

สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี
ปีการศึกษา 2546

ปริญญานิพนธ์
ของ
แก้วประกอบ ดวงแข

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
ตุลาคม 2546
ลิขสิทธิ์เป็นของ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี
ปีการศึกษา 2546

บทคัดย่อ
ของ
แก้วประกอบ ดวงแข

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
ตุลาคม 2546

แก้วประกอบ ดวงแข. (2546) สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียน

อาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546.

ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย

ศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพจนท์.

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชาวุฒิ ปลื้มสำราญ

การวิจัยครั้งนี้ เพื่อศึกษาสภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546 ในด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ด้านวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี จำนวน 384 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเชื่อมั่น .87 เมื่อรวบรวมข้อมูลแล้ววิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ

ผลการศึกษาพบว่า

1. สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกายของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเพศชายและเพศหญิง ซึ่งมีการจัดให้มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 70.15 และ 65.49 ส่วนไม่มีการจัดให้มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 29.85 และ 34.51 ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ซึ่งจัดให้มีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 44.21 และ 35.03 ส่วนไม่มีการจัดให้มีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 55.79 และ 64.97 ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ซึ่งจัดให้มีสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 65.49 และ 57.64 ส่วนไม่มีการจัดสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 34.51 และ 42.36 และด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ซึ่งจัดให้มีประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 42.25 และ 39.23 ส่วนไม่มีการจัดให้มีประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 57.75 และ 60.77 ตามลำดับ

2. ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546 กลุ่มตัวอย่างที่เป็นเพศชายในด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกายอยู่ในระดับมากที่สุด คือข้อที่ 1 มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายและข้อที่ 2 บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษาด้านวิชาการการออกกำลังกาย คือข้อที่ 6 จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และ

สิ่งต่าง ๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คือข้อที่ 1 มีสถานที่ออกกำลังกายในร่มและด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คือข้อ 17 กิจกรรมฟุตบอล

3. ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546 กลุ่มตัวอย่างที่เป็นเพศหญิง ในด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกายที่อยู่ระดับสูงสุด คือข้อที่ 7 บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย คือข้อที่ 6 จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่าง ๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คือข้อที่ 1 มีสถานที่ออกกำลังกายในร่ม และด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คือข้อที่ 25 กิจกรรมแอโรบิคแดนซ์

THE STATE AND NEEDS FOR EXERCISE
OF OCCUPATIONAL STUDENTS IN VOCATIONAL
EDUCATION CERTIFICATE LEVEL IN NONTHABURI
PROVINCE IN ACADEMIC YEAR 2003

AN ABSTRACT
BY
KAEWPRAKOB DOUNGKHAE

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

Kaewprakob Dounghae. (2003). *The State and Needs for Exercise of Occupational Students in Vocational Education Certificate Level in Nonthaburi Province in Academic Year 2003*. Master Thesis, M.Ed. (Physical Education) Bangkok : Graduate School. Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Assoc. Prof. Thawate Piriypoen, Assist. Prof. Thawuth Pluemsamran.

This study aimed to investigate according to service personal, exercise knowledge, location, equipment, and facility and type of acquired activity. The subject consisted of 384 members of community students in vocational education certificate level in Nonthaburi province in academic year 2003, through stratified random sampling. The research instrument was questionnaires designed by the researcher, having .87 reliability. Then data were analyzed by frequency and percentage.

The results revealed that :

1. The states of the exercise of the members of the Vocational's students in Vocational Education Certificate level in Nonthaburi Province in academic year 2003. In the service personals for exercise of the members who were males and females. It provided that the service personals for the exercise was about 70.15 and 65.49 percentage. There were no the service personals for the exercise about 29.85 and 34.51 percentage. The exercise knowledge provided that the knowledge was about 55.79 and 64.97. The centers' location, equipments and facilities were all available about 65.49 and 57.64 percentage and the other was no available about 34.51 and 42.36 percentage. The type of acquired activity for the exercise was available in the type of activity about 42.25 and 39.23. The other was no available about 57.75 and 60.77 respectively.
2. The needs for exercise of the members of the Vocational's students in Vocational Education Certificate level in Nonthaburi Province in academic year 2003. The members who were males, in the service personals for the exercise were at the most level of the first number. There were staffs and personals who were responsible for the exercise and the second number, the service personals who had a qualification of Physical Education. The exercise knowledge was the sixth number. It provided that the members got the

knowledge to maintain, choose the equipments and somethings to use for exercising. The centers' location, equipments and facilities for the exercise, of the first number. There was the centers' location in the shade and the type of acquired activity for the exercise of the seventeenth number by football activity.

3. The needs for exercise of members of Vocational's students in Vocational Education Certificate level in Nonthaburi Province in academic year 2003. The members who were females, in the service personals for the exercise were at the highest level of the seventh number, the service personals who were very good relationship. The exercise Knowledge of the sixth number. It provided that the members got the knowledge to maintain, choose the equipments and somethings to use for exercising. The centers' location, equipments, facilities for the exercise of first number, There was the centers' location in the shade and the type of acquired activity for the exercise of the twentieth number by the aerobic activity.

ปริญญานิพนธ์

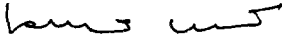
เรื่อง

สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546

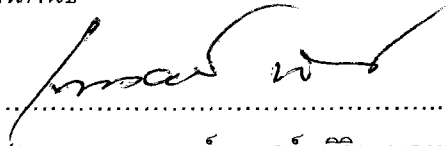
ของ

นายแก้วประกอบ ดวงแข

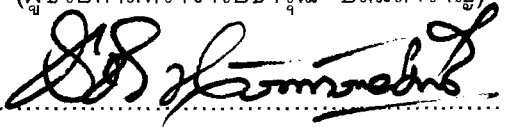
ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....  คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร. นภาพร หะวานนท์)
วันที่ 6 เดือน ๓๐๖.๐๖ พ.ศ. 2546

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์

.....  ประธาน
(รองศาสตราจารย์ เทเวศร์ พิริยะพูนท์)

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธานี ปลื้มสำราญ)

.....  กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ รังชัย เจริญทรัพย์มณี)

.....  กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(อาจารย์ลำพอง ศรีรุ่ง)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความอนุเคราะห์ช่วยเหลือดูแล และแนะนำจาก รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพจน์ที่ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ และผู้ช่วย ศาสตราจารย์ธาวุฒิ ปลื้มสำราญ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ รวมทั้งผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธงชัย เจริญทรัพย์มณี และอาจารย์ลำพอง ศรีรุ่ง กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม ที่ได้กรุณาชี้แนะ แก้ไขข้อบกพร่อง ให้คำปรึกษามาด้วยดีตลอด ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความเมตตาเป็นอย่างยิ่ง จึง กราบขอบพระคุณไว้ ณ ที่นี้

นอกจากนี้ ผู้วิจัยใคร่ขอกราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการสมยศ วณิชชีวะ ตลอดจน คณาจารย์ทุกท่านจากวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง ที่ได้เมตตาอนุเคราะห์เอื้อเฟื้อสถานที่ อำนาจความสะดวกและเป็นผู้ปูพื้นฐานด้านวิชาชีพแก่ผู้วิจัย รวมทั้งต้องขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ใหญ่โรงเรียนพระรามหกเทคโนโลยี อาจารย์พรเลิศ แสงทวีเลิศ ที่ให้ความอนุเคราะห์ อนุญาตให้ผู้วิจัยได้ไปศึกษาต่อและให้คำปรึกษาแก่ผู้วิจัยได้เป็นอย่างดี อีกทั้งต้องขอขอบพระคุณ ผู้อำนวยการทุกสถาบัน คณาจารย์ทุกท่านและท่านที่เคารพนับถือที่ได้กล่าวนาม ตลอดจน เจ้าหน้าที่ทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์ร่วมมือช่วยเหลือสนับสนุนผู้วิจัย และให้ความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลของผู้วิจัยในครั้งนี้ด้วย

คุณค่าและประโยชน์ที่พึงมีในปริญญานิพนธ์ในฉบับนี้ ผู้วิจัยขอบแต่ผู้ที่มีพระคุณ ทุกท่าน อาทิ บิดา มารดา ครู อาจารย์ พี่ ๆ ทุกคนในตระกูล ตลอดจนภรรยาอันเป็นที่รัก ที่คอยให้การสนับสนุน ให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยมาโดยตลอด จนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี

แก้วประกอบ ดวงแข

สารบัญ

บทที่

หน้า

1	บทนำ	1
	ภูมิหลัง	1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	3
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	3
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	3
	ตัวแปรที่ศึกษา	3
	นิยามศัพท์เฉพาะ	4
	กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า	4
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า	5
	แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความต้องการ	5
	ความหมายของการออกกำลังกาย	7
	หลักของการออกกำลังกาย	7
	ประโยชน์ของการออกกำลังกาย	10
	สภาพโดยทั่วไปของโรงเรียนอาชีวศึกษา และวิทยาลัยอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546	12
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	12
	งานวิจัยในต่างประเทศ	12
	งานวิจัยในประเทศ	13
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	20
	แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง	20
	เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	20
	ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ	21
	วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล	22
	วิธีจัดกระทำกับข้อมูล	22

สารบัญ (ต่อ)

บทที่		หน้า
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	23
	สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	23
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	24
5	สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	104
	สังเขป ความมุ่งหมายและวิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	104
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	104
	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	104
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	105
	สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	105
	อภิปรายผล.....	121
	ข้อเสนอแนะ.....	123
	ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป.....	123
	บรรณานุกรม.....	124
	ภาคผนวก.....	128
	ภาคผนวก ก. แบบสอบถามสภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546.....	129
	ภาคผนวก ข. รายนามผู้เชี่ยวชาญ.....	138
	ประวัติย่อผู้วิจัย.....	140

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	20
2 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม	24
3 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการการออกกำลังกายของนักเรียนชาย	25
4 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกายของนักเรียนชาย	27
5 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย	29
6 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของนักเรียนชาย	31
7 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการการออกกำลังกายของนักเรียนหญิง	34
8 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกายของนักเรียนหญิง	36
9 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง	38
10 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของนักเรียนหญิง	40

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

[illegible]

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

20	สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการและการออกกำลังกายของนักเรียนชาย ชั้นปีที่ 3	65
21	สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ชั้นปีที่ 3	67
22	สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของนักเรียนชาย ชั้นปีที่ 3	70
23	สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการการออกกำลังกายของนักเรียนหญิง ชั้นปีที่ 1	73
24	สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการและการออกกำลังกายของนักเรียนหญิง ชั้นปีที่ 1	75
25	สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ชั้นปีที่ 1	77
26	สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของนักเรียนหญิง ชั้นปีที่ 1	80
27	สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการการออกกำลังกายของนักเรียนหญิง ชั้นปีที่ 2	83
28	สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการและการออกกำลังกายของนักเรียนหญิง ชั้นปีที่ 2	85

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

29 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ชั้นปีที่ 2	87
30 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของนักเรียนหญิง ชั้นปีที่ 2	90
31 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการการออกกำลังกายของนักเรียนหญิง ชั้นปีที่ 3	93
32 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการและการออกกำลังกายของนักเรียนหญิง ชั้นปีที่ 3	95
33 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ชั้นปีที่ 3	97
34 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของนักเรียนหญิง ชั้นปีที่ 3	100

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

คงจะกล่าวได้เลยว่า โดยธรรมชาติได้สร้างสรรค์ให้มนุษย์และสิ่งมีชีวิตทั่ว ๆ ไป ได้มีการเคลื่อนไหวอยู่เป็นประจำ ไม่ว่าจะเป็นการดำรงชีวิตในแต่ละวันหรือการทำงานของมนุษย์ รวมไปถึงการออกกำลังกาย แต่ถ้าหากการเคลื่อนไหวไม่เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย ก็จะทำให้ร่างกายเกิดความผิดปกติ สุขภาพไม่แข็งแรง ร่างกายทรุดโทรม มีความอ่อนแอ ไม่เป็นไปตามหลักการเจริญเติบโตของมนุษย์และสิ่งมีชีวิต ฉะนั้นการเคลื่อนไหวร่างกายหรือการออกกำลังกายจึงจำเป็นมากตามความต้องการของร่างกายที่สำคัญยิ่งอย่างหนึ่ง ในการที่จะช่วยรักษาสุขภาพและสมรรถภาพของร่างกายให้พร้อมที่จะมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

นอกจากนี้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540-2544) ที่ได้กล่าวว่า รัฐต้องให้ความสำคัญต่อการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตให้แก่ประชาชนชาวไทยเป็นสำคัญ ซึ่งหมายถึง การเสริมสร้างสุขภาพพลานามัยของประชาชนให้แข็งแรงสมบูรณ์ การสนับสนุนให้เยาวชนและประชาชนของชาติได้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬานั้น ควรกระทำอย่างต่อเนื่องและเป็นระบบโดยผู้ที่มีความรู้อย่างแท้จริง เพื่อให้เกิดสัมฤทธิ์ผลทั้งทางร่างกายและจิตใจ ก่อให้เกิดความสนุกสนาน อีกทั้งร่างกายได้รับความแข็งแรงเป็นการสร้างทัศนคติที่ดีต่อการออกกำลังกาย อันจะส่งผลให้เกิดประโยชน์อย่างรูปธรรมและสามารถนำไปใช้ได้ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี

ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย (2530 : 31) ได้กล่าวถึงการออกกำลังกายว่า การออกกำลังกายที่กระทำโดยถูกต้องให้คุณประโยชน์แก่ร่างกายเสมอ ในเด็ก ๆ การออกกำลังกายทำให้ร่างกายเจริญเติบโต ผู้ที่ไม่ค่อยได้ออกกำลังกายมักมีร่างกายเล็กแคระและอ่อนแอ ในวัยหนุ่มสาวการออกกำลังกายยังช่วยให้ระบบประสาทและจิตใจทำงานได้ดีเป็นปกติอีกด้วย สำหรับผู้ที่อยู่ในวัยกลางคนและวัยชรา การออกกำลังกายจะช่วยป้องกันและรักษาอาการของโรคที่เกิดขึ้นในวัยนี้ได้หลายอย่าง เช่น อาการปวดเมื่อยหรืออาการท้องผูกเป็นประจำ ตลอดจนความรู้สึกริ๊งเวียนหน้ามืดเพราะการไหลเวียนโลหิตไม่เพียงพอ ในทุก ๆ วัยการออกกำลังกายโดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อกระทำกลางแจ้ง จะช่วยเพิ่มความสามารถของร่างกายในการต่อสู้กับเชื้อโรค ทำให้ไม่ค่อยเจ็บไข้และช่วยให้สุขภาพของร่างกายอยู่ในเกณฑ์สูง

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2531 : 60) ได้ให้ความเห็นเกี่ยวกับการออกกำลังกายว่า การออกกำลังกายเป็นความต้องการของร่างกายที่มีความจำเป็นและสำคัญยิ่งอย่างหนึ่ง คนเราทุกคน ไม่ว่าจะเป็นเด็ก คนชรา ผู้หญิงหรือผู้ชาย ล้วนมีความต้องการการออกกำลังกายที่เหมาะสมตามสภาพของร่างกายเป็นประจำและสม่ำเสมอด้วยกันทั้งสิ้น ตามหลักแล้วตั้งแต่เกิดมาจนกระทั่งตายร่างกายต้องการอาหารเป็นประจำฉันใด การออกกำลังกายก็เป็นความต้องการของร่างกายเป็นประจำฉันนั้น จะผิดกันก็ตรงที่ว่าถ้าร่างกายไม่ได้รับอาหารจะทำให้เกิดความหิวและทำการ

และแสวงหาอาหารมารับประทานทันที แต่การขาดการออกกำลังกายได้เป็นเช่นนั้นไม่ กลับตรงกันข้าม พยายามแสวงหาวิถีการที่จะไม่ต้องใช้พลังงานของร่างกายเสียอีก ฉะนั้นโอกาสที่จะสนองความต้องการของร่างกายจึงนับได้ว่าจะมีน้อยลงทุกที การขาดการออกกำลังกายเพื่อสนองความต้องการของร่างกายนี้มักรู้สึกตัวก็เมื่อสายเกินแก้เสียแล้ว สิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ อย่างอื่นนั้น ยิ่งใช้ยิ่งสึกหรอ ยิ่งเสื่อมโทรม แต่สำหรับร่างกายของเรานั้นกลับตรงกันข้าม คือถ้ายิ่งใช้หรือยิ่งออกกำลังกายให้เหมาะสมกับสภาพของร่างกายในแต่ละวัยเป็นประจำสม่ำเสมอเพียงใด ความแข็งแรง ประสิทธิภาพของร่างกายก็จะมีตามมาเพียงนั้นด้วย

ในปัจจุบัน ประชากรมีความเข้าใจและมองเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายด้วยการใช้กิจกรรมทางพลศึกษาเป็นสื่อให้เกิดความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายและจิตใจ ตลอดจนส่งเสริมสติปัญญา ความมั่นคงทางอารมณ์และให้มีประสิทธิภาพในการประกอบกิจการงานอีกทั้งหน่วยงานต่าง ๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนได้มองเห็นความสำคัญของการกิจกรรมการออกกำลังกาย จึงได้ส่งเสริมการออกกำลังกายโดยการเล่นกีฬาอย่างกว้างขวางมากยิ่งขึ้น เป็นการสนองตอบต่อความต้องการการเคลื่อนไหวของร่างกาย และยังช่วยให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน ซึ่งเป็นผลดีต่อการสร้างเสริมสุขภาพอนามัยให้สมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ เนื่องจากการออกกำลังกายมีความสำคัญต่อการพัฒนาบุคคลและส่วนรวมเป็นอย่างมาก ความต้องการในการออกกำลังกายของประชาชน นักเรียน นักศึกษา ตลอดจนบุคลากรในหน่วยงานต่าง ๆ ย่อมมีแนวโน้มที่จะเพิ่มมากขึ้นด้วย

โรงเรียนและวิทยาลัยอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) จังหวัดนนทบุรี เป็นสถาบันที่ให้การศึกษาด้านวิชาชีพและเทคโนโลยี มีวัตถุประสงค์ให้การศึกษาและส่งเสริมวิชาการและวิชาชีพที่เป็นการปฏิบัติ ปัจจุบันเปิดทำการเรียนการสอนในหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) รับผู้สำเร็จการศึกษาจากระดับมัธยมศึกษา (ม.3) หรือเทียบเท่า เข้าศึกษาต่อในระดับ ปวช. ในสาขาวิชาชีพทางด้านช่างอุตสาหกรรมและพาณิชยกรรม โดยเน้นทักษะความรู้ ความชำนาญในวิชาชีพจำนวน 15 แผนกวิชา โรงเรียนและวิทยาลัยอาชีวศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนและกรมอาชีวศึกษา ปัจจุบันมีนักเรียนจำนวน 2,668 คน โดยมีการจัดบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของนักเรียน ตรงตามหลักสูตรที่กำหนดไว้ และยังมีส่วนช่วยสังคมที่พึงประสงค์ให้เกิดขึ้นในโรงเรียนด้วย อันส่งผลไปถึงการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน พร้อมทั้งยังมีส่วนช่วยประเทศชาติตามแนวนโยบายของรัฐบาลในเรื่องของลานกีฬาต้านยาเสพติดได้อีกด้วย (หลักสูตรอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ 2545 : 21)

จากเหตุผลที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาสภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนและสังกัดกรมอาชีวศึกษา จังหวัดนนทบุรี เพื่อเป็นข้อมูลและแนวทางในการเสนอแนะให้โรงเรียนได้จัดและดำเนินการด้านบุคลากรผู้ให้บริการด้านการออกกำลังกาย ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อทราบสภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนและสังกัดกรมอาชีวศึกษา จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงสภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนและสังกัดกรมอาชีวศึกษา จังหวัดนนทบุรี รวมทั้งเป็นข้อมูลและเป็นแนวทางในการนำไปใช้ในการปรับปรุงแก้ไขในการจัดและส่งเสริมกิจกรรมการออกกำลังกายนอกเวลาเรียน รวมทั้งเป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าสำหรับผู้สนใจทำวิจัยเกี่ยวกับเรื่องการจัดและส่งเสริมการออกกำลังกายต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากร

ประชากรเป็นนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 3 ปีการศึกษา 2546 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนและสังกัดกรมอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในจังหวัดนนทบุรี จำนวน 7 โรงเรียน 1 วิทยาลัย รวมทั้งสิ้น 2,668 คน เป็นนักเรียนชาย 1,243 คน และนักเรียนหญิง 1,425 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 ถึง ชั้นปีที่ 3 ปีการศึกษา 2546 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนและสังกัดกรมอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในจังหวัดนนทบุรี จำนวน 7 โรงเรียน 1 วิทยาลัย รวมทั้งสิ้น 384 คน เป็นนักเรียนชาย 192 คน และนักเรียนหญิง 192 คน โดยใช้ตารางประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่างของ เครจซี่ และมอร์แกน (Krejcie and Morgan) ได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

ตัวแปรที่จะศึกษา

1. ตัวแปรต้น ได้แก่
 - 1.1 เพศ จำแนกเป็น
 - 1.1.1 เพศชาย
 - 1.1.2 เพศหญิง
 - 1.2 ระดับชั้น
 - 1.2.1 ระดับชั้นปีที่ 1

1.2.2 ระดับชั้นปีที่ 2

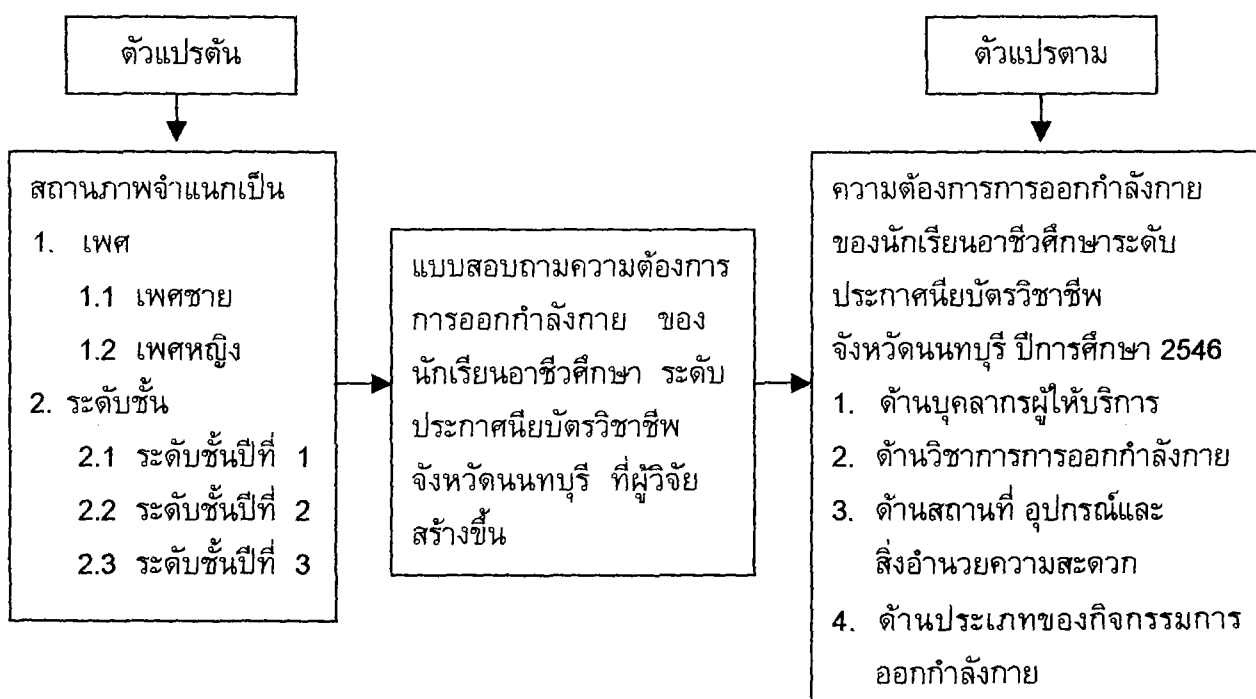
1.2.3 ระดับชั้นปีที่ 3

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความต้องการการออกกำลังกาย หมายถึง ความต้องการของนักเรียนที่จะออกกำลังกายด้วยกิจกรรมทางพลศึกษาและกีฬาต่าง ๆ นอกเวลาเรียน โดยมีปัจจัยศึกษา 4 ด้าน ได้แก่ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย
2. สภาพการออกกำลังกาย หมายถึง สภาวะหรือสถานภาพที่เป็นอยู่หรือเป็นจริงในปัจจุบัน
3. นักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ หมายถึง นักเรียนชายและนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนอาชีวศึกษาและวิทยาลัยอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 3 ปีการศึกษา 2546 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนและสังกัดกรมอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในจังหวัดนนทบุรี
4. บุคลากรผู้ให้บริการ หมายถึง คณะครู อาจารย์ เจ้าหน้าที่ ตลอดจนคนผู้รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายและสิ่งทั่ว ๆ ไป ที่มีความเกี่ยวข้องกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา

กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับสภาพและความต้องการการออกกำลังกาย ของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) จังหวัดนนทบุรี ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สรุปได้ดังนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า
 - 1.1 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความต้องการ
 - 1.2 ความหมายของการออกกำลังกาย
 - 1.3 หลักของการออกกำลังกาย
 - 1.4 ประโยชน์ของการออกกำลังกาย
 - 1.5 สภาพโดยทั่วไปของโรงเรียนและวิทยาลัยอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546
2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 2.2 งานวิจัยในประเทศ

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความต้องการ

อรุณ รักรธรรม (2527 : 67) ได้อธิบายความต้องการและความแตกต่างของมนุษย์ไว้ว่า ความต้องการเป็นตัวผลักดันให้มนุษย์ต่อสู้ดิ้นรนและทำทุกอย่างเพื่อสนองความต้องการของตนเอง ขนาดของการต่อสู้ดิ้นรนก็ขึ้นอยู่กับระดับความต้องการของแต่ละคนซึ่งมีไม่เท่ากัน ดังนั้นจึงจำเป็นต้องเข้าใจความต้องการของมนุษย์ เพื่อที่จะได้บำบัดความต้องการเหล่านั้นได้ถูกต้อง ทฤษฎีความต้องการของมนุษย์จึงเป็นทฤษฎีหนึ่งที่เป็นแรงจูงใจให้ประชาชนออกกำลังกายได้มากขึ้น เพื่อมีประสิทธิภาพในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวัน

กฤษณา ศักดิ์ศรี (2534 : 166) ได้กล่าวถึงความต้องการว่า ความต้องการเป็นเรื่องที่พัวพันกับการดำรงชีวิตให้อยู่รอดของมนุษย์ ความต้องการจึงปรากฏออกมาในรูปของความ ต้องการอันจำเป็นแห่งชีวิตซึ่งมีมาแต่กำเนิดและจัดหาขึ้นภายหลัง กล่าวโดยสรุปของความ ต้องการของมนุษย์มีอยู่ 3 ประการใหญ่ ๆ คือ

1. ความต้องการทางร่างกาย (Biological Needs)
2. ความต้องการทางจิตใจ (Psychological Needs)
3. ความต้องการทางสังคม (Social Needs)

มาสโลว์ (วิภาพร มาพบสุข. 2540 : 280 ; อ้างอิงจาก Maslow. 1970) ได้จำแนกความต้องการของมนุษย์ออกเป็น 5 ระดับ ดังนี้

1. ความต้องการทางสรีระ (Physiological Needs) หมายถึง ความต้องการพื้นฐานของร่างกาย ซึ่งจำเป็นในการดำรงชีวิต ได้แก่ ความต้องการอาหาร น้ำ อากาศ เสื้อผ้า ฯลฯ ความต้องการนี้เริ่มตั้งแต่วัยทารกจนกระทั่งถึงวัยชรา มนุษย์ทุกคนมีความต้องการทางสรีระอยู่เสมอจะขาดไม่ได้ ถ้าอยู่ในสภาพที่ขาด ร่างกายจะกระตุ้นให้บุคคลมีกิจกรรมขวนขวายเพื่อตอบสนองความต้องการเหล่านี้ ถ้าความต้องการในขั้นแรกนี้ไม่ได้รับการบำบัด ความต้องการในขั้นต่อไปจะไม่เกิดขึ้น

2. ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย (Safety Needs) หมายถึง ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ เพราะบุคคลไม่ต้องการเผชิญกับความไม่แน่นอนในการดำรงชีวิต เช่น การสูญเสียตำแหน่ง การขาดทรัพย์สิน การถูกขู่เข็ญบังคับจากผู้อื่น มนุษย์จึงเกิดความต้องการความมั่นคงปลอดภัยและหลักประกันในชีวิต เช่น มีอาชีพที่มั่นคง มีการออมทรัพย์หรือสะสมทรัพย์ มีการประกันชีวิต ฯลฯ

3. ความต้องการความรักและเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ (Love and Belonging Needs) หมายถึง ความต้องการที่จะเป็นที่รักของผู้อื่นและต้องการมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นและเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ เพราะมนุษย์ทุกคนย่อมต้องการเพื่อน ไม่ต้องการรู้สึกเหงาและอยู่คนเดียว ดังนั้นการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น เป็นสมาชิกกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง เช่น กลุ่มครอบครัว กลุ่มที่ทำงาน กลุ่มเพื่อนบ้าน กลุ่มสันทนาการ เป็นต้น ความรู้สึกผูกพันจะเกิดขึ้นเมื่ออยู่ในกลุ่ม และสมาชิกของกลุ่มย่อมเกิดความรัก ความเอาใจใส่และการยอมรับซึ่งกันและกัน

4. ความต้องการที่จะรู้สึกว่าตนเองมีค่า (Esteem Needs) หมายถึง ความปรารถนาที่จะมองตนเองว่ามีคุณค่าสูง เป็นที่น่าเคารพยกย่องจากทั้งตนเองและผู้อื่น ต้องการที่จะให้ผู้อื่นเห็นว่าตนมีความสามารถ มีคุณค่า มีเกียรติ มีตำแหน่ง ฐานะ บุคคลที่มีความต้องการประเภทนี้จะเป็นผู้ที่มีความมั่นใจในตนเอง และรู้สึกว่าตนมีคุณค่ามีประโยชน์ หากความรู้สึกหรือความต้องการดังกล่าวถูกทำลายและไม่ได้รับการตอบสนอง คนจะรู้สึกว่าตนมีปมด้อย สิ้นหวัง มองโลกในแง่ร้าย ต้องการสิ่งชดเชย ถ้าเกิดความรู้สึกรุนแรงจะทำให้บุคคลนั้นเกิดความท้อถอยต่อชีวิต เป็นโรคประสาท โรคจิตและอาจฆ่าตัวตายได้

5. ความต้องการที่จะรู้สึกตนเองตามสภาพที่แท้จริง และพัฒนาศักยภาพของตน (Self-Actualization Needs) หมายถึง ความต้องการที่จะรู้จักและเข้าใจตนเองตามสภาพที่แท้จริง เพื่อพัฒนาชีวิตของตนเองให้สมบูรณ์ (Self-Fulfillment) รู้จักค่านิยมความสามารถ และมีความจริงใจต่อตนเอง ปรารถนาที่จะเป็นคนดีที่สุดของตนเอง มีสติในการปรับตัว เปิดโอกาสให้ตนเองเผชิญกับความจริงของชีวิต และเผชิญกับสิ่งแวดลอมใหม่ ๆ โดยคิดว่าเป็นสิ่งที่ท้าทายและน่าตื่นเต้น กระบวนการที่จะพัฒนาตนเองเต็มที่ตามศักยภาพตนเอง เป็นกระบวนการที่ไม่มีจุดจบตลอดเวลาที่มีชีวิตอยู่ มนุษย์ทุกคนต้องการที่จะพัฒนาตนเองเต็มที่ตามศักยภาพของตน เพราะอย่างน้อย

คนที่ได้รับการตอบสนองความต้องการขั้นนี้อย่างสมบูรณ์ เช่น การดำเนินชีวิตของมหาตมะ กานธี ซึ่งเป็นแบบอย่างของความต้องการในขั้นนี้ โดยมีการดำเนินชีวิตด้วยความสันโดษและช่วยเหลือสังคมอย่างแท้จริง

2. ความหมายของการออกกำลังกาย

การออกกำลังกาย (Exercise) มีผู้ให้ความหมายของการออกกำลังกายไว้มากมาย พอจะยกตัวอย่างได้ดังนี้

ชูศักดิ์ เวชแพศย์ (2519 : 1) ได้ให้ความหมายเกี่ยวกับการออกกำลังกายไว้ว่า การออกกำลังกาย คือ การให้กล้ามเนื้อทำงาน เพื่อให้ร่างกายมีการเคลื่อนไหวพร้อมกับการได้แรงงานด้วย ในขณะที่เดียวกันยังมีการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย เพื่อช่วยวัดแผนงานควบคุมและปรับปรุงส่งเสริมให้การออกกำลังกายมีประสิทธิภาพและคงอยู่

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2525 : 37) ให้ความหมายของการออกกำลังกายไว้ว่า การที่เราทำให้ร่างกายได้ใช้แรงงานหรือกำลังที่มีอยู่ในตัวนั้น เพื่อให้ร่างกายหรือส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวนั่นเอง เช่น การเดิน การวิ่ง การกระโดด การทำงาน หรือการเล่นกีฬา การออกกำลังกายในแต่ละกิจกรรมร่างกาย ต้องใช้กำลังมากน้อยแตกต่างกันไปตามลักษณะของงานนั้น

กรมพลศึกษา (2534 : 30) ให้ความหมายของการออกกำลังกายไว้ว่าเป็นการใช้แรงงานกล้ามเนื้อและร่างกายให้เคลื่อนไหว เพื่อให้ร่างกายแข็งแรงมีสุขภาพดี โดยจะใช้กิจกรรมใดเป็นสื่อก็ได้ เช่น กายบริหาร เดินเร็ว วิ่งเหยาะ หรือการฝึกกีฬาที่มีได้มุ่งที่การแข่งขัน

เอ็ดดิงตัน และ เอ็ดเกอร์ตัน (Edington and Edgerton. 1976 : 7 – 11) ได้ให้ความหมายของการออกกำลังกายไว้ว่า การออกกำลังกาย คือ การออกกำลังกายที่สามารถตอบสนองต่อร่างกายของคนในรูปแบบของการออกกำลังกายเฉพาะอย่าง และสามารถดัดแปลงให้ร่างกายเกิดผลต่อการฝึกเฉพาะอย่างนั้น ๆ

แลมปี (Lamp. 1984 : 11) ได้ให้ความหมายของการออกกำลังกายไว้ว่าเป็นการทำงานของกล้ามเนื้อลายเพื่อให้ร่างกายมีการเคลื่อนไหวตามความมุ่งหมาย โดยที่มิมีการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกายช่วยสนับสนุนส่งเสริมให้การออกกำลังกายมีประสิทธิภาพและคงอยู่ได้

ดังนั้นจึงพอสรุปได้ว่า การออกกำลังกาย คือ การที่ร่างกายได้มีการเคลื่อนไหว ประกอบกิจกรรมหรือการเล่นกีฬาตามความต้องการของตัวเองด้วยความสมัครใจ เพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย อารมณ์และสังคมให้พร้อมที่จะทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพเป็นประโยชน์ต่อตัวเองและสังคมต่อไป

3. หลักของการออกกำลังกาย

การออกกำลังกายมีความจำเป็นสำหรับทุกเพศและทุกวัยที่มีความต้องการจะเป็นผู้ที่มีความสุข แต่ในขณะเดียวกันการออกกำลังกายก็อาจจะก่อให้เกิดผลร้ายและเป็นอันตรายต่อร่างกายได้ ถ้าการออกกำลังกายนั้นไม่เหมาะสมกับสภาพร่างกาย เพศและวัย ดังนั้นผู้ที่

ต้องการออกกำลังกายจึงควรทราบถึงหลักและวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง เพื่อจะได้รับประโยชน์จากการออกกำลังกายอย่างแท้จริง มีผู้วางหลักเกณฑ์ในการออกกำลังกายไว้มากมายพอจะยกตัวอย่างได้ดังนี้

อนันต์ อัฒฐ (2520 : 46) ได้ให้หลักเกณฑ์อย่างหนึ่งในการออกกำลังกายว่า ควรจะเป็นกิจกรรมที่หักล้างเนื้อมัดใหญ่ ๆ ของร่างกายได้ทำงานทุกส่วน และควรจะเป็นกิจกรรมที่ให้ปอดและหัวใจทำงานมากขึ้น ให้ร่างกายมีความเหนื่อยพอสมควรแล้วให้เหงื่อออกบ้างพอสมควร

สุชาติ โสมประยูร (2520 : 43) ได้เสนอความคิดเกี่ยวกับการออกกำลังกายไว้ดังนี้ คือ

1. กิจกรรมที่ใช้ในการออกกำลังกาย ควรจะทำให้ออกแรงเหนื่อยพอแรง
2. กิจกรรมนั้นต้องทำให้กล้ามเนื้อทุกส่วนได้ออกแรง และทำให้ร่างกายเคลื่อนไหวได้

หลายลักษณะ

3. ควรเลือกเล่นกีฬาที่สนุกสนาน เล่นได้สะดวกและเล่นได้นาน

4. ควรเล่นเบา ๆ ก่อน เพื่อให้กล้ามเนื้ออบอุ่นและพร้อมที่จะออกแรงเสียก่อนแล้วจึงค่อย ๆ เล่นหนักขึ้นตามต้องการ

5. ปริมาณการออกกำลังกายของแต่ละคน อาจแตกต่างกันออกไปแล้วแต่เพศ

6. สำหรับผู้ที่มีสุขภาพไม่ดีหรือมีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง ควรปรึกษาแพทย์ก่อน

7. การออกกำลังกายทุกครั้งควรปฏิบัติให้ถูกสุขวิทยา เช่น ไม่ออกกำลังกายขณะหิวหรืออิ่มใหม่ ๆ ในขณะออกกำลังกายไม่ควรรับประทานอาหาร หรือสูบบุหรี่ภายหลังการออกกำลังกายควรนั่งพักให้หายเหนื่อยและเหงื่อแห้งค่อยอาบน้ำหรือทำกิจกรรมอื่น ๆ

จรินทร์ ธานีรัตน์ (2529 : 18) ได้เสนอเกี่ยวกับข้อควรปฏิบัติในการออกกำลังกายไว้ดังนี้

1. ผู้ที่มีสุขภาพไม่ดีหรือผู้ที่เป็นโรคหัวใจ ควรให้แพทย์แนะนำในเรื่องกิจกรรมออกกำลังกายและควรอยู่ในความดูแลของแพทย์ด้วย

2. นักกีฬาควรได้รับการตรวจสุขภาพจากแพทย์เสมอเพราะป้องกันความผิดปกติทางสุขภาพอันเกิดขึ้นได้

3. ควรเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมในการออกกำลังกาย เช่น ไม่หนักจนเกินความสามารถทางร่างกายหรือเบาจนเกินไปจนไม่ทำให้เกิดผลอย่างใดต่อสุขภาพ เป็นต้น

4. ควรเลือกกิจกรรมที่เห็นว่าสามารถให้ประโยชน์ต่ออวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายหลาย ๆ อย่างในโอกาสเดียวกัน

จรรยาพร ธรณินทร์ (2530 : 167) ได้ให้ข้อเตือนใจในการออกกำลังกายไว้ว่า

1. อบอุ่นร่างกายก่อนฝึกทุกครั้งเพื่อป้องกันการฉีกขาดของกล้ามเนื้อ เอ็นหรือข้อต่อ
2. ใช้อุปกรณ์ เครื่องแต่งกายที่เหมาะสมกับกิจกรรมที่ต้องการฝึก เช่น วิ่งต้องสวม

รองเท้าส้นหนา ถ้าตีเทนนิสรองเท้าที่มีน้ำหนักเบาจะช่วยให้เคลื่อนไหวได้คล่องแคล่ว

3. ฝึกให้งานหรือกิจกรรมนั้นหนักเพียงพอที่จะกระตุ้นหัวใจและการไหลเวียนเลือดดี
วรัทกดี เพียรชอบ (2531 : 60) ได้กล่าวถึงหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่สำคัญ
ไว้ดังนี้

1. ผู้ที่ไม่เคยออกกำลังกายมาก่อน ควรจะเริ่มออกกำลังกายในท่าที่ง่าย ๆ และเบา ๆ
ก่อน ในวันต่อ ๆ ไปจึงค่อย ๆ เพิ่มความหนักของการออกกำลังกายนั้นให้มากขึ้นทีละน้อย ๆ
ตามลำดับ ทั้งนี้เพื่อช่วยให้ร่างกายมีโอกาสดำรงตัวได้

2. ถ้าหากว่าออกกำลังกายแล้ว ทำให้มีอาการผิดปกติอย่างหนึ่งอย่างใดเกิดขึ้น เช่น
เวียนศีรษะ ใจสั่น หอบมากผิดปกติ ควรหยุดการออกกำลังกายนั้นทันทีและควรได้ปรึกษาแพทย์

3. การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและเพื่อความสนุกสนานเป็นสำคัญมากกว่าเพื่อการ
แข่งขัน เช่น การออกกำลังกายด้วยการเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ และเพื่อความสนุกสนานมากกว่า
การที่จะเล่นกีฬาเพื่อการแข่งขัน

4. การเลือกกิจกรรมที่ตนมีความรัก ความถนัด ความชอบ ความง่ายสามารถที่จะ
ออกกำลังกายได้ทุกวันโดยไม่มีความเบื่อหน่ายและเสียเวลามาก เช่น กิจกรรมที่สามารถออก
กำลังกายได้ในบริเวณบ้าน วันละ 20 – 30 นาที

5. ในการออกกำลังกายทุกครั้งควรจะปล่อยกายและใจ ให้มีความสุขสนุกสนานในกิจกรรม
นั้น ๆ ไปด้วย ควรหลีกเลี่ยงการเอาความเครียดจากธุรกิจการงานเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย

6. การออกกำลังกายแต่ละครั้งควรให้รู้สึกเหนื่อยกว่าปกติ เช่น เหงื่อออก อัตราการ
เต้นของชีพจรเร็วกว่าปกติ อัตราการหายใจเร็วกว่าปกติ

7. สหพันธ์กีฬาเยอรมันได้เสนอแนะว่าให้ออกกำลังกายโดยวิธีใดก็ได้ ให้ชีพจรเต้นถึง
130 ครั้ง ทุกวัน ๆ ละ 10 นาที หรือ สัปดาห์ละ 3 วัน ๆ ละ 20 นาที หรือสัปดาห์ละ 2 วัน
วันละ 30 นาที

8. การกำหนดอัตราการเต้นของชีพจรของแต่ละบุคคล ในการออกกำลังกายนั้น
ศาสตราจารย์นายแพทย์ อวย เกตุสิงห์ นายแพทย์ผู้ให้ความสนใจเกี่ยวกับเรื่องนี้ท่านแรกของ
ไทย ได้เสนอแนะว่า อัตราการเต้นของชีพจรในขณะออกกำลังกายของแต่ละบุคคลของคนทั่วไป
นั้น ควรจะเป็น 170 – อายุของตนเอง เช่น ถ้ามีอายุ 40 ปี อัตราการเต้นของชีพจร ขณะออก
กำลังกายที่บุคคลนั้นควรจะรักษาให้อยู่ในระดับ 130 ครั้งต่อนาที แต่ทั้งนี้อาจเพิ่มหรือลดลงได้
10 ครั้งต่อนาที

9. ผู้ที่มีอายุ 40 ปีล่วงแล้วและไม่ค่อยได้ออกกำลังกายมาก่อน ควรได้รับคำปรึกษา
จากแพทย์ก่อนการออกกำลังกายที่หนัก ๆ

10. การออกกำลังกายที่มีเครื่องผ่อนแรง ช่วยดึงดัน สันบด หรืออย่างหนึ่งอย่างใด
อาจจะมีประโยชน์น้อยมาก ทั้งนี้เพราะความมุ่งหมายหลักของการออกกำลังกายนั้น ก็คือ เพื่อ
ให้ร่างกายได้มีโอกาสใช้แรงงานนั่นเอง มิฉะนั้นแล้วการออกกำลังกายนั้นเสียเวลาเปล่า

11. การพักผ่อนหลับนอนที่เพียงพอ การรับประทานอาหารที่ได้สัดส่วน ตลอดจนการหลีกเลี่ยงเครื่องดองของเมาต่าง ๆ ควรจะได้มีควบคู่กันไปกับการออกกำลังกายด้วยผลที่มีต่อสุขภาพจะเป็นไปได้อย่างสมบูรณ์

จากแนวคิดในเรื่องหลักเกณฑ์ของการออกกำลังกายดังกล่าว พอจะสรุปได้ว่า การออกกำลังกายให้ได้ประโยชน์และเป็นผลดี ต้องคำนึงถึงสุขภาพผู้ออกกำลังกายเป็นหลักและเลือกกิจกรรมการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับตัวเอง ทั้งเพศและวัย การทำกิจกรรมการออกกำลังกายนั้นควรเริ่มจากง่ายและปริมาณน้อยก่อนแล้วค่อย ๆ เพิ่มจำนวนขึ้น จนถึงระดับความสามารถที่จะทำได้ โดยไม่ให้หนักจนเกินไป และควรออกกำลังกายโดยสม่ำเสมอสัปดาห์ละ 3 – 5 วัน

4. ประโยชน์ของการออกกำลังกาย

สุพิตร สมาหิโต (2525 : 173) ได้ให้ข้อคิดเห็นว่าบุคคลที่ออกกำลังกายสม่ำเสมอจะรู้สึกว่าได้มีการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายของตนเองหลายอย่างด้วยกัน เช่น

1. มีการตื่นตัว คล่องแคล่วว่องไวและรู้สึกเหน็ดเหนื่อยในขณะทำงานหรือออกกำลังกาย
2. ความดันโลหิตจะทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ
3. สุขภาพของหัวใจจะแข็งแรงขึ้น อัตราการเต้นของหัวใจจะชะงักจะช้าลง ช่วยทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรงและลดปริมาณของน้ำหนักตัวที่เป็นไขมัน
4. การออกกำลังกายสม่ำเสมอ จะช่วยให้พัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและช่วยป้องกันการบาดเจ็บ ซึ่งอาจจะเกิดข้อเท้าแพลงหรือกล้ามเนื้อฉีกขาดได้

อวย เกตุสิงห์ (2525 : 190) ได้สรุปประโยชน์ของการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาที่มีต่อร่างกายในด้านสรีรวิทยาไว้ดังนี้

1. ให้ขนาดของกล้ามเนื้อโตขึ้น มัดของกล้ามเนื้อหนาขึ้น ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานของกล้ามเนื้อ
2. ทำให้หัวใจมีขนาดใหญ่ขึ้น ผนังหนาขึ้น ขยายตัวได้มากขึ้น สามารถเก็บเลือดได้มากขึ้น และมีกำลังในการสูบฉีดเลือดได้มากขึ้น
3. ทำให้เม็ดเลือดเพิ่มขึ้น หลอดเลือดมีความยืดหยุ่นมาก ป้องกันโรคเลือดแข็งตัวหรือแตกได้
4. ช่วยให้อัตราการเต้นหัวใจช้าลง ขยายตัวได้มากขึ้น ช่วยให้ร่างกายมีความอดทนสูง สามารถปฏิบัติงานติดต่อกันได้เป็นเวลานาน โดยมีความเมื่อยล้าน้อย
5. ต่อมไทรอยด์จะถูกระตุ้นให้หลั่งฮอร์โมนอยู่เสมอทำให้ร่างกายสดชื่นกระปรี้กระเปร่า
6. ช่วยให้ระบบย่อยอาหารทำงานดีขึ้น ป้องกันโรคท้องอืดท้องเฟ้อ
7. ช่วยให้มีเม็ดเลือดขาวเพิ่มปริมาณขึ้น เพื่อประโยชน์ในการสร้างความต้านทานโรค
8. ช่วยลดภาวะความตึงเครียดทางสมองและจิตใจ

9. ช่วยลดความอ้วนและเสริมสร้างทรวดทรงให้สมส่วน งดงาม

10. ช่วยเพิ่มสมรรถภาพทั่วไปให้สูงขึ้น

การกีฬาแห่งประเทศไทย (2526 : 7) ได้สรุปประโยชน์ของการออกกำลังกายทางการแพทย์ไว้ดังนี้

1. การเจริญเติบโต การออกกำลังกายจะช่วยให้เจริญอาหารการย่อยและการขับถ่ายดี โดยเฉพาะในวัยเด็ก ดังนั้นเด็กที่มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ จึงมีการเจริญเติบโตดีกว่าเด็กที่ไม่มีการออกกำลังกาย

2. รูปร่างทรวดทรง การออกกำลังกายสามารถช่วยป้องกันและรักษาการเสียทรวดทรงได้โดยการบริหารเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อในส่วนที่ต้องการ และทำให้กล้ามเนื้อกระชับ

3. สุขภาพทั่วไปเป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่า การออกกำลังกายทำให้อวัยวะต่าง ๆ มีการเจริญเติบโตได้ดีทั้งขนาดรูปร่างและหน้าที่การงาน โอกาสของการเกิดโรคที่มีสาเหตุติดเชื้อมีน้อยกว่า

4. สมรรถภาพทางกาย การออกกำลังกายสามารถเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายในทุก ๆ ด้าน ด้วยการออกกำลังกายที่ใช้สมรรถภาพทางกายด้านนั้น ๆ

5. การป้องกันโรค การออกกำลังกายสามารถป้องกันโรคภัยหลายชนิด โดยเฉพาะโรคที่เกิดจากการเสื่อมสภาพของอวัยวะ อันเนื่องมาจากการมีอายุมากขึ้น ประกอบกับปัจจัยอื่น ๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น ความเครียด การสูบบุหรี่มาก การกินอาหารเกิน โรคเหล่านี้ได้แก่ โรคหลอดเลือดหัวใจเสื่อมสภาพ ความดันโลหิตสูง โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคข้อต่อเสื่อมสภาพ เป็นต้น ผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำมีโอกาสเกิดโรคเหล่านี้ได้ช้ากว่าผู้ที่ขาดการออกกำลังกาย หรืออาจไม่เกิดขึ้นเลยก็ได้

6. การรักษาโรคและฟื้นฟูสุขภาพ โรคที่กล่าวถึงในข้อ 5 หากเกิดขึ้นแล้ว การจัดการออกกำลังกายที่เหมาะสมจะช่วยรักษาและฟื้นฟูสุขภาพได้

สหายันท์ สุขยิ่ง (2543 : 38) ได้สรุปประโยชน์ของการออกกำลังกายไว้ว่า การออกกำลังกายโดยสม่ำเสมอเป็นประจำจะช่วยให้อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายทำงานได้ดีขึ้นเป็นผลทำให้สุขภาพสมบูรณ์และสมรรถภาพของร่างกายสูง เช่น มีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัวที่ดี มีจิตใจที่ร่าเริง แจ่มใส สามารถประกอบกิจกรรมหรือการทำงานต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพและสามารถทำให้เกิดความเชื่อมั่น กล้าตัดสินใจ ยังช่วยลดความตึงเครียดจากการทำงานได้อีกด้วย นอกจากนี้การออกกำลังกายเป็นประจำยังเป็นปัจจัยสำคัญในการที่จะช่วยป้องกันโรคภัยไข้เจ็บได้อีกด้วย

จากแนวคิดดังกล่าว จึงพอสรุปได้ว่า ประโยชน์ของการออกกำลังกายที่เกิดขึ้นกับร่างกายนั้น คือ ระบบการทำงานต่าง ๆ ภายในร่างกายมีประสิทธิภาพสูงขึ้น สามารถเป็นเกราะป้องกันภัยจากโรคร้ายต่าง ๆ ได้ เสริมสร้างสติปัญญา สุขุมและรอบคอบ อารมณ์เยือกเย็น ส่วนอีกด้านหนึ่งที่เกิดกับสังคมการออกกำลังกายร่วมกันหลาย ๆ คน ก่อให้เกิดสังคมสมานฉันท์

และเอื้ออาหารต่อกัน เป็นสังคมที่พึ่งพาเกื้อกูลกันเพื่อความอยู่ดีมีสุขของคนในสังคม

5. สภาพโดยทั่วไปของโรงเรียนและวิทยาลัยอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546

โรงเรียนและวิทยาลัยอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ เป็นสถานศึกษาที่ให้การศึกษาด้านวิชาชีพและเทคโนโลยี มีวัตถุประสงค์ให้การศึกษาและส่งเสริมวิชาการและวิชาชีพที่เป็นปฏิบัติ ปัจจุบันเปิดทำการเรียนการสอนในหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) รับผู้สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษา (ม.3) หรือเทียบเท่าเข้าศึกษาต่อระดับ ปวช. ในสาขาวิชาชีพทางด้านช่างอุตสาหกรรมและพาณิชยกรรม โดยเน้นทักษะความรู้ ความชำนาญในวิชาชีพจำนวน 15 แผนกวิชา โรงเรียนและวิทยาลัยอาชีวศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนและกรมอาชีวศึกษา ปัจจุบันมีนักเรียนจำนวน 2,668 คน โดยมีการจัดบริการด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของนักเรียน ตรงตามหลักสูตรที่กำหนดไว้ และยังมีส่วนช่วยสังคมที่พึงประสงค์ให้เกิดขึ้นในโรงเรียนด้วยอันส่งผลไปถึงการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน พร้อมทั้งยังมีส่วนช่วยประเทศชาติตามแนวนโยบายของรัฐบาลในเรื่องของสถานกีฬาต้านยาเสพติดอีกด้วย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในต่างประเทศ

แอนน์ (Ann. 1977:6341 – A) ทำการศึกษาสำรวจความต้องการและความสนใจในกิจกรรมที่สามารถเล่นได้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในภาคกลางของรัฐเทนเนสซี (Tennessee) จากการสำรวจกิจกรรมที่สามารถเล่นได้ตลอดชีพ 36 ประเภท แบ่งเป็น 3 กลุ่มใหญ่ โดยสำรวจจากผู้สูงอายุ 94 คน ซึ่งมีอายุระหว่าง 55 – 56 ปี สิ่งที่สำรวจได้แก่ความเอาใจใส่ในกิจกรรมการร่วมกิจกรรมและสิ่งที่ต้องการจะได้รับการฝึกเพิ่มเติม ผลจากการสำรวจสรุปได้ว่า วิทยาลัยมหาวิทยาลัยและหน่วยงานอื่น ๆ ที่ดำเนินงานเกี่ยวกับการสอน ควรส่งเสริมและดำเนินการเกี่ยวกับกิจกรรมตลอดชีพให้กว้างขวางเพื่อเป็นการเตรียมเยาวชนให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่กระตือรือร้น กีฬาประเภททีมไม่ควรตัดออกจากกิจกรรมของโรงเรียน และกิจกรรมที่สามารถเล่นได้ตลอดชีพ ควรได้รับการสนับสนุนไปพร้อม ๆ กัน

นันทอกมาห์ (Nontogmah. 1982:1080–A) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “โปรแกรมพลศึกษาที่ใช้กันอยู่ในโรงเรียนมัธยมศึกษาของรัฐไอโอวา ที่เป็นที่ต้องการของนักเรียนมัธยมศึกษาปีสุดท้าย และได้รับการเสนอแนะโดยคณาจารย์ในวิทยาลัยและมหาวิทยาลัยต่าง ๆ ในรัฐไอโอวา” โดยใช้แบบสอบถามกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีสุดท้าย จำนวน 272 คน และคณาจารย์จำนวน 48 คน

ผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมที่จัดมากในโรงเรียน คือ วอลเลย์บอล ซอฟท์บอลและบาสเกตบอล กิจกรรมที่นักเรียนต้องการที่จะเน้นคือ วอลเลย์บอล และเทนนิส กิจกรรมที่ได้รับการสนับสนุนจากคณาจารย์ในวิทยาลัย คือ การวิ่งออกกำลังกาย ยิมนาสติก วายาน้ำ เบสบอล และแบดมินตัน นักเรียนชอบกีฬาทีมมากกว่ากิจกรรมแบบอื่น ๆ ส่วนคณาจารย์ของวิทยาลัย

ต่างๆ สนับสนุนกีฬาที่เล่นกีฬาประเภทบุคคลมากกว่ากีฬาที่เล่นเป็นทีม ทั้งนักเรียนและคณาจารย์ มีความเห็นว่าโปรแกรมพลศึกษาที่บังคับเรียน ควรจัดให้มีในระดับ 9 และ 10 นักเรียนชอบให้ใช้แผนการเรียนแบบบังคับในชั้น 11 และเลือกเสรีในชั้น 12 ส่วนคณาจารย์ในวิทยาลัยสนับสนุนให้ใช้แผนการเรียนบังคับเลือกในชั้นที่ 11 และ 12

บัทเลอร์ (Butler. 1989 : 1591 – A) ทำการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษากับวิชาเอกอื่น ๆ โดยใช้ศึกษาระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยที่กำหนดให้วิชาพลศึกษาเป็นวิชาบังคับพื้นฐาน แยกเป็นนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษา 225 คน นักศึกษาเอกอื่นที่ไม่ใช่พลศึกษา 549 คน ผลปรากฏว่า นักศึกษาวิชาเอกพลศึกษา มีความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายในระหว่างเวลาว่างมากกว่านักศึกษาวิชาเอกอื่น ส่วนการไม่เข้าร่วมของนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษามักจะมีปัญหาเรื่อง ดินฟ้าอากาศ การเจ็บป่วย บาดเจ็บ หรือภารกิจที่ต้องรับผิดชอบ สำหรับกิจกรรมควรเพิ่มกิจกรรมการออกกำลังกายแบบแอโรบิค (Aerobic) นอกจากนี้ เพศก็มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายในระหว่างเวลาว่าง

โฮล์บรูค (Holbrook. 1992:2735 – A) ทำการศึกษาความต้องการเร่งด่วนและกำหนดแผนเพื่อจัดสิ่งอำนวยความสะดวกในการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนพลศึกษานันทนาการและโปรแกรมการแข่งขันกีฬา โดยส่งแบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่าง 49 คน ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ประกอบด้วย ผู้บริหารสถาบัน ผู้อำนวยการสำนักธุรการและสถาปนิก ผลการวิจัยปรากฏว่า คณะกรรมการการวางแผนของสถาบันจะต้องศึกษาในรายละเอียด เพื่อกำหนดแบ่งสิ่งอำนวยความสะดวกได้อย่างถูกต้อง จัดเพิ่มงบประมาณเพื่อซ่อมแซมสิ่งอำนวยความสะดวก จัดตั้งศูนย์บริการเพื่อประโยชน์สำหรับการบำรุงรักษาที่ได้ประสิทธิภาพ ร่วมกันดำเนินการตั้งแต่การวางแผน การวิจัยเพื่อศึกษาแนวทางในอนาคตเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อประสิทธิผลการวางแผนและการดำเนินการ

งานวิจัยในประเทศ

ฉัตรฤดี สุพรรณ ณ อยุธยา (2533 : ภ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์ในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล โดยส่งแบบสอบถามไปยังอาจารย์ในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลจำนวน 400 ชุด ได้รับกลับคืนมา 373 ชุด คิดเป็นร้อยละ 93.25 นำมาวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่โดยวิธีของเชฟเฟ ผลการวิจัยพบว่า

1. ความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์อยู่ในระดับมาก
2. ความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์ที่ทำงานอยู่ในกรุงเทพฯ ๙ กับต่างจังหวัด ไม่แตกต่างกัน ยกเว้นด้านรูปแบบของการจัดกิจกรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์ที่ปฏิบัติงานตามกลุ่มต่าง ๆ รวม 7 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มสามัญ เกษตรกรรม อุตสาหกรรม พาณิชยกรรม คหกรรม ศิลปกรรมและสนับสนุนการสอน ยกเว้นด้านรูปแบบของการจัดกิจกรรม เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่พบว่า กลุ่มคหกรรมแตกต่างจากกลุ่มเกษตรกรรมและกลุ่มอุตสาหกรรมมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2534 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัย เรื่องความต้องการบริการการออกกำลังกายของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 300 คน โดยใช้แบบสอบถามส่งไปยังกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 300 ชุด ได้รับแบบสอบถามคืนมา 300 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติ โดยการหาค่าร้อยละ มัชฌิมเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความแตกต่าง โดยใช้ค่าที (T – test) และค่าเอฟ (F–test) และทดสอบความแตกต่างของคะแนนเป็นรายคู่ โดยวิธีทดสอบของนิวแมน-คูลส์ (Newman – Keuls Method) ผลการวิจัยพบว่า บุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร มีความต้องการบริการการออกกำลังกายในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ต้องการสถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้ไปมาสะดวก อุปกรณ์พลศึกษามีเพียงพอตามสัดส่วนกับจำนวนผู้ใช้บริการและอุปกรณ์กีฬามีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

2. ด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ ต้องการกิจกรรมประเภทเทเบิลเทนนิส วาเลย์บอล แบดมินตัน เปตอง ลีลาศ กายบริหาร เทนนิสและกิจกรรมเข้าจังหวะ

3. ด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ได้แก่ ต้องการอุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบสมรรถภาพทางกายมีเพียงพอและได้มาตรฐาน มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของบุคลากรเป็นประจำและสถานที่สำหรับฝึกกิจกรรมการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

4. ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ได้แก่ ความต้องการบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ มีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ

5. ด้านวิชาการ ได้แก่ ต้องการหนังสือ ตำรา เอกสารหรือคู่มือที่เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อสมาชิกได้ศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมอยู่เสมอโดยทั่วถึงกัน สมาชิกมีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อจะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้นต่อไปและมีภาพยนตร์หรือเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับกีฬาเสมอ ๆ

6. ด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ได้แก่ ต้องการออกกำลังกายในวันเสาร์ วันอาทิตย์และวันศุกร์ โดยวันธรรมดาต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.30 – 18.30 น. และวันเสาร์ วันอาทิตย์ ต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 08.00-10.00 น. และ 16.30–18.30 น.

7. การเปรียบเทียบความต้องการบริการการออกกำลังกายรวมทั้ง 5 ด้าน คือ สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก กิจกรรมการออกกำลังกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกาย

บุคลากรผู้ให้บริการ และวิชาการของบุคลากรของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ระหว่างบุคลากรชายกับหญิง ปรากฏว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

8. การเปรียบเทียบความต้องการบริการการออกกำลังกายรวมทั้ง 5 ด้าน คือ สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก กิจกรรมการออกกำลังกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกาย บุคลากรผู้ให้บริการและวิชาการของบุคลากรของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ระหว่างบุคลากรที่เป็นโสดกับสมรส ปรากฏว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

9. การเปรียบเทียบความต้องการบริการการออกกำลังกายรวมทั้ง 5 ด้าน คือสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก กิจกรรมการออกกำลังกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกาย บุคลากรผู้ให้บริการ และวิชาการของบุคลากรของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร จำแนกตามอายุ ปรากฏว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนำมาทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ พบว่า บุคลากรที่มีอายุระหว่าง 51 – 60 ปี มีความแตกต่างกับ บุคลากรที่มีอายุระหว่าง 41 – 50 ปี 31 – 40 ปี และ 21 – 30 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 พบว่า บุคลากรที่มีอายุระหว่าง 41 – 50 ปี มีความแตกต่างกับบุคลากรที่มีอายุระหว่าง 31 – 40 ปี และ 21 – 30 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

10. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ควรมีหน่วยงานใหม่ขึ้นมารับผิดชอบ การจัดการและการให้บริการการออกกำลังกาย โดยหน่วยงานใหม่นี้จะเปิดรับบุคลากรให้เป็นสมาชิกและเก็บเงินจากสมาชิกด้วย นอกจากนั้นต้องมีหน้าที่ดูแลรักษาสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวกและควรจะต้องมีครูฝึกที่เชี่ยวชาญเพื่อที่จะได้คอยให้คำแนะนำและ ช่วยเหลือการออกกำลังกายของสมาชิก

กรณีการ โพธิ์ (2540 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ความต้องการใช้สถาน บริการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอเมืองเชียงใหม่ การศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความต้องการในการใช้สถานบริการออกกำลังกายของประชาชนในวัยเด็ก วัยแรงงาน และวัยสูงอายุ ในเขตอำเภอเมืองเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นประชาชนในเขต เทศบาลนครเชียงใหม่ จำนวน 671 คน แยกเป็นประชาชนในวัยเด็ก 253 คน วัยแรงงาน 286 คน และวัยสูงอายุ 132 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปเอสพีเอสเอสพีซีพี (SPSS/PC*) ผลการวิจัยพบว่ากลุ่ม ตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยส่วนใหญ่เป็นประชาชนในวัยแรงงาน รองลงมา คือ วัยเด็กและวัยสูงอายุ ส่วนใหญ่เป็นชาย รายได้ส่วนใหญ่ต่ำกว่า 5,000 บาท มีระดับการศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในระดับ ปริญญาตรีและเกือบทุกคนมีการออกกำลังกาย ด้านความต้องการใช้สถานบริการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดต้องการให้สถานที่ออกกำลังกายสามารถใช้ได้ทุกวัยสูงสุด และต้องการ สถานที่ออกกำลังกายที่ใช้เฉพาะกลางคืนต่ำสุด กิจกรรมในการออกกำลังกายที่ต้องการสูงสุด คือ เทนนิส และต่ำสุด คือ สควอช สถานที่ตั้งที่ต้องการสูงสุด คือ มีไม้ดอกไม้ประดับสวยงาม

และต่ำสุด คือ สถานที่ตั้งอยู่ในบริเวณโรงแรม สำหรับการส่งเสริมสถานออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดเห็นว่าควรส่งเสริมให้มีอุปกรณ์ที่ทันสมัยและเพียงพอกับผู้ใช้บริการสูงสุด และต่ำสุด คือ การมีพนักงานขายที่ให้รายละเอียดชัดเจน การเสียค่าบริการ กลุ่มตัวอย่างมีความเห็นว่าควรมีการเสียเป็นรายครั้ง และรายเดือนเป็นส่วนใหญ่ โดยเสียเป็นรายครั้งไม่ควรเกิน 50 บาท และเสียเป็นรายเดือนส่วนใหญ่เห็นว่าควรเสียค่าบริการ 300 – 700 บาท ในการเปรียบเทียบความแตกต่างในความต้องการเกี่ยวกับสถานที่ออกกำลังกายไม่ว่าจะเป็นเรื่องรูปแบบการให้บริการ กิจกรรมในการออกกำลังกาย สถานที่ตั้ง และการส่งเสริมสถานออกกำลังกายของประชาชนวัยเด็ก วัยแรงงานและวัยสูงอายุอาจมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สายนัด จันบำรุง (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาวิจัย เรื่องความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า และเปรียบเทียบความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการกับลูกจ้างในโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า กลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้มีจำนวน 3,780 คน โดยแยกเป็นข้าราชการ 2,275 คน และลูกจ้างจำนวน 1,505 คน ผู้วิจัยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบง่ายได้กลุ่มตัวอย่าง 350 คน แยกเป็นข้าราชการ 200 คน และลูกจ้าง 150 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยสามารถรวบรวมแบบสอบถามได้กลับคืนมา 350 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติ โดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าที (t-test) ผลการวิจัย พบว่า

1. บุคลากรโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า มีความต้องการการออกกำลังกายอยู่ในระดับน้อย
2. ข้าราชการและลูกจ้างโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า มีความต้องการการออกกำลังกายโดยรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ปรานม รอดทัศน (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ความต้องการบริการการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรและนักศึกษามหาวิทยาลัยรังสิต การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาความต้องการบริการการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรและนักศึกษามหาวิทยาลัยรังสิต ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามที่สร้างขึ้นเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบง่ายจำนวน 2,855 คน ได้รับข้อมูลกลับคืนมา 2,678 ชุด เป็นบุคลากร 565 คน นักศึกษา 2,203 คน คิดเป็นร้อยละ 97 จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติ โดยการหาค่าร้อยละ มัชฌิมเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบความแตกต่างโดยใช้ค่าที (t-test) ที่ระดับความมีนัยสำคัญที่ .05 ผลการวิจัยพบว่าบุคลากรและนักศึกษามหาวิทยาลัยรังสิต มีความต้องการบริการการออกกำลังกายในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก มีความต้องการสนาม อุปกรณ์การออกกำลังกายและอุปกรณ์กีฬาต่าง ๆ ที่มีคุณภาพได้มาตรฐาน ควรมีจุดบริการน้ำดื่มที่ถูกสุขลักษณะภายในบริเวณสถานที่ออกกำลังกายมากที่สุด
2. ด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย ต้องการออกกำลังกายในกิจกรรมมากตามลำดับ ได้แก่ กิจกรรมประเภทฟุตบอล แบดมินตัน บาสเกตบอล วอลเลย์บอล วายน้ำ เทนนิส เทเบิล-เทนนิส ศิลปะป้องกันตัว ตะกร้อ เดินวิ่งเพื่อสุขภาพและการเดินแอโรบิก
3. ด้านการทดสอบสมรรถภาพ ต้องการอุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบสมรรถภาพทางกายที่ได้มาตรฐานและต้องการให้มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักกีฬายู่เป็นประจำ
4. ด้านบุคลากร ต้องการบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ดีมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ
5. ด้านวิชาการ ต้องการหนังสือ ตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกได้ศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมอยู่เสมอโดยทั่วถึงกัน
6. ด้านรูปแบบของกิจกรรม ต้องการให้มีการจัดการแข่งขันกิจกรรมกีฬาย่อย ๆ
7. การเปรียบเทียบความต้องการบริการการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพระหว่างบุคลากรกับนักศึกษา และระหว่างเพศชายกับเพศหญิง ปรากฏว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สังวร เพ็ญสวัสดิ์ (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรกรมการคำต่างประเทศ กระทรวงพาณิชย์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรกรมการคำต่างประเทศ และเพื่อเปรียบเทียบความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรเพศชายและเพศหญิง กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย จำนวน 300 คน จากประชากรทั้งสิ้น 864 คน ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล นำข้อมูลที่ได้กลับคืนมา 295 ชุด คิดเป็นร้อยละ 98.33 นำมาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป สำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์ (SPSS/PC*) หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าที (t-test) ผลการศึกษาพบว่า ความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรกรมการคำต่างประเทศ อยู่ในระดับมากและความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรชายและหญิงไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่เมื่อพิจารณาในแต่ละด้านปรากฏว่า มีความต้องการในด้านบุคลากร ผู้ให้บริการแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สายันท์ สุขยิ่ง (2543 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ความต้องการการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายของครูและเจ้าหน้าที่โรงเรียนในเครือมูลนิธิคณะเซนต์คาเบรียลแห่งประเทศไทย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความต้องการการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายของครูและเจ้าหน้าที่โรงเรียนในเครือมูลนิธิคณะเซนต์คาเบรียลแห่งประเทศไทย และเปรียบเทียบความต้องการการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายของครูและเจ้าหน้าที่ โรงเรียนในเครือมูลนิธิ

คณะเซนต์คาเบรียลแห่งประเทศไทย ประชากรและกลุ่มตัวอย่างเป็นครูและเจ้าหน้าที่โรงเรียนในเครือมูลนิธิเซนต์คาเบรียลแห่งประเทศไทย ผู้วิจัยได้ส่งแบบสอบถามถึงกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 648 ฉบับ ได้รับแบบสอบถามคืน 600 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 92.59 การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์ (SPSS/PC*) วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบความคิดเห็นระหว่างกลุ่มโดยการทดสอบค่าที (t-test) ผลการวิจัยพบว่าครูและเจ้าหน้าที่โรงเรียนในเครือมูลนิธิเซนต์คาเบรียลแห่งประเทศไทย มีความต้องการการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายของครูและเจ้าหน้าที่โรงเรียนในเครือมูลนิธิเซนต์คาเบรียลแห่งประเทศไทย อยู่ในระดับมากและความต้องการการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายของครูกับเจ้าหน้าที่โรงเรียน ในเครือมูลนิธิเซนต์คาเบรียลแห่งประเทศไทย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุเทพ เขียวคราม (2546 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่องความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตเทคนิคกรุงเทพฯ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตเทคนิคกรุงเทพฯ กลุ่มตัวอย่างเป็นบุคลากรภายในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตเทคนิคกรุงเทพฯ จำนวน 245 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเชื่อมั่น .91 การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติร้อยละ ผลการศึกษพบว่า

1. ความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรในด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกที่มีความต้องการในระดับมากที่สุด คือ สถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง มีไฟฟ้าสำหรับออกกำลังกายกลางแจ้ง มีน้ำดื่มและมีอุปกรณ์กีฬาที่ได้มาตรฐานและมั่นคงแข็งแรง
2. ความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรในด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายและกีฬาที่มีความต้องการในระดับมากที่สุด คือ การเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพและการบริหารกายด้วยอุปกรณ์และเครื่องมือบริหารกาย
3. ความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรในด้านวันและเวลาที่ต้องการการออกกำลังกาย ที่มีความต้องการในระดับมากที่สุด วันเสาร์ อาทิตย์ เวลา 06.00–08.00 น. และเวลา 16.00–18.00 น.
4. ความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรในด้านบุคลากร ที่มีความต้องการในระดับมากที่สุด คือ มีบุคลากรให้คำแนะนำในการออกกำลังกายและบุคลากรมีความรู้ ความสามารถตรงกับประเภทของการออกกำลังกาย
5. ความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรในการจัดการ ที่มีความต้องการในระดับมากที่สุด คือ สามารถติดต่อเจ้าหน้าที่ของสถานที่ออกกำลังกายได้สะดวก มีผู้ดูแลรักษาความสะอาดและรักษาความปลอดภัยประจำสถานที่ออกกำลังกาย

จากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศ พอสรุปได้ว่า ความต้องการการออกกำลังกายของประชาชนโดยส่วนมากแล้ว มีความต้องการมากแต่กิจกรรมที่ใช้ในการออกกำลังกายนั้นเป็นไปตามสภาพของหน่วยงาน เพศ และวัยของกลุ่มตัวอย่างประโยชน์ที่ได้รับจากการออกกำลังกาย ก็คือ สุขภาพของร่างกายดีขึ้น อวัยวะทุกส่วนของร่างกายทำงานมีประสิทธิภาพมากขึ้น อารมณ์แจ่มใส เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้สังคมพัฒนาไปสู่สังคมไทยที่พึงประสงค์

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรเป็นนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 3 ปีการศึกษา 2546 ที่ จำนวน 7 โรงเรียน 1 วิทยาลัย รวมทั้งสิ้น 2,668 คน เป็นชาย 1,243 คน เป็นหญิง 1,425 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 3 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 384 คน จาก 7 โรงเรียน 1 วิทยาลัย การประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ตารางสำเร็จรูปของเกรจซีและมอร์แกน (Krejcie and Morgan) และได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

ตาราง 1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

โรงเรียน	ประชากร			กลุ่มตัวอย่าง		
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
โรงเรียนวานิชพัฒนชยการ	60	156	216	24	24	48
โรงเรียนเทคนิคสัจจวัฒน์	122	49	171	24	24	48
โรงเรียนพัฒนชยการบางบัวทอง	45	51	96	24	24	48
โรงเรียนดุสิตพัฒนชยการ (นนทบุรี)	81	307	388	24	24	48
โรงเรียนสตรีพัฒนชยการ	47	176	233	24	24	48
โรงเรียนกรุงเทพเทคนิคนนท์	230	49	279	24	24	48
โรงเรียนพงษ์สวัสดิ์พัฒนชยการ	200	350	550	24	24	48
วิทยาลัยการอาชีพไทรน้อย	458	287	745	24	24	48
รวม	1,243	1,425	2,668	192	192	384

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลของการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถาม (Questionnaires) เพื่อศึกษาระดับสภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ที่สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน และสังกัด

กรมอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดนนทบุรี ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้น แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยมีลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามตรวจสอบคำตอบ (Check List)

ตอนที่ 2 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ในจังหวัดนนทบุรี โดยเป็นแบบสอบถามปลายปิด (Close - Ended Questionnaires) มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด โดยศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้อง 4 ด้าน ดังนี้คือ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะอื่น ๆ มีลักษณะเป็นปลายเปิด (Open - Ended Questionnaires)

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

การวิจัยครั้งนี้ใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยเป็นผู้สร้างขึ้นเอง โดยผ่านผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเรียบร้อยแล้ว เป็นเครื่องมือสำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้า ตำรา เอกสาร วารสาร บทความและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการออกกำลังกาย
2. เก็บรวบรวมปัญหาความรู้ ความคิดจากการศึกษาข้างต้นมาสร้างแบบสอบถามให้ครอบคลุมด้านต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน
3. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปปรึกษาประธานและกรรมการควบคุม เพื่อขอคำแนะนำและแก้ไขปรับปรุง
4. นำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน (รายละเอียดอยู่ในภาคผนวก) ตรวจสอบและแก้ไขปรับปรุงแบบสอบถาม เพื่อให้มีความเที่ยงตรง (Validity) ตามเนื้อหา
5. นำแบบสอบถามที่ผู้เชี่ยวชาญแก้ไขปรับปรุงเรียบร้อยแล้ว ไปให้ประธานและกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ตรวจสอบอีกครั้ง เพื่อพิจารณาความถูกต้องของแบบสอบถาม
6. นำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขสมบูรณ์ดีแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียนอาชีวศึกษา โรงเรียนพระรามหกเทคโนโลยี ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน เพื่อหาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามโดยใช้วิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach. 1970 : 126) ได้ค่าความเชื่อมั่น .87
7. นำแบบสอบถามไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไปติดต่อกับผู้เชี่ยวชาญ เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการตรวจพิจารณาแบบสอบถาม
2. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อติดต่อกับผู้อำนวยการ อาจารย์ใหญ่โรงเรียนอาชีวศึกษาทั้ง 7 โรงเรียน และ 1 วิทยาลัย เพื่อขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูล โดยไปส่งและรับกลับด้วยตนเอง

วิธีจัดการกับข้อมูล

1. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 1 มาวิเคราะห์โดยวิธีแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละแล้วนำมาเสนอในรูปของตารางและความเรียง
2. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 2 มาวิเคราะห์แต่ละข้อในแต่ละด้าน โดยวิธีแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปของตารางและความเรียง
3. นำข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 3 มาสรุปแล้วนำเสนอในรูปของความเรียง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆ แทนความหมายดังต่อไปนี้

N แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

f แทน จำนวนความถี่

% แทน ร้อยละ

การวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากการตรวจสอบแบบสอบถามที่ได้รับกลับคืนมาทั้งหมด พบว่า ได้รับกลับคืนมาเป็นจำนวน 384 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100.00 จากนั้นผู้วิจัยได้รวบรวมแบบสอบถามทั้งหมดนำไปวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับสภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546 โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปของตารางประกอบความเรียง ประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่

- ด้านบุคลากรผู้ให้บริการการออกกำลังกาย
- ด้านวิชาการออกกำลังกาย
- ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย
- ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อเสนอแนะอื่นๆ โดยนำเสนอในรูปของความเรียง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยแจกแจงความถี่และค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตาราง 2 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	192	50.00
หญิง	192	50.00
ระดับการศึกษา		
ประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1	64	33.33
ประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2	64	33.33
ประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3	64	33.33

จากตาราง 2 แสดงให้เห็นว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศชาย จำนวน 192 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 และเป็นเพศหญิง จำนวน 192 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 ระดับการศึกษาเป็นนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ 1 จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 33.33 นักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ 2 จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 33.33 และนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ 3 จำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 33.33

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับสภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียน อาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546 โดยการแจกแจง ความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปของตารางประกอบความเรียง

ตาราง 3 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย

ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย (N = 192)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ	f	184	8	111	59	19	3	0
	%	95.83	4.17	57.81	30.73	9.90	1.56	0
2. บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา	f	184	8	128	53	11	0	0
	%	95.83	4.17	66.67	27.60	5.73	0	0
3. บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬาบ้าง มาก่อน	f	145	47	111	68	12	1	0
	%	75.52	24.48	57.81	35.42	6.25	0.52	0
4. บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม	f	128	64	123	52	17	0	0
	%	66.67	33.33	64.06	27.08	8.85	0	0
5. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อยและมีกริยาวางจากสภาพ	f	147	45	74	99	14	5	0
	%	76.56	23.44	38.54	51.56	7.29	2.60	0
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ	f	115	77	74	86	21	11	0
	%	59.90	40.10	38.54	44.79	10.94	5.73	0
7. บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	f	148	44	126	49	17	0	0
	%	77.08	22.92	65.63	25.52	8.85	0	0
8. มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก	f	120	72	59	91	33	9	0
	%	62.50	37.50	30.73	47.40	17.19	4.69	0

ตาราง 3 (ต่อ)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วง บริการ	f	92	100	63	90	32	7	0
	%	47.92	52.08	32.81	46.88	16.67	3.65	0
10. มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยใน บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	f	84	108	70	91	23	8	0
	%	43.75	56.25	36.46	47.40	11.98	4.17	0
รวม	f	1347	573	939	738	199	44	0
	%	70.15	29.85	48.91	38.44	10.36	2.29	0

จากตาราง 3 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คือ ส่วนใหญ่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 70.15 และไม่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 29.85

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ ข้อ 2 บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ข้อ 3 บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้น ๆ มาก่อน ข้อ 4 บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม และ ข้อ 7 บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี คิดเป็นร้อยละ 57.81 , 66.67 , 57.81 , 64.06 และ 65.63 ตามลำดับ และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 5 บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกริยาวาจาสุภาพ ข้อ 6 บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อ 8 มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อ 9 มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และข้อ 10 มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 51.56 , 44.79 , 47.40 , 46.88 และ 47.40 ตามลำดับ

ตาราง 4 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาชาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย (N = 192)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกกันคว่าเพิ่มเติม	f	115	77	52	104	34	2	0
	%	59.90	40.10	27.08	54.17	17.71	1.04	0
2. มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย	f	88	104	39	105	44	4	0
	%	45.83	54.17	20.31	54.69	22.92	2.08	0
3. เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ	f	68	124	54	101	33	4	0
	%	35.42	64.58	28.13	52.60	17.19	2.08	0
4. จัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง	f	76	116	67	84	32	9	0
	%	39.58	60.42	34.90	43.75	16.67	4.69	0
5. มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น	f	56	136	28	87	60	12	5
	%	29.17	70.83	14.58	45.31	31.25	6.25	2.60
6. จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกาย อย่างมีประสิทธิภาพ	f	96	96	70	72	40	10	0
	%	50.00	50.00	36.46	37.50	20.83	5.21	0
7. มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น	f	81	111	58	87	32	12	3
	%	42.19	57.81	30.21	45.31	16.67	6.25	1.56

ตาราง 4 (ต่อ)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
8. จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	f	99	93	59	94	26	13	0
	%	51.56	48.44	30.73	48.96	13.54	6.77	0
รวม	f	679	857	427	734	301	66	8
	%	44.21	55.79	27.80	47.79	19.60	4.30	0.52

จากตาราง 4 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกายส่วนใหญ่ไม่มีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 55.79 และมีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 44.21

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 1 มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อ 2 มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ข้อ 3 เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อ 4 จัดชมภาพยนตร์หรือเทปโทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง ข้อ 5 มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น ข้อ 6 จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อ 7 มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น และข้อ 8 จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 54.17 , 54.69 , 52.60 , 43.75 , 45.31 , 37.50 , 45.31 และ 48.96 ตามลำดับ

ตาราง 5 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาชาย

ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
ในการออกกำลังกาย (N = 192)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีสถานที่ออกกำลังกายภายในรั้ว	f	166	26	163	29	0	0	0
	%	86.46	13.54	84.90	15.10	0	0	0
2. มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	192	0	144	40	8	0	0
	%	100.0	0	75.00	20.83	4.17	0	0
3. มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	120	72	121	63	8	0	0
	%	37.50	62.50	63.02	32.81	4.17	0	0
4. สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก	f	127	65	90	64	38	0	0
	%	66.15	33.85	46.88	33.33	19.79	0	0
5. มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ	f	117	75	98	62	32	0	0
	%	60.94	39.06	51.04	32.29	16.67	0	0
6. สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก	f	116	76	69	90	25	8	0
	%	60.42	39.58	35.94	46.88	13.02	4.17	0
7. มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการอย่างเพียงพอ	f	105	87	74	82	25	11	0
	%	54.69	45.31	38.54	42.71	13.02	5.73	0
8. มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย	f	102	90	69	76	44	3	0
	%	53.12	46.88	35.94	39.58	22.92	1.56	0
9. มีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย	f	90	102	55	97	34	6	0
	%	46.88	53.12	28.65	50.52	17.71	3.13	0
10. อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ	f	132	60	157	34	1	0	0
	%	68.75	31.25	81.77	17.71	0.52	0	0

ตาราง 5 (ต่อ)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
11. สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี	f	127	65	110	51	28	3	0
	%	66.15	33.85	57.29	26.56	14.58	1.56	0
12. บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ	f	115	77	70	74	34	14	0
	%	59.90	40.10	36.46	38.54	17.71	7.29	0
รวม	f	1509	795	1220	762	277	45	0
	%	68.49	34.51	52.95	33.07	12.02	1.95	0

จากตาราง 5 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ส่วนใหญ่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 68.49 และไม่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 34.51

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกายอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม ข้อ 2 มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 3 มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 4 สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อ 5 มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้อ 10 อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ และข้อ 11 สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี คิดเป็นร้อยละ 84.90 , 75.00 , 63.02 , 46.88 , 51.04 , 81.77 และ 57.29 และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 6 สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก ข้อ 7 มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการอย่างเพียงพอ ข้อ 8 มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ข้อ 9 มีบริการจำหน่ายอาหารเครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย และข้อ 12 บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 46.88 , 42.71 , 39.58 , 50.52 และ 38.54 ตามลำดับ

ตาราง 6 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาชาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย
(N = 192)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. กายบริหาร	f	74	118	53	115	19	5	0
	%	38.54	61.46	27.60	59.90	9.90	2.60	0
2. กิจกรรมเข้าจังหวะ	f	83	109	73	95	21	3	0
	%	43.23	56.77	38.02	49.48	10.94	1.56	0
3. เทนนิส	f	30	152	102	72	16	2	0
	%	15.63	79.17	53.13	37.50	8.33	1.04	0
4. เทเบิลเทนนิส	f	115	77	121	49	19	3	0
	%	59.90	40.10	63.02	25.52	9.90	1.56	0
5. แบดมินตัน	f	122	70	123	50	19	0	0
	%	63.54	36.46	64.06	26.04	9.90	0	0
6. เปตอง	f	86	106	98	76	12	6	0
	%	44.79	55.21	51.04	39.58	6.25	3.13	0
7. มวยสากล	f	45	147	67	79	34	12	0
	%	23.44	76.56	34.90	41.15	17.71	6.25	0
8. บาสเกตบอล	f	169	33	95	58	28	11	0
	%	88.02	17.18	49.48	30.21	14.58	5.73	0
9. วอลเลย์บอล	f	163	29	110	51	21	10	0
	%	84.90	15.10	57.29	26.56	10.94	5.21	0
10. เซปักตะกร้อ	f	134	58	143	37	12	0	0
	%	69.79	30.21	74.48	19.27	6.25	0	0
11. กรีฑา	f	159	43	82	57	36	17	0
	%	82.81	22.40	42.71	29.69	18.75	8.85	0

ตาราง 6 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
12. ตะกร้อวง	f	159	43	82	57	36	17	0
	%	82.81	22.40	42.71	26.69	18.75	8.85	0
13. ว่ายน้ำ	f	0	192	69	56	39	27	1
	%	0	100.0	35.94	29.17	20.31	14.06	0.52
14. แฮร์บอล	f	68	124	33	73	66	16	4
	%	35.42	64.58	17.19	38.02	34.38	8.33	2.08
15. แอนด์บอล	f	57	135	45	63	67	13	4
	%	29.69	70.31	23.44	32.81	34.90	6.77	2.08
16. ซอฟท์บอล	f	24	168	25	49	83	23	12
	%	12.50	87.50	13.02	25.52	43.23	11.98	6.25
17. ฟุตบอล	f	169	23	155	28	8	1	0
	%	88.02	11.98	80.73	14.58	4.17	0.52	0
18. รักบี้ฟุตบอล	f	34	158	36	55	73	20	8
	%	17.71	82.29	18.75	28.65	38.02	10.42	4.17
19. ฮอกกี้	f	15	177	45	66	67	8	6
	%	7.81	92.19	23.44	34.38	34.90	4.17	3.13
20. ยิมนาสติก	f	64	128	70	73	35	10	4
	%	33.33	66.67	36.46	38.02	18.23	5.21	2.08
21. ลีลาศ	f	91	101	79	59	42	12	0
	%	47.40	52.60	41.15	30.73	21.88	6.25	0
22. ยูโด	f	30	162	46	78	45	13	10
	%	15.63	84.38	23.96	40.63	23.44	6.77	5.21

ตาราง 6 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย	สภาพ		ระดับความต้องการ					
	มี	ไม่มี	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
23.วิ่งเพื่อสุขภาพ	f 94	98	70	88	29	5	0	
	% 48.96	51.04	36.46	45.83	15.10	2.60	0	
24.ยกน้ำหนัก	f 38	154	25	52	85	21	9	
	% 19.79	80.21	13.02	27.08	44.27	10.94	4.69	
25.แอโรบิคแดนซ์	f 112	80	118	57	15	2	0	
	% 58.33	41.67	61.46	29.69	7.81	1.04	0	
รวม	f 2038	2772	1954	1618	918	252	58	
	% 42.25	57.75	40.71	33.71	19.13	5.25	1.21	

จากตาราง 6 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คือส่วนใหญ่ไม่มีประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 57.75 และมีประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 42.25

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรมการออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ ฟุตบอล รองลงมา เซปักตะกร้อ และแบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 80.73 , 74.48 และ 64.06 ตามลำดับ

ตาราง 7 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย
(N = 192)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ	f	186	6	109	54	25	4	0
	%	96.88	3.13	56.77	28.13	13.02	2.08	0
2. บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา	f	191	1	125	46	21	0	0
	%	99.48	0.52	65.10	23.96	10.94	0	0
3. บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬาอื่นๆ มาก่อน	f	130	62	104	59	29	0	0
	%	67.71	32.29	54.17	30.73	15.10	0	0
4. บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม	f	112	80	126	42	24	0	0
	%	58.33	41.67	65.63	21.88	12.50	0	0
5. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกริยาวาจาสุภาพ	f	123	69	79	65	29	19	0
	%	64.06	35.94	41.15	33.85	15.10	9.90	0
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ	f	111	81	114	62	16	0	0
	%	57.81	42.19	59.38	32.29	8.33	0	0
7. บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	f	155	37	143	34	15	0	0
	%	80.73	19.27	74.48	17.71	7.81	0	0
8. มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก	f	119	73	81	58	43	10	0
	%	61.98	38.02	42.19	30.21	22.40	5.21	0
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ	f	96	96	97	74	21	0	0
	%	50.00	50.00	50.52	38.54	10.94	0	0
10. มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	f	84	108	83	61	41	7	0
	%	43.75	56.25	43.23	31.77	21.35	3.65	0

ตาราง 7 (ต่อ)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
รวม	f	1307	613	1061	555	264	40	0
	%	68.07	31.93	55.26	28.91	13.75	2.08	0

จากตาราง 7 แสดงให้เห็นว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกายคือส่วนใหญ่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 65.49 และไม่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 34.51

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกายอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ ข้อ 2 บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ข้อ 3 บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆ มาก่อน ข้อ 4 บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม ข้อ 5 บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อยและมีกริยาวางสสุขภาพ ข้อ 6 บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อ 7 บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ข้อ 8 มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อ 9 มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และข้อ 10 มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 56.77 , 65.10 , 54.17 , 65.63 , 41.15 , 59.38 , 74.48 , 42.19 , 50.52 และ 43.23 ตามลำดับ

ตาราง 8 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย (N = 192)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก ปานกลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
1. มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือ เกี่ยวกับหลักการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกกันควา เพิ่มเติม	f	100	92	81	99	7	5	0
	%	52.08	47.92	42.19	51.56	3.65	2.60	0
2. มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทาง การออกกำลังกาย	f	81	111	54	86	42	10	0
	%	42.19	57.81	28.13	44.79	21.88	5.21	0
3. เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตใน หลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มี ความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ	f	48	144	64	85	33	10	0
	%	25.00	75.00	33.33	44.27	17.19	5.21	0
4. จัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง	f	58	134	65	74	42	11	0
	%	30.21	69.79	33.85	38.54	21.88	5.73	0
5. มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการ เกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อ สุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ให้บริการ ได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น	f	37	155	33	87	47	23	2
	%	19.27	80.73	17.19	45.31	24.48	11.98	1.04
6. จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจ ในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่ง ต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกาย อย่างมีประสิทธิภาพ	f	84	108	105	67	15	5	0
	%	43.75	56.25	54.69	34.90	7.81	2.60	0
7. มีการประเมินผลการออกกำลังกาย ของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้ หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น	f	55	137	91	46	49	6	0
	%	28.65	71.35	47.40	23.96	25.52	3.13	0

ตาราง 8 (ต่อ)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
8. จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	f	75	117	74	79	27	12	0
	%	39.06	60.94	38.54	41.15	14.06	6.25	0
รวม	f	538	998	567	623	262	82	2
	%	35.03	64.97	36.91	40.56	17.06	5.34	0.13

จากตาราง 8 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่ไม่มีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 64.97 และมีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 35.03

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกายอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 6 จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อ 7 มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น คิดเป็นร้อยละ 54.69 และ 47.40 ตามลำดับ ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 1 มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อ 2 มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ข้อ 3 เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อ 4 จัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง ข้อ 5 มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น และข้อ 8 จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 51.56 , 44.79 , 44.27 , 38.54 , 45.31 และ 41.15 ตามลำดับ

ตาราง 9 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
ในการออกกำลังกาย (N = 192)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม	f	158	34	164	28	0	0	0
	%	82.29	17.71	85.42	14.58	0	0	0
2. มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	185	7	123	54	15	0	0
	%	96.35	3.65	64.06	28.13	7.81	0	0
3. มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	109	83	131	50	11	0	0
	%	56.77	43.23	68.23	26.04	5.73	0	0
4. สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก	f	110	82	97	64	27	4	0
	%	57.29	42.71	50.52	33.33	14.06	2.08	0
5. มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ	f	103	89	140	35	17	0	0
	%	53.65	46.35	72.92	18.23	8.85	0	0
6. สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก	f	92	100	100	75	13	4	0
	%	47.92	52.08	52.08	39.06	6.77	2.08	0
7. มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการอย่างเพียงพอ	f	76	116	144	44	4	0	0
	%	39.58	60.42	75.00	22.92	2.08	0	0
8. มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย	f	72	120	88	65	27	12	0
	%	37.50	62.50	45.83	33.85	14.06	6.25	0
9. มีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย	f	84	108	94	71	21	5	1
	%	43.75	56.25	48.96	36.98	10.94	2.60	0.52
10. อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ	f	119	73	133	46	12	1	0
	%	61.98	38.02	69.27	23.96	6.25	0.52	0

ตาราง 9 (ต่อ)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
11. สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี	f	123	69	111	61	14	6	0
	%	64.06	35.94	57.81	31.77	7.29	3.13	0
12. บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ	f	97	95	95	57	27	13	0
	%	50.52	49.48	49.48	29.69	14.06	6.77	0
รวม	f	1328	976	1420	650	188	45	1
	%	57.64	42.36	62.63	28.21	8.16	1.95	0.04

จากตาราง 9 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คือส่วนใหญ่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 57.64 และไม่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 42.36

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกายอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม ข้อ 2 มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 3 มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 4 สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อ 5 มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้อ 6 สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก ข้อ 7 มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการอย่างเพียงพอ ข้อ 8 มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ข้อ 9 มีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย ข้อ 10 อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ ข้อสถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี และข้อบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 85.42 , 64.06 , 68.23 , 50.52 , 72.92 , 52.08 , 75.00 , 45.83 , 48.96 , 62.27 , 57.81 และ 49.48 ตามลำดับ

ตาราง 10 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย
(N = 192)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย	สภาพ		ระดับความต้องการ					
	มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
1. กายบริหาร	f 77	115	91	64	18	12	7	
	% 40.10	59.90	47.40	33.33	9.38	6.25	3.65	
2. กิจกรรมเข้าจังหวะ	f 79	113	103	70	14	5	0	
	% 41.15	58.85	53.65	36.46	7.29	2.60	0	
3. เทนนิส	f 39	153	96	58	25	10	3	
	% 20.31	79.69	50.00	30.21	13.02	5.21	1.56	
4. เทเบิลเทนนิส	f 98	94	102	55	26	9	0	
	% 51.04	48.96	53.13	28.65	13.54	4.69	00	
5. แบดมินตัน	f 103	89	116	48	22	6	0	
	% 53.65	46.35	60.42	25.00	11.46	3.13	0	
6. เปตอง	f 78	114	63	68	38	13	10	
	% 40.63	59.38	32.81	35.42	19.79	6.77	5.21	
7. มวยสากล	f 25	167	0	8	21	50	113	
	% 13.02	86.98	0	4.17	10.94	26.04	58.85	
8. บาสเกตบอล	f 158	34	67	66	35	18	6	
	% 82.29	17.71	34.90	34.38	18.23	9.38	3.13	
9. วอลเลย์บอล	f 166	26	91	53	31	15	2	
	% 86.46	13.54	47.40	27.60	16.15	7.81	1.04	
10. เซปักตะกร้อ	f 105	87	2	10	32	53	95	
	% 54.69	45.31	1.04	5.21	16.67	27.60	49.48	
11. กีฬา	f 138	54	26	46	62	38	20	
	% 71.88	28.12	13.54	23.96	32.29	19.79	10.42	

ตาราง 10 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
12. ตะกร้อ	f	51	141	1	13	33	56	89
	%	26.56	73.44	0.52	6.77	17.19	29.17	46.35
13. ว่ายน้ำ	f	0	192	129	38	21	4	0
	%	0	100.0	67.19	19.79	10.94	2.08	0
14. แฮนด์บอล	f	76	116	77	64	39	12	0
	%	39.58	60.42	40.10	33.33	20.31	6.25	0
15. แอนด์บอล	f	56	136	52	67	55	12	6
	%	29.17	70.83	27.08	34.90	28.65	6.25	3.13
16. ซอฟท์บอล	f	13	179	19	28	73	44	28
	%	6.77	93.23	9.90	14.58	38.02	22.92	14.58
17. ฟุตบอล	f	156	36	24	30	42	78	18
	%	81.25	18.75	12.50	15.63	21.88	40.63	9.38
18. รักบี้ฟุตบอล	f	22	170	0	10	24	42	116
	%	11.46	88.54	0	5.21	12.50	21.88	60.42
19. ฮอกกี้	f	12	180	22	34	69	42	25
	%	6.25	93.75	11.46	17.71	35.94	21.88	13.02
20. ยิมนาสติก	f	43	149	56	92	33	8	3
	%	22.40	77.60	29.17	47.92	17.19	4.17	1.56
21. สี่ลาค	f	94	98	114	47	19	11	1
	%	48.96	51.04	59.38	24.48	9.90	5.73	0.52
22. ยูโด	f	38	154	10	23	51	93	15
	%	19.79	80.21	5.21	11.98	26.56	48.44	7.81

ตาราง 10 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
23. วิ่งเพื่อสุขภาพ	f	111	81	43	75	51	21	2
	%	57.81	42.19	22.40	39.06	26.56	10.94	1.04
24. ยกน้ำหนัก	f	40	152	0	5	39	67	81
	%	20.83	79.17	0	2.60	20.31	34.90	42.19
25. แอโรบิคแดนซ์	f	105	87	138	34	18	2	0
	%	54.69	45.31	71.88	17.71	9.38	1.04	0
รวม	f	1883	2917	1442	1106	891	721	640
	%	39.23	60.77	30.04	23.04	18.56	15.02	13.33

จากตาราง 10 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คือส่วนใหญ่ไม่มีประเภทกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 60.77 และมีประเภทกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 39.23

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรมการออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ แอโรบิคแดนซ์ รองลงมา วายน้ำ และแบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 71.88 , 67.19 และ 60.42 ตามลำดับ

ตาราง 11 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาชาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 (N = 64)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ	f 64	0	39	17	8	0	0	0
	% 100.0	0	60.94	26.56	12.50	0	0	0
2. บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา	f 64	0	40	21	3	0	0	0
	% 100.0	0	62.50	32.81	4.69	0	0	0
3. บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬาอื่นๆ มาก่อน	f 48	16	34	25	5	0	0	0
	% 75.00	25.00	53.13	39.06	7.81	0	0	0
4. บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม	f 43	21	43	18	3	0	0	0
	% 67.19	32.81	67.19	28.13	4.69	0	0	0
5. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกริยาวาจาสุภาพ	f 46	18	20	37	7	0	0	0
	% 71.88	28.13	31.25	57.81	10.94	0	0	0
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ	f 40	24	24	30	8	2	0	0
	% 62.50	37.50	37.50	48.88	12.50	3.13	0	0
7. บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	f 51	13	41	14	9	0	0	0
	% 79.69	20.31	64.06	21.88	14.06	0	0	0
8. มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก	f 48	16	17	32	12	3	0	0
	% 75.00	25.00	26.56	50.00	18.75	4.69	0	0
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ	f 38	26	17	33	10	4	0	0
	% 59.38	40.63	26.56	51.56	15.63	6.25	0	0
10. มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	f 36	28	20	37	7	0	0	0
	% 56.25	43.75	31.25	57.81	10.94	0	0	0

ตาราง 11 (ต่อ)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย	สภาพ		ระดับความต้องการ				
	มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
รวม	f 478	162	295	264	72	9	0
	% 74.69	25.31	46.09	41.25	11.25	1.41	0

จากตาราง 11 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 74.69 และไม่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 25.31

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ ข้อ 2 บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ข้อ 3 บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆมาก่อน ข้อ 4 บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม และข้อ 7 บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี คิดเป็นร้อยละ 60.94, 62.50, 53.13, 67.19 และ 64.06 ตามลำดับ และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกริยาวาจาสุภาพ ข้อ 5 บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อ 8 มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อ 9 มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และข้อ 10 มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 57.81, 46.88, 50.00, 51.56 และ 57.81 ตามลำดับ

ตาราง 12 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาชาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 (N = 64)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือ	f	40	24	12	42	8	2	0
เกี่ยวกับหลักการออกกำลังกาย	%	62.50	37.50	18.75	65.63	12.50	3.13	0
เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกกันคว่า								
เพิ่มเติม								
2. มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง	f	35	29	10	39	15	0	0
ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทาง	%	54.69	45.31	15.63	60.94	23.44	0	0
การออกกำลังกาย								
3. เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตใน	f	28	36	15	32	16	1	0
หลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มี	%	43.75	56.25	23.44	50.00	25.00	1.56	0
ความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ								
4. จัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์	f	31	33	24	28	12	0	0
เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง	%	48.44	51.56	37.50	43.75	18.75	0	0
5. มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการ	f	23	41	7	29	21	5	2
เกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อ	%	35.94	64.06	10.94	45.31	32.81	7.81	3.13
สุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการ								
ได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น								
6. จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจ	f	30	34	23	25	12	4	0
ในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่ง	%	46.88	53.13	35.94	39.06	18.75	6.25	0
ต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกาย								
อย่างมีประสิทธิภาพ								
7. มีการประเมินผลการออกกำลังกาย	f	33	31	13	32	16	3	0
ของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้	%	51.56	48.44	20.31	50.00	25.00	4.69	0
หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น								

ตาราง 12 (ต่อ)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
8. จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	f	38	26	16	34	10	4	0
	%	59.38	40.63	25.00	53.13	15.63	6.25	0
รวม	f	258	254	120	261	110	19	2
	%	50.39	49.61	23.44	50.98	21.48	3.71	0.39

จากตาราง 12 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่มีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 50.39 และไม่มีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 49.61

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 1 มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อ 2 มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ข้อ 3 เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อ 4 จัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง ข้อ 5 มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น ข้อ 6 จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อ 7 มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น และ ข้อ 8 จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 65.63 , 60.94 , 50.00 , 43.75 , 45.31 , 39.06 , 50.00 และ 53.13 ตามลำดับ

ตาราง 13 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาชาย

ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
ในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 (N = 64)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีสถานที่ออกกำลังกายภายในรั้ว	f	56	8	52	12	0	0	0
	%	87.50	12.50	81.25	18.75	0	0	0
2. มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	64	0	48	14	2	0	0
	%	100.0	0	75.00	21.88	3.13	0	0
3. มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	40	24	39	23	2	0	0
	%	62.50	37.50	60.94	35.94	3.13	0	0
4. สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเล ที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก	f	42	22	29	21	14	0	0
	%	65.63	34.38	45.31	32.81	21.88	0	0
5. มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่ง กายอย่างเพียงพอ	f	41	23	31	27	6	0	0
	%	64.06	35.94	48.44	42.19	9.38	0	0
6. สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วน ที่แน่นอนและติดต่อสะดวก	f	38	26	21	33	7	3	0
	%	59.38	40.62	32.81	51.56	10.94	4.69	0
7. มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการ อย่างเพียงพอ	f	35	29	23	28	10	3	0
	%	54.69	45.31	53.94	43.75	15.63	4.69	0
8. มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับ บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย	f	33	31	18	29	16	1	0
	%	51.56	48.44	28.13	45.31	25.00	1.56	0
9. มีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่ม ใกล้สถานที่ออกกำลังกาย	f	30	34	16	28	18	2	0
	%	46.88	53.13	25.00	43.75	28.13	3.13	0
10. อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียง พอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้ บริการ	f	41	23	51	12	1	0	0
	%	64.06	35.94	79.69	18.75	1.56	0	0

ตาราง 13 (ต่อ)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
11. สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี	f	45	19	35	18	9	2	0
	%	70.31	29.69	54.69	28.13	14.06	3.13	0
12. บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ	f	40	24	20	22	13	9	0
	%	62.50	37.50	31.25	48.38	20.31	14.06	0
รวม	f	505	263	383	267	98	20	0
	%	65.76	34.24	49.87	34.77	12.76	2.60	0

จากตาราง 13 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 65.76 และไม่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 34.24

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม ข้อ 2 มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 3 มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 4 สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อ 5 มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้อ 10 อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วนกับจำนวนผู้มาใช้บริการ และข้อ 11 สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี คิดเป็นร้อยละ 81.25 , 75.00 , 60.94 , 45.31 , 48.44 , 79.69 และ 54.79 และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 6 สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก ข้อ 7 มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการอย่างเพียงพอ ข้อ 9 มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้

รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ข้อ 8 มีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย และข้อ 12 บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 51.56 , 43.75 , 45.31 , 43.75 และ 34.38 ตามลำดับ

ตาราง 14 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาชาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 (N = 64)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. กายบริหาร	f	24	40	15	41	6	2	0
	%	37.50	62.50	23.44	64.06	9.38	3.13	0
2. กิจกรรมเข้าจังหวะ	f	30	34	20	35	8	1	0
	%	46.88	53.13	31.25	54.69	12.50	1.56	0
3. เทนนิส	f	16	48	32	27	5	0	0
	%	25.00	75.00	50.00	42.19	7.81	0	0
4. เทเบิลเทนนิส	f	34	30	38	19	7	0	0
	%	53.13	46.88	59.38	29.69	10.94	0	0
5. แบดมินตัน	f	42	22	41	15	8	0	0
	%	65.63	34.38	64.06	23.44	12.50	0	0
6. เปตอง	f	32	32	36	21	4	3	0
	%	50.00	50.00	56.25	32.81	6.25	4.69	0
7. มวยสากล	f	18	46	21	25	11	7	0
	%	28.13	71.87	32.81	39.06	17.19	10.94	0
8. บาสเกตบอล	f	58	6	30	18	12	4	0
	%	90.63	9.38	46.88	28.13	18.75	6.25	0
9. วอลเลย์บอล	f	58	6	35	15	8	6	0
	%	90.63	9.38	54.69	23.44	12.50	9.38	0
10. เซปักตะกร้อ	f	41	23	48	13	3	0	0
	%	64.06	35.94	75.00	20.31	4.69	0	0
11. กรีฑา	f	58	6	29	20	10	5	0
	%	90.62	9.38	45.31	31.25	15.63	7.81	0

ตาราง 14 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
12. ตะกร้อวง	f	22	42	18	32	11	3	0
	%	34.38	65.63	28.13	50.00	17.19	4.69	0
13. ว่ายน้ำ	f	0	64	24	17	13	10	0
	%	0	100.0	37.50	26.56	20.31	15.6	0
14. แฮร์ริบอล	f	26	38	11	21	25	5	2
	%	40.62	59.38	17.19	32.81	39.06	7.81	3.13
15. แชนด์บอล	f	20	44	15	19	28	1	1
	%	31.25	68.75	23.44	29.69	43.75	1.56	1.56
16. ซอฟท์บอล	f	8	56	10	15	23	11	5
	%	12.50	87.50	15.63	23.44	35.94	17.19	7.81
17. ฟุตบอล	f	50	14	49	12	3	0	0
	%	78.13	21.87	76.56	18.75	4.69	0	0
18. รักบี้ฟุตบอล	f	16	48	11	15	26	9	3
	%	25.00	75.00	17.19	23.44	40.63	14.06	4.69
19. ฮอกกี้	f	8	56	17	21	23	2	1
	%	12.50	87.50	26.56	32.81	35.94	3.13	1.56
20. ยิมนาสติก	f	13	51	21	25	13	2	3
	%	20.31	79.69	32.81	39.06	20.31	3.13	4.69
21. ลีลาศ	f	28	36	25	22	15	2	0
	%	43.75	56.25	39.06	34.38	23.44	3.13	0
22. ยูโด	f	12	52	13	27	12	7	5
	%	18.75	81.25	20.31	42.19	18.75	10.94	7.81

ตาราง 14 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
23. รื่นเพื่อสุขภาพ	f	30	34	21	28	15	0	0
	%	46.88	53.13	32.81	43.75	23.44	0	0
24. ยกน้ำหนัก	f	16	48	7	14	34	6	3
	%	25.00	75.00	10.94	21.88	53.13	9.38	4.69
25. แอโรบิคแดนซ์	f	34	30	43	18	3	0	0
	%	53.13	46.87	67.19	28.13	4.69	0	0
รวม	f	694	906	630	535	326	86	23
	%	43.38	56.62	39.38	33.44	20.38	5.38	1.44

จากตาราง 14 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่ไม่มีประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 56.62 และมีประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 43.38

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรม การออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ ฟุตบอล รองลงมา เซปักตะกร้อ และแอโรบิคแดนซ์ คิดเป็นร้อยละ 76.56 , 75.00 และ 67.19 ตามลำดับ

ตาราง 15 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาชาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 (N = 64)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ	f	62	2	32	22	7	3	0
	%	96.88	3.13	50.00	34.38	10.94	4.69	0
2. บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา	f	60	4	43	16	5	0	0
	%	93.75	6.25	67.19	25.00	7.81	0	0
3. บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆ มาก่อน	f	41	23	38	20	5	1	0
	%	64.06	35.94	59.38	31.25	7.81	1.56	0
4. บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม	f	45	19	33	22	9	0	0
	%	7.31	29.69	51.56	34.38	14.06	0	0
5. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อยและมีกิริยาวาจาสุภาพ	f	50	14	27	31	4	2	0
	%	78.13	21.88	42.19	48.44	6.25	3.13	0
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ	f	35	29	22	27	10	5	0
	%	54.69	45.31	34.38	42.19	15.63	7.81	0
7. บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	f	52	12	47	13	4	0	0
	%	81.25	18.75	73.44	20.31	6.25	0	0
8. มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก	f	40	24	20	31	9	4	0
	%	62.50	37.50	31.25	48.44	14.06	6.25	0
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ	f	30	34	23	30	10	1	0
	%	46.88	53.12	35.94	46.88	15.63	1.56	0
10. มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	f	28	36	25	27	9	3	0
	%	43.75	56.25	39.06	42.19	14.06	4.69	0

ตาราง 15 (ต่อ)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย	สภาพ		ระดับความต้องการ					
	มี	ไม่มี	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
รวม	f 443	197	310	239	72	19	0	
	% 69.22	30.78	48.44	37.34	11.25	2.97	0	

จากตาราง 15 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 69.22 และไม่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 30.78

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ ข้อ 2 บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ข้อ 3 บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆมาก่อน ข้อ 4 บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม และข้อ 7 บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี คิดเป็นร้อยละ 50.00, 67.19 , 59.38 , 51.56 และ 73.44 ตามลำดับ และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 5 บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกริยาวาจาสุภาพ ข้อ 6 บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อ 8 มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อ 9 มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และ ข้อ 10 มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 48.44 , 42.19 , 48.44 , 46.88 และ 42.19 ตามลำดับ

ตาราง 16 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาชาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 (N = 64)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกกันคว่ำเพิ่มเติม	f	35	29	20	29	15	0	0
	%	54.69	45.31	31.25	45.31	23.44	0	0
2. มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย	f	28	36	14	37	13	0	0
	%	43.75	56.25	21.88	57.81	20.31	0	0
3. เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ	f	20	44	19	35	10	0	0
	%	31.25	68.75	29.69	54.69	15.63	0	0
4. จัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอดอนเวลาว่าง	f	23	41	18	28	10	8	0
	%	35.94	64.06	28.13	43.75	15.63	12.50	0
5. มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น	f	18	46	10	28	19	4	3
	%	28.13	71.88	15.63	43.75	29.69	6.25	4.69
6. จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกาย อย่างมีประสิทธิภาพ	f	32	32	21	26	13	4	0
	%	50.00	50.00	32.81	40.63	20.31	6.25	0
7. มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น	f	26	38	18	27	9	7	3
	%	40.63	59.38	28.13	42.19	14.06	10.94	4.69

ตาราง 16 (ต่อ)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
8. จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	f	30	34	20	25	13	6	0
	%	46.88	53.13	31.25	39.06	20.31	9.38	0
รวม	f	212	300	140	235	102	29	6
	%	41.41	58.59	27.34	45.90	19.92	5.66	1.17

จากตาราง 16 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่ไม่มีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 58.59 และมีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 41.41

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 1 มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อ 2 มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ข้อ 3 เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อ 4 จัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง ข้อ 5 มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิก ผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น ข้อ 6 จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อ 7 มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น และข้อ 8 จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 45.31 , 57.81 , 54.69 , 43.75 , 43.75 , 40.63 , 42.19 และ 39.06 ตามลำดับ

ตาราง 17 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาชาย

ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
ในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 (N = 64)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม	f	54	10	54	10	0	0	0
	%	84.38	15.62	84.38	15.62	0	0	0
2. มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	64	0	47	14	3	0	0
	%	100.0	0	73.44	21.88	4.69	0	0
3. มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	39	25	41	22	1	0	0
	%	60.94	39.06	64.06	34.38	1.56	0	0
4. สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเล ที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก	f	40	24	31	18	15	0	0
	%	62.50	37.50	48.44	28.13	23.44	0	0
5. มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่ง กายอย่างเพียงพอ	f	37	27	35	16	13	0	0
	%	57.81	42.19	54.69	25.00	20.31	0	0
6. สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วน ที่แน่นอนและติดต่อสะดวก	f	35	29	27	25	9	3	0
	%	54.69	45.31	42.19	39.06	14.06	4.69	0
7. มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการ อย่างเพียงพอ	f	30	34	25	24	10	5	0
	%	46.88	53.12	39.06	37.50	15.63	7.81	0
8. มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับ บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย	f	36	28	30	24	9	1	0
	%	56.25	43.75	46.88	37.50	14.06	1.56	0
9. มีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่ม ใกล้สถานที่ออกกำลังกาย	f	31	33	21	29	10	4	0
	%	48.44	51.56	32.81	45.31	15.63	6.25	0
10. อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียง พอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้ บริการ	f	46	18	50	14	0	0	0
	%	71.88	28.12	78.12	21.88	0	0	0

ตาราง 17 (ต่อ)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
11. สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี	f	40	24	37	18	9	0	0
	%	62.50	37.50	57.81	28.13	14.06	0	0
12. บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ	f	39	25	23	26	10	5	0
	%	60.94	39.06	35.94	40.63	15.63	7.81	0
รวม	f	491	277	421	240	89	18	0
	%	63.93	36.07	54.82	31.25	11.59	2.34	0

จากตาราง 17 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 63.93 และไม่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 36.07

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม ข้อ 2 มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 3 มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 4 สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อ 5 มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้อ 7 มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการอย่างเพียงพอ ข้อ 8 มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ข้อ 9 มีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย ข้อ 10 อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ และข้อ 11 สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี คิดเป็นร้อยละ 84.38 , 73.44 , 64.06 , 48.44 , 54.69 , 42.19 , 39.06 , 46.88 , 78.13 และ

57.81 และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 6 สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็น
สัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อดะดวง และข้อ 12 บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่
ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 45.31 และ 40.63 ตามลำดับ

ตาราง 18 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาชาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 (N = 64)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. กายบริหาร	f	20	44	18	38	8	0	0
	%	31.25	68.75	28.13	59.38	12.50	0	0
2. กิจกรรมเข้าจังหวะ	f	25	39	27	30	7	0	0
	%	39.06	60.94	42.19	46.88	10.94	0	0
3. เทนนิส	f	8	56	35	21	6	2	0
	%	12.50	87.50	54.69	32.81	9.38	3.13	0
4. เทเบิลเทนนิส	f	38	26	42	20	2	0	0
	%	59.38	40.62	65.63	31.25	3.13	0	0
5. แบดมินตัน	f	44	20	39	19	6	0	0
	%	68.75	31.25	60.94	29.69	9.38	0	0
6. เปตอง	f	24	40	32	28	3	1	0
	%	37.50	62.50	50.00	43.75	4.69	1.56	0
7. มวยสากล	f	12	52	28	29	4	3	0
	%	18.75	81.25	43.75	45.31	6.25	4.69	0
8. บาสเกตบอล	f	56	8	33	24	5	2	0
	%	87.50	12.50	51.56	37.50	7.81	3.13	0
9. วอลเลย์บอล	f	53	11	36	16	8	4	0
	%	82.81	17.19	56.25	25.00	12.50	6.25	0
10. เซปักตะกร้อ	f	49	15	45	15	4	0	0
	%	76.56	23.44	70.31	23.44	6.25	0	0
11. กรีฑา	f	50	24	30	15	13	6	0
	%	78.13	37.50	46.88	23.44	20.31	9.38	0

ตาราง 18 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
12. ตะกร้อวอ	f	15	49	31	25	4	4	0
	%	23.44	76.56	48.44	39.06	6.25	6.25	0
13. ว่ายน้ำ	f	0	64	20	18	15	10	1
	%	0	100.0	31.25	28.13	23.44	15.63	1.56
14. แฮร์บอล	f	22	42	9	23	26	4	2
	%	34.38	65.63	14.06	35.94	40.63	6.25	3.13
15. แอนด์บอล	f	16	48	16	18	21	6	3
	%	25.00	75.00	25.00	28.13	32.81	9.38	4.69
16. ซอฟท์บอล	f	10	51	7	18	30	6	3
	%	15.63	84.38	10.94	28.13	46.88	9.38	4.69
17. ฟุตบอล	f	60	4	53	10	1	0	0
	%	93.75	6.25	82.81	15.63	1.56	0	0
18. รักบี้ฟุตบอล	f	10	54	12	20	22	7	3
	%	15.62	84.38	18.75	31.25	34.38	10.94	4.69
19. ฮอกกี้	f	4	60	18	25	18	2	1
	%	6.25	93.75	28.13	39.06	28.13	3.13	1.56
20. ยิมนาสติก	f	21	43	26	18	15	4	1
	%	32.81	67.19	40.63	28.13	23.44	6.25	1.56
21. ลีลาศ	f	30	34	23	19	17	5	0
	%	46.88	53.12	35.94	26.69	26.56	7.81	0
22. ยูโด	f	10	54	16	25	15	4	4
	%	15.62	84.38	25.00	39.06	23.44	6.25	6.25

ตาราง 18 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
23. วิ่งเพื่อสุขภาพ	f	31	33	27	30	5	2	0
	%	48.44	51.56	42.19	46.88	7.81	3.13	0
24. ยกน้ำหนัก	f	12	52	13	20	21	6	4
	%	18.75	81.25	20.31	31.25	32.81	9.38	6.25
25. แอโรบิคแดนซ์	f	38	26	40	13	10	1	0
	%	59.38	40.63	62.50	20.31	15.63	1.56	0
รวม	f	658	942	676	537	286	79	22
	%	41.12	58.88	42.25	33.56	17.88	4.94	1.38

จากตาราง 18 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่ไม่มีประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 58.88 และมีประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 41.12

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรม การออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ ฟุตบอล รองลงมา เซปักตะกร้อ และเทเบิลเทนนิส คิดเป็นร้อยละ 82.81 , 70.31 และ 65.63 ตามลำดับ

ตาราง 19 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาชาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 3 (N = 64)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ	f	58	6	40	20	4	0	0
	%	90.62	9.38	62.50	31.25	6.25	0	0
2. บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา	f	60	4	45	16	3	0	0
	%	93.75	6.25	70.31	25.00	4.69	0	0
3. บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆ มาก่อน	f	56	8	39	23	2	0	0
	%	87.50	12.50	60.94	35.94	3.13	0	0
4. บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม	f	40	24	47	12	5	0	0
	%	62.50	37.50	73.44	18.75	7.81	0	0
5. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกริยาวาจาสุภาพ	f	51	13	27	31	3	3	0
	%	79.69	20.31	42.19	48.44	4.69	4.69	0
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ	f	40	24	28	29	3	4	0
	%	62.50	37.50	43.75	45.31	4.69	6.25	0
7. บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	f	45	19	38	22	4	0	0
	%	70.31	29.69	59.38	34.38	6.25	0	0
8. มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก	f	32	32	22	28	12	2	0
	%	50.00	50.00	34.38	43.75	18.75	3.13	0
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ	f	24	40	23	27	12	2	0
	%	37.50	62.50	35.94	42.19	18.75	3.13	0
10. มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	f	20	44	25	27	7	5	0
	%	31.25	68.75	39.06	42.19	10.94	7.81	0

ตาราง 19 (ต่อ)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย	สภาพ		ระดับความต้องการ					
	มี	ไม่มี	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
รวม	f 426	214	334	235	55	16	0	
	% 66.56	33.44	52.19	36.72	8.59	2.50	0	

จากตาราง 19 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 66.56 และไม่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 33.44

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา โดยเฉพาะ ข้อ 2 บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ข้อ 3 บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆมาก่อน ข้อ 4 บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสมและข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี คิดเป็นร้อยละ 62.50 , 70.31 , 60.94 , 73.44 และ 59.38 ตามลำดับ และข้อ 7 ที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 5 บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกริยาวาจาสุภาพ ข้อ 6 บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อ 8 มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อ 9 มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และข้อ 10 มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 48.44 , 45.31 , 43.75 , 42.19 และ 42.19ตามลำดับ

ตาราง 20 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาชาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 3 (N = 64)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกกันคว่าเพิ่มเติม	f 40 % 62.50	24 37.50	20 31.25	33 51.56	11 17.19	0 0	0 0	
2. มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย	f 25 % 39.06	39 60.94	15 23.44	29 45.31	16 25.00	4 6.25	0 0	
3. เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ	f 20 % 31.25	44 68.75	20 31.25	34 53.13	7 10.94	3 4.69	0 0	
4. จัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง	f 22 % 34.38	42 65.62	25 39.06	28 43.75	10 15.63	1 1.56	0 0	
5. มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น	f 15 % 23.44	49 76.56	11 17.19	30 46.88	20 31.25	3 4.69	0 0	
6. จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ	f 34 % 53.12	30 46.88	26 40.63	21 32.81	15 23.44	2 3.13	0 0	
7. มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น	f 22 % 34.38	42 65.63	27 42.19	28 43.75	7 10.94	2 3.13	0 0	

ตาราง 20 (ต่อ)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
8.จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	f	31	33	23	35	3	3	0
	%	48.44	51.56	35.94	54.69	4.69	4.69	0
รวม	f	209	303	167	238	89	18	0
	%	40.82	59.18	32.62	46.48	17.38	3.52	0

จากตาราง 20 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่ไม่มีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 59.18 และมีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 40.82

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 6 จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกรูปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อ 7 มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น คิดเป็นร้อยละ 40.63 และ 42.19 และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 1 มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อ 2 มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ข้อ 3 เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกได้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อ 4 จัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง ข้อ 5 มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ให้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น และข้อ 8 จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 51.56 , 45.31 , 53.13 , 43.75 , 46.88 และ 54.69 ตามลำดับ

ตาราง 21 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาชาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
ในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 (N = 64)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีสถานที่ออกกำลังกายภายในรั้ว	f	56	8	57	7	0	0	0
	%	87.50	12.50	89.06	10.94	0	0	0
2. มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	64	0	49	12	3	0	0
	%	100.0	0	76.56	18.75	4.69	0	0
3. มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	41	23	41	18	5	0	0
	%	64.06	35.94	64.06	28.13	7.81	0	0
4. สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก	f	45	19	30	25	9	0	0
	%	70.31	29.69	46.88	39.06	14.06	0	0
5. มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ	f	39	25	32	19	13	0	0
	%	60.94	39.06	50.00	29.69	20.31	0	0
6. สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก	f	43	21	21	32	9	2	0
	%	67.19	32.81	32.81	50.00	14.06	3.13	0
7. มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ให้บริการอย่างเพียงพอ	f	40	24	26	30	5	3	0
	%	62.50	37.50	40.63	46.88	7.81	4.69	0
8. มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย	f	33	31	21	23	19	1	0
	%	51.56	48.44	32.81	35.94	29.69	1.56	0
9. มีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย	f	29	35	18	40	6	0	0
	%	45.31	54.69	28.13	62.50	9.38	0	0
10. อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ	f	45	19	56	8	0	0	0
	%	70.31	29.69	87.50	12.50	0	0	0

ตาราง 21 (ต่อ)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
11. สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี	f	42	22	38	15	10	1	0
	%	65.62	34.38	59.38	23.44	15.63	1.56	0
12. บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ	f	36	28	27	26	11	0	0
	%	56.25	43.75	42.19	40.63	17.19	0	0
รวม	f	513	255	416	255	90	7	0
	%	66.80	33.20	54.17	33.20	11.72	0.91	0

จากตาราง 21 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 66.80 และไม่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 33.20

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีสถานที่ออกกำลังกายในร่ม ข้อ 2 มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 3 มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 4 สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อ 5 มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้อ 10 อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วนกับจำนวนผู้มาใช้บริการ ข้อ 11 สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี และข้อ 12 บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 89.06 , 76.56 , 64.06 , 46.88 , 50.00 , 87.50 , 59.38 และ 42.19 และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 6 สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก

ข้อ 7 มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ให้บริการอย่างเพียงพอ ข้อ 8 มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย และข้อ 9 มีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 50.00 , 46.88 , 35.94 และ 62.50 ตามลำดับ

ตาราง 22 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาชาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 3 (N = 64)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. กายบริหาร	f	30	34	20	36	5	3	0
	%	46.88	53.12	31.25	53.13	7.81	4.69	0
2. กิจกรรมเข้าจังหวะ	f	28	36	26	30	6	2	0
	%	43.75	56.25	40.63	46.88	9.38	3.13	0
3. เทนนิส	f	16	48	35	24	5	0	0
	%	25.00	75.00	54.69	37.50	7.81	0	0
4. เทเบิลเทนนิส	f	43	21	41	10	10	3	0
	%	67.19	32.81	64.06	15.63	15.63	4.69	0
5. แบดมินตัน	f	36	28	43	16	5	0	0
	%	56.25	43.75	67.19	25.00	7.81	0	0
6. เปตอง	f	30	34	30	27	5	2	0
	%	46.88	53.13	46.88	42.19	7.81	3.13	0
7. มวยสากล	f	15	49	18	25	19	2	0
	%	23.44	76.56	28.13	39.06	29.69	3.13	0
8. บาสเกตบอล	f	55	19	32	16	11	5	0
	%	85.94	29.69	50.00	25.00	17.19	7.81	0
9. วอลเลย์บอล	f	52	12	39	20	5	0	0
	%	81.25	18.75	60.94	31.25	7.81	0	0
10. เซปักตะกร้อ	f	44	20	50	9	5	0	0
	%	68.75	31.25	78.13	14.06	7.81	0	0
11. กรีฑา	f	51	13	23	22	13	6	0
	%	79.69	20.31	35.94	34.38	20.31	9.38	0

ตาราง 22 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
12. ตะกร้อวง	f	25	39	22	25	12	5	0
	%	39.06	60.94	34.38	39.06	18.75	7.81	0
13. ว่ายน้ำ	f	0	64	25	21	11	7	0
	%	0	100.0	39.06	32.81	17.19	10.94	0
14. แอโรบอล	f	20	44	13	29	15	7	0
	%	31.25	68.75	20.31	45.31	23.44	10.94	0
15. แอสน์บอล	f	21	43	14	26	18	6	0
	%	32.81	67.19	21.88	40.63	28.13	9.38	0
16. ซอฟท์บอล	f	6	58	8	16	30	6	4
	%	9.38	90.62	12.50	25.00	46.88	9.38	6.25
17. ฟุตบอล	f	59	5	53	6	4	1	0
	%	92.19	7.81	82.81	9.38	6.25	1.56	0
18. รักบี้ฟุตบอล	f	8	56	13	20	25	4	2
	%	12.50	87.50	20.31	31.25	39.06	6.25	3.13
19. ฮอกกี้	f	3	61	10	20	26	4	4
	%	4.69	95.31	15.63	31.25	40.63	6.25	6.25
20. ยิมนาสติก	f	30	34	23	30	7	4	0
	%	46.88	53.12	35.94	46.88	10.94	6.25	0
21. ลีลาศ	f	33	31	31	18	10	5	0
	%	51.56	48.44	48.44	28.13	15.63	7.81	0
22. ยูโด	f	8	56	17	26	18	2	1
	%	12.50	87.50	26.56	40.63	28.13	3.13	1.56

ตาราง 22 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
23. วิ่งเพื่อสุขภาพ	f	33	31	22	30	9	3	0
	%	51.56	48.44	34.38	46.88	14.06	4.69	0
24. ยกน้ำหนัก	f	10	54	5	18	30	9	2
	%	15.62	84.38	7.81	28.13	46.88	14.06	4.69
25. แอโรบิคแดนซ์	f	40	24	35	26	2	1	0
	%	62.50	37.50	54.69	40.63	3.13	1.56	0
รวม	f	686	914	648	546	306	87	13
	%	42.88	57.12	40.50	34.13	19.13	5.44	0.81

จากตาราง 22 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่ไม่มีประเภทของกิจกรรมในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 57.12 และมีประเภทของกิจกรรมในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 42.88

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรม การออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ ฟุตบอล รองลงมา เซปักตะกร้อ และแบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 82.81 78.13 และ 67.19 ตามลำดับ

ตาราง 23 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 (N = 64)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ	f	62	2	37	20	7	0	0
	%	96.88	3.12	57.81	31.25	10.94	0	0
2. บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา	f	64	0	44	18	2	0	0
	%	100.0	0	68.75	28.13	3.13	0	0
3. บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆ มาก่อน	f	41	23	36	18	10	0	0
	%	64.06	35.94	56.25	28.13	15.63	0	0
4. บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม	f	39	25	45	12	7	0	0
	%	60.94	39.06	70.31	18.75	10.94	0	0
5. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกริยาวาจาสุภาพ	f	42	22	29	25	6	4	0
	%	65.62	34.38	45.31	39.06	9.38	6.25	0
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ	f	38	26	35	29	0	0	0
	%	59.38	40.62	54.69	45.31	0	0	0
7. บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	f	45	19	48	13	3	0	0
	%	70.31	29.69	75.00	20.31	4.69	0	0
8. มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก	f	43	21	27	20	15	2	0
	%	67.19	32.81	42.19	31.25	23.44	3.13	0
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ	f	34	30	31	28	5	0	0
	%	53.12	46.88	48.44	43.75	7.81	0	0
10. มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	f	31	33	27	25	12	0	0
	%	48.44	51.56	42.19	39.06	18.75	0	0

ตาราง 23 (ต่อ)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย	สภาพ		ระดับความต้องการ					
	มี	ไม่มี	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
รวม	f 439	201	359	208	67	6	0	
	% 58.59	31.41	56.09	32.50	10.47	0.94	0	

จากตาราง 23 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 58.59 และไม่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 31.41

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกายหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษา โดยเฉพาะ ข้อ 2 บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ข้อ 3 บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆ มาก่อน ข้อ 4 บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม ข้อ 5 บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อยและมีกิริยา วาจาสุภาพ ข้อ 6 บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อ 7 บุคลากรให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ข้อ 8 มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อ 9 มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และข้อ 10 มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยใน บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 57.81, 68.75 , 56.25 , 70.31 , 45.31 , 54.69 , 75.00 , 42.19 , 48.44 และ 42.19 ตามลำดับ

ตาราง 24 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 (N = 64)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกกันคว่าเพิ่มเติม	f 37 % 57.81	27 42.19	24 37.50	35 54.69	3 4.69	2 3.13	0 0	
2. มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย	f 33 % 51.56	31 48.44	18 28.13	32 50.00	9 14.06	5 7.81	0 0	
3. เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ	f 19 % 29.69	45 70.31	21 32.81	28 43.75	14 21.88	1 1.56	0 0	
4. จัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง	f 23 % 35.94	41 64.06	20 31.25	28 43.75	15 23.44	1 3.13	0 0	
5. มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น	f 15 % 23.44	49 76.56	9 14.06	25 39.06	18 28.13	10 15.63	2 3.13	
6. จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกรูปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ	f 27 % 42.19	37 57.81	31 48.44	27 42.19	3 4.69	3 4.69	0 0	
7. มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น	f 17 % 26.56	47 73.44	30 46.88	13 20.31	19 29.69	2 3.13	0 0	

ตาราง 24 (ต่อ)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
8.จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	f	29	35	21	26	14	3	0
	%	45.31	54.69	32.81	40.63	21.88	4.69	0
รวม	f	312	200	174	214	95	27	2
	%	60.94	39.06	33.98	41.80	18.55	5.27	0.39

จากตาราง 24 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่มีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 60.94 และไม่มีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 39.06

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 6 จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจ ในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อ 7 มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น คิดเป็นร้อยละ 48.44 และ 46.88 ตามลำดับ ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 1 มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อ 2 มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ข้อ 3 เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อ 4 จัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง ข้อ 5 มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ให้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น และ ข้อ 8 จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 54.69 , 50.00 , 43.75 , 43.75 , 39.06 และ 40.63 ตามลำดับ

ตาราง 25 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
ในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 (N = 64)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม	f	51	13	56	8	0	0	0
	%	79.69	20.31	87.50	12.50	0	0	0
2. มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	63	1	40	20	4	0	0
	%	98.44	1.56	62.50	31.25	6.25	0	0
3. มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	38	26	42	17	5	0	0
	%	59.38	40.62	65.63	25.56	7.81	0	0
4. สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก	f	40	24	35	22	7	0	0
	%	62.50	37.50	54.69	34.38	10.94	0	0
5. มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ	f	35	29	47	12	5	0	0
	%	54.69	45.31	73.44	18.75	7.81	0	0
6. สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก	f	33	31	35	26	3	0	0
	%	51.56	48.44	54.69	40.63	4.69	0	0
7. มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ให้บริการอย่างเพียงพอ	f	30	34	48	15	1	0	0
	%	46.88	53.12	75.00	23.44	1.56	0	0
8. มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย	f	24	40	28	22	10	4	0
	%	37.50	62.50	43.75	34.38	15.63	6.25	0
9. มีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย	f	25	39	31	26	7	0	0
	%	39.06	60.94	48.44	40.63	10.94	0	0
10. อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ	f	40	24	45	13	6	0	0
	%	62.50	37.50	70.31	20.31	9.38	0	0

ตาราง 25 (ต่อ)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
11. สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี	f	40	24	40	17	5	2	0
	%	62.50	37.50	62.50	26.56	7.81	3.13	0
12. บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ	f	32	32	33	19	9	3	0
	%	50.00	50.00	51.56	29.69	14.06	4.69	0
รวม	f	451	317	480	217	62	9	0
	%	58.72	41.28	62.50	28.26	8.07	1.17	0

จากตาราง 25 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 58.72 และไม่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 41.28

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีสถานที่ออกกำลังกายในร่ม ข้อ 2 มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 3 มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 4 สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อ 5 มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้อ 6 สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก ข้อ 7 มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการอย่างเพียงพอ ข้อ 8 มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ข้อ 9 มีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย ข้อ 10 อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ ข้อ 11 สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี และข้อ 12 บริเวณสถานที่

ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 87.50 , 62.50 , 65.63 , 54.69 , 73.44 , 54.69 , 75.00 , 43.75 , 48.44 , 70.31 , 62.50 และ 51.56 ตามลำดับ

ตาราง 26 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 (N = 64)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. กายบริหาร	f	22	42	30	25	4	3	2
	%	34.38	65.62	46.88	39.06	6.25	4.69	3.13
2. กิจกรรมเข้าจังหวะ	f	28	36	32	27	4	1	0
	%	43.75	56.25	50.00	42.19	6.25	1.56	0
3. เทนนิส	f	11	53	36	15	8	4	1
	%	17.19	82.81	56.25	23.44	12.50	6.25	1.56
4. เทเบิลเทนนิส	f	30	34	38	14	9	3	0
	%	46.88	53.12	59.38	21.88	14.06	4.69	0
5. แบดมินตัน	f	39	25	45	12	7	0	0
	%	60.94	39.06	70.31	18.75	10.94	0	0
6. เปตอง	f	25	39	28	20	8	5	3
	%	39.06	60.94	43.75	31.25	12.50	7.81	4.69
7. มวยสากล	f	10	54	0	4	10	18	32
	%	15.62	84.38	0	6.25	15.63	28.13	50.00
8. บาสเกตบอล	f	55	9	23	21	15	3	2
	%	85.94	14.06	35.94	32.81	23.44	4.69	3.13
9. วอลเลย์บอล	f	57	7	32	16	10	6	0
	%	89.06	10.94	50.00	25.00	15.63	9.38	0
10. เซปักตะกร้อ	f	36	28	2	4	12	18	28
	%	56.25	43.75	3.13	6.25	18.75	28.13	43.75
11. กรีฑา	f	50	14	5	8	24	17	10
	%	78.12	21.88	7.81	12.50	37.50	26.56	15.63

ตาราง 26 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
12. ตะกร้อวง	f	16	48	1	2	15	21	25
	%	25.00	75.00	1.56	3.13	23.44	32.81	39.06
13. ว่ายน้ำ	f	0	64	47	10	7	0	0
	%	0	100.0	73.44	15.63	10.94	0	0
14. แอโรบอล	f	25	39	23	25	12	4	0
	%	39.06	60.94	35.94	39.06	18.75	6.25	0
15. แอนด์บอล	f	18	46	17	23	13	7	4
	%	28.12	71.88	26.56	35.94	20.31	10.94	6.25
16. ซอฟท์บอล	f	6	58	8	10	23	18	5
	%	9.38	90.62	12.50	15.63	35.94	28.13	7.81
17. ฟุตบอล	f	48	16	11	10	13	26	4
	%	75.00	25.00	17.19	15.63	20.31	40.63	6.25
18. รักบี้ฟุตบอล	f	11	53	0	7	10	11	36
	%	17.19	82.81	0	10.94	15.63	17.19	56.25
19. ฮอกกี้	f	4	60	8	13	15	18	10
	%	6.25	93.75	12.50	20.31	23.44	28.13	15.63
20. ยิมนาสติก	f	10	54	15	30	15	4	0
	%	15.62	84.38	23.44	46.88	23.44	6.25	0
21. ลีลาศ	f	26	38	38	16	6	4	0
	%	40.63	59.38	59.38	25.00	9.38	6.25	0
22. ยูโด	f	9	55	6	8	19	25	6
	%	14.06	85.94	9.38	12.50	29.69	39.06	9.38

ตาราง 26 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
23. รุ่งเพื่อสุขภาพ	f	31	33	15	26	16	7	0
	%	48.44	51.56	23.44	40.63	25.00	10.94	0
24. ยกน้ำหนัก	f	13	51	0	3	15	20	26
	%	20.31	79.69	0	4.69	23.44	31.25	40.63
25. แอโรบิคแดนซ์	f	30	34	49	10	5	0	0
	%	46.88	53.12	76.56	15.63	7.81	0	0
รวม	f	610	990	509	359	295	243	194
	%	38.13	61.87	31.81	22.44	18.44	15.19	12.13

จากตาราง 26 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่ไม่มีประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 61.87 และมีประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 38.13

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรม การออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ แอโรบิคแดนซ์ รองลงมา ว่ายน้ำ และแบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 76.56 73.44 และ 70.31 ตามลำดับ

ตาราง 27 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 (N = 64)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ	f	61	3	40	13	9	2	0
	%	95.31	4.69	62.50	20.31	14.06	3.13	0
2. บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา	f	63	1	42	11	11	0	0
	%	98.44	1.56	65.63	17.19	17.19	0	0
3. บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆ มาก่อน	f	43	21	35	21	8	0	0
	%	67.19	32.81	54.69	32.81	12.50	0	0
4. บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม	f	35	29	41	15	8	0	0
	%	54.69	45.31	64.06	23.44	12.50	0	0
5. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกิริยาวาจาสุภาพ	f	40	24	25	21	10	8	0
	%	62.50	37.50	39.06	32.81	15.63	12.50	0
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ	f	37	27	40	13	11	0	0
	%	57.81	42.19	62.50	20.31	7.19	0	0
7. บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	f	56	8	45	13	6	0	0
	%	87.50	12.50	70.31	20.31	9.38	0	0
8. มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก	f	41	23	29	17	13	5	0
	%	64.06	35.94	45.31	26.56	20.31	7.81	0
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ	f	32	32	38	20	6	0	0
	%	50.00	50.00	59.39	31.25	9.38	0	0
10. มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	f	28	36	31	17	12	4	0
	%	43.75	56.25	48.44	26.56	18.75	6.25	0

ตาราง 27 (ต่อ)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย	สภาพ		ระดับความต้องการ					
	มี	ไม่มี	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
รวม	f	436	204	366	161	94	19	0
	%	68.13	31.87	57.19	25.16	14.69	2.97	0

จากตาราง 27 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 68.13 และไม่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 31.87

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ ข้อ 2 บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ข้อ 3 บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆ มาก่อน ข้อ 4 บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม ข้อ 5 บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อยและมีกริยาวาจาสุภาพ ข้อ 6 บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อ 7 บุคลากรให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ข้อ 8 มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อ 9 มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และข้อ 10 มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 62.50 , 65.63 , 54.69 , 64.06 , 39.06 , 62.50 , 70.31 , 45.31 , 59.38 และ 48.44 ตามลำดับ

ตาราง 28 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 (N = 64)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกกันคว่าเพิ่มเติม	f	33	31	31	33	0	0	0
	%	51.56	48.44	48.44	51.56	0	0	0
2. มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย	f	25	39	15	28	20	1	0
	%	39.06	60.94	23.44	43.75	31.25	1.56	0
3. เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ	f	16	48	25	28	9	2	0
	%	25.00	75.00	39.06	43.75	14.06	3.13	0
4. จัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอดอนเวลาว่าง	f	19	45	30	15	12	7	0
	%	29.69	70.31	46.88	23.44	18.75	10.94	0
5. มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ให้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น	f	12	52	13	30	16	5	0
	%	18.75	81.25	20.31	46.88	25.00	7.81	0
6. จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกาย อย่างมีประสิทธิภาพ	f	30	34	39	19	4	2	0
	%	46.88	53.12	60.94	29.69	6.25	3.13	0
7. มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น	f	21	43	28	17	16	3	0
	%	32.81	67.19	43.75	26.56	25.00	4.69	0

ตาราง 28 (ต่อ)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
8. จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	f	27	37	23	25	10	6	0
	%	42.19	57.81	35.94	39.06	15.63	9.38	0
รวม	f	183	329	204	195	87	26	0
	%	35.74	64.26	39.84	38.09	16.99	5.08	0

จากตาราง 28 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่ไม่มีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 64.26 และมีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 35.74

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 4 จัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอดอนเวลาว่าง ข้อ 6 จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจ ในการรักษา เลือกรูปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อ 7 มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น คิดเป็นร้อยละ 46.88 , 60.94 และ 43.75 ตามลำดับ ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 1 มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อ 2 มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ข้อ 3 เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อ 5 มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น และข้อ 8 จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 51.56 , 43.75 , 43.75 , 46.88 และ 39.06 ตามลำดับ

ตาราง 29 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
ในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 (N = 64)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีสถานที่ออกกำลังกายภายในรั้ว	f	52	12	57	7	0	0	0
	%	81.25	18.75	89.06	10.94	0	0	0
2. มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	62	245	45	14	5	0	0
	%	96.88	3.13	70.31	21.88	7.81	0	0
3. มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	36	28	44	18	2	0	0
	%	56.25	43.75	68.75	28.13	3.13	0	0
4. สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเล ที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก	f	36	28	30	21	9	4	0
	%	56.25	43.75	46.88	32.81	14.06	6.25	0
5. มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่ง กายอย่างเพียงพอ	f	33	31	44	15	5	0	0
	%	51.56	48.44	68.75	23.44	7.81	0	0
6. สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วน ที่แน่นอนและติดต่อสะดวก	f	29	35	33	24	5	2	0
	%	45.31	54.69	51.56	37.50	7.81	3.13	0
7. มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการ อย่างเพียงพอ	f	25	39	51	11	2	0	0
	%	39.06	60.94	79.69	17.19	3.13	0	0
8. มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับ บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย	f	22	42	30	25	8	1	0
	%	34.38	65.63	46.88	39.06	12.50	1.56	0
9. มีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่ม ใกล้สถานที่ออกกำลังกาย	f	29	35	35	22	7	0	0
	%	45.31	54.69	54.69	34.38	10.94	0	0
10. อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียง พอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้ใช้ บริการ	f	38	26	48	13	3	0	0
	%	59.38	40.63	75.00	20.31	4.69	0	0

ตาราง 29 (ต่อ)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
11. สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี	f	43	21	36	24	3	1	0
	%	67.19	32.81	56.25	37.50	4.69	1.56	0
12. บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ	f	35	29	32	23	5	4	0
	%	54.69	45.31	50.00	35.94	7.81	6.25	0
รวม	f	440	328	485	217	54	12	0
	%	57.29	42.71	63.15	28.26	7.03	1.56	0

จากตาราง 29 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 57.29 และไม่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 42.71

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีสถานที่ออกกำลังกายในร่ม ข้อ 2 มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 3 มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 4 สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อ 5 มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้อ 6 สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก ข้อ 7 มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการอย่างเพียงพอ ข้อ 8 มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ข้อ 9 มีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย ข้อ 10 อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วนกับจำนวนผู้มาใช้บริการ ข้อ 11 สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี และข้อ 12

บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 89.06 , 70.31 , 68.75 , 46.88 , 68.75 , 51.56 , 79.69 , 46.88 , 54.69 , 75.00 , 56.25 และ 50.00 ตามลำดับ

ตาราง 30 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 (N = 64)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย	สภาพ		ระดับความต้องการ					
	มี	ไม่มี	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
1. กายบริหาร	f 25	39	26	21	9	5	3	
	% 39.06	60.94	40.63	32.81	14.06	7.81	4.69	
2. กิจกรรมเข้าจังหวะ	f 29	35	35	19	7	3	0	
	% 45.31	54.69	54.69	29.69	10.94	4.69	0	
3. เทนนิส	f 13	51	30	27	2	3	2	
	% 20.31	79.69	46.88	42.19	3.13	4.69	3.13	
4. เทเบิลเทนนิส	f 33	31	31	20	11	2	0	
	% 51.56	48.44	48.44	31.25	17.19	3.13	0	
5. แบดมินตัน	f 34	30	35	18	8	3	0	
	% 53.12	46.88	54.69	28.13	12.50	4.69	0	
6. เปตอง	f 28	36	20	23	11	5	5	
	% 43.75	56.25	31.25	35.94	17.19	7.81	7.81	
7. มวยสากล	f 5	59	0	2	8	15	39	
	% 7.81	92.19	0	3.13	12.50	23.44	60.94	
8. บาสเกตบอล	f 50	14	26	20	9	7	2	
	% 78.12	21.88	40.63	31.25	14.06	10.94	3.13	
9. วอลเลย์บอล	f 53	11	31	18	9	4	2	
	% 82.81	17.19	48.44	28.13	14.06	6.25	3.13	
10. เซปักตะกร้อ	f 32	32	0	3	15	16	30	
	% 50.00	50.00	0	4.69	23.44	25.00	46.88	
11. กรีฑา	f 45	19	11	25	18	5	5	
	% 70.31	29.69	17.19	39.06	28.13	7.81	7.81	

ตาราง 30 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
12. ตะกร้อวง	f	20	44	0	7	10	16	31
	%	31.25	68.75	0	10.94	15.63	25.00	48.43
13. ว่ายน้ำ	f	0	64	42	15	5	2	0
	%	0	100.0	65.63	23.44	7.81	3.13	0
14. แอโรบอล	f	27	37	26	18	17	3	0
	%	42.19	57.81	40.63	28.13	25.56	4.69	0
15. แฮนด์บอล	f	21	43	18	23	19	4	0
	%	32.81	67.19	28.13	35.94	29.69	6.25	00
16. ซอฟท์บอล	f	3	61	7	10	25	13	9
	%	4.69	95.31	10.94	15.63	39.06	20.31	14.06
17. ฟุตบอล	f	51	13	7	11	18	23	5
	%	79.69	20.31	10.94	17.19	28.13	35.94	7.81
18. รักบี้ฟุตบอล	f	8	56	0	2	8	12	42
	%	12.50	87.50	0	3.13	12.50	18.75	65.63
19. สอกกี	f	6	58	3	8	29	16	8
	%	9.38	90.62	4.69	12.50	45.31	25.00	12.50
20. ยิมนาสติก	f	13	51	20	28	11	2	3
	%	20.31	79.69	31.25	43.75	17.19	3.13	4.69
21. ลีลาศ	f	30	34	41	17	5	1	0
	%	46.88	53.13	64.06	26.56	7.81	1.56	0
22. ยูโด	f	11	53	2	10	16	31	5
	%	17.19	82.81	3.13	15.63	25.00	48.44	7.81

ตาราง 30 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
23. วิ่งเพื่อสุขภาพ	f	38	26	18	24	15	7	0
	%	59.38	40.63	28.13	37.50	23.44	10.94	0
24. ยกน้ำหนัก	f	10	54	0	1	18	29	16
	%	15.63	84.38	0	1.56	28.13	45.31	25.00
25. แอโรบิคแดนซ์	f	36	28	44	13	5	2	0
	%	56.25	43.75	68.75	20.31	7.81	3.13	0
รวม	f	621	979	473	383	308	229	207
	%	38.81	61.19	29.56	23.94	19.25	18.69	12.94

จากตาราง 30 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่ไม่มีประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 61.19 และมีประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 38.81

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรม การออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ แอโรบิคแดนซ์ รองลงมา ว่ายน้ำ และลีลาศ คิดเป็นร้อยละ 68.75 65.63 และ 64.06 ตามลำดับ

ตาราง 31 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 3 (N = 64)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ	f	63	1	32	21	9	2	0
	%	98.44	1.56	50.00	32.81	14.06	3.13	0
2. บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา	f	64	0	39	17	8	0	0
	%	100.0	0	60.94	26.56	12.50	0	0
3. บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬาอื่นๆ มาก่อน	f	46	18	33	20	11	0	0
	%	71.88	28.12	51.56	31.25	17.19	0	0
4. บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม	f	38	26	40	15	9	0	0
	%	59.38	40.63	62.50	23.44	14.06	0	0
5. บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกริยาวาจาสุภาพ	f	41	23	25	19	13	7	0
	%	64.06	35.94	39.06	29.69	20.31	10.94	0
6. บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ	f	36	28	39	20	5	0	0
	%	56.25	43.75	60.94	31.25	7.81	0	0
7. บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี	f	54	10	50	8	6	0	0
	%	84.38	15.62	78.13	12.50	9.38	0	0
8. มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก	f	35	29	25	21	15	3	0
	%	54.69	45.31	39.06	32.81	23.44	4.69	0
9. มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ	f	30	34	28	26	10	0	0
	%	46.88	53.12	43.75	40.63	15.63	0	0
10. มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	f	25	39	25	19	17	3	0
	%	39.06	60.94	39.06	29.69	26.56	4.69	0

ตาราง 31 (ต่อ)

ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
รวม	f	432	208	336	186	103	15	0
	%	67.50	32.50	52.50	29.06	16.09	2.34	0

จากตาราง 31 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 67.50 และไม่มีบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 32.50

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ ข้อ 2 บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ข้อ 3 บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆ มาก่อน ข้อ 4 บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม ข้อ 5 บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อยและมีกริยาวาจาสุภาพ ข้อ 6 บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อ 7 บุคลากรให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ข้อ 8 มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อ 9 มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และข้อ 10 มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 50.00 , 60.94 , 51.56 , 62.50 , 39.06 , 60.94 , 78.13 , 39.06 , 43.75 และ 39.06 ตามลำดับ

ตาราง 32 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 3 (N = 64)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกกันคว่าเพิ่มเติม	f 30 % 46.88	34 53.13	26 40.63	31 48.44	4 6.25	3 4.69	0 0	
2. มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย	f 23 % 35.94	41 64.06	21 32.81	26 40.63	13 20.31	4 6.25	0 0	
3. เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ	f 13 % 20.31	51 79.69	18 28.13	29 45.31	10 15.63	7 10.94	0 0	
4. จัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง	f 16 % 25.00	48 75.00	15 23.44	31 48.44	15 23.44	3 4.69	0 0	
5. มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น	f 10 % 15.63	54 84.38	11 17.19	32 50.00	13 20.31	8 12.50	0 0	
6. จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ	f 27 % 42.19	37 57.81	35 54.69	21 32.81	8 12.50	0 0	0 0	
7. มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น	f 17 % 26.56	47 73.44	33 51.56	16 25.00	14 21.88	1 1.56	0 0	

ตาราง 32 (ต่อ)

ด้านวิชาการ การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
8.จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชา สัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ	f	19	45	30	28	3	3	0
	%	29.69	70.31	46.88	43.75	4.69	4.69	0
รวม	f	155	357	189	214	80	29	0
	%	30.27	69.73	36.91	41.80	15.63	5.66	0

จากตาราง 32 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่ไม่มีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 69.73 และมีวิชาการการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 30.27

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 6 จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจ ในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อ 7 มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น และข้อ 8 จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 54.69 , 51.56 และ 46.88 ตามลำดับ ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อ 1 มีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อ 2 มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ข้อ 3 เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อ 4 จัดชมภาพยนตร์หรือเทปโทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง และข้อ 5 มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการ เกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น คิดเป็นร้อยละ 48.44 , 40.63 , 45.31 , 48.44 และ 50.00 ตามลำดับ

ตาราง 33 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
ในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 3 (N = 64)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. มีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม	f	55	9	51	13	0	0	0
	%	85.94	14.06	79.69	20.31	0	0	0
2. มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	60	4	38	20	6	0	0
	%	93.75	6.25	59.38	31.25	9.38	0	0
3. มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	f	35	29	45	15	4	0	0
	%	54.69	45.31	70.31	23.44	6.25	0	0
4. สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเล ที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก	f	34	30	32	21	11	0	0
	%	53.12	46.88	50.00	32.81	17.19	0	0
5. มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่ง กายอย่างเพียงพอ	f	35	29	49	8	7	0	0
	%	54.69	45.31	76.56	12.50	10.94	0	0
6. สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วน ที่แน่นอนและติดต่อสะดวก	f	30	34	32	25	5	2	0
	%	46.88	53.12	50.00	39.06	7.81	3.13	0
7. มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ให้บริการ อย่างเพียงพอ	f	21	43	45	18	1	0	0
	%	32.81	67.19	70.31	28.13	1.56	0	0
8. มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับ บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย	f	26	38	30	18	9	7	0
	%	40.63	59.38	46.88	28.13	14.06	10.94	0
9. มีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่ม ใกล้สถานที่ออกกำลังกาย	f	30	34	28	23	7	5	1
	%	46.88	53.12	43.75	35.94	10.94	7.81	1.56
10. อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียง พอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้ บริการ	f	41	23	40	20	3	1	0
	%	64.06	35.94	62.50	31.25	4.69	1.56	0

ตาราง 33 (ต่อ)

ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
11. สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี	f	40	24	35	20	6	3	0
	%	62.50	37.50	54.69	31.25	9.38	4.69	0
12. บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ	f	30	34	30	15	13	6	0
	%	46.88	53.12	46.88	23.44	20.31	9.38	0
รวม	f	437	331	455	216	72	24	1
	%	56.90	43.10	59.24	28.13	9.38	3.13	0.13

จากตาราง 33 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 56.90 และไม่มีสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 43.10

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ 1 มีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม ข้อ 2 มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 3 มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อ 4 สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อ 5 มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้อ 6 สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก ข้อ 7 มีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการอย่างเพียงพอ ข้อ 8 มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ข้อ 9 มีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย ข้อ 10 อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ ข้อ 11 สถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี และข้อ 12 บริเวณสถานที่

ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 79.69 , 59.38 , 70.31 , 50.00 , 76.56 , 50.00 , 70.31 , 46.88 , 43.75 , 62.50 , 54.69 และ 46.88 ตามลำดับ

ตาราง 34 สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของ
นักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 3 (N = 64)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. กายบริหาร	f	30	34	35	18	5	4	2
	%	46.88	53.12	54.69	28.13	7.81	6.25	3.13
2. กิจกรรมเข้าจังหวะ	f	22	42	36	24	3	1	0
	%	34.38	65.62	56.25	37.50	4.69	1.56	0
3. เทนนิส	f	15	49	30	16	15	3	0
	%	23.44	76.56	46.88	25.00	23.44	4.69	0
4. เทเบิลเทนนิส	f	35	29	33	21	6	4	0
	%	54.69	45.31	51.56	32.81	9.38	6.25	00
5. แบดมินตัน	f	30	34	36	18	7	3	0
	%	46.88	53.12	56.25	28.13	10.94	4.69	0
6. เปตอง	f	25	39	15	25	19	3	2
	%	39.06	60.94	23.44	39.06	29.69	4.69	3.13
7. มวยสากล	f	10	54	0	2	3	17	42
	%	15.62	84.38	0	3.13	4.69	26.56	65.63
8. บาสเกตบอล	f	53	11	18	25	11	8	2
	%	82.81	17.19	28.13	39.06	17.19	12.50	3.13
9. วอลเลย์บอล	f	56	8	28	19	12	5	0
	%	87.50	12.50	43.75	29.69	18.75	7.81	0
10. เซปักตะกร้อ	f	37	27	0	3	5	19	37
	%	57.81	42.19	0	4.69	7.81	29.69	57.81
11. กรีฑา	f	43	21	10	13	20	16	5
	%	67.19	32.81	15.63	20.31	31.25	25.00	7.81

ตาราง 34 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
12. ตะกร้อวง	f	15	49	0	4	8	19	33
	%	23.44	76.56	0	6.25	12.50	29.69	51.56
13. ว่ายน้ำ	f	0	64	40	13	9	2	0
	%	0	100.0	62.50	20.31	14.06	3.13	0
14. แฮร์บอล	f	24	40	28	21	10	5	0
	%	37.50	62.50	43.75	32.81	15.63	7.81	0
15. แฮนด์บอล	f	17	47	17	21	23	1	2
	%	26.56	73.44	26.56	32.81	35.94	1.56	3.13
16. ซอฟท์บอล	f	4	60	4	8	25	13	14
	%	6.25	93.75	6.25	12.50	39.06	20.31	21.86
17. ฟุตบอล	f	57	7	6	9	11	29	9
	%	89.06	10.94	9.38	14.06	17.19	45.31	14.06
18. รักบี้ฟุตบอล	f	3	61	0	1	6	19	38
	%	4.69	95.31	0	1.56	9.38	29.69	59.38
19. ฮอกกี้	f	2	92	11	13	25	8	7
	%	3.12	96.88	17.19	20.31	39.06	12.50	10.94
20. ยิมนาสติก	f	20	44	21	34	7	2	0
	%	31.25	68.75	32.81	53.13	10.94	3.13	0
21. ลีลาศ	f	38	26	35	14	8	6	1
	%	59.38	40.62	54.69	21.88	12.50	9.38	1.56
22. ยูโด	f	18	46	2	5	16	37	4
	%	28.12	71.88	3.13	7.81	25.00	57.81	6.25

ตาราง 34 (ต่อ)

ด้านประเภทของกิจกรรม การออกกำลังกาย		สภาพ		ระดับความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
23. รื่นเพื่อสุขภาพ	f	42	22	10	25	20	7	2
	%	65.62	34.38	15.63	39.06	31.25	10.94	3.13
24. ยกน้ำหนัก	f	17	47	0	1	6	18	39
	%	26.56	73.44	0	1.56	9.38	28.13	60.94
25. แอโรบิคแดนซ์	f	39	25	45	11	8	0	0
	%	60.94	39.06	70.31	17.19	12.50	0	0
รวม	f	652	948	460	364	288	249	239
	%	40.75	59.25	28.75	22.75	18.00	15.56	14.94

จากตาราง 34 แสดงว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่ไม่มีประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 59.25 และมีประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 40.75

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรม การออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ แอโรบิคแดนซ์ รองลงมา ว่ายน้ำ กิจกรรมเข้าจังหวะ และแบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 70.31 , 62.50 , 56.25 และ 56.25 ตามลำดับ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อเสนอแนะอื่นๆ โดยนำเสนอในรูปของความเรียงสามารถสรุปได้ดังนี้

- ควรสร้างสระว่ายน้ําบริการนักเรียน
- ควรมีการจัดการแข่งขันกีฬาต่างๆ ตามความเหมาะสม
- ควรมีโรงยิมฯ ที่มีความทันสมัยและติดตั้งเครื่องปรับอากาศ
- ทางโรงเรียนควรมีการจัดตั้งชมรมกีฬาต่างๆ
- ควรมีการจัดอบรมและฝึกทักษะกีฬาใหม่ๆ อยู่เสมอ

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขป ความมุ่งหมาย และวิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อศึกษาสภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 3 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 336 คน เป็นชาย 168 คน เป็นหญิง 168 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) และประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางสำเร็จรูปที่ใช้สูตรของเครจซี่และมอร์แกน (Robert V. Krejcie and Eaaryle W. Morgan)

1. เลือกจำนวนโรงเรียนและวิทยาลัยแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ที่มีการเรียนการสอนแบบถาวร จำนวน 8 แห่ง

2. สุ่มกลุ่มตัวอย่างจากนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 3 ปีการศึกษา 2546 โดยแยกตามเพศ และชั้นปีโดยใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มี 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม มีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับสภาพและความต้องการในการออกกำลังกาย แบ่งออกเป็นสภาพในการออกกำลังกาย ซึ่งมี 2 ลักษณะ คือ ลักษณะที่มีอยู่ในปัจจุบันและลักษณะที่ไม่มีอยู่ในปัจจุบัน และความต้องการในการออกกำลังกาย ซึ่งมี 4 ด้าน คือ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ด้านวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านประเภทกิจกรรมที่ต้องการให้ออกกำลังกาย แบบสอบถามมีลักษณะเป็นแบบปลายปิด (Close – Ended Questionnaires) และเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

และด้านประเภทของกิจกรรมที่ต้องการในการออกกำลังกาย มีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List)

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะอื่น ๆ เป็นแบบสอบถามลักษณะเป็นแบบปลายเปิด (Open – Ended Questionnaires)

การวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากการตรวจสอบแบบสอบถามที่ได้รับกลับคืนมาทั้งหมด พบว่า ได้รับกลับคืนมาเป็นจำนวน 336 ฉบับ จากนั้นผู้วิจัยได้รวบรวมแบบสอบถามทั้งหมดไปวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งแบ่งเป็น 3 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับสภาพและความต้องการในการออกกำลังกาย แบ่งออกเป็นสภาพในการออกกำลังกาย ซึ่งมี 2 ลักษณะ คือ ลักษณะที่มีอยู่ในปัจจุบันและลักษณะที่ไม่มีอยู่ในปัจจุบัน และความต้องการในการออกกำลังกาย ซึ่งมี 4 ด้าน คือ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ด้านวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านประเภทกิจกรรมที่ต้องการให้ออกกำลังกาย แบบสอบถามมีลักษณะเป็นแบบปลายปิด (Close – Ended Questionnaires) และเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด และด้านประเภทของกิจกรรมที่ต้องการในการออกกำลังกาย มีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List) มาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปของตารางและความเรียง

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะอื่น ๆ นำเสนอในรูปของความเรียง

สรุปการศึกษาค้นคว้า

1. รวบรวม

1.1 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย

แสดงให้เห็นว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนชายส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 70.15 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 29.85

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนชายอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด

คือ ข้อมีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา โดยเฉพาะ ขอบุคลากร ผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ขอบุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้น ๆ มาก่อน ขอบุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสมและขอบุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี คิดเป็นร้อยละ 57.81 , 66.67 , 57.81 , 64.06 และ 65.63 ตามลำดับ และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ขอบุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกริยาจาสุภาพ ขอบุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อมีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และข้อมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 51.56 , 44.79 , 47.40 , 46.88 และ 47.40 ตามลำดับ

1.2 ด้านวิชาการการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 55.79 และมีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 44.21

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อมีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อมีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ข้อเชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อจัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง ข้อมีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น ข้อจัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อมีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น และข้อจัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 54.17 , 54.69 , 52.60 , 43.75 , 45.31 , 37.50 , 45.31 และ 48.96 ตามลำดับ

1.3 ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 65.49 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 34.51

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย

ของนักเรียนชาย อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อมีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อสถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อมีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้ออุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ และข้อสถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพ แวดล้อมที่ดี คิดเป็นร้อยละ 84.90 , 75.00 , 63.02 , 46.88 , 51.04 , 81.77 และ 57.29 และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อสถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก ข้อมีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ให้บริการอย่างเพียงพอ ข้อมีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ข้อมีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย และข้อบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 46.88 , 42.71 , 39.58 , 50.52 และ 38.54 ตามลำดับ

1.4 ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 57.75 และมีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 42.25

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรมการออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ ฟุตบอล รองลงมา เซปักตะกร้อ และแบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 80.73 , 74.48 และ 64.06 ตามลำดับ

2. รวบรวม

2.1 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย

แสดงให้เห็นว่า สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 65.49 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 34.51

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อมีหน่วยงาน และบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ข้อบุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬา นั้นๆ มาก่อน ข้อบุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม ข้อบุคลากรผู้ให้

บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อยและมีกริยาวาจาสุภาพ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ข้อมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อมีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และข้อมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 56.77 , 65.10 , 54.17 , 65.63 , 41.15 , 59.38 , 74.48 , 42.19 , 50.52 และ 43.23 ตามลำดับ

2.2 ด้านวิชาการการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 64.97 และมีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 35.03

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อจัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อมีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น คิดเป็นร้อยละ 54.69 และ 47.40 ตามลำดับ ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อมีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อมีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ข้อเชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อจัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตลอดเวลา ข้อมีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ให้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น และข้อจัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 51.56 , 44.79 , 44.27 , 38.54 , 45.31 และ 41.15 ตามลำดับ

2.3 ดันสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกายของนักเรียนหญิง ส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 57.64 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 42.36

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อมีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อสถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ใน

ทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อมีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้อสถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อด่วน ข้อมีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ให้บริการอย่างเพียงพอ ข้อมีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ข้อมีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย ข้ออุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ ข้อสถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี และข้อบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 85.42 , 64.06 , 68.23 , 50.52 , 72.92 , 52.08 , 75.00 , 45.83 , 48.96 , 62.27 , 57.81 และ 49.48 ตามลำดับ

2.4 ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 60.77 และมีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 39.23

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรมการออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ แอโรบิคแดนซ์ รองลงมา วายน้ำ และแบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 71.88 , 67.19 และ 60.42 ตามลำดับ

3. นักเรียนชาย ชั้นปีที่ 1

3.1 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 74.69 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 25.31

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อมีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ข้อบุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆมาก่อน ข้อบุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม และข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี คิดเป็นร้อยละ 60.94 , 62.50 , 53.13 , 67.19 และ 64.06 ตามลำดับ และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกริยาวางสภาพ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อมีเจ้าหน้าที่

ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อมีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และข้อมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 57.81 , 46.88 , 50.00 , 51.56 และ 57.81 ตามลำดับ

3.2 ด้านวิชาการการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 50.39 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 49.61

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อมีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อมีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ข้อเชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อจัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง ข้อมีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้ แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น ข้อจัดให้สมาชิกได้มีความรู้ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อมีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น และข้อจัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 65.63 , 60.94 , 50.00 , 43.75 , 45.31 , 39.06 , 50.00 และ 53.13 ตามลำดับ

3.3 ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 65.76 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 34.24

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อมีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อสถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อมีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้ออุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ และข้อสถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพ แวดล้อมที่ดี คิดเป็นร้อยละ

81.25 , 75.00 , 60.94 , 45.31 , 48.44 , 79.69 และ 54.79 และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อสถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก ข้อมีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ให้บริการอย่างเพียงพอ ข้อมีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ข้อมีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย และข้อบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 51.56 , 43.75 , 45.31 , 43.75 และ 34.38 ตามลำดับ

3.4 ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 56.62 และมีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 43.38

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรมการออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ ฟุตบอล รองลงมา เซปักตะกร้อ และแอโรบิคแดนซ์ คิดเป็นร้อยละ 76.56 , 75.00 และ 67.19 ตามลำดับ

4. นักเรียนชาย ชั้นปีที่ 2

4.1 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 69.22 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 30.78

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกายของนักเรียนชายระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อมีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ข้อบุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆมาก่อน ข้อบุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสมและข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี คิดเป็นร้อยละ 50.00 , 67.19 , 59.38 , 51.56 และ 73.44 ตามลำดับ และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกริยาวาจาสุภาพ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อมีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และข้อมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัย

ในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 48.44 , 42.19 , 48.44 , 46.88 และ 42.19 ตามลำดับ

4.2 ด้านวิชาการการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 58.59 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 41.41

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อมีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อมีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ขอเชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อจัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง ข้อมีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น ข้อจัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่าง ๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อมีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น และข้อจัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 45.31 , 57.81 , 54.69 , 43.75 , 43.75 , 40.63 , 42.19 และ 39.06 ตามลำดับ

4.3 ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนชายระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 63.93 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 36.07

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อมีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อสถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อมีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้อมีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการอย่างเพียงพอ ข้อมีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ข้อมีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย ข้ออุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับ

จำนวนผู้มาใช้บริการ และข้อสถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพ แวดล้อมที่ดี คิดเป็นร้อยละ 84.38 , 73.44 , 64.06 , 48.44 , 54.69 , 42.19 , 39.06 , 46.88 , 78.13 และ 57.81 และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อสถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อดสะดวก และข้อบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 45.31 และ 40.63 ตามลำดับ

4.4 ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 58.88 และมีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 41.12

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรมการออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ ฟุตบอล รองลงมา เซปักตะกร้อ และเทเบิลเทนนิส คิดเป็นร้อยละ 82.81 , 70.31 และ 65.63 ตามลำดับ

5. นักเรียนชาย ชั้นปีที่ 3

5.1 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนชายระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 66.56 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 33.44

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อมีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ข้อบุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆมาก่อน ข้อบุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสมและข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี คิดเป็นร้อยละ 62.50 , 70.31 , 60.94 , 73.44 และ 59.38 ตามลำดับ และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกริยาวาจาสุภาพ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อมีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และข้อมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 48.44 , 45.31 , 43.75 , 42.19 และ 42.19 ตามลำดับ

5.2 ด้านวิชาการการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 59.18 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 40.82

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อจัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อมีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น คิดเป็นร้อยละ 40.63 และ 42.19 และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อมีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อมีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ข้อเชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อจัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง ข้อมีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น และข้อจัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 51.56 , 45.31 , 53.13 , 43.75 , 46.88 และ 54.69 ตามลำดับ

5.3 ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 66.80 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 33.20

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อมีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อสถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อมีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้ออุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ ข้อสถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพ แวดล้อมที่ดี และข้อบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 89.06 , 76.56 , 64.06 , 46.88 , 50.00 , 87.50 , 59.38 และ 42.19 และข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก

คือ ข้อสถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก ข้อมีตู้เก็บเสื้อผ้า สำหรับผู้ใช้บริการอย่างเพียงพอ ข้อมีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย และข้อมีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 50.00 , 46.88 , 35.94 และ 62.50 ตามลำดับ

5.4 ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 57.12 และมีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 42.88

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรมการออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ ฟุตบอล รองลงมา เซปักตะกร้อ และแบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 82.81 78.13 และ 67.19 ตามลำดับ

6. นักเรียนหญิง ชั้นปีที่ 1

6.1 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 58.59 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 31.41

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อมีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ข้อบุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆ มาก่อน ข้อบุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม ข้อบุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกริยาวางส่าสุภาพ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อบุคลากรให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ข้อมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อมีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และข้อมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 57.81 , 68.75 , 56.25 , 70.31 , 45.31 , 54.69 , 75.00 , 42.19 , 48.44 และ 42.19 ตามลำดับ

6.2 ด้านวิชาการการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 60.94 และมีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 39.06

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อจัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจ ในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อมีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น คิดเป็นร้อยละ 48.44 และ 46.88 ตามลำดับ ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อมีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อมีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ข้อเชิญวิทยากรมาบรรยาย สาขิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อจัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง ข้อมีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น และข้อจัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 54.69 , 50.00 , 43.75 , 43.75 , 39.06 และ 40.63 ตามลำดับ

6.3 ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 58.72 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 41.28

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 21 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อมีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อสถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อมีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้อสถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก ข้อมีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการอย่างเพียงพอ ข้อมีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ข้อมีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย ข้ออุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ

ข้อสถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี และข้อบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 87.50 , 62.50 , 65.63 , 54.69 , 73.44 , 54.69 , 75.00 , 43.75 , 48.44 , 70.31 , 62.50 และ 51.56 ตามลำดับ

6.4 ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 61.87 และมีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 38.13

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิงระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรมการออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ แอโรบิคแดนซ์ รองลงมา วายน้ำ และแบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 76.56 73.44 และ 70.31 ตามลำดับ

7. นักเรียนหญิง ชั้นปีที่ 2

7.1 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 68.13 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 31.87

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อมีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ข้อบุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้น ๆ มาก่อน ข้อบุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม ข้อบุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อยและมีกิริยา วาจาสุภาพ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ข้อมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อมีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และข้อมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 62.50 , 65.63 , 54.69 , 64.06 , 39.06 , 62.50 , 70.31 , 45.31 , 59.38 และ 48.44 ตามลำดับ

7.2 ด้านวิชาการการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 60.94 และมีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 39.06

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อจัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง ข้อจัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจ ในการรักษา เลือกรูปกรณ์และสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อมีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น คิดเป็นร้อยละ 46.88 , 60.94 และ 43.75 ตามลำดับ ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อมีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อมีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ข้อเชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อมีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น และข้อจัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 51.56 , 43.75 , 43.75 , 46.88 และ 39.06 ตามลำดับ

7.3 ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 57.29 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 42.71

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อมีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อสถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อมีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้อสถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก ข้อมีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการอย่างเพียงพอ ข้อมีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ข้อมีบริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย ข้ออุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ

ข้อสถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี และข้อบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 89.06 , 70.31 , 68.75 , 46.88 , 68.75 , 51.56 , 79.69 , 46.88 , 54.69 , 75.00 , 56.25 และ 50.00 ตามลำดับ

7.4 ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 61.19 และมีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 38.81

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรมการออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ แอโรบิคแดนซ์ รองลงมา วายน้ำ และลีลาศ คิดเป็นร้อยละ 68.75 65.63 และ 64.06 ตามลำดับ

8. นักเรียนหญิง ชั้นปีที่ 3

8.1 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกายของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 67.50 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 32.50

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านบุคลากรผู้ให้บริการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อมีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา ข้อบุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆ มาก่อน ข้อบุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม ข้อบุคลากรผู้ให้บริการแต่งกายเหมาะสมกับกิจกรรม สะอาดเรียบร้อย และมีกริยาจาสุภาพ ข้อบุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ข้อบุคลากรให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ข้อมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้สมาชิก ข้อมีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงบริการ และข้อมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 50.00 , 60.94 , 51.56 , 62.50 , 39.06 , 60.94 , 78.13 , 39.06 , 43.75 และ 39.06 ตามลำดับ

8.2 ด้านวิชาการการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 69.73 และมีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 30.27

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อจัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจ ในการรักษา เลือกรูปทรงและสิ่งต่างๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกายอย่างมีประสิทธิภาพ ข้อมีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น และข้อจัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 54.69 , 51.56 และ 46.88 ตามลำดับ ข้อที่มีความต้องการอยู่ในระดับมาก คือ ข้อมีหนังสือตำรา เอกสารหรือคู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้าเพิ่มเติม ข้อมีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทางการออกกำลังกาย ข้อเชิญวิทยากรมาบรรยาย สาธิตในหลักการวิธีใหม่ๆ ให้แก่สมาชิกให้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ข้อจัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอตอนเวลาว่าง และข้อมีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น คิดเป็นร้อยละ 48.44 , 40.63 , 45.31 , 48.44 และ 50.00 ตามลำดับ

8.3 ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 56.90 และไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 43.10

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม ข้อมีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อมีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ข้อสถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก ข้อมีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ ข้อสถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอน และติดต่อดสะดวก ข้อมีตู้เก็บเสื้อผ้าสำหรับผู้ใช้บริการอย่างเพียงพอ ข้อมีห้องปฐมพยาบาล สำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย ข้อให้บริการจำหน่ายอาหาร เครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย ข้ออุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ

ข้อสถานที่ออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี และข้อบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 79.69 , 59.38 , 70.31 , 50.00 , 76.56 , 50.00 , 70.31 , 46.88 , 43.75 , 62.50 , 54.69 และ 46.88 ตามลำดับ

8.4 ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

สภาพการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่ไม่มีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 59.25 และมีสภาพ คิดเป็นร้อยละ 40.75

ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนักเรียนหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กิจกรรมการออกกำลังกายที่มีความต้องการมากที่สุด คือ แอโรบิคแดนซ์ รองลงมา วายน้ำ กิจกรรมเข้าจังหวะ และแบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 70.31 , 62.50 , 56.25 และ 56.25 ตามลำดับ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อเสนอแนะอื่นๆ โดยนำเสนอในรูปแบบของความเรียง สามารถสรุปได้ดังนี้

- ควรสร้างสระว่ายน้ำบริการนักเรียน
- ควรมีการจัดการแข่งขันกีฬาต่างๆ ตามความเหมาะสม
- ควรมีโรงยิมฯ ที่มีความทันสมัยและติดตั้งเครื่องปรับอากาศ
- ทางโรงเรียนควรมีการจัดตั้งชมรมกีฬาต่าง ๆ
- ควรมีการจัดอบรมและฝึกทักษะกีฬาใหม่ ๆ อยู่เสมอ

อภิปรายผล

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับสภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546 สามารถอภิปรายผลประเด็นที่สำคัญได้ดังนี้

1. สภาพในการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ปีการศึกษา 2546 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการการออกกำลังกายอยู่ในระดับสูง แสดงถึงในสภาพที่เป็นจริง มีบุคลากรรับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายอย่างพร้อมเพียงเรียบร้อยและถูกต้อง และสามารถบริการให้กับนักเรียนได้อย่างเต็มที่

2. ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการอยู่ในระดับปานกลาง แสดงถึงบุคลากรที่มีอยู่เดิมเพียงพอ มีความพร้อมที่ให้บริการกับนักเรียนได้เต็มที่

3. สภาพในการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546 ด้านวิชาการการออกกำลังกายอยู่ในระดับต่ำ แสดงถึงองค์ความรู้ที่มีอยู่เดิมไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่ให้ความรู้และเทคโนโลยีใหม่ ๆ ยังมีข้อบกพร่องและยังขาดอยู่ จึงต้องมีการปรับปรุงและแก้ไข

4. ความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546 ด้านวิชาการการออกกำลังกาย อยู่ในระดับปานกลาง แสดงถึงนักเรียนอาชีวศึกษายังขาดความกระตือรือร้นที่จะหาความรู้ใหม่ ๆ และสิ่งใหม่ ๆ เกี่ยวกับการกีฬา

5. สภาพในการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก อยู่ในระดับต่ำ แสดงถึงสภาพขององค์ประกอบในการออกกำลังกายต่าง ๆ ยังบกพร่องหรือขาดแคลน เช่น สนามกีฬาประเภทต่าง ๆ และองค์ประกอบอื่น ๆ ด้วย

6. ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546 ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก จะมีความต้องการอยู่ในระดับสูง โดยเฉพาะอย่างยิ่งข้อที่มีการจัดสนามกีฬาในร่มหรือโรงยิมส์ และสนามกีฬากลางแจ้งอีกหลาย ๆ ประเภท แสดงให้เห็นว่าความต้องการทางด้านนี้จะสูงมา จะเป็นตัวบ่งชี้ให้เห็นว่านักเรียนอาชีวศึกษามีความสนใจในการเล่นกีฬามาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2534 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากร มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ซึ่งมีความต้องการด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ สถานที่ออกกำลังกายต้องอยู่ในทำเลที่เหมาะสม เดินทางไปมาสะดวก อุปกรณ์ทางพลศึกษามีเพียงพอตามสัดส่วนกับจำนวนผู้ใช้บริการ และอุปกรณ์ที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐานและยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุเทพ เขียวคราม (2546 : 83 – 84) ที่ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากรในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตเทคนิคกรุงเทพฯ พบว่าในด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกโดยรวมมีความต้องการมากที่สุด คือ สถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง และ นิรุจ อักษรพิมพ์ (2546 : บทคัดย่อ) ที่ทำการวิจัยเรื่องสภาพและต้องการในการออกกำลังกายของสมาชิกศูนย์นันทนาการชุมชน กรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2545 พบว่าความต้องการด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกอยู่ในระดับมากที่สุด ในข้อเกี่ยวกับมีการจัดสถานที่ใช้ออกกำลังกายในร่ม

7. สภาพในการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546 ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกายจะมีสภาพอยู่ในระดับต่ำ แสดงถึงกีฬาหลาย ๆ ประเภทยังไม่ได้นำมาใช้ในการออกกำลังกาย ซึ่งมีผลโยงใยในเรื่องของสถานที่ไม่เพียงพอ ยังจะต้องปรับปรุงแก้ไข

8. ความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546 ด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย จะมีความต้องการมากที่สุดในหัวข้อของฟุตบอลและแอโรบิคแดนซ์

ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการเก็บข้อมูลในกลุ่มครู อาจารย์และเจ้าหน้าที่ของโรงเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ
2. ควรนำผลที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ไปส่งเสริมการเรียน การสอน และการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายให้สอดคล้องกับความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา โรงเรียนและวิทยาลัยอาชีวศึกษาให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาค้นคว้านักศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง ในเรื่องสภาพและความต้องการการออกกำลังกายเช่นกัน
2. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างนักเรียนของโรงเรียนเอกชนและนักเรียนของโรงเรียนรัฐบาล

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมพลศึกษา. (2534). แนวทางการพัฒนาวิทยาศาสตร์การกีฬาของประเทศไทย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์กรมการศาสนา.
- กรมอาชีวศึกษา. (2545). หลักสูตรอาชีวศึกษา 2545. กรุงเทพฯ : กระทรวงศึกษาธิการ. ถ่ายเอกสาร.
- กรรณิการ์ โพธิ์มู. (2540). ความต้องการใช้สถานบริการออกกำลังกายของประชาชนในอำเภอเมืองเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (ส่งเสริมสุขภาพ). เชียงใหม่ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- กฤษณา ศักดิ์ศรี. (2534). มนุษย์สัมพันธ์ เล่ม 1. กรุงเทพฯ : อักษรพิทยา.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2536). คู่มือผู้นำการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ : ไทยมิตรการพิมพ์.
- จักรี เสริมทรัพย์. (2541). ความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์และเจ้าหน้าที่มหาวิทยาลัย กรุงเทพฯ. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร.
- จรรยาพร ธรณินทร์. (2530). ออกกำลังกายและกีฬาเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- จรินทร์ ธานีรัตน์. (2529). อนามัยส่วนบุคคล พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- จินดา ปันบรรจง. (2544). ความต้องการการออกกำลังกายของประชาชนในลานกีฬา กลุ่มเจ้าพระยาของกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ฉัตรฤดี สุบรรณ ณ อยุธยา. (2534). ความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์ในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ชูศักดิ์ เวชแพศย์. (2519). สรีรวิทยาการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ : ภาควิชาสรีรวิทยา มหาวิทยาลัยมหิดล.
- บุญส่ง โกสะ. (2542) วิจัยทางพลศึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ปณิธาน โปร่งสละ. (2541). ความต้องการในการออกกำลังกายของทหารผ่านศึกในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ปรานม รอดทัศน. (2541). ความต้องการบริการการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรและนักศึกษา มหาวิทยาลัยรังสิต. ปทุมธานี : มหาวิทยาลัยรังสิต. ถ่ายเอกสาร.

- พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ภูมิพลอดุลยเดช. (2523). พระราชดำรัสเนื่องในพิธีเปิดการ
สัมมนาระดับชาติ เรื่อง “การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ”. ณ คณะแพทยศาสตร์ศิริราช
พยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พลสวัสดิ์ บุตรรัตน์. (2539). *ความต้องการการออกกำลังกายของครูในจังหวัดแพร่*. ปรินญา
นิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2525). “การออกกำลังกายสำคัญไฉน,” *วารสารวิทยาลัยพลศึกษา*
อ่างทอง. 1 (1) : 37
- _____. (2531. ตุลาคม - ธันวาคม). “ประโยชน์ของการออกกำลังกาย,” *นิตยสารการท่า*
เรือ. 2 (2) : 60.
- วิภาพร มาพบสุข. (2540). *จิตวิทยาทั่วไป*. กรุงเทพฯ : ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- สมหวัง สมใจ. (2520, มกราคม). “การออกกำลังกายและพักผ่อน,” *วารสารสุขศึกษาสำหรับ*
ประชาชน. 5 (4) : 9.
- สังวร เฟื่องสวัสดิ์. (2541). *ความต้องการการออกกำลังกายของบุคลากร กรมการค้า*
ต่างประเทศ. กระทรวงพาณิชย์. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร.
- สายัณห์ สุขยิ่ง. (2543). *ความต้องการการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายของครูและ*
เจ้าหน้าที่โรงเรียนในเครือมูลนิธิคณะเซนต์คาเบรียล แห่งประเทศไทย. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.
(พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร.
- สุชาติ โสมประยูร. (2520, มกราคม-ตุลาคม). “การพลศึกษาและการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ,”
วารสารสุขศึกษา พลศึกษาและสันทนาการ. 2 (6) : 43.
- สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. (2534). *ความต้องการบริการการออกกำลังกายของบุคลากร*
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุพิตร สมานิติ. (2525, ธันวาคม). “เดินอย่างไรจึงจะทำให้สุขภาพดี,” *วารสารสุขภาพพลศึกษา*
และสันทนาการ. 3 (3) : 173.
- อนันต์ อัดชู. (2520, มกราคม - ตุลาคม). “การอภิปรายเรื่องการพลศึกษาและการออกกำลังกาย
เพื่อสุขภาพ,” *วารสารสุขศึกษา พลศึกษาและสันทนาการ*. 5 (4) : 46.
- อรุณ รักธรรม. (2527). *หลักมนุษยสัมพันธ์กับการบริหาร*. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรม
ศาสตร์.
- อวย เกตุสิงห์. (2525, เมษายน). “ร่างกายกับการออกกำลังกาย,” *วารสารสุขศึกษา พลศึกษา*
และสันทนาการ. 10 (2) : 190.
- อำนาจ อะโน.. (2527). *การบริหารกาย*. กรุงเทพฯ : กองการศึกษางานตำราและคำสอน
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- Ann, Elizabeth D.A. (1977, April) "A Survey of the Lifetime Sports needs and Interests of Seniors Citizens in Middle Tennessee." *Dissertation Abstracts International*. 37 (10).6341 - A.
- Butler, Stam;u Bradford. (1989, December) "Physical Education and Nonphysical Education Majors : A Comparison of Wexercise Behaviors," *Dissertation Abstracts International*. 50 (1) : 1591 : A.
- Edington and Edgerton. (1976). *The Biology of Physical Activity*. Houston : Miffion.
- Holbrook, James Edward. (1993, September). "Current Problems and Trends in Facility Planning for Health, Physical Education, Recreation and athletics at Colleges and Universities," *Dissertation Abstracts International*. 53 (15) : 2735-A.
- Nontogmah, Samuel Yakuber. (1982, October). "Physical Education Program Offered in Iowa High School, Preferred by Seniors, and Recommended by Professors in Iowa Colleges and Universities," *Dissertation Abstracts International*. 43 (9) : 1080-A.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก.

แบบสอบถาม

**สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546**

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง

**สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546**

คำอธิบาย

1. แบบสอบถามนี้ได้จัดทำขึ้นเพื่อสำรวจสภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา โรงเรียนและวิทยาลัยอาชีวศึกษา ในจังหวัดนนทบุรี ปีการศึกษา 2546

ตอนที่ 1 เกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม เป็นแบบตรวจรายการ (Check List)

ตอนที่ 2 เกี่ยวกับสภาพและความต้องการการออกกำลังกาย ของนักเรียนอาชีวศึกษา โรงเรียนและวิทยาลัยอาชีวศึกษา จังหวัดนนทบุรี ในด้านต่าง ๆ ดังนี้

- 2.1 สภาพและความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการการออกกำลังกาย
- 2.2 สภาพและความต้องการด้านวิชาการการออกกำลังกาย
- 2.3 สภาพและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย
- 2.4 สภาพและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

โดยการศึกษาสภาพจะมีคำตอบ 2 ลักษณะ และการศึกษาความต้องการเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale) มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อยและน้อยที่สุด

2. โปรดกรุณาตอบแบบสอบถามตามคำชี้แจงของแต่ละตอน ให้ตรงสภาพที่เป็นจริง

3. คำตอบของท่าน ผู้วิจัยจะนำมาวิเคราะห์ในทางสถิติ และเสนอผลวิเคราะห์เป็นส่วนรวม เพื่อนำมาประยุกต์ปรับปรุงการจัดส่งเสริมกิจกรรมความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียน อาชีวศึกษา จังหวัดนนทบุรี ให้ได้ผลดีและเป็นประโยชน์แก่นักเรียนอาชีวศึกษาอย่างแท้จริง

4. คำอธิบายประกอบแบบสอบถาม

4.1 ความต้องการการออกกำลังกาย หมายถึง ความต้องการของนักเรียนที่จะออกกำลังกายด้วยกิจกรรมทางพลศึกษาและกีฬาต่าง ๆ นอกเวลาเรียน โดยมีปัจจัยศึกษา 4 ด้าน ได้แก่ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ด้านวิชาการการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

4.2 สภาพการออกกำลังกาย หมายถึง สภาวะหรือสถานภาพที่เป็นอยู่หรือเป็นจริงในปัจจุบัน

4.3 นักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ หมายถึง นักเรียนชายและนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนอาชีวศึกษา และวิทยาลัยอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 3 ปีการศึกษา 2546 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนและสังกัดกรมอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในจังหวัดนนทบุรี

4.4 บุคลากรผู้ให้บริการ หมายถึง คณะครู อาจารย์ เจ้าหน้าที่ ตลอดจนผู้รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายและสิ่งทั่ว ๆ ไป ที่มีความเกี่ยวข้องกับการออกกำลังกายของนักเรียนอาชีวศึกษา

นายแก้วประกอบ ดวงแข
นิสิตปริญญาโท คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

แบบสอบถาม

นักเรียนอาชีวศึกษาทุกท่าน โปรดกรณาดอบแบบสอบถาม ตอนที่ 1 และตอนที่ 2
ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดตอบตามสภาพที่เป็นจริง เกี่ยวกับตัวท่าน โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐
หน้าข้อความที่เป็นจริง

1. เพศ

☐

ชาย

☐

หญิง

2. เป็นนักเรียนชั้นปี

☐

ชั้นปีที่ 1

☐

ชั้นปีที่ 2

☐

ชั้นปีที่ 3

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับสภาพและความต้องการการออกกำลังกายแต่ละด้าน ของ
นักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) จังหวัดนนทบุรี

คำชี้แจง 1. โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่มีสภาพความเป็นจริง และสภาพ
ไม่เป็นจริงในปัจจุบัน

2. เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลขที่ตรงกับความต้องการของท่านโดย

- (1) ข้อใดเป็นความต้องการที่ท่านต้องการมากที่สุด โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลข 5
(2) ข้อใดเป็นความต้องการที่ท่านต้องการมาก โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลข 4
(3) ข้อใดเป็นความต้องการที่ท่านต้องการปานกลาง โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลข 3
(4) ข้อใดเป็นความต้องการที่ท่านต้องการน้อย โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลข 2
(5) ข้อใดเป็นความต้องการที่ท่านต้องการน้อยที่สุด โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลข 1

โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ

1. สภาพและความต้องการในด้านบุคลากรผู้ให้บริการด้านการออกกำลังกาย

ลำดับ	ข้อความ	สภาพ		ความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
1	มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบ เกี่ยวกับการออกกำลังกายของ นักเรียนอาชีวศึกษาโดยเฉพาะ							
2	บุคลากรผู้ให้บริการที่วุฒิทางพลศึกษา							
3	บุคลากรผู้ให้บริการเป็นผู้ที่มี ประสบการณ์ด้านกีฬานั้นๆ มาก่อน							
4	บุคลากรผู้ให้บริการ รู้หลักและวิธี การสอนที่ถูกต้องเหมาะสม							
5	บุคลากรผู้ให้บริการแต่งกาย เหมาะสมกับกิจกรรม สะอาด เรียบร้อย และมีกริยา วาจาสุภาพ							
6	บุคลากรผู้ให้บริการมีบุคลิกภาพที่ดี มีสุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรง ทั้ง ร่างกายและจิตใจ							
7	บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษย สัมพันธ์ดี							
8	มีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของให้ สมาชิก							

ลำดับ	ข้อความ	สภาพ		ความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
9	มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำในช่วง บริการ							
10	มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยใน บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย							

2. สภาพและความต้องการในด้านวิชาการการออกกำลังกาย

ลำดับ	ข้อความ	สภาพ		ความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
1	มีหนังสือตำรา เอกสาร หรือคู่มือ เกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อ สุขภาพ เพื่อให้สมาชิกค้นคว้า เพิ่มเติม							
2	มีการจัดฉายเทป วีดีโอ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เกี่ยวกับทักษะทาง การออกกำลังกาย							
3	เชิญวิทยากรมาบรรยาย สาระใน หลักการวิธีใหม่ ๆ ให้แก่สมาชิกให้มี ความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ							
4	จัดชมภาพยนตร์หรือเทป โทรทัศน์ เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอ ๆ ตอนเวลา ว่าง							
5	มีการจัดประชุมสัมมนาทางวิชาการ เกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อ สุขภาพ เพื่อให้สมาชิกผู้ใช้บริการ จะได้แลกเปลี่ยนความรู้ ความ คิดเห็น							
6	จัดให้สมาชิกได้มีความรู้ ความเข้าใจ ในการรักษา เลือกอุปกรณ์และสิ่ง ต่าง ๆ ที่ใช้ในการออกกำลังกาย อย่างมีประสิทธิภาพ							

ลำดับ	ข้อความ	สภาพ		ความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
7	มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อที่จะได้หาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น							
8	จัดหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ							

3. สภาพและความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย

ลำดับ	ข้อความ	สภาพ		ความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
1	มีสถานที่ออกกำลังกายภายในร่ม							
2	มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง							
3	มีไฟฟ้าสนามเพียงพอกับสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง							
4	สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสมอยู่ใกล้และไปมาสะดวก							
5	มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายอย่างเพียงพอ							
6	สถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่เป็นสัดส่วนที่แน่นอนและติดต่อสะดวก							
7	มีตู้เก็บเสื้อผ้า (LOCKER) สำหรับผู้ใช้บริการอย่างเพียงพอ							
8	มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย							
9	มีบริการจำหน่ายอาหาร และเครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย							
10	อุปกรณ์การออกกำลังกายมีเพียงพอตามสัดส่วน กับจำนวนผู้มาใช้บริการ							

ลำดับ	ข้อความ	สภาพ		ความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
				5	4	3	2	1
11	สถานที่ที่จะออกกำลังกายอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี							
12	บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ							

4. สภาพและความต้องการด้านประเภทของกิจกรรมการออกกำลังกาย

ลำดับ	ข้อความ	สภาพ		ความต้องการ				
		มี	ไม่มี	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
				5	4	3	2	1
1	กายบริหาร							
2	กิจกรรมเข้าจังหวะ							
3	เทนนิส							
4	เทเบิลเทนนิส							
5	แบดมินตัน							
6	เปตอง							
7	มวยสากล							
8	บาสเกตบอล							
9	วอลเลย์บอล							
10	เซปักตะกร้อ							
11	กรีฑา							
12	ตะกร้อวง							
13	วูตวูต							
14	แชร์บอล							
15	แฮนด์บอล							
16	ซอฟท์บอล							
17	ฟุตบอลล							
18	รักบี้ฟุตบอล							
19	ฮอกกี้							
20	ยิมนาสติก							
21	ลีลาศ							

ภาคผนวก ข.

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์แผน เจียรนัย
คณบดี คณะพลศึกษา
คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์อมรพงษ์ สุธรรมรักษ์
รองคณบดี คณะพลศึกษา
คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. รองศาสตราจารย์ ดร.วิรัช วรรณรัตน์
รองศาสตราจารย์ ระดับ 9
สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
4. อาจารย์ประมวล เอี่ยมบุตร
ผู้อำนวยการศูนย์การท่องเที่ยว กีฬาและสันทนาการ ระดับ 8 จังหวัดนนทบุรี
5. อาจารย์พรเลิศ แสงแก้วเลิศ
ผู้จัดการ, อาจารย์ใหญ่
โรงเรียนพระรามหกเทคโนโลยี

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ – นามสกุล	นายแก้วประกอบ ดวงแข
วัน เดือน ปีเกิด	1 เมษายน พ.ศ. 2502
ภูมิลำเนา	บ้านเลขที่ 10 หมู่ที่ 3 ต. คลองพระอุดม อ. ปากเกร็ด จ. นนทบุรี 11120
ที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ 12 หมู่ที่ 1 ต. เสาธงหิน อ. บางใหญ่ จ. นนทบุรี 11140
ตำแหน่งหน้าที่ปัจจุบัน	หัวหน้างานปกครอง
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนพระรามหกเทคโนโลยี เลขที่ 686 ถ. จรัญสนิทวงศ์ แขวงบางอ้อ เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร 10700
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2516	สำเร็จการศึกษาชั้นประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนวัดสะพานสูง (รถไฟนุเคราะห์) จังหวัดนนทบุรี
พ.ศ. 2521	สำเร็จการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
พ.ศ. 2523	สำเร็จการศึกษาระดับประกาศนียบัตร วิชาการศึกษาชั้นสูง (ป.กศ. สูง) พลศึกษา วิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดอ่างทอง
พ.ศ. 2532	สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี ครุศาสตรบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา (ค.บ.) วิทยาลัยครูจันทระเกษม
พ.ศ. 2546	สำเร็จการศึกษาระดับการศึกษามหาบัณฑิต สาขาพลศึกษา (กศ.ม.) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ