

การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี
สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

ปริญญานิพนธ์
ของ
คำรณ มาลาคำ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
ธันวาคม 2546
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี
สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ

ของ

คำรณ มาลาคำ

24 2547

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ

ธันวาคม 2546

คำธณ มาลาคำ. (2546). การใช้เวลาวางของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสห
วิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. ปรินูญณานิพนธ์ วท.ม.
(การจัดการนันทนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
คณะกรรมการควบคุม : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อารมณั นาวกาญจน์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์
เรือโท ดร.ไพบูลย์ อ่อนมั่ง.

การศึกษาครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการใช้เวลาวางของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร
เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ 4 ด้านคือ ด้านการออกกำลังกายและเล่น
กีฬา ด้านงานอดิเรก ด้านการท่องเที่ยว และด้านวรรณกรรม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้
เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 600 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified
Random Sampling) ด้วยการแบ่งตามเพศ ระดับชั้น และประเภทห้องเรียน เครื่องมือที่ใช้ในการ
เก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติพื้นฐาน ได้แก่
ความถี่ ร้อยละ มัธยฐาน และฐานนิยม

ผลการวิจัยพบว่า

1. การใช้เวลาวางของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี
สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาวางด้านงานอดิเรก ชมรายการโทรทัศน์ มากที่สุด
ในวันจันทร์-ศุกร์ ระหว่างเวลา 16.30-22.05 น. วันเสาร์-อาทิตย์ ระหว่างเวลา 09.00-21.30 น.
รองลงมาคือ การใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยว เป็นการเดินชมและซื้อของที่ห้างสรรพสินค้า ในวัน
จันทร์-ศุกร์ ระหว่างเวลา 13.40-19.15 น. วันเสาร์-อาทิตย์ ระหว่างเวลา 11.00-19.00 น. การใช้เวลา
ว่างด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬา เล่นฟุตบอล แบดมินตัน วอลเลย์บอล บาสเกตบอล ในวัน
จันทร์-ศุกร์ ระหว่างเวลา 15.00-18.50 น. วันเสาร์-อาทิตย์ ระหว่างเวลา 15.00-18.05 น. และการใช้
เวลาวางด้านวรรณกรรม พุดคุยกับเพื่อนและญาติ ที่บ้านและโรงเรียน ในวันจันทร์-ศุกร์ ระหว่าง
เวลา 07.00-21.05 น. วันเสาร์-อาทิตย์ ระหว่างเวลา 06.45-21.05 น.

2. นักเรียนชาย-เรียนหญิง ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ห้องเก่งกับห้องอ่อน ใช้เวลาวาง
ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา คล้ายกัน คือ นักเรียนชาย เล่น
ฟุตบอล นักเรียนหญิง เล่นแบดมินตัน ส่วนด้านงานอดิเรก ด้านการท่องเที่ยว และด้าน
วรรณกรรม โดยรวมแล้วประกอบกิจกรรมนันทนาการ เหมือนกัน

LEISURE USE OF LOWER SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN VIBHAVADEE
SCHOOL CLUSTER UNDER THE JURISDICTION OF GENERAL EDUCATION
DEPARTMENT BANGKOK METROPOLITAN

AN ABSTRACT
BY
KUMRON MALAKUM

Presented in partial fulfillment of the requirements for the
Master of Science degree in Recreation Management
at Srinakarinwirot University
December 2003

Kumron Malakum. (2003). *Leisure Use of Lower Secondary School Students in Vibhavadee School Cluster Under the Jurisdiction of General Education Department, Bangkok Metropolitan*. Master thesis, M.Sc. (Recreation Management). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University.
Advisor Committee : Assist. Prof. Dr. Arom Nawagarn, Assist Prof. Dr. Paiboon Onmung.

The purpose of this study was to investigate and compare leisure use of lower secondary school students in Vibhavadee School Cluster under the jurisdiction of General Education Department, Bangkok Metropolitan, concerning leisure use on 4 recreational performances, namely, exercise and sports, hobby, travel, and literature. The subjects comprised 600 lower secondary school students through stratified random sampling according to gender, class level, and classroom type. Questionnaire was administered and then data were analyzed by frequency, percentage, median and mean.

The results revealed that :

1. Leisure use of lower secondary school students in Vibhavadee School Cluster under the jurisdiction of General Education Department, Bangkok Metropolitan included hobby by attaining television program during 4.30 – 10.05 p.m. on Monday - Friday and 9.00 a.m. – 9.30 p.m. on Saturday – Sunday, travel by shopping at department store during 1.40 – 7.15 p.m. on Monday - Friday and 11.00 a.m. – 7.00 p.m., exercise and sports by playing football, badminton, volleyball, and basketball during 3.00 – 6.50 p.m. on Monday - Friday and 3.00 – 6.05 p.m. on Saturday – Sunday, literature by chatting with friends and relatives at home and school during 7.00 a.m. – 9.05 p.m. on Monday - Friday and 6.45 a.m. – 9.05 p.m. on Saturday – Sunday, respectively.

2. There was no difference among performance of leisure use of lower secondary school students with good and poor classroom on exercise and sports. Male students played football and female students played badminton, There was no difference on hobby, travel and literature.

ปริญญานิพนธ์

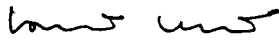
เรื่อง

การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี
สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

ของ

นายคำรณ มาลาคำ

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร.นภาพรณ์ หะวานนท์)

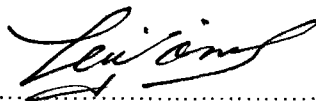
วันที่ ๒๑ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๔๖

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์



ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อารมณ์ นาวากาญจน์)



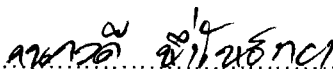
กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร.ไพบูลย์ อ่อนมั่ง)



กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์แผน เจียรนัย)



กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์กนกวดี พึ่งโพธิ์ทอง)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ ด้วยความอนุเคราะห์และแนะนำเป็นอย่างดีจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อารมณีนาวากาญจน์ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์เรือโท ดร. ไพบุลย์ อ่อนมั่ง กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ รวมทั้งผู้ช่วยศาสตราจารย์แผน เจริญระโน และผู้ช่วยศาสตราจารย์กนกทวี พึ่งโพธิ์ทอง ซึ่งเป็นกรรมการสอบปริญญานิพนธ์ ที่กรุณาได้ให้ความช่วยเหลือ ให้คำปรึกษา และข้อเสนอแนะ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ในการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ด้วยดีมาโดยตลอด ด้วยความเมตตาเป็นอย่างดียิ่ง ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณา จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. กำโชค เพือกสุวรรณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์เอนก หงษ์ทองคำ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุนันท์ ศลโกสุม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิคม จารุมณี ผู้อำนวยการกองสารวัตรนักเรียน และ ดร. คงศักดิ์ เจริญรักษ์ ผู้อำนวยการกองยุวกาชาด ที่ได้กรุณาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือ และให้คำแนะนำในการสร้างเครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณผู้บริหารสถานศึกษา ครูอาจารย์ ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ประกอบด้วยโรงเรียนดอนเมืองทหารอากาศบำรุง โรงเรียนดอนเมืองจาตุรจินดา โรงเรียนสีกัน(วัฒนานันท์อุปถัมภ์) โรงเรียนฤทธิยะวรรณาลัย และโรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบางเขน ที่ให้ความอนุเคราะห์และอำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูล ตลอดจนนักเรียนให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี

คุณค่าและประโยชน์ที่พึงมีจากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอบเป็นเครื่องบูชา น้อมระลึกถึงพระคุณของคุณพ่อสิมมา และนางดี มาลา คำ บิคา มารดา ครูอาจารย์ ที่ได้อบรมสั่งสอนมาตลอดทั้ง เพื่อน พี่ น้อง ทุกคนที่ให้การสนับสนุนมาโดยตลอด และผู้ที่คอยให้กำลังใจผู้วิจัยตลอดมา คือ อาจารย์ลดาวัลย์ และเด็กชายราชพฤกษ์ มาลา คำ ผู้จุดประกายแห่งความรักด้านการศึกษามา ทำให้ผู้วิจัยมีความมานะ พยายาม อดทน จนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงด้วยดี

คำรณ มาลา คำ

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ	1
	ภูมิหลัง	1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	4
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	4
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	4
	ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	4
	ตัวแปรที่ศึกษา	5
	นิยามศัพท์เฉพาะ	5
	กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	8
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า	9
	ความหมายของเวลาว่าง.....	9
	ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง.....	11
	ประเภทของเวลาและการใช้เวลาว่างทางนันทนาการ.....	16
	กิจกรรมนันทนาการ	27
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า.....	30
	งานวิจัยในต่างประเทศ	30
	งานวิจัยในประเทศ	33
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	40
	การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	40
	การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	42
	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	43
	การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	43

สารบัญ(ต่อ)

บทที่		หน้า
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	45
	การวิเคราะห์ข้อมูล	45
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	45
5	สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ	137
	สังเขปความมุ่งหมาย และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	137
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	137
	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	137
	สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	139
	อภิปรายผล	141
	ข้อเสนอแนะ.....	148
	บรรณานุกรม.....	151
	ภาคผนวก	157
	ภาคผนวก ก	158
	ภาคผนวก ข	169
	ประวัติย่อผู้วิจัย.....	176

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามโรงเรียน ระดับชั้น เพศ	41
2	แสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่าง.....	46
3	แสดงการใช้เวลาวางด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเก่ง เพศชาย	47
4	แสดงการใช้เวลาวางด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเก่ง เพศหญิง.....	49
5	แสดงการใช้เวลาวางด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องอ่อน เพศชาย	51
6	แสดงการใช้เวลาวางด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องอ่อน เพศหญิง	53
7	แสดงการใช้เวลาวางด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องเก่ง เพศชาย	55
8	แสดงการใช้เวลาวางด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องเก่ง เพศหญิง.....	57
9	แสดงการใช้เวลาวางด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องอ่อน เพศชาย	59
10	แสดงการใช้เวลาวางด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องอ่อน เพศหญิง	61
11	แสดงการใช้เวลาวางด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศชาย	63
12	แสดงการใช้เวลาวางด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศหญิง.....	65
13	แสดงการใช้เวลาวางด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศชาย	67
14	แสดงการใช้เวลาวางด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศหญิง	69

บัญชีตาราง(ต่อ)

ตาราง		หน้า
15	แสดงการใช้เวลาวางด้านงานอดิเรกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเก่ง เพศชาย.....	71
16	แสดงการใช้เวลาวางด้านงานอดิเรกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเก่ง เพศหญิง.....	72
17	แสดงการใช้เวลาวางด้านงานอดิเรกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องอ่อน เพศชาย.....	73
18	แสดงการใช้เวลาวางด้านงานอดิเรกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องอ่อน เพศหญิง.....	74
19	แสดงการใช้เวลาวางด้านงานอดิเรกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องเก่ง เพศชาย.....	75
20	แสดงการใช้เวลาวางด้านงานอดิเรกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องเก่ง เพศหญิง.....	76
21	แสดงการใช้เวลาวางด้านงานอดิเรกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องอ่อน เพศชาย.....	77
22	แสดงการใช้เวลาวางด้านงานอดิเรกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องอ่อน เพศหญิง.....	78
23	แสดงการใช้เวลาวางด้านงานอดิเรกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศชาย.....	79
24	แสดงการใช้เวลาวางด้านงานอดิเรกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศหญิง.....	80
25	แสดงการใช้เวลาวางด้านงานอดิเรกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศชาย.....	81
26	แสดงการใช้เวลาวางด้านงานอดิเรกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศหญิง.....	82
27	แสดงการใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเก่ง เพศชาย.....	83

บัญชีตาราง(ต่อ)

ตาราง		หน้า
28	แสดงการใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเก่ง เพศหญิง.....	85
29	แสดงการใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องอ่อน เพศชาย.....	87
30	แสดงการใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องอ่อน เพศหญิง.....	89
31	แสดงการใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องเก่ง เพศชาย.....	91
32	แสดงการใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องเก่ง เพศหญิง.....	93
33	แสดงการใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องอ่อน เพศชาย.....	95
34	แสดงการใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องอ่อน เพศหญิง.....	97
35	แสดงการใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศชาย.....	98
36	แสดงการใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศหญิง.....	100
37	แสดงการใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศชาย.....	101
38	แสดงการใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศหญิง.....	103
39	แสดงการใช้เวลาวางด้านวรรณกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเก่ง เพศชาย.....	105
40	แสดงการใช้เวลาวางด้านวรรณกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเก่ง เพศหญิง.....	107

บัญชีตาราง(ต่อ)

ตาราง	หน้า
41 แสดงการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องอ่อน เพศชาย	109
42 แสดงการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องอ่อน เพศหญิง.....	111
43 แสดงการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องเก่ง เพศชาย.....	113
44 แสดงการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องเก่ง เพศหญิง.....	115
45 แสดงการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องอ่อน เพศชาย	117
46 แสดงการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องอ่อน เพศหญิง.....	119
47 แสดงการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศชาย.....	121
48 แสดงการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศหญิง.....	123
49 แสดงการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศชาย	125
50 แสดงการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศหญิง.....	127
51 แสดงการเปรียบเทียบการใช้เวลาด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น	129
52 แสดงการเปรียบเทียบการใช้เวลาด้านงานอดิเรก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น	131
53 แสดงการเปรียบเทียบการใช้เวลาด้านการท่องเที่ยว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น	133

บัญชีตาราง(ต่อ)

ตาราง	หน้า
54 แสดงการเปรียบเทียบการใช้เวลาด้านวรรณกรรม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น	135

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า	8

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ปัจจุบันได้มีการกล่าวถึงความสำคัญของทรัพยากรมนุษย์ เพื่อพัฒนาประเทศชาติ ซึ่งหมายความว่า ประเทศชาติจะเจริญรุ่งเรืองได้ก็โดยอาศัยประชากรที่มีคุณภาพ ดังนั้นในเรื่องของการวางแผนทรัพยากรมนุษย์ เยาวชนจึงถือได้ว่าเป็นทรัพยากรที่มีความสำคัญ เพราะว่าเยาวชนจะเจริญเติบโตขึ้นเป็นประชากรผู้รับภาระของประเทศชาติต่อไปในอนาคต แต่การที่เยาวชนเหล่านั้นจะเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพของประเทศชาติได้จะต้องได้รับการปลูกฝังและสั่งสมประสบการณ์ที่มีคุณค่าอย่างถูกต้องเหมาะสมกับวัยและวุฒิภาวะ การพัฒนาศักยภาพของเยาวชน ตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 – 2544) มุ่งเน้นให้คนเป็นคนดี มีคุณธรรม มีสุขภาพ พลานามัยที่ดี ได้รับการพัฒนาศักยภาพอย่างเต็มที่ ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา สามารถปรับตัวให้สามารถอยู่ได้ในสังคมที่เน้นระบบการแข่งขันทางด้านเศรษฐกิจ (สำนักงานกฤษฎีกา, 2539 : 10-15)

สังคมไทยในปัจจุบันมีวิถีชีวิตเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ตามยุคสมัยของข้อมูลข่าวสารและโลกาภิวัตน์ ทุกคนต้องขวนขวายรีบเร่งและเป็นสังคมผู้บริโภคมุ่งเน้นการหารายได้หรือวัตถุธรรมเพื่อสร้างความเป็นอยู่ที่ดีกว่า อย่างไรก็ตาม คนไทยได้รับผลกระทบอย่างรุนแรงเมื่อเกิดภาวะวิกฤตเศรษฐกิจ ตั้งแต่กลางปี พ.ศ. 2540 ส่งผลกระทบทำให้สังคมปั่นป่วน สร้างปัญหาด้านจิตใจและสุขภาพจิต เกิดความเครียดทางสังคมที่ส่งผลทางด้านเศรษฐกิจ เมื่อเศรษฐกิจการสร้างงานลดลงทำให้เกิดภาวะการว่างงานมาก เกิดเวลาว่างมากขึ้นพร้อมกับความเครียดของบุคคลเพิ่มเป็นทวีคูณ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2544 : 15)

จากปัญหาสภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ ที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ส่งผลให้ประชาชนตกงาน ทำให้ว่างงานและมีเวลาว่างมากขึ้นพร้อมกับเกิดความเครียดเพิ่มเป็นทวีคูณ สำหรับด้านความมั่นคงของสถาบันทางครอบครัวนั้น การเปลี่ยนแปลงสภาพทางสังคมส่งผลให้ครอบครัวของคนไทยซึ่งแต่เดิมเป็นครอบครัวขยายที่มีคนหลายรุ่นอยู่ร่วมกัน กลายเป็นลักษณะครอบครัวเดี่ยวที่มีแต่เพียง พ่อ แม่ ลูก เท่านั้นมีมากขึ้น และด้วยการดำรงชีวิตอยู่ในกรอบสังคมเมืองแบบทุนนิยม ทำให้ครอบครัวที่มีหน้าที่ดูแล ควบคุม แนะนำ ให้ความรักความเข้าใจซึ่งกันและกัน อันเป็นสายใยเชื่อมโยงชีวิตในครอบครัวให้เจริญก้าวหน้าปลอดภัย และมีคุณธรรม ไม่สามารถทำหน้าที่ได้เหมือนเดิม ความสัมพันธ์และความผูกพันระหว่างบุคคลในครอบครัว

ลดน้อยลงหน้าที่ในการเลี้ยงดูอบรมบุตรหลานซึ่งเคยเป็นหน้าที่ของบิดามารดา ได้กลายเป็นหน้าที่ของสถานรับเลี้ยงเด็กโรงเรียน และสื่อมวลชนอย่างไม่มีทางเลี่ยงได้ ความอบอุ่นที่ควรเกิดขึ้นในครอบครัวก็ค่อย ๆ จางหายไป โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กวัยเรียนซึ่งมีทั้ง “ เด็กเล็ก ” และเด็กวัยรุ่นเป็นกลุ่มที่บิดามารดาจะต้องให้ความสนใจและเอาใจใส่เป็นพิเศษ กลับได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว เป็นการเปิดโอกาสให้กลุ่มเด็กในวัยเรียนนี้มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมกับสภาพและวัยโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ เช่นหนีการเรียน เทียบตรงตามสถานบริการ ห้างสรรพสินค้า สถานเริงรมย์ ก่อการทะเลาะวิวาท จับกลุ่มมั่วสุม เสพของมีนเมา และประพฤติดนทำนองผู้สาว (มยุรีทองสงฆ์ และนิรมล เปลี่ยนจรรยา.2533 : 1-2)

การจัดการศึกษา ถือเป็นกลไกในการพัฒนามนุษย์ที่ก่อให้เกิดประโยชน์สุขอันยั่งยืนของมนุษย์เอง และเอื้อต่อการพัฒนาประเทศ จำเป็นที่จะต้องพัฒนามนุษย์ให้ไปในลักษณะที่พึงปรารถนาของสังคม (กระทรวงศึกษาธิการ. 2539 : 13) กิจกรรมของเยาวชนประกอบด้วยการศึกษาเป็นส่วนใหญ่ นอกจากการศึกษาเล่าเรียนในชั้นเรียนแล้ว ยังมีเวลาว่างที่เหลืออีกจำนวนหนึ่งอาจเป็นเวลาอิสระ และว่างมาก เช่นตอนเช้า ก่อนเข้าเรียน พักกลางวัน หลังเลิกเรียน และในวันหยุดต่าง ๆ เวลาว่างในแต่ละช่วงที่กล่าวมาเป็นเวลาที่มีความสำคัญต่อการประกอบกิจกรรม ที่ช่วยส่งเสริมความเป็นพลเมืองดีของนักเรียนให้มากขึ้น การใช้เวลาว่างจึงเป็นเรื่องสำคัญที่จะละเลยมิได้

โกเมศ จันทร์เกษ (2522 : บทคัดย่อ) จากการศึกษา การใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่านักเรียนสองผลัดใช้เวลาว่างทำกิจกรรมแต่ละระดับทุกกิจกรรมไม่เท่ากัน กิจกรรมส่วนใหญ่ช่วยทำงานบ้าน โดยซักผ้าทำความสะอาดบ้านทบทวนบทเรียน ฟังวิทยุ อ่านหนังสือพิมพ์ วารสารหรือหนังสืออ่านเล่น ดูโทรทัศน์และร้องเพลง ใช้เวลาว่างขณะที่อยู่โรงเรียนด้านการเรียนโดยการทำการบ้านหรืองานที่อาจารย์มอบหมาย และเข้าห้องสมุดโดยไม่เคยได้เล่นกีฬาเกือบทุกประเภท ส่วนในระหว่างไปและกลับจากโรงเรียนนักเรียนสองผลัดส่วนใหญ่ไม่แะะทำกิจกรรมใด ๆ ระหว่างทางนักเรียนสองผลัดในส่วนกลางกับส่วนภูมิภาค ชายกับหญิง และนักเรียนที่เรียนต่างผลัดกัน มีน้ำหนัการทำกิจกรรมบางอย่างในเวลาแตกต่างกัน

นอกจากนี้ วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2523 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่ากิจกรรมที่นักเรียนสนใจและทำมากที่สุดในเวลาว่างคือ กิจกรรมบันเทิง ร้องลงมา คือ กิจกรรมกีฬาและกิจกรรมการอ่านหนังสือ นักเรียนใช้เวลาว่างส่วนมากที่โรงเรียน โดยเข้าร่วมกิจกรรมทัศนศึกษาและกีฬา ซึ่งเป็นกิจกรรมที่โรงเรียนจัดให้ กิจกรรมที่นักเรียนทำมากที่สุดหลังเลิกโรงเรียนคือ การพูดคุยกับเพื่อน ประเภทของกิจกรรมกีฬาที่นักเรียนชอบมากคือ วายน้ำ จักรยาน แบดมินตัน เกม ต่อสู้ป้องกันตัว ฟุตบอล และวอลเลย์บอล

กระทรวงศึกษาธิการ ได้มองเห็นความสำคัญของการใช้เวลาว่าง โดยมุ่งเน้นการจัดให้สถานศึกษาจัดกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้กับนักเรียน เพื่อการป้องกันสารเสพติดไว้ ตามนโยบายกระทรวงศึกษาธิการตามแผนป้องกันสารเสพติดของกระทรวงศึกษาธิการ (พ.ศ.2540 – 2544) “สนับสนุนให้สถานศึกษาทุกสังกัดจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาตลอดจนกิจกรรมทางเลือกต่าง ๆ เน้นการให้เด็กและเยาวชนรู้จักใช้เวลาว่างไปในทางสร้างสรรค์ และเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพอนามัย เพื่อเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์ และความสามัคคีในหมู่คณะ ” (กระทรวงศึกษาธิการ.2539 : 9 – 22) ดังนั้น โรงเรียนต้องปฏิบัติตามนโยบายของรัฐ โดยจัดโปรแกรมเสริมหลักสูตรให้กับนักเรียน ส่วนใหญ่จะจัดกิจกรรมนันทนาการ เกี่ยวกับการเล่น กีฬา เกม และร้องเพลง ซึ่งนับเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการส่งเสริมให้เกิดนิสัยอันดีงามของนักเรียน ในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ในโอกาสอื่น ๆ ด้วย

จากการสำรวจของผู้วิจัย พบว่านักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาที่พักอาศัยอยู่ในแหล่งบันเทิง เช่นห้างสรรพสินค้า โรงภาพยนตร์ สวนสาธารณะ ตู้เกม คาราโอเกะ ตลอดจนอยู่ในแหล่งที่มีการแพร่ระบาดของยาเสพติด ซึ่งสถานที่ดังกล่าวอาจเป็นมูลเหตุจูงใจให้นักเรียน ไปใช้เวลาว่างหลังจากเสร็จภารกิจจากการเรียนแล้วไปประพฤติตนไม่เหมาะสมแก่สภาพและวัย เช่น หลบหนีการเรียน เที่ยวเตร่ตามศูนย์การค้า ห้างสรรพสินค้า สวนสาธารณะ จับกลุ่มมั่วสุม ก่อความเดือดร้อนรำคาญ การพนัน เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด ก่อเหตุทะเลาะวิวาท หมกมุ่นในสื่อลามกอนาจาร การประพฤติตนไปในทำนองชั่วสาว พฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศ และการถูกล่วงละเมิดทางเพศ พฤติกรรมเหล่านี้จะส่งผลกระทบต่อนักเรียนโดยตรง และผู้อื่นรอบข้าง เช่น พ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูอาจารย์ตลอดทั้งสถานศึกษา รวมไปถึงอนาคตของชาติ หากเยาวชนในชาติไม่มีคุณภาพ ดังนั้น การจัดการด้านการใช้เวลาว่าง การส่งเสริมโปรแกรมกิจกรรมในทางที่พึงประสงค์ต่อสังคม เป็นสิ่งจำเป็นที่รัฐบาลต้องจัดตั้งหน่วยงานที่เกี่ยวของตลอดจนภาคเอกชนที่ต้องการจัดบริการกิจกรรมนันทนาการ เพื่อลดความเครียดทางสังคมและส่งเสริมสุขภาพกายและจิตให้ดีขึ้น

เสริมกำลังใจและสร้างความสมดุลของชีวิต (สมบัติ กาญจนกิจ. 2544 : 15)

จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี กรุงเทพมหานคร เพื่อทราบการใช้เวลาว่างทางนันทนาการของนักเรียนอันจะเป็นข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อ ผู้บริหาร อาจารย์ผู้สอน ฝ่ายกิจกรรม ฝ่ายปกครอง ฝ่ายแนะแนว และผู้ปกครอง และใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนการบริหารจัดการโครงการนันทนาการยามว่างให้เหมาะสม ต่อไป

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ คือ

1. เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรคือ เพศ ระดับชั้น และประเภทห้องเรียน

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลจากการศึกษาครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงการใช้เวลาว่างของนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร เพื่อนำข้อมูลที่ได้ใช้เป็นแนวทางประกอบการพิจารณาการจัดกิจกรรม การใช้เวลาว่างของนักเรียนให้เหมาะสมและเป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม และเป็นแนวทางสำหรับการวิจัยที่เกี่ยวข้องต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยมีขอบเขตการศึกษาค้นคว้าดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ศึกษาในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 จำนวน 8,856 คน

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 จำนวน 600 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยเปิดตารางของ เครซี่ และ มอร์แกน (Krejcie and Morgan.1970 : 607 – 610) ที่ 9,000 คน ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 368 คน เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์ และมีผลใช้ในการเปรียบเทียบค่าทางสถิติ ของนักเรียนห้องเก่ง กับห้องอ่อน ผู้วิจัยจึงเลือกใช้กลุ่มตัวอย่างเพิ่ม เป็นจำนวน 600 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่
 - 1.1 เพศ
 - 1.2 ระดับชั้น
 - 1.3 ประเภทห้องเรียน
2. ตัวแปรตาม ได้แก่การใช้เวลาว่าง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. เวลาว่าง

หมายถึง เวลาที่เป็นอิสระนอกเหนือจากทำงานประจำหรือกิจวัตรประจำวันซึ่งบุคคลจะใช้เวลานั้นประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ให้เกิดความสุขสนุกสนาน เพลิดเพลิน ตามความพอใจของตนเอง

2. การใช้เวลาว่าง

หมายถึง การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมความต้องการของมนุษย์ ให้คุณค่าทางจิตใจผ่อนคลายความตึงเครียด เกิดความพึงพอใจ

3. กิจกรรมนันทนาการ

หมายถึง กิจกรรมที่จัดขึ้นในรูปแบบต่าง ๆ ที่หลากหลาย บุคคลหรือชุมชนใช้เวลาว่างจากภารกิจงานประจำเข้าร่วมตามความสนใจของตนเอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อความสนุกสนาน เพลิดเพลิน จนรู้สึกมีความสุขกลับคืนมาสู่ภาวะปกติ ก่อให้เกิดการส่งเสริม และพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา สามารถไปประกอบการทำงานได้ดีขึ้น สามารถแบ่งความสำคัญของกิจกรรมนันทนาการได้ 4 ด้าน ดังนี้

3.1 ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา

หมายถึง กิจกรรมที่ต้องใช้ความสัมพันธ์กันระหว่างทักษะการเคลื่อนไหว สติปัญญา และพลกำลังของร่างกาย ในการประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา มีทั้ง กีฬากลางแจ้งและกีฬาในร่ม ประเภทบุคคลและเป็นทีม รวมทั้งใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ ได้แก่ ฟุตบอล บาสเกตบอล วอลเลย์บอล เทนนิส เทเบิลเทนนิส แบดมินตัน วาโยน้ำ ตะกร้อ มวยและ แอโรบิกแดนซ์

3.2 ด้านงานอดิเรก

หมายถึง กิจกรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตในช่วงเวลาอิสระ เช่น ชมชมรายการโทรทัศน์ ฟังรายการวิทยุ สนทนากับเพื่อน ตกแต่งบ้านเรือน ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ สะสมสิ่งของต่าง ๆ วาดภาพ

3.3 ด้านการท่องเที่ยว

หมายถึง กิจกรรมที่สร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตที่น่าสนใจ เช่น เดินชมและ ชื้อของตามห้างสรรพสินค้า เยี่ยมญาติเพื่อนฝูง ท่องเที่ยวตามทัศนศึกษาจังหวัดต่าง ๆ เที่ยวสวนสาธารณะ ชมธรรมชาติพืชพันธุ์ไม้ต่าง ๆ สวนสนุก และศูนย์การค้า

3.4 ด้านวรรณกรรม

หมายถึง กิจกรรมนันทนาการที่ส่งเสริมให้บุคคลได้พัฒนา ทักษะความรู้ ก่อให้เกิดการพัฒนาจินตนาการให้เกิดความสนุกสนานมีการอ่าน เขียน และพูด เช่น การอ่าน หนังสือพิมพ์ นวนิยาย การ์ตูน วารสาร นิตยสาร การเขียนบันทึกประจำวัน การพูดได้ว่าที่ การพูดในที่ชุมชน การพูดทางวิทยุ การพูดโทรศัพท์ การพูดทางโทรทัศน์ การเล่านิทาน การอภิปราย และชักถาม

4. สหวิทยาเขตวิภาวดี

หมายถึง กลุ่มโรงเรียนมัธยมศึกษา ในสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ กรุงเทพมหานคร ได้แก่

- 2.1 โรงเรียนดอนเมืองทหารอากาศบำรุง
- 2.2 โรงเรียนดอนเมืองดอนเมืองจตุรจินดา
- 2.3 โรงเรียนสีกัน (วัฒนานครที่อุปถัมภ์)
- 2.4 โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบางเขน
- 2.5 โรงเรียนฤทธิยะวรรณาลัย

5. เพศ

หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งแบ่งเป็น ดังนี้

5.1 ชาย

5.2 หญิง

6. ระดับชั้น

หมายถึง ชั้นปีที่นักเรียนกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ได้แก่

6.1 ชั้น ม.1

6.2 ชั้น ม.2

6.3 ชั้น ม.3

7. ประเภทห้องเรียน

หมายถึง กลุ่มนักเรียนที่โรงเรียนแบ่งเป็นกลุ่ม ๆ ในห้อง คือ ห้องเก่ง กับห้อง อ่อน

5.1 ห้องเก่ง

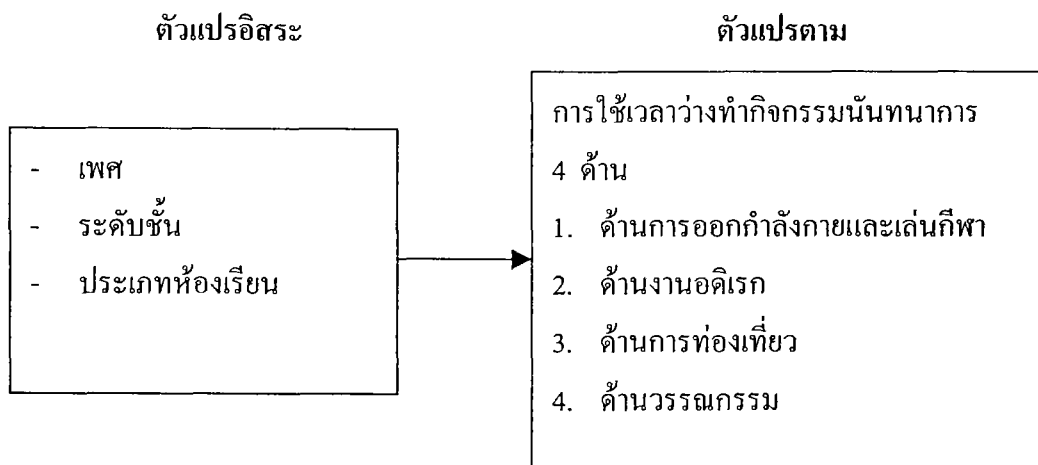
หมายถึง ห้องที่โรงเรียนจัดให้สำหรับนักเรียนที่มีผลการเรียนดีกว่าห้องอื่น ๆ

5.2 ห้องอ่อน

หมายถึง ห้องที่โรงเรียนจัดให้สำหรับนักเรียนที่มีผลการเรียนต่ำกว่าห้องอื่น ๆ

กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาปัญหาและความสำคัญของการใช้เวลาว่าง จากเอกสาร ตำรา และรายงานต่าง ๆ ผู้วิจัยจึงมีแนวคิดในการศึกษาครั้งนี้ ดังปรากฏตามภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยา
ในการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี
สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเอกสารและงาน
วิจัยที่เกี่ยวข้องตามหัวข้อ ดังต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวกับการศึกษาค้นคว้า
 - 1.1 ความหมายของเวลาว่าง
 - 1.2 ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง
 - 1.3 ประเภทของเวลาและการใช้เวลาว่างทางนันทนาการ
 - 1.4 กิจกรรมนันทนาการ
2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า
 - 2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 2.2 งานวิจัยในประเทศ

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า

ความหมายของเวลาว่าง

เวลาว่างมีความสำคัญกับการดำรงชีวิตของทุกคน หลังจากประกอบภารกิจหน้าที่ประจำ
แล้วก็จะมีความว่างเหลืออยู่ เราสามารถใช้เวลาว่างที่เหลือเหล่านั้นนำมาใช้เพื่อการพัฒนาคุณภาพ
ชีวิตได้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับความหมายของเวลาว่าง ซึ่งมีผู้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่ (2527 : 12) ได้กล่าวถึงความหมายของ “เวลาว่าง” (Leisure)
ว่าเป็นเวลาที่เป็นอิสระไม่ว่าจะเป็นความอิสระในหน้าที่การงานหรือธุรกิจใด ๆ ก็ตาม เป็นเวลาที่
นอกเหนือจากงานประจำหรือเวลาออกเหนือจากงานที่จำเป็นทั้งหลาย รวมทั้งเวลาออกเหนือจาก
การนอนหลับด้วย

แนช (จรินทร์ ธานีรัตน์. 2528 : 16 ; อ้างอิงจาก Nash n.d.) กล่าวว่า เวลาว่าง (Leisure)
หมายถึงเวลาที่ว่าง (Free time) จากกิจกรรมที่จำเป็นอื่น ๆ อาทิเช่น ว่างจากงานประจำ เวลานอน
หลับและเวลาที่ประกอบกิจวัตรประจำวัน ส่วนนันทนาการ หมายถึง การใช้เวลาว่างนั้นเพื่อ
ประโยชน์คุณค่าในทางดีงาม จากการเข้าร่วมในกิจกรรมนั้น ๆ ถ้าเด็กเรียกกิจกรรมนั้นว่า การเล่น

(Play) ถ้าหากเป็นคนหนุ่มสาวและผู้ใหญ่ ก็เรียกว่า เป็นกิจกรรมนันทนาการ

สมบัติ กาญจนกิจ (2535 : 28 – 29) ได้กล่าวถึงความหมายของเวลาว่างไว้ดังนี้ เวลาว่างมาจากภาษาละติน คือ Leisure แปลว่า การได้รับอนุญาตอิสระจากการทำงานหรือหน้าที่ นอกเหนือจากงานประจำมีอิสระจากการทำงานหรือหน้าที่ นอกเหนือจากงานประจำมีอิสระที่จะทำอะไรตามใจปรารถนา ความหมายในเรื่องของการศึกษาเวลาว่างมีแนวคิด 5 ความหมาย คือ

1. ทักษะของเวลาว่างแบบดั้งเดิม เวลาว่างคือ เวลาที่ไม่ทำงาน
2. เวลาว่าง คือ หน้าที่ของสังคมชั้น
3. เวลาว่าง คือ กิจกรรมที่กระทำในช่วงเวลาว่าง
4. เวลาว่าง คือ เวลาอิสระ
5. เวลาว่าง คือ วิถีชีวิต หรือสภาพที่เกิดขึ้นที่ต้องการให้บุคคลประสบความสำเร็จที่เขาต้องการจะทำได้ นอกจากนั้นได้กล่าวถึงลักษณะและองค์ประกอบของกิจกรรมเวลาว่าง ดังนี้

ก. ระดับของความมีอิสระภาพ ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับเวลาว่าง และการตัดสินใจเป็นเวลาอิสระปราศจากการควบคุม เป็นการใช้เวลาว่างอย่างอิสระในการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นเป็นการแสดงออกโดยอิสระเป็นกิจกรรมดีหรือไม่ดีก็ได้

ข. การแสดงออกแห่งตน เวลาว่างเน้นในเรื่องการที่บุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการแสดงออกแห่งตน สามารถจัดชั้นได้ในสถานการณ์ที่มีความสนใจ

ค. ความพึงพอใจกิจกรรมเวลาว่างจะต้องก่อให้เกิดความพึงพอใจไม่เน้นกฎกติกา

เมเยอร์ และ ไบรทบิล (Mayer and Brightbill. 1964) ได้ให้ความหมายของเวลาว่างไว้ 2 ประเภท คือ 1. เวลาว่างจริง (True leisure) คือเวลาว่างที่เราได้ตรงใจเลือกหรือตัดสินใจทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งที่เราารู้สึกอยากทำ 2. เวลาว่างปลอม (Enforced leisure) คือ เวลาว่างที่เราไม่ได้เลือกทำอะไร แต่มี “ เวลาว่าง ” นั้นอยู่ เช่นตงงาน ป่วย เกษียณอายุจากงาน ซึ่งทำให้เราต้องจำใจต้องใช้เวลานั้นทำอะไรสักอย่าง เพื่อเป็นการฆ่าเวลาและทำให้เวลานั้นหมดไป

กอดบี และปากเกอร์ (Godbey and Parker. 1972 : 180-181) ให้ความหมายและความสำคัญของการใช้เวลาว่างว่า การใช้เวลาว่างมีความสำคัญยิ่ง เพราะเป็นช่วงที่บุคคลใช้เวลาเพื่อตนเองอย่างเต็มที่หลังจากการทำงานประจำและการทำกิจกรรมที่ผูกมัดต่าง ๆ แล้วนอกจากนั้น การใช้เวลาว่างและนันทนาการยังช่วยสร้างพื้นฐานของคนเกี่ยวกับความต้องการและที่สำคัญยิ่งไปกว่านั้น การที่บุคคลได้เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่เกี่ยวกับการออกกำลังกาย การเล่นเกม ศิลปะ วิทยาศาสตร์และธรรมชาติต่าง ๆ จะทำให้เกิดความสุขสนุกสนานเพลิดเพลินได้ ผ่อนคลายความเครียด มีโอกาสแสดงความสามารถพิเศษ และมีความเป็นอิสระ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นความต้องการของมนุษย์ที่อยู่ในสังคมต่าง ๆ ทั่วไป กิจกรรมนันทนาการ และกิจกรรมในเวลาว่างจึงมี

บทบาทสำคัญต่อมนุษยทุกคนทุกแห่งทั้งในเมืองและชนบท และยังช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดี ระหว่างประชาชนของประเทศชาติและโลกอีกด้วย

วิสคอฟ (Weiskopf. 1975 : 3) ได้กล่าวถึงเวลาว่างไว้ดังนี้ “ เวลาว่าง ” (Leisure) โดยทั่วไปหมายถึง เวลาอันอิสระของบุคคลหลังจากปฏิบัติกิจกรรมที่จำเป็นและว่างจากการทำงานประจำ เวลาว่างเป็นช่วงเวลาที่เป็นส่วนตัวอย่างสมบูรณ์หลังจากเสร็จสิ้นจากงานประจำและปฏิบัติหน้าที่ต่าง ๆ ในช่วงเวลาอิสระที่บุคคลสามารถปฏิบัติกิจกรรมตามความพอใจ และก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม

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

1. เวลาว่างเป็นเวลาที่เหลืออยู่
2. เวลาว่างเป็นเวลาที่พ้นอิสระจากกิจกรรมอื่น ๆ
3. เวลาว่างเป็นเวลาที่พ้นตัวของตัวเองหรือความเป็นอิสระจากสภาพ จิตใจ ที่จดจ่ออยู่กับงานหรือสิ่งต่าง ๆ

ดังนั้น จึงพอสรุปได้ว่า เวลาว่างจึงเป็นเวลาอิสระที่ทุกคนมีอิสระในการที่จะทำกิจกรรมใด ๆ ก็ได้ที่ตนเองชอบ เพื่อทำให้ตนมีความสุขสนุกสนานเพลิดเพลิน ผ่อนคลายความตึงเครียดจากการปฏิบัติงานในหน้าที่ประจำ และเป็นการส่งเสริมความต้องการของบุคคล

ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง

เวลาว่างนับเป็นปัจจัยสำคัญของการดำรงชีวิตของทุกคน โดยเฉพาะนักเรียนที่ใช้เวลาในการเล่าเรียน เป็นเวลาไม่น้อยกว่า 6 ชั่วโมง ต่อวัน เวลาที่เหลือจะเป็นเวลาที่เหมาะสมสำหรับประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ถ้าใช้เวลาว่างนี้ให้เป็นประโยชน์จะเป็นสิ่งสำคัญกับตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีผู้ให้ความสำคัญและความรู้เกี่ยวกับความสำคัญของการใช้เวลาว่าง ดังนี้

ฟอง เกดแก้ว (2527 : 33) ได้กล่าวว่า เวลาว่างเป็นเวลาที่มิใช่น้อยอย่างยิ่ง สามารถนำมาพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ด้วย พัฒนาสุขภาพ สร้างมนุษยสัมพันธ์ สร้างความเป็นพลเมืองดี และพัฒนาบุคคลเป็นอย่างดี อีกด้วย

ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่ (2527 : 12) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการใช้เวลาว่างว่า การรู้จักใช้เวลาว่างเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งอย่างหนึ่งของมนุษย์ ผู้ฉลาดพึงแสวงหาวิธีพักผ่อนโดยใช้กิจกรรมต่าง ๆ อันจะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและสังคมซึ่งจะเป็นเครื่องตอบสนองความต้องการความสนใจและความพึงพอใจของผู้นั้น กิจกรรมที่อาจใช้เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจนั้น



มีมากมายหลายชนิดซึ่งอาจเลือกได้ตามความสมัครใจ การประกอบกิจกรรมที่เป็นประโยชน์เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจนี้ ควรทำเมื่อมีเวลาว่าง เช่น เวลาที่เหลือจากงานประจำ เวลาที่เหลือจากการหลับนอน หรือเวลาจากการประกอบกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ ด้วยเหตุผลดังกล่าวมนุษย์จึงมีความจำเป็นต้องประกอบกิจกรรมบางอย่างในยามว่าง เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดและความเมื่อยล้าต่างๆ กิจกรรมเหล่านั้นควรเป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม บางคนประกอบกิจกรรมที่ไม่พึงปรารถนาบางอย่าง เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดของตนเอง

ทองสุข สัมปหังสิต (2531 : 2) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ว่า การใช้เวลาว่างที่ถูกต้องจะเป็นประโยชน์อย่างมาก ทั้งยังเป็นการลดปัญหาต่างๆ อีกด้วย โดยเฉพาะปัญหาวัยรุ่นในปัจจุบัน ซึ่งมักมีต้นเหตุมาจากการใช้เวลาว่างไม่ถูกต้องเหมาะสม เช่น การติดยาเสพติด เล่นการพนัน มั่วสุมสถานเริงรมย์ต่าง ๆ การช่วยทำให้มีการใช้เวลาว่างที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ได้ สามารถทำได้ โดยบิดา มารดา ผู้ปกครอง ครู อาจารย์ รวมทั้ง มหาวิทยาลัย ต้องปลูกฝังความสนใจการใช้เวลาว่าง

ปธาน สุวรรณมงคล (2533 : 80) ได้กล่าวว่าเวลานับเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าและไม่อาจสะสมไว้ได้เหมือนทรัพยากรอื่น ๆ คนส่วนมากจะมองไม่เห็นความสำคัญของเวลาว่าง เนื่องจากเห็นว่าเวลานั้นมีอยู่แล้ว ไม่ต้องไปขวนขวายหามาให้เหนื่อยยาก ดังนั้น เวลา จึงเป็นทรัพยากรที่ทุกคนต้องให้ความสำคัญ ดังคำกล่าวที่ว่า “ เวลาและวารีไม่คอยใคร ”

วิวัฒน์ พวงมะลิ (2533 : 17) กล่าวว่า เวลามีความสำคัญต่อเรามาก เพราะเวลาเป็นทรัพยากรที่จำกัดที่สุด เวลาเป็นสิ่งที่ตัดสินคุณค่า เป็นเครื่องหมายการเจริญเติบโต เป็นทรัพยากรที่ล้ำค่าเป็นเวทีชีวิต เป็นสัญลักษณ์ของการเปลี่ยนแปลง เป็นตัวสร้างความหวัง เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดประโยชน์ ตลอดจนเป็นตัวกำหนดพัฒนาการของมวลสรรพสิ่งในโลกของเรา

สมบัติ กาญจนกิจ (2533 : 37-38) ได้สรุปให้เห็นถึงความสำคัญของการใช้เวลาว่างไว้ดังนี้

1. ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดของร่างกาย
2. ช่วยให้มีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์
3. ทำให้จิตใจสดชื่นแจ่มใส
4. ทำให้ครอบครัวได้แสวงหาความสุขร่วมกัน
5. ทำให้มีความสนุกสนานเพลิดเพลิน
6. ทำให้ได้รับความรู้เพิ่มเติม
7. สร้างมิตรภาพและความสัมพันธ์อันดี
8. สร้างรายได้พิเศษนอกเหนืองานปกติ

เมื่อบุคคลและชุมชนได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ด้วยกิจกรรมนันทนาการ ก็จะก่อให้เกิดคุณค่าและประโยชน์ต่าง ๆ ตามมา

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับประโยชน์ของการใช้เวลาว่าง หากใช้เวลาว่างไปในทางที่ถูก ต้องและเหมาะสมแล้ว สามารถนำกิจกรรมที่ทำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตตนเองและสังคม มีนักการศึกษาและนักวิชาการได้กล่าวถึงประโยชน์ของการใช้เวลาว่าง ซึ่งผู้วิจัยได้รวบรวม ไว้ดังนี้

ดาร์ส คาราสคัก (2525 : 11 – 12) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการใช้เวลาว่างว่า ในสังคมโลกปัจจุบันประชาชนมีเวลาว่างมาก ซึ่งเวลาว่างดังกล่าวเปิดโอกาสให้คนรับความรื่นเริง จากกิจกรรมนันทนาการได้ อย่างไรก็ตามเวลาว่างนี้คือ สิ่งที่ต้องศึกษาเพราะมีอิทธิพลต่อชีวิตของสังคมสมัยใหม่มาก เวลาว่างนั้นมีบทบาทที่สำคัญ 3 ประการคือ

1. เวลาว่างเป็นปัญหาดังสังคม (Social problem) เวลาว่างนั้นทำให้คนมีอิสระที่จะทำในสิ่ง ที่เขาต้องการเมื่อไร ที่ไหน กับใคร อันจะเป็นการพัฒนาสังคม ทางกาย และจิตใจของเขา การที่คน ทำอะไรในเวลาว่างนั้นเป็นสิ่งที่บ่งให้เห็นบุคลิกลักษณะ ฐานะ และสังคมของเขา เวลาว่างในสังคม ในสมัยใหม่นั้น มีผลดีหรือเลวต่อความเป็นอยู่ของบุคคลต่อครอบครัว ต่อชุมชนและต่อประเทศ ชาติ ปัจจัยที่มีผลต่อเวลาว่างในสังคมสมัยใหม่ และปัญหาทางสังคมที่เกิดขึ้นจากเวลานั้น มีดังนี้

ก. ความก้าวหน้าทางเทคนิคและอุตสาหกรรม

ข. ฐานะความเป็นอยู่สะดวกสบายขึ้น

ค. การศึกษาเจริญขึ้น

ง. เวลาว่างเพิ่มขึ้น

จ. ปัญหาคนว่างงาน

ฉ. ทศนคติทางสังคมเปลี่ยนรูปใหม่

ช. ประชากรเพิ่มขึ้น

2. เวลาว่างเป็นองค์ประกอบของเศรษฐกิจ (Economic factor) เวลาที่นอกเหนือจากการที่ ต้องทำมาหาเลี้ยงชีพก็คือ เวลาว่างของคน ในเวลาว่างนี้มีคนใช้อ่านนวนิยาย ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ เล่นกีฬาต่าง ๆ ไปดูหนังดูละคร ไปท่องเที่ยวและเยี่ยมเยียนเพื่อน ๆ เป็นต้น การที่สินค้าจะขายได้ นั้น เกิดจากคนที่มีความปรารถนาที่จะซื้อ และมีเงินจะซื้อ ฐานะเศรษฐกิจของประเทศ ขึ้นอยู่กับการใช้จ่ายและรายได้ของประชากร เวลาว่างนั้นมีอิทธิพลใหญ่ยิ่งต่อเศรษฐกิจของชาติเมื่อ 50 ปี ก่อน คนงานต้องทำงานวันละ 50 – 60 ชั่วโมง ต่อสัปดาห์ ปัจจุบัน กฎหมายแรงงานให้ทำงาน ไม่เกิน 40 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ เวลาที่เหลือนั้น เป็นเวลาที่คนต้องใช้ให้เหมาะสม มีผู้พยากรณ์ว่า อีก 30 ปี ข้างหน้า มนุษย์จำทำงานสัปดาห์ละ 20 ชั่วโมง เพราะมีเครื่องทุ่นแรง และอำนวยความสะดวกในการทำงาน เนื่องจากความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์จะเป็นปัญหาเกี่ยวกับคนมีเวลา

ว่างมากและเป็นปัญหาคนว่างงาน เมื่อเป็นเช่นนี้ทำให้คนต้องเสาะหาสิ่งที่จะอำนวยความสะดวก
นันทนาการแก่เขา ไม่ว่าจะเป็นสถานบริการ อุปกรณ์ นอกจากนั้นยังต้องเตรียมโครงการ
นันทนาการให้แก่บุคคลเหล่านั้น เป็นการเตรียมรับสถานการณ์

3. เวลาว่างเป็นโอกาสของการสร้างวัฒนธรรม (Leisure as a cultural opportunity)
ความเจริญของวัฒนธรรมกับเวลาว่างนั้นสัมพันธ์กันมา ตั้งแต่อดีตมาบรรพ์ คนจะมีโอกาส
สร้างสรรค์สิ่งสวยงาม สร้างอารยธรรมต่อเมื่อมีเวลาว่างมาขบคิดและจินตนาการ トラバโดที่ไม่มี
เวลา ยู่อยู่กับภาวะสงครามคนก็ไม่มีโอกาสสร้างวัฒนธรรมให้รุ่งเรืองได้

จรัส สุวรรณเวลา (2521 : เอกสารอัดสำเนา) กล่าวว่า ปัญหาเกี่ยวกับการติดยาเสพติด
ในหมู่วัยรุ่นในเมืองไทย สาเหตุที่สำคัญคือ การใช้เวลาในการคบค้าสมาคมกับเพื่อนในโรงเรียน
และเพื่อนแถวละแวกบ้าน หรือแหล่งมั่วสุมต่าง ๆ เช่น โรงภาพยนตร์ ศูนย์การค้า ร้านกาเฟ
เชิงสะพาน หอพักและบ้านเพื่อน และสาเหตุสำคัญอีกประการหนึ่งที่ทำให้วัยรุ่นติดยาเสพติดคือ
สภาพแวดล้อม ซึ่งมีสาเหตุมาจากเกิดความกดดันในครอบครัวและฐานะทางเศรษฐกิจ และการ
ตอบสนองต่อความเครียด หรือความกดดันของแต่ละคนไม่เหมือนกัน บางคนก็ทนต่อผู้แต่บางคน
ก็ยอมแพ้หนีเข้าหายาเสพติด ฉะนั้นในการแก้ปัญหาจึงจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากบุคคล
หลาย ๆ ฝ่าย คือจากพ่อแม่ ผู้ปกครอง และครูเป็นสำคัญ เพื่อนและชุมชนรอบลงมา โดยใช้วิธีการ
กระตุ้นเด็กในเรื่องของการรู้จักหน้าที่เคารพครู อาจารย์ พ่อแม่ ผู้ปกครอง วางตนให้เหมาะสมกับ
กาลเทศะ ใช้เหตุผลและพิจารณาในการตัดสินใจต่าง ๆ แก้ปัญหาครอบครัว และการเรียนด้วยการ
ไตร่ตรองหาเหตุผล ปรึกษาครู พ่อแม่ผู้ปกครอง และสุดท้ายคือ การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่ (2527 : 12) ได้กล่าวถึงหลักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
ก็คือ การที่ได้ประกอบกิจกรรมที่ตนพึงพอใจซึ่งทำให้เกิดประโยชน์ขึ้นในเวลาว่าง โดยกิจกรรมนั้น
อาจช่วยพัฒนาสิ่งต่าง ๆ ในตัวคนและสังคมได้เป็นอย่างดี การออกกำลังกายเป็นเรื่องของการใช้
เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ซึ่งจำเป็นต่อชีวิตที่จะช่วยให้เกิดความสุขสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ
ก่อให้เกิดคุณค่าอันสำคัญต่อชีวิตดังนี้

1. ทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรงและโตขึ้น ทำให้มีการเคลื่อนไหวของร่างกายได้อย่างรวดเร็ว
ไม่เหน็ดเหนื่อย
2. ทำให้หัวใจแข็งแรงสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ทั่วร่างกายได้ดีขึ้น
3. ทำให้ปอดมีโอกาสดำรงได้มากขึ้น ขยายตัวมากขึ้น รับออกซิเจนได้จำนวนมากและ
ขับถ่ายคาร์บอนไดออกไซด์ได้มาก
4. ทำให้ต่อมเหงื่อทำงานได้ดี ขับเหงื่อทำงานได้ดี ขับเหงื่อออกมามาก ทำให้ระบาย
ของเสียออกจากร่างกายโดยทางเหงื่อได้มาก

5. ทำให้ระบบการย่อยอาหารดีขึ้นและป้องกันท้องผูก
 6. ทำให้เกิดความหิวและอยากอาหาร
 7. ทำให้หลับสนิทได้พักผ่อนทางกาย และจิตใจ
 8. การออกกำลังกายเพื่อช่วยในการป้องกันโรค เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคความดันโลหิตสูง โรคปอดชนิดต่าง ๆ โรคเกี่ยวกับระบบขับถ่ายผิดปกติ เป็นต้น
- สมบัติ กาญจนกิจ (2535 : 41) ได้สรุปให้เห็นถึงประโยชน์ของการใช้เวลาว่างไว้ ดังนี้ คือ
1. ช่วยให้บุคคลและชุมชนได้รับความสนุกสนาน มีความสุขในชีวิต และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
 2. ช่วยให้บุคคลและชุมชนพัฒนาสุขภาพจิต และสมรรถภาพทางกายที่ดี เกิดความสมดุลของชีวิต
 3. ช่วยป้องกันอาชญากรรมและพฤติกรรมเบี่ยงเบนในทางไม่พึงประสงค์ของเยาวชน และเด็ก
 4. ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี การที่ชุมชนได้มีโอกาสใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ จะได้เรียนรู้ในเรื่องหน้าที่ความรับผิดชอบ คุณค่าทางสังคม เสรีประชาธิปไตย ลดความเห็นแก่ตัว สร้างคุณค่า จริยธรรม ความมีน้ำใจ การให้บริการ รู้จักอาสาสมัครช่วยเหลือสังคม ซึ่งถือว่าเป็นกิจกรรมของความเป็นพลเมืองดี
 5. ส่งเสริมการพัฒนารมณ์สุข ช่วยส่งเสริมให้รู้จักพัฒนาการ ควบคุมอารมณ์และบุคลิกภาพที่ดีอีกด้วย
 6. ส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมของชาติ เช่น การเล่นพื้นเมือง ประเพณีพื้นบ้าน ส่งเสริมการเรียนรู้ ทักษะ และความซาบซึ้ง
 7. ส่งเสริมการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ เช่น กิจกรรมการอยู่ค่ายพักแรม การเดินป่าศึกษาธรรมชาติ และไต่เขา เป็นต้น
 8. ส่งเสริมการบำบัดรักษาการใช้เวลาว่างแก่คนป่วย ซึ่งกำลังต่อสู้กับความทุกข์ทางกายหรือจิต กิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬา จะช่วยส่งเสริมการพัฒนาร่างกาย กิจกรรมนันทนาการทางสังคมช่วยสร้างขวัญกำลังใจผู้ป่วย
 9. ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์ ช่วยให้บุคคลได้แสดงออก ฝึกการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข กิจกรรมเกมกีฬา และกีฬาเพื่อการแข่งขัน ช่วยเสริมสร้างความสามัคคี และความเข้าใจอันดีในหมู่คณะ

จะเห็นได้ว่า ความสำคัญของการใช้เวลาว่างคือ การรู้จักใช้เวลาว่างเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง ในการดำรงชีวิตของมนุษย์อย่างหนึ่ง หากรู้จักนำเวลาว่างที่มีอยู่มาใช้ให้เกิดประโยชน์ เวลาว่างเป็น เวลาที่มีประโยชน์อย่างยิ่งสามารถนำมาพัฒนาคุณภาพชีวิต ต่อตนเองและสังคมได้เป็นอย่างดี การหาวิธีพักผ่อนโดยทำกิจกรรมต่าง ๆ ในเวลาว่างก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและสังคม เกิดความอบอุ่นภายในครอบครัว และผ่อนคลาย ความตึงเครียดจากงานประจำ ไม่ควรปล่อยเวลา ว่างให้เสียไปโดยเปล่าประโยชน์ เพราะการใช้เวลาว่างอย่างถูกต้อง ทำให้ช่วยลดปัญหาต่าง ๆ ในวัยรุ่นได้ อาจใช้กิจกรรมนันทนาการที่เกี่ยวกับการเล่นก่อให้เกิดความรัก ความสามัคคี ความ สนุกสนาน เพลิดเพลิน และเป็นการออกกำลังกายที่ทำให้สุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงอีกด้วย

ประเภทของเวลาและการใช้เวลาว่างทางนันทนาการ

ประเภทของเวลา

หมายถึง เวลาเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าในการดำเนินชีวิตของคนเรา ควรมีการจัดสรรเวลา แต่ละประเภทให้เหมาะสม ในการประกอบภาระกิจต่าง ๆ หรืองานประจำ จะทำให้ผลสัมฤทธิ์ของ งาน ประสบผลสำเร็จและมีประสิทธิภาพ มีนักการศึกษา นักวิชาการได้ทำการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับ ประเภทของการใช้เวลา ซึ่งผู้ทำการวิจัยได้รวบรวมประเภทของการใช้เวลาไว้ ดังนี้

รัชนี ลาซโรจน์ (2527 : 100) ได้กล่าวไว้ว่า การใช้เวลาของคนนั้นสามารถจำแนก ออกเป็น 4 ประเภท ได้แก่

1. เวลาที่ใช้ในการทำงาน คือ เวลาที่ใช้ประกอบอาชีพ หากเป็นนักเรียนนักศึกษา ก็คือ เวลาในการเรียนหนังสือ

2. เวลาที่ใช้ในการนอนหลับ

3. เวลาเพื่อการทำกิจวัตรประจำวัน

4. เวลาเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ

เมธี ปิณฑนานนท์ (2528 : 8) ได้แบ่งเวลาออกเป็น 5 ชนิด ได้แก่

1. กิจกรรมอาชีพ เป็นการใช้เวลาเพื่อเลี้ยงปากท้อง และปัจจัยการครองชีพของตนเอง และครอบครัว ประมาณ 6 ชั่วโมง หรือ 1 ใน 4 ของเวลา 1 วัน

2. กิจกรรมครอบครัว เป็นกิจกรรมที่จะต้องใช้เวลาเพื่อความ สุขสมบูรณ์ สงบสุข ความมั่นคง ทั้งนี้รวมถึง การอบรมสั่งสอนสมาชิกในครอบครัวด้วย

3. กิจกรรมชุมชน เป็นการใช้เวลาเพื่อความร่วมมือ และให้ความช่วยเหลือแก่องค์กรหรือสถาบันต่าง ๆ ในชุมชน เช่นงานวัด การช่วยจัดกิจกรรมของศาสนา การพัฒนาชุมชน กิจกรรมเพื่อความมั่นคง และอื่น ๆ

4. กิจกรรมการพักผ่อน และการสังสรรค์ เป็นกิจกรรมที่ใช้เวลามากที่สุดได้แก่ การนอน เที่ยวเตร่ ดูทีวี ฟังเพลง เป็นต้น

5. กิจกรรมเพื่อสุขภาพ เป็นกิจกรรมที่ต้องอุทิศเวลาส่วนหนึ่งเพื่อการตรวจร่างกาย การรักษาความเจ็บไข้ การออกกำลังกาย เป็นต้น ส่วนใหญ่จะให้ความสำคัญของการใช้เวลาด้านนี้ เป็นอันดับสุดท้าย

สุขใจ นำผด (2536 : 44) ได้แบ่งประเภทของการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์ 3 ประเภทคือ

1. การใช้เวลาเพื่อการงานอาชีพ ควรใช้วันละ 10 ชั่วโมง เพื่อประกอบอาชีพที่ก่อให้เกิดรายได้สำหรับเลี้ยงชีพของตนเองและครอบครัว

2. การใช้เวลาเพื่อสุขภาพร่างกาย ควรใช้วันละ 10 ชั่วโมง เพื่อรับประทานอาหาร การนอนพักผ่อน ออกกำลังกาย และอื่น ๆ จะทำให้สุขภาพแข็งแรงและประหยัดค่าหมอ

3. การใช้เวลาว่าง เพื่อการพักผ่อน บันทึกลงงานอดิเรก ควรใช้วันละ 4 ชั่วโมง จะทำให้มีผลดีทางด้านอารมณ์ จิตใจ หรืออาจก่อให้เกิดรายได้บางส่วนด้วย

ยูริส (Uris. 1970 : 16) ได้แบ่งเวลาเป็น 3 ประเภท ตามลักษณะงานที่ต้องใช้เวลาแตกต่างกัน คือ

1. เวลาที่ต้องใช้อย่างคงที่ (Fixed) ได้แก่ เรื่องที่ต้องปฏิบัติในสัปดาห์ที่มีลักษณะสม่ำเสมอและไม่อาจตัดทอนได้เลย

3. เวลาที่พอยืดหยุ่นได้ (Semi – flexible) ได้แก่ เรื่องที่พอจะเพิ่มลดหรือยืดหยุ่นเวลาในการปฏิบัติงานพอสมควร

4. เวลาที่สามารถแปรเปลี่ยนได้ (Variable) ได้แก่ เรื่องที่สามารถจะระงับโดยเปลี่ยนไปใช้ทางเลือกอื่น อาจจะรอไว้ทำภายหลังหรือสามารถเพิ่มลดเวลาเรื่องนั้น ๆ ได้เต็มที่

ประเภทการใช้เวลาว่างทางนันทนาการ

หมายถึง การที่บุคคลหรือชุมชนได้ใช้เวลาว่างในการมีส่วนร่วมปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการตามความสนใจของตนเอง แล้วก่อให้เกิดผลในการพัฒนาตนเอง ทางด้าน อารมณ์ สังคม มีความคิดสร้างสรรค์ สนุกสนาน สงบสุข สิ่งเหล่านี้จะต้องอาศัยกิจกรรมนันทนาการ ผู้วิจัยได้ศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับประเภทของการใช้เวลาว่างทางนันทนาการไว้ ดังนี้

จรินทร์ ธานีรัตน์ (2528 : 155-173) ได้กล่าวถึงประเภทของการใช้เวลาว่างด้านกิจกรรม

นันทนาการ ไว้ดังนี้

1. นันทนาการประเภทการฝีมือและศิลปหัตถกรรม
2. นันทนาการประเภทเกม กีฬา กรีฑา
3. นันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง
4. นันทนาการประเภทละคร ภาพยนตร์
5. นันทนาการในทางงานอดิเรก
6. นันทนาการประเภทกิจกรรมทางสังคม
7. นันทนาการประเภทเต็นท์
8. นันทนาการประเภทนอกสถานที่ (นอกเมือง)
9. นันทนาการประเภทอ่าน พูด เขียน และวรรณกรรม
10. นันทนาการประเภทกิจกรรมพิเศษ
11. นันทนาการประเภทอาสาสมัคร

บัทเลอร์ (Butler. 1959 : 237 - 241) ได้แบ่งประเภทของกิจกรรมนันทนาการออกเป็น

1. เกมและกีฬา
2. กิจกรรมทางสังคม
3. ดนตรี
4. ศิลปและหัตถกรรม
5. ละคร
6. เต็นท์
7. กิจกรรมทางธรรมชาติและกิจกรรมกลางแจ้ง
8. กิจกรรมทางภาษา วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง
9. สะสม (ของเก่า) (Collecting)
10. กิจกรรมบริการ

บรรจง ณะวรรณ (2531 : 122-126) กล่าวว่ากิจกรรมนันทนาการมีหลายประเภท แต่การจะนำกิจกรรมใดมาไว้ในโครงการนันทนาการ จำเป็นต้องพิจารณา เพื่อให้เหมาะสมกับสมาชิก โดยแบ่งเป็น

1. กิจกรรมพลศึกษา เช่น เกมต่าง ๆ ซึ่งสามารถแบ่งได้เป็น
 - 1.1 เกมการเล่นแบบผาดโผน
 - 1.2 การเล่นเกมวิ่งหรือเปลี่ยนที่และการประกวด
 - 1.3 เกมเบ็ดเตล็ดพื้นฐาน

1.4 กิจกรรมประกอบจังหวะดนตรี

1.5 เกมนำ

2. กิจกรรมกีฬาซึ่งเป็นกีฬาและกรีฑา
3. กิจกรรมกลางแจ้ง
4. กิจกรรมทางการเกษตร
5. การสอนงานบ้าน
6. งานประดิษฐ์และงานช่าง
7. งานหัตถกรรม
8. งานศิลป์
9. กิจกรรมสะสม
10. ถ่ายรูป
11. การซ่อม
12. กิจกรรมไฟฟ้าและอิเล็กทรอนิกส์
13. ธุรกิจร้านค้าย่อยต่าง ๆ
14. การแต่งบทกลอน การเขียนเรียงความและนวนิยาย

สมบัติ กาญจนกิจ(2544 :38-56) ได้กล่าวถึงประเภทของการใช้เวลาว่างทางกิจกรรม

นันทนาการ ดังนี้

1. กิจกรรมนันทนาการศิลปหัตถกรรม
2. กิจกรรมนันทนาการเกมกีฬา
3. กิจกรรมนันทนาการการเดินร่ำ
4. กิจกรรมนันทนาการท่องเที่ยวทัศนศึกษา
5. กิจกรรมนันทนาการพัฒนาจิตใจและความสงบสุข
6. กิจกรรมนันทนาการการละคร
7. กิจกรรมนันทนาการงานอดิเรก
8. กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง
9. กิจกรรมนันทนาการกลางแจ้ง/นอกเมือง
10. กิจกรรมนันทนาการทางสังคม
11. กิจกรรมนันทนาการพิเศษ
12. กิจกรรมนันทนาการวรรณกรรม
13. กิจกรรมนันทนาการการบริการอาสาสมัคร

14. กิจกรรมนันทนาการพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพ

15. กิจกรรมนันทนาการกลุ่มสัมพันธ์และมนุษยสัมพันธ์

จากเอกสารที่ผู้วิจัยได้นำมาศึกษา เกี่ยวกับประเภทการใช้เวลาว่างทางนันทนาการสามารถสรุปแบ่งกิจกรรมนันทนาการออกเป็น 13 ประเภท คือ

1. กิจกรรมนันทนาการประเภทศิลปะและหัตถกรรม
2. กิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและกรีฑา
3. กิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก
4. กิจกรรมนันทนาการประเภทวรรณกรรม (อ่าน ฟัง เขียน)
5. กิจกรรมนันทนาการประเภทเดินป่า และกิจกรรมเข้าจังหวัด
6. กิจกรรมนันทนาการประเภทละคร ภาพยนตร์ และการแสดง
7. กิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรี และร้องเพลง
8. กิจกรรมนันทนาการประเภทพิเศษ
9. กิจกรรมนันทนาการประเภทกิจกรรมทางสังคม
10. กิจกรรมนันทนาการประเภทกลางแจ้งนอกเมือง
11. กิจกรรมนันทนาการประเภทท่องเที่ยวทัศนศึกษา
12. กิจกรรมนันทนาการประเภทอาสาสมัคร
13. กิจกรรมนันทนาการประเภทพัฒนาสุขภาพ และมนุษยสัมพันธ์

ประเภทของเวลาและการใช้เวลาว่างทางนันทนาการ ที่ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าส่วนมากจะเป็นลักษณะของการทำกิจกรรมนันทนาการ ตามความสนใจของตนเอง และประโยชน์ที่ได้รับจะแตกต่างกันตามกิจกรรมที่ตนเองเลือกปฏิบัติ สามารถแยกประเภทของการใช้เวลาว่างในส่วนที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยในครั้งนี้ไว้ 4 ด้าน ดังนี้

1. การใช้เวลาว่างในด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬา

หมายถึง การใช้เวลาว่างของนักเรียนที่เล่นกีฬา กับกิจกรรมการออกกำลังกาย การเล่นที่มีการเคลื่อนไหวทางกาย การวิ่งเหยาะ ๆ การออกกำลังกายและเล่นกีฬา ได้แก่ กิจกรรมกีฬา ทั้งในร่มและกลางแจ้ง กีฬาประเภทใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ การเล่นกีฬา ประเภทบุคคลและเป็นทีม ได้มีนักการศึกษาและนักวิชาการได้กล่าวไว้ เช่น วรศักดิ์ เพียรชอบ (2523 : 37) ได้ให้ความหมายของการออกกำลังกายไว้ว่า การออกกำลังกาย หมายถึง การที่เราทำให้ร่างกายได้ใช้แรงงานหรือกำลังงานที่มีอยู่ในตัวนั้นเพื่อให้ร่างกายหรือส่วนหนึ่งของร่างกายเกิดความเคลื่อนไหวนั่นเอง เช่น การเดิน การกระโดด การวิ่ง การทำงานหรือการเล่นกีฬา การออกกำลังกาย แต่ละกิจกรรมร่างกายต้องใช้กำลังงานมากน้อยแตกต่างกันไป ตามลักษณะของงานนั้นว่ามากน้อย

หรือหนักเบาแค่ไหน

เอก เกิดเต็มภูมิ (2540 : เอกสารอัดสำเนา) ได้ให้คำนิยามของการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาไว้ว่า การออกกำลังกายเป็นสัญญาณของมนุษย์เพื่อกระตุ้นให้ระบบทางสรีรวิทยาของร่างกายได้มีการพัฒนาตามกระบวนการโดยสมบูรณ์ซึ่งเป็นพื้นฐาน ของการพัฒนากระบวนการทางด้านจิตใจ และกระบวนการทางด้านสังคมของมนุษย์ได้สร้างสรรค์ขึ้น สามารถแบ่งระดับของการกีฬา ได้เป็น 3 ระดับ คือ

- 1). การกีฬาเพื่อสุขภาพและนันทนาการ
- 2). การกีฬาเพื่อการแข่งขัน
- 3). การกีฬาเพื่อสังคมและการเมือง

การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาหากได้กระทำอย่างสม่ำเสมอให้เหมาะสมกับเพศและวัยจะให้คุณประโยชน์ต่อร่างกาย ดังศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย (การกีฬาแห่งประเทศไทย. 2528 : 10 – 13) ได้สรุปประโยชน์ของการออกกำลังกาย ไว้ดังนี้

1). การเจริญเติบโต การออกกำลังกายจัดเป็นปัจจัยสำคัญอันหนึ่งที่มีผลต่อการเจริญเติบโตของเด็กที่ไม่ค่อยได้ออกกำลังกายแต่มีอาหารกินอุดมสมบูรณ์ อาจมีส่วนสูงและน้ำหนักตัวมากกว่าเด็กในวัยเดียวกันโดยเฉลี่ย แต่ส่วนใหญแล้วจะมีไขมันมากเกินไป มีกระดูกเล็ก หัวใจมีขนาดเล็กเมื่อเทียบกับน้ำหนักตัว อ้วนแบบฉลุ เป็นต้น ซึ่งถือว่าเป็นการเจริญเติบโตที่ผิดปกติ ตรงกันข้ามกับเด็กที่มีการออกกำลังกายถูกต้องสม่ำเสมอ ร่างกายจะผลิตฮอร์โมนที่เกี่ยวกับการเจริญเติบโตอย่างถูกส่วน จึงกระตุ้นให้อวัยวะต่าง ๆ เจริญขึ้นพร้อมกันไปทั้งขนาดรูปร่างและหน้าที่การทำงานและเมื่อประกอบกับผลของการออกกำลังกายที่ทำให้เจริญอาหาร การย่อยและการขับถ่ายดี เด็กที่มีการออกกำลังกายอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอ จึงมีการเจริญเติบโตดีกว่าเด็กที่ขาดการออกกำลังกาย

2). รูปร่างทรวดทรงการออกกำลังกายจัดเป็นได้ทั้งยาป้องกันและยารักษาการเสียทรวดทรง จะเห็นได้ด้วยการออกกำลังกายแต่เมื่อเจริญเติบโตเต็มที่แล้ว การขาดการออกกำลังกายยังสามารถทำให้ทรวดทรงเสียไปได้อีกมาก เช่น ตัวเอียง หลังงอ พุงยื่น ซึ่งทำให้เสียบุคลิกได้อย่างมาก ในระยะนี้ในการกลับมาออกกำลังกายอย่างถูกต้อง เป็นประจำสม่ำเสมอ ยังสามารถแก้ไขให้ทรวดทรงกลับดีขึ้นมาได้บ้าง แต่ต้องใช้เวลาเป็นเดือน เป็นปี แต่บางอย่างอาจเห็นผลภายในเพียงไม่กี่เดือน เช่นการมีพุงยื่น การบริหารกายเพื่อเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อท้องมีความตึงตัวเพิ่มขึ้นจนกระชับอวัยวะภายในไว้ไม่ให้ดันออกมาเป็นพุงยื่นได้

3). สุขภาพทั่วไป เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่าการออกกำลังกายเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ ถึงแม้ว่าจะไม่มีหลักฐานแน่ชัดว่า การออกกำลังกายสามารถเพิ่มภูมิคุ้มกันต่อโรคที่เกิดจากการติดเชื้อได้ แต่หลักฐานที่พบบ่งชี้ว่าเมื่อนักกีฬาเกิดการบาดเจ็บจากการติดเชื้อจะหายได้เร็ว

และมีโรคแทรกซ้อนได้น้อยกว่าข้อที่ทำให้แน่ชัดได้ว่า ผู้ออกกำลังกายย่อมมีสุขภาพดีกว่าผู้ขาดการออกกำลังกาย คือ การที่อวัยวะต่าง ๆ มีการเจริญเติบโตทั้งขนาดรูปและหน้าที่การทำงาน โอกาสของการเกิดโรคที่ไม่ใช่โรคติดเชื้อ เช่น โรคกล้ามเนื้อสมรรถภาพในการทำงานของอวัยวะเอง จึงมีน้อย

4). สมรรถภาพทางกาย ถ้าจัดการออกกำลังกายเป็นยาบำรุง การออกกำลังกายถือว่าเป็นยาบำรุงอย่างดีที่สามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายได้เพราะ ไม่มียาใด ๆ ที่สามารถให้ร่างกายมีสมรรถภาพเพิ่มขึ้นได้อย่างแท้จริงและถาวร ยาบางอย่างอาจทำให้ผู้ใช้สามารถทำงานบางอย่างได้นานกว่าปกติ แต่เมื่อทำไปแล้วร่างกายก็อ่อนเพลียมากจนต้องพักผ่อนนานกว่าปกติ หรือร่างกายทรุดโทรมลงไป ในทางปฏิบัติเราสามารถจะสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายทุก ๆ ด้าน เช่น ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัว ความทนทาน ด้วยการออกกำลังกายที่ใช้สมรรถภาพทางกายด้านนั้น ๆ

5). การป้องกันโรค การออกกำลังกายสามารถป้องกันโรคได้หลายชนิด โดยเฉพาะโรคที่เกิดจากการเสื่อมสมรรถภาพของอวัยวะ อันเนื่องจากการมีอายุมากขึ้น ประกอบด้วยปัจจัยอื่น ๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น การกินอาหารเกิน ความเครียด การสูบบุหรี่มาก หรือพันธุกรรม โรคเหล่านี้ได้แก่ โรคประสาทเสียคุณภาพ หลอดเลือดหัวใจเสื่อมสภาพ ความดันโลหิตสูง โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคข้อต่อเสื่อมสภาพ เป็นต้น ผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำ มีโอกาสเกิดโรคเหล่านี้ได้ช้ากว่าผู้ที่ขาดการออกกำลังกายหรืออาจไม่เกิดขึ้นเลยชั่วชีวิต

6). การรักษาโรคและการฟื้นฟูสภาพ โรคต่าง ๆ ที่กล่าวในข้อ 5 ถ้าหากเกิดขึ้นแล้ว การจัดการออกกำลังกายที่เหมาะสมจะเป็นการรักษาและฟื้นฟูสภาพที่สำคัญในปัจจุบันแต่ในการออกกำลังกายที่เหมาะสมมีปัญหา เพราะบางครั้งโรคได้กำเริบรุนแรงจนการออกกำลังกายแม้เพียงเบา ๆ ก็เป็นข้อห้ามในกรณีดังกล่าว การควบคุม โดยใกล้ชิดจากแพทย์ผู้ทำการรักษา และการตรวจสอบสภาพร่างกายโดยละเอียดเป็นระยะจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง

การที่นักเรียนมีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ดีนั้น ต้องมีการออกกำลังกายอยู่เสมอ นอกเหนือจากกิจกรรมการเรียนที่ทำอยู่เป็นประจำ รัฐบาลได้ตระหนักถึงความสำคัญในการพัฒนาประชากรให้มีคุณภาพ มีร่างกายสมบูรณ์ โดยการนำกิจกรรมกีฬาเข้าไปเป็นสื่อ ซึ่งตรงกับคำกล่าวของ กองวิสุทธธรรมณ์ (2520 : 4) ที่กล่าวไว้ว่า “ ความจริงการเล่นกีฬาเป็นอุปกรณ์อย่างหนึ่งที่ใช้พัฒนาประชากร ให้เป็นผู้มีสุขภาพดี สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างผาสุก สามารถสร้างสังคมให้เจริญก้าวหน้าไปยิ่งขึ้น ” การกีฬาเป็นการบริหารร่างกายให้มีสุขภาพพลานามัยแข็งแรง และเสริมสร้างให้เป็นผู้มีจิตใจแจ่มใส อุดมคติ กล้าหาญ รู้แพ้รู้ชนะและรู้ภัย นอกจากนั้นการเสริมสร้างความสามัคคีกลมเกลียวระหว่างหมู่คณะ บุคคลใดมีจิตใจเป็นนักกีฬา บุคคลนั้นย่อมเป็นผู้ มีคุณค่าอันจะ

เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาสังคมของประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้าขึ้นไป (เปรม ติณสูลานนท์. 2524 : 1)

กวิน คเซนทร์เดชา (2530 : 1) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายไว้ว่า การออกกำลังกายเป็นสิ่งจำเป็นและมีประโยชน์สำหรับคนทุกเพศทุกวัย โดยการใช้ทักษะพื้นฐานในการเคลื่อนไหวร่างกายในลักษณะต่างๆ เช่น เดิน วิ่ง ขว้าง ปา กระโดด เป็นต้น ซึ่งความสามารถในการเคลื่อนไหวนี้เป็นคุณสมบัติที่สำคัญของมนุษย์ เพื่อที่จะได้รับประสบการณ์เพิ่มขึ้น หรือทำให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

นอกจากนี้ สมบัติ กาญจนกิจ (2535 :102 - 103) ได้กล่าวถึงกิจกรรมกีฬาว่า เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมคุณค่าทางด้านการพัฒนาความเจริญเติบโตทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ซึ่งรัฐบาลได้ประกาศเป็นแผนพัฒนากีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 2 ปีพ.ศ. 2540 – 2544 โดยแบ่งออกเป็น 6 แผน หลักดังนี้

- 1). แผนพัฒนากีฬาขั้นพื้นฐาน
- 2). แผนพัฒนากีฬาเพื่อมวลชน
- 3). แผนพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศ
- 4). แผนพัฒนากีฬาเพื่อการอาชีพ
- 5). แผนพัฒนากีฬาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีทางการกีฬา
- 6). แผนงานพัฒนาการบริหารและการพัฒนากีฬา

กิจกรรมกีฬายังแบ่งออกเป็น 6 ประเภทใหญ่ๆ เช่น

- 1). กิจกรรมเกม กีฬาขั้นพื้นฐาน เช่น กรีฑา ยิมนาสติก ฟุตบอล
- 2). กีฬาประเภทเดี่ยว และประเภทคู่ เช่น กีฬายิงธนู โบว์ลิ่ง ยิงปืน จักรยาน แข่งเรือ

ตกปลา ว่ายน้ำ เดินทางไกล ดำน้ำ กระโดดน้ำ กรีฑา ว่ายน้ำ เป็นต้น

- 3). กีฬาประเภททีม กีฬาทีมกำลังได้รับความนิยมสูง ทั้งนี้เพราะว่ากีฬาทีมช่วยส่งเสริม

คุณค่าทางสังคม เช่น ความสามัคคี มนุษย์สัมพันธ์ การรวมกลุ่ม เป็นสมาชิกของกลุ่ม การแสดงออกในการมุ่งมั่นสู่ความสำเร็จ ตัวอย่างของกีฬาทีม ได้แก่ กีฬาฟุตบอล บาสเกตบอล วอลเลย์บอล ตะกร้อ ฮอกกี้ ซอฟท์บอล เบสบอล เนตบอล แอนด์บอล เป็นต้น

4). กีฬาสำหรับสตรีและเด็ก เป็นการจัดกิจกรรมกีฬา เพื่อส่งเสริมให้สตรีมีบทบาทในการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬามากขึ้น เช่น กีฬาเนตบอล บาสเกตบอล ฟุตบอล ยูโด คาราเต้ วังมาราธอน กรีฑา ว่ายน้ำ วอลเลย์บอล เป็นต้น ในปี พ.ศ. 2533 คณะกรรมการโอลิมปิกสากลร่วมกับองค์การศึกษาศาสตร์และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ ประกาศให้การสนับสนุนเป็นปีแห่งการส่งเสริมบทบาทสตรีในการกีฬารวมทั้งนักกีฬา โค้ช ผู้บริหาร และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกับการกีฬามากขึ้น

5). กีฬานันทนาการ หมายถึง กีฬามวลชน (Mass Sport)หรือกีฬาที่นิยมเล่นทั้งชายและหญิง วัยเด็ก เยาวชน ผู้ใหญ่ และสูงอายุ และแม้กระทั่งกีฬาเพื่อกลุ่มประชากรพิเศษ เพื่อให้ผู้ที่เข้าร่วมเล่นกีฬาในช่วงเวลาว่าง และส่งเสริมคุณค่าการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยมีได้มุ่งไปสู่สัมฤทธิ์กีฬานันทนาการ ได้แก่กีฬาสากล เช่นกอล์ฟ เทนนิส วอลเลย์บอล วิ่ง – เดิน เพื่อสุขภาพ ตลอดจนกีฬาประเภทเสี่ยงอันตราย ทำทายความสามารถ เช่นแข่งรถ แข่งเรือ

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

สรุปได้ว่า การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา หมายถึง กิจกรรมที่บุคคลหรือชุมชน เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการประเภทการออกกำลังกายและกีฬา เพื่อความสนุกสนาน ทำให้มีการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย รักษาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ทำให้มีสุขภาพดี สมบูรณ์แข็งแรง ป้องกันโรคได้ และมีน้ำใจเป็นนักกีฬาเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชากรในชาติ ประกอบด้วยกีฬา ประเภททีม ประเภทเดี่ยว ประเภทคู่ ทั้งกีฬากลางแจ้งและกีฬาในร่ม ใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ กิจกรรมเกม และกีฬาขั้นพื้นฐาน

2. การใช้เวลาว่างในการทำงานอดิเรก

งานอดิเรก ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 (2525 : 911) กล่าวว่างานอดิเรก คือ งานพิเศษที่ทำเพื่อความเพลิดเพลิน ผู้วิจัยได้รวบรวมงานวิจัยที่เกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง ทำงานอดิเรก จากนักวิชาการและนักการศึกษา ไว้ดังนี้

สมบัติ กาญจนกิจ (2544 : 47) ได้กล่าวถึงงานอดิเรกว่า เป็นกิจกรรมนันทนาการที่ส่งเสริมการพัฒนาคุณค่าชีวิตของมนุษย์ ตั้งแต่วัยเด็กเยาวชนและผู้สูงอายุ เป็นการส่งเสริมการสร้างประสบการณ์ชีวิตเป็นการบำบัดทางกายและจิตใจ ส่งเสริมโอกาสให้บุคคลเลือกกิจกรรมตามความสนใจ สนุกพอใจ และกระทำด้วยความเต็มใจในช่วงเวลาอิสระ เวลาว่าง เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล และสังคม

ประเภทของงานอดิเรก

- 1). งานอดิเรกประเภทแสดงหรือกระทำ เช่น ประดิษฐ์ ต่อเติม วาดภาพ
- 2). งานอดิเรกประเภทสะสม เช่น สะสมแสตมป์เหรียญที่ระลึก ของเก่า

- 3). งานอดิเรกประเภทสร้างสรรค์ เช่น แกะสลัก วาดภาพ ออกแบบ พัฒนาเกม
- 4). งานอดิเรกประเภทศึกษาเรียนรู้ เช่น เรียนรู้เทคนิคสิ่งต่าง ๆ ศึกษาในศาสตร์วิชาใหม่

คุณค่าของงานอดิเรก

- 1). เป็นการผ่อนคลายความเครียดของบุคคลและชุมชน
- 2). เป็นการส่งเสริมสุขภาพจิต
- 3). เป็นกิจกรรมที่ต่อต้านความเบื่อ หรือเวลาว่างเชิงบังคับ
- 4). เป็นการบริการตนเองและชุมชน
- 5). เป็นการแสดงออกทางสร้างสรรค์
- 6). เป็นสิ่งที่มีจุดหมาย หรือทดแทนโอกาสตกงาน
- 7). เป็นสื่อความรู้ และทักษะการเรียนรู้ในสิ่งที่ตนเองไม่รู้มาก่อน
- 8). เพื่อส่งเสริมความสมดุลในกิจกรรมงานเวลาว่างนั้นหนาแน่น
- 9). เพื่อส่งเสริมและตอบสนองความต้องการของสังคม
- 10). ส่งเสริมให้ประชากรวัยสูงอายุได้กระทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดคุณค่า และมีจุดหมาย
สร้างความสมดุลของชีวิต
- 11). ช่างซึ่งในศิลปะ ความประทับใจ เป็นการบำบัด
- 12). งานอดิเรกช่วยพัฒนาทักษะจนกลายเป็นรายได้เสริม หรือเกิดอาชีพเสริมเสริมเศรษฐกิจ
ของบุคคล และสังคม ดังที่ ดูรอสท์ (Durost . 1932 : 537) กล่าวว่า เด็กตั้งแต่ 6 ขวบ จนถึงวัยรุ่น
มีความสนใจในการสะสมสิ่งของต่างๆ โดยเกี่ยวข้องกับความสนใจของกลุ่มและเด็กหญิงจะมีการ
สะสมสิ่งของมากกว่าเด็กชาย เช่นเดียวกับ วิทลีย์ (Whitley.1929 : 249-261) ได้กล่าวถึงความ
สนใจของเด็กวัยรุ่นในการสะสมสิ่งของนั้นจะเก็บของที่ตนสนใจและเก็บไว้ในที่เฉพาะโดยไม่ให้
ผู้อื่นเกี่ยวข้อง อันสอดคล้องกับ สมบัติ กาญจนกิจและคณะ. 2520 : 140) กล่าวว่า การสะสม
สิ่งของในยามว่างเป็นความสุขใจ โดยการลงทุนเพียงเล็กน้อยและมีค่ามากในภายหลัง เช่นการ
สะสมแสตมป์ หรือหนังสือหายาก สินแร่ ตุ๊กตา เปลือกหอยต่าง ๆ เป็นต้น ฯลฯ

สรุปได้ว่า การใช้เวลาว่างทำงานอดิเรก หมายถึง การใช้เวลาว่างทำงานพิเศษ นอกเหนือ
จากภาระกิจประจำ เพื่อความสนุกสนาน เพลิดเพลิน เป็นการส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตของ
บุคคลและสังคม ประกอบด้วยงานอดิเรกประเภทแสดง ประเภทสะสม ประเภท สร้างสรรค์ และ
ประเภทศึกษาเรียนรู้

3. การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว

สมบัติ กาญจนกิจ (2544 : 18) ได้กล่าวถึงการท่องเที่ยวเป็นกระบวนการนันทนาการ (Recreation) รูปแบบหนึ่งที่เกิดขึ้นระหว่างเวลาว่าง (Leisure time) ที่มีการเดินทาง (Travel) เข้ามาเกี่ยวข้องโดยเป็นการเดินทางจากที่หนึ่งที่มีจุดหมายถึงที่อยู่อาศัย ไปยังอีกที่หนึ่งที่มีจุดหมายเป็นแหล่งท่องเที่ยว เพื่อเปลี่ยนบรรยากาศและสิ่งแวดล้อม โดยมีแรงกระตุ้น (Motivator) จากความต้องการในด้านกายภาพ ด้านวัฒนธรรม วิถีชีวิตประเพณีและด้านสถานะเพื่อการยอมรับ ดังนั้น คำว่า “การท่องเที่ยว” (Tourism) เป็นคำที่มีความหมายกว้างขวาง มิได้หมายเฉพาะการเดินทางเพื่อพักผ่อนหย่อนใจ หรือเพื่อความสนุกสนานบันเทิงเริงรมย์ดังที่เข้าใจ การเดินทางเพื่อประชุมสัมมนา เพื่อศึกษาหาความรู้ เพื่อการกีฬา เพื่อการติดต่อธุรกิจ ตลอดจนการเยี่ยมชมญาติพี่น้อง ก็นับเป็นการท่องเที่ยวทั้งสิ้น สำหรับกิจกรรมนันทนาการท่องเที่ยวทัศนศึกษา (Tourism and Traveling)

สมบัติ กาญจนกิจ (2544 42 - 45) ยังได้กล่าวต่อไปว่า การท่องเที่ยวทัศนศึกษาเป็นกิจกรรมนันทนาการที่บุคคลและชุมชนให้ความสนใจ และนิยมเลือกในช่วงเวลาว่างหรือเวลาอิสระมากที่สุดประเภทหนึ่ง เพราะเป็นกิจกรรมสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตที่มีรูปแบบที่น่าสนใจ หรือเรียกว่า สิ่งดึงดูดความสนใจ(Attractions)มีรูปแบบที่หลากหลาย พอสรุปได้เป็น 12 ประเภทใหญ่ ๆ ได้แก่ สิ่งแวดล้อมที่สร้างขึ้น กิจกรรมทางวัฒนธรรม วิถีชีวิตและวัฒนธรรมท้องถิ่น ศาสนา การเมือง วิทยาศาสตร์ อนุรักษ์ธรรมชาติ ภูมิศาสตร์ ทัศนียภาพ ชีวิตสัตว์ป่า นันทนาการกลางแจ้ง นอกเมืองและกีฬา การบันเทิงและการอาบน้ำแร่เพื่อสุขภาพ

สรุปได้ว่า การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว หมายถึง การใช้เวลาในการเดินทางจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง เพื่อเปลี่ยนบรรยากาศ และสิ่งแวดล้อม ความสนุกสนาน บันเทิง เริงรมย์ และเป็นกิจกรรมสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น

4. การใช้เวลาว่างในด้านวรรณกรรม

สมบัติ กาญจนกิจ (2544 : 51) ได้กล่าวถึงการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรม ว่าเป็นกิจกรรมนันทนาการประเภทวรรณกรรม (อ่าน พุด เขียน) ที่ส่งเสริมให้บุคคลพัฒนาทักษะความรู้และความสามารถจัดได้ทุกระดับ วัยและเพศ กิจกรรมก่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน การแสดงออกแห่งตนอย่างสร้างสรรค์ ก่อให้เกิดการพัฒนาจินตนาการ สามารถเข้าร่วมกิจกรรมแบบประหยัดได้และเป็นกิจกรรมที่เก่าแก่ของมนุษยชาติ และได้แบ่งประเภทกิจกรรม ดังนี้

การอ่าน เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์มีหลายรูปแบบประกอบด้วย การอ่านหนังสือทั่วไป ประวัติศาสตร์ คนสำคัญ การอ่านเพื่อพัฒนาตนเอง การอ่านหนังสือพิมพ์ การอ่านนวนิยาย การอ่านเพื่อชุมชน การอ่านหนังสือปริทัศน์ และการอ่านหนังสือวรรณกรรมชั้นเยี่ยม

การเขียน เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์มีหลายรูปแบบประกอบด้วย การเขียนจดหมายสังคมธุรกิจ การเขียนบทร้อยกรอง การเขียนแบบสมัครเล่น การเขียนบทร้อยแก้วเพื่อสื่อมวลชน การเขียนคอลัมน์ การเขียนเพื่อพัฒนาทักษะภาษา การเขียนหนังสือรายปักษ์

การพูด เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์มีหลายรูปแบบประกอบด้วย การพูดได้ว่าที่ การพูดทางวิทยุ โทรทัศน์ การเล่านิทาน การอภิปรายซักถาม การจัดพบปะสมาคมแฟ การพูดในที่ชุมชน การพูดในเชิงธุรกิจการพูด

จะเห็นได้ว่าการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรม หมายถึง การใช้เวลาว่างทำกิจกรรมเพื่อเป็นการส่งเสริมให้มีการพัฒนาทักษะความรู้ ความสามารถ การแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ ก่อให้เกิดการจินตนาการ ทำให้เกิดความสุข สนุกสนาน เพลิดเพลิน ประกอบด้วยกิจกรรม การอ่าน พูด และเขียน

สรุปได้ว่า ประเภทของเวลาและการใช้เวลาว่างทางนันทนาการ หมายถึง การใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการที่บุคคล หรือชุมชน กระทำหรือเข้าร่วมด้วยความสมัครใจในเวลาว่างนอกเหนือจากภาระกิจประจำวัน เพื่อความสนุกสนาน เพลิดเพลิน ผ่อนคลายความตึงเครียด เป็นการเสริมสร้างพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม เป็นประโยชน์ในการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

กิจกรรมนันทนาการ

หมายถึง กิจกรรมที่บุคคลเลือกทำในเวลาว่างจากงานภารกิจประจำวัน ทำด้วยความสมัครใจ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อบุคคล สังคม และส่วนรวม กิจกรรมนันทนาการมีหลายประเภท และมีจำนวนมากมาย ที่บุคคลทั่ว ๆ ไป เข้าร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึงและตรงกับความต้องการที่ส่วนมีความต้องการที่จะแสดงออกถึงความรู้สึก ความคิดสร้างสรรค์ และสื่อความรู้สึกนึกคิดนั้นสู่คนอื่น ดังนั้นกิจกรรมนันทนาการเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้มนุษย์ได้แสดงออกถึงความสามารถด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม ความรู้สึก และความคิดสร้างสรรค์ สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ ล้วนเป็นสื่อในการพัฒนาคุณภาพชีวิต สมบัติ กาญจนกิจ (2544 : 38 – 55) ได้กล่าวถึงกิจกรรมเวลาว่างที่สำคัญ และช่วยให้เกิดการพัฒนาคูณภาพชีวิตของนักเรียน ได้แก่

1. ศิลปหัตถกรรม
2. เกม กีฬา และกรีฑา
3. เต้นรำ ฟ้อนรำพื้นเมือง
4. ดนตรี และร้องเพลง

5. การอ่าน เขียน พุด
6. ละคร และการละเล่นพื้นเมือง
7. กิจกรรมทางสังคม
8. กิจกรรมนอกเมือง กิจกรรมกลางแจ้ง
9. งานอดิเรก ทั้งประเภทเก็บสะสม และประดิษฐ์สร้างสรรค์
10. กิจกรรมประเภทอาสาสมัครช่วยเหลือบริการชุมชน
11. กิจกรรมพิเศษต่าง ๆ เช่น งานเทศกาล งานฉลอง และประเพณีของท้องถิ่นต่าง ๆ
12. กิจกรรมนันทนาการสุขสงบ เช่น สมาธิโยคะ การผ่อนคลาย
13. การท่องเที่ยวทัศนศึกษา
14. กิจกรรมสุขภาพเพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพ
15. กิจกรรมนันทนาการกลุ่มสัมพันธ์และมนุษยสัมพันธ์

นอกจากนี้ ชูชีพ เยาวพันธ์ (2543 : 38-39) ได้กล่าวถึงกิจกรรมนันทนาการที่เป็นสื่อในการพัฒนาคุณภาพชีวิตว่า กิจกรรมนันทนาการได้ครอบคลุมถึงการจัดกิจกรรมเพื่อมุ่งเน้นพัฒนาคนในแต่ละด้าน ดังนั้นจะเห็นได้ว่านันทนาการมีการดำเนินการ โดยใช้กิจกรรมเป็นสื่อที่สำคัญ กิจกรรมนันทนาการดังกล่าว ได้แก่

1. ศิลปหัตถกรรม (Arts and crafts) เป็นกิจกรรมที่ผู้เข้าร่วมต้องใช้มือปฏิบัติ เช่นการฝีมือ การปั้น วาดเขียน แกะสลัก จักสาน งานฉลุ งานไม้ เย็บปักถักร้อย และการนำวัสดุที่เหลือใช้ต่าง ๆ มาประดิษฐ์ให้เกิดประโยชน์ ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวหวังแต่ความเพลิดเพลินเท่านั้น ไม่หวังที่จะเป็นการเลี้ยงชีพหรือยึดเป็นอาชีพ

2. กิจกรรมทางพลศึกษา (Physical activities) ได้แก่ กิจกรรมเกมกีฬาทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นประเภทเดี่ยว คู่ หรือทีม ทั้งที่เล่นในร่มและกลางแจ้ง รวมถึงกีฬาทางน้ำด้วย ซึ่งสิ่งที่กล่าวมาแล้วล้วนแต่จัดรวมเป็นประเภทกิจกรรมนันทนาการทางพลศึกษาทั้งสิ้น เช่น หมากรุก หมากร่อน แบดมินตัน ยิมนาสติก ฟุตบอล บาสเกตบอล เบสบอล เทนนิส ตะกร้อ วายน้ำ แข่งเรือ และโปโลน้ำ เป็นต้น

3. งานอดิเรก (Hobbies) คนส่วนมากมักเข้าใจว่างานอดิเรกหมายถึงกิจกรรมนันทนาการ และกิจกรรมนันทนาการหมายถึง งานอดิเรก แต่ในความจริงหาเป็นเช่นนั้นไม่ งานอดิเรกเป็นเพียงส่วนหนึ่งของกิจกรรมนันทนาการใน 11 ส่วนเท่านั้น เช่น ทำสวนครัว สวนดอกไม้ สะสมแสตมป์ สะสมยางลบ เป็นต้น ดังที่ จอห์น เอช. เจนนี่ (John H. Jenney) ได้เขียนไว้ในหนังสือ Introduction to recreation อธิบายถึงคำว่า “ งานอดิเรก ” ไว้ว่า งานอดิเรกนั้นสามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ดังนี้

3.1 งานอดิเรกประเภทสะสม (Collecting hobbies) หมายถึง การเก็บสะสมสิ่งต่าง ๆ เพื่อความเพลิดเพลินและความสุขใจ เช่น ธนบัตร เหรียญสตางค์ สะสมภาพ สะสมบัตรโทรศัพท์ และสะสมแสตมป์ เป็นต้น

3.2 งานอดิเรกประเภทสร้างสรรค์ประดิษฐ์ (Creative hobbies) หมายถึง งานสร้างสรรค์ และงานประดิษฐ์ เช่น ประดิษฐ์ดอกไม้หรือต้นไม้ที่ทำจากกระดาษหรือพลาสติก การทำตุ๊กตา การถักไหมพรม และการแกะสลัก เป็นต้น

5. ดนตรี (Music) หมายถึง กิจกรรมทางดนตรีทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นการร้องเพลง เล่นดนตรี หรือการแต่งเพลง ซึ่งให้ความบันเทิงแก่ผู้เล่นและผู้ฟัง เช่น ดนตรีไทย ดนตรีสากล ดนตรีพื้นเมือง และคอนเสิร์ต เป็นต้น

6. กิจกรรมเข้าจังหวะ (Rhythmic activities) หมายถึง กิจกรรมต่าง ๆ ที่เคลื่อนไหวโดยใช้เสียงดนตรีเป็นตัวกำหนดจังหวะ เช่น การเต้นรำ การฟ้อนรำ การเต้นรำพื้นเมือง (Folk dance) ของชาติต่าง ๆ ฟ้อนเงี้ยว รำวง บัลเลต์ (Ballet) นาฏศิลป์ ฯลฯ นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมบางประเภทที่มีทั้งการร้อง และการรำผสมผสานกัน เช่น การเล่นเพลงร่ำตัด เพลงฉ่อย ร้องรำ มโนห์รา และเพลงพวงมาลัย เป็นต้น

7. ละคร ภาพยนตร์และการแสดง (Drama) หมายถึง การแสดงละครทุกชนิด เช่น ละครชาตรี ละครพื้นบ้าน นาฏศิลป์ มโนห์รา โขน หนังตะลุง ละครร้อง ละครรำ อุปรากร (Opera) และภาพยนตร์ เป็นต้น

8. กิจกรรมนันทนาการนอกเมืองหรือกิจกรรมกลางแจ้ง (Outdoor recreation) หมายถึง กิจกรรมนันทนาการที่ใช้ธรรมชาติป่าไม้ ภูเขา น้ำตก ชายหาด ชายทะเล เป็นองค์ประกอบในการดำเนินกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งได้แก่ การศึกษาธรรมชาติ เทียวป่า ชมอุทยาน ตั้งค่ายพักแรม ปีนเขา เดินทางไกล ล่องแก่ง และชมน้ำตก เป็นต้น

8. กิจกรรมประเภทสื่อความหมาย (Communication activities) หมายถึง กิจกรรมประเภทวรรณกรรม เช่น การอ่านหนังสือ เขียนจดหมาย เขียนบทความ เขียนนวนิยาย บทวิจารณ์ ภาพยนตร์ กลอน โคลง ฉันท์ โด้วาทิ และปาฐกถา เป็นต้น

9. กิจกรรมทางสังคม (Social activities) หมายถึง กิจกรรมที่มีส่วนร่วมในสังคม เช่น งานพบปะสังสรรค์ งานสโมสร งานสมาคม งานวันเกิด งานปีใหม่ งานกีฬา เป็นต้น

10. กิจกรรมพิเศษ (Special events) หมายถึง กิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อเป็นประโยชน์ต่อประชาชน เช่น งานปีใหม่ วันสงกรานต์ คริสต์มาส ลอยกระทง และงานฝังลูกนิมิต เป็นต้น

11. กิจกรรมอาสาสมัคร (Voluntary activities) หมายถึง กิจกรรมที่ให้บริการเพื่อสาธารณประโยชน์ เช่น การพัฒนาโรงเรียน พัฒนาวัด สถานสงเคราะห์เด็กอ่อน คนพิการ คนชรา และมูลนิธิต่าง ๆ เป็นต้น

ทั้งหมดนี้เป็นกิจกรรมนันทนาการที่ทำในเวลาว่าง เป็นสื่อในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม การเลือกทำกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างให้เหมาะสมกับเพศ และวัยนั้นเป็นสิ่งสำคัญยิ่งจะทำให้เกิดประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตแก่ตนเอง และสังคม ต่อไป

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า

งานวิจัยในต่างประเทศ

ในส่วนของงานวิจัยในต่างประเทศ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้างานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลาว่างของนักเรียน ได้รวบรวมไว้ดังนี้

จากการศึกษาเอกสารที่เผยแพร่เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในประเทศสหพันธ์รัฐสาธารณรัฐเยอรมันนี(Federal Republic of Germany. 1986 : เอกสารแผ่นพับ)ได้กล่าวถึงเยาวชนเยอรมันเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างกิจกรรมเวลาว่างของเยาวชนเยอรมัน มีอายุเฉลี่ย 15 – 20 ปี โดยเสนอเป็นร้อยละของคนสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมโดยเรียงลำดับ ดังนี้

- | | |
|---|-----------|
| 1. เล่นกีฬา | ร้อยละ 45 |
| 2. สนทนาในกลุ่มเพื่อน | ร้อยละ 37 |
| 3. เดินร่ำและออกนอกบ้าน | ร้อยละ 32 |
| 4. อ่านหนังสือ | ร้อยละ 28 |
| 5. ฟังเพลง | ร้อยละ 20 |
| 6. ขับรถยนต์ขี่มอเตอร์ไซด์ ใช้เวลาว่างอยู่กับ
เพื่อนชาย หรือใช้เวลาว่างอยู่กับเพื่อนหญิง | ร้อยละ 15 |
| 7. ทำการฝีมือประกอบอาหาร | ร้อยละ 14 |
| 8. นอน ฝันกลางวัน เดิน พุดคุย ตกปลา
เดินทางไกล | ร้อยละ 12 |
| 9. เล่นดนตรี | ร้อยละ 11 |
| 10. ปลุกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ วาดรูป ถ่ายรูป | ร้อยละ 8 |

11. คู่มือทัศนวิสัย

ร้อยละ 5

แคปแลน (Kaplan. 1975 : 90) ได้ศึกษา เรื่องการใช้เวลาว่างของชนชาติต่าง ๆ ผลการวิจัยพบว่า เพศ มีส่วนกำหนดการทำกิจกรรมในยามว่าง เช่น เด็กชายชอบเล่นฟุตบอล แต่เด็กหญิงชอบเล่นเนตบอล แม้ว่าในปัจจุบันจะมีกระแสเคลื่อนไหวเพื่อสิทธิสตรีก่อให้เกิดความทัดเทียมกับบุรุษยิ่งขึ้น ทั้งด้านการทำงานและการทำกิจกรรมต่าง ๆ ก็ตาม แต่ก็ยังมีความแตกต่างกันอยู่บ้าง แม้ในกรณีการใช้เวลาว่าง

ฮูด (Hood. 1993 : 33) ได้การศึกษา เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างพื้นฐานและการรับรู้ทางครอบครัว กับรูปแบบการใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่น โดยได้ตั้งสมมุติฐานว่า เด็กวัยรุ่นจะยังคงใช้ชีวิตอยู่กับครอบครัว และอิทธิพลของครอบครัวจะส่งผลต่อวิถีชีวิตของเขา ทั้งนี้ได้ศึกษาถึงองค์ประกอบทางจิตวิทยาสำหรับเด็กวัยรุ่นกับความพึงพอใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรม ผลการวิจัยพบว่า มีความสัมพันธ์ระหว่างเปอร์เซ็นต์ของการใช้เวลาว่างกับพื้นฐาน และการรับรู้ทางครอบครัว องค์ประกอบทางจิตวิทยา สามารถนำมาประกอบในการวัดการใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่น

วิดเมอร์ (Widmer.1994 : 3878) ได้ศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เวลาว่างกับพฤติกรรมที่แสดงถึงภาวะทางจริยธรรม กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยสร้างแบบทดสอบวัดความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เวลาว่างกับพฤติกรรมที่แสดงถึงภาวะทางจริยธรรมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา มีจุดมุ่งหมายเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการแบ่งแยกกลุ่มนักเรียนวัยรุ่นที่มีปัญหากับกลุ่มนักเรียนวัยรุ่นปกติ โดยพิจารณาจากกิจกรรมการใช้เวลาว่างเป็นหลัก โครงสร้างของแบบทดสอบประกอบด้วยเนื้อหาที่เป็นตัวแทนของพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของกลุ่มวัยรุ่นที่มีปัญหา และจากการหาค่าความเชื่อมั่นทางสถิติโดยใช้ค่าสหสัมพันธ์ ผลการวิจัยพบว่า ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมที่เป็นการปฏิบัติของกลุ่มวัยรุ่น กับเกณฑ์ประเมินค่าแบบ เอแอลแอลเอส (Appropriate Leisure Lifestyle Scale : Alls) มีค่าเป็นบวก ส่วนค่าสหสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมที่เป็นความรู้สึกรู้สึกของกลุ่มวัยรุ่นกับเกณฑ์ประเมินค่า เอแอลแอลเอส มีค่าเป็นลบ

เรย์มอร์ (Raymore.1995 : 702) ได้ศึกษา เรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับเปลี่ยนรูปแบบของพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ในช่วงเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาเข้าสู่ช่วงวัยรุ่นในมหาวิทยาลัย จนถึงช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงและการคงอยู่ของรูปแบบพฤติกรรมการใช้เวลาว่างตามช่วงวัยดังกล่าว ได้แก่ เพื่อนสนิทและผู้ปกครอง รูปแบบการใช้เวลาว่างที่ทำการศึกษได้แก่ ระดับของการมีส่วนร่วมในกิจกรรม กิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย กิจกรรมบันเทิง กิจกรรมที่บ้านและกิจกรรการใช้เวลาว่างที่เสี่ยงอันตราย นักเรียนเมื่ออยู่ในช่วงระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จะเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างในเกณฑ์ต่ำ และจะเปลี่ยนแปลงโดยเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างสูง ขึ้น

เมื่อเข้าเรียนในระดับวิทยาลัยและเปลี่ยนแปลงอีกครั้งเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้นกล่าวคือ จะเข้าร่วมในกิจกรรมการใช้เวลาว่างน้อยลง

บราวน์ (Brown. 1995 : 3413) ได้ศึกษา เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงานตามหน้าที่ จำนวนของเวลาว่างกับความพึงพอใจกับการใช้เวลาว่าง ของครูผู้สอนหญิง ในระดับประถมศึกษา ผลการวิจัยพบว่า มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างความพึงพอใจในงานตามหน้าที่กับจำนวนของเวลาว่าง และความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่าง ส่วนค่าความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงานตามหน้าที่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ กับความพึงพอใจกับการใช้เวลาว่างและค่าความสัมพันธ์ระหว่าง ความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติกับจำนวนของเวลาว่าง

นิสเบท (Nisbet.1995 : 75) ได้ศึกษา เรื่องรูปแบบการจัดโปรแกรมการใช้เวลาว่าง ให้แก่นักเรียนในระดับมัธยมศึกษา ที่มีความผิดปกติทางสมองช้า (Mental retard) ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยสำคัญที่เป็นตัวบ่งบอกถึงความสำเร็จ ในการจัดโปรแกรมการใช้เวลาว่างให้แก่นักเรียนดังกล่าว ได้แก่ ประสิทธิภาพของครูผู้สอน ระดับของครูผู้สอนปีที่จบการศึกษา ความต้องการของนักเรียน

แม็คโดเวล (Mcdowell. 1996 : 4353) ได้ศึกษา เรื่องความปรารถนาและการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่าง เปรียบเทียบระหว่างเด็กวัยรุ่นปกติกับเด็กวัยรุ่นที่มีความผิดปกติทางสมองเรียนช้า ผลการวิจัยพบว่า เด็กวัยรุ่นทั้งสองกลุ่มมีความปรารถนาสูงที่จะใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการ ส่วนกิจกรรมที่เด็กทั้ง 2 กลุ่ม ได้เข้าร่วมในเวลาว่างได้แก่ การฟังดนตรี ดูภาพยนตร์ ดูโทรทัศน์ จับกลุ่มสนทนา วาดน้ำ พุดโทรศัพท์ ชมกีฬา ส่วนกิจกรรมที่เด็กทั้ง 2 กลุ่ม เข้าร่วมในเกณฑ์ต่ำ ได้แก่ การจับจ่ายสิ่งของ การกินอาหารนอกบ้าน และการอ่านหนังสือ นอกจากนี้ ยังพบปัญหาอุปสรรคที่ทำให้วัยรุ่นไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามที่ตนปรารถนาได้ ก็คือ ความจำกัดทางด้านเวลา และโอกาส เด็กวัยรุ่นที่มีความผิดปกติทางสมองมีความปรารถนาที่จะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในเกณฑ์ที่สูงกว่าเด็กวัยรุ่นปกติ

คิเวล (Kivel. 1996 : 1322) ได้ศึกษา เรื่องบทบาทของการใช้เวลาว่างในฐานะที่เป็นข้อมูลสำคัญ เป็นดัชนีที่แสดงถึงพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศประเภทเลสเบียน เกย์ ไบเซ็กชวล กับเยาวชนกลุ่มอายุ 19 – 23 ปี ผลการวิจัย พบว่ารูปแบบของการใช้เวลาว่างมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศ การใช้เวลาว่างของเยาวชนในกลุ่มดังกล่าว เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้พวกเขาเหล่านั้น พัฒนาความเข้าใจตนเอง นอกจากนั้นเขาได้สรุปว่า เยาวชนซึ่งมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศจะเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้สอดคล้องต่อการรับรู้และความเข้าใจในตนเอง

วัตสัน (Watson. 1997 : 3251) ได้ศึกษา เรื่องผลกระทบของทัศนคติและแรงจูงใจ ของการใช้เวลาว่างที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกาย ของนักศึกษาในวิทยาลัย ผลการวิจัย พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างวันละ 2 – 3 ชั่วโมง ในการดูโทรทัศน์หรือทำกิจกรรมที่ไม่มีการเคลื่อนไหว ซึ่งเขาสรุปลไ้ว่านักศึกษามีเวลาว่าง แต่ไม่ใช้เวลาว่างในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกายขาดทัศนคติที่ดี ขาดแรงจูงใจ ตลอดจนไม่เห็นความสำคัญ ของกิจกรรมนันทนาการการออกกำลังกาย เพื่อนันทนาการ

งานวิจัยในประเทศ

จากการศึกษาค้นคว้างานวิจัยในประเทศ ด้านการใช้เวลาว่างของนักเรียน ได้มีนักการศึกษา และนักวิชาการได้ทำการศึกษาและวิจัยในเรื่องนี้ ซึ่งผู้วิจัยได้รวบรวมงานวิจัยในส่วนที่เกี่ยวข้องไว้ดังนี้

วรรณิ สุวรรณสว่าง (2518 : 115-120) ได้ศึกษา เรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสมถวิลราชดำริ ปีการศึกษา 2516 โดยศึกษาทั้งภายในและภายนอกโรงเรียน โดยใช้วิธีการส่งแบบสอบถามให้นักเรียนหญิงทั้งหมดที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ปีการศึกษา 2516 จำนวน 300 คน ผลการวิจัยพบว่า ช่วงเช้าภายหลังจากนักเรียนปฏิบัติกิจวัตรประจำวันแล้วจะฟังวิทยุ และช่วยงานบ้านก่อนมาโรงเรียน ก่อนเข้าห้องเรียนนักเรียนใช้เวลาพูดคุยกับเพื่อนและเข้าห้องสมุด การใช้เวลาว่างหลังจากเลิกเรียนแล้ว พบว่า นักเรียนจะกลับบ้านทันทีและไม่ได้ช่วยทำงานบ้าน ภายหลังรับประทานอาหารเช้าก็จะดูโทรทัศน์ และพูดคุยกับสมาชิกในบ้าน จำนวนเวลาที่ให้บทพวบทเรียนในตอนเย็น ส่วนใหญ่ใช้เวลาดูหนังสือประมาณ 1 ชั่วโมง ถึง 1 ชั่วโมงครึ่ง และใช้เวลาหลัง 20.00 น. ขึ้นไป ในการทำการบ้านและบทพวบทเรียน ก่อนเข้านอนมักจะจัดตารางสอนและทำงานอื่น ๆ ส่วนเวลาว่างในวันหยุดจะดูโทรทัศน์และออกเที่ยวเตร่ประมาณเดือนละ 2-3 ครั้ง

ดวงใจ สิทธิไชย (2521 : 109) ได้ศึกษา เรื่องการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 882 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนส่วนมากใช้เวลาว่างในการอ่านหนังสือ เพื่อหาความรู้และความบันเทิง การหารายได้พิเศษมีน้อย โดยการทำฝีมือ และพับถุงกระดาษขาย ด้านกีฬาสนใจเล่นฟุตบอลและบาสเกตบอล คนตรีที่ชอบคือ กีตาร์ และกลอง ด้านการท่องเที่ยวชอบไปชายหาด ด้านการทำงานอดิเรกส่วนมากจะเป็นผู้รับบริการมากกว่าเป็นผู้ลงมือทำหรือสร้างสรรค์ด้วยตนเอง นอกจากนี้ยังพบว่าเพศกับการใช้เวลาในการใช้เวลาที่แตกต่างกัน จากการศึกษพบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงใช้เวลาที่แตกต่างกัน

ทั้งทางด้านการเรียน การเล่นเกม การเล่นดนตรี การช่วยทำงานบ้าน การฟังวิทยุ ชมโทรทัศน์และ ภาพยนตร์ การทัศนศึกษา และการทำงานอดิเรก

ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธ์ (2523 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษา เรื่อง การใช้เวลาว่างและกิจกรรม นันทนาการ ของประชากรกรุงเทพมหานคร ตลอดจนปัญหาการใช้เวลาว่างในแหล่งนันทนาการ ที่จัดโดยรัฐและเอกชน ข้อมูลที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ประกอบด้วย ข้อมูลที่ได้จากหน่วยราชการ ต่าง ๆ เช่น สำนักผังเมือง กระทรวงมหาดไทย และสำนักสวัสดิการสังคม กรุงเทพมหานคร ข้อมูล ที่ได้จากแบบสอบถามที่สร้างขึ้นและนำไปถามประชากรกรุงเทพมหานคร ซึ่งได้มาโดยวิธีสุ่มตัว อย่างแบบแบ่งเป็นเขต (Cluster Random Sampling) ตามการแบ่งเป็นท้องที่การศึกษา จำนวน 5 ท้องที่ของกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ เป็นกลุ่มตัวอย่างประชากรทั้งสิ้น 500 คน ได้ แบบสอบถามกลับคืนมาทั้งสิ้น คิดเป็นร้อยละ 89.20 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยวิธีใช้ระเบียบ ทางสถิติ หาค่าเฉลี่ยและค่าร้อยละ ผลการวิจัยพบว่า ประชากรในกรุงเทพมหานคร มีจุดมุ่งหมาย ในการใช้เวลาว่างหลายประการ คือ เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดของร่างกาย เพื่อสุขภาพและความ สมบูรณ์ของร่างกาย เพื่อให้จิตใจสดชื่นแจ่มใส เพื่อแสวงหาความสุขร่วมกับครอบครัว เพื่อความ สนุกสนานเพลิดเพลิน และเพื่อการศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมตามลำดับ ช่วงเวลาที่ประชากร กรุงเทพมหานครมีเวลาว่างมักเป็นเวลาหลังจาก 18 นาฬิกา และมีเวลาว่างมากที่สุดในวันเสาร์และ วันอาทิตย์ ตามลำดับ กิจกรรมนันทนาการที่ประชากรกรุงเทพมหานครประกอบเป็นประจำ ได้แก่ การดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ และอ่านหนังสือ นอกจากนั้นมักชอบไปเดินชมและซื้อสินค้าตามห้างสรรพสินค้า ศูนย์การค้า ตลาดนัด โรงมหรสพและสนามกีฬาต่างๆ แหล่งนันทนาการที่ประชากร กรุงเทพมหานคร ต้องการให้กรุงเทพมหานครจัดให้มากที่สุด คือ สวนสาธารณะ สนามกีฬา ประเภทต่าง ๆ ตลาดนัดห้องสมุด สระว่ายน้ำ สนามเด็กเล่น และสวนหย่อม ในช่วงเดือนมกราคม ปี พ.ศ. 2523 ประชากรกรุงเทพมหานครไปใช้เวลาว่างในสวนสัตว์ดุสิต และห้องสมุดประชาชน มากตามลำดับ และได้สรุปการสำรวจไว้ดังนี้

1. ชมรายการโทรทัศน์	ร้อยละ 69
2. ฟังรายการวิทยุ	ร้อยละ 64
3. อ่านหนังสือวรรณกรรม	ร้อยละ 56
4. สนทนาและเล่นกับลูกและครอบครัว	ร้อยละ 37
5. ตกแต่งบ้านเรือน งานอดิเรก	ร้อยละ 62
6. เดินชมและซื้อของตามห้างสรรพสินค้า	ร้อยละ 33
7. เล่นกีฬา และดนตรี	ร้อยละ 30

กิจกรรมนันทนาการในช่วงวันสุดสัปดาห์ที่ชาวกรุงเทพมหานคร ให้ความนิยม ดังต่อไปนี้

1. ดูแลปรับปรุงบ้าน ปลุกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์	ร้อยละ 94
2. ชมรายการโทรทัศน์	ร้อยละ 73
3. เยี่ยมญาติ เพื่อน	ร้อยละ 60
4. อ่านหนังสือวรรณกรรม	ร้อยละ 53
5. งานอดิเรก เย็บปักถักร้อย	ร้อยละ 50
6. ท่องเที่ยวต่างจังหวัด ค่ายพักแรม	ร้อยละ 37
7. ชมรายการมหรสพ และสวนสาธารณะ	ร้อยละ 36
8. เล่นดนตรี และกีฬา	ร้อยละ 34
9. เดินชมและซื้อของตามห้างสรรพสินค้า	ร้อยละ 34
10. ไปทำบุญ	ร้อยละ 21

สำหรับแหล่งนันทนาการที่ชาวกรุงเทพมหานคร เข้าร่วมมากที่สุด ได้แก่

1. ศูนย์การค้า และห้างสรรพสินค้า	ร้อยละ 37
2. ตลาดนัด	ร้อยละ 26
3. โรงมหรสพ	ร้อยละ 26
4. สวนสาธารณะ และสนามเด็กเล่น	ร้อยละ 18
5. สนามกีฬา และสระว่ายน้ำ	ร้อยละ 14
6. วัดและโบสถ์ทางศาสนา	ร้อยละ 14
7. สวนสนุก	ร้อยละ 9
8. ห้องสมุดประชาชน	ร้อยละ 4

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2523 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษา เรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมที่นักเรียนสนใจและทำมากที่สุดในเวลาว่าง คือ กิจกรรมบันเทิง รองลงมาคือกิจกรรมกีฬา และกิจกรรมการอ่านหนังสือ นักเรียนใช้เวลาว่างส่วนมากที่โรงเรียน โดยเข้าร่วมกิจกรรม ทัศนศึกษา และกีฬา ซึ่งเป็นกิจกรรมที่โรงเรียนจัดให้ หลังโรงเรียนเลิก กิจกรรมที่นักเรียนทำมากที่สุดคือ การพูดคุยกับเพื่อน ประเภทของกิจกรรมกีฬาที่นักเรียนชอบมากที่สุดคือ ว่ายน้ำ จักรยาน แบดมินตัน เกม ต่อสู้ป้องกันตัว ฟุตบอล และวอลเลย์บอล ส่วนปัญหาที่นักเรียนประสบในการใช้เวลาว่างคือ เวลา อุปกรณ์ และสถานที่ ไม่เพียงพอจากการทดสอบค่าที พบว่า นักเรียนชายกับนักเรียนหญิง และนักเรียนโรงเรียนราษฎร์ กับนักเรียนโรงเรียนรัฐบาล มีความสนใจเกี่ยวกับการใช้กิจกรรมในเวลาว่างนอกเวลาเรียนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 ยกเว้นกิจกรรมกีฬา ศิลปหัตถกรรมและประดิษฐ์สิ่งของจากการ

วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว พบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษา ใช้เวลาว่างนอกเวลาเรียนไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

สำเร็จ จันทรโอกุล (2524 : 119) ได้ศึกษาเรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในสังกัดสำนักงานการศึกษากรุงเทพมหานคร ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการเรียน การอ่านหนังสือ การทำงานอดิเรกประเภทที่ต้องลงมือสร้างสรรค์เอง มีน้อย นักเรียนส่วนใหญ่สนใจอ่านหนังสือพิมพ์รายวันและการ์ตูนมากกว่าหนังสือประเภทอื่น

มาหาวิ สมบุญ (2535 : 198 – 199) ได้ศึกษาเรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษา จังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชายกับนักเรียนหญิงมีความแตกต่างในการเลือกทำกิจกรรม เรื่อง การดูโทรทัศน์ การเล่นเกม การช่วยทำงานบ้าน การละเล่น โดยการดูโทรทัศน์ โดยการดูรายการโทรทัศน์นักเรียนชายดูรายการกีฬา เช่น มวย ฟุตบอล การ์ตูน ประเภทที่มีการต่อสู้ นักเรียนหญิงดูการ์ตูนประเภทเทพนิยาย และพบอีกว่ารายการที่นักเรียนชายและนักเรียนหญิงชอบดูคล้ายคลึงกัน คือ การ์ตูน เกมโชว์ คอนเสิร์ต และละครโทรทัศน์ จะเห็นว่านักเรียนชายและนักเรียนหญิงใช้เวลาต่างกันในเรื่องการช่วยทำงานบ้าน การเล่นเกม การฟังวิทยุ การชมโทรทัศน์ การชมภาพยนตร์ การเล่นเกม และเกม

เกศแก้ว ศรีงาม (2537 : 98 – 99) ได้ศึกษาเรื่อง ความแตกต่างของการใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการ ของเยาวชนไทย ผลการวิจัยพบว่า เพศ ไม่มีอิทธิพลทำให้เยาวชนไทยใช้เวลาว่างในการอ่านหนังสือพิมพ์ การอ่านหนังสือ การเล่นเกมหรือออกกำลังกาย การเดินศูนย์การค้า และการทำงานอดิเรกต่าง ๆ แตกต่างกัน

มานะ หมอชาติ (2540 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย ของนักเรียนนายเรืออากาศ จำนวน 700 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศ ส่วนมากมีความต้องการวิชาเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อออกกำลังกาย ความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุดคือ มีภาพยนตร์หรือเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอ ๆ ความรู้เกี่ยวกับเทคนิค และทักษะการออกกำลังกาย เชี่ยวชาญการมาบรรยายสาธิตในหลักการวิธีใหม่ ๆ ให้แก่สมาชิกได้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ หน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นักเรียน นายเรืออากาศส่วนมากมีความต้องการการออกกำลังกายเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย โดยมีความต้องการกิจกรรมกีฬาตามลำดับดังนี้ แบดมินตัน ฟุตบอล โบว์ลิ่ง ยิงปืน ยิงธนู เทนนิส เทเบิลเทนนิส บาสเกตบอล วอลเลย์บอล เซปักตะกร้อ วูตวูต รักบี้ฟุตบอล ตามลำดับ และความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย ได้แก่ สถานที่ออกกำลังกายในร่ม สถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้งควรมีไฟฟ้า สนาม สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ตู้เก็บเสื้อผ้า(Locker)

สำหรับผู้ให้บริการมีการบริการจำหน่ายอาหารและเครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย อุปกรณ์กีฬา มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

ปีพ.ศ. 2540 (2540 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การใช้เวลาวางด้วยการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย ของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนล่างจำนวน 400 คน เป็นชาย 200 คน เป็นหญิง 200 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. ประชาชนส่วนมากที่ใช้เวลาวางด้วยการเล่นกีฬาและออกกำลังกายมีอายุระหว่าง 15 – 25 ปี มีวุฒิการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ไม่ได้ประกอบอาชีพและยังไม่มีรายได้
2. ประชาชนส่วนมากได้รับข่าวสารความรู้ เกี่ยวกับการเล่นกีฬาและออกกำลังกายจาก โทรทัศน์ เล่นกีฬา และออกกำลังกายทั้งในวันธรรมดาและวันหยุดมากที่สุด ใช้เวลา 1 – 2 วัน / สัปดาห์ และใช้เวลาในแต่ละครั้ง 10 – 30 นาที ในช่วงเวลา 16.00 – 19.00 น. ใช้สนามกีฬาของ โรงเรียนหรือของหมู่บ้านเป็นที่เล่นกีฬาและออกกำลังกายมากที่สุด กิจกรรมในร่มที่นิยมมากที่สุด คือ วอลเลย์บอล กิจกรรมกลางแจ้งที่นิยมมากที่สุดคือ วิ่งเหยาะมากที่สุด แต่กีฬาที่สนใจมากที่สุด คือ ฟุตบอล
3. ประชาชนมีจุดมุ่งหมายของการเล่นกีฬา และออกกำลังกายเพื่อให้มีสุขภาพดีมากที่สุด
4. ประชาชนมีปัญหาการเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย ด้านสถานที่คือ สถานที่ไม่เพียงพอ ด้านอุปกรณ์ คือ อุปกรณ์ไม่เพียงพอ ปัญหาส่วนตัวของประชาชนที่อยู่ในระดับมากที่สุด คือ เวลาวางไม่เพียงพอที่จะใช้ในการเล่นกีฬา และออกกำลังกาย
5. ความต้องการรับบริการในการเล่นกีฬา และออกกำลังกายของประชาชนในเขต ภาคเหนือตอนล่าง ด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกและด้านบุคลากรผู้ให้บริการอยู่ใน ระดับมากที่สุดสองด้าน
6. จากการทดสอบค่าที พบว่า ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก ระหว่างประชาชนชาย กับประชาชนหญิง มีความต้องการ ไม่แตกต่างกัน และความต้องการด้าน บุคลากรผู้ให้บริการโดยรวม ไม่มีความแตกต่างกัน ยกเว้นความต้องการให้มีบุคลากรคอยให้คำแนะนำในการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย และให้มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสนามกีฬา และสถานที่ออกกำลังกาย ประชาชนหญิงมีความต้องการมากกว่าประชาชนชาย
7. จากการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว พบว่า ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และบุคลากรผู้ให้บริการระหว่างกลุ่มอายุ ไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายคู่โดยวิธีเชฟเฟ้ พบว่า ประชาชนกลุ่มอายุ 15-25 ปี กับประชาชนกลุ่มอายุ 26-35 ปี และ ประชาชนกลุ่มอายุ 15-25 ปี กับประชาชนกลุ่มอายุ 56 ปีขึ้นไป มีความต้องการด้านการให้มีห้องเก็บและซ่อมอุปกรณ์โดยเฉพาะ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ธัญญารัตน์ วงษ์สมัย (2542 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็น
นักเรียน ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี รวม 396 คน เป็นชาย 198 คน เป็น
หญิง 198 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. บิดา มารดา และผู้ปกครองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดสระบุรี
ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ส่วนใหญ่ มีรายได้รวมเฉลี่ย 3,001 – 6,000 บาท ต่อเดือน
และมีอาชีพรับจ้าง
2. นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี
ใช้เวลาว่างในด้านการทำนันทนาการที่บ้านอยู่ในระดับมาก และกิจกรรมที่นิยมมากตามลำดับ คือ ชักรีด
เสื้อผ้า กวาดดูบ้าน ถ้างาน หุงหาอาหาร ส่วนช่วงเวลาที่ใช้ทำงานบ้าน คือ เวลา 16.00–17.00 น.
ต่อจากนั้นใช้ช่วงเวลา 17.00 – 18.00 น. ทำกิจกรรมการเรียน การออกกำลังกายและเล่นกีฬา
และงานอดิเรก ตามลำดับ
3. นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี
ปฏิบัติกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียน อยู่ในระดับน้อย นิยมมากโดยลำดับคือ ทำการบ้าน ทำรายงาน
ทบทวนการบ้านที่เรียนมาแล้ว
4. การใช้เวลาว่างโดยรวมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาส
ทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี ที่อยู่ในระดับน้อยมากที่สุด คือ การออกกำลังกายและเล่นกีฬา และ
งานอดิเรก เช่น ดูโทรทัศน์ ฟุตบอล ฟังวิทยุ และไม่ได้ใช้เวลาว่างในการหารายได้พิเศษแต่อย่างใด
5. เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง ในระดับมัธยมศึกษา
ตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ .05
6. นักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัด
สระบุรี ใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา หารายได้พิเศษ งานอดิเรก การเรียน ไม่
แตกต่างกัน แต่ใช้เวลาในด้านการช่วยงานบ้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าว สามารถที่จะอ้างอิงได้ว่าการใช้
เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการทั้ง 4 ด้าน ประกอบด้วยกิจกรรมการออกกำลังกายและ
เล่นกีฬา กิจกรรมด้านงานอดิเรก กิจกรรมด้านการท่องเที่ยว และกิจกรรมด้านวรรณกรรม
ล้วนแล้วแต่เป็นกิจกรรมนันทนาการที่สร้างสรรค์ มีคุณประโยชน์ และมีความสำคัญในการที่จะ

ส่งเสริม และพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา สร้างความสำเร็จในการปฏิบัติงาน และสามารถพัฒนาการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์กับเด็กและเยาวชนในชาติได้เป็นอย่างดี ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงเกิดแนวคิดที่จะศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เพื่อให้ทราบผลในเชิงลึกต่อไป

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ผู้วิจัยได้นำแนวคิด ทฤษฎี และผลงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องมาเป็นแนวทางในการสำรวจ เพื่อศึกษา การใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการตามลำดับ ดังต่อไปนี้

1. การกำหนดประชากร และการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำ และการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากร และการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียน สหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 จำนวน 5 โรงเรียน มีนักเรียน จำนวน 8,856 คน

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่ม โรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 จำนวน 600 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ตามลำดับต่อไปนี้

1. ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยเปิดตารางของ เครซีและมอร์แกน (Krejcie and Morgan.1970 : 607 – 610) ที่ 9,000 คน ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 368 คน เพื่อให้ได้ ข้อมูลที่สมบูรณ์ และมีผลใช้ในการเปรียบเทียบค่าทางสถิติ ของนักเรียนห้องเก่ง กับห้องอ่อน ผู้วิจัยจึงเลือกใช้กลุ่มตัวอย่างเพิ่ม เป็นจำนวน 600 คน

2. การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

2.1 โดยใช้วิธีเลือกโรงเรียนทั้งหมด ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัด กรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 5 โรงเรียน ได้แก่

2.1.1 โรงเรียนดอนเมืองทหารอากาศบำรุง

2.1.2 โรงเรียนดอนเมืองจตุรจินดา

2.1.3 โรงเรียนสีกัน (พัฒนานันท์อุปถัมภ์)

2.1.4 โรงเรียนฤทธิยะวรรณาลัย

2.1.5 โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบางเขน

2.2 แต่ละโรงเรียนแบ่งตามระดับชั้นเรียน คือชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 แต่ละระดับชั้น เลือกระดับชั้นละ 2 ห้อง คือ ห้องที่นักเรียนได้ระดับคะแนนสูงกว่าห้องอื่น ๆ (ห้องเก่ง) กับห้องที่นักเรียนได้ระดับคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่าห้องอื่น ๆ (ห้องอ่อน) ได้จำนวน 30 ห้อง และคัดเลือกนักเรียนที่เป็นตัวแทนห้องโดยวิธีการสุ่มแบบง่าย(Simple Random Sampling)ด้วยวิธีการจับฉลาก ได้ตัวแทนห้องละ 20 คน รวมนักเรียนทั้งหมด 600 คน ดังปรากฏตามตาราง 1

ตาราง 1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามโรงเรียน ระดับชั้น ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียน สหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

ชื่อโรงเรียน	ประชากร						กลุ่มตัวอย่าง					
	ม.1		ม.2		ม.3		ม.1		ม.2		ม.3	
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง
1. คอนเมืองทหารอากาศบำรุง	313	311	337	335	322	271	20	20	20	20	20	20
2. คอนเมืองจตุรจินดา	351	356	341	297	258	266	20	20	20	20	20	20
3. สีกัน (วัฒนานันท์อุปถัมภ์)	257	249	258	198	232	235	20	20	20	20	20	20
4. ฤทธิยะวรรณาลัย	392	401	414	353	353	391	20	20	20	20	20	20
5. รัตนโกสินทร์สมโภชบางเขน	255	253	235	245	182	195	20	20	20	20	20	20
รวม	1568	1570	1585	1428	1347	1358	100	100	100	100	100	100
	3,138		3,013		2705		200		200		200	
	8,856						600					

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ลักษณะของเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แบ่งออกเป็น

2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถาม ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ ระดับชั้น ประเภทห้องเรียน ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ(Check List)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถาม การใช้เวลาว่างของนักเรียน 4 ด้าน ประกอบด้วย

1. การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
2. การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก
3. การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว
4. การใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรม

ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบเติมคำลงในช่องว่าง โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกกิจกรรมนันทนาการ ที่ตนเองปฏิบัติด้วยการเขียนเวลาลงในช่องว่างของวันที่ตนเองปฏิบัติ และเขียนตัวเลขลงในช่องว่างของสถานที่ ที่ตนเองปฏิบัติกิจกรรมนั้น ๆ

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบสอบถามตามขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษาจากเอกสาร วารสาร ตำรา ทฤษฎี และงานวิจัยทั้งในต่างประเทศและในประเทศ ที่เกี่ยวข้องกับการใช้ เวลาว่าง นำมาปรับใช้ตามความเหมาะสม
2. ศึกษาหลักเกณฑ์ และวิธีการสร้างเครื่องมือ จากหนังสือวัดผลการศึกษาและการประเมินผลทางผลศึกษาและนันทนาการ และเอกสารตลอดทั้งงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง
3. กำหนดขอบเขต และโครงสร้าง เนื้อหา และกิจกรรม นำมาสร้างเป็นแบบสอบถามการใช้เวลาว่างให้ครบทั้ง 4 ด้าน เพื่อให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัย
4. สร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง

การหาคุณภาพของเครื่องมือ

1. นำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จแล้ว ให้ประธานกรรมการควบคุมปริญญาบัณฑิตตรวจสอบ และนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสม

2. หาค่าความเที่ยงตรง (Validity) นำแบบสอบถามไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน (รายละเอียดอยู่ในภาคผนวก) เพื่อตรวจสอบและแก้ไขปรับปรุงแบบสอบถามให้มีความเที่ยงตรงตามเนื้อหา แล้วจึงนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วให้ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้งหนึ่งเพื่ดำเนินการต่อไป

3. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน แล้วนำแบบสอบถามมาตรวจสอบความถูกต้อง ดูว่านักเรียนมีความเข้าใจ และตอบแบบสอบถามได้ถูกต้อง

5. นำแบบสอบถามไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย ส่งถึงผู้อำนวยการโรงเรียนในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 5 โรงเรียน เพื่อขออนุมัติทำการศึกษาวิจัยเรื่องการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี กรุงเทพมหานคร

2. ผู้วิจัยติดต่อผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ อาจารย์ที่ทำหน้าที่เป็นหัวหน้าระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 และอาจารย์ที่ปรึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ของโรงเรียนในกลุ่มสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร เพื่อชี้แจงขั้นตอนการวิจัย และขอเก็บข้อมูลนักเรียน

4. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยแจกแบบสอบถามให้นักเรียนทำใช้เวลา 1 ชั่วโมง

4. นำข้อมูลที่ได้มาจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

การจัดกระทำข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมาวิเคราะห์โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมประมวลผลข้อมูลสำเร็จรูป ตามขั้นตอน ดังนี้

1. คัดเลือกแบบสอบถามที่สมบูรณ์แล้วนำมาลงรหัส
2. วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์

2.1 แบบสอบถามตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามมาวิเคราะห์
มีขั้นตอนดังนี้

2.1.1 วิเคราะห์แจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปตาราง
ประกอบความเรียง

2.2 แบบสอบถามตอนที่ 2 ข้อมูลการใช้เวลารว่างของผู้ตอบแบบสอบถามมาวิเคราะห์
มีขั้นตอนดังนี้

2.2.1 วิเคราะห์แจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่ามัธยฐาน ค่าฐานนิยม ค่าสูงสุด
ค่าต่ำสุด แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง โดยให้ค่ามัธยฐานเป็นหลักสำหรับเวลา
ส่วนกิจกรรมและสถานที่ จะใช้ค่าฐานนิยมเป็นหลัก

2.3 เปรียบเทียบการใช้เวลารว่างของกลุ่มตัวอย่างโดยสรุป ลงตารางเปรียบเทียบ
ประเภทค่าร้อยละ และเวลาของการใช้เวลารว่าง

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อการศึกษาวิจัย ใช้สถิติดังนี้

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน

1.1 หาค่าร้อยละ

2. ค่ามัธยฐาน (Median) หมายถึง ค่าที่มีตำแหน่งอยู่ตรงกลางของข้อมูลทั้งหมดเมื่อเรียง
ข้อมูลตามลำดับจากน้อยไปหามาก หรือมากไปหาน้อย ดังนั้นการหาค่ากลางโดยใช้มัธยฐาน
จึงเป็นการใช้ค่าของข้อมูลที่อยู่ตรงกลางเป็นตัวแทนของข้อมูลชุดนั้น (สรชัย พิศาลบุตร.2544 : 85)

3. ค่าฐานนิยม (Mode) หมายถึง ค่ากลางที่บอกให้ทราบว่าค่าใดของข้อมูลมีจำนวนมาก
ที่สุด หรือมีความถี่สูงสุด เกิดบ่อยที่สุด หรือมีซ้ำกันมากที่สุด (สรชัย พิศาลบุตร.2544 : 87)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียน สหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้รวบรวมแบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่าง มีจำนวนทั้งสิ้น 600 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100 แยกเป็นคำตอบจาก นักเรียนชายจำนวน 300 คน นักเรียนหญิงจำนวน 300 คน ผู้วิจัยได้นำข้อมูลวิเคราะห์ข้อมูลโดยดำเนินการตามลำดับ ดังนี้

1. นำแบบสอบถามตอนที่ 1 มาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
2. นำแบบสอบถามตอนที่ 2 มาแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่ามัธยฐาน ค่าฐานนิยม แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
3. เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนเรียน สหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยสรุป กิจกรรมนันทนาการ และเวลาลงในตาราง จำแนกตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น ประเภทห้องเรียน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งเป็น 6 ตอน คือ

ตอนที่ 1 จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์การใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรม

ตอนที่ 6 เปรียบเทียบผลการใช้เวลาว่าง

ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ตอนที่ 1 จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ แบ่งตาม เพศ ระดับชั้น และประเภทของห้องเรียน อย่างละเท่า ๆ กัน ดังตาราง 2

ตาราง 2 จำนวนกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

ชั้น	ประเภทห้องเรียน				รวม
	ห้องเก่ง		ห้องอ่อน		
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	
ม.1	50	50	50	50	200
ม.2	50	50	50	50	200
ม.3	50	50	50	50	200
รวม	150	150	150	150	600

จากตาราง 2 แสดงให้เห็นว่า จำนวนกลุ่มตัวอย่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 600 คน แบ่งเป็นกลุ่มย่อย ๆ กลุ่มละ 50 คน เท่า ๆ กัน

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ได้ผลดังตาราง 3 - 14

ตาราง 3 การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ห้องเก่ง เพศชาย

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ฟุตบอล	17(34)	14(28)	12(24)	13(26)	19(38)	สนามกีฬาโรงเรียน	16(32)	16(32)	บ้าน
เวลาเริ่ม	16.10	16.00	15.15	15.50	16.00		16.15	16.30	
เวลาเลิก	17.30	17.30	16.00	16.30	17.00		17.00	17.00	
2.บาสเกตบอล	6(12)	3(6)	3(6)	3(6)	6(12)	สนามกีฬาโรงเรียน	4(8)	1(2)	บ้าน
เวลาเริ่ม	15.13	15.15	15.00	15.00	15.13		14.00	15.00	
เวลาเลิก	15.25	16.30	15.30	15.30	15.30		15.00	15.30	
3.วอลเลย์บอล	1(2)	1(2)	2(4)	2(4)	1(2)	สนามกีฬาโรงเรียน	1(2)	1(2)	บ้าน
เวลาเริ่ม	15.30	15.30	13.15	13.15	14.30		16.00	17.00	
เวลาเลิก	17.00	17.00	15.05	15.05	16.13		17.00	18.00	
4.เทนนิส	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	บ้าน	1(2)	1(2)	สโมสร
เวลาเริ่ม	16.00	16.00	16.00	05.05	15.30		ไม่แน่นอน	14.30	
เวลาเลิก	17.00	17.00	16.55	05.30	17.00			17.15	
5.เทเบิลเทนนิส	7(14)	7(14)	6(12)	7(14)	7(14)	สนามกีฬาโรงเรียน	5(10)	4(8)	บ้าน
เวลาเริ่ม	16.00	12.05	12.00	11.65	14.30		17.05	16.45	
เวลาเลิก	17.30	13.00	14.00	12.05	15.00		18.30	17.30	
6.แบดมินตัน	9(18)	5(10)	7(14)	4(8)	7(14)	บ้าน	7(14)	13(26)	บ้าน
เวลาเริ่ม	16.30	16.08	15.00	17.00	16.04		16.30	16.30	
เวลาเลิก	17.30	17.00	17.00	17.58	17.15		17.08	17.05	
7.เซปักตะกร้อ	2(4)	1(2)	3(6)	4(8)	2(4)	สนามกีฬาโรงเรียน	1(2)	2(4)	สโมสร
เวลาเริ่ม	17.05	17.30	16.00	10.20	17.30		17.30	16.20	
เวลาเลิก	17.15	18.00	16.30	11.10	19.05		18.30	17.05	
8.ว่ายน้ำ	3(6)	0	2(4)	0	5(10)	สโมสร	13(26)	11(22)	สโมสร
เวลาเริ่ม	17.15		16.15		15.20		16.00	16.00	
เวลาเลิก	18.00		16.50		17.35		18.05	18.05	

ตาราง 3 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
9.มวย เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0	-	0	0	-
10.เดิน แอโรบิก เวลาเริ่ม เวลาเลิก	2(4) 13.15 19.30	2(4) 13.05 18.00	3(6) 16.30 18.15	5(10) 8.30 13.05	2(4) 13.15 19.30	สนามกีฬา โรงเรียน	0	1(2) 18.00 19.00	สนาม กีฬา โรงเรียน
11.อื่นๆ เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	1(2) 17.00 18.00	0	1(2) 17.00 18.00	0	สวน สาธารณะ	1(2) 12.00 13.00	1(2) 12.00 13.00	อื่น ๆ

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 3 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเก่ง เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เล่นฟุตบอล ที่โรงเรียน ระหว่าง 15.15-17.30 น. คิดเป็นร้อยละ 24-38 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เล่นฟุตบอล ที่บ้าน ระหว่าง 16.15-17.00 น. คิดเป็นร้อยละ 32

ตาราง 4 การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ห้องเก่ง เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ฟุตบอล	2(4)	0	0	1(2)	0	สนามกีฬา	3(6)	3(6)	บ้าน
เริ่มเวลา	17.20			17.30		โรงเรียน	17.00	17.00	
เลิกเวลา	18.05			18.30			18.00	17.30	
2.บาส	4(8)	3(6)	4(8)	6(12)	3(6)	บ้าน	4(8)	3(6)	บ้าน
เกตบอล									
เริ่มเวลา	17.15	16.30	17.50	17.00	16.00		17.00	16.30	
เลิกเวลา	18.20	17.30	18.20	18.05	17.00		18.20	17.15	
3.วอลเลย์	4(8)	2(4)	3(6)	5(10)	2(4)	บ้าน	4(8)	3(6)	บ้าน
บอล									
เริ่มเวลาเล็ก	16.00	16.05	16.00	15.30	16.15		16.00	16.15	
เวลา	17.00	16.30	16.30	16.30	17.20		17.05	17.15	
4.เทนนิส	2(4)	1(2)	0	2(4)	2(4)	สโมสร	1(2)	1(2)	สโมสร
เริ่มเวลา	12.30	15.00		11.50	16.23		18.00	17.00	
เลิกเวลา	14.00	17.00		13.13	19.05		19.00	18.00	
5.เทเบิล	2(4)	2(4)	0	12(24)	1(2)	สนามกีฬา	2(4)	0	บ้าน
เทนนิส						โรงเรียน			
เริ่มเวลา	15.15	13.05		12.50	15.00		17.50		
เลิกเวลา	16.05	13.50		13.20	16.30		18.00		
6.แบด	8(16)	7(14)	6(12)	7(14)	7(14)	บ้าน	22(44)	17(34)	บ้าน
มินตัน									
เริ่มเวลา	16.05	16.30	17.00	17.00	17.00		16.30	16.30	
เลิกเวลา	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00		18.00	18.00	
7.เซปัก	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	สวน	2(4)	1(2)	สโมสร
ตะกร้อ						สาธารณะ			
เริ่มเวลา	16.00	16.00	16.00	16.00	16.00		16.00	16.00	
เลิกเวลา	17.00	17.00	17.00	17.00	17.00		17.05	17.00	
8.ว่ายน้ำ	2(4)	2(4)	2(4)	1(2)	2(4)	สโมสร	9(18)	8(16)	สโมสร
เริ่มเวลา	16.50	18.05	17.00	17.00	17.05		15.45	16.58	
เลิกเวลา	17.50	19.05	18.00	18.00	17.50		17.10	18.00	

ตาราง 4 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
9.มวย เริ่มเวลา เลิกเวลา	0	0	0	0	0	-	1(2) 17.30 18.30	0	สนามกีฬา หมู่บ้าน
10. เดิน แอโรบิก เริ่มเวลา เลิกเวลา	5(10) 18.00 19.00	4(8) 17.00 18.15	5(10) 17.15 19.00	16(32) 10.18 11.10	5(10) 17.30 18.45	สนามกีฬา โรงเรียน	5(10) 17.30 19.00	4(8) 18.05 18.50	สนามกีฬา หมู่บ้าน
11.อื่นๆ เริ่มเวลา เลิกเวลา	1(2) 17.00 20.30	1(2) 17.00 20.30	0	0	0	สวน สาธารณะ	0	0	-

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 4 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องแก่ง เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เล่นแบดมินตัน ที่บ้าน ระหว่าง 16.05-18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 14-16 ยกเว้น วันพฤหัสบดี ที่มีเดินแอโรบิก ที่โรงเรียน ระหว่างเวลา 10.18-11.10 น. คิดเป็นร้อยละ 32 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เล่นแบดมินตัน ที่บ้าน ระหว่าง 16.30-18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 34-44

ตาราง 5 การใช้เวลาวางด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ห้องอ่อน เพศชาย

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ฟุตบอล	24(48)	18(36)	19(38)	17(34)	18(36)	สนามกีฬา	23(46)	20(40)	สนามกีฬา
เริ่มเวลา	16.05	15.15	15.00	15.00	15.15	โรงเรียน	15.00	16.05	หมู่บ้าน
เลิกเวลา	17.50	17.00	16.00	17.30	17.00		18.00	17.15	
2.บาส	3(6)	2(4)	3(6)	3(6)	1(2)	บ้าน	2(4)	3(6)	สนามกีฬา
เทคบอล									หมู่บ้าน
เริ่มเวลา	16.00	17.50	16.43	16.00	16.00		18.00	19.00	
เลิกเวลา	17.00	18.24	18.46	17.00	17.00		19.00	19.45	
3.วอลเลย์	2(4)	1(2)	3(6)	2(4)	3(6)	สนามกีฬา	2(4)	1(2)	บ้าน
บอล						โรงเรียน			
เริ่มเวลา	15.15	15.10	14.30	15.15	14.30		15.00	14.00	
เลิกเวลา	16.25	17.50	15.30	16.40	15.30		16.50	15.00	
4.เทนนิส	1(2)	0	1(2)	1(2)	0	สโมสร	3(6)	2(4)	สโมสร
เริ่มเวลา	16.00		20.00	18.00			10.30	13.50	
เลิกเวลา	18.00		23.00	20.00			12.30	16.15	
5.เทเบิล	8(16)	5(10)	6(12)	5(10)	5(10)	สนามกีฬา	5(10)	4(8)	บ้าน
เทนนิส						โรงเรียน			
เริ่มเวลา	14.00	15.00	13.20	16.00	15.20		13.30	16.05	
เลิกเวลา	17.15	15.30	14.25	16.30	16.30		14.30	16.15	
6.แบด	1(2)	0	1(2)	0	2(4)	บ้าน	8(16)	2(4)	บ้าน
มินตัน									
เริ่มเวลา	16.30		16.00		16.15		15.50	15.08	
เลิกเวลา	17.30		17.00		17.05		16.50	17.15	
7.เซปัก	1(2)	0	0	1(2)	0	บ้าน	2(4)	1(2)	สวน
ตะกร้อ									สาธารณะ
เริ่มเวลา	17.00			10.30			14.00	15.00	
เลิกเวลา	17.30			11.30			17.05	17.00	
8.ว่ายน้ำ	0	1(2)	0	0	0	บ้าน	5(10)	3(6)	บ้าน
เริ่มเวลา		17.00					12.00	12.00	
เลิกเวลา		18.00					13.00	13.00	

ตาราง 5 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
9.มวย เริ่มเวลา เลิกเวลา	0	0	0	0	0	-	0	0	-
10. เต้น แอโรบิก เริ่มเวลา เลิกเวลา	0	0	0	0	0	-	0	0	-
11.อื่นๆ เริ่มเวลา เลิกเวลา	0	0	0	0	0	-	0	0	-

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 5 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องอ่อน เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เล่นฟุตบอล ที่โรงเรียน ระหว่าง 15.05-17.50 น. คิดเป็นร้อยละ 34-48 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เล่นฟุตบอล ที่สนามกีฬาหมู่บ้าน ระหว่าง 15.00-18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 40-46

ตาราง 6 การใช้เวลาวางด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ห้องอ่อน เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ฟุตบอล	0	2(4)	0	0	1(2)	สนามกีฬา	4(8)	2(4)	บ้าน
เวลาเริ่ม		16.20			15.00	โรงเรียน	16.15	12.15	
เวลาเลิก		17.15			17.00		17.15	13.15	
2.บาส	5(10)	2(4)	3(6)	3(6)	2(4)	บ้าน	2(4)	1(2)	บ้าน
เทตบอล									
เวลาเริ่ม	17.30	16.50	16.00	15.00	18.15		18.00	17.30	
เวลาเลิก	18.00	17.50	18.00	16.00	18.58		20.30	18.00	
3.วอลเลย์บอล	5(10)	2(4)	2(4)	6(12)	1(2)	บ้าน	4(8)	5(10)	บ้าน
เวลาเริ่ม									
เวลาเลิก	16.00	16.58	17.05	15.05	16.00		15.05	15.00	
	18.00	17.23	17.15	16.10	18.00		16.00	17.00	
4.เทนนิส	0	0	0	0	0	-	0	1(2)	สโมสร
เวลาเริ่ม								18.00	
เวลาเลิก								19.00	
5.เทเบิล	6(12)	4(8)	4(8)	4(8)	4(8)	สนามกีฬา	3(6)	3(6)	บ้าน
เทนนิส						โรงเรียน			
เวลาเริ่ม	12.58	14.15	14.05	13.00	13.15		17.00	17.00	
เวลาเลิก	13.58	15.00	15.00	14.05	14.00		18.00	18.00	
6.แบดมินตัน	12(24)	6(12)	7(14)	7(14)	4(8)	บ้าน	16(32)	14(28)	บ้าน
เวลาเริ่ม	16.00	17.15	17.00	17.00	17.20		16.00	16.00	
เวลาเลิก	18.00	18.50	18.30	18.00	18.50		17.50	18.00	
7.เซปัก	0	1(2)	0	0	0	สนาม	0	1(2)	สนาม
ตะกร้อ						กีฬา			
เวลาเริ่ม		16.00				หมู่บ้าน		16.00	
เวลาเลิก		17.00						17.00	
8.ว่ายน้ำ	2(4)	2(4)	1(2)	1(2)	3(6)	สโมสร	7(14)	7(14)	สโมสร
เวลาเริ่ม	16.15	17.05	16.30	16.30	17.00		13.00	15.00	
เวลาเลิก	17.50	17.50	17.00	17.00	18.00		14.00	17.00	

ตาราง 6 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
9.มวย เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0	-	0	0	-
10. เดิน แอโรบิก เวลาเริ่ม เวลาเลิก	4(8) 18.15 19.00	2(4) 18.15 19.15	2(4) 18.15 19.15	9(18) 16.00 17.50	1(2) 18.30 19.30	สนามกีฬา โรงเรียน	4(8) 17.50 18.50	5(10) 17.00 18.00	สนาม กีฬา หมู่บ้าน
11.อื่นๆ เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0	-	0	0	-

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 6 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องอ่อน เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เล่นแบดมินตัน ที่บ้าน ระหว่าง 16.00-18.50 น. คิดเป็นร้อยละ 8-24 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เล่นแบดมินตัน ที่บ้าน ระหว่าง 16.00-18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 28-32

ตาราง 7 การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
ห้องแก่ง เพศชาย

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ฟุตบอล		12(24)	11(22)	8(16)	8(16)	13(26)	บ้าน	16(32)	11(22)	บ้าน
เริ่มเวลา		16.30	16.30	16.10	16.20	17.00		16.00	16.00	
เลิกเวลา		18.00	18.00	17.20	17.15	18.30		18.00	18.00	
2.บาสเกตบอล		8(16)	9(18)	8(16)	10(20)	9(18)	สนามกีฬา โรงเรียน	1(2)	1(2)	สนามกีฬา หมู่บ้าน
เริ่มเวลา		16.13	15.45	16.13	15.38	15.45		18.00	18.00	
เลิกเวลา		17.00	17.00	17.00	17.00	17.00		21.00	21.00	
3.วอลเลย์บอล		1(2)	2(4)	1(2)	11(22)	1(2)	สนามกีฬา โรงเรียน	2(4)	2(4)	บ้าน
เริ่มเวลา		16.00	15.20	16.00	9.30	16.00		15.05	15.05	
เลิกเวลา		17.00	16.20	17.00	10.20	17.00		16.20	16.20	
4.เทนนิส		2(4)	0	1(2)	1(2)	1(2)	สโมสร	5(10)	5(10)	สโมสร
เริ่มเวลา		15.50		15.30	14.30	13.30		13.30	13.30	
เลิกเวลา		17.50		18.00	15.00	16.30		14.30	15.00	
5.เทเบิลเทนนิส		5(10)	6(12)	5(10)	4(8)	5(10)	สนามกีฬา โรงเรียน	6(12)	3(6)	บ้าน
เริ่มเวลา		15.30	8.40	16.00	15.30	15.30		15.05	15.00	
เลิกเวลา		16.00	9.30	16.30	16.15	16.00		16.05	16.30	
6.แบดมินตัน		7(14)	7(14)	6(12)	4(8)	5(10)	บ้าน	12(24)	9(18)	บ้าน
เริ่มเวลา		17.00	17.00	17.15	17.05	17.00		17.00	17.00	
เลิกเวลา		18.00	18.00	18.00	18.05	18.00		18.00	18.00	
7.เซปักตะกร้อ		0	2(4)	0	1(2)	0	บ้าน	1(2)	1(2)	บ้าน
เริ่มเวลา			16.50		17.00			17.00	17.00	
เลิกเวลา			18.15		18.30			17.30	17.30	
8.ว่ายน้ำ		0	0	0	0	0	-	7(14)	7(14)	สโมสร
เริ่มเวลา								15.30	15.30	
เลิกเวลา								17.00	17.00	

ตาราง 7 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
9.มวย	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)		1(2)	1(2)	บ้าน
เริ่มเวลา	18.30	18.30	18.30	18.30	18.30	บ้าน	19.00	18.00	
เลิกเวลา	21.00	21.00	21.00	21.00	23.30		23.00	21.00	
10.เต้น แอโรบิก	1(2)	0	1(2)	0	5(10)	สนามกีฬา โรงเรียน	1(2)	2(4)	สนามกีฬา โรงเรียน
เริ่มเวลา	19.00		19.00		8.20		7.00	13.00	
เลิกเวลา	19.30		19.30		8.30		8.00	14.05	
11.อื่นๆ	2(4)	2(4)	2(4)	2(4)	2(4)		2(4)	2(4)	สนามกีฬา
เริ่มเวลา	19.08	19.08	19.08	19.08	19.08	บ้าน	19.08	19.08	หมู่บ้าน
เลิกเวลา	21.20	21.20	21.20	21.20	21.20		21.20	21.20	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 7 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้างแก่ง เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เล่นฟุตบอล ที่บ้าน ระหว่าง 16.10-18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 16-26 เล่นบาสเกตบอล ที่โรงเรียน ระหว่าง 15.38-17.00 น. คิดเป็นร้อยละ 16-20 วันพฤหัสบดี มีเล่นวอลเลย์บอล ที่โรงเรียน ระหว่าง 9.30-10.20 น. คิดเป็นร้อยละ 22 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ และเล่นฟุตบอล ที่บ้าน ระหว่าง 16.00-18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 22-32

ตาราง 8 การใช้เวลาวางด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
ห้องเก่ง เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ฟุตบอล เริ่มเวลา เลิกเวลา	0	0	0	0	0	-	1(2) 15.00 16.00	0	บ้าน
2.บาส เกตบอล เริ่มเวลา เลิกเวลา	1(2) 15.30 16.30	2(4) 16.05 16.30	2(4) 16.05 16.30	2(4) 16.05 16.30	2(4) 16.05 16.30	บ้าน	3(6) 15.30 17.15	1(2) 15.30 19.05	บ้าน
3.วอลเลย์ บอล เริ่มเวลา เลิกเวลา	0	0	3(6) 17.30 18.30	10(20) 9.30 10.20	0	สนามกีฬา โรงเรียน	5(10) 17.00 17.30	3(6) 16.30 18.00	สโมสร
4.เทนนิส เริ่มเวลา เลิกเวลา	0	1(2) 17.25 17.35	1(2) 17.20 17.30	0	0	-	1(2) 9.00 11.00	1(2) 10.00 12.10	สโมสร
5.เทเบิล เทนนิส เริ่มเวลา เลิกเวลา	1(2) 8.00 9.30	8(16) 8.40 9.30	0	0	1(2) 15.30 16.30	สนามกีฬา โรงเรียน	1(2) 15.00 15.30	1(2) 14.30 15.00	สนาม กีฬา โรง เรียน
6.แบด มินตัน เริ่มเวลา เลิกเวลา	8(16) 16.15 17.00	4(8) 13.30 14.30	5(10) 16.00 18.00	2(4) 16.52 18.15	3(6) 17.00 18.00	บ้าน	12(24) 16.15 17.30	14(28) 16.15 18.05	บ้าน
7.เซปัก ตะกร้อ เริ่มเวลา เลิกเวลา	1(2) ไม่ แน่ นอน	0	0	0	0	สโมสร	0	1(2) 15.00 17.00	สโมสร
8.ว่ายน้ำ เริ่มเวลา เลิกเวลา	2(4) 17.50 19.00	2(4) 16.50 18.00	1(2) 17.00 19.00	2(4) 17.00 19.00	2(4) 16.50 18.00	สโมสร	7(14) 11.30 15.00	3(6) 16.00 18.15	สโมสร

ตาราง 8 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
9.มวย เริ่มเวลา เลิกเวลา	0	0	0	0	0	-	0	0	-
10. เดิน แอโรบิก เริ่มเวลา เลิกเวลา	1(2) 18.00 19.00	1(2) 18.00 19.00	1(2) 18.00 19.00	1(2) 18.00 19.00	5(10) 8.30 8.45	สนามกีฬา โรงเรียน	2(4) 19.05 20.05	2(4) 18.00 19.00	บ้าน
11.อื่นๆ เริ่มเวลา เลิกเวลา	0	0	0	0	0	-	0	0	-

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 8 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องเก่ง เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เล่นแบดมินตัน ที่บ้าน ระหว่าง 16.00-18.15 น. คิดเป็นร้อยละ 4-16 วันอังคาร มีเล่นเทเบิลเทนนิส ที่โรงเรียน ระหว่างเวลา 8.40-9.30 น. คิดเป็นร้อยละ 16 วันศุกร์ มีการเดินแอโรบิก ที่โรงเรียน ระหว่างเวลา 8.30-8.45 น. คิดเป็นร้อยละ 10 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เล่นแบดมินตัน ที่บ้าน ระหว่าง 16.15-18.05 น. คิดเป็นร้อยละ 24-28

ตาราง 9 การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
ห้องอ่อน เพศชาย

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ฟุตบอล	24(48)	24(48)	25(50)	23(46)	21(42)	สนามกีฬา	19(38)	15(30)	สนามกีฬา
เริ่มเวลา	15.15	15.15	15.00	15.30	16.00	โรงเรียน	16.00	15.00	หมู่บ้าน
เลิกเวลา	17.00	16.30	16.15	17.00	17.00		18.00	17.30	
2.บาส	4(8)	3(6)	2(4)	2(4)	4(8)	สนามกีฬา	1(2)	1(2)	สนามกีฬา
เกตบอล						โรงเรียน			หมู่บ้าน
เริ่มเวลา	17.15	16.00	16.20	15.05	16.00		16.00	16.00	
เลิกเวลา	18.00	18.00	18.05	16.23	18.00		18.00	18.00	
3.วอลเลย์	1(2)	1(2)	2(4)	2(4)	1(2)	สนามกีฬา	1(2)	1(2)	สนามกีฬา
บอล						โรงเรียน			หมู่บ้าน
เริ่มเวลา	11.20	11.20	14.50	14.50	12.00		13.00	13.00	
เลิกเวลา	12.20	12.00	15.00	15.00	14.00		14.00	14.00	
4.เทนนิส	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	สนามกีฬา	1(2)	1(2)	สนามกีฬา
เริ่มเวลา	17.00	17.00	17.00	17.00	17.00	หมู่บ้าน	18.00	18.00	หมู่บ้าน
เลิกเวลา	19.00	19.00	19.00	19.00	19.00		20.00	20.00	
5.เทเบิล	7(14)	7(14)	6(12)	7(14)	7(14)	สนามกีฬา	5(10)	4(8)	สนามกีฬา
เทนนิส						โรงเรียน			โรงเรียน
เริ่มเวลา	14.00	15.30	15.17	15.40	15.00		13.00	14.15	
เลิกเวลา	14.45	17.00	16.20	16.00	17.00		14.30	15.15	
6.เบด	9(18)	5(10)	7(14)	4(8)	7(14)	บ้าน	7(14)	2(4)	บ้าน
มินตัน									
เริ่มเวลา	17.00	16.30	16.00	16.18	18.00		16.00	16.00	
เลิกเวลา	18.30	18.00	18.00	18.25	19.00		17.00	18.00	
7.เซปัก	5(10)	3(6)	5(10)	5(10)	3(6)	สนามกีฬา	4(8)	4(8)	สนามกีฬา
ตะกร้อ						โรงเรียน			โรงเรียน
เริ่มเวลา	16.30	14.13	16.00	16.00	9.30		16.05	16.13	
เลิกเวลา	16.50	18.00	18.00	17.00	10.00		17.58	17.15	
8.ว่ายน้ำ	1(2)	0	0	0	0	สโมสร	3(6)	5(10)	สโมสร
เริ่มเวลา	16.00						9.00	11.00	
เลิกเวลา	18.30						10.00	14.30	

ตาราง 9 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
9.มวย	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	2(4)	สโมสร	1(2)	1(2)	สโมสร
เริ่มเวลา	15.50	15.50	15.50	15.50	17.25		13.00	13.00	
เลิกเวลา	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00		20.00	20.00	
10.เต้น แอโรบิก	0	0	0	0	2(4)	สนามกีฬา โรงเรียน	0	0	-
เริ่มเวลา					8.25				
เลิกเวลา					8.43				
11.อื่นๆ	0	0	0	0	0	-	0	0	-
เริ่มเวลา									
เลิกเวลา									

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 9 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้างอ่อน เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เล่นฟุตบอล ที่โรงเรียน ระหว่าง 15.00-17.00 น. คิดเป็นร้อยละ 42-50 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เล่นฟุตบอล ที่สนามกีฬาหมู่บ้าน ระหว่าง 15.00-18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 30-38

ตาราง 10 การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
ห้องอ่อน เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ฟุตบอล	6(12)	2(4)	4(8)	5(10)	3(6)	สนาม	6(12)	8(16)	สนามกีฬา
เวลาเริ่ม	16.50	16.50	15.50	16.00	17.00	กีฬา	17.00	16.03	หมู่บ้าน
เวลาเลิก	18.15	18.15	17.15	17.30	18.00	หมู่บ้าน	18.00	17.05	
2.บาส	1(2)	1(2)	0	0	0	บ้าน	4(8)	4(8)	บ้าน
เตะบอล									
เวลาเริ่ม	14.20	16.00					14.15	15.15	
เวลาเลิก	15.30	16.30					16.50	17.50	
3.วอลเลย์	12(24)	9(18)	12(24)	6(12)	6(12)	บ้าน	9(18)	7(14)	บ้าน
บอล									
เวลาเริ่ม	16.00	14.30	15.50	15.00	15.08		16.00	16.45	
เวลาเลิก	17.15	15.45	16.30	16.15	16.15		17.00	17.30	
4.เทนนิส	0	0	0	1(2)	1(2)	สโมสร	3(6)	1(2)	สโมสร
เวลาเริ่ม				14.00	17.00		15.40	14.30	
เวลาเลิก				15.15	17.50		17.00	16.00	
5.เทเบิล	1(2)	1(2)	2(4)	1(2)	2(4)	สนาม	1(2)	2(4)	บ้าน
เทนนิส						กีฬา			
เวลาเริ่ม	17.00	10.00	13.30	16.00	16.50	โรง	17.30	13.50	
เวลาเลิก	19.00	11.10	15.05	17.00	17.50	เรียน	18.00	14.50	
6.แบด	14(28)	13(26)	11(22)	7(14)	9(18)	บ้าน	21(42)	15(30)	บ้าน
มินตัน									
เวลาเริ่ม	16.30	16.00	16.00	16.00	17.00		16.00	16.00	
เวลาเลิก	18.13	17.00	17.00	17.00	18.00		17.00	17.00	
7.เซปัก	0	0	0	1(2)	0	บ้าน	0	1(2)	สโมสร
ตะกร้อ									
เวลาเริ่ม				16.00				16.00	
เวลาเลิก				16.30				17.00	
8.ว่ายน้ำ	1(2)	0	0	1(2)	1(2)	สโมสร	15(30)	10(20)	สโมสร
เวลาเริ่ม	13.00			17.00	17.00		15.00	13.05	
เวลาเลิก	15.00			17.30	19.00		17.00	15.28	

ตาราง 10 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
9.มวย เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0	-	0	1(2) 15.00 16.45	สโมสร
10. เต้น แอโรบิก เวลาเริ่ม เวลาเลิก	4(8) 11.15 18.00	5(10) 16.30 18.00	5(10) 16.00 18.00	4(8) 11.50 12.08	7(14) 8.15 13.15	บ้าน	9(18) 17.00 18.00	8(16) 16.50 18.50	สนามกีฬา หมู่บ้าน
11.อื่นๆ เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0	-	0	0	-

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 10 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องอ่อน เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เล่นแบดมินตัน ที่บ้าน ระหว่าง 16.00-18.13 น. คิดเป็นร้อยละ 14-28 เล่นวอลเลย์บอล ที่บ้าน ระหว่างเวลา 14.30-17.15 คิดเป็นร้อยละ 12-24 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เล่นแบดมินตัน ที่บ้าน ระหว่าง 16.00-17.00 น. คิดเป็นร้อยละ 30-42

ตาราง 11 การใช้เวลาวางด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
ห้องเก่ง เพศชาย

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ฟุตบอล	23(46)	17(34)	16(32)	13(26)	18(36)	สนาม	21(42)	19(38)	สนามกีฬา
เวลาเริ่ม	17.00	17.00	17.00	17.00	17.00	กีฬา	16.30	17.00	หมู่บ้าน
เวลาเลิก	17.45	17.40	18.03	18.00	18.03	โรง เรียน	18.00	18.00	
2.บาส	18(36)	20(40)	17(34)	17(34)	18(36)	สนาม	6(12)	4(8)	สนามกีฬา
เกตบอล						กีฬา			โรงเรียน
เวลาเริ่ม	13.58	14.00	15.30	15.00	15.00	โรง	14.00	13.00	
เวลาเลิก	14.05	16.00	16.15	16.00	16.15	เรียน	16.00	16.15	
3.วอลเลย์	2(4)	2(4)	1(2)	7(14)	5(10)	บ้าน	1(2)	0	บ้าน
บอล									
เวลาเริ่ม	15.15	15.00	15.30	12.40	15.30		16.00		
เวลาเลิก	16.15	16.30	16.30	13.30	16.30		17.00		
4.เทนนิส	0	0	0	0	0	-	2(4)	0	สนามกีฬา
เวลาเริ่ม							16.50		หมู่บ้าน
เวลาเลิก							18.00		
5.เทเบิล	5(10)	4(8)	4(8)	6(12)	5(10)	บ้าน	6(12)	3(6)	บ้าน
เทนนิส									
เวลาเริ่ม	16.00	16.15	16.05	16.15	16.00		17.05	17.50	
เวลาเลิก	17.00	18.05	17.15	17.25	17.45		18.15	18.00	
6.แบด	0	0	0	1(2)	1(2)	บ้าน	9(18)	8(16)	บ้าน
มินตัน									
เวลาเริ่ม				16.00	16.30		16.30	15.50	
เวลาเลิก				18.00	17.30		17.00	17.30	
7.เซปัก	0	0	0	6(12)	0	สนาม	0	0	-
ตะกร้อ						กีฬา			
เวลาเริ่ม				10.20		โรง			
เวลาเลิก				11.10		เรียน			

ตาราง 11 (ต่อ)

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
8.ว่ายน้ำ		1(2)	0	0	1(2)	0		3(6)	6(12)	
เวลาเริ่ม		16.00			16.30		สโมสร	16.00	12.50	สโมสร
เวลาเลิก		18.00			17.30			17.00	15.00	
9.มวย		0	0	0	0	0	-	0	0	-
เวลาเริ่ม										
เวลาเลิก										
10. เต้น แอโรบิก		0	0	0	0	0	-	1(2)	1(2)	บ้าน
เวลาเริ่ม								17.00	17.00	
เวลาเลิก								19.00	19.00	
11.อื่นๆ		0	0	0	0	0	-	0	0	-
เวลาเริ่ม										
เวลาเลิก										

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 11 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศชาย ส่วนมาก ใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เล่นฟุตบอล ที่โรงเรียน ระหว่าง 17.00-18.03 น. คิดเป็นร้อยละ 32-46 เล่นบาสเกตบอล ที่โรงเรียน ระหว่าง 13.58-16.15 น. คิดเป็นร้อยละ 34-40 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เล่นฟุตบอล ที่สนามกีฬาหมู่บ้าน ระหว่าง 16.30-18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 38-42

ตาราง 12 การใช้เวลาวางด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
ห้องเก่ง เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ฟุตบอล	1(2)	0	1(2)	1(2)	0	สนามกีฬา โรงเรียน	5(10)	2(4)	บ้าน
เวลาเริ่ม	16.00		11.50	16.00			15.00	16.50	
เวลาเลิก	18.00		12.40	18.00			17.00	18.00	
2.บาส	17(34)	17(34)	22(44)	11(22)	10(20)	สนามกีฬา โรงเรียน	3(6)	3(6)	บ้าน
เตะบอล									
เวลาเริ่ม	15.30	15.30	15.15	15.45	15.45		16.00	15.30	
เวลาเลิก	16.30	16.30	16.00	16.30	16.30		17.30	16.30	
3.วอลเลย์	4(8)	3(6)	5(10)	15(30)	2(4)	สนามกีฬา โรงเรียน	1(2)	1(2)	บ้าน
บอล									
เริ่มเวลา	16.09	16.30	15.30	12.40	16.13			17.30	
เลิกเวลา	17.15	17.30	16.00	13.30	17.05			18.00	
4.เทนนิส	0	0	0	0	0	-	0	0	-
เริ่มเวลา									
เลิกเวลา									
5.เทเบิล	1(2)	0	2(4)	1(2)	0	สนามกีฬา โรงเรียน	2(4)	1(2)	บ้าน
เทนนิส									
เริ่มเวลา	17.00		15.10	17.00			16.50	17.00	
เลิกเวลา	18.00		16.10	18.00			18.50	18.00	
6.แบด	3(6)	2(4)	2(4)	3(6)	2(4)	บ้าน	8(16)	9(18)	บ้าน
มินตัน									
เริ่มเวลา	17.00	11.10	17.00	17.30	17.00		16.00	17.00	
เลิกเวลา	18.00	12.50	18.00	18.30	18.00		17.00	17.30	
7.เซปัก	0	1(2)	7(14)	3(6)	1(2)	สนามกีฬา โรงเรียน	1(2)	1(2)	บ้าน
ตะกร้อ									
เริ่มเวลา		16.00	9.30	10.00	16.00		16.00	15.30	
เลิกเวลา		16.30	10.20	11.10	16.30		17.30	16.30	
8.ว่ายน้ำ	0	1(2)	0	1(2)	1(2)	สโมสร	5(10)	8(16)	สโมสร
เริ่มเวลา		16.30		16.30	16.00		16.00	16.00	
เลิกเวลา		18.00		18.00	17.30		17.00	17.50	

ตาราง 12 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
9.มวย เริ่มเวลา เลิกเวลา	0	0	0	0	0	-	0	0	-
10. เดิน แอโรบิก เริ่มเวลา เลิกเวลา	3(6) 8.00 8.30	1(2) 15.30 16.30	2(4) 17.05 18.05	0	3(6) 16.00 17.00	สนามกีฬา โรงเรียน	2(4) 18.05 19.13	1(2) 17.00 18.00	บ้าน
11.อื่นๆ เริ่มเวลา เลิกเวลา	0	0	0	0	0	-	0	0	-

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 12 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เล่นบาสเกตบอล ที่โรงเรียน ระหว่าง 15.15-16.30 น. คิดเป็นร้อยละ 20-44 ยกเว้น วันพฤหัสบดี ที่มีเล่นวอลเลย์บอล ที่โรงเรียน ระหว่างเวลา 12.40-13.30 น. คิดเป็นร้อยละ 30 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เล่นแบดมินตัน ที่บ้าน ระหว่าง 16.00-17.30 น. คิดเป็นร้อยละ 16-18

ตาราง 13 การใช้เวลาวางด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
ห้องอ่อน เพศชาย

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ฟุตบอล	25(50)	14(28)	19(38)	18(36)	20(40)	บ้าน	16(32)	15(30)	บ้าน
เวลาเริ่ม	16.30	16.00	16.00	16.00	16.15		16.00	15.50	
เวลาเลิก	17.50	18.05	18.00	18.05	17.30		18.00	17.50	
2.บาสเกตบอล	7(14)	12(24)	7(14)	7(14)	6(12)	สนามกีฬา โรงเรียน	2(4)	1(2)	สวน สาธารณะ
เวลาเริ่ม	11.45	14.10	15.10	11.15	16.00		15.13	17.00	
เวลาเลิก	12.00	15.30	17.30	11.50	17.15		17.05	18.00	
3.วอลเลย์บอล	0	1(2)	6(12)	3(6)	0	สนามกีฬา โรงเรียน	1(2)	1(2)	สนามกีฬา โรงเรียน
เวลาเริ่ม		17.00	9.13	13.50			17.00	17.30	
เวลาเลิก		18.00	10.07	14.45			18.00	18.30	
4.เทนนิส	0	0	0	0	0	-	0	0	-
เวลาเริ่ม									
เวลาเลิก									
5.เทเบิลเทนนิส	6(12)	3(6)	4(8)	3(6)	3(6)	สนามกีฬา โรงเรียน	4(8)	7(14)	บ้าน
เวลาเริ่ม	11.15	11.30	15.05	15.30	14.30		12.00	14.00	
เวลาเลิก	12.15	11.50	16.00	16.00	15.10		14.50	16.30	
6.เบดมินตัน	5(10)	3(6)	5(10)	4(8)	3(6)	บ้าน	4(8)	5(10)	บ้าน
เวลาเริ่ม	17.00	17.00	17.00	17.00	17.00		16.50	17.00	
เวลาเลิก	18.00	19.10	18.00	18.00	19.00		17.50	18.00	
7.เชกปีคตะกร้อ	3(6)	0	0	0	1(2)	สนามกีฬา โรงเรียน	0	1(2)	บ้าน
เวลาเริ่ม	11.10				10.30			15.00	
เวลาเลิก	12.00				11.20			16.00	
8.ว่ายน้ำ	1(2)	0	0	0	0	สโมสร	4(8)	3(6)	สโมสร
เวลาเริ่ม	14.00						10.05	14.30	
เวลาเลิก	18.00						13.15	16.00	

ตาราง 13 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
9.มวย	1(2)	2(4)	1(2)	1(2)	1(2)		1(2)	1(2)	
เวลาเริ่ม	17.00	16.25	17.00	17.00	17.00	บ้าน	17.00	17.00	บ้าน
เวลาเลิก	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00		18.00	18.00	
10. เดิน แอโรบิก	0	0	0	1(2)	0	สนามกีฬา โรงเรียน	0	0	-
เวลาเริ่ม				15.30					
เวลาเลิก				16.30					
11.อื่นๆ	0	0	0	0	0	-	1(2)	1(2)	
เวลาเริ่ม							7.00	7.00	อื่น ๆ
เวลาเลิก							17.00	17.00	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 13 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เล่นฟุตบอล ที่บ้าน ระหว่าง 16.00-18.05 น. คิดเป็นร้อยละ 28-50 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เล่นฟุตบอล ที่บ้าน ระหว่าง 15.50-18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 30-32

ตาราง 14 การใช้เวลาวางด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
ห้องอ่อน เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ฟุตบอล เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	1(2) 12.35 13.00	สนามกีฬา โรงเรียน	2(4) 16.05 18.00	2(4) 15.50 17.50	บ้าน
2.บาส เกตบอล เวลาเริ่ม เวลาเลิก	3(6) 11.45 12.00	4(8) 14.10 15.30	1(2) 15.10 17.30	4(8) 11.15 11.50	4(8) 8.30 9.20	สนามกีฬา โรงเรียน	3(6) 16.30 18.00	2(4) 12.05 13.00	สนามกีฬา โรงเรียน
3.วอลเลย์ บอล เวลาเริ่ม เวลาเลิก	2(4) 11.05 16.00	2(4) 16.20 17.00	3(9) 16.00 17.00	2(4) 15.50 16.50	2(4) 17.15 18.10	สนามกีฬา โรงเรียน	1(2) 16.00 17.00	0	บ้าน
4.เทนนิส เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	1(2) 11.45 12.00	0	0	0	สนามกีฬา โรงเรียน	0	0	-
5.เทเบิล เทนนิส เวลาเริ่ม เวลาเลิก	2(4) 12.15 13.15	0	0	3(6) 12.30 12.40	0	สนามกีฬา โรงเรียน	2(4) 13.05 14.05	4(8) 14.30 15.30	บ้าน
6.แบด มินตัน เวลาเริ่ม เวลาเลิก	13(26) 17.00 18.00	8(16) 17.00 18.15	9(18) 16.00 18.00	9(18) 17.00 17.30	12(24) 16.55 18.00	บ้าน	16(32) 16.00 18.00	14(28) 16.00 18.00	บ้าน
7.เซปัก ตะกร้อ เวลาเริ่ม เวลาเลิก	2(4) 12.00 13.20	0	0	0	0	สนามกีฬา โรงเรียน	1(2) 16.00 18.00	1(2) 15.00 17.00	บ้าน
8.ว่ายน้ำ เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	1(2) 10.00 11.10	สนามกีฬา โรงเรียน	6(12) 11.58 14.00	7(14) 11.00 13.15	สโมสร

ตาราง 14 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
9.มวย เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0	-	0	0	-
10. เต้น แอโรบิก เวลาเริ่ม เวลาเลิก	2(4) 8.05 8.30	0	0	1(2) 15.10 16.00	0	สนามกีฬา โรงเรียน	2(4) 18.05 19.05	2(4) 18.00 19.00	บ้าน
11.อื่นๆ เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0	-	0	0	-

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 14 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้างอ่อน เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เล่นเบดมินตัน ที่บ้าน ระหว่าง 16.00-18.15 น. คิดเป็นร้อยละ 16-26 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เล่นเบดมินตัน ที่บ้าน ระหว่าง 16.00-18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 28-32

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ได้ผลดังตาราง 15-26

ตาราง 15 การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้างแก้ว เพศชาย

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ชมรายการ โทรทัศน์	48(96)	44(88)	43(86)	43(86)	42(84)	บ้าน ตัวเอง	42(84)	39(78)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม	17.00	17.00	17.00	17.00	18.00		14.00	9.00	
เวลาเลิก	21.00	21.00	21.00	21.00	21.00		21.00	20.02	
2.ฟังรายการ วิทยุ	8(16)	5(10)	7(14)	7(14)	6(12)	บ้าน ตัวเอง	12(24)	13(26)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม	16.55	20.00	18.00	16.30	19.10		15.20	15.30	
เวลาเลิก	17.00	22.30	20.00	18.00	20.17		22.30	22.30	
3.ตกแต่ง บ้าน	2(4)	3(6)	2(4)	1(2)	4(8)	บ้าน ตัวเอง	12(24)	7(14)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม	16.00	16.00	16.00	16.00	16.00		11.00	10.00	
เวลาเลิก	17.05	17.00	17.05	17.00	17.00		12.50	13.00	
4.ปลูกต้นไม้	3(6)	0	2(4)	1(2)	2(4)	บ้านตัว เอง	4(8)	7(14)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม	16.00		14.28	16.00	17.00		8.05	15.00	
เวลาเลิก	17.00		15.28	17.00	18.05		9.30	16.05	
5.เลี้ยงสัตว์	11(22)	10(20)	10(20)	9(18)	10(20)	บ้าน ตัวเอง	13(26)	11(22)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม	15.30	15.30	15.30	15.30	16.20		16.00	15.30	
เวลาเลิก	16.02	16.00	16.00	16.20	17.15		16.10	16.00	
6.สะสม สิ่งของ	1(2)	0	0	0	0	บ้าน ตัวเอง	2(4)	2(4)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม	11.00						7.30	8.30	
เวลาเลิก	12.00						8.00	9.00	
7.อื่นๆ	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	บ้าน ตัวเอง	3(6)	2(4)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม	16.00	16.00	16.00	16.00	16.00		16.00	17.15	
เวลาเลิก	17.00	17.00	17.00	17.00	17.00		17.15	18.15	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 15 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้างแก้ว เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 17.00-21.00 น. คิดเป็นร้อยละ 84-96 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ ชมรายการโทรทัศน์ ระหว่าง 9.00-21.00 น. คิดเป็นร้อยละ 78-84

ตาราง 16 การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้างแห่ง เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ชมรายการ โทรทัศน์	42(84)	37(74)	37(74)	38(76)	38(76)	บ้าน ตัวเอง	41(82)	36(72)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00		16.30	16.30	
เวลาเลิก	20.45	21.00	20.45	21.00	21.00		21.00	21.00	
2.ฟังรายการ วิทยุ	8(16)	5(10)	6(12)	5(10)	6(12)	บ้าน ตัวเอง	20(40)	16(32)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม	17.13	16.00	16.15	16.30	19.50		15.05	16.08	
เวลาเลิก	18.23	18.00	18.00	18.00	20.58		15.45	18.30	
3.ตกแต่ง บ้าน	4(8)	2(4)	3(6)	0	3(6)	บ้าน ตัวเอง	7(14)	10(20)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม	17.50	16.50	18.00		18.00		10.00	12.50	
เวลาเลิก	19.00	17.00	19.00		19.00		10.33	13.12	
4.ปลูกต้นไม้	4(8)	2(4)	2(4)	3(6)	4(8)	บ้าน ตัวเอง	7(14)	3(6)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม	17.15	17.05	17.05	18.00	16.15		17.00	17.50	
เวลาเลิก	18.05	17.28	17.28	18.30	17.00		18.00	18.10	
5.เลี้ยงสัตว์	6(12)	4(8)	3(6)	2(4)	3(6)	บ้าน ตัวเอง	14(28)	14(28)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม	16.27	18.05	16.00	18.00	16.30		12.05	10.00	
เวลาเลิก	17.13	18.30	17.00	19.15	17.00		12.45	11.00	
6.สะสม สิ่งของ	0	0	0	0	1(2)	โรง เรียน	2(4)	3(6)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม					14.30		8.25	12.00	
เวลาเลิก					15.00		9.30	13.00	
7.อื่นๆ	0	0	0	0	0		0	0	
เวลาเริ่ม									
เวลาเลิก									

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 16 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้างแห่ง เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 18.00-21.00 น. คิดเป็นร้อยละ 74-84 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ ชมรายการโทรทัศน์ที่บ้านระหว่าง 16.30-21.00 น.คิดเป็นร้อยละ 72-82

ตาราง 17 การใช้เวลาวางดำเนินงานอดิเรก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้างอ่อน เพศชาย

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ชมรายการโทรทัศน์		37(74)	26(52)	30(60)	24(48)	27(54)	บ้าน ตัวเอง	37(74)	36(72)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.30	17.00	18.00	18.05	18.00		9.00	10.00	
เวลาเลิก		19.00	19.00	20.00	20.00	21.00		13.00	13.00	
2.ฟังรายการวิทยุ		4(8)	2(4)	4(8)	2(4)	3(6)	บ้าน ตัวเอง	5(10)	4(8)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		15.40	12.00	17.05	16.30	18.00		16.40	11.00	
เวลาเลิก		18.00	13.00	17.50	18.00	18.30		19.00	12.15	
3.ตกแต่งบ้าน		1(2)	0	0	0	1(2)	บ้าน ตัวเอง	7(14)	3(6)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		ไม่แน่				8.00		9.30	8.50	
เวลาเลิก		นอน				11.30		10.30	9.30	
4.ปลูกต้นไม้		2(4)	2(4)	2(4)	1(2)	1(2)	บ้าน ตัวเอง	5(10)	2(4)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		16.30	12.05	17.05	17.30	17.30		12.00	13.15	
เวลาเลิก		17.40	12.25	17.25	17.40	17.40		13.00	14.20	
5.เลี้ยงสัตว์		8(16)	7(14)	6(12)	5(10)	5(10)	บ้าน ตัวเอง	8(16)	8(16)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		16.00	16.00	16.15	16.00	16.30		9.50	10.00	
เวลาเลิก		17.30	17.30	17.30	19.05	19.05		14.00	17.30	
6.สะสมสิ่งของ		1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	โรง เรียน	2(4)	1(2)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		18.00	18.00	18.00	18.00	18.00		15.00	18.00	
เวลาเลิก		19.00	19.00	19.00	19.00	19.00		16.15	19.00	
7.อื่นๆ		0	0	0	0	0		0	0	
เวลาเริ่ม										
เวลาเลิก										

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 17 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้างอ่อน เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาวางของวันจันทร์-ศุกร์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 17.00-21.00 น. คิดเป็นร้อยละ 48-74 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 9.00-13.00 น. คิดเป็นร้อยละ 72-74

ตาราง 18 การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้างอ่อน เพศหญิง

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ชมรายการโทรทัศน์		41(82)	33(66)	29(58)	28(56)	29(58)	บ้าน ตัวเอง	35(70)	32(64)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.00	17.00	18.00	18.00	18.00		17.00	17.40	
เวลาเลิก		19.00	19.00	20.00	19.00	20.00		21.05	21.30	
2.ฟังรายการวิทยุ		13(26)	13(26)	11(22)	9(18)	9(18)	บ้าน ตัวเอง	13(26)	13(26)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.00	16.00	17.00	11.00	18.00		13.00	12.00	
เวลาเลิก		18.00	18.00	18.00	17.00	19.30		17.00	16.00	
3.ตกแต่งบ้าน		5(10)	6(12)	5(10)	4(8)	5(10)	บ้าน ตัวเอง	12(24)	11(22)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		7.00	7.00	7.00	6.15	6.00		9.50	9.00	
เวลาเลิก		8.00	8.00	8.00	7.50	7.00		12.00	11.10	
4.ปลูกต้นไม้		1(2)	0	1(2)	2(4)	2(4)	บ้าน ตัวเอง	4(8)	2(4)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		16.00		16.30	16.50	18.00		15.00	13.50	
เวลาเลิก		17.00		18.00	17.05	19.00		16.50	14.15	
5.เลี้ยงสัตว์		5(10)	7(14)	3(6)	4(8)	4(8)	บ้าน ตัวเอง	5(10)	4(8)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.00	15.00	17.45	16.23	17.13		12.00	13.75	
เวลาเลิก		18.00	16.30	18.00	17.05	18.00		15.30	17.00	
6.สะสมสิ่งของ		0	0	1(2)	0	0	บ้าน ตัวเอง	4(8)	3(6)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม				13.00				16.05	19.00	
เวลาเลิก				14.00				17.50	20.00	
7.อื่นๆ		0	0	0	0	0		0	0	
เวลาเริ่ม										
เวลาเลิก										

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 18 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้างอ่อน เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 17.00-20.00 น. คิดเป็นร้อยละ 56-82 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 17.00-21.30 น. คิดเป็นร้อยละ 64-70

ตาราง 19 การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้างแห่ง เพศชาย

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ชมรายการโทรทัศน์		39(78)	36(74)	36(74)	34(68)	38(76)	บ้าน ตัวเอง	37(74)	38(76)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		18.00	18.00	18.00	18.00	18.00		15.30	12.15	
เวลาเลิก		21.00	21.00	21.00	20.50	21.00		18.15	20.00	
2.ฟังรายการวิทยุ		6(12)	5(10)	4(8)	3(6)	5(10)	บ้าน ตัวเอง	9(18)	6(12)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		16.15	16.00	16.15	16.30	21.00		15.30	12.65	
เวลาเลิก		18.50	18.00	18.50	16.00	22.00		16.00	15.15	
3.ตกแต่งบ้าน		0	0	0	0	1(2)	บ้าน ตัวเอง	4(8)	3(6)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม						17.00		10.30	10.05	
เวลาเลิก						18.00		12.00	11.00	
4.ปลูกต้นไม้		0	0	0	0	0		1(2)	1(2)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม								14.00	8.30	
เวลาเลิก								14.30	9.00	
5.เลี้ยงสัตว์		9(18)	7(14)	7(14)	6(12)	7(14)	บ้าน ตัวเอง	12(24)	11(22)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.00	18.00	16.00	17.50	18.00		11.00	12.50	
เวลาเลิก		18.20	18.30	18.15	18.30	19.00		12.30	17.00	
6.สะสมสิ่งของ		1(2)	2(4)	1(2)	1(2)	1(2)	บ้าน ตัวเอง	2(4)	2(4)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		18.30	15.00	18.30	18.30	18.30		12.00	13.15	
เวลาเลิก		18.40	15.20	18.40	18.40	18.40		13.05	15.15	
7.อื่นๆ		0	1(2)	0	0	1(2)	บ้าน ตัวเอง	3(6)	2(4)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม			15.30			21.30		15.30	14.15	
เวลาเลิก			22.00			22.30		22.00	20.00	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 19 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้างแห่ง เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 18.00-21.00 น. คิดเป็นร้อยละ 68-78 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ ชมรายการโทรทัศน์ ระหว่าง 12.15-20.00 น. คิดเป็นร้อยละ 74-76

ตาราง 20 การใช้เวลาวางด้านงานอดิเรก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องเก่ง เพศหญิง

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ชมรายการโทรทัศน์		45(90)	45(90)	45(90)	44(88)	42(84)	บ้าน ตัวเอง	46(92)	44(88)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.00	17.00	17.30	17.15	17.20		10.05	11.05	
เวลาเลิก		21.30	21.30	21.30	21.30	22.05		21.00	21.00	
2.ฟังรายการวิทยุ		19(38)	16(32)	17(34)	16(32)	13(26)	บ้าน ตัวเอง	20(40)	21(42)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.30	17.15	17.30	17.50	17.00		13.05	13.00	
เวลาเลิก		19.00	19.00	18.50	19.00	18.50		16.03	15.15	
3.ตกแต่งบ้าน		1(2)	2(4)	1(2)	1(2)	1(2)	บ้าน ตัวเอง	6(12)	8(16)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		19.00	20.00	19.30	17.30	16.30		10.05	10.05	
เวลาเลิก		19.30	20.30	20.00	18.00	18.30		12.15	12.15	
4.ปลูกต้นไม้		1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	2(4)	บ้าน ตัวเอง	3(6)	3(6)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		19.00	19.00	20.00	21.00	18.90		18.00	18.00	
เวลาเลิก		20.00	20.00	20.30	21.10	21.15		20.00	18.30	
5.เลี้ยงสัตว์		8(16)	8(16)	8(16)	8(16)	9(18)	บ้าน ตัวเอง	10(20)	10(20)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		16.50	16.50	16.50	16.50	17.00		9.50	9.00	
เวลาเลิก		18.30	18.30	18.30	18.30	18.30		18.30	18.30	
6.สะสมสิ่งของ		3(6)	2(4)	3(6)	1(2)	4(8)	บ้าน ตัวเอง	3(6)	3(6)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		16.00	17.08	16.00	17.30	16.50		15.30	17.00	
เวลาเลิก		17.00	18.15	17.00	18.30	17.50		18.00	18.30	
7.อื่นๆ		0	0	0	0	0		0	0	
เวลาเริ่ม										
เวลาเลิก										

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 20 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องเก่ง เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 17.00-22.05 น. คิดเป็นร้อยละ 84-90 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 10.05-21.00 น. คิดเป็นร้อยละ 88-92

ตาราง 21 การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้างอ่อน เพศชาย

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ชมรายการโทรทัศน์		34(68)	29(58)	27(54)	31(62)	28(56)	บ้าน ตัวเอง	34(68)	30(60)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.30	17.30	18.00	18.00	18.00		9.00	9.50	
เวลาเลิก		21.50	20.00	22.00	20.30	22.00		18.15	19.00	
2.ฟังรายการวิทยุ		7(14)	10(20)	6(12)	6(12)	5(10)	บ้าน ตัวเอง	6(12)	2(4)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		6.30	18.15	16.70	18.05	17.00		13.00	12.10	
เวลาเลิก		7.40	21.00	18.25	19.18	18.00		14.00	16.50	
3.ตกแต่งบ้าน		0	0	1(2)	0	0	บ้าน ตัวเอง	4(8)	3(6)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม				18.30				13.00	12.30	
เวลาเลิก				19.00				14.50	13.50	
4.ปลูกต้นไม้		0	1(2)	0	0	0	บ้าน ตัวเอง	0	1(2)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม			15.00						15.00	
เวลาเลิก			15.30						17.00	
5.เลี้ยงสัตว์		6(12)	4(8)	5(10)	5(10)	4(8)	บ้าน ตัวเอง	7(14)	7(14)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		16.00	16.00	16.00	16.00	16.00		16.00	11.00	
เวลาเลิก		16.10	16.10	16.15	16.15	16.10		17.00	16.15	
6.สะสมสิ่งของ		1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	บ้าน ตัวเอง	1(2)	1(2)	ศูนย์ การค้า
เวลาเริ่ม		14.00	14.00	14.00	14.00	14.00		14.00	14.00	
เวลาเลิก		16.00	16.00	16.00	16.00	16.00		16.00	16.00	
7.อื่นๆ		0	0	0	0	1(2)	บ้าน เพื่อน/ ญาติ	1(2)	0	บ้าน เพื่อน/ ญาติ
เวลาเริ่ม						19.00		19.00		
เวลาเลิก						1.00		22.00		

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 21 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้างอ่อน เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 17.30-22.00 น. คิดเป็นร้อยละ 54-68 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 9.00-19.00 น. คิดเป็นร้อยละ 60-68

ตาราง 22 การใช้เวลาวางด้านงานอดิเรก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้างอ่อน เพศหญิง

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ชมรายการโทรทัศน์		34(68)	29(58)	27(54)	31(62)	28(56)	บ้าน ตัวเอง	34(68)	30(60)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.00	17.27	18.00	18.00	18.00		16.00	16.10	
เวลาเลิก		21.30	21.00	22.00	22.00	22.00		21.00	21.05	
2.ฟังรายการวิทยุ		7(14)	10(20)	6(12)	6(12)	5(10)	บ้าน ตัวเอง	6(12)	2(4)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		19.00	19.50	19.00	20.00	19.00		17.08	17.05	
เวลาเลิก		21.15	21.00	21.15	21.00	20.00		18.00	18.00	
3.ตกแต่งบ้าน		0	1(2)	1(2)	1(2)	0	บ้าน ตัวเอง	4(8)	3(6)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม			15.50	15.00	16.00			9.30	10.50	
เวลาเลิก			16.00	16.00	16.50			10.30	11.65	
4.ปลูกต้นไม้		1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	0	บ้าน ตัวเอง	5(10)	1(2)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		14.00	14.30	16.00	18.00			15.30	16.00	
เวลาเลิก		15.30	15.00	16.30	18.30			17.00	17.05	
5.เลี้ยงสัตว์		6(12)	4(8)	5(10)	5(10)	4(8)	บ้าน ตัวเอง	7(14)	7(14)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.00	17.00	17.15	17.15	17.00		15.50	15.30	
เวลาเลิก		18.08	18.08	18.05	18.00	18.00		18.15	19.05	
6.สะสมสิ่งของ		1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	บ้าน ตัวเอง	1(2)	1(2)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		16.00	16.00	16.00	16.00	16.00		16.00	10.00	
เวลาเลิก		16.10	16.10	16.10	16.10	16.30		16.10	11.00	
7.อื่นๆ		0	0	0	0	1(2)		1(2)	0	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม								9.00		
เวลาเลิก								16.00		

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 22 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้างอ่อน เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาวางของวันจันทร์-ศุกร์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 17.00-22.00 น. คิดเป็นร้อยละ 54-68 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 16.00-21.05 น. คิดเป็นร้อยละ 60-68

ตาราง 23 การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศชาย

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ชมรายการโทรทัศน์		41(82)	38(76)	40(80)	40(80)	39(78)	บ้าน ตัวเอง	41(82)	38(76)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		18.00	18.00	18.00	18.00	18.00		14.00	12.00	
เวลาเลิก		20.30	20.30	20.30	20.30	20.30		21.00	20.00	
2.ฟังรายการวิทยุ		10(20)	9(18)	8(16)	8(16)	10(20)	บ้าน ตัวเอง	18(36)	16(32)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		20.20	19.30	18.15	18.30	18.30		15.20	16.50	
เวลาเลิก		21.20	20.30	21.04	20.50	21.05		17.00	22.00	
3.ตกแต่งบ้าน		0	0	0	1(2)	0	บ้าน ตัวเอง	6(12)	7(14)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม					13.00			13.00	13.00	
เวลาเลิก					15.00			14.00	14.00	
4.ปลูกต้นไม้		0	0	0	1(2)	1(2)	บ้าน ตัวเอง	3(6)	3(6)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม					9.00	14.00		16.00	15.00	
เวลาเลิก					11.00	15.30		17.00	17.00	
5.เลี้ยงสัตว์		4(8)	3(6)	3(6)	3(6)	2(4)	บ้าน ตัวเอง	4(8)	3(6)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.15	17.03	17.30	17.30	12.20		16.30	13.53	
เวลาเลิก		18.05	18.00	18.00	18.00	12.30		17.15	15.30	
6.สะสมสิ่งของ		0	0	0	0	0		3(6)	3(6)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม								19.00	17.00	
เวลาเลิก								19.15	19.30	
7.อื่นๆ		0	0	0	0	0		0	0	
เวลาเริ่ม										
เวลาเลิก										

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 23 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 18.00-20.30 น. คิดเป็นร้อยละ 76-82 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ ชมรายการโทรทัศน์ ระหว่าง 12.00-21.00 น. คิดเป็นร้อยละ 76-82

ตาราง 24 การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้างแก้ว เพศหญิง

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ชมรายการโทรทัศน์		44(88)	44(88)	43(86)	43(86)	42(84)	บ้าน ตัวเอง	43(86)	37(74)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.00	17.00	17.00	17.00	19.30		11.00	10.00	
เวลาเลิก		19.15	19.15	19.00	19.30	20.00		13.00	12.00	
2.ฟังรายการวิทยุ		14(28)	17(34)	15(30)	15(30)	15(30)	บ้าน ตัวเอง	27(54)	26(52)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.00	17.00	17.00	17.00	17.00		15.30	14.15	
เวลาเลิก		19.15	19.00	19.00	19.30	19.00		18.00	18.00	
3.ตกแต่งบ้าน		1(2)	1(2)	1(2)	2(4)	1(2)	บ้าน ตัวเอง	17(34)	14(28)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		19.30	19.30	19.30	18.05	19.30		11.00	10.00	
เวลาเลิก		20.00	20.00	20.00	21.00	20.00		13.00	12.00	
4.ปลูกต้นไม้		0	1(2)	1(2)	2(4)	1(2)	บ้าน ตัวเอง	4(8)	5(10)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม			16.00	14.30	13.00	16.00		12.15	15.00	
เวลาเลิก			17.30	15.00	15.10	17.30		13.00	17.00	
5.เลี้ยงสัตว์		7(14)	7(14)	7(14)	6(12)	6(12)	บ้าน ตัวเอง	12(24)	14(28)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		18.00	18.00	18.00	18.00	18.00		16.00	15.00	
เวลาเลิก		18.30	18.30	18.30	18.30	18.30		18.30	18.13	
6.สะสมสิ่งของ		0	1(2)	0	0	0	บ้าน ตัวเอง	1(2)	1(2)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม			18.00					19.00	10.00	
เวลาเลิก			18.20					20.00	11.00	
7.อื่นๆ		0	0	0	0	0		0	0	
เวลาเริ่ม										
เวลาเลิก										

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 24 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้างแก้ว เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 17.00-20.00 น. คิดเป็นร้อยละ 84-88 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 10.00-13.00 น. คิดเป็นร้อยละ 74-86

ตาราง 25 การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้างอ่อน เพศชาย

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ชมรายการโทรทัศน์		41(82)	37(74)	39(78)	38(76)	37(74)	บ้าน ตัวเอง	37(74)	36(72)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		16.30	17.00	17.30	17.00	17.00		15.30	16.10	
เวลาเลิก		20.00	20.00	20.00	20.00	20.00		19.00	20.00	
2.ฟังรายการวิทยุ		7(14)	6(12)	6(12)	6(12)	7(14)	บ้าน ตัวเอง	13(26)	11(22)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		16.15	16.00	16.15	17.50	21.00		15.30	12.65	
เวลาเลิก		18.50	18.00	18.50	16.00	22.00		16.00	15.15	
3.ตกแต่งบ้าน		4(8)	2(4)	3(6)	4(8)	1(2)	บ้าน ตัวเอง	5(10)	6(12)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.00	14.50	17.00	17.50	17.00		11.00	15.50	
เวลาเลิก		17.30	16.00	17.30	17.30	16.00		11.50	16.50	
4.ปลูกต้นไม้		1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	บ้าน ตัวเอง	3(6)	2(4)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.00	17.00	17.00	17.00	17.00		12.00	14.00	
เวลาเลิก		17.30	17.30	17.30	17.30	17.30		13.50	15.05	
5.เลี้ยงสัตว์		7(14)	6(12)	6(12)	6(12)	7(14)	บ้าน ตัวเอง	7(14)	7(14)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		16.00	16.50	16.50	16.50	16.00		17.00	17.00	
เวลาเลิก		17.00	17.15	17.15	17.15	17.00		17.30	17.30	
6.สะสมสิ่งของ		0	0	0	0	0		1(2)	0	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม								12.00		
เวลาเลิก								13.00		
7.อื่นๆ		0	0	0	0	0		0	0	
เวลาเริ่ม										
เวลาเลิก										

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 25 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้างอ่อน เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 16.30-20.00 น. คิดเป็นร้อยละ 74-82 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 15.30-20.00 น. คิดเป็นร้อยละ 72-74

ตาราง 26 การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศหญิง

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.ชมรายการโทรทัศน์		37(74)	34(68)	36(72)	33(64)	33(64)	บ้าน ตัวเอง	42(84)	38(76)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		18.00	18.00	18.00	18.00	18.00		10.15	10.50	
เวลาเลิก		20.00	20.00	21.00	20.00	21.00		18.15	21.05	
2.ฟังรายการวิทยุ		17(34)	18(36)	13(26)	12(24)	15(30)	บ้าน ตัวเอง	24(48)	20(40)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		17.30	17.15	17.30	17.50	17.00		13.05	13.00	
เวลาเลิก		19.00	19.00	18.50	19.00	18.50		16.03	15.15	
3.ตกแต่งบ้าน		5(10)	4(8)	5(10)	3(6)	3(6)	บ้าน ตัวเอง	18(36)	13(26)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		19.00	20.00	19.30	17.30	16.30		10.05	10.05	
เวลาเลิก		19.30	20.30	20.00	18.00	18.30		12.15	12.15	
4.ปลูกต้นไม้		2(4)	2(4)	1(2)	0	1(2)	บ้าน ตัวเอง	3(6)	2(4)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		16.20	16.00	14.00		17.00		13.00	9.20	
เวลาเลิก		16.40	17.20	15.30		17.30		14.50	10.05	
5.เลี้ยงสัตว์		8(16)	8(16)	7(14)	8(16)	8(16)	บ้าน ตัวเอง	15(30)	12(24)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		16.50	13.50	18.00	18.00	11.50		15.00	8.50	
เวลาเลิก		17.30	13.73	18.10	19.10	16.05		15.23	11.00	
6.สะสมสิ่งของ		1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	0	บ้าน ตัวเอง	6(12)	2(4)	บ้าน ตัวเอง
เวลาเริ่ม		18.00	18.30	18.00	18.30			12.00	12.50	
เวลาเลิก		19.00	19.00	20.00	19.00			16.00	13.50	
7.อื่นๆ		0	0	0	0	0		0	0	
เวลาเริ่ม										
เวลาเลิก										

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 26 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 18.00-21.00 น. คิดเป็นร้อยละ 64-74 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ ชมรายการโทรทัศน์ ที่บ้าน ระหว่าง 10.15-21.05 น. คิดเป็นร้อยละ 76-84

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ได้ผลดังตาราง 27-38

ตาราง 27 การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเก่ง เพศชาย

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.เดินชม และซื้อของ	5(10)	5(10)	4(8)	1(2)	1(2)	ศูนย์ การค้า	1(2)	1(2)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม	17.00	17.00	17.00	17.00	16.15		14.50	13.05	
เวลาเลิก	17.30	17.30	17.30	17.30	18.05		16.30	13.50	
2.เยี่ยมญาติ	2(4)	1(2)	1(2)	1(2)	3(6)	บ้าน	8(16)	3(6)	บ้าน
เวลาเริ่ม	ไม่แน่	ไม่แน่	ไม่แน่	ไม่แน่	16.50	เพื่อน/ ญาติ	12.00	9.25	เพื่อน/ ญาติ
เวลาเลิก	นอน	นอน	นอน	นอน	21.00		17.15	15.40	
3.ท่องเที่ยว	2(4)	2(4)	2(4)	2(4)	3(6)	ห้าง	17(34)	11(22)	แหล่ง
เวลาเริ่ม	ไม่แน่	ไม่แน่	ไม่แน่	ไม่แน่	15.30	สรรพ	11.00	10.00	ท่องเที่ยวใน
เวลาเลิก	นอน	นอน	นอน	นอน	16.30	สินค้า	18.00	19.00	ต่าง จังหวัด
4.ชม ธรรมชาติ	2(4)	3(6)	2(4)	3(6)	3(6)	สวน สาธารณะ	3(6)	5(10)	แหล่ง
เวลาเริ่ม	17.00	17.15	17.00	17.50	18.00		13.00	05.10	ท่องเที่ยวใน
เวลาเลิก	18.00	17.50	18.00	18.15	19.05		15.00	11.03	ต่าง จังหวัด
5.ภาพยนตร์	2(4)	1(2)	1(2)	2(4)	3(6)	ห้าง	1(2)	1(2)	ห้าง
เวลาเริ่ม	ไม่แน่	ไม่แน่	ไม่แน่	16.00	16.00	สรรพ	14.15	15.00	สรรพ
เวลาเลิก	นอน	นอน	นอน	19.00	18.00	สินค้า	15.00	16.50	สินค้า
6.ชมพิพิธภัณฑ์	2(4)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	แหล่ง	1(2)	1(2)	แหล่ง
เวลาเริ่ม	ไม่แน่	ไม่แน่	ไม่แน่	ไม่แน่	ไม่แน่	ท่องเที่ยวใน	ไม่แน่	ไม่แน่	ท่องเที่ยวใน
เวลาเลิก	นอน	นอน	นอน	นอน	นอน	กทม.	นอน	นอน	ต่าง จังหวัด

ตาราง 27 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
7.สวน อาหาร เวลาเริ่ม เวลาเลิก	4(8) 15.00 16.00	2(4) 11.00 12.00	2(4) 11.00 12.00	3(6) 13.18 14.10	3(6) 15.13 15.50	ห้าง สรรพ สินค้า	5(10) 16.00 18.00	7(14) 16.00 18.30	ร้าน อาหาร
8.สวนสนุก เวลาเริ่ม เวลาเลิก	2(4) ไม่แน่ นอน	0	0	0	0	สวน สนุก	6(12) 11.00 15.30	3(6) 13.00 12.00	สวน สนุก
9.อื่น ๆ เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 27 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเก่ง เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-พุธ เดินทางศูนย์การค้า ระหว่างเวลา 17.00-17.30 น. คิดเป็นร้อยละ 8-10 วันพฤหัสบดี ไปสวนอาหาร ที่ห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 13.18-14.10 คิดเป็นร้อยละ 6 เวลา 17.50-18.15 ชมธรรมชาติในสวนสาธารณะ คิดเป็นร้อยละ 6 วันศุกร์ ช่วงเย็น มีหลากหลาย ได้แก่ เยี่ยมญาติ เที่ยวห้างสรรพสินค้า ชมสวนสาธารณะ ชมภาพยนตร์ สวนอาหาร คิดเป็นร้อยละ 6 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เที่ยวต่างจังหวัด ระหว่างเวลา 11.00-19.00 น. คิดเป็นร้อยละ 22-34

ตาราง 28 การใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเก่ง เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.เดินชม และซื้อของ	2(4)	1(2)	1(2)	1(2)	2(4)	ห้าง สรรพ สินค้า	22(44)	16(32)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม	11.50	16.00	19.00	17.00	16.05		13.00	12.50	
เวลาเลิก	13.50	18.00	21.00	18.00	17.00		16.30	16.30	
2.เยี่ยมชมญาติ	0	0	0	0	1(2)	บ้าน เพื่อน/ ญาติ	12(24)	9(18)	บ้าน เพื่อน/ ญาติ
เวลาเริ่ม					10.00		10.50	9.30	
เวลาเลิก					11.00		14.00	16.50	
3.ท่องเที่ยว	0	0	0	0	0		14(28)	7(14)	แหล่ง ท่องเที่ยวใน กทม.
เวลาเริ่ม							10.15	11.00	
เวลาเลิก							17.15	18.00	
4.ชม ธรรมชาติ	2(4)	2(4)	2(4)	1(2)	2(4)	สวน สาธารณะ	4(8)	3(6)	แหล่ง ท่องเที่ยวใน ต่าง จังหวัด
เวลาเริ่ม	16.50	15.50	16.50	15.00	15.50		9.15	10.00	
เวลาเลิก	7.15	17.00	17.15	16.00	18.15		17.15	16.00	
5.ภาพยนตร์	1(2)	1(2)	0	0	0	ห้าง สรรพ สินค้า	8(16)	4(8)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม	18.00	18.00					14.08	15.00	
เวลาเลิก	21.00	21.00					15.50	16.00	
6.ชมพิพิธภัณฑ์	0	1(2)	0	0	0	แหล่ง ท่องเที่ยว ใน กทม.	1(2)	1(2)	แหล่ง ท่องเที่ยวใน กทม.
เวลาเริ่ม		8.30					8.00	12.00	
เวลาเลิก		16.30					15.30	15.00	
7.สวน อาหาร	0	0	0	0	0		8(16)	2(4)	ร้าน อาหาร
เวลาเริ่ม							16.30	16.00	
เวลาเลิก							18.00	18.50	

ตาราง 28 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
8.สวน สนุก เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		6(12) ไม่แน่นอน	3(6) 10.15 17.45	สวน สนุก
9.อื่น ๆ เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 28 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเก่ง เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ ชมสวนสาธารณะ ระหว่างเวลา 15.00-18.15 น. คิดเป็นร้อยละ 2-4 เดินห้างสรรพสินค้า เวลา 11.50-13.50 หรือ 16.00-21.00 คิดเป็นร้อยละ 2-4 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 12.50-16.30 น. คิดเป็นร้อยละ 32-44

ตาราง 29 การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้างอ่อน เพศชาย

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.เดินชม และซื้อของ		5(10)	3(6)	2(4)	2(4)	5(10)	ห้าง สรรพ สินค้า	19(38)	19(38)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม		16.00	16.30	16.40	16.15	16.00		12.00	14.00	
เวลาเลิก		17.15	17.00	18.00	18.50	18.30		14.30	16.30	
2.เยี่ยมญาติ		1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	0	บ้าน เพื่อน/ ญาติ	4(8)	2(4)	บ้าน เพื่อน/ ญาติ
เวลาเริ่ม		16.30	16.30	16.30	16.30			11.15	12.15	
เวลาเลิก		16.40	16.40	16.40	16.40			17.15	17.00	
3.ท่องเที่ยว		0	0	0	0	0		11(22)	7(14)	แหล่ง ท่อง เที่ยวใน กทม.
เวลาเริ่ม								9.00	10.00	
เวลาเลิก								16.00	16.00	
4.ชม ธรรมชาติ		1(2) ไม่แน่ นอน	0	0	0	0		4(8)	4(8)	แหล่ง ท่อง เที่ยวใน ต่าง จังหวัด
เวลาเริ่ม								7.50	8.05	
เวลาเลิก								15.20	12.30	
5.ภาพยนตร์		1(2)	1(2)	0	0	1(2)	ห้าง สรรพ สินค้า	7(14)	2(4)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม		19.00	10.30			20.45		14.00	12.00	
เวลาเลิก		20.45	12.30			22.00		15.00	14.00	
6.ชมพิพิธภัณฑ์		0	0	0	0	0		1(2)	0	แหล่ง ท่อง เที่ยวใน ต่าง จังหวัด
เวลาเริ่ม								12.30		
เวลาเลิก								14.30		
7.สวน อาหาร		3(6)	3(6)	2(4)	3(6)	3(6)	ร้าน อาหาร	5(10)	2(4)	ร้าน อาหาร
เวลาเริ่ม		17.00	15.00	17.50	17.00	17.00		16.30	17.50	
เวลาเลิก		18.00	16.00		18.00	18.00		18.00	18.50	

ตาราง 29 (ต่อ)

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
8.สวน สนุก เวลาเริ่ม เวลาเลิก		0	0	0	0	0		5(10) 9.30 16.00	1(2) 10.30 18.00	สวน สนุก
9.อื่น ๆ เวลาเริ่ม เวลาเลิก		0	0	0	0	0		0	0	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 29 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องอ่อน เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 16.00-18.50 น. คิดเป็นร้อยละ 4-10 ไปร้านอาหาร ระหว่างเวลา 15.00-18.50 คิดเป็นร้อยละ 4-6 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 12.00-16.30 น. คิดเป็นร้อยละ 38

ตาราง 30 การใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องอ่อน เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.เดินชม และซื้อของ	3(6)	7(14)	4(8)	4(8)	7(14)	ห้าง สรรพ สินค้า	25(50)	18(36)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม	15.30	16.30	17.05	16.00	17.15		12.00	13.00	
เวลาเลิก	18.00	18.00	18.00	19.00	18.00		15.00	18.00	
2.เยี่ยมชมญาติ	2(4)	1(2)	1(2)	1(2)	3(6)	บ้าน เพื่อน/ ญาติ	8(16)	6(12)	บ้าน เพื่อน/ ญาติ
เวลาเริ่ม	14.05	12.00	12.00	12.00	12.45		10.15	10.25	
เวลาเลิก	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00		16.58	16.50	
3.ท่องเที่ยว	2(4)	4(8)	1(2)	2(4)	2(4)	ห้าง สรรพ สินค้า	12(24)	5(10)	ท่องเที่ยว ในต่าง จังหวัด
เวลาเริ่ม	13.13	16.50	17.45	17.28	12.13		11.05	12.45	
เวลาเลิก	19.00	18.00	19.00	18.50	18.50		15.30	19.00	
4.ชม ธรรมชาติ	0	1(2)	1(2)	1(2)	0	สวน สาธารณะ	3(6)	3(6)	สวน สาธารณะ
เวลาเริ่ม		15.30	16.00	15.30			12.00	16.00	
เวลาเลิก		18.00	19.00	18.00			14.00	18.00	
5.ภาพยนตร์	2(4)	2(4)	0	0	0	ห้าง สรรพ สินค้า	8(16)	6(12)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม	16.00	12.00					11.15	11.00	
เวลาเลิก	20.00	14.15					16.15	15.50	
6.ชมพิพิธภัณฑ์	0	0	0	1(2)	0	แหล่ง ท่องเที่ยว ใน กทม.	1(2)	1(2)	แหล่ง ท่องเที่ยว ใน กทม.
เวลาเริ่ม				16.00			6.00	7.00	
เวลาเลิก				18.00			18.00	18.00	
7.สวน อาหาร	4(8)	4(8)	4(8)	2(4)	3(6)	ร้าน อาหาร	3(6)	0	ร้าน อาหาร
เวลาเริ่ม	16.23	15.38	15.38	15.38	15.45		16.00		
เวลาเลิก	18.05	17.15	16.30	16.15	16.30		17.00		
8.สวน สนุก	0	0	2(4)	1(2)	0	สวนสนุก	3(6)	4(8)	สวน สนุก
เวลาเริ่ม			17.05	16.00			13.00	12.30	
เวลาเลิก			18.15	18.00			16.00	18.25	

ตาราง 30 (ต่อ)

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
9.อื่น ๆ		0	0	0	0	0		0	0	
เวลาเริ่ม										
เวลาเลิก										

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 30 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องอ่อน เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 15.30-19.00 น.คิดเป็นร้อยละ 8-14 ไปร้านอาหาร ระหว่างเวลา 15.38-18.05 คิดเป็นร้อยละ 4-8 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 12.00-18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 36-50

ตาราง 31 การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้างแก้ว เพศชาย

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.เดินชม และซื้อของ	1(2)	1(2)	0	1(2)	2(4)	ห้าง สรรพ สินค้า	20(40)	16(32)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม	16.30	13.40		16.00	17.15		13.00	13.05	
เวลาเลิก	16.40	15.30		19.00	19.05		15.15	16.00	
2.เยี่ยมญาติ	1(2)	0	1(2)	0	0	บ้าน เพื่อน/ ญาติ	3(6)	2(4)	บ้าน เพื่อน/ญาติ
เวลาเริ่ม	10.30		17.00				9.00	11.28	
เวลาเลิก	13.00		19.00				13.50	17.00	
3.ท่องเที่ยว	0	0	0	0	0		4(8)	4(8)	แหล่งท่องเที่ยวในต่าง จังหวัด
เวลาเริ่ม							9.00	10.00	
เวลาเลิก							16.00	16.00	
4.ชม ธรรมชาติ	0	0	0	0	0		1(2)	2(4)	แหล่งท่องเที่ยวในต่าง จังหวัด
เวลาเริ่ม							7.50	8.05	
เวลาเลิก							15.20	12.30	
5.ภาพยนตร์	0	0	0	0	0		6(12)	2(4)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม							13.15	13.50	
เวลาเลิก							15.50	16.20	
6.ชมพิพิธภัณฑ์	0	0	0	0	0		1(2)	2(4)	แหล่งท่องเที่ยวใน กทม.
เวลาเริ่ม							9.00	11.00	
เวลาเลิก							15.00	12.00	
7.สวน อาหาร	0	0	0	0	0		4(8)	2(4)	ร้านอาหาร
เวลาเริ่ม							18.00	16.05	
เวลาเลิก							19.50	17.15	

ตาราง 31 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
8.สวน สนุก เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	1(2) 9.00 14.00	สวนสนุก
9.อื่น ๆ เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 31 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้างแก่ง เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์ อังคาร พฤหัสบดี ศุกร์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 13.40-19.05 น. คิดเป็นร้อยละ 2-4 วันพุธไปเยี่ยมญาติ ระหว่างเวลา 17.00-19.00 คิดเป็นร้อยละ 2 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 13.00-16.00 น. คิดเป็นร้อยละ 32-40

ตาราง 32 การใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องเก่ง เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.เดินชม และซื้อของ	2(4)	3(6)	3(6)	4(8)	7(14)	ห้าง สรรพ สินค้า	25(50)	18(36)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม	16.00	17.00	16.00	18.30	16.30		12.05	12.00	
เวลาเลิก	17.00	18.00	17.00	19.15	17.30		15.30	17.00	
2.เขียนญาติ	2(4)	0	0	0	0	บ้าน เพื่อน/ ญาติ	8(16)	6(12)	บ้าน เพื่อน/ ญาติ
เวลาเริ่ม	16.00						11.00	10.00	
เวลาเลิก	18.00						18.00	15.00	
3.ท่องเที่ยว	2(4)	4(8)	0	0	2(4)	ห้าง สรรพ สินค้า	12(24)	5(10)	แหล่ง ท่องเที่ยว ในต่าง จังหวัด
เวลาเริ่ม	12.30	14.30			8.00		8.00	10.00	
เวลาเลิก	15.00	16.30			17.00		18.00	19.00	
4.ชม ธรรมชาติ	0	0	0	0	1(2)	แหล่ง ท่อง เที่ยว ในกทม.	3(6)	3(6)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม					16.30		15.50	14.00	
เวลาเลิก					17.00		13.00	18.00	
5.ภาพยนตร์	0	0	0	0	1(2)	ศูนย์ การค้า	3(6)	0	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม					19.00		13.00		
เวลาเลิก					21.00		15.00		
6.ชมพิพิธภัณฑ์	0	0	0	0	0		0	1(2)	ศูนย์ การค้า
เวลาเริ่ม								10.00	
เวลาเลิก								13.30	
7.สวน อาหาร	0	0	0	1(2)	2(4)	ร้าน อาหาร	3(6)	2(4)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม				17.00	18.20		12.00	16.05	
เวลาเลิก				19.00	19.50		14.00	17.00	

ตาราง 32 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
8.สวน สนุก เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		3(6) 10.00 13.00	2(4) 11.30 16.30	สวน สนุก
9.อื่น ๆ เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 32 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้างแห่ง เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 16.00-19.15 น.คิดเป็นร้อยละ 4-14 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 12.00-17.00 น. คิดเป็นร้อยละ 36-50

ตาราง 33 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
9.อื่น ๆ	0	0	0	0	0		1(2)	1(2)	ห้าง
เวลาเริ่ม							9.00	9.00	สรรพ
เวลาเลิก							12.00	12.00	สินค้า

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 33 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องอ่อน เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-พุธ เทียวใน กทม. ระหว่างเวลา 14.00-18.20 น. คิดเป็นร้อยละ 4-6 ไปร้านอาหาร ระหว่างเวลา 15.10-15.38 คิดเป็นร้อยละ 4 วันพฤหัสบดี-ศุกร์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 16.30-18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 4-10 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 12.05-15.00 น. คิดเป็นร้อยละ 30-32

ตาราง 34 การใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องอ่อน เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.เดินชม และซื้อของ	1(2)	8(16)	2(4)	3(6)	7(14)	ห้าง สรรพ สินค้า	27(54)	11(22)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม	16.30	15.10	16.30	16.30	15.30		13.00	13.00	
เวลาเลิก	16.45	16.35	18.00	16.45	16.45		16.30	16.45	
2.เยี่ยมญาติ	0	1(2)	1(2)	0	2(4)	แหล่ง ท่องเที่ยว ในต่าง จังหวัด	7(14)	7(14)	บ้าน เพื่อน/ ญาติ
เวลาเริ่ม		18.00	16.00		19.15		9.30	9.30	
เวลาเลิก		22.00	17.00		16.50		15.30	14.20	
3.ท่องเที่ยว	0	0	0	0	0		10(20)	11(22)	แหล่ง ท่องเที่ยว ใน กทม.
เวลาเริ่ม							9.03	10.50	
เวลาเลิก							16.50	18.00	
4.ชม ธรรมชาติ	0	0	0	0	0		2(4)	4(8)	สวน สาธารณะ
เวลาเริ่ม							10.50	8.15	
เวลาเลิก							15.50	16.00	
5.ภาพยนตร์	0	1(2)	0	0	1(2)	ห้าง สรรพ สินค้า	6(12)	4(8)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม		13.30			11.30		12.00	13.03	
เวลาเลิก		15.30			13.30		15.15	16.13	
6.ชมพิพิธภัณฑ์	0	0	0	0	0		1(2)	2(4)	แหล่ง ท่องเที่ยว ใน กทม.
เวลาเริ่ม							16.00	10.50	
เวลาเลิก							17.00	15.05	
7.สวนอาหาร	0	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	ร้าน อาหาร	4(8)	3(6)	ร้านอาหาร
เวลาเริ่ม		15.00	20.00	16.00	16.00		15.05	14.30	
เวลาเลิก		16.00	22.00	18.30	18.00		16.15	18.30	
8.สวนสนุก	0	0	0	0	1(2)	สวน สนุก	3(6)	3(6)	สวนสนุก
เวลาเริ่ม					14.00		10.30	10.00	
เวลาเลิก					17.00		15.50	17.00	

ตาราง 34 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
9.อื่น ๆ	0	0	0	0	0		0	0	
เวลาเริ่ม									
เวลาเลิก									

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 34 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องอ่อน เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของ วันจันทร์-ศุกร์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 15.10-18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 2-14 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 13.00-16.45 น. คิดเป็นร้อยละ 22-54

ตาราง 35 การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศชาย

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.เดินชม และซื้อของ	0	1(2)	1(2)	0	2(4)	ศูนย์ การค้า	14(28)	14(28)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม		18.00	17.00		17.23		13.50	12.50	
เวลาเลิก		19.00	18.00		18.00		16.50	15.15	
2.เยี่ยมญาติ	1(2)	0	1(2)	1(2)	0	บ้าน เพื่อน/ ญาติ	2(4)	6(12)	บ้าน เพื่อน/ ญาติ
เวลาเริ่ม	15.30		17.00	16.30			11.05	9.15	
เวลาเลิก	17.00		22.55	18.50			15.50	18.00	
3.ท่องเที่ยว	0	0	0	0	0		11(22)	10(20)	แหล่ง ท่องเที่ยว ใน กทม.
เวลาเริ่ม							10.00	10.50	
เวลาเลิก							18.00	18.00	

ตาราง 35 (ต่อ)

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
4.ชม ธรรมชาติ เวลาเริ่ม เวลาเลิก		0	1(2) 18.50 19.50	0	0	1(2) 17.30 18.50	แหล่ง ท่องเที่ยว ใน กทม.	2(4) 14.50 16.00	2(4) 14.50 17.00	แหล่ง ท่องเที่ยว ใน กทม.
5.ภาพยนตร์ เวลาเริ่ม เวลาเลิก		0	0	0	0	0		7(14) 13.00 15.00	4(8) 12.50 15.00	ห้าง สรรพ สินค้า
6.ชมพิพิธภัณฑ์ เวลาเริ่ม เวลาเลิก		0	0	0	0	0		1(2) 10.00 11.00	2(4) 11.00 13.00	แหล่ง ท่องเที่ยว ใน กทม.
7.สวนอาหาร เวลาเริ่ม เวลาเลิก		0	0	1(2) 18.30 20.00	0	0	ร้าน อาหาร	1(2) 17.00 20.00	1(2) 18.00 20.00	ร้าน อาหาร
8.สวนสนุก เวลาเริ่ม เวลาเลิก		0	0	0	0	0		1(2) 9.00 20.00	2(4) 10.50 19.00	สวน สนุก
9.อื่น ๆ เวลาเริ่ม เวลาเลิก		0	0	0	0	0		0	0	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 35 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้างแห่ง เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-พฤหัสบดี ช่วงเย็น มีหลากหลาย ได้แก่ เขียวญาติ เดินศูนย์การค้าชมธรรมชาติใน กทม. คิดเป็นร้อยละ 2 วันศุกร์ เดินศูนย์การค้า ระหว่างเวลา 17.23-18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 4 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 12.50-16.50 น. คิดเป็นร้อยละ 28

ตาราง 36 การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.เดินชม และซื้อของ	2(4)	2(4)	2(4)	1(2)	2(4)	ศูนย์ การค้า	2(4)	25(50)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม	13.50	13.05	12.50	7.00	13.05		13.00	15.00	
เวลาเลิก	17.05	13.23	14.18	7.35	13.23		16.00	18.00	
2.เยี่ยมญาติ	0	0	0	1(2)	0	บ้าน เพื่อน/ ญาติ	12(24)	9(18)	บ้าน เพื่อน/ ญาติ
เวลาเริ่ม				16.00			12.15	12.00	
เวลาเลิก				22.30			18.00	17.15	
3.ท่องเที่ยว	0	1(2)	0	0	0	แหล่ง ท่อง เที่ยว ในต่าง จังหวัด	10(20)	9(18)	แหล่ง ท่อง เที่ยว ในต่าง จังหวัด
เวลาเริ่ม		13.00					11.05	10.00	
เวลาเลิก		18.30					17.00	17.15	
4.ชม ธรรมชาติ	0	0	0	1(2)	0	แหล่ง ท่อง เที่ยว ในต่าง จังหวัด	0	0	
เวลาเริ่ม				11.00					
เวลาเลิก				18.30					
5.ภาพยนตร์	1(2)	0	0	1(2)	0	ห้าง สรรพ สินค้า	8(16)	4(8)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม	12.20			16.00			12.15	10.50	
เวลาเลิก	14.30			18.00			14.25	14.00	
6.ชมพิพิธภัณฑ์	0	0	1(2)	0	0	ท่อง เที่ยว ในกทม.	0	0	
เวลาเริ่ม			11.00						
เวลาเลิก			18.00						
7.สวนอาหาร	1(2)	0	0	0	0	ร้าน อาหาร	1(2)	5(10)	ร้าน อาหาร
เวลาเริ่ม	21.00						13.00	17.30	
เวลาเลิก	21.30						14.00	18.30	
8.สวนสนุก	0	0	1(2)	0	0	สวน สนุก	3(6)	5(10)	สวน สนุก
เวลาเริ่ม			11.00				13.00	10.00	
เวลาเลิก			18.00				16.00	16.00	

ตาราง 37 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
5.ภาพยนตร์ เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		6(12) 12.00 07.05	5(10) 12.00 15.00	ห้าง สรรพ สินค้า
6.ชม พิพิธภัณฑ์ เวลาเริ่ม เวลาเลิก	1(2) 7.30 7.50	1(2) 7.20 7.50	1(2) 7.00 7.50	1(2) 7.30 7.50	1(2) 7.30 7.50	ศูนย์ การค้า	3(6) 10.00 18.05	1(2) 15.30 16.30	ห้าง สรรพ สินค้า
7.สวนอาหาร เวลาเริ่ม เวลาเลิก	1(2) 19.00 20.00	0	0	1(2) 17.00 18.00	1(2) 20.00 22.00	ห้าง สรรพ สินค้า	2(4) 14.50 16.00	2(4) 16.50 20.50	ศูนย์ การค้า
8.สวนสนุก เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		3(6) 11.00 18.30	2(4) 15.00 17.00	สวนสนุก
9.อื่น ๆ เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 37 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ ยกเว้นวันพฤหัสบดีเดินทางสรรพสินค้าระหว่างเวลา 16.00-17.05 น. คิดเป็นร้อยละ 4-10 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เดินทางสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 12.00-16.25 น. คิดเป็นร้อยละ 20-34

ตาราง 38 การใช้เวลาวางด้านการท่องเที่ยว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้างอ่อน เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.เดินชม และซื้อของ	2(4)	4(8)	2(4)	2(4)	6(12)	ห้าง สรรพ สินค้า	35(70)	16(32)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม	16.15	15.30	17.05	16.18	16.15		11.30	13.00	
เวลาเลิก	17.00	17.13	17.15	16.25	17.00		15.00	17.15	
2.เยี่ยมญาติ	2(4)	2(4)	1(2)	1(2)	3(6)	บ้าน เพื่อน/ ญาติ	7(14)	6(12)	บ้าน เพื่อน/ ญาติ
เวลาเริ่ม	16.00	16.50	16.30	16.30	17.30		8.30	12.00	
เวลาเลิก	17.00	19.50	18.00	17.00	18.00		17.00	17.00	
3.ท่องเที่ยว	0	2(4)	1(2)	1(2)	1(2)	ห้าง สรรพ สินค้า	6(12)	10(20)	แหล่ง ท่อง เที่ยว ในต่าง จังหวัด
เวลาเริ่ม		16.00	18.30	18.30	18.30		10.05	11.05	
เวลาเลิก		17.00	19.30	19.30	19.30		18.50	18.00	
4.ชม ธรรมชาติ	0	0	1(2)	0	0	สวน สาธารณะ	2(4)	0	แหล่ง ท่อง เที่ยว ในต่าง จังหวัด
เวลาเริ่ม			17.00				9.00		
เวลาเลิก			18.00				13.50		
5.ภาพยนตร์	0	1(2)	0	0	0	ห้าง สรรพ สินค้า	8(16)	6(12)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม		12.00					10.58	12.15	
เวลาเลิก		16.00					13.30	16.00	
6.ชม พิพิธภัณฑ์	0	0	0	0	1(2)	แหล่ง ท่องเที่ยว ใน กทม.	0	1(2)	แหล่ง ท่อง เที่ยว ใน กทม.
เวลาเริ่ม					9.00			10.00	
เวลาเลิก					12.00			13.00	
7.สวนอาหาร	1(2)	0	0	0	3(6)	ร้านอาหาร	1(2)	5(10)	ร้าน อาหาร
เวลาเริ่ม	18.00				18.00		19.00	15.00	
เวลาเลิก	19.00				19.00		21.00	18.30	
8.สวนสนุก	0	0	0	0	1(2)	แหล่ง ท่องเที่ยว ใน กทม.	0	3(6)	สวน สนุก
เวลาเริ่ม					12.30			10.00	
เวลาเลิก					14.00			13.00	

ตาราง 38 (ต่อ)

วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
กิจกรรม									
9.อื่น ๆ	0	0	0	0	0		0	0	
เวลาเริ่ม									
เวลาเลิก									

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 38 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 15.30-17.15 น. คิดเป็นร้อยละ 4-12 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 11.30-17.15 น. คิดเป็นร้อยละ 32-70

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์การใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ได้ผลดังตาราง 39-50

ตาราง 39 (ต่อ)

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
9.การเขียน บทร้อยกรอง เวลาเริ่ม เวลาเลิก		1(2) ไม่แน่ นอน	0	0	0	0	โรง เรียน	0	0	
10.การเขียน บันทึก ประจำวัน เวลาเริ่ม เวลาเลิก		2(4) 20.00 20.30	2(4) 20.00 20.30	2(4) 20.00 20.30	2(4) 20.00 20.30	2(4) 20.00 20.30	บ้าน ไม่แน่ นอน	1(2) ไม่แน่ นอน	1(2) ไม่แน่ นอน	บ้าน

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 39 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเก่ง เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ พักอยู่กับญาติ ที่บ้าน ระหว่างเวลา 12.00-16.15 น. คิดเป็นร้อยละ 30-36 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ พักอยู่กับญาติ ที่บ้าน ระหว่างเวลา 10.00-18.00 น. คิดเป็นร้อยละ 26 อ่านหนังสือทั่วไป ระหว่างเวลา 17.00-19.00 น. คิดเป็นร้อยละ 26-30

ตาราง 40 การใช้เวลาวางในด้านวรรณกรรม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเก่ง เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.การพูดในที่ สาธารณะ	4(8)	4(8)	2(4)	3(6)	3(6)	โรง เรียน	4(8)	2(4)	บ้าน
เวลาเริ่ม	11.53	11.05	9.50	7.00	7.00		7.50	6.50	
เวลาเลิก	13.03	13.20	13.45	12.00	12.00		16.35	18.10	
2.การพูดคุย กับเพื่อน/ญาติ	18(36)	17(34)	18(36)	18(36)	17(34)	บ้าน	17(34)	14(28)	บ้าน
เวลาเริ่ม	8.00	8.15	8.30	8.30	8.15		10.05	6.45	
เวลาเลิก	15.30	15.30	15.30	15.30	15.30		21.00	21.50	
3.การเล่น นิทาน	0	0	0	0	0		0	0	
เวลาเริ่ม									
เวลาเลิก									
4.การอ่าน หนังสือทั่วไป	7(14)	3(6)	6(12)	8(16)	10(20)	บ้าน	7(14)	10(20)	บ้าน
เวลาเริ่ม	16.00	11.20	14.30	13.15	15.15		16.00	12.50	
เวลาเลิก	18.00	11.50	15.30	14.05	18.00		14.30	15.15	
5.อ่าน นวนิยาย	2(4)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	บ้าน	3(6)	2(4)	บ้าน
เวลาเริ่ม	9.00	17.00	17.00	17.00	17.00		12.30	11.15	
เวลาเลิก	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00		13.30	13.05	
6.อ่านการ์ตูน	4(8)	3(6)	4(8)	3(6)	3(6)	บ้าน	5(10)	4(8)	บ้าน
เวลาเริ่ม	16.15	16.30	16.23	16.30	16.30		17.00	13.50	
เวลาเลิก	17.15	17.30	17.15	17.30	17.30		17.30	15.30	
7.อ่านวารสาร นิตยสาร	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	2(4)	บ้าน	2(4)	1(2)	บ้าน
เวลาเริ่ม	19.00	19.00	19.00	19.00	20.05		15.01	13.00	
เวลาเลิก	19.30	19.30	19.30	19.30	20.50		16.50	13.30	

ตาราง 40 (ต่อ)

วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
กิจกรรม									
8.การเขียน จดหมาย	0	0	0	0	1(2)	บ้าน	1(2)	0	บ้าน
เวลาเริ่ม					15.00		16.00		
เวลาเลิก					15.30		16.10		
9.การเขียน บทร้อยกรอง	0	0	1(2)	0	0	บ้าน	0	0	
เวลาเริ่ม			16.30						
เวลาเลิก			18.30						
10.การเขียน บันทึก	2(4)	2(4)	2(4)	2(4)	2(4)	บ้าน	3(6)	2(4)	บ้าน
ประจำวัน									
เวลาเริ่ม	16.00	16.00	16.00	16.00	16.00		18.00	17.00	
เวลาเลิก	16.55	16.55	16.55	16.55	16.55		19.00	18.05	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 40 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องแก่ง เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ พุฒยกับญาติ ที่บ้าน ระหว่างเวลา 8.00-15.30 น. คิดเป็นร้อยละ 34-36 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ พุฒยกับญาติ ที่บ้าน ระหว่างเวลา 6.45-21.50 น. คิดเป็นร้อยละ 28-34

ตาราง 41 การใช้เวลาว่างในด้านวรรณกรรม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้างอ่อน เพศชาย

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.การพูดในที่ สาธารณะ	1(2)	1(2)	0	0	0	บ้าน	2(4)	3(6)	บ้าน
เวลาเริ่ม	16.00	16.30					14.05	16.00	
เวลาเลิก	20.00	17.30					16.65	14.00	
2.การพูดคุย กับเพื่อน/ญาติ	9(18)	9(18)	8(16)	8(16)	6(12)	บ้าน	7(14)	5(10)	บ้าน
เวลาเริ่ม	15.00	11.30	15.05	13.20	13.20		14.30	15.30	
เวลาเลิก	16.15	16.15	16.00	14.00	15.05		16.30	18.30	
3.การเล่า นิทาน	1(2)	0	0	0	0	บ้าน	1(2)	0	บ้าน
เวลาเริ่ม	ไม่แน่						18.00		
เวลาเลิก	นอน						18.30		
4.การอ่าน หนังสือทั่วไป	10(20)	6 (12)	9 (18)	5 (10)	5 (10)	บ้าน	12(24)	10(20)	บ้าน
เวลาเริ่ม	14.10	17.13	15.00	16.20	15.00		13.30	15.00	
เวลาเลิก	14.25	19.00	14.20	14.20	16.00		14.30	17.00	
5.อ่าน นวนิยาย	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	บ้าน	2(4)	1(2)	บ้าน
เวลาเริ่ม	6.00	6.00	6.00	6.00	6.00		10.00	19.00	
เวลาเลิก	7.30	7.30	7.30	7.30	7.30		11.00	20.00	
6.อ่านการ์ตูน	2(4)	1(2)	3(6)	2(4)	1(2)	บ้าน	11(22)	5(10)	บ้าน
เวลาเริ่ม	10.00	21.00	13.00	13.05	18.00		12.00	14.00	
เวลาเลิก	12.00	21.30	14.00	14.00	18.30		14.50	15.00	
7.อ่านวารสาร นิตยสาร	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	บ้าน	1(2)	1(2)	บ้าน
เวลาเริ่ม	19.00	19.00	19.00	19.00	19.00		19.00	19.00	
เวลาเลิก	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00		20.00	20.00	

ตาราง 41 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
8.การเขียน จดหมาย เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	
9.การเขียน บทร้อยกรอง เวลาเริ่ม เวลาเลิก	1(2) 18.00 20.00	1(2) 18.00 20.00	1(2) 18.00 20.00	1(2) 18.00 20.00	1(2) 18.00 20.00	บ้าน	1(2) 18.00 20.00	1(2) 18.00 20.00	บ้าน
10.การเขียน บันทึก ประจำวัน เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 41 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องอ่อน เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ พักอยู่กับญาติ ที่บ้าน ระหว่างเวลา 11.30-16.15 น. คิดเป็นร้อยละ 12-18 อ่านหนังสือทั่วไป ระหว่างเวลา 14.10-19.00 น. คิดเป็นร้อยละ 10-20 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ อ่านหนังสือทั่วไป ระหว่างเวลา 13.30-17.00 น. คิดเป็นร้อยละ 20-24

ตาราง 42 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
8.การเขียน จดหมาย เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	1(2) 12.00 12.55	บ้าน
9.การเขียน บทร้อยกรอง เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		1(2) 9.30 10.30	0	บ้าน
10.การเขียน บันทึก ประจำวัน เวลาเริ่ม เวลาเลิก	1(2) 18.00 18.30	1(2) 18.00 18.30	1(2) 18.00 18.30	1(2) 18.00 18.30	1(2) 18.00 18.30	บ้าน	1(2) 18.00 18.30	1(2) 18.00 18.30	บ้าน

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 42 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องอ่อน เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ พุดคุยกับญาติ ที่บ้าน ระหว่างเวลา 6.00-21.00 น. คิดเป็นร้อยละ 12-16 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ พุดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้านเพื่อน/ญาติ ระหว่างเวลา 8.00-15.30 น. คิดเป็นร้อยละ 16-22

ตาราง 43 การใช้เวลาว่างในด้านวรรณกรรม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้างแก้ว เพศชาย

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.การพูดในที่ สาธารณะ	3(6)	2(4)	2(4)	2(4)	3(6)	โรง เรียน	4(8)	1(2)	ห้าง สรรพ สินค้า
เวลาเริ่ม	7.00	7.05	7.05	7.05	7.00		9.50	6.00	
เวลาเลิก	15.00	16.05	16.05	16.05	16.30		16.05	7.00	
2.การพูดคุย กับเพื่อน/ญาติ	11(22)	11(22)	10(20)	10(20)	11(22)	บ้าน	14(28)	8(16)	บ้าน
เวลาเริ่ม	8.30	8.30	8.20	8.20	8.30		11.00	12.30	
เวลาเลิก	16.30	16.30	16.30	16.30	16.30		16.30	18.50	
3.การเล่า นิทาน	0	0	0	0	0		0	0	
เวลาเริ่ม									
เวลาเลิก									
4.การอ่าน หนังสือทั่วไป	6(12)	4(8)	7(14)	6(12)	6(12)	บ้าน	13(26)	7(14)	บ้าน
เวลาเริ่ม	18.50	16.08	17.00	18.00	18.00		13.00	12.00	
เวลาเลิก	19.20	16.30	18.00	19.05	19.05		14.00	14.00	
5.อ่าน นวนิยาย	0	0	0	0	0		1(2)	1(2)	บ้าน
เวลาเริ่ม							8.30	18.00	
เวลาเลิก							10.00	18.30	
6.อ่านการ์ตูน	3(6)	3(6)	1(2)	3(6)	2(4)	บ้าน	5(10)	6(12)	บ้าน
เวลาเริ่ม	17.00	15.30	17.00	17.00	17.00		13.00	14.05	
เวลาเลิก	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00		14.00	14.15	
7.อ่านวารสาร นิตยสาร	0	1(2)	0	0	0	โรง เรียน	0	0	
เวลาเริ่ม		12.00							
เวลาเลิก		13.00							

ตาราง 44 การใช้เวลาว่างในด้านวรรณกรรม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องเก่ง เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.การพูดในที่ สาธารณะ	7(14)	6(12)	6(12)	6(12)	6(12)	บ้าน	7(14)	4(8)	บ้าน
เวลาเริ่ม	8.30	9.50	9.50	9.50	9.50		8.00	12.50	
เวลาเลิก	14.30	17.05	17.05	16.15	15.15		18.00	19.00	
2.การพูดคุย กับเพื่อน/ญาติ	20(40)	17(34)	18(36)	17(34)	18(36)	บ้าน	16(32)	15(30)	บ้าน
เวลาเริ่ม	8.00	7.33	8.00	7.30	7.30		8.30	9.15	
เวลาเลิก	15.45	16.30	16.30	16.30	16.30		18.30	21.05	
3.การเล่า นิทาน	0	0	0	0	0		0	0	
เวลาเริ่ม									
เวลาเลิก									
4.การอ่าน หนังสือทั่วไป	11(22)	9(18)	10(20)	8(16)	12(24)	บ้าน	14(28)	8(16)	บ้าน
เวลาเริ่ม	16.00	16.00	15.50	15.50	16.00		15.05	15.50	
เวลาเลิก	19.00	18.00	17.00	17.15	18.00		16.00	17.15	
5.อ่าน นวนิยาย	2(4)	1(2)	2(4)	1(2)	3(6)	บ้าน	3(6)	3(6)	บ้าน
เวลาเริ่ม	8.15	18.30	16.30	14.30	18.30		20.00	19.30	
เวลาเลิก	17.30	19.00	17.15	15.30	19.00		21.00	21.00	
6.อ่านการ์ตูน	2(4)	2(4)	2(4)	1(2)	3(6)	บ้าน	6(12)	6(12)	บ้าน
เวลาเริ่ม	18.15	19.15	17.50	17.00	19.36		18.15	16.05	
เวลาเลิก	19.05	19.40	18.20	17.30	22.00		19.50	17.50	
7.อ่านวารสาร นิตยสาร	1(2)	0	0	0	0	บ้าน	0	1(2)	โรง เรียน
เวลาเริ่ม	15.00							17.00	
เวลาเลิก	16.00							19.00	

ตาราง 44 (ต่อ)

วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
กิจกรรม									
8.การเขียน จดหมาย เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	
9.การเขียน บทร้อยกรอง เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	
10.การเขียน บันทึก ประจำวัน เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	1(2) 13.00 13.20	1(2) 13.00 13.20	บ้าน	1(2) 18.00 18.10	1(2) 21.00 21.30	บ้าน

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 44 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องเก่ง เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ พุฒยกับญาติ ที่บ้าน ระหว่างเวลา 7.33-16.30 น. คิดเป็นร้อยละ 34-40 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ พุฒยกับญาติ ที่บ้าน ระหว่างเวลา 8.30-21.05 น. คิดเป็นร้อยละ 30-32

ตาราง 45 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
8.การเขียน จดหมาย เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	
9.การเขียน บทร้อยกรอง เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	
10.การเขียน บันทึก ประจำวัน เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 45 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องอ่อน เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ พักอยู่กับญาติ ที่บ้าน ระหว่างเวลา 8.00-16.30 น. คิดเป็นร้อยละ 20-26 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ พักอยู่กับญาติ ที่บ้าน ระหว่างเวลา 10.00-19.58 น. คิดเป็นร้อยละ 28

ตาราง 46 การใช้เวลาว่างในด้านวรรณกรรม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้างอ่อนเพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.การพูดในที่ สาธารณะ	5(10)	5(10)	5 (10)	6(12)	8(16)	โรง เรียน	4(8)	2(4)	บ้าน
เวลาเริ่ม	8.00	8.00	8.00	8.55	12.20		7.55	13.05	
เวลาเลิก	15.30	15.30	15.30	13.40	16.15		15.30	19.20	
2.การพูดคุย กับเพื่อน/ญาติ	12(24)	14(28)	12(24) 8.00	10(20)	12(24)	โรง เรียน	17(34)	11(22)	บ้าน เพื่อน /ญาติ
เวลาเริ่ม	8.00	8.00	16.13	8.15	7.55		10.30	11.50	
เวลาเลิก	15.30	15.30		15.38	16.13		16.30	16.50	
3.การเล่า นิทาน	0	0	1(2)	0	0	บ้าน	0	1(2)	อื่นๆ
เวลาเริ่ม			19.00					17.00	
เวลาเลิก			20.30					17.30	
4.การอ่าน หนังสือทั่วไป	4(8)	4(8)	4(8)	4(8)	5(10)	บ้าน	11(22)	10(20)	บ้าน
เวลาเริ่ม	16.30	13.40	16.30	15.40	15.30		10.00	12.15	
เวลาเลิก	17.05	14.30	17.05	16.15	16.30		11.30	13.50	
5.อ่าน นวนิยาย	0	0	0	0	1(2)		2(4)	2(4)	บ้าน
เวลาเริ่ม					18.00		17.00	17.00	
เวลาเลิก					20.00		19.00	19.00	
6.อ่านการ์ตูน	2(4)	2(4)	2(4)	1(2)	1(2)	บ้าน	15(30)	7(14)	บ้าน
เวลาเริ่ม	10.00	18.00	19.05	18.00	18.00		13.30	12.30	
เวลาเลิก	19.00	19.00	20.05	19.00	19.00		14.00	14.00	
7.อ่านวารสาร นิตยสาร	0	0	0	0	1(2)	บ้าน เพื่อน	3(6)	1(2)	บ้าน
เวลาเริ่ม					21.00		14.00	14.00	
เวลาเลิก					22.00		16.05	17.00	

ตาราง 46 (ต่อ)

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
8.การเขียน จดหมาย เวลาเริ่ม เวลาเลิก		0	0	0	0	0		0	1(2) 16.00 18.00	บ้าน
9.การเขียน บทร้อยกรอง เวลาเริ่ม เวลาเลิก		0	0	0	0	0		1(2) 16.00 18.00	1(2) 16.00 18.30	บ้าน
10.การเขียน บันทึก ประจำวัน เวลาเริ่ม เวลาเลิก		2(4) 13.00 13.20	2(4) 13.00 13.20	2(4) 13.00 13.20	2(4) 13.00 13.20	2(4) 13.00 13.20	บ้าน	1(2) 18.00 18.10	2(4) 19.05 19.20	บ้าน

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 46 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้องอ่อน เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ พุดคุยกับเพื่อน ที่โรงเรียน ระหว่างเวลา 7.55-16.13 น. คิดเป็นร้อยละ 20-28 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ พุดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้านเพื่อน/ญาติ ระหว่างเวลา 10.30-16.50 น. คิดเป็นร้อยละ 22-34

ตาราง 47 การใช้เวลาว่างในด้านวรรณกรรม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศชาย

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.การพูดในที่ สาธารณะ	8(16)	8(16)	7(14)	6(12)	6(12)	โรง เรียน	4(8)	3(6)	บ้าน
เวลาเริ่ม	7.00	7.00	7.00	7.05	7.05		10.50	10.00	
เวลาเลิก	16.00	16.00	16.00	16.00	16.00		15.00	20.00	
2.การพูดคุย กับเพื่อน/ญาติ	10(20)	8(16)	9(18)	9(18)	10(20)	บ้าน	13(26)	10(20)	โรง เรียน
เวลาเริ่ม	7.50	7.50	8.00	8.00	9.00		12.00	11.15	
เวลาเลิก	18.00	18.50	19.00	20.00	21.05		20.00	20.50	
3.การเล่า นิทาน	0	0	0	0	0		0	0	
เวลาเริ่ม									
เวลาเลิก									
4.การอ่าน หนังสือทั่วไป	5(10)	4(8)	5(10)	5(10)	4(8)	ห้อง สมุด	7(14)	6(12)	บ้าน
เวลาเริ่ม	16.45	17.50	19.00	11.45	15.50		17.00	17.00	
เวลาเลิก	12.50	18.50	19.30	12.30	16.30		18.00	18.00	
5.อ่าน นวนิยาย	0	0	0	0	0		1(2)	1(2)	บ้าน
เวลาเริ่ม							20.00	20.00	
เวลาเลิก							21.00	21.00	
6.อ่านการ์ตูน	3(6)	1 (2)	1(2)	0	0	บ้าน	11(22)	9(18)	บ้าน
เวลาเริ่ม	17.00	17.00	17.00				13.00	13.30	
เวลาเลิก	18.30	18.30	18.00				17.00	15.00	
7.อ่านวารสาร นิตยสาร	0	0	0	0	1(2)	บ้าน	0	1(2)	บ้าน
เวลาเริ่ม					7.00			11.00	
เวลาเลิก					10.00			15.00	

ตาราง 47 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
8.การเขียน จดหมาย เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	
9.การเขียน บทร้อยกรอง เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	
10.การเขียน บันทึก ประจำวัน เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 47 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ พุดคุยกับญาติ ที่บ้าน ระหว่างเวลา 7.50-21.05 น. คิดเป็นร้อยละ 16-20 พุดคุยที่โรงเรียน ระหว่างเวลา 7.00-16.00 น. คิดเป็นร้อยละ 12-16 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ พุดคุยกับเพื่อน ที่โรงเรียน ระหว่างเวลา 11.15-20.50 น. คิดเป็นร้อยละ 20-26

ตาราง 48 การใช้เวลาว่างในด้านวรรณกรรม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้างแก้ว เพศหญิง

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.การพูดในที่ สาธารณะ	7(14)	6(12)	7(14)	7(14)	7(14)	บ้าน	3(6)	4(8)	โรง เรียน
เวลาเริ่ม	7.15	7.00	7.15	7.50	7.15		7.00	7.50	
เวลาเลิก	19.15	20.00	19.15	19.05	19.15		22.40	21.20	
2.การพูดคุย กับเพื่อน/ญาติ	22(44)	20(40)	19(38)	18(36)	19(38)	บ้าน	20(40)	17(34)	โรง เรียน
เวลาเริ่ม	8.15	8.10	8.00	8.15	8.00		12.05	11.05	
เวลาเลิก	18.05	18.05	17.00	17.05	17.00		18.00	19.00	
3.การเล่า นิทาน	3(6)	1(2)	0	0	0	บ้าน	0	0	
เวลาเริ่ม	9.30	7.00							
เวลาเลิก	16.30	20.00							
4.การอ่าน หนังสือทั่วไป	9(18)	5(10)	5(10)	5(10)	7(14)	บ้าน	12(24)	10(20)	บ้าน
เวลาเริ่ม	18.00	17.30	17.30	18.00	17.30		14.00	15.15	
เวลาเลิก	19.00	18.00	18.00	19.00	18.00		15.50	13.00	
5.อ่าน นวนิยาย	1(2)	1(2)	1 (2)	0	1(2)	บ้าน	3(6)	1(2)	บ้าน
เวลาเริ่ม	18.00	18.00	18.00		18.00		18.30	21.00	
เวลาเลิก	17.30	17.00	19.30		19.00		19.00	22.00	
6.อ่านการ์ตูน	2(4)	2(4)	0	1(2)	0	บ้าน	3(6)	9(18)	บ้าน
เวลาเริ่ม	19.30	17.30		18.00			12.00	14.00	
เวลาเลิก	20.28	18.15		19.00			13.00	16.00	
7.อ่านวารสาร นิตยสาร	0	0	0	0	0		4(8)	2(4)	บ้าน
เวลาเริ่ม							9.50	9.00	
เวลาเลิก							13.15	11.00	

ตาราง 48 (ต่อ)

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
8.การเขียน จดหมาย		2(4)	2(4)	2(4)	2(4)	2(4)	บ้าน	2(4)	2(4)	บ้าน
เวลาเริ่ม		19.15	19.15	19.15	19.15	19.15		19.15	19.15	
เวลาเลิก		20.15	20.15	20.15	20.15	20.15		20.15	20.15	
9.การเขียน บทร้อยกรอง		0	0	0	0	0		2(4)	1(2)	บ้าน
เวลาเริ่ม								16.00	20.00	
เวลาเลิก								17.00	21.00	
10.การเขียน บันทึก ประจำวัน		1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	บ้าน	0	0	
เวลาเริ่ม		20.30	20.30	20.30	20.30	20.30				
เวลาเลิก		21.30	21.30	21.30	21.30	21.30				

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 48 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องเก่ง เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ พุดคุยกับญาติ ที่บ้าน ระหว่างเวลา 8.00-18.05 น. คิดเป็นร้อยละ 36-44 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ พุดคุยกับเพื่อนที่โรงเรียน ระหว่างเวลา 11.05-19.00 น.คิดเป็นร้อยละ 34-40

ตาราง 49 (ต่อ)

วัน กิจกรรม	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
8.การเขียน จดหมาย เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	
9.การเขียน บทร้อยกรอง เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	
10.การเขียน บันทึก ประจำวัน เวลาเริ่ม เวลาเลิก	0	0	0	0	0		0	0	

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 49 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศชาย ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ พุดคุยกับเพื่อนที่โรงเรียน ระหว่างเวลา 8.05-17.05 น. คิดเป็นร้อยละ 12 อ่านหนังสือทั่วไป ระหว่างเวลา 15.00-17.50 น. คิดเป็นร้อยละ 6-12 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ อ่านหนังสือทั่วไป ระหว่างเวลา 14.00-17.00 น. คิดเป็นร้อยละ 14-16 พุดคุยกับญาติ ที่บ้าน ระหว่างเวลา 8.00-16.05 น. คิดเป็นร้อยละ 12-14

ตาราง 50 การใช้เวลาว่างในด้านวรรณกรรม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศหญิง

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
1.การพูด ในที่สาธารณะ		6(12)	6(12)	4(8)	4(8)	5(10)	บ้าน	5(10)	6(12)	บ้าน
เวลาเริ่ม		8.30	8.30	8.00	8.00	8.15		11.50	10.00	
เวลาเลิก		19.00	17.50	21.15	21.15	21.15		20.15	18.00	
2.การพูดคุย กับเพื่อน/ญาติ		14(28)	15(30)	17(34)	14(28)	14(28)	บ้าน	14(28)	11(22)	บ้าน
เวลาเริ่ม		7.00	7.13	7.30	7.15	7.10		8.30	8.00	
เวลาเลิก		15.30	16.20	16.20	15.30	16.00		19.00	21.00	
3.การเล่น นิตาน		0	0	0	1(2)	0	โรง เรียน	2(4)	1(2)	บ้าน
เวลาเริ่ม					9.00			18.00	20.00	
เวลาเลิก					9.20			19.05	22.00	
4.การอ่าน หนังสือทั่วไป		7(14)	6(12)	9(18)	4(8)	6(12)	บ้าน	12(24)	8(16)	บ้าน
เวลาเริ่ม		16.00	16.50	16.00	16.50	13.55		12.15	17.50	
เวลาเลิก		17.00	17.15	17.00	17.15	14.20		14.50	18.15	
5.อ่าน นวนิยาย		1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	บ้าน	1(2)	2(4)	บ้าน
เวลาเริ่ม		11.00	11.00	11.00	11.00	11.00		13.00	11.05	
เวลาเลิก		11.50	11.50	11.50	11.50	11.50		13.30	12.05	
6.อ่านการ์ตูน		4(8)	3(6)	0	2(4)	2(4)	บ้าน	8(16)	8(16)	บ้าน
เวลาเริ่ม		14.50	11.00		12.15	18.50		15.00	16.05	
เวลาเลิก		15.25	11.50		13.20	20.05		19.00	18.30	
7.อ่านวารสาร นิตยสาร		1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	1(2)	บ้าน	3(6)	1(2)	บ้าน
เวลาเริ่ม		17.00	17.00	17.00	17.00	17.00		15.00	18.00	
เวลาเลิก		17.30	17.30	17.30	17.30	17.30		15.30	19.00	

ตาราง 50 (ต่อ)

กิจกรรม	วัน	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	จ-ศ สถานที่	เสาร์	อาทิตย์	ส-อา สถานที่
8.การเขียน จดหมาย เวลาเริ่ม เวลาเลิก		0	0	0	0	0		2(4) 16.05 16.50	1(2) 20.00 20.30	บ้าน
9.การเขียน บทร้อยกรอง เวลาเริ่ม เวลาเลิก		2(4) 19.05 19.15	1(2) 18.30 19.00	1(2) 18.30 20.30	1(2) 18.30 20.30	1(2) 18.30 20.30	บ้าน	2 (4) 18.15 20.20	1(2) 18.30 20.30	บ้าน
10.การเขียน บันทึก ประจำวัน เวลาเริ่ม เวลาเลิก		1(2) 18.30 19.00	1(2) 18.30 19.00	1(2) 18.30 19.00	1(2) 18.30 19.00	1(2) 18.30 19.00		4(8) 18.05 18.15	2(4) 19.15 20.30	บ้าน

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 50 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ห้องอ่อน เพศหญิง ส่วนมากใช้เวลาว่างของวันจันทร์-ศุกร์ พุดคุยกับญาติ ที่บ้าน ระหว่างเวลา 7.00-16.20 น. คิดเป็นร้อยละ 28-34 ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ พุดคุยกับญาติ ที่บ้าน ระหว่างเวลา 8.00-21.00 น. คิดเป็นร้อยละ 22-28

ตอนที่ 6 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบการใช้เวลาว่าง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
ตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ได้ผล
ดังตาราง 51-54

ตาราง 51 เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
ตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

ชั้น	ห้องเก่ง		ห้องอ่อน	
	จันทร์ – ศุกร์	เสาร์ – อาทิตย์	จันทร์ – ศุกร์	เสาร์ – อาทิตย์
ม.1 ชาย	ฟุตบอล 15.15-17.30 (24-38)	ฟุตบอล 16.15-17.00 (32)	ฟุตบอล 15.00-17.50 (34-48)	ฟุตบอล 15.00-18.00 (40-46)
หญิง	แบดมินตัน 16.05-18.00 (14-16)	แบดมินตัน 16.30-18.00 (34-44)	แบดมินตัน 16.00-18.50 (8-24)	แบดมินตัน 16.00-18.00 (28-32)
ม.2 ชาย	ฟุตบอล/บาสเกตบอล 16.10-18.30 (16-26)	ฟุตบอล 16.00-18.00 (22-32)	ฟุตบอล 15.00-17.00 (42-50)	ฟุตบอล 15.00-18.00 (30-38)
หญิง	แบดมินตัน/ วอลเลย์บอล เทเบิลเทนนิส/แอโรบิก 8.40-18.00 (10-20)	แบดมินตัน 16.15-18.05 (24-28)	แบดมินตันวอลเลย์บอล 15.00-18.00 (14-28)	แบดมินตัน 16.00-17.00 (30-42)
ม.3 ชาย	ฟุตบอล/บาสเกตบอล 14.00-18.03 (34-46)	ฟุตบอล 16.30-18.00 (38-42)	ฟุตบอล 16.00-18.50 (28-50)	ฟุตบอล 15.50-18.00 (30-32)
หญิง	บาสเกตบอล/ วอลเลย์บอล 12.40-16.30 (20-44)	แบดมินตัน 16.00-17.30 (16-18)	แบดมินตัน 16.00-18.15 (16-26)	แบดมินตัน 16.00-18.00 (28-32)

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่าร้อยละ

จากตาราง 51 แสดงให้เห็นว่านักเรียนทั้ง 3 ระดับ มีการใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น และประเภทห้องเรียน ดังนี้

1. นักเรียนชายกับนักเรียนหญิงใช้เวลาว่างช่วงเย็นออกกำลังกายและเล่นกีฬา เหมือนกัน และเลือกกิจกรรมคล้ายกัน คือ นักเรียนชาย เล่นฟุตบอล ส่วนนักเรียนหญิง เล่นแบดมินตัน ทั้งวันธรรมดา และวันเสาร์-อาทิตย์

2. นักเรียนระดับชั้น ม.1 ม.2 และ ม.3 ใช้เวลาว่างช่วงเย็นออกกำลังกายและทำกิจกรรมเหมือนกัน ยกเว้น ห้องเก่งเพศหญิง วันธรรมดา ชั้น ม.1 จะเล่นแบดมินตันชั้น ม.2 จะมีกิจกรรมหลากหลายมากขึ้นได้แก่ แบดมินตัน วอลเลย์บอล เทเบิลเทนนิสและแอโรบิก ชั้น ม.3 เล่นบาสเกตบอล และวอลเลย์บอล และเพศหญิงห้องเก่งออกกำลังกายในวันเสาร์-อาทิตย์ ลดลงเมื่อระดับชั้นสูงขึ้น คือ ชั้น ม.1 ร้อยละ 34-44 ชั้น ม. 2 ร้อยละ 24-28 และชั้น ม. 3 ร้อยละ 16-18

3. นักเรียนห้องเก่ง กับห้องอ่อนใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายในวันธรรมดานักเรียนชายห้องเก่ง ชั้น ม.2 ออกกำลังกายน้อยกว่าห้องอ่อน ส่วนนักเรียนหญิงห้องเก่งชั้น ม.2 และ ม.3 ใช้เวลาเริ่มออกกำลังกายมากกว่านักเรียนหญิง ห้องอ่อน และนักเรียนหญิงห้องเก่งชั้น ม.3 เล่นบาสเกตบอล และวอลเลย์บอล ส่วนห้องอ่อน เล่นแบดมินตัน ในวันเสาร์-อาทิตย์ นักเรียนชายชั้น ม. 1 ห้องเก่งเล่นฟุตบอลมากกว่าห้องอ่อน ส่วนนักเรียนหญิงชั้น ม. 1 ห้องเก่ง เล่นแบดมินตันมากกว่าห้องอ่อน และนักเรียนหญิง ชั้น ม. 2 และ ม. 3 ห้องเก่ง เล่นแบดมินตันน้อยกว่า ห้องอ่อน

ตาราง 52 เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่ม
โรงเรียนสหวิทยาเขตวภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

ชั้น	ห้องเก่ง		ห้องอ่อน	
	จันทร์ – ศุกร์	เสาร์ – อาทิตย์	จันทร์ – ศุกร์	เสาร์ – อาทิตย์
ม.1 ชาย	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.
	17.00-21.00	9.00-21.00	17.00-21.00	9.00-13.00
	(84-96)	(78-84)	(48-74)	(72-74)
	หญิง	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.
ม.2 ชาย	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.
	18.00-21.00	12.15-20.00	17.30-22.00	9.00-19.00
	(68-78)	(74-76)	(54-68)	(60-68)
	หญิง	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.
ม.3 ชาย	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.
	18.00-20.30	12.00-21.00	16.30-20.00	15.30-20.00
	(76-82)	(76-82)	(74-82)	(72-74)
	หญิง	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.
ม.3 ชาย	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.	ชมรายการTV.
	17.00-20.00	10.00-13.00	18.00-21.00	10.15-21.05
	(84-88)	(74-86)	(64-74)	(76-84)

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 52 แสดงให้เห็นว่านักเรียนทั้ง 3 ระดับ มีการใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรกตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น และประเภทห้องเรียน ดังนี้

1. นักเรียนเพศ ชายและหญิง มีการใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก คือ ชมรายการโทรทัศน์เหมือนกัน แต่นักเรียนชายชั้น ม. 1 ห้องเก่ง ชมรายการโทรทัศน์ในวันธรรมดามากกว่านักเรียนหญิง ส่วนชั้น ม.2 และ ม. 3 นักเรียนชาย ชมรายการโทรทัศน์น้อยกว่านักเรียนหญิง วันหยุดนักเรียนชาย ชั้น ม. 2 ชมรายการโทรทัศน์น้อยกว่านักเรียนหญิง นักเรียนชาย ชั้น ม. 3 ห้องอ่อนชมรายการโทรทัศน์ วันจันทร์-ศุกร์ มากกว่านักเรียนหญิง ส่วนวันหยุด นักเรียนชาย ชั้น ม.1 ห้องอ่อน

ชมรายการโทรทัศน์ มากกว่า นักเรียนหญิงห้องอ่อน แต่ ชั้น ม. 3 นักเรียนชาย ชมรายการโทรทัศน์ น้อยกว่านักเรียนหญิง

2. นักเรียนระดับชั้น ม.1 ม.2 และ ม.3 ใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก คือ ชมรายการโทรทัศน์ เหมือนกัน แต่นักเรียนชั้น ม. 1 ห้องเก่ง วันธรรมดา เพศชาย ชมรายการโทรทัศน์มากกว่า ชั้น ม.2 และชั้น ม.3 ส่วนเพศหญิง ชั้น ม.1 น้อยกว่า ชั้น ม.2 และ ม.3 ส่วนห้องอ่อน นักเรียนชาย ชั้น ม. 1 และ ม.2 น้อยกว่า ชั้น ม. 3 สำหรับวันหยุด นักเรียนชั้น ม. 1 และ ม.3 ห้องเก่งเพศชาย ชมรายการโทรทัศน์ มากกว่า ชั้น ม. 2 แต่นักเรียนหญิง ชั้น ม. 1 และ ม.3 ชมรายการโทรทัศน์ น้อยกว่า ชั้น ม. 2 ส่วนห้องอ่อน นักเรียนชาย ชั้น ม.1และ ม.3 ชมรายการโทรทัศน์ มากกว่าชั้น ม.2 ส่วนนักเรียนชั้น ม. 3 มากกว่า ชั้น ม.1 และ ม.2

3. นักเรียนห้องเก่งกับห้องอ่อนใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก ห้องเก่งชมรายการโทรทัศน์ มากกว่าห้องอ่อน ในวันธรรมดานักเรียนชายห้องเก่ง ชั้น ม.1 ชมรายการโทรทัศน์ มากกว่าห้องอ่อน วันเสาร์-อาทิตย์ นักเรียนชายห้องเก่ง ชั้น ม.1 ชมรายการโทรทัศน์ มากกว่าห้องอ่อน ส่วนนักเรียนหญิงห้องเก่ง ชั้น ม.2 และ ม.3 ชมรายการโทรทัศน์ ในวันธรรมดา มากกว่านักเรียนหญิงห้องอ่อน วันเสาร์-อาทิตย์นักเรียนหญิงห้องเก่ง ชั้น ม.2 ชมรายการโทรทัศน์ มากกว่าห้องอ่อน

ตาราง 53 เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างในการท่องเที่ยว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่ม
โรงเรียนสหวิทยาเขตภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

ชั้น	ห้องเก่ง		ห้องอ่อน	
	จันทร์ – ศุกร์	เสาร์ – อาทิตย์	จันทร์ – ศุกร์	เสาร์ – อาทิตย์
ม.1 ชาย	เดินศูนย์การค้า	ท่องเที่ยวต่างจังหวัด	เดินห้างสรรพสินค้า สวนอาหาร	เดินห้างสรรพสินค้า
	17.00-17.30 (8-10)	11.00-19.00 (22-34)	15.00-18.50 (4-10)	12.00-16.30 (38)
หญิง	เดินห้างสรรพสินค้า สวนสาธารณะ	เดินห้างสรรพสินค้า	เดินห้างสรรพสินค้า สวนอาหาร	เดินห้างสรรพสินค้า
	15.50-18.15 (4)	12.50-16.30 (32-44)	15.30-19.00 (8-14)	12.00-18.00 (36-50)
ม.2 ชาย	เดินห้างสรรพสินค้า เยี่ยมชม	เดินห้างสรรพสินค้า	เดินห้างสรรพสินค้า แหล่งเที่ยวใน กรุงเทพฯสวนอาหาร	เดินห้างสรรพสินค้า
	13.40-19.05 (2-4)	13.00-16.00 (32-40)	14.00-18.50 (4-10)	12.05-15.00 (30-32)
หญิง	เดินห้างสรรพสินค้า เที่ยวต่างจังหวัด	เดินห้างสรรพสินค้า	เดินห้างสรรพสินค้า	เดินห้างสรรพสินค้า แหล่งท่องเที่ยวใน กรุงเทพฯ
	14.30-19.15 (4-14)	12.00-17.00 (36-50)	15.10-18.00 (4-16)	10.50-18.00 (22-54)
ม.3 ชาย	เดินห้างสรรพสินค้า เยี่ยมชม แหล่งเที่ยวใน กรุงเทพฯ	เดินห้างสรรพสินค้า	เดินห้างสรรพสินค้า	เดินห้างสรรพสินค้า
	15.30-18.50 (2-4)	12.50-16.50 (28)	15.10-17.05 (4-10)	12.00-16.25 (20-34)
หญิง	เดินห้างสรรพสินค้า	เยี่ยมชม เดินห้างสรรพสินค้า	เดินห้างสรรพสินค้า	เดินห้างสรรพสินค้า
	13.05-14.18 (2-4)	12.15-18.00 (24-50)	15.30-17.15 (4-12)	11.30-17.15 (32-70)

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 53 แสดงให้เห็นว่านักเรียนทั้ง 3 ระดับ มีการใช้เวลาว่างในด้านการท่องเที่ยวตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น และประเภทห้องเรียน ดังนี้

1. นักเรียนเพศ ชายและหญิง มีการใช้เวลาว่างในด้านการท่องเที่ยวส่วนใหญ่เดินทางไปเที่ยวห้างสรรพสินค้าหรือศูนย์การค้า ยกเว้น นักเรียนชั้น ม.1 ห้องเก่งใช้เวลาว่างในวันหยุดไปเที่ยวต่างจังหวัด นอกจากนี้นักเรียนชั้น ม.1 ห้องเก่ง เพศชายเดินศูนย์การค้ามากกว่านักเรียนหญิง ส่วน ม.2 นักเรียนชายน้อยกว่า นักเรียนหญิง

2. นักเรียนระดับชั้น ม.1 ม.2 และ ม. 3 ใช้เวลาว่างในด้านการท่องเที่ยวส่วนใหญ่เดินศูนย์การค้าหรือห้างสรรพสินค้า ยกเว้นนักเรียนชั้น ม.1 ห้องเก่ง เพศชาย ที่ใช้วันหยุดไปเที่ยวต่างจังหวัด นอกจากนี้นักเรียน ม.1 ห้องเก่ง เพศชาย เดินศูนย์การค้า/ห้างสรรพสินค้าในวันธรรมดา มากกว่านักเรียนชั้น ม.2 และ ม.3 ส่วนนักเรียนหญิง ห้องเก่ง ม.1 และ ม.3 เดินศูนย์การค้า/ห้างสรรพสินค้าน้อยกว่า ม.2 สำหรับวันหยุด นักเรียนชั้น ม.2 เพศชาย เดินห้างสรรพสินค้า มากกว่านักเรียนชั้น ม.3 ส่วนห้องอ่อน นักเรียนชั้น ม.1 เพศชายเดินห้างสรรพสินค้ามากกว่า นักเรียนชั้น ม.2

3. นักเรียนห้องเก่งกับห้องอ่อนใช้เวลาว่างในด้านการท่องเที่ยว นักเรียนห้องเก่งส่วนใหญ่เดินศูนย์การค้า น้อยกว่า ห้องอ่อน ในวันธรรมดานักเรียนชาย ชั้น ม.2และ ม.3 เดินห้างสรรพสินค้า น้อยกว่าห้องอ่อน นักเรียนหญิง ม.1และ ม.3ห้องเก่ง เดินห้างสรรพสินค้า/ศูนย์การค้า น้อยกว่านักเรียนห้องอ่อน สำหรับวันหยุด นักเรียนชั้น ม.1 ห้องเก่ง ใช้เวลาว่างในด้านการท่องเที่ยวมากกว่าห้องอ่อน

ตาราง 54 เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่ม
โรงเรียนสหวิทยาเขตภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

ชั้น	ห้องเก่ง		ห้องอ่อน	
	จันทร์ – ศุกร์	เสาร์ – อาทิตย์	จันทร์ – ศุกร์	เสาร์ – อาทิตย์
ม.1 ชาย	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน	พูดคุยกับเพื่อน/ ญาติที่บ้าน	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน
	12.00-16.15	อ่านหนังสือ 12.00-16.15	อ่านหนังสือ 11.30-16.15	อ่านหนังสือ 13.30-17.00
	(30-36)	(26-30)	(12-20)	(20-24)
	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน	พูดคุยกับเพื่อน/ ญาติที่บ้าน	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน
หญิง	8.00-15.30	อ่านหนังสือ 6.45-21.50	อ่านหนังสือ 6.00-21.00	อ่านหนังสือ 8.00-15.30
	(34-36)	(28-34)	(12-16)	(16-22)
	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน	พูดคุยกับเพื่อน/ ญาติที่โรงเรียน	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน
	8.20-16.30	11.00-18.50	8.30-16.30	10.00-19.58
ม.2 ชาย	(20-22)	(16-28)	(20-26)	(28)
	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน	พูดคุยกับเพื่อน/ ญาติที่โรงเรียน	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน
	7.33-16.30	8.30-21.05	7.55-16.13	10.30-16.50
	(34-40)	(30-32)	(20-28)	(16-22)
ม.3 ชาย	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่โรงเรียน	พูดคุยกับเพื่อน/ ญาติที่โรงเรียน	อ่านหนังสือ
	พูดคุยที่โรงเรียน	11.15-20.50	อ่านหนังสือ	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน
	7.00-21.05	(20-26)	8.05-17.05	9.30-17.00
	(16-20)	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่โรงเรียน	(12)	(14-16)
หญิง	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่โรงเรียน	พูดคุยกับเพื่อน/ ญาติที่บ้าน	พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน
	8.00-18.05	11.05-19.00	7.00-16.20	8.00-21.00
	(36-44)	(34-40)	(28-34)	(22-28)

หมายเหตุ ค่าใน () เป็นค่า ร้อยละ

จากตาราง 54 แสดงให้เห็นว่านักเรียนทั้ง 3 ระดับ มีการใช้เวลาว่างในด้านวรรณกรรม ตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น และประเภทห้องเรียน ดังนี้

1. นักเรียนเพศ ชายและหญิง มีการใช้เวลาว่างในด้านวรรณกรรมส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการพูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้านหรือโรงเรียน และอ่านหนังสือทั่วไป โดยนักเรียนชาย ชั้น ม.2 และ ม.3 ห้องเก่ง ใช้เวลาว่างในการพูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ในวันธรรมดา น้อยกว่านักเรียนหญิง ส่วนนักเรียนชั้น ม.3 ทั้งห้องเก่งและห้องอ่อน เพศชาย พูดคุยกับเพื่อนที่โรงเรียน เพศหญิงพูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน

2. นักเรียนระดับชั้น ม.1 ม.2 และ ม. 3 ห้องเก่ง เพศชาย ใช้เวลาว่างในด้านวรรณกรรม พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้านในวันธรรมดา น้อยลง เมื่อเลื่อนชั้นสูงขึ้น ส่วนนักเรียนหญิง มากขึ้น และห้องอ่อน นักเรียนชายชั้น ม.1 พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน แต่ชั้น ม.2 และ ม.3 พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่โรงเรียน นักเรียนหญิงชั้น ม.1 และ ม.3 คุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน ชั้น ม.2 คุยกับเพื่อน ที่โรงเรียน สำหรับวันหยุด ห้องเก่ง ทั้งนักเรียนชาย และหญิง ชั้น ม.1 และ ม.2 พูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน ชั้น ม.3 พูดคุยกับเพื่อนที่โรงเรียน และห้องอ่อน ทั้งนักเรียนชาย และนักเรียนหญิงพูดคุยกับเพื่อน/ญาติ ที่บ้าน น้อยลงเมื่ออยู่ชั้น ม.3

3. นักเรียนห้องเก่งกับห้องอ่อนใช้เวลาว่างในด้านวรรณกรรม นักเรียนห้องเก่งใช้เวลาพูดคุยกับเพื่อน/ญาติที่บ้าน และที่โรงเรียน มากกว่าห้องอ่อน ทั้งวันธรรมดาและวันหยุด ในทุกระดับชั้น วันธรรมดาคิดเป็นร้อยละ 16-44 วันเสาร์-อาทิตย์ คิดเป็นร้อยละ 16-40

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) โดยศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

สังเขปความมุ่งหมาย และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ ดังนี้

1. เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรคือ เพศ ระดับชั้น และประเภทห้องเรียน

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ศึกษาอยู่ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 จำนวน 8,856 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 จำนวน 600 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ด้วยการแบ่งตามเพศ ระดับชั้น และประเภทห้องเรียน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แบ่งออกเป็น

2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถาม ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ ระดับชั้น ประเภทห้องเรียน ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ(Check List)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถาม การใช้เวลาว่างของนักเรียน 4 ด้าน ประกอบด้วย

1. ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
2. ด้านงานอดิเรก
3. ด้านการท่องเที่ยว
4. ด้านวรรณกรรม

ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบเติมคำลงในช่องว่าง โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกกิจกรรมนันทนาการ ที่ตนเองปฏิบัติด้วยการเขียนเวลาลงในช่องว่างของวันที่ตนเองปฏิบัติ และเขียนตัวเลขลงในช่องว่างของสถานที่ ที่ตนเองปฏิบัติกิจกรรมนั้น ๆ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมประมวลผลข้อมูลสำเร็จรูป ตามขั้นตอน ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยนำแบบสอบถามตอนที่ 1 มาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

2. วิเคราะห์ข้อมูลของผู้ตอบแบบสอบถามที่เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในแต่ละด้าน โดยนำแบบสอบถามตอนที่ 2 มาแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่ามัธยฐาน ค่าฐานนิยม แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

3. เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยสรุปกิจกรรมนันทนาการ และเวลาลงในตาราง จำแนกตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น ประเภทห้องเรียน แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล การใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียน สหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร สรุปผลได้ดังนี้

1. ข้อมูลส่วนตัวผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 600 คน แบ่งเป็นกลุ่มย่อย ๆ ตามเพศ ระดับชั้น และประเภทห้องเรียน กลุ่มละ 50 คน เท่า ๆ กัน

2. การใช้เวลาว่างของนักเรียนในการทำกิจกรรมนันทนาการ 4 ด้าน ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร สามารถสรุปได้ดังนี้

2.1 การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา พบว่า นักเรียนชาย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ส่วนใหญ่ใช้เวลาว่าง เล่นกีฬาฟุตบอล โดยวันจันทร์-ศุกร์ เล่นระหว่างเวลา 14.00-18.50 น. วันเสาร์-อาทิตย์ เล่นระหว่างเวลา 15.00-18.00 น. ส่วนนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 เล่นกีฬาแบดมินตัน โดยวันจันทร์-ศุกร์ จะเล่นระหว่างเวลา 16.05-18.50 น.วันเสาร์-อาทิตย์ เล่นระหว่างเวลา 16.00-18.05 น.

2.2 การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก พบว่า นักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ส่วนใหญ่ใช้เวลาว่าง ด้านงานอดิเรก ชมรายการโทรทัศน์ โดยวันจันทร์-ศุกร์ชมรายการโทรทัศน์ระหว่างเวลา 16.30-22.00 น. วันเสาร์-อาทิตย์ ชมรายการโทรทัศน์ระหว่างเวลา 09.00-21.30 น. ส่วนนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ใช้เวลาว่างชมรายการโทรทัศน์ โดยวันจันทร์-ศุกร์ ชมรายการโทรทัศน์ระหว่างเวลา 17.00-22.05 น.วันเสาร์-อาทิตย์ ชมรายการโทรทัศน์ระหว่างเวลา 10.00-21.30 น

2.3 การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว พบว่า นักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ส่วนใหญ่มีการใช้เวลาว่าง ด้านการท่องเที่ยว เดินห้างสรรพสินค้า โดยวันจันทร์-ศุกร์ ระหว่างเวลา 13.40-19.05 น. วันเสาร์-อาทิตย์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 11.00-19.00 น. ส่วนนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยวเดินห้างสรรพสินค้า โดยวันจันทร์-ศุกร์ ระหว่างเวลา 13.05-19.15 น. วันเสาร์-อาทิตย์ เดินห้างสรรพสินค้า ระหว่างเวลา 10.50-18.00 น.

2.4 การใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรม พบว่า นักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ส่วนใหญ่ใช้เวลาว่าง ด้านวรรณกรรมพูดคุยกับเพื่อนและญาติที่บ้าน โดยนักเรียนชายใช้เวลาในวันจันทร์-ศุกร์ ระหว่างเวลา 07.00-21.05 น. วันเสาร์-อาทิตย์ ระหว่างเวลา 09.30-19.58 น. ส่วนนักเรียนหญิง

ใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรมพูดคุยกับเพื่อนและญาติใน วันจันทร์-ศุกร์ระหว่างเวลา 06.00-21.00 น.
วันเสาร์-อาทิตย์ ระหว่างเวลา 06.45-21.50 น.

3. ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลาว่าง ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่ม
โรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศต่างกัน สรุปได้ดังนี้

3.1 การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา
ตอนต้น ที่มีเพศต่างกัน พบว่า การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา คล้ายกัน นักเรียน
ชายจะเล่นกีฬาฟุตบอล มากที่สุด รองลงมา คือ บาสเกตบอล ส่วนนักเรียนหญิงจะเล่นกีฬา
แบดมินตัน มากที่สุด รองลงมาคือ วอลเลย์บอล เทเบิลเทนนิส และแอโรบิก น้อยที่สุดคือ มวย

3.2 การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มีเพศ
ต่างกัน พบว่า นักเรียนชาย และนักเรียนหญิง ใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก โดยชมรายการโทรทัศน์
เหมือนกัน

3.3 การใช้เวลาว่างด้านท่องเที่ยว ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มีเพศ
ต่างกัน พบว่า นักเรียนชาย และนักเรียนหญิง ใช้เวลาว่างในด้านการท่องเที่ยว เดินทางสรรพสินค้า
เหมือนกัน

3.4 การใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรม ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มีเพศ
ต่างกัน พบว่า นักเรียนชาย และนักเรียนหญิง ใช้เวลาว่างในด้านวรรณกรรม คือ พุดคุยกับเพื่อน
และญาติที่บ้าน เหมือนกัน

4. ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลาว่าง ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่ม
โรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับชั้นต่างกัน สรุปได้
ดังนี้

4.1 การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนระดับชั้นมัธย
ศึกษาตอนต้น ที่มีระดับชั้น ต่างกัน พบว่า การใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
เหมือนกัน

4.2 การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีระดับชั้น
ต่างกัน พบว่า การใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก เหมือนกัน

4.3 การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีระดับชั้น
ต่างกัน พบว่า การใช้เวลาว่างในด้านการท่องเที่ยว เหมือนกัน

4.4 การใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรม ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มีระดับ
ชั้น ต่างกัน พบว่า การใช้เวลาว่างในด้านวรรณกรรม เหมือนกัน

5. ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลาว่าง ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ประเภทห้องเรียนต่างกัน สรุปได้ดังนี้

5.1 การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ประเภทห้องเรียนต่างกัน พบว่า การใช้เวลาว่างในออกกำลังกายและเล่นกีฬาเหมือนกัน

5.2 การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ประเภทห้องเรียน ต่างกัน พบว่า การใช้เวลาว่างในด้านงานอดิเรก เหมือนกัน

5.3 การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ประเภทห้องเรียนต่างกัน พบว่า การใช้เวลาว่างในด้านการท่องเที่ยว เหมือนกัน

5.4 การใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรม ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ประเภทห้องเรียนต่างกัน พบว่า การใช้เวลาว่างในด้านวรรณกรรม เหมือนกัน

อภิปรายผล

ผลการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ด้านงานอดิเรก ด้านการท่องเที่ยว และด้านวรรณกรรม ตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น และประเภทห้องเรียน ปรากฏผลที่น่าสนใจ ดังนี้

1. การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ของนักเรียน เพศชายและหญิง ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ห้องเก่งกับห้องอ่อน ปฏิบัติมากที่สุด คือ ฟุตบอลและแบดมินตัน รองลงมาคือ บาสเกตบอล วอลเลย์บอล เทเบิลเทนนิส และแอโรบิก น้อยที่สุดคือ มวย ที่เป็นเช่นนี้เพราะว่า ฟุตบอลเป็นกีฬายอดนิยมของเด็กและเยาวชนชาย ซึ่งเป็นวัยที่มีกำลังมากเมื่อมีเวลาว่างมักจะใช้เวลาว่างด้วยการเล่นฟุตบอล ต้องการออกกำลังกาย การเคลื่อนไหว การผจญภัย และได้สังคมอีกด้วย เพราะกีฬาฟุตบอลต้องใช้ผู้เล่นที่มีคนเป็นจำนวนมาก เป็นกีฬาที่เล่นง่าย ใช้วัสดุอุปกรณ์ และสถานที่น้อย การเล่นสะดวกอยากเล่นเวลาใดก็ได้ถ้ามีเวลาว่างก็สามารถเล่นได้ตลอดเวลา ใช้สถานที่ใดก็ได้ที่มีพื้นที่ว่างพอประมาณสามารถเล่นฟุตบอลได้ ทั้งที่สนามหน้าบ้าน สนามในหมู่บ้าน และสนามที่โรงเรียน เช่นเดียวกับ แบดมินตัน ซึ่งเป็นกีฬาที่เด็กและเยาวชนหญิงนิยมเล่นกันมากที่เป็นเช่นนี้เพราะแบดมินตันเป็นกีฬาที่เล่นง่าย ไม่ต้องใช้ทักษะทางกีฬาที่ยุ่งยากมากนัก ที่สำคัญเป็นกีฬาที่ไม่ต้องมีการปะทะหรือใช้ความรุนแรง ซึ่งเหมาะกับเยาวชนหญิงและทุกคนในครอบครัว

ที่จะใช้เวลาว่างในการสร้างสายสัมพันธ์ความอบอุ่นของครอบครัวในการออกกำลังกายร่วมกัน โดยใช้กีฬาเบดมินตันเป็นสื่อ อุปกรณ์หาง่ายเพียงใช้ไม้เบดมินตัน 1 คู่ ตีลูกขนไก่ได้กับเพื่อน ก็สามารถออกกำลังกายกับเพื่อนได้และใช้สถานที่ในการเล่นที่ไม่มากนักใช้พื้นที่หน้าบ้าน ถนน หน้าบ้าน สนามหน้าบ้าน ก็สามารถเล่นได้ สะดวก และปลอดภัย ได้ออกกำลังกายทั่วถึง เช่นเดียวกับ บาสเกตบอล วอลเลย์บอล เทเบิลเทนนิส และแอโรบิก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชูเกียรติ เกียรติธีรรัตน์ (2537 : บทคัดย่อ) ที่พบว่านักศึกษาส่วนมากมีความต้องการกิจกรรมการออกกำลังกาย โดยมีความต้องการกิจกรรมประเภทฟุตบอล และเบดมินตันมากที่สุด รองลงมาเป็น บาสเกตบอล วอลเลย์บอล ระดับน้อยคือ กิจกรรมเข้าจังหวะ เปดอง ตะกร้อวง แอโรบิก ฮอกกี ยูโด และยกน้ำหนัก ซึ่งนับว่าการออกกำลังกายและเล่นกีฬา เป็นกิจกรรมนันทนาการที่เป็นประโยชน์ ต่อการเสริมสร้างสมรรถภาพ และระบบต่าง ๆ ของร่างกายให้สมบูรณ์ แข็งแรง เช่นเดียวกับ วรศักดิ์ เพียรชอบ (2538 : 7) ได้ศึกษาผลของการศึกษาที่มีต่อระบบต่าง ๆ ของร่างกายอย่างละเอียดถี่ถ้วน จึงทำให้ว่าการพลศึกษาและวงการแพทย์เชื่อว่า การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับสภาพของร่างกายของแต่ละคนเป็นประจำทุกวันนั้นเป็นสิ่งที่มีความประโยชน์ และมีความจำเป็นสำหรับทุกคนทุกเพศทุกวัย สอดคล้องกับคำกล่าวของ กวิน คเชนทร์เดชา (2530 : 69) ที่กล่าวว่าไว้ว่าการออกกำลังกายที่ดีนั้นจะต้องปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอตลอดชีวิต และเหมาะสมกับวัย ด้วย สมบัติ กาญจนกิจ (2535 : 103) ได้กล่าวไว้ว่า บริษัทธุรกิจการค้าได้ใช้กีฬาเพื่อโฆษณาธุรกิจการค้า ทำให้กีฬาเป็นส่วนสำคัญในช่วงเวลาที่สังคมต้องมีส่วนร่วมและสอดคล้องกับข้อเสนอแนะ ที่เกี่ยวกับการส่งเสริมการออกกำลังกายและการป้องกันยาเสพติด ในหมู่นักเรียนและเยาวชน ของการป้องกันยาเสพติด สำนักงาน ป.ป.ส. (2539 : 35) ที่เสนอแนวทางในการดำเนินงานไว้ว่า สื่อมวลชนทุกแขนง ควรมีบทบาทในการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ จัดทำรายการสอน การฝึกอบรม และการสาธิตเพื่อเผยแพร่อย่างทั่วถึง ตลอดจนมีบทบาทในการเสริมสร้างเจตคติและวัฒนธรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา นอกจากนี้ยังตรงกับข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการออกกำลังกาย และป้องกันยาเสพติด (2539 : 35) ที่กล่าวว่าการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายเป็นมาตรการทางเลือกที่มีประสิทธิภาพในการป้องกันปัญหาเสพติดในกลุ่มเด็กและเยาวชน เพราะช่วยให้เยาวชน มีความมีความสามารถในการเผชิญกับปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ได้ เป็นเรื่องยี่ดยสำคัญในการส่งเสริม สุขภาพร่างกายของเยาวชนให้เจริญเติบโต สมบูรณ์แข็งแรง ส่งเสริมบุคลิกภาพและความเชื่อมั่นในตนเอง หากเยาวชนได้เล่นกีฬาและออกกำลังกายอยู่เสมอ ลาวัณย์ สุกกรี (2537 : 53) ได้กล่าวถึงความบ่อยของการออกกำลังกายไว้ว่า การที่จะรักษาสมรรถภาพทางกายไว้ได้นั้น จำเป็นต้องออกกำลังกายสม่ำเสมอ ความบ่อยในการออกกำลังกายที่แนะนำนั้นควรจะเป็น 3 – 5 วันต่ออาทิตย์โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงเวลา 16.00 -19.00 น. เนื่องจากเป็นช่วงเวลาทำอากาศกำลังสบาย แดดไม่ร้อนจัด

จึงเป็นช่วงที่ประชาชนสนใจเล่นกีฬาและออกกำลังกายมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ในครั้งนี้ พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ใช้เวลาในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ในวันจันทร์-ศุกร์ ระหว่างเวลา 15.15-18.50 น. และวันเสาร์-อาทิตย์ ระหว่างเวลา 15.00-18.00 น.

ดังนั้น การเรียนการสอนพลศึกษาในโรงเรียนจึงมีบทบาทสำคัญในการที่จะส่งเสริมให้นักเรียนและเยาวชนของชาติมีเจตคติที่ดีต่อการเล่นกีฬาและออกกำลังกายเป็นประจำ และต่อเนื่องตลอดชีวิต ซึ่งจะทำให้มีสมรรถภาพร่างกายแข็งแรง สมบูรณ์ มีสุขภาพที่ดี เป็นการป้องกันยาเสพติด สื่อลามกอนาจาร การก่อเหตุทะเลาะวิวาท พฤติกรรมเบี่ยงเบน สามารถปฏิบัติงานและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข สอดคล้องกับหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521

(ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533) วิชาพลานามัยที่ได้กำหนดจุดประสงค์ไว้ดังนี้

- 1) เพื่อให้มีทักษะการออกกำลังกาย การเล่นการดูแลสุขภาพ และสวัสดิภาพ
- 2) เพื่อให้มีความรู้ ความสามารถเกี่ยวกับการพัฒนา และรักษาสมรรถภาพทางกาย

และจิต สุขภาพ และสวัสดิภาพ

- 3) เพื่อให้เห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา การดูแลสุขภาพและสวัสดิภาพ
- 4) เพื่อให้มีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา และมีสุขนิสัยที่ดี (กรมวิชาการ : 2534)

2. การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ของนักเรียนเพศชายและเพศหญิง ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ห้องเก่งกับห้องอ่อน ปฏิบัติมากที่สุดคือ ชมรายการโทรทัศน์ รองลงมา ฟังรายการวิทยุ เลี้ยงสัตว์ ตกแต่งบ้าน และปลูกต้นไม้ น้อยที่สุดคือสะสมสิ่งของ จะเห็นว่านักเรียนใช้เวลาว่างปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการด้านงานอดิเรกโดยการชมรายการโทรทัศน์มากที่สุดเพราะเป็นกิจกรรมที่เป็นสื่อที่ให้ความรู้ ความบันเทิงครบวงจร ประกอบกับสื่อโทรทัศน์ที่ให้ความรู้และบันเทิงมีที่บ้านของนักเรียนทุกคน ประกอบกับเป็นเวลาของครอบครัวที่จะได้มีโอกาสร่วมตัวอยู่กันอย่างพร้อมเพียง การวิจัยครั้งนี้ยังพบว่า นักเรียนห้องเก่งใช้เวลาว่างชมรายการโทรทัศน์มากกว่าห้องอ่อนทั้งในวันธรรมดาและวันเสาร์-อาทิตย์ ที่เป็นเช่นนี้เพราะว่า สื่อทางโทรทัศน์ได้ผลิตรายการที่เป็นสาระ และแหล่งการเรียนรู้ ที่นักเรียนสามารถได้เรียนรู้ด้วยตนเองจากสื่อโทรทัศน์ที่น่าเสนอที่มีคุณภาพประกอบกับนักเรียนห้องเก่งเป็นผู้ที่ใฝ่เรียน ใฝ่รู้ และมันส์ศึกษาหาความรู้อยู่เสมอจากการที่รัฐบาลได้มีนโยบายให้สื่อโทรทัศน์ทุกช่องต้องผลิตรายการที่มีคุณภาพเกี่ยวกับเยาวชน สร้างสรรค์ครอบครัว เป็นเรียนรู้ได้เป็นอย่างดี สอดคล้องกับงานวิจัยของ ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์ และคน

อื่นๆ (2523:บทคัดย่อ) ที่พบว่าการใช้เวลาว่างเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ของชาว กรุงเทพมหานคร มากที่สุด คือ ชมรายการโทรทัศน์ คิดเป็นร้อยละ 69 รองลงมา คือ ฟังรายการวิทยุ คิดเป็นร้อยละ 64 และน้อยที่สุด คือ เล่นกีฬา และดนตรี คิดเป็นร้อยละ 30 และกิจกรรม นันทนาการในช่วงวันสุดสัปดาห์ที่ชาวกรุงเทพมหานคร ให้ความนิยมมากที่สุดคือ ดูแลปรับปรุงบ้าน ปลุกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ คิดเป็นร้อยละ 94 รองลงมา คือ ชมรายการโทรทัศน์ คิดเป็นร้อยละ 73 และน้อยที่สุดคือ ไปวัดทำบุญ คิดเป็นร้อยละ 21

แสดงว่างานอดิเรกเป็นกิจกรรมนันทนาการที่ส่งเสริมและพัฒนาคุณค่าชีวิตของมนุษย์ ตั้งแต่วัยเด็ก เยาวชน และผู้สูงอายุ หากใช้เวลาว่างในทางที่ถูกต้องจะเป็นการเสริมสร้างประสบการณ์ชีวิต เป็นการบำบัดทางกายและจิตใจ ส่งเสริมโอกาสให้บุคคลเลือกกิจกรรมตามความสนใจสมัครใจ และกระทำด้วยความเต็มใจในช่วงเวลาอิสระ เวลาว่าง เพิ่มคุณค่า และพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับบุคคลและสังคม ต่อไป

3. การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว ของนักเรียน เพศชายและหญิง ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ห้องเก่งกับห้องอ่อน ปฏิบัติมากที่สุดคือ เดินห้างสรรพสินค้า รองลงมา เยี่ยมญาติ แหล่งท่องเที่ยวในกรุงเทพมหานคร และท่องเที่ยวต่างจังหวัด น้อยที่สุดคือ เที่ยวชมพิพิธภัณฑ์แหล่งท่องเที่ยวในกรุงเทพมหานคร จะเห็นว่านักเรียนได้ใช้เวลาว่างในการเดินเที่ยวห้างสรรพสินค้าเป็นส่วนใหญ่ เนื่องจากสภาพแวดล้อมและที่อยู่อาศัยของนักเรียนในกลุ่ม โรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี อยู่ในแหล่งที่มีความเจริญเติบโตของเมือง มีศูนย์การค้า และห้างสรรพสินค้าเป็นจำนวนมาก ทำให้นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการท่องเที่ยวมากโดยเดินชมสินค้า ชื้อของ ตามห้างสรรพสินค้าศูนย์การค้า เป็นจำนวนมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์ และคนอื่น ๆ (2523 : บทคัดย่อ) พบว่าใช้เวลาว่างเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของชาวกรุงเทพมหานครสำหรับแหล่งนันทนาการที่ชาวกรุงเทพมหานคร เข้าร่วมมากที่สุดคือ ศูนย์การค้าและห้างสรรพสินค้า คิดเป็นร้อยละ 37 รองลงมา คือ ตลาดนัด คิดเป็นร้อยละ 26 และน้อยที่สุดคือ ห้องสมุดประชาชน คิดเป็นร้อยละ 4

จะเห็นได้ว่ากิจกรรมนันทนาการด้านการท่องเที่ยว เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาและการเจริญเติบโต ทางด้านร่างกายจิตใจ อารมณ์ และสังคม รวมทั้งบุคลิกภาพ เป็นการสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต สร้างความประทับใจ ความซาบซึ้งในธรรมชาติ ศิลปวัฒนธรรม ประเพณี วิถีชีวิตของชุมชน และสังคมในลักษณะที่แตกต่างกัน คือสังคมเมืองกับสังคมชนบท เป็นการได้เรียนรู้จากประสบการณ์ตรงที่ได้เห็นและได้สัมผัสมา โดยใช้แหล่งนันทนาการที่นอกจากจะเรียนในห้องเรียน หรือสถาบันการศึกษาแล้ว ยังเป็นการศึกษาชุมชนธรรมชาติที่แท้จริง การท่องเที่ยว

ยังเป็นการพัฒนาเศรษฐกิจ เป็นการกระจายรายได้สู่ชนบท และเป็นการสร้างความเข้าใจอันดีต่อเพื่อนมนุษย์ ต่อธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรม

ซึ่งสอดคล้องตรงกับ สมบัติ กาญจนกิจ (2544 : 18) ที่ว่าการท่องเที่ยวเป็นกระบวนการนันทนาการ (Recreation) รูปแบบหนึ่งที่เกิดขึ้นระหว่างเวลา (Leisure time) ที่มีการเดินทาง (Travel) เข้ามาเกี่ยวข้อง โดยเป็นการเดินทางจากที่หนึ่งที่มีจุดหมายถึงที่อยู่อาศัย ไปยังอีกที่หนึ่งที่มีกถือเป็นแหล่งท่องเที่ยว เพื่อเปลี่ยนบรรยากาศและสิ่งแวดล้อมโดยมีแรงกระตุ้น(Motivation)จากความต้องการใน ด้านกายภาพ ด้านวัฒนธรรมวิถีชีวิตประเพณี และด้านสถานะเพื่อยอมรับนับถือ

2.) การใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรม ของนักเรียน เพศชายและหญิง ระดับชั้นมัธยมศึกษา

ตอนต้น ห้องเก่งกับห้องอ่อน ปฏิบัติมากที่สุดคือ พุดคุยกับเพื่อนและญาติที่บ้าน รองลงมาคือ การพุดในที่สาธารณะ และการอ่านหนังสือทั่วไปที่บ้าน น้อยที่สุดคือเล่านิทานที่บ้านจะเห็นว่านักเรียนเลือกกิจกรรมการพุดคุยกับเพื่อนและญาติ เป็นจำนวนมากเพราะ การพุดหรือเล่าเรื่องเป็นการขยายความเรื่องที่ได้ตนเองได้เรียนรู้ หรือมีประสบการณ์ จากการได้เห็น ได้อ่าน ได้ฟัง หรือได้ปฏิบัติมา สามารถถ่ายทอดให้ผู้อื่นฟังได้อย่างเป็นธรรมชาติ ผู้เล่าจะต้องรู้จักการลำดับเรื่องเล่าเรื่องได้อย่างถูกต้อง และน่าสนใจ รวมทั้งมีมารยาทในการพุดและมีมารยาทในการฟังด้วย จึงจะประสบความสำเร็จในการถ่ายทอดให้ผู้อื่นเข้าใจ และรู้เรื่องราวเหล่านั้น ที่ตัวเองเล่าได้เป็นอย่างดี การพุดคุยกับเพื่อนและญาติ นับว่าเป็นกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ในการเสริมสร้าง และพัฒนาบุคลิกภาพ ของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับ สมบัติ กาญจนกิจ (2544 : 51) ที่กล่าวไว้ว่า กิจกรรมนันทนาการวรรณกรรม (อ่าน พุด เขียน) (Reading, Speaking and Writing) ส่งเสริมให้บุคคลพัฒนาทักษะความรู้และสามารถจัดได้ทุกระดับวัย และเพศ กิจกรรมก่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน การแสดงออกแห่งตนอย่างสร้างสรรค์ ก่อให้เกิดการพัฒนา จินตนาการ สามารถเข้าร่วมกิจกรรมแบบประหยัดได้ และเป็น กิจกรรมที่เก่าแก่ของมนุษยชาติ กิจกรรมนันทนาการด้านวรรณกรรมที่นักเรียนได้ปฏิบัติในครั้งนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทยช่วงที่ 3 (ม.1-ม.3) ลำติ รัตสุทธิ (2544 : 6-7) ได้กล่าวถึงคุณภาพของผู้เรียนเมื่อจบหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานแล้ว ผู้เรียนต้องมีความรู้ ความสามารถ ดังนี้

- 1) สามารถใช้ภาษาสื่อสารได้อย่างดี
- 2) สามารถอ่าน เขียน ฟัง ดู และพุด ได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- 3) มีความคิดสร้างสรรค์ คิดอย่างมีเหตุผลและคิดเป็นระบบ
- 4) มีนิสัยรักการอ่าน การเขียน การแสวงหาความรู้และใช้ภาษาในการพัฒนาดน

และสร้างสรรค์งานอาชีพ

5) ตระหนักในวัฒนธรรมการใช้ภาษาและความเป็นไทย ภูมิใจและชื่นชมในวรรณคดีและวรรณกรรมซึ่งเป็นภูมิปัญญาของคนไทย

6) สามารถนำทักษะทางภาษามาประยุกต์ใช้ในชีวิตจริงได้อย่างมีประสิทธิภาพและถูกต้องตามกาลเทศะและบุคคล

7) มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี และสร้างความสามัคคีในความเป็นไทย

8) มีคุณธรรมจริยธรรม มีวิสัยทัศน์ โลกทัศน์ที่กว้างไกลและลึกซึ้ง

เมื่อจบแต่ละช่วงชั้น ผู้เรียนต้องมีความรู้ ความสามารถ ดังนี้

ช่วงชั้นที่ 3 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – มัธยมศึกษาปีที่ 3

1) สามารถอ่านอย่างมีสมรรถภาพและอ่านได้เร็วยิ่งขึ้น

2) เข้าใจวงคำศัพท์ที่กว้างขึ้น ลำนวนและโวหารที่ลึกซึ้ง แสดงความคิดเห็นเชิงวิเคราะห์ ประเมินค่าเรื่องที่อ่านอย่างมีเหตุผล

3) เลือกอ่านหนังสือและสื่อสารสนเทศ

4) เขียนเรียงความ ย่อความ และจดหมาย เขียนอธิบาย ชี้แจง รายงาน เขียนแสดงความคิดเห็น แสดงความโต้แย้ง และเขียนเชิงสร้างสรรค์

5) สามารถสรุปความ จับประเด็นสำคัญ วิเคราะห์ วินิจฉัยข้อเท็จจริง ข้อคิดเห็น และจุดประสงค์ของเรื่องที่ฟังและดู

6) รู้จักเลือกใช้ภาษาเรียบเรียงข้อความได้อย่างประณีต จัดลำดับความคิดขั้นตอนในการนำเสนอตามรูปแบบของงานเขียนประเภทต่าง ๆ

7) พุดนำเสนอความรู้ ความคิด การวิเคราะห์ และการประเมินเรื่องราวต่าง ๆ พุดเชิญชวน อวยพร และพุดในโอกาสต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม

8) เข้าใจธรรมชาติของภาษาและการนำภาษาต่างประเทศมาใช้กับภาษาไทย

9) สามารถใช้ภาษาแสดงความคิดเห็น สร้างความเข้าใจ โน้มน้าวใจ ปฏิเสธเจรจาต่อรอง ด้วยภาษาและกิริยาท่าทางที่สุภาพ

10) ใช้ทักษะทางภาษาในการแสวงหาความรู้ การทำงาน และใช้อย่างสร้างสรรค์เป็นประโยชน์

11) ใช้หลักการพินิจคุณค่าของวรรณคดีและวรรณกรรม พิจารณาวรรณคดีและวรรณกรรม ให้เห็นคุณค่าและนำประโยชน์ไปใช้ในชีวิต

12) สามารถแต่งกาพย์ กลอนและโคลง

13) สามารถร้องเล่นหรือถ่ายทอดเพลงพื้นบ้านและบทกล่อมเด็กในท้องถิ่น

14) มีมารยาทการอ่าน การเขียน การดู และการพุด และมีนิสัยรักการอ่าน การเขียน

จะเห็นได้ว่ากิจกรรมนันทนาการด้านวรรณกรรม เป็นกิจกรรมที่ทำเพื่อเป็นการส่งเสริมให้มีการพัฒนาทักษะความรู้ ความสามารถ การแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ ก่อให้เกิดการจินตนาการ ทำให้เกิดความสุข สนุกสนาน เพลิดเพลิน ประกอบด้วยกิจกรรม การอ่าน พูดย และเขียน นักเรียนสามารถใช้เวลาวางเลือกปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการด้านวรรณกรรมตามที่ตนเองถนัด สามารถนำมาประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวัน และเสริมในการเรียนการสอนวิชาภาษาไทยในห้องเรียนได้อีกด้วย

สรุปได้ว่า การใช้เวลาวางของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ปฏิบัติกิจกรรมนั้นทั้ง 4 ด้าน ที่นักเรียนเลือกปฏิบัติ เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาการ ทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ตลอดจนทั้งเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียน ก่อให้เกิดประโยชน์แก่นักเรียน โรงเรียน ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติต่อไป

5. การเปรียบเทียบการใช้เวลาวาง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ด้านงานอดิเรก ด้านการท่องเที่ยว และด้านวรรณกรรม ตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น และประเภทห้องเรียน พบว่า

การใช้เวลาวางของนักเรียนในการประกอบกิจกรรมนันทนาการทั้ง 4 ด้าน ตามตัวแปร คือ เพศ ระดับชั้น และประเภทห้องเรียน เหมือนกัน ที่เป็นเช่นนี้เพราะนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาที่มีอายุอยู่ในวัยใกล้เคียงกัน ระดับชั้นและห้องเรียน ที่นักเรียนเรียนอยู่ในระดับเดียวกัน โรงเรียนเดียวกัน และอาศัยอยู่ในชุมชนใกล้เคียงกัน ทำให้การปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ใกล้เคียงกัน เหมือนกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเกศแก้ว ศรีงาม (2537 : 98-99) ที่ทำการวิจัยเรื่อง ความแตกต่างของการใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการของเยาวชนไทย พบว่า เพศ ไม่มีอิทธิพลทำให้เยาวชนไทยใช้เวลาว่างในการอ่านหนังสือพิมพ์ การอ่านหนังสือ การเล่นกีฬาหรือออกกำลังกาย การเดินเล่นตามศูนย์การค้า และการทำงานอดิเรกต่าง ๆ แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของสุนิทยา ชุมพงส์ (2535 : 54) เรื่อง “การศึกษา กิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างของนักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์” พบว่า นักศึกษาที่อยู่หอพักซึ่งมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มีกิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างไม่แตกต่างกัน นอกจากนี้ยังใกล้เคียงกับการศึกษาวิจัยของสุพัตรา วิจิตรโสภา (2535 : 54-55) เรื่อง “องค์ประกอบบางประการที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยศรีนครินทร์” ที่พบว่านักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมเดียวกัน อาจจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงหรือต่ำก็ได้

การวิจัยครั้งนี้คล้ายกับงานวิจัยของ ธัญญรัตน์ วงษ์สมัย (2542 : 80-81) ในเรื่องของการเปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาว่างด้านต่าง ๆ ทั้ง 5 ด้าน ระหว่าง นักเรียนชาย กับนักเรียนหญิง มีความแตกต่างกันทั้ง 5 ด้าน แต่เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาว่างระหว่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 พบว่าไม่แตกต่างกันถึง 4 ด้าน คือ การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา การใช้เวลาว่างด้านหารายได้พิเศษ การใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก และการใช้เวลาว่างด้านการเรียน นั้นเป็นเพราะนักเรียนมีช่วงอายุเดียวกัน ส่วนแตกต่างอยู่ 1 คือการใช้เวลาว่างด้านการทำงานบ้านอาจแตกต่างไปบ้างเพราะอาชีพของบิดามารดาและผู้ปกครองมีความแตกต่างกัน จึงมีกิจกรรมเฉพาะในการช่วยทำงานบ้านไม่เหมือนกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดีสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ครั้งนี้ พบว่า มีแต่ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเท่านั้น คล้ายกัน คือ เพศต่างกันมีการเล่นกีฬาที่แตกต่างกัน เพศชายเล่นฟุตบอล เพศหญิงเล่นแบดมินตัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ แคปแลน (Kaplan. 1975 : 90) ได้ศึกษาการใช้เวลาว่างของชนในชาติต่าง ๆ พบว่าเพศมีส่วนกำหนดการทำกิจกรรมในยามว่าง เช่น เด็กชายชอบเล่นฟุตบอล แต่เด็กหญิงชอบเล่นเนตบอลแม้ในปัจจุบันจะมีกระแสความเคลื่อนไหว เพื่อสิทธิสตรีก่อให้เกิดความทัดเทียมกันกับบุรุษยิ่งขึ้น ทั้งด้านการทำงาน และการทำกิจกรรมต่าง ๆ ก็ตาม แต่ก็ยังมีความแตกต่างกันอยู่บ้าง แม้ในกรณีของการใช้เวลาว่าง

ข้อเสนอแนะ

1. ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา โรงเรียนควรเป็นศูนย์กลางส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างจริงจัง สนับสนุนและส่งเสริมนักเรียนที่มีความถนัดด้านกีฬาเพื่อเป็นการวางรากฐานการกีฬาของเยาวชนสู่ทีมชาติต่อไป ส่วนในระดับโรงเรียนควรมีการจัดการแข่งขันกีฬานักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นให้ความสนใจเล่นเป็นจำนวนมาก เช่น ฟุตบอล แบดมินตัน บาสเกตบอล วอลเลย์บอล ระหว่างโรงเรียนทั้ง 5 โรงเรียนหรือกีฬาปัญญามิตร ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เพื่อเชื่อมสัมพันธ์ไมตรีระหว่างโรงเรียน โดยใช้กีฬาเป็นสื่อ เป็นการช่วยป้องกันนักเรียนก่อเหตุทะเลาะวิวาทระหว่างโรงเรียนได้อีกด้วย

2. ด้านงานอดิเรก ควรเปิดกิจกรรมนันทนาการที่เกี่ยวข้องกับงานอดิเรกที่นักเรียนให้ความสนใจมากที่สุด เช่น ชมรายการโทรทัศน์ ผลจากการที่นักเรียนชมรายการโทรทัศน์เป็นจำนวนมาก ควรประยุกต์กิจกรรมให้เข้ากับกิจกรรมงานอดิเรก คือ จัดให้มีการแข่งขันกิจกรรมเวลาว่างด้านงาน

อดิเรกเกี่ยวกับการแสดงละคร ประกวดผู้ประกาศข่าว ประกวดบทโทรทัศน์ หรือจัดชมรมถ่ายภาพ หรือออกแบบจัดฉากสถานที่และเวที

3. ด้านการท่องเที่ยวควรจัดสถานที่และบรรยากาศภายในโรงเรียนให้อบอุ่นสร้างบรรยากาศภายในโรงเรียนให้ดูดี น่าอยู่ น่าศึกษา เปิดชมรมท่องเที่ยว เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้สถานที่ท่องเที่ยว ตลอดจนปลูกฝังให้นักเรียนท่องเที่ยวเชิงนิเวศน์วิทยา อนุรักษ์ และหวงแหนธรรมชาติ ควรจัดตกแต่งและปรับปรุงสถานที่ในโรงเรียนให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงนิเวศน์วิทยา เป็นแหล่งการเรียนรู้ของนักเรียนและชุมชน และป้องกันนักเรียนหลบหนีการเรียนไปเที่ยวห้างสรรพสินค้า ซึ่งนำไปสู่การประพฤติดนไม่เหมาะสมกับสภาพและวัยในหมู่เยาวชน ทำให้เกิดผลเสียตามมามากมาย

4. ด้านวรรณกรรม ควรเปิดชมรมวรรณกรรม (อ่าน พุด เขียน) เปิดชมรมนี้ เพื่อเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนกล้าแสดงออก ในด้านการพูด การประชาสัมพันธ์ เช่น ไดว่าที ละครเวทีปาฐกถา กล่าวสุนทรพจน์ ตลอดจนเป็นพิธีกรในงานต่าง ๆ อ่านเป็น เขียนเป็น เช่นเขียนบท กำหนดการจัดงานต่าง ๆ เป็นต้น หากมีการจัดงานสำคัญ ๆ ในโรงเรียนนักเรียนกลุ่มนี้จะเป็นผู้ดำเนินรายการได้เป็นอย่างดี

5. ควรจัดให้มีการประชาสัมพันธ์ การใช้เวลาว่างที่เป็นประโยชน์ เกี่ยวกับกิจกรรมที่จัดเพื่อให้นักเรียน ผู้ปกครอง บุคคลภายนอก หรือหน่วยงานภายนอก จะได้รับทราบข่าวสารข้อมูล นักเรียนจะได้เลือกกิจกรรม เข้าร่วมชมรมตามที่ตนเองถนัด และยังสามารถต่อการหาทุน หรือผู้ให้การสนับสนุนโครงการ ผลสัมฤทธิ์ของโครงการได้ประโยชน์แก่นักเรียน ลดปัญหา การหนีเรียน เบื่อการเรียน การใช้สารเสพติด พฤติกรรมเบี่ยงเบน ก้าวร้าว ลดปัญหาการใช้ความรุนแรง ตลอดจนการก่อเหตุทะเลาะวิวาท เป็นการสนับสนุนการใช้เวลาให้ถูกต้องของวัยรุ่นได้เป็นอย่างดี

6. ภาครัฐและเอกชน ควรส่งเสริมและสนับสนุน อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ทางโรงเรียนขาดแคลน ด้านอุปกรณ์กีฬา อุปกรณ์จัดกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ และรัฐบาลควรมีการสนับสนุน ผลการดำเนินโครงการกิจกรรมด้านนันทนาการของนักเรียนโครงการที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ผลสัมฤทธิ์ของกิจกรรม ช่วยป้องกัน บำบัด แก้ไข และฟื้นฟู ให้เพื่อนนักเรียนที่หลงผิดกลับตนเป็นคนดีของสังคมได้โดยมอบเป็นทุนการศึกษาหรืองบประมาณดำเนินการของแต่ละโรงเรียน

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำแบบสอบถามของแต่ละสหวิทยาเขต ในเขตกรุงเทพมหานคร ว่านักเรียนต้องการใช้เวลาว่างปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการประเภทใด จะได้จัดกิจกรรมนันทนาการในโรงเรียนให้ตอบสนองความต้องการของนักเรียน เพื่อลดปัญหานักเรียน ประพฤติตนไม่เหมาะสมแก่สภาพและวัย เช่น หลบหนีการเรียน เทียบเตร่ตามศูนย์การค้าห้างสรรพสินค้า สวนสาธารณะ จับกลุ่มมั่วสุม ก่อความเดือดร้อนรำคาญ การพนัน เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด ก่อเหตุทะเลาะวิวาท หมกมุ่นในสื่อลามกอนาจาร การประพฤติตนไปในทำนองชั่วสาว พฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศ และการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

2. ควรมีการศึกษาในโรงเรียนสังกัด กรมสามัญศึกษาทุกโรงเรียนในต่างจังหวัด อย่างต่อเนื่อง และสม่ำเสมอ เพื่อให้ทันต่อเหตุการณ์ และการเปลี่ยนแปลงของสังคม ตลอดจนศึกษาวิจัยติดตามผลการดำเนินงานโครงการส่งเสริมการใช้เวลาว่างในแต่ละประเภทจะได้มีโอกาสหากิจกรรมทันสมัยให้กับนักเรียน และนักเรียนจะได้มีเจตคติที่ดี ต่อการใช้เวลาว่างอย่างถูกต้อง เพื่อประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต และศักยภาพของนักเรียนให้เป็นเยาวชนที่ดี มีคุณภาพ เป็นพลังสำคัญของประเทศชาติในอนาคตต่อไป

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

กวิน คชนทร์เดชา. (2530). ความต้องการการบริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชน
หมู่บ้านเป้าหมายจังหวัดชุมพร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย.
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

กอง วิสุทธารมณ. (2520, มกราคม). “เล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ,” วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และ
สันทนาการ. 3 (1) : 21.

✓ การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2528). การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด
เอเอ็นที.

✓ เกศแก้ว ศรีงาม. (2537). ความแตกต่างของการใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการของเยาวชนไทย.
วิทยานิพนธ์ ค.ม. (สังคมวิทยาและมานุษยวิทยา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

โกเมศ จันทร์เกษ. (2523). การใช้เวลาว่างของนักเรียนสองผลัดระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย.
วิทยานิพนธ์ ค.ม. (วิจัยการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
ถ่ายเอกสาร.

✓ จรัส สุวรรณเวลา. (2521). ปัญหาการติดยาเสพติดในประเทศไทย. กรุงเทพฯ : สามเจริญพานิช.
จรินทร์ ธานีรัตน์. (2528). นันทนาการชุมชน. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.

✓ ชูเกียรติ เกียรติศิริรัตน์. (2537) ความต้องการกิจกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษา
สถาบันอุดมศึกษาเอกชน. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

ชูศรี วงศ์รัตน์. (2541). เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพฯ : การพิมพ์เจริญผล.

✓ ดวงใจ สิทธิไชย. (2521). การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัด
กรมสามัญศึกษา. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (การแนะแนวการศึกษา). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา

ดำรัส ดาราศักดิ์. (2525). สันทนาการขั้นนำ. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ทองสุข สัมปหังสิต. (2531). การใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายของนิสิต มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

✓ ธัญญรัตน์ วงษ์สมบัติ. (2542). การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยาย
โอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา) กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

บรรจง คณะวรรณ. (2531). “กิจกรรมสร้างเสริมลักษณะนิสัย,” ในการจัดการเรียนการสอน

กิจกรรมนันทนาการในโรงเรียนประถมศึกษา. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ปธาน สุวรรณมงคล. (2533). “นักบริหารกับสิ่งที่ทำให้สูญเสียเวลา,” วารสารข้าราชการ.

✓ ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธ์ และคนอื่น ๆ. (2523). การใช้เวลาว่างและกิจกรรมนันทนาการของ
ประชากรกรุงเทพมหานคร. รายงานการวิจัยของสถาบันวิจัยสภาวะแวดล้อม กรุงเทพฯ :
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.

✓ ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่. (2527). นันทนาการ. กรุงเทพฯ : ภาควิชาสันตนาการ คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา

ปัทมา รอดทั้ง. (2540). การใช้เวลาว่างด้วยการเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนในเขต
ภาคเหนือตอนล่าง. ปริญญาโท กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา

ฟอง เกิดแก้ว. (2527, สิงหาคม). “การจัดกีฬาเพื่อสันตนาการสำหรับนิสิตและนักเรียนส่วนใหญ่
ในสถาบันการศึกษา,” วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันตนาการ. 10(7) : 15.

✓ มยุรี ทองสงฆ์ และนิรมล เปลี่ยนจรรยา. (2533). รายงานการวิเคราะห์ข้อมูลการติดตามผลนักเรียน
นักศึกษาที่ประพฤติตนไม่เหมาะสมกับสภาพและวัย. กรุงเทพฯ : ม.ป.พ.

มานะ หมอยาดี. (2540). การใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ.
ปริญญาโท กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

มายาวี สมบุญ. (2535). การสำรวจการใช้เวลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียน
สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดนนทบุรี. ปริญญาโท กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว).
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.

เมธี ปิลันธานนท์. (2528, มกราคม). “เทคนิคการบริหารเวลา,” วารสารมิตรครู. (1) : 26.

✓ รัชณี ลาซโรจน์. (2527). “การใช้เวลาว่างและนันทนาการของวัยรุ่น” เอกสารการสอนชุดวิชา
พัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2525). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2525. กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์.

ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. (2538). เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ :
สุวีริยาสาส์น.

_____. (2540). สถิติวิทยาทางการวิจัย. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.

ลาวัณย์ สุกกรี. (2537, กรกฎาคม-สิงหาคม). “ครูพลศึกษากับโรคหัวใจขาดเลือด,”
วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันตนาการ. 20(7) : 53.

- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2520, มกราคม-ตุลาคม). “การพลศึกษาและการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ,”
วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และนันทนาการ. ปีที่ 3 (ฉบับที่ 5) : 1-4.
- _____. (2523). *หลักและวิธีสอนวิชาพลศึกษา*. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- _____. 2538, มกราคม-มีนาคม). “คุณภาพการศึกษาพลศึกษาสุขศึกษานันทนาการ และการกีฬา
ในยุคโลกาภิวัตน์,” วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และนันทนาการ. ปีที่ 21(ฉบับที่ 3) :10.
- วรรณิ สุวรรณสว่าง. (2518). *การใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนสมถวิลราชดำริ*.
วิทยานิพนธ์ ค.บ. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2523). *การใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร*.
วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
ถ่ายเอกสาร.
- _____. (2541, สิงหาคม). “สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ,” *วารสารกีฬา*. 33 : 13-16.
- วิชาการ,กรม. (2534). *หลักสูตรมัธยมศึกษา พ.ศ. 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533)*
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา.
- วิวัฒน์ พวงมะลิ. (2533,มกราคม). “เทคนิคการบริหารเวลา,” *วารสารการศึกษา*. (1) : 8.
- ศึกษานิการ , กระทรวง. (2539). *แผนป้องกันสารเสพติดของกระทรวงศึกษาธิการ*
(พ.ศ.2540 - 2544). กรุงเทพฯ : องค์การข้าราชการ.
- (2539). *แผนพัฒนาการศาสนาและวัฒนธรรม ระยะที่ 8 (พ.ศ.2540- 2544)*. สำนักนโยบาย
และแผน สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ.
- สรชัย พิศาลบุตร. (2544). *วิธีวิจัยเชิงปฏิบัติ*. กรุงเทพฯ : วิทยาพัฒน์.
- สมบัติ กาญจนกิจ และคณะ. (2520). *สันตนาการชั้นนำ*. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- สมบัติ กาญจนกิจ. (2533). *นันทนาการชุมชนและโรงเรียน*. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- _____. (2535). *นันทนาการชุมชนและโรงเรียน*. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- _____. (2544). *นันทนาการและอุตสาหกรรมท่องเที่ยว*. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุขใจ น้ำผุด. (2536,กุมภาพันธ์). “ค่าแห่งเวลา,” *วารสารข้าราชการ*. (ฉบับที่ 2) : 13.
- สุพัตรา วิจิตรโสภ. (2535). *ศึกษาองค์ประกอบบางประการที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
ของนักศึกษา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา)
สงขลา : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สงขลา. ถ่ายเอกสาร.

สุนิตยา ชุมพงศ์. (2535). การศึกษากิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างของนักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา). สงขลา : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สงขลา. อัดสำเนา.

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

สำเร็จ จันทรโอกุล. (2524). การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 – 6 โรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (แนะแนวการศึกษาและจิตวิทยา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

✓/ สำลี รักสุทธี. (2544). ตารางวิเคราะห์หลักสูตร การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย สู่การจัดทำหลักสูตรสถานศึกษา ช่วงชั้นที่ 3. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา.

เอก เกิดเต็มภูมิ. (2540). เอกสารประกอบการสอนวิชาสรีรวิทยาการออกกำลังกาย. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง. อัดสำเนา.

Brightbill , Charles, K. and Harold D. Meyer. (1964). *Community Recreation A Guide to Its Organization*. 3 rd ed. Englewood Cliffs : New Jersey : Prentice-Hall .

Brown,Kathy Ann. (1995, May). “Measuring Elementaty School Teacher’ Job Satisfaction, Perceived Amount of Leisure, and Leisure Satisfaction,” *Dissertation Abstracts International*. Dai-A, 55(11) : 3413.

Butler, George D. (1959). *Introduction to Community Recreation*. New York : McGraw-Hill Book company.

Durost ,W.N. (1932). “ Children’s collecting activity related to socialctors.” *Teacher Collecting Contribute Educational*.no.537

Godbey, Geoffrey and Stanley Parker. (1972). *Leisure Studies and Services : An Over View*. Philadelphia : W.B. Saunders Co.

Hood,Colleen Deyell. (1993, March). “Family Functioning and Adolescent Leisure Patterns,” *Dissertation Abstracts International*. Dai-A, 53(9) : 3363.

✓/ Kaplan, Max. (1975). *Leisure :Theory and Policy*. New York : John Wile & Son.

- Kivel,Beth Dana. (1996, September). "In on The Outside, Out on the Inside : Lesbianl Gay/bisexual," *Dissertation Abstracts International*. Dai-A 57(3) : .1322.
- Krejcic,Robert V.,Morgan,Daryle W. (1970, November). "Determining Sample Size for Research Activities," *Educational Psychological Measurement*. 30 : 607-610.
- Mcdowell,Linda Lee Goette. (1996, May). " Leisure Recreational Preferences and Practices Among Adolescents with and Without Mental Retardation," *Dissertation Abstracts International*. Dai-A, 56(11) : 4353.
- Nisbet,Rebecca Seal. (1995, May). "Recreation and Leisure Programming at the High School Level For Individuals with Mild or Moderate Mental Retadation," *Dissertation Abstracts International*. Dai-A, 55/n : p.3475..
- Plato Cited By Edithl.Ball and Robert E.Ciprino. (1978). *Leisure service Preparation*. New Jersey : Prentice – Hall Inc., Englewood Cliffs.
- Raymore,Leslie Ann. (1995, August). "TheTrandition From Adolescence to Young Adulthood : Predictors of Leisure Behavior ," *Dissertation Abstracts International*. Dai-A, 56(2) : 702.
- Uris,Aren. (1970). *The Executive Desk Book*. New York : Van Nostrand Reinholt.
- 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.
- Weiskopf, Donald C. (1975). *A Guide to Recreation and Leisure*. Massachusetts : Allyn and Bacon.
- Whitley, M.T. (1929, July). "Children's Interest in Collecting," *Journal Educational Psychology*. 20 : 249 – 261.
- Widmer,Mark Alan. (1994, April). "Measuring Ethical Behavior Leisure from an Aristotelian Foundation," *Dissertation Abstracts International*. Dai-A, 54(10) :3875.
- Youth(Bulletin) (1986). *Federal Republic of Germany : Press office*.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
หนังสือขอความอนุเคราะห์
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5731, 5618

ที่ ทม 1012/ 3 742

วันที่ 11 เมษายน 2546

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณะบดีคณะพลศึกษา

เนื่องด้วย นายคำรณ มาลาคำ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกการจัดการนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์อารมย์ นาวากาญจน์ และ อาจารย์เรือโท ไพบุลย์ อ่อนมั่ง เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์กำโชค เพือกสุวรรณ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์เอนก หงษ์ทองคำ เป็นผู้เชี่ยวชาญ ตรวจสอบแบบสอบถามการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ แบบสอบถาม ให้ นายคำรณ มาลาคำ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

(รองศาสตราจารย์นภกรณ์ หะวานนท์)

คณะบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5731, 5618

ที่ ทม 1012/3743

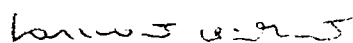
วันที่ // เมษายน 2546

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการสำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา

เนื่องด้วย นายคำรณ มาลาคำ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกการจัดการนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์อาร์มณ นาวากาญจน์ และ อาจารย์เรือโท ไพบุลย์ อ่อนมั่ง เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุนันท์ สลโกสุม เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถามการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม ให้ นายคำรณ มาลาคำ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย



(รองศาสตราจารย์สุนันท์ สลโกสุม)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ทม 1012/ 3 744



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

กองสารวัตรนักเรียน
รับที่ 211 / 66
วันที่ 161 2 76
เวลา 10 04

1/ เมษายน 2546

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการกองสารวัตรนักเรียน

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นายคำรณ มาลาคำ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกการจัดการนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์อารมย์ นาวากาญจน์ และ อาจารย์เรือโท ไพบุลย์ อ่อนมั่ง เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบสอบถามการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบสอบถาม ให้ นายคำรณ มาลาคำ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

รศ. ไพบุลย์ อ่อนมั่ง (รองศาสตราจารย์ไพบุลย์ อ่อนมั่ง)

รองศาสตราจารย์ไพบุลย์ อ่อนมั่ง

ศาสตราจารย์ไพบุลย์ อ่อนมั่ง

รศ. ไพบุลย์ อ่อนมั่ง

(รองศาสตราจารย์ไพบุลย์ อ่อนมั่ง)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

โทรสาร. 02-258-4119

นายนิคม จารุมณี

28

(นายนิคม จารุมณี)

ผู้อำนวยการกองสารวัตรนักเรียน

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 02-2140133 มือถือ 09-7508650

28 เม.ย. 2546

ที่ ทม 1012/ 3745



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๗ เมษายน 2546

กองบุงกาชาด
เลขรับ..... 612
วันที่..... 28 เม.ย. 2546
เวลา.....

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการกองบุงกาชาด

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นายคำรณ มาลาคำ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกการจัดการนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์อารมย์ นาวากาญจน์ และ อาจารย์เรือโท ไพบูลย์ อ่อนมั่ง เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญ ตรวจสอบแบบสอบถามการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบสอบถาม ให้ นายคำรณ มาลาคำ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภกรรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

โทรสาร. 02-258-4119

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 02-2140133 มือถือ 09-7508650



ที่ ทม 1012/ ๔ ๗๕๔

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

17 มิถุนายน 2546

เรื่อง ขออนุญาตเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนธัญบุรี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นายคำรณ มาลาคำ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์เรื่อง "การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์อารมย์ นาวากาญจน์ และ อาจารย์เรือโท ไพบุลย์ อ่อนมั่ง เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในกรณีนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขอให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 จำนวน 60 คน เป็นกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2546

จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตให้ ได้โปรดพิจารณาให้ นายคำรณ มาลาคำ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภาพร ะหวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 02-2168710 มือถือ 09-7508650

ที่ ทม 1012/๔ 7๔7



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

มิถุนายน 2546

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนคอนเมืองทหารอากาศบำรุง

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นายคำณ มาลาคำ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์อารมย์ นาวากาญจน์ และ อาจารย์เรือโท ไพฑูรย์ อ่อนมั่ง เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 คอบแบบสอบถามการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ในระหว่างเดือน มิถุนายน - กรกฎาคม 2546

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นายคำณ มาลาคำ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภาพร หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 02-2168710 มือถือ 09-7508650

ที่ ทม 1012/ 4 74 4



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

/ ๗ มิถุนายน 2546

เรื่อง ขออนุญาตเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนคอนเมืองจตุรจินดา

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นายคำณ มาลาคำ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำวิทยานิพนธ์เรื่อง "การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์อารมย์ นาวากาญจน์ และ อาจารย์เรือโท ไพบุลย์ อ่อนมั่ง เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำวิทยานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 ตอบแบบสอบถามการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ในระหว่างเดือน มิถุนายน - กรกฎาคม 2546

จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตให้ ได้โปรดพิจารณาให้ นายคำณ มาลาคำ ได้เก็บข้อมูลในการทำวิทยานิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภาพร หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

ที่ ทม 1012/4750



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

/ ๗ มิถุนายน 2546

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนฤทธิยะวรรณาลัย

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นายคำรณ มาลาคำ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์อารมย์ นาวากาญจน์ และ อาจารย์ เรือโท ไพบุลย์ อ่อนมั่ง เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ตอบแบบสอบถามการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ในระหว่างเดือน มิถุนายน - กรกฎาคม 2546

จึงเรียนมาเพื่อขอกความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นายคำรณ มาลาคำ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภาพร ะหวานนท์)

กณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานกณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

ที่ ทม 1012/4749



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

17 มิถุนายน 2546

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนสีกัน (วัฒนานันทอุปถัมภ์)

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นายคำรณ มาลาคำ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์อารมณ นาวกาญจน์ และ อาจารย์เรือโท ไพบุลย์ อ่อนมั่ง เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในกรณี นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ตอบแบบสอบถามการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ในระหว่างเดือน มิถุนายน - กรกฎาคม 2546

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นายคำรณ มาลาคำ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภาพร ะหวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731



ที่ ทม 1012/4 751

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

17 มิถุนายน 2546

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบางเขน

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นายคำรณ มาลาคำ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์เรื่อง "การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์อารมย์ นาวากาญจน์ และ อาจารย์เรือโท ไพบุลย์ อ่อนมั่ง เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ตอบแบบสอบถามการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ในระหว่างเดือน มิถุนายน - กรกฎาคม 2546

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นายคำรณ มาลาคำ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภาพร หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

ภาคผนวก ข

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง

การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี
สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง

แบบสอบถามชุดนี้จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้น มัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร และเพื่อเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นตามตัวแปร คือ เพศ ระดับชั้น และประเภทห้องเรียน

ลักษณะของแบบสอบถาม ชุดนี้มีทั้งหมด 2 ตอน

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ 4 ด้าน ประกอบด้วย ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ด้านงานอดิเรก ด้านการท่องเที่ยว และด้านวรรณกรรม ผู้วิจัยใคร่ขอความร่วมมือ จากนักเรียนตอบแบบสอบถามให้ครบ และตอบตรงความเป็นจริงมากที่สุด ซึ่งแบบสอบถามชุดนี้ไม่เกิดผลเสียต่อการเรียนของนักเรียนแต่อย่างใด แต่จะเกิดประโยชน์กับนักเรียนเองและส่วนรวม ในการจัดกิจกรรมนันทนาการให้เพียงพอและเหมาะสม กับนักเรียนในโรงเรียนต่อไป ขอขอบคุณนักเรียนที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี

นายคำณ มาลาคำ

สารวัตรนักเรียนและนักศึกษา 6

กองสารวัตรนักเรียน สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ

นิติบัญญัติโท สาขาการจัดการนันทนาการ

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำแนะนำ โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ○ ที่ตรงกับสภาพความเป็นจริงของท่านมากที่สุด

1. เพศ ○ ชาย ○ หญิง
2. กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้น
○ ม.1 ○ ม.2 ○ ม.3
3. ปัจจุบันท่านศึกษาอยู่ที่โรงเรียนใด
○ โรงเรียนคอนเมืองทหารอากาศบำรุง ○ โรงเรียนฤทธิยะวรรณาลัย
○ โรงเรียนสีกัน (วัฒนานครอุบลรัตน์) ○ โรงเรียนคอนเมืองจตุรจินดา
○ โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบางเขน
4. ประเภทห้องเรียน
○ ห้องเรียนที่มีผลการเรียนดีกว่าห้องอื่น (ห้องเก่ง)
○ ห้องเรียนที่มีผลการเรียนต่ำกว่าห้องอื่น (ห้องอ่อน)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการใช้เวลาว่างปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ

คำแนะนำ โปรดตอบแบบสอบถามให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด โดยการเขียนเวลาลงในช่องว่างของแต่ละวัน ที่ท่านปฏิบัติกิจกรรม

ตัวอย่างที่ 1 ท่านปฏิบัติกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ในวัน และเวลาใด

วิธีตอบ ให้ท่านเขียนเวลาโดยประมาณลงในช่องของวันที่ท่านปฏิบัติและระบุสถานที่เป็นตัวเลขด้วย แต่ถ้าวันใดที่ท่านไม่ได้ปฏิบัติกิจกรรมนั้น ๆ ให้เว้นว่างไว้

การระบุสถานที่ ที่ท่านปฏิบัติกิจกรรมให้ระบุชื่อสถานที่หรือระบุเฉพาะหมายเลขของสถานที่ก็ได้ดังนี้

1. บ้าน 2. สวนสาธารณะ 3. สโมสร 4. สนามกีฬาโรงเรียน
5. สนามกีฬาหมู่บ้าน 6. อื่น ๆ

ข้อความ	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	เสาร์	อาทิตย์	สถานที่
1. ฟุตบอล	16.00 -18.00 น.		15.00- 16.30 น.	11.15- 11.30 น.	15.15- 16.30 น.	07.30- 08.30 น.	16.15- 17.30 น.	4

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ นายคำณ	ชื่อสกุล มาคำคำ
วัน เดือน ปีเกิด	29 กรกฎาคม 2506
สถานที่เกิด	108 หมู่ 2 ตำบลหนองบัว อำเภอท่าตูม จังหวัดสุรินทร์
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	119/239 หมู่บ้านอัมรินทร์นิเวศน์ 3 พัง 4 ถนนสายใหม่ แขวงสายใหม่ เขตสายใหม่ กรุงเทพมหานคร 10220
ตำแหน่งหน้าที่การงานในปัจจุบัน	สารวัตรนักเรียนและนักศึกษา 6
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	กลุ่มส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพนักเรียน สำนักงานลูกเสือ ยุวกาชาด และกิจการนักเรียน สำนักงานปลัดฯ กระทรวงศึกษาธิการ เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร 10300
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2521	มัธยมศึกษาตอนต้น (ม.ศ.3) โรงเรียนท่าตูมประชาเสริมวิทย์ อำเภอท่าตูม จังหวัดสุรินทร์
พ.ศ. 2523	มัธยมศึกษาตอนปลาย (ม.ศ.5)โรงเรียนท่าตูมประชาเสริมวิทย์ อำเภอท่าตูม จังหวัดสุรินทร์
พ.ศ. 2527	ประกาศนียบัตรการศึกษา ชั้นสูง (ป.กศ.สูง) พลศึกษา วิทยาลัยครูพระนคร เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2531	ครุศาสตรบัณฑิต (กบ.)วิทยาลัยครูพระนคร เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2546	วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (วท.ม.) การจัดการนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ