

๕/๒๕/๒๕
๒๕/๒๕/๒๕
๒๕/๒๕/๒๕

บทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร

ปริญญานิพนธ์
ของ
บัญชา โนนพลกรัง

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา
เมษายน ๒๕๔๒
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๑๑๑/๒๕

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอก
พลศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

..... ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เจียมศักดิ์ พานิชชัยกุล)

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ)

คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เจียมศักดิ์ พานิชชัยกุล)

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์แผน เจริญนัย)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ภาคภูมิ รัตนโรจนากุล)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

วันที่ 12 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 2542

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี เนื่องจากได้รับคำแนะนำและความกรุณาในการแก้ไขปัญหาและข้อบกพร่องต่าง ๆ เป็นอย่างดียิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์เจียมศักดิ์ พานิชชัยกุล และผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ ประธานและกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ตลอดจนผู้ช่วยศาสตราจารย์แผน เจริญนัย และผู้ช่วยศาสตราจารย์ภาคภูมิ รัตนโรจนากุล กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติมที่ได้ให้คำปรึกษาแนะนำ ผู้วิจัยรู้สึกทราบบ้างในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณไว้เป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญที่ให้คำปรึกษาแนะนำ ช่วยเหลือในการตรวจสอบเครื่องมือการวิจัยครั้งนี้ จนสำเร็จลุล่วงด้วยดี ประกอบด้วย ผู้ช่วยศาสตราจารย์แผน เจริญนัย อาจารย์สุทธิ พานิชเจริญนาม และอาจารย์สุกัญญา พานิชเจริญนาม

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณาจารย์ที่ให้ความรู้ในการเรียนตามหลักสูตรปริญญาการศึกษา มหบัณฑิตทุกท่านตลอดจนคณาจารย์ และเจ้าหน้าที่ ผู้ร่วมงาน สมาชิกผู้รับบริการทุกท่านและ ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ อนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี

ท้ายที่สุดนี้ผู้วิจัยขอน้อมรำลึกถึงพระคุณบิดามารดาและสมาชิกทุกคนในครอบครัวที่ได้ ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจ จนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

บัญชา โนนพลกรัง

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
คำนำ	1
ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า	4
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	4
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
ความหมายของการออกกำลังกาย	6
ความสำคัญของการออกกำลังกาย	7
สถานบริการออกกำลังกาย	9
ขอบข่ายของกิจกรรมในสถานบริการออกกำลังกาย	12
ความหมายของบทบาท	13
บทบาทและคุณลักษณะของครูที่ดี	13
บทบาทของผู้นำการออกกำลังกายที่ดี	16
ปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อการปฏิบัติงานให้สำเร็จ	19
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	25
งานวิจัยในต่างประเทศ	25
งานวิจัยในประเทศไทย	27
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	32
แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง	32
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	33
ขั้นตอนการสร้างแบบสอบถาม	33
วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล	34
วิธีจัดกระทำกับข้อมูล	35
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการศึกษาค้นคว้า	36
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	36
การวิเคราะห์ข้อมูล	36
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	36

บทที่	หน้า
5 บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	57
บทย่อ	57
ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า	57
แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง	57
วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล	57
วิธีจัดกระทำกับข้อมูล	58
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	58
อภิปรายผล	61
ข้อเสนอแนะ	67
ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป	67
บรรณานุกรม	68
ภาคผนวก	73
ประวัติย่อของผู้วิจัย	88

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	32
2 แสดงสถานภาพของผู้จัดการ	37
3 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ตามทัศนะของผู้จัดการ ...	38
4 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ตามทัศนะของผู้จัดการ	39
5 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในการบริการ ตามทัศนะของผู้จัดการ	40
6 แสดงสถานภาพของผู้ร่วมงาน	41
7 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ตามทัศนะของผู้ร่วมงาน ..	42
8 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ตามทัศนะของผู้ร่วมงาน	43
9 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในการบริการ ตามทัศนะของผู้ร่วมงาน	44
10 แสดงสถานภาพของผู้นำการออกกำลังกาย	45
11 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ตามทัศนะของ ผู้นำการออกกำลังกาย	46
12 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ตามทัศนะของ ผู้นำการออกกำลังกาย	47
13 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในการบริการ ตามทัศนะของผู้นำการออกกำลังกาย	48
14 แสดงสถานภาพของสมาชิกชาย	49
15 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ตามทัศนะของ สมาชิกชาย	50

16	แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ตามทัศนะของ สมาชิกชาย	51
17	แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในการบริการ ตามทัศนะของสมาชิกชาย	52
18	แสดงสถานภาพของสมาชิกหญิง	53
19	แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ตามทัศนะของ สมาชิกหญิง	54
20	แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ตามทัศนะของ สมาชิกหญิง	55
21	แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในการบริการ ตามทัศนะของสมาชิกหญิง	56

บทที่ 1

บทนำ

คำนำ

ร่างกายของมนุษย์เรา ประกอบด้วยอวัยวะต่าง ๆ มากมาย อวัยวะเหล่านั้นเจริญเติบโตตามอายุขึ้นมาตลอดเวลา กว่าที่จะหยุดเจริญเติบโตก็ต้องถึงอายุประมาณ 20 ปี ถ้าเปรียบเสมือนการโตภูเขาก็อ่ากับขึ้นมาถึงยอดภูเขา หลังจากนั้นจะหยุดการเจริญเติบโตแต่จะคงสภาพเช่นนั้นอยู่อีกโดยเฉลี่ยประมาณ 10 ปี (ซึ่งตามความเป็นจริงต้องขึ้นกับอวัยวะแต่ละอย่าง) จึงจะเริ่มเสื่อมสภาพลง หรือเริ่มไต่ลงจากภูเขา ฉะนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่า ช่วงอายุ 20 ถึง 30 ปี เป็นช่วงที่สุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงสุดยอดแล้ว สาเหตุใหญ่ที่อวัยวะต่าง ๆ มักจะเสื่อมเมื่ออายุ 30 ปีแล้วนั้น อาจจะมาจากการหลายอย่างเช่น เส้นเลือดแดงเริ่มมีไขมันมาจับทำให้ตีบลงและความยืดหยุ่นลดลง ระบบไหลเวียนของเลือดที่จะมาเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ จึงลดลงตาม ทำให้เกิดการเสื่อมสภาพขึ้น ประการสำคัญอีกอย่างหนึ่งคือ อวัยวะต่าง ๆ ถูกใช้งานมานานถึง 30 ปี แล้ว ย่อมมีการสึกหรออ่อนเปลี้ยและฝืดขัดขึ้นบ้าง (เสก อักษรานุเคราะห์. 2526)

มีประชาชนจำนวนไม่น้อยที่ไม่สนใจการออกกำลังกาย หรือกิจกรรมทางกีฬา สนใจแต่การศึกษา การงาน หรือวิชาชีพเพื่อเพิ่มรายได้ให้ครอบครัวเพียงอย่างเดียว ลักษณะเช่นนี้จะทำให้กล้ามเนื้อขาดสมรรถภาพและเสื่อมสภาพเร็วกว่าปกติ

การกีฬาเป็นกิจกรรมที่ทำให้มนุษย์มีการพัฒนาในหลาย ๆ ด้าน ทั้งระบบของร่างกาย จิตใจ มีการพัฒนาทางด้านสมอง ความคิด กีฬาจึงนับได้ว่าเป็นส่วนสำคัญของมนุษยชาติ (นเรศ กุลวงศ์วัฒนา. 2536 : 1) นอกจากนั้น การออกกำลังกายจะช่วยปรับปรุงโครงสร้างและการทำงานของร่างกายที่เกี่ยวกับขบวนการเปลี่ยนแปลง การเผาผลาญอาหาร ประสาท โครงสร้างกล้ามเนื้อ ระบบหายใจและระบบหมุนเวียนของโลหิต ในระยะแรกจะปรับปรุงผลจากการสูญเสียการเคลื่อนไหวที่ไม่ดีเสียก่อน แล้วจึงปรับปรุงโครงสร้างของกล้ามเนื้อ ประสาท หลอดเลือดและกระดูก ผลของการออกกำลังกายจะช่วยเพิ่มปริมาณออกซิเจนที่ได้รับและเพิ่มความสามารถในการทำงาน การออกกำลังกายสม่ำเสมอจะช่วยเพิ่มความสามารถในการจับออกซิเจน และความสามารถของระบบไหลเวียนโลหิตในการสูบและนำออกซิเจนในเลือดไปให้กล้ามเนื้อทำงาน (สุวิมล ตั้งสัจพจน์. 2526 : 5) ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ จิม สติลเวล และ เจอร์รี่ สต็อกการ์ด (สุพิตร สมานิต. 2524 ; อ้างอิงมาจาก Jim L. Stillwell and Jerry R. Stockard) วิธีหนึ่งที่จะเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายเฉพาะส่วนนั้นคือการทำกิจกรรมที่ต้องใช้กลุ่มกล้ามเนื้อมัดใหญ่หรือกล่าวได้ว่ากิจกรรมที่ดีที่สุด คือ การออกกำลังกายเพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกาย ซึ่งประกอบไปด้วย ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อ ความอดทนของกล้ามเนื้อ ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือด และการหายใจ

การออกกำลังกายในปัจจุบันนี้มีมากมายหลายวิธีด้วยกัน แล้วแต่ความต้องการหรือความชอบของแต่ละบุคคลว่าจะเลือกการออกกำลังกายแบบใด เช่น การเล่นกีฬาประเภทต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการวิ่ง ฟุตบอล แบดมินตัน เทนนิส วัยน้ำ กอล์ฟ ฯลฯ ในสนามกีฬาหรือในสถานที่ให้บริการกีฬานั้น ๆ โดยเฉพาะ ซึ่งในปัจจุบันนี้ได้มีการออกกำลังกายที่กำลังได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย ก็คือ การออกกำลังกายในสถานออกกำลังกาย ที่มีการให้บริการทางด้านการออกกำลังกายโดยเฉพาะ มีทั้งการออกกำลังกายแบบแอโรบิก การฝึกยกน้ำหนักโดยจะมีผู้แนะนำการออกกำลังกายหรือผู้เชี่ยวชาญทางด้านนี้โดยเฉพาะเป็นคนคอยแนะนำการออกกำลังกายที่ถูกต้องและเหมาะสมให้กับบุคคลที่มาใช้บริการ ซึ่งสถานบริการออกกำลังกายแบบนี้กำลังเป็นที่นิยมกันอย่างแพร่หลาย จะเห็นได้ว่ามีสถานบริการออกกำลังกายแบบนี้เกิดขึ้นมากมาย

ในอดีตที่ผ่านมานักกีฬาที่ไม่ใช่นักยกน้ำหนัก ยังพากันคิดว่าฝึกยกน้ำหนักจะไม่เป็นประโยชน์ต่อการเล่นกีฬาประเภทอื่น ๆ แต่เมื่อประมาณ 15 ปี ที่แล้วทัศนคติดังกล่าว ได้ถูกเปลี่ยนไปเมื่อเราได้ทราบและเห็นว่า นักวิ่งระดับโลกทั้งหลายต่างก็มีการฝึกยกน้ำหนักในโปรแกรมการฝึกวิ่งของเขา ทอมมี่ สมิท (Tommie Smith), จอห์น คาร์ลอส (John Carlos) และ ลี อีวานส์ (Lee Evans) 3 นักวิ่งระดับโลก จากมหาวิทยาลัยแห่งรัฐแคลิฟอร์เนีย ที่ซานโฮเซ ต่างก็มีการฝึกยกน้ำหนักในโปรแกรมการฝึกของเขา การฝึกยกน้ำหนักได้พิสูจน์ให้เห็นว่าเป็นหนทางนำไปสู่ความสำเร็จของทีมบาสเกตบอลมหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย ที่ลอสแอนเจลิสภายใต้การนำของ ยอดโค้ช จอห์น วูเดน (John Wooden) ซึ่งเป็นทีมที่ประสบความสำเร็จอย่างมากและเป็นทีมชนะเลิศบาสเกตบอลอุดมศึกษาของสหรัฐอเมริกา 6 ปีซ้อน (1967-1972) ดังนั้นการฝึกยกน้ำหนักจึงนับได้ว่าเป็นประโยชน์สำหรับกีฬาบาสเกตบอลและน่าจะรวมถึงกีฬาประเภทอื่น ๆ ด้วยในระยะหลัง ๆ นี้ทีมกีฬาอาชีพต่าง ๆ ทั้งในยุโรปและอเมริกาต่างก็ใช้แนวคิดของการฝึกยกน้ำหนักควบคู่กันไปกับโปรแกรมการฝึกกีฬาประเภทต่าง ๆ กันอย่างกว้างขวาง กล้ามเนื้อที่แข็งแรงยังอาจป้องกันอันตรายหรือบาดเจ็บที่อาจเกิดขึ้นจากการเล่นกีฬาได้อีกด้วย และมากไปกว่านั้นตามหลักการเรียนรู้ทักษะทางการกีฬานั้น เราเชื่อว่าการเรียนรู้ทักษะต่าง ๆ จะเกิดขึ้นได้เร็วหากผู้เรียนมีความแข็งแรงอดทนและอายุยังไม่มากนัก ดังนั้นในปัจจุบันนี้โปรแกรมการฝึกน้ำหนักจึงถูกบรรจุเข้าไปในโปรแกรมการฝึกกีฬาประเภทต่าง ๆ (ประทุม ม่วงมี. 2527 : 94)

ย้อนกลับไปเมื่อ 10 ปีที่แล้ว ประมาณ พ.ศ. 2514 ได้เริ่มนำการบริหารหรือการออกกำลังกายแบบแอโรบิก (Aerobic Exercise) ซึ่งได้รับการพัฒนาการด้านนี้โดยตรงจากความตื่นตัวในสหรัฐอเมริกา รัสเซีย และญี่ปุ่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในอเมริกาเริ่มแนวคิดการออกกำลังกายแบบแอโรบิก โดย นายแพทย์ เคนเนธ คูเปอร์ (Kenneth Cooper) ได้เขียนเผยแพร่ในหนังสือ แอโรบิก (Aerobic) ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2511

สำหรับในประเทศไทยเริ่มต้นตัวในเรื่องนี้ โดยมีศูนย์ฝึกกายบริหารแบบแอโรบิก ดานซ์ ทั้งของรัฐบาลและเอกชนขึ้นอย่างมากมาย สำหรับในภาครัฐบาลนั้น กรมพลศึกษาเคยเป็นผู้นำทางด้านนี้มาตั้งแต่ต้นโดยศูนย์ฝึก และสาธิตกายบริหารของกองส่งเสริมกีฬาภายใต้การนำของ

ดร. จรรवरพร ธรนิษฐ์ เป็นผู้ริเริ่มงานนี้อย่างจริงจังตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2525 สำหรับผู้นำการฝึกคือ อาจารย์อำพร ฉายศิริ อดีตนักยิมนาสติกทีมชาติไทย สมัยเอเชียนเกมส์ ครั้งที่ 8 เป็นผู้นำการฝึกในยุคเริ่มต้นและมีความสามารถในด้านนี้ได้วางพื้นฐานและสร้างวิทยากรฝึกไว้มากมายหลายคนและวิทยากรการฝึกชุดแรกนี้ได้กลายเป็นวิทยากรสำคัญ ๆ ประจำศูนย์ฝึกแอโรบิก ดานซ์ ของเอกชนหลายแห่งและอีกท่านหนึ่งคือ อาจารย์สุกัญญา พานิชเจริญนาม แห่งมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒพลศึกษา ได้เป็นวิทยากรผู้ที่ฝึกฝนและสร้างงานให้รุ่นน้อง ๆ และลูกศิษย์พลศึกษา ให้เป็นผู้นำการบริหารแบบแอโรบิก ดานซ์ของสถานบริหารกายเอกชนในหลาย ๆ แห่ง (ปรีชา กลิ่นรัตน์. 2536.)

ในการออกกำลังกายไม่ว่าจะเป็นการออกกำลังกายในแบบใด ประเภทใดก็ตาม ย่อมเป็นที่ทราบกันดีอยู่แล้วว่า การบาดเจ็บอันเนื่องมาจากการออกกำลังกายนั้น มักจะปรากฏออกให้เห็นอันเนื่องมาจากการกระบวนกรการลองผิดลองถูก ปัจจุบันนี้ความรู้ในเนื้อหาวิชาที่เกี่ยวกับเวชศาสตร์การกีฬาได้เจริญก้าวหน้าและขยายตัวไปพร้อม ๆ กับเรื่องของสมรรถภาพทางกายจากการศึกษาทำให้ทราบว่า ประชาชนนับล้าน ๆ คนมีการออกกำลังกายกันเป็นประจำ และมีประชาชนอีกเป็นจำนวนมากที่ออกกำลังกายโดยขาดการแนะนำที่ถูกต้อง ด้วยสาเหตุดังกล่าวก็ย่อมเป็นที่คาดหมายได้ว่าการบาดเจ็บจากการออกกำลังกายย่อมเกิดขึ้นได้แน่นอน จากการเรียนรู้ประสบการณ์ในอดีต ทำให้เริ่มรู้จักวิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสม (สุพิตร สมาธิโต. 2524 ; อ้างอิงมาจาก Jim L. Stillwell and Jerry R. Stockard)

เพื่อให้ได้มาตรฐานอย่างแท้จริง สำหรับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นักพลศึกษาจงอย่าลืมนำหน้าที่ของท่านนั้นคือ พึงระลึกเสมอว่ามนุษย์ไม่สามารถแยกตัวเองให้พ้นจากการออกกำลังกายได้ โดยเฉพาะการออกกำลังกายที่ประกอบอุปกรณ์ และจังหวะดนตรี ท่านต้องใช้ความคิดสร้างสรรค์ และทำให้มนุษย์ได้ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและเพื่อชีวิตอยู่รอดอย่างมีคุณภาพ (ปรีชา กลิ่นรัตน์. 2536 : 206)

นักพลศึกษาหรือผู้ฝึกสอนกีฬาจะต้องรับภาระสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ โดยหลีกเลี่ยงไม่ได้ ดังนั้นจึงไม่ใช่เรื่องง่ายที่ใครก็ได้จะมาเป็นผู้ฝึกสอนกีฬาและการออกกำลังกายที่ดีได้โดยปราศจากความรู้และความสามารถในด้านนี้อย่างเพียงพอ ผู้ฝึกสอนการออกกำลังกายจึงต้องมีคุณสมบัติที่พิเศษออกไปในหลาย ๆ ด้าน ก่อรูปกับต้องมีความรัก ความศรัทธา ความเชื่อมั่นในการส่งเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกาย ในฐานะที่ผู้วิจัยเป็นผู้หนึ่งที่มิหนำซ้ำเป็นผู้รับผิดชอบในการเป็นผู้นำการออกกำลังกายโดยตรงในปัจจุบัน ด้วยเหตุผลดังกล่าวจึงได้มีความสนใจที่จะทำการวิจัยเรื่อง บทบาทสำคัญของการเป็นผู้นำการออกกำลังกายในสถานบริการออกกำลังกายเพื่อหาแนวทางของบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ให้มีความเหมาะสมและมีประสิทธิภาพให้มากที่สุด

ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า

เพื่อทราบบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ประกอบการออกกำลังกายในสถานบริการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. ทำให้ทราบถึงทัศนะของเจ้าของสถานบริการออกกำลังกาย ผู้จัดการ ผู้ร่วมงาน ผู้นำการออกกำลังกายและสมาชิกในสถานบริการออกกำลังกาย ที่มีต่อบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ประกอบการออกกำลังกาย
2. เป็นข้อมูลสำหรับผู้บริหารในการคัดเลือก และแต่งตั้ง ผู้นำการออกกำลังกายในสถานบริการออกกำลังกาย ได้อย่างเหมาะสม
3. เป็นข้อมูลให้ผู้นำการออกกำลังกายในปัจจุบันและบุคคลทั่วไปที่ต้องการเป็นผู้นำในการออกกำลังกายสามารถนำไปปรับปรุง เปลี่ยนแปลงและแก้ไข จุดบกพร่องบางประการของตนเองให้ดีขึ้นในโอกาสต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ ผู้จัดการ ผู้ร่วมงาน ผู้นำการออกกำลังกายและสมาชิก ในสถานบริการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 43 แห่ง โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 แห่ง ดังต่อไปนี้

1.1 ผู้จัดการ	จำนวน	30 คน
1.2 ผู้ร่วมงาน	จำนวน	100 คน
1.3 ผู้นำการออกกำลังกาย	จำนวน	100 คน
1.4 สมาชิก	จำนวน	300 คน แบ่งเป็น
1.4.1 สมาชิกชาย	จำนวน	150 คน
1.4.2 สมาชิกหญิง	จำนวน	150 คน

2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า คือ

- 2.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ผู้จัดการ ผู้ร่วมงาน ผู้นำการออกกำลังกาย สมาชิกชาย และสมาชิกหญิง
- 2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ บทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ประกอบการออกกำลังกาย

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. บทบาท หมายถึง การปฏิบัติงานตามหน้าที่และความรับผิดชอบเกี่ยวกับงานทั้งที่ต้องปฏิบัติเป็นประจำและงานที่ได้รับมอบหมายเป็นพิเศษซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่องานในหน้าที่ของผู้นำการออกกำลังกาย ในสถานบริการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร
2. บทบาทที่เป็นจริง หมายถึง การปฏิบัติงานตามหน้าที่ที่เป็นประจำของผู้นำการออกกำลังกาย ในสถานบริการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร
3. บทบาทที่พึงประสงค์ หมายถึง การปฏิบัติงานตามหน้าที่ที่ต้องการให้เกิดขึ้นของผู้นำการออกกำลังกาย ในสถานบริการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร
4. สถานบริการออกกำลังกาย หมายถึง สถานที่เปิดบริการเพื่อสุขภาพและสมรรถภาพทางกาย รวมถึงทั้งกลางแจ้งและในร่ม
5. ผู้จัดการ หมายถึง ผู้ที่ทำหน้าที่คอยช่วยเหลือ ให้คำแนะนำ ส่งเสริมด้านสุขภาพและสมรรถภาพทางด้านร่างกายโดยสามารถบริหารจัดการสิ่งต่าง ๆ เพื่ออำนวยความสะดวกให้กับสมาชิก ในสถานบริการออกกำลังกาย รวมถึงการส่งเสริมมาตรฐานการบริการของผู้นำการออกกำลังกายให้กับสมาชิกที่มาใช้บริการ
6. ผู้ร่วมงาน หมายถึง ผู้ที่ทำหน้าที่ร่วมกันหลายฝ่าย เช่น พนักงานต้อนรับ และพนักงานทำความสะอาด ในสถานบริการออกกำลังกาย
7. ผู้นำการออกกำลังกาย หมายถึง ผู้ที่ให้ความรู้ แนะนำ ช่วยเหลือโดยตรงให้กับสมาชิก ให้มีวิธีการออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องและปลอดภัยตามหลักของวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวและสรีรวิทยา
8. สมาชิก หมายถึง ผู้ที่มารับบริการในสถานบริการออกกำลังกาย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการศึกษา
ดังจะกล่าวต่อไปนี้

1. ความหมายของการออกกำลังกาย
2. ความสำคัญของการออกกำลังกาย
3. สถานบริการออกกำลังกาย
4. ขอบข่ายของกิจกรรมในสถานบริการออกกำลังกาย
5. ความหมายของบทบาท
6. บทบาทและคุณลักษณะของครูที่ดี
7. บทบาทของผู้นำการออกกำลังกายที่ดี
8. ปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อการปฏิบัติงานให้สำเร็จ
9. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 9.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 9.2 งานวิจัยในประเทศไทย

ความหมายของการออกกำลังกาย

สุวิมล ตั้งสัจพจน์ (2526 : 1-2) กล่าวถึงการออกกำลังกายว่า คนบางคนคิดว่า การออกกำลังกาย คือ การทำให้ส่วนที่เขารับประทานเกินความต้องการของร่างกายลดลง หรือทำให้ผอมลง แต่ความจริงการออกกำลังกายด้วยการเคลื่อนไหว เป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาร่างกาย ช่วยรักษาเนื้อเยื่อ และระบบการทำงานของร่างกายให้อยู่ในสภาพแข็งแรง เด็กที่ไม่มีโอกาสออกกำลังกายในวัยเด็ก ยากที่จะทำให้ร่างกายแข็งแรง เมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ได้

มีประชาชนจำนวนไม่น้อยที่ละทิ้งจากการออกกำลังกาย ไม่ว่าจะเป็นการบริหารหรือกิจกรรมทางกีฬา สนใจแต่การศึกษา อาชีพ หรือการหาเลี้ยงครอบครัว ลักษณะเช่นนี้จะทำให้กล้ามเนื้อไม่กระชับกระฉ่ง และเสื่อมสภาพเร็วกว่าปกติ

การออกกำลังกาย สามารถจำแนกตามความเร็วของกล้ามเนื้อที่เคลื่อนไหว แรงต้านในการเคลื่อนไหว และเวลาฝึกต้องมีความต่อเนื่อง การรวมที่แตกต่างกันทางด้านความเร็วแรงต้านจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อแหล่งของพลังงานที่แตกต่างกัน ความเมื่อยล้า (Fatigue) หรือ ความเหนื่อย (Exhaustion) จะเกิดขึ้นเมื่อค่าสูงสุดของความเร็วในการเคลื่อนไหว แรงต้านทานและเวลาในการปฏิบัติ มีความสัมพันธ์เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

รุ่งอรุณ เขียวพุ่มพวง และบุญศรี ศิริช่วง (2535 : 4) กล่าวถึงการออกกำลังกาย หมายถึง การเคลื่อนไหวออกแรงเพื่อทำกิจกรรมทางร่างกายในทุก ๆ ลักษณะ เพื่อฝึกให้ร่างกาย เคลื่อนไหวช่วยให้อวัยวะกล้ามเนื้อได้ทำงานและเจริญเติบโต ส่งเสริมให้ร่างกายแข็งแรง ทรวดทรงดี ปอดและหัวใจทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ ร่างกายทำงานได้ยาวนานโดยไม่เหนื่อยง่าย หากรู้สึก เหนื่อยเมื่อร่างกายได้พักสักครู่ก็จะคืนสู่สภาพปกติได้เร็ว

ความสำคัญของการออกกำลังกาย

คุณค่าและความสำคัญของการออกกำลังกาย แพทย์สภาแห่งประเทศไทย (2518 : 104) ได้สรุปไว้ดังนี้

1. การออกกำลังกายช่วยให้วัยต่าง ๆ เช่น ปอด หัวใจ ไต กระดูก และกล้ามเนื้อ แข็งแรงขึ้นและยังช่วยลดการเป็นโรคความดันโลหิตสูง โรคแผลกระเพาะอาหาร และไขมันใน เส้นเลือดสูง เป็นต้น
2. ผู้ที่ทำงานเบาโดยไม่ค่อยได้ออกกำลังกาย อาจเป็นโรคเหนื่อยง่าย และทำให้ เวียนศีรษะ การออกกำลังกายบ่อย ๆ จะช่วยป้องกันอาการเหล่านี้ได้
3. พระภิกษุ นักเรียน แม่บ้าน ช่างเย็บเสื้อผ้า นักธุรกิจ หรือผู้มีอาชีพงานเบา ๆ ควรหา เวลาออกกำลังกายทุกวัน อาการเหนื่อยง่าย เบื่ออาหาร เวียนศีรษะ และนอนไม่หลับอาจหายไป
4. บุรุษโปรษณีย์เป็นโรคหัวใจน้อยกว่าพนักงานรับโทรศัพท์ กระเป๋ารถเมล์เป็น โรคหัวใจน้อยกว่าคนขับรถเมล์ เพราะผลจากการเดินที่มากกว่านั่นเอง
5. การออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน ทำให้การเป็นโรคติดเชื้อ เช่น หวัดเจ็บคอลด น้อยลง
6. ผู้ที่ทำงานเบา ๆ อาจเจ็บป่วยบ่อย ๆ
7. การเดิน การวิ่ง การทำกายบริหาร การทำโยคะ การรำมวยจีน ล้วนเป็นการบริหารกาย ที่ทำให้สุขภาพดีขึ้น
8. การออกกำลังกายทุกวันทำให้แก่ช้า อายุยืน
9. การออกกำลังกายทำให้จิตใจแจ่มใส

อวย เกตุสิงห์ (2520 : 1) กล่าวว่า การออกกำลังกายอย่างถูกต้องเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับ ทุกคนตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยชรา แม้ในคนป่วยยังต้องออกกำลังกายเพื่อช่วยให้ฟื้นสภาพเร็วยิ่งขึ้น เด็กที่คลอดใหม่ต้องร้อง สะบัดแขนขาเป็นการออกกำลังกายทำให้ร่างกายแข็งแรง วัยหนุ่มสาวการ ออกกำลังกายช่วยให้การทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกายทำงานได้ดีขึ้น ในวัยชราการออกกำลังกาย จะช่วยป้องกันและรักษาอาการของโรคที่เกิดในวัยชราได้ เช่น อาการปวดเมื่อย ท้องผูกเป็นประจำ วิงเวียนศีรษะ หน้ามืด เพราะการไหลเวียนของเลือดไม่เพียงพอ แต่ผลที่ได้รับย่อมแตกต่างกันไป ตามความหนักและปริมาณของการกระทำและวัยของผู้ปฏิบัติ โดยทั่วไปการออกกำลังกายที่หนัก

และมีปริมาณมากพอสมควรมีผลส่งเสริมสภาพ คือ ทำให้แข็งแรงขึ้น หรือฟื้นฟูสภาพ ส่วนที่เสื่อมไปกลับดีขึ้นใหม่ ส่วนการออกกำลังกายที่เบาและมีประมานน้อยให้ผลรักษาสภาพหรือป้องกันการเสื่อมเท่านั้น

สุวิมล ตั้งสัจพจน์ (2526 : 5-8) กล่าวว่า การออกกำลังกายสม่ำเสมอทุกวันจะช่วยรักษาให้ร่างกายอยู่ในสภาวะถึงจุดสูงสุด การวิ่งเหยาะ ๆ หรือการเล่นกีฬาสัปดาห์ละครั้งนั้นไม่เพียงพอ การเริ่มออกกำลังกายไม่ควรใช้เวลานานเกินไป ควรเริ่มจากง่ายแล้วค่อย ๆ เพิ่มความหนักของงานทีหลัง

การออกกำลังกายจะช่วยปรับปรุงโครงสร้าง และการทำงานของร่างกายที่เกี่ยวกับขบวนการเปลี่ยนแปลงการเผาผลาญอาหาร ประสาท โครงสร้าง กล้ามเนื้อ ระบบหายใจ และระบบการหมุนเวียนของโลหิตให้ดีขึ้น ในระยะแรกจะปรับปรุงผลจากสูญเสียการเคลื่อนไหวที่ไม่ดีเสียก่อน แล้วจึงปรับปรุงการประสานงานระหว่างการไหลเวียนของโลหิต กับระบบทางหายใจและตอนท้ายสุดจะปรับปรุงโครงสร้างของกล้ามเนื้อ ประสาท หลอดเลือด และกระดูก ผลของการออกกำลังกายจะช่วยเพิ่มปริมาณออกซิเจนที่ได้รับ และเพิ่มความสามารถในการทำงาน การออกกำลังกายด้วยการฝึกซ้อมสม่ำเสมอ จะช่วยปอดเพิ่มความสามารถในการจับออกซิเจน และความสามารถของระบบไหลเวียนในการสูบและนำออกซิเจนในเลือดไปให้กล้ามเนื้อทำงาน

โปรแกรมการออกกำลังกาย มีคุณค่าในการช่วยประชาชนพัฒนา และรักษาสรรพภาพของกล้ามเนื้อให้อยู่ในระดับที่ดี การออกกำลังกายทำให้

1. มีผลต่อการปรับตัวทางสรีรวิทยา กล่าวคือ ทำให้สมรรถวิสัยของระบบหมุนเวียนโลหิตกับระบบหายใจ ความแข็งแรง ความทนทานของกล้ามเนื้อ และความอ่อนตัวดีขึ้น
2. เพื่อเพิ่มความสามารถในการทำงานของร่างกาย โดยการพัฒนาคุณภาพของความแข็งแรง ความทนทานของกล้ามเนื้อ ศักยภาพของระบบไหลเวียนกับหายใจ และปฏิกิริยาตอบสนอง
3. เพิ่มความทนทานสำหรับงานเฉพาะอย่าง (ไม่ว่าจะเป็นงานประจำหรืองานจร)
4. เพิ่มศักยภาพในการทำงาน และระบบหมุนเวียนของโลหิตกับหายใจ ทำงานได้ดีขึ้น
5. สามารถที่จะลดน้ำหนักตัว รักษาน้ำหนักให้คงไว้หรือเพิ่มน้ำหนักก็ได้
6. เพิ่มความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อ เอ็น และความแข็งแรงของเอ็นยึด
7. เพิ่มประสิทธิภาพในการดำรงชีวิตประจำวัน
8. ปรับปรุงคุณภาพของชีวิต
9. เพิ่มความเจริญ พัฒนาการของเด็กและวัยรุ่น
10. ใช้ในการบำบัดและฟื้นฟูร่างกาย หลังจากการเจ็บป่วย
11. ลดความตึงเครียด และเพิ่มความสามารถในการพักผ่อนให้แก่ร่างกาย

สถานบริการออกกำลังกาย

การออกกำลังกายแบบแอโรบิก (Aerobic) ได้นำมาผูกโยงกับการเต้นรำ (Dance) ได้อย่างผสมกลมกลืนจะทำให้การออกกำลังกายแบบแอโรบิกน่าสนใจ เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพและมีคุณค่าด้านนันทนาการเชิงศิลป์ (Recreation Art) ด้วยเหตุผลดังกล่าว การออกกำลังกายแบบแอโรบิกเต้นรำ จึงเป็นกิจกรรมตัวชูโรงอยู่ในสถานบริการออกกำลังกาย (Fitness Club) ซึ่งปัจจุบันได้เป็นเรื่องของการจัดการทางธุรกิจอย่างเต็มตัวในสถานบริการออกกำลังกาย (ปรีชา กลิ่นรัตน์. 2536 : 204)

ธีรวัฒน์ แสงรักษา (2541 : 9-13) ได้กล่าวถึง “การบริหารร่างกาย” (Body Conditioning) นับว่าเป็นวิธีที่วิธีหนึ่งของการออกกำลังกาย นอกเหนือจากการออกกำลังกายด้วยการเล่นกีฬาต่าง ๆ เช่น กอล์ฟ เทนนิส วัยน้ำ ฟุตบอล ในปัจจุบันการบริหารร่างกายจึงเป็นที่สนใจและนิยมมากขึ้นในประเทศต่าง ๆ รวมทั้งประเทศไทยด้วย จึงทำให้สถานบริการออกกำลังกายทวีความสำคัญมากขึ้นทุกวันนี้ในกลุ่มผู้ที่สนใจในการออกกำลังกาย ทั้งนี้เนื่องจากเป็นวิธีการออกกำลังกายที่สอดคล้องและเหมาะสมกับสภาวะแวดล้อม ความเป็นอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งได้แก่

1. เป็นสถานที่ออกกำลังกายที่ใช้พื้นที่น้อยกว่าการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาประเภทอื่น ๆ ทำให้สามารถเปิดบริการในแหล่งชุมชน ย่านธุรกิจการค้า หรือทำเลซึ่งที่ดินมีราคาสูงเพื่อสะดวกต่อการเดินทางมาใช้บริการ
2. การบริหารร่างกายในสถานบริการออกกำลังกายเป็นการออกกำลังกายที่ใช้เวลาน้อย แต่สามารถออกกำลังกายได้มาก จึงเหมาะสมกับภาวะรีบเร่งของสังคม ซึ่งผู้บริโภคส่วนใหญ่เหลือเวลาหลังจากภาระกิจประจำวันไม่มากนัก
3. วิธีการบริหารร่างกาย ที่ทำให้ร่างกายทุกส่วนได้ออกกำลังกายอย่างทั่วถึง เพื่อแก้ไขข้อบกพร่องของร่างกายในส่วนที่ผิดปกติได้ จึงเป็นการออกกำลังกายที่ทำให้ร่างกายได้สัดส่วน ทรวดทรงสวยงาม จึงเป็นที่นิยมมากทั้งเพศชายและเพศหญิง ซึ่งปัจจุบันการประกอบอาชีพนั่งโต๊ะ หรือการขยับเขยื้อนร่างกายน้อยลงมักทำให้เกิดการพอกพูนของไขมันในร่างกายบางส่วนมาก เช่น หน้าท้อง ต้นขา สะโพก เป็นต้น
4. การบริหารร่างกาย สามารถนำมาประยุกต์ร่วมกับดนตรี หรือทำเต้นรำ ซึ่งเป็นที่นิยมในปัจจุบันได้ดี ยิ่งทำให้เกิดความสนุกสนานและดึงดูดความสนใจได้มากกว่าการเล่นกีฬาหรือการออกกำลังกายประเภทอื่น ๆ บางประเภท
5. การบริหารร่างกายเป็นการออกกำลังกายภายในอาคาร ซึ่งส่วนใหญ่ปรับอากาศ จึงสามารถทำเมื่อไรก็ได้เท่าที่ต้องการ ในขณะที่การออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬากลางแจ้งนั้น ไม่สามารถทำได้ทุกวัน เช่น ฝนตก หรือแดดร้อนเกินไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้หญิงในปัจจุบันไม่นิยมการออกกำลังกายกลางแจ้งบ่อยนัก เพราะทำให้ผิวเสีย

ดังนั้นธุรกิจสถานบริการออกกำลังกาย จัดว่าเป็นธุรกิจขายบริการชนิดหนึ่ง ในด้านบริการสุขภาพ และยังเป็นธุรกิจที่ติดอันดับ 1 ใน 50 อันดับ ของธุรกิจขนาดย่อมยอดนิยม ที่น่าสนใจลงทุน จากการวิจัยของฝ่ายวิจัยคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยในปี 2527 อีกด้วย จึงนับว่าตลาดของสถานบริการออกกำลังกายเป็นที่น่าสนใจและคาดว่าจะขยายกว้างขวางยิ่งขึ้น ทั้งในแง่ของผู้ประกอบการและผู้บริโภค

สถานบริการออกกำลังกายแห่งแรกในประเทศไทยคือ “สถานบริการออกกำลังกายโจแอนดรู” (Joanne Drew) เปิดเมื่อปี พ.ศ. 2511 โดยเป็นสาขาหนึ่งของสถานบริการออกกำลังกายที่มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักทั่วโลก เฉพาะในเอเชีย มีสาขาอยู่ถึง 17 แห่ง ในประเทศต่าง ๆ ได้แก่ ฮองกง ศรีลังกา มาเลเซีย สิงคโปร์ อินโดเนเซีย และประเทศไทย นอกจากนี้สถานบริการออกกำลังกายในกลุ่มนี้ทั้งหมดยังเป็นสมาชิกของ สมาคมสมรรถภาพนานาชาติที่สามารถแลกเปลี่ยนเข้าใช้บริการในสถานบริการออกกำลังกายโจแอนดรูได้ และในขณะเดียวกันลูกค้าหรือสมาชิกเมื่อเดินทางไปต่างประเทศก็จะสามารถเข้ารับบริการในสถานบริการออกกำลังกายอื่น ๆ ที่เป็นสมาชิกของสมาคมสมรรถภาพนานาชาติได้เช่นกัน สถานบริการออกกำลังกายโจแอนดรูนี้เปิดดำเนินงานครั้งแรกที่ชั้น 2 ตึกนายเลิศ ถนนสุขุมวิท (ต่อมาจนถึงเดือนพฤศจิกายน 2526 จึงได้ย้ายมาเปิดอาคารใหม่ที่ ซอยพร้อมศรี 1 สุขุมวิท 39)

หลังจากที่สถานบริการออกกำลังกายโจแอนดรูเปิดดำเนินงานมาได้ราว 8 ปี ในเดือนสิงหาคม 2519 สถานบริการออกกำลังกายแห่งที่ 2 ก็ได้เปิดดำเนินการขึ้นนั่นคือ “สถานบริการออกกำลังกายเวิลด์คลับ” (World Club) โดยมีนายสุเมธ สุเมตติกุล เป็นผู้อำนวยการ จัดตั้งขึ้นในรูปแบบของบริษัท เวิลด์ ฟิกเกอร์ เซ็นเตอร์ แอนด์ เฮลท์คลับ (World Figure Center and Health Club) ซึ่งนับเป็นสาขาหนึ่งในจำนวน 1,100 แห่งทั่วโลกของสมาคมสมรรถภาพนานาชาติเช่นเดียวกับสถานบริการออกกำลังกายโจแอนดรูสถานบริการออกกำลังกายเวิลด์คลับ เปิดดำเนินการขึ้นที่บริเวณศูนย์การค้าบางกอกบazaar ถนนราชดำริ นับเป็นสถานบริการออกกำลังกายที่เป็นที่รู้จักและได้รับความนิยมสูงสุดของผู้บริโภคตลอดมาจนต้องมีการขยายกิจการเพิ่มขึ้น เพิ่มห้องบริการอีกถึง 10 คูหาในปี พ.ศ. 2525 เพื่อให้เพียงพอกับความต้องการของสมาชิกที่เพิ่มจำนวนขึ้นอย่างรวดเร็ว

เมื่อบริการของสถานบริการออกกำลังกายได้เป็นที่นิยมขยายกว้างขวางขึ้น ผู้ประกอบการรายใหม่ ๆ ก็ได้เข้ามาในตลาดเพิ่มขึ้นเป็นธรรมดา ในปี พ.ศ. 2524 ซึ่งเป็นช่วงที่สถานบริการออกกำลังกายเวิลด์คลับ ได้รับความนิยมจากผู้บริโภคเป็นจำนวนมาก จนสถานที่ในการให้บริการค่อนข้างคับแคบเกินไป สถานบริการออกกำลังกายแห่งใหม่จึงได้เปิดขึ้นอีกในกรุงเทพมหานครเป็นแห่งที่ 3 คือ “สถานบริการออกกำลังกาย สยามเฮลท์คลับ” (Siam Health Club) โดยเลือกทำเลที่ตั้งในซอยจุฬาลงกรณ์ 12 บริเวณใกล้สนามกีฬาแห่งชาติ หลังจากสถานบริการออกกำลังกายทั้งสามนี้ได้เข้ามาสร้างสรรค์ความต้องการและทำให้ผู้บริโภคเห็นความสำคัญของการรักษาสุขภาพพลานามัยของร่างกายด้วยการบริหารร่างกายแล้ว สถานบริการออกกำลังกายจึงเป็นที่นิยมเพิ่มมากขึ้น และตลาดขยายกว้างขวางขึ้นเป็นลำดับ จึงเป็นโอกาสให้สถานบริการออกกำลังกายคู่แข่งใหม่ ๆ

เกิดขึ้นตามมาเรื่อย ๆ ได้แก่ “สถานบริการออกกำลังกาย สปอร์ตเอ็กซ์” (Sport-X) ซึ่งเปิดบริการเมื่อปี พ.ศ. 2526 โดยมุ่งออกไปจับทำเลในเมือง ย่านบางกระบือ เป็นที่ตั้งจนถึงปัจจุบัน สถานบริการออกกำลังกายสปอร์ตเอ็กซ์ ก็นับว่าเป็น สถานบริการออกกำลังกายที่ประสบความสำเร็จแห่งหนึ่งในตลาดสถานบริการออกกำลังกาย และในปี พ.ศ. 2528 ได้ขยายสถานที่ให้บริการให้ใหญ่ขึ้นเป็นสองเท่า

นับตั้งแต่กิจการสถานบริการออกกำลังกายได้เริ่มขึ้นในประเทศไทยเป็นต้นมา ช่วงปี พ.ศ. 2527 เป็นปีที่มีสถานบริการออกกำลังกายเกิดขึ้นใหม่มากที่สุด กล่าวคือ เป็นช่วงที่ตลาดสถานบริการออกกำลังกายได้รับความนิยมและเติบโตขึ้นมาก ทั้งนี้เหตุผลหนึ่งเนื่องมาจากดาราดาวภาพยนตร์สหรัฐอเมริกา คือ เจน ฟอนต้า ได้นำเอาการบริหารร่างกายมาประกอบกับดนตรีและการออกกำลังกายแบบแอโรบิก ซึ่งเรียกการบริหารร่างกายดังกล่าวนี้ว่า “แอโรบิก ดานซ์” (Aerobic Dance) ซึ่งเป็นการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและทรวดทรง ที่ได้รับการกล่าวขวัญและเป็นที่นิยมกันมาก ขณะเดียวกัน เจน ฟอนต้า ก็ได้มีการเปิดสโมสรสุขภาพ ผลิตภัณฑ์และวิดีโอเทป เกี่ยวกับการบริหารร่างกายดังกล่าวออกขาย ซึ่งมียอดขายสูงสุดในอเมริกา และได้แพร่ระบาดเข้ามาเป็นที่ตื่นตัวของผู้บริโภคชาวไทยด้วยเช่นกัน ในสถานบริการออกกำลังกายต่าง ๆ ได้นำเอาการบริหารแบบแอโรบิก ดานซ์เข้าไปฝึกสอนเป็นบริการหลักที่สำคัญตัวหนึ่ง ผู้บริโภคจำนวนมากจึงหันเข้าหาสถานบริการออกกำลังกายเพื่อออกกำลังกายโดยการเต้นแอโรบิก ดานซ์นี้กันมากขึ้น

ส่วนสถานบริการออกกำลังกายอีกประเภทหนึ่ง คือ สถานบริการออกกำลังกายที่เปิดขึ้นภายในโรงแรมชั้นหนึ่งต่าง ๆ ซึ่งอาจแยกลักษณะการดำเนินงานเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. เป็นของโรงแรม เจ้าของโรงแรมทำเอง เช่น โรงแรมเชอราตัน แกรนด์สุขุมวิท
2. เป็นสถานบริการออกกำลังกายนานาชาติ ซึ่งมีชื่อเสียงอยู่แล้ว เข้ามาร่วมกับทางโรงแรมเพื่อเปิดบริการขึ้นในบริเวณของโรงแรม เช่น คลาก แฮทช์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ (Clark Hatch Fitness Center) เปิดบริการในโรงแรมฮิลตัน และเมดิฟิต คลับ (The Medifit Club) ซึ่งเปิดบริการในโรงแรม บางกอกเพนินซูลา เป็นต้น

โรงแรมที่มีการเปิดบริการสถานบริการออกกำลังกาย หรือศูนย์สุขภาพขึ้นภายในโรงแรมเป็นแห่งแรก คือ โรงแรมแอมบาสเดอร์ กล่าวคือ เปิดขึ้นในปี พ.ศ. 2525 ส่วนโรงแรมอื่น ๆ ส่วนใหญ่เพิ่งเริ่มเปิดบริการกันมากในช่วงปี พ.ศ. 2527 หรือต้นปี พ.ศ. 2528 โรงแรมชั้นหนึ่งที่มีบริการของสถานบริการออกกำลังกายในโรงแรม ในเขตกรุงเทพมหานคร ได้แก่ โรงแรมดุสิตธานี โรงแรมบางกอกเพนินซูลา โรงแรมนิวมิฟิเรียล โรงแรมฮิลตัน โรงแรมแอมบาสเดอร์ โรงแรมเชอราตัน เป็นต้น

โดยทั้งนี้ สถานบริการออกกำลังกายในโรงแรมนั้น ยังมีลักษณะการรับสมัครสมาชิก ที่ต่างกันเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. รับเฉพาะแขกของโรงแรมที่มาพัก เช่น โรงแรมดุสิตธานี

2. รับทั้งแขกของโรงแรมที่มาพัก และสมาชิกที่เป็นบุคคลภายนอกด้วย ได้แก่ โรงแรม แอมบาสเตอร์ โรงแรมไฮแอทเซ็นทรัลพลาซ่า โรงแรมเชอราตัน เป็นต้น

นอกจากนี้สถานบริการออกกำลังกายทั้งหมดที่ได้กล่าวมาแล้วนี้ยังมีสถานบริการ ออกกำลังกายเปิดขึ้นใหม่อีกหลายแห่ง ทั้งในรูปของสถานบริการออกกำลังกายภายในโรงแรมและ สถานบริการออกกำลังกายภายนอกโรงแรมเพิ่มขึ้นอีกมากมายในปัจจุบัน

ขอบข่ายของกิจกรรมในสถานบริการออกกำลังกาย

หัวใจของการจัดการทางธุรกิจนั้น ตัวผลิตภัณฑ์ สินค้า หรือตัวกิจกรรมจะต้องมีความ หลากหลายหรือครบวงจรในตัวของมันเอง ดังนั้น ขอบข่ายของกิจกรรมในสถานบริการออก กายจึงจำเป็นต้องเกี่ยวพันกับศูนย์กีฬาที่นอกเหนือไปจากการออกกำลังกายแบบแอโรบิกดานซ์

ขอบข่ายของกิจกรรมที่สมบูรณ์แบบของสถานบริการออกกำลังกาย ควรประกอบไปด้วย กิจกรรมต่อไปนี้

1. แอโรบิก ดานซ์
2. ห้องบริหารร่างกายด้วยอุปกรณ์ อาทิเช่น จักรยานวัดงาน กรรเชียงบก ชุดบริหาร ร่างกายด้วยน้ำหนักต้าน (Resistance Weight Exercise) และชุดวิ่งบนสายพาน เป็นต้น
3. ห้องทดสอบสมรรถภาพและสุขภาพ อาทิเช่น เครื่องวัดชีพจรและความดันโลหิต เครื่องวัดร่างกาย เครื่องทดสอบไขมัน เครื่องวัดและทดสอบพลังกล้ามเนื้อ และความแข็งแรง เป็นต้น
4. ห้องอบไอน้ำและห้องนวดตัว ห้องนวดแผนโบราณหรือแผนไทย (Thai Traditional Massage) ห้องกายภาพบำบัด
5. ห้องกีฬาในร่ม อาทิเช่น เทเบิลเทนนิส แบดมินตัน บาสเกตบอล กอล์ฟ สนุกเกอร์ สควอช และเกมส์ต่าง ๆ
6. ห้องคลินิกสุขภาพและการออกกำลังกาย เพื่อให้คำปรึกษาและคำแนะนำด้านสุขภาพ และการออกกำลังกาย โดยมีนักวิชาการและผู้ชำนาญการออกกำลังกาย ปัจจุบัน คือ นักพลศึกษา นักวิทยาศาสตร์การกีฬา นักกายภาพบำบัดและนักการแพทย์ โดยมีการตรวจสอบร่างกายเช่นเดียวกับคลินิกทางการแพทย์ เพื่อบันทึกข้อมูลและประมวลผลด้วยระบบคอมพิวเตอร์เป็นรายบุคคล กิจกรรมนี้จึงเป็นเสมือนคลินิกส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งเน้นการป้องกันมากกว่าการรักษาพยาบาล ถ้าเป็นกรณีต้องบำบัดรักษาก็จะใช้วิธีการทางด้านการออกกำลังกาย

สำหรับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ นักพลศึกษา จงอย่าลืมว่าหน้าที่ของท่านนั้นคือ พึงระลึกเสมอว่ามนุษย์ไม่สามารถแยกตัวเองให้พ้นจากการออกกำลังกายได้ โดยเฉพาะการ ออกกำลังกายที่ประกอบอุปกรณ์ และจังหวะดนตรี ท่านต้องใช้ความคิดสร้างสรรค์ และทำให้ มนุษย์ได้ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและเพื่อชีวิตอยู่รอดอย่างมีคุณภาพ (ปรีชา กลิ่นรัตน์. 2536 : 205-208)

ดังจะเห็นได้ว่าที่กล่าวมาแล้วข้างต้นนั้น นักพลศึกษามีความสำคัญเป็นอย่างมากในศูนย์สุขภาพ ซึ่งในปัจจุบันนี้ในศูนย์สุขภาพหรือสถานบริการออกกำลังกายจะเรียกนักพลศึกษาที่ปฏิบัติหน้าที่ดังกล่าวนี้ว่า “ผู้นำการออกกำลังกาย” (Fitness Instructor) ซึ่งผู้นำการออกกำลังกายในที่นี้ ก็ถือได้ว่ามีบทบาทหน้าที่เปรียบเสมือนครูคนหนึ่งที่ต้องให้คำปรึกษาและคำแนะนำผู้ที่มาออกกำลังกายอย่างถูกต้อง ปลอดภัย ดังนั้นผู้นำการออกกำลังกายที่ดีจะต้องมีจิตใต้สำนึกในการเป็นครูที่ดีด้วย เช่นเดียวกัน

ความหมายของบทบาท

แนวความคิดเกี่ยวกับบทบาท ได้มีผู้ให้ความหมายและความคิดเห็นเกี่ยวกับคำว่าบทบาท (Role) ไว้ดังนี้

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2530 : 520) ได้ให้ความหมายว่า การทำตามตาม บทการให้ทำตามบท โดยปริยายหมายความว่า การทำตามหน้าที่ที่กำหนดไว้ เช่น บทบาทพ่อแม่ บทบาทของครู

จีรพันธุ์ กาญจนจิตรา (2522 : 20) ได้กล่าวว่า บทบาทอาจแยกพิจารณาได้สองทาง คือ ถ้าพิจารณาทางด้านโครงสร้างของสังคม (Social Structure) บทบาท หมายถึง ตำแหน่งทางสังคม ที่มีชื่อเรียกต่าง ๆ ซึ่งแสดงลักษณะของบทบาทออกมาโดยคุณสมบัติและกิจกรรมของบุคคลที่ครองตำแหน่งนั้น และอีกทางหนึ่งคือพิจารณาจากการแสดงบทบาทหรือการปะทะสังสรรค์ทางสังคม บทบาทจะหมายถึง ผลสืบเนื่องที่มีแบบแผนของการกระทำเกิดขึ้นจากการเรียนรู้ของบุคคลที่อยู่ในสถานการณ์แห่งการปะทะสังสรรค์

กูต (Good. 1973 : 502) ได้ให้ความหมายของบทบาทไว้เป็นสองนัย นัยหนึ่ง หมายถึง พฤติกรรมของแต่ละคนที่แสดงออกอยู่เป็นประจำภายในขอบเขตของกลุ่ม และอีกนัยหนึ่งหมายถึง รูปแบบพฤติกรรมของบุคคลแต่ละคนที่แสดงออกตามหน้าที่ที่มีอยู่ในสังคม

สรุป บทบาท หมายถึง การแสดงพฤติกรรมของแต่ละบุคคลตามภาระหน้าที่และความรับผิดชอบที่เกี่ยวข้องกับงานโดยตรงและงานพิเศษ

บทบาทและคุณลักษณะของครูที่ดี

สุภรณ์ ศรีพหล (2515 : 40) ได้ชี้ให้เห็นบทบาทและคุณลักษณะของบุคคลชั้นอาชีพ โดยอ้างอิงรายงานของคณะกรรมการระดับชาติของสหรัฐอเมริกา (Nation Commission on Teacher Education and Professional Standards) ซึ่งได้กำหนดมาตรฐานของบุคคลที่จะเป็นครูไว้ดังนี้

1. ต้องมีความรู้
2. มีทักษะและความรู้เฉพาะในการประกอบอาชีพ

3. มีความสามารถในการตัดสินใจได้อย่างถูกต้องและมีเหตุผลปฏิบัติภารกิจในขอบเขต ด้วยความรับผิดชอบ

4. ให้บริการแก่สังคม มิใช่ทำตามความต้องการหรือผลประโยชน์ส่วนตัว
5. ร่วมมือกับผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการปรับปรุงและบังคับใช้มาตรฐานอาชีพให้สูงขึ้น
6. ประกอบอาชีพเต็มเวลา
7. ค้นคว้าหาความรู้และทักษะใหม่ ๆ เสมอ

จากบทบาทของครูดังกล่าวข้างต้นแสดงให้เห็นว่า การเป็นครูที่ดีนั้นมิใช่เป็นสิ่งที่กระทำได้โดยง่าย หรือมิใช่ใครก็ตามที่มีความรู้แล้วจะสามารถสอนได้ เพราะครูที่ดีนั้นมิใช่แต่จะมีความรู้ความสามารถในเชิงวิชาการเป็นเลิศเท่านั้น แต่จะต้องมีศิลปะการสอนที่ดี มีความสามารถที่จะถ่ายทอดความรู้ ความคิดให้แก่ผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ อีกทั้งยังต้องมีศีลธรรมจรรยาบรรณคือ เป็นผู้มีความประพฤติดี มีความรับผิดชอบ ขยันหมั่นเพียรในการอบรมสั่งสอน ซึ่งเป็นคุณสมบัติครูที่ดีควรจะต้องมีและหมั่นเตือนตนให้ระลึกถึงอยู่เสมอ (เฉลิม มลิตา. 2521)

ถวิล สุริยนต์ และคณะ (2521 : 67-72) ได้กล่าวถึง ลักษณะของครูที่ดีไว้ดังนี้

1. มีลักษณะท่าทางดี เป็นสิ่งจูงใจให้เด็กรัก
2. มีความประพฤติดี เป็นสิ่งจูงใจให้เด็กถือเป็นแบบอย่าง
3. มีอัธยาศัยดี ทำให้เด็กชอบและรักใคร่
4. มีอารมณ์ดี ทำให้เด็กได้รับความสุขและร่าเริง
5. มีความยุติธรรม ทำให้เด็กรักใคร่นับถือ
6. มีความเหมาะสมในการที่จะวางตัวให้เข้ากับคนทุกชั้นทุกวัยได้
7. มีความเอาใจใส่ดูแลทุกข์สุขของเด็ก ทำให้เด็กได้รับความอบอุ่นใจ และเป็นสุข
8. มีการส่งเสริมคุณวุฒิพิเศษในตัวครู ทำให้เด็กนิยมชมชื่น
9. มีความสามารถประกอบการทำงานต่าง ๆ ทำให้เด็กนิยมในความสามารถของครู
10. มีความเป็นผู้นำ ทำให้เด็กเชื่อฟัง
11. มีความรู้ดี ทำให้เกิดความมั่นใจ และเกิดประโยชน์แก่ตัวครู
12. มีการงานดี รู้กลวิธีถ่ายทอดวิชาความรู้ให้กับเด็ก
13. มีอนามัยดี ทำให้มีบุคลิกภาพและเกิดคุณสมบัติอันดีงาม

บุญถิ่น อัตถากร (2524 : 12-17) ได้กล่าวถึงลักษณะของครูที่ดีว่าจะต้องมีลักษณะอย่างน้อย 3 ประการ คือ

1. ครูควรเป็นผู้มีความรู้ คือมีทั้งความรู้ในเนื้อหาวิชา และจะต้องสร้างสมเพิ่มพูนอยู่เสมอ
2. ครูควรเป็นผู้มีความสามารถในการกลวิธีสอน สามารถถ่ายทอดความรู้ แนะนำวิธีทางปัญญา และอบรมชักนำเด็กไปสู่หนทางอันดีงาม
3. ครูควรเป็นผู้ที่เปี่ยมไปด้วยคุณธรรมและวัฒนธรรม

วีรศักดิ์ เพียรชอบ (2527 : 47-52) กล่าวถึงลักษณะของครูที่ดีว่า

1. เป็นผู้ที่มีความรู้ทั้งในด้านวิชาการศึกษาทั่วไป วิชาครู และวิชาพลศึกษา ซึ่งจะช่วยให้ครูเข้าใจหลักการและปรัชญาการศึกษาที่ถูกต้อง สามารถเข้าใจลักษณะและความต้องการทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมของผู้เรียนแต่ละคน สามารถจัดกิจกรรม ประสพการณ์วิธีการสอน วิธีการจัดและการประเมิน การพัฒนาการเรียนของผู้เรียน ให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียนเป็นผลดียิ่งขึ้น

2. เป็นผู้ที่มีความศรัทธาในวิชาชีพพลศึกษาอย่างแท้จริง โดยปฏิบัติดังนี้คือ

2.1 เป็นผู้อยากรู้อยากเห็นด้วยการศึกษาหาความรู้ใหม่ ๆ ในวิชาพลศึกษา

2.2 มีความภาคภูมิใจและจงรักภักดีต่อวิชาชีพพลศึกษาเสมอ

2.3 อุทิศตนเพื่อให้ได้มาซึ่งผลการเรียนพลศึกษา ของผู้เรียนด้วยความบริสุทธิ์ใจ

2.4 ทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อวิชาชีพพลศึกษา

2.5 มีความเอาใจใส่ในสถาบันวิชาชีพด้วยการเป็นสมาชิกของสถาบันวิชาชีพ

2.6 ยึดมั่นในจรรยาบรรณของวิชาชีพพลศึกษา

3. เป็นผู้ที่มีความรู้ในความรับผิดชอบสูง ห่วงใยในงาน และผลซึ่งอาจจะเกิดขึ้นแก่ผู้เรียนเสมอ

4. เป็นผู้ที่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และกระตือรือร้น สามารถปรับปรุงวิธีการสอน วัสดุ และสื่อการสอนอื่นๆ ให้เข้ากับสถานการณ์ที่เป็นอยู่

5. เป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพดี มีสุขภาพสมบูรณ์ รวมทั้งการแต่งกายด้วยเสื้อผ้าที่สะอาดถูกต้องเหมาะสมกับกาลเวลา การออกกำลังกายเป็นประจำ

6. เป็นผู้ที่มีคุณธรรม มีจิตใจโอบอ้อมอารี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และมีน้ำใจเป็นนักกีฬาเป็นตัวอย่างที่ดีแก่ผู้เรียนในเรื่องความสามัคคี ความร่วมมือ การเสียสละ เพื่อประโยชน์ส่วนรวม การเป็นผู้นำ การเป็นผู้ตาม การรับผิดชอบต่อหน้าที่ การเคารพสิทธิผู้อื่น การรู้แพ้รู้ชนะ รู้ภัย เป็นผู้เล่นและผู้ดูที่ดี

7. เป็นผู้มีใจรักเด็ก มีอารมณ์สนุกสนานร่าเริง สามารถปรับตัวให้เข้ากับผู้เรียนและกาลเวลา

วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ (2528 : 23) กล่าวว่า ครูที่ดีต้องมีคุณลักษณะดังนี้

1. เป็นผู้ที่มีสุขภาพดีทั้งทางกายและทางจิต

2. เป็นผู้ที่มีความสามารถในการฝึกอบรม การสอน และการมีส่วนร่วมในกีฬาต่าง ๆ ได้หลายประเภท

3. มีความต้องการและพร้อมที่จะให้บริการแก่นักเรียน และบุคคลทั่วไป

4. ครูหรือผู้ฝึกที่ดีต้องเป็นผู้ที่มีความสามารถในการวิเคราะห์ แยกย่อยทักษะและการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ออกมาให้เด็กเห็นได้อย่างถูกต้องไม่ผิดพลาด

5. มีความสามารถที่จะทำให้นักเรียนเกิดความรู้สึกพึงพอใจและอยากที่จะฝึกหรือเล่นกีฬาต่อไป
6. เป็นผู้มีรูปร่างและลักษณะท่าทางเหมาะสมกับอาชีพครูพลศึกษา
7. เป็นผู้มีลักษณะของความเป็นผู้นำ
8. มีน้ำใจเป็นนักกีฬา และพยายามปลุกฝังให้นักเรียนมีคุณสมบัติของผู้มีน้ำใจเป็นนักกีฬา
9. มีคุณสมบัติอื่น ๆ เป็นส่วนประกอบอีกคือเป็นผู้ที่มีหลักการหรืออุดมคติของตนเอง มีบุคลิก และมีคุณธรรม

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกายที่ดี

คลาก แฮทช์ (Clark Hatch. 1969 : Copy) ได้กำหนดรายละเอียดของคุณสมบัติและหน้าที่ความรับผิดชอบของผู้นำการออกกำลังกาย ไว้ดังนี้

1. มีทักษะในการทดสอบและประเมินผลสมรรถภาพทางกาย
2. รู้การใช้ทักษะทางวิทยาศาสตร์เกี่ยวกับสรีรวิทยาการออกกำลังกาย
3. สามารถเขียนและบรรยายเกี่ยวกับ การฝึกสมรรถภาพทั้งทางด้านแอโรบิก และความแข็งแรง
4. มีความเป็นผู้นำในด้านการออกกำลังกาย สามารถสอนและนำไปปฏิบัติเองได้ในหลายกิจกรรมกีฬา เช่น การวิ่ง ว่ายน้ำ เป็นต้น

5. มีความสามารถทางธุรกิจ

ข้อกำหนดเกี่ยวกับบุคลิกภาพส่วนตัว

1. ต้องมีรูปร่างท่าทาง ที่แข็งแรง ลำสัน มีสัดส่วนดี เรียบร้อย
2. ไม่ดื่มสุรา หรือเกี่ยวข้องกับยาเสพติดชนิดต่าง ๆ
3. มีสติปัญญาฉับไว มีหลักการ ชัดตรงต่อหน้าที่ มองโลกในแง่ดี
4. มีความสนใจและมีประสบการณ์เกี่ยวกับกีฬานิตต่าง ๆ
5. มีบุคลิกภาพ กล้าแสดงออก เป็นมิตร ยิ้มง่าย
6. มีประสบการณ์หรือผ่านการฝึกเรื่องการมีมนุษยสัมพันธ์มาบ้าง

ซึ่งเป็นการยากที่จะสามารถหาผู้นำการออกกำลังกายที่สมบูรณ์พร้อมทุกอย่างทั้งทางวิชาชีพและบุคลิกลักษณะ แต่อย่างไรก็ตามถ้ามีคุณสมบัติสักสองในสามส่วนที่สำคัญต่อวิชาชีพก็ถือว่าเพียงพอที่จะปรับปรุงให้ดีขึ้นได้ ทั้งนี้เพราะในการทำงานนั้นคุณกำลังทำงานอยู่กับมนุษย์ซึ่งมีหลักการเกี่ยวกับมนุษย์อยู่ 6 ข้อที่เกี่ยวข้องกับธุรกิจนี้คือ

1. การตัดสินใจทุกอย่างเกิดขึ้นโดยมนุษย์
2. ในระยะยาว ต้นทุนที่สำคัญที่สุดและเป็นต้นทุนที่ต่อเนื่องในการผลิตของธุรกิจคือ

มนุษย์

3. ทรัพย์สินที่มีค่าที่สุดในธุรกิจนี้คือมนุษย์
4. ด้วยการจัดที่ทำจากสถานที่จริง ผู้นำการออกกำลังกายใช้เวลาถึง 95% ของทุกวันอยู่กับมนุษย์
5. การวางแผนทั้งหมดขึ้นอยู่กับความสามารถและความต้องการของมนุษย์
6. ดังนั้นจงจำไว้ว่า จงมีเวลาเสมอสำหรับมนุษย์ทุกคน ไม่ว่าจะจนหรือรวย

ปาร์คเฮาส์ (Parkhouse. 1976 : 22-27) กล่าวว่าในการเลือกเป็นสมาชิกของสถานบริการออกกำลังกายนั้น เหมือนกับการลงทุน ดังนั้น ก่อนการตัดสินใจเป็นสมาชิกต้องมีการสำรวจและเปรียบเทียบโปรแกรม สถานที่ ราคา และตั้งคำถาม ๆ ตัวเองก่อนว่า “อะไรคือสิ่งที่คุณต้องการ” ซึ่งคำตอบที่ได้จะเป็นแนวทางในการเลือกโปรแกรมและสถานที่ในการออกกำลังกาย แต่สิ่งที่สำคัญในการเลือกเป็นสมาชิกสถานบริการออกกำลังกายนั้น คือ คุณสมบัติของผู้นำการออกกำลังกายโดยดูได้จาก

1. ประวัติการศึกษา (Educational Background)

ควรมีความรู้จัดโปรแกรมได้อย่างมีประสิทธิภาพและปลอดภัย โดยผ่านการฝึกจากวิทยาลัยหรือมหาวิทยาลัย แต่ในสถานบริการออกกำลังกายบางแห่งก็เลือกจากความสามารถทางกีฬาหรือความสามารถในการขายสมาชิก

2. ประกาศนียบัตร (Certification)

โดยปกติแล้วไม่มีข้อบังคับว่าผู้นำการออกกำลังกายต้องได้รับอนุญาตหรือประกาศนียบัตร อย่างไรก็ตามแต่มีองค์กรหลายองค์กรที่จัดอบรมหรือสอบเพื่อรับประกาศนียบัตรทางด้านนี้ ซึ่งองค์กรที่เป็นที่รู้จักกันทั่วไป คือ วิทยาลัยเวชศาสตร์การกีฬาแห่งอเมริกา (America College of Sport Medicine; ACSM) เป็นองค์กรที่จัดอบรมเกี่ยวกับพลศึกษา สรีรวิทยา และเวชศาสตร์ ซึ่งจะมีการพัฒนาเนื้อหาวิชาให้ตรงกับความต้องการการออกกำลังกายที่เพิ่มขึ้น และที่สำคัญผู้นำการออกกำลังกายทุกคนควรมีประกาศนียบัตรทางการช่วยหายใจ (Cardio Pulmonary Resuscitation; CPR)

3. ประสบการณ์ของผู้นำการออกกำลังกาย (Experience and Expertise)

ผู้นำการออกกำลังกายควรมีประสบการณ์ในการทำงานพอสมควร เพราะผู้ใช้บริการแต่ละคนจะมีความต้องการที่แตกต่างกัน

คริส ทีแนน (Kris Tynan. 1998 : 18) ได้กล่าวถึง บทบาทของผู้นำการออกกำลังกายว่ามีหลายบทบาทด้วยกันที่ต้องปฏิบัติ ในบางเวลาที่ต้องเป็นทั้ง ประชาสัมพันธ์ ช่างซ่อมบำรุง อุปกรณ์ การเป็นพนักงานขาย หรือแม้แต่คนทำความสะอาด เป็นต้น ซึ่งบทบาทและหน้าที่บางอย่างจำเป็นต้องมีทักษะและความรู้จำเพาะ เช่น ที่ปรึกษา นักโภชนาการ นักกายภาพบำบัด หรือนักจิตวิทยา ดังนั้นผู้นำการออกกำลังกายที่ดีจึงควรมีบทบาทดังนี้

1. เป็นนักพลศึกษา คือมีภูมิหลังที่ดีในด้านสรีรวิทยาการออกกำลังกาย กายวิภาคศาสตร์ วิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหว เป็นต้น และมีประกาศนียบัตรและความรู้เฉพาะทางในวิชาชีพนี้ ซึ่งเป็นสิ่งที่ต้องพิจารณาก่อนเรื่องอื่น

2. การให้คำปรึกษาและการแนะแนว คือ ความสามารถในการวิเคราะห์บุคลิกภาพของแต่ละบุคคล รู้วิธีการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับคนต่าง ๆ รู้จักการเสนอความช่วยเหลือทั้งในรูปแบบการจูงใจและการแนะแนว เป็นผู้ฟังที่ดี

3. การโฆษณา การประชาสัมพันธ์ และการส่งเสริมกิจกรรมต่าง ๆ สามารถพูดจูงใจคน รู้จักการติดต่อกับสื่อมวลชนต่าง ๆ เรียนรู้เกี่ยวกับการตลาดและรู้จักการเลือกใช้สื่อให้ตรงกับความต้องการ และรู้จักการส่งเสริมให้เกิดการตลาดที่กว้างขวางและมีกำลังซื้อสูง

4. การบริหาร คือรู้จักการจัดเก็บเอกสาร การจัดการในสำนักงานและการจัดการบุคคล ความรู้เบื้องต้นทางด้านคอมพิวเตอร์

5. การจัดการการเงิน รู้จักทำบัญชีเบื้องต้น

6. งานช่าง คือ ต้องรู้จักการตรวจสอบและแจ้งให้ทราบว่าเครื่องมือหรืออุปกรณ์ไหนเสีย ต้องรู้จักการซ่อมแซมบำรุงรักษาเครื่องมือและอุปกรณ์ต่าง ๆ ได้

7. การเป็นตัวอย่างที่ดี คือ ผู้ฝึกสอนการออกกำลังกายต้องมีมาตรฐานการดำรงชีวิตที่จะเป็นแบบอย่างที่ดีต่อการมีสุขภาพที่ดี เป็นแรงบันดาลใจในคนอื่น ๆ

คริส ไดยกตัวอย่างข้อบกพร่องของผู้ประกอบการออกกำลังกายในสถานบริการออกกำลังกายให้สังเกต เช่น

บ่อยครั้งที่มีความประมาท ไม่ระมัดระวังอันตรายที่อาจจะเกิดจากสิ่งอำนวยความสะดวกในสถานบริการออกกำลังกาย

ผู้ประกอบการออกกำลังกายมักจะยื่นเอามือไขว้หลังแบบทหาร แล้วยืนดูเหมือนทหารหรือผู้คุมกำลังคุมนักโทษเสียมากกว่าคอยดูแลสมาชิกในการออกกำลังกาย หรือยืนห่างจากสมาชิกมากเกินไป

ระหว่างสมาชิกกับผู้นำควรจะต้องมีสังคมและการปรึกษาหารือซึ่งกันและกันในเรื่องที่สมาชิกมีปัญหา ให้ความเป็นกันเองกับสมาชิกให้มากที่สุด

ในส่วนการเพิ่มคุณภาพของผู้นำและสถานบริการออกกำลังกาย เมื่อไม่มีสมาชิกมาใช้บริการ ผู้นำก็ควรจะทำกรตรวจเช็ค และทำความสะอาดอุปกรณ์ภายในสถานบริการออกกำลังกาย ให้มีความปลอดภัยและความสะอาดสูงสุด สิ่งต่าง ๆ ข้างต้นเหล่านี้ต้องอาศัยความรู้ในสถานบริการออกกำลังกาย เพื่อทำให้สถานบริการออกกำลังกายนั้น ๆ ได้มาตรฐานที่สูงขึ้น

ตัวอย่างมาตรฐานคุณภาพการบริการของผู้นำการออกกำลังกาย

1. ชุดทำงานดูให้เป็นระเบียบเรียบร้อย
2. ผมหวีแต่งทรงให้ดูเรียบร้อย โกนหนวดเคราให้แลดูสะอาดตา
3. ป้ายชื่อพนักงานต้องติดตลอดเวลา

4. ยึดแสดงอาการยินดีในการแนะนำสมาชิก
5. พยายามรู้จักชื่อและจำชื่อสมาชิกให้ได้
6. ช่วยปรับปรุงกรณีให้สมาชิก
7. ทักทายและขอบคุณเมื่อสมาชิกรับบริการ
8. แนะนำแนวทางในการออกกำลังกายที่ถูกต้อง ปลอดภัย
9. ติดตามผลการออกกำลังกายของสมาชิกว่าเป็นอย่างไรบ้างเมื่อมาออกกำลังกาย ว่ามีการเปลี่ยนแปลงอย่างไรบ้าง
10. ดูแลความสะดวกสบายภายในสถานบริการออกกำลังกายทั้งหมด เช่น เก้าอี้ น้ำ ผ้าเช็ดหน้า ฯลฯ
11. ทำโปรแกรมและสอนเทคนิคการออกกำลังกายให้สมาชิกอย่างมีประสิทธิภาพ
12. สามารถตอบข้อซักถามได้ทั้งทางโทรศัพท์ และในขณะนั้น อย่างถูกต้อง
13. เป็นกันเองกับสมาชิก เช่น สนทนากับสมาชิกถึงเรื่องต่าง ๆ ที่สมาชิกสนใจเป็นผู้ฟังที่ดี ใช้ชื่อสมาชิกในการสนทนา สนใจในสิ่งที่สมาชิกพูดถึง ฯลฯ
14. มีการจัดกิจกรรมทั้งภายในและภายนอกสถานบริการออกกำลังกาย
15. มีการให้รางวัลหรือของขวัญในวันพิเศษหรือกิจกรรมพิเศษ เช่น ในวันเกิด วันปีใหม่ เทศกาลต่าง ๆ หรือมีการจัดการแข่งขันขึ้นภายในสถานบริการออกกำลังกาย ฯลฯ

ปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อการปฏิบัติงานให้สำเร็จ

บุชเชอร์ (Bucher. 1972 : 158) กล่าวว่า คนส่วนมากเข้าใจว่าครูพลศึกษานั้นต้องเป็นคนมีภูมิหลังเป็นนักกีฬามาก่อนก็เป็นการเพียงพอแล้ว ซึ่งเป็นการเข้าใจผิด ทั้งนี้เพราะว่าคนที่จะเป็นครูพลศึกษาได้นั้นจะต้องมีคุณสมบัติด้านอื่น ๆ อีกมาก เช่น ความเฉลียวฉลาด รู้เทคนิคการสอน มีบุคลิกลักษณะดี มีศีลธรรมสูง ซื่อสัตย์ ไม่มีการทางร่างกาย มีความเคลื่อนไหวที่ถูกต้อง มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ยินดีช่วยเหลือผู้อื่น ใช้ภาษาได้ถูกต้อง และร่วมกิจกรรมกับคนอื่น ๆ ได้ นอกจากนั้นครูพลศึกษาจะต้องเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ สามารถเข้ากับนักเรียนได้ดี

นอกจากนี้ จอห์น บาร์ริเจอร์ (John Barriger. 1972 : 70) ยังได้กล่าวว่าครูพลศึกษาที่พึงปรารถนาควรมีลักษณะ ดังนี้

1. มีบุคลิกที่ดี ลักษณะที่ดีและอารมณ์มั่นคง
2. มีวุฒิทางพลศึกษาก่อนที่จะทำการสอนพลศึกษา
3. มีภูมิหลังทางด้านวัฒนธรรมกว้างขวาง
4. เข้าใจและชื่นชมสิ่งแวดล้อมเกี่ยวกับการสอน
5. สนใจในการสอนเด็กมากกว่าการสอนเนื้อหา

6. มีรากฐานในการวางแผนเกี่ยวกับการเรียนรู้ คือความรู้เกี่ยวกับการเจริญเติบโตของเด็กและการพัฒนาการของเด็ก

7. มีประสิทธิภาพในการสร้างความสัมพันธ์กับเด็ก เพื่อนครูและผู้ปกครอง

8. เข้าใจภาระหน้าที่ของงานพลศึกษาที่หลักสูตรได้กำหนดและสนใจโปรแกรมทั้งหมดของโรงเรียน

9. สนใจในวิชาของตนและพยายามปรับปรุงวิชาชีพ

10. สามารถบอกความหมายทางการพลศึกษาแก่คนอื่นได้

11. สาธิตกิจกรรมที่น่าสนใจแก่เด็ก

12. มีคุณสมบัติในการสาธิตทักษะเบื้องต้นและการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ของกิจกรรมพลศึกษา

13. มีความเป็นอิสระ ยุติธรรม และเคารพต่อนักเรียนทุกคน โดยเฉพาะเด็กที่พิการและเด็กที่มีความสามารถต่ำกว่าปกติ

จากทัศนะของนักการศึกษาทั้งในประเทศและต่างประเทศ ที่เกี่ยวกับบทบาทและคุณลักษณะของครูที่ดี ทำให้ผู้วิจัยคาดว่าปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลที่เกี่ยวข้องกับความสำเร็จในวิชาชีพ น่าจะประกอบไปด้วยสิ่งต่อไปนี้

1. บุคลิกภาพ

2. เจตคติต่อวิชาชีพ

3. ลักษณะความเป็นผู้นำ

4. ความต้องการสัมฤทธิ์ผล

5. มโนทัศน์แห่งตน

6. ความรู้สึกรับผิดชอบ

7. ความเชื่อมั่นในตนเอง

ปัจจัยดังกล่าวข้างต้นมีรายละเอียดดังนี้

บุคลิกภาพ

สิ่งที่มีความสำคัญต่อประสิทธิภาพในการสอนอย่างยิ่งอีกประการหนึ่งก็คือ บุคลิกภาพของผู้สอน

บุคลิกภาพ (Personality) หมายถึง ลักษณะต่าง ๆ ทุกอย่าง que แสดงออกซึ่งมีอิทธิพลสำคัญต่อการแสดงพฤติกรรม

แอลพอร์ต (Allport. 1968 : 14) ให้ความหมายของบุคลิกภาพ คือ ระบบทางจิตที่มีพลังในตัวบุคคลเป็นตัวกำหนดการปรับตัวตามแบบฉบับของแต่ละบุคคล

รูสเซล (Russel. 1972 : 20) กล่าวว่า บุคลิกภาพคือแบบแห่งลักษณะของบุคคล และวิธีการแสดงออก ซึ่งกำหนดการปรับตัวตามแบบของแต่ละบุคคล

แรนดอลล์ (Randall. 1971 : 97) กล่าวว่า บุคลิกภาพคือคุณลักษณะต่าง ๆ ได้แก่ ทางกาย สติปัญญา กำลังใจ สังคมและอารมณ์

สรุปได้ว่า บุคลิกภาพ คือ ลักษณะทางกาย สติปัญญา อารมณ์ ทักษะ ทักษะ ความสนใจ ความเชื่อ ค่านิยม การยอมรับของตนเองและผู้อื่น ที่แต่ละบุคคลจะแสดงออกมา

สุมิตร คุณานุกร (2528 : 17) กล่าวว่า สิ่งที่จะช่วยให้การสอนดำเนินไปด้วยดีอย่างหนึ่ง คือ บุคลิกภาพของผู้สอน เพราะการแสดงออกของผู้สอนไม่แต่เพียงเป็นสิ่งที่มียุทธวิธีในการที่จะทำให้นักเรียนตามอย่างเท่านั้น แต่อาจจะเป็นสิ่งกระทบกระเทือนถึงการสอนด้วย ครูที่มีกิริยาท่าทางดี อารมณ์ดี และมีความเห็นอกเห็นใจนักเรียนดี ย่อมจะปกครองนักเรียนในชั้นได้ดีด้วย ในการที่จะทำให้การสอนเป็นผลดีไม่ได้อาศัยความเป็นระเบียบวินัยในชั้นอย่างเคร่งครัดเลย แต่อาศัยความเข้าใจของครูที่มีต่อนักเรียนเป็นอย่างดีต่างหาก ซึ่งจะเป็นสิ่งหนึ่งที่ทำให้นักเรียนเกิดความสนใจในตัวครูและในวิชาที่สอนได้เหมือนกัน

บุคลิกภาพมีส่วนทำให้การสอนมีประสิทธิภาพด้วย ซึ่ง โมลีย์ (Mouley. 1973 : 16) กล่าวว่า อาจารย์ที่สอนดีต้องมีอารมณ์มั่นคง สุขภาพ รอบคอบ อดทน มีอารมณ์ขัน และยุติธรรม ทั้งนี้ อเล็กซานเดอร์ (Alexander. 1978 : 30) เสริมว่า บุคลิกภาพของครูมีความสำคัญต่อการสอนไม่ว่าจะระดับมหาวิทยาลัย หรือฝึกหัดครู หรือระดับมัธยม โดยที่อาจารย์ต้องมีลักษณะของการเป็นครูที่ดี (Characteristics of Good Teachers) ได้แก่ ให้ความเป็นกันเอง เข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล สุขุมรอบคอบ และมีความเชื่อมั่นในตัวเอง นอกจากนี้ เคลเลอร์ (Keller. 1978 : 62-66) กล่าวว่า พฤติกรรมของอาจารย์ที่มีประสิทธิภาพในการสอนต้องกระตือรือร้น จริงใจ และแม่นยำในหลักวิชาที่สอน รู้จิตวิทยาการสอน รู้จักชักจูงใจ ชอบช่วยเหลือ ตัดสินปัญหาได้อย่างฉลาด และใช้อุปกรณ์การสอนได้ดี

เจตคติต่อวิชาชีพ

เจตคติ หรือทัศนคติ (Attitude) หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ อันเป็นผลเนื่องมาจากการเรียนรู้และประสบการณ์ ซึ่งเมื่อเกิดขึ้นแล้วจะเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมหรือพร้อมที่จะตอบสนองต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ในทำนองใดทำนองหนึ่ง การแสดงออกของเจตคติโดยอาศัยพฤติกรรมนี้จะไปเป็นไปในสองลักษณะ คือ เจตคติเชิงนิมิต (Positive Attitude) คือ ลักษณะที่เป็นการแสดงออกในทางพึงพอใจ เช่น ชอบ รัก เห็นด้วย อีกลักษณะหนึ่ง คือเจตคติเชิงนิเสธ (Negative Attitude) ซึ่งเป็นการแสดงออกของพฤติกรรมในลักษณะไม่พึงพอใจ เช่นเกลียดชัง คัดค้าน ไม่เห็นด้วย เป็นต้น

ผู้ที่มีเจตคติที่ดีต่อวิชาชีพ จะต้องมองเห็นว่าอาชีพเป็นอาชีพที่ดี เช่น มีเงินเดือน มีผู้อื่นเคารพนับถือ เป็นงานสุจริต มีเกียรติในสังคม มีความเจริญก้าวหน้า ซึ่งมีความสำคัญยิ่งในการพัฒนาตนเองของผู้ประกอบอาชีพ และพัฒนางานในหน้าที่ให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลตามอุดมคติและอุดมการณ์ (สมบัติ ภู่นวล. 2533 : 21-22)

ลักษณะความเป็นผู้นำ

ความเป็นผู้นำ เป็นคุณสมบัติของผู้นำ มีนักการศึกษาหลายท่านได้ให้คำนิยามคำว่า “ความเป็นผู้นำ” ไว้ดังนี้

เฮมฟิล (Hemphil. 1969 : 18) นักจิตวิทยาสังคม กล่าวว่า ความเป็นผู้นำเป็นพฤติกรรมของบุคคลแต่ละบุคคลผู้ซึ่งเกี่ยวข้องกับการแนะนำกิจกรรมของหมู่คณะ ผู้นำที่มีความสามารถจะต้องประเมินผลงานให้แต่ละคนตัดสินใจที่จะทำงานของหมู่คณะได้ด้วยความสามารถของตนเอง และให้งานนั้นบรรลุจุดมุ่งหมายอย่างมีประสิทธิภาพ

ออร์ดเวย์ ทีด (Ordway Tead. 1976 : 103) กล่าวถึงคุณลักษณะที่จำเป็นในการเป็นผู้นำไว้ 10 ประการ ดังนี้

1. มีพลังทางร่างกายและประสาทสมบูรณ์
2. มีญาณสำนึกที่จะหยั่งรู้ยังเห็นจุดหมายขอบข่าย และแนวทางของงาน
3. มีความกระตือรือร้น เป็นคนขยัน
4. มีมิตรจิต มิตรใจ มีน้ำใจไมตรีน่ารักใคร่ชื่นชม
5. มีความเที่ยงธรรม บริสุทธิยุติธรรม
6. มีความรอบรู้ในทางเทคนิควิธีและวิชาการต่าง ๆ มีความรู้ดี มีประสบการณ์
7. มีความเด็ดขาดหรือเด็ดเดี่ยวในการบริหารงาน การตัดสินใจเด็ดขาด ตกลงใจได้

รวดเร็ว ใช้วิจารณ์ญาณตัดสินใจด้วยความชำนาญ

8. มีไหวพริบ เฉลียวฉลาด
9. มีความสามารถในการถ่ายทอด
10. มีความศรัทธาต่องานและผู้ร่วมงาน

พัชนี วรกวิน (2524 : 38) กล่าวว่า ความเป็นผู้นำ เป็นลักษณะความสามารถอย่างหนึ่งของบุคคลที่ทำให้สมาชิกปฏิบัติตามแนวทางที่ตนวางไว้เพื่อให้งานสำเร็จตามจุดมุ่งหมายด้วยความเต็มใจ

เดโช สวานนท์ (2528 : 191-194) กล่าวว่า คุณลักษณะของผู้นำ จะต้องต้องมีหรือฝึกให้มีคุณลักษณะดังนี้

1. ความริเริ่ม
2. ความใกล้ชิดกับสมาชิกในหมู่คณะ
3. ความเป็นตัวแทนของหมู่คณะ
4. การสมานไมตรีและสร้างสามัคคีธรรม
5. การแบ่งสรรงาน
6. การบังคับบัญชา
7. การตัดสินใจ
8. การติดต่อสื่อสาร

9. การเคารพในความคิดเห็นของผู้อื่น
10. การยอมรับ
11. ผลงาน
12. ความเสียสละ
13. การรู้จักผู้ร่วมงาน
14. ความสามารถ

ความต้องการสัมฤทธิ์ผล (Aims for Achievement)

แมคเคลแลนด์ (McClelland, 1969 : 152) ได้ให้คำจำกัดความของความ ต้องการสัมฤทธิ์ผลไว้ว่า หมายถึง ความปรารถนาที่จะทำสิ่งใด ให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี หรือทำให้ดีกว่าบุคคลอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ ความรู้สึกสบายใจ เมื่อประสบความสำเร็จ และมีความวิตกกังวลเมื่อประสบความสำเร็จล้มเหลว และจากการศึกษาของแมคเคลแลนด์ พบว่าผู้ต้องการสัมฤทธิ์ผลสูงจะมีลักษณะดังนี้

1. กล้าเสี่ยง หมายถึง การใช้ความสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ที่ยากพอสมควร ด้วยการตัดสินใจที่แน่นอน เพราะเชื่อมั่นในความสามารถของตนว่าจะทำได้สำเร็จ
2. กระตือรือร้น หมายถึง ความขยันขันแข็งในงานที่ต้องใช้ความสามารถมานะพากเพียรต่อสิ่งที่ท้าทาย ยั่วความสามารถของตน
3. ความรับผิดชอบในตนเอง ชอบที่จะมีเสรีภาพในการคิดและทำสิ่งต่าง ๆ ไม่ต้องให้คนอื่นมาคอยชี้แนะ
4. มีความต้องการที่จะทราบว่าการตัดสินใจของตนเป็นอย่างไร และพยายามทำให้ดีขึ้นกว่าเดิม เมื่อทราบแน่ชัดว่าการกระทำของตนเกิดผลอย่างไร
5. ความสามารถในการคาดการณ์ล่วงหน้า และมีแผนการระยะยาว
6. ความสามารถในการจัดระบบงาน

มโนทัศน์แห่งตน (Self Concept)

โยธิน ศันสนยุทธ์ (2524 : 120) กล่าวว่า มโนทัศน์แห่งตน หมายถึง ความรู้สึกตอบสนองต่อตนเอง ในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ด้านค่านิยมทางการศึกษา คือ ความรู้สึกต่อตนเองในด้านสติปัญญา นิสัย การเรียน แรงจูงใจ ทักษะในการอ่าน การแข่งขันเกี่ยวกับความสามารถการเลือกอาชีพ
2. ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล คือ ความรู้สึกต่อตนเองในด้านที่เกี่ยวข้องกับบุคคลอื่น ความสามารถในการคบเพื่อน
3. ด้านการปรับตัวทางอารมณ์ คือ ความรู้สึกต่อตัวเองทางด้านความกดดันทางอารมณ์ ความวิตกกังวลใจ ความสุข ความเครียด ความเหนื่อยหน่าย

การเรียนรู้ของบุคคล เกิดจากประสบการณ์ที่บุคคลได้ตอบสนองความต้องการของเขา เพื่อให้ร่างกายอยู่ในสภาพสมดุล การที่บุคคลพยายามที่จะตอบสนอง ความต้องการนี้เองทำให้ต้องปะทะกับสิ่งแวดล้อม ตามวิธีการที่คิดว่าเหมาะสม เพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ต้องการ ขณะเดียวกัน บุคคลก็ต้องประเมินผลการกระทำของตนเอง เพื่อให้พฤติกรรมของตนเป็นไปตามปทัสฐานของสังคม เพราะการประเมินผลตนเอง แล้วนำผลไปเปรียบเทียบกับอื่น ๆ นี้เองทำให้เกิดมโนทัศน์แห่งตนขึ้น

ความรู้สึกรับผิดชอบ

ฟลิปโป (Flippo. 1960 : 245) สรุปความหมายของความรู้สึกรับผิดชอบไว้ว่า เป็นความผูกพันในการที่จะปฏิบัติหน้าที่ให้สำเร็จลุล่วงไปได้ และความสำเร็จนี้เกี่ยวข้องกับปัจจัย 3 ประการ คือ พันธะผูกพัน หน้าที่การงาน และวัตถุประสงค์

สมพงศ์ ตีรพันธ์ (2517 : 15-20) ได้กล่าวถึงความรู้สึกรับผิดชอบไว้ว่า เป็นความมีระเบียบวินัย เคารพในกฎเกณฑ์ มีความละเอียดรอบคอบ พึ่งตนเอง สามารถบังคับตนเองได้และจัดกลุ่มพฤติกรรมที่แสดงถึงความรู้สึกรับผิดชอบ ไว้ 7 กลุ่ม คือ

1. ปฏิบัติงานที่ได้รับมอบหมายด้วยความเต็มใจ
2. กล้าเผชิญความจริง
3. รักษาสิทธิและหน้าที่ของตน
4. ปฏิบัติตามระเบียบโดยเคร่งครัด
5. คอยติดตามผลงานเพื่อปรับปรุงให้ดีขึ้น
6. มีความซื่อสัตย์ไว้วางใจได้
7. รักษาทรัพย์สินสมบัติส่วนรวม เหมือนของตนเอง

ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self-Confidence)

เสริมศักดิ์ วิชาลาภรณ์ (2528 : 27) ได้กล่าวถึง ความเชื่อมั่นในตนเองไว้ว่า เป็นความรู้สึกสำนึกและเป็นประโยชน์ที่ทำให้เกิดความเข้มแข็งแก่แผนการดำเนินชีวิต ความเชื่อมั่นในตนเองจะเป็นพลังในการต่อสู้กับปัญหาต่าง ๆ ได้ด้วยความมั่นใจ และได้สรุปพฤติกรรมของผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองไว้ดังนี้

1. มั่นใจในการกระทำของตน และมั่นใจว่าจะประสบความสำเร็จในสิ่งที่กระทำลงไป
2. ไม่หลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่เป็นปัญหา และมีความสามารถในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี
3. กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าตัดสินใจ และกล้าเผชิญความจริง
4. มีความรับผิดชอบสูง
5. มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

6. ไม่เชื่อผู้อื่นโดยไร้เหตุผล
7. ปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ได้ง่าย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในประเทศ

เฮลด์ และมัวร์ (Heald and Moor. 1968 : 142) ได้ทำการศึกษาวิจัยถึงคุณสมบัติของบุคคลที่จะมีอาชีพครูว่า ต้องมีลักษณะทางกายและใจต่างจากอาชีพอื่น ๆ คือ

1. จะต้องมีการพิจารณา
2. จะต้องมีความสัมพันธ์อันดี
3. จะต้องมีความเมตตาและป้องกันคนอื่น
4. จะต้องมีความละเอียดปราณีต
5. จะต้องมองโลกในแง่ดี
6. มีอารมณ์คงที่
7. หลีกเลี่ยงการวิจารณ์ผู้อื่น
8. เต็มใจที่จะทำงานมากกว่าผู้อื่น

โอกิลวี่ และทัทโก (Ogilvie and Tutko. 1970 : 70-80) ได้ทำการศึกษาลักษณะบุคลิกภาพของผู้ฝึกสอน โดยตั้งสมมติฐานที่น่าสนใจ ในการวิจัยหลายอย่าง และได้เสนอแนะว่า ผู้ฝึกสอนที่มีความก้าวหน้าในการสอนกีฬาระดับมหาวิทยาลัยจะพยายามเลือกผู้เล่นที่มีความก้าวร้าวด้วยและผู้ฝึกสอนที่มีลักษณะหัวโบราณจะไม่ยอมเปลี่ยนแปลงอะไร และมีแนวโน้มที่จะเลือกหาตัวนักกีฬาที่มีลักษณะหัวโบราณด้วย สรุปว่า ผู้ฝึกสอนจะทำงานดีที่สุดกับผู้เล่นที่มีบุคลิกภาพหลายประการคล้ายคลึงกันกับตนเอง สถานการณ์กับการสอนที่มีลักษณะแบบอย่างเดียวกันอาจจะหรือไม่อาจจะสนับสนุนการศึกษาวิจัยได้ โดยผู้วิจัยได้ตั้งข้อสังเกตไว้ว่าผู้สอนจำนวนไม่น้อยที่สามารถทำงานอย่างประสบความสำเร็จ กับนักกีฬา ซึ่งมีคุณลักษณะที่แตกต่างไปจากบุคลิกภาพของตนเอง ผู้ฝึกสอนที่ได้ชื่อว่าเป็นผู้ฝึกสอนที่ก้าวร้าว มักจะทำงานได้ดีกับนักกีฬาที่ต้องการอยากจะได้เล่น แต่สำหรับผู้ฝึกสอนอีกผู้หนึ่งอาจจะมียุทธวิธีหลอหลอมนักกีฬาที่มีบุคลิกภาพอีกแบบหนึ่งให้ทำงานร่วมกับเขาได้ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทั้งหลาย จะเป็นไปตามระยะเวลา และไม่ตายตัวเสมอไปในแง่ความสัมพันธ์ระหว่างผู้ฝึกสอนกับนักกีฬา นักกีฬาคณะหนึ่งมีโอกาสพบกับผู้ฝึกสอนหลาย ๆ คนหลาย ๆ แบบ และผู้ฝึกสอนคณะหนึ่งก็มีโอกาสได้พบกับนักกีฬาหลาย ๆ รูปแบบ ผู้ฝึกสอนอีกหลายคนจึงมองไม่เห็นความจำเป็นที่จะต้องปรับตัวให้เข้ากับบุคลิกภาพของนักกีฬาที่เป็นคนเก่งหรือ “ดารา นักกีฬาที่มีชื่อเสียง” เพราะถ้าผู้ฝึกสอนไม่สามารถจะพูดคุยติดต่อกับนักกีฬาคณะหนึ่งได้ ผู้ฝึกสอนก็ยังมียุทธวิธีกับคนอื่นจะพูดคุยได้

บุชเชอร์ (Bucher. 1972 : 560) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ลักษณะของครูที่ดีและคุณสมบัติที่เป็นประโยชน์ต่อวิชาชีพ โดยใช้แบบสอบถามถามกลุ่มบุคคลที่จะเป็นครูพลศึกษาในอนาคตว่ามีทัศนคติต่อการพลศึกษาอย่างไรบ้าง สรุปลักษณะไว้ดังนี้

1. ครูอาจประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ของการสอนได้ ถ้าหากครูสามารถร่วมกิจกรรมได้ เป็นสมาชิกชุมชนต่าง ๆ รู้จักคน มีความเห็นใจ มีมนุษยสัมพันธ์
2. เป็นนักวิชาการชอบศึกษาหาความรู้จากวิชาต่าง ๆ ศึกษาหาความรู้ก่อนสอน

ริชชี (Richey. 1985 : 52-54) ได้ศึกษาเรื่องคุณลักษณะของครูที่ดี โดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นครูในโรงเรียนประถมศึกษาในเมืองนิวยอร์ก จำนวน 500 คน พบว่า ครูที่ดีควรมีลักษณะปรับตัวได้ดี ลักษณะท่าทางดึงดูดใจ มีความสนใจกว้างขวาง ชอบถาม แม่นยำ แน่นนอน รู้แน่แท้ตลอด เมตตากรุณา ไม่เห็นแก่ตัว รู้จักร่วมมือ คงเส้นคงวา กระตือรือร้น พุดคล่อง กล้า มั่นคง และเป็นตัวของตัวเอง ตัดสินใจดี มองเห็นการณ์ไกล สุภาพเรียบร้อย สุขภาพดี ซื่อสัตย์ ขยัน อดทน ลักษณะเป็นผู้นำ มีความคิดริเริ่ม เชื่อมั่นในตนเอง มีเสน่ห์ ร่าเริง มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน เข้าสังคมได้ดี เสียสละ สุอาดเรียบร้อย มีความชำนาญ รักความก้าวหน้า ไม่ผัดวันประกันพรุ่ง รสนิยมดี ฉลาด คุมตัวเองได้ ประหยัด

โอกูระ และยามากูชิ (Ogura and Yamaguchi. 1988 : 89-92) ได้ทำการศึกษาถึงสาเหตุของการออกจากการเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพ : กรณีศึกษาจากการจัดการ พบว่าจำนวนของศูนย์สุขภาพในญี่ปุ่นมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วในเวลา 5 ปีที่ผ่านมา เนื่องจากความตื่นตัวทางด้านสุขภาพ อย่างไรก็ตามจำนวนการออกจากการเป็นสมาชิกกลายเป็นปัญหาสำคัญสำหรับศูนย์สุขภาพ. วัตถุประสงค์ของการศึกษาครั้งนี้ เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ของการเข้าเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพในเดือนพฤษภาคม 2530 แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 กลุ่มตามความถี่ของการใช้บริการในช่วง 2 เดือนแรก กลุ่มที่ 1 ผู้ใช้ระดับน้อย (0-1 ครั้ง) กลุ่มที่ 2 ผู้ใช้ระดับกลาง (2-5 ครั้ง) และกลุ่มที่ 3 ผู้ใช้ระดับมาก (6-31 ครั้ง) ค่าเฉลี่ยของระดับของการออกจากการเป็นสมาชิกที่ศึกษามา พบว่าระดับของการออกจากการเป็นสมาชิกของกลุ่มผู้ใช้ระดับน้อยสูงที่สุดใน 3 กลุ่ม ความถี่ของผู้ใช้ระดับมากแสดงให้เห็นระดับความคงที่อย่างต่อเนื่องจะเห็นได้ว่าความถี่ของการมาใช้บริการระหว่าง 2 เดือนแรก เป็นสิ่งในการตัดสินใจออกจากการเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพ

ยามากูชิ และโอกาดะ (Yamaguchi and Okada. 1988 : 102-105) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการเข้าร่วมเป็นสมาชิกกับศูนย์สุขภาพ : ตามการรับรู้ของผู้ใช้บริการ พบว่า แม้ว่าการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกายจะเพิ่มมากขึ้น แต่ความตั้งใจที่จะเข้าร่วมกับโปรแกรมกีฬายังมีน้อย วัตถุประสงค์ของการศึกษาครั้งนี้ก็เพื่อตรวจสอบปัจจัยในการเข้าร่วมเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพ ตามการรับรู้ของผู้ใช้บริการ ปัจจัยต่าง ๆ มีดังนี้

1. ความพึงพอใจในอุปกรณ์ สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวก
2. ความพึงพอใจที่มีต่อเจ้าหน้าที่
3. ความพึงพอใจในกิจกรรมการออกกำลังกาย

ข้อมูลได้มาจากสมาชิก 168 คน ของศูนย์สุขภาพเอกชน 5 สาขา โตเกียวประเทศญี่ปุ่น การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม ทดสอบสมมติฐาน เพื่ออธิบายปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพคือ ความพึงพอใจในกิจกรรมการออกกำลังกาย ประมาณ 23% การเข้าเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพได้พิจารณาจากการจัดการที่ดี

ไบรอัน (Brian. 1990 : 106) ได้วิจัยเพื่อหาสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อการไม่ต่อสมาชิกของสถานบริการออกกำลังกายในระหว่างปี 1986-1988 จำนวน 400 คน ซึ่งใช้การสอบถามทางโทรศัพท์ โดยมี 4 หัวข้อ คือ

1. องค์ประกอบส่วนบุคคล เช่น การสูบบุหรี่ พฤติกรรมการออกกำลังกาย
2. องค์ประกอบทางโปรแกรม เช่น ผู้ฝึกสอนการออกกำลังกาย อุปกรณ์ เครื่องมือ
3. องค์ประกอบอื่น ๆ เช่น การบาดเจ็บ การทำงาน
4. ประเมินตามสถานการณ์ เช่น ราคาสมาชิก เวลา การมีเพื่อน

ซึ่งไม่มีความแตกต่างทางสมมติฐานตามมาตรฐานค่าของ ลิเคิร์ท ทั้ง 13 กลุ่ม เช่น อายุ เพศ ฯลฯ เมื่อวิเคราะห์ความแปรปรวนที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.5 พบว่ามีความแตกต่างกันมากกว่า 2 กลุ่ม ผลการวิเคราะห์ พบว่า เป็นคนผิวขาว 93.1% แต่งงานแล้ว 66.7% มีอายุระหว่าง 20-40 ปี 60.2% ทำงานในสำนักงาน 64% ไม่สูบบุหรี่ 81.6% และเป็นหญิง 48.2% ที่มาออกกำลังกายกับเพื่อนมากกว่าผู้ชาย 24.8% ซึ่งเหตุผลสำคัญที่ทำให้ไม่ต่อสมาชิกในสถานบริการออกกำลังกายคือ องค์ประกอบส่วนบุคคล โปรแกรม และสถานการณ์ต่าง ๆ

งานวิจัยในประเทศไทย

ผาณิต บิลมาศ (2522 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาคุณลักษณะของครูพลศึกษาที่พึงปรารถนาสำหรับโรงเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร จากความคิดเห็นของอาจารย์ใหญ่หรือผู้อำนวยการและหัวหน้าสายพลศึกษา ผลการศึกษาพบว่า คุณลักษณะของครูพลศึกษาที่พึงปรารถนาสำหรับโรงเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร ควรประกอบด้วยคุณลักษณะที่สำคัญดังนี้

1. ด้านการสอน ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่มีความรู้ ความเข้าใจ ความมุ่งหมายหลักสูตรพลศึกษา และรู้จักมุ่งหมายของการจัดการศึกษาของชาติ
2. ด้านสุขภาพทางกายและสุขภาพทางจิต ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่มีความคล่องแคล่ว ว่องไว และมีสมรรถภาพทางกายดี
3. ด้านวิชาการ ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่มีความรู้เรื่องอันตรายที่จะเกิดจากการเรียนกิจกรรมพลศึกษา และเอาใจใส่เรื่องป้องกันโรคติดต่อ

4. ด้านบุคลิกภาพ ครูพลศึกษาเป็นผู้ที่มีการควบคุมอารมณ์และอดทนไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคทั้งปวง
5. ด้านคุณธรรมความประพฤติและการมีน้ำใจนักกีฬา ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบในหน้าที่การงาน และซื่อสัตย์สุจริต
6. ด้านมนุษยสัมพันธ์ ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่ปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่น ๆ ได้ดี และให้ความร่วมมือในกิจกรรมพลศึกษาของนักเรียน
7. ด้านการอบรมการปกครองและการเป็นผู้นำ ครูพลศึกษาควรเป็นตัวอย่างที่ดีและรักษาความลับของนักเรียน
8. ด้านการเป็นพลเมืองดีในสังคมประชาธิปไตย ครูพลศึกษาควรยึดมั่นในสถาบันชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และรู้จักรักษาความลับของทางราชการ
9. ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง และการเป็นตัวของตัวเอง ครูพลศึกษาควรเป็นผู้มีความภูมิใจในอาชีพ มีสัจจะ และซื่อตรงต่อตนเอง
10. ด้านการกีฬาและความสามารถทางกีฬา ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่สามารถสอนและเข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาได้หลายอย่าง และมีลักษณะท่าทางของนักกีฬา

โกสินทร์ น้ำใจทหาร (2526 : 146-150) ได้ศึกษาคุณลักษณะของอาจารย์ที่พึงประสงค์ในวิทยาลัยพลศึกษา ผลการศึกษาพบว่า

1. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านการสอน อาจารย์พลศึกษาต้องเป็นผู้ที่มีความสามารถในการเลือกกิจกรรมเพื่อการฝึกทักษะที่สอน เข้าสอนสม่ำเสมอ และตรงเวลา มีความยุติธรรม ในการวัดและประเมินผลผู้เรียน มีการกำหนดวัตถุประสงค์ของการเรียนในแต่ละวิชาได้ชัดเจน
2. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านการสอน อาจารย์พลศึกษาต้องเป็นผู้ที่มีความสามารถในทักษะวิชาชีพเฉพาะอย่าง ฝึกและปรับปรุงความสามารถทางทักษะอยู่เสมอแสวงหาความรู้เพิ่มเติม อยู่เป็นนิจ มีความรู้ในเนื้อหาวิชากว้างขวาง แม่นยำ ถูกต้อง ทันสมัย
3. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านสุขภาพทางกายและจิตใจ อาจารย์พลศึกษาควรเป็นผู้มีความสนใจในการออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬาเป็นประจำ ต้องเป็นผู้มีอารมณ์ เยือกเย็นเป็นคนที่เหตุผลมีความภาคภูมิใจในวิชาชีพของตน งดเว้นจากสิ่งเสพติดให้โทษทุกชนิด
4. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านมนุษยสัมพันธ์ อาจารย์พลศึกษาควรเป็นผู้ที่มีความสนใจ ให้ความร่วมมือช่วยเหลืองานส่วนรวม วางตนให้เหมาะสมกับกาลเทศะ บุคคลและสังคม ให้ความเคารพต่อผู้บังคับบัญชา เปิดโอกาสให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็น มีอัธยาศัยไมตรีกับคนทั่วไป และยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้เรียน
5. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านบุคลิกภาพทั่วไป อาจารย์พลศึกษาควรเป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความรับผิดชอบในหน้าที่การงานสูง กระตือรือร้นในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ร่าเริง ยิ้มแย้มแจ่มใส มีความตรงไปตรงมา และจิตใจสูง พุดจาจะฉาน และใช้ภาษาได้ถูกต้อง

6. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านการมีคุณธรรมและน้ำใจนักกีฬา อาจารย์พลศึกษา มีคุณธรรมสูง มีระเบียบวินัย และปฏิบัติอย่างเคร่งครัด รู้จักใช้วิจารณญาณในการไตร่ตรอง อย่างมีเหตุผล มีความสำคัญต่อการรู้แพ้ รู้ชนะ รู้ภัย เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

7. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านการเป็นพลเมืองดีในสังคมประชาธิปไตย อาจารย์พลศึกษาควรยึดมั่นในสถาบันชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ รู้จักเคารพและปฏิบัติตามหน้าที่และสิทธิของตนเอง ทั้งผู้อื่น ยอมรับและให้ความร่วมมือตามมติส่วนรวมและสนับสนุนกิจกรรมต่าง ๆ ที่อนุรักษ์วัฒนธรรมไทย

มนตรี ไชยพันธ์ (2527 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง บทบาทของครูพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ตามการรับรู้ของตนเอง โดยส่งแบบสอบถามไปยังครูพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษาในส่วนภูมิภาค จำนวน 288 คน โดยศึกษาครอบคลุมบทบาทของครูพลศึกษาเกี่ยวกับการเรียนการสอน นักเรียน โรงเรียน ชุมชนและบทบาทที่เกี่ยวกับวิชาชีพ ผลการวิจัยพบว่า

บทบาทที่ครูพลศึกษาปฏิบัติในระดับสูงสุด เรียงตามบทบาทที่ศึกษา คือ

1. ปลุกฝังความมีน้ำใจนักกีฬาขณะสอน
2. ควบคุมดูแลความปลอดภัยของนักเรียน
3. ฝึกสอนกีฬาและน่านักเรียนไปแข่งขันกีฬายานนอกโรงเรียน
4. เป็นกรรมการในการแข่งขันกีฬาชุมชน
5. สร้างภาพพจน์ที่ดีเกี่ยวกับความเป็นครูพลศึกษา

ปรีชา เผือกขวัญดี (2531 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติ ตามทัศนะของนักฟุตบอลที่ฝึกสอน ผู้จัดการทีม และผู้สื่อข่าวกีฬา ซึ่งประกอบไปด้วยคุณลักษณะของการปฏิบัติงาน 6 ด้าน คือ ด้านส่วนตัว ด้านเนื้อหาวิชา ด้านการวางแผนและเตรียมการฝึกซ้อม ด้านวิธีการสอน ในการฝึกซ้อม และด้านการประเมินผล ผลการศึกษาพบว่า

1. นักฟุตบอล ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีมและผู้สื่อข่าวกีฬามีทัศนะว่าคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติแต่ละด้านปฏิบัติอยู่ในระดับกลาง ส่วนคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติในแต่ละด้านอยู่ในระดับสูง
2. นักฟุตบอล ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม และผู้สื่อข่าวกีฬา มีทัศนะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติ ในแต่ละด้านและทุกด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะที่พึงประสงค์สูงกว่าคุณลักษณะที่เป็นจริง
3. นักฟุตบอล ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม และผู้สื่อข่าวกีฬา มีทัศนะต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติ ในแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน
4. นักฟุตบอล ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม และผู้สื่อข่าวกีฬา มีทัศนะต่อลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติ ในแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน

สมบูรณ์ แวนวิชัย (2540 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องบทบาทที่พึงประสงค์และที่เป็นจริงของครูพลศึกษา ในโรงเรียนประถมศึกษา เขตการศึกษา 7 ตามการรับรู้ของผู้บริหาร ผู้ร่วมงาน และครูพลศึกษา การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบบทบาทที่พึงประสงค์และที่เป็นจริงของครูพลศึกษา ในโรงเรียนประถมศึกษา เขตการศึกษา 7 ตามการรับรู้ของผู้บริหาร ผู้ร่วมงาน และครูพลศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ผู้บริหาร ผู้ร่วมงานและครูพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 7 ผู้วิจัยได้ส่งแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 1,062 ชุด ไปให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม หลังจากนั้นได้นำข้อมูลที่ได้รับกลับคืนมา จำนวน 1,020 ชุด คิดเป็นร้อยละ 96.23 มาวิเคราะห์ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่า “ที” และวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว เพื่อเปรียบเทียบบทบาทของครูพลศึกษา ตามการรับรู้ของผู้บริหาร ผู้ร่วมงานและครูพลศึกษา ผลการวิจัยพบว่า

1. บทบาทที่พึงประสงค์กับบทบาทที่เป็นจริงของครูพลศึกษา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. การรับรู้บทบาทของครูพลศึกษาทั้งบทบาทที่พึงประสงค์และบทบาทที่เป็นจริงของผู้บริหาร ผู้ร่วมงานและครูพลศึกษา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ธีรวัฒน์ แสงรักษา (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องคุณลักษณะที่เป็นจริงและคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็น ผู้บริหารสถานบริหารกายและสมาชิกสถานบริหารกาย ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 500 คน ประกอบด้วย ผู้บริหารสถานบริหารกาย จำนวน 50 คนสมาชิกสถานบริหารกาย จำนวน 450 คน ผลการศึกษาพบว่า

1. ผู้บริหารในสถานบริหารกาย เป็นชาย คิดเป็นร้อยละ 70 มีอายุระหว่าง 40-45 ปี คิดเป็นร้อยละ 46 มีวุฒิการศึกษาระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 86 มีระยะเวลาเริ่มปฏิบัติงานในสถานบริหารกายจนกระทั่งถึงปัจจุบัน มากกว่า 9 ปี คิดเป็นร้อยละ 56
2. คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความรู้ตามทัศนะของผู้บริหาร มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ในระดับมาก ในด้านมีความรู้ ความเข้าใจในหลักการปฐมพยาบาลและความปลอดภัย คิดเป็นร้อยละ 50 ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความรู้ ตามทัศนะของผู้บริหาร พบว่ามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์อยู่ในระดับมากที่สุดในทุกด้าน
3. คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความสามารถและทักษะตามทัศนะของผู้บริหาร มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ในระดับน้อย ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความสามารถและทักษะ ตามทัศนะของผู้บริหาร พบว่ามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์อยู่ในระดับมากที่สุดในทุกด้าน

4. คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ ตามทัศนะของผู้บริหาร มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ในระดับมากที่สุดสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดี ร้อยละ 44 ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายในด้านบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ ตามทัศนะของผู้บริหาร พบว่ามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ในระดับมากที่สุดในทุกด้าน

5. สมาชิกสถานบริหารกาย เป็นหญิง ร้อยละ 66.88 มีอายุระหว่าง 36-40 ปี คิดเป็นร้อยละ 30 มีวุฒิการศึกษาต่ำกว่าระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 53.24 และระยะเวลาที่ใช้บริการจนกระทั่งถึงปัจจุบัน 2-6 เดือน คิดเป็นร้อยละ 30.80

6. คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความรู้ของสมาชิกสถานบริหารกาย มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ในระดับน้อย มีความเข้าใจขอบข่ายการจัดโปรแกรมการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับผู้ใช้บริการ คิดเป็นร้อยละ 32.50 ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความรู้ ตามทัศนะของสมาชิกการบริหารกาย พบว่ามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์อยู่ในระดับมากที่สุดในด้าน มีความเข้าใจในหลักการของการออกกำลังกายและการใช้บริการที่ดี ร้อยละ 66

7. คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความสามารถและทักษะตามทัศนะของสมาชิกสถานบริหารกาย มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ในระดับมากที่สุด ที่สามารถใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสมและถูกต้อง ร้อยละ 44.44 ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความสามารถและทักษะ ตามทัศนะของผู้บริหาร พบว่ามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์อยู่ในระดับมากที่สุด

8. คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ ตามทัศนะของสมาชิกสถานบริหารกาย มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ในระดับมากที่สุดสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดี ร้อยละ 66 ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายในด้านบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ ตามทัศนะของสมาชิกสถานบริหารกาย พบว่ามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ในระดับมากในการวางตัวให้เหมาะสมกับกาลเทศะของสังคมและบุคคล ร้อยละ 52.8

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การวิจัยเรื่องบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ใน กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ ผู้จัดการ ผู้ร่วมงาน ผู้นำการออกกำลังกาย และสมาชิก ในสถานบริการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 43 แห่ง โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 แห่ง ดังต่อไปนี้

- | | | |
|------------------------|-------|-----------------|
| 1. ผู้จัดการ | จำนวน | 30 คน |
| 2. ผู้ร่วมงาน | จำนวน | 100 คน |
| 3. ผู้นำการออกกำลังกาย | จำนวน | 100 คน |
| 4. สมาชิก | จำนวน | 300 คน แบ่งเป็น |
| 4.1 สมาชิกชาย | จำนวน | 150 คน |
| 4.2 สมาชิกหญิง | จำนวน | 150 คน |

ตาราง 1 แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

แหล่งข้อมูล	จำนวน	
	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
ผู้จัดการ	43	30
ผู้ร่วมงาน	267	100
ผู้นำการออกกำลังกาย	194	100
สมาชิก	9,579	300
รวม	10,083	530

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามทัศนคติและมาตรฐานค่าซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเกี่ยวกับบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร โดยแบ่งเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามที่ต้องการทราบ รายละเอียดส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามทัศนคติและการประมาณค่าบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ซึ่งลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตรฐานค่า (Rating Scale) โดยแบ่งเป็น 3 ด้าน คือ

1. บทบาทด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้
2. บทบาทด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม
3. บทบาทด้านการบริการ

การประมาณค่า กำหนดไว้ 5 ระดับ ดังนี้

- 5 หมายถึง บทบาทที่เป็นจริงหรือที่พึงประสงค์ มากที่สุด
- 4 หมายถึง บทบาทที่เป็นจริงหรือที่พึงประสงค์ มาก
- 3 หมายถึง บทบาทที่เป็นจริงหรือที่พึงประสงค์ ปานกลาง
- 2 หมายถึง บทบาทที่เป็นจริงหรือที่พึงประสงค์ น้อย
- 1 หมายถึง บทบาทที่เป็นจริงหรือที่พึงประสงค์ น้อยที่สุด

ส่วนที่ 3 ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับบทบาทในการปฏิบัติงานของผู้นำการออกกำลังกาย
ด้านต่าง ๆ

ขั้นตอนการสร้างแบบสอบถาม

ในการดำเนินการสร้างแบบสอบถามบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามลำดับดังนี้

1. ศึกษาบทบาท คุณสมบัติ บุคลิกภาพ ลักษณะและสมรรถภาพของผู้นำการออกกำลังกาย
2. ศึกษามาตรฐานของผู้ฝึกกีฬา จากตำรา คู่มือ เอกสาร ประสพการณ์ และการสอบถามจากผู้เชี่ยวชาญ
3. สัมภาษณ์อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญที่มีประสบการณ์และความสามารถในการสอน การใช้อุปกรณ์ประกอบการออกกำลังกายและการออกกำลังกายประกอบจังหวะดนตรีเพื่อกำหนดขอบเขตของมาตรฐานค่าว่าจะประเมินผู้นำการออกกำลังกายด้านใดบ้าง
4. นำขอบเขตที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญ สรุปเป็นขอบเขตต่าง ๆ 3 บทบาท คือ
 - 4.1 บทบาทด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้

4.2 บทบาทด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม

4.3 บทบาทด้านการบริการ

5. นำขอบเขตด้านต่าง ๆ มาสร้างข้อย่อยของแบบสอบถาม

6. นำแบบสอบถามฉบับร่าง ไปให้ประธานและกรรมการควบคุมปริญญาบัตรตรวจสอบแก้ไข

7. นำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน เพื่อหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) ได้แก่

7.1 อาจารย์สุกัญญา พานิชเจริญนาม อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

7.2 ผู้ช่วยศาสตราจารย์แผน เจียรนัย อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

7.3 อาจารย์สุทธิ พานิชเจริญนาม อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

8. นำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้กับผู้จัดการผู้ร่วมงาน ผู้นำการออกกำลังกายและสมาชิกที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง คือ โรงแรมเชอราตัน แกรนด์ สุขุมวิท จังหวัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 30 คน เพื่อหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (Reliability) โดยวิธีหาสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient)

ได้ค่าความเชื่อมั่นของบทบาทที่เป็นจริง เท่ากับ .81 บทบาทที่พึงประสงค์ เท่ากับ .87 และความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ .79

9. นำแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ที่ผ่านการพิจารณาแล้ว นำไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาต่อไป

วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสอบถามดังนี้

1. ติดต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อขอความอนุเคราะห์ ขอความร่วมมือต่อผู้จัดการสถานบริการออกกำลังกายในกรุงเทพมหานคร ในการแจกแบบสอบถาม

2. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปให้กลุ่มตัวอย่างตอบ พร้อมนัดหมายวันรับแบบสอบถามกลับคืน

3. ผู้วิจัยเก็บรวบรวมแบบสอบถามด้วยตนเอง

4. ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามที่ได้รับคืน

5. นำแบบสอบถามมาตรวจสอบความสมบูรณ์ และนำไปดำเนินการวิเคราะห์ โดยใช้วิธีการทางสถิติต่อไป

วิธีจัดกระทำกับข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายมาวิเคราะห์ข้อมูล โดยนำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามทั้งหมดคำนวณหาค่าความถี่และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตารางและความเรียง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการศึกษาค้นคว้า

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
%	แทน	ค่าร้อยละ
f	แทน	ความถี่ของกลุ่มตัวอย่าง

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายมาวิเคราะห์ข้อมูล โดยนำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามทั้งหมดคำนวณหาค่าความถี่และหาร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตารางและความเรียง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์
ของผู้นำการออกกำลังกาย ใช้การคำนวณความถี่และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตารางและ
ความเรียง ผู้ตอบแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม คือ

- | | |
|------------------------|-----------------------|
| 1. ผู้จัดการ | จำนวน 30 คน |
| 2. ผู้ร่วมงาน | จำนวน 100 คน |
| 3. ผู้นำการออกกำลังกาย | จำนวน 100 คน |
| 4. สมาชิก | จำนวน 300 คน แบ่งเป็น |
| 4.1 สมาชิกชาย | จำนวน 150 คน |
| 4.2 สมาชิกหญิง | จำนวน 150 คน |

สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามโดยละเอียด มีดังนี้

ตาราง 2 แสดงสถานภาพของผู้จัดการ

สถานภาพ		N	%
1. เพศ	ชาย	24	80.00
	หญิง	6	20.00
2. อายุ	25 ปีและต่ำกว่า	-	-
	26-30 ปี	13	43.33
	31-35 ปี	11	36.67
	36-40 ปี	3	10.00
	41-45 ปี	2	6.67
	46-50 ปี	1	3.33
	มากกว่า 50 ปี	-	-
3. ระยะเวลาที่ปฏิบัติงานตามสถานภาพ ในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน	น้อยกว่า 1 ปี	-	-
	1-3 ปี	17	56.67
	4-6 ปี	10	33.33
	7-9 ปี	3	10.00
	มากกว่า 9 ปี	-	-
4. วุฒิทางการศึกษาสูงสุด	ต่ำกว่าปริญญาตรี	-	-
	ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	19	63.33
	ปริญญาโท	11	36.67
	ปริญญาเอก	-	-

จากตาราง 2 แสดงว่า ผู้จัดการในสถานบริการออกกำลังกาย เป็นชายร้อยละ 80.00 เป็นหญิงร้อยละ 20.00 มีอายุ 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 43.33 อายุ 31-35 ปีคิดเป็นร้อยละ 36.67 มีระยะเวลาที่ปฏิบัติงานตามสถานภาพในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน มีระยะเวลา 1-3 ปี คิดเป็นร้อยละ 56.67 เวลา 4-6 ปี คิดเป็นร้อยละ 33.33 เวลา 7-9 ปี คิดเป็นร้อยละ 10.00 มีวุฒิทางการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 63.33 ระดับปริญญาโท คิดเป็นร้อยละ 36.67 ตามลำดับ

ตาราง 3 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ตามทัศนะของผู้จัดการ

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกาย		บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. ศึกษาถึงความรู้ทางด้านวิชาการ การออกกำลังกาย และนำเทคนิควิธีการมาสอนให้กับสมาชิกผู้มาใช้บริการ	N %	4 13.33	10 33.33	13 43.33	3 10.00	-	27 90.00	3 10.00	-	-	-
2. มีความรู้เกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย อย่างถูกต้อง	N %	3 10.00	15 50.00	10 33.33	2 6.67	-	20 66.67	10 33.33	-	-	-
3. ทำการทดสอบสมรรถภาพทางกายของสมาชิก ก่อนและหลังการออกกำลังกาย	N %	9 30.00	10 33.33	10 33.33	1 3.34	-	18 60.00	12 40.00	-	-	-
4. เลือกและสร้างโปรแกรมการออกกำลังกายให้ เหมาะสมและตรงตามวัตถุประสงค์ของสมาชิก	N %	3 10.00	6 20.00	14 46.67	7 23.33	-	21 70.00	9 30.00	-	-	-
5. แนะนำวิธีการและเทคนิคในการออกกำลังกายอย่าง ถูกต้องและเหมาะสม ด้วยหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา ตลอดจนการป้องกันการบาดเจ็บที่จะเกิดขึ้น	N %	8 26.67	10 33.33	20 66.67	2 6.67	-	19 63.33	11 36.67	-	-	-
6. แนะนำการใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ รวมถึงเรื่องโภชนาการ การพักผ่อน ตลอดทั้งประโยชน์ที่จะได้รับแก่สมาชิก	N %	5 16.67	10 33.33	12 40.00	3 10.00	-	24 80.00	6 20.00	-	-	-
7. ติดตามผลการจัดโปรแกรมให้แก่สมาชิกเป็นระยะ ๆ	N %	4 13.33	5 16.67	17 53.67	4 13.33	-	23 76.67	7 23.33	-	-	-
8. จัดกิจกรรมพิเศษเกี่ยวกับการออกกำลังกายทั้งในร่ม และกลางแจ้ง	N %	2 6.67	12 40.00	14 46.66	2 6.67	-	19 63.33	11 36.67	-	-	-
9. สามารถเป็นผู้นำการออกกำลังกายโดยการเดิน แอโรบิกแดนซ์ได้	N %	7 23.33	8 26.67	10 33.33	5 16.67	-	26 86.67	4 13.33	-	-	-
10. มีความรู้เกี่ยวกับภาษาอังกฤษ หรือ ภาษาต่างประเทศ	N %	4 13.33	9 30.00	15 50.00	2 6.67	-	23 76.67	7 23.33	-	-	-
รวม	f	49	100	120	31	-	220	80	-	-	-
	%	16.33	33.33	40.00	10.34	-	73.33	26.67	-	-	-

จากตาราง 3 แสดงให้เห็นว่าบทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้าน ความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ตามทัศนะของผู้จัดการ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็น อยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 40.00 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็น อยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 73.33

ตาราง 4 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ตามทัศนะของผู้จัดการ

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกาย		บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. ฝึกฝนตนเองให้มีทักษะที่ดีในแต่ละกิจกรรมการออกกำลังกาย	N %	3 10.00	10 33.33	17 56.67	- -	- -	6 20.00	24 80.00	- -	- -	- -
2. มีบุคลิกภาพที่ดี เป็นผู้รักษาสมรรถภาพและรูปร่างที่ดี	N %	5 16.67	10 33.33	15 50.00	- -	- -	5 16.67	25 83.33	- -	- -	- -
3. ศึกษาหาความรู้ เทคนิค และวิธีการใหม่ ๆ ของกิจกรรมแต่ละอย่างอยู่เสมอ	N %	4 13.33	7 23.33	16 53.34	3 10.00	- -	10 33.33	20 66.67	- -	- -	- -
4. เสียสละต่อหน้าที่ในการจัดกิจกรรมหรือสอนทักษะ	N %	1 3.33	9 30.00	18 60.00	2 6.67	- -	3 10.00	27 90.00	- -	- -	- -
5. มีความรักในวิชาชีพการเป็นผู้นำการออกกำลังกาย	N %	2 6.67	6 20.00	22 73.33	- -	- -	5 16.67	25 83.33	- -	- -	- -
6. มีมารยาทที่ดี รู้จักกาลเทศะกับสมาชิกในขณะปฏิบัติหน้าที่	N %	5 16.67	10 33.33	15 50.00	- -	- -	12 40.00	18 60.00	- -	- -	- -
7. มีความเต็มใจในการสอนกิจกรรมแต่ละกิจกรรมให้กับสมาชิกทุกคน	N %	3 10.00	8 26.67	17 56.67	2 6.66	- -	10 33.33	20 66.67	- -	- -	- -
8. เผยแพร่ความรู้ โน้มน้าว ชักชวน ให้สมาชิกรู้จักรักการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องและตลอดไป	N %	- -	4 13.33	21 70.00	5 16.67	- -	9 30.00	21 70.00	- -	- -	- -
9. ตรงต่อเวลาในแต่ละกิจกรรม เช่น การสอนเต้นแอโรบิก	N %	- -	9 30.00	15 50.00	6 20.00	- -	14 46.67	16 53.33	- -	- -	- -
10. ซื่อสัตย์ สุจริตในวิชาชีพการเป็นผู้นำการออกกำลังกาย	N %	6 20.00	10 33.33	14 46.67	- -	- -	18 60.00	12 40.00	- -	- -	- -
รวม	f	29	83	170	18	-	92	208	-	-	-
	%	9.66	27.67	56.67	6.00	-	30.67	69.33	-	-	-

จากตาราง 4 แสดงให้เห็นว่าบทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ตามทัศนะของผู้จัดการ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 56.67 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 69.33

ตาราง 5 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในด้านการบริการ ตามทัศนะของผู้จัดการ

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกาย		บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. ต้อนรับสมาชิกด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน	N	9	12	9	-	-	27	3	-	-	-
	%	30.00	40.00	30.00	-	-	90.00	10.00	-	-	-
2. เอาใจใส่และสอนสมาชิกได้เป็นอย่างดี	N	7	13	10	-	-	20	10	-	-	-
	%	23.34	43.33	33.33	-	-	66.67	33.33	-	-	-
3. แนะนำสมาชิกใหม่ที่ยังไม่คุ้นเคยกับสถานที่ด้วยอาการยิ้มแย้ม แจ่มใส	N	3	10	17	-	-	25	5	-	-	-
	%	10.00	33.33	56.67	-	-	83.33	16.67	-	-	-
4. ทักทายและขอบคุณสมาชิกที่มาใช้บริการด้วยความสุภาพเรียบร้อย	N	3	17	10	-	-	19	11	-	-	-
	%	10.00	56.67	33.33	-	-	63.33	36.67	-	-	-
5. ชักชวนให้สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ภายในสถานที่นั้น ๆ ให้ครบทุกจุด	N	5	6	19	-	-	18	12	-	-	-
	%	16.67	20.00	63.33	-	-	60.00	40.00	-	-	-
6. ทำความสะอาด และดูแลสภาพของอุปกรณ์อยู่เสมอ	N	-	10	17	3	-	21	9	-	-	-
	%	-	33.33	56.67	10.00	-	70.00	30.00	-	-	-
7. เสียสละทำงานที่นอกเหนือหน้าที่ให้กับสถานที่บริการนั้น ๆ ด้วยความเต็มใจ	N	3	9	13	5	-	24	6	-	-	-
	%	10.00	30.00	43.33	16.67	-	80.00	20.00	-	-	-
8. แนะนำสมาชิกให้ตรวจสุขภาพหรือเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ สมรรถภาพทางกายถ้ามีการจัดกิจกรรมพิเศษขึ้น	N	2	18	10	-	-	17	13	-	-	-
	%	6.67	60.00	33.33	-	-	56.67	43.33	-	-	-
9. การพูดต้อนรับ ทักทายสมาชิกทั้งระหว่างการสอน และหลังการสอนด้วยอัธยาศัยที่ดี	N	5	6	19	-	-	25	5	-	-	-
	%	16.67	20.00	63.33	-	-	83.33	16.67	-	-	-
10. บริการตอบข้อซักถามทั้งทางโทรศัพท์และในขณะนั้น ๆ	N	5	10	15	-	-	22	8	-	-	-
	%	16.67	33.33	50.00	-	-	73.33	26.67	-	-	-
รวม	f	42	111	139	8	-	218	82	-	-	-
	%	14.00	37.00	46.33	2.67	-	72.67	27.33	-	-	-

จากตาราง 5 แสดงให้เห็นว่าบทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านการบริการ ตามทัศนะของผู้จัดการ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.33 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 72.67

ตาราง 6 แสดงสถานภาพของผู้ร่วมงาน

สถานภาพ		N	%
1. เพศ	ชาย	37	37.00
	หญิง	63	63.00
2. อายุ	25 ปีและต่ำกว่า	51	51.00
	26-30 ปี	32	32.00
	31-35 ปี	17	17.00
	36-40 ปี	-	-
	41-45 ปี	-	-
	46-50 ปี	-	-
	มากกว่า 50 ปี	-	-
3. ระยะเวลาที่ปฏิบัติงานตามสถานภาพ ในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน	น้อยกว่า 1 ปี	23	23.00
	1-3 ปี	57	57.00
	4-6 ปี	15	15.00
	7-9 ปี	5	5.00
	มากกว่า 9 ปี	-	-
4. วุฒิทางการศึกษาสูงสุด	ต่ำกว่าปริญญาตรี	57	57.00
	ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	41	41.00
	ปริญญาโท	2	2.00
	ปริญญาเอก	-	-

จากตาราง 6 แสดงว่า ผู้ร่วมงานในสถานบริการออกกำลังกาย เป็นชายร้อยละ 37.00 เป็นหญิงร้อยละ 63.00 มีอายุ 25 ปีและต่ำกว่า คิดเป็นร้อยละ 51.00 อายุ 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 32.00 อายุ 31-35 ปีคิดเป็นร้อยละ 17.00 มีระยะเวลาที่ปฏิบัติงานตามสถานภาพในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน มีระยเวลาน้อยกว่า 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 23.00 เวลา 1-3 ปี คิดเป็นร้อยละ 57.00 เวลา 4-6 ปี คิดเป็นร้อยละ 15.00 เวลา 7-9 ปี คิดเป็นร้อยละ 5.00 มีวุฒิทางการศึกษาด้านปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 57.00 ระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 41.00 ระดับปริญญาโท คิดเป็นร้อยละ 2.00 ตามลำดับ

ตาราง 7 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ตามทัศนะของผู้ร่วมงาน

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกาย		บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. ศึกษาถึงความรู้ทางด้านวิชาการ การออกกำลังกาย และนำเทคนิควิธีการมาสอนให้กับสมาชิกผู้มาใช้บริการ	N %	12 12.00	31 31.00	53 53.00	4 4.00	-	72 72.00	28 28.00	-	-	-
2. มีความรู้เกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย อย่างถูกต้อง	N %	10 10.00	35 35.00	50 50.00	5 5.00	-	75 75.00	25 25.00	-	-	-
3. ทำการทดสอบสมรรถภาพทางกายของสมาชิก ก่อนและหลังการออกกำลังกาย	N %	20 20.00	43 43.00	30 30.00	7 7.00	-	67 67.00	33 33.00	-	-	-
4. เลือกและสร้างโปรแกรมการออกกำลังกายให้ เหมาะสมและตรงตามวัตถุประสงค์ของสมาชิก	N %	14 14.00	30 30.00	50 50.00	6 6.00	-	77 77.00	23 23.00	-	-	-
5. แนะนำวิธีการและเทคนิคในการออกกำลังกายอย่าง ถูกต้องและเหมาะสม ด้วยหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา ตลอดจนการป้องกันการบาดเจ็บที่จะเกิดขึ้น	N %	9 9.00	18 18.00	67 67.00	6 6.00	-	83 83.00	17 17.00	-	-	-
6. แนะนำการใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ รวมถึงเรื่องโภชนาการ การพักผ่อน ตลอดจนทั้งประโยชน์ที่จะได้รับแก่สมาชิก	N %	14 14.00	22 22.00	58 58.00	4 4.00	2 2.00	68 68.00	32 32.00	-	-	-
7. ติดตามผลการจัดโปรแกรมให้แก่สมาชิกเป็นระยะ ๆ	N %	10 10.00	17 17.00	72 72.00	-	1 1.00	79 79.00	21 21.00	-	-	-
8. จัดกิจกรรมพิเศษเกี่ยวกับการออกกำลังกายทั้งในร่ม และกลางแจ้ง	N %	8 8.00	19 19.00	60 60.00	10 10.00	3 3.00	74 74.00	26 26.00	-	-	-
9. สามารถเป็นผู้นำการออกกำลังกายโดยการเดิน แอโรบิคตามซีได้	N %	5 6.00	14 14.00	53 53.00	18 18.00	10 10.00	77 77.00	23 23.00	-	-	-
10. มีความรู้เกี่ยวกับภาษาอังกฤษ หรือ ภาษาต่างประเทศ	N %	15 16.00	24 24.00	38 38.00	17 17.00	6 6.00	86 86.00	14 14.00	-	-	-
รวม	f	117	253	531	78	22	758	242	-	-	-
	%	11.70	25.30	53.10	7.80	2.20	75.80	24.20	-	-	-

จากตาราง 7 แสดงให้เห็นว่าบทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ตามทัศนะของผู้ร่วมงาน ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53.10 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 75.80

ตาราง 8 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกําลังกาย
ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ตามทัศนะของผู้ร่วมงาน

บทบาทของผู้นำการออกกําลังกาย		บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. ฝึกฝนตนเองให้มีทักษะที่ดีในแต่ละกิจกรรมการออกกําลังกาย	N %	9 9.00	32 32.00	54 54.00	5 5.00	-	85 85.00	15 15.00	-	-	-
2. มีบุคลิกภาพที่ดี เป็นผู้รักษาสมรรถภาพและรูปร่างที่ดี	N %	2 2.00	35 35.00	56 56.00	7 7.00	-	70 70.00	25 25.00	5 5.00	-	-
3. ศึกษาหาความรู้ เทคนิค และวิธีการใหม่ ๆ ของกิจกรรมแต่ละอย่างอยู่เสมอ	N %	-	36 36.00	42 42.00	19 19.00	3 3.00	79 79.00	19 19.00	2 2.00	-	-
4. เสียสละต่อหน้าที่ในการจัดกิจกรรมหรือสอนทักษะ	N %	15 15.00	43 43.00	40 40.00	2 2.00	-	83 83.00	17 17.00	-	-	-
5. มีความรักในวิชาชีพการเป็นผู้นำการออกกําลังกาย	N %	8 8.00	17 17.00	65 65.00	10 10.00	-	74 74.00	26 26.00	-	-	-
6. มีมารยาทที่ดี รู้จักกาลเทศะกับสมาชิกในขณะปฏิบัติหน้าที่	N %	4 4.00	20 20.00	59 59.00	11 11.00	6 6.00	79 79.00	21 21.00	-	-	-
7. มีความเต็มใจในการสอนกิจกรรมแต่ละกิจกรรมให้กับสมาชิกทุกคน	N %	9 9.00	37 37.00	39 39.00	15 15.00	-	78 78.00	22 22.00	-	-	-
8. เผยแพร่ความรู้ โน้มน้าว ชักชวน ให้สมาชิกรู้จักรักการออกกําลังกายอย่างต่อเนื่องและตลอดไป	N %	6 6.00	21 21.00	55 55.00	10 10.00	1 1.00	69 69.00	31 31.00	-	-	-
9. ตรงต่อเวลาในแต่ละกิจกรรม เช่น การสอนเดิน แอโรบิก	N %	15 15.00	19 19.00	55 55.00	10 10.00	1 1.00	84 84.00	16 16.00	-	-	-
10. ซื่อสัตย์ สุจริตในวิชาชีพการเป็นผู้นำการออกกําลังกาย	N %	27 27.00	15 15.00	50 50.00	6 6.00	2 2.00	89 89.00	11 11.00	-	-	-
รวม	f	95	275	515	103	12	790	203	7	-	-
	%	9.50	27.50	51.50	10.30	1.20	79.00	20.30	7.00	-	-

จากตาราง 8 แสดงให้เห็นว่าบทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกําลังกาย ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ตามทัศนะของผู้ร่วมงาน ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 51.50 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 79.00

ตาราง 9 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในด้านการบริการ ตามทัศนะของผู้ร่วมงาน

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกาย		บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. ต้อนรับสมาชิกด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน	N	15	24	47	14	-	87	13	-	-	-
	%	15.00	24.00	47.00	14.00	-	87.00	13.00	-	-	-
2. เอาใจใส่และสอนสมาชิกได้เป็นอย่างดี	N	18	12	51	19	-	80	20	-	-	-
	%	18.00	12.00	51.00	19.00	-	80.00	20.00	-	-	-
3. แนะนำสมาชิกใหม่ที่ยังไม่คุ้นเคยกับสถานที่ด้วยอาการยิ้มแย้ม แจ่มใส	N	14	31	51	4	-	84	16	-	-	-
	%	14.00	31.00	51.00	4.00	-	84.00	16.00	-	-	-
4. ทักทายและขอบคุณสมาชิกที่มาใช้บริการด้วยความสุภาพเรียบร้อย	N	17	46	35	2	-	75	25	-	-	-
	%	17.00	46.00	35.00	2.00	-	75.00	25.00	-	-	-
5. ชักชวนให้สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ภายในสถานที่นั้น ๆ ให้ครบทุกจุด	N	19	14	58	9	-	79	21	-	-	-
	%	19.00	14.00	58.00	9.00	-	79.00	21.00	-	-	-
6. ทำความสะอาด และดูแลสภาพของอุปกรณ์อยู่เสมอ	N	6	17	54	23	-	75	22	3	-	-
	%	6.00	17.00	54.00	23.00	-	75.00	22.00	3.00	-	-
7. เสียสละทำงานที่นอกเหนือหน้าที่ให้กับสถานที่บริการนั้น ๆ ด้วยความเต็มใจ	N	4	18	68	10	-	74	21	5	-	-
	%	4.00	18.00	68.00	10.00	-	74.00	21.00	5.00	-	-
8. แนะนำสมาชิกให้ตรวจสุขภาพหรือเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ สมรรถภาพทางกายถ้ามีการจัดกิจกรรมพิเศษขึ้น	N	9	10	62	17	2	76	24	-	-	-
	%	9.00	10.00	62.00	17.00	2.00	76.00	24.00	-	-	-
9. การพูดต้อนรับ ทักทายสมาชิกทั้งระหว่างการสอน และหลังการสอนด้วยอัธยาศัยที่ดี	N	12	38	43	7	-	81	19	-	-	-
	%	12.00	38.00	43.00	7.00	-	81.00	19.00	-	-	-
10. บริการตอบข้อซักถามทั้งทางโทรศัพท์และในขณะนั้น ๆ	N	10	27	53	10	-	83	17	-	-	-
	%	10.00	27.00	53.00	10.00	-	83.00	17.00	-	-	-
รวม	f	124	237	522	115	2	794	198	8	-	-
	%	12.40	23.70	52.20	11.50	0.20	79.40	19.80	0.80	-	-

จากตาราง 9 แสดงให้เห็นว่าบทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านการบริการ ตามทัศนะของผู้ร่วมงาน ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 52.20 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 79.40

ตาราง 10 แสดงสถานภาพของผู้นำการออกกำลังกาย

สถานภาพ		N	%
1. เพศ	ชาย	69	69.00
	หญิง	31	31.00
2. อายุ	25 ปีและต่ำกว่า	57	57.00
	26-30 ปี	34	34.00
	31-35 ปี	9	9.00
	36-40 ปี	-	-
	41-45 ปี	-	-
	46-50 ปี	-	-
	มากกว่า 50 ปี	-	-
3. ระยะเวลาที่ปฏิบัติงานตามสถานภาพ ในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน	น้อยกว่า 1 ปี	23	23.00
	1-3 ปี	54	54.00
	4-6 ปี	17	17.00
	7-9 ปี	6	6.00
	มากกว่า 9 ปี	-	-
4. วุฒิทางการศึกษาสูงสุด	ต่ำกว่าปริญญาตรี	6	6.00
	ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	89	89.00
	ปริญญาโท	5	5.00
	ปริญญาเอก	-	-

จากตาราง 10 แสดงว่า ผู้นำการออกกำลังกายในสถานบริการออกกำลังกาย เป็นชาย ร้อยละ 69.00 เป็นหญิงร้อยละ 31.00 มีอายุ 25 ปีและต่ำกว่า คิดเป็นร้อยละ 57.00 อายุ 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 34.00 อายุ 31-35 ปี คิดเป็นร้อยละ 9.00 มีระยะเวลาที่ปฏิบัติงานตามสถานภาพในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน มีระยเวลาน้อยกว่า 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 23.00 เวลา 1-3 ปี คิดเป็นร้อยละ 54.00 เวลา 4-6 ปี คิดเป็นร้อยละ 17.00 เวลา 7-9 ปี คิดเป็นร้อยละ 6.00 มีวุฒิทางการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 6.00 ระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 89.00 ระดับปริญญาโท คิดเป็นร้อยละ 5.00 ตามลำดับ

ตาราง 11 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ตามทัศนะของผู้นำการออกกำลังกาย

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกาย		บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. ศึกษาถึงความรู้ทางด้านวิชาการ การออกกำลังกาย และนำเทคนิควิธีการมาสอนให้กับสมาชิกผู้มาใช้บริการ	N %	15 15.00	27 27.00	58 58.00	- -	- -	87 87.00	13 13.00	- -	- -	- -
2. มีความรู้เกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย อย่างถูกต้อง	N %	17 17.00	22 22.00	51 51.00	10 10.00	- -	85 85.00	15 15.00	- -	- -	- -
3. ทำการทดสอบสมรรถภาพทางกายของสมาชิก ก่อนและหลังการออกกำลังกาย	N %	8 8.00	11 11.00	58 58.00	23 23.00	- -	86 86.00	14 14.00	- -	- -	- -
4. เลือกและสร้างโปรแกรมการออกกำลังกายให้ เหมาะสมและตรงตามวัตถุประสงค์ของสมาชิก	N %	14 14.00	33 33.00	53 53.00	- -	- -	89 89.00	11 11.00	- -	- -	- -
5. แนะนำวิธีการและเทคนิคในการออกกำลังกายอย่าง ถูกต้องและเหมาะสม ด้วยหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา ตลอดทั้งการป้องกันการบาดเจ็บที่จะเกิดขึ้น	N %	9 9.00	27 27.00	64 64.00	- -	- -	80 80.00	20 20.00	- -	- -	- -
6. แนะนำการใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ รวมถึงเรื่องโภชนาการ การพักผ่อน ตลอดทั้งประโยชน์ที่จะได้รับแก่สมาชิก	N %	19 19.00	34 34.00	32 32.00	15 15.00	- -	79 79.00	21 21.00	- -	- -	- -
7. ติดตามผลการจัดโปรแกรมให้แก่สมาชิกเป็นระยะ ๆ	N %	7 7.00	12 12.00	53 53.00	28 28.00	- -	82 82.00	18 18.00	- -	- -	- -
8. จัดกิจกรรมพิเศษเกี่ยวกับการออกกำลังกายทั้งในร่ม และกลางแจ้ง	N %	15 15.00	21 21.00	40 40.00	24 24.00	- -	76 76.00	24 24.00	- -	- -	- -
9. สามารถเป็นผู้นำการออกกำลังกายโดยการเดิน แอโรบิกแดนซ์ได้	N %	11 11.00	22 22.00	67 67.00	- -	- -	88 88.00	12 12.00	- -	- -	- -
10. มีความรู้เกี่ยวกับภาษาอังกฤษ หรือ ภาษาต่างประเทศ	N %	10 10.00	18 18.00	53 53.00	19 19.00	- -	75 75.00	25 25.00	- -	- -	- -
รวม	f	125	227	529	119	-	827	173	-	-	-
	%	12.50	22.70	52.90	11.90	-	82.70	17.30	-	-	-

จากตาราง 11 แสดงให้เห็นว่าบทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ตามทัศนะของผู้นำการออกกำลังกายส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 52.90 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 82.70

ตาราง 12 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ตามทัศนะของผู้นำการออกกำลังกาย

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกาย		บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. ฝึกฝนตนเองให้มีทักษะที่ดีในแต่ละกิจกรรมการออกกำลังกาย	N %	19 19.00	23 23.00	58 58.00	- -	- -	87 87.00	13 13.00	- -	- -	- -
2. มีบุคลิกภาพที่ดี เป็นผู้รักษาสภาพและรูปร่างที่ดี	N %	22 22.00	31 31.00	47 47.00	- -	- -	78 78.00	17 17.00	5 5.00	- -	- -
3. ศึกษาหาความรู้ เทคนิค และวิธีการใหม่ ๆ ของกิจกรรมแต่ละอย่างอยู่เสมอ	N %	6 6.00	18 18.00	68 68.00	8 8.00	- -	79 79.00	21 21.00	- -	- -	- -
4. เสียสละต่อหน้าที่ในการจัดกิจกรรมหรือสอนทักษะ	N %	19 19.00	7 7.00	62 62.00	12 12.00	- -	76 76.00	24 24.00	- -	- -	- -
5. มีความรักในวิชาชีพการเป็นผู้นำการออกกำลังกาย	N %	22 22.00	27 27.00	51 51.00	- -	- -	82 82.00	18 18.00	- -	- -	- -
6. มีมารยาทที่ดี รู้จักกาลเทศะกับสมาชิกในขณะปฏิบัติหน้าที่	N %	18 18.00	39 39.00	39 39.00	4 4.00	- -	74 74.00	26 26.00	- -	- -	- -
7. มีความเต็มใจในการสอนกิจกรรมแต่ละกิจกรรมให้กับสมาชิกทุกคน	N %	31 31.00	11 11.00	54 54.00	4 4.00	- -	71 71.00	29 29.00	- -	- -	- -
8. เผยแพร่ความรู้ โน้มน้าว ชักชวน ให้สมาชิกรู้จักรักการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องและตลอดไป	N %	8 8.00	26 26.00	66 66.00	- -	- -	69 69.00	31 31.00	- -	- -	- -
9. ตรงต่อเวลาในแต่ละกิจกรรม เช่น การสอนเต้นแอโรบิก	N %	7 7.00	31 31.00	52 52.00	10 10.00	- -	89 89.00	11 11.00	- -	- -	- -
10. ซื่อสัตย์ สุจริตในวิชาชีพการเป็นผู้นำการออกกำลังกาย	N %	4 4.00	20 20.00	73 73.00	3 3.00	- -	83 83.00	17 17.00	- -	- -	- -
รวม	f	136	253	570	41	-	788	207	5	-	-
	%	13.60	25.30	57.00	4.10	-	78.80	20.70	0.50	-	-

จากตาราง 12 แสดงให้เห็นว่าบทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ตามทัศนะของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 57.00 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 78.80

ตาราง 13 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในด้านการบริการ ตามทัศนะของผู้นำการออกกำลังกาย

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกาย		บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. ต้อนรับสมาชิกด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน	N %	11 11.00	28 28.00	61 61.00	- -	- -	91 91.00	9 9.00	- -	- -	- -
2. เอาใจใส่และสอนสมาชิกได้เป็นอย่างดี	N %	19 19.00	19 19.00	58 58.00	4 4.00	- -	84 84.00	16 16.00	- -	- -	- -
3. แนะนำสมาชิกใหม่ที่ยังไม่คุ้นเคยกับสถานที่ด้วยอาการยิ้มแย้ม แจ่มใส	N %	12 12.00	20 20.00	68 68.00	- -	- -	78 78.00	22 22.00	- -	- -	- -
4. ทักทายและขอบคุณสมาชิกที่มาใช้บริการด้วยความสุภาพเรียบร้อย	N %	21 21.00	19 19.00	60 60.00	- -	- -	74 74.00	26 26.00	- -	- -	- -
5. ชักชวนให้สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ภายในสถานที่นั้น ๆ ให้ครบทุกจุด	N %	8 8.00	27 27.00	56 56.00	9 9.00	- -	80 80.00	20 20.00	- -	- -	- -
6. ทำความสะอาด และดูแลสภาพของอุปกรณ์อยู่เสมอ	N %	17 17.00	18 18.00	65 65.00	- -	- -	87 87.00	13 13.00	- -	- -	- -
7. เสียสละทำงานที่นอกเหนือหน้าที่ให้กับสถานที่บริการนั้น ๆ ด้วยความเต็มใจ	N %	6 6.00	17 17.00	58 58.00	19 19.00	- -	81 81.00	19 19.00	- -	- -	- -
8. แนะนำสมาชิกให้ตรวจสอบสุขภาพหรือเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ สมรรถภาพทางกายถ้ามีการจัดกิจกรรมพิเศษขึ้น	N %	7 7.00	16 16.00	68 68.00	9 9.00	- -	71 71.00	29 29.00	- -	- -	- -
9. การพูดต้อนรับ ทักทายสมาชิกทั้งระหว่างการสอนและหลังการสอนด้วยอัธยาศัยที่ดี	N %	27 27.00	16 16.00	57 57.00	- -	- -	73 73.00	27 27.00	- -	- -	- -
10. บริการตอบข้อซักถามทั้งทางโทรศัพท์และในขณะนั้น ๆ	N %	9 9.00	15 15.00	51 51.00	25 25.00	- -	82 82.00	18 18.00	- -	- -	- -
รวม	f	137	195	602	66	-	801	199	-	-	-
	%	13.70	19.50	60.20	6.60	-	80.10	19.90	-	-	-

จากตาราง 13 แสดงให้เห็นว่าบทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านการบริการ ตามทัศนะของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 60.20 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 80.10

ตาราง 14 แสดงสถานภาพของสมาชิกชาย

สถานภาพ		N	%
1. อายุ	25 ปีและต่ำกว่า	18	12.00
	26-30 ปี	57	38.00
	31-35 ปี	32	21.33
	36-40 ปี	17	11.33
	41-45 ปี	14	9.34
	46-50 ปี	9	6.00
	มากกว่า 50 ปี	3	2.00
2. ระยะเวลาที่เป็นสมาชิก ในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน	ภายใน 1 ปี	69	46.00
	2 ปี	54	36.00
	3 ปีขึ้นไป	27	18.00
3. วุฒิทางการศึกษาสูงสุด	ต่ำกว่าปริญญาตรี	45	30.00
	ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	71	47.33
	ปริญญาโท	23	15.33
	ปริญญาเอก	11	7.34

จากตาราง 14 แสดงว่า สมาชิกชายในสถานบริการออกกำลังกายมีอายุ 25 ปีและต่ำกว่า คิดเป็นร้อยละ 12.00 อายุ 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 38.00 อายุ 31-35 ปี คิดเป็นร้อยละ 21.33 อายุ 36-40 ปี คิดเป็นร้อยละ 11.33 อายุ 41-45 ปี คิดเป็นร้อยละ 9.34 อายุ 46-50 ปี คิดเป็นร้อยละ 6.00 อายุมากกว่า 50 ปี คิดเป็นร้อยละ 2.00 มีระยะเวลาที่เป็นสมาชิกในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน มีระยะเวลาภายใน 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 46.00 เวลา 2 ปี คิดเป็นร้อยละ 36.00 เวลา 3 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 18.00 มีวุฒิทางการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 30.00 ระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 47.33 ระดับปริญญาโท คิดเป็นร้อยละ 15.33 ระดับปริญญาเอก คิดเป็นร้อยละ 7.34 ตามลำดับ

ตาราง 15 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ตามทัศนะของสมาชิกชาย

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกาย		บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. ศึกษาถึงความรู้ทางด้านวิชาการ การออกกำลังกาย และนำเทคนิควิธีการมาสอนให้กับสมาชิกผู้มาใช้บริการ	N %	21 14.00	32 21.33	79 52.67	18 12.00	-	113 75.33	37 24.67	-	-	-
2. มีความรู้เกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย อย่างถูกต้อง	N %	17 11.33	39 26.00	84 56.00	10 6.67	-	98 65.33	52 34.67	-	-	-
3. ทำการทดสอบสมรรถภาพทางกายของสมาชิก ก่อนและหลังการออกกำลังกาย	N %	28 18.67	45 30.00	77 51.33	-	-	102 68.00	48 32.00	-	-	-
4. เลือกและสร้างโปรแกรมการออกกำลังกายให้ เหมาะสมและตรงตามวัตถุประสงค์ของสมาชิก	N %	19 12.67	25 16.67	81 54.00	17 11.33	8 5.33	119 79.33	31 20.67	-	-	-
5. แนะนำวิธีการและเทคนิคในการออกกำลังกายอย่าง ถูกต้องและเหมาะสม ด้วยหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา ตลอดจนการป้องกันการบาดเจ็บที่จะเกิดขึ้น	N %	18 12.00	27 18.00	79 52.67	21 14.00	5 3.33	123 82.00	27 18.00	-	-	-
6. แนะนำการใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ รวมถึงเรื่องโภชนาการ การพักผ่อน ตลอดจนทั้งประโยชน์ที่จะได้รับแก่สมาชิก	N %	19 12.67	29 19.33	87 58.00	15 10.00	-	99 66.00	51 34.00	-	-	-
7. ติดตามผลการจัดโปรแกรมให้แก่สมาชิกเป็นระยะ ๆ	N %	4 2.67	24 16.00	85 56.67	27 18.00	10 6.67	95 63.33	55 36.67	-	-	-
8. จัดกิจกรรมพิเศษเกี่ยวกับการออกกำลังกายทั้งในร่ม และกลางแจ้ง	N %	15 10.00	32 21.33	94 62.67	9 6.00	-	109 72.67	41 27.33	-	-	-
9. สามารถเป็นผู้นำการออกกำลังกายโดยการเดิน แอโรบิกตามซีได้	N %	12 8.00	37 24.67	76 50.67	10 6.67	15 10.00	89 59.33	61 40.67	-	-	-
10. มีความรู้เกี่ยวกับภาษาอังกฤษ หรือ ภาษาต่างประเทศ	N %	29 19.33	21 14.00	86 57.33	14 9.34	-	116 77.33	34 22.67	-	-	-
รวม	f	182	311	828	141	38	1,063	437	-	-	-
	%	12.13	20.73	55.20	9.40	2.53	70.87	29.13	-	-	-

จากตาราง 15 แสดงให้เห็นว่าบทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ตามทัศนะของสมาชิกชาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 55.20 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 70.87

ตาราง 16 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ตามทัศนะของสมาชิกชาย

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกาย		บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. ฝึกฝนตนเองให้มีทักษะที่ดีในแต่ละกิจกรรมการออกกำลังกาย	N %	18 12.00	41 27.33	74 49.34	17 11.33	-	97 64.67	53 35.33	-	-	-
2. มีบุคลิกภาพที่ดี เป็นผู้รักษาสมรรถภาพและรูปร่างที่ดี	N %	27 18.00	39 26.00	65 43.33	19 12.67	-	91 60.67	59 39.33	-	-	-
3. ศึกษาหาความรู้ เทคนิค และวิธีการใหม่ ๆ ของกิจกรรมแต่ละอย่างอยู่เสมอ	N %	13 8.67	27 18.00	85 56.67	21 4.00	4 2.66	103 68.67	47 31.33	-	-	-
4. เสียสละต่อหน้าที่ในการจัดกิจกรรมหรือสอนทักษะ	N %	9 6.00	21 14.00	89 59.33	31 20.67	-	115 76.67	35 23.33	-	-	-
5. มีความรักในวิชาชีพการเป็นผู้นำการออกกำลังกาย	N %	17 11.33	46 30.67	80 53.33	7 4.67	-	108 72.00	42 28.00	-	-	-
6. มีมารยาทที่ดี รู้จักกาลเทศะกับสมาชิกในขณะปฏิบัติหน้าที่	N %	15 10.00	41 21.33	87 58.00	7 4.67	-	117 78.00	33 22.00	-	-	-
7. มีความเต็มใจในการสอนกิจกรรมแต่ละกิจกรรมให้กับสมาชิกทุกคน	N %	25 16.67	24 16.00	79 52.66	13 8.67	9 6.00	121 80.67	29 19.33	-	-	-
8. เผยแพร่ความรู้ โน้มน้าว ชักชวน ให้สมาชิกรู้จักรักการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องและตลอดไป	N %	16 10.66	31 20.67	72 48.00	31 20.67	-	112 74.67	38 25.33	-	-	-
9. ตรงต่อเวลาในแต่ละกิจกรรม เช่น การสอนเดิน แอโรบิก	N %	12 8.00	19 12.67	82 54.67	23 15.33	14 9.33	129 86.00	21 14.00	-	-	-
10. ซื่อสัตย์ สุจริตในวิชาชีพการเป็นผู้นำการออกกำลังกาย	N %	28 18.67	33 22.00	80 53.33	9 6.00	-	127 84.67	23 15.33	-	-	-
รวม	f	180	322	793	178	27	1,120	380	-	-	-
	%	12.00	21.46	52.87	11.87	1.80	74.67	25.33	-	-	-

จากตาราง 16 แสดงให้เห็นว่าบทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ตามทัศนะของสมาชิกชาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 52.87 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 74.67

ตาราง 17 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในด้านการบริการ ตามทัศนะของสมาชิกชาย

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกาย		บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. ต้อนรับสมาชิกด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน	N	17	33	81	19	-	128	22	-	-	-
	%	11.33	22.00	54.00	12.67	-	85.33	14.67	-	-	-
2. เอาใจใส่และสอนสมาชิกได้เป็นอย่างดี	N	9	27	82	17	15	114	36	-	-	-
	%	6.00	18.00	54.67	11.33	10.00	76.00	24.00	-	-	-
3. แนะนำสมาชิกใหม่ที่ยังไม่คุ้นเคยกับสถานที่ด้วยอาการยิ้มแย้ม แจ่มใส	N	18	36	66	24	6	131	19	-	-	-
	%	12.00	24.00	44.00	16.00	4.00	87.33	22.67	-	-	-
4. ทักทายและขอบคุณสมาชิกที่มาใช้บริการด้วยความสุภาพเรียบร้อย	N	27	30	77	12	4	104	46	-	-	-
	%	18.00	20.00	51.33	8.00	2.67	69.33	30.67	-	-	-
5. ชักชวนให้สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ภายในสถานที่นั้น ๆ ให้ครบทุกจุด	N	24	18	84	11	13	97	53	-	-	-
	%	16.00	12.00	56.00	7.33	8.67	64.67	35.33	-	-	-
6. ทำความสะอาด และดูแลสภาพของอุปกรณ์อยู่เสมอ	N	21	43	71	15	-	117	33	-	-	-
	%	14.00	28.67	47.33	10.00	-	78.00	22.00	-	-	-
7. เสียสละทำงานที่นอกเหนือหน้าที่ให้กับสถานที่บริการนั้น ๆ ด้วยความเต็มใจ	N	14	35	75	18	8	96	54	-	-	-
	%	9.33	23.33	50.00	12.00	5.34	64.00	36.00	-	-	-
8. แนะนำสมาชิกให้ตรวจสอบสภาพหรือเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ สมรรถภาพทางกายถ้ามีการจัดกิจกรรมพิเศษขึ้น	N	26	28	64	14	18	115	35	-	-	-
	%	17.33	18.67	42.67	9.33	12.00	76.67	23.33	-	-	-
9. การพูดต้อนรับ ทักทายสมาชิกทั้งระหว่างการสอน และหลังการสอนด้วยอัธยาศัยที่ดี	N	13	27	89	21	-	103	47	-	-	-
	%	8.67	18.00	59.33	14.00	-	68.67	31.33	-	-	-
10. บริการตอบข้อซักถามทั้งทางโทรศัพท์และในขณะนั้น ๆ	N	24	32	83	11	-	110	40	-	-	-
	%	16.00	21.33	55.34	7.33	-	73.33	26.67	-	-	-
รวม	f	193	309	772	162	64	1,115	385	-	-	-
	%	12.87	20.60	51.47	10.80	4.26	74.33	25.67	-	-	-

จากตาราง 17 แสดงให้เห็นว่าบทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านการบริการ ตามทัศนะของสมาชิกชาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 51.47 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 74.33

ตาราง 18 แสดงสถานภาพของสมาชิกหญิง

สถานภาพ		N	%
1. อายุ	25 ปีและต่ำกว่า	21	14.00
	26-30 ปี	54	36.00
	31-35 ปี	38	25.33
	36-40 ปี	18	12.00
	41-45 ปี	12	8.00
	46-50 ปี	5	3.33
	มากกว่า 50 ปี	2	1.34
2. ระยะเวลาที่เป็นสมาชิก ในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน	ภายใน 1 ปี	74	49.33
	2 ปี	51	34.00
	3 ปีขึ้นไป	25	16.67
3. วุฒิทางการศึกษาสูงสุด	ต่ำกว่าปริญญาตรี	32	21.33
	ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	80	53.33
	ปริญญาโท	29	19.34
	ปริญญาเอก	9	6.00

จากตาราง 18 แสดงว่า สมาชิกหญิงในสถานบริการออกกำลังกายมีอายุ 25 ปีและต่ำกว่า คิดเป็นร้อยละ 14.00 อายุ 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 36.00 อายุ 31-35 ปี คิดเป็นร้อยละ 25.33 อายุ 36 - 40 ปี คิดเป็นร้อยละ 12.00 อายุ 41 - 45 ปี คิดเป็นร้อยละ 8.00 อายุ 46 - 50 ปี คิดเป็นร้อยละ 3.33 อายุมากกว่า 50 ปี คิดเป็นร้อยละ 1.34 มีระยะเวลาที่เป็นสมาชิกในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน มีระยะเวลาภายใน 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 49.33 เวลา 2 ปี คิดเป็นร้อยละ 34.00 เวลา 3 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 16.67 มีวุฒิทางการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 21.33 ระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 53.33 ระดับปริญญาโท คิดเป็นร้อยละ 19.34 ระดับปริญญาเอก คิดเป็นร้อยละ 6.00 ตามลำดับ

ตาราง 19 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ตามทัศนะของสมาชิกหญิง

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกาย		บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. ศึกษาถึงความรู้ทางด้านการวิชาการ การออกกำลังกาย และนำเทคนิควิธีการมาสอนให้กับสมาชิกผู้มาใช้บริการ	N %	18 12.00	27 18.00	67 44.67	23 15.33	15 10.00	121 80.67	29 19.33	-	-	-
2. มีความรู้เกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย อย่างถูกต้อง	N %	24 16.00	36 24.00	72 48.00	12 8.00	6 4.00	114 76.00	36 24.00	-	-	-
3. ทำการทดสอบสมรรถภาพทางกายของสมาชิก ก่อนและหลังการออกกำลังกาย	N %	37 24.67	29 19.33	56 37.33	9 6.00	19 12.67	117 78.00	33 22.00	-	-	-
4. เลือกและสร้างโปรแกรมการออกกำลังกายให้ เหมาะสมและตรงตามวัตถุประสงค์ของสมาชิก	N %	14 9.33	34 22.67	89 59.33	13 8.67	-	119 79.33	31 20.67	-	-	-
5. แนะนำวิธีการและเทคนิคในการออกกำลังกายอย่าง ถูกต้องและเหมาะสม ด้วยหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา ตลอดจนการป้องกันการบาดเจ็บที่จะเกิดขึ้น	N %	29 19.33	21 14.00	64 42.67	31 20.67	5 3.33	109 72.67	41 27.33	-	-	-
6. แนะนำการใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ รวมถึงเรื่องโภชนาการ การพักผ่อน ตลอดจนทั้งประโยชน์ที่จะได้รับแก่สมาชิก	N %	24 16.00	35 23.33	76 50.67	15 10.00	-	122 81.33	28 18.67	-	-	-
7. ติดตามผลการจัดโปรแกรมให้แก่สมาชิกเป็นระยะ ๆ	N %	15 10.00	33 22.00	76 50.67	9 6.00	17 11.33	98 65.33	52 34.67	-	-	-
8. จัดกิจกรรมพิเศษเกี่ยวกับการออกกำลังกายทั้งในร่ม และกลางแจ้ง	N %	19 12.67	42 28.00	61 40.67	28 18.66	-	95 63.33	55 36.67	-	-	-
9. สามารถเป็นผู้นำการออกกำลังกายโดยการเดิน แอโรบิกแดนซ์ได้	N %	36 24.00	41 27.33	63 42.00	10 6.67	-	103 68.67	47 31.33	-	-	-
10. มีความรู้เกี่ยวกับภาษาอังกฤษ หรือ ภาษาต่างประเทศ	N %	35 23.33	30 20.00	66 44.00	19 12.67	-	109 72.67	41 27.33	-	-	-
รวม	f	251	328	690	169	62	1,107	393	-	-	-
	%	16.73	21.87	46.00	11.27	4.13	73.80	26.20	-	-	-

จากตาราง 19 แสดงให้เห็นว่าบทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ตามทัศนะของสมาชิกหญิง ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.00 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 73.80

ตาราง 20 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ตามทัศนะของสมาชิกหญิง

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกาย		บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. ฝึกฝนตนเองให้มีทักษะที่ดีในแต่ละกิจกรรมการออกกำลังกาย	N %	7 4.67	34 22.67	83 55.33	26 17.33	-	116 77.33	34 22.67	-	-	-
2. มีบุคลิกภาพที่ดี เป็นผู้รักษาสมรรถภาพและรูปร่างที่ดี	N %	29 19.33	41 27.33	64 42.67	16 10.67	-	93 62.00	57 38.00	-	-	-
3. ศึกษาหาความรู้ เทคนิค และวิธีการใหม่ ๆ ของกิจกรรมแต่ละอย่างอยู่เสมอ	N %	18 12.00	25 16.67	79 52.67	17 11.33	11 7.33	104 69.33	46 30.67	-	-	-
4. เสียสละต่อหน้าที่ในการจัดกิจกรรมหรือสอนทักษะ	N %	19 12.67	22 14.66	90 60.00	15 10.00	4 2.67	113 75.33	37 24.67	-	-	-
5. มีความรักในวิชาชีพการเป็นผู้นำการออกกำลังกาย	N %	27 18.00	44 29.33	67 44.67	12 8.00	-	109 72.67	41 27.33	-	-	-
6. มีมารยาทที่ดี รู้จักกาลเทศะกับสมาชิกในขณะปฏิบัติหน้าที่	N %	24 16.00	39 26.00	79 52.67	8 5.33	-	118 78.67	32 21.33	-	-	-
7. มีความเต็มใจในการสอนกิจกรรมแต่ละกิจกรรมให้กับสมาชิกทุกคน	N %	18 12.00	36 24.00	84 56.00	12 8.00	-	127 84.67	23 15.33	-	-	-
8. เผยแพร่ความรู้ โน้มน้าว ชักชวน ให้สมาชิกรู้จักรักการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องและตลอดไป	N %	14 9.33	35 23.33	59 39.34	23 15.33	19 12.67	117 78.00	33 22.00	-	-	-
9. ตรงต่อเวลาในแต่ละกิจกรรม เช่น การสอนเดิน แอโรบิก	N %	25 16.67	39 28.00	65 43.33	13 8.67	8 5.33	129 86.00	21 14.00	-	-	-
10. ซื่อสัตย์ สุจริตในวิชาชีพการเป็นผู้นำการออกกำลังกาย	N %	28 18.66	47 31.33	65 43.33	10 6.67	-	126 84.00	24 16.00	-	-	-
รวม	f	209	362	735	152	42	1,152	348	-	-	-
	%	13.93	24.13	49.00	10.14	2.80	76.80	23.20	-	-	-

จากตาราง 20 แสดงให้เห็นว่าบทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ตามทัศนะของสมาชิกหญิง ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 49.00 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 76.80

ตาราง 21 แสดงผลบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในด้านการบริการ ตามทัศนะของสมาชิกหญิง

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกาย		บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1. ต้อนรับสมาชิกด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน	N %	21 14.00	32 21.33	79 52.67	18 12.00	-	101 67.33	49 32.67	-	-	-
2. เอาใจใส่และสอนสมาชิกได้เป็นอย่างดี	N %	27 18.00	24 16.00	88 58.67	11 7.33	-	111 74.00	39 26.00	-	-	-
3. แนะนำสมาชิกใหม่ที่ยังไม่คุ้นเคยกับสถานที่ด้วยอาการยิ้มแย้ม แจ่มใส	N %	24 16.00	35 23.33	78 52.00	13 8.67	-	128 85.33	22 14.67	-	-	-
4. ทักทายและขอบคุณสมาชิกที่มาใช้บริการด้วยความสุภาพเรียบร้อย	N %	20 13.33	48 32.00	73 48.67	9 6.00	-	104 69.33	46 30.67	-	-	-
5. ชักชวนให้สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ภายในสถานที่นั้น ๆ ให้ครบทุกจุด	N %	24 16.00	36 24.00	68 45.33	14 9.33	8 5.34	106 70.67	44 29.33	-	-	-
6. ทำความสะอาด และดูแลสภาพของอุปกรณ์อยู่เสมอ	N %	37 24.67	31 20.67	70 46.66	12 8.00	-	99 66.00	51 34.00	-	-	-
7. เสียสละทำงานที่นอกเหนือหน้าที่ให้กับสถานที่บริการนั้น ๆ ด้วยความเต็มใจ	N %	15 10.00	28 18.67	68 45.33	23 15.33	16 10.67	95 63.33	55 36.67	-	-	-
8. แนะนำสมาชิกให้ตรวจสอบสุขภาพหรือเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ สมรรถภาพทางกายถ้ามีการจัดกิจกรรมพิเศษขึ้น	N %	14 9.33	26 17.33	66 44.00	25 16.67	19 12.67	121 80.67	29 19.33	-	-	-
9. การพูดต้อนรับ ทักทายสมาชิกทั้งระหว่างการสอน และหลังการสอนด้วยอัธยาศัยที่ดี	N %	28 18.67	47 31.33	62 41.33	13 8.67	-	119 79.33	31 20.67	-	-	-
10. บริการตอบข้อซักถามทั้งทางโทรศัพท์และในขณะนั้น ๆ	N %	27 18.00	33 22.00	63 42.00	22 14.67	5 3.33	109 72.67	41 27.33	-	-	-
รวม	f	237	340	715	160	48	1,093	407	-	-	-
	%	15.80	22.67	47.67	10.66	3.20	72.87	27.13	-	-	-

จากตาราง 21 แสดงให้เห็นว่าบทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านการบริการ ตามทัศนะของสมาชิกหญิง ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 47.67 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 72.87

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า

เพื่อทราบบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ประกอบการออกกำลังกายในสถานบริการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ ผู้จัดการ ผู้ร่วมงาน ผู้นำการออกกำลังกาย และสมาชิก ในสถานบริการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 43 แห่ง โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 แห่ง ดังต่อไปนี้

- | | | |
|------------------------|-------|-----------------|
| 1. ผู้จัดการ | จำนวน | 30 คน |
| 2. ผู้ร่วมงาน | จำนวน | 100 คน |
| 3. ผู้นำการออกกำลังกาย | จำนวน | 100 คน |
| 4. สมาชิก | จำนวน | 300 คน แบ่งเป็น |
| 4.1 สมาชิกชาย | จำนวน | 150 คน |
| 4.2 สมาชิกหญิง | จำนวน | 150 คน |

วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสอบถามดังนี้

1. ติดต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อขอความอนุเคราะห์ ขอความร่วมมือต่อผู้จัดการสถานบริการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร ในการแจกแบบสอบถาม
2. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปให้กลุ่มตัวอย่างตอบ พร้อมนัดหมายวันรับแบบสอบถามกลับคืน
3. ผู้วิจัยเก็บรวบรวมแบบสอบถามด้วยตนเอง
4. ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามที่ได้รับคืน
5. นำแบบสอบถามมาตรวจสอบความสมบูรณ์ และนำไปดำเนินการวิเคราะห์ โดยใช้วิธีการทางสถิติต่อไป

วิธีจัดการกับข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายมาวิเคราะห์ข้อมูล โดยนำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามทั้งหมดคำนวณหาค่าความถี่และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตารางและความเรียง

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

จากการศึกษาบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในสถานบริการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร สรุปผลการวิเคราะห์ได้ดังนี้

1. สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย

1.1 ผู้จัดการในสถานบริการออกกำลังกาย เป็นชายร้อยละ 80.00 เป็นหญิงร้อยละ 20.00 มีอายุ 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 43.33 อายุ 31-35 ปีคิดเป็นร้อยละ 36.67 มีระยะเวลาที่ปฏิบัติงานตามสถานภาพในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน มีระยะเวลา 1-3 ปี คิดเป็นร้อยละ 56.67 เวลา 4-6 ปี คิดเป็นร้อยละ 33.33 เวลา 7-9 ปี คิดเป็นร้อยละ 10.00 มีวุฒิทางการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 63.33 ระดับปริญญาโท คิดเป็นร้อยละ 36.67

1.2 ผู้ร่วมงานในสถานบริการออกกำลังกาย เป็นชายร้อยละ 37 เป็นหญิงร้อยละ 63.00 มีอายุ 25 ปีและต่ำกว่า คิดเป็นร้อยละ 51.00 อายุ 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 32 อายุ 31-35 ปี คิดเป็นร้อยละ 17.00 มีระยะเวลาที่ปฏิบัติงานตามสถานภาพในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน มีระยะเวลาน้อยกว่า 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 23.00 เวลา 1-3 ปี คิดเป็นร้อยละ 57.00 เวลา 4-6 ปี คิดเป็นร้อยละ 15.00 เวลา 7-9 ปี คิดเป็นร้อยละ 5.00 มีวุฒิทางการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 57.00 ระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 47.00 ระดับปริญญาโท คิดเป็นร้อยละ 2.00

1.3 ผู้นำการออกกำลังกายในสถานบริการออกกำลังกาย เป็นชาย ร้อยละ 69.00 เป็นหญิงร้อยละ 31.00 มีอายุ 25 ปีและต่ำกว่า คิดเป็นร้อยละ 57.00 อายุ 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 34.00 อายุ 31-35 ปี คิดเป็นร้อยละ 9.00 มีระยะเวลาที่ปฏิบัติงานตามสถานภาพในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน มีระยะเวลาน้อยกว่า 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 23.00 เวลา 1-3 ปี คิดเป็นร้อยละ 54.00 เวลา 4-6 ปี คิดเป็นร้อยละ 17.00 เวลา 7-9 ปี คิดเป็นร้อยละ 6.00 มีวุฒิทางการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 6.00 ระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 89.00 ระดับปริญญาโท คิดเป็นร้อยละ 5.00

1.4 สมาชิกชายในสถานบริการออกกำลังกายมีอายุ 25 ปีและต่ำกว่า คิดเป็นร้อยละ 12.00 อายุ 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 38.00 อายุ 31-35 ปี คิดเป็นร้อยละ 21.33 อายุ 36 - 40 ปี คิดเป็นร้อยละ 11.33 อายุ 41 - 45 ปี คิดเป็นร้อยละ 9.34 อายุ 46 - 50 ปี

คิดเป็นร้อยละ 6.00 อายุมากกว่า 50 ปี คิดเป็นร้อยละ 2.00 มีระยะเวลาที่เป็นสมาชิกในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน มีระยะเวลาภายใน 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 46.00 เวลา 2 ปี คิดเป็นร้อยละ 36.00 เวลา 3 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 18.00 มีวุฒิทางการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 30.00 ระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 47.33 ระดับปริญญาโท คิดเป็นร้อยละ 15.33 ระดับปริญญาเอก คิดเป็นร้อยละ 7.34

1.5 สมาชิกหญิงในสถานบริการออกกำลังกายมีอายุ 25 ปีและต่ำกว่า คิดเป็นร้อยละ 14.00 อายุ 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 36.00 อายุ 31-35 ปี คิดเป็นร้อยละ 25.33 อายุ 36 - 40 ปี คิดเป็นร้อยละ 12.00 อายุ 41 - 45 ปี คิดเป็นร้อยละ 8.00 อายุ 46 - 50 ปี คิดเป็นร้อยละ 3.33 อายุมากกว่า 50 ปี คิดเป็นร้อยละ 1.34 มีระยะเวลาที่เป็นสมาชิกในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน มีระยะเวลาภายใน 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 49.33 เวลา 2 ปี คิดเป็นร้อยละ 34.00 เวลา 3 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 16.67 มีวุฒิทางการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 21.33 ระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 53.33 ระดับปริญญาโท คิดเป็นร้อยละ 19.34 ระดับปริญญาเอก คิดเป็นร้อยละ 6.00

2. ความคิดเห็นของผู้จัดการเกี่ยวกับบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในแต่ละด้าน พบว่า

ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 40.00 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 73.33

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 56.67 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 69.33

ด้านการบริการ ตามทัศนะของผู้จัดการ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.33 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 72.67

3. ความคิดเห็นของผู้ร่วมงานเกี่ยวกับบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในแต่ละด้าน พบว่า

ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53.10 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 75.80

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 51.50 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 79.00

ด้านการบริการ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 47.67 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 72.87

7. การวิเคราะห์โดยภาพรวมของบทบาทผู้นำการออกกำลังกาย พบว่า ผู้นำการออกกำลังกายมีการปฏิบัติบทบาทด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม และด้านการบริการ อยู่ในระดับปานกลาง โดยรวมผู้นำการออกกำลังกายมีการปฏิบัติบทบาทด้านต่าง ๆ อยู่ในระดับปานกลาง

ผู้จัดการ ผู้ร่วมงาน ผู้นำการออกกำลังกาย สมาชิกชายและสมาชิกหญิง มีความประสงค์ให้ผู้นำการออกกำลังกายมีการปฏิบัติบทบาทในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม และด้านการบริการ ให้มีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาจากคะแนนเฉลี่ยโดยภาพรวมแล้วกล่าวได้ว่า ผู้จัดการ ผู้ร่วมงาน ผู้นำการออกกำลังกาย สมาชิกชายและสมาชิกหญิง มีความต้องการให้ผู้นำการออกกำลังกายปฏิบัติบทบาทที่พึงประสงค์สูงกว่าบทบาทที่เป็นจริง

อภิปรายผล

ผู้จัดการ

ส่วนใหญ่ เป็นเพศชาย มีอายุระหว่าง 26-30 ปี วุฒิการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า มีอายุการทำงาน 1-3 ปี จากการศึกษาค้นคว้า พบว่า

ด้านวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ผู้จัดการเห็นว่าผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความรู้ทางด้านวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ในระดับปานกลาง โดยเฉพาะในเรื่องการแนะนำวิธีการและเทคนิคในการออกกำลังกายอย่างถูกต้องและเหมาะสม ด้วยหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาตลอดทั้งการป้องกันการบาดเจ็บที่อาจเกิดขึ้นได้ระหว่างการปฏิบัติงานของผู้นำการออกกำลังกาย ด้วยเหตุนี้ผู้จัดการจึงต้องการให้ผู้นำการออกกำลังกายได้ศึกษาถึงความรู้ทางด้านวิชาการ การออกกำลังกาย นำเทคนิควิชาการมาสอนให้กับสมาชิกผู้มาใช้บริการ โดยการสร้างประสบการณ์จากการที่ผู้จัดการส่งเสริม สนับสนุนให้ผู้นำการออกกำลังกายได้เข้าฝึกอบรมกิจกรรมพิเศษต่าง ๆ เช่น กิจกรรมแอโรบิก การเรียนรู้การสร้างโปรแกรมการออกกำลังกาย การปฐมพยาบาลเบื้องต้น โภชนาการจากผู้เชี่ยวชาญ ที่แต่ละสถานบริการออกกำลังกายจะมีการจัดขึ้นเป็นระยะ ๆ ตลอดปี ผู้นำการออกกำลังกายก็จะค่อย ๆ พอกพูนความรู้ ประสบการณ์ต่าง ๆ และสามารถนำความรู้ต่าง ๆ มาสอนให้กับสมาชิกผู้ใช้บริการได้เพิ่มมากยิ่งขึ้น

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ผู้จัดการเห็นว่า ผู้นำการออกกำลังกายมีความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรมอยู่ในระดับปานกลาง โดยเฉพาะเรื่องการเผยแพร่

ความรู้ โน้มน้าว ชักชวน ให้สมาชิกรู้จักการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องและตลอดไป เพราะผู้นำการออกกำลังกายส่วนใหญ่จบทางด้านพลศึกษา มีความรู้ ความสามารถทางด้านนี้โดยตรงอยู่แล้ว จึงสามารถที่จะเผยแพร่ความรู้ต่าง ๆ ให้สมาชิกรู้จักการออกกำลังกายได้ในระดับหนึ่งเท่านั้นยังไม่เพียงพอ ผู้จัดการเห็นสมควรให้ผู้นำการออกกำลังกายควรมีบุคลิกภาพที่ดี เป็นผู้รักษาสรรภาพ รูปร่างที่ดี และมีความรักในวิชาชีพการเป็นผู้นำการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก เพราะการมีความรู้เพียงอย่างเดียวยังไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติงาน ความรักในวิชาชีพการเป็นผู้นำการออกกำลังกาย ผู้นำการออกกำลังกายสามารถที่จะปรับปรุง พัฒนาได้เพราะผู้นำการออกกำลังกายส่วนใหญ่มีความรู้ ความสามารถทางพลศึกษา การแสดงความรักในวิชาชีพโดยการปฏิบัติหน้าที่ให้เต็มที่ มีประสิทธิภาพมากที่สุด ซื่อสัตย์ สุจริต หมั่นรักษาสรรภาพรูปร่างกาย รูปร่างที่ดี เพื่อแสดงให้เห็นว่าเป็นผู้มีพลานามัย สุขภาพ สมบูรณ์แข็งแรง ไม่ดื่มเหล้า ไม่สูบบุหรี่ เพื่อเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับสมาชิกได้เห็นเป็นตัวอย่าง

ด้านการบริการของผู้นำการออกกำลังกาย ผู้จัดการเห็นว่า ผู้นำการออกกำลังกายมีการบริการให้กับสมาชิกที่มาใช้บริการจากสถานบริการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง โดยสามารถแนะนำสมาชิกให้ตรวจสอบสุขภาพหรือเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ สรรภาพทางกาย ถ้ามีการจัดกิจกรรมพิเศษ เพราะก่อนที่สมาชิกจะเข้ามาใช้บริการสถานบริการออกกำลังกาย การตรวจสอบสุขภาพ ความแข็งแรง ความทนทานของกล้ามเนื้อ ระบบไหลเวียนโลหิต เพื่อนำข้อมูลเหล่านี้มาจัดทำโปรแกรมให้เหมาะสมกับความต้องการของสมาชิกแต่ละคนเป็นเรื่องสำคัญ เพราะการจัดทำโปรแกรมของแต่ละบุคคลนั้นมีความแตกต่างกันไปตามสรรภาพของสมาชิกแต่ละคน หรือหากมีการจัดกิจกรรมพิเศษขึ้น สมาชิกก็มีโอกาสเพิ่มมากขึ้นในการเลือกกิจกรรมที่จะเข้าร่วมในรูปแบบต่าง ๆ ได้ตามความต้องการอย่างเหมาะสม ซึ่งในส่วนของการบริการสมาชิกเท่านั้นยังไม่เพียงพอ ผู้จัดการจึงเห็นสมควรให้ผู้นำการออกกำลังกายควรแนะนำสมาชิกใหม่ที่ยังไม่คุ้นเคยกับสถานที่ ด้วยอาการยิ้มแย้มแจ่มใส การพูดจาต้อนรับ ทักทายสมาชิกทั้งระหว่างการสอนและหลังการสอน ด้วยอัธยาศัยที่ดีในระดับมากที่สุด การยิ้มแย้มแจ่มใส การพูดจาต้อนรับ ทักทายด้วยอัธยาศัยที่ดี เป็นการสร้างความประทับใจให้กับสมาชิกได้เป็นอย่างดี สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จะทำให้สมาชิกกลับมาใช้บริการซ้ำแล้วซ้ำอีก ซึ่งสอดคล้องกับ คริส ทีแนน (Kris Tynan. 1998 : 18) ได้กล่าวถึงตัวอย่างมาตรฐานคุณภาพการบริการของผู้นำการออกกำลังกาย ทักทายและขอบคุณเมื่อสมาชิกมาใช้บริการ ดูแลความสะอาดสบายในสถานบริการออกกำลังกายทั้งหมด แนะนำแนวทางในการออกกำลังกายที่ถูกต้อง ปลอดภัย ยิ้มแย้ม แสดงอาการยินดีในการแนะนำสมาชิก ดังนั้น ผู้นำการออกกำลังกายจึงต้องคอยช่วยเหลือ แนะนำสมาชิกใหม่ที่ไม่คุ้นเคยกับการออกกำลังกายหรือไม่คุ้นเคยกับสถานบริการออกกำลังกายนั้น ๆ การใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ ให้ถูกต้อง เหมาะสม และปลอดภัยมากที่สุด

ผู้ร่วมงาน

ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุต่ำกว่า 25 ปี วุฒิการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี มีอายุการทำงาน 1-3 ปี จากการศึกษาค้นคว้า พบว่า

ด้านวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ผู้ร่วมงานเห็นว่า ผู้นำการออกกำลังกายส่วนใหญ่มีความรู้ทางด้านวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ในระดับปานกลาง โดยเฉพาะการทดสอบสมรรถภาพทางกายของสมาชิกก่อนและหลังการออกกำลังกาย ผู้ร่วมงานมีความเห็นว่า ผู้นำการออกกำลังกายมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้เป็นเพราะว่าผู้ร่วมงานมีความใกล้ชิดในการปฏิบัติงานกับผู้นำการออกกำลังกายมาก มีการทำงานร่วมกัน ผู้ร่วมงานจะเห็นการทำงานของผู้นำการออกกำลังกายได้อย่างใกล้ชิด ในส่วนของบทบาทที่พึงประสงค์ผู้ร่วมงานมีความเห็นว่า ผู้นำการออกกำลังกายควรมีความรู้ทางด้านภาษาอังกฤษหรือภาษาต่างประเทศอยู่ในระดับมากที่สุด เพราะในปัจจุบันนี้มีชาวต่างประเทศเข้ามาทำงานในประเทศไทยเป็นจำนวนมาก และชาวต่างประเทศส่วนใหญ่จะนิยมออกกำลังกายกันเป็นประจำ ด้วยเหตุนี้ตามสถานบริการออกกำลังกายในแต่ละแห่งจะมีสมาชิกเป็นชาวต่างประเทศเป็นจำนวนมากเข้ามาใช้บริการ ดังนั้นการบริการด้านต่าง ๆ เช่น การสอนแอโรบิก การสอนอุปกรณ์การออกกำลังกาย ทักษะการเคลื่อนไหว ตลอดจนการสนทนาจำเป็นต้องสื่อสารกันด้วยภาษาอังกฤษซึ่งเป็นภาษากลาง จึงจะสร้างความเข้าใจกับสมาชิกชาวต่างประเทศให้ถูกต้องได้ เมื่อผู้นำการออกกำลังกายสามารถสื่อสารและเข้าใจภาษาอังกฤษได้จะทำให้เพิ่มประสิทธิภาพการทำงานและสามารถที่จะเผยแพร่ความรู้ให้แก่ชาวต่างประเทศได้อีกด้วย

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ผู้ร่วมงานมีความเห็นความ ผู้นำการออกกำลังกายส่วนใหญ่มีความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรมอยู่ในระดับปานกลาง โดยเฉพาะเรื่องความรักในวิชาชีพการเป็นผู้นำการออกกำลังกายนั้นผู้ร่วมงานและผู้นำการออกกำลังกายต้องมีการทำงานร่วมกันเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมภายนอกหรือภายในสถานบริการออกกำลังกายอยู่บ่อยครั้ง ประโยชน์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรมต่าง ๆ นอกจากจะเป็นประโยชน์กับสมาชิกแล้วทั้งผู้ร่วมงานและ ผู้นำการออกกำลังกายยังมีการทำงานร่วมกัน ประสานงานกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ก่อให้เกิดความสามัคคีขึ้นในหมู่คณะ แต่ในระบบการทำงานผู้นำการออกกำลังกายเป็นผู้ริเริ่ม คิดค้น สร้างสรรค์กิจกรรมใหม่ ๆ เกือบทุกชนิด ทุกประเภท ทั้งในร่มและกลางแจ้งเพื่อบริการ นำเสนอ ชักจูง โน้มน้าวสมาชิกให้เข้าร่วมกิจกรรมบางครั้งต้องมีค่าใช้จ่ายรายการต่าง ๆ การเก็บค่ากิจกรรม ทุกอย่างล้วนแล้วแต่ต้องใช้ความซื่อสัตย์สุจริต และต้องมีความรอบคอบในการปฏิบัติงานทั้งสิ้น ผู้ร่วมงานจึงมีความเห็นว่าผู้นำการออกกำลังกายควรมีความซื่อสัตย์สุจริตในวิชาชีพการเป็นผู้นำการออกกำลังกายในระดับมากที่สุด

ด้านการบริการของผู้นำการออกกำลังกาย ผู้ร่วมงานมีความเห็นว่าผู้นำการออกกำลังกายส่วนใหญ่เสียสละทำงานที่นอกเหนือหน้าที่ให้กับสถานบริการออกกำลังกายนั้น ๆ การพูดต้อนรับ

ทักษะสมาชิกปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง เนื่องจากการทำงานของผู้ร่วมงานกับผู้นำการออกกำลังกายนั้นปฏิบัติหน้าที่กันคนละส่วนกัน บางครั้งผู้ร่วมงานก็ไม่ได้มีส่วนเกี่ยวข้องมากนักกับผู้นำการออกกำลังกายขณะปฏิบัติหน้าที่ในสถานบริการออกกำลังกายภายในแต่ละวัน ในส่วนที่ผู้นำการออกกำลังกายควรปฏิบัติมากที่สุดในความเห็นของผู้ร่วมงานก็คือ ควรต้อนรับสมาชิกด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน เพื่อแสดงถึงการบริการสมาชิกให้ดีที่สุด ให้สมาชิกเกิดความประทับใจในบริการแล้วกลับมาใช้บริการอีกในครั้งต่อไป

ผู้นำการออกกำลังกาย

ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย มีอายุ 25 ปีและต่ำกว่า วุฒิการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า มีอายุการทำงาน 1-3 ปี จากการศึกษาค้นคว้า พบว่า

ด้านวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ผู้นำการออกกำลังกายมีความเห็นในหน้าที่ที่ตนเองปฏิบัติ ด้านวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง โดยเฉพาะสามารถเป็นผู้นำการออกกำลังกายโดยการเดินแอโรบิกตามซันได้ ในปัจจุบันนี้สถานบริการออกกำลังกายชั้นนำที่ครบวงจรจะมีห้องบริหารกายที่ประกอบไปด้วยอุปกรณ์ทันสมัย อาทิเช่น จักรยานรีดงาน เครื่องวิ่งชุดสายพาน กรรเชียงบก เครื่องปั่นเขา ห้องทดสอบสมรรถภาพทางกาย ห้องอบไอน้ำ ห้องนวดตัวแล้วยังมีห้องแอโรบิกตามซัน ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของสถานบริการอีกอย่างหนึ่ง ซึ่งในการสอนแอโรบิกผู้นำการออกกำลังกายจะสามารถใช้ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์รูปแบบการเดินได้หลากหลายรูปแบบ ตามความถนัดในแต่ละบุคคล ลักษณะท่าทาง บุคลิกภาพให้เหมาะสมกับการสอนแต่ละอย่าง การเลือกสร้างสรรค์เพลงและแนวดนตรีของการสร้างความสนุกสนานในระหว่างการสอนของผู้นำการออกกำลังกายจะเป็นการกระตุ้นผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมให้มีความสนุกสนานไปพร้อม ๆ กับการออกกำลังกายอย่างถูกต้องไปในเวลาเดียวกัน อีกทั้งผู้นำการออกกำลังกายที่สอนเดินแอโรบิกเพียงคนเดียวสามารถสอนสมาชิกหรือผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มากถึง 20-50 คนหรือมากกว่านี้ในการสอนเพียงครั้งเดียว ทั้งนี้ต้องคำนึงถึงขนาดของห้องแอโรบิกในแต่ละสถานบริการด้วย และที่สำคัญคือตัวของผู้นำการออกกำลังกายต้องมีความรู้และความสามารถในด้านนี้มากด้วย ในการถ่ายทอดความรู้ออกมาเป็นลักษณะท่าทางการเดินประกอบจังหวะดนตรี ซึ่งหากเป็นการสอนอุปกรณ์การออกกำลังกาย การแนะนำโปรแกรมการออกกำลังกายหรือการจัดกิจกรรมอื่น ๆ แล้วในเวลาเดียวกันจะเกิดประโยชน์เพียงไม่กี่คนเท่านั้น ดังนั้นผู้นำการออกกำลังกายส่วนใหญ่จึงเห็นสมควรให้ผู้นำการออกกำลังกายสามารถเป็นผู้นำการออกกำลังกายโดยการเดินแอโรบิกได้ในระดับมากที่สุด

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม ผู้นำการออกกำลังกายเองส่วนใหญ่มีความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรมอยู่ในระดับปานกลาง โดยเฉพาะเรื่องความซื่อสัตย์สุจริตในวิชาชีพการเป็นผู้นำการออกกำลังกาย ในสถานบริการออกกำลังกายแต่ละที่จะมีกฎระเบียบต่าง ๆ สำหรับควบคุมพนักงานทุกคน โดยเฉพาะผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องโดยตรงกับสมาชิก

ที่มาใช้บริการโดยตรง บางครั้งหากมีข้อผิดพลาดเกิดขึ้นในภาวะเศรษฐกิจในปัจจุบันนี้ผู้บริหารก็จำเป็นที่จะต้องให้พนักงานพิจารณาตนเองออกไป แล้วเหลือไว้แต่พนักงานที่มีคุณภาพ มีความสามารถทางทักษะที่เหมาะสมกับงานที่ปฏิบัติอยู่ โดยเฉพาะความซื่อสัตย์ สุจริตในวิชาชีพเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ สมบุญ ภู่นวล (2523 : 21-22) ได้กล่าวว่า ผู้ที่มีเจตคติที่ดีต่อวิชาชีพจะต้องมองเห็นว่าอาชีพเป็นอาชีพที่ดี เช่น มีเงินเดือน มีผู้อื่นเคารพนับถือ เป็นงานสุจริต มีเกียรติในสังคม มีความเจริญก้าวหน้า ซึ่งมีความสำคัญยิ่งในการพัฒนาตนเองของผู้ประกอบอาชีพและพัฒนางานในหน้าที่ให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลตามอุดมคติและอุดมการณ์

ด้านการบริการ ผู้นำการออกกำลังกายส่วนใหญ่เห็นว่าผู้นำการออกกำลังกายมีการบริการในระดับปานกลาง โดยเฉพาะการแนะนำสมาชิกใหม่ที่ยังไม่คุ้นเคยกับสถานที่ด้วยอาการยิ้มแย้มแจ่มใส จะทำให้สมาชิกใหม่เกิดความคุ้นเคยกับสถานที่ อุปกรณ์ วิธีการใช้งานได้เร็วขึ้น ทักทาย ขอบคุณสมาชิกที่มาใช้บริการด้วยความสุภาพเรียบร้อย ทำความสะอาดดูแลสภาพอุปกรณ์อยู่เสมอ เป็นเพราะว่าในปัจจุบันนี้มีสถานบริการออกกำลังกายเกิดขึ้นมากมายโดยเฉพาะโรงแรมใหญ่ ๆ ซึ่งมุ่งเน้นการบริการเป็นอันดับแรก ต้องสร้างความประทับใจให้ผู้มาใช้บริการ หรือผู้เข้าพักในโรงแรมเกิดความประทับใจมากที่สุด ดังนั้น นโยบายหรือแนวทางปฏิบัติของทุก ๆ สถานที่ที่จะพยายามมุ่งเน้นการบริการเป็นเลิศแก่ลูกค้าและสมาชิกก่อนเป็นอันดับแรกเพื่อให้ลูกค้าและสมาชิกที่มาใช้บริการเกิดความประทับใจและหวนกลับมาใช้บริการในสถานที่นั้น ๆ อีกซ้ำแล้วซ้ำอีก ซึ่งผู้นำการออกกำลังกายเห็นควรให้ผู้นำการออกกำลังกายเพิ่มความเอาใจใส่ในการต้อนรับสมาชิกด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน ดูแลสมาชิกอย่างใกล้ชิดในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ คริส ทีแนน (Kris Tynan, 1998 : 18) ได้กล่าวถึง ตัวอย่างมาตรฐานคุณภาพการบริการของผู้นำการออกกำลังกาย ทักทายและขอบคุณเมื่อสมาชิกมาใช้บริการ ดูแลความสะอาดสบายในสถานบริการออกกำลังกายทั้งหมด แนะนำแนวทางในการออกกำลังกายที่ถูกต้อง ปลอดภัย ยิ้มแย้ม แสดงอาการยินดีในการแนะนำสมาชิกด้วยความเต็มใจ

สมาชิกชายและสมาชิกหญิง

ส่วนใหญ่มีอายุ 26-30 ปี วุฒิการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า เป็นสมาชิกภายใน 1 ปี จากการศึกษาค้นคว้า พบว่า

ด้านวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ สมาชิกชายและสมาชิกหญิงมีความเห็นว่าผู้นำการออกกำลังกายมีความรู้ด้านวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ในระดับปานกลาง โดยเฉพาะการจัดกิจกรรมพิเศษเกี่ยวกับการออกกำลังกายทั้งในร่มและกลางแจ้ง รวมถึงการจัดสร้างโปรแกรมการออกกำลังกายให้เหมาะสมตรงตามวัตถุประสงค์ของสมาชิกเป็นเรื่องที่ผู้นำการออกกำลังกายมีส่วนช่วยเหลือสมาชิกผู้มาใช้บริการอย่างยิ่ง ในกิจกรรมพิเศษต่าง ๆ นั้น ทำให้ผู้นำการออกกำลังกายทราบถึงขีดระดับความสามารถทางร่างกายของสมาชิกว่าชอบการ

ออกกำลังกายแบบใด ไม่ชอบการออกกำลังกายแบบใด สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้เป็นประโยชน์ในการที่จะเลือกและสร้างโปรแกรมการออกกำลังกายได้หลากหลายรูปแบบให้กับทั้งสมาชิกชายและสมาชิกหญิง ซึ่งมีความแตกต่างกันในเรื่องของสรีรวิทยา ซึ่งการจัดกิจกรรมพิเศษทั้งในร่มและกลางแจ้ง การเลือกและสร้างโปรแกรมที่เหมาะสมตรงตามวัตถุประสงค์นั้นยังไม่พอเพียง ทั้งสมาชิกชายและสมาชิกหญิงเห็นควรให้ผู้ว่าการออกกำลังกายแนะนำวิธีการและเทคนิคในการออกกำลังกายอย่างถูกต้องและเหมาะสม ด้วยหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา ตลอดจนการป้องกันการบาดเจ็บที่จะเกิดขึ้นในระดับมากที่สุด เพราะการออกกำลังกายสิ่งที่สำคัญมากที่สุดคือต้องมีความปลอดภัยเป็นอันดับแรก ด้วยเหตุผลดังกล่าวผู้ว่าการออกกำลังกายจึงควรนำความรู้ทางวิชาการที่มีมาเผยแพร่ความรู้ทุกด้านของผู้ว่าการออกกำลังกายมาใช้กับสมาชิกให้เกิดประโยชน์และความปลอดภัยสูงสุดตามขีดความสามารถของแต่ละคน

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม สมาชิกชายและสมาชิกหญิงมีความเห็นว่า ผู้ว่าการออกกำลังกายมีความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรมส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งในเรื่องการมีมารยาทที่ดี รู้จักกาลเทศะกับสมาชิกในขณะปฏิบัติหน้าที่ เสียสละต่อหน้าที่ในการจัดกิจกรรมหรือสอนทักษะ ซึ่งในการทำงานของผู้ว่าการออกกำลังกายเป็นผู้ที่คอยช่วยเหลือแนะนำแสดงบทบาทลักษณะต่าง ๆ ที่ดี ถูกต้อง เหมาะสม ให้กับสมาชิกมากที่สุด ผู้ว่าการออกกำลังกายเปรียบเสมือนสวมบทบาทการเป็นครูนั่นเอง บทบาทและคุณลักษณะของครูที่ดีนั้น เบลิม มลิล่า (2521 : 40) ได้ชี้ให้เห็นบทบาทและคุณลักษณะของครูที่ดีว่ามีใช้ เป็นสิ่งที่กระทำได้โดยง่ายหรือมิใช่ใครก็ตามที่มีความรู้แล้วจะสามารถเป็นครูที่ดีหรือสอนได้ เพราะครูที่ดีนั้นไม่ใช่แต่จะมีความรู้ ความสามารถในการเชิงวิชาการเป็นเลิศเท่านั้น แต่ยังต้องมีศิลปะการสอนที่ดี มีความสามารถที่จะถ่ายทอดความรู้ ความคิดให้แก่ตัวผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ อีกทั้งยังต้องมีศีลธรรม จรรยาบรรณ คือ เป็นผู้ที่มีความประพฤติที่ดี มีความรับผิดชอบ ขยันหมั่นเพียรในการอบรมสั่งสอน ดังนั้น ผู้ว่าการออกกำลังกายที่ดีควรยึดหลักการเป็นครูที่ดีด้วยเช่นเดียวกัน ในด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรมของผู้ว่าการออกกำลังกายสิ่งต่าง ๆ ดังกล่าวข้างต้นนั้นจะไม่สัมฤทธิ์ผลดีเท่าที่ควรหากว่าผู้นำการออกกำลังกายไม่มีความตรงต่อเวลาในแต่ละกิจกรรม เพื่อทำให้ความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรมเกิดสัมฤทธิ์ผลมากที่สุดและสูงสุด ทั้งสมาชิกชายและสมาชิกหญิงเห็นควรให้ผู้ว่าการออกกำลังกายซึ่งมีลักษณะดังกล่าวข้างต้นแล้ว ยังต้องมีความตรงต่อเวลาอยู่ในระดับมากที่สุดด้วยเช่นกัน

ด้านการบริการ สมาชิกชายและสมาชิกหญิงมีความเห็นว่าผู้ว่าการออกกำลังกายมีการบริการส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง มีการพูดจาต้อนรับ ทักทายสมาชิกทั้งระหว่างการสอนและหลังการสอนด้วยอัธยาศัยที่ดี เอาใจใส่สอนสมาชิกได้เป็นอย่างดี การปฏิบัติหน้าที่ของผู้ว่าการออกกำลังกายมีความแตกต่างกันในเรื่องของความสามารถพิเศษ ทักษะของแต่ละบุคคล

ในการสอนขึ้นอยู่กับประสบการณ์ การฝึกอบรมของแต่ละบุคคล แต่โดยภาพรวมแล้วผู้นำการออกกำลังกายทุกคนมีความเต็มใจ ดูแลเอาใจใส่สมาชิกได้เป็นอย่างดีทุกคนด้วยอัธยาศัยที่ดีของผู้ประกอบการออกกำลังกายแต่ละคน นอกจากนี้ทั้งสมาชิกชายและสมาชิกหญิงมีความเห็นว่าผู้นำการออกกำลังกายควรที่จะแนะนำสมาชิกใหม่ที่ยังไม่คุ้นเคยกับสถานที่ด้วยอาการยิ้มแย้มแจ่มใสต้อนรับสมาชิกด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตนในระดับมากที่สุด เพื่อสร้างความประทับใจอย่างสูงสุด

ข้อเสนอแนะ

1. สำหรับผู้นำการออกกำลังกาย ผู้นำการออกกำลังกายควรรับรู้ถึงบทบาทที่ผ่านมาของตนเอง ในมุมมองของผู้จัดการ ผู้ร่วมงาน และสมาชิกผู้ใช้บริการ พร้อมทั้งรับฟังผลจากการแสดงความคิดเห็นของผู้จัดการ ผู้ร่วมงาน และสมาชิกผู้ใช้บริการ ประกอบกับการรับรู้บทบาทของตนเอง ในด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรมและด้านการบริการ เพื่อนำไปเป็นข้อมูลประกอบในการปฏิบัติงาน เพื่อแก้ไขปรับปรุง พัฒนาตนเอง ได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น
2. ผู้จัดการหรือผู้บริหาร ควรรับฟังและติดตามการปฏิบัติงานและบทบาทของผู้นำการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เพื่อจะได้ทราบถึงปัญหาที่แท้จริง ทั้งปัญหาส่วนตัวและปัญหาจากการปฏิบัติงาน ที่ทำให้ผู้นำการออกกำลังกายไม่สามารถปฏิบัติตามบทบาทที่ควรจะเป็น เพื่อที่จะได้หาแนวทางป้องกัน ปรับปรุง แก้ไข ให้คำแนะนำ และช่วยเหลือได้อย่างถูกต้องต่อไป

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการศึกษาค้นคว้าและแยกประเภทของสมาชิกสำหรับชาวต่างประเทศที่เข้ามาใช้บริการในสถานบริการออกกำลังกายด้วย
2. ควรทำการศึกษาค้นคว้าอย่างกว้างขวาง แยกแยะสถานบริการออกกำลังกายขนาดต่าง ๆ กัน และควรศึกษาในสถานบริการออกกำลังกาย เขตภูมิภาคอื่น ๆ ทั่วประเทศด้วย
3. ควรมีการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการพัฒนาวิชาชีพทางด้านนี้โดยเฉพาะ เพราะในปัจจุบันนี้มีผู้สนใจการออกกำลังกายเพิ่มมากขึ้น ความต้องการผู้นำการออกกำลังกายก็มีเพิ่มมากยิ่งขึ้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- โกสินทร์ น้ำใจทหาร. ลักษณะของอาจารย์ที่พึงประสงค์ในวิทยาลัยพลศึกษา. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2526. อัดสำเนา.
- เฉลิม มลิลลา. หลักการและวิธีสอนประวัติศาสตร์ในโรงเรียนมัธยม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2521.
- เดโช สวานานนท์. จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2528.
- ถวิล สุริยนต์ และคนอื่น ๆ. ประมวลความรู้ชุดครูประถม 6 วิชา. กรุงเทพฯ : สื่อการค้า, 2521.
- บุญถิ่น อัตถากร. “แนวนโยบายการผลิตครูในอนาคต,” เอกสารชุดเผยแพร่การศึกษา. 10 : ตุลาคม, 2524.
- ธีรวัฒน์ แสงรักษา. คุณลักษณะที่เป็นจริงและคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ภายในเขตกรุงเทพมหานคร. ปริญญาโท ค.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2541. อัดสำเนา.
- นเรศ กุลวงศ์วัฒนา. คุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬายิมนาสติก ตามการรับรู้ของนักกีฬา ผู้ฝึกสอนและผู้จัดการทีม. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536. อัดสำเนา.
- ประทุม ม่วงมี. รากฐานทางสรีรวิทยาของการออกกำลังกายและการพลศึกษา. ชลบุรี : ภาควิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางแสน, 2527.
- ปรัชชา กลิ่นรัตน์. การบริหารพลศึกษาและการจัดการธุรกิจกีฬา. ขอนแก่น : ขอนแก่นการพิมพ์, 2536.
- ปรัชชา เผือกขวัญดี. คุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติ ตามทัศนะของนักฟุตบอล ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม และผู้สื่อข่าว. ปริญญาโท ค.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2531. อัดสำเนา.
- ผาณิต บิลมาศ. คุณลักษณะของครูพลศึกษาที่พึงปรารถนา สำหรับโรงเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522. อัดสำเนา.
- ✓ พชนี วรกวิน. จิตวิทยาสังคม. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : วัชรการพิมพ์, 2524.
- ✓ แพทย์สภาแห่งประเทศไทย. “การบริหารกาย,” สุขภาพ. 5(8) : 104; พฤษภาคม, 2518.
- ✓ โยธิน คันสนยุทธ์. “การเรียนรู้มนทัศน์,” มูลสารจิตวิทยาการเรียนรู้. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524.
- ราชบัณฑิตสถาน. พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตสถาน พ.ศ. 2525. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์, 2530.

- รุ่งอรุณ เขียวพุ่มพวง และบุญศรี ศิริช่วง. พฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษา.
ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2535. อัดสำเนา.
- วีรศักดิ์ เพียรชอบ. หลักและวิธีสอนพลศึกษา. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2527.
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. “คุณสมบัติของครูพลศึกษา,” สารสภาอาจารย์. 3(2) : มกราคม
2528.
- สมบุญ ภู่นวล. การศึกษารูปแบบของผลการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู. พระนครศรีอยุธยา
: ภาควิชาทดสอบและวิจัยการศึกษา คณะวิชาครุศาสตร์ วิทยาลัยครูพระนครศรีอยุธยา,
2533.
- /สมบูรณ์ แวนวิชัย. บทบาทที่พึงประสงค์และที่เป็นจริงของครูพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา
เขตการศึกษา 7 ตามการรับรู้ของผู้บริหาร ผู้ร่วมงานและครูพลศึกษา.
ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2540. อัดสำเนา.
- สมพงศ์ ตีรพันธ์. ความสัมพันธ์ระหว่างวิธีการอบรมเลี้ยงดูความเชื่อมั่นในตนเองและความ
รู้สึกรับผิดชอบ. ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร, 2517. อัดสำเนา.
- สุพิตร สมาชิกโต. ออกกำลังกายเพื่อสมรรถภาพทางกายสำหรับเด็ก. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนา
พานิช, 2524.
- สมิตร คุณานุกร. หลักสูตรและการสอนหลักการและแนวปฏิบัติในการพัฒนาหลักสูตรการ
สอนแบบต่าง ๆ ขบวนการเปลี่ยนแปลงและกระบวนการกลุ่ม. กรุงเทพฯ :
โรงพิมพ์สถานสงเคราะห์หญิงปากเกร็ด, 2528.
- สุภรณ์ ศรีพหล. “การผลิตครูชั้นอาชีพ,” วารสารการศึกษาแห่งชาติ. 7(2) : 11-18 ;
กันยายน 2515.
- /สุวิมล ตั้งสัจจพจน์. หลักการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัย
เกษตรศาสตร์, 2526.
- เสก อักษรานุเคราะห์. การออกกำลังกายเพื่อชลอความแก่. กรุงเทพฯ : ภาควิชา
ออร์โทปิดิกส์และเวชศาสตร์ฟื้นฟู คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2526.
- /สุริยศักดิ์ วิศาลาภรณ์. พฤติกรรมผู้นำทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. พิษณุโลก : แผนก
เอกสารการพิมพ์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก, 2528.
- /อวย เกตุสิงห์. “การออกกำลังกาย การหายใจและปอด,” สุขภาพ. 5(12) : 1 ; กันยายน
2520.

- Alexander, William M. and Paul M. Halverson. Effective Teaching in Secondary School. New York : Rinehart & Winston, Inc., 1978.
- Allport, Gordon W. Basic Consideration for Psychology of Personality. Boston : New Haven Yale University Press, 1968.
- Barriger, John. Effective Teaching in Physical Education for Secondary School. Philadelphia : W.B. Saunders, 1972.
- Brian, Scott Coleman. "An investigation of the Physical and Psychological reasons given for membership non-renewal in a selected community wellness center physical," Dissertation Abstracts International. 106; 1990.
- Bucher, Charles A. Foundations of Physical Education. 6th ed. Saint Louis : The C.V. Mosby Company, 1972.
- Clark Hatch. Instructor Manual. 1969. (copy).
- Flippo, Edwin B. Management : A Behavioral Approach. Boston : Allyn and Bacon, 1960.
- Good, C. V. Dictionary of Education. 3d ed. New York : McGraw-Hill Book Co., 1973.
- Heald, James E. and Samuel A. Moor. The Teacher and Administration Relationship in School System. New York : The Mcmilan Company, Inc., 1968.
- Hemphil, John K. Situational Factors in Leadership. Ohio : Ohio State University Press, 1969.
- Keller, F.S. "Good-bye Teacher," Journal of Applied Behavior Analyst. 1 : 79-89 ; 1978.
- Kris Tynan. "Service on the gym floor," Asiafit. 18 : March-April, 1998.
- McClland, David C. and others. The Achievement Motive. New York : Appleton Century Crofts, 1969.
- Mouley, George J. Psychology for Effective Teaching. 3rd ed. New York : Holt, 1973.
- Ogilvie, Bruce C. and Thomas A. Tutko. "Self Perception as Compared with Measured Personality of Selected Male Physical Educator," G.S. Kenyon (ed) Contemporary Psychology of Sport : Second International Congress of Sports Psychology. Chicago Althetic Institute, 1970.
- Ogura, O' and Y' Yamaguchi. "A longitudinal study of dropout from a fitness club: A Case study a management perspective," Abstracts New Horizons of Human Movement. 129; 1988.

- ✓ Ordway, Tead. **The Art of Leadership.** New York : McGraw Hill Book Company, Inc., 1976.
- ✓ Parkhouse, B.L. "Professional preparation in athletic and administration and sport management," **Journal of Physical Education and Recreation.** 49(5) : May, 1976.
- Randall. **Activities for Elementary Physical Education.** New York : Parker, 1971.
- ✓ Richey, Robert W. **Planning for Teaching.** New York : McGraw Hill Book Company Inc., 1985.
- Russel, James D. "Assessment at Teacher Competencies," **Developing Teacher Competencies.** New York : Rinchart and Winston, 1972.
- ✓ Yamaguchi, Y. and K. Okada. "A study of adherence to a fitness club: A User's perspective," **Abstracts New Horizons of Human Movement.** 128; 1988.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบสอบถามบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในกรุงเทพมหานคร

แบบสอบถาม

บทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร

ส่วนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง () หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริง

1. สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

- () ผู้จัดการ
() ผู้ร่วมงาน
() ผู้นำการออกกำลังกาย
() สมาชิก (ไม่ต้องตอบข้อ 4.)

2. เพศ

- () ชาย () หญิง

3. อายุ

- () 25 ปีและต่ำกว่า () 26-30 ปี
() 31-35 ปี () 36-40 ปี
() 41-45 ปี () 46-50 ปี
() มากกว่า 50 ปี

4. ระยะเวลาที่ท่านปฏิบัติงานตามสถานภาพของท่านในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน

- () น้อยกว่า 1 ปี () 1-3 ปี
() 4-6 ปี () 7-9 ปี
() มากกว่า 9 ปี

5. ระยะเวลาที่เป็นสมาชิกในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน (เฉพาะผู้เป็นสมาชิก)

- () ภายใน 1 ปี
() 2 ปี
() 3 ปีขึ้นไป

6. วุฒิทางการศึกษาสูงสุด

- () ต่ำกว่าปริญญาตรี () ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า
() ปริญญาโท () ปริญญาเอก

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามทัศนคติและการประมาณค่าบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ ของผู้ประกอบการอวกาศ

คำชี้แจง คำถามในส่วนนี้เป็นแบบมาตราประมาณค่า (Rating Scale) โดยจะถามถึงบทบาทของ
ผู้ประกอบการอวกาศใน 2 ลักษณะ คือ
บทบาทที่เป็นจริง หมายถึง บทบาทที่ผู้ประกอบการอวกาศปฏิบัติเป็นประจำ
บทบาทที่พึงประสงค์ หมายถึง บทบาทที่ท่านต้องการให้ผู้ประกอบการอวกาศปฏิบัติ
แบบสอบถามนี้แบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้

ตอนที่ 2 ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม

ตอนที่ 3 ด้านการบริการ

การตอบแบบสอบถามขอให้ท่านโปรดพิจารณาข้อความที่กำหนดไว้ในแต่ละข้อแล้วทำ
เครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง 5, 4, 3, 2 หรือ 1 ระดับความมากน้อยตามทัศนะและความคิดเห็น
ของท่านในบทบาทของผู้ประกอบการอวกาศ โดยจะต้องทำเครื่องหมาย 2 ครั้ง คือ ในช่อง
บทบาทที่เป็นจริงและในช่องบทบาทที่พึงประสงค์

โดยการใช้เกณฑ์พิจารณาดังนี้

ช่องหมายเลข 5 หมายถึง บทบาทที่ผู้ประกอบการอวกาศปฏิบัติจริงมากที่สุด /
บทบาทที่ท่านต้องการให้ผู้ประกอบการอวกาศปฏิบัติมากที่สุด

ช่องหมายเลข 4 หมายถึง บทบาทที่ผู้ประกอบการอวกาศปฏิบัติจริงมาก /
บทบาทที่ท่านต้องการให้ผู้ประกอบการอวกาศปฏิบัติมาก

ช่องหมายเลข 3 หมายถึง บทบาทที่ผู้ประกอบการอวกาศปฏิบัติจริงปานกลาง /
บทบาทที่ท่านต้องการให้ผู้ประกอบการอวกาศปฏิบัติปานกลาง

ช่องหมายเลข 2 หมายถึง บทบาทที่ผู้ประกอบการอวกาศปฏิบัติจริงน้อย /
บทบาทที่ท่านต้องการให้ผู้ประกอบการอวกาศปฏิบัติน้อย

ช่องหมายเลข 1 หมายถึง บทบาทที่ผู้ประกอบการอวกาศปฏิบัติจริงน้อยที่สุด /
บทบาทที่ท่านต้องการให้ผู้ประกอบการอวกาศปฏิบัติน้อยที่สุด

ตัวอย่างการตอบแบบสอบถาม

ข้อ	บทบาทของผู้นำการออกกำลังกาย	บทบาทที่เป็นจริง					บทบาทที่พึงประสงค์				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
0	แนะนำให้สมาชิกรู้จักดูแลรักษาสุขภาพของตนเอง			✓			✓				
00	มีความรับผิดชอบในการปฏิบัติหน้าที่		✓					✓			

ความหมาย

- ข้อ 0 หมายถึง ผู้นำการออกกำลังกายแนะนำให้สมาชิกรู้จักดูแลรักษาสุขภาพของตนเองตามบทบาทที่เป็นจริงปานกลาง / บทบาทที่ท่านต้องการให้ผู้นำการออกออกกำลังกายแนะนำให้สมาชิกรู้จักดูแลรักษาสุขภาพของตนเองมากที่สุด
- ข้อ 00 หมายถึง ผู้นำการออกกำลังกายมีความรับผิดชอบในการปฏิบัติหน้าที่ ตามบทบาทที่เป็นจริงมาก / บทบาทที่ท่านต้องการให้ผู้นำการออกกำลังกายมีความรับผิดชอบในการปฏิบัติหน้าที่มาก

ส่วนที่ 3 ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับบทบาทในการปฏิบัติงานของผู้นำการออกกำลังกาย
ด้านต่าง ๆ

ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้

.....

.....

.....

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม

.....

.....

.....

ด้านการบริการ

.....

.....

.....

เกณฑ์การคัดเลือกผู้นำการออกกำลังกาย (เพิ่มเติม)

.....

.....

.....

.....

.....

ภาคผนวก ข

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์แผน เจียรณัย

- อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

2. อาจารย์สุกัญญา พานิชเจริญนาม

- อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

3. อาจารย์สุทธิ พานิชเจริญนาม

- อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ภาคผนวก ค

รายชื่อสถานบริการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร

- (1) โรงแรม แกรนด์ไฮแอท เอราวัณ
คลับเอราวัณ ฟิตเนส แอนด์ สปา
ถนนราชดำริ ปทุมวัน
โทร. 254-1234
- (2) โรงแรม เจ้าพระยา ปาร์ค
ฟิตเนส เซ็นเตอร์
ใกล้ปลาทองการ์ต และสถานีตำรวจสุทธิสาร
โทร. 290-0125-9
- (3) โรงแรม ชันรุท เฮลท์ คลับ
ถนนพระราม 9 ห้วยขวาง
โทร. 248-0011
- (4) โรงแรม ชัมเมอร์เซท
ถนนสุขุมวิท
โทร. 254-8500-25
- (5) โรงแรม แขงกรี-ลา
เฮลท์ คลับ
ซอยสวนพลู บางรัก
โทร. 236-7777
- (6) โรงแรม โซล ทวิน ทาวเวอร์
ทวิน ทาวเวอร์ เฮลท์ คลับ
ถนนพระราม 6 ตัดใหม่รอบเมือง
โทร. 216-9555 ต่อ 2501
- (7) โรงแรม เซ็นทรัล พลาซ่า
ฟิตเนส เซ็นเตอร์
ถนนพหลโยธิน
โทร. 541-1234
- (8) โรงแรม เดลต้า แกรนด์ แปซิฟิก
เดอะ บางกอก ยิมส์
ถนนสุขุมวิท
โทร. 255-2400 ต่อ 6033
- (9) โรงแรม เอส ซี ปาร์ค
คลาคล แสพท์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์
ถนนรัชดาภิเษก รามคำแหง
โทร. 530-0560-7, 539-6103-4
- (10) โรงแรม ดุสิตธานี
ฟิตเนส อินเตอร์ เนชั่นแนล
ถนนพระราม 4
โทร. 236-0450-9
- (11) โรงแรม เดอะ โรส การ์ดেন্ট
ถนนสุขุมวิท
โทร. 255-4300
- (12) โรงแรม ตะวันนา รามาด้า
ดีฟฟิต เซ็นเตอร์
ถนนสุรวงศ์
โทร. 236-0361
- (13) โรงแรม ทาวเวอร์ อินน์
ถนนสีลม
โทร. 237-8300-4
- (14) โรงแรม ธารา
เลอโดม ฟิตเนส เซ็นเตอร์
ถนนสุขุมวิท
โทร. 259-2900 ต่อ 2407-8
- (15) โรงแรม โนวาเทล สยามสแควร์
ฟิตเนส เซ็นเตอร์
สยามสแควร์ ซอย 6
โทร. 255-6888 ต่อ 2661-2
- (16) โรงแรม นารายณ์
ฟิตเนส คอนเนอร์
ถนนสีลม
โทร. 237-0100-39
- (17) โรงแรม โฟร์วิง
ถนนสุขุมวิท
โทร. 260-2100
- (18) โรงแรม เฟลิก
เฮลท์ คลับ
ถนนราชดำริ
โทร. 255-5767-8

- (19) โรงแรม เมอริออท รอยัล ริเวอร์ไซด์
รอยัล การ์เด้นท์ ฟิตเนส คลับ
ถนนเจริญกรุง
โทร. 476-0021-2 ต่อ 1541-2
- (20) โรงแรม โมনারก ลี การ์เด้นท์
เฮลท์ คลับ
ถนนสีลม
โทร. 238-1991
- (21) โรงแรม แม่น้ำ
ฟิตเนส เซ็นเตอร์
ถนนเจริญกรุง
โทร. 289-1148-9, 289-0352
- (22) โรงแรม มณเฑียร
ฟิตเนส คลับ
ถนนสุรวงศ์
โทร. 233-7060 ต่อ 5128-9
- (23) โรงแรม รอยัล ซิตี้
เฮลท์ แอนด์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์
ถนนบรมราชชนนี
โทร. 435-8888 ต่อ 3710
- (24) โรงแรม รีเจนท์
รีเจนท์ สปอร์ต แอนด์ เฮลท์ คลับ
ถนนราชดำริ
โทร. 251-6127
- (25) โรงแรม แลนด์มาร์ค
เดอะ รอยัล แลนด์มาร์ค เฮลท์ คลับ
ถนนสุขุมวิท
โทร. 255-8497-8
- (26) โรงแรม สุโขทัย
เฮลท์ คลับ
ถนนสาทร
โทร. 287-0222
- (27) โรงแรม สยามอินเตอร์ คอนติเนนตัล
ถนนพระราม 1
โทร. 253-0355-7
- (28) โรงแรม แอมบาสเดอร์
เฮลท์ เซ็นเตอร์
ถนนสุขุมวิท
โทร. 254-0444 ต่อ 1230-35
- (29) โรงแรม อมารี วอเตอร์เกต
คลาคลาส แอธส์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์
ถนนเพชรบุรีตัดใหม่
โทร. 653-9000
- (30) โรงแรมอโนมา
เฮลท์ คลับ
ถนนราชดำริ
โทร. 255-3410-9
- (31) โรงแรมอิมพีเรียล ควีน ปาร์ค
อิมพีเรียล ควีน ปาร์ค เฮลท์ คลับ
ถนนสุขุมวิท
โทร. 251-9000
- (32) โรงแรม ฮอลิเดย์ อินน์ คราวน์
พลาซ่า เฮลท์ คลับ
ถนนสีลม
โทร. 238-4300
- (33) โรงแรม ฮิลตัน อินเตอร์เนชั่นแนล
คลาคลาส แอธส์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์
โทร. 253-0123 ต่อ 8699
- (34) โรงแรม เซอร่าตัน สุขุมวิท
เดอะ แกรนด์ สปา แอนด์ ฟิตเนส คลับ
ถนนสุขุมวิท
โทร. 653-0333-8 ต่อ 8340
- (35) บอดี เวอร์ค แคร่ ฟิตเนส เซ็นเตอร์
ถนนพญาไท
โทร. 642-7858-60
- (36) จังเกิลจิม ฟิตเนส คลับ
ถนนสุขุมวิท
โทร. 262-1234 ต่อ 1460-61

- (37) โรงแรม แมริออท
รอยัล การ์เด้นท์ ฟิตเนส คลับ
โทร. 476-0021-2 ต่อ 1541-2
- (38) โรงแรม เซ็นจูรี พาร์ค
คลาค แอทซ์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์
ถนนดินแดง
โทร. 246-7800 ต่อ 4900
- (39) โรงแรม ดิเอ็มเมอรัลล์
เฮลท์ คลับ
ถนนรัชดาภิเษก
โทร. 276-4567
- (40) โรงแรม โนโวเทล โลตัส
ถนนสุขุมวิท
โทร. 261-0111
- (41) โรงแรม ปทุมวัน ปริ้นเซส
โอลิมปิก ยิมส์
โทร. 216-3700
- (42) โรงแรม ฟอรัจูน
ถนนรัชดาภิเษก
โทร. 641-4567
- (43) โรงแรม อมารี เอเทรียม
คลาค แอทซ์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์
ถนนเพชรบุรี
โทร. 718-2000

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ	นายบัญชา โนนพลกรัง
เกิดวันที่	20 มกราคม 2513
สถานที่เกิด	จังหวัดนครราชสีมา
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	67 หมู่ 1 ตำบลพลกรัง อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	โรงแรม เซอร่าตัน แกรนด์ สุขุมวิท 250 สุขุมวิท 12 เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร 10110
ประวัติการศึกษา	2526 ประถมศึกษา โรงเรียนเทศบาล 2 (วัดสมอราย) จังหวัดนครราชสีมา 2529 มัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนราชสีมาวิทยาลัย จังหวัดนครราชสีมา 2532 ประกาศนียบัตรวิชาชีพ สาขาสถาปัตยกรรม สถาบันเทคโนโลยีราชมงคล จังหวัดนครราชสีมา 2537 วท.บ. (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2542 กศ.ม. (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

บทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
บัญชา โนนพลกรัง

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา
เมษายน 2542

การศึกษาครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อทราบบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในสถานบริการออกกำลังกาย ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็น ผู้จัดการ จำนวน 30 คน ผู้ร่วมงาน จำนวน 100 คน ผู้นำการออกกำลังกาย 100 คน สมาชิกชายและสมาชิกหญิง อย่างละ 150 คน รวมทั้งสิ้น 530 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถาม แบ่งเป็น 3 ด้านดังต่อไปนี้

1. ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้
2. ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม
3. ด้านการบริการ

ผลการศึกษาพบว่า

1. ผู้จัดการในสถานบริการออกกำลังกาย เป็นชายร้อยละ 80.00 มีอายุ 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 43.33 มีระยะเวลาที่ปฏิบัติงานตามสถานภาพในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบันมีระยะเวลา 1-3 ปี คิดเป็นร้อยละ 56.67 มีวุฒิทางการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 63.33

2. ความคิดเห็นของผู้จัดการเกี่ยวกับบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในแต่ละด้าน พบว่า

ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 40.00 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 73.33

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 56.67 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 69.33

ด้านการบริการ ตามทัศนะของผู้จัดการ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.33 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 72.67

3. ผู้ร่วมงานในสถานบริการออกกำลังกายเป็นหญิงร้อยละ 63.00 มีอายุ 25 ปีและต่ำกว่า คิดเป็นร้อยละ 51.00 มีระยะเวลาที่ปฏิบัติงานตามสถานภาพในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน เวลา 1-3 ปี คิดเป็นร้อยละ 57.00 มีวุฒิทางการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 57.00

4. ความคิดเห็นของผู้ร่วมงานเกี่ยวกับบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในแต่ละด้าน พบว่า

ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53.10 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 75.80

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 51.50 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 79.00

ด้านการบริการ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 52.20 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 79.40

5. ผู้นำการออกกำลังกายในสถานบริการออกกำลังกายเป็นชาย ร้อยละ 69.00 มีอายุ 25 ปีและต่ำกว่า คิดเป็นร้อยละ 57.00 มีระยะเวลาที่ปฏิบัติงานตามสถานภาพในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน เวลา 1-3 ปี คิดเป็นร้อยละ 54.00 มีวุฒิทางการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 89.00

6. ความคิดเห็นของผู้นำการออกกำลังกายเกี่ยวกับบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในแต่ละด้าน พบว่า

ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 52.90 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 82.70

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 57.00 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 78.80

ด้านการบริการ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 60.20 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 80.10

7. สมาชิกชายในสถานบริการออกกำลังกายมีอายุ 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 38.00 มีระยะเวลาที่เป็นสมาชิกในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน มีระยะเวลาภายใน 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 46.00 มีวุฒิทางการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 47.33

8. ความคิดเห็นของสมาชิกชายเกี่ยวกับบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในแต่ละด้าน พบว่า

ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 55.20 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 70.87

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการ
ออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 52.87 และบทบาทที่
พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 74.67

ด้านการบริการ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความ
คิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 51.47 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความ
คิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 74.33

9. สมาชิกหญิงในสถานบริการออกกำลังกายมีอายุ 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 36.00
มีระยะเวลาที่เป็นสมาชิกในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน มีระยะเวลาภายใน 1 ปี
คิดเป็นร้อยละ 49.33 มีวุฒิทางการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 53.33

10. ความคิดเห็นของสมาชิกหญิงเกี่ยวกับบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำ
การออกกำลังกาย ในแต่ละด้าน พบว่า

ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการ
ออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.00 และบทบาท
ที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 73.80

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการ
ออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 49.00 และบทบาท
ที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 76.80

ด้านการบริการ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความ
คิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 47.67 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความ
คิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 72.87

**THE ACTUAL AND DESIRABLE ROLES OF THE
FITNESS INSTRUCTOR IN BANGKOK**

**AN ABSTRACT
BY
BANCHA NONPOLGRANG**

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

The purpose of this study was to investigate the actual and desirable roles of the fitness instructor in Bangkok. 530 participants were involve in this study. They were 30 fitness managers, 100 colleagues in fitness clubs, 100 fitness instructors, and 150 male and female fitness club members. A questionnaire was used to gain information on three major areas:

1. Breadth of knowledge in the related field of fitness.
2. Skill ability in a variety of related activities.
3. Level of service.

The findings were as follows:

Fitness club manager.

Profile: 80.00% are male, of whom 43.33% are 26–30 years old. 56.33% have been in their current employment for between 1 to 3 years and 63.33% have bachelor degrees.

Comments on instructors on the three major areas:

1. Currently the instructor's breadth of knowledge is identified as 40.00% while the desirable level is 73.33%.
2. The instructor's current skill ability is 56.67 % whilst the desirable one is 72.67%.
3. The instructor's current level of service is 46.33% whilst the desirable level is 72.67%.

Colleagues in fitness clubs.

Profile: 63.00% are women, of whom 51.00% are either 25 years old or younger. 57.00% have been working in their present jobs for between 1–3 years, and 57.00% have below bachelor degrees.

Comments on instructors on the three major areas:

1. Currently the instructor's breadth of knowledge is identified as 53.10% whilst the desirable level is 75.80%.
2. The instructor's current skill ability is 51.50% whilst the desirable level is 79%.
3. The instructor's current level of service is 52.20% whilst the desirable level is 79.40%.

Fitness instructors.

Profile: 69.00% are male, of whom 57.00% are 25 years old or younger. 54.00% have been in their current employment for between 1 to 3 years and 89.00% have a bachelor's degree.

Comments on instructors on the three major areas:

1. Currently the instructor's breadth of knowledge is identified as 52.90% whilst the desirable level is 82.70%.

2. The instructor's current skill ability is 57.00% whilst the desirable level is 78.80%.

3. The instructor's current level of service is 60.20% whilst the desirable level is 80.10%.

Male fitness club members:

Profile: 38.00% are between 26-30 years old, of whom 46.00% have been using the club for a period of 1-year and 47.33% has a bachelor's degree.

Comments on instructors on the three major areas:

1. Currently the instructor's breadth of knowledge is identified as 55.20% whilst the desirable level is 70.87%.

2. The instructor's current skill ability is 52.87% whilst the desirable level is 74.67%.

3. The instructor's current level of service is 51.47% whilst the desirable level is 74.33%.

Female fitness club members:

Profile: 36.00% are between 26-30 years old, of whom 49.33% have been using the club for a period of 1 year, and 53.33% have a bachelor's degree.

Comments on instructors on the three major areas:

1. Currently the instructor's breadth of knowledge is identified as 46.00% whilst the desirable level is 73.80 %.

2. The instructor's current skill ability is 49.00% whilst the desirable level is 76.80%.

3. The instructor's current level of service is 47.67% whilst the desirable level is 72.87%.