

ระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

มีนาคม 2560

ระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

มีนาคม 2560

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา
มีนาคม 2560

ปิยะวัฒน์ สุขอนันต์. (2558). ระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขต

ภาคกลาง ปีการศึกษา 2558. ปริญญาโท กศ.ม.(สุขศึกษาและพลศึกษา).กรุงเทพฯ:

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท :

รองศาสตราจารย์ ดร.ธัญญา ปลั่งสำราญ. รองศาสตราจารย์ เทเวศร์ พิริยะพูนท์.

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อวัดและสร้างเกณฑ์ระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษาเขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 จำนวน 303 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบทดสอบทักษะมวยไทยของครองจักร งามมีศรี วิเคราะห์ข้อมูลโดย คะแนนที่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า 1) ทักษะการเตะเฉียงบริเวณลำตัว สถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ทุกวิทยาเขตและภาพรวม มีผลการทดสอบส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 64.94, 54.55, 61.54, 57.14, 66.67 และ 68.32 ตามลำดับ 2) ทักษะการตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว สถาบันการพลศึกษาเขตภาคกลาง ทุกวิทยาเขตและภาพรวม มีผลการทดสอบส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 63.64, 72.73, 65.93, 68.57, 79.92 และ 76.57 ตามลำดับ 3) ทักษะการถีบบริเวณลำตัว สถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ทุกวิทยาเขตและภาพรวม มีผลการทดสอบส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 64.94, 40.91, 79.12, 77.14, 61.54 และ 69.64 ตามลำดับ 4) ทักษะการชกหมัดตรงหลังบริเวณใบหน้า สถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ทุกวิทยาเขตและภาพรวม มีผลการทดสอบส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 68.83, 54.55, 58.24, 54.29 และ 70.30 ตามลำดับ ยกเว้นวิทยาเขตสุพรรณบุรีอยู่ในระดับต่ำมาก คิดเป็นร้อยละ 30.77 5) ระดับทักษะมวยไทย สถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ทุกวิทยาเขตและภาพรวม มีผลการทดสอบส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 70.13, 54.55, 59.34, 62.86, 51.28 และ 72.94 ตามลำดับ

MUAYTHAI SKILL LEVELS AMONG MALE STUDENTS AT THE CENTRAL CAMPUS
OF THE INSTITUTE OF PHYSICAL EDUCATION IN THE 2015 YEAR ACADEMIC



AN ABSTRACT
BY
PIYAWAT SOOKANAN

Present in partial fulfillment of the requirements for the
Master of Education Degree in Health Education and Physical Education
at Srinakharinwirot University

March 2017

Piyawat Sookanan. (2015). *Muay Thai Skill Levels among Male Students at the Central Campus of the Institute of Physical Education in the 2015 Academic Year*. Master thesis. M.Ed., (Health Education and Physical Education). Bangkok: Graduate school, Srinnakharinwirot University. Advisors Committee: Assoc. Prof. Dr. Thawuth Pluemsamra, Assoc. Prof. Taeate Piriypoen.

This Purpose of this research were to identify and establish a criteria for the Muay Thai skill levels of male students at the central campus of the Institute of Physical Education in the 2015 academic year. The total of three hundred and three people. The research instruments used to test the Muay Thai skills of Krongchak Ngammeeesri., The analysis of the raw scores were assessed by t-test, percentage, mean and standard deviation.

The research findings revealed the following.

1. In terms skill of kicking the body at the central campus at the Institute of Physical Education and the overall results of the majority was moderate. The percentages were as Follows: 64.94, 54.55, 61.54, 57.14, 66.67 and 68.32 respectively.

2. With regard to the skill of hitting the body with the knee at the central campus of the Institute of Physical Education and the overall results of the majority was moderate. The percentages were as Follows: 65.93, 68.57, 79.92 and 76.57, respectively.

3. Regarding the skill of kicking and shoving on the body at the central campus at the Institute of Physical Education and the overall results of the majority was moderate. The percentages were as Follows: 64.94, 40.91, 79.12, 77.14, 61.54 and 69.64, respectively.

4. The skill of straight punch to the face at the central campus at the Institute of Physical Education and the overall results of the majority was moderate. The percentages were as Follows: 68.83, 54.55, 58.24, 54.29 and 70.30, respectively. However, the Suphanburi campus had a very low result of 30.77 percent.

5. The Muay Thai skill levels at the central campus at the Institute of Physical Education and the overall results of the majority was moderate. The percentages was 70.13, 55.54, 59.34, 62.86, 51.28 and 72.94, respectively.

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จได้ด้วยความสามารถอย่างสูงจาก รองศาสตราจารย์ ดร. ธาตุมิ ปลื้มสำราญ อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์หลัก รองศาสตราจารย์ เทเวศร์ พิริยะพฤณท์ อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์ร่วม รองศาสตราจารย์ วิสนศักดิ์ อ่วมเพ็ง ประธานกรรมการสอบ อาจารย์ ดร. อนันต์ มลารัตน์ กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำ ข้อเสนอแนะ พร้อมทั้งปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ จนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ ผู้วิจัยขอกราบ ขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุรัตน์ เสี่ยงหล่อ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อนันต์ เมฆสวรรค์ อาจารย์บวร บุญยงค์ และอาจารย์สมาส จันทะคล้าย ที่กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญในการ ตรวจสอบเครื่องมือ อีกทั้งอาจารย์ภาควิชาพลศึกษาทุกท่านและอาจารย์วรวิทย์ ประรงค์ทอง ที่ได้ กรุณาประสิทธิ์ประสาทความรู้ ทักษะและประสบการณ์แก่ผู้วิจัย จนทำให้ผู้วิจัยประสบความสำเร็จใน การศึกษา

ขอขอบพระคุณคณะผู้บริหารและขอบคุณนักศึกษาศาสนาบัณฑิตศึกษา เขตภาคกลาง ที่ได้ให้ ความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลและช่วยเป็นกลุ่มตัวอย่าง จนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เสร็จสมบูรณ์

สุดท้ายขอกราบขอบพระคุณบิดามารดาที่คอยอบรมเลี้ยงดูและคอยให้กำลังใจ รวมทั้งยังให้ การสนับสนุนด้านทุนการศึกษาแก่ผู้วิจัยตลอดมา จนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์

ปิยะวัฒน์ สุขอนันต์

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

ระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558

ของ

ปิยะวัฒน์ สุขอนันต์

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาสุศึกษาและพลศึกษา

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

วันที่ เดือน..... พ.ศ. 2560

อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

.....ที่ปรึกษาหลัก

.....ประธาน

(รองศาสตราจารย์ ดร.ธำมณี ปลื้มสำราญ)

(รองศาสตราจารย์วิสันศักดิ์ อ่วมเพ็ง)

.....ที่ปรึกษาร่วม

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพฤณท์)

(รองศาสตราจารย์ ดร.ธำมณี ปลื้มสำราญ)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพฤณท์)

.....กรรมการ

(อาจารย์ ดร.อนันต์ มาลารัตน์)

สารบัญ

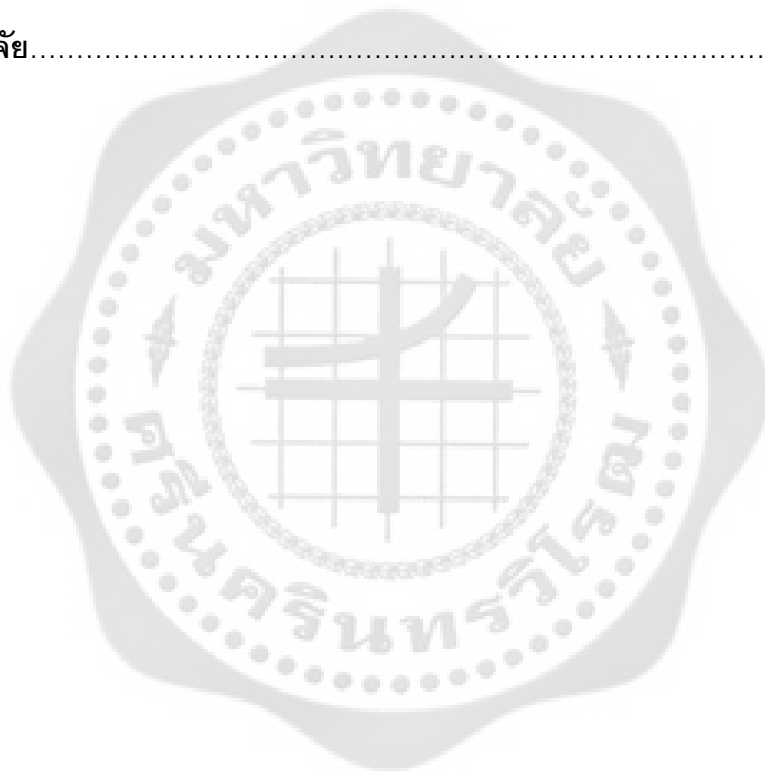
บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	4
ความสำคัญของการวิจัย.....	4
ขอบเขตของการวิจัย.....	4
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย.....	4
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	4
ตัวแปรที่ศึกษา.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	7
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	8
ประวัติและความเป็นมาของมวยไทย.....	8
ทักษะมวยไทย.....	13
ทักษะมวยไทยและลักษณะการเข้ากระทำ.....	13
หลักสูตรมวยไทย 1.....	23
สถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง.....	29
แบบทดสอบทักษะกีฬา.....	32
แบบทดสอบ (Test).....	32
ประโยชน์แบบทดสอบทักษะกีฬา.....	33
ประเภทของแบบทดสอบทักษะกีฬา.....	35
หลักและขั้นตอนการสร้างแบบทดสอบทักษะกีฬา.....	37
เกณฑ์ปกติ.....	41
ประโยชน์ของเกณฑ์ปกติ.....	42
วิธีสร้างเกณฑ์ปกติ.....	43

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2 (ต่อ)	
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	47
งานวิจัยในต่างประเทศ.....	47
งานวิจัยในประเทศ.....	51
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	53
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	53
ประชากร.....	53
การเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	53
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	54
ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ.....	55
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	56
การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	56
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	57
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	57
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	57
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	63
สรุปผลการวิจัย.....	63
อภิปรายผล.....	64
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัย.....	66
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในครั้งนี้.....	66
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในครั้งต่อไป.....	66
บรรณานุกรม.....	67

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
ภาคผนวก.....	74
ภาคผนวก ก.....	75
ภาคผนวก ข.....	87
ภาคผนวก ค.....	89
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ.....	105
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	107

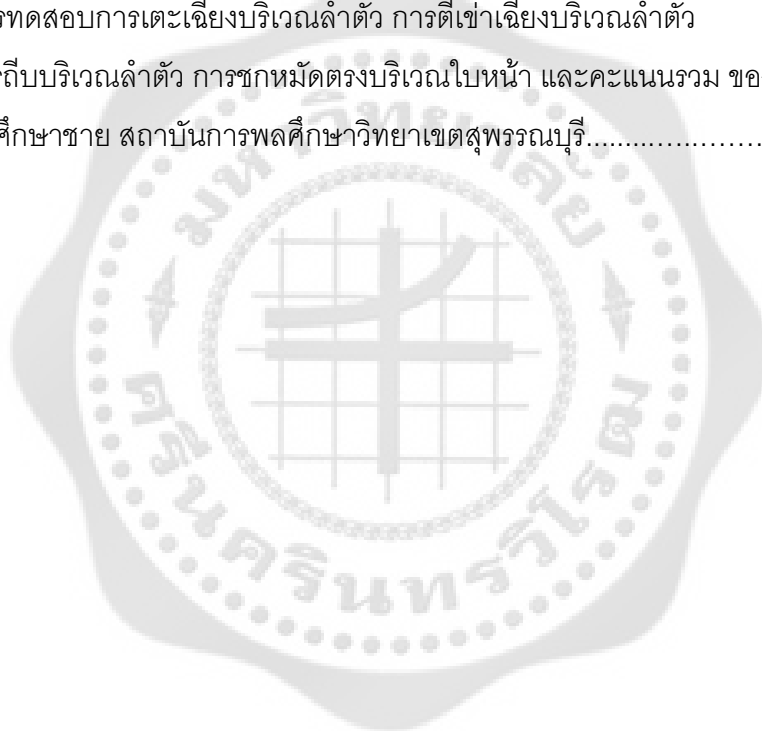


บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	54
2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนสูงสุด ต่ำสุดของคะแนนดิบ และคะแนนที่ (T-Score) ทักษะมวยไทยของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558.....	58
3 ระดับทักษะการเตะเฉียงบริเวณลำตัว ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558กำหนดโดยใช้คะแนนที่ (T-Score) จำแนกตามส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.).....	59
4 ระดับทักษะการตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 กำหนดโดยใช้คะแนนที่ (T-Score) จำแนกตามส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.).....	60
5 ระดับทักษะการถีบบริเวณลำตัว ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษาเขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 กำหนดโดยใช้คะแนนที่ (T-Score) จำแนกตามส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.).....	61
6 ระดับทักษะการชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 กำหนดโดยใช้คะแนนที่ (T-Score) จำแนกตามส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.).....	61
7 ระดับทักษะมวยไทยโดยรวม ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 กำหนดโดยใช้คะแนนที่ (T-Score) จำแนกตามส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.).....	62
8 ผลการทดสอบการเตะเฉียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว การถีบบริเวณลำตัว การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า และคะแนนรวม ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษาวิทยากรุงเทพมหานคร.....	90
9 ผลการทดสอบการเตะเฉียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว การถีบบริเวณลำตัว การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า และคะแนนรวม ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษาวิทยาลัยชลบุรี.....	94

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
10 ผลการทดสอบการเตะเฉียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว การถีบบริเวณลำตัว การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า และคะแนนรวม ของ นักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตอ่างทอง.....	95
11 ผลการทดสอบการเตะเฉียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว การถีบบริเวณลำตัว การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า และคะแนนรวม ของ นักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตสมุทรสาคร.....	99
12 ผลการทดสอบการเตะเฉียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว การถีบบริเวณลำตัว การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า และคะแนนรวม ของ นักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตสุพรรณบุรี.....	101



บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดการวิจัย.....	7
2 แบบทดสอบการตะเจียงบริเวณลำตัว.....	76
3 แบบทดสอบการตีเข้าเจียงบริเวณลำตัว.....	78
4 แบบทดสอบการถีบบริเวณลำตัว.....	80
5 แบบทดสอบการชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า.....	82



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

กีฬามวยเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ คือเป็นศาสตร์แห่งความรู้ ส่วนศิลป์นั้นเพราะว่ามวยไทยเป็นศิลปะแขนงหนึ่งซึ่งประกอบไปด้วยกลยุทธ์ต่างๆ มากมาย ผู้ที่ต้องการจะฝึกฝนมวยไทยให้เป็นเอกต้องพยายามศึกษาเรียนรู้และปฏิบัติอย่างมานะอดทน จึงจะสามารถสำเร็จเชิงมวยในขั้นสูงได้ มวยไทยใช้อาวุธครบเครื่อง กล่าวคือ หมัด เท้า เข่า ศอก สามารถจำแนกกลวิธีการใช้จนกลายเป็นแม่ไม้และลูกไม้มวยไทยได้หลายสิบกระบวนการ ดังนั้นกีฬามวยไทยจึงเป็นที่สนใจของชาวต่างชาติ ที่ต้องการจะเข้ามาฝึกฝนเป็นจำนวนมาก ผู้ชายไทยทุกคนโชคดีที่เกิดมาอยู่คู่พร้อมกับศิลปะมวยไทยที่ยอดเยี่ยม การได้สัมผัส พบเห็น หรือได้ทดลองปฏิบัติทั้งในการแสดง การใช้ในชีวิตจริง และอื่นๆ จึงทำให้ผู้ชายไทยสามารถใช้ทักษะการเตะ การเข่า การใช้ศอกได้มีพลังและแตกต่างจากคนในชาติอื่นๆ ซึ่งในอดีตนั้นในสมัยกรุงศรีอยุธยาเสียกรุงให้แก่พม่า ครั้งที่ 2 ได้มีนักมวยไทยที่มีความสามารถและเชี่ยวชาญในศิลปะแม่ไม้มวยไทยเป็นอย่างมาก เมื่อเสียกรุงศรีอยุธยาคนไทยถูกกวาดต้อนไปเป็นเชลยศึกจำนวนมาก ในจำนวนนั้นมีนักมวยไทยที่ชื่อนายขนมต้ม ได้แสดงศิลปะแม่ไม้มวยไทยปราบนักมวยพม่าต่อหน้าพระพักตร์กษัตริย์พม่าได้ถึง 10 คนรอดจนได้รับคำสรรเสริญดั่งปรากฏในพงศาวดาร ซึ่งถือได้ว่านายขนมต้มนั้นเป็นบิดาของมวยไทย ยังความภาคภูมิใจให้กับชาวไทย มาตราบนานเท่านานนี้

กีฬามวยจำแนกออกเป็น 2 ประเภท คือ มวยปล้ำและมวยชก สำหรับมวยชกแบ่งออกเป็น 2 แบบ คือ ชกด้วยหมัดอย่างเดียว ซึ่งได้แก่ มวยสากล และมวยชกอีกแบบหนึ่งคือ ใช้หมัด เท้า เข่า ศอก ในการแข่งขัน เช่น มวยไทย และมวยชาติเพื่อนบ้านไทย (สุรัตน์ เสี่ยงหล่อ 2543: 1) ซึ่งจะพบเห็นการแข่งขันได้ตามแนวชายแดนประเทศไทย ได้แก่ มวยคาดเชือก มวยดับจาก เป็นต้น ศิลปะมวยไทยเป็นศิลปะที่ตกทอดมาตั้งแต่บรรพบุรุษ สมบัติ จำปาเงิน (2533: 7) กล่าวว่า ศิลปะมวยไทยนอกจากจะสอนให้รู้จักการต่อสู้และป้องกันตัวแล้วยังสอนให้มีมารยาทที่ดีงาม ปฏิบัติตามวัฒนธรรมและประเพณีของคนไทยอย่างแท้จริง เช่น การให้ความเคารพศิษย์รุ่นพี่และรุ่นน้อง การให้เกียรติ นักมวยผู้อาวุโสกว่า จะเห็นได้ว่าเมื่อชกเสร็จแล้วนักมวยที่มีอาวุโสน้อยกว่าจะก้มลงกราบนักมวยผู้ที่มีอาวุโสมากกว่า หรือประเพณีการไหว้ครูของมวยไทยก่อนที่จะทำการแข่งขัน ซึ่งถือได้ว่าเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง เพราะจะทำให้ให้นักมวยได้รำลึกถึงพระคุณของครู อาจารย์ พ่อ แม่ รวมถึงการได้ส่งบสดีอารมณื รวบรวมพลังทางจิต ฝึกสมาธิให้มั่นคง และถือได้ว่าการไหว้ครู เป็นการอบอุ่นร่างกายให้พร้อมที่จะแข่งขัน รวมไปถึงถึงสามารถใช้ท่าทางการไหว้ครูชมขวัญคู่ต่อสู้ได้อีกประการหนึ่งด้วย

ปัจจุบันกระแสการแข่งขันกีฬาสากลระหว่างประเทศ เช่น กีฬาเอเชียนเกมส์ โอลิมปิกเกมส์ ได้มีการบรรจุกีฬากarateต่อสู้รูปแบบใหม่ๆ เช่น กีฬามวยปล้ำ กีฬาเทควันโด กีฬาคาราเต้ กีฬาฟันดาบสากล กีฬาวูซู กีฬาปัญจักสีลัด และอื่นๆ เป็นต้น ซึ่งก่อให้เกิดแรงจูงใจในคนไทยรุ่นใหม่ที่ไม่ฝืนอยากเป็นนักกีฬาอาชีพในเชิงต่อสู้ในอนาคต หลงใหลและเข้ารับการเรียนรู้ฝึกฝน ถึงแม้ว่าจะต้องเสียค่าใช้จ่ายในการเรียนรู้เป็นจำนวนมากก็ตาม จนหลงลืมศิลปะการต่อสู้ประจำชาติไทยคือ ศิลปะมวยไทยไปอย่างน่าเสียดาย ถึงแม้ว่าศิลปะมวยไทยจะเป็นที่ยอมรับว่าเป็นศิลปะการต่อสู้และป้องกันตัวที่ยากจะหาวิชาการต่อสู้ใดเสมอเหมือนได้ แต่คนไทยรุ่นใหม่กลับนิยมให้บุตรหลานของตนเรียนศิลปะการต่อสู้และป้องกันตัวของชาติอื่น เพราะมีความคิดว่ามวยไทยเป็นวิชาการต่อสู้ของคนชั้นต่ำใช้แต่กำลัง เป็นอันธพาลที่ไม่มีทางหากินทางอื่นจึงยึดการชกมวยไทยเป็นอาชีพ อีกประการหนึ่งคิดว่าลูกหลานอาจจะได้รับบาดเจ็บจากการฝึก กระแทกกระเเทือนต่อสมอง ส่งผลเสียต่อการศึกษาเล่าเรียนของบุตรหลาน หรืออาจถึงขั้นพิการได้ ซึ่งถือว่าเป็นความเชื่อที่ผิด เพราะเขาเหล่านั้นไม่ได้ศึกษาศิลปะมวยไทยให้ลึกซึ้งถ่องแท้ (สมศักดิ์ ศิริอนันต์. 2541: 3) จะมีเพียงคนกลุ่มหนึ่งที่รักในกีฬามวยไทย มุ่งมั่นสร้างเสริมองค์ความรู้และหมั่นฝึกฝนกีฬามวยไทยให้กับเยาวชนได้เรียนรู้ตามค่ายมวยต่างๆ มีความพยายามส่งเสริมและเผยแพร่มวยไทยเพื่อเป็นที่รู้จักกันในหลายๆ ประเทศทั่วโลก เพื่อเชิญชวนชาวต่างชาติมาเรียนรู้ ฝึกหัดมวยไทยและนำกลับไปเผยแพร่ในประเทศของตน และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในลักษณะดังกล่าวนี้ ครูมวยไทยจำนวนหนึ่งได้รับโอกาสให้ไปประกอบอาชีพผู้สอนมวยไทยในต่างแดน ได้รับค่าตอบแทนที่ดีและสร้างชื่อเสียงให้กับมวยไทยและประเทศไทยได้อย่างน่าชื่นชม นอกจากนี้มวยไทยยังสามารถประยุกต์เข้ากับการออกกำลังกายแบบแอโรบิกได้อย่างสอดคล้องกลมกลืนไปกับจังหวะเพลง สร้างความสนุกสนานเพลิดเพลิน และอนุรักษ์ศิลปะมวยไทยไปพร้อมๆ กัน เกิดการพัฒนาด้านสมรรถภาพทางกาย มีสุขภาพที่ดีและแข็งแรง (วิชญ์ สุปัญญา.2556: 3)

การจัดการศึกษาในสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษาที่เกี่ยวข้องกับการพลศึกษา มุ่งเน้นการส่งเสริมคุณภาพของนักศึกษาที่เรียนวิชาพลศึกษา เมื่อจบการศึกษาควรมีความรู้ ทักษะ ประสิทธิภาพ ด้านการกีฬาไทยและกีฬาสากลได้ในระดับดี สามารถนำความรู้ ทักษะ ประสิทธิภาพไปใช้ประกอบอาชีพ หรือถ่ายทอดความรู้ ทักษะ ประสิทธิภาพให้กับประชาชน เป็นผู้นำในการออกกำลังกาย สร้างเสริมสุขภาพและสมรรถภาพ ส่งเสริมการอนุรักษ์กีฬาไทยให้คงอยู่คู่ชาติไทยตลอดไป กีฬามวยไทยเป็นกีฬาชนิดหนึ่ง ที่สถาบันการพลศึกษาได้จัดให้มีการเรียนการสอนให้กับนักศึกษา เพราะมวยไทยเป็นกีฬาที่ส่งเสริมให้ผู้เล่นเกิดพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา มีความสนุกสนานตื่นเต้นเร้าใจ และยังต้องใช้ไหวพริบปฏิภาณในการเล่น ต้องใช้ทักษะชั้นเชิงในการชก สามารถชกได้ทั้งรุกและรับ มวยไทยเป็นกีฬาที่ต้องใช้ร่างกายในการปะทะ ดังนั้นนักกีฬามวยไทยจึง

ต้องมีความอดทนสูงกว่ากีฬาหลายๆ ชนิด การป้องกันตนเองหรือ บังอาจอยู่คู่ต่อสู้เป็นเรื่องสำคัญที่นักมวยไทยทุกคนต้องมีการฝึกฝนเพื่อให้เกิดความชำนาญ ดังที่ สุวิมล ตั้งสัจพจน์ (2536: 162) ได้กล่าวว่า ทักษะเกิดจากการกระทำบ่อยๆ หรือทำซ้ำในรูปแบบการรับรู้ต่อสิ่งเร้า ตำแหน่งท่าทางของร่างกายและเวลาในการตอบสนองอย่างต่อเนื่อง ในการเพิ่มทักษะก่อนอื่นต้องทราบทักษะกลไกที่ถูกต้องในการเคลื่อนไหว และต้องผ่านการฝึกซ้อมหลายๆ ครั้ง หลังจากนั้นจึงจะเพิ่มการตัดสินใจเกี่ยวกับ ความเร็ว ระยะทาง เวลา และการพัฒนาสถานการณ์ของกิจกรรมนั้นๆ ได้ มวยไทยเป็นวิชาบังคับในการจัดการเรียนการสอนวิชาหนึ่ง มีการกำหนดจุดมุ่งหมาย เนื้อหาสาระ กิจกรรมวิธีสอน และการวัดและประเมินผลโดยใช้แบบทดสอบหรืออื่นๆ (ศรีบุญเรือง เฉลิมแสน. 2546: 2) ซึ่งสอดคล้องกับ ผาณิต บิลมาศ (2524: 18) ที่กล่าวว่า แบบทดสอบที่ดีจะต้องเป็นแบบทดสอบที่สามารถนำไปใช้เพื่อเปรียบเทียบกับคะแนนของผู้เข้ารับการทดสอบคนต่อไปได้ การทดสอบด้านกีฬานั้นเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมการเรียนรู้ทางพลศึกษา เพราะการวัดที่สามารถบอกพฤติกรรมที่แสดงออกมาให้เห็นอย่างชัดเจนและเป็นตามความจริง จึงเป็นความสำคัญและจำเป็นสำหรับการประเมินผลการเรียนรู้ของแต่ละบุคคล สามารถนำผลการประเมินไปใช้เป็นข้อมูลในการปรับปรุงการเรียนการสอนให้ดียิ่งขึ้นต่อไปได้ เช่นกันกับนักศึกษาสถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตภาคกลาง ที่ได้เรียนรู้ฝึกฝนทักษะกีฬามวยไทยตามโครงสร้างรายวิชาบังคับ โดยองค์ประกอบสำคัญในการจัดการศึกษาเรียนรู้กีฬามวยไทยในสถาบันประกอบด้วยทักษะพื้นฐานหลักๆ ดังนี้ การใช้หมัดชก การใช้เท้าเตะ การใช้เท้าถีบ การใช้เข่า และการใช้ศอก ดังนั้นการฝึกทักษะพื้นฐานมวยไทยที่ถูกต้องของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษาจึงเป็นประเด็นสำคัญที่จะสามารถ นำความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ที่ถูกต้องไปเผยแพร่ได้อย่างเป็นรูปธรรม และตรงตามหลักการแม่ไม้มวยได้อย่างครอบคลุม การประเมินผลทักษะมวยไทยของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา จึงเป็นแนวทางสำคัญประการหนึ่ง ที่จะสามารถกำหนดเกณฑ์มาตรฐานที่เหมาะสมให้กับนักศึกษาได้ เพราะเมื่อจบการเรียนวิชามวยไทยแล้ว ควรมีระดับมาตรฐานในระดับดี เพื่อให้สามารถเป็นผู้ที่ถ่ายทอดศิลปะมวยไทยในสังคมได้อย่างถูกต้อง ครบถ้วน สมบูรณ์ ให้สมกับเป็นลูกหลานไทยและเป็นนักศึกษาของสถาบันการพลศึกษาในวิทยาเขตภาคกลาง

ในฐานะที่ผู้วิจัยเคยเป็นนักกีฬามวยไทย ได้สังเกตพบเห็นถึงข้อผิดพลาดลักษณะการออกอาวุธมวยไทยที่ไม่ถูกต้องของนักศึกษาชาย วิชาเอกพลศึกษาในปัจจุบัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษาในวิทยาเขตภาคกลาง ที่ผ่านการเรียนวิชามวยไทยมาแล้ว ทั้งนี้เพื่อวิเคราะห์มาตรฐานระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตภาคกลางเป็นภาพรวมในทักษะกีฬามวยไทยพื้นฐานทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การเตะ การเข่า การถีบ และการชกหมัด เพื่อสร้างความตระหนักและความมั่นใจในการแสดงทักษะพื้นฐานมวยไทยของนักศึกษาชายทุกคนให้มีคุณภาพ สามารถนำเสนอได้อย่างถูกต้อง ครบถ้วน สมบูรณ์ ตาม

เอกลักษณ์แม่ไม้มวยไทย และลูกไม้มวยไทย ที่สืบทอดกันมาแต่โบราณจนถึงปัจจุบัน และเป็นกำลังสำคัญในการอนุรักษ์เอกลักษณ์ศิลปะมวยไทยที่ทรงคุณค่าสืบไป ซึ่งผลดีจากการวิจัยครั้งนี้ ครูผู้สอนมวยไทยสามารถนำไปเป็นแนวทางในการวัดและประเมินผลระดับความสามารถของนักศึกษาหรือนักกีฬามวยไทย และสามารถนำไปใช้เพื่อพัฒนาการเรียนการสอนวิชามวยไทยต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558
2. เพื่อสร้างเกณฑ์ปกติระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558

ความสำคัญของการวิจัย

ผลจากการศึกษาทำให้ทราบระดับทักษะมวยไทยและเกณฑ์มาตรฐานของทักษะกีฬามวยไทยของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 และเพื่อเป็นประโยชน์ต่อครูผู้สอน ผู้ฝึกสอนกีฬา ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องกับกีฬามวยไทยได้นำไปใช้ในการพัฒนาการฝึกทักษะกีฬามวยไทยต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา ชั้นปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 เขตภาคกลาง ที่ผ่านการเรียนวิชามวยไทยมาแล้ว จำนวน 333 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ นักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา ชั้นปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 เขตภาคกลาง ที่ผ่านการเรียนวิชามวยไทยมาแล้ว จำนวน 333 คน จำแนกเป็นเพื่อหาคุณภาพเครื่องมือจำนวน 30 คน และเพื่อการเก็บรวบรวมข้อมูลที่ใช้ในการวิจัยจำนวน 303 คน จากจำนวนประชากรทั้งหมด

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558

2. เกณฑ์ปกติของระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **ทักษะกีฬามวยไทย** หมายถึง ทักษะต่างๆ ที่ใช้ในขณะแข่งขันมวยไทย แบ่งเป็น ทักษะการเตะ การเข้า การถีบ และการชกหมัด

2. **นักศึกษา** หมายถึง นักศึกษาชายที่กำลังศึกษาอยู่ในสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 ซึ่งผ่านการเรียนวิชามวยไทยมาแล้ว

3. **ผู้เชี่ยวชาญ** หมายถึง ผู้มีประสบการณ์ทางด้านมวยไทยโดยตรงเกี่ยวกับการแข่งขัน การสอน และการตัดสินมวยไทย

4. **ลักษณะการเข้ากระทำ** หมายถึง การเตะเท้า การตีเข้า การถีบเท้า และการชกหมัดตรง ซึ่งแต่ละลักษณะการเข้ากระทำ จะมีท่วงท่าแตกต่างกันโดยจำแนกลักษณะได้ดังนี้

การเตะเท้า เป็นการใช้เท้าตั้งแต่ใต้เข่าลงไปจนถึงปลายเท้า เหวี่ยงขึ้นไปปะทะเป้าหมายให้ส่วนหลังเท้า ส้นหน้าแข้ง หรือส้นเท้าปะทะกับเป้าหมาย การเหวี่ยงเท้าหรือการเตะมีด้วยกัน 4 ชนิด คือ เตะเฉียง เตะตัด เตะตรง และเตะด้วยส้นเท้า โดยมีเป้าหมายที่เตะด้วยกัน 3 เป้าหมาย คือ เตะสูง ตั้งแต่บริเวณหัวไหล่ถึงศีรษะ เตะกลางตั้งแต่บริเวณสะโพกถึงหัวไหล่ และเตะต่ำตั้งแต่บริเวณข้อเท้าถึงสะโพก

การตีเข้าเป็นการยกเข้าขึ้นมาแล้วงอเข้า อาจจะเป็นมุมฉากหรือมุมแหลม ใช้ส่วนหัวเข่า ด้านหน้าหรือด้านข้าง (ด้านใน) กระแทก (ตี) การตีเข้ามีด้วยกัน 4 ชนิดคือ เข้าตรง เข้าเฉียง เข้าตัด เข้าลอย เป้าหมายการตีเข้ามีด้วยกัน 3 เป้าหมาย เหมือนเตะ คือ สูง กลาง และต่ำ

การถีบเท้าเป็นการใช้อวัยวะส่วนปลายเท้า ฝ่าเท้า หรือส้นเท้าไปปะทะเป้าหมาย วิธีการถีบไม่เหมือนการเตะ การเตะจะเหวี่ยงเท้าเข้าหาเป้าหมาย แต่การถีบจะใช้แรงกระแทกคือยกเท้าขึ้นมาตรงๆ แล้วสไลด์เข้าหาเป้าหมาย ใช้ส่วนปลายเท้า ฝ่าเท้า ส้นเท้ากระแทกเป้าหมาย

การชกหมัดตรงเป็นการใช้มือกำให้แน่น แล้วใช้ส่วนสันหมัดชกหรือกระแทกไปยังเป้าหมาย การชกอาจใช้วิธีการเหวี่ยงแขนเป็นวงกว้างแล้วให้ส่วนสันหมัดไปกระแทกเป้าหมาย หรืออาจใช้วิธีการกระแทกหรือส่งแขนออกไปตรงๆ ด้านหน้า ให้ส่วนสันหมัดกระแทกกับเป้าหมาย การชกมีด้วยกัน 3 ชนิด คือ การชกหมัดตรง มี 2 ลักษณะได้แก่ หมัดตรงหน้าโดยใช้หมัดที่ไม่ถนัดหรือหมัด

หน้าชก และการชกหมัดตรงหลังเป็นการชกด้วยหมัดถนัดที่ชกต่อเนื่องจากหมัดหน้า ใช้หมัดที่ถนัดชกตรงๆ ไปยังเป้าหมายอาจเป็นใบหน้าหรือลำตัว การชกหมัดฮุค และการชกหมัดอัปเปอร์คัต เป้าหมายที่ชกมี 2 เป้าหมาย คือ หน้า กับ ลำตัว และ

5. ระดับทักษะ หมายถึง ระดับความสามารถตามลักษณะการเข้ากระทำในการทดสอบทักษะมวยไทยของนักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 จำแนกเป็น 4 ลักษณะ คือ การเตะเฉียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว การถีบบริเวณลำตัว และ การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า โดยกำหนดระดับทักษะออกเป็น 5 ระดับ ได้แก่ ดีมาก(5) ดี(4) ปานกลาง(3) ต่ำ(2) และต่ำมาก(1)

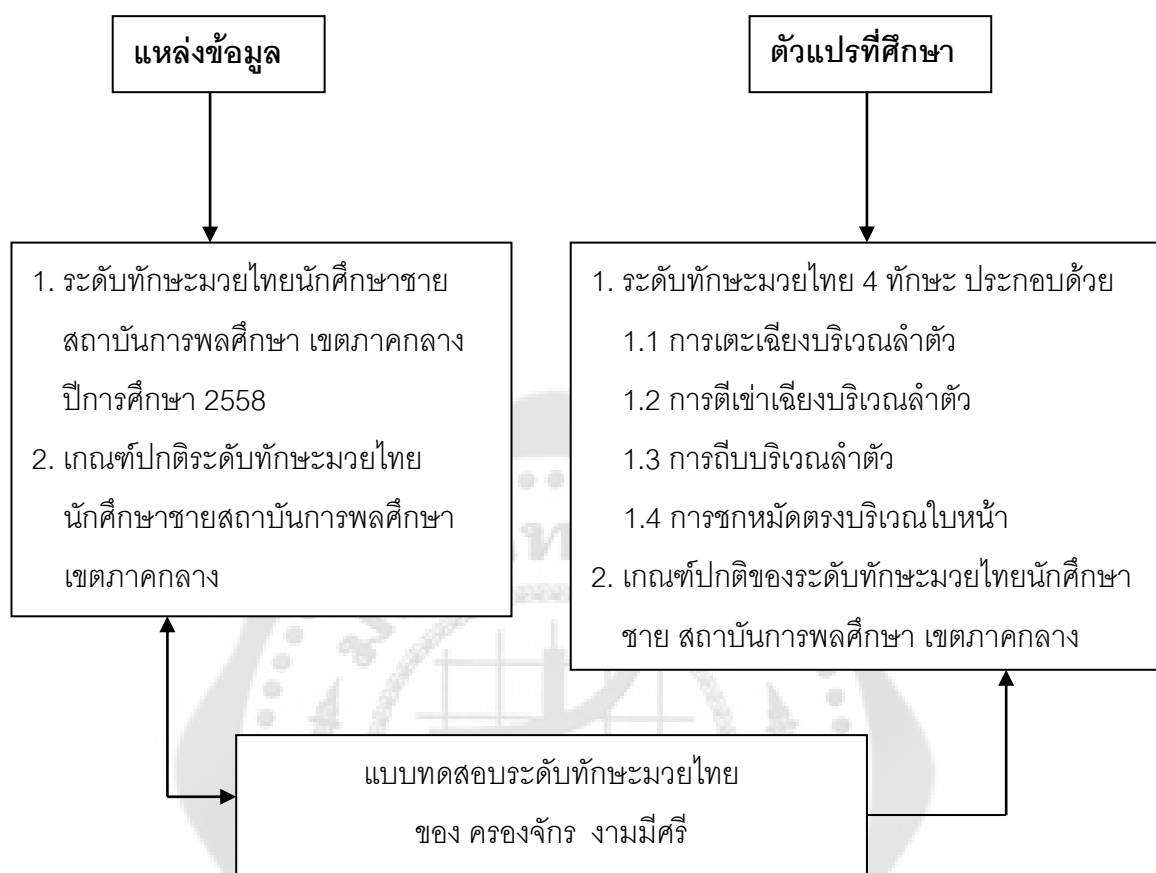
6. แบบทดสอบ หมายถึง แบบทดสอบทักษะมวยไทยของ ครูองจักร งามมีศรี (2530) ประกอบด้วย ทักษะการเตะเฉียงบริเวณลำตัว ทักษะการตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว ทักษะการถีบบริเวณลำตัว และทักษะการชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า

7. เกณฑ์ปกติ หมายถึง เกณฑ์ที่สามารถเปรียบเทียบให้ผู้รับการทดสอบระดับทักษะมวยไทยทราบถึงระดับความสามารถของตนเองว่าอยู่ในระดับใด โดยในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ใช้เกณฑ์ดังนี้

ดีมาก	= มากกว่า 1.5 S.D. เหนือ $\bar{x}$
ดี	= ระหว่าง +0.5 S.D. ถึง +1.5 S.D. เหนือ $\bar{x}$
ปานกลาง	= ระหว่าง -0.5 S.D. ถึง +0.5 S.D. จาก $\bar{x}$
ต่ำ	= ระหว่าง -0.5 S.D. ถึง -1.5 S.D. ต่ำกว่า $\bar{x}$
ต่ำมาก	= น้อยกว่า -1.5 S.D. ต่ำกว่า $\bar{x}$

โดยการกำหนดระดับทั้ง 5 ระดับ คือ ดีมาก ดี ปานกลาง ต่ำ และต่ำมาก จะใช้ค่าเฉลี่ยของ T-scores ทั้งหมดเป็นเกณฑ์ในการนำมาหาค่า S.D. และแบ่งระดับความสามารถของผู้ทดสอบ

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

บทที่ 2

เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. ประวัติและความเป็นมามวยไทย
2. ทักษะมวยไทย
 - 2.1 ทักษะมวยไทยและลักษณะการเข้ากระทำ
3. หลักสูตรมวยไทย 1
4. สถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง
5. แบบทดสอบทักษะกีฬา
 - 5.1 แบบทดสอบ (Test)
 - 5.2 ประโยชน์ของแบบทดสอบทักษะกีฬา
 - 5.3 ประเภทของแบบทดสอบทักษะกีฬา
 - 5.4 หลักการและขั้นตอนการสร้างแบบทดสอบ
6. เกณฑ์ปกติ
 - 6.1 ประโยชน์ของเกณฑ์ปกติ
 - 6.2 วิธีการสร้างเกณฑ์ปกติ
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 7.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 7.2 งานวิจัยในประเทศ

ประวัติและความเป็นมาของมวยไทย

สมศักดิ์ ศิริอนันต์ (2541: 5 – 15) ได้กล่าวถึงประวัติและคุณประโยชน์ของมวยไทยไว้ดังนี้ ตำนานและความเป็นมาของมวยไทย ตามประวัติศาสตร์มนุษยชาติที่มีหลักฐานแน่นอนค้นพบว่า ชาวสุเมอเรียน (ชาวนครโบราณแถบลุ่มแม่น้ำไนล์) ได้มีการชกต่อยกันมาเป็นเวลาไม่น้อยกว่า 5,000 ปี และชาวจีนมีการ “พะคั้ง” กันมามากกว่า 2,000 ปี โดยมีการต่อสู้พ่วงรบกันตลอดเวลา และได้ได้พวกฮว่นนึ่งให้กระจัดกระจายและถอยร่นลงมาในแหลมทอง ในจำนวนนี้มีคนไทยซึ่งมีรูปร่างเล็กกว่าชาวจีน แต่ก็มีพิชชนะในการต่อสู้รวมอยู่ด้วย พวกบรรพบุรุษของคนไทยได้คิดค้นวิธีการต่อสู้เรียกว่าแบบพันลำ ซึ่งแปลว่า รอบด้าน สำหรับไว้ต่อสู้ป้องกันตัว มีการใช้หัวเข่า อก คัด ดินเตะ ถีบเห็บ มือ

ตะปบตบต้อย ทูปและศอกถอง ฟันสับ สันเดือย เข้ากระทุ้ง ก้นกระแทก ป่าแบก พุ่ม ล้มทับจับหัก
ควักนัยน์ตา ฝ่าลูกหมาก จะเห็นได้ว่าเป็นการต่อสู้ด้วยมือเปล่า ผู้เพื่อป้องกันตัว

ยุคกรุงสุโขทัย เมื่อคนไทยได้อพยพมาตั้งถิ่นฐานในแหลมทอง ตั้งกรุงสุโขทัยเป็นราชธานี มี
การศึกษาศงคราญอยู่เป็นประจำ ส่วนมากมักถูกรุกรานจากชนชาติอื่นๆ แม้ประวัติศาสตร์จะไม่จารึกไว้
ถึงเรื่องมวยไทย แต่ก็เชื่อได้ว่าคนไทยโดยเฉพาะที่เป็นทหารจะต้องฝึกเพลงดาบ กระบี่กระบอง
เพลงอาวุธต่างๆ การฝึกใช้เท้า เข้า ศอก หมัด เพราะการรบพุ่งเข้าประชิดตัวจำเป็นต้องใช้อวัยวะของ
ร่างกายให้ได้ประโยชน์มากที่สุด การฝึกมวยไทยในยุคนั้นเป็นการช่วยเสริมให้การต่อสู้ในการใช้อาวุธมี
ประสิทธิภาพมากขึ้น

ยุคกรุงศรีอยุธยา (พ.ศ. 1893 – 2310) รวมระยะเวลา 417 ปี มีพระมหากษัตริย์ปกครอง
33 พระองค์ มีการทำสงครามใหญ่นับได้ 39 ครั้ง จึงเป็นที่เชื่อได้ว่าทั้งพระมหากษัตริย์และทหาร
จะต้องฝึกหัดศิลปวิทยาการต่อสู้เพื่อป้องกันตัว ในรัชสมัยของสมเด็จพระนเรศวรมหาราชทำการกู้ชาติ
(พ.ศ.2127) ก็ปรากฏมีทหารคู่พระราชหฤทัยของพระองค์ล้วนแต่เชี่ยวชาญวิชาพาหุยุทธ์ (การต่อสู้
ด้วยแขน) จนเป็นที่ครั่นคร้ามแก่ข้าศึกเป็นอย่างยิ่ง และจากกฎหมายตราสามดวง ซึ่งตราขึ้นในรัชสมัย
ของพระเอกาทศรถ (พ.ศ.2158) ได้ระบุโทษฐานทะเลาะวิวาท ด่า และใช้อวัยวะต่างๆ เตะ เข้า ศอก
ต้อย ปล้ำ เข้าทำร้ายร่างกาย ซึ่งแสดงให้เห็นว่าคนไทยได้ฝึกมวยไทยเป็นศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัว
ติดต่อกันมา ในรัชสมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราช ขณะที่พระองค์ประทับอยู่ ณ พระนารายณ์ราชนิเวศน์
กรุงลพบุรี มีนักมวยฝีมือดีตำแหน่งมหาดเล็กหลวงชื่อ นายเดื่อ ต่อมารับราชการมีความดี
ความชอบได้เลื่อนบรรดาศักดิ์เป็นหลวงสรศักดิ์ สังกัดกรมช้าง ซึ่งไม่ค่อยพอใจเจ้าพระยาวิชาเยนทร์
ซึ่งขณะนั้นดำรงตำแหน่งเจ้าพระยากรมพระคลังสินค้า และเป็นที่โปรดปรานของสมเด็จพระนารายณ์
มหาราชเป็นอย่างมาก หลวงสรศักดิ์เกรงว่าเจ้าพระยาวิชาเยนทร์จะคิดไม่ซื่อตรงต่อพระบัลลังก์ ครั้งหนึ่ง
นายเดื่อได้ชักหน้าเจ้าพระยาวิชาเยนทร์ถึงเขตลา จนถูกสมเด็จพระนารายณ์มหาราชตรัสบริภาษอย่าง
รุนแรง เมื่อสมเด็จพระนารายณ์มหาราชเสด็จสวรรคต พระเพทราชาขึ้นครองราชย์สมบัติ หลวงสรศักดิ์
ได้ดำรงตำแหน่งกรมพระราชวังบวรสถานมงคล เมื่อพระเพทราชาสวรรคต กรมพระราชวังบวรสถาน
มงคลจึงได้ขึ้นครองราชย์สมบัติ ทรงพระนามว่า สมเด็จพระสรรเพชญ์ที่ 8 แต่สามัญชนถวายพระนามว่า
สมเด็จพระเจ้าเสือ ซึ่งในสมัยพระองค์ทรงโปรดปรานกีฬามวย ได้ทรงปลอมแปลงพระองค์ไปต้อยมวย
แข่งขันกับราษฎรสามัญชนในงานฉลองพระที่บ้านประจันตคาม แขวงเมืองวิเศษไชยชาญ จังหวัด
สุพรรณบุรีในปัจจุบัน

ในปี พ.ศ. 2310 กรุงศรีอยุธยาถูกพม่ารุกรานต้องเสียกรุงให้แก่พม่า คนไทยถูกกวาดต้อนไป
เป็นเชลยที่กรุงอังวะ ประเทศพม่า ในบรรดาเชลยเหล่านั้น ได้มีนายขนมต้ม ซึ่งต่อมาภายหลังคนไทย
ได้ถือว่าท่านคือ บิดาของมวยไทย ตามพงศาวดารกล่าวว่า พระเจ้าเมืองอังวะโปรดให้ปฏิสังขรณ์และ

ก่อนพระเจดีย์เมืองย่างกุ้ง ครั้นงานเสร็จ (17 มีนาคม พ.ศ.2317) โปรดให้มีพิธียกฉัตรขึ้นไปไว้บนยอดเจดีย์เป็นปฐมฤกษ์ และให้มีการเฉลิมฉลองทรงโปรดให้มีการชกมวยระหว่างคนไทยกับชาวพม่า ฝ่ายไทยส่งนายขนมต้มเป็นตัวแทน สามารถชนะพม่าถึง 10 คน พระเจ้าอังวะตรัสสรรเสริญนายขนมต้มว่าคนไทยตัวเล็กก็จริง แต่มีพิษร้ายรอบตัว หากมีเจ้านายดีที่ไหนเลยจะเสียกรุงศรีอยุธยาแก่เราได้

ยุคกรุงธนบุรี ในสมัยพระยาตาก (ก่อนปราบดาภิเษกเป็นพระเจ้ากรุงธนบุรี) มีนักมวยฝีมือดี เช่น นายท้าว คุมมวยที่มีชื่อแห่งเมืองตาก นายหมึกแห่งเมืองหลวง ต่อมานักมวยทั้งสองต้องปราชัยต่อบุญท้าว ฟันขาว หนีจากเมืองทุ่งยั้ง บางโพ (อุตรดิตถ์) นักมวยที่มีฝีมือในสมัยนั้นจะได้รับคัดเลือกให้เป็นพนักงานกรมทนายเลือก (นักมวยรักษาพระองค์) และผู้ที่มีชื่อเสียงโด่งดังที่สุด เป็นนายทหารดาบประจำพระองค์พระเจ้ากรุงธนบุรี และได้รบเคียงบ่าเคียงไหล่กับพระองค์จน กอบกู้เอกราชกลับคืนมาได้อีกครั้งหนึ่ง คือ พระยาสิทธิราชเดช หรือ พระยาพิชัยดาบหัก

ยุคกรุงรัตนโกสินทร์ ในสมัยสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช รัชกาลที่ 1 แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ ในปีพ.ศ.2391 มีพี่น้องชาวฝรั่งเศส 2 คน ได้มาขอทำชกมวยไทย เจ้าพระยาพระคลังรับคำท้าและมอบหมายให้หมื่นผลาญขึ้นชกกับฝรั่งผู้น้อง โดยมีเดิมพัน สถานที่ชกมวยอยู่ทางทิศตะวันตกของวัดพระศรีรัตนศาสดาราม การชกมวยครั้งนี้ใช้เวลานานและกติกาไม่รัดกุม จึงทำให้ฝรั่งผู้พ่ายแพ้รู้สึกไม่พอใจ ผลักหมื่นผลาญไม่ให้ถอยหนี จนเป็นเหตุทำให้เกิดความวุ่นวายฝรั่งต้องรีบหนีลงเรือไป ในสมัยพระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว พระองค์ทรงโปรดกีฬามวยมาก ได้ทรงศึกษาเล่าเรียนกระบี่กระบอง และฟันดาบกับหลวงพลโยธานุโยค ตามคำบอกเล่าระบุว่า ในงานพระเมรุกรมขุนมรุพงษ์ศิริพัฒน์ ณ ท้องพระเมรุใกล้ๆ กับป้อมเผด็จดัสกร ได้โปรดเกล้าฯ ให้มีการชกมวยหน้าพระที่นั่ง นักมวยที่มีฝีมือดี ชกชนะจนได้รับพระราชทานแต่งตั้งให้เป็นข้าราชการประจวบ ได้แก่ หมื่นมวยมีชื่อ (ปล่อง จ้างทอง) เป็นนักมวยชาวไชยา บ้านพุมเรียง หมื่นมวยแม่นหมัด แห่งบ้านทะเลชุบศร จังหวัดลพบุรี หมื่น ชัดเชิงชก (แดง ไทยประเสริฐ) แห่งนครราชสีมา ในรัชสมัยพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงโปรดให้มีการแข่งขันชกมวยเก็บเงินซื้อปืนให้กองเสือป่า มีผลให้เกิดนักมวยฝีมือดีจากหัวเมืองต่างๆ เช่น จากนครราชสีมา นายทับ จับเกาะ นายยัง หาญทะเล นายตู้ ไทยประเสริฐ และนายพูน ศักดา เจ้าตำรับศอกกลับ จากจังหวัดลพบุรีมีนายชิง อมเพชร นายแอ ประจักษ์การ จากจังหวัดสุราษฎร์ธานี (ไชยา) มี นายพร้อม อินทรอักษร นายนิธ อินทรอักษร นายคล่อง กัณหา นายเต็ม กัณหา ส่วนนักมวยของกรุงเทพฯ มี นายสะเลิบ นายหวัง มหมัด นายยัง หนูมาน หรือ ยัง วันธงชัย

สรุป มวยไทยสามารถแบ่งยุคได้ 5 สมัย ตามเวทีการแข่งขันดังนี้

1. สมัยสวนกุหลาบ (พ.ศ.2462) เวทีตั้งอยู่บริเวณสามัคยาจารย์ สมาคมหน้าวังสวนกุหลาบ ชกกันแบบคาดเชือก มีกรรมการชี้ขาดอยู่บนเวที ซึ่งเดิมกรรมการนั่งอยู่ข้างเวที นักมวยสมัยนั้น คือ หมื่นมวยแม่นหมัด นายทับ จับเกาะ นายยัง หาญทะเล

2. สมัยท่าช้าง (พ.ศ. 2466 – พ.ศ.2472) ตั้งอยู่บริเวณโรงละครแห่งชาติ ในขณะนั้นเป็นสมัยหัวเลี้ยวหัวต่อจากคาดเชือกมาเป็นสวมนวม นักมวยที่มีชื่อในสมัยนั้นคือ นายคำเหมย เมืองยศ จากเขลางนคร นายนกชม ศรีเมฆ มีพระยาเทพหัสดินเป็นนายสนาม

3. สมัยสวนสนุก (พ.ศ.2472 – พ.ศ.2478) ตั้งอยู่บริเวณสวนลุมพินี มีอาจารย์นิยมทองชิต และอาจารย์สุนทร (ครูгимเส็ง) ทวีสิทธิ์ เป็นกรรมการ นักมวยที่มีชื่อเสียงในสมัยนั้นได้แก่ สมาน ดิลกวิลาศ สมพงษ์ เวชสิทธิ์ ผล พระประแดง นายแอ ม่วงดี นักมวยจากภาคใต้ ผู้นำกระบี่เหล็กมาเผยแพร่

4. สมัยหลักเมืองและสวนเจ้าเชษฐ (พ.ศ.2478 – พ.ศ.2488) ตั้งอยู่ในที่ดินของเจ้าเชษฐ ปัจจุบันเป็นสนามยิงปืนของกองทัพบก นักมวยที่มีชื่อในสมัยนั้นคือ ผล พระประแดง ถวัลย์ วงศ์เทเวศร์ ประเสริฐ ส.ส. ซึ่งชกกับผล พระประแดง ถึง 13 ครั้ง (ผล ชนะ 6 ครั้ง เสมอ 7 ครั้ง) ทองใบ ยนตรกิจ มีอาจารย์สังเวียน หิรัญเลขา อาจารย์วงศ์ หิรัญเลขา และอาจารย์เจือ จักรวัชร เป็นกรรมการ

5. สมัยปัจจุบัน (พ.ศ.2488) มีการก่อตั้งสนามมวยเวทีราชดำเนิน ใช้กติกามวยไทยของกรมพลศึกษา พ.ศ.2480 ซึ่งแปลงมาจากมวยสากลสมัครเล่น ในตอนแรกยังไม่มีหลังคา เวลาฝนตกมีปัญหาในการชกมวย จึงเกิดสนามมวยธรรมชาติขึ้น นักมวยที่มีชื่อ คือ สุข ปราสาทหินพิมาย สุรัช ลูกสุรินทร์ ประยุทธ์ อุดมศักดิ์ ต่อมา พ.ศ.2494 สนามมวยเวทีราชดำเนินมีหลังคา และจัดการแข่งขันตลอดมา พ.ศ.2496 มีการก่อตั้งสนามมวยเวทีลุมพินี ซึ่งมีอาจารย์เขตร ศรียาภัย เป็นนายสนาม และจัดการแข่งขันสลับกับเวทีราชดำเนิน บางวันมีการแข่งขันกัน 2 รอบ นอกจากนี้มีเวทีต่างๆ เกิดขึ้นอีกจำนวนมาก และมีการถ่ายทอดโทรทัศน์ให้ชมกันอย่างแพร่หลายจนทุกวันนี้

ในการแข่งขันชกมวยไทยอาชีพ (สมาคมกีฬามวยอาชีพแห่งประเทศไทย. 2558: ออนไลน์) ได้กำหนดรุ่นในการแข่งขันชิงแชมป์เปี่ยมมวยไทยอาชีพไว้จำนวน 16 รุ่น ดังนี้

- | | |
|--|------------------------------|
| 1. รุ่นมินิฟลายเวท น้ำหนักอย่างมากไม่เกิน | 104 ปอนด์ (47.727 กิโลกรัม) |
| 2. รุ่นจูเนียร์ฟลายเวท น้ำหนักอย่างมากไม่เกิน | 108 ปอนด์ (48.988 กิโลกรัม) |
| 3. รุ่นฟลายเวท น้ำหนักอย่างมากไม่เกิน | 112 ปอนด์ (50.802 กิโลกรัม) |
| 4. รุ่นจูเนียร์แบนตั้มเวท น้ำหนักอย่างมากไม่เกิน | 115 ปอนด์ (53.163 กิโลกรัม) |
| 5. รุ่นแบนตั้มเวท น้ำหนักอย่างมากไม่เกิน | 118 ปอนด์ (53.524 กิโลกรัม) |
| 6. รุ่นจูเนียร์เฟเธอร์เวท น้ำหนักอย่างมากไม่เกิน | 122 ปอนด์ (55.338 กิโลกรัม) |
| 7. รุ่นเฟเธอร์เวท น้ำหนักอย่างมากไม่เกิน | 126 ปอนด์ (57.153 กิโลกรัม) |
| 8. รุ่นจูเนียร์ไลท์เวท น้ำหนักอย่างมากไม่เกิน | 130 ปอนด์ (58.967 กิโลกรัม) |
| 9. รุ่นไลท์เวท น้ำหนักอย่างมากไม่เกิน | 135 ปอนด์ (61.235 กิโลกรัม) |

10. รุ่นจูเนียร์เวลเตอร์เวท น้ำหนักอย่างมากไม่เกิน	140 ปอนด์ (63.503 กิโลกรัม)
11. รุ่นเวลเตอร์เวท น้ำหนักอย่างมากไม่เกิน	147 ปอนด์ (66.638 กิโลกรัม)
12. รุ่นจูเนียร์มิดเดิลเวท น้ำหนักอย่างมากไม่เกิน	154 ปอนด์ (71.575 กิโลกรัม)
13. รุ่นมิดเดิลเวท น้ำหนักอย่างมากไม่เกิน	160 ปอนด์ (72.398 กิโลกรัม)
14. รุ่นไลต์เฮฟวีเวท น้ำหนักอย่างมากไม่เกิน	175 ปอนด์ (79.379 กิโลกรัม)
15. รุ่นครุยเซอร์เวท น้ำหนักอย่างมากไม่เกิน	190 ปอนด์ (88.183 กิโลกรัม)
16. รุ่นเฮฟวีเวท น้ำหนักเกิน	190 ปอนด์ (88.138 กิโลกรัม) ขึ้นไป

คุณประโยชน์ของมวยไทย

1. ร่างกายมีสมรรถภาพที่ดี สมส่วน มีภูมิคุ้มกันโรคสูง
2. มีจิตใจเข้มแข็ง มีความสุขุมรอบคอบ มานะอดทน
3. สามารถป้องกันตัวและเป็นประโยชน์ต่อสังคมในชีวิตประจำวันได้
4. มีความเชื่อมั่นต่อตนเอง มีระเบียบวินัย กล้าหาญ อดทน
5. ดำรงไว้ซึ่งศิลปะการต่อสู้ประจำชาติไทยให้ยั่งยืนแพร่หลายตลอดไป
6. มีไหวพริบ เชวชนปัญญาแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้
7. มีความเป็นสุภาพบุรุษ ไม่กล้ากระทำในสิ่งที่สังคมไม่ยอมรับ
8. มีความกล้าหาญ
9. ยึดเป็นอาชีพได้

กีฬามวยไทยเริ่มมาพร้อมๆ กับประวัติศาสตร์ของชาติไทยและเป็นกีฬาสำหรับคนไทยโดยแท้ แม้คนในชาติอื่นจะพยายามลอกเลียนแบบฝึกหัดมวยไทยอย่างไรก็ไม่สามารถเล่นหรือฝึกหัดมวยไทยให้มีความสุขงาม คล่องแคล่ว ชำนิชำนาญเหมือนคนไทยได้เลยทำให้น่าพิจารณาว่ารูปร่างลักษณะของคนไทยแตกต่างหรือคล้ายคลึงกับคนชาติอื่นหรือไม่อย่างไร

อนันต์ เมฆสุวรรณ (2534: 9) มวยไทยนั้นเป็นศิลปะของไทยมาตั้งแต่สมัยโบราณกาลเป็นศิลปะประจำชาติตั้งแต่กำเนิด สืบเป็นสายเลือดของคนไทยมาทุกคน และคนไทยทุกคนจะต้องรู้จักคำว่า “มวยไทย” ทั้งยังสามารถที่จะฝึกหัดมวยไทยกันได้เป็นอย่างดีเกือบทุกคนด้วย ซึ่งยากยิ่งที่ชาวต่างชาติจะฝึกหัดมวยไทยได้ดีทัดเทียมกับชาวไทยได้เลย ทั้งนี้ก็เพราะว่ามวยไทยของเรานั้นมีอาวุธที่ใช้รอบตัว อาวุธที่ใช้ในมวยไทยมีดังนี้ คือ หมัด เท้า เข่า และศอก การใช้หมัดในการชก สำหรับมวยไทยนั้นมีการชกในลักษณะท่าทางต่าง ๆ กัน คือ หมัดตรง หมัดเสย หมัดเหวี่ยง (สวิง) และหมัดช่วงสั้น (ฮุค) การใช้เท้าในการเตะ การเตะนั้นนับได้ว่าเป็นปัจจัยสำคัญของการชกมวยไทย ทั้งนี้เพราะว่าการฝึกการเตะนั้นเป็นการฝึกที่ค่อนข้างยาก การเตะนั้นมีด้วยกันหลายแบบคือเตะเฉียง เตะตัด เตะตรง เตะเหวี่ยงกลับ (จะเข้ฟาดหาง) เตะวัด การใช้เท้าในการถีบ การถีบเป็นส่วนประกอบ

สำคัญยิ่งในการชกมวยไทย เพราะว่า ใช้เป็นการสกัดกันคู่ต่อสู้ได้อย่างหนึ่ง อีกทั้งยังสามารถทำให้คู่ต่อสู้ได้รับบาดเจ็บได้ การถีบของมวยไทยมีสี่ลักษณะ คือ ถีบด้วยฝ่าเท้า ถีบด้วยปลายเท้า ถีบด้วยสันเท้า และถีบด้วยข้างเท้า การใช้เข้า เข่าที่ใช้ในการชกมวยไทย นั้นเป็นอาวุธสั้น ซึ่งมีประสิทธิภาพไม่แพ้อาวุธชนิดอื่นใด เพราะสามารถที่จะหยุดคู่ต่อสู้ได้ การใช้อาวุธเข่านั้นเรามักจะเรียกกันทั่วไปว่า “ตีเข่า” ซึ่งลักษณะของการใช้เข้ามีด้วยกันดังนี้คือ เข่าตรงหรือเข่าโหน เข่าตัด เข่าเฉียง และเข่าลอย การใช้ศอก ศอกเป็นอาวุธที่สำคัญมากในการชกมวยไทย และมีมากมายหลายอย่าง แล้วแต่โอกาสและจังหวะที่จะนำมาใช้ ซึ่งลักษณะของการใช้ศอกมีด้วยกันดังนี้ คือ ศอกตี ศอกตัด ศอกงัด ศอกพุ่ง ศอกกระทุ้ง ศอกสับ และศอกกลับ

ทักษะมวยไทย

ทักษะมวยไทยและลักษณะการเข้ากระทำ

กอบชัย นิธิวัฒนากุล (2546: 7-10) เป็นที่ทราบกันโดยทั่วไปแล้วว่า มวยไทยเป็นศิลปะการต่อสู้ที่ใช้อวัยวะทุกส่วนของร่างกายผสมผสานการเคลื่อนไหวด้วยจังหวะที่กลมกลืนกับแรงส่งหรือเป็นอาวุธในการโจมตีคู่ต่อสู้และป้องกันตัวเอง ดังนั้นการฝึกฝนมวยไทย ผู้เรียนจึงควรต้องเรียนรู้อย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับการใช้อวัยวะของร่างกาย ซึ่งแบ่งออกเป็นส่วนใหญ่ๆ โดยภาพรวม คือ หมัด เข่า เข่าศอก การใช้อวัยวะดังกล่าวสามารถแยกแยะออกเป็นหมวดหมู่ย่อยได้มากมาย จนกล่าวได้ว่าการใช้อวัยวะเหล่านั้นได้อย่างชำนาญคือต้นกำเนิดที่มาของคำว่า “ศิลปะมวยไทย” ทักษะสำคัญที่ควรเรียนรู้ในการชกมวยไทยนั้นประกอบไปด้วย

1. การใช้หมัด การใช้หมัดหรือโดยทั่วไปเรียกกันว่า “กำปั้น” นั้น นักมวยไทยใช้เพื่อชกคู่ต่อสู้ ซึ่งในศิลปะมวยไทยการชกคู่ต่อสู้สามารถกระทำได้หลายวิธีดังนี้

1.1 การใช้หมัดหรือการชกหมัดมีหลายวิธี การนำมาใช้ขึ้นอยู่กับจังหวะและโอกาส ซึ่งการชกหมัดมีวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

1.1.1 การชกหมัดตรง หมัดตรงสามารถชกได้ทั้งหมัดหน้าและหมัดหลัง การชกหมัดตรงหมัดหน้านั้นนิยมเรียกกันว่า “หมัดแย็บ” ส่วนการชกหมัดตรงหมัดหลังมักเรียกกันว่า “หมัดตาม” หมัดตรงหมัดหน้าเป็นหมัดที่ไม่ค่อยรุนแรง เพราะเป็นหมัดหน้าจึงไม่มีแรงส่งอย่างเต็มที่ แต่ก็เป็หมัดที่ชกได้รวดเร็ว ดังนั้นจึงนิยมใช้เพื่อรบกวนหรือทำลายจังหวะของคู่ต่อสู้

1.1.2 การชกหมัดเหวี่ยง หมัดเหวี่ยง เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “หมัดสวิง” หรือ “หมัดโค้ง” ซึ่งจากชื่อเรียกทำให้มองเห็นภาพพจน์ของการใช้หมัดนี้ได้เป็นอย่างดี หมัดเหวี่ยงสามารถชกได้ทั้งหมัดหน้าและหมัดหลังเช่นเดียวกับหมัดตรง แต่น้ำหนักจะเพิ่มมากขึ้น ทั้งนี้เพราะวิธีของหมัดเหวี่ยงถูกจ้างออกไป ด้านข้างก่อนที่จะลากเข้ามาหาเป้าหมาย เมื่อกำปั้นมีการเคลื่อนไหวห่างจากเป้า

มากขึ้น จึงทำให้เกิดแรงปะทะเข้าสู่เป้าหมายมากขึ้นเช่นกัน ดังนั้นการชกหมัดเหวี่ยงจึงเป็นอาวุธที่สามารถใช้เก็บคู่ต่อสู้ได้ทั้งหมัดหน้าและหมัดเหวี่ยงหมัดหลัง

1.1.3 การชกหมัดเสย หมัดเสย มักเรียกกันอีกอย่างหนึ่งว่า “หมัดสอยดาว” เป็นหมัดที่มักใช้ในระยะประชิดตัว วิธีของหมัดจะพุ่งจากด้านล่างขึ้นด้านบน

2. การใช้เท้า การใช้เท้าเป็นอาวุธในกีฬามวยไทยนั้น จัดเป็นอาวุธที่ใช้ในระยะห่างจากตัวคู่ต่อสู้ คำว่าเท้านี้เป็นคำใช้เรียกแต่ภาพของเท้า ในกีฬามวยไทยนั้นหมายความว่า “หน้าแข้งจุดปลายนิ้วเท้า” การใช้เท้าเป็นอาวุธสามารถกระทำได้ 2 ลักษณะ คือ การถีบเท้าและการเตะเท้า

2.1 การถีบ โดยทั่วไปมักเข้าใจว่า การถีบเป็นการใช้อาวุธเพื่อป้องกันตัวหรืออย่างน้อยก็เพื่อทำลายจังหวะคู่ต่อสู้เท่านั้น แต่ตามความเป็นจริงแล้วเมื่อใดที่มีจังหวะและโอกาสดี การถีบในกีฬามวยไทยก็สามารถนำมาใช้เป็นอาวุธสำหรับเก็บคู่ต่อสู้ได้ เพราะการถีบที่รุนแรงบริเวณใบหน้าทำให้สายตาและศีรษะบาดเจ็บได้ การถีบที่รุนแรงบริเวณลำตัวและท้องน้อยทำให้เกิดอาการจุกเสียดได้ และการถีบที่รุนแรงบริเวณต้นขาและหัวเข่าขณะที่คู่ต่อสู้เตะมาก็ทำให้กล้ามเนื้อหรือเข่าพลิกได้เช่นกัน การถีบกระทำได้โดยใช้ทั้งเท้าหน้าและเท้าหลัง การถีบนี้นอกจากจะใช้ปลายเท้าสัมผัสเป้าหมายในลักษณะจิกลงแล้ว การถีบด้วยสันเท้าก็สามารถกระทำได้ และเกิดแรงปะทะต่อเป้าหมายมากขึ้น ท่าทางการถีบอาจใช้วิธีการยืนถีบตรง ๆ หรืออาจหันด้านข้างให้คู่ต่อสู้ก่อนแล้วจึงถีบก็ได้

2.2 การเตะเฉียง การเตะเฉียงกระทำได้ด้วยเท้าหน้าและเท้าหลัง เป้าหมายในการใช้การเตะเท้าเฉียง คือ บริเวณขมับ ก้านคอ ขากรรไกร ต้นแขน ซี่โครง ซึ่งบริเวณเหล่านี้เมื่อถูกเตะเฉียงจะเกิดอาการบาดเจ็บหรืออ่อนเปลี้ยได้ง่าย ทั้งนี้เพราะแรงปะทะที่เกิดจากการเตะเฉียงนั้นรุนแรงมาก

2.3 การเตะตัด การเตะตัดก็เช่นเดียวกับการเตะเท้าเฉียง คือ สามารถเตะได้ทั้งเท้าหน้าและเท้าหลัง ซึ่งขึ้นอยู่กับจังหวะ โอกาสและกลยุทธ์ของผู้เตะ

2.4 การเตะกลับหลัง ซึ่งรู้จักกันทั่วไปในชื่อของ “จะเข้ฟาดหาง” ถือเป็นศิลปะชั้นสูงของกีฬามวยไทย การเตะเท้ากลับหลังมักกระทำหลังจากการเตะเท้าเฉียง หรือการเตะเท้าตัด เพราะเป็นจังหวะที่เหมาะสมในการส่งแรงและเป็นโอกาสอันดี เนื่องจากคู่ต่อสู้มักคาดการณ์ไม่ถึง

3. การใช้เข่า การเข่าเป็นการใช้อาวุธที่นับว่าให้ความรุนแรงที่สุด เพราะการเข่าเกิดจากการใช้อวัยวะที่มีมุมและความแข็งแกร่ง คือ หัวเข่าเข้าปะทะร่างกายคู่ต่อสู้ แต่การจะใช้เข่านั้นมิใช่สามารถใช้ได้โดยง่าย เนื่องจากไม่มีคู่ต่อสู้คนใดที่จะยอมให้ตัวเองถูกตีเข่า ดังนั้นการจะตีเข่าฝ่ายตีเข่าจึงต้องอาศัยความแข็งแกร่งของร่างกาย กอด รัด ปล้ำ และเหนียวรั้ง คู่ต่อสู้มาตีเข่าให้ได้ซึ่งโดยธรรมชาติแล้วเป็นเรื่องที่ปฏิบัติได้ค่อนข้างยาก หรือบางครั้งฝ่ายที่กำลังตีเข่าเองกลับถูกความแข็งแกร่งที่เหนือกว่าของคู่ต่อสู้พลิกผันสถานการณ์ไปตรงกันข้าม การตีเข่าจึงเป็นศิลปะชั้นสูงอีกอย่างหนึ่งในกีฬามวยไทย การตีเข่าสามารถกระทำทั้งสองข้างและมีหลายลักษณะหลายวิธี กล่าวคือ

3.1 ตีเข้าไหน การตีเข้าไหนสามารถตีได้ด้วยการใช้เข้าข้างใดข้างหนึ่ง ผู้ฝึกควรฝึกฝนจนชำนาญเพราะไม่สามารถคาดการณ์ได้ว่าคู่ต่อสู้จะเปิดจุดอ่อนทางด้านใด

3.2 เข้าตี การตีเข้าตีเช่นเดียวกับการตีเข้าไหนคือสามารถตีได้ทั้งสองข้าง หากจะตีเข้าด้านซ้ายจะต้องพยายามโน้มคอกู่ต่อสู้ให้ร่างกายเอียงเข้าหาเข้าซ้ายของผู้ตีให้ได้ การตีเข้าขวาก็เช่นกัน

3.3 เข้าลอย การใช้เข้าลอยเป็นเข้าที่ใช้โจมตีจากระยะห่าง โดยไม่ต้องใช้การกอดปล้ำหรือนำคอกู่ต่อสู้

3.4 เข้าลา หรือเรียกอีกอย่างว่า “การตีเข้าเตะ” จากชื่อเรียกดังกล่าว ทำให้สามารถมองเห็นภาพลักษณะของการใช้อาวุธชนิดนี้ได้ว่า เป็นการผสมผสานกันระหว่างการเตะกับการตีเข้า ซึ่งสอดคล้องกับคำที่มักเคยได้ยินเสมอว่า “ครึ่งแข้งครึ่งเข้า” นั่นเอง การตีเข้าลา ซึ่งเป็นอาวุธที่เกิดจากทั้งการตีเข้าและการเตะทำเป็นอาวุธสำคัญอีกอย่างหนึ่งในกีฬามวยไทยและมีพิษสงร้ายแรง ทั้งนี้เพราะอวัยวะที่ใช้แทนอาวุธนั้นเป็นส่วนของร่างกายที่มีความแข็งแรง และมีการเคลื่อนไหวที่ออกแรงได้มากที่สุด

4. การใช้ศอก ศอกเป็นอาวุธอันตรายซึ่งใช้กับคู่ต่อสู้ในระยะประชิดตัว กีฬามวยไทยพัฒนาการใช้ศอกได้หลายรูปแบบดังนี้ศอกตี ศอกตัด ศอกงัด ศอกพุ่ง ศอกกระทุ้ง ศอกลับ ศอกกลับ

จากพื้นฐานการชกหมัด การถีบและการเตะเท้า การตีเข้า การตีศอกที่กล่าวมา ผู้เรียนจำเป็นต้องฝึกฝนจนชำนาญสามารถนำมาใช้ได้อย่างครบถ้วนและคล่องแคล่ว ทั้งนี้เพราะทักษะที่กล่าวเหล่านั้นเป็นเพียงพื้นฐานเบื้องต้น การเรียนรู้เกี่ยวกับมวยไทยจนถึงขั้นที่เรียกว่า “ศิลปะ” นั้น ยังมีรายละเอียดอีกมากมายและที่สำคัญกีฬามวยไทยมิได้ประกอบขึ้นด้วยทักษะทางกีฬาส่งการเดียว การชกมวยไทยต้องมีองค์ประกอบที่สำคัญอีกสองประการคือ ทักษะหรือความสามารถทางด้านร่างกายและจิตใจควบคู่ไปด้วย

สมศักดิ์ ศิริอนันต์ (2541: 35 - 52) ได้เรียบเรียงรายละเอียดเกี่ยวกับทักษะมวยไทยไว้ดังนี้

ทักษะมวยไทย หมายถึง การตั้งท่า การรุก การรับ การใช้อาวุธมวยไทยซึ่งประกอบด้วยหมัด เท้า เข้า ศอก และการป้องกันอาวุธดังกล่าว รวมไปถึงกระบวนการใช้อาวุธต่างๆ มาผสมผสานให้เป็นแม่ไม้หรือลูกไม้ด้วย

1. การตั้งท่า บางคนเรียกว่าการจดมวยหรือการคุมมวย หมายถึงท่าเตรียมพร้อมที่จะต่อสู้ มีความคล่องตัวในการเคลื่อนไหวทั้งรุก คืบหน้า และถอยหลัง ขณะเดียวกันก็เตรียมพร้อมที่จะออกอาวุธได้ทุกขณะ และสามารถป้องกันอาวุธคู่ต่อสู้ได้ทันทั่วทั้งที่

ลักษณะการตั้งท่า

1. เท้าถนัดอยู่หลัง ห่างกันพอสมควร
2. ปลายเท้าหน้าเฉียงไปทางมือถนัดเล็กน้อย
3. ปลายเท้าหลังเฉียงออกมากกว่าเท้าหน้า
4. น้ำหนักตัวอยู่ระหว่างเท้าทั้ง 2 ข้าง
5. หมัดหน้ายกสูงระดับสายตา
6. หมัดหลังแนบชิดติดปลายคาง ข้อศอกและเข่าสามารถยกปิดลำตัวได้อย่าง

คล่องแคล่ว

7. สายตามองคู่ต่อสู้ระดับหน้าอก

8. ท่าจุ่มมวยที่ดีจะต้องไม่เกร็ง ใช้แรงน้อย ในบางกรณีอาจจะเปลี่ยนให้เท้าถนัดอยู่หน้าก็ได้ เพื่อหลอกล่อในการออกอาวุธ แต่ให้ระวังการสับสนในการป้องกัน

2. การชกหมัด หมัดเป็นอาวุธสำคัญที่ใช้ได้อย่างรวดเร็ว และสามารถถือคู่ต่อสู้ได้ตลอดเวลา ซึ่งประกอบด้วย

2.1 หมัดตรง คือ หมัดที่ปล่อยออกไปตรงหน้า เป็นหมัดที่ชกได้เร็วและยาวที่สุด

วิธีชก การชกหมัดตรง คือ การปล่อยหมัดจากท่าจุ่มมวย โดยมากเป็นหมัดที่ถนัดปล่อยออกไปตรงๆ คว่ำสันหมัด โนมตัวใช้แรงส่งจากหัวไหล่ บิดสะโพก และแรงส่งจากเท้าที่อยู่ข้างหลัง อาจนำด้วยหมัดหน้า(หมัดแย็บ) แล้วตามด้วยหมัดหลัง ซึ่งเรียกว่า หมัดตรง หนึ่ง – สอง

การป้องกัน

1. ถอยสู่ระยะ
2. โยกตัวหลบหลีกไปซ้าย – ขวา
3. ใช้ข้อศอกปิดหมัด
4. ถีบสกัดบริเวณเท้าหรือขา เพราะเท้ายาวกว่าหมัด เตะตัด หรือเตะเฉียง

2.2 หมัดตวัด คือ หมัดที่ชกออกไปจากการใช้แรงส่งจากไหล่และการเทน้ำหนักตัว งอข้อศอกประมาณ 90 องศา เป็นหมัดช่วงสั้นแต่หนักหน่วงมาก เป้าหมายคือปลายคางหรือบริเวณด้านข้างทั้งหน้าและชายโครง บางคนเรียกว่า หมัดฮุค

วิธีชก จากการตั้งท่าถนัดขวา ก้าวเท้าซ้ายไปข้างซ้ายพร้อมกับโยกตัวตวัดหมัดขวา ข้อศอกกางประมาณ 90 องศา ยกข้อศอกขึ้นหมัดซ้ายปิดคาง

การป้องกัน

1. ถอยสู่ระยะหรือแอ่นส่วนบนไปหลัง
2. ถีบยันท้อง หรือเตะตัด

3. ใช้หมัดที่ยาวกว่า เช่น หมัดหน้า หรือหมัดตรง โดยการชิงชก

4. ยกข้อศอกกันคางและหน้า

5. โยกตัวหลบ

2.3 หมัดสอย เป็นหมัดชกในระยะสั้นประชิดตัว หรือการชกวงใน บางคนเรียกว่า หมัดเสย หรือหมัดอัปเปอร์คัท

วิธีชก (หมัดขวา)

1. ก้าวเท้าซ้ายไปข้างหน้า

2. ย่อเข้าทั้งสอง ศอกขวาแนบลำตัวโดยลดหมัดขวาลงลักษณะหางหมัด

3. กระตุกหมัดขวาร่วมแรงส่งจากการเหยียดเข้า หากเป็นหมัดซ้ายก็ย่อเข้า

ซ้ายสลับกัน

4. เป้าหมายที่ปลายคาง ลิ้นปี

การป้องกัน

1. ถอยให้พ้นระยะ

2. หลบหลีกไปซ้ายหรือขวา

3. ปิดป้องโดยใช้ข้อศอก

4. ตอบโต้โดยการตีศอกหรืออาวุธที่ยาวกว่า เช่น การเตะตัด

2.4 หมัดเหวี่ยง เป็นหมัดที่เหวี่ยงวงกว้าง โดยการเหวี่ยงอ้อมไปด้านหลังของการ ป้องกัน ด้านหน้าหรือที่เรียกว่า หมัดสวิง

วิธีชก

1. ก้มลำตัวลงเล็กน้อย

2. เหวี่ยงหมัดขวาเป็นวงไปทางด้านข้าง

3. เป้าหมายให้หมัดโดนด้านข้างของใบหน้า ฝึกโดยสับเท้าหน้าพร้อมฟุ้งหมัด

หน้าแล้วตามด้วยหมัดเหวี่ยง

การป้องกัน

1. การถอย การสูดระยะหมัด

2. การหลบหลีก หลบฉากไปทางขวา

3. การปิดบัง ยกแขนปิด

4. การตอบโต้ ถีบยันหรือเตะขวา

3. การเตะเท้าและการถีบเท้า เท้าเป็นอาวุธที่ยาวที่สุด ใช้ได้ทั้งการเตะและการถีบ ทั้งกระทำและป้องกันอาวุธอื่นๆ ได้

3.1 การเตะเท้า

3.1.1 เตะตรง คือ การยกเท้าขึ้นเตะตรงหน้าที่หมาย คือ ปลายกางคู้ต่อสู้ มักเรียกว่าเตะฝ่าหมาก หรือเตะ 90 องศา

วิธีการเตะ

1. คมท่ามวยไทยเท้าแยกห่าง
2. เตะขวาตรงปลายกางคู้ต่อสู้

การป้องกัน

1. ถอยสูดระยะ
 2. หลบหลีกไปซ้าย – ขวา หรือแอ่นหลัง
 3. ปิดป้อง มือกันปลายกาง
 4. ตอบโต้ โดยการถิบนันขาไว้หรือหลบเตะตัดขา
- 3.1.2 เตะเฉียง คือ การยกเท้าขึ้นเตะ 45 องศา เป้าหมายอยู่ที่ลำตัวคู่ต่อสู้

วิธีการเตะ

1. ก้าวเท้าซ้ายไปข้างหน้า
2. เหวี่ยงเท้าขวาขึ้น 45 องศา
3. ปิดสะโพกและลำตัวไปทางซ้าย
4. แขนซ้ายปิดหน้า แขนขวายื่นไปหน้าฟาดลง

การป้องกัน

1. ถอยสูดระยะ
 2. การหลบหลีก โดยการฉีกไปทางขวา
 3. การปิดบัง โดยการยกเข่ากัน
 4. การตอบโต้ ชกหมัดหรือถิบนัน
- 3.1.3 เตะตัด คือ การเตะตัดลำตัวหรือเตะตัดขา เตะได้ทั้งซ้ายและขวา

วิธีการเตะ (ขวา)

1. ก้าวเท้าซ้ายไปข้างหน้า
2. ยกแขนทั้ง 2 ข้างสูง
3. เหวี่ยงเท้าขวานานกับพื้น
4. ปิดสะโพกและลำตัวไปทางซ้าย

การป้องกัน

1. ถอยสูดระยะ
2. หลบหลีก แอนตัวไปหลัง
3. ปิด บัง โดยการยกเข่าบัง
4. ตอบโต้ โดยการถิ่บยัน

3.1.4 เตะตวัด คือ การเตะสูง ที่หมาย คือ ก้านคอคู่ต่อสู้

วิธีการเตะขวา

1. สืบเท้าซ้ายไปข้างหน้า
2. เตะเท้าขวาสูงแล้วตวัดลงก้านคอ โดยการบิดลำตัวโน้มตัวไปทางซ้าย
3. ลักษณะการยกเท้าให้ยกเข้าขึ้น แล้วดีดปลายเท้าตวัดลง
4. สายตาเล็งไปที่หัวไหล่ของคู่ต่อสู้

การป้องกัน

1. ถอยสูดระยะ
2. หลบหลีก โดยการแอนหลัง
3. ปิดป้อง โดยยกแขนปิดก้านคอ
4. ตอบโต้ เตะตัดขาพับ

3.1.5 เตะกลับ (จะเข้ฟาดหาง) คือ การเหวี่ยงเท้าหลังลักษณะฟาดก้านคอ บางกรณีการเตะทำนี้กระทำหลังจากเตะจังหวะแรกผิดพลาดแล้วตามด้วยจะเข้ฟาดหาง

วิธีเตะ (เตะขวา)

1. ก้าวเท้าซ้ายไปทางขวา 45 องศา
2. หันหลังกลับทางขวาฟาดเท้าหลัง (ส้นเท้าถูกเป้าหมาย)

การป้องกัน

1. ถอยสูดระยะ
2. หลบหลีก โดยการแอนตัวหรือหลบต่ำ
3. ปิดป้อง โดยการยกแขนปิด
4. ตอบโต้โดยการถิ่บยัน

3.2 การถิ่บเท้า คือ การยกเข่าขึ้นและยันตัวพุ่งปลายเท้าสู่เป้าหมาย เช่น หน้าอก ใบหน้าคู่ต่อสู้ ถ้าเป็นการถิ่บส่วนล่างให้ใช้สันเท้า

วิธีถีบ

1. ถีบด้วยฝ่าเท้าหรือสันเท้า

1.1 ยกเท้าขึ้นใช้สันเท้าหรือฝ่าเท้าถีบไปยังเป้าหมาย

1.2 เอนตัวไปหลังเล็กน้อย

2. ถีบด้วยปลายเท้า

2.1 ยกเท้าขึ้นจุ่มปลายเท้าถีบหรือเห็บไปยังเป้าหมาย

2.2 เอนตัวไปหลัง

การป้องกัน

1. ถอยสูดระยะ

2. หลบหลีกโดยฉกไปซ้าย – ขวา

3. ปิดป้อง มือซ้ายรองรับเท้าแล้วผลักให้ห่างหลัง

4. ตอบโต้ มือจับเท้า เตะตัดล่าง

4. การตีเข้า เข้าเป็นอาวุธมวยไทยที่สำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากการตีเข้าเป็นอาวุธที่รุนแรง สามารถทำให้คู่ต่อสู้อ่อนแรง และแพ้နိုင်ได้ การใช้เข้าประกอบด้วย

4.1 เข้าตรง คือ การตีเข้าพุ่งขึ้นจากพื้นโดยยกเข่าขึ้นตรงๆ ปลายเท้าชี้ลงพื้น

วิธีตีเข้าตรง

1. การตั้งท่าโดยเขย่งเท้าหลัง

2. ยกเข่าขึ้นกระแทกตรงหน้าท้อง ลำตัวเอนเล็กน้อยเพื่อยืดเข้าให้พุ่งยาวขึ้น

การป้องกัน

1. ถอยสูดระยะ

2. หลบหลีก โดยฉกออกซ้าย – ขวา หรือเอนตัวไปหลัง

3. ปิดป้อง มือผลักลำตัวให้ล้ม

4. ตอบโต้ด้วยอาวุธที่ยาวกว่า หรือถ้าอยู่ในระยะกระชั้นชิดใช้ศอกตี หรือกรณีคู่ต่อสู้วิ่งมาจับให้ตั้งศอกพุ่งตามด้วยศอกกลับ

4.2 เข้าเฉียง คือ การตีเข้าเข่าลำตัว โดยยกเข่าเฉียง 45 องศา ปลายเท้าชี้ลง การกดลำตัวคู่ต่อสู้ให้ต่ำลงหรือเหวี่ยงคู่ต่อสู้ให้เสียหลัก จะทำให้การตีเข้าหนักหน่วงและมีอันตรายมากขึ้น

วิธีตีเข้าเฉียง

1. ยืนตั้งท่าเท้าซ้ายเฉียงออก 45 องศา

2. ยกเข่าตี 45 องศา พร้อมหมุนสะโพก ปลายเท้าชี้ลง

3. มือทั้งสองเสมือนอยู่ในลักษณะจับคอคู่ต่อสู้

การป้องกัน

1. ถอยสู่ระยะ
2. หลบหลีกโดยฉากอกซ้าย – ขวา หรือเอนตัวหลบ
3. ปิดป้องโดยใช้มือผลักให้ล้ม
4. ตอบโต้ เหวี่ยงให้ล้มไปในทิศทางที่เข้าที่แล้วเตะซ้ำ

4.3 เข้าโค้ง เป็นเข้าที่ตีส่วนบน อาจตีที่ใบหน้าโดยยกเข้าเป็นวงโค้งขึ้นเหนือมือที่จับคู่ต่อสู้ การตีเข้าโค้งต้องจับคอให้แน่น เพื่อป้องกันการผลักหรือเหวี่ยง

วิธีตีเข้าโค้ง

1. ยืนตั้งท่าธรรมดา
2. มือจับคอคู่ต่อสู้
3. เหวี่ยงเข้าตีเป็นวงกลมขึ้นสูง ปล่อยให้เท้าเป็นเส้นตรงกับขาที่เอว

การป้องกัน

1. เหวี่ยงให้ล้มในขณะโหนตัว
2. หลบฉากไปซ้าย – ขวา ใช้มือปิดหมัด
3. ปิดป้องโดยใช้มือกันใบหน้า
4. ตอบโต้ ตีศอกก่อน

4.4 เข้าลอย คือ การกระโดดตีเข้าเท้าทั้ง 2 ลอยจากพื้น โดยพุ่งตัวลักษณะโหมไล่ที่หมายลำตัวและส่วนบน

วิธีตีเข้าลอย

1. ยืนตั้งท่าธรรมดา
2. กระโดดพุ่งตัวไปข้างหน้า
3. งอเข้ากระแทกอก ใบหน้า
4. ใช้แรงส่งจากสะโพกและปลายเท้าหลัง

การป้องกัน

1. ถอยสู่ระยะ
2. หลบฉากไปซ้าย – ขวา
3. ปิดป้องโดยใช้มือและเท้ายัน
4. ตอบโต้ เท้ายันท้องหรือโคนขา

5. การตีศอก ศอกเป็นอาวุธที่อันตรายชนิดหนึ่ง นักมวยที่ดีจะต้องมีทักษะในการใช้ศอกให้ชำนาญ ศอกมี 7 ชนิด เป็นอาวุธสั้นที่สุดแต่รุนแรงและอันตรายทำให้คู่ต่อสู้สลบหรือแตกบาดเจ็บได้

5.1 ศอกตี

วิธีตี

1. ยืนตั้งท่าธรรมดา
2. ฟันศอก เป้าหมายที่ส่วนหน้า โดยบิดไหล่ตาม
3. ทิศทางปลายศอกเฉียงลง น้ำหนักตัวโน้มไปข้างหน้า

5.2 ศอกตัด

วิธีตี เหมือนศอกตี แต่ทิศทางศอกขนานกับพื้น

5.3 ศอกจัด

วิธีตี

1. ยืนตั้งท่าธรรมดา
2. จัดศอกขึ้น เป้าหมายปลายคาง
3. ใช้แรงส่งจากเท้า

5.4 ศอกฟุ้ง ใช้ฟุ้งสกัดมวยบุกเข้าตีเข้า

วิธีตี

1. ยืนตั้งท่าธรรมดา
2. ตั้งศอกตรงไปหน้าเป้าหมายที่บริเวณหน้า
3. โถมน้ำหนักตัวไปข้างหน้า
4. ใช้แรงส่งจากเท้าทั้ง 2 ข้าง

5.5 ศอกกระทู้ ใช้กระทู้ไปหลังหรือข้าง เมื่อถูกกดรัดด้านหลัง

วิธีตี

1. ยืนตั้งท่าธรรมดา
2. งอข้อศอกทั้ง 2 ข้าง
3. กระทู้ศอกไปหลัง
4. เป้าหมายหน้าอกและใบหน้า

5.6 ศอกกลับ เป็นศอกกลับหลังเมื่อคู่ต่อสู้เผลอ

วิธีตี

1. ยืนตั้งท่าธรรมดา
2. หมุนตัวกลับพร้อมตีศอกหลัง

3. ตีลักษณะศอกตัดหรือศอกตีสองก็ได้

4. รีบกลับตัวโดยเร็ว

5.7 ศอกลับหรือศอกถอง ใช้ตีศอกคู่ต่อสู้ที่เตี้ยกว่า หรือเมื่อคู่ต่อสู้ก้มมาวัดเอว อาจใช้ศอกข้างเดียวหรือสับศอกคู่ก็ได้

วิธีตี

1. ยกศอกขึ้นสูงเสมอศีรษะ
2. สับศอกเดียวหรือคู่ลง
3. เป้าหมายศีรษะหรือกลางหลัง

วิธีป้องกันศอกทุกชนิด

1. ถอยสุระยะ ไม่เข้าประชิดตัว
2. หลบหลีก โดยการแอ่นตัว มือดัน
3. ปัดป้อง โดยใช้ศอกปิดหน้า
4. ตอบโต้ โดยใช้อาวุธยาว เช่น ถีบสกัด เตะ ชกหมัดตรง

หมายเหตุการตีศอกทุกชนิดถ้าให้นักต้องกำหนดถ้าต้องการให้ตีเร็วต้องไม่กำหนด (แบบมือ)

ลักษณะการเข้ากระทำด้วยทักษะมวยไทยในการศึกษาคั้งนี้ ประกอบด้วย การเตะเฉียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว การถีบเท้าบริเวณลำตัว และการชกหมัดตรงบริเวณใบหน้าตามแบบทดสอบของ ครองจักร งามมีศรี

หลักสูตรมวยไทย 1 (อนันต์ เมฆสวรรค์: 2558)

รายละเอียดของวิชา ชื่อสถานบันการพลศึกษา วิทยาเขตอ่างทอง

คณะ วิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ

รหัสและชื่อรายวิชา พล 031032 มวยไทย 1

จำนวน หน่วยกิต 2 หน่วยกิต 2(1-2)

หลักสูตรและประเภทของรายวิชา วิทยาศาสตร์บัณฑิต

จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์

1. เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของกีฬามวยไทย
2. เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการอบอุ่นร่างกายและการสร้างสมรรถภาพทางกาย
3. เพื่อให้มีความรู้ในการปฏิบัติทักษะเบื้องต้นในกีฬามวยไทย
4. เพื่อให้มีความเข้าใจในเทคนิคการสอนทักษะเบื้องต้นและนำไปใช้สอนได้
5. เพื่อให้มีความรู้ทักษะพื้นฐานของแม่ไม้มวยไทย

6. เพื่อให้มีความรู้ในการปกป้องแม่ไม่มวยไทยได้
7. เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจในกฎกติกามวยไทย
8. เพื่อให้มีความรู้ในการสร้างเจตคติ สามารถนำไปปฏิบัติและเผยแพร่ในกิจกรรมของกีฬามวยไทยได้อย่างถูกต้อง

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาประวัติและประโยชน์กีฬามวยไทย การบริหารร่างกาย การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การเลือกและการดูแลอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก มารยาทและความปลอดภัยในการเล่น การฝึกทักษะและเทคนิคเบื้องต้น กฎ กติกาการแข่งขันเบื้องต้น

จำนวนชั่วโมงที่ใช้ต่อภาคการศึกษา

- | | |
|--------------------------|---------------------------|
| 1. อธิบาย บรรยาย | จำนวน 1 ชั่วโมง/สัปดาห์ |
| 2. สาธิต ฝึกปฏิบัติ | จำนวน 2 ชั่วโมง/สัปดาห์ |
| 3. ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง | จำนวน 1 ชั่วโมง/สัปดาห์ |
| 4. สอนเสริมในรายวิชา | จำนวน 1 ชั่วโมง/สัปดาห์ |
| 5. ปฏิบัติจริง | จำนวน 1-2 ชั่วโมง/สัปดาห์ |

จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่อาจารย์ให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการแก่นักศึกษารายบุคคล

ระบุจำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่จะให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการแก่นักศึกษานอกชั้นเรียนและวิธีการสื่อสารให้นักศึกษาได้รับทราบกำหนดเวลาล่วงหน้า จำนวน 2 ชั่วโมง/สัปดาห์

การพัฒนาผลการเรียนรู้ของนักศึกษา

1. คุณธรรม จริยธรรม

1.1 คุณธรรม จริยธรรมที่ต้องพัฒนา

ปลูกฝังความมีวินัย ใฝ่รู้ ความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบและความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา การตรงต่อเวลา

1.2 วิธีการสอน

1.2.1 สอดแทรกระหว่างการเรียนการสอนในทุกครั้ง

1.2.2 การแสดงความคิดเห็น ในเรื่องความมีวินัย ใฝ่รู้ ความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบ และความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา

1.2.3 การปฏิบัติตนอันเป็นแบบอย่างที่ดีของอาจารย์ผู้สอน บุคลิกภาพ การแต่งกายเรียบร้อย

1.3 วิธีการประเมินผล

ประเมินจากการสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน

2. ความรู้

2.1 ความรู้ที่ต้องได้รับ

2.1.1 เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของกีฬามวยไทย

2.1.2 เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการอบอุ่นร่างกายและการสร้างสมรรถภาพทางกาย

2.1.3 เพื่อให้มีความรู้ในการปฏิบัติทักษะเบื้องต้นในกีฬามวยไทย

2.1.4 เพื่อให้มีความเข้าใจในเทคนิคการสอนทักษะเบื้องต้นและนำไปใช้ได้

2.1.5 เพื่อให้มีความรู้ทักษะพื้นฐานของแม่ไม้มวยไทย

2.1.6 เพื่อให้มีความรู้ในการปกป้องแม่ไม้มวยไทยได้

2.1.7 เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจในกฎกติกามวยไทย

2.1.8 เพื่อให้มีความรู้ในการสร้างเจตคติ สามารถนำไปปฏิบัติและเผยแพร่ในกิจกรรมของกีฬามวยไทยได้อย่างถูกต้อง

2.1.9 ทำใบงานและทดสอบท้ายบท

2.1.10 ทดสอบปฏิบัติ

2.2. วิธีการสอน

คะแนนเต็ม 100 คะแนน จำแนกได้ดังนี้

1. คะแนนจิตพิสัย (การเข้าชั้นเรียน)	10	คะแนน
2. รายงานเดี่ยว กลุ่ม	10	คะแนน
3. ปฏิบัติ	60	คะแนน
4. สอบปลายภาค (ทฤษฎี)	20	คะแนน
รวม	100	คะแนน

3. ทักษะทางปัญญา

3.1 ทักษะทางปัญญาที่ต้องพัฒนา

คิดวิเคราะห์และบูรณาการองค์ความรู้จากทฤษฎีและปฏิบัติ

3.2 วิธีการสอน

ใช้กระบวนการกลุ่มวิเคราะห์ทักษะของนักกีฬาจากการแข่งขัน

3.3 วิธีการประเมินผล

ประเมินจากการแสดงความคิดเห็น รายบุคคล

แผนการสอนและการประเมินผล

1. แผนการสอน

สัปดาห์ที่ 1 1. การปฐมนิเทศ จำนวน 3 ชั่วโมง

- 1.1 แจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้
- 1.2 แจ้งเกณฑ์การวัดผลและประเมินผล
- 1.3 แจ้งแนวปฏิบัติในการเรียนรู้
2. ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับกีฬามวยไทย
 - 2.1 ความหมายของกีฬามวยไทย
 - 2.2 ความมุ่งหมายของการฝึกกีฬามวยไทย
 - 2.3 ประโยชน์ของกีฬามวยไทย
 - 2.4 ประวัติความเป็นมาของกีฬามวยไทย
 - 2.5 หลักการฝึกจิตใจ สมาธิ และการฝึกมารยาทในการชกมวยไทย
 - 2.6 อุปกรณ์ในการฝึกมวยไทย
 - 2.7 ความปลอดภัยในการฝึกซ้อม

สัปดาห์ที่ 2 การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายและการเตรียมความพร้อมของร่างกาย

จำนวน 3 ชั่วโมง

1. ความหมายของการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย
2. ประโยชน์และความสำคัญของการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย
3. วิธีการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายของกีฬามวยไทย
4. ความหมาย ความสำคัญของการเตรียมความพร้อมและการอบอุ่น

ร่างกาย

5. วิธีการอบอุ่นร่างกาย

สัปดาห์ที่ 3 – 5 การฝึกทักษะพื้นฐานของกีฬามวยไทย จำนวน 9 ชั่วโมง

1. การไหว้ครู
2. การจดมวย
3. การกำหมัด
4. การเคลื่อนเท้า
 - 4.1 สืบหน้า-สืบหลัง
 - 4.2 รุกสลับเท้า ถอยสลับเท้า
 - 4.3 การเคลื่อนที่เป็นวงกลม

4.4 ฉากนอกruk ซ้าย-ขวา

4.5 ฉากนอกรับ ซ้าย-ขวา

4.6 ฉากในruk ซ้าย-ขวา

4.7 ฉากในรับ ซ้าย-ขวา

4.8 ย่างสูง

4.9 ย่างสามชুম

4.10 ย่างสลับพื้นปลา

4.11 ย่างสุขเกษม

4.12 การชกสามชুমประกอบหมัด

สัปดาห์ที่ 6-7 ศิลปะการใช้หมัด จำนวน 6 ชั่วโมง

1. หมัดตรงชกหน้า

2. หมัดตรงชกตาม

3. หมัดขว้างหน้า

4. หมัดสอยดาว

5. หมัดขว้างสั้น

6. หมัดขว้างยาว

7. หมัดสอย

8. หมัดเหวี่ยง

สอบกลางภาค จำนวน 3 ชั่วโมง

สัปดาห์ที่ 9-10 ศิลปะการเตะ จำนวน 6 ชั่วโมง

1. เเตะตรง

2. เเตะรีด

3. เเตะตัด (เตะตัดบน เเตะตัดล่าง)

4. เเตะตวัด

5. เเตะกลับหลัง

สัปดาห์ที่ 11 ศิลปะการถีบ จำนวน 3 ชั่วโมง

1. ถีบตรง

2. ถีบจิก

3. ถีบเซาะ (เตะเซาะ)

4. ถีบเหน็บ

5. ถีบทิ้ง

6. ถีบข้าง

สัปดาห์ที่ 12 ศิลปะการเข้า จำนวน 3 ชั่วโมง

1. เข้าตรง

2. เข้าเฉียง

3. เข้าตัด

4. เข้าลา

5. เข้าน้อย

6. เขาลอย

สัปดาห์ที่ 13 ศิลปะการศอก จำนวน 3 ชั่วโมง

1. ศอกดี

2. ศอกตัด

3. ศอกงัด

4. ศอกพุ่ง

5. ศอกกระทุ้ง

6. ศอกสับ

7. ศอกกลับ

สัปดาห์ที่ 14 กติกาการแข่งขัน จำนวน 3 ชั่วโมง

1. กติกาการแข่งขันกีฬามวยไทยสมัครเล่น

2. กติกาการแข่งขันมวยไทยอาชีพ

สัปดาห์ที่ 15 การป้องกันการบาดเจ็บทางกีฬาและการปฐมพยาบาล
จำนวน 6 ชั่วโมง

1. การป้องกันการบาดเจ็บทางกีฬา

2. สาเหตุของการบาดเจ็บทางกีฬา

3. เป้าหมายในการรักษาการบาดเจ็บทางกีฬา

4. ตำแหน่งของการบาดเจ็บทางกีฬามวยไทย

5. ชนิดของการบาดเจ็บทางกีฬามวยไทย

6. การปฐมพยาบาล

ตำราและเอกสารหลัก

1. หนังสือมวยไทยของ อาจารย์ชัยสวัสดิ์ เทียนวิบูลย์ สำนักพิมพ์เฟื่องอักษร 2514
2. หนังสือศิลปะมวยไทย สำนักพิมพ์เฟื่องอักษร The Thai art of Boxing A Thai
3. ศิลปะมวยไทย สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ กระทรวงศึกษาธิการ

สถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง

สถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ประกอบด้วย 5 วิทยาเขต ดังนี้

1. สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตกรุงเทพมหานคร (สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตกรุงเทพมหานคร. 2558: ออนไลน์) เป็นสถาบันการศึกษาสังกัดสถาบันการพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา เดิมเป็นวิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ สังกัดกรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการเปิดการเรียนการสอน เมื่อปีการศึกษา 2522 ได้เปลี่ยนชื่อวิทยาลัยพลศึกษา เป็น วิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ ตั้งแต่วันที่ 13 กุมภาพันธ์ 2522 ปีการศึกษา 2525 วิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ ได้ย้ายมาตั้งอยู่เลขที่ 69 หมู่ 3 ตำบลบึงน้ำรักษ์ อำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี ในปีการศึกษา 2548 วิทยาลัยพลศึกษาได้มีพระราชบัญญัติยกฐานะเป็น สถาบันการพลศึกษา สังกัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา วิสัยทัศน์ เป็นสถาบันในการผลิตบัณฑิตและพัฒนาบุคลากรด้านพลศึกษา กีฬานันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬา สุขภาพ และสื่อสารการกีฬา ในระดับมาตรฐานเป็นที่ยอมรับของสังคมและมุ่งสู่ประชาคมอาเซียน อัตลักษณ์ ทักษะดี มีน้ำใจนักกีฬา พัฒนาสังคม เอกลักษณ์ สถาบันผลิตบัณฑิตด้านพลศึกษา กีฬาและนันทนาการ พันธกิจ คือ ผลิตบัณฑิตด้านพลศึกษา สุขศึกษา วิทยาศาสตร์การกีฬา นันทนาการ สื่อสารการกีฬาและสาขาอื่นที่เกี่ยวข้องที่มีคุณภาพมีจริยธรรมที่เป็นที่ยอมรับของสังคม พัฒนาองค์ความรู้ การศึกษางานวิจัย ส่งเสริมบริการทางวิชาการแก่สังคมให้มีคุณภาพมาตรฐานวิชาชีพ และส่งเสริม อนุรักษ์ พัฒนา สืบสาน สร้างสรรค์ และเผยแพร่ศิลปวัฒนธรรมและภูมิปัญญาการเล่นพื้นบ้านและกีฬาไทย เป้าหมายการจัดการศึกษาเพื่อผลิตบัณฑิตมีคุณภาพ มีทักษะตามมาตรฐานวิชาชีพ มีคุณธรรม จริยธรรม และมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์สอดคล้องกับความต้องการของสังคม มีงานวิจัยด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาศาสตร์สุขภาพ ที่มีคุณภาพ มีการบริการวิชาการด้านพลศึกษา นันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาศาสตร์สุขภาพ และสาขาวิชาอื่นที่เกี่ยวข้องแก่หน่วยงานทั้งในและนอกคณะวิชา และสถาบัน เป็นที่พึ่งทางวิชาการแก่สังคม มีกิจกรรมเพื่อส่งเสริมและสืบสานศิลปวัฒนธรรม มีระบบเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารเพื่อสร้างเครือข่ายความร่วมมือทางวิชาการ

2. สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตอ่างทอง (สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตอ่างทอง. 2558: ออนไลน์) ตั้งอยู่เลขที่ 39 หมู่ที่ 8 ตำบลไชยภูมิ อำเภอไชโย จังหวัดอ่างทอง จัดเป็นสถาบันการศึกษาระดับปริญญาตรี ในสังกัดกระทรวงการทองเที่ยวและกีฬา เดิมใช้ชื่อว่า วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง ซึ่งจัดตั้งขึ้นตามประกาศของกระทรวงศึกษาธิการ เมื่อวันที่ 18 กุมภาพันธ์ 2519 ตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการจัดการศึกษาเพื่อผลิตครูพลศึกษาให้เพียงพอและสอดคล้องกับแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ ปัจจุบันได้รับการสถาปนาเป็นสถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตอ่างทอง เมื่อวันที่ 5 กุมภาพันธ์ 2548 ให้จัดการศึกษาระดับอุดมศึกษา ปรังญา ร่วมมือพัฒนา นำนักกีฬาสู่ชุมชน พัฒนาคนให้สมดุล ค้ำจุลวัฒนธรรม วิสัยทัศน์ สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตอ่างทอง เป็นสถาบันอุดมศึกษาชั้นนำในการผลิตและพัฒนาบุคลากรด้านพลศึกษา สุขศึกษา กีฬา นันทนาการและวิทยาศาสตร์การกีฬาที่มีคุณภาพ คุณธรรม จริยธรรม และเป็นแหล่งการเรียนรู้ที่สำคัญของท้องถิ่น พันธกิจ คือ จัดการศึกษาด้านพลศึกษา สุขศึกษา นันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬา และสาขาอื่นที่เกี่ยวข้อง วิจัยและพัฒนาด้านพลศึกษา กีฬา สุขศึกษา วิทยาศาสตร์การกีฬานันทนาการ และสาขาอื่นที่เกี่ยวข้อง ให้บริการทางวิชาการ การจัดการกีฬา และด้านอื่นๆ แก่สังคม พัฒนาองค์กรให้เป็นแหล่งการเรียนรู้ที่สำคัญของท้องถิ่น ส่งเสริม สนับสนุน จัดการศึกษา สำหรับบุคคลที่มีความสามารถพิเศษด้าน กีฬา นันทนาการ และผู้ด้อยโอกาสทางการศึกษา ทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม การละเล่นพื้นบ้านและกีฬาไทย ส่งเสริมสนับสนุนการพัฒนากีฬาสู่ความเป็นเลิศ

3. สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี (สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี. 2558: ออนไลน์) ตั้งอยู่ที่ เลขที่ 1 หมู่ที่ 4 ถนนมาลัยแมน ตำบลรั้วใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ห่างจากเมืองสุพรรณบุรีประมาณ 3.5 กิโลเมตร มีเนื้อที่ 200 ไร่ เดิมวิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดสุพรรณบุรี เป็นสถานบันอุดมศึกษา สังกัดกรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ก่อตั้งตามประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เมื่อวันที่ 25 กุมภาพันธ์ 2520 ปัจจุบัน ได้ตั้งเป็นสถาบันการพลศึกษา เมื่อวันที่ 31 มกราคม 2548 และประกาศในราชกิจจานุเบกษา เมื่อวันที่ 4 กุมภาพันธ์ 2548 เป็นสถาบันอุดมศึกษาที่มีบทบาทหน้าที่ผลิตบัณฑิตในระดับปริญญา ด้านพลศึกษา การกีฬา สุขภาพและนันทนาการ ปรังญา พลศึกษาและกีฬา พัฒนาสังคม วิสัยทัศน์ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี เป็นสถาบันชั้นนำระดับประเทศที่จัดการศึกษาด้านพลศึกษา กีฬา นันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬา และสุขภาพ พันธกิจ คือ ผลิตและพัฒนาบุคลากรด้านพลศึกษา กีฬา นันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาศาสตร์สุขภาพและสาขาอื่นที่เกี่ยวข้อง ศึกษา ค้นคว้า วิจัย เพื่อสร้างและพัฒนาองค์ความรู้ นวัตกรรมด้านพลศึกษา กีฬานันทนาการ วิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาศาสตร์สุขภาพและสาขาอื่นที่เกี่ยวข้อง ให้บริการทางวิชาการและอาคารสถานที่แก่ชุมชนและสังคม อนุรักษ์และทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม การละเล่นพื้นบ้านและกีฬาไทย ส่งเสริม สนับสนุนการจัด

การศึกษาสำหรับบุคคลที่มีความสามารถพิเศษทางกีฬา ส่งเสริมสนับสนุนการจัดการศึกษาสำหรับบุคคลที่มีความบกพร่องทางร่างกาย ส่งเสริม สนับสนุนและเชื่อมโยงการดำเนินงานกับสถาบันในการสร้างความร่วมมือและจัดการศึกษาในประชาคมอาเซียน

4. สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสมุทรสาคร (สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสมุทรสาคร. 2558: ออนไลน์) สังกัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาตั้งอยู่เลขที่ 137 หมู่ 3 ถนนสมุทรสาคร-โคกขาม ตำบลบางหญ้าแพรก อำเภอเมืองจังหวัดสมุทรสาคร บนที่ดินราชพัสดุแปลงหมายเลขทะเบียน 18225 มีเนื้อที่ 117 ไร่ 3 งาน 11 ตารางวา สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสมุทรสาคร เริ่มก่อตั้งเมื่อวันที่ 20 กุมภาพันธ์ 2521 เดิมชื่อวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร เป็นวิทยาลัยพลศึกษา แห่งที่ 13 ตามประกาศของกระทรวงศึกษาธิการที่จะขยายการศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพการศึกษาระดับสูง(พลศึกษา)ไปยังส่วนภูมิภาค เพื่อเป็นวิทยาลัยพลศึกษาประจำเขตการศึกษา 1 มีพื้นที่รับผิดชอบ 4 จังหวัด คือ สมุทรสาคร สมุทรสงคราม นครปฐมและเพชรบุรี เริ่มเปิดดำเนินการสอนตั้งแต่ปีการศึกษา 2521 ซึ่งอยู่ห่างจากตัวจังหวัดสมุทรสาคร ประมาณ 2 กิโลเมตร พ.ศ.2545 เป็นสถานศึกษาในสังกัดกรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการได้โอนมาสังกัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาเป็นส่วนราชการในสำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการจากนั้นได้มีการนำเสนอร่างพระราชบัญญัติสถาบันการพลศึกษาและได้รับพระบรมราชโองการโปรดเกล้าฯ ตราพระราชบัญญัติสถาบันการพลศึกษา พ.ศ.2548 ประกาศราชกิจจานุเบกษาลงวันที่ 4 กุมภาพันธ์ 2548 มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 5 กุมภาพันธ์ 2548 เป็นต้นมา ปรัชญา ความรู้ดี มีคุณธรรม นำกีฬา พัฒนาชุมชน วิสัยทัศน์ มุ่งมั่นผลิตบัณฑิต พัฒนาบุคลากรตามมาตรฐานวิชาชีพสู่ความเป็นเลิศ สร้างชื่อเสียงให้เป็นที่ยอมรับในสังคม พันธกิจ คือ จัดการศึกษาและพัฒนาบุคลากรทางด้านพลศึกษา สุขศึกษา วิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ และนิเทศศาสตร์สื่อสารการกีฬา ให้มีศักยภาพตามมาตรฐานวิชาชีพ ศึกษาวิจัยและพัฒนาทางด้านพลศึกษา สุขศึกษา วิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ นิเทศศาสตร์สื่อสารการกีฬาและสาขาอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง บริการทางวิชาการและแหล่งเรียนรู้ตามวิชาชีพ แก่ชุมชน ส่งเสริมทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม ส่งเสริมสนับสนุนบุคคลที่มีความสามารถพิเศษทางกีฬา

5. สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตชลบุรี (สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตชลบุรี. 2558: ออนไลน์) สถานที่ตั้ง เลขที่ 111 หมู่ที่ 1 ตำบลหนองไม้แดง อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี สำนักงานเลขาธิการคณะรัฐมนตรี โดยกลุ่มงานราชกิจจานุเบกษาได้ประกาศ พระราชบัญญัติสถาบันการพลศึกษา ในราชกิจจานุเบกษา ฉบับกฤษฎีกา ตอนที่ 13 ก เมื่อวันที่ 4 กุมภาพันธ์ 2548 และทำให้พระราชบัญญัติสถาบันการพลศึกษามีผลใช้บังคับตั้งแต่วันที่ถัดไปจากวันประกาศเป็นต้นไป จึงนับได้ว่าสถาบันการพลศึกษาได้ก่อกำเนิดอย่างเป็นทางการตั้งแต่วันที่ 5 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2548 เอกลักษณ์ (คุณลักษณะที่โดดเด่นของสถาบันฯ) คือ เชี่ยวชาญศาสตร์ด้านกีฬายกน้ำหนักและฟันดาบ อุตลักษณ์

(คุณสมบัติที่เป็นตัวตนของนักศึกษา) “ทักษะดี มีน้ำใจนักกีฬา พัฒนาสังคม ปรัชญา พลศึกษาและกีฬา พัฒนาคน พัฒนาชาติ วิสัยทัศน์ เป็นสถาบันชั้นนำในภูมิภาคอาเซียน ด้านพลศึกษา วิทยาศาสตร์การกีฬา การจัดการกีฬา และนันทนาการ มุ่งสู่สากล พันธกิจ คือ จัดการศึกษาและพัฒนาบุคลากรทางด้านพลศึกษา การจัดการกีฬา วิทยาศาสตร์การกีฬา และอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ปฏิบัติภารกิจด้านการสอน วิจัย และงานสร้างสรรค์ บริการทางวิชาการ วิชาชีพ ให้แก่ชุมชนและสังคม ทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม การละเล่นพื้นบ้าน และกีฬาไทย ส่งเสริมและสนับสนุนการใช้และพัฒนาเทคโนโลยี ตลอดจนเสริมสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ วัฒนธรรม และป้องกันปัญหาเสพติด เสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรม และส่งเสริมประชาธิปไตย

แบบทดสอบทักษะกีฬา

แบบทดสอบ (Test)

บาม การ์ด เนอร์ และ แจ็คสัน (Baumgartner; & Jackson. 1991: 33) กล่าวว่าแบบทดสอบทักษะกีฬา หมายถึงแบบทดสอบ ที่ประเมินความสัมฤทธิ์ผลในทักษะกลไกด้วยวิธีแบบวัตถุวิสัย แบบทดสอบทักษะกีฬานี้ไม่ค่อยมีคนนำไปใช้ นอกจากในโปรแกรมพลศึกษาและกีฬา ซึ่งเครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลสัมฤทธิ์ทางทักษะกีฬาสามารถใช้ได้ 3 ลักษณะ คือ แบบทดสอบทักษะกีฬาแบบทดสอบประเมินค่าและแบบทดสอบการปฏิบัติ วัตถุประสงค์ของแบบทดสอบทักษะมักจะใช้เป็นวิธีการประเมินผลการปฏิบัติ แบบทดสอบทักษะจำเป็นจะต้องทำให้สิ่งแวดล้อมที่จะทดสอบเหมือนกับสิ่งแวดล้อมในการเล่นจริง และมีวิธีการดำเนินการที่เป็นมาตรฐาน ค่าความเที่ยงตรงของแบบทดสอบทักษะต้องมีความคงที่ระหว่างสิ่งแวดล้อมในการทดสอบและการปฏิบัติ ซึ่งหมายถึงการเคลื่อนไหวและกิจกรรมต่างๆ ต้องมีความสัมพันธ์กับการเล่นในกีฬาประเภทนั้น

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2539: 78) ได้ให้ความหมายว่า แบบทดสอบ (Test) คือเครื่องมือที่ใช้ ในการวัดผลและประเมินผลใช้ทดสอบปริมาณหรือคุณภาพของผู้ถูกทดสอบเกี่ยวกับความแข็งแรง ความสามารถในการกระโดด ความรู้ สติปัญญาและอื่น ๆ

บุญเรียง ขจรศิลป์ (2543: 82) กล่าวว่า แบบทดสอบคือ การรวบรวมข้อมูลในการวิจัยทางการศึกษาหรือสังคมศาสตร์ในบางครั้งต้องอาศัยแบบทดสอบเป็นเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูล

จิรภรณ์ ศิริประเสริฐ (2543: 23) ได้ให้ความหมายของการทดสอบ หมายถึงกระบวนการที่ใช้วัดสิ่งที่เราไม่สามารถวัดโดยตรงได้ เป็นการวัดการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม คุณลักษณะ หรือความสามารถของนักเรียน โดยการนำสื่อไปกระตุ้นให้สิ่งที่วัดเกิดการตอบสนองออกมา แล้วผู้วัดก็จะวัดการตอบสนองโดยการแปลความหมาย การทดสอบถือเป็นส่วนหนึ่งของการวัดผล

วิริยา บุญชัย (2529: 21) กล่าวว่าไว้ว่า แบบทดสอบ หมายถึงแบบ (Form) หรือเครื่องมือ (Tool) หรือกระบวนการสำหรับวัดความสามารถ ความสัมพันธ์หรือความสนใจของบุคคลที่แสดงออกมา แบบทดสอบนี้ใช้วัดสิ่งที่เราไม่สามารถวัดโดยตรงได้ ซึ่งจะวัดได้ก็ต่อเมื่อบุคคลนั้นแสดงผลหรือการกระทำออกมาก่อน เช่น จะวัดความสามารถทางปัญญาก็ให้ผู้นั้นทำข้อสอบผลก็จะออกมา หรือต้องการวัดกำลังขาก็ต้องให้มีการกระโดด ถ้ามีกำลังมากก็กระโดดได้ไกล หรือกระโดดได้สูงมาก มิใช่ว่าเขาเทปมาวัดขา ถ้าขาโตก็มีกำลังขาดี หรือต้องการจะทราบว่านักเรียนเล่นบาสเกตบอลได้ดีเพียงใดก็ให้นักเรียนเล่นให้ดูผู้วัดก็จะทราบได้ แบบทดสอบนี้เป็นเครื่องมืออย่างหนึ่งในการประเมินผล

สรุปได้ว่า แบบทดสอบ เป็นเครื่องมือที่สามารถนำไปใช้เพื่อวัดและประเมินผล เกี่ยวกับความรู้หรือทักษะในการเล่นกีฬาได้ สามารถนำผลที่ได้รับไปกำหนดระดับของผู้ที่ถูกวัดให้มีความแตกต่างกันตามความสามารถที่ปรากฏได้

ประโยชน์ของแบบทดสอบทักษะกีฬา

บูมการ์ทเนอร์และแจ๊คสัน (Baumgartner and Jackson. 1991) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของแบบทดสอบทักษะกีฬาไว้ดังนี้

1. วัดผลสัมฤทธิ์ (Measurement of Achievement) ใช้แบบทดสอบเพื่อทดสอบนักเรียนและนำผลการทดสอบไปประเมินผลสัมฤทธิ์ นักเรียนแต่ละทักษะหรือแต่ละประเภทกิจกรรม
2. ให้เกรดหรือคะแนน (Grading or Marking) เป็นการประเมินผลการเรียนในขั้นสุดท้ายของนักเรียนเพื่อตัดสินว่านักเรียนอยู่ในระดับใด
3. เพื่อแบ่งกลุ่ม (Classification) ใช้แบบทดสอบเพื่อพิจารณาแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็นกลุ่มสูง กลาง หรือต่ำ
4. การจูงใจ (Motivation) การทดสอบสามารถใช้เป็นสิ่งจูงใจให้ผู้เรียนเกิดความพยายามในการฝึก ทั้งนี้เพื่อมุ่งหวังที่จะทำคะแนนทดสอบในระดับใด
5. การฝึก (Practice) แบบทดสอบนับว่าเป็นแบบฝึกหัดที่ดีและมีประสิทธิภาพ เพราะแบบทดสอบที่นำมาใช้ทดสอบนักเรียนได้นั้น จะต้องผ่านขั้นตอนการสร้างมาอย่างถูกต้องมีคุณสมบัติของแบบทดสอบที่ดีครบถ้วน
6. การวินิจฉัย (Diagnosis) ผู้สอนสามารถใช้แบบทดสอบเพื่อวินิจฉัยนักเรียนได้หลายอย่าง เช่น วินิจฉัยถึงระดับความสามารถของทักษะแต่ละคนแบ่งกลุ่มวิเคราะห์ทักษะ เป็นต้น
7. เป็นเครื่องมือช่วยสอน (Teaching aid) แบบทดสอบต้องสามารถนำมาประยุกต์เข้ากับหน่วยของการสอนได้

8. เป็นเครื่องมือในการแปลความหมาย (Interpretation tool) เช่น ในการตีความถึงระดับทักษะและทำนายพัฒนาการของผู้เรียนได้

9. การแข่งขัน (Competition) ผู้สอนสามารถใช้แบบทดสอบมาเป็นเครื่องมือในการแข่งขันในการจัดการเรียนการสอนให้กับนักเรียนได้ ทั้งนี้เพื่อเป็นการกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความกระตือรือร้นในการเรียน

10. การจัดตำแหน่ง (Placement) ผลการทดสอบสามารถนำมาจัดนักเรียนในการเรียนการสอน หรือการจัดตำแหน่งในการเป็นผู้เล่นกีฬาแต่ละประเภท

11. การทำนาย (Prediction) แบบทดสอบสามารถทำนายพัฒนาการทักษะของนักเรียนและเป็นตัวบ่งชี้ความสามารถในกีฬาประเภทนั้นๆ

12. เปรียบเทียบการประเมิน (Comparative Evaluation) เป็นการเปรียบเทียบการประเมินผล ผู้เรียนในด้านต่างๆ ของการเรียน อาจจะเปรียบเทียบเป็นรายบุคคลหรือเป็นกลุ่ม หรือเปรียบเทียบกับตัวผู้เรียนเอง ในระยะก่อนเรียน และหลังจากเรียน เป็นต้น

พิชิต ภูติจันทร์ (2547: 45) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของแบบทดสอบทักษะกีฬา ไว้ดังนี้

1. ใช้วัดผลสัมฤทธิ์ (Measurement of Achievement) เป็นความสำคัญอันดับแรกของแบบทดสอบทักษะกีฬา เพื่อวัดความก้าวหน้าของผู้เรียน ระดับผลสัมฤทธิ์ของเนื้อหาทฤษฎีและหลักการ ต่างๆ ของพลศึกษา

2. เพื่อให้คะแนนหรือเกรด (Marking or Grading) การทดสอบจะเป็นเครื่องมือให้ได้มาซึ่งคะแนน และนำมาประเมินผลความสามารถต่อไป

3. เพื่อแบ่งกลุ่ม (Classification) การใช้แบบทดสอบทักษะกีฬา ผู้สอนจะแบ่งผู้เรียนตามระดับความสามารถ เพื่อจัดการเรียนการสอนให้เหมาะสม หรือเกิดความยุติธรรมในการแข่งขันในกลุ่มหรือระหว่างกลุ่ม

4. เพื่อการจูงใจ (Motivation) ผู้เรียนจะมีการตอบสนองในทางบวกต่อสิ่งที่มาท้าทาย เขาจะพยายามอย่างมากเพื่อให้ได้คะแนนมาก ๆ กับการทดสอบจากแบบทดสอบทักษะกีฬา

5. เพื่อการฝึก (Practice) ผู้เรียนจะถูกจูงใจให้ขยันฝึกซ้อมตามรายการของแบบทดสอบเพื่อให้ได้คะแนนมากขึ้น การฝึกฝนดังกล่าวเป็นการสร้างความก้าวหน้าและเป็นการทดสอบตนเอง

6. เพื่อการวินิจฉัย (Diagnosis) การพัฒนาทักษะกีฬาเป็นความจำเป็นอย่างยิ่งในการเรียนการสอนพลศึกษา การวินิจฉัยถึงความสามารถของผู้เรียนในแต่ละระดับ ทำให้รู้จักบกพร่องต่างๆ เพื่อแก้ไขต่อไป

7. เป็นเครื่องมือช่วยสอน (Teaching Aids) โดยธรรมชาติแล้วผู้เรียนทุกคนอยากรู้ผล การทดสอบของตัวเองว่ามีความก้าวหน้าหรือพัฒนาขึ้นมากน้อยเพียงใด ผู้สอนอาจเน้นการทดสอบ ทักษะกีฬาเป็นเครื่องมือช่วยสอนได้

8. เป็นเครื่องมือในการแปลความหมาย (Interpretative Tools) ผลจากการทดสอบจะ ถูกแปลความหมาย เพื่อประโยชน์ในด้านการบริหารต่อผู้ปกครอง และเพื่อเป็นการประชาสัมพันธ์ สถานศึกษาไปในตัวด้วย

9. เพื่อการแข่งขัน (Competition) การที่ผู้เรียนได้ทำการแข่งขันหรือทำคะแนนให้ได้ มากๆในแต่ละรายการทดสอบ จะเป็นสิ่งที่ชี้ให้เห็นถึงความสำเร็จของโครงการพลศึกษา

ดวงรัตน์ จันทรักษ์ (2552: 35) ได้สรุปประโยชน์แบบทดสอบทักษะกีฬาไว้ดังนี้ แบบทดสอบทักษะกีฬามีประโยชน์คือเป็นเครื่องมือที่สามารถหาผลสัมฤทธิ์ในการเรียนการสอนของ ทักษะนั้นๆ ช่วยในการแบ่งกลุ่มนักเรียนตามความสามารถ เป็นแนวทางในการให้คะแนนของครู และช่วยให้ครูสามารถปรับปรุงการเรียนการสอนทางด้านทักษะให้เหมาะสมกับความต้องการของนักเรียนได้

สรุปได้ว่าแบบทดสอบทักษะกีฬามีประโยชน์ในการวัดทักษะกีฬา หรือสามารถนำไปใช้ในการ ให้คะแนนเพื่อวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน นอกจากนี้ยังทำให้ทราบถึงความก้าวหน้าของผู้เข้ารับการ ทดสอบแต่ละคน เพื่อจัดกลุ่มและคัดเลือกนักกีฬาได้อย่างเหมาะสม และเป็นเครื่องมือใช้ในการ ทำนายและวินิจฉัยบุคคล อีกทั้งเป็นเครื่องมือในการสร้างแรงจูงใจในการเรียนการสอนทำให้ทราบถึง ประสิทธิภาพในการสอนของครูได้อีกด้วย

ประเภทของแบบทดสอบทักษะกีฬา

ซาฟริต (Safrit. 1990: 88) ได้แบ่งแบบทดสอบทักษะกีฬา 6 ประเภทดังนี้

1. การวัดเวลา (Measures of Time) เป็นการใช้เวลาในการวัดผลจากการปฏิบัติ ทักษะอย่างต่อเนื่อง เหมาะสมสำหรับการวัดความเร็ว เช่น ว่ายน้ำ กรีฑา หรือทักษะกีฬาที่ต้อง เคลื่อนที่ไปบนพื้น เช่น ฮอกกี้น้ำแข็ง หรือ โบว์ลิ่ง

2. การวัดระยะทาง (Measures of Distance) เป็นการวัดระยะทางจากการปฏิบัติ ทักษะการกระโดดหรือขว้าง แต่น่าจะเหมาะสมกับการกระโดดมากกว่า เนื่องจากทักษะการขว้าง จำเป็นต้องอาศัยการประสานงานระหว่างแรงและความแม่นยำ เช่น การขว้างในกีฬาซอฟท์บอล

3. การวัดจำนวนครั้งในการปฏิบัติในเวลาที่กำหนด (Measures of Number of Executions a Given Time) เป็นการวัดจำนวนครั้งจากการปฏิบัติทักษะในเวลาที่กำหนด รูปแบบใน การวัดจะคล้ายกับการวัดเวลา แต่จะเน้นความเร็วมากกว่าความแม่นยำ

4. การวัดอัตราเร็ว (Measures of Velocity) ใช้วัดทักษะที่เกี่ยวข้องกับวัตถุที่เคลื่อนที่ในอากาศ คะแนนของอัตราเร็วจะแสดงให้เห็นถึงจำนวนแรงที่ใช้ และยังใช้วัดความแม่นยำอีกด้วย

5. การวัดความแม่นยำ (Measures of Accuracy) ความแม่นยำเป็นองค์ประกอบที่ใช้กันมากที่สุดในการวัดทักษะ โดยทั่วไปแล้วใช้เป้าหมายเป็นเครื่องมือในการวัด

6. การวัดรูปแบบการปฏิบัติ (Measures of Form) เป็นการปฏิบัติทักษะหลายๆครั้งจนปฏิบัติได้สำเร็จโดยใช้วิธีการของแบบตรวจสอบรายการ (Checklist) หรือแบบประเมินค่า (Rating scale)

มอร์โรว์และอื่นๆ (Morrow et al. 2000: 144) ได้แบ่งแบบทดสอบทักษะกีฬาออกเป็น 4 ประเภท ดังนี้

1. แบบทดสอบความแม่นยำ (Accuracy – Based Skill Test) นิยมใช้การวัดผลการเสิร์ฟวอลเลย์บอล เทนนิส หรือแบดมินตัน การขว้างลูกบอล การยิงลูกโทษ การยิงประเภทต่างๆ ในกีฬาบาสเกตบอล เป็นต้น สิ่งที่ควรคำนึงในการใช้แบบทดสอบประเภทนี้คือ การสร้างระบบให้คะแนนให้มีความเชื่อถือได้และความเที่ยงตรงให้มากที่สุด

2. แบบทดสอบวัดการปฏิบัติซ้ำ ๆ (Repetitive – Performance Test) โดยปกติเรียกว่า การตีบอลกระทบผนัง หรือการตีขึ้นไปในอากาศ (Wall Volley of Self – Volleys) สามารถใช้วัดทักษะในกีฬาประเภทที่ต้องใช้ไม้ (Racquet Sport) เช่น การตีลูกหน้ามือ หลังมือ และการส่งบอลในกีฬาวอลเลย์บอล แบบทดสอบประเภทนี้นับว่ามีความเชื่อถือได้สูง แต่ถ้ากระบวนการในการสร้างไม่ดีก็อาจเกิดความไม่เหมาะสม เพราะสามารถใช้วัดทักษะกีฬาได้เพียงอย่างเดียว ซึ่งไม่ครอบคลุมทักษะอื่นๆ เท่าไรนัก ทำให้ความเที่ยงตรงลดลงไป

3. แบบทดสอบการเคลื่อนไหวของร่างกายทั้งหมด (Total Bodily Movement Test) มักเรียกว่า แบบทดสอบวัดความเร็ว (Speed Test) นิยมใช้กับการทดสอบการเลี้ยงบาสเกตบอลหรือฟุตบอล การวิ่งในกีฬาบาสเกตบอล และซอฟต์บอล แบบทดสอบประเภทนี้นับว่ามีความเชื่อถือได้สูงมากเพราะมีตัวแปรหลายตัวรวมทั้งการดูเวลาที่ได้จากการปฏิบัติด้วย

4. แบบทดสอบวัดระยะหรือพลังในการปฏิบัติ (Distance or Power Performance Test) ในการเสิร์ฟแบดมินตัน การขว้างลูกซอฟต์บอล และแร็กเก็ตบอล การขว้างลูกซอฟต์บอลและเบสบอล ซึ่งแบบทดสอบประเภทนี้มักมีปัญหาตรงที่ว่า ในการทดสอบจะต้องคิดถึงเรื่อง ความแม่นยำด้วยหรือไม่ อย่างไรก็ตามอาจแก้ปัญหาดังกล่าวได้ด้วยการกำหนดระยะทางให้สั้นเข้า

วิริยา บุญชัย (2529: 67) กล่าวว่าไว้ว่า แบบทดสอบในการวัดผลการศึกษา หรือทางพลศึกษานั้น สามารถแยกไว้ 2 ประเภทด้วยกัน

1. แบบทดสอบที่ครูสร้างขึ้นเอง (Teacher-Made Test)

2. แบบทดสอบมาตรฐาน (Standardized Test)

1. แบบทดสอบที่ครูสร้างขึ้นเอง (Teacher-Made Test) เป็นแบบทดสอบที่พบอยู่โดยทั่วไป และเป็นแบบทดสอบที่ครูสร้างขึ้นเพื่อใช้กับนักเรียนของตนเอง ซึ่งมีลักษณะดังนี้

1.1 เหมาะสมกับหน่วยของการสอนที่ครูกำหนดเนื้อหาและความยากง่ายไว้

1.2 การสร้างแบบทดสอบนั้น วิธีการ เครื่องมือ และการให้คะแนน ขึ้นอยู่กับการกำหนดของครูเอง โดยอาศัยความเที่ยงตรงจากหลักสูตรเป็นเกณฑ์

1.3 แบบทดสอบอาจจะไม่เป็นไปตามคะแนนมาตรฐานของส่วนการศึกษานั้นๆ เป็นคะแนนที่ครูรวบรวมไว้ตลอดทั้งปี และสร้างคะแนนมาตรฐานขึ้นใช้เอง

1.4 เป็นแบบทดสอบที่สร้างขึ้นเอง ดังนั้นวิธีการอาจจะไม่ดีเท่ากับแบบทดสอบมาตรฐาน

1.5 ไม่เหมาะกับการนำไปใช้สำหรับครูคนอื่นๆ เหมาะสำหรับใช้ในส่วนการศึกษาหรือท้องถิ่นนั้นๆ

2. แบบทดสอบมาตรฐาน (Standardized Test) หมายถึง แบบทดสอบที่มีวิธีการ เครื่องมือ และการให้คะแนนคงที่ โดยสามารถทำให้ใช้ข้อสอบนี้ทดสอบในต่างสถานที่และต่างเวลาได้ การสร้างแบบทดสอบมาตรฐานนั้นมีขั้นตอนง่าย ต้องออกข้อสอบหลายๆ ข้อ และทำการทดสอบกับคนเป็นจำนวนมาก นำข้อทดสอบมาวิเคราะห์ เลือเฉพาะข้อสอบที่มีคุณภาพดีไว้ แบบทดสอบมาตรฐานนั้นนอกจากจะมีวิธีการ เครื่องมือ และการให้คะแนนคงที่แล้ว ยังต้องมีความเที่ยงตรง (Validity) ความเชื่อถือได้ (Reliability) และมีเกณฑ์ปกติ (Norms)

สรุปได้ว่าแบบทดสอบทักษะมวยไทยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนั้นเป็นแบบทดสอบประเภทการเคลื่อนไหวของร่างกายทั้งหมด (Total Bodily Movement Test) เป็นแบบทดสอบที่ครูสร้างขึ้นเอง (Teacher-Made Test) โดยปรับปรุงจากแบบทดสอบของ ครองจักร งามมีศรี

หลักและขั้นตอนการสร้างแบบทดสอบ

เมเยอร์และบีสช์ (Meyers; & Biesh. 1962: 66) ได้กล่าวถึง หลักในการสร้างแบบทดสอบทักษะทางกีฬาว่า แบบทดสอบควรเลือกวัดทักษะสำคัญๆ ในการเล่นกีฬานั้นๆ และควรมีความคล้ายคลึงกับสภาพการเล่นมากที่สุด พร้อมกับส่งเสริมท่าทางในการเล่นให้ดีขึ้น และต้องมีความมุ่งหมายที่ดีและดึงดูดความสนใจ แบบทดสอบนั้นไม่ควรยากเกินไปในการปฏิบัติ

จอห์นสันและเนลสัน (Johnson; & Nelson. 1974: 109) กล่าวว่า แบบทดสอบที่ดีควรมีลักษณะดังนี้

1. ความเที่ยงตรง (Validity) หมายถึง ความสามารถวัดในสิ่งที่ต้องการวัดตรงตามจุดมุ่งหมาย

2. ความเชื่อมั่น (Reliability) หมายถึง การที่แบบทดสอบมีความแน่นอนในการวัด โดยผู้รับการทดสอบจะทดสอบกี่ครั้งก็จะได้ผลเช่นเดิม

3. เกณฑ์ปกติ (Norms) เพื่อใช้เป็นตัวแทนของประชากรเฉพาะกลุ่ม

4. ความเป็นปรนัย (Objectivity) หมายถึง แบบทดสอบมีมาตรฐานที่แน่นอนแจ่มชัดในการดำเนินการและการให้คะแนน แม้จะมีผู้วัดหลายคนก็ได้คำตอบหรือคะแนนที่เท่ากัน

แอสตรนด์และวิลสัน (Strand; & Wilson. 1993) ได้เสนอถึงหลักในการสร้างแบบทดสอบทักษะทางกีฬาไว้ 10 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ตรวจสอบเกณฑ์ของแบบทดสอบที่ดี (Review Criteria of Good Test) ได้แก่

1. ความเที่ยงตรง (Validity)
2. ความเชื่อถือได้ (Reliability)
3. ความเป็นปรนัย (Objectivity)
4. เกณฑ์ปกติ (Norms)
5. อุปกรณ์ (Equipment)
6. บุคลากร (Personnel)
7. พื้นที่ใช้ในการทดสอบ (Space Requirement)
8. การเตรียมพร้อมและการจัดเวลา (Preparation and Administration Time)
9. ความสะดวกในการดำเนินการ (Ease of Administration)
10. ความเหมาะสมของอายุและเพศ (Age and Sex Appropriateness)
11. คุณค่าทางการศึกษา (Education Value)
12. อำนาจจำแนก (Discrimination)
13. ความปลอดภัย (Safety)
14. ชนิดของแบบทดสอบ (Types of Tests)

ขั้นที่ 2 วิเคราะห์กีฬา (Analyze the Sport) เป็นการวิเคราะห์กีฬาหรือกิจกรรมที่ทดสอบโดยวิเคราะห์ถึงองค์ประกอบที่สำคัญของทักษะกีฬาหรือกิจกรรมนั้นว่าต้องการวัดทักษะและความสามารถอะไรบ้าง อย่างเช่น ถ้าจะวัดทักษะในการปฏิบัติการใช้แบบทดสอบทักษะ (Skill Test) หากจะวัดความสามารถในการเล่นควรใช้แบบทดสอบความสามารถทางกลไก

ขั้นที่ 3 การตรวจเอกสาร (Review the Literature) หลังจากได้เลือกทักษะที่เหมาะสมแล้วจึงทำการตรวจสอบเอกสารที่เกี่ยวข้องกับทักษะกีฬาที่ต้องการทดสอบ โดยอาจศึกษาจากแบบทดสอบที่มีอยู่เดิม

ขั้นที่ 4 คัดเลือก หรือสร้างข้อทดสอบ (Select or Construct Test Items) โดยข้อทดสอบจะต้องเป็นตัวแทนของการแสดงออกที่จะวิเคราะห์ มีความสะดวกที่จะนำไปใช้และใช้ได้จริง รวมทั้งต้องรู้ว่าข้อทดสอบแต่ละข้อใช้สถานการณ์อย่างไร จึงไม่ควรมียข้อทดสอบมากมาย เพื่อใช้วัดเพียงทักษะหรือความสามารถเพียงอย่างเดียว

ขั้นที่ 5 การกำหนดวิธีการปฏิบัติ (Establish Procedures) เป็นการกำหนดแบบแผนขอบเขตของการให้คะแนนและวิธีการดำเนินการ

ขั้นที่ 6 จับคู่ช่วยทำการตรวจสอบ (Arrange Peer review) เป็นการสรรหาผู้เชี่ยวชาญหรือผู้รู้ในทักษะนั้นๆ เพื่อทำการตรวจสอบข้อบกพร่องของแบบทดสอบที่สร้างขึ้น ซึ่งผู้สร้างอาจจะมองไม่เห็นระหว่างการสร้างแบบทดสอบนั้น

ขั้นที่ 7 นำไปทดลองใช้ (Conduct Pilot Study) นำแบบทดสอบไปทดลองใช้เพื่อตรวจสอบวิธีดำเนินการ การเตรียมการ การให้คะแนนและปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้น เพื่อนำไปสู่การปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

ขั้นที่ 8 หาความเที่ยงตรง ความเชื่อถือได้ และความเป็นปรนัย (Determine Validity, Reliability and Objectivity)

ขั้นที่ 9 สร้างเกณฑ์ปกติ (Develop Norms) ถ้าแบบทดสอบที่สร้างขึ้นมีค่าความเที่ยงตรงและค่าความเชื่อถือได้สูงก็สามารถสร้างเกณฑ์ปกติ เพื่อนำไปใช้กับโรงเรียน ท้องถิ่น เขตหรือประเทศ

ขั้นที่ 10 สร้างคู่มือการใช้แบบทดสอบ (Construct Test Manual) เป็นขั้นตอนสุดท้ายของการสร้างแบบทดสอบทักษะกีฬา คือการจัดทำคู่มือการใช้ ซึ่งประกอบไปด้วยวิธีการใช้คู่มือและคำอธิบายเกี่ยวกับแบบทดสอบที่สร้างขึ้น

วิริยา บุญชัย (2529: 44) ได้เสนอถึงขั้นตอนในการสร้างแบบทดสอบทางพลศึกษาซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

1. วิเคราะห์เกมหรือลักษณะทางกาย เพื่อจะได้ทราบเกี่ยวกับทักษะหรือองค์ประกอบต่างๆที่มีผลต่อการปฏิบัติกิจกรรมนั้นๆ

2. เลือกข้อทดสอบที่สามารถวัดคุณภาพที่ต้องการวัด ในการเลือกแบบทดสอบต้องการเลือกความสำคัญและความแม่นยำในการวัดด้วย

3. การดำเนินการทดสอบและการคิดคะแนน ในระยะแรกผู้สร้างแบบทดสอบอาจจะลองผิดลองถูกหลายครั้ง หลังจากนั้นก็วางแผนดำเนินการและการคิดคะแนน

4. ทดสอบความเชื่อถือได้ของข้อทดสอบในแต่ละรายการ โดยการทดสอบซ้ำ

4.1 ผู้รับการทดสอบ (Subjects) ควรเป็นตัวแทนของประชากรที่จะศึกษาได้

4.2 การกำหนดจำนวนครั้งของการประลองในแต่ละข้อทดสอบ ถ้าทำการประลอง 2-3 ครั้ง ให้บันทึกคะแนนครั้งที่ดีที่สุดหรือบันทึกคะแนนเฉลี่ยจากการประลองทั้งหมด

4.3 ข้อทดสอบแต่ละรายการควรมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แห่งความเชื่อถือได้ไม่น้อยกว่า .70

5. ทดสอบความเป็นปรนัยของข้อทดสอบ โดยใช้ผู้ทดสอบอย่างน้อย 2 คน

6. สร้างความเที่ยงตรงของแบบทดสอบ ซึ่งมีวิธีดำเนินการได้หลายแบบ เช่น

6.1 คะแนนของแบบทดสอบที่สร้างขึ้นนั้น มีความสัมพันธ์กับคะแนนของแบบทดสอบที่ถือว่าเชื่อถือได้แล้ว

6.2 แบบทดสอบที่วัดการปฏิบัติของกีฬาประเภทต่างๆ เช่น เทนนิส แบดมินตัน บาสเกตบอล คะแนนของการทดสอบจะมีความสัมพันธ์กับผลของการแข่งขันแบบพบกันหมด โดยคนที่ได้คะแนนสูงจากการทดสอบก็จะอยู่ในลำดับที่สูงของการแข่งขันด้วย

6.3 การเปรียบเทียบคะแนนของแบบทดสอบแต่ละรายการของแบบทดสอบ โดยหามาตรฐานของคะแนนรวมของแบบทดสอบ แล้วนำคะแนนของการทดสอบไปเปรียบเทียบ ถ้ามีความสัมพันธ์กันสูงแสดงว่าแบบทดสอบมีความเที่ยงตรงหรือนำแบบทดสอบแต่ละรายการเปรียบเทียบซึ่งกันและกัน ถ้ามีความสัมพันธ์กันก็สามารถเลือกข้อทดสอบอันใดอันหนึ่งได้

7. ปรับปรุงแบบทดสอบอีกครั้งหนึ่ง หลังจากนั้นให้บันทึกวิธีการปฏิบัติและการคิดคะแนน

8. สร้างเกณฑ์ปกติ โดยเปลี่ยนคะแนนให้เป็น T-Score หรือเปอร์เซ็นต์ไทล์

บุญส่ง โกสะ (2547: 78) ได้กล่าวถึงขั้นตอนการสร้างหรือพัฒนาแบบทดสอบทักษะกีฬาดังนี้

1. กำหนดวัตถุประสงค์ของการทดสอบ

2. ตรวจสอบเอกสารเกี่ยวกับแบบทดสอบ

3. ออกแบบแบบทดสอบ
4. ทำคำอธิบายการทดสอบ ให้เป็นมาตรฐาน
5. ทดสอบนำแบบทดลองไปใช้
6. หาความเที่ยงตรงและความเชื่อถือได้
7. พัฒนาเกณฑ์ปกติ

สรุปหลักและขั้นตอนในการสร้างแบบทดสอบทักษะกีฬามวยไทยดังนี้

1. ศึกษาทักษะพื้นฐานกีฬามวยไทยจากแบบทดสอบของครองจักร งามมีศรี จากหลักสูตร เอกสารงานวิจัย วิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้อง และปรึกษาผู้เชี่ยวชาญในการเป็นครูมวยเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบทดสอบทักษะมวยไทย
2. วิเคราะห์ทักษะมวยไทย โดยทักษะที่นำมาตรงกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการวัดซึ่งไม่ควรจะประกอบด้วยหลายทักษะมากเกินไปและเหมาะสมกับเพศและวัยใช้เวลาในการทดสอบไม่มาก
3. นำทักษะที่คัดเลือกมาปรึกษาอาจารย์เพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม
4. นำแบบทดสอบทักษะกีฬามวยไทยที่สร้างขึ้น ปรึกษาผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ความสามารถและมีประสบการณ์ในกีฬามวยไทย เช่น นักวิชาการ ผู้ฝึกสอน อาจารย์เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรง และความเหมาะสมของแบบทดสอบ
5. นำแบบทดสอบทักษะมวยไทยที่ผ่านการตรวจสอบความสมบูรณ์จากผู้เชี่ยวชาญไปทดสอบเพื่อหาความเชื่อถือได้ (Reliability) โดยวิธีทดสอบซ้ำ (Test – Retest) ระยะเวลาห่างกัน 1 สัปดาห์
6. นำแบบทดสอบทักษะมวยไทยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นหาค่าความเป็นปรนัย (Objectivity) โดยให้ผู้ทดสอบ (Tester) ทั้ง 2 กลุ่ม มาทำการทดสอบและนำคะแนนการทดสอบของผู้ทดสอบทั้ง 2 กลุ่ม มาหาค่าความเป็นปรนัยโดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient)
7. สร้างเกณฑ์ปกติโดยใช้คะแนนดิบหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
8. สร้างคู่มือแบบทดสอบทักษะมวยไทย

เกณฑ์ปกติ (Norms)

ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ (2539: 97) กล่าวว่า เกณฑ์ปกติ หมายถึง ข้อเท็จจริงทางสถิติที่บรรยายการแจกแจงของคะแนนจากประชากรที่นิยามไว้อย่างดีแล้ว และเป็นคะแนนที่ จะบอกระดับความสามารถว่าผู้สอบอยู่ในระดับใดของกลุ่มประชากร แต่ในทางปฏิบัติประชากร ที่นิยามไว้

อย่างดีเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ดีของประชากรนั่นเองแต่ต้องมีจำนวนมากพอที่จะเป็นตัวแทนของกลุ่มประชากรได้ด้วย

ศิวพร เพ็งภาค (2551: 112) เถกนถ์ปกติหมายถึงมาตรฐานสิ่งอ้างอิงการแปลความหมายของคะแนน ของข้อมูล จากประชากรกลุ่มหนึ่งซึ่งผู้วัดสามารถนำผลจากการทดสอบไปเปรียบเทียบกับประชากรในลักษณะเดียวกันได้ ซึ่งในการประเมินสิ่งใดถ้ามีเกณฑ์กำหนดไว้อย่างชัดเจนเหมาะสมจะทำให้ประเมินได้ง่ายมีประสิทธิภาพและยังเป็นแนวทางสำหรับดำเนินกิจกรรมต่างๆ ให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการอีกด้วย

เยาวดี ราชชัยกุล วิบูลย์ศรี (2548: 50) ได้ให้ความหมายของเกณฑ์ปกติไว้ว่า หมายถึง จุดตัดหรือระดับค่าของคะแนนที่ใช้แบ่งระดับความสามารถของผู้สอบออกเป็นผู้รอบรู้และผู้ไม่รอบรู้

พิสนุ พองศรี (2550: 34) กล่าวว่า เกณฑ์ หมายถึง ระดับที่กำหนดไว้หรือมาตรฐานที่ควรจะเป็น เพื่อใช้ตัดสินสิ่งหนึ่งสิ่งใด

พรธิมา มณีรัตน์ (2553: 59) ได้สรุป เกณฑ์ปกติ หมายถึงมาตรฐานที่กำหนดไว้ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งของประชากรกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง ที่จะบอกระดับคะแนนความสามารถว่าผู้เข้ารับการทดสอบอยู่ในระดับใดของกลุ่มประชากรเพื่อใช้ในการเปรียบเทียบกับประชากรในลักษณะเดียวกัน

สรุปได้ว่า เกณฑ์ปกติ (Norms) หมายถึง ระดับคะแนนที่บอกความสามารถหรือทักษะของผู้เข้ารับการทดสอบว่าอยู่ในระดับใดของกลุ่มประชากร และกลุ่มตัวอย่างต้องมีจำนวนมากที่จะเป็นตัวแทนของกลุ่มประชากรได้

ประโยชน์ของเกณฑ์ปกติ

จารุบุตร ทะสุวรรณ (2547: 30) สรุปไว้ว่า เกณฑ์ปกติ จะทำให้ทราบว่า ใครได้คะแนนเท่าไร จากแบบทดสอบเมื่อนำมาเปรียบเทียบกับ

ศรีสุตา ชันติ (2549: 66) ได้สรุปเกี่ยวกับประโยชน์ของการสร้างเกณฑ์ปกติไว้ว่าการวัดผลที่มีเกณฑ์ไว้เปรียบเทียบกับนั้นทำให้เราทราบว่าผู้เรียนอยู่ในระดับใด ผู้สอนสามารถนำผลของการทดสอบของผู้เรียนไปใช้ในการปรับปรุงการเรียนการสอนสอดคล้องและเหมาะสมกับผู้เรียนในแต่ละกลุ่ม

ศิวพร เพ็งภาค (2551: 103) ได้สรุปประโยชน์เกณฑ์ปกติว่าเกณฑ์ปกตินั้นมีความจำเป็นต่อการวัดผลเป็นอย่างมาก ซึ่งผลที่ได้นั้นจะนำไปเปรียบเทียบกับเกณฑ์ปกติที่กำหนดไว้ตามเพศ อายุ ส่วนสูง น้ำหนัก หากมีแต่เพียงคะแนนดิบเพียงอย่างเดียวก็ไม่มีประโยชน์อะไรเพราะจะไม่สามารถที่จะประเมินว่าบุคคลนั้นได้คะแนนเท่าใด เกณฑ์ปกติจะทำให้เราทราบว่าใครได้คะแนนเท่าไร อยู่ระดับใด มีสิ่งใดที่ต้องปรับปรุงและพัฒนาให้ดีขึ้น

โชคชัย เทียมทิพร (2553: 66) ได้สรุปประโยชน์เกณฑ์ปกติไว้ว่า เกณฑ์ปกติมีประโยชน์และความจำเป็นสำหรับการวัดผลและประประเมินผล เพื่อที่จะได้เกณฑ์ไว้ในการเปรียบเทียบผลจากการทดสอบ ทำให้ทราบว่าผู้เรียนมีความสามารถอยู่ในระดับใด เป็นผู้มีความรู้ความสามารถตามมาตรฐานที่กำหนดไว้หรือไม่ อีกทั้งผู้สอนสามารถนำผลจากการทดสอบไปใช้ในการปรับปรุงการเรียนการสอนให้สอดคล้องและเหมาะสมกับผู้เรียนในแต่ละกลุ่ม

กิตติศักดิ์ เมฆปั้น (2553: 98) ได้สรุปประโยชน์เกณฑ์ปกติไว้ว่า เกณฑ์ปกติจะทำให้ทราบถึงระดับความสามารถของผู้เรียนแต่ละคนใครได้คะแนนเท่าไร จากแบบทดสอบเมื่อนำมาเปรียบเทียบกันและ ผู้สอนสามารถนำผลของการทดสอบของผู้เรียนไปใช้ในการปรับปรุงการเรียนการสอนสอดคล้องและเหมาะสมกับผู้เรียนในแต่ละกลุ่มด้วย

พรธิมา มณีรัตน์ (2553: 59) ได้สรุปประโยชน์ของเกณฑ์ปกติ คือ ทำให้ทราบว่าผู้ถูกทดสอบได้คะแนนอยู่ในระดับใด เมื่อนำมาเปรียบเทียบกับระดับเดียวกัน และสามารถนำผลการเรียนไปปรับปรุงต่อไป

สรุปได้ว่า ประโยชน์ของเกณฑ์ปกติทำให้ผู้ทดสอบและผู้รับการทดสอบทราบถึงระดับความสามารถของผู้รับการทดสอบว่าอยู่ในระดับใดเมื่อนำมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ระดับเดียวกัน

วิธีการสร้างเกณฑ์ปกติ

วิริยา บุญชัย (2529: 44) ได้กล่าวว่าการสร้างเกณฑ์ปกติมีขอบข่ายดังต่อไปนี้

1. ประชากรที่ใช้มีจำนวนมาก
2. ข้อมูลที่นำมาสร้างเกณฑ์ปกติต้องเป็นตัวแทนของประชากรได้จริง โดยการสุ่มที่กระจายค่าที่ได้ไม่สูงหรือต่ำจนเกินไป
3. เกณฑ์ปกติที่ได้ จะใช้เฉพาะกลุ่มท้องถิ่นเท่านั้น เพราะแต่ละท้องถิ่นหรือแต่ละประเทศมีความแตกต่างกัน
4. เกณฑ์ปกติต้องมีการปรับปรุงด้วย เพราะการเปลี่ยนแปลงด้านสังคมและด้านต่างๆ ซึ่งแน่นอนเหลือเกินว่าลักษณะของความสามารถของเด็กก็เปลี่ยนไปด้วย
5. องค์ประกอบอื่นๆ ที่ควรคำนึงในการเลือกแบบทดสอบ ดังนี้
 - 5.1 อุปกรณ์ควรเลือกแบบทดสอบที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายมากเกินไป สิ่งที่ต้องพิจารณาได้แก่ การเลือกแบบทดสอบที่มีความแม่นยำ ใช้อุปกรณ์น้อยและราคาไม่แพง
 - 5.2 เวลาที่ใช้ควรพิจารณาให้เหมาะสมกับลักษณะองค์ประกอบสมรรถภาพทางกายที่ต้องการทดสอบและวิธีการที่ทดสอบ รวมทั้งเวลาที่มีในการทดสอบแต่ละครั้ง

5.3 ค่าใช้จ่ายแบบทดสอบที่ดีไม่ต้องใช้ค่าใช้จ่ายมากนัก ควรพิจารณาให้เหมาะสมกับผลที่ได้รับ

5.4 ความสำคัญของแบบทดสอบที่ควรคำนึง คือ ทักษะคตินักกีฬาในการทดสอบเพื่อจะได้ทราบถึงความก้าวหน้าในการฝึก เป็นการกระตุ้นให้นักกีฬายกย่องตนเอง รู้ระดับการพัฒนาตนเอง

5.5 ประโยชน์ที่ได้จากแบบทดสอบที่สร้างขึ้นสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้จริง

5.6 พิจารณาผลที่เกิดจากการทำแบบทดสอบ เช่น เกิดความเจ็บปวดแก่ร่างกายหรือไม่เป็นต้น

พญศักดิ์ สนเทศ (2533: 98) ได้กล่าวไว้ว่า การหาค่าเกณฑ์ปกติของแบบทดสอบย่อยและแบบทดสอบรวม ทำให้สามารถเปรียบเทียบให้ผู้รับการทดสอบทราบถึงระดับความสามารถของตนเองว่าอยู่ในระดับใด เกณฑ์ปกติทั้งคะแนนย่อยและคะแนนรวมอาจจะแสดงในรูปการแบ่งคะแนนโดยวิธีโค้งปกติ ตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน หรือจะใช้คะแนนมาตรฐานที่ก็ได้

ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ (2539: 100) ได้ให้คำแนะนำว่า การตัดเกรดอาจเป็น 2 เกรด 3 เกรด 4 เกรด หรือ 5 เกรด ก็ได้ ขึ้นอยู่กับลักษณะเด็กและลักษณะของข้อสอบ การตัดเกรดไม่จำเป็นจะต้องตัด 5 เกรดเสมอไป

ขั้นที่ 1 แปลงคะแนนดิบเป็นคะแนนมาตรฐาน T-ปกติ

ขั้นที่ 2 หาพิสัยของคะแนนมาตรฐานชุดนั้น

ขั้นที่ 3 พิจารณาโดยใช้คุณธรรมอันสูงส่งว่า ควรจะตัดกี่เกรด และเป็นเกรดอะไรบ้างอาจจะเป็น 3 เกรด ABC หรือ BCD หรือ CDE ก็ได้ ถ้า 4 เกรดอาจเป็น ABCD หรือ BCDE ก็ได้

ขั้นที่ 4 การตัดเกรดต้องยึดจุดคะแนนเฉลี่ยเป็นหลักเสมอ ถ้าตัดเกรดก็ต้องคร่อมจุดเฉลี่ยให้เป็นเกรดกลาง แต่ถ้าเป็นเกรดคู่เขาจุดคะแนนเฉลี่ยเป็นหลัก แต่อย่าลืมให้ช่วงคะแนนแต่ละเกรดเท่ากันเสมอ เพื่อรักษาความยุติธรรม การตัดเกรดโดยยึดคะแนนมาตรฐานเป็นหลัก ก็เพราะถือว่าเป็นคะแนนที่มีช่วงเท่าๆ กัน (Interval Scale)

บาร์โรว์และแมคจี (Barrow and McGee. 1979: 123) กล่าวว่า เกณฑ์ปกตินั้นมีหลายระดับให้เลือกใช้ตามความเหมาะสมทั้งระดับนานาชาติ ระดับประเทศ ระดับเขต ระดับจังหวัด และระดับโรงเรียน แต่สำหรับแบบทดสอบที่สร้างขึ้นเอง รายการทดสอบบางอย่างต้องสร้างเกณฑ์ปกติขึ้นมาเองด้วย โดยนำแบบทดสอบที่สร้างขึ้นมาทดสอบกับนักเรียนทั้งโรงเรียน เพื่อหาค่าเฉลี่ย แยกเพศ ระดับอายุของแบบทดสอบทั้งหมด รายการย่อยของข้อทดสอบ เพราะการหาค่าเกณฑ์ปกติของข้อ

ทดสอบย่อยและแบบทดสอบทักษะรวม ทำให้สามารถเปรียบเทียบให้ผู้รับการทดสอบทราบถึงระดับความสามารถของตนเองว่าอยู่ในระดับใด เกณฑ์ปกติทั้งคะแนนย่อย และคะแนนรวม คะแนนมาตรฐานส่วนใหญ่ที่นิยมใช้ คือ คะแนน “ที” หรือตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์

การทดสอบแบบอิงกลุ่มจุดมุ่งหมายเพื่อจะจัดลำดับของนักเรียนให้แม่นยำมากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ จากคะแนนต่ำสุดไปจนถึงคะแนนสูงสุด ระบบนี้จะใช้โค้งปกติเป็นตัวแทนของการแจกแจงข้อมูล โดยพื้นที่ใต้โค้งทั้งหมดคือ 100 เปอร์เซ็นต์ การให้เกรดวิธีนี้สามารถทำได้หลายวิธี (Hastad and Lacy, 1988 อ้างใน วลัยชรร สหิระกุล, 2547: 53) ได้กล่าวไว้ดังนี้

1. การให้เกรดโดยใช้เคิร์ฟ (Curve Grading) การให้เกรดวิธีนี้จะตั้งอยู่บนพื้นฐานของค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนในกลุ่ม โดยมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

ขั้นที่ 1 คำนวณค่าเฉลี่ย (Mean หรือ $\bar{x}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation หรือ S.D.) สำหรับคะแนนของกลุ่ม

ขั้นที่ 2 ถ้าใช้ระบบการใช้เกรดแบบตัวอักษร 5 เกรด (A, B, C, D และ F) ให้กำหนดช่วงของส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังนี้

ดีมาก	หรือ	A = มากกว่า 1.5 S.D. เหนือ $\bar{x}$
ดี	หรือ	B = ระหว่าง +0.5 S.D. ถึง +1.5 S.D. เหนือ $\bar{x}$
ปานกลาง	หรือ	C = ระหว่าง -0.5 S.D. ถึง +0.5 S.D. จาก $\bar{x}$
ต่ำ	หรือ	D = ระหว่าง -0.5 S.D. ถึง -1.5 S.D. ต่ำกว่า $\bar{x}$
ต่ำมาก	หรือ	F = น้อยกว่า -1.5 S.D. ต่ำกว่า $\bar{x}$

การกำหนดเกรดวิธีนี้จะใช้ค่าเฉลี่ยของ T-scores ทั้งหมด

ขั้นที่ 3 กำหนดช่วงของเกรด C (ช่วงของเกรด C จะเริ่มตั้งแต่เหนือและต่ำกว่าค่าเฉลี่ย)

ขั้นที่ 4 สร้างช่วงของเกรด B

ขั้นที่ 5 กำหนดช่วงของเกรด A

ขั้นที่ 6 กำหนดช่วงของเกรด D เหมือนกับการกำหนดช่วงของเกรด B

ขั้นที่ 7 กำหนดช่วงของเกรด F

ขั้นที่ 8 จัดลำดับใหม่ให้สมบูรณ์

ในขบวนการนี้จะใช้ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ 2 ค่า เท่านั้นคือ 0.5 และ 1.5 โดยการเพิ่มและการลดจากค่าเฉลี่ย

ขั้นที่ 9 สร้างความถี่และเปอร์เซ็นต์ของคะแนนจากช่วงของเกรด

2. การให้เกรดโดยวิธีกำหนดเป็นร้อยละ (Percentage Method) เป็นการให้เกรดโดยการกำหนดร้อยละของนักเรียนที่จะได้รับในแต่ละเกรด

2.1 กำหนดจำนวนร้อยละของนักเรียนซึ่งจะได้รับในแต่ละเกรด เช่น

A = 10%

B = 20%

C = 40%

D = 20%

F = 10%

2.2 จัดเรียงลำดับคะแนนดิบ (Raw Scores) ที่ได้จากการทดสอบจากสูงสุดไปต่ำสุด

2.2.1 กำหนดจำนวนนักเรียนที่ได้รับในแต่ละเกรด

2.2.2 ให้เกรดเรียงตามลำดับคะแนน

3. การให้เกรดโดยวิธีเปอร์เซ็นต์ไทล์ (Percentile Equivalent Method) การให้เกรดโดยวิธีนี้เป็นที่นิยมมากในการกำหนดเกรดเป็นตัวอักษร

4. การให้เกรดโดยวิธีอาศัยช่องว่างของการกระจาย (Grads in Distribution Method) การกระจายของคะแนนการทดสอบ ปกติจะมีช่องว่างซึ่งไม่มีคะแนนเกิดขึ้น

การสร้างเกณฑ์ปกติ มีด้วยกันหลายวิธีโดยผู้วิจัยใช้หลักการให้เกรดโดยการใช้โค้งปกติ (Curve grading) การให้เกรดวิธีนี้จะตั้งอยู่บนพื้นฐานของค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนในกลุ่ม

สรุปในการสร้างเกณฑ์ปกติของแบบทดสอบทักษะมวยไทยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยหาเกณฑ์ปกติ (Norms) ของคะแนนที่ได้จากแบบทดสอบทักษะมวยไทยสำหรับนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 ของแบบทดสอบแต่ละรายการโดยใช้คะแนนดิบหาค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยใช้วิธีการตัดเกรดเป็น 5 ระดับ คือ 5 = ดีมาก 4 = ดี 3 = ปานกลาง 2 = ต่ำ และ 1 = ต่ำมาก

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในต่างประเทศ

ฮอปกินส์ (Hopkins. 1977: 155-A) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “A Factor Analysis of Basketball Skill Tests” ผู้วิจัยเริ่มต้นศึกษา โดยการตรวจสอบแบบทดสอบทักษะบาสเกตบอลทั้งหลายที่นิยมใช้ทดสอบความสามารถทางบาสเกตบอลที่ดีที่สุด ในขอบเขตของทักษะบาสเกตบอล ผู้วิจัยตั้งสมมุติฐาน ขอบเขตของทักษะบาสเกตบอลไว้ 5 ประการ คือ การยิงประตูการส่งลูกบาสเกตบอล การกระโดด การเคลื่อนที่โดยปราศจากลูกบอล และการเคลื่อนที่ในขณะที่มีบอล ตัวแปรในการทดลองครั้งนี้ ผู้วิจัยได้คัดเลือกข้อสอบทักษะบาสเกตบอลในขอบเขตของสมมุติฐานข้างต้น รวม 21 ตัวแปร (ข้อทดสอบทักษะบาสเกตบอล) ทั้งนี้ได้รวมถึงข้อทดสอบทักษะบาสเกตบอล 9 รายการ ของ เอ เอ เอช พี อี อาร์ (AAHPER) ไว้ด้วย ผู้วิจัยนำข้อทดสอบทั้งหมดนี้ไปทดสอบนักเรียนชายระดับ 7-12 ที่กำลังอยู่ในค่ายฤดูร้อนในปี 1975 ที่มหาวิทยาลัยเนโซต้า จำนวน 70 คน ผู้วิจัยทำการตรวจสอบสมมุติฐาน โดยการใช้รูปแบบการวิเคราะห์ 4 แบบ ดังนี้ (Alpha Canonical Factor Analysis, Image Analysis) และ (Principal Components Analysis) ซึ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการทดสอบทักษะบาสเกตบอล ปรากฏว่าสมมุติฐาน ในขอบเขตทักษะการกระโดด พบว่า การกระโดดและเด้งเป็นการวัดผลที่ดีที่สุด สมมุติฐานในขอบเขตของการเคลื่อนที่โดยปราศจากลูกบอล และการเคลื่อนที่ในขณะที่มีบอล พบว่า การวิ่ง ชิกแซก และการเลี้ยงลูกบาสเกตบอลชิกแซกเป็นการวัดผลที่ดีที่สุด สมมุติฐานในขอบเขตของการส่งลูกบาสเกตบอล พบว่า การส่งลูกบอลเร็ว และการส่งลูกบาสเกตบอลกระทบผนัง เป็นการวัดผลที่ดีที่สุด และสมมุติฐานในขอบเขตการยิงประตู พบว่า การยิงประตูด้านข้างการยิงประตูด้านหน้าและการยิงประตูโทษเป็นการวัดผลที่ดีที่สุด แต่การยิงประตูด้านข้างมีระยะไกล 20 ฟุต อาจยาวเกินไป สำหรับนักเรียนชั้น 7-8 การยิงประตูด้านหน้าจึงเหมาะสมที่สุด ผู้วิจัยได้สรุปผลการศึกษานี้ว่า รายการทดสอบทักษะบาสเกตบอลที่สามารถทดสอบได้รวดเร็วและวัดผลได้ตรงตามวัตถุประสงค์ ได้แก่ รายการทดสอบการกระโดดและเด้ง การส่งลูกบาสเกตบอลเร็ว การเลี้ยงลูกบาสเกตบอล และการยิงประตูด้านหน้า จึงเป็นข้อทดสอบที่ดีที่สุด

ซูติ และคอร์บิน (Zuti and Corbin. 1977: 499 – 503) ได้ศึกษาเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายของนักศึกษาใหม่ (Physical Fitness Norms for College Freshman) ของมหาวิทยาลัย แคนซัส (Kansas State University) ซึ่งมีอายุระหว่าง 17.6 - 19.5 ปี กลุ่มตัวอย่างมีจำนวนทั้งสิ้น 3,250 คน แบ่งเป็นนักศึกษาชาย 1,717 คน นักศึกษาหญิง 1,533 คน การทดสอบประกอบด้วยรายการทดสอบต่าง ๆ ดังนี้

1. การทดสอบแรงบีบมือ ความแข็งแรงของหลังส่วนบนและความแข็งแรงของขา
2. การทดสอบความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อหลัง และกล้ามเนื้อด้านหลังของขาท่อนบน

3. การทดสอบปริมาณการใช้ออกซิเจนสูงสุด โดยวิธีของออสตราน (Astrand Rhythmic Bicycle Ergometer Test)

4. การหาร้อยละของไขมัน โดยวิธีการทดสอบแบบสกินโฟลด์ (Skinfold test) แล้วนำข้อมูลจากการทดสอบแต่ละรายการหาค่ามัธยฐานและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และหาค่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ ผลการศึกษาพบว่า มีค่าเฉลี่ยของผลการทดสอบดังนี้คือ

1. นักศึกษาชายมีอายุเฉลี่ย 18.23 ปี ความสูงเฉลี่ย 178.5 เซนติเมตร น้ำหนักเฉลี่ย 3.16 กิโลกรัม แรงบีบมือซ้าย 49.19 กิโลกรัม แรงบีบมือขวา 49.4 กิโลกรัม ความแข็งแรงของขา 165.95 กิโลกรัม ความแข็งแรงของหลัง 163.22 กิโลกรัม ความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อหลังและกล้ามเนื้อด้านหลังของขาท่อนบน 41.5 เซนติเมตร ปริมาณการใช้ออกซิเจนสูงสุด 2.90 ลิตรต่อ นาที ร้อยละของไขมัน 12.35

2. นักศึกษาหญิงมีอายุเฉลี่ย 15.19 ปี ความสูงเฉลี่ย 165.381 เซนติเมตร น้ำหนักเฉลี่ย 49.18 กิโลกรัม แรงบีบมือซ้าย 24.90 กิโลกรัม แรงบีบมือขวา 27.45 กิโลกรัม ความแข็งแรงของหลัง 84.60 กิโลกรัม ความแข็งแรงของขา 90.91 กิโลกรัม ความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อหลังและกล้ามเนื้อด้านหลังของขาท่อนบน 45.85 เซนติเมตร ปริมาณการใช้ออกซิเจนสูงสุด 2.30 ลิตร ต่อนาที

แมททิวส์ (Mathews. 1978: 153) ได้กล่าวถึงแบบทดสอบทักษะกีฬาบอลเลย์บอลสำหรับนักศึกษาชายระดับอุดมศึกษาของ Brady ซึ่งแบบทดสอบนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อจัดแบ่งพวกสำหรับนำไปปรับปรุงการสอน วัดทักษะและเป็นข้อมูลในการจัดอันดับ แบบทดสอบมีหนึ่งรายการ คือ การส่งลูกบอลกระทบผนังภายในเวลาหนึ่งนาที โดยใช้ผนังหรือกำแพงคอนกรีตเรียบ ชิดเส้นบนผนังกว้าง 5 ฟุต สูงจากพื้น 11.5 ฟุต เพื่อทดสอบความสามารถรับและการส่งลูก ให้ผู้รับการทดสอบยืนที่จุดใดจุดหนึ่งเมื่อได้รับสัญญาณ “เริ่ม” ให้ผู้รับการทดสอบเล่นลูกบอลภายในเวลา 1 นาที ภายในเขตที่กำหนดให้ทำการทดสอบสองครั้งและคิดคะแนนครั้งที่ได้คะแนนมากที่สุด

ผลการศึกษาพบว่า แบบทดสอบของ Brady มีค่าความเที่ยงตรงเท่ากับ .86 ซึ่งหาได้จากผู้เชี่ยวชาญ 4 คน และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .925 ซึ่งหาได้โดยวิธีทดสอบซ้ำ (Test-Retest) จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 282 คน

แบร์ว และ แมคกี (Barrow; & McGee. 1979: 284-285) ได้ศึกษาไว้เมื่อปี ค.ศ.1973 โดยศึกษาเกี่ยวกับแบบทดสอบเพื่อวัดความสามารถโดยทั่วไปในกีฬาฟุตบอล และเจาะจงให้เป็นพื้นฐานในกีฬาฟุตบอล เพื่อทำนายความสามารถก่อนที่จะลงเล่นในสนามจริงแบบทดสอบที่ใช้คือ การเตะบอล (Bounce a soccer Ball) โดยใช้เท้า เตะ ต้นขา ไหล่ ศีรษะหรือใช้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายได้ ทุกส่วน ยกเว้นมือและแขน โดยเตะให้ได้มากที่สุด ภายใน 45 วินาที ในพื้นที่วงกลม รัศมี 9 ฟุต การเตะบอลอนุญาตให้ลูกบอลกระดอนพื้นได้ 1 ครั้ง การทดสอบปฏิบัติได้ 4 ครั้ง ๆ ละ 45 วินาที ให้มี

การพักระหว่างการทดสอบแต่ละครั้งได้ การคิดคะแนนจะคิดรวมผลเดาะผลทั้ง 4 ครั้ง การศึกษาความเที่ยงตรงของแบบทดสอบ ใช้แบบทดสอบของ McDonald และการให้คะแนนของผู้เกี่ยวข้องเป็นเกณฑ์ กลุ่มตัวอย่างได้แก่นักกีฬาฟุตบอล จำนวน 38 คน โดยแบ่งเป็น 3 กลุ่ม ผลการวิจัยปรากฏว่า เกณฑ์ความเที่ยงตรงกับ แบบทดสอบ ของ McDonald ของกลุ่มรวมนักกีฬา และผู้เริ่มเล่น มีค่าเท่ากับ .71 .43 และ .80 ตามลำดับ ส่วนเกณฑ์ความเที่ยงตรงกับบุคคลประเมินค่าของกลุ่มตัวอย่างของนักกีฬา มีค่าเท่ากับ .37 และ กลุ่มผู้เล่นมีค่าเท่ากับ .79 การศึกษาความเชื่อถือได้ กลุ่มรวมนักกีฬา และ เริ่มเล่นมีค่าเท่ากับ .97 .79 และ .95 ตามลำดับ ซึ่งแบบทดสอบนี้จะมีความเที่ยงตรงในกลุ่มผู้เริ่มเล่นมากกว่ากลุ่มอื่น ๆ แต่ทุกกลุ่มมีค่าความเชื่อถือได้สูงใกล้เคียงกัน

เวอร์ดูชี (Verducci. 1980: 334-335) ได้สร้างแบบทดสอบทักษะฟุตบอล ประกอบด้วย 4 รายการ คือ ความแม่นยำในการเตะบอลกระทบฝ่าผ่น การเลี้ยงลูกฟุตบอล ความแม่นยำในการเตะลูกฟุตบอลโด่ง และการเตะลูกฟุตบอล โดยใช้ นักศึกษาชายระดับวิทยาลัยเป็นกลุ่มตัวอย่าง ผลปรากฏว่า

1. ความเที่ยงตรงของแบบทดสอบ โดยใช้เกณฑ์จากผู้เชี่ยวชาญดังนี้
 - 1.1 ความแม่นยำในการเตะลูกฟุตบอลกระทบฝ่าผ่น มีค่าเท่ากับ 0.88
 - 1.2 การเลี้ยงลูกฟุตบอล มีค่าเท่ากับ 0.92
 - 1.3 ความแม่นยำในการเตะลูกฟุตบอลโด่ง มีค่าเท่ากับ 0.94
 - 1.4 การเตะลูกฟุตบอล มีค่าเท่ากับ 0.96
 - 1.5 การทดสอบทุกรายการ มีค่าเท่ากับ 0.98
2. ความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ โดยการทดสอบซ้ำ (Test-Retest) มีค่าดังนี้
 - 2.1 ความแม่นยำในการเตะลูกฟุตบอลกระทบฝ่าผ่น มีค่าเท่ากับ 0.97
 - 2.2 การเลี้ยงลูกฟุตบอล มีค่าเท่ากับ 0.99
 - 2.3 ความแม่นยำในการเตะลูกฟุตบอลโด่ง มีค่าเท่ากับ 0.99
 - 2.4 การเตะลูกฟุตบอล มีค่าเท่ากับ 0.99

โซด์ (Saud. 1988: 132) ได้ศึกษาเปรียบเทียบโปรแกรมการออกกำลังกายแบบวงจรที่สร้างขึ้นกับโปรแกรมการฝึกกายบริหารที่มีต่อระดับสมรรถภาพทางกายของนักเรียนตำรวจในโรงเรียนตำรวจของประเทศคูเวต กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนตำรวจชั้นปี 1 จำนวน 59 คนโดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองใช้โปรแกรมการฝึกแบบวงจร จำนวน 30 คน กลุ่มควบคุม ใช้โปรแกรมการฝึกกายบริหารของโรงเรียน จำนวน 29 คน ทั้งสองกลุ่มไม่เป็นนักกีฬา ทำการฝึก 10 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4 วัน วันละ 40 นาที ทำการทดสอบก่อน และหลังการฝึก สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐานคือ t-test ระดับนัยสำคัญที่ .05 ผลการวิจัยพบว่า ส่วนประกอบของร่างกาย ความอ่อนตัว ความคล่องแคล่ว และ

กำลัง ทั้งสองโปรแกรมมีการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นคล้ายกัน ส่วน ความอดทนของระบบหัวใจและหลอดเลือด และ ความอดทนของกล้ามเนื้อ ทั้งสองโปรแกรมมีการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้น แต่จะดีกว่าในโปรแกรมการฝึกแบบวงจร

ดิลล์ลอน (Dillon. 1990: Abstract) ได้ศึกษาความเที่ยงตรงของเครื่องมือที่ใช้ประเมินความสามารถของผู้เล่นตำแหน่งตัววิ่งแนวตั้งในกีฬอเมริกันฟุตบอล เรื่องที่ศึกษานี้เป็นการตรวจสอบลักษณะท่าทางซึ่งเชื่อว่าเป็นสิ่งสำคัญต่อความสำเร็จของผู้เล่นกองหลังในกีฬอเมริกันฟุตบอล ดิวิชั่น 1 ดิวิชั่น 2 ของระดับมหาวิทยาลัย ได้ขอให้โค้ชประเมินผู้เล่นกองหลังที่ดี 2 คน ในฤดูกาลแข่งขันปี ค.ศ.1984 แล้วโค้ชประเมินกองหลังอีก 161 คน ในการปฏิบัติ 20 ครั้ง โดยใช้ตารางจัดลำดับคุณภาพ 1 (ต่ำ) – 7 (สูง) จากอัตราการประเมินที่ปรากฏได้นำไปใช้เป็นสถิติสำหรับผู้เล่นแต่ละคนในฤดูแข่งขันปี ค.ศ. 1984

โมเชอร์ (Mosher. 1990: 3561-A) ได้ศึกษาผลของการออกกำลังกายด้วยโปรแกรมแอโรบิกแบบวงจรที่มีต่อความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจ การควบคุมกระบวนการเมตาบอลิก และความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ในวัยรุ่นชายที่มีอาการของโรคเบาหวานชนิดที่ 1 โดยวัดอัตราการใช้ออกซิเจนสูงสุด อัตราการเต้นของหัวใจ ปริมาณคอเลสเตอรอล(HDLและ LDL) Glycosylated Hemoglobin Insulin Tolerance เปอร์เซ็นต์ไขมันของร่างกาย และความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่นชาย อายุ 12-21 ปี แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 มีอาการเบาหวานชนิดที่ 1 จำนวน 10 คน และกลุ่มที่ 2 ไม่มีอาการโรคเบาหวาน จำนวน 11 คน ฝึกออกกำลังกาย 12 สัปดาห์ 3 วัน วันละ 45 นาที โดยมีสถานีฝึกรวม 30 สถานี ใน 5 สถานีแรกเป็นการวิ่งเหยาะ พายเรือ ขี่จักรยาน การขึ้นบันไดการใช้แรงของกล้ามเนื้อแขนและขา ที่เหลืออีก 25 สถานี จะเน้นเกี่ยวกับเรื่องกายบริหาร ความอ่อนตัว การฝึกด้วยน้ำหนัก ผลการวิจัยพบว่า ทั้งสองกลุ่มมีอัตราการใช้ออกซิเจนสูงสุด อัตราการเต้นของหัวใจและความแข็งแรงของกล้ามเนื้อดีขึ้นกว่าก่อนการฝึก และในกลุ่มที่มีอาการโรคเบาหวานพบว่ามีคอเลสเตอรอล ชนิด LDL ลดลง

โลนี (Loney. 1990: 89) ได้ศึกษาเพื่อเปรียบเทียบผลการฝึกยกน้ำหนักแบบวงจรดั้งเดิม (traditional circuit weight training) กับการฝึกแอโรบิกแบบวงจรพิเศษสำหรับผู้หญิงในระยะเวลา 9 สัปดาห์ ตัวแปรที่นำมาศึกษาประกอบด้วย พลังแอโรบิกน้ำหนักของร่างกายเปอร์เซ็นต์ไขมัน และความแข็งแรงของร่างกายส่วนบนและส่วนล่าง ทำการทดสอบก่อน และหลังการฝึก ใช้สถิติเปรียบเทียบเพื่อดูความแตกต่างในการพัฒนาของทั้งสองกลุ่ม ที่ระดับความมีนัยสำคัญที่ .05 ผลการศึกษาพบว่า ไม่มีความแตกต่างกันในการพัฒนาตัวแปรทั้ง 5 ด้านของทั้งสองกลุ่มการฝึกแอโรบิกแบบวงจรพิเศษจะมีการพัฒนาด้านพลังแอโรบิกได้ดีกว่า ถึงแม้ว่ามันจะพัฒนาไม่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญกับการฝึกยกน้ำหนักแบบวงจรดั้งเดิม

งานวิจัยในประเทศ

ครองจักร งามมีศรี (2530: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องแบบทดสอบทักษะกีฬามวยไทยสำหรับนักศึกษาชาย วิทยาลัยพลศึกษา โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจากนักศึกษาชายวิทยาลัยพลศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 30 คน ซึ่งแบบทดสอบมีจุดมุ่งหมาย เพื่อนำแบบทดสอบทักษะนี้ไปใช้วัดและประเมินผลสัมฤทธิ์ในการเรียนวิชามวยไทย สำหรับนักศึกษาชายวิทยาลัยพลศึกษา

แบบทดสอบดังกล่าวนี้มี 4 รายการ คือ

1. การเตะเฉียงบริเวณลำตัว
2. การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว
3. การถีบบริเวณลำตัว
4. การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า

ผลของการศึกษาค้นคว้า พบว่า แบบทดสอบที่สร้างขึ้นมีความเที่ยงตรง และมีความเชื่อมั่นในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อนันต์ เมฆสวรรค์ (2534: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องเกณฑ์ปกติทักษะกีฬามวยไทยของนักศึกษาชายวิทยาลัยพลศึกษา เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างทักษะกีฬามวยไทยของนักศึกษาชายวิทยาลัยพลศึกษาที่กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชายวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี จำนวน 104 คน วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง จำนวน 44 คน วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 87 คน วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร จำนวน 62 คน วิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพมหานคร จำนวน 76 คน รวมจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 373 คน และแบบทดสอบที่นำมาใช้เป็นแบบทดสอบทักษะกีฬามวยไทยของครองจักร งามมีศรี ซึ่งมีรายการทดสอบ 4 รายการ คือ การเตะเฉียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว การถีบบริเวณลำตัว การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า ผลการศึกษาเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของทักษะกีฬามวยไทย ระหว่างนักศึกษาชายวิทยาลัยพลศึกษาแต่ละวิทยาลัยในภาคกลาง พบว่า มีความแตกต่างกันในทุกรายการ ทดสอบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุธน เพ็ชรนิล (2548: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชายหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพการศึกษาระดับสูง วิชาเอกพลศึกษา วิทยาลัยพลศึกษาในเขตภาคใต้ ปีการศึกษา 2547 และเพื่อสร้างเกณฑ์ระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชายหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพการศึกษาระดับสูง วิชาเอกพลศึกษา วิทยาลัยพลศึกษาในเขตภาคใต้ ใช้กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 281 คน ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบทดสอบทักษะมวยไทย 4 รายการ คือ ทักษะการเตะเฉียงบริเวณลำตัว ทักษะการตีเข้าเฉียง

บริเวณลำตัว ทักษะการถือบริเวณลำตัว ทักษะการชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า วิเคราะห์ข้อมูลโดยการ
ใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และคะแนนที่ ผลการวิจัยพบว่า

1. ทักษะการเตะเฉียงบริเวณลำตัว ทักษะการตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว ทักษะการถือ
บริเวณลำตัว และทักษะการชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า ของนักศึกษาชาย หลักสูตรประกาศนียบัตร
วิชาการศึกษาชั้นสูง วิทยาลัยพลศึกษาในเขตภาคใต้ ปีการศึกษา 2547 มีค่าเฉลี่ย 42.17, 51.13,
42.50 และ 107.48 ครั้ง ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.98, 5.66, 3.60 และ 8.96 ตามลำดับ

2. เกณฑ์โดยรวมทักษะมวยไทยของนักศึกษาชาย หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชา
การศึกษาระดับชั้นสูง วิชาเอกพลศึกษา วิทยาลัยพลศึกษาในเขตภาคใต้ ปีการศึกษา 2547 มีดังนี้ สูงมาก มี
คะแนนที่ปกติที่ 64 ขึ้นไป สูง มีคะแนนที่ปกติที่ 55-63 ปานกลาง มีคะแนนที่ ปกติที่ 46-54 ต่ำ มี
คะแนนที่ปกติที่ 38-45 ต่ำมาก มีคะแนนที่ปกติที่ต่ำกว่า 37

จากการศึกษางานวิจัยในประเทศและต่างประเทศผู้วิจัยได้แนวทางการวิจัยที่นำมาใช้ในการ
การสร้างแบบทดสอบทักษะมวยไทย ประกอบด้วย 4 รายการ คือ การเตะเฉียงบริเวณลำตัว การตีเข้า
เฉียงบริเวณลำตัว การถือบริเวณลำตัว และ การชกหมัดตรง โดยหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบน
มาตรฐาน หาค่าความเชื่อถือ (Reliability) โดยวิธีทดสอบซ้ำ (Test – Retest) ระยะเวลาห่างกัน 1
สัปดาห์ และหาค่าความเป็นปรนัย (Objectivity) โดยใช้คะแนนจากผู้ทดสอบ 2 ท่าน เพื่อหาค่า
สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) รวมทั้งการ
สร้างเกณฑ์ปกติโดยใช้ค่าเฉลี่ยของคะแนนที่ (T-Score) ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
(S.D.)

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การดำเนินการวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเพื่อศึกษาและสร้างเกณฑ์ปกติระดับทักษะมวยไทย ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 มีขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา ชั้นปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 เขตภาคกลาง ที่ผ่านการเรียนวิชามวยไทยมาแล้ว จำนวน 333 คน จำแนกเป็น จำแนกเป็น สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 107 คน สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตชลบุรี จำนวน 22 คน สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตอ่างทอง จำนวน 91 คน สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตสมุทรสาคร จำนวน 35 คน และสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี จำนวน 78 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา ปีการศึกษา 2558 เขตภาคกลาง ที่ผ่านการเรียนวิชามวยไทยมาแล้ว จำนวน 333 คน ที่ได้มาจากจำนวนประชากรทั้งหมด โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่มตัวอย่างดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างเพื่อใช้ในการทดสอบหาคุณภาพของแบบทดสอบจำนวน 30 คน เป็นนักศึกษาจากสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตกรุงเทพมหานคร
2. กลุ่มตัวอย่างเพื่อใช้ในการทดสอบทักษะมวยไทยเพื่อเก็บข้อมูลใช้ในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 303 คน จำแนกเป็น นักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 77 คน สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตชลบุรี จำนวน 22 คน สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขต

อ่างทอง จำนวน 91 คน สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตสมุทรสาคร จำนวน 35 คน และ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี จำนวน 78 คน

ตาราง 1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

สถาบันการพลศึกษา	จำนวน ประชากร	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง	
		หาคุณภาพเครื่องมือ	วัดระดับทักษะ
วิทยาเขตกรุงเทพมหานคร	107	30	77
วิทยาเขตชลบุรี	22	-	22
วิทยาเขตอ่างทอง	91	-	91
วิทยาเขตสมุทรสาคร	35	-	35
วิทยาเขตสุพรรณบุรี	78	-	78
รวม	333	30	303

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้แบบทดสอบทักษะมวยไทยของครองจักร งามมีศรี (2530: 62) เป็นเครื่องมือในการทดสอบนักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษาเขตภาคกลาง ประกอบด้วย 4 รายการ คือ การเตะเฉียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว การถีบบริเวณลำตัว การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า

2. ในการทดสอบผู้วิจัยใช้ผู้ช่วยจำนวน 4 คน สำหรับล่อเป้าให้ผู้ทำการทดสอบ โดยมีอุปกรณ์ดังนี้

- 2.1 กระสอบ
- 2.2 นวม
- 2.3 ผ้าพันมือ
- 2.4 เทปกาว
- 2.5 นาฬิกาจับเวลา
- 2.6 กระดาษบันทึก

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามลำดับขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยทำการศึกษาเอกสารเกี่ยวกับแบบทดสอบทักษะมวยไทยของ ครองจักร งามมีศรี และเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแบบทดสอบอื่นๆ

2. ปรีक्षाและขอคำแนะนำกับประธานและกรรมการควบคุมปริญญาโทเกี่ยวกับ การนำแบบทดสอบทักษะมวยไทยของ ครองจักร งามมีศรี ไปใช้ในการทดสอบ

3. ผู้วิจัยทำการศึกษาเฉพาะแบบทดสอบทักษะมวยไทยของครองจักร งามมีศรี โดย ละเอียดเพื่อนำไปใช้ทดสอบกับนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง จำนวน 4 รายการ ประกอบด้วย

3.1 การเตะเฉียงบริเวณลำตัว

3.2 การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว

3.3 การถีบบริเวณลำตัว

3.4 การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า

4. นำแบบทดสอบทักษะมวยไทยไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 30 คน เพื่อทดสอบค่าความเป็นปรนัย (Objectivity) โดยใช้ผู้ควบคุมการทดสอบจำนวน 2 ท่าน นำคะแนนมาหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) ได้ค่าความเป็นปรนัยเท่ากับ .97 แสดงว่า แบบทดสอบมีความเป็นปรนัยระดับสูง และทดสอบหาคุณภาพค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของ เครื่องมือ โดยวิธีทดสอบซ้ำ (Test-Retest) ระยะห่างกัน 1 สัปดาห์ เพื่อหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .98 แสดงว่ามีความเชื่อมั่นในระดับสูง โดยจำแนกค่าความเป็นปรนัยและค่าความเชื่อมั่นทุกรายการดังนี้

4.1 การเตะเฉียงบริเวณลำตัว (.89 และ .91 ตามลำดับ)

4.2 การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว (.94 และ .96 ตามลำดับ)

4.3 การถีบบริเวณลำตัว (.84 และ .87 ตามลำดับ)

4.4 การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า (.97 และ .97 ตามลำดับ)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ศึกษา รวบรวมรายละเอียดเกี่ยวกับแบบทดสอบทักษะกีฬามวยไทยของ ครอบจักร งามมีศรี
2. ขอนหนังสือจากบัณฑิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อติดต่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการใช้กลุ่มตัวอย่างในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. ขอความอนุเคราะห์ผู้ช่วยในการเก็บรวบรวมข้อมูล
4. จัดเตรียมอุปกรณ์ สถานที่ โบสถ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล
5. ก่อนทำการทดสอบผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ และวิธีการทดสอบตามแบบทดสอบทักษะมวยไทยของ ครอบจักร งามมีศรี ให้ผู้เข้ารับการทดสอบเข้าใจโดยละเอียด
6. นำข้อมูลที่ได้จากการทดสอบมาวิเคราะห์แปลผล เพื่อนำไปในการสรุป และอภิปรายผลการวิจัย

การจัดทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนที่ได้จากการทดสอบทักษะมวยไทย
 2. สร้างเกณฑ์ปกติ (Norms) ของคะแนนที่ได้จากการทดสอบทักษะมวยไทย สำหรับนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ประจำปีการศึกษา 2558 แต่ละรายการโดยใช้ค่าเฉลี่ยของคะแนน (T-Score) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เป็นตัวกำหนดค่าเปรียบเทียบโดยการแจกแจงรูปโค้งปกติ
- นำส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และคะแนน (T-Score) มาจำแนกออกเป็น 5 ระดับตามแนวคิดของฮาสตาตและเลซี (Hastad and Lacy, 1988 อ้างอิงจาก วลัยวัชร สี่หะตระกูล, 2547: 53)

S.D.	<-1.5	-0.5 - -1.5	-0.5 - +0.5	+0.5 - +1.5	>+1.5
T-Score	34 ลงมา	35-44	45-55	56-65	66 ขึ้นไป
ระดับ	ต่ำมาก	ต่ำ	ปานกลาง	ดี	ดีมาก

3. เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปตารางและความเรียง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการทดลองและการแปลความหมายของการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ยของคะแนน
S.D.	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน
T-score	แทน	คะแนนที่
Raw	แทน	คะแนนดิบ
Max	แทน	คะแนนสูงสุด
Min	แทน	คะแนนต่ำสุด

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิเคราะห์ข้อมูล ที่ได้จากการทดสอบทักษะมวยไทยเพื่อสร้างเกณฑ์ปกติระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 ดังนี้

ตาราง 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนสูงสุด ต่ำสุดของคะแนนดิบ และคะแนนที (T-Score)
ทักษะมวยไทยของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558

รายการทดสอบ	$\bar{X}$	S.D.	Raw		T-Score	
			Max	Min	Max	Min
การเตะเฉียงบริเวณลำตัว	41.21	6.58	55	20	71	18
การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว	42.53	7.04	60	20	75	18
การถีบบริเวณลำตัว	38.77	6.86	61	21	82	24
การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า	62.81	22.95	124	30	77	36
ทักษะมวยไทยรวม	185.3	30.48	268	106	77	24

จากตาราง 2 แสดงว่า นักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 มีค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทดสอบการเตะเฉียงบริเวณลำตัว มีค่าเท่ากับ 41.21 และ 6.58 การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว มีค่าเท่ากับ 42.53 และ 7.04 การถีบบริเวณลำตัว มีค่าเท่ากับ 38.77 และ 6.86 การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า มีค่าเท่ากับ 62.81 และ 22.95 และคะแนนรวม มีค่าเท่ากับ 185.3 และ 30.48 ตามลำดับ

ตาราง 3 ระดับทักษะการตะเจียงบริเวณลำตัว ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง
ปีการศึกษา 2558 กำหนดโดยใช้คะแนนที่ (T-Score) จำแนกตามส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

ระดับทักษะ	คะแนนที่	คะแนนดิบ	จำนวน	ร้อยละ
ดีมาก	66 ขึ้นไป	52 ขึ้นไป	11	3.63
ดี	56 – 65	45-51	82	27.06
ปานกลาง	45 – 55	38-44	138	45.54
ต่ำ	35 – 44	32-37	46	15.18
ต่ำมาก	34 ลงมา	31 ลงมา	26	8.58

จากตาราง 3 แสดงว่า ระดับทักษะมวยไทย ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 ในรายการทดสอบการตะเจียงบริเวณลำตัว คือ ดีมากมีคะแนนดิบที่ 52 คะแนนขึ้นไป จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 3.63 ดีมีคะแนนดิบ 45 - 51 จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 27.06 ปานกลางมีคะแนนดิบ 38-44 จำนวน 138 คน คิดเป็นร้อยละ 45.54 ต่ำมีคะแนนดิบ 32- 37 จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 15.18 และต่ำมากมีคะแนนดิบ 31 คะแนนลงมา จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 8.58

ตาราง 4 ระดับทักษะการตีเข้าเฉียดบริเวณลำตัว ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 กำหนดโดยใช้คะแนนที (T-Score) จำแนกตามส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

ระดับทักษะ	คะแนนที่	คะแนนดิบ	จำนวน	ร้อยละ
ดีมาก	66 ขึ้นไป	54 ขึ้นไป	9	2.97
ดี	56 – 65	47-53	64	21.12
ปานกลาง	45 – 55	39-46	175	57.76
ต่ำ	35 – 44	32-38	30	9.90
ต่ำมาก	34 ลงมา	31 ลงมา	25	8.25

จากตาราง 4 แสดงว่า ระดับทักษะมวยไทย ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 ในรายการทดสอบการตีเข้าเฉียดบริเวณลำตัว คือ ดีมากมีคะแนนดิบที่ 54 คะแนนขึ้นไป จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 2.97 ดีมีคะแนนดิบ 47 - 53 จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 21.12 ปานกลางมีคะแนนดิบ 39-46 จำนวน 175 คน คิดเป็นร้อยละ 57.76 ต่ำมีคะแนนดิบ 32- 38 จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 9.90 และต่ำมากมีคะแนนดิบ 31 คะแนนลงมา จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 8.25

ตาราง 5 ระดับทักษะการสืบบริเวณลำตัว ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 กำหนดโดยใช้คะแนนที่ (T-Score) จำแนกตามส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

ระดับทักษะ	คะแนนที่	คะแนนดิบ	จำนวน	ร้อยละ
ดีมาก	66 ขึ้นไป	50 ขึ้นไป	17	5.61
ดี	56 – 65	43-49	76	25.08
ปานกลาง	45 – 55	35-42	134	44.22
ต่ำ	35 – 44	29-34	62	20.46
ต่ำมาก	34 ลงมา	28 ลงมา	14	4.62

จากตาราง 5 แสดงว่า ระดับทักษะมวยไทย ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 ในรายการทดสอบการสืบบริเวณลำตัว คือ ดีมากมีคะแนนดิบที่ 50 คะแนนขึ้นไป จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 5.61 ดีมีคะแนนดิบ 43 - 49 จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 25.08 ปานกลางมีคะแนนดิบ 35-42 จำนวน 134 คน คิดเป็นร้อยละ 44.22 ต่ำมีคะแนนดิบ 29- 34 จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 20.46 และต่ำมากมีคะแนนดิบ 28 คะแนนลงมา จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 4.62

ตาราง 6 ระดับทักษะการชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 กำหนดโดยใช้คะแนนที่ (T-Score) จำแนกตามส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

ระดับทักษะ	คะแนนที่	คะแนนดิบ	จำนวน	ร้อยละ
ดีมาก	66 ขึ้นไป	100 ขึ้นไป	40	13.20
ดี	56 – 65	75-99	29	9.57
ปานกลาง	45 – 55	52-74	123	40.59
ต่ำ	35 – 44	30-51	111	36.63
ต่ำมาก	34 ลงมา	29 ลงมา	0	0.00

จากตาราง 6 แสดงว่า ระดับทักษะมวยไทย ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 ในรายการทดสอบการชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า คือ ดีมากมีคะแนนดิบที่ 100 คะแนนขึ้นไป จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 13.20 ดีมีคะแนนดิบ 75 - 99 จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 9.57 ปานกลางมีคะแนนดิบ 52-74 จำนวน 123 คน คิดเป็นร้อยละ 40.59 ต่ำมีคะแนนดิบ 30- 51 จำนวน 111 คน คิดเป็นร้อยละ 36.63 และต่ำมากมีคะแนนดิบ 29 คะแนนลงมา จำนวน 0 คน คิดเป็นร้อยละ 0.00

ตาราง 7 ระดับทักษะมวยไทยโดยรวม ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 กำหนดโดยใช้คะแนนที่ (T-Score) จำแนกตามส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

ระดับทักษะ	คะแนนที่	จำนวน	ร้อยละ
ดีมาก	66 ขึ้นไป	25	8.25
ดี	56 – 65	66	21.78
ปานกลาง	45 – 55	118	38.94
ต่ำ	35 – 44	87	28.71
ต่ำมาก	34 ลงมา	7	2.31

จากตาราง 7 แสดงว่า ระดับทักษะมวยไทย ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 โดยรวม คือ ดีมากมีคะแนนดิบที่ 232 คะแนนขึ้นไป จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 8.25 ดีมีคะแนนดิบ 204 - 231 จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 21.78 ปานกลางมีคะแนนดิบ 169-203 จำนวน 118 คน คิดเป็นร้อยละ 38.94 ต่ำมีคะแนนดิบ 141- 168 จำนวน 87 คน คิดเป็นร้อยละ 28.71 และต่ำมากมีคะแนนดิบ 140 คะแนนลงมา จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 2.31

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อทราบระดับทักษะมวยไทยและสร้างเกณฑ์ปกติระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 ตามตัวแปรระดับทักษะมวยไทย จำนวน 4 ทักษะ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 จำนวน 303 คน จำแนกเป็น สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตกรุงเทพมหานคร 77 คน สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตชลบุรี 22 คน สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตอ่างทอง 91 คน สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสมุทรสาคร 35 คน และสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี 78 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบทดสอบทักษะมวยไทย ของครองจักร งามมีศรี มีค่าความเชื่อมั่นรวม เท่ากับ .98 ซึ่งสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

สรุปผลการวิจัย

สรุปผลระดับการทดสอบทักษะมวยไทย สำหรับนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ประจำปีการศึกษา 2558 ดังนี้

1. ผลการหาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบระดับทักษะมวยไทย ของครองจักร งามมีศรี สำหรับในการทดสอบนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ประจำปีการศึกษา 2558 ครั้งนี้ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ในแต่ละรายการและรวมทุกรายการ ระหว่างผลคะแนนในการทดสอบครั้งที่ 1 กับการทดสอบครั้งที่ 2 พบว่า ความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกรายการ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ .915, .962, .873, .976 และ .984 ตามลำดับ

2. ผลการศึกษาเกณฑ์ (Norms) คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทยของนักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ประจำปีการศึกษา 2558 ที่ได้จากการทดสอบทักษะมวยไทย ตามแบบทดสอบระดับทักษะมวยไทย ของครองจักร งามมีศรี โดยการหาคะแนนที่ (T-Score) จำแนกตามส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยใช้เกณฑ์ดังนี้

ดีมาก	มากกว่า 1.5 S.D. เหนือ $\bar{X}$ เท่ากับคะแนนที่ 66 ขึ้นไป
ดี	ระหว่าง +0.5 S.D. ถึง +1.5 S.D. เหนือ $\bar{X}$ เท่ากับคะแนนที่ 56 - 65
ปานกลาง	ระหว่าง -0.5 S.D. ถึง +0.5 S.D. จาก $\bar{X}$ เท่ากับคะแนนที่ 45 - 55
ต่ำ	ระหว่าง -0.5 S.D. ถึง -1.5 S.D. ต่ำกว่า $\bar{X}$ เท่ากับคะแนนที่ 35 - 44
ต่ำมาก	น้อยกว่า -1.5 S.D. ต่ำกว่า $\bar{X}$ เท่ากับคะแนนที่ 34 ลงมา

ผลการศึกษาพบว่า

2.1 การตะเจียงบริเวณลำตัว คือ ตีมากมีคะแนนดิบที่ 52 คะแนนขึ้นไป จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 3.63 ตีมีคะแนนดิบ 45 - 51 จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 27.06 ปานกลางมีคะแนนดิบ 38-44 จำนวน 138 คน คิดเป็นร้อยละ 45.54 ต่ำมีคะแนนดิบ 32- 37 จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 15.18 และต่ำมากมีคะแนนดิบ 31 คะแนนลงมา จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 8.58

2.2 การตีเข้าเจียงบริเวณลำตัว คือ ตีมากมีคะแนนดิบที่ 54 คะแนนขึ้นไป จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 2.97 ตีมีคะแนนดิบ 47 - 53 จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 21.12 ปานกลางมีคะแนนดิบ 39-46 จำนวน 175 คน คิดเป็นร้อยละ 57.76 ต่ำมีคะแนนดิบ 32- 38 จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 9.90 และต่ำมากมีคะแนนดิบ 31 คะแนนลงมา จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 8.25

2.3 การถีบบริเวณลำตัว คือ ตีมากมีคะแนนดิบที่ 50 คะแนนขึ้นไป จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 5.61 ตีมีคะแนนดิบ 43 - 49 จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 25.08 ปานกลางมีคะแนนดิบ 35-42 จำนวน 134 คน คิดเป็นร้อยละ 44.22 ต่ำมีคะแนนดิบ 29- 34 จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 20.46 และต่ำมากมีคะแนนดิบ 28 คะแนนลงมา จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 4.62

2.4 การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า คือ ตีมากมีคะแนนดิบที่ 100 คะแนนขึ้นไป จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 13.20 ตีมีคะแนนดิบ 75 - 99 จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 9.57 ปานกลางมีคะแนนดิบ 52-74 จำนวน 123 คน คิดเป็นร้อยละ 40.59 ต่ำมีคะแนนดิบ 30- 51 จำนวน 111 คน คิดเป็นร้อยละ 36.63 และต่ำมากมีคะแนนดิบ 29 คะแนนลงมา จำนวน 0 คน คิดเป็นร้อยละ 0.00

2.5 ระดับทักษะมวยไทย ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ปีการศึกษา 2558 โดยรวม คือ ตีมากมีคะแนนดิบที่ 232 คะแนนขึ้นไป จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 8.25 ตีมีคะแนนดิบ 204 - 231 จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 21.78 ปานกลางมีคะแนนดิบ 169-203 จำนวน 118 คน คิดเป็นร้อยละ 38.94 ต่ำมีคะแนนดิบ 141- 168 จำนวน 87 คน คิดเป็นร้อยละ 28.71 และต่ำมากมีคะแนนดิบ 140 คะแนนลงมา จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 2.31

อภิปรายผล

ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบทดสอบระดับทักษะมวยไทย ครองจักร งามมีศรี ที่นำมาใช้ในการทดสอบสำหรับนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ประจำปีการศึกษา 2558 แต่ละรายการ ในการทดสอบครั้งที่ 1 และครั้งที่ 2 มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกรายการ แสดงว่ากลุ่มตัวอย่างที่เข้ารับการทดสอบทักษะมวยไทย แต่ละรายการในการทดสอบครั้งที่ 1 ทำคะแนนได้สูง ก็จะทำคะแนนตามแบบทดสอบในการทดสอบครั้งที่ 2 ได้สูงด้วยเช่นกัน ในขณะเดียวกัน กลุ่มตัวอย่างที่เข้ารับการทดสอบทักษะมวยไทย แต่ละรายการในการทดสอบ

ครั้งที่ 1 ทำคะแนนได้ต่ำ ก็จะทำคะแนนตามแบบทดสอบในการทดสอบครั้งที่ 2 ได้ต่ำด้วยเช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับ จอห์นสันและเนลสัน (Johnson and Nelson. 1974: 109) ที่กล่าวว่า ความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบทดสอบการที่แบบทดสอบนั้นๆ คือการที่แบบทดสอบมีความแน่นอนในการวัด โดยผู้รับการทดสอบจะทดสอบกี่ครั้งก็จะได้ผลเช่นเดิม ดังนั้น แสดงว่าแบบทดสอบระดับทักษะมวยไทย ของ ครองจักร งามมีศรี ที่ผู้วิจัยนำมาใช้ในการทดสอบสำหรับนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ประจำปีการศึกษา 2558 มีความเชื่อมั่นในระดับสูง

การสร้างเกณฑ์ปกติ (Norms) ของคะแนนผลการทดสอบทักษะมวยไทย นักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ประจำปีการศึกษา 2558 โดยใช้แบบทดสอบระดับทักษะมวยไทย ของ ครองจักร งามมีศรี ด้วยการใช้ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานตามโค้งปกติเป็นเกณฑ์ในการแบ่งระดับความสามารถ ระหว่าง น้อยกว่า -1.5 S.D. ต่ำกว่า $\bar{X}$ ถึง มากกว่า $+1.5$ S.D. เหนือ $\bar{X}$ (Hastad and Lacy, 1988 อ้างใน วลัยวัชร สีสหระกุล, 2547: 53) ออกเป็น 5 ระดับ คือ ดีมาก ดี ปานกลาง ต่ำ และ ต่ำมาก นำมาเปรียบเทียบกับคะแนนที่ (T-Score) ที่ได้จากการเปลี่ยนคะแนนดิบจากการทดสอบทุกรายการ กำหนดเป็นค่าคะแนนที่ออกเป็น 5 ระดับดังนี้ ระดับดีมาก คะแนนที่ ตั้งแต่ 66 ขึ้นไป ระดับดี คะแนนที่ระหว่าง 56 – 65 ระดับปานกลาง คะแนนที่ ระหว่าง 45 – 55 ระดับต่ำ คะแนนที่ระหว่าง 35 – 44 และระดับต่ำมาก คะแนนที่ ตั้งแต่ 34 ลงมา โดยจำแนกตามรายทักษะ 4 รายการได้แก่ การเตะเฉียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว การถีบบริเวณลำตัว การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า และคะแนนรวมทุกรายการ ซึ่งพบว่า ทุกทักษะและคะแนนรวม นักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง มีความสามารถอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด รองลงมาจะมีทักษะอยู่ในระดับดี ได้แก่ ทักษะการเตะเฉียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว และการถีบบริเวณลำตัว ยกเว้น ทักษะการชกหมัดตรง และทักษะโดยรวมที่มีคะแนนรองลงมาอยู่ในระดับต่ำ ค่าพิสัยของคะแนนสูงสุดกับคะแนนต่ำสุดต่างกันค่อนข้างมาก กล่าวคือ คะแนนสูงสุดของการชกหมัดตรง เท่ากับ 124 คะแนน แต่มีคะแนนต่ำสุดเพียง 30 คะแนน และกลุ่มนักศึกษาชายจำนวนค่อนข้างมากส่วนหนึ่งที่ปฏิบัติได้ต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ยของระดับทักษะการชกหมัดตรง ($\bar{X} = 62.81$) จึงส่งผลให้คะแนนอันดับรองลงมามีความสามารถอยู่ในระดับต่ำดังกล่าว และส่งผลกระทบต่อถึงคะแนนรวมทุกทักษะมวยไทยของนักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษาในลักษณะเดียวกันอีกด้วย แต่ทั้งนี้กลับพบว่า ในทักษะการชกหมัดตรง นักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง ประจำปีการศึกษา 2558 จำนวนนักศึกษาที่มีทักษะอยู่ในระดับดีมาก มีเป็นจำนวนมากที่สุดกว่าทุกๆ ทักษะ ซึ่งสรุปได้ว่า ความสามารถในการชกหมัดตรงระหว่างกลุ่มที่ได้คะแนนสูงกับกลุ่มที่ได้คะแนนต่ำมีผลคะแนนที่แตกต่างกันมากและมีจำนวนของนักศึกษาที่ใกล้เคียงกัน ความแตกต่างดังกล่าว อาจเป็นเพราะความเป็นนักกีฬาหรือไม่เป็นนักกีฬามวยนั่นเอง จึงทำให้การชกหมัดตรงของผู้ที่ไม่เป็นนักกีฬามวยกระทำไม่ได้คะแนนน้อย และเมื่อได้ศึกษา

คะแนนรวมทุกทักษะทั้ง 4 ทักษะมวยไทย พบว่า ความสามารถในระดับดีกับความสามารถในระดับต่ำ ของนักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษา มีจำนวนใกล้เคียงกันมาก โดยนอกเหนือจากจำนวนนี้จะมี กลุ่มที่มีคะแนนอยู่ในระดับดีมากจำนวนหนึ่ง ซึ่งอาจกล่าวโดยสรุปได้ว่า ภาพรวมทักษะมวยไทย พื้นฐานของนักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษา อยู่ในระดับปานกลางถึงระดับดีมากเป็นส่วนใหญ่ จะมีเพียงส่วนน้อยที่ยังมีทักษะอยู่ในระดับต่ำและระดับต่ำมาก ดังจึงควรมีการปรับปรุงแก้ไขต่อไป

นักศึกษาสถาบันการพลศึกษา เขตภาคกลาง เมื่อจบการศึกษาตามหลักสูตรแล้ว จะต้องออกไปปฏิบัติหน้าที่เกี่ยวข้องกับภารกิจเป็นส่วนใหญ่ โดยเฉพาะ อาจเกี่ยวข้องกับการสอนหรือการ เผยแพร่ทักษะมวยไทย ดังนั้น มาตรฐานระดับทักษะมวยไทยจึงเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งต่อ คุณภาพของนักศึกษา เพื่อการจรรโลงไว้ซึ่งศิลปวัฒนธรรมไทยเกี่ยวกับทักษะมวยไทยได้อย่างถูกต้อง ครบถ้วน สมบูรณ์สืบไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัย

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในครั้งนี้

ควรนำระดับทักษะมวยไทยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ไปใช้เป็นเกณฑ์ในการประเมินผลการเรียน นิสิตในสถาบันการพลศึกษาอื่นๆ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษาทุกวิทยาเขตเป็น ประจำทุกปี เพื่อสร้างเกณฑ์ปกติของทักษะมวยไทย ในรายทักษะอื่นๆ ด้วย



บรรณานุกรม

- กอบชัย นิธิวัฒนากุล. (2546). ระดับทักษะมวยไทยสมัครเล่นของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 28. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- กิตติศักดิ์ เมฆปั้น. (2553). การสร้างเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ของโรงเรียนสาธิตละอออุทิศ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ครองจักร งามมีศรี. (2530). แบบทดสอบทักษะกีฬามวยไทยสำหรับนักศึกษาชายวิทยาลัยพลศึกษา. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- จารุบุตร ทะสุวรรณ. (2547). เกณฑ์ปกติสมรรถภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ ศป.ม. (สาขาพลศึกษา), กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.ถ่ายเอกสาร.
- จิรกรณ์ ศิริประเสริฐ. (2543). ทักษะและเทคนิคการสอนพลศึกษาในระดับประถมศึกษา. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- โชคชัย เทียมทิพร. (2553). การสร้างแบบทดสอบทักษะฟุตบอล สำหรับนักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตกรุงเทพ. วิทยานิพนธ์ ศป.ม. (สาขาพลศึกษา), กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.ถ่ายเอกสาร.
- ดวงรัตน์ จันทักษ์. (2552). การสร้างแบบทดสอบทักษะกีฬาฮอกกี้ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา. วิทยานิพนธ์ ศป.ม. (สาขาพลศึกษา), กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- บุญส่ง โกสละ. (2547). การวัดและประเมินผลทางพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สำนักส่งเสริม และฝึกอบรม มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- บุญเรียง ขจรศิลป์. (2542). สถิติวิจัย 1. กรุงเทพมหานคร: พี เอ็น การพิมพ์.
- _____. (2543). วิธีวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: หจก. พี.เอ็น. การพิมพ์.
- ปัญญา ไกรทัศน์. (2527). มวยไทยศิลปะการต่อสู้. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: บพิธการพิมพ์.

- ปิยพงษ์ ชูจันทร์. (2554). ระดับทักษะฟุตบอลของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในเขตพื้นที่
การศึกษานครราชสีมา ปีการศึกษา 2553. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (สาขาพลศึกษา)
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร.
- ผาณิต บิลมาศ. (2524). การทดสอบและประเมินผลการศึกษา. มปท. ถ่ายเอกสาร.
- พรธิมา มณีรัตน์. 2553. การสร้างแบบทดสอบทักษะกีฬารักบี้ฟุตบอล สำหรับนิสิต
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. วิทยานิพนธ์ ศป.ม. (สาขาพลศึกษา), กรุงเทพฯ:
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- พยุงค์ศักดิ์ สนเทศ. 2533. "การวัดทักษะกีฬา". วารสารสุขศึกษา พลศึกษาและสันทนาการ.
(มกราคม-มีนาคม 2533): 19-23.
ศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- พิชิต ภูติจันทร์. (2547). การทดสอบและการประเมินผลทางพลศึกษา. กรุงเทพฯ:
ไอ.เอส.พรินต์ติ้ง เฮาส์.
- พิสนุ พงศ์ศรี. 2550. การประเมินทางการศึกษา : แนวคิดสู่การปฏิบัติ. พิมพ์ครั้งที่ 3.
กรุงเทพมหานคร: เทียมฟ้าการพิมพ์.
- ภักธี แหม่มซ้อย. (2542). แอโรบิกแดนซ์. กรุงเทพฯ: บริษัทต้นอ้อ 1999.
- เยาวดี วิบูลย์ศรี. (2548). การวัดผลและการสร้างแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์. พิมพ์ครั้งที่ 15.
กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ล้วน สายยศ. (2538). เทคนิควิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 4 กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. (2539). เทคนิคการวัดผลการเรียนรู้. กรุงเทพมหานคร:
ภาควิชาการวัดผลวิจัยทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร.
- วณิชธร สิริตระกูล. (2547). แบบทดสอบทักษะและเกณฑ์ของวิชาว่ายน้ำท่ากบและท่า
ผีเสื้อสำหรับนิสิตวิชาเอกพลศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตร
มหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วาโร เพ็งสวัสดิ์. (2553). สถิติประยุกต์สำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- วาสนา คุณาภิสิทธิ์. (2539). การสอนพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร: บริษัทพิมพ์ดี.
- วิริยา บุญชัย. (2529). การทดสอบและวัดผลทางพลศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ:
ไทยวัฒนาพานิช.

- วิษณุ สมัญญา. (2556). ผลการฝึกแอโรบิกด้วยศิลปะมวยไทยที่มีต่อสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (การจัดการและการเรียนรู้พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ศิวพร เพ็งภาค. (2551). ผลของโปรแกรมการฝึกแบบวงจรที่มีต่อสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ ของพลทหารกองบิน 4 จังหวัดนครสวรรค์. วิทยานิพนธ์ศป.ม. (สาขาพลศึกษา), กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- ศรีสุดา ชันดี. (2549). การสร้างเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนขยายโอกาส สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา สุพรรณบุรี เขต 1. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตกรุงเทพมหานคร. (2558, พฤศจิกายน). เกี่ยวกับสถาบัน. สืบค้นเมื่อ 23 พฤศจิกายน 2558, จาก www.lpebk.ac.th.
- สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี. (2558, พฤศจิกายน). เกี่ยวกับสถาบัน. สืบค้นเมื่อ 23 พฤศจิกายน 2558, จาก www.lpesp.ac.th/lpes.
- สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสมุทรสาคร. (2558, พฤศจิกายน). เกี่ยวกับสถาบัน. สืบค้นเมื่อ 23 พฤศจิกายน 2558, จาก www.lpesk.ac.th.
- สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตชลบุรี. (2558, พฤศจิกายน). เกี่ยวกับสถาบัน. สืบค้นเมื่อ 23 พฤศจิกายน 2558, จาก www.Chonburi-lpe.ac.th.
- สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตอ่างทอง. (2558, พฤศจิกายน). เกี่ยวกับสถาบัน. สืบค้นเมื่อ 23 พฤศจิกายน 2558, จาก www.lpeat.ac.th.
- สมาคมกีฬามวยอาชีพแห่งประเทศไทย. (2558). สารประธานสหพันธ์มวยไทยอาชีพโลก. สืบค้นเมื่อ 5 ตุลาคม 2558, จาก <http://www.wpmfmuaythai.com/history-of-wpmf/>
- สมบัติ จำปาเงิน. (2533). กีฬามวยไทย. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- สมศักดิ์ ศิริอนันต์. (2541). ศิลปะมวยไทยชั้นสูง. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา กรมการศาสนา.
- สุธน เพ็ชรนิล. (2534). ระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษาชาย หลักสูตรประกาศนียบัตร วิชาการศึกษาชั้นสูง เอกพลศึกษา วิทยาลัยพลศึกษา ในเขตภาคใต้ ปีการศึกษา 2547. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุวิมล ตั้งสัจพจน์. (2536). การวัดและประเมินผลการศึกษา. กรุงเทพฯ: ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

- สุรัตน์ เสี่ยงหล่อ. (2543). *เอกสารประกอบการสอนวิชาพล 174. มวยสากล*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อนันต์ เมฆสุวรรณ. (2534). *เกณฑ์ปกติทักษะกีฬามวยไทยของนักศึกษาชาย วิทยาลัยพลศึกษา*. ปริญญาโท กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อนันต์ เมฆสุวรรณ. (2558). *มคอ.3 รายละเอียดของรายวิชา พล 031032 มวยไทย 1*. อ่างทอง: ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตอ่างทอง.
- Alexander, G. & E. Leslie. (1969). "The Effects of Circuit Training and Interval Training on Muscle Strength and Circulorespiratory Endurance". *Dissertation Abstracts International* 31: 1600-A.
- American College of Sport Medicine. (1992). *ACSM Fitness Book*. Illinois: Leisure Press.
- Cobin, C.B., R.P. Pangrazi and B.D. Frank. 2000. "Definition: Health, Fitness, and Physical Activity". *Physical Activity and Fitness Research*. Available Source: www.indiana.edu/~preschal/resoruce/digests/march/march00/digestmarch00.html, 9 October 2002.
- Barrow, H.M. & R. McGee. (1979). *A practical Approach to Measurement in Physical Education*. Philadelphia: Lea & Febiger.
- Baumgartner, T. A. and A.S. Jackson. (1991). *Measurement for Evaluation in Physical Education*. 4d. Iowa: W.M.C. Brown Publishers.
- Bradford N. Stand, Rolayne Wilson. (1993). *Assesing Sport Skills*. Human Kinetics Publishers.
- David R. Hopkins. (1977). *Actor Analysis of Selected Basketball Skill Test*. Abstract Published online: 17 Mar 2013.
- Dillon, M.J. (1990). *Validation of An Instrument Used to Acess the Performanceed of Running Backs*. (Online). Availabie: <http://lib.micom/dissertations/fullcit/1339805>. Retrieved October 4, 2003.
- Faney, T.D., P.M. Insel & W.T. Roth. (1994). *Fit and Well: Core Concepts and Labs in Physical Fitness and Wellness*. California: Mayfield Publishing Company.
- Getchell, B., A.E. Mikesky & K.N. Mikesky. (1998). *Physical Fitness: A Way of Life*. 5th ed. Massachusetts: Allyn and Bacon.

- Johnson, B.L. & J.K. Nelson. (1974). *Practical Measurement for Evaluation in Physical Education*. Minneapolis, Minnesota: Burgess Publishing Company.
- Loney, L.Z. (1990). "A Comparison of Effect of Traditional Circuit Weight Training Versus Aerobic Super Circuit Training". *Dissertation Abstracts International*. 28 (Winter 1990): 553.
- Levin. Bernard.(1984). Impressions For complete dentures. Chicago: Quintessence.
- Mathews, D.K. (1978). *Measurement in Physical Education*. Philadelphia: W.B. Saunders Company.
- Meyers, C.R. & E.T. Blesh. (1962). *Measurement in Physical Education*. New York: The Ronald Press Company.
- Morrow, J.R., A.W. Jackson, J.G. Disch and D.P. Mood. (2000). *Measurement and Evaluation in Human Performance*. Illinois: Human Kinetics.
- _____. (1995). *Measurement and Evaluation in Human Performance*. Illinois: Human Kinetics.
- Mosher, P.E. (1990). "The Effect of an Aerobic Circuit Training Program and Cadiorespiratory Endurance, Matabolic Control and Muscular Strength in Adolescent Male with Type I Diabetes Mellitus (Diabetes)". *Dissertation Abstract International* 50 (May 1990): 3516-A.
- Orem.D. E. (1985). Nursing Concept of practice. 3 ed. New York:mc Graw-Hill.
- Saud, J.A. (1988). "Comparison of a Specially Designed Circuit Training Program with the Traditional Calisthenics Training Program on the Physical Fitness Level of the officer Candidates at the Kuwait Police Academy". *Dissertation Abstracts International* 48 (January 1998): 1613-A.
- Safrit, J.m. (1990). *Introduction to Measurement in Physical Education and Exerecise Seience*. Illinois: Human Kinetics Books.
- Tritschler, K. (2000). *Practical Measurement and Assessment*. 5th ed. Philadelphia: Lippincott William & Wilkins.
- Verducci, Frank M. (1980). *Measurement Concepts in Physical Education*. 3rd ed. St. Louis, Missure: The C.V. Mousy Company.

Zuti WB, Corbin CB.(1977). *Physical fitness norms for college freshmen*. May; 48(2): 499-503. No abstract available.





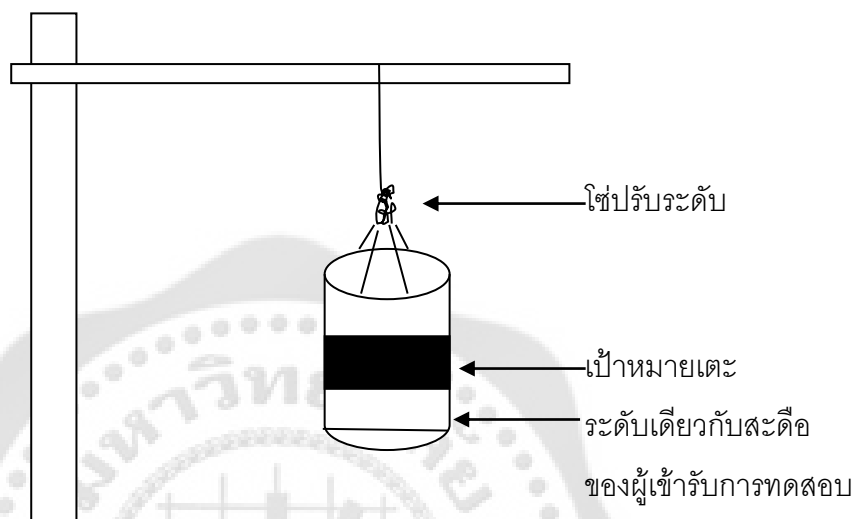


ภาคผนวก ก

แบบทดสอบทักษะมวยไทย ของ ครองจักร งามมีศรี
และผลการทดสอบสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น

แบบทดสอบทักษะมวยไทย

1. แบบทดสอบการเตะเฉียงบริเวณลำตัว



ภาพประกอบ 2 แบบทดสอบการเตะเฉียงบริเวณลำตัว

อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ

1. นาฬิกาจับเวลา 1 เรือน
2. กระสอบทรายหนักบุฟองน้ำ ด้านในบรรจุเศษผ้าต่างๆ จนเต็ม พร้อมโซ่แขวนปรับระดับได้
3. เสาค้ำสำหรับแขวนกระสอบทราย

การเตรียมอุปกรณ์

นำกระสอบทรายที่เตรียมไว้สำหรับทดสอบไปแขวนกับเสาที่เตรียมไว้ พร้อมทั้งปรับระดับให้ผู้เข้ารับการทดสอบแต่ละคน โดยแขวนให้เส้นสีขาวล่างสุดของเป้าหมายบนกระสอบทรายอยู่แนวเดียวกับสะดือของผู้เข้ารับการทดสอบ และให้ผู้ช่วยในการวิจัยเป็นผู้จับกระสอบเพื่อป้องกันมิให้กระสอบแกว่งไปมา

วิธีการปฏิบัติ

ผู้เข้ารับการทดสอบยืนเตรียมพร้อมเมื่อได้ยินสัญญาณ “เริ่ม” จากผู้วิจัย ให้ผู้เข้ารับการทดสอบเตะเฉียงไปยังกระสอบทรายให้ตรงจุดที่ผู้วิจัยกำหนด ภายในเวลา 30 วินาที

ระเบียบการทดสอบ

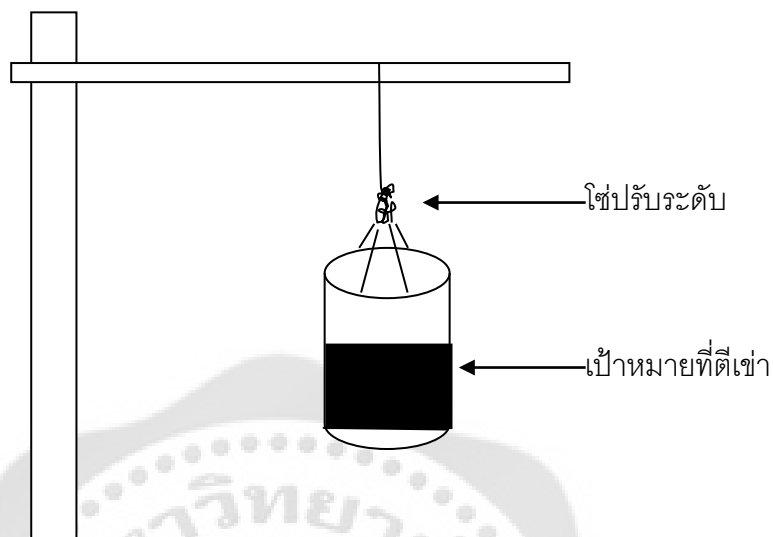
1. ให้ผู้เข้ารับการทดสอบปฏิบัติ 2 ครั้ง เอาครั้งที่เตะได้มากที่สุดเพียงครั้งเดียว
2. จะต้องเตะเฉียง และเข้าเป้าหมายที่กำหนดเท่านั้นจึงนับจำนวนครั้งที่เตะได้ให้
3. ผู้เข้ารับการทดสอบจะเตะด้วยเท้าใดเท้าหนึ่งก็ได้ หรือจะสลับกันเตะ โดยใช้เท้าทั้งซ้ายและขวาก็ได้
4. ใช้เวลาในการทดสอบครั้งละ 30 วินาที

วิธีการให้คะแนน

วิธีการให้คะแนนใช้จับเวลาภายใน 30 วินาที ผู้เข้ารับการทดสอบจะต้องกระทำให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด และจะต้องกระทำอย่างเต็มที่ การกระทำที่ไม่ถูกต้องตามทักษะนั้นๆ จะไม่นับจำนวนครั้งให้



2. แบบทดสอบการตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว



ภาพประกอบ 3 แบบทดสอบการตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว

อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ

1. นาฬิกาจับเวลา 1 เรือน
2. กระสอบทรายหนึ่งบุฟองน้ำ ด้านในบรรจุเศษผ้าต่างๆ จนเต็ม พร้อมโซ่แขวนปรับระดับได้
3. เสื่อสำหรับแขวนกระสอบทราย

การเตรียมอุปกรณ์

นำกระสอบทรายที่เตรียมไว้สำหรับทดสอบไปแขวนกับเสื่อที่เตรียมไว้ พร้อมทั้งปรับระดับให้ผู้เข้ารับการทดสอบแต่ละคน โดยแขวนให้เส้นสีขาวล่างสุดของเป้าหมายบนกระสอบทรายอยู่แนวเดียวกับสะดือของผู้เข้ารับการทดสอบ

วิธีการปฏิบัติ

.ผู้เข้ารับการทดสอบยืนเตรียมพร้อม มือทั้งสองข้างจับที่กระสอบในลักษณะเหมือนกับจับคอกู่ต่อสู้ เมื่อได้ยินสัญญาณ “เริ่ม” จากผู้วิจัย ให้ผู้เข้ารับการทดสอบตีเข้าเฉียงไปยังกระสอบทรายให้ตรงจุดที่ผู้วิจัยกำหนด ให้เร็วและแรงเต็มที่ตามกำลังของตน ภายในเวลา 30 วินาที

ระเบียบการทดสอบ

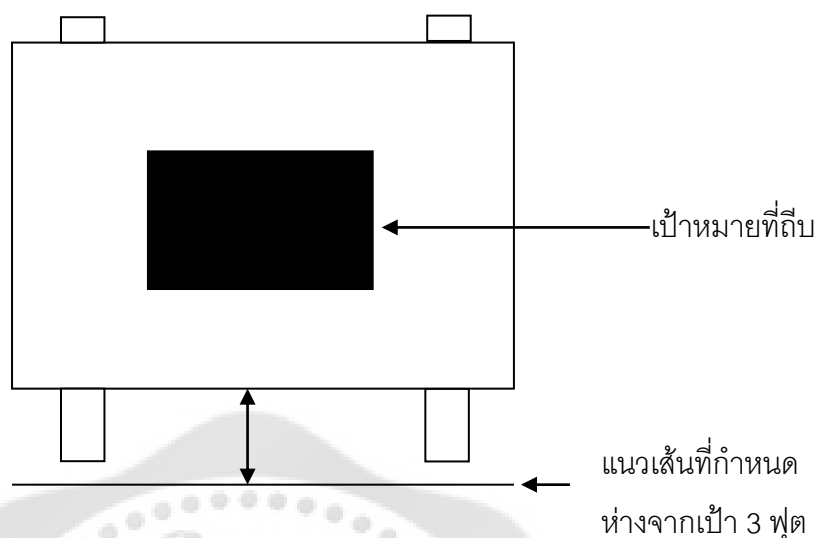
1. ให้ผู้เข้ารับการทดสอบปฏิบัติ 2 ครั้ง เอาครั้งที่กระทำได้ดีมากที่สุดเพียงครั้งเดียว
2. จะต้องตีเข้าเฉียง และให้เข้าเป้าหมายที่กำหนดเท่านั้นจึงนับจำนวนครั้ง
3. ผู้เข้ารับการทดสอบจะตีเข้าด้วยข้างใดข้างหนึ่งก็ได้ หรือจะใช้ทั้งสองข้างสลับกันก็ได้
4. ใช้เวลาในการทดสอบครั้งละ 30 วินาที

วิธีการให้คะแนน

วิธีการให้คะแนนใช้จับเวลาภายใน 30 วินาที ผู้เข้ารับการทดสอบจะต้องกระทำให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด และจะต้องกระทำอย่างเต็มที่ การกระทำที่ไม่ถูกต้องตามทักษะนั้นๆ จะไม่นับจำนวนครั้งให้



3. แบบทดสอบการตีบบริเวณลำตัว



ภาพประกอบ 4 แบบทดสอบการตีบบริเวณลำตัว

อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ

1. นาฬิกาจับเวลา 1 เรือน
2. เป้าหนังบุฟองน้ำหนา 8 นิ้ว กว้าง 1 ฟุตครึ่ง ตรงกลางมีเป้าตีเส้นสีขาวกว้าง 1 นิ้วครึ่ง
3. ทำเป็นรูปสี่เหลี่ยมจัตุรัสกว้าง 8 x 8 นิ้ว
4. เสาค้ำสำหรับติดตั้งเป้า
5. เทปวัดระยะ

การเตรียมอุปกรณ์

นำเป้าที่จัดเตรียมไว้สำหรับทดสอบไปยึดกับหลักไม้ที่จัดเตรียมไว้แล้ว เลื่อนเป้าให้จุดล่างสุด อยู่แนวเดียวกับเส้นขาวและอยู่ระดับเดียวกับสะดือของผู้เข้ารับการทดสอบ

วิธีการปฏิบัติ

ผู้เข้ารับการทดสอบยืนห่างเป้า 3 ฟุต อยู่หลังแนวเส้นที่ผู้วิจัยทำเครื่องหมายไว้ เมื่อได้ยินสัญญาณ “เริ่ม” จากผู้วิจัย ให้ผู้เข้ารับการทดสอบตีไปยังเป้าให้ตรงจุดที่ผู้วิจัยกำหนด ภายในเวลา 30 วินาที ให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด

ระเบียบการทดสอบ

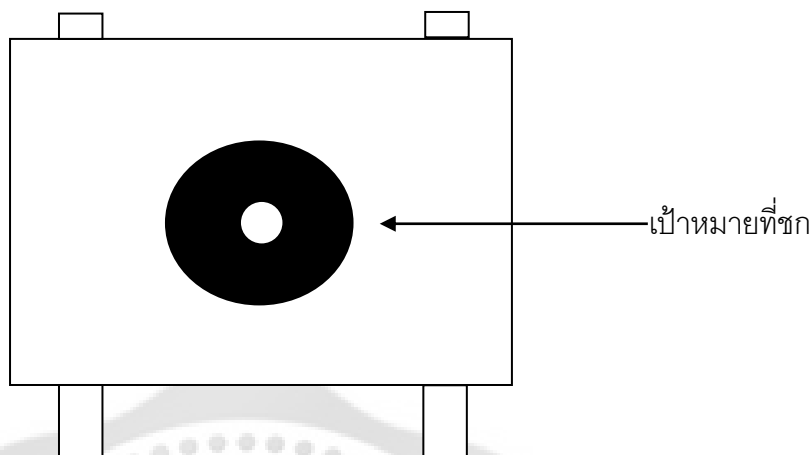
1. ให้ผู้เข้ารับการทดสอบปฏิบัติ 2 ครั้ง เอาครั้งที่กระทำได้ดีมากที่สุดเพียงครั้งเดียว
2. จะต้องถือให้เข้าเป้าหมายที่กำหนดเท่านั้นจึงนับจำนวนครั้งที่ถือให้
3. ผู้เข้ารับการทดสอบจะถือด้วยเท้าข้างใดข้างหนึ่งก็ได้ หรือจะสลับทั้งสองเท้าก็ได้
4. ใช้เวลาในการทดสอบครั้งละ 30 วินาที

วิธีการให้คะแนน

วิธีการให้คะแนนใช้จับเวลามายใน 30 วินาที ผู้เข้ารับการทดสอบจะต้องกระทำให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด และจะต้องกระทำอย่างเต็มที่ การกระทำที่ไม่ถูกต้องตามทักษะนั้นๆ จะไม่นับจำนวนครั้งให้



4. แบบทดสอบการชกหมัดตรง



ภาพประกอบ 5 แบบทดสอบการชกหมัดตรง

อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบ

1. นาฬิกาจับเวลา 1 เรือน
2. กระดาษขาว
3. เป้าหนังบุฟองน้ำหนา 8 นิ้ว กว้าง 1 ฟุตครึ่ง ยาว 1 ฟุตครึ่ง ตรงกลางเป้าพ่นสีขาวเป็นวงกลมรัศมี 4 นิ้ว
3. นวมขนาด 6 ออนซ์ 1 เซ็ต
4. ผ้าพันมือ 10 ม้วน
5. เสาค้ำสำหรับติดตั้งเป้า

การเตรียมอุปกรณ์

1. นำเป้าที่จัดเตรียมไว้สำหรับทดสอบไปยึดกับหลักไม้ที่จัดเตรียมไว้แล้ว เลื่อนเป้าให้ตรงจุดกึ่งกลางของวงกลมสีขาว อยู่ระดับปลายคางของผู้เข้ารับการทดสอบ
2. ให้ผู้เข้ารับการทดสอบพันมือและสวมนวมทั้งสองข้าง

วิธีการปฏิบัติ

ผู้เข้ารับการทดสอบยืนอยู่หน้าเป้าหมายที่กำหนดไว้ เมื่อได้ยินสัญญาณ “เริ่ม” จากผู้วิจัย ให้ผู้เข้ารับการทดสอบสลับเท้าชกหมัดตรงไปยังบริเวณวงกลมสีขาว ภายในเวลา 30 วินาที ให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด

ระเบียบการทดสอบ

1. ให้ผู้เข้ารับการทดสอบปฏิบัติ 2 ครั้ง เอาครั้งที่ชกได้มากที่สุดเพียงครั้งเดียว
2. จะต้องชกหมัดตรงให้เข้าเป้าหมายที่กำหนดเท่านั้นจึงนับจำนวนหมัดที่ชกให้
3. ใช้เวลาในการทดสอบครั้งละ 30 วินาที

วิธีการให้คะแนน

วิธีการให้คะแนนใช้จับเวลาภายใน 30 วินาที ผู้เข้ารับการทดสอบจะต้องกระทำให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด และจะต้องกระทำอย่างเต็มที่ การกระทำที่ไม่ถูกต้องตามทักษะนั้นๆ จะไม่นับจำนวนครั้งให้

ผลการทดสอบสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพื่อหาค่าความเป็นปรนัย

ทักษะการเตะเฉียงบริเวณลำตัว		คนที่ 1	คนที่ 2
คนที่ 1	Pearson Correlation	1	.893(**)
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
คนที่ 2	Pearson Correlation	.893(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

ทักษะการตีเข่าเฉียงบริเวณลำตัว		คนที่ 1	คนที่ 2
คนที่ 1	Pearson Correlation	1	.948(**)
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
คนที่ 2	Pearson Correlation	.948(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

ทักษะการสืบบริเวณลำตัว		คนที่ 1	คนที่ 2
คนที่ 1	Pearson Correlation	1	.845(**)
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
คนที่ 2	Pearson Correlation	.845(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

ทักษะการชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า		คนที่ 1	คนที่ 2
คนที่ 1	Pearson Correlation	1	.972(**)
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
คนที่ 2	Pearson Correlation	.972(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

ทักษะรวมมวยไทย		คนที่ 1	คนที่ 2
คนที่ 1	Pearson Correlation	1	.976(**)
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
คนที่ 2	Pearson Correlation	.976(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

ผลการทดสอบสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น

ทักษะการตะเจียงบริเวณลำตัว		ทดสอบครั้งที่ 1	ทดสอบครั้งที่ 2
ทดสอบครั้งที่ 1	Pearson Correlation	1	.915(**)
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
ทดสอบครั้งที่ 2	Pearson Correlation	.915(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

ทักษะการตีเข้าเจียงบริเวณลำตัว		ทดสอบครั้งที่ 1	ทดสอบครั้งที่ 2
ทดสอบครั้งที่ 1	Pearson Correlation	1	.962(**)
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
ทดสอบครั้งที่ 2	Pearson Correlation	.962(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

ทักษะการถีบบริเวณลำตัว		ทดสอบครั้งที่ 1	ทดสอบครั้งที่ 2
ทดสอบครั้งที่ 1	Pearson Correlation	1	.873(**)
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
ทดสอบครั้งที่ 2	Pearson Correlation	.873(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

ทักษะการชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า		ทดสอบครั้งที่ 1	ทดสอบครั้งที่ 2
ทดสอบครั้งที่ 1	Pearson Correlation	1	.976(**)
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
ทดสอบครั้งที่ 2	Pearson Correlation	.976(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

ทักษะมวยไทยรวม		ทดสอบครั้งที่ 1	ทดสอบครั้งที่ 2
ทดสอบครั้งที่ 1	Pearson Correlation	1	.984(**)
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
ทดสอบครั้งที่ 2	Pearson Correlation	.984(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



ภาคผนวก ข
ใบบันทึกผลการทดสอบระดับทักษะมวยไทย

ใบบันทึกผลการทดสอบระดับทักษะมวยไทย
นักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา ปีการศึกษา 2558

วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัด.....
ชื่อ นามสกุล.....
ทำการทดสอบวันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

รายการทดสอบ	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2
	จำนวนครั้ง	จำนวนครั้ง
1. เตะเฉียงบริเวณลำตัว		
2. การตีเข้าเฉียงบริเวณลำตัว		
3. การถีบบริเวณลำตัว		
4. การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า		



ภาคผนวก ค

ตารางคะแนนผลการทดสอบระดับทักษะมวยไทยของนักศึกษา

ตาราง 8 แสดงผลการทดสอบการตะเจียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเจียงบริเวณลำตัว การถีบบริเวณ
ลำตัว การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า และคะแนนรวม ของนักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษา
วิทยาเขตกรุงเทพมหานคร

ลำดับ	คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทย				
	ตะเจียง	ตีเข้า	ถีบ	ชกหมัด	รวม
1	24	22	24	30	100
2	25	25	26	35	111
3	27	25	26	35	113
4	27	25	29	38	119
5	28	25	29	39	121
6	28	27	30	40	125
7	28	28	30	40	126
8	30	29	30	40	129
9	33	30	30	40	133
10	34	30	31	40	135
11	34	33	31	40	138
12	35	34	31	40	140
13	35	34	31	40	140
14	36	35	32	41	144
15	36	35	33	42	146
16	37	35	35	43	150
17	38	36	35	43	152
18	38	39	35	44	156
19	38	39	35	44	156
20	39	40	35	45	159
21	39	40	35	45	159

ตาราง 8 (ต่อ)

ลำดับ	คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทย				
	เตะเจี๊ยง	ตีเข้า	ถีบ	ชกหมัด	รวม
22	39	40	35	46	160
23	39	40	36	46	161
24	40	40	36	47	163
25	40	40	36	50	166
26	40	40	37	50	167
27	40	40	37	50	167
28	40	40	37	50	167
29	40	41	37	50	168
30	40	41	37	52	170
31	40	41	37	52	170
32	40	41	38	52	171
33	40	41	38	53	172
34	40	42	38	53	173
35	40	42	38	53	173
36	41	42	39	53	175
37	41	42	40	53	176
38	41	42	40	54	177
39	42	42	40	54	178
40	42	42	40	55	179
41	42	43	40	55	180
42	42	43	40	56	181
43	43	43	40	57	183
44	43	43	41	58	185

ตาราง 8 (ต่อ)

ลำดับ	คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทย				
	เตะเจี๊ยง	ตีเข้า	ถีบ	ชกหมัด	รวม
45	43	44	41	59	187
46	44	44	42	60	190
47	44	44	42	61	191
48	44	44	42	62	192
49	44	44	42	63	193
50	44	45	42	65	196
51	44	45	43	68	200
52	44	45	43	70	202
53	44	45	43	70	202
54	44	45	43	70	202
55	44	46	43	70	203
56	44	46	44	71	205
57	44	46	44	72	206
58	44	46	44	72	206
59	45	47	45	74	211
60	45	47	45	75	212
61	45	47	45	76	213
62	45	48	45	80	218
63	45	48	45	83	221
64	46	48	45	83	222
65	46	48	45	85	224
66	46	49	47	85	227
67	47	50	47	93	237

ตาราง 8 (ต่อ)

ลำดับ	คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทย				
	เตะเจี๊ยง	ตีเข่า	ถีบ	ชกหมัด	รวม
68	47	50	47	93	237
69	47	50	47	100	244
70	48	50	47	100	245
71	48	51	47	104	250
72	48	52	48	106	254
73	49	52	48	110	259
74	49	53	50	110	262
75	50	53	50	116	269
76	50	57	52	118	277
77	51	58	55	120	284

ตาราง 9 แสดงผลการทดสอบการตะเจียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเจียงบริเวณลำตัว การถีบบริเวณ
ลำตัว การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า และคะแนนรวม ของนักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษา
วิทยาเขตชลบุรี

ลำดับ	คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทย				
	ตะเจียง	ตีเข้า	ถีบ	ชกหมัด	รวม
1	25	22	26	30	103
2	28	34	28	35	125
3	33	35	28	40	136
4	35	38	29	40	142
5	35	40	30	40	145
6	36	40	30	40	146
7	38	40	31	46	155
8	38	41	32	48	159
9	39	43	34	48	164
10	40	44	34	50	168
11	40	44	35	50	169
12	40	44	35	51	170
13	40	45	36	52	173
14	42	45	36	60	183
15	44	45	38	70	197
16	44	45	40	74	203
17	44	48	42	80	214
18	45	48	43	83	219
19	45	50	43	85	223
20	46	52	45	93	236
21	48	56	47	100	251
22	50	58	49	110	267

ตาราง 10 แสดงผลการทดสอบการตะเจียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเจียงบริเวณลำตัว การถีบบริเวณ
ลำตัว การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า และคะแนนรวม ของนักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษา
วิทยาเขตอ่างทอง

ลำดับ	คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทย				
	ตะเจียง	ตีเข้า	ถีบ	ชกหมัด	รวม
1	20	20	21	34	95
2	24	25	23	34	106
3	30	25	24	35	114
4	32	25	26	35	118
5	32	25	29	36	122
6	32	28	30	38	128
7	32	29	30	39	130
8	33	30	30	39	132
9	34	30	30	40	134
10	34	31	30	40	135
11	34	33	30	40	137
12	35	35	30	40	140
13	35	35	30	41	141
14	35	35	30	41	141
15	35	35	31	41	142
16	35	37	31	42	145
17	35	37	32	42	146
18	35	38	32	43	148
19	36	38	32	43	149
20	36	39	32	44	151
21	36	39	33	44	152

ตาราง 10 (ต่อ)

ลำดับ	คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทย				
	เตะเฉียง	ตีเข้า	ถีบ	ชกหมัด	รวม
22	37	39	33	45	154
23	38	40	33	45	156
24	38	40	33	45	156
25	38	40	34	46	158
26	39	40	34	46	159
27	39	40	34	47	160
28	39	40	34	48	161
29	39	40	35	48	162
30	39	40	35	48	162
31	39	40	35	48	162
32	40	40	35	50	165
33	40	40	35	50	165
34	40	40	35	50	165
35	40	40	35	50	165
36	40	40	35	50	165
37	40	40	35	50	165
38	40	40	35	50	165
39	40	40	35	50	165
40	41	40	35	50	166
41	41	40	36	51	168
42	41	40	36	51	168
43	41	40	36	52	169
44	41	40	36	52	169

ตาราง 10 (ต่อ)

ลำดับ	คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทย				
	เตะเฉียง	ตีเข้า	ถีบ	ชกหมัด	รวม
45	41	40	36	52	169
46	42	40	36	52	170
47	42	40	37	52	171
48	42	41	37	52	172
49	42	41	37	52	172
50	42	41	37	53	173
51	42	42	38	53	175
52	42	42	38	53	175
53	43	42	38	53	176
54	43	42	38	53	176
55	43	43	38	54	178
56	43	43	38	54	178
57	43	43	39	54	179
58	43	43	39	54	179
59	44	44	40	55	183
60	44	45	40	55	184
61	44	45	40	55	184
62	45	45	40	55	185
63	45	45	40	55	185
64	45	45	40	55	185
65	45	45	40	55	185
66	46	45	40	55	186
67	46	45	40	55	186

ตาราง 10 (ต่อ)

ลำดับ	คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทย				
	เตะเจี๊ยง	ตีเข่า	ถีบ	ชกหมัด	รวม
68	46	45	41	56	188
69	46	46	41	57	190
70	47	46	41	57	191
71	47	46	41	57	191
72	48	47	42	58	195
73	48	47	42	58	195
74	48	48	43	58	197
75	49	48	43	58	198
76	49	48	43	58	198
77	49	48	44	58	199
78	49	48	44	59	200
79	50	48	45	60	203
80	50	48	45	60	203
81	50	48	45	60	203
82	50	49	46	60	205
83	50	50	46	60	206
84	50	50	48	60	208
85	51	50	49	60	210
86	52	50	50	60	212
87	52	51	52	62	217
88	53	52	52	62	219
89	55	52	57	63	227
90	55	53	60	65	233
91	55	57	61	71	244

ตาราง 11 แสดงผลการทดสอบการตะเจียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเจียงบริเวณลำตัว การถีบบริเวณ
ลำตัว การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า และคะแนนรวม ของนักศึกษาชาย สถาบันการพลศึกษา
วิทยาเขตสมุทรสาคร

ลำดับ	คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทย				
	ตะเจียง	ตีเข้า	ถีบ	ชกหมัด	รวม
1	24	27	24	40	115
2	27	36	30	41	134
3	27	39	33	42	141
4	27	39	37	43	146
5	28	40	37	43	148
6	30	40	37	44	151
7	33	40	37	45	155
8	34	40	37	45	156
9	35	41	37	47	160
10	37	41	39	48	165
11	38	42	39	50	169
12	38	42	40	50	170
13	39	42	41	50	172
14	39	42	42	52	175
15	40	42	42	53	177
16	40	42	42	54	178
17	41	43	42	60	186
18	41	43	42	61	187
19	41	44	43	62	190
20	42	44	43	65	194
21	42	45	44	68	199

ตาราง 11 (ต่อ)

ลำดับ	คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทย				
	เตะเฉียง	ตีเข้า	ถีบ	ชกหมัด	รวม
22	43	46	44	70	203
23	44	46	45	70	205
24	44	46	45	71	206
25	44	47	45	72	208
26	44	47	45	75	211
27	44	48	47	76	215
28	45	48	47	80	220
29	45	48	47	80	220
30	47	49	47	82	225
31	47	49	50	104	250
32	49	50	50	106	255
33	50	51	51	116	268
34	51	51	52	118	272
35	54	52	55	120	281

ตาราง 12 แสดงผลการทดสอบการตะเจียงบริเวณลำตัว การตีเข้าเจียงบริเวณลำตัว การถีบบริเวณ
ลำตัว การชกหมัดตรงบริเวณใบหน้า และคะแนนรวม ของนักศึกษาชายสถาบันการพลศึกษา
วิทยาเขตสุพรรณบุรี

ลำดับ	คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทย				
	ตะเจียง	ตีเข้า	ถีบ	ชกหมัด	รวม
1	25	22	26	30	103
2	26	24	26	35	111
3	27	27	27	35	116
4	28	34	29	35	126
5	28	34	29	39	130
6	31	35	29	40	135
7	31	35	30	40	136
8	32	36	30	40	138
9	35	37	30	40	142
10	35	37	30	40	142
11	35	38	30	42	145
12	35	38	31	42	146
13	36	38	31	46	151
14	36	40	32	46	154
15	36	40	32	47	155
16	36	40	32	49	157
17	36	40	32	50	158
18	36	40	32	50	158
19	38	40	32	52	162
20	38	40	33	52	163
21	39	41	35	54	169

ตาราง 12 (ต่อ)

ลำดับ	คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทย				
	เตะเจี๊ยง	ตีเข้า	ถีบ	ชกหมัด	รวม
22	39	41	35	54	169
23	40	41	35	55	171
24	40	41	35	55	171
25	40	42	36	58	176
26	40	42	36	58	176
27	40	42	36	62	180
28	41	42	36	62	181
29	42	42	36	65	185
30	42	43	36	68	189
31	42	43	37	70	192
32	42	43	37	70	192
33	42	43	37	70	192
34	42	44	37	70	193
35	43	44	38	70	195
36	43	44	39	71	197
37	43	44	39	72	198
38	44	44	39	72	199
39	44	44	40	74	202
40	44	44	40	74	202
41	44	45	40	75	204
42	44	45	40	80	209
43	44	45	40	82	211
44	44	45	40	82	211

ตาราง 12 (ต่อ)

ลำดับ	คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทย				
	เตะเฉียง	ตีเข้า	ถีบ	ชกหมัด	รวม
45	44	45	41	83	213
46	44	45	41	83	213
47	44	46	42	85	217
48	45	46	42	85	218
49	45	46	42	88	221
50	45	46	42	88	221
51	45	47	42	92	226
52	45	47	42	93	227
53	45	47	43	93	228
54	45	47	43	95	230
55	46	48	43	100	237
56	46	48	43	100	237
57	46	48	44	100	238
58	46	48	44	100	238
59	46	48	44	101	239
60	46	49	44	105	244
61	47	49	45	106	247
62	48	50	45	106	249
63	48	50	45	108	251
64	48	50	45	108	251
65	48	50	45	108	251
66	48	50	45	108	251
67	49	50	45	110	254

ตาราง 12 (ต่อ)

ลำดับ	คะแนนการทดสอบทักษะมวยไทย				
	เตะเฉียง	ตีเข้า	ถีบ	ชกหมัด	รวม
68	49	51	45	110	255
69	49	52	47	110	258
70	49	52	47	112	260
71	49	52	47	112	260
72	49	53	47	115	264
73	50	53	47	116	266
74	51	53	48	118	270
75	52	54	48	118	272
76	52	58	48	118	276
77	53	58	50	120	281
78	55	60	55	124	294



ภาคผนวก ง
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุรัตน์ เสี่ยงหล่อ ผู้ช่วยศาสตราจารย์
ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์อนันต์ เมฆสวรรค์ ผู้ช่วยอธิการบดี ฝ่ายกิจการพิเศษ
คณะศึกษาศาสตร์
วิทยาลัยพลศึกษาวิทยาเขตอ่างทอง
3. อาจารย์บวร บุญยงค์ ครูชำนาญการพิเศษ
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา พลศึกษา
โรงเรียนธัญรัตน์
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 4
4. อาจารย์สมาส จันทะคล้าย ครูชำนาญการพิเศษ
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา พลศึกษา
โรงเรียนห่อวัง
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 2

ประวัติย่อผู้วิจัย



ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	ปิยะวัฒน์ สุขอนันต์
วันเดือนปีที่เกิด	วันที่ 14 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2531
สถานที่เกิด	อำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ 145/1 หมู่ 4 ตำบลนาโพธิ์ อำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช 80110
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2543	ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จาก โรงเรียนชุมชนบ้านไทรห้อง อำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช
พ.ศ. 2546	มัธยมศึกษาตอนต้น จาก โรงเรียนกีฬาจังหวัดนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช
พ.ศ. 2549	มัธยมศึกษาตอนปลาย จาก โรงเรียนกีฬาจังหวัดนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช
พ.ศ. 2555	ปริญญาตรี จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ คณะพลศึกษา เอกพลศึกษาการศึกษาบัณฑิต (กศ.บ.) กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2559	การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) สาขาสุขศึกษาและพลศึกษา จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร