

การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย
โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการจัดการนันทนาการ
พฤษภาคม 2555

การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย
โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการจัดการนันทนาการ
พฤษภาคม 2555
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย
โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการจัดการนันทนาการ
พฤษภาคม 2555

เสน่ห์ ใจเอื้อย. (2555). การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
คณะกรรมการควบคุม: อาจารย์ ดร.อัสวิน มณีอินทร์, อาจารย์ ดร.วินดา เจียรณัย.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจำนวน 400 คน โดยทำการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามมี 3 ตอน เป็นแบบสอบถามชนิดเลือกตอบ และแบบสอบถามชนิดปลายเปิด ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานครใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการมากที่สุดโดยปฏิบัติเป็นประจำและปฏิบัติบ้างในการเล่นแบดมินตัน ปฏิบัติบางครั้งในการเล่นบาสเกตบอล และไม่เคยปฏิบัติในการเล่นตะกร้อ
2. นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานครใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านงานอดิเรกมากที่สุดโดยปฏิบัติเป็นประจำในการเล่นอินเทอร์เน็ต ปฏิบัติบ้างในการทำอาหาร ปฏิบัติบางครั้งในการปลูกต้นไม้ และไม่เคยปฏิบัติในการเลี้ยงสัตว์
3. นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานครใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษามากที่สุดโดยปฏิบัติเป็นประจำและปฏิบัติบ้างในการชมและซื้อของที่ระลึก ปฏิบัติบางครั้งในการชมพิพิธภัณฑ์ และไม่เคยปฏิบัติในการเที่ยวสวนสนุก
4. นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานครใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) มากที่สุดโดยปฏิบัติเป็นประจำในการพูดคุยโทรศัพท์ ปฏิบัติบ้างในการอ่านหนังสือทั่วไป ปฏิบัติบางครั้งและไม่เคยปฏิบัติในการเขียนบันทึกประจำวัน

LEISURE USING FOR RECREATIONAL ACTIVITIES OF STUDENTS IN SECONDARY SCHOOLS
AT BANGRAG DISTRICT, BANGKOK MEROPOLITANT



Presented in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Master of Science Degree in Recreation Management
at Srinakharinwirot University
May 2012

Saneh Jaieay. (2012). *Leisure Using for Recreational Activities of Students in secondary schools at Bangrak District, Bangkok Metropolitan*. Master Thesis, M.Sc. (Recreation Management). Bangkok: Graduate School , Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Dr. Asawin Manee-in, Dr. Winida Jiaranai.

This study aimed to investigate leisure using for recreational activities of students in secondary schools at Bangrak District, Bangkok Metropolitan. The subjects consisted of 400 students in secondary school who were selected by stratified random sampling. The instrument was the check-list questionnaire and open-ended. The data was analyzed by the statistical of frequency and percentage.

The results were found as follows:

1. The students of secondary school in Bangrak District, Bangkok Metropolitan spent their leisure time by doing recreational activities in the aspect of performing exercise and playing sports at most of all. They practiced regularly and practiced seldom by playing basketball, practiced sometimes by playing basketball and never practiced by playing takraw.
2. The students of secondary school in Bangrak District, Bangkok Metropolitan spent their leisure time by doing recreational activities in the aspect of performing hobbies at most of all. They practiced regularly by playing internet, practiced seldom by cooking, practiced sometimes by planting and never practiced by taking care of pets.
3. The students of secondary school in Bangrak District, Bangkok Metropolitan spent their leisure time by doing recreational activities in the aspect of performing travelling and study tour at most of all. They practiced regularly and practiced seldom by buying souvenirs and practiced sometimes by going to the museums and never practiced by going to the fun park.
4. The students of secondary school in Bangrak District, Bangkok Metropolitan spent their leisure time by doing recreational activities in the aspect of performing literature activities (reading, writing and speaking) at most of all. They practiced regularly by talking on the phone, practiced seldom by reading the book and practiced sometimes and never practiced by writing a diary.

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี เนื่องด้วยได้รับความอนุเคราะห์ จากอาจารย์ ดร.อัศวิน มณีอินทร์ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ อาจารย์ ดร.วินดา เจียรนัย กรรมการควบคุม ปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชัยโรจน์ สายพันธุ์ และรองศาสตราจารย์ ดร.กำโชค เพื่อกศุวรรณที่ คอยให้คำปรึกษา ให้แนวคิดและข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเอาใจใส่ เป็นอย่างดีมาโดยตลอด ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณผู้อำนวยการ โรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์ ที่ให้ความอนุเคราะห์ทุนการศึกษา และ อำนวยความสะดวกเรื่องเวลาในการเรียน และการศึกษาค้นคว้า ขอคุณโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ตอนปลาย ในเขตบางรักที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลเป็นอย่างดี

สุดท้ายนี้ ขอขอบคุณครอบครัวใจเอื้อย และพี่น้องร่วมรุ่นที่เป็นกำลังใจในการผลักดันให้งาน วิจัยนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

เสน่ห์ ใจเอื้อย

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย	2
ความสำคัญของการวิจัย	2
ขอบเขตของการวิจัย	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
กรอบแนวคิดในการวิจัย	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง	7
ความหมายของการใช้เวลาว่าง	7
ลักษณะการใช้เวลาว่าง	8
ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง	9
ประเภทของการใช้เวลาว่าง	10
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการ	12
ความหมายของนันทนาการ	12
ความสำคัญของกิจกรรมนันทนาการ	13
ประโยชน์ของกิจกรรมนันทนาการ	15
ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ	17
ข้อมูลทั่วไปของโรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร	20
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	25
งานวิจัยต่างประเทศ	25
งานวิจัยในประเทศ	27
3 วิธีดำเนินการวิจัย	30
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	30
การสร้างเครื่องมือในการวิจัย	32
การเก็บรวบรวมข้อมูล	33

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล	33
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	34
การวิเคราะห์ข้อมูล	35
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	35
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	73
ความมุ่งหมายของการวิจัย	73
วิธีดำเนินการวิจัย	73
สรุปผลการวิจัย	75
อภิปรายผล	80
ข้อเสนอแนะ	85
บรรณานุกรม	88
ภาคผนวก	93
ภาคผนวก ก	94
ภาคผนวก ข	100
ประวัติย่อผู้วิจัย	102

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขต บางรัก กรุงเทพมหานคร.....	32
2 จำนวนและคำร้อยละของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพ มหานคร จำแนกตามตัวแปรเพศ ระดับชั้นเรียน และผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา (n = 400)	36
3 จำนวนและคำร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนใน เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ (n = 400)	37
4 จำนวนและคำร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนใน เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านงานอดิเรก (n = 400)	38
5 จำนวนและคำร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนใน เขต บางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา (n = 400)	39
6 จำนวนและคำร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนใน เขต บางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน ฟุด) (n = 400)	40
7 จำนวนและคำร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนใน เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ จำแนกตามเพศ (n = 400)	41
8 จำนวนและคำร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนใน เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านงานอดิเรก จำแนกตามเพศ (n = 400)	45
9 จำนวนและคำร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนใน เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา จำแนกตามเพศ (n = 400)	48
10 จำนวนและคำร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนใน เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน ฟุด) จำแนกตามเพศ (n= 400)	50
11 จำนวนและคำร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนใน เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ จำแนกตามระดับชั้นเรียน (n = 400)	52

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
12	จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านงานอดิเรก จำแนกตามระดับชั้นเรียน (n = 400)	55
13	จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา จำแนกตามระดับชั้นเรียน (n = 400)	58
14	จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) จำแนกตามระดับชั้นเรียน (n = 400)	60
15	จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (n = 400)	62
16	จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านงานอดิเรก จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (n = 400)	65
17	จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (n = 400)	68
18	จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (n = 400)	70

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การศึกษาเป็นกระบวนการที่สำคัญยิ่ง ในการพัฒนาคนให้มีคุณภาพของประเทศชาติ อันเป็นผลนำไปให้ประเทศก้าวหน้าเจริญรุ่งเรืองได้อย่างมั่นคง ดังที่ ประเวศ วะสี (2552: 17-18) กล่าวว่า ความมั่นคงของประเทศขึ้นอยู่กับคนในประเทศที่ได้รับการศึกษาแล้วพัฒนาอย่างเป็นระบบ กล่าวคือ กระบวนการในการจัดการศึกษาจะต้องมุ่งให้เกิดสัมฤทธิ์ผลบนพื้นฐานของทรรศนะชีวิตว่า คนที่ได้รับการศึกษาแล้วจะต้องเป็นคนเก่งคือ มีความรู้ ความเข้าใจและมีความสามารถที่จะนำความรู้ไปใช้ดำเนินชีวิตได้และต้องเป็นคนดี มีคุณธรรมและมีสุขภาพร่างกาย จิตใจ แข็งแรง สามารถประกอบอาชีพและดำเนินชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ ประเทศ ชาติก็จะมีคุณภาพและมั่นคงเจริญรุ่งเรืองได้

จากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 พ.ศ. 2550 – 2554 และแผนพัฒนานันทนาการแห่งชาติ ฉบับที่ 1 พ.ศ. 2550–2554 (สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ. 2551: 9-11) มุ่งเน้นในการพัฒนาคนให้มีคุณภาพอย่างยั่งยืน โดยยึดคนเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ให้เกิดผลสัมฤทธิ์ร่วมกันทุกองค์ประกอบ ได้แก่ มีความรู้ ความเข้าใจในสาระเนื้อหาของวิชาการตามหลักสูตร มีคุณธรรม จริยธรรมอันเป็นคุณลักษณะของความเป็นคนดี และมีคุณภาพทางกายและจิตใจที่สมบูรณ์ มีสมรรถนะในการดำรงชีวิตและประกอบอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้น ในการจัดการศึกษาเพื่อให้เกิดสัมฤทธิ์ผลในการพัฒนาองค์รวม จึงมีความจำเป็นที่โรงเรียนซึ่งเป็นสถานที่จัดการศึกษาจะต้องจัดประสบการณ์เสริมหลักสูตรหลังเลิกเรียน หรือเวลาว่างจากการเรียนในช่วงโมฆะวิชาการด้านต่างๆ เช่น กิจกรรมนันทนาการในโรงเรียน กิจกรรมทัศนศึกษา กิจกรรมพัฒนาคุณธรรมและจริยธรรมเป็นต้น กิจกรรมต่างๆ เหล่านี้โรงเรียนต้องทำเป็นระบบให้นักเรียนได้เลือกเข้าร่วมกิจกรรมในยามว่าง

อนึ่ง ในการจัดประสบการณ์เสริมหลักสูตรให้กับนักเรียนตามแผนพัฒนานันทนาการแห่งชาติ ฉบับที่ 1 พ.ศ. 2550–2554 (สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ. 2551: 6) ได้กำหนดแนวทางและรูปแบบการจัดกิจกรรมให้เป็นตัวอย่างแก่หน่วยงานต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเผยแพร่ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง (Leisure time) ที่มีอยู่ให้เป็นประโยชน์โดยการนำกิจกรรมนันทนาการมาเป็นเครื่องมือฟื้นฟูและพัฒนาสุขภาพร่างกายจิตใจและพัฒนาคุณลักษณะต่างๆ ของตนเองเพื่อก่อให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดี จากแนวนโยบายและการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ครั้งนี้ ทำให้หน่วยงานต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนมีความกระตือรือร้น เอาใจจริงเอาใจร่วมมือกันจัดกิจกรรมนันทนาการให้กับเยาวชนและบุคคลทั่วไปเพื่อเข้าร่วมประกอบกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่าง

กระทรวงศึกษาธิการมองเห็นความสำคัญของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ จึงมีนโยบายและกำชับให้สถานศึกษาต่างๆ ทุกสังกัดจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาตลอดจนกิจกรรมนันทนาการต่างๆ เพื่อให้เด็กนักเรียนและเยาวชนเลือกเข้าร่วมกิจกรรมยามว่างขึ้น ทั้งนี้ได้นำแผนและนโยบายจัดดำเนินการ พ.ศ. 2545–2549 มาปรับปรุงและพัฒนาต่อไป (กระทรวงศึกษาธิการ. 2551: 9–15) โรงเรียนต่างๆ จึงจัดโปรแกรมนันทนาการเสริมหลักสูตรขึ้นและส่วนใหญ่มักจะเป็นกิจกรรมนันทนาการเกี่ยวกับการเล่นเกม ทั้งในร่มและกลางแจ้ง กิจกรรมกีฬา กิจกรรมดนตรี กิจกรรมการเต้น การร้องเพลง การอ่านหนังสือและกิจกรรมตามประเพณีวัฒนธรรม ซึ่งนับว่าเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการส่งเสริมให้เกิดนิสัยอันดีงามของนักเรียนในการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานครที่เปิดสอนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายได้แก่ โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม โรงเรียนอัสสัมชัญ โรงเรียนพุทธจักรวิทยา โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา และโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์ มีการจัดกิจกรรมนันทนาการในช่วงโม่งเรียน เช่น กีฬา เกม ดนตรี วาดภาพ เป็นต้นและมีการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรได้แก่ กิจกรรมกีฬา กิจกรรมชมรมและกิจกรรมตามประเพณีต่างๆ ผู้วิจัยในฐานะเป็นครูผู้สอนนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จึงมีความสนใจที่จะศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกลุ่มโรงเรียนเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร เพื่อเสนอผู้เกี่ยวข้องนำข้อมูลไปพิจารณาในการบริหารจัดการการใช้เวลาว่าง สำหรับจัดกิจกรรมนันทนาการให้กับนักเรียนให้เหมาะสมและเกิดประสิทธิภาพต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ตามตัวแปร เพศ ระดับชั้นเรียน และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ความสำคัญของการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้ ทำให้ทราบการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร เพื่อผู้เกี่ยวข้องสามารถนำข้อมูลไปใช้เป็นแนวทางประกอบการพิจารณาจัดกิจกรรมนันทนาการ และส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เหมาะสมซึ่งจะเป็นประโยชน์กับนักเรียนและสังคมต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2553 ของโรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร จำนวน 5 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม โรงเรียนอัสสัมชัญ โรงเรียนพุทธจักรวิทยา โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา และโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์ มีนักเรียนจำนวน 4,500 คน (ฝ่ายสารสนเทศโรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม โรงเรียนอัสสัมชัญ โรงเรียนพุทธจักรวิทยา โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา และโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์. 2553)

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2553 ของโรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร จำนวน 5 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม โรงเรียนอัสสัมชัญ โรงเรียนพุทธจักรวิทยา โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา และโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์ โดยเทียบตารางกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie and Morgan. 1970: 118-119) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 354 คน เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์ ผู้วิจัยใช้กลุ่มตัวอย่างเพิ่มเป็นจำนวน 400 คน ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling)

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ของโรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร แบ่งเป็นดังนี้

- 1.1 เพศ
- 1.2 ระดับชั้นเรียน
- 1.3 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ แบ่งเป็นดังนี้

- 2.1 ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ
- 2.2 ด้านงานอดิเรก
- 2.3 ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา
- 2.4 ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด)

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การใช้เวลาว่าง ประกอบกิจกรรมนันทนาการ หมายถึง การปฏิบัติกิจกรรมในรูปแบบต่างๆ ในเวลาที่ว่างจากการปฏิบัติภารกิจประจำวัน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อความสนุกสนาน เพลิดเพลินจนรู้สึกสดชื่นกลับคืนมาสู่ภาวะปกติ ก่อให้เกิดการส่งเสริมและพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา สามารถประกอบการงานได้ดีขึ้น โดยจำแนกเป็น 4 ด้าน ดังนี้

1.1 ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่ต้องใช้ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะการเคลื่อนไหว สติปัญญาและพลังกำลังของร่างกายในการประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา มีทั้งกีฬากลางแจ้งและกีฬาในร่ม ประเภทบุคคลและเป็นทีม รวมทั้งใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ ได้แก่ ฟุตบอล บาสเกตบอล วอลเลย์บอล เทนนิส เทเบิลเทนนิส วาเลย์บอลชายหาด มวย การวิ่ง และเดินแอโรบิก เป็นต้น

1.2 ด้านงานอดิเรก หมายถึง กิจกรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาชีวิตในช่วงเวลาอิสระ เช่น ชมรายการโทรทัศน์ ฟังรายการวิทยุ สนทนากับเพื่อน ตกแต่งบ้านเรือน ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ สะสมสิ่งของต่างๆ วาดภาพ ร้องเพลง เต้นรำ เป็นต้น

1.3 ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา หมายถึง กิจกรรมที่สร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตที่น่าสนใจ เช่น เดินชมและซื้อของตามห้างสรรพสินค้า ท่องเที่ยวทัศนศึกษาตามจังหวัดต่าง ๆ เทียวสวนสาธารณะ ชมธรรมชาติ พืชพันธุ์ไม้ต่างๆ สวนสนุกและศูนย์การค้า เป็นต้น

1.4 ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) หมายถึง กิจกรรมนันทนาการที่ส่งเสริมให้บุคคลได้พัฒนาทักษะความรู้ ก่อให้เกิดการพัฒนาจินตนาการ เกิดความสุขสนุกสนานเพลิดเพลินได้แก่ การอ่าน เขียน และพูด เช่น การอ่านหนังสือพิมพ์ นวนิยาย การ์ตูน วารสาร นิตยสาร การเขียนการบันทึกประจำวัน การพูดทางโทรศัพท์ การส่งข้อความทางโทรศัพท์ เป็นต้น

2. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย หมายถึง นักเรียนที่เรียนอยู่ในระดับ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนในเขตบางรัก ปีการศึกษา 2553 งานวิจัยนี้แบ่งออกเป็น

2.1 เพศ หมายถึง เพศชายและเพศหญิง

2.2 ระดับชั้นเรียน หมายถึง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

2.3. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ค่าเฉลี่ยคะแนนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2553 (ฝ่ายสัมฤทธิ์ผล: 2553) แบ่งเป็น 3 ระดับ ดังนี้

2.3.1 คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00

2.3.2 คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99

2.3.3 คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99

3. โรงเรียนเรียนในเขตบางรัก เขตกรุงเทพมหานคร หมายถึง โรงเรียนที่เปิดสอนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่อยู่ในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร มีจำนวน 5 แห่ง ได้แก่ โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม โรงเรียนอัสสัมชัญ โรงเรียนพุทธจักรศึกษา โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษาและโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ

1. เพศ
2. ระดับชั้นเรียน
3. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตัวแปรตาม

การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ
แบ่งเป็น 4 ประเภท

1. ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ
2. ด้านงานอดิเรก
3. ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา
4. ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด)

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและนำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง
 - 1.1 ความหมายของการใช้เวลาว่าง
 - 1.2 ลักษณะของการใช้เวลาว่าง
 - 1.3 ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง
 - 1.4 ประเภทของการใช้เวลาว่าง
2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการ
 - 2.1 ความหมายของนันทนาการ
 - 2.2 ความสำคัญของกิจกรรมนันทนาการ
 - 2.3 ประโยชน์และคุณค่าของกิจกรรมนันทนาการ
 - 2.4 ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ
3. ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับโรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
 - 3.1 โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม
 - 3.2 โรงเรียนอัสสัมชัญ
 - 3.3 โรงเรียนพุทธจักรวิทยา
 - 3.4 โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา
 - 3.5 โรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 4.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 4.2 งานวิจัยในประเทศ

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง

ความหมายของการใช้เวลาว่าง

ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับความหมายของเวลาว่าง ดังต่อไปนี้

เวลา หมายถึง ช่วงระยะเวลาประกอบกันเป็นความยาวนานที่มีอยู่ หรือเป็นอยู่โดยนิยามกำหนด เป็นครุ่ คราว วัน เดือน ปี (ราชบัณฑิตยสถาน, 2525: 751) เวลา คือ หนึ่งหนึ่งของปรากฏการณ์ที่เป็นอยู่หรือดำเนินต่อเนื่องไปจากอดีตปัจจุบันจนเป็นอนาคต และหวนกลับคืนมาไม่ได้

จรินทร์ ธานีรัตน์ (2528: 16) กล่าวว่าเวลาว่าง (Leisure) หมายถึง ช่วงเวลาอิสระ (Free time) จากกิจกรรมที่จำเป็นอื่น ๆ อาทิเช่น ว่างจากงานประจำ เวลานอนหลับ และเวลาที่ประกอบกิจวัตรประจำวัน

วิมาน จิวเจียม (2529: 6) ได้ให้ความหมายของเวลาไว้ดังนี้

1. เวลาเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่มนุษย์ได้รับเท่าเทียมกัน สำหรับใช้ในการทำงาน โดยมีหน่วยนับเป็น วินาที นาที ชั่วโมง วัน สัปดาห์ เดือน ปี ยกเว้น ช่วงอายุขัยซึ่งจะไม่เท่ากัน
2. เวลาเป็นทรัพยากรที่เปลี่ยนแปลงไม่ได้ เวลาผ่านไปแล้วจะหวนกลับสู่อุดมคติอีกย่อมทำไม่ได้
3. เวลาเป็นทรัพยากรที่สะสมไม่ได้ จึงไม่มีธนาคารหรือโรงพัสดุ หรือห้องเก็บสะสมเวลา
4. เวลาเป็นทรัพยากรที่อนุรักษ์ไม่ได้ หรือหยุดเวลาไม่ได้ เวลาต้องเดินไปตามทิศทางของเวลา จากอดีตไปสู่อนาคตเป็นลักษณะก้าวไปข้างหน้าอย่างไม่หยุดยั้ง
5. เวลาเป็นทรัพยากรที่ห้ามยืมเช่นเดียวกันเงิน หรือวัสดุไม่ได้

ปธาน สุวรรณมงคล (2533: 80) ได้กล่าวไว้ว่าเวลานับเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าและไม่อาจสะสมได้เหมือนทรัพยากรอื่น ๆ คนส่วนมากจะมองไม่เห็นความสำคัญของเวลา เนื่องจากเห็นว่าเวลานั้นมีอยู่แล้วไม่ต้องไปชวนขวยหามาให้เหนื่อยยาก ดังนั้น เวลา จึงเป็นทรัพยากรที่ทุกคนต้องให้ความสำคัญ ดังคำกล่าวที่ว่า “เวลาและวารีไม่เคยคอยใคร”

สมบัติ กาญจนกิจ (2535: 28-29) ได้ให้ความหมายของเวลาว่างไว้มีแนวความคิดโดยแยกออกเป็น 5 ความหมาย ดังนี้

1. เวลาว่าง คือ เวลาที่ไม่ได้ทำงาน
2. เวลาว่าง คือ หน้าที่ของสังคมชนชั้น
3. เวลาว่าง คือ กิจกรรมที่กระทำในช่วงเวลาว่าง
4. เวลาว่าง คือ เวลาอิสระ
5. เวลาว่าง คือ วิถีชีวิต หรือสภาพที่เกิดขึ้นที่ต้องการให้บุคคลประสบความสำเร็จ ที่เขาต้องการกระทำได้

เพลโต (ชัยชูรัตน์ วงษ์สมัย, 2542: 12; อ้างอิงจาก Plato, 1978: 3) ได้ให้ความหมายของเวลาไว้ 3 ประการ ดังนี้

1. เวลาว่าง คือ เวลาที่เหลืออยู่
2. เวลาว่าง คือ เวลาที่เป็นอิสระจากกิจกรรมอื่นๆ
3. เวลาว่างเป็นเวลาที่เป็นตัวของตัวเอง หรือความเป็นอิสระจากสภาพจิตใจที่จดจ่ออยู่กับการงาน หรือสิ่งต่าง ๆ

โธมัส (Thomas 1963: 2) กล่าวว่า เวลาว่าง หมายถึง เวลาที่เหลือจากงาน เป็นการแสดงออกตามความสนใจในเวลาอิสระ เวลาว่างและนันทนาการมีใช้สิ่งเดียวกัน เวลาว่างหลายอย่างที่ติดต่อกันสามารถจัดเป็นนันทนาการได้

วิสคอฟ (Weiskopf, 1975: 3) กล่าวถึงเวลาว่างไว้ว่า “เวลาว่าง” โดยทั่วไปหมายถึง เวลาอันเป็นอิสระของบุคคลหลังจากปฏิบัติกิจกรรมที่จำเป็นและว่างจากการทำงานประจำ เวลาว่างเป็นช่วงเวลาที่เป็นส่วนตัวอย่างสมบูรณ์ หลังจากเสร็จสิ้นจากการงานประจำและปฏิบัติหน้าที่ต่าง ๆ ในช่วงเวลาอิสระที่บุคคลสามารถปฏิบัติกิจกรรมตามความพึงพอใจ และก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม

เจ บี แนช (Jay, B. Nash, 1977: 50) กล่าวว่า เวลาว่างหมายถึง เวลาอิสระจากกิจกรรมที่จำเป็นทั้งหมด อาจจะว่างจากงานประจำ การกิจ กิจกรรมประจำวันก็ได้

สรุปได้ว่า เวลาว่าง คือ เวลาที่เป็นอิสระจากการงานและภารกิจต่าง ๆ ทำด้วยความสุขใจไม่ได้ อยู่ได้คำสั่งของผู้หนึ่งผู้ใด

ลักษณะการใช้เวลาว่าง

การดำรงชีวิตของมนุษย์ คือ การใช้ช่วงระยะเวลาหนึ่ง ในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อเสาะหาปัจจัยในการดำรงชีวิต เสาะหาความสนุก ความบันเทิง ความสุขให้กับชีวิตตามแนวคิด ปรัชญาในการดำเนินชีวิตของแต่ละคน ส่วนหนึ่งในการใช้เวลาของมนุษย์ คือ การประกอบอาชีพ การทำงาน เพื่อให้ได้มาซึ่งปัจจัยในการดำรงชีวิต แต่อีกส่วนหนึ่งของเวลา คือ เวลาของความเป็นส่วนตัว เพื่อความสุข ความพอใจของแต่ละคน ในการใช้เวลาของมนุษย์มีผู้ศึกษาไว้ดังนี้

รัชนี ลาซโรจน์ (2527: 31-32) กล่าวว่า การใช้เวลาของคนนั้นสามารถจำแนกออกเป็น 4 ทาง ได้แก่

1. เวลาที่ใช้ในการทำงาน คือ เวลาที่ใช้ในการประกอบอาชีพหากเป็นนักเรียนนักศึกษา ก็คือเวลาในการเรียนหนังสือ
2. เวลาที่ใช้ในการนอนหลับ
3. เวลาเพื่อการทำกิจกรรมประจำวัน
4. เวลาเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ

สมบัติ กาญจนกิจ (2535: 28–29) ได้กล่าวถึงลักษณะและองค์ประกอบของกิจกรรมเวลาว่าง ดังนี้

1. ระดับของควมมีอิสรภาพ ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับเวลาและการตัดสินใจเป็นเวลาอิสระ ปราศจากการควบคุม เป็นการใช้เวลาว่างอย่างอิสระ ในการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นเป็นการแสดงออก โดยอิสระ เป็นกิจกรรมดี หรือไม่ดีก็ได้
 2. การแสดงออกแห่งตน เวลาว่างนั้นในเรื่องการที่บุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการแสดงออกแห่งตน สามารถจัดขึ้นได้ในสถานการณ์ที่มีความสนใจ ความพึงพอใจกิจกรรม เวลาว่างจะต้องก่อให้เกิดความพึงพอใจ ไม่นั่นกฎกติกา
 3. ความพอใจในกิจกรรมเวลาว่างจะต้องก่อให้เกิดความพอใจ ไม่นั่นกฎกติกา
- สรุปได้ว่า ลักษณะของการใช้เวลาของมนุษย์ สามารถจำแนกได้ว่าเราใช้เวลาเพื่อการพักผ่อนนอนหลับ ใช้เวลาเพื่อการทำงานกิจวัตรประจำวัน และใช้เวลาเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ

ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง

ในสภาพปัจจุบัน ผู้คนมีการแข่งขันกันสูง ต้องการประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน จึงไม่ค่อยมีเวลาว่างเพื่อการทำงานพักผ่อนหย่อนใจ การแบ่งเวลาที่มีอยู่เพื่อการใช้ชีวิตให้เหมาะสม จึงเป็นสิ่งที่ต้องทำ มีผู้ให้ความสำคัญและความรู้เกี่ยวกับความสำคัญของการใช้เวลาว่างไว้ดังนี้

ฟอง เกิดแก้ว (2527: 33) ได้กล่าวไว้ว่า เวลาว่างเป็นเวลาที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง สามารถนำมาพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ด้วย พัฒนาสุขภาพ สร้างมนุษยสัมพันธ์ สร้างความเป็นพลเมืองดีและพัฒนาบุคคลเป็นอย่างดี

ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่ (2527: 12) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการใช้เวลาว่างว่า การรู้จักใช้เวลาว่างเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งของมนุษย์ ผู้ฉลาดย่อมแสวงหาวิธีการพักผ่อน โดยใช้กิจกรรมต่าง ๆ อันก่อให้เกิดประโยชน์กับตนเองและสังคมซึ่งจะเป็นเครื่องตอบสนองความต้องการ ความสนใจและความพึงพอใจของผู้นั้น กิจกรรมที่อาจใช้เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจนั้น มีมากมายหลายชนิดซึ่งอาจเลือกได้ตามความสมัครใจ การประกอบกิจกรรมที่เป็นประโยชน์เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจนี้ ควรทำเมื่อมีเวลาว่าง เช่น เวลาที่เหลือจากงานประจำ เวลาที่จากการนอนหลับ หรือเวลาที่เหลือจากการประกอบกิจวัตรประจำวันต่างๆ ด้วยเหตุนี้ มนุษย์จึงจำเป็นต้องประกอบกิจกรรมบางอย่างในยามว่างเพื่อผ่อนคลายความเครียดและความเมื่อยล้าต่างๆ กิจกรรมนั้น ควรเป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม บางคนประกอบกิจกรรมที่ไม่พึงปรารถนาบางอย่างเพื่อการผ่อนคลายความตึงเครียดของตนเอง

ทองสุข สัมปหังสิต (2531: 2) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ว่า การใช้เวลาว่างที่ถูกต้องจะเป็นประโยชน์อย่างมาก ทั้งยังเป็นการลดปัญหาต่างๆ ด้วย โดยเฉพาะปัญหาวัยรุ่นในปัจจุบัน ซึ่งมักมีต้นเหตุมาจากการใช้เวลาว่างไม่ถูกต้องเหมาะสม เช่น การติดยาเสพติด เล่นการ

พนัน มั่วสุ่มสถานเริงรมย์ต่างๆ การช่วยให้มีการใช้เวลาว่างที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์นั้นสามารถทำได้โดย บิดา มารดา ผู้ปกครอง ครู อาจารย์ รวมทั้งสถานศึกษาต้องปลูกฝังความสนใจในการใช้เวลาให้กับเด็ก จะเห็นได้ว่าความสำคัญของการใช้เวลาว่าง คือ การหาวิธีพักผ่อนโดยทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิด ประโยชน์ต่อตนเองและสังคม เกิดความอบอุ่นภายในครอบครัวเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดจากงาน ประจำ ไม่ควรปล่อยเวลาให้เสียไปโดยเปล่าประโยชน์ เพราะเวลาเป็นสิ่งที่มั่งคั่ง ทำให้เกิดการพัฒนาการ ของมวลสรรพสิ่งทั้งหลายในโลก การใช้เวลาว่างอย่างถูกต้องทำให้ช่วยลดปัญหาต่าง ๆ ในวัยรุ่นได้ เช่น อาจเป็นกิจกรรมเกี่ยวกับการเล่นที่ก่อให้เกิดความรักความสามัคคี ความสนุกสนานเพลิดเพลิน และเป็น การออกกำลังกายที่ทำให้สุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงอีกด้วย

วิวัฒน์ พวงมะลิ (2533: 17) กล่าวว่า เวลามีความสำคัญต่อเรามาก เพราะเวลาเป็นทรัพยากร ที่จำกัดที่สุด เวลาเป็นสิ่งที่ตัดสินคุณค่า เป็นเครื่องหมายความเจริญเติบโต เป็นทรัพยากรล้ำค่า เป็นเวที ชีวิต เป็นสัญลักษณ์ของการเปลี่ยนแปลง เป็นตัวสร้างความหวัง เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดประโยชน์ ตลอดจน เป็นตัวกำหนดพัฒนาการของมวลสรรพสิ่งในโลกของเรา

สมบัติ กาญจนกิจ (2535: 37-38) ได้สรุปให้เห็นถึงความสำคัญของการใช้เวลาว่างไว้ดังนี้

1. ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดของร่างกาย
2. ช่วยให้สุขภาพร่างกายสมบูรณ์
3. ทำให้จิตใจสดชื่นแจ่มใส
4. ทำให้ครอบครัวได้แสวงหาความสุขร่วมกัน
5. ทำให้มีความสนุกสนานเพลิดเพลิน
6. ทำให้ได้รับความรู้เพิ่มเติม
7. สร้างมิตรภาพและความสัมพันธ์อันดี
8. สร้างรายได้นอกเหนืองานปกติ

เมื่อบุคคลและชุมชนได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ หรือกิจกรรมนันทนาการก็จะ ก่อให้เกิดคุณค่าและประโยชน์ต่างๆ ตามมา จะเห็นได้ว่า การที่ประชาชนได้มีโอกาสใช้เวลาว่างให้เกิด ประโยชน์ ไม่สร้างความเดือดร้อนให้แก่สังคมด้วยการร่วมกิจกรรมนันทนาการ จะทำให้พวกเขา เหล่านั้นได้เรียนรู้เรื่องหน้าที่ ความรับผิดชอบ รักหมู่คณะ รักความยุติธรรม ไม่เห็นแก่ตัว มีน้ำใจ ให้บริการอาสาสมัคร ช่วยเหลือสังคม ซึ่งถือได้ว่าเป็นกิจกรรมของพลเมืองดีของประเทศไทย และเป็น การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

ประเภทของการใช้เวลาว่าง

ประเภทของการใช้เวลาว่างสามารถแบ่งออกได้ตามการศึกษาค้นคว้าและงานวิจัยมีคณาจารย์ หลายท่านได้ให้ความหมายและประเภทของการใช้เวลาว่างไว้ดังนี้

สุขใจ นำฟูค (2536: 44) ได้แบ่งประเภทของการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์ 3 ประเภทดังนี้

1. การใช้เวลาเพื่องานอาชีพ ควรใช้วันละ 10 ชั่วโมง เพื่อประกอบอาชีพที่ก่อให้เกิดรายได้ เพื่อการเลี้ยงชีพตนเองและครอบครัว

2. การใช้เวลาเพื่อสุขภาพร่างกาย ควรใช้วันละ 10 ชั่วโมง เพื่อรับประทานอาหาร นอนหลับ ออกกำลังกาย และอื่นๆ เพื่อให้สุขภาพแข็งแรง

3. การใช้เวลาว่าง ควรใช้วันละ 4 ชั่วโมง เพื่อการพักผ่อน บันทึง ทำงานอดิเรก จะทำให้มีผลดีทางด้านอารมณ์ จิตใจ หรืออาจก่อให้เกิดรายได้บางส่วนด้วย

เมธี ปิณฑนันทน์ (2528: 8) ได้แบ่งเวลาว่างออกเป็น 5 ชนิด ได้แก่

1. กิจกรรมอาชีพ เป็นเวลาว่างเพื่อเลี้ยงปากท้อง และปัจจัยการครองชีพของตนเองและครอบครัวประมาณ 6 ชั่วโมง หรือ 1 ใน 4 ของเวลา 1 วัน

2. กิจกรรมครอบครัว เป็นกิจกรรมที่จะต้องใช้เวลาเพื่อความสุขสมบูรณ์ สงบสุข ความมั่นคง ทั้งนี้รวมถึง การอบรมสั่งสอนสมาชิกในครอบครัว

3. กิจกรรมชุมชน เป็นการใช้เวลาว่างเพื่อความร่วมมือ และให้ความช่วยเหลือแก่องค์กรหรือสถาบันต่างๆ ในชุมชน เช่น งานวัด การช่วยจัดกิจกรรมของศาสนา การพัฒนาชุมชน กิจกรรมเพื่อความมั่นคง และอื่นๆ

4. กิจกรรมพักผ่อนและการสังสรรค์ เป็นกิจกรรมที่ใช้เวลาว่างมากที่สุด ได้แก่ การนอน เทียวเตร็ดเตร่ ฟังเพลง เป็นต้น

5. กิจกรรมเพื่อสุขภาพ เป็นกิจกรรมที่ต้องอุทิศเวลาส่วนหนึ่งเพื่อการตรวจร่างกาย การรักษาความเจ็บป่วย การออกกำลังกาย เป็นต้น ส่วนใหญ่จะให้ความสำคัญของการใช้เวลาด้านนี้เป็นอันดับสุดท้าย

ยูริส (Uris. 1970: 16) ได้แบ่งเวลาเป็น 3 ประเภท ตามลักษณะงานที่ต้องการใช้เวลาแตกต่างกันคือ

1. เวลาที่ต้องการใช้อย่างคงที่ (Fixed) ได้แก่ เรื่องที่ต้องปฏิบัติในสัปดาห์ที่มีลักษณะสม่ำเสมอและไม่อาจตัดทอนได้เลย

2. เวลาที่พอยืดหยุ่นได้ (Semi-Flexible) ได้แก่ เรื่องที่พอจะเพิ่มลด หรือยืดหยุ่นเวลาในการปฏิบัติงานพอสมควร

3. เวลาที่สามารถแปรเปลี่ยนได้ (Variable) ได้แก่ เรื่องที่สามารถจะระงับโดยเปลี่ยนไปใช้ทางเลือกอื่น อาจจะรอไว้ทำภายหลัง หรือสามารถเพิ่มลดเวลาเรื่องนั้นๆ ได้เต็มที่

สรุปได้ว่า ประเภทของการใช้เวลาว่างแบ่งได้ดังนี้

1. การใช้เวลาว่างเพื่อการอาชีพ เป็นเวลาว่างเพื่อเลี้ยงปากท้อง และปัจจัยการครองชีพของตนเองและครอบครัว ควรใช้เวลา 10 ชั่วโมง

2. การใช้เวลาว่างเพื่อการพักผ่อน บันทึกลงงานอดิเรก จะทำให้มีผลดีด้านอารมณ์และจิตใจ หรือก่อให้เกิดรายได้บางส่วน

3. การใช้เวลาว่างเพื่อชุมชนและสังคม เป็นการใช้เวลาว่างเพื่อความร่วมมือ และให้ความช่วยเหลือแก่องค์กร หรือสถาบันต่างๆ ในชุมชนและสังคม เช่น งานวัด การช่วยจัดกิจกรรมทางศาสนา การพัฒนาชุมชน กิจกรรมเพื่อความมั่นคง และอื่นๆ

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการ

ความหมายของนันทนาการ

นันทนาการเป็นที่รู้จักกันแพร่หลายในลักษณะ และรูปแบบที่ให้ความสนุกสนานเพลิดเพลิน แต่แรกเริ่มการนันทนาการในประเทศไทยนั้น กระทรวงศึกษาธิการได้บัญญัติศัพท์คำว่า “สันทนาการ” (Recreation) ซึ่งใช้กันมาจนแพร่หลาย แต่เมื่อกลับไปเปรียบเทียบความหมายพื้นฐานเดิมจากศัพท์ในภาษาอังกฤษ คือ เรครีเอชัน (Recreation) แล้ว ความหมายยังไม่ชัดเจนดังนั้น พระยาอนูมานราชชน หรือเสถียรโกเศศ จึงได้บัญญัติศัพท์ภาษาไทยขึ้นใหม่ว่า “นันทนาการ”

คำว่า “นันทน” หมายถึง ความรื่นเริงสนุกสนาน เมื่อสนธิกับคำว่า อาการ เป็น นันทน + อาการ เป็น นันทนาการ หมายถึง ลักษณะอาการแห่งความสนุกสนานรื่นเริง หรือการทำให้สนุกสนานรื่นเริง ระลึกใจ นันทนาการจึงจัดเป็นกิจกรรมเพื่อความสนุกสนานและผ่อนคลาย ต่อมาเมื่อมีการปรับปรุง หลักสูตรมัธยมศึกษาในปี พ.ศ.2528 ได้มีการกำหนดบังคับให้เรียนวิชานันทนาการด้วย คำว่า นันทนาการจึงเริ่มเป็นที่เข้าใจและรู้จักแพร่หลายขึ้น

คำว่า นันทนาการ มาจากศัพท์คำว่า Recreation ซึ่งมาจากคำกริยา คือ ครีเอท (to create) ซึ่งหมายถึง การสร้าง หรือทำให้เกิดขึ้น คำว่า รี (re) เป็นอุปสรรคเติมหน้าคำกริยาแสดงถึง คำใหม่ หรือเพิ่มเติมอีก ดังนั้น เมื่อคำว่า “Re-create” ก็จะหมายถึงการสร้างใหม่ หรือทำให้มีขึ้นใหม่ สร้างให้มีขึ้นใหม่ เมื่อเป็นคำนามก็จะเป็นคำว่า เรครีเอชัน (Recreation) ซึ่งหมายถึง การสร้างขึ้นใหม่ หรือการทำให้มีขึ้นใหม่ (พระพงศ์ บุญศิริ. 2542: 29)

สมบัติ กาญจนกิจ (2542: 26) กล่าวถึง นันทนาการว่ามีกิจกรรมที่เป็นองค์ประกอบ เช่นเดียวกันกับการเล่น แต่มีความแตกต่างกันในรูปแบบของนันทนาการมีหลายอย่าง นอกเหนือจากการเล่นอาจเป็นการศึกษา ความซาบซึ้งในการเสริมสร้างประสบการณ์ใหม่ หรือพัฒนาการทางอารมณ์

กำโชค เพือกสุวรรณ (2540:4) ได้ให้ความหมายของคำว่า “นันทนาการ” ดังนี้

1. พฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกให้เห็นอาการชื่นชอบ สนุกสนาน เบิกบานและมีพลังในการดำเนินชีวิต
2. เป็นกิจกรรมที่เป็นสื่อทำให้บุคคลนั้นๆ ได้มีการชื่นชอบ สนุกสนาน เบิกบานและมีพลังในการดำเนินชีวิต

3. เป็นกระบวนการในการพัฒนาคุณภาพชีวิต ตามความต้องการของแต่ละบุคคล โดยอาศัยกิจกรรมนันทนาการเป็นปัจจัย

4. เป็นศาสตร์เพื่อการศึกษาค้นคว้าพฤติกรรมของบุคคล ที่เกี่ยวกับการแสดงออกของความสุข ความสนุกสนาน ความเบิกบาน

บัทเลอร์ (Butler, 1959: 3–4) สรุปความหมายของนันทนาการหมายถึง กิจกรรมที่กระทำในเวลาว่าง ซึ่งเป็นเรื่องโดยตรงกันข้ามกับการทำงาน นันทนาการแต่ละบุคคลไม่เหมือนกัน จะแปรผันไปตามรสนิยม เวลา อายุ และความต้องการของแต่ละบุคคล

แนช (สมบัติ กาญจนกิจ, 2544: 26; อ้างอิงจาก Nash, 1975: 19) กล่าวว่า นันทนาการเป็นสื่อสำหรับการสนองความพึงพอใจ ความต้องการของมนุษย์ซึ่งอยู่ภายใต้แรงขับและความกดดันภายใน นันทนาการเป็นการแสดงออกในทางที่ดีต่อความต้องการในการใช้เวลาว่าง

จากความหมายของนันทนาการดังที่บุคคลต่าง ๆ กล่าวมาแล้ว สรุปได้ว่า นันทนาการหมายถึง กิจกรรมที่ทำในยามว่าง โดยที่บุคคลทำด้วยความสมัครใจ เกิดความพึงพอใจในการปฏิบัติกิจกรรมนั้น อีกทั้งยังช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด ช่วยพัฒนาตนเอง พัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และที่สำคัญยังพัฒนาบุคคลทั้ง 4 ด้าน คือ ร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

ความสำคัญของกิจกรรมนันทนาการ

การจัดกิจกรรมนันทนาการเป็นสิ่งจำเป็นพื้นฐานของมนุษย์ เนื่องจากการจัดกิจกรรมนันทนาการก่อให้เกิดการพัฒนาทักษะในด้านต่างๆ การเรียนรู้ และการสร้างเสริมประสบการณ์ให้กับบุคคลนั้นๆ ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญอย่างมากในการดำรงชีวิต จึงทำให้นันทนาการมีความสำคัญ ดังที่ จรินทร์ธานีรัตน์ (2528: 59–64) กล่าวถึงความสำคัญของนันทนาการไว้ ดังนี้

1. ความสำคัญสำหรับบุคคล

1.1 บุคคลแต่ละคนมีสิทธิ์ที่จะใช้เวลาว่างของตนในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ เพื่อประโยชน์แก่ตนเอง

1.2 บุคคลแต่ละคนมีความรับผิดชอบตามกฎหมายในอันที่จะสนับสนุนนันทนาการโดยการเสียภาษีให้ภาครัฐ

1.3 บุคคลแต่ละคนมีความรับผิดชอบในทางจิตใจ หรือในทางศีลธรรมในอันที่จะช่วยเหลือสนับสนุนโดยผ่านทางองค์การอาสาสมัครทั้งหลาย

1.4 บุคคลแต่ละคนย่อมมีความรับผิดชอบที่จะใช้เวลาว่างของตนเพื่อบริการชุมชน

2. ความสำคัญของครอบครัวโดยมูลฐานของกระบวนการ หรือรูปแบบกิจกรรมนันทนาการที่ดีย่อมเกิดตั้งแต่แต่เด็ก ดังนั้น บ้านที่มีบิดามารดาเป็นผู้นำนันทนาการคนแรกของเด็ก กิจกรรมต่างๆ ที่บิดามารดาทำการฝึกให้เด็กมีนิสัย หรือทัศนคติที่ดีในการใช้เวลาว่างไปในทางที่เกิดประโยชน์ ไม่

ก่อให้เกิดปัญหาเยาวชน ถ้าบุคคลของครอบครัวมีสุขภาพดีมีความมั่นคง ประเทศชาติก็เป็นปึกแผ่นมั่นคงตามไปด้วย

3. ความสำคัญสำหรับกลุ่มหรือหมู่คณะ โดยกิจกรรมนันทนาการเป็นเครื่องมือ เป็นสื่อให้บุคคลได้พบปะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน อันจะทำให้ประโยชน์ให้แก่สังคม

4. ความสำคัญของชุมชน ชุมชนที่ดีควรจัดให้มีสถานที่บริการทางนันทนาการเพื่อประชาชนนั้นๆ ได้พักผ่อนหย่อนใจ ผ่อนคลายความเครียด ทำให้เขาเพลิดเพลิน มีความสุข ความพอใจในชีวิต พร้อมทั้งจะคืนรนเผชิญกับปัญหาชีวิตประจำวันต่อไปอีก

5. ความสำคัญสำหรับประเทศชาติ ชาติจะมั่นคงพัฒนาไปได้ ไม่ว่าจะเป็นด้านเศรษฐกิจ ด้านการเมือง ย่อมเป็นผลสืบเนื่องมาจากประชาชนพลเมืองมีสุขภาพดี มีสมรรถภาพทางกายและจิตใจที่ดี นั่นคือทุกคนต้องรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ใช้เวลาพักผ่อนในทางกิจกรรมนันทนาการ

6. ความสำคัญสำหรับนานาชาติ นันทนาการมีบทบาทสำคัญในอันที่จะส่งเสริมความเข้าใจอันดีระหว่างประเทศ ในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ วัฒนธรรม วรรณกรรมพื้นบ้าน แลกเปลี่ยนความคิด ส่งผลให้ลดความขัดแย้งปัญหาระหว่างประเทศ ดังเช่นปัจจุบันได้มีนันทนาการแห่งโลก (World Recreation And Leisure Association: WRLA)

สมบัติ กาญจนกิจ (2544: 52-53) กล่าวว่า วัจนการเป็นสื่งจำเป็นสำหรับมนุษย์ในยุคปัจจุบันเป็นอย่างมาก เพราะว่ววิธีการดำเนินชีวิตของคนเหล่านั้นได้เปลี่ยนแปลงไปเป็นผลให้ต้องมีปัจจัยที่ห้าเพิ่มเติมจากปัจจัยสี่ประการ ปัจจัย ที่ห้านี้ก็คือ การพักผ่อน หรือกิจกรรมนันทนาการ จากการเปลี่ยนแปลงนี้เองทำให้นันทนาการมีบทบาท และมีความสำคัญต่อสังคมมนุษย์เป็นอย่างมาก ดังนี้

1. ประชากรในสังคม นันทนาการเป็นสื่งสำคัญในการที่จะพัฒนามนุษย์ให้มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายจิตใจ อารมณ์และสังคม ดังนั้นนันทนาการจึงมีความสำคัญต่อประชากรในสังคมเป็นอย่างมาก

2. ครอบครัว จัดได้ว่าเป็นหน่วยที่เล็กที่สุดในสังคม ปัจจุบันสภาพในครอบครัวไม่ค่อยเหนียวแน่นเหมือนสมัยก่อน เพราะทุกคนต่างมีความจำเป็นในการทำมาหากิน สภาพแวดล้อมที่ต้องแข่งขันกับเวลาและแข่งขันกับคนอื่น ๆ ทำให้สมาชิกในครอบครัวไม่ค่อยมีโอกาสจะพบกันมากนัก ดังนั้น นันทนาการสามารถช่วยลดปัญหาได้โดยการให้สมาชิกภายในครอบครัวได้ใช้เวลาว่างร่วมกัน เป็นผลให้ผู้นำครอบครัวได้ทำบทบาทของตนเองให้ดีขึ้น

3. ชุมชน นันทนาการช่วยพัฒนาชุมชนให้มีความสมบูรณ์หลายด้าน ๆ ด้วยกัน ดังนี้

3.1 ช่วยสร้างคนให้เป็นสมาชิกที่ดีมีเหตุผล เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน มีความขยันขันแข็งเพราะกิจกรรมนันทนาการช่วยเสริมสร้างสมาชิกที่ดีให้กับชุมชน เพราะว่าพวกเขาเหล่านั้นได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ในการร่วมกิจกรรมนันทนาการและในกิจกรรมนันทนาการบางประเภท เช่น กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์จะช่วยให้สมาชิกในสังคมรู้จักเสียสละและช่วยเหลือผู้อื่น

3.2 ลดปัญหาอาชญากรรมในชุมชน หรือที่สงบยอมไม่มีปัญหาอาชญากรรม ถ้าหากเราพิจารณาถึงปัญหาอาชญากรรมแล้วจะพบว่าสาเหตุที่สำคัญอันดับหนึ่งก็คือ การปล่อยให้คนบางประเภท โดยเฉพาะวัยรุ่นอยู่ว่างมากเกินไปทำให้เกิดการหมกมุ่นกับอบายมุขและประพฤติดนทีก่ออาชญากรรมดังกล่าว ดังนั้น หากชุมชนจัดกิจกรรมนันทนาการให้กับบุคคลเหล่านี้ก็จะช่วยลดปัญหาอาชญากรรม

3.3 ช่วยให้เกิดสภาพแวดล้อมที่ดี ทั้งนี้เพราะว่านันทนาการนั้นจะครอบคลุมไปถึงเรื่องการจัดสภาพแวดล้อมให้สวยงามเป็นการป้องกันมลภาวะได้อีกทางหนึ่ง ด้วยการจัดสวนหย่อม หรือการจัดสวนไม้ดอกไม้ประดับก็จะช่วยให้รักษาสมดุลทางธรรมชาติได้เป็นอย่างดี ดังนั้น หากชุมชนใดก็ตามขาดกิจกรรมนันทนาการอาจส่งผลให้เกิดปัญหาด้านมลภาวะได้

3.4 นันทนาการมีความสำคัญต่อประเทศชาติเป็นอย่างมาก เพราะว่ากิจกรรมนันทนาการจะช่วยลดปัญหาความประพฤติดนทีก่ออาชญากรรมได้อย่างมาก กิจกรรมนันทนาการจะช่วยสร้างความสุขได้เป็นอย่างดี เพราะเมื่อคนภายในชาติได้เล่น ได้ออกกำลังกาย ก็ทำให้มีสุขภาพดี ทำให้รัฐบาลไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล และเมื่อคนมีสุขภาพดีมีโอกาสดูแลครอบครัวความดีก็จะส่งผลให้มีสุขภาพจิตดี ไม่โกรธ หรืออาฆาตแค้นยอมทำให้การทะเลาะวิวาทไม่เกิดขึ้นในสังคม

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า นันทนาการมีความสำคัญและจำเป็นต่อมนุษย์ในฐานะที่เป็นองค์ประกอบหน่วยที่เล็กที่สุดในชีวิตของเราในสังคมที่จะพัฒนามนุษย์ให้มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจและอารมณ์ เพื่อให้เกิดความรักความอบอุ่น ความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มและชุมชนซึ่งส่งผลให้มนุษย์นำพาสถาบันครอบครัว ชุมชนและประเทศชาติไปสู่สังคมที่มีความสุข

ประโยชน์ของกิจกรรมนันทนาการ

ซูชิฟ เยวพัฒน์ (2543: 26) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมนันทนาการ ดังนี้

1. ประโยชน์ต่อตนเอง ทำให้คนเรามีสุขภาพที่ดีทั้งกายและทางจิตใจ เนื่องจากในชีวิตประจำวันของแต่ละคนเต็มไปด้วยสิ่งอำนวยความสะดวกมากมาย จึงทำให้คนเราละเลยต่อการออกกำลังกาย ร่างกายจึงไม่มีความแข็งแรงสมบูรณ์และทรุดโทรมได้ง่าย ดังนั้น นันทนาการในด้านการออกกำลังกายจึงช่วยส่งเสริมให้ร่างกายมีสมรรถภาพทางกายสูงขึ้น ส่วนทางด้านจิตใจก็ได้พักผ่อนทำให้คลายความตึงเครียดลดลง ลดความวิตกกังวล สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมหรือทำงานต่าง ๆ ได้ดีขึ้น ทั้งยังเป็นการส่งเสริมให้เกิดความคิดริเริ่มกระตุ้นให้มีการแสดงออกและช่วยเพิ่มพูนความรู้ ทักษะ ความชำนาญ ในการปฏิบัติงานตามความถนัดและความสนใจของแต่ละบุคคล

2. ประโยชน์ต่อครอบครัว กิจกรรมนันทนาการบางอย่าง นอกจากจะให้ความสนุกสนานเพลิดเพลิน ทำให้ชีวิตครอบครัวเป็นสุขและอบอุ่น เช่น การปลูกต้นไม้ จัดสวน ทำสวนครัว วาดภาพ เขียนการ์ตูน สะสมแสตมป์ และยังอาจเพิ่มรายได้ให้แก่ครอบครัวทางอ้อมอีกด้วย และในบางครั้งก็มี

ส่วนช่วยให้สมาชิกในครอบครัวมีความใกล้ชิดกันมากขึ้น อันเป็นการเพิ่มความรัก ความอบอุ่นแก่ครอบครัว จากการที่ใช้นันทนาการเป็นสื่อกลาง

3. ประโยชน์ต่อสังคม นันทนาการมีความสำคัญต่อสังคม เพราะประชาชนทุกคนควรมีเวลาเป็นของตัวเอง สำหรับผ่อนคลายความเครียดจากการทำงานประจำวัน ซึ่งทำให้เขาเพลิดเพลิน มีความสุข มีความพอใจในชีวิตมากขึ้น พร้อมทั้งจะค้นพบเพื่อเผชิญหน้ากับปัญหาชีวิตประจำวันต่อไปจะเห็นได้ว่า นันทนาการมีการประโยชน์ต่อสังคม ดังนี้

3.1 ก่อให้เกิดความรักใคร่กลมเกลียวกัน ในการทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อสาธารณะประโยชน์ ช่วยให้มีความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน

3.2 ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี การที่ชุมชนได้มีโอกาสใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์โดยเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ช่วยให้มีคุณธรรมแก่บุคคลที่เข้าร่วมกิจกรรมนั้นๆ ทำให้เขาเหล่านั้นมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ลดความเห็นแก่ตัวลง

3.3 ส่งเสริมให้เกิดมิตรภาพและสันติภาพ การที่บุคคลได้มีโอกาสร่วมกิจกรรมกันทำให้สร้างความเข้าใจที่ดีต่อกันและลดช่องว่างระหว่างสถานภาพที่แตกต่างกันได้ สร้างความเป็นมิตรเพื่อนำไปสู่ข้อตกลงที่ก่อให้เกิดประโยชน์ร่วมกัน ความสุขความสงบของสังคมก็จะเกิดขึ้น เช่น การเล่นกีฬา เพื่อเชื่อมความสามัคคี การจัดนิทรรศการและการจัดการแสดงของโรงเรียน เป็นต้น

3.4 ลดปัญหาการประพฤติดีศีลธรรม หรือปัญหาอาชญากรรม เพราะเด็กและเยาวชนรู้จักใช้เวลาว่างในการพัฒนาลักษณะนิสัยของตนเองให้เป็นที่พึงปรารถนาต่อสังคม

3.5 ส่งเสริมให้มีการสงวนทรัพยากรธรรมชาติของประเทศ นันทนาการมีนโยบายให้มีการสงวนป่าไม้เพื่อเป็นวนอุทยานเป็นสวนพฤกษชาติ เพื่อให้ประชาชนได้แสวงหาความสุข ความพอใจ และความเพลิดเพลินจากธรรมชาติที่สวยงาม ทำให้ทรัพยากรธรรมชาติของประเทศยั่งยืนนานไม่มีวันหมดสิ้น

บัทเลอร์ (Butler, 1959: 14-15) ได้กล่าวถึงคุณค่ากิจกรรมนันทนาการที่มีต่อมนุษย์ ดังนี้

1. นันทนาการช่วยตอบสนองความต้องการพื้นฐานของมนุษย์
2. นันทนาการ คือ ทางออกที่ดีของการแสดงออกและการพัฒนาตัวบุคคล
3. การเล่นหรือนันทนาการช่วยให้เด็กมีความเจริญเติบโตและมีประสบการณ์ที่จะนำไปใช้ประโยชน์ได้ในชีวิตเมื่อเจริญวัยขึ้น
4. ช่วยให้เกิดความกระตือรือร้นในชีวิตและกิจกรรมต่าง ๆ และช่วยให้ได้มาซึ่งทักษะที่จำเป็นสำหรับชีวิตในภายหลัง
5. สำหรับผู้ใหญ่ นันทนาการเป็นการแสดงออกในกิจกรรมต่าง ๆ การคบหาสมาคมซึ่งกันและกัน

6. นันทนาการเป็นวิธีการหาความสุข ซึ่งจะช่วยให้เกิดความสุขในชีวิตกับการงาน การพักผ่อน ความรักและเคารพนับถือซึ่งกันและกันในกลุ่มมนุษย์

จากประโยชน์และคุณค่าของกิจกรรมนันทนาการ พอสรุปได้ว่า ในสภาพสังคมปัจจุบัน นันทนาการมีบทบาทที่สำคัญต่อชีวิตความเป็นอยู่ของคนเรามากขึ้น ซึ่งก็เป็นผลสืบเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เศรษฐกิจและวัฒนธรรม แต่เดิมนั้นคนเราไม่ต้องเคร่งเครียดกับการดำเนินชีวิตมากนัก สภาพแวดล้อมของชีวิตความเป็นอยู่ก็ไม่มีมลภาวะต่างๆ อย่างในปัจจุบัน การดำเนินชีวิตในสมัยดังเดิมนั้น การหาอาหารโดยการหาผักหาปลาตามสถานที่ต่างๆ มาเลี้ยงชีพตนเองและครอบครัวนั้น ก็เป็นการพักผ่อนหย่อนใจอย่างหนึ่งแล้ว แต่ในสภาพปัจจุบันการดำเนินชีวิตในลักษณะดังกล่าวไม่ค่อยมีแล้ว เนื่องจากจำนวนการเพิ่มประชากร และภาวะแวดล้อมที่เป็นพิษต่างๆ ได้ทำลายธรรมชาติเหล่านั้นจนคนเราต้องเลี้ยงปลากินเอง หรือไม่เช่นนั้นก็ต้องไปหาซื้อตามท้องตลาด เมื่อเป็นเช่นนั้นนันทนาการจึงมีความจำเป็นต่อชีวิตคนเรามากยิ่งขึ้นและจากความจำเป็นนี้เอง ทำให้นันทนาการต้องเปลี่ยนแปลงเพื่อตอบสนองความต้องการของคนเรามากยิ่งขึ้น

ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ

เอนก หงษ์ทองคำ (2542: 18-19) ได้แบ่งประเภทของกิจกรรมนันทนาการไว้ดังนี้

1. ศิลปและหัตถกรรม เป็นงานประเภทสร้างสรรค์ แบ่งได้ดังนี้ การปั้น การแกะสลัก การวาดเขียน การจักสาน การเย็บปักถักร้อย การประดิษฐ์ เป็นต้น
2. การเต้นรำ เป็นกิจกรรมเพื่อการแสดงออก (Performance) แบ่งได้ดังนี้ การเต้นรำพื้นเมือง กิจกรรมเข้าจังหวะ การเต้นรำสร้างสรรค์ การเต้นรำงานสังคม เป็นต้น
3. การละคร เป็นกิจกรรมแสดงเป็นเรื่อง มีบท (Script) เป็นองค์ประกอบที่สำคัญและอาจมีองค์ประกอบอื่นๆ ในการละครเพื่อให้มีความสมบูรณ์ เช่น การเต้นรำ การดนตรี เป็นต้น
4. เกมและกีฬา เป็นกิจกรรมเพื่อการแสดงออก (Performance) อีกชนิดหนึ่งที่มีวิธีการเล่น การแข่งขันที่มีกฎ ระเบียบ และกติกา มีชนิดกีฬาและเกมมากมาย เช่น กีฬากลางแจ้ง กีฬาในร่ม กีฬาทางน้ำ กีฬาส่วนบุคคล กีฬาเป็นทีม เป็นต้น
5. งานอดิเรก เป็นกิจกรรมเสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์ ให้ความเพลิดเพลินประกอบด้วยกิจกรรมประเภทการสะสม การประดิษฐ์สร้างสรรค์ และประเภทการศึกษา
6. การดนตรีและเพลง เป็นกิจกรรมสร้างสรรค์ให้ความสุข ความสนุกสนาน องค์ประกอบของการดนตรีและเกม คือการแต่งเพลง การร้องเพลง การเล่นดนตรี การฟังเพลง การเต้นประกอบเพลง เป็นต้น

7. นันทนาการกลางแจ้ง เป็นกิจกรรมเพื่อการพักผ่อน เพื่อการศึกษา เพื่อสุขภาพทั้งร่างกาย อารมณ์และจิตใจ ประกอบด้วยกิจกรรมดังนี้ การท่องเที่ยว การอยู่ค่ายพักแรม กีฬากลางแจ้ง การปลูกต้นไม้ และธรรมชาติศึกษา เป็นต้น

8. การอ่าน การเขียนและการพูด เป็นกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความรู้ ความเพลิดเพลิน ความสนุกสนาน และความสัมพันธ์อันดีในสังคม

9. นันทนาการทางสังคม เป็นกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีในสังคมของบุคคล และกลุ่มที่ยังไม่รู้จักกัน บุคคลและกลุ่มที่รู้จักกันแล้วให้มีมากความสัมพันธ์อันดีมากยิ่งขึ้น กิจกรรมที่ส่งเสริมวัตถุประสงค์ดังกล่าวคือ งานฉลองในโอกาสต่างๆ อาทิ วันเกิด วันขึ้นปีใหม่ วันสงกรานต์ งานเลี้ยงสังสรรค์ งานแต่งงาน เป็นต้น

10. กิจกรรมพิเศษ เป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นหรือจัดขึ้นเป็นครั้งคราวในโอกาสพิเศษเพื่อให้บุคคล และกลุ่มเข้าร่วมด้วยความสมัครใจ เพื่อความสนุกสนาน กิจกรรมเหล่านี้ได้แก่ กิจกรรมตามเทศกาล และประเพณี การแสดง การแสดงสินค้า เป็นต้น

11. งานบริการอาสาสมัคร ในสังคมที่มีความสมบูรณ์ จะต้องมีการอาสาสมัคร เพื่อตอบสนองความต้องการของสังคม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่ออาสาสมัครไม่หวังค่าตอบแทนเจตนาช่วยเหลือสังคม ได้แก่ กิจกรรมชมรม สมาคมอาสาสมัครต่างๆ ลูกเสือ เนตรนารี ยุวชาวดา เป็นต้น

สมบัติ กาญจนกิจ (2544: 48-54) ได้แบ่งประเภทของกิจกรรมนันทนาการไว้ทั้งหมด 15 ประเภท ดังนี้

1. กิจกรรมนันทนาการประเภทเกมกีฬาและกีฬาเพื่อการแข่งขัน หมายถึง กิจกรรมที่ใช้ความสัมพันธ์ระหว่างสติปัญญา การเคลื่อนไหว ความทนทานและพลังกำลังของร่างกายในการประกอบกิจกรรม มีการใช้อุปกรณ์ต่างๆ เช่น ลูกบอล ไม้ตี หรืออุปกรณ์ที่ใช้ประกอบการเล่น และมักใช้สถานที่ เช่น สนามหญ้า ลานกว้าง โรงยิมเนเซียม ในการเล่น หรือการแข่งขันจะมีกฎ กติกาเฉพาะแต่ละชนิดของการกีฬา

2. กิจกรรมนันทนาการประเภทศิลปหัตถกรรม หมายถึง การประดิษฐ์สิ่งต่างๆด้วยมือ หรืองานศิลปะต่างๆที่ทำด้วยมือในเวลาว่างและมีได้ทำเป็นอาชีพ หรือหวังผลกำไรใดๆเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะความสามารถในการใช้มือสร้างงานฝีมือ เพื่อพัฒนาอารมณ์ เช่นงานไม้ เย็บปักถักร้อย การวาดภาพ แกะสลักและงานประดิษฐ์ต่างๆ

3. กิจกรรมนันทนาการเดินร่าและกิจกรรมเข้าจังหวะ หมายถึง กิจกรรมที่ให้ความสนุกสนาน ให้ชีวิตเพลิดเพลิน เช่น การเดินร่าพื้นเมือง รำไท่น กิจกรรมเข้าจังหวะและลีลาศ เป็นต้น เป็นการแสดงออกถึงอารมณ์และเหตุการณ์ต่างๆ เช่น ความสุข ความเสียใจ ความรัก สงคราม การบูชาในพิธีต่างๆ เป็นต้น

4. กิจกรรมนันทนาการละคร หมายถึง การเล่นละครทุกชนิด เป็นกิจกรรมการแสดงออก ซึ่งมีเสียง หรือมีท่าทางประกอบการแสดง ทำให้มีความสนุกสนานเพลิดเพลิน เช่น ละครแบบสร้างสรรค์ ละครส่งเสริมจินตนาการ หรือเกมการละครแบบเป็นพิธี ละครร้อง ละครรำ ละครพูด เป็นต้น

5. กิจกรรมนันทนาการงานอดิเรก งานอดิเรกเป็นกิจกรรมนันทนาการที่สำคัญแขนงหนึ่งคือ เป็นสิ่งที่ช่วยให้การดำเนินชีวิตประจำวันของคนให้มีความสุขเพลิดเพลิน สำหรับเด็กควรได้รับการฝึกหัดให้รู้จักประกอบกิจกรรมนี้ ทั้งในโรงเรียนและที่บ้าน งานอดิเรกแบ่งได้ 3 แบบดังนี้

5.1 แบบงานเก็บสะสม เช่น สะสมแสตมป์ ใบไม้สี ภาพวาด รูปภาพ ภาพโบราณวัตถุ เหรียญที่ระลึก ธนบัตรเก่าๆ เครื่องลายคราม เป็นต้น

5.2 แบบงานทำประดิษฐ์ โดยการใช้เวลาว่างในการสร้างสรรค์ ประดิษฐ์สิ่งต่างๆ เช่น ที่รองจาน ดอกไม้ไฟ โป๊ะ ตะเกียง เป็นต้น

5.3 แบบงานกลศกรรมในครัวเรือน โดยการใช้เวลาว่างในการปลูกพืช ผักสวนครัว เลี้ยงกล้วยไม้ เลี้ยงสัตว์ เป็นต้น

6. กิจกรรมนันทนาการดนตรีและการร้องเพลง หมายถึง กิจกรรมทางด้านดนตรีทุกชนิดซึ่งดนตรีเป็นภาษากลางใช้สื่อสาร หรือ ถ่ายทอดความรู้สึกของมวลมนุษยชาติ และเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน

7. กิจกรรมนันทนาการกลางแจ้งนอกเมือง หมายถึง กิจกรรมที่ส่งเสริมให้บุคคลมีโอกาสดำเนินชีวิตธรรมชาติ จัดขึ้นโดยอาศัยสถานที่และสภาพแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติเช่น สวนสาธารณะ การอยู่ค่ายพักแรม หรือนำนักเรียนไปทัศนศึกษาในสถานที่ต่างๆ

8. กิจกรรมนันทนาการทางสังคม หมายถึง กิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมโอกาสในการสร้างมนุษยสัมพันธ์ และสร้างความสามัคคีอันดีต่อเพื่อนมนุษย์

9. กิจกรรมนันทนาการพิเศษ หมายถึง กิจกรรมที่จัดขึ้นเนื่องในโอกาสพิเศษในวันสำคัญ เช่น การจัดงานสังสรรค์ประจำปี งานประจำปี การจัดงานเทศกาลปีใหม่ วันเด็ก วันสงกรานต์ วันลอยกระทง วันตรุษจีน เป็นต้น

10. กิจกรรมนันทนาการวรรณกรรม (อ่าน พูด เขียน) หมายถึง กิจกรรมที่ส่งเสริมให้บุคคลพัฒนาทักษะความรู้ ด้านการอ่าน การพูด การเขียน ก่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ ความสนุกสนานจากการอ่าน เช่น นวนิยาย การ์ตูน เป็นต้น

11. กิจกรรมนันทนาการอาสาสมัคร หมายถึง กิจกรรมที่ส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม การให้และการรับ การร่วมมือของชุมชนอันจะก่อให้เกิดความพึงพอใจและพัฒนาจิตใจของบุคคล เป็นการเสริมสร้างทักษะและพัฒนาคุณภาพชีวิต เช่น อาสมัครช่วยงานโรงเรียน ช่วยงานชุมชนและงานอาสาสมัครต่างๆ เป็นต้น

12. กิจกรรมนันทนาการท่องเที่ยวทัศนศึกษา เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมประสบการณ์ชีวิตในการเดินทางท่องเที่ยวไปยังสถานที่ต่างๆ ที่มีสิ่งดึงดูดความสนใจในหลายรูปแบบ เป็นกิจกรรมที่บุคคลให้ความสนใจและนิยมเลือกทำกันมาก

13. กิจกรรมนันทนาการประเภทกลุ่มสัมพันธ์ มนุษย์สัมพันธ์ เป็นกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมมนุษย์สัมพันธ์การทำงานเป็นทีม การประสานความร่วมมือของกลุ่มและยังส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้พฤติกรรมกลุ่มของสังคมในวิถีประชาธิปไตย รับผิดชอบต่อผู้นำและผู้ตาม รู้จักหน้าที่รับผิดชอบของตนเองและสังคม

14. กิจกรรมนันทนาการประเภทจิตใจและความสงบสุข หมายถึง กิจกรรมนันทนาการที่จัดขึ้นโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาอารมณ์สุขของมนุษย์ ซึ่งมี 2 ประเภท ได้แก่ อารมณ์สนุกสนาน เช่น การเต้นรำ การเล่นเกม การท่องเที่ยวและอารมณ์สงบสุข เป็นกิจกรรมที่ทำให้สงบ มีโอกาสเรียนรู้ตนเอง พัฒนาจิตใจ เช่น การนั่งสมาธิ โยคะ มวยจีน การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ดนตรีบำบัด การศึกษาธรรมชาติ เป็นต้น

15. กิจกรรมนันทนาการประเภทพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพ เป็นกิจกรรมแบบผสมผสานเรื่องเกี่ยวกับการจัดการชีวิตโดยมีความประสงค์ที่จะพัฒนาด้านสุขภาพ กิจกรรมนันทนาการสุขภาพ เป็นการจัดการด้านบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถในการให้ข้อมูลการศึกษาสำหรับเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เป็นการสนใจในการให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมกระทำในสิ่งที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพและมีทางเป็นไปได้มากที่สุด

บัทเลอร์ (Butler, 1959: 237-241) ได้แบ่งประเภทของกิจกรรมนันทนาการไว้ดังนี้

1. ศิลปะและหัตถกรรม
2. ละคร
3. เต้นรำ
4. กิจกรรมทางธรรมชาติและกิจกรรมกลางแจ้ง
5. กิจกรรมทางภาษา วรรณกรรม และที่เกี่ยวข้อง
6. สะสมของเก่า (Collection)
7. กิจกรรมบริการ

จากการแบ่งประเภทของกิจกรรมนันทนาการจากเอกสารที่ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าจะเห็นได้ว่า ได้มีการแบ่งประเภทใกล้เคียงและคล้ายกันในบางกิจกรรมจะมีต่างกันบ้าง แต่ทั้งนี้ อาจจะมีการเพิ่มเติมในบางกิจกรรมตามความเหมาะสมกับสภาพการณ์และยุคสมัย

ข้อมูลทั่วไปของโรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร มีดังนี้

1. โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม (สตรีมหาพฤฒาราม, 2554 : ออนไลน์)

โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม ตั้งอยู่เลขที่ 519 – 519/1 มหาพฤฒาราม แขวงมหาพฤฒาราม เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร 10500 โทรศัพท์ 0-223464793-5

ประวัติโรงเรียนโรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม

3 ธันวาคม พ.ศ.2461 โรงเรียนรับสมัครนักเรียนเป็นครั้งแรก หลังจากทำการปรับปรุง โรงเรียนอาชีวพาณิชยการวัดมหาพฤฒาราม ซึ่งเป็นโรงเรียนพาณิชยการแล้วเปลี่ยนชื่อเป็น โรงเรียนสตรีวัดมหาพฤฒาราม โดยขึ้นตรงต่อกรมสามัญศึกษา โดยรับนักเรียนที่มีอายุ 6 ปีขึ้นไป ทั้งชายและหญิง และให้นักเรียนชายที่อายุไม่เกิน 12 ปี เรียนอยู่ได้

12 ธันวาคม พ.ศ.2461 เปิดสอนครั้งแรกโดยทำการสอนตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 มีจำนวนนักเรียน 109 คน อาจารย์ 3 คน และมีนางสุภาพ ศิระนันท์ เป็นครูใหญ่ ต่อมาได้เพิ่มชั้นเรียนตามลำดับ จากชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จนถึงมัธยมศึกษาปีที่ 8 แต่ต่อมาได้ทำการยุบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 7 – 8 ตามแผนการศึกษาของชาติสมัยนั้น

พ.ศ.2514 เปลี่ยนชื่อโรงเรียนเป็น โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม

พ.ศ.2518 สมเด็จพระนางเจ้าพระบรมราชินีนาถ ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ รับสมาคมสตรีมหาพฤฒาราม และโรงเรียนสตรีมหาพฤฒารามเข้าอยู่ในพระบรมราชินูปถัมภ์ โดยโรงเรียนได้รับพระราชทานพระมหากุณาธิคุณอันล้นเกล้าฯ จากสมเด็จพระนางเจ้าพระบรมราชินีนาถ เสด็จพระราชดำเนินโรงเรียนถึง 3 ครั้ง

ครั้งแรก 10 กันยายน พ.ศ.2499 เสด็จพระราชดำเนินเยี่ยมโรงเรียนการสวนพระองค์

ครั้งที่สอง 25 ธันวาคม พ.ศ.2504 เสด็จพระราชดำเนินไปทรงเป็นประธานในงานพิธีเปิดหอประชุมและอาคารเรียน

ครั้งที่สาม 1 มีนาคม พ.ศ.2511 เสด็จพระราชดำเนินไปทรงเป็นประธานในงานฉลองครบ 50 ปีของโรงเรียน

พ.ศ.2539 เปลี่ยนชื่อโรงเรียนเป็น โรงเรียนสตรีวัดมหาพฤฒาราม ตามความประสงค์ของกรมสามัญศึกษาเพื่อความเหมาะสม

พ.ศ.2544 ได้เร่งพัฒนาทางด้านวิชาการ พร้อมกับการพัฒนาของโรงเรียนเพื่อให้โรงเรียนมีความพร้อมเต็มที่ในการปฏิรูปการศึกษา โดยเร่งส่งเสริมให้มีแหล่งเรียนรู้ สภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนการสอนสนับสนุนให้มีครูแกนนำ ครูต้นแบบ ครูแห่งชาติ ฯลฯ ตลอดจนการระดมสรรพกำลังจากชุมชนท้องถิ่น เพื่อประโยชน์ต่อการพัฒนาการศึกษาของโรงเรียน ทั้งนี้โรงเรียนมีการเน้นการพัฒนา นักเรียนที่มีความสามารถพิเศษเฉพาะด้าน และพัฒนาครูอาจารย์ ด้านทักษะการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่ฝึกให้นักเรียนคิดและปฏิบัติตามยุทธศาสตร์การปฏิรูปการศึกษา

ปัจจุบันเปิดการสอนในช่วงชั้นที่ 3 (ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 3) และช่วงชั้นที่ 4 (ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6) จัดการศึกษาเฉพาะนักเรียนหญิง มีเนื้อที่ 5 ไร่ 65.86 ตารางวา มีอาคารเรียนถาวรเป็นตึก 5 หลัง

2. โรงเรียนอัสสัมชัญ (อัสสัมชัญ. 2554 : ออนไลน์)

โรงเรียนอัสสัมชัญ ตั้งอยู่เลขที่ 26 ซอยเจริญกรุง 40 แขวงบางรัก เขตบางรัก กรุงเทพฯ 10500 โทรศัพท์ 0-2630-711-25 โทรสาร 0-2237-7769

ประวัติโรงเรียนอัสสัมชัญ

โรงเรียนอัสสัมชัญ เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร เกิดจาก จิตคารมณัฏฐาทอลิกก่อตั้งโดยคุณพ่อเอมิล กอลมเบต์ (Rev. Father Emile Colombet) บาทหลวงคณะมิสซังต่างประเทศแห่งกรุงปารีส (Mission Étrangère de Paris) ขณะดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดอัสสัมชัญ (เดิมเรียกว่าวัดสวนท่าน) ลำดับที่ 4 (พ.ศ. 2418 – 2476) ด้วยความมุ่งมั่นศรัทธาอันแรงกล้าของคุณพ่อที่ต้องการให้การศึกษอบรมแก่เด็กคาทอลิกในชุมชนละแวกวัด ใน พ.ศ. 2420 (ค.ศ. 1877) ท่านจึงเปิดโรงเรียนในวัดชื่อ “โรงเรียนไทย-ฝรั่ง” เพื่อสอนภาษาฝรั่งเศสและภาษาไทยในวันแรกเปิดมีจำนวนนักเรียน 12 คน แต่ท่านมองเห็นการณ์ไกลไม่ทอดทิ้ง ได้เปิดสอนภาษาอังกฤษเพิ่มอีกหนึ่งภาษาอีก 8 ปี

ต่อมาในวันที่ 16 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2428 (ค.ศ. 1885) ท่านได้สถาปนาโรงเรียนอย่างเป็นทางการใช้ชื่อใหม่ว่า “โรงเรียนอาชมชาน กอเล็ส” (COLLEGE DE L'ASSOMPTION) โดยใช้เรือนไม้หลังใหญ่ที่เคยเป็นที่พักของเนรคาทอลิก เป็นอาคารเรียนหลังแรกและขอรับรองให้ผู้ปกครองนำบุตรหลานไปเรียน วันแรกมีนักเรียนจำนวน 33 คน ถึงสิ้นปีการศึกษาเพิ่มขึ้นเป็น 80 คน ในปีต่อมามีจำนวนนักเรียนทั้งสิ้น 130 คน คุณพ่อกอลมเบต์ได้ดำรงตำแหน่งอธิการ ลำดับที่ 1 (พ.ศ. 2428–2445) ในปี พ.ศ. 2443 ท่านได้เดินทางไปขอให้ภราดาคณะเซนต์คาเบรียลแขวงฝรั่งเศสมาช่วยบริหารจัดการโรงเรียน วันที่ 20 ตุลาคม พ.ศ. 2444 ภราดาคณะเซนต์คาเบรียล 5 ท่านมาถึงประเทศไทย ปี พ.ศ. 2445–2463 ภราดามาร์ติน เดอ ตูร์ส ดำรงตำแหน่งอธิการ ลำดับที่ 2 ต่อจากคุณพ่อกอลมเบต์ ปี พ.ศ. 2453 (ค.ศ. 1910) โรงเรียนได้เปลี่ยนชื่อเป็น “โรงเรียนอัสสัมชัญ” (ASSUMPTION COLLEGE) และใช้ชื่อย่อว่า “อสช หรือ AC” ปี พ.ศ. 2508 (ค.ศ. 1965) ต่อมาเมื่อมีนักเรียนเพิ่มมากขึ้นจึงขยายโรงเรียนไปตั้งที่ซอยเซนต์หลุยส์ 3 ถนนสาทรใต้ เขตสาทร จังหวัดกรุงเทพฯ บนเนื้อที่ 5 ไร่ 4 งาน และในวันที่ 4 ธันวาคม พ.ศ. 2508 เปิดทำการสอนตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1–6 ใช้ชื่อว่า โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม สังกัดสำนักบริหารงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชนและสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา กรุงเทพมหานคร เขต 1

ปัจจุบันเปิดการสอนในช่วงชั้นที่ 3 (ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 3) และช่วงชั้นที่ 4 (ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6) จัดการศึกษาเฉพาะนักเรียนชาย

3. โรงเรียนพุทธจักรวิทยา (พุทธจักรวิทยา. 2554 : ออนไลน์)

โรงเรียนพุทธจักรวิทยา ตั้งอยู่เลขที่ 728/2 ถนนพระราม 4 แขวงสี่พระยา เขตบางรัก
กรุงเทพฯ 10500 โทรศัพท์ 0-2637-1178-80

ประวัติโรงเรียนพุทธจักรวิทยา

ผู้ก่อตั้ง พระราชวิสุทธิโมลี (ขาว ปุสุตนาโค) อดีตเจ้าอาวาสวัดหัวลำโพงจัดตั้งขึ้น เมื่อ 11
เมษายน 2506 โดยมี ฯพณฯ ม.ล.ปิ่น มาลากุล เป็นรัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการในขณะนั้น

ภูมิหลัง โรงเรียนพุทธจักรวิทยาเดิมเป็นโรงเรียนราษฎร์รับวิทยฐานะเทียบเท่าโรงเรียน
รัฐบาล โดยใช้ชื่อ "โรงเรียนพุทธจักรวิทยา"

1 กันยายน 2518 กรมสามัญศึกษาธิการรับโอนเป็น โรงเรียนรัฐบาล

9 พฤษภาคม 2533 กระทรวงศึกษาธิการประกาศเปลี่ยนชื่อโรงเรียนพุทธจักรวิทยา เป็น
โรงเรียนมัธยม วัดหัวลำโพง

8 เมษายน 2536 กระทรวงศึกษาธิการประกาศเปลี่ยนชื่อโรงเรียนมัธยมวัดหัวลำโพง เป็น
โรงเรียนพุทธจักรวิทยา พื้นที่ 5 ไร่ 20 ตารางวา

ปัจจุบัน โรงเรียนโรงเรียนพุทธจักรวิทยา ได้จัดการเรียนการสอนระดับชั้นมัธยมศึกษา
ตอนต้นถึงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จัดการศึกษาทั้งนักเรียนชาย และนักเรียนหญิง

4. โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา (อัสสัมชัญศึกษา. 2554 : ออนไลน์)

โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา ตั้งอยู่เลขที่ 22 ซอยเจริญกรุง 40 ถนนเจริญกรุง เขตบางรัก
กรุงเทพฯ โทรศัพท์ 0-2233-7120

ประวัติโรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา

ผู้ก่อตั้งโรงเรียนมาตั้งแต่แรกเริ่ม คือ บาทหลวง เลโอ แปร์ดอง ในปี พ.ศ. 2473 (ค.ศ. 1930)
ท่านได้รับการแต่งตั้งเป็นเจ้าอาวาสอาสนวิหารอัสสัมชัญ ท่านตั้งโรงเรียนอัสสัมชัญศึกษาขึ้น ประการ
หนึ่งเพราะความกรุณาแก่บุตรหลานของสัตบุรุษอาสนวิหารอัสสัมชัญ จึงได้มีสถานศึกษาที่ช่วยให้การ
อบรมเสริมความรู้ให้เป็นเยาวชนที่มีคุณธรรม จริยธรรมที่ดีและมีความรู้วิชาการ อีกประการหนึ่งเพราะ
เกิดการความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ของท่าน ได้เห็นบรรดาสัตบุรุษผู้ที่มีฐานะยากจนจำนวนมากได้มาขอร้อง
ท่านในเรื่องที่ไม่สามารถหาเงินส่งบุตรหลานให้เข้าเรียนในสถานศึกษาที่ดีได้ และเป็นโรงเรียนใน
ศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิกด้วยได้ ดังนั้น สถานศึกษา “แห่งความปรานี” แห่งนี้ จึงได้จัดตั้งขึ้น
เป็นที่รู้จักกันในนามอัสสัมชัญคอนแวนต์ (สาขา) หรือ โรงเรียนวัดอัสสัมชัญ เมื่อ พ.ศ. 2476 (ค.ศ.
1933) โดยรับบุตรหลานของสัตบุรุษชายหญิงของวัดอัสสัมชัญ มาฝากเรียนในบัญชีของโรงเรียน
อัสสัมชัญคอนแวนต์

ในเบื้องต้น โรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์เป็นผู้ดูแลรับผิดชอบ ในปีแรก มีนักเรียนจำนวน
65 คน นักเรียนส่วนใหญ่เป็นบุตรหลาน ของสัตบุรุษคริสตังที่ยากจน บางคนก็มีค่าเล่าเรียนพอชำระบ้าง
ไม่พอชำระบ้าง แต่ได้รับการดูแลจากคุณพ่อเลโอ แปร์ดองให้เรียน อาการเรียนหลังแรกประกอบด้วย

เรือนไม้ชั้นเดียวเล็กๆ มีห้องเรียน 5 ห้อง มีครูประมาณ 4-5 คน โดยมีเซนต์ปอลเดอชาร์ต ที่รับผิดชอบโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์อยู่ ได้ช่วยดูแลนักเรียนกลุ่มนี้ด้วย สำหรับหลักสูตร ที่ใช้ในการจัดการเรียนรู้ของโรงเรียนทั้งสองดำเนินไปเช่นเดียวกันโดยไม่มีการเปลี่ยนแปลง โรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์เปิดสอนชั้น ป.1- ม.3 โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษาเปิดสอนชั้น ป.1- ป.4 เป็นสหศึกษา

จำนวนนักเรียนฝากเรียนนี้มีจำนวนเพิ่มมากขึ้นเป็นลำดับ จนกระทั่งมีนักเรียนในบัญชีของโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์มีจำนวนรวมกันถึง 1,757 คน เป็นนักเรียนของโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์ 848 คน เป็นนักเรียนในบัญชีฝากเรียนจำนวน 909 คน ซึ่งนับเป็นจำนวนนักเรียนที่มากพอในการจัดตั้งโรงเรียนขึ้น เป็นส่วนของโรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา จึงขออนุญาตแยกโรงเรียนทั้งสองในปี พ.ศ. 2496 (ค.ศ. 1953) และตั้งชื่อโรงเรียนที่แยกออกมาใหม่ว่า “โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา” จึงนับว่าโรงเรียนอัสสัมชัญศึกษาถือกำเนิดขึ้นบริบูรณ์เต็มทีในปี พ.ศ. 2496 หลังจากที่ เป็นโรงเรียนสาขา ฝากเรียนอยู่ในบัญชีของโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์ มาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2476 (ค.ศ. 1933) รวมเวลา 20 ปี สภาพของโรงเรียนเริ่มต้นจากโรงเรียนที่เล็กที่สุดและเติบโตใหญ่ขึ้นเป็นโรงเรียนที่มีขนาดใหญ่ขึ้น มีคุณภาพดียิ่งในการต่อมา

ปัจจุบันโรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา เปิดสอนตั้งแต่ระดับชั้นอนุบาล จนถึงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จัดการศึกษาเฉพาะนักเรียนหญิง

5. โรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์ (อัสสัมชัญคอนแวนต์. 2554 : ออนไลน์)

โรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์ ตั้งอยู่เลขที่ 25 ซอยเจริญกรุง 40 แขวงบางรัก เขต บางรัก กรุงเทพฯ 10500 โทรศัพท์ 0-2630-6237, 0-2234-7779 แฟกซ์ ต่อ 217

ประวัติโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์

คณะภคินีเซนต์ปอล เดอ ชาร์ต เป็นนักพรตหญิงแพร่เผยธรรมในศาสนาคริสต์ โรมันคาทอลิก ได้ถือกำเนิดที่ตำบลเลอเวสวิลล์ลา เซอนาร์ต เมืองชาร์ตเร (Chartres) ในประเทศฝรั่งเศส เมื่อ ค.ศ. 1696 (พ.ศ. 2239 ตรงกับรัชกาลของสมเด็จพระเทพราชาแห่งราชวงศ์บ้านพลูหลวงกรุงศรีอยุธยา) โดยบาทหลวง หลุยส์ โซเวต์ เจ้าอาวาสวัดเลอเวสวิลล์ลา เซอนาร์ต และมาดามัวแซลมารีอานน์ เดอดีญี คณะได้ตำแหน่งตามพระ พรพิเศษ 2 ประการ คือ การศึกษากับการรักษาพยาบาล และงานเมตตาสงเคราะห์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในดินแดนทุรกันดารและห่างไกล

แมร์แซงมาเวียร์ ได้รับการแต่งตั้งจากแขวงไซ่ง่อนให้เป็นผู้ดูแลกิจการของคณะฯ ในประเทศสยาม เมื่อ พ.ศ. 2477 คุณพ่อกลอมเบต์ นักบวชมิสซังต่างประเทศแห่งกรุงปารีส มีความต้องการให้ภคินีมาช่วยสอนเด็กยากจนและดูแลเด็กกำพร้า จึงได้ขอให้ภคินีมาดูแลโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์ ซึ่งเป็นโรงเรียนคาทอลิกหญิงแห่งแรกในคณะภคินีเซนต์ปอล เดอ ชาร์ต ในประเทศไทยภคินีสอนภาษาต่างประเทศ ดนตรี และเย็บปัก

โรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์เป็นหนึ่งใน 20 โรงเรียนภายใต้จัดการมณัของคณะภคินี เซนต์ปอล เดอ ชาร์ตร ซึ่งเป็นคณะที่ก่อตั้งมานานกว่า 300 ปี Levesville la Chermard ประเทศฝรั่งเศส คณะภคินีเซนต์ปอล เดอ ชาร์ตร ได้เข้ามาดำเนินงานทางด้านการศีกษาในประเทศไทยตั้งแต่ปี 1905

โรงเรียนได้จัดการเรียนการสอนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นถึงมัธยมศึกษาตอนปลายตาม หลักสูตรของกระทรวงศีกษาธิการ

ปัจจุบันโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์ เปิดสอนระดับชั้นประถมศึกษาถึงชั้นมัธยมศึกษา ตอนปลาย จัดการศีกษาเฉพาะนักเรียนหญิง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยต่างประเทศ

จากการที่ผู้วิจัยได้ศีกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ที่มีผู้วิจัย หลากหลายจึงสรุปเฉพาะที่สำคัญและสัมพันธ์ใกล้เคียงได้ดังต่อไปนี้

แคพแลน (Kaplan. 1975: 90) ได้ศีกษาเรื่องการใช้เวลาว่างของชนชาติต่าง ๆ เพื่อเข้าร่วม กิจกรรมนันทนาการ ผลการวิจัยพบว่า เพศ มีส่วนกำหนดการทำกิจกรรมในยามว่าง เช่น เด็กชายชอบ เล่นฟุตบอลแต่เด็กหญิงชอบเล่นเนตบอล แม้ว่าในปัจจุบันจะมีกระแสเคลื่อนไหวเพื่อสิทธิสตรีก่อให้เกิด ความทัดเทียมกับบุรุษยิ่งขึ้น ทั้งด้านการงานและการทำกิจกรรมต่าง ๆ ก็ตาม แต่ก็ยังมีความแตกต่าง กันอยู่บ้าง

เรย์มอร์ (Raymore. 1994: 702) ได้ศีกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับเปลี่ยนรูปแบบ ของพฤติกรรมการใช้เวลาว่างในช่วงเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาช่วงวัยรุ่นในมหาวิทยาลัย จนถึง ช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงและการคงอยู่ของรูปแบบ พฤติกรรมการใช้เวลาว่างตามช่วงวัยดังกล่าว ได้แก่ เพื่อนสนิทและผู้ปกครอง รูปแบบการใช้เวลาว่างที่ ทำการศีกษา ได้แก่ ระดับของการมีส่วนร่วมในกิจกรรม กิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย กิจกรรม บันเทิง กิจกรรมที่บ้าน และกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่เสี่ยงอันตราย นักเรียนเมื่ออยู่ในช่วงระดับ มัธยมศึกษาตอนปลาย เข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างในเกณฑ์ต่ำและเปลี่ยนแปลงโดยเข้าร่วมกิจกรรม การใช้เวลาว่างสูงขึ้นเมื่อเข้าเรียนในระดับวิทยาลัย และเปลี่ยนแปลงอีกครั้งเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้น กล่าวคือ จะเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างน้อยลง

วิดเมอร์ (Widmer. 1994: 3878) ได้สร้างแบบทดสอบวัดความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เวลา ว่างกับพฤติกรรมที่แสดงถึงภาวะทางจริยธรรมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อใช้ เป็นเครื่องมือในการแบ่งแยกกลุ่มนักเรียนวัยรุ่นที่มีปัญหากับกลุ่มนักเรียนวัยรุ่นปกติ โดยพิจารณา กิจกรรมการใช้เวลาว่างเป็นหลัก โครงสร้างของแบบทดสอบประกอบด้วย เนื้อหาที่เป็นตัวแทนของ พฤติกรรมการใช้เวลาว่างของกลุ่มวัยรุ่นที่มีปัญหา และจากการหาความเชื่อมั่นทางสถิติโดยใช้ค่า

สหสัมพันธ์ ผลการวิจัยพบว่า ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมที่เป็นการปฏิบัติของกลุ่มวัยรุ่นกับเกณฑ์ประเมินค่าแบบ เอแอลแอลเอส (Appropriate Leisure Lifestyle Scales: ALLS) มีค่าเป็นบวก ส่วนค่าสหสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมที่เป็นความรู้สึกของกลุ่มวัยรุ่นกับเกณฑ์ประเมินค่า เอแอลแอลเอส มีค่าเป็นลบ

บราวน์ (Brown, 1995: 341) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงานตามหน้าที่ จำนวนของเวลาว่างกับความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่างของครูผู้สอนหญิงในระดับประถมศึกษา ผลการวิจัยพบว่ามีค่าความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างความพึงพอใจงานตามหน้าที่กับจำนวนของเวลาว่างและความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่าง ส่วนค่าความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงานตามหน้าที่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติกับความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่าง และค่าความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติกับจำนวนของเวลาว่าง และความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่าง ส่วนค่าความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงานตามหน้าที่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติกับความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่าง และค่าความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติกับจำนวนของเวลาว่าง

นิสเบท (Nisbet, 1995: 75) ได้ศึกษาเรื่องรูปแบบการจัดโปรแกรมการใช้เวลาว่างให้แก่นักเรียนในระดับมัธยมศึกษาที่มีความผิดปกติทางสมองประเภทสมองช้า (Mental Retard) ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยสำคัญที่เป็นตัวบ่งบอกถึงความสำเร็จในการจัดโปรแกรมการใช้เวลาว่างให้แก่เรียนดังกล่าว ได้แก่ ประสิทธิภาพของครูผู้สอน ระดับการศึกษาของครูผู้สอน ปีที่จบการศึกษา ความต้องการของนักเรียน

กีเวล (Kivel, 1996: 1322) ได้ศึกษาเรื่องบทบาทของการใช้เวลาว่างในฐานะที่เป็นข้อมูลสำคัญเป็นดัชนีที่แสดงพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศประเภทของเลสเบียน เกย์ ไบเซ็กชวล กับเยาวชนกลุ่มอายุ 19-23 ปี ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบของการใช้เวลาว่างมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศ การใช้เวลาว่างของเยาวชนในกลุ่มดังกล่าว เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้พวกเขาเหล่านั้นพัฒนาความเข้าใจตนเอง นอกจากนั้นเขาได้สรุปว่า เยาวชนซึ่งมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศจะเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้สอดคล้องต่อการรับรู้และความเข้าใจในตนเอง

แม็คโดเวล (McDowell, 1996: 435) ได้ศึกษาเรื่องความปรารถนาและการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างเปรียบเทียบกับเด็กวัยรุ่นปกติกับเด็กวัยรุ่นที่มีความผิดปกติทางสมองประเภทเรียนช้า ผลการวิจัยพบว่าเด็กวัยรุ่นทั้ง 2 กลุ่มมีความปรารถนาสูงที่ใช้เวลาว่างได้แก่ การฟังดนตรี การดูภาพยนตร์ ดูโทรทัศน์ จับกลุ่มสนทนา วาดรูป พุดโทรศัพท์ ชมกีฬา ส่วนกิจกรรมที่เด็กทั้ง 2 กลุ่มเข้าร่วมในเกณฑ์ต่ำได้แก่ การจับจ่ายสิ่งของ การกินอาหารนอกบ้านและการอ่านหนังสือ นอกจากนั้นยังพบว่าปัญหาและอุปสรรคที่ทำให้วัยรุ่นไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ตามที่ตน

ปรารถนาได้ก็คือ ความจำกัดทางด้านเวลาและโอกาส เด็กวัยรุ่นที่มีความผิดปกติทางสมองมีความปรารถนาที่จะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในเกณฑ์ที่สูงกว่าวัยรุ่นที่ปกติ

วัตสัน (Watson, 1997: 3251) ได้ศึกษาเรื่องผลกระทบของทัศนคติและแรงจูงใจ ของการใช้เวลาว่างที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ออกกำลังกายของนักศึกษาในวิทยาลัย ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างวันละ 2-3 ชั่วโมง ในการดูโทรทัศน์ หรือทำกิจกรรมที่ไม่มีการเคลื่อนไหวซึ่งเขาสรุปไว้ว่านักศึกษามีเวลาว่าง แต่ไม่ใช้เวลาว่างในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการการออกกำลังกายขาดทัศนคติที่ดี ขาดแรงจูงใจ ตลอดจนไม่เห็นความสำคัญของกิจกรรมนันทนาการการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ

งานวิจัยในประเทศ

จากการศึกษางานวิจัยในประเทศด้านการใช้เวลาว่าง ได้มีนักศึกษาและนักวิชาการ ทำการศึกษาและวิจัยในเรื่องนี้ ซึ่งผู้วิจัยได้รวบรวมงานวิจัยในส่วนที่เกี่ยวข้องไว้ ดังนี้

มาฮาวิ สมบุญ (2535: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดนนทบุรี พบว่า การใช้เวลาว่างของนักเรียนตามตัวแปรเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับการศึกษาของผู้ปกครองและการอบรมเลี้ยงดู มีความแตกต่างกัน และการใช้เวลาว่างใช้เวลาของนักเรียนตามตัวแปรขนาดของโรงเรียนและลำดับการเกิดแตกต่างกัน แต่ตัวแปรอาชีพของผู้ปกครอง ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว สถานภาพครอบครัว ไม่มีผลต่อการทำให้การใช้เวลาว่างของนักเรียนแตกต่างกัน นักเรียนทุกกลุ่มในแต่ละตัวแปรเลือกใช้เวลาทำกิจกรรมต่าง ๆ เป็นอันดับแตกต่างกันเป็นส่วนใหญ่ แต่มีบางกิจกรรมและบางช่วงของเวลาที่นักเรียนเลือกเป็นอันดับไม่แตกต่างกัน

นิธิพัฒน์ เมฆจร (2540: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การใช้เวลาของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีปทุม กรุงเทพมหานคร โดยการเปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬาด้านส่วนตัว ด้านสังคม ด้านการเรียน และด้านกีฬา ตามตัวแปรเพศ ระดับชั้น คณะที่ศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ที่พักอาศัย ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เชื้อชาติ ปัญหา ทัศนคติต่อการเรียน ประเภทกีฬา ช่วงระยะเวลาการฝึกซ้อม จำนวนครั้งของการแข่งขัน ทัศนคติต่อกีฬา ผลการวิจัยพบว่า

1. การใช้เวลาด้านส่วนตัว นักเรียนที่เป็นนักกีฬาที่ศึกษาอยู่ในคณะต่างกันและมีประเภทของที่พักอาศัยต่างกัน มีการใช้เวลาด้านส่วนตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วน นักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่มีเพศ ระดับชั้น ฐานะทางเศรษฐกิจครอบครัว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มีการใช้เวลาด้านส่วนตัวแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2. การใช้เวลาด้านสังคม นักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นต่างกัน มีการใช้เวลาด้านสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักกีฬาที่เป็นนักกีฬาที่มีเพศ คณะที่

ศึกษา ฐานะเศรษฐกิจครอบครัว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ที่พักอาศัยต่างกัน มีการใช้เวลาด้านสังคมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

3. การใช้เวลาด้านการเรียน นักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่มีประเภทของที่พักอาศัยต่างกัน มีการใช้เวลาเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่มีเพศระดับชั้น คณะที่ศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจครอบครัว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เชาวปัญญา และทัศนคติต่อการเรียนต่างกัน มีการใช้เวลาด้านการเรียนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

4. การใช้เวลาด้านกีฬา นักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่เล่นกีฬาต่างประเภทกัน และมีช่วงระยะเวลาการฝึกซ้อมต่างกัน มีการใช้เวลาด้านกีฬาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5 ส่วนนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทัศนคติต่อการเรียน ที่พักอาศัย จำนวนครั้งของการแข่งขัน และทัศนคติต่อกีฬาแตกต่างกัน มีการใช้เวลาด้านกีฬาแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ธัญรัตน์ วงษ์สมัย (2542: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาจังหวัดสระบุรี โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาจังหวัดสระบุรี ผลการวิจัยพบว่า

1. บิดา มารดาและผู้ปกครองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาจังหวัดสระบุรีส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ย 3,000–6,000 บาท ต่อเดือน และมีอาชีพรับจ้าง

2. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาจังหวัดสระบุรีใช้เวลาว่างในด้านการทำนันทนาการอยู่ในระดับมาก และกิจกรรมที่นิยมมากตามลำดับคือชกมวย เล่นกีฬา กวาดบ้าน ล้างจาน หุงหาอาหาร ส่วนช่วงเวลาที่ใช้ทำงานบ้านคือ เวลา 16.00–17.00 น. ต่อจากนั้นใช้ช่วงเวลา 17.00–18.00 น. ทำกิจกรรมการเรียน การออกกำลังกายและเล่นกีฬาและงานอดิเรก ตามลำดับ

3. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาจังหวัดสระบุรีปฏิบัติกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียนอยู่ในระดับน้อยกิจกรรมที่นิยมมากโดยลำดับคือ ทำการบ้าน ทำรายงาน ทบทวนการบ้านที่เรียนมา

4. การใช้เวลาว่างโดยรวม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาจังหวัดสระบุรี ที่อยู่ในระดับน้อยที่สุดได้แก่ การออกกำลังกายและกีฬาและงานอดิเรก เช่น ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ และไม่ได้ใช้เวลาว่างในการหารายได้พิเศษแต่อย่างใด

5. เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาจังหวัดสระบุรี มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาจังหวัดสระบุรี ใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายและกีฬา หารายได้พิเศษ งานอดิเรก การเรียนไม่แตกต่างกัน แต่ใช้เวลาในด้านการช่วยงานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

คำรณ มาลาคำ (2546: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ด้านงานอดิเรก ด้านการท่องเที่ยว และด้านวรรณกรรม ผลการวิจัยพบว่า

1. การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ชมรายการโทรทัศน์มากที่สุดในวันจันทร์-ศุกร์ ระหว่างเวลา 16.30-22.05 น. วันเสาร์-อาทิตย์ ระหว่างเวลา 09.00-21.30 น. รองลงมาคือ การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว เป็นการเดินชมและซื้อของที่ห้องสรรพสินค้า ในวันจันทร์-ศุกร์ ระหว่างเวลา 13.00-19.15 น. วันเสาร์-อาทิตย์ ระหว่างเวลา 11.00-19.00 น. การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและกีฬา เล่นฟุตบอล แบดมินตัน วอลเลย์บอล บาสเกตบอล ในวันจันทร์-ศุกร์ ระหว่างเวลา 15.00-18.00 น. วันเสาร์-อาทิตย์ ระหว่างเวลา 15.00-18.05 น. และการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรม พูดคุยกับเพื่อนและญาติที่บ้านและโรงเรียน ในวันจันทร์-ศุกร์ ระหว่างเวลา 07.00-21.05 น. ในวันเสาร์-อาทิตย์ ระหว่างเวลา 06.45-21.05 น.

2. นักเรียนชาย-หญิง ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ห้างแห่งกับห้องอ่อน ใช้เวลาว่างปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬากันคือ นักเรียนชายเล่นฟุตบอล นักเรียนหญิงเล่นแบดมินตัน ส่วนด้านงานอดิเรก ด้านการท่องเที่ยว และด้านวรรณกรรมโดยรวมแล้วประกอบกิจกรรมนันทนาการเหมือนกัน

อัศวิน มณีอินทร์ (2547: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาการใช้เวลาว่างของนิสิตที่พักอาศัยในหอพักมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตชั้นปีที่ 1 และปีที่ 2 จำนวน 375 คน 4 ด้าน ผลการวิจัยพบว่า นิสิตที่พักอาศัยในหอพักมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ใช้เวลาว่างอย่างสม่ำเสมอ ด้านเกมและกีฬาใช้เวลาว่างในกิจกรรมวิ่งเหยาะ ๆ แอโรบิคแดนซ์ และว่ายน้ำ ด้านการอ่าน การเขียน การพูด ใช้เวลาว่างในกิจกรรมอ่านหนังสือทบทวนบทเรียน อ่านหนังสือพิมพ์และอ่านหนังสือการ์ตูน ด้านกิจกรรมอาสาสมัคร ค่าอาสาพัฒนาที่จัดโดยนิสิตที่ได้รับอนุญาตจากกองกิจการนิสิต และด้านดนตรีและเพลง ร้องเพลงคาราโอเกะ เล่นดนตรีกับเพื่อนเป็นวงดนตรี

อำนาจ เณรรักษา (2548: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง ศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ตามตัวแปรเพศ ระดับการศึกษา ชั้นปี และประเภทวิชาผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนและนักศึกษาใช้เวลาว่างปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการทั้งขณะอยู่ที่วิทยาลัยและขณะอยู่ที่บ้าน อยู่ในระดับปานกลาง

2. นักเรียนและนักศึกษาที่มีเพศต่างกัน ชั้นปีต่างกันและประเภทวิชาต่างกัน ใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการขณะอยู่ที่วิทยาลัยและขณะอยู่ที่บ้านไม่แตกต่างกัน

3. นักเรียนและนักศึกษาที่มีระดับการศึกษาต่างกัน ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการทั้งขณะอยู่ที่วิทยาลัยและขณะอยู่ที่บ้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมชาย ไวยากรณ์ (2549: 69) ได้ศึกษาเรื่องการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมของวัยรุ่นชุมชนเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ดังนี้

1. ด้านเกมและกีฬา วัยรุ่นใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ปฏิบัติบ้างในเกมโทรศัพท์มือถือ เกมคอมพิวเตอร์ และกีฬาเทนนิส

2. ด้านศิลปหัตถกรรม วัยรุ่นใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ปฏิบัติบ้างในการวาดภาพด้วยการใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ การวาดภาพระบายสีน้ำ และจากการปั้นดินน้ำมัน

3. ด้านงานอดิเรก วัยรุ่นใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ปฏิบัติบ้างด้วยการเลี้ยงสัตว์ และจากการประดิษฐ์ของเล่น

4. ด้านดนตรีและเพลง วัยรุ่นใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ปฏิบัติบ้างด้วยการฟังรายการเพลงผ่านวิทยุ โทรศัพท์ อินเทอร์เน็ต (Internet) การร้องเพลง เช่น คาราโอเกะ และการเล่นดนตรีสากล เช่น กีตาร์

5. ด้านการอ่าน การเขียน การพูด วัยรุ่นใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการปฏิบัติบ้าง ด้วยการพูดคุยกับเพื่อน พูดคุยผ่านโทรศัพท์ พูดคุยผ่านอินเทอร์เน็ต และอ่านหนังสือทั่วไป เช่น ท่องเที่ยว ประวัติศาสตร์

6. ด้านการท่องเที่ยว วัยรุ่นใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ปฏิบัติบ้างในการท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมท้องถิ่น เช่น งานวัด และการเที่ยวชมโบราณสถาน

7. ด้านกิจกรรมสัมพันธ์ชุมชน วัยรุ่นใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการปฏิบัติบ้าง ในการเข้าร่วมกิจกรรมรณรงค์รักษาความสะอาด การเข้าร่วมกิจกรรมวันสำคัญทางศาสนา เช่น วันเข้าพรรษา วันออกพรรษา วันมาฆบูชา และกิจกรรมรณรงค์ต่อต้านยาเสพติด

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สามารถกล่าวได้ว่า การใช้เวลาว่างในการปฏิบัติหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนั้นมีคุณประโยชน์ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจิตใจ อีกทั้งยังช่วยสร้างความสำเร็จในการปฏิบัติงาน และสามารถพัฒนาการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง และบุคคลรอบข้างได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีแนวคิดที่จะศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ของโรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร จำนวน 5 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม โรงเรียนอัสสัมชัญ โรงเรียนพุทธจักรวิทยา โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา และโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์ รวมทั้งหมด 4,500 คน (ฝ่ายสารสนเทศ โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม โรงเรียนอัสสัมชัญ โรงเรียนพุทธจักรวิทยา โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา และโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์. 2553)

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ของโรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร จำนวน 5 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม โรงเรียนอัสสัมชัญ โรงเรียนพุทธจักรวิทยา โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา และโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์โดยเทียบตารางกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie and Morgan. 1970: 118-119) ที่กลุ่มประชากร 4,500 คน ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 354 เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์ ผู้วิจัยใช้กลุ่มตัวอย่างเพิ่มเป็นจำนวน 400 คน ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) ดังปรากฏรายละเอียดในตาราง 1

ตาราง 1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร

ชื่อโรงเรียน	ประชากร								กลุ่มตัวอย่าง							
	ม.4		ม.5		ม.6		รวม		ม.4		ม.5		ม.6		รวม	
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง
1.โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม	-	385	-	384	-	370	-	1,135	-	34	-	34	-	33	-	101
2.โรงเรียนอัสสัมชัญ	482	-	452	-	445	-	1,377	-	43	-	40	-	40	-	123	-
3.โรงเรียนพุทธจักรวิทยา	38	78	28	85	46	83	111	241	3	7	3	7	4	7	10	21
4.โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา	-	295	-	256	-	198	-	745	-	26	-	23	-	18	-	67
5.โรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์	-	286	-	303	-	287	-	872	-	25	-	27	-	26	-	78
รวม	520	1,044	480	1,027	491	938	1,488	2,993	46	92	43	91	44	48	133	267
	1,564		1,507		1,429		4,500		138		134		128		400	

การสร้างเครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถามการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามเป็นชนิดเลือกตอบ (Check list)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน ได้แก่ ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ ด้านงานอดิเรก ด้านการท่องเที่ยว และทัศนศึกษา และด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) ซึ่งแบ่งการปฏิบัติเป็นระ 4 ประเภท ดังนี้

- ปฏิบัติเป็นประจำ หมายความว่า มีการปฏิบัติ 6-7 ครั้งต่อสัปดาห์
- ปฏิบัติบ้าง หมายความว่า มีการปฏิบัติ 3-5 ครั้งต่อสัปดาห์
- ปฏิบัติบางครั้ง หมายความว่า มีการปฏิบัติ 1-2 ครั้งต่อสัปดาห์
- ไม่เคยปฏิบัติ หมายความว่า ไม่ปฏิบัติกิจกรรมใดๆเลย

ตอนที่ 3 เป็นคำถามปลายเปิด (Open ended) แสดงข้อคิดเห็นและเสนอแนะในการใช้เวลาว่างประกอบกิจกรรมนันทนาการ

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

1. ศึกษาค้นคว้าตำราเอกสาร งานวิจัย ปริญญานิพนธ์ และวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ
2. สร้างแบบสอบถามตามกรอบแนวคิดที่ได้จากการศึกษาค้นคว้า
3. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเสนอคณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของการใช้สำนวนและภาษา
4. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วเสนอผู้เชี่ยวชาญ 5 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face validity)
5. นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มตัวอย่าง ที่มีใช้กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกันจากโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์จำนวน 30 คน เพื่อนำผลไปวิเคราะห์หาคุณภาพเครื่องมือ โดยหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ ด้วยการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบแอลฟา ของครอนบัค (Cronbach1970: 161) ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ 0.81
6. นำแบบสอบถามไปเก็บข้อมูลจริงต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขออนุญาตแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ได้แก่ โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม โรงเรียนอัสสัมชัญ โรงเรียนพุทธจักรวิทยา โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา และโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์ เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการแจกแบบสอบถามและเก็บข้อมูลด้วยตนเอง

2. นำแบบสอบถามที่ได้รับคืนมาตรวจสอบความสมบูรณ์ถูกต้อง แล้วนำแบบสอบถามไปดำเนินการวิเคราะห์หาค่าทางสถิติต่อไป

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การจัดกระทำข้อมูล

1. นำแบบสอบถามที่ตรวจสอบความสมบูรณ์แล้วมาลงรหัส (Coding) ในแบบลงรหัสเพื่อประเมินผลข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์
2. นำข้อมูลที่ลงรหัสแล้วไปบันทึกโดยเครื่องคอมพิวเตอร์ เพื่อประมวลผลตามโปรแกรมสำเร็จรูป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถามมาวิเคราะห์ โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง
2. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 2 การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ มาวิเคราะห์หาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง
3. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 3 มาวิเคราะห์เชิงเนื้อหาแล้วนำเสนอในรูปความเรียง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างเพื่อประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่องการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานครนี้ ผู้วิจัยวิเคราะห์และนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งเป็น 3 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง โดยจำแนกตามเพศ ระดับชั้นเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 2 วิเคราะห์ผลการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ 4 ประเภทได้แก่ ด้านการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ ด้านงานอดิเรก ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา และด้านวรรณกรรม การอ่าน เขียน พูด โดยแสดงจำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง เสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 3 วิเคราะห์ผลการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ ระดับชั้นเรียน และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะทั่วไป เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร เสนอในรูปแบบความเรียง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ ระดับชั้นเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ปรากฏผลดังตาราง 2

ตาราง 2 จำนวนและค่าร้อยละของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร จำแนกตามตัวแปรเพศ ระดับชั้นเรียน และผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา (n = 400)

นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย	จำนวน	ร้อยละ
1.เพศ		
ชาย	133	33.25
หญิง	267	66.75
รวม	400	100.00
2.ระดับชั้นเรียน		
มัธยมศึกษาปีที่ 4	138	34.50
มัธยมศึกษาปีที่ 5	134	33.50
มัธยมศึกษาปีที่ 6	128	32.00
รวม	400	100.00
3.ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน		
คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00	213	53.25
คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99	117	29.25
คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99	70	17.50
รวม	400	100.00

จากตาราง 2 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร เป็นเพศชาย จำนวน 133 คน คิดเป็นร้อยละ 33.25 เป็นเพศหญิงจำนวน 267 คน คิดเป็นร้อยละ 66.75 กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 138 คน คิดเป็นร้อยละ 34.50 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 134 คน คิดเป็นร้อยละ 33.50 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 128 คน คิดเป็นร้อยละ 32.00 และมีผลสัมฤทธิ์ในการเรียนที่มีค่าคะแนนเฉลี่ย 3.00 – 4.00 จำนวน 213 คน คิดเป็นร้อยละ 53.25 มีค่าคะแนนเฉลี่ย 2.00 – 2.99 จำนวน 117 คน คิดเป็นร้อยละ 29.25 และมีค่าคะแนนเฉลี่ย 1.00 – 1.99 จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 17.50

ตอนที่ 2 วิเคราะห์การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ รายละเอียดปรากฏดังตาราง 3

ตาราง 3 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ (n= 400)

ด้านการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเพื่อ นันทนาการ	ระดับการปฏิบัติ							
	ปฏิบัติเป็นประจำ		ปฏิบัติบ้าง		ปฏิบัติบางครั้ง		ไม่เคยปฏิบัติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ฟุตบอล	42	10.50	52	13.00	128	32.00	178	44.50
2. บาสเกตบอล	23	5.75	84	21.00	236	59.00	57	14.25
3. วอลเลย์บอล	18	4.50	116	29.00	157	39.25	109	27.25
4. เทนนิส	15	3.75	40	10.00	152	38.00	193	48.25
5. เทเบิลเทนนิส	22	5.50	78	19.50	182	45.50	118	29.50
6. แบดมินตัน	96	24.00	201	50.25	96	24.00	7	1.75
7. ว่ายน้ำ	54	13.50	156	39.00	165	41.25	25	6.25
8. ตะกร้อ	10	2.50	12	3.00	43	10.75	335	83.75
9. มวย	10	2.50	18	4.50	49	12.25	323	80.75
10. วิ่งเพื่อสุขภาพ	85	21.25	143	35.75	129	32.25	43	10.75
11. เดินแอโรบิก	40	10.00	52	13.00	141	35.25	167	41.75

จากตาราง 3 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำในการเล่นแบดมินตัน จำนวน 96 คน คิดเป็นร้อยละ 24.00 ปฏิบัติบ้างในการเล่นแบดมินตัน จำนวน 201 คน คิดเป็นร้อยละ 50.25 ปฏิบัติบางครั้งในการเล่นบาสเกตบอล จำนวน 236 คน คิดเป็นร้อยละ 59.00 และไม่เคยปฏิบัติในการเล่นตะกร้อ จำนวน 335 คน คิดเป็นร้อยละ 83.75

ตาราง 4 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขต
บางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านงานอดิเรก (n = 400)

ด้านงานอดิเรก	ระดับการปฏิบัติ							
	ปฏิบัติเป็นประจำ		ปฏิบัติบ้าง		ปฏิบัติบางครั้ง		ไม่เคยปฏิบัติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.ชมรายการโทรทัศน์	305	76.25	71	17.75	24	6.00	-	-
2. ฟังรายการวิทยุ	197	49.25	102	25.50	89	22.25	12	3.00
3. ทำอาหาร	45	11.25	151	37.75	125	31.25	79	19.75
4. ปลูกต้นไม้	7	1.75	54	13.50	219	54.75	120	30.00
5. เลี้ยงสัตว์	96	24.00	93	23.25	78	19.50	133	33.25
6. สะสมสิ่งของ	85	21.25	108	27.00	152	38.00	55	13.75
7. วาดภาพ	70	17.50	124	31.00	150	37.50	56	14.00
8. ชมภาพยนตร์	216	54.00	150	37.50	34	8.50	-	-
9. ร้องเพลง	198	49.50	124	31.00	67	16.75	11	2.75
10. เล่นดนตรี	123	30.75	131	32.75	110	27.50	36	9.00
11. เล่นอินเทอร์เน็ต	339	84.75	50	12.50	11	2.75	-	-

จากตาราง 4 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านงานอดิเรกมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำในการเล่นอินเทอร์เน็ต จำนวน 339 คน คิดเป็นร้อยละ 84.75 ปฏิบัติบ้างในการทำอาหาร จำนวน 151 คน คิดเป็นร้อยละ 37.75 ปฏิบัติบางครั้งในการปลูกต้นไม้ จำนวน 219 คน คิดเป็นร้อยละ 54.75 และไม่เคยปฏิบัติในการเลี้ยงสัตว์ จำนวน 133 คน คิดเป็นร้อยละ 33.25

ตาราง 5 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขต
บางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา (n = 400)

ด้านการท่องเที่ยว และทัศนศึกษา	ระดับการปฏิบัติ							
	ปฏิบัติเป็นประจำ		ปฏิบัติบ้าง		ปฏิบัติบางครั้ง		ไม่เคยปฏิบัติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ชมและซื้อของที่ระลึก	109	27.25	188	47.00	93	23.25	10	2.50
2. เที่ยววัดไหว้พระ	95	23.75	174	43.50	121	30.25	10	2.50
3. เที่ยวสวนสาธารณะ	64	16.00	147	36.75	168	42.00	21	5.20
4. ชมธรรมชาติ	92	23.00	137	34.25	160	40.00	11	2.75
5. ชมพิพิธภัณฑ์	30	7.50	119	29.75	223	55.75	28	7.00
6. เที่ยวสวนสนุก	56	14.00	142	35.50	172	43.00	30	7.50

จากตาราง 5 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษามากที่สุดโดยปฏิบัติเป็นประจำในการชมและซื้อของที่ระลึก จำนวน 109 คน คิดเป็นร้อยละ 27.25 ปฏิบัติบ้างในการชมและซื้อของที่ระลึกจำนวน 188 คน คิดเป็นร้อยละ 47.00 ตามลำดับ ปฏิบัติบางครั้งในการชมพิพิธภัณฑ์ จำนวน 223 คน คิดเป็นร้อยละ 55.75 และไม่เคยปฏิบัติในการเที่ยวสวนสนุก จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 7.50

ตาราง 6 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขต
บางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พุด) (n = 400)

ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พุด)	ระดับปฏิบัติ							
	ปฏิบัติเป็นประจำ		ปฏิบัติบ้าง		ปฏิบัติบางครั้ง		ไม่เคยปฏิบัติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. อ่านหนังสือทั่วไป	125	31.25	183	45.75	92	23.00	-	-
2. อ่านนวนิยาย	136	34.00	120	30.00	114	28.50	30	7.50
3. อ่านการ์ตูน	165	41.25	114	28.50	89	22.25	32	8.00
4. อ่านหนังสือพิมพ์	84	21.00	146	36.50	147	36.75	23	5.75
5. เขียนบันทึกประจำวัน	23	5.75	53	13.25	174	43.50	150	37.50
6. ส่งข้อความทางโทรศัพท์เคลื่อนที่	175	43.75	121	30.25	74	18.50	30	7.50
7. พุดคุยโทรศัพท์	236	59.00	122	30.50	39	9.75	3	0.75

จากตาราง 6 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พุด) มากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำในการพุดคุยโทรศัพท์ จำนวน 236 คน คิดเป็นร้อยละ 59.00 ปฏิบัติบ้างในการอ่านหนังสือทั่วไป จำนวน 183 คน คิดเป็นร้อยละ 45.75 ปฏิบัติบางครั้งในการเขียนบันทึกประจำวัน จำนวน 174 คน คิดเป็นร้อยละ 43.50 และไม่เคยปฏิบัติในการเขียนบันทึกประจำวัน จำนวน 150 คน คิดเป็นร้อยละ 37.50

ตอนที่ 3 วิเคราะห์ผลการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ ระดับชั้นเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตาราง 7 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ จำแนกตามเพศ (n = 400)

ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ		ชาย				หญิง			
		ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
1. ฟุตบอล	จำนวน	42	48	28	15	0	4	100	163
	ร้อยละ	(31.58)	(36.09)	(21.05)	(11.28)	(0.00)	(1.50)	(37.45)	(61.05)
2. บาสเกตบอล	จำนวน	15	45	58	15	8	39	178	42
	ร้อยละ	(11.28)	(33.83)	(43.61)	(11.28)	(3.00)	(14.61)	(66.67)	(15.73)
3. วอลเลย์บอล	จำนวน	3	6	50	74	15	110	107	35
	ร้อยละ	(2.26)	(4.51)	(37.59)	(55.64)	(5.62)	(41.20)	(40.07)	(13.11)
4. เทนนิส	จำนวน	9	9	65	50	6	31	87	143
	ร้อยละ	(6.77)	(6.77)	(48.87)	(37.59)	(2.25)	(11.61)	(32.58)	(53.56)

ตาราง 7 (ต่อ)

ด้านการออกกำลังกายและ เล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ		ชาย				หญิง			
		ปฏิบัติเป็น ประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็น ประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
5. เทเบิลเทนนิส	จำนวน	9	24	58	42	13	54	124	76
	ร้อยละ	(6.77)	(18.05)	(43.61)	(31.58)	(4.87)	(20.22)	(46.44)	(28.46)
6. แบดมินตัน	จำนวน	24	55	47	7	72	146	49	0
	ร้อยละ	(18.05)	(41.35)	(35.34)	(5.26)	(26.97)	(54.68)	(18.35)	(0.00)
7. ว่ายน้ำ	จำนวน	18	42	64	9	36	114	101	16
	ร้อยละ	(13.53)	(31.58)	(48.12)	(6.77)	(13.48)	(42.70)	(37.83)	(5.99)
8. ตะกร้อ	จำนวน	6	10	27	90	4	2	16	245
	ร้อยละ	(4.51)	(7.52)	(20.30)	(67.67)	(1.50)	(0.75)	(5.99)	(91.76)
9. มวย	จำนวน	6	3	24	100	4	15	25	223
	ร้อยละ	(4.51)	(2.26)	(18.05)	(75.19)	(1.50)	(5.62)	(9.36)	(83.52)
10. วิ่งเพื่อสุขภาพ	จำนวน	30	43	33	27	55	100	96	16
	ร้อยละ	(22.56)	(32.33)	(24.81)	(20.30)	(20.60)	(37.45)	(35.96)	(5.99)

ตาราง 7 (ต่อ)

ด้านการออกกำลังกายและ เล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ		ชาย				หญิง			
		ปฏิบัติเป็น ประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็น ประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
11. เดินแอโรบิก	จำนวน	0	10	16	107	40	42	125	60
	ร้อยละ	(0.00)	(7.52)	(12.03)	(80.45)	(14.98)	(15.73)	(46.82)	(22.47)

จากตาราง 7 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ มากที่สุดโดยเพศชายปฏิบัติเป็นประจำในการเล่นฟุตบอล จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 31.58 ปฏิบัติบ้างในการเล่นแบดมินตัน จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 41.35 ปฏิบัติบางครั้งในการเล่นเทนนิส จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 48.87 และไม่เคยปฏิบัติในการเล่นเดินแอโรบิก จำนวน 107 คน คิดเป็นร้อยละ 80.45

เพศหญิงปฏิบัติเป็นประจำในการเล่น แบดมินตัน จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 26.97 ปฏิบัติบ้างในการเล่นแบดมินตัน จำนวน 146 คน คิดเป็นร้อยละ 54.68 ปฏิบัติบางครั้งในการเล่นบาสเกตบอล จำนวน 178 คน คิดเป็นร้อยละ 66.67 และไม่เคยปฏิบัติในการเล่นตะกร้อ จำนวน 245 คน คิดเป็นร้อยละ 91.76



ตาราง 8 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านงานอดิเรก จำแนกตามเพศ (n = 400)

ด้านงานอดิเรก	ชาย				หญิง			
	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
1. ชมรายการโทรทัศน์	88 (66.17)	27 (20.30)	18 (13.53)	0 (0.00)	217 (81.27)	44 (16.48)	6 (2.25)	0 (0.00)
2. ฟังรายการวิทยุ	40 (30.08)	42 (31.58)	39 (29.32)	12 (9.02)	157 (58.80)	60 (22.47)	50 (18.73)	0 (0.00)
3. ทำอาหาร	15 (11.28)	25 (18.80)	46 (34.59)	47 (35.34)	30 (11.24)	126 (47.19)	79 (29.59)	32 (11.99)
4. ปลูกต้นไม้	3 (2.26)	9 (6.77)	76 (57.14)	45 (33.83)	4 (1.50)	45 (16.85)	143 (53.56)	75 (28.09)
5. เลี้ยงสัตว์	18 (13.53)	30 (22.56)	35 (26.32)	50 (37.59)	78 (29.21)	63 (23.60)	43 (16.10)	83 (31.09)
6. สะสมสิ่งของ	15 (11.28)	39 (29.32)	49 (36.84)	30 (22.56)	70 (26.22)	69 (25.84)	103 (38.58)	25 (9.36)

ตาราง 8 (ต่อ)

ด้านงานอดิเรก	ชาย				หญิง			
	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
7. วาดภาพ	14 (10.53)	34 (25.56)	38 (28.57)	47 (35.34)	56 (21.97)	90 (33.71)	112 (41.95)	9 (3.37)
8. ชมภาพยนตร์	68 (51.13)	54 (40.60)	11 (8.27)	0 (0.00)	148 (55.43)	96 (35.96)	23 (8.61)	0 (0.00)
9. ร้องเพลง	60 (45.11)	31 (23.31)	31 (23.31)	11 (8.27)	138 (51.69)	93 (34.83)	36 (13.48)	0 (0.00)
10. เล่นดนตรี	32 (24.06)	35 (26.32)	40 (30.08)	26 (19.55)	91 (34.08)	96 (35.96)	70 (26.22)	10 (3.75)
11. เล่นอินเทอร์เน็ต	107 (80.45)	18 (13.53)	8 (6.02)	0 (0.00)	232 (86.89)	32 (11.99)	3 (1.12)	0 (0.00)

จากตาราง 8 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านงานอดิเรก มากที่สุดโดยเพศชายปฏิบัติเป็นประจำในการเล่นอินเทอร์เน็ต จำนวน 107 คน คิดเป็นร้อยละ 80.45 ปฏิบัติบ้างในการชมภาพยนตร์ จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 40.60 ปฏิบัติบางครั้งในการปลูกต้นไม้ จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 57.14 และไม่เคยปฏิบัติในการเลี้ยงสัตว์ จำนวน 50 คน คิดเป็นร้อยละ 37.59

เพศหญิงปฏิบัติเป็นประจำในการเล่นอินเทอร์เน็ต จำนวน 232 คน คิดเป็นร้อยละ 86.89 ปฏิบัติบ้าง ในการทำอาหาร จำนวน 126 คน คิดเป็นร้อยละ 47.19 ปฏิบัติบางครั้งในการปลูกต้นไม้ จำนวน 143 คน คิดเป็นร้อยละ 53.56 และไม่เคยปฏิบัติในการเลี้ยงสัตว์ จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 31.09



ตาราง 9 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา
จำแนกตามเพศ (n = 400)

ด้านการท่องเที่ยว และทัศนศึกษา	ชาย				หญิง			
	ปฏิบัติเป็น ประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็น ประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
1. ชมและซื้อของที่ระลึก	25 (18.80)	63 (47.37)	39 (29.32)	6 (4.51)	84 (31.46)	125 (46.82)	54 (20.22)	4 (1.50)
2. เที่ยววัดไหว้พระ	31 (23.31)	50 (37.59)	46 (34.59)	6 (4.51)	64 (23.97)	124 (46.44)	75 (28.09)	4 (1.50)
3. เที่ยวสวนสาธารณะ	20 (15.04)	46 (34.59)	59 (44.36)	8 (6.02)	44 (16.48)	101 (37.83)	109 (40.82)	13 (4.87)
4. ชมธรรมชาติ	24 (18.05)	51 (38.35)	49 (36.84)	9 (6.77)	68 (25.47)	86 (32.21)	111 (41.57)	2 (0.75)
5. ชมพิพิธภัณฑ์	12 (9.02)	27 (20.30)	76 (57.14)	18 (13.53)	18 (6.74)	92 (34.46)	147 (55.06)	10 (3.75)
6. เที่ยวสวนสนุก	27 (20.30)	25 (18.80)	54 (40.60)	27 (20.30)	29 (10.86)	117 (43.82)	118 (44.19)	3 (1.12)

จากตาราง 9 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา มากที่สุดโดยเพศชาย ปฏิบัติเป็นประจำในการเที่ยววัดไหว้พระ จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 23.31 ปฏิบัติบ้างในการชมและซื้อของที่ระลึก จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 47.37 ปฏิบัติบางครั้งในการชมพิพิธภัณฑ์ จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 57.14 และไม่เคยปฏิบัติในการเที่ยวสวนสนุก จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 20.30

เพศหญิงปฏิบัติเป็นประจำในการชมและซื้อของที่ระลึก จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 31.46 ปฏิบัติบ้างในการชมและซื้อของที่ระลึก จำนวน 125 คน คิดเป็นร้อยละ 46.82 ปฏิบัติบางครั้งในการชมพิพิธภัณฑ์ จำนวน 147 คน คิดเป็นร้อยละ 55.06 และไม่เคยปฏิบัติในการเที่ยวสวนสาธารณะ จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 4.87



ตาราง 10 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด)
จำแนกตามเพศ (n = 400)

ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด)	ชาย				หญิง			
	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
1. อ่านหนังสือทั่วไป	37 (27.82)	56 (42.11)	40 (30.08)	0 (0.00)	88 (32.96)	127 (47.57)	52 (19.48)	0 (0.00)
2. อ่านนวนิยาย	24 (18.05)	40 (30.08)	51 (38.35)	18 (13.53)	112 (41.95)	80 (29.96)	63 (23.60)	12 (4.49)
3. อ่านการ์ตูน	56 (42.11)	38 (28.57)	27 (20.30)	12 (9.02)	109 (40.82)	76 (28.46)	62 (23.22)	20 (7.49)
4. อ่านหนังสือพิมพ์	34 (25.56)	42 (31.58)	51 (38.35)	6 (4.51)	50 (18.73)	104 (38.95)	96 (35.96)	17 (6.37)
5. เขียนบันทึกประจำวัน	2 (1.50)	12 (9.02)	48 (36.09)	71 (53.38)	21 (7.87)	41 (15.36)	126 (47.19)	79 (29.59)
6. ส่งข้อความทางโทรศัพท์ เคลื่อนที่	39 (29.32)	40 (30.08)	34 (25.56)	20 (15.04)	136 (50.94)	81 (30.34)	40 (14.98)	10 (3.75)
7. พูดคุยโทรศัพท์	47 (35.34)	57 (42.86)	26 (19.55)	3 (2.26)	189 (70.79)	65 (24.34)	13 (4.87)	0 (0.00)

จากตาราง 10 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พุด) มากที่สุดโดยเพศชายปฏิบัติเป็นประจำในการอ่านการ์ตูน จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 42.11 ปฏิบัติบ้างในการพูดคุยโทรศัพท์ จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 42.86 ปฏิบัติบางครั้งในการอ่านนวนิยายและอ่านหนังสือพิมพ์ จำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 38.35 และไม่เคยปฏิบัติในการเขียนบันทึกประจำวัน จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 53.38

เพศหญิงปฏิบัติเป็นประจำ ในการพูดคุยโทรศัพท์ จำนวน 189 คน คิดเป็นร้อยละ 70.79 ปฏิบัติบ้างในการอ่านหนังสือทั่วไป จำนวน 127 คน คิดเป็นร้อยละ 47.57 ปฏิบัติบางครั้งในการ เขียนบันทึกประจำวัน จำนวน 126 คน คิดเป็นร้อยละ 47.19 และไม่เคยปฏิบัติในการ เขียนบันทึกประจำวัน จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 29.59



ตาราง 11 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา เพื่อนันทนาการ จำแนกตามระดับชั้นเรียน (n = 400)

ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ	มัธยมศึกษาปีที่ 4				มัธยมศึกษาปีที่ 5				มัธยมศึกษาปีที่ 6			
	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
1. ฟุตบอล	15 (10.87)	14 (10.14)	57 (41.30)	52 (37.68)	12 (8.96)	20 (14.93)	38 (28.36)	64 (47.76)	15 (11.72)	18 (14.06)	33 (25.78)	62 (48.44)
2. บาสเกตบอล	6 (4.35)	27 (19.57)	87 (63.04)	18 (13.04)	12 (8.96)	21 (15.67)	79 (58.96)	22 (16.42)	5 (3.91)	36 (28.13)	70 (54.69)	17 (13.28)
3. วอลเลย์บอล	6 (4.35)	54 (39.13)	51 (36.96)	27 (19.57)	6 (4.48)	32 (23.88)	57 (42.54)	39 (29.10)	6 (4.69)	30 (23.44)	49 (38.28)	43 (33.59)
4. เทนนิส	6 (4.35)	9 (6.52)	58 (42.03)	65 (47.10)	3 (2.24)	14 (10.45)	42 (31.34)	75 (55.97)	6 (4.69)	17 (13.28)	52 (40.63)	53 (41.41)
5. เทเบิลเทนนิส	9 (6.52)	19 (13.77)	66 (47.83)	44 (31.88)	10 (7.46)	21 (15.67)	54 (40.30)	49 (36.57)	3 (2.34)	38 (29.69)	62 (48.44)	25 (19.53)
6. แบดมินตัน	30 (21.74)	70 (50.72)	38 (27.54)	0 (0.00)	35 (26.12)	75 (55.97)	24 (17.91)	0 (0.00)	31 (24.22)	56 (43.75)	34 (26.56)	7 (5.47)

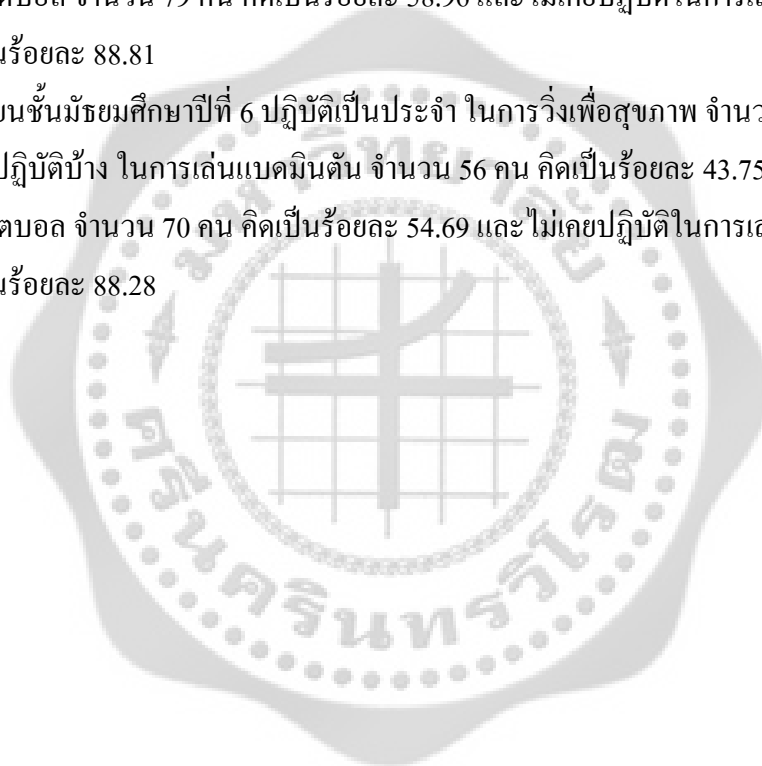
ตาราง 11 (ต่อ)

ด้านการออกกำลังกายและ เล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ	มัธยมศึกษาปีที่ 4				มัธยมศึกษาปีที่ 5				มัธยมศึกษาปีที่ 6			
	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
7. ว่ายน้ำ	9 (6.52)	61 (44.20)	53 (38.41)	15 (10.87)	22 (16.42)	47 (35.07)	62 (46.27)	3 (2.24)	23 (17.97)	48 (37.50)	50 (39.06)	7 (5.47)
8. ตะกร้อ	7 (5.07)	3 (2.17)	25 (18.12)	103 (74.64)	3 (2.24)	3 (2.24)	9 (6.72)	119 (88.81)	0 (0.00)	6 (4.69)	9 (7.03)	113 (88.28)
9. มวย	4 (2.90)	7 (5.07)	25 (18.12)	102 (73.91)	3 (2.24)	3 (2.24)	12 (8.96)	116 (86.57)	3 (2.34)	8 (6.25)	12 (9.38)	105 (82.03)
10. วิ่งเพื่อสุขภาพ	16 (11.59)	60 (43.48)	52 (37.68)	10 (7.25)	25 (18.66)	46 (34.33)	45 (33.58)	18 (13.43)	44 (34.38)	37 (28.91)	32 (25.00)	15 (11.72)
11. เดินแอโรบิก	7 (5.07)	18 (13.04)	47 (34.06)	66 (47.83)	10 (7.46)	15 (11.19)	54 (40.30)	55 (41.04)	23 (17.97)	19 (14.84)	40 (31.25)	46 (35.94)

จากตาราง 11 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อ นันทนาการ มากที่สุดโดยนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปฏิบัติเป็นประจำในการเล่น แบดมินตัน จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 21.74 ปฏิบัติบ้างในการเล่นแบดมินตัน จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 50.72 ปฏิบัติบางครั้งในการเล่นบาสเกตบอล จำนวน 87 คน คิดเป็นร้อยละ 63.04 และไม่เคยปฏิบัติในการเล่น ตะกร้อ จำนวน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 74.64

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปฏิบัติเป็นประจำในการเล่น แบดมินตัน จำนวน 35 คน คิดเป็น ร้อยละ 26.12 ปฏิบัติบ้างในการเล่น แบดมินตัน จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 55.97 ปฏิบัติบางครั้งใน การเล่นบาสเกตบอล จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 58.96 และไม่เคยปฏิบัติในการเล่นตะกร้อ จำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 88.81

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ปฏิบัติเป็นประจำ ในการวิ่งเพื่อสุขภาพ จำนวน 44 คน คิดเป็น ร้อยละ 34.38 ปฏิบัติบ้าง ในการเล่นแบดมินตัน จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 43.75 ปฏิบัติบางครั้งใน การเล่นบาสเกตบอล จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 54.69 และไม่เคยปฏิบัติในการเล่นตะกร้อ จำนวน 113 คน คิดเป็นร้อยละ 88.28



ตาราง 12 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านงานอดิเรก จำแนกตามระดับชั้นเรียน (n = 400)

ด้านงานอดิเรก	มัธยมศึกษาปีที่ 4				มัธยมศึกษาปีที่ 5				มัธยมศึกษาปีที่ 6			
	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
1. ชมรายการโทรทัศน์	104 (75.36)	22 (15.94)	12 (8.70)	0 (0.00)	99 (73.88)	27 (20.15)	8 (5.97)	0 (0.00)	102 (79.69)	22 (17.19)	4 (3.13)	0 (0.00)
2. ฟังรายการวิทยุ	59 (42.75)	41 (29.71)	35 (25.36)	3 (2.17)	72 (53.73)	34 (25.37)	26 (19.40)	2 (1.49)	66 (51.56)	27 (21.09)	28 (21.88)	7 (5.47)
3. ทำอาหาร	15 (10.87)	53 (38.41)	50 (36.23)	20 (14.49)	15 (11.19)	51 (38.06)	31 (23.13)	37 (27.61)	15 (11.72)	47 (36.72)	44 (34.38)	22 (17.19)
4. ปลูกต้นไม้	4 (2.90)	18 (13.04)	61 (44.20)	55 (39.86)	3 (2.24)	13 (9.70)	82 (61.19)	36 (26.87)	0 (0.00)	23 (17.97)	76 (59.38)	29 (22.66)
5. เลี้ยงสัตว์	35 (25.36)	24 (17.39)	39 (28.26)	40 (28.99)	31 (23.13)	34 (25.37)	15 (11.19)	54 (40.30)	30 (23.44)	35 (27.34)	24 (18.75)	39 (30.47)
6. สะสมสิ่งของ	31 (22.46)	28 (20.29)	60 (43.48)	19 (13.77)	29 (21.64)	42 (31.34)	48 (35.82)	15 (11.19)	25 (19.53)	38 (29.69)	44 (34.38)	21 (16.41)

ตาราง 12 (ต่อ)

ด้านงานอดิเรก	มัธยมศึกษาปีที่ 4				มัธยมศึกษาปีที่ 5				มัธยมศึกษาปีที่ 6			
	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
7. วาดภาพ	38 (27.54)	39 (28.26)	44 (31.88)	17 (12.32)	17 (12.69)	47 (35.07)	49 (36.57)	21 (15.67)	15 (11.72)	38 (29.69)	57 (44.53)	18 (14.06)
8. ชมภาพยนตร์	53 (38.41)	69 (50.00)	16 (11.59)	0 (0.00)	70 (52.24)	49 (36.57)	15 (11.19)	0 (0.00)	93 (72.66)	32 (25.00)	3 (2.34)	0 (0.00)
9. ร้องเพลง	67 (48.55)	45 (32.61)	20 (14.49)	6 (4.35)	59 (44.03)	49 (36.57)	21 (15.67)	5 (3.73)	72 (56.25)	30 (23.44)	26 (20.31)	0 (0.00)
10. เล่นดนตรี	46 (33.33)	40 (28.99)	46 (33.33)	6 (4.35)	49 (36.57)	52 (38.81)	15 (11.19)	18 (13.43)	28 (21.88)	39 (30.47)	49 (38.28)	12 (9.38)
11. เล่นอินเทอร์เน็ต	122 (88.41)	13 (9.42)	3 (2.17)	0 (0.00)	105 (78.36)	24 (17.91)	5 (3.73)	0 (0.00)	112 (87.50)	13 (10.16)	3 (2.34)	0 (0.00)

จากตาราง 12 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านงานอดิเรก มากที่สุดโดยนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปฏิบัติเป็นประจำในการเล่นอินเทอร์เน็ต จำนวน 122 คน คิดเป็นร้อยละ 88.41 ปฏิบัติบ้าง ในการชมภาพยนตร์ จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 ปฏิบัติบางครั้งในการปลูกต้นไม้ จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 44.20 และไม่เคยปฏิบัติในการปลูกต้นไม้จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 39.86

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปฏิบัติเป็นประจำ ในการเล่นอินเทอร์เน็ต จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 78.36 ปฏิบัติบ้างในการ เล่นดนตรี จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 38.81 ปฏิบัติบางครั้งในการปลูกต้นไม้ จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 61.19 และไม่เคยปฏิบัติในการเลี้ยงสัตว์ จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 40.30

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ปฏิบัติเป็นประจำ ในการเล่นอินเทอร์เน็ต จำนวน 112 คน คิดเป็นร้อยละ 87.50 ปฏิบัติบ้างในการทำอาหาร จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 36.72 ปฏิบัติบางครั้งในการปลูกต้นไม้ จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 59.38 และไม่เคยปฏิบัติในการ เลี้ยงสัตว์ จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 30.47



ตาราง 13 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา
จำแนกตามระดับชั้นเรียน (n = 400)

ด้านการท่องเที่ยว และทัศนศึกษา	มัธยมศึกษาปีที่ 4				มัธยมศึกษาปีที่ 5				มัธยมศึกษาปีที่ 6			
	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
1. ชมและซื้อของที่ระลึก	33 (23.91)	59 (42.75)	39 (28.26)	7 (5.07)	44 (32.84)	56 (41.79)	31 (23.13)	3 (2.24)	32 (25.00)	73 (57.03)	23 (17.97)	0 (0.00)
2. เที่ยววัดไหว้พระ	40 (28.99)	40 (28.99)	48 (34.78)	10 (7.25)	24 (17.91)	67 (50.00)	43 (32.09)	0 (0.00)	31 (24.22)	67 (52.34)	30 (23.44)	0 (0.00)
3. เที่ยวสวนสาธารณะ	23 (16.67)	47 (34.06)	55 (39.86)	13 (9.42)	26 (19.40)	46 (34.33)	60 (44.78)	2 (1.49)	15 (11.72)	54 (42.19)	53 (41.41)	6 (4.69)
4. ชมธรรมชาติ	34 (24.64)	44 (31.88)	57 (41.30)	3 (2.17)	34 (25.37)	42 (31.34)	56 (41.79)	2 (1.49)	24 (18.75)	51 (39.84)	47 (36.72)	6 (4.69)
5. ชมพิพิธภัณฑ์	9 (6.52)	50 (36.23)	73 (52.90)	6 (4.35)	12 (8.96)	40 (29.85)	70 (52.24)	12 (8.96)	9 (7.03)	29 (22.66)	80 (62.50)	10 (7.81)
6. เที่ยวสวนสนุก	23 (16.67)	49 (35.51)	56 (40.58)	10 (7.25)	18 (13.43)	49 (36.57)	57 (42.54)	10 (7.46)	15 (11.72)	44 (34.38)	59 (46.09)	10 (7.81)

จากตาราง 13 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษามากที่สุดโดยนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปฏิบัติเป็นประจำในการเที่ยววัดไหว้พระ จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 28.99 ปฏิบัติบ้างในการชมและซื้อของที่ระลึก จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 42.75 ปฏิบัติบางครั้งในการชมพิพิธภัณฑ์ จำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 52.90 และไม่เคยปฏิบัติในการเที่ยวสวนสาธารณะ จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 9.42

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปฏิบัติเป็นประจำ ในการชมและซื้อของที่ระลึก จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 32.84 ปฏิบัติบ้าง ในการเที่ยววัดไหว้พระ จำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 ปฏิบัติบางครั้งในการชมพิพิธภัณฑ์ จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 52.24 และไม่เคยปฏิบัติในการชมพิพิธภัณฑ์ จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 8.96

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ปฏิบัติเป็นประจำในการชมและซื้อของที่ระลึก จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 25.00 ปฏิบัติบ้างในการชมและซื้อของที่ระลึก จำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 57.03 ปฏิบัติบางครั้งในการชมพิพิธภัณฑ์และเที่ยวสวนสนุก จำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 62.50 และไม่เคยปฏิบัติในการชมพิพิธภัณฑ์และเที่ยวสวนสนุก จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 7.81

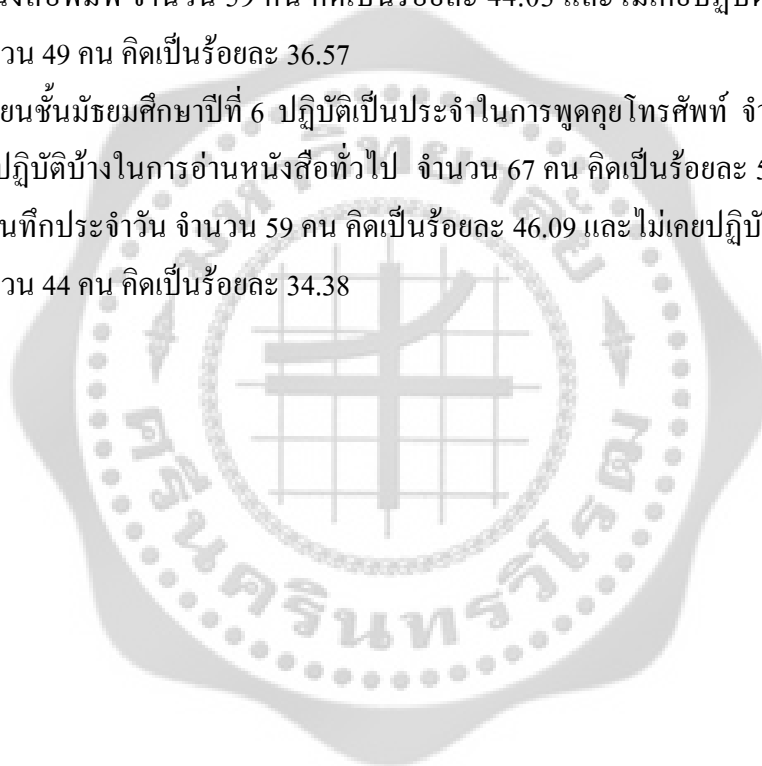
ตาราง 14 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด)
จำแนกตามระดับชั้นเรียน (n = 400)

ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด)	มัธยมศึกษาปีที่ 4				มัธยมศึกษาปีที่ 5				มัธยมศึกษาปีที่ 6			
	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
1. อ่านหนังสือทั่วไป	48 (34.78)	51 (36.96)	39 (28.26)	0 (0.00)	37 (27.61)	65 (48.51)	32 (23.88)	0 (0.00)	40 (31.25)	67 (52.34)	21 (16.41)	0 (0.00)
2. อ่านนวนิยาย	50 (36.23)	41 (29.71)	40 (28.99)	7 (5.07)	55 (41.04)	24 (17.91)	42 (31.34)	13 (9.70)	31 (24.22)	55 (42.97)	32 (25.00)	10 (7.81)
3. อ่านการ์ตูน	55 (39.86)	52 (37.68)	23 (16.67)	8 (5.80)	64 (47.76)	27 (20.15)	32 (23.88)	11 (8.21)	46 (35.94)	35 (27.34)	34 (26.56)	13 (10.16)
4. อ่านหนังสือพิมพ์	21 (15.22)	45 (32.61)	52 (37.68)	20 (14.49)	29 (21.64)	46 (34.33)	59 (44.03)	0 (0.00)	34 (26.56)	55 (42.97)	36 (28.13)	3 (2.34)
5. เขียนบันทึกประจำวัน	3 (2.17)	12 (8.70)	66 (47.83)	57 (41.30)	11 (8.21)	25 (18.66)	49 (36.57)	49 (36.57)	9 (7.03)	16 (12.50)	59 (46.09)	44 (34.38)
6. ส่งข้อความทาง โทรศัพท์เคลื่อนที่	58 (42.03)	38 (27.54)	29 (21.01)	13 (9.42)	42 (31.34)	55 (41.04)	29 (21.64)	8 (5.97)	75 (58.59)	28 (21.88)	16 (12.50)	9 (7.03)
7. พูดคุยโทรศัพท์	82 (59.42)	40 (28.99)	13 (9.42)	3 (2.17)	71 (52.99)	43 (32.09)	20 (14.93)	0 (0.00)	83 (64.84)	39 (30.47)	6 (4.69)	0 (0.00)

จากตาราง 14 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พุด) มากที่สุด โดยนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปฏิบัติเป็นประจำในการพุดคุยโทรศัพท์ จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 59.42 ปฏิบัติบ้างในการอ่านการ์ตูน จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 37.68 ปฏิบัติบางครั้งในการเขียนบันทึกประจำวัน จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 47.83 และไม่เคยปฏิบัติในการเขียนบันทึกประจำวัน จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 41.30

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปฏิบัติเป็นประจำในการพุดคุยโทรศัพท์ จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 52.99 ปฏิบัติบ้างในการอ่านหนังสือทั่วไป จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 48.15 ปฏิบัติบางครั้งในการอ่านหนังสือพิมพ์ จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 44.03 และไม่เคยปฏิบัติในการเขียนบันทึกประจำวัน จำนวน 49 คน คิดเป็นร้อยละ 36.57

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ปฏิบัติเป็นประจำในการพุดคุยโทรศัพท์ จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 64.84 ปฏิบัติบ้างในการอ่านหนังสือทั่วไป จำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 52.34 ปฏิบัติบางครั้งในการเขียนบันทึกประจำวัน จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 46.09 และไม่เคยปฏิบัติในการเขียนบันทึกประจำวัน จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 34.38



ตาราง 15 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา เพื่อนันทนาการ จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (n = 400)

ด้านการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเพื่อ นันทนาการ	คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00				คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99				คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99			
	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
1. ฟุตบอล	15 (7.04)	17 (7.98)	70 (32.86)	111 (52.11)	15 (12.82)	23 (19.66)	39 (33.33)	40 (34.19)	12 (17.14)	12 (17.14)	19 (27.14)	27 (38.57)
2. บาสเกตบอล	6 (2.82)	34 (15.96)	136 (63.85)	37 (17.37)	5 (4.27)	28 (23.93)	73 (62.39)	11 (9.40)	12 (17.14)	22 (31.43)	27 (38.57)	9 (12.86)
3. วอลเลย์บอล	9 (4.23)	65 (30.52)	89 (41.78)	50 (23.47)	3 (2.56)	32 (27.35)	47 (40.17)	35 (29.91)	6 (8.57)	19 (27.14)	21 (30.00)	24 (34.29)
4. เทนนิส	2 (0.94)	21 (9.86)	86 (40.38)	104 (48.83)	3 (2.56)	7 (5.98)	51 (43.59)	56 (47.86)	10 (14.29)	12 (17.14)	15 (21.43)	33 (47.14)
5. เทเบิลเทนนิส	9 (4.23)	37 (17.37)	97 (45.54)	70 (32.86)	0 (0.00)	23 (19.66)	58 (49.57)	36 (30.77)	13 (18.57)	18 (25.71)	27 (38.57)	12 (17.14)
6. แบดมินตัน	43 (20.19)	120 (56.34)	50 (23.47)	0 (0.00)	35 (29.91)	39 (33.33)	36 (30.77)	7 (5.98)	18 (25.71)	42 (60.00)	10 (14.29)	0 (0.00)

ตาราง 15 (ต่อ)

ด้านการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเพื่อ นันทนาการ	คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00				คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99				คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99			
	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
7. ว่ายน้ำ	15 (7.04)	83 (38.97)	98 (46.01)	17 (7.98)	27 (23.08)	42 (35.90)	43 (36.75)	5 (4.27)	12 (17.14)	31 (44.29)	24 (34.29)	3 (4.29)
8. ตะกร้อ	0 (0.00)	8 (3.76)	22 (10.33)	183 (85.92)	3 (2.56)	4 (3.42)	12 (10.26)	98 (83.76)	7 (10.00)	0 (0.00)	9 (12.86)	54 (77.14)
9. มวย	0 (0.00)	12 (5.63)	22 (10.33)	179 (84.04)	0 (0.00)	3 (2.56)	12 (10.26)	102 (87.18)	10 (14.29)	3 (4.29)	15 (21.43)	42 (60.00)
10. วิ่งเพื่อสุขภาพ	44 (20.66)	73 (34.27)	78 (36.62)	18 (8.45)	20 (17.09)	39 (33.33)	42 (35.90)	16 (13.68)	21 (30.00)	31 (44.29)	9 (12.86)	9 (12.86)
11. เต้นแอโรบิก	29 (13.62)	37 (17.37)	70 (32.86)	77 (36.15)	8 (6.84)	6 (5.13)	49 (41.88)	54 (46.15)	3 (4.29)	9 (12.86)	22 (31.43)	36 (51.43)

จากตาราง 15 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา เพื่อนันทนาการ มากที่สุดโดยนักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00 ปฏิบัติเป็นประจำในการวิ่ง เพื่อสุขภาพ จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 20.66 ปฏิบัติบ้างในการแบดมินตัน จำนวน 120 คน คิดเป็น ร้อยละ 56.34 ปฏิบัติบางครั้งในการเล่นบาสเกตบอล จำนวน 136 คน คิดเป็นร้อยละ 63.85 และไม่เคย ปฏิบัติในการเล่นตะกร้อ จำนวน 183 คน คิดเป็นร้อยละ 85.92

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99 ปฏิบัติเป็นประจำในการเล่นแบดมินตัน จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 29.91 ปฏิบัติบ้างในการว่ายน้ำ จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 35.90 ปฏิบัติบางครั้งในการเล่นบาสเกตบอล จำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 62.39 และไม่เคยปฏิบัติในการชกมวย จำนวน 102 คน คิดเป็นร้อยละ 87.18

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99 ปฏิบัติเป็นประจำในการวิ่งเพื่อสุขภาพ จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 30.00 ปฏิบัติบ้างในการเล่นแบดมินตัน จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 60.00 ปฏิบัติบางครั้งในการเล่นบาสเกตบอลและเทเบิลเทนนิส จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 38.57 และไม่ เคยปฏิบัติในการเล่นตะกร้อ จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 77.14

ตาราง 16 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านงานอดิเรก จำแนกตาม
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (n = 400)

ด้านงานอดิเรก	คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00				คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99				คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99			
	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
1. ชมรายการโทรทัศน์	169 (79.34)	35 (16.43)	9 (4.23)	0 (0.00)	78 (66.67)	27 (23.08)	12 (10.26)	0 (0.00)	58 (82.86)	9 (12.86)	3 (4.29)	0 (0.00)
2. ฟังรายการวิทยุ	114 (53.52)	52 (24.41)	44 (20.66)	3 (1.41)	50 (42.74)	34 (29.06)	24 (20.51)	9 (7.69)	33 (47.14)	16 (22.86)	21 (30.00)	0 (0.00)
3. ทำอาหาร	24 (11.27)	77 (36.15)	84 (39.44)	28 (13.15)	6 (5.13)	53 (45.30)	26 (22.22)	32 (27.35)	15 (21.43)	21 (30.00)	15 (21.43)	19 (27.14)
4. ปลูกต้นไม้	4 (1.88)	30 (14.08)	109 (51.17)	70 (32.86)	3 (2.56)	18 (15.38)	65 (55.56)	31 (26.50)	0 (0.00)	6 (8.57)	45 (64.29)	19 (27.14)
5. เลี้ยงสัตว์	52 (24.41)	46 (21.60)	35 (16.43)	80 (37.56)	28 (23.93)	29 (24.79)	31 (26.50)	29 (24.79)	16 (22.86)	18 (25.71)	12 (17.14)	24 (34.29)
6. สะสมสิ่งของ	59 (27.70)	49 (23.00)	83 (38.97)	22 (10.33)	20 (17.09)	41 (35.04)	35 (29.91)	21 (17.95)	6 (8.57)	18 (25.71)	34 (48.57)	12 (17.14)

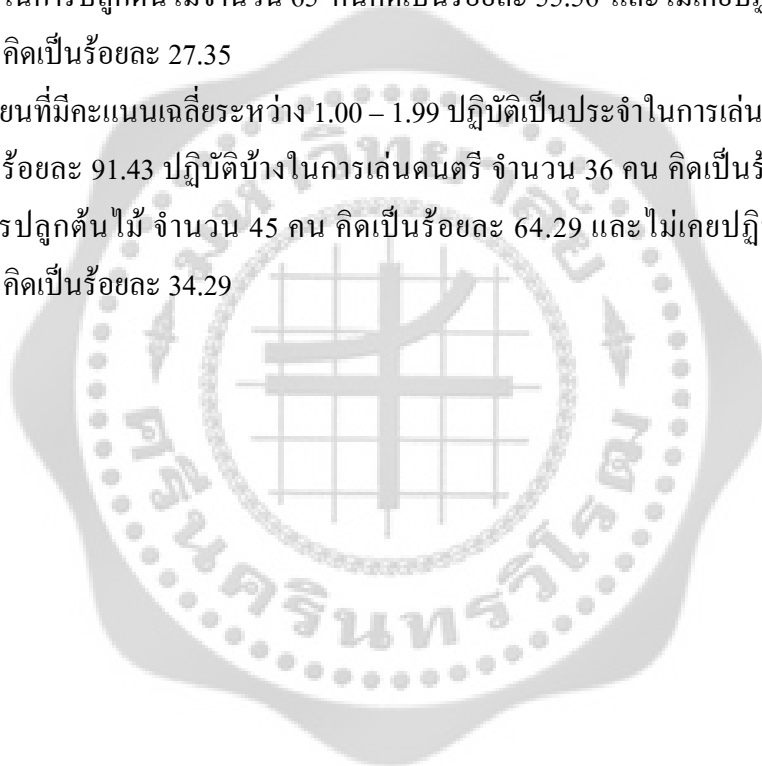
ตาราง 16 (ต่อ)

ด้านงานอดิเรก	คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00				คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99				คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99			
	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
7. วาดภาพ	48 (22.54)	59 (27.70)	79 (37.09)	27 (12.68)	13 (11.11)	50 (42.74)	31 (26.50)	23 (19.66)	9 (12.86)	15 (21.43)	40 (57.14)	6 (8.57)
8. ชมภาพยนตร์	88 (41.31)	99 (46.48)	26 (12.21)	0 (0.00)	70 (59.83)	45 (38.46)	2 (1.71)	0 (0.00)	58 (82.86)	6 (8.57)	6 (8.57)	0 (0.00)
9. ร้องเพลง	121 (56.81)	53 (24.88)	30 (14.08)	9 (4.23)	37 (31.62)	50 (42.74)	28 (23.93)	2 (1.71)	40 (57.14)	21 (30.00)	9 (12.86)	0 (0.00)
10. เล่นดนตรี	79 (37.09)	48 (22.54)	70 (32.86)	16 (7.51)	23 (19.66)	47 (40.17)	33 (28.21)	14 (11.97)	21 (30.00)	36 (51.43)	7 (10.00)	6 (8.57)
11. เล่นอินเทอร์เน็ต	178 (83.57)	29 (13.62)	6 (2.82)	0 (0.00)	97 (82.91)	15 (12.82)	5 (4.27)	0 (0.00)	64 (91.43)	6 (8.57)	0 (0.00)	0 (0.00)

จากตาราง 16 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านงานอดิเรก มากที่สุดโดยนักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00 ปฏิบัติเป็นประจำในการเล่นอินเทอร์เน็ต จำนวน 178 คน คิดเป็นร้อยละ 83.57 ปฏิบัติบ้างในการชมภาพยนตร์ จำนวน 99 คน คิดเป็นร้อยละ 46.48 ปฏิบัติบางครั้งในการปลูกต้นไม้ จำนวน 109 คน คิดเป็นร้อยละ 51.17 และไม่เคยปฏิบัติในการเลี้ยงสัตว์ จำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 37.57

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99 ปฏิบัติเป็นประจำในการเล่นอินเทอร์เน็ต จำนวน 97 คน คิดเป็นร้อยละ 82.91 ปฏิบัติบ้างในการทำอาหาร จำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 45.30 ปฏิบัติบางครั้งในการปลูกต้นไม้จำนวน 65 คนคิดเป็นร้อยละ 55.56 และไม่เคยปฏิบัติในการทำอาหาร จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 27.35

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99 ปฏิบัติเป็นประจำในการเล่นอินเทอร์เน็ต จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 91.43 ปฏิบัติบ้างในการเล่นดนตรี จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 51.43 ปฏิบัติบางครั้งในการปลูกต้นไม้ จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 64.29 และไม่เคยปฏิบัติในการเลี้ยงสัตว์ จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 34.29



ตาราง 17 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา
จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (n = 400)

ด้านการท่องเที่ยวและ ทัศนศึกษา	คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00				คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99				คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99			
	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
1. ชมและซื้อของที่ระลึก	64 (30.05)	102 (47.89)	40 (18.78)	7 (3.29)	24 (20.51)	53 (45.30)	37 (31.62)	3 (2.56)	21 (30.00)	33 (47.14)	16 (22.86)	0 (0.00)
2. เที่ยววัดไหว้พระ	70 (32.86)	73 (34.27)	60 (28.17)	10 (4.69)	10 (8.55)	68 (58.12)	39 (33.33)	0 (0.00)	15 (21.43)	33 (47.14)	22 (31.43)	0 (0.00)
3. เที่ยวสวนสาธารณะ	36 (16.90)	73 (34.27)	94 (44.13)	10 (4.69)	19 (16.24)	50 (42.74)	43 (36.75)	5 (4.27)	9 (12.86)	24 (34.29)	31 (44.29)	6 (8.57)
4. ชมธรรมชาติ	50 (23.47)	76 (35.68)	84 (39.44)	3 (1.41)	24 (20.51)	37 (31.62)	48 (41.03)	8 (6.84)	18 (25.71)	24 (34.29)	28 (40.00)	0 (0.00)
5. ชมพิพิธภัณฑ์	18 (8.45)	75 (35.21)	110 (51.64)	10 (4.69)	9 (7.69)	29 (24.79)	64 (54.70)	15 (12.82)	3 (4.29)	15 (21.43)	49 (70.00)	3 (4.29)
6. เที่ยวสวนสนุก	24 (11.27)	83 (38.97)	96 (45.07)	10 (4.69)	23 (19.66)	38 (32.48)	42 (35.90)	14 (11.97)	9 (12.86)	21 (30.00)	34 (48.57)	6 (8.57)

จากตาราง 17 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา มากที่สุดโดยนักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00 ปฏิบัติเป็นประจำในการเที่ยววัดไหว้พระ จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 32.86 ปฏิบัติบ้างในการชมและซื้อของที่ระลึก จำนวน 102 คน คิดเป็นร้อยละ 47.89 ปฏิบัติบางครั้งในการชมพิพิธภัณฑ์ จำนวน 110 คน คิดเป็นร้อยละ 51.64 และไม่เคยปฏิบัติในการเที่ยววัดไหว้พระ เที่ยวสวนสาธารณะ ชมพิพิธภัณฑ์และเที่ยวสวนสนุก จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 4.69

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99 ปฏิบัติเป็นประจำในการชมและซื้อของที่ระลึก และชมธรรมชาติ จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 20.51 ปฏิบัติบ้างในการเที่ยววัดไหว้พระ จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 58.12 ปฏิบัติบางครั้งในการ ชมพิพิธภัณฑ์ จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 54.70 และไม่เคยปฏิบัติในการชมพิพิธภัณฑ์จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 12.82

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99 ปฏิบัติเป็นประจำในการชมและซื้อของที่ระลึก จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 30.00 ปฏิบัติบ้างในการชมและซื้อของที่ระลึกและเที่ยววัดไหว้พระ จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 47.14 ปฏิบัติบางครั้งในการชมพิพิธภัณฑ์ จำนวน 49 คน คิดเป็นร้อยละ 70.00 และไม่เคยปฏิบัติในการเที่ยวสวนสาธารณะและเที่ยวสวนสนุก จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 8.57 ตามลำดับ

ตาราง 18 จำนวนและค่าร้อยละของการใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด)
จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (n = 400)

ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด)	คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00				คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99				คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99			
	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ้าง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
1. อ่านหนังสือทั่วไป	82 (38.50)	96 (45.07)	35 (16.43)	0 (0.00)	31 (26.50)	51 (43.59)	35 (29.91)	0 (0.00)	12 (17.14)	36 (51.43)	22 (31.43)	0 (0.00)
2. อ่านนวนิยาย	80 (37.56)	61 (28.64)	59 (27.70)	13 (6.10)	32 (27.35)	31 (26.50)	43 (36.75)	11 (9.40)	24 (34.29)	28 (40.00)	12 (17.14)	6 (8.57)
3. อ่านการ์ตูน	88 (41.31)	62 (29.11)	40 (18.78)	23 (10.80)	46 (39.32)	28 (23.93)	37 (31.62)	6 (5.13)	31 (44.29)	24 (34.29)	12 (17.14)	3 (4.29)
4. อ่านหนังสือพิมพ์	56 (26.29)	72 (33.80)	68 (31.92)	17 (7.98)	13 (11.11)	50 (42.74)	54 (46.15)	0 (0.00)	15 (21.43)	24 (34.29)	25 (35.71)	6 (8.57)
5. เขียนบันทึกประจำวัน	15 (7.04)	31 (14.55)	94 (44.13)	73 (34.27)	2 (1.71)	13 (11.11)	56 (47.86)	46 (39.32)	6 (8.57)	9 (12.86)	24 (34.29)	31 (44.29)
6. ส่งข้อความทางโทรศัพท์ เคลื่อนที่	79 (37.09)	60 (28.17)	55 (25.82)	19 (8.92)	60 (51.28)	34 (29.06)	15 (12.82)	8 (6.84)	36 (51.43)	27 (38.57)	4 (5.71)	3 (4.29)
7. พูดคุยโทรศัพท์	127 (59.62)	64 (30.05)	19 (8.92)	3 (1.41)	63 (53.85)	43 (36.75)	11 (9.40)	0 (0.00)	46 (65.71)	15 (21.43)	9 (12.86)	0 (0.00)

จากตาราง 18 แสดงว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พุด) มากที่สุด โดยนักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00 ปฏิบัติเป็นประจำในการพูดคุยโทรศัพท์ จำนวน 127 คน คิดเป็นร้อยละ 59.62 ปฏิบัติบ้างในการอ่านหนังสือทั่วไป จำนวน 96 คน คิดเป็นร้อยละ 45.07 ปฏิบัติบางครั้งในการ เขียนบันทึกประจำวัน จำนวน 94 คน คิดเป็นร้อยละ 44.13 และไม่เคยปฏิบัติในการเขียนบันทึกประจำวัน จำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 34.27

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99 ปฏิบัติเป็นประจำในการพูดคุยโทรศัพท์ จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 53.85 ปฏิบัติบ้างในการอ่านหนังสือทั่วไป จำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 43.59 ปฏิบัติบางครั้งในการ เขียนบันทึกประจำวัน จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 47.86 และไม่เคยปฏิบัติในการเขียนบันทึกประจำวัน จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 39.32

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99 ปฏิบัติเป็นประจำในการพูดคุยโทรศัพท์ จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 65.71 ปฏิบัติบ้างในการอ่านหนังสือทั่วไป จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 51.43 ปฏิบัติบางครั้งในการอ่านหนังสือพิมพ์ จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 35.71 และไม่เคยปฏิบัติในการเขียนบันทึกประจำวัน จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 44.29

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะทั่วไป เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร รายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ มีผู้แสดงความคิดเห็น ได้แก่ ควร ส่งเสริมและสนับสนุนให้มีการออกกำลังกายให้มากขึ้น ควรจัดให้กีฬาหลาย ๆ ประเภท เพื่อเป็น ทางเลือกให้ทุกคนได้เล่นอย่างหลากหลาย ควรให้นักเรียนมีทางเลือกประเภทกีฬาในวิชาพลศึกษา แทน การเรียนภาคเรียนแบบ 1 ปี 1 ชนิดกีฬา ควรให้การบ้านน้อยลงโดยเฉพาะในวันเสาร์และวันอาทิตย์ เพื่อให้มีเวลาในการเล่นกีฬา และทำกิจกรรมกับครอบครัว ควรจัดให้มีการออกกำลังกายที่โรงเรียน ในช่วงเช้าโดยใช้เวลา 10-15 นาที นอกเหนือจากคาบพลศึกษา โรงเรียนไม่ควรเน้นในกิจกรรมกีฬามาก เกินไปทำให้เด็กที่ไม่มีความสามารถในด้านกีฬาขาดความสนใจ และเกิดความเบื่อหน่าย ควรเพิ่มความ หลากหลายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย และ ควรจัดให้มีชั่วโมงในการออกกำลังกายมากขึ้น

2. ด้านงานอดิเรก มีผู้แสดงความคิดเห็น ได้แก่ ควรจัดให้มีกิจกรรมชมรมที่นักเรียนสนใจ และ ส่งเสริมความสามารถของนักเรียนโดยมีการแนะนำกิจกรรมต่างๆ ที่สามารถปฏิบัติเป็นงานอดิเรกได้ เช่น เล่นดนตรี เล่นกีฬา และสอนด้วยการปฏิบัติจริง ควรเพิ่มการเล่นและสอนดนตรี ศิลปะ นาฏศิลป์ ที่

นักเรียนสามารถใช้ในอนาคตได้ เช่น คนตรีไทย ได้แก่ ซอ คนตรีสากล ได้แก่ ไวโอลิน และโรงเรียนให้การบ้านมากเกินไปทำให้ไม่มีเวลาว่างไปทำงานอดิเรก

3. ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา มีผู้แสดงความคิดเห็น ได้แก่ โรงเรียนควรมีการจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวหรือทัศนศึกษามากกว่าหนึ่งครั้ง ควรจัดทัศนศึกษานอกสถานที่ หรือต่างจังหวัดทุกภาคเรียน เช่น เชียงใหม่ เชียงราย ราชบุรี ระยอง ฯลฯ ในการจัดโปรแกรมทัศนศึกษาควรสอบถามว่าเด็กมีความต้องการไปทัศนศึกษาที่ใดบ้าง และโรงเรียนควรพาไปทัศนศึกษาที่ป่าชายเลน เพื่อให้นักเรียนได้สัมผัสกับระบบนิเวศน์

4. ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) มีผู้แสดงความคิดเห็น ได้แก่ ควรจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมเด็กหรือนักเรียนให้มีความสุขรักการอ่าน และมีการจัดแบ่งประเภทหนังสือให้หลากหลาย ห้องสมุดควรจัดให้มีนวนิยายมากขึ้น ควรจัดให้มีรายการโทรทัศน์เกี่ยวกับภาษาเพื่อพัฒนาเยาวชน ส่งเสริมให้มีการอ่านเขียนพูดเพื่อพัฒนาตนเองได้ และควรสอนเด็กและเยาวชนให้อ่านหนังสือที่มีประโยชน์ มากกว่าการอ่านหนังสือที่ให้แต่ความบันเทิง



บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร โดยจำแนกตาม เพศ ระดับชั้นและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ของโรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร จำนวน 5 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม โรงเรียนอัสสัมชัญ โรงเรียนพุทธจักรวิทยา โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา และ โรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์ มีนักเรียนจำนวน 4,500 คน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาจำนวน 400 คน ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถามการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น 3 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ ระดับชั้นเรียน และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน แบ่งเป็น 4 ตัวเลือก

ตอนที่ 3 เป็นคำถามปลายเปิด (Open ended) แสดงข้อเสนอแนะในการใช้เวลาว่าง

การเก็บรวบรวมข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล โดยนำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไปติดต่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลยังผู้อำนวยการโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร และผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลด้วย

ตัวเอง โดยนำแบบสอบถามไปเก็บข้อมูลกับนักเรียน ได้รับแบบสอบถามกลับคืนมาจำนวน 400 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100

การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถาม ผู้วิจัยวิเคราะห์แบ่งออกเป็นแบบสอบถามตอนที่ 1 ใช้โปรแกรมสำเร็จรูป โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละของข้อมูลในแบบสอบถามได้แก่ เพศ ระดับชั้นเรียน และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน แล้วนำเสนอในรูปตารางและความเรียง แบบสอบถามตอนที่ 2 ใช้โปรแกรมสำเร็จรูป วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละแล้วนำเสนอในรูป ตารางและความเรียง และแบบสอบถามตอนที่ 3 วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหาแล้วนำเสนอในรูปความเรียง

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร สรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ที่เป็นเพศชาย จำนวน 133 คน คิดเป็นร้อยละ 33.25 เป็นเพศหญิงจำนวน 267 คน คิดเป็นร้อยละ 66.75 กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 138 คน คิดเป็นร้อยละ 34.50 ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 134 คน คิดเป็นร้อยละ 33.50 ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 128 คน คิดเป็นร้อยละ 32.00 และมีผลสัมฤทธิ์ในการเรียนที่มีค่าคะแนนเฉลี่ย 3.00 – 4.00 จำนวน 213 คน คิดเป็นร้อยละ 53.25 มีค่าคะแนนเฉลี่ย 2.00 – 2.99 จำนวน 117 คน คิดเป็นร้อยละ 29.25 และมีค่าคะแนนเฉลี่ย 1.00 – 1.99 จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 17.50

2. การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายด้าน ได้ดังนี้

2.1 ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ โดยปฏิบัติมากที่สุด ดังนี้ ปฏิบัติเป็นประจำและปฏิบัติบ้าง ได้แก่ เล่นแบดมินตัน ปฏิบัติบางครั้งได้แก่ เล่นบาสเกตบอล และไม่เคยปฏิบัติได้แก่ เล่นตะกร้อ

2.2 ด้านงานอดิเรก พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านงานอดิเรก โดยปฏิบัติมากที่สุด ดังนี้ ปฏิบัติเป็นประจำได้แก่ เล่นอินเทอร์เน็ต ปฏิบัติบ้างได้แก่ ทำอาหาร ปฏิบัติบางครั้งได้แก่ ปลูกต้นไม้ และไม่เคยปฏิบัติได้แก่ เล่นเล็ยงสัตว์

2.3 ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านการท่องเที่ยวและ

ทัศนศึกษาโดยปฏิบัติมากที่สุด ดังนี้ ปฏิบัติเป็นประจำและปฏิบัติบ้าง ได้แก่ ชมและซื้อของที่ระลึก ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ ชมพิพิธภัณฑ์ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เที่ยวสวนสนุก

2.4 ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) โดยปฏิบัติมากที่สุด ดังนี้ ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ พุดคุยโทรศัพท์ ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ อ่านหนังสือทั่วไป ปฏิบัติบางครั้งและไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เขียนบันทึกประจำวัน

3. ผลการวิเคราะห์การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ ระดับชั้นเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยแยกออกเป็นด้าน ดังนี้

3.1 จำแนกตามเพศ

3.1.1 ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร เพศชาย ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ ฟุตบอล ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ แบดมินตัน ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ เทนนิส และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เต้นแอโรบิค

ส่วนเพศหญิงปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำและปฏิบัติบ้าง ได้แก่ แบดมินตัน ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ บาสเกตบอล และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ตะกร้อ

3.1.2 ด้านงานอดิเรก พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร เพศชายปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุดโดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เล่นอินเทอร์เน็ต ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ ชมภาพยนตร์ ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ ปลูกต้นไม้ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เลี้ยงสัตว์

ส่วนเพศหญิงปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เล่นอินเทอร์เน็ต ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ ทำอาหาร ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ ปลูกต้นไม้ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เลี้ยงสัตว์

3.1.3 ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร เพศชายปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุดโดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เที่ยววัดไหว้พระ ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ ชมและซื้อของที่ระลึก ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ ชมพิพิธภัณฑ์ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เที่ยวสวนสนุก

ส่วนเพศหญิงปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ และปฏิบัติบ้าง ได้แก่ ชมและซื้อของที่ระลึก ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ ชมพิพิธภัณฑ์ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เที่ยวสวนสาธารณะ

3.1.4 ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร เพศชายปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุดโดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่

อ่านการ์ตูน ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ พุคคยโทรศัพท์ ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ อ่านนวนิยายและอ่านหนังสือพิมพ์ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เขียนบันทึกประจำวัน

ส่วนเพศหญิงปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุดโดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ พุคคยโทรศัพท์ ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ อ่านหนังสือทั่วไป ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ เขียนบันทึกประจำวัน และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เขียนบันทึกประจำวัน

3.2 จำแนกตามระดับชั้นเรียน

3.2.1 ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำและปฏิบัติบ้าง ได้แก่ แบดมินตัน ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ บาสเกตบอล และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ตะกร้อ

ส่วนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ และปฏิบัติบ้าง ได้แก่ แบดมินตัน ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ บาสเกตบอล และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ตะกร้อ

สำหรับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ วิ่งเพื่อสุขภาพ ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ แบดมินตัน ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ บาสเกตบอล และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ตะกร้อ

3.2.2 ด้านงานอดิเรก พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เล่นอินเทอร์เน็ต ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ ชมภาพยนตร์ ปฏิบัติบางครั้งและไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ปลุกต้นไม้

ส่วนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เล่นอินเทอร์เน็ต ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ เล่นดนตรี ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ ปลุกต้นไม้ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เลี้ยงสัตว์

สำหรับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เล่นอินเทอร์เน็ต ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ ทำอาหาร ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ ปลุกต้นไม้ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เลี้ยงสัตว์

3.2.3 ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เที่ยววัดไหว้พระ ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ ชมและซื้อของที่ระลึก ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ ชมพิพิธภัณฑ์ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เที่ยวสวนสาธารณะ

ส่วนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ ชมและซื้อของที่ระลึก ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ เที่ยววัดไหว้พระ ปฏิบัติบางครั้งและไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ชมพิพิธภัณฑ์

สำหรับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ และปฏิบัติบ้าง ได้แก่ ชมและซื้อของที่ระลึก ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ ชมพิพิธภัณฑ์ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ชมพิพิธภัณฑ์และเที่ยวสวนสนุก

3.2.4 ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ พุทธศุขโทรศัพท์ ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ อ่านการ์ตูน ปฏิบัติบางครั้งและไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เขียนบันทึกประจำวัน

ส่วนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ พุทธศุขโทรศัพท์ ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ อ่านหนังสือทั่วไป ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ อ่านหนังสือพิมพ์ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เขียนบันทึกประจำวัน

สำหรับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ พุทธศุขโทรศัพท์ ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ อ่านหนังสือทั่วไป ปฏิบัติบางครั้งและไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เขียนบันทึกประจำวัน

3.3 จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

3.3.1 ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ วิ่งเพื่อสุขภาพ ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ แบดมินตัน ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ บาสเกตบอล และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ตะกร้อ

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ แบดมินตัน ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ ว่ายน้ำ ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ บาสเกตบอล และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ มวย

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ วิ่งเพื่อสุขภาพ ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ แบดมินตัน ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ บาสเกตบอลและเทเบิลเทนนิส และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ตะกร้อ

3.3.2 ด้านงานอดิเรก พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เล่นอินเทอร์เน็ต ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ ชมภาพยนตร์ ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ ปลูกต้นไม้ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เลี้ยงสัตว์

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เล่นอินเทอร์เน็ต ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ ทำอาหาร ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ ปลูกต้นไม้ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ทำอาหาร

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เล่นอินเทอร์เน็ต ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ เล่นดนตรี ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ ปลูกต้นไม้ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เลี้ยงสัตว์

3.3.3 ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษาพบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เที่ยววัดไหว้พระ ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ ชมและซื้อของที่ระลึก ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ ชมพิพิธภัณฑ์และไม่เคยปฏิบัติได้แก่ เที่ยววัดไหว้พระ เที่ยวสวนสาธารณะ ชมพิพิธภัณฑ์และเที่ยวสวนสนุก

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ ชมและซื้อของที่ระลึกและชมธรรมชาติ ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ เที่ยววัดไหว้พระ ปฏิบัติบางครั้งและไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ชมพิพิธภัณฑ์

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ ชมและซื้อของที่ระลึก ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ ชมและซื้อของที่ระลึกและเที่ยววัดไหว้พระ ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ ชมพิพิธภัณฑ์ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เที่ยวสวนสาธารณะและเที่ยวสวนสนุก

3.3.4 ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ พูดคุยโทรศัพท์ ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ อ่านหนังสือทั่วไป ปฏิบัติบางครั้งและไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เขียนบันทึกประจำวัน

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ พูดคุยโทรศัพท์ ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ อ่านหนังสือทั่วไป ปฏิบัติบางครั้ง และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เขียนบันทึกประจำวัน

นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99 ปฏิบัติกิจกรรมมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ พูดคุยโทรศัพท์ ปฏิบัติบ้าง ได้แก่ อ่านหนังสือทั่วไป ปฏิบัติบางครั้ง ได้แก่ อ่านหนังสือพิมพ์ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เขียนบันทึกประจำวัน

4. ข้อเสนอแนะทั่วไป เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร โดยแยกออกเป็นรายด้านดังนี้

4.1 ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ มีผู้แสดงความคิดเห็น ได้แก่ ควรส่งเสริมและสนับสนุนให้มีการออกกำลังกายให้มากขึ้น ควรจัดให้กีฬาหลายๆประเภทเพื่อเป็นทางเลือกให้ทุกคนได้เล่นอย่างหลากหลาย ควรให้นักเรียนมีทางเลือกประเภทกีฬาในวิชาพลศึกษา แทนการเรียน

ภาคเรียนแบบ 1 ปี 1 ชนิดกีฬา ควรให้การบ้านน้อยลงโดยเฉพาะในวันเสาร์และวันอาทิตย์ เพื่อให้มีเวลาในการเล่นกีฬา และทำกิจกรรมกับครอบครัว ควรจัดให้มีการออกกำลังกายที่โรงเรียนในช่วงเช้าโดยใช้เวลา 10-15 นาที นอกเหนือจากคาบพลศึกษา โรงเรียนไม่ควรเน้นในกิจกรรมกีฬามากเกินไปทำให้เด็กที่ไม่มีความสามารถในด้านกีฬาขาดความสนใจ และเกิดความเบื่อหน่าย ควรเพิ่มความหลากหลายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย และ ควรจัดให้มีชั่วโมงในการออกกำลังกายมากขึ้น

4.2 ด้านงานอดิเรก มีผู้แสดงความคิดเห็น ได้แก่ ควรจัดให้มีกิจกรรมชมรมที่นักเรียนสนใจ และส่งเสริมความสามารถของนักเรียนโดยมีการแนะนำกิจกรรมต่างๆ ที่สามารถปฏิบัติเป็นงานอดิเรกได้ เช่น เล่นดนตรี เล่นกีฬา และสอนด้วยการปฏิบัติจริง ควรเพิ่มการเล่นและสอนดนตรี ศิลปะ นาฏศิลป์ ที่นักเรียนสามารถใช้ในอนาคตได้ เช่น ดนตรีไทย ได้แก่ ซอ ดนตรีสากล ได้แก่ ไวโอลิน และโรงเรียนให้การบ้านมากเกินไปทำให้ไม่มีเวลาว่างไปทำงานอดิเรก

4.3 ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา มีผู้แสดงความคิดเห็น ได้แก่ โรงเรียนควรมีการจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวหรือทัศนศึกษามากกว่าหนึ่งครั้ง ควรจัดทัศนศึกษานอกสถานที่ หรือต่างจังหวัด ทุกภาคเรียน เช่น เชียงใหม่ เชียงราย ราชบุรี ระยอง ฯลฯ ในการจัดโปรแกรมทัศนศึกษาควรสอบถามว่าเด็กมีความต้องการไปทัศนศึกษาที่ใดบ้าง และโรงเรียนควรพาไปทัศนศึกษาที่ป่าชายเลน เพื่อให้ นักเรียนได้สัมผัสกับระบบนิเวศน์

4.4 ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) มีผู้แสดงความคิดเห็น ได้แก่ ควรจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมเด็กหรือนักเรียนให้มีความสุขรักการอ่าน และมีการจัดแบ่งประเภทหนังสือให้หลากหลาย ห้องสมุดของโรงเรียนควรจัดให้มีนวนิยายมากขึ้น ควรจัดให้มีรายการโทรทัศน์เกี่ยวกับภาษาเพื่อพัฒนาเยาวชน ส่งเสริมให้มีการอ่านเขียนพูดเพื่อพัฒนาตนเองได้ และควรสอนเด็กและเยาวชนให้อ่านหนังสือที่มีประโยชน์ มากกว่าการอ่านหนังสือที่ให้แต่ความบันเทิง

การอภิปรายผล

จากการวิจัยการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร อภิปรายผลได้ดังนี้

1. การศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการมากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำได้แก่ เล่นแบดมินตัน และไม่เคยปฏิบัติเลยได้แก่เล่นตะกร้อ อาจเป็นเพราะว่ากีฬาแบดมินตันเป็นกีฬาที่บรรจุให้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายต้องมีการเรียน จึงทำให้การเล่นกีฬาประเภทนี้มีอย่างสม่ำเสมอ อีกทั้งยังเป็นกีฬาที่เล่นได้ในคนทุกกลุ่ม ทุกวัย ส่วนการที่นักเรียนส่วนใหญ่ไม่เคยปฏิบัติเลยได้แก่ เล่นตะกร้อ อาจเป็นเพราะว่าตะกร้อเป็นกีฬานิยมเฉพาะคนบางกลุ่ม ส่วนใหญ่แล้วก็จะเป็นผู้ชาย ส่วน

ผู้หญิงไม่ค่อยนิยมเล่นกันมากนัก เพราะเป็นกีฬาที่ต้องใช้เท้า และศีรษะมีความโอดโพน และค่อนข้างเป็นอันตราย จึงทำให้กีฬาตะกร้อไม่เป็นที่นิยมของนักเรียน ทั้งนี้ นักเรียนมักเลือกทำกิจกรรมนันทนาการตามความต้องการของตนเอง เป็นกิจกรรมเพื่อการพักผ่อน ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของ รีซ (Reece.1954:131) ที่กล่าวว่า การเล่นเกมและกีฬา เป็นกิจกรรมเพื่อการพักผ่อน เป็นการสร้างคุณค่าต่อตนเองและสังคม ทำให้วัยรุ่นเลือกปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่าง

ด้านงานอดิเรก พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการด้านงานอดิเรก มากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำในการเล่นอินเทอร์เน็ต และไม่เคยปฏิบัติเลยได้แก่เลี้ยงสัตว์ ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะปัจจุบันเทคโนโลยีการสื่อสารทางระบบอินเทอร์เน็ตกำลังเป็นที่นิยมในกลุ่มคนยุคปัจจุบัน ดังนั้น กิจกรรมที่วัยรุ่น วัยเรียนเลือกปฏิบัติเป็นประจำก็คือ การเล่นอินเทอร์เน็ตเป็นส่วนใหญ่ ส่วนการที่นักเรียนไม่เคยปฏิบัติในการเลี้ยงสัตว์เลยอาจเป็นเพราะว่าไม่มีเวลาในการเลี้ยงสัตว์ หรือกระแสวนความนิยมในการเลี้ยงสัตว์ของกลุ่มวัยรุ่นมีน้อยกว่ากระแสวนความนิยมในเทคโนโลยี ทั้งนี้กิจกรรมนันทนาการที่นักเรียนเลือกปฏิบัติขึ้นอยู่กับความพึงพอใจและความสมัครใจ ซึ่งสอดคล้องกับประเทพนันทนาการของ เอนก หงษ์ทองคำ (2542: 18) ที่กล่าวว่า กิจกรรมนันทนาการที่บุคคลสามารถเลือกทำได้ด้วยความสมัครใจ เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และเพื่อการพักผ่อนสร้างความรื่นเริงบันเทิงใจจากกิจกรรมนันทนาการ

ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษามากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่การชมและซื้อของที่ระลึก อาจเป็นเพราะว่ากิจกรรมทัศนศึกษาของโรงเรียนได้จัดให้มีการท่องเที่ยวหรือไปในแหล่งที่มีของที่ระลึกขายจึงทำให้นักเรียนส่วนใหญ่มีการชมและซื้อของที่ระลึกเป็นประจำ อีกทั้งการไปเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยวต่างๆ ไม่ว่าจะไปกับครอบครัว หรือไปกับกลุ่มเพื่อนมักมีความนิยมที่จะซื้อของกลับมาฝากเพื่อนหรือบุคคลในครอบครัว และส่วนใหญ่ไม่เคยปฏิบัติเลยได้แก่เที่ยวสวนสนุก อาจเป็นเพราะว่ากิจกรรมของโรงเรียนไม่ได้จัดให้นักเรียนไปทัศนศึกษาในสวนสนุก และในการไปเที่ยวสวนสนุกกับครอบครัวไม่มีความสนุกสนานเหมือนกันไปกันในกลุ่มเพื่อน จึงทำให้นักเรียนส่วนใหญ่ไม่เคยปฏิบัติในการไปเที่ยวสวนสนุกเลย ทั้งนี้ ในการไปท่องเที่ยวและทัศนศึกษาในสถานที่ต่างๆ เป็นการเสริมสร้างประสบการณ์ใหม่ๆ และสร้างความประทับใจให้กับตนเอง ซึ่งสอดคล้องทางความหมายของนันทนาการของ บันเทิง เกิดปรารงค์ (2543: 75) ที่กล่าวว่า การท่องเที่ยวเป็นกิจกรรมสร้างเสริมประสบการณ์ใหม่ๆ ให้กับชีวิต สร้างความประทับใจและส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ซึ่งวัยรุ่นสามารถเลือกที่จะทำกิจกรรมนันทนาการได้ อันเนื่องมาจากสถานที่ท่องเที่ยวที่ไม่ไกลจากชุมชนและสามารถทำได้ในเวลาว่าง

ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) มากที่สุด โดยปฏิบัติเป็นประจำได้แก่พูดคุย

โทรศัพท์ อาจเป็นเพราะว่า วัยรุ่นมีความนิยมในการใช้โทรศัพท์อย่างมาก และโทรศัพท์ยังเป็นเครื่องมือสื่อสารที่ใช้ง่าย สะดวก รวดเร็วและในปัจจุบันมีราคาค่าโทรถูกลง ทำให้ติดต่อสื่อสารกันได้ตลอดเวลา และส่วนใหญ่ไม่เคยปฏิบัติได้แก่เขียนบันทึกประจำวัน อาจเป็นเพราะการเขียนบันทึกประจำวันเป็นเรื่องล้าสมัยในกลุ่มของวัยรุ่น และอาจจะไม่ได้รับการส่งเสริมหรือการสอนจากโรงเรียนและครอบครัว ในการเขียนบันทึกประจำวัน จึงทำให้วัยรุ่นในปัจจุบันไม่เคยเขียนบันทึกประจำวัน

จากผลการวิจัยข้างต้นสอดคล้องกับงานวิจัยของคำณ มาลาคำ (2546: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ พบว่า การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดีสังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ชมรายการโทรทัศน์มากที่สุดในวันจันทร์-ศุกร์ ระหว่างเวลา 16.30-22.05 น. วันเสาร์-อาทิตย์ ระหว่างเวลา 09.00-21.30 น. รองลงมาคือการใช้เวลาด้านการท่องเที่ยว เป็นการเดินชมและซื้อของที่ห้องสรรพสินค้า ในวันจันทร์-ศุกร์ ระหว่างเวลา 13.00-19.15 น. วันเสาร์-อาทิตย์ ระหว่างเวลา 11.00-19.00 น. การใช้เวลาว่างด้านการออกกำลังกายและกีฬา เล่นฟุตบอล แบดมินตัน วอลเลย์บอล บาสเกตบอล ในวันจันทร์-ศุกร์ ระหว่างเวลา 15.00-18.00 น. วันเสาร์-อาทิตย์ ระหว่างเวลา 15.00-18.05 น. และการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรม พุดคุยกับเพื่อนและญาติที่บ้านและโรงเรียน ในวันจันทร์-ศุกร์ ระหว่างเวลา 07.00-21.05 น. ในวันเสาร์-อาทิตย์ ระหว่างเวลา 06.45-21.05 น. และสอดคล้องกับงานวิจัยของสมชาย ไวยากรณ์ (2549: 69) ได้ศึกษาเรื่องการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมของวัยรุ่น ชุมชนเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ดังนี้ ด้านเกมและกีฬา วัยรุ่นใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการปฏิบัติบ้างในเกมโทรศัพท์มือถือ เกมคอมพิวเตอร์ และกีฬาเทนนิส ด้านศิลปหัตถกรรม วัยรุ่นใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ปฏิบัติบ้างในการวาดภาพด้วยการใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ การวาดภาพระบายสีน้ำ และจากการปั้นดินน้ำมัน ด้านงานอดิเรก วัยรุ่นใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ปฏิบัติบ้างด้วยการเลี้ยงสัตว์ และจากการประดิษฐ์ของเล่น ด้านดนตรีและเพลง วัยรุ่นใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ปฏิบัติบ้างด้วยการฟังรายการเพลงผ่านวิทยุ โทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต (Internet) การร้องเพลง เช่น คาราโอเกะ และการเล่นดนตรีสากล เช่น กีตาร์ ด้านการอ่าน การเขียน การพูด วัยรุ่นใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการปฏิบัติบ้าง ด้วยการพุดคุยกับเพื่อน พุดคุยผ่านโทรศัพท์ พุดคุยผ่านอินเทอร์เน็ต และอ่านหนังสือทั่วไป เช่น ท่องเที่ยว ประวัติศาสตร์ ด้านการท่องเที่ยว วัยรุ่นใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ปฏิบัติบ้างในการท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมท้องถิ่น เช่น งานวัด และการเที่ยวชมโบราณสถานด้านกิจกรรมสัมพันธ์ชุมชน วัยรุ่นใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการปฏิบัติบ้าง ในการเข้าร่วมกิจกรรมรณรงค์รักษาความสะอาด การเข้าร่วมกิจกรรมวันสำคัญทางศาสนา เช่น วันเข้าพรรษา วันออกพรรษา และกิจกรรมรณรงค์ต่อต้านยาเสพติด

2. การศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ตามตัวแปร เพศ พบดังนี้

ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ พบว่า กิจกรรมที่นักเรียนเพศชายส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ การเล่นฟุตบอล ไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ การเดินแอโรบิก ส่วนกิจกรรมที่เพศหญิงส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ แบดมินตัน และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ตะกร้อ

ด้านงานอดิเรก พบว่า กิจกรรมที่นักเรียนเพศชายส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ การเล่นอินเทอร์เน็ต และกิจกรรมที่ไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เลี้ยงสัตว์ ส่วนกิจกรรมที่เพศหญิงส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เล่นอินเทอร์เน็ต และกิจกรรมที่ไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เลี้ยงสัตว์ ซึ่งทั้งเพศชายและเพศหญิงมีการปฏิบัติกิจกรรมที่เหมือนกัน

ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา พบว่า กิจกรรมที่นักเรียนเพศชายส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เที่ยววัดไหว้พระ และกิจกรรมที่ไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เที่ยวสวนสนุก ส่วนกิจกรรมที่เพศหญิงส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ ชมและซื้อของที่ระลึก และกิจกรรมที่ไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เที่ยวสวนสาธารณะ

ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูดย) พบว่า กิจกรรมที่นักเรียนเพศชายส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ อ่านการ์ตูน และกิจกรรมที่ไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เขียนบันทึกประจำวัน ส่วนกิจกรรมที่เพศหญิงส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ พุดคุยโทรศัพท์ และกิจกรรมที่ไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เขียนบันทึกประจำวัน

การที่นักเรียนเพศชายและเพศหญิงส่วนใหญ่ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่างกัน อาจเป็นเพราะว่า เพศชายและเพศหญิงมีความแตกต่างกันทางด้านของความคิด ความต้องการ การปฏิบัติตัว ความสนใจหรือความชอบแตกต่างกันไป จึงทำให้การเลือกปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการในบางกิจกรรมมีความแตกต่างกัน สอดคล้องกับแนวคิดของบัทเลอร์ (Butler, 1953: 3-4) ที่กล่าวว่า นันทนาการหมายถึง กิจกรรมที่กระทำในเวลาว่าง ซึ่งเป็นเรื่องโดยตรงกันข้ามกับการทำงาน นันทนาการแต่ละบุคคลไม่เหมือนกัน จะแปรผันไปตามรสนิยม เวลา อายุ และความต้องการของแต่ละบุคคล และจากผลการวิจัยข้างต้นสอดคล้องกับงานวิจัยของมายวีย์ สมบุญ (2535: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดนนทบุรี พบว่า การใช้เวลาว่างของนักเรียนตามตัวแปรเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับการศึกษาของผู้ปกครองและการอบรมเลี้ยงดู มีความแตกต่างกัน และการใช้เวลาว่างใช้เวลานักเรียนตามตัวแปรขนาดของโรงเรียนและลำดับการเกิดแตกต่างกัน แต่ตัวแปรอาชีพของผู้ปกครอง ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว สภาพภาพครอบครัวไม่มีผลทำให้เวลาว่างของนักเรียนแตกต่างกัน นักเรียนทุกกลุ่มในแต่ละตัวแปรเลือกใช้เวลาทำกิจกรรมต่าง ๆ เป็นอันดับแตกต่างกันเป็นส่วนใหญ่ แต่มีบางกิจกรรมและบางช่วงของเวลาที่นักเรียนเลือกเป็นอันดับไม่แตกต่างกัน

3. การศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ตามตัวแปร ระดับชั้นเรียน พบดังนี้

ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 และ ปีที่ 5 ส่วนใหญ่ปฏิบัติประจำ ได้แก่ แบดมินตัน และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ตะกร้อ ส่วนกิจกรรมที่นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ วิ่งเพื่อสุขภาพ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ตะกร้อ

ด้านงานอดิเรก พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เล่นอินเทอร์เน็ต และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ปลุกต้นไม้ ส่วนกิจกรรมที่นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และปีที่ 6 ส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เล่นอินเทอร์เน็ต และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เลี้ยงสัตว์

ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เที่ยววัดไหว้พระ ไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เที่ยวสวนสาธารณะ ส่วนกิจกรรมที่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ ชมและซื้อของที่ระลึก ไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ชมพิพิธภัณฑ์ และกิจกรรมที่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ ชมและซื้อของที่ระลึก ไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ชมพิพิธภัณฑ์และเที่ยวสวนสนุก

ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีที่ 5 และปีที่ 6 ส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ พูดคุยโทรศัพท์ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เขียนบันทึกประจำวัน

การที่นักเรียนที่เรียนชั้นปีต่างกัน ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการแต่ละด้านไม่เหมือนกัน อาจเป็นเพราะว่าหลักสูตรในการเรียนแต่ละระดับชั้นไม่เหมือนกันทำให้เวลาที่จะใช้ในการทำกิจกรรมของนักเรียนแต่ละระดับมีไม่เหมือนกัน การเลือกปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการจึงแตกต่างกันไป นักเรียนในระดับที่สูงขึ้นก็จะมี การเรียนที่หนักขึ้น การประกอบกิจกรรมหรือร่วมทำกิจกรรมนันทนาการต่างๆ จึงแตกต่างกันไปตามระดับการเรียน สอดคล้องกับงานวิจัยของอำนาจ เณรรักษา (2548: บทคัดย่อ) เรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร ที่พบว่า นักเรียนและนักศึกษาที่มีระดับการศึกษาต่างกัน ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการทั้งขณะอยู่ที่วิทยาลัยและขณะอยู่ที่บ้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่า นักเรียนและนักศึกษาที่มีระดับการศึกษาต่างกัน ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการทั้งขณะอยู่ที่วิทยาลัยและขณะอยู่ที่บ้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. การศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ตามตัวแปร ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพบดังนี้

ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ พบว่า นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00 และคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99 ส่วนใหญ่ปฏิบัติประจำ ได้แก่ วิ่งเพื่อสุขภาพ และไม่

เคยปฏิบัติ ได้แก่ ตะกร้อ ส่วนกิจกรรมที่นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99 ส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ แบดมินตัน และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ขกมวย

ด้านงานอดิเรก พบว่า นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00 และคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99 ส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เล่นอินเทอร์เน็ต และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เลี้ยงสัตว์ ส่วนกิจกรรมที่นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99 ส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เล่นอินเทอร์เน็ต และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ทำอาหาร

ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา พบว่า นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00 ส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ เที่ยววัดไหว้พระ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เที่ยววัดไหว้พระ เที่ยวสวนสาธารณะ ชมพิพิธภัณฑ์และเที่ยวสวนสนุก ส่วนกิจกรรมที่นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99 ส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ ชมและซื้อของที่ระลึกและชมธรรมชาติ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ ชมพิพิธภัณฑ์ และกิจกรรมที่นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99 ส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ ชมและซื้อของที่ระลึก และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เที่ยวสวนสาธารณะและเที่ยวสวนสนุก

ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) พบว่า นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00 คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99 และคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99 ส่วนใหญ่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ พุดคุยโทรศัพท์ และไม่เคยปฏิบัติ ได้แก่ เขียนบันทึกประจำวัน

การที่นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการไม่เหมือนกัน อาจเป็นเพราะว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแต่ละระดับมีความเคร่งเครียดในการเรียนเพื่อการรักษาระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของตนเองมากน้อยแตกต่างกัน ทำให้เวลาในการทำกิจกรรมหรือกิจกรรมที่เลือกปฏิบัติจึงมีความแตกต่างกัน ส่วนกิจกรรมด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) ที่นักเรียนมีการปฏิบัติที่เหมือนกัน คือ นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00 คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99 และคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99 ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ พุดคุยโทรศัพท์ อาจเป็นเพราะปัจจุบันโทรศัพท์ได้เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตมนุษย์ในการติดต่อสื่อสารที่รวดเร็ว สะดวก ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนก็สามารถพุดคุยกันได้ ดังนั้น จึงทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่มีผลต่อการพุดคุยโทรศัพท์ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของประพันธ์ศิริ ไซชนะใหญ่ (2527: 12) กล่าวว่า การประกอบกิจกรรมที่ตนพึงพอใจ ซึ่งทำให้เกิดประโยชน์ในยามว่างกิจกรรมนั้น อาจช่วยสิ่งต่างๆ ในตัวคนและสังคมได้อย่างดี การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการจะช่วยให้เกิดความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย และจิตใจ แต่การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของเด็กนั้น ไม่ว่าจะมียผลการเรียนดีหรือไม่ดีก็มีความต้องการใช้เวลาในการออกกำลังกายมาก แต่มีปัจจัยอื่นขัดขวางการสนองตอบความต้องการนั้น เช่น ความคาดหวังในการศึกษาต่อ การถูกบังคับโดยหลักสูตรการเรียน ผู้ปกครองประสงค์จะให้ลูกเรียนหนักๆ เพื่อแข่งขันในระดับมหาวิทยาลัย จึงเป็นผลในการเลือกใช้เวลาในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในระดับปานกลางได้ และสอดคล้องกับงานวิจัยของคำธณ มาลา คำ (2546: บทคัดย่อ) เรื่อง การใช้เวลา

ว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานครเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ห้อยแก่กับห้องอ่อน ใช้เวลาว่างปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาด้วยกันคือ นักเรียนชายเล่นฟุตบอล นักเรียนหญิงเล่นแบดมินตัน ส่วนด้านงานอดิเรกด้านการท่องเที่ยว และด้านวรรณกรรมโดยรวมแล้วประกอบกิจกรรมนันทนาการเหมือนกัน

ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยขอเสนอแนะดังนี้

1. ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ จากผลการวิจัยทำให้ทราบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ โดยปฏิบัติเป็นประจำได้แก่ เล่นแบดมินตัน และไม่เคยปฏิบัติได้แก่เล่นตะกร้อ และจากข้อเสนอแนะนักเรียนมีความต้องการเวลาในการออกกำลังกาย การสนับสนุนเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ความหลากหลายของประเภทกีฬาทั้งในช่วงเวลาว่างและในวิชาพลศึกษา รวมถึงสถานที่ และอุปกรณ์ในการเล่นกีฬาที่ครบครันและหลากหลายด้วย ดังนั้น โรงเรียน ชุมชน หรือผู้มีส่วนเกี่ยวข้องควรส่งเสริมและ สนับสนุนอุปกรณ์กีฬา สถานที่ในการเล่น เช่น การสร้างสนามที่สามารถเล่นกีฬาได้หลายๆ ประเภท การเช่ายืมอุปกรณ์กีฬาไปเล่นที่บ้านในวันเสาร์และวันอาทิตย์

2. ด้านงานอดิเรก จากผลการวิจัยทำให้ทราบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการโดยปฏิบัติเป็นประจำได้แก่ เล่นอินเทอร์เน็ต และไม่เคยปฏิบัติได้แก่ เลี้ยงสัตว์ โดยจากผลการวิจัยจะเห็นได้ว่านักเรียนส่วนใหญ่ เล่นอินเทอร์เน็ต ดังนั้น โรงเรียนควรจัดการสอนให้นักเรียนเล่นอินเทอร์เน็ตในทางที่สร้างสรรค์ แนะนำข้อมูลต่างๆ ที่มีประโยชน์และเป็นที่น่าสนใจของนักเรียน ส่วนกิจกรรมที่นักเรียนไม่เคยปฏิบัติได้แก่ การเลี้ยงสัตว์ โรงเรียนและผู้ปกครองควรส่งเสริมให้นักเรียนเลี้ยงสัตว์บ้างเพราะเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีใจเมตตา รู้จักการเสียสละ และจากข้อเสนอแนะนักเรียนมีความต้องการงานอดิเรกประเภทการเล่นดนตรี งานที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้จริงทั้งปัจจุบันและในอนาคต รวมถึงสถานที่ในการทำงานอดิเรกร่วมกันเป็นกลุ่ม การจัดเป็นชมรม และมีความต้องการในการให้คำแนะนำเกี่ยวกับงานอดิเรกด้วย ดังนั้น โรงเรียนควรให้ความสำคัญเกี่ยวกับการทำงานอดิเรกของนักเรียนเพราะหากนักเรียนใช้เวลาว่างไปทำกิจกรรมอย่างอื่นที่ไม่เหมาะสมอาจมีผลกระทบต่อการเรียนรู้ได้ และควรส่งเสริมให้นักเรียนมีการทำงานอดิเรกเพื่อสังคมด้วย เช่น การเข้าร่วมปลูกต้นไม้ การปลูกป่าชายเลน และกิจกรรมอาสาสมัครเพื่อสังคม เป็นต้น

3. ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา จากผลการวิจัยทำให้ทราบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ โดยปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ การชมและซื้อของที่ระลึก และไม่เคยปฏิบัติเลยได้แก่ เที่ยวสวนสนุก โรงเรียนควรส่งเสริมให้นักเรียนเที่ยวชมพิพิธภัณฑ์เพราะเป็นแหล่งการเรียนรู้ที่มีประโยชน์ ทำให้นักเรียนทราบเรื่องราวในอดีตและจะช่วยให้เด็กและเยาวชน เกิดความรักและหวงแหนในศิลปะและวัฒนธรรมต่างๆ และจากข้อเสนอแนะนักเรียนมีความต้องการไปทัศนศึกษา หรือการหาความรู้นอกสถานที่มากกว่าหนึ่งครั้งต่อปี โดยต้องการไปในสถานที่ทางประวัติศาสตร์ ธรรมชาติ อุทยานทะเล สวนสนุก และสถานที่ที่ยังไม่เคยไป ควรเพิ่มเวลาในการไปเที่ยวชมให้มากขึ้น ในการจัดกิจกรรมทัศนศึกษา หรือการพานักเรียนไปหาประสบการณ์ภายนอกโรงเรียน ดังนั้น จึงควรมีการวางแผนในการจัดกิจกรรมที่มีประโยชน์ คำนึงถึงสิ่งที่นักเรียนจะได้รับในทั้งทางด้านความรู้ ความสนุกสนาน และประสบการณ์ ควรมีการสอบถามความคิดเห็น หรือการทำวิจัยเกี่ยวกับสถานที่จัดกิจกรรมจากนักเรียนผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรม ทั้งนี้เป็นการส่งเสริมให้นักเรียนรู้จักการแสดงความคิดเห็น และยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น

4. ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูดย) จากผลการวิจัยทำให้ทราบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ โดยปฏิบัติเป็นประจำได้แก่ พูดยุทธศาสตร์ และไม่เคยปฏิบัติได้แก่ เขียนบันทึกประจำวัน โรงเรียนและผู้ปกครองควรส่งเสริมให้นักเรียนเขียนบันทึกประจำวันเพราะการเขียนบันทึกเรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้นในแต่วันนั้น จะทำให้นักเรียนเป็นคนรอบคอบ มีความรับผิดชอบ รักการอ่านเขียน เป็นการปลูกฝังนิสัยที่ดีให้กับนักเรียน และจากข้อเสนอแนะนักเรียนมีความต้องการให้มีการส่งเสริมการอ่าน มีความต้องการห้องสมุด หรือสถานที่อ่านหนังสือในชุมชน ต้องการหนังสือประเภทนิยายและวรรณกรรมในห้องสมุดที่หลากหลาย ดังนั้นผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ควรสนับสนุนให้โรงเรียน และชุมชนมีการส่งเสริมให้นักเรียน และเยาวชนได้ มีหนังสือมีคุณภาพประโยชน์อ่านอย่างเพลิดเพลินเพื่อเป็นการปลูกฝังให้นักเรียนมีนิสัยรักการอ่าน และควรจัดประเภทหนังสือให้เหมาะสมกับนักเรียนในแต่ละระดับด้วย เช่น การจัดให้มีมุมหนังสือเฉพาะนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย จัดให้มีหนังสือที่สอดคล้องกับความต้องการของนักเรียนในการส่งเสริมความรู้เรื่องการศึกษาต่อในระดับมหาวิทยาลัย เป็นต้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

2. ควรเพิ่มตัวแปรในการศึกษาให้มากขึ้น เช่น ทักษะคิดที่นักเรียนมีต่อกิจกรรมนันทนาการของโรงเรียน ความแตกต่างของครอบครัวมีผลการการเลือกใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการหรือไม่ เป็นต้น

3. ควรศึกษาเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการในโรงเรียนเขตบางรัก กับเขตอื่นๆ ในกรุงเทพมหานคร





บรรณานุกรม

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). *แผนป้องกันสารเสพติดของกระทรวงศึกษาธิการ (2551)*. กรุงเทพฯ: องค์การครูสภา.
- การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. (2551). *แผนวิสาหกิจ พ.ศ. 2551-2554*. กรุงเทพฯ: การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย.
- กำโชค เพ็ญสุวรรณ. (2540). *ผู้นำนันทนาการ*. กรุงเทพฯ: เกษมศรีการพิมพ์
- คำธณ มาลาคำ. (2546). *การใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขต วิทยาดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จรินทร์ ธานีรัตน์. (2528). *นันทนาการชุมชน*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- ชูชีพ เยาวพัฒน์. (2543). *นันทนาการ*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- คำรัส ดาราศักดิ์ (2525). *นันทนาการขั้นนำ*. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทองสุข สัมปหังสิต. (2531). *การใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายของนิสิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ธัญญารัตน์ วงษ์สมัย. (2542). *การใช้เวลาว่างของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี. ปรินิพนธ์ กศ. ม. (พลศึกษา)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร
- นิธิพัฒน์ เมฆจร. (2540). *การศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬา มหาวิทยาลัยศรีปทุม กรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์ กศ. ม. (จิตวิทยาการแนะแนว)*. ถ่ายเอกสาร.
- ปธาน สุวรรณมงคล. (2533). *นักบริหารกับสิ่งที่ทำให้สูญเสียเวลา. วารสารข้าราชการ*.
- ปีทมา จิตปริดากร. (2547). *สุขภาพและปัญหาการใช้เวลาว่างของประชาชนในชุมชนแออัดคลองลำปอก เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ปีทมา รอดทั้ง. (2540). *การใช้เวลาว่างด้วยการเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนในเขตภาคเหนือ ตอนล่าง. ปรินิพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่. (2527). *นันทนาการ*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาสันตนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- ประเวศ วะสี. (2552). *ปฏิรูปประเทศไทยปฏิรูประบบอุดมศึกษา*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส).
- ปราโมทย์ ปรีไทย. (2551). *การจัดกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนในโรงเรียนอาชีวศึกษา สังกัดสำนัก บริกรงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน เขตพื้นที่การศึกษา กรุงเทพฯ. ปรินุญณินพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- พัชรา เทียมเพ็ชร. (2548) *การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในสถานศึกษา ขึ้นพื้นฐานเขตตรวจราชการที่ 3. ปรินุญณินพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- พีระพงศ์ บุญศิริ. (2542). *นันทนาการเยาวชนและชุมชน*. เชียงใหม่: สถาบันราชภัฏเชียงใหม่.
- ฟอง เกิดแก้ว. (2527, มกราคม). *การจัดกีฬาเพื่อสันทนาการสำหรับนิสิตและนักเรียนส่วนใหญ่ใน สถาบันการศึกษา. วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ.*
- (2544). *นันทนาการและอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มายาวิ สมบุญ. (2535). *การศึกษาการใช้เวลาว่าง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียน สังกัด สำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดนนทบุรี. ปรินุญณินพนธ์ กศ.ม. (การประถมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- เมธี ปลัดชนานนท์. (2528). *เทคนิคการบริหารเวลา. วารสารมิตรครู.*
- รัชนิ ลาขโรจน์. (2527). *การใช้เวลาว่างและนันทนาการของวัยรุ่น. เอกสารการสอนชุดวิชาพัฒนาการ วัยรุ่นและการอบรม. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.*
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2525). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2525*. กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์.
- โรงเรียนพุทธจักวิทยา. (2554). *ประวัติโรงเรียนพุทธจักวิทยา*. สืบค้นเมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2554.
จาก <http://www.buddhajak.ac.th/>
- โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม. (2554). *ประวัติโรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม*. สืบค้นเมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2554. จาก <http://www.mps.ac.th/>
- โรงเรียนอัสสัมชัญ. (2554). *ประวัติโรงเรียนอัสสัมชัญ*. สืบค้นเมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2554.
จาก <http://www.assumption.ac.th/>
- โรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์. (2554). *ประวัติโรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์*. สืบค้นเมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2554. จาก <http://www.asc.ac.th/>
- โรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา. (2554). *ประวัติโรงเรียนอัสสัมชัญศึกษา. คอนแวนต์*. สืบค้นเมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2554. จาก <http://www.as.ac.th/>
- วิมาน เข็มจิ๋ว. (2529). *การบริหารเวลา. เอกสารการสอน*. กรุงเทพฯ: วิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ.

- วิวัฒน์ พวงมะลิ. (2533). *เทคนิคการบริหารเวลา*. กรุงเทพฯ: อรุณสภาคพรวัว.
- สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ. (2551). *แผนพัฒนานันทนาการแห่งชาติฉบับที่ 1* (พ.ศ. 2550-2554). กรุงเทพฯ: สำนักงานพัฒนา การศึกษาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
- สมชาย ไวยากรณ. (2549). *ศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของวัยรุ่นนันทนาการเขตบางรัก*. ปรินญาณพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สมบัติ กาญจนกิจ. (2535). *นันทนาการชุมชนและโรงเรียน*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- (2542). *นันทนาการชุมชนและโรงเรียน*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์.
- (2544). *นันทนาการและอุตสาหกรรมท่องเที่ยว*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัย.
- สุขใจ น้ำผุด. (2536, มกราคม-กุมภาพันธ์). *ค่าแห่งเวลา*. *วารสารข้าราชการ*. 38(7): 44-45.
- สุรเชษฐ์ เชษฐมาศ. (2526). *คำบรรยายวิชาการจัดพื้นที่นันทนาการ*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาอนุรักษวิทยา คณะวนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เอนก หงษ์ทองคำ. (2542). *นันทนาการกับสังคม*. เอกสารประกอบการสอน. กรุงเทพฯ: คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อัศวิน มณีอินทร์. (2547). *การศึกษาการใช้เวลาว่างของนิสิตที่พักอาศัยในหอพักของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*. ปรินญาณพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อำนาจ เณรรักษ์. (2548). *การศึกษาใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร*. ปรินญาณพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- Butler, George D. (1959). *Introduction to Community Recreation*. New York: McGraw-Hill Book.
- Brown, Kathy Ann. (1995). *Measuring Elementary School Teacher, Job Satisfaction, Perceived Amount of Leisure, and Leisure Satisfaction*. *Dissertation Abstracts International*.
- Cronbach, Lee, J. (1970). *Essentials of Psychological Testing*. 3rd ed. New York: Harper & Row.
- Hood, Colleen Deyell. (1993). *Family Functioning and Adolescent Leisure Patterns*. *Dissertation Abstracts International*.
- Kaplan, Max. (1975). *Leisure: Theory and Policy*. New York: John & Son.
- Kivel, Beth Dana. (1996). *In on the Outside, Out on the Inside: Lesbian Gay/Bisexual*. *Dissertation Abstracts International*.

- Krejcie, Robert V., & Morgan, Daryle W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational Psychological Measurement*.
- McDowell, Linda Lee Goette. (1996). Leisure Recreational Preference and Practices Among Adolescents with and without Mental Retardation. *Dissertation Abstracts International*.
- Nash, Jay B. (1977). *The Philosophy of Recreation and Leisure*. St. Louis: G.U. Mosby Co.
- Nisbet, Rebecca Seal. (1995). Recreation and Leisure Programming at the High School Level for Individuals with Mild or Moderate Mental Retardation. *Dissertation Abstracts International*.
- Plato Cited By Edith L. Ball and Robert E. Ciprino. (1978). *Leisure service Preparation*. New Jersey: Prentice – Hall Inc., Englewood Cliffs.
- Raymore, Leslie Ann. (1994, August). The Tradition from Adolescence to Young Adulthood: Predictors of Leisure Behavior. *Dissertation Abstracts International*. 56(2): 702 Dai-A
- Uris, Aren. (1970). *The Executive Desk Book*. New York: Van Nostrand Reinhold.
- Watson, James Franklin. (1997, January). The Impact of Leisure Attitude and Motivation on the Physical Recreation/Leisure Participation Time of College Students. *Dissertation Abstracts International*.
- Weiskopf, Donald C. (1975). *A Guide to Recreation and Leisure*. Massachusetts: Allyn and Bacon.
- Widmer, Mark Alan (1994, April). Measuring Ethical Behavior Leisure form and Aristotelian Foundation. *Dissertation Abstracts International*. Dai-A, 54(10): 3875.

ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

แบบสอบถามการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง

การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
โรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามชุดนี้จัดทำขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร จำนวน 1 ชุด แบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนในเขตบางรัก เขตกรุงเทพมหานคร แบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ

- 1) ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ
- 2) ด้านงานอดิเรก
- 3) ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา
- 4) ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด)

2. ระดับการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนแบ่งเป็น 4 ระดับ ได้แก่

- 1) ปฏิบัติเป็นประจำ หมายความว่า มีการปฏิบัติ 6-7 ครั้งต่อสัปดาห์
- 2) ปฏิบัติบ้าง หมายความว่า มีการปฏิบัติ 3-5 ครั้งต่อสัปดาห์
- 3) ปฏิบัติบางครั้ง หมายความว่า มีการปฏิบัติ 1-2 ครั้งต่อสัปดาห์
- 4) ไม่เคยปฏิบัติ หมายความว่า ไม่ปฏิบัติกิจกรรมใดๆเลย

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะ

3. การตอบแบบสอบถามนี้จะไม่มีผลใดๆต่อผู้ตอบแบบสอบถามทั้งสิ้น และข้อมูลที่ตอบจะถูกเก็บเป็นความลับ นักเรียนสามารถแสดงความรู้สึกรหรือความคิดเห็นได้อย่างอิสระ

ผู้วิจัยขอขอบคุณนักเรียนทุกคนมา ณ โอกาสนี้

(นายเสน่ห์ ใจเอื้อย)

นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องว่างหน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

1. เพศ

☐ ชาย

☐ หญิง

2. ระดับชั้นเรียน

☐ มัธยมศึกษาปีที่ 4

☐ มัธยมศึกษาปีที่ 5

☐ มัธยมศึกษาปีที่ 6

3. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

☐ คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.00 – 4.00

☐ คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.99

☐ คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.99

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา

ตอนปลายโรงเรียนในเขตบางรัก กรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของท่านมากที่สุด

การปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ	ระดับปฏิบัติ			
	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ				
1. ฟุตบอล				
2. บาสเกตบอล				
3. วอลเลย์บอล				
4. เทนนิส				
5. เทเบิลเทนนิส				
6. แบดมินตัน				
7. วายน้ำ				
8. ตะกร้อ				
9. มวย				
10. วิ่งเพื่อสุขภาพ				
11. เดินแอโรบิค				
ด้านงานอดิเรก				
1. ชมรายการโทรทัศน์				
2. ฟังรายการวิทยุ				
3. ทำอาหาร				
4. ปลูกต้นไม้				
5. เลี้ยงสัตว์				
6. สะสมสิ่งของ				
7. วาดภาพ				
8. ชมภาพยนตร์				
9. ร้องเพลง				
10. เล่นดนตรี				
11. เล่นอินเทอร์เน็ต				

การปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ	ระดับปฏิบัติ			
	ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ้าง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
ด้านการท่องเที่ยวและทัศนศึกษา				
1. ชมและซื้อของที่ระลึก				
2. เที่ยววัดไหว้พระ				
3. เที่ยวสวนสาธารณะ				
4. ชมธรรมชาติ				
5. ชมพิพิธภัณฑ์				
6. เที่ยวสวนสนุก				
ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด)				
1. อ่านหนังสือทั่วไป				
2. อ่านนวนิยาย				
3. อ่านการ์ตูน				
4. อ่านหนังสือพิมพ์				
5. เขียนบันทึกประจำวัน				
6. ส่งข้อความทางโทรศัพท์เคลื่อนที่				
7. พูดคุยโทรศัพท์				

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะทั่วไป เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ

1. ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ

2. ด้านงานอดิเรก

3. การท่องเที่ยวและทัศนศึกษา

4. ด้านวรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด)

5. อื่นๆ

ภาคผนวก ข

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือการวิจัย



รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือการวิจัย

ชื่อ	ดร.กำโชค เพือกสุวรรณ
ตำแหน่ง	รองศาสตราจารย์
สังกัด	ข้าราชการบำนาญ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ชื่อ	ว่าที่ร้อยตรีจักรพงษ์ ธรรมพงษ์บัว
ตำแหน่ง	อาจารย์
สังกัด	ภาควิชาสันตนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ชื่อ	นายชัยโรจน์ สายพันธุ์
ตำแหน่ง	ผู้ช่วยศาสตราจารย์
สังกัด	ภาควิชาสันตนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ชื่อ	นางกนกวลี พึ่งโพธิ์ทอง
ตำแหน่ง	ผู้ช่วยศาสตราจารย์
สังกัด	ภาควิชาสันตนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ชื่อ	นางสาวมุกดา มุ่งหมาย
ตำแหน่ง	ประธานฝ่ายการศึกษาคณะภคินีเซนต์ ปอล เดอ ชาร์ตร
สังกัด	ฝ่ายการศึกษา คณะภคินีเซนต์ ปอล เดอ ชาร์ตร แห่งประเทศไทย

ประวัติย่อผู้วิจัย



ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ สกุล	นายเสน่ห์ ใจเอื้อย
วัน เดือน ปีเกิด	5 มกราคม 2505
สถานที่เกิด	อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	250 ซอยเพชรเกษม63 แขวงหลักสอง เขตบางแค กรุงเทพมหานคร
สถานที่ทำงานในปัจจุบัน	โรงเรียนอัสสัมชัญคอนแวนต์
ตำแหน่งหน้าที่การงานในปัจจุบัน	ผู้ช่วยผู้อำนวยการ ฝ่ายทรัพยากรเพื่อการเรียนการสอน

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2524	มัธยมศึกษาตอนปลาย จาก โรงเรียนวัดน้อยใน
พ.ศ. 2526	ประกาศนียบัตรชั้นสูง (ป.กศ.สูง) พลศึกษา จาก วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี
พ.ศ. 2529	การศึกษามัธยมศึกษา (กศ.บ.) สาขาวิชาพลศึกษา จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
พ.ศ. 2555	วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (วท.ม.) สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ