

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐใน
เขตกรุงเทพมหานคร

ปริญญานิพนธ์
ของ
กฤษฎา ทองชำนาญ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
พฤษภาคม 2548

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐใน
เขตกรุงเทพมหานคร

ปริญญานิพนธ์
ของ
กฤษฎา ทองชำนาญ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
พฤษภาคม 2548
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ
ในเขตกรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
กฤษฎา ทองชำนาญ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
พฤษภาคม 2548

กฤษฎา ทองชำนาญ. (2548). ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขต กรุงเทพมหานคร. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมชาย ไกรสังข์, รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพูนท์.

การวิจัยครั้งนี้เพื่อศึกษาปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขต กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นสมาชิกที่เรียนว่ายน้ำอายุ 15-20 ปี จำนวน 240 คน เป็นเพศชาย 96 คนและเพศหญิง 144 ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีค่าความเชื่อมั่นที่ .96 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ

ผลการวิจัยพบว่า

1. ด้านผู้สอน

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศชาย สระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน โดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 33.92

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศหญิง สระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน โดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 32.71

2. ด้านการจัดการ

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศชาย สระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการจัดการ โดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 40.10

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศหญิง สระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการจัดการ โดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 35.16

3. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศชาย สระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 30.92

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศหญิง สระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 30.95

PROBLEMS WITH SWIMMING LEARNING OF PUBLIC SWIMMING POOL
MEMBERS IN BANGKOK

AN ABSTRACT
BY
KRIST TONGCHAMNAN

Presented in Partial Fulfillment of Requirement for the
Master of Education degree in Physical Education
at Srinakharinwirot University
May 2005

Krist Tongchamnan. (2005). Problems with Swimming Learning of Public Swimming Pool Members in Bangkok. Master thesis, M.Ed. (Physical Education). Bangkok : Graduate School ; Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Assist. prof. Somchai Kraiung, Assoc. Prof. Tawate Piriapoen.

This research studied about problems with swimming learning of Public swimming pool members in Bangkok. The data comprised of 240 swimming pool members : 96 male and 114 females with the ages between 15 – 20 years old .selected by Stratified Random Sampling. The instrument for collecting data was Questionnaire . with calculated reliability of 0.96. The data were analyzed by frequency and percentage.

The results of the research reveal as :

1. Teachers

The problem with teacher at public swimming pool in Bangkok expressed by male Members is in medium level (33.92 %).

The problem with teacher at public swimming pool in Bangkok expressed by female Members is in medium level (32.71 %).

2. Management

The problem with management at public swimming pool in Bangkok expressed by male Members is in medium level (40.10 %).

The problem with management at public swimming pool in Bangkok expressed by female Members is in low level (35.16 %).

3. Place, Equipment and Facilities

The problem with place, equipment and facilities at public swimming pool in Bangkok expressed by female Members is in medium level (30.92 %).

The problem with place, equipment and facilities at public swimming pool in Bangkok expressed by female Members is in medium level (30.95 %).

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ
ในเขตกรุงเทพมหานคร

ของ
นายกฤษฎ ทองชำนาญ

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

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

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์

..... ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมชาย ไกรสังข์)

..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพูนท์)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธำมณี ปลื้มสำราญ)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยความกรุณาอย่างยิ่ง จาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สมชาย ไกรสังข์ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพณท์ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธัญฉิ ปลื้มสำราญ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธงชัย เจริญทรัพย์มณี กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่ม ที่ให้ความกรุณาเสนอแนะและแก้ไขปรับปรุง ข้อบกพร่องต่างๆ ของปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ให้มีความสมบูรณ์ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธัญฉิ ปลื้มสำราญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา และอาจารย์สมควร โพธิ์ทอง อาจารย์ประจำภาควิชาสันตนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่ให้ความกรุณา เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ หัวหน้าศูนย์กีฬาเฉลิมพระเกียรติ ศูนย์กีฬาอ่อนนุช ศูนย์กีฬาประชานิเวศน์ ศูนย์กีฬารามอินทรา ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร(ไทย-ญี่ปุ่น) ศูนย์ฝึกกีฬาการกีฬาแห่งประเทศไทย ชมรมว่ายน้ำเยาวชนราชนาวิ สโมสรเพชรราชูร กรมทหารราบที่ 11 รักษาพระองค์ และสมาชิกของสระว่ายน้ำ ทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์ตอบแบบสอบถาม

สุดท้ายผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อปิยะวัฒน์ คุณแม่พรณี คุณเอกวัฒน์ ทองชำนาญ ที่คอยให้การสนับสนุนและเป็นที่กำลังใจมาโดยตลอด ตลอดจนญาติพี่น้องทุกคน ที่คอยห่วงใย และเป็นที่กำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา ถ้าหากผลงานวิจัยเป็นประโยชน์ ผู้วิจัยขออุทิศ สิ่งดีงามแก่ผู้มีพระคุณทุกท่าน และขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

กฤษฎา ทองชำนาญ

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	3
ความสำคัญของการวิจัย.....	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	3
ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	3
ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้.....	7
องค์ประกอบต่างๆที่มีผลต่อการเรียนรู้.....	7
การเรียนรู้ทักษะ.....	7
การเสริมสร้างประสิทธิภาพการเรียนรู้การสอนทักษะ.....	8
องค์ประกอบของการฝึกว่ายน้ำ.....	9
คุณค่าของการว่ายน้ำ.....	11
การฝึกทักษะว่ายน้ำ.....	13
เทคนิคการสอนและโค้ช.....	21
การเรียนการสอนว่ายน้ำของสระว่ายน้ำภาครัฐที่เกี่ยวข้อง.....	29
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	37
งานวิจัยในต่างประเทศ.....	37
งานวิจัยในประเทศ.....	42
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	47
การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	47
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	48
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	49
การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	50

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	51
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	51
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	51
การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	52
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	91
สังเขป ความมุ่งหมาย และวิธีดำเนินการวิจัย.....	91
การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	92
สรุปผลการวิจัย.....	93
อภิปรายผล.....	94
ข้อเสนอแนะ.....	96
ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย.....	96
ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป.....	96
บรรณานุกรม.....	97
ภาคผนวก.....	101
ภาคผนวก ก.....	102
ภาคผนวก ข.....	111
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	113

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 วัน เวลาเปิดให้บริการสระว่ายน้ำ ศูนย์ฝึกการกีฬาแห่งประเทศไทย.....	36
2 กลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	47
3 รายชื่อสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร.....	48
4 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามเพศ (N = 240).....	52
5 ค่าความถี่และร้อยละของปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดของสมาชิก เพศชาย อายุ 15 - 17 ปี (N = 14).....	53
6 ค่าความถี่และร้อยละของปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิก สระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดของสมาชิก เพศชาย อายุ 15 - 17 ปี (N = 14).....	55
7 ค่าความถี่และร้อยละของปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขต กรุงเทพมหานคร ตามความคิดของสมาชิก เพศชาย อายุ 15 - 17 ปี (N = 14).....	57
8 ค่าความถี่และร้อยละของปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศชาย อายุ 18 - 20 ปี (N = 82).....	59
9 ค่าความถี่และร้อยละของปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิก สระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศชายอายุ 18-20 ปี (N = 82).....	61
10 ค่าความถี่และร้อยละของปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขต กรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศชาย อายุ 18 – 20 ปี (N = 82).....	63
11 ค่าความถี่และร้อยละของปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศหญิง อายุ 15 - 17 ปี (N = 32).....	65
12 ค่าความถี่และร้อยละของปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิก สระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศหญิง อายุ 15 - 17 ปี (N = 32).....	67

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

13	ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิกเพศหญิง อายุ 15 – 17 ปี (N = 32).....	69
14	ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศหญิง อายุ 18 - 20 ปี (N = 112).....	71
15	ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิก สระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศหญิง อายุ 18 - 20 ปี (N = 112).....	73
16	ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิกเพศหญิง อายุ 18 -20 ปี (N = 112).....	75
17	ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศชาย (N = 96).....	77
18	ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิก สระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศชาย (N = 96).....	79
19	ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของ สมาชิกเพศชาย (N = 96).....	81
20	ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศหญิง (N = 144).....	83
21	ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิก สระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศหญิง (N = 144).....	85

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

- 22 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศหญิง (N = 144)..... 87

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ

หน้า

1. การฝึกดำน้ำ.....	14
2. การฝึกหายใจสลับกับการเป่าน้ำ.....	15
3. การโผล่ตัวคว่ำหน้าและกลับขึ้นยืน.....	16
4. การลอยตัวแบบหงาย.....	16
5. ลักษณะว่ายน้ำแบบครอว์ล.....	17
6. ลักษณะการว่ายน้ำแบบกรรเชียง.....	18
7. ลักษณะการว่ายน้ำแบบกบ.....	19
8. ลักษณะการว่ายน้ำแบบผีเสื้อ.....	20
9. ลักษณะผิดพลาดของลำตัว.....	25
10. ลักษณะการสาธิตที่เหมาะสม.....	27
11. ลักษณะการดัดแปลงให้แบบฝึกตามความเหมาะสม.....	28

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ว่ายน้ำเป็นกิจกรรมการออกกำลังกายและเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมมาก มนุษย์สามารถนำกีฬาวว่ายน้ำไปเป็นกิจกรรมที่ใช้ในการพักผ่อนที่ได้อย่างหนึ่ง นอกจากนั้นแล้วกีฬาวว่ายน้ำเป็นกีฬาที่จัดให้มีการแข่งขันอยู่เสมอ มีผู้ให้ความนิยมและความสนใจเป็นจำนวนมากตลอดจนขณะนี้ กีฬาวว่ายน้ำในประเทศไทยมีการพัฒนามาโดยตลอดมีแบบของการว่ายน้ำมาตรฐาน ได้แก่ แบบครอว์ล (The Front crawl stroke) แบบกรรเชียง (The Back crawl stroke) แบบกบ (The Breaststroke) และแบบผีเสื้อ (The Butterfly) ในเขตกรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัดได้มีการเปิดสระว่ายน้ำขึ้นมาใหม่ ได้ให้บริการแก่ชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับ เทเวศร์ พิริยะพูนท์ (2534 : 6) ได้กล่าวว่า กีฬาวว่ายน้ำนับได้ว่าเป็นกีฬาที่เป็นที่นิยมกันอย่างแพร่หลายอย่างยิ่ง ในปัจจุบันนี้ การแข่งขันแทบทุกระดับตั้งแต่เยาวชนจนถึงกีฬาโอลิมปิก นอกจากนั้นยังเป็นที่นิยมของประชาชนทั่วไป ซึ่งใช้กีฬาวว่ายน้ำเป็นสื่อในการออกกำลังกายอีกด้วย ถ้าจะพูดถึงประโยชน์จริงๆ แล้วมีมากมาย วาสนา คุณาภิสิทธิ์ (2529 : 17) ได้กล่าวถึงประโยชน์ไว้ว่าการว่ายน้ำเป็นกิจกรรม การออกกำลังกายที่มีประโยชน์ต่อร่างกายอย่างครบถ้วนและในขณะเดียวกันการได้ลอยน้ำอยู่ในน้ำก็เป็นกิจกรรมที่ไม่ก่อให้เกิดความเครียดมากเกินไป การว่ายน้ำเป็นวิธีการเพิ่มพูนสมรรถภาพของร่างกายทุกส่วนที่ดีมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งมีประโยชน์ต่อหัวใจและปอด ทำให้หัวใจมีขนาดใหญ่ขึ้นจากที่กล่าวมานี้จะเห็นได้ว่าการว่ายน้ำมีคุณค่ามากมายอย่างยิ่ง

ปัจจุบันในประเทศไทยได้ให้ความสำคัญในการสนับสนุนกีฬาวว่ายน้ำโดย กรมการศึกษา มีเป้าหมายที่จะจัดตั้งอาคารศูนย์กีฬา สระว่ายน้ำมาตรฐานและลู่วิ่งมาตรฐาน ให้ครบทุกจังหวัด ทั้งในส่วนกลางและในส่วนภูมิภาค โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมและพัฒนากีฬาขั้นพื้นฐานของชาติรวมถึงการยกระดับมาตรฐานการกีฬาของประเทศไทยให้สูงขึ้น โดยมุ่งเน้นการวางรากฐานการกีฬาที่ถูกต้องให้แก่เยาวชนและประชาชน ปลูกฝังให้มีจิตสำนึกในการเล่นกีฬา และออกกำลังกาย ซึ่งเปิดให้ เยาวชนเป็นสมาชิกเพื่อฝึกซ้อมกีฬาตามความสามารถของแต่ละคน (แผนพัฒนากีฬาแห่งประเทศไทย ฉบับที่ 3. 2545 – 2549)

ดังที่กล่าวมาแล้วว่า ปัจจุบันกีฬาวว่ายน้ำเป็นที่นิยมและได้รับความนิยมจากประชาชนและเยาวชนทั่วไปเป็นอย่างมาก ซึ่งผู้ปกครองและบุตรหลานได้สมัครเข้ามาเป็นสมาชิกและเข้ามศึกษาวิธีการว่ายน้ำที่ถูกต้องตามสระว่ายน้ำต่าง ๆ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับกีฬาวว่ายน้ำให้มากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ วาสนา คุณาภิสิทธิ์ (2543 : 1) ที่ได้กล่าวว่าเพื่อให้เกิดความปลอดภัยทั้งต่อชีวิตตนเองและสมาชิกในครอบครัวตลอดจนบุคคลอื่นทุกคนจึงควรเรียนว่ายน้ำหรือควรจะว่ายน้ำให้เป็น เพราะความปลอดภัยทั้งขณะอยู่ในน้ำและบริเวณรอบ ๆ สระน้ำเป็นสิ่งสำคัญต่อชีวิต ปัจจุบันมี

สระว่ายน้ำและกิจกรรมเกี่ยวกับทางน้ำ เช่น การพายเรือ การล่องเรือ การท่องเที่ยวทางน้ำเพิ่มขึ้นเป็นจำนวนมาก ดังนั้นอาจมีสักวันที่ชีวิตเราต้องเข้าไปเกี่ยวข้องและมีส่วนร่วมกับกิจกรรมทางน้ำ

ในปัจจุบันสระว่ายน้ำในเขตกรุงเทพมหานครมีจำนวนมากโดยกระจายตามพื้นที่ในตัวเมืองกรุงเทพมหานครและเขตปริมณฑล ซึ่งสระว่ายน้ำในจังหวัดกรุงเทพมหานคร ได้สร้างขึ้นเพื่อให้ประชาชนในกรุงเทพมหานครได้ใช้สระว่ายน้ำที่มีมาตรฐาน หรือบางสระว่ายน้ำสร้างเพื่อใช้ในการพักผ่อน และเป็นสวัสดิการของข้าราชการต่างๆ ซึ่งมีครอบครัวของกำลังพลให้บริการตามนโยบายรัฐมนตรีว่าการกระทรวงกลาโหม เพื่อเป็นการตอบแทนคุณงามความดี ที่ได้เสียสละต่อสังคมและประเทศชาติ (นโยบายรัฐมนตรีว่าการกระทรวงกลาโหม. 2544 :1)

โดยหน้าที่ของสำนักสวัสดิการสังคม กรุงเทพมหานคร ได้สรุปขอบข่ายการดำเนินงาน ศูนย์ฝึกกีฬาว่า ศูนย์ฝึกกีฬาเป็นหน่วยงานหนึ่งของฝ่ายส่งเสริมกีฬา กองการกีฬาสำนักสวัสดิการสังคมกรุงเทพมหานคร มีหน้าที่ส่งเสริมสนับสนุนเผยแพร่กิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬาเพื่อพัฒนาคุณภาพและศักยภาพของเด็ก เยาวชนและประชาชนทั่วไป รูปแบบของการให้บริการของศูนย์ฝึกกีฬาเป็นการจัดการเรียนการสอน การฝึกอบรม การแนะนำ เพื่อพัฒนาเด็ก เยาวชนและประชาชนให้มีทักษะในการเล่นกีฬาสามารถเล่นกีฬาได้ ดูกีฬาเป็นมีเจตคติที่ดีต่อการออกกำลังกายและเล่นกีฬา มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง มีคุณธรรม มีวินัย มีน้ำใจนักกีฬา และรู้จักการทำงานเป็นหมู่คณะ (สำนักสวัสดิการสังคม. 2542 : 5 - 8)

สมาชิกของสระว่ายน้ำที่มาใช้บริการมีความไว้วางใจในประสิทธิภาพของครูผู้สอน ซึ่งครูผู้สอนจึงจำเป็นต้องมีการสอนที่ดี โดยมีตำราและแบบฝึกหัดที่ดีมาประกอบใช้ในการเรียนการสอน และครูผู้สอนจะต้องนำความรู้ที่ถูกต้องมาถ่ายทอดแก่ผู้เรียนซึ่งสอดคล้องกับ เทเวศร์ พิริยะพูนท์ (2529 : คำนำ) ได้กล่าวถึงการเรียนการสอนและการฝึกกิจกรรมว่ายน้ำจะได้ผลดีจำเป็นต้องอาศัยครูฝึกที่มีประสิทธิภาพอีกทั้งยังต้องมีหลักการสอนตลอดจน โปรแกรมการฝึกที่เหมาะสมและ วลัยภัทรโรภาส (2525 : 19) ยังได้กล่าวว่าการสอนว่ายน้ำจะเริ่มสอนทักษะว่ายน้ำ ให้แก่ผู้เรียนที่ยังว่ายน้ำไม่ได้เป็นอันดับแรกซึ่งมีวิธีการสอนที่แตกต่างกันไปกล่าวกันว่าประสิทธิภาพการเรียนการสอนนั้นขึ้นอยู่กับคุณภาพของครูและคุณภาพของนักเรียน ผู้สอนเองควรมีความรู้ ความเข้าใจสามารถอธิบายและสาธิตให้ดูเป็นตัวอย่างได้ ดังนั้นครูผู้สอนจึงควรศึกษาสิ่งต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเรียนการสอนให้มากที่สุด เช่น ครูผู้สอนว่ายน้ำที่ดีควรมีลักษณะและคุณสมบัติอย่างไรว่าผู้เรียนเป็นอย่างไรและควรใช้หลักวิชาการใดช่วยส่งเสริมการเรียนการสอนเพื่อประสิทธิภาพของผู้สอน และผู้เรียนจะเห็นได้ว่านอกจากประสิทธิภาพของครูผู้สอนแล้ว ยังขึ้นอยู่กับประสิทธิภาพของตัวผู้เรียนเองอีกด้วย

ซึ่งผู้วิจัยซึ่งเคยได้รับเป็นวิทยากรในการสอนว่ายน้ำให้แก่เยาวชน และเป็นครูผู้สอนโครงการเรียนว่ายน้ำโดยไม่เสียค่าใช้จ่ายแก่สมาชิกศูนย์ฝึกกีฬาประชาชนิเวศน์ พ.ศ. 2546 จากประสบการณ์การสอนของตนเองรวมถึงการสังเกตและการได้พูดคุยสอบถามครูผู้ฝึกสอนและเจ้าหน้าที่สระว่ายน้ำศูนย์ฝึกกีฬาประชาชนิเวศน์ และสระว่ายน้ำอื่นๆ เล็งเห็นว่าสระว่ายน้ำโดยทั่วไป

ก็มีปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกที่เข้ามาเรียนเช่นกันทำให้เกิด ปัญหาด้านผู้สอน
ปัญหาด้านการจัดการ และด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษา ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐใน
เขตกรุงเทพมหานครว่า มีปัญหาการเรียนในด้านต่างๆ ดังกล่าวอย่างไร เพื่อให้ทราบและเข้าใจ
ปัญหาการเรียนที่เกิดขึ้น ซึ่งผลการศึกษาจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาการเรียนการสอนว่ายน้ำให้
มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เพื่อยกระดับมาตรฐานกีฬาว่ายน้ำในประเทศไทย และเป็นแนวทางใน
การแก้ไขปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร
เพื่อประโยชน์สูงสุดแก่สมาชิกสระว่ายน้ำโดยทั่วไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อทราบปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกของสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร

ความสำคัญของการวิจัย

ทำให้ทราบ ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร
รวมถึงทราบสาเหตุของปัญหาในด้านต่างๆ เพื่อเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาลearningว่ายน้ำของ
สมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐใน เขตกรุงเทพมหานครต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ สมาชิกที่เรียนว่ายน้ำที่มีขนาดมาตรฐาน และ
เปิดรับสมาชิกทั่วไป สังกัดกองการกีฬา สำนักสวัสดิการสังคม กรุงเทพมหานคร จำนวน 5 สระ
จำนวน 281 คน การกีฬาแห่งประเทศไทย จำนวน 1 สระ จำนวน 91 คน กระทรวงกลาโหม
กรมสวัสดิการ จำนวน 2 สระ จำนวน 66 คน รวมทั้งสิ้น 8 สระ ซึ่งทั้ง 8 สระนี้มีฐานที่ตั้งอยู่
ในเขตกรุงเทพมหานคร มีจำนวนสมาชิกที่เรียนว่ายน้ำช่วงเดือน ตุลาคม 2547 ถึง พฤศจิกายน 2547
รวมทั้งหมด 438 คน เป็นเพศชาย 195 คน และเพศหญิง 243 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นสมาชิกของสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขต
กรุงเทพมหานคร จำนวน 205 คน เป็นเพศชาย 91 คน และเพศหญิง 114 คน ซึ่งได้มาโดย
การสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) และกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้
ตารางสำเร็จรูปของ เครจซี่ และมอร์แกน (Krejcie and Morgan) ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 205 คน
แต่ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 240 คน เป็นสมาชิกเพศชาย 96 คน สมาชิกเพศหญิง 144 คน

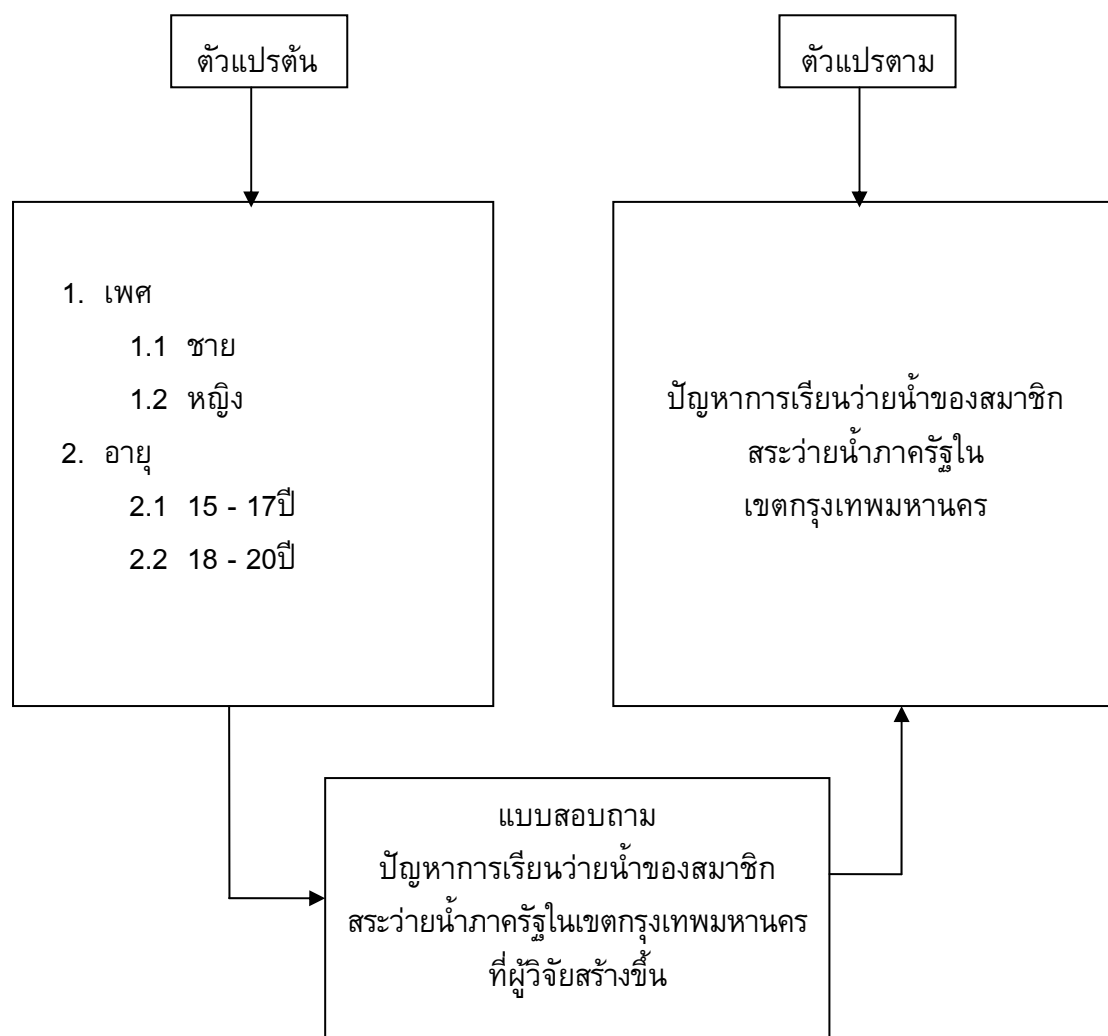
ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

1. ตัวแปรอิสระ แบ่งออกเป็นดังนี้ ได้แก่
 - 1.1 เพศ จำแนกเป็น เพศชาย และเพศหญิง
 - 1.2 อายุ จำแนกเป็น 2 ระดับ คือ
 - 1.2.1 อายุ 15 – 17 ปี
 - 1.2.2 อายุ 18 – 20 ปี
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **ปัญหาการเรียนว่ายน้ำ** หมายถึง วิธีการเรียนที่ไม่ประสบความสำเร็จ มีอุปสรรคสภาพขัดข้องในด้านผู้สอน ด้านการจัดการและด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก
 2. **สมาชิก** หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 15 – 20 ปี สมัครเข้ามาเป็นสมาชิก สระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานครและกำลังเรียนว่ายน้ำ ตั้งแต่วันที่ ตุลาคม 2547 – พฤศจิกายน 2547
 3. **สระว่ายน้ำภาครัฐ** หมายถึง สระว่ายน้ำที่อยู่ในเขตกรุงเทพมหานครตามต้นสังกัด 8 สังกัด จำนวน 8 สระ ได้แก่
 - 3.1 สระว่ายน้ำสังกัด สังกัดกองการกีฬา สำนักสวัสดิการสังคม กรุงเทพมหานคร จำนวน 5 สระ ได้แก่
 - 3.1.1 ศูนย์กีฬาเฉลิมพระเกียรติ (บางมด)
 - 3.1.2 ศูนย์กีฬาอ่อนนุช
 - 3.1.3 ศูนย์กีฬาประชานิเวศน์
 - 3.1.4 ศูนย์กีฬารามอินทรา
 - 3.1.5 ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย - ญี่ปุ่น)
 - 3.2 สระว่ายน้ำสังกัด การกีฬาแห่งประเทศไทย จำนวน 1 สระ ได้แก่
 - 3.2.1 ศูนย์ฝึกกีฬากีฬาแห่งประเทศไทย
 - 3.3 สระว่ายน้ำสังกัด กระทรวงกลาโหม กรมสวัสดิการ จำนวน 2 สระ ได้แก่
 - 3.3.1 ชมรมว่ายน้ำเยาวชนราชนาวีกรมสวัสดิการ ทหารเรือ
 - 3.3.2 สโมสรเพชรราชู กรมทหารราบที่ 11 รักษาพระองค์
- โดยสระว่ายน้ำจำนวน 3 สังกัดอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครที่เปิดให้บริการแก่ประชาชนและเยาวชนทั่วไป โดยเก็บค่าบริการ หรือค่าสมาชิกเป็นการตอบแทน

กรอบแนวคิดในการวิจัย



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้
 - 1.1 องค์ประกอบต่างๆ ที่มีผลต่อการเรียนรู้
 - 1.2 การเรียนรู้ทักษะ
 - 1.3 การเสริมสร้างประสิทธิภาพการเรียนรู้การสอนทักษะ
 - 1.4 องค์ประกอบของการฝึกว่ายน้ำ
2. คุณค่าของการว่ายน้ำ (Values of Swimming)
3. การฝึกทักษะว่ายน้ำ
4. เทคนิคการสอนและโค้ช (Teaching Coaching Techniques)
5. การเรียนการสอนว่ายน้ำของสระว่ายน้ำภาครัฐที่เกี่ยวข้อง
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 6.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 6.2 งานวิจัยในประเทศ

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้

1.1 องค์ประกอบต่างๆ ที่มีผลต่อการเรียนรู้

1.1.1 องค์ประกอบทางร่างกาย (Organismic Factors)

องค์ประกอบทางร่างกาย หมายถึง สภาพร่างกายที่มีต่อการกระทำ เช่น ความแข็งแรง ความเร็ว ความทนทาน ความอ่อนตัว ระบบกล้ามเนื้อ ประสาทและข้อต่อต่างๆ ผลของสภาพร่างกายจะส่งผลในการปฏิบัติด้วยตนเอง คนที่ไม่สมบูรณ์ไม่สามารถพัฒนาตนเองได้ อย่างรวดเร็วจะต้องเสียเวลาในการฝึกหัดมากขึ้น

1.1.2 วุฒิภาวะและการเสื่อมชำรุด (Maturation and degeneration)

วุฒิภาวะ หมายถึง ชีตขั้นของความเจริญเติบโตที่ในระยะหนึ่งจะประกอบกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งได้เหมาะสมกับวัยในวัยเด็ก เด็กไม่สามารถที่จะกระทำการเคลื่อนไหวทักษะหลาย ๆ อย่างได้ หรือทักษะที่มีความยุ่งยากซับซ้อนได้จนกว่าจะมีวุฒิภาวะที่เหมาะสม เมื่ออยู่ในวัยสูงอายุ ความสามารถและสมรรถภาพในการกระทำก็ลดน้อยลงตามลำดับดังนั้นผู้สูงอายุจึงไม่สามารถปฏิบัติกิจกรรมทักษะต่าง ๆ ได้โดยง่าย สะดวกเหมือนเช่นวัยเด็กหรือหนุ่มสาวที่มีพัฒนาการทางร่างกาย และสติปัญญาที่เจริญเติบโตอย่างเต็มที่สมารถทำงานได้นานติดต่อกันมากขึ้น สมองดีขึ้น เรียนดี คิดดี และมีเหตุผลมากขึ้น

1.1.3 แรงจูงใจ (Motivation)

แรงจูงใจเป็นสิ่งที่จำเป็นมากสำหรับการเรียนรู้และการกระทำ ถ้าเขาไม่ยากที่จะปฏิบัติการเรียนรู้จะไม่เกิดขึ้นหรือจะเกิดขึ้นก็ไม่เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ ดังนั้นแรงจูงใจจึงมีผลในทันทีต่อการกระทำ และทำให้กระบวนการการเรียนรู้ถาวรมากขึ้น

กล่าวโดยสรุปได้ว่าการเรียนจะได้ผลดีก็ต่อเมื่อเด็กมีความพอใจ มีความมุ่งมั่น และมีทัศนคติที่ดีต่อการเรียนนั้น ในการเรียนจุดมุ่งหมาย คือ เพื่อให้นักเรียนเกิดการพัฒนาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ในวิชาพลศึกษา (พีระพงศ์ บุญศิริ 2536 : 54 – 55)

การสอนพลศึกษาจะได้ผลดีก็ต่อเมื่อครูรู้จักการใช้แรงจูงใจให้เด็กเกิดความต้องการที่จะเรียนรู้ โดยการจูงใจทั้งภายในและภายนอก อีกทั้งจัดโปรแกรมการสอนที่เหมาะสมสอดคล้องกับกิจกรรมที่เสริมทักษะและสมรรถภาพทางกาย เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์อันแท้จริงของการเรียนพลศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นของ จรวย แก่นวงษ์คำ (2529 : 13 – 14) ที่กล่าวว่า แรงจูงใจที่ใช้วิธีเสริมทางบวก ได้ผลดีกว่าการตักเตือนหรือทางลบ

1.2 การเรียนรู้ทักษะ (Skill Learning)

วัลลีย์ ภัทรโรภาส (2531 : 1 – 2) กล่าวว่า ทักษะ (Skill) หมายถึง ความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมหนึ่งด้วยความชำนาญถูกต้องรวดเร็ว ราบเรียบ (ประหยัดเวลาและประหยัดกำลัง) ทักษะมีหลายรูปแบบ เช่น ทักษะทางภาษา (Language Skill) ส่วนกิจกรรมพลศึกษาทั้งหลายเป็นทักษะในการใช้กล้ามเนื้อ ส่วนต่างๆ ของร่างกาย (Sensorimotor Skill Motor Performance) ในตำราที่ว่าด้วยการเคลื่อนไหวจะใช้คำว่า ทักษะ (Skill) การเคลื่อนไหว (Movement) ประสิทธิภาพ (Performance) กลไก (Motor) ฯลฯ มักจะมีความหมายด้วยการใช้แทนกันได้

การเรียนรู้ (Learning) หมายถึง กระบวนการที่ทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปในเชิงถาวร อันเป็นผลสืบเนื่องจากการฝึกหัดหรือประสบการณ์

การทำงานต่างๆ ต้องอาศัยทักษะ อาจขึ้นอยู่กับปัจจัยหรือตัวแปร (Variables) หลายๆ ประการ ตัวแปรที่มีผลต่อการเรียนรู้ทักษะประกอบไปด้วยเช่น

- ผลย้อนกลับ (Feedback)
- การจำ (Retention)
- การถ่ายโยงการเรียนรู้ (Transfer of learning)

ตัวแปรทั้งกระบวนการเรียนรู้และการกระทำขณะที่มีการเรียนการสอนบางครั้งก็ไม่สามารถที่จะแยกตัวแปรของการเรียนรู้ ออกจากตัวแปรของการกระทำได้อย่างชัดเจน

1.3 การเสริมสร้างประสิทธิภาพการเรียนการสอนทักษะ

วัลลีย์ ภัทรโรภาส (2531 : 23) ได้สรุปหลักการเสริมสร้างประสิทธิภาพในการเรียนการสอนมีดังนี้

1.3.1 สภาพที่เหมาะสมของผู้เรียน

ผู้เรียนจำเป็นต้องมีวุฒิภาวะทางร่างกาย ทางสมองและสังคมเหมาะสมกับกิจกรรมที่ต้องทำ ความแข็งแรง ความอดทน ความรวดเร็วของกล้ามเนื้อต้องเหมาะสมกับงานที่ปฏิบัติ และต้องเข้าใจวัตถุประสงค์ของกิจกรรมอีกด้วย กิจกรรมทางทักษะที่เกี่ยวข้องกับการเข้าสังคม เช่น การเล่นกีฬา เป็นต้น ผู้เรียนจะต้องมีวุฒิภาวะพอที่จะปฏิบัติต่อผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมและสามารถยอมรับปฏิบัติเพื่อผลประโยชน์ของส่วนรวมได้ นอกจากนี้จะต้องมีสุขภาพที่ดีไม่เหนื่อยอ่อนในขณะที่ปฏิบัติงาน และต้องมีแรงกระตุ้นให้อยากเรียนอีกด้วย

1.3.2 อุปกรณ์ วัสดุ และสิ่งแวดล้อม

อุปกรณ์ เป็นเครื่องกระตุ้นเตือนให้เกิดความสนใจในกิจกรรม เช่น เด็กเห็นลูกบอลทำให้อยากเตะลูกบอล เห็นสระว่ายน้ำทำให้อยากกระโดดน้ำ อยากรว่ายน้ำ เป็นต้น

1.3.3 วิธีการสอน

การเรียนรู้ที่เกิดจากการสอนนั้นมากจาก การสื่อสารระหว่างครูกับนักเรียน เช่น ภาษาที่ใช้ ภาษาพูด เขียน รูปภาพ ตัวอย่างการสาธิต ฯลฯ ในการสอนครั้งแรกๆ ไม่ควรให้ผู้เรียนทำตามแบบทุกอย่าง อย่าง เพราะผู้ที่ทำตามแบบอย่างที่ดีต้องมีความรู้สูง ดังนั้นควรมีการเริ่มต้นไปเป็นลำดับ เช่น ให้ผู้เรียนเข้าใจจุดหมายของกิจกรรมโดยกว้างๆ เข้าใจหลักการ และใช้วัสดุอุปกรณ์ต่อไปจึงเข้าสู่รายละเอียด แต่ละอย่างจนเกิดความชำนาญ เช่น การสอนว่ายน้ำกับผู้เริ่มฝึกหัด ผู้เรียนไม่สามารถว่ายน้ำตามแบบที่ครูสาธิตได้ทันที หากจะต้องฝึกการใช้แขน ขา หายใจ ไปตามขั้นตอนก่อนแล้ว จึงรวมทักษะทุกขั้นตอนเข้าด้วยกันเป็นการว่ายน้ำที่สมบูรณ์แบบ

1.4 องค์ประกอบของการฝึกว่ายน้ำ

1.4.1 ผู้เรียนหรือนักว่ายน้ำ (Swimmer)

ต้องมีความพร้อมทั้งสภาพร่างกาย จิตใจ และสังคมจากการศึกษาค้นคว้าของศาสตราจารย์ทางจิตวิทยา ดร.โทมัส เอ ทัทโก (อ้างอิงจาก เทเวศร์ พิริยะพูนท์. 2529 : 10 - 11) กล่าวว่านักกีฬาที่ประสบความสำเร็จนั้นมักประกอบด้วยองค์ประกอบใหญ่ๆ 4 ประการ คือ

1.4.1.1 ความปรารถนา (Desire)

ให้นักกีฬามีความต้องการที่จะเข้าร่วมแข่งขัน ต้องการยกระดับความสามารถ และกำลังใจให้มีความรู้สึกที่อยากจะทำมากกว่าถูกบังคับให้ว่ายน้ำ ให้ชอบการแข่งขันด้วยการสร้างให้เกิดแรงกระตุ้นหรือแรงขับ (Drive) ซึ่งประกอบด้วยความต้องการเป็นผู้ชนะ ต้องการแข่งขัน ต้องการเผชิญหน้ากับสิ่งท้าทายต่างๆ โดยตั้งความหวังไว้สูง ซึ่งการแข่งขันต้องอาศัยความแข็งแกร่งในการฝึกซ้อมควรมีความอดทน เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ของเป้าหมายที่ตั้งไว้และรู้จักวางแผนการแข่งขันล่วงหน้า

1.4.1.2 การอุทิศตน (Dedication)

ควรมีการสละเวลาทั้งกายและใจให้กับการฝึกซ้อมอย่างสุดความสามารถด้วยความพยายามลดเวลาของตัวเองให้ได้

1.4.1.3 ความเชื่อมั่น (Confidence)

โดยการเชื่อในความสามารถของตนเอง มีความกล้าในการตัดสินใจ ทำด้วยความมั่นใจมีคุณลักษณะของการเป็นผู้นำพร้อมทั้งลักษณะของอารมณ์ที่มีวุฒิภาวะมั่นคงรู้จักชมตัวเองให้รางวัลแก่ตนเองบ้าง และพอใจในความสามารถของตนเอง

1.4.1.4 ความซื่อสัตย์ (Loyalty)

มีความซื่อตรงต่อตนเองต่อผู้ฝึกสอน เพื่อนร่วมทีม รู้จักรับผิดชอบและมีระเบียบวินัย

1.4.2 ผู้ฝึกสอนหรือโค้ช (Coach) ผู้ฝึกสอนว่ายนน้ำควรมีคุณสมบัติต่อไปนี้

1.4.2.1 ลักษณะของความเป็นผู้นำ (Leader)

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา กล่าวว่า ผู้นำที่ดีควรมีความสามารถ มีความคิดริเริ่ม มีจินตนาการ และมีความคิดก้าวหน้าความรับผิดชอบของผู้นำก็คือ พยายามประสานให้เกิดพลังร่วมในการปฏิบัติงาน และผสมผสานพลังต่างๆ เข้าด้วยกัน โดยการสร้างแรงจูงใจให้เกิดขึ้นกับบุคคลในหน่วยงาน เพื่อให้ทำงานเป็นไปตามจุดมุ่งหมายที่ได้กำหนดไว้ และในการใช้พลังงานเหล่านี้ ผู้นำต้องกระทำตนให้เป็นตัวอย่างที่ดีด้วย

ด้านบุคลิกภาพครูผู้สอนต้องเป็นผู้มีสุขภาพแข็งแรงรู้จักสร้างมนุษยสัมพันธ์กับผู้เรียนและผู้ปกครอง มีความเข้าใจพื้นฐานในการสอนว่ายนน้ำเป็นอย่างดี รู้จักสังเกตผู้เรียนแต่ละคนใช้เทคนิคการชี้แนะควบคู่กับการใช้ตารางฝึกสอนด้วยความชำนาญสามารถป้องกันอันตรายโดยต้องเรียนรู้วิธีช่วยเหลือคนตกน้ำด้วย และที่สำคัญที่สุดคือการรู้จักทำให้ร่างกายมีความอบอุ่นตั้งแต่ลงว่ายนน้ำและช่วยให้ร่างกายได้ผ่อนคลายเมื่อเสร็จสิ้นการว่ายนน้ำ (Warm up และ Cool Down)

1.4.2.2 มีจิตวิทยาการกีฬา (Sports Psychology)

ผู้ฝึกสอนควรศึกษาเทคนิคและวิชาการใหม่ๆ เช่น รู้จักนำจิตวิทยา ซึ่งเป็นวิชาที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์มาใช้ปรับสภาพจิตใจของนักกีฬาให้มากพอกับการฝึกทางด้านร่างกาย เพื่อเป็นการเตรียมพร้อมในการพัฒนาส่วนต่างๆ ของนักกีฬาให้มีประสิทธิภาพสูงขึ้น มีบุคลิกภาพที่มีความผสมผสานกลมกลืนเป็นอย่างดี นอกจากนี้ผู้ฝึกสอนควรมีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) หรือย่อว่า อีคิว (EQ) เพื่อจะได้นำความรู้ด้าน EQ ไปพัฒนา นักกีฬาว่ายนน้ำและเยาวชนให้รู้จักพัฒนาวุฒิภาวะทางอารมณ์ ซึ่งจะทำให้เขาเป็นผู้ที่สามารถควบคุมอารมณ์ด้วยการใช้สติปัญญาที่มีอยู่แก้ปัญหาได้อย่างฉลาด ถูกต้อง มีเหตุและผล EQ มีองค์ประกอบ 3 อย่าง คือ การตระหนักรู้ตนเอง การควบคุมตนเอง และการแรงจูงใจ

ดังนั้นการใช้จิตวิทยาการกีฬาเป็นสิ่งจำเป็นที่ครูฝึกต้องนำมาใช้ในการฝึก และการแข่งขันเพื่อความสำเร็จของนักกีฬาที่มีโอกาสประสบความสำเร็จได้บ่อยครั้ง ดังเช่นคำกล่าว “ในกีฬาว่ายนน้ำไม่มีคำว่าสุดหนทาง” “ชัยชนะไม่ใช่เรื่องธรรมดา” “เมื่อท่านชนะตัวเอง ชัยชนะย่อมเป็นของท่าน” (สระจุฬารัตน์วลัยลักษณ์ . 2536 : 28 , 43 , 47)

1.4.3 ผู้ปกครองหรือบิดามารดา (Parents)

บิดามารดาไม่ควรคาดหวังในตัวลูกมากนัก ขอเพียงแต่การให้กำลังใจฝึกซ้อม ดูแล เรื่องการแข่งขันแบ่งเวลาเรียนกับการฝึกซ้อมและการพักผ่อนให้เพียงพอ มีการเตรียมอาหารให้มี

คุณภาพถูกสุขลักษณะ พร้อมทั้งอาหารเสริม และวิตามินบ้างในกรณีที่ใกล้เวลาแข่งขัน หรือช่วงเวลาที่
ต้องทำการฝึกซ้อมหนัก

1.4.4 อาหาร (Food)

สำหรับเรื่องอาหารนักกีฬาจำเป็นต้องรับประทานอาหารโปรตีนที่มีคุณภาพเพียงพอ
เพื่อใช้ในการเผาผลาญร่างกายมากกว่าผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา อาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตถูกนำมาใช้เป็น
พลังงานย่อยได้ง่ายและรวดเร็ว นักกีฬามีความจำเป็นต้องใช้พลังงาน 300 - 4500 แคลอรี หรือ
มากกว่าแล้วแต่ขนาดของร่างกาย ประเภทของกีฬาและความหนักของการฝึกซ้อม สำหรับแคลเซียม
วิตามิน เกลือแร่ และน้ำ นับว่าเป็นสิ่งจำเป็นมากเช่นเดียวกัน ร่างกายต้องสูญเสีย น้ำ คือ เหงื่อ
ออกไปจากร่างกาย จึงจำเป็นต้องดื่มน้ำ วันละประมาณ 6 - 8 แก้ว เพื่อเสริมสร้างความอ่อนเพลียของ
กล้ามเนื้อและกระดูกให้แข็งแรง

1.4.5 อุปกรณ์ และเครื่องช่วยว่ายน้ำ (Equipments & Aids)

เครื่องอำนวยความสะดวก อุปกรณ์ และเครื่องช่วยว่ายน้ำ นับว่าเป็นองค์ประกอบ
สำคัญที่จะช่วยให้การเรียนการสอนระหว่างผู้เรียนและผู้ฝึกสอนประสบความสำเร็จและบรรลุตาม
เป้าหมาย ซึ่งสิ่งเหล่านี้ประกอบด้วย

1.4.5.1 สระว่ายน้ำซึ่งจะเป็นสระว่ายน้ำที่มีขนาดความยาว 25 เมตร หรือ 50 เมตร

โดยที่ผู้เรียนต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบ ควรอาบน้ำ ทำความสะอาดร่างกาย
ก่อนลงสระ นำของใช้ส่วนตัวเก็บไว้ในตู้ล็อกเกอร์ให้เรียบร้อย เพื่อป้องกันการสูญหาย อันประกอบด้วย
ชุดว่ายน้ำ ผ้าเช็ดตัว ยาสระผม สบู่อาบน้ำ หวี แป้ง ครีมหาผิว แวนตาว่ายน้ำ หมวกว่ายน้ำ
ซึ่งในสระว่ายน้ำของแต่ละสโมสรจะประกอบด้วย ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ตู้เก็บของ (ล็อกเกอร์)
ห้องอาบน้ำ (ห้องน้ำและห้องส้วม) ชั้นวางของ และที่วางรองเท้า สำหรับสระว่ายน้ำควรมีอุณหภูมิ
ประมาณ 82°F (82 องศาฟาเรนไฮต์) หรือ 27°C (27 องศาเซลเซียส)

1.4.5.2 อุปกรณ์การว่ายน้ำ ได้แก่

1.4.5.2.1 แผ่นช่วยลอยตัว (Board) หรือโฟม (Foam) ซึ่งมีทั้งขนาดเล็กและ
ขนาดใหญ่ สำหรับใช้พัฒนาท่าทางการว่ายน้ำในท่าต่างๆได้ดี

1.4.5.2.2 ห่วงแถบแขนสำหรับใส่แขนลอยตัว (Rubber Rings) เพื่อสร้าง
ความมั่นใจ สำหรับผู้เริ่มเรียน

1.4.5.2.3 ห่วงยางที่ทำด้วยพลาสติก(Parachute)ใช้สำหรับช่วยในการลอยตัว
สำหรับผู้เริ่มหัดว่ายน้ำ และผู้ที่กำลังฝึกหัดท่าต่างๆ ของการว่ายน้ำ เพราะห่วงยางจะช่วยยกสะโพก
ให้สูงขึ้น

1.4.5.2.4 พูลบอยส์โฟม (Pull buoys) หวีระหว่างขาสำหรับฝึกขาโดยเฉพาะ

1.4.5.2.5 แพดเดิลส์พลาสติกสวมมือ (Paddles) ใช้ช่วยดึงน้ำในการฝึกกำลังแขน

1.4.5.2.6 ฟินส์ (Fins) เพื่อใช้ฝึกกำลังขา

1.4..5.2.7 ชุดว่ายน้ำที่ทำด้วยโพลีสตีรีน (Polystyreen) เช่นชุดของมนุษย์กบ หรือนักประดาน้ำใส่เวลาใช้ดำน้ำ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา 2542 : 88 ; อ้างอิงจาก Gibb . n.d.)

2. คุณค่าของการว่ายน้ำ (Values of Swimming)

วีระ มนัสวานิช (2546 : 6 - 8) ได้กล่าวไว้ว่า ว่ายน้ำ เป็นกีฬาประเภทหนึ่งที่กำลังได้รับความนิยมอย่างกว้างขวางและแพร่หลายแก่คนทุกเพศทุกวัย จุดประสงค์เบื้องต้นของการฝึกว่ายน้ำ คือ เพื่อความปลอดภัยของตัวท่านเอง ในขณะที่ท่านอยู่ใกล้น้ำหรืออยู่ในน้ำ ด้วยจุดประสงค์นี้ทุกคนควรฝึกว่ายน้ำ อายุ เพศ และวัย ไม่ได้จำกัดในการฝึกหรือการเรียนรู้ จากการศึกษาค้นคว้าขั้นแรกของเด็กทารกสามารถทำได้ตั้งแต่เด็กอายุสามเดือนขึ้นไปการฝึกว่ายน้ำนอกจากส่งเสริมทักษะว่ายน้ำทำให้เกิดความปลอดภัยทางน้ำแล้วการว่ายน้ำเป็นกิจกรรมใช้สำหรับพักผ่อนหย่อนใจให้ ความสนุกสนานอย่างไม่มีข้อจำกัด และเป็นกีฬาที่เหมาะสมกับสมาชิกทุกคน ซึ่งมีคุณค่าดังต่อไปนี้

2.1 คุณค่าทางสรีรศาสตร์ (Physiological Values)

กล้ามเนื้อข้อต่อ ปอด หัวใจ และระบบต่างๆ ของร่างกายต้องการที่จะได้รับการบริหาร และการเคลื่อนไหวอย่างสม่ำเสมอ ฉะนั้น การว่ายน้ำเป็นกิจกรรมช่วยพัฒนาและการบำรุงรักษา ที่สำคัญแก่ชีวิตและการว่ายน้ำทำให้ข้อต่อ ปอด หัวใจ และระบบต่างๆ ของร่างกายที่ได้รับการบริหารและ เคลื่อนไหว จะเกิดแรงเสียดทานเพิ่มความแข็งแรงต้านทานของน้ำ ระบบการหายใจและ ระบบการไหลเวียนโลหิตสามารถทำงานขับถ่ายของเสียคาร์บอนไดออกไซด์ และหายใจเอาออกซิเจน ได้ครั้งละมากๆ ทำให้ระบบการหายใจและระบบการไหลเวียนโลหิตมีประสิทธิภาพในการทำงาน กล้ามเนื้อข้อต่อและอวัยวะต่างๆ มีความแข็งแรงและอดทน

2.2 คุณค่าทางนันทนาการ (Recreation Values)

ว่ายน้ำเป็นกิจกรรมกีฬาประเภทหนึ่งที่ให้บุคคลใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ทางด้านนันทนาการมากมาย การฝึกว่ายน้ำเป็นกิจกรรมหนึ่งที่มีส่วนช่วยส่งเสริมสนับสนุนให้บุคคลใช้เวลาว่างเพื่อเตรียมตัวผจญภัยกับกิจกรรมทางน้ำในอนาคต ในปัจจุบันสามารถที่จะฝึกหรือว่ายน้ำ ในโรงแรมสมาคม สวนสนุกที่มีลักษณะเด่น ซึ่งสถานที่ฝึกหรือว่ายน้ำดังกล่าวสามารถเป็นกิจกรรม ที่ดึงดูดผู้ที่ให้สนใจในเวลาว่างวันกลางคืน สุดสัปดาห์ หรือเวลาช่วงปิดภาคเรียนของเด็กๆ การว่ายน้ำ เปิดโอกาสให้บุคคลผู้ที่เริ่มฝึกว่ายน้ำใหม่ได้ผจญภัย สนุกสนาน เพลิดเพลินและพักผ่อนหย่อนใจกับ กิจกรรมทางน้ำ รวมทั้งการแข่งขันการช่วยชีวิต หลักการปลอดภัยในน้ำ การกระโดด สปริงบอร์ด ดำน้ำแบบต่างๆ การว่ายน้ำเป็นกลุ่ม ระบายได้น้ำ การพายเรือ เรือยนต์ วินเซิร์ฟ สกีนํ้า เล่นเรือ ตกปลา เกมในน้ำ และกีฬาทางน้ำอื่นๆ เป็นการช่วยให้เกิดคุณค่าทางด้านนันทนาการ หรือการพักผ่อน หย่อนใจในยามว่าง

2.3 คุณค่าทางสังคม (Social Values)

ว่ายน้ำเป็นกิจกรรมที่สำคัญชนิดหนึ่ง ที่ให้คุณค่าทางสังคม การว่ายน้ำสามารถให้ประโยชน์และคุณค่าที่ดีที่สุดแก่เยาวชนและบุคคลผู้เข้าร่วม และเป็นกิจกรรมของครอบครัวที่นิยมที่สุด เพราะทำให้สมาชิกในครอบครัวที่จะเล่นและพักผ่อนด้วยอย่างมีความสุข การว่ายน้ำเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ทุกๆ คนพักผ่อนหย่อนใจ สนุกสนานร่วมกัน ประชุมปรึกษาหารือ เพื่อวัตถุประสงค์ของการพักผ่อนสุขภาพ การแข่งขันและการสังคม กิจกรรมว่ายน้ำจัดโอกาสให้ประชาชนทุกเพศทุกวัย และผู้ที่เกี่ยวข้องที่มาจากสถานที่ต่างๆ ได้สมาคมกัน รู้จักช่วยเหลือซึ่งกันและกันปรึกษาหารือและแสดงความคิดเห็น ซึ่งเป็นสื่อให้คุณค่าทางด้านสังคม

2.4 คุณค่าทางด้านความปลอดภัย (Safety Values)

ในแต่ละปีจะมีผู้เคราะห์ร้ายเป็นจำนวนมากที่จมน้ำตาย ซึ่งมีทั้งเด็กในวัยเรียนและผู้ใหญ่ส่วนมากบุคคลเหล่านี้จะทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับน้ำ เช่น การว่ายน้ำเล่น การพายเรือ การนั่งเรือไปทำงาน กลับบ้าน หรือไปทำธุรกิจต่างๆ และการเที่ยวทางเรือเมื่อเกิดจมน้ำ อุบัติเหตุเรือล่มก็ไม่สามารถที่จะช่วยตัวเองให้เกิดความปลอดภัยได้ บ่อยครั้งท่านอ่านข่าวจากหนังสือพิมพ์ “พ่อจมน้ำตายเพราะพยายามจะช่วยลูกชาย” “ชาย 2 คนตายในการช่วยเหลือหญิงสาวที่จมน้ำ” “3 หนูน้อยจมน้ำตายฉลองปิดเทอมใหญ่” หรือเรือชน เป็นต้น เพื่อความปลอดภัยแก่ตัวเอง บุคคลอื่น ครอบครัวและสังคม ทุกคนต้องเรียนรู้การว่ายน้ำ สำรวจความสามารถของตนเอง สิ่งที่จะช่วยลดอุบัติเหตุในการว่ายน้ำได้มากที่สุดคือ การที่ทุกคนสามารถว่ายน้ำเป็น และเป็นนักว่ายน้ำที่ดี เรียนรู้วิธีการช่วยชีวิตตนเอง บุคคลอื่นได้ อย่างถูกต้องและเกิดความปลอดภัย

2.5 คุณค่าพิเศษ (Special Values)

การว่ายน้ำเป็นกิจกรรมช่วยบำบัดทางด้านจิตใจ และทางด้านร่างกายให้กับบุคคลที่ไม่สมบูรณ์ทางด้านร่างกาย เช่น ตาบอด อัมพาต เป็นอัมพาต พิการ และคนที่บาดเจ็บที่ต้องใช้การว่ายน้ำเข้าช่วยเหลือ แก้ไข เพื่อฟื้นฟูสภาพผิดปกติเหล่านั้นให้กลับสู่สภาพที่ดีขึ้นและเป็น การออกกำลังกายอีกวิธีหนึ่ง ที่จะช่วยส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตของบุคคลที่ผิดปกติเหล่านี้ ซึ่งผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องจะต้องทำอย่างรีบด่วนเพื่อปรับปรุงสิ่งดังกล่าว

2.6 คุณค่าทางการแข่งขัน(Competitive Values)

การว่ายน้ำ วัตถุประสงค์เบื้องต้นเพื่อให้สามารถว่ายน้ำได้ถูกวิธี ตามแบบมาตรฐานสากล สามารถช่วยเหลือตนเองได้ และร่วมกิจกรรมทางน้ำด้วยความมั่นใจ เมื่อมีทักษะ มีความรู้ ความสามารถ มีใจรัก ก็จะมีการแข่งขันตามธรรมชาติ เพื่อเปรียบเทียบทักษะระหว่างสมาชิกด้วยกันและเปิดโอกาสให้แข่งขันกับบุคคลอื่นในหลายๆ ท่าที่ว่าย เมื่อพิจารณาแล้วเห็นว่าสามารถทำได้เร็ว ว่ายได้ไกล ดำได้ลึก ทำได้สวยงามถูกต้องที่สุด หรือสามารถทำได้ดีที่สุดในท่าใด จะทำให้ผู้ว่ายน้ำมีความรู้สึกสนุกสนาน เพลิดเพลินเกิดแรงจูงใจมีความอยากช่วยเพิ่มพัฒนาการทางด้านร่างกายจิตใจขึ้นตามลำดับ ที่จะนำไปสู่การแข่งขันภายในกลุ่มเพื่อนสนิทด้วยกัน เมื่อทุกคนมีทักษะความสามารถก็จัดตั้งเป็นทีม โรงเรียน ของสถาบันสมาคมหรือสโมสร ทำการฝึกทักษะเทคนิคส่งเข้าร่วมการแข่งขันในรายการต่างๆ เป็นแรงจูงใจให้ผู้สอนสามารถฝึกทักษะเทคนิคต่างๆ จากวัตถุประสงค์เดิม เปลี่ยนไปฝึกเพื่อการแข่งขัน

หรือเพื่อชัยชนะ ทำให้ผู้เรียนมีประสบการณ์จากตัวแทนของโรงเรียน สถาบัน สโมสร อาจเป็นตัวแทนของทีมชาติในอนาคตซึ่งเป็นสิ่งที่มีคุณค่าและเกียรติแก่ตนเอง ครอบครัว สถาบันและประเทศชาติมากที่สุด

3.การฝึกทักษะว่ายน้ำ

(เทเวศร์ พิริยะพูนท์ . 2534) กล่าวว่าถ้าเราจะให้ความหมายของทักษะอย่างง่าย ๆ อาจกล่าวได้ว่าทักษะเป็นการทำงานที่สัมพันธ์กันของร่างกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งระหว่างระบบประสาทกับกล้ามเนื้อ ในการว่ายน้ำนั้นเมื่อเราทราบขั้นตอนและท่าทางของการว่ายน้ำจากการอ่าน การดูด้วยตัวอย่าง หรือจากการสอนของอาจารย์ผู้สอน และก็จะมาถึงการฝึกซึ่งต้องเป็นไปตามลำดับจากง่ายไปหายาก การจะเกิดทักษะนั้นจะต้องปฏิบัติตามกิจกรรมการฝึกซ้ำ ๆ กันหลายๆ ครั้ง จนกระทั่งการเคลื่อนไหวนั้นมีประสิทธิภาพดีแล้วจึงฝึกแบบฝึกต่อไป

3.1 ท่าวว่ายน้ำเบื้องต้น

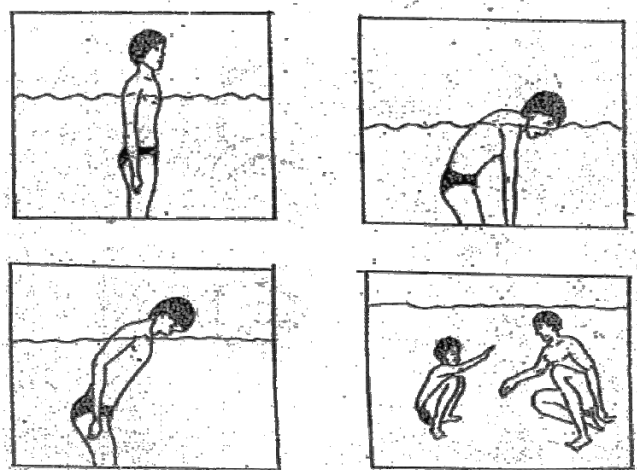
โดยทั่วไปก่อนที่จะฝึกทักษะการว่ายน้ำแต่ละแบบที่เป็นแบบมาตรฐานซึ่งใช้ในการแข่งขันเราจะต้องฝึกพื้นฐานของการว่ายน้ำเสียก่อน ในที่นี้จะเริ่มอธิบายเริ่มจากผู้ว่ายน้ำไม่เป็นเลยซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

3.1.1 การสร้างความคุ้นเคยกับน้ำ

การลงน้ำในครั้งแรกๆ ควรจะเป็นที่ตื้นซึ่งเมื่อลงไปยืนแล้วมีความลึกประมาณระดับเอว ลงไปแช่ให้เกิดความคุ้นเคยกับความดันของน้ำ อาจจะวักน้ำลูบตัว แขน หน้าตาสะพักแล้ว ค่อยๆ หย่อนตัวลงในน้ำอยู่ในระดับเดียวกับคอ สะพักหนึ่งแล้วยื่นขึ้นสลับกันหลายๆ เท้า อาจใช้วิธีเคลื่อนที่ไปมาในน้ำโดยการเดิน หรือกระทำแบบอื่นๆ ตามที่ครูหรือผู้ฝึกสอนสั่งให้ทำ

3.1.2 การดำน้ำ

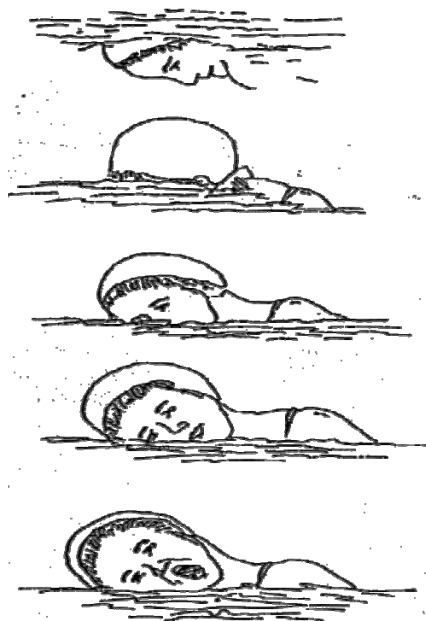
เมื่อมีการคุ้นเคยในการอยู่ในน้ำพอสมควรแล้ว ขั้นตอนต่อไปคือ การดำน้ำหรือการกลั้นลมหายใจในน้ำซึ่งมีความจำเป็นมากในการฝึกว่ายน้ำต่อไป ก่อนอื่นผู้ที่ฝึกดำน้ำจะต้องกลั้นลมหายใจเป็น มิเช่นนั้นจะสำลักน้ำได้ ผู้เรียนจะต้องอยู่ในน้ำซึ่งมีความลึกประมาณระดับหน้าอก กลั้นลมหายใจก้มหน้าลงให้ปากและจมูกอยู่ใต้น้ำสะพักหนึ่งแล้วเงยหน้าขึ้นพยายามเพิ่มเวลาให้นานขึ้น จาก 2-3 วินาที เมื่อทำได้แล้ว ขั้นตอนต่อไปให้ใช้วิธีดำลงทั้งตัว โดยการกลั้นใจ ย่อตัวลงให้ตัวและศีรษะอยู่ใต้น้ำท่าหลาย ๆ ครั้ง จนเกิดความคุ้นเคยและพยายามเพิ่มระยะเวลาให้มากขึ้น ในขณะที่ฝึกดำน้ำนั้นให้ผู้เรียนฝึกการลืมตาใต้น้ำควบคู่ไปด้วยเพราะการฝึกว่ายน้ำขั้นตอนต่อไปการลืมตาใต้น้ำเป็นสิ่งจำเป็นในการมองทิศทางและสิ่งกีดขวางต่าง ๆ การลืมตาใต้น้ำ ถ้าน้ำนั้นมีความสะอาดเพียงพอจะไม่มีอันตรายใด ๆ ต่อลูกนัยตา



ภาพประกอบ 1 การฝึกดำน้ำ

3.1.3 การฝึกหายใจสลับกับการเป่าน้ำ

การว่ายน้ำส่วนใหญ่ต้องอาศัยการหายใจเป็นจังหวะให้สัมพันธ์กับท่าว่ายน้ำ โดยมากจะกระทำในระยะเวลาสั้นๆ จึงต้องหายใจทางปากเพื่อให้ได้ปริมาณอากาศมากเพียงพอ การฝึกเบื้องต้นให้ผู้เรียนดำน้ำให้ศีรษะอยู่ใต้น้ำพ่นลมหายใจออกทางปากโดยการเป่าน้ำ โผล่ศีรษะขึ้น ให้ปากพ้นน้ำ พร้อมทั้งอ้าปากสูดลมหายใจเข้า ทำเช่นนี้หลาย ๆ ครั้ง จนเกิดความเคยชิน แล้วจึงเปลี่ยนการฝึกเป็นแบบอื่นต่อไป

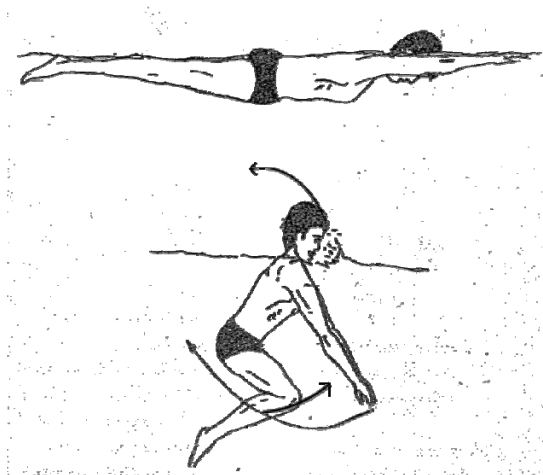


ภาพประกอบ 2 การฝึกหายใจสลับกับการเป่าน้ำ

3.1.4 การลอยตัว

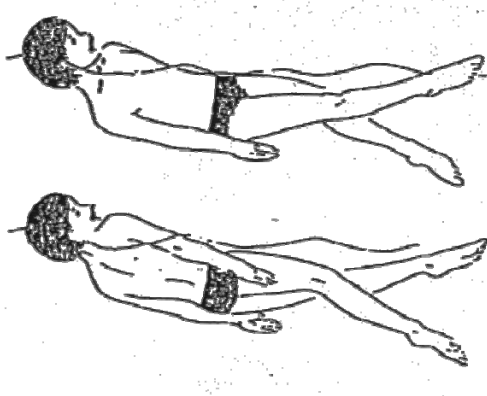
การลอยตัวเป็นพื้นฐานที่สำคัญที่สุดในการฝึกว่ายน้ำ โดยธรรมชาติแล้ว มนุษย์เรามีความถ่วงจำเพาะใกล้เคียงกับน้ำ ถ้าเราสามารถอยู่นิ่ง ๆ โดยไม่เกร็งอวัยวะส่วนหนึ่งส่วนใดพยายามให้ลำตัวขนานกับน้ำเราจะลอยได้

3.1.4.1 การลอยตัวแบบโศคว่าหน้า เป็นการลอยตัวพร้อมกับเคลื่อนที่ไปข้างหน้า ผู้เรียนยืนอยู่ในน้ำเหยียดแขนทั้งสองไปข้างหน้า ก้มศีรษะลงไปให้หูทั้งสองแนบชิดกับต้นแขน ใช้เท้ายันพื้นหรือผนังขอบสระให้ตัวพุ่งไปข้างหน้า บังคับตัวให้คว่ำตัวตรงขนานกับผิวน้ำ ปลอยให้ลอยไปจนหมดแรงเนื่องจากกริบท้ำ จึงลุกขึ้นยืน ขั้นตอนในการลุกขึ้นยืนขณะที่ลอยตัวคว่ำอยู่ กระทำได้โดยชักเท้าทั้งสองเข้าหาตัว กดแขนทั้งสองลงใต้น้ำพร้อมทั้งเงยหน้าตัวจะตั้งขึ้นแล้ว จึงหย่อนเท้าทั้งสองข้างแตะพื้น



ภาพประกอบ 3 การโศคว่าหน้าและกลับขึ้นยืน

3.1.4.2 การลอยตัวแบบหงาย การลอยตัวแบบนี้เป็นพื้นฐานของการว่ายน้ำแบบกรรเชียง ก่อนอื่นผู้เรียนจะต้องสามารถโศคว่าหน้าได้เสียก่อน ซึ่งสามารถทำได้โดยการฝึกอยู่ในน้ำที่ลึกประมาณระดับเอวหรือหน้าอกค่อย ๆ เอนตัวลงนอนให้น้ำพยุงส่วนบนของร่างกายไว้ พยายามให้ตัวปริ่มน้ำมากที่สุด แขนทั้งสองปลอยแนบอยู่ข้างลำตัว ต่อจากนั้นก็กืบท้ำทั้งสองให้ตัวโศกไปด้านหลังยกเท้าขึ้น ให้ตัวขนานกับน้ำให้มากที่สุด ซึ่งวิธีนี้จะทำให้ตัวลอยหงายไปได้ชั่วขณะหนึ่งเมื่อหมดแรงเนื่องจากกริบท้ำจะเริ่มจมลงก่อนวิธีที่จะทำให้ลอยตัวหงายได้นานขึ้น จึงต้องอาศัยการเคลื่อนไหวของแขนและขาช่วย โดยเมื่อเราโศกตัวหงายได้แล้วก็เพิ่มการเตะเท้าสลับขึ้นลงใต้น้ำพร้อมทั้งกอดมือทั้งสองที่อยู่ข้างลำตัวขึ้นลงใต้น้ำสลับกัน



ภาพประกอบ 4 การลอยตัวแบบหงาย

3.2 ทักษะการว่ายน้ำแบบครอว์ล

การว่ายน้ำในแบบนี้ โดยมากมักใช้กับการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ของนักว่ายน้ำเพราะครอว์ลเป็นแบบที่ทำเวลาได้ดีที่สุดของการว่ายน้ำ เมื่อเปรียบเทียบกับแบบอื่น ๆ ทักษะโดยทั่วไปประกอบไปด้วยการใช้แขน การหายใจ การเตะเท้า และลักษณะของลำตัว

3.2.1 การใช้แขนในการว่ายน้ำแบบครอว์ล

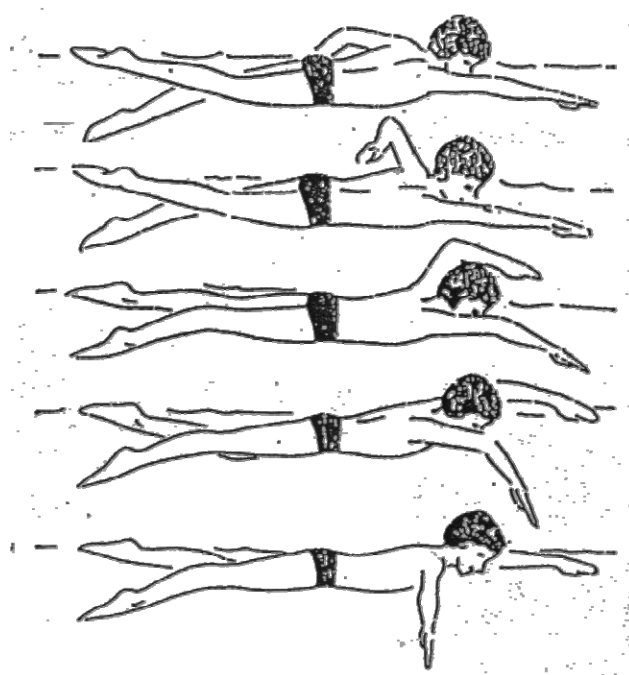
ขณะที่แขนข้างหนึ่งเริ่มดึงน้ำแขนอีกข้างหนึ่งก็เริ่มยกพ้นน้ำ โดยวิธียกศอกนำขึ้นไป เมื่อศอกของแขนข้างที่ดึงเริ่มงอ แขนอีกข้างหนึ่งก็จะชักศอกสูงขึ้นพร้อมทั้งเหวี่ยงแขนไปข้างหน้า แขนข้างที่ดึงน้ำจะงอเต็มที่ประมาณ 90 องศา เมื่อดึงมาอยู่ระดับเดียวกับไหล่ส่วนแขนที่อยู่ใต้น้ำก็จะจ้วงลงน้ำ เมื่อแขนที่ดึงน้ำเกือบจะสิ้นสุดลง ศีรษะจะต้องเอียงมาด้านข้างเพื่อเตรียมหายใจ

3.2.2 การเตะเท้าในการว่ายน้ำแบบครอว์ล

ลักษณะของการเตะเท้าโดยทั่วไปหัวเข่าจะงอเล็กน้อยตอนเริ่มเตะ เมื่อสะบัดเท้าเตะลงใต้น้ำเข่าจะตึง ส่วนอีกข้างก็จะงอเพื่อเตะอีกจังหวะหนึ่งสลับกันไป

3.2.3 ลักษณะของลำตัวในการว่ายน้ำท่าครอว์ล

ขณะว่ายน้ำลำตัวจะขนานกับน้ำในลักษณะคว่ำตัว แต่จะไม่ลอยน้ำเหมือนไม้กระดาน การเคลื่อนไหวของลำตัวจะต้องสัมพันธ์กับการเตะเท้า การหมุนแขน และการหายใจ โดยทั่วไปตัวจะโคลงไปมาเป็นมุมประมาณ 35-45 องศา การพลิกลำตัวขณะหายใจจะมากกว่าการพลิกด้านตรงข้ามเล็กน้อย



ภาพประกอบ 5 ลักษณะว่ายน้ำแบบครอว์ล

3.3 ทักษะการว่ายน้ำแบบกรรเชียง

หลักของการว่ายน้ำในแบบกรรเชียงนั้นต้องขึ้นอยู่กับหลักของการว่ายน้ำเบื้องต้น แต่ก็มีรายละเอียดปลีกย่อยที่ควรทราบและให้ความสนใจอีกหลายประการ

3.3.1 การใช้แขนในการว่ายน้ำท่ากรรเชียง

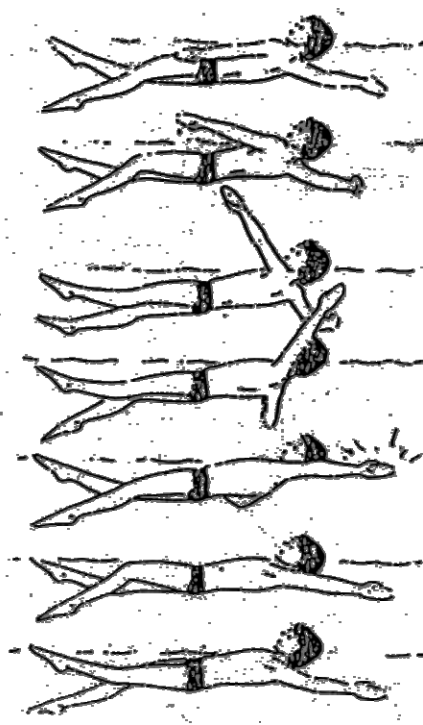
เริ่มจากแขนเริ่มจ้วงลงสู่ผิวน้ำ ณ จุดหนึ่งซึ่งอยู่เหนือหัวไหล่ ทำทั้งคู่เตะน้ำขึ้นลง สลับกัน กดแขนซ้ายลงได้น้ำพร้อมกับเริ่มดึงในขณะที่แขนขวาเริ่มยกขึ้นพ้นน้ำ ข้อศอกของข้างที่ดึงน้ำ เริ่มงอพร้อมกับการดึงน้ำไปด้านหลัง แขนข้างที่พ้นน้ำศอกตั้ง แขนข้างที่ดึงน้ำกดลงพร้อมทั้งผลักไปด้านหลัง ขณะที่การดึงสิ้นสุดกดฝ่ามือลงล่างจนกระทั่งแขนอีกข้างหนึ่งลงสู่ผิวน้ำ

3.3.2 การใช้ขาในการว่ายน้ำท่ากรรเชียง

ลักษณะของการเตะเท้าโดยทั่วไปหัวเข่าจะงอเล็กน้อย ตอนเริ่มเตะเมื่อสะบัดเท้า เตะลงได้น้ำเข้าจะตึง ส่วนอีกข้างก็จะงอเพื่อเตะอีกจังหวะหนึ่งสลับกันไป (ในการเตะเท้าท่ากรรเชียง นั้นจะต้องอยู่ในลักษณะของการนอนหงาย)

3.3.3 ลักษณะของลำตัวในการว่ายน้ำท่ากรรเชียง

ขณะว่ายน้ำลำตัวจะขนานกับน้ำในลักษณะนอนหงาย การเคลื่อนไหวของลำตัวจะต้อง สัมพันธ์กับการเตะเท้าการหมุนแขนลำตัวจะโคลงไปมาเล็กน้อยขณะที่ดึงแขนส่วนศีรษะนั้นจะตรงไม่โคลงไปมา



ภาพประกอบ 6 ลักษณะการว่ายน้ำแบบกรเซียง

3.4 ทักษะการว่ายน้ำแบบกบ

3.4.1 การใช้แขนในการว่ายน้ำท่ากบ

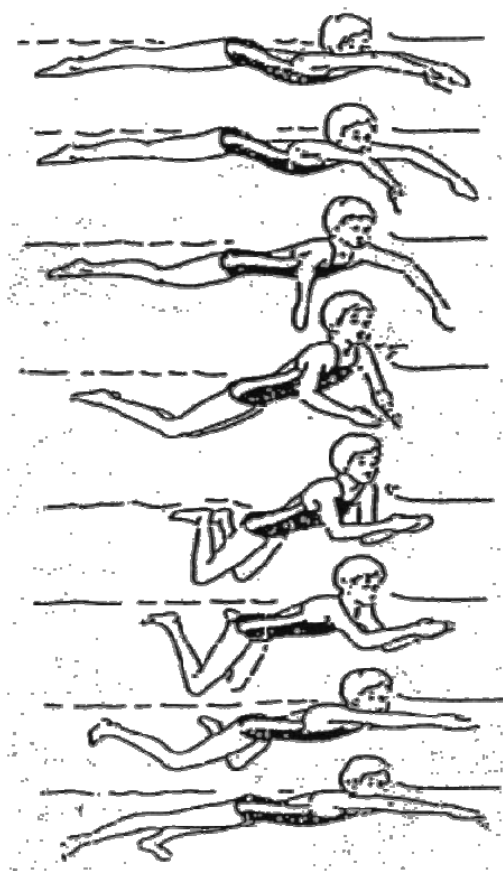
การดึงแขนจะต้องดึงพร้อม ๆ กัน ในลักษณะออกข้างลำตัว ศอกกางออกและดึงเข้ามาเพียงระดับหน้าอกเท่านั้น ส่วนการหายใจก็จะเริ่มเงยหน้าเมื่อเริ่มดึงแขนและจะเสร็จสิ้นเมื่อแขนมาบรรจบกัน

3.4.2 การใช้ขาในการว่ายน้ำท่ากบ

จังหวะที่ชักเท้าเข้ามาหรือจังหวะที่เริ่มงอเข่าจะต้องไม่ทำให้เท้าตื้นน้ำ เมื่อเข่างอเต็มที่แล้วก่อนจะถีบเท้าจะต้องตั้งฝ่าเท้าให้พื้นที่ของเท้าที่จะปะทะกับน้ำมีมากที่สุด ถีบเท้าทั้งสองออกด้านข้างพร้อม ๆ กัน ก่อนที่เท้าจะถูกถีบจนเข้าตึงให้รวบเท้าทั้งสองชิดเข้าหากัน เท้าทั้งสองจะตึงพร้อมกับจังหวะที่เข้ามาชิดกัน

3.4.3 ลักษณะของลำตัวในการว่ายน้ำท่ากบ

ลำตัวอยู่ในลักษณะคว่ำศีรษะยกขึ้นเล็กน้อย โดยทั่วไปคงจะรักษาระดับของไหล่ให้อยู่ในแนวราบคือขนานกับผิวน้ำให้มากที่สุด ส่วนลำตัวในขณะว่ายน้ำอาจมีการโยกลำตัวช่วยเล็กน้อยตามจังหวะการดึงแขนและการถีบเท้า สิ่งสำคัญที่ควรระวังก็คือตำแหน่งของศีรษะจะต้องดำน้ำให้เป็นคลื่น จึงจะไม่ผิดกติกาการว่ายน้ำท่ากบ



ภาพประกอบ 7 ลักษณะการว่ายน้ำแบบกบ

3.5 ทักษะการว่ายน้ำแบบผีเสื้อ

การว่ายน้ำท่าผีเสื้อเป็นแบบที่ต้องอาศัยความแข็งแรงของกล้ามเนื้อทั้งเฉพาะที่และโดยส่วนรวม และยังต้องอาศัยความอ่อนตัวตลอดจนจังหวะที่ถูกต้องจึงจะสามารถว่ายน้ำได้อย่างสวยงามและรวดเร็ว ทักษะที่สำคัญมีดังนี้

3.5.1 การใช้แขนในการว่ายน้ำท่าผีเสื้อ

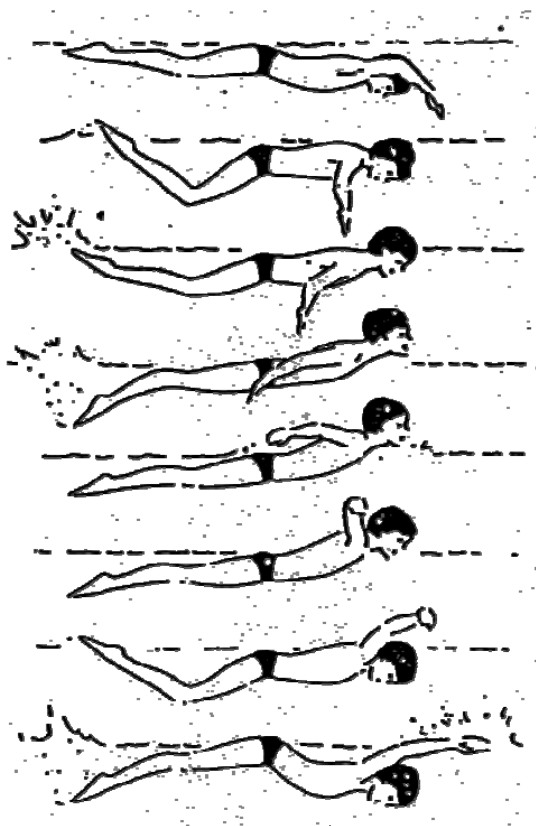
แขนเหยียดไปข้างหน้า ดันแขนแนบใบหูพลิกฝ่ามือออกด้านนอก ดึงแขนทั้งสองเป็นรูปตัว เอส (S) โดยผ่านลำตัวแล้วผลัดมาด้านหลังพร้อมกัน เมื่อแขนทั้งสองเริ่มพ่นน้ำให้พยายามยกศอกให้สูงกว่าส่วนอื่น ๆ เมื่อสิ้นสุดการดึง ให้เหวี่ยงแขนทั้งสองกลับมาคู่กันไว้อย่างเดิม

3.5.2 การใช้ขาในการว่ายน้ำท่าผีเสื้อ

เท้าทั้งสองชิดกันเหยียดข้อเท้าให้ตรงมากที่สุด เข่างอเล็กน้อย สะบักเท้าทั้งสองลงได้น้ำให้เข้าตึง ยกสะโพกขึ้นส่วนบนของลำตัวกดลง ใช้แขนนำ ลำตัวยกขึ้น ยกเท้าขึ้นสู่ระดับผิวน้ำ เริ่มงอเท้าเพื่อเตรียมเตะในครั้งต่อไป

3.5.3 ลักษณะของลำตัวในการว่ายน้ำท่าผีเสื้อ

ลำตัวอยู่ในลักษณะลอยคว่ำหน้าขนานกับน้ำ จุดที่เคลื่อนไหวมากของลำตัวคือเอวและสะโพกเพราะจะต้องโยกขึ้นลงตามจังหวะของการเตะเท้าและการดึงแขน



ภาพประกอบ 8 ลักษณะการว่ายน้ำแบบผีเสื้อ

4.เทคนิคการสอนและโค้ช (Teaching Coaching Techniques)

กองทุนพัฒนาสวัสดิการผู้ตัดสิน และผู้ฝึกสอน กีฬาว่ายน้ำ (2546 : 4-10) ได้จัดทำคู่มือผู้ฝึกสอน ซึ่งกล่าวถึงเทคนิคการสอนและโค้ชไว้ดังนี้

4.1 การแนะนำท่าและทักษะใหม่ (Introducing new strokes and skills) โค้ชมีหน้าที่รับผิดชอบในการชี้แนะนักว่ายน้ำให้เรียนรู้เทคนิคต่างๆ ซึ่งรวมถึงท่าแข่งขันทั้งสี่ท่าและการว่ายน้ำเดี่ยวผสมด้วยเทคนิคในการแข่งขัน การสตาร์ท การกลับตัว และการเข้าเส้นชัยตามที่กำหนดไว้กับรายการแข่งขันต่างๆ ก็รวมอยู่ในความรับผิดชอบของโค้ชจะต้องสอนด้วย

มีวิธีการสอนมากมายที่ใช้สำหรับการสอนเทคนิคว่ายน้ำ โค้ชควรตัดสินความมีประสิทธิภาพของวิธีแต่ละวิธีโดยการสังเกตเป็นรายบุคคล และโดยการพยายามที่จะได้มาซึ่งปฏิกิริยาที่ซื่อตรงจริงใจจากนักว่ายน้ำที่กำลังสอนอยู่

4.2 การใช้วิธีการที่มีประสิทธิภาพ (The use of effective methods) บางครั้งโค้ชก็เข้าใจผิดในตัวเองแล้วไปโทษนักว่ายน้ำที่เรียนรู้ช้าแทนที่จะตระหนักว่าวิธีการสอนต่างหากที่ควรได้รับการปรับปรุง ในขณะที่ความจริงก็คือมีวิธีการสอนมากมายที่สามารถนำมาใช้ให้เกิดผลได้มันก็เป็นความจริงเช่นกันที่ว่าบางวิธีการใช้ได้ผลกับนักว่ายน้ำมากกว่าวิธีอื่นๆ เราจะพูดถึงวิธีการสอนท่าว่ายน้ำต่างๆ ก่อนแล้วจึงค่อยพูดถึงทักษะในการแข่งขันที่สำคัญอื่นๆ

4.3 การฝึกซ้ำแล้วซ้ำอีก – ส่วนสำคัญส่วนหนึ่งของกระบวนการเรียนรู้

(Constant repetition-an important part of the learning process) เมื่อโค้ชนักว่ายน้ำเล็ก ๆ

ที่เพิ่งเริ่มต้นหัดแข่งว่ายน้ำ ต่อไปนี้คือสิ่งสำคัญ จงอดทนต่อความผิดพลาดของเทคนิคในท่าว่ายน้ำต่าง ๆ จนกว่านักว่ายน้ำนั้นจะว่ายติดต่อกันได้ สองร้อยเมตร โดยไม่มีการหยุด แล้วนักว่ายน้ำคนนั้นก็จะสามารถฝึกการเคลื่อนไหวหลาย ๆ อย่างได้แบบซ้ำไปซ้ำมาเองเพื่อแก้ไขข้อผิดพลาดต่างๆ และประสบความสำเร็จในการว่ายน้ำได้สวยงามตามต้องการต่อไป การพัฒนาให้ดูได้จากความอดทนเพื่อให้มีเวลามากพอสำหรับฝึกจะช่วยลดความคับข้องใจ และความท้อถอยได้ จงจำไว้ว่า “ฝึกซ้ำแล้วซ้ำอีกฝึกซ้ำแล้วซ้ำอีก ฝึกซ้ำแล้วซ้ำอีก” คือส่วนสำคัญของกระบวนการเรียนรู้ ยังมีเวลาฝึกการเคลื่อนไหวซ้ำมากเท่าไร การเคลื่อนไหวนั้นก็จะเป็นนิสัยและไข่ออกมาโดยอัตโนมัติมากขึ้นเท่านั้น

4.4 สาธิต อธิบายง่าย ๆ และฝึกท่าว่ายน้ำต่างๆ (Demonstrate explain simply and practise strokes)

วิธีง่าย ๆ ที่ใช้ได้ผลดีสำหรับการแนะนำท่าใหม่ก็คือให้นักว่ายน้ำที่ดีพอใช้สักคนสาธิตด้วยการว่ายน้ำขวางสระไปพร้อมกันนั้นโค้ชก็คอยให้คำอธิบายอย่างง่าย ๆ เป็นสิ่งที่ดีที่สุดที่จะใช้ นักว่ายน้ำที่มีอายุรุ่นราวคราวเดียวกัน สิ่งนี้จะช่วยให้ผู้เรียนรู้สึกว่าเป็นพวกเดียวกับผู้สาธิตจะดีกว่าด้วย ถ้าผู้สาธิตไม่มีระดับทักษะสูงกว่าพวกที่กำลังถูกสอนอยู่มากนัก เวลาที่จะสาธิตท่าที่เกือบสมบูรณ์คือเวลาหลังจากที่นักว่ายน้ำรู้สึกดีกับท่าว่ายน้ำนั้นแล้ว

การที่เราให้ผู้สาธิตว่ายน้ำขวางสระทำให้ผู้ที่เฝ้าดูอยู่มองเห็นได้ดีโดยไม่ต้องเคลื่อนไหว ผู้สาธิตควรว่ายน้ำขวางสระไปอย่างช้า ๆ สามหรือสี่เที่ยว หยุดหลังจากว่ายครบความกว้างแต่ละเที่ยวเพื่อให้โอกาสโค้ชที่จะอธิบายแล้วผู้สาธิตควรจะว่ายน้ำตรงเข้าหาผู้เรียนและว่ายน้ำออกจากผู้เรียนด้วย การทำเช่นนี้จะทำซ้ำได้หลาย ๆ ครั้ง ขั้นตอนอย่างนี้จะช่วยให้นักเรียนเห็นภาพทางด้านหน้าและด้านหลังด้วยไม่ควรมีการอธิบายยาว ๆ ก่อนที่จะเริ่มการสาธิต เริ่มสาธิตทันที ให้ฟังความสนใจไปที่หนึ่งหรือสองส่วนของท่าที่สาธิตอยู่เท่านั้น

การเรียงขั้นตอนที่เหมาะสมก็คือฟังความสนใจไปที่การจัดลำดับก่อนเป็นอันดับแรก แล้วก็ไปที่การใช้แขน แล้วก็ขาแล้วจึงเริ่มที่การหายใจ และสุดท้ายการประสานงานของทุกส่วนเพื่อให้ได้ท่าว่ายน้ำที่สมบูรณ์

4.5 อย่าบอกทุกอย่างที่คุณรู้แก่นักเรียน บางทีข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้นบ่อยที่สุดในหมู่

โค้ชแม้แต่คนที่มีความชำนาญมานานก็คือ พยายามอธิบายทุกสิ่งทุกอย่างเกี่ยวกับหัวข้อนั้น ตัวอย่างเช่น เมื่อมีการแนะนำท่าว่ายน้ำท่าหนึ่ง อย่างรวมเอาการอธิบายความแตกต่างระหว่างท่าว่ายน้ำแบบเร็วกับแบบระยะทางมาอธิบายด้วย จงละเรื่องเหล่านี้และรายละเอียดอื่นๆ ไว้ทีหลัง โค้ชควรปล่อยให้แนวความคิดของการเคลื่อนไหวที่ต้องการพัฒนาขึ้นอย่างช้า ๆ ในความคิดของนักว่ายน้ำการอธิบายมากเกินไปก่อนเวลาอันควรจะทำให้เกิดผลคือความสับสนในใจ (Mental indigestion) ขึ้นในภายหลัง ถ้ามีคำถามเกี่ยวกับรายละเอียดปลีกย่อย ให้รับไว้ด้วยความเคารพและตอบอย่างรวดเร็วหรือจะบอกว่าจะพูดถึงทีหลังในเร็ว ๆ นี้ก็ได้ (โค้ชต้องมั่นใจว่าจะรักษาสัญญาดังกล่าวได้เมื่อวันมาถึง)

เมื่อสาริตเสร็จสิ้นลง ต้องให้นักว่ายน้ำฝึกทันทีโดยมีจุดสนใจที่เน้นอย่างชัดเจน วิธีที่ดีที่สุดที่จะทำเช่นนี้ก็คือให้นักว่ายน้ำว่ายตามความยาวของสระเป็นชุดๆ แต่ละชุดมีจำนวนนักว่ายน้ำเท่ากับจำนวนลู่วิ่งของสระ นักว่ายน้ำทุกคนเข้าแถวหน้ากระดานในสระกลุ่มแปดคนในสระแปดลู่วิ่ง เป็นต้น

คำสอนสำหรับสองเที่ยวแรกของท่าฟรีสไตล์อาจจะเป็น “พุ่งออกไปยืดตัวหยุดเพื่อรู้สึกถึงลำตัวที่ถูกเหยียดออก คือท่าท่าสตรีนโลนออกไป แล้วว่ายน้ำด้วยความเร็วปานกลาง พร้อมกับการเอื้อมไปข้างหน้ายาว ๆ ทุกครั้งที่แขนลงน้ำ คิดเสมอเพื่อให้ไหลตรงกับเส้นลู่ที่อยู่ใต้ตัว (เส้นสมมุติของการเคลื่อนไหวของคุณ) อย่าเอื้อมจนเกินควร”

นักว่ายน้ำควรหยุดทุกเที่ยว เพื่อให้โค้ชเตือนจุดสนใจอย่างย่อ ๆ ก่อนที่จะว่ายเที่ยวต่อไป การสอนลำดับต่อไป อาจจะเป็น “พุ่งตัวออกไป ยืด จำไว้ว่าพยายามรักษาไหล่ให้ตรงไว้เสมอ ทุกครั้งที่มือลงน้ำ ที่นี้พยายามคิดว่าจะทำอย่างไรสโตรกจึงจะสูงเมื่อเริ่มดึงมือ ให้รู้สึกถึงแรงกดดันของน้ำขณะที่ดึงมือแล้วผลักมือไปข้างหลังใต้เอว” จะมีประโยชน์มากถ้าโค้ชทำท่าไปด้วยขณะที่สอน

4.6 สาริต อธิบาย แล้วให้นักเรียนว่ายน้ำปฏิบัติ ตอนนี้อาจมุ่งจุดสนใจไปที่การเตะขาและการหายใจและสุดท้ายท่าสัมพันธ์ ถ้าเป็นการแนะนำท่าว่ายน้ำเป็นครั้งแรกของฤดูกาล การสาริต การอธิบายและการฝึกควรจะรวมแล้วประมาณ สามสิบนาที ครั้งที่สองของฤดูกาลควรประกอบด้วยฝึกแบบออกกำลังกาย (Workout) การฝึกอาจเป็นการทบทวนและฝึกสิ่งที่อธิบายไว้ข้างบน ประมาณ สิบห้าถึงสามสิบนาที ครั้งที่สามและสี่ การทบทวนอาจเสร็จภายใน ห้าถึงสิบนาทีในระหว่างที่มีการทบทวนแต่ละครั้ง ควรจะเพิ่มรายละเอียดปลีกย่อยที่ทำให้ทำดีขึ้นไปอีกเพิ่มเข้ามาเสมอจุดสนใจของ นักว่ายน้ำมุ่งไปที่สิ่งเหล่านี้ในระหว่างการฝึกว่ายน้ำแต่ละเที่ยว

เป็นนโยบายที่ดีที่จะให้มีการทบทวนท่าว่ายน้ำทุกท่าการสตาร์ท การกลับตัว และการเปลี่ยนท่า แต่ตอนต้น ๆ ของแต่ละฤดูกาล การทบทวนนี้ต้องให้นักว่ายน้ำไม่วาระดับใดมาเข้าร่วมเสมอ นี่คือเวลาที่โค้ชจะอธิบายการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการในเรื่องเทคนิคและทำให้มีการปรับปรุงท่าว่ายน้ำโดยละเอียดที่จำเป็นมากขึ้น

ก่อนที่จะเริ่มการสะสมระยะทางตั้งแต่ตอนต้นฤดูกาล โค้ชควรแน่ใจว่านักว่ายน้ำมีเทคนิคและรูปแบบในการว่ายน้ำที่ประสบความสำเร็จแล้ว สิ่งเหล่านี้ไม่เพียงรวมถึงท่าว่ายน้ำจริงเท่านั้นแต่รวมถึงการสตาร์ท การกลับตัวและเทคนิคการเข้าเส้นชัยเพื่อการแข่งขันด้วย

4.7 สอนการใช้แขนก่อนเพื่อการควบคุมการเคลื่อนไหวที่ดีกว่าสิ่งแรกที่จะต้องพัฒนา คือการใช้แขนในแต่ละท่า โค้ชและหนังสือตำราส่วนใหญ่จะเริ่มการสอนที่การใช้ขาก่อน แล้วต่อด้วยการใช้แขนคุณอาจลองทั้งสองแนวทางด้วยตัวคุณเองจากเหตุการณ์ตัวอย่างส่วนมาก มีเหตุผลที่น่าเชื่อถือได้ว่าการพัฒนาการใช้แขนก่อนจะก่อให้เกิดการว่ายน้ำที่มีทักษะอย่างดีในเวลาอันสั้นกว่าข้อแรก การใช้แขนมีผลที่ชัดเจนต่อความสมดุลหรือการทรงตัวของร่างกาย ถ้าการใช้แขนได้รับการฝึกทักษะอย่างดี กลไกของศีรษะ การจัดวางลำตัวและการใช้ขาจะง่ายขึ้นซึ่งจะมีผลโดยรวมต่อ

การว่ายน้ำทุกท่า นอกจากนี้อะไหล่ยังมีความถนัดใช้สูงและมีความสามารถในการใช้งานที่มีทักษะมากกว่า อวัยวะส่วนอื่น ในร่างกายส่วนใหญ่แขนจะปรากฏอยู่ในสายตามากกว่าส่วนอื่นจึงควบคุมได้ง่ายกว่า เพราะแขนคือส่วนที่ให้แรงขับเคลื่อนสูงสุด นักว่ายน้ำจึงมัก จะมีความรู้สึกที่ประสบความสำเร็จได้ มากกว่าด้วยการเรียนการใช้แขนก่อน

4.8 ใช้แบบฝึกเพื่อการแก้ไขรายละเอียดของท่าว่ายน้ำสอนการเคลื่อนไหวทั่วๆ ไปก่อน การทำสิ่งที่ซับซ้อนจะตามมาทีหลัง ทันทีที่นักว่ายน้ำมีเทคนิคโดยทั่วไปดีพอสำหรับแต่ละ ท่าว่ายน้ำการฝึกก็ควรจะเริ่มที่การพัฒนารายละเอียดได้เลื่อยๆ อารมณ์เสียกับรายละเอียดจนกว่า นักว่ายน้ำจะมีความคิดที่ดีต่อท่าว่ายน้ำนั้น และสามารถทำมันได้ดีพอควรเกือบเหมือนกับการที่ เด็กเล็ก ๆ คนหนึ่งเพิ่งเรียนการพิมพ์เป็นครั้งแรก ถ้าครูยืนยันว่าอักษรทุกตัวจะต้องสมบูรณ์ เกือบทั้งหมด ตั้งแต่ต้น ก็จะทำให้เกิดความเครียดและความคับข้องใจที่ไม่จำเป็นขึ้นกับที่ครูและ นักเรียน แรงจูงใจและความกระตือรือร้นจะลดลง ป่วยการที่จะพูดถึงความสนุกเพลิดเพลิน จำเป็นที่เราจะต้องยอมรับความจริงที่ว่าความสามารถในการทำสิ่งที่ซับซ้อนอย่างทักษะและ ท่าว่ายน้ำที่ใช้ในการแข่งขันนั้นย่อมพัฒนาไปอย่างช้าๆ ค่อยๆ ปรากฏออกมา จากความพยายาม แบบหยาบ ๆ ไม่ได้กลั่นกรอง จนถึงระยะหลังที่มีความสามารถสูงในระดับนักกีฬาที่มีวุฒิภาวะ

4.9 จงมีความอดทนต่อข้อผิดพลาดต่าง ๆ ความตั้งใจที่จะอดทนต่อข้อผิดพลาดใน ช่วงแรกๆ ของการเรียนรู้ที่มากกว่าจะช่วยทำให้ผลในตอนท้ายดีขึ้นแน่นอน ขอให้เราเพียงแต่คิดถึง วิธีที่เขาสอนเปียโนกันในอดีตก็จะเข้าใจ การแก้ไขมือและนิ้วเป็นสิ่งที่ครูต้องการตั้งแต่แรก การฝึกไล่เรียงและแบบฝึกต่าง ๆ คือสิ่งที่ต้องเล่น แม้แต่พยายามจะให้มีการเลือกเป็นครั้งแรก การเลือกนั้นก็ยังเป็นสิ่งที่ครูคิดว่าควรจะต้องเล่นอยู่นั่นเอง ความสนุกเพลิดเพลินและความสำเร็จไม่รู้ อยู่ที่ไหน นักเรียนไม่เคยได้พบเลย ผลก็มักจะกลับตาลปัตรกับที่ครูตั้งใจไว้ เด็กๆ หลายคนเลิกเรียน และพยายามบอกพ่อ แม่ ผู้ปกครอง ไม่ว่าจะโดยทางตรงหรือทางอ้อม ว่ามันเป็นการเรียนที่มีแต่ ความขาดทุน

เด็กๆ เปลี่ยนแปลงและเจริญเติบโตและมีหลายสิ่งที่จะต้องพูดว่า จงใช้วิธีการ ขั้นตอนทีพอสมควรและมีเหตุผล ในความคาดหวัง และการเรียกร้องของเราโดยเฉพาะในช่วงแรก ของการแนะนำท่าว่ายน้ำสำหรับการแข่งขันเมื่อพรสวรรค์เริ่มปรากฏออกมาและความสามารถได้รับการ ปรับปรุงขึ้น จึงค่อยเพิ่มความคาดหวังในเรื่องระเบียบวินัยและการแก้ไขเทคนิคในระดับรายละเอียด บลึกล่อยต่อไป

เมื่อนักว่ายน้ำเข้าใจดีเกี่ยวกับวิธีที่จะทำท่าที่ถูกต้องในเกณฑ์หลักๆ ของท่านั้น ได้แล้ว จึงค่อยแนะนำรายละเอียดของท่านั้นในภายหลัง เพื่อปรับปรุงการเคลื่อนไหวให้มีความ แม่นยำ และคิดให้ทำสวยขึ้น

4.10 พัฒนาความอดทนเพื่อให้ นักว่ายน้ำที่เริ่มต้นใหม่สามารถฝึกการเคลื่อนไหว ซ้ำแล้วซ้ำอีกได้มากพอเป็นสิ่งที่สมควรที่จะพูดซ้ำย้ำว่านักว่ายน้ำควรจะสามารว่ายน้ำได้อย่างน้อย สองร้อยเมตรโดยไม่มีการหยุดพักก่อนที่จะให้จุดสนใจเกี่ยวกับการแก้ไขรายละเอียดของท่าว่ายน้ำ ก่อนจะถึงเวลานั้นโค้ชควรใช้ความพยายามในการสนับสนุนให้นักว่ายน้ำพัฒนาความอดทนจะดีกว่า

ในขั้นตอนนี้โค้ชควรแก้ไขสิ่งผิดทั่ว ๆ ไปมากกว่า โค้ชทั้งหลายรู้ดีว่านักว่ายน้ำบางคนแก้ไขข้อผิดพลาดหลายอย่างได้ด้วยตนเอง แต่ทุกคนจะแก้ไขข้อผิดพลาดได้หลายข้อด้วยเมื่อพวกเขาพัฒนาความอดทน การว่ายน้ำเพื่อพัฒนาความอดทนยังช่วยพัฒนาความรู้สึกเกี่ยวกับจังหวะต่อเนื่องจนเป็นนิสัยอีกด้วยควรจะกันเวลาสักห้าถึงสิบนาทีไว้สำหรับการฝึกแบบฝึกเพื่อพัฒนาความแม่นยำของท่าว่ายน้ำเป็นประจำทันทีที่นักว่ายน้ำพัฒนาตัวเองขึ้นมาถึงระดับนี้

4.11 สาธิต อธิบายอย่างง่าย ๆ และฝึกทักษะต่าง ๆ การสตาร์ท การกลับตัว การกลับตัวเดี่ยวผสมการกระโดดเพื่อเปลี่ยนตัวในการว่ายน้ำผลัด และเทคนิคในการเข้าเส้นชัยในการแข่งขัน คือทักษะของการว่ายน้ำเพื่อการแข่งขัน

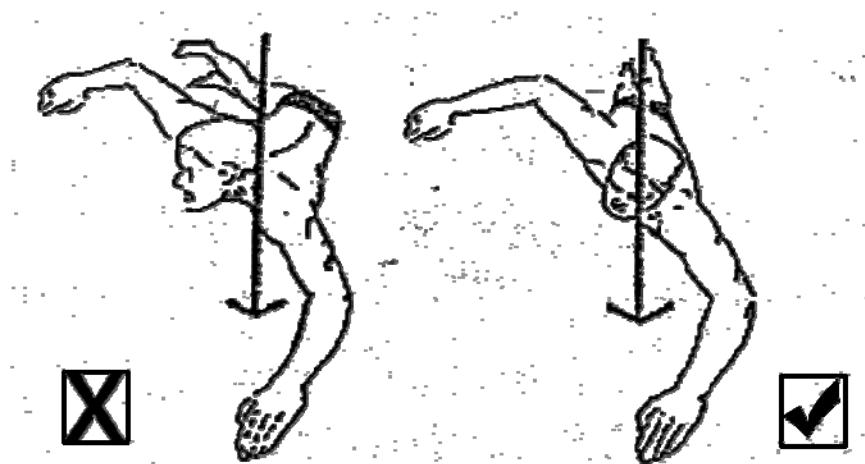
ทักษะเหล่านี้ควรสอนโดยใช้วิธีที่คล้ายกับที่ได้อธิบายไว้ในเรื่องท่าว่ายน้ำเริ่มด้วยการสาธิตทักษะนั้นอย่างง่าย ๆ ใช้แบบฝึกที่มีอยู่ในคู่มือระดับหนึ่ง ใช้เวลาที่กำหนดไว้แน่นอน อาจเป็นสิบห้า หรือ ยี่สิบนาที เพื่อแนะนำและฝึกทักษะใหม่ อย่าใช้เวลานานเกินไปกับทักษะใหม่ การใช้เวลาฝึกที่สั้นกว่าแต่ทำประจำ จะได้ผลดีกว่าการใช้เวลาฝึกที่นานแต่ฝึกนาน ๆ ครั้ง

4.12 ทบทวนและย้ำให้ทักษะแน่น แต่ในขณะเดียวกันต้องฝึกเพื่อความก้าวหน้า ที่ละเล็กละน้อยด้วยอีกครั้ง ที่จะบอกว่าอย่าคาดหวังมากเกินไปในตอนแรก จงมีความตั้งใจที่จะยอมรับว่าความคิดทั่ว ๆ ไปเกี่ยวกับทักษะเป็นจุดเริ่มต้นที่ดี เมื่อการฝึกซ้อมก้าวหน้าไป โค้ชควรพยายามให้มีมาตรฐานที่สูงขึ้นและสูงขึ้น อย่าลืมที่จะทบทวนและฝึกทักษะเดิมที่สอนไว้ในระหว่างการฝึกก่อนให้เน้น เนื่องจากทักษะที่ใหม่และซับซ้อนไม่อาจเรียนรู้ให้ชำนาญได้ในเวลาอันสั้น ความอดทน และการรู้จักมองข้ามในขั้นตอนนี้จะส่งผลดีในภายหลัง แน่นนอน

การจับคู่ให้นักว่ายน้ำใหม่กับนักว่ายน้ำที่มีประสบการณ์มากกว่าซึ่งสามารถทำทักษะที่ฝึกอยู่ได้ดีกว่าก็มีประโยชน์ นักว่ายน้ำเรียนรู้จากนักว่ายน้ำด้วยกันได้มากทีเดียว และมักจะมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันเพื่อให้ผ่านความยากลำบากไปได้อยู่เสมอ เป็นสิ่งสำคัญที่จะจับคู่ให้นักว่ายน้ำใหม่กับคนที่เขาชอบและไว้วางใจ จับคู่คนใหม่ที่ขี้อายและดูไม่มั่นใจตัวเองกับคนที่เอาใจเก่ง และชอบช่วยเหลือผู้อื่น คนที่ชอบอะอะโววาย ยากแก่การควบคุมดูแลกับคนที่หนักแน่น มั่นใจตัวเอง มีลักษณะเป็นผู้นำ การจับคู่อย่างนี้จะมีคุณค่าต่อการพัฒนาท่าว่ายน้ำด้วย

4.13 การค้นหาและแก้ไขข้อผิดพลาด เรื่องนี้จะพูดกันในรายละเอียดมากขึ้นในระดับสามแต่จะพูดถึงบางส่วนในที่นี้เพื่อเป็นการเริ่มต้น

เราได้เริ่มบรรยายไว้ก่อนแล้วว่ามันสำคัญที่จะรู้จักอดทนและมองข้ามข้อผิดพลาดต่าง ๆ จนกว่านักว่ายน้ำจะมีความคิดทั่วไปที่ดีกับท่าว่ายน้ำหรือทักษะนั้นเสียก่อน สิ่งนี้เป็นหลักการข้อแรกของการแก้ไขข้อผิดพลาดมุ่งเน้นที่ความอดทนและความคิดทั่วไปก่อน แล้วสอนรายละเอียดภายหลัง เหตุผลที่ทำเช่นนี้สำคัญ คนเราไม่สามารถให้ความสนใจกับรายละเอียดจำนวนมากได้ในขณะที่กำลังเรียนรู้ และการตอกย้ำ “การแก้ไขความสามารถ” มากเกินไปอาจทำให้ความก้าวหน้าชะงักได้ นักว่ายน้ำจะเกิดความท้อถอยและ ความสนุกหลายส่วนจะหายไปกับการเรียนรู้ จงจัดเตรียมให้นักว่ายน้ำใหม่มีโอกาสที่จะได้รับประสบการณ์ก่อนที่จะค่อย ๆ เรียนรู้ที่จะสามารถรับมือกับแง่มุมทางเทคนิคที่ซับซ้อนมากขึ้น



ภาพประกอบ 9 ลักษณะผิดพลาดของลำตัว

การแก้ไขข้อผิดพลาดควรเริ่มด้วยการบอกที่ชัดเจนว่าจะให้นักว่ายน้ำทำอะไร ตัวอย่างเช่นโค้ชอาจเห็นนักว่ายน้ำเคลื่อนไหวน้ำศีรษะผิดในการว่ายน้ำฟรีสไตล์ จึงสังเกตนักว่ายน้ำน้ำอย่างละเอียดรอบคอบจนมองเห็นภาพชัดเจนว่าความผิดพลาดนั้นเป็นอย่างไรก่อนที่จะพูดกับนักว่ายน้ำแล้วโค้ชก็อาจพูดว่า “จำได้ไหมที่เราพูดว่าเวลาหายใจ ควรรักษาตำแหน่งของศีรษะให้เป็นแนวเดียวกับแกนตามยาวของลำตัว (โค้ชสาธิตให้ดูขณะที่พูดไปด้วย) ขณะที่เรากำลังหายใจทางขวา เมื่อเธอเห็นศีรษะเธอพับคอด้วยทำให้หูขวาเบียดเข้าหาไหล่ขวาอย่างนี้ (โค้ช ทำให้อู) ที่นี้เวลาว่ายน้ำให้เธอรู้สึกเหมือนว่าคอพับ (ยกศีรษะขึ้น) อย่างที่บอก แล้วพยายามทำให้มันตรงขณะหายใจ อย่าให้มีการเอามุมาเบียดเข้าหาไหล่” โค้ชเฝ้าดูนักว่ายน้ำต่อไปแล้วคุยกับนักว่ายน้ำอีกครั้งหลังจากว่ายน้ำไปอีกสองสามเที่ยว

4.14 แสดงความชื่นชมเมื่อทำได้ดีขึ้น จงแน่ใจว่าจะไม่พลาดการแสดงความชื่นชมเมื่อทำได้ดีขึ้นและให้รางวัลด้วยการพูดอะไรบางอย่างเช่น “เออ ดีขึ้น ๆ เราจะฝึกกันต่ออีกสักหน่อยนะ” ถ้าไม่เห็นว่ามีอะไรดีขึ้น จงพยายามใจเย็น ๆ และพยายามใช้วิธีการที่แตกต่างไปบ้าง “นี่ ศีรษะเธอยังยกอยู่นะ ขึ้นมานีก่อนสิ ลองวิธีอื่นดูบ้าง นอนลงบนม้านี่ ครูจะจับศีรษะเธอให้ทำเหมือนที่เธอทำตอนหายใจนะ (โค้ชเอามือจับศีรษะ นักว่ายน้ำแล้วหันไปทางขวาพร้อมกับทำให้มันยกขึ้นด้วย) รู้สึกถึงไหมว่า หูขวาเบียดเข้าหาไหล่ขวาได้อย่างไร ที่นี้มาทดลองความรู้สึกแบบนี้ดูบ้าง ครูจะหันศีรษะเธอโดยไม่ให้มีการพับคอ ลองทำดูสัก สาม สี่ ครั้ง รู้สึกแตกต่างกันไหม ที่นี้มาลองดูซิว่าเธอจะทำตอนที่ว่ายอยู่ในน้ำ ได้ไหม”

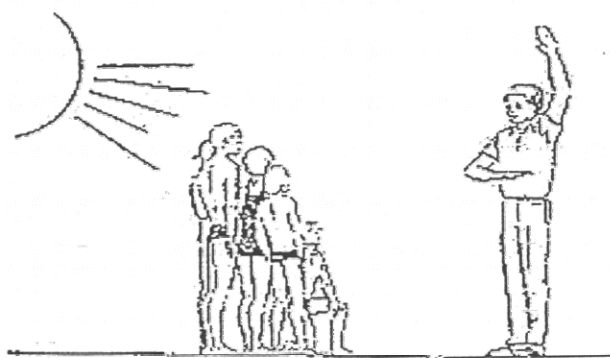
จงสังเกตว่ามันเป็นเรื่องสำคัญที่จะโยกการแก้ไขข้อผิดพลาดเข้ากับการสอนในช่วงแรก ๆ ของคุณ จำได้ไหมที่บอกว่าเราต้องทำศีรษะให้ตรง ๆ เป็นสิ่งสำคัญด้วยที่จะให้นักว่ายน้ำรู้สึกถึงสิ่งที่ทำผิด “ขณะว่ายน้ำเธอต้องสังเกตว่าเธอรู้สึกว่าการคอเธอพับ แบบนั้นหรือไม่” แล้วโค้ช

และนักว่ายน้ำก็จะมีโอกาสดีขึ้นที่รู้ว่าทั้งสองฝ่ายกำลังพูดเรื่องเดียวกัน เมื่อนักว่ายน้ำสามารถรู้สึกรู้ว่า เขากำลังทำอะไร เขาก็มีโอกาสมากขึ้นที่จะสามารถแก้ไขมันโดยการเปรียบเทียบสิ่งผิดกับความรู้สึกของเทคนิคที่แก้ไขแล้วอีกนิดหนึ่งเกี่ยวกับการสาธิต

เราได้พูดกันมานานแล้วเกี่ยวกับการใช้การสาธิตขณะสอนท่าว่ายน้ำและทักษะต่างๆ ข้อคิดเพิ่มเติมอีกสักเล็กน้อยจะมีประโยชน์มาก จงวางแผนการสาธิตอย่างละเอียดรอบคอบ และเมื่อเป็นไปได้ ให้ซักซ้อมก่อนที่จะใช้ การสาธิตที่ล้มเหลวจะมีผลเสียตามมาซึ่งทำให้นักว่ายน้ำสับสนต่อไปอีกในภายหลัง

เลือกนักว่ายน้ำที่มีความสามารถใกล้เคียงมากๆ กับนักว่ายน้ำที่จะสาธิตให้ดู ถ้าความสามารถของนักว่ายน้ำที่จะสาธิตให้ดู ห่างล้าหน้าไปมากกว่ากลุ่มนักว่ายน้ำที่ดูอยู่มากเกินไป จะก่อให้เกิดความท้อถอยมากกว่ากำลังใจ พยายามเปลี่ยนนักว่ายน้ำที่สาธิตบ้าง อย่าใช้แต่คนเดิม ความสนใจที่ได้รับระหว่างการเป็นผู้สาธิตเป็นรางวัลที่ดีมากและควรจะใช้เป็นแรงจูงใจแก่นักว่ายน้ำให้มากคนที่สุดท้ายที่จะทำได้ โดยการเปลี่ยนผู้สาธิตบ่อย ๆ

เวลาสำหรับการสาธิตท่าว่ายน้ำและทักษะระดับสูงที่เกือบสมบูรณ์แบบคือ เมื่อนักว่ายน้ำทำท่าว่ายน้ำหรือทักษะนั้นได้มากแล้วและจำเป็นต้องมุ่งเน้นที่รายละเอียดมากขึ้นเพื่อให้ท่าและทักษะเหล่านั้นดีขึ้นอีก ความคิดนี้อาจขัดกับความเชื่อที่นิยมกัน คือการสาธิตที่สมบูรณ์แบบสำหรับการเรียนทักษะใหม่อาจมีประสิทธิภาพน้อยกว่าการสาธิตที่ระดับทักษะอยู่ในระดับธรรมดา ๆ แม้ว่า การทำเช่นนั้นอาจจะแสดงความผิดพลาดที่มีอยู่ตามปกติออกมา แต่โดยทั่วๆ ไปให้เลือกผู้สาธิตที่จะสนองจุดประสงค์ในทางบวกได้มากที่สุดไว้ก่อน



ภาพประกอบ 10 ลักษณะการสาธิตที่เหมาะสม

แนะนำท่าใหม่แต่เพียงสั้นๆ แล้วเริ่มการสาธิตให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้ จัดกลุ่มให้ทุกคนสามารถเห็นและได้ยิน สิ่งนี้อาจหมายถึงการให้แถวหน้านั่งหรือคุกเข่า จัดให้ผู้จัดการสาธิตหันหลังให้ดวงอาทิตย์หรือหน้าต่างที่มีแสงจ้า การทำเช่นนี้จะช่วยลดการรบกวนจากแสงจ้าและการสะท้อนแสงอื่นๆ



(พอดิ)



1. มองมือที่ลงน้ำ
 2. หายใจเข้า
 3. รู้สึกถึงแรงกดดันของน้ำบนมือ
- ถูกต้อง**



(มากเกินไป)



1. มองมือที่ลงน้ำ
2. หายใจเข้า
3. รู้สึกถึงแรงกดดันของน้ำบนมือ
4. ให้ศอกสูงกว่ามือ
5. งอศอก 90 องศา
6. มองตรงไปข้างหน้าตลอดเวลา

ผิด

ในระหว่างการสาธิตหนึ่งครั้งให้มุ่งเน้นจุดสนใจเพียงสองหรือสามจุดที่ชี้เฉพาะอย่างชัดเจนเท่านั้นอย่าพยายามสอนเลยไปถึงห้าหรือหกประเด็นหรือมากกว่า

4.14 หลีกเลี่ยงการไค้ชด้วยภาษาที่เข้าใจยาก (Jargon)

จงใช้ภาษาธรรมดาและหลีกเลี่ยงภาษาแสลงหรือภาษาที่เข้าใจยาก

ให้เปรียบเทียบความแตกต่างการอธิบายต่อไปนี้ที่ใช้ร่วมกับการสาธิตการหายใจในท่าฟรีสไตล์

4.14.1 ภาษาที่เรียบง่าย “ทันทีที่ศีรษะหันไปมากพอจนปากพ้นผิวน้ำ

สุดลมหายใจ ทันที”

4.14.2. การไค้ชด้วยภาษาที่เข้าใจยาก “อย่าหายใจออกจนเกินจุดที่ถูกต้อง

การหายใจออกต้องหยุดทันทีที่ศีรษะโรเตต (Rotate) ไปทางด้านข้างเพื่อให้ปากพ้นน้ำ ที่จุดนี้การหายใจเข้าจะเริ่มตื้นขึ้น” การไค้ชด้วยภาษาที่เข้าใจยากนอกจากจะมีถ้อยคำที่เป็นศัพท์เทคนิคที่ไม่จำเป็นแล้วยังมีความคลุมเครือและชี้เฉพาะน้อยกว่าภาษาที่เรียบง่าย เราสามารถและควรใช้ศัพท์เทคนิคที่พอดิกับระดับความรู้กับนักว่ายน้ำที่มีประสบการณ์โดยพูดให้ชัดเจน ในการสาธิตเพื่อเป็นการแนะนำท่าใหม่ควรหาคำที่เรียบง่ายและคุ้นหูมาอธิบาย เหมือนหมอบประจำรอบครีวที่ดีแปลศัพท์เทคนิคทางแพทย์ที่เข้าใจยากให้เป็นภาษาที่เข้าใจง่ายอย่างนั้น

ขอให้ให้นักว่ายน้ำถามปัญหาที่ไม่เข้าใจในระหว่างและหลังจากการสาธิตเพื่อให้นักว่ายน้ำที่ดูการสาธิตนั้นมีโอกาสได้คลี่คลายส่วนที่ไม่แน่ใจออกไป

4.15 มุ่งไปที่ประเด็นสำคัญหนึ่งหรือสองข้อ

ทันทีที่การสาธิตสิ้นสุดลงให้ติดตามด้วยการเน้นจุดสนใจให้แก่ักว่ายน้ำทันที เพียงหนึ่งหรือสองข้อที่สำคัญที่สุด ฝาดูอย่างละเอียด พร้อมทั้งจะอธิบายซ้ำและเน้นย้ำอีกครั้ง และให้การเตือนใจสั้น ๆ

ในรูปแบบของ “การสาธิตย่อย” (Mini-demonstration) จากขอบสระตัวอย่างเช่น “ที่นี้จำไว้นะ เริ่มสุดลมหายใจเข้าไปอย่างนี้ (โค้ชก้มตัวลงเหนือขอบสระ) ทันทีที่ปากของเธอพ้นน้ำ”



ภาพประกอบ 11 ลักษณะการดัดแปลงให้แบบฝึกตามความเหมาะสม

4.16 ดัดแปลงให้แบบฝึกตามความเหมาะสม

แบบฝึกซึ่งโค้ชใช้ในการชี้แนะแขนขาของนักว่ายน้ำไปสู่รูปแบบการเคลื่อนไหวที่ต้องการมักจะถูกละเลย แต่มันเป็นสิ่งที่มีความสำคัญที่มีประโยชน์สำหรับกระบวนการเรียนรู้

จากการศึกษาเอกสารการเรียนรู้ว่ายน้ำครูผู้ฝึกสอนมีส่วนร่วมสำคัญในการเรียนรู้ของผู้เรียนดังนั้นครูผู้ฝึกสอนควรศึกษาเทคนิคและวิชาการใหม่ๆ เช่น รู้จักนำจิตวิทยา ซึ่งเป็นวิชาที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์มาใช้ปรับสภาพจิตใจของนักกีฬาให้มากพอกับการฝึกทางด้านร่างกาย เพื่อเป็นการเตรียมพร้อมในการพัฒนาส่วนต่างๆ ของนักกีฬาให้มีประสิทธิภาพสูงขึ้น มีบุคลิกภาพที่มีความผสมผสานกลมกลืนเป็นอย่างดี นอกจากนี้ ครูผู้ฝึกสอนควรมีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) หรือย่อว่า อีคิว (EQ) เพื่อจะได้นำความรู้ด้าน EQ ไปพัฒนานักกีฬาว่ายน้ำและเยาวชนให้รู้จักพัฒนาบุคลิกภาพทางอารมณ์ ซึ่งจะ使他成为คนที่สามารถควบคุมอารมณ์ด้วยการใช้สติปัญญาที่มีอยู่แก้ปัญหาได้อย่างฉลาด ถูกต้อง มีเหตุและผล จึงจะทำให้มีประสิทธิภาพการเรียนการสอนดียิ่งขึ้น

5. การเรียนการสอนว่ายน้ำของสระว่ายน้ำภาครัฐที่เกี่ยวข้อง

5.1 กรุงเทพมหานคร สำนักสวัสดิการสังคม

สำนักสวัสดิการสังคม (2542 : 5 - 8) ได้สรุปขอบข่ายการดำเนินงานศูนย์ฝึกกีฬาว่า ศูนย์ฝึกกีฬาเป็นหน่วยงานหนึ่งของฝ่ายส่งเสริมกีฬา กองการกีฬาสำนักสวัสดิการสังคม กรุงเทพมหานคร มีหน้าที่ส่งเสริมสนับสนุนเผยแพร่กิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬาเพื่อพัฒนา

คุณภาพและศักยภาพของเด็ก เยาวชนและประชาชนทั่วไป รูปแบบของการให้บริการของศูนย์ฝึกกีฬา เป็นการจัดการเรียนการสอน การฝึกอบรม การแนะนำ เพื่อพัฒนาเด็ก เยาวชนและประชาชน ให้มีทักษะในการเล่นกีฬา สามารถเล่นกีฬาได้ ดูกีฬาเป็น มีเจตคติที่ดีต่อการออกกำลังกายและเล่นกีฬา มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง มีคุณธรรม มีวินัย มีน้ำใจนักกีฬา และรู้จักการทำงานเป็นหมู่คณะ

ศูนย์ฝึกกีฬาดำเนินงานในขอบเขตวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้

1. เป็นศูนย์กลางการพักผ่อนหย่อนใจของเยาวชน และประชาชนทั่วไป
2. ส่งเสริมการกีฬาสำหรับเยาวชน และประชาชน เพื่อให้มีสุขภาพพลานามัยสมบูรณ์ ทั้งร่างกายและจิตใจ
3. ให้บริการเกี่ยวกับการแนะนำด้านการออกกำลังกายและกีฬาแก่สมาชิก และบุคคลทั่วไปอันเป็นประโยชน์แก่ตนเองและชุมชน
4. เสริมสร้างพฤติกรรมที่ดีงามแก่เยาวชน และประชาชนในส่วนที่เกี่ยวกับระเบียบวินัย ขนบธรรมเนียมประเพณีและเอกลักษณ์ของชาติ
5. เผยแพร่กิจกรรมของศูนย์และร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับหน่วยงานทั้งภาครัฐ และเอกชน ในอันที่จะส่งเสริมกิจการของศูนย์ให้กว้างขวางยิ่งขึ้น

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ประชาชนของกรุงเทพมหานคร สามารถใช้บริการด้านการออกกำลังกายและกีฬาได้ จำนวนมากขึ้น เป็นผลโดยตรงต่อการผ่อนคลายความเครียด และความสมบูรณ์แข็งแรงของสุขภาพ ร่างกายของประชาชนโดยตรง
2. การใช้บริการของประชาชนในศูนย์ฝึกกีฬาทั้ง 4 แห่งได้รับการตอบสนองต่อความต้องการได้รวดเร็วขึ้น
3. องค์การด้านการกีฬาของประชาชน ได้รับการส่งเสริมให้มีความเข้มแข็งและประชาชนมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมสำหรับตนเองได้มากขึ้น
4. นักกีฬาของกรุงเทพมหานครมีจำนวนเพิ่มขึ้น มีนักกีฬาที่มีศักยภาพสูงสามารถพัฒนาสู่ความเป็นเลิศมากขึ้น ส่งผลให้มาตรฐานการกีฬาท้องถิ่นได้รับการพัฒนาตามไปด้วย

การเปิดทำการและปิดบริการของศูนย์ฝึกกีฬาในสังกัดกรุงเทพมหานคร

1. งานเกี่ยวกับงานด้านธุรการ บริหารทั่วไป การเงิน วิชาการให้บริการวันจันทร์ถึงศุกร์ ตั้งแต่เวลา 08.30 น. ถึง 16.00 น. ปิดวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดราชการ
2. งานเกี่ยวกับการให้บริการด้านออกกำลังกายและกีฬาและกิจกรรมอื่นๆ เปิดบริการ วันอังคารถึงวันเสาร์ ตั้งแต่เวลา 10.00 น. ถึง 18.00 น. ปิดวันอาทิตย์ วันจันทร์และวันหยุดราชการ
3. ศูนย์ส่งเสริมกีฬาเปิดบริการวันอังคารถึงวันเสาร์ ตั้งแต่เวลา 18.00 น. ถึง 21.00 น. สำหรับวันอาทิตย์และวันหยุดราชการเปิดบริการตั้งแต่เวลา 13.00 น. ถึงเวลา 18.00 น. ปิดวันจันทร์

ในกรณีจำเป็นเพื่อประโยชน์แก่ราชการของกรุงเทพมหานคร ให้ผู้อำนวยการสำนักสวัสดิการสังคมส่งบริการของศูนย์ฝึกกีฬา หรือศูนย์ส่งเสริมกีฬาบางส่วน หรือทั้งหมดได้ตามกรณี

สมาชิกของศูนย์ฝึกกีฬาและศูนย์ส่งเสริมกีฬา

แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

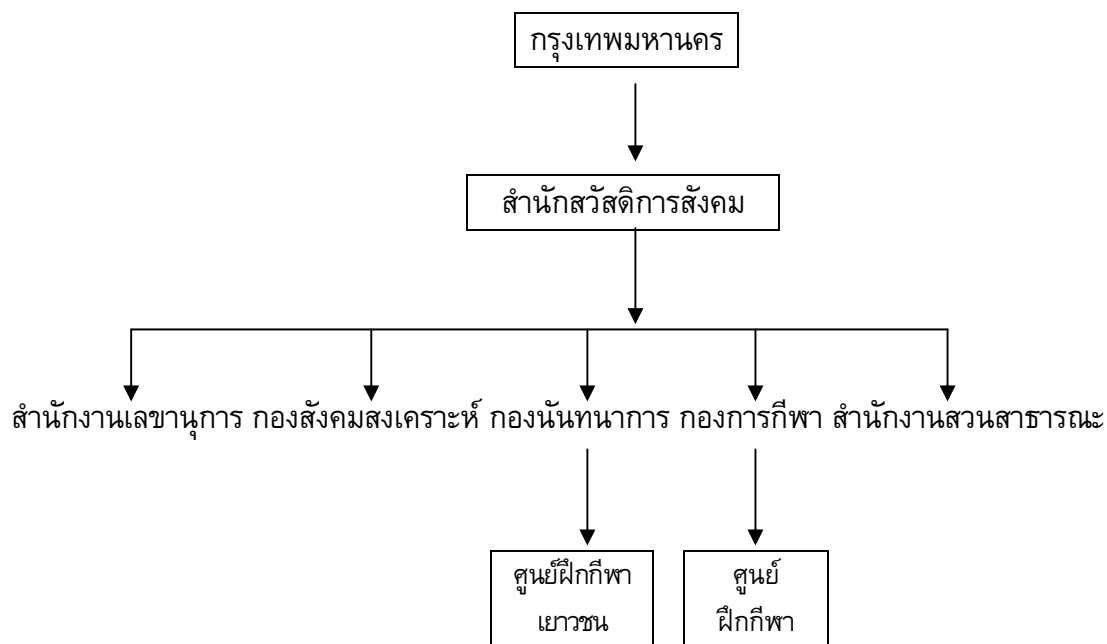
1. ประเภทสมาชิกศูนย์ฝึกกีฬาแบ่งเป็น 2 ระดับอายุคือ อายุตั้งแต่ 8 ปีถึง 18 ปีอัตราค่าสมาชิก 10 บาท และอายุ 18 ปีขึ้นไป อัตราค่าสมาชิก 40 บาทต่อปี
2. ประเภทสมาชิกศูนย์ส่งเสริมกีฬาอายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป อัตราค่าสมาชิก 40 บาทต่อปี

ผู้สมัครเป็นสมาชิกของศูนย์ฝึกกีฬาและศูนย์ส่งเสริมกีฬาจะต้องมีคุณสมบัติดังต่อไปนี้

1. มีความประพฤติเรียบร้อย
2. ไม่เป็นโรคติดต่อร้ายแรง

การสมัครเป็นสมาชิกต้องยื่นใบสมัครต่อเจ้าหน้าที่พร้อมหลักฐานต่าง ๆ ดังนี้

1. หนังสือรับรองจากบิดามารดาหรือผู้ปกครองในกรณีผู้สมัครยังไม่บรรลุนิติภาวะ
2. บัตรประจำตัวประชาชน บัตรประจำตัวข้าราชการหรือเอกสารอื่นในลักษณะเดียวกันที่ทางราชการหรือสถาบันการศึกษาออกให้สำหรับผู้ที่ไม่อยู่ในบังคับต้องมีบัตรประจำตัวประชาชนตามกฎหมายว่าด้วยบัตรประจำตัวประชาชน
3. รูปถ่ายหน้าตรงไม่สวมหมวกและแว่นสีเข้มขนาด 1 นิ้ว จำนวน 2 รูป บัตรประจำตัวสมาชิกของศูนย์ฝึกกีฬาและศูนย์ส่งเสริมกีฬา มีอายุ 1 ปี นับตั้งแต่วันออกบัตร ในกรณีบัตรประจำตัวสมาชิกสูญหายหรือชำรุดใช้การไม่ได้ สมาชิกต้องทำบัตรใหม่



แผนภูมิการแบ่งส่วนราชการการกีฬา สำนักสวัสดิการสังคม (สำนักสวัสดิการสังคม. 2542 : 147)

โครงการฝึกสอนกีฬาว่ายน้ำ

วัตถุประสงค์

- เพื่อส่งเสริมความรู้ด้านกีฬา
- เพื่อใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ช่วยลดปัญหายาเสพติด
- เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกาย
- เพื่อส่งเสริมทักษะและพัฒนาฝีมือ
- เพื่อส่งเสริมการเล่นกีฬาลดปัญหายาเสพติด

เป้าหมาย

1. ศูนย์กีฬาเฉลิมพระเกียรติ(บางมด)
2. ศูนย์กีฬาอ่อนนุช
3. ศูนย์กีฬาประชานิเวศน์
4. ศูนย์กีฬารามอินทรา (คู่มือการดำเนินงานกองการกีฬาประจำปี. 2547 : 47)

5.2 การกีฬาแห่งประเทศไทย

โครงสร้าง บทบาท และหน้าที่ ของการกีฬาแห่งประเทศไทย

คณะกรรมการการกีฬาแห่งประเทศไทย

ผู้ว่าการกีฬาแห่งประเทศไทย

ผู้ตรวจสอบภายใน

สำนักผู้ว่าการ —————> ประจำสำนักผู้ว่าการ

กองกลาง ; งานธุรการและสารบรรณ , งานเลขานุการ , งานสิทธิประโยชน์

กองนิติการ ; งานกฎหมาย , งานนิติการ

กองการเจ้าหน้าที่ ; บริหารงานบุคคล,งานสวัสดิการพนักงาน,งานรักษาความปลอดภัย

กองนิเทศ และ งานวิเทศสัมพันธ์ ; งานประชาสัมพันธ์, งานโสตทัศนูปกรณ์ และ

การเผยแพร่, งานวิเทศสัมพันธ์

รองผู้ว่าการ การกีฬาแห่งประเทศไทย (ฝ่ายบริหาร)

ฝ่ายนโยบายและแผน

กองนโยบายและแผน ; งานนโยบายและแผน , งานแผนประจำปี , งานวิเคราะห์และ

ประสานแผน

กองงบประมาณ ; งานงบประมาณและโครงการ , งานจัดการงบประมาณ

กองตรวจสอบและประเมินผล ; งานข้อมูลการงบประมาณ,งานวิเคราะห์และตรวจสอบ

ฝ่ายการคลัง

กองการเงิน ; งานการเงิน , งานตรวจสอบ , งานการเงินองค์กรกีฬา

กองพัสดุ ; งานจัดซื้อจัดจ้าง , งานคลัง พัสตุและยานพาหนะ

กองบัญชี ; งานระบบบัญชี , งานบัญชีลูกหนี้ , งานบัญชีกองทุน

ฝ่ายสถานกีฬาและบริการ

กองโยธาและการช่าง ; งานสำรวจและออกแบบ,งานประเมินราคา,งานควบคุม

การก่อสร้าง

กองซ่อมบำรุง ; งานซ่อมบำรุงอาคาร , งานซ่อมบำรุงพัสดุและครุภัณฑ์ , งานซ่อม

บำรุงอุปกรณ์กีฬา

กองบริหารทรัพย์สิน ; งานบริการ , งานการตลาด , งานอาคารสถานที่

รองผู้ว่าการ การกีฬาแห่งประเทศไทย (ฝ่ายส่งเสริมกีฬา)

ฝ่ายส่งเสริมกีฬา

กองกีฬาพื้นฐาน ; งานกิจการพื้นฐาน , งานวิชาการกีฬาระดับพื้นฐาน

กองกีฬาเพื่อสุขภาพมวลชน ; งานกิจการมวลชน , งานส่งเสริมสุขภาพมวลชน

กองกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ; งานศูนย์การฝึกซ้อมกีฬา , งานเทคนิคนักกีฬาเพื่อ

การแข่งขัน

ฝ่ายองค์กรและสวัสดิการกีฬา

กององค์กรกีฬา ; งานองค์กรกีฬาแห่งประเทศไทย , งานองค์กรกีฬาส่วนภูมิภาค
งานกิจกรรมสมาคมกีฬา

กองการแข่งขันกีฬา ; งานแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ , งานแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ,
งานทะเบียนนักกีฬา

กองสวัสดิการกีฬา ; งานสวัสดิการกีฬา, งานกองทุนกีฬา, ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา
กองวิจัยการส่งเสริมกีฬา ; งานวิจัยและเทคโนโลยีการกีฬา ,
งานวิจัยวิทยาศาสตร์การกีฬา

กองวิทยาศาสตร์การกีฬา ; งานทดสอบสมรรถภาพ , งานส่งเสริมสมรรถภาพ
กองบริการกีฬาเวชศาสตร์ ; งานธุรกิจและเวชระเบียน , งานบริการตรวจรักษา ,
งานกายภาพบำบัด , งานอนามัย

รองผู้ว่าการ การกีฬาแห่งประเทศไทย(ฝ่ายพัฒนากีฬา)

สำนักพัฒนาบุคลากรกีฬา

กองพัฒนาบุคลากร ; งานพัฒนาบุคลากร , งานมาตรฐานบุคลากรและการทะเบียน
กองการฝึกอบรม ; งานฝึกอบรม , งานวิชาการ

สำนักงานกีฬาอาชีพ

กองพัฒนากีฬาอาชีพ ; งานพัฒนากีฬาอาชีพ , งานควบคุมกีฬาอาชีพ
สำนักคณะกรรมการกีฬามวยอาชีพ ; งานพัฒนาและควบคุมกีฬามวยอาชีพ,
งานกองทุนและสวัสดิการมวยอาชีพ

สำนักงานกีฬาภูมิภาค

สำนักงาน กกท. ภาค 1 ; สำนักงาน กกท. จังหวัด 12 จังหวัด
สำนักงาน กกท. ภาค 2 ; สำนักงาน กกท. จังหวัด 13 จังหวัด
สำนักงาน กกท. ภาค 3 ; สำนักงาน กกท. จังหวัด 17 จังหวัด
สำนักงาน กกท. ภาค 4 ; สำนักงาน กกท. จังหวัด 14 จังหวัด
สำนักงาน กกท. ภาค 5 ; สำนักงาน กกท. จังหวัด 14 จังหวัด

กองกีฬาพื้นฐาน ฝ่ายส่งเสริมกีฬา

ศูนย์ฝึกกีฬา กองกีฬาพื้นฐาน ฝ่ายส่งเสริมกีฬาได้จัดตั้งมาตั้งแต่วันที่ 15
เมษายน 2520 โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมและพัฒนาการกีฬาระดับพื้นฐานของชาติ รวมถึง
การยกระดับมาตรฐานการกีฬาของประเทศให้สูงขึ้น โดยมุ่งเน้นการวางรากฐานการกีฬาที่ถูกต้อง
ให้แก่เยาวชนและประชาชน ปลูกฝังให้มีจิตใจรักในการเล่นกีฬา และออกกำลังกาย ซึ่งเปิดให้เยาวชน
เป็นสมาชิกเพื่อฝึกซ้อมกีฬาตามความสามารถของแต่ละคน

วัตถุประสงค์

- 1.เพื่อให้เยาวชน ประชาชน ที่มีความสนใจที่จะเลือกฝึกและเล่นกีฬาตามถนัดของแต่ละคน
- 2.เพื่อให้เยาวชน ประชาชน ได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างถูกต้องจากผู้ฝึกสอนที่จัดประจำห้องฝึกกีฬา
- 3.เพื่อให้เยาวชน ประชาชน ที่ตื่นตัวในการเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ และขั้นพื้นฐานไปจนถึงนักกีฬาเพื่อเข้าแข่งขันได้
- 4.เพื่อเพิ่มพูนรายได้ของการกีฬาแห่งประเทศไทยจากการเก็บค่าบริการ การใช้สถานที่ของสมาชิก
- 5.เพื่อให้เยาวชน ประชาชนใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์จากการเล่นกีฬา

สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของสถานกีฬา

การกีฬาแห่งประเทศไทย ได้จัดตั้งสถานที่ไว้สำหรับให้ประชาชนผู้มีใจรักและสนใจในการออกกำลังกายได้ใช้เป็นสถานที่สำหรับออกกำลังกาย โดยได้จัดงบประมาณเพื่อ ก่อสร้างสถานที่จัดซื้ออุปกรณ์ และจัดจ้างเจ้าหน้าที่และผู้ฝึกสอนแต่ละประเภทกีฬาไว้คอยให้บริการแก่ผู้มาใช้บริการ โดยอยู่ในความดูแลของฝ่ายส่งเสริมกีฬา

กองกีฬาพื้นฐาน ซึ่งมีพื้นที่ทำการดังนี้

- 1.อาคารศูนย์ฝึกกีฬาในร่ม
- 2.อาคารศูนย์ฝึกกีฬายกน้ำหนักและฝึกกล้ำมเนื้อ
- 3.สระว่ายน้ำ
- 4.สนามเทนนิส
- 5.สวนสุขภาพ

หลักฐานการสมัครเป็นสมาชิกของศูนย์ฝึกกีฬาในร่มการกีฬาแห่งประเทศไทย

- 1.รูปถ่ายหน้าตรงขนาด 1 นิ้ว จำนวน 2 รูป (ถ่ายมาแล้วไม่เกิน 6 เดือน)
- 2.สำเนาบัตรประชาชน หรือทะเบียนบ้าน หรือใบขับขี่รถยนต์ , รถจักรยานยนต์
- 3.บัตรประจำตัวนักเรียน หรือนักศึกษา (แล้วแต่การสมัครประเภทนั้นๆ)
- 4.ใบรับรองแพทย์ที่มีใบอนุญาตประกอบโรคศิลป์ หรือผ่านการตรวจร่างกายจากฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย

ศูนย์ฝึกกีฬาในร่ม การกีฬาแห่งประเทศไทย เปิดบริการ ตั้งแต่วันอังคารถึงวันอาทิตย์ เวลา 10.00 – 19.00 น. เปิดรับสมาชิก เวลา 08.00 - 12.00น. และ 13.00 - 18.00น. ยกเว้นวันจันทร์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ ช่วงเวลาการเรียนการสอนกีฬา วันอังคาร – วันศุกร์ เวลา 16.00- 19.00 น. วันเสาร์ – วันอาทิตย์ เวลา 10.00 – 12.00 น. และเวลา 16.00 – 19.00 น. และทางศูนย์ฝึกกีฬาในร่มการกีฬาแห่งประเทศไทย ได้ตอบสนองความต้องการของผู้มาใช้บริการที่ต้องการออกกำลังกายแต่มีเวลาน้อยหรือไม่ว่างในช่วงที่ศูนย์กีฬาในร่ม เปิดให้บริการดังนี้

ห้องเบดมินตัน คิดค่าบริการ 100 บาท /คอร์ท /ชั่วโมง วันอังคาร - วันอาทิตย์ระหว่างเวลา

19.00 – 22.00 น.

อาคารศูนย์ฝึกกีฬาว่ายน้ำหนัก และฝึกกล้ามเนื้อ คัดค่าบริการ สำหรับสมาชิก 10 บาท/คน/ครั้ง สำหรับบุคคลทั่วไป 20 บาท/คน/ครั้ง วันอังคาร – วันอาทิตย์ ระหว่างเวลา 19.00 – 22.00 น.

สระว่ายน้ำ วันอังคาร – วันอาทิตย์ คัดค่าบริการ เวลา 06.00 – 18.00 น. สำหรับสมาชิก 15 บาท/คน บุคคลทั่วไป 50 บาท/คน เวลา 18.00 – 20.30 น. สำหรับสมาชิก 25 บาท/คน บุคคลทั่วไป 50 บาท/คน และค่าเช่าลู่วายน้ำ ลู่วิ่ง 350 บาท/รอบๆละ 2 ชั่วโมง

แอร์โรบิคด้าน คัดค่าบริการ สำหรับสมาชิก 15 บาท/คน/ครั้ง สำหรับบุคคลทั่วไป 25 บาท/คน/ครั้ง วันอังคาร–วันอาทิตย์ระหว่างเวลา 12.00 – 13.00 น. 18.00–19.00 น. และ 19.00–20.00 น. (3 รอบ) วันเสาร์ – วันอาทิตย์ ระหว่างเวลา 17.00 – 18.00 น. และ 18.00 – 19.00 น. (2 รอบ)

ชาวน้ำ คัดค่าบริการ สำหรับสมาชิก 30 บาท/คน/ครั้ง สำหรับบุคคลทั่วไป 50 บาท/คน/ครั้ง วันอังคาร – วันอาทิตย์ ระหว่าง เวลา 17.00 – 20.00 น. ห้องฝึกต่างๆ ได้แก่ ห้องฝึกกีฬาเบสบอล วอลเลย์บอล ยูโด ยิมนาสติก เทเบิลเทนนิส วันอังคาร – วันอาทิตย์ 06.00 – 22.00 คัดค่าบริการ 400 บาท/ชั่วโมง (ยกเว้น ฟุตบอล คัดค่าบริการ ชั่วโมงละ 100 บาท)

โครงการสอนว่ายน้ำ

กีฬาว่ายน้ำแบ่งการสอนเป็นสอนว่ายน้ำขั้นพื้นฐาน, ขั้นกลาง, ขั้นก้าวหน้าและเฉพาะบุคคล

ขั้นพื้นฐาน

คุณสมบัติ

- ผู้สมัครเรียน อายุ 6 ปีขึ้นไป
- ว่ายน้ำไม่เป็น, พอเป็นหรือว่ายน้ำเป็นแต่ไม่ถูกวิธี

ขั้นกลาง, ขั้นก้าวหน้า

คุณสมบัติ

- ผู้สมัครเรียน อายุ 7 ปีขึ้นไป
- ว่ายน้ำเป็นครบ 4 ท่า

เฉพาะบุคคล

คุณสมบัติ

- ผู้สมัครเรียน อายุ 4 ปีขึ้นไป
- ว่ายน้ำไม่เป็น, พอเป็น, ว่ายน้ำเป็นแต่ไม่ถูกวิธี
- เรียนกับครูโดยตรง

สถานที่

- สระว่ายน้ำ การกีฬาแห่งประเทศไทย ห้วยหมาก

วัน - เวลาการเรียน

- วันอังคาร - วันอาทิตย์ เวลา 06.00 - 20.00 น.

อัตราค่าเรียน

- 250 - 2,000 บาท

สถานที่รับสมัคร

- สระว่ายน้ำ การกีฬาแห่งประเทศไทย หัวหมาก

วัน - เวลาบริการ

- เปิดบริการ วันอังคาร - วันอาทิตย์ เวลา 06.00 - 20.00 น.

อัตราค่าบริการ

- เวลา 06.00 -18.00 น. สมาชิก 15 บาท/คน/รอบเวลา

บุคคลทั่วไป 30 บาท/คน/รอบเวลา

- เวลา 18.00 - 20.30 น. สมาชิก 25 บาท/คน/รอบเวลา

บุคคลทั่วไป 50 บาท/คน/รอบเวลา

ตาราง 1 แสดงวันเวลาเปิดให้บริการสระว่ายน้ำ ศูนย์ฝึกการกีฬาแห่งประเทศไทย

สนามกีฬา	วัน	เวลา	กิจกรรม
สระว่ายน้ำ	อังคาร-ศุกร์	06.00 - 12.00 น.	เปิดบริการสมาชิก / บุคคลทั่วไป
		13.00 - 20.30 น.	โครงการสอนว่ายน้ำ
	เสาร์-อาทิตย์	06.00 - 12.00 น.	เปิดบริการสมาชิก / บุคคลทั่วไป
		13.00 - 20.30 น.	โครงการสอนว่ายน้ำ

5.3 กระทรวงกลาโหม สวัสดิการ

นโยบายรัฐมนตรีว่าการกระทรวงกลาโหมเมื่อวันที่ 26 กุมภาพันธ์ 2544

ข้อที่ 2 นโยบายของรัฐมนตรีว่าการกระทรวงกลาโหมที่รองรับนโยบายความมั่นคง
แห่งรัฐ

ข้อที่ 2.8 พัฒนาด้านสวัสดิการ การบริการทางการแพทย์ และการบริการ
ด้านอื่นๆ ให้แก่กำลังพลและครอบครัว ให้บังเกิดเป็นรูปธรรมอย่างรวดเร็ว ท้าถึง และเป็นธรรม
เพื่อให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดียิ่งขึ้น สามารถดำรงชีพในสังคมได้อย่างมีเกียรติและศักดิ์ศรี รวมทั้งดูแล
ทหารผ่านศึกและครอบครัวให้ได้รับการบริการตามสิทธิอย่างครบถ้วน เพื่อตอบแทนคุณงามความดี
ที่ได้เสียสละต่อสังคมและประเทศชาติ (นโยบายกระทรวงกลาโหม. 2544 : 1) จะเล็งเห็นได้ว่า
นโยบายนี้ได้ให้ความสำคัญด้านความเป็นอยู่ของประชาชนที่เกี่ยวข้อง และเป็นครอบครัวของกำลังพล
ทำให้เกิดการจัดการพัฒนาด้านสวัสดิการขึ้น สระว่ายน้ำของกระทรวงกลาโหมจึงอยู่ใน กรมสวัสดิการ

ของแต่ละเหล่าทัพ เพื่อให้ประชาชนที่เกี่ยวข้องและครอบครัวของกำลังพลได้ออกกำลังกายให้มีจิตใจ และร่างกายที่แข็งแรง

จากการศึกษาเอกสารพบว่า ภาครัฐให้ความสำคัญ กับการพัฒนากีฬาในประเทศไทย เพื่อพัฒนาทรัพยากรบุคคลให้มีคุณภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์สังคม และสติปัญญา รวมถึงคุณธรรม จริยธรรม ระเบียบวินัย น้ำใจนักกีฬา และอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข และกระจายความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับกีฬาให้ไปสู่ท้องถิ่นและสร้างการมีส่วนร่วมจากองค์กรที่เกี่ยวข้องให้พัฒนาการกีฬา ในประเทศไทยดีขึ้นๆไป

6.งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

6.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

เมอร์รี่(Merie . 1974 : 2030 – A) ได้ศึกษาถึงระดับของการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับทักษะ การว่ายน้ำ จุดมุ่งหมายของการศึกษาเพื่อที่จะบ่งชี้ระดับของการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับทักษะการว่ายน้ำ โดยใช้ นักศึกษาระดับวิทยาลัยเป็นกลุ่มทดลอง

กลุ่มตัวอย่างที่ 1 ประกอบด้วยผู้เรียนว่ายน้ำเบื้องต้น 24 คน จาก 4 ห้องเรียน ระดับของการเรียนรู้มี 8 ทักษะ

กลุ่มตัวอย่างที่ 2 ประกอบด้วยผู้เรียนชั้นสูงกว่าเบื้องต้น 24 คน จาก 3 ห้องเรียน ระดับการเรียนรู้มี 9 ทักษะ ผลของการศึกษาพบว่า

ในกลุ่มที่ 1 ใช้วิธีวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้ ดันแคล (The Duncan's Multiple Range Test) พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังนี้คือ

1. การเรียนรู้ทักษะการลอยตัวแบบแมงกะพรุน (Jellyfish Float) มีการเรียนรู้เร็วกว่า การโผล่ตัวหงาย (Back Float) การโผล่ตัวคว่ำเตะเท้า (Prone – Kick – Glide) และการพยางตัวในน้ำ (Survival Float)
2. การเรียนรู้ทักษะการยืนลอยตัวคว่ำแบบแมงกะพรุน (Jellyfish – Prone – Stand) การลอยตัวหงาย (Back Float) การโผล่ตัวคว่ำเตะเท้า (Prone – Kick – Glide) มีการเรียนรู้ได้เร็วกว่า การโผล่ตัวคว่ำเตะเท้า (Prone – Kick – Glide) และการพยางตัวในน้ำ
3. การพยางตัวในน้ำ (Survival Float) ใช้ระยะเวลาการเรียนรู้มากกว่าทักษะอื่น ๆ ยกเว้น การโผล่ตัวคว่ำเตะเท้า (Prone – Kick – Glide)

ในกลุ่มที่ 2 ใช้วิธีวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ ดัลแคล (The Duncan's Multiple Range Test) พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญดังนี้คือ

1. การเรียนรู้ทักษะการลอยตัวหงาย (Back Float) มีความเร็วว่าการเปลี่ยนลักษณะการลอยตัว คว่ำเป็นลำดับตัวตั้งแล้วหงาย (Prone – Vertical Back) การใช้มือโอบไปมาข้างๆ ลำตัวเพื่อพยางตัว ในขณะลอยตัวในน้ำ (Sculling) การว่ายน้ำใต้น้ำ (Under Water Swimming) การดำน้ำจากผิวน้ำ (Surface Diving) และการพยางตัวในน้ำ

2. การเลี้ยงตัวในน้ำแบบลำตัวตั้งฉากพื้นผิวน้ำ (Treading Water) การเปลี่ยนลักษณะลอยตัว หายตัวเป็นลำตัวตั้งแล้วคว่ำ (Back – Vertical – Prone) และการเปลี่ยนลักษณะลอยตัวคว่ำเป็นลำตัวตั้งแล้วหาย (Prone – Vertical – Back) มีการเรียนรู้เร็วกว่าการดำจากผิวน้ำ (Surface Diving) และการพุงตัวในน้ำ (Survival Float)

3. การพุงตัวในน้ำ (Survival Float) ใช้ระยะเวลาในการเรียนรู้มากกว่าทักษะอื่นๆ ยกเว้น การดำน้ำจากผิวน้ำ (Surface Diving)

บุชเชอร์ (Bucher. 1975 : 153-154) ได้เสนอข้อควรคำนึงในการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนไว้ คือ

1. การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนพลศึกษาในโรงเรียนนั้น ควรที่จะจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับระดับความสามารถ และความสนใจของนักเรียน

2. อาจารย์ผู้สอนวิชาพลศึกษาจะต้องมีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาวิชาของกิจกรรมทางพลศึกษาที่จัดขึ้น รวมไปถึงวิธีการใช้วัสดุอุปกรณ์ประกอบการเรียนการสอนเป็นอย่างดี

3. ควรได้มีการจัดเตรียมสถานที่ อุปกรณ์ พร้อมทั้งการแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นได้ก่อนที่จะได้กำหนดกิจกรรม

4. อาจารย์ผู้สอนจะต้องศึกษาและมีความเข้าใจในวัย เพศ หรือระดับของนักเรียน และสามารถเตรียมการเรียนการสอนให้เหมาะสมกับกิจกรรมและระดับของนักเรียน

5. กิจกรรมที่ได้จัดขึ้นจะสามารถช่วยทำให้นักเรียนได้มีการพัฒนาการใน ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ทั้งในด้านการพัฒนาเป็นรายบุคคลและพัฒนากลุ่ม

6. กิจกรรมที่จัดขึ้นสามารถทำให้นักเรียนได้ทักษะพื้นฐานในการเคลื่อนไหวได้อย่างถูกต้อง และปฏิบัติตนอยู่ในกฎกติกา ระเบียบวินัยที่ดี

7. ทำให้นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมกิจกรรม และเกิดความภาคภูมิใจในความสามารถของตนเองได้

อลิส (Alice. 1977 : 38 -151) ได้ทำการวิจัยเรื่องโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา วิทยาลัย และมหาวิทยาลัยในรัฐแคลิฟอร์เนีย ความมุ่งหมายในการวิจัย เพื่อที่จะศึกษาหลักสูตรที่ใช้ในโรงเรียนประถมศึกษาว่ามีความเหมาะสมพอที่จะเป็นพื้นฐานต่อในระดับวิทยาลัยและมหาวิทยาลัยได้หรือไม่ เพื่อเป็นการทบทวนและปรับปรุงโครงร่างของหลักสูตรให้เหมาะสมที่จะนำไปศึกษาต่อในระดับสูงด้วย ความมุ่งหมายการจัดดำเนินการ การเป็นผู้นำ ด้านงบประมาณ แนวโน้มในอนาคต และการเตรียมตัวของครูผู้สอน ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. จุดมุ่งหมายของการจัดการศึกษาของชาติ รัฐ สมาคมพลศึกษา วิทยาลัย และมหาวิทยาลัย ในแคลิฟอร์เนียมีความคล้ายคลึงกัน

2. ความต้องการและความคิดเห็นของครูพลศึกษาของโรงเรียนประถมศึกษาทางด้านพลศึกษา ตรงกับวิทยาลัยและมหาวิทยาลัย

3. ความมุ่งหมายของหลักสูตรของโรงเรียนประถมศึกษา วิทยาลัย และมหาวิทยาลัย ตรงกับความมุ่งหมายของรัฐ

4. ความมุ่งหมายของการสอนของวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ได้เน้นถึงความสำคัญ และสิ่งต่างๆ เหมือนกับการเรียนการสอนในชั้นประถม

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้ คือ

1. ให้มีการติดต่อและมีการร่วมมือกันเป็นอย่างดี ระหว่างองค์การของประเทศและในระดับรัฐ ในด้านการสอนให้ได้ผลจริง ๆ

2. ควรมีการติดต่อระหว่างวิทยาลัย มหาวิทยาลัย กับเจ้าหน้าที่ระดับเขตอำเภอเกี่ยวกับ บุคลากรและโปรแกรมพลศึกษา

3. ที่ปรึกษาหรือวิทยากรที่เป็นอาจารย์ในวิทยาลัย มหาวิทยาลัยควรให้บริการแก่โรงเรียนในท้องถิ่นด้วย

4. โปรแกรมการสอนควรเน้นในเรื่อง กลไกการเคลื่อนไหวร่างกาย วุฒิปัญญาของเด็ก การให้เด็กเป็นศูนย์กลาง ความเป็นตัวของตัวเอง ให้มีการแสดงออกในด้านการฝึกทักษะเกมกีฬา ต่าง ๆ ด้วยตัวเอง

5. ควรเน้นความรู้ทางทฤษฎี เนื้อหาวิชาการ และความสามารถในการเป็นผู้นำด้วย

6. ควรพิจารณาและตระหนักถึงความพร้อมของเด็ก และทัศนคติที่ดีต่อคุณค่าของวิชาพลศึกษา

7. พิจารณาถึงวิธีสอน ที่จะทำให้เกิดระเบียบวินัยในหมู่คณะ

8. แผนการศึกษาของรัฐ จะต้องแก้ไขหลักการรับสมัครข้าราชการในตำแหน่งครูผู้สอนว่า จะต้องจบพลศึกษา หรือเคยเรียนพลศึกษามากน้อย 1 วิชา เพื่อผลทางด้านวิจัยและเพื่อการ เตรียมการสอนของครู

9. วิทยาลัยหรือมหาวิทยาลัย ควรจะมีความร่วมมือในด้านค้นหาวิธีในการเตรียม การสอนของ ครู เพื่อให้ได้ผลตามหลักสูตร

10. วิทยาลัยหรือมหาวิทยาลัยควรให้ความสำคัญกับโปรแกรมพิเศษทางพลศึกษาให้มากขึ้น

11. วิทยาลัยหรือมหาวิทยาลัย ควรจะเตรียมงบประมาณ ในการดำเนินโปรแกรกดังกล่าวด้วย

12. วิทยาลัยหรือมหาวิทยาลัย ควรพิจารณาช่วยเหลือในเรื่อง บุคลากร ผู้เชี่ยวชาญและ อุปกรณ์การสอน

13. การประชุมปฏิบัติการ การอบรมและสัมมนาควรจัดให้มีขึ้นเพื่อจะได้ทราบ ความต้องการ ซึ่งกันและกัน วิทยาลัย มหาวิทยาลัย และโรงเรียนประถมศึกษาควรจะได้ปรึกษาหารือเพื่อให้เกิด การเปลี่ยนแปลง และมีการขยายงานเพื่อให้ทันต่อเหตุการณ์ ซึ่งจะเกี่ยวโยงไปถึงแนวโน้มในการจัดโปรแกรมพลศึกษาด้วย

จากผลการวิจัยดังกล่าวมาข้างต้นพอที่จะสรุปถึงปัญหาของการสอนพลศึกษาในระดับชั้น ต่างๆ ได้ดังนี้

1. การสอนพลศึกษาในระดับประถมศึกษา ส่วนใหญ่ครูจะไม่มีวุฒิทางพลศึกษา

2. ครูประจำชั้นที่ต้องสอนพลศึกษาส่วนใหญ่มีหน้าที่อื่น มีชั่วโมงสอนมากเกินไป

ขาดการเตรียมตัวและการเตรียมการสอนที่ดี ทำให้การสอนไม่ได้ผลดี

3. การดำเนินการและการบริหารพลศึกษาในระดับต่าง ๆ ยังไม่ดีเท่าที่ควร เพราะยังขาดบุคลากรทางด้านพลศึกษา ขาดอุปกรณ์ สถานที่ และเครื่องอำนวยความสะดวก
4. ครูไม่มีวุฒิส่วนใหญ่ มักปล่อยให้ให้นักเรียนเล่นตามลำพัง เนื่องจากไม่รู้วิธีสอน
5. อุปกรณ์ทางพลศึกษาควรมีให้เพียงพอกับจำนวนนักเรียน ให้อยู่ในสภาพที่ใช้ได้และสถานที่ควรปรับปรุงให้อยู่ในสภาพดีด้วย
6. ควรจัดกิจกรรมทางพลศึกษาให้สนองความสนใจ และความต้องการของเด็กและคำนึงถึงสภาพท้องถิ่นด้วย
7. ควรให้ครูมีวุฒิทางพลศึกษาสอน
8. ให้การสนับสนุนทางด้านงบประมาณอย่างเพียงพอ
9. ให้รัฐบาลสนับสนุนการเรียนการสอนพลศึกษาอย่างเพียงพอ

การแก้ปัญหาการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียน ผู้ที่มีส่วนรับผิดชอบทุกฝ่ายจะต้องร่วมมือกันจึงจะทำให้การศึกษาทางด้านพลศึกษาบรรลุผลตามเป้าหมาย กล่าวคือ ผู้บริหารจะต้องเห็นความสำคัญของการศึกษาแขนงนี้ และให้การส่งเสริมและสนับสนุนและเอื้ออำนวยความสะดวกให้แก่ครูผู้สอน ส่วนครูผู้สอนก็ต้องใช้ความรู้ความสามารถในการสอนวิชาพลศึกษาเป็นอย่างดีด้วย

ลี (Lee. 1984 : 2086-A) ได้ศึกษาเกี่ยวกับหลักสูตรการว่ายน้ำเบื้องต้นที่นำไปใช้กับผู้สูงอายุ โดยมีจุดมุ่งหมายของการศึกษา คือ การออกแบบหลักสูตรการว่ายน้ำเบื้องต้นสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งประกอบด้วยทักษะเบื้องต้นรวมทั้งการออกกำลังทั้งบนบกและในน้ำซึ่งมีเนื้อหาของหลักสูตรดังนี้ คือวัตถุประสงค์ทั่วไป ทักษะการว่ายน้ำ คำแนะนำคำสอน คำแนะนำในการออกกำลังต่างๆ ไม่และการประเมินผล ผลของการศึกษาพบว่า หลักสูตรการว่ายน้ำเบื้องต้นที่นำมาใช้กับผู้สูงอายุนั้น จะต้องสร้างขึ้นบนพื้นฐานของจิตวิทยา สรีรวิทยา และลักษณะทางสังคมซึ่งจะต้องเป็นกระบวนการที่ไปด้วยกันได้ ความจำเป็นและประโยชน์ของการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ ในหลักสูตรจะประกอบด้วยทักษะการว่ายน้ำเบื้องต้น และการออกกำลังกายบนบกและในน้ำเป็นสำคัญ

กัลลิแวน (Gallivan. 1990 : 559) ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาการวิเคราะห์ร่วมกันเกี่ยวกับการพอใจของผู้ใช้บริการสระว่ายน้ำเพื่อนันทนาการ” โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อพิจารณาว่าความพึงพอใจของผู้ใช้บริการมีความสัมพันธ์กับสภาพทางสังคมหรือรูปแบบของการใช้บริการหรือไม่

จากการสัมภาษณ์เป็นกลุ่ม นำไปสู่การพิจารณาว่า ผู้ใช้บริการจะกำหนดคุณสมบัติใดบ้างในการพิจารณาประเมินการให้บริการ และอะไรคือความพึงพอใจของพวกเขาซึ่งเกี่ยวกับคุณสมบัติเหล่านั้น โดยใช้แบบสอบถามเป็นสื่อของการวิเคราะห์ร่วมกัน และเพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความคาดหวังอันดับแรกๆ และสภาพทางสังคม รวมทั้งการให้บริการที่ตั้งของสถานที่บริการ ความสะอาดของสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก รวมทั้งบำรุงรักษา ความสามารถและทัศนคติของเจ้าหน้าที่ช่วงเวลาที่เปิดบริการ ความหลากหลายของกิจกรรมที่ทำ อัตราการใช้บริการ ผลการวิจัยพบว่า ความคาดหวังอันดับแรกๆของผู้ใช้บริการกับสภาพทางสังคมหรือความแตกต่างทางลักษณะการใช้บริการความสัมพันธ์กันน้อยมาก

โฮเรจซี (Horejsi . 1991 : 1681) ได้ทำการศึกษาหลักสูตร วิชาครูและการสอนวิชาว่ายน้ำ การทบทวนการวิจัย (การสอนว่ายน้ำ) โดยมีจุดประสงค์เพื่อการทบทวนงานวิจัยเกี่ยวกับการสอน ว่ายน้ำจากปี 1968 - 1991 ที่จัดพิมพ์องค์การต่างๆ เช่น ก๊าซดออเมริกัน และวายเอ็มซีเอ เป็นต้น บทความในวารสารวิชาชีพและตำราที่เขียนโดยผู้ให้ความยอมรับจากสมาคมวิชาชีพ ซึ่งมีสิ่งที่เห็น ไม่ตรงกันอยู่บ้างในงานวิจัยเหล่านี้เกี่ยวกับวิธีที่ดีที่สุดที่จะปรับนักว่ายน้ำให้ใหม่ให้คุ้นเคยกับน้ำและ วิธีที่เริ่มปลูกฝังประสบการณ์เกี่ยวกับน้ำสำหรับคนที่กลัวน้ำซึ่งมักจะเกิดขึ้นกับสระว่ายน้ำใหม่ทุกระดับอายุ เรื่องของการปรับตัวให้คุ้นเคยกับน้ำจำเป็นต้องทำความเข้าใจให้ถ่องแท้มากขึ้น ผู้เขียนงานวิจัยนี้ แนะนำว่าควรเขียนงานวิจัยให้มากขึ้น การกีฬาทางน้ำสำหรับคนที่หัดใหม่จะต้องมีวิธีที่จะปรับตัวให้ คุ้นเคยกับน้ำอย่างพึงพอใจด้วย เพื่อที่ความกลัวน้ำจะหมดไปเพราะสิ่งนี้จะต้องมาพร้อมกับ ความสำเร็จในการเรียนรู้ว่ายน้ำ ซึ่งการศึกษาในครั้งนี้ได้มีการทบทวนถึงเรื่องการเปลี่ยนแปลง ขั้นตอนความก้าวหน้าในการพัฒนาทักษะที่ใช้ในการสอนคนที่หัดว่ายน้ำใหม่การใช้อุปกรณ์ ขณะ การสอนคนที่หัดว่ายน้ำใหม่เพื่อพัฒนาทักษะว่ายน้ำ และเรื่องความรู้เกี่ยวกับกฎทางฟิสิกส์และผลของ กฎเหล่านั้นที่มีต่อความสามารถทางน้ำ ซึ่งครูควรจะมีควมรู้มากขึ้น นอกจากนี้ครูควรมีควมรู้มากขึ้น ในเรื่องของการพัฒนาการปรับสภาพร่างกายและสมรรถภาพทางกาย รวมทั้งได้เสนอให้มีการวิจัย เกี่ยวกับเรื่องต่อไปนี้

1. ความรู้พื้นฐานและเทคนิคการสอนว่ายน้ำที่ครูพึงมีและนำมาใช้ในการสอน
2. ทักษะและเทคนิคการสอนว่ายน้ำที่ได้ผลดีที่สุดสำหรับการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาทักษะทางน้ำ
3. บทบาทของการจูงใจและการพัฒนาทักษะทางน้ำ
4. ความคาดหวังของคนที่ยัดว่ายน้ำใหม่เพื่อค้นหาว่าความคาดหวังนี้จะมีอิทธิพลต่อ การพัฒนาความสามารถทางน้ำอย่างไรบ้าง
5. ความก้าวหน้าของการพัฒนาทักษะว่ายน้ำ

โฮล์บรูค (Holbrook. 1992 : 2735 - A) ทำการศึกษาความต้องการเร่งด่วนและการกำหนดแผน เพื่อจัดสิ่งอำนวยความสะดวกในการส่งเสริมสุขภาพการเรียนรู้พลศึกษานันทนาการและโปรแกรม การแข่งขันกีฬา โดยแบ่งแบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่าง 94 คนซึ่งแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ประกอบไปด้วย ผู้บริหารสถาบัน ผู้อำนวยการสำนักธุรการและสถาปนิก ผลปรากฏว่า คณะกรรมการวางแผนสถาบัน จะต้องศึกษาในรายละเอียดเพื่อกำหนดแบบสิ่งอำนวยความสะดวกได้อย่างถูกต้อง จัดเพิ่มงบประมาณ เพื่อซ่อมแซมสิ่งอำนวยความสะดวก จัดตั้งศูนย์บริการเพื่อประโยชน์สำหรับการบำรุงรักษาที่ได้ ประสิทธิภาพควรร่วมกันดำเนินการตั้งแต่การวางแผนและการวิจัย เพื่อศึกษาแนวทางในอนาคตเป็น สิ่งจำเป็นเพื่อประสิทธิผลการวางแผน และการดำเนินการ

6.2 งานวิจัยในประเทศ

เลิศชัย สอนสุภาพ (2526 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ความคิดเห็นของอาจารย์ พลศึกษา และนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษาเกี่ยวกับการแก้ปัญหาการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาใน

วิทยาลัยครู” โดยส่งแบบสอบถามไปยังนักศึกษาเอกพลศึกษา 414 คน อาจารย์พลศึกษา 92 คน จำนวน 23 แห่ง ผลการศึกษาพบว่า ในด้านการเรียนของนักศึกษามีปัญหามากเกี่ยวกับนักศึกษาขาดการค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติม ขาดความกระตือรือร้นในการเรียน และขาดการวิพากษ์วิจารณ์และซักถามใน ด้านสถานที่ อุปกรณ์การสอน และสิ่งอำนวยความสะดวกนั้น มีปัญหาเกี่ยวกับสถานที่ในร่มสำหรับจัดกิจกรรมพลศึกษาไม่เพียงพอ ขาดสถานที่สำหรับจัดกิจกรรมทางน้ำ ไม่ได้รับความสะดวกในการใช้สนาม โรงยิมส์ และสระว่ายน้ำสำหรับจัดกิจกรรมกีฬาและสันทนาการ จำนวนล็อกเกอร์ไม่เพียงพอในด้านการกิจกรรมเสริมหลักสูตรพลศึกษา มีปัญหามากเกี่ยวกับนักศึกษาขาดความรู้และประสบการณ์ในด้านการจัดกิจกรรม การจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรของนักศึกษาไม่ได้รับความร่วมมือและประสานงานที่ดีระหว่างนักศึกษา อาจารย์ และผู้บริหาร ขาดแคลนงบประมาณ อาจารย์และนักศึกษาไม่ได้ประเมินผลงานที่จัดขึ้น ในด้านการใช้แหล่งค้นคว้า มีปัญหามากเกี่ยวกับหนังสือวารสาร และวารสารทางพลศึกษาและทางวิชาการทั่ว ๆ ไปมีน้อยไม่เพียงพอแก่การค้นคว้า ผลการทดสอบความแตกต่างเกี่ยวกับด้านการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาในวิทยาลัยครู ระหว่างอาจารย์พลศึกษาและนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษาไม่แตกต่างกัน

กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ (2526 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนในกรุงเทพมหานคร” โดยมีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาสภาพการเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนในกรุงเทพมหานคร และเสนอข้อมูลที่ได้รับจากการวิจัย เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินงานด้านการส่งเสริมกีฬาการออกกำลังกายให้เป็นไปโดยมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ตัวอย่างของการประชากรในการวิจัยครั้งนี้ เป็นประชาชนชายและหญิงทุกระดับอายุในกรุงเทพมหานคร จำนวน 657 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามเชิงสำรวจที่ประกอบด้วยข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพโดยทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ความสนใจที่มีต่อการกีฬาและการออกกำลังกาย ลักษณะหรือรูปแบบของการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย ตลอดจนเหตุผลของการเข้าร่วมและไม่เข้าร่วมกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ผลการวิจัยพบว่า วันเวลาที่ใช้ในการเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนชายและหญิง ส่วนใหญ่เล่นในช่วงเวลาเย็น ครั้งละเกินกว่า 1 ชั่วโมง และ 1 ชั่วโมง ตามลำดับและเล่นกีฬาสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง โดยไม่กำหนดวันแน่นอน โดยมีเหตุผลในการมาเล่นกีฬาและออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและความแข็งแรง

ทรงเดช เสมอคำ (2528 : 79) ได้ศึกษาปัญหาการสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาเขตการศึกษา 7 โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้บริหาร ครูพลศึกษาในเขตการศึกษา 7 จำนวน 14 โรงเรียน รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 138 คน จากการศึกษาพบว่า

1. ปัญหาเกี่ยวกับครูผู้สอน ที่มีปัญหามากที่สุดคือ ครูต้องการศึกษาหรือเข้ารับการฝึกอบรมเพื่อเพิ่มพูนความรู้ ที่มีปัญหาน้อยที่สุดคือ สุขภาพของครูผู้สอนและขาดคุณวุฒิทางพลศึกษา
2. ปัญหาเกี่ยวกับการสอน ที่มีปัญหาปานกลางคือ ขาดการแนะนำจากพลศึกษานิเทศก์และไม่ได้เข้ารับการอบรม ในเรื่องเทคนิคและการสอนแนวใหม่ที่เปลี่ยนไป ส่วนที่มีปัญหาน้อยที่สุด คือ ผู้บริหารบังคับให้สอนเฉพาะกีฬาที่ส่งเข้าทำการแข่งขัน

3. ปัญหาเกี่ยวกับสถานที่และอุปกรณ์ที่มีปัญหามาก คือ ไม่มีสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกาย และไม่มีที่อาบน้ำสำหรับครูกับนักเรียน ส่วนที่มีปัญหาน้อยที่สุด ไม่มีห้องปฐมพยาบาลในโรงเรียน

4. ปัญหาเกี่ยวกับการบริหารที่มีปัญหามากที่สุด คือ งบประมาณสำหรับค่าวัสดุอุปกรณ์ ไม่เพียงพอ ครูพลศึกษามีไม่พอกับจำนวนนักเรียน ส่วนที่มีปัญหาน้อยที่สุดครูพลศึกษาไม่มีการแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียนและไม่สามารถร่วมงานกับครูในสายอื่นได้

5. ครูพลศึกษามีวุฒิทางการศึกษาต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการสอนพลศึกษา ในชั้นมัธยมศึกษาไม่แตกต่างกัน

6. ครูพลศึกษาที่มีประสบการณ์สอนต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการสอนพลศึกษา ไม่แตกต่างกัน

7. ครูพลศึกษาเพศชายและหญิงมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการสอนพลศึกษาไม่แตกต่างกัน

รัตนภรณ์ ทันทกาญจนพันธ์ (2530 : 151) ทำการวิจัยเรื่อง “ความต้องการบริการ ออกกำลังกายของข้าราชการตำรวจกองปราบปรามสามยอด” ในปี พ.ศ. 2530 โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความต้องการบริการการออกกำลังกายตามระดับชั้น เพศ ที่พัก สถานภาพทางครอบครัว ประสบการณ์การทำงาน อายุ วุฒิ การศึกษา จำนวนบุตร ตลอดจน ปัญหาเกี่ยวกับการออกกำลังกายของข้าราชการตำรวจกองปราบปรามสามยอด ผลการวิจัย พบว่า ข้าราชการตำรวจกองปราบปรามสามยอดมีความต้องการบริการการออกกำลังกาย 6 ด้าน

1. ต้องการมากเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์ และเครื่องอำนวยความสะดวกเพื่อบริการแก่สมาชิกอย่างเพียงพอ

2. ต้องการมากให้จัดบุคลากรผู้มีความรู้ ความชำนาญเฉพาะด้านมาให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย

3. ต้องการให้กองปราบปรามสามยอดจัดสวัสดิการสำหรับนักกีฬา เป็นฝ่ายสนับสนุน งบประมาณทั้งหมดและสมาชิกที่ใช้บริการควรเสียค่าบำรุงเป็นรายเดือนหรือรายปี

4. ต้องการมากเกี่ยวกับบริการด้านเทคนิคและทักษะการออกกำลังกาย

5. ต้องการบริการกิจกรรมประเภทกายบริหาร

6. ต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.30 – 18.30 น. ในวันธรรมดา ในวันเสาร์-อาทิตย์ ต้องการช่วงเวลา 07.00-08.00 น. มากที่สุด

สกล เจริญวงศ์ (2532 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความคิดเห็นเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ประชาชนที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอในกรุงเทพมหานคร มีจุดมุ่งหมายเพื่อทราบความคิดเห็นเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอในกรุงเทพมหานคร และเพื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับการออกกำลังกายตามกลุ่มอายุและกลุ่มอาชีพต่างๆ ของประชาชนกลุ่มเดียว โดยใช้แบบสอบถามประชาชนที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอในกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. ประชาชนที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอในกรุงเทพมหานครจำแนกตามกลุ่มอายุ พบว่า กลุ่มอายุ 21-30 ปีมีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 35 กลุ่มอายุ 60 ขึ้นไปมีน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 21.8

ประชาชนที่ออกกำลังกายสม่ำเสมอในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามกลุ่มอาชีพ พบว่ากลุ่มนักเรียนและนักศึกษาที่มีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 25.08 และกลุ่มอาชีพพนักงานรัฐวิสาหกิจมีน้อยที่สุด คือร้อยละ 3.5 จากการจำแนกตามระดับการศึกษาพบว่า ผู้ที่มีการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีมากที่สุด คือร้อยละ 26.5 และผู้ที่มีการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรีมีน้อยที่สุดคิดเป็นร้อยละ 2.5

2.ประชาชนที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอในกรุงเทพมหานคร กลุ่มอายุแตกต่างกันมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการออกกำลังกายแตกต่างกัน และกลุ่มที่มีอาชีพแตกต่างกันมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการออกกำลังกายแตกต่างกันด้วย

ศรีสุวรรณ น้อยพิทักษ์ (2540 : 97) ได้ทำการศึกษาปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาการสอนว่ายน้ำแบบคอร์สของครูในโรงเรียนประถมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครโดยแบ่งเป็นโรงเรียนออกเป็น 20 เขต รวมทั้งหมด 41 โรงเรียน มีครูที่สอนว่ายน้ำทั้งหมด 238 คน ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือหาความเชื่อมั่น .95 โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง จากครูที่สอนว่ายน้ำจำนวน 238 คน ได้แบบสอบถามกลับมาทั้งหมด 238 ชุดคิดเป็นร้อยละ 100 นำมาหาค่าความถี่และร้อยละจากการศึกษาพบว่า

1. ปัญหาการสอนว่ายน้ำของครูในโรงเรียนประถมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย

2. ปัญหาและแนวทางแก้ไขที่พบมาก 5 ลำดับ ดังนี้

2.1 นักเรียนหายใจไม่ถูกต้อง แก้ไขโดยใช้วิธีจับขอบสระหรือบอร์ดว่ายน้ำ พร้อมทั้งดึงมือหมุนแขนและเอียงหน้าหายใจลักษณะที่ถูกต้อง

2.2 ขณะที่นักเรียนดึงมือหมุนแขนแต่เท้าจะหยุดเตะ แก้ไขโดยใช้วิธีให้นักเรียนฝึกอย่างช้า ๆ โดยเตะเท้า 6(8,10) ครั้งต่อการใช้แขน 1 ครั้ง

2.3 นักเรียนไม่มีความสัมพันธ์กันระหว่างการทำงานของแขน การเตะเท้า และการหายใจ แก้ไขโดยวิธีการฝึกปฏิบัติมาก ๆ ทำซ้ำ ๆ จนเกิดความชำนาญ

2.4 จังหวะการเคลื่อนไหวศีรษะในการหายใจไม่ถูกต้อง แก้ไขโดยใช้วิธีฝึก เอียงหน้าหายใจเข้าและหายใจออกบนบกจนชำนาญก่อน

2.5 นักเรียนดึงมือได้น้ำในลักษณะไม่ถูกต้องแก้ไขโดยใช้วิธีฝึกดึงมือหมุนแขนบนบกให้ชำนาญในลักษณะไม่เกร็งแขนและหัวไหล่

นิวัฒน์ ว่องไพศาล (2542 : 22) ได้ทำการศึกษาความสามารถในการว่ายน้ำจากการใช้โปรแกรมอธิบายประกอบการสาธิตและอธิบายประกอบสาธิตควบคู่กับเกมได้แก่กลุ่มตัวอย่างผู้ว่ายน้ำไม่เป็นที่มาสสมัครเรียนว่ายน้ำ ณ สระว่ายน้ำการกีฬาแห่งประเทศไทย จังหวัดสระบุรี เพศชายอายุระหว่าง 10-12 ปี จำนวน 40 คน โดยสอนพื้นฐานในการว่ายน้ำ 6 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง ทำการทดสอบพื้นฐานในการว่ายน้ำโดยให้กลุ่มตัวอย่างมีความสามารถใกล้เคียงกันจัดอันดับเก่งสลับอ่อนแยกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 20 คน โดยกำหนดให้กลุ่มทดลอง ที่ 1 ใช้โปรแกรมอธิบายประกอบการสาธิต กลุ่มทดลองที่ 2 ใช้โปรแกรมอธิบายประกอบการสาธิตควบคู่กับเกม ใช้เวลาสอนจนครบ 18 ชั่วโมง แล้วนำกลุ่มตัวอย่าง

ทั้งสองมาเปรียบเทียบความสามารถในการว่ายน้ำ ระยะทางการว่ายน้ำ 2 นาที นำข้อมูลมาหาค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสามารถของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ภายหลังจากการเรียนรู้ครบ 6 สัปดาห์ผลการศึกษาพบว่า

1. ระยะทางของการว่ายน้ำเป็นเวลา 2 นาที ของกลุ่มตัวอย่างที่ 1 (อธิบายประกอบสาริต) มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 57.81 เมตร ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 10.25 กลุ่มตัวอย่างที่ 2 (อธิบายสาริตและเกม) มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 68.98 เมตร ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 11.04 และเมื่อนำมาทดสอบค่าเฉลี่ย โดยใช้สถิติ T พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ผลของการใช้โปรแกรมการสอนของกลุ่มที่ 1 อธิบายประกอบสาริต และกลุ่มที่ 2 อธิบายประกอบสาริตควบคู่กับเกม แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งการนำเกมสอดแทรกเข้าไปในโปรแกรมการเรียนการสอนว่ายน้ำก่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินในการเรียนทักษะการว่ายน้ำ

วรพรรณ พงษ์โสภา (2544 : 35) ได้ทำการศึกษาผลของการฝึกว่ายน้ำโดยใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ ที่มีต่อความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียง โดยจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบผลของการฝึกว่ายน้ำ โดยใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ที่มีต่อความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาว่ายน้ำของโรงเรียนกีฬากรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2543 จำนวน 38 คน เป็นชาย 24 คน และหญิง 14 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 19 คน โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการฝึกว่ายน้ำท่ากรรเชียงโดยใช้อุปกรณ์ คือ แพดเดิลส์และฟินส์ และกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการฝึกว่ายน้ำท่ากรรเชียง โดยไม่ใช้อุปกรณ์ ทั้งสองกลุ่มใช้เวลาการฝึก 6 สัปดาห์ๆ ละ 3 วัน ผลการศึกษาพบว่า

1. ผลการทดลองว่ายน้ำที่มีต่อความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียงของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 มีดังนี้

1.1 กลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนการทดลองความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียงระยะทาง 50 เมตร มีค่าเฉลี่ย 45.57 วินาที ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.55

กลุ่มทดลองที่ 1 หลังการทดลองความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียงระยะทาง 50 เมตร มีค่าเฉลี่ย 42.34 วินาที ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.08

1.2 กลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการทดลองความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียงระยะทาง 50 เมตร มีค่าเฉลี่ย 45.81 วินาที ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.51

กลุ่มทดลองที่ 2 หลังการทดลองความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียงระยะทาง 50 เมตร มีค่าเฉลี่ย 45.41 วินาที ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.51

2. ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียงของกลุ่มทดลองที่ 1 กับกลุ่มทดลองที่ 2 พบว่า กลุ่มทดลองมีความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กลุ่มทดลองที่ 1 มีความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียงดีกว่านักกีฬาที่ได้รับการฝึกว่ายน้ำท่ากรรเชียงโดยไม่ใช้อุปกรณ์ในกลุ่มทดลองที่ 2

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ใช้แบบแผนการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ในการศึกษาปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร โดยมีวิธีการดำเนินการศึกษาดังนี้

- 1.การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- 2.การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
- 3.การเก็บรวบรวมข้อมูล
- 4.การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ สมาชิกที่เรียนว่ายน้ำที่มีขนาดมาตรฐาน และเปิดรับสมาชิกทั่วไป สังกัดกองการกีฬา สำนักสวัสดิการสังคม กรุงเทพมหานคร จำนวน 5 สระ จำนวน 281 คน การกีฬาแห่งประเทศไทย จำนวน 1 สระ จำนวน 91 คน กระทรวงกลาโหม กรมสวัสดิการ จำนวน 2 สระ จำนวน 66 คน รวมทั้งสิ้น 8 สระ ซึ่งทั้ง 8 สระนี้มีฐานที่ตั้งอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร มีจำนวนสมาชิกที่เรียนว่ายน้ำช่วงเดือน ตุลาคม 2547 ถึง พฤศจิกายน 2547 รวมทั้งหมด 438 คน เป็นเพศชาย 195 คน และเพศหญิง 243 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นสมาชิกของสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 205 คน เป็นเพศชาย 91 คน และเพศหญิง 114 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) และกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางสำเร็จรูปของ เครจซี่ และมอร์แกน (Krejcie and Morgan) ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 205 คน แต่ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 240 คน เป็นสมาชิกเพศชาย 96 คน สมาชิกเพศหญิง 144 คน

ตาราง 2 กลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

เพศ	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
ชาย	195	96
หญิง	243	144
รวม	438	240

ตาราง 3 รายชื่อสระว่ายนํ้าภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร

สังกัด	ชื่อสระว่ายนํ้า	จำนวนผู้เรียน			กลุ่มตัวอย่าง		
		ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
กรุงเทพมหานคร สำนักสวัสดิการสังคม	1. ศูนย์กีฬาเฉลิมพระเกียรติ (บางมด)	22	32	54	12	18	30
	2. ศูนย์กีฬาอ่อนนุช	27	55	82	12	18	30
	3. ศูนย์กีฬาประชาชนเวศน์	12	21	33	12	18	30
	4. ศูนย์กีฬารามอินทรา	14	16	30	12	18	30
	5. ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น)	25	57	82	12	18	30
การกีฬาแห่งประเทศไทย	6. ศูนย์ฝึกกีฬาการกีฬาแห่งประเทศไทย	60	31	90	12	18	30
กระทรวงกลาโหม กรมสวัสดิการ	7. ชมรมว่ายนํ้าเยาวชนราชนาวี กรมสวัสดิการทหารเรือ	18	12	30	12	18	30
	8. สโมสรเพชรราชูธกรมทหารราบที่ 11 รักษาพระองค์	17	19	36	12	18	30
รวม		195	243	438	96	144	240

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire)

ที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น แบ่งเป็น 3 ตอนคือ

ตอนที่ 1 สถานภาพส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม เป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามปัญหาการเรียนว่ายนํ้าของสมาชิกสระว่ายนํ้าภาครัฐใน

เขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือมากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ

2.1 ปัญหาด้านบุคลากรที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสรวายน้ำภาครรัฐ
ในเขตกรุงเทพมหานคร

2.2 ปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสรวายน้ำภาครรัฐ
ในเขตกรุงเทพมหานคร

2.3 ปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียนของสมาชิก
สรวายน้ำภาครรัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามแบบปลายเปิด (Open Ended) เกี่ยวกับข้อเสนอแนะต่างๆ

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามลำดับ ดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้าข้อมูล แนวคิดทฤษฎี จากหนังสือ ตำรา รายงานการวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับปัญหาการเรียนรวายน้ำของสมาชิกสรวายน้ำภาครรัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร
2. สร้างแบบสอบถามให้มีเนื้อหาครอบคลุมกับ ปัญหาการเรียนรวายน้ำทั้ง 3 ด้าน
3. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปปรึกษาประธานและคณะกรรมการควบคุม
ปริญญาโทเพื่อตรวจสอบและนำมาแก้ไขข้อบกพร่อง
4. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ตรวจสอบแล้วนำมาแก้ไข
นำกลับไปให้ประธานและกรรมการตรวจสอบอีกครั้งก่อนนำไปทดลองใช้
5. นำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่ใกล้เคียงกัน
คือ สมาชิกสรวายน้ำ ศูนย์กีฬาฬุมพินี จำนวน 30 คน นำมาหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของ
แบบสอบถาม ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (α - Coefficient) ตามวิธีของครอนบาค (Cronbach)
ได้ค่าความเชื่อมั่น .96

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสอบถาม ดังนี้

1. ติดต่อขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงหัวหน้า
ศูนย์กีฬาของสรวายน้ำภาครรัฐ ในเขตกรุงเทพมหานครเพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงผู้เชี่ยวชาญ
เพื่อขอความอนุเคราะห์ตรวจสอบแบบสอบถาม
3. นำแบบสอบถามไปให้กลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง และนัดหมายวันเวลาที่จะได้รับ
แบบสอบถามคืน
4. เก็บรวบรวมแบบสอบถามด้วยตนเอง

5. นำแบบสอบถามที่ได้รับคืนมาตรวจสอบความถูกต้องแล้วนำไปดำเนินการวิเคราะห์ต่อไป

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำมาหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (α - Coefficient) ตามวิธีของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่น .96
2. วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามในตอนต้นที่ 1 ซึ่งเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามโดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
3. วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามในตอนต้นที่ 2 ซึ่งเกี่ยวกับปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ
 - ด้านที่ 1 ปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร
 - ด้านที่ 2 ปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร
 - ด้านที่ 3 ปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร
 ตามลำดับ โดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
4. นำแบบสอบถามในตอนต้นที่ 3 ซึ่งเป็นความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร โดยการสรุปและนำเสนอในรูปแบบความเรียง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆ ดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
f	แทน	ค่าความถี่
%	แทน	ค่าร้อยละ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างโดยใช้แบบสอบถามทั้งหมด 240 ฉบับ ซึ่งสามารถทำการเก็บรวบรวมข้อมูลและตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลได้จำนวน 240 ฉบับ ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 100.00 จากแบบสอบถามที่จัดเตรียมทั้งหมด เมื่อทำการวิเคราะห์ข้อมูลสามารถแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละได้ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามในตอนที่ 1 ซึ่งเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามโดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
2. วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามในตอนที่ 2 ซึ่งเกี่ยวกับ ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ
 - 2.1 ปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร
 - 2.2 ปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร
 - 2.3 ปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานครตามลำดับ โดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
3. นำแบบสอบถามในตอนที่ 3 ซึ่งเป็นความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับ ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร โดยการสรุปและนำเสนอในรูปแบบความเรียง

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นลำดับดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 การแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละของสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตาราง 4 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามเพศ (N = 240)

รายการ		f (คน)	%
เพศ	ชาย	96	40.00
	หญิง	144	60.00
อายุ	ชาย 15 - 17 ปี	14	5.83
	ชาย 18 - 20 ปี	82	34.16
	หญิง 15 - 17 ปี	32	13.13
	หญิง 18 - 20 ปี	112	46.66
รวม		240	100.00

จากตาราง 4 แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างมีทั้งหมดจำนวน 240 คน แยกเป็นเพศชาย จำนวน 96 คน คิดเป็นร้อยละ 40.00 เพศหญิง จำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 60.00 และเมื่อพิจารณาตามอายุ พบว่า เพศชาย 15 – 17 ปี มีจำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 5.83 เพศหญิง 15 – 17 ปี มีจำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 13.13 เพศชาย 18 – 20 ปี มีจำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 34.16 เพศหญิง 18 – 20 ปี มีจำนวน 112 คน คิดเป็นร้อยละ 46.66

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถาม ซึ่งเกี่ยวกับปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ

ด้านที่ 1 ปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร

ด้านที่ 2 ปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร

ด้านที่ 3 ปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานครตามลำดับโดยการแจกแจงความถี่และค่าร้อยละ

ตาราง 5 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศชาย อายุ 15 - 17 ปี (N = 14)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความเหมาะสมของจำนวนผู้สอนกับจำนวนผู้เรียน	f	0	3	6	3	2
	%	0	21.43	42.86	21.43	14.29
2. บุคลิกภาพของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	0	2	3	3	6
	%	0	14.29	21.43	21.43	42.86
3. มนุษย์สัมพันธ์ของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	0	3	0	8	3
	%	0	21.43	0	57.14	21.43
4. ความสนใจและเอาใจใส่ของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	5	0	1	1	7
	%	35.71	0	7.14	7.14	50.00
5. ความสม่ำเสมอและตรงต่อเวลาของผู้สอน	f	0	2	1	8	3
	%	0	14.29	7.14	57.14	21.43
6. การสาธิตท่าว่ายน้ำของผู้สอนให้ผู้เรียนดู	f	2	0	2	5	5
	%	14.29	0	14.29	35.71	35.71
7. การใช้ภาษาสื่อสารของผู้สอนต่อการเรียน	f	2	0	5	5	2
	%	14.29	0	35.71	35.71	14.29
8. การอธิบายของผู้สอนและวิธีการสอนที่เป็นระบบต่อเนื่อง	f	2	1	1	3	7
	%	14.29	7.14	7.14	21.43	50.00

ตาราง 5 (ต่อ)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
9. ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ของผู้สอนในกิจกรรมการเรียนการสอน	f	0	2	0	8	4
	%	0	14.29	0	57.14	28.57
10. การดูแลความปลอดภัยของผู้สอนแก่ผู้เรียน	f	0	0	3	4	7
	%	0	0	21.43	28.57	50.00
รวม	f	11	13	22	48	46
	%	7.86	9.29	15.71	34.29	32.86

จากตาราง 5 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศชาย อายุ 15 - 17 ปี สระว่ายน้ำภาคฤดูร้อน ในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 34.29 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อ 1 มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คือ ความเหมาะสมของจำนวนผู้สอนกับจำนวนผู้เรียน คิดเป็นร้อยละ 42.86 และ ข้อ 4, 8 และ 10 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ ความสนใจและเอาใจใส่ของผู้สอนต่อผู้เรียน การอธิบายของผู้สอน และวิธีการสอนที่เป็นระบบต่อเนื่อง การดูแลความปลอดภัยของผู้สอนแก่ผู้เรียน แต่ละข้อ คิดเป็นร้อยละ 50.00

ตาราง 6 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสรวายน้ำ
ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศชาย อายุ 15 - 17 ปี (N = 14)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. อัตราค่าสมัครและค่าบำรุงสรวายน้ำ	f	0	0	1	4	9
ที่เรียกเก็บจากผู้เรียน	%	0	0	7.14	28.57	64.29
2. ช่วงระยะเวลาที่เปิดให้บริการ	f	0	2	3	7	2
	%	0	14.29	21.43	50.00	14.29
3. การจัดช่วงเวลาให้เรียนตรงกับ	f	0	0	3	8	3
ความต้องการที่จะเรียน	%	0	0	21.43	57.14	21.43
4. การให้บริการของประชาสัมพันธ์	f	0	1	3	6	4
	%	0	7.14	21.43	42.86	28.57
5. อุปกรณ์ปฐมพยาบาล	f	0	0	3	3	8
	%	0	0	21.43	21.43	57.14
6. ความปลอดภัยในทรัพย์สิน	f	0	4	3	2	5
	%	0	28.57	21.43	14.29	35.71
7.การให้บริการและให้คำแนะนำของ	f	0	2	2	7	3
เจ้าหน้าที่	%	0	14.29	14.29	50.00	21.43
8.การเผยแพร่เอกสารเพื่อให้ความรู้ของ	f	0	0	3	2	9
เจ้าหน้าที่แก่ผู้เรียน	%	0	0	21.43	14.29	64.29
9.การตรวจสอบแก่ผู้เรียนก่อนเรียนวายนน้ำ	f	0	3	0	3	8
	%	0	21.43	0	21.43	57.14
10.การตรวจสอบร่างกายแก่ผู้เรียน	f	1	0	2	7	4
หลังเรียนวายนน้ำ	%	7.14	0	14.29	50.00	28.57
11.การประเมินผลการเรียนวายนน้ำก่อนเรียน	f	0	1	0	8	5
	%	0	7.14	0	57.14	35.71
12.การประเมินผลการเรียนวายนน้ำหลังเรียน	f	0	0	2	6	6
	%	0	0	14.29	42.86	42.86
รวม	f	1	13	25	63	66
	%	0.60	7.74	14.88	37.50	39.29

จากตาราง 6 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศชาย อายุ 15 - 17 ปี สระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการจัดการ โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 39.29 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อ 3, 11, 2, 7 และ 10 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คือ การจัดช่วงเวลาให้เรียนตรงกับความต้องการที่จะเรียน การประเมินผลการเรียนว่ายน้ำ ก่อนเรียน ช่วงระยะเวลาที่เปิดให้บริการ การให้บริการและให้คำแนะนำของเจ้าหน้าที่ การประเมินผล การเรียนว่ายน้ำก่อนเรียน คิดเป็นร้อยละ 57.14, 57.14, 50.00, 50.00, 50.00 ตามลำดับ

ตาราง 7 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
ที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของ
สมาชิก เพศชาย อายุ 15 - 17 ปี (N = 14)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความเพียงพอของอุปกรณ์ในการป้องกันชีวิตของผู้เรียนว่ายน้ำ	f	0	1	3	0	10
	%	0	7.14	21.43	0	71.43
2. ความเพียงพอของอุปกรณ์ว่ายน้ำ	f	0	1	2	6	5
	%	0	7.14	14.29	42.86	35.71
3. มาตรฐานและสภาพของอุปกรณ์ในสระว่ายน้ำที่มีต่อผู้เรียน	f	0	2	2	5	5
	%	0	14.29	14.29	35.71	35.71
4. ความปลอดภัยในการติดตั้งอุปกรณ์ของสระว่ายน้ำ	f	0	2	1	1	10
	%	0	14.29	7.14	7.14	71.43
5. ความสะอาดของสุขา และห้องอาบน้ำ	f	0	0	3	0	11
	%	0	0	21.43	0	78.57
6. ความเพียงพอของสุขาและห้องอาบน้ำ	f	0	0	1	10	3
	%	0	0	7.14	71.43	21.43
7.ความเพียงพอแสงสว่างบริเวณสระว่ายน้ำ	f	0	0	2	4	8
	%	0	0	14.29	28.57	57.14
8.ความเพียงพอของการบริการน้ำดื่ม	f	0	0	0	10	4
	%	0	0	0	71.43	28.57
9.ความเพียงพอของสถานที่จำหน่ายอาหาร	f	0	1	2	2	9
	%	0	7.14	14.29	14.29	64.29
10.ความสะอาดของสถานที่จำหน่ายอาหาร	f	0	0	3	2	9
	%	0	0	21.43	14.29	64.29
11.ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้ามีความมิดชิดและปลอดภัย	f	0	0	1	4	9
	%	0	0	7.14	28.57	64.29

ตาราง 7 (ต่อ)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
12. ความสะดวกสบายของห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า	f	0	0	0	9	5
	%	0	0	0	35.71	64.29
13. ความกว้างของทางเดินรอบขอบสระว่ายน้ำ	f	0	2	0	4	8
	%	0	14.29	0	28.57	57.14
14. ความเพียงพอของสถานที่นั่งพักผ่อน	f	0	1	4	4	5
	%	0	7.14	28.57	28.57	35.71
15. ความเพียงพอของตู้สำหรับเก็บของและอุปกรณ์ส่วนตัว	f	0	2	1	0	11
	%	0	14.29	7.14	0	78.57
16. ความเพียงพอของสถานที่จอดรถ	f	2	0	1	5	6
	%	14.29	0	7.14	35.71	42.86
รวม	f	2	12	26	66	118
	%	0.89	5.36	11.61	29.46	52.68

จากตาราง 7 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศชาย อายุ 15 - 17 ปี สระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 52.68 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อ 6, 8 และ 2 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ ความเพียงพอของสุขาและห้องอาบน้ำ ความเพียงพอของการบริการน้ำดื่ม ความเพียงพอของอุปกรณ์ว่ายน้ำ คิดเป็นร้อยละ 71.43, 71.43, 42.86 ตามลำดับ

ตาราง 8 ค่าความถี่และร้อยละของปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสภาวัยน้ำภาครรัฐ
ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศชาย อายุ 18 - 20 ปี (N = 82)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความเหมาะสมของจำนวนผู้สอนกับจำนวนผู้เรียน	f	2	18	38	20	4
	%	2.44	21.94	46.34	24.39	4.88
2. บุคลิกภาพของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	0	3	32	30	17
	%	0	3.66	39.02	36.59	20.73
3. มนุษย์สัมพันธ์ของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	0	7	32	31	12
	%	0	8.54	39.02	37.80	14.63
4. ความสนใจและเอาใจใส่ของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	3	8	29	22	20
	%	3.66	9.76	35.37	26.83	14.39
5. ความสม่ำเสมอและตรงต่อเวลาของผู้สอน	f	1	2	27	30	22
	%	1.22	2.44	32.93	36.59	26.83
6. การสาธิตท้าวายน้ำของผู้สอนให้ผู้เรียนดู	f	1	9	25	31	16
	%	1.22	10.98	30.49	37.80	19.51
7. การใช้ภาษาสื่อสารของผู้สอนต่อการเรียน	f	2	1	25	24	30
	%	2.44	1.22	30.49	29.27	36.59
8. การอธิบายของผู้สอนและวิธีการสอนที่เป็นระบบต่อเนื่อง	f	0	11	22	37	12
	%	0	13.41	26.83	45.12	14.63
9. ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ของผู้สอนในกิจกรรมการเรียนการสอน	f	0	3	37	27	15
	%	0	3.66	45.12	32.93	18.29
10. การดูแลความปลอดภัยของผู้สอนแก่ผู้เรียน	f	3	4	23	27	25
	%	3.66	4.88	28.05	32.93	30.49
รวม	f	12	66	290	279	173
	%	1.46	8.05	35.37	34.02	21.10

จากตาราง 8 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศชาย อายุ 18 - 20 ปี สระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน โดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 35.37 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อ 8 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คือ การอธิบายของผู้สอนและวิธีการสอนที่เป็นระบบต่อเนื่อง คิดเป็นร้อยละ 45.12

ตาราง 9 ค่าความถี่และร้อยละของปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสรวายน้ำ
ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศชายอายุ 18-20 ปี (N = 82)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. อัตราค่าสมัครและค่าบำรุงสระว่ายน้ำที่เรียกเก็บจากผู้เรียน	f	0	0	25	15	42
	%	0	0	30.49	18.29	51.22
2. ช่วงระยะเวลาที่เปิดให้บริการ	f	0	4	35	31	12
	%	0	4.88	42.63	37.80	14.63
3. การจัดช่วงเวลาให้เรียนตรงกับความต้องการที่จะเรียน	f	3	6	32	26	15
	%	3.66	7.32	39.02	31.71	18.29
4. การให้บริการของประชาสัมพันธ์	f	0	9	38	26	9
	%	0	10.98	46.34	31.71	10.98
5. อุปกรณ์ปฐมพยาบาล	f	3	1	40	19	19
	%	3.66	1.22	48.78	23.17	23.17
6. ความปลอดภัยในทรัพย์สิน	f	3	9	38	15	17
	%	3.66	10.98	46.34	18.29	20.73
7. การให้บริการและให้คำแนะนำของเจ้าหน้าที่	f	2	8	26	37	9
	%	2.44	9.76	31.71	45.12	10.98
8. การเผยแพร่เอกสารเพื่อให้ความรู้ของเจ้าหน้าที่แก่ผู้เรียน	f	2	5	48	16	11
	%	2.44	6.10	58.54	19.51	13.41
9. การตรวจสอบแก่ผู้เรียนก่อนเรียนว่ายน้ำ	f	3	5	40	20	14
	%	3.66	6.10	48.78	21.39	17.07
10. การตรวจสอบร่างกายแก่ผู้เรียนหลังเรียนว่ายน้ำ	f	1	2	42	23	14
	%	1.22	2.44	51.22	28.05	17.07
11. การประเมินผลการเรียนว่ายน้ำก่อนเรียน	f	0	6	38	23	15
	%	0	7.32	46.34	28.05	18.29
12.การประเมินผลการเรียนว่ายน้ำหลังเรียน	f	0	6	35	22	19
	%	0	7.32	42.68	26.83	23.17
รวม	f	17	61	437	273	196
	%	1.73	6.20	44.41	27.74	19.92

จากตาราง 9 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศชาย อายุ 18 - 20 ปี สระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการจัดการ โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 44.41 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อ 1 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ อัตราค่าสมัครและค่าบำรุงสระว่ายน้ำที่เรียกเก็บจากผู้เรียน คิดเป็นร้อยละ 51.22 และ ข้อ 7 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คือ การให้บริการและให้คำแนะนำของเจ้าหน้าที่ คิดเป็นร้อยละ 45.12

ตาราง 10 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศชาย อายุ 18 - 20 ปี (N = 82)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความเพียงพอของอุปกรณ์ในการป้องกันชีวิตของผู้เรียนว่ายน้ำ	f	7	3	32	23	17
	%	8.54	3.66	39.02	28.05	20.73
2. ความเพียงพอของอุปกรณ์ว่ายน้ำ	f	2	9	27	25	19
	%	2.44	10.98	32.93	30.49	23.17
3. มาตรฐานและสภาพของอุปกรณ์ในสระว่ายน้ำที่มีต่อผู้เรียน	f	6	3	28	36	9
	%	7.32	3.66	34.15	43.90	10.98
4. ความปลอดภัยในการติดตั้งอุปกรณ์ของสระว่ายน้ำ	f	1	7	32	27	15
	%	1.22	8.54	39.02	32.93	18.29
5. ความสะอาดของสุขา และห้องอาบน้ำ	f	1	8	22	27	24
	%	1.22	9.76	26.83	32.93	29.27
6. ความเพียงพอของสุขาและห้องอาบน้ำ	f	3	4	31	29	15
	%	3.66	4.88	37.80	35.37	18.29
7. ความเพียงพอแสงสว่างบริเวณสระว่ายน้ำ	f	1	5	23	29	24
	%	1.22	6.10	28.05	35.37	29.27
8. ความเพียงพอของการบริการน้ำดื่ม	f	2	9	30	26	15
	%	2.44	10.98	36.59	31.71	18.29
9. ความเพียงพอของสถานที่จำหน่ายอาหาร	f	4	7	38	11	22
	%	4.88	8.54	46.34	13.41	26.83
10. ความสะอาดของสถานที่จำหน่ายอาหาร	f	0	5	22	23	32
	%	0	6.10	26.83	28.05	39.02
11. ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้ามีความมิดชิดและปลอดภัย	f	3	6	34	17	22
	%	3.66	7.32	41.46	20.73	26.83
12. ความสะดวกสบายของห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า	f	1	6	30	23	22
	%	1.22	7.32	26.59	28.05	26.83

ตาราง 10 (ต่อ)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
13.ความกว้างของทางเดินรอบขอบสระว่ายน้ำ	f	3	3	19	33	24
	%	3.66	3.66	23.17	40.24	29.27
14.ความเพียงพอของสถานที่นั่งพักผ่อน	f	0	6	25	26	25
	%	0	7.32	30.49	31.71	30.49
15.ความเพียงพอของตู้สำหรับเก็บของและอุปกรณ์ส่วนตัว	f	0	7	32	23	20
	%	0	8.54	39.02	28.05	24.39
16.ความเพียงพอของสถานที่จอดรถ	f	3	6	24	14	35
	%	3.66	7.32	29.27	17.07	42.68
รวม	f	37	94	449	392	340
	%	2.82	7.16	34.22	29.88	25.91

จากตาราง 10 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศชาย อายุ 18 - 20 ปี สระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกโดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 34.22 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อ 3, 13 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คือมาตรฐานและสภาพของอุปกรณ์ในสระว่ายน้ำที่มีต่อผู้เรียน ความกว้างของทางเดินรอบขอบสระว่ายน้ำ คิดเป็นร้อยละ 43.90, 40.24 ตามลำดับ และข้อ 16 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ ความเพียงพอของสถานที่จอดรถ คิดเป็นร้อยละ 42.68

ตาราง 11 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายนํ้า
ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศหญิง อายุ 15 - 17 ปี
(N = 32)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความเหมาะสมของจำนวนผู้สอนกับจำนวนผู้เรียน	f	0	2	18	8	4
	%	0	6.25	56.25	25.00	12.50
2. บุคลิกภาพของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	0	4	13	6	9
	%	0	12.50	40.63	18.75	28.13
3. มนุษย์สัมพันธ์ของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	0	6	9	11	6
	%	0	18.75	28.13	34.38	18.75
4. ความสนใจและเอาใจใส่ของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	0	9	4	6	13
	%	0	28.13	12.50	18.75	40.63
5. ความสม่ำเสมอและตรงต่อเวลาของผู้สอน	f	0	6	5	8	13
	%	0	18.75	15.63	25.00	40.63
6. การสาธิตท่าว่ายน้ำของผู้สอนให้ผู้เรียนดู	f	2	4	6	7	13
	%	6.25	12.50	18.75	21.88	40.63
7. การใช้ภาษาสื่อสารของผู้สอนต่อการเรียน	f	0	4	6	7	15
	%	0	12.50	18.75	21.88	46.88
8. การอธิบายของผู้สอนและวิธีการสอนที่เป็นระบบต่อเนื่อง	f	0	2	6	13	11
	%	0	6.25	18.75	40.63	34.38
9. ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ของผู้สอนในกิจกรรมการเรียนการสอน	f	0	3	11	8	10
	%	0	9.38	34.38	25.00	31.25
10. การดูแลความปลอดภัยของผู้สอนแก่ผู้เรียน	f	2	1	11	4	14
	%	6.25	3.13	34.38	12.50	43.75
รวม	f	41	89	78	108	41
	%	12.97	28.16	24.68	34.18	12.97

จากตาราง 11 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ําของสมาชิกหญิง อายุ 15 -17 ปี สระว่ายน้ํา ภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน โดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 34.18 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อ 1 มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คือ ความเหมาะสมของ จำนวนผู้สอนกับจำนวนผู้เรียน คิดเป็นร้อยละ 56.25 และข้อ 1 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ การใช้ภาษาสื่อสารของผู้สอนต่อการเรียน คิดเป็นร้อยละ 46.88

ตาราง 12 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิก
 สระวายน้าภาครฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศหญิง
 อายุ 15 - 17 ปี (N = 32)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. อัตราค่าสมัครและค่าบำรุงสระวายน้าที่เรียกเก็บจากผู้เรียน	f	0	2	5	10	15
	%	0	6.25	15.63	31.25	46.88
2. ช่วงระยะเวลาที่เปิดให้บริการ	f	0	3	5	17	7
	%	0	9.38	15.63	53.13	21.68
3. การจัดช่วงเวลาให้เรียนตรงกับความต้องการที่จะเรียน	f	0	2	11	14	5
	%	0	6.25	34.38	43.75	15.63
4. การให้บริการของประชาสัมพันธ์	f	0	2	9	12	9
	%	0	6.25	28.13	37.50	28.13
5. อุปกรณ์ปฐมพยาบาล	f	0	0	11	12	9
	%	0	0	34.38	37.50	28.13
6. ความปลอดภัยในทรัพย์สิน	f	0	2	8	11	11
	%	0	6.25	25.00	34.38	34.38
7. การให้บริการและให้คำแนะนำของเจ้าหน้าที่	f	0	2	5	18	7
	%	0	6.25	15.63	56.25	21.88
8. การเผยแพร่เอกสารเพื่อให้ความรู้ของเจ้าหน้าที่แก่ผู้เรียน	f	0	2	13	8	9
	%	0	6.25	40.63	25.00	28.13
9. การตรวจสอบแก่ผู้เรียนก่อนเรียนวายน้า	f	0	0	6	12	14
	%	0	0	18.75	37.50	43.75
10. การตรวจสอบร่างกายแก่ผู้เรียนหลังเรียนวายน้า	f	0	2	8	8	14
	%	0	6.25	25.00	25.00	43.75
11. การประเมินผลการเรียนวายน้าก่อนเรียน	f	0	0	6	13	13
	%	0	0	18.75	40.63	40.63
12. การประเมินผลการเรียนวายน้าหลังเรียน	f	0	0	7	8	17
	%	0	0	21.88	25.00	53.13

ตาราง 12 (ต่อ)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
รวม	f	0	17	94	143	130
	%	0.00	4.43	24.48	37.24	33.85

จากตาราง 12 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกหญิง อายุ 15 -17 ปี สระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการจัดการ โดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 37.24 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อ 12, 1 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ การประเมินผลการเรียนว่ายน้ำหลังเรียน และอัตราค่าสมัครและค่าบำรุงสระว่ายน้ำที่เรียกเก็บจากผู้เรียน คิดเป็นร้อยละ 53.13, 46.88 ตามลำดับ

ตาราง 13 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
ที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของ
สมาชิกเพศหญิง อายุ 15 – 17 ปี (N = 32)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความเพียงพอของอุปกรณ์ในการป้องกันชีวิตของผู้เรียนว่ายน้ำ	f	0	6	3	16	7
	%	0	18.75	9.38	50.00	21.88
2. ความเพียงพอของอุปกรณ์ว่ายน้ำ	f	0	2	9	9	12
	%	0	6.25	28.13	28.13	37.50
3. มาตรฐานและสภาพของอุปกรณ์ในสระว่ายน้ำที่มีต่อผู้เรียน	f	0	4	11	13	4
	%	0	12.50	34.38	40.63	12.50
4. ความปลอดภัยในการติดตั้งอุปกรณ์ของสระว่ายน้ำ	f	1	3	11	7	10
	%	3.13	9.38	34.38	21.88	31.25
5. ความสะอาดของสุขา และห้องอาบน้ำ	f	0	2	8	12	10
	%	0	6.25	25.00	37.50	31.25
6. ความเพียงพอของสุขาและห้องอาบน้ำ	f	0	5	9	2	16
	%	0	15.63	28.13	6.25	50.00
7. ความเพียงพอแสงสว่างบริเวณสระว่ายน้ำ	f	0	0	13	11	8
	%	0	0	40.63	34.38	25.00
8. ความเพียงพอของการบริการน้ำดื่ม	f	1	5	7	11	8
	%	3.13	15.63	21.88	34.38	25.00
9. ความเพียงพอของสถานที่จำหน่ายอาหาร	f	0	6	4	11	11
	%	0	18.75	12.50	34.38	34.38
10. ความสะอาดของสถานที่จำหน่ายอาหาร	f	0	2	8	12	10
	%	0	6.25	25.00	37.50	31.25
11. ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้ามีความมิดชิดและปลอดภัย	f	0	9	6	11	6
	%	0	28.13	18.75	34.38	18.75
12. ความสะดวกสบายของห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า	f	0	6	7	11	8
	%	0	18.75	21.88	34.38	25.00

ตาราง 13 (ต่อ)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
13.ความกว้างของทางเดินรอบขอบสระว่ายน้ำ	f	0	3	7	10	12
	%	0	9.38	21.88	31.25	37.50
14.ความเพียงพอของสถานที่นั่งพักผ่อน	f	0	3	5	11	13
	%	0	9.38	15.63	34.38	40.63
15.ความเพียงพอของตู้สำหรับเก็บของและอุปกรณ์ส่วนตัว	f	0	7	6	13	6
	%	0	21.88	18.75	40.63	18.75
16.ความเพียงพอของสถานที่จอดรถ	f	0	0	6	13	13
	%	0	0	18.75	40.63	40.63
รวม	f	2	63	120	173	154
	%	0.39	12.30	23.44	33.79	30.08

จากตาราง 13 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกหญิง อายุ 15 -17 ปี สระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานครด้านการสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 33.79 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อ 6 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ ความเพียงพอของสุขาและห้องอาบน้ำ คิดเป็นร้อยละ 50.00

ตาราง 14 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสภาวัยน้ำ
ภาครรัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศหญิง อายุ 18 - 20 ปี
(N = 112)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความเหมาะสมของจำนวนผู้สอนกับจำนวนผู้เรียน	f	6	15	62	23	6
	%	5.36	13.39	55.36	20.54	5.36
2. บุคลิกภาพของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	5	17	32	36	22
	%	4.46	15.18	28.57	32.14	19.64
3. มนุษย์สัมพันธ์ของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	4	12	31	47	18
	%	3.57	10.71	27.68	41.96	16.07
4. ความสนใจและเอาใจใส่ของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	9	9	35	43	16
	%	8.04	8.04	31.25	38.39	14.29
5. ความสม่ำเสมอและตรงต่อเวลาของผู้สอน	f	1	22	34	33	22
	%	0.89	19.64	30.36	29.46	19.64
6. การสาธิตท้าวายน้ำของผู้สอนให้ผู้เรียนดู	f	6	8	37	34	27
	%	5.36	7.14	33.04	30.36	24.11
7. การใช้ภาษาสื่อสารของผู้สอนต่อการเรียน	f	9	8	35	36	24
	%	8.04	7.14	31.25	32.14	21.43
8. การอธิบายของผู้สอนและวิธีการสอนที่เป็นระบบต่อเนื่อง	f	9	11	28	49	15
	%	8.04	9.82	25.00	43.75	13.39
9. ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ของผู้สอนในกิจกรรมการเรียนการสอน	f	4	17	46	26	19
	%	3.57	15.18	41.07	23.21	16.96
10. การดูแลความปลอดภัยของผู้สอนแก่ผู้เรียน	f	7	11	42	33	19
	%	6.25	9.82	37.50	29.46	16.96
รวม	f	60	130	382	360	188
	%	5.36	11.61	34.11	32.14	16.79

จากตาราง 14 แสดงว่า ปัญหาการเรียนรู้ว่ายน้ำของสมาชิกหญิง อายุ 18 - 20 ปี สระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 34.11 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อ 8, 3 มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คือ การอธิบายของผู้สอนและวิธีการสอนที่เป็นระบบต่อเนื่อง และมนุษยสัมพันธ์ของผู้สอนต่อผู้เรียน คิดเป็นร้อยละ 43.75, 41.96 ตามลำดับ

ตาราง 15 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ
ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศหญิง อายุ 18 - 20 ปี
(N = 112)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. อัตราค่าสมัครและค่าบำรุงสระว่ายน้ำ ที่เรียกเก็บจากผู้เรียน	f	0	0	24	27	61
	%	0	0	21.43	24.11	54.46
2. ช่วงระยะเวลาที่เปิดให้บริการ	f	0	6	28	47	31
	%	0	5.36	25.00	41.96	27.68
3. การจัดช่วงเวลาให้เรียนตรงกับ ความต้องการที่จะเรียน	f	6	13	42	31	20
	%	5.36	11.61	37.50	21.68	17.86
4. การให้บริการของประชาสัมพันธ์	f	1	8	37	49	17
	%	0.89	7.14	33.04	43.75	15.18
5. อุปกรณ์ปฐมพยาบาล	f	3	6	47	32	24
	%	2.68	5.36	41.96	28.57	21.43
6. ความปลอดภัยในทรัพย์สิน	f	5	17	34	30	23
	%	4.46	15.18	33.04	26.79	20.54
7. การให้บริการและให้คำแนะนำของ เจ้าหน้าที่	f	0	6	37	46	23
	%	0	5.36	33.04	41.07	20.54
8. การเผยแพร่เอกสารเพื่อให้ความรู้ของ เจ้าหน้าที่แก่ผู้เรียน	f	0	10	43	43	16
	%	0	8.93	38.39	38.39	14.29
9. การตรวจสอบแก่ผู้เรียนก่อนเรียนว่ายน้ำ	f	0	7	45	40	20
	%	0	6.25	40.18	35.71	17.86
10. การตรวจสอบร่างกายแก่ผู้เรียน หลังเรียนว่ายน้ำ	f	0	12	41	40	19
	%	0	10.71	36.61	35.71	16.96
11.การประเมินผลการเรียนว่ายน้ำก่อนเรียน	f	2	6	46	37	21
	%	1.79	5.36	41.07	33.04	18.75
12.การประเมินผลการเรียนว่ายน้ำหลังเรียน	f	2	5	41	39	25
	%	1.79	4.46	36.61	34.82	22.32

ตาราง 15 (ต่อ)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
รวม	f	19	96	465	461	300
	%	1.42	7.16	34.68	34.38	22.37

จากตาราง 15 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกหญิง อายุ 18 - 20 ปี สระว่ายน้ำภาคฤดูร้อน ในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการจัดการ โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 34.68 เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ข้อ 1 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ อัตราค่าสมัครและค่าบำรุงสระว่ายน้ำที่เรียกเก็บจากผู้เรียน คิดเป็นร้อยละ 54.46 และ ข้อ 2, 4 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ ช่วงระยะเวลาที่เปิดให้บริการ และการให้บริการของอาสาสมัคร คิดเป็นร้อยละ 41.96, 43.75 ตามลำดับ

ตาราง 16 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิกเพศหญิง อายุ 18 -20 ปี (N = 112)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความเพียงพอของอุปกรณ์ในการป้องกันชีวิตของผู้เรียนว่ายน้ำ	f	2	14	38	36	22
	%	1.79	12.50	33.93	32.14	19.64
2. ความเพียงพอของอุปกรณ์ว่ายน้ำ	f	5	10	38	36	23
	%	4.46	8.93	33.93	32.14	20.54
3. มาตรฐานและสภาพของอุปกรณ์ในสระว่ายน้ำที่มีต่อผู้เรียน	f	2	14	39	31	26
	%	1.79	12.50	34.82	27.68	23.21
4. ความปลอดภัยในการติดตั้งอุปกรณ์ของสระว่ายน้ำ	f	7	8	47	29	21
	%	6.25	7.14	41.96	25.89	18.75
5. ความสะอาดของสุขา และห้องอาบน้ำ	f	4	10	32	39	27
	%	3.57	8.93	28.57	34.82	24.11
6. ความเพียงพอของสุขาและห้องอาบน้ำ	f	9	12	33	40	18
	%	8.04	10.71	29.46	35.71	16.07
7. ความเพียงพอแสงสว่างบริเวณสระว่ายน้ำ	f	1	3	32	38	38
	%	0.89	2.68	28.57	33.93	33.93
8. ความเพียงพอของการบริการน้ำดื่ม	f	5	6	37	29	35
	%	4.46	5.36	33.04	25.89	31.25
9. ความเพียงพอของสถานที่จำหน่ายอาหาร	f	10	6	33	17	46
	%	8.93	5.36	29.46	15.18	41.07
10. ความสะอาดของสถานที่จำหน่ายอาหาร	f	2	4	39	25	42
	%	1.79	3.57	34.82	22.32	37.50
11. ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้ามีความมิดชิดและปลอดภัย	f	1	13	48	20	30
	%	0.89	11.61	42.86	17.86	26.73

ตาราง 16 (ต่อ)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
12. ความสะดวกสบายของห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า	f	2	10	41	30	29
	%	1.79	8.93	36.61	29.79	25.86
13. ความกว้างของทางเดินรอบขอบสระว่ายน้ำ	f	0	6	34	45	27
	%	0	5.36	30.36	40.18	24.11
14. ความเพียงพอของสถานที่นั่งพักผ่อน	f	2	6	27	38	39
	%	1.79	5.36	24.11	33.93	34.82
15. ความเพียงพอของตู้สำหรับเก็บของและอุปกรณ์ส่วนตัว	f	3	18	40	28	23
	%	2.68	16.07	35.71	25.00	20.54
16. ความเพียงพอของสถานที่จอดรถ	f	5	4	36	27	40
	%	4.46	3.57	32.14	24.11	35.71
รวม	f	60	144	594	508	486
	%	3.35	8.04	33.15	28.35	27.12

จากตาราง 16 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกหญิง อายุ 18 -20 ปี สระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 33.15 เมื่อพิจารณา รายข้อพบว่า ข้อ 13 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คือ ความกว้างของทางเดินรอบขอบสระว่ายน้ำ คิดเป็นร้อยละ 40.18

ตาราง 17 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสภะวายน้ำ
ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศชาย (N = 96)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความเหมาะสมของจำนวนผู้สอนกับจำนวนผู้เรียน	f	2	21	44	23	6
	%	2.08	21.88	45.83	23.96	6.25
2. บุคลิกภาพของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	0	5	35	33	23
	%	0	5.21	36.46	34.38	23.96
3. มนุษย์สัมพันธ์ของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	0	10	32	39	15
	%	0	10.42	33.33	40.63	15.63
4. ความสนใจและเอาใจใส่ของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	8	8	34	23	27
	%	8.33	8.33	31.25	23.96	28.13
5. ความสม่ำเสมอและตรงต่อเวลาของผู้สอน	f	1	4	28	38	25
	%	1.04	4.17	29.17	39.58	26.04
6. การสาธิตท้าวายน้ำของผู้สอนให้ผู้เรียนดู	f	3	9	27	36	21
	%	3.13	9.38	28.13	37.50	21.88
7. การใช้ภาษาสื่อสารของผู้สอนต่อการเรียน	f	4	1	30	29	32
	%	4.17	1.04	31.25	30.12	33.33
8. การอธิบายของผู้สอนและวิธีการสอนที่เป็นระบบต่อเนื่อง	f	2	12	23	40	19
	%	2.08	12.50	23.96	41.67	19.79
9. ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ของผู้สอนในกิจกรรมการเรียนการสอน	f	0	5	37	35	19
	%	0	5.21	38.54	36.46	19.79
10. การดูแลความปลอดภัยของผู้สอนแก่ผู้เรียน	f	3	4	26	31	32
	%	3.13	4.17	27.08	32.29	33.33
รวม	f	23	79	316	327	219
	%	2.39	8.20	32.78	33.92	22.72

จากตาราง 17 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขต กรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน โดยรวมสมาชิกเพศชายที่เรียนว่ายน้ำส่วนมากมีระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 33.92 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อ 1 มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ความเหมาะสมของจำนวนผู้สอนกับจำนวนผู้เรียน คิดเป็นร้อยละ 45.83

ตาราง 18 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายนํ้า
ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศชาย (N = 96)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. อัตราค่าสมัครและค่าบำรุงสระว่ายนํ้า ที่เรียกเก็บจากผู้เรียน	f	0	0	26	19	51
	%	0	0	27.08	19.79	53.13
2. ช่วงระยะเวลาที่เปิดให้บริการ	f	0	6	38	38	14
	%	0	6.25	39.58	39.58	14.58
3. การจัดช่วงเวลาให้เรียนตรงกับ ความต้องการที่จะเรียน	f	3	6	35	34	18
	%	3.13	6.25	36.46	35.42	18.75
4. การให้บริการของประชาสัมพันธ์	f	0	10	41	32	13
	%	0	10.42	42.71	33.33	13.54
5. อุปกรณ์ปฐมพยาบาล	f	3	1	43	22	27
	%	3.13	1.04	44.79	22.92	28.13
6. ความปลอดภัยในทรัพย์สิน	f	3	13	41	17	22
	%	3.13	13.54	42.71	17.71	22.92
7.การให้บริการและให้คำแนะนำของ เจ้าหน้าที่	f	2	10	28	44	12
	%	2.08	10.42	29.17	45.83	12.50
8.การเผยแพร่เอกสารเพื่อให้ความรู้ของ เจ้าหน้าที่แก่ผู้เรียน	f	2	5	51	18	20
	%	2.08	5.21	53.13	18.75	20.83
9.การตรวจสอบแก่ผู้เรียนก่อนเรียนว่ายนํ้า	f	3	8	40	23	22
	%	3.13	8.33	41.67	23.96	22.92
10.การตรวจสอบร่างกายแก่ผู้เรียน หลังเรียนว่ายนํ้า	f	2	2	44	30	18
	%	2.08	2.08	45.83	31.25	18.75
11.การประเมินผลการเรียนว่ายนํ้าก่อนเรียน	f	0	7	38	31	20
	%	0	7.29	39.58	32.29	20.83
12.การประเมินผลการเรียนว่ายนํ้าหลังเรียน	f	0	6	37	28	25
	%	0	6.25	38.54	29.17	26.04
รวม	f	18	74	462	336	262
	%	1.56	6.42	40.10	29.17	22.74

จากตาราง 18 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขต กรุงเทพมหานคร ด้านการจัดการ โดยรวมสมาชิกเพศชายที่เรียนว่ายน้ำส่วนมากมีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 40.10 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อ 1 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ อัตราค่าสมัครและค่าบำรุงสระว่ายน้ำที่เรียกเก็บจากผู้เรียน คิดเป็นร้อยละ 53.13 และ ข้อ 7 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คือ การให้บริการและให้คำแนะนำของเจ้าหน้าที่ คิดเป็นร้อยละ 45.83

ตาราง 19 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
ที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของ
สมาชิกเพศชาย (N = 96)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความเพียงพอของอุปกรณ์ในการป้องกันชีวิตของผู้เรียนว่ายน้ำ	f	7	4	35	23	27
	%	7.29	4.17	36.46	23.96	28.13
2. ความเพียงพอของอุปกรณ์ว่ายน้ำ	f	2	10	29	31	24
	%	2.08	10.42	30.21	32.29	25.00
3. มาตรฐานและสภาพของอุปกรณ์ในสระว่ายน้ำที่มีต่อผู้เรียน	f	6	5	30	41	14
	%	6.25	5.21	31.25	42.71	14.58
4. ความปลอดภัยในการติดตั้งอุปกรณ์ของสระว่ายน้ำ	f	1	9	33	28	25
	%	1.04	9.38	34.38	29.17	26.04
5. ความสะอาดของสุขา และห้องอาบน้ำ	f	1	8	25	27	35
	%	1.04	8.33	26.04	28.13	36.46
6. ความเพียงพอของสุขาและห้องอาบน้ำ	f	3	4	32	39	18
	%	3.13	4.17	33.33	40.63	18.75
7. ความเพียงพอแสงสว่างบริเวณสระว่ายน้ำ	f	1	5	25	33	32
	%	1.04	5.21	26.04	34.38	33.33
8. ความเพียงพอของการบริการน้ำดื่ม	f	2	9	30	36	19
	%	2.08	9.38	31.26	37.50	19.79
9. ความเพียงพอของสถานที่จำหน่ายอาหาร	f	4	8	40	13	31
	%	4.17	8.33	41.67	13.54	32.29
10. ความสะอาดของสถานที่จำหน่ายอาหาร	f	0	5	25	25	41
	%	0	5.21	26.04	26.04	42.71
11. ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้ามีความมิดชิดและปลอดภัย	f	3	6	35	21	31
	%	3.13	6.25	36.46	21.88	32.29
12. ความสะดวกสบายของห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า	f	1	6	30	28	31
	%	1.04	6.25	31.25	29.17	32.29

ตาราง 19 (ต่อ)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
13. ความกว้างของทางเดินรอบขอบสระว่ายน้ำ	f	3	5	19	37	32
	%	3.13	5.21	19.79	38.54	33.33
14. ความเพียงพอของสถานที่นั่งพักผ่อน	f	0	7	29	30	30
	%	0	7.29	30.21	31.25	31.25
15. ความเพียงพอของตู้สำหรับเก็บของและอุปกรณ์ส่วนตัว	f	0	9	33	23	31
	%	0	9.38	34.38	23.96	32.29
16. ความเพียงพอของสถานที่จอดรถ	f	5	6	25	19	41
	%	5.21	6.25	26.04	13.79	42.71
รวม	f	39	106	475	454	462
	%	2.54	6.90	30.92	29.56	30.08

จากตาราง 19 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมสมาชิกเพศชายที่เรียนว่ายน้ำ ส่วนมากมีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 30.92 เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ข้อ 3 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คือ มาตรฐานและสภาพของอุปกรณ์ในสระว่ายน้ำที่มีต่อผู้เรียน คิดเป็นร้อยละ 42.71 และ ข้อ 10 และ 16 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ ความสะอาดของสถานที่จำหน่ายอาหาร และความเพียงพอของสถานที่จอดรถ คิดเป็นร้อยละ 42.71

ตาราง 20 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสภะวายน้ำ
ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศหญิง (N = 144)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความเหมาะสมของจำนวนผู้สอนกับจำนวนผู้เรียน	f	6	17	80	31	10
	%	4.17	11.81	55.56	21.53	6.94
2. บุคลิกภาพของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	5	21	45	42	31
	%	3.47	14.58	31.25	29.17	21.53
3. มนุษย์สัมพันธ์ของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	4	18	40	58	24
	%	2.78	12.50	27.78	40.28	16.67
4. ความสนใจและเอาใจใส่ของผู้สอนต่อผู้เรียน	f	9	18	39	49	29
	%	6.25	12.50	27.08	34.03	20.14
5. ความสม่ำเสมอและตรงต่อเวลาของผู้สอน	f	1	28	39	41	35
	%	0.69	19.44	27.08	28.47	24.31
6. การสาธิตท้าวายน้ำของผู้สอนให้ผู้เรียนดู	f	8	12	43	41	40
	%	5.56	8.33	29.86	28.47	27.78
7. การใช้ภาษาสื่อสารของผู้สอนต่อการเรียน	f	9	12	41	43	39
	%	6.25	8.33	28.47	29.86	27.08
8. การอธิบายของผู้สอนและวิธีการสอนที่เป็นระบบต่อเนื่อง	f	9	13	34	62	26
	%	6.25	9.03	23.61	43.06	18.06
9. ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ของผู้สอนในกิจกรรมการเรียนการสอน	f	4	20	57	34	29
	%	2.78	13.59	39.58	23.61	20.14
10. การดูแลความปลอดภัยของผู้สอนแก่ผู้เรียน	f	9	12	53	37	33
	%	6.25	8.33	26.81	25.69	22.92
รวม	f	64	171	471	438	296
	%	4.44	11.88	32.71	30.42	20.56

จากตาราง 20 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขต กรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน โดยรวมสมาชิกเพศหญิงที่เรียนว่ายน้ำส่วนมากมีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 32.71 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อ 8 และ 3 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คือ การอธิบายของผู้สอนและวิธีการสอนที่เป็นระบบต่อเนื่อง มนุษย์สัมพันธ์ของผู้สอนต่อผู้เรียน คิดเป็นร้อยละ 43.06, 40.28 ตามลำดับ

ตาราง 21 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ
ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของสมาชิก เพศหญิง (N = 144)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. อัตราค่าสมัครและค่าบำรุงสระว่ายน้ำ ที่เรียกเก็บจากผู้เรียน	f	0	2	29	37	76
	%	0	1.39	20.14	25.69	52.78
2. ช่วงระยะเวลาที่เปิดให้บริการ	f	0	9	33	64	38
	%	0	6.25	22.92	44.44	26.39
3. การจัดช่วงเวลาให้เรียนตรงกับ ความต้องการที่จะเรียน	f	6	15	53	45	15
	%	4.17	10.42	36.81	31.25	17.36
4. การให้บริการของประชาสัมพันธ์	f	1	10	46	61	26
	%	0.69	6.94	31.94	42.36	18.06
5. อุปกรณ์ปฐมพยาบาล	f	3	6	58	44	33
	%	2.08	4.17	40.28	30.56	22.92
6. ความปลอดภัยในทรัพย์สิน	f	5	19	45	41	34
	%	3.47	13.19	31.25	28.47	23.61
7. การให้บริการและให้คำแนะนำของ เจ้าหน้าที่	f	0	8	42	64	30
	%	0	5.56	29.17	44.44	20.83
8. การเผยแพร่เอกสารเพื่อให้ความรู้ของ เจ้าหน้าที่แก่ผู้เรียน	f	0	12	56	51	25
	%	0	8.33	38.89	35.42	17.36
9. การตรวจสอบแก่ผู้เรียนก่อนเรียนว่ายน้ำ	f	0	7	51	52	34
	%	0	4.86	35.42	36.11	23.61
10. การตรวจสอบร่างกายแก่ผู้เรียน หลังเรียนว่ายน้ำ	f	0	14	49	48	33
	%	0	9.72	34.03	33.33	22.92
11.การประเมินผลการเรียนว่ายน้ำก่อนเรียน	f	2	6	52	50	34
	%	1.39	4.17	36.11	34.72	23.61
12.การประเมินผลการเรียนว่ายน้ำหลังเรียน	f	2	5	48	47	42
	%	1.39	3.47	33.33	32.64	29.17
รวม	f	19	113	562	604	420
	%	1.11	6.58	32.71	35.16	24.45

จากตาราง 21 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขต กรุงเทพมหานคร ด้านการจัดการ โดยรวมสมาชิกเพศหญิงที่เรียนว่ายน้ำส่วนมากมีระดับปัญหา อยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 35.16 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อ 1 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด อัตราค่าสมัครและค่าบำรุงสระว่ายน้ำที่เรียกเก็บจากผู้เรียน คิดเป็นร้อยละ 52.78

ตาราง 22 ค่าความถี่และค่าร้อยละของปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
ที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำ ภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของ
สมาชิก เพศหญิง (N = 144)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความเพียงพอของอุปกรณ์ในการป้องกันชีวิตของผู้เรียนว่ายน้ำ	f	2	20	40	53	29
	%	1.39	13.89	27.78	36.81	20.14
2. ความเพียงพอของอุปกรณ์ว่ายน้ำ	f	5	12	47	45	35
	%	3.47	8.33	32.64	31.25	24.31
3. มาตรฐานและสภาพของอุปกรณ์ในสระว่ายน้ำที่มีต่อผู้เรียน	f	2	18	50	44	30
	%	1.39	12.50	34.72	30.56	20.83
4. ความปลอดภัยในการติดตั้งอุปกรณ์ของสระว่ายน้ำ	f	8	11	58	36	31
	%	5.56	7.64	40.28	25.00	21.53
5. ความสะอาดของสุขา และห้องอาบน้ำ	f	4	12	40	51	37
	%	2.78	8.33	27.78	35.42	25.69
6. ความเพียงพอของสุขาและห้องอาบน้ำ	f	9	17	42	42	34
	%	6.25	11.81	29.17	29.17	23.61
7. ความเพียงพอแสงสว่างบริเวณสระว่ายน้ำ	f	1	3	45	49	46
	%	0.69	2.08	31.25	34.03	31.94
8. ความเพียงพอของการบริการน้ำดื่ม	f	6	11	44	40	43
	%	4.17	7.64	30.56	27.78	29.86
9. ความเพียงพอของสถานที่จำหน่ายอาหาร	f	10	12	37	28	57
	%	6.94	8.33	25.69	19.44	39.58
10. ความสะอาดของสถานที่จำหน่ายอาหาร	f	2	6	47	37	52
	%	1.39	4.17	32.64	25.69	36.11
11. ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้ามีความมิดชิดและปลอดภัย	f	1	22	54	31	36
	%	0.69	15.28	37.50	21.53	25.00
12. ความสะดวกสบายของห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า	f	2	16	48	41	37
	%	1.39	11.11	33.33	28.47	25.69

ตาราง 22 (ต่อ)

ปัญหา		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
13. ความกว้างของทางเดินรอบขอบสระว่ายน้ำ	f	0	9	41	55	39
	%	0	6.25	28.47	38.19	27.08
14. ความเพียงพอของสถานที่นั่งพักผ่อน	f	2	9	32	49	52
	%	1.39	6.25	22.22	34.03	36.11
15. ความเพียงพอของตู้สำหรับเก็บของและอุปกรณ์ส่วนตัว	f	3	25	46	41	29
	%	2.08	17.36	31.94	28.47	20.14
16. ความเพียงพอของสถานที่จอดรถ	f	5	4	42	40	53
	%	3.47	2.78	29.17	27.78	36.81
รวม	f	62	207	713	682	640
	%	2.69	8.98	30.95	29.60	27.78

จากตาราง 22 แสดงว่า ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมสมาชิกเพศหญิงที่เรียนว่ายน้ำส่วนมากมีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 30.95 เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ข้อ 9 มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ ความเพียงพอของสถานที่จำหน่ายอาหาร คิดเป็นร้อยละ 39.58

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นข้อเสนอแนะอื่นๆ

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมจำแนกเป็นรายด้านได้ดังนี้

ด้านที่ 1 ปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร

1.1 ผู้สอนควรตรงต่อเวลาการสอนเพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนว่ายน้ำอย่างเต็มที่และครบถ้วนสมบูรณ์

1.2 ผู้สอนควรมีกิจกรรมริเริ่มสร้างสรรค์ รวมถึงเทคนิคใหม่ๆ ให้ผู้เรียนอยู่เสมอ

1.3 ผู้สอนควรสาธิตการสอนให้ผู้เรียนดูเป็นตัวอย่าง ไม่ควรสอนบนขอบสระอย่างเดียวตลอดระยะเวลาการสอน

1.4 ควรมีการตรวจสอบมาตรฐานการสอนของผู้สอนอยู่เสมอ เพื่อให้การเรียนการสอนมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ด้านที่ 2 ปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร

2.1 จัดเวลาในการเรียนให้สมาชิกที่เรียนว่ายน้ำได้เรียนในจำนวนเท่าๆ กัน

2.2 ควรแบ่งช่วงเวลาเรียนไม่ตรงกัน

2.3 ควรเพิ่มอุปกรณ์ในความปลอดภัยเช่นห่วงยาง เชือกขนาดยาวและอุปกรณ์ในการช่วยชีวิต ให้สมาชิกรู้สึกปลอดภัยในการเรียนว่ายน้ำ

2.4 การจัดเวลาการเรียนควรเพิ่มระยะเวลาในการเรียนให้มากขึ้น

2.5 ความสะอาดของน้ำในสระว่ายน้ำควรมีการบำบัดอยู่เสมอเพื่อให้ความสะอาดอยู่เสมอ

2.6 ควรทำความสะอาดห้องน้ำห้องเปลี่ยนเสื้อผ้าอยู่เสมอ ห้องน้ำที่ชำระควรมีการซ่อมบำรุงให้แก่สมาชิกและผู้เรียนให้มีความสะดวกสบาย

2.7 ควรทดสอบผู้เรียนตามระยะเวลาที่ทางสระว่ายน้ำเป็นผู้กำหนดให้ผู้สอนและผู้เรียนได้ ทราบถึงระดับตนเองเพื่อนำไปแก้ไขและปรับปรุงตนเองรวมถึงปรับปรุงผู้สอนว่าเกิดผลอย่างไรในประสิทธิภาพการสอนของตนเอง

2.8 ควรมีตู้เก็บของที่มีความปลอดภัย โดยเช่าหรือยืมกุญแจตู้เก็บของอย่างมีระเบียบจากทางสระว่ายน้ำ

ด้านที่ 3 ปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร

3.1 ควรมีตู้เก็บของที่มีความปลอดภัยโดยเช่าหรือยืมกุญแจตู้เก็บของอย่างมีระเบียบจากทางสระว่ายน้ำ

3.2 อุปกรณ์ในการเรียนควรมีความทันสมัยและสมบูรณ์พร้อมในการใช้ใน

การเรียนการสอน

3.3 ควรเพิ่มสถานที่ให้สมาชิกและผู้เรียนนั่งรอการเรียนในช่วงต่อไปหรือสำหรับ
ผู้ปกครองที่รอบุตรหลานมากขึ้นให้เกิดความสะดวกสบาย

3.4 ควรมีจุดบริการน้ำดื่มให้แก่ผู้เรียนมากขึ้น

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขป ความมุ่งหมาย และวิธีดำเนินการวิจัย

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อทราบปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกของสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นสมาชิกของสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 205 คน เป็นเพศชาย 91 คน และเพศหญิง 114 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) และกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางสำเร็จรูปของ เครจซี่ และมอร์แกน (Krejcie and Morgan) ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 205 คน แต่ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 240 คน เป็นสมาชิกเพศชาย 96 คน สมาชิกเพศหญิง 144 คน

วิธีดำเนินการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น แบ่งเป็น 3 ตอนคือ

ตอนที่ 1 สถานภาพส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม เป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือมากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ

2.1 ปัญหาด้านบุคลากรที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ
ในเขตกรุงเทพมหานคร

2.2 ปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ
ในเขตกรุงเทพมหานคร

2.3 ปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียนของ
สมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามแบบปลายเปิด (Open Ended) เกี่ยวกับข้อเสนอแนะต่างๆ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลของผู้วิจัย ดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย ไปยังหัวหน้าศูนย์กีฬา และขอความร่วมมือเพื่อออกหนังสือของความร่วมมือไปยังสรวายน้ำที่เก็บข้อมูล เพื่อขอความร่วมมือเก็บข้อมูลและตอบแบบสอบถาม
2. ผู้วิจัยนำหนังสือไปยังหัวหน้าสรวายน้ำที่เก็บข้อมูล และขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามจากสมาชิก โดย ส่ง – รับ แบบสอบถามด้วยตนเอง
3. นำแบบสอบถามที่ได้รับมาตรวจความสมบูรณ์ถูกต้อง และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำมาหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (α - Coefficient) ตามวิธีของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่น .96
2. วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามในตอนต้นที่ 1 ซึ่งเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามโดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
3. วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามในตอนต้นที่ 2 ซึ่งเกี่ยวกับปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสรวายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ
 - ด้านที่ 1 ปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสรวายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร
 - ด้านที่ 2 ปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสรวายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร
 - ด้านที่ 3 ปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสรวายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร

ตามลำดับ โดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
4. นำแบบสอบถามในตอนต้นที่ 3 ซึ่งเป็นความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสรวายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร โดยการสรุปและนำเสนอในรูปแบบความเรียง

สรุปผลการวิจัย

เพศชาย อายุ 15 – 17 ปี

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศชาย อายุ 15 - 17 ปี ว่ายน้ำน้ำภาครัฐ ในเขต กรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 34.29 และปัญหาด้านการจัดการ ปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 39.29, 52.68 ตามลำดับ

เพศชาย อายุ 18-20 ปี

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศชาย อายุ 18 - 20 ปี ว่ายน้ำน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน ด้านการจัดการ ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 35.37, 44.41, 34.22 ตามลำดับ

เพศหญิง อายุ 15-17 ปี

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกหญิง อายุ 15 -17 ปี ว่ายน้ำน้ำภาครัฐ ในเขต กรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน ด้านการจัดการ ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 34.18, 37.24, 33.79 ตามลำดับ

เพศหญิง อายุ 18-20 ปี

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกหญิง อายุ 18 - 20 ปี ว่ายน้ำน้ำภาครัฐ ในเขต กรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน ด้านการจัดการ ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 34.11, 34.68, 33.15 ตามลำดับ

รวมเพศชาย อายุ 15 – 20 ปี

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกว่ายน้ำน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 33.92 และปัญหาด้านการจัดการ ปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 40.10, 30.92 ตามลำดับ

รวมเพศหญิงอายุ 15 – 20 ปี

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกว่ายน้ำน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 32.71, 30.95 ตามลำดับ และปัญหาการจัดการ โดยรวมมีระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 35.16

อภิปรายผล

จากการศึกษาครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงปัญหาการสอนว่ายน้ำ ดังนี้

1. ปัญหาด้านผู้สอนของสมาชิก เพศชาย

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศชาย สระว่ายน้ำภาคฤดูร้อนในเขต

กรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน โดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง เพราะว่าสมาชิกที่เรียนว่ายน้ำพบเห็นผู้สอน ปฏิบัติหน้าที่ในการสอนแต่งกายเหมาะสม เนื่องจากสระว่ายน้ำต่าง ๆ ได้รับการสนับสนุนชุดแต่งกายจากศูนย์กีฬาในสังกัดทำงานอยู่ จึงทำให้ผู้สอนมีชุดแต่งกายถูกต้องและเหมาะสมกับการสอน ส่วนใน ปัญหาผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้เรียน ปัญหาผู้สอนใช้การสาธิตท่าว่ายน้ำของผู้สอนให้ผู้เรียนดู ปัญหาการใช้ภาษาสื่อสารของผู้สอนต่อการเรียน ปัญหาการอธิบายของผู้สอนและวิธีการสอนที่เป็นระบบต่อเนื่อง ปัญหาความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ของผู้สอนในกิจกรรมการเรียนการสอน ทั้ง 5 ข้อคำถามนี้ผู้บริหารสระว่ายน้ำภาคฤดูร้อนในเขต กรุงเทพมหานคร มีการจัดอบรมผู้สอนอยู่เป็นประจำ โดยมีวิทยากรมาจากสมาคมกีฬาว่ายน้ำแห่งประเทศไทย เพื่อให้ผู้สอนและเจ้าหน้าที่ตระหนักถึงผู้เรียนและสมาชิกสระว่ายน้ำและเพื่อยกระดับศูนย์กีฬาในประเทศไทยให้ทัดเทียมกับสากล ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย ของ วีรกาญจน์สินธุวงษานนท์ (2546 : 99) พบว่า ผู้มาใช้บริการของศูนย์กีฬาในร่ม การกีฬาแห่งประเทศไทย เพศชายเพศหญิงในทุกช่วงอายุ มีความคิดเห็นด้านผู้ฝึกสอน ในระดับมาก แสดงว่า ผู้มาใช้มีความคิดเห็นต่อด้านนี้ในเชิงคุณภาพ หมายถึง ผู้ฝึกสอนมีความสามารถเพียงพอ และมีบุคลิกภาพเป็นที่ยอมรับเช่นในข้อคำถามเกี่ยวกับ ผู้ฝึกสอนมีการแต่งกายที่เหมาะสมกับชนิดกีฬา ผู้ฝึกสอนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ใช้บริการ ผู้ฝึกสอนมีบุคลิกภาพที่ดี การใช้คำพูดของผู้ฝึกสอนกับกลุ่มผู้เรียนมีความเหมาะสม ผู้ฝึกสอนมีการอธิบายและสาธิตในขณะที่มีการเรียนการสอน มีการสอนอย่างมีระบบต่อเนื่อง ผู้ฝึกสอนมีการแนะนำ ข้อกติกาที่มีการปรับปรุงใหม่ให้แก่สมาชิก มีการดูแลความปลอดภัยแก่สมาชิกอย่างทั่วถึง มีการตกแต่งผู้ที่กระทำความผิดระเบียบเป็นอย่างดี

2. ปัญหาด้านการจัดการของสมาชิก เพศชาย

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศชาย สระว่ายน้ำภาคฤดูร้อนในเขต

กรุงเทพมหานคร ด้านการจัดการ โดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง นั้นแสดงว่า อัตราค่าสมัครและค่าบำรุงสระว่ายน้ำ ที่เรียกเก็บจากผู้เรียน รวมถึงค่าใช้จ่ายในการเรียนมีความเหมาะสมดี ช่วงระยะเวลาที่เปิดให้บริการ และการจัดช่วงเวลาให้เรียนตรงกับความต้องการของผู้เรียนดี การประเมินผลการเรียนว่ายน้ำก่อนเรียนมีปัญหาในระดับปานกลาง การที่จะสมัครเป็นสมาชิกสระว่ายน้ำต่าง ๆ นั้นต้องมีการทดสอบว่าผู้มาสมัครมีพื้นฐานในการว่ายน้ำอยู่ในระดับใด การเผยแพร่เอกสารเพื่อให้ความรู้ของเจ้าหน้าที่แก่ผู้เรียนดีมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สายัน กุฎาคาร (2538 : 50) พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความต้องการประชาสัมพันธ์ในการบริการที่เหมาะสม หวังปฐมพระยาบาลแพทย์ และอุปกรณ์ในการปฐมพยาบาลที่เพียงพอ สามารถติดต่อกับเจ้าหน้าที่ของศูนย์ฝึกได้

อย่างสะดวก ต้องการให้มีการเผยแพร่เอกสารให้ความรู้หรือหนังสือคู่มือเกี่ยวกับการออกกำลังกายที่เหมาะสม

3. ปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของสมาชิก เพศชาย

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศชาย สระว่ายน้ำภาคฤดูร้อนในเขต

กรุงเทพมหานคร ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง แสดงว่าสมาชิกที่เรียนว่ายน้ำสามารถใช้สถานที่ อุปกรณ์ ได้อย่างเพียงพอและมีความพึงพอใจ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ว่าที่ร้อยตรี จินดา บัณบรรจง (2544 : 66) พบว่ากลุ่มตัวอย่างต้องการลานกีฬาที่ปลอดภัยและถูกสุขลักษณะ มีอุปกรณ์ที่เหมาะสม มีจุดน้ำดื่มที่ถูกสุขลักษณะ มีสุขาทั้งชายและหญิง และสอดคล้องกับ สกล เจริญวงศ์ (2532 : 68) พบว่ากลุ่มตัวอย่าง มีความคิดเห็นว่าการจัดการบริการเรื่องน้ำดื่มให้เพียงพอในจุดที่ออกกำลังกายมีอุปกรณ์และเครื่องอำนวยความสะดวกที่ใช้ในการออกกำลังกาย และควรมีสถานพยาบาลอยู่ในบริเวณที่ออกกำลังกาย

4. ปัญหา เพศด้านผู้สอน ของสมาชิกเพศหญิง

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกเพศหญิง สระว่ายน้ำภาคฤดูร้อนในเขต

กรุงเทพมหานคร ด้านผู้สอน โดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในปานกลาง แสดงว่าสมาชิกที่เรียนว่ายน้ำมีความพึงพอใจ ในความเหมาะสมของจำนวนผู้สอนกับจำนวนผู้เรียนอยู่ในระดับปานกลาง เนื่องจาก สมาคมว่ายน้ำแห่งประเทศไทยได้มี โครงการอบรมผู้ฝึกสอนว่ายน้ำอยู่ในทุกๆ ปี จึงทำให้ผู้สอนว่ายน้ำมีประสิทธิภาพในการสอน ความปลอดภัยทางน้ำ ดังที่ ธวัช วีระศิริวัฒน์ (2539 : 21-32) กล่าวว่า การเป็นผู้ฝึกสอนกีฬาต้องใช้ทั้งศาสตร์ และศิลป์ การเป็นผู้ฝึกสอนที่ดีต้องมาจากการเป็นครูที่ดี เทคนิคของการเป็นผู้ฝึกสอนที่ดีมี 4 อย่าง คือ การสาธิต การอธิบาย การปฏิบัติ และการฝึกซ้ำๆ บ่อยๆ ในเทคนิคทั้ง 4 นี้ การฝึกซ้ำๆ บ่อยๆ เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด เป็นผู้ที่ทำหน้าที่และความรับผิดชอบในการฝึกกีฬาให้มีความพร้อมที่จะเล่นหรือแข่งขัน สามารถแสดงความสามารถทางการกีฬาได้อย่างสูงสุดดีที่สุด

5. ปัญหา ด้านการจัดการของสมาชิก เพศหญิง

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกหญิง สระว่ายน้ำภาคฤดูร้อนในเขตกรุงเทพมหานคร

ด้านการจัดการ โดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อย พบว่า การให้บริการของประชาสัมพันธ์ที่ดี ช่วงระยะเวลาที่เปิดให้บริการเหมาะสม มีความปลอดภัยในทรัพย์สินการให้บริการและให้คำแนะนำของเจ้าหน้าที่ที่อยู่เสมอ ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ อติเรก จิระพงศ์ (2523) ว่าการออกกำลังกายเพื่อให้ได้ผลอย่างแท้จริงนั้น ต้องปฏิบัติตามหลัก 3 ประการ คือต้องกระทำถูกต้องตามหลักและวิธีการ ต้องมีปริมาณการทำงานที่เหมาะสม และต้องมีความสม่ำเสมอต่อเนื่องในการปฏิบัติ

6. ปัญหา ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก เพศหญิง

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกหญิง สระว่ายน้ำภาคฤดูร้อนในเขตกรุงเทพมหานคร

ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม มีระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง พบว่ามีความเพียงพอของอุปกรณ์ในการป้องกันชีวิตของผู้เรียนว่ายน้ำ และความเพียงพอมากของสุขาและห้องอาบน้ำและมีความสะอาด ซึ่งสอดคล้อง กับงานวิจัยของ รัตนาภรณ์ ทันทกาญจนพันธุ์ (2530) พบว่าข้าราชการตำรวจ ของกองปราบปรามสามยอด มีความต้องการมากเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์ และเครื่องอำนวยความสะดวก เพื่อบริการแก่ข้าราชการตำรวจอย่างเพียงพอ ถ้าอุปกรณ์เพียงพอ และได้มาตรฐาน สถานที่ใกล้สะดวกแก่การไปใช้บริการ จะทำให้ผู้เข้าร่วมเกิดการเรียนรู้ในกิจกรรมการออกกำลังกายได้เร็วขึ้น และอยากเข้าร่วมกิจกรรมด้วย และตรงกับคำกล่าวของ เจริญ กระบวนรัตน์ และสุพิตร สมานิติ (2526) กล่าวว่า การเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายจะไม่บรรลุผลเลย ถ้ามีอุปกรณ์ สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆไม่เพียงพอ

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขต กรุงเทพมหานคร โดยศึกษา ปัญหา 3 ด้าน จากสมาชิกที่เรียนว่ายน้ำ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

จากความคิดเห็นของสมาชิกที่เรียนว่ายน้ำ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

- 1.ควรมีการวัดหรือประเมินผลการสอนว่ายน้ำอยู่เป็นประจำ เพื่อเป็นการพัฒนาคุณภาพการสอนว่ายน้ำ ในประเทศไทย ต่อไป
- 2.ควรมีการเปรียบเทียบการเรียนการสอนว่ายน้ำของแต่ละสระว่ายน้ำ เพื่อเกิดประโยชน์กับกีฬาว่ายน้ำ ในประเทศไทย และเป็นการพัฒนาไปสู่ความเป็นเลิศ

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

- 1.ควรมีการทำการวิจัยในสระว่ายน้ำอื่นๆทั่วประเทศ เพื่อให้ทราบปัญหาและเป็นแนวทางการพัฒนา การสอนว่ายน้ำให้ดียิ่งขึ้นไป
- 2.ควรมีการทำการวิจัยในสระว่ายน้ำของโรงเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อให้ทราบปัญหาการเรียนว่ายน้ำของนักเรียนและเป็นแนวทางการพัฒนา การสอนว่ายน้ำให้ดียิ่งขึ้นไป

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

การกีฬาแห่งประเทศไทย . (ม.ป.ป) . แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 3 (พ.ศ.2545 – 2549).

กรุงเทพมหานคร

กระทรวงกลาโหม . (2544) . นโยบายรัฐมนตรีว่าการกระทรวงกลาโหม . กรุงเทพฯ

กรุงเทพมหานคร . (2547) . คู่มือการดำเนินงานกองการกีฬาประจำปี . กรุงเทพฯ

กองทุนพัฒนาสวัสดิการผู้ตัดสิน และผู้ฝึกสอน กีฬาวูตวู้ . (2546) . คู่มือผู้ฝึกสอนกีฬาวูตวู้

กรุงเทพฯ : บริษัท บางกอกแอธเลติก จำกัด . สโมสรโรงเรียนเทพสมุทรวิทย์วิทยา .

อัสสัมชัญ

กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ . (2526) . การเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนใน

กรุงเทพมหานคร.กรุงเทพมหานคร : กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ .

กรมพลศึกษากระทรวงศึกษาธิการ . อัสสัมชัญ

จริยวัตร คมพยัคฆ์ . (2535) . ความสัมพันธ์ระหว่างโครงสร้างครอบครัว แรงสนับสนุน

ทางสังคม และพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนในกรุงเทพมหานคร . รายงาน

การวิจัย มหาวิทยาลัยมหิดล .

จรรยา แก่นคำ . (2523) . การจัดและบริหารพลศึกษา . กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์ .

_____. (2529) . วิธีสอนวิชาเอกพลศึกษา . กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์ .

ว่าที่ร้อยตรี ปันบรรจง . (2544) . ความต้องการการออกกำลังกายของประชาชนในลานกีฬา

กลุ่มเจ้าพระยาของกรุงเทพมหานคร . ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม.(พลศึกษา) .

กรุงเทพฯ . : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . อัสสัมชัญ

เจริญ กระบวนรัตน์ . (2526) ; และคณะ . ความต้องการรับบริการทางด้านการออกกำลังกาย

เพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัย . รายงานการวิจัย

สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ทรงเดช เสมอคำ . (2528) . ปัญหาการสอนวิชาพลศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาเขต

การศึกษา 7 . ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัสสัมชัญ

เทเวศร์ พิริยะพณท์ . (2529) . หลักการฝึกกีฬาวูตวู้ . กรุงเทพฯ : สยามบรรณการพิมพ์ .

_____. (2534) . กีฬาวูตวู้ . กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ .

นิวัฒน์ ว่องไพศาล . (2542) ความสามารถในการว่ายน้ำจากการใช้โปรแกรมอธิบายประกอบ

สถิติและอธิบายประกอบสถิติควบคู่กับเกม . ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา) .

กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . ถ่ายเอกสาร.

- บงการ พรหมผุย (2545) *สภาพและปัญหาการดำเนินกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬาของ ศูนย์กีฬาในสังกัด . วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง . ถ่ายเอกสาร.*
- ฝ่ายส่งเสริมกีฬา . (2545) . *อัตราค่าบริการและค่าเช่าใช้สถานที่ . กรุงเทพฯ : การกีฬาแห่งประเทศไทย*
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา . (2542) . *พฤติกรรมกลุ่ม . กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา.*
- พีระพงศ์ บุญศิริ . (2536) . *จิตวิทยาการกีฬา . กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์*
- พัชรินทร์ ขวัญชัย ; และคนอื่นๆ . (2541) . *การศึกษาพฤติกรรมสุขภาพและภาวะสุขภาพของ ประชาชนวัยผู้ใหญ่ ในอำเภอปากพลีจังหวัดนครนายก หน้า 9 – 10 . โครงการ พัฒนานักวิจัยรุ่นใหม่*
- รัตนภรณ์ ทันทกาญจนพันธ์ . (2530) . *ความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการ ตำรวจกองปราบปรามสามยอด . วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา*
- เลิศชัย สอนสุภาพ . (2526) . *ความคิดเห็นของอาจารย์พลศึกษา และนักศึกษาวิชาเอก พลศึกษาเกี่ยวกับปัญหาการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาในวิทยาลัยครู. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , อัดสำเนา*
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ . (2543) . *ว่ายน้ำเพื่อชีวิต . กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช .*
- _____. (2529) . *ว่ายน้ำ . กีฬาสำหรับทุกคน . กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตพลศึกษา*
- วีระ มนัสวานิช . (2546) . *เทคนิคการว่ายน้ำสำหรับนักว่ายน้ำ ครูและผู้สอน . พิมพ์ครั้งที่ 2 . กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์ .*
- วีรกาญจน์ สินธุวงษานนท์ . (2546) . *ความคิดเห็นของผู้ใช้บริการของศูนย์กีฬาในร่ม การกีฬาแห่งประเทศไทย . วิทยานิพนธ์ กศ.ม.(พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . ถ่ายเอกสาร.*
- วรพรรณ พงษ์โสภา . (2544) . *ผลของการฝึกว่ายน้ำโดยใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ที่มีต่อ ความสามารถในการว่ายน้ำท่ากรรเชียง . วิทยานิพนธ์ กศ.ม.(พลศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . อัดสำเนา*
- ศรีสุวรรณ น้อยพิทักษ์ . (2540) . *ปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาการสอนว่ายน้ำแบบ ครอว์ลของครูในโรงเรียนประถมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร . วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา*

- สกล เจริญวงศ์ . (2532) . *ความคิดเห็นเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนที่
ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอในกรุงเทพมหานคร . ปรินิพนธ์ กศ.ม.
(พลศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . อัดสำเนา*
สายัน ภูภาคาร (2538 : 50) . *ความต้องการในการใช้บริการการออกกำลังกายของผู้มาใช้
บริการศูนย์ฝึกกีฬาในร่ม การกีฬาแห่งประเทศไทย . ปรินิพนธ์ กศ.ม.
(พลศึกษา).กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.*
สำนักงานสวัสดิการสังคม . (2542) . *25ปีสำนักสวัสดิการสังคมกรุงเทพมหานคร . กรุงเทพฯ .
โรงพิมพ์สำนักเลขาธิการคณะรัฐมนตรี*
สระจุฬารณณ์วัลย์ลักษณ์ . (2536). *จิตวิทยานักกีฬาว่ายน้ำ . กรุงเทพฯ : อักษรสยามการพิมพ์.*
อดิเรก จิระพงศ์ . (2523) . *ออกกำลังกายเป็นนิชีวิตจะเป็นสุข . กรุงเทพฯ : เรือนการพิมพ์*
อนามัยสิ่งสิ่งแวดล้อม . (2530) . *กองการควบคุมโรคติดต่อ สุขาภิบาลสระน้ำ . กรุงเทพฯ :
กองอนามัยสิ่งแวดล้อม*
- Alice Nena, Amundson. (1977,July). "A .Elementery School Physical Education
Programs at Selected California Colleges and Universities" , *Dissertation
Abstracts Internation* .
- Bucher, Charles A . (1975) .*Foundation of Physical Edocation* . St . Louis : The C.V.
Mosby Co ,
- Gallivan , Diana MarGaret . (1990) . *A Conjoint Anlysis Study of the Preferences of
Recreational Swimming Sevice Users* . Canada : University of Alberta
- Holbrook James Edward . (1992,February) . "Current Probleme and Trends in Facility
Planning for Health,Physical Education , Recreation and Athletics at Colleges
and Universities,"*Dissertation Abstract International* . 53 : 2735-A
- Horejsi , Roman John . (1991). "Curriculum , Pedagogy and Instuction in Aquatics : A
Review of the Literature (Swimming Instruction) ," *Dissertation Abstracts
International* . 52(05) : 1681-A ;
- Lee , Vemillion Kristin . (1984 , January) . "A Beginning swimming Curriculum Grude for
Oder Adult," *Dissertation Abstact International* . 44 : 2086-A
- Merie , Auderson Lua . (1974 , October) . "Learning Rates of Selected Selected
Swimming Skill , "*Dissertation Abstact International* . 35 : 2030-A
- Vannier , Maryhelen and Hollis F . Fait . (1957) .*Teaching Physical Education in
Secondary School* P.49 . Philadelphia : W.B. Saunders Company .

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
แบบสอบที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง

ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามนี้แบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 รายละเอียดส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม เป็นแบบตรวจสอบรายการ (Checklist)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขต กรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ

คือ 1.มากที่สุด 2.มาก 3.ปานกลาง 4.น้อย 5.น้อยที่สุด โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ

ด้านที่ 1. ปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขต กรุงเทพมหานคร

ด้านที่ 2. ปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ใน กรุงเทพมหานคร

ด้านที่ 3. ปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียนของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร

ตอนที่ 3 เป็นแบบแบบสอบถามแบบปลายเปิด (Open Ended) เกี่ยวกับข้อเสนอแนะต่างๆ

2. แบบสอบถามฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเก็บข้อมูลสำหรับการศึกษาค้นคว้า เรื่องปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร

3. ข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามฉบับนี้ถือเป็นความลับ และไม่มีผลกระทบกระเทือนต่อท่านในทุกๆสภาพ การนำเสนอข้อมูลจะนำเสนอในภาพรวม เพื่อประโยชน์ในการศึกษาค้นคว้า เท่านั้น ฉะนั้นจึงขอความกรุณาตอบแบบสอบถามทุกข้อตามความจริง

ผู้วิจัยขอขอบคุณอย่างสูงที่ท่านได้สละเวลาตอบแบบสอบถามและให้ข้อมูลในครั้งนี้

นายกฤษ ทองชำนาญ

นิสิตปริญญาโท วิชาเอกพลศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตอนที่ 1 สถานภาพและข้อมูลเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจงโปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน () หน้าข้อความที่ท่านเลือกตอบหรือ
เติมข้อความลงในช่องว่างที่กำหนดตามความเป็นจริง

1.เพศ

() ชาย

() หญิง

2.อายุ

() 15-17 ปี

() 17-20 ปี

ตอนที่2 ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร
คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน โดยแบบสอบถามแต่ละข้อจะถามเกี่ยวกับ ปัญหาการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร แบ่งออกเป็น 5 ระดับ ดังนี้

มีปัญหา มากที่สุด	หมายถึง	ท่านประสบปัญหาในข้อนั้นมากที่สุด
มีปัญหา มาก	หมายถึง	ท่านประสบปัญหาในข้อนั้นมาก
มีปัญหา ปานกลาง	หมายถึง	ท่านประสบปัญหาในข้อนั้นปานกลาง
มีปัญหา น้อย	หมายถึง	ท่านประสบปัญหาในข้อนั้นน้อย
มีปัญหา น้อยที่สุด	หมายถึง	ท่านประสบปัญหาในข้อนั้นน้อยที่สุด

ตัวอย่าง

ปัญหา	ระดับปัญหา (มีปัญหามากหรือน้อยเพียงใด)				
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
<u>ท่านมีปัญหาการเรียน ด้านบุคลากร ของ</u> <u>สระว่ายน้ำในระดับใด</u> 1.ความเหมาะสมของจำนวนผู้สอนกับจำนวน ผู้เรียน.....		... ✓ ...			

คำอธิบาย ✓ ช่องที่ 4 หมายถึง ท่านประสบปัญหาในข้อนั้นมาก

ปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐใน
เขตกรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง : โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน

ปัญหา	ระดับปัญหา				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
<u>ด้านที่1. ปัญหา ด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียน</u>					
1.ความเหมาะสมของจำนวนผู้สอนกับจำนวนผู้เรียน.....					
2.บุคลิกภาพของผู้สอนต่อผู้เรียน.....					
3.มนุษยสัมพันธ์ของผู้สอนต่อผู้เรียน.....					
4.ความสนใจและเอาใจใส่ของผู้สอนต่อผู้เรียน.....					
5.ความสม่ำเสมอและตรงต่อเวลาของผู้สอน.....					
6.การสาธิตท่าว่ายน้ำของผู้สอนให้ผู้เรียนดู.....					
7.การใช้ภาษาสื่อสารของผู้สอนต่อการเรียน.....					
8.การอธิบายของผู้สอนและวิธีการสอนที่เป็นระบบต่อเนื่อง.....					
9.ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ของผู้สอนในกิจกรรมการเรียนการสอน.....					
10.การดูแลความปลอดภัยของผู้สอนแก่ผู้เรียน...					

ปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียนว่ายน้ำของสมาชิกสระว่ายน้ำภาครัฐใน
เขตกรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง : โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน

ปัญหา	ระดับปัญหา				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
<u>ด้านที่2.ปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียน</u>					
1.อัตราค่าสมัครและค่าบำรุงสระว่ายน้ำ ที่เรียกเก็บจากผู้เรียน.....					
2.ช่วงระยะเวลาที่เปิดให้บริการ.....					
3.การจัดช่วงเวลาให้เรียนตรงกับความต้องการ ที่จะเรียน.....					
4.การให้บริการของประชาสัมพันธ์.....					
5.อุปกรณ์ปฐมพยาบาล.....					
6.ความปลอดภัยในทรัพย์สิน.....					
7.การให้บริการและให้คำแนะนำของเจ้าหน้าที่.....					
8.การเผยแพร่เอกสารเพื่อให้ความรู้ของ เจ้าหน้าที่แก่ผู้เรียน.....					
9.การตรวจสอบแก่ผู้เรียนก่อนเรียนว่ายน้ำ.....					
10.การตรวจสอบร่างกายแก่ผู้เรียน หลังเรียนว่ายน้ำ.....					
11.การประเมินผลการเรียนว่ายน้ำก่อนเรียน.....					
12.การประเมินผลการเรียนว่ายน้ำหลังเรียน.....					

ปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียนว่ายน้ำของสมาชิก
สระว่ายน้ำภาครัฐในเขตกรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง : โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน

ปัญหา	ระดับปัญหา				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
<u>ด้านที่3.ปัญหาด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียน</u>					
1.ความเพียงพอของอุปกรณ์ในการป้องกันชีวิตของผู้เรียนว่ายน้ำ.....					
2.ความเพียงพอของอุปกรณ์ว่ายน้ำ.....					
3.มาตรฐานและสภาพของอุปกรณ์ในสระว่ายน้ำที่มีต่อผู้เรียน.....					
4.ความปลอดภัยในการติดตั้งอุปกรณ์ของสระว่ายน้ำ.....					
5.ความสะอาดของสุขา และห้องอาบน้ำ.....					
6.ความเพียงพอของสุขาและห้องอาบน้ำ.....					
7.ความเพียงพอแสงสว่างบริเวณสระว่ายน้ำ.....					
8.ความเพียงพอของการบริการน้ำดื่ม.....					
9.ความเพียงพอของสถานที่จำหน่ายอาหาร.....					
10.ความสะอาดของสถานที่จำหน่ายอาหาร.....					
11.ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้ามีความมิดชิดและปลอดภัย.....					
12.ความสะอาดสบายของห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า.....					
13.ความกว้างของทางเดินรอบขอบสระว่ายน้ำ....					
14.ความเพียงพอของสถานที่นั่งพักผ่อน.....					
15.ความเพียงพอของตู้สำหรับเก็บของและอุปกรณ์ส่วนตัว.....					
16.ความเพียงพอของสถานที่จอดรถ.....					

ตอนที่3 แบบสอบถามข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาการเรียนด้านต่างๆ

คำชี้แจง

โปรดเขียนข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาการเรียนว่ายนํ้าของสมาชิกสระว่ายนํ้าภาครัฐ ในเขต กรุงเทพมหานคร

1.ปัญหาด้านผู้สอนที่มีต่อการเรียน

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2.ปัญหาด้านการจัดการที่มีต่อการเรียน

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

.....

3.ปัญหาด้านวัสดุ อุปกรณ์ สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีต่อการเรียน

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

.....

4.ข้อเสนอแนะหรือปัญหาอื่นๆ

.....

.....

.....

ภาคผนวก ข
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธาวุฒิ ปลื้มสำราญ
อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี
อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. อาจารย์สมควร โพธิ์ทอง
อาจารย์ประจำภาควิชาสหนันทนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ นาย กฤษฎ ทองชำนาญ
 วัน เดือน ปี เกิด 5 ตุลาคม 2524
 สถานที่เกิด อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ
 สถานที่อยู่ปัจจุบัน บ้านพักข้าราชการสาธารณสุขจังหวัดสระแก้ว ตำบลท่าเกษม
 อำเภอเมือง จังหวัดสระแก้ว 27000

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2542 มัธยมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียน ปราจีนราษฎร์บำรุง
 พ.ศ. 2546 วิทยาศาสตร์บัณฑิต (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
 พ.ศ. 2548 การศึกษามหาบัณฑิต (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ