

ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

ปริญญาโท
ของ
พรเทพ บัญจรัตน์

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอกบรรณารักษศาสตร์และสารนิเทศศาสตร์
มีนาคม 2535

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

180130

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบ ได้พิจารณาปฏิญานี้พร้อมกันแล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอก
บรรณารักษศาสตร์และสารนิเทศศาสตร์ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

..... ประธาน
(ดร.สุนทร แก้วลาย)

..... กรรมการ
(ดร.คงศักดิ์ เจริญรักษ์)

คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน
(ดร.สุนทร แก้วลาย)

..... กรรมการ
(ดร.คงศักดิ์ เจริญรักษ์)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(อาจารย์พวงผกา คงอุทัยกุล)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปฏิญานี้พร้อมกันนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอกบรรณารักษศาสตร์และสารนิเทศศาสตร์ของมหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศ.ดร.สมพร บัวทอง)

วันที่...๕... เดือน...พฤษภาคม... พ.ศ. 2535

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาของ ดร.สุนทร แก้วลาย และ ดร.คงศักดิ์ เจริญรักษ์ ประธานและกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ได้ให้คำแนะนำ และตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ จนกระทั่งปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จเรียบร้อย และ อาจารย์พวงผกา คงอุทัยกุล กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ด้วยความเคารพยิ่ง

ขอกราบขอบพระคุณอธิบดีกรมพลศึกษาและผู้อำนวยการวิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดลำปาง ที่อนุญาตให้ลาศึกษาต่อจนสำเร็จการศึกษา ขอบคุณพี่ น้องและเพื่อน ๆ ชาว ว.พ.ลำปาง ที่ช่วยเหลือและเป็นแรงใจในการทำปริญญานิพนธ์

ขอขอบคุณกลุ่มประชากร และกลุ่มตัวอย่างที่กรุณาให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการวิจัย และขอขอบคุณเพื่อนนิสิตร่วมรุ่นทุกท่าน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คุณนางภูมิตันติ เสรีคุณอุบลศรี สัตยาภรณ์ คุณนันทพร ศกโสภณ คุณอารีรัตน์ วิชาช่วง คุณสุณีย์ ทองศิริประภา คุณสุวรรณ อภัยวงศ์ และคุณพงษ์ศักดิ์ สังขวิทยุญ ที่มีส่วนช่วยเหลือ และให้กำลังใจในการทำปริญญานิพนธ์

ขอขอบคุณ น้อง ๆ จากกองการเจ้าหน้าที่ สถาบันเทคโนโลยีราชมงคล ที่ช่วยเหลือในการจัดพิมพ์ จนสำเร็จเป็นปริญญานิพนธ์ฉบับสมบูรณ์

คุณความดีที่ได้จากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบแด่ บิดา มารดา และญาติพี่น้องที่สนับสนุนให้กำลังใจ และค่าใช้จ่ายในการศึกษา ตลอดจนครู อาจารย์ ที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้แก่ผู้วิจัย

พรเทพ บัญจรัตน์

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ	
	ภูมิหลัง	1
	ความมุ่งหมายในการศึกษา	2
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	3
	สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า	3
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	3
	นิยามศัพท์เฉพาะ	5
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
	การรู้สารสนเทศ	7
	สารสนเทศพลศึกษา	9
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	11
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	14
	ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	14
	เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล	16
	การเก็บรวบรวมข้อมูล	21
	การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล	22
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	24
	ระบบสารสนเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป	24
	นियามการรู้สารสนเทศพลศึกษาในการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป	30
	ระดับการรู้สารสนเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชน	
	ในจังหวัดลำปาง	35
	ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาของประชาชนในจังหวัดลำปาง ..	41

บทที่	หน้า
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	61
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	61
อภิปรายผล	63
ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้	68
ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป	69
บรรณานุกรม	70
ภาคผนวก	75
ภาคผนวก ก. แบบสัมภาษณ์ และแบบสอบถาม	76
ภาคผนวก ข. แบบทดสอบ และแบบสอบถามสำหรับประชาชนในจังหวัดลำปาง	90
ประวัติย่อของผู้วิจัย	109

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา จำแนกตามเพศ ระดับการศึกษา และ จำนวนสื่อที่ใช้บ่อยในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษา	16
2	การรู้สารนิเทศพลศึกษาในการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป	32
3	คะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชน ในจังหวัดลำปาง	35
4	คะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชน ในจังหวัดลำปาง จำแนกตามเพศ	36
5	คะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชน ในจังหวัดลำปาง จำแนกตามระดับการศึกษา	38
6	คะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชน ในจังหวัดลำปาง จำแนกตามจำนวนสื่อที่ใช้บ่อยในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษา	40
7	ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาของประชาชนในจังหวัดลำปาง ...	41
8	ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาของประชาชนในจังหวัดลำปาง จำแนกตามเพศ	45
9	ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาของประชาชนในจังหวัดลำปาง จำแนกตามระดับการศึกษา	50
10	ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาของประชาชนในจังหวัดลำปาง จำแนกตามจำนวนสื่อที่ใช้บ่อยในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษา	55

ภูมิหลัง

สารสนเทศเป็นปัจจัยอย่างหนึ่งที่สำคัญและจำเป็นต่อการดำรงชีวิตในสังคมยุคข่าวสาร เพราะสามารถนำมาใช้ประกอบการตัดสินใจ หรือตอบปัญหาข้อสงสัยที่มีอยู่ให้หมดไป สารสนเทศพลศึกษา ก็เช่นเดียวกัน มีความสำคัญไม่น้อยไปกว่าสารสนเทศในสาขาอื่น ๆ เพราะมีประโยชน์อย่างยิ่งต่อการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างพลานามัยให้มีความแข็งแรง สมบูรณ์ ช่วยให้บุคคลมีพลังในการทำงานและต่อสู้กับสภาวะการต่าง ๆ ด้วยความอดทน เข้มแข็ง นอกจากนี้ยังช่วยส่งเสริมให้มีสุขภาพจิตที่ดีด้วย (โกศล มีคุณ. 2532 : 40) การออกกำลังกาย จะให้ประโยชน์อย่างเต็มที่ควรกระทำอย่างถูกต้องตามหลักวิชาการทางพลศึกษา ผู้ออกกำลังกาย จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องแสวงหาสารสนเทศพลศึกษามาใช้ประโยชน์

การเผยแพร่สารสนเทศพลศึกษาอาศัยสื่อประเภทต่าง ๆ ได้แก่ หนังสือ เอกสาร นิตยสาร หนังสือพิมพ์ วิทยุและโทรทัศน์ ตลอดจนการจัดกิจกรรมอื่น ๆ เช่น นิทรรศการ การสาธิต การรณรงค์ และการแข่งขันกีฬา แม้ว่าแหล่งสารสนเทศพลศึกษาที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายสำหรับ ประชาชนทั่วไปมีหลายประเภท แต่ก็มีระบบที่เป็นลักษณะเฉพาะของตนเอง ทั้งด้านการผลิต การเผยแพร่และการบริการสารสนเทศ รวมถึงรูปแบบวิธีการใช้และการเข้าถึงสารสนเทศ ผู้ใช้สารสนเทศ จะได้รับประโยชน์อย่างเต็มที่ก็ต่อเมื่อตนสามารถคัดเลือกและนำสารสนเทศมาใช้ได้อย่างเหมาะสม ตามความสามารถและความสนใจ

การรู้สารสนเทศ (information literacy) มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อการดำรงชีวิต ในยุคใหม่ เพราะการรู้สารสนเทศช่วยให้บุคคลมีความรู้และทักษะเกี่ยวกับการใช้เครื่องมือเพื่อการเข้าถึง และการรวบรวมสารสนเทศ ซึ่งจะทำได้ทำให้สามารถกำหนดขอบเขตของสารสนเทศที่ต้องการ และนำสารสนเทศ มาใช้ประโยชน์ได้ ในปัจจุบัน ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีการสื่อสารและการพิมพ์ ทำให้บุคคลได้รับความรู้ข่าวสารที่ทันต่อความต้องการได้อย่างสะดวกและรวดเร็ว ถ้าหากว่าบุคคลไม่สนใจหรือไม่เกิด การเรียนรู้ในระบบสารสนเทศ การเผยแพร่ การบริการสารสนเทศ ไม่รู้วิธีการเข้าถึงและการรวบรวม สารสนเทศ สารสนเทศที่มีอยู่ก็ไม่เกิดประโยชน์แต่อย่างใด

กรมพลศึกษาได้จัดกิจกรรมและใช้วิธีการต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพอยู่เสมอ มีการเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาอย่างถูกต้องตามหลักวิธีการทางพลศึกษา และการให้คำแนะนำด้านการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา (กรมพลศึกษา. 2526 : 4) ในกรณีนี้ กรมพลศึกษาได้มอบให้วิทยาลัยพลศึกษาเป็นผู้จัดบริการชุมชน ให้ประชาชนสามารถใช้อุปกรณ์และสนามกีฬาต่าง ๆ ได้ตามความสนใจของแต่ละบุคคล (อรุณ ปรีดีติลภ. 2530 : 15) ภารกิจของวิทยาลัยพลศึกษา ก็คือ การเปิดศูนย์ฝึกกีฬาประเภทต่าง ๆ จัดบุคลากรทางพลศึกษามาเป็นผู้ฝึกสอนและวิทยากร เพื่อให้คำแนะนำเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและเผยแพร่ความรู้ข่าวสารพลศึกษา ทำให้ประชาชนได้รับความรู้และเกิดทัศนคติที่ดีในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ (วิทย์ แก้วเกษม. 2532 : 2) การเผยแพร่ความรู้ข่าวสารพลศึกษานี้ มุ่งให้ประชาชนมีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับการพลศึกษาที่ถูกต้อง สามารถคัดเลือกและนำความรู้นั้นไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพได้

จึงเห็นได้ชัดว่าการรู้สารนิเทศของประชาชน มีความสำคัญมากต่อการรู้สารนิเทศพลศึกษาที่ผลิตขึ้นและให้บริการในรูปแบบต่าง ๆ ฉะนั้น เพื่อให้เกิดความเข้าใจในสภาพการรู้สารนิเทศพลศึกษาของประชาชนทั่วไป ผู้วิจัยจึงเลือกศึกษาในเขตจังหวัดลำปาง ซึ่งมีวิทยาลัยพลศึกษาตั้งอยู่และมีการดำเนินงานด้านการบริการสารนิเทศพลศึกษาหลายอย่าง เพื่อทราบระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชน ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาของประชาชน ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการกำหนดวิธีการให้ความรู้ด้านการใช้และการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษาที่ประชาชนต้องการได้อย่างเป็นระบบมากยิ่งขึ้น

ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาลักษณะเฉพาะของระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป
2. เพื่อกำหนดนิยามการรู้สารนิเทศพลศึกษาในการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป
3. เพื่อศึกษาระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

4. เพื่อเปรียบเทียบระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง โดยจำแนกตามเพศ ระดับการศึกษาและจำนวนสื่อที่ใช้บ่อยในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษา

5. เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคในการเข้าถึงและการใช้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จะเป็นแนวทางสำหรับหน่วยงานพลศึกษาและกีฬาในการกำหนดวิธีการเผยแพร่และให้บริการความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพที่ประชาชนต้องการได้อย่างเป็นระบบมากยิ่งขึ้น ตลอดจนเป็นแนวทางแก่สถาบันบริการสารนิเทศพลศึกษาและผู้เกี่ยวข้องในการจัดบริการความรู้และข่าวสาร เพื่อเผยแพร่สารนิเทศพลศึกษาแก่ประชาชนทั่วไปให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น และสอดคล้องกับความต้องการของผู้ที่ออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ

สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

ประชาชนในจังหวัดลำปางซึ่งนิยมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ที่ต่างเพศ ต่างระดับการศึกษา และใช้จำนวนสื่อต่างกันสำหรับการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษา จะมีระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายแตกต่างกัน

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร

1.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าตามจุดมุ่งหมายข้อที่ 1 และ 2 แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่

1.1.1 บุคลากรซึ่งมีบทบาทในการดำเนินงานด้านสารนิเทศพลศึกษา จำนวน 15 คน จำแนกได้ดังนี้

1.1.1.1 เจ้าหน้าที่พลศึกษา และศึกษานิเทศก์พลศึกษา จำนวน 2 คน

1.1.1.2 นักเขียนบทความและผู้แต่งตำรา จำนวน 3 คน

1.1.1.3 บรรณารักษ์ห้องสมุดทางพลศึกษาและการกีฬา จำนวน 4 คน

1.1.1.4 เจ้าหน้าที่โสตทัศนศึกษาและประชาสัมพันธ์

หน่วยงานพลศึกษาและการกีฬา จำนวน 4 คน

1.1.1.5 ผู้จัดการการกีฬาทางวิทยุและโทรทัศน์ จำนวน 2 คน

1.1.2 ผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษาจากสถาบันทางพลศึกษา จำนวน 5 คน จำแนกได้ดังนี้

1.1.2.1 อาจารย์ประจำคณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร จำนวน 2 คน

1.1.2.2 นักวิชาการพลศึกษา กรมพลศึกษา จำนวน 3 คน

1.2 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าตามจุดมุ่งหมายข้อที่ 3 - 5

ประชากร ได้แก่ ประชาชนในจังหวัดลำปางที่นิยมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
ภายในสนามกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดลำปางประจำปี 2534 จำนวน 1,127 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ ประชาชนในจังหวัดลำปาง ที่นิยมการ
ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ภายในสนามกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดลำปาง ประจำปี 2534 จำนวน
300 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น

3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 ตัวแปรอิสระ คือ

3.1.1 เพศ

3.1.1.1 เพศชาย

3.1.1.2 เพศหญิง

3.1.2 ระดับการศึกษา

3.1.2.1 ต่ำกว่าปริญญาตรี

3.1.2.2 ปริญญาตรี หรือสูงกว่า

3.1.3 จำนวนสัปดาห์ที่ใช้อยู่ในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษา

3.1.3.1 ไม่เกิน 2 ชนิด

3.1.3.2 ตั้งแต่ 3 ชนิดขึ้นไป

3.2 ตัวแปรตาม คือ ผลสัมฤทธิ์ด้านการรู้สารนิเทศพลศึกษา

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษา หมายถึง ผู้ทรงคุณวุฒิที่ได้รับเชิญให้ตอบแบบสอบถามในการวิจัย ซึ่งมีคุณสมบัติดังนี้

- 1.1 มีวุฒิไม่ต่ำกว่าระดับปริญญาโท สาขาพลศึกษา
- 1.2 เป็นผู้แต่งตำรา เขียนบทความหรือมีผลงานวิจัยสาขาพลศึกษา/การออกกำลังกาย
- 1.3 มีความรู้หรือประสบการณ์ในการออกกำลังกาย

2. บุคลากรผู้ดำเนินงานด้านสารนิเทศพลศึกษา หมายถึง ผู้ซึ่งมีบทบาทในการเผยแพร่สารนิเทศพลศึกษา จำแนกตามบทบาทในการดำเนินงานเผยแพร่ความรู้ทางพลศึกษา ออกเป็น 5 ประเภทดังนี้

- 2.1 เจ้าหน้าที่พลศึกษาและศึกษานิเทศก์พลศึกษา
- 2.2 นักเขียนบทความและผู้แต่งตำรา
- 2.3 บรรณารักษ์ห้องสมุดทางพลศึกษาและการกีฬา
- 2.4 เจ้าหน้าที่โสตทัศนศึกษาและประชาสัมพันธ์หน่วยงานพลศึกษาและการกีฬา
- 2.5 ผู้จัดการรายการกีฬาทางวิทยุและโทรทัศน์

3. ระบบสารนิเทศพลศึกษา หมายถึง กระบวนการดำเนินงานด้านสารนิเทศพลศึกษา ซึ่งมีองค์ประกอบต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการผลิต การเผยแพร่ และการบริการสารนิเทศพลศึกษา ระบบสารนิเทศพลศึกษามีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยให้ผู้ใช้สารนิเทศได้รับ และเข้าถึงสารนิเทศที่ตนต้องการอย่างสะดวกและรวดเร็ว

4. สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย หมายถึง ข้อมูล ข่าวสาร ข้อเท็จจริง ความรู้ ตลอดจนเรื่องราวทางพลศึกษาและการกีฬา ที่สามารถนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ แหล่งที่จะให้สารนิเทศเหล่านี้ ได้แก่ บุคคล การแสดง สถาบันบริการสารนิเทศ และสื่อหรือบริการในลักษณะอื่น ๆ การเข้าถึงสารนิเทศ กระทำได้โดยวิธีการอ่าน การสนทนา การชมการแข่งขันกีฬา การสาธิต นิทรรศการ การฟังวิทยุ หรือการดูโทรทัศน์ เป็นต้น

5. ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษา หมายถึง คะแนนการทำข้อสอบวัดผลสัมฤทธิ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเกี่ยวกับการรู้สารนิเทศพลศึกษา ซึ่งประกอบด้วยความรู้ ทักษะ และประสบการณ์เกี่ยวกับแหล่งที่จะให้ความรู้และข่าวสารพลศึกษา วิธีใช้แหล่งความรู้ทางพลศึกษา ความรู้ในการใช้เครื่องมือเพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้และข่าวสารพลศึกษา การคัดเลือกและประเมินสารนิเทศพลศึกษา และความรู้เกี่ยวกับแหล่งสารนิเทศพลศึกษา

การรู้สารสนเทศ

การรู้สารสนเทศ เป็นทักษะเพื่อความอยู่รอดในสังคมยุคข่าวสารของทศวรรษที่ 1990 การรู้สารสนเทศช่วยให้บุคคลมีความคิดกว้างไกล สามารถวิเคราะห์ ประเมินสถานการณ์และตัดสินใจ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ผู้รู้สารสนเทศย่อมตระหนักในคุณค่าของสารสนเทศ รู้จักแหล่งสารสนเทศเป็นอย่างดี รู้วิธีค้นหาสารสนเทศที่ตรงกับความต้องการ มีความรู้ในการใช้และการเข้าถึงสารสนเทศ สามารถคัดเลือกและประเมินสารสนเทศได้

ความสำคัญของการรู้สารสนเทศ

มนุษย์ทุกยุคทุกสมัยต่างก็แสวงหาความรู้ เพื่อนำมาใช้ประโยชน์ในการพัฒนาการดำรงชีวิต การทำงานและการอยู่ร่วมกันในสังคม ตามประวัติศาสตร์ของมนุษยชาติแสดงให้เห็นว่า ความรู้ที่มนุษย์แสวงหาและนำมาใช้ประโยชน์นั้น มีผลกระทบต่อวิถีชีวิตของมนุษย์เป็นอย่างมาก ในปัจจุบัน จะเห็นได้ชัดแล้วว่า ความรู้หรือสารสนเทศเป็นพลังอำนาจทั้งทางเศรษฐกิจ การเมืองและสังคม ผู้ที่ครอบครองความรู้จึงถือว่าเป็นผู้มีอำนาจ สารสนเทศมีความสำคัญต่อชีวิตของมนุษย์ และจะทวีความสำคัญขึ้นเรื่อย ๆ ความเจริญก้าวหน้าของเทคโนโลยีการสื่อสารและการพิมพ์ ช่วยให้บุคคลได้รับความรู้และนำไปใช้ประโยชน์ได้อย่างกว้างขวาง เช่น การตัดสินใจ การแก้ปัญหาและการปรับปรุงกิจการงานต่าง ๆ อย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพ ดังนั้น การมีความรู้เกี่ยวกับสารสนเทศจึงอำนวยความสะดวกแก่บุคคลเป็นอเนกประการ องค์ประกอบที่สำคัญในการส่งเสริมให้มีการรู้สารสนเทศ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการผลิต การเผยแพร่และการบริการสารสนเทศ การรู้สารสนเทศช่วยให้บุคคลสามารถนำสารสนเทศออกมาใช้ได้เหมาะสมกับเวลา รวดเร็วและประหยัดค่าใช้จ่าย จึงเห็นได้ชัดว่า การรู้สารสนเทศมีความสำคัญยิ่งต่อการดำรงชีวิตในยุคใหม่ เพราะการรู้สารสนเทศเป็นความรู้ ทักษะ และประสบการณ์เกี่ยวกับการแสวงหา การคัดเลือก การประเมินและการเข้าถึงสารสนเทศที่ต้องการได้อย่างรวดเร็ว รวมถึงการใช้เครื่องมือช่วยการค้นคว้าและการกำหนดขอบเขตของสารสนเทศเพื่อนำสารสนเทศมาใช้ประโยชน์

ประวัติของการรู้สารสนเทศ

การรู้สารสนเทศ มีพัฒนาการมาจากการรู้หนังสือ ซึ่งในสหรัฐอเมริกา การรู้หนังสือตามความหมายเดิมหมายถึง ความสามารถอ่านออกเขียนได้ และจบการศึกษาชั้นประถมศึกษาตอนต้น ต่อมาได้เพิ่มมาตรฐานให้สูงขึ้นอีกคือ ต้องผ่านเกณฑ์การทดสอบการรู้หนังสือเพื่อให้มีความเข้าใจในเนื้อหา และการใช้ภาษา ตลอดจนความสามารถในการเข้าถึงข้อมูลด้วยและได้มีการทดลองใช้ทฤษฎีใหม่ ๆ เพื่อทดสอบการรู้หนังสือซึ่งมีหลักเกณฑ์คือ การสอบข้อเขียน การสอบปากเปล่า การอ่านออกเสียง การอ่านในใจ เป็นต้น ผู้เชี่ยวชาญด้านการรู้หนังสือได้เริ่มให้ความสนใจเกี่ยวกับนิทัศน์ใหม่ของการรู้หนังสือว่าหมายถึงทักษะในการติดต่อสื่อสารซึ่งช่วยให้บุคคลรู้จักหน้าที่ มีวิถีภาวะ มีความเป็นตัวของตัวเอง และมีศักยภาพในตนเอง (Breivik and Gee. 1989 : 22)

คุณลักษณะของการรู้หนังสือได้ขยายออกไปโดยเริ่มจาก ความสามารถในการเขียนอักษรด้วยลายมือ หรือเขียนตามคำบอก ความสามารถในการใช้ภาษา มีทักษะทางพุทธิปัญญา สามารถลำดับความคิดและมีเหตุผล นักวิชาการจึงได้ขยายความหมายของการรู้หนังสือเพิ่มเติมคือ มีความต้องการข้อมูลด้านสังคม วัฒนธรรม การเมืองและเศรษฐกิจ การรู้หนังสือนั้นต้องสามารถแสดงออกให้เห็นได้เด่นชัดในด้านมีคุณค่าต่อสังคม เศรษฐกิจและมีคุณค่าต่อตนเอง มีความสามารถในการเข้าถึงข้อมูล และความรู้ ในภาวะข่าวสารท่วมท้นนี้ ความสามารถในการเข้าถึงข้อมูล การสืบค้นข้อมูลและประเมินข้อมูลนั้น ถือเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญของการรู้หนังสือในสมัยปัจจุบัน ดังนั้น ในยุคข่าวสารนี้ การรู้หนังสือ จึงเรียกในชื่อใหม่ว่า การรู้สารสนเทศ (information literacy) (Breivik and Gee. 1989 : 23)

ความหมายของการรู้สารสนเทศ

ไบรวิก (Breivik and Gee. 1989 : 24) ได้รวบรวมความหมายของการรู้สารสนเทศไว้ในหนังสือ Information Literacy : revolution in the Library ดังนี้

ลี จี. เบอร์คินัล (Lee G. Burchinal) ผู้อำนวยการสถาบันสารสนเทศวิทยาศาสตร์แห่งสหรัฐอเมริกา ได้กล่าวว่า การรู้สารสนเทศ (information literacy) หมายถึง ความสามารถในการใช้ข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล เพื่อการแก้ไขปัญหาและช่วยในการตัดสินใจตลอดจนมีทักษะทางข้อมูล เช่น การเข้าถึงข้อมูล นำข้อมูลมาใช้ประโยชน์และการครอบครองข้อมูล เป็นต้น

ศาสตราจารย์จากมหาวิทยาลัยโคโลราโด เมืองเดนเวอร์ (University of Colorado, Denver) ได้ให้ความหมายว่า การรู้สารสนเทศ คือ ความสามารถในการเข้าถึงข้อมูล และประเมินข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงการบูรณาการทักษะต่าง ๆ เช่น ทักษะในการวิจัย การใช้เครื่องมือเพื่อการเข้าถึงข้อมูลและการเลือกแหล่งข้อมูล

สรุปได้ว่า การรู้สารสนเทศ คือความรู้ในการแสวงหาและทักษะในการใช้เครื่องมือเพื่อการเข้าถึงสารสนเทศ ตลอดจนมีทักษะในการรวบรวมสารสนเทศ เช่น การคัดเลือก ประเมินสารสนเทศ การกำหนดขอบเขตของสารสนเทศที่ต้องการ และสามารถนำสารสนเทศมาใช้ประโยชน์หรือกล่าวได้อีกนัยหนึ่งว่า การรู้สารสนเทศ หมายถึง ความรู้และทักษะในการคิดอย่างวิเคราะห์เพื่อคัดเลือกและประเมินสารสนเทศที่ตรงกับความต้องการ รวมถึงความสามารถในการบูรณาการความรู้และความคิดเพื่อแก้ไขปัญหา และใช้ในการตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สารสนเทศพลศึกษา

สารสนเทศพลศึกษา ประกอบด้วย ข้อมูล ข่าวสาร ข้อเท็จจริง ความรู้ ตลอดจนเรื่องราวสาระทางพลศึกษาและการกีฬาที่สามารถนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ บุคคลแสวงหาสารสนเทศได้จากแหล่งต่าง ๆ เช่น บุคคล สถาบัน การประชุม หรือจากแหล่งอื่น ๆ โดยใช้วิธีการหลายรูปแบบ เช่น การอ่าน การชมการแข่งขันกีฬา นิทรรศการ การดูโทรทัศน์ การฟังวิทยุ หรือการสนทนาระหว่างบุคคล เป็นต้น

ความสำคัญของสารสนเทศพลศึกษา

สารสนเทศพลศึกษามีความสำคัญและจำเป็นตั้งแต่ระดับรัฐบาล วงการกีฬา การวิจัย การศึกษา คันทัวร์และต่อบุคคล รัฐบาลจะทำหน้าที่อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลไม่ได้เต็มที่ ถ้าปราศจากข้อมูล ข่าวสาร หรือข้อสนเทศพลศึกษาและการกีฬาที่ทันสมัย ซึ่งจะนำมาใช้ประกอบการวางแผน การดำเนินงาน การตัดสินใจ เพื่อให้ได้ประสิทธิภาพสูงสุดในวงการศึกษาคันทัวร์ การวิจัยทางด้านพลศึกษา ข้อมูลเหล่านี้เป็นปัจจัยพื้นฐานประกอบการเรียนการสอน การคันทัวร์ และวิจัยของนักเรียน นักศึกษา อาจารย์ นักวิจัยและผู้สนใจทั่วไป (กรมพลศึกษา. 2526 : 3)

องค์การศึกษา วิทยาศาสตร์และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ ได้ประกาศนโยบายให้ประเทศต่าง ๆ ตระหนักว่า ข้อมูลและเอกสารมีส่วนช่วยส่งเสริมผลศึกษาและการกีฬา การสะสมรวบรวมข่าวสารหรือเอกสารเกี่ยวกับผลศึกษาและการกีฬา เป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งโดยเฉพาะเมื่อมีความต้องการใช้ข้อมูล ซึ่งเป็นผลการวิจัยหรือประเมินผล ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการค้นคว้าทดลองและกิจกรรมต่าง ๆ (กรมพลศึกษา. 2526 : 6) การเผยแพร่กระจายข่าวสารตลอดจนการเก็บรักษาข่าวสาร การมีห้องสมุดหรือแหล่งสารนิเทศพลศึกษาหรืออื่นใดที่เป็นประโยชน์ต่อผู้ต้องการจะศึกษา จะใช้ประโยชน์ได้ เหล่านี้เป็นของจำเป็นในการพัฒนาผลศึกษาและการกีฬา เพื่อให้มีแหล่งที่จะช่วยให้เกิดความรู้ความเข้าใจและเห็นประโยชน์ของผลศึกษาและการกีฬา (บุญสม มาร์ติน. 2526 : 77)

ขอบเขตของสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย

พลศึกษาเป็นวิทยาการที่มีเนื้อหาวิชากว้างและครอบคลุมถึงกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องในการวิจัยครั้งนี้จะจำกัดขอบเขตเฉพาะสารนิเทศพลศึกษาที่เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพเท่านั้น ได้แก่ (ดำรง กิจกุล. 2531 : สุมิล ตั้งสัจพจน์. 2526 : พงษ์ศักดิ์ พลพวงศ์. 2527 และชิตพงษ์ ไชยวสุ. 2528)

1. ความรู้เบื้องต้นทางพลศึกษา
2. ประเภทและกิจกรรมของพลศึกษา
3. ประโยชน์ของการพลศึกษา
4. การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา
5. ประโยชน์และโทษของการออกกำลังกาย
6. ประเภทและกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
7. อุปกรณ์และเครื่องแต่งกายสำหรับการออกกำลังกาย
8. โภชนาการกับการออกกำลังกาย
9. อุณหภูมิ ภูมิอากาศ และสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อการออกกำลังกาย
10. สมรรถภาพทางกาย
11. การบริหารร่างกาย
12. การเดิน - วิ่งเพื่อสุขภาพ
13. แอโรบิคแดนซ์

14. สิ่งเสริมพลังกับการออกกำลังกาย
15. เด็กกับการออกกำลังกาย
16. สตรีกับการออกกำลังกาย
17. ผู้สูงอายุกับการออกกำลังกาย
18. กติกาการแข่งขันกีฬาที่น่าสนใจ
19. การป้องกันและรักษาการบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย
20. โปรแกรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า พบว่าไม่มีงานวิจัยเกี่ยวกับการรู้สารถิเทศพลศึกษาโดยตรง แต่มิงานวิจัยที่ควรกล่าวถึงดังต่อไปนี้

1. พิตยา กาบมาลา (2533 : 36) ศึกษาเรื่อง การรับสารถิเทศด้านสาธารณสุขมูลฐานของประชาชนในอำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า กลุ่มตัวอย่างรับสารถิเทศในระดับปานกลางจากโทรทัศน์ กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงต้องการรับสารถิเทศด้านสาธารณสุขมูลฐานมากกว่ากลุ่มตัวอย่างเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กลุ่มตัวอย่างที่สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษาหรือ ปวช. ต้องการรับสารถิเทศด้านสาธารณสุขมูลฐานมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่สำเร็จการศึกษาสูงกว่ามัธยมตอนต้น ส่วนลักษณะเนื้อหาสารถิเทศด้านสาธารณสุขมูลฐานที่กลุ่มตัวอย่างต้องการรับในระดับมากที่สุดมี 8 เรื่อง ได้แก่ ด้านยารักษาโรค ด้านสุขศึกษา ด้านการให้การรักษายาบาล ด้านส่งเสริมโภชนาการ ด้านสุขภาพสิ่งแวดล้อมและการจัดหา น้ำสะอาด ด้านการควบคุมโรคติดต่อในท้องถิ่น ด้านการพัฒนาสุขภาพจิต ส่วนอีก 2 เรื่อง คือ ด้านการวางแผนครอบครัว การอนามัยแม่และเด็ก ด้านการสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรค กลุ่มตัวอย่างต้องการรับในระดับปานกลาง

2. ทิศากร ศิริพันธุ์เมือง (2534 : 61 - 62) ได้ศึกษาเรื่อง ความสามารถของประชาชนในอำเภอต่างอย จังหวัดสกลนคร ในการรับรู้สารถิเทศที่เผยแพร่ทางหอกระจายข่าวสาร โดยใช้รูปแบบบทละครและรูปแบบบทความสลับเพลง พบว่า ความสามารถของประชาชนในการรับรู้สารถิเทศที่เผยแพร่ทางหอกระจายข่าวสารทั้งสองรูปแบบแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ประชาชนกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเพศหญิงมีความสามารถในการรับรู้สารถิเทศแตกต่างจากกลุ่มตัวอย่าง

เพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สำหรับความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างที่มีต่อวิธีการเผยแพร่สารนิเทศทางหอกระจายข่าวสารพบว่า สารนิเทศที่เผยแพร่ทางหอกระจายข่าวสารมีประโยชน์ในด้านให้ความรู้และมีส่วนช่วยพัฒนาหมู่บ้านในระดับปานกลาง เนื้อหาสารนิเทศตรงกับ ความสนใจในระดับมาก

3. ธิดาพร นามสุข (2534 : 59) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความรู้ในการใช้และในการเข้าถึง สารนิเทศของนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต พบว่า นักศึกษากลุ่มตัวอย่างทั้ง ชายและหญิง มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ด้านความรู้ในการใช้และในการเข้าถึงสารนิเทศแตกต่างกัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ นักศึกษาที่มีประสบการณ์ในการเรียนวิชาการใช้ห้องสมุด มีผลสัมฤทธิ์ ด้านความรู้ในการใช้และในการเข้าถึงสารนิเทศสูงกว่านักศึกษาที่ไม่เคยมีประสบการณ์ในการเรียน วิชาการใช้ห้องสมุดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักศึกษาที่ประกอบอาชีพต่างกันมีผลสัมฤทธิ์ ด้านความรู้ในการใช้สารนิเทศไม่แตกต่างกัน แต่มีผลสัมฤทธิ์ด้านการเข้าถึงสารนิเทศแตกต่างกันอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักศึกษาที่ศึกษาต่างสาขาวิชา มีผลสัมฤทธิ์ด้านความรู้ในการใช้และ ในการเข้าถึงสารนิเทศไม่แตกต่างกัน สำหรับนักศึกษาซึ่งมีผลสัมฤทธิ์ด้านความรู้ในการใช้และในการ เข้าถึงสารนิเทศแตกต่างกัน มีปัญหาและอุปสรรคในการใช้และในการเข้าถึงสารนิเทศไม่แตกต่างกัน

4. เดอร์วิน (Dervin. 1976 : 20) วิจัยพบว่า บุคคลทั่วไปต้องการสารนิเทศเพื่อแก้ปัญหา ประจำวันซึ่งสรุปได้ 19 ประการ ได้แก่ ปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนบ้าน การบริโภค ที่อยู่อาศัย การบำรุง รักษาบ้าน การศึกษา สุขภาพ การเดินทาง การพักผ่อน การเงิน สวัสดิการสังคม ปัญหาเชื้อชาติ การดูแลเด็ก การวางแผนครอบครัว กฎหมายต่าง ๆ อาชญากรรมและความปลอดภัย การย้ายถิ่นฐาน การทหาร การเมือง และเรื่องเบ็ดเตล็ด ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ คิงและปาลเมอร์ (King and Palmour. 1981 : 73) พบว่า บุคคลทั่วไป 2500 ครอบครัว ในเมืองต่าง ๆ หกเมืองของรัฐนิวอิงแลนด์ ต้องการใช้สารนิเทศเพื่อแก้ปัญหาประจำวัน 4 ประการ ได้แก่ ปัญหาด้าน การเงิน สุขภาพ การศึกษา และการเมือง ส่วนแหล่งสารนิเทศที่บุคคลทั่วไปต้องการใช้แก้ปัญหา ประจำวันนั้น เดอร์วิน พบว่า ส่วนใหญ่นิยมติดต่อพบปะพูดคุย และขอคำแนะนำจากเพื่อน ครอบครัวและ ญาติ ซึ่งนับว่าเป็นแหล่งบุคคลที่ใช้อย่างน้อยที่สุดในการแก้ปัญหาทุกด้าน นอกจากนี้ยังพบว่า โทรทัศน์เป็น สื่อมวลชนที่บุคคลในวัยผู้ใหญ่ใช้มากที่สุด สำหรับผู้มีศึกษานิยมใช้สารนิเทศจากองค์การวิชาชีพและ กฎหมายในการแก้ปัญหา โดยเดอร์วิน สรุปว่า ระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับการใช้สารนิเทศ ส่วนคิงและปาลเมอร์ พบว่า บุคคลทั่วไปใช้ประสบการณ์ของตนเองในการแก้ปัญหาประจำวันมากที่สุด

รองลงมาคือใช้การปรึกษากับเพื่อน เพื่อนบ้าน และนักวิชาการ ชาวนิวอิงแลนด์ใช้ทรัพยากรจากห้องสมุดในการแก้ปัญหาประจำวันในอัตราน้อยโดยให้เหตุผลว่า ที่ไม่ใช่ห้องสมุดนั้นเป็นเพราะไม่คิดว่าห้องสมุดจะช่วยเหลือเขาได้ ตลอดจนเขาได้รับสารนิเทศจากแหล่งอื่นเพียงพอแล้ว

5. เซน (Chen. 1982 : 11 - 14) ได้รวบรวมเนื้อหาข้อมูลเกี่ยวกับการค้นหาสารนิเทศในด้านต่าง ๆ ไว้ในหนังสือ Information Seeking ดังนี้ วอร์เนอร์ เมอร์เรย์ และปาลเมอร์ (Warner, Murray and Palmour) ได้ศึกษาถึงความต้องการสารนิเทศและวิธีการค้นหาสารนิเทศของผู้ที่อาศัยอยู่ในเมืองบัลติมอร์ พบว่า มีตัวแปรตัวหนึ่งที่มีความสัมพันธ์กับการค้นหาสารนิเทศของบุคคล คือ ระดับการศึกษา ส่วนแหล่งสารนิเทศที่บุคคลใช้มากและเข้าถึงได้ดีที่สุด คือ แหล่งสารนิเทศระหว่างบุคคล นอกจากนี้ ไรเจอร์ และแอนเดอร์สัน (Riger and Anderson) ได้ศึกษาพบว่า ระดับการศึกษาจะทำให้บุคคลใช้สารนิเทศได้หลากหลายยิ่งขึ้น

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้คือ สังเคราะห์ความรู้เกี่ยวกับการรู้สารสนเทศจากเอกสารต่าง ๆ ประกอบกับการสัมภาษณ์และสอบถามแหล่งข้อมูลเพื่อให้ได้ผลตามจุดมุ่งหมายข้อที่ 1 และ 2 นำข้อมูลที่ได้มาสรุปเพื่อเสนอลักษณะเฉพาะของระบบสารสนเทศพลศึกษา และกำหนดนิยามการรู้สารสนเทศพลศึกษาในการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป หลังจากนั้นจึงนำความรู้ที่ได้ไปประกอบการสร้างแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ด้านการรู้สารสนเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง ซึ่งเป็นการศึกษาตามจุดมุ่งหมายข้อที่

3 - 5

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากรสำหรับการศึกษาตามจุดมุ่งหมายข้อที่ 1 และ 2

1.1 บุคลากรผู้ดำเนินงานด้านการเผยแพร่สารสนเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย จำนวน 15 คน คัดเลือกโดยวิธีเจาะจง (purposive random sampling) ตามเกณฑ์คุณสมบัติที่กำหนดขึ้น โดยจำนวนบุคคลที่สัมภาษณ์จำแนกตามบทบาทในการเผยแพร่ความรู้ทางพลศึกษา ดังนี้

1.1.1 เจ้าหน้าที่พลศึกษาและศึกษานิเทศก์พลศึกษา

สังกัดกรมพลศึกษา จำนวน 2 คน

1.1.2 นักเขียนบทความหรือผู้แต่งตำรา สังกัดกรมพลศึกษา จำนวน 3 คน

1.1.3 บรรณารักษ์ห้องสมุดทางพลศึกษาและการกีฬา

สังกัดกรมพลศึกษา และการกีฬาแห่งประเทศไทย จำนวน 4 คน

1.1.4 เจ้าหน้าที่โสตทัศนศึกษาและประชาสัมพันธ์

สังกัดกรมพลศึกษา และการกีฬาแห่งประเทศไทย จำนวน 4 คน

1.1.5 ผู้สื่อข่าว ผู้จัดรายการกีฬาทางวิทยุและโทรทัศน์สังกัด

สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย กรมประชาสัมพันธ์

และสถานีโทรทัศน์ช่อง 9 อ.ส.ม.ท.

จำนวน 2 คน

1.2 ผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษา จำนวน 5 คน เลือกโดยวิธีเจาะจงตามเกณฑ์คุณสมบัติที่กำหนดขึ้น โดยจำนวนผู้เชี่ยวชาญที่ตอบแบบสอบถาม จำแนกได้ดังนี้

1.2.1 อาจารย์ประจำคณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร

จำนวน 2 คน

1.2.2 นักวิชาการพลศึกษา กรมพลศึกษา

จำนวน 3 คน

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง สำหรับการศึกษาตามจุดมุ่งหมาย ข้อที่ 3 - 5

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้แก่ ประชาชนในจังหวัดลำปางที่นิยม

การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ณ สนามกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดลำปาง ประจำปี 2534

จำนวน 1,127 คน สำหรับกลุ่มตัวอย่างได้มาโดยการสุ่มอย่างแบบแบ่งชั้น (stratified random sampling) มีวิธีดำเนินการดังนี้

2.1 นำจำนวนประชากรทั้งหมดมาแบ่งกลุ่มเป็นเพศชาย และเพศหญิง ในแต่ละเพศแบ่งเป็นระดับการศึกษา และจำนวนสื่อที่ใช้บ่อยในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษา

2.2 กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยอาศัยตารางสำเร็จของเครจี และมอร์แกน (Krejcie and Morgan. 1970 : 608) ปรากฏว่าได้กลุ่มตัวอย่างประมาณ 278 คน และเพื่อความเหมาะสมในการวิเคราะห์ข้อมูลและให้ตัวเลขในตารางเป็นสัดส่วนกัน จึงกำหนดกลุ่มตัวอย่างจริงรวมทั้งหมดเป็น 300 คน

2.3 หาสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรในการเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

สูตร สัดส่วนในการเลือกกลุ่มตัวอย่าง = $\frac{\text{จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้}}{\text{จำนวนประชากร}}$

สัดส่วนในการเลือกกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยครั้งนี้ = $\frac{300}{1127} = 0.27$

นำสัดส่วนที่ได้มาหากลุ่มตัวอย่างซึ่งจำแนกได้ 3 กลุ่ม ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา และจำนวนสื่อที่ใช้บ่อยในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษา และดำเนินการสุ่มกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย (simple random sampling) รายละเอียดเกี่ยวกับประชากรและกลุ่มตัวอย่างปรากฏในตาราง 1

ตาราง 1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา จำแนกตามเพศ ระดับการศึกษา และจำนวนสื่อ
ที่ใช้บ่อยในการเข้าถึงสารสนเทศศึกษา

ระดับการศึกษา		ต่ำกว่าปริญญาตรี		ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	
เพศ	จำนวนสื่อที่ใช้	ไม่เกิน 2 ชนิด	ตั้งแต่ 3 ชนิด ขึ้นไป	ไม่เกิน 2 ชนิด	ตั้งแต่ 3 ชนิด ขึ้นไป
	รวม				
ชาย	ประชากร	117	248	125	297
	กลุ่มตัวอย่าง	35	40	35	40
หญิง	ประชากร	68	79	72	121
	กลุ่มตัวอย่าง	35	40	35	40
รวม	ประชากร	185	327	197	418
	กลุ่มตัวอย่าง	70	80	70	80

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ แบบสอบถาม และแบบทดสอบ ตามจุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า ดังนี้

1. การศึกษาตามจุดมุ่งหมายข้อที่ 1 และ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล คือ แบบสัมภาษณ์ และแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 3 ฉบับ ดังนี้

ฉบับที่ 1 แบบสัมภาษณ์บุคลากรที่ดำเนินงานด้านสารนิเทศพลศึกษา

ฉบับที่ 2 แบบสัมภาษณ์บรรณารักษ์สถาบันบริการสารนิเทศพลศึกษา

ฉบับที่ 3 แบบสอบถามผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษา

แบบสัมภาษณ์และแบบสอบถามทั้ง 3 ฉบับนี้ ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นโดยการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับระบบสารนิเทศ การผลิต การเผยแพร่ การบริการ สถาบันบริการสารนิเทศ สารนิเทศพลศึกษา และแหล่งสารนิเทศพลศึกษาที่ประชาชนควรรู้จักและสามารถค้นหาสารนิเทศเพื่อใช้ให้เกิดประโยชน์สำหรับการออกกำลังกายในชีวิตประจำวัน

วัตถุประสงค์ของแบบสัมภาษณ์และแบบสอบถาม คือ รวบรวมข้อคิดเห็น ประมวลลักษณะเฉพาะของระบบสารนิเทศพลศึกษา และจำแนกเนื้อหาของสารนิเทศพลศึกษา ข้อมูลที่ได้ผู้วิจัยใช้เป็นแนวทางในการกำหนดขอบข่ายของแบบทดสอบ วัดผลสัมฤทธิ์ด้านการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย

ลักษณะของแบบสอบถาม เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่าตามแบบของลิเคิร์ท (Likert's scale) มีช่วงคำตอบ 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

1.1 การสร้างแบบสัมภาษณ์และแบบสอบถาม มีขั้นตอนดังนี้

1.1.1 ศึกษาเอกสาร หนังสือ ตำราและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับระบบสารนิเทศ สถาบันบริการสารนิเทศ สารนิเทศพลศึกษา และแหล่งสารนิเทศพลศึกษา

1.1.2 ศึกษาวิธีสร้างและตัวอย่างแบบสัมภาษณ์ และแบบสอบถาม ของ สมเกียรติ ปิติฐพร (2525 : 60 - 72)

1.1.3 สร้างข้อคำถามจากข้อมูลที่ได้ศึกษามาให้มีเนื้อหาครอบคลุมความรู้ในระบบสารนิเทศพลศึกษา การผลิต การเผยแพร่ การบริการ และแหล่งสารนิเทศพลศึกษา แบบสัมภาษณ์มีข้อคำถามจำนวน 9 ข้อ ส่วนแบบสอบถามมีข้อคำถามรวม 5 ด้าน จำนวน 25 ข้อ

1.1.4 หาค่าความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (face validity) ของแบบสัมภาษณ์ และแบบสอบถาม โดยนำเสนอต่อคณะกรรมการควบคุมปริญญาโท เพื่อตรวจแก้ไขและปรับปรุง ก่อนนำไปสัมภาษณ์บุคลากรที่ดำเนินงานด้านสารนิเทศพลศึกษา และผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษา

1.1.5 นำแบบสัมภาษณ์และแบบสอบถามที่ได้รับคืนมา หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และนำข้อมูลมาวิเคราะห์และอธิบายลักษณะเฉพาะของระบบสารสนเทศศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป และกำหนดนิยามการรู้สารสนเทศศึกษาในการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป

1.2 เกณฑ์การให้คะแนน

1.2.1 เกณฑ์การให้คะแนนสำหรับข้อคำถาม มีดังนี้

ความรู้ด้านพลศึกษาที่มีความสำคัญหรือจำเป็นที่สุด มีคะแนนเท่ากับ 5

ความรู้ด้านพลศึกษาที่มีความสำคัญหรือจำเป็นมาก มีคะแนนเท่ากับ 4

ความรู้ด้านพลศึกษาที่มีความสำคัญหรือจำเป็นปานกลาง มีคะแนนเท่ากับ 3

ความรู้ด้านพลศึกษาที่มีความสำคัญหรือจำเป็นน้อย มีคะแนนเท่ากับ 2

ความรู้ด้านพลศึกษาที่มีความสำคัญหรือจำเป็นน้อยมาก มีคะแนนเท่ากับ 1

1.2.2 เกณฑ์ประเมินระดับความสำคัญหรือจำเป็นของค่าเฉลี่ยเป็นรายชื่อ ใช้เกณฑ์ของเบสท์ (Best. 1970 : 204-205) ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 4.51 - 5.00 หมายถึง ความรู้ด้านพลศึกษาที่มีระดับความสำคัญหรือจำเป็นที่สุด

ค่าเฉลี่ย 3.51 - 4.50 หมายถึง ความรู้ด้านพลศึกษาที่มีระดับความสำคัญหรือจำเป็นมาก

ค่าเฉลี่ย 2.51 - 3.50 หมายถึง ความรู้ด้านพลศึกษาที่มีระดับความสำคัญหรือจำเป็นปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.51 - 2.50 หมายถึง ความรู้ด้านพลศึกษาที่มีระดับความสำคัญหรือจำเป็นน้อย

ค่าเฉลี่ย 1.00 - 1.50 หมายถึง ความรู้ด้านพลศึกษาที่มีระดับความสำคัญหรือจำเป็นน้อยที่สุด

2. การศึกษาตามจุดมุ่งหมายข้อที่ 3 - 5 เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล คือ

แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ด้านการรู้สารสนเทศศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยนิยามการรู้สารสนเทศศึกษา ซึ่งผู้วิจัยสังเคราะห์ขึ้นจากข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์ผลการสัมภาษณ์และการสอบถามกลุ่มประชากร ประกอบกับการศึกษาค้นคว้าเอกสารที่เกี่ยวข้อง

วัตถุประสงค์ของแบบทดสอบ คือ ต้องการทราบระดับการรู้สารสนเทศศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

เนื้อหาของแบบทดสอบ แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพส่วนตัวของประชาชนในจังหวัดลำปาง ซึ่งนิยมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

ตอนที่ 2 แบบทดสอบที่มีเนื้อหาในเรื่องต่าง ๆ ดังนี้

- 1) ความรู้เกี่ยวกับแหล่งที่จะให้ความรู้และข่าวสารพลศึกษา จำนวน 8 ข้อ
 - 2) ความรู้เกี่ยวกับวิธีใช้แหล่งความรู้ทางพลศึกษา จำนวน 8 ข้อ
 - 3) ความรู้ในการใช้เครื่องมือเพื่อให้ได้มาซึ่งข่าวสารและความรู้ทางพลศึกษา จำนวน 8 ข้อ
 - 4) ความรู้ในการคัดเลือกและประเมินสารนิเทศพลศึกษา จำนวน 8 ข้อ
 - 5) ความรู้เกี่ยวกับแหล่งสารนิเทศเฉพาะด้านพลศึกษา จำนวน 8 ข้อ
- แบบทดสอบเป็นชนิดปรนัยที่มี 4 ตัวเลือก ในแต่ละข้อจะมีคำตอบที่ถูกต้องเพียง

ข้อเดียว

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษา ลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อยและน้อยที่สุด และตอนท้ายเป็นแบบสอบถามปลายเปิดให้ผู้ตอบแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติม

2.1 การสร้างแบบทดสอบ มีขั้นตอนดังนี้

2.1.1 ศึกษาวิธีสร้างแบบทดสอบชนิดเลือกตอบของ วัณญา วิชาลาภณ์

(2530 : 136-138) ศึกษาตัวอย่างการออกข้อสอบของ นิธิมา สังคหะ (2527 : ภาคผนวก) และธิดาพร นามสุข (2534 : ภาคผนวก) และสร้างข้อสอบต้นร่างให้มีเนื้อหาครอบคลุมความรู้เกี่ยวกับแหล่งสารนิเทศพลศึกษา บริการสารนิเทศ การใช้เครื่องมือช่วยการค้นหาสารนิเทศ การคัดเลือก และประเมินสารนิเทศ และแหล่งสารนิเทศพลศึกษาตามนิยามการรู้สารนิเทศพลศึกษาที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้น

2.1.2 นำแบบทดสอบที่สร้างเสร็จจำนวน 50 ข้อ ไปปรึกษาคณะกรรมการควบคุมปริญญาโท เพื่อตรวจแก้ไขและปรับปรุงแบบทดสอบ

2.1.3 นำแบบทดสอบพร้อมคำเฉลยไปให้นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา วิชาเอกวัดผลการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร วิเคราะห์โครงสร้างของแบบทดสอบ

จำนวน 50 ข้อ จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องได้ข้อทดสอบจำนวน 40 ข้อ แล้วนำเสนอต่อคณะกรรมการควบคุมปริญญาบัตร เพื่อตรวจแก้ไขความถูกต้องก่อนนำไปทดลองใช้

2.1.4 นำแบบทดสอบไปทดลองใช้กับประชาชนในจังหวัดลำปางซึ่งนิยมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ไม่ใช้กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 30 คน ณ สนามกีฬาโรงเรียนเทศบาล 4 จังหวัดลำปาง แล้วนำกระดาษคำตอบมาตรวจให้คะแนน โดยให้คะแนนข้อที่ตอบถูก 1 คะแนน ข้อที่ตอบผิดหรือไม่ตอบให้ 0 คะแนน แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาความยาก - ง่าย และค่าอำนาจจำแนกของแบบทดสอบเป็นรายข้อ เพื่อคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่า P อยู่ระหว่าง $.20 - .80$ และค่า r ตั้งแต่ $.20$ ขึ้นไป ปรากฏว่าจากจำนวนข้อสอบทั้งหมด 40 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนดจำนวน 10 ข้อ จึงได้แก้ไขข้อความในแบบทดสอบใหม่ให้เหมาะสมแล้วนำเสนอต่อคณะกรรมการควบคุมปริญญาบัตรตรวจเพื่อให้ความเห็นชอบ คณะกรรมการฯ ได้พิจารณาปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่อง และได้แบบทดสอบฉบับสมบูรณ์ จำนวน 40 ข้อ

2.1.5 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ โดยวิธีคูเตอร์-ริชาร์ดสัน ใช้สูตร KR.-20 ปรากฏว่าได้ค่าความเชื่อมั่น = 0.7135

2.1.6 นำแบบทดสอบฉบับสมบูรณ์ไปทดสอบกับประชาชนในจังหวัดลำปางที่นิยมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ ณ สนามกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดลำปาง

2.2 เกณฑ์การให้คะแนนแบบทดสอบและแบบสอบถาม

2.2.1 เกณฑ์การให้คะแนน

ถ้าตอบถูก	ให้ 1 คะแนน
ถ้าตอบผิดหรือไม่ตอบ	ให้ 0 คะแนน

2.2.2 เกณฑ์การให้คะแนนสำหรับแบบสอบถามในส่วนของปัญหาและอุปสรรค

ระดับปัญหาและอุปสรรค มากที่สุด	มีคะแนนเท่ากับ 5
ระดับปัญหาและอุปสรรค มาก	มีคะแนนเท่ากับ 4
ระดับปัญหาและอุปสรรค ปานกลาง	มีคะแนนเท่ากับ 3
ระดับปัญหาและอุปสรรค น้อย	มีคะแนนเท่ากับ 2
ระดับปัญหาและอุปสรรค น้อยที่สุด	มีคะแนนเท่ากับ 1

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1.1 การเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการศึกษาตามจุดมุ่งหมายข้อที่ 1 และ 2 ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยดำเนินการแจกแบบสอบถามให้แก่ผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษาจากกรมพลศึกษา 3 คน และจากคณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร จำนวน 2 คน รวมเป็นผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน โดยดำเนินการระหว่างวันที่ 28 พฤศจิกายน - 10 ธันวาคม 2533 และได้ดำเนินการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์บุคลากรที่ดำเนินงานด้านสารนิเทศพลศึกษา จำนวน 15 คน ดำเนินการระหว่างวันที่ 1 ธันวาคม - 23 ธันวาคม 2533

1.2 การเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการศึกษาตามจุดมุ่งหมายข้อที่ 3 - 5 ผู้วิจัยได้ดำเนินการแจกแบบทดสอบและเก็บรวบรวมแบบทดสอบกลับคืนด้วยตนเอง โดยขอความร่วมมือจากประชาชนกลุ่มตัวอย่างที่มาออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ ภายในสนามกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดลำปาง และขอให้ทำแบบทดสอบก่อนที่จะเริ่มออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา โดยดำเนินการสอบตามประเภทของกิจกรรมได้แก่ เดิน - วิ่งเพื่อสุขภาพ ว่ายน้ำ เทนนิส แบดมินตัน และแอโรบิคแดนซ์ ในแต่ละกิจกรรมใช้เวลาประมาณ 45 นาที การเก็บรวบรวมข้อมูลกระทำระหว่างวันที่ 3 กันยายน ถึงวันที่ 16 กันยายน 2534 และได้รับแบบทดสอบกลับคืน จำนวน 300 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

ขั้นตอนของการจัดกระทำข้อมูลดำเนินการดังนี้

1. การจัดกระทำข้อมูลสำหรับการศึกษาตามจุดมุ่งหมายข้อที่ 1 และ 2

1.1 นำแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ที่ได้รับกลับมาจำนวน 20 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100 เพื่อตรวจสอบความสมบูรณ์

1.2 นำแบบสอบถามผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษามาวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับความรู้ทางพลศึกษาที่จำเป็นในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ

1.3 นำแบบสัมภาษณ์บุคลากรที่ดำเนินงานด้านสารสนเทศพลศึกษา มาวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะเฉพาะของระบบสารสนเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย

2. การจัดกระทำข้อมูลสำหรับการศึกษาตามจุดมุ่งหมายข้อที่ 3 - 5

2.1 นำแบบทดสอบที่ได้รับคืนมาทั้งหมด ตรวจสอบคัดเลือกเก็บไว้เฉพาะแบบทดสอบที่ได้ข้อมูลสมบูรณ์จำนวน 300 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100 ของแบบทดสอบที่ได้รับคืนมา แล้วนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้

2.2 จัดเตรียมข้อมูลเพื่อบันทึกเข้าเครื่องคอมพิวเตอร์และทำการวิเคราะห์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS-X (Statistical Package for the Social Sciences version X) เพื่อวิเคราะห์ค่าดังต่อไปนี้

2.2.1 หาค่าเฉลี่ย

2.2.2 เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่ม 2 กลุ่มในด้านระดับการรู้สารสนเทศพลศึกษา จำแนกตามเพศ ระดับการศึกษา และจำนวนสื่อที่ใช้บ่อยในการเข้าถึงสารสนเทศพลศึกษา โดยใช้ $t - test$

2.2.3 หาค่าเฉลี่ยสำหรับปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาของประชาชนในจังหวัดลำปาง

3. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 การคำนวณค่าร้อยละ

3.2 การคำนวณค่าคะแนนเฉลี่ย

3.3 การคำนวณค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ใช้สูตร (ชุกรี วงศ์รัตน์, 2525 : 58)

$$S.D. = \sqrt{\frac{N \sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N-1)}}$$

- เมื่อ S.D. แทน ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
 $\sum X^2$ แทน ผลรวมของยกกำลังสองของคะแนนแต่ละตัว
 $(\sum X)^2$ แทน ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวทั้งหมดยกกำลังสอง
 N แทน จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

3.4 การคำนวณค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ โดยวิธีคูเดอร์ - ริชาร์ดสัน

(Kuder - Richardson) ใช้สูตร KR. - 20 (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2528 : 168)

$$r_{kt} = \frac{n}{n-1} \left[1 - \frac{\sum pq}{S_t^2} \right]$$

- เมื่อ r_{kt} แทน ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ
 n แทน จำนวนข้อของแบบทดสอบ
 p แทน สัดส่วนของผู้ทำแบบทดสอบถูกในข้อหนึ่ง ๆ = $\frac{\text{จำนวนคนที่ทำถูก}}{\text{จำนวนคนทั้งหมด}}$
 q แทน สัดส่วนของผู้ทำแบบทดสอบผิดในข้อหนึ่ง ๆ หรือ คือ $1 - p$
 S_t^2 แทน คะแนนความแปรปรวนของแบบทดสอบของคนทั้งหมดที่ทำแบบทดสอบ

3.5 การคำนวณความแตกต่างระหว่างกลุ่ม 2 กลุ่ม โดยใช้ t - test ใช้สูตร

(ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2528 : 83)

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{N_1} + \frac{S_2^2}{N_2}}}$$

- เมื่อ $\bar{x}_1$ แทน คะแนนเฉลี่ยกลุ่มผู้ทำแบบทดสอบกลุ่มที่ 1
 $\bar{x}_2$ แทน คะแนนเฉลี่ยกลุ่มผู้ทำแบบทดสอบกลุ่มที่ 2
 S_1^2 แทน ความแปรปรวนของผู้ทำแบบทดสอบกลุ่มที่ 1
 S_2^2 แทน ความแปรปรวนของผู้ทำแบบทดสอบกลุ่มที่ 2

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับดังนี้

1. ระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป
2. นิยามการรู้สารนิเทศพลศึกษาในการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป
3. ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง
4. การเปรียบเทียบระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง
5. ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาของประชาชนในจังหวัดลำปาง

ระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป

ข้อมูลส่วนนี้ได้มาจากการสัมภาษณ์โดยใช้แบบสัมภาษณ์บุคลากรที่ดำเนินงานด้านสารนิเทศพลศึกษา จำนวน 15 คน และจากการสอบถามโดยใช้แบบสอบถามผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษาจำนวน 5 คน รวมเป็นประชากรที่ใช้สำหรับการศึกษาตามจุดมุ่งหมายข้อที่ 1 และ 2 จำนวน 20 คน ซึ่งประชากรดำรงตำแหน่งต่าง ๆ ดังต่อไปนี้ เจ้าหน้าที่พลศึกษาและศึกษานิเทศก์พลศึกษา นักเขียนบทความและผู้แต่งตำรา บรรณาธิการห้องสมุด หน่วยงานพลศึกษาและกีฬา เจ้าหน้าที่โสตทัศนศึกษาและประชาสัมพันธ์ ผู้จัดการรายการกีฬาทางวิทยุและโทรทัศน์ และผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษาสำหรับหน่วยงานพลศึกษาและกีฬาและองค์กรที่มีบทบาทในการเผยแพร่สารนิเทศพลศึกษา ที่ได้ศึกษาจำนวน 5 หน่วยงาน ได้แก่ กรมพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร การกีฬาแห่งประเทศไทย สถาบันวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทยของกรมประชาสัมพันธ์ และสถานีวิทยุโทรทัศน์ช่อง 9 องค์การสื่อสารมวลชนแห่งประเทศไทย ผลการวิเคราะห์ข้อมูลมีดังนี้

1. หน่วยงานพลศึกษาและกีฬา มีการดำเนินงานด้านสารนิเทศพลศึกษาซึ่งเกี่ยวข้องกับ การผลิต การเผยแพร่และการบริการสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป โดยมีวัตถุประสงค์ในการดำเนินงาน นโยบาย ภารกิจและกิจกรรมต่าง ๆ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1.1 วัตถุประสงค์ในการดำเนินงาน

1.1.1 เพื่อจัดหาและเป็นศูนย์รวมสารนิเทศพลศึกษา และการกีฬา สำหรับให้บริการในการศึกษาค้นคว้า

1.1.2 เพื่อส่งเสริมและเผยแพร่วิชาการด้านพลศึกษาและการกีฬา

1.1.3 เป็นศูนย์กลางให้นักเรียน เยาวชนและประชาชนทั่วไปมีการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาได้อย่างถูกต้อง

1.1.4 ให้บริการห้องสมุด และพิพิธภัณฑ์เพื่อการศึกษาค้นคว้า

1.1.5 ให้บริการยิมลิ่งพิมพ์ และสื่อการศึกษาด้านพลศึกษาและการกีฬา

1.1.6 จัดให้มีกิจกรรมทางพลศึกษา การแข่งขันกีฬา และการสาธิตการฝึกบริหารกาย

1.1.7 เพื่อให้ประชาชนทั่วไปมีทัศนคติที่ดีต่อการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ

1.2 นโยบายหรือแนวปฏิบัติในการดำเนินงาน

1.2.1 ประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการส่งเสริมและให้บริการทางวิชาการพลศึกษาและการกีฬาดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ

1.2.2 สนับสนุนและส่งเสริมให้มีการผลิตเอกสารตำราและสื่อการศึกษาทางพลศึกษาและการกีฬา

1.2.3 เก็บรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับพลศึกษาและการกีฬา เพื่อประโยชน์ในการศึกษาค้นคว้าและวิจัย

1.2.4 ประชาสัมพันธ์เพื่อเป็นการจูงใจ และเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างถูกวิธีแก่นักเรียน เยาวชน และประชาชนทั่วไป

1.3 ภารกิจของหน่วยงานที่เกี่ยวกับการผลิตและเผยแพร่สารนิเทศพลศึกษาสำหรับส่งเสริมให้ประชาชนรู้จักออกกำลังกายอย่างถูกต้อง ได้แก่

1.3.1 พิมพ์เอกสารเผยแพร่

1.3.2 ส่งบุคลากรไปให้คำแนะนำ/สาธิตการออกกำลังกาย

1.3.3 กำหนดให้บุคลากรเขียนบทความ ตำรา

1.3.4 จัดทำข่าวสาร จุลสารเป็นครั้งคราว

- 1.3.5 จัดห้องสมุดสำหรับค้นคว้า
- 1.3.6 มีหน่วยงานรับผิดชอบการพิมพ์ จัดทำข่าวสารเป็นของตนเอง
- 1.3.7 จัดทำข่าวสารโดยให้สำนักพิมพ์รับไปดำเนินการ
- 1.3.8 เผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬาทางสถานี

วิทยุ-โทรทัศน์

- 1.4 กิจกรรมที่จัดเพื่อเผยแพร่ความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย ได้แก่
 - 1.4.1 การสาธิตการออกกำลังกาย
 - 1.4.2 รายการวิทยุ
 - 1.4.3 นิตรรศการ
 - 1.4.4 โปสเตอร์
 - 1.4.5 บทความในนิตยสารและหนังสือพิมพ์
 - 1.4.6 รายการโทรทัศน์
 - 1.4.7 การแข่งขันกีฬา
 - 1.4.8 การบรรยาย
 - 1.4.9 บริการเสียงตามสายภายในบริเวณที่ออกกำลังกาย

2. ระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายประกอบด้วย การผลิต การเผยแพร่ และการบริการสารนิเทศพลศึกษา ซึ่งมีหน่วยงานพลศึกษาและกีฬาเป็นผู้รับผิดชอบโดยตรง มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมและเผยแพร่วิชาการพลศึกษาเกี่ยวกับความรู้ด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬา เพื่อสุขภาพ และเพื่อปลูกฝังทัศนคติที่ดีต่อการออกกำลังกายและเล่นกีฬา การผลิตสารนิเทศพลศึกษาจัดทำขึ้นเพื่อเผยแพร่ความรู้ไปสู่ผู้ที่สนใจให้ทราบและนำไปใช้ประโยชน์ได้ รูปแบบของสารนิเทศพลศึกษาส่วนใหญ่จะผลิตออกมาในลักษณะสื่อสิ่งพิมพ์ เช่น วารสาร ข่าวสาร จุลสาร แผ่นพับ และโปสเตอร์ เป็นต้น ลักษณะเฉพาะของระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายที่สำคัญได้แก่ การมีหน่วยงานรับผิดชอบการพิมพ์เป็นของตนเอง และดำเนินการเผยแพร่สารนิเทศแก่หน่วยงานพลศึกษาและกีฬา เป็นบริการให้เปล่าโดยไม่หวังผลทางการค้า นอกจากนี้ในด้านการบริการสารนิเทศพลศึกษาจะมีสถาบันการศึกษาในสังกัดคือ วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัด และศูนย์ฝึกกีฬาประจำภาค เป็นหน่วยงานที่ให้บริการความรู้ข่าวสารพลศึกษา และเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพแก่ประชาชน ส่วนรูปแบบ

สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายนอกจากหนังสือ ตำราที่เกี่ยวกับการออกกำลังกายแล้ว ยังมี เอกสาร สิ่งพิมพ์ รายการวิทยุและรายการโทรทัศน์ที่น่าสนใจที่ควรกล่าวถึง ดังนี้

รูปแบบสารนิเทศพลศึกษาลักษณะพิเศษ

ข่าวสารกรมพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร : กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ, ปีที่ 1
2512 - (รายเดือน)

ข่าวสารวิทยาลัยพลศึกษา. ลำปาง : วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดลำปาง, ปีที่ 1 2527
- (รายเดือน)

ข่าวศูนย์ฝึกกีฬากรมพลศึกษา. ลำปาง : ศูนย์ฝึกกีฬากรมพลศึกษาภาคเหนือ จังหวัด
ลำปาง ปีที่ 1 2529 - (รายเดือน)

วารสารวิชาการ คณะพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร : คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, ปีที่ 1 2529 - (รายภาคเรียน)

วารสารการกีฬา. กรุงเทพมหานคร : การกีฬาแห่งประเทศไทย, ปีที่ 1 2509 -
(รายเดือน)

การกีฬาแห่งประเทศไทย. คู่มือการวิ่งเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์
วิทยาศาสตร์การกีฬา, 2528.

_____. การวิ่งเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา,
2530. (แผ่นพับ)

_____. บันทึก 10 ประการสำหรับการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย.

กรุงเทพมหานคร : ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา, 2530. (แผ่นพับ)

_____. อันตรายจากการออกกำลังกายในอากาศร้อน. กรุงเทพมหานคร :
ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา, 2530. (แผ่นพับ)

_____. จะออกกำลังกายอย่างไรดี. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์วิทยาศาสตร์
การกีฬา, 2530. (แผ่นพับ)

_____. โทษของการขาดการออกกำลังกาย. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์วิทยาศาสตร์
การกีฬา, 2530. (แผ่นพับ)

บทความพิเศษเพื่อสุขภาพ. สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย. วันจันทร์ - วันเสาร์.

12.50 น. - 13.00 น.

กีฬาปริทัศน์. สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย. วันเสาร์. 7.45 น. - 8.00 น.

กีฬาเพื่อประชาชน. สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย. วันอาทิตย์. 16.00 น. -

16.30 น.

ก้าวหน้าโรค (Health Show) สถานีโทรทัศน์ช่อง 3. วันจันทร์. 18.40 น. - 19.05 น.

เพื่อคุณภาพชีวิต. สถานีโทรทัศน์ช่อง 3. วันอังคาร. 18.30 - 18.40 น.

เสริมสุขภาพเพื่อชีวิต. สถานีโทรทัศน์ช่อง 5. วันจันทร์. 18.30 น. - 18.45 น.

พบหมอศิริราช. สถานีโทรทัศน์ช่อง 7. วันอาทิตย์. 15.25 น. - 15.30 น.

หมอประจำบ้าน. สถานีโทรทัศน์ช่อง 7. วันอังคาร. 18.30 น. - 18.45 น.

ปัญหาชีวิตและสุขภาพ. สถานีโทรทัศน์ช่อง 9. วันอาทิตย์. 21.00 น. - 21.30 น.

ชีวิตกับการออกกำลังกาย ; ขำรับอรุณ. สถานีโทรทัศน์ช่อง 9. วันจันทร์ - วันศุกร์.

6.30 น. - 6.40 น.

วิ่งสู่ชีวิตใหม่. สถานีโทรทัศน์ช่อง 9. วันจันทร์, วันพุธ - วันศุกร์. 21.20 น. -

21.25 น.

กีฬากับชีวิต. สถานีโทรทัศน์ช่อง 9. วันศุกร์. 19.20 น. - 19.25 น.

กีฬากับชีวิต ; ขำภาคเช้า. สถานีโทรทัศน์ช่อง 11. วันจันทร์ - วันเสาร์. 6.40 -

6.45 น.

การออกกำลังกายกับกรมพลศึกษา ; รายการโทรทัศน์เพื่อการศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ

สถานีโทรทัศน์ช่อง 11. วันจันทร์ - วันศุกร์. 8.00 น. - 8.15 น.

เสาร์สุขภาพ. สถานีโทรทัศน์ช่อง 11. วันเสาร์สัปดาห์ที่สองของทุกเดือน. 15.30 น. -

16.00 น.

3. สถาบันบริการสารนิเทศพลศึกษา ได้แก่ ห้องสมุดและนิทรรศน์กึ่งกีฬาที่ได้จัดตั้งขึ้นภายในหน่วยงานพลศึกษาและกีฬาสำหรับให้บริการความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ ซึ่งสถาบันบริการสารนิเทศพลศึกษานี้ มีหน้าที่ในการให้บริการสารนิเทศพลศึกษาโดยการจัดบริการสารนิเทศ ประเภทของสารนิเทศที่ให้บริการและวิธีการค้นคว้า ดังนี้

3.1 บริการสารนิเทศที่จัดให้บริการ

3.1.1 บริการยืม-คืน

3.1.2 บริการการอ่าน

3.1.3 บริการตอบคำถามและช่วยการค้นคว้า

3.1.4 บริการส่งเสริมการใช้ (นิทรรศการ บ้ายนิเทศ สารนิเทศการกีฬา

ทันสมัย)

3.2 ประเภทของทรัพยากรสารนิเทศพลศึกษาที่ให้บริการ

3.2.1 หนังสือ ตำรา

3.2.2 บทความในนิตยสารและหนังสือพิมพ์

3.2.3 สื่อบัตรหรือหนังสือที่ระลึกการแข่งขันกีฬา

3.2.4 จุลสารและแผ่นพับ

3.2.5 กฤตภาค

3.2.6 วิดีทัศน์

3.2.7 โปสเตอร์

3.3 แหล่งที่มาของทรัพยากรสารนิเทศได้มาโดยวิธี

3.3.1 ซื้อ

3.3.2 ได้รับจากหน่วยงานต้นสังกัดหรือหน่วยงานทางพลศึกษาที่เกี่ยวข้อง

3.3.3 รับบริจาคทั่วไป

3.4 การเข้าถึงแหล่งสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชน มีวิธีการดังนี้

3.4.1 ค้นรายการจากตู้บัตรรายการ

3.4.2 ใช้เครื่องมือช่วยการค้นหาสารนิเทศ เช่น ดรรชนี

3.4.3 ศึกษาจากป้ายนิเทศ นิทรรศการ

3.4.4 บรรณาธิการช่วยค้นหาสารนิเทศให้

3.4.5 ห้องสมุดจัดทำเอกสารสรุปส่งไปให้

นิยามการรู้สารนิเทศพลศึกษาในการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป

ผลการสังเคราะห์ข้อมูลจากการสำรวจเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับระบบสารนิเทศพลศึกษา ประกอบกับการสัมภาษณ์และสอบถามจากแหล่งข้อมูลอื่น ๆ ผลการศึกษามีรายละเอียดที่สำคัญดังนี้

เบอร์คินัล (Lee G. Burchinal) ผู้อำนวยการสถาบันสารนิเทศวิทยาศาสตร์แห่งสหรัฐอเมริกา กล่าวว่า การรู้สารนิเทศ (information literacy) หมายถึง ความสามารถในการใช้ข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล เพื่อการแก้ไขปัญหาและช่วยในการตัดสินใจ ตลอดจนมีทักษะทางข้อมูล เช่น การเข้าถึงข้อมูล นำข้อมูลมาใช้ประโยชน์ และการครอบครองข้อมูล เป็นต้น (Breivik and Gee, 1989 : 24)

ส่วนคณาจารย์จากมหาวิทยาลัยโคโลราโด เมืองเดนเวอร์ ได้ให้ความหมายว่า การรู้สารนิเทศ คือ ความสามารถในการเข้าถึงข้อมูล และประเมินข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงการบูรณาการทักษะต่าง ๆ เช่น ทักษะในการวิจัย และทักษะในการใช้เครื่องมือเพื่อการเข้าถึงข้อมูลและแหล่งสารนิเทศ (Breivik and Gee, 1989 : 24)

สรุปได้ว่า การรู้สารนิเทศ คือ ความรู้และทักษะเกี่ยวกับการแสวงหา การใช้เครื่องมือเพื่อการเข้าถึงและการรวบรวมสารนิเทศ อันทำให้บุคคลสามารถคัดเลือก ประเมิน กำหนดขอบเขตของสารนิเทศที่ต้องการ และนำสารนิเทศมาใช้ประโยชน์ กล่าวได้อีกนัยหนึ่งว่าการรู้สารนิเทศหมายถึง ความสามารถในการบูรณาการความรู้และความคิดอย่างเป็นระบบ เพื่อแก้ไขปัญหาและตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยการใช้ทักษะการแสวงหา การเข้าถึง การวิเคราะห์ และการรวบรวมสารนิเทศเพื่อการนั้น

การรู้สารนิเทศ ทำให้บุคคลมีความฉลาดรอบรู้ สามารถตัดสินใจได้ทั้งในเรื่องเกี่ยวกับการทำงาน การประกอบอาชีพและชีวิตส่วนตัว การรู้สารนิเทศช่วยให้มีความรู้และทักษะในการแสวงหาและรวบรวมสารนิเทศที่ต้องการ มีความเข้าใจในการเรียนรู้และสนับสนุนให้บุคคลมีการเรียนอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต (นิมพ์ร่ำไผ่ เปรมสมิทธิ์, 2533 : 47) การรู้สารนิเทศประกอบด้วยความสามารถต่าง ๆ ของบุคคล เช่น ความสามารถที่จะรู้ว่ามีประโยชน์อย่างไร

รู้วิธีการเข้าถึงสารนิเทศ การค้นหาสารนิเทศ การแปลความ การสังเคราะห์ความรู้ การนำสารนิเทศไปใช้และการถ่ายทอดสารนิเทศ (Curran. 1990 : 349) นอกจากนี้ ไบรวิก และจี (Breivik and Gee. 1989 : 13) และเคอแรน (Curran. 1990 : 350) มีความเห็นสอดคล้องต้องกันว่า การรู้สารนิเทศ เป็นทักษะเพื่อความอยู่รอดในสังคมยุคข่าวสาร ผู้รู้สารนิเทศจะรู้ว่าในภาวะข่าวสารท่วมท้นนี้ ควรแสวงหาสารนิเทศอย่างไร จึงจะได้สารนิเทศที่ตรงกับความต้องการภายในเวลาอันรวดเร็ว ความสามารถในการเข้าถึงสารนิเทศ การประเมินและนำสารนิเทศไปใช้เพื่อแก้ไขปัญหายังมีประสิทธิภาพ

การวิจัยในครั้งนี้ จึงสามารถนิยามการรู้สารนิเทศผลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไปได้ดังนี้ การรู้สารนิเทศผลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย ประกอบด้วยคุณสมบัติด้านทักษะ ประสบการณ์ ความสามารถในการวิเคราะห์และบูรณาการความรู้เกี่ยวกับระบบสารนิเทศผลศึกษา ได้แก่ แหล่งสารนิเทศ ประเภทของสารนิเทศ บริการสารนิเทศ วิธีใช้แหล่งความรู้ การใช้เครื่องมือเพื่อการเข้าถึงสารนิเทศ การคัดเลือกและประเมินสารนิเทศ การรู้จักแหล่งสารนิเทศผลศึกษา เข้าใจระบบการจัดเก็บข้อมูลของห้องสมุด รู้วิธีติดต่อบุคลากรทางผลศึกษาหรือหน่วยงานผลศึกษาและกีฬา รู้จักประเภทของเครื่องมือช่วยการค้นคว้า สามารถคัดเลือกและประเมินคุณค่าของสารนิเทศที่ต้องการ การมีประสบการณ์ในการใช้แหล่งสารนิเทศรูปแบบต่าง ๆ สามารถบอกชื่อหนังสือ เอกสาร วารสารสำคัญ ๆ และคอลัมน์ รายการวิทยุและโทรทัศน์ที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬา มีทักษะในการสรุป บันทึกย่อและคัดลอกข้อความที่ได้จากการอ่าน การใช้เครื่องมือช่วยการค้นหาสารนิเทศที่ต้องการได้อย่างรวดเร็ว และการรวบรวมสารนิเทศสำหรับไว้ใช้งานส่วนตัว รวมถึงความสามารถในการกำหนดขอบเขต บ่งชี้ลักษณะและจัดลำดับความสำคัญของสารนิเทศได้ รู้จักเลือกสารนิเทศที่มีคุณภาพและน่าเชื่อถือได้เหมาะสมกับสภาพหรือความต้องการ สามารถวางแผนการค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลที่ต้องการได้ และสามารถใช้ประโยชน์จากเครื่องมือช่วยการค้นคว้าได้เหมาะสมกับโอกาสและความจำเป็น ซึ่งสามารถสรุปได้ดังตารางต่อไปนี้

ตาราง 2 การรู้สารสนเทศพลศึกษาในการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป

รายการ	ความรู้	ทักษะ	การวิเคราะห์และ บูรณาการ
1. แหล่งสารสนเทศ พลศึกษาเพื่อ การออกกำลังกาย	รู้จักที่ตั้งของสถานที่ ให้บริการ ขอบเขต ของบริการ ประเภท ของสารสนเทศที่ให้ บริการ รู้จักชื่อผู้แต่งหรือชื่อ หนังสือที่สำคัญ ๆ เกี่ยวกับการออก กำลังกายและการ เล่นกีฬา รู้จักชื่อวารสารสำคัญ ๆ ที่ให้ความรู้ด้านการ ออกกำลังกาย รู้จักรายการวิทยุและ โทรทัศน์ที่เสนอเนื้อหา เกี่ยวกับการออกกำลังกาย	ไปใช้บริการได้ สามารถแยก ความแตกต่างได้ บอกชื่อผู้เขียนหรือ ชื่อหนังสือที่เกี่ยวข้อง ได้ บอกชื่อวารสาร และคอลัมน์ที่ เกี่ยวข้องได้ บอกชื่อรายการ วัน เวลา และ สถานที่ที่ออกอากาศ ได้	บอกได้ว่าสถานที่ใด เหมาะสมกว่ากัน รู้จักเลือกสิ่งที่มี คุณภาพ และ น่าเชื่อถือ รู้จักเลือกสิ่งที่มี คุณภาพ และ น่าเชื่อถือ ตัดสินใจได้ว่ารายการ ใดมีคุณค่ากว่า
2. วิธีใช้แหล่งความรู้ ทางพลศึกษา	รู้จักระบบการจัดเก็บ ข้อมูลข่าวสารของ ห้องสมุด	บอกความหมายหรือ สัญลักษณ์ที่ใช้ในระบบ การจัดเก็บข้อมูลของ ห้องสมุดได้	จากระบบจัดเก็บ สามารถบอก ความแตกต่าง ของเนื้อหาได้

ตาราง 2 (ต่อ)

รายการ	ความรู้	ทักษะ	การวิเคราะห์และ บูรณาการ
	รู้จักส่วนประกอบต่าง ๆ ของหนังสือ	สามารถใช้ให้เป็น ของหนังสือเพื่อประ- โยชน์ในการค้นหาข้อ- มูล สรุป บันทึกย่อและ คัดลอกข้อความสำคัญ จากการอ่านได้	รู้จักเลือกใช้เพื่อ ประหยัดเวลา สามารถวางแผน การค้นคว้าและ รวบรวมข้อมูลที่ ตรงกับความต้องการ- การ
	รู้วิธีติดต่อบุคคลหรือ หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ภายในท้องถิ่น	บอกแหล่งที่เหมาะสม เพื่อแสวงหาข้อมูล มาใช้ประโยชน์ได้	สามารถเลือกได้ เหมาะสมกับความ- ต้องการ
3. การใช้เครื่องมือ เพื่อการเข้าถึง สารนิเทศพลศึกษา	รู้จักประเภทของบัตร รายการและบรรณ วารสาร	ใช้เครื่องมือช่วยการ การค้นคว้าเพื่อค้นหา ข้อมูลหรือข่าวสารได้ อย่างคล่องแคล่ว	ใช้ประโยชน์จาก เครื่องมือได้เหมาะ- สมกับโอกาส/ ความจำเป็น
	รู้จักบรรณของ หนังสืออ้างอิง	สามารถใช้บรรณ ในการค้นหาสารนิเทศ ที่ต้องการได้อย่าง รวดเร็ว	วิเคราะห์ความแตกต่าง ของคู่มือช่วยการค้นห ของห้องสมุดเพื่อนำ ไปใช้

ตาราง 2 (ต่อ)

รายการ	ความรู้	ทักษะ	การวิเคราะห์และ บูรณาการ
	รู้จักคู่มือช่วยการค้นหา ที่ห้องสมุดจัดทำขึ้น	สามารถใช้คู่มือช่วย การค้นหาสารนิเทศ ได้อย่างรวดเร็ว	
	รู้จักสื่อและอุปกรณ์ โสตทัศน	สามารถใช้อุปกรณ์ โสตทัศนเพื่อเข้าถึง ข้อมูลในสื่อโสตทัศน ได้	เลือกใช้ได้เหมาะสม กับสภาพ
4. การคัดเลือกและ ประเมินสารนิเทศ ผลศึกษา	รู้จักวิธีเปรียบเทียบ สารนิเทศที่ศึกษา หรือรวบรวมไว้	เลือกสารนิเทศ ได้ตรงตาม ความต้องการ รู้ความแตกต่างของ สารนิเทศที่ได้ ศึกษาหรือรวบรวม ไว้	จัดกลุ่ม/หมวดหมู่ ความรู้ได้
5. ประเภทของสารนิเทศ ผลศึกษาเพื่อการออก กำลังกาย	รู้จักประเภทของสารนิเทศ ผลศึกษาเป็นอย่างดี รู้จักหมวดหมู่หรือสัญลักษณ์ ที่ใช้แทนเนื้อหาวิชา ของระบบการจัดเก็บ ในห้องสมุด	เลือกสารนิเทศได้ ถูกต้องและ สอดคล้องกับ ความต้องการ สามารถค้นหา สารนิเทศผลศึกษา ได้อย่างรวดเร็ว	กำหนดขอบเขต บ่งชี้ลักษณะ และ จัดลำดับความสำคัญ ของสารนิเทศได้ บอกความแตกต่าง ของหมวดหมู่ได้

ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

ผู้วิจัยใช้แบบทดสอบการรู้สารนิเทศพลศึกษากับประชาชนในจังหวัดลำปาง ผลของการศึกษาทำให้ทราบถึง ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง ผลของการวิเคราะห์ดังตาราง 3

ตาราง 3 คะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษา	$\bar{X}$	S.D
1. ความรู้เกี่ยวกับแหล่งที่จะให้ความรู้และข่าวสารพลศึกษา	5.30	1.44
2. ความรู้เกี่ยวกับวิธีใช้แหล่งความรู้ทางพลศึกษา	4.83	1.57
3. ความรู้ในการใช้เครื่องมือเพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้และข่าวสาร	4.95	1.53
4. ความรู้ในการคัดเลือกและประเมินสารนิเทศ	5.06	1.47
5. ความรู้เกี่ยวกับแหล่งสารนิเทศเฉพาะด้าน	5.71	1.35
รวม	25.85	4.80

1. คะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง (ตาราง 3) ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาสูงในด้านความรู้เกี่ยวกับแหล่งสารนิเทศเฉพาะด้าน ($\bar{X} = 5.71$) รองลงมาได้แก่ ด้านความรู้เกี่ยวกับแหล่งที่จะให้ความรู้และข่าวสารพลศึกษา และด้านความรู้ในการคัดเลือกและประเมินสารนิเทศ ($\bar{X} = 5.30$ และ 5.06 ตามลำดับ)

การเปรียบเทียบระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง
 ตาราง 4 คะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชน
 ในจังหวัดลำปาง จำแนกตามเพศ

ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษา	เพศ				t
	ชาย		หญิง		
	$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
1. ความรู้เกี่ยวกับแหล่งที่จะให้ความรู้และข่าวสารพลศึกษา	5.13	1.56	5.46	1.30	1.97*
2. ความรู้เกี่ยวกับวิธีใช้แหล่งความรู้ทางพลศึกษา	4.49	1.63	5.18	1.44	3.90***
3. ความรู้ในการใช้เครื่องมือ เพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้และข่าวสาร	4.65	1.58	5.25	1.42	3.50***
4. ความรู้ในการคัดเลือกและประเมินสารนิเทศ	4.81	1.56	5.32	1.33	3.06**
5. ความรู้เกี่ยวกับแหล่งสารนิเทศเฉพาะด้าน	5.69	1.42	5.72	1.28	0.17
รวม	24.77	5.12	26.93	4.20	4.01***

*** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1. ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนใน จังหวัดลำปาง (ตาราง 4) กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษา โดยส่วนรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งตรงตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศหญิง มีคะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษา มากกว่ากลุ่มตัวอย่างเพศชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 จำนวนสองด้าน คือ ด้านความรู้เกี่ยวกับการใช้เครื่องมือ เพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้และข่าวสาร และด้านความรู้เกี่ยวกับวิธีใช้แหล่งความรู้ทางพลศึกษา กลุ่มตัวอย่างเพศหญิง มีคะแนนเฉลี่ย การรู้สารนิเทศพลศึกษา ในด้านความรู้ในการคัดเลือกและประเมินสารนิเทศ และด้านความรู้เกี่ยวกับแหล่งที่จะให้ความรู้และข่าวสารพลศึกษา มากกว่ากลุ่มตัวอย่างเพศชายอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และระดับ .05 ตามลำดับ

ตาราง 5 คะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารสนเทศศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชน
ในจังหวัดลำปาง จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษา	ระดับการศึกษา				t
	ต่ำกว่าปริญญาตรี		ปริญญาตรีหรือสูงกว่า		
	$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	
1. ความรู้เกี่ยวกับแหล่งที่จะให้ ความรู้และข่าวสารพลศึกษา	5.08	1.42	5.51	1.44	2.63**
2. ความรู้เกี่ยวกับวิธีใช้แหล่ง ความรู้ทางพลศึกษา	4.49	1.65	5.17	1.43	3.82***
3. ความรู้ในการใช้เครื่องมือเพื่อ ให้ได้มาซึ่งความรู้และข่าวสาร	4.67	1.56	5.23	1.44	3.26***
4. ความรู้ในการคัดเลือก และประเมินสารนิเทศ	4.59	1.47	5.54	1.31	5.92***
5. ความรู้เกี่ยวกับแหล่งสารนิเทศ เฉพาะด้าน	5.49	1.38	5.92	1.29	2.77**
รวม	24.32	4.74	27.38	4.35	5.82***

*** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. ระดับการรู้สารสนเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง (ตาราง 5) กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยการรู้สารสนเทศพลศึกษาโดยส่วนรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .001 ซึ่งตรงตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี หรือสูงกว่า มีคะแนนเฉลี่ย การรู้สารสนเทศพลศึกษา มากกว่ากลุ่มตัวอย่าง ที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .001 จำนวนสามด้าน คือ ด้านความรู้ในการคัดเลือกและประเมินสารนิเทศ ด้านความรู้ในการใช้เครื่องมือเพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้และข่าวสาร และด้านความรู้เกี่ยวกับวิธีใช้แหล่งความรู้ทางพลศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือสูงกว่า มีคะแนนเฉลี่ยการรู้สารสนเทศพลศึกษา ในด้านความรู้เกี่ยวกับแหล่งสารนิเทศเฉพาะด้าน และด้านความรู้เกี่ยวกับแหล่งที่จะให้ความรู้และข่าวสารพลศึกษามากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01

ตาราง 6 คะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชน
ในจังหวัดลำปาง จำแนกตามจำนวนสื่อที่ใช้ในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษา

ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษา	จำนวนสื่อที่ใช้ในการเข้าถึงสารนิเทศ				t
	ไม่เกิน 2 ชนิด		ตั้งแต่ 3 ชนิดขึ้นไป		
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1. ความรู้เกี่ยวกับแหล่งที่จะให้ความรู้และ ข่าวสารพลศึกษา	5.19	1.61	5.38	1.27	1.15
2. ความรู้เกี่ยวกับวิธีใช้แหล่งความรู้ทาง พลศึกษา	4.67	1.52	4.98	1.61	1.67
3. ความรู้ในการใช้เครื่องมือเพื่อให้ได้มา ซึ่งความรู้และข่าวสาร	5.04	1.39	4.88	1.64	0.92
4. ความรู้ในการคัดเลือกและประเมิน สารนิเทศ	5.03	1.46	5.09	1.49	0.30
5. ความรู้เกี่ยวกับแหล่งสารนิเทศเฉพาะด้าน	5.63	1.34	5.78	1.36	0.94
รวม	25.56	4.77	26.10	4.82	0.96

3. ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนใน
จังหวัดลำปาง (ตาราง 6) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวนสื่อในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษาต่างกันมี
คะแนนเฉลี่ยการรู้สารนิเทศพลศึกษาโดยส่วนรวมไม่แตกต่างกัน

ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

ตาราง 7 ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

ปัญหาและอุปสรรค	$\bar{X}$	S.D.	ระดับปัญหา และอุปสรรค
1. <u>ด้านระบบบริการความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย</u>			
1.1 ไม่ทราบที่ตั้งของห้องสมุด.....	2.35	1.48	น้อย
1.2 ไม่ทราบวิธีค้นหาเรื่องที่ต้องการในห้องสมุด.....	2.28	1.25	น้อย
1.3 ระเบียบการใช้ ยืม-คืน และค้นคว้าไม่อำนวยความสะดวกต่อการให้บริการ.....	2.39	1.28	น้อย
1.4 ไม่ทราบว่ามีการจัดบริการทางวิชาการด้านใดบ้าง.....	2.87	1.30	ปานกลาง
รวม	2.47	1.06	น้อย

ตาราง 7 (ต่อ)

ปัญหาและอุปสรรค	$\bar{X}$	S.D.	ระดับปัญหา และอุปสรรค
2. <u>ด้านเครื่องมือและวิธีการให้ได้มาซึ่งความรู้ทางพลศึกษา เพื่อการออกกำลังกาย</u>			
2.1 ไม่ทราบรายการหรือสัญลักษณ์ต่าง ๆ บนบัตรรายการ	2.56	1.25	ปานกลาง
2.2 ไม่ทราบวิธีใช้บัตรตรวจวารสารและหนังสือพิมพ์...	2.62	1.23	ปานกลาง
2.3 ไม่ทราบวิธีค้นเรื่องจากหนังสืออ้างอิงทางพลศึกษา..	2.55	1.24	ปานกลาง
2.4 ไม่ทราบวิธีใช้อุปกรณ์โสตทัศน เช่น สไลด์ วิดีโอเทป	2.52	1.26	ปานกลาง
รวม	2.56	1.04	ปานกลาง
3. <u>ด้านวิธีการใช้ความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง และเชื่อถือได้</u>			
3.1 ไม่สามารถจัดลำดับความสำคัญของความรู้ทาง พลศึกษาที่ค้นคว้าจากแหล่งต่าง ๆ ได้.....	2.89	1.22	ปานกลาง
3.2 ไม่มีทักษะในการสรุปย่อเนื้อหา หรือบันทึกข้อความ ที่ได้จากการอ่าน.....	2.58	1.18	ปานกลาง
3.3 ไม่สามารถถ่ายทอดความรู้ที่ได้รับให้แก่บุคคล รอบข้างได้	2.57	1.18	ปานกลาง
3.4 ไม่ทราบว่าหน่วยงานทางพลศึกษาและการกีฬา จัดพิมพ์เอกสารเรื่องใดบ้างเผยแพร่.....	3.12	1.29	ปานกลาง
รวม	2.79	0.95	ปานกลาง

ตาราง 7 (ต่อ)

ปัญหาและอุปสรรค	$\bar{X}$	S.D.	ระดับปัญหา และอุปสรรค
4. <u>ด้านความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย</u>			
4.1 การเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ใช้ศัพท์ทางวิชาการมากเกินไป ทำให้เข้าใจยาก..	2.71	1.21	ปานกลาง
4.2 บุคลากรที่ให้ความรู้ หรือคำแนะนำเกี่ยวกับการ ออกกำลังกายไม่สามารถให้คำอธิบายให้เข้าใจ ชัดเจนได้.....	2.71	1.19	ปานกลาง
4.3 เอกสาร ตำรา และหนังสือเกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีจำนวนน้อย และไม่ครอบคลุมเนื้อหาที่ ต้องการรู้.....	2.96	1.17	ปานกลาง
4.4 ไม่ทราบว่าคอลัมน์เกี่ยวกับการออกกำลังกายและ เล่นกีฬา พิมพ์ในวารสาร/นิตยสารชื่อใดบ้าง.....	2.81	1.25	ปานกลาง
รวม	2.80	0.91	ปานกลาง
5. <u>ด้านแหล่งความรู้เฉพาะด้านพลศึกษาและการกีฬา</u>			
5.1 ไม่ทราบว่าแหล่งความรู้เฉพาะด้านพลศึกษาและ การกีฬามีอยู่ที่ไหนบ้าง.....	2.88	1.27	ปานกลาง
5.2 ไม่ทราบว่ามีการเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการ ออกกำลังกายทางสถานีวิทยุ/โทรทัศน์รายการ อะไรบ้าง	2.97	1.26	ปานกลาง

ตาราง 7 (ต่อ)

ปัญหาและอุปสรรค	$\bar{X}$	S.D.	ระดับปัญหา และอุปสรรค
5.3 ไม่มีการประชาสัมพันธ์ให้ทราบเกี่ยวกับบริการ วิชาการที่จัดให้แก่ชุมชน.....	3.30	1.22	ปานกลาง
5.4 กิจกรรมส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ที่จัดขึ้นนั้นน้อย และไม่สม่ำเสมอ.....	3.30	1.24	ปานกลาง
รวม	3.11	1.00	ปานกลาง
รวมเฉลี่ย	2.75	0.80	ปานกลาง

1. ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง (ตาราง 7) กลุ่มตัวอย่างมีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาโดยส่วนรวมในระดับปานกลางทุกด้าน ยกเว้นด้านระบบบริการความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างมีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาในระดับน้อย

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาในระดับปานกลางเหมือนกันทุกด้าน ยกเว้นด้านระบบบริการความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างมีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาในระดับน้อย

ตาราง 8 ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชน
ในจังหวัดลำปาง จำแนกตามเพศ

ปัญหาและอุปสรรค	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	$\bar{X}$	แปลความ	$\bar{X}$	แปลความ
1. <u>ด้านระบบบริการความรู้ทางพลศึกษา เพื่อ</u> <u>การออกกำลังกาย</u>				
1.1 ไม่ทราบที่ตั้งของห้องสมุด.....	2.28	น้อย	2.42	น้อย
1.2 ไม่ทราบวิธีค้นหาเรื่องที่ต้องการในห้องสมุด....	2.28	น้อย	2.30	น้อย
1.3 ระเบียบการใช้ ยืม-คืน และค้นคว้าไม่อำนวยความสะดวกต่อการใช้บริการ.....	2.48	น้อย	2.30	น้อย
1.4 ไม่ทราบว่ามีการจัดบริการทางวิชาการด้านใดบ้าง	2.98	ปานกลาง	2.75	ปานกลาง
รวม	2.51	ปานกลาง	2.43	น้อย
2. <u>ด้านเครื่องมือและวิธีการให้ได้มาซึ่งความรู้ทาง</u> <u>พลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย</u>				
2.1 ไม่ทราบรายการหรือสัญลักษณ์ต่าง ๆ บนบัตร รายการ.....	2.57	ปานกลาง	2.54	ปานกลาง
2.2 ไม่ทราบวิธีใช้บัตรบรรณวารสารและหนังสือพิมพ์	2.56	ปานกลาง	2.67	ปานกลาง
2.3 ไม่ทราบวิธีค้นเรื่องจากหนังสืออ้างอิงทางพลศึกษา	2.55	ปานกลาง	2.54	ปานกลาง

ตาราง 8 (ต่อ)

ปัญหาและอุปสรรค	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	χ̄	แปลความ	χ̄	แปลความ
2.4 ไม่ทราบวิธีใช้อุปกรณ์โสตทัศนฯ เช่น สไลด์ วิดีโอเทป.....	2.53	ปานกลาง	2.51	ปานกลาง
รวม	2.55	ปานกลาง	2.57	ปานกลาง
3. <u>ด้านวิธีการใช้ความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย ที่ถูกต้อง และเชื่อถือได้</u>				
3.1 ไม่สามารถจัดลำดับความสำคัญของความรู้ทาง พลศึกษาที่ค้นคว้าจากแหล่งต่าง ๆ ได้.....	2.88	ปานกลาง	2.89	ปานกลาง
3.2 ไม่มีทักษะในการสรุปย่อเนื้อหา หรือบันทึกข้อความ ที่ได้จากการอ่าน.....	2.50	ปานกลาง	2.66	ปานกลาง
3.3 ไม่สามารถถ่ายทอดความรู้ที่ได้รับให้แก่บุคคล รอบข้างได้.....	2.56	ปานกลาง	2.57	ปานกลาง
3.4 ไม่ทราบว่าหน่วยงานทางพลศึกษาและการกีฬา จัดพิมพ์เอกสารเรื่องใดบ้างเผยแพร่.....	3.09	ปานกลาง	3.16	ปานกลาง
รวม	2.75	ปานกลาง	2.82	ปานกลาง

ตาราง 8 (ต่อ)

ปัญหาและอุปสรรค	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	$\bar{X}$	แปลความ	$\bar{X}$	แปลความ
4. <u>ด้านความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย</u>				
4.1 การเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ใช้ศัพท์ทางวิชาการมากเกินไป ทำให้เข้าใจยาก	2.62	ปานกลาง	2.79	ปานกลาง
4.2 บุคลากรที่ให้ความรู้ หรือคำแนะนำเกี่ยวกับการ ออกกำลังกายไม่สามารถให้คำอธิบายให้เข้าใจ ชัดเจนได้.....	2.73	ปานกลาง	2.69	ปานกลาง
4.3 เอกสาร ตำรา และหนังสือเกี่ยวกับการออก กำลังกายมีจำนวนน้อย และไม่ครอบคลุมเนื้อหา ที่ต้องการรู้.....	3.09	ปานกลาง	2.82	ปานกลาง
4.4 ไม่ทราบว่าคอลัมน์เกี่ยวกับการออกกำลังกายและ เล่นกีฬา พิมพ์ในวารสาร/นิตยสารชื่อใดบ้าง...	2.91	ปานกลาง	2.70	ปานกลาง
รวม	2.84	ปานกลาง	2.75	ปานกลาง

ตาราง 8 (ต่อ)

ปัญหาและอุปสรรค	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	$\bar{X}$	แปลความ	$\bar{X}$	แปลความ
5. <u>ด้านแหล่งความรู้เฉพาะด้านพลศึกษาและการกีฬา</u>				
5.1 ไม่ทราบว่าแหล่งความรู้เฉพาะด้านพลศึกษาและการกีฬามีอยู่ที่ไหนบ้าง.....	2.79	ปานกลาง	2.97	ปานกลาง
5.2 ไม่ทราบว่ามีการเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายทางสถานีวิทย์/โทรทัศน์รายการอะไรบ้าง.....	2.90	ปานกลาง	3.02	ปานกลาง
5.3 ไม่มีการประชาสัมพันธ์ให้ทราบเกี่ยวกับบริการวิชาการที่ได้จัดให้แก่ชุมชน.....	3.31	ปานกลาง	3.30	ปานกลาง
5.4 กิจกรรมส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่จัดขึ้นนั้นน้อย และไม่สม่ำเสมอ.....	3.24	ปานกลาง	3.36	ปานกลาง
รวม	3.06	ปานกลาง	3.16	ปานกลาง
รวมเฉลี่ย	2.75	ปานกลาง	2.75	ปานกลาง

2. ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารผลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง (ตาราง 8) กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกันมีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารผลศึกษาโดยส่วนรวมในระดับปานกลางทุกด้าน ยกเว้นด้านระบบบริการความรู้ทางผลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย เพศหญิงมีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารผลศึกษาในระดับน้อย

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศชายและเพศหญิงมีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารผลศึกษาในระดับปานกลางเหมือนกันทุกด้าน ยกเว้นด้านระบบบริการความรู้ทางผลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย เพศหญิงมีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารผลศึกษาในระดับน้อย แต่เพศชายมีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารผลศึกษาในระดับปานกลาง

ตาราง 9 ปัญหาและอุปสรรคในการให้ข่าวสารผลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชน
ในจังหวัดลำปาง จำแนกตามระดับการศึกษา

ปัญหาและอุปสรรค	ระดับการศึกษา			
	ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี		ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	
	$\bar{X}$	แปลความ	$\bar{X}$	แปลความ
1. <u>ด้านระบบบริการความรู้ทางผลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย</u>				
1.1 ไม่ทราบที่ตั้งของห้องสมุด.....	2.14	น้อย	2.56	ปานกลาง
1.2 ไม่ทราบวิธีค้นหาเรื่องที่ต้องการในห้องสมุด	2.09	น้อย	2.47	น้อย
1.3 ระเบียบการใช้ ยืม-คืน และค้นคว้าไม่ อำนวยความสะดวกต่อการใช้บริการ.....	2.17	น้อย	2.61	ปานกลาง
1.4 ไม่ทราบว่ามีการจัดบริการทางวิชาการ ด้านใดบ้าง.....	2.75	ปานกลาง	2.99	ปานกลาง
รวม	2.29	น้อย	2.66	ปานกลาง
2. <u>ด้านเครื่องมือและวิธีการให้ได้มาซึ่งความรู้ทางผลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย</u>				
2.1 ไม่ทราบรายการหรือสัญลักษณ์ต่าง ๆ บน บัตรรายการ.....	2.60	ปานกลาง	2.52	ปานกลาง
2.2 ไม่ทราบวิธีใช้บัตรบรรณนิวารสารและ หนังสือพิมพ์.....	2.61	ปานกลาง	2.62	ปานกลาง

ตาราง 9 (ต่อ)

ปัญหาและอุปสรรค	ระดับการศึกษา			
	ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี		ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	
	$\bar{X}$	แปลความ	$\bar{X}$	แปลความ
2.3 ไม่ทราบวิธีค้นเรื่องจากหนังสืออ้างอิงทางพลศึกษา.....	2.45	น้อย	2.65	ปานกลาง
2.4 ไม่ทราบวิธีใช้อุปกรณ์โสตทัศน เช่น สไลด์ วีดีโอเทป.....	2.49	น้อย	2.55	ปานกลาง
รวม	2.54	ปานกลาง	2.59	ปานกลาง
3. <u>ด้านวิธีการใช้ความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายที่ถูกต้อง และเชื่อถือได้</u>				
3.1 ไม่สามารถจัดลำดับความสำคัญของความรู้ทางพลศึกษาที่ค้นคว้าจากแหล่งต่าง ๆ ได้	2.85	ปานกลาง	2.93	ปานกลาง
3.2 ไม่มีทักษะในการสรุปย่อเนื้อหา หรือบันทึกข้อความที่ได้จากการอ่าน.....	2.62	ปานกลาง	2.54	ปานกลาง
3.3 ไม่สามารถถ่ายทอดความรู้ที่ได้รับให้แก่บุคคลรอบข้างได้.....	2.55	ปานกลาง	2.58	ปานกลาง
3.4 ไม่ทราบว่าหน่วยงานทางพลศึกษาและการกีฬา จัดนิพนธ์เอกสารเรื่องใดบ้างเผยแพร่	2.99	ปานกลาง	3.26	ปานกลาง
รวม	2.75	ปานกลาง	2.83	ปานกลาง

ตาราง 9 (ต่อ)

ปัญหาและอุปสรรค	ระดับการศึกษา			
	ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี		ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	
	$\bar{X}$	แปลความ	$\bar{X}$	แปลความ
4. <u>ด้านความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย</u>				
4.1 การเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ใช้ศัพท์ทางวิชาการมากเกินไป ทำให้เข้าใจยาก.....	2.65	ปานกลาง	2.77	ปานกลาง
4.2 บุคลากรที่ให้ความรู้ หรือคำแนะนำเกี่ยวกับการออกกำลังกายไม่สามารถให้คำอธิบายให้เข้าใจชัดเจนได้.....	2.61	ปานกลาง	2.82	ปานกลาง
4.3 เอกสาร ตำรา และหนังสือเกี่ยวกับการออกกำลังกายมีจำนวนน้อย และไม่ครอบคลุมเนื้อหาที่ต้องการรู้.....	2.83	ปานกลาง	3.09	ปานกลาง
4.4 ไม่ทราบว่าคอลัมน์เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬา พิมพ์ในวารสาร/นิตยสารชื่อใดบ้าง.....	2.74	ปานกลาง	2.88	ปานกลาง
รวม	2.71	ปานกลาง	2.89	ปานกลาง
5. <u>ด้านแหล่งความรู้เฉพาะด้านพลศึกษาและการกีฬา</u>				
5.1 ไม่ทราบว่าแหล่งความรู้เฉพาะด้านพลศึกษาและการกีฬามีอยู่ที่ไหนบ้าง.....	2.77	ปานกลาง	3.00	ปานกลาง

ตาราง 9 (ต่อ)

ปัญหาและอุปสรรค	ระดับการศึกษา			
	ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี		ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	
	$\bar{X}$	แปลความ	$\bar{X}$	แปลความ
5.2 ไม่ทราบว่ามีการเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับ การออกกำลังกายทางสถานวิทยุ/โทรทัศน์ รายการอะไรบ้าง.....	2.77	ปานกลาง	3.16	ปานกลาง
5.3 ไม่มีการประชาสัมพันธ์ให้ทราบเกี่ยวกับ บริการวิชาการที่จัดให้แก่ชุมชน.....	3.16	ปานกลาง	3.45	ปานกลาง
5.4 กิจกรรมส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับการออก กำลังกายที่จัดขึ้นนั้นมีน้อย และไม่ สม่ำเสมอ.....	3.19	ปานกลาง	3.41	ปานกลาง
รวม	2.97	ปานกลาง	3.25	ปานกลาง
รวมเฉลี่ย	2.65	ปานกลาง	2.84	ปานกลาง

3. ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง (ตาราง 9) กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาโดยส่วนรวมในระดับปานกลางทุกด้าน ยกเว้นด้านระบบบริการความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรีมีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาในระดับน้อย

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาโดยส่วนรวมในระดับปานกลางเหมือนกันทุกด้าน ยกเว้นด้านระบบบริการความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรีมีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาในระดับน้อย แต่กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือสูงกว่า มีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาในระดับปานกลาง

ตาราง 10 ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชน
ในจังหวัดลำปาง จำแนกตามจำนวนสื่อที่ใช้บ่อยในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษา

ปัญหาและอุปสรรค	จำนวนสื่อที่ใช้			
	ไม่เกิน 2 ชนิด		ตั้งแต่ 3 ชนิดขึ้นไป	
	$\bar{X}$	แปลความ	$\bar{X}$	แปลความ
1. <u>ด้านระบบบริการความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการ</u> <u>ออกกำลังกาย</u>				
1.1 ไม่ทราบที่ตั้งของห้องสมุด.....	2.34	น้อย	2.36	น้อย
1.2 ไม่ทราบวิธีค้นหาเรื่องที่ต้องการในห้องสมุด	2.16	น้อย	2.39	น้อย
1.3 ระเบียบการใช้ ยืม-คืน และค้นคว้าไม่ อำนวยความสะดวกต่อการใช้บริการ.....	2.24	น้อย	2.53	ปานกลาง
1.4 ไม่ทราบว่ามีการจัดบริการทางวิชาการ ด้านใดบ้าง.....	2.86	ปานกลาง	2.88	ปานกลาง
รวม	2.40	น้อย	2.5	ปานกลาง

ตาราง 10 (ต่อ)

ปัญหาและอุปสรรค	จำนวนสื่อที่ใช้			
	ไม่เกิน 2 ชนิด		ตั้งแต่ 3 ชนิดขึ้นไป	
	$\bar{X}$	แปลความ	$\bar{X}$	แปลความ
2. <u>ด้านเครื่องมือและวิธีการให้ได้มาซึ่งความรู้ทาง</u> <u>พลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย</u>				
2.1 ไม่ทราบรายการหรือสัญลักษณ์ต่าง ๆ บนบัตร รายการ.....	2.56	ปานกลาง	2.56	ปานกลาง
2.2 ไม่ทราบวิธีใช้บัตรตรวจนินวารสารและ หนังสือพิมพ์.....	2.58	ปานกลาง	2.65	ปานกลาง
2.3 ไม่ทราบวิธีค้นเรื่องจากหนังสืออ้างอิงทาง พลศึกษา.....	2.49	น้อย	2.60	ปานกลาง
2.4 ไม่ทราบวิธีใช้อุปกรณ์โสตทัศน เช่น สไลด์ วิดีโอเทป.....	2.42	น้อย	2.60	ปานกลาง
รวม	2.51	ปานกลาง	2.60	ปานกลาง
3. <u>ด้านวิธีการใช้ความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออก</u> <u>กำลังกายที่ถูกต้อง และเชื่อถือได้</u>				
3.1 ไม่สามารถจัดลำดับความสำคัญของความรู้ ทางพลศึกษาที่ค้นคว้าจากแหล่งต่าง ๆ ได้	2.83	ปานกลาง	2.93	ปานกลาง
3.2 ไม่มีทักษะในการสรุปย่อเนื้อหา หรือบันทึก ข้อความที่ได้จากการอ่าน.....	2.41	น้อย	2.72	ปานกลาง

ตาราง 10 (ต่อ)

ปัญหาและอุปสรรค	จำนวนสื่อที่ใช้			
	ไม่เกิน 2 ชนิด		ตั้งแต่ 3 ชนิดขึ้นไป	
	$\bar{X}$	แปลความ	$\bar{X}$	แปลความ
3.3 ไม่สามารถถ่ายทอดความรู้ที่ได้รับให้แก่บุคคลรอบข้างได้.....	2.49	น้อย	2.63	ปานกลาง
3.4 ไม่ทราบว่าหน่วยงานทางพลศึกษาและการกีฬา จัดพิมพ์เอกสารเรื่องใดบ้างเผยแพร่.....	3.06	ปานกลาง	3.17	ปานกลาง
รวม	2.70	ปานกลาง	2.86	ปานกลาง
4. <u>ด้านความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย</u>				
4.1 การเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายใช้ศัพท์ทางวิชาการมากเกินไป ทำให้เข้าใจยาก.....	2.61	ปานกลาง	2.79	ปานกลาง
4.2 บุคลากรที่ให้ความรู้ หรือคำแนะนำเกี่ยวกับการออกกำลังกายไม่สามารถให้คำอธิบายให้เข้าใจชัดเจนได้.....	2.63	ปานกลาง	2.78	ปานกลาง
4.3 เอกสาร ตำรา และหนังสือเกี่ยวกับการออกกำลังกายมีจำนวนน้อย และไม่ครอบคลุมเนื้อหาที่ต้องการรู้.....	2.89	ปานกลาง	3.01	ปานกลาง

ตาราง 10 (ต่อ)

ปัญหาและอุปสรรค	จำนวนสื่อที่ใช้			
	ไม่เกิน 2 ชนิด		ตั้งแต่ 3 ชนิดขึ้นไป	
	$\bar{X}$	แปลความ	$\bar{X}$	แปลความ
4.4 ไม่ทราบว่าคอลัมน์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา พิมพ์ในวารสาร/นิตยสารชื่อใด บ้าง.....	2.89	ปานกลาง	2.73	ปานกลาง
รวม	2.75	ปานกลาง	2.83	ปานกลาง
5. <u>ด้านแหล่งความรู้เฉพาะด้านพลศึกษาและการกีฬา</u>				
5.1 ไม่ทราบว่าแหล่งความรู้เฉพาะด้านพลศึกษา และการกีฬามีอยู่ที่ไหนบ้าง.....	2.91	ปานกลาง	2.85	ปานกลาง
5.2 ไม่ทราบว่ามีการเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับ การออกกำลังกายทางสถานีวิทยุ/โทรทัศน์ รายการอะไรบ้าง.....	3.02	ปานกลาง	2.91	ปานกลาง
5.3 ไม่มีการประชาสัมพันธ์ให้ทราบเกี่ยวกับ บริการวิชาการที่จัดให้แก่ชุมชน.....	3.38	ปานกลาง	3.23	ปานกลาง

ตาราง 10 (ต่อ)

ปัญหาและอุปสรรค	จำนวนสื่อที่ใช้			
	ไม่เกิน 2 ชนิด		ตั้งแต่ 3 ชนิดขึ้นไป	
	$\bar{X}$	แปลความ	$\bar{X}$	แปลความ
5.4 กิจกรรมส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับการ ออกกำลังกายที่จัดขึ้นนั้นน้อย และไม่ สม่ำเสมอ.....	3.38	ปานกลาง	3.22	ปานกลาง
รวม	3.17	ปานกลาง	3.05	ปานกลาง
รวมเฉลี่ย	2.71	ปานกลาง	2.77	ปานกลาง

4. มีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง (ตาราง 10) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวนสื่อในการเข้าถึงสารนิเทศต่างกันมีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาโดยส่วนรวมในระดับปานกลางทุกด้าน ยกเว้นด้านระบบบริการความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวนสื่อในการเข้าถึงสารนิเทศสองชนิดหรือน้อยกว่า มีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาในระดับน้อย

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวนสื่อในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษาสองชนิดหรือน้อยกว่าและใช้จำนวนสื่อในการเข้าถึงสารนิเทศตั้งแต่สามชนิดขึ้นไป มีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาในระดับปานกลางเหมือนกันทุกด้าน ยกเว้นด้านระบบบริการความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวนสื่อในการเข้าถึงสารนิเทศสองชนิดหรือน้อยกว่ามีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาในระดับน้อย แต่กลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวนสื่อในการเข้าถึงสารนิเทศตั้งแต่สามชนิดขึ้นไป มีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาในระดับปานกลาง

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบสำรวจ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์เพื่อศึกษาลักษณะเฉพาะของระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป และเพื่อกำหนดนิยามการรู้สารนิเทศพลศึกษาในการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป และใช้แบบทดสอบการรู้สารนิเทศพลศึกษา เพื่อศึกษาระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาในการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง และเพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาของประชาชนในจังหวัดลำปาง ผลการศึกษสรุปได้ดังนี้

1. ระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป

ระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย มีองค์ประกอบที่สำคัญ คือ การผลิต การเผยแพร่และการบริการสารนิเทศ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นศูนย์สารนิเทศพลศึกษาและการกีฬาสำหรับส่งเสริมและเผยแพร่วิชาการพลศึกษา และเพื่อช่วยให้ผู้ใช้บริการสามารถค้นหาและได้รับสารนิเทศที่ตรงกับความต้องการภายในเวลาอันรวดเร็ว การดำเนินงานของระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายจะมีหน่วยงานพลศึกษาและกีฬาเป็นผู้รับผิดชอบ มีหน้าที่และบทบาทในด้าน การผลิต เผยแพร่ความรู้และให้บริการทางวิชาการพลศึกษา การกิจในการผลิตและเผยแพร่สารนิเทศพลศึกษาเพื่อส่งเสริมให้ประชาชนรู้จักออกกำลังกายอย่างถูกต้อง ได้แก่ การจัดพิมพ์เอกสารเพื่อเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬา การส่งบุคลากรไปให้คำแนะนำ สารีตการออกกำลังกาย และมอบหมายให้บุคลากรเขียนบทความ ตำรา การจัดทำข่าวสาร จะมีหน่วยงานรับผิดชอบการพิมพ์เป็นของตนเอง และมอบให้สำนักพิมพ์เป็นผู้ดำเนินการพิมพ์อีกส่วนหนึ่ง การเผยแพร่สารนิเทศจะใช้วิธีแจกแก่หน่วยงานหรือห้องสมุดต่าง ๆ ส่วนวารสารวิชาการจะจำหน่ายแก่สมาชิการสารหรือผู้สนใจทั่วไป สำหรับการบริการสารนิเทศพลศึกษา หน่วยงานที่มีหน้าที่ในการให้บริการสารนิเทศ ได้แก่ ห้องสมุด และพิพิธภัณฑ์กีฬา โดยการจัดบริการสารนิเทศต่าง ๆ เช่น บริการยืม-คืน บริการการอ่าน บริการตอบคำถามและช่วยการค้นคว้า และบริการส่งเสริมการใช้ (ป้ายนิเทศ สารนิเทศพลศึกษาทันสมัย) ซึ่งผู้ใช้บริการสามารถมาใช้บริการ

เหล่านี้ได้ และสามารถเข้าถึงสารนิเทศ แหล่งสารนิเทศได้โดยใช้เครื่องมือช่วยการค้นคว้าของห้องสมุด ได้แก่ บัตรรายการ วรรณคดี เมื่อค้นหาสารนิเทศไม่พบ อาจขอคำแนะนำช่วยเหลือจากบรรณารักษ์ สำหรับลักษณะเฉพาะของระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายที่สำคัญ ได้แก่ การมีหน่วยงานรับผิดชอบการพิมพ์เป็นของตนเอง และดำเนินการเผยแพร่สารนิเทศพลศึกษาแก่หน่วยงานพลศึกษาและกีฬาเป็นบริการให้เปล่าโดยไม่หวังผลทางการค้า นอกจากนี้ในด้านการบริการสารนิเทศพลศึกษาจะมีสถาบันการศึกษาในสังกัดคือ วิทยาลัยพลศึกษาประจำจังหวัด และศูนย์ฝึกกีฬาประจำภาค เป็นหน่วยงานที่ให้บริการความรู้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพแก่ประชาชน

2. นียมการรู้สารนิเทศพลศึกษาในการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป

การรู้สารนิเทศพลศึกษาในการออกกำลังกาย ได้แก่ คุณสมบัติในด้านทักษะ ประสบการณ์และความสามารถในการคัดเลือก ประเมินสารนิเทศ การรู้จักแหล่งสารนิเทศพลศึกษาภายในท้องถิ่น การรู้จักแหล่งผลิต วิธีการเผยแพร่และการบริการสารนิเทศพลศึกษาในรูปแบบต่าง ๆ ตลอดจนการรู้วิธีใช้เครื่องมือช่วยการค้นคว้าสารนิเทศเพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้ข่าวสารพลศึกษาที่ตรงกับความต้องการได้อย่างสะดวกและรวดเร็ว รวมถึงการรู้วิธีการเก็บรวบรวมสารนิเทศสำหรับไว้ใช้ในงานส่วนตัวด้วย

3. ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

3.1 ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

3.2 ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

3.3 ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวนสื่อในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษาต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายไม่แตกต่างกัน

4. ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

4.1 ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายในระดับปานกลาง

4.2 ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายในระดับปานกลาง

4.3 ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวนสื่อในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษาต่างกัน มีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายในระดับปานกลาง

อภิปรายผล

1. ผลการสังเคราะห์ข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์บุคคลากรที่มีบทบาทในด้านสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย พบว่า ระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายประกอบด้วยส่วนสำคัญ 3 ส่วน คือ การผลิต การเผยแพร่และการบริการสารนิเทศพลศึกษา หน่วยงานพลศึกษาและกีฬาจะมีรูปแบบการดำเนินงานระบบสารนิเทศพลศึกษาที่คล้ายคลึงกัน แหล่งผลิต เผยแพร่และบริการสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายที่สำคัญ ได้แก่ สถาบันการศึกษาที่เปิดสอนวิชาพลศึกษาและสาขาที่เกี่ยวข้อง กรมพลศึกษา และการกีฬาแห่งประเทศไทย ระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายมีความสำคัญต่อการส่งเสริมการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชนเป็นอย่างยิ่ง ผู้รู้สารนิเทศพลศึกษาสามารถคัดเลือกและประเมินสารนิเทศได้ตรงกับความต้องการภายในเวลาอันรวดเร็ว ช่วยให้เข้าถึงและนำสารนิเทศมาใช้ประโยชน์ได้ โดยมีห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์กีฬาในฐานะที่เป็นศูนย์สารนิเทศพลศึกษาเป็นผู้จัดหา รวบรวมและให้บริการสารนิเทศแก่ผู้ใช้บริการ สอดคล้องกับความคิดเห็นของณฤมล ปราชญ์โยธิน (2533 : 271) ได้สรุปไว้ในเอกสารการสอนชุดวิชาแหล่งสารนิเทศทางสังคมศาสตร์ มนุษยศาสตร์และวิทยาศาสตร์ เกี่ยวกับแหล่งผลิต เผยแพร่และบริการสารนิเทศว่า แหล่งผลิตสารนิเทศจะเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินงานของสถาบันบริการสารนิเทศในด้านการจัดหาทรัพยากรสารนิเทศ ส่วนการเผยแพร่สารนิเทศนั้นเป็นประโยชน์ต่อสถาบันบริการสารนิเทศในการติดต่อขอเข้าถึงข้อมูลเฉพาะกรณีตาม

ความเหมาะสมและความจำเป็น หรืออาจแนะนำผู้ใช้ให้ไปค้นคว้า ณ แหล่งนั้น ๆ ได้ สำหรับการบริการสารนิเทศมีสถาบันที่รับผิดชอบด้านการบริการสารนิเทศโดยตรง ได้แก่ ห้องสมุด ซึ่งช่วยให้ผู้ใช้บริการสามารถเข้าถึงสารนิเทศได้ตามความสนใจ

2. ผลการสังเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษา สามารถนิยามการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป โดยสาระสำคัญของการรู้สารนิเทศพลศึกษา แสดงให้เห็นว่า การรู้สารนิเทศพลศึกษาประกอบด้วยคุณสมบัติด้านทักษะ ประสบการณ์ และความสามารถในการคัดเลือก และประเมินสารนิเทศที่ตรงกับความต้องการ การรู้จักแหล่งสารนิเทศพลศึกษา การใช้เครื่องมือช่วยการค้นหาเพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้ข่าวสารพลศึกษา การรู้สารนิเทศพลศึกษานี้ เป็นผลของการรู้จักบูรณาการความรู้ที่ได้ศึกษามาจากแหล่งสารนิเทศประเภทต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นของเบอร์กินัล (Breivik and Gee. 1989 : 24 ; Burchinal. n.d.) สรุปได้ว่า การรู้สารนิเทศ เป็นความสามารถในการใช้ข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล เพื่อการแก้ไขปัญหาและช่วยในการตัดสินใจ รวมถึงการมีทักษะทางข้อมูล และสอดคล้องกับทัศนะของคณาจารย์มหาวิทยาลัยโคโลราโด เมืองเดนเวอร์ (Breivik and Gee. 1989 : 24 ; University of Colorado. n.d.) ว่า การรู้สารนิเทศเป็นทักษะในการคิดอย่างวิเคราะห์เพื่อคัดเลือกและประเมินสารนิเทศ และการบูรณาการทักษะการวิจัย การใช้เครื่องมือเพื่อการเข้าถึงข้อมูลและการเลือกแหล่งข้อมูล

3. ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

3.1 จากผลการศึกษาพบว่า ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายแตกต่างกัน กล่าวคือ กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมีคะแนนเฉลี่ยการรู้สารนิเทศพลศึกษาสูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 การที่ปรากฏผลเช่นนี้อาจเป็นเพราะ ผู้หญิงเป็นเพศที่มีความละเอียดอ่อนและสนใจในด้านการบำรุงรักษาสุขภาพร่างกายให้ได้สัดส่วน ปัจจุบัน การออกกำลังกายเป็นกิจกรรมที่นิยมกันมากจึงทำให้ผู้หญิงมีความตื่นตัวในการออกกำลังกาย ประกอบกับข่าวสารที่เผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย เช่น รายการโทรทัศน์ชุดชีวิตกับการออกกำลังกาย ทางสถานีโทรทัศน์ ช่อง 9 อ.ส.ม.ท. ภาคข่าวรับอรุณ รายการครบเครื่องเรื่องผู้หญิง ทางสถานีโทรทัศน์ช่อง 7 เป็นรายการที่ส่งเสริมให้ผู้หญิงได้รับความรู้เกี่ยวกับสารนิเทศพลศึกษา รวมถึงการจัดนิพนธ์วารสาร นิตยสารสำหรับผู้หญิงที่จำหน่ายในท้องตลาดเกือบทุกฉบับ จะมีคอลัมน์เกี่ยวกับความงาม สุขภาพและการออกกำลังกาย

ซึ่งช่วยให้ผู้หญิงได้รับความรู้อย่างสม่ำเสมอ นอกจากนี้มีงานเขียนของประทุม ม่วงมี (2527 : 318) เกี่ยวกับความรู้ในการออกกำลังกายของสตรีในภาวะต่าง ๆ เช่น ในระยะมีประจำเดือน ก่อนคลอดและหลังคลอด เป็นต้น ปัจจัยดังกล่าวนี้จึงสนับสนุนให้ผู้หญิงมีระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษา เพื่อการออกกำลังกายมากกว่าผู้ชาย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของเบญจวรรณ สารเกษตริน (2528 : 94) พบว่า เพศหญิงมีความสนใจในการอ่านหนังสือประเภทต่าง ๆ ในระดับมากที่สุด เนื้อหาเกี่ยวกับการรักษาสุขภาพร่างกาย การเลือกซื้อสินค้าอุปโภคและบริโภค เป็นต้น และสอดคล้องกับงานวิจัยของพิทยา กาบมาลา (2533 : 36) พบว่า ประชาชนในอำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างเพศหญิง มีการรับสารนิเทศด้านสาธารณสุขมูลฐานมากกว่ากลุ่มตัวอย่างเพศชาย

3.2 จากผลการศึกษาพบว่า ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายแตกต่างกัน กล่าวคือ กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือสูงกว่า มีคะแนนเฉลี่ยการรู้สารนิเทศพลศึกษาสูงกว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 การที่ปรากฏผลเช่นนี้อาจเป็นเพราะ ผู้ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือสูงกว่าเป็นผู้มีประสบการณ์และทักษะในการค้นคว้าจากแหล่งข้อมูล วิธีใช้แหล่งความรู้ การใช้เครื่องมือเพื่อการค้นหาสารนิเทศ มีความสามารถในการคัดเลือกและประเมินสารนิเทศและรู้จักแหล่งสารนิเทศประเภทต่าง ๆ ได้ดีกว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ธิดาพร นามสุข (2534 : 59) พบว่า นักศึกษาที่มีประสบการณ์ในการเรียนวิชาการใช้ห้องสมุด มีผลสัมฤทธิ์ด้านความรู้ในการใช้และในการเข้าถึงสารนิเทศสูงกว่านักศึกษาที่ไม่เคยมีประสบการณ์ในการเรียนวิชาการใช้ห้องสมุด และตรงกับความเห็นของ พจน์ สะเพียรชัย (2534 : 3) สรุปได้ว่า ผู้ที่มีความรู้เกี่ยวกับสารนิเทศสามารถได้รับและนำความรู้ไปใช้ประโยชน์ได้อย่างกว้างขวาง เช่น การตัดสินใจ การแก้ปัญหา และการปรับปรุงกิจการงานต่าง ๆ อย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ผู้ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าจะมีความเชื่อมั่นและมีความสามารถในการค้นคว้าและใช้ข้อมูลจากแหล่งสารนิเทศพลศึกษามาใช้ประกอบการตัดสินใจในการเลือกกิจกรรมการออกกำลังกายได้เหมาะสมกับสภาพร่างกาย สถานภาพทางเศรษฐกิจและเหมาะสมกับเวลา ในทางตรงกันข้าม ผู้ที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าส่วนใหญ่จะศึกษาในด้านวิชาชีพเฉพาะ และเนื่องจากภาวะทางเศรษฐกิจ ดังนั้นจึงทำให้ความสนใจใฝ่รู้ในการศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายลดน้อยลง

3.3 จากผลการศึกษาพบว่า ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวนสื่อในการเข้าถึงสารนิเทศแตกต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายไม่แตกต่างกัน การที่ผลการวิจัยไม่สอดคล้องกับสมมุติฐานที่ตั้งไว้น่าจะเป็นเพราะ การเผยแพร่ความรู้จากสื่อแต่ละชนิด จะมีจุดมุ่งหมายในการเสนอสารนิเทศพลศึกษาที่คล้ายคลึงกัน คือ ต้องการให้ผู้รู้สารนิเทศ สามารถนำสารนิเทศมาใช้ประโยชน์ในการแก้ปัญหา การตัดสินใจในชีวิตประจำวันได้ ซึ่ง พจน์ สะเพียรชัย (2534 : 2) กล่าวถึงความสำคัญ และอิทธิพลของสารนิเทศ สรุปได้ว่า การที่บุคคลมีความรู้เกี่ยวกับสารนิเทศ จะเอื้ออำนวยประโยชน์แก่บุคคลเป็นอเนกประการ ช่วยให้บุคคลสามารถนำสารนิเทศออกมาใช้ได้เหมาะสมกับเวลา รวดเร็ว และประหยัดค่าใช้จ่าย นอกจากนี้ยังมีประโยชน์ในการพัฒนาการดำรงชีวิต การทำงานและการอยู่ร่วมกันในสังคมด้วย และสอดคล้องกับงานวิจัยของ เดอร์วิน (Dervin. 1976 : 20) พบว่าบุคคลทั่วไปสามารถใช้สารนิเทศเรื่องเดียวกัน จากสื่อต่างชนิดกัน สำหรับใช้แก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้คล้ายคลึงกัน ดังนั้นการใช้จำนวนสื่อต่างกัน จึงไม่เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาต่างกัน

4. ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

4.1 จากการศึกษาพบว่า ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกันมีคะแนนเฉลี่ย ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาในระดับปานกลางเหมือนกันทุกด้าน ได้แก่ ด้านเครื่องมือและวิธีการให้ได้มาซึ่งความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย ด้านวิธีการใช้ความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายที่ถูกต้องและเชื่อถือได้ ด้านความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย และด้านแหล่งความรู้เฉพาะด้านพลศึกษาและการกีฬา ส่วนด้านระบบบริการความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาในระดับน้อย แต่กลุ่มตัวอย่างเพศชายมีปัญหาและอุปสรรคในระดับปานกลาง การที่ปรากฏผลเช่นนี้อาจเป็นเพราะ ระบบบริการความรู้ทางพลศึกษาจะเกี่ยวข้องกับระเบียบการให้บริการ การยืมและรับคืนหนังสือ รวมถึงวิธีค้นหาสารนิเทศที่ต้องการในห้องสมุด ซึ่งการใช้บริการดังกล่าว จำเป็นต้องใช้ความอดทนในการปฏิบัติตามระเบียบการใช้ห้องสมุด เนื่องจากผู้หญิงเป็นเพศที่ได้รับการอบรมสั่งสอนในเรื่องการปฏิบัติตนให้อยู่ในระเบียบวินัย ขนบธรรมเนียมประเพณี

ให้มีความอดทนในเรื่องต่าง ๆ อุปนิสัยเหล่านี้จึงมีผลให้ผู้หญิงสามารถปฏิบัติตามระเบียบการใช้ห้องสมุดได้อย่างดี

4.2 จากการศึกษาพบว่า ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายในระดับปานกลางเหมือนกันทุกด้าน ได้แก่ ด้านเครื่องมือและวิธีการให้ได้มาซึ่งความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย ด้านวิธีการการใช้ความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายที่ถูกต้องและเชื่อถือได้ ด้านความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายและด้านแหล่งความรู้เฉพาะด้านพลศึกษาและการกีฬา ส่วนด้านบริการความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี มีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาในระดับน้อย แต่กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือสูงกว่ามีปัญหาและอุปสรรคในระดับปานกลาง การที่ปรากฏผลเช่นนี้อาจเป็นเพราะ กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือสูงกว่า มีความสนใจในการศึกษาค้นคว้าและต้องการใช้สารนิเทศที่หลากหลายเพื่อนำความรู้มาเป็นข้อมูลในการแสวงหาคัดเลือกและประเมินสารนิเทศ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ เดอร์วิน (Dervin, 1976 : 20) สรุปได้ว่า ระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับการใช้สารนิเทศ และตรงกับความเห็นของไรเจอร์และแอนเดอร์สัน (Chen, 1982 : 14 ; Riger and Anderson, n.d.) ที่กล่าวว่า ระดับการศึกษาจะทำให้บุคคลใช้สารนิเทศได้หลากหลายยิ่งขึ้น ผู้ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่ามักจะกำหนดความต้องการของตนไว้สูงกว่าสิ่งที่มีอยู่ หรือมีความเจาะจงสารนิเทศที่ต้องการมาก โอกาสที่จะได้รับการตอบสนองอย่างสอดคล้องจึงย่อมมีน้อยลง จนทำให้รู้สึกว่ามีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษา

4.3 จากการศึกษาพบว่า ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวนสื่อในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษาต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาในระดับปานกลางเหมือนกันทุกด้าน ได้แก่ ด้านเครื่องมือและวิธีการให้ได้มาซึ่งความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย ด้านวิธีการใช้ความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายที่ถูกต้องและเชื่อถือได้ ด้านความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย และด้านแหล่งความรู้เฉพาะด้านพลศึกษาและการกีฬา ส่วนด้านระบบบริการความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวนสื่อในการเข้าถึงสารนิเทศไม่เกินสองชนิด มีปัญหาและอุปสรรคในระดับน้อย แต่กลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวนสื่อในการเข้าถึงสารนิเทศตั้งแต่สามชนิดขึ้นไป มีปัญหาและอุปสรรคใน

ระดับปานกลาง การที่ปรากฏผลเช่นนี้อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างที่ใช้สื่อในการเข้าถึงสารนิเทศน้อยกว่าสองชนิด เลือกใช้สื่อที่สามารถเข้าถึงได้ง่าย สะดวก และประหยัดค่าใช้จ่าย เช่น นิตยสาร หนังสือพิมพ์ วิทยุหรือโทรทัศน์ เป็นต้น ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้สื่อในการเข้าถึงสารนิเทศตั้งแต่สามชนิดขึ้นไป มีความต้องการใช้สารนิเทศจากแหล่งความรู้ต่าง ๆ หลากหลายยิ่งขึ้น และจำเป็นต้องใช้เครื่องมือช่วยการค้นหาค้นหาประเภทอื่น ๆ เพื่อการเข้าถึงสารนิเทศ มีผลทำให้เกิดปัญหาและอุปสรรคในการใช้ความรู้และข่าวสารพลศึกษามากขึ้น

ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาเกี่ยวกับระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชน และระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชน ซึ่งความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายนี้เป็นสิ่งที่ประชาชนควรสนใจและแสวงหาด้วยตนเอง เพราะไม่มีการเรียนการสอนในระบบโรงเรียน ดังนั้นหน่วยงานพลศึกษาและกีฬา สถาบันบริการสารนิเทศพลศึกษาและผู้เกี่ยวข้องอื่น ๆ ควรถือเป็นภารกิจอย่างหนึ่งที่จะต้องดำเนินการ หรือจัดกิจกรรมเพื่อเป็นการกระตุ้น และส่งเสริมให้ประชาชนที่สนใจมีการรู้สารนิเทศพลศึกษา มีทักษะในการแสวงหาความรู้ได้ถูกต้อง กิจกรรมที่ควรจัดบริการเพื่อส่งเสริมการรู้สารนิเทศพลศึกษา ดังนี้

1. ควรจัดบริการเพื่อให้การศึกษาในด้านการใช้และในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษา โดยแทรกความรู้เกี่ยวกับแหล่งสารนิเทศพลศึกษา การใช้แหล่งสารนิเทศ ประเภทของสารนิเทศ และบริการสารนิเทศ ผ่านทางสื่อประเภทต่าง ๆ ที่เผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย เช่น รายการวิทยุ-โทรทัศน์ วารสารนิตยสารและหนังสือพิมพ์ เพื่อให้ประชาชนสามารถคัดเลือกและนำสารนิเทศมาใช้ได้อย่างเหมาะสมตามความสามารถและความสนใจ

2. แนะนำแหล่งสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายให้ประชาชนได้รู้จัก เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้สนใจสามารถเลือกแหล่งความรู้ที่เหมาะสม และคัดเลือกสารนิเทศได้ถูกต้องสอดคล้องกับความต้องการ

3. หน่วยงานซึ่งรับผิดชอบการจัดบริการสารนิเทศพลศึกษาควรดำเนินการอย่างต่อเนื่อง และเป็นระบบ โดยไม่จำเป็นต้องใช้สื่อหลายชนิด เนื่องจากประชาชนทั่วไปไม่มีเวลามากพอ สำหรับการศึกษาค้นคว้า ฉะนั้นควรเลือกสื่อที่ดี 2-3 ชนิดที่เข้าถึงได้ง่าย ย่อมจะเป็นการเพียงพอ แต่ต้องกระทำอย่างสม่ำเสมอ และเปลี่ยนแปลงเนื้อหาให้เหมาะสมกับโอกาส

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

จากผลการวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบถึง ระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชน และระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชน รวมถึงปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษา ผู้วิจัยจึงขอเสนอให้มีการศึกษาถึงลักษณะการใช้และการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษา และทัศนคติต่อระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของผู้ใช้บริการสารนิเทศพลศึกษา

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กฤษฎา บานชื่น. คู่มือวิ่งเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ : หมอชาวบ้าน, 2530.
- โกศล มีคุณ. "จิตวิทยาการเป็นผู้นำการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ," สุขภาพพลศึกษาและ
สันทนาการ. 15 (4) : 40 - 45 ; ตุลาคม - ธันวาคม 2532.
- จรวาย แก่นวงษ์คำ. หลักการพลศึกษา. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์ ; 2529.
- จิรวรรณ ภักดีบุตร. "ผู้ใช้และผู้บริการสารนิเทศ," ใน เอกสารการสอนชุดวิชาสารนิเทศศาสตร์
เบื้องต้น หน่วยที่ 1 - 8. หน้า 176 - 178. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยสุโขทัย
ธรรมาธิราช, 2532.
- ชิดพงษ์ ไชยวสุ. แอโรบิคแดนซ์ - กายบริหารเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์อักษรไทย,
2528.
- ชูศรี วงศ์รัตน์. เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530.
- ดำรง กิจกุลศล. คู่มือออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ : หมอชาวบ้าน, 2531.
- พิศากร ศิริพันธุ์เมือง. ความสามารถของประชาชนในอำเภอต่างอย จังหวัดสกลนคร ใน
การรับรู้สารนิเทศที่เผยแพร่หรือกระจายข่าวสาร. ปรินิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2534. (อัดสำเนา).
- ธิดาพร นามสุข. ความรู้ในการใช้และในการเข้าถึงสารนิเทศของนักศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษา
มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์. ปรินิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทร-
วิโรฒ ประสานมิตร, 2534. (อัดสำเนา).
- บุญสม มาร์ติน. "บทบาทของยูเนสโกในการส่งเสริมการพลศึกษาและกีฬา," ใน รายงาน
การสัมมนาระดับชาติเรื่องบทบาทของสถาบันการศึกษา การกีฬาและหน่วยงานต่าง ๆ
ในการส่งเสริมการกีฬาและการออกกำลังกายสำหรับทุกคน. หน้า 75 - 79.
กรุงเทพฯ : กรมพลศึกษา, 2526.
- เบญจวรรณ สารเกษตริน. การศึกษาสภาพการอ่านและความสนใจในการอ่านของประชาชน
ในอำเภอเมือง จังหวัดชุมพร. ปรินิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2528. (อัดสำเนา).

ประทุม ม่วงมี. รากฐานทางสรีรวิทยาของการออกกำลังกายและการพลศึกษา. กรุงเทพฯ : บุรพาสาลีน, 2527.

ประภาวดี สืบสนธิ์. "การใช้และการแสวงหาสารนิเทศของเกษตรกร อำเภอมะขาม จังหวัดจันทบุรี," บรรณารักษศาสตร์. 8 (1) : 23 - 62 ; มกราคม 2531.

พงษ์ศักดิ์ พลพะวงศ์. ประวัติ ปรัชญา และหลักการพลศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2527.

พจน์ สะเพียรชัย. "ความต้องการด้านการศึกษาทางวิชาชีพบรรณารักษศาสตร์และสารนิเทศศาสตร์ในประเทศไทย," ใน เอกสารประกอบสัมมนาทางวิชาการเรื่อง ความก้าวหน้าของการศึกษาทางบรรณารักษศาสตร์และสารนิเทศศาสตร์ในประเทศไทย ครั้งที่ 1 เล่ม 2. หน้า 1-20. กรุงเทพฯ : ภาควิชาบรรณารักษศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2534.

พลศึกษา, กรม, กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ. การเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนในกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา, 2526.

พวงรัตน์ ทวีรัตน์. วิธีวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2531.

พิทยา กาบมาลา. การรับสารนิเทศด้านสาธารณสุขมูลฐานของประชาชนในอำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2533.

พิมพ์ร่ำไผ่ เปรมสมิทธิ์. "Electronic Dialogue on Information Literacy," วิทยบริการ. 12(2) : 47-55 ; พฤศจิกายน 2533.

แมนมาส ชวลิต. "สารนิเทศและสารนิเทศศาสตร์," ใน เอกสารการสอนชุดวิชาสารนิเทศศาสตร์เบื้องต้น หน่วยที่ 1 - 8. หน้า 16 -17. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช, 2532.

ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. หลักการวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพฯ : ศึกษาพร, 2528.

วรศักดิ์ เพียรชอบ. พลศึกษาเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.

วิทย์ แก้วเกษม. "ภาระหน้าที่ของวิทยาลัย." ใน เอกสารการประชุมคณาจารย์วิทยาลัย
พลศึกษาจังหวัดลำปาง ปีการศึกษา 2532. หน้า 2. ลำปาง : วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัด
ลำปาง, 2532 (อัดสำเนา)

ศึกษานิเทศก์, กระทรวง. ประกาศกระทรวงศึกษาธิการเรื่องหน้าที่และความรับผิดชอบของ
วิทยาลัยพลศึกษา. ลงวันที่ 31 มีนาคม 2531.

สมเกียรติ ปิติสุพร. การสร้างแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2525.

สำออง พ่วงบุตร. "การพลศึกษาในทศวรรษใหม่," สุขศึกษาพลศึกษาและสันทนาการ.
8 (2) : 2 - 4 ; เมษายน 2525.

สุนทร แก้วลาย. "เทคโนโลยีสารนิเทศ," ใน สารนิเทศศาสตร์. หน้า 165 - 171.
กรุงเทพฯ : ภาคนิเทศศาสตร์และเอกสารวิชาการ หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมการฝึกหัดครู,
2532. (ตำรา - เอกสารวิชาการ ฉบับที่ 26).

สุวิมล ตั้งสัจจพจน์. หลักการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร, 2526.

อรุณ ปรีดีติลล. "วิทยาลัยพลศึกษาลำปางให้บุคคลภายนอกใช้สนาม," บ้านเมือง.
3 สิงหาคม 2530. หน้า 15.

อวย เกตุสิงห์. "การพลศึกษาและการออกกำลังกาย," สุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ.
3 (1 - 4) : 43 - 54 ; มกราคม - ตุลาคม 2520.

Breivik, Patricia Senn and E. Gordon Gee. Information Literacy :
revolution in the library. New York : American Council on
Education : McMillan, 1989.

Chen, Shing - Chih. Information Seeking. New York : Neal Schuman,
1982.

Curran, Charles. "Information literacy and the Public librarians,"
Public Libraries. 29 (6) : 349 - 353 ; November - December,
1990.

Dervin, Brenda. "The Everyday Information Needs of the Average
Citizen : A Taxonomy for Analysis," in Information for the
Community. 19 - 38. Chicago : American Library Association,
1976.

- Greenberg, Jerrold S. and David Pargman. Physical Fitness : a wellness Approach. New Jersey : Prentice - Hall, 1986.
- King, Donald W. and Vernon Eugene Palmour. "How Needs are Generated : What We have Found out about Them," in Aslib/IIS/LA Joint Conference 1980. 68 - 76. London : Library Association, 1981.
- Krejcie, Robert V. and Daryle W. Morgan. "Determining Sample size For Research Activities," Educational and Psychological Measurement. 30 : 607 - 610 ; 1970.
- Vertinsky, Patricia. "Information Source Utilization and Teachers' Attributes in Physical Education : a Preliminary Test of a Rational Paradigm," Research Quarterly For Exercise and Sport. 60 (3) : 268 - 279 ; September, 1989.
- Weisenfeld, Murray F. and Barbara Burr. The Runners' Repair Manual. New York : St. Martin Press, 1980.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
แบบสัมภาษณ์ และแบบสอบถาม

ฉบับที่ 1

แบบสัมภาษณ์หัวหน้าหน่วยงานผลิต ส่งเสริมและเผยแพร่สารนิเทศพลศึกษา

ประเภทหน่วยงาน

☐

หน่วยงานผลิตสารนิเทศพลศึกษา

☐

หน่วยงานส่งเสริมพลศึกษาและกีฬา

☐

หน่วยงานเผยแพร่สารนิเทศพลศึกษา

ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์

ตำแหน่ง.....สังกัด.....

สัมภาษณ์วันที่.....เดือน.....พ.ศ. 2533 เวลา.....

สถานที่.....

ข้อคำถามในการสัมภาษณ์

1. ชื่อหน่วยงาน.....

2. ชื่อผู้รับผิดชอบ.....ตำแหน่ง.....

3. วัตถุประสงค์ของหน่วยงาน.....

.....

.....

.....

.....

4. นโยบายหรือแนวปฏิบัติในการดำเนินงาน

.....

.....

.....

.....

5. ภารกิจของหน่วยงานของท่านที่เกี่ยวกับการผลิต และเผยแพร่ข่าวสารทางพลศึกษา โดยเฉพาะ สำหรับส่งเสริมให้ประชาชนรู้จักออกกำลังกายอย่างถูกต้อง

- ☐ จัดห้องสมุดสำหรับค้นคว้า
- ☐ พิมพ์เอกสารเผยแพร่
- ☐ ส่งบุคลากรไปให้คำแนะนำ/สาธิตการออกกำลังกาย
- ☐ มีหน่วยงานรับผิดชอบการพิมพ์ จัดทำข่าวสารเป็นของตนเอง
- ☐ จัดทำข่าวสาร จุลสารเป็นครั้งคราว
- ☐ จัดทำข่าวสาร โดยให้สำนักพิมพ์รับไปดำเนินการ
- ☐ กำหนดให้บุคลากรเขียนบทความ ตำรา
- ☐ อื่น ๆ.....
-
-

6. กิจกรรมที่จัดเพื่อเผยแพร่ความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย

- ☐ การบรรยาย
- ☐ การสาธิต
- ☐ นิทรรศการ
- ☐ โปสเตอร์
- ☐ บทความในนิตยสาร และหนังสือพิมพ์
- ☐ เลียงตามสายภายในบริเวณที่ออกกำลังกาย
- ☐ รายการวิทยุ
- ☐ รายการโทรทัศน์
- ☐ การแข่งขันกีฬา
- ☐ อื่น ๆ.....
-
-

7. ในการดำเนินงานเกี่ยวกับด้านที่กล่าวมาแล้ว มีปัญหาและอุปสรรคอะไรบ้าง

7.1 ปัญหา

.....

.....

.....

.....

.....

.....

7.2 อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

.....

.....

8. ข้อเสนอแนะ.....

.....

.....

.....

.....

ฉบับที่ 2

แบบสัมภาษณ์บรรณารักษ์ห้องสมุดและนิทรรศก์กีฬา

ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์.....

ตำแหน่ง.....สังกัด.....

สัมภาษณ์วันที่.....เดือน.....พ.ศ. 2533 เวลา.....

สถานที่.....

ข้อคำถามในการสัมภาษณ์

1. ชื่อหน่วยงาน.....

2. ชื่อผู้รับผิดชอบ.....ตำแหน่ง.....

3. วัตถุประสงค์ของหน่วยงาน.....

.....

.....

.....

4. นโยบายหรือแนวปฏิบัติในการให้บริการ

.....

.....

.....

.....

5. บริการสารสนเทศที่จัดให้บริการ

☐ บริการยืม - คืน

☐ บริการการอ่าน

☐ บริการตอบคำถามและช่วยการค้นคว้า

☐ บริการส่งเสริมการใช้ (นิทรรศการ บ้ายนิเทศ สารนิเทศการกีฬาทันสมัย)

☐ อื่น ๆ.....

6. ประเภทของทรัพยากรสารสนเทศพลศึกษา ที่ให้บริการ

- ☐ หนังสือ ตำรา
- ☐ จุลสาร และแผ่นพับ
- ☐ กฤตภาค
- ☐ โปสเตอร์
- ☐ บทความในนิตยสาร และหนังสือพิมพ์
- ☐ สื่อบัตร หรือหนังสือที่ระลึกการแข่งขันกีฬา
- ☐ บทรายการวิทยุ
- ☐ วิดีทัศน์
- ☐ อื่น ๆ.....

7. แหล่งที่มาของสารนิเทศตามข้อ 6

- ☐ ชื้อ
- ☐ ได้รับจากหน่วยงานต้นสังกัดหรือหน่วยงานทางพลศึกษาที่เกี่ยวข้อง
- ☐ รับบริจาคทั่วไป
- ☐ อื่นๆ.....

8. การเข้าถึงแหล่งสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย

- ☐ ตั้บตรรายการ
- ☐ ดรรชนี
- ☐ บรรณารักษ์ช่วยค้นหา
- ☐ ระบบอิเล็กทรอนิกส์ เช่น CD - ROM
- ☐ จัดทำเอกสารสรุปส่งไปให้
- ☐ จัดนิทรรศการ
- ☐ อื่น ๆ.....

9. ในการดำเนินงานบริการสารนิเทศพลศึกษา มีปัญหาและอุปสรรคอะไรบ้าง

9.1 ปัญหา

.....

9.2 อุปสรรค

.....

10. ข้อเสนอแนะ.....

.....

ฉบับที่ 3

แบบสอบถามผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษา

คำชี้แจง ท่านคิดว่าในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนทั่วไปนั้น ผู้ออกกำลังกายยุคปัจจุบันควรมีความรู้ที่จำเป็นในเรื่องใดบ้าง และควรแสวงหาความรู้ที่จำเป็นนั้นจากที่ใดหรือแหล่งความรู้แบบใด จึงจะทำให้ผู้ออกกำลังกายได้ความรู้ที่ถูกต้อง เชื่อถือได้และปลอดภัย ผู้วิจัยได้รวบรวมคำถามซึ่งประกอบด้วยรายการความรู้ทางด้านพลศึกษา ความรู้ในการค้นหาคัดเลือก และใช้แหล่งความรู้ทางพลศึกษาไว้ในรายการข้างล่างนี้ ในฐานะที่ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษาและมีประสบการณ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โปรดให้ความคิดเห็นโดยการระบุความสำคัญของแต่ละข้อคำถามด้วยวิธีขีด ✓ ลงในช่องตารางคำตอบเพียงช่องเดียวในแต่ละข้อ เลขค่าความสำคัญแต่ละช่องมีความหมายดังต่อไปนี้

- 5 สำคัญหรือจำเป็นที่สุด
- 4 สำคัญหรือจำเป็นมาก
- 3 สำคัญหรือจำเป็นปานกลาง
- 2 สำคัญหรือจำเป็นน้อย
- 1 สำคัญหรือจำเป็นน้อยมาก

รายการ	ระดับความสำคัญ				
	5	4	3	2	1
1. <u>ความรู้ทางพลศึกษาสำหรับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของประชาชนทั่วไป</u>					
1.1 การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ความสำคัญ และประโยชน์ของการออกกำลังกาย.....	...	...	...	...	...
1.2 โทษของการขาดการออกกำลังกาย.....	...	...	...	...	...
1.3 ประเภทกีฬาหรือกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เช่น การเดิน - วิ่ง กระโดดเชือก แอโรบิคแดนซ์ จักรยาน วายน้ำ เป็นต้น.....	...	...	...	...	...
1.4 การตรวจร่างกายก่อนการออกกำลังกายเป็นครั้งแรก เช่น พบแพทย์เพื่อตรวจสุขภาพและประเมินระดับความสมบูรณ์ทางร่างกาย.....	...	...	...	...	...
1.5 เครื่องแต่งกายสำหรับการออกกำลังกาย.....	...	...	...	...	...
1.6 อุปกรณ์ในการออกกำลังกาย.....	...	...	...	...	...
1.7 สิ่งที่ต้องทราบหรือข้อปฏิบัติในการออกกำลังกาย.....	...	...	...	...	...
1.8 การอบอุ่นร่างกาย (warm up) ก่อนออกกำลังกาย และผ่อนคลายกล้ามเนื้อ (cool down) หลังออกกำลังกาย.....	...	...	...	...	...
1.9 โภชนาการกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬา.....	...	...	...	...	...
1.10 สมรรถภาพทางกาย และกายบริหาร.....	...	...	...	...	...
1.11 อายุ - เพศกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬา.....	...	...	...	...	...

รายการ	ระดับความสำคัญ				
	5	4	3	2	1
1.12 การออกกำลังกายในสภาพอากาศต่าง ๆ.....	...	...	...	...	
1.13 การออกกำลังกายสำหรับคนพิการ และผู้ป่วย.....	...	...	...	...	
1.14 การบาดเจ็บที่เกิดขึ้นในขณะที่ออกกำลังกาย การป้องกัน และรักษาอาการบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย.....	...	...	...	...	
1.15 กติกาการแข่งขันกีฬา.....	...	...	...	...	
1.16 อื่น ๆ (โปรดระบุ).....	...	...	...	...	
.....	...	...	...	...	
2. แหล่งความรู้เพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชน ได้แก่					
2.1 หนังสือ/ตำรา.....	...	...	...	...	
2.2 วารสาร นิตยสาร.....	...	...	...	...	
2.3 หนังสือพิมพ์.....	...	...	...	...	
2.4 วิดีโอเทป/วิดีโอดีสก์.....	...	...	...	...	
2.5 คอมพิวเตอร์ซอฟต์แวร์.....	...	...	...	...	
2.6 การบรรยายโดยวิทยากร.....	...	...	...	...	
2.7 นิทรรศการ.....	...	...	...	...	
2.8 โปสเตอร์.....	...	...	...	...	
2.9 การสาธิต.....	...	...	...	...	
2.10 บริการเสียงตามสายภายในบริเวณที่ออกกำลังกาย.....	...	...	...	...	

รายการ	ระดับความสำคัญ				
	5	4	3	2	1
2.11 รายการวิทยุ.....	...	...	...	...	...
2.12 รายการโทรทัศน์.....	...	...	...	...	...
2.13 อื่น ๆ (โปรดระบุ).....	...	...	...	...	...
.....	...	...	...	...	...
3. <u>ประชาชนที่อยู่นอกเขตกรุงเทพมหานครควรแสวงหาความรู้ใน</u> <u>ข้อ 1 จากแหล่งต่อไปนี้</u>					
3.1 ผู้รู้หรือผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษาและการกีฬา เช่น					
3.1.1 ผู้อำนวยการวิทยาลัยพลศึกษา.....	...	...	...	...	...
3.1.2 อาจารย์พลศึกษา.....	...	...	...	...	...
3.1.3 ศึกษานิเทศก์พลศึกษา.....	...	...	...	...	...
3.1.4 หัวหน้าศูนย์ฝึกกีฬากรมพลศึกษา ประจำภาค.....	...	...	...	...	...
3.1.5 หัวหน้าสำนักงานการกีฬาแห่งประเทศไทย สาขาจังหวัด.....	...	...	...	...	...
3.1.6 อื่น ๆ (โปรดระบุ).....	...	...	...	...	...
3.2 ผู้เขียนเรื่องเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เช่น					
3.2.1 นพ.กฤษฎา บานชื่น.....	...	...	...	...	...
3.2.2 นพ.อุดมศิลป์ ศรีแสงนาม.....	...	...	...	...	...
3.2.3 ดร.จรวายพร ธรินทร์.....	...	...	...	...	...
3.2.4 อื่น ๆ (โปรดระบุ).....	...	...	...	...	...

รายการ	ระดับความสำคัญ				
	5	4	3	2	1
3.3 หนังสือเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เช่น					
3.3.1 คู่มือวิ่งเพื่อสุขภาพ โดย นพ.กฤษฏา บานชื่น.....					
3.3.2 วิ่งสู่วิถีชีวิตใหม่ โดย นพ.อุดมศิลป์ ศรีแสงนาม.....					
3.3.3 แอโรบิคแดนซ์เพื่อสุขภาพ โดย ดร.จรรยาพร ธรนิทร์ และ นพ.ชิดพงษ์ ไชยวสุ.....					
3.3.4 ว่ายน้ำกีฬาสำหรับทุกคนโดย วาสนา คุณาอภิสิทธิ์..					
3.3.5 คู่มือออกกำลังกายโดย นพ.ดำรง กิจกุล.....					
3.3.6 คู่มือกีฬา โดย จรินทร์ ธานีรัตน์.....					
3.3.7 อื่น ๆ (โปรดระบุ).....					
3.4 นิตยสารเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เช่น					
3.4.1 สุขภาพ.....					
3.4.2 ไกล่หมอ.....					
3.4.3 หมอชาวบ้าน.....					
3.4.4 ฟิตเนส (Fitness).....					
3.4.5 รันนิ่ง (Running).....					
3.4.6 เฮลท์ (Health).....					
3.4.7 หนังสือพิมพ์สยามกีฬา.....					
3.4.8 หนังสือพิมพ์ข่าวสดสปอร์ตนิวส์.....					
3.4.9 หนังสือพิมพ์กีฬารายวัน.....					

รายการ	ระดับความสำคัญ				
	5	4	3	2	1
3.5 รายการวิทยุ เช่น					
3.5.1 กีฬาเพื่อประชาชน และสารคดีหลังข่าว (สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย)...					
3.5.2 แม่บ้านที่รัก (สวท.ลำปาง).....					
3.6 รายการโทรทัศน์ เช่น					
3.6.1 ชีวิตและสุขภาพ (ช่อง 9 อ.ส.ม.ท. และ ช่อง 5).....					
3.6.2 พบหมอศิริราช (ช่อง 7).....					
3.6.3 ก้าวทันโรค (ช่อง 9 อ.ส.ม.ท.).....					
3.6.4 ข่าวกีฬา (ทุกช่อง).....					
3.7 ห้องสมุด เช่น					
3.7.1 ห้องสมุดวิทยาลัยพลศึกษา.....					
3.7.2 ห้องสมุดวิทยาลัยครู.....					
3.7.3 ห้องสมุดประชาชน.....					
3.8 หน่วยงานทางพลศึกษาและการกีฬา เช่น					
3.8.1 ศูนย์ฝึกกีฬา กรมพลศึกษาประจำภาค.....					
3.8.2 การกีฬาแห่งประเทศไทย สาขาจังหวัด.....					
3.9 นิทรรศการและสาริต เช่น					
3.9.1 นิทรรศการวันสมรรถภาพทางกายโลก.....					

รายการ	ระดับความสำคัญ				
	5	4	3	2	1
3.9.2 นิทรรศการวันกีฬาแห่งชาติ.....					
3.9.3 การสาธิตแอโรบิคแดนซ์.....					
3.10 อื่น ๆ (โปรดระบุ).....					
.....					
4. <u>ประชาชนควรใช้อุปกรณ์/เครื่องมือช่วยกันคว่ำต่อไปนี้ได้</u>					
4.1 บัตรรายการของห้องสมุด.....					
4.2 ดรรชนีวารสารและหนังสือพิมพ์.....					
4.3 อุปกรณ์โสตทัศนฯ เช่น					
4.3.1 สไลด์.....					
4.3.2 วิดีโอเทป.....					
4.4 อื่น ๆ (โปรดระบุ).....					
.....					
5. <u>ประชาชนควรรู้วิธีเก็บรวบรวมความรู้ ด้วยวิธีต่อไปนี้</u>					
5.1 การบันทึกหรือคัดลอกข้อความที่สนใจ.....					
5.2 การสรุปย่อเนื้อหาที่ได้อ่าน.....					
5.3 การถ่ายเอกสารบทความที่สนใจ.....					
5.4 การติดต่อขอเอกสารเผยแพร่ในเรื่องที่สนใจเกี่ยวกับ การออกกำลังกายจากหน่วยงานพลศึกษาและการกีฬา.....					
5.5 อื่น ๆ (โปรดระบุ).....					
.....					

ภาคผนวก ข

แบบทดสอบและแบบสอบถามสำหรับประชาชนในจังหวัดลำปาง

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

3 กันยายน 2534

เรื่อง ขอความร่วมมือในการตอบแบบทดสอบ

เรียน ผู้ออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพทุกท่าน

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบทดสอบจำนวน 1 ชุด

ด้วยข้าพเจ้ากำลังศึกษาและรวบรวมข้อมูลเพื่อเรียบเรียงวิทยานิพนธ์เรื่อง "ระดับการรู้
สารสนเทศศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง" ซึ่งแบบทดสอบชุดนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการรวบรวมข้อมูลที่เป็นสำหรับการวิจัย และผลจากการวิจัยครั้งนี้จะเป็นแนวทางในการจัดการบริการ
ความรู้และข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายและเล่นกีฬาของวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดลำปาง ให้
สอดคล้องกับความต้องการของผู้ที่ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพต่อไป

จึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่านได้โปรดตอบแบบทดสอบทุกข้อ เพราะคำตอบของท่านมีคุณค่ายิ่ง
ต่อการวิจัยครั้งนี้และขอความกรุณาจากท่านส่งแบบทดสอบชุดนี้คืนแก่ผู้แจกแบบทดสอบให้ท่าน ผู้วิจัยขอขอบ
พระคุณในความร่วมมือของท่านมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ



(นายพรเทพ ปัญจรัตน์)

นิสิตปริญญาโท วิชาเอกบรรณารักษศาสตร์และสารนิเทศศาสตร์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

แบบทดสอบ

การใช้ความรู้และข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

ก่อนทำลงมือทำแบบทดสอบ โปรดตอบคำถามต่อไปนี้โดยเขียนเครื่องหมาย ✓
ลงใน ☐ ที่ตรงกับสภาพความเป็นจริง (กรุณาใช้เวลาไม่เกิน 1 นาที)

1) เพศ

☐

ชาย

☐

หญิง

2) ท่านมีวุฒิการศึกษาสูงสุด ระดับ

☐

ต่ำกว่าปริญญาตรี

☐

ปริญญาตรี หรือสูงกว่า

3) ท่านศึกษาหาความรู้ด้านพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายตามข้อใดเป็นประจำ
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐

จากบุคคล เช่น อาจารย์พลศึกษา

☐

สิ่งพิมพ์ เช่น หนังสือเกี่ยวกับการออกกำลังกาย นิตยสาร และ
หนังสือพิมพ์

☐

วิทยุ และโทรทัศน์ เช่น รายการกีฬาเพื่อประชาชน สารคดีกีฬาทาง สวท.
ลำปาง รายการชีวิตและสุขภาพทางช่อง 9 อ.ส.ม.ท. และ ช่อง 5
รายการเสาร์สุขภาพ ช่อง 11

☐

นิทรรศการ การสาธิต การบรรยาย และการชมการแข่งขันกีฬา

☐

อื่น ๆ (โปรดระบุ)

.....

แบบทดสอบ

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย / หรือ × ทับอักษรหน้าข้อความตัวเลือกซึ่งเป็นคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

แบบทดสอบทั้งหมดมี 40 ข้อ (โปรดใช้เวลาทำไม่เกิน 40 นาที)

ข้อ 1-8 เป็นแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับแหล่งที่จะให้ความรู้และข่าวสารพลศึกษา

1. หน่วยงานในจังหวัดลำปางที่ไม่ได้จัดบริการสถานที่และวิทยากรสำหรับแนะนำการออกกำลังกายและเล่นกีฬาแก่ประชาชน ได้แก่หน่วยงานใด
 - ก. วิทยาลัยพลศึกษา
 - ข. ศูนย์การศึกษาเอกโรงเรียน
 - ค. ศูนย์ฝึกกีฬากรมพลศึกษา ภาคเหนือ
 - ง. การกีฬาแห่งประเทศไทยสาขาจังหวัด
2. สื่อใดที่ให้ความรู้และข่าวสารเกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
 - ก. สไลด์/วิดีโอชุดกีฬากับชีวิต
 - ข. รายการโทรทัศน์ชุดชีวิตกับการออกกำลังกาย
 - ค. หนังสือเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
 - ง. ถูกทุกข้อ
3. กิจกรรมในข้อใดที่ทำให้ท่านเข้าใจขั้นตอนและวิธีการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
 - ก. การประกวดยิมนาสติก
 - ข. การสาธิตการเต้นแอโรบิค
 - ค. การสังเกตการตัดสินกีฬาว่าชนะ
 - ง. การถ่ายทอดสดการแข่งขันเทนนิสวิมเบิลดัน

4. หนังสือที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการบาดเจ็บที่เกิดจากการออกกำลังกาย คือข้อใด
 - ก. ก๊อปตัวเอง
 - ข. คู่มือวิ่งเพื่อสุขภาพ
 - ค. รักษาโรคหรือรักษาคน
 - ง. การรักษาโดยไม่ใช้ยา
5. รายการวิทยุในข้อใดที่สรุปข่าวในวงการกีฬาและสาระนำรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ซึ่งเสนอเป็นประจำทุกวันเสาร์ เวลา 7.30-8.00 น. ทางสถานีวิทยุ สวท.ลำปาง
 - ก. กีฬาทันโลก
 - ข. กีฬาฮาเฮ
 - ค. กีฬาปริทัศน์
 - ง. กีฬาวนเสาร์
6. รายการโทรทัศน์รายการใดที่เสนอเนื้อหาเกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ
 - ก. เจาะสนาม/ช่อง 7
 - ข. กีฬาดีช่อง 9/ช่อง 9
 - ค. เสาร์สุขภาพ/ช่อง 11
 - ง. กีฬามันวันเสาร์/ช่อง 5
7. รายการเกี่ยวกับการออกกำลังกายภาคเช้าทางสถานีโทรทัศน์ช่อง 9 คือรายการในข้อใด
 - ก. วิ่งสู่ชีวิตใหม่
 - ข. วิ่งเพื่อสุขภาพ
 - ค. ชีวิตและสุขภาพ
 - ง. ชีวิตกับการออกกำลังกาย
8. ท่านสามารถติดต่อขอรับเอกสารเผยแพร่เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพได้จากหน่วยงานใด
 - ก. สาธารณสุขจังหวัด
 - ข. ศูนย์สุขภาพตำบลเขต 5
 - ค. โรงเรียนและวิทยาลัย
 - ง. หน่วยงานพลศึกษาและการกีฬา

ข้อ 9-16 เป็นแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับวิธีใช้แหล่งความรู้ทางพลศึกษา

9. บุคคลใดที่เหมาะสมที่สุดในการให้คำปรึกษาและตรวจสอบความพร้อมของร่างกาย ก่อนที่ท่านจะเริ่มออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นครั้งแรก
 - ก. แพทย์
 - ข. พยาบาล
 - ค. เพื่อนบ้าน
 - ง. อาจารย์พลศึกษา
10. สื่อในข้อใดที่ให้ความรู้และข่าวสารที่ทันสมัยเกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
 - ก. หนังสือพิมพ์และนิตยสาร
 - ข. หนังสือกีฬากับวิทยาศาสตร์
 - ค. แผ่นป้ายโฆษณาอุปกรณ์บริหารร่างกาย
 - ง. หนังสือกินเนสบุ๊ก ออฟ เรคคอร์ด 1978
11. สื่อชนิดใดที่ช่วยให้ท่านสามารถศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬาได้อย่างละเอียดตามความสนใจ
 - ก. ข่าวการแข่งขันกีฬา
 - ข. หนังสือทางพลศึกษา
 - ค. การสาธิตการออกกำลังกาย
 - ง. รายการกีฬาทางโทรทัศน์
12. หนังสือเล่มใดที่เป็นคู่มือในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อให้ร่างกายแข็งแรง
 - ก. คู่มือวิ่งเพื่อสุขภาพ
 - ข. คู่มือการตัดสินใจกรีฑา
 - ค. คู่มือกายวิภาคศาสตร์
 - ง. คู่มือนักกีฬาทิမ်ชาติไทย

13. บริการออกกำลังกายที่ไม่มีในสวนสุขภาพ ได้แก่ข้อใด

- ก. ดึงข้อ
- ข. ไต่ราว
- ค. ดันข้อบนตอไม้
- ง. จักรยานถีบอยู่กับที่

14. บริการใดของห้องสมุดที่ให้ข่าวสารใหม่ ๆ เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬาแก่ท่าน

- ก. บริการโสตทัศนศึกษา
- ข. บริการสารนิเทศทันสมัย
- ค. บริการยืม-รับคืนหนังสือ
- ง. บริการตอบคำถามและช่วยการค้นคว้า

15. แผนงานใดของห้องสมุดที่ให้บริการสไลด์หรือวิดีโอเกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ

- ก. บริการโสตทัศนศึกษา
- ข. บริการยืม-รับคืนหนังสือ
- ค. บริการสารนิเทศทันสมัย
- ง. บริการตอบคำถามและช่วยการค้นคว้า

16. วิธีใดเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการเก็บรวบรวมความรู้ที่ได้จากการอ่านบทความ

- ก. อ่านอย่างพิจารณา
- ข. จัดซื้อวารสารและซื้อบทความ
- ค. อ่านอย่างตั้งใจและทบทวนเป็นประจำ
- ง. อ่านและบันทึกใจความสำคัญพร้อมรายละเอียดทางบรรณานุกรม

ข้อ 17-24 เป็นแบบทดสอบความรู้ในการใช้เครื่องมือเพื่อให้ได้มาซึ่งข่าวสารและความรู้

17. วิธีใดที่ช่วยให้ท่านได้มาซึ่งข่าวสารและข้อมูลจากสื่อในห้องสมุดได้สะดวกและรวดเร็ว
 - ก. อ่านจากหนังสือพิมพ์
 - ข. สอบถามผู้ใช้ห้องสมุด
 - ค. คู่มือการบริการของห้องสมุด
 - ง. ค้นรายการจากดัชนีบรรณานุกรม
18. ส่วนใดของหนังสือที่ท่านทำขึ้นเพื่อช่วยให้ท่านสำรวจจดหัวข้อที่น่าสนใจได้อย่างสะดวกที่สุด
 - ก. หน้าคำนำ
 - ข. หน้าชื่อเรื่อง
 - ค. หน้าสารบัญ
 - ง. หน้าบัญชีภาพประกอบ
19. ต้องการค้นหาหนังสือเรื่องคู่มือออกกำลังกาย ควรเลือกค้นจากรายการใด
 - ก. เลขหมู่ "613.71"
 - ข. ชื่อเรื่อง "คู่มือออกกำลังกาย"
 - ค. ชื่อผู้แต่ง "ดำรง กิจกุล"
 - ง. หัวเรื่อง "การออกกำลังกาย"
20. เครื่องมือในข้อใดที่ท่านใช้ค้นหาบทความเรื่อง "อาหารกับการออกกำลังกาย"
 - ก. บรรณานุกรม
 - ข. ทำเนียบนาม
 - ค. วรรณกรรมสาร
 - ง. พจนานุกรม

21. ส่วนใดของหนังสือที่ชี้แนะให้ท่านรู้จักหนังสือและเอกสารเล่มอื่น ๆ ที่มีเนื้อหาในแนวเดียวกับเรื่องที่ท่านอ่าน

- ก. คำนำ
- ข. บรรณานุกรม
- ค. สารบัญ
- ง. บรรณานุกรม

จากบัตรรายการโปรดตอบคำถาม ข้อ 22-23

613.71 จรรยาพร ธรณินทร์

จ แอโรบิคแดนซ์เพื่อสุขภาพ / จรรยาพร ธรณินทร์, วิจิต
คณิสสุเกษม. -- กรุงเทพฯ : เมติคัลมีเดีย, 2530.
151 หน้า : ภาพประกอบ

- 1. การออกกำลังกาย. 2. วิจิต คณิสสุเกษม.
- 3. ชื่อเรื่อง.

22. ข้อใดเป็นชื่อหนังสือในบัตรรายการนี้

- ก. การออกกำลังกาย
- ข. จรรยาพร ธรณินทร์
- ค. วิจิต คณิสสุเกษม
- ง. แอโรบิคแดนซ์เพื่อสุขภาพ

23. ข้อความใดเหมาะสมสำหรับค้นหาหนังสือในห้องสมุดเรื่องอื่น ๆ ที่คล้ายกับเรื่องนี้

- ก. เมดิกัลมีเดีย
- ข. จรรยาพร ธรณินทร์
- ค. วิชิต คณิงสุขเกษม
- ง. การออกกำลังกาย

โปรดพิจารณาข้อความจากบรรณานุกรม และตอบคำถามข้อ 24

การออกกำลังกาย

จรรยาพร ธรณินทร์. "การออกกำลังกายในผู้สูงอายุ," ใกล้หมอ. 10, 10 (ต.ค.29)
74-76

-----, "ยืดเส้นยืดสาย," ใกล้หมอ. 12, 4 (เม.ย. 31) 36-38

ดำรง กิจกุล. "ออกกำลังกายคลายเครียด," หมอชาวบ้าน. 86, 92 (ธ.ค. 29)
93-95

พญกัณฑ์ สนเทศ. "การออกกำลังกายเพื่อควบคุมน้ำหนักให้เหมาะสม," สารพัฒนาหลักสูตร.
ฉ.69 (ธ.ค. 30) 46-48

พรพิมล จันทรวิโรจน์. "การออกกำลังกายในน้ำ," หมอชาวบ้าน. 7, 80 (ธ.ค. 28) 89-92

24. บทความเรื่อง "ออกกำลังกายคลายเครียด" พิมพ์ในนิตยสารชื่อใด

- ก. ใกล้หมอ
- ข. หมอชาวบ้าน
- ค. สารพัฒนาหลักสูตร
- ง. การออกกำลังกาย

ข้อ 25-32 เป็นแบบทดสอบความรู้ในการคัดเลือกและประเมินสารนิเทศ

25. บุคคลใดที่สามารถให้คำแนะนำปรึกษาที่เชื่อถือได้แก่ท่านเกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
- ก. เกล็ชกร
 - ข. พยาบาล
 - ค. นักกีฬาเซต
 - ง. อาจารย์พลศึกษา
26. หนังสือเล่มใดที่แนะนำวิธีฝึก เพื่อให้ร่างกายมีสัดส่วนที่เหมาะสม
- ก. เซฟוף โดย วิริยา บุญชัย
 - ข. เทนนิส โดย ศุภฤกษ์ มั่นใจตน
 - ค. คู่มือนักกีฬา โดย ประทุม ม่วงมี
 - ง. แบดมินตัน โดย เจียมศักดิ์ พานิชชัยกุล
27. หนังสือเล่มใดที่ให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการเลือกรองเท้าสำหรับการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
- ก. หนังสือแฟชั่นรองเท้า
 - ข. หนังสือคู่มือผู้บริโภค
 - ค. หนังสือฟุตบอลฟีเวอร์
 - ง. หนังสือคู่มือวิ่งเพื่อสุขภาพ
28. วิธีตรวจวัดอัตราการเต้นของชีพจรในขณะที่ออกกำลังกายกับขณะพัก ค้นหาได้จากหนังสือเล่มใด
- ก. นันทนาการ
 - ข. การออกกำลังกาย
 - ค. คู่มือหมอชาวบ้าน
 - ง. ว่ายน้ำ : กีฬาสำหรับทุกคน

29. หนังสือประเภทใดที่ใช้ค้นหาคำตอบหรือข้อเท็จจริงเกี่ยวกับเรื่องใดเรื่องหนึ่ง โดยไม่ต้องอ่านทั้งเล่ม
- หนังสือทั่วไป
 - หนังสืออ้างอิง
 - หนังสือรวมเรื่อง
 - หนังสืออักษรานุกรม
30. บริการใดของห้องสมุดที่ช่วยชี้แนะแหล่งความรู้แก่ท่านเพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลที่ต้องการ
- บริการสารนิเทศทันสมัย
 - บริการโสตทัศนศึกษา
 - บริการยืม-รับคืนหนังสือ
 - บริการตอบคำถามและช่วยการค้นคว้า
31. บริการใดที่ช่วยให้ท่านทราบว่าหนังสือใหม่ ๆ มาให้บริการในห้องสมุด
- บริการหนังสือจอง
 - บริการแนะนำหนังสือ
 - บริการโสตทัศนศึกษา
 - บริการยืมระหว่างห้องสมุด
32. ส่วนใดของหนังสืออ้างอิงที่ช่วยให้ผู้อ่านค้นหารายละเอียดเฉพาะเรื่องภายในเล่มได้สะดวกยิ่งขึ้น
- สารบัญ
 - บรรณานุกรม
 - ดรรชนีท้ายเล่ม
 - บัญชีภาพประกอบ

ข้อ 33-40 เป็นแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับแหล่งสารนิเทศเฉพาะด้าน

33. ท่านสามารถติดต่อขอเอกสารเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬาได้จากหน่วยงานใด
- ก. สมาคมกีฬาสมัครเล่น
 - ข. ชมรมกีฬาโรงงานยาสูบ
 - ค. การกีฬาแห่งประเทศไทย
 - ง. สโมสรกีฬาราชประชาชาเคราะห์
34. ข้อใดที่ไม่ใช่นิตยสารที่เสนอความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬาโดยเฉพาะ
- ก. นิตยสารแพรว
 - ข. นิตยสารฟิตเนส
 - ค. นิตยสารรันนิ่ง
 - ง. นิตยสารเฮลท์
35. นิตยสารในข้อใดที่ไม่มีคอลัมน์เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเลย
- ก. นิตยสารใกล้หมอ
 - ข. นิตยสารกัลยาณมิตร
 - ค. นิตยสารหมอชาวบ้าน
 - ง. นิตยสารชีวิตและสุขภาพ
36. รายการข้อใดที่เสนอความรู้เกี่ยวกับวิธีการ ข้อควรปฏิบัติในการวิ่ง การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ซึ่งออกอากาศทางสถานีโทรทัศน์ช่อง 9 ทุกวันจันทร์-วันศุกร์ เวลา 21.20-21.25 น.
- ก. ก้าวทันโรค
 - ข. วิ่งสู้ชีวิตใหม่
 - ค. กีฬากับชีวิต
 - ง. ใต้หลังคาโลก

37. รายการโทรทัศน์ในข้อใดที่เสนอเรื่องวิธีฝึกหัดและกติกาที่ควรรู้เกี่ยวกับกอล์ฟ

- ก. กีฬาฮาเฮ
- ข. 1-2-3 ชู้ต
- ค. มอเตอร์ครอส
- ง. วันละพาร์

38. หนังสือในข้อใดที่อธิบายถึงวิธีการอบอุ่นร่างกาย และวิธีผ่อนคลายกล้ามเนื้อในการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา

- ก. กัดจุดคลายปวด
- ข. พลังกาย-พลังจิต
- ค. คู่มือออกกำลังกาย
- ง. คู่มือกายวิภาคศาสตร์

39. ท่านสามารถติดตามข่าวสารเกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬาได้จากที่ใดภายในสนามกีฬา จังหวัดลำปาง

- ก. โรงฝึกพลศึกษา
- ข. อัจฉรินทร์נגดูกีฬา
- ค. บ้ายประกาศน้าห้องสมุด
- ง. บ้ายประกาศสนามเทนนิส

40. หน่วยงานใดที่ให้ข้อมูลและข่าวสารเกี่ยวกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาสมบูรณ์ที่สุด

- ก. วิทยาลัยพลศึกษา
- ข. ศูนย์เยาวชนเทศบาล
- ค. ศูนย์บริการหมอมวลชน
- ง. สำนักงานอนามัยจังหวัด

แบบสอบถาม
ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษา

คำชี้แจง ท่านสามารถรับข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย-เล่นกีฬาได้หลายทาง ได้แก่ การศึกษาจากหนังสือ ตำราและเอกสารทางพลศึกษาในห้องสมุด หนังสือส่วนตัว จากการสนทนากับญาติ เพื่อนบ้าน เพื่อนร่วมงาน อาจารย์พลศึกษา การฟังวิทยุ การดูโทรทัศน์ ฯลฯ เป็นต้น หากท่านได้รับความไม่สะดวกต่าง ๆ หรือ มีข้อขัดข้อง ทำให้ ไม่สามารถเข้าถึงและนำความรู้ ข้อมูล ข่าวสาร มาใช้ประโยชน์ในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพได้ สิ่งต่าง ๆ ที่ท่านประสบมามีอุปสรรคมากน้อยเพียงใด โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ท่านคิดว่าเป็นความจริงสำหรับท่านมากที่สุดเพียงช่องเดียว (แบบสอบถามนี้ไม่มีข้อความใด ถูก หรือ ผิด)

เลขแสดงระดับปัญหาและอุปสรรคในช่องขวามือมีความหมายดังนี้

- 5 มีปัญหาและอุปสรรคมากที่สุด
- 4 มีปัญหาและอุปสรรคค่อนข้างมาก
- 3 มีปัญหาและอุปสรรคปานกลาง
- 2 มีปัญหาและอุปสรรคน้อย
- 1 มีปัญหาและอุปสรรคน้อยมากหรือไม่มีปัญหาใด ๆ

รายการปัญหาและอุปสรรค	ระดับปัญหาและอุปสรรค				
	5	4	3	2	1
1. <u>ด้านระบบบริการความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย</u>					
1.1 ไม่ทราบที่ตั้งของห้องสมุด					
1.2 ไม่ทราบวิธีค้นหาเรื่องที่ต้องการในห้องสมุด					
1.3 ระเบียบการใช้ ยืม - คืน และค้นคว้าไม่อำนวยความสะดวกต่อการใช้บริการ					
1.4 ไม่ทราบว่ามีการจัดบริการทางวิชาการด้านใดบ้าง ...					
1.5 อื่น ๆ (โปรดระบุ)					
2. <u>ด้านเครื่องมือและวิธีการให้ได้มาซึ่งความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย</u>					
2.1 ไม่ทราบรายการหรือสัญลักษณ์ต่าง ๆ บนบัตรรายการ .					
2.2 ไม่ทราบวิธีใช้บัตรบรรณวารสารและหนังสือพิมพ์					
2.3 ไม่ทราบวิธีค้นหาเรื่องจากหนังสืออ้างอิงทางพลศึกษา ...					
2.4 ไม่ทราบวิธีใช้อุปกรณ์โสตทัศน เช่น สไลด์ วิดีโอเทป .					
2.5 อื่น ๆ (โปรดระบุ)					
3. <u>ด้านวิธีการใช้ความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายที่ถูกต้อง และเชื่อถือได้</u>					
3.1 ไม่สามารถจัดลำดับความสำคัญของความรู้ทางพลศึกษาที่ค้นคว้าจากแหล่งต่าง ๆ ได้					
3.2 ไม่มีทักษะในการสรุปย่อเนื้อหา หรือบันทึกข้อความที่ได้จากการอ่าน					
3.3 ไม่สามารถถ่ายทอดความรู้ที่ได้รับให้แก่บุคคลรอบข้างได้					

รายการปัญหาและอุปสรรค	ระดับปัญหาและอุปสรรค				
	5	4	3	2	1
3.4 ไม่ทราบว่าหน่วยงานทางพลศึกษาและการกีฬา จัดนิมฟ์เอกสารเรื่องใดบ้างเผยแพร่					
3.5 อื่น ๆ (โปรดระบุ)					
4. <u>ด้านความรู้ทางพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย</u>					
4.1 การเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ใช้ศัพท์ทางวิชาการมากเกินไป ทำให้เข้าใจยาก					
4.2 บุคลากรที่ให้ความรู้ หรือคำแนะนำเกี่ยวกับการออกกำลังกายไม่สามารถให้คำอธิบายให้เข้าใจชัดเจนได้ .					
4.3 เอกสาร ตำรา และหนังสือเกี่ยวกับการออกกำลังกาย มีจำนวนน้อย และไม่ครอบคลุมเนื้อหาที่ต้องการรู้					
4.4 ไม่ทราบว่าคอลัมน์เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬา นิมฟ์ในวารสาร/นิตยสารชื่อใดบ้าง					
4.5 อื่น ๆ (โปรดระบุ)					
5. <u>ด้านแหล่งความรู้เฉพาะด้านพลศึกษาและการกีฬา</u>					
5.1 ไม่ทราบว่าแหล่งความรู้เฉพาะด้านพลศึกษาและการกีฬามีอยู่ที่ไหนบ้าง					

รายการปัญหาและอุปสรรค	ระดับปัญหาและอุปสรรค				
	5	4	3	2	1
5.2 ไม่ทราบว่ามีการเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออก กำลังกายทางสถานีวิทยุ/โทรทัศน์รายการอะไรบ้าง ..					
5.3 ไม่มีการประชาสัมพันธ์ให้ทราบเกี่ยวกับบริการ วิชาการที่จัดให้แก่ชุมชน					
5.4 กิจกรรมส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ที่จัดขึ้นนั้นมันน้อย และไม่สม่ำเสมอ					
5.5 อื่น ๆ (โปรดระบุ)					
.....					

ขอขอบพระคุณอย่างสูงที่ท่านกรุณาสละเวลา

เฉลยคำตอบ

- | | |
|-------|-------|
| 1. ข | 21. ง |
| 2. ง | 22. ง |
| 3. ข | 23. ง |
| 4. ข | 24. ข |
| 5. ค | 25. ง |
| 6. ค | 26. ก |
| 7. ง | 27. ง |
| 8. ง | 28. ข |
| 9. ก | 29. ข |
| 10. ก | 30. ง |
| 11. ข | 31. ข |
| 12. ก | 32. ค |
| 13. ง | 33. ค |
| 14. ค | 34. ก |
| 15. ก | 35. ข |
| 16. ง | 36. ข |
| 17. ง | 37. ง |
| 18. ค | 38. ค |
| 19. ข | 39. ค |
| 20. ค | 40. ก |

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ	นายพรเทพ บัญจรัตน์
เกิดวันที่	26 เดือน พฤษภาคม พุทธศักราช 2501
สถานที่เกิด	อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	186 ถนนพหลโยธิน อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง 52000 โทร. (054) 224186
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	อาจารย์ 1
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดลำปาง ถนนจามเทวี จังหวัดลำปาง 52000 โทร. (054) 218311
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2514	ประถมศึกษาตอนปลาย จากโรงเรียนพินิจวิทยา จังหวัดลำปาง
พ.ศ. 2519	มัธยมศึกษาปีที่ 5 จากโรงเรียนบุญวาทย์วิทยาลัย จังหวัดลำปาง
พ.ศ. 2524	ศศ.บ. (บรรณารักษศาสตร์) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
พ.ศ. 2534	ศศ.ม. (บรรณารักษศาสตร์และสารนิเทศศาสตร์) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

บทคัดย่อ
ของ
พรเทพ ปัญจรัตน์

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอกบรรณารักษศาสตร์และสารนิเทศศาสตร์
มีนาคม 2535

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายดังนี้ ประการแรก เพื่อศึกษาลักษณะเฉพาะของระบบสารนิเทศ
พลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป ประการที่สอง เพื่อกำหนดนิยามการรู้สารนิเทศ
พลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป ประการที่สาม เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบระดับ
การรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง และประการที่สี่ เพื่อศึกษา
ปัญหาและอุปสรรคในการให้ข่าวสารพลศึกษาของประชาชนในจังหวัดลำปาง การรวบรวมข้อมูลมี 2 วิธี
คือ การสังเคราะห์เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสารนิเทศพลศึกษารวมถึงบุคลากรที่ดำเนินงานด้านสารนิเทศ
พลศึกษา และผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษา จำนวน 20 คน และได้รับข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นประชาชน
ในจังหวัดลำปางที่นิยมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ จำนวน 300 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวม
ข้อมูล คือ แบบสัมภาษณ์ แบบสอบถาม และแบบทดสอบการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย
สำหรับสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลและทดสอบสมมติฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
และ t - test

ผลการวิจัยที่สำคัญมีดังนี้

1. ระบบสารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป

ระบบสารนิเทศที่อำนวยความสะดวกให้แก่ประชาชนซึ่งนิยมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
เพื่อสุขภาพยังมีลักษณะที่ไม่ชัดเจน การดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับระบบสารนิเทศจึงคล้ายคลึงกัน
ตามความเหมาะสมกับสภาพแวดล้อม อย่างไรก็ตาม ในด้านการประชาสัมพันธ์ข่าวสารพลศึกษานั้น
กรมพลศึกษาเป็นหน่วยงานที่มีบทบาทสำคัญเกี่ยวกับการผลิตสารนิเทศพลศึกษา รวบรวมและกระจาย
สารนิเทศไปสู่ผู้ที่ออกกำลังกาย ระบบสารนิเทศพลศึกษารูปแบบที่ไม่เป็นทางการในด้านการเผยแพร่
และบริการสารนิเทศพลศึกษา ได้แก่ การส่งบุคลากรทางพลศึกษาไปให้คำแนะนำและสาธิตวิธี
การออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพแก่ประชาชน

2. นิยามการรู้สารนิเทศพลศึกษาในการออกกำลังกายสำหรับประชาชนทั่วไป

การรู้สารนิเทศพลศึกษาในการออกกำลังกาย ประกอบด้วย คุณสมบัติในด้านความรู้
ความเข้าใจ ทักษะ ประสบการณ์และความสามารถของประชาชนในการคัดเลือก เข้าถึง ประเมิน
และรวบรวมสารนิเทศ รวมถึงความสามารถในการกำหนดขอบเขตบ่งชี้ลักษณะของสารนิเทศได้
สอดคล้องกับความต้องการ สำหรับนำมาใช้ประโยชน์ในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ

3. ระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

3.1 ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

3.2 ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

3.3 ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวนสื่อในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษาต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยระดับการรู้สารนิเทศพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายไม่แตกต่างกัน

4. ปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายของประชาชนในจังหวัดลำปาง

4.1 ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายในระดับปานกลาง

4.2 ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายในระดับปานกลาง

4.3 ประชาชนในจังหวัดลำปางกลุ่มตัวอย่างที่ใช้จำนวนสื่อในการเข้าถึงสารนิเทศพลศึกษาต่างกัน มีปัญหาและอุปสรรคในการใช้ข่าวสารพลศึกษาเพื่อการออกกำลังกายในระดับปานกลาง

AN INFORMATION LITERACY LEVEL IN PHYSICAL EDUCATION ESSENTIAL
FOR EXERCISES OF THE PEOPLE IN CHANGWAT LAMPANG

AN ABSTRACT
BY
PORNTHPEP PUNCHARAT

Presented in partial fulfillment of the requirements for the Master of
Arts degree in Library Sciences and Information Sciences
at Srinakharinwirot University
March 1992

The purposes of this investigation were fourfold. Firstly, it was to identify unique characteristics of the physical education information system for exercise purpose. Secondly, the investigator attempted to formally define the "physical education information literacy" for exercise of lay people. Thirdly, information literacy level in physical education of the lay people in Lampang Province was to be studied and compared with respect to certain variables. Finally, it aimed to find out problems and obstacles in using physical education information of the sample group. The study involved a documentary research, an interview with 20 authorities and experts in physical education and delivery of questionnaires to 300 samples who participating in the daily exercise in Lampang Province. A structured interview questionnaire, a questionnaire, and a set of achievement tests on physical education information literacy were employed for data collection. Following statistical methods, namely, mean, standard deviation, and t-test were used for data analysis.

Major findings were as follows.

1. It was clear that information system to facilitate people who love exercise was not that unique. It embraced similar practice obvious in other environment. However, a promotion unit set up by the Department of Physical Education played an important role in production, storage, and distribution of physical education information. Informally, the system was enhanced by interpersonal communication and demonstration at health center.

2. Information literacy for physical education information was defined as a quality which included understanding, skills, and experiences that people possessed and adopted in selecting, accessing, evaluating and storing, and were able to identify the right sources of information pertaining to their needs for physical education information to be used for exercise.

3. The sample group demonstrated a fair level of information literacy of physical education information. However, male and female exercisers obtained different scores which were statistically significant at .001 level. This was also the case for people of different educational backgrounds. Furthermore, number of media used by the sample group did not play significant role in performing the achievement test.

4. Problems and obstacles in using physical education information were reported to be moderate with respect to the sample group's sexes, educational backgrounds, and number of media used.