

ปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี

ปริญญานิพนธ์
ของ
สมศักดิ์ อินทวารี

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
กันยายน 2546
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

613.91

ค 2841/

ว.3

ปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี

บทคัดย่อ

ของ

สมศักดิ์ อินทวารี

613.91

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา

กันยายน 2546

46 829304

สมศักดิ์ อินทวารี. (2546). ปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครู
ในจังหวัดสิงห์บุรี. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
คณะกรรมการควบคุม : รองศาสตราจารย์ ภาณุภูมิ รัตนโรจนากุล,
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ไพบุลย์ ศรีชัยสวัสดิ์.

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อทราบปัญหาและความต้องการในการออกกำลังกาย
ของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี ด้านวันเวลาของการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์
และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ด้านบริการและวิชาการ
และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามซึ่งหาค่าความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ ด้วย
วิธีการของคอนบาค และมีค่าความเชื่อมั่น เป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลโดยกระทำกับกลุ่ม
ตัวอย่างที่สุ่มมาจากข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี ซึ่งมีจำนวนครู 2,734 คน รวมจำนวน
277 คน ซึ่งได้มาจากการใช้ตารางสำเร็จรูปของเครซี่และมอร์แกน และวิเคราะห์ข้อมูล
โดยใช้ค่าความถี่และร้อยละ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า

1. ข้าราชการครูส่วนมากมีปัญหาในด้านวันเวลาของการออกกำลังกายในระดับ
ปานกลาง และส่วนมากมีความต้องการอยู่ในระดับมาก ที่ต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา
หลังเลิกงาน
2. ข้าราชการครูส่วนมากมีปัญหาในด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก
ในระดับปานกลาง และส่วนมากมีความต้องการในระดับมากที่สุด ในด้านสถานที่ออกกำลังกาย
อย่างเพียงพอ อุปกรณ์การออกกำลังกาย สถานที่ที่มีความปลอดภัยสูง และดื่มน้ำดื่ม น้ำเย็น
สะอาดเพียงพอ
3. ข้าราชการครูส่วนมากมีปัญหา ด้านประเภทกิจกรรมการออกกำลังกายในระดับ
ปานกลาง โดยมีความต้องการในระดับมากที่สุด ในกิจกรรมเซปักตะกร้อ วาโยน้ำ แอโรบิก
และเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ
4. ข้าราชการครูส่วนมากมีปัญหาด้านบริการและวิชาการในระดับปานกลาง ในด้าน
ให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทางแนะนำวิธีการออกกำลังกาย ด้านให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้หรือ
คำแนะนำ ด้านมีการเผยแพร่การออกกำลังกายที่ถูกต้อง ด้านมีการให้ความรู้การปฐมพยาบาล
เบื้องต้น และด้านมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกายอย่างถูกต้อง และมี
ความต้องการในระดับมากในด้านมีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ด้านมีหน่วยงาน
ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย และด้านมีแผนกซ่อมบำรุงสนามและอุปกรณ์
การออกกำลังกาย

5. ข้าราชการครูส่วนมากมีปัญหาด้านบุคลากรผู้ให้บริการในระดับปานกลาง ในด้านบุคลากรให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ ด้านมีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้บริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ด้านให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ด้านให้มีบุคลากรที่มีความรู้ด้านกีฬา ด้านต้องการบุคลากรมีความสุขเปรียบร้อย และด้านมีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี

THE PROBLEMS AND NEEDS FOR EXERCISE OF TEACHERS
IN SINGBURI PROVINCE

AN ABSTRACT
BY
SOMSAK INTAVARI

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree in Physical Education
at Srinakharinwirot University
September 2003

Somsak Intavari. (2003). *The problems and needs for exercise of teachers in Singburi Province*. Master thesis, M.Ed. (Physical Education). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Assoc. Prof. Parkpoom Ratanarojanakool, Assist Prof. Paiboon Srichaisawat.

The purpose of this study was to investigate the problems and needs for exercise activities of teachers in Singburi Province institutions over time and days of services, the areas of facilities, materials and equipment, activities academic and services, and person services. The questionnaire, by Khronbard Method and with the reliability, was used to collect data from 277 subjects randomly stratified sampled form those teachers in Singburi Province institutions of 2,734 teachers from schedule of Cresi and Morgan. After the data were statistically treated, it was found that :

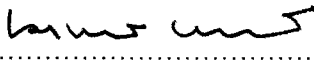
1. The most problems for the time and days of services in middle and the highly needed were dairy in the evening after work.
2. For the areas of facilities, materials and equipment, the most problems in middle and the highly needed for the areas of facilities, materials and safety places. The refrigerator has clean water.
3. For the activities, the most problems in middle, the highly needed were sepaktrakro, swimming, aerobic and walk – run for health.
4. For the academic and services, the most problems in middle and the highly needed were the public relations and security officers for the exercising areas.
5. For the services person, the most problems in middle, advised person and nurses, the highly needed were the responsible offices and human relations personnel.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

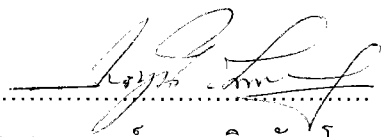
ปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี

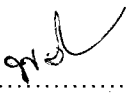
ของ
นายสมศักดิ์ อินทวารี

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

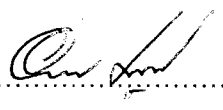

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร.นภาพร หะวานนท์)
วันที่ ๑๑ เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๔๖

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์


..... ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ภาควุมิรัตน์โรจนกุล)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ไพบุลย์ ศรีชัยสวัสดิ์)


..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ แมน เจียรน้อย)


..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อมรพงศ์ สุธรรมรักษ์)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี เพราะผู้วิจัยได้รับความเมตตา
อนุเคราะห์อย่างยิ่ง จากรองศาสตราจารย์ ภาคภูมิ รัตนโรจนากุล ประธาน
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ไพบุลย์ ศรีชัยสวัสดิ์ กรรมการควบคุม รองศาสตราจารย์ เทเวศร์
พิริยะพจน์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อมรพงศ์ สุธรรมรักษ์ กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
นายสมยศ วณิชชีวะ ผู้อำนวยการวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง ที่ให้คำปรึกษาแนะนำ
และแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ แก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดีโดยตลอด ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ
เป็นอย่างสูง มา ณ โอกาสนี้

สมศักดิ์ อินทวารี

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	3
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	3
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
เอกสารที่เกี่ยวข้อง	5
ความต้องการ	5
การแบ่งกลุ่มอายุ	6
การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา	7
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	14
งานวิจัยในต่างประเทศ	14
งานวิจัยในประเทศไทย	15
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	34
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	34
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	35
วิธีการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล	35
วิธีจัดทำข้อมูล	36
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	37
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	37
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	37
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	38

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	174
ความมุ่งหมายของการค้นคว้า	174
การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	174
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	174
การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล	175
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	175
อภิปรายผล	179
ข้อเสนอแนะ	184
 บรรณานุกรม	 185
 ภาคผนวก	 188
 ประวัติย่อของผู้วิจัย	 199

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	แสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ สังกัดหน่วยงาน ระดับการศึกษา และประสบการณ์การทำงานของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี	38
2	ความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย	40
3	ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย	43
4	ความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย	46
5	ความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย	50
6	ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย	53
7	ความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง	56
8	ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง	59
9	ความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง	62
10	ความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง	66
11	ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง	69
12	ความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา	72
13	ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา	75
14	ความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา	78

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
15	ความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา	82
16	ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา	85
17	ความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัด สิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ	88
18	ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ ครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ..	91
19	ความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครู ในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ	94
20	ความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ	98
21	ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ	101
22	ความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัด สิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา	104
23	ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ ครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา	107
24	ความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครู ในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา	110
25	ความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา	114
26	ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา	117
27	ความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัด สิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน	120
28	ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ ครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน	123

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
29	ความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครู ในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน	126
30	ความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน	130
31	ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน	133
32	แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของ ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามเพศ ในด้านความต้องการด้าน วันเวลาของการออกกำลังกาย	136
33	แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของ ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามเพศ ในด้านความต้องการด้าน สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก	139
34	แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของ ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามเพศ ในด้านความต้องการด้าน ประเภทกิจกรรมการออกกำลังกาย	142
35	แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของ ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามเพศ ในด้านความต้องการด้าน บริการและวิชาการ	146
36	แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของ ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามเพศ ในด้านความต้องการด้าน บุคลากรผู้ให้บริการ	149
37	แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของ ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามสังกัด ในด้านความต้องการด้าน วันเวลาของการออกกำลังกาย	152
38	แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของ ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามสังกัด ในด้านความต้องการด้าน สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก	156

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
39 แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของ ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามสังกัด ในด้านความต้องการด้าน ประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย	160
40 แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของ ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามสังกัด ในด้านความต้องการด้าน บริการและวิชาการ	166
41 แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของ ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามสังกัด ในด้านความต้องการด้าน บุคลากรผู้ให้บริการ	170

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

มนุษย์เป็นทรัพยากรที่สำคัญยิ่ง ที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนา ฉะนั้นในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ จะต้องเป็นหน้าที่ขององค์กรทุกระดับ ทั้งนี้เพื่อเป็นการส่งเสริมเพิ่มพูนคุณภาพชีวิตของบุคคลเบื้องต้น ในการที่จะเป็นกำลังสำคัญของการพัฒนาสังคมและประเทศชาติ ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุด ดังนั้นทรัพยากรมนุษย์จะมีประสิทธิภาพในการพัฒนาก็คือ การมีสุขภาพพลานามัยที่ดี การมีคุณธรรม จริยธรรม และการมีความขยันหมั่นเพียรในการครองชีพด้วยความมุ่งมั่น เพื่อให้ประสบความสำเร็จ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นหน้าที่ของทุกคนซึ่งเป็นส่วนขององค์กรที่มีบทบาทสำคัญในการช่วยสร้างสังคมให้เกิดความเข้มแข็ง เพื่อประโยชน์สุขของประชาชนในท้องถิ่น

การที่ร่างกายมีการเคลื่อนไหวหรือการได้ออกกำลังกายเป็นประจำนั้น นับเป็นสิ่งที่จำเป็นต่อร่างกายอย่างยิ่ง ที่จะเป็นส่วนช่วยในการรักษาสุขภาพและสมรรถภาพของร่างกายให้พร้อมที่จะเป็นส่วนหนึ่งของสังคมที่มีประสิทธิภาพ

จากพระราชดำรัส ที่ได้อัญเชิญมานี้ จะเห็นได้ว่า ธรรมชาติสร้างมนุษย์เพื่อให้มีการเคลื่อนไหวเป็นประจำ ถ้าการเคลื่อนไหวไม่เพียงพอจะทำให้สุขภาพเสื่อมโทรม ในที่สุดอาจจะเกิดโรคถึงกับเสียชีวิตได้ การเล่นกีฬาหรือการออกกำลังกายที่กระทำโดยถูกต้อง จะช่วยปรับและควบคุมการทำงานของอวัยวะระบบต่าง ๆ อันประกอบด้วย ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก ระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจ ระบบประสาทส่วนกลางและอัตโนมัติ ระบบต่อมไร้ท่อและระบบขับถ่าย

เพื่อเป็นการส่งเสริมสนับสนุนการออกกำลังกายของข้าราชการครู จึงยึดตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 7 และฉบับที่ 8 ได้มุ่งเน้นการพัฒนาคนเป็นสำคัญ โดยมุ่งที่จะพัฒนาคนให้มีคุณภาพและมีชีวิตที่ดี มีระเบียบวินัย มีสุขภาพที่ดี โดยเชื่อมั่นว่า หากบุคคลในชาติดี มีประสิทธิภาพดี แล้วการพัฒนาด้านอื่นก็จะเป็นไปตามเป้าหมายที่วางไว้อย่างแท้จริง กิจกรรมกีฬา เป็นสื่อสำคัญอย่างหนึ่งที่จะช่วยให้การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนเป็นไปตามแผนพัฒนาที่กำหนดไว้ จะเห็นได้ว่า การออกกำลังกายมีความสำคัญต่อสุขภาพของบุคคลในการดำรงชีวิตเป็นอย่างยิ่ง คุณค่าของการออกกำลังกายทางสรีรวิทยานั้น การออกกำลังกายจะช่วยในการปรับปรุงระบบไหลเวียนโลหิต ช่วยในการสูบฉีดโลหิตในแต่ละครั้งมีปริมาณมากขึ้น แต่มีอัตราการเต้นของหัวใจลดลง ในคนปกติอัตราการเต้นของหัวใจประมาณ 70-80 ครั้ง ต่อนาที แต่เมื่อมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอแล้ว อัตราการเต้นของหัวใจจะลดลงต่ำกว่าประมาณ 60 ครั้ง ต่อนาที ในระบบหายใจผู้ที่ออกกำลังกายสม่ำเสมอจะหายใจเข้าและลึกกว่าผู้ที่ไม่เคยออกกำลังกาย อวัยวะในการย่อยอาหารและการกำจัดของเสียออกจากร่างกาย

ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ระบบกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อต่อ มีสมรรถภาพดีขึ้น (จรรยาพร ธรณินทร์. 2525 : 18 - 19) ส่วนคุณค่าทางจิตวิทยา การออกกำลังกาย จะช่วยลดความเครียดของประสาท (Blundell. 1964 : อ้างถึงใน พูนทรัพย์ ทองบพิตร. 2534 : 27) นอกจากนี้ คุณค่าทางสังคม มนุษย์มีสัญชาตญาณในการที่จะอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งจะรวมไปถึงความพึงพอใจในการที่จะเล่นกีฬาร่วมกัน สร้างเสริมความมีน้ำใจนักกีฬาและสร้างมิตรภาพให้เกิดขึ้น (Seaton. 1959 : อ้างอิงจาก พูนทรัพย์ ทองบพิตร. 2534 : 29)

ครู ซึ่งเป็นบุคลากรวิชาชีพที่ทำหน้าที่หลักทางด้านการสอนและส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยวิธีการต่าง ๆ ในสถานศึกษาทั้งของรัฐและเอกชน ฉะนั้น ความต้องการในการออกกำลังกายของครูจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะพัฒนาศักยภาพทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา สังคม และจริยธรรม ซึ่งถือว่าการพัฒนาประเทศชาติให้มีประสิทธิภาพในอีกทางหนึ่ง การเป็นครูควรมีการออกกำลังกาย เพราะการออกกำลังกายจะทำให้มีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ มีสุขภาพดี มีน้ำใจนักกีฬา รู้จักให้อภัยซึ่งกันและกัน เป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดความสามัคคี นอกจากนี้ ยังเป็นการผ่อนคลายความเครียดจากการทำงาน ทั้งส่งเสริมการมีคุณธรรม จริยธรรม และใช้คุณค่าของเวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีประสิทธิภาพในการปฏิบัติหน้าที่ เนื่องจากครูมีความรับผิดชอบหน้าที่การงานที่ไม่เหมือนกับอาชีพอื่น ๆ การทำงานจะต้องใช้ความอดทน ความเสียสละ และความโอบอ้อมอารีเป็นอย่างมาก ในการที่จะถ่ายทอดความรู้ให้กับศิษย์ เพื่ออบรมป้อนนิสัยให้เป็นทรัพยากรของประเทศชาติที่มีคุณภาพต่อไป เมื่อครูสามารถปฏิบัติได้เช่นนี้ จะทำให้การสอนของครูมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ด้วยความสนใจถึงความสำคัญของการออกกำลังกายของข้าราชการครู จึงมีความรู้สึกที่ต้องการจะให้ข้าราชการครูเกิดการตื่นตัวในการออกกำลังกายและให้ความสนใจในกิจกรรมต่าง ๆ ของการออกกำลังกายมากขึ้น เพราะการออกกำลังกายจะช่วยชะลอความเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ ให้เป็นไปได้ช้าขึ้นอีกด้วย ดังนั้น การค้นหาความต้องการออกกำลังกายจึงถือเป็นสิ่งจำเป็นต่อความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครู ยิ่งทุกคนมองเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายเท่าใด ความต้องการออกกำลังกายก็ยิ่งมีความสำคัญมากขึ้นเท่านั้น ทั้งนี้ยังเป็นการสนองตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 มาตรา 6 ว่า การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้และคุณธรรมมีจริยธรรม และวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข จึงควรทราบความต้องการออกกำลังกายของข้าราชการครู เพื่อให้เกิดความเหมาะสม

จากเหตุผลดังกล่าว เพื่อเป็นการส่งเสริมให้ข้าราชการครูได้มีการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องและมีความเหมาะสมกับข้าราชการครู แต่สภาพความเป็นจริงยังไม่ทราบความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเพื่อเป็นข้อมูลสำหรับที่จะนำไปใช้สนับสนุนและส่งเสริมการออกกำลังกายของข้าราชการครูต่อไป

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อทราบปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อทราบถึงปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี และเป็นข้อมูลนำไปใช้ การจัด และส่งเสริมการออกกำลังกายให้ได้ผลดีและสอดคล้องความต้องการมากยิ่งขึ้น ทั้งเป็นแนวทางสำหรับศึกษาค้นคว้าต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี ประกอบด้วย ข้าราชการ สังกัดกรมสามัญศึกษา 561 คน สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ จำนวน 1,609 คน, สังกัดกรมอาชีวศึกษา จำนวน 299 คน และสังกัด สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน จำนวน 265 คน รวมทั้งสิ้นจำนวน 2,734 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้มาจากการใช้ตารางสำเร็จรูปของเครตซี และมอร์แกน (Robert V. Krejcie and Eayrle W. Morgan) (บุญส่งโกสละ. 2542 : 172) เป็นข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี จำนวน 277 คน ประกอบด้วย ข้าราชการครูสังกัดกรมสามัญศึกษา 57 คน สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ จำนวน 162 คน สังกัดกรมอาชีวศึกษา จำนวน 30 คน และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน จำนวน 28 คน แล้วทำการสุ่มอย่างง่าย

3. ตัวแปรที่ศึกษา แบ่งออกได้ดังนี้

3.1 ตัวแปรต้น แบ่งออกเป็น

3.1.1 เพศ แยกออกเป็น

3.1.1.1 ข้าราชการครูเพศชาย

3.1.1.2 ข้าราชการครูเพศหญิง

3.1.2 สังกัดของข้าราชการครู แยกออกเป็น

3.1.2.1 สังกัดกรมสามัญศึกษา

3.1.2.2 สังกัดคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ

3.1.2.3 สังกัดกรมอาชีวศึกษา

3.1.2.4 สังกัดคณะกรรมการการศึกษาเอกชน

3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในเขตจังหวัดสิงห์บุรี

นิยามศัพท์เฉพาะ

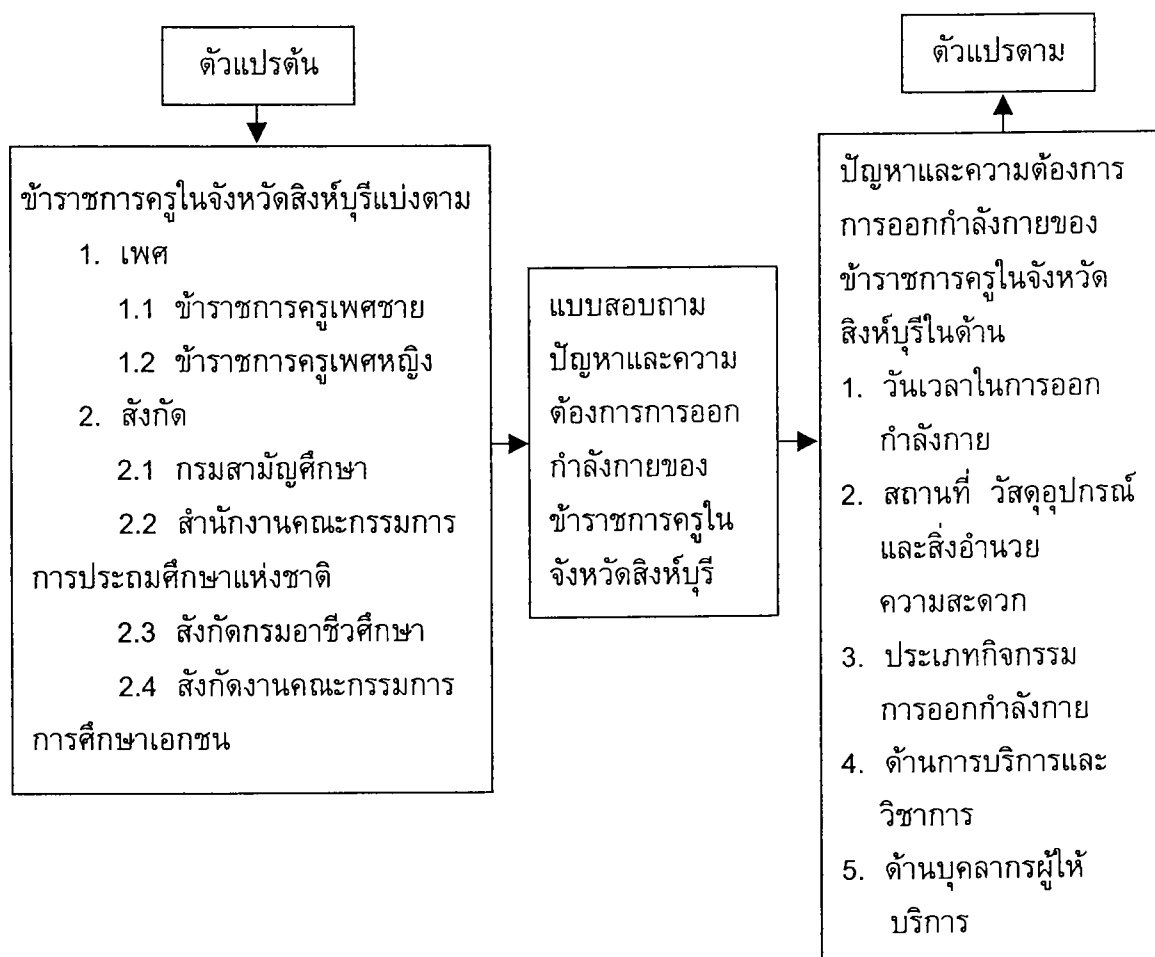
ปัญหา หมายถึง อุปสรรคหรือสิ่งที่มาขัดขวางความสะดวกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี

ความต้องการ ความประสงค์ที่จะได้รับการบริการเกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายตามความสนใจในวันเวลาของการออกกำลังกาย สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ด้านการบริการและวิชาการ และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

การออกกำลังกาย หมายถึง การส่งเสริมให้มีสุขภาพพลานามัยแข็งแรง สมบูรณ์ และเข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขันกีฬาต่าง ๆ อย่างมีประสิทธิภาพ

ข้าราชการครู หมายถึง บุคลากรวิชาชีพซึ่งทำหน้าที่หลักทางด้านการเรียนการสอน และส่งเสริมการเรียนรู้ของผู้เรียนด้วยวิธีการต่าง ๆ ในสถานศึกษาทั้งของรัฐและเอกชนในจังหวัดสิงห์บุรี

กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าข้อมูลต่าง ๆ จากหนังสือวารสารงานวิจัย และเอกสารต่าง ๆ ทั้งภาษาไทย และภาษาอังกฤษที่เกี่ยวข้องที่สามารถนำมาใช้ในการประกอบ การวิจัย ข้อมูลที่ศึกษานั้นครอบคลุมถึงองค์ประกอบของการเขียนงานวิจัย มีสาระสำคัญพอสรุป ได้ดังนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้อง
2. งานวิจัยในต่างประเทศ
3. งานวิจัยในประเทศ

1. เอกสารที่เกี่ยวข้อง

ความต้องการ (Needs)

สุชา จันทน์เอม (2529 : 105) กล่าวว่ามนุษย์มีความต้องการตามธรรมชาติ แบ่งออกเป็น 3 ประการ

1. ความต้องการทางร่างกายประกอบด้วย ความต้องการอาหาร น้ำ อากาศหายใจ การขับถ่าย การเคลื่อนไหว และการพักผ่อน
2. ความต้องการทางอารมณ์ และสังคม คือต้องการความรัก ความปลอดภัย อิสระภาพ และความสำเร็จ
3. ความต้องการทางสติปัญญา

การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นประจำเป็นสิ่งจำเป็น เพราะนอกจากจะช่วย ป้องกัน การเสื่อมโทรมแล้วยังสามารถแก้ไขความเสื่อมโทรมที่เกิดขึ้นแล้วได้ด้วย คนที่มี การเคลื่อนไหว หรือการออกกำลังกายไม่เพียงพอ ย่อมมีสุขภาพอยู่ในเกณฑ์ไม่สมบูรณ์ ถ้าได้ ออกกำลังกายเสียบ้าง ก็อาจจะแก้ไขภาวะที่ผิดปกติ เพื่อความสมบูรณ์ของร่างกาย และช่วยให้ อายุยืนขึ้นได้

ความต้องการ คือ สภาพการณ์ขาดสมดุลภายในร่างกายมนุษย์ ซึ่งจะก่อให้เกิด แรงผลักดันให้มนุษย์ต่อสู้เพื่อสภาพการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อให้ร่างกายเข้าสู่สภาพสมดุล ดังเดิม จึงสรุปได้ว่า มนุษย์ทุกคนจะมีความต้องการ ซึ่งความต้องการก็มีหลายอย่าง มาสโลว์ (Maslow, 1970 : 80 – 92) กล่าวถึงลักษณะความต้องการของมนุษย์ไว้ดังนี้

1. ความต้องการด้านสรีรพื้นฐาน (Basic Physiological Needs) เป็นความต้องการ พื้นฐานที่สำคัญที่สุดทางด้านการดำรงชีวิต เช่น ความต้องการอาหาร น้ำ อากาศอุณหภูมิ การหลับนอนและการออกกำลังกาย เป็นต้น

2. ความต้องการด้านความปลอดภัยและมั่นคง (Safety and Security Needs)
ต้องการความคุ้มครองปกป้อง ความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย

3. ความต้องการด้านความรักและเป็นเจ้าของ (Love and Belonging Needs)
อยากให้ตนเป็นที่รัก ยอมรับจากกลุ่ม

4. ความต้องการด้านการยกย่องจากผู้อื่น (Self Esteem Needs) อยากให้ผู้อื่น
ยกย่องตน

5. ความต้องการด้านความเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง (Self-Actualization) กระทำสิ่ง
ต่าง ๆ เพื่อบรรลุความต้องการของตนเอง

การแบ่งกลุ่มอายุ

สุชา จันทน์เอม (2539 : 47) กล่าวว่าตามปกติเรามักจัดลำดับพัฒนาการของมนุษย์
ตามวัย ตั้งแต่ระยะหลังเกิด ช่วงชีวิตของชีวิตมนุษย์อาจแบ่งได้เป็น 5 ระยะใหญ่ ๆ คือ วัยทารก
วันเด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ และวัยชลาโยถือว่าแต่ละวัยเหล่านี้มีลักษณะการพัฒนาการเฉพาะวัย
แตกต่างกัน ดังนี้

วัยทารก (Infancy) ตั้งแต่เกิด ถึง 2 ปี

เด็กวัยนี้จะมีพัฒนาการอย่างรวดเร็วทางด้านร่างกาย ในปีแรกพัฒนาการทางด้าน
ร่างกาย จะเพิ่มเป็นสองเท่าจากเมื่อแรกเกิด และในปีที่ 2 จะเพิ่มเพียง 30 เปอร์เซ็นต์ ในระยะนี้
เด็กจะเจริญเติบโตขึ้นตามลำดับและตามแบบแผนของการพัฒนา จะแตกต่างกันเฉพาะ
ความเร็วเท่านั้น ซึ่งขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ มากน้อยและเหมาะสมแค่ไหน นอกจากนี้ยังขึ้นอยู่กับ
เชื้อชาติกรรมพันธุ์ สิ่งแวดล้อม และสุขภาพของเด็ก

วัยเด็ก (Childhood) ตั้งแต่ 3 ถึง 12 ปี

ในวัยนี้ความเจริญเติบโตส่วนใหญ่เป็นเรื่องของกระดูก กล้ามเนื้อ และการทำงาน
ประสานกันของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย ความแตกต่างระหว่างบุคคลและระหว่างเพศจะปรากฏ
ชัดเจนขึ้นเรื่อย ๆ เด็กหญิงจะมีวุฒิภาวะการใช้ร่างกายเร็วกว่าเด็กชาย และเด็กชายจะมีพลัง
กำลังสูงกว่าเด็กหญิงในปลายระยะนี้

1. วัยเด็กตอนต้น (3 ถึง 5 ปี) เป็นวัยที่เด็กเริ่มสนใจและทำความเข้าใจกับสิ่งแวดล้อม
รอบ ๆ ตัวรู้จักใช้ภาษา หัดพูด แต่งตัว รู้จักสังเกต ทดลอง

2. วัยเด็กตอนกลาง (6 ถึง 9 ปี) เด็กไปโรงเรียนอยู่ในหมู่พวก สิ่งแวดล้อมเปลี่ยน
จากบ้านเป็นโรงเรียน เด็กต้องปรับตัวให้เข้ากับคนแปลกหน้าและระเบียบทางโรงเรียน เป็นวัย
แห่งความสนุกสนาน การเล่น การออกกำลังกาย ความสามารถ ความสนใจ ขยายขอบเขต
กว้างขวางขึ้น รู้จักเลือก รู้จักตัดสินใจ และรับผิดชอบการทำงานของตัวเองได้

3. วัยเด็กตอนปลาย (10 ถึง 12 ปี) เป็นระยะที่เด็กชายและหญิงจะแสดงความแตกต่าง
กันอย่างชัดเจนในด้านพฤติกรรมและความสนใจ เด็กหญิงโตกว่าเด็กชายในตอนปลาย ของ
วัยนี้ลักษณะความเจริญเติบโตทางด้านต่าง ๆ ที่เห็นได้ชัดคือมีทักษะในการใช้ภาษาดีขึ้น

สามารถใช้สติปัญญาในการแก้ปัญหาในระดับความสามารถของตนได้ จะเล่นแต่กลุ่มที่เป็นเพศเดียวกัน

วัยย่างเข้าวัยรุ่น (Puberty) ตั้งแต่ 12 ถึง 14 ปี)

วัยนี้เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเป็นอย่างมาก ทั้งนี้เป็นเพราะร่างกายเตรียมเข้าสู่วัยรุ่น ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายเจริญเติบโตไม่พร้อมกัน และความเจริญเติบโตของกระดูก และกล้ามเนื้อไม่เป็นสัดส่วนกันจึงดูเก้งก้าง ทางด้านภาษา มีลักษณะเริ่มจะเป็นผู้ใหญ่ น้ำเสียงก็เปลี่ยนไป อารมณ์ก็เปลี่ยนแปลงง่ายและหงุดหงิด วิตกกังวลซึ่งเป็นผลต่อเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ชอบเล่นกีฬาเป็นทีมหรือเป็นพวกชอบแก้ปัญห

เด็กหญิงจะเข้าสู่ระยะวัยรุ่นเร็วกว่าเด็กชายประมาณ 1-2 ปี

เป็นการเปลี่ยนแปลงครั้งสำคัญที่สุดระยะหนึ่งของชีวิต เป็นระยะที่เด็กมีปัญหาและต้องปรับตัวเข้ากับสิ่งใหม่ ๆ ที่เกิดขึ้นทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม เด็กวัยรุ่นส่วนมากมีอายุ 12-21 ปี เด็กบางคนอาจเป็นวัยรุ่นก่อนอายุที่กำหนด บางคนอาจถึงวัยรุ่นหลังที่กำหนด

การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

ความหมายของการออกกำลังกาย

การออกกำลังกาย (Exercise) หมายถึง การออกแรงเพื่อกิจกรรมของร่างกายในทุกลักษณะไม่ว่าจะเป็นการเล่นกีฬาหรือการทำงานใด ๆ การออกกำลังกายที่ดีจำเป็นต้องออกแรงให้มากพอจนเหนื่อย เพื่อให้ร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวหรือบางครั้งอาจจะอยู่กับที่ก็ตามซึ่งเป็นผลทำให้หัวใจเต้นเร็วขึ้นกว่าปกติ ดังนั้น การออกกำลังกายหากได้กระทำอย่างสม่ำเสมอและให้มีความเหมาะสมกับเพศและวัยจะให้คุณประโยชน์ต่อร่างกายดังศูนย์วิทยาศาสตร์ การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย (การกีฬาแห่งประเทศไทย. 2528 : 10 – 13) ได้สรุปประโยชน์ของการออกกำลังกายไว้ดังนี้

อวย เกตุสิงห์ (2528 : 190) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายทางด้านสรีรวิทยา ดังนี้ การออกกำลังกายเป็นประจำจะช่วยให้ขนาดของกล้ามเนื้อโตขึ้นหัวใจมีขนาดใหญ่ขึ้น เม็ดเลือดเพิ่มขึ้น หลอดเลือดมีความยืดหยุ่นมาก ปอดโตขึ้น ลดภาวะความตึงเครียดทางสมองและจิตใจ ลดความอ้วนและช่วยเพิ่มสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปให้สูงขึ้น

เมลโลว์วิทซ์ (Mellorowitz. 1973 : 55) กล่าวว่า การออกกำลังกายมีผลต่อระบบการไหลเวียนของโลหิต กล่าวคือ การออกกำลังกายอยู่เสมอมีผลให้หัวใจเปลี่ยนแปลงมีขนาดโตขึ้นน้ำหนักหัวใจเพิ่มขึ้น และประสิทธิภาพของหัวใจดีขึ้น นอกจากนี้เส้นโลหิตแดงฝอยที่ห่อหุ้มจะมากขึ้น ปริมาตรการสูดดมโลหิตของหัวใจมีมากกว่าผู้ที่ไม่ได้ออกกำลังกาย

วาสนา คุณาภิสิทธิ์ (2539 : 25) การออกกำลังกายเป็นความจำเป็นของชีวิตมนุษย์เหมือนอาหารที่ต้องรับประทานทุกวัน เด็ก ๆ ออกกำลังกายเพื่อความเจริญเติบโต ผู้ใหญ่ออกกำลังกายเพื่อความแข็งแรงและคงคุณภาพชีวิตเอาไว้

ยูเนสโก (UNESCO. 2521 : 5) ได้ประกาศกฎบัตรระหว่างประเทศหรือปฏิญญาเกี่ยวกับการพลศึกษาและการกีฬาไว้ 10 ประการได้แก่

1. การพลศึกษาและการกีฬาเป็นสิทธิขั้นมูลฐานที่พึงได้รับของมนุษย์ทุกคน
2. การพลศึกษาและการกีฬาเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตลอดชีวิตที่มีความสำคัญในกระบวนการศึกษา
3. การจัดโครงการพลศึกษาและกีฬาคควรคำนึงถึงความเหมาะสมกับบุคคลและสังคมประเทศนั้น
4. การสอน การฝึก และการบริหารงานพลศึกษาและกีฬาคควรกระทำโดยบุคคลากรหรือผู้เชี่ยวชาญในวิชาชีพ
5. การพลศึกษาและการกีฬาจะสัมฤทธิ์ผลได้ต้องมีอุปกรณ์อย่างเพียงพอ
6. การวิจัยและการประเมินผลเป็นสิ่งจำเป็นยิ่งในการพัฒนาการพลศึกษาและการกีฬา
7. การเผยแพร่และเก็บรวบรวมข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ย่อมช่วยส่งเสริมการพลศึกษาและการกีฬา
8. การพลศึกษาและการกีฬาจะก้าวหน้าไปได้ด้วยดี เมื่อมีการร่วมมือกับสื่อมวลชน
9. สถาบันต่าง ๆ ของรัฐเป็นกำลังสำคัญในการทำให้การพลศึกษาและการกีฬาเจริญก้าวหน้า
10. ความสัมพันธ์ระหว่างประเทศเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ถือเป็น การส่งเสริมการพลศึกษาและการกีฬาเช่นกัน

สมหวัง สมใจ (2520 : 9) การเคลื่อนไหวร่างกายให้มีจังหวะเหมาะสมเป็นการฝึกซ้อมให้ร่างกายแทบทุกส่วนมีความแคล่วคล่องว่องไว จึงให้ร่างกายเตรียมพร้อมอดทน แข็งแรง ผ่อนคลายความเคร่งเครียดจากงานหรือชีวิตประจำวันซึ่งมักจะซ้ำ ๆ ซาก ๆ เมื่อร่างกายแข็งแรงก็ทำให้สมองแจ่มใส ปราศจากโรคภัย

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2525 : 37) การที่เราทำให้ร่างกายได้ใช้แรงงานหรือกำลังที่มีอยู่ในตัวนั้น เพื่อให้ร่างกายหรือส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวนั่นเอง เช่น การเดินทาง การวิ่ง การกระโดด การทำงานหรือในการเล่นกีฬา การออกกำลังกายแต่ละกิจกรรมร่างกายต้องใช้กำลังงานมากน้อยแตกต่างกันไปตามลักษณะของงานนั้น

การออกกำลังกาย (Exercise)

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2519 : 100 – 109) หมายถึง การออกแรงเพื่อกิจกรรมของร่างกายในทุกลักษณะ ไม่ว่าจะเป็นการเล่นกีฬาหรือการกระทำงานใด ๆ การออกกำลังกายที่ดีจำเป็นต้องออกแรงให้มากจนเหนื่อย เพื่อให้ร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวถึงแม้บางครั้งจะอยู่กับที่ก็ตาม หลักของการออกกำลังกายที่เป็นพื้นฐานที่ถูกต้องเหมาะสมกับสภาพร่างกายของแต่ละคน มีดังนี้

1. การออกกำลังกายในตอนแรกควรเริ่มด้วยการออกกำลังกายเบา ๆ ใช้ปริมาณงานน้อย และควรเป็นการออกกำลังกายโดยใช้วิธีง่าย ๆ เมื่อร่างกายปรับตัวดีขึ้นแล้วจึงค่อย ๆ เพิ่มปริมาณความหนักของงาน และความยากขึ้นเป็นลำดับ ตามพัฒนาการของสภาพร่างกายที่มีความสมบูรณ์แข็งแรงขึ้น

2. การออกกำลังกายที่ดี ควรให้ทุกส่วนของร่างกายได้ออกกำลังกายควบคู่พร้อมกันไป ไม่ควรมุ่งออกกำลังกายแต่เฉพาะส่วนใดส่วนหนึ่งเท่านั้น

3. การออกกำลังกาย ควรกระทำโดยสม่ำเสมอเป็นกิจวัตรประจำวัน หรือวันเว้นวัน หรือทุกสองวันก็ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาพเหตุการณ์ และความสะดวกแต่ควรปฏิบัติติดต่อกันเรื่อยไป ตามที่กำหนดไว้ ข้อนำแนะ ถ้าไม่มีเหตุผลจำเป็น ควรออกกำลังกายในเวลาเดียวกันทุกครั้ง อาจเป็นตอนเช้าหลังจากตื่นนอน หรือเวลาเย็นก็ได้

4. การออกกำลังกาย ควรคำนึงถึงสภาวะร่างกาย เช่น ในบางกรณีที่ร่างกายอ่อนแอลงไปชั่วคราว สาเหตุอาจจะเนื่องมาจากท้องเสีย หรืออดนอน การออกกำลังกายเท่าที่เคยกระทำอยู่ ก็อาจจะมีอาการบางอย่างแสดงออกให้ปรากฏ เช่น มีการเหนื่อยผิดปกติ ใจสั่น หายใจขัดหรือหายใจไม่ทั่วท้อง เวียนศีรษะ คลื่นไส้ หน้ามืดคล้ายจะเป็นลม เป็นต้น เมื่อมีอาการอย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น ควรหยุดออกกำลังกายทันที และนั่งพักผ่อนนอนราบลงกับพื้นจนกระทั่งหายเหนื่อยและควรหยุดออกกำลังกายในช่วงนั้น

แพทยสมาคมแห่งประเทศไทย (2521) สรุปคุณค่าความสำคัญของการออกกำลังกายไว้สั้น ๆ ดังนี้

1. การออกกำลังกายช่วยให้อวัยวะต่าง ๆ เช่น หัวใจ ปอด ไต และกระดูกแข็งแรงขึ้น นอกจากนี้ยังช่วยลดการเป็นโรคความดันสูง โรคแผลในกระเพาะอาหารและไขมันอุดตันในเส้นเลือดสูง

2. ผู้ที่ทำงานเบาโดยไม่ค่อยได้ออกกำลังกาย อาจเป็นโรคเหนื่อยง่ายและเวียนศีรษะ การออกกำลังกายให้เหนื่อยทุกวันจะทำให้อาการเหล่านั้นหายไป

3. พระภิกษุ แม่บ้าน ช่างเย็บเสื้อ นักธุรกิจ และผู้มีอาชีพงานเบา ๆ อย่างอื่น ควรหาเวลาออกกำลังกายทุกวัน อาการเหนื่อยง่าย เบื่ออาหาร เวียนศีรษะ และนอนไม่หลับอาจหายไป

4. บุรุษไปรษณีย์เป็นโรคหัวใจน้อยกว่าพนักงานนั่งรับโทรศัพท์ กระเป๋ารถเมล์เป็นโรคหัวใจน้อยกว่าคนขับรถหรือคนนั่ง เพราะประโยชน์ของการออกกำลังกายจากการเดินอยู่ตลอดเวลา ฉะนั้นถ้าไม่ยากเป็นโรคหัวใจควรเดินหรือออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน

5. คนถีบจักรยานเป็นโรคหัวใจน้อยกว่าคนขับรถหรือคนนั่งรถเช่นเดียวกัน

6. การออกกำลังกายทุกวันทำให้การเป็นโรคติดเชื้อ เช่น เป็นหวัด คัดจมูก และเจ็บคอน้อยลง

7. การเดิน การวิ่ง การเล่นกีฬา การทำงานบริหารแบบโยคะ การร่ำรวยเงินล้านเป็น การออกกำลังกายให้มีสุขภาพดีขึ้นทั้งสิ้น

8. ผู้ที่ทำงานเบาและงานจำเจอาจจะเจ็บป่วยบ่อย ถ้าไม่อยากให้คนงานในหน่วยงานของท่านลาป่วยบ่อย ๆ ควรจะจัดสถานที่และส่งเสริมให้เขาได้ออกกำลังกายทุกวัน

9. การออกกำลังกายทุกวันทำให้แก่ช้าและอายุยืน

10. ออกกำลังกายวันละนิด จิตแจ่มใส ถ้าไม่อยากให้หัวใจวายออกกำลังกายทุกวัน

พัฒน อุตตโมบล (2529 : 72 – 73) ได้สรุปถึงคุณค่าของสมรรถภาพทางกายจากการออกกำลังกายไว้ดังนี้

1. การออกกำลังกายเป็นประจำวันนั้น จะช่วยกระตุ้นให้ร่างกายได้มีการเจริญเติบโตได้อย่างเต็มที่ โดยเฉพาะวัยเด็กซึ่งเป็นวัยที่อยู่ในระหว่างการเจริญเติบโต กล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ของร่างกายได้มีการพัฒนาได้อย่างเต็มที่และได้สัดส่วน ทำให้มีสมรรถภาพในการทำงานต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพในจำนวนงานเท่ากัน กล้ามเนื้อที่มีสมรรถภาพสูงจะทำงานสำเร็จได้โดยใช้แรงงานที่น้อยกว่าประหยัดกว่า ทำให้สามารถนำกำลังงานที่เหลือไปใช้ในงานอื่นได้อีกต่อไป

2. ผู้ที่มีสมรรถภาพทางร่างกายดีจะช่วยให้มีบุคลิกลักษณะสง่าผ่าเผยสามารถที่จะเคลื่อนไหวหรือเดินเหินได้ด้วยความสะดวก คล่องแคล่วและกระฉับกระเฉงเป็นไปตามจังหวะหรือลีลาของการเคลื่อนไหวหรือการเดินนั้น ๆ การเคลื่อนไหวของร่างกายในลักษณะดังกล่าวนี้ นอกจากจะเป็นการประหยัดแรงงานได้เป็นอย่างดีแล้วยังจะเป็นการส่งเสริมความสง่าราศรีให้แก่ตัวเองได้เป็นอย่างดีอีกด้วย

3. ผู้ที่มีสมรรถภาพทางร่างกายดีจะเป็นผู้ที่มีสุขภาพดี มีประสิทธิภาพในการประกอบกิจการงานต่าง ๆ ประจำวันได้ผลผลิตที่สูง ถ้าเป็นผู้ที่อยู่ในวัยศึกษาเล่าเรียนจะสามารถตรากตรำและมีสมาธิในการศึกษาเล่าเรียนได้ดีกว่า เป็นระยะเวลานานกว่า ทำให้ได้รับผลการเรียนดีกว่าผู้ที่ไม่มีความสมรรถภาพทางกาย

4. กล้ามเนื้อหลังตอนล่างมีความสำคัญในการป้องกันโรคปวดหลังเมื่อมีอายุสูง ถ้าหากว่าได้มีการออกกำลังกายเพื่อให้กล้ามเนื้อส่วนนี้ได้มีการพัฒนาได้อย่างดี และถูกต้องตั้งแต่วัยเด็กแล้วจะเป็นการช่วยป้องกันโรคปวดหลังได้เป็นอย่างดีอีกทางหนึ่งด้วย

5. สำหรับวัยเด็กนั้น การมีสมรรถภาพทางกายดีจะช่วยให้เป็นเด็กที่มีความกระตือรือร้น มีความต้องการที่จะเคลื่อนไหวและมีความเชื่อมั่นในตนเองสูง

6. การออกกำลังกายเพื่อให้ร่างกายมีสมรรถภาพนั้น เป็นวิธีที่ดีอย่างหนึ่งในการที่จะช่วยรักษาและควบคุมน้ำหนักตัว การควบคุมน้ำหนักตัวด้วยวิธีการลดอาหารอย่างเดียวนั้น เป็นวิธีการที่ไม่ถูกต้องอย่างมาก โดยเฉพาะในวัยเด็กที่อยู่ในระหว่างการเจริญเติบโตวิธีที่ดีที่สุดและถูกต้องนั้นควรจะเป็นการควบคุมด้วยการออกกำลังกายและการควบคุมกันไป

7. การออกกำลังกายเพื่อให้ร่างกายมีสมรรถภาพนั้นเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานประสานกันระหว่างระบบไหลเวียนโลหิตกับระบบหายใจ ซึ่งเป็นการป้องกันโรคหัวใจเสื่อมสมรรถภาพได้เป็นอย่างดี และในปัจจุบันนี้มีความเชื่อว่าโรคเสื่อมสมรรถภาพนี้เองเป็นต้นเหตุของโรคหัวใจวายที่กำลังเป็นโรคร้ายที่น่ากลัวยิ่งอย่างหนึ่งในสังคมสมัยนี้ วิธีป้องกันที่ดีอย่างหนึ่งก็คือการออกกำลังกายเป็นประจำเพื่อรักษาสมรรถภาพทางร่างกายนั้นเอง

เสก อักษรานุเคราะห์ (2534 : 13) กล่าวว่า ผลของการออกกำลังกายส่วนใหญ่จะมีต่อระบบประสาทอัตโนมัติ เพราะการออกกำลังกายจะไปกระตุ้นให้ต่อมหมวกไต (Adrenal Gland) หลั่งฮอร์โมนนอร์แอดรีนาลิน (Noradrenalin in Hormone) ออกมาซึ่งฮอร์โมนจะไปกระตุ้นระบบประสาทอัตโนมัติซึ่งจะเป็นผลทำให้

1. เหงื่อออกมากขึ้นทำให้อุณหภูมิในร่างกายลดลง
 2. เลือดไปยังไตลดลงทำให้ปัสสาวะน้อยลง
 3. เลือดไปยังอวัยวะภายในลดลงทำให้น้ำย่อยลดลง การย่อยอาหารลดลงและการเคลื่อนไหวของลำไส้ลดลง การย่อยอาหารลดลงและการเคลื่อนไหวของลำไส้ลดลง
 4. เพิ่มเลือดที่ออกจากหัวใจ ทำให้เพิ่มออกซิเจนในที่ต่าง ๆ เพิ่มการถ่ายเทคาร์บอนไดออกไซด์เพิ่มการถ่ายเทของเสียจากการเผาผลาญและเพิ่มอาหารให้กล้ามเนื้อ
 5. การเผาผลาญเพิ่มขึ้นทำให้อุณหภูมิของร่างกายเพิ่มขึ้น
 6. การทำงานของสมองเพิ่มขึ้นจะทำให้เกิดการหายใจซึม กระฉับกระเฉงขึ้น
 7. หายใจแรงขึ้นทำให้ได้รับออกซิเจนมากขึ้น ถ่ายเทคาร์บอนไดออกไซด์ ได้มากขึ้น
- ขึ้น ความเป็นกรดของเลือดลดลง

พิชิต ภูติจันทร์ และคนอื่น ๆ (2523 : 32) การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอมีคุณค่าต่อระบบหายใจ ดังนี้

1. ทรวงอกขยายใหญ่ขึ้น กล้ามเนื้อทำหน้าที่ช่วยในการหายใจมีความแข็งแรงเพิ่มขึ้น
 2. ปอดมีขนาดใหญ่ขึ้น มีหลอดเลือดฝอยเพิ่มขึ้น พื้นที่ของถุงลมที่ใช้แลกเปลี่ยนก๊าซเพิ่มขึ้นความจุปอดและความสามารถในการหายใจสูงสุดต่อนาทีเพิ่มขึ้น (ความจุปอดคนธรรมดาเฉลี่ย 50 มิลลิลิตร ต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัม ของนักกีฬาอาจถึง 80 มิลลิลิตร ต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัม)
 3. อัตราการหายใจในขณะที่พักช้าลง เพราะคุณภาพของการหายใจเพิ่มขึ้น อัตราการหายใจของคนที่ออกกำลังกายสม่ำเสมอจะเพิ่มช้ากว่า แต่หลังจากเลิกงานแล้วอัตราการหายใจนี้จะคืนสู่สภาพปกติเร็วกว่าคนที่ไม่เคยออกกำลังกาย
 4. ความสามารถในการแลกเปลี่ยนก๊าซดีขึ้น ร่างกายสามารถรับออกซิเจนได้มากขึ้น
- ดำรง กิจกุล (2527 : 20 -23) ได้กล่าวถึงคุณประโยชน์ของการออกกำลังกายทั้งทางตรงและทางอ้อมไว้ พอสรุปได้ดังนี้
1. การออกกำลังกายทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง มีหลังดีขึ้น

2. การออกกำลังกายจะช่วยให้มีการทรงตัวดีขึ้น มีความว่องไวมากขึ้น
3. การออกกำลังกายบางแบบ เช่น การออกกำลังกายแบบแอโรบิกจะสามารถช่วยให้ระบบหัวใจ ปอด และหลอดเลือดทำงานดีขึ้นอย่างชัดเจนมาก
4. การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และถูกต้องตามหลักการจะสามารถช่วยให้อาการของโรคหลายอย่างดีขึ้นได้
5. การออกกำลังกายจะช่วยให้ผู้ที่นอนไม่หลับ นอนหลับได้ดีขึ้น
6. การออกกำลังกายที่พอเหมาะพอดี จะช่วยให้พลังทางเพศดีขึ้นทั้งหญิงและชาย
7. การออกกำลังกายจะช่วยให้ผู้ที่มีอาการทางจิต เช่น ซึมเศร้า (depression) มีอาการดีขึ้นได้
8. การออกกำลังกายจะช่วยให้มีรูปร่างดีขึ้น
9. การออกกำลังกายที่พอเหมาะพอดีจะสามารถชะลอความเสี่ยงของอวัยวะต่าง ๆ ในผู้สูงอายุได้ดีที่สุด
10. จากการศึกษาในสหรัฐ พบว่าผู้ที่ได้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะมีวันลาป่วยน้อยมาก

สุพิตร สมานิต (2525 : 173) ได้แสดงข้อคิดเห็นได้ว่าบุคคลที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ จะรู้สึกได้ว่าการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายของตนเองหลายอย่างด้วยเช่นกัน เช่น

1. มีการตื่นตัว คล่องแคล่วว่องไว และจะรู้สึกเหน็ดเหนื่อยช้าลง ในขณะที่ทำงานหรือออกกำลังกาย
2. ความดันโลหิตจะทำงานอย่างมีประสิทธิภาพขึ้น
3. สุขภาพของหัวใจจะแข็งแรงขึ้น อัตราการเต้นของหัวใจระยะพักจะช้าลงช่วยให้กล้ามเนื้อแข็งแรง และลดปริมาณของน้ำหนักร่างกายที่เป็นไขมันลง
4. การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ จะช่วยพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและช่วยป้องกันการบาดเจ็บ ซึ่งอาจจะเกิดจากข้อเท้าแพลง หรือกล้ามเนื้อฉีกขาดได้

สมหวัง สมใจ (อ้างอิงใน โอภาส 2517 : 46) ได้สรุปคุณประโยชน์ของการออกกำลังกายไว้ดังนี้

1. ทำให้หายใจแรงขึ้น การหมุนเวียนฟอกเลือดในปอดก็จะดีขึ้น
2. ทำให้ผิวหนังขับเหงื่อมากขึ้น ปัสสาวะไหลสะดวกขึ้น
3. ทำให้กล้ามเนื้อ ข้อ และเส้นเลือดได้รับการฝึกฝนคล่องแคล่วแข็งแรงเจริญเติบโต
4. สมองสดชื่น แจ่มใส
5. ทำให้ร่างกายมีอำนาจต้านทานโรคมากขึ้น
6. กินอาหารได้มาก นอนหลับสนิท
7. การย่อยอาหารดีขึ้น ท้องไม่อืดผูก

อวย เกตุสิงห์ (2525 ข : 190) ได้สรุปคุณประโยชน์ของการออกกำลังกายต่อร่างกายในด้านสรีรวิทยาไว้ดังนี้

1. ทำให้ขนาดของกล้ามเนื้อโตขึ้น มัดของกล้ามเนื้อหนาขึ้น ช่วยเพิ่มให้ประสิทธิภาพในการทำงานของกล้ามเนื้อ
2. ทำให้หัวใจมีขนาดใหญ่ขึ้น ผืนหนังหนาขึ้น ขยายตัวได้มากขึ้นสามารถเก็บเลือดได้มาก และมีกำลังในการสูบฉีดโลหิตมากขึ้น
3. ทำให้เม็ดเลือดเพิ่มขึ้น หลอดเลือดมีความยืดหยุ่นมาก ป้องกันโรคหลอดเลือดแข็งตัวหรือแตกได้
4. ช่วยให้อัตราการเต้นของหัวใจช้าลง ขยายตัวได้มากขึ้น ช่วยให้ร่างกายมีความอดทนสูง สามารถปฏิบัติงานติดต่อกันได้เป็นเวลานาน โดยมีความเมื่อยล้าน้อย
5. ต่อมาไรท่อจะถูกกระตุ้นให้หลั่งฮอร์โมนอยู่เสมอ ทำให้ร่างกายสดชื่นกระปรี้กระเปร่า
6. ช่วยให้ระบบย่อยอาหารทำงานดีขึ้น ป้องกันโรคท้องอืด ท้องเฟ้อ
7. ช่วยให้มีเม็ดเลือดขาวเพิ่มปริมาณขึ้น เพื่อประโยชน์ในการสร้างความต้านทานโรค
8. ช่วยลดภาวะความตึงเครียดทางสมองและจิตใจ
9. ช่วยลดความอ้วน และเสริมสร้างทรวดทรงให้สมส่วนงดงาม
10. ช่วยเพิ่มสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปให้สูงขึ้น

วีรศักดิ์ เพียรชอบ (2520 : 40) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายไว้ดังนี้

1. ทำให้หายใจแรงขึ้น การหมุนเวียนฟอกเลือดในปอดก็จะดีขึ้น
2. ทำให้ผิวหนังขับเหงื่อมากขึ้น ปัสสาวะไหลสะดวกขึ้น
3. ทำให้กล้ามเนื้อ ข้อ และเส้นเลือดได้รับการฝึกฝนคล่องแคล่วแข็งแรงเจริญเติบโต
4. สมองสดชื่น แจ่มใส
5. ทำให้ร่างกายมีอำนาจต้านทานโรคมมากขึ้น
6. กินอาหารได้มาก นอนหลับสนิท และยังได้กล่าวถึงสุขวิทยาของการออกกำลังกายอีกว่า

ดำรง กิจกุล (2532 : 10) กล่าวว่า การไม่ออกกำลังกายทำให้สุขภาพร่างกายเสื่อมโทรม ทำให้ไขมันอุดตันในเส้นเลือด และมีโรคภัยแทรกซ้อน อันก่อให้เกิดปัญหาต่อการทำงานและการดำเนินชีวิต ดังสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. ทำให้เป็นโรคอ้วน
2. ทำให้อวัยวะเสื่อมโทรมก่อนวัยอันสมควร
3. ทำให้เกิดสภาพความเครียดทั้งร่างกายและจิตใจ
4. ทำให้ระบบขับถ่ายไม่ดี

5. ทำให้เกิดโรกระบบทางเดินอาหารระบบทางเดินหายใจและระบบการไหลเวียนโลหิตได้ง่าย

6. ทำให้สมรรถภาพทางกายเสื่อมถอยลง

ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา (2532 : 20) ได้กล่าวถึงผลร้ายของการขาดการออกกำลังกายที่อาจเป็นสาเหตุของโรคหลายชนิด พอสรุปได้ดังนี้

1. โรคประสาทเสียดุลยภาพ ที่เห็นได้ชัดได้แก่ ระบบทางเดินอาหารโดยมีอาการท้องอืดเพ้อ อาหารไม่ย่อย ท้องผูกเป็นประจำ และมีอาการของโรกระบบประสาทอื่น อาทิเป็นลมบ่อย เหนื่อยออกตามฝ่ามือ ฝ่าเท้า ใจสั่น นอนไม่หลับ ฯลฯ

2. โรคหลอดเลือดหัวใจเสื่อมสภาพ ในขั้นที่เป็นน้อยอาจมีอาการเพียงเจ็บแน่นหน้าอกระยะสั้นเป็นครั้งคราว แต่ในขั้นที่เป็นมากจะมีอาการเจ็บแน่นอยู่นานหรือเกิดการหัวใจวายอย่างปัจจุบันได้

3. โรคความดันเลือดสูง ผู้ที่ขาดการออกกำลังกายจะมีโอกาสเป็นโรคความดันเลือดสูงได้มากกว่าผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำ

4. โรคอ้วน การมีไขมันเกินถึงร้อยละ 15 ของน้ำหนักตัวที่ควรเป็นถือว่าเป็นโรคแต่อาการของโรคจะแสดงออกมาในระบบต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น ระบบการเคลื่อนไหวมีการติดขัดไม่คล่องตัว ระบบหายใจและการไหลเวียนเลือดมีอาการเหนื่อยง่าย ในสัน เป็นต้น ยิ่งไปกว่านั้นความอ้วนยังเป็นสาเหตุของโรคอื่น ๆ อีกมาก เช่น เบาหวาน ความดันเลือดสูง และโรคหัวใจ

5. โรคเบาหวาน การออกกำลังกายสามารถช่วยลดระดับน้ำตาล โดยเฉพาผลยาให้ เป็นพลังงาน ผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำ แม้จะมีโอกาสเป็นเบาหวานอยู่ในตัวแล้วก็ตามอาจไม่แสดงออกมาเลย แต่ผู้ที่ขาดการออกกำลังกายจะเป็นโรคเบาหวานได้เร็วกว่าที่ควรเป็น

6. โรคของข้อต่อและกระดูก การขาดการออกกำลังกายทำให้ข้อต่อต่าง ๆ ได้รับการใช้งานน้อย จึงเกิดการเปลี่ยนแปลงในการเสื่อมได้เร็วโดยเฉพาะที่เย็บข้อ และเอ็นหุ้มข้อต่อซึ่งจะมีการอักเสบและมีธาตุหินปูนเกาะ ทำให้กระดูกบางลง เปราะ แตกหักง่าย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในต่างประเทศ

คริสโตเฟอร์ (Christopher. 1977 : A) ได้ศึกษาความต้องการและความสนใจในกิจกรรมที่สามารถเล่นได้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในภาคกลางของรัฐเทนเนสซี (Tennessee) จากการสำรวจกิจกรรมที่สามารถเล่นได้ตลอดชีพ 30 ประเภท โดยแบ่งออกเป็น 3 ประเภทใหญ่ ๆ ใช้กลุ่มตัวอย่างจากผู้สูงอายุ จำนวน 94 คนที่มีอายุระหว่าง 54 – 65 ปีสิ่งที่สำรวจได้แก่ความเอาใจใส่ในกิจกรรมที่เข้าร่วมกิจกรรมและสิ่งที่ต้องการจะได้รับการฝึกเพิ่มเติม ผลการสำรวจปรากฏว่า วิทยาลัย มหาวิทยาลัย และหน่วยงานอื่น ๆ ที่ดำเนินงานเกี่ยวกับการสอนควร

ส่งเสริมและเน้นการจัดกิจกรรมที่สามารถเล่นได้ตลอดชีพให้กว้างขวาง เพื่อเป็นการสร้างเยาวชนให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ ที่กระตือรือร้น และผู้สูงวัยที่คล่องแคล่วในวันข้างหน้า ส่วนกีฬาประเภททีมไม่ควรคัดออกจากกิจกรรมที่สามารถเล่นได้ตลอดชีพ ควรได้รับการสนับสนุนไปพร้อม ๆ กัน

ฟอล์ค และกิลคอยน์ (Faick and Kilcoyne. 1984 : 239 – 242) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “โครงการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในโรงเรียน” (A Health Promotion Program for School Personner) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้บุคลากรจัดโครงการขึ้นเองได้ และเพื่อให้บุคลากรทุกคนมีสุขภาพดี โดยฝึกอบรมผู้ดำเนินงานโครงการ จำนวน 32 คน ให้ผู้ฝึกอบรมทั้งหมด ไปจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพบุคลากรในโรงเรียนของตนเอง มีการประเมินผลทั้งโครงการฝึกอบรมและโครงการที่ดำเนินงานในโรงเรียนผลคือผู้ที่เข้าอบรมมีความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติทางสุขภาพดีกว่าผู้ที่ไม่ได้ฝึกอบรม และบุคลากรสามารถจัดดำเนินงานโครงการสุขภาพในโรงเรียนได้ ทั้งนี้โดยได้รับการสนับสนุนจากกลุ่มผู้บริหารโรงเรียนเป็นอย่างดี

โฮล์บรูค (Holbrook. 1992 : 2735 – A) ทำการศึกษาความต้องการเร่งด่วนและกำหนดแผนเพื่อจัดสิ่งอำนวยความสะดวก ในการส่งเสริมสุขภาพการเรียนรู้พลศึกษานันทนาการ และโปรแกรมการแข่งขันกีฬา โดยส่งแบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่าง 94 คน ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ประกอบด้วย ผู้บริหารสถาบัน ผู้อำนวยการสำนักธุรการ และสถาปนิก ผลปรากฏว่าคณะกรรมการวางแผนของสถาบันจะต้องศึกษาในรายละเอียด เพื่อกำหนดแบบสิ่งอำนวยความสะดวกได้อย่างถูกต้อง จัดเพิ่มงบประมาณเพื่อซ่อมแซมสิ่งอำนวยความสะดวก จัดตั้งศูนย์บริการตั้งแต่การวางแผนและการวิจัย เพื่อศึกษาแนวทางในอนาคตเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อประสิทธิภาพการวางแผน และการดำเนินการ

จากผลงานวิจัยข้างต้น ที่เป็นผลงานทั้งในประเทศและต่างประเทศ แสดงให้เห็นว่าความต้องการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาของบุคคลทุกเพศ ทุกวัย ทุกสถาบัน ต่างต้องการใช้เวลาว่างในการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา เพื่อส่งเสริมสมรรถภาพทางกายและจิตใจด้วยกันทั้งสิ้น โดยอาศัยองค์ประกอบต่าง ๆ เช่น เวลา สถานที่ สิ่งอำนวยความสะดวกที่เหมาะสม เป็นต้น

งานวิจัยในประเทศ

ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์ และคนอื่น ๆ (2523 : ข) ทำการวิจัยเรื่อง “การใช้เวลาว่างและกิจกรรมสันทนาการของประชากรกรุงเทพมหานคร” เพื่อศึกษาถึงการใช้เวลาว่างในแหล่งสันทนาการที่จัดโดยรัฐและเอกชนข้อมูลที่ใช้ในการศึกษาค้างนี้ ประกอบด้วย ข้อมูลที่ได้จากหน่วยงานราชการต่าง ๆ เป็นกลุ่มตัวอย่างประชากร ทั้งสิ้น 500 คน ได้แบบสอบถามกลับคืนมาทั้งสิ้นคิดเป็นร้อยละ 89.20 ผลการวิจัยพบว่า ประชากรกรุงเทพมหานคร มีจุดมุ่งหมายในการใช้เวลาว่างหลายประการ คือ เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดของร่างกาย เพื่อสุขภาพและ

ความสมบูรณ์ของร่างกาย เพื่อให้จิตใจสมชื่นแจ่มใส เพื่อแสวงหาความสุขร่วมกับครอบครัว เพื่อศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมตามลำดับ ช่วงเวลามักเป็นเวลาพักหลังจาก 18.00 น. และว่างมากที่สุดในวันอาทิตย์ และวันเสาร์ตามลำดับ กิจกรรมสันทนาการที่ประกอบเป็นประจำ ได้แก่ การดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ และอ่านหนังสือ นอกจากนั้น มักชอบไปเดินชมและซื้อสินค้าตามห้างร้านสรรพสินค้าในศูนย์การค้า ตลาดนัด โรงมหรสพ และสนามกีฬาต่าง ๆ แหล่งสันทนาการที่ประชากรกรุงเทพมหานครต้องการใช้กรุงเทพมหานครจัดให้มากที่สุด คือ สวนสาธารณะ สนามกีฬาประเภทต่าง ๆ ตลาดนัด ห้องสมุด สระว่ายน้ำ สนามเด็กเล่น และสวนหย่อม ในช่วงเดือนมกราคม ถึงเดือนกรกฎาคม ปี พ.ศ. 2523 ประชากรกรุงเทพมหานครไปใช้เวลาว่างในสวนสัตว์ดุสิต และห้องสมุดประชาชนมากตามลำดับ หน่วยงานที่ประชากรกรุงเทพมหานครสังกัดอยู่ให้ความสนใจและให้การสนับสนุนการใช้เวลาว่างของสมาชิกอยู่ในระดับน้อย ปัญหาโดยทั่วไปเกิดจากการใช้เวลาว่าง และประชากรกรุงเทพมหานคร เห็นว่า ประสบมากที่สุด ได้แก่ การมีภาระกิจประจำวันมาก ขาดอุปกรณ์ และสถานที่ที่จะใช้ประกอบกิจกรรมสันทนาการในเวลาว่าง นอกจากนั้น ปัญหาการเดินทางไป-มา ไม่สะดวก สำหรับปัญหาที่เกิดจากการไปใช้เวลาว่างในแหล่งสันทนาการที่จัดโดยรัฐและเอกชน เช่น สวนสัตว์ สวนสนุก โรงภาพยนตร์ โรงมหรสพต่าง ๆ ได้แก่ ค่าบริการต่าง ๆ เช่น ค่าผ่านประตู ค่าบริการแต่ละอุปกรณ์แพงเกินไป นอกจากนั้น การเดินทางไป-มาไม่สะดวกสบายอีกด้วย

เจริญ กระบวนรัตน์ และคนอื่น ๆ (2525 : ค – จ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ความต้องการบริการทางด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์” โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อที่จะทราบความต้องการบริการทางด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ตลอดจนปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ในการรับบริการทางด้านการออกกำลังกาย ผลของการวิจัยพบว่า

1. ข้าราชการและนิสิตต้องการได้รับบริการทางด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมากที่สุด
2. ข้าราชการและนิสิตต้องการให้มหาวิทยาลัยจัดเตรียมสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกให้เหมาะสมเพียงพอกับความต้องการบริการอยู่ในระดับมากที่สุด
3. ความต้องการที่จะมาให้บริการ ข้าราชการและนิสิตต้องการให้มหาวิทยาลัยจัดบุคลากรที่มีความรู้ความชำนาญแต่ละด้านมาคอยบริการให้คำแนะนำการออกกำลังกายอยู่ในระดับมากที่สุด
4. ความต้องการด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ทั้งข้าราชการและนิสิต ต้องการได้รับบริการความรู้เกี่ยวกับเทคนิควิธีการออกกำลังกายและกติกากีฬาแข่งขันมากที่สุด ส่วนการประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสารความรู้เกี่ยวกับความเคลื่อนไหวทางด้านการออกกำลังกายด้านต่าง ๆ นั้น มีความต้องการรองลงมา

5. ข้าราชการและนิสิตต้องการให้มหาวิทยาลัยเป็นฝ่ายสนับสนุนงบประมาณทางด้านนี้ทั้งหมดมากที่สุด อย่างไรก็ตามข้าราชการและนิสิต ยังมีความเห็นว่า บุคคลผู้ให้บริการควรสนับสนุนงบประมาณร่วมกับมหาวิทยาลัยบ้างตามสมควรในรูปของการเป็นสมาชิก โดยเสียค่าบำรุงเป็นรายเดือน หรือ รายปี

6. ข้าราชการและนิสิตต้องการได้รับการบริการในกิจกรรมประเภทบริหารทวุดทรง กายบริหาร ว่ายน้ำ เทนนิส แบดมินตัน มากที่สุด รองลงมาได้แก่ เทเบิลเทนนิสและยิงปืน

7. นิสิตต้องการได้รับการบริการในกิจกรรมประเภทว่ายน้ำ ฟุตบอล เทนนิส มากที่สุด รองลงมาได้แก่ แบดมินตัน เทเบิลเทนนิส บาสเกตบอล ยิงปืนและวอลเลย์บอล

8. ในวันธรรมดา ข้าราชการและนิสิตต้องการออกกำลังกายภายในช่วงเวลา 08.00 – 10.00 น. มากที่สุด รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 18.30 – 20.30 น.

9. ในวันเสาร์ – อาทิตย์ ข้าราชการต้องการการออกกำลังกายในช่วงเวลา 08.00 – 10.00 น. มากที่สุด รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 16.30 – 18.30 น. ส่วนนิสิตต้องการการออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.30 – 18.30 น.มากที่สุด รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 08.00 – 10.00 น.

10. ปัญหาและอุปสรรคสำคัญของการออกกำลังกายที่พบมากที่สุด คือ สถานที่และอุปกรณ์ที่จะให้บริการแก่ข้าราชการและนิสิตไม่เพียงพอ อีกทั้งขาดการดูแลบำรุงรักษาและสนับสนุนงบประมาณจากทางมหาวิทยาลัย เป็นเหตุให้ความต้องการรับบริการทางด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ยังต้องประสบปัญหาและอุปสรรคอยู่ตลอดไป

กองส่งเสริมสุขภาพและพลศึกษา กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ทำการวิจัยเรื่อง “การเล่นกีฬาและการออกกำลังกายของประชาชนในกรุงเทพมหานคร” ในปี 2526 โดยมีความมุ่งหมาย เพื่อศึกษาสภาพการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายของประชาชนในกรุงเทพมหานครเครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามเชิงสำรวจ ผลการวิจัยพบว่า (กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ 2526 : จ)

1. กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่ประชาชนชายและหญิงปฏิบัติเป็นประจำมากที่สุด คือ การเล่นกายบริหารและการวิ่งเหยาะ

2. วัน เวลา ที่ใช้ในการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายของประชาชนชายหญิงส่วนใหญ่เล่นในช่วงเวลาเย็น ครั้งละนานกว่า 1 ชั่วโมง ตามลำดับ และเล่นสัปดาห์ละ 1 – 2 ครั้ง โดยไม่กำหนดวันแน่นอน

3. เหตุผลในการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายของประชาชนชายหญิง คือ การเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพและความแข็งแรง

แสงเพชร คูหาเรืองรอง (2527 : ง) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายของครูโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร โดยส่งแบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่างที่เป็นครูโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า

1. ครูมีความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายในระดับมาก
2. ครูมีความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายในแต่ละด้านในระดับมาก คือ ความต้องการด้านรูปแบบของการจัดกิจกรรม ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ความต้องการด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ความต้องการด้านวิชาการ ความต้องการด้านกิจกรรม ความต้องการด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย

3. ครูมีความต้องการด้านการออกกำลังกายเป็นรายข้อ ในแต่ละด้าน ดังต่อไปนี้

3.1 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ให้มีอุปกรณ์กีฬาที่ใช้ในการออกกำลังกาย สำหรับครูอย่างเพียงพอและได้มาตรฐาน ให้มีห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งกายและทำความสะอาดร่างกายสำหรับครู ให้มีตู้เก็บของสำหรับครูที่ออกกำลังกาย

3.2 ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ได้แก่ ให้มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ ให้มีผู้สอนที่มีจิตวิทยาในการสอนบุคคลวัยต่าง ๆ ให้มีสอนที่สามารถให้คำแนะนำหรือใช้วิธีสอนหรือฝึกหัดที่เข้าใจง่าย

3.3 ความต้องการด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ได้แก่ ให้โรงเรียนจัดบริการด้านการออกกำลังกายในเวลาราชการที่ว่างจากการสอนและความต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.00 – 18.00 น.

3.4 ความต้องการด้านรูปแบบของการจัดกิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมที่จัดควรเป็นกิจกรรมที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายมาก แต่มีประโยชน์ทางด้านสุขภาพจิต กิจกรรมที่จัดควรเป็นกิจกรรมที่ครูสามารถเข้าร่วมได้โดยไม่ต้องใช้ทักษะมาก

3.5 ความต้องการด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ แบดมินตัน ว่ายน้ำ

3.6 ความต้องการด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ได้แก่ ให้มีอุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบทางกายของครูได้มาตรฐานเท่าที่จะทำได้ ให้มีเกณฑ์มาตรฐานการทดสอบสมรรถภาพทางกายรายการต่าง ๆ ไว้เปรียบเทียบเพื่อจะได้ประเมินผลตนเอง ให้มีบัตรบันทึกการทดสอบสมรรถภาพทางกายเป็นรายบุคคล

3.7 ความต้องการด้านวิชาการ ได้แก่ ให้โรงเรียนบริการด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ให้โรงเรียนจัดหาภาพยนตร์ หรือเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับการกีฬา และการออกกำลังกายแบบต่าง ๆ มาฉายให้ชม ให้โรงเรียนบริการด้านความรู้เกี่ยวกับวิธีการออกกำลังกายสำหรับบุคคลในวัยต่าง ๆ

4. ความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายระหว่างครูชายและครูหญิง แตกต่างกันที่ระดับ .05

5. ความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายระหว่างครูที่เป็นโสดกับครูที่สมรสไม่แตกต่างกันที่ระดับ 0.5

จิรกรณ์ ศิริประเสริฐ (2526 : 82 – 87) ทำการวิจัยเรื่อง “ความต้องการและการจัดบริการด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในมหาวิทยาลัย ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างประชากรเป็นบุคลากรที่ทำงานในมหาวิทยาลัย จำนวน 12 มหาวิทยาลัย จำนวน 579 ชุด คิดเป็นร้อยละ 80.24 มีความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ

1. ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ต้องการสถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมใกล้ไปมาสะดวก มีสถานที่ออกกำลังกายที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

2. ด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ ความต้องการกิจกรรมประเภทว่ายน้ำ แบดมินตัน กายบริหาร ตามลำดับ

3. ด้านการทดสอบสมรรถภาพ ได้แก่ ความต้องการอุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบสมรรถภาพทางกายมีเพียงพอและมาตรฐาน

4. ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ได้แก่ ความต้องการบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพแข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ตามลำดับ

5. ด้านวิชาการ ได้แก่ ต้องการความรู้เกี่ยวกับเทคนิคและทักษะการออกกำลังกาย หนังสือ ตำรา เอกสาร

6. ด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ได้แก่ ความต้องการการออกกำลังกายในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันศุกร์ และต้องการออกกำลังกายในเวลา 16.30 – 18.30 น.ทุกวัน

กวิน คชนทร์เดชา (2529 : ง – ฉ) ทำการวิจัยเรื่อง “ความต้องการบริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนในหมู่บ้านจังหวัดชุมพร” ในปี พ.ศ. 2529 โดยมีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความต้องการการบริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนในหมู่บ้านเป้าหมายจังหวัดชุมพร เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามเชิงสำรวจ ผลการวิจัยพบว่า

1. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ต้องการใช้โรงเรียนของหมู่บ้านเป็นสถานที่ในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย ให้มีสถานที่ออกกำลังกายได้หลายอย่างและให้มีอุปกรณ์กีฬา ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างเพียงพอ

2. ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ต้องให้จัดเจ้าหน้าที่เบิกจ่ายอุปกรณ์ที่ใช้ในการออกกำลังกาย ให้มีผู้สอนที่มีความสามารถ และความชำนาญหลายอย่างในกิจกรรมการออกกำลังกาย และให้มีคณะกรรมการชุดหนึ่ง ประกอบด้วย ประชาชนในหมู่บ้านเป็นผู้ดำเนินงานเกี่ยวกับการออกกำลังกาย

3. ด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ต้องการให้จัดบริการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เฉพาะวันหยุดราชการ สัปดาห์ละ 1 – 2 วัน วันละ 1 – 2 ชั่วโมง ระหว่างเวลา 16.00 – 18.00 น.

4. ด้านรูปแบบของการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย กิจกรรมที่จัดต้องการให้เป็น กิจกรรมที่ไม่ต้องใช้เวลามาก ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย และเป็นกิจกรรมที่ประชาชนสามารถเข้าร่วม ได้โดยไม่ต้องมีความสามารถ ให้มีการเล่นเกมและกีฬาพื้นเมือง สำหรับประชาชนในหมู่บ้าน และหมู่บ้านใกล้เคียงในวันสำคัญต่าง ๆ

5. ด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย ความต้องการกิจกรรม กายบริหาร กีฬาพื้นเมือง ฟุตบอล ตะกร้อ และการเดินออกกำลังกาย

6. ด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ต้องการให้มีการทดสอบสมรรถภาพ ทางกายสำหรับประชาชนเป็นประจำทุกปี ให้มีสถานที่ฝึกกิจกรรมเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย และให้มีการติดต่อกับหน่วยงานด้านการกีฬามาทดสอบสมรรถภาพทางกายให้ประชาชน

7. ด้านการให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ต้องการให้จัดฉายภาพยนตร์หรือ เทปโทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาและการออกกำลังกายแบบต่าง ๆ ให้ชมเป็นครั้งคราว ให้ความรู้ เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอนามัยที่สมบูรณ์ และให้มีการประชาสัมพันธ์ให้ ประชาชน เห็นคุณค่าและเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่จัดขึ้น

ความต้องการบริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนในหมู่บ้านเป้าหมาย จังหวัดชุมพร มีความต้องการในระดับมากทุกด้าน ยกเว้นความต้องการด้านกิจกรรมการออก กายออกกำลังกายมีความต้องการในระดับน้อย

ความต้องการบริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายระหว่างประชาชนชายกับหญิงไม่ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า มีความแตกต่าง กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.5 ในเรื่องความต้องการด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย

ความต้องการบริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนในหมู่บ้านเป้าหมาย จังหวัดชุมพร ระหว่างอายุ 15 – 25 ปี, 25 – 35 ปี, 36 – 45 ปี, 46 – 55 ปี และ กลุ่มอายุ 56 ปี ขึ้นไป โดยส่วนรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า กลุ่มอายุ 15 – 25 ปี แตกต่างกับกลุ่มอายุ 56 ปีขึ้นไปอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ในเรื่องความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ความต้องการด้าน บุคลากรผู้ให้บริการ ความต้องการด้านรูปแบบของการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายความ ต้องการด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย และความต้องการด้านการให้ความรู้เกี่ยวกับ การออกกำลังกาย

รัตนกรณ์ ทันทกาญจน์พันธ์ (2530 : 151) ทำการวิจัยเรื่อง “ความต้องการบริการ การออกกำลังกายของข้าราชการตำรวจกองปราบปรามสามยอด” ในปี 2530 โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความต้องการบริการการออกกำลังกายตามระดับชั้น เพศ ที่พัก สถานภาพทาง ครอบครัว ประสบการณ์การทำงาน อายุ วุฒิ การศึกษา จำนวนบุตร ตลอดจนปัญหาเกี่ยวกับ

การออกกำลังกายของข้าราชการตำรวจกองปราบปรามสามยอด ผลการวิจัยพบว่า ข้าราชการตำรวจกองปราบปรามสามยอด มีความต้องการบริการการออกกำลังกาย 6 ด้าน

1. ความต้องการมากเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์ และเครื่องอำนวยความสะดวก เพื่อบริการแก่สมาชิกอย่างเพียงพอ
2. ต้องการมากให้จัดบุคลากร ผู้มีความรู้ ความชำนาญ เฉพาะด้านมาให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย
3. ต้องการให้กองปราบปรามสามยอด จัดสวัสดิการสำหรับนักกีฬา เป็นฝ่ายสนับสนุนงบประมาณทั้งหมด และสมาชิกที่ให้บริการ ควรเสียค่าบำรุงเป็นรายเดือน หรือ รายปี
4. ต้องการมากเกี่ยวกับบริการด้านเทคนิคและทักษะการออกกำลังกาย
5. ต้องการบริการกิจกรรมประเภทกายบริหาร
6. ต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.30 – 18.30 น. ในวันธรรมดา ในวันเสาร์ อาทิตย์ ต้องการช่วงเวลา 07.00 – 08.00 น. มากที่สุด

เพชรรัตน์ หิรัญชาติ (2530 : ง) ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการและการจัดบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพของบุคลากรในหน่วยงานเอกชนในกรุงเทพมหานคร ตามการรับรู้ของตนเอง ในปี 2530 โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความต้องการและการจัดบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพของบุคลากรในหน่วยงานเอกชนในกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างประชากร เป็นบุคลากรที่ทำงานในหน่วยงานเอกชนในกรุงเทพมหานคร 10 ประเภท ผลการวิจัยพบว่า ความต้องการและการจัดบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพของบุคลากรในหน่วยงานเอกชนในกรุงเทพมหานคร ดังนี้

1. ด้านผู้ให้บริการออกกำลังกาย ได้แก่ ความต้องการบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับทุกฝ่าย ความต้องการบุคลากรที่มีมารยาทเรียบร้อยมีน้ำใจนักกีฬา มีศีลธรรมจรรยาสูง อารมณ์มั่นคงและประพฤติดี ความต้องการบุคลากรเป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพแข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ
2. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ความต้องการ สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย และทำความสะอาดร่างกายอย่างเพียงพอและถูกสุขลักษณะ ความต้องการสถานที่ออกกำลังกายของบุคลากรควรแยกเป็นสัดส่วน เช่น สนามบาสเกตบอล สนามแบดมินตัน
3. ด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ได้แก่ ความต้องการจัดบริการตรวจโรคด้วยการ X – Ray เป็นประจำทุกปี ความต้องการสถานที่สำหรับฝึกกิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพ
4. ด้านวิชาการ ได้แก่ ความต้องการความรู้เกี่ยวกับโภชนาการ หลักการปฐมพยาบาลและความปลอดภัย ความต้องการความรู้เกี่ยวกับเทคนิคและทักษะการออกกำลังกาย
5. ด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ ว่ายน้ำ แบดมินตัน ศิลปะป้องกันตัว

6. ด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ได้แก่ ต้องการออกกำลังกาย วันเสาร์ วันอาทิตย์ และต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 16.00 – 18.00 น., 18.00 – 20.00 น. ของทุกวัน

7. เกี่ยวกับรูปแบบความต้องการของกิจกรรมที่ให้จัดบริการด้านการออกกำลังกาย มีความต้องการทุกรูปแบบกิจกรรม โดยจัด 1 – 2 ครั้ง ภายใน 1 ปี นอกจากกิจกรรมบริหารและ กิจกรรมเข้าจังหวะจัด 6 ครั้ง ไปภายใน 1 ปี

การเปรียบเทียบความต้องการการบริหารจัดการด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริม สุขภาพและสมรรถภาพทางกาย ระหว่างบุคลากรหญิงและชาย ปรากฏว่า ไม่แตกต่างกันอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นความต้องการด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ทองสุข สัมปหังสิต (2531 : 173 – 180) ได้ทำการวิจัย เรื่อง การใช้เวลาวางด้วย การออกกำลังกายของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร โดยใช้ประชากร 913 คน ผลการวิจัยพบว่า นิสิตส่วนมากใช้เวลาวางด้วยการออกกำลังกาย โดยเฉพาะในวันที่มี การเรียนการสอนในช่วงเวลา 16.00 – 18.00 น. กิจกรรมที่สนใจ นิสิตชายเป็นกีฬาฟุตบอล มากที่สุด ส่วนนิสิตหญิงเป็นกีฬาว่ายน้ำมากที่สุด สำหรับปัญหาการออกกำลังกาย คือ อากาศ ในโรงฝึกพลศึกษาร้อนอบอ้าว อุปกรณ์ไม่เพียงพอต่อความต้องการ และภาวะด้านการเรียน ทำให้มีเวลาวางไม่เพียงพอ

สกล เจริญวงศ์ (2532 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความคิดเห็นเกี่ยวกับการ ออกกำลังกายของประชาชนที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอในกรุงเทพมหานคร โดยมี จุดมุ่งหมายเพื่อความคิดเห็น เกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนที่ออกกำลังกาย สม่ำเสมอในกรุงเทพมหานคร และเพื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับการออกกำลังกายตามกลุ่ม อายุและกลุ่มอาชีพต่าง ๆ ของประชาชนกลุ่มเดียวกัน โดยใช้แบบสอบถามซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นประชาชนที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอในกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มอย่างง่ายและวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และ วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ผลการศึกษาพบว่า ประชาชน ที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอในกรุงเทพจำแนกตามกลุ่มอายุ พบว่า กลุ่มอายุ 21 – 30 ปี มีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 35.00 กลุ่มอายุ 60 ปี ขึ้นไป มีน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 21.80 ประชาชนที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอในกรุงเทพฯ จำแนกตามกลุ่มอาชีพ พบว่า กลุ่ม นักเรียนและนักศึกษา มีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 25.80 และกลุ่มอาชีพพนักงานรัฐวิสาหกิจ มีน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 3.50 จากการจำแนกตามระดับการศึกษาพบว่า ผู้มีการศึกษา ขั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 26.50 และผู้ที่มีการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 2.50

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2534 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการบริการ การออกกำลังกายของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ผลการศึกษา

ปรากฏว่าบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร มีความต้องการบริการการออกกำลังกายในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ความต้องการสถานที่ออกกำลังกาย ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม อยู่ใกล้ไปมาสะดวก อุปกรณ์พลศึกษาที่เพียงพอตามสัดส่วนกับจำนวนผู้ใช้บริการ และอุปกรณ์กีฬาที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน
2. ด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ ต้องการกิจกรรมประเภทเทเบิลเทนนิส วาเลย์บอล แบดมินตัน ลีลาศ กายบริหาร เทนนิส และกิจกรรมเข้าจังหวะ
3. ด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ได้แก่ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบสมรรถภาพทางกาย มีเพียงพอและได้มาตรฐาน มีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ของบุคลากรเป็นประจำ และสถานที่สำหรับฝึกกิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพ
4. ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ได้แก่ ความต้องการบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ มีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ
5. ด้านวิชาการ ได้แก่ ความต้องการหนังสือ ตำรา เอกสาร หรือคู่มือเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อสมาชิกได้ศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมอยู่เสมอโดยทั่วถึงกัน สมาชิกมีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อจะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้นต่อไป และมีภาพยนตร์หรือเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับกีฬาเสมอ ๆ
6. ด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ได้แก่ ความต้องการออกกำลังกายในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันศุกร์ โดยวันธรรมดาต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.30 – 18.30 น. และวันเสาร์ วันอาทิตย์ ต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 08.00 – 10.00 น. และเวลา 16.30 – 18.30 น.
7. การเปรียบเทียบความต้องการบริการออกกำลังกายรวมทั้ง 5 ด้าน คือ สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก กิจกรรมการออกกำลังกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกายบุคลากรผู้ให้บริการ และวิชาการของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ระหว่างบุคคลชายกับหญิง ปรากฏว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
8. การเปรียบเทียบความต้องการบริการออกกำลังกายรวมทั้ง 5 ด้าน คือ สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก กิจกรรมการออกกำลังกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกายบุคลากรผู้ให้บริการ และวิชาการของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร จำแนกตามอายุ ปรากฏว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนำผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ พบว่า บุคลากรที่มีอายุระหว่าง 51 – 60 ปี มีความแตกต่างกับบุคลากรที่มีอายุระหว่าง 41 – 50 ปี, 31 – 40 ปี, และ 21 – 30 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 และพบว่าบุคลากรที่มีอายุระหว่าง 41 – 50 ปี มีความแตกต่างกับบุคลากรที่มีอายุระหว่าง 31 – 40 ปี และ 21 – 30 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

9. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ควรมีหน่วยงานใหม่ขึ้นมารับผิดชอบการจัดและการให้บริการการออกกำลังกาย โดยหน่วยงานใหม่นี้จะเปิดรับบุคลากรให้เป็นสมาชิกและเก็บเงินจากสมาชิก นอกจากนั้นต้องมีหน้าที่ดูแล รักษา สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และควรจะต้องมีครูฝึกที่ชำนาญ เพื่อที่จะได้คอยให้คำแนะนำ และช่วยเหลือการออกกำลังกายของสมาชิก

เยาเวณี ผจญ (2534 : 66 – 68) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการในภาคตะวันออก ผลการวิจัยพบว่า

1. สถานภาพของข้าราชการ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 50.1 มีอายุระหว่าง 31 – 35 ปี ร้อยละ 25.1 รองลงมา คือ อายุ 40 ปีขึ้นไป ร้อยละ 22.4 การศึกษาส่วนใหญ่ปริญญาตรี ร้อยละ 45.7 รองลงมาคือ ต่ำกว่าอนุปริญญา ร้อยละ 33.4 ส่วนใหญ่สมรสแล้วร้อยละ 60 รองลงมาเป็นโสดร้อยละ 36.3 ที่พักส่วนใหญ่อยู่ในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล ร้อยละ 69.2 ส่วนใหญ่ ร้อยละ 78.9 ไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ไม่มีงานพิเศษอื่น ๆ นอกจากรับราชการ ร้อยละ 84.3 สถานที่ออกกำลังกายส่วนใหญ่มีอยู่ใกล้บ้าน ร้อยละ 31 รองลงมา มีอยู่ใกล้ที่ทำงาน ร้อยละ 20.9 ข้าราชการส่วนใหญ่ทำงานในกระทรวงมหาดไทย ร้อยละ 16.4 รองลงมา เป็นกระทรวงการคลัง ร้อยละ 13.9

2. ความต้องการออกกำลังกายของข้าราชการในภาคตะวันออก มีดังนี้

2.1 ด้านช่วงวันและเวลาในการออกกำลังกาย

ข้าราชการมีความต้องการอยู่ในระดับมากช่วงเวลาเย็นและหลังเลิกงาน ช่วงเวลาเย็นของวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดราชการ ความต้องการในระดับน้อย คือ เวลาเช้าของวันธรรมดา ช่วงเวลาเช้าของวันเสาร์ – วันอาทิตย์ ระดับความต้องการน้อยที่สุด คือ ช่วงเวลากลางคืนของวันเสาร์ – อาทิตย์ เวลากลางคืนของวันธรรมดาและช่วงพักกลางวัน (พักรับประทานอาหาร) ของวันธรรมดา

2.2 ด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย

ข้าราชการมีความต้องการระดับมาก คือ กิจกรรมการวิ่ง การเดิน ความต้องการในระดับน้อย คือ กิจกรรมเข้าจังหวะ ลีลาศ เปตอง เทเบิลเทนนิส บาสเกตบอล ฟุตบอล วอลเลย์บอล แบดมินตัน วายน้ำ เทนนิส ตะกร้อ ฝึกจักรยานกล และต้องการระดับน้อยที่สุดคือ รำมวยจีน โยคะ ยกน้ำหนัก

2.3 ด้านวิชาการ (ความรู้ในการออกกำลังกาย)

ข้าราชการมีความต้องการในระดับมากทุกข้อ ได้ ความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาการด้านสรีระ รูปร่าง ท่าทาง ในการเคลื่อนไหว ความรู้เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพด้านโภชนาการ การพักผ่อน กิจกรรมนันทนาการและความปลอดภัย มีการจัดฉายภาพยนตร์และเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับด้านการออกกำลังกาย มีเอกสารให้ความรู้หรือหนังสือคู่มือเกี่ยวกับการออกกำลังกายที่อ่านเข้าใจง่าย มีการเผยแพร่ข่าวสารและจัดนิทรรศการด้านการออกกำลังกายสำหรับข้าราชการ

มีการตั้งชมรมวิชาการเกี่ยวกับกีฬาและการออกกำลังกายแก่ข้าราชการ มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายมีการประเมินผลด้านสมรรถภาพหลังการฝึก

2.4 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

ข้าราชการมีความต้องการในระดับมาก ได้แก่ มีสวนสุขภาพไว้สำหรับพักผ่อน มีอุปกรณ์ที่ใช้ในการออกกำลังกายที่ทันสมัยได้มาตรฐานและเพียงพอ มีน้ำดื่ม น้ำเย็นไว้บริการด้านมีศูนย์สุขภาพสำหรับบุคลากรและข้าราชการโดยเฉพาะ มีสถานที่สำหรับพักผ่อนหลังจากออกกำลังกาย มีสถานที่ออกกำลังกายในบริเวณบ้าน มีห้องปฐมพยาบาลพร้อมอุปกรณ์ไว้บริการ มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องอาบน้ำที่ถูกสุขลักษณะ มีโทรศัพท์สาธารณะไว้ใช้ตลอดเวลาการเปิดบริการ มีสถานที่ออกกำลังกายในสวนสาธารณะ ความต้องการในระดับน้อย ได้แก่ สถานที่ออกกำลังกายบริเวณที่ทำงาน มีสถานที่ออกกำลังกายภายในสถานที่บริหารร่างกาย

2.5 ด้านผู้ให้บริการ

ข้าราชการมีความต้องการในระดับมาก ได้แก่ มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับทุกคน บุคลากรที่ให้บริการดูแลรักษาความปลอดภัยแก่ผู้มาใช้บริการและทรัพย์สิน มีบุคลากรที่สามารถเป็นผู้นำเกมหรือกิจกรรมกีฬา เพื่อการออกกำลังกายแก่ข้าราชการได้ มีบุคลากรที่มีความรู้ความเข้าใจในวิธีการ และการดำเนินโปรแกรมการออกกำลังกาย และสามารถเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมให้แก่ข้าราชการได้ มีบุคลากรคอยดูแลช่วยเหลือแนะนำการใช้อุปกรณ์ในขณะออกกำลังกายอย่างถูกต้อง มีแพทย์ตรวจสุขภาพก่อนออกกำลังกาย

2.6 ความต้องการออกกำลังกายแต่ละด้าน พบว่า

ข้าราชการมีความต้องการในระดับมาก ได้แก่ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านวิชาการ (ความรู้ในการออกกำลังกาย) ความต้องการในระดับน้อย ได้แก่ ช่วงเวลาในการออกกำลังกายและด้านกิจกรรมออกกำลังกาย

2.7 ผลการเปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายของข้าราชการในภาคตะวันออก ระหว่างข้าราชการชายและข้าราชการหญิง พบว่า ความต้องการในการออกกำลังกายไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ชูเกียรติ เกียรติธีรรัตน์ (2536 : 116 – 121) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการกิจกรรมออกกำลังกายของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน สรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ข้อมูลส่วนตัวเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิง ร้อยละ 50.9 เพศชายร้อยละ 49.0 และออกกำลังกาย 1 – 2 สัปดาห์เป็นส่วนใหญ่ถึงร้อยละ 45.2
2. ผลการศึกษาเกี่ยวกับความต้องการกิจกรรมออกกำลังกายของนักศึกษา สถาบันอุดมศึกษาเอกชน มีดังนี้

เพียงพอ มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย สถานที่ออกกำลังกายต่าง ๆ ควรมีทำเลที่ตั้งอยู่ในบริเวณเดียวกัน และสถานที่ออกกำลังกายในร่ม

นักศึกษามหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ มีความต้องการในระดับมากที่สุดให้มีสถานที่ออกกำลังกายทั้งกลางแจ้งและในร่ม ควรอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่สะอาดบริสุทธิ์ปลอดจากกลิ่น เสียงและฝุ่นละออง มีอุปกรณ์กีฬาต่าง ๆ เพื่อบริการอย่างเพียงพอและควรอยู่ในสภาพที่สามารถนำไปใช้ได้เลย มีห้องแต่งตัวพร้อมตู้เก็บของและห้องอาบน้ำอย่างเพียงพอ มีน้ำดื่มตามจุดต่าง ๆ ในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย และสนามกีฬาควรมีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย สถานที่ออกกำลังกายต่าง ๆ ควรมีทำเลที่ตั้งอยู่ในบริเวณเดียวกัน และสถานที่ออกกำลังกายในร่ม

ทั้งนี้ความต้องการสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก นักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชนมีความต้องการมากที่สุด ให้มีสถานที่ออกกำลังกายทั้งกลางแจ้งและในร่ม ควรอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่สะอาดบริสุทธิ์ปลอดจากกลิ่น เสียงและฝุ่นละออง มีอุปกรณ์กีฬาต่าง ๆ เพื่อบริการอย่างเพียงพอและควรอยู่ในสภาพที่สามารถนำไปใช้ได้เลย มีห้องแต่งตัวพร้อมตู้เก็บของและห้องอาบน้ำอย่างเพียงพอ มีน้ำดื่มตามจุดต่าง ๆ ในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย บริเวณสถานที่ออกกำลังกายและสนามกีฬาควรมีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ สถานที่ออกกำลังกายในร่ม และสถานที่ออกกำลังกายต่าง ๆ ควรมีทำเลที่ตั้งอยู่ในบริเวณเดียวกัน

2.2 ความต้องการด้านบริการและวิชาการ

นักศึกษามหาวิทยาลัยกรุงเทพ มีความต้องการมากที่สุดให้มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย และมีความต้องการมากที่สุดที่จะให้หน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายโดยเฉพาะ มีการประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายอย่างทั่วถึง มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถเฉพาะด้านคอยให้คำแนะนำ และมีเจ้าหน้าที่เบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกายประจำอยู่

นักศึกษามหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์ มีความต้องการมากที่สุดให้มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย และมีความต้องการที่จะให้มีบริการด้านข่าวสารและวารสารกีฬาหรือการออกกำลังกาย มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายโดยเฉพาะ มีเจ้าหน้าที่เบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกายประจำอยู่ มีการประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายอย่างทั่วถึง มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถเฉพาะด้านคอยให้คำแนะนำ มีบริการจัดฉายภาพยนตร์ มีวีดิทัศน์เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่น่าสนใจและมีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักศึกษาเป็นประจำทุกปี

นักศึกษามหาวิทยาลัยศรีปทุม มีความต้องการมากที่สุดให้มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีเจ้าหน้าที่เบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกายประจำอยู่ มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถเฉพาะด้านคอยให้คำแนะนำ มีการทดสอบ

สมรรถภาพทางกายของนักศึกษาเป็นประจำปี มีบริการจัดฉายภาพยนตร์ มีวีดิทัศน์เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่น่าสนใจและมีบริการตำราด้านเทคนิค และทักษะเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพกับมีความต้องการมากให้หน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายโดยเฉพาะ การประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายอย่างทั่วถึง

นักศึกษามหาวิทยาลัยหอการค้าไทย มีความต้องการมากที่สุดให้หน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายโดยเฉพาะ มีเจ้าหน้าที่เบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกายประจำอยู่ มีการประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายอย่างทั่วถึง มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถเฉพาะด้านคอยให้คำแนะนำ มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักศึกษาเป็นประจำปี

นักศึกษามหาวิทยาลัยสยาม มีความต้องการมากที่สุดให้มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย และมีความต้องการให้หน่วยงาน และบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายโดยเฉพาะ มีเจ้าหน้าที่เบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกายประจำอยู่ มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถเฉพาะด้านคอยให้คำแนะนำ มีการประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายอย่างทั่วถึง

นักศึกษามหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ มีความต้องการมากที่สุดให้มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย และมีความต้องการให้หน่วยงาน และบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายโดยเฉพาะ มีเจ้าหน้าที่เบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกายประจำอยู่ มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถเฉพาะด้านคอยให้คำแนะนำ การประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายอย่างทั่วถึง

ทั้งนี้ ความต้องการบริหารและวิชาการ นักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชนมีความต้องการมากที่สุดให้มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย และมีความต้องการมากที่สุดให้มีหน่วยงาน และบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายโดยเฉพาะ มีเจ้าหน้าที่เบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกายประจำอยู่ มีการประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายอย่างทั่วถึง และมีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถเฉพาะด้านคอยให้คำแนะนำ

2.3 ด้านความต้องการประเภทกิจกรรมออกกำลังกาย

นักศึกษามหาวิทยาลัยกรุงเทพ มีความต้องการมากที่สุดให้มีกิจกรรมว่ายน้ำ และฟุตบอล กับมีความต้องการมากในกิจกรรมแบดมินตัน บาสเกตบอลและวอลเลย์บอล

นักศึกษามหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต มีความต้องการมากที่สุดให้มีกิจกรรมว่ายน้ำ บาสเกตบอล และฟุตบอล กับมีความต้องการมากในกิจกรรมแบดมินตัน กายบริหาร วอลเลย์บอลและแอโรบิคแดนซ์

นักศึกษามหาวิทยาลัยศรีปทุม มีความต้องการมากที่สุดให้มีกิจกรรมว่ายน้ำ บาสเกตบอล วอลเลย์บอล ฟุตบอล ลีลาศ และวิ่งเพื่อสุขภาพ กับมีความต้องการมากในกิจกรรมเซปักตะกร้อ

นักศึกษามหาวิทยาลัยสยาม มีความต้องการมากที่สุดให้มีกิจกรรมว่ายน้ำ กับมีความต้องการมากในกิจกรรมแบดมินตัน บาสเกตบอล วอลเลย์บอล

นักศึกษามหาวิทยาลัยหอการค้าไทย มีความต้องการมากที่สุดให้มีกิจกรรมว่ายน้ำ ฟุตบอล กับมีความต้องการมากในกิจกรรมบาสเกตบอล เทเบิลเทนนิส แบดมินตัน และวอลเลย์บอล

นักศึกษามหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ มีความต้องการมากที่สุดให้มีกิจกรรมว่ายน้ำ ฟุตบอล กับมีความต้องการมากในกิจกรรมแบดมินตัน วอลเลย์บอล บาสเกตบอล

ทั้งนี้ความต้องการด้านประเภทกิจกรรมการออกกำลังกาย นักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน มีความต้องการมากที่สุด ให้มีกิจกรรมว่ายน้ำ ฟุตบอล และมีความต้องการมากในกิจกรรมแบดมินตัน บาสเกตบอล วอลเลย์บอล นอกจากนั้นในส่วนที่ให้ผู้ตอบแบบสอบถามระบุความต้องการปรากฏว่าสามารถจัดเรียงตามลำดับความต้องการได้ดังนี้สนุกเกอร์ เพาะกาย เทควันโด ยิงปืน ไอซ์สเก็ต และมวยปล้ำ

2.4 ความต้องการด้านจำนวนวันและเวลาที่ออกกำลังกาย

นักศึกษามหาวิทยาลัยกรุงเทพ มีความต้องการมากที่สุดให้มีการออกกำลังกาย เวลาเย็นหลังเลิกเรียน และต้องการออกกำลังกายทุกวัน

นักศึกษามหาวิทยาลัยศรีปทุม มีความต้องการมากที่สุดให้มีการออกกำลังกาย เวลาเย็นหลังเลิกเรียน และต้องการออกกำลังกายทุกวัน

นักศึกษามหาวิทยาลัยหอการค้าไทย มีความต้องการมากที่สุดให้มีการออกกำลังกาย เวลาเย็นหลังเลิกเรียน และต้องการออกกำลังกายทุกวัน

นักศึกษามหาวิทยาลัยสยาม มีความต้องการมากที่สุดให้มีการออกกำลังกาย เวลาเย็นหลังเลิกเรียน และต้องการออกกำลังกายทุกวัน

นักศึกษามหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ มีความต้องการมากที่สุดให้มีการออกกำลังกาย เวลาเย็นหลังเลิกเรียน และต้องการออกกำลังกายทุกวัน

ทั้งนี้ ความต้องการจำนวนวัน และเวลาที่ออกกำลังกาย นักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาที่มีความต้องการมากที่สุดให้มีการออกกำลังกาย เวลาเย็นหลังเลิกเรียน และต้องการออกกำลังกายทุกวัน

3. ผลการศึกษาเกี่ยวกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ ของนักศึกษสถาบันอุดมศึกษาเอกชนที่ตอบแบบสอบถามสรุปได้ว่า นักศึกษาต้องการให้สถาบันอุดมศึกษาเอกชน กำหนดให้มีการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา ทั้งที่เป็นวิชาบังคับและวิชาเลือก และจัดตั้งศูนย์สุขภาพและกีฬาขึ้น มารับผิดชอบการจัดกิจกรรมกีฬาภายใน และกีฬาเพื่อสุขภาพอย่าง

ต่อเนื่องให้กับนักศึกษาที่สำคัญต้องการเน้นการประชาสัมพันธ์ให้นักศึกษาได้ทราบถึงประโยชน์ของการออกกำลังกาย และการจัดให้มีการบริการยืมอุปกรณ์กีฬา การจองเพื่อให้บริการสถานที่ออกกำลังกายสำหรับนักศึกษาทั่วไปที่ประสงค์จะออกกำลังกายในช่วงเวลาว่าง

ปณิธาน โปร่งสละ (2541 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการในการออกกำลังกายของทหารผ่านศึกในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า

1. ทหารผ่านศึกที่มีสภาพร่างกายปกติและสภาพร่างกายไม่ปกติ มีความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก อยู่ในระดับมากที่สุด โดยเฉพาะการจัดสถานที่ออกกำลังกายให้ทหารผ่านศึกได้ใช้บริการโดยเฉพาะ

2. ทหารผ่านศึกที่มีสภาพร่างกายปกติและสภาพร่างกายไม่ปกติ มีความต้องการด้านบุคลากรอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ต้องการให้มีเจ้าหน้าที่ประจำห้องพยาบาลในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย และต้องการให้มีเจ้าหน้าที่ประจำสถานที่ออกกำลังกายควรเป็นผู้ที่มีความรู้ทางพลศึกษาโดยตรง

3. ทหารผ่านศึกที่มีสภาพร่างกายปกติและสภาพร่างกายไม่ปกติ มีความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬา อยู่ในระดับมากที่สุด คือ เดิน วิ่ง และว่ายน้ำ รองลงมา มีระดับความต้องการมาก คือ ฟุตบอล วอลเลย์บอล บาสเกตบอล ตะกร้อ เทนนิส แบดมินตัน และเทเบิลเทนนิส

4. ทหารผ่านศึกที่มีสภาพร่างกายปกติและสภาพร่างกายไม่ปกติ มีความต้องการด้านช่วงวันและเวลาที่ต้องการออกกำลังกายระดับมากที่สุด ในวันธรรมดา (จันทร์ – ศุกร์) กับในวันเสาร์ – อาทิตย์ และวันหยุดราชการ คือ ช่วงเวลาเช้า (06.00 – 09.00) และช่วงกลางคืน (19.00 – 21.00)

5. ทหารผ่านศึกที่มีสภาพร่างกายปกติและสภาพร่างกายไม่ปกติ มีความต้องการด้านการจัดการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ต้องการให้มีการประชาสัมพันธ์ในการให้บริการการออกกำลังกายอย่างเหมาะสม

มนตรี อารีย์ (2542 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่อง สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของพนักงานธนาคารกรุงศรีอยุธยาในเขตจังหวัดสมุทรปราการ และกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า

1. พนักงานธนาคารกรุงศรีอยุธยาในเขตจังหวัดสมุทรปราการและกรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่เป็นชาย เป็นโสด อายุระหว่าง 26 – 32 ปี และ 18 – 25 ปี มีการศึกษาในระดับปริญญาตรี มีรายได้ต่อเดือน 5,000 – 15,000 บาท และมีตำแหน่งเป็นเจ้าหน้าที่ปฏิบัติการ 1 - 2

2. เหตุผลของการออกกำลังกายของพนักงานธนาคารกรุงศรีอยุธยา ในเขตจังหวัดสมุทรปราการและกรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่คือเพื่อสุขภาพ เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียด เพื่อให้มีบุคลิกภาพดี เพื่อความสนุกสนาน เพื่อลดน้ำหนักและเพื่อสังคม

3. พนักงานธนาคารกรุงศรีอยุธยาในเขตจังหวัดสมุทรปราการและกรุงเทพมหานคร เลือกว่านที่ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ในวันธรรมดาและวันหยุดมากที่สุด รองลงมาคือ วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ โดยออกกำลังกายเฉลี่ย 2 วันต่อสัปดาห์ เวลาที่ใช้ในการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา ครั้งละ 45 – 60 นาที มากที่สุด รองลงมาคือ 15 – 30 นาที สถานที่ใช้ในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเป็นประจำคือสนามกีฬาหรือสถานที่ออกกำลังกายของเอกชนมากที่สุด รองลงมาคือที่บ้านและสวนสาธารณะ

4. พนักงานธนาคารกรุงศรีอยุธยาในเขตจังหวัดสมุทรปราการและกรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬากับเพื่อน เสียค่าใช้จ่ายในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา เป็นค่าเครื่องตี๋ม ค่าอุปกรณ์และค่าเช่าสถานที่ มีการติดตามข่าวสารเป็นบางครั้ง ส่วนสื่อที่ใช้ในการติดตามข่าวด้านการกีฬา คือ โทรศัพท์ หนังสือพิมพ์ วิทยุ นิตยสารหรือวารสาร

5. อาการผิดปกติเกี่ยวกับสุขภาพที่พบบ่อยครั้งของพนักงานธนาคารกรุงศรีอยุธยาในเขตจังหวัดสมุทรปราการและกรุงเทพมหานคร มากที่สุด ได้แก่ ปวดหลัง เหนื่อยง่าย เวียนศีรษะ นอนไม่หลับ ปวดเข่า ปวดศีรษะ วิดกกังวล และเครียด

6. พนักงานธนาคารกรุงศรีอยุธยาในเขตจังหวัดสมุทรปราการและกรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่มีความต้องการสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกาย และห้องสุขาชาย หญิง ที่ถูก สุขลักษณะ สถานที่ออกกำลังกายทั้งกลางแจ้งและในร่ม ต้องการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ในวันเสาร์และวันอาทิตย์ โดยใช้เวลาในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ระหว่าง 16.00 – 18.00 น.

7. กิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬาที่พนักงานธนาคารกรุงศรีอยุธยาในเขตจังหวัดสมุทรปราการและกรุงเทพมหานคร ต้องการมากที่สุด เมื่อสภาพร่างกายอ่อนแอ คือ กายบริหาร เมื่อรู้สึกอ้วนเกินไปคือ ว่ายน้ำ เมื่อร่างกายทรุดโทรมคือ เดินหรือวิ่งเหยาะ และว่ายน้ำ เมื่อเป็นคนขี้โรค คือ เดินหรือวิ่งเหยาะ และกายบริหาร เมื่อรู้สึกเครียดคือ ว่ายน้ำ เมื่อรู้สึกเซื่องช้า คือ ว่ายน้ำ เมื่อต้องการเสริมบุคลิกภาพคือ ว่ายน้ำ และกายบริหาร เพื่อต้องการรักษารูปร่าง คือ ว่ายน้ำ แอโรบิก และกายบริหาร

ร้อยเอกถนัด รัชพงษ์ (2543 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนเตรียมทหาร ผลการวิจัยพบว่า

1. ความต้องการการออกกำลังกายด้านวิชาการของนักเรียนเตรียมทหารทุกเหล่าทัพ ในชั้นปีที่ 1 กับชั้นปีที่ 2 ไม่แตกต่างกัน โดยมีความต้องการอันดับแรก คือ ต้องการมีบุคลากรคอยแนะนำเกี่ยวกับเทคนิค และทักษะในการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬานิตต่าง ๆ รองลงมา คือ ต้องการมีความรู้เกี่ยวกับกติกาของกีฬาต่าง ๆ

2. ความต้องการการออกกำลังกายด้านกิจกรรมของนักเรียนเตรียมทหารทุกเหล่าทัพ ในชั้นปีที่ 1 กับชั้นปีที่ 2 ไม่แตกต่างกัน โดยมีความต้องการอันดับแรก คือ ฟุตบอล รองลงมาคือ ยิงปืน

3. ความต้องการการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของนักเรียนเตรียมทหารทุกเหล่าทัพ ในชั้นปีที่ 1 กับชั้นปีที่ 2 ไม่แตกต่างกัน โดยมีความต้องการอันดับแรก คือ ต้องการมีสนามกีฬาที่ได้มาตรฐานและอยู่ในสภาพใช้งานได้ดี รองลงมาคือ สถานที่ออกกำลังกายในร่มควรมีอากาศถ่ายเทสะดวก ไม่มีฝุ่นละออง และควัน

4. ความต้องการการออกกำลังกายด้านบุคลากรของนักเรียนเตรียมทหารทุกเหล่าทัพ ในชั้นปีที่ 1 กับชั้นปีที่ 2 ไม่แตกต่างกัน โดยมีความต้องการอันดับแรกคือ ต้องการมีบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญแต่ละด้าน และมีบุคลากรคอยแนะนำวิธีการออกกำลังกายอย่างเหมาะสมของแต่ละบุคคลได้ รองลงมาคือ ต้องการเจ้าหน้าที่บริการเบิก - จ่ายอุปกรณ์กีฬาประจำตลอดเวลาในระหว่างการออกกำลังกาย

5. ความต้องการการออกกำลังกายด้านวันและเวลาของนักเรียนเตรียมทหารทุกเหล่าทัพ ในชั้นปีที่ 1 กับชั้นปีที่ 2 ไม่แตกต่างกัน โดยมีความต้องการด้านวัน อันดับแรกคือ วันพุธ วันพฤหัสบดี รองลงมาคือ วันอังคาร และความต้องการด้านเวลา อันดับแรกคือ เวลา 15.00 – 18.30 น. รองลงมาคือ 05.30 – 06.30 น.

ว่าที่ร้อยตรี จินดา บัณบรรจง (2544 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการการออกกำลังกายของประชาชนในลานกีฬากลุ่มเจ้าพระยาของกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า

1. ความต้องการด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย ประชาชนชายอายุ 25 ปีขึ้นไป มีความต้องการมากที่สุดสามอันดับแรกคือ ฟุตบอลคิดเป็นร้อยละ 10.53 ฟุตซอลคิดเป็นร้อยละ 9.72 และบาสเกตบอลคิดเป็นร้อยละ 9.18 ประชาชนชายอายุต่ำกว่า 25 ปี มีความต้องการมากที่สุดสามอันดับแรกคือ ฟุตบอลคิดเป็นร้อยละ 10.86 ฟุตซอลคิดเป็นร้อยละ 10.49 และบาสเกตบอลคิดเป็นร้อยละ 8.99 ประชาชนหญิงอายุ 25 ปีขึ้นไป มีความต้องการมากที่สุดสามอันดับแรกคือ แอโรบิคแดนซ์คิดเป็นร้อยละ 9.41 เปดองคิดเป็นร้อยละ 9.11 และแบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 9.09 ประชาชนหญิงอายุต่ำกว่า 25 ปี มีความต้องการมากที่สุดสามอันดับแรก คือ บาสเกตบอล คิดเป็นร้อยละ 9.67 แบดมินตันคิดเป็นร้อยละ 9.18 และแอโรบิคแดนซ์ คิดเป็นร้อยละ 8.70

2. ความต้องการด้านวันและเวลาสำหรับการออกกำลังกาย ประชาชนชายอายุ 25 ปีขึ้นไป ประชาชนชายอายุต่ำกว่า 25 ปี ประชาชนหญิงอายุ 25 ปีขึ้นไป และประชาชนหญิงอายุต่ำกว่า 25 ปี มีความต้องการออกกำลังกายทุกวัน เวลาที่ต้องการออกกำลังกายของประชาชนชายอายุ 25 ปี ขึ้นไป มีความต้องการมากที่สุด คือ ร้อยละ 32.22 ในช่วงเช้าเวลา 05.00 – 08.00 น. มากที่สุด คือ ร้อยละ 58.89 ในช่วงเย็นเวลา 18.00 – 21.00 น. ประชาชนชาย อายุ 25 ปี มีความต้องการมากที่สุด คือ ร้อยละ 74.77 ในช่วงเย็นเวลา 15.00 – 18.00 น. ประชาชนหญิงอายุ 25 ปี ขึ้นไป มีความต้องการมากที่สุด คือ ร้อยละ 32.22 ในช่วงเช้าเวลา 05.00 – 08.00 น. มากที่สุด คือ ร้อยละ 47.78 ในช่วงเย็นเวลา 18.00 –

21.00 น.. และประชาชนหญิงอายุต่ำกว่า 25 ปี มีความต้องการมากที่สุด คือ ร้อยละ 56.67 ในช่วงเป็นเวลา 18.00 – 21.00 น.

3. ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ประชาชนชายอายุ 25 ปีขึ้นไป มีความต้องการมากที่สุด คือ ร้อยละ 56.67 เห็นว่าควรเพิ่มจำนวนลานกีฬา ประชาชนชายอายุต่ำกว่า 25 ปี มีความต้องการมากที่สุด คือ ร้อยละ 82.22 เห็นว่า ลานกีฬา ควรมีจุดน้ำดื่มที่ถูกสุขลักษณะ ประชาชนหญิงอายุ 25 ปีขึ้นไป และประชาชนหญิงอายุต่ำกว่า 25 ปี มีความต้องการตรงกันมากที่สุด คือ ร้อยละ 61.11 และ 81.11 เห็นว่า ลานกีฬามี แสงสว่างเพียงพอและเหมาะสมกับการออกกำลังกาย

4. ความต้องการด้านการจัดการ ประชาชนชายอายุ 25 ปี ขึ้นไป ประชาชนชายอายุ ต่ำกว่า 25 ปี และประชาชนหญิงอายุ 25 ปีขึ้นไปมีความต้องการตรงกัน มากที่สุด คือ ร้อยละ 67.78, 74.44 และ 67.78 ตามลำดับ คือ เห็นว่าควรมีการจัดการแข่งขันกีฬา หรือกิจกรรม การออกกำลังกายในลานกีฬา ประชาชนหญิงอายุต่ำกว่า 25 ปี มีความต้องการมากที่สุด คือ ร้อยละ 63.33 เห็นว่า ควรมีระเบียบและกติกาการใช้ลานกีฬาอย่างชัดเจน

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือในการศึกษาค้นคว้า
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. วิธีการจัดทำข้อมูล

การกำหนดกลุ่มประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี ประกอบด้วย ข้าราชการ สังกัดกรมสามัญศึกษา 561 คน สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ จำนวน 1,609 คน, สังกัดกรมอาชีวศึกษา จำนวน 299 คน และสังกัด สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน จำนวน 265 คน รวมทั้งสิ้นจำนวน 2,734 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้มาจากการใช้ตารางสำเร็จรูปของเครจซี่ และมอร์แกน (Robert V. Krejcie and Eayrle W. Morgan) (บุญส่งโกสะ. 2542 : 172) เป็นข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี จำนวน 277 คน ประกอบด้วย ข้าราชการครูสังกัดกรมสามัญศึกษา 57 คน สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ จำนวน 162 คน สังกัดกรมอาชีวศึกษา จำนวน 30 คน และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน จำนวน 28 คน แล้วทำการสุ่มอย่างง่าย

สังกัด	ประชากร			กลุ่มตัวอย่าง		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
สามัญศึกษา	263	298	561	27	30	57
ประถมศึกษา.	564	1,045	1,609	57	105	162
อาชีวศึกษา	180	119	299	18	12	30
เอกชน	62	203	265	7	21	28
รวม	1,069	1,476	2,545	109	168	277

การสร้างเครื่องมือในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. แบบสอบถามปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นแบ่งเป็น 3 ตอน โดยการศึกษาจากตำรา งานวิจัย สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ
2. นำมากำหนดเป็นข้อคำถามต่าง ๆ และแบบสอบถามแบบปลายเปิด ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 แบบสอบถามปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี

ตอนที่ 3 แบบสอบถามแบบปลายเปิด เพื่อให้เขียนในสิ่งที่ต้องการเสนอแนะ

3. นำข้อมูลที่ได้ไปปรึกษาประธานและกรรมการควบคุมปริญญาพันธ์ เพื่อตรวจสอบความถูกต้องเบื้องต้น

4. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยให้ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน (รายละเอียดอยู่ในภาคผนวก ข.) พิจารณา

5. หาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) วิธีของคอนบาค (Cronbach) โดยนำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน 30 คน แล้วนำมาวิเคราะห์ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .86

วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขอนหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อขอความอนุเคราะห์ไปยังผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบแบบสอบถาม
2. ขอนหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงผู้บริหารสถานศึกษาในจังหวัดสิงห์บุรี
3. นำแบบสอบถามไปดำเนินการสอบถามกับกลุ่มประชากรด้วยตัวเอง ระหว่างวันที่ 8 – 15 เดือนพฤษภาคม 2546

วิธีจัดกระทำข้อมูล

1. นำแบบสอบถามตอนที่ 1 มาแจกแจงความถี่ของคำตอบแล้วคิดเป็นค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปแบบตาราง และความเรียง
2. นำแบบสอบถามตอนที่ 2 มาแจกแจงความถี่ของคำตอบแล้วคิดเป็นค่าของ ร้อยละและนำเสนอในรูปแบบตาราง และความเรียง
3. นำข้อมูลตอนที่ 3 มาแจกแจงความถี่ และร้อยละ นำมาเสนอในรูปแบบตาราง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการแปลความหมายและการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัยดังนี้

- ก แทน จำนวนบุคคลในกลุ่มตัวอย่าง
- % แทน จำนวนร้อยละ

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ดังนี้

ตอนที่ 1 วิเคราะห์สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม ตามแบบสอบถามตอนที่ 1 โดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบตามเรื่อง

ตอนที่ 2 วิเคราะห์ข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามตอนที่ 2 โดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แบ่งตามเพศ และสังกัด ในด้านวันเวลาในการออกกำลังกาย สถานที่วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกประเภทกิจกรรมการออกกำลังกาย ด้านบริการและวิชาการ และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

ตอนที่ 3 สรุปความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นที่มีต่อปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 วิเคราะห์สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม ตามแบบสอบถามตอนที่ 1 โดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบตามเรื่อง

ตาราง 1 แสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ สังกัดหน่วยงาน ระดับการศึกษา และ ประสบการณ์การทำงานของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี

	ตัวแปร	n	%
เพศ			
	ชาย	109	39.40
	หญิง	168	60.60
สังกัดหน่วยงาน			
	กรมสามัญศึกษา	57	20.60
	สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ	162	58.50
	กรมอาชีวศึกษา	30	10.80
	สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน	28	10.10
ระดับการศึกษา			
	ต่ำกว่าอนุปริญญา	3	1.10
	อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	10	3.60
	ปริญญาตรี	252	91.00
	ปริญญาโท	12	4.30
	อื่น ๆ	-	
ประสบการณ์การทำงาน			
	ต่ำกว่า 5 ปี	8	2.90
	6 – 10 ปี	23	8.30
	11 – 15 ปี	28	10.10
	16 – 20 ปี	71	25.60
	มากกว่า 20 ปี	147	53.10

จากตาราง 1 แสดงให้เห็นว่า จำนวนของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ พบว่าข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี จำแนกตามเพศชายร้อยละ 39.40 และเพศหญิงร้อยละ 60.60 จำแนกตามสังกัดหน่วยงานพบว่า สังกัดกรมสามัญศึกษาร้อยละ 20.60 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติร้อยละ 58.50 สังกัดกรมอาชีวศึกษาร้อยละ 10.80 และสังกัดสำนักงานการศึกษาเอกชนร้อยละ 10.10 จำแนกตามระดับการศึกษาพบว่า ระดับต่ำกว่าอนุปริญญาร้อยละ 1.10 ระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่าร้อยละ 3.60 ระดับปริญญาตรีร้อยละ 91.00 ระดับปริญญาโทร้อยละ 4.30 และจำแนกตามประสบการณ์การทำงานพบว่า ต่ำกว่า 5 ปีร้อยละ 2.90 6 – 10 ปีร้อยละ 8.30 11 – 15 ปีร้อยละ 10.10 16 – 20 ปีร้อยละ 25.60 และมากกว่า 20 ปีร้อยละ 52.10 ตามลำดับ

ตาราง 2 ความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศชาย

ข้อที่	ความต้องการด้านวันเวลา ของการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	วันธรรมดา 05.00 – 07.00 น.	17	32	34	18	8	26	24	32	19	8
		15.60	19.40	31.20	16.50	7.30	23.90	22.00	29.40	17.40	7.30
2.	วันธรรมดา 07.00 – 08.00 น.	27	41	30	8	3	8	11	27	47	19
		24.80	37.60	27.50	7.30	2.80	7.30	10.10	22.00	43.10	17.40
3.	วันธรรมดา 12.00 – 13.00 น.	36	46	24	1	2	-	1	20	26	62
		33.00	42.20	22.00	0.90	1.80	-	0.90	18.30	23.90	56.90
4.	วันธรรมดา 16.00 – 18.00 น.	3	28	43	25	10	19	16	44	18	12
		2.80	25.70	39.40	22.90	9.20	17.40	14.70	40.40	16.50	11.00
5.	วันธรรมดา 18.00 – 20.00 น.	4	12	40	40	13	26	33	29	7	14
		3.70	11.00	36.70	36.70	11.90	23.90	30.30	26.60	6.40	12.80
6.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 05.00 – 07.00 น.	2	13	54	23	17	28	38	30	11	2
		1.80	11.90	49.50	21.10	15.60	25.70	34.90	27.50	10.10	1.80
7.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 07.00 – 09.00 น.	3	31	35	32	8	12	23	34	36	4
		2.80	28.40	32.10	29.40	7.30	11.00	21.10	31.20	33.00	3.70
8.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 12.00 – 13.00 น.	31	39	30	5	4	-	2	22	27	58
		28.40	35.80	27.50	4.60	3.70	-	1.80	20.20	24.80	53.20
9.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 16.00 – 18.00 น.	-	11	53	36	9	15	25	46	13	10
		-	10.10	48.60	33.00	8.30	13.80	22.90	42.20	11.90	9.20
10.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 18.00 – 20.00 น.	3	16	23	39	28	37	22	26	9	15
		2.80	14.70	21.10	35.80	25.70	33.90	20.20	23.90	8.30	13.80

จากตาราง 2 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ในวันธรรมดา 05.00 – 07.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.20 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 29.40 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 29.40 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 23.90

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ในวันธรรมดา 16.00 – 18.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 39.40 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 25.70 และมีความต้องการในระดับปานกลาง
ร้อยละ 40.40 รองลงมาระดับมากที่สุด ร้อยละ 17.40

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ในวันธรรมดา 18.00 – 20.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 36.70 รองลงมาระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 11.90 และมีความต้องการในระดับมาก
ร้อยละ 30.30 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 26.60

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด 05.00 – 07.00 น. มีปัญหาอยู่
ในระดับปานกลาง ร้อยละ 49.50 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 21.10 และมีความต้องการ
ในระดับมาก ร้อยละ 34.90 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 27.50

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด 07.00 – 09.00 น. มีปัญหาอยู่
ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 29.40 และมีความต้องการ
ในระดับน้อย ร้อยละ 33.00 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.20

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด 12.00 – 13.00 น. มีปัญหาอยู่
ในระดับมาก ร้อยละ 35.80 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 28.40 และมีความต้องการ
ในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 53.20 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 24.80

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด 16.00 – 18.00 น. มีปัญหาอยู่
ในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.60 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 33.00 และมีความต้องการ
ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.20 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 22.90

ปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด 18.00 – 20.00 น. มีปัญหาอยู่
ในระดับน้อย ร้อยละ 35.80 รองลงมาในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 25.70 และมีความต้องการ
ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.90 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 23.90

ตาราง 3 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครู
ในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย

ข้อที่	ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	สถานที่ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ	6	23	49	24	7	37	34	33	4	1
		5.50	21.10	45.00	22.00	6.40	33.90	31.20	30.30	3.70	0.90
2.	อุปกรณ์การออกกำลังกาย	9	29	46	21	4	35	34	30	8	2
		8.30	26.60	42.20	19.30	3.70	32.10	31.20	27.50	7.30	1.80
3.	สถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม	7	19	50	24	9	35	29	36	6	3
		6.40	17.40	45.90	22.00	8.30	32.10	26.60	33.00	5.50	2.80
4.	สถานที่ประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสัดส่วน	7	25	46	27	4	33	33	39	3	1
		6.40	22.90	42.20	24.80	3.70	30.30	30.30	35.80	2.80	0.90
5.	สถานที่มีความปลอดภัยสูง	8	21	52	20	8	42	34	21	10	2
		7.30	19.30	47.70	18.30	7.30	38.50	31.20	19.30	9.20	1.80
6.	ห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว	6	25	49	21	8	28	28	36	14	3
		5.50	22.90	45.00	19.30	7.30	25.70	25.70	33.00	12.80	2.80
7.	ห้องพยาบาล	6	17	61	18	7	27	35	37	7	3
		5.50	15.60	56.00	16.50	6.40	24.80	32.10	33.90	6.40	2.80
8.	ตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาด และเพียงพอ	7	29	51	17	5	39	34	30	4	2
		6.40	26.60	46.80	15.60	4.60	35.80	31.20	27.50	3.70	1.80
9.	ห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ	8	24	48	19	10	35	35	32	5	2
		7.30	22.00	44.00	17.40	9.20	32.10	32.10	29.40	4.60	1.80
10.	ระบบแสงสว่าง	7	19	52	19	12	30	43	31	3	2
		6.40	17.40	47.70	17.40	11.00	27.50	39.40	28.40	2.80	1.80

จากตาราง 3 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านสถานที่ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.00 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 22.00 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.90 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 31.20

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านอุปกรณ์การออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับ
ปานกลาง ร้อยละ 42.20 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 26.60 และมีความต้องการในระดับมาก
ที่สุด ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 31.20

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านสถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 45.90 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 22.00 และมีความต้องการใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 33.00 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านสถานที่ประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายเป็น
สัดส่วน มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.20 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 24.80
และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.80 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 30.30

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านสถานที่ที่มีความปลอดภัยสูง มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 47.70 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 19.30 และมีความต้องการใน
ระดับมากที่สุด ร้อยละ 38.50 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 31.20

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 45.00 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 22.90 และมีความต้องการใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 33.00 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 25.70

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านห้องพยาบาล มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 56.00 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 16.50 และมีความต้องการในระดับปานกลาง
ร้อยละ 33.90 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาด และเพียงพอ มีปัญหา
อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 46.80 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 26.60 และมีความต้องการ
ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.80 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 31.20

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านห้องน้ำ อย่างล้างหน้า ล้างมือ มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 44.00 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 22.00 และมีความต้องการใน
ระดับมากที่สุด ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 29.40

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านระบบแสงสว่าง มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 47.70 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 17.40 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ
39.40 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 28.40

ตาราง 4 ความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครู
ในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย

ข้อที่	ความต้องการด้านประเภทของ กิจกรรมการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	กายบริหาร	-	8	31	59	11	16	48	37	5	3
		-	7.30	28.40	54.10	10.10	14.70	44.00	33.90	4.60	2.80
2.	กิจกรรมเข้าจังหวะ	3	9	33	55	9	16	33	43	12	5
		2.80	8.30	30.30	50.50	8.30	14.70	30.30	39.40	11.00	4.60
3.	ลีลาศ	11	12	33	49	4	12	36	37	11	13
		10.10	11.00	30.30	45.00	3.70	11.00	33.00	33.90	10.10	11.90
4.	เปตอง	6	11	53	33	6	14	32	38	20	5
		5.50	10.10	48.60	30.30	5.50	12.80	29.40	34.90	18.30	4.60
5.	เทเบิลเทนนิส	8	20	56	18	7	14	18	46	16	15
		7.30	18.30	51.40	16.50	6.40	12.80	16.50	42.20	14.70	13.80
6.	เทนนิส	21	27	45	10	6	16	30	35	16	12
		19.30	24.80	41.30	9.20	5.50	14.70	27.50	32.10	14.70	11.00
7.	บาสเกตบอล	8	20	51	26	4	12	34	36	16	11
		7.30	18.30	46.80	23.90	3.70	11.00	31.20	33.00	14.70	10.10
8.	วอลเลย์บอล	5	34	47	18	5	11	17	44	22	15
		4.60	31.20	43.10	16.50	4.60	10.10	15.60	40.40	20.20	13.80
9.	เซปักตะกร้อ	5	35	40	24	5	15	22	36	17	19
		4.60	32.10	36.70	22.00	4.60	13.80	20.20	33.00	15.60	17.40
10.	วูตวูต	22	33	45	8	1	21	33	36	10	9
		20.20	30.30	10.30	7.30	0.90	19.30	30.30	33.00	9.20	8.30
11.	ฟุตบอล	3	38	43	16	9	18	17	39	10	25
		2.80	34.90	39.40	14.70	8.50	16.50	15.60	35.80	9.20	22.90
12.	แฮนด์บอล	6	30	44	20	9	6	11	37	24	31
		5.50	27.50	40.40	18.30	8.30	5.50	10.10	33.90	22.00	28.40
13.	กรีฑา	3	12	50	30	14	11	19	55	15	9
		2.80	11.00	45.90	27.50	12.80	10.10	17.40	50.50	13.80	8.30

ตาราง 4 (ต่อ)

ข้อที่	ความต้องการด้านประเภทของ กิจกรรมการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
14.	แอโรบิก	6	7	40	24	32	39	23	36	8	3
		5.50	6.40	36.70	22.00	29.40	35.80	21.10	33.00	7.30	2.80
15	เดิน – วิ่ง เพื่อสุขภาพ	3	1	22	39	44	53	24	28	3	1
		2.80	0.90	20.20	35.80	40.40	48.60	22.00	25.70	2.80	0.90

จากตาราง 4 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านกายบริหาร มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 54.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.40 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 44.00 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.90

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านกิจกรรมเข้าจังหวะ มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 50.50 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.30 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 30.30

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ชนิดกีฬาสืลาศ มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 45.00 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.30 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 33.00

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ชนิดกีฬาเปตอง มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.60 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 30.30 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.90 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 29.40

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ชนิดกีฬาเทเบิลเทนนิส มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 51.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 18.30 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.20 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 16.50

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านแอโรบิก มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.70
รองลงมาระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 29.40 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.80
รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 33.00

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านเดิน – วิ่ง เพื่อสุขภาพ มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด
ร้อยละ 40.40 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 35.80 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ
48.60 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 25.70

ตาราง 5 ความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย

ข้อที่	ความต้องการด้านบริการ และวิชาการ	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	มีหนังสือตำราหรือคู่มือ การออกกำลังกาย	6	14	44	41	4	12	26	59	11	1
		5.50	12.80	40.40	37.60	3.70	11.00	23.90	54.10	10.10	0.90
2.	การคำแนะนำการออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง	5	21	52	30	1	15	45	39	9	1
		4.60	19.30	47.70	27.50	0.90	13.80	41.30	35.80	8.30	0.90
3.	ให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทาง แนะนำวิธีการออกกำลังกาย	7	25	52	23	2	24	41	37	6	1
		6.40	27.90	47.70	21.10	1.80	22.00	37.60	33.90	5.50	0.90
4.	ให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้ หรือคำแนะนำ	11	28	53	16	1	25	40	33	10	1
		10.10	25.70	48.60	14.70	0.90	22.90	36.70	30.30	9.20	0.90
5.	มีการเผยแพร่การออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง	-	5	26	57	21	16	37	47	9	-
		-	4.60	23.90	52.30	19.30	14.70	33.90	43.10	8.30	-
6.	มีการทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย	7	30	50	20	2	20	35	43	8	3
		6.40	27.50	45.90	18.30	1.80	18.30	32.10	69.40	7.30	2.80
7.	มีหน่วยงานประชาสัมพันธ์ เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	7	23	56	19	4	11	43	45	8	2
		6.40	21.10	51.40	17.40	3.70	10.10	39.40	41.30	7.30	1.80
8.	มีการให้ความรู้การปฐมพยาบาล เบื้องต้น	6	22	55	21	5	14	38	44	12	1
		5.50	20.20	50.50	19.30	4.60	12.80	34.90	40.40	11.00	0.90
9.	มีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้ อุปกรณ์ออกกำลังกายอย่าง ถูกต้อง	4	29	60	12	4	24	51	26	7	1
		3.70	26.60	55.00	11.00	3.70	22.00	46.80	23.90	6.40	0.90
10.	มีแผนกซ่อมบำรุงสนามและ อุปกรณ์การออกกำลังกาย	12	37	49	10	1	31	48	23	7	--
		11.00	33.90	45.00	9.20	0.90	28.40	44.00	21.10	6.40	-

จากตาราง 5 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีหนังสือตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.40 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 37.60 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 54.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 23.90

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีหนังสือตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.40 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 39.60 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 54.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 23.90

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทางแนะนำวิธีการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 47.70 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 22.90 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 37.60 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.90

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้หรือคำแนะนำ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 25.70 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 36.70 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.30

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีการเผยแพร่การออกกำลังกายที่ถูกวิธี มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 52.30 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 23.90 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 43.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 33.90

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.90 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 27.50 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 51.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 21.10 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 41.30 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 39.40

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีการให้ความรู้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.50 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 20.20 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 34.90

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ออกกำลังกายอย่างถูกวิธี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 55.00 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 26.60 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 46.80 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 23.90

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศชาย ด้านมีแผนกซ่อมบำรุงสนามและอุปกรณ์การออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับ
ปานกลาง ร้อยละ 45.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 33.90 และมีความต้องการในระดับมาก
ร้อยละ 44.00 รองลงมาระดับมากที่สุด ร้อยละ 28.40

ตาราง 6 ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย

ข้อที่	ความต้องการด้านบุคลากร ผู้ให้บริการ	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	ให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย	9	34	53	11	2	42	30	33	2	2
		8.30	31.20	48.60	10.10	1.80	38.50	27.50	32.30	1.80	1.80
2.	ให้มีบุคลากรที่มีความรู้ด้านการกีฬา	11	29	55	13	1	40	33	33	2	1
		10.10	26.60	50.50	11.90	0.90	36.70	30.30	30.30	1.80	0.90
3.	บุคลากรให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ	9	29	56	13	2	38	32	35	2	2
		8.30	26.60	51.40	11.90	1.80	34.10	29.40	32.10	1.80	1.80
4.	ต้องการบุคลากรที่มีความสุภาพเรียบร้อย	10	13	58	26	2	39	31	35	3	1
		9.20	11.90	53.20	23.40	1.80	35.80	28.40	32.10	2.80	0.90
5.	มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	8	22	52	25	2	33	37	31	3	2
		7.30	20.20	47.70	22.90	1.80	33.00	33.90	28.70	2.80	1.80
6.	มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย	12	26	53	17	1	36	36	33	3	1
		11.00	43.90	48.60	15.60	0.90	33.00	33.00	30.30	2.80	0.90
7.	มีบุคลากรนำการออกกำลังกาย	8	26	55	19	1	37	34	33	3	2
		7.30	23.90	50.50	17.40	0.90	33.90	31.20	30.30	2.80	1.80
8.	มีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี	7	22	56	22	2	36	39	30	3	1
		6.40	20.20	51.40	20.20	1.80	33.00	35.80	27.50	2.80	0.90
9.	บุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและรู้จริง	10	36	50	11	2	41	44	21	2	1
		9.20	33.00	45.90	10.10	1.80	37.60	40.40	19.30	1.80	0.90
10.	มีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้การบริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย	13	36	49	10	1	45	40	20	4	-
		11.90	33.00	45.00	9.20	0.90	41.30	36.70	18.30	3.70	-

จากตาราง 6 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 31.20 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 38.50 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.30

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 31.20 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 38.50 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.30

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านบุคลากรให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 51.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 26.60 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 34.90 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านต้องการบุคลากรมีความสุภาพเรียบร้อย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 53.20 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 23.90 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.80 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 47.70 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 22.90 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 33.90 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.00

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 23.90 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.00 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.30

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีบุคลากรนำออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.50 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 23.90 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.90 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 31.20

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 51.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 20.20 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 35.80 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.00

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านบุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและจริงจัง มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.90 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 33.00 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 40.40 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 37.60

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้บริการบริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย มีปัญหาอยู่ในระดับ ปานกลาง ร้อยละ 45.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 33.00 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 41.30 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 36.70

ตาราง 7 ความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง

ข้อที่	ความต้องการด้านวันเวลา ของการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	N
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	วันธรรมดา 05.00 – 07.00 น.	50	52	39	16	11	29	35	35	31	38
		29.60	31.00	23.20	9.50	6.50	17.30	20.80	20.80	18.50	22.60
2.	วันธรรมดา 07.00 – 08.00 น.	60	50	40	12	6	13	29	30	47	49
		35.70	29.80	23.80	7.10	3.60	7.70	17.30	17.90	28.00	29.20
3.	วันธรรมดา 12.00 – 13.00 น.	65	54	33	7	9	6	7	28	30	97
		38.70	32.10	19.60	4.20	5.40	3.60	4.20	16.70	17.90	57.70
4.	วันธรรมดา 16.00 – 18.00 น.	17	50	60	22	19	22	45	43	32	26
		10.10	29.80	35.70	13.10	11.30	13.10	26.80	25.60	19.00	15.50
5.	วันธรรมดา 18.00 – 20.00 น.	15	26	66	31	30	42	40	46	15	25
		8.90	15.50	39.30	18.50	17.90	25.00	23.80	27.40	8.90	14.90
6.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 05.00 – 07.00 น.	17	30	56	39	26	39	42	45	22	2
		10.10	17.90	33.30	23.20	15.50	23.20	25.00	26.80	13.10	11.90
7.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 07.00 – 09.00 น.	18	46	57	39	8	11	42	45	45	25
		10.70	27.40	33.90	23.20	4.80	6.50	25.00	26.80	26.80	14.90
8.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 12.00 – 13.00 น.	46	54	43	14	11	4	12	28	33	91
		27.40	32.10	25.60	8.30	6.50	2.40	7.10	16.70	19.60	54.20
9.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 16.00 – 18.00 น.	8	27	64	41	28	26	44	48	23	27
		4.80	16.10	38.10	24.40	16.70	15.50	26.20	28.60	13.70	16.10
10.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 18.00 – 20.00 น.	10	20	44	51	43	44	42	42	14	26
		6.00	11.90	26.20	30.40	25.60	26.20	25.00	25.00	8.30	15.50

จากตาราง 7 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ในวันธรรมดา 05.00 – 07.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 31.00 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 29.60 และมีความต้องการในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 22.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 20.80

ปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด 18.00 – 20.00 น. มีปัญหาอยู่
ในระดับน้อย ร้อยละ 30.40 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 26.20 และมีความต้องการ
ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 26.20 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 25.00

ตาราง 8 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครู
ในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง

ข้อที่	ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	ปัญหา					ความต้องการ				
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	สถานที่ออกกำลังกายอย่าง เพียงพอ	17	48	63	24	16	50	55	44	15	4
		10.10	28.60	37.50	14.30	9.50	29.80	32.70	26.70	8.90	2.40
2.	อุปกรณ์การออกกำลังกาย	32	46	55	23	12	51	42	51	20	4
		19.00	27.40	32.70	13.70	7.10	30.40	25.00	30.40	11.90	2.40
3.	สถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม	12	51	70	25	10	53	45	56	4	10
		7.10	30.40	41.70	14.90	6.00	31.50	26.80	33.30	2.40	6.00
4.	สถานที่ประกอบกิจกรรม การออกกำลังกายเป็นสัดส่วน	14	58	69	18	9	58	44	52	4	10
		8.30	34.50	41.10	10.70	5.40	34.50	26.20	31.00	2.40	6.00
5.	สถานที่มีความปลอดภัยสูง	12	40	80	21	15	69	43	40	5	11
		7.10	23.80	47.60	12.50	8.90	41.10	25.60	23.80	3.00	6.50
6.	ห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว	13	48	68	22	17	43	47	49	19	10
		7.70	28.60	40.50	13.10	10.10	25.60	28.00	29.20	11.30	6.00
7.	ห้องพยาบาล	12	36	83	25	12	38	53	49	21	7
		7.10	21.40	49.40	14.90	7.10	22.60	31.50	29.20	12.50	4.20
8.	ตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาด และ เพียงพอ	26	56	63	12	11	58	48	38	9	15
		15.50	33.30	37.50	7.10	6.50	34.50	28.60	22.60	5.40	8.90
9.	ห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ	22	52	63	21	10	56	44	42	15	11
		13.10	31.00	37.50	12.50	6.00	33.30	26.20	25.00	8.90	6.50
10.	ระบบแสงสว่าง	13	31	73	29	14	53	40	54	10	11
		7.70	23.20	43.50	17.30	8.30	31.50	23.80	32.10	6.00	6.50

จากตาราง 8 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และ
สิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านสถานที่ออกกำลังกาย
อย่างเพียงพอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.50 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ
28.60 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 32.70 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ
29.80

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านอุปกรณ์การออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับ
ปานกลาง ร้อยละ 32.70 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 27.40 และมีความต้องการในระดับมาก
ที่สุด ร้อยละ 30.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 25.00

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านสถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 41.70 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 30.40 และมีความต้องการใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 33.30 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 31.50

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านสถานที่ประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายเป็น
สัดส่วน มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 41.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 34.50 และ
มีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 34.50 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.00

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านสถานที่ที่มีความปลอดภัยสูง มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 47.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 23.80 และมีความต้องการใน
ระดับมากที่สุด ร้อยละ 41.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 25.60

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 40.50 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 28.60 และมีความต้องการใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 29.20 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 28.00

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านห้องพยาบาล มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 49.40 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 21.40 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ
31.50 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 29.20

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาด และเพียงพอ มีปัญหา
อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.50 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 33.30 และมีความต้องการ
ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 34.50 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 28.60

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 37.50 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 31.00 และมีความต้องการในระดับ
มากที่สุด ร้อยละ 33.30 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 26.20

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านระบบแสงสว่าง มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 43.50 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 23.20 และมีความต้องการในระดับปานกลาง
ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 31.50

ตาราง 9 ความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครู
ในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง

ข้อที่	ความต้องการด้านประเภทของ กิจกรรมการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	การบริหาร	10	13	67	58	20	45	64	47	11	1
		6.00	7.70	39.90	34.50	11.90	26.80	38.10	28.00	6.50	0.60
2.	กิจกรรมเข้าจังหวะ	10	15	64	57	22	50	43	62	11	2
		6.00	8.90	38.10	33.90	13.10	29.80	25.60	36.90	6.50	1.20
3.	ลีลาศ	7	33	79	33	16	37	28	71	20	12
		4.20	19.60	47.00	19.60	9.50	22.00	16.70	42.30	11.90	7.10
4.	เปตอง	10	33	88	23	14	19	17	65	42	25
		6.00	19.60	52.40	13.70	8.30	11.30	10.10	38.70	25.00	14.90
5.	เทเบิลเทนนิส	15	44	76	19	14	17	14	62	41	34
		8.90	26.20	45.20	11.30	8.30	10.10	8.30	36.90	24.40	20.20
6.	เทนนิส	16	49	75	19	9	18	12	67	34	37
		9.50	29.20	44.60	11.30	5.40	10.70	7.10	39.90	20.20	22.00
7.	บาสเกตบอล	15	46	77	19	11	17	16	71	33	31
		8.90	27.40	45.80	11.30	6.50	10.10	9.50	42.30	19.60	18.50
8.	วอลเลย์บอล	19	45	75	19	10	15	16	69	31	37
		11.30	26.80	44.60	11.30	6.00	8.90	9.50	41.10	18.50	22.00
9.	เซปักตะกร้อ	29	45	70	15	9	9	10	57	43	49
		17.30	26.80	41.70	8.90	5.40	5.40	6.00	33.90	25.60	29.20
10.	วูตวู	29	44	69	13	13	30	25	61	30	22
		17.30	26.20	41.10	7.70	7.70	17.90	14.90	36.30	17.90	13.10
11.	ฟุตบอล	30	41	65	14	18	14	14	48	43	49
		17.90	24.40	38.70	8.30	10.70	8.30	8.30	28.60	25.60	29.20
12.	แชร์บอล	26	39	69	19	15	10	13	59	44	42
		15.50	23.20	41.10	11.30	8.90	6.00	7.70	35.10	26.20	25.00
13.	กรีฑา	10	24	74	37	23	29	23	63	30	23
		6.00	14.30	44.00	22.00	13.70	17.30	13.70	37.50	17.90	13.70

ตาราง 9 (ต่อ)

ข้อที่	ความต้องการด้านประเภทของ กิจกรรมการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
14.	แอโรบิก	7	16	58	35	52	85	37	36	4	6
		4.20	9.50	34.50	20.80	31.00	50.60	22.00	21.40	2.40	3.60
15	เดิน – วิ่ง เพื่อสุขภาพ	3	12	50	44	59	72	40	47	4	5
		1.80	7.10	29.80	26.20	35.10	42.90	23.80	28.00	2.40	3.00

จากตาราง 9 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านกายบริหาร มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.90 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 34.50 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 38.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.00

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านกิจกรรมเข้าจังหวะ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.10 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 33.90 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.90 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 29.80

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ชนิดกีฬาลีดาส มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 47.00 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 19.60 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.30 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 22.00

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ชนิดกีฬาเปตอง มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 52.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 19.60 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.70 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 25.00

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ชนิดกีฬาเทเบิลเทนนิส มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.20 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 26.20 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.90 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 24.40

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ประเภทกรีฑา มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 44.00
รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 22.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.50
รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 17.90

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านแอโรบิก มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.50
รองลงมาระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 31.00 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 50.60
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 22.00

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านเดิน – วิ่ง เพื่อสุขภาพ มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด
ร้อยละ 35.10 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 29.80 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด
ร้อยละ 42.90 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 28.00

ตาราง 10 ความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง

ข้อที่	ความต้องการด้านบริการ และวิชาการ	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	มีหนังสือตำราหรือคู่มือ การออกกำลังกาย	12	41	73	36	6	33	39	80	12	4
		7.10	24.40	43.50	21.40	3.60	19.60	23.20	47.60	7.10	2.40
2.	การคำแนะนำการออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง	18	39	76	25	10	54	51	54	6	3
		10.70	23.10	45.20	14.90	6.00	32.10	30.40	32.10	3.60	1.80
3.	ให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทาง แนะนำวิธีการออกกำลังกาย	21	45	74	20	8	58	52	51	4	3
		12.50	26.80	44.00	11.90	4.80	34.50	31.90	30.70	2.40	1.80
4.	ให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้ หรือคำแนะนำ	15	52	77	17	7	45	61	54	5	3
		8.90	31.00	45.80	10.10	4.20	26.80	36.30	32.10	3.00	1.80
5.	มีการเผยแพร่การออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง	18	40	83	20	7	43	52	63	9	1
		10.70	23.80	49.40	11.90	4.20	25.60	31.00	37.50	5.40	0.60
6.	มีการทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย	17	38	87	19	7	36	56	65	6	5
		10.10	22.60	51.80	11.30	4.20	21.40	33.30	38.70	3.60	3.00
7.	มีหน่วยงานประชาสัมพันธ์ เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	14	37	90	17	10	36	54	62	12	4
		8.30	22.00	53.60	10.10	6.00	21.40	32.10	36.90	7.10	2.40
8.	มีการให้ความรู้การปฐมพยาบาล เบื้องต้น	11	41	86	17	13	33	67	60	5	3
		6.50	24.40	51.20	10.10	7.70	19.60	39.90	35.70	3.00	1.80
9.	มีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้ อุปกรณ์ออกกำลังกายอย่าง ถูกวิธี	19	52	70	16	11	45	66	48	7	2
		11.30	31.00	41.70	9.50	6.50	26.80	39.30	28.60	4.20	1.20
10.	มีแผนกซ่อมบำรุงสนามและ อุปกรณ์การออกกำลังกาย	25	48	68	19	8	46	58	53	5	6
		14.90	28.60	40.50	11.20	4.80	27.40	34.50	31.50	3.00	3.60

จากตาราง 10 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการ
ของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านมีหนังสือตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย
มีปัญหายอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 43.50 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 24.40 และ
มีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 47.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 23.20

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านมีหนังสือตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
45.20 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 23.20 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 32.10
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 30.40

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทางแนะนำวิธีการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับ
ปานกลาง ร้อยละ 44.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 26.80 และมีความต้องการในระดับมาก
ที่สุด ร้อยละ 34.50 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 31.00

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้หรือคำแนะนำ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
45.80 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 31.00 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 36.30
รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านมีการเผยแพร่การออกกำลังกายที่ถูกวิธี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
49.40 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 23.80 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ
37.50 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 31.00

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านมีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 51.80
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 22.60 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.70
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 33.30

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านมีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับ
ปานกลาง ร้อยละ 53.60 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 22.10 และมีความต้องการในระดับ
ปานกลาง ร้อยละ 36.90 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านมีการให้ความรู้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
51.20 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 24.40 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 39.90
รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 35.70

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ออกกำลังกายอย่างถูกวิธี มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 41.70 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 31.00 และมีความต้องการใน
ระดับมาก ร้อยละ 39.30 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 28.60

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านมีแผนกซ่อมบำรุงสนามและอุปกรณ์การออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับ
ปานกลาง ร้อยละ 40.50 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 28.60 และมีความต้องการในระดับมาก
ร้อยละ 34.50 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 31.50

ตาราง 11 ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง

ข้อที่	ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	ให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย	21	46	72	18	11	74	46	42	5	1
		12.50	27.40	42.90	10.70	6.50	44.00	27.50	25.00	3.00	0.60
2.	ให้มีบุคลากรที่มีความรู้ด้านการกีฬา	16	56	71	15	10	70	46	45	4	3
		9.50	33.30	42.30	8.90	6.00	41.70	27.40	26.80	2.40	1.80
3.	บุคลากรให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ	10	56	76	18	8	65	47	50	4	2
		6.00	33.20	45.20	10.70	4.80	38.70	28.00	29.80	2.40	1.20
4.	ต้องการบุคลากรที่มีความสุขภาพเรียบร้อย	7	33	92	19	17	69	48	45	3	3
		4.20	19.60	54.80	11.30	10.10	41.10	28.60	26.80	1.80	1.80
5.	มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	8	44	79	25	12	71	49	43	2	3
		4.80	26.20	47.00	14.90	7.10	42.30	29.20	25.60	1.20	1.80
6.	มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย	12	44	83	17	12	69	49	40	7	3
		7.10	26.20	49.40	10.10	7.10	41.10	29.20	23.80	4.20	1.80
7.	มีบุคลากรนำการออกกำลังกาย	10	47	85	15	11	68	60	37	1	2
		6.00	28.00	50.60	8.90	6.50	40.50	35.70	22.00	0.60	1.20
8.	มีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี	10	44	80	23	11	68	60	36	3	1
		6.00	26.20	47.60	13.70	6.50	40.50	35.70	22.40	1.80	0.60
9.	บุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและจริงจัง	23	49	68	19	9	81	54	30	2	1
		13.70	29.20	40.50	11.30	5.40	48.20	32.10	16.90	1.20	0.60
10.	มีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้การบริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย	16	46	81	13	12	74	47	43	1	3
		9.50	27.40	48.20	7.70	7.10	44.00	28.00	25.60	0.60	1.80

จากตาราง 11 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศหญิง ด้านให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.90 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 27.40 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 44.00 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 27.40

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 42.30 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 33.30 และมีความต้องการ
ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 41.70 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 27.40

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านบุคลากรให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
45.20 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 33.30 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 38.70
รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 29.80

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านต้องการบุคลากรมีความสุภาพเรียบร้อย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
54.80 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 19.60 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 41.10
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 28.60

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านมีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 47.00
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 26.20 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 42.30
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 29.20

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 49.40
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 26.20 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 41.10
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 29.20

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านมีบุคลากรนำออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.60
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 28.00 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 40.50
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 35.70

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านมีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 47.60
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 26.20 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 40.50
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 35.70

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านบุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและจริงจัง มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 40.50 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 29.20 และมีความต้องการ
ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 48.20 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศหญิง ด้านมีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้บริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย มีปัญหาอยู่ในระดับ
ปานกลาง ร้อยละ 48.20 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 27.40 และมีความต้องการในระดับ
มากที่สุด ร้อยละ 44.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 28.00

ตาราง 12 ความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา

ข้อที่	ความต้องการด้านเวลา ของการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	วันธรรมดา 05.00 – 07.00 น.	12	17	17	8	3	14	17	11	6	9
		21.10	29.80	29.80	14.00	5.30	24.60	29.80	19.30	10.50	15.80
2.	วันธรรมดา 07.00 – 08.00 น.	16	21	18	2	-	8	9	13	15	12
		28.10	36.80	31.60	3.50	-	14.00	15.80	22.80	26.30	21.10
3.	วันธรรมดา 12.00 – 13.00 น.	26	17	10	2	2	2	1	9	10	35
		45.60	29.80	17.50	3.50	3.50	3.50	1.80	15.80	17.50	61.40
4.	วันธรรมดา 16.00 – 18.00 น.	4	14	20	12	7	12	22	16	3	4
		7.00	24.60	35.10	21.10	12.30	21.10	38.60	28.10	5.30	7.00
5.	วันธรรมดา 18.00 – 20.00 น.	6	10	20	14	7	17	18	13	4	5
		10.50	17.50	35.10	24.50	12.30	29.80	31.60	22.80	7.00	8.80
6.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 05.00 – 07.00 น.	6	10	24	11	6	18	15	15	5	4
		10.50	17.50	42.10	19.50	10.50	31.60	26.30	26.30	8.80	7.00
7.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 07.00 – 09.00 น.	6	13	25	9	4	9	20	15	9	4
		10.50	22.80	43.90	15.80	7.00	15.80	35.10	26.30	15.80	7.00
8.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 12.00 – 13.00 น.	19	18	15	1	4	-	2	7	13	35
		33.30	31.60	26.30	1.80	7.00	-	3.50	12.30	22.80	61.40
9.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 16.00 – 18.00 น.	1	12	25	9	10	12	20	17	7	1
		1.80	21.10	43.90	15.80	17.50	21.10	35.10	29.80	12.30	1.80
10.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 18.00 – 20.00 น.	2	11	16	19	9	19	15	14	4	5
		3.50	19.90	28.10	33.30	15.80	33.30	26.30	24.60	7.00	8.80

จากตาราง 12 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ในวันธรรมดา 05.00 – 07.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 29.80 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 21.10 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 29.80 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 24.60

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด 18.00 – 20.00 น.
มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 33.30 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.10 และมีความ
ต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.30 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 26.30

ตาราง 13 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครู
ในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา

ข้อที่	ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	สถานที่ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ	7	20	18	11	1	22	20	13	2	-
		12.30	35.10	31.60	19.30	1.80	38.60	35.10	27.80	3.50	-
2.	อุปกรณ์การออกกำลังกาย	8	24	18	7	-	20	22	12	3	-
		14.00	42.10	31.30	12.30	-	35.10	38.60	21.10	5.30	-
3.	สถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม	8	18	19	8	4	23	17	13	1	-
		14.00	31.60	33.30	14.00	7.00	40.40	29.80	28.10	1.80	-
4.	สถานที่ประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสัดส่วน	10	18	17	12	-	22	21	12	1	1
		17.50	31.60	29.80	21.10	-	38.60	36.80	21.10	1.80	1.80
5.	สถานที่มีความปลอดภัยสูง	6	20	22	5	4	26	17	11	2	1
		10.50	35.10	38.60	8.80	7.00	45.60	29.80	19.30	3.50	1.80
6.	ห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว	5	24	13	10	5	20	13	13	9	2
		8.80	42.10	22.80	17.50	8.80	35.10	22.80	22.80	15.80	3.50
7.	ห้องพยาบาล	5	16	26	7	3	17	19	16	3	2
		8.80	28.10	45.60	12.60	5.30	29.80	33.30	28.10	5.30	3.50
8.	ตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาด และเพียงพอ	7	21	22	4	3	23	17	11	4	2
		12.30	36.80	38.60	7.00	5.30	40.40	29.80	19.30	7.00	3.50
9.	ห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ	6	20	23	6	2	21	18	12	4	2
		10.5	35.10	40.40	10.50	3.50	36.80	31.60	21.10	7.00	3.50
10.	ระบบแสงสว่าง	5	18	22	8	4	19	19	14	2	3
		8.80	31.60	38.60	14.00	7.00	33.30	33.30	24.60	3.50	5.30

จากตาราง 13 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านสถานที่ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.60 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 38.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 35.10

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านอุปกรณ์การออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่
ในระดับมาก ร้อยละ 42.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.60 และมีความต้องการ
ในระดับมาก ร้อยละ 38.60 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.10

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านสถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม มีปัญหา
อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.30 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 31.60 และมีความต้องการ
ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 40.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 29.80

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านสถานที่ประกอบกิจกรรมการออกกำลังกาย
เป็นสัดส่วน มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 31.60 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 29.80
และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 38.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 36.80

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านสถานที่ที่มีความปลอดภัยสูง มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 38.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 35.10 และมีความต้องการในระดับ
มากที่สุด ร้อยละ 45.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 29.80

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว มีปัญหาอยู่ในระดับ
มาก ร้อยละ 42.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 22.80 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด
ร้อยละ 35.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 22.80

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านห้องพยาบาล มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
45.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 28.10 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 33.30
รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 29.80

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาด และเพียงพอ มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 38.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 36.80 และมีความต้องการในระดับ
มากที่สุด ร้อยละ 40.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 29.80

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ มีปัญหาอยู่ในระดับ
ปานกลาง ร้อยละ 40.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 35.10 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด
ร้อยละ 36.80 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 31.60

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านระบบแสงสว่าง มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.60 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 31.60 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.30 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 24.60

ตาราง 14 ความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครู
ในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา

ข้อที่	ความต้องการด้านประเภทของ กิจกรรมการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	กายบริหาร	3	5	23	18	8	16	19	20	2	-
		5.30	8.80	40.40	31.60	14.00	28.10	33.30	35.10	3.50	-
2.	กิจกรรมเข้าจังหวะ	6	5	25	15	6	16	9	20	9	3
		10.50	8.80	43.90	26.30	10.50	28.10	15.80	35.10	15.80	5.30
3.	ลีลาศ	10	10	21	11	5	14	7	20	7	9
		17.50	17.50	36.80	19.30	8.80	24.60	12.30	35.10	12.30	15.80
4.	เปตอง	1	7	29	16	4	13	8	21	11	4
		1.80	12.30	50.90	28.10	7.00	22.80	14.00	36.80	19.30	7.00
5.	เทเบิลเทนนิส	6	11	21	12	7	12	13	21	5	6
		10.50	19.30	36.80	21.10	12.30	21.10	22.80	36.80	8.80	10.50
6.	เทนนิส	10	13	20	9	5	15	10	17	6	9
		17.50	22.80	35.10	15.80	8.80	26.30	17.50	29.80	10.50	15.80
7.	บาสเกตบอล	3	12	24	11	7	11	12	20	8	6
		5.30	21.10	42.10	19.30	12.30	19.30	21.10	35.10	14.00	10.50
8.	วอลเลย์บอล	7	14	21	11	4	8	6	24	13	6
		12.30	24.60	36.80	19.30	7.00	14.00	10.50	42.10	22.80	10.50
9.	เซปักตะกร้อ	9	21	16	9	2	5	9	21	15	7
		15.80	33.80	28.10	15.80	3.50	8.80	15.80	36.80	26.30	12.30
10.	ว้ยน้ำ	14	16	16	6	5	15	15	15	7	5
		24.60	28.10	28.10	10.50	8.80	26.30	26.30	26.30	12.30	8.80
11.	ฟุตบอล	8	13	20	10	6	6	9	19	11	12
		14.00	22.80	35.10	17.50	10.50	10.50	15.80	33.30	19.30	21.10
12.	แฮร์บอล	8	12	17	13	7	5	5	17	18	12
		14.00	21.10	29.80	22.80	12.30	8.80	8.80	29.80	31.60	21.10
13.	กรีฑา	3	6	23	12	13	12	8	20	8	9
		5.30	10.50	40.40	21.10	22.80	21.10	14.00	35.10	14.00	15.80

ตาราง 14 (ต่อ)

ข้อที่	ความต้องการด้านประเภทของ กิจกรรมการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
14.	แอโรบิก	4	5	18	10	20	22	8	21	4	2
		7.00	8.80	31.60	17.50	35.10	38.60	14.00	36.80	7.00	3.50
15	เดิน – วิ่ง เพื่อสุขภาพ	5	-	13	12	29	28	12	17	-	-
		5.30	-	22.80	21.10	50.90	49.10	21.10	29.80	-	-

จากตาราง 9 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านกายบริหาร มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.40 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 31.60 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 33.30

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านกิจกรรมเข้าจังหวะ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 43.90 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 26.30 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.10 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 28.10

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ชนิดกีฬาอีสปอร์ต มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.80 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 19.30 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.10 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 24.60

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ชนิดกีฬาเปตอง มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.90 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 28.10 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.80 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 22.80

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ชนิดกีฬาเทเบิลเทนนิส มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.80 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 21.10 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.80 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 22.80

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ชนิดกีฬาบอลเลย์บอล มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.80 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 24.60 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.10 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 22.80

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ชนิดกีฬาเซปักตะกร้อ มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ
36.80 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 28.10 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ
36.80 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 26.30

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ชนิดกีฬาว่ายน้ำ มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ
28.10 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 24.60 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ
26.30 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 12.30

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ชนิดกีฬาฟุตบอล มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.10 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 22.80 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.30 รองลงมาระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 21.10

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ชนิดกีฬาแชร์บอล มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 29.80 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 22.80 และมีความต้องการในระดับน้อย ร้อยละ 31.60 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 29.80

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ประเภททรีชา มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.40 รองลงมาระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 22.80 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.10 รองลงมาระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 15.80

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านแอโรบิก มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 35.10
รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.60 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 38.60
รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.80

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านเดิน – วิ่ง เพื่อสุขภาพ มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด
ร้อยละ 50.90 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 22.80 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด
ร้อยละ 49.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 29.80

ตาราง 15 ความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา

ข้อที่	ความต้องการด้านบริการ และวิชาการ	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	มีหนังสือตำราหรือคู่มือ การออกกำลังกาย	4	14	27	10	2	18	11	26	2	-
		7.10	24.60	47.40	17.50	3.50	31.60	19.30	45.60	3.50	-
2.	การคำแนะนำการออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง	6	13	29	9	21	15	20	1	-	-
		10.50	22.80	50.90	15.80	36.80	26.30	35.10	1.80	-	-
3.	ให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทาง แนะนำวิธีการออกกำลังกาย	6	15	25	11	24	16	16	1	-	-
		10.50	26.30	43.90	19.30	42.10	28.10	28.10	1.80	-	-
4.	ให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้ หรือคำแนะนำ	7	16	27	7	24	15	16	1	1	-
		12.30	28.10	47.40	12.30	42.10	26.30	28.10	1.80	1.80	-
5.	มีการเผยแพร่การออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง	6	11	30	9	1	25	12	3	-	-
		10.50	19.30	52.80	15.80	1.80	43.90	21.10	35.10	-	-
6.	มีการทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย	3	15	26	12	1	21	16	18	1	1
		5.30	26.30	45.60	21.10	1.80	36.80	28.10	31.60	1.80	1.80
7.	มีหน่วยงานประชาสัมพันธ์ เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	5	16	30	6	-	19	19	19	-	-
		8.80	28.10	52.60	10.50	-	33.30	33.30	33.30	-	-
8.	มีการให้ความรู้การปฐมพยาบาล เบื้องต้น	3	14	31	6	3	18	15	21	3	-
		5.30	24.60	54.40	10.50	5.30	31.50	26.30	36.80	5.30	-
9.	มีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้ อุปกรณ์ออกกำลังกายอย่าง ถูกวิธี	4	14	28	10	1	23	17	16	1	-
		7.00	24.60	49.10	17.50	1.80	40.40	29.80	28.10	1.80	-
10.	มีแผนกซ่อมบำรุงสนามและ อุปกรณ์การออกกำลังกาย	10	14	26	6	1	27	13	17	-	-
		17.50	24.60	45.60	10.50	1.80	47.40	22.80	29.80	-	-

จากตาราง 15 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการ
ของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านมีหนังสือตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย
มีปัญหายอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 47.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 24.60 และมี
ความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.60 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 31.60

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านมีหนังสือตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 50.90 รองลงมาในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 36.80 และมีความต้องการในระดับมาก
ร้อยละ 35.10 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 26.30

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทางแนะนำวิธีการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 43.90 รองลงมาในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 42.10 และมีความต้องการ
ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 28.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 1.80

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้หรือคำแนะนำ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 47.40 รองลงมาในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 42.10 และมีความต้องการในระดับมาก
ร้อยละ 28.10 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 26.30

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านมีการเผยแพร่การออกกำลังกายที่ถูกวิธี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 52.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 19.30 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ
43.90 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.10

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านมีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
45.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 26.30 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 36.80
รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.60

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านมีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับ
ปานกลาง ร้อยละ 52.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 28.10 และมีความต้องการในระดับ
มากที่สุด ร้อยละ 33.30

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านมีการให้ความรู้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 54.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 24.60 และมีความต้องการในระดับปานกลาง
ร้อยละ 36.80 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 31.50

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ออกกำลังกายอย่างถูกวิธี มีปัญหา
อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 49.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 14.60 และมีความต้องการ
ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 40.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 29.80

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านมีแผนกซ่อมบำรุงสนามและอุปกรณ์การออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 45.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 24.60 และมีความต้องการใน
ระดับมากที่สุด ร้อยละ 47.40 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 29.80

ตาราง 16 ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา

ข้อที่	ความต้องการด้านบุคลากร ผู้ให้บริการ	ปัญหา					ความต้องการ				
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	ให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแล โดยตรงเกี่ยวกับการออก กำลังกาย	8	22	22	4	1	29	12	16	-	-
		14.00	38.60	38.60	7.00	1.80	50.90	21.10	28.10	-	-
2.	ให้มีบุคลากรที่มีความรู้ด้าน การกีฬา	5	22	23	6	1	27	14	16	-	-
		8.80	38.60	40.40	10.50	1.80	47.40	24.60	28.10	-	-
3.	บุคลากรให้คำแนะนำอย่าง สม่ำเสมอ	5	21	28	3	-	27	14	16	-	-
		8.80	36.80	49.10	5.30	-	47.40	24.60	28.10	-	-
4.	ต้องการบุคลากรที่มีความสุภาพ เรียบร้อย	5	12	26	10	4	29	13	14	1	-
		4.20	19.60	54.80	11.30	10.10	41.10	28.60	26.80	1.80	-
5.	มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	4	14	27	9	3	28	14	14	1	-
		7.00	24.60	47.40	15.80	5.30	49.10	24.60	24.60	1.80	-
6.	มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย	7	19	20	8	3	28	15	12	1	1
		12.20	33.30	35.10	14.00	5.30	49.10	26.30	21.10	1.80	1.80
7.	มีบุคลากรนำการออกกำลังกาย	5	15	27	10	-	27	16	14	-	-
		8.80	26.30	47.40	17.50	-	47.40	28.10	24.60	-	-
8.	มีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี	4	15	29	9	-	29	15	13	-	-
		7.00	26.30	50.90	15.80	-	50.90	26.30	22.80	-	-
9.	บุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็น ผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและ จริงจัง	6	17	28	5	1	33	13	11	-	-
		10.50	29.80	49.10	8.80	1.80	57.90	22.80	19.30	-	-
10.	มีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้การ บริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย	4	21	27	3	2	31	14	12	-	-
		7.00	36.80	47.40	5.30	3.50	54.40	24.60	21.10	-	-

จากตาราง 16 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
ของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมสามัญศึกษา ด้านให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรง
เกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 38.60 รองลงมาในระดับมากที่สุด
ร้อยละ 14.00 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 50.90 รองลงมาในระดับปานกลาง
ร้อยละ 28.10

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหา
อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 38.60 และมีความต้องการ
ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 47.40 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.10

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านบุคลากรให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 49.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 36.80 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด
ร้อยละ 47.40 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.10

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านต้องการบุคลากรมีความสุภาพเรียบร้อย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 45.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 21.10 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด
ร้อยละ 50.90 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 24.60

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านมีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
47.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 24.60 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 49.10
รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 24.60

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
35.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 33.30 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 49.10
รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 26.30

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านมีบุคลากรนำออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 47.40
รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 26.30 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 47.40
รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 28.10

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านมีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.90
รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 26.30 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 50.90
รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 26.30

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านบุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและจริงจัง มีปัญหา
อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 49.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 29.80 และมีความต้องการ
ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 57.90 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 22.80

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมสามัญศึกษา ด้านมีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้บริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 47.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 36.80 และมีความต้องการในระดับ
มากที่สุด ร้อยละ 54.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 24.60

ตาราง 17 ความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ

ข้อที่	ความต้องการด้านเวลา ของการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	วันธรรมดา 05.00 – 07.00 น.	30	59	45	15	13	31	34	46	23	28
		18.50	36.40	27.80	9.30	8.00	19.10	21.00	28.40	14.20	17.30
2.	วันธรรมดา 07.00 – 08.00 น.	48	60	40	9	5	5	23	30	55	49
		29.60	37.00	24.70	5.60	3.10	3.10	14.20	18.50	34.00	30.20
3.	วันธรรมดา 12.00 – 13.00 น.	56	64	32	4	6	4	5	27	36	90
		34.60	39.50	19.80	2.50	3.70	2.50	3.10	16.70	22.20	55.60
4.	วันธรรมดา 16.00 – 18.00 น.	15	35	69	28	15	19	32	59	39	13
		9.30	21.60	42.60	17.30	9.30	11.70	19.80	36.40	24.10	8.00
5.	วันธรรมดา 18.00 – 20.00 น.	12	18	55	50	27	41	49	51	10	11
		7.40	11.10	34.00	30.90	16.70	25.30	30.20	31.50	6.20	6.80
6.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 05.00 – 07.00 น.	10	22	65	36	29	39	40	47	22	14
		6.20	13.60	40.10	22.20	17.90	24.10	24.70	29.00	13.60	8.60
7.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 07.00 – 09.00 น.	13	51	55	35	8	8	21	47	67	19
		8.00	31.50	34.00	21.60	4.90	4.90	13.00	29.00	41.40	4.70
8.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 12.00 – 13.00 น.	42	53	44	15	8	3	9	29	38	83
		25.90	32.70	27.30	9.30	4.90	1.90	5.60	17.90	23.50	51.20
9.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 16.00 – 18.00 น.	7	14	76	44	21	19	44	61	25	13
		4.30	8.60	46.90	27.20	13.00	11.70	27.20	37.70	15.40	8.00
10.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 18.00 – 20.00 น.	9	13	40	59	41	51	41	41	15	14
		5.60	8.00	24.70	36.40	25.30	31.50	25.30	25.30	9.30	8.60

จากตาราง 17 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในวันธรรมดา 05.00 – 07.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 36.40 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 27.40 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 21.00

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในวันธรรมดา 07.00 –
08.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 37.00 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 29.60
และมีความต้องการในระดับน้อย ร้อยละ 34.00 รองลงมาในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 30.20

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในวันธรรมดา 12.00 –
13.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 39.50 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 34.60
และมีความต้องการในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 55.60 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 22.20

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในวันธรรมดา 16.00 –
18.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 21.60
และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.40 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 24.10

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในวันธรรมดา 18.00 –
20.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.00 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 30.90
และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 30.20 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.50

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และ
วันหยุด 05.00 – 07.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.10 รองลงมาระดับน้อย
ร้อยละ 22.20 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 29.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ
24.70

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และ
วันหยุด 07.00 – 09.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.00 รองลงมาระดับมาก
ร้อยละ 31.50 และมีความต้องการในระดับน้อย ร้อยละ 41.40 รองลงมาระดับปานกลาง
ร้อยละ 29.00

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และ
วันหยุด 12.00 – 13.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 32.70 รองลงมาระดับปานกลาง
ร้อยละ 27.20 และมีความต้องการในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 51.20 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ
23.50

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และ
วันหยุด 16.00 – 18.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 46.90 รองลงมาระดับน้อย
ร้อยละ 27.20 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.70 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ
27.20

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และ
วันหยุด 18.00 – 20.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 36.40 รองลงมาระดับน้อยที่สุด
ร้อยละ 25.30 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 31.50 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ
25.30

ตาราง 18 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครู
ในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ

ข้อที่	ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	ปัญหา					ความต้องการ				
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	สถานที่ออกกำลังกายอย่าง เพียงพอ	6	40	71	26	19	56	50	46	7	3
		3.70	24.70	43.80	16.00	11.70	34.60	30.40	28.40	4.30	1.90
2.	อุปกรณ์การออกกำลังกาย	19	42	61	26	14	54	45	42	17	4
		11.70	25.90	37.70	16.00	8.60	33.30	27.80	25.90	10.50	2.50
3.	สถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม	7	37	75	13	12	57	46	48	6	5
		4.30	22.80	46.30	19.10	7.40	35.20	28.40	29.60	3.70	3.10
4.	สถานที่ประกอบกิจกรรม การออกกำลังกายเป็นสัดส่วน	7	46	75	23	11	60	43	52	6	1
		4.30	28.40	46.30	14.20	6.80	37.00	26.50	32.10	3.70	0.60
5.	สถานที่มีความปลอดภัยสูง	9	30	79	30	14	70	48	35	5	4
		5.60	18.50	48.80	18.50	8.60	43.20	24.60	21.60	3.10	2.50
6.	ห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว	10	36	71	28	17	40	44	50	18	10
		6.20	22.20	43.80	17.30	10.50	24.70	27.20	30.90	11.10	6.20
7.	ห้องพยาบาล	8	23	93	25	13	36	51	50	18	7
		4.90	14.20	57.40	15.40	8.00	22.20	31.50	30.90	11.10	4.30
8.	ตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาด และ เพียงพอ	14	51	68	18	11	60	57	34	6	5
		8.60	31.50	42.00	11.10	6.80	37.00	35.20	21.00	3.70	3.10
9.	ห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ	18	44	71	20	9	57	52	38	10	5
		11.10	27.20	43.80	12.30	5.60	35.20	32.10	23.50	6.20	3.10
10.	ระบบแสงสว่าง	11	27	88	24	12	50	53	47	8	4
		6.80	16.70	54.30	14.80	7.40	30.90	32.70	29.00	4.90	2.50

จากตาราง 18 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และ
สิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษา
แห่งชาติ ด้านสถานที่ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 43.80
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 24.70 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 34.60
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 30.90

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านอุปกรณ์
การออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.70 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ
25.90 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.30 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 27.80

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านสถานที่
ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 46.30 รองลงมาระดับมาก
ร้อยละ 22.80 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.20 รองลงมาระดับปานกลาง
ร้อยละ 29.60

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านสถานที่
ประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสัดส่วน มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 46.30
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 28.40 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 37.00
รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านสถานที่
มีความปลอดภัยสูง มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.80 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ
18.50 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 43.20 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 29.60

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านห้องสำหรับเปลี่ยน
เครื่องแต่งตัว มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 43.80 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 22.20
และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.90 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 27.20

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านห้องพยาบาล
มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 57.40 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 15.40 และมีความ
ต้องการในระดับมาก ร้อยละ 31.50 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 30.90

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านตู้น้ำดื่ม น้ำเย็น
สะอาด และเพียงพอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ
31.50 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 37.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 35.20

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 43.80 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 27.20 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.20 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านระบบแสงสว่าง มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 54.30 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 16.70 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 32.70 รองลงมาระดับมากที่สุด ร้อยละ 30.90

ตาราง 19 ความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครู
ในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ

ข้อที่	ความต้องการด้านประเภทของ กิจกรรมการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	กายบริหาร	5	6	64	69	18	35	65	51	8	3
		3.10	3.70	39.50	42.60	11.10	21.60	40.10	31.50	4.90	1.90
2.	กิจกรรมเข้าจังหวะ	6	8	61	66	21	40	59	53	7	3
		3.70	4.90	37.70	20.70	13.00	24.70	36.40	37.70	4.30	1.90
3.	ลีลาศ	5	24	69	52	12	26	51	56	18	11
		3.10	14.80	42.60	32.10	7.40	16.00	31.50	34.60	11.10	6.80
4.	เปตอง	12	27	80	31	12	11	32	66	33	20
		7.40	16.70	49.40	19.10	7.40	6.80	19.80	40.70	20.40	12.30
5.	เทเบิลเทนนิส	16	41	79	16	10	9	16	60	39	38
		9.90	25.30	48.80	9.90	6.20	5.60	9.90	37.00	24.10	23.50
6.	เทนนิส	24	44	69	16	9	11	27	55	34	35
		14.80	27.20	42.90	9.90	5.60	6.80	16.70	34.00	21.00	21.60
7.	บาสเกตบอล	19	41	65	32	5	11	31	56	33	31
		11.70	25.30	40.10	19.80	3.10	6.80	19.10	34.60	20.40	19.10
8.	วอลเลย์บอล	16	49	66	25	6	8	22	60	32	40
		4.90	30.20	40.70	15.40	3.70	4.90	13.60	37.00	19.80	24.70
9.	เซปักตะกร้อ	23	43	64	24	8	8	17	45	37	55
		14.20	26.50	39.50	17.80	4.90	4.90	10.50	27.80	22.80	34.00
10.	ว่ายน้ำ	31	42	70	13	6	26	37	51	27	21
		19.10	25.90	43.20	8.00	3.70	16.00	22.80	31.50	13.70	13.00
11.	ฟุตบอล	24	51	56	17	14	15	16	41	34	56
		14.80	31.50	34.60	10.50	8.60	9.30	9.90	25.30	21.00	34.60
12.	แชร์บอล	27	39	65	23	12	6	12	50	41	53
		14.20	24.10	40.10	14.20	7.40	3.70	7.40	30.90	25.30	32.70
13.	กรีฑา	9	18	70	46	19	21	24	69	30	18
		5.60	11.10	43.20	28.40	11.70	13.00	14.80	42.60	18.50	11.10

ตาราง 19 (ต่อ)

ข้อที่	ความต้องการด้านประเภทของ กิจกรรมการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
14.	แอโรบิก	7	8	51	40	56	83	34	33	4	4
		4.30	4.90	31.50	24.70	34.60	53.70	21.00	20.40	2.50	2.50
15	เดิน – วิ่ง เพื่อสุขภาพ	3	4	45	46	64	74	35	46	4	3
		1.90	2.50	27.80	28.40	39.50	45.70	21.60	28.40	2.50	1.90

จากตาราง 19 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านกายบริหาร มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 42.00 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.50 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 40.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.50

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านกิจกรรมเข้าจังหวะ มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 40.70 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.70 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 36.40 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.70

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ชนิดกีฬาสืลลาค มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.60 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 32.10 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 31.50

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ชนิดกีฬาเปตอง มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 49.40 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 19.10 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.70 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 20.40

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ชนิดกีฬาเทเบิลเทนนิส มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.80 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 25.30 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.00 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 24.10

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านแอโรบิก มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 34.60 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 31.50 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 53.70 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 21.00

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านเดิน – วิ่ง เพื่อสุขภาพ มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 39.50 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 28.40 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 45.70 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.40

ตาราง 20 ความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ

ข้อที่	ความต้องการด้านบริการ และวิชาการ	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	มีหนังสือตำราหรือคู่มือ การออกกำลังกาย	12	27	73	44	6	22	48	74	15	3
		7.4	16.7	45.10	27.20	3.70	13.60	29.60	45.70	9.30	1.90
2.	การคำแนะนำการออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง	14	36	81	25	6	41	75	39	5	2
		8.60	22.20	50.00	15.40	3.70	25.30	46.30	24.10	3.10	1.20
3.	ให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทาง แนะนำวิธีการออกกำลังกาย	19	45	77	16	5	50	71	39	2	-
		11.70	27.80	47.50	9.90	3.10	30.90	43.80	24.10	1.20	-
4.	ให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้ หรือคำแนะนำ	16	51	76	14	5	41	78	37	4	2
		9.90	31.50	46.90	8.60	3.10	25.30	48.10	22.80	2.50	1.20
5.	มีการเผยแพร่การออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง	13	36	86	23	4	27	73	53	9	-
		8.00	22.20	53.10	14.20	2.50	16.70	45.10	32.70	5.60	-
6.	มีการทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย	17	28	91	21	5	29	53	70	6	4
		10.50	17.30	56.20	13.00	3.10	32.70	43.20	3.70	2.50	2.50
7.	มีหน่วยงานประชาสัมพันธ์ เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	12	21	96	23	10	22	59	68	9	4
		7.40	13.00	59.30	14.20	6.20	13.60	36.40	42.00	5.60	2.50
8.	มีการให้ความรู้การปฐมพยาบาล เบื้องต้น	11	22	93	26	10	23	64	66	7	2
		6.80	13.60	57.40	16.00	6.20	14.20	39.50	40.70	4.30	1.20
9.	มีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้ อุปกรณ์ออกกำลังกายอย่าง ถูกวิธี	16	40	85	13	8	38	76	41	6	1
		9.90	24.70	52.50	8.00	4.90	23.50	46.90	25.30	3.70	0.60
10.	มีแผนกซ่อมบำรุงสนามและ อุปกรณ์การออกกำลังกาย	23	41	78	14	6	42	68	43	5	4
		14.20	25.30	48.10	8.60	3.70	25.90	47.00	26.50	3.10	2.50

จากตาราง 20 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการ
ของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้าน
มีหนังสือตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.10
รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 27.20 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.70
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 29.60

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านการคำแนะนำการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.00 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 22.20 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 46.30 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 25.30

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทางแนะนำวิธีการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 47.50 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 27.80 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 43.80 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 30.90

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้หรือคำแนะนำ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 46.90 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 31.50 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 48.10 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 25.30

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านมีการเผยแพร่การออกกำลังกายที่ถูกวิธี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 53.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 22.20 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 45.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.70

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านมีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 56.20 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 17.30 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 43.20 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 32.70

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านมีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 59.30 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 14.20 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.00 รองลงมาในระดับมาก 36.40

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านมีการให้ความรู้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 57.40 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 16.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.70 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 39.50

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ออกกำลังกายอย่างถูกวิธี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 52.50 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 24.70 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 46.90 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 25.30

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านมีแผนกซ่อมบำรุงสนามและอุปกรณ์การออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 48.10 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 25.30 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 42.00 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 26.50

ตาราง 21 ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ

ข้อที่	ความต้องการด้านบุคลากร ผู้ให้บริการ	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	ให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย	20	45	72	16	9	76	53	29	2	2
		12.30	27.80	44.40	9.90	5.60	46.90	32.70	17.90	1.20	1.20
2.	ให้มีบุคลากรที่มีความรู้ด้านการกีฬา	20	50	69	16	7	71	57	30	1	3
		12.30	30.90	42.60	9.90	4.30	43.80	35.20	18.50	0.60	1.90
3.	บุคลากรให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ	12	53	70	19	8	66	55	38	3	-
		7.40	32.70	43.20	11.70	4.90	40.70	34.00	23.50	1.90	-
4.	ต้องการบุคลากรที่มีความสุภาพเรียบร้อย	10	20	91	28	13	67	57	35	1	2
		6.20	12.30	56.20	17.30	8.00	41.40	35.20	21.60	0.60	1.20
5.	มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	10	22	88	33	9	68	59	32	2	-
		6.20	13.60	54.30	20.40	5.60	42.00	36.40	19.80	1.90	-
6.	มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย	16	22	96	20	8	68	54	33	5	2
		9.90	13.60	59.30	12.30	4.90	42.00	33.30	20.40	3.10	1.20
7.	มีบุคลากรนำการออกกำลังกาย	11	28	94	19	10	68	61	29	1	3
		6.80	17.30	58.10	11.70	6.20	42.00	37.70	17.90	0.60	1.90
8.	มีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี	10	23	91	27	11	65	58	36	2	1
		6.20	14.20	56.20	16.70	6.80	40.10	35.80	22.20	1.20	0.60
9.	บุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและจริงจัง	24	40	71	21	6	78	54	27	2	1
		14.80	24.70	43.80	13.00	3.70	48.10	33.30	18.70	1.20	0.60
10.	มีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้การบริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย	22	42	73	16	9	57	51	31	2	3
		13.60	25.90	45.10	9.90	5.60	46.30	31.50	19.10	1.20	1.90

จากตาราง 21 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 44.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 27.80 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 46.90 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 32.70

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านให้มีบุคลากรที่มีความรู้ด้านการกีฬา มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.60 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 30.90 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 43.80 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 35.20

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านบุคลากรให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 43.20 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 32.70 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 40.70 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 34.00

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านต้องการบุคลากรมีความสุภาพเรียบร้อย
มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 56.20 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 17.30 และมีความ
ต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 41.40 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 35.20

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านมีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 54.20 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 20.40 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 42.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 36.40

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 59.30 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 13.60 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 42.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 33.30

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านมีบุคลากรนำออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 58.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 17.30 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 42.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 37.70

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านมีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 56.20 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 16.70 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 40.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 35.80

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านบุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักกร อย่างถูกต้องและจริงจัง มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 43.80 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 24.70 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 48.10 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 33.30

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านมีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้บริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.10 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 25.90 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.20 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 31.50

ตาราง 22 ความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา

ข้อที่	ความต้องการด้านเวลา ของการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	วันธรรมดา 05.00 – 07.00 น.	-	17	1	6	6	6	4	3	17	-
		-	56.70	3.30	20.00	20.00	20.00	13.30	10.00	56.70	-
2.	วันธรรมดา 07.00 – 08.00 น.	17	1	6	5	1	5	3	5	17	-
		56.70	3.30	20.00	16.70	3.30	16.70	10.00	16.70	56.70	-
3.	วันธรรมดา 12.00 – 13.00 น.	-	10	11	8	1	5	5	20	-	-
		-	33.30	36.70	26.70	3.30	16.70	16.70	66.70	-	-
4.	วันธรรมดา 16.00 – 18.00 น.	-	18	8	3	1	4	2	4	3	17
		-	60.00	26.70	10.00	3.30	13.30	6.70	13.30	10.00	56.70
5.	วันธรรมดา 18.00 – 20.00 น.	-	-	2	24	4	5	4	2	1	18
		-	-	6.70	80.00	13.30	16.70	13.30	6.70	3.30	60.00
6.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 05.00 – 07.00 น.	-	-	2	15	13	5	20	4	1	-
		-	-	6.70	50.00	43.30	16.70	66.70	13.30	3.30	-
7.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 07.00 – 09.00 น.	-	1	7	21	1	5	20	3	2	-
		-	3.30	23.30	70.00	3.30	16.70	66.70	10.00	6.70	-
8.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 12.00 – 13.00 น.	-	-	11	12	7	1	5	5	19	-
		-	-	36.70	40.00	23.30	3.30	16.70	16.70	63.30	-
9.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 16.00 – 18.00 น.	-	-	1	8	21	4	3	5	1	17
		-	-	3.30	26.70	70.00	13.30	10.00	16.70	3.30	56.70
10.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 18.00 – 20.00 น.	-	2	6	6	16	5	3	4	1	17
		-	6.70	20.00	20.00	53.30	16.70	10.00	13.30	3.30	5.67

จากตาราง 22 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ในวันธรรมดา 05.00 – 07.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 56.70 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 20.00 และมีความต้องการในระดับน้อย ร้อยละ 56.70 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 20.00

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด 18.00 – 20.00 น.
มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 53.30 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 20.00 และมี
ความต้องการในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 56.70 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 16.70

ตาราง 23 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครู
ในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา

ข้อที่	ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	สถานที่ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ	6	2	15	7	-	2	14	6	8	-
		20.00	6.70	50.00	23.30	-	6.70	46.70	20.00	26.70	-
2.	อุปกรณ์การออกกำลังกาย	6	2	16	6	-	2	4	17	7	-
		20.00	6.70	53.30	20.00	-	6.70	13.30	56.70	23.30	-
3.	สถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม	-	8	17	5	-	2	4	17	1	6
		-	26.70	56.70	16.70	-	6.70	13.30	56.70	3.30	20.00
4.	สถานที่ประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสัดส่วน	-	9	16	4	1	3	4	17	6	-
		-	30.00	53.30	13.30	3.30	10.00	13.30	56.70	20.00	-
5.	สถานที่มีความปลอดภัยสูง	-	3	24	3	-	4	4	9	7	6
		-	10.00	80.00	10.00	-	13.30	13.30	30.00	23.30	20.00
6.	ห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว	-	5	21	4	-	2	12	11	5	-
		-	16.70	70.00	13.30	-	6.70	40.00	36.70	16.70	-
7.	ห้องพยาบาล	-	4	17	9	-	5	9	13	3	-
		-	13.30	56.70	30.00	-	16.70	30.00	43.30	10.00	-
8.	ตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาด และเพียงพอ	6	3	17	4	-	3	4	14	9	-
		20.00	10.00	56.70	13.30	-	10.00	13.30	46.70	30.00	-
9.	ห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ	1	3	6	13	7	3	4	13	4	6
		3.30	10.00	20.00	43.30	23.30	10.00	13.30	43.30	13.30	20.00
10.	ระบบแสงสว่าง	1	3	5	13	8	5	4	12	3	6
		3.30	10.00	16.70	43.30	26.70	16.70	13.30	40.00	10.00	20.00

จากตาราง 23 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ด้านสถานที่ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.00 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 23.30 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 46.70 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 26.70

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ด้านสถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม มีปัญหา
อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 56.70 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 26.70 และมีความต้องการ
ในระดับปานกลาง ร้อยละ 56.70 รองลงมาระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 20.00

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ด้านสถานที่ประกอบกิจกรรมการออกกำลังกาย
เป็นสัดส่วน มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 53.30 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 30.00
และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 56.70 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 20.00

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ด้านสถานที่มีความปลอดภัยสูง มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 80.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 10.00 และมีความต้องการในระดับ
ปานกลาง ร้อยละ 30.00 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 23.30

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ด้านห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 70.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 16.70 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 40.00 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 36.70

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ด้านโรงพยาบาล มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
56.70 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 30.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 43.30
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 30.00

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ด้านตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาด และเพียงพอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 56.70 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 20.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 46.70 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 30.00

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ด้านห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 43.30 รองลงมาในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 23.30 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 43.30 รองลงมาในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 20.00

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ด้านระบบแสงสว่าง มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 43.30
รองลงมาระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 26.70 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 40.00
รองลงมาระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 20.00

ตาราง 24 ความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครู
ในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา

ข้อที่	ความต้องการด้านประเภทของ กิจกรรมการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	กายบริหาร	-	1	4	24	1	4	20	3	3	-
		-	3.30	13.30	80.00	3.30	13.30	66.70	10.00	10.00	-
2.	กิจกรรมเข้าจังหวะ	-	1	5	24	-	3	1	22	4	-
		-	3.30	16.70	80.00	-	10.00	3.30	73.30	13.30	-
3.	ลีลาศ	-	1	13	16	-	4	2	22	2	-
		-	3.30	23.30	53.30	-	13.30	6.70	73.30	6.70	-
4.	เปตอง	-	1	22	6	1	4	4	4	6	16
		-	3.30	73.30	20.00	3.30	13.30	13.30	13.30	20.00	53.30
5.	เทเบิลเทนนิส	-	2	22	6	-	4	2	20	4	-
		-	6.70	73.30	20.00	-	13.30	6.70	66.70	13.30	-
6.	เทนนิส	-	9	20	1	-	4	2	21	3	-
		-	30.00	66.70	3.30	-	13.30	6.70	70.00	10.00	-
7.	บาสเกตบอล	-	3	26	1	-	11	2	21	3	-
		-	10.00	86.70	3.30	-	13.30	6.70	70.00	10.00	-
8.	วอลเลย์บอล	-	6	24	-	-	3	2	21	4	-
		-	20.00	80.00	-	-	10.00	6.70	70.00	13.30	-
9.	เซปักตะกร้อ	-	5	22	3	-	4	1	20	4	1
		-	16.70	73.30	10.00	-	13.30	3.30	66.70	13.30	3.30
10.	ว่ายน้ำ	-	8	21	1	-	5	2	21	2	-
		-	26.70	70.00	3.30	-	16.70	6.70	70.00	6.70	-
11.	ฟุตบอล	-	5	23	1	1	4	2	20	4	-
		-	16.70	76.70	3.30	3.30	13.30	6.70	66.70	13.30	-
12.	แฮนด์บอล	-	6	22	1	1	3	1	20	5	1
		-	20.00	73.30	3.30	3.30	10.00	3.30	66.70	16.70	3.30
13.	กรีฑา	-	3	22	5	-	3	4	22	1	-
		-	10.00	73.30	16.70	-	10.00	13.30	73.30	3.30	-

ตาราง 24 (ต่อ)

ข้อที่	ความต้องการด้านประเภทของ กิจกรรมการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
14.	แอโรบิก	-	1	20	5	4	6	12	10	2	-
		-	3.30	66.70	16.70	13.30	20.00	40.00	33.30	6.70	-
15	เดิน – วิ่ง เพื่อสุขภาพ	-	-	5	21	4	15	13	2	-	-
		-	-	16.70	70.00	13.30	50.00	43.30	6.70	-	-

จากตาราง 24 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ด้านกายบริหาร มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 80.00 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 13.30 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 66.70 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 13.30

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ด้านกิจกรรมเข้าจังหวะ มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 80.00 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 16.70 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 73.30 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 13.30

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ชนิดกีฬาลีดาส มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 53.30 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 43.30 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 73.30 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 13.30

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ชนิดกีฬาเปตอง มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 73.30 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 20.00 และมีความต้องการในระดับน้อย ร้อยละ 53.30 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 20.00

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ชนิดกีฬาเทเบิลเทนนิส มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 73.30 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 20.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 66.70 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 13.30

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ด้านแอโรบิก มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 66.70 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 16.70 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 40.00 รองลงมา ระดับปานกลาง ร้อยละ 33.30

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ด้านเดิน – วิ่ง เพื่อสุขภาพ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 70.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 16.70 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 50.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 43.30

ตาราง 25 ความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา

ข้อที่	ความต้องการด้านบริการ และวิชาการ	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	มีหนังสือตำราหรือคู่มือ การออกกำลังกาย	-	2	10	18	-	1	25	4	-	-
		-	6.70	33.30	60.00	-	3.30	83.30	13.30	-	-
2.	การคำแนะนำการออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง	-	2	12	15	1	1	2	21	6	-
		-	6.70	40.00	50.00	3.30	3.30	6.70	70.00	20.00	-
3.	ให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทาง แนะนำวิธีการออกกำลังกาย	-	2	16	12	-	2	1	22	5	-
		-	6.70	53.30	40.00	-	6.70	3.30	73.30	16.70	-
4.	ให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้ หรือคำแนะนำ	-	4	18	8	-	1	2	21	6	-
		-	13.30	60.00	26.70	-	3.30	6.70	70.00	20.00	-
5.	มีการเผยแพร่การออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง	-	10	16	4	-	1	1	21	7	-
		-	33.30	53.30	13.30	-	3.30	3.30	70.00	23.30	-
6.	มีการทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย	-	16	12	2	-	2	16	7	5	-
		-	53.30	40.00	6.70	-	6.70	53.30	23.30	16.7	-
7.	มีหน่วยงานประชาสัมพันธ์ เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	-	14	13	3	-	1	14	8	7	-
		-	46.7	43.30	10.00	-	3.30	46.70	26.70	23.30	-
8.	มีการให้ความรู้การปฐมพยาบาล เบื้องต้น	-	19	8	3	-	1	20	4	5	-
		-	63.30	26.70	10.00	-	3.30	66.70	13.30	16.70	-
9.	มีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้ อุปกรณ์ออกกำลังกายอย่าง ถูกต้อง	-	19	8	3	-	2	18	6	4	-
		-	63.30	26.70	10.00	-	6.70	60.00	70.00	13.30	-
10.	มีแผนกซ่อมบำรุงสนามและ อุปกรณ์การออกกำลังกาย	-	20	6	4	-	3	18	5	4	-
		-	66.70	20.00	13.30	-	10.00	60.00	16.70	13.30	-

จากตาราง 25 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการ
ของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ด้านมีหนังสือตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย
มีปัญหายอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 60.00 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 33.30 และมีความ
ต้องการในระดับมาก ร้อยละ 83.30 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 13.30

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านการคำแนะนำการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ร้อยละ 50.00
รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 40.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 70.00
รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 20.00

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทางแนะนำวิธีการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 53.30 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 40.00 และมีความต้องการ
ในระดับปานกลาง ร้อยละ 73.30 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 16.70

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้หรือคำแนะนำ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 60.00 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 26.70 และมีความต้องการในระดับปานกลาง
ร้อยละ 70.00 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 20.00

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านมีการเผยแพร่การออกกำลังกายที่ถูกต้องวิธี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 53.30 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 33.30 และมีความต้องการในระดับปานกลาง
ร้อยละ 70.00 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 23.30

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านมีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ
53.30 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 40.00 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ
53.30 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 23.30

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านมีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับ
มาก ร้อยละ 46.70 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 43.30 และมีความต้องการในระดับมาก
ร้อยละ 46.70 รองลงมาระดับปานกลาง 26.70

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านมีการให้ความรู้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ
63.30 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 26.70 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 66.70
รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 16.70

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ออกกำลังกายอย่างถูกต้องวิธี มีปัญหา
อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 63.30 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 26.70 และมีความต้องการ
ในระดับมาก ร้อยละ 60.00 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 20.00

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านมีแผนกซ่อมบำรุงสนามและอุปกรณ์การออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ใน
ระดับมาก ร้อยละ 66.70 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 20.00 และมีความต้องการใน
ระดับมาก ร้อยละ 60.00 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 16.70

ตาราง 26 ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา

ข้อที่	ความต้องการด้านบุคลากร ผู้ให้บริการ	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	ให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย	-	3	24	3	-	2	5	22	1	-
		-	10.00	80.00	10.00	-	6.70	16.70	73.30	3.30	-
2.	ให้มีบุคลากรที่มีความรู้ด้านการกีฬา	-	3	25	2	-	2	5	22	1	-
		-	10.00	83.30	6.70	-	6.70	16.70	73.30	3.30	-
3.	บุคลากรให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ	-	3	25	2	-	3	4	21	2	-
		-	10.00	83.30	6.70	-	10.00	13.30	70.00	6.70	-
4.	ต้องการบุคลากรที่มีความสุภาพเรียบร้อย	-	4	24	2	-	2	4	22	2	-
		-	13.30	80.00	6.70	-	6.70	13.30	73.30	6.70	-
5.	มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	-	20	7	3	-	2	6	20	2	-
		-	66.70	23.30	10.00	-	6.70	20.00	66.70	6.70	-
6.	มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย	-	20	9	1	-	3	7	19	1	-
		-	66.70	30.00	3.30	-	10.00	23.30	63.30	3.30	-
7.	มีบุคลากรนำการออกกำลังกาย	-	20	8	2	-	2	9	17	2	-
		-	66.70	26.70	6.70	-	6.70	30.00	56.70	6.70	-
8.	มีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี	-	20	7	3	-	2	22	5	1	-
		-	66.70	23.30	10.00	-	6.70	73.30	16.70	3.30	-
9.	บุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและจริงจัง	-	19	11	-	-	3	23	3	1	-
		-	63.30	36.70	-	-	10.00	76.70	10.00	3.30	-
10.	มีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้บริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย	-	10	18	2	-	5	15	9	1	-
		-	33.30	60.00	6.70	-	16.70	50.00	30.00	3.30	-

จากตาราง 26 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี กรมอาชีวศึกษา ด้านให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 80.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 10.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 73.30 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 16.70

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านให้มีบุคลากรที่มีความรู้ด้านการกีฬา มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ
83.30 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 10.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 73.30
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 16.70

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านบุคลากรให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 83.30 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 10.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง
ร้อยละ 70.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 13.30

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านต้องการบุคลากรมีความสุภาพเรียบร้อย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง
ร้อยละ 80.00 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 13.30 และมีความต้องการในระดับปานกลาง
ร้อยละ 73.30 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 13.30

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านมีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 66.70
รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 23.30 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 66.70
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 20.00

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 66.70
รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 30.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 63.30
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 23.30

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านมีบุคลากรนำออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 66.70
รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 26.70 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 56.70
รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 30.00

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านมีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 66.70
รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 23.30 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 73.30
รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 16.70

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านบุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและจริงจัง มีปัญหา
อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 63.30 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 36.70 และมีความต้องการ
ในระดับมาก ร้อยละ 76.70 รองลงมาระดับมากที่สุด ร้อยละ 10.00

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
กรมอาชีวศึกษา ด้านมีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้บริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง ร้อยละ 60.00 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 33.30 และมีความต้องการในระดับ
มาก ร้อยละ 50.00 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.30

ตาราง 27 ความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน

ข้อที่	ความต้องการด้านวันเวลา ของการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	วันธรรมดา 05.00 – 07.00 น.	8	7	5	5	3	4	4	7	4	9
		28.60	25.00	17.90	17.90	10.70	14.30	14.30	25.00	14.30	32.10
2.	วันธรรมดา 07.00 – 08.00 น.	6	9	6	4	3	3	5	6	7	7
		21.40	32.10	21.40	14.30	10.70	10.70	17.90	21.40	25.00	25.00
3.	วันธรรมดา 12.00 – 13.00 น.	9	8	7	1	3	1	1	7	5	14
		32.10	28.60	25.00	3.60	10.70	3.60	3.60	25.00	17.90	50.00
4.	วันธรรมดา 16.00 – 18.00 น.	1	11	6	4	6	6	5	8	5	4
		3.60	39.30	21.40	14.30	21.40	21.40	17.90	28.60	17.90	14.30
5.	วันธรรมดา 18.00 – 20.00 น.	1	8	7	3	9	5	2	9	7	5
		3.60	28.60	25.00	10.70	32.10	17.90	7.10	32.10	25.00	17.90
6.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 05.00 – 07.00 น.	3	9	6	2	8	5	5	9	5	4
		10.70	32.10	21.40	7.10	28.60	17.90	17.90	32.10	17.90	14.30
7.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 07.00 – 09.00 น.	2	12	5	6	3	1	4	14	3	6
		7.10	48.90	17.90	21.40	10.70	3.60	14.30	50.00	10.70	21.40
8.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 12.00 – 13.00 น.	5	10	7	3	3	1	2	9	4	12
		17.90	35.70	25.00	10.70	10.70	3.60	7.10	32.10	14.30	42.90
9.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 16.00 – 18.00 น.	-	11	8	3	6	6	2	11	3	6
		-	39.30	28.60	10.70	21.40	21.40	7.10	39.30	10.70	21.40
10.	วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 18.00 – 20.00 น.	2	10	5	6	5	6	5	9	3	5
		7.10	35.70	17.90	21.40	17.90	21.40	17.90	32.10	10.70	17.90

จากตาราง 27 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ในวันธรรมดา 05.00 – 07.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 28.60 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 25.00 และมีความต้องการ ในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 25.00

ปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน
จังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด
18.00 – 20.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 21.40
และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 21.40

ตาราง 28 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครู
ในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน

ข้อที่	ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	สถานที่ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ	4	9	8	4	3	7	5	12	2	2
		14.30	32.10	28.60	14.30	10.70	25.00	17.90	42.90	7.10	7.10
2.	อุปกรณ์การออกกำลังกาย	8	7	6	5	2	10	5	10	1	2
		28.60	25.00	21.40	17.90	7.10	35.70	17.90	35.70	3.60	7.10
3.	สถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม	4	7	9	5	3	6	7	11	2	2
		14.30	25.00	32.10	17.90	10.70	21.40	25.00	39.30	7.10	7.10
4.	สถานที่ประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสัดส่วน	4	10	7	6	1	6	9	10	3	-
		14.30	35.70	25.00	21.40	3.60	21.40	32.10	35.70	10.70	-
5.	สถานที่มีความปลอดภัยสูง	5	8	7	3	5	11	8	6	1	2
		17.90	28.60	25.00	10.70	17.90	39.30	28.60	21.40	3.60	7.10
6.	ห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว	4	8	12	1	3	9	6	11	1	1
		14.30	28.60	42.90	3.60	10.70	32.10	21.40	39.30	3.60	3.60
7.	ห้องพยาบาล	5	10	8	2	3	7	9	7	4	1
		17.90	35.70	28.60	7.10	10.70	25.00	32.10	25.00	14.30	3.60
8.	ตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาด และเพียงพอ	6	10	7	3	2	11	4	9	3	1
		21.40	35.70	25.00	10.70	7.10	39.30	14.30	32.10	10.70	3.60
9.	ห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ	5	9	11	1	2	10	5	11	2	-
		17.90	32.10	39.30	3.60	7.10	35.70	17.90	39.30	7.10	-
10.	ระบบแสงสว่าง	3	10	10	3	2	9	7	12	-	-
		10.70	35.70	35.70	10.70	7.10	32.10	25.00	42.90	-	-

จากตาราง 28 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านสถานที่ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 32.10 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 28.60 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.90 รองลงมาระดับมากที่สุด ร้อยละ 25.00

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านอุปกรณ์การออก
กำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 28.60 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 25.00 และ
มีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 17.90

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านสถานที่ตั้งอยู่ใน
ทำเลที่เหมาะสม มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ
25.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.30 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 25.00

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านสถานที่ประกอบ
กิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสัดส่วน มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับ
ปานกลาง ร้อยละ 25.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับ
มาก ร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านสถานที่ที่มีความ
ปลอดภัยสูง มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 28.60 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 25.00
และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 39.30 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 28.60

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่อง
แต่งตัว มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.90 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 28.60 และ
มีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.30 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านห้องพยาบาล มีปัญหาอยู่ใน
ระดับมาก ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.60 และมีความต้องการในระดับ
มาก ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 25.00

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาด และ
เพียงพอ มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 25.00 และ
มีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 39.30 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ
มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.30 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 32.10 และมีความ
ต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.30 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.70

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านระบบแสงสว่าง มีปัญหา
อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.70 รองลงมาระดับน้อย ร้อยละ 10.70 และมีความต้องการในระดับ
ปานกลาง ร้อยละ 42.90 รองลงมาระดับมากที่สุด ร้อยละ 32.10

ตาราง 29 ความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครู
ในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน

ข้อที่	ความต้องการด้านประเภทของ กิจกรรมการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	N	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	กายบริหาร	2	9	7	6	4	6	8	10	3	1
		7.10	32.00	25.00	21.40	14.30	21.00	28.60	35.70	10.70	3.60
2.	กิจกรรมเข้าจังหวะ	1	10	6	7	4	7	7	10	3	1
		3.60	35.70	21.40	25.00	14.30	25.00	25.00	35.70	10.70	3.60
3.	ลีลาศ	3	10	9	3	3	5	4	10	4	5
		10.70	35.70	32.10	10.70	10.70	17.90	14.30	35.70	14.30	17.90
4.	เปตอง	3	9	10	3	3	5	5	10	2	6
		10.70	32.10	35.70	10.70	10.70	17.90	17.90	35.70	7.10	21.40
5.	เทเบิลเทนนิส	1	10	10	3	4	6	1	7	9	5
		3.60	35.70	35.70	10.70	14.30	21.40	3.60	25.00	32.10	17.90
6.	เทนนิส	3	10	11	3	1	4	3	9	7	5
		10.70	35.70	39.30	10.70	3.60	14.30	10.70	32.10	25.00	17.90
7.	บาสเกตบอล	1	10	13	1	3	3	5	10	5	5
		3.60	35.70	46.40	3.60	10.70	10.70	17.90	35.70	17.90	17.90
8.	วอลเลย์บอล	1	10	11	1	5	7	3	8	4	6
		3.60	35.70	39.30	3.60	17.90	25.00	10.70	28.60	14.30	21.40
9.	เซปักตะกร้อ	2	11	8	3	4	7	5	7	4	5
		7.10	39.30	28.60	10.70	14.30	25.00	17.90	25.00	14.30	17.90
10.	วูตวู้	6	11	7	1	3	5	4	10	4	5
		21.40	39.30	25.00	3.60	10.70	17.90	14.30	35.70	14.30	17.90
11.	ฟุตบอล	1	10	9	2	6	7	4	7	4	6
		3.60	35.70	32.10	7.10	21.40	25.00	14.30	25.00	14.30	21.40
12.	แฮนด์บอล	1	12	9	2	4	2	6	9	4	7
		3.60	42.90	32.10	7.10	14.30	7.10	21.70	32.10	14.30	25.00
13.	กรีฑา	1	9	9	4	5	4	6	7	6	5
		3.60	32.10	32.10	14.30	17.90	14.30	21.40	25.00	21.40	17.90

ตาราง 29 (ต่อ)

ข้อที่	ความต้องการด้านประเภทของ กิจกรรมการออกกำลังกาย	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
14.	แอโรบิก	2	9	9	4	4	9	6	8	2	3
		7.10	32.10	32.10	14.30	14.30	32.10	21.40	28.60	7.10	10.70
15	เดิน – วิ่ง เพื่อสุขภาพ	-	9	9	4	6	8	2	12	1	3
		-	32.10	14.30	14.30	21.40	28.60	7.10	42.90	3.60	10.70

จากตาราง 29 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านกายบริหาร มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 32.00 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 25.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 28.60

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านกิจกรรมเข้าจังหวะ มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 25.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 25.00

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ชนิดกีฬาเสื้ลาค มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 17.90

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ชนิดกีฬาเปตอง มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 32.10 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 21.40

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ชนิดกีฬาเทเบิลเทนนิส มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 14.30 และมีความต้องการในระดับน้อย ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 25.00

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านแอโรบิก มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 14.30 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 32.10 รองลงมา ระดับปานกลาง ร้อยละ 28.60

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านเดิน – วิ่ง เพื่อสุขภาพ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 21.40 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.90 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 28.60

ตาราง 30 ความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน

ข้อที่	ความต้องการด้านบริการ และวิชาการ	ปัญหา					ความต้องการ				
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	มีหนังสือตำราหรือคู่มือ การออกกำลังกาย	2	12	7	5	2	4	6	14	2	2
		7.10	42.90	25.00	17.90	7.10	14.30	21.40	50.00	7.10	7.10
2.	การคำแนะนำการออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง	3	9	6	6	4	6	4	13	3	1
		10.70	32.10	21.40	21.40	14.30	21.40	14.30	46.40	10.70	7.10
3.	ให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทาง แนะนำวิธีการออกกำลังกาย	3	8	8	4	5	6	5	11	4	2
		10.70	28.60	28.60	14.30	17.90	21.40	17.90	39.30	14.30	7.10
4.	ให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้ หรือคำแนะนำ	3	9	9	4	3	4	6	13	4	1
		10.70	32.10	32.10	14.30	10.70	14.30	21.40	46.40	14.30	3.60
5.	มีการเผยแพร่การออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง	4	9	8	5	2	6	3	16	2	1
		14.30	32.10	28.60	17.90	7.10	21.40	10.70	57.10	7.10	3.60
6.	มีการทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย	4	9	8	4	3	4	6	13	2	3
		14.30	32.10	28.60	14.30	10.70	14.30	21.40	46.40	7.10	10.70
7.	มีหน่วยงานประชาสัมพันธ์ เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	4	9	7	4	4	5	5	12	4	2
		14.30	32.10	25.00	14.30	14.30	17.90	17.90	42.90	14.30	7.10
8.	มีการให้ความรู้การปฐมพยาบาล เบื้องต้น	3	8	9	3	5	5	6	13	2	2
		10.70	28.60	32.10	10.70	17.90	17.90	21.40	46.40	7.10	7.10
9.	มีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้ อุปกรณ์ออกกำลังกายอย่าง ถูกวิธี	3	8	9	2	6	6	6	11	3	2
		10.70	28.60	32.10	7.10	21.40	21.40	21.40	39.30	10.70	7.10
10.	มีแผนกซ่อมบำรุงสนามและ อุปกรณ์การออกกำลังกาย	4	10	7	5	2	5	7	11	3	2
		14.30	35.70	25.00	17.90	7.10	17.90	25.00	39.30	10.70	7.10

จากตาราง 30 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการ
ของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านมีหนังสือตำรา
หรือคู่มือการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 42.90 รองลงมาในระดับปานกลาง
ร้อยละ 25.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 50.00 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ
21.40

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านการคำแนะนำการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 21.40 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 46.40 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 21.40

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทางแนะนำวิธีการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 28.60 รองลงมาในระดับน้อยที่สุด ร้อยละ 17.90 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.30 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 21.40

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้หรือคำแนะนำ มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับน้อย ร้อยละ 14.30 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 46.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 21.40

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านมีการเผยแพร่การออกกำลังกายที่ถูกต้องวิธี มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.60 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 57.10 รองลงมาในระดับมากที่สุด ร้อยละ 21.40

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านมีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.60 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 46.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 21.40

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านมีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 25.00 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.90 รองลงมาในระดับมาก 17.90

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านมีการให้ความรู้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 28.60 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 46.40 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 21.40

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ออกกำลังกายอย่างถูกต้องวิธี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 28.60 และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.30 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 21.40

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านมีแผนกซ่อมบำรุงสนามและอุปกรณ์การออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 25.00
และมีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.30 รองลงมาในระดับมาก ร้อยละ 25.00

ตาราง 31 ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน

ข้อที่	ความต้องการด้านบุคลากร ผู้ให้บริการ	ปัญหา					ความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
		ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
1.	ให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย	2	10	7	6	3	9	6	8	4	1
		7.10	35.70	25.00	21.40	10.70	32.10	21.40	28.60	14.30	3.60
2.	ให้มีบุคลากรที่มีความรู้ด้านการกีฬา	2	10	9	4	3	10	3	10	4	1
		7.10	35.70	32.10	14.30	10.70	35.70	10.70	35.70	14.30	3.60
3.	บุคลากรให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ	2	8	9	7	2	7	6	10	4	1
		7.10	28.60	32.10	25.00	7.10	25.00	21.40	35.70	14.30	3.60
4.	ต้องการบุคลากรที่มีความสุภาพเรียบร้อย	2	10	9	5	2	10	5	9	3	1
		7.10	35.70	32.10	17.90	7.10	35.70	17.90	32.10	10.70	3.60
5.	มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	2	10	9	5	2	9	7	8	3	1
		7.10	35.70	32.10	17.90	7.10	32.10	25.00	28.60	10.70	3.60
6.	มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย	1	9	11	5	2	6	9	9	3	1
		3.60	32.10	39.30	17.90	7.10	21.40	32.10	32.10	10.70	3.60
7.	มีบุคลากรนำการออกกำลังกาย	2	10	11	3	2	8	8	10	1	1
		7.10	35.70	39.30	10.70	7.10	28.60	28.60	35.70	3.60	3.60
8.	มีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี	3	8	9	6	2	8	4	12	3	1
		10.70	28.60	32.10	21.40	7.10	28.60	14.30	42.90	10.70	3.60
9.	บุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและจริงจัง	3	9	8	4	4	8	8	10	1	1
		10.70	32.10	28.60	14.30	14.30	28.60	28.60	35.70	3.60	3.60
10.	มีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้การบริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย	3	9	12	2	2	8	7	11	2	-
		10.70	32.10	42.90	7.10	7.10	28.60	25.00	39.30	7.10	-

จากตาราง 31 แสดงให้เห็นว่าปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.70 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 25.00 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 32.10 รองลงมาในระดับปานกลาง ร้อยละ 28.60

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านต้องการบุคลากรมีความสุภาพเรียบร้อย มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 35.70 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10 และมีความต้องการในระดับมากที่สุด ร้อยละ 35.70 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.30 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 32.10 และมีความต้องการในระดับมาก ร้อยละ 32.10 รองลงมาระดับมากที่สุด ร้อยละ 21.40

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านมีบุคลากรนำออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับ ปานกลาง ร้อยละ 39.30 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 35.70 และมีความต้องการในระดับ ปานกลาง ร้อยละ 35.70 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 28.60

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านมีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี มีปัญหาอยู่ในระดับ ปานกลาง ร้อยละ 32.10 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 28.60 และมีความต้องการในระดับ ปานกลาง ร้อยละ 42.90 รองลงมาระดับมากที่สุด ร้อยละ 28.60

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านบุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและรู้จริง มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 32.10 รองลงมาระดับปานกลาง ร้อยละ 28.60 และมีความต้องการ ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.70 รองลงมาระดับมากที่สุด ร้อยละ 28.60

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ด้านมีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้บริการตรวจเช็คสภาพ
ร่างกาย มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 42.90 รองลงมาระดับมาก ร้อยละ 32.10 และ
มีความต้องการในระดับปานกลาง ร้อยละ 39.30 รองลงมาระดับมากที่สุด ร้อยละ 28.60

ตอนที่ 2 วิเคราะห์ข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามตอนที่ 2 โดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แบ่งตามเพศ และสังกัด ในด้านวันเวลาในการออกกำลังกาย สถานที่วัสดุอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกประเภทกิจกรรมการออกกำลังกาย ด้านบริการและวิชาการ และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

2.1 แสดงปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี ในด้านเพศ

ตาราง 32 แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามเพศ ในด้านความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกาย

ข้อความ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ
	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
1. วันธรรมดา 05.00 – 07.00 น.	34	32	52	38
	31.20	29.40	31.00	22.60
	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	น้อยที่สุด
2. วันธรรมดา 07.00 – 08.00 น.	41	47	60	49
	37.60	43.10	35.70	29.20
	มาก	น้อย	มากที่สุด	น้อยที่สุด
3. วันธรรมดา 12.00 – 13.00 น.	46	62	65	97
	42.20	56.90	38.70	57.70
	มาก	น้อยที่สุด	มากที่สุด	น้อยที่สุด
4. วันธรรมดา 16.00 – 18.00 น.	43	44	60	45
	39.40	40.40	35.70	26.80
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก
5. วันธรรมดา 18.00 – 20.00 น.	40	33	66	46
	36.70	30.30	39.30	27.40
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง

ตาราง 32 (ต่อ)

ข้อความ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ
	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
6. วันเสาร์ อาทิตย์ และ วันหยุดเวลา 05.00 – 07.00 น.	54	38	56	45
	49.50	34.90	33.30	26.80
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง
7. วันเสาร์ อาทิตย์ และ วันหยุดเวลา 07.00 – 09.00 น.	35	36	57	45
	32.10	33.00	33.90	26.80
	ปานกลาง	น้อย	ปานกลาง	ปานกลาง
8. วันเสาร์ อาทิตย์ และ วันหยุดเวลา 12.00 – 13.00 น.	39	58	54	91
	35.80	53.20	32.10	54.20
	มาก	น้อยที่สุด	มาก	น้อยที่สุด
9. วันเสาร์ อาทิตย์ และ วันหยุดเวลา 16.00 – 18.00 น.	53	46	64	48
	48.60	42.20	38.10	28.60
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
10. วันเสาร์ อาทิตย์ และ วันหยุดเวลา 18.00 – 20.00 น.	39	37	51	44
	35.80	33.90	30.40	26.20
	น้อย	มากที่สุด	น้อย	มากที่สุด

จากตาราง 32 แสดงให้เห็นว่า ปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชายในวันธรรมดาเวลา 05.00 – 07.00 น. มีปัญหามาน้อยร้อยละ 31.00 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 29.40 เพศหญิงมีปัญหา มากร้อยละ 31.00 มีความต้องการน้อยที่สุดร้อยละ 22.60

ปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี เพศชายในวันธรรมดาเวลา 07.00 – 08.00 น. มีปัญหามากร้อยละ 37.60 มีความต้องการน้อยร้อยละ 43.10 เพศหญิงมีปัญหามากที่สุดร้อยละ 35.70 มีความต้องการ น้อยที่สุดร้อยละ 29.20

ปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี เพศชายในวันธรรมดาเวลา 12.00 – 13.00 น. มีปัญหามากร้อยละ 42.20 มีความต้องการน้อยที่สุดร้อยละ 56.90 เพศหญิงมีปัญหามากที่สุดร้อยละ 38.70 มีความ ต้องการน้อยที่สุดร้อยละ 57.70

ปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี เพศชายในวันธรรมดาเวลา 16.00 – 18.00 น. มีปัญหาปานกลางร้อยละ 39.40 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 40.40 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 35.70 มีความต้องการมากร้อยละ 26.80

ปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี เพศชายในวันธรรมดาเวลา 18.00 – 20.00 น. มีปัญหาปานกลางร้อยละ 36.70 มีความต้องการมากร้อยละ 30.30 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 39.30 มีความ ต้องการปานกลางร้อยละ 27.40

ปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี เพศชายในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดเวลา 05.00 – 07.00 น. มีปัญหา ปานกลางร้อยละ 49.50 มีความต้องการมากร้อยละ 34.90 เพศหญิงมีปัญหาปานกลาง ร้อยละ 33.30 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 26.80

ปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี เพศชายในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดเวลา 05.00 – 09.00 น. มีปัญหา ปานกลางร้อยละ 32.10 มีความต้องการน้อยร้อยละ 33.00 เพศหญิงมีปัญหาปานกลาง ร้อยละ 33.90 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 26.80

ปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี เพศชายในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดเวลา 12.00 – 13.00 น. มีปัญหา มากร้อยละ 35.80 มีความต้องการน้อยที่สุดร้อยละ 53.20 เพศหญิงมีปัญหามากที่สุด ร้อยละ 32.10 มีความต้องการน้อยที่สุดร้อยละ 54.20

ปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี เพศชายในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดเวลา 16.00 – 18.00 น. มีปัญหา ปานกลางร้อยละ 48.60 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 42.20 เพศหญิงมีปัญหาปานกลาง ร้อยละ 38.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 28.60

ปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี เพศชายในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดเวลา 18.00 – 20.00 น. มีปัญหา น้อยร้อยละ 35.80 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 33.90 เพศหญิงมีปัญหาเล็กน้อย ร้อยละ 30.40 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 26.20

ตาราง 33 แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามเพศ ในด้านความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และ สิ่งอำนวยความสะดวก

ข้อความ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ
	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
1. สถานที่ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ	49	37	63	55
	45.00	33.90	37.50	32.70
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มาก
2. อุปกรณ์การออกกำลังกาย	46	35	55	51
	42.20	32.10	32.70	30.40
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด
3. สถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม	50	36	70	56
	45.90	33.00	41.70	33.30
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
4. สถานที่ประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสัดส่วน	46	39	69	58
	42.20	35.80	41.10	34.50
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	มากที่สุด
5. สถานที่มีความปลอดภัยสูง	52	42	80	69
	47.70	38.50	47.60	41.10
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด
6. ห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว	49	36	68	49
	45.00	33.00	40.50	29.20
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
7. ห้องพยาบาล	61	37	83	53
	56.00	33.90	49.40	31.50
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด

ตาราง 33 (ต่อ)

ข้อความ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ
	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
8. ตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาด และ เพียงพอ	51	39	63	58
	46.80	35.80	37.50	34.50
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด
9. ห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ	48	35	63	56
	44.00	32.10	37.50	33.30
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด
10. ระบบแสงสว่าง	52	43	73	54
	47.70	39.40	43.50	32.10
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง

จากตาราง 33 แสดงให้เห็นว่า ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านสถานที่ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 45.00 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 33.90 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 37.50 มีความต้องการมากร้อยละ 32.70

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านอุปกรณ์การออกกำลังกาย มีปัญหาปานกลางร้อยละ 42.20 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 32.10 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 32.70 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 30.40

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านสถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม มีปัญหาปานกลางร้อยละ 45.90 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 33.00 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 41.70 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 33.30

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านสถานที่ประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสัดส่วน มีปัญหาปานกลางร้อยละ 42.20 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 35.80 เพศหญิง มีปัญหาปานกลางร้อยละ 41.10 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 34.50

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านสถานที่ที่มีความปลอดภัยสูง มีปัญหาปานกลางร้อยละ 47.70 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 38.50 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 47.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 41.10

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว มีปัญหาปานกลางร้อยละ 45.00 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 33.00 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 40.50 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 29.20

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านห้องพยาบาล มีปัญหาปานกลางร้อยละ 56.00 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 33.90 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 49.40 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 31.50

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาด และเพียงพอ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 46.80 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 35.80 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 37.50 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 34.50

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 44.00 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 32.10 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 37.50 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 33.30

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านระบบแสงสว่าง มีปัญหาปานกลางร้อยละ 47.70 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 39.40 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 43.50 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 32.10

ตาราง 34 แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามเพศ ในด้านความต้องการด้านประเภทของกิจกรรม
การออกกำลังกาย

ข้อความ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ
	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
1. กายบริหาร	59	48	67	64
	54.10	44.00	39.90	38.10
	น้อย	มาก	ปานกลาง	มาก
2. กิจกรรมเข้าจังหวะ	55	43	64	62
	50.50	39.40	38.10	36.90
	น้อย	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
3. ลีลาศ	49	37	79	71
	45.00	33.90	47.00	42.30
	น้อย	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
4. เปตอง	53	38	88	65
	48.60	34.90	52.40	38.70
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
5. เทเบิลเทนนิส	56	46	76	62
	51.40	42.20	45.20	36.90
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
6. เทนนิส แต่งตัว	45	35	75	67
	41.30	32.10	44.60	39.90
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
7. บาสเกตบอล	51	36	77	71
	46.80	33.00	45.80	42.30
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง

ตาราง 34 (ต่อ)

ข้อความ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ
	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
8. วอลเลย์บอล	47	44	75	69
	43.10	40.40	44.60	41.10
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
9. เซปักตะกร้อ	40	36	70	57
	36.70	33.00	41.70	33.90
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
10. วាយน้ำ	45	36	69	61
	41.30	33.00	41.10	36.30
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
11. ฟุตบอล	43	39	65	49
	39.40	35.80	38.70	29.20
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	น้อยที่สุด
12. แฮนด์บอล	44	37	69	59
	40.40	33.90	41.10	35.10
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
13. กรีฑา	50	55	74	63
	45.90	50.50	44.00	37.50
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
14. แอโรบิก	40	39	58	85
	36.70	35.80	34.50	50.60
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด
15. เดิน – วิ่งเพื่อสุขภาพ	44	53	59	72
	40.40	48.60	35.10	42.90
	น้อยที่สุด	มากที่สุด	น้อยที่สุด	มากที่สุด

จากตาราง 34 แสดงให้เห็นว่า ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านกายบริหาร มีปัญหาน้อยร้อยละ 54.10 มีความต้องการมาร้อยละ 44.00 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 39.90 มีความต้องการมาร้อยละ 38.10

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านกิจกรรมเข้าจังหวะ มีปัญหาน้อยร้อยละ 50.50 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 39.40 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 38.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 36.90

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ชนิดกีฬาอีสปอร์ต มีปัญหาน้อยร้อยละ 45.00 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 33.90 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 47.00 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 42.30

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ชนิดกีฬาเปตอง มีปัญหาปานกลางร้อยละ 48.60 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 34.90 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 52.40 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 38.70

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ชนิดกีฬาเทเบิลเทนนิส มีปัญหาปานกลางร้อยละ 51.40 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 42.20 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 45.20 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 36.90

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ชนิดกีฬาเทนนิส มีปัญหาปานกลางร้อยละ 41.30 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 32.10 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 44.60 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 39.90

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ชนิดกีฬาสเกตบอล มีปัญหาปานกลางร้อยละ 46.80 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 33.00 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 45.80 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 42.30

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ชนิดกีฬาวอลเลย์บอล มีปัญหาปานกลางร้อยละ 43.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 40.40 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 44.60 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 41.10

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ชนิดกีฬาเซปักตะกร้อ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 36.70 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 33.00 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 41.70 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 33.90

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ชนิดกีฬาว่ายน้ำ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 41.30 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 33.00 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 41.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 36.30

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ชนิดกีฬาฟุตบอล มีปัญหาปานกลางร้อยละ 39.40 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 35.80 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 38.70 มีความต้องการน้อยที่สุดร้อยละ 29.20

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ชนิดกีฬาแชร์บอล มีปัญหาปานกลางร้อยละ 40.40 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 33.90 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 41.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 35.10

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ประเภทกรีฑา มีปัญหาปานกลางร้อยละ 45.90 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 50.50 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 44.00 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 37.50

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านแอโรบิก มีปัญหาปานกลางร้อยละ 36.70 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 35.80 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 34.50 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 50.60

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านเดิน - วิ่งเพื่อสุขภาพ มีปัญหาน้อยที่สุดร้อยละ 40.40 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 48.60 เพศหญิงมีปัญหาน้อยที่สุดร้อยละ 35.10 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 42.90

ตาราง 35 แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามเพศ ในด้านความต้องการด้านบริการและวิชาการ

ข้อความ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ
	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
1. มีหนังสือตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย	44	59	73	80
	40.40	54.10	43.50	47.60
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
2. คำแนะนำการออกกำลังกายที่ถูกต้อง	52	45	76	54
	47.70	41.30	45.20	32.10
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	มากที่สุด
3. ให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทางแนะนำวิธีการออกกำลังกาย	52	41	74	58
	47.70	37.60	44.00	34.50
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	มากที่สุด
4. ให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้หรือคำแนะนำ	53	40	77	61
	48.60	36.70	45.80	36.30
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	มาก
5. มีการเผยแพร่การออกกำลังกายที่ถูกต้องวิธี	57	47	83	63
	52.30	43.10	49.40	37.50
	น้อย	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
6. มีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	50	43	87	65
	45.90	39.40	51.80	38.70
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
7. มีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	56	45	90	62
	51.40	41.30	53.60	36.90
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	มาก

ตาราง 35 (ต่อ)

ข้อความ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ
	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
8. มีการให้ความรู้ การปฐมพยาบาลเบื้องต้น	55	44	86	67
	50.50	40.40	51.20	39.90
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก
9. มีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้ อุปกรณ์ออกกำลังกายอย่าง ถูกวิธี	60	51	70	66
	55.00	46.80	41.70	39.30
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	มาก
10. มีแผนกซ่อมบำรุงสนามและ อุปกรณ์การออกกำลังกาย	49	48	68	58
	45.00	44.00	40.50	34.50
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	มาก

จากตาราง 35 แสดงให้เห็นว่า ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีหนังสือตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย มีปัญหาปานกลางร้อยละ 40.40 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 54.10 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 43.50 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 47.60

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านคำแนะนำการออกกำลังกายที่ถูกต้อง มีปัญหาปานกลางร้อยละ 47.70 มีความต้องการมากร้อยละ 41.30 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 45.20 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทางแนะนำวิธีการออกกำลังกาย มีปัญหาปานกลางร้อยละ 47.70 มีความต้องการมากร้อยละ 37.60 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 44.00 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 34.50

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศชาย ด้านให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้หรือคำแนะนำ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 48.60
มีความต้องการมาร้อยละ 36.70 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 45.80 มีความต้องการ
มาร้อยละ 36.30

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศชาย ด้านมีการเผยแพร่การออกกำลังกายที่ถูกวิธี มีปัญหาน้อยร้อยละ 52.30 มีความ
ต้องการปานกลางร้อยละ 43.10 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 49.40 มีความต้องการ
ปานกลางร้อยละ 37.50

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศชาย ด้านมีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย มีปัญหาปานกลางร้อยละ 45.90 มีความ
ต้องการปานกลางร้อยละ 39.40 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 51.80 มีความต้องการ
ปานกลางร้อยละ 38.70

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศชาย ด้านมีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาปานกลางร้อยละ
51.40 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 41.30 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 53.60
มีความต้องการปานกลางร้อยละ 36.90

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศชาย ด้านมีการให้ความรู้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น มีปัญหาปานกลางร้อยละ 50.50
มีความต้องการปานกลางร้อยละ 40.40 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 51.20 มีความ
ต้องการมาร้อยละ 39.90

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศชาย ด้านมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ออกกำลังกาย มีปัญหาปานกลางร้อยละ
55.00 มีความต้องการมาร้อยละ 46.80 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 41.70 มีความ
ต้องการมาร้อยละ 39.30

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
เพศชาย ด้านมีแผนกซ่อมบำรุงสนาม และอุปกรณ์การออกกำลังกาย มีปัญหาปานกลางร้อยละ
45.00 มีความต้องการมาร้อยละ 44.00 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 40.50 มีความ
ต้องการมาร้อยละ 34.50

ตาราง 36 แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามเพศ ในด้านความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

ข้อความ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ
	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
1. ให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแล โดยตรงเกี่ยวกับ การออกกำลังกาย	53	42	72	74
	48.60	38.50	42.90	44.00
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด
2. ให้มีบุคลากรที่มีความรู้ด้าน การกีฬา	55	40	71	70
	50.50	36.70	42.30	41.70
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด
3. บุคลากรให้คำแนะนำอย่าง สม่ำเสมอ	56	38	76	65
	51.40	34.90	45.20	38.70
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด
4. ต้องการบุคลากรมีความสุภาพ เรียบร้อย	58	39	92	69
	53.20	35.80	54.80	41.10
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด
5. มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ ที่ดี	52	37	79	71
	47.70	33.90	47.00	42.30
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	มากที่สุด
6. มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย	53	36	83	69
	48.60	33.00	49.40	41.10
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด
7. มีบุคลากรนำการออกกำลังกาย	55	37	85	68
	50.50	33.90	50.60	40.50
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด

ตาราง 36 (ต่อ)

ข้อความ	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ
	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
8. มีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี	56	39	80	68
	51.40	35.80	47.60	40.50
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	มากที่สุด
9. บุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็น ผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและ จริงจัง	50	44	68	81
	45.90	40.40	40.50	48.20
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	มากที่สุด
10. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้การ บริการตรวจเช็คสภาพ ร่างกาย	49	45	81	74
	45.00	41.30	48.20	44.00
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด

จากตาราง 36 แสดงให้เห็นว่า ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหาปานกลางร้อยละ 48.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 38.50 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 42.90 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 44.00

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านให้มีบุคลากรที่มีความรู้ด้านการกีฬา มีปัญหาปานกลางร้อยละ 50.50 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 36.70 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 42.30 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 41.70

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านบุคลากรให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 51.40 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 34.90 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 45.20 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 38.70

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านต้องการบุคลากรมีความสุภาพเรียบร้อย มีปัญหาปานกลางร้อยละ 53.20 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 35.80 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 54.80 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 41.10

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีปัญหาปานกลางร้อยละ 47.70 มีความต้องการมากร้อยละ 33.90 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 47.00 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 42.30

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย มีปัญหาปานกลางร้อยละ 48.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 33.00 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 49.40 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 41.10

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีบุคลากรนำการออกกำลังกาย มีปัญหาปานกลางร้อยละ 50.50 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 33.90 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 50.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 40.50

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี มีปัญหาปานกลางร้อยละ 51.40 มีความต้องการมากร้อยละ 35.80 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 47.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 40.50

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านบุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและจริงจัง มีปัญหาปานกลางร้อยละ 45.90 มีความต้องการมากร้อยละ 40.40 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 40.50 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 48.20

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เพศชาย ด้านมีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้บริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย มีปัญหาปานกลางร้อยละ 45.00 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 41.30 เพศหญิงมีปัญหาปานกลางร้อยละ 48.20 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 44.00

2.2 แสดงปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัด
สิงห์บุรี ในด้านสังกัด

ตาราง 37 แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามสังกัด ในด้านความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกาย

ข้อความ	สังกัด							
	กรมสามัญศึกษา		สำนักงาน คณะกรรมการ การประถมศึกษา แห่งชาติ		กรมอาชีวศึกษา		สำนักงาน คณะกรรมการ การศึกษาเอกชน	
	ปัญหา	ความ ต้องการ	ปัญหา	ความ ต้องการ	ปัญหา	ความ ต้องการ	ปัญหา	ความ ต้องการ
	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
1. วันธรรมดา 05.00 – 07.00 น.	17	17	59	46	17	17	8	9
	29.80	29.80	36.40	28.40	56.70	56.70	28.60	32.10
	มาก	มาก	มาก	ปานกลาง	มาก	น้อย	มากที่สุด	น้อยที่สุด
2. วันธรรมดา 07.00 – 08.00 น.	21	15	60	55	17	17	9	7
	36.80	26.30	37.00	34.00	56.70	56.70	32.10	25.00
	มาก	น้อย	มาก	น้อย	มากที่สุด	น้อย	มาก	น้อย
3. วันธรรมดา 12.00 – 13.00 น.	26	35	64	90	11	20	9	14
	45.60	61.40	39.50	55.60	36.70	66.70	32.10	50.00
	มากที่สุด	น้อยที่สุด	มาก	น้อยที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มากที่สุด	น้อยที่สุด
4. วันธรรมดา 16.00 – 18.00 น.	20	22	69	59	18	17	11	8
	35.10	38.60	42.60	36.40	60.00	56.70	39.30	28.60
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	น้อยที่สุด	มาก	ปานกลาง
5. วันธรรมดา 18.00 – 20.00 น.	20	18	55	51	24	18	9	9
	35.10	31.60	34.00	31.50	80.00	60.00	32.10	32.10
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	น้อยที่สุด	มาก	ปานกลาง
6. วันเสาร์ อาทิตย์ และ วันหยุดเวลา 05.00 – 07.00 น.	24	18	65	47	15	20	9	9
	42.10	31.60	40.10	29.00	50.00	66.70	32.10	32.10
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	น้อย	มาก	มาก	ปานกลาง
7. วันเสาร์ อาทิตย์ และ วันหยุดเวลา 07.00 – 09.00 น.	25	20	55	67	21	20	12	14
	43.90	35.10	34.00	41.40	70.00	66.70	42.90	50.00
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อย	มาก	มาก	ปานกลาง

ตาราง 37 (ต่อ)

ข้อความ	สังกัด							
	กรมสามัญศึกษา		สำนักงาน คณะกรรมการ การประถมศึกษา แห่งชาติ		กรมอาชีวศึกษา		สำนักงาน คณะกรรมการ การศึกษาเอกชน	
	ปัญหา	ความ ต้องการ	ปัญหา	ความ ต้องการ	ปัญหา	ความ ต้องการ	ปัญหา	ความ ต้องการ
	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
8. วันเสาร์ อาทิตย์ และ วันหยุดเวลา 12.00 – 13.00 น.	19	35	53	83	12	19	10	12
	33.30	61.40	32.70	51.20	40.00	63.30	35.70	42.90
	มากที่สุด	น้อยที่สุด	มาก	น้อยที่สุด	น้อย	น้อย	มาก	น้อยที่สุด
9. วันเสาร์ อาทิตย์ และ วันหยุดเวลา 16.00 – 18.00 น.	25	20	76	61	21	17	11	11
	43.90	35.10	46.90	37.70	70.00	56.70	39.30	39.30
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง	น้อยที่สุด	น้อยที่สุด	มาก	ปานกลาง
10. วันเสาร์ อาทิตย์ และ วันหยุดเวลา 18.00 – 20.00 น.	19	19	59	51	16	17	10	9
	33.30	33.30	36.40	31.50	53.30	56.70	35.70	32.10
	น้อย	มากที่สุด	น้อย	มากที่สุด	น้อยที่สุด	น้อยที่สุด	มาก	ปานกลาง

จากตาราง 37 แสดงให้เห็นว่า ปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาในวันธรรมดาเวลา 05.00 – 07.00 น. มีปัญหามากร้อยละ 29.80 มีความต้องการมากร้อยละ 29.80 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีปัญหามากร้อยละ 36.40 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 28.40 สังกัดกรมอาชีวศึกษา มีปัญหามากร้อยละ 56.70 มีความต้องการน้อยร้อยละ 56.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหามากที่สุด ร้อยละ 28.60 มีความต้องการน้อยที่สุดร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาในวันธรรมดาเวลา 07.00 – 08.00 น. มีปัญหามาก ร้อยละ 36.80 มีความต้องการน้อยร้อยละ 26.30 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีปัญหามากร้อยละ 37.00 มีความต้องการน้อยร้อยละ 34.00 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหามากที่สุดร้อยละ 56.70 มีความต้องการน้อยร้อยละ 56.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหามากร้อยละ 32.10 มีความต้องการน้อยร้อยละ 25.00

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาในวันธรรมดาเวลา 12.00 – 13.00 น. มีปัญหามาก ที่สุดร้อยละ 45.60 มีความต้องการน้อยที่สุดร้อยละ 61.40 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ การประถมศึกษาแห่งชาติ มีปัญหามากร้อยละ 39.50 มีความต้องการน้อยที่สุดร้อยละ 55.60 สังกัดกรมอาชีวศึกษา มีปัญหาปานกลางร้อยละ 36.70 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 66.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษานอกเอกชน มีปัญหามากที่สุดร้อยละ 32.10 มีความต้องการน้อยที่สุด ร้อยละ 50.00

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาในวันธรรมดาเวลา 16.00 – 18.00 น. มีปัญหา ปานกลางร้อยละ 35.10 มีความต้องการมากร้อยละ 38.60 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ การประถมศึกษาแห่งชาติ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 42.60 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 36.40 สังกัดกรมอาชีวศึกษา มีปัญหามากร้อยละ 60.00 มีความต้องการน้อยที่สุดร้อยละ 56.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษานอกเอกชน มีปัญหามากร้อยละ 39.30 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 28.60

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาในวันธรรมดาเวลา 18.00 – 20.00 น. มีปัญหา ปานกลางร้อยละ 35.10 มีความต้องการมากร้อยละ 31.60 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ การประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 34.00 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 31.50 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาน้อยร้อยละ 80.00 มีความต้องการน้อยที่สุดร้อยละ 60.00 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษานอกเอกชน มีปัญหาน้อยที่สุดร้อยละ 32.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดเวลา 05.00 – 07.00 น. มีปัญหาปานกลางร้อยละ 42.10 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 31.60 สังกัดสำนักงาน คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 40.10 มีความต้องการ ปานกลางร้อยละ 29.00 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาน้อยร้อยละ 50.00 มีความต้องการ มากร้อยละ 66.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษานอกเอกชนมีปัญหามากร้อยละ 32.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดเวลา 07.00 – 09.00 น. มีปัญหาปานกลางร้อยละ 43.90 มีความต้องการมากร้อยละ 35.10 สังกัดสำนักงาน คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 34.00 มีความต้องการน้อย ร้อยละ 41.40 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาน้อยร้อยละ 70.00 มีความต้องการมากร้อยละ

66.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหามากร้อยละ 42.90 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 50.00

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดเวลา 12.00 – 13.00 น. มีปัญหามากที่สุดร้อยละ 33.30 มีความต้องการน้อยที่สุดร้อยละ 61.40 สังกัดสำนักงาน คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหามากร้อยละ 32.70 มีความต้องการน้อยที่สุด ร้อยละ 51.20 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาน้อยร้อยละ 40.00 มีความต้องการน้อยร้อยละ 63.30 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหามากร้อยละ 35.70 มีความ ต้องการน้อยที่สุดร้อยละ 42.90

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดเวลา 16.00 – 18.00 น. มีปัญหาปานกลางร้อยละ 43.90 มีความต้องการมากร้อยละ 35.10 สังกัดสำนักงาน คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหามากร้อยละ 46.90 มีความต้องการ ปานกลางร้อยละ 37.70 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาน้อยที่สุดร้อยละ 70.00 มีความต้องการ น้อยที่สุดร้อยละ 56.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหามากร้อยละ 39.30 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 39.30

ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกายของข้าราชการครูใน จังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดเวลา 18.00 – 20.00 น. มีปัญหาน้อยร้อยละ 33.30 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 33.30 สังกัดสำนักงาน คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาน้อยร้อยละ 36.40 มีความต้องการมากที่สุด ร้อยละ 31.50 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาน้อยที่สุดร้อยละ 53.30 มีความต้องการน้อยที่สุด ร้อยละ 56.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหามากร้อยละ 35.70 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 32.10

ตาราง 38 แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามสังกัด ในด้านความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และ สิ่งอำนวยความสะดวก

ข้อความ	สังกัด							
	กรมสามัญศึกษา		สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ		กรมอาชีวศึกษา		สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน	
	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ
	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
1. สถานที่ออกกำลังกายเพียงพอ	20	22	71	56	15	14	9	12
	35.10	38.60	43.80	34.60	50.00	46.70	32.10	42.90
	มาก	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มาก	มาก	ปานกลาง
2. อุปกรณ์การออกกำลังกาย	24	22	61	54	16	17	8	10
	42.10	38.60	37.70	33.30	53.30	56.70	28.60	35.70
	มาก	มาก	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มากที่สุด	มากที่สุด
3. สถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม	19	23	75	57	17	17	9	11
	33.30	40.40	46.30	35.20	56.70	56.70	32.10	39.30
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
4. สถานที่ประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสัดส่วน	18	22	75	60	16	17	10	10
	31.60	38.60	46.30	37.00	53.30	56.70	35.70	35.70
	มาก	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง
5. สถานที่มีความปลอดภัยสูง	22	26	79	70	24	9	8	11
	38.60	45.60	48.80	43.20	80.00	30.00	28.60	39.30
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
6. ห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว	24	20	71	50	21	12	12	11
	42.10	35.10	43.80	30.90	70.00	40.00	42.90	39.30
	มาก	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง
7. ห้องพยาบาล	26	19	93	51	17	13	10	9
	45.60	33.30	57.40	31.50	56.70	43.30	35.70	32.10
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	มาก

ตาราง 38 (ต่อ)

ข้อความ	สังกัด							
	กรมสามัญศึกษา		สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ		กรมอาชีวศึกษา		สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน	
	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ
	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
8. ตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาด และ เพียงพอ	22	23	51	60	17	14	10	11
	38.60	40.40	31.50	37.00	56.70	46.70	35.70	39.30
	ปานกลาง	มากที่สุด	มาก	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
9. ห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ	23	21	71	57	13	13	11	11
	40.40	36.80	43.80	35.20	43.30	43.30	39.30	39.30
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด	น้อย	น้อย	ปานกลาง	ปานกลาง
10. ระบบแสงสว่าง	22	19	88	53	13	12	10	12
	38.60	33.30	54.30	32.70	43.30	40.00	35.70	42.90
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มาก	น้อย	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง

จากตาราง 38 แสดงให้เห็นว่า ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และ สิ่งอำนวยความสะดวกของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านสถานที่ออก กำลังกายอย่างเพียงพอ มีปัญหามากร้อยละ 35.10 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 38.60 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 43.80 มีความ ต้องการมากที่สุดร้อยละ 34.60 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 50.00 มีความ ต้องการมากร้อยละ 46.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหามาก ร้อยละ 32.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 42.90

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของ ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านอุปกรณ์การออกกำลังกาย มีปัญหา มากร้อยละ 42.10 มีความต้องการมากร้อยละ 38.60 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ การประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 37.70 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 33.30 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 53.30 มีความต้องการปานกลาง ร้อยละ 56.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหามากที่สุดร้อยละ 28.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 35.70

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านสถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม
มีปัญหาปานกลางร้อยละ 33.30 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 40.40 สังกัดสำนักงาน
คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 46.30 มีความต้องการมาก
ที่สุดร้อยละ 35.20 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 56.70 มีความต้องการ
ปานกลางร้อยละ 56.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาปานกลาง
ร้อยละ 32.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 39.30

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านสถานที่ประกอบกิจกรรมการออก
กำลังกายเป็นสัดส่วน มีปัญหามากร้อยละ 31.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 38.60
สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 46.30
มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 37.00 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 53.30
มีความต้องการปานกลางร้อยละ 56.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน
มีปัญหา มากร้อยละ 35.70 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 35.70

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านสถานที่มีความปลอดภัยสูง มีปัญหา
ปานกลางร้อยละ 38.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 45.60 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ
การประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 48.80 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ
43.20 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 80.00 มีความต้องการปานกลาง
ร้อยละ 30.00 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหา มากร้อยละ 28.60
มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 39.30

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว
มีปัญหา มากร้อยละ 42.10 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 35.10 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ
การประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 43.80 มีความต้องการปานกลาง
ร้อยละ 30.90 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 70.00 มีความต้องการมาก
ร้อยละ 40.00 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาปานกลางร้อยละ
42.90 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 39.30

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของ
ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านห้องพยาบาล มีปัญหาปานกลาง
ร้อยละ 45.60 มีความต้องการมากร้อยละ 33.30 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ
การประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 57.40 มีความต้องการมากร้อยละ 31.50

สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 56.70 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 43.30 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาเล็กน้อยร้อยละ 35.70 มีความต้องการมากร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของ ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาด และเพียงพอ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 38.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 40.40 สังกัดสำนักงาน คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีปัญหาเล็กน้อยร้อยละ 31.50 มีความต้องการมากที่สุด ร้อยละ 37.00 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 56.70 มีความต้องการ ปานกลางร้อยละ 46.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาเล็กน้อย ร้อยละ 35.70 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 39.30

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของ ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 40.40 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 36.80 สังกัดสำนักงาน คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 43.80 มีความต้องการมาก ที่สุดร้อยละ 35.20 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาน้อยร้อยละ 43.30 มีความต้องการน้อย ร้อยละ 43.30 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาปานกลางร้อยละ 39.30 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 39.30

ปัญหาและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของ ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านระบบแสงสว่าง มีปัญหาปานกลาง ร้อยละ 38.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 33.30 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ การประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 54.30 มีความต้องการมากร้อยละ 32.70 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาน้อยร้อยละ 43.30 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 40.00 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหาเล็กน้อยร้อยละ 35.70 มีความ ต้องการปานกลางร้อยละ 42.90

ตาราง 10 (ต่อ)

ข้อความ	สังกัด							
	กรมสามัญศึกษา		สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ		กรมอาชีวศึกษา		สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน	
	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ
	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
9. เซปักตะกร้อ	21	21	64	55	22	20	11	7
	36.80	36.80	39.50	34.00	73.30	66.70	39.30	25.00
	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง	น้อยที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง
10. ว่ายน้ำ	16	15	70	51	21	21	11	10
	28.10	26.30	43.20	31.50	70.00	70.00	39.30	35.70
	มาก	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง
11. ฟุตบอล	20	19	56	56	23	20	10	7
	35.10	33.30	34.60	34.60	76.70	66.70	35.70	25.00
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	น้อยที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
12. แฮนด์บอล	17	18	65	53	22	20	12	9
	29.80	31.60	40.10	32.70	73.30	66.70	42.90	32.10
	ปานกลาง	น้อย	ปานกลาง	น้อยที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง
13. กรีฑา	23	20	70	69	22	22	9	7
	40.40	35.10	43.20	42.60	73.30	73.30	32.10	25.00
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง
14. แอโรบิก	20	22	56	87	20	12	9	9
	35.10	38.60	34.60	53.70	66.70	40.00	32.10	32.10
	น้อยที่สุด	มากที่สุด	น้อยที่สุด	มากที่สุด	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	มากที่สุด
15. เดิน – วิ่งเพื่อสุขภาพ	29	28	64	74	21	15	9	12
	50.90	49.10	39.50	45.70	70.00	50.00	32.10	42.90
	น้อยที่สุด	มากที่สุด	น้อยที่สุด	มากที่สุด	น้อย	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษานิดกีฬาลีลาศ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 36.80 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 35.10 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 42.60 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 34.60 สังกัดกรมอาชีวศึกษา มีปัญหาน้อยร้อยละ 53.30 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 73.30 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหามากร้อยละ 35.70 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 35.70

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาชนิดกีฬาเปตอง มีปัญหาปานกลางร้อยละ 50.90 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 36.80 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 49.40 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 40.70 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 73.30 มีความต้องการน้อยร้อยละ 53.30 และ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาปานกลางร้อยละ 35.70 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 35.70

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาชนิดกีฬาเทเบิลเทนนิส มีปัญหาปานกลางร้อยละ 36.80 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 36.80 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 48.80 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 37.00 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 73.30 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 66.70 และ

สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาผากร้อยละ 35.70 มีความต้องการน้อย ร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการ ครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาชนิดกีฬาเทนนิส มีปัญหาปานกลางร้อยละ 35.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 29.80 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 42.90 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 34.00 สังกัดกรมอาชีวศึกษา มีปัญหาปานกลางร้อยละ 66.70 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 70.00 และสังกัดสำนักงาน คณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาปานกลางร้อยละ 39.30 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการ ครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาชนิดกีฬาบาสเกตบอล มีปัญหาปานกลางร้อยละ 42.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 35.10 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษา แห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 40.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 34.60 สังกัด กรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 86.70 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 70.00 และ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาปานกลางร้อยละ 46.40 มีความ ต้องการปานกลางร้อยละ 35.70

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการ ครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาชนิดกีฬาวอลเลย์บอล มีปัญหาปานกลางร้อยละ 36.80 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 42.10 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษา แห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 40.70 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 37.00 สังกัด กรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 80.00 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 70.00 และ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาปานกลางร้อยละ 39.30 มีความต้องการ ปานกลางร้อยละ 28.60

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการ ครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาชนิดกีฬาเซปักตะกร้อ มีปัญหาผากร้อยละ 36.80 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 36.80 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 39.50 มีความต้องการน้อยที่สุดร้อยละ 34.00 สังกัดกรมอาชีวศึกษา มีปัญหาปานกลางร้อยละ 73.30 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 66.70 และสังกัดสำนักงาน คณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาผากร้อยละ 39.30 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 25.00

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาชนิดกีฬาแชร์บอล มีปัญหาปานกลางร้อยละ 29.80 มีความต้องการน้อยร้อยละ 31.60 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 40.10 มีความต้องการน้อยที่สุดร้อยละ 32.70 สังกัดกรมอาชีวศึกษา มีปัญหาปานกลางร้อยละ 73.30 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 66.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหามากร้อยละ 42.90 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาประเภทกรีฑา มีปัญหาปานกลางร้อยละ 40.40
มีความต้องการปานกลางร้อยละ 35.10 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ
มีปัญหาปานกลางร้อยละ 43.20 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 42.60 สังกัดกรมอาชีวศึกษา
มีปัญหาปานกลางร้อยละ 73.30 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 73.30 และสังกัดสำนักงาน
คณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาผากร้อยละ 32.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ
25.00

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครู
ในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านแอโรบิก มีปัญหาน้อยที่สุดร้อยละ 35.10 มีความ
ต้องการมากที่สุดร้อยละ 38.60 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหา
น้อยที่สุดร้อยละ 34.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 53.70 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหา

ปานกลางร้อยละ 66.70 มีความต้องการมากร้อยละ 40.00 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาปานกลางร้อยละ 32.10 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านประเภทยของกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านเดิน - วิ่งเพื่อสุขภาพ มีปัญหาน้อยที่สุดร้อยละ 50.90 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 49.10 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาน้อยที่สุดร้อยละ 39.50 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 45.70 สังกัดกรมอาชีวศึกษา มีปัญหาน้อยร้อยละ 70.00 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 50.00 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาปานกลางร้อยละ 32.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 42.90

ตาราง 40 แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการ
ครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามสังกัด ในด้านความต้องการด้านบริการและวิชาการ

ข้อความ	สังกัด							
	กรมสามัญศึกษา		สำนักงาน คณะกรรมการ การประถมศึกษา แห่งชาติ		กรมอาชีวศึกษา		สำนักงาน คณะกรรมการ การศึกษาเอกชน	
	ปัญหา	ความ ต้องการ	ปัญหา	ความ ต้องการ	ปัญหา	ความ ต้องการ	ปัญหา	ความ ต้องการ
	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
1. มีหนังสือตำราหรือคู่มือ การออกกำลังกาย	27	26	73	74	18	25	12	14
	47.40	45.60	45.10	45.70	60.00	83.30	42.90	50.00
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	น้อย	มาก	มาก	ปานกลาง
2. คำแนะนำการออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง	29	20	81	75	15	21	9	13
	50.90	35.10	50.00	46.30	50.00	70.00	32.10	46.40
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	มาก	น้อย	มาก	มาก	ปานกลาง
3. ให้มีผู้ที่มีความรู้เฉพาะทาง แนะนำวิธีการออกกำลังกาย	25	16	77	71	16	22	8	11
	43.90	28.10	47.50	43.80	53.30	73.30	28.60	39.30
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง
4. ให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้ หรือคำแนะนำ	27	16	76	78	18	21	9	13
	47.40	28.10	46.90	48.10	60.00	70.00	32.10	46.40
	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง
5. มีการเผยแพร่ การออกกำลังกายที่ถูกต้องวิธี	30	25	86	73	16	21	9	16
	52.60	43.90	53.10	45.10	53.30	70.00	32.10	57.10
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	ปานกลาง
6. มีการทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย	26	21	91	53	16	16	9	12
	45.60	36.80	56.20	43.20	53.30	53.30	32.10	42.90
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มาก	มาก	มาก	มาก	ปานกลาง
7. มีหน่วยงานประชาสัมพันธ์ เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	30	19	96	68	14	14	9	12
	52.60	33.30	59.30	42.00	46.70	46.70	32.10	42.90
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	มาก	มาก	ปานกลาง
8. มีการให้ความรู้ การปฐมพยาบาลเบื้องต้น	31	21	93	66	19	20	9	13
	54.40	36.80	57.40	40.70	63.30	66.70	32.10	46.40
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	มาก	มาก	ปานกลาง

ตาราง 40 (ต่อ)

ข้อความ	สังกัด							
	กรมสามัญศึกษา		สำนักงานคณะกรรมการ การประถมศึกษาแห่งชาติ		กรมอาชีวศึกษา		สำนักงานคณะกรรมการ การศึกษา เอกชน	
	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ
	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
9. มีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้ อุปกรณ์ออกกำลังกายอย่าง ถูกวิธี	30	19	96	68	14	14	9	12
	52.60	33.30	59.30	42.00	46.70	46.70	32.10	42.90
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	มาก	มาก	ปานกลาง
10. มีแผนกซ่อมบำรุงสนามและ อุปกรณ์การออกกำลังกาย	30	19	96	68	14	14	9	12
	52.60	33.30	59.30	42.00	46.70	46.70	32.10	42.90
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	มาก	มาก	ปานกลาง

จากตาราง 40 แสดงให้เห็นว่า ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านมีหนังสือตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย มีปัญหาปานกลางร้อยละ 47.40 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 45.60 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 45.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 45.70 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาน้อยร้อยละ 60.00 มีความต้องการมากร้อยละ 83.30 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหา มาก ร้อยละ 42.90 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 50.00

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านคำแนะนำการออกกำลังกายที่ถูกต้อง มีปัญหาปานกลางร้อยละ 50.90 มีความต้องการมากร้อยละ 35.10 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 50.00 มีความต้องการมากร้อยละ 46.30 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาน้อยร้อยละ 50.00 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 70.00 และ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหา มาก ร้อยละ 32.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 46.40

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านให้ผู้ที่มีความรู้เฉพาะทางแนะนำวิธีการออกกำลังกายมีปัญหา ปานกลางร้อยละ 43.90 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 28.10 สังกัดสำนักงาน

คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 47.50 มีความต้องการมาก ร้อยละ 43.80 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 53.30 มีความต้องการ ปานกลางร้อยละ 73.30 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหา ร้อยละ 28.60 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 39.30

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านให้เชิฐวิทยากรมาให้ความรู้หรือคำแนะนำ มีปัญหาปานกลาง ร้อยละ 47.40 มีความต้องการมากร้อยละ 28.10 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ การประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 46.90 มีความต้องการมากร้อยละ 48.10 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 60.00 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 70.00 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหา ร้อยละ 32.10 มีความ ต้องการปานกลางร้อยละ 46.40

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษา ด้านมีการเผยแพร่การออกกำลังกายที่ถูกรวิธี มีปัญหาปานกลางร้อยละ 52.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 43.90 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ การประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 53.10 มีความต้องการมากร้อยละ 45.10 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 53.30 มีความ ต้องการปานกลางร้อยละ 70.00 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหา ร้อยละ 32.10 มีความ ต้องการปานกลางร้อยละ 57.10

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษา ด้านมีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย มีปัญหาปานกลางร้อยละ 45.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 36.80 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ การประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 56.20 มีความต้องการมากร้อยละ 43.20 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหา ร้อยละ 53.30 มีความต้องการมากร้อยละ 53.30 และ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหา ร้อยละ 32.10 มีความต้องการ ปานกลางร้อยละ 42.90

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษา ด้านมีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหา ปานกลางร้อยละ 52.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 33.30 สังกัดสำนักงาน คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 59.30 มีความต้องการ ปานกลางร้อยละ 42.00 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหา ร้อยละ 46.70 มีความต้องการ มากร้อยละ 46.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหา ร้อยละ 32.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 42.90

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สังกัดกรมสามัญศึกษา ด้านมีการให้ความรู้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น มีปัญหาปานกลางร้อยละ
54.40 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 36.80 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ
การประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 57.40 มีความต้องการปานกลางร้อยละ
40.70 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหามากร้อยละ 63.30 มีความต้องการมากร้อยละ 66.70
และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาปานกลางร้อยละ 32.10 มีความ
ต้องการปานกลางร้อยละ 46.40

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สังกัดกรมสามัญศึกษา ด้านมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ออกกำลังกาย มีปัญหา
ปานกลางร้อยละ 49.10 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 40.40 สังกัดสำนักงาน
คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 52.50 มีความต้องการมาก
ร้อยละ 46.90 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหามากร้อยละ 63.30 มีความต้องการมากร้อยละ
60.00 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหาปานกลางร้อยละ 32.10
มีความต้องการปานกลางร้อยละ 39.30

ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สังกัดกรมสามัญศึกษา ด้านมีแผนกซ่อมบำรุงสนาม และอุปกรณ์การออกกำลังกาย มีปัญหา
ปานกลางร้อยละ 45.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 47.40 สังกัดสำนักงาน
คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 48.10 มีความต้องการมาก
ร้อยละ 42.00 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหามากร้อยละ 66.70 มีความต้องการมากร้อยละ
60.00 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหามากร้อยละ 35.70 มีความ
ต้องการปานกลางร้อยละ 39.30

ตาราง 41 แสดงจำนวนและร้อยละของปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี แยกตามสังกัด ในด้านความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

ข้อความ	สังกัด							
	กรมสามัญศึกษา		สำนักงานคณะกรรมการ การประถมศึกษา แห่งชาติ		กรมอาชีวศึกษา		สำนักงาน คณะกรรมการ การศึกษาเอกชน	
	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ	ปัญหา	ความต้องการ
	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
1. ให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแล โดยตรงเกี่ยวกับการ การออกกำลังกาย	22	29	72	76	24	22	10	9
	38.60	50.90	44.40	46.90	80.00	73.30	35.70	32.10
	มาก	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
2. ให้มีบุคลากรที่มีความรู้ด้าน การกีฬา	23	27	69	71	25	22	10	10
	40.40	47.40	42.60	43.80	83.30	73.30	35.70	35.70
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
3. บุคลากรให้คำแนะนำอย่าง สม่ำเสมอ	28	27	70	66	25	21	9	10
	49.10	47.40	43.20	40.70	83.30	70.00	32.10	35.70
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
4. ต้องการบุคลากรที่มีความสุภาพ เรียบร้อย	26	29	91	67	24	22	10	10
	45.60	50.90	56.20	41.40	80.00	73.30	35.70	35.70
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
5. มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	27	28	88	68	20	20	10	9
	47.40	49.10	54.30	42.00	66.70	66.70	35.70	32.10
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
6. มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย	20	28	96	68	20	19	11	9
	35.10	49.10	59.30	42.00	66.70	63.30	39.30	32.10
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง	มาก
7. มีบุคลากรนำการออกกำลังกาย	27	27	94	68	20	17	11	10
	47.40	47.40	58.00	42.00	66.70	56.70	39.30	35.70
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
8. มีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี	29	29	91	65	20	22	9	12
	50.90	50.90	56.20	40.10	66.70	79.30	32.10	42.90
	ปานกลาง	มากที่สุด	ปานกลาง	มากที่สุด	มาก	มาก	ปานกลาง	ปานกลาง

ตาราง 41 (ต่อ)

ข้อความ	สังกัด							
	กรมสามัญศึกษา		สำนักงาน คณะกรรมการ การประถมศึกษา แห่งชาติ		กรมอาชีวศึกษา		สำนักงาน คณะกรรมการ การศึกษาเอกชน	
	ปัญหา	ความ ต้องการ	ปัญหา	ความ ต้องการ	ปัญหา	ความ ต้องการ	ปัญหา	ความ ต้องการ
	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก	ก
	%	%	%	%	%	%	%	%
	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ	ระดับ
9. บุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็น ผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและ จริงจัง	28 49.10 ปานกลาง	33 57.90 มากที่สุด	71 43.80 ปานกลาง	78 48.10 มากที่สุด	19 63.30 มาก	23 76.70 มาก	9 32.10 มาก	10 35.70 ปานกลาง
10. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้การ บริการตรวจเช็คสภาพ ร่างกาย	27 47.40 ปานกลาง	31 54.40 มากที่สุด	73 45.10 ปานกลาง	57 35.20 มากที่สุด	18 60.00 ปานกลาง	15 50.00 มาก	12 42.90 ปานกลาง	11 39.30 ปานกลาง

จากตาราง 41 แสดงให้เห็นว่า ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษาด้านให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีปัญหามากร้อยละ 38.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 50.90 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 44.40 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 46.90 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 80.00 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 73.30 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหามากร้อยละ 35.70 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 32.10

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษา ด้านให้มีบุคลากรที่มีความรู้ด้านการกีฬา มีปัญหาปานกลางร้อยละ 47.40 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 49.10 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 42.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 43.80 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 83.30 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 73.30 และ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหามากร้อยละ 35.70 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 35.70

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี สังกัดกรมสามัญศึกษา ด้านบุคลากรให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ มีปัญหาปานกลางร้อยละ 49.10 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 47.40 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 43.20 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 40.70 สังกัด

กรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 83.30 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 70.00 และ
สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหาปานกลางร้อยละ 32.10 มีความ
ต้องการปานกลางร้อยละ 35.70

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สังกัดกรมสามัญศึกษา ด้านต้องการบุคลากรมีความสุภาพเรียบร้อย มีปัญหาปานกลางร้อยละ
45.60 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 50.90 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษา
แห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 56.20 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 41.40 สังกัด
กรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 80.00 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 73.30 และ
สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหามากร้อยละ 35.70 มีความต้องการ
มากที่สุดร้อยละ 35.70

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สังกัดกรมสามัญศึกษา ด้านมีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีปัญหาปานกลางร้อยละ 47.40
มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 49.10 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ
มีปัญหาปานกลางร้อยละ 54.30 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 42.00 สังกัดกรมอาชีวศึกษา
มีปัญหา มากร้อยละ 66.70 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 66.70 และสังกัดสำนักงาน
คณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหามากร้อยละ 35.70 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ
32.10

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สังกัดกรมสามัญศึกษา ด้านมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย มีปัญหาปานกลางร้อยละ 35.10
มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 49.10 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ
มีปัญหาปานกลางร้อยละ 59.30 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 42.00 สังกัดกรมอาชีวศึกษา
มีปัญหา มากร้อยละ 66.70 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 63.30 และสังกัดสำนักงาน
คณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหาปานกลางร้อยละ 39.30 มีความต้องการมากร้อยละ
32.10

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สังกัดกรมสามัญศึกษา ด้านมีบุคลากรนำการออกกำลังกาย มีปัญหาปานกลางร้อยละ 47.40
มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 47.40 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ
มีปัญหาปานกลางร้อยละ 58.00 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 42.00 สังกัดกรมอาชีวศึกษา
มีปัญหา มากร้อยละ 66.70 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 56.70 และสังกัดสำนักงาน
คณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหาปานกลางร้อยละ 39.30 มีความต้องการปานกลาง
ร้อยละ 35.70

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สังกัดกรมสามัญศึกษา ด้านมีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี มีปัญหาปานกลางร้อยละ 50.90
มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 50.90 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ
มีปัญหาปานกลางร้อยละ 56.20 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 40.10 สังกัดกรมอาชีวศึกษา
มีปัญหาผักร้อยละ 66.70 มีความต้องการผักร้อยละ 73.30 และสังกัดสำนักงาน
คณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหาปานกลางร้อยละ 32.10 มีความต้องการปานกลาง
ร้อยละ 42.90

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สังกัดกรมสามัญศึกษา ด้านบุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและรู้จริง
มีปัญหาปานกลางร้อยละ 49.10 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 57.90 สังกัดสำนักงาน
คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 43.80 มีความต้องการมาก
ที่สุดร้อยละ 48.10 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาผักร้อยละ 63.30 มีความต้องการมาก
ร้อยละ 76.70 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหาผักร้อยละ
32.10 มีความต้องการปานกลางร้อยละ 35.70

ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
สังกัดกรมสามัญศึกษา ด้านมีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้บริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย มีปัญหา
ปานกลางร้อยละ 47.40 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ 54.40 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ
การประถมศึกษาแห่งชาติมีปัญหาปานกลางร้อยละ 45.10 มีความต้องการมากที่สุดร้อยละ
35.50 สังกัดกรมอาชีวศึกษามีปัญหาปานกลางร้อยละ 60.00 มีความต้องการผักร้อยละ
50.00 และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหาปานกลางร้อยละ 42.90
มีความต้องการปานกลางร้อยละ 39.30

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อทราบปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี

การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. กลุ่มประชากร เป็นข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี ทั้งชาย และ หญิง จำนวน 4 สังกัด รวมทั้งสิ้น 2,734 คน
2. กลุ่มตัวอย่าง ในการศึกษาครั้งนี้ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นประชากร รวมทั้งสิ้น 277 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. แบบสอบถามปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นแบ่งเป็น 3 ตอน โดยการศึกษาจากตำรา งานวิจัย สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ
2. นำมากำหนดเป็นข้อคำถามต่าง ๆ และแบบสอบถามแบบปลายเปิด ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ
 - ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถาม
 - ตอนที่ 2 แบบสอบถามปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี
 - ตอนที่ 3 แบบสอบถามแบบปลายเปิด เพื่อให้เขียนในสิ่งที่ต้องการเสนอแนะ
3. นำข้อมูลที่ได้ไปปรึกษาประธานและกรรมการควบคุมปริญญาโท เพื่อตรวจสอบความถูกต้องเบื้องต้น
4. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยให้ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน (รายละเอียดอยู่ในภาคผนวก ข.) พิจารณา
5. หาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามโดยวิธีของครอนบาค (Cronbach) โดยนำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 277 คน แล้วนำมาวิเคราะห์ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient)
6. จัดพิมพ์แบบสอบถามเป็นฉบับสมบูรณ์เพื่อใช้ในการงานวิจัย

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำแบบสอบถามตอนที่ 1 มาแจกแจงความถี่ของคำตอบแล้วคิดเป็นค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปแบบตาราง และความเรียง
2. นำแบบสอบถามตอนที่ 2 มาแจกแจงความถี่ของคำตอบแล้วคิดเป็นค่าของ ร้อยละและนำเสนอในรูปตาราง และความเรียง
3. นำข้อมูลตอนที่ 3 มาแจกแจงความถี่ และร้อยละ นำมาเสนอในรูปตาราง

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรีเป็นเพศชายร้อยละ 39.40 เพศหญิงร้อยละ 60.60 สังกัดหน่วยงานกรมสามัญศึกษาร้อยละ 20.60 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการ การประถมศึกษาแห่งชาติร้อยละ 58.50 สังกัดกรมอาชีวศึกษาร้อยละ 10.80 และสังกัด สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนร้อยละ 10.10 มีระดับการศึกษาต่ำกว่าอนุปริญญา ร้อยละ 1.10 อนุปริญญาหรือเทียบเท่าร้อยละ 3.60 ปริญญาตรีร้อยละ 91.00 และปริญญา โทร้อยละ 4.30 ซึ่งมีประสบการณ์การทำงานต่ำกว่า 5 ปีร้อยละ 2.80 6 – 10 ปีร้อยละ 8.30 11 – 15 ปีร้อยละ 10.10 16 – 20 ปี และมากกว่า 20 ปีร้อยละ 53.10 ตามลำดับ

2. จำแนกตามเพศ

- 2.1 ด้านวันเวลาของการออกกำลังกาย

ปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครู ในจังหวัด สิงห์บุรี จำแนกตามเพศ ในด้านวันเวลาของการออกกำลังกาย พบว่า

ปัญหาของการออกกำลังกายส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นในเพศ ชายอยู่ในระดับมาก ในด้านวันธรรมดา 07.00 – 08.00 น. และวันธรรมดา 12.00 – 13.00 น. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 18.00 – 20.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ในเพศหญิง อยู่ในระดับมากที่สุด ในวันธรรมดาเวลา 07.00 – 08.00 น. วันธรรมดาเวลา 12.00 – 13.00 น. มีปัญหาอยู่ในระดับมากในวันธรรมดาเวลา 05.00 – 07.00 น. และวันเสาร์ วันอาทิตย์ และ วันหยุด เวลา 12.00 – 13.00 น.

ความต้องการการออกกำลังกายส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางในเพศชายมี ความต้องการระดับมากที่สุดในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 18.00 – 20.00 น. ระดับมากวันธรรมดาเวลา 18.00 – 20.00 น. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดเวลา 05.00 – 07.00 น. ระดับน้อย วันธรรมดาเวลา 07.00 – 08.00 น. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด วันธรรมดาเวลา 07.00 – 09.00 น. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด วันธรรมดาเวลา 07.00 – 09.00 น. ระดับน้อยที่สุด วันธรรมดา 12.00 – 13.00 น. และวันเสาร์ วันอาทิตย์ และ วันหยุดเวลา 12.00 – 13.00 น. ในเพศหญิงมีความต้องการมากที่สุด วันเสาร์ วันอาทิตย์

และวันหยุดเวลา 18.00 – 20.00 น. ความต้องการระดับมากในวันธรรมดาเวลา 16.00 – 18.00 น. ความต้องการน้อยที่สุด ในวันธรรมดาเวลา 07.00 – 08.00 น. และวันธรรมดาเวลา 12.00 – 13.00 น. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดเวลา 12.00 – 13.00 น.

2.2 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

ปัญหาของการออกกำลังกายแบ่งตามเพศส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางทั้งเพศหญิงและเพศชาย

ความต้องการส่วนใหญ่อยู่ในระดับมากที่สุด ยกเว้นเพศชายอยู่ในระดับปานกลาง ด้านสถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม สถานที่ออกกำลังกายเป็นสัดส่วน ห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว ห้องพยาบาล ความต้องการอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ระบบแสงสว่าง ในเพศหญิงความต้องการระดับปานกลาง ได้แก่ สถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม ห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และระบบแสงสว่าง

2.3 ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

ปัญหาของการออกกำลังกายแบ่งตามเพศ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางทั้งเพศหญิงและเพศชาย ยกเว้นเพศชายอยู่ในระดับน้อย ด้านกายบริหาร กิจกรรมเข้าจังหวะ และลีลาศ

ความต้องการส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นเพศชายความต้องการอยู่ในระดับมาก ในด้านกายบริหาร อยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ แอโรบิก และในระดับน้อยที่สุด เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ ในเพศหญิงมีความต้องการมากที่สุดในด้านแอโรบิกและเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ

2.4 ด้านบริการและวิชาการ

ปัญหาของการออกกำลังกายแบ่งตามเพศ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ด้านมีหนังสือตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย มีการเผยแพร่เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ถูกต้อง มีความต้องการตรวจสอบสมรรถภาพทางกาย มีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย และมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้นในเพศหญิง มีความต้องการในด้านหนังสือตำราการออกกำลังกาย มีการเผยแพร่เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ถูกต้อง มีการตรวจสอบสมรรถภาพทางกาย และมีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย

2.5 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

ปัญหาของการออกกำลังกายแบ่งตามเพศ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางทั้งเพศหญิงและเพศชาย

ความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด ยกเว้นเพศชายอยู่ในระดับมาก ด้านมีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ มีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพที่ดี บุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและรู้จริง

3. จำแนกตามสังกัด

3.1 ด้านวันเวลาของการออกกำลังกาย

ปัญหาของการออกกำลังกายแบ่งตามสังกัดส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นกรมสามัญศึกษาอยู่ในระดับมาก วันธรรมดาเวลา 05.00 – 07.00 น. วันธรรมดาเวลา 07.00 – 08.00 น. มากที่สุด วันธรรมดาเวลา 12.00 – 13.00 น. ระดับน้อย วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 18.00 – 20.00 น. สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีปัญหามาก ในวันธรรมดาเวลา 05.00 – 07.00 น. วันธรรมดาเวลา 07.00 – 08.00 น. และวันธรรมดาเวลา 12.00 – 13.00 น. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 12.00 – 13.00 น. มีปัญหาในระดับน้อย วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 18.00 – 20.00 น. กรมอาชีวศึกษามีปัญหาระดับมาก วันธรรมดาเวลา 05.00 – 07.00 น. วันธรรมดาเวลา 16.00 – 18.00 น. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนส่วนใหญ่จะมีปัญหามาก ยกเว้นในวันธรรมดาเวลา 18.00 – 20.00 น.

ความต้องการอยู่ในระดับมาก ยกเว้นกรมสามัญศึกษาระดับน้อยวันธรรมดาเวลา 07.00 – 08.00 น. ระดับน้อยที่สุด วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 16.00 – 18.00 น. สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ อยู่ในระดับปานกลาง วันธรรมดาเวลา 16.00 – 18.00 น. วันธรรมดาเวลา 18.00 – 20.00 น. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดเวลา 05.00 – 07.00 น. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 16.00 – 18.00 น. ระดับน้อย วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 07.00 – 08.00 น. วันธรรมดาเวลา 07.00 – 08.00 น. ระดับน้อยที่สุด วันธรรมดา 12.00 – 13.00 น. และวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดเวลา 12.00 – 13.00 น. กรมอาชีวศึกษา ระดับน้อย วันธรรมดาเวลา 05.00 – 07.00 น. วันธรรมดาเวลา 07.00 – 08.00 น. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดเวลา 12.00 – 13.00 น. น้อยที่สุด วันธรรมดาเวลา 16.00 – 18.00 น. วันธรรมดาเวลา 18.00 – 20.00 น. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 16.00 – 18.00 น. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 18.00 – 20.00 น. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ต้องการน้อยที่สุดวันธรรมดาเวลา 05.00 – 07.00 น. วันธรรมดาเวลา 12.00 – 13.00 น. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 12.00 – 13.00 น.

3.2 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

ปัญหาของการออกกำลังกายแบ่งตามสังกัดส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นกรมสามัญศึกษาอยู่ในระดับมาก ในด้านสถานที่การออกกำลังกายอย่างเพียงพอ อุปกรณ์การออกกำลังกาย สถานที่ประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสัดส่วน ห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีปัญหามากในด้านผู้นำคือ น้ำเย็นสะอาดและเพียงพอ กรมอาชีวศึกษามีปัญหาระดับน้อย ด้านห้องน้ำอ่างล้างหน้า

ล้างมือ ระบบแสงสว่าง สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหามาก ด้านสถานที่การออกกำลังกายอย่างเพียงพอ สถานที่ประกอบกิจกรรมเป็นสัดส่วน สถานที่ที่มีความปลอดภัยสูง ห้องพยาบาล ตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาดและเพียงพอ ระบบแสงสว่าง

ความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด ยกเว้นสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ อยู่ในระดับปานกลาง ด้านห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว กรมอาชีวศึกษา อยู่ในระดับปานกลาง ด้านอุปกรณ์การออกกำลังกาย สถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม สถานที่ประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสัดส่วน สถานที่ที่มีความปลอดภัยสูง ห้องพยาบาล ตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาดและเพียงพอ ระบบแสงสว่าง สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ความต้องการในด้านสถานที่ออกกำลังกายเพียงพอ สถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม สถานที่ประกอบกิจกรรมออกกำลังกายเป็นสัดส่วน ห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว ห้องน้ำอ่างล้างหน้า ล้างมือ ระบบแสงสว่าง

3.3 ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

ปัญหาของการออกกำลังกายแบ่งตามสังกัดส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นกรมสามัญศึกษามีปัญหามากในด้านเซปักตะกร้อ ว่ายน้ำ สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีปัญหาน้อย ด้านกายบริหาร และกิจกรรมเข้าจังหวะ และลีลาศ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนมีปัญหามากด้านกายบริหาร กิจกรรมเข้าจังหวะ ลีลาศ เทเบิลเทนนิส เซปักตะกร้อ ว่ายน้ำ ฟุตบอล แอโรบิก กรีฑา

ความต้องการส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นกรมสามัญศึกษามีความต้องการมากที่สุด ในว่ายน้ำ มีความต้องการน้อยในกิจกรรมแอโรบิก และน้อยที่สุดในด้านแอโรบิก เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมีความต้องการมากด้านกายบริหาร กิจกรรมเข้าจังหวะมากที่สุด แอโรบิก เดินวิ่งเพื่อสุขภาพ กรมอาชีวศึกษามีความต้องการมาก ด้านการบริหาร มีความต้องการน้อย ด้านเปตอง สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีความต้องการมากที่สุดด้านเซปักตะกร้อ ฟุตบอล แอโรบิก มีความต้องการน้อย ดำเทเบิลเทนนิส

3.4 ด้านบริการและวิชาการ

ปัญหาของการออกกำลังกายแบ่งตามสังกัด ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นกรมอาชีวศึกษา มีปัญหาระดับมากในด้านมีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย มีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีการให้ความรู้เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้น มีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกายที่ถูกวิธี มีแผนกซ่อมบำรุงสนามและอุปกรณ์การออกกำลังกาย สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหาระดับมากทุกข้อ แต่มีปัญหาระดับปานกลางในด้านมีการให้ความรู้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น มีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกาย

ความต้องการส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก ยกเว้นกรมสามัญศึกษามีความต้องการระดับปานกลาง ด้านมีหนังสือตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย มีการให้ความรู้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีความต้องการระดับปานกลาง ด้านมีหนังสือตำรา หรือคู่มือการออกกำลังกาย มีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีการให้ความรู้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น กรมอาชีวศึกษามีความต้องการปานกลางด้านคำแนะนำการออกกำลังกายที่ถูกต้อง ให้ผู้ที่มีความรู้เฉพาะทางแนะนำวิธีการออกกำลังกาย เชิญวิทยากรมาให้ความรู้หรือคำแนะนำ มีการเผยแพร่การออกกำลังกายที่ถูกวิธี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีความต้องการระดับปานกลางทุกข้อ

3.5 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

ปัญหาของการออกกำลังกายแบ่งตามสังกัด ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นกรมสามัญศึกษามีปัญหระดับมากในด้านให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย กรมอาชีวศึกษามีปัญหาในระดับมากในด้านมีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย มีบุคลากรนำการออกกำลังกาย มีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี บุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและรู้จริง สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีปัญหามากในด้านให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ให้มีบุคลากรที่มีความรู้ด้านการกีฬา ต้องการบุคลากรที่สุภาพเรียบร้อย มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี บุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและรู้จริง

ความต้องการส่วนใหญ่อยู่ในระดับมากที่สุด ยกเว้นกรมอาชีวศึกษามีความต้องการในระดับปานกลาง ยกเว้นมีความต้องการมากในด้านมีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี บุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและรู้จริง มีเจ้าหน้าที่พยาบาลในการบริหารตรวจเช็คร่างกาย สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีความต้องการในระดับมากที่สุด ยกเว้นระดับปานกลางในด้านบุคลากรให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ มีบุคลากรนำการออกกำลังกาย มีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี บุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและรู้จริง มีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้บริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย

อภิปรายผล

จากการศึกษาปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี ในแต่ละด้าน ผลปรากฏดังนี้

1. จำแนกตามเพศ

1.1 ด้านวันเวลาของการออกกำลังกาย จากการศึกษาพบว่า ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี มีปัญหาเรื่องการออกกำลังกายในช่วงเวลาเช้าและกลางวัน จึงออกกำลังกายในช่วงเวลาเย็นหลังเลิกงาน แสดงว่า ภาระหน้าที่ของข้าราชการครูในช่วงเลิกงานนั้นมีน้อย สามารถที่จะออกกำลังกายได้ และผู้วิจัยมีความเห็นว่าเป็นช่วงที่อากาศไม่ร้อนจัด และเป็น การผ่อนคลายความเครียดหลังจากที่ได้ปฏิบัติหน้าที่ทั้งวัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของปัทมา รอดทั้ง (2540 : บทคัดย่อ) ที่พบว่า ประชาชนส่วนมากออกกำลังกายทั้งในวันธรรมดาและ วันหยุดมากที่สุดในช่วงเวลา 16.00 – 19.00 น.

1.2 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก จากการศึกษาพบว่า ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลางโดยความต้องการ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมากที่สุด ยกเว้นเพศชายในด้านสถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม สถานที่ ออกกำลังกายเป็นสัดส่วน ห้องสำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว ห้องพยาบาลอยู่ในระดับปานกลาง และระบบแสงสว่างอยู่ในระดับมาก ส่วนในเพศหญิงด้านสถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม ห้อง สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และระบบแสงสว่างมีความต้องการอยู่ในระดับปานกลาง แสดงว่า ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี เห็นความสำคัญและความจำเป็นในด้านสถานที่ออกกำลังกาย อย่างเพียงพอ ด้านอุปกรณ์การออกกำลังกาย ด้านสถานที่ที่มีความปลอดภัยสูง ด้านต้นไม้ต้น น้ำเย็นสะอาดและเพียงพอ และด้านห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ ซึ่งผู้วิจัยมีความเห็นว่าเป็น การต้องการความสะดวกและความพร้อมเมื่อทำกิจกรรมการออกกำลังกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ด้านสถานที่และอุปกรณ์การออกกำลังกายในสภาพพื้นที่ของจังหวัดสิงห์บุรีมีน้อย ซึ่งสอดคล้อง กับงานวิจัยของสุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2534 : บทคัดย่อ) พบว่า บุคลากรมหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร มีความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ต้องการสถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ ใกล้ไปมาสะดวก อุปกรณ์พลศึกษาที่เพียงพอ ความสัดส่วนกับจำนวนผู้ใช้บริการ และอุปกรณ์กีฬาที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

1.3 ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย จากการศึกษาพบว่าข้าราชการ ครูในจังหวัดสิงห์บุรี จำแนกตามเพศอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นเพศชายในด้านกายบริหาร กิจกรรมเข้าจังหวะ และลีลาศ มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย และความต้องการอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นเพศชายในด้านกายบริหารมีความต้องการอยู่ในระดับมาก ด้านแอโรบิกมีความต้องการใน ระดับมากที่สุด ส่วนเดิน - วิ่งเพื่อสุขภาพมีความต้องการน้อยที่สุด และในเพศหญิงด้าน แอโรบิกข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี ทั้งเพศหญิงและเพศชายใช้เป็นกิจกรรมการออกกำลังกาย ด้วยขณะที่การออกกำลังกายโดยแอโรบิกมีการประชาสัมพันธ์อย่างทั่วถึง จึงทำให้ทุกห้องที่มี การเดินแอโรบิก ซึ่งสะดวกต่อข้าราชการที่จะเข้าร่วมกิจกรรมทั้งกิจกรรมเดิน - วิ่งเพื่อสุขภาพ

ในเทศหญิง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเยาวณี ผจญ (2534 : 66 – 68) ที่พบว่า ข้าราชการ ที่ความต้องการระดับมากคือ กิจกรรมการวิ่ง การเดิน

1.4 ด้านบริการและวิชาการ จากการศึกษาพบว่า ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี จำแนกตามเพศมีปัญหาย่อยในระดับปานกลาง โดยในเพศชายด้านการเผยแพร่การออกกำลังกาย อย่างถูกวิธีมีปัญหาน้อย และมีความต้องการทุกด้านอยู่ในระดับมาก ยกเว้นเพศชายด้านมีหนังสือ ตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย ด้านมีการเผยแพร่เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ถูกวิธี ด้านมีความต้องการตรวจสอบสมรรถภาพทางกาย ด้านมีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย และด้านมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้น มีความต้องการอยู่ในระดับปานกลางในด้านความต้องการด้านหนังสือตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย ด้านมีการเผยแพร่เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ถูกวิธี ด้านมีการตรวจสอบสมรรถภาพทางกาย และด้านมีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2534 : บทคัดย่อ) ที่พบว่า บุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ต้องการหนังสือตำราเอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกได้ศึกษาเพิ่มเติมอยู่เสมอโดยทั่วถึงกัน สมาชิกมีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อจะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้นต่อไปและมีภาพยนตร์หรือเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับกีฬาเสมอ ๆ

1.5 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ จากการศึกษาพบว่า ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี ซึ่งจำแนกตามเพศมีปัญหาย่อยในระดับปานกลาง และความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด ยกเว้นเพศชายในด้านมีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ด้านมีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพที่ดี และด้านบุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและจริงจัง ซึ่งมีความต้องการอยู่ในระดับมาก แสดงว่า ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรีต้องการบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถในการถ่ายทอดหรือแนะนำ เพื่อให้ถูกต้องที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของทองสุข สัมปหังสิต (2531 : บทคัดย่อ) ที่พบว่า นักศึกษาต้องการให้มีบุคลากรคอยแนะนำและให้บริการด้านต่าง ๆ มาก และงานวิจัยของ สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2534 : บทคัดย่อ) ที่พบว่า บุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ต้องการบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ทั้งร่างกายและจิตใจ

2. จำแนกตามสังกัด

2.1 ด้านวันเวลาของการออกกำลังกาย จากการศึกษาพบว่า ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี จำแนกตามสังกัดมีปัญหาย่อยในระดับปานกลาง โดยกรมสามัญศึกษาจะมีปัญหาในช่วงเวลาเช้าและกลางวัน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ จะมีปัญหาในช่วงเวลาเช้าและกลางวัน กรมอาชีวศึกษาจะมีปัญหาในช่วงเวลาเช้าและเย็น และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนจะมีปัญหาในช่วงเวลาเช้าและกลางวัน และในทุกสังกัดมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุดที่สามารถจะออกกำลังกายในช่วงเวลาเย็นระหว่าง 16.00 – 18.00 น. นั้นแสดงว่าการปฏิบัติภารกิจของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี จะต้องเร่งรีบตั้งแต่เวลาเช้าวินาที

จนถึงในช่วงเย็น จึงจะมีเวลาออกกำลังกาย ในเรื่องของการฝึกซ้อมกีฬาให้กับนักเรียนนักศึกษา การเดินแอโรบิก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของยาวณี ผจญ (2534 : 66 – 68) พบว่า ข้าราชการมีความต้องการอยู่ในระดับมากช่วงเวลาเย็นและหลังเลิกงานช่วงเวลาเย็นของวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดราชการ ความต้องการในระดับน้อยคือ เวลาเช้าของวันธรรมดา ช่วงเวลาเช้าของวันเสาร์ วันอาทิตย์ ระดับความต้องการน้อยที่สุด คือช่วงเวลากลางคืนของวันเสาร์ - อาทิตย์ เวลากลางคืนของวันธรรมดาและช่วงพักกลางวัน (พักรับประทานอาหาร) ของวันธรรมดา

2.2 ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก จากการศึกษาพบว่า ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี จำแนกตามสังกัด มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นสังกัด กรมสามัญศึกษา มีปัญหาอยู่ในระดับมากในด้านสถานที่ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ ด้านอุปกรณ์ การออกกำลังกาย ด้านสถานที่ประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสัดส่วน ด้านห้องสำหรับ เปลี่ยนเครื่องแต่งตัว สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีปัญหาอยู่ในระดับ มากเพียงด้านเดียวคือ ด้านตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาดและเพียงพอ และกรมอาชีวศึกษามีปัญหาน้อย ในด้านห้องน้ำ อ่างล้างหน้า ล้างมือ ด้านระบบแสงสว่าง ส่วนสำนักงานคณะกรรมการการศึกษา เอกชนมีปัญหามากในด้านสถานที่การออกกำลังกายอย่างเพียงพอ ด้านสถานที่ประกอบกิจกรรม เป็นสัดส่วน ด้านสถานที่ที่มีความปลอดภัยสูง ด้านห้องพยาบาล ตู้น้ำดื่ม น้ำเย็นสะอาดและ เพียงพอ และด้านระบบแสงสว่าง แสดงว่าข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรีให้ความสำคัญใน สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้เนื่องจากเป็นสิ่งอำนวยความสะดวกที่จะปฏิบัติกิจกรรมการออกกำลังกาย เพราะ ครูส่วนใหญ่จะยุ่งอยู่กับงานด้านการเรียนการสอนอยู่แล้ว ฉะนั้นเมื่อมีอุปกรณ์พร้อมที่จะประกอบ การออกกำลังกายจึงเป็นสิ่งดึงดูดใจในการออกกำลังกาย ส่วนในด้านความต้องการของข้าราชการ ครูในด้านนี้ มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด นั้นแสดงให้เห็นว่าข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี ได้เห็นสภาพความเป็นจริงของสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการช่วยออก กำลังกาย เนื่องจากจังหวัดสิงห์บุรีนั้นมีสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้น้อยนั่นเอง จึงมีความต้องการในระดับ มากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของจิราภรณ์ ศิริประเสริฐ (2526 : 82 – 87) พบว่า บุคลากรในมหาวิทยาลัย ต้องการสถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมใกล้เคียงไปมาสะดวก มีสถานที่ออกกำลังกายที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ มาตรฐาน และชูเกียรติ เกียรติศิริวัฒน์ (2536 : 116 – 121) ที่พบว่า นักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน มีความต้องการให้มีสถานที่ออกกำลังกาย ทั้งกลางแจ้งในร่ม ควรอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่สะอาดบริสุทธิ์ ปลอดภัยจากกลิ่นเสียงและฝุ่นละออง มีอุปกรณ์กีฬาต่าง ๆ เพื่อบริการอย่างเพียงพอ และควรอยู่ในสถานที่สามารถนำไปใช้ได้เลย มีห้อง แต่งตัวพร้อมตู้เก็บของและห้องน้ำเพียงพอ มีน้ำดื่มอย่างเพียงพอ สถานที่ออกกำลังกายต่าง ๆ ควรมีทำเลที่ตั้งอยู่ในบริเวณเดียวกันและสถานที่ออกกำลังกายในร่ม

2.3 ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย จากการศึกษาพบว่า ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี จำแนกตามสังกัดมีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นกรมสามัญศึกษาในด้านเซปักตะกร้อ และวูตว๊าน้ำ มีปัญหามาก ส่วนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ และกรมอาชีวศึกษา จะมีปัญหาน้อยในด้านกายบริหารกิจกรรมเข้าจังหวะและลีลาศ และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน จะมีปัญหามากในด้านกายบริหาร กิจกรรมเข้าจังหวะ ลีลาศ เทเบิลเทนนิส เซปักตะกร้อ วูตว๊าน้ำ ฟุตบอล แฮร์บอล และกรีฑา จะเห็นได้ว่าข้าราชการครูจะมีปัญหาต่อกิจกรรมการออกกำลังกายต่างกัน เนื่องจากสภาพในการปฏิบัติงานต่างกันในแต่ละกรม ความรับผิดชอบในการเรียนการสอนต่างกัน เช่น ในโรงเรียนเอกชนจะต้องปฏิบัติงานตามที่ผู้จัดการโรงเรียนกำหนด จึงไม่สามารถที่จะประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายตามที่ต้องการได้ หรือกรมอาชีวศึกษา ซึ่งมีปัญหาน้อยก็เป็นเพราะกิจกรรมดังกล่าวมีการเรียนการปฏิบัติอยู่ในโรงเรียนอยู่แล้ว และในด้านความต้องการกิจกรรมการออกกำลังกายของข้าราชการครูมีความต้องการอยู่ในระดับปานกลาง และกรมสามัญศึกษามีความต้องการมากที่สุดในวูตว๊าน้ำ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีความต้องการมากที่สุดในแอโรบิก และเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ กรมอาชีวศึกษา มีความต้องการมากในกายบริหาร และสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน มีความต้องการมากที่สุดในเซปักตะกร้อ ฟุตบอล แอโรบิก แสดงว่าข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรีมีความต้องการกิจกรรมประเภทบุคคลมากกว่าประเภททีม เนื่องจากข้าราชการครูส่วนใหญ่เป็นผู้มีอายุมากและหน้าที่การงานที่รับผิดชอบมาก ซึ่งการรวมตัวที่จะเล่นกิจกรรมประเภททีมจึงเป็นไปได้น้อย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุปรานี ขวัญบุญจันทร์ (2534 : 81) พบว่า บุคลากรในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร มีความต้องการประกอบกิจกรรมประเภทบุคคลมากกว่าประเภททีม เนื่องจากการง่ายต่อการประกอบกิจกรรมไม่จำเป็นต้องมีผู้ร่วมกิจกรรมมากนัก มีเพื่อน 1 – 2 คน ก็สามารถประกอบกิจกรรมที่ตนเองต้องการได้

2.4 ด้านบริการและวิชาการ จากการศึกษาค้นคว้าพบว่า ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรีมีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง และมีความต้องการในทุกสังกัดอยู่ในระดับมาก จะเห็นว่าข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี มีความต้องการด้านบริการและวิชาการในทุกเรื่อง ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความถูกต้องในการร่วมกิจกรรมและความสะดวกปลอดภัยในการร่วมกิจกรรม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของทองสุข สัมปหังสิต (2531 : บทคัดย่อ) ที่พบว่า นักศึกษาต้องการให้มีบุคลากรคอยแนะนำและให้บริการด้านต่าง ๆ มาก และงานวิจัยของรัตนภรณ์ ทันทกาญจนพันธ์ (2530 : 151) พบว่า ข้าราชการตำรวจกองปราบปรามสามยอดต้องการให้จัดบุคลากรผู้มีความรู้ความชำนาญเฉพาะด้านมาให้ความแนะนำในการออกกำลังกายมาก

2.5 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ จากการศึกษาพบว่า ข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี มีปัญหาในทุกสังกัดอยู่ในระดับปานกลาง และมีความต้องการในทุกสังกัดอยู่ในระดับมากที่สุด แสดงให้เห็นว่า ข้าราชการครูต้องการให้มีบุคลากรเพื่อให้คำแนะนำ โดยเฉพาะในด้านมีบุคลากรที่มีบุคลิกภาพดี ด้านบุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและรู้จริง มีเจ้าหน้าที่พยาบาลในการบริการตรวจเช็คร่างกาย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเยาวณี ผจญ (2534 : 66 – 68) ที่พบว่า ข้าราชการมีความต้องการในระดับมาก ในด้านมีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับทุกคน บุคลากรที่สามารถเป็นผู้นำเกมหรือกิจกรรมกีฬา เพื่อการออกกำลังกายแก่ข้าราชการได้ มีบุคลากรที่มีความรู้ ความเข้าใจในวิธีการและการดำเนินโปรแกรมการออกกำลังกายและสามารถเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมให้แก่ข้าราชการได้ มีบุคลากรคอยดูแลและช่วยเหลือแนะนำการใช้อุปกรณ์ในขณะออกกำลังกายอย่างถูกต้อง มีแพทย์ตรวจสุขภาพก่อนออกกำลังกาย

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเพื่อนำไปใช้

ข้าราชการครูแต่ละสังกัดในจังหวัดสิงห์บุรี ที่ประสงค์ส่งเสริมการออกกำลังกาย ควรปฏิบัติดังนี้

1. ควรมีสถานที่ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ พร้อมอุปกรณ์การออกกำลังกาย
2. ควรมีความปลอดภัย และมีดื่มน้ำดื่มที่สะอาดและเพียงพอ
3. ควรให้การสนับสนุนกิจกรรมการออกกำลังกายประเภทเซปักตะกร้อ วอลเลย์

แอโรบิก และเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ

4. ควรมีบุคลากรที่รับผิดชอบ มีความสุภาพเรียบร้อย มีความรู้ และมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีในการให้คำแนะนำ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาความคิดเห็นประชาชนในจังหวัดสิงห์บุรี ที่มีต่อความต้องการการออกกำลังกาย
2. ควรศึกษาความต้องการของพนักงานรัฐวิสาหกิจในด้านความต้องการการออกกำลังกาย
3. ควรศึกษาถึงความต้องการออกกำลังกายขององค์การบริหารส่วนตำบลในจังหวัดสิงห์บุรี

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- เจริญ กระบวนรัตน์. (2525). ความต้องการการบริหารด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของราชการและนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. กรุงเทพฯ. : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- จิรกรณ์ ศิริประเสริฐ. (2526). ความต้องการและการจัดการด้านออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในมหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- ชูเกียรติ เกียรติธีรรัตน์. (2536). ความต้องการกิจกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.
- เพชรรัตน์ หิรัญชาติ. (2529). ความต้องการการให้บริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพสมรรถภาพทางกายของบุคคลในหน่วยงานเอกชนในกรุงเทพมหานครตามการรับรู้ของตนเอง. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.
- รัตนภรณ์ ทันตกาญจนพันธ์. (2530). ความต้องการการบริการออกกำลังกายของข้าราชการตำรวจกองปราบสามยอด. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.
- ทองสุข สัมปหังสิต. (2531). การใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.
- สกล เจริญวงศ์. (2532). ความคิดเห็นเกี่ยวกับการออกกำลังของประชาชนที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.
- กวิน คเชนทร์เดชา. (2529). ความต้องการการบริหารเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนในหมู่บ้านเป้าหมายจังหวัดชุมพร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. (2534). ความต้องการบริการการออกกำลังกายของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.

- Christopher, Elizabeth Ann. (1997, April). "A Survey of The Lifetime Sports needs and Interests of Seniors Citizens in Middle Tennessee," *Dissertation Abstracts International*. 37 : 6341 - A.
- Holbrook, James Edward. (1993, February). "Current Problems and Trends in Facility Planning for Health, Physical Education, Recreation and athletics at Colleges and Universities," *Dissertation Abstracts International*. 53 : 2735 - A.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก.

แบบสอบถามความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี

แบบสอบถาม

ความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี

คำอธิบาย

แบบสอบถามนี้ จัดทำขึ้นเพื่อสำรวจความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี โดยแบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรีในด้านต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

- 2.1 วัน เวลาในการออกกำลังกาย
- 2.2 สถานที่ วัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
- 2.3 ประเภทกิจกรรมการออกกำลังกาย
- 2.4 ด้านบริการและวิชาการ
- 2.5 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

กรุณาตอบแบบสอบถามตามคำอธิบายในแต่ละตอนให้ตรงตามสภาพความเป็นจริง และโปรดตอบทุกข้อ

ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ

นายสมศักดิ์ อินทวารี

ตอนที่ 1
ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ หน้าข้อความและเติมข้อความลงในช่องว่าง
ตามสภาพเป็นจริง

1. เพศ

- ☐ ชาย
☐ หญิง

2. ท่านสังกัดหน่วยงานใด

- ☐ กรมสามัญศึกษา
☐ สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ
☐ กรมอาชีวศึกษา
☐ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน

3. ระดับการศึกษา

- ☐ ต่ำกว่าอนุปริญญา
☐ อนุปริญญาหรือเทียบเท่า
☐ ปริญญาตรี
☐ ปริญญาโท

4. ประสบการณ์การทำงาน

- ☐ ต่ำกว่า 5 ปี
☐ 6 – 10 ปี
☐ 11 – 15 ปี
☐ 16 – 20 ปี
☐ มากกว่า 20 ปี

ตอนที่ 2

ปัญหาและความต้องการออกกำลังกายของข้าราชการครูในจังหวัดสิงห์บุรี

คำอธิบาย โปรดเขียนเครื่องหมาย X หรือ ✓ ลงในช่องตามความคิดเห็นของท่าน โดยคำถามแต่ละข้อจะถามเกี่ยวกับปัญหาและความต้องการการออกกำลังกายซึ่งอยู่ใน 5 ระดับดังนี้

ปัญหาและความต้องการ

มีปัญหามากที่สุด	ทำเครื่องหมาย X หรือ ✓	ลงในช่องหมายเลข 5
มีปัญหามาก	ทำเครื่องหมาย X หรือ ✓	ลงในช่องหมายเลข 4
มีปัญหาปานกลาง	ทำเครื่องหมาย X หรือ ✓	ลงในช่องหมายเลข 3
มีปัญหาน้อย	ทำเครื่องหมาย X หรือ ✓	ลงในช่องหมายเลข 2
มีปัญหาน้อยที่สุด	ทำเครื่องหมาย X หรือ ✓	ลงในช่องหมายเลข 1

ความต้องการการออกกำลังกาย

ความต้องการมากที่สุด	ทำเครื่องหมาย X หรือ ✓	ลงในช่องหมายเลข 5
ความต้องการมาก	ทำเครื่องหมาย X หรือ ✓	ลงในช่องหมายเลข 4
ความต้องการปานกลาง	ทำเครื่องหมาย X หรือ ✓	ลงในช่องหมายเลข 3
ความต้องการน้อย	ทำเครื่องหมาย X หรือ ✓	ลงในช่องหมายเลข 2
ความต้องการน้อยที่สุด	ทำเครื่องหมาย X หรือ ✓	ลงในช่องหมายเลข 1

1. ปัญหาและความต้องการด้านวันเวลาของการออกกำลังกาย

ปัญหา					วันเวลาของการออกกำลังกาย	ความต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
					1. วันธรรมดา 05.00 – 07.00 น.					
					2. วันธรรมดา 07.00 - 08.00 น.					
					3. วันธรรมดา 12.00 – 13.00 น.					
					4. วันธรรมดา 16.00 – 18.00 น.					
					5. วันธรรมดา 18.00 – 20.00 น.					
					6. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 05.00 – 07.00 น.					
					7. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 07.00 – 09.00 น.					
					8. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 12.00 – 13.00 น.					
					9. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 16.00 – 18.00 น.					
					10. วันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุด เวลา 18.00 – 20.00 น.					

ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ปัญหา

.....

.....

.....

ความต้องการ

.....

.....

.....

3. ปัญหาและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

ปัญหา					ประเภทกิจกรรมการออกกำลังกาย	ความต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
					1. กายบริหาร					
					2. กิจกรรมเข้าจังหวะ					
					3. ลีลาศ					
					4. เปตอง					
					5. เทเบิลเทนนิส					
					6. เทนนิส					
					7. บาสเกตบอล					
					8. วอลเลย์บอล					
					9. เซปักตะกร้อ					
					10. วูตวูต					
					11. ฟุตบอล					
					12. แฮนด์บอล					
					13. กรีฑา					
					14. แอโรบิก					
					15. เดิน – วิ่ง เพื่อสุขภาพ					

ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ปัญหา

.....

.....

.....

ความต้องการ

.....

.....

.....

4. ปัญหาและความต้องการด้านบริการและวิชาการ

ปัญหา					ด้านบริการและวิชาการ	ความต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
					1. มีหนังสือตำราหรือคู่มือการออกกำลังกาย					
					2. การแนะนำการออกกำลังกายที่ถูกต้อง					
					3. ให้ผู้ที่มีความรู้เฉพาะทางแนะนำวิธีการออกกำลังกาย					
					4. ให้เชิญวิทยากรมาให้ความรู้หรือคำแนะนำ					
					5. มีภาพเผยแพร่การออกกำลังกายที่ถูกต้อง					
					6. มีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย					
					7. มีหน่วยงานประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย					
					8. มีการให้ความรู้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น					
					9. มีการให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกายอย่างถูกวิธี					
					10. มีแผนกซ่อมบำรุงสนามและอุปกรณ์การออกกำลังกาย					

ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ปัญหา

.....

.....

ความต้องการ

.....

.....

5. ปัญหาและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

ปัญหา					ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ความต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
					1. ให้มีบุคลากรที่รับผิดชอบดูแลโดยตรงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย					
					2. ให้มีบุคลากรที่มีความรู้ด้านกีฬา					
					3. บุคลากรให้คำแนะนำอย่างสม่ำเสมอ					
					4. บุคลากรมีความสุภาพเรียบร้อย					
					5. มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี					
					6. มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย					
					7. มีบุคลากรนำการออกกำลังกาย					
					8. มีบุคลากรนำการออกกำลังกาย					
					9. บุคลากรให้คำแนะนำต้องเป็นผู้รู้หลักการอย่างถูกต้องและจริงจัง					
					10. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลให้บริการตรวจเช็คสภาพร่างกาย					

ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ปัญหา

.....

.....

.....

ความต้องการ

.....

.....

.....

ภาคผนวก ข
รายนามผู้เชี่ยวชาญ

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. รองศาสตราจารย์ เทเวศร์ พิริยะพูนท์
ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
2. ดร.ราชันย์ บุญทิวา
สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
3. นายสมภูมิ บ่ายเที่ยง
ศึกษาธิการจังหวัดสิงห์บุรี
4. นายมงคลธร บัวประทุม
ผู้อำนวยการสามัญศึกษาจังหวัดสิงห์บุรี
5. นายธวัช กงเดิม
ผู้อำนวยการการประถมศึกษาจังหวัดสิงห์บุรี

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ นายสมศักดิ์	ชื่อสกุล อินทวารี
เกิดวันที่ 7 เดือน พฤษภาคม	พุทธศักราช 2500
สถานที่เกิด	อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี 16110
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	57 หมู่ 2 ตำบลอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี 16110
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	นักวิชาการศึกษา
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	สำนักงานศึกษาธิการจังหวัดสิงห์บุรี

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2517	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนอินทร์บุรี
พ.ศ. 2519	ป.กศ.ต้น วิทยาลัยครูเทพสตรี จังหวัดลพบุรี
พ.ศ. 2521	ป.กศ.สูง (พลศึกษา) วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง
พ.ศ. 2527	ศศ.บ. (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
พ.ศ. 2546	กศ.ม. (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร