละ 45.5

ตาราง 61 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ (N=35)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	5	14.3	8	22.9	13	37.1	6	17.1	3	8.6
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	6	17.1	8	22.9	11	31.4	9	25.7	1	2.9
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	5	14.3	8	22.9	16	45.7	4	11.4	2	5.7
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	6	17.1	7	20.0	15	42.9	6	17.1	1	2.9
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	4	11.4	11	31.4	11	31.4	6	17.1	3	8.6
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	8	22.9	7	20.0	13	37.1	6	17.1	1	2.9
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	8	22.9	9	25.7	10	28.6	6	17.1	2	5.7
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	12	34.3	5	14.3	10	28.6	5	14.3	3	8.6
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	12	34.3	9	25.7	10	28.6	3	8.6	1	2.9
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	14	40.0	4	11.4	15	42.9	2	5.7	-	-

จากตาราง 61 แสดงว่าปัญหาของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้
 ว่า ปัญหาเรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
 37.1 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.4
 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
 45.7 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง
 ร้อยละ 42.9 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลางและมาก ร้อยละ
 31.4 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่
 ระดับปานกลาง ร้อยละ 37.1 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณ
 สถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.6 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการ
 เบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับน้อยและมากที่สุด ร้อยละ 34.3 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่าง
 เพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 34.3 เรื่องการมีบุคลากรอย่าง
 เพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับ
 ปานกลาง ร้อยละ 42.9

ตาราง 62 จำนวนและร้อยละของปัญหาของนิสิตคณะพลศึกษา (N=83)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	11	13.3	15	18.1	29	34.9	16	19.3	12	14.5
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	12	14.5	16	19.3	36	43.4	16	19.3	3	3.6
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	6	7.2	19	22.9	27	32.5	21	25.3	10	12.0
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	4	4.8	21	25.3	34	41.0	17	20.5	7	8.4
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	7	8.4	17	20.5	35	42.2	19	22.9	5	6.0
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	19	22.9	19	22.9	23	27.7	19	22.9	3	3.6
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	12	14.5	16	19.3	38	45.8	14	16.9	3	3.6
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	21	25.3	19	22.9	26	31.3	15	18.1	2	2.4
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	26	31.3	15	18.1	22	26.5	14	16.9	6	7.2
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	12	14.5	20	24.1	33	39.8	15	18.1	3	3.6

จากตาราง 62 แสดงว่าปัญหาของนิสิตคณะพลศึกษาด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ปัญหาเรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.9 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 43.4 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.5 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 41.0 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.2 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 27.7 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.8 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.3 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 31.3 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.8

ตาราง 63 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
องค์กรฯ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ (N=374)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ด้อยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	129	34.5	122	32.6	86	23.0	23	6.1	14	3.7
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	124	33.2	121	32.4	97	25.9	22	5.9	10	2.7
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	98	26.2	123	32.9	114	30.5	26	7.0	13	3.5
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	98	26.2	123	34.2	113	30.2	29	7.8	6	1.6
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	102	27.3	126	33.7	122	32.6	17	4.5	7	1.9
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	116	31.0	134	35.8	89	23.8	30	8.0	5	1.3
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	134	35.8	125	33.4	80	21.4	26	7.0	9	2.4
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก - จ่ายอุปกรณ์	138	36.9	104	27.8	107	28.6	18	4.8	7	1.9
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	127	34.0	123	32.9	98	26.2	16	4.3	10	2.7
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	116	31.0	125	33.4	108	28.9	16	4.3	9	2.4
รวม	1182	31.7	1226	32.9	1014	27.2	223	6.0	81	2.2

จากตาราง 63 แสดงว่าความต้องการของนิสิตของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
องค์กรฯ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า อยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 32.9 อยู่ในระดับมาก
ที่สุด คิดเป็นร้อยละ 31.7 อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 27.2

ตาราง 64 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตชาย (N=204)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	72	35.3	58	28.4	51	25.0	15	7.4	8	3.9
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	70	34.3	59	28.9	56	27.5	12	5.9	7	3.4
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	55	27.0	57	27.9	66	32.4	15	7.4	11	5.4
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	54	26.5	63	30.9	63	30.9	18	8.8	6	2.9
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	53	26.0	66	32.4	69	33.8	9	4.4	7	3.4
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	66	32.4	61	29.9	56	27.5	17	8.3	4	2.0
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	68	33.3	64	31.4	54	26.5	11	5.4	7	3.4
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	78	38.2	54	26.5	58	28.4	8	3.9	6	2.9
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	70	34.3	66	32.4	53	26.0	9	4.4	6	2.9
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	63	30.9	65	31.9	57	27.9	12	5.9	7	3.

จากตาราง 64 แสดงว่าความต้องการของนิสิตชายด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ความต้องการเรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.3 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 34.3 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.4 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง และมาก ร้อยละ 30.9 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.8 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 32.4 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณ สถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.3 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการ เปิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 38.2 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอ ประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 34.3 และเรื่องการมีบุคลากรอย่าง เพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 31.9

ตาราง 65 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตหญิง (N=170)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	57	33.5	64	37.6	35	20.6	8	4.7	6	3.5
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	54	31.8	62	36.5	41	24.1	10	5.9	3	1.8
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	43	25.3	66	38.8	48	28.2	11	6.5	2	1.1
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	44	25.9	65	38.2	50	29.4	11	6.5	-	-
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	49	28.8	60	35.3	53	31.2	8	4.7	-	-
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	50	29.4	73	42.9	33	19.4	13	7.6	1	0.6
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	66	38.8	61	35.9	26	15.3	15	8.8	2	1.2
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก - จ่ายอุปกรณ์	60	35.3	50	29.4	49	28.8	10	5.9	1	0.6
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	57	33.5	57	33.5	45	26.5	7	4.1	4	2.4
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	53	31.2	60	35.3	51	30.0	4	2.4	2	1.2

จากตาราง 65 แสดงว่าความต้องการของนิสิตหญิงด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ความต้องการ เรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.5 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 36.5 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 38.8 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 38.2 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.3 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 42.9 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 38.8 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.3 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 33.5 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.3

ตาราง 66 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 1 (N=120)

รายการ	ระดับปัญหา									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	40	33.3	40	33.3	29	24.2	5	4.2	6	5.0
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	41	34.2	39	32.5	28	23.3	9	7.5	3	2.5
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาระเภทต่าง ๆ	37	30.8	35	29.2	37	30.8	10	8.3	1	0.8
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	34	28.3	37	30.8	39	32.5	8	6.7	2	1.7
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	33	27.5	38	31.7	40	33.3	8	6.7	1	0.8
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	36	30.0	41	34.2	29	24.2	14	11.7	-	-
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	37	30.8	37	30.8	34	28.3	12	10.0	-	-
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	37	30.8	38	31.7	35	29.2	9	7.5	1	0.8
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	33	27.5	36	30.0	41	34.2	7	5.8	3	2.5
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	30	25.0	43	35.8	41	34.2	3	2.5	3	2.5

จากตาราง 66 แสดงว่าความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 1 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ความต้องการ เรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก และมากที่สุด ร้อยละ 33.3 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 34.2 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลางและมากที่สุด ร้อยละ 30.8 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.5 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.3 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 34.2 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 30.8 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก - จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 31.7 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.2 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.8

ตาราง 67 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 2 (N=113)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	48	42.5	29	25.7	27	23.9	6	5.3	3	2.7
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	45	39.8	32	28.3	30	26.5	4	3.5	2	1.8
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	34	30.1	38	33.6	32	28.3	3	2.7	6	5.3
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	39	34.5	37	32.7	27	23.9	8	7.1	2	1.8
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	40	35.4	32	28.3	35	31.0	4	3.5	2	1.8
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	43	38.1	38	33.6	23	20.4	7	6.2	2	1.8
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	46	40.7	48	42.5	12	10.6	4	3.5	3	2.7
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	44	38.9	25	22.1	37	32.7	4	3.5	3	2.7
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	48	42.5	36	31.9	23	20.4	3	2.7	3	2.7
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	45	39.8	37	32.7	22	19.5	8	7.1	1	0.9

จากตาราง 67 แสดงว่าความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 2 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ความต้องการ เรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 42.5 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 39.8 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกากการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.6 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 34.5 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกายอยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.4 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 38.1 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณ สถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 42.5 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 38.9 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำ สถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 42.5 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 39.8

ตาราง 68 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 3 (N=75)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	19	25.3	30	40.0	18	24.0	6	8.0	2	2.7
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	20	26.7	23	30.7	23	30.7	7	9.3	2	2.7
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกากการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	16	21.3	25	33.3	23	30.7	7	9.3	4	5.3
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	11	14.7	26	34.7	30	40.0	7	9.3	1	1.3
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	15	20.0	28	37.3	26	34.7	3	4.0	3	4.0
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	18	24.0	27	36.0	22	29.3	6	8.0	2	2.7
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	25	33.3	22	29.3	21	28.0	3	4.0	4	5.3
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	26	34.7	24	32.0	20	26.7	3	4.0	2	2.7
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	21	28.0	26	34.7	23	30.7	2	2.7	3	4.0
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	13	17.3	30	40.0	26	34.7	2	2.7	4	5.3

จากตาราง 68 แสดงว่าความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 3 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ความต้องการ เรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 40.0 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลางและมาก ร้อยละ 30.7 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกากการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 33.3 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.0 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.3 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 36.0 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.3 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 34.7 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 34.7 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 40.0

ตาราง 69 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 4 (N=60)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	20	33.3	20	33.3	12	20.0	5	8.3	3	5.0
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	18	30.0	23	38.3	14	23.3	2	3.3	3	5.0
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกากการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	11	18.3	21	35.0	21	35.0	5	8.3	2	3.3
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	14	23.3	23	38.3	16	26.7	6	10.0	1	1.7
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	12	20.0	24	40.0	21	35.0	2	3.3	1	1.7
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	19	31.7	23	38.3	14	23.3	3	5.0	1	1.7
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	23	38.3	15	25.0	13	21.7	7	11.7	2	3.3
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	27	45.0	15	25.0	15	25.0	2	3.3	1	1.7
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	22	36.7	22	36.7	11	18.3	4	6.7	1	1.7
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	24	40.0	13	21.7	19	31.7	3	5.0	1	1.7

จากตาราง 69 แสดงว่าความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 4 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ความต้องการ เรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก และมากที่สุด ร้อยละ 33.3 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับปานกลางและมาก ร้อยละ 38.3 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกากการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลางและมาก ร้อยละ 35.0 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 38.3 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 40.0 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 38.3 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 38.3 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 45.0 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 36.7 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 40.0

ตาราง 70 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 5 (N=6)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	2	33.3	3	50.0	-	-	1	16.7	-	-
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	-	-	4	66.7	2	33.3	-	-	-	-
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	-	-	4	66.7	1	16.7	1	16.7	-	-
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	-	-	5	83.3	1	16.7	-	-	-	-
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	2	33.3	4	6.7	-	-	-	-	-	-
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	-	-	5	83.3	1	16.7	-	-	-	-
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	3	50.0	3	50.0	-	-	-	-	-	-
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	4	66.7	2	33.3	-	-	-	-	-	-
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	3	50.0	3	50.0	-	-	-	-	-	-
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	4	66.7	2	33.3	-	-	-	-	-	-

จากตาราง 70 แสดงว่าความต้องการของนิสิตระดับชั้นปีที่ 5 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ความต้องการ เรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 50.0 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 66.7 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 66.7 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 83.3 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 66.7 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 83.3 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 50.0 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 66.7 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 50.0 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 66.7

ตาราง 71 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะเภสัชศาสตร์ (N=54)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	21	38.9	15	27.8	11	20.4	3	5.6	4	7.4
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	17	31.5	23	42.6	9	16.7	2	3.7	3	5.6
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	8	14.8	22	40.7	20	37.0	3	5.6	1	1.9
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	12	22.2	26	48.1	12	22.2	4	7.4	-	-
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	13	24.1	24	44.4	13	24.1	4	7.4	-	-
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	16	29.6	24	44.4	12	22.2	2	3.7	-	-
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	23	42.6	19	35.2	8	14.8	3	5.6	1	1.9
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก - จ่ายอุปกรณ์	23	42.6	16	29.6	13	24.1	2	3.7	-	-
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	22	40.7	18	33.3	11	20.4	3	5.6	-	-
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	18	33.3	18	33.3	16	29.6	2	3.7	-	-

จากตาราง 71 แสดงว่าความต้องการของนิสิตคณะเภสัชศาสตร์ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ความต้องการ เรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 38.9 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 42.6 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกากการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 40.7 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 48.1 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 44.4 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 44.4 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 42.6 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่าย อุปกรณ์ อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 42.6 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำ สถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 40.7 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 33.3

ตาราง 72 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะสหเวชศาสตร์ (N=24)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	8	33.3	11	45.8	3	12.5	1	4.2	1	4.2
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	7	29.2	8	33.3	7	29.2	2	8.3	-	-
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกากการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	7	29.2	7	29.2	7	29.2	3	12.5	-	-
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	4	16.7	13	54.2	6	25.0	1	4.2	-	-
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	6	25.0	12	50.0	6	25.0	-	-	-	-
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	5	20.8	9	37.5	8	33.3	2	8.3	-	-
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	9	37.5	11	45.8	4	16.7	-	-	-	-
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	5	20.8	9	37.5	8	33.3	2	8.3	-	-
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	5	20.8	7	29.2	11	45.8	-	-	1	4.2
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	7	29.2	8	33.3	6	25.0	2	8.3	1	4.2

จากตาราง 72 แสดงว่าความต้องการของนิสิตคณะสหเวชศาสตร์ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ความต้องการ เรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 45.8 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 33.3 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง มากและมากที่สุด ร้อยละ 29.2 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 54.2 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 50.0 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.5 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณ สถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 45.8 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.5 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำ สถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับปาน-กลาง ร้อยละ 45.8 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 33.3

ตาราง 73 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ (N=140)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	47	33.6	38	27.1	35	25.0	12	8.6	8	5.7
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	44	31.4	38	27.1	41	29.3	10	7.1	7	5.0
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	35	25.0	40	28.6	44	31.4	13	9.3	8	5.7
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	35	25.0	41	29.3	43	30.7	16	11.4	5	3.6
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	37	26.4	38	27.1	55	39.3	5	3.6	5	3.6
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	42	30.0	42	30.0	37	26.4	15	10.7	4	2.9
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	47	33.6	39	27.9	36	25.7	14	10.0	4	2.9
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	55	39.3	40	28.6	34	24.3	6	4.3	5	3.6
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	44	31.4	50	35.7	35	25.0	6	4.3	5	3.6
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	41	29.3	41	29.3	44	31.4	8	5.7	6	4.3

จากตาราง 73 แสดงว่าความต้องการของนิสิตคณะวิศวกรรมศาสตร์ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ความต้องการ เรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.6 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 31.4 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.4 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.7 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.3 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 30.0 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.6 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 39.3 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.7 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.4

ตาราง 74 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ (N=27)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	7	25.9	12	44.4	6	22.2	2	7.4	-	-
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	9	33.3	12	44.4	4	14.8	2	7.4	-	-
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	8	29.6	12	44.4	6	22.2	1	3.7	-	-
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	6	22.2	8	29.6	10	37.0	3	11.1	-	-
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	6	22.2	12	44.4	9	33.3	-	-	-	-
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	10	37.0	11	40.7	6	22.2	-	-	-	-
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	10	37.0	10	37.0	5	18.5	-	-	2	7.4
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	6	22.2	10	37.0	10	37.0	1	3.7	-	-
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	7	25.9	12	44.4	8	29.6	-	-	-	-
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	5	18.5	14	51.9	8	29.6	-	-	-	-

จากตาราง 74 แสดงว่าความต้องการของนิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ความต้องการ เรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 44.4 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 44.4 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 44.4 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.0 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 44.4 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 40.7 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากและมากที่สุด ร้อยละ 37.0 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก - จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับปานกลางและมาก ร้อยละ 37.0 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 44.4 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 51.9

ตาราง 75 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะสังคมศาสตร์ (N=11)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	8	72.7	-	-	3	27.3	-	-	-	-
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	6	54.5	4	36.4	1	9.1	-	-	-	-
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	8	72.7	1	9.1	2	18.2	-	-	-	-
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	7	63.6	1	9.1	3	27.3	-	-	-	-
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	7	63.6	1	9.1	2	18.2	1	9.1	-	-
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	5	45.5	1	9.1	3	27.3	2	18.2	-	-
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	3	27.3	6	54.5	2	18.2	-	-	-	-
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	4	36.4	3	27.3	3	27.3	-	-	1	9.1
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	6	54.5	3	27.3	1	9.1	-	-	1	9.1
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	3	27.3	6	54.5	2	18.2	-	-	-	-

จากตาราง 75 แสดงว่าความต้องการของนิสิตคณะสังคมศาสตร์ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ความต้องการ เรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 72.7 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 54.5 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 72.7 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 63.6 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกายอยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 63.6 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 45.5 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณ สถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 54.5 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 36.4 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำ สถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 54.5 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 54.5

ตาราง 76 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ (N=35)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	9	25.7	13	37.1	12	34.3	1	2.9	-	-
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	7	20.0	16	45.7	9	25.7	3	8.6	-	-
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	6	17.1	14	40.0	13	37.1	-	-	2	5.7
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	9	25.7	12	34.3	14	40.0	-	-	-	-
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	9	25.7	13	37.1	10	28.6	2	5.7	1	2.9
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	10	28.6	16	45.7	7	20.0	2	5.7	-	-
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	12	34.3	14	40.0	6	17.1	2	5.7	1	2.9
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก - จ่ายอุปกรณ์	13	37.1	8	22.9	11	31.4	3	8.6	-	-
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	12	34.3	14	40.0	8	22.9	1	2.9	-	-
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	13	37.1	12	34.3	9	25.7	1	2.9	-	-

จากตาราง 76 แสดงว่าความต้องการของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ความต้องการ เรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.1 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 45.7 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 40.0 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.0 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.1 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 45.7 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 40.0 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์ อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 37.1 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 40.0 และเรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 37.1

ตาราง 77 จำนวนและร้อยละของความต้องการของนิสิตคณะพลศึกษา (N=83)

รายการ	ระดับความต้องการ									
	5		4		3		2		1	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย	29	34.9	33	39.8	16	19.3	4	4.8	1	1.2
2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน	34	41.0	20	24.1	26	31.3	3	3.6	-	-
3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	26	31.3	27	32.5	22	26.5	6	7.2	2	2.4
4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	25	30.1	27	32.5	25	30.1	5	6.0	1	1.2
5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย	24	28.9	26	31.3	27	32.5	5	6.0	1	1.2
6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	28	33.7	31	37.3	16	19.3	7	8.4	1	1.2
7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	30	36.1	26	31.3	21	25.3	5	6.0	1	1.2
8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์	32	38.6	18	21.7	28	33.7	4	4.8	1	1.2
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย	31	37.3	19	22.9	24	28.9	6	7.2	3	3.6
10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย	29	34.9	26	31.3	23	27.7	3	3.6	2	2.4

จากตาราง 77 แสดงว่าความต้องการของนิสิตคณะพลศึกษาด้านบุคลากรผู้ให้บริการ เห็นได้ว่า ความต้องการ เรื่องบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 39.8 เรื่องบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 41.0 เรื่องบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 32.5 เรื่องบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 32.5 เรื่องบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.5 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.3 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 36.1 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่อย่างเพียงพอในการเบิก – จ่าย อุปกรณ์ อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 38.6 เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลอย่างเพียงพอประจำ สถานที่ออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 37.3 เรื่องการมีบุคลากรอย่างเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ ด้านการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 34.9

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้

นิสิตส่วนใหญ่เห็นว่าควรจัดให้มีการรวมมากกว่านี้ กล่าวคือ อุปกรณ์กีฬาควรจัดให้มีเพียงพอกับความต้องการและมีประสิทธิภาพมากกว่าที่เป็นอยู่และมีเจ้าหน้าที่ดูแลอย่างดี ควรมีเจ้าหน้าที่หรือบุคลากรคอยให้คำแนะนำและดูแลเรื่องการยืม-คืนอุปกรณ์ รวมถึงจักได้มีการประชาสัมพันธ์ถึงสถานที่ให้บริการยืม-คืนอุปกรณ์ด้วย

ในส่วนของสถานที่ที่มีอยู่โดยเฉพาะโรงฝึกพลศึกษาในร่ม สามารถเข้าไปใช้บริการได้เพียงแห่งเดียว ในขณะที่ไม่เพียงพอต่อความต้องการและในอนาคตเพื่อเป็นการรองรับนิสิตชั้นปีที่ 1 ที่จะเริ่มเข้ามาศึกษาในปีการศึกษา 2546 ควรจะเปิดให้ใช้บริการในโรงฝึกอื่นด้วย เวลาเปิด-ปิด ควรให้มีโอกาสใช้ได้ตลอดเวลา ภายในสนามควรจัดให้มีน้ำดื่มและแสงสว่างให้เพียงพอต่อความต้องการ โดยเฉพาะโรงฝึกพลศึกษา 3 นิสิตส่วนใหญ่มีความเห็นว่าควรเปลี่ยนหลอดไฟที่ชำรุด อีกทั้งควรเปิดให้ใช้ในวันหยุดด้วย ในส่วนของสระว่ายน้ำนิสิตเห็นว่ามีกฎระเบียบมากเกินไป ทั้งยังต้องการให้มีเจ้าหน้าที่ทำความสะอาด การใช้สนามควรจัดทำตารางการใช้สนามปิดประกาศไว้อย่างชัดเจนในทุกสนาม

ในส่วนบุคลากร นิสิตมีความเห็นว่า บุคลากรที่ให้บริการมีจำนวนน้อยและควรมีบุคลากรที่เกี่ยวข้องทางด้านกีฬาหรือเฉพาะด้านมาให้ความรู้และเทคนิคต่างๆ เพื่อช่วยให้นิสิตออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ที่สำคัญควรมีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำที่สนาม หากเกิดกรณีฉุกเฉินหรือได้รับความบาดเจ็บ

ในส่วนของกิจกรรมนิสิตมีความเห็น ควรมีการส่งเสริมเรื่องกิจกรรมการออกกำลังกายและการแข่งขันกีฬาให้มีความหลากหลายขึ้น ทั้งในส่วนของกิจกรรมของชมรมต่างๆ และของมหาวิทยาลัยด้วย เนื่องจากนิสิตเห็นว่า กิจกรรมที่จัดขึ้นในมหาวิทยาลัยไม่เพียงพอต่อความต้องการ และควรจัดให้มีการประชาสัมพันธ์กิจกรรมต่างๆ ให้นิสิตได้รับรู้โดยทั่วถึงด้วย

นอกจากนี้นิสิตมีความเห็นว่า นิสิตและบุคลากรของมหาวิทยาลัยควรมีสื่อใช้ในการให้บริการสถานที่และอุปกรณ์ต่างๆ ในการออกกำลังกายโดยไม่ต้องเสียค่าบริการ

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อศึกษาปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ จำนวน 2,265 คน ประกอบด้วยนิสิตชาย 1,236 คน นิสิตหญิง 1,029 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ จำนวน 374 คน ประกอบด้วยนิสิตชาย 204 คน นิสิตหญิง 170 คน โดยใช้สูตร ยามาเน่ (Yamane) และใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 กิจกรรมการออกกำลังกายของนิสิต ซึ่งมีขอบเขตเนื้อหา ประกอบด้วย

สถานภาพการออกกำลังกาย และด้านปัญหาส่วนตัวในการออกกำลังกาย ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสำรวจรายการ (Check List)

ตอนที่ 3 ปัญหาและความต้องการเกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกาย ซึ่งมีขอบเขตเนื้อหาเกี่ยวกับ ปัญหาและความต้องการการรับบริการการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และบุคลากร ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อยและน้อยที่สุด

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เป็นแบบสอบถามแบบปลายเปิด (Open – Ended)

วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงผู้เชี่ยวชาญเพื่อขอความอนุเคราะห์ ตรวจสอบแก้ไขแบบสอบถาม
2. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงอาจารย์ผู้สอน อาจารย์ที่ปรึกษาของนิสิตที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขอความร่วมมือในการใช้กลุ่มตัวอย่าง สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. นำแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างพร้อมหนังสือนำส่งด้วยตนเองแล้วเก็บรวบรวมแบบสอบถามคืนทั้งหมด
4. นำแบบสอบถามที่ได้รับคืนมาตรวจสอบความสมบูรณ์ ถูกต้อง แล้วนำแบบสอบถามไปดำเนินการวิเคราะห์ต่อไป

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

นิสิตที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 374 คน ประกอบด้วยนิสิตชาย 204 คน คิดเป็น ร้อยละ 54.5 นิสิตหญิง 170 คน คิดเป็นร้อยละ 45.5 กิจกรรมการออกกำลังกาย นิสิตร้อยละ 73.0 ได้รับความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายจากทางโทรทัศน์ นิสิตร้อยละ 55.1 เลือกการออกกำลังกายในวันที่มีการเรียนการสอนและวันหยุดราชการ นิสิตส่วนใหญ่ร้อยละ 45.7 ออกกำลังกายเฉลี่ยใน 1 สัปดาห์ เป็นเวลา 1 - 2 วัน มีนิสิตร้อยละ 33.2 ใช้เวลามากกว่า 60 นาที ในการออกกำลังกายแต่ละครั้ง ช่วงเวลา 17.00-18.00 น. มีนิสิตร้อยละ 51.1 เลือกออกกำลังกายในช่วงนี้ สถานที่ ที่นิสิตร้อยละ 37.4 เลือกออกกำลังกายในมหาวิทยาลัยคือ ลานเอนกประสงค์ สถานที่นอกมหาวิทยาลัยที่นิสิตร้อยละ 59.1 เลือกออกกำลังกาย คือ ที่บ้าน กิจกรรมที่นิสิตร้อยละ 50.5 เลือกปฏิบัติเมื่อออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย คือ วิ่งเหยาะ การมีเพื่อนร่วมกิจกรรมเป็นเหตุผลที่ นิสิตร้อยละ 82.4 เลือกที่จะออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย ส่วนเหตุผลที่ นิสิตร้อยละ 85.6 เลือกออกกำลังกาย คือ เพื่อให้มีสุขภาพดี ปัญหาเรื่องเวลาว่างไม่เพียงพอเป็นเหตุให้นิสิต ร้อยละ 61.8 ประสบปัญหานี้ในการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย และเวลาว่างไม่เพียงพอยังเป็นปัญหาให้นิสิต ร้อยละ 63.6 ไม่เข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ

ระดับปัญหาของนิสิตเกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 34.2 แต่ปัญหาที่มีมากที่สุด ได้แก่ เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย ระดับความต้องการของนิสิตเกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 31.8 ได้แก่ เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย ระดับปัญหาของนิสิตด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ส่วนใหญ่อยู่ใน

ระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 35.2 ปัญหาที่มากที่สุด ได้แก่ เรื่องการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลไม่เพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย ระดับความต้องการของนิสิต ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 32.9 ได้แก่ เรื่องการมีเจ้าหน้าที่ไม่เพียงพอในการเบิกจ่ายอุปกรณ์

ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

นิสิตส่วนใหญ่เห็นว่าควรจัดให้มีการรวมมากกว่านี้ กล่าวคือ ควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่เพียงพอกับความต้องการและมีประสิทธิภาพมากกว่าที่เป็นอยู่ ควรมีเจ้าหน้าที่หรือบุคลากรคอยให้คำแนะนำและดูแลเรื่องการยืม-คืนอุปกรณ์ รวมถึงจัดให้มีการประชาสัมพันธ์ สถานที่ควรเตรียมความพร้อมโดยเฉพาะโรงฝึกพลศึกษาในร่ม เพื่อรองรับนิสิตชั้นปีที่ 1 ที่จะเข้ามาศึกษา ในปีการศึกษา 2546 ภายในสนามควรจัดให้มีน้ำดื่มและแสงสว่างให้เพียงพอ สระว่ายน้ำมีกฎระเบียบมากเกินไปในการที่จะใช้บริการ และต้องการให้มีเจ้าหน้าที่ทำความสะอาด การใช้สนามควรจัดทำตารางการใช้สนามปิดประกาศ บุคลากรที่ให้บริการยังมีจำนวนน้อยและควรมีบุคลากรที่มีความเชี่ยวชาญทางด้านกีฬาหรือเฉพาะด้านมาให้ความรู้ ที่สำคัญควรมีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำที่สนามหากเกิดกรณีฉุกเฉิน ส่วนกิจกรรม นิสิตเห็นว่า ควรมีการส่งเสริมเรื่องกิจกรรมการออกกำลังกายและการแข่งขันกีฬาให้มีความหลากหลายขึ้น ทั้งในส่วนของกิจกรรมของชมรม และของทางมหาวิทยาลัย เนื่องจากการประชาสัมพันธ์กิจกรรมต่างๆ ให้นิสิตได้รับรู้ยังไม่ทั่วถึง และการใช้บริการสถานที่และอุปกรณ์ต่างๆ ในการออกกำลังกายไม่ควรเสียค่าบริการ

อภิปรายผล

ปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกาย ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ระดับปัญหามากที่สุดของนิสิต ได้แก่ เรื่องการมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย เพราะการขาดน้ำนั้นมีผลกระทบต่อการร่างกายได้ ดังที่ เจริญทัศน์ จินตนเสรี (วุฒิพงษ์ ปรมัตถการ.2537 : 55-57 อ้างอิงจาก เจริญทัศน์ จินตนเสรี.2523 : 23-27) ได้กล่าวว่า การขาดน้ำทำให้สมรรถภาพทางกายลดลง การให้น้ำชดเชยส่วนที่ขาดไป ทำให้สมรรถภาพทางกายไม่ลดลง เมื่อเกิดปัญหาเรื่องนี้เป็นระดับที่มากที่สุด เพราะความต้องการน้ำดื่มเป็นความต้องการขั้นพื้นฐาน ดังที่ มาสโลว์ (Maslow.1970 : 80 - 92) ได้อธิบายถึงลักษณะความต้องการขั้นต่างๆ ขั้นที่ 1 ความต้องการทางสรีระ (Basic Physiological Need) เป็นความต้องการพื้นฐานที่สำคัญที่สุดทางการดำรงชีวิต เช่น ความต้องการน้ำเป็นเรื่องพื้นฐานมากที่นิสิตมีความต้องการระดับมากที่สุด ที่จะให้มหาวิทยาลัยมีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการประจำสถานที่ออกกำลังกาย ต่างๆ และนิสิตส่วนใหญ่เห็นความสำคัญถึงการมีเจ้าหน้าที่พยาบาลไม่เพียงพอที่จะประจำสถานที่ออกกำลังกาย เนื่องจากอาจเกิดการบาดเจ็บได้ทุกเมื่อ หรืออาจเกิดกรณีฉุกเฉินได้ตลอดเวลา หากมีเพียงนิสิตที่จะช่วยกันปฐมพยาบาลอาจเป็นผล ทำให้เกิดการบาดเจ็บที่รุนแรงตามมาอย่างแน่นอน

ยังมีนิสิตอีกกลุ่มหนึ่งที่สำคัญ ในส่วนของความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา สอดคล้องกับลักษณะความต้องการ ดังที่ มาสโลว์ (Maslow.1970 : 80 - 92) กล่าวว่า ขั้นที่ 2 ความต้องการความปลอดภัยและมั่นคง (Safety And Security) เช่น ความต้องการความคุ้มครอง ความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย เป็นต้น หากมหาวิทยาลัยมุ่งหวังที่จะให้นิสิตหันมาร่วมมือกันออกกำลังกายแล้ว ทางมหาวิทยาลัยต้องเพิ่มการประชาสัมพันธ์ให้มากกว่าเดิม ด้านสถานที่ อุปกรณ์ ควรนำมาให้นิสิตได้ใช้ประโยชน์อย่างเต็มที่ เพราะว่าหากมีอุปกรณ์ที่ดีพร้อมแต่ไม่ให้นิสิตได้ใช้ประโยชน์ สิ่งของเหล่านั้นย่อมไม่มีคุณค่าใดเลย ในด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวมแล้วควรจัดให้เจ้าหน้าที่มีประสิทธิภาพและปริมาณให้เพียงพอต่อความต้องการของนิสิต

ข้อเสนอแนะ

ทางมหาวิทยาลัยควรประชาสัมพันธ์ให้นิสิตมากกว่าปัจจุบัน เพื่อทราบถึงกิจกรรมการออกกำลังกายที่ทางมหาวิทยาลัยจัด จะได้มีนิสิตเข้าร่วมมากกว่าที่เป็นอยู่ รวมถึงควรส่งเสริมให้นิสิตเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่ชมรมหรือสโมสรนิสิตแต่ละคณะได้จัดขึ้น และควรแก้ไข ข้อบกพร่องต่างๆ โดยเฉพาะเรื่องน้ำดื่มที่สะอาดและเรื่องสุขลักษณะของห้อง เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา เพื่อเป็นการลดระดับปัญหาและเป็นการรองรับนิสิตระดับชั้นปีที่ 1 ทุกคณะ ที่จะเข้าศึกษาในปีการศึกษา 2546

ข้อเสนอแนะในการศึกษาค้นคว้าครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรีและระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. เป็นแนวทางในการวางแผนแก้ไข ป้องกันปัญหาที่อาจเกิดนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรฯ

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- จรินทร์ ธานีรัตน์. (2529). *อนามัยบุคคล*. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.
- ไชยา อังศุสกุณณมล. (2543). *พฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของนักศึกษาวิทยาลัยชุมชนในวิทยาลัยพลศึกษาเขตภาคเหนือ*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ดำรง กิจกุลศล. (2527). *การออกกำลังกาย*. กรุงเทพฯ : คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล. โรงพิมพ์เรือนแก้วการพิมพ์.
- ทองสุข สัมปหังสิต. (2531). *การใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ประชาสัมพันธ์,กรม. (2542). *ประมวลพระบรมราโชวาทพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเนื่องในวโรกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 5 ธันวาคม 2542*. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ : ฝ่ายการพิมพ์ ศูนย์ผลิตเอกสารและเผยแพร่ สำนักพัฒนาการประชาสัมพันธ์ กรมประชาสัมพันธ์.
- ปัทมา รอดทั้ง. (2540). *การใช้เวลาว่างด้วยการเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนล่าง*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พนม พงษ์ไพบูลย์. (2540). *การศึกษาปัจจัยที่ห้าของชีวิต*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- พลศึกษา,กรม. (2534). *แนวทางการพัฒนาวิทยาศาสตร์การกีฬาแห่งประเทศไทย*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์กรมการศาสนา.
- พลศึกษา,คณะ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. (2541). *เอกสารประกอบการเรียนวิชาการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต พล 101*. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ : คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ภิญโญ สาธร. (2521). *หลักการศึกษ*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์สุภา.
- มานะ หมอยาดี. (2540). *การใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ยิ่งศักดิ์ เผ่าอินจันทร์. (2543). *ความต้องการการออกกำลังกายของสมาชิกศูนย์เยาวชนของกรุงเทพมหานคร*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2523). *หลักและวิธีสอนวิชาพลศึกษา*. กรุงเทพฯ : บริษัทสำนักพิมพ์
ไทยวัฒนาพานิช จำกัด.
- วุฒิพงษ์ ปรมัตถากร. (2537). *การออกกำลังกาย*. กรุงเทพฯ : โอ.เอส.พรินติ้ง เฮ้าส์.
- ศรีนครินทร์วิโรฒ,มหาวิทยาลัย. (2534). *สีลีสองปีมหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ*.
พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา.
- _____. (2539). *ระเบียบมหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ ว่าด้วยหอพัก พ.ศ.2539*.
กรุงเทพฯ : กองกิจการนิสิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ.
- _____. (2541). *คู่มือหลักสูตรระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ*.
กรุงเทพฯ : วิจัยพาณิชย์และการพิมพ์.
- _____. (2541). *โครงการพัฒนามหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ องครักษ์*. นครนายก :
กองธุรการองครักษ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ องครักษ์.
- _____. (2541). *วันสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทร์วิโรฒ (องครักษ์)*. กรุงเทพฯ : บริษัท เจ.ฟิล์ม โปรเซส จำกัด.
- _____. (2544). *วันมหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ 2544*. กรุงเทพฯ : สันติศิริการพิมพ์.
- สมชาย ไกรสังข์. (2540). *เอกสารประกอบการสอนวิชา พล 181 บริหารกาย*. กรุงเทพฯ :
ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. (2534). *รายงานการวิจัยความต้องการบริการการออกกำลังกายของ
บุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ.
- สุพัชรา ชัมเจริญ. (2543). *คู่มือการเรียนการสอนแอโรบิคด้านซ์*. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด
พิมพ์อักษร.
- สุวิมล ตั้งสัจจพจน์. (2526). *หลักการออกกำลังกาย*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- อารีย์ พันธุ์มณี. (2538). *จิตวิทยาการเรียนการสอน*. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ : บริษัท
เลิฟแอนด์ลิฟเพรส จำกัด.
- Bulter, Stanly Bradford. (1989,December). "Physical Education and Nonphysical
Education Majors : A Comparison of Exercise Behaviors," *Dissertation Abstracts
International*. 50 (A) : 199.
- Flack, Vilma T. and Kilcoyne, Mortha E Jr. (1984, August). "A Health Promotion Program
for School Personal. " *The Journal of School Health*. v54 n7 : 239 – 243.
- Holbrook, James Edward. (1993, Febuary). "Current Problems and Trends in Facility
Planning for Health Physical Education, Recreation and Athletics at Colleges
and Universities". *Dissertation Abstracts International*. 53 (16) : 2735-A.

- Lamb, David R.(1984). *Physical of Exercise*. New York : Macmillan Publishing Co.,.
- Locke, John. (1965). *LOCKE on Politics, Religion, And Education*. New York :
The Macmillan Company.
- Maslow, A.H. (1970). *Motivation and Personality*. New York : Harper and Row.
- Watson, James Franklin.(1997,January). "The Impact of Leisure Attitude and Motivation
on The Physical Recreation / Leisure Participation Time of College students,"
Dissertation Abstracts International. Dai-A 57 (7) : 3251.

ภาคผนวก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

1. รองศาสตราจารย์ ดร.วิรัช วรรณรัตน์
รองศาสตราจารย์ประจำสำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. รองศาสตราจารย์ ดร.สุปราณี ขวัญบุญจันทร์
รองศาสตราจารย์ประจำภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธาวุฒิ ปลื้มสำราญ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

แบบสอบถาม

เรื่อง

ปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกาย ของนิสิตระดับปริญญาตรี
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรฯ ปีการศึกษา 2545

คำชี้แจง 1. แบบสอบถามนี้สร้างขึ้นเพื่อศึกษาปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกาย
ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรฯ

2. แบบสอบถามนี้ แบ่งออกเป็น 4 ตอน

ตอนที่ 1 สถานภาพส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 การออกกำลังกายในด้านต่าง ๆ

ตอนที่ 3 ปัญหาและความต้องการเกี่ยวกับการรับบริการในการออกกำลังกายด้าน

ต่าง ๆ

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ

3. โปรดตอบแบบสอบถามตามคำชี้แจง ให้ครบทุกข้อตามความเป็นจริง

ขอขอบคุณที่กรุณาให้ความร่วมมือ

นายวัลลภ รุจิรากร

ผู้วิจัย

ตอนที่ 1 สถานภาพส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

- คำชี้แจง
1. โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง () หน้าข้อความที่เป็นจริง
 2. โปรดเติมข้อความลงในช่องว่าง

1. เพศ

- () ชาย () หญิง

2. ปัจจุบันท่านศึกษาอยู่ในระดับ

- () ชั้นปีที่ 1 () ชั้นปีที่ 2
 () ชั้นปีที่ 3 () ชั้นปีที่ 4
 () ชั้นปีที่ 5

3. ปัจจุบันท่านศึกษาอยู่ในคณะ

- () เกษตรศาสตร์ () สหเวชศาสตร์
 () วิศวกรรมศาสตร์ () พยาบาลศาสตร์
 () สังคมศาสตร์ () ศึกษาศาสตร์
 () พลศึกษา

ตอนที่ 2 การออกกำลังกายแบ่งเป็น 2 ส่วน

ก. สภาพการออกกำลังกาย

ข. ปัญหาส่วนตัวในการออกกำลังกาย

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง () หน้าข้อความที่ท่านเลือกตอบ หรือเติมข้อความที่ท่านต้องการตอบลงในช่องว่างที่กำหนดให้

ก. สภาพการออกกำลังกาย

1. ท่านได้รับความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายจากที่ใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|------------------|--------------------------------|
| () โทรทัศน์ | () วิทยุ |
| () หนังสือพิมพ์ | () วารสาร นิตยสาร สิ่งตีพิมพ์ |
| () อินเทอร์เน็ต | () บุคลากรผู้สอน |
| () เพื่อน | () อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... |

2. ท่านออกกำลังกายในวันใด

- | | |
|---|-------------------|
| () วันที่มีการเรียนการสอน | () วันหยุดราชการ |
| () วันที่มีการเรียนการสอน และวันหยุดราชการ | |

3. ท่านออกกำลังกายโดยเฉลี่ยสัปดาห์ละกี่วัน

- | | |
|-------------|-------------|
| () 1-2 วัน | () 3-4 วัน |
| () 5-6 วัน | () ทุกวัน |

4. เวลาที่ท่านใช้ในการออกกำลังกายในแต่ละครั้งประมาณเท่าใด

- | | |
|----------------|-----------------------|
| () 15-30 นาที | () 30-45 นาที |
| () 45-60 นาที | () มากกว่า 1 ชั่วโมง |

5. ช่วงเวลาใดที่ท่านออกกำลังกาย

- | | |
|----------------------|----------------------|
| () 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. | () 18.00 – 19.00 น. |
| () 19.00 – 20.00 น. | () 20.00 – 21.00 น. |

6. สถานที่ใดในมหาวิทยาลัยที่ท่านชอบใช้ออกกำลังกายเป็นประจำ

- | | |
|---------------------|---------------------------|
| () โรงฝึกพลศึกษา 3 | () สนามฟุตบอล |
| () สนามเทนนิส | () สนามบาสเกตบอลกลางแจ้ง |
| () ลานอเนกประสงค์ | |

7. นอกจากการออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัย ท่านใช้สถานที่ใดในการออกกำลังกาย

- | | |
|---|---|
| ☐ บ้าน | ☐ สนามกีฬาในหมู่บ้าน |
| ☐ สวนสาธารณะ | ☐ สโมสรเอกชน |
| ☐ สนามกีฬาของทางรัฐบาล | ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... |

8. เมื่อท่านออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย ท่านออกกำลังกายประเภทใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---------------------------------------|---|
| ☐ เทเบิลเทนนิส | ☐ วิ่งเหาะ |
| ☐ แบดมินตัน | ☐ บาสเกตบอล |
| ☐ แอโรบิกแดนซ์ | ☐ ฟุตบอล |
| ☐ วอลเลย์บอล | ☐ ตะกร้อ |
| ☐ เปดอง | ☐ เทนนิส |
| ☐ ขี่จักรยาน | ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... |

9. ท่านชอบออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัยเพราะเหตุใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|--|---|
| ☐ มีเพื่อนร่วมกิจกรรม | ☐ มีความปลอดภัย |
| ☐ ประหยัดเงิน | ☐ บรรยากาศดี |
| ☐ สถานที่เหมาะสม | ☐ มีอุปกรณ์ให้ยืม |
| ☐ มีบุคลากรคอยแนะนำ | ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... |

10. เหตุผลที่ท่านออกกำลังกาย (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|---|
| ☐ เพื่อให้มีสุขภาพดี | ☐ เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียด |
| ☐ เพื่อการเข้าสังคม | ☐ เพื่อลดน้ำหนักของร่างกาย |
| ☐ เพื่อการแข่งขัน | ☐ เพื่อความสนุกสนาน |
| ☐ เพื่อให้มีบุคลิกภาพดี | ☐ เพื่อได้รับความรู้ใหม่ ๆ |
| ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... | |

ข. ปัญหาส่วนตัวในการออกกำลังกาย

1. ท่านมีปัญหาส่วนตัวในการออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัย (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|--|---|
| ☐ ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม | ☐ ไม่ทราบวิธีการออกกำลังกาย |
| ☐ เวลาว่างไม่เพียงพอ | ☐ ขาดทุนทรัพย์ที่ใช้จ่ายในการออกกำลังกาย |
| ☐ ไม่มีเสื้อผ้าที่เหมาะสม | ☐ ไม่มีผู้ให้คำแนะนำฝึกสอน |
| ☐ มีภารกิจด้านการเรียน | ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... |

2. ท่านมีปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย ที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบอย่างไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|--|
| ☐ เวลาว่างไม่เพียงพอ | ☐ กิจกรรมไม่น่าสนใจ |
| ☐ ไม่ทราบข่าวสารรายละเอียดของกิจกรรม | |
| ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... | |

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัญหาและความต้องการในการรับบริการ การออกกำลัง-
กาย

คำชี้แจง คำถามในส่วนนี้จะถามใน 2 ลักษณะคือ
ปัญหา หมายถึง ภาวะหรือระดับปัญหาที่ท่านประสบ
ความต้องการ หมายถึง ความประสงค์หรือความต้องการในการออกกำลังกาย
ของท่าน หรือ ความต้องการที่จะได้สิ่งที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย

ผู้วิจัยกำหนดปัญหาที่เป็นจริง และความต้องการ 2 ด้าน ดังนี้

1. ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก
2. ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

การตอบแบบสอบถาม

1. ขอให้ท่านพิจารณาระดับปัญหาที่ท่านประสบ แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่าง
ทางด้านซ้ายมือของท่าน
2. ขอให้ท่านพิจารณาระดับความต้องการของท่าน แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่าง
ทางด้านขวามือของท่าน

ระดับปัญหา	ระดับความต้องการ
ช่องเลข 5 หมายถึง สภาพที่พบเป็นปัญหามากที่สุด	ช่องเลข 5 หมายถึง ต้องการมากที่สุด
ช่องเลข 4 หมายถึง สภาพที่พบเป็นปัญหามาก	ช่องเลข 4 หมายถึง ต้องการมาก
ช่องเลข 3 หมายถึง สภาพที่พบเป็นปัญหามาก	ช่องเลข 3 หมายถึง ต้องการปานกลาง
ช่องเลข 2 หมายถึง สภาพที่พบเป็นปัญหาน้อย	ช่องเลข 2 หมายถึง ต้องการน้อย
ช่องเลข 1 หมายถึง สภาพที่พบเป็นปัญหาน้อยที่สุด	ช่องเลข 1 หมายถึง ต้องการน้อยที่สุด

ตัวอย่าง

ระดับปัญหา					รายการ	ระดับความ ต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
	/				0. แสงสว่างของสถานที่ออกกำลังกายภายในโรงฝึกพลศึกษา	/				

คำอธิบาย จากตัวอย่างแสดงว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับปัญหาอย่างมาก
และมีความต้องการมากที่สุด ในเรื่องแสงสว่างของสถานที่ออกกำลังกายในโรงฝึกพลศึกษา

1. ปัญหาและความต้องการการบริการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

ระดับปัญหา					รายการ	ระดับความต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
					1. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายในร่ม					
					2. ความเพียงพอของสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง					
					3. การแบ่งเวลาในการใช้สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน					
					4. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางการใช้สถานที่ ปิดประกาศไว้อย่างชัดเจน					
					5. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว					
					6. สถานที่ออกกำลังกาย มีความเพียงพอและเหมาะสมของสถานที่พักผ่อน					
					7. การใช้สถานที่ของบุคคลภายนอกในการออกกำลังกาย					
					8. มีน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการในสถานที่ออกกำลังกาย					
					9. สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องสุขา ชาย-หญิง					
					10. ความปลอดภัยของห้องแต่งกายและห้องสุขา					
					11. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายในร่ม					
					12. ความปลอดภัยในการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อม เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง					
					13. มาตรฐานของอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย					

2. ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

ระดับปัญหา					รายการ	ระดับความต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
					1. มีบุคลากรที่ดีคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย					
					2. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญเฉพาะด้าน					
					3. มีบุคลากรที่ดีให้ความรู้ในด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ					
					4. มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย					
					5. มีบุคลากรที่ดีให้บริการในการออกกำลังกาย					
					6. มีบุคลากรเพียงพอในการรับฝากของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย					
					7. มีบุคลากรเพียงพอที่จะดูแลความปลอดภัยบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย					
					8. มีเจ้าหน้าที่เพียงพอในการเบิก – จ่ายอุปกรณ์					
					9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลเพียงพอประจำสถานที่ออกกำลังกาย					
					10. มีบุคลากรเพียงพอในการทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้ด้านการออกกำลังกาย					

ตอนที่ 4 **ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ – สกุล	นายวัลลภ รุจิรากร
วันเดือนปีเกิด	21 เดือนสิงหาคม พุทธศักราช 2519
สถานที่เกิด	โรงพยาบาลราชวิถี เขตพญาไท กรุงเทพมหานคร
ที่อยู่ปัจจุบัน	54 ซ.จรัญสนิทวงศ์ 65 แขวงบางบำหรุ เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร

ประวัติการทำงาน

พ.ศ. 2544	ผู้ช่วยดำเนินงานสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร (นายพงษ์ศักดิ์ รักตพงศ์ไพศาล) เลขานุการคณะกรรมการประสานงานสภาผู้แทนราษฎร
-----------	---

ตำแหน่งหน้าที่ปัจจุบัน

พ.ศ. 2546	เลขานุการ สมาชิกสภาผู้แทนราษฎร (นายบุญจง วงศ์ไตรรัตน์) เลขานุการรัฐมนตรีว่าการกระทรวงพลังงาน
-----------	--

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2531	ชั้นประถมศึกษาจากโรงเรียนเซนต์คาเบรียล เขตสามเสน กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2534	ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจากโรงเรียนเซนต์คาเบรียล เขตสามเสน กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2537	ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจากโรงเรียนทิวไผ่งาม เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2541	วิทยาศาสตร์บัณฑิต (วท.บ. พลศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2546	การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม. พลศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร