

ศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร
จังหวัดสมุทรสาคร

ปริญญานิพนธ์
ของ
อำนาจ เณรรักษา

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
พฤษภาคม 2548

ศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร
จังหวัดสมุทรสาคร

บทคัดย่อ
ของ
อำนาจ เณรรักษา

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
พฤษภาคม 2548

อำนาจ เณรรักษา. (2548). ศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร. ปรินญาณิพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ).
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม:
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อารมณ นาวากาญจน์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชัยโรจน์ สายพันธ์.

การวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร ตามตัวแปรเพศ ระดับการศึกษา ชั้นปี และประเภทวิชา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จำนวน 360 คน แบ่งเป็นชาย 176 คน และหญิง 139 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มี 3 ตอน การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ทดสอบค่าที (t-test) และทดสอบค่าเอฟ (F-test)

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนและนักศึกษานักศึกษาใช้เวลาว่างปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการทั้งขณะอยู่ที่วิทยาลัยและขณะอยู่ที่บ้าน อยู่ในระดับปานกลาง
2. นักเรียนและนักศึกษาที่มีเพศต่างกัน ชั้นปีต่างกันและประเภทวิชาต่างกัน ใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการขณะอยู่ที่วิทยาลัยและขณะอยู่ที่บ้านไม่แตกต่างกัน
3. นักเรียนและนักศึกษาที่มีระดับการศึกษาต่างกัน ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการทั้งขณะอยู่ที่วิทยาลัยและขณะอยู่ที่บ้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิจัยมีข้อเสนอแนะว่า ควรณรงค์ให้นักเรียนและนักศึกษาเห็นความสำคัญของการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ มีการประชาสัมพันธ์และจัดสถานที่ให้เพียงพอกับความ ต้องการ

A STUDY ON USE OF LEISURE TIME OF SAMUTSAKHON TECHNICAL COLLEGE
STUDENTS, SAMUTSAKHON PROVINCE

AN ABSTRACT
BY
AMNAT NANRAKSA

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Science degree in Recreation Management
at Srinakharinwirot University
May 2005

Amnat Nanraksa. (2005). *A Study on use of Leisure Time of Samutsakhon Technical College Students, Samutsakhon Province*. Master thesis, M.Sc. (Recreation Management). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Asst. Prof. Dr.Arom Nawagarn, Asst. Prof. Chairaje Saiphant.

The purpose of this research were to study and compare the leisure time spent by Samutsakhon Technical College students, Samuthsakhon Province with variables of gender, education levels, years of study and disciplines. A sample of 360 students consisted of 176 males and 139 females drawn by stratified random sampling. The research instrument for collecting the data was a three-section questionnaire made by the researcher. The data were analyzed using the SPSS program to find percentages, means, standard deviation, t-test and F-test.

The results of the research were as follows:

1. The students moderately used leisure time doing activities both at home and at the college.
2. The students who differ in gender, years of study and disciplines showed no differences in using leisure time at the college or at home.
3. The students from different education levels differed statistically significance at .05 regarding recreational activities done at the college and at home.

The results of the research suggested that students should be promoted to do recreational activities. There should be publicity of recreational programs. Adequate areas should also be provided for them.

ศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร
จังหวัดสมุทรสาคร

ปริญญานิพนธ์
ของ
อำนาจ เณรรักษา

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
พฤษภาคม 2548
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

ศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร
จังหวัดสมุทรสาคร

ของ
นายอำนาจ เณรรักษา

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาหลักสูตร
ปริญญวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เพ็ญสิริ จีระเดชากุล)
วันที่ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2548

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์

..... ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อารมณ นาวากาญจน์)

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชัยโรจน์ สายพันธุ์)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์แผน เจริญนัย)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(รองศาสตราจารย์สุจินต์ ปรีชามารถ)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลงได้ด้วยความอนุเคราะห์และให้คำแนะนำเป็นอย่างดีจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อารมณีนาวาภาญจน์ ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชัยโรจน์ สายพันธุ์ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ รวมทั้งผู้ช่วยศาสตราจารย์แผน เจียรนัย และรองศาสตราจารย์สุจินต์ ปรีชามารถ กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือ ให้คำปรึกษาและข้อเสนอแนะ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ในการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ด้วยดีมาโดยตลอดด้วยความเมตตาเป็นอย่างดี ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาจึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพจน์ รองศาสตราจารย์สุภารัตน์วรทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์กนกวดี พึ่งโพธิ์ทอง และนายทินกร คลี่สุนทร ผู้ช่วยผู้อำนวยการวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ที่ได้กรุณาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือ และให้คำแนะนำในการสร้างเครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการ และคณะอาจารย์วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร โดยเฉพาะนายทินกร คลี่สุนทร ผู้ช่วยผู้อำนวยการวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ที่ให้ความอนุเคราะห์และอำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูล ตลอดจนนักเรียนและนักศึกษาที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี

ท้ายที่สุดผู้วิจัยขอโน้มระลึกถึงพระคุณบิดา มารดา และคณะครูอาจารย์ทุกท่าน ที่ได้อบรมสั่งสอนและถ่ายทอดความรู้ต่าง ๆ แก่ผู้วิจัยให้มีความรู้ความสามารถ ตลอดทั้งเพื่อน พี่น้องทุกคนที่ให้การสนับสนุนมาโดยตลอด และผู้ที่คอยให้กำลังใจผู้วิจัยตลอดมาคือ นางรัฐติกา และนางสาวพิชญา เณรรักษา ผู้จุดประกายแห่งความรักด้านการศึกษา ทำให้ผู้วิจัยมีความมานะพยายาม อุตุนจนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงด้วยดี

อำนาจ เณรรักษา

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ.....	1
	ภูมิหลัง.....	1
	ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	3
	ความสำคัญของการวิจัย.....	3
	ขอบเขตของการวิจัย.....	3
	ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	3
	ตัวแปรที่ศึกษา.....	3
	นิยามศัพท์เฉพาะ.....	3
	กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	4
	สมมติฐานในการวิจัย.....	5
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
	ความหมายของเวลาว่าง.....	6
	ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง.....	7
	ประโยชน์ของเวลาว่าง.....	8
	กิจกรรมนันทนาการ.....	11
	ประเภทการใช้เวลาว่างทางนันทนาการ.....	15
	วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร.....	24
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	28
	งานวิจัยในต่างประเทศ.....	28
	งานวิจัยในประเทศ.....	29
3	วิธีดำเนินการวิจัย.....	38
	การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	38
	การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	39
	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	40
	การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	41

สารบัญ (ต่อ)

บทที่		หน้า
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	42
	สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	42
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	42
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	43
5	สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....	57
	ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	57
	ความสำคัญของการวิจัย.....	57
	สมมติฐานในการวิจัย.....	57
	วิธีดำเนินการวิจัย.....	58
	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	59
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	59
	สรุปผลการวิจัย.....	60
	อภิปรายผล.....	63
	ข้อเสนอแนะ.....	66
	ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยต่อไป.....	67
	บรรณานุกรม.....	68
	ภาคผนวก.....	73
	ประวัติย่อผู้วิจัย.....	82

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จำแนกตามระดับชั้นการศึกษา.....	38
2	จำนวนและร้อยละของ นักเรียนและนักศึกษา จำแนกตามเพศระดับการศึกษา/ชั้นปี และประเภทวิชา.....	43
3	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติกิจกรรมที่นักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ทำในชั่วโมงว่างจากการเรียน และหลังเลิกเรียนขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร (n = 360).....	45
4	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติ กิจกรรมที่นักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ทำขณะอยู่ที่บ้าน (n = 360).....	46
5	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติในกิจกรรมที่ทำโดยรวมเมื่อนักศึกษามีเวลาว่าง ขณะที่อยู่วิทยาลัย และ ขณะที่อยู่บ้าน ของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร (n = 360).....	47
6	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติในกิจกรรมที่ทำโดยรวมเมื่อนักเรียนและนักศึกษามีเวลาว่างขณะที่อยู่วิทยาลัยและขณะที่อยู่บ้านของนักเรียน และนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร จำแนกตามเพศ.....	47
7	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติในกิจกรรมที่ทำโดยรวมเมื่อนักเรียนมีเวลาว่าง ขณะที่อยู่วิทยาลัยและขณะที่อยู่บ้าน ของนักเรียนวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร จำแนกตามระดับการศึกษา ประกาศนียบัตรวิชาชีพ.....	48
8	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติในกิจกรรมที่ทำโดยรวมเมื่อนักศึกษามีเวลาว่าง ขณะที่อยู่วิทยาลัยและขณะที่อยู่บ้าน ของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร จำแนกตามระดับการศึกษา ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง.....	48
9	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติในกิจกรรมที่ทำโดยรวมเมื่อนักเรียนและนักศึกษามีเวลาว่าง ขณะที่อยู่วิทยาลัยและขณะที่อยู่บ้านของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร จำแนกตามประเภทวิชา.....	49

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
10	ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลารว่างทางกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะที่อยู่บ้าน ของนักเรียนที่มีเพศต่างกัน.....	50
11	ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลารว่างทางกิจกรรมนันทนาการขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะที่อยู่บ้าน ของนักศึกษาที่มีเพศต่างกัน.....	50
12	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติในกิจกรรมที่ทำโดยรวมเมื่อนักเรียนมีเวลารว่าง ขณะที่อยู่วิทยาลัยและขณะที่อยู่บ้าน ของนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร จำแนกตามระดับชั้นปี.....	51
13	ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลารว่างทางกิจกรรมนันทนาการ ของนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพที่มีชั้นปีต่างกัน.....	52
14	การทดสอบความแตกต่างของชั้นปี กับการใช้เวลารว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่างๆ ขณะที่อยู่วิทยาลัยเทคนิค.....	53
15	ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลารว่างทางกิจกรรมนันทนาการขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะที่อยู่บ้าน ของนักศึกษาที่มีระดับชั้นปีต่างกัน.....	54
16	ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลารว่างทางกิจกรรมนันทนาการขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะที่อยู่บ้านของนักเรียนระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) กับนักศึกษาระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.).....	54
17	ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลารว่างทางกิจกรรมนันทนาการขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะที่อยู่บ้าน ของนักเรียนที่เรียนประเภทวิชาช่างอุตสาหกรรม กับนักเรียนที่เรียนประเภทวิชาพาณิชยกรรม.....	55
18	ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลารว่างทางกิจกรรมนันทนาการขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะที่อยู่บ้าน ของนักศึกษาที่เรียนประเภทวิชาช่างอุตสาหกรรม กับนักศึกษาที่เรียนประเภทวิชาพาณิชยกรรม.....	55

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ

หน้า

1	กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	4
---	---------------------------	---

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การดำเนินชีวิตของมนุษย์ทุกคน มีความสัมพันธ์และเกี่ยวข้องกับการใช้เวลาอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ซึ่งการกระทำต่าง ๆ ทั้งที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์ หรือมิได้ทำกิจกรรมใดๆ เลย ทุกคนก็ล้วนแต่ต้องพึ่งพิงอยู่กับเวลา ผูกพันกับเวลาโดยที่เราไม่รู้ตัวและแยกออกจากกันไม่ได้ ดังที่ จีระพันธ์ พูลพัฒน์ (2545: 87) กล่าวว่า เวลาเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่า เป็นสิ่งสำคัญที่สุด และเป็นสิ่งเดียวที่ไปขอซื้อก็ไม่ได้ ไปขโมยของใครมาก็ไม่ได้และเวลานี้แหละถือว่าเป็นสิ่งที่เป็นประชาธิปไตย มากที่สุด คือ ทุกวันทุกคนมีเวลาเท่ากัน คือ วันละ 24 ชั่วโมง ความแตกต่างอยู่ที่การใช้เวลาของแต่ละคน

ในปัจจุบันแม้ว่าจะเป็นยุคของเทคโนโลยี การรับรู้ข่าวสารเป็นไปอย่างรวดเร็ว พร้อมทั้งมีสิ่งอำนวยความสะดวกที่ทันสมัยเข้ามาช่วยในชีวิตประจำวันอย่างมากมาย ซึ่งแทนที่มนุษย์จะมีเวลาว่างมากขึ้นแต่กลับมิได้เป็นเช่นนั้นมนุษย์กลับมีเวลาว่างน้อยลง ยิ่งมีการพัฒนาทางสังคมมากขึ้นเท่าไร มนุษย์ก็ต้องมีการะหน้าที่ต้องรับผิดชอบมากขึ้นเท่านั้นการใช้เวลาให้เป็นประโยชน์และคุ้มค่ามากที่สุด จึงเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่ง ดังคำกล่าวที่ว่า การทำงานในโลกของ “ยุคข่าวสาร” ที่มากด้วยการเปลี่ยนแปลงและเต็มไปด้วยการแข่งขันเช่นปัจจุบัน ค่าของเวลายิ่งทวีความสำคัญมากขึ้น (แก้วแก้ว นามแฝง. 2534: 15) จึงมีคำกล่าวที่ว่า “เวลาคือชีวิต” ถ้าเราใช้เวลาเป็นเราก็จะเป็นเจ้าของชีวิตของตนเอง เพื่อจะได้เป็นเจ้าของชีวิตของตนเองจำเป็นที่เราจะได้เรียนรู้ในการใช้เวลาว่า จะใช้เวลาให้มีประสิทธิภาพและมีประสิทธิผลอย่างไร

จากข้อความดังกล่าวข้างต้น พอสรุปความสำคัญของเวลาได้ว่า เวลาเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่ายิ่งเป็นสิ่งที่ไมอาจหาทดแทนได้หากต้องสูญเสียไป เราจึงไม่ควรปล่อยเวลาให้ผ่านไปโดยเปล่าประโยชน์ ดังนั้นการใช้เวลาอย่างถูกต้องจึงมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต ดังที่ สุขใจ น้ำผุด (2536: 14) กล่าวว่า ชีวิตที่ประสบความสำเร็จหรือบรรลุผลสำเร็จได้จะต้องรู้จักใช้เวลาให้ถูกต้อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนในระดับอาชีวศึกษา นอกจากต้องใช้เวลาส่วนใหญ่เพื่อการศึกษาเล่าเรียนแล้ว ยังต้องใช้เวลาเพื่อทำกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในกิจกรรมด้านส่วนตัวและ กิจกรรมทางโรงเรียน ดังนั้นการรู้จักแบ่งเวลาและใช้เวลาอย่างเหมาะสมจึงมีความจำเป็นอย่างมาก

นอกจากเวลาที่ต้องใช้ไปกับการศึกษาเล่าเรียนแล้ว นักเรียนยังมีเวลาเหลือว่างในแต่ละช่วงอีกส่วนหนึ่ง เช่น ตอนเช้าก่อนเข้าเรียน พักกลางวันและหลังเลิกเรียน เวลาว่างในแต่ละช่วงที่กล่าวมาเป็นเวลาที่มีความสำคัญและมีความหมายต่อการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ของนักเรียน การใช้เวลาว่างจึงเป็นเรื่องที่ละเลยเสียไม่ได้ เพราะถ้านักเรียนได้ใช้เวลาว่างไปในทางที่ไม่ถูกต้องจะเป็นสาเหตุหนึ่งก่อให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ดังนั้นจึงเป็นหน้าที่ของผู้ปกครอง อาจารย์

ผู้สอนและอาจารย์แนะแนวที่จะต้องช่วยกันสร้างนิสัยที่ดี เพื่อให้รู้จักใช้เวลาว่างที่มีอยู่ให้ถูกต้อง เป็นประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่น

ทางกระทรวงศึกษาธิการได้มองเห็นความสำคัญของการใช้เวลาว่างโดยมุ่งเน้นการจัดให้สถานศึกษาจัดกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้กับนักเรียนเพื่อป้องกันสารเสพติด ตามนโยบายกระทรวงศึกษาธิการ ตามแผนป้องกันสารเสพติดของกระทรวงศึกษาธิการ (2540 – 2544) กล่าวว่า “สนับสนุนให้สถานศึกษาทุกสังกัดจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ตลอดจนกิจกรรมทางเลือกต่าง ๆ เน้นการให้เด็กและเยาวชนรู้จักใช้เวลาว่างไปในทางสร้างสรรค์และเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพอนามัยเพื่อเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ความมั่นคงทางอารมณ์และความสามัคคีในหมู่คณะ” ดังนั้น กิจกรรมยามว่างสำหรับเยาวชนและความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมยามว่างเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งที่ทำให้สุขภาพเยาวชนดีขึ้น การที่ประชาชนมีความสนใจในการทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งขึ้นอยู่กับคุณภาพชีวิตของเขาด้วย และขึ้นอยู่กับว่าเขาต้องการผลลัพธ์อะไรเป็นการตอบแทน กิจกรรมในยามว่างนั้นมีขอบข่ายกว้างตั้งแต่เป็นกิจกรรมที่ไม่ค่อยดีไปจนถึงกิจกรรมที่ดี ๆ แมนเนลล์; และ เคลเบิล (Mannell; and Kleiber. 1997) ซึ่งสอดคล้องกับเอนก หงส์ทองคำ (2542: 147) กล่าวว่า การใช้เวลาว่างในทางผิดตามชนบทและทุกแห่งทั่วไปในประเทศไทย คนใช้เวลาว่างของตนในทางผิด ๆ เป็นไปในทางการพนันแทบทั้งสิ้น เช่น การเล่นสลากกินรวบ สลากกินแบ่ง ชนไก่ ชนวัว เล่นไพ่ โป๊ว สะบ้า ปลากัด แข่งม้าพนัน วิ่งวัว ชกมวยพนัน ฯลฯ พฤติกรรมเหล่านี้คนไทยเราใช้เวลาว่างของตนไปในทางการพนันทั้งสิ้น จึงเป็นปัญหาที่จะนำบุคคลเหล่านี้เข้ามาสู่กิจกรรมทางนันทนาการ เพราะการพนันและกิจกรรมที่เป็นอาชีพนั้นมีความหมายในทางตรงกันข้ามกับกิจกรรมนันทนาการ

จากสภาพปัญหาสังคมในปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะในเขตเมืองที่มีแหล่งบันเทิง เช่น ห้างสรรพสินค้า โรงภาพยนตร์ สวนสาธารณะ ตู้เกม คาราโอเกะ ตลอดจนอยู่ในแหล่งที่มีการระบาดของยาเสพติด ซึ่งเป็นเหตุจูงใจให้นักเรียนไปใช้เวลาว่างหลังจากเลิกเรียนและประพฤติตนไม่เหมาะสมแก่สภาพวัย เช่น การหลบหนีการเรียน เที่ยวเตร่ตามศูนย์การค้า สวนสาธารณะ จับกลุ่มมั่วสุม ก่อความเดือดร้อนรำคาญ การพนัน ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด ก่อเหตุทะเลาะวิวาท ประพฤติตนในทำนองชั่วช้า พฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศ และการถูกล่วงละเมิดทางเพศ พฤติกรรมเหล่านี้จะส่งผลกระทบต่อนักเรียนโดยตรงและผู้รอบข้าง เช่น พ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูอาจารย์ ตลอดจนทั้งสถานศึกษา รวมไปถึงอนาคตของชาติซึ่งจะได้ทราบข่าวจากสื่อต่าง ๆ อยู่เสมอว่านักเรียนอาชีวศึกษาใช้เวลาว่างไปในทางที่ไม่ถูกต้อง ซึ่งนักเรียนและนักศึกษาของวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาครก็มีสภาพเช่นเดียวกันกับลักษณะพฤติกรรมดังกล่าวข้างต้น

จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร เพื่อทราบการใช้เวลาว่างทางนันทนาการของนักเรียนอันจะเป็นข้อมูลที่ เป็นประโยชน์ต่อนักเรียน ผู้บริหาร ผู้สอน ฝ่ายกิจกรรม ฝ่ายปกครอง ฝ่ายแนะแนว และผู้ปกครองใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนบริหารจัดการเกี่ยวกับโครงการนันทนาการให้กับนักเรียนได้ใช้เวลาว่างให้เหมาะสมต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร

ความสำคัญของการวิจัย

ผลจากการศึกษาครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพและประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงของวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร เพื่อนำข้อมูลที่ได้เป็นแนวทางในทางเสนอแนะแก้ไขปรับปรุงแหล่งบริการนันทนาการของสถาบันให้สอดคล้องกับปัญหาและความต้องการเพื่อเป็นประโยชน์แก่ทางวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาครและตัวนักเรียนและนักศึกษาเอง

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีขอบเขตการวิจัยดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนและนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ปีการศึกษา 2547 จำนวน 3,173 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยเปิดตารางของ เครซี และ มอร์แกน ที่ 3,500 คน ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 346 คน แต่ผู้วิจัยจะใช้ข้อมูลจำนวน 360 คน โดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา/ชั้นปี และประเภทวิชา
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ การใช้เวลาว่าง

นิยามศัพท์เฉพาะ

การใช้เวลาว่าง หมายถึง การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมความต้องการของนักเรียนและนักศึกษา ให้คุณค่าทางจิตใจ ผ่อนคลายความตึงเครียดและเกิดความพึงพอใจ ตามความสนใจของตนเอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน จนรู้สึกมีความสุขกลับคืนมาสู่สภาวะปกติ ก่อให้เกิดการส่งเสริมและพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา สามารถไปประกอบการทำงานได้ดีขึ้น

นักเรียน หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1, 2 และ 3 ทุกประเภทวิชาที่เปิดให้มีการเรียนการสอนในวิทยาเขตเทคนิคสมุทรสาคร

นักศึกษา หมายถึง นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) ชั้นปีที่ 1 และ 2 ทุกแผนกที่เปิดให้มีการศึกษาในวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร

เพศ หมายถึง นักเรียนและนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร โดยแยกเป็นเพศชาย และเพศหญิง

ชั้นปี หมายถึง ระดับชั้นที่นักเรียนและนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร โดยแยกเป็นระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1, 2 และ 3 และระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) ชั้นปีที่ 1 และ 2 ในปีการศึกษา 2547

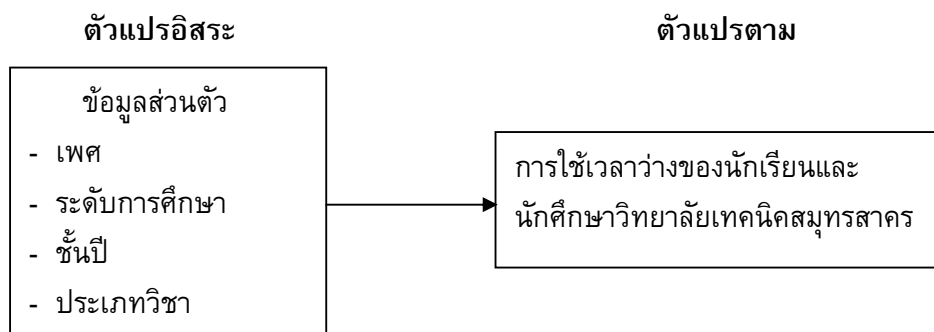
ระดับการศึกษา หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) และนักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.)

ประเภทวิชา หมายถึง สาขาวิชาที่ได้ทำการเปิดการเรียนการสอนในวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ได้แก่

- 1 ประเภทช่างอุตสาหกรรม
- 2 ประเภทพาณิชยกรรม

วิทยาเขตเทคนิคสมุทรสาคร หมายถึง สถานที่ศึกษาที่ประชากรและกลุ่มตัวอย่างศึกษาอยู่ ชื่อเดิมคือ โรงเรียนช่างไม้สมุทรสาคร ซึ่งเริ่มทำเปิดทำการสอนเมื่อวันที่ 17 พฤษภาคม พ.ศ. 2481 โดยเริ่มเปิดสอนในรายวิชาช่างไม้ ก่อสร้าง ต่อมาได้เปลี่ยนชื่อเป็น โรงเรียนการช่างสมุทรสาคร โรงเรียนเทคนิคสมุทรสาคร และในปัจจุบันได้รับการยกฐานะขึ้นเป็น “วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร” สังกัดกองวิทยาลัยเทคนิค กรมอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ เมื่อวันที่ 1 เมษายน พ.ศ. 2542 ในปีการศึกษา 2545 กรมอาชีวศึกษา หรือสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา ได้มีนโยบายให้สถานศึกษารวมกลุ่มกัน 2 – 3 จังหวัด จัดตั้งเป็นสถาบันการอาชีวศึกษา ซึ่งวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาครจัดอยู่ในกลุ่มสถาบันอาชีวศึกษาภาคกลาง

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานในการวิจัย

1. นักเรียนที่มีเพศต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน
2. นักศึกษาที่มีเพศต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน
3. นักเรียนที่มีระดับชั้นปีต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน
4. นักศึกษาที่มีระดับชั้นปีต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน
5. นักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกันกับนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.)
6. นักเรียนที่เรียนประเภทวิชาต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน
7. นักศึกษาที่เรียนประเภทวิชาต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้ารวบรวมเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามหัวข้อดังต่อไปนี้

1. ความหมายของเวลาว่าง
2. ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง
3. ประโยชน์ของเวลาว่าง
4. กิจกรรมนันทนาการ
5. ประเภทการใช้เวลาว่างทางนันทนาการ
6. วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า
 - 7.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 7.2 งานวิจัยในประเทศ

ความหมายของเวลาว่าง

แอดเลอร์ (Adler. 1955: 9 – 17) กล่าวว่า คงเป็นการยากที่จะหาคำตอบได้อย่างชัดเจนว่าเวลาคืออะไร เพราะเวลาเป็นลักษณะที่เป็นนามธรรมที่ไม่สามารถมองเห็นหรือสัมผัสได้ คนเรามีชีวิตอยู่ในแม่น้ำแห่งเวลา เวลาไหลผ่านเราไปเหมือนกระแสน้ำ คนเรามีโอกาสหลายๆ อย่าง เมื่อเรามีสิ่งต่าง ๆ ที่จะทำแต่เรามีเวลาไม่พอที่จะทำให้สำเร็จได้ทุกอย่าง บางครั้งเราอยากให้เวลาหยุดนิ่ง แต่เวลาจะไม่หยุดรอใครเลย เราสามารถที่จะทำสิ่งที่เหมือน ๆ อย่างเดียวกันได้ แต่เราไม่สามารถที่จะทำสิ่งที่เหมือนกับของเวลาได้ เวลาเคลื่อนที่ไปตลอดและเคลื่อนที่ไปในทิศทางเดียวกันเท่านั้นคือ จากอดีตเป็นปัจจุบันและเป็นอนาคต

เวลา หมายถึง ช่วงระยะเวลาประกอบกับเป็นความยาวนานที่มีอยู่หรือเป็นอยู่โดยนิยามกำหนดเป็นครู คราว วัน เดือน ปี (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. 2525: 751)

ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่ (2527: 12) ได้กล่าวถึง ความหมายของ “เวลาว่าง” (Leisure) ว่าเป็นเวลาที่เป็นอิสระไม่ว่าจะเป็นความอิสระในหน้าที่การงานหรือธุรกิจใด ๆ ก็ตาม เป็นเวลาที่นอกเหนือจากความประจำหรือเวลานอกเหนือจากงานที่จำเป็นทั้งหลาย รวมทั้งเวลานอกเหนือจากการนอนหลับด้วย

ชัยณรงค์ สุวรรณสาร (2528 : 39) ให้ความหมายของเวลาว่าง “เวลาเป็นทรัพยากรที่มีอยู่สิ่งเดียวในโลกไม่สามารถสะสมไว้ได้เหมือนสะสมเงินหรือวัตถุ”

แนช (จรินทร์ ธานีรัตน์. 2528: 16; อ้างอิงจาก Nash. n.d.) กล่าวว่า เวลาว่าง (Leisure) หมายถึง เวลาที่ว่าง (Freetime) จากกิจกรรมที่จำเป็นอื่น ๆ อาทิเช่น ว่างจากงานประจำ

เวลานอนหลับ และเวลาที่ประกอบกิจวัตรประจำวัน ส่วนนั้นนันทนาการ หมายถึง การใช้เวลาวางนั้น เพื่อประโยชน์คุณค่าในทางอารมณ์จากการเข้าร่วมในกิจกรรมนั้น ๆ ถ้าเด็กเรียกกิจกรรมนั้นว่าการ เล่น (Play) ถ้าหากเป็นคนหนุ่มสาวและผู้ใหญ่ ก็เรียกว่าเป็นกิจกรรมนันทนาการ

สมบัติ กาญจนกิจ (2535: 30) ได้กล่าวถึง ความหมายของเวลาวางไว้ดังนี้ เวลาวาง มาจากภาษาละตินคือ Leisure แปลว่า การได้รับอนุญาต อิสระจากการงานหรือหน้าที่ นอกเหนือ จากงานประจำ มีอิสระที่จะทำอะไรตามใจปรารถนา ความหมายในเรื่องของการศึกษาเวลาวาง มีแนวคิด 5 ความหมาย คือ

1. ทักษะของเวลาวางแบบดั้งเดิม เวลาวาง คือ เวลาที่ไม่ทำงาน
2. เวลาวาง คือ หน้าที่ของสังคมชนชั้น
3. เวลาวาง คือ กิจกรรมที่กระทำในช่วงเวลาวาง
4. เวลาวาง คือ เวลาที่อิสระ
5. เวลาวาง คือ วิธีชีวิต หรือสภาพที่เกิดขึ้นที่ต้องการให้บุคคลประสบความสำเร็จ

ที่เขาต้องการจะทำได้

นอกจากนี้ ได้กล่าวถึงลักษณะและองค์ประกอบของกิจกรรมเวลาวาง ดังนี้

1. ระดับของความมีอิสระภาพ ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับเวลาวางและการตัดสินใจ เป็น เวลาอิสระ ปราศจากการควบคุม เป็นการใช้เวลาว่างอย่างอิสระในการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นเป็น การแสดงออกโดยอิสระในกิจกรรมดีหรือไม่ดีก็ได้
 2. การแสดงออกแห่งตน เวลาวางเน้นในเรื่องการที่บุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อ ส่งเสริมการแสดงออกแห่งตน สามารถจัดขึ้นได้ในสถานการณ์ที่มีความสนใจ
 3. ความพึงพอใจกิจกรรมยามว่าง จะต้องก่อให้เกิดความพึงพอใจไม่เน้นกฎกติกา
- ดังนั้น จึงพอสรุปได้ว่า เวลาวางเป็นเวลาที่อิสระจากการงานหรือหน้าที่ที่ปฏิบัติประจำ เป็นเวลาของที่เป็นตัวของตัวเองในการที่จะปฏิบัติกิจกรรมใด ๆ ที่ตนเองชอบเพื่อให้เกิดความสุข สนุกสนานเพลิดเพลิน ผ่อนคลายความตึงเครียดจากการปฏิบัติตนในหน้าที่ประจำ

ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง

เวลาวาง นับได้ว่าเป็นปัจจัยสำคัญของการดำรงชีวิตของมนุษย์ทุกคน แต่มนุษย์ทุกคน ได้ใช้เวลาว่างแตกต่างกัน เช่น เอนก หงษ์ทองคำ (2542: 3) กล่าวว่า โดยทั่วไปคนจะใช้เวลาว่าง ไปในทางต่าง ๆ ดังนี้

1. เกียจคร้าน ไม่ทำอะไร ปล่อยเวลาว่างเลยไป
2. ใช้ในทางไม่สร้างสรรค์ และอาจเป็นการทำลายตนเอง และ/หรือกลุ่มอีกด้วย
3. ใช้ในทางเป็นประโยชน์ สร้างสรรค์

ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่ (2527: 12) ได้กล่าวถึง ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง การรู้จักใช้เวลาว่างเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งอย่างหนึ่งของมนุษย์ ผู้ฉลาดพึงแสวงหาวิธีพักผ่อนโดย

ใช้กิจกรรมต่าง ๆ อันจะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและสังคมซึ่งจะเป็นเครื่องตอบสนองความต้องการความสนใจและความพึงพอใจของผู้คน กิจกรรมที่อาจให้เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจนั้นมีมากมายหลายชนิดซึ่งอาจเลือกได้ตามความสมัครใจ การประกอบกิจกรรมที่เป็นประโยชน์เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจนี้ควรทำเมื่อมีเวลาว่าง เช่น เวลาที่เหลือจากงานประจำ เวลาที่เหลือจากการหลับนอน หรือเวลาจากการประกอบกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ ด้วยเหตุผลดังกล่าว มนุษย์จึงมีความจำเป็นต้องประกอบกิจกรรมบางอย่างในยามว่าง กิจกรรมเหล่านั้นควรเป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม บางคนประกอบกิจกรรมที่ไม่พึงปรารถนาบางอย่างเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดของตนเอง

วิวัฒน์ พวงมะลิ (2533: 17) กล่าวว่า เวลามีความสำคัญต่อเรามาก เพราะเวลาเป็นทรัพยากรที่จำกัดที่สุด เวลาเป็นสิ่งที่วัดสินคุณค่า เป็นเครื่องหมายของการเจริญเติบโตเป็นทรัพยากรที่ล้ำค่า เป็นเวทีชีวิต เป็นสัญลักษณ์ของการเปลี่ยนแปลง เป็นตัวสร้างความหวัง เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดประโยชน์ ตลอดจนเป็นตัวกำหนดพัฒนาการของมวลสรรพสิ่งในโลกของเรา

จากความสำคัญของเวลาว่าง สรุปได้ว่า เวลาเป็นทรัพยากรอย่างหนึ่งที่มีคุณสมบัติพิเศษคือ เป็นทรัพยากรที่มีอยู่อย่างจำกัด เวลาจะไม่มีหวนกลับคืนมาใหม่ ผ่านแล้วผ่านเลย และเวลายังเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต อาจกล่าวได้ว่าชีวิตของทุกคนจะต้องขึ้นอยู่กับเวลาอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ซึ่งในช่วงเวลานั้นคนเราจะมีทั้งเวลางานประจำและเวลาว่าง ดังนั้น ในช่วงที่บุคคลมีเวลาว่างถ้าผู้ใช้ไม่ปฏิบัติในการใช้เวลาว่างให้เหมาะสมในทางที่เป็นประโยชน์และถูกวิธีก็จะเป็นการเสียเปล่า และอาจก่อให้เกิดโทษแก่ตัวเองและบุคคลรอบข้างได้

ประโยชน์ของเวลาว่าง

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับประโยชน์ของเวลาว่าง หากใช้เวลาว่างไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมแล้ว สามารถนำกิจกรรมที่ทำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและสังคม มีนักการศึกษาและนักวิชาการได้กล่าวถึงประโยชน์ของการใช้เวลาว่าง ซึ่งผู้วิจัยได้รวบรวมไว้ดังนี้

ดวงเดือน พิศาลบุตร (2515: 84 – 85) ได้กล่าวถึง ประโยชน์ของการใช้เวลาว่างโดยพิจารณาว่า การใช้เวลาว่างเป็นหรือไม่เป็นนั้นเป็นเรื่องสำคัญมาก เพราะจะช่วยให้นักเรียนพบความสำเร็จหรือเจริญก้าวหน้าได้มากหรือรวดเร็วต่างกัน และวิธีการใช้เวลาว่างของนักเรียนยังมีผลต่อนักเรียนเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่แล้วด้วย กล่าวคือ นักเรียนไม่ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น อยู่เฉย ๆ หรือพูดคุยแต่เรื่องไร้สาระ เอาแต่สนุก ไม่ช่วยทำงานบ้าน ไม่คิดทำงาน ใช้เวลาให้หมดไปด้วยการเที่ยวเตร่ แต่นักเรียนที่รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น ช่วยงานบ้าน ศึกษา ค้นคว้า ทำงานอดิเรก เป็นต้น ก็จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ครูและผู้ปกครองจึงควรสนับสนุนให้นักเรียนรู้จักแบ่งเวลา ใช้เวลาว่างอย่างเหมาะสม เป็นการปลูกฝังนิสัยที่ดีเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างตั้งแต่เยาว์วัย การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและครอบครัวเป็นการแสดงออกที่ถูกต้อง ช่วยปลูกฝังให้รู้คุณค่าของเวลา ทำให้มีประสบการณ์ในชีวิตการทำงานต่าง ๆ

มากขึ้น ทำให้เกิดความภาคภูมิใจและเชื่อมั่นในตนเองยิ่งขึ้น และอาจช่วยเพิ่มพูนรายได้ให้กับตนเอง หรือครอบครัวบ้างตามสมควร การรู้จักใช้เวลาว่างจึงมีส่วนอย่างสำคัญที่ช่วยให้ประสบความสำเร็จในชีวิต

ดาร์ล คาราคัตตี (2525: 11-12) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการใช้เวลาว่างว่า ในสังคมโลกปัจจุบันประชาชนมีเวลาว่างมาก ซึ่งเวลาว่างดังกล่าวเปิดโอกาสให้คนรับความรื่นเริงจากกิจกรรมนันทนาการได้ อย่างไรก็ตามเวลาว่างนี้คือ สิ่งที่ต้องศึกษาเพราะมีอิทธิพลต่อชีวิตของสังคมสมัยใหม่มาก เวลาว่างนั้นมีบทบาทที่สำคัญ 3 ประการ คือ

1. เวลาว่างเป็นปัญหาสังคม (Social problem) เวลาว่างนั้นทำให้คนมีอิสระที่จะทำในสิ่งที่เขาต้องการเมื่อไร ที่ไหน กับใคร อันจะเป็นการพัฒนาสังคม ทางกาย และจิตใจของเขา การที่คนทำอะไรในเวลาว่างนั้นเป็นสิ่งที่บ่งให้เห็นบุคลิกลักษณะ ฐานะและสังคมของเขา เวลาว่างในสังคมในสมัยใหม่นั้น มีผลดีหรือเลวต่อความเป็นอยู่ของบุคคลต่อครอบครัว ต่อชุมชนและต่อประเทศชาติ ปัจจัยที่มีผลต่อเวลาว่างในสังคมสมัยใหม่ และปัญหาทางสังคมที่เกิดขึ้นจากเวลานั้น มีดังนี้

1. ความก้าวหน้าทางเทคนิคและอุตสาหกรรม
2. ฐานะความเป็นอยู่สะดวกสบายขึ้น
3. การศึกษาเจริญขึ้น
4. เวลาว่างเพิ่มขึ้น
5. ปัญหาคนว่างงาน
6. ทศนคติทางสังคมเปลี่ยนรูปใหม่
7. ประชากรเพิ่มขึ้น

2. เวลาว่างเป็นองค์ประกอบของเศรษฐกิจ (Economic factor) เวลาที่นอกเหนือจากการที่ต้องทำมาหาเลี้ยงชีพก็คือ เวลาว่างของคนในเวลาว่างนี้มีคนใช้อ่านนวนิยาย ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ เล่นกีฬาต่าง ๆ ไปดูหนังดูละคร ไปท่องเที่ยวและเยี่ยมเยียนเพื่อน ๆ เป็นต้น การที่สินค้าจะขายได้นั้น เกิดจากคนที่มีเวลาว่าง มีความปรารถนาที่จะซื้อและมีเงินจะซื้อ ฐานะเศรษฐกิจของประเทศขึ้นอยู่กับค่าใช้จ่ายและรายได้ของประชากร เวลาว่างนั้นมีอิทธิพลใหญ่ยิ่งต่อเศรษฐกิจของชาติเมื่อ 50 ปีก่อน คนงานต้องทำงานวันละ 50 – 60 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ปัจจุบันกฎหมายแรงงานให้ทำงานไม่เกิน 40 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ เวลาที่เหลือนั้นเป็นเวลาที่ต้องใช้ให้เหมาะสม มีผู้พยากรณ์ว่าอีก 30 ปี ข้างหน้า มนุษย์จะทำงานสัปดาห์ละ 20 ชั่วโมง เพราะมีเครื่องทุ่นแรงและสิ่งอำนวยความสะดวกในการทำงาน เนื่องจากความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์จะเป็นปัญหาเกี่ยวกับคนมีเวลาว่างมากและเป็นปัญหาคนว่างงาน เมื่อเป็นเช่นนี้ทำให้คนต้องเสาะหาสิ่งที่จะอำนวยความสะดวกนันทนาการแก่เขา ไม่ว่าจะเป็นสถานบริการ อุปกรณ์ นอกจากนั้นยังต้องเตรียมโครงการนันทนาการให้แก่บุคคลเหล่านั้น เป็นการเตรียมรับสถานการณ์

3. เวลาว่างเป็นโอกาสของการสร้างวัฒนธรรม (Leisure as a cultural opportunity) ความเจริญของวัฒนธรรมกับเวลาว่างนั้นสัมพันธ์กันมา ตั้งแต่ดึกดำบรรพ์ คนจะมีโอกาสสร้างสรรค์

สิ่งสวยงาม สร้างอารยธรรมต่อเมื่อมีเวลาว่างมาขบคิดและจินตนาการ トラバドที่ไม่มีเวลา ยุ่งอยู่กับภาวะสงครามคนก็ไม่มีโอกาสสร้างวัฒนธรรมให้รุ่งเรืองได้

ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่ (2527: 12) ได้กล่าวถึง หลักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ก็คือ การที่ได้ประกอบกิจกรรมที่ตนพึงพอใจซึ่งทำให้เกิดประโยชน์ขึ้นในเวลาว่าง โดยกิจกรรมนั้น อาจช่วยพัฒนาสิ่งต่าง ๆ ในตัวคนและสังคมได้เป็นอย่างดี การออกกำลังกายเป็นเรื่องของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ซึ่งจำเป็นต่อชีวิตที่จะช่วยให้เกิดความสุขสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ ก่อให้เกิดคุณค่าอันสำคัญต่อชีวิตดังนี้

1. ทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรงและโตขึ้น ทำให้มีการเคลื่อนไหวของร่างกายได้อย่างรวดเร็ว ไม่เหนื่อยง่าย

2. ทำให้หัวใจแข็งแรงสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ทั่วร่างกายได้ดีขึ้น

3. ทำให้ปอดมีโอกาสดำรงได้มากขึ้น ขยายตัวมากขึ้น รับออกซิเจนได้จำนวนมาก และขับถ่ายคาร์บอนไดออกไซด์ได้มาก

4. ทำให้ต่อมเหงื่อทำงานได้ดี ขับเหงื่อออกมามาก ทำให้ระบายของเสียออกจากร่างกายโดยทางเหงื่อได้มาก

5. ทำให้ระบายนการย่อยอาหารดีขึ้นและป้องกันท้องผูก

6. ทำให้เกิดความหิวและอยากอาหาร

7. ทำให้หลับสนิทได้พักผ่อนทางกาย และจิตใจ

8. การออกกำลังกายเพื่อช่วยในการป้องกันโรค เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคความดันโลหิตสูง โรคปอดชนิดต่าง ๆ โรคเกี่ยวกับระบบขับถ่ายผิดปกติ เป็นต้น

สมบัติ กาญจนกิจ (2535: 41) ได้สรุปให้เห็นถึงประโยชน์ของการใช้เวลาว่างไว้ ดังนี้คือ

1. ช่วยให้ผู้บุคคลและชุมชนได้รับความสนุกสนาน มีความสุขในชีวิตและใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

2. ช่วยให้ผู้บุคคลและชุมชนพัฒนาสุขภาพจิต และสมรรถภาพทางกายที่ดี เกิดความสมดุลของชีวิต

3. ช่วยป้องกันอาชญากรรมและพฤติกรรมเบี่ยงเบนในทางไม่พึงประสงค์ของเยาวชน และเด็ก

4. ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี การที่ชุมชนได้มีโอกาสใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ จะได้เรียนรู้ในเรื่องหน้าที่ความรับผิดชอบ คุณค่าทางสังคม เสรีประชาธิปไตย ลดความเห็นแก่ตัว สร้างคุณค่า จริยธรรม ความมีน้ำใจ การให้บริการ รู้จักอาสาสมัครช่วยเหลือสังคม ซึ่งถือว่าเป็นกิจกรรมของความเป็นพลเมืองดี

5. ส่งเสริมการพัฒนาอารมณ์สุข ช่วยส่งเสริมให้รู้จักพัฒนาการ ควบคุมอารมณ์และบุคลิกภาพที่ดีอีกด้วย

6. ส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมของชาติ เช่น การเล่นพื้นเมือง ประเพณีพื้นบ้าน ส่งเสริมการเรียนรู้ ทัศนคติ และความซาบซึ้ง

7. ส่งเสริมการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ เช่น กิจกรรมการอยู่ค่ายพักแรม การเดินป่าศึกษาธรรมชาติ และไต่เขา เป็นต้น

8. ส่งเสริมการบำบัดรักษาการใช้เวลาว่างแก่คนป่วย ซึ่งกำลังต่อสู้กับความทุกข์ทางกายหรือจิต กิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬา จะช่วยส่งเสริมการพัฒนาร่างกาย กิจกรรมนันทนาการทางสังคมช่วยสร้างขวัญกำลังใจผู้ป่วย

9. ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์ ช่วยให้บุคคลได้แสดงออก ฝึกการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข กิจกรรมเกมกีฬาและกีฬาเพื่อการแข่งขัน ช่วยเสริมสร้างความสามัคคี และความเข้าใจอันดีในหมู่คณะ

จะเห็นได้ว่าเวลาเป็นทรัพยากรอย่างหนึ่งที่มีคุณสมบัติพิเศษ คือ เป็นทรัพยากรที่มีอยู่อย่างจำกัด เมื่อเวลาผ่านไปแล้วจะไม่มีโอกาสที่จะเรียกกลับคืนมาใหม่ได้ไม่อาจซื้อขายหรือแลกเปลี่ยนกันได้ หากรู้จักนำเวลาว่างที่มีอยู่มาใช้ให้เกิดประโยชน์ เวลาว่างเป็นเวลาที่มีประโยชน์อย่างยิ่งสามารถนำมาพัฒนาคุณภาพชีวิตต่อตนเองและสังคมได้เป็นอย่างดี ดังนั้น ผู้ที่ประสบความสำเร็จส่วนหนึ่งจะมาจากการที่รู้จักจัดสรรและใช้เวลาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

กิจกรรมนันทนาการ

หมายถึง กิจกรรมที่บุคคลเลือกทำในเวลาว่างจากภารกิจประจำ ทำด้วยความสมัครใจ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อบุคคล สังคมและส่วนรวม กิจกรรมนันทนาการมีหลายประเภท ซึ่งบุคคลสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตรงความต้องการ ความสนใจและความถนัดของแต่ละบุคคล โดยที่มนุษย์ล้วนมีความต้องการที่จะแสดงออกถึงความรู้สึก ความคิดสร้างสรรค์ และสื่อความรู้สึกนึกคิดนั้นสู่คนอื่น ดังนั้นกิจกรรมนันทนาการเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้มนุษย์ได้แสดงออกถึงความสามารถทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม ความรู้สึกและความคิดสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนเป็นสื่อในการพัฒนาคุณภาพชีวิต ดังที่ ชูชีพ เยาวพัฒน์ (2543: 38 – 39) ได้กล่าวถึงกิจกรรมนันทนาการที่เป็นสื่อในการพัฒนาคุณภาพชีวิตว่า กิจกรรมนันทนาการได้ครอบคลุมถึงการจัดกิจกรรมเพื่อมุ่งเน้นพัฒนาคนในแต่ละด้าน ดังนั้นจะเห็นได้ว่านันทนาการมีการดำเนินการโดยใช้กิจกรรมเป็นสื่อที่สำคัญ กิจกรรมนันทนาการดังกล่าว ได้แก่

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

2. กิจกรรมทางพลศึกษา (Physical activities) ได้แก่ กิจกรรมเกมกีฬาทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นประเภทเดี่ยว คู่ หรือทีม ทั้งที่เล่นในร่มและกลางแจ้ง รวมถึงกีฬาทางน้ำด้วย ซึ่งสิ่งที่กล่าวมาแล้วล้วนแต่จัดรวมเป็นประเภทกิจกรรมนันทนาการทางพลศึกษาทั้งสิ้น เช่น หมากรุก หมากฮอส แบดมินตัน ยิมนาสติก ฟุตบอล บาสเกตบอล เบสบอล เทนนิส ตะกร้อ ว่ายน้ำ แข่งเรือและโปโลน้ำ เป็นต้น

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

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

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

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

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

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

7. กิจกรรมนันทนาการนอกเมืองหรือกิจกรรมกลางแจ้ง (Outdoor recreation) หมายถึง กิจกรรมนันทนาการที่ใช้ธรรมชาติป่าไม้ ภูเขา น้ำตก ชายหาด ชายทะเล เป็นองค์ประกอบในการดำเนินกิจกรรมนันทนาการซึ่งได้แก่ การศึกษาธรรมชาติ เทียวป่า ชมอุทยาน ตั้งค่ายพักแรม ปีนเขา เดินทางไกล ล่องแก่งและชมน้ำตก เป็นต้น

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

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

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

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

นอกจากนี้ สมบัติ กาญจนกิจ (2544: 38 – 55) ได้กล่าวถึง กิจกรรมเวลาว่างที่สำคัญ และช่วยให้เกิดการพัฒนาคูณภาพชีวิตของนักเรียน ได้แก่

1. ศิลปหัตถกรรม
2. เกม กีฬา และกรีฑา
3. เดินร่ำ ฟ้อนร่ำพื้นเมือง
4. ดนตรี และร้องเพลง
5. การอ่าน เขียน พุด
6. ละครและการละเล่นพื้นเมือง
7. กิจกรรมทางสังคม
8. กิจกรรมนอกเมือง กิจกรรมกลางแจ้ง
9. งานอดิเรก ทั้งประเภทเก็บสะสม และประดิษฐ์สร้างสรรค์
10. กิจกรรมประเภทอาสาสมัครช่วยเหลือบริการชุมชน
11. กิจกรรมพิเศษต่าง ๆ เช่น งานเทศกาล งานฉลองและประเพณีของท้องถิ่นต่าง ๆ
12. กิจกรรมนันทนาการสุขสงบ เช่น สมาธิ โยคะ การผ่อนคลาย
13. การท่องเที่ยวทัศนศึกษา
14. กิจกรรมสุขภาพเพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพ
15. กิจกรรมนันทนาการกลุ่มสัมพันธ์และมนุษย์สัมพันธ์

ทั้งหมดนี้ เป็นกิจกรรมนันทนาการที่สามารถนำไปใช้ในการจัดการพัฒนาคูณภาพชีวิตให้สังคมมีความสุข ซึ่งในการเลือกปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างนั้นต้องคำนึงถึงเพศ และวัย รวมทั้งความปลอดภัยเป็นสำคัญจะทำให้เกิดประโยชน์ในการพัฒนาคูณภาพชีวิตแก่ตนเองและสังคมต่อไป

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลาว่าง พบว่า จะมีลักษณะของกิจกรรมความร่วมมือและประโยชน์ที่ได้แตกต่างกัน ทั้งต่อตนเองและส่วนรวม โดยมีผู้กล่าวถึงประเภทการใช้เวลาว่างทางนันทนาการไว้ดังนี้

บัทเลอร์ (Butler. 1959: 237 – 241) ได้แบ่งประเภทของกิจกรรมนันทนาการออกเป็น

1. เกมและกีฬา
2. กิจกรรมทางสังคม
3. ดนตรี
4. ศิลปและหัตถกรรม
5. ละคร
6. เดินร่ำ

7. กิจกรรมทางธรรมชาติและกิจกรรมกลางแจ้ง
8. กิจกรรมทางภาษา วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง
9. สะสม (ของเก่า) (Collecting)
10. กิจกรรมบริการ

จรินทร์ ธานีรัตน์ (2528: 173) ได้กล่าวถึง ประเภทของการใช้เวลาว่างด้านกิจกรรมนันทนาการไว้ดังนี้

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

นอกจากนี้ สมบัติ กาญจนกิจ (2542: 98 – 122) ได้กล่าวถึง ประเภทของการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการ ดังนี้

1. กิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและกีฬาเพื่อการแข่งขัน
2. กิจกรรมนันทนาการประเภทศิลปหัตถกรรม
3. กิจกรรมนันทนาการเต็นท์-กิจกรรมเข้าจังหวะ
4. กิจกรรมนันทนาการการละคร
5. กิจกรรมนันทนาการงานอดิเรก
6. กิจกรรมนันทนาการดนตรีและร้องเพลง
7. กิจกรรมนันทนาการกลางแจ้ง/นอกเมือง
8. กิจกรรมนันทนาการทางสังคม
9. กิจกรรมนันทนาการพิเศษ
10. กิจกรรมนันทนาการวรรณกรรม
11. กิจกรรมนันทนาการบริการอาสาสมัคร
12. กิจกรรมนันทนาการการท่องเที่ยวทัศนศึกษา
13. กิจกรรมนันทนาการกลุ่มสัมพันธ์ มนุษย์สัมพันธ์
14. กิจกรรมนันทนาการประเภทพัฒนาจิตใจและความสงบสุข
15. กิจกรรมนันทนาการประเภทพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพ

จากเอกสารที่ผู้วิจัยได้นำมาศึกษาเกี่ยวกับประเภทการใช้เวลาว่างทางนันทนาการ สามารถสรุปแบ่งกิจกรรมนันทนาการออกเป็น 13 ประเภท คือ

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

ประเภทของการใช้เวลาว่างทางนันทนาการ

ประเภทของเวลาและการใช้เวลาว่างทางนันทนาการ ที่ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าส่วนมากจะเป็นลักษณะของการทำกิจกรรมนันทนาการตามความสนใจของตนเองและประโยชน์ที่ได้รับ จะแตกต่างกันตามกิจกรรมที่ตนเองเลือกปฏิบัติ ซึ่ง สมบัติ กาญจนกิจ (2544: 38 – 56) ได้กล่าวถึงประเภทของกิจกรรมนันทนาการประเภทต่าง ๆ ไว้ดังนี้

1. การใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

การใช้เวลาว่างในด้านการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา หมายถึง การใช้เวลาไปกับกิจกรรมออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ได้แก่ การเล่นที่มีการเคลื่อนไหวทางกาย การวิ่งเหยาะ ๆ การเล่นกีฬาเพื่อการออกกำลังกาย การเล่นพื้นเมือง การเต้นรำตามจังหวะเพลง การออกกำลังกายแบบอากาศนิยม กิจกรรมการกีฬา ได้แก่ กิจกรรมกีฬาทั้งในร่มและกลางแจ้ง กิจกรรมกีฬาประเภทใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ การเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีม เป็นต้น ซึ่งมีนักการศึกษาและนักวิชาการได้กล่าวไว้ เช่น เอก เกิดเต็มภูมิ (2540: อัดสำเนา) ได้ให้คำนิยามของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไว้ดังนี้ การออกกำลังกายเป็นสัญญาติญาณของมนุษย์เพื่อกระตุ้นให้ระบบทางสรีรวิทยาของร่างกายได้มีการพัฒนาตามกระบวนการโดยสมบูรณ์ ซึ่งเป็นพื้นฐานของการพัฒนากระบวนการทางด้านจิตใจและกระบวนการทางด้านสังคมของมนุษย์ได้สร้างสรรค์ขึ้น สามารถแบ่งระดับของการกีฬาได้เป็น 3 ระดับ คือ การกีฬาเพื่อสุขภาพและนันทนาการ การกีฬาเพื่อการ

แข่งขัน และการกีฬาเพื่อสังคมและการเมือง การใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา ทำประโยชน์ให้แก่มนุษย์ในหลายด้าน

กิจกรรมกีฬา เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมคุณค่าทางด้านการพัฒนาความเจริญเติบโต ทางร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ซึ่งรัฐบาลได้ประกาศเป็นแผนพัฒนากีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 2 ปี พ.ศ. 2540 – 2544 โดยแบ่งออกเป็น 6 แผนหลัก ดังนี้

1. แผนงานพัฒนาการกีฬาระดับพื้นฐาน
2. แผนงานพัฒนาการกีฬาเพื่อมวลชน
3. แผนงานพัฒนาการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ
4. แผนงานพัฒนาการกีฬาเพื่อการอาชีพ
5. แผนงานพัฒนาการวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีทางการกีฬา
6. แผนงานพัฒนาการบริหารและการพัฒนาการกีฬา

สมบัติ กาญจนกิจ (2535: 102 – 103) ได้กล่าวถึง ความสำคัญของกิจกรรมกีฬา และได้แบ่งกีฬาออกเป็น 6 ประเภทใหญ่ ๆ ดังนี้

1. กิจกรรมเกม กีฬาขั้นพื้นฐาน เช่น กรีฑา ยิมนาสติก ฟุตบอล
2. กีฬาประเภทเดี่ยว และประเภทคู่ เช่น กีฬายิงธนู โบว์ลิ่ง ยิงปืน จักรยาน แข่งเรือ ตกปลา ว่ายน้ำ เดินทางไกล ดำน้ำ กระโดดน้ำ กรีฑา วูตวูต เป็นต้น
3. กีฬาประเภททีม กีฬาทีมกำลังได้รับความนิยมสูง ทั้งนี้เพราะว่ากีฬาทีมช่วย ส่งเสริมคุณค่าทางสังคม เช่น ความสามัคคี มนุษยสัมพันธ์ การรวมกลุ่มเป็นสมาชิกของกลุ่ม การแสดงออกในการมุ่งมั่นสู่ความสำเร็จ ตัวอย่างของกีฬาทีม ได้แก่ กีฬาฟุตบอล บาสเกตบอล วอลเลย์บอล ตะกร้อ ฮอกกี้ ซอฟท์บอล เบสบอล เนตบอล แฮนด์บอล เป็นต้น
4. กีฬาสำหรับสตรีและเด็ก เป็นการจัดกิจกรรมกีฬา เพื่อส่งเสริมให้สตรีมีบทบาท ในการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬามากขึ้น เช่น กีฬาเนตบอล บาสเกตบอล ฟุตบอล ยูโด คาราเต้ วังมาราธอน กรีฑา วูตวูต วอลเลย์บอล เป็นต้น

ในปี 2533 คณะกรรมการโอลิมปิกสากลร่วมกับองค์การศึกษาวิทยาศาสตร์และ วัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ ประกาศให้การสนับสนุนเป็นปีแห่งการส่งเสริมบทบาทสตรีในการกีฬา รวมทั้งนักกีฬา โค้ช ผู้บริหารและเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกับการกีฬามากขึ้น

5. กีฬานันทนาการ หมายถึง กีฬามวลชน (Mass Sport) หรือกีฬาที่นิยมเล่นทั้ง ชายและหญิง วัยเด็ก เยาวชน ผู้ใหญ่และสูงอายุ และแม้กระทั่งกีฬาเพื่อกลุ่มประชากรพิเศษเพื่อให้ ผู้ที่เข้าร่วมเล่นกีฬาในช่วงเวลาว่าง และส่งเสริมคุณค่าการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยมีได้มุ่งไปสู่สัมฤทธิ์ กีฬานันทนาการ ได้แก่ กีฬาสากล เช่น กอล์ฟ เทนนิส วอลเลย์บอล วัง-เดิน เพื่อสุขภาพ ตลอดจน กีฬาประเภทเสี่ยงอันตราย ทำทายความสามารถ เช่น แข่งรถ แข่งเรือ

6. กีฬาเพื่อการแข่งขัน ซึ่งหมายถึง กีฬาที่เน้นในเรื่องทักษะกีฬาเพื่อแสดงความ เป็นเลิศในเชิงกีฬา ถ้ามีการเล่นที่ฝึกหัดฝึกซ้อมกันอย่างต่อเนื่อง โดยหวังผลประโยชน์ก็เป็นกีฬา อาชีพ กีฬาประเภทนี้ในแง่ของนันทนาการเป็นกีฬาสำหรับผู้ชม เป็นการบันเทิงอย่างหนึ่งที่ช่วย

สร้างเสริมประสบการณ์ การพัฒนาทางด้านอารมณ์ การมีส่วนร่วมของกลุ่มการเชียร์หรือเป็นส่วนหนึ่งของทีม การพักผ่อนหย่อนใจ กีฬาอาชีพและเพื่อการแข่งขัน ได้แก่ ยิมนาสติก กรีฑา ฟุตบอล มวยสากล เทนนิส กอล์ฟ บาสเกตบอล เป็นต้น

การกีฬาเป็นกิจกรรมนันทนาการที่นิยมในชุมชนทั่วโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเทศตะวันตก เช่น สหรัฐอเมริกา ยุโรปและลาตินอเมริกา จนเกิดเป็นบริษัทธุรกิจข้ามชาติในการกีฬา เช่น บริษัทผลิตสินค้าอาดิดาส ไนกี้ ดันล็อป ได้ลงทุนส่งเสริมผลิตภัณฑ์ทางการกีฬา และอุปกรณ์กีฬา เพื่อส่งเสริมให้บุคคลในสังคมได้เล่นกีฬาเพื่อนันทนาการ บริษัทผู้สนับสนุนธุรกิจการค้า ได้ใช้การกีฬาเพื่อโฆษณาธุรกิจการค้า ทำให้เกิดการเผยแพร่กีฬาโดยสื่อมวลชน ประชาสัมพันธ์ เช่น วิทยูโทรทัศน์ หนังสือส่งเสริมให้กีฬาเป็นส่วนสำคัญในช่วงเวลาว่างที่สังคมต้องมีส่วนร่วม

2. ดนตรีและร้องเพลง

ดนตรีและการร้องเพลงอยู่คู่กับสังคมของมนุษยชาติมายาวนานจนเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ดังที่ สมบัติ กาญจนกิจ (2542: 113 – 115) กล่าวว่า

ดนตรีเป็นภาษากลางที่ใช้สื่อสาร หรือถ่ายทอดความรู้สึกของมวลมนุษยชาติ เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน บุคคล ชุมชน คู่กันกับดนตรี ทั้งในด้านการเรียนรู้การสื่อสาร การแสดงออกแห่งตน การท้าทาย การแสดงความสามารถขั้นสูงสุดที่บุคคลจะพึงกระทำได้ ดนตรีเป็นการระบายอารมณ์ เป็นการผ่อนคลายความเครียดขณะทำงาน หรือเวลาว่าง กล่าวโดยสรุป ดนตรีเป็นนันทนาการที่ต้องมีควบคู่กับสังคม เป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวัน มีบทบาท ต่อบุคคล ชุมชน สังคม และประเทศชาติ

ประเภทของดนตรีตามลักษณะการเข้าร่วม

1. การร้องเพลง เช่น เพลงไทย สากล เพลงโอเปร่า เพลงคลาสสิก
2. การเล่นดนตรี เช่น เครื่องสาย กีตาร์ เปียโน ไวโอลิน
3. การฟังดนตรี เช่น คอนเสิร์ต ซิมโฟนี เครื่องสาย
4. เพลงประกอบกิจกรรมเข้าจังหวะ เช่น เพลงพื้นเมือง รำวง
5. การสร้างสรรค์ทางดนตรี เช่น การแต่งเพลง เนื้อร้อง ทำนอง การประดิษฐ์

อุปกรณ์ดนตรี

6. กิจกรรมดนตรีแบบผสม เช่น การเต้นรำพื้นเมือง ระบำบัลเล่ย์ ละครเพลง

โอเปร่า เทศกาลดนตรี

การจัดโปรแกรมนันทนาการดนตรี

1. ดนตรีสำหรับเด็กและเยาวชน เช่น โรงเรียนสอนดนตรี ดนตรีสำหรับเยาวชน การศึกษาการเล่นและฟังดนตรี
2. ดนตรีสำหรับประชาชน การจัดสวัสดิการดนตรีสำหรับประชาชนทั่วไป เช่น ศูนย์สังคีต สังคีตศาลา ศูนย์วัฒนธรรมหรือคอนเสิร์ตเพื่อธุรกิจการบันเทิง ผับ ดิสโก้ คลับ สโมสร ห้องอาหาร ภัตตาคาร เป็นต้น

3. ดนตรีสำหรับวัยสูงอายุ เพื่อบริการแก่ประชากรสูงอายุ ซึ่งมีความต้องการ และสนใจในกิจกรรมดนตรีที่แตกต่างออกไป

4. ดนตรีสำหรับประชากรกลุ่มพิเศษ เช่น คนพิการ บุคคลด้อยโอกาสและกลุ่มเยาวชน กลุ่มพฤติกรรมเบี่ยงเบน

คุณค่าของนันทนาการดนตรี

1. ดนตรีช่วยกระตุ้นระบบประสาทสัมผัสของบุคคล และชุมชน
2. ดนตรีช่วยสร้างอารมณ์สุข สนุกสนาน และสุขสงบได้
3. ช่วยส่งเสริมการแสดงออกทางอารมณ์
4. ส่งเสริมความสามารถทางจิตใจ และสติปัญญา
5. เป็นสื่อภาษาที่ไม่มีที่สิ้นสุด
6. เป็นส่วนประกอบของชีวิตประจำวัน
7. ช่วยลดความเครียดของบุคคล และสังคม
8. สร้าง และส่งเสริมคุณค่าของศิลปการสร้างสรรค์
9. เป็นการพินิจอาชีพเศรษฐกิจแก่สังคม
10. เป็นสื่อของการสร้างความเข้าใจมิตรภาพแก่มวลมนุษย์

ซึ่งสอดคล้องกับ อเนก หงษ์ทองคำ (2542: 18) กล่าวว่า ดนตรีและเพลงเป็นกิจกรรมสร้างสรรค์ให้ความสุข ความสนุกสนาน องค์ประกอบของการดนตรีและเพลง คือ การแต่งเพลง การเต้นประกอบเพลง เป็นต้น

3. วรรณกรรม

อเนก หงษ์ทองคำ (2542: 19) กล่าวว่า การอ่าน การเขียน การพูด เป็นกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความรู้ ความเพลิดเพลิน ความสนุกสนานและความสัมพันธ์อันดีในสังคม ซึ่งสอดคล้องกับ สมบัติ กาญจนกิจ (2542: 119) กล่าวว่า กิจกรรมประภทวรรณกรรมส่งเสริมให้บุคคลพัฒนาทักษะความรู้และความสามารถ จัดได้ทุกระดับวัยและเพศ กิจกรรมก่อให้เกิดความสนุกสนาน เพลิดเพลิน การแสดงออกแห่งตนอย่างสร้างสรรค์ สามารถเข้าร่วมกิจกรรมแบบประหยัดได้และเป็นกิจกรรมที่เกาแกของมนุษยชาติ

ประเภทของกิจกรรม

การอ่าน เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ มีรูปแบบ

1. การอ่านหนังสือประวัติศาสตร์คนสำคัญ
2. การจัดวิธีอ่านอย่างมีประสิทธิภาพ และประสิทธิภาพ
3. การอ่านเพื่อพัฒนาตนเอง
4. การอ่านหนังสือพิมพ์
5. การอ่านนวนิยาย
6. การอ่านเพื่อชุมชน

7. การอ่านหนังสือปริทัศน์
8. การอ่านหนังสือวรรณกรรมชั้นเยี่ยม

การเขียน ตัวอย่างรูปแบบการเขียน

1. การเขียนจดหมายสังคมธุรกิจ
2. การเขียนบทร้อยกรอง
3. การเขียนแบบสมัครเล่น
4. การเขียนบทร้อยแก้วเพื่อสื่อมวลชน
5. การเขียนคอลัมน์
6. การเขียนเพื่อพัฒนาทักษะภาษา

7. การเขียนหนังสือรายปักษ์

การพูด ตัวอย่างรูปแบบของการพูด

1. การพูดไต่वाที่
2. การพูดทางวิทยุ โทรทัศน์
3. การเล่นนิทาน
4. การอภิปราย ชักถาม
5. การจัดพบปะเสภากาแฟ
6. การพูดในที่ชุมชน
7. การพูดในเชิงธุรกิจการพูด

4. การท่องเที่ยวทัศนศึกษา

สมบัติ กาญจนกิจ (2542: 122 – 123) กล่าวว่า กิจกรรมการท่องเที่ยวทัศนศึกษา เป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างประสบการณ์ชีวิต สร้างความประทับใจ ความซาบซึ้งในธรรมชาติ ศิลปวัฒนธรรม ประเพณี วิถีชีวิตของชุมชนและสังคมในลักษณะที่แตกต่างกัน การท่องเที่ยว ส่งเสริมการพัฒนาและการเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม รวมทั้ง บุคลิกภาพเป็นการสร้างประสบการณ์ตรง โดยใช้แหล่งนันทนาการที่นอกจากจะเรียนในห้องเรียน หรือสถาบันการศึกษาเป็นการศึกษาชุมชนธรรมชาติที่แท้จริง การท่องเที่ยวยังเป็นการพัฒนา เศรษฐกิจ เป็นการกระจายรายได้สู่ชนบทและเป็นการสร้างความเข้าใจอันดีต่อเพื่อนมนุษย์ต่อ ธรรมชาติสิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรม

กิจกรรมนันทนาการเพื่อการท่องเที่ยวทัศนศึกษา

1. ด้านศิลปะและดนตรี หมายถึง กิจกรรมที่แสดงศิลปะและดนตรี รวมถึงกระบวนการผลิตศิลปะและดนตรี ที่เป็นแหล่งรวบรวมผลงานทางด้านนี้ เช่น พิพิธภัณฑ์ โรงละคร ศูนย์วัฒนธรรม หอศิลป์ โรงภาพยนตร์ สังคีตศาลา เป็นต้น
2. ด้านวรรณกรรม และประวัติศาสตร์ หมายถึง กิจกรรมทัศนศึกษาที่เน้นการศึกษา ทางด้านวรรณกรรมและประวัติศาสตร์ เช่น วัด โบราณสถาน หอสมุดแห่งชาติ หอสมุด สำหรับ

ประชาชน อุทยานประวัติศาสตร์ สถานที่ประวัติศาสตร์ ทางด้านวรรณกรรม เช่น อนุสาวรีย์สุนทรภู่
หลักศิลาจารึก สถานที่หรือเมืองโบราณ เป็นต้น

3. ด้านการติดต่อสื่อสารคมนาคม คือ กิจกรรมทัศนศึกษาที่เน้นในด้านการจัดการ
ติดต่อสื่อสารคมนาคม เช่น ทัศนศึกษา ระบบสถานีวิทยุ โทรทัศน์ สถานีรถไฟ ท่าเรือ ท่าอากาศยาน
 เป็นต้น

4. ด้านสถานที่ราชการ เป็นกิจกรรมที่เน้นศึกษาการบริหารหน่วยงานขององค์การ
ของรัฐ เพื่อให้เข้าใจการดำเนินงานของราชการ เช่น ทำเนียบรัฐบาล รัฐสภา กระทรวง ทบวง กรม
 โรงเรียน ศาลากลาง โรงพยาบาล ค่ายทหาร สนามบิน เป็นต้น

5. ด้านสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ เป็นกิจกรรมทัศนศึกษาเน้นทางด้านศึกษา
เรียนรู้ สัมผัส เข้าใจ ก่อเกิดความซาบซึ้งประทับใจ และก่อให้เกิดการอนุรักษ์ธรรมชาติ เช่น การ
ท่องเที่ยวศึกษา อุทยานแห่งชาติ วนอุทยาน สวนสัตว์ สวนรุกขชาติ พฤษภานักษะเขตรักษาพันธุ์
สัตว์ป่า ป่าเขา ลำธาร ต้นน้ำลำธาร ทรัพยากรธรรมชาติที่หายาก เช่น ถ้ำ น้ำตก ภูเขา พันธุ์ไม้
 เป็นต้น

6. ด้านโรงงานและสถานที่เพื่อการผลิต เป็นกิจกรรมทัศนศึกษาเน้นเรื่อง กรรมวิธี
กระบวนการผลิตในโรงงานอุตสาหกรรม หรือ อุตสาหกรรมท้องถิ่น เช่น ฟาร์ม โรงงานผลิตนม
 โรงงานผลิตน้ำมัน สิ่งทอ เครื่องเซรามิก กระดาษ ผลิตภัณฑ์ผ้า เป็นต้น

7. ด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี เช่น พิพิธภัณฑ์วิทยาศาสตร์ ศูนย์คอมพิวเตอร์
 ห้องฟ้าจำลอง นิทรรศการทางวิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี

8. แหล่งพัฒนาสุขภาพอนามัย เช่น ศูนย์ฝึกกีฬา ศูนย์สุขภาพ

5. ศิลปหัตถกรรม

กิจกรรมประเภทศิลปหัตถกรรม ส่งเสริมความสามารถ ทักษะ งานฝีมือให้แก่ชุมชน
เพื่อก่อให้เกิดการพัฒนาอารมณีสู่และความเจริญเติบโตทางร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา
คุณค่าของศิลปหัตถกรรม

1. เป็นกิจกรรมสร้างสรรค์ เหมาะแก่บุคคลทุกระดับวัย
2. เป็นกิจกรรมประสานงานสมองและมือ ตลอดจนความคิด
3. เป็นกิจกรรมผ่อนคลายอารมณ์ ใช้พลังงานและเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมได้พัฒนา
อารมณ์สุข
4. ช่วยพัฒนาลักษณะนิสัยและทัศนคติในทางพึงประสงค์
5. ช่วยให้บุคคลและชุมชนช่วยตนเอง มีโอกาสเลือกตัดสินใจที่เลือกกิจกรรมเรียนรู้
ตนเอง

6. สร้างความภาคภูมิใจในผลงานของตน สร้างความมั่นใจให้ตนเอง

7. ผลงานของศิลปหัตถกรรมสามารถนำไปประโยชน์ต่อครอบครัวและชุมชนได้
เป็นการประหยัดได้อีกทางหนึ่ง

ชนิดของศิลปหัตถกรรม

1. การประดิษฐ์เครื่องเล่น เครื่องใช้
2. การพิมพ์ภาพและลวดลายต่าง ๆ
3. ศิลปการตกแต่งบ้าน
4. การเย็บปักถักร้อย
5. การประกอบอาหาร
6. ศิลปการแกะสลัก
7. ศิลปการปั้น
8. ศิลปการวาดภาพ

6. การเดินรําและกิจกรรมเข้าจังหวะ

การเดินรําเป็นกิจกรรมทางสังคมที่ให้คุณค่า พัฒนาการทางด้านความเจริญเติบโตทางกาย ทางอารมณ์ สังคมและจิตใจ ส่งเสริมการแสดงออก เสริมสร้างมนุษยสัมพันธ์ เสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์ รู้จักมารยาท วัฒนธรรมและคุณธรรมทางสังคม กิจกรรมการเดินรําเป็นวัฒนธรรมของมนุษย์ที่มีประวัติยาวนานของมวลมนุษย์

กิจกรรมเข้าจังหวะ หมายถึง การเล่นที่ใช้จังหวะประกอบการเคลื่อนไหวตามบทเพลงและจังหวะประกอบดนตรี เป็นการส่งเสริมการแสดงออกของบุคคลเข้ากับจังหวะดนตรี

คุณค่าในการเข้าร่วมเดินรําและกิจกรรมเข้าจังหวะ

1. ก่อให้เกิดความสนุกสนาน รวมทั้งพัฒนาทางสมรรถภาพทางกาย
2. ได้เรียนรู้มารยาทในการเข้าสังคม
3. ส่งเสริมการประสานงานของสมอง ประสาทกล้ามเนื้ออย่างมีประสิทธิภาพ
4. ส่งเสริมบุคลิกภาพ ทรวดทรง
5. ส่งเสริมการแสดงออกของบุคคล
6. ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์ การปรับตัวของบุคคล
7. ส่งเสริมจังหวะและดนตรีให้ผู้เข้าร่วม

7. การละคร

นันทนาการประเภทการละครเป็นกิจกรรมการแสดงออกทางการระบายอารมณ์หรือกิจกรรมของชีวิตประจำ การสร้างความรู้สึการแสดงออกแห่งตน นันทนาการละครเกิดได้หลายวิธี เช่น เกิดจากการแสดงพิธีการทางศาสนา ความฝัน หรือจินตนาการที่ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านอารมณ์สุข สนุกสนาน

คุณค่าของการละคร

1. เป็นการส่งเสริมการแสดงออกแห่งตน
2. เป็นลักษณะวัฒนธรรมและเอกลักษณ์ของชนชาติ
3. ส่งเสริมการเลียนแบบพฤติกรรมมนุษย์

4. เป็นการพัฒนาอารมณ์สุข
5. ช่วยส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการ

8. งานอดิเรก

งานอดิเรกจัดเป็นกิจกรรมนันทนาการที่ส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตของมนุษย์ตั้งแต่ วัยเด็ก เยาวชนและผู้สูงอายุ เป็นการส่งเสริมการสร้างประสบการณ์ชีวิต เป็นการบำบัดทางกาย และจิตใจ ส่งเสริมโอกาสให้บุคคลเลือกกิจกรรมตามความสนใจ สัมผัสและกระทำด้วยความเต็มใจในช่วงเวลาอิสระ เวลาว่างและเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลและสังคม

ประเภทของงานอดิเรก

1. งานอดิเรกประเภทกระทำ เช่น ประดิษฐ์ ต่อเติม วาดภาพ
2. งานอดิเรกประเภทสะสม เช่น สะสมแสตมป์ เหรียญกษาปณ์
3. งานอดิเรกประเภทสร้างสรรค์ เช่น แกะสลัก วาดภาพ
4. งานอดิเรกประเภทศึกษาเรียนรู้ เช่น อ่านหนังสือ เรียนรู้เทคนิคต่าง ๆ

คุณค่าของงานอดิเรก

1. เป็นการผ่อนคลายความเครียดของบุคคลและชุมชน
2. เป็นการส่งเสริมสุขภาพจิต
3. เป็นกิจกรรมต่อต้านความเบื่อหรือเวลาว่างเชิงบังคับ
4. เป็นการแสดงออกทางสร้างสรรค์
5. เป็นสื่อความรู้และทักษะการเรียนรู้ในสิ่งที่ตนไม่รู้มาก่อน
6. ชาบซึ่งในศิลปะ ความประทับใจ และเป็นการบำบัด
7. งานอดิเรกช่วยพัฒนาทักษะจนกลายเป็นรายได้เสริมหรือเกิดมีอาชีพเสริม

เศรษฐกิจของบุคคล ครอบครัวและสังคม

9. กิจกรรมกลางแจ้ง/นอกเมือง

เป็นกิจกรรมหลากหลายที่ส่งเสริมให้บุคคลได้มีโอกาสใกล้ชิดธรรมชาติ ห้างไกล จากสภาพแวดล้อมที่มีมลภาวะเป็นพิษ ส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาการเจริญเติบโตทางร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญาของบุคคล และสังคม แหล่งนันทนาการกลางแจ้ง/นอกเมือง ได้แก่ สวนสาธารณะ สนามเด็กเล่น ฟาร์ม ค่ายพักแรม สวนหย่อม สวนผลไม้ พิพิธภัณฑ์ สวนสัตว์ หรือศูนย์ชุมชน ที่นอกเหนือจากสภาพแวดล้อมในบ้านหรือในห้องเรียน

10. นันทนาการทางสังคม

ดังที่เข้าใจกันโดยทั่วไป มนุษย์เป็นสัตว์สังคม ต้องการความรักความเข้าใจ ความสัมพันธ์และการเป็นเจ้าของ ดังนั้นกิจกรรมนันทนาการทางสังคมจึงเป็นกิจกรรมที่ช่วยเสริมโอกาส มนุษย์สัมพันธ์ ความเข้าใจ ความสามัคคีอันดีต่อเพื่อนมนุษย์

คุณค่าของนันทนาการทางสังคม

1. ส่งเสริมกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

2. ส่งเสริมมนุษย์สัมพันธ์ในกลุ่มและชุมชน
3. เป็นการผ่อนคลายความตึงเครียดจากงานหรือภารกิจประจำวัน
4. เป็นการส่งเสริมการเป็นสมาชิกของกลุ่ม
5. สร้างเสริมคุณค่าของสังคมประชาธิปไตย
6. ช่วยพัฒนาคุณภาพของสังคม

11. นันทนาการพิเศษ

เป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นในโอกาสหรือเทศกาลพิเศษ ต้องมีการจัดเตรียมสถานที่เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกชุมชนได้มาร่วมกัน เช่น เทศกาลสงกรานต์ ลอยกระทง วันคริสต์มาส ตรุษจีน รวมทั้งกิจกรรมวันพิเศษของบุคคลในครอบครัว เช่นวันเกิด วันครบรอบแต่งงาน เป็นต้น

คุณค่าของนันทนาการพิเศษ

1. เป็นศูนย์กลางของชุมชน เปิดโอกาสให้สมาชิกชุมชนได้ทำงานร่วมกันและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

2. เป็นการเปิดโอกาสการทำงาน เป็นการสร้างโปรแกรมนันทนาการ
3. เป็นการใช้สื่อประชาสัมพันธ์ของชุมชนเพื่อก่อให้เกิดทัศนคติที่ดีของชุมชน
4. เปิดโอกาสให้บุคคลได้รู้จักสมาชิกใหม่ สร้างมนุษยสัมพันธ์
5. เป็นการทำงานร่วมกันโดยมีเป้าหมายเดียวกัน

12. การบริการอาสาสมัคร

กิจกรรมอาสาสมัคร เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมในเรื่องคุณธรรมจริยธรรม การให้และการรับ และความร่วมมือของชุมชน อันจะก่อให้เกิดความพึงพอใจและการพัฒนาจิตใจของบุคคลและสังคม อาสาสมัครเป็นการให้บริการโดยปราศจากสิ่งจูงใจรางวัล เป็นการเสริมสร้างทักษะและการสร้างคุณภาพชีวิต การให้บริการอาสาสมัครเป็นการพัฒนาชุมชนและประเทศชาติโดยอาศัยแรงงาน ความร่วมมือของกลุ่ม หน่วยงานเอกชน ชุมชนและองค์การธุรกิจการค้าที่จะต้องจัดบริการชุมชน

13. ประเภทพัฒนาจิตใจและความสุขสงบ

เป็นกิจกรรมที่สอนคุณค่าในเรื่องการพัฒนาสมาธิ จิตใจ ความสุขสงบ ซึ่งไม่ได้เน้นในเรื่องการเคลื่อนไหวตื่นเต้นหรือความสนุกสนานสนาน เช่น กิจกรรมฝึกสมาธิ โยคะ การฟังเพลง ศึกษาศาสนา ปรัชญามวยจีน เป็นต้น ถือว่าเป็นกิจกรรมที่สำคัญมากไม่แพ้กิจกรรมอื่น ๆ เพราะกิจกรรมนี้จะช่วยสร้างความสมดุลระหว่างการงานกับการพักผ่อน การลดความเครียด ความวิตกกังวล เป็นการพัฒนาทางจิตใจและสภาพร่างกาย ระบบสรีระและชีวภาพควบคู่กับทางด้านจิตใจ

ทั้งหมดที่กล่าวมานี้เป็นกิจกรรมนันทนาการที่ทำในเวลาว่าง เป็นสื่อในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม การเลือกทำกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างให้เหมาะสมกับเพศและวัยนั้น เป็นสิ่งสำคัญยิ่ง จะทำให้เกิดประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต แก่ตนเองและสังคมต่อไป

วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร

ประวัติความเป็นมา

วิทยาเขตเทคนิคสมุทรสาคร เดิมชื่อ โรงเรียนช่างไม้สมุทรสาคร ซึ่งเริ่มทำการเปิดสอนเมื่อวันที่ 17 พฤษภาคม พ.ศ. 2481 โดยเริ่มเปิดสอนในรายวิชาช่างไม้ ก่อสร้าง ต่อมาได้เปลี่ยนชื่อเป็น โรงเรียนการช่างสมุทรสาคร โรงเรียนเทคนิคสมุทรสาคร และในปัจจุบันได้รับการยกฐานะขึ้นเป็น “วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร” สังกัดกองวิทยาลัยเทคนิค กรมอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ เมื่อวันที่ 1 เมษายน พ.ศ. 2542

ประวัติการจัดการศึกษา

พ.ศ. 2481 – 2487 เปิดทำการสอนชั้นประโยคอาชีวศึกษาตอนต้น หลักสูตร 3 ปี รับนักเรียนที่จบชั้นประถมปีที่ 4 ทั้งอยู่ประจำและไปกลับ

พ.ศ. 2495 – 2501 เปิดขยายทำการสอนชั้นประโยคอาชีวศึกษาตอนปลาย หลักสูตร 3 ปี รับนักเรียนที่จบชั้นอาชีวศึกษาตอนต้นและมีมัธยมศึกษาปีที่ 3 เข้าเรียน

พ.ศ. 2502 – 2503 เปิดสอนประโยคอาชีวศึกษาชั้นสูง รับนักเรียนที่เรียนจบชั้นอาชีวศึกษาตอนปลายหลักสูตร 3 ปี

พ.ศ. 2504 – 2516 เปลี่ยนแผนการศึกษาเปิดรับนักเรียนที่จบชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 เข้าเรียนในชั้น ม.ศ. 1 – 3 สายอาชีพ หลักสูตร 3 ปี และรับนักเรียนที่จบ ชั้น ม.ศ. 3 เข้าเรียนในชั้น ม.ศ. 4 – 6 สายอาชีพ หลักสูตร 3 ปี

พ.ศ. 2518 – 2522 เปลี่ยนแผนการศึกษาเปิดรับนักเรียนที่จบชั้น ม.ศ. 3 เข้าเรียนในชั้นประโยคมัธยมศึกษาตอนปลายสายอาชีพหลักสูตร 2 ปี เรียนต่อชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพ หลักสูตร 1 ปี

พ.ศ. 2524 เริ่มใช้หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ 2524 กำหนดให้รับนักเรียนที่จบชั้น ม. 3 เข้าเรียนตามหลักสูตร ปวช. 3 ปี

พ.ศ. 2527 เริ่มใช้หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง พ.ศ. 2527 และ พ.ศ. 2530 เริ่มใช้หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ

พ.ศ. 2530 เริ่มใช้หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พ.ศ. 2530 ปรับปรุงครั้งที่ 1

พ.ศ. 2533 เริ่มใช้หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ ปรับปรุงครั้งที่ 1 พ.ศ. 2533

พ.ศ. 2536 เริ่มใช้หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พ.ศ. 2536

พ.ศ. 2538 เริ่มใช้หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพอาชีวศึกษาระบบทวิภาคี

พ.ศ. 2538 แผนกช่างกลโรงงาน ช่างไฟฟ้ากำลัง รับนักเรียนจบชั้น ม. 3 เข้าเรียนในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) หลักสูตร 3 ปี

พ.ศ. 2542 เริ่มใช้หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) ระบบทวิภาคี แผนกช่างยนต์ แผนกช่างเทคนิคการผลิต แผนกช่างไฟฟ้ากำลัง

พ.ศ. 2545 เริ่มใช้หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ พ.ศ. 2545 จนถึงปัจจุบัน

ข้อมูลพื้นฐานด้านขนาดและที่ตั้ง

วิทยาเขตเทคนิคสมุทรสาคร ตั้งอยู่ที่ 927 ถนนเศรษฐกิจ 1 ตำบลมหาชัย อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร รหัสไปรษณีย์ 74000 โทรศัพท์ 0-3441-1248 โทรสาร 0-3441-1185 มีเนื้อที่ทั้งหมด 7 ไร่ 2 งาน 29.8 ตารางวา ตั้งอยู่ห่างจากศาลากลางจังหวัดสมุทรสาคร 200 เมตร และมีระยะทางจากกรุงเทพมหานคร 29 กิโลเมตร

เขตติดต่อ

ทิศเหนือ ติดถนนเอกชัย ห่างจากถนนพระราม 2 1 กิโลเมตร

ทิศใต้ ติดถนนสรศักดิ์ ห่างจากที่ว่าการอำเภอเมืองสมุทรสาคร 20 เมตร

ทิศตะวันออก ติดถนนเศรษฐกิจ 1 ตรงข้ามสถานีตำรวจภูธรอำเภอเมือง

สมุทรสาคร

ทิศตะวันตก ติดถนนเจริญวงศ์

สถานที่ตั้งแห่งที่ 2 บริเวณวัดใหญ่บ้านบ่อ ตำบลบ้านบ่อ อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร เป็นพื้นที่เช่าของวัด มีขนาดพื้นที่ประมาณ 25 ไร่ และมีระยะห่างจากที่ตั้งเดิม 10 กิโลเมตร

วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร เป็นสถานศึกษาสังกัดกรมอาชีวศึกษา เป็นสถานศึกษาขนาดใหญ่ เปิดสอน 2 ระดับคือ ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) และระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) ประเภทวิชาช่างอุตสาหกรรม และประเภทวิชาพาณิชยกรรม

อาคารสถานที่

อาคารต่าง ๆ ที่ใช้ในการเรียนการสอน การประกอบกิจกรรมภาคปฏิบัติ และกิจกรรมเสริมหลักสูตร มีดังนี้

1. อาคาร 1 “อาคารเฉลิมพระเกียรติ” เป็นอาคารเรียน ความสูง 6 ชั้น
2. อาคาร 2 เป็นอาคารเรียน ขนาด 3 ชั้น
3. อาคาร 3 เป็นอาคารเรียน ขนาด 3 ชั้น
4. อาคาร 4 เป็นอาคารของงานอาคารสถานที่เพื่อเก็บวัสดุและอุปกรณ์

ของวิทยาลัย

5. อาคาร 5 เป็นอาคารปฏิบัติงานเชื่อมของแผนกวิชาช่างเชื่อมโลหะขนาด 1 ชั้น
6. อาคาร 6 เป็นอาคารงานพัสดุ และโรงฝึกงานแผนกวิชาช่างเชื่อมโลหะ

ขนาด 1 ชั้น

7. อาคาร 7 เป็นอาคารเรียน ขนาด 3 ชั้น
8. อาคาร 8 เป็นอาคารเรียน ขนาด 1 ชั้น
9. อาคารเอนกประสงค์ ขนาด 3 ชั้น เพื่อการเรียนการสอนและปฏิบัติกิจกรรม
10. อาคารเอนกประสงค์ ขนาด 6 ชั้น เพื่อการเรียนการสอนและปฏิบัติกิจกรรม

ในที่ตั้งแห่งที่ 2

ปรัชญา

วิทยาเขตเทคนิคสมุทรสาคร มีปรัชญาว่า “หมั่นฝึกฝีมือ ยึดถือคุณธรรม สัมพันธ์ชุมชน คิดค้นเทคโนโลยี”

สภาพชุมชน

วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ตั้งอยู่ในตัวเมืองในเขตเทศบาลสมุทรสาคร ชุมชนโดยรอบประกอบด้วยย่านธุรกิจการค้า ตลาดสด เทศบาล สถานที่ราชการ โรงงานอุตสาหกรรม และการประมงทางทะเล การประกอบอาชีพของคนทั่วไปในชุมชนอำเภอเมือง จะประกอบอาชีพในโรงงานอุตสาหกรรม ค้าขายและประมง ในเขตอำเภอกระทุ่มแบน ประกอบอาชีพเกษตรกรรม และโรงงานอุตสาหกรรม ในเขตอำเภอบ้านแพ้ว ประกอบอาชีพเกษตรกรรม โดยทั่วไปชุมชนจะให้ความร่วมมือกับสถานศึกษาในด้านของการให้ที่ฝึกงานแก่นักเรียนนักศึกษา สนับสนุนให้ทุนการศึกษาแก่นักเรียนที่ยากจน

ปัญหาและอุปสรรค

เนื่องจากที่ตั้งอยู่ในเมือง พื้นที่ 7 ไร่เศษ มีอาคารเรียนและอาคารฝึกงาน จำนวน 9 หลัง ทำให้ไม่มีพื้นที่ว่างและสนามที่เพียงพอให้นักเรียนออกกำลังกาย นั่งพักผ่อนหรือทำกิจกรรมต่าง ๆ ในยามว่าง ทำให้นักเรียนส่วนหนึ่งมักจะออกไปนอกวิทยาลัยเพื่อหาสถานที่พักผ่อนอันเป็นปัญหาทำให้เกิดความไม่เรียบร้อยตามสถานที่สาธารณะ และสถานที่ตั้งแห่งที่ 2 อยู่ห่างจากที่ตั้งเดิม 10 กิโลเมตร นักเรียนจะต้องเดินทางไป – มา เพื่อเรียนทั้ง 2 แห่ง เป็นอุปสรรคต่อการควบคุมความประพฤติและดูแลเรื่องความปลอดภัยในการเดินทาง

วัตถุประสงค์และแผนการดำเนินงาน

วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร มีการจัดการศึกษาที่มุ่งให้นักเรียนและนักศึกษาได้นำความรู้ออกไปประกอบอาชีพทั้งในภาครัฐบาลและเอกชน ทั้งในด้านอุตสาหกรรม เทคโนโลยี พณิชยกรรม การค้า และอื่น ๆ หรือเพื่อประกอบอาชีพส่วนตัว รวมทั้งปลูกฝังพื้นฐานทางทักษะความรู้เพื่อให้สามารถพัฒนาตนเองให้มีทักษะและความสามารถในระดับที่สูงขึ้น สามารถดำรงชีพเลี้ยงตนเองและครอบครัวได้ และสร้างคุณประโยชน์แก่สังคมและประเทศชาติต่อไป โดยมีแผนการดำเนินงาน ดังนี้

1. ปรับปรุงเปลี่ยนแปลง ยกระดับมาตรฐานการศึกษาให้เป็นที่ยอมรับของสังคม
2. สร้างบรรยากาศ สภาพแวดล้อมของวิทยาลัยให้เอื้อต่อการเรียนการสอน เพื่อให้นักเรียนและนักศึกษาได้เรียนอย่างมีความสุข มุ่งเน้นการเรียนการสอนโดยผู้เรียนได้ฝึกปฏิบัติจริง ปลูกฝังเรื่องความสะอาด มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และมีความรักสามัคคี
3. มีการพัฒนาความพร้อมด้านอาคารสถานที่ที่เอื้อต่อการเรียนการสอน เช่น ห้องเรียน ห้องสมุด ห้องคอมพิวเตอร์ ห้องทดลอง และห้องปฏิบัติการต่าง ๆ
4. มีอุปกรณ์การเรียนการสอนครบครัน
5. มีการแก้ไขปัญหาด้านบุคลากร เพื่อให้มีอัตราส่วนผู้สอนต่อผู้เรียนที่ได้มาตรฐาน

6. มีการเรียนการสอนที่สอดคล้องกับสภาพท้องถิ่น โดยกำหนดหลักสูตรให้สอดคล้องกับความต้องการทางด้านแรงงานในท้องถิ่นและพื้นที่ใกล้เคียง รวมทั้งมีการพัฒนาและปรับปรุงหลักสูตรให้เหมาะสมและทันสมัยอยู่เสมอ

7. มีการเก็บค่าเล่าเรียนเพื่อการพัฒนาการศึกษา

8. มีการส่งเสริมให้กลุ่มบุคคลและชุมชนได้มีส่วนร่วมในการสนับสนุนการดำเนินงานของวิทยาลัยในทุก ๆ ด้าน

9. จัดให้มีการวัดและประเมินผลเป็นระยะ ๆ

10. ส่งเสริมสนับสนุนการจัดการอาชีวศึกษาระบบทวิภาคี

11. สร้างงานในสถานศึกษาให้นักเรียนและนักศึกษา เพื่อให้มีรายได้ระหว่างเรียน

12. ส่งเสริมสนับสนุนให้นักเรียนและนักศึกษาเป็นนักประดิษฐ์และมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เพื่อเป็นพื้นฐานการพัฒนาตนเองในอนาคต

13. ดำเนินการจัดทำสิ่งประดิษฐ์คนรุ่นใหม่

กิจกรรมเสริมหลักสูตร

นอกจากการเรียนการสอนตามหลักสูตรปกติแล้ว วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ได้เปิดโอกาสให้นักเรียนและนักศึกษาแสดงออกถึงความสามารถในการทำงานที่ตนเองชอบ และมีความถนัด ด้วยการส่งเสริมให้จัดกิจกรรมในรูปแบบต่างๆ ตามสมควร เช่น กิจกรรมชมรมต่าง ๆ 15 ชมรม ดังนี้

1. ชมรมลูกเสือวิสามัญ
2. ชมรมพัฒนาผู้นำ
3. ชมรมต่อต้านยาเสพติด
4. ชมรมพัฒนาประชาธิปไตย
5. ชมรมห้องสมุด
6. ชมรมอนุรักษ์ธรรมชาติ
7. ชมรมอาสาพัฒนา
8. ชมรมศิลปะป้องกันตัว (เทควันโด)
9. ชมรมนักศึกษาวิชาทหาร (รต.)
10. ชมรมจริยธรรม
11. ชมรมดนตรีสากล
12. ชมรมรักภาษา
13. ชมรมคุ้มครองผู้บริโภค
14. ชมรมวิทยาศาสตร์
15. ชมรมองค์การวิชาชีพ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในต่างประเทศ

ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้างานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลาว่างของนักเรียนนักศึกษาไว้ดังนี้ เรย์มอร์ (Raymore. 1994: 702) ได้ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับเปลี่ยนรูปแบบของพฤติกรรมการใช้เวลาว่างในช่วงเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาสู่ช่วงวัยรุ่นในมหาวิทยาลัย จนถึงช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงและการคงอยู่ของรูปแบบพฤติกรรมการใช้เวลาว่างตามช่วงวัยดังกล่าว ได้แก่ เพื่อนสนิท และผู้ปกครอง รูปแบบการใช้เวลาว่างที่ทำการศึกษา ได้แก่ ระดับของการมีส่วนร่วมในกิจกรรม กิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย กิจกรรมบันเทิง กิจกรรมที่บ้าน และกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่เสี่ยงอันตราย นักเรียนเมื่ออยู่ในช่วงระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จะเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างในเกณฑ์ต่ำและจะเปลี่ยนแปลงโดยเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างสูงขึ้นเมื่อเข้าเรียนใน ระดับวิทยาลัย และเปลี่ยนแปลงอีกครั้งเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้นกล่าวคือ จะเข้าร่วมในกิจกรรม การใช้เวลาว่างน้อยลง

วิดเมอร์ (Widmer. 1994: 3878) ได้สร้างแบบทดสอบวัดความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เวลาว่างกับพฤติกรรมที่แสดงถึงภาวะทางจริยธรรมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการแบ่งแยกกลุ่มนักเรียนวัยรุ่นที่มีปัญหากับกลุ่มนักเรียนวัยรุ่นปกติ โดยพิจารณากิจกรรมการใช้เวลาว่างเป็นหลัก โครงสร้างของแบบทดสอบประกอบด้วย เนื้อหาที่เป็นตัวแทนของพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของกลุ่มวัยรุ่นที่มีปัญหา และจากการหาค่าความเชื่อมั่นทางสถิติโดยใช้ค่าสหสัมพันธ์ ผลการวิจัยพบว่า ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมที่เป็นปฏิปักษ์ของกลุ่มวัยรุ่นกับเกณฑ์ประเมินค่าแบบ เอแอลแอลเอส (Appropriate Leisure Lifestyle Scales : ALLS) มีค่าเป็นบวก ส่วนค่าสหสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมที่เป็นความรู้สึกของกลุ่มวัยรุ่นกับเกณฑ์ประเมินค่า เอแอลแอลเอส มีค่าเป็นลบ

นิสเบท (Nisbet. 1995: 75) ได้ศึกษาเรื่อง รูปแบบการจัดโปรแกรมการใช้เวลาว่างให้แก่นักเรียนในระดับมัธยมศึกษาที่มีความผิดปกติทางสมองประเภทสมองช้า (Mental Retard) ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยสำคัญที่เป็นตัวบ่งบอกถึงความสำเร็จ ในการจัดโปรแกรมการใช้เวลาว่างให้แก่เรียนดังกล่าว ได้แก่ ประสบการณ์ของครูผู้สอน ระดับการศึกษาของครูผู้สอน ปีที่จบการศึกษา ความต้องการของนักเรียน

บราวน์ (Brown. 1995: 341) ได้ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงานตามหน้าที่ จำนวนของเวลาว่างกับความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่างของครูผู้สอนหญิงในระดับประถมศึกษา ผลการวิจัยพบว่า มีค่าความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างความพึงพอใจในงานตามหน้าที่กับจำนวนของเวลาว่างและความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่าง ส่วนค่าความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงานตามหน้าที่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติกับความพึงพอใจกับ

การได้ใช้เวลาว่าง และค่าความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติกับจำนวนของเวลาว่าง

คีเวล (Kivel. 1996: 132) ได้ศึกษาเรื่อง บทบาทของการใช้เวลาว่างในฐานะที่เป็นข้อมูลสำคัญ เป็นดัชนีที่แสดงถึงพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศประเภทเลสเบี้ยน เกย์ ไบเซ็กชวล กับเยาวชนกลุ่มอายุ 19 – 23 ปี ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบของการใช้เวลาว่างมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศ การใช้เวลาว่างของเยาวชนในกลุ่มดังกล่าว เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้พวกเขาเหล่านั้นพัฒนาความเข้าใจตนเอง นอกจากนั้นเขาได้สรุปว่า เยาวชนซึ่งมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศจะเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้สอดคล้องต่อการรับรู้และความเข้าใจตนเอง

แม็คโดเวล (McDowell. 1996: 435) ได้ศึกษาเรื่องความปรารถนาและการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างเปรียบเทียบระหว่างเด็กวัยรุ่นปกติกับเด็กวัยรุ่นที่มีความผิดปกติทางสมองประเภทเรียนช้า ผลการวิจัยพบว่าเด็กวัยรุ่นทั้ง 2 กลุ่มมีความปรารถนาสูงที่ใช้เวลาว่างได้แก่ การฟังดนตรี การดูภาพยนตร์ ดูโทรทัศน์ จับกลุ่มสนทนา วาดรูป ฟุตบอล กีฬา ส่วนกิจกรรมที่เด็กทั้ง 2 กลุ่มเข้าร่วมในเกณฑ์ต่ำ ได้แก่ การจับจ่ายสิ่งของ การกินอาหารนอกบ้านและการอ่านหนังสือ นอกจากนั้น ยังพบว่าปัญหาและอุปสรรคที่ทำให้วัยรุ่นไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ตามที่ตนปรารถนาได้ก็คือความจำกัดทางด้านเวลาและโอกาส เด็กวัยรุ่นที่มีความผิดปกติทางสมองมีความปรารถนาที่จะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในเกณฑ์ที่สูงกว่าวัยรุ่นปกติ

วัตสัน (Watson. 1997: 325) ได้ศึกษาเรื่อง ผลกระทบทัศนคติและแรงจูงใจของการใช้เวลาว่างที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการการออกกำลังกายของนักศึกษาในวิทยาลัย ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างวันละ 2 – 3 ชั่วโมง ในการดูโทรทัศน์หรือการทำกิจกรรม ที่ไม่มีการเคลื่อนไหวซึ่งเขาสรุปได้ว่านักศึกษามีเวลาว่าง แต่ไม่ใช้เวลาว่างในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการการออกกำลังกาย ขาดทัศนคติที่ดี ขาดแรงจูงใจ ตลอดจนไม่เห็นความสำคัญของกิจกรรมนันทนาการการออกกำลังกายเพื่อนันทนาการ

งานวิจัยในประเทศ

จากการศึกษางานวิจัยในประเทศด้านการใช้เวลาว่าง ได้มีนักการศึกษาและนักวิชาการได้ทำการศึกษาและวิจัยในเรื่องนี้ ซึ่งผู้วิจัยได้รวบรวมงานวิจัยในส่วนที่เกี่ยวข้องไว้ ดังนี้

ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์ (2523: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การใช้เวลาว่างและกิจกรรมนันทนาการของประชากรกรุงเทพมหานคร ตลอดจนปัญหาการใช้เวลาว่างในแหล่งนันทนาการที่จัดโดยรัฐและเอกชน ข้อมูลที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าประกอบด้วย ข้อมูลที่ได้จากหน่วยราชการต่าง ๆ เช่น สำนักผังเมือง กระทรวงมหาดไทย และสำนักสวัสดิการสังคม กรุงเทพมหานคร ซึ่งได้มาโดยวิธีสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งเป็นเขต (Cluster Random Sampling) ตามการแบ่งเป็นท้องที่การศึกษาจำนวน 5 ท้องที่ของกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ เป็นกลุ่มตัวอย่างประชากร ทั้งสิ้น

500 คน ได้แบบสอบถามกลับคืนมาทั้งสิ้น คิดเป็นร้อยละ 89.20 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยวิธีใช้ระเบียบทางสถิติ หาค่าเฉลี่ยและหาค่าร้อยละ ผลการวิจัยพบว่าประชากรในกรุงเทพมหานคร มีจุดมุ่งหมายในการใช้เวลาว่างหลายประการ คือ เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดของร่างกาย เพื่อสุขภาพและความสมบูรณ์ของร่างกาย เพื่อให้จิตใจสดชื่นแจ่มใส เพื่อแสวงหาความสุขร่วมกับครอบครัว เพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน และเพื่อการศึกษาหาความรู้เพิ่มเติม ตามลำดับ ช่วงเวลา ที่ประชากรกรุงเทพมหานครมีเวลาว่างมักเป็นเวลา 18 นาฬิกา และมีเวลาว่างมากที่สุด ในวันเสาร์และวันอาทิตย์ตามลำดับ กิจกรรมนันทนาการที่ประชากรกรุงเทพมหานครประกอบเป็นประจำ ได้แก่ การดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุและอ่านหนังสือ นอกจากนั้น มักชอบไปเดินชมและซื้อสินค้าตามห้างสรรพสินค้า ศูนย์การค้า ตลาดนัด โรงมหรสพและสนามกีฬาต่าง ๆ แหล่งนันทนาการที่ประชากรกรุงเทพ มหานครต้องการให้กรุงเทพมหานครจัดให้มากที่สุดคือ สวนสาธารณะ สนามกีฬาประเภทต่าง ๆ ตลาดนัด ห้องสมุด สระว่ายน้ำ สนามเด็กเล่นและสวนหย่อม ในช่วงเดือนมกราคม ปี พ.ศ. 2523 ประชากรกรุงเทพมหานคร ไปใช้เวลาว่างในสวนสัตว์ดุสิตและห้องสมุดประชาชนมากตามลำดับ และได้สรุปการสำรวจไว้ดังนี้

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

กิจกรรมนันทนาการในช่วงวันสุดสัปดาห์ที่ชาวกรุงเทพมหานครให้ความนิยม

ดังต่อไปนี้

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

สำหรับแหล่งนันทนาการที่ชาวกรุงเทพมหานครเข้าร่วมมากที่สุด ได้แก่

1. ศูนย์การค้าและห้างสรรพสินค้า	ร้อยละ	37
2. ตลาดนัด	ร้อยละ	26
3. โรงมหรสพ	ร้อยละ	26
4. สวนสาธารณะและสนามเด็กเล่น	ร้อยละ	18
5. สนามกีฬาและสระว่ายน้ำ	ร้อยละ	14
6. วัดและโบสถ์ทางศาสนา	ร้อยละ	14
7. สวนสนุก	ร้อยละ	9
8. ห้องสมุดประชาชน	ร้อยละ	4

วาสนา คุณาภิสิทธิ์ (2523: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมที่นักเรียนสนใจและทำมากที่สุดในเวลาว่างคือ กิจกรรมบันเทิง รองลงมาคือกิจกรรมกีฬาและกิจกรรมการอ่านหนังสือ นักเรียนใช้เวลาว่างส่วนมากที่โรงเรียน โดยเข้าร่วมกิจกรรมทัศนศึกษาและกีฬา ซึ่งเป็นกิจกรรมที่โรงเรียนจัดให้หลังเลิกเรียน กิจกรรมที่นักเรียนทำมากที่สุดคือ การพูดคุยกับเพื่อน ประเภทของกิจกรรมกีฬาที่นักเรียนชอบมากที่สุดคือ ว่ายน้ำ จักรยาน แบดมินตัน เกม ต่อสู้ป้องกันตัว ฟุตบอล และวอลเลย์บอล ส่วนปัญหาที่นักเรียนประสบในการใช้เวลาว่างคือ เวลา อุปกรณ์และสถานที่ไม่เพียงพอ จากการทดสอบค่าทีพบว่า นักเรียนชายกับนักเรียนหญิงและนักเรียนโรงเรียนราษฎร์กับนักเรียนโรงเรียน รัฐบาล มีความสนใจเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างนอกเวลาเรียนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 ยกเว้นกิจกรรมกีฬา ศิลปหัตถกรรมและประดิษฐ์สิ่งของ จากการวิเคราะห์ความแปรปรวน ทางเดียวพบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาใช้เวลาว่างนอกเวลาเรียนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

ภิรมย์ รตินรเศรษฐ์ (2528: 119-123) ทำการศึกษาเรื่อง การใช้เวลานอกเวลาเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นสองผลัดในเขตกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2526 โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จาก 10 โรงเรียน จำนวน 1,300 คน พบว่า ขณะที่อยู่ในโรงเรียนเมื่อจำแนกตามชั้นเรียน เด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ใช้เวลาบ่อยครั้งที่สุดรองลงมาได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 1 ตามลำดับ ในกิจกรรมที่แตกต่างกัน ได้แก่ การเล่นกีฬากลางแจ้ง การเล่นกีฬาในร่มและการเล่นดนตรี สำหรับงานและกิจกรรมที่ทำในวันหยุดพบว่า นักเรียนใช้เวลาว่างแตกต่างกันในด้านการเรียนและการพักผ่อน ได้แก่ การเรียนพิเศษ การเรียนซ่อม เข้าห้องสมุดประชาชน เลี้ยงน้อง อ่านหนังสือพิมพ์รายวัน ฟังวิทยุ เล่นกีฬา ซ้อมดนตรีที่ศูนย์เยาวชน เมื่อจำแนกตามเพศพบว่า กิจกรรมที่ทำก่อนเข้าเรียนในตอนเช้าและหลังเลิกเรียนตอนเย็นโดยรวมแล้วใช้เวลาแตกต่างกัน โดยนักเรียนชายใช้เวลาทำกิจกรรมน้อยกว่านักเรียนหญิง ได้แก่ การเลี้ยงน้อง อ่านหนังสือพิมพ์รายวัน เล่นดนตรี เล่นกีฬา ฝึกกายบริหาร ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์

ดูวิดีโอและทำงานอดิเรก ส่วนงานกิจกรรมในวันหยุดพบว่า โดยรวมแล้วนักเรียนใช้เวลาว่างแตกต่างกันในด้านการช่วยทำงานบ้าน การพักผ่อน การบริการชุมชน สังคม การร่วมพิธีทางศาสนา ศิลปวัฒนธรรม การฝึกวิชาชีพเพิ่มเติมและการรับจ้างหารายได้พิเศษ

วิจิตร ละอองศรี (2529: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 – 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดพิษณุโลก พบว่า การใช้เวลาว่างในด้านการบำเพ็ญประโยชน์ ตามตัวแปร เพศ ระดับการศึกษาของผู้ปกครองและฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน และการใช้เวลาว่างด้านการบำเพ็ญประโยชน์ตามตัวแปรอาชีพของผู้ปกครองแตกต่างกัน และการใช้เวลาว่างในด้านการเรียน ด้านการหารายได้พิเศษและด้านนันทนาการตามตัวแปรเพศ ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวแตกต่างกัน เพศ ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครองและฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกัน จะเลือกใช้เวลาว่างรายการต่าง ๆ เป็นอันดับแตกต่างกัน

มายาวี สมบุญ (2535: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดนนทบุรี พบว่า การใช้เวลาว่างของนักเรียนตามตัวแปรเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับการศึกษาของผู้ปกครองและการอบรมเลี้ยงดู มีความแตกต่างกัน และการใช้เวลาว่างใช้เวลาของนักเรียนตามตัวแปรขนาดของโรงเรียนและลำดับการเกิดแตกต่างกัน แต่ตัวแปรอาชีพของผู้ปกครอง ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว สภาพภาพครอบครัวไม่มีผลทำให้การใช้เวลาว่างของนักเรียนแตกต่างกัน นักเรียนทุกกลุ่มในแต่ละตัวแปรเลือกใช้เวลาทำกิจกรรมต่าง ๆ เป็นอันดับแตกต่างกันเป็นส่วนใหญ่ แต่มีบางกิจกรรมและบางช่วงของเวลาที่นักเรียนเลือกเป็นอันดับไม่แตกต่างกัน

นันทนา เตชะนันท์ (2538: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาการใช้เวลาระหว่างปิดภาคเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร พบว่า ด้านการเรียน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร ใช้เวลาส่วนใหญ่ทบทวนบทเรียนมาแล้ว รองลงมาทำการบ้านและกิจกรรมเข้าห้องสมุดน้อยที่สุด ด้านช่วยทำงานพบว่า ทำความสะอาดบ้านมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 89.14 รองลงมาล้างภาชนะ 32.32 ด้านงานอดิเรกพบว่า ดูโทรทัศน์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 93.18 รองลงมาอ่านหนังสือ คิดเป็นร้อยละ 84.60 และกิจกรรมจักสานน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 12.63 และด้านการหารายได้พิเศษ พบว่า รับจ้างมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 10.10 รองลงมาประดิษฐ์สิ่งของขาย คิดเป็นร้อยละ 2.53 และกิจกรรมปลูกต้นไม้ขายน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 1.26 ด้านการเรียน นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนประถมศึกษาสังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร ใช้เวลาส่วนใหญ่ทำการบ้าน รองลงมาทบทวนบทเรียนที่เรียนไปแล้ว และกิจกรรมเข้าห้องสมุดน้อยที่สุด นักเรียนทั้งสองสังกัด ใช้เวลาต่างกันคือ ด้านการเรียน นักเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร เรียนพิเศษน้อยกว่านักเรียนสังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร ด้านช่วยทำงาน นักเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร ทำงานทุก

กิจกรรมมากกว่านักเรียนสังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร เล่นดนตรีและท่องเที่ยว น้อยกว่านักเรียนสังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร และด้านการหารายได้พิเศษน้อยกว่า นักเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร รับจ้างมากกว่า นักเรียนสังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร

นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2540: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาถึงเรื่อง การใช้เวลาของนักศึกษาที่เป็น นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีปทุม กรุงเทพมหานคร โดยการเปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลา ของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬาตามส่วนตัว ด้านสังคม ด้านการเรียน และด้านกีฬา ตามตัวแปรเพศ ระดับชั้น คณะที่ศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ที่พักอาศัย ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เชาวน์ปัญญา ทักษะคิดต่อการเรียน ประเภทกีฬา ช่วงระยะเวลาการฝึกซ้อม จำนวนครั้งของการ แข่งขัน ทักษะคิดต่อกีฬา กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 140 คน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2539 ที่ ได้มาโดยการประกาศรับตามความสมัครใจ เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการใช้เวลา ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บข้อมูลด้วยตนเอง การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ t-test, F-test และ Newman - Keuls Method

ผลการวิจัยพบว่า

1. การใช้เวลาด้านส่วนตัว นักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่ศึกษาอยู่ในคณะต่างกันและมี ประเภทของที่พักอาศัยต่างกัน มีการใช้เวลาด้านส่วนตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 ส่วนนักศึกษาที่เป็นนักกีฬามีเพศ ระดับชั้น ฐานะทางเศรษฐกิจครอบครัว ผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนต่างกัน มีการใช้เวลาด้านส่วนตัวแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
2. การใช้เวลาด้านสังคม นักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นต่างกัน มีการ ใช้เวลาด้านสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่มี เพศ คณะที่ศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจครอบครัว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ที่พักอาศัยต่างกัน มี การใช้เวลาด้านสังคมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
3. การใช้เวลาด้านการเรียน นักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่มีประเภทของที่พักอาศัย ต่างกัน มีการใช้เวลาการเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักศึกษา ที่เป็นนักกีฬาที่มีเพศ ระดับชั้น คณะที่ศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจครอบครัว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เชาวน์ปัญญา และทักษะคิดต่อการเรียนต่างกัน มีการใช้เวลาด้านสังคมแตกต่างกันอย่างไม่มี นัยสำคัญทางสถิติ
4. การใช้เวลาด้านกีฬา นักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่เล่นกีฬาต่างประเภทกัน และมี ช่วงระยะเวลาการฝึกซ้อมต่างกัน มีการใช้เวลาด้านกีฬาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 ส่วนนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทักษะคิดต่อการเรียน ที่พักอาศัย จำนวนครั้ง ของการแข่งขัน และทักษะคิดต่อกีฬาแตกต่างกัน มีการใช้เวลาด้านสังคมแตกต่างกันอย่างไม่มี นัยสำคัญทางสถิติ

ปัทมา รอดทั้ง (2540: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้เวลาว่างด้วยการเล่นกีฬา และออกกำลังกายของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนล่าง โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างด้วยการเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชน ในเขตภาคเหนือตอนล่าง กลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็นประชาชนชาย 200 คน ประชาชนหญิง 200 คน รวม 400 คน โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ทดสอบค่าที (t - independent) วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One - way Analysis of Variance) และทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe's method) ผลการวิจัยพบว่า

1. ประชาชนส่วนมากที่ใช้เวลาว่างด้วยการเล่นกีฬาและออกกำลังกายมีอายุระหว่าง 15 - 25 ปี มีวุฒิการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ไม่ได้ประกอบอาชีพและยังไม่มีรายได้
2. ประชาชนส่วนมาก ได้รับข่าวสารความรู้เกี่ยวกับการเล่นกีฬาและออกกำลังกายจากโทรทัศน์เล่นกีฬาและออกกำลังกายทั้งในวันธรรมดาและวันหยุดมากที่สุด ใช้เวลา 1 - 2 วัน /สัปดาห์ และใช้เวลาในแต่ละครั้ง 15 - 30 นาที ในเวลา 16 - 19.00 น. ใช้สนามกีฬาของโรงเรียนหรือของหมู่บ้านเป็นที่เล่นกีฬาและออกกำลังกายมากที่สุด กิจกรรมในร่มที่นิยมมากที่สุด คือ วอลเลย์บอล กิจกรรมกลางแจ้งที่นิยมมากที่สุด วิ่งเหยาะมากที่สุด แต่กีฬาที่สนใจมากที่สุด ฟุตบอล
3. ประชาชนมีจุดมุ่งหมายของการเล่นกีฬาและออกกำลังกายเพื่อให้มีสุขภาพดีมากที่สุด
4. ประชาชนมีปัญหาการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย ด้านสถานที่ คือสถานที่ไม่เพียงพอ ด้านอุปกรณ์ คือ อุปกรณ์ไม่เพียงพอ ปัญหาส่วนตัวของประชาชนที่อยู่ในระดับมากที่สุด คือ เวลาว่างไม่เพียงพอที่จะใช้ในการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย
5. ความต้องการรับบริการในการเล่นกีฬาออกกำลังกายของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนล่าง ด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกและด้านบุคลากรผู้ให้บริการอยู่ในระดับมากที่สุด ทั้ง 2 ด้าน
6. จากการทดสอบค่าทีพบว่า ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกระหว่างประชาชนชายกับประชาชนหญิง มีความต้องการไม่แตกต่างกันและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการโดยรวมไม่มีความแตกต่างกัน ยกเว้น ความต้องการให้มีบุคลากรคอยให้คำแนะนำในการเล่นกีฬาและออกกำลังกายและให้มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสนามกีฬาและสถานที่ออกกำลังกาย ประชาชนหญิงมีความต้องการมากกว่าประชาชนชาย
7. จากการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว พบว่า
 - 7.1 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และบุคลากรผู้ให้บริการระหว่างกลุ่มอายุ ทุกข้อไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายคู่โดยวิธีเชฟเฟ พบว่า ประชาชนกลุ่มอายุ 15 - 25 ปี กับประชาชนกลุ่มอายุ 26 - 35 ปี และประชาชนกลุ่มอายุ 15 - 25 ปี

กับประชาชนกลุ่มอายุ 56 ปีขึ้นไป มีความต้องการด้านความต้องการให้มีห้องเก็บและยืมอุปกรณ์ โดยเฉพาะ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยทางสถิติที่ระดับ .05

7.2 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และบุคลากร ผู้ให้บริการ ระหว่างระดับการศึกษาไม่มีความแตกต่างกัน

7.3 ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกและด้านบุคลากร ผู้ให้บริการระหว่างกลุ่มอาชีพไม่มีความแตกต่าง

มานะ หมอยาดี (2540: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อทราบความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศระดับปริญญาตรี โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล กลุ่มประชากรของนักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี จำนวน 700 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศส่วนมากมีความต้องการวิชาการ เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย โดยมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุดคือ มีภาพยนตร์หรือเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอๆ ความรู้เกี่ยวกับเทคนิคและทักษะการออกกำลังกายเชิงวิทยาศาสตร์มาบรรยายสาธิตในหลักการวิธีใหม่ ๆ ให้แก่สมาชิกได้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ หน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

2. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศส่วนมากมีความต้องการด้าน กิจกรรมการออกกำลังกายเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย โดยมีความต้องการในระดับมากที่สุด คือ แบดมินตัน ฟุตบอล โบว์ลิ่ง ยิงธนู และระดับมาก คือ เทนนิส เทเบิลเทนนิส บาสเกตบอล วอลเลย์บอล เซปักตะกร้อ วายน้ำ รักบี้ฟุตบอล

3. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศส่วนมาก มีความต้องการด้าน สถานที่อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายโดยมีความต้องการระดับที่มากที่สุด สถานที่ออกกำลังกายในร่ม สถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้งควรมีไฟฟ้า สนาม สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม อยู่ใกล้และไปมาสะดวก สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายและทำความสะอาดร่างกายอย่างเพียงพอ ถูกสุขลักษณะ ตู้เก็บเสื้อผ้า (Locker) สำหรับผู้ให้บริการ มีการบริการจำหน่ายอาหารและเครื่องดื่มอาหารและเครื่องดื่มใกล้ สถานที่ออกกำลังกาย อุปกรณ์กีฬามีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

4. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศส่วนมาก มีความต้องการด้าน บุคลากรผู้ให้บริการเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อออกกำลังกาย โดยมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศ โดยเฉพาะบุคคลผู้ให้บริการที่ให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย ที่มีความรู้ความชำนาญ ในกิจกรรมแต่ละด้านอย่างถ่องแท้ บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา บุคลากรผู้ให้บริการที่มีความรู้ความเข้าใจวิธีการจัดและดำเนินการด้านพลศึกษา และสามารถเลือก

กิจกรรมที่เหมาะสม บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้อง เหมาะสม เจ้าหน้าที่พยาบาล ประจำในช่วงบริการ

ธัญญารัตน์ วงษ์สมัย (2542: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาจังหวัดสระบุรี โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อ ศึกษาและเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี กลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็นนักเรียนชาย 198 คน นักเรียนหญิง 198 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่าที่ (t-test independent) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One – Way Analysis of Variance) การทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยวิธีตุกี (Tukey) ผลการวิจัยพบว่า

1. บิดา มารดาและผู้ปกครองของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี ส่วนใหญ่มีรายได้รวมเฉลี่ย 3,001- 6,000 บาทต่อเดือน และมีอาชีพรับจ้าง

2. นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรีในเวลาว่างในด้านการทำงานบ้านอยู่ในระดับมาก และกิจกรรมที่นิยมมากตามลำดับ คือ ซักเสื้อผ้า กวาดบ้าน ล้างจาน หุงหาอาหาร ส่วนช่วงเวลาที่ใช้ทำงานบ้าน คือ เวลา 16.00 – 7.00 น. ต่อจากนั้นใช้ช่วงเวลา 17.00 – 18.00 น. ทำกิจกรรมการเรียน การออกกำลังกาย และเล่นกีฬาและงานอดิเรก ตามลำดับ

3. นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี ปฏิบัติกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียนอยู่ในระดับน้อย นิยมมากโดยลำดับ คือ ทำการบ้าน ทำรายงานทบทวนการบ้านที่เรียนมาแล้ว

4. การใช้เวลาว่างโดยรวมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี ที่อยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ การออกกำลังกายและกีฬาและงานอดิเรก เช่น ดูโทรทัศน์ ฟุตคย ฟังวิทยุ และไม่ได้ใช้เวลาว่างในการหารายได้พิเศษแต่อย่างใด

5. เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. นักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาจังหวัดสระบุรี ใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายและกีฬา หารายได้พิเศษ งานอดิเรก การเรียน ไม่แตกต่างกัน แต่ใช้เวลาว่างในด้านการชวยงานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำรณ มาลาคำ (2546: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ 4 ด้าน คือ ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ด้านงานอดิเรก ด้านการท่องเที่ยว และด้านวรรณกรรม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา

ครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 600 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ด้วยการแบ่งตามเพศ ระดับชั้น และประเภทห้องเรียน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ มัธยฐานและฐานนิยม ผลการวิจัยพบว่า

1. การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขต วิทยาดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ใช้เวลาว่างด้านงานอดิเรก ชมรายการโทรทัศน์ มากที่สุดในวันจันทร์ – ศุกร์ ระหว่างเวลา 16.30–22.05 น. วันเสาร์–อาทิตย์ ระหว่างเวลา 09.00–21.30 น. รองลงมาคือ การใช้เวลาว่างด้านการท่องเที่ยว เป็นการเดินชมและซื้อของที่ห้างสรรพสินค้า ในวันจันทร์–ศุกร์ ระหว่างเวลา 13.40–19.15 น. วันเสาร์–อาทิตย์ ระหว่างเวลา 11.00–19.00 น. การใช้เวลาว่างด้านออกกำลังกายและเล่นกีฬา เล่นฟุตบอล แบดมินตัน วอลเลย์บอล บาสเกตบอล ในวันจันทร์–ศุกร์ ระหว่างเวลา 15.00–18.50 น. วันเสาร์–อาทิตย์ ระหว่างเวลา 15.00–18.05 น. และการใช้เวลาว่างด้านวรรณกรรม พุดคุยกับเพื่อนและญาติที่บ้าน และโรงเรียน ในวันจันทร์–ศุกร์ ระหว่างเวลา 07.00–21.05 น. วันเสาร์–อาทิตย์ ระหว่างเวลา 06.45–21.05 น.

2. นักเรียนชาย–หญิง ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ห่วงกังวลกับห้องอ่อน ใช้เวลาว่างปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาคล้ายกัน คือ นักเรียนชายเล่นฟุตบอล นักเรียนหญิงเล่นแบดมินตัน ส่วนด้านงานอดิเรก ด้านการท่องเที่ยว และด้านวรรณกรรม โดยรวมแล้วประกอบกิจกรรมนันทนาการเหมือนกัน

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าว สามารถที่จะอ้างอิงได้ว่า การใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ มีคุณประโยชน์และมีความสำคัญในการที่จะส่งเสริมเพื่อพัฒนาทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา สร้างความสำเร็จในการปฏิบัติงานและสามารถพัฒนาการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์กับเด็กและเยาวชนในชาติได้เป็นอย่างดี ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงเกิดแนวคิดที่จะศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ และประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง ของวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร เพื่อให้ทราบผลในเชิงลึกต่อไป

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ผู้วิจัยได้นำแนวคิด ทฤษฎี และผลงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องมาเป็นแนวทางในการสำรวจ เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียน และนักศึกษาของวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการตามลำดับดังต่อไปนี้

1. กำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. เก็บรวบรวมข้อมูล
4. จัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ และนักศึกษา ระดับประกาศนียบัตรชั้นสูง ปีการศึกษา 2547 โดยมีนักเรียนและนักศึกษาทั้งหมด 3,173 คน

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา มีลำดับขั้นของการเลือกดังนี้

1. กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยเปิดตารางของ เครจซี่ และ มอร์แกน (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540 : 303; อ้างอิงจาก Krejcie and Morgan. 1970: 608) ที่ประชากร 3,500 คน ได้กลุ่มตัวอย่าง 346 คน แต่ผู้วิจัยขอใช้ข้อมูล 360 คน
2. ทำการสุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยมีลำดับขั้นตอน ดังตาราง 1

ตาราง 1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จำแนกตามระดับชั้นการศึกษา

ระดับการศึกษา	ประชากร			กลุ่มตัวอย่าง		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
ประกาศนียบัตรวิชาชีพ	1,575	1,055	2,630	176	119	295
ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง	385	158	543	45	20	65
รวม	1,960	1,213	3,173	221	139	360

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร โดยแบบสอบถามดังกล่าวผู้วิจัยดำเนินการสร้างและหาคุณภาพ ดังนี้

1. ศึกษาตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง

2. ดำเนินการสร้างแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร โดยแบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นคำถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา/ชั้นปี และประเพณีวิชา

ตอนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ซึ่งสร้างเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์ให้คะแนน ดังนี้

	ทางบวก	ทางลบ
มากที่สุด	5	1
มาก	4	2
ปานกลาง	3	3
น้อย	2	4
น้อยที่สุด	1	5

และนำค่าคะแนนเฉลี่ยของการใช้เวลาว่างของผู้ตอบแบบสอบถามมาแปลความหมายโดยกำหนดเกณฑ์การประเมิน ดังนี้ (วิเชียร เกตุสิงห์, 2530: 92 – 96)

คะแนนเฉลี่ย	ระดับปฏิบัติ
3.67 – 5.00	มาก
2.34 – 3.66	ปานกลาง
1.00 – 2.33	น้อย

ตอนที่ 3 เป็นคำถามปลายเปิด เพื่อให้ผู้ตอบแบบสอบถามได้นำเสนอแนวคิดที่ต้องการให้ทางวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ได้จัดกิจกรรมเสริมในช่วงเวลาว่าง

3. นำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จแล้วไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาถึงความเหมาะสม ความชัดเจนของภาษาและความครอบคลุมในเรื่องการศึกษาการใช้เวลาว่าง

4. นำแบบสอบถามกลับมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาแล้วนำกลับไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาอีกครั้ง จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไข

5. นำแบบสอบถามไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน พิจารณาความสอดคล้องของข้อคำถามเกี่ยวกับการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา และให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาถึงความเหมาะสมดังกล่าว โดยการให้คะแนนแต่ละข้อ ดังนี้

- + 1 เมื่อแน่ใจว่าคำถามนั้นเป็นคำถามที่เหมาะสม
- 0 เมื่อไม่แน่ใจว่าคำถามนั้นเป็นคำถามที่เหมาะสมหรือไม่
- 1 เมื่อแน่ใจว่าคำถามนั้นไม่เหมาะสม

6. นำคะแนนที่ได้จากข้อ 5 มาคำนวณหาดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถาม โดยพิจารณาว่าถ้าค่าที่คำนวณได้ในแต่ละข้อ ถ้าค่าที่ได้มากกว่าหรือเท่ากับ 0.5 ถือว่าคำถามนั้นมีความเหมาะสม แต่ถ้าค่าที่คำนวณได้น้อยกว่า 0.5 ต้องนำไปปรับปรุงแก้ไข

วิธีการหาคุณภาพเครื่องมือ

การหาคุณภาพแบบสอบถามการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ได้แก่

1. หาค่าความเที่ยงตรง (Validity) เป็นการตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity) ซึ่งเป็นความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาสาระของแบบสอบถามที่สร้างขึ้นกับเนื้อหาสาระของสิ่งที่ต้องการศึกษา โดยอาศัยดุลยพินิจของผู้เชี่ยวชาญ ในการหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา

2. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงให้ถูกต้องแล้วไปลองใช้ (Try out) กับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบัค (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540: 125; อ้างอิงจาก Cronbach. 1970: 161) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.90

3. นำแบบสอบถามไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย ส่งถึงผู้อำนวยการวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร เพื่อขออนุมัติทำการการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา
2. ผู้วิจัยติดต่อผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ เพื่อชี้แจงขั้นตอนการวิจัยและขอเก็บข้อมูลนักเรียนและนักศึกษา
3. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยแจกแบบสอบถามให้นักเรียนและนักศึกษาตอบ
4. นำข้อมูลที่ได้มาจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for Social Science) โดยดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. นำข้อมูลในแบบสอบถามตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถามมาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง
2. นำข้อมูลในแบบสอบถามตอนที่ 2 มาวิเคราะห์โดยหาค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง
3. เปรียบเทียบและวิเคราะห์ระหว่างกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ทดสอบโดยใช้สถิติการทดสอบค่าที (t-test) ตัวแปรด้านเพศ ระดับการศึกษา ประเพณีวิชาและค่าเอฟ (F-test) สำหรับชั้นปี หากพบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทดสอบเป็นรายคู่โดยใช้การทดสอบ LSD (Least Significant Different)
4. นำข้อมูลในตอนที่ 3 มาสรุปในแต่ละด้านแล้วนำเสนอในรูปความเรียงสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน

1.1 ความถี่

1.2 ค่าร้อยละ

1.3 ค่าเฉลี่ย

1.4 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. สถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน

2.1 ทดสอบค่าที (t-test)

2.2 ทดสอบค่าเอฟ (F-test)

2.3 ทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยใช้การทดสอบ LSD (Least Significant Different)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลของงานวิจัยเรื่อง ศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียน และนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร ผู้วิจัยแบ่งวิเคราะห์ออกเป็นขั้นตอนต่างๆ 4 ขั้นตอน และเพื่อให้เกิดความหมายที่ตรงกันผู้วิจัยจึงกำหนดสัญลักษณ์และอักษรในการวิเคราะห์ ดังนี้

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

n	แทน ขนาดกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน ค่าเฉลี่ย (Mean)
S.D.	แทน ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)
t	แทน ค่าสถิติที่ใช้วิเคราะห์ในการแจกแจงความถี่แบบที (t-distribution)
F	แทน ค่าสถิติที่ใช้วิเคราะห์ในการแจกแจงแบบเอฟ (F-distribution)
SS	แทน ผลบวกของคะแนนเบี่ยงเบนยกกำลังสอง (Sum of Squares)
MS	แทน ค่าเฉลี่ยของผลบวกของคะแนนเบี่ยงเบนยกกำลังสอง (Mean of Squares)
df	แทน ชั้นแห่งความอิสระ (Degrees of Freedom)
p	แทน ความน่าจะเป็นหรือโอกาส (Probability)
*	แทน นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จากข้อมูลที่รวบรวมได้โดยใช้แบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่าง 360 คน เป็นชาย 221 คน หญิง 139 คน ผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์ทางสถิติและนำเสนอผลการวิเคราะห์ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลส่วนตัวของนักเรียนและนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา ชั้นปี และประเภทวิชา โดยแจกแจงเป็นค่าร้อยละนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 2 วิเคราะห์การใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา จำแนกตามกิจกรรมที่ทำในช่วงว่างจากการเรียนและหลังเลิกเรียนขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค กิจกรรมที่ทำขณะอยู่ที่บ้าน โดยแจกแจงเป็นค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 3 เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ตามตัวแปรเพศ ระดับการศึกษา ชั้นปี และประเภทวิชา โดยทดสอบค่าที (t-test) และทดสอบค่าเอฟ (F-test) แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง เมื่อผลการทดสอบพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติจึงทำการทดสอบความแตกต่างรายคู่ โดยใช้การทดสอบ LSD (Least Significant Different)

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหา อุปสรรคหรือความขาดแคลนความไม่สะดวกในการปฏิบัติกิจกรรมในเวลาว่างของกลุ่มตัวอย่าง สรุปและนำเสนอเป็นความเรียง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนตัวของนักเรียนและนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ดังตาราง 2

ตาราง 2 จำนวนและร้อยละของ นักเรียนและนักศึกษา จำแนกตามเพศระดับการศึกษา/ชั้นปี และประเภทวิชา

	ตัวแปร	จำนวน(คน)	ร้อยละ
เพศ	ชาย	221	61.40
	หญิง	139	38.60
	รวม	360	100.00
ระดับการศึกษา/ชั้นปี	ปวช. ชั้นปีที่ 1	128	35.60
	ปวช. ชั้นปีที่ 2	91	25.30
	ปวช. ชั้นปีที่ 3	76	21.10
	ปวส. ชั้นปีที่ 1	40	11.10
	ปวส. ชั้นปีที่ 2	25	6.90
	รวม	360	100.00
ประเภทวิชา	ช่างอุตสาหกรรม	240	66.70
	พาณิชยกรรม	120	33.30
	รวม	360	100.00

จากตาราง 2 แสดงว่า ลักษณะข้อมูลส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 360 คน ส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างเป็นชาย คิดเป็นร้อยละ 61.40 และหญิง คิดเป็นร้อยละ 38.60

ระดับการศึกษา พบว่า ส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ
 ชั้นปีที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 35.60 รองลงมา คือกลุ่มนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2
 คิดเป็นร้อยละ 25.30 และที่น้อยที่สุด คือกลุ่มนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง ชั้นปีที่ 2
 คิดเป็นร้อยละ 6.90

ประเภทวิชา พบว่า กลุ่มตัวอย่างนี้ส่วนใหญ่ศึกษาในประเภทวิชาช่างอุตสาหกรรม
 คิดเป็นร้อยละ 66.70 และที่ศึกษาในประเภทวิชาพาณิชยกรรม คิดเป็นร้อยละ 33.30

ตอนที่ 2 วิเคราะห์การใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา จำแนกตามกิจกรรมที่ทำในช่วงว่างจากการเรียนและหลังเลิกเรียนขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและกิจกรรมที่ทำขณะอยู่ที่บ้าน ดังตาราง 3, 4, 5, 6, 7, 8 และ 9

ตาราง 3 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติกิจกรรมที่นักเรียนและนักศึกษา วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ปฏิบัติกิจกรรมในช่วงว่างจากการเรียน และหลังเลิกเรียนขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ($n = 360$)

กิจกรรมที่ทำในช่วงว่างจากการเรียนและ หลังเลิกเรียน ขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค	$\bar{X}$	S.D.	ระดับปฏิบัติ
1. ทำการบ้าน	3.39	1.052	ปานกลาง
2. เข้าห้องสมุดเพื่อค้นคว้าวิชาการ	3.09	0.891	ปานกลาง
3. ทบทวนบทเรียน	3.07	0.992	ปานกลาง
4. เรียนซ่อมเสริม	2.41	1.437	ปานกลาง
5. ฝึกกิจกรรมภาคปฏิบัติให้ชำนาญ	2.67	1.119	ปานกลาง
6. ทำงานชมรมที่เป็นสมาชิก	2.75	1.050	ปานกลาง
7. ปรึกษาอาจารย์เกี่ยวกับเรื่องเรียน	2.83	0.900	ปานกลาง
8. ปรึกษาอาจารย์เกี่ยวกับเรื่องส่วนตัว	2.19	1.174	น้อย
9. นั่งพักผ่อน พูดคุยกับเพื่อน	4.30	0.885	มาก
10. เล่นเดิมพันฟุตบอลฟุตบอล	1.96	1.240	น้อย
11. เล่นกีฬากลางแจ้ง	2.04	0.984	น้อย
12. เล่นหมากรุก หมากรอส หรือกีฬาในร่มต่างๆ	2.26	1.251	น้อย
13. เล่นดนตรี ร้องเพลงหรือฟังเพลง	3.09	1.158	ปานกลาง
14. อ่านหนังสือพิมพ์รายวัน	3.50	0.973	ปานกลาง
15. อ่านวารสาร นิยาย การ์ตูน	3.63	1.037	ปานกลาง
16. สูบบุหรี่เพื่อคลายเครียด	1.26	0.725	น้อย
17. ซื้ออาหารมารับประทานกับเพื่อน	3.73	1.148	มาก
รวม	2.83	1.060	ปานกลาง

จากตาราง 3 แสดงว่า นักเรียนและนักศึกษาปฏิบัติกิจกรรมในช่วงว่างจากการเรียน และหลังเลิกเรียนขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.83$, S.D.=1.060) กิจกรรมที่นักเรียนและนักศึกษาส่วนใหญ่ปฏิบัติ ได้แก่ นั่งพักผ่อนพูดคุยกับเพื่อน ($\bar{X} = 4.30$, S.D.=0.885) รองลงมาคือ ซื้ออาหารมารับประทานกับเพื่อน ($\bar{X} = 3.73$, S.D.=1.148) และกิจกรรมที่นักเรียนและนักศึกษาปฏิบัติน้อยที่สุด คือ สูบบุหรี่เพื่อคลายเครียด ($\bar{X} = 1.26$, S.D.=0.725)

ตาราง 4 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติ กิจกรรมที่นักเรียนและนักศึกษา
วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ทำขณะอยู่ที่บ้าน (n = 360)

กิจกรรมที่ทำขณะอยู่ที่บ้าน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับปฏิบัติ
1. ทำความสะอาด	3.69	0.988	มาก
2. หุงหาอาหาร ล้างภาชนะ	3.83	1.041	มาก
3. ซักรีดเสื้อผ้า	3.79	1.157	มาก
4. รดน้ำต้นไม้	2.64	1.038	ปานกลาง
5. ให้อาหารสัตว์	2.70	1.216	ปานกลาง
6. ช่วยงานอาชีพในครอบครัว	3.07	1.266	ปานกลาง
7. เล่นกีฬา	2.54	1.148	ปานกลาง
8. ฝึกกายบริหาร	2.16	0.931	น้อย
9. เล่นเดิมน้ำพุตบอลล	1.69	1.078	น้อย
10. อ่านหนังสือพิมพ์รายวัน	3.44	1.054	ปานกลาง
11. อ่านวารสาร นิยาย การ์ตูน	3.32	1.072	ปานกลาง
12. ทำการบ้าน	3.21	0.950	ปานกลาง
13. ทบทวนบทเรียน	2.78	0.741	ปานกลาง
14. ร่วมดื่มสังสรรค์กับเพื่อน	3.59	1.353	ปานกลาง
15. เทียวเตร่ กับเพื่อน	2.56	1.143	ปานกลาง
16. เรียนพิเศษ	1.59	0.948	น้อย
17. ฝึกอาชีพเพิ่มเติม	2.13	1.158	น้อย
18. รับจ้าง หารายได้พิเศษ	2.84	1.335	ปานกลาง
19. ทำงานอดิเรก เช่นสะสมสิ่งของ ตกปลา วาดภาพ เป็นต้น	2.93	1.292	ปานกลาง
20. ดูโทรทัศน์ วีดีโอ	4.09	0.943	มาก
21. ฟังวิทยุ	3.54	1.466	มาก
22. แข่งรถมอเตอร์ไซด์ ร่วมประลองความเร็วบนถนนหลวง	1.48	0.956	น้อย
23. เล่นเกมคอมพิวเตอร์	2.70	1.349	ปานกลาง
24. เล่นอินเทอร์เน็ต	2.74	1.160	ปานกลาง
25. เทียวเดินตามห้างสรรพสินค้า	2.53	1.161	ปานกลาง
26. เทียวตามแหล่งสถานบันเทิง เช่น ผับ บาร์ ดิสโกเธค	3.90	1.561	มาก
27. เล่นดนตรี ร้องเพลง	2.66	0.968	ปานกลาง
28. บำเพ็ญประโยชน์ที่สาธารณะ	2.05	0.841	น้อย
รวม	2.86	1.118	ปานกลาง

จากตาราง 4 แสดงว่า นักเรียนและนักศึกษาปฏิบัติกิจกรรมในเวลาว่างขณะอยู่ที่บ้าน อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.86$, S.D.=1.118) กิจกรรมที่นักเรียนและนักศึกษาส่วนใหญ่ปฏิบัติ ได้แก่ ดูโทรทัศน์ วีดีโอ ($\bar{X} = 1.09$, S.D.=0.943) รองลงมา คือ เที่ยวตามแหล่งสถานบันเทิง เช่น ผับ บาร์ ดิสโก้เทค ($\bar{X} = 3.90$, S.D.=1.561) และกิจกรรมที่นักเรียนและนักศึกษาปฏิบัติน้อยที่สุดคือ แข่งรถมอเตอร์ไซด์ร่วมประลองความเร็วบนถนนหลวง ($\bar{X} = 1.48$, S.D.=0.956)

ตาราง 5 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติในกิจกรรมที่ทำโดยรวม เมื่อ นักศึกษามีเวลาว่าง ขณะที่อยู่วิทยาลัย และ ขณะที่อยู่บ้าน ของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร (n = 360)

การทํากิจกรรมในเวลาว่าง	$\bar{X}$	S.D.	ระดับปฏิบัติ
1. ขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค	2.83	1.060	ปานกลาง
2. ขณะอยู่ที่บ้าน	2.86	1.118	ปานกลาง
รวม	2.85	1.089	ปานกลาง

จากตาราง 5 แสดงว่า นักเรียนและนักศึกษาปฏิบัติกิจกรรมในเวลาว่าง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.85$, S.D.=1.089) และไม่ว่านักเรียนและนักศึกษาจะอยู่ที่วิทยาลัยหรืออยู่ที่บ้าน นักเรียนและนักศึกษาก็ปฏิบัติกิจกรรมนั้นหลากหลายต่าง ๆ อยู่ในระดับปานกลางเหมือนกัน

ตาราง 6 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติในกิจกรรมที่ทำโดยรวม เมื่อ นักเรียนและนักศึกษามีเวลาว่างขณะที่อยู่วิทยาลัย และขณะที่อยู่บ้าน ของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร จำแนกตามเพศ

การทํากิจกรรมในเวลาว่าง	ระดับปฏิบัติ					
	เพศชาย n = 221			เพศหญิง n = 139		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค	2.80	0.414	ปานกลาง	2.88	0.368	ปานกลาง
2. ขณะอยู่ที่บ้าน	2.88	0.355	ปานกลาง	2.83	0.323	ปานกลาง
รวม	2.84	0.340	ปานกลาง	2.85	0.307	ปานกลาง

จากตาราง 6 แสดงว่า นักเรียนและนักศึกษาชาย และหญิงปฏิบัติกิจกรรมในเวลาว่าง โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.84$, S.D.=0.340), ($\bar{X} = 2.85$, S.D.=0.307) ตามลำดับ และไม่ว่านักเรียนและนักศึกษา จะอยู่ที่วิทยาลัยหรืออยู่ที่บ้าน นักเรียนและนักศึกษาทั้งชาย และหญิง ก็ปฏิบัติกิจกรรมนั้นหลากหลายต่าง ๆ อยู่ในระดับปานกลางเช่นกัน

ตาราง 7 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติในกิจกรรมที่ทำโดยรวม เมื่อ
นักเรียนมีเวลาว่าง ขณะที่อยู่วิทยาลัยและขณะที่อยู่บ้าน ของนักเรียนวิทยาลัยเทคนิค
สมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร จำแนกตามระดับการศึกษา ประกาศนียบัตรวิชาชีพ

การทำกิจกรรม ในเวลาว่าง	ระดับการศึกษา								
	ปวช.1 n=128			ปวช. 2 n = 91			ปวช.3 n = 76		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ปฏิบัติ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ปฏิบัติ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ปฏิบัติ
1. ขณะอยู่ที่วิทยาลัย เทคนิค	2.83	0.329	ปานกลาง	2.86	0.401	ปานกลาง	2.72	0.358	ปานกลาง
2. ขณะอยู่ที่บ้าน	2.82	0.364	ปานกลาง	2.90	0.035	ปานกลาง	2.84	0.288	ปานกลาง
รวม	2.83	0.304	ปานกลาง	2.88	0.334	ปานกลาง	2.78	0.264	ปานกลาง

จากตาราง 7 แสดงว่า นักเรียนที่มีระดับการศึกษาในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ปีที่ 1 ปี
ที่ 2 และปีที่ 3 ปฏิบัติกิจกรรมในเวลาว่างโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ =2.83, S.D.=0.304),
($\bar{X}$ =2.88, S.D.=0.334), ($\bar{X}$ =2.78, S.D.=0.264) ตามลำดับ และไม่ว่านักเรียนจะอยู่ที่วิทยาลัย
หรืออยู่ที่บ้าน นักเรียนก็ปฏิบัติกิจกรรมนั้นหลากหลายการต่าง ๆ อยู่ในระดับปานกลางเช่นกัน

ตาราง 8 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติในกิจกรรมที่ทำโดยรวม เมื่อ
นักศึกษาใช้เวลาว่าง ขณะที่อยู่วิทยาลัยและขณะที่อยู่บ้าน ของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิค
สมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร จำแนกตามระดับการศึกษา ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง

การทำกิจกรรมในเวลาว่าง	ระดับการศึกษา					
	ปวส. 1 n = 40			ปวส. 2 n = 25		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค	2.94	0.504	ปานกลาง	2.90	0.556	ปานกลาง
2. ขณะอยู่ที่บ้าน	2.86	0.347	ปานกลาง	2.97	0.338	ปานกลาง
รวม	2.90	0.386	ปานกลาง	2.94	0.420	ปานกลาง

จากตาราง 8 แสดงว่า นักศึกษาที่มีระดับการศึกษาในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง
ปีที่ 1 และปีที่ 2 ปฏิบัติกิจกรรมในเวลาว่างโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ =2.90, S.D.=0.386),
($\bar{X}$ =2.94, S.D.=0.420) ตามลำดับ และไม่ว่านักศึกษาจะอยู่ที่วิทยาลัยหรืออยู่ที่บ้าน นักศึกษาก็
ปฏิบัติกิจกรรมนั้นหลากหลายการต่าง ๆ อยู่ในระดับปานกลางเช่นกัน

ตาราง 9 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติในกิจกรรมที่ทำโดยรวม เมื่อ นักเรียนและนักศึกษามีเวลาว่าง ขณะที่อยู่วิทยาลัยและขณะที่อยู่บ้าน ของนักเรียนและ นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร จำแนกตามประเภทวิชา

การทํากิจกรรมในเวลาว่าง	ประเภทวิชา					
	ช่างอุตสาหกรรม n = 240			พาณิชยกรรม n = 120		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค	2.83	0.408	ปานกลาง	2.84	0.378	ปานกลาง
2. ขณะอยู่ที่บ้าน	2.88	0.344	ปานกลาง	2.83	0.341	ปานกลาง
รวม	2.85	0.332	ปานกลาง	2.84	0.312	ปานกลาง

จากตาราง 9 แสดงว่า นักเรียนและนักศึกษา ที่ศึกษาในประเภทวิชาช่างอุตสาหกรรมและ พาณิชยกรรม ปฏิบัติกิจกรรมในเวลาว่างโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ =2.85, S.D.=0.332), ($\bar{X}$ =2.84, S.D.=0.312) ตามลำดับ และไม่ว่านักเรียนและนักศึกษา จะอยู่ที่วิทยาลัยหรืออยู่ที่บ้าน นักเรียนและนักศึกษาก็ปฏิบัติกิจกรรมนั้นหนาการต่างๆ อยู่ระดับปานกลางเช่นกัน

ตอนที่ 3 เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร ตามตัวแปรเพศ ระดับการศึกษา ชั้นปีและประเภทวิชา ดังตาราง 10,11,12,13,14,15,16,17 และ 18

1. นักเรียนที่มีเพศต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน

ตาราง 10 ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะที่อยู่บ้าน ของนักเรียนที่มีเพศต่างกัน

การทำกิจกรรมในเวลาว่าง	ชาย n= 189		หญิง n= 106		t	p
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1. ขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค	2.78	0.368	2.86	0.352	-1.54*	0.040
2. ขณะอยู่ที่บ้าน	2.88	0.355	2.81	0.316	1.62	0.106
รวม	2.83	0.318	2.83	0.286	-0.01	0.993

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 10 แสดงว่า นักเรียนทั้งชายและหญิง ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ในเวลาว่างขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค ไม่แตกต่างกันซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน ข้อที่ 1 แต่การใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนที่มีเพศต่างกันขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักศึกษาที่มีเพศต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน

ตาราง 11 ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค และ ขณะที่อยู่บ้าน ของนักศึกษาที่มีเพศต่างกัน

การทำกิจกรรมในเวลาว่าง	ชาย n= 32		หญิง n= 33		t	p
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1. ขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค	2.93	0.617	2.94	0.416	-2.96	0.768
2. ขณะอยู่ที่บ้าน	2.94	0.359	2.90	0.336	-0.03	0.974
รวม	2.92	0.452	2.92	0.340	-0.21	0.835

จากตาราง 11 แสดงว่า นักศึกษาทั้งชายและหญิง ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ในเวลาว่าง ขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะที่อยู่บ้านไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน ข้อที่ 2

3. นักเรียนที่มีระดับชั้นปีต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน

ตาราง 12 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติในกิจกรรมที่ทำโดยรวม เมื่อ
นักเรียนมีเวลาว่าง ขณะที่อยู่วิทยาลัยและขณะที่อยู่บ้าน ของนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพ
วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร จำแนกตามระดับชั้นปี

การทำกิจกรรม ในเวลาว่าง	ปวช. 1 n = 128			ปวช. 2 n = 91			ปวช. 3 n = 76		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ปฏิบัติ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ปฏิบัติ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ปฏิบัติ
1. ขณะอยู่ที่วิทยาลัย เทคนิค	2.83	0.329	ปาน กลาง	2.86	0.402	ปาน กลาง	2.72	0.358	ปาน กลาง
2. ขณะอยู่ที่บ้าน	2.82	0.364	ปาน กลาง	2.90	0.353	ปาน กลาง	2.84	0.287	ปาน กลาง
รวม	2.83	0.306	ปาน กลาง	2.88	0.335	ปาน กลาง	2.78	0.264	ปาน กลาง

จากตาราง 12 แสดงว่า นักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 2 และ 3 ปฏิบัติกิจกรรม
นันทนาการต่าง ๆ ในเวลาว่างขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะที่อยู่ที่บ้าน อยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 13 ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการ ของนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพที่มีชั้นปีต่างกัน

กิจกรรม	แหล่งของความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p
1. ระยะเวลาอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค	ระหว่างกลุ่ม	2	0.892	0.446	3.431	0.034
	ภายในกลุ่ม	292	37.953	0.130		
	รวม	294	38.845			
2. ระยะเวลาที่บ้าน	ระหว่างกลุ่ม	2	0.298	0.149	1.268	0.283
	ภายในกลุ่ม	292	34.261	0.117		
	รวม	294	34.559			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	2	0.413	0.207	2.217	0.111
	ภายในกลุ่ม	292	27.212	0.093		
	รวม	294	27.625			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 13 แสดงว่า นักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพ ที่มีชั้นปีแตกต่างกัน ใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่างๆ ขณะที่อยู่วิทยาลัยเทคนิค ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน ข้อที่ 3 ส่วนระยะเวลาอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงนำไปทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยเป็นรายคู่โดยวิธี LSD ดังตาราง 14

ตาราง 14 การทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ของชั้นปี กับการใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรม
นันทนาการต่างๆ ขณะที่อยู่วิทยาลัยเทคนิค

ชั้นปี	$\bar{X}$ ขณะอยู่วิทยาลัย	ชั้นปี		
		ปวช. 1	ปวช. 2	ปวช. 3
		2.83	2.86	2.72
ปวช. 1	2.83	-	0.531	0.037*
ปวช. 2	2.86	-	-	0.013*
ปวช. 3	2.72	-	-	-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 14 แสดงว่า ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ในแต่ละชั้นปี ใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่างๆ ขณะที่อยู่วิทยาลัยเทคนิค พบว่า

ขณะที่อยู่วิทยาลัยนั้น นักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 ใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่างๆ แตกต่างกับกลุ่มนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 3 และ กลุ่มนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 ก็ใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมนันทนาการต่างๆ แตกต่างกับกลุ่มนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. นักศึกษาที่มีระดับชั้นปีต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน

ตาราง 15 ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค และ ขณะที่อยู่บ้าน ของนักศึกษาที่มีระดับชั้นปีต่างกัน

การทำกิจกรรมในเวลาว่าง	ปวส. 1 n=40		ปวส. 2 n = 25		t	p
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1. ขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค	2.93	0.504	2.90	0.556	0.28	0.783
2. ขณะอยู่ที่บ้าน	2.86	0.347	2.97	0.338	-1.26	0.214
รวม	2.90	0.386	2.93	0.420	-0.36	0.722

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 15 แสดงว่า นักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงปีที่ 1 และปีที่ 2 ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ในเวลาว่างขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะที่อยู่บ้านไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน ข้อที่ 4

5. นักเรียนระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกันกับ นักศึกษาระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.)

ตาราง 16 ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค และ ขณะที่อยู่บ้านของนักเรียนระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) กับนักศึกษาระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.)

การทำกิจกรรมในเวลาว่าง	ปวช. n = 295		ปวส. n = 65		t	p
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1. ขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค	2.81	0.363	2.92	0.521	-2.048*	0.041
2. ขณะอยู่ที่บ้าน	2.85	0.343	2.90	0.345	-1.095	0.274
รวม	2.83	0.306	2.91	0.396	-1.830*	0.048

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 16 แสดงว่า นักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพ และนักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ในเวลาว่างขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะอยู่ที่บ้าน โดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. นักเรียนที่เรียนประเภทวิชาต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน

ตาราง 17 ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค และขณะที่อยู่บ้าน ของนักเรียนที่เรียนประเภทวิชาช่างอุตสาหกรรม กับนักเรียนที่เรียนประเภทวิชาพาณิชยกรรม

การทำกิจกรรมในเวลาว่าง	ช่างอุตสาหกรรม n=30		พาณิชยกรรม n=35		t	p
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1. ขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค	2.81	0.372	2.81	0.343	0.30	0.958
2. ขณะอยู่ที่บ้าน	2.88	0.345	2.78	0.328	0.88	0.026 *
รวม	2.84	0.315	2.80	0.281	0.15	0.226

จากตาราง 17 แสดงว่า นักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพ ที่เรียนประเภทวิชาช่างอุตสาหกรรม ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่างๆ ในเวลาว่างขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะที่อยู่ที่บ้าน ไม่แตกต่างกับนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพ ที่เรียนประเภทวิชาพาณิชยกรรม ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน ข้อที่ 6

7. นักศึกษาที่เรียนประเภทวิชาต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน

ตาราง 18 ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค และขณะที่อยู่บ้าน ของนักศึกษาที่เรียนประเภทวิชาช่างอุตสาหกรรม กับนักศึกษาที่เรียนประเภทวิชาพาณิชยกรรม

การทำกิจกรรมในเวลาว่าง	ช่างอุตสาหกรรม n=30		พาณิชยกรรม n=35		t	p
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1. ขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค	2.93	0.603	2.91	0.448	0.105	0.917
2. ขณะอยู่ที่บ้าน	2.85	0.340	2.95	0.348	-1.123	0.266
รวม	2.89	0.438	2.93	0.363	-0.415	0.679

จากตาราง 18 แสดงว่า นักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง ที่เรียนประเภทวิชาช่างอุตสาหกรรม และที่เรียนประเภทวิชาพาณิชยกรรม ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่างๆ ในเวลาว่างไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน ข้อที่ 7

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ สรุปได้ดังนี้

สรุปความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ ปัญหา อุปสรรค ความขาดแคลนหรือความไม่สะดวกในการปฏิบัติกิจกรรมในเวลาว่าง

1. การปฏิบัติกิจกรรมในขณะที่อยู่ในวิทยาเขตเทคนิค
 - 1.1 มีเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมน้อยเกินไป
 - 1.2 กิจกรรมจัดขึ้นตอนบ่าย ซึ่งเป็นเวลาเลิกเรียน ต่างคนต่างแยกย้ายกลับบ้าน
 - 1.3 อุปกรณ์การเรียนไม่เพียงพอ โดยเฉพาะคอมพิวเตอร์
 - 1.4 ขาดสถานที่อ่านหนังสือที่มีบรรยากาศร่มรื่น
 - 1.5 สถานที่พักผ่อนไม่เพียงพอ
 - 1.6 หนังสือในห้องสมุดน่าสนใจมีน้อย
 - 1.7 ขาดแคลนห้องซ้อมดนตรีสากล
 - 1.8 ขาดแคลนห้องน้ำที่ดี
 - 1.9 เจ้าหน้าที่ห้องสมุดไม่สุภาพ
 - 1.10 ขาดการประชาสัมพันธ์
 - 1.11 ไม่มีจุดสนใจในการปฏิบัติงาน
 - 1.12 ขาดแคลนอุปกรณ์ในการเล่นกีฬา
 - 1.13 ไม่ค่อยมีใครเข้าร่วมกิจกรรม
 - 1.14 ไม่มีเวลาว่าง
 - 1.15 ขาดบุคลากรดูแลควบคุม
 - 1.16 ควรให้การสนับสนุนด้านกีฬามากกว่านี้
2. การปฏิบัติกิจกรรมในขณะที่อยู่ที่บ้าน
 - 2.1 ความขี้เกียจของตัวเอง
 - 2.2 ไม่มีคอมพิวเตอร์เป็นของตัวเอง
 - 2.3 ขาดแคลนทุนทรัพย์
 - 2.4 ไม่มีสถานที่ออกกำลังกาย
 - 2.5 เปิดเพลงเสียงดังไม่ได้ เพราะเกรงใจคนข้างบ้าน
 - 2.6 มีเวลาการทำกิจกรรมน้อย เพราะมีหลายอย่างต้องทำ

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงสำรวจ สรุปลำดับขั้นตอนของการวิจัยดังนี้

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร

ความสำคัญของการวิจัย

ผลจากการวิจัยครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพและประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง ของวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปเป็นแนวทางในทางเสนอแนะแก้ไขปรับปรุงแหล่งบริการนันทนาการของสถาบันให้สอดคล้องกับปัญหาและความต้องการเพื่อเป็นประโยชน์แก่ทางวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร และตัวนักเรียนและนักศึกษาเอง

สมมติฐานในการวิจัย

1. นักเรียนที่มีเพศต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน
2. นักศึกษาที่มีเพศต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน
3. นักเรียนที่มีระดับชั้นปีต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน
4. นักศึกษาที่มีระดับชั้นปีต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน
5. นักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกันกับนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.)
6. นักเรียนที่เรียนประเภทวิชาต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน
7. นักศึกษาที่เรียนประเภทวิชาต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน

วิธีดำเนินการวิจัย

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ และ นักศึกษาระดับประกาศนียบัตรชั้นสูง ปีการศึกษา 2547 โดยมีนักเรียนและนักศึกษาทั้งหมด 3,173 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา มีลำดับขั้นตอนของการเลือกดังนี้

1. กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยเปิดตารางของ เครจซี่ และ มอร์แกน (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540: 303; อ้างอิงจาก Krejcie and Morgan 1970: 608) ที่ประชากร 3,173 คน ได้กลุ่มตัวอย่าง 341 คน แต่ผู้วิจัยขอใช้ข้อมูล 360 คน สำหรับการวิจัยครั้งนี้

2. ทำการสุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยมีลำดับขั้นตอน ดังตาราง 1

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างของ นักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร โดยแบบสอบถามดังกล่าวผู้วิจัยดำเนินการสร้าง และหาคุณภาพ ดังนี้

1. ศึกษาตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง

2. ดำเนินการสร้างแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างของนักเรียน และนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร โดยแบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นคำถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา / ชั้นปี และแผนกวิชา

ตอนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัย สมุทรสาคร ซึ่งสร้างเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์ให้ คะแนน ดังนี้

	ทางบวก	ทางลบ
มากที่สุด	5	1
มาก	4	2
ปานกลาง	3	3
น้อย	2	4
น้อยที่สุด	1	5

และนำค่าคะแนนเฉลี่ยของการใช้เวลาว่างของผู้ตอบแบบสอบถามแปลความหมาย โดยกำหนดเกณฑ์การประเมิน ดังนี้ (วิเชียร เกตุสิงห์. 2530: 92-96)

3.67-5.00	มาก
2.34-3.66	ปานกลาง
1.00 – 2.33	น้อย

ตอนที่ 3 เป็นคำถามปลายเปิด เพื่อให้ผู้ตอบแบบสอบถามได้นำเสนอแนวคิด ที่ต้องการให้ทางวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ได้จัดกิจกรรมเสริมในช่วงเวลาว่าง

3. นำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จแล้วไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาความเหมาะสม ชัดเจนของภาษาและความคลุมเครือในเรื่องการศึกษาการใช้เวลาว่าง
4. นำแบบสอบถามกลับมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาแล้วนำ กลับมาให้อาจารย์พิจารณาอีกครั้ง จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไข
5. นำแบบสอบถามไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน พิจารณาความสอดคล้องของ ข้อคำถามเกี่ยวกับการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา และให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณา ถึงความเหมาะสมดังกล่าว
6. นำคะแนนที่ได้จากข้อ 5 มาคำนวณหาดัชนีความสอดคล้องของคำถาม โดย พิจารณาว่าถ้าค่าคำนวณได้ในแต่ละข้อ ถ้าค่าที่ได้มากกว่าหรือเท่ากับ 0.5 ถือว่าคำถามนั้นมีความ เหมาะสม แต่ถ้าค่าคำนวณได้น้อยกว่า 0.5 ต้องนำไปปรับปรุงแก้ไข

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย ส่งถึงผู้อำนวยการวิทยาลัยเทคนิค สมุทรสาคร เพื่อขออนุมัติทำการการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัย
2. ผู้วิจัยติดต่อผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ เพื่อชี้แจงขั้นตอนการวิจัยและขอเก็บ ข้อมูลนักเรียนและนักศึกษา
3. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตัวเอง โดยแจกแบบสอบถามให้นักเรียน และนักศึกษาตอบ
4. นำข้อมูลที่ได้มาจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for Social Science) โดยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. นำข้อมูลในแบบสอบถามตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถามมา วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

2. นำข้อมูลในแบบสอบถามตอนที่ 2 มาวิเคราะห์โดยหาค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง
3. เปรียบเทียบและวิเคราะห์ระหว่างกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม โดยใช้สถิติการทดสอบค่าที (t-test) และค่าเอฟ (F-test) สำหรับหาค่าสัมพัทธ์ระหว่างการศึกษากการใช้เวลาว่างกับตัวแปรอิสระด้านเพศ ชั้นปีที่ศึกษา ระดับการศึกษา ชั้นปีและประเภทวิชา หากพบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จึงทดสอบเป็นรายคู่ โดยใช้การทดสอบ LSD (Least Significant Different)
4. นำข้อมูลในตอนที 3 มาสรุปในแต่ละด้านแล้วนำเสนอในรูปความเรียง

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน
 - 1.1 ความถี่
 - 1.2 ค่าร้อยละ
 - 1.3 ค่าเฉลี่ย
 - 1.4 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. สถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน
 - 2.1 ทดสอบค่าที (t-test)
 - 2.2 ทดสอบค่าเอฟ (F-test)
 - 2.3 ทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยใช้วิธี LSD (Least Significant Different)

สรุปผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนตัว
 - 1.1 เพศ พบว่า ส่วนใหญ่แล้วกลุ่มตัวอย่างเป็นชาย คิดเป็นร้อยละ 61.40 และเป็นหญิง คิดเป็นร้อยละ 38.60
 - 1.2 ระดับการศึกษา พบว่า ส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 35.60 รองลงมา คือกลุ่มนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 25.30 และที่น้อยที่สุด คือกลุ่มนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นสูง ชั้นปีที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 6.90
 - 1.3 ประเภทวิชา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นประเภทวิชาช่างอุตสาหกรรม คิดเป็นร้อยละ 66.70 และเป็นประเภทวิชาพาณิชยกรรม คิดเป็นร้อยละ 33.30

2. ผลการวิเคราะห์การใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา จำแนกตามตัวแปรกิจกรรมที่ทำในช่วงเวลาว่างจากการเรียนและหลังเลิกเรียน ขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค กิจกรรมที่ทำขณะอยู่ที่บ้าน

2.1 เมื่ออยู่ที่วิทยาลัย นักเรียนและนักศึกษา ทำกิจกรรมในเวลาว่าง โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาในรายข้อพบว่า ในรายข้อที่นักเรียนและนักศึกษาส่งส่วนใหญ่ปฏิบัติได้แก่ นั่งพักผ่อน พูดคุยกับเพื่อน รองลงมา คือซื้ออาหารมารับประทานกับเพื่อน และกิจกรรมที่นักเรียนและนักศึกษา ปฏิบัติน้อยที่สุด คือ สืบบุหรีเพื่อคลายเครียด

2.2 เมื่ออยู่ที่บ้าน นักเรียนและนักศึกษาทำกิจกรรมในเวลาว่าง โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาในรายข้อพบว่า ในรายข้อที่นักเรียนและนักศึกษาส่งส่วนใหญ่ปฏิบัติเมื่อมีเวลาว่างอยู่บ้าน ได้แก่ ดูโทรทัศน์ ใช้อินเทอร์เน็ต รองลงมา คือ เที่ยวตามแหล่งสถานบันเทิง เช่น ผับ บาร์ ดิสโกเธค และกิจกรรมที่นักเรียนและนักศึกษา ปฏิบัติน้อยที่สุดคือ แข่งรถมอเตอร์ไซด์ ร่วมประลองความเร็วบนถนนหลวง

2.3 นักเรียนและนักศึกษา ทำกิจกรรมในเวลาว่าง โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และไม่ว่านักเรียนและนักศึกษาก่อนจะอยู่ที่วิทยาลัยหรือที่บ้าน นักเรียนและนักศึกษา ก็ปฏิบัติกิจกรรมนั้นหลากหลายอยู่ ในระดับปานกลางเหมือนกัน

2.4 จำแนกตามเพศ พบว่า นักเรียนและนักศึกษา เพศชายและเพศหญิงทำกิจกรรมในเวลาว่าง โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และไม่ว่านักเรียนและนักศึกษาก่อนจะอยู่ที่วิทยาลัย หรือ ที่บ้าน นักเรียนและนักศึกษา ทั้งเพศชาย และเพศหญิง ก็ปฏิบัติกิจกรรมนั้นหลากหลายอยู่ ในระดับปานกลางเช่นกัน

2.5 จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า นักเรียนและนักศึกษา ที่มีระดับการศึกษาในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ปีที่ 1 ปีที่ 2 และปีที่ 3 ทำกิจกรรมในเวลาว่าง โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และไม่ว่านักเรียนและนักศึกษาก่อนจะอยู่ที่วิทยาลัยหรือที่บ้าน นักเรียนและนักศึกษา ก็ปฏิบัติกิจกรรมนั้นหลากหลายอยู่ ในระดับปานกลางเช่นกัน และนักเรียนและนักศึกษา ที่มีระดับการศึกษาในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง ปีที่ 1 ปีที่ 2 ทำกิจกรรมในเวลาว่าง โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และไม่ว่านักเรียนและนักศึกษาก่อนจะอยู่ที่วิทยาลัยหรือที่บ้าน นักเรียนและนักศึกษาก็ปฏิบัติกิจกรรมนั้นหลากหลายอยู่ ในระดับปานกลางเช่นกัน

2.6 จำแนกตามประเภทวิชา พบว่า นักเรียนและนักศึกษา ที่มีศึกษาในประเภทวิชาช่างอุตสาหกรรมและพาณิชยกรรม ทำกิจกรรมในเวลาว่าง โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และไม่ว่านักเรียนและนักศึกษาก่อนจะอยู่ที่วิทยาลัยหรือที่บ้าน นักเรียนและนักศึกษาก็ปฏิบัติกิจกรรมนั้นหลากหลายอยู่ ในระดับปานกลางเช่นกัน

3. ผลการทดสอบสมมติฐาน

3.1 จากการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่านักเรียนที่มีเพศต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน พบว่านักเรียนทั้งชายและหญิง ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ในเวลาว่าง ขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะอยู่ที่บ้าน ไม่แตกต่างกัน แต่การใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนที่มีเพศต่างกัน ขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.2 จากการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่านักศึกษาที่มีเพศต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน พบว่า นักศึกษาทั้งชายและหญิง ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ในเวลาว่างขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะที่อยู่ที่บ้านไม่แตกต่างกัน

3.3 จากการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่านักเรียนที่มีระดับชั้นปีต่างกันมีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน พบว่า นักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพ ที่มีชั้นปีแตกต่างกัน ใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะอยู่ที่บ้านไม่แตกต่างกัน ส่วนขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อทดสอบความแตกต่างรายคู่ ก็พบว่า นักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 ใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ แตกต่างกับกลุ่มนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 3 และกลุ่มนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 ก็ใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ แตกต่างกับกลุ่มนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.4 จากการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 4 ที่ว่า นักศึกษาที่มีระดับชั้นปีต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน พบว่า นักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงปีที่ 1 และปีที่ 2 ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ในเวลาว่าง ขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค และขณะที่อยู่ที่บ้านไม่แตกต่างกัน

3.5 จากการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 5 ที่ว่า นักเรียนระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกันกับ นักศึกษาระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) พบว่า นักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพ และนักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง ทำกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ในเวลาว่าง ขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะอยู่ที่บ้านโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.6 จากการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 6 ที่ว่า นักเรียนที่เรียนประเภทวิชาต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน พบว่า นักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพ ที่เรียนช่างอุตสาหกรรม ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ในเวลาว่างขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะที่อยู่ที่บ้านไม่แตกต่างกับนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพที่เรียนพาณิชย์กรรม

3.7 จากการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 7 ที่ว่า นักศึกษาที่เรียนประเภทวิชาต่างกัน มีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการแตกต่างกัน พบว่า นักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงที่เรียนช่างอุตสาหกรรม และที่เรียนพาณิชยกรรม ทำกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ในเวลาว่าง ขณะที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะที่อยู่ที่บ้าน ไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร สามารถอภิปรายผลดังนี้

1. การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาตามตัวแปรเพศ ระดับการศึกษา ชั้นปี และประเภทวิชา ผลปรากฏว่านักเรียนและนักศึกษาใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะอยู่ที่บ้านโดยรวมอยู่ระดับปานกลาง ทั้งนี้ เพราะในการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษามีเวลาว่างน้อยและจำกัด เพราะเวลาที่อยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคส่วนใหญ่ใช้ไปกับการเรียนและเมื่ออยู่ที่บ้านก็ต้องช่วยงานทางบ้าน ทำการบ้าน ทบทวนบทเรียน รวมทั้งสภาพแวดล้อมของทางวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ยังไม่เอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติกิจกรรม สาเหตุอาจมาจากบริเวณสถานที่คับแคบแต่มีจำนวนนักเรียนและนักศึกษาเป็นจำนวนมาก จึงทำให้ไม่เพียงพอกับการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ เช่น สนามกีฬา โรงยิมเนเซียม และห้องปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ รวมทั้งสภาพทางบ้านของนักเรียนและนักศึกษาขาดแคลนสถานที่ปฏิบัติกิจกรรม เนื่องจากสภาพของจังหวัดสมุทรสาคร เป็นจังหวัดที่มีการประกอบอาชีพทางด้านอุตสาหกรรมเป็นจำนวนมาก ราคาที่ดินมีราคาแพงและผู้ปกครองส่วนใหญ่จะประกอบอาชีพเป็นพนักงาน หรือลูกจ้างในโรงงานอุตสาหกรรม ซึ่งการทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมส่วนใหญ่จะมีการทำงานนอกเวลาและการทำงานเป็นผลัด และบางครอบครัวก็ประกอบอาชีพค้าขาย จึงทำให้นักเรียนนักศึกษาต้องช่วยทำงานบ้านแทนผู้ปกครองหรือช่วยในการประกอบอาชีพด้วยบางส่วน ซึ่งทำให้นักเรียนและนักศึกษามีเวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ชินะภิญโญ สะพานทอง (2547: 85) ที่ว่าพนักงานการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย มีความต้องการการใช้เวลาว่างในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับปานกลาง และไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ สุนิตยา ชุมพงศ์ (2535: 52) พบว่ากิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างของนักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ปฏิบัติกิจกรรมในเวลาว่างด้านต่าง ๆ โดยส่วนรวมอยู่ในระดับต่ำ และจากการวิเคราะห์การใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาที่ปฏิบัติกิจกรรมในช่วงว่างจากการเรียนและหลังเลิกเรียนขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า นักเรียนและนักศึกษาส่วนใหญ่ปฏิบัติ ได้แก่ นั่งพักผ่อน พูดคุยกับเพื่อน ทั้งนี้ เพราะเป็นการแลกเปลี่ยนทางด้านความรู้ความคิดเห็นซึ่งสอดคล้องกับ วาสนา คุณาภิสิทธิ์ (2523: บทคัดย่อ) พบว่าหลังเลิกเรียนกิจกรรมที่นักเรียนทำมากที่สุดคือการพูดคุยกับเพื่อน ส่วนกิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างขณะอยู่ที่บ้านของนักเรียนและนักศึกษาเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า

กิจกรรมที่ปฏิบัติมากที่สุด ได้แก่ ดูโทรทัศน์ วีดีโอ ทั้งนี้ส่วนใหญ่นักเรียน นักศึกษาต้องคอยเฝ้าบ้าน ดูแลบ้านเพราะผู้ปกครองส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเป็นพนักงานหรือลูกจ้างตามโรงงานอุตสาหกรรม และบางส่วนประกอบอาชีพค้าขายดังที่กล่าวมาแล้วในตอนต้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ วอตสัน (Watson. 1997: 325) ได้ศึกษาเรื่องผลกระทบทัศนคติและแรงจูงใจของการใช้เวลาว่างที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการการออกกำลังกายของนักศึกษาในวิทยาลัย ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างวันละ 2 - 3 ชั่วโมง ในการดูโทรทัศน์หรือทำกิจกรรมที่ไม่มีการเคลื่อนไหว สอดคล้องกับ ศิริรัตน์ เจริญศักดิ์ (2513: บทคัดย่อ) พบว่า นักเรียนชาย นักเรียนหญิง มีความสนใจในการชมโทรทัศน์มากพอสมควร นักเรียนส่วนมากชมโทรทัศน์ทุกวัน และส่วนมากชมโทรทัศน์ที่บ้านของตนเอง

2. ผลการเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ตามตัวแปร เพศ ระดับการศึกษา ชั้นปี และประเภทวิชา ปรากฏผลดังนี้

2.1 ผลการวิเคราะห์การใช้เวลาว่างของนักเรียนที่มีเพศต่างกัน ชั้นปีต่างกันและประเภทวิชาต่างกัน ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะอยู่ที่บ้านไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมุติฐานของการศึกษา ทั้งนี้เพราะนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร มีช่วงวัยอยู่ในวัยรุ่นตอนกลาง คือ หญิงอายุ 15-18 ปี ชาย 17-19 ปี ซึ่งมักจะปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ไปตามกลุ่มเพื่อน เพราะถือว่าเพื่อนมีความสำคัญมากและยังเป็นวัยที่รักความสนุกสนานท้าทายและต้องการเป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน สอดคล้องกับ วัฒนา พิชราวณิช (2534: 15) กล่าวว่า วัยรุ่นตอนกลางการพัฒนาเกือบถึงขีดสุด เด็กต้องการเป็นที่ยอมรับของสังคม ชอบมีบทบาทในสังคม ระยะนี้อารมณ์รุนแรง มีความรู้สึกนึกคิดทางด้านปรัชญา การพัฒนาทางด้านจิตใจมีมากขึ้น เมื่อความต้องการของวัยรุ่นมีความต้องการคล้ายคลึงกันจึงมักเลือกปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ที่ไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับ วาสนา คุณาภิสิทธิ์ (2523: บทคัดย่อ) พบว่า นักเรียนชายกับนักเรียนหญิงและนักเรียนในโรงเรียนรัฐบาลกับนักเรียนโรงเรียนราษฎร์มีความสนใจในการใช้กิจกรรมในเวลาว่างไม่แตกต่างกัน และสอดคล้องกับ คำรณ มาลาคำ (2546: บทคัดย่อ) พบว่า นักเรียนชาย-หญิง ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ห้องเก่งกับห้องอ่อนใช้เวลาว่างปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการเหมือนกัน และไม่สอดคล้องกับ ภิรมย์ รตินรเศรษฐ์ (2528: 119-123) พบว่า กิจกรรมที่ทำก่อนเข้าเรียนในตอนเช้าและหลังเลิกเรียนตอนเย็น โดยรวมใช้เวลาแตกต่างกันโดยนักเรียนชายใช้เวลาทำกิจกรรมน้อยกว่านักเรียนหญิง ได้แก่ เล่นน่อง อ่านหนังสือพิมพ์รายวัน เล่นดนตรี เล่นกีฬา ฝึกกายบริหาร ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ ดูวีดีโอและทำงานอดิเรก และไม่สอดคล้องกับ สุนิตยา ชุมพงศ์ (2535: บทคัดย่อ) พบว่า นักศึกษาชายและนักศึกษาหญิงมีกิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างด้านต่าง ๆ โดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และไม่สอดคล้องกับ ธัญญารัตน์ วงษ์สมัย (2542: บทคัดย่อ) พบว่า การใช้เวลาว่างระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นักเรียนที่มีระดับชั้นปีต่างกัน ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิค และขณะอยู่ที่บ้านไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนักเรียนอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนกลางดังที่กล่าวมาแล้ว และมักจับกลุ่มกันเป็นกลุ่มใหญ่และมีความสนใจในสิ่งที่คล้ายกันหรือเหมือนกัน จึงปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับ สุนิตยา ชุมพงค์ (2535: 55) พบว่า นักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่กำลังศึกษาอยู่ต่างชั้นปี มีกิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างด้านต่าง ๆ ไม่แตกต่างกัน และสอดคล้องกับ รัชฎวรรณ์ วงษ์สมัย (2542: บทคัดย่อ) พบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี ใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา หารายได้พิเศษ งานอดิเรกและการเรียนไม่แตกต่างกัน ส่วนในประเภทวิชาต่างกันจะเห็นได้ว่าไม่ว่าจะเป็นประเภทวิชาช่างอุตสาหกรรมหรือประเภทวิชาพาณิชยกรรม โดยรวมปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะนักเรียนอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนกลางดังที่กล่าวมาแล้ว และสภาพของสถานที่ของวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร ไม่เอื้อต่อการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการดังที่กล่าวมาแล้ว จึงทำให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการเท่าที่สามารถทำได้ พร้อมทั้งสภาพทางบ้านของนักเรียนมักจะมีสภาพไม่แตกต่างกันมากนัก จึงน่าจะเป็นสาเหตุให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับ สุนิตยา ชุมพงค์ (2535: 54) พบว่า นักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่กำลังศึกษาอยู่ต่างคณะ มีกิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างด้านต่าง ๆ โดยรวมแตกต่างกัน

2.2 ผลการวิเคราะห์นักศึกษาที่มีเพศต่างกัน ชั้นปีต่างกันและประเภทวิชาต่างกันมีการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการทั้งขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะอยู่ที่บ้าน โดยรวมไม่แตกต่างกันซึ่งไม่เป็นไปตามสมมุติฐาน เมื่อพิจารณาจะเห็นได้ว่านักศึกษาอยู่ในช่วงของวัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งจะมีลักษณะสนใจในอาชีพ สนใจสภาพชีวิตของตนเองเริ่มเข้ากลุ่มที่เล็กลง มีความรับผิดชอบมากขึ้น ดังนั้นมักจะปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ไปในทางเดียวกันของกลุ่ม รู้จักอดทนอดกลั้นมากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ วัลลภา อิสริวงศ์ (2530: 101) กล่าวว่า ในระยะวัยรุ่นตอนปลายจะเป็นช่วงที่มีเพื่อนน้อยกว่าวัยรุ่นตอนต้น เพราะเริ่มมีเพื่อนต่างเพศ มีความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศลักษณะการเกาะเป็นกลุ่มใหญ่ ๆ น้อยลง พฤติกรรมการแสดงออกทางสังคมของวัยรุ่นตอนปลาย คือ ความสามารถในการเข้าสังคมโดยเฉพาะอย่างยิ่งการเดินร่ำ การสนทนา การเล่นเกมหรือกีฬา ซึ่งจะเห็นได้ว่านักศึกษาอยู่ในช่วงของวัยรุ่นตอนปลายมักจะมีความสนใจในกิจกรรมที่คล้ายกันและปฏิบัติแบบเดียวกัน จึงทำให้การใช้เวลาว่างปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะอยู่ที่บ้านโดยรวมไม่แตกต่างกัน

2.3 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบนักเรียนระดับการศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) กับนักศึกษาระดับการศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) ในการใช้เวลาว่างทางกิจกรรมนันทนาการขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะอยู่ที่บ้านโดยรวมแตกต่างกัน ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานของการศึกษา เมื่อพิจารณาจะเห็นได้ว่านักเรียนในระดับการศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพ อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนกลางจึงแสดงพฤติกรรมรวมกลุ่มในเพศเดียวกันและมักจะปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ที่เหมือนกันในกลุ่มเพื่อนด้วยกัน ส่วนใหญ่มักจะมีอารมณ์ที่รุนแรง ส่วนนักศึกษา

ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง อยู่ในช่วงของวัยรุ่นตอนปลายจะมีความรอบครอบมากขึ้น เริ่มเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น เริ่มสนใจในอนาคตของตนเองมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ วัฒนา พัชรานิช (2534: 15-16) กล่าวว่า วัยรุ่นตอนกลาง (หญิง 15-18 ปี ชาย 17-19 ปี) การพัฒนาในระยะนี้เกือบเจริญถึงขีดสุดเด็กต้องการเป็นที่ยอมรับของสังคม ชอบมีบทบาทในสังคม ระยะนี้มีอารมณ์รุนแรง มีความรู้สึกนึกคิดทางด้านปรัชญา การพัฒนาทางด้านจิตใจมีมากขึ้นย่อมอยู่ในกลุ่มเพศเดียวกันพยายามเข้าใจกับปัญหาโดยการศึกษาปัญหา มีนิสัยรักสวยรักงาม สร้างความมั่นใจให้กับตนเอง มีความรักในเพศตรงข้าม สนใจค้นคว้าศึกษาหาความรู้ตามความถนัดของตนเอง วัยรุ่นตอนปลาย (หญิง 18-21 ปี ชาย 19-21 ปี) เป็นวัยสุดท้ายของวัยรุ่นตอนปลายเด็กจะมีพัฒนาการทางร่างกายและจิตใจถึงขีดสูงสุด เริ่มสนใจอาชีพ สนใจสภาพชีวิตของตนเอง รู้จักวางแผนสำหรับชีวิตในอนาคต รู้จักอดกลั้นและขมอารมณ์ ซึ่งในลักษณะพฤติกรรมของวัยรุ่นตอนกลางและตอนปลายมีความแตกต่างกันจึงมักมีการเลือกใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมทางนันทนาการที่แตกต่างกัน ไม่สอดคล้องกับ ดวงใจ สิทธิไชย (2521: 105) พบว่า ผลสัมฤทธิ์ต่างกันการใช้เวลาว่างของนักเรียนแตกต่างกัน และการแตกต่างระหว่างผลสัมฤทธิ์เกี่ยวข้องกับระดับชั้นเรียนด้วย คือ นักเรียนที่อยู่ในระดับชั้นเรียนที่ใกล้เคียงกันจะใช้เวลาว่างไม่แตกต่างกัน แต่นักเรียนที่เรียนอยู่ในชั้นเรียนที่ห่างกันความแตกต่างกันของการใช้เวลาว่างก็มีมากขึ้น ไม่สอดคล้องกับ สุนิตยา ชุมพงศ์ (2535: 55) พบว่า นักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่กำลังศึกษาอยู่ต่างชั้นปี มีกิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างด้านต่าง ๆ โดยส่วนรวมไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาครผู้วิจัยขอเสนอแนะดังนี้

1. ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนนักศึกษาใช้เวลาว่างปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการขณะอยู่ที่วิทยาลัยเทคนิคและขณะอยู่ที่บ้านโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง พิจารณารายข้อพบว่า นักเรียนและนักศึกษาส่วนใหญ่ปฏิบัติ ได้แก่ นั่งพักผ่อนพูดคุยกับเพื่อน และขณะที่อยู่ที่บ้านส่วนใหญ่ปฏิบัติได้แก่ดูโทรทัศน์ วีดีโอ จะเห็นได้ว่านักเรียนและนักศึกษายังใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการยังไม่หลากหลายเท่าที่ควรและยังเป็นกิจกรรมที่ไม่ค่อยได้เคลื่อนไหว ซึ่งนักเรียนและนักศึกษายังอยู่ในวัยรุ่นเป็นวัยที่มักปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ โดยการเคลื่อนไหว ดังนั้นจึงควร ส่งเสริมหรือรณรงค์ให้นักเรียนและนักศึกษาได้เข้าใจถึงประโยชน์และคุณค่าของกิจกรรมนันทนาการในรูปกิจกรรมที่หลากหลาย โดยเชิญชวนให้เข้าร่วม จูงใจโดยการประกวดชิงรางวัล แข่งขันชิงรางวัล เพื่อให้นักเรียนและนักศึกษาทุกระดับได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมให้หลากหลายมากยิ่งขึ้นและมีสถิติเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการสูงขึ้นและควรมีการประเมินผลเป็นระยะ ๆ ตลอดปี

2. จัดให้มีการประชาสัมพันธ์การใช้เวลาว่างที่เป็นประโยชน์เกี่ยวกับกิจกรรมที่จัด เพื่อให้ นักเรียนและนักศึกษาได้ทราบข้อมูลข่าวสารจะได้เลือกกิจกรรม เข้าร่วมชมรมตามที่ตนเองถนัด เพื่อลดปัญหาการเรียน เบื่อการเรียน การใช้สารเสพติด พฤติกรรมเบี่ยงเบน ก้าวร้าว ลดปัญหา การใช้ความรุนแรง ตลอดจนการก่อเหตุทะเลาะวิวาทเป็นการสนับสนุนการใช้เวลาว่างให้ถูกต้อง ของวัยรุ่นได้เป็นอย่างดี

3. เพิ่มเติมสถานที่จัดกิจกรรมนันทนาการที่มีความพร้อม ทั้งในร่มและกลางแจ้งและควรมีอุปกรณ์ให้เพียงพอต่อความต้องการทันสมัยและได้มาตรฐาน

4. จัดวิทยากรที่มีความรู้ความชำนาญ แนะนำในเรื่องการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ ที่ถูกต้อง

5. มีกาประสานระหว่างทางวิทยาลัยเทคนิคกับทางบ้านของนักเรียนและนักศึกษา เพื่อเป็นการดูแลนักเรียนและนักศึกษาร่วมกัน เพื่อไม่ให้นักเรียนและนักศึกษาใช้เวลาว่าง ไปในทางที่มีขอบ

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยต่อไป

1. ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ให้มากกว่านี้
2. ควรศึกษาเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาที่อยู่ต่างโรงเรียน หรือวิทยาลัย หรือระหว่างวิทยาลัยที่อยู่ในตัวเมือง กับต่างจังหวัดว่ามีผลเหมือนหรือแตกต่างกัน อย่างไร
3. ควรศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลที่มีต่อการใช้เวลาว่างของนักเรียน นักศึกษา

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กันยา สุวรรณแสง. (2532). *จิตวิทยาทั่วไป*. กรุงเทพฯ: บำรุงสาส์น.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2533). *แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2540 - 2544)*. กรุงเทพฯ: รุ่งศิลป์การพิมพ์.
- แก้วแก้ว, นามแฝง. (2534, กุมภาพันธ์). "การบริหารเวลา," *วารสารการศึกษา กทม.* 14(15):15-16.
- คำรณ มาลาคำ. (2546). *การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยา เขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จิรินทร์ ธานีรัตน์. (2528). *นันทนาการชุมชน*. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- จีระพันธ์ พูลพัฒน์. (2545, กันยายน-ธันวาคม). "การใช้เวลาให้คุ้มค่า," *วารสารศึกษาศาสตร์ปริทัศน์*. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. 17(3).
- ชัยณรงค์ สุวรรณสาร. (2523, มีนาคม). "การบริหารเวลา," *ประชาศึกษา*. 6.
- ชินะภิญโญ สะพานทอง. (2547). *ความต้องการใช้เวลาว่างในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของพนักงานไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย. ปรินญาณิพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ชูชีพ เยาวพัฒน์. (2543). *นันทนาการ*. กรุงเทพฯ: โอ.เอส.พรินติ้ง เฮ้าส์.
- ดวงใจ สิทธิไชย. (2521). *การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษาในกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (การมัธยมศึกษา)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ดวงเดือน พิศาลบุตร. (2515). *การแนะแนว*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ดำรัส ดาราศักดิ์. (2525). *นันทนาการขั้นนำ*. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธัญญารัตน์ วงษ์สมัย. (2542). *การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นันทนา เตชะนนท์. (2538). *การศึกษาการใช้เวลาว่างในระหว่างปิดภาคเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- นิธิพัฒน์ เมฆขจร. (2540). *การศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬา มหาวิทยาลัยศรีปทุม กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว)*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธ์ และคนอื่น ๆ. (2523). *การใช้เวลาว่างและกิจกรรมสันทนาการของประชากรกรุงเทพมหานคร*. รายงานการวิจัยของสถาบันวิจัยสภาวะแวดล้อม กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่. (2527). *นันทนาการ*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาสันทนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ปราณี รามสูตร. (2517). *จิตวิทยาวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์รุ่งวัฒนา.
- ปัทมา รอดทั้ง. (2540). *การใช้เวลาว่างด้วยการเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนล่าง*. ปรินต์งานพิมพ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ภิรมย์ รตินรเศรษฐ์. (2528). *การใช้เวลานอกเวลาเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นสองผลัดในกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- มานะ หมอยาดี. (2540). *การใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ*. ปรินต์งานพิมพ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- มายาวี สมบุญ. (2535). *การสำรวจการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดนนทบุรี*. ปรินต์งานพิมพ์ กศ.ม. (การประถมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วัฒนา พัชรานิช. (2534). *จิตวิทยาวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: (เอกสารคำสอน). วิทยาลัยครูบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
- วัลลภา อีสริยวงศ์. (2530). *จิตวิทยาวัยรุ่น*. นครปฐม: ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ วิทยาลัยครูนครปฐม.
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2523). *การใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- วิจิตร ละอองศรี. (2529). *การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดพิษณุโลก*. ปรินต์งานพิมพ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วิวัฒน์ พวงมะลิต. (2533, มิถุนายน). "เทคนิคการบริหารเวลา," *วารสารการศึกษา กทม.* 13(39): 17– 18.

- ศิริรัตน์ เจริญศักดิ์. (2513). ความสนใจรายการโทรทัศน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (โสตทัศนศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ศึกษาริการ, กระทรวง. (2539). แผนป้องกันสารเสพติดของกระทรวงศึกษาธิการ (พ.ศ. 2540 - 2541). กรุงเทพฯ: องค์การคำครุสภา.
- สมบัติ กาญจนกิจ. (2535). นันทนาการชุมชนและโรงเรียน. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- _____. (2542). นันทนาการชุมชนและโรงเรียน. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- _____. (2544). นันทนาการและอุตสาหกรรมท่องเที่ยว. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุขใจ น้ำพุต. (2536, มกราคม-กุมภาพันธ์). "ค่าแห่งเวลา," วารสารข้าราชการ. 38(7): 44-45.
- สุนิตยา ชุมพวงศ์. (2535). การศึกษากิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างของนักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.(การอุดมศึกษา). สงขลา: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ สงขลา. ถ่ายเอกสาร.
- เอก เกิดเต็มภูมิ. (2540). เอกสารประกอบการสอนวิชาสรีรวิทยาการออกกำลังกาย. วิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดอ่างทอง. ถ่ายเอกสาร.
- เอนก หงษ์ทองคำ. (2542). นันทนาการกับสังคม. กรุงเทพฯ: (เอกสารประกอบการสอน) คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- Adler, Irving. (1955). *Time in Your Life*. New York: Murray Printing Company.
- Brown, Kathy Ann. (1995, May). "Measuring Elementary School Teachers' Job Satisfaction, Perceived. Amount of Leisure, and Leisure Satisfaction," *Dissertation Abstracts International*. Dai-A, 55 (11): 3413.
- Butter, George D. (1959). *Introduction to Community Recreation*. New York: McGraw-Hill Book Company.
- Cronbach, Lee, J. (1970). *Essentials of Psychological Testing*. 3rd Ed. New York: Harper & Row.
- John H. Jenny. (1955). *Introduction to Recreation Education*. Philadelphia : Saunders. 310 p.: ill.
- Kivel, Beth Dana. (1996, September). "In on The Outside, Out on the Inside: Lesbian Gay/bisexual," *Dissertation Abstracts International*. Dai-A, 57 (3): 1322.
- Krejcie, Robert V. and Darly W. Morgan. (1970). "Determining Sample Size for Research Activities," *Educational and Psychological Measurement*. 30(3): 607-610.
- Mannell and Kleiber. (1997). *A Social Psychology of Leisure*, Venture Publishing. Inc., State College, P.A.

- McDowell, Linda Lee Goette. (1996, May). "Leisure Recreational Preferences and Practices Among Adolescents with and Without Mental Retardation," *Dissertation Abstracts International*. Dai-A, 56 (11): 4353.
- Nisbet, Rebecca Seal. (1995, May). "Recreation and Leisure Programming at the High School Level for Individuals with Mild or Moderate Mental Retardation," *Dissertation Abstracts International*. Dai-A, 55/n: p. 3475.
- Raymore, Leslie Ann. (1994, August). "The Tradition from Adolescence to Young Adulthood : Predictors of Leisure Behavior," *Dissertation Abstracts International*. Dai-A, 56 (2): 702.
- Watson, James Franklin. (1997). " The Impact of Leisure Attitude and Motivation on the Physical Recreation Leisure Participation Time of College Students," *Dissertation Abstracts International*. 48(10): 1080-A.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบสอบถาม

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย
เรื่อง ศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา
วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้สร้างขึ้นเพื่อศึกษาข้อมูลการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร
2. แบบสอบถามแบ่งเป็น 3 ตอน คือ
 - ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของนักเรียนและนักศึกษา
 - ตอนที่ 2 การใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา
 - ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ
3. โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อและตรงตามความเป็นจริงมากที่สุด ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามนี้ ผู้วิจัยจะเก็บไว้เป็นความลับและผลของข้อมูลจะใช้เพื่อการศึกษาเท่านั้น ซึ่งจะไม่ก่อให้เกิดผลเสียต่อการเรียนของนักเรียนและนักศึกษาแต่อย่างใด แต่จะเกิดประโยชน์กับนักเรียนและนักศึกษาโดยรวม
4. “การใช้เวลาว่าง” หมายถึง การใช้เวลาอันเป็นอิสระของบุคคลหลังจากปฏิบัติกิจกรรมที่ทำอยู่เป็นประจำและว่างจากงานประจำ

นายอำนาจ เณรรักษา
 นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของนักเรียนและนักศึกษา

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ☒ ลงในช่อง ☐ หน้าข้อความที่ตรงกับความจริง

1. เพศ

☐ ชาย

☐ หญิง

2. ระดับการศึกษา / ชั้นปี

☐ ปวช. ชั้นปีที่ 1

☐ ปวช. ชั้นปีที่ 2

☐ ปวช. ชั้นปีที่ 3

☐ ปวส. ชั้นปีที่ 1

☐ ปวส. ชั้นปีที่ 2

3. ประเภทวิชา

☐ ประเภทวิชาช่างอุตสาหกรรม

☐ ประเภทวิชาพาณิชยกรรม

ตอนที่ 2 การใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษา

คำชี้แจง ข้อความต่อไปนี้ สอบถามเกี่ยวกับกิจกรรมที่ท่านปฏิบัติในเวลาว่างที่นอกเหนือจากเวลาเรียน โดยให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องตัวเลือกช่องใดช่องหนึ่งเพียงช่องเดียวที่ตรงตามความเป็นจริงมากที่สุด

การใช้เวลาว่าง	ระดับปฏิบัติ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่ได้ปฏิบัติ
กิจกรรมที่ท่านทำในชั่วโมงว่างจากการเรียนและหลังเลิกเรียนขณะอยู่ที่วิทยาเขตเทคนิค					
1. ทำการบ้าน					
2. เข้าห้องสมุดเพื่อค้นคว้าวิชาการ					
3. ทบทวนบทเรียน					
4. เรียนซ่อมเสริม					
5. ฝึกกิจกรรมภาคปฏิบัติให้ชำนาญ					
6. ทำงานชมรมที่เป็นสมาชิก					
7. ปรึกษาอาจารย์เกี่ยวกับเรื่องเรียน					
8. ปรึกษาอาจารย์เกี่ยวกับเรื่องส่วนตัว					
9. นั่งพักผ่อน พูดคุยกับเพื่อน					
10. เล่นเดิมนฟุตบอล					
11. เล่นกีฬากลางแจ้ง					
12. เล่นหมากรุก หมากรอส หรือกีฬาในร่มต่าง ๆ					
13. เล่นดนตรี ร้องเพลงหรือฟังเพลง					
14. อ่านหนังสือพิมพ์รายวัน					
15. อ่านวารสาร นิยาย การ์ตูน					
16. สูบบุหรี่เพื่อคลายเครียด					
17. ซื้ออาหารมารับประทานกับเพื่อน					

การใช้เวลาว่าง	ระดับปฏิบัติ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่ได้ปฏิบัติ
กิจกรรมที่ท่านทำขณะอยู่บ้าน					
1. ทำความสะอาดบ้าน					
2. หุงหาอาหาร ล้างภาชนะ					
3. ซักรีดเสื้อผ้า					
4. รดน้ำต้นไม้					
5. ให้อาหารสัตว์					
6. ช่วยงานอาชีพในครอบครัว					
7. เล่นกีฬา					
8. ฝึกกายบริหาร					
9. เล่นเดิมน้ำพุบอล					
10. อ่านหนังสือพิมพ์รายวัน					
11. อ่านวารสาร นิยาย การ์ตูน					
12. ทำการบ้าน					
13. ทบทวนบทเรียน					
14. ร่วมดื่มสังสรรค์กับเพื่อน					
15. เทียวเตร่กับเพื่อน					
16. เรียนพิเศษ					
17. ฝึกอาชีพเพิ่มเติม					
18. รับจ้าง หารายได้พิเศษ					
19. ทำงานอดิเรก เช่น สะสมสิ่งของ ตกปลา วาดภาพ เป็นต้น					
20. ดูโทรทัศน์ วีดีโอ					
21. ฟังวิทยุ					
22. แข่งรถมอเตอร์ไซด์ ร่วมประลองความเร็วบนถนนหลวง					
23. เล่นเกมคอมพิวเตอร์					
24. เล่นอินเทอร์เน็ต					
25. เดินเที่ยวตามห้างสรรพสินค้า					
26. เที่ยวตามแหล่งสถานบันเทิง เช่น ผับ บาร์ ดิสโกเธค					
27. เล่นดนตรี ร้องเพลง					
28. บำเพ็ญประโยชน์ที่สาธารณะ					

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

คำชี้แจง โปรดระบุปัญหา อุปสรรคหรือความขาดแคลน ความไม่สะดวกในการปฏิบัติ
กิจกรรมในเวลารว่างของท่าน ดังนี้

3.1 การปฏิบัติกิจกรรมในขณะที่อยู่ในวิทยาเขตเทคนิค.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.2 การปฏิบัติกิจกรรมในขณะที่ท่านอยู่ที่บ้าน.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ภาคผนวก ข

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. ชื่อ นายเทเวศร์ พิริยะพูนท์
ตำแหน่ง รองศาสตราจารย์
สถานที่ทำงาน ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2. ชื่อ นางสาวรัตน์ วรทอง
ตำแหน่ง รองศาสตราจารย์
สถานที่ทำงาน ภาควิชาสหวิทยาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

3. ชื่อ นายพนมศักดิ์ สวัสดิ์พงษ์
ตำแหน่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์
สถานที่ทำงาน ภาควิชาสหวิทยาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

4. ชื่อ นางกนกวลี พึ่งโพธิ์ทอง
ตำแหน่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์
สถานที่ทำงาน ภาควิชาสหวิทยาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

5. ชื่อ นายทินกร คลี่สุนทร
ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้อำนวยการวิทยาเขตเทคนิคสมุทรสาคร
ฝ่ายกิจการนักเรียนนักศึกษา
สถานที่ทำงาน วิทยาเขตเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ – สกุล	นายอำนาจ เนรรักษา
วันเดือนปีเกิด	1 มิถุนายน 2504
สถานที่เกิด	กรุงเทพมหานคร
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	80/369 หมู่ 6 ตำบลนาดี อำเภอเมืองสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร

ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	อาจารย์ 2 ระดับ 7
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	โรงเรียนวัดราษฎร์รังสรรค์ หมู่ 2 ตำบลคอกกระบือ อำเภอเมืองสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2520	มัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนแจรงร้อนวิทยา กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2524	ประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาชั้นสูง (ป.กศ. สูง) พลศึกษา วิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ
พ.ศ. 2533	ศึกษาศาสตรบัณฑิต (ศษ.บ.) สาขาวิชาประถมศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
พ.ศ. 2547	วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (วท.ม.) สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ