

สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา
วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544

ปริญญานิพนธ์
ของ
นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา
กันยายน 2545
ลิขสิทธิ์ของ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา
วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544

บทคัดย่อ
ของ
สุพร แก้ววล้าหาญ

613.71
ค 827 ก
5.3

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา
กันยายน 2545

ก 152408

สุพร แก้วกล้าหาญ. (2545). สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544. ปรินุญยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม ปรินุญยานิพนธ์ : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี , รองศาสตราจารย์ เทเวศร์ พิริยะพณท์.

การวิจัยครั้งนี้ เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบสภาพและความต้องการในการ ออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544 กลุ่มตัวอย่างเป็น นักเรียนนักศึกษาชายและหญิง ในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. และ ปวส. จำนวน 599 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นแบบสอบถาม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีความเชื่อมั่น .95 การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ทดสอบค่าที (t-test Independent) ผลการศึกษาพบว่า

1. สภาพในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาในส่วนกลาง ระหว่าง ชาย กับ หญิง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. สภาพในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาในส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ไม่แตกต่างกัน
3. สภาพในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาในส่วนภูมิภาค ระหว่าง กับ หญิง และระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. ไม่แตกต่างกัน
4. สภาพในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนระดับ ปวช. ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 ส่วนด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ไม่แตกต่างกัน
5. สภาพในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนระดับ ปวส. ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค แตกต่าง กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
6. สภาพในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระหว่าง ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
7. ความต้องการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาในส่วนกลาง ระหว่างชาย กับ หญิง ไม่แตกต่างกัน

8. ความต้องการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก สะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาในส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. ไม่แตกต่างกัน

9. ความต้องการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก สะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาในส่วนภูมิภาค ระหว่างชาย กับ หญิง ไม่แตกต่างกัน

10. ความต้องการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาในส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. ไม่แตกต่างกัน ส่วนด้านบุคลากรผู้ให้บริการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

11. ความต้องการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนระดับ ปวช. ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ไม่แตกต่างกัน

12. ความต้องการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก สะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักศึกษาระดับ ปวส. ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

13. ความต้องการในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก สะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

CONDITION AND NEEDS FOR EXERCISE OF COLLEGE OF FINE ARTS STUDENTS
IN ACADEMIC YEAR 2001

AN ABSTRACT
BY
SUPORN KLAEOKLAHARN

Presented in partial fulfillment of the requirement for
the Master Degree of Education in Physical Education
at Srinakarinwirot University
September 2002

Suporn Klaeoklaharn. (2002). *Condition and Needs for Exercise of College of Fine Arts Students in Academic Year 2001*. Mater Degree of Education (Physical Education). Bangkok : Graduate School, Srinakarinwirot University. Advisor Committee : Assis. Prof. Thongchai Chareonsupmanee and Asso. Prof. Thawate Piriyaopon

This research was to study and compare condition and needs for exercise of College of Fine Arts students in academic year 2001. The samples derived by stratified random were 599 students both male and female, studying in the curriculums of Vocational and Higher Vocational Certificates of Fine Arts from the main and local campuses. The research instrument was questionnaires designed by the researcher, having .95 reliability. The data was analyzed by using percentages, means ($\bar{X}$), and standard deviations (S.D.). Then, the difference was determined by using t-test independent.

The results revealed that

1. Condition for exercise in terms of places, equipment and facilities as well as facilitators, compared by male and female students in the main campus was significantly different at .05 level.
2. Condition for exercise in terms of places, equipment and facilities, compared by Vocational and Higher Vocational students in the main campus was significantly different at .05 level. In parts of facilitator, there appeared not to be different.
3. Condition for exercise in terms of places, equipment and facilities as well as facilitators, compared by male and female students including Vocational and Higher Vocational students in the local campuses was not totally different.
4. Condition for exercise in terms of places, equipment and facilities, compared by Vocational students between the main and local campuses was significantly different at .05 level. In parts of facilitators, there appeared not to be different.
5. Condition for exercise in terms of places, equipment and facilities as well as facilitators, compared by Higher Vocational students between the main and local campuses was significantly different at .05 level.

7. Needs for exercise in terms of places, equipment and facilities as well as facilitators, compared by male and female students in the main campus were not different.

8. Needs for exercise in terms of places, equipment and facilities, as well as facilitators, compared by Vocational and Higher Vocational students in the main campus were not different.

9. Needs for exercise in terms of places, equipment and facilities as well as facilitators, compared by male and female students in the local campuses were not different.

10. Needs for exercise in terms of places, equipment and facilities, compared by Vocational and Higher Vocational students in the local campuses were not different. In parts of facilitators, there appeared significantly different at .05 level.

11. Needs for exercise in terms of places, equipment and facilities, compared by Vocational students between the local and main campuses were significantly different at .05 level. In parts of facilitators, there appeared not to be different.

12. Needs for exercise in terms of places, equipment and facilities as well as facilitators, compared by Higher Vocational students between the local and main campuses were significantly different at .05 level.

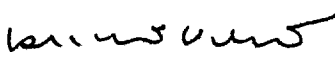
13. Needs for exercise in terms of places, equipment and facilities as well as facilitators, compared by College of Fine Arts students between the local and main campuses were significantly different at .05 level.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษา
วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544

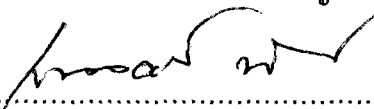
ของ
นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ

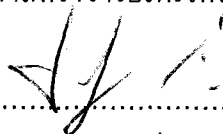
ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

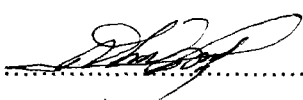

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร.นภาพร หะวานนท์)
วันที่ 17 เดือน กันยายน พ.ศ. 2545

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์


.....ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี)


.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพณท์)


.....กรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชาวุฒิ ปลื้มสำราญ)


.....กรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติม
(อาจารย์ลำพอง ศรีรุ่ง)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จได้เนื่องจากได้รับความกรุณาเป็นอย่างยิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ และ รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพจนท์ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษา แนะนำ ช่วยเหลือ และแก้ไขปัญหาดังต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างการดำเนินการวิจัย จนปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ธาวุฒิ ปลื้มสำราญ และ อาจารย์ลำพอง ศรีรุ่ง กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม ที่ได้กรุณาชี้แนะ แนะนำ แก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ จนทำให้ปริญญานิพนธ์มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น และขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ได้แก่ รองศาสตราจารย์สุนทร แม้นสงวน ผู้ช่วยศาสตราจารย์อาวุธ วัฒนสิน รองศาสตราจารย์ ดร.วิรัช วรรณรัตน์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นำชัย เลวลย์ และ อาจารย์พัชรี ผลานุรักษา ที่ได้กรุณาตรวจแก้ไข และให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแบบสอบถาม ขอขอบคุณอาจารย์วันดี จงคงคา ที่กรุณาให้คำปรึกษา แนะนำ เกี่ยวกับการวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัยครั้งนี้ ตลอดจน พี่เพื่อน และน้อง ๆ ทุกคน ที่ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้

ท้ายที่สุด ผู้วิจัยขอขอบคุณความดีของปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ แต่นางสุพัฒน์ แก้วกล้าหาญ มารดาผู้ล่วงลับไปแล้ว นายเอื้อง แก้วกล้าหาญ พระมหาดิศร มะลิทอง และพี่ชายพี่สาวที่ได้ให้ออกาส ให้กำลังใจและให้การสนับสนุนแก่ผู้วิจัยมาโดยตลอด จนสำเร็จการศึกษา จึงขอขอบพระคุณทุกท่านเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

สุพร แก้วกล้าหาญ

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ.....	1
	ภูมิหลัง.....	1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	2
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	3
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	3
	นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
	กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	5
	สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า.....	5
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
	เอกสารที่เกี่ยวข้อง.....	6
	ประวัติวิทยาลัยช่างศิลป์.....	6
	ความหมายของการออกกำลังกาย.....	12
	หลักของการออกกำลังกาย.....	13
	ประเภทของการออกกำลังกาย.....	15
	ประโยชน์ของการออกกำลังกาย.....	16
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	17
	งานวิจัยในต่างประเทศ.....	17
	งานวิจัยในประเทศ.....	18
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	27
	การกำหนดประชากร.....	27
	การกำหนดกลุ่มตัวอย่าง.....	27
	การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	29
	ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ.....	31
	การหาคุณภาพของเครื่องมือ.....	31
	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	31
	การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล.....	31

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	32
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	32
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	103
สังเขปความมุ่งหมาย และวิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	103
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	103
วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	103
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	104
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	104
อภิปรายผล.....	110
บรรณานุกรม.....	120
ภาคผนวก.....	123
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	145

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	จำนวนประชากร นักเรียนนักศึกษาเพศชายหญิงวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลางและส่วนภูมิภาค.....	28
2	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง นักเรียนนักศึกษาเพศชายหญิงวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลางและส่วนภูมิภาค.....	28
3	จำนวนและร้อยละข้อมูลส่วนตัวของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์.....	33
4	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) สภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง จำแนกตามเพศ.....	35
5	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) สภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง จำแนกตามเพศ.....	37
6	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) สภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค จำแนกตามเพศ.....	38
7	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) สภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค จำแนกตามเพศ.....	40
8	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) สภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส.	41
9	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) สภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส.	43
10	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) สภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส.....	44

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

11	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) สภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส.	46
12	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ ออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง จำแนกตามเพศ	47
13	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ ออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง จำแนกตามเพศ	49
14	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ ออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค จำแนกตามเพศ	50
15	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ ออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค จำแนกตามเพศ	52
16	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ ออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส.	53
17	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ ออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส.	55
18	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ ออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส.	56
19	ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ ออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส.	58

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

20	เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง เป็นรายชื่อ.....	59
21	เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง เป็นรายชื่อ.....	61
22	เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค เป็นรายชื่อ.....	62
23	เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค เป็นรายชื่อ.....	64
24	เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. เป็นรายชื่อ.....	65
25	เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. เป็นรายชื่อ.....	67
26	เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. เป็นรายชื่อ.....	68
27	เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. เป็นรายชื่อ.....	70
28	เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค เป็นรายด้าน.....	71

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

29	เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค เป็นรายด้าน.....	72
30	เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค เป็นรายด้าน.....	73
31	เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง เป็นรายข้อ.....	74
32	เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง เป็นรายข้อ.....	76
33	เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค เป็นรายข้อ.....	77
34	เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค เป็นรายข้อ.....	79
35	เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระหว่าง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. เป็นรายข้อ.....	80
36	เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระหว่าง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. เป็นรายข้อ.....	82
37	เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระหว่าง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. เป็นรายข้อ.....	83
38	เปรียบเทียบความต้องการสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระหว่าง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. เป็นรายข้อ.....	85

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

39	เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ระหว่าง ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค รายด้าน.....	86
40	เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ระหว่าง ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค รายด้าน.....	87
41	เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ระหว่าง ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค รายด้าน.....	88
42	จำนวนและค่าร้อยละของชนิดกีฬาที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนกลาง ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี.....	89
43	จำนวนและค่าร้อยละของวันที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนกลาง ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี.....	90
44	จำนวนและค่าร้อยละของช่วงเวลาที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนกลาง ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี.....	91
45	จำนวนและค่าร้อยละของชนิดกีฬาที่นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ส่วนกลาง ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี.....	92
46	จำนวนและค่าร้อยละของวันที่นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ส่วนกลาง ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี.....	93
47	จำนวนและค่าร้อยละของช่วงเวลาที่นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ส่วนกลาง ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี.....	94
48	จำนวนและค่าร้อยละของชนิดกีฬาที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนภูมิภาค ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี.....	95
49	จำนวนและค่าร้อยละของวันที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนภูมิภาค ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี.....	96
50	จำนวนและค่าร้อยละของช่วงเวลาที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนภูมิภาค ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี.....	97
51	จำนวนและค่าร้อยละของชนิดกีฬาที่นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ส่วนภูมิภาค ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี.....	98

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

52	จำนวนและค่าร้อยละของวันที่นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ส่วนภูมิภาค ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี.....	99
53	จำนวนและค่าร้อยละของช่วงเวลาที่นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ส่วนภูมิภาค ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี.....	100

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การพัฒนาประเทศให้ก้าวหน้า จำเป็นต้องพัฒนาเยาวชนและประชาชนให้มีคุณภาพ การศึกษาเป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาคน เพราะการพัฒนาประเทศต้องอาศัย คนที่มีความรู้ ความสามารถ ความตั้งใจรวมทั้งประสบการณ์และความชำนาญ นอกจากการ ศึกษาแล้วการออกกำลังกายและการเล่นกีฬายังช่วยส่งเสริมให้เยาวชนและประชาชนที่มี สุขภาพไม่ดีให้ดีขึ้น และผู้ที่มีสุขภาพดีอยู่แล้วให้เป็นผู้มีสุขภาพดียิ่งขึ้น องค์การศึกษา วิทยาศาสตร์และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ (Unesco) ให้ความสำคัญของการมีสุขภาพดี ประกอบด้วยปัจจัย 4 ประการ คือ อาหารและโภชนาการ ออกกำลังกายและการเล่นกีฬา การ พักผ่อนนอนหลับ และหลีกเลี่ยงโรคภัยไข้เจ็บ ปัจจุบันโลกได้พัฒนาและมีความเจริญก้าวหน้า ไปมาก ประเทศที่เจริญแล้วเห็นพ้องต้องกันว่าควรเพิ่มปัจจัยที่ 5 คือ การจัดการกับความเครียด เมื่อพิจารณาให้ดีแล้วจะเห็นว่าทุกปัจจัยสุขภาพเกี่ยวข้องกับการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ทั้งสิ้น เช่น การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาแล้วทำให้รับประทานอาหารได้ การ ออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นการพักผ่อนจากกิจกรรมหรือการทำงานประจำและได้ผ่อนคลายอารมณ์และความเครียด ช่วยให้ร่างกายแข็งแรงเกิดภูมิคุ้มกันโรค ไม่เจ็บป่วยง่าย ๆ ไม่อ้วน สุขภาพจิตดี อารมณ์ดี มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาร่วมกัน ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ (วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. 2544 : 6)

การออกกำลังกายมีคุณค่ากล่าวคือ คุณค่าของการออกกำลังกายทางสรีรวิทยา (Physiological Values) การออกกำลังกายจะช่วยให้การปรับปรุงระบบการไหลเวียนโลหิต ช่วยให้การสูดฉีดโลหิตในแต่ละครั้งมีปริมาณมากขึ้น แต่มีอัตราการเต้นของหัวใจลดลง ใน คนปกติอัตราการเต้นของหัวใจประมาณ 70-80 ครั้งต่อนาที แต่เมื่อมีการออกกำลังกายเป็น ประจำสม่ำเสมอแล้ว อัตราการเต้นของหัวใจลดลงต่ำกว่า 60 ครั้งต่อนาที ในระบบการหายใจ ผู้ที่ออกกำลังกายสม่ำเสมอ จะหายใจช้าและลึกกว่าผู้ที่ไม่เคยออกกำลังกาย อวัยวะในการ ย่อยอาหารและการกำจัดของเสียออกจากร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ระบบ กล้ามเนื้อ กระดูกและข้อต่อมีสมรรถภาพดีขึ้น (จรรยาพร ธรณินทร์. 2525 : 152-153) ส่วน ทางจิตวิทยา (Psychological Values) การออกกำลังกายจะช่วยลดความเครียดของประสาท (พูนทรัพย์ ทองบพิตร. 2535 : 27; อ้างอิงจาก Blundell. 1964, *The muscular and their story*) และคุณค่าทางสังคม (Sociological Values) มนุษย์มีสัญชาตญาณในการที่จะอยู่ ร่วมกันทางสังคม ซึ่งจะรวมไปถึงความพึงพอใจในการเล่นกีฬาร่วมกันสร้างเสริมความมีน้ำใจ

นักกีฬาและสร้างมิตรภาพให้เกิดขึ้น (พูนทรัพย์ ทองบพิตร. 2535 : 29 ; อ้างอิงจาก Seaton. 1959, *Physical Education Handbook*) ดังนั้นการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา จึงเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งในการดำรงชีวิตเป็นที่ยอมรับของนักการศึกษาโดยทั่วไปว่า การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาถือว่าเป็นกระบวนการอย่างหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมให้เยาวชนและประชาชนได้มีการเจริญงอกงามและมีพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ช่วยให้เกิดการพัฒนาการทุกด้าน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโตอย่างมีประสิทธิภาพ และช่วยพัฒนาสติปัญญาให้รู้จักแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าในยามคับขัน นอกจากนี้การออกกำลังกายและเล่นกีฬา ยังช่วยพัฒนาและเสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรม ความมีระเบียบวินัยและความมีน้ำใจนักกีฬา ช่วยให้นักเรียนอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ไม่ประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ผิดกฎหมายของสังคม และหลีกเลี่ยงอบายมุข สิ่งเสพติด ซึ่งเป็นปัญหาสำคัญของสังคมในปัจจุบัน ผู้วิจัยในฐานะครูพลศึกษาทำหน้าที่เป็นผู้สอนในวิทยาลัยช่างศิลป์ซึ่งเป็นสถานศึกษาแห่งหนึ่งที่สังกัดกรมศิลปากร เปิดทำการสอน หลักสูตรศิลปกรรมระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ศ.ปวช.) และหลักสูตรศิลปกรรมระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ศ.ปวส.) ให้การศึกษานักเรียนนักศึกษาด้านศิลปะ ซึ่งนักเรียนนักศึกษาส่วนใหญ่ในวิทยาลัยช่างศิลป์ จะมีอายุระหว่าง 15-24 ปี เป็นเด็กวัยรุ่น ซึ่งอยู่ในกลุ่มที่มีแนวโน้มที่จะถูกยั่วยุให้ไปทดลองใช้สารเสพติด ตระหนักในความสำคัญของการออกกำลังกายว่ามีประโยชน์และมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อชีวิต ซึ่งผู้วิจัยมีความเห็นว่าหากได้มีการชักจูงให้เด็กได้เห็นความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา พร้อมทั้งทราบสภาพและความต้องการการเล่นกีฬาของเด็กในระดับนี้จะเป็นประโยชน์สำหรับเด็กหรือเยาวชนของชาติเป็นอย่างยิ่งเพราะนอกจากจะมีสุขภาพแข็งแรง แล้วยังเป็นการช่วยให้นักเรียนนักศึกษาหันมาใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัว สังคม และห่างไกลจากสารเสพติด ทำให้สังคม และประเทศชาติพัฒนาได้เทียบเท่ากับนานาประเทศที่เจริญแล้ว

จากเหตุผลดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ชนิดของกีฬาที่ต้องการออกกำลังกาย และช่วงเวลาที่ต้องการออกกำลังกาย เพื่อเป็นแนวทางพัฒนาส่งเสริมการออกกำลังกายให้ตรงกับความต้องการและความสนใจของนักเรียนนักศึกษาต่อไป

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อทราบสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์

2. เพื่อเปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ระหว่างชายกับหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) กับ ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) และ ส่วนกลางกับส่วนภูมิภาค

3. เพื่อเปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ระหว่างชายกับหญิง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. และส่วนกลางกับส่วนภูมิภาค

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ทำให้ทราบสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ และทราบความแตกต่างของสภาพและความต้องการในการออกกำลังกาย จำแนกตามเพศชาย หญิง ระดับการศึกษา ปวช. และ ปวส. และที่ตั้งของสถานศึกษาที่อยู่ในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค เพื่อเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมส่งเสริมให้นักเรียนนักศึกษาได้ออกกำลังกายและเล่นกีฬาตามความต้องการและความสนใจ เป็นข้อมูลสนับสนุนในการขอตั้งงบประมาณเพื่อปรับปรุงต่อเติมสถานที่ออกกำลังกายและเล่นกีฬานักเรียนนักศึกษา เป็นการกระตุ้นให้ผู้บริหารได้ตระหนักถึงความสำคัญและสนับสนุนในการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ และพละนาถิยของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ และเป็นแนวทางการศึกษาค้นคว้าต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร เป็นนักเรียนนักศึกษาชาย และ หญิงวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. ปีการศึกษา 2544 ในส่วนกลาง และ ส่วนภูมิภาค รวมทั้งสิ้น 1,303 คน
2. กลุ่มตัวอย่าง ที่เป็นักเรียนนักศึกษาชายและหญิง ที่ศึกษาอยู่ในวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. จำนวน 600 คน แบ่งออกเป็น ส่วนกลาง จำนวน 300 คน เป็นชาย 221 คน หญิง 79 คน และ ส่วนภูมิภาค จำนวน 300 คน เป็นชาย 203 คน หญิง 97 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)
3. ตัวแปรที่ศึกษา
 - 3.1 ตัวแปรต้น ได้แก่ นักเรียนนักศึกษาจำแนกตามเพศ (ชายหญิง) ระดับ ปวช. ชั้นปีที่ 1-3 และ นักศึกษาระดับ ปวส. ชั้นปีที่ 1-2 ปีการศึกษา 2544 และที่ตั้งสถานศึกษา (ส่วนกลาง – ส่วนภูมิภาค)
 - 3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ สภาพและความต้องการการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. สภาพ หมายถึง ภาวะหรือสภาพที่เป็นจริงอยู่เป็นประจำในการออกกำลังกาย ซึ่งประกอบด้วยสภาพต่าง ๆ ดังนี้ ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก บุคลากร ผู้ให้บริการ

2. ความต้องการ หมายถึง ความประสงค์ที่ต้องการออกกำลังกายหรือต้องการจะได้สิ่งที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย

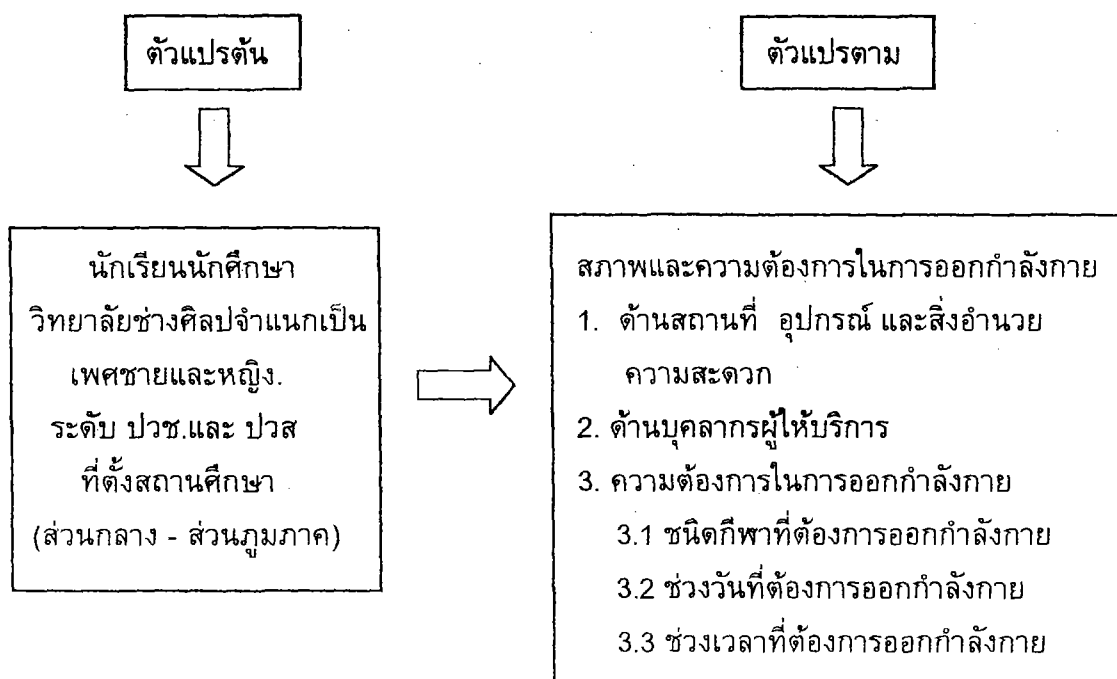
3. การออกกำลังกาย หมายถึง การเคลื่อนไหวในลักษณะ การวิ่ง การเดิน การกระโดด การเล่นกีฬา ฯลฯ ให้เกิดสมรรถภาพและประกอบกิจกรรมการงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4. วิทยาลัยช่างศิลป์ในสังกัดกรมศิลปากร หมายถึง สถานศึกษาที่สังกัดสถาบันศิลปกรรม กรมศิลปากร กระทรวงศึกษาธิการ ได้แก่ วิทยาลัยช่างศิลป์กรุงเทพฯ วิทยาลัยช่างศิลป์สุพรรณบุรี และวิทยาลัยช่างศิลป์นครศรีธรรมราช ที่เปิดสอน หลักสูตรศิลปกรรมระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพและประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง

4.1 วิทยาลัยช่างศิลป์ส่วนกลาง หมายถึง วิทยาลัยช่างศิลป์กรุงเทพฯ ตั้งอยู่ที่เลขที่ 281 ถนน ฉลองกรุง เขต ลาดกระบัง กรุงเทพฯ 10520

4.2 วิทยาลัยช่างศิลป์ส่วนภูมิภาค หมายถึง วิทยาลัยช่างศิลป์สุพรรณบุรี ตั้งอยู่ที่เลขที่ 16 หมู่ 4 ถนน มาลัยแมน ตำบล ไร่ใหญ่ อำเภอ เมือง จังหวัด สุพรรณบุรี 72000 และ วิทยาลัยช่างศิลป์นครศรีธรรมราช ตั้งอยู่เลขที่ 200 หมู่ 2 ตำบล ทอนหงส์ อำเภอ พรหมคีรี จังหวัด นครศรีธรรมราช 80320

กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า



สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

1. สภาพในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ด้านสถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ระหว่างชายกับหญิง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. และส่วนกลางกับส่วนภูมิภาคแตกต่างกัน
2. ความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ระหว่างชายกับหญิง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. และส่วนกลางกับส่วนภูมิภาคแตกต่างกัน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อดังนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้อง
 - 1.1. ประวัติวิทยาลัยช่างศิลป์
 - 1.2. ความหมายของการออกกำลังกาย
 - 1.3. หลักของการออกกำลังกาย
 - 1.4. ประเภทของการออกกำลังกาย
 - 1.5. ประโยชน์ของการออกกำลังกาย
2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 2.2 งานวิจัยในประเทศ

1. เอกสารที่เกี่ยวข้อง

1.1 ประวัติวิทยาลัยช่างศิลป์

วิทยาลัยช่างศิลป์เป็นสถานศึกษา สังกัดสถาบันศิลปกรรม กรมศิลปากร กระทรวงศึกษาธิการ มีชื่อเดิมว่า โรงเรียนศิลปศึกษา ตั้งขึ้นด้วยความมุ่งหมายเพื่อให้ฐานะเป็นโรงเรียนเตรียมของมหาวิทยาลัยศิลปากร จึงสังกัดอยู่กับมหาวิทยาลัยศิลปากร ดำเนินงานโดยอาศัยเงินงบประมาณของมหาวิทยาลัย และได้ครู - อาจารย์ในมหาวิทยาลัย มาช่วยทำการสอน นอกจากครูสอนวิชาสามัญมีทั้งครูประจำและเชิญบุคคลภายนอกมาสอนพิเศษเป็นรายชั่วโมง หลักสูตรวิชาศิลปะก็จัดวิชาและรายการสอนให้สอดคล้องกับหลักสูตรของมหาวิทยาลัยศิลปากร เว้นแต่วิชาสามัญคงดำเนินการสอนตามหลักสูตรชั้นเตรียมอุดมศึกษา แผนกอักษรศาสตร์

โรงเรียนศิลปศึกษานี้ได้มีประกาศให้ตั้งขึ้นเมื่อวันที่ 4 มีนาคม 2495 โดยนายกรัฐมนตรี คณะกรรมการมหาวิทยาลัยศิลปากร และประกาศใช้บังคับว่าด้วยการศึกษาของโรงเรียนศิลปศึกษา พุทธศักราช 2495 กำหนดคุณสมบัติและพื้นความรู้ของผู้สมัครเข้าเรียน ค่าธรรมเนียมการเรียนและหลักสูตร ในระยะเริ่มแรกเปิดสอนเพียงแผนกเดียวคือ แผนกจิตรกรรมและประติมากรรม เป็นหลักสูตร 3 ปี และให้สิทธิ์แก่ผู้สอบได้ชั้นปีที่ 2 ซึ่งได้คะแนนไม่น้อยกว่าร้อยละ 65 เข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยศิลปากรได้โดยไม่ต้องสอบคัดเลือก ส่วนผู้ที่จบการศึกษาตามหลักสูตร 3 ปี จะได้รับประกาศนียบัตรศิลปศึกษาชั้นกลางของกรมศิลปากร

เปิดทำการสอนเป็นครั้งแรกเมื่อวันที่ 17 พฤษภาคม พ.ศ.2495 มีนักเรียนรุ่นแรกจำนวน 36 คน โดยใช้สถานที่ส่วนหนึ่งของมหาวิทยาลัยศิลปากรเป็นสถานที่เรียนชั่วคราว ได้ขยายการสอนเป็น 3 แผนก คือ แผนกจิตรกรรม และประติมากรรม แผนกช่างสิบหมู่ และแผนกโบราณคดี แต่ละแผนกมีกำหนดเวลาเรียน 3 ปี และต่อมามหาวิทยาลัยศิลปากรได้เปลี่ยนหลักเกณฑ์การรับนักศึกษาใหม่คือ รับนักเรียนโรงเรียนศิลปศึกษาที่สอบไล่ได้ชั้นปีที่ 2 เข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัย แต่ต้องผ่านการสอบคัดเลือกเสียก่อน

พ.ศ. 2501 โรงเรียนศิลปศึกษาได้กลับไปสังกัดอยู่กับมหาวิทยาลัยศิลปากรอีกครั้ง จนถึงเดือนมกราคม 2503 เมื่อมหาวิทยาลัยศิลปากรแยกไปสังกัดสำนักนายกรัฐมนตรี พร้อมกับมหาวิทยาลัยแห่งอื่น ๆ โรงเรียนศิลปศึกษาจึงกลับมาสังกัดกองหัตถศิลป์ กรมศิลปากรดังเดิม และพื้นฐานะจากการเป็นโรงเรียนเตรียมของมหาวิทยาลัยศิลปากร ได้ยุบเลิกแผนกโบราณคดี คงเหลือแต่แผนกจิตรกรรม และประติมากรรมเพียงแผนกเดียว ส่วนกำหนดเวลาเรียนคงเป็น 3 ปี จึงจบหลักสูตร

จนกระทั่งเดือนกุมภาพันธ์ 2504 เมื่อมีพระราชกฤษฎีกาแบ่งส่วนราชการ กรมศิลปากรใหม่ มีการตั้งกองศิลปศึกษาขึ้น โรงเรียนศิลปศึกษาจึงมีฐานะเป็นแผนกหนึ่งในกองศิลปศึกษา มีงบประมาณ ตำแหน่งครู อาจารย์ เจ้าหน้าที่เป็นของตนเอง และได้เปลี่ยนชื่อใหม่เป็น “โรงเรียนช่างศิลป์” ในโอกาสนี้ด้วย

โรงเรียนช่างศิลป์ได้ให้การศึกษแก่นักเรียนในหลักสูตรประกาศนียบัตรศิลปศึกษาชั้นกลาง ซึ่งเป็นหลักสูตร 3 ปีต่อเนื่องมาจนกระทั่งวันที่ 20 พฤษภาคม พ.ศ. 2517 กระทรวงศึกษาธิการ ได้อนุมัติหลักสูตรประกาศนียบัตรศิลปศึกษาชั้นสูง โรงเรียนช่างศิลป์ กรมศิลปากร พุทธศักราช 2517 ซึ่งใช้เวลาศึกษาต่อจากหลักสูตรประกาศนียบัตรศิลปศึกษาชั้นกลางอีก 2 ปี และในปีการศึกษา 2518 โรงเรียนช่างศิลป์ก็ได้ผลิตผู้สำเร็จการศึกษาหลักสูตรประกาศนียบัตรศิลปศึกษาชั้นสูงเป็นรุ่นแรก

ต่อมากกระทรวงศึกษาธิการได้ยกฐานะโรงเรียนช่างศิลป์เป็น “วิทยาลัยช่างศิลป์” เมื่อวันที่ 27 กุมภาพันธ์ 2519 และเริ่มขยายกิจการการเรียนการสอนไปที่เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานครโดยได้เริ่มพัฒนาก่อสร้างอาคารเรียนในที่ดินเจ้าคุณทหารลาดกระบัง เนื้อที่ประมาณ 63 ไร่ ในปี พ.ศ. 2519 และได้เริ่มใช้เป็นสถานศึกษาของวิทยาลัยฯอีกแห่งหนึ่ง ตั้งแต่ พ.ศ. 2521 เป็นต้นมา ภายหลังวิทยาลัยได้ปรับปรุงหลักสูตรประกาศนียบัตรศิลปศึกษาชั้นกลาง ซึ่งเทียบเท่าประโยคครูประถมการช่าง และหลักสูตรประกาศนียบัตรศิลปศึกษาชั้นสูง ซึ่งเทียบเท่าหลักสูตรประโยคครูมัธยมการช่าง (ป.ม.ช.) โดยยกเลิกการเรียนวิชาการศึกษาเช่นเดียวกับหลักสูตรประกาศนียบัตรศิลปศึกษาชั้นกลาง โครงสร้างของหลักสูตรใหม่ประกอบด้วย หมวดวิชาพื้นฐานทั่วไป หมวดวิชาศิลปะ (วิชาพื้นฐานศิลปะ วิชาศิลปะเฉพาะสาขาวิชาศิลปะเลือก) และหมวดวิชาเลือก (เสรี) โดยให้นักศึกษาเลือกวิชาศิลปะเลือก (วิชาโท)

เมื่อจบการศึกษาแล้ว จะได้รับประกาศนียบัตรศิลปศึกษาชั้นสูง (ระดับ ปวส.) (คู่มือนักเรียน นักศึกษา. 2537 : 6-8)

ต่อมา กรมศิลปากรได้จัดตั้งวิทยาลัยช่างศิลป์อีก ที่จังหวัดสุพรรณบุรี และ นครศรีธรรมราช โดยใช้หลักสูตร ศ.ปวช. และ ศ.ปวส. เช่นเดียวกับ วิทยาลัยช่างศิลป์กรุงเทพ และใช้ชื่อสถานศึกษาว่า วิทยาลัยช่างศิลป์สุพรรณบุรี และ วิทยาลัยช่างศิลป์นครศรีธรรมราช

พ.ศ. 2539 วิทยาลัยได้ดำเนินการปรับปรุงหลักสูตรศิลปศึกษาชั้นกลาง และ หลักสูตรศิลปศึกษาชั้นสูง อีกครั้งหนึ่ง เรียกชื่อว่า “หลักสูตรศิลปกรรมระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ พุทธศักราช 2539” และ “หลักสูตรศิลปกรรมระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง พุทธศักราช 2539” ตามลำดับ ซึ่งมีสาขาวิชาให้นักศึกษาเลือกเรียนอย่างหลากหลาย สอดคล้องกับแนวนโยบายปฏิรูปการศึกษา และสภาพการเปลี่ยนแปลงของสังคม

หลักสูตรการศึกษา

วิทยาลัยช่างศิลป์เป็นสถานศึกษาในสังกัดสถาบันศิลปกรรม กรมศิลปากร กระทรวงศึกษาธิการ ดำเนินการให้การศึกษาแก่นักเรียน ให้มีความรู้ ความสามารถ เป็น พลเมืองดี และอนุรักษ์เผยแพร่ศิลปวัฒนธรรมของชาติ ในปัจจุบันวิทยาลัยช่างศิลป์เปิดสอน ใน 2 ระดับ คือ

1. หลักสูตรศิลปกรรมระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ศ.ปวช.) เป็นหลักสูตรที่ ให้การศึกษาทั่วไปแก่ผู้สำเร็จมัธยมศึกษาตอนต้น โดยให้การศึกษาวิชาพื้นฐาน วิชาสามัญ วิชาสัมพันธ์ วิชาชีพภาคทฤษฎี ทั้งศิลปะไทยแบบประเพณีและศิลปะร่วมสมัย เพื่อให้ผู้เรียน ใฝ่ใจแสดงความรู้ความชำนาญ ให้เกิดความงอกงามทางพุทธิปัญญา มีความซาบซึ้งใน ความงามตามธรรมชาติ และสามารถนำมาสร้างสรรค์งานศิลปะที่มีคุณค่าสูงได้อย่างสมบูรณ์ มีความรู้ความสามารถในวิชาศิลปะโดยเฉพาะพอเพียงที่จะนำไปประกอบอาชีพได้ โดยมี รายวิชาต่าง ๆ ในหลักสูตรศิลปกรรมระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ศ.ปวช.) ดังนี้

หมวดวิชาพื้นฐานสามัญ

1. กลุ่มภาษาศาสตร์
2. กลุ่มสังคมศาสตร์
3. กลุ่มมนุษยศาสตร์
4. กลุ่มวิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์

หมวดวิชาชีพ

1. พื้นฐานวิชาชีพ
2. การฝึกงาน
3. วิชาชีพเลือก

หมวดวิชาเลือกเสรี

หมวดวิชากิจกรรม

หมวดวิชาพื้นฐานสามัญ

1. ภาษาไทย
2. ภาษาอังกฤษ
3. สังคมศึกษา
4. สังคมศึกษา
5. สุขศึกษา
6. พลศึกษา

หมวดวิชาชีพ

1. พื้นฐานวิชาชีพ
 - 1.1. พื้นฐานวิชาชีพทฤษฎี
 - 1.1.1. ทฤษฎีสี
 - 1.1.2. ประวัติศาสตร์ศิลป์
 - 1.1.3. กายวิภาค
 - 1.1.4. ทฤษฎีองค์ประกอบศิลป์
 - 1.1.5. ทศนิยมวิทยา
 - 1.2. พื้นฐานวิชาชีพปฏิบัติ
 - 1.2.1. วาดเส้น
 - 1.2.2. องค์ประกอบศิลป์
 - 1.2.3. ศิลปะไทย
 - 1.2.4. จิตรกรรม
 - 1.2.5. ประติมากรรม
 - 1.3. การฝึกงาน

การฝึกงาน

วิชาเลือก

1. ออกแบบตกแต่ง
2. ภาพพิมพ์
3. ลายรดน้ำ
4. การถ่ายภาพและเขียนแบบเบื้องต้น
5. การจำลองแบบและภูมิทัศน์สถาปัตยกรรมพื้นฐาน

6. เครื่องเคลือบดินเผาชนิดอุณหภูมิกลาง

7. เครื่องเคลือบดินเผาชนิดอุณหภูมิสูง

หมวดวิชาเลือกเสรี

1. วรรณคดีมรดก
2. การพิจารณาวรรณคดีมรดกเฉพาะเรื่อง
3. ภาษาอังกฤษ
4. พุทธศาสนา
5. ภูมิศาสตร์การเกษตร
6. หลักฐานประวัติศาสตร์ในประเทศไทย
7. เหตุการณ์ปัจจุบัน
8. วิทยาศาสตร์กายภาพชีวภาพ
9. คณิตศาสตร์
10. คอมพิวเตอร์เบื้องต้น
11. คอมพิวเตอร์ออกแบบตกแต่ง
12. คอมพิวเตอร์กราฟฟิคเบื้องต้น
13. การออกแบบกราฟฟิค
14. งานทำปาย

หมวดวิชากิจกรรม

1. กิจกรรมเสริมความรู้วิชาพื้นฐาน
2. กิจกรรมเสริมทักษะวิชาชีพ
3. กิจกรรมสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต
4. กิจกรรมสร้างเสริมพลานามัยและอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม
5. กิจกรรมส่งเสริมเอกลักษณ์และวัฒนธรรมไทย
6. กิจกรรมรักษาดินแดน

2. หลักสูตรศิลปกรรมระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ศ.ปวส.) หลักสูตร 2 ปี เป็นหลักสูตรที่ต่อเนื่องจากหลักสูตรศิลปกรรมระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ศ.ปวช.) และระดับศึกษาตอนปลาย โดยมุ่งเน้นวิชาศิลปะชั้นสูงสาขาวิชาต่าง ๆ ผู้เรียนสามารถเลือกเรียนวิชาศิลปะจนสามารถนำไปใช้ประกอบอาชีพ หรือเป็นพื้นฐานสำหรับการศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมหรือเพื่อศึกษาต่อในระดับสูง ทั้งให้ผู้เรียนใฝ่ใจแสวงหาความรู้ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีความรับผิดชอบในงานศิลปะ ในระดับนี้วิทยาลัยเปิดสอน 10 สาขาวิชา ดังนี้

1. สาขาศิลปะไทย
2. สาขาจิตรกรรม
3. สาขาประติมากรรม
4. สาขามัณฑนศิลป์
5. สาขาภาพพิมพ์
6. สาขาสถาปัตยกรรมไทย
7. สาขาช่างสิบหมู่ 1 (หมู่ช่างเขียน)
8. สาขาช่างสิบหมู่ 8 (หมู่ช่างรัก)
9. สาขาช่างปั้น
10. สาขาเครื่องเคลือบดินเผา

(คู่มือนักเรียนนักศึกษา. 2544 : 25-31)

สภาพการเรียนในวิทยาลัยช่างศิลป์ มีสภาพการเรียนการสอนที่แตกต่างจากโรงเรียนสามัญทั่วไป เนื่องจากการเรียนการสอนส่วนใหญ่เน้นในด้านศิลปะไม่ว่าจะเป็นศิลปะขั้นพื้นฐาน เช่น วิชาทฤษฎีสี ประวัติศาสตร์ศิลป์ กายวิภาค ทฤษฎีองค์ประกอบศิลป์ ทศนิยมวิทยา และ วิชาศิลปะพื้นฐานวิชาชีพปฏิบัติเช่น วิชาวาดเส้น องค์ประกอบศิลป์ ศิลปะไทย จิตรกรรม ประติมากรรม ลายรดน้ำ อีกทั้งวิชาเอกทางด้านศิลปะต่าง ๆ ได้แก่ สาขาศิลปะไทย สาขาจิตรกรรม สาขาประติมากรรม สาขามัณฑนศิลป์ สาขาภาพพิมพ์ สาขาสถาปัตยกรรมไทย สาขาช่างสิบหมู่ 1 (หมู่ช่างเขียน) สาขาช่างสิบหมู่ 8 (หมู่ช่างรัก) สาขาช่างปั้นไทย สาขาเครื่องเคลือบดินเผา และโดยธรรมชาติวิชาเหล่านี้ บางครั้งไม่สามารถทำให้เสร็จสิ้นภายในชั่วโมงเรียนได้นักเรียนนักศึกษาต้องนำกลับไปทำต่อที่บ้าน นอกจากนี้การเรียนการสอนในวิชาศิลปะบางรายวิชา เช่น วิชาศิลปะไทย ลายรดน้ำ เป็นวิชาที่ต้องใช้ทักษะเวลา ความอดทนในการฝึกปฏิบัติ บางรายวิชาต้องการความคิดสร้างสรรค์ในการจินตนาการสร้างผลงานซึ่งแสดงถึงเอกลักษณ์ในความเป็นตัวตนของผู้สร้างผลงานนั้น นักศึกษาจึงต้องใช้เวลาส่วนใหญ่ทั้งในสถานศึกษาและนอกเวลาเรียนในการเรียนวิชาเหล่านี้ ซึ่งสิ่งเหล่านี้มิได้เกิดขึ้นเพียงปีเดียวหรือวันใดวันหนึ่งเป็นสิ่งที่นักศึกษาต้องประสบตลอดระยะเวลาที่ศึกษาในวิทยาลัยช่างศิลป์ ทำให้นักศึกษาประสบกับภาวะทางอารมณ์และความเครียดในการสร้างสรรค์ผลงาน ไม่มีเวลาที่จะผ่อนคลายความเครียดและออกกำลังกาย อีกทั้งวิชาที่จะส่งเสริมในด้านพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ ในวิทยาลัยฯก็มีเพียงวิชาพลศึกษาซึ่งมีการเรียนการสอนเฉพาะในบางชั้นเรียนเท่านั้น

สุชา จันทรเอม (2529 : 105) กล่าวว่า มนุษย์เรามีความต้องการตามธรรมชาติ ถ้าได้บรรลุตามความต้องการตามความประสงค์ ก็จะรู้สึกนิยมชมชื่น และมีความเชื่อมั่นในตนเอง ความต้องการเป็นเครื่องกระตุ้นให้มนุษย์แสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมาเพื่อสนองความต้องการ หรือความจำเป็นให้จงได้ โดยแบ่งความต้องการของมนุษย์เป็นชนิดใหญ่ ๆ 3 ประการ คือ

1. ความต้องการทางร่างกาย ประกอบด้วยความต้องการอาหาร น้ำ อากาศ หายใจ การขับถ่าย การเคลื่อนไหวและการพักผ่อน เป็นต้น
2. ความต้องการทางอารมณ์และสังคม ประกอบด้วย ความต้องการความรัก ความปลอดภัย ตำแหน่งทางสังคม อิสรภาพและความสำเร็จ
3. ความต้องการทางสติปัญญา

ความต้องการการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นปัจจัยสำคัญของร่างกาย เพราะการออกกำลังกายและเล่นกีฬาทำให้ร่างกายแข็งแรง ผ่อนคลายความตึงเครียดในการทำงาน และพัฒนาทางด้านอารมณ์ และสังคมซึ่งในช่วงวัยรุ่นถ้าเยาวชนหันมาสนใจการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาก็จะทำให้ไม่ไปก่อเรื่องทะเลาะวิวาทและสนใจสิ่งเสพติดที่เป็นปัญหาในสังคมรุนแรง ปัจจุบันนี้

1.2 ความหมายของการออกกำลังกาย

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2525 : 59-60) ได้ให้ความหมายของการออกกำลังกายไว้ว่า การออกกำลังกาย หมายถึง การที่เราได้ทำให้ร่างกายได้ใช้แรงงาน หรือกำลังงานที่มีอยู่ในตัวนั้น เพื่อให้ร่างกายหรือส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวนั่นเอง เช่น การเดิน การกระโดด การวิ่ง การทำงาน หรือในการเล่นกีฬาการออกกำลังกายแต่ละกิจกรรม ร่างกายต้องใช้กำลังงานมากน้อยแตกต่างกันไปตามลักษณะของงานนั้น ว่าจะมากน้อยหรือหนักเบาแค่ไหน

อำนาจ อะโน (2527) ได้ให้ความหมายเกี่ยวกับการออกกำลังกายไว้ว่า การออกกำลังกาย (Exercise) ในที่นี้หมายถึง กิจกรรมทางกายที่กระทำด้วยความรู้สึกตั้งใจ (Conscious) โดยมีจุดมุ่งหมาย (Purpose) ซึ่งมีลักษณะที่เห็นเด่นชัดของการออกกำลังกาย คือ การบังคับให้กล้ามเนื้อหดตัวหรือเกร็งตัว โดยปกติแล้วผลของการออกกำลังกายจะทำให้การหายใจ (Respiratory) การไหลเวียนของเลือด (Circulatory) มีการเพิ่มปริมาณในการทำงานมากขึ้น การออกกำลังกายเป็นกิจกรรมไม่มีกระบวนการ ไม่มีวิธีการ หากแต่ใครชอบออกกำลังกายลักษณะใดย่อมแล้วแต่ความต้องการ เช่น การวิ่ง การเดิน การเล่นกีฬา บางอย่าง และสิ่งที่ร่างกายเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมภายหลังการออกกำลังกาย คือ ร่างกายสูญเสียกำลังงานกล้ามเนื้อ กระดูกข้อต่อทำงานมากขึ้น หัวใจปอด ต่อมเหงื่อ ทำงานมากขึ้น

เกิดของเสียโดยเฉพาะก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์เพิ่มขึ้น เกิดความเมื่อยล้า และอุณหภูมิในร่างกายสูงขึ้น

กรมพลศึกษา (2534 : 84) ได้ให้คำจำกัดความ การออกกำลังกาย (Exercise) เป็นการใช้แรงกล้ามเนื้อและร่างกายให้เคลื่อนไหวเพื่อให้ร่างกายแข็งแรง มีสุขภาพดี โดยจะใช้กิจกรรมใดเป็นสื่อก็ได้ เช่น กายบริหาร เดินเร็ว วิ่งเหยาะ หรือการฝึกกีฬาที่ไม่ได้มุ่งการแข่งขัน

จากแนวคิดดังกล่าวข้างต้น พอสรุปได้ว่า การออกกำลังกายคือ การทำกิจกรรม หรือ การกระทำใด ๆ ที่เกิดจากการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย จนเป็นผลให้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายนั้น ๆ มีการเปลี่ยนแปลงทั้งรูปร่างและทำให้อวัยวะในส่วนต่าง ๆ ของร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นสุขและมีสุขภาพ

1.3 หลักของการออกกำลังกาย

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2527 : 6 - 7) ได้กล่าวถึง หลักการออกกำลังกายแต่ละครั้งไว้ดังนี้

1. ควรจะเริ่มออกกำลังกายเบา ๆ ก่อนจึงเพิ่มความหนักของการออกกำลังกายในวันต่อๆ ไปให้มากขึ้นตามลำดับ โดยเฉพาะผู้ที่ไม่เคยออกกำลังกาย
2. ผู้ที่แพ้ไข้หรือมีโรคภัยไข้เจ็บประจำตัว ควรจะปรึกษาแพทย์ก่อนออกกำลังกาย
3. ผู้ที่ประสงค์จะออกกำลังกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่มีอายุ 40 ปี ควรปรึกษาแพทย์ก่อน
4. ในระหว่างการออกกำลังกายถ้ามีความรู้สึกผิดปกติมาก เช่น หน้ามืด เหนื่อยหรือหอบมากเกินไป ควรหยุดออกกำลังกายทันที และถ้าออกกำลังกายต่อไปควรปรึกษาแพทย์
5. การออกกำลังกายที่จะได้รับประโยชน์อย่างแท้จริงนั้น ควรจะได้ออกแรง โดยให้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายทำงานมากกว่าปกติ เพื่อให้รู้สึกเหนื่อยเช่นหายใจถี่ขึ้นหรือชีพจรเต้นเร็วกว่าปกติ
6. การออกกำลังกายแต่ละครั้งควรเหมาะสมกับวัยของตนเองด้วย
7. ผู้มีภารกิจประจำวันไม่สามารถแบ่งเวลาเพื่อการนี้ได้ ควรเลือกกิจกรรมที่ง่ายและกระทำได้ในบริเวณบ้านในเวลาสั้น ๆ ได้ เช่น เดินเร็ว ๆ วิ่งเหยาะ ๆ อยู่กับที่ กระโดดเชือก ชกมวย เป็นต้น
8. เครื่องมือที่ช่วยในการออกกำลังกาย เช่น เครื่องช่วยเขย่า สัน ดิ่ง มีประโยชน์น้อยมาก

9. การออกกำลังกายควรทำสม่ำเสมอเป็นประจำทุกวันอย่างน้อยวันละ 15 - 20 นาที

10. เพื่อให้การออกกำลังกายมีความสนุกสนาน หรือมีแรงจูงใจมากขึ้น ควรทำสถิติควบคู่ไปด้วย เช่น การนับอัตราการเปลี่ยนแปลงของการเต้นชีพจรหรือการหายใจแต่ละครั้งควบคู่ไปด้วย

11. ต้องระลึกไว้เสมอว่า การออกกำลังกายเป็นประจำนั้นเป็นเพียงปัจจัยหนึ่งในการรักษาสุขภาพเท่านั้น ถ้าจะให้ผลที่แท้จริงควรมีการรับประทานอาหารที่ดีและถูกต้อง และมีการพักผ่อนที่เพียงพอควบคู่ไปด้วย

การออกกำลังกายจึงมีความจำเป็นสำหรับทุกคน ทุกเพศ และทุกวัยโดยเฉพาะในวัยเรียน ต้องมุ่งส่งเสริมการออกกำลังกายให้แก่นักเรียนทุกคน ดังนั้น สถาบันการศึกษาจึงมีส่วนเกี่ยวข้องในการจัดการออกกำลังกาย และกีฬาให้แก่เรียนอย่างยิ่ง โดยจัดโครงการต่าง ๆ ไว้ดังนี้ จันทรพิมพ์ พลพงษ์ (2529 : 206 - 214) ได้กล่าวถึงโครงการพลศึกษาในโรงเรียนไว้ 5 โครงการ ดังนี้

1. การสอนพลศึกษาภายในชั้นเป็นหัวใจสำคัญของการจัดโครงการพลศึกษาในโรงเรียน เพราะถือว่าการสอนพลศึกษาในโรงเรียนเป็นการวางรากฐานพลศึกษาที่สำคัญยิ่งในวัยเด็ก การสอนพลศึกษาควรจะเน้นให้เด็กมีทักษะเบื้องต้นในการเล่นกีฬาประเภทต่าง ๆ เพราะทักษะเป็นหัวใจสำคัญของการสอนพลศึกษาเน้นการมีทัศนคติที่ดีต่อการกีฬา

2. การจัดการแข่งขันกีฬาภายใน เป็นการจัดกิจกรรมการแข่งขันกีฬาภายในระหว่างเด็กนักเรียนในโรงเรียนเดียวกัน อาจเป็นการแข่งขันระหว่างห้อง ระหว่างสี ระหว่างคณะ เพื่อเพิ่มพูนประสบการณ์และทักษะในการกีฬาและพลศึกษา

ความมุ่งหมายของการจัดการแข่งขันกีฬาภายใน เพื่อให้การพลศึกษาได้พัฒนายิ่งขึ้นและเด็กในโรงเรียนได้รับความสนับสนุนตามวัตถุประสงค์ของการสอนพลศึกษาช่วยส่งเสริมให้นักเรียนเกิดผลดังต่อไปนี้

1. เสริมสร้างสุขภาพพลานามัย
2. มีนิสัยรักทางการกีฬา ได้เล่นกีฬาร่วมกัน
3. เสริมสร้างความสามัคคีขึ้นในหมู่คณะ
4. ส่งเสริมความสนุกสนาน ความพอใจ
5. เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เป็นต้น

3. การจัดการแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียนเป็นการจัดการแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียนต่อโรงเรียน เป็นการสนับสนุนเปิดโอกาสให้นักเรียนได้พบปะแข่งขันกับนักเรียนโรงเรียนอื่น ๆ ซึ่งมีความสามารถทางกีฬาทัดเทียมกัน และจัดได้ว่าการแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียนเป็นองค์ประกอบหนึ่งของแผนการเรียนพลศึกษาในโรงเรียน โครงการที่จะสำเร็จลุล่วง

ได้นั้น จะต้องได้รับความร่วมมือจากทุกฝ่าย ครูทุกคนในโรงเรียนจะต้องชี้แจงนโยบายของการแข่งขัน ความมีน้ำใจนักกีฬา และอื่น ๆ เพื่อให้การแข่งขันดำเนินไปด้วยความเรียบร้อยตามวัตถุประสงค์

4. การจัดโปรแกรมบรรดิกการเป็นโปรแกรมพลศึกษาสำหรับผู้ที่มีความบกพร่องทางร่างกาย เป็นโปรแกรมที่ดัดแปลงกิจกรรมเกมส์ต่าง ๆ และกิจกรรมเข้าจังหวะให้เหมาะสมกับความสามารถ ความสนใจของนักเรียน ซึ่งไม่สามารถหรืออาจไม่ปลอดภัยต่อการเรียนกิจกรรมพลศึกษาที่จัดตามปกติ

5. การจัดโปรแกรมนันทนาการ เป็นการจัดโปรแกรมให้นักเรียนได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ได้รับความสนุกสนาน เป็นการผ่อนคลายอารมณ์คลายความตึงเครียด ได้รับความประสบการณ์ทางกีฬา

1.4 ประเภทของการออกกำลังกาย

การออกกำลังกายสามารถทำได้หลายวิธีขึ้นอยู่กับเวลา โอกาส สถานที่ และสภาพแวดล้อมอื่น ๆ ซึ่งไพวัลย์ ตันลาพุม (2530 : 29 - 31) ได้ยกตัวอย่างวิธีการออกกำลังกายเพิ่มส่งเสริมสมรรถภาพและสุขภาพดังนี้

การเดิน หมายถึง การเดินระยะไกลและเดินเร็วพอสมควร ในระยะต้นควรใช้เวลาประมาณ 15 - 30 นาที ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสมรรถภาพเดิมของแต่ละคน เมื่อร่างกายแข็งแรงขึ้นแล้ว จึงเพิ่มเวลาเดินให้มากขึ้น เป็นหนึ่งชั่วโมงหรือมากกว่านั้น ควรเดินออกกำลังกายตอนเช้าหรือเย็นเพราะอากาศไม่ร้อนช่วยให้เดินนานขึ้น การเดินนั้นจะเดินไปในทุ่งโล่ง สนามกีฬา ริมทะเล สวนสาธารณะ หรือริมถนนที่มีต้นไม้ร่มรื่นก็ได้

การวิ่ง เป็นการออกกำลังกายที่ดีที่สุดเพราะโดยธรรมชาติมนุษย์รู้จักการวิ่งมาตั้งแต่ดึกดำบรรพ์ การวิ่งทำให้ร่างกายทุกส่วนได้ออกกำลังกาย ในระยะเริ่มต้นควรวิ่งเหยาะ ๆ ก่อน ใช้เวลา 5-10 นาที หากรู้สึกเหนื่อยมาก ควรหยุดหรือเปลี่ยนเดิน เมื่อหายเหนื่อยแล้ว จึงเพิ่มการวิ่งให้มากขึ้น โดยเพิ่มระยะเวลาหรือระยะทางหรือความเร็วในการวิ่งขึ้นทีละน้อย

การว่ายน้ำ เป็นการออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับเด็ก ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ ควรทำอย่างสม่ำเสมอ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ควรว่ายน้ำให้เร็วและไกลพอสมควร เช่น ควรว่ายน้ำให้ได้ระยะ 300 เมตร ติดต่อกันภายในระยะเวลา 8 นาที เป็นต้น การว่ายน้ำก็เช่นเดียวกับการวิ่งและการกีฬาอื่น ๆ คือ ไม่ควรออกกำลังกายเต็มที่ในตอนเริ่มต้นจากการว่ายน้ำ ๆ ก่อน คือว่ายน้ำ 100 เมตร ช้า ๆ แล้วพักประมาณ 5 นาที แล้วว่ายน้ำ 50 เมตร พักอีก 5 นาที หายเหนื่อยแล้วว่ายน้ำครั้งสุดท้ายอีก 50 เมตร เมื่อร่างกายแข็งแรงดีแล้วจึงค่อยเพิ่มระยะทางขึ้น

การถีบจักรยาน เป็นการออกกำลังกายที่ดีเช่นเดียวกัน โดยเฉพาะท้องถิ่นซึ่งการจราจรไม่คับคั่งจนไม่เป็นที่ปลอดภัยแก่ผู้ใช้รถจักรยาน การถีบจักรยานเพื่อการออกกำลังกายทำได้หลายรูปแบบ อาจใช้จักรยานท่องเที่ยวหรือเพื่อทัศนศึกษาในวันสุดสัปดาห์ หรือการใช้จักรยานเพื่อพาสมาชิกในครอบครัวไปพักผ่อนหย่อนใจตามสถานที่ต่าง ๆ และการใช้จักรยานเพื่อไปซื้อของหรือจ่ายตลาด เป็นต้น วิธีการถีบเพื่อให้ร่างกายแข็งแรงอาจทำได้โดยถีบความเร็วพอสมควรแต่สม่ำเสมอ หรือถีบช้า ๆ สลับกับถีบเร็ว ๆ เป็นช่วง ๆ ก็ได้ระยะทางที่ใช้ก็ควรไกลพอสมควร เช่น ในระยะแรก ๆ อาจใช้ระยะทางสัก 4-6 กิโลเมตรก่อน ต่อไปจึงค่อยเพิ่มระยะทางขึ้นหรือเพิ่มความเร็วขึ้นก็ได้

การเล่นกีฬา การเล่นกีฬาที่ใช้การเคลื่อนไหวของร่างกายมากส่วน ซึ่งแบ่งเป็นกีฬาที่ไม่มีการปะทะ เช่น แบดมินตัน เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล เทนนิส ตะกร้อ เป็นต้น ที่เหมาะสมแก่การออกกำลังกายนอกจากนี้ ได้แก่ กีฬาที่มีการปะทะ เช่น ฟุตบอล บาสเกตบอล และแฮนด์บอล ซึ่งหากจะเล่นเพื่อการออกกำลังกายก็ไม่ควรเล่นหักโหม และไม่เป็นการเล่นแข่งขันแบบเอาจริงเอาจังเกินไป และเพื่อให้เกิดความสนุกสนานในการเล่นก็อาจดัดแปลงได้โดยใช้กติกาการเล่นง่าย ๆ เช่น สนามเล็กกว่ามาตรฐาน ผู้เล่นแต่ละฝ่ายไม่จำเป็นต้องมีจำนวนตามกติกาสากล เป็นต้น และหลักสำคัญในการเล่นคือ หากรู้สึกเหนื่อยมากก็พักเสียก่อน หายเหนื่อยแล้วจึงค่อยเล่นต่อ

การบริหารกาย เป็นวิธีการที่ออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับทุกเพศทุกวัย สามารถทำที่บ้านได้ อาจออกกำลังกายด้วยท่ามือเปล่าหรือมีอุปกรณ์ เช่น ฟุตบอล ห่วงยาง ลวดสปริง ม้านั่ง เชือก ก็ได้ การกายบริหารกายทำให้ร่างกายมีทรวดทรงที่สวยงาม สามารถแก้ไขทรวดทรงผิดปกติก่เกิดจากกล้ามเนื้ออ่อนแอได้ หากจะฝึกความอดทนและความคล่องแคล่วจะต้องฝึกให้นานและมากพอสมควร และสม่ำเสมอหรืออาจถือหลักง่าย ๆ ว่า หากออกกำลังกายแล้วเหนื่อยยังไม่ออกแสดงว่าน้อยไป ถ้าออกกำลังกายแล้วนอนไม่หลับก็แสดงว่าหนักเกินไป

1.5 ประโยชน์ของการออกกำลังกาย

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2525 : 61) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการออกกำลังกาย โดยสรุปได้ดังนี้

1. การออกกำลังกายเป็นประจำ จะช่วยลดความดันโลหิตสูงและลดไขมันในเส้นเลือดได้ทางหนึ่ง
2. การออกกำลังกายเป็นประจำช่วยให้วัยต่าง ๆ ของร่างกายเช่น หัวใจ ปอด ไต กล้ามเนื้อ กระดูก มีความแข็งแรงทำงานได้ดียิ่งขึ้น
3. การออกกำลังกายช่วยลดความตึงเครียด ลดความกังวลใจ ทำจิตใจดี และท้ายสุดก็เป็นการป้องกันโรคแผลในกระเพาะอาหาร

4. การออกกำลังกาย จะทำให้โรคเหนื่อยง่าย หรือเวียนศีรษะสำหรับผู้ทำงานเบาหายไปได้
5. การออกกำลังกายเป็นประจำ ทำให้เป็นโรคติดเชื้อน้อยลง เช่น เป็นหวัด คัดจมูก หรือเจ็บคอ
6. การออกกำลังกายเป็นประจำทำให้แก่ช้าและมีอายุยืน
7. การออกกำลังกายเป็นประจำทำให้ร่างกายและจิตใจ มีประสิทธิภาพในการทำงานสูง สามารถศึกษาเล่าเรียนหรือประกอบกิจกรรมการงานต่าง ๆ ได้ผลผลิตที่สูง
8. ในขณะนี้ทางการแพทย์มีความเชื่อว่า การออกกำลังกายช่วยป้องกันการเป็นโรคหัวใจวายได้อย่างดีอีกด้วย เช่น บุรุษไปรษณีย์ เป็นโรคหัวใจน้อยกว่าพนักงานโทรศัพท์ และกระเป๋ารถเมล์เป็นโรคหัวใจน้อยกว่าคนขับ ซึ่งนั่งอยู่เฉย ๆ เป็นวัน

2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

คอรี (Korri. 1971 : 1581) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ปัญหาการสอนวิชาพลศึกษาในมลรัฐมิเนโซต้า” โดยใช้แบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่า โรงเรียนส่วนใหญ่ ขาดอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก จำนวนนักเรียนในชั้นมีมากเกินไป และครูพลศึกษามีชั่วโมงพลศึกษามากเกินไป

ไฮน์ (Hein. 1972 : 2149) ได้สำรวจการจัดโปรแกรมพลานามัยในโรงเรียนมัธยมของรัฐอาวาย โดยใช้แบบสอบถามถามผู้บริหารโรงเรียนในเมือง และนอกเมือง 65 โรงเรียน ผลการวิจัยพบว่า ผู้บริหารส่วนใหญ่ขาดการวางแผนที่ดีเนื่องจากขาดครูที่มีวุฒิพลศึกษา ทำให้การจัดโปรแกรมการเรียนการสอนพลศึกษาไม่ดีเท่าที่ควร ครูมีชั่วโมงการสอนมากเกินไป และขาดวิธีการสอนที่ดี

แครนดอลล์ (Crandall. 1977 : 7020-7021-A) ได้ทำการวิจัยเรื่องคุณค่าของกิจกรรมการแข่งขันกีฬาระหว่างสถาบันที่มีต่อวิทยาลัยช่างศิลป์ขนาดเล็ก โดยใช้แบบสอบถามกับนักศึกษาของวิทยาลัยช่างศิลป์ขนาดเล็กในแคลิฟอร์เนียตอนใต้จำนวน 5 แห่ง รวม 1,000 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. นักศึกษามีความเห็นว่าการแข่งขันกีฬาระหว่างสถาบันให้ผลในทางบวกต่อโปรแกรมทั้งหมดของวิทยาลัย
2. ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญระหว่างความคิดเห็นของเพศหญิงและเพศชายเกี่ยวกับคุณค่าของกิจกรรมการแข่งขันกีฬาระหว่างสถาบัน
3. มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญระหว่างความคิดเห็นของนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมกับนักศึกษาที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขันกีฬาระหว่างสถาบัน

โมซาฟารี (Mozafari. 1980 : 5778-A) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การศึกษาโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาในรัฐฟลอริดา โดยใช้แบบสอบถาม ถามกับหัวหน้าหมวดพลานามัย 210 โรงเรียน ผลการวิจัยพบว่า

1. โรงเรียนมีจำนวนนักเรียนน้อยกว่า 1,000 คน มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ในทางลบต่อโครงการสอนพลศึกษา โครงการแข่งขันกีฬาภายใน และโครงการแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียน

2. โรงเรียนที่มีจำนวนนักเรียนน้อยกว่า 1,000 คน มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ในทางบวกต่อการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียน

แมคไบรด์ และไนท์ (Mc Bride and Knight. 1993 : 78-374) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “พฤติกรรมของครู จะมีผลกระทบต่อการสอนพลศึกษาในระดับมัธยมศึกษา” ผลการวิจัยพบว่า ครูผู้สอนควรรู้จักใช้สภาพแวดล้อมให้เป็นประโยชน์ในการสอน และครูต้องกระตุ้นให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ ใช้ความคิดในการปฏิบัติกิจกรรมทั้งในร่มและกลางแจ้ง และการใช้สภาพแวดล้อมที่มีอยู่ให้เป็นประโยชน์

โฮล بروก (Holbrook. 1992 : 2735 – A) ทำการศึกษาความต้องการเร่งด่วนและกำหนดแผนเพื่อจัดสิ่งอำนวยความสะดวกในการส่งเสริมสุขภาพในการเรียนพลศึกษานั้นทนทานการ และโปรแกรมการแข่งขันกีฬา โดยส่งแบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่าง 49 คน ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ประกอบด้วย ผู้บริหารสถาบัน ผู้อำนวยการสำนักธุรการ และสถาปนิก ผลปรากฏว่า คณะกรรมการวางแผนของสถาบันจะต้องศึกษาในรายละเอียดเพื่อกำหนดแบบสิ่งอำนวยความสะดวกได้อย่างถูกต้อง จัดเพิ่มงบประมาณเพื่อซ่อมแซมสิ่งอำนวยความสะดวก จัดตั้งศูนย์บริการเพื่อประโยชน์สำหรับการบำรุงรักษาที่ได้ประสิทธิภาพ ควรเริ่มต้นดำเนินการตั้งแต่การวางแผน และการวิจัยเพื่อศึกษาแนวทางในอนาคตเป็นสิ่งจำเป็นเอประสิทธิภาพผลการวางแผนและดำเนินการ

2.2 การวิจัยในประเทศ

ประดัต แก้วผลึก (2524 : 90) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ปัญหาการจัดและบริหารพลศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาของเขตการศึกษา 12” โดยใช้แบบสอบถาม ถามไปยังหัวหน้าหมวดวิชาพลานามัย และผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษาของเขตการศึกษา 12 จำนวน 140 คน จากโรงเรียน 70 โรงเรียน ผลการวิจัย

ครูพลศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตการศึกษา 12 ยังมีจำนวนน้อยเมื่อเทียบกับอัตราส่วนกับจำนวนนักเรียน กิจกรรมในวิชาพลศึกษาที่มึ่นักเรียนสนใจมากที่สุด ได้แก่ ฟุตบอล บาสเกตบอล และ วอลเลย์บอล

ผู้บริหารโรงเรียนส่วนใหญ่ ยังมีความเข้าใจในบทบาทของพลศึกษาน้อย
อุปสรรคในการจัดการ และบริหารพลศึกษาที่โรงเรียนส่วนใหญ่ประสบมาก คือ ขาดอุปกรณ์
และสิ่งอำนวยความสะดวกของการสอนพลศึกษา

หัวหน้าหมวดพลศึกษามักต้องการให้ศึกษานิเทศก์พลศึกษาช่วยเหลือเกี่ยวกับ
เอกสาร คู่มือ และ อบรมหรือสัมมนาแก่ครูพลศึกษา

วัตถุประสงค์ที่สำคัญ ในการจัดกิจกรรมนันทนาการ คือ เพื่อให้นักเรียนได้
รู้จักเวลาว่างให้เป็นประโยชน์ กิจกรรมที่จัดและเลือกกิจกรรมที่นักเรียนส่วนใหญ่สนใจ โดยจัด
ตลอดปีในช่วงเวลาพัก

วัตถุประสงค์ที่สำคัญของการจัดกิจกรรมพิเศษสำหรับนักเรียนที่ผิดปกติ
เพื่อให้นักเรียนได้รู้จักเวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ต่อสภาพร่างกายของตนเอง กิจกรรมที่จัด
เลือกตามสภาพของนักเรียนที่ผิดปกติและเลือกตามวิชาที่มีการสอนในสถาบัน

เจริญ กระบวนรัตน์ (2525 : ก-จ) ได้ทำการวิจัยเรื่องความต้องการบริการทาง
ด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัย
เกษตรศาสตร์โดยมีภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ตลอดจนปัญหา
และอุปสรรคต่าง ๆ ในการบริการด้านออกกำลังกาย ผลการวิจัยปรากฏว่า ข้าราชการและ
นิสิตต้องได้รับบริการทางด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ โดยให้มหาวิทยาลัยจัด
เตรียมสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก บุคลากรที่มีความรู้ความชำนาญ เพื่อคอยให้
บริการความรู้เกี่ยวกับเทคนิคการออกกำลังกายสำหรับช่วงเวลาที่ออกกำลังกายนั้นถ้าเป็นวัน
ธรรมดาเวลา 16.30-18.30 น. ส่วนในวันเสาร์-อาทิตย์ ในระหว่าง 08.00-10.00 น. ในเรื่องของ
งบประมาณเป็นภาระของมหาวิทยาลัยโดยข้าราชการและนิสิตยินดีสนับสนุนในรูปของการเป็น
สมาชิก โดยเสียค่าบำรุงเป็นรายเดือนและรายปี

ประทีป เวทย์ประสิทธิ์ (2528 : ง-จ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความคิดเห็นของ
ผู้บริหารและครูพลศึกษา เกี่ยวกับปัญหาการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียน
รัฐบาล ระดับมัธยมศึกษาใน 4 จังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยใช้แบบสอบถาม กับผู้บริหาร และ
ครูพลศึกษา ในโรงเรียนรัฐบาลใน 4 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ทุกโรงเรียน จำนวน 178 ชุด
ผลการวิจัยพบว่า โรงเรียนรัฐบาลระดับมัธยมศึกษาใน 4 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ส่วนใหญ่มี
การจัดโปรแกรมพลศึกษาทุกโปรแกรม ยกเว้นการจัดกิจกรรมพิเศษทางพลศึกษาสำหรับเด็ก
พิเศษไม่มีโรงเรียนจัดเลยสำหรับปัญหาที่ประสบมาก ได้แก่ งบประมาณมีไม่เพียงพอ ครู
พลศึกษามีไม่เพียงพอ ขาดขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงาน ผู้บริหารและผู้ปกครองไม่ค่อย
เห็นความสำคัญและไม่ค่อยให้ความร่วมมือในการจัดโปรแกรมพลศึกษา รวมทั้งศึกษานิเทศก์
ไม่ค่อยให้คำแนะนำสนับสนุนและช่วยเหลือเท่าที่ควร ไม่มีห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งกายสำหรับ

นักเรียน อุปกรณ์ทางพลศึกษามีไม่เพียงพอและอยู่ในสภาพที่ไม่เหมาะสม ขาดหนังสือ และเอกสารความรู้ทางพลศึกษาสำหรับค้นคว้าเพิ่มเติม ขาดยานพาหนะและไม่มีความสะดวกในการเดินทางไปร่วมแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียน รวมทั้งสภาพภูมิอากาศและฤดูกาลเป็นอุปสรรคต่อการจัดโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียน

กฤษณ์ กสิกร (2530 : ง) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ความคิดเห็นของผู้บริหารและครูพลศึกษาเกี่ยวกับด้านสภาพและปัญหาการจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา ตามหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลาย พุทธศักราช 2524 ของโรงเรียนรัฐบาลกรุงเทพมหานคร” โดยใช้แบบสอบถาม ถามผู้บริหารและครูผู้สอนที่สอนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนรัฐบาลกรุงเทพมหานคร จำนวน 98 โรงเรียน รวม 316 ชุด ผลการวิจัยพบว่า สามารถจัดการเรียนการสอนให้บรรลุวัตถุประสงค์ของหลักสูตรอยู่ในระดับมาก กิจกรรมพลศึกษาเปิดสอนตามความพร้อมของโรงเรียน มีการนิเทศทางพลศึกษาในโรงเรียน ส่วนใหญ่โรงเรียนพลศึกษา สถานที่เรียนพลศึกษาไม่เพียงพอ ด้านการประเมินผลการเรียนวิชาพลศึกษามีการใช้เกณฑ์ของกลุ่มโรงเรียนในการเรียนการสอนวิชาพลศึกษานักเรียนไม่มีเวลาในการฝึกซ้อมเพิ่มเติม การสอนไม่ได้นำสื่อทัศนูปกรณ์ ขาดสถานที่เปลี่ยนเครื่องแต่งกาย ขาดแคลนงบประมาณในการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร

สุพรรณ จิตต์ภักดี (2533 : ง-จ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ปัญหาการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนราษฎร์ ระดับมัธยมศึกษาในเขตการศึกษา 8” โดยใช้แบบสอบถาม ถามไปยังครูพลศึกษาที่สอนในโรงเรียนราษฎร์ระดับมัธยมศึกษา ในเขตการศึกษา 8 จำนวน 91 คน ผลการวิจัยพบว่า โรงเรียนราษฎร์ได้จัดโปรแกรมพลศึกษา มีด้านการสอนพลศึกษาในโรงเรียน ด้านการจัดการแข่งขันกีฬภายในโรงเรียน ด้านการแข่งขันกีฬภายนอกและระหว่างโรงเรียน ด้านการจัดกิจกรรมเพื่อนันทนาการส่วนกิจกรรมพิเศษสำหรับเด็กไม่ปกติมีจัดน้อยมาก

1. ปัญหาด้านการสอนพลศึกษา ได้แก่ โรงเรียนไม่สามารถจัดกิจกรรมได้ตามหลักสูตร จำนวนนักเรียนแต่ละกลุ่มมีมากเกินไป ขาดหนังสือ และตำราเรียนที่ใช้ประกอบการเรียนการสอน
2. ปัญหาเกี่ยวกับการแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียน และการจัดการแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียน คือ ขาดงบประมาณ ขาดความร่วมมือจากคณะครูภายในโรงเรียน และผู้บริหารไม่สนับสนุน
3. ปัญหาเกี่ยวกับตัวครูพลศึกษา คือ มีจำนวนน้อย ไม่ได้สัดส่วนกับจำนวนนักเรียน มีชั่วโมงสอนมาก และยังต้องสอนวิชาสามัญด้วย มีงานประจำนอกเหนือชั่วโมงสอน
4. ปัญหาเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก มีไม่เพียงพอและไม่เหมาะสม

5. ปัญหาเกี่ยวกับบุคลากรอื่น ๆ ที่ศึกษานีเทศก์ไม่ค่อยไปให้คำแนะนำช่วยเหลือครูอื่น ๆ และผู้บริหารไม่เห็นความสำคัญเท่าที่ควร คิดว่าวิชาพลศึกษา คือกิจกรรมกีฬาเพื่อการแข่งขันมากกว่าเป็นวิชาการ

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2534 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการบริการการออกกำลังกายของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ผลการศึกษาปรากฏว่า

1. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ต้องการสถานที่ออกกำลังกาย ตั้งอยู่ที่ทำเลเหมาะสมเดินทางไปมาสะดวก อุปกรณ์พลศึกษามีเพียงพอตามสัดส่วนกับจำนวนผู้ใช้บริการ และอุปกรณ์กีฬามีคุณภาพ อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

2. ด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ ต้องการกิจกรรมประเภท เทเบิลเทนนิส วัยน้ำ แบดมินตัน เปตอง ลีลาศ กายบริหาร เทนนิส และกิจกรรมเข้าจังหวะ

3. ด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ได้แก่ อุปกรณ์ที่ใช้ทดสอบสมรรถภาพทางกายมีเพียงพอ และได้มาตรฐาน มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายบุคลากรเป็นประจำและสถานที่สำหรับฝึกกิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย

4. ด้านบุคลากรให้บริการ ได้แก่ ความต้องการบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์ มีบุคลิกภาพที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ

5. ด้านวิชาการ ได้แก่ ต้องการหนังสือ ตำรา เอกสาร หรือคู่มือเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อสมาชิกได้ศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมอยู่เสมอ โดยทั่วถึงกัน สมาชิกมีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเองเป็นประจำ เพื่อจะได้ปรับปรุงหาทางให้ดีขึ้นต่อไป และมีเทป โทรทัศน์ภาพยนตร์ เกี่ยวกับกีฬาเสมอ ๆ

6. ด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย ได้แก่ ต้องการออกกำลังกายในวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันศุกร์ โดยวันธรรมดาต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 08.00 - 10.00 น. และ 16.30-18.30 น.

7. การเปรียบเทียบความต้องการการออกกำลังกายรวม 5 ด้านคือ สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก กิจกรรมการออกกำลังกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกาย บุคลากรผู้ให้บริการ และนักวิชาการของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ระหว่างบุคลากรชาย หญิง ปรากฏว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

8. การเปรียบเทียบความต้องการการออกกำลังกาย รวม 5 ด้านคือ สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก กิจกรรมการออกกำลังกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกาย บุคลากรผู้ให้บริการ และวิชาการของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประธานมิตร ระหว่างบุคลากรที่เป็นโรคกับสมรรถภาพว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

9. การเปรียบเทียบความต้องการการบริการออกกำลังกายรวม 5 ด้านคือ สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก กิจกรรมการออกกำลังกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกายตามอายุ ปรากฏว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนำผลการทดสอบเป็นรายคู่ พบว่าบุคลากรที่มีอายุ 51-60 ปี มีความแตกต่างกับบุคลากรที่มีอายุระหว่าง 41-50 ปี 31-40 ปี และ 21-30 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

10. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประธานมิตร ควรมีหน่วยงานใหม่ขึ้นมารับผิดชอบการจัดและการให้บริการการออกกำลังกาย โดยหน่วยงานใหม่นี้จะเปิดรับบุคลากรเข้าเป็นสมาชิกและเก็บเงินจากสมาชิก นอกจากนั้นยังมีหน้าที่ดูแลรักษาสถานที่ วัสดุ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และควรจะต้องมีครูฝึกที่ชำนาญ เพื่อที่จะได้คอยแนะนำช่วยเหลือการออกกำลังกายของสมาชิก

นฤพนธ์ กิจเพิ่มพูล (2536 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่องการศึกษาการออกกำลังกายภายในเวลาว่างของพนักงาน โรงงานอุตสาหกรรมอิเล็กทรอนิกส์ขนาดใหญ่ ในกรุงเทพมหานคร เพื่อศึกษาการออกกำลังกายในเวลาว่างของพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรมอิเล็กทรอนิกส์ขนาดใหญ่ ในกรุงเทพมหานคร และเพื่อเปรียบเทียบการออกกำลังกายในเวลาว่างของพนักงานชายกับพนักงานหญิง การเก็บรวบรวมข้อมูลส่งแบบสอบถามไปยังผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 700 ชุด ได้รับแบบสอบถามคืนมา 700 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100.00 นำข้อมูลที่ได้นำวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป เอส พี เอส เอส เอ็กซ์ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและวิเคราะห์ความต่างโดยใช้ค่า "ที" (t-test) ผลการวิจัยพบว่า

1. พนักงานโรงงานอิเล็กทรอนิกส์ขนาดใหญ่ออกกำลังกายในเวลาว่าง แบ่งเป็นกลุ่มที่ออกกำลังกายมากกว่ากลุ่มที่ไม่ออกกำลังกาย กลุ่มที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 75.71 และต้องการออกกำลังกายอยู่ในระดับมากที่สุดในแต่ละด้านคือ ต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลาเช้า กับ ช่วงเวลาเย็นของวันธรรมดาและวันหยุด สถานที่ที่ชอบออกกำลังกายนอกบริษัทจะเป็นบริเวณบ้าน

2. ผลการเปรียบเทียบความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ระหว่างพนักงานชายกับพนักงานหญิงไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในเรื่องของพนักงานหญิงต้องการมีห้องเปลี่ยนเสื้อผ้าอาบน้ำ พนักงานชายต้องการมีห้องเก็บและยืมอุปกรณ์โดยเฉพาะต้องการให้มีสนามบาสเกตบอลและต้องการให้มีสนามตะกร้อ

3. ผลการเปรียบเทียบความต้องการด้านบุคลากร ระหว่างพนักงานชายกับพนักงานหญิงไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และแตกต่างกันอย่างมีนัย

สำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในเรื่องของพนักงานหญิงต้องการมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกายมากกว่าเพศชาย

ชูเกียรติ เกียรติธีรรัตน์ (2536 : 116-121) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการกิจกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน สรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก นักศึกษามีความต้องการมากที่สุด ให้มีสถานที่ออกกำลังกายทั้งกลางแจ้งและในร่ม อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่สะอาดบริสุทธิ์ปลอดจากกลิ่น เสียงและฝุ่นละออง มีอุปกรณ์กีฬาต่าง ๆ เพื่อบริการอย่างเพียงพอและควรอยู่ในสภาพที่สามารถนำไปใช้ได้เลย มีห้องแต่งตัวพร้อมตู้เก็บของและห้องอาบน้ำอย่างเพียงพอ มีน้ำดื่มตามจุดต่าง ๆ ในบริเวณที่ออกกำลังกาย มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย บริเวณสถานที่ออกกำลังกายและสนามกีฬาคควรมีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ สถานที่ออกกำลังกายในร่มและสถานที่ออกกำลังกายต่าง ๆ ควรมีทำเลตั้งอยู่ในบริเวณเดียวกัน

2. ความต้องการด้านบริการและวิชาการสะดวก นักศึกษามีความต้องการมากที่สุด ให้มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย และมีความต้องการมากให้มีหน่วยงาน และบุคลากรที่มีความรับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายโดยเฉพาะ มีเจ้าหน้าที่เบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกายประจำอยู่ มีการประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายอย่างทั่วถึง และมีบุคลากรมีความรู้ความสามารถเฉพาะด้านคอยให้คำแนะนำ

3. ความต้องการด้านประเภทกิจกรรมการออกกำลังกาย นักศึกษามีความต้องการมากที่สุด ให้มีกิจกรรมว่ายน้ำ ฟุตบอล และมีความต้องการมากในกิจกรรมแบดมินตัน บาสเกตบอล วอลเลย์บอล นอกจากนี้ในส่วนที่ผู้ตอบแบบสอบถามระบุความต้องการ ปรากฏว่าสามารถจัดเรียงตามลำดับความต้องการได้ดังนี้ สนุกเกอร์ เพาะกาย เทควันโด ยิงปืน ไอซ์สเก็ต และมวยปล้ำ

4. ความต้องการด้านจำนวนวัน และเวลาที่ออกกำลังกาย นักศึกษามีความต้องการมากที่สุด ให้มีการออกกำลังกาย เวลาเย็นหลังเลิกเรียน และต้องการออกกำลังกายทุกวัน

มานะ หมอยาดี (2540 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศส่วนมากมีความต้องการวิชาการเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย โดยมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ มีภาพยนตร์หรือเทคโนโลยีเกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอ ๆ ความรู้เกี่ยวกับเทคนิคและทักษะการ

ออกกำลังกายเชิงวิทยากรมาบรรยายสาธิตในหลักการใหม่ ๆ ให้แก่สมาชิกได้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ หน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

2. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศส่วนมากมีความต้องการด้านกิจกรรมการออกกำลังกายเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายโดยมีความต้องการในระดับมากที่สุด คือ แบดมินตัน ฟุตบอล โบว์ลิ่ง ยิงปืน ยิงธนู และระดับมาก คือ เทนนิส เทเบิลเทนนิส บาสเกตบอล วอลเลย์บอล เซปักตะกร้อ วายน้ำ และรักบี้ ฟุตบอล

3. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศส่วนมากมีความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายโดยมีความต้องการระดับมากที่สุดคือ สถานที่ออกกำลังกายในร่ม สถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง ควรมีไฟฟ้า สนาม สถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม อยู่ใกล้และไปมาสะดวก สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายและทำความสะอาดร่างกายอย่างเพียงพอ สุขลักษณะตู้เก็บเสื้อผ้า (Locker) สำหรับผู้ใช้บริการ มีบริการจำหน่ายอาหารและเครื่องดื่ม ใกล้สถานที่ออกกำลังกาย อุปกรณ์กีฬามีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

4. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศส่วนมากมีความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย โดยมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุดคือ มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศโดยเฉพาะบุคลากรผู้ให้บริการที่ให้คำแนะนำในการออกกำลังกายที่มีความรู้ความชำนาญในกิจกรรมแต่ละด้านอย่างถ่องแท้ บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ดี เจ้าหน้าที่ดูแลรักษาความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา บุคลากรผู้ให้บริการที่มีความรู้ความเข้าใจวิธีการจัดและดำเนินการด้านพลศึกษา และสามารถเลือกกิจกรรมที่เหมาะสม บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสมเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำในช่วงบริการ

เยาวณี ผจญ (2534 : 66-68) ได้ทำวิจัยเรื่องความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการในภาคตะวันออก ผลการวิจัยพบว่า

1. สถานภาพของข้าราชการ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 50.1 มีอายุระหว่าง 31-35 ปี ร้อยละ 25.1 รองลงมาคือ อายุ 40 ปีขึ้นไป ร้อยละ 22.4 การศึกษาส่วนใหญ่ปริญญาตรี ร้อยละ 45.7 รองลงมาต่ำกว่าอนุปริญญา ร้อยละ 33.4 ส่วนใหญ่สมรสแล้ว ร้อยละ 60 รองลงมาเป็นโสดร้อยละ 36.3 ที่พักส่วนใหญ่อยู่ในเขตเทศบาล ร้อยละ 69.2 ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 78.9 ส่วนใหญ่ไม่มีงานพิเศษอื่น ๆ นอกจากรับราชการ ร้อยละ 84.3 สถานที่ออกกำลังกายส่วนใหญ่มีอยู่ใกล้บ้านร้อยละ 31 รองลงมา มีที่อยู่ใกล้

ที่ทำงานร้อยละ 20.9 ข้าราชการส่วนใหญ่ทำงานในกระทรวงมหาดไทย ร้อยละ 16.4 รองลงมาเป็นกระทรวงการคลัง ร้อยละ 13.9

2. ความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการในภาคตะวันออกมีดังนี้

2.1 ด้านช่วงวันและเวลาในการออกกำลังกาย

ข้าราชการมีความต้องการอยู่ในระดับมากช่วงเวลาเย็นหลังเลิกงาน ช่วงเวลาเย็นของวันเสาร์ – อาทิตย์และวันหยุดราชการ ความต้องการในระดับน้อยคือเวลาเช้าของวันธรรมดา ช่วงเวลาเช้าของวันเสาร์-อาทิตย์ ระดับความต้องการน้อยที่สุดคือ ช่วงเวลากลางคืนของวันเสาร์-อาทิตย์ เวลากลางคืนของวันธรรมดา และช่วงพักกลางวัน (พักรับประทานอาหาร) (ของวันธรรมดา)

2.2 ด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย

ข้าราชการมีความต้องการระดับมาก คือ กิจกรรมการวิ่ง การเดิน ความต้องการในระดับน้อยคือ กิจกรรมเข้าจังหวะ ลีลาศ เปตอง เทเบิลเทนนิส บาสเกตบอล ฟุตบอล วอลเลย์บอล ว่ายน้ำ เทนนิส ตะกร้อ ถีบจักรยานกล และต้องการระดับน้อยที่สุดคือ รำมวยจีน โยคะ ยกน้ำหนัก

2.3 ด้านวิชาการ (ความรู้ในการออกกำลังกาย)

ข้าราชการมีความต้องการในระดับมากทุกข้อ ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับพัฒนาการด้านสรีระ รูปร่าง ท่าทางในการเคลื่อนไหว ความรู้เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพ ด้านโภชนาการ การพักผ่อน กิจกรรมนันทนาการและความปลอดภัย มีการจัดฉายภาพยนตร์ และเทปโทรทัศน์ เกี่ยวกับด้านการออกกำลังกาย มีเอกสารให้ความรู้หรือหนังสือคู่มือเกี่ยวกับการออกกำลังกายที่อ่านเข้าใจง่าย มีการเผยแพร่ข่าวสารและจัดนิทรรศการด้านการออกกำลังกายสำหรับข้าราชการ มีการตั้งชมรมวิชาการเกี่ยวกับกีฬาและการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ มีบริการรับปรึกษาทางวิชาการเกี่ยวกับการออกกำลังกายแก่ข้าราชการ มีการทดสอบสมรรถภาพ มีการประเมินผลด้านสมรรถภาพหลังการฝึก

2.4 ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก

ข้าราชการมีความต้องการในระดับมากได้แก่ มีสวนสุขภาพไว้สำหรับพักผ่อน มีอุปกรณ์ใช้ในการออกกำลังกายที่ทันสมัยได้มาตรฐานและเพียงพอ มีน้ำดื่ม น้ำเย็นไว้บริการ มีศูนย์สุขภาพสำหรับบุคลากรและข้าราชการโดยเฉพาะ มีสถานที่สำหรับพักผ่อนหลังจากออกกำลังกาย มีสถานที่ออกกำลังกายภายในบริเวณบ้าน มีห้องปฐมพยาบาลพร้อมอุปกรณ์ไว้บริการ มีสถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายและห้องอาบน้ำที่ถูกสุขลักษณะ มีโทรศัพท์สาธารณะไว้ใช้ตลอดเวลาการเปิดบริการ มีสถานที่ออกกำลังกายภายในสวนสาธารณะ ความต้องการในระดับน้อย ได้แก่ สถานที่ออกกำลังกายบริเวณที่ทำงาน มีสถานที่ออกกำลังกายภายในสถานบริหารร่างกาย

2.5 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

ข้าราชการมีความต้องการในระดับมาก ได้แก่ มีบุคลากรมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับทุกคน บุคลากรที่ให้บริการดูแลรักษาความปลอดภัยแก่ผู้มาใช้บริการและทรัพย์สิน มีบุคลากรที่สามารถเป็นผู้นำเกมหรือกิจกรรมกีฬา เพื่อการออกกำลังกายแก่ข้าราชการได้ มีบุคลากรที่มีความรู้ความเข้าใจในวิธีการ และการดำเนินโปรแกรมการออกกำลังกาย และสามารถเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมให้แก่ข้าราชการได้ มีบุคลากรคอยดูแลช่วยเหลือแนะนำการใช้อุปกรณ์ในขณะที่ออกกำลังกายอย่างถูกต้อง มีแพทย์ตรวจสอบสุขภาพก่อนออกกำลังกาย

2.6 ความต้องการออกกำลังกายแต่ละด้าน พบว่า

ข้าราชการมีความต้องการในระดับมาก ได้แก่ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านวิชาการ (ความรู้ในการออกกำลังกาย) ความต้องการในระดับน้อย ได้แก่ ช่วงวันเวลาในการออกกำลังกายและด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย

2.7 ผลการเปรียบเทียบความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการภาคตะวันออก ระหว่างข้าราชการชายกับข้าราชการหญิง พบว่า ความต้องการในการออกกำลังกายไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

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

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากร ที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียน นักศึกษาชาย และ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) และ ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) ปีการศึกษา 2544 จำนวน 1,303 คน จำแนกเป็น ในส่วนกลาง 921 คน ส่วนภูมิภาค 382 คน ดังตาราง 1

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ในการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างจากตารางสำเร็จรูปที่ใช้สูตรของ เครจซี และ มอร์แกน (Robert V. Krejcie and Eayrle W. Morgan) (รวิวรรณ ชินะตระกูล. 2538 : 80-81) จะได้ตัวอย่างจำนวน 297 คน แต่ในการวิจัยครั้งนี้จะใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียน นักศึกษาชายและหญิง ที่ศึกษาอยู่ในวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ และ ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง จำนวน 600 คน แบ่งออกเป็น ส่วนกลาง จำนวน 300 คน เป็น ชาย 221 คน หญิง 79 คน และ ส่วนภูมิภาค จำนวน 300 คน เป็นชาย 203 คน หญิง 97 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ดังตาราง 2

ตาราง 1 จำนวนประชากร นักเรียนนักศึกษาเพศชาย หญิงวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง และ
ส่วนภูมิภาค

ที่	วิทยาลัยช่างศิลป์ ในส่วนกลาง และส่วนภูมิภาค	ปวช.1		ปวช. 2		ปวช. 3		ปวส. 1		ปวส. 2		รวม		รวม
		ช	ญ	ช	ญ	ช	ญ	ช	ญ	ช	ญ	ช	ญ	
1.	วิทยาลัยช่างศิลป์ กรุงเทพฯ	196	49	105	49	114	29	149	51	113	66	677	244	921
2.	วิทยาลัยช่างศิลป์ สุพรรณบุรี	48	12	29	9	33	23	21	20	21	13	152	77	229
3	วิทยาลัยช่างศิลป์ นครศรีธรรมราช	32	14	14	11	22	16	27	3	12	2	107	46	153
	รวม	276	75	148	69	169	68	197	74	146	81	936	367	1303

ที่มา : ข้อมูลงานทะเบียน ฝ่ายวิชาการ วิทยาลัยช่างศิลป์ ในสังกัดกรมศิลปากร ปีการศึกษา 2544

ตาราง 2 จำนวนกลุ่มตัวอย่าง นักเรียนนักศึกษาเพศชาย หญิงวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง และ
ส่วนภูมิภาค

ที่	วิทยาลัยช่างศิลป์ ในส่วนกลาง และส่วนภูมิภาค	ปวช.1		ปวช. 2		ปวช. 3		ปวส. 1		ปวส. 2		รวม		รวม
		ช	ญ	ช	ญ	ช	ญ	ช	ญ	ช	ญ	ช	ญ	
1.	วิทยาลัยช่างศิลป์ กรุงเทพฯ	64	16	34	16	37	9	49	17	37	21	221	79	300
2.	วิทยาลัยช่างศิลป์ สุพรรณบุรี	38	9	23	7	26	18	16	16	16	10	119	60	179
3	วิทยาลัยช่างศิลป์ นครศรีธรรมราช	25	11	11	9	17	13	21	2	10	2	84	37	121
		63	20	34	16	43	31	37	18	26	12	203	97	300
	รวมทั้งสิ้น	127	36	68	32	80	40	86	34	64	33	424	176	600

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามความต้องการออกกำลังกายของผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ประกอบด้วย 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยมีลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบตรวจคำตอบ (Check List)

ตอนที่ 2 สภาพและความต้องการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ในสังกัดกรมศิลปากร โดยมีลักษณะแบบสอบถามเป็นปลายปิด (Close - Ended Questionnaires) โดยศึกษาสภาพและความต้องการที่เกี่ยวข้อง 2 ด้าน ดังนี้

1. ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก

2. ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

แบบสอบถามทั้ง 2 ด้านมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยมีระดับสภาพและความต้องการในการออกกำลังกาย และค่าคะแนนดังนี้

ระดับสภาพและความต้องการในการออกกำลังกาย	ค่าคะแนน
มากที่สุด	5
มาก	4
ปานกลาง	3
น้อย	2
น้อยที่สุด	1

นำระดับสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายจากคะแนนมาแปลความหมายเป็นค่าเฉลี่ยเป็นรายข้อและรายด้าน ดังนี้

ระดับสภาพและความต้องการในการออกกำลังกาย	ค่าเฉลี่ย
มากที่สุด	4.50 - 5.00
มาก	3.50 - 4.49
ปานกลาง	2.50 - 3.49
น้อย	1.50 - 2.49
น้อยที่สุด	1.00 - 1.49

ตอนที่ 3 ความต้องการในการออกกำลังกาย ดังนี้

1. ชนิดกีฬาที่ต้องการออกกำลังกาย
2. วันที่ต้องการออกกำลังกาย
3. ช่วงเวลาที่ต้องการออกกำลังกาย

ตอนที่ 4 ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่าง ๆ เป็นแบบสอบถามปลายเปิด (Open - Ended Questionnaires)

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยจะดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ตามขั้นตอนดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้างานวิจัย วิทยานิพนธ์ เอกสาร บทความ และหนังสือพิมพ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสภาพและความต้องการออกกำลังกาย เพื่อนำมาเป็นข้อมูลศึกษาหลักเกณฑ์ และวิธีสร้างแบบสอบถาม โดยกำหนดประเด็นสภาพและความต้องการในการออกกำลังกาย ที่ต้องการศึกษาในครั้งนี้ เป็นแนวทางในการสร้างเครื่องมือ
2. นำข้อมูลมาสร้างเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์
3. นำแบบสอบถามฉบับร่างไปปรึกษาอาจารย์ที่ควบคุมวิทยานิพนธ์ตรวจสอบ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข

การหาคุณภาพของเครื่องมือ

1. เมื่อผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามเสร็จแล้วได้นำแบบสอบถามเสนออาจารย์ควบคุมวิทยานิพนธ์ เพื่อตรวจและแนะนำในการแก้ไขและปรับปรุง จากนั้นได้นำแบบสอบถามที่แก้ไขแล้วขอความอนุเคราะห์ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเนื้อหาและหาความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม (Content Validity) จำนวน 5 ท่าน หลังจากให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและให้คำแนะนำแล้ว ผู้วิจัยได้รวบรวมคำแนะนำต่าง ๆ ไปพิจารณากับอาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์อีกครั้ง เพื่อปรับปรุงและแก้ไขก่อนนำแบบสอบถามไปทดลองเพื่อหาความเชื่อมั่น
2. ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขเรียบร้อยแล้วไปทดลองใช้ (Try out) เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นกับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 50 คน ที่วิทยาลัยช่างศิลป์ ในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค
3. นำแบบสอบถามที่ทดลองใช้แล้ว วิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach. 1970 : 171) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ เท่ากับ .95
4. ผู้วิจัยนำแบบสอบถาม มาหาค่าอำนาจจำแนก (Discrimination) เป็นรายข้อ จำนวน 60 ข้อ โดยใช้สถิติที (t-test) หรือ t - Distribution (อาวูช วัฒนสิน. ; 2536 : 149-151) ได้ค่าอำนาจจำแนกรายข้อมากกว่า 1.75

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึง ผู้เชี่ยวชาญ และผู้อำนวยการวิทยาลัยช่างศิลป์ในสังกัดกรมศิลปากร เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการตรวจแบบสอบถามและเก็บรวบรวมข้อมูล
2. นำหนังสือขอความร่วมมือในการทำวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไปติดต่อกับผู้เชี่ยวชาญและผู้อำนวยการวิทยาลัยช่างศิลป์ในส่วนกลาง และส่วนภูมิภาค เพื่อขอความอนุเคราะห์ และขอความร่วมมือในการตรวจแบบสอบถามและเก็บรวบรวมข้อมูล
3. ผู้วิจัยดำเนินการรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยนำแบบสอบถามไปให้นักเรียน นักศึกษาในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค แล้วเก็บรวบรวมแบบสอบถามคืนด้วยตนเอง

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

- ผู้วิจัยดำเนินการจัดกระทำกับข้อมูล ตามขั้นตอน ดังนี้
1. ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามทุกฉบับ
 2. นำข้อมูลจากแบบแบบสอบถามตอนที่ 1 มาวิเคราะห์โดยวิธีการแจกแจงความถี่ และเปลี่ยนค่าเป็นร้อยละ
 3. นำข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 2 มาวิเคราะห์เป็นรายข้อในแต่ละด้าน และเป็นรายด้าน โดยการหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
 4. เปรียบเทียบสภาพการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระหว่างชายกับหญิง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. และส่วนกลางกับส่วนภูมิภาค โดยใช้สถิติ ที (t-test Independent)
 5. เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระหว่างชายกับหญิง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. และส่วนกลางกับส่วนภูมิภาค ใช้สถิติ ที (t-test Independent)
- ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยกำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
6. นำข้อมูลตอนที่ 3 มาวิเคราะห์โดยวิธีการแจกแจงความถี่และเปลี่ยนค่าเป็นร้อยละ
 7. นำข้อมูลตอนที่ 4 นำข้อเสนอแนะมารวบรวม
- นำเสนอข้อมูลในรูปของตารางและความเรียง
- ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ (Statistical Package for the Social Science Microsoft Windows Release 6.0)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อตกลงเกี่ยวกับการวิเคราะห์และแปลผล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ แทนความหมาย ดังนี้

$\bar{X}$	=	ค่าเฉลี่ย
S.D.	=	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	=	ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างสภาพกับสภาพและความต้องการกับความต้องการ
*	=	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามจากจำนวน 600 ฉบับ ได้แบบทดสอบฉบับที่สมบูรณ์ จำนวน 598 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 99.89 ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ (Statistical Package for the Social Science Microsoft Windows Release 6.0) ตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. นำแบบสอบถามตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับสภาพภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง ดังปรากฏในตาราง 2
2. นำแบบสอบถามตอนที่ 2 หาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และเปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย และความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544 ระหว่าง นักเรียนนักศึกษาชาย กับ นักเรียนนักศึกษาหญิง ระดับ ปวช. กับ ปวช. ระดับ ปวส. กับ ปวส. และส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค โดยการทดสอบค่า ที่ (t – test Independent) แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง ดังปรากฏในตารางที่ 3-41
3. นำแบบสอบถามตอนที่ 3 มาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง ดังปรากฏในตารางที่ 42-53
4. นำแบบสอบถามตอนที่ 4 มาสรุปและนำเสนอในรูปความเรียง

ตาราง 3 จำนวนและร้อยละของข้อมูลส่วนตัวนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์

ข้อมูลส่วนตัว	รายการ	จำนวน	ร้อยละ
สถานศึกษา	วิทยาลัยช่างศิลป์ส่วนกลาง	300	50.10
	วิทยาลัยช่างศิลป์ส่วนภูมิภาค	299	49.90
	รวม	599	100.00
เพศ	ชาย	423	70.50
	หญิง	176	29.50
	รวม	599	100.00
ระดับชั้น	ปวช.ปีที่ 1	163	27.21
	ปวช.ปีที่ 2	100	16.70
	ปวช.ปีที่ 3	120	20.03
	ปวส.ปีที่ 1	120	20.03
	ปวส.ปีที่ 2	96	16.03
	รวม	599	100.00
สภาพที่เป็นจริงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย	ออกกำลังกายทุกวัน	68	11.40
	ออกกำลังกายเกือบทุกวัน	119	19.90
	ออกกำลังกายบ้างที่มีโอกาส	371	61.90
	ไม่ออกกำลังกาย	41	6.80
	รวม	599	100.00
สภาพการเป็นสมาชิกของหน่วยงานหรือสโมสรที่มีโปรแกรมในการออกกำลังกายภายนอกวิทยาลัยช่างศิลป์	เป็นสมาชิก	34	5.70
	ไม่เป็นสมาชิก	565	94.30
	รวม	599	100.00

ตาราง 3 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนตัว	รายการ	จำนวน	ร้อยละ
แรงจูงใจในการเข้าร่วม	ต้องการความสนุกสนาน	171	28.55
กิจกรรมการ	ต้องการให้สุขภาพแข็งแรง	147	24.54
ออกกำลังกาย	ต้องการผ่อนคลายความเครียดจากการเรียน	156	26.04
	ต้องการลดน้ำหนักของตนเอง	56	9.35
	ต้องการพบปะกับเพื่อน ๆ	50	8.35
	ต้องการเข้าสังคมกับผู้อื่น	19	3.17
	รวม	599	100.00

จากตาราง 3 แสดงว่า ผู้ตอบแบบสอบถามทั้งสิ้น 599 คน เป็นชาย 421 คน คิดเป็นร้อยละ 70.50 หญิง 176 คน คิดเป็นร้อยละ 29.50 เป็นนักเรียนระดับ ปวช.ปีที่ 1 163 คน คิดเป็นร้อยละ 27.21 ระดับ ปวช.ปีที่ 2 100 คน คิดเป็นร้อยละ 16.69 ระดับ ปวช.ปีที่ 3 120 คน คิดเป็นร้อยละ 20.03 เป็นนักศึกษา ระดับ ปวส.ปีที่ 1 120 คน คิดเป็นร้อยละ 20.03 และระดับ ปวส.ปีที่ 2 96 คน คิดเป็นร้อยละ 16.03 เป็นนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ส่วนกลาง จำนวน 300 คน คิดเป็นร้อยละ 50.10 วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค จำนวน 299 คน คิดเป็นร้อยละ 49.90

โดยปกตินักเรียนนักศึกษาออกกำลังกายทุกวัน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 11.40 ออกกำลังกายเกือบทุกวัน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 19.90 ออกกำลังกายบ้างที่มีโอกาส 371 คน คิดเป็นร้อยละ 61.90 และไม่ออกกำลังกายเลย 41 คน คิดเป็นร้อยละ 6.80 ส่วนใหญ่ไม่เป็นสมาชิกของหน่วยงานหรือสโมสรที่มีโปรแกรมออกกำลังกาย 565 คน คิดเป็นร้อยละ 94.30 และเป็นสมาชิก 34 คน คิดเป็นร้อยละ 5.70

แรงจูงใจของนักเรียนนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายส่วนใหญ่เพื่อต้องการความสนุกสนาน 171 คน คิดเป็นร้อยละ 28.55 เพื่อต้องการให้สุขภาพแข็งแรง 147 คน คิดเป็นร้อยละ 24.54 เพื่อต้องการผ่อนคลายความเครียด 156 คน คิดเป็นร้อยละ 26.04 เพื่อต้องการลดน้ำหนักของตนเอง 56 คน คิดเป็นร้อยละ 9.35 เพื่อต้องการพบปะกับเพื่อน ๆ 50 คน คิดเป็นร้อยละ 8.35 และเพื่อต้องการเข้าสังคมกับผู้อื่น 19 คน คิดเป็นร้อยละ 3.17

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของสภาพในการออกกำลังกาย
 ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์
 ส่วนกลาง จำแนกตามเพศ

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=221			หญิง n=79		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.57	.99	ปานกลาง	2.41	1.04	ปานกลาง
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	2.15	.98	น้อย	1.94	.99	น้อย
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.32	.97	น้อย	2.31	.99	น้อย
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	2.23	.91	น้อย	2.01	.96	น้อย
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	2.41	1.09	น้อย	1.94	.92	น้อย
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	1.50	.81	น้อย	1.30	.56	น้อยที่สุด
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	1.58	.78	น้อย	1.44	.78	น้อยที่สุด
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	2.31	1.12	น้อย	2.09	1.12	น้อย
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	2.30	1.04	น้อย	2.04	1.05	น้อย
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	1.80	.93	น้อย	1.64	.85	น้อย
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	1.87	.94	น้อย	1.61	.78	น้อย

ตาราง 4 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=221			หญิง n=79		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
12.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม มีแสงสว่าง	2.07	.97	น้อย	1.80	.86	น้อย
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมีมาตรฐาน และมีความปลอดภัย	2.15	.95	น้อย	2.03	.95	น้อย
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	1.81	.98	น้อย	1.63	.89	น้อย
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		2.08	.58	น้อย	1.87	.56	น้อย

จากตาราง 4 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย และ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง โดยรวมอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 2.08$ และ 1.87 ตามลำดับ)

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของสภาพในการออกกำลังกาย
ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง จำแนกตามเพศ

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ชาย n=221			หญิง n=79		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำใน การออกกำลังกาย	2.11	.99	น้อย	1.78	.84	น้อย
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับประทานอาหารใน บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	1.71	.87	น้อย	1.66	.89	น้อย
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ ออกกำลังกาย	1.79	.86	น้อย	1.58	.76	น้อย
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์ การออกกำลังกาย	1.86	.90	น้อย	1.73	.80	น้อย
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการ การออกกำลังกาย	1.91	.93	น้อย	1.60	.74	น้อย
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรง กับประเภทการออกกำลังกาย	2.25	1.07	น้อย	1.95	1.07	น้อย
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	2.14	1.00	น้อย	1.75	.91	น้อย
8.	บุคลากรดูแลความปลอดภัย	1.89	.93	น้อย	1.80	.93	น้อย
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		1.96	.72	น้อย	1.73	.65	น้อย

จากตาราง 5 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของ
นักเรียนนักศึกษาชาย และ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง โดยรวมอยู่ในระดับน้อย
($\bar{X}$ = 1.96 และ 1.73 ตามลำดับ)

ตาราง 6 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของสภาพในการออกกำลังกาย
ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์
ส่วนภูมิภาค จำแนกตามเพศ

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=202			หญิง n=97		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.95	1.16	ปานกลาง	2.82	1.19	ปานกลาง
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	2.24	1.19	น้อย	2.34	1.14	น้อย
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.69	1.06	ปานกลาง	2.61	1.03	ปานกลาง
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	2.55	1.21	ปานกลาง	2.51	1.05	ปานกลาง
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	2.63	1.26	ปานกลาง	2.45	1.16	น้อย
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	2.03	1.20	น้อย	1.63	.99	น้อย
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	2.06	1.21	น้อย	1.74	1.02	น้อย
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	3.05	1.22	ปานกลาง	3.06	1.34	ปานกลาง
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	2.80	1.27	ปานกลาง	2.53	1.28	ปานกลาง
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	2.57	1.16	ปานกลาง	2.30	1.05	น้อย
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	2.19	1.14	น้อย	2.03	.99	น้อย

ตาราง 6 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=202			หญิง n=97		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
12.	สถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มี แสงสว่าง	2.16	1.25	น้อย	2.09	1.08	น้อย
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี มาตรฐาน และมีความปลอดภัย	2.44	1.09	น้อย	2.29	1.09	น้อย
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	2.28	1.11	น้อย	2.02	1.03	น้อย
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		2.47	.75	น้อย	2.32	.69	น้อย

จากตาราง 6 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ
สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย และ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค
โดยรวมอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X}$ = 2.47 และ 2.32 ตามลำดับ)

ตาราง 7 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของสภาพในการออกกำลังกาย
 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค
 จำแนกตามเพศ

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ชาย n=202			หญิง n=97		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำใน การออกกำลังกาย	2.16	1.06	น้อย	2.04	1.03	น้อย
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับประทานอาหารใน บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	1.89	1.04	น้อย	1.73	.95	น้อย
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ ออกกำลังกาย	1.97	1.10	น้อย	1.92	1.05	น้อย
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์ การออกกำลังกาย	2.13	1.08	น้อย	1.92	1.04	น้อย
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการ การออกกำลังกาย	2.08	1.11	น้อย	2.00	1.04	น้อย
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรง กับประเภทการออกกำลังกาย	2.26	1.08	น้อย	2.09	1.11	น้อย
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	2.32	1.11	น้อย	1.99	1.08	น้อย
8.	บุคลากรดูแลความปลอดภัย	2.06	1.13	น้อย	1.96	1.04	น้อย
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		2.11	.84	น้อย	1.96	.84	น้อย

จากตาราง 7 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของ
 นักเรียนนักศึกษาชาย และ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค โดยรวมอยู่ในระดับน้อย
 ($\bar{X}$ = 2.11 และ 1.96 ตามลำดับ)

ตาราง 8 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของสภาพในการออกกำลังกาย
ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์
ส่วนกลาง ระดับ ปวช. และ ระดับปวส.

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช. n=176			ระดับ ปวส. n=124		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.56	1.01	ปานกลาง	2.48	1.00	น้อย
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	2.23	1.05	น้อย	1.91	.86	น้อย
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.48	.99	น้อย	2.09	.88	น้อย
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	2.31	.92	น้อย	1.98	.91	น้อย
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	2.41	1.13	น้อย	2.10	.94	น้อย
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	1.52	.79	น้อย	1.35	.69	น้อยที่สุด
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	1.60	.80	น้อย	1.46	.73	น้อยที่สุด
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	2.41	1.11	น้อย	2.02	1.10	น้อย
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	2.41	1.09	น้อย	1.96	.92	น้อย
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	1.81	.97	น้อย	1.67	.82	น้อย
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	1.90	.94	น้อย	1.65	.84	น้อย

ตาราง 8 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช. n=176			ระดับ ปวส. n=124		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
12.	สถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มี แสงสว่าง	2.16	.99	น้อย	1.77	.84	น้อย
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี มาตรฐาน และมีความปลอดภัย	2.28	.97	น้อย	1.88	.88	น้อย
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	1.92	1.01	น้อย	1.53	.83	น้อย
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		2.14	.58	น้อย	1.84	.54	น้อย

จากตาราง 8 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์ และ
สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. และ
ระดับ ปวส. โดยรวมอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X}$ = 2.14 และ 1.84 ตามลำดับ)

ตาราง 9 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส.

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ระดับ ปวช. n=176			ระดับ ปวส. n=124		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำในการออกกำลังกาย	2.07	.98	น้อย	1.97	.94	น้อย
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับประทานอาหารในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	1.67	.85	น้อย	1.73	.91	น้อย
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย	1.78	.86	น้อย	1.65	.81	น้อย
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกาย	1.86	.87	น้อย	1.76	.88	น้อย
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการการออกกำลังกาย	1.88	.88	น้อย	1.75	.92	น้อย
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	2.26	1.09	น้อย	2.04	1.06	น้อย
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	2.05	.98	น้อย	2.01	1.01	น้อย
8.	บุคลากรดูแลความปลอดภัย	1.95	.96	น้อย	1.75	.88	น้อย
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		1.94	.68	น้อย	1.83	.76	น้อย

จากตาราง 9 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. โดยรวมอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X}$ = 1.94 และ 1.83 ตามลำดับ)

ตาราง 10 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของสภาพในการออกกำลังกาย
ด้านสถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์
ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส.

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช. n=207			ระดับ ปวส. n=92		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.85	1.15	ปานกลาง	3.03	1.21	ปานกลาง
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	2.22	1.19	น้อย	2.38	1.15	น้อย
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.65	1.05	ปานกลาง	2.70	1.01	ปานกลาง
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	2.48	1.17	น้อย	2.66	1.13	ปานกลาง
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	2.54	1.26	ปานกลาง	2.67	1.16	ปานกลาง
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	1.88	1.16	น้อย	1.93	1.15	น้อย
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	1.91	1.18	น้อย	2.08	1.13	น้อย
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	3.12	1.29	ปานกลาง	2.89	1.17	ปานกลาง
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	2.71	1.27	ปานกลาง	2.72	1.29	ปานกลาง
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	2.53	1.18	ปานกลาง	2.39	1.02	ปานกลาง
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	2.10	1.11	น้อย	2.24	1.06	น้อย

ตาราง 10 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช. n=207			ระดับ ปวส. n=92		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
12.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม มี แสงสว่าง	2.13	1.19	น้อย	2.16	1.22	น้อย
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี มาตรฐาน และมีความปลอดภัย	2.39	1.10	น้อย	2.40	1.08	น้อย
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	2.24	1.12	น้อย	2.09	1.02	น้อย
รวม		2.41	.74	น้อย	2.45	.72	น้อย

จากตาราง 10 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์ และ
สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. และ
ระดับ ปวส. โดยรวมอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X}$ = 2.41 และ 2.45 ตามลำดับ)

ตาราง 11 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของสภาพในการออกกำลังกาย
ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช.
และ ระดับ ปวส.

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ระดับ ปวช. n=207			ระดับ ปวส. n=92		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำใน การออกกำลังกาย	2.15	1.08	น้อย	2.08	.99	น้อย
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับประทานอาหารใน บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	1.81	1.02	น้อย	1.90	1.01	น้อย
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ ออกกำลังกาย	1.94	1.07	น้อย	1.98	1.11	น้อย
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์ การออกกำลังกาย	2.06	1.09	น้อย	2.05	1.02	น้อย
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการ การออกกำลังกาย	2.01	1.09	น้อย	2.15	1.09	น้อย
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรง กับประเภทการออกกำลังกาย	2.19	1.06	น้อย	2.24	1.15	น้อย
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	2.21	1.10	น้อย	2.22	1.14	น้อย
8.	บุคลากรดูแลสุขภาพพลอดักย	2.02	1.11	น้อย	2.05	1.09	น้อย
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		2.05	.85	น้อย	2.08	.83	น้อย

จากตาราง 11 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการของ
นักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. โดยรวมอยู่ใน
ระดับน้อย ($\bar{X} = 2.05$ และ 2.08 ตามลำดับ)

ตาราง 12 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ
ออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษา
วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง จำแนกตามเพศ

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=221			หญิง n=79		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	3.80	1.21	มาก	3.76	1.20	มาก
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	4.41	.84	มาก	4.45	.81	มาก
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	4.15	.94	มาก	4.23	.95	มาก
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	4.39	.82	มาก	4.26	.92	มาก
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	4.46	.75	มาก	4.51	.78	มากที่สุด
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	4.34	.91	มาก	4.46	.89	มาก
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	4.36	.83	มาก	4.48	.94	มาก
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	4.38	.92	มาก	4.63	.66	มากที่สุด
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	4.41	.82	มาก	4.39	.88	มาก
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	4.65	.70	มากที่สุด	4.61	.70	มากที่สุด
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	4.58	.74	มากที่สุด	4.51	.80	มากที่สุด

ตาราง 12 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=221			หญิง n=79		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
12.	สถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มี แสงสว่าง	4.34	.86	มาก	4.36	.83	มาก
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี มาตรฐาน และมีความปลอดภัย	4.34	.89	มาก	4.43	.81	มาก
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	4.17	.94	มาก	4.39	.93	มาก
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		4.34	.55	มาก	4.39	.57	มาก

จากตาราง 12 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ
สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย และ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง โดย
รวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.34$ และ 4.39 ตามลำดับ)

ตาราง 13 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ
ออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง
จำแนกตามเพศ

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ชาย n=221			หญิง n=79		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำใน การออกกำลังกาย	4.01	.98	มาก	4.08	.99	มาก
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับฝากสิ่งของใน บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	4.10	.95	มาก	4.18	.98	มาก
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ ออกกำลังกาย	4.14	.96	มาก	4.13	1.01	มาก
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์ การออกกำลังกาย	4.14	.94	มาก	4.29	.90	มาก
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการ การออกกำลังกาย	4.11	.90	มาก	4.04	1.06	มาก
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรง กับประเภทการออกกำลังกาย	4.07	.98	มาก	4.14	1.02	มาก
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	4.06	1.03	มาก	4.11	.98	มาก
8.	บุคลากรดูแลความปลอดภัย	4.22	.91	มาก	4.29	.96	มาก
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		4.11	.77	มาก	4.16	.83	มาก

จากตาราง 13 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
ของนักเรียนนักศึกษาชาย และ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง โดยรวมอยู่ในระดับมาก
($\bar{X}$ = 4.11 และ 4.16 ตามลำดับ)

ตาราง 14 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ
ออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษา
วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค จำแนกตามเพศ

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=202			หญิง n=97		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	3.56	1.30	มาก	3.70	1.24	มาก
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	4.13	1.05	มาก	4.16	.99	มาก
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	4.01	1.00	มาก	4.00	1.03	มาก
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	4.11	1.00	มาก	4.22	1.03	มาก
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	4.22	.99	มาก	4.30	.94	มาก
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	3.84	1.16	มาก	4.19	1.12	มาก
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	3.85	1.15	มาก	4.20	1.12	มาก
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	3.99	1.07	มาก	4.41	.91	มาก
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	4.13	.95	มาก	4.30	.99	มาก
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	4.24	1.01	มาก	4.14	1.10	มาก
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	4.21	1.06	มาก	4.40	.94	มาก

ตาราง 14 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=202			หญิง n=97		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
12.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม มี แสงสว่าง	4.12	1.09	มาก	4.19	1.10	มาก
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี มาตรฐาน และมีความปลอดภัย	4.15	1.06	มาก	4.35	1.01	มาก
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	3.94	1.15	มาก	4.29	1.06	มาก
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		4.04	.71	มาก	4.20	.73	มาก

จากตาราง 14 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ
สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย และ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค
โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.04$ และ 4.20 ตามลำดับ)

ตาราง 15 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ
ออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์
ส่วนภูมิภาค จำแนกตามเพศ

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ชาย n=202			หญิง n=97		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำใน การออกกำลังกาย	3.84	1.04	มาก	3.79	1.11	มาก
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับฝากสิ่งของใน บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	3.70	1.08	มาก	3.87	1.13	มาก
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ ออกกำลังกาย	3.77	1.09	มาก	3.99	1.04	มาก
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์ การออกกำลังกาย	3.85	.99	มาก	4.10	.98	มาก
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการ การออกกำลังกาย	3.82	1.10	มาก	4.03	1.08	มาก
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรง กับประเภทการออกกำลังกาย	3.89	1.02	มาก	4.09	1.08	มาก
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	3.85	1.05	มาก	4.02	1.09	มาก
8.	บุคลากรดูแลความปลอดภัย	3.84	1.15	มาก	4.16	.94	มาก
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		3.82	.84	มาก	4.01	.87	มาก

จากตาราง 15 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
ของนักเรียนนักศึกษาชาย และ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค โดยรวมอยู่ในระดับมาก
($\bar{X}$ = 3.82 และ 4.01 ตามลำดับ)

ตาราง 16 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ
ออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษา
วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส.

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช. n=176			ระดับ ปวส. n=124		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	3.77	1.24	มาก	3.82	1.17	มาก
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	4.40	.84	มาก	4.44	.81	มาก
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	4.07	.98	มาก	4.31	.87	มาก
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	4.29	.89	มาก	4.44	.78	มาก
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	4.43	.80	มาก	4.54	.70	มากที่สุด
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	4.31	.94	มาก	4.46	.84	มาก
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	4.32	.88	มาก	4.50	.82	มากที่สุด
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	4.40	.90	มาก	4.52	.80	มากที่สุด
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	4.32	.88	มาก	4.52	.76	มากที่สุด
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	4.62	.73	มากที่สุด	4.68	.65	มากที่สุด
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	4.57	.76	มากที่สุด	4.56	.75	มากที่สุด

ตาราง 16 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช. n=176			ระดับ ปวส. n=124		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
12.	สถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มี แสงสว่าง	4.29	.86	มาก	4.42	.84	มาก
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี มาตรฐาน และมีความปลอดภัย	4.34	.91	มาก	4.39	.82	มาก
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	4.19	.96	มาก	4.28	.91	มาก
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		4.31	.57	มาก	4.42	.53	มาก

จากตาราง 16 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์ และ
สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. และ
ระดับ ปวส. โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.31$ และ 4.42 ตามลำดับ)

ตาราง 17 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ
ออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง
ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส.

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ระดับ ปวช.			ระดับ ปวส.		
		n=176			n=124		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำใน การออกกำลังกาย	4.00	.99	มาก	4.06	.97	มาก
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับฝากสิ่งของใน บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	4.14	.94	มาก	4.09	.99	มาก
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ ออกกำลังกาย	4.07	1.02	มาก	4.23	.89	มาก
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์ การออกกำลังกาย	4.16	.99	มาก	4.21	.98	มาก
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการ การออกกำลังกาย	4.07	.99	มาก	4.11	.89	มาก
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรง กับประเภทการออกกำลังกาย	4.10	.99	มาก	4.07	.98	มาก
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	4.07	1.02	มาก	4.07	1.01	มาก
8.	บุคลากรดูแลความปลอดภัย	4.26	.90	มาก	4.22	.96	มาก
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		4.11	.77	มาก	4.13	.81	มาก

จากตาราง 17 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. โดยรวมอยู่
ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 4.11 และ 4.13 ตามลำดับ)

ตาราง 18 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ
ออกกำลังกายด้านสถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษา
วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส.

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช. n=207			ระดับ ปวส. n=92		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	3.64	1.25	มาก	3.54	1.34	มาก
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	4.19	1.02	มาก	4.03	1.04	มาก
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	4.02	1.06	มาก	3.97	.90	มาก
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	4.17	.97	มาก	4.09	1.11	มาก
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	4.30	.96	มาก	4.12	.98	มาก
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	3.94	1.15	มาก	3.98	1.18	มาก
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	3.98	1.16	มาก	3.92	1.13	มาก
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	4.12	1.07	มาก	4.14	.97	มาก
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	4.27	.92	มาก	3.98	1.03	มาก
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	4.26	1.04	มาก	4.10	1.02	มาก
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	4.37	.95	มาก	4.04	1.16	มาก

ตาราง 18 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช. n=207			ระดับ ปวส. n=92		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
12.	สถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มี แสงสว่าง	4.24	1.02	มาก	3.91	1.21	มาก
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี มาตรฐาน และมีความปลอดภัย	4.26	.99	มาก	4.11	1.16	มาก
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	4.14	1.11	มาก	3.87	1.15	มาก
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		4.14	.71	มาก	3.99	.72	มาก

จากตาราง 18 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์ และ
สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. และ
ระดับ ปวส. โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.14$ และ 3.99 ตามลำดับ)

ตาราง 19 ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ความต้องการในการ
ออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์
ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส.

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ระดับ ปวช. n=207			ระดับ ปวส. n=92		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำใน การออกกำลังกาย	3.92	1.05	มาก	3.60	1.06	มาก
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับประทานอาหาร บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	3.87	1.10	มาก	3.49	1.06	ปานกลาง
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ ออกกำลังกาย	3.91	1.05	มาก	3.70	1.13	มาก
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์ การออกกำลังกาย	3.99	.99	มาก	3.79	.99	มาก
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการ การออกกำลังกาย	3.96	1.06	มาก	3.73	1.17	มาก
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรง กับประเภทการออกกำลังกาย	4.05	.98	มาก	3.74	1.14	มาก
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	3.96	1.06	มาก	3.78	1.07	มาก
8.	บุคลากรดูแลความปลอดภัย	3.97	1.11	มาก	3.89	1.07	มาก
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		3.95	.83	มาก	3.72	.88	มาก

จากตาราง 19 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. โดยรวมอยู่
ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.95$ และ 3.72 ตามลำดับ)

ตาราง 20 เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=221		หญิง n=79		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.57	.99	2.41	1.04	1.22
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	2.15	.98	1.94	.99	1.69
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.32	.97	2.31	.95	.08
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	2.23	.91	2.01	.96	1.78
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	2.41	1.09	1.94	.92	3.44*
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	1.50	.81	1.30	.56	2.46*
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	1.58	.78	1.44	.78	1.38
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	2.31	1.12	2.09	1.12	1.48
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	2.30	1.04	2.04	1.05	1.90
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	1.80	.93	1.64	.85	1.33
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	1.87	.94	1.61	.78	2.18*
12.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม มี แสงสว่าง	2.07	.97	1.80	.86	2.22*

ตาราง 20 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=221		หญิง n=79		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี มาตรฐาน และมีความปลอดภัย	2.15	.95	2.03	.95	1.01
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	1.81	.98	1.63	.89	1.48
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		2.08	.58	1.87	.56	2.76*

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 20 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง เป็นรายข้อ ในข้อ สถานที่พักผ่อนหลังการออกกำลังกาย สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้าที่ใช้ในการออกกำลังกาย อุปกรณ์ก็พาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ และสถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มีแสงสว่าง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 นอกนั้นไม่แตกต่างกัน และโดยรวมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

ตาราง 21 เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียน นักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ชาย n=221		หญิง n=79		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำในการออกกำลังกาย	2.11	.99	1.78	.84	2.62*
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับฝากสิ่งของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	1.71	.87	1.66	.89	.41
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย	1.79	.86	1.58	.76	1.94
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกาย	1.86	.90	1.73	.80	1.14
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการการออกกำลังกาย	1.91	.93	1.60	.74	2.63*
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	2.25	1.07	1.95	1.07	2.11*
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	2.14	1.00	1.75	.91	3.03*
8.	บุคลากรดูแลความปลอดภัย	1.89	.93	1.80	.93	.77
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		1.96	.72	1.73	.65	2.42*

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 21 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง เป็นรายข้อ ในข้อ บุคลากรผู้ให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย จำนวนบุคลากรให้บริการการออกกำลังกาย บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย และบุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกนั้นไม่แตกต่างกัน และโดยรวมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 22 เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=202		หญิง n=97		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.95	1.16	2.82	1.19	.83
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	2.24	1.19	2.34	1.14	-.71
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.69	1.06	2.61	1.03	.65
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	2.55	1.21	2.51	1.05	.31
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	2.63	1.26	2.45	1.16	1.19
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	2.03	1.20	1.63	.99	3.05*
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	2.06	1.21	1.74	1.02	2.39*
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	3.05	1.22	3.06	1.34	-.11
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	2.80	1.27	2.53	1.28	1.76
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	2.57	1.16	2.30	1.05	1.98*
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	2.19	1.14	2.03	.99	1.26
12.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม มี แสงสว่าง	2.16	1.25	2.09	1.08	.50

ตาราง 22 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=202		หญิง n=97		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี มาตรฐาน และมีความปลอดภัย	2.44	1.09	2.29	1.09	1.12
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	2.28	1.11	2.02	1.03	1.91
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		2.47	.75	2.32	.69	1.76

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 22 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ
สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิงวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค
เป็นรายข้อ ในข้อ สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้าที่ใช้ในการ
ออกกำลังกาย สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัวและถูกสุขลักษณะ และการบริการน้ำดื่ม
สำหรับผู้ออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกนั้น
ไม่แตกต่างกัน และ โดยรวมไม่แตกต่างกัน

ตาราง 23 เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียน นักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ชาย n=202		หญิง n=97		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำในการออกกำลังกาย	2.16	1.06	2.04	1.03	.94
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับประทานอาหารในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	1.89	1.04	1.73	.95	1.27
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย	1.97	1.10	1.92	1.05	.40
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกาย	2.13	1.08	1.92	1.04	1.61
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการการออกกำลังกาย	2.08	1.11	2.00	1.04	.59
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	2.26	1.08	2.09	1.11	1.23
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	2.32	1.11	1.99	1.08	2.42*
8.	บุคลากรดูแลความปลอดภัย	2.06	1.13	1.96	1.04	.78
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		2.11	.84	1.96	.84	1.47

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 23 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิงวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค เป็นรายข้อ ในข้อ บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกนั้นไม่แตกต่างกัน และ โดยรวมไม่แตกต่างกัน

ตาราง 24 เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส.

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช.		ระดับ ปวส.		ค่า t
		n=176		n=124		
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.56	1.01	2.48	1.00	.67
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	2.23	1.05	1.91	.86	2.86*
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.48	.99	2.09	.88	3.56*
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	2.31	.92	1.98	.91	3.08*
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	2.41	1.13	2.10	.94	2.65*
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	1.52	.79	1.35	.69	2.05*
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	1.60	.80	1.46	.73	1.51
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	2.41	1.11	2.02	1.10	3.02*
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	2.41	1.09	1.96	.92	3.90*
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	1.81	.97	1.67	.82	1.34
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	1.90	.94	1.65	.84	2.38*

ตาราง 24 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช. n=176		ระดับ ปวส. n=124		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
12.	สถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มี แสงสว่าง	2.16	.99	1.77	.84	3.53*
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี มาตรฐาน และมีความปลอดภัย	2.28	.97	1.88	.88	3.71*
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	1.92	1.01	1.53	.83	3.53*
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		2.14	.58	1.84	.54	4.52*

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 24 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์ และ สิ่งอำนวยความสะดวกของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. เป็นรายชื่อ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อ สถานที่ ออกกำลังกายในร่ม ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม สถานที่พักผ่อนหลังการออกกำลังกาย สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกาย ห้องสุขาชาย-หญิงแยกกันและถูกสุขลักษณะ ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บ จากการออกกำลังกาย อุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความต้องการ สถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มีแสงสว่าง อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมาตรฐานและปลอดภัย และอุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูงชั่งน้ำหนัก นอกนั้นไม่แตกต่างกัน และโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 25 เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส.

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ระดับ ปวช. n=176		ระดับ ปวส. n=124		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำในการออกกำลังกาย	2.07	.98	1.97	.94	.89
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับผิดชอบสิ่งของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	1.67	.85	1.73	.91	-.62
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย	1.78	.86	1.65	.81	1.34
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกาย	1.86	.87	1.76	.88	1.03
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการการออกกำลังกาย	1.88	.88	1.75	.92	1.19
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	2.26	1.09	2.04	1.06	1.71
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	2.05	.98	2.01	1.01	.37
8.	บุคลากรดูแลความปลอดภัย	1.95	.96	1.75	.88	1.83
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		1.94	.68	1.83	.76	1.28

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 25 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. เป็นรายข้อ และโดยรวมไม่แตกต่างกัน

ตาราง 26 เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส.

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช. n=207		ระดับ ปวส. n=92		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.85	1.15	3.03	1.21	-1.24
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	2.22	1.19	2.38	1.15	-1.08
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	2.65	1.05	2.70	1.07	-.33
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	2.48	1.17	2.66	1.13	-1.28
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	2.54	1.26	2.67	1.16	-.82
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	1.88	1.16	1.93	1.15	-.35
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	1.91	1.18	2.08	1.13	-1.15
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	3.12	1.29	2.89	1.17	1.46
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	2.71	1.27	2.72	1.29	-.05
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	2.53	1.18	2.39	1.02	.95
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	2.10	1.11	2.24	1.06	-1.04

ตาราง 26 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช. n=207		ระดับ ปวส. n=92		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
12.	สถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มีแสงสว่าง	2.13	1.19	2.16	1.22	-.22
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมีมาตรฐาน และมีความปลอดภัย	2.39	1.10	2.40	1.08	-.11
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	2.24	1.12	2.09	1.02	1.13
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		2.41	.74	2.45	.72	-.46

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 26 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. กับระดับ ปวส. เป็นรายข้อและโดยรวมไม่แตกต่างกัน

ตาราง 27 เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส.

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ระดับ ปวช.		ระดับ ปวส.		ค่า t
		n=207		n=92		
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำในการออกกำลังกาย	2.15	1.08	2.08	.99	.52
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับฝากสิ่งของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	1.81	1.02	1.90	1.01	-.71
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย	1.94	1.07	1.98	1.11	-.27
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกาย	2.06	1.09	2.05	1.02	.06
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการการออกกำลังกาย	2.01	1.09	2.15	1.09	-1.04
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย	2.19	1.06	2.24	1.15	-.37
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	2.21	1.10	2.22	1.14	-.07
8.	บุคลากรดูแลความปลอดภัย	2.02	1.11	2.05	1.09	-.25
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		2.05	.85	2.08	.83	-.34

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 27 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. เป็นรายข้อ และโดยรวมไม่แตกต่างกัน

ตาราง 28 เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกายของนักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค เป็นรายด้าน

ด้านที่	รายการสภาพในการ ออกกำลังกาย	ส่วนกลาง n=176		ส่วนภูมิภาค n=207		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	2.14	.58	2.41	.74	-3.95*
2.	บุคลากรผู้ให้บริการ	1.94	.68	2.05	.85	-1.37

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 28 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกายของนักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค ด้านสถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 29 เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกายของนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค เป็นรายด้าน

ด้านที่	รายการสภาพในการ ออกกำลังกาย	ส่วนกลาง n=124		ส่วนภูมิภาค n=92		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	1.85	.54	2.45	.72	-6.79*
2.	บุคลากรผู้ให้บริการ	1.83	.76	2.08	.83	-2.29*

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 29 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกายของนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 30 เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกายของนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค เป็นรายด้าน

ด้านที่	รายการสภาพในการ ออกกำลังกาย	ส่วนกลาง n=124		ส่วนภูมิภาค n=92		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	1.85	.54	2.45	.72	-6.79*
2.	บุคลากรผู้ให้บริการ	1.83	.76	2.08	.83	-2.29*

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 30 แสดงว่าสภาพในการออกกำลังกายของนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค ด้านสถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 31 เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่ง
อำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=221		หญิง n=79		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	3.80	1.21	3.76	1.20	.24
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	4.41	.84	4.45	.81	-.38
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	4.15	.94	4.23	.95	-.61
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	4.39	.82	4.26	.92	1.12
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	4.46	.75	4.51	.78	-.54
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	4.34	.91	4.46	.89	-1.03
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	4.36	.83	4.48	.94	-.99
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	4.38	.92	4.63	.66	-2.52*
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	4.41	.82	4.39	.88	.20
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	4.65	.70	4.61	.70	.46
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	4.58	.74	4.51	.80	.70

ตาราง 31 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=221		หญิง n=79		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
12.	สถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มี แสงสว่าง	4.34	.86	4.36	.83	-.23
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี มาตรฐาน และมีความปลอดภัย	4.34	.89	4.43	.81	-.78
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	4.17	.94	4.39	.93	-1.76
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		4.34	.55	4.39	.57	-.67

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 31 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์ และ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง เป็นรายข้อ ในข้อ ห้องสุขาชาย-หญิงถูกสุขลักษณะ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 นอกนั้นไม่แตกต่างกัน และโดยรวมไม่แตกต่างกัน

ตาราง 32 เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของ
นักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ชาย n=221		หญิง n=79		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำใน การออกกำลังกาย	4.01	.98	4.08	.99	-.55
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับประทานอาหารใน บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	4.10	.95	4.18	.98	-.63
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ ออกกำลังกาย	4.14	.96	4.13	1.01	.12
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์ การออกกำลังกาย	4.14	.94	4.29	.90	-1.20
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการ การออกกำลังกาย	4.11	.90	4.04	1.06	.58
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรง กับประเภทการออกกำลังกาย	4.07	.98	4.14	1.02	-.49
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	4.06	1.03	4.11	.98	-.44
8.	บุคลากรดูแลความปลอดภัย	4.22	.91	4.29	.96	-.54
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		4.11	.77	4.46	.83	-.47

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 32 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง เป็นรายข้อและโดยรวม
ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 33 เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=202		หญิง n=97		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	3.56	1.30	3.70	1.24	-.86
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	4.13	1.05	4.16	.99	-.16
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	4.01	1.00	4.00	1.03	.04
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	4.11	1.00	4.22	1.03	-.86
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	4.22	.99	4.30	.94	-.64
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	3.84	1.16	4.19	1.12	-2.46*
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	3.85	1.15	4.20	1.12	-2.48*
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	3.99	1.07	4.41	.91	-3.39*
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	4.13	.95	4.30	.99	-1.35
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	4.24	1.01	4.14	1.10	.77
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	4.21	1.06	4.40	.94	-1.42

ตาราง 33 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ชาย n=202		หญิง n=97		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
12.	สถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มีแสงสว่าง	4.12	1.09	4.19	1.10	-.50
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมีมาตรฐาน และมีความปลอดภัย	4.15	1.06	4.35	1.01	-1.56
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	3.94	1.15	4.29	1.06	-2.52*
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		4.04	.71	4.20	.73	-1.88

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 33 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค เป็นรายข้อ ในข้อ สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้าที่ใช้ในการออกกำลังกาย สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัวและถูกสุขลักษณะ และอุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกนั้นไม่แตกต่างกัน และ โดยรวมไม่แตกต่างกัน

ตาราง 34 เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของ
นักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ชาย n=202		หญิง n=97		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำใน การออกกำลังกาย	3.84	1.04	3.79	1.11	.33
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับประทานอาหารใน บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	3.70	1.08	3.87	1.13	-1.20
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ ออกกำลังกาย	3.77	1.09	3.99	1.04	-1.64
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์ การออกกำลังกาย	3.85	.99	4.10	.98	-2.05*
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการ การออกกำลังกาย	3.82	1.10	4.03	1.08	-1.58
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรง กับประเภทการออกกำลังกาย	3.89	1.02	4.09	1.08	-1.67
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	3.86	1.05	4.02	1.09	-1.29
8.	บุคลากรดูแลความปลอดภัย	3.85	1.15	4.16	.94	-2.50*
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		3.82	.84	4.10	.87	-1.78

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 34 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
ของนักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค เป็นรายข้อ ในข้อ
เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกาย และบุคลากรดูแลความปลอดภัย แตกต่าง
กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกนั้นไม่แตกต่างกัน และ โดยรวมไม่แตกต่างกัน

ตาราง 35 เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส.

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช. n=176		ระดับ ปวส. n=124		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	3.77	1.24	3.82	1.17	-.29
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	4.40	.84	4.44	.81	-.41
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	4.07	.98	4.31	.87	-2.12*
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	4.29	.89	4.44	.78	-1.55
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	4.43	.80	4.54	.70	-1.28
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	4.31	.94	4.46	.84	-1.42
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	4.32	.88	4.50	.82	-1.81
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	4.40	.90	4.52	.80	-1.17
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	4.32	.88	4.52	.76	-2.12*
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	4.62	.73	4.68	.65	-.71
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	4.57	.76	4.56	.75	.13

ตาราง 35 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช. n=176		ระดับ ปวส. n=124		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
12.	สถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มี แสงสว่าง	4.29	.86	4.42	.84	-1.30
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี มาตรฐาน และมีความปลอดภัย	4.34	.91	4.39	.82	-.45
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	4.19	.96	4.28	.91	-.81
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		4.31	.57	4.42	.53	-1.71

$$t_{(.05; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 35 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. เป็นรายชื่อ ในข้อ ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง และห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05. นอกนั้นไม่แตกต่างกัน และ โดยรวมไม่แตกต่างกัน

ตาราง 36 เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของ
นักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส.

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ระดับ ปวช. n=176		ระดับ ปวส. n=124		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำใน การออกกำลังกาย	4.00	.99	4.06	.97	-.49
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับฝากสิ่งของใน บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	4.14	.94	4.09	.99	-.42
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ ออกกำลังกาย	4.07	1.02	4.23	.89	-1.45
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์ การออกกำลังกาย	4.16	.99	4.21	.98	-.46
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการ การออกกำลังกาย	4.07	.99	4.11	.89	-.35
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรง กับประเภทการออกกำลังกาย	4.10	.99	4.07	.98	.26
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	4.07	1.02	4.07	1.01	-.04
8.	บุคลากรดูแลความปลอดภัย	4.26	.90	4.22	.96	.35
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		4.11	.77	4.13	.81	-.27

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 36 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. เป็น
รายข้อ และ โดยรวม ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 37 เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. กับ ปวส.

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช. n=207		ระดับ ปวส. n=92		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง	3.64	1.25	3.54	1.34	.59
2.	สถานที่ออกกำลังกายในร่ม	4.19	1.02	4.03	1.04	1.21
3.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายกลางแจ้ง	4.02	1.06	3.97	.90	.41
4.	ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัด สถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อ ออกกำลังกายในร่ม	4.17	.97	4.09	1.11	.65
5.	สถานที่พักผ่อนหลังการ ออกกำลังกาย	4.30	.96	4.12	.98	1.53
6.	ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการ ออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้า ที่ใช้ในการออกกำลังกาย	3.94	1.15	3.98	1.18	-.28
7.	สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว และถูกสุขลักษณะ	3.98	1.16	3.92	1.13	.36
8.	ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกันและ ถูกสุขลักษณะ	4.12	1.07	4.14	.97	-.19
9.	ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจาก การออกกำลังกาย	4.27	.92	3.98	1.03	2.44*
10.	บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ ออกกำลังกาย	4.26	1.04	4.10	1.02	1.26
11.	มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความ ต้องการ	4.37	.95	4.04	1.16	2.58*

ตาราง 37 (ต่อ)

ข้อ	ด้านสถานที่อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก	ระดับ ปวช. n=207		ระดับ ปวส. n=92		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
12.	สถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มี แสงสว่าง	2.24	1.02	3.91	1.21	2.27*
13.	อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมี มาตรฐาน และมีความปลอดภัย	4.26	.99	4.11	1.16	1.09
14.	อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก	4.14	1.11	3.87	1.15	1.89
รวม		4.14	.71	3.99	.72	1.66

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 37 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. เป็นรายข้อ ในข้อ ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย อุปกรณ์ กีฬาให้เลือกใช้ตามความต้องการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกนั้น ไม่แตกต่างกัน และ โดยรวมไม่แตกต่างกัน

ตาราง 38 เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของ
นักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส.

ข้อ	ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ	ระดับ ปวช. n=207		ระดับ ปวส. n=92		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	บุคลากรผู้ให้บริการคำแนะนำใน การออกกำลังกาย	3.92	1.05	3.60	1.06	2.46*
2.	เจ้าหน้าที่ดูแล รับฝากสิ่งของใน บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	3.87	1.10	3.49	1.06	2.83*
3.	เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ ออกกำลังกาย	3.91	1.05	3.70	1.13	1.58
4.	เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์ การออกกำลังกาย	3.99	.99	3.79	.99	1.62
5.	จำนวนบุคลากรให้บริการ การออกกำลังกาย	3.96	1.06	3.73	1.17	1.67
6.	บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรง กับประเภทการออกกำลังกาย	4.05	.98	3.74	1.14	2.39*
7.	บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ	3.96	1.06	3.78	1.07	1.35
8.	บุคลากรดูแลความปลอดภัย	3.97	1.11	3.89	1.07	.54
รวมค่าเฉลี่ยรายด้าน		3.95	.83	3.72	.88	2.26*

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 38 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนภูมิภาค ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. เป็น
รายชื่อ ในข้อ บุคลากรผู้ให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย เจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของใน
บริเวณสถานที่ออกกำลังกาย และบุคลากรมีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการ
ออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกนั้นไม่แตกต่างกัน และ
โดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 39 เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัย
ช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ระหว่าง ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค เป็นรายด้าน

ด้านที่	รายการสภาพในการ ออกกำลังกาย	ส่วนกลาง n=176		ส่วนภูมิภาค n=207		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	4.31	.57	4.14	.71	2.65*
2.	บุคลากรผู้ให้บริการ	4.11	.77	3.95	.83	1.87

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 39 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนวิทยาลัย
ช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค ด้านสถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ไม่
แตกต่างกัน

ตาราง 40 เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัย
ช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ระหว่าง ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค เป็นรายด้าน

ด้านที่	รายการสภาพในการ ออกกำลังกาย	ส่วนกลาง n=124		ส่วนภูมิภาค n=92		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	4.42	.53	3.99	.72	4.88*
2.	บุคลากรผู้ให้บริการ	4.13	.81	3.72	.88	3.62*

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 40 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกายของนักศึกษาวิทยาลัย
ช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค ด้านสถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 41 เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัย
ช่างศิลป์ ระหว่าง ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค เป็นรายด้าน

ด้านที่	ความต้องการออกกำลังกาย	ส่วนกลาง n=300		ส่วนภูมิภาค n=299		ค่า t
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
1.	สถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก	4.36	.55	4.09	.72	5.06*
2.	บุคลากรผู้ให้บริการ	4.12	.78	3.88	.85	3.55*

$$t_{(.05 ; df \infty)} = 1.960$$

จากตาราง 41 แสดงว่าความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค ด้านสถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และบุคลากรผู้ให้บริการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 42 จำนวนและค่าร้อยละของชนิดกีฬาที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช.
ส่วนกลาง ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี

ข้อ	ชนิดกีฬา ที่ต้องการ ออกกำลังกาย	ระดับ ปวช. (N=176)					
		ชั้นปีที่ 1 (n=80)		ชั้นปีที่ 2 (n=50)		ชั้นปีที่ 3 (n=46)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.	วิ่งเพื่อสุขภาพ	15	18.80	14	28.00	19	42.20
2.	ขี่จักรยาน	34	42.50	29	<u>58.00</u>	17	37.80
3.	แบดมินตัน	27	33.80	20	40.00	26	57.80
4.	เทเบิลเทนนิส (ปิงปอง)	24	30.00	18	36.00	25	55.60
5.	ฟุตบอล	48	<u>60.00</u>	24	48.00	29	<u>64.40</u>
6.	บาสเกตบอล	36	45.00	23	46.00	17	37.80
7.	วอลเลย์บอล	28	35.00	13	26.00	19	42.20
8.	ตะกร้อ	18	22.50	8	16.00	18	40.00

จากตาราง 42 แสดงว่าชนิดกีฬาที่นักเรียนระดับ ปวช. วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง ต้องการออกกำลังกาย คือ

นักเรียนระดับ ปวช.ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายด้วยการเล่นฟุตบอลมากที่สุด (ร้อยละ 60.00) รองลงมา ได้แก่ บาสเกตบอล (ร้อยละ 45.00) ออกกำลังกายด้วยการวิ่งเพื่อสุขภาพน้อยที่สุด (ร้อยละ 18.80)

นักเรียนระดับ ปวช.ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายด้วยการขี่จักรยานมากที่สุด (ร้อยละ 58.00) รองลงมา ได้แก่ ฟุตบอล (ร้อยละ 48.00) ออกกำลังกายด้วยการเล่นตะกร้อน้อยที่สุด (ร้อยละ 16.00)

นักเรียนระดับ ปวช.ชั้นปีที่ 3 ต้องการออกกำลังกายด้วยการเล่นฟุตบอลมากที่สุด (ร้อยละ 64.40) รองลงมา ได้แก่ แบดมินตัน (ร้อยละ 57.80) ออกกำลังกายด้วยการขี่จักรยาน และ บาสเกตบอลน้อยที่สุด (ร้อยละ 37.80)

ตาราง 43 จำนวนและค่าร้อยละของวันที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนกลาง
ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี

ข้อ	วันที่ต้องการ ออกกำลังกาย	ระดับ ปวช. (N=176)					
		ชั้นปีที่ 1 (n=80)		ชั้นปีที่ 2 (n=50)		ชั้นปีที่ 3 (n=46)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.	วันจันทร์	28	35.00	20	40.00	22	47.80
2.	วันอังคาร	19	23.80	16	32.00	16	34.80
3.	วันพุธ	25	31.30	22	44.00	18	39.10
4.	วันพฤหัสบดี	16	20.00	15	30.00	18	39.10
5.	วันศุกร์	48	<u>60.00</u>	37	<u>74.00</u>	38	<u>82.60</u>
6.	วันเสาร์	42	52.50	18	36.00	27	58.70
7.	วันอาทิตย์	29	36.30	14	28.00	24	52.20

จากตาราง 43 แสดงว่าวันที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนกลาง
ต้องการออกกำลังกาย คือ

นักเรียนระดับ ปวช.ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายในวันศุกร์ มากที่สุด (ร้อยละ 60.00) รองลงมาได้แก่ วันเสาร์ (ร้อยละ 52.50) และต้องการออกกำลังกายในวันพฤหัสบดี น้อยที่สุด (ร้อยละ 20.00)

นักเรียนระดับ ปวช.ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายในวันศุกร์ มากที่สุด (ร้อยละ 74.00) รองลงมาได้แก่ วันพุธ (ร้อยละ 44.00) และต้องการออกกำลังกายในวันอาทิตย์ น้อยที่สุด (ร้อยละ 28.00)

นักเรียนระดับ ปวช.ชั้นปีที่ 3 ต้องการออกกำลังกายในวันศุกร์ มากที่สุด (ร้อยละ 82.60) รองลงมาได้แก่ วันเสาร์ (ร้อยละ 57.70) และต้องการออกกำลังกายในวันอังคาร น้อยที่สุด (ร้อยละ 34.80)

ตาราง 44 จำนวนและค่าร้อยละช่วงเวลาที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนกลาง
ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี

ข้อ	ช่วงเวลาที่ต้องการ ออกกำลังกาย	ระดับ ปวช. (N=176)					
		ชั้นปีที่ 1 (n=80)		ชั้นปีที่ 2 (n=50)		ชั้นปีที่ 3 (n=46)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.	05.00 – 06.00 น.	7	8.80	5	10.00	5	10.90
2.	06.00 – 07.00 น.	23	28.80	7	14.00	13	28.30
3.	12.00 – 13.00 น.	7	8.80	8	16.00	10	21.70
4.	16.00 – 17.00 น.	29	36.30	24	48.00	24	52.20
5.	17.00 – 18.00 น.	50	<u>62.50</u>	30	<u>60.00</u>	27	<u>58.70</u>
6.	18.00 – 19.00 น.	27	33.80	17	34.00	18	39.10

จากตาราง 44 แสดงว่าช่วงเวลาที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนกลาง
ต้องการออกกำลังกาย คือ

นักเรียนระดับ ปวช.ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 17.00-18.00 น.
มากที่สุด (ร้อยละ 62.50) รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 16.00-17.00 น. (ร้อยละ 36.30) และ
ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 06.00-07.00 น. และ 12.00-13.00 น. น้อยที่สุด (ร้อยละ
08.80)

นักเรียนระดับ ปวช.ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 17.00-18.00 น.
มากที่สุด (ร้อยละ 60.00) รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 17.00-18.00 น. (ร้อยละ 58.70) และ
ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 06.00-07.00 น. น้อยที่สุด (ร้อยละ 10.00)

นักเรียนระดับ ปวช.ชั้นปีที่ 3 ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 17.00-18.00 น.
มากที่สุด (ร้อยละ 58.70) รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 17.00-18.00 น. (ร้อยละ 52.20) และ
ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 06.00-07.00 น. น้อยที่สุด (ร้อยละ 10.90)

ตาราง 45 จำนวนและค่าร้อยละของชนิดกีฬาที่นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส.
ส่วนกลาง ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี

ข้อ	ชนิดกีฬาที่ต้องการ ออกกำลังกาย	ระดับ ปวส. (N=124)			
		ชั้นปีที่ 1 (n=66)		ชั้นปีที่ 2 (n=58)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.	วิ่งเพื่อสุขภาพ	20	30.30	15	25.90
2.	ขี่จักรยาน	26	39.40	21	36.20
3.	แบดมินตัน	35	53.00	34	<u>58.60</u>
4.	เทเบิลเทนนิส (ปิงปอง)	32	48.50	22	37.90
5.	ฟุตบอล	43	<u>65.20</u>	33	56.90
6.	บาสเกตบอล	31	47.00	20	34.50
7.	วอลเลย์บอล	17	25.80	16	27.60
8.	ตะกร้อ	25	37.90	10	17.20

จากตาราง 45 แสดงว่าชนิดกีฬาที่นักเรียนระดับ ปวส. วิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง
ต้องการออกกำลังกาย คือ

นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายด้วยการเล่นฟุตบอลมากที่สุด
(ร้อยละ 65.20) รองลงมา ได้แก่ แบดมินตัน (ร้อยละ 53.00) ออกกำลังกายด้วย
วอลเลย์บอลน้อยที่สุด (ร้อยละ 25.80)

นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายด้วยแบดมินตันมากที่สุด
(ร้อยละ 58.60) รองลงมา ได้แก่ ฟุตบอล (ร้อยละ 56.90) ออกกำลังกายด้วยการเล่นตะกร้อ
น้อยที่สุด (ร้อยละ 17.20)

ตาราง 46 จำนวนและค่าร้อยละของวันที่นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส.
ส่วนกลาง ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี

ข้อ	วันที่ต้องการออกกำลังกาย	ระดับ ปวส. (N=124)			
		ชั้นปีที่ 1 (n=66)		ชั้นปีที่ 2 (n=58)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.	วันจันทร์	22	33.33	19	32.76
2.	วันอังคาร	19	28.78	14	24.14
3.	วันพุธ	24	36.36	17	29.31
4.	วันพฤหัสบดี	21	31.82	11	18.97
5.	วันศุกร์	54	<u>81.82</u>	34	58.62
6.	วันเสาร์	39	59.09	36	<u>62.07</u>
7.	วันอาทิตย์	28	42.42	25	43.10

จากตาราง 46 แสดงว่าวันที่นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ส่วนกลาง ต้องการออกกำลังกาย คือ

นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายในวันศุกร์ มากที่สุด (ร้อยละ 81.82) รองลงมา ได้แก่ วันเสาร์ (ร้อยละ 59.09) และต้องการออกกำลังกายในอังคาร น้อยที่สุด (ร้อยละ 28.78)

นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายในวันเสาร์ มากที่สุด (ร้อยละ 62.07) รองลงมา ได้แก่ วันศุกร์ (ร้อยละ 58.62) และต้องการออกกำลังกายในวันพฤหัสบดี น้อยที่สุด (ร้อยละ 18.97)

ตาราง 47 จำนวนและค่าร้อยละช่วงเวลาที่นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส.
ส่วนกลาง ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี

ข้อ	ช่วงเวลาที่ต้องการ ออกกำลังกาย	ระดับ ปวส. (N=124)			
		ชั้นปีที่ 1 (n=66)		ชั้นปีที่ 2 (n=58)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.	05.00 – 06.00 น.	10	15.15	7	12.07
2.	06.00 – 07.00 น.	13	19.70	7	12.07
3.	12.00 – 13.00 น.	7	10.60	2	3.45
4.	16.00 – 17.00 น.	26	39.39	14	24.14
5.	17.00 – 18.00 น.	48	<u>72.72</u>	38	<u>65.52</u>
6.	18.00 – 19.00 น.	36	54.54	32	55.17

จากตาราง 47 แสดงว่าช่วงเวลาที่นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ส่วนกลาง ต้องการในการออกกำลังกาย คือ

นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 17.00-18.00 น. มากที่สุด (ร้อยละ 72.720) รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 18.00-19.00 น. (ร้อยละ 54.54) และ ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 12.00-13.00 น. น้อยที่สุด (ร้อยละ 10.60)

นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 17.00-18.00 น. มากที่สุด (ร้อยละ 65.52) รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 18.00-19.00 น. (ร้อยละ 55.17) และ ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 12.00-13.00 น. น้อยที่สุด (ร้อยละ 3.45)

ตาราง 48 จำนวนและค่าร้อยละของชนิดกีฬาที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช.
ส่วนภูมิภาค ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี

ข้อ	ชนิดกีฬา ที่ต้องการ ออกกำลังกาย	ระดับ ปวช. (N=207)					
		ชั้นปีที่ 1 (n=83)		ชั้นปีที่ 2 (n=50)		ชั้นปีที่ 3 (n=74)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.	วิ่งเพื่อสุขภาพ	26	31.30	15	30.00	25	33.78
2.	ขี่จักรยาน	35	42.20	30	<u>60.00</u>	33	44.60
3.	แบดมินตัน	38	45.80	25	50.00	47	<u>63.51</u>
4.	เทเบิลเทนนิส (ปิงปอง)	35	42.20	21	42.00	30	40.54
5.	ฟุตบอล	52	<u>62.70</u>	22	44.00	35	42.30
6.	บาสเกตบอล	49	59.00	29	58.00	46	62.16
7.	วอลเลย์บอล	46	55.40	14	28.00	38	51.35
8.	ตะกร้อ	39	47.00	23	46.00	33	44.60

จากตาราง 48 แสดงว่าชนิดกีฬาที่นักเรียนระดับ ปวช. วิทยาลัยช่างศิลป์
ส่วนภูมิภาค ต้องการออกกำลังกาย คือ

นักเรียนระดับ ปวช.ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายด้วยการเล่นฟุตบอลมากที่สุด
(ร้อยละ 62.70) รองลงมา ได้แก่ บาสเกตบอล (ร้อยละ 59.00) ออกกำลังกายด้วยการวิ่ง
เพื่อสุขภาพน้อยที่สุด (ร้อยละ 31.30)

นักเรียนระดับ ปวช.ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายด้วยการขี่จักรยานมากที่สุด
(ร้อยละ 60.00) รองลงมา ได้แก่ บาสเกตบอล (ร้อยละ 58.00) ออกกำลังกายด้วยการเล่น
วอลเลย์บอลน้อยที่สุด (ร้อยละ 28.00)

นักเรียนระดับ ปวช.ชั้นปีที่ 3 ต้องการออกกำลังกายด้วยการเล่นแบดมินตันมากที่สุด
(ร้อยละ 63.51) รองลงมา ได้แก่ บาสเกตบอล (ร้อยละ 62.16) ออกกำลังกายด้วยการวิ่ง
เพื่อสุขภาพน้อยที่สุด (ร้อยละ 33.78)

ตาราง 49 จำนวนและค่าร้อยละของวันที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนภูมิภาค
ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี

ข้อ	วันที่ต้องการ ออกกำลังกาย	ระดับ ปวช. (N=207)					
		ชั้นปีที่ 1 (n=83)		ชั้นปีที่ 2 (n=50)		ชั้นปีที่ 3 (n=74)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.	วันจันทร์	37	44.60	20	40.00	27	36.49
2.	วันอังคาร	29	34.90	21	42.00	28	37.84
3.	วันพุธ	36	43.40	19	38.00	28	37.84
4.	วันพฤหัสบดี	31	37.30	21	42.00	26	35.14
5.	วันศุกร์	63	<u>75.90</u>	30	<u>60.00</u>	49	<u>66.22</u>
6.	วันเสาร์	53	63.90	30	<u>60.00</u>	46	62.16
7.	วันอาทิตย์	48	57.80	24	48.00	41	55.41

จากตาราง 49 แสดงว่าวันที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนภูมิภาค
ต้องการออกกำลังกาย คือ

นักเรียนระดับ ปวช. ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายในวันศุกร์ มากที่สุด (ร้อยละ
75.90) รองลงมาได้แก่ วันเสาร์ (ร้อยละ 63.90) และต้องการออกกำลังกายในวันอังคาร
น้อยที่สุด (ร้อยละ 34.90)

นักเรียนระดับ ปวช. ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายในวันศุกร์ และ วันเสาร์มากที่สุด
(ร้อยละ 60.00) รองลงมาได้แก่ วันอาทิตย์ (ร้อยละ 48.00) และต้องการออกกำลังกายในวัน
พยุ้น้อยที่สุด (ร้อยละ 38.00)

นักเรียนระดับ ปวช. ชั้นปีที่ 3 ต้องการออกกำลังกายในวันศุกร์ มากที่สุด (ร้อยละ
66.22) รองลงมาได้แก่ วันเสาร์ (ร้อยละ 62.16) และต้องการออกกำลังกายในวันพฤหัสบดี
น้อยที่สุด (ร้อยละ 35.14)

ตาราง 50 จำนวนและค่าร้อยละช่วงเวลาที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนภูมิภาค
ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี

ข้อ	ช่วงเวลาที่ต้องการ ออกกำลังกาย	ระดับ ปวช. (N=207)					
		ชั้นปีที่ 1 (n=83)		ชั้นปีที่ 2 (n=50)		ชั้นปีที่ 3 (n=74)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.	05.00 – 06.00 น.	24	28.90	6	12.00	12	16.22
2.	06.00 – 07.00 น.	25	30.10	14	28.00	14	18.92
3.	12.00 – 13.00 น.	5	6.00	5	10.00	8	10.81
4.	16.00 – 17.00 น.	27	32.50	17	34.00	27	36.49
5.	17.00 – 18.00 น.	56	<u>67.50</u>	32	<u>64.00</u>	41	<u>55.41</u>
6.	18.00 – 19.00 น.	34	41.00	21	42.00	32	43.24

จากตาราง 50 แสดงว่าช่วงเวลาที่นักเรียนวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. ส่วนภูมิภาค
ต้องการในการออกกำลังกาย คือ

นักเรียนระดับ ปวช.ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 17.00-18.00 น.
มากที่สุด (ร้อยละ 67.50) รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 18.00-19.00 น. (ร้อยละ 41.00) และ
ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 12.00-13.00 น. น้อยที่สุด (ร้อยละ 06.00)

นักเรียนระดับ ปวช.ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 17.00-18.00 น.
มากที่สุด (ร้อยละ 64.00) รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 18.00-19.00 น. (ร้อยละ 43.24) และ
ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 12.00-13.00 น. น้อยที่สุด (ร้อยละ 10.00)

นักเรียนระดับ ปวช.ชั้นปีที่ 3 ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 17.00-18.00 น.
มากที่สุด (ร้อยละ 55.41) รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 18.00-19.00 น. (ร้อยละ 43.24) และ
ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 12.00-13.00 น. น้อยที่สุด (ร้อยละ 10.81)

ตาราง 51 จำนวนและค่าร้อยละของชนิดกีฬาที่นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส.
ส่วนภูมิภาค ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี

ข้อ	ชนิดกีฬาที่ต้องการ ออกกำลังกาย	ระดับ ปวส. (N=92)			
		ชั้นปีที่ 1 (n=54)		ชั้นปีที่ 2 (n=38)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.	วิ่งเพื่อสุขภาพ	14	25.90	16	42.10
2.	ขี่จักรยาน	24	44.40	22	<u>57.90</u>
3.	แบดมินตัน	24	44.40	18	47.40
4.	เทเบิลเทนนิส (ปิงปอง)	21	38.90	10	26.30
5.	ฟุตบอล	24	44.40	21	55.30
6.	บาสเกตบอล	29	<u>53.70</u>	19	50.00
7.	วอลเลย์บอล	17	31.50	13	34.20
8.	ตะกร้อ	20	37.00	18	47.40

จากตาราง 51 แสดงว่าชนิดกีฬาที่นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส.
ส่วนภูมิภาค ต้องการออกกำลังกาย คือ

นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายด้วยการเล่นบาสเกตบอล
มากที่สุด (ร้อยละ 53.70) รองลงมา ได้แก่ ขี่จักรยาน แบดมินตัน ฟุตบอล (ร้อยละ 44.40)
ออกกำลังกายด้วยการวิ่งเพื่อสุขภาพน้อยที่สุด (ร้อยละ 25.90)

นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายด้วยการขี่จักรยานมากที่สุด
(ร้อยละ 57.90) รองลงมา ได้แก่ ฟุตบอล (ร้อยละ 55.30) ออกกำลังกายด้วยการเล่น
เทเบิลเทนนิส (ปิงปอง) น้อยที่สุด (ร้อยละ 26.30)

ตาราง 52 จำนวนและค่าร้อยละของชนิดกีฬาที่นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส.
ส่วนภูมิภาค ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี

ข้อ	วันที่ต้องการออกกำลังกาย	ระดับ ปวส. (N=92)			
		ชั้นปีที่ 1 (n=54)		ชั้นปีที่ 2 (n=38)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.	วันจันทร์	23	42.60	13	34.20
2.	วันอังคาร	19	35.20	9	23.70
3.	วันพุธ	25	46.30	12	31.60
4.	วันพฤหัสบดี	24	44.40	9	23.70
5.	วันศุกร์	37	<u>68.50</u>	19	50.00
6.	วันเสาร์	36	66.70	26	<u>68.40</u>
7.	วันอาทิตย์	30	55.60	20	52.60

จากตาราง 52 แสดงว่าวันที่นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส. ส่วนภูมิภาค ต้องการออกกำลังกาย คือ

นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายในวันศุกร์มากที่สุด (ร้อยละ 68.50) รองลงมา ได้แก่ วันเสาร์ (ร้อยละ 66.70) และต้องการออกกำลังกายในอังคารน้อยที่สุด (ร้อยละ 35.20)

นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายในวันเสาร์มากที่สุด (ร้อยละ 68.40) รองลงมา ได้แก่ วันวันอาทิตย์ (ร้อยละ 52.60) และต้องการออกกำลังกายในวัน อังคารและวันพฤหัสบดีน้อยที่สุด (ร้อยละ 23.70)

ตาราง 53 จำนวนและค่าร้อยละช่วงเวลาที่นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส.
ส่วนภูมิภาค ต้องการออกกำลังกาย จำแนกตามชั้นปี

ข้อ	ช่วงเวลาที่ต้องการ ออกกำลังกาย	ระดับ ปวส. (N=92)			
		ชั้นปีที่ 1 (n=54)		ชั้นปีที่ 2 (n=38)	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.	05.00 – 06.00 น.	11	20.40	10	26.30
2.	06.00 – 07.00 น.	12	22.20	5	13.20
3.	12.00 – 13.00 น.	4	7.40	2	5.30
4.	16.00 – 17.00 น.	20	37.00	9	23.70
5.	17.00 – 18.00 น.	27	<u>50.00</u>	26	<u>68.40</u>
6.	18.00 – 19.00 น.	26	48.10	18	47.40

จากตาราง 53 แสดงว่าช่วงเวลาที่นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวส.
ส่วนภูมิภาค ต้องการในการออกกำลังกาย คือ

นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 17.00-18.00 น.
มากที่สุด (ร้อยละ 50.00) รองลงมา ได้แก่ ช่วงเวลา 18.00-19.00 น. (ร้อยละ 48.10) และ
ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 12.00-13.00 น. น้อยที่สุด (ร้อยละ 7.400)

นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 17.00-18.00 น.
มากที่สุด (ร้อยละ 68.40) รองลงมา ได้แก่ ช่วงเวลา 18.00-19.00 น. (ร้อยละ 47.40) และ
ต้องการออกกำลังกายช่วงเวลา 12.00-13.00 น. น้อยที่สุด (ร้อยละ 5.30)

ตอนที่ 4 ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่าง ๆ

ข้อเสนอแนะ ตอนที่ 2

1. สภาพความต้องการด้านสถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก ในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค

นักเรียนระดับ ปวช. ต้องการให้วิทยาลัยสร้างสระว่ายน้ำ สนามกีฬาในร่ม (โรงยิม) สนามฟุตบอล ที่มีมาตรฐานและความปลอดภัยสูง บริเวณสนามกีฬาควรปลูกต้นไม้ให้ร่มรื่น จัดอุปกรณ์กีฬาเพิ่มเติม เช่น โต๊ะปิงปอง ไม้อปิงปอง อุปกรณ์เวทเทรนนิ่ง และจัดหาน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการนักศึกษาด้วย ส่วนนักศึกษาระดับ ปวส. ต้องการให้วิทยาลัยมีการส่งเสริมการเล่นกีฬาอย่างจริงจังโดยจัดทำอย่างมีระบบ มีอุปกรณ์กีฬาครบถ้วน เช่น อุปกรณ์เวทเทรนนิ่ง ลูกตะกร้อ ลูกบาสเกตบอล ลูกวอลเลย์บอล เป็นต้น

2. สภาพความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค
นักเรียนระดับ ปวช. ต้องการให้วิทยาลัยจัดหาบุคลากรที่มีความรู้ด้านกีฬา หรืออาจารย์คอยดูแลและให้คำแนะนำในการเล่น

ข้อเสนอแนะ ตอนที่ 3

1. ชนิดกีฬาที่ต้องการออกกำลังกาย

นักเรียนนักศึกษาระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. ชายและหญิง มีความต้องการเล่นกีฬาชนิดอื่น ดังนี้

ส่วนกลาง ชนิดกีฬาที่นักศึกษาชายต้องการออกกำลังกาย ได้แก่ ฟุตซอล คาราเต้ เปตอง สเก็ตบอร์ด ชนิดกีฬาที่นักศึกษาหญิงต้องการออกกำลังกาย ได้แก่ ลีลาศ เทควันโด และเทนนิส และชนิดกีฬาที่นักเรียนทั้งชายและหญิงต้องการออกกำลังกาย ได้แก่ วาโยน้ำ แอโรบิก และมวย

ส่วนภูมิภาค ชนิดกีฬาที่นักเรียนนักศึกษาชายต้องการออกกำลังกาย ได้แก่ โบว์ลิ่งฟุตบอล เปตอง และฟุตซอล เทนนิส วิ่งมาราธอน ยูโด แอโรบิก และยกน้ำหนัก ชนิดกีฬาที่นักศึกษาหญิงต้องการออกกำลังกาย ได้แก่ เปตอง และนักศึกษาทั้งชายและหญิงต้องการออกกำลังกาย ได้แก่ วาโยน้ำ

2. ช่วงเวลาที่ต้องการออกกำลังกาย

นักเรียนนักศึกษาระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. ทั้งในส่วนกลาง และ ส่วนภูมิภาค ต้องการเล่นกีฬาในยามว่าง

ข้อเสนอแนะ ตอนที่ 4

1. นักเรียนระดับ ปวช. ให้ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ ดังนี้

1.1 นักเรียนระดับ ปวช. ส่วนกลาง ทั้งชายและหญิงเห็นว่า วิทยาลัยควรส่งเสริมให้นักเรียนศิลปะได้เล่นกีฬาให้มาก อยากให้มีสนามกีฬาที่มีมาตรฐาน มีความร่มรื่นมีแสงสว่างที่เหมาะสมในการเล่นกีฬาแต่ละประเภททั้งในร่มและกลางแจ้ง มีตู้ล็อกเกอร์สำหรับเก็บของระหว่างที่เล่นกีฬา โดยการให้ฟรีหรือเสียค่าเช่า และอยากให้มีสระว่ายน้ำ มีการซื้ออุปกรณ์การเล่นกีฬาเพิ่ม และมีบุคลากรคอยดูแลและให้คำแนะนำ สิ่งอำนวยความสะดวกที่นักเรียนอยากให้มี ได้แก่ ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องพยาบาล เครื่องชั่งน้ำหนักและวัดสวนสูง และอยากได้เครื่องดนตรีอีกด้วย นอกจากนี้วิทยาลัยควรห้ามบุคคลภายนอกใช้สนามในเวลาที่นักเรียนต้องการเล่นกีฬา

1.2 นักเรียนระดับ ปวช. ส่วนภูมิภาค ทั้งชายและหญิงเห็นว่า สนามกีฬาและอุปกรณ์กีฬามีความสำคัญต่อเยาวชนในด้านสุขภาพและการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ดังนั้นวิทยาลัยควรพัฒนาและดูแลจัดสร้างสนามกีฬาให้มีมาตรฐาน มีความปลอดภัย โดยแยกให้เหมาะสมตามประเภทของกีฬา ปรับปรุงเรื่องแสงสว่างบริเวณสนามกีฬา จัดซื้ออุปกรณ์กีฬาเพิ่มเติม รวมทั้งเครื่องดนตรี ส่งเสริมให้นักเรียนได้ออกกำลังกาย และมีบุคลากรที่มีคุณภาพเพื่อให้คำแนะนำ

2. นักศึกษาระดับ ปวส. ให้ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ ดังนี้

2.1 นักศึกษาระดับ ปวส. ส่วนกลาง อยากให้วิทยาลัยปรับปรุงสนามกีฬาหรือที่ออกกำลังกายให้มีมาตรฐาน และสะดวกสบาย เช่น การทำลานกีฬาที่ร่มรื่นและกว้างขวาง มีอุปกรณ์กีฬาพร้อม สร้างสระว่ายน้ำ สนามฟุตบอล ห้องพยาบาล ห้องชมรมต่าง ๆ และมีกิจกรรมดนตรีเดือนละครั้ง

2.2 นักศึกษาระดับ ปวส. ส่วนภูมิภาค เห็นว่าการสร้างสถานศึกษานั้น ควรให้ความสำคัญกับสนามกีฬาเป็นอันดับแรก อยากให้วิทยาลัยมีสนามกีฬาที่เหมาะสมกับประเภทกีฬาทั้งในร่มและกลางแจ้ง มีมาตรฐาน และจัดให้มีกีฬาสำหรับผู้หญิงที่หลากหลาย มีตู้ล็อกเกอร์ให้นักเรียน มีห้องพยาบาล และอยากให้มีการออกกำลังกายหลังเคารพธงชาติ มีบุคลากรที่มีความรู้เพื่อให้คำแนะนำและดูแลขณะออกกำลังกาย นอกจากนี้วิทยาลัยควรสร้างสวนหย่อมเพื่อให้นักศึกษาได้ใช้พักผ่อนหรือเล่นกีฬา รวมทั้งจัดให้มีการแข่งขันกีฬาด้วย

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขป ความมุ่งหมาย และวิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อทราบสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์
2. เพื่อเปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ระหว่างชายกับหญิง ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) กับ ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) และ ส่วนกลางกับส่วนภูมิภาค
3. เพื่อเปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ด้านสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ระหว่างชายกับหญิง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. และส่วนกลางกับส่วนภูมิภาค

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเป็นแบบสอบถามความ แบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งมีลักษณะเป็นแบบตรวจคำตอบ (Check List)

ตอนที่ 2 สภาพและความต้องการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544 แบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) 5 ระดับ รวม 2 ด้าน คือ ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

ตอนที่ 3 ความต้องการในการออกกำลังกาย ดังนี้

1. ชนิดกีฬาที่ต้องการออกกำลังกาย
2. วันที่ต้องการออกกำลังกาย
3. ช่วงเวลาที่ต้องการออกกำลังกาย

ตอนที่ 4 ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่าง ๆ เป็นแบบสอบถามปลายเปิด (Open - Ended Questionnaires)

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 1 มาวิเคราะห์โดยวิธีการแจกแจงความถี่ และเปลี่ยนค่าเป็นร้อยละ
 2. นำข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 2 มาวิเคราะห์เป็นรายข้อในแต่ละด้าน และเป็นรายด้าน โดยการหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
 3. เปรียบเทียบสภาพการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระหว่างชายกับหญิง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. และส่วนกลางกับส่วนภูมิภาค โดยใช้สถิติ ที (t-test Independent)
 4. เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระหว่างชายกับหญิง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. และส่วนกลางกับส่วนภูมิภาค ใช้สถิติ ที (t-test Independent)
- ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยกำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. นำข้อมูลตอนที่ 3 มาวิเคราะห์โดยวิธีการแจกแจงความถี่และเปลี่ยนค่าเป็นร้อยละ
 6. นำข้อมูลตอนที่ 4 นำข้อเสนอแนะมารวบรวม
นำเสนอข้อมูลในรูปของตารางและความเรียง

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544 สรุปได้ดังนี้

ตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลางและส่วนภูมิภาค ปีการศึกษา 2544 รวมทั้งสิ้น 598 คน เป็นชาย ร้อยละ 70.50 เป็นหญิง ร้อยละ 29.50 และโดยปกตินักเรียนนักศึกษาออกกำลังกายบ้างเท่าที่มีโอกาส (ร้อยละ 61.90) ส่วนใหญ่ไม่เป็นสมาชิกของหน่วยงานหรือสโมสรที่มีโปรแกรมออกกำลังกาย (ร้อยละ 94.30) แรงจูงใจของนักเรียนนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกาย ส่วนใหญ่เพื่อต้องการความสนุกสนาน (ร้อยละ 28.55)

ตอนที่ 2 ผลของการศึกษาสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา ปีการศึกษา 2544 ทั้ง 2 ด้าน ดังนี้

1. ความคิดเห็นของนักเรียนนักศึกษาที่มีต่อสภาพในการออกกำลังกาย ส่วนกลาง จำแนกตามเพศ และระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. ปรากฏผลดังนี้

1.1 สภาพในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม พบว่า มีความเหมาะสมอยู่ในระดับน้อย (ชาย $\bar{X} = 2.08$ หญิง $\bar{X} = 1.87$ ระดับ ปวช. $\bar{X} = 2.14$ และระดับ ปวส. $\bar{X} = 1.84$)

1.2 ผลการเปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ระหว่างชาย กับ หญิง พบว่า ไม่แตกต่างกัน ในข้อ สถานที่พักผ่อน หลังการออกกำลังกาย มีอุปกรณ์ให้เลือกใช้ตามความต้องการ สถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มีแสงสว่าง และตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้าที่ใช้ในการออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนนักศึกษาหญิงเห็นว่าสภาพที่เป็นอยู่มีความเหมาะสมน้อยกว่า นักเรียนนักศึกษาชาย และโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนนักศึกษาหญิงเห็นว่าสภาพที่เป็นอยู่มีความเหมาะสมน้อยกว่า นักเรียนนักศึกษาชาย

1.3 สภาพในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ระหว่าง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. โดยรวมและรายข้อ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ สถานที่ออกกำลังกายในร่ม ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัดสถานที่ และสภาพแวดล้อมเพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง และในร่ม ห้องสุขาชาย-หญิงแยกกันและถูกสุขลักษณะ ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความต้องการ สถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มีแสงสว่าง อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมีมาตรฐาน และปลอดภัย และอุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูงชั่งน้ำหนัก และตู้สำหรับเก็บ อุปกรณ์ในการออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้าที่ใช้ในการออกกำลังกาย โดยนักศึกษาระดับ ปวส. เห็นว่า สภาพที่เป็นอยู่มีความเหมาะสมน้อยกว่า ระดับ ปวช. นอกนั้นไม่แตกต่างกัน

1.4 สภาพในการออกกำลังกายด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวม พบว่า มีความเหมาะสมอยู่ในระดับน้อย (ชาย $\bar{X} = 1.96$ หญิง $\bar{X} = 1.73$ ระดับ ปวช. $\bar{X} = 1.94$ และระดับ ปวส. $\bar{X} = 1.83$)

1.5 ผลการเปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกายด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. พบว่า ทั้งโดยรวมและเป็นรายข้อไม่แตกต่างกัน

2. ความคิดเห็นของนักเรียนนักศึกษาต่อสภาพในการออกกำลังกาย ส่วนภูมิภาค จำแนกตามเพศ และระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. ปรากฏผลดังนี้

2.1 ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม เห็นว่า สภาพในการออกกำลังกายที่เป็นอยู่ประจำ เหมาะสมอยู่ในระดับน้อย (ชาย $\bar{X} = 2.41$ หญิง $\bar{X} = 2.32$ ระดับ ปวช. $\bar{X} = 2.41$ และระดับ ปวส. $\bar{X} = 2.45$)

2.2 ผลการเปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ชาย กับ หญิง โดยรวมและรายข้อ พบว่าไม่แตกต่างกัน ยกเว้น ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้าที่ใช้ในการออกกำลังกาย สถานที่

สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัวและถูกสุขลักษณะ และการบริการน้ำดื่มสำหรับผู้ออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนนักศึกษาหญิง เห็นว่า สภาพที่เป็นอยู่ประจำ เหมาะสมมากกว่า นักเรียนนักศึกษาชาย

2.3 ผลการเปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ที่เป็นอยู่ประจำ ระหว่าง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. โดยรวมและรายข้อ พบว่า ไม่แตกต่างกัน

2.4 สภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวม พบว่า เหมาะสมอยู่ในระดับน้อย (ชาย $\bar{X} = 2.11$ หญิง $\bar{X} = 1.96$ ระดับ ปวช. $\bar{X} = 2.05$ และระดับ ปวส. $\bar{X} = 2.08$)

2.5 ผลการเปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ระหว่าง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. พบว่า โดยรวมรายข้อ ไม่แตกต่างกัน

2.6 ผลการเปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ พบว่า ระหว่าง ชาย กับ หญิง และระหว่าง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. ไม่แตกต่างกัน

3. ผลการเปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกายของนักเรียนระดับ ปวช. และ นักศึกษาระดับ ปวส. ระหว่าง ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค ปรากฏผล ดังนี้

3.1 ผลการเปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกายระดับ ปวช. ระหว่าง ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค พบว่า ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยระดับ ปวช. ส่วนกลาง เห็นว่า สภาพในการออกกำลังกายด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก เหมาะสมน้อยกว่า ระดับ ปวช. ส่วนภูมิภาค ส่วนด้านบุคลากรผู้ให้บริการ พบว่า ไม่แตกต่างกัน

3.2 ผลการเปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกายระดับ ปวส. ระหว่าง ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค พบว่า ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยระดับ ปวส. ส่วนกลาง เห็นว่า สภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ มีความเหมาะสมน้อยกว่า ระดับ ปวส. ส่วนภูมิภาค

4. ผลการเปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาระหว่าง ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค พบว่า ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยส่วนกลาง เห็นว่า สภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ มีความเหมาะสมน้อยกว่า ส่วนภูมิภาค

5. ความคิดเห็นของนักเรียนนักศึกษาเกี่ยวกับความต้องการในการออกกำลังกาย ส่วนกลาง จำแนกตามเพศ และระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. ปรากฏผลดังนี้

5.1 ความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม พบว่า มีความต้องการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก (ชาย $\bar{X} = 4.34$ หญิง $\bar{X} = 4.39$ ระดับ ปวช. $\bar{X} = 4.31$ และระดับ ปวส. $\bar{X} = 4.42$)

5.2 ผลการเปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ระหว่างชาย กับ หญิง พบว่า ไม่แตกต่างกัน ยกเว้นในข้อ ห้องสุขาชาย-หญิงถูกสุขลักษณะ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยหญิงมีความต้องการมากกว่าชาย

5.3 ผลการเปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ระหว่าง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. โดยรวมและรายข้อ พบว่า ไม่แตกต่างกัน ยกเว้น ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง และห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยระดับ ปวส. มีความต้องการมากกว่า ระดับ ปวช.

5.4 ความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวม พบว่า มีความต้องการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมาก (ชาย $\bar{X} = 4.11$ หญิง $\bar{X} = 4.16$ ระดับ ปวช. $\bar{X} = 4.11$ และระดับ ปวส. $\bar{X} = 4.13$)

5.5 ผลการเปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. พบว่า โดยรวมและรายข้อ ไม่แตกต่างกัน

6. ความคิดเห็นของนักเรียนนักศึกษาต่อความต้องการในการออกกำลังกาย ส่วนภูมิภาค จำแนกตามเพศ และระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. ปรากฏผลดังนี้

6.1 ความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม มีความต้องการอยู่ในระดับมาก (ชาย $\bar{X} = 4.40$ หญิง $\bar{X} = 4.20$ ระดับ ปวช. $\bar{X} = 4.14$ และระดับ ปวส. $\bar{X} = 3.99$)

6.2 ผลการเปรียบเทียบความต้องการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ระหว่างชาย กับ หญิง โดยรวมและรายข้อ พบว่า ไม่แตกต่างกัน ยกเว้น ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้าที่ใช้ในการออกกำลังกาย สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัวและถูกสุขลักษณะ และอุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยหญิงมีความต้องการมากกว่าชาย

6.3 ผลการเปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ระหว่าง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. โดยรวมและรายข้อ พบว่า

ไม่แตกต่างกัน ยกเว้น ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย อุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความต้องการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยระดับ ปวช. ต้องการมากกว่า ระดับ ปวส. ส่วนสถานที่ออกกำลังกายในยิมฯ มีแสงสว่าง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยระดับ ปวส. ต้องการมากกว่า ระดับ ปวช.

6.4 ความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวม มีความต้องการอยู่ในระดับมาก (ชาย $\bar{X} = 3.82$ หญิง $\bar{X} = 4.01$ ระดับ ปวช. $\bar{X} = 3.95$ และระดับ ปวส. $\bar{X} = 3.72$)

6.5 ผลการเปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ระหว่าง ชาย กับ หญิง พบว่า โดยรวมและรายข้อ ไม่แตกต่างกัน ยกเว้นในข้อ เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกาย และบุคลากรดูแลความปลอดภัย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยหญิงมีความต้องการมากกว่าชาย

6.6 ผลการเปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ระหว่าง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. พบว่า ในข้อ บุคลากรผู้ให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย เจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย และบุคลากรมีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกนั้นไม่แตกต่าง และโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยระดับ ปวช. มีความต้องการมากกว่า ระดับ ปวส.

7. ผลการเปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนระดับ ปวช. และ นักศึกษาระดับ ปวส. ระหว่าง ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค ปรากฏผล ดังนี้

7.1 ผลการเปรียบเทียบความต้องการออกในการออกกำลังกาย ระดับ ปวช. ระหว่าง ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค พบว่า ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนระดับ ปวช. ส่วนกลาง มีความต้องการมากกว่า นักเรียนระดับ ปวช. ส่วนภูมิภาค ส่วนด้านบุคลากรผู้ให้บริการ พบว่า ไม่แตกต่างกัน

7.2 ผลการเปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายระดับ ปวส. ระหว่าง ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค พบว่า ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษา ระดับ ปวส. ส่วนกลาง มีความต้องการมากกว่า นักศึกษา ระดับ ปวส. ส่วนภูมิภาค

8. ผลการเปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระหว่าง ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค พบว่า ด้านสถานที่อุปกรณ์ และ สิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนนักศึกษา ในส่วนกลาง มีความต้องการมากกว่า ในส่วนภูมิภาค

ตอนที่ 3 ความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง
และส่วนภูมิภาค ปีการศึกษา 2544

1. ความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษา ระดับ ปวช. และ ระดับ
ปวส. ส่วนกลาง จำแนกตามชั้นปี เป็นดังนี้

1.1 ชนิดกีฬาที่ต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน ระดับ ปวช. คือ
นักเรียนชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอลมากที่สุด (ร้อยละ 60.00) นักเรียน
ชั้นปีที่ 2 และนักเรียนชั้นปีที่ 3 ต้องการออกกำลังกายด้วยการขี่จักรยานมากที่สุด (ร้อยละ
58.00 และ 64.40 ตามลำดับ) ส่วนนักศึกษา ระดับ ปวส. ต้องการออกกำลังกายด้วยกีฬา
ดังนี้ นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอลมากที่สุด (ร้อยละ
65.20) และนักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายด้วยกีฬาแบดมินตันมากที่สุด
(ร้อยละ 58.60)

1.2 วันที่ต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนระดับ ปวช. ตั้งแต่ชั้นปีที่ 1 -
ชั้นปีที่ 3 คือ วันศุกร์มากที่สุด (ร้อยละ 60.00 , 74.00 , และ 82.60 ตามลำดับ) ส่วน
นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายในวันศุกร์มากที่สุด (ร้อยละ 81.82) และ
นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายในวันเสาร์มากที่สุด (ร้อยละ 62.07)

1.3 ช่วงเวลาที่ต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนระดับ ปวช. ตั้งแต่
ชั้นปีที่ 1 - ชั้นปีที่ 3 ต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 17.00-18.00 น. มากที่สุด (ร้อยละ
62.50 , 60.00 และ 58.70 ตามลำดับ) เช่นเดียวกันนักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 1 และ 2
ต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 17.00-18.00 น. มากที่สุด (ร้อยละ 72.72 และ 65.52 ตาม
ลำดับ)

2. ความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษา ระดับ ปวช. และ ระดับ
ปวส. ส่วนภูมิภาค จำแนกตามชั้นปี เป็นดังนี้

2.1 ชนิดกีฬาที่ต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน ระดับ ปวช. คือ
นักเรียนชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายด้วยกีฬาฟุตบอลมากที่สุด (ร้อยละ 62.70) นักเรียน
ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายด้วยการขี่จักรยานมากที่สุด (ร้อยละ 60.00) และนักเรียน
ชั้นปีที่ 3 ต้องการออกกำลังกายด้วยกีฬาแบดมินตันมากที่สุด (ร้อยละ 63.51) ส่วนนักศึกษา
ระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายด้วยกีฬาบาสเกตบอลมากที่สุด (ร้อยละ 53.70)
และนักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายด้วยการขี่จักรยานมากที่สุด (ร้อยละ
57.90)

2.2 วันที่ต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนระดับ ปวช. ตั้งแต่ชั้นปีที่ 1 -
ชั้นปีที่ 3 คือ วันศุกร์มากที่สุด (ร้อยละ 75.90 , 60.00 , และ 62.22 ตามลำดับ) ส่วน
นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 1 ต้องการออกกำลังกายในวันศุกร์มากที่สุด (ร้อยละ 68.50) และ
นักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 2 ต้องการออกกำลังกายในวันเสาร์มากที่สุด (ร้อยละ 68.40)

2.3 ช่วงเวลาที่ต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนระดับ ปวช. ตั้งแต่ชั้นปีที่ 1 - ชั้นปีที่ 3 ต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 17.00-18.00 น. มากที่สุด (ร้อยละ 67.50 , 64.00 และ 55.41 ตามลำดับ) คือ เช่นเดียวกับนักศึกษาระดับ ปวส.ชั้นปีที่ 1 และ 2 ต้องการออกกำลังกายในช่วงเวลา 17.00-18.00 น. มากที่สุด (ร้อยละ 50.00 และ 64.40 ตามลำดับ)

ตอนที่ 4 ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่าง ๆ

1. ด้านสถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก นักเรียนนักศึกษา ต้องการให้วิทยาลัยสร้างสระว่ายน้ำ สนามกีฬาในร่ม (โรงยิมฯ) สนามฟุตบอล ที่มีมาตรฐานและความปลอดภัยสูง บริเวณสนามกีฬาควรปลูกต้นไม้ให้ร่มรื่น จัดอุปกรณ์กีฬาเพิ่มเติม เช่น โต๊ะปิงปอง ไม้ปิงปอง เครื่องฟิตเนส และจัดหาน้ำดื่มที่สะอาดไว้บริการนักศึกษาด้วย ต้องการให้วิทยาลัยมีการส่งเสริมการเล่นกีฬาอย่างจริงจังโดยจัดทำอย่างมีระบบ มีอุปกรณ์กีฬาครบถ้วน เช่น เครื่องฟิตเนส ลูกตะกร้อ ลูกบาสเกตบอล ลูกวอลเลย์บอล เป็นต้น

2 ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ นักเรียนนักศึกษา ต้องการให้วิทยาลัยจัดหาบุคลากรที่มีความรู้ด้านกีฬา หรืออาจารย์คอยดูแลและให้คำแนะนำในการเล่น มีบุคลากรที่มีคุณภาพดูแลให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย

3 ชนิดกีฬาที่ต้องการในการออกกำลังกาย นักเรียนทั้งชายและหญิงต้องการชนิดกีฬา ได้แก่ ว่ายน้ำ แอโรบิก มวย กีฬาฟุตบอล เปตอง สเก็ตบอร์ด ลีลาศ เทนนิส คาราเต้ และเทควันโด

4.4 ช่วงเวลาที่ต้องการในการออกกำลังกาย นักเรียนนักศึกษาต้องการเล่นกีฬาในยามว่าง

อภิปรายผล

จากผลการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544 สามารถอภิปรายได้ดังนี้

1. เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ชาย กับ หญิง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. ส่วนกลาง และ ส่วนภูมิภาค ปรากฏผลดังนี้

1.1 ส่วนกลาง

สภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ระหว่างชาย กับ หญิง และ ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. โดยรวม พบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนนักศึกษาหญิง เห็นว่าสภาพที่เป็นอยู่มีความเหมาะสมน้อยกว่านักเรียนนักศึกษาชาย ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ นักเรียนนักศึกษาหญิงมีความละเอียดอ่อนและพิถีพิถันในการเลือกด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ที่

ใช้ในการออกกำลังกาย และนักเรียนนักศึกษาหญิงยังมีสิ่งของที่ใส่สอยที่เป็นส่วนตัวมากกว่า ชายและ ระดับ ปวส. เห็นว่าสภาพที่เป็นอยู่มีความเหมาะสมน้อย ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ นักศึกษาระดับ ปวส. มีวัยวุฒิ และมีความคิดพิจารณาสามารถแยกแยะสิ่งที่เห็นมากกว่า นักเรียนระดับ ปวช. ประกอบกับนักศึกษาระดับ ปวส. ศึกษาอยู่ในวิทยาลัย ติดต่อกันหลายปี จะเห็นสภาพที่เป็นอยู่ ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ว่ามีการปรับปรุงหรือ พัฒนามากน้อยเพียงใดภายในสถานศึกษาที่ตนศึกษาอยู่ ซึ่งอาจเกิดจากทางวิทยาลัย จำกัด ด้วยงบประมาณ หรือผู้บริหารไม่เห็นความสำคัญ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ประทีป เวทย์ประสิทธิ์ (2528 : ง-จ) ได้ทำการวิจัย ความคิดเห็นของผู้บริหารและครูพลศึกษาเกี่ยวกับ ปัญหาการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนรัฐบาล ระดับมัธยมศึกษาใน 4 จังหวัดชายแดนภาคใต้ พบว่า ปัญหาที่ประสบมาก ได้แก่ งบประมาณมีไม่เพียงพอ อุปกรณ์ ทางพลศึกษามีไม่เพียงพอและอยู่ในสภาพที่ไม่เหมาะสม และงานวิจัยของ บรรเจิด โชติเกษมศรี (2529 : ง) ได้ทำวิจัยเรื่อง "ความคิดเห็นของผู้บริหารและครูพลศึกษาเกี่ยวกับ สภาพและปัญหาของการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาของโรงเรียนเอกชนสอนศาสนา อิสลาม ระดับมัธยมศึกษาใน 5 จังหวัดชายแดนภาคใต้" ที่พบว่า ปัญหาการจัดและดำเนินการ โปรแกรมพลศึกษาที่ประสบในระดับมากที่สุดได้แก่ อุปกรณ์ทางพลศึกษามีไม่เพียงพอ ปัญหา ที่พบในระดับมาก ได้แก่ งบประมาณไม่เพียงพอ สถานที่บริการน้ำดื่ม ห้องน้ำห้องส้วมมีไม่ เพียงพอ อุปกรณ์เกี่ยวกับการพยาบาลและไม่มีห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งตัวสำหรับนักเรียน ปัญหาดังกล่าวมิใช่พบแต่ในประเทศไทยยังพบในต่างประเทศด้วย ดังปรากฏในงานวิจัยของ คอริ (Korri. 1971 : 5181) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัญหาการสอนพลศึกษา ในมลรัฐมิเนโซต้า" โดยใช้แบบสอบถามผลการวิจัย พบว่า โรงเรียนส่วนใหญ่ขาดอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก นักเรียนในโรงเรียนมีมากเกินไป และครูพลศึกษามีชั่วโมงพลศึกษามากเกินไป ส่วน สภาพในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ชาย กับ หญิง โดยรวม พบว่า แตกต่าง กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนนักศึกษาหญิง เห็นว่าสภาพในการ ออกกำลังกายด้านบุคลากรผู้ให้บริการ มีความเหมาะสมน้อยกว่านักเรียนนักศึกษาชาย ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะ นักเรียนนักศึกษาหญิงมีทักษะในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาน้อยกว่าหรือบาง คนไม่มีทักษะเลย จึงขาดความเชื่อมั่นในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ซึ่งปัจจุบันในวิทยาลัย มีบุคลากรน้อย ผู้ที่รับผิดชอบต้องมีงานสอน และจำกัดด้วยงบประมาณ และขาดอัตรากำลัง เพิ่ม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุพรรณ จิตต์ภักดี (2533 : ง-จ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัญหาการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนราษฎร์ ระดับมัธยมศึกษาในเขต การศึกษา 8" ที่พบว่า ปัญหาเกี่ยวกับตัวครูพลศึกษา คือ มีจำนวนน้อย ไม่ได้สัดส่วนกับ จำนวนนักเรียน มีชั่วโมงสอนมาก และมีงานประจำนอกเหนือชั่วโมงสอน ส่วนระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. โดยรวมไม่แตกต่างกัน นักเรียนนักศึกษาระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. เห็นว่า

สภาพที่เป็นอยู่มีความเหมาะสมน้อยเหมือนกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ วิทยาลัยฯ มีบุคลากรน้อย จำกัดด้วยงบประมาณ และขาดอัตรากำลังเพิ่ม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ประทีป เวทย์สิทธิ์ (2528 : ง-จ) ที่พบว่า การจัดโปรแกรมพลศึกษาทุกโปรแกรม ปัญหาที่ประสบมากที่สุดได้แก่ งบประมาณไม่เพียงพอ ครูพลศึกษาที่มีไม่เพียงพอ ขาดขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงานผู้บริหารผู้ปกครองไม่ค่อยให้ความร่วมมือ

1.2 ส่วนภูมิภาค

สภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ของ นักเรียนนักศึกษาชาย กับ หญิง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. โดยรวม พบว่า ไม่แตกต่างกัน นักเรียนนักศึกษาชาย และ หญิง ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. เห็นว่าสภาพที่เป็นอยู่มีความเหมาะสมน้อยเหมือนกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ วิทยาลัยช่างศิลป์ในส่วนภูมิภาคได้รับงบประมาณในการพัฒนา ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการน้อยซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ประดับ แก้วผลึก (2424 : 90) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ปัญหาการจัดและบริหารพลศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาของเขตการศึกษา 12” ที่พบว่า ผู้บริหารโรงเรียนส่วนใหญ่ ยังมีความเข้าใจในบทบาทของพลศึกษาน้อย อุปสรรคในการจัดการและบริหารพลศึกษาที่โรงเรียนส่วนใหญ่ประสบมาก คือ ขาดอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของการสอนพลศึกษา และงานวิจัยของสุพรรณ จิตต์ภักดี (2533 : ง-จ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ปัญหาการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนราษฎร์ ระดับมัธยมศึกษาในเขตการศึกษา 8” พบว่า ปัญหาเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก มีไม่เพียงพอ และไม่เหมาะสม และปัญหาเกี่ยวกับตัวครูพลศึกษามีจำนวนน้อย ไม่ได้สัดส่วนกับจำนวนนักเรียน มีชั่วโมงสอนมาก และมีงานประจำนอกเหนือชั่วโมงสอน

2. เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ชาย กับ หญิง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. ส่วนกลาง และ ส่วนภูมิภาค ปรากฏผลดังนี้

2.1 ส่วนกลาง

ความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวม พบว่า ไม่แตกต่างกัน นักเรียนนักศึกษาชาย และ หญิง ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. มีความต้องการในการออกกำลังกายเหมือนกัน ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ที่มีอยู่ไม่สามารถสนองความต้องการของนักเรียนนักศึกษาได้อย่างทั่วถึง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2534 : บทคัดย่อ) บุคลากรของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ต้องการสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ สถานที่ออกกำลังกาย ตั้งอยู่ที่ทำเลเหมาะสม

เดินทางมาสะดวก อุปกรณ์ทางพลศึกษาที่เพียงพอตามสัดส่วนกับจำนวนผู้ใช้บริการ และอุปกรณ์ที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน และงานวิจัยของ ชูเกียรติ เกียรติธีรรัตน์ (2536 : 116-121) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการกิจกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน ผลการวิจัย พบว่า ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ที่นักศึกษามีความต้องการมากที่สุดคือ ให้มีสถานที่ออกกำลังกายทั้งกลางแจ้งและในร่ม มีอุปกรณ์กีฬาต่าง ๆ เพื่อบริการอย่างเพียงพอ มีห้องแต่งตัวพร้อมตู้เก็บของและห้องอาบน้ำอย่างเพียงพอ มีน้ำดื่มตามจุดต่าง ๆ ในบริเวณที่ออกกำลังกาย มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย บริเวณสถานที่ออกกำลังกายและสนามกีฬาคอรัวที่มีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ สถานที่ออกกำลังกายในร่มและสถานที่ออกกำลังกายต่าง ๆ ควรจัดทำเลต้อยู่ในบริเวณเดียวกัน และความต้องการด้านบริการ ที่นักศึกษามีความต้องการมากที่สุดคือ ให้มีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย และมีความต้องการมากให้มีหน่วยงาน และบุคลากรที่มีความรับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกาย โดยเฉพาะ มีเจ้าหน้าที่เบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกายประจำอยู่ มีการประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายอย่างทั่วถึง และมีบุคลากรมีความรู้ความสามารถเฉพาะด้านคอยให้คำแนะนำ

2.2 ส่วนภูมิภาค

ความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ระหว่างชาย กับ หญิง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. และด้านบุคลากรผู้ให้บริการชาย กับ หญิง โดยรวม พบว่า ไม่แตกต่างกัน นักเรียนนักศึกษาชาย และ หญิง ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. มีความต้องการในการออกกำลังกายเหมือนกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2534 : บทคัดย่อ) บุคลากรของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ต้องการสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ สถานที่ออกกำลังกาย ตั้งอยู่ที่ทำเลเหมาะสมเดินทางมาสะดวก อุปกรณ์ทางพลศึกษาที่เพียงพอตามสัดส่วนกับจำนวนผู้ใช้บริการ และอุปกรณ์ที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน ส่วนด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ระหว่าง ระดับ ปวช. กับ ระดับ ปวส. โดยรวม พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนระดับ ปวช. มีความต้องการในการออกกำลังกายมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนักเรียนระดับ ปวช. เพิ่งจบชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 3 เป็นวัยที่อยู่ในช่วงเจริญเติบโตและต้องการออกกำลังกายและเล่นกีฬาติดตามจากโรงเรียนเดิมและมีความคาดหวังว่าสถานศึกษาที่ใหม่จะเหมือนกับสถานศึกษาเดิม ที่จะส่งเสริมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นฤพนธ์ กิจเพิ่มพูล (2536 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่องการศึกษาการออกกำลังกายภายในเวลาว่างของพนักงาน โรงงานอุตสาหกรรมอิเล็กทรอนิกส์ขนาดใหญ่ ในกรุงเทพมหานคร ที่พบว่าความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และความต้องการด้านบุคลากร

ระหว่างพนักงานขายกับพนักงานหญิงไม่แตกต่างกัน และงานวิจัยของมานะ หมอชาติ (2540 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียน นายเรืออากาศ พบว่า นักเรียนนายเรืออากาศโรงเรียนนายเรืออากาศส่วนมากมีความต้องการ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย โดยมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุดคือ มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของ นักเรียนนายเรืออากาศ บุคลากรผู้ให้บริการที่ให้คำแนะนำในการออกกำลังกายที่มีความรู้ความ ชำนาญในกิจกรรมแต่ละด้าน บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ดี เจ้าหน้าที่ดูแลรักษาความ ปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา บุคลากรผู้ให้ บริการที่มีความรู้ความเข้าใจวิธีการจัดและดำเนินการด้านพลศึกษา บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลัก และวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสม เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำในช่วงบริการ และงานวิจัยของ เยาวณี ผจญ (2534 : 66-68) ได้ทำวิจัยเรื่องความต้องการการออกกำลังกายของข้าราชการ ในภาคตะวันออก พบว่า ข้าราชการมีความต้องการการออกกำลังกายด้านบุคลกร ได้แก่ มี บุคลากรมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับทุกคน บุคลากรที่ให้บริการดูแลรักษาความปลอดภัยแก่ผู้มาใช้ บริการและทรัพย์สิน มีบุคลากรที่สามารถเป็นผู้นำเกมหรือกิจกรรมกีฬาเพื่อการออกกำลังกาย แก่ข้าราชการได้ มีบุคลากรที่มีความรู้ความเข้าใจในวิธีการ และการดำเนินโปรแกรมการ ออกกำลังกาย และสามารถเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมให้แก่ข้าราชการได้ มีบุคลากรคอยดูแล ช่วยเหลือแนะนำการใช้อุปกรณ์ในขณะออกกำลังกายอย่างถูกต้อง มีแพทย์ตรวจสุขภาพก่อน ออกกำลังกาย

3. เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. ส่วนกลาง และ ส่วนภูมิภาค ปรากฏผลดังนี้

3.1 ระดับ ปวช.

สภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม พบว่า ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนระดับ ปวช. ส่วนกลาง เห็นว่าสภาพที่เป็นอยู่เหมาะสมน้อยกว่าส่วนภูมิภาค ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ สถาน ศึกษาในส่วนภูมิภาคก่อตั้งหลังสถานศึกษาในส่วนกลางเป็นเวลา 27 ปี จึงทำให้สภาพของ สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกยังมีสภาพที่ยังใช้งานได้ ส่วนด้านบุคลากรผู้ให้ บริการ โดยรวม พบว่า ไม่แตกต่างกัน นักเรียนระดับ ปวช. ส่วนกลาง และ ส่วนภูมิภาค เห็นว่า สภาพที่เป็นอยู่มีความเหมาะสมน้อยเหมือนกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ วิทยาลัยช่างศิลป์ เน้นการเรียนการสอนด้านศิลปะเป็นหลัก จึงทำให้มีบุคลากรที่ให้บริการเกี่ยวกับการ ออกกำลังกาย โดยเฉพาะครูพลศึกษามีไม่เพียงพอกับความต้องการของนักเรียนนักศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของประทีป เวทย์สิทธิ์ (2528 : 3-4) ได้ทำวิจัยเรื่อง ความคิดเห็น ของผู้บริหารและครูพลศึกษาเกี่ยวกับปัญหาการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาใน

โรงเรียนรัฐบาลระดับมัธยมศึกษา 4 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ที่พบว่า ที่มีปัญหามาก ได้แก่ งบประมาณไม่เพียงพอ ครูพลศึกษาไม่เพียงพอ ขาดขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน ไม่มีห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งตัวสำหรับนักเรียน อุปกรณ์พลศึกษาไม่เพียงพอและอยู่ในสภาพที่ไม่เหมาะสม

3.2 ระดับ ปวส.

สภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวม พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนระดับ ปวส. ส่วนกลาง เห็นว่าสภาพที่เป็นอยู่เหมาะสมน้อยกว่าส่วนภูมิภาค ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ นักศึกษาส่วนกลางระดับ ปวส. ส่วนมากมาจากระดับ ปวช. ซึ่งอยู่ในสถานศึกษาแห่งนี้ติดต่อกันหลายปี และเห็นว่า วิทยาลัยฯ ไม่มีการพัฒนาทั้งด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการเลย อาจเป็นเพราะจำกัดด้วยงบประมาณ หรือผู้บริหารไม่เห็นความสำคัญ ซึ่งสอดคล้องกับประทีป เวทย์สิทธิ์ (2528 : ง-จ) ได้ทำวิจัยเรื่อง ความคิดเห็นของผู้บริหารและครูพลศึกษาเกี่ยวกับปัญหาการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนรัฐบาลระดับมัธยมศึกษา 4 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ที่พบว่า มีปัญหามาก ได้แก่ งบประมาณไม่เพียงพอ ครูพลศึกษาไม่เพียงพอ ขาดขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน ไม่มีห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งตัวสำหรับนักเรียน อุปกรณ์พลศึกษาไม่เพียงพอและอยู่ในสภาพที่ไม่เหมาะสม และงานวิจัยของประดับ แก้วผลึก (2424 : 90) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัญหาการจัดและบริหารพลศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาของเขตการศึกษา 12" ที่พบว่า ผู้บริหารโรงเรียนส่วนใหญ่ ยังมีความเข้าใจในบทบาทของพลศึกษาน้อย สำหรับอุปสรรคในการจัดการ และบริหารพลศึกษาที่โรงเรียนส่วนใหญ่ประสบมาก คือ ขาดอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของการสอนพลศึกษา ปัญหาดังกล่าวมิใช่พบแต่ในประเทศไทยยังพบในต่างประเทศด้วย ดังปรากฏในงานวิจัยของ คอริ (Korri. 1971 : 5181) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัญหาการสอนพลศึกษา ในมลรัฐมิเนโซต้า" พบว่า โรงเรียนส่วนใหญ่ขาดอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก นักเรียนในโรงเรียนมีมากเกินไป และครูพลศึกษามีชั่วโมงพลศึกษามากเกินไป และงานวิจัยของ ไฮน์ (Hein. 1972 : 2149) ได้สำรวจการจัดโปรแกรมพลานามัยในโรงเรียนมัธยมของรัฐฮาวาย พบว่า ผู้บริหารส่วนใหญ่ขาดการวางแผนที่ดีเนื่องจากขาดครูที่มีวุฒิพลศึกษา ทำให้การจัดโปรแกรมการเรียนการสอนพลศึกษาไม่ดีเท่าที่ควร ครูมีชั่วโมงการสอนมากเกินไป และขาดวิธีการสอนที่ดี

4. เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ปวช. และ ระดับ ปวส. ส่วนกลาง และ ส่วนภูมิภาค ปรากฏผลดังนี้

4.1 ระดับ ปวช.

ความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก โดยรวม พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนระดับ ปวช. ส่วนกลาง มีความต้องการในการออกกำลังกายมากกว่าส่วนภูมิภาค ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะ สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกของสถานศึกษาในส่วนกลางสร้างมานานและใช้งานมาก โดยไม่มีการดูแล รักษา ซ่อมแซม และวิทยาลัยฯอาจจะจำกัดด้วยงบประมาณ ทำให้ไม่สามารถตอบสนองความต้องการของนักเรียนนักศึกษาได้โดยทั่วถึง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชูเกียรติ เกียรติธีรรัตน์ (2536 : 116-121) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการกิจกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน ที่พบว่า ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก นักศึกษามีความต้องการมากที่สุด ให้มีสถานที่ออกกำลังกายทั้งกลางแจ้งและในร่ม อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่สะอาดบริสุทธิ์ปลอดจาก กลิ่น เสียงและฝุ่นละออง มีอุปกรณ์กีฬาต่าง ๆ เพื่อบริการอย่างเพียงพอและควรอยู่ในสภาพที่สามารถนำไปใช้ได้เลย มีห้องแต่งตัวพร้อมตู้เก็บของและห้องอาบน้ำอย่างเพียงพอ มีน้ำดื่มตามจุดต่าง ๆ ในบริเวณที่ออกกำลังกาย มีห้องปฐมพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย บริเวณสถานที่ออกกำลังกายและสนามกีฬาคควมมีที่นั่งพักผ่อนอยู่ตามจุดที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ สถานที่ออกกำลังกายในร่มและสถานที่ออกกำลังกายต่าง ๆ ควรมีทำเลตั้งอยู่ในบริเวณเดียวกัน ส่วนด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวม พบว่า ไม่แตกต่างกัน คือ วิทยาลัยช่างศิลป์ ทั้งส่วนกลางและส่วนภูมิภาค ขาดแคลนบุคลากรผู้ให้บริการเหมือนกัน ซึ่งสอดคล้องกับวิจัยของ มานะ หมอยาดี (2540 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ ที่พบว่า นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศส่วนมากมีความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย โดยมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุดคือ มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศโดยเฉพาะบุคลากรผู้ให้บริการที่ให้คำแนะนำในการออกกำลังกายที่มีความรู้ความชำนาญในกิจกรรมแต่ละด้านอย่างถึถ้วน บุคลากรผู้ให้บริการมีมนุษยสัมพันธ์ดี เจ้าหน้าที่ดูแลรักษาความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา บุคลากรผู้ให้บริการที่มีความรู้ความเข้าใจวิธีการจัดและดำเนินการด้านพลศึกษา และสามารถเลือกกิจกรรมที่เหมาะสม บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้องเหมาะสมเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำในช่วงบริการ

4.2 ระดับ ปวส.

ความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ โดยรวม พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง

สถิติที่ระดับ .05 นักศึกษาระดับ ปวส. ส่วนกลาง มีความต้องการในการออกกำลังกายมากกว่า ส่วนภูมิภาค ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ สถานศึกษาในส่วนกลางก่อตั้งก่อนส่วนภูมิภาคเป็นเวลา 27 ปี จึงทำให้สภาพของสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก มีสภาพชำรุดเป็นส่วนมาก ทำให้ไม่สามารถใช้เป็นสถานที่ และอุปกรณ์ในการออกกำลังกายให้กับนักเรียนนักศึกษาได้อย่างทั่วถึง และด้านบุคลากรผู้ให้บริการมีจำนวนน้อย ทำให้มีบุคลากรไม่เพียงพอกับจำนวน นักเรียนนักศึกษาที่มาใช้บริการ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ โฮล์บรูค (Holbrook, 1992 : 2735-A) ทำการศึกษาความต้องการเร่งด่วนและกำหนดแผนเพื่อจัดสิ่งอำนวยความสะดวกในการส่งเสริมคุณภาพในการเรียนพลศึกษา นันทนาการ และ โปรแกรมการแข่งขันกีฬา ผล ปรากฏว่า คณะกรรมการวางแผนของสถาบันจะต้องศึกษารายละเอียดเพื่อกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกได้อย่างถูกต้อง จัดเพิ่มงบประมาณเพื่อซ่อมแซมสิ่งอำนวยความสะดวก จัดตั้ง ศูนย์บริการตั้งแต่การวางแผนการวิจัย

5. เปรียบเทียบสภาพในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค โดยรวม พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียน นักศึกษาส่วนกลาง เห็นว่า สภาพที่เป็นอยู่มีความเหมาะสมน้อยกว่าส่วนภูมิภาค ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ สถานศึกษาส่วนกลางสร้างและใช้งานมานานกว่าส่วนภูมิภาค และไม่มีการซ่อมแซม และสร้างสถานที่ออกกำลังกายไม่ได้เพิ่มขึ้น และไม่สอดคล้องกับจำนวนนักเรียนนักศึกษา ส่วนกลางที่เพิ่มมากขึ้น แต่สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย และ จำนวนบุคลากรผู้ให้บริการในการออกกำลังกายไม่ได้เพิ่มตามไปด้วย จึงทำให้สัดส่วนการใช้สนามมากกว่าส่วนภูมิภาค ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กฤษณ์ กลิกร (2530 : ง) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ความคิดเห็นของผู้บริหารและครูพลศึกษาเกี่ยวกับด้านสภาพและปัญหาการจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา ตามหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลาย พุทธศักราช 2524 ของ โรงเรียนรัฐบาลกรุงเทพมหานคร” ที่พบว่า กิจกรรมพลศึกษาเปิดสอนตามความพร้อมของ โรงเรียน ส่วนใหญ่โรงเรียนพลศึกษา สถานที่เรียนพลศึกษาไม่เพียงพอ ขาดสถานที่เปลี่ยนเครื่อง แต่งกาย และขาดแคลนงบประมาณในการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร

6. เปรียบเทียบความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และ สิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ระดับ ส่วนกลาง กับ ส่วนภูมิภาค โดยรวม พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนนักศึกษาส่วนกลาง มีความต้องการในการออกกำลังกาย มากกว่า ส่วนภูมิภาค ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ที่ให้บริการแก่นักเรียนนักศึกษาซึ่งมีอายุการใช้งานมานาน โดยไม่มีการดูแลรักษา ทำให้เกิดการชำรุด ประกอบกับมีคนในชุมชนเข้ามาใช้สถานที่ในการออกกำลังกาย ทำให้โอกาสที่นักเรียน

นักศึกษาใช้สถานที่ออกกำลังกายน้อยลงไปอีก และอาจจะเป็นเพราะผู้บริหารไม่ให้ความสำคัญ และสนใจ จัดหางบประมาณมาจัดซื้อเพิ่มเติมเพื่อทดแทนส่วนที่ชำรุด ส่วนด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ในส่วนกลางก็มีความต้องการมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ จำนวนนักเรียนนักศึกษาใน ส่วนกลางมีจำนวนมากกว่าในขณะที่บุคลากรผู้ให้บริการทั้งในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค มี จำนวนไม่แตกต่างกัน

จากผลการศึกษาข้างต้น แสดงให้เห็นว่าการออกกำลังกายและเล่นกีฬาต้อง อาศัยองค์ประกอบด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ที่อยู่ในสภาพการใช้งานได้ดี และบุคลากรผู้ให้บริการเพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่ถูกต้อง ทั้งนี้ สถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และบุคลากรผู้ให้บริการควรมีจำนวนที่สอดคล้อง หรือสัมพันธ์กับจำนวนนักเรียนนักศึกษาของแต่ละวิทยาลัยด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุปรานี ขวัญบุญจันทร์ (2534 : บทคัดย่อ) บุคลากรของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ต้องการสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ สถานที่ออกกำลังกาย ตั้งอยู่ที่ทำเลเหมาะสมเดินทางมาสะดวก อุปกรณ์ทางพลศึกษาที่เพียงพอตามสัดส่วนกับจำนวนผู้ใช้บริการ และ อุปกรณ์ที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

ข้อเสนอแนะ

ผลการวิจัยพบว่า สภาพในการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และบุคลากรผู้ให้บริการ มีความเหมาะสมในระดับน้อย และมีความต้องการด้าน สถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการมาก ดังนั้นผู้บริหาร หรือ หัวหน้าหมวดพลานามัย และผู้ที่เกี่ยวข้องควรนำข้อมูลที่ได้ไปใช้เป็นแนวทางในการปรับปรุงแก้ไข และควรหางบประมาณจากแหล่งอื่น ๆ เช่น สมาคมผู้ปกครอง หรือสมาคมศิษย์เก่า ซึ่งนอกเหนือจากงบประมาณแผ่นดิน มาใช้สร้างหรือปรับปรุงสถานที่ออกกำลังกาย เพื่อ สนองต่อความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาภายในวิทยาลัยฯ ให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในครั้งต่อไป

ควรศึกษาสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษา วิทยาลัยนาฏศิลป์ ในสังกัดกรมศิลปากร

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมพลศึกษา. (2534). แนวทางการพัฒนาวิทยาศาสตร์การกีฬาของประเทศไทย.
กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์กรมศาสนา.
- กฤษฎณ์ กลสิกร. (2530). ความคิดเห็นของผู้บริหารและครูสอนพลศึกษาเกี่ยวกับสภาพและปัญหาการจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษา ตามหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลาย พุทธศักราช 2524 ของรัฐบาลในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- จรรยาพร ธรณินทร์. (2525). กายวิภาคและสรีรวิทยาการออกกำลังกาย. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- จันทร์พิมพ์ พลพงษ์. (2529). หลักการและการบริหารพลศึกษา. (เอกสารประกอบคำสอน). ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พลศึกษา. อัดสำเนา.
- เจริญ กระบวนรัตน์. (2525). ความต้องการการบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- ชูเกียรติ เกียรติธีรรัตน์. (2537). ความต้องการกิจกรรมการออกกำลังกายของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.
- นฤพนธ์ กิจเพิ่มพูน. (2536). การศึกษาการออกกำลังกายในเวลารว่างของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมอิเล็กทรอนิกส์ขนาดใหญ่. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- บรรเจิด โชติเกษมศรี. (2529). ความคิดเห็นและครูผู้สอนเกี่ยวกับสภาพและปัญหาการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาของโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลาม ระดับมัธยมศึกษาใน 5 จังหวัดภาคใต้. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ประดัด แก้วผลึก. (2524). ปัญหาการจัดบริหารพลศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาของเขตการศึกษา 12. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ประทีป เวทย์ประสิทธิ์. (2528). ความคิดเห็นของผู้บริหารและครูพลศึกษาเกี่ยวกับปัญหาการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษา ในโรงเรียนรัฐบาลระดับมัธยมศึกษา ใน 4 จังหวัดชายแดนภาคใต้. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- พูนทรัพย์ ทองบพิตร. (2534). การดำเนินงานของศูนย์ส่งเสริมสุขภาพพลานามัยระดับอำเภอของกรมพลศึกษาในเขตการศึกษา 9. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (พลศึกษา). ขอนแก่น: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น ถ่ายเอกสาร.
- ไพวัลย์ ตัณลาพูน. (2530). พลศึกษาเบื้องต้น. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มานะ หมอยาดี. (2540). การใช้เวลารว่างเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียน นายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เยาวณี ผจญ. (2534). ความต้องการในการออกกำลังกายของข้าราชการในภาคตะวันออก. วิทยานิพนธ์. ค.ม. (พลศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อัดสำเนา.
- รวีวรรณ ชินะตระกูล. (2536). วิธีวิจัยการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ภาพพิมพ์.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2527). หลักและวิธีการสอนพลศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- _____. (2525, ตุลาคม). "การออกกำลังกายสำคัญไฉน," สุขศึกษา พลศึกษาและสหวิทยาการ. 8 (4): 59-64
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2544, 1-15 สิงหาคม). "ประโยชน์ของการเรียนรู้ พลศึกษา," สารข่าววิชาการ. 1 (5): 6.
- วิทยาลัยช่างศิลป์. (2537). คู่มือนักเรียนนักศึกษา. กรุงเทพฯ: จงเจริญการพิมพ์.
- _____. (2544). คู่มือนักเรียนนักศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชนารักษ์.
- สุชา จันทรเฒ. (2529). จิตวิทยาวัยรุ่น, กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แพรววิทยา.
- สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. (2534). ความต้องการบริการการออกกำลังกายของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- สุพรรณ จิตต์ภักดี. (2533). ปัญหาการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนราษฎร์ ระดับมัธยมศึกษาในเขตการศึกษา 8. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- อำนาจ อะโน. (2527). การบริหารกาย. กรุงเทพฯ: กองบริการการศึกษา งานตำราและ การสอน มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- Crandall, John Gardner. (1977, May) "The Worth of Intercollegiate Athletics to the Small Private Liberal Arts College," *Dissertation Abstracts International*. 37(4): 7020-7201 A.
- Cronbach, Joseph Lee. (1970). *Essential of Psychological Testing*. 3rd ed. New York: Harper and Row.
- Hein, Wilma Speek, (1972, April). "A Survey to Determine the Status of the Secondary Health and Physical Education Program in the Districts and Islands in the State of Hawaii," *Dissertation Abstract International*. 12 (3): 1581 A.
- Holbrook, James Edward. (1993, February). "Current Problems and Trend in Facility Planning for Health, Physical Education, Recreation and Athletics at Colleges and Universities," *Dissertation Abstracts International*. 53 (16) : 2753-A.
- Korri, Lea Jaen. (1971, October). "Instruction Programs Encountered by Woman Physical Education Major in Minnesota," *Dissertation Abstracts International*. 10 (4): 1080 A.
- Mozafari, A.A. (1980, May). "A Study of Physical Education Program in the Secondary School of Florida". *Dissertation Abstracts International*. 40 (2): 5778 A.
- Mc Bride, Ron and Knight Stephanie. (1993, July-August). "Identifying Teacher Behaviors during Critical Thinking Tasks," *Clearing House*. 66 (3): 73-347.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

**แบบสอบถามเรื่อง สภาพและความต้องการในการออกกำลังกาย
ของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544**

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามชุดนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544 ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากนักเรียนนักศึกษากรุณาตอบแบบสอบถามให้ครบทุกตอนทุกข้อ เพราะข้อความทุกข้อมีความสัมพันธ์กัน และมีความสำคัญอย่างยิ่งในการวิเคราะห์ มีคุณค่าต่อการวิจัย คำตอบของนักเรียนจะมีประโยชน์ในการพัฒนา และการจัดการศึกษาของวิทยาลัยช่างศิลป์ต่อไป และคำตอบของท่านจะได้รับการวิเคราะห์และแสดงผลออกมาในภาพรวม จึงไม่มีผลกระทบใด ๆ ทั้งสิ้นต่อผู้ตอบแบบสอบถาม ผู้วิจัยขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

แบบสอบถามนี้แบ่งออกเป็น 4 ตอน

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544 แบ่งเป็น 2 ด้าน คือ

1. ด้านสถานที่อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก
2. ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

ตอนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษาวิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544 คือ

1. ชนิดกีฬาที่ต้องการออกกำลังกาย
2. วันที่ต้องการออกกำลังกาย
3. ช่วงเวลาที่ต้องการออกกำลังกาย

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ หน้าข้อความและเติมข้อความลงในช่องว่าง
ตามสภาพที่เป็นจริง

1. สถานศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ ☐ ส่วนกลาง [วิทยาลัยช่างศิลป์กรุงเทพฯ]

☐ ส่วนภูมิภาค

☐ [วิทยาลัยช่างศิลป์สุพรรณบุรี]

☐ [วิทยาลัยช่างศิลป์นครศรีธรรมราช]

2. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง

3. ปัจจุบันท่านกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นใด ☐ ปวช. ปีที่ 1

☐ ปวช. ปีที่ 2

☐ ปวช. ปีที่ 3

☐ ปวส. ปีที่ 1

☐ ปวส. ปีที่ 2

4. โดยปกติท่านออกกำลังกาย หรือไม่

☐ ออกกำลังกายทุกวัน

☐ ออกกำลังกายเกือบทุกวัน

☐ ออกกำลังกายบ้างแต่ที่มีโอกาส

☐ ไม่ออกกำลังกาย

5. ท่านเป็นสมาชิกของหน่วยงาน หรือสโมสรที่มีโปรแกรมการออกกำลังกายภายนอก
วิทยาลัยช่างศิลป์ หรือไม่

☐ เป็นสมาชิก โปรดระบุชื่อหน่วยงานหรือสโมสร.....

☐ ไม่เป็นสมาชิก

6. อะไรเป็นแรงจูงใจท่านในการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย

☐ ต้องการความสนุกสนาน

☐ ต้องการให้สุขภาพแข็งแรง

☐ ต้องการผ่อนคลายความเครียดจากการเรียน

☐ ต้องการลดน้ำหนักของตนเอง

☐ พบปะกับเพื่อน ๆ

☐ เพื่อเข้าสังคมกับผู้อื่น

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียนนักศึกษา
วิทยาลัยช่างศิลป์

คำชี้แจง คำถามในส่วนนี้จะถามใน 2 ลักษณะ คือ

สภาพ หมายถึง ภาวะหรือสภาพที่เป็นจริงที่ท่านประสบ หรือพบเห็นอยู่เป็น
ประจำในการออกกำลังกาย

ความต้องการ หมายถึง ความประสงค์หรือความต้องการออกกำลังกายของท่าน
หรือความต้องการจะได้สิ่งเกี่ยวกับการออกกำลังกาย

ผู้วิจัยกำหนดสภาพที่เป็นจริงและความต้องการ 2 ด้าน ดังนี้

1. ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
2. ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

การตอบแบบสอบถาม

1. ขอให้ท่านพิจารณาสภาพที่เป็นจริงในวิทยาลัยช่างศิลป์ แล้วกา ✓ ลงในช่องว่าง
ทางด้านซ้ายมือของท่าน
2. ขอให้ท่านพิจารณาความต้องการของท่าน แล้วกา ✓ ลงในช่องว่างที่ตัดไป ทาง
ด้านขวามือของท่าน

สภาพที่เป็นจริง	ความต้องการ
ช่องเลข 5 หมายถึง สภาพที่พบ อยู่ในปัจจุบัน เหมาะสมมากที่สุด	ช่องเลข 5 หมายถึง ต้องการมากที่สุด
ช่องเลข 4 หมายถึง สภาพที่พบ อยู่ในปัจจุบัน เหมาะสมมาก	ช่องเลข 4 หมายถึง ต้องการมาก
ช่องเลข 3 หมายถึง สภาพที่พบ อยู่ในปัจจุบัน เหมาะสมปานกลาง	ช่องเลข 3 หมายถึง ต้องการปานกลาง
ช่องเลข 2 หมายถึง สภาพที่พบ อยู่ในปัจจุบัน เหมาะสมน้อย	ช่องเลข 2 หมายถึง ต้องการน้อย
ช่องเลข 1 หมายถึง สภาพที่พบอยู่ในปัจจุบัน เหมาะสมน้อยที่สุด	ช่องเลข 1 หมายถึง ต้องการน้อยที่สุด

ตัวอย่างการตอบแบบสอบถามในตอนี่ 2

สภาพที่เป็นจริง					รายการ	ความต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
				✓	0. การเตรียมโปรแกรมการออกกำลังกาย ไว้ล่วงหน้า		✓			

จากตัวอย่าง ข้อ 0. ผู้ตอบแบบสอบถาม ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องเลข 1 ของสภาพ แสดงว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเตรียมโปรแกรมการออกกำลังกายไว้ล่วงหน้าสภาพที่เป็นจริงอยู่ในระดับน้อยที่สุด และทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องเลข 4 ของความต้องการ แสดงว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความต้องการเตรียมโปรแกรมการออกกำลังกายไว้ล่วงหน้าอยู่ในระดับมาก

ตอนที่ 2

1. สภาพและความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก

สภาพที่เป็นจริง					รายการ	ความต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
					1. สถานที่เพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง					
					2. สถานที่เพื่อออกกำลังกายในร่ม					
					3. ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อออกกำลังกายกลางแจ้ง					
					4. ความปลอดภัยเกี่ยวกับการจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมเพื่อออกกำลังกายในร่ม					
					5. สถานที่พักผ่อนหลังการออกกำลังกาย					
					6. ตู้สำหรับเก็บอุปกรณ์ในการออกกำลังกายและเก็บเสื้อผ้าที่ใช้ในการออกกำลังกาย					
					7. สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งตัวและถูกสุขลักษณะ					
					8. ห้องสุขาชาย-หญิง แยกกัน และถูกสุขลักษณะ					
					9. ห้องพยาบาลสำหรับผู้บาดเจ็บจากการออกกำลังกาย					
					10. บริการน้ำดื่มสำหรับผู้ออกกำลังกาย					
					11. มีอุปกรณ์กีฬาให้เลือกใช้ตามความต้องการ					

สภาพที่เป็นจริง					รายการ	ความต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
					12. สถานที่ออกกำลังกายในร่ม มีแสงสว่าง					
					13. อุปกรณ์ในการออกกำลังกายมีมาตรฐาน และมีความปลอดภัย					
					14. อุปกรณ์ทดสอบร่างกาย เช่น ที่วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก					
					14. อื่น ๆ โปรดระบุ					
										

2. สภาพและความต้องการในการออกกำลังกาย ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

สภาพที่เป็นจริง					รายการ	ความต้องการ				
5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
					1. บุคลากรให้บริการคำแนะนำในการออกกำลังกาย					
					2. เจ้าหน้าที่ดูแล รับผิดชอบของในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย					
					3. เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย					
					4. เจ้าหน้าที่ในการเบิกจ่ายอุปกรณ์การออกกำลังกาย					
					5. จำนวนบุคลากรให้บริการการออกกำลังกาย					
					6. บุคลากรมีความรู้ความสามารถตรงกับประเภทการออกกำลังกาย					
					7. บุคลากรให้ความรู้ทางนันทนาการ					
					8. บุคลากรดูแลความปลอดภัย					
					9. อื่น ๆ โปรดระบุ					
										

ภาคผนวก ข

-หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญ

-หนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูล

ตอนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับความต้องการในการออกกำลังกาย

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ หน้าข้อความชนิดกีฬา วันและช่วงเวลา
ที่ต้องการในการออกกำลังกาย

3.1 ชนิดกีฬาที่ท่านต้องการเล่นเพื่อการออกกำลังกาย (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ 1. วิ่งเพื่อสุขภาพ
- ☐ 2. ขี่จักรยาน
- ☐ 3. แบดมินตัน
- ☐ 4. เทเบิลเทนนิส (ปิงปอง)
- ☐ 5. ฟุตบอล
- ☐ 6. บาสเกตบอล
- ☐ 7. วอลเลย์บอล
- ☐ 8. ตะกร้อ

9. อื่น ๆ โปรดระบุ (ตอบได้มากกว่าหนึ่งชนิด).....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.2 วันที่ต้องการออกกำลังกาย (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ 1. วันจันทร์
- ☐ 2. วันอังคาร
- ☐ 3. วันพุธ
- ☐ 4. วันพฤหัสบดี
- ☐ 5. วันศุกร์
- ☐ 6. วันเสาร์
- ☐ 7. วันอาทิตย์

3.3 ช่วงเวลาที่ต้องการออกกำลังกาย (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ 1. 05.00-06.00 น.
- ☐ 2. 06.00-07.00 น.
- ☐ 3. 12.00-13.00 น.
- ☐ 4. 16.00-17.00 น.
- ☐ 5. 17.00-18.00 น.
- ☐ 6. 18.00-19.00 น.
- 7. ช่วงเวลาอื่น ๆ โปรดระบุ

ที่ ทม 1012/ 1336



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒๖ กุมภาพันธ์ 2545

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณะบดีคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์เรื่อง “สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธงชัย เจริญทรัพย์มณี และ รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพจน์ท์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์สุนทร แม้นสงวน เป็นผู้เชี่ยวชาญ ตรวจสอบแบบสอบถามสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภกรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 664-1000 ต่อ 5726, 5644

โทรสาร. 258-4119



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5726, 5644

ที่ ทม 1012/ 1346

วันที่ 16 กุมภาพันธ์ 2545

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธงชัย เจริญทรัพย์มณี และ รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพจน์ท์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์อาวุธ วัฒนสิน เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบสอบถามสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

(รองศาสตราจารย์นภกรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5726, 5644

ที่ ทม 1012/ 1391

วันที่ ๒๔ กุมภาพันธ์ 2545

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการสำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา

 เนื่องด้วย นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์เรื่อง “สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธงชัย เจริญทรัพย์มณี และ รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพลนท์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญท่าน เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถามสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544

 จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาเป็นผู้เชี่ยวชาญให้
นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

(รองศาสตราจารย์นภกรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5726, 5644

ที่ ทม 1012/ 1341

วันที่ 10 กุมภาพันธ์ 2545

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะพลศึกษา

เนื่องด้วย นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธงชัย เจริญทรัพย์มณี และ รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพูนท์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์นำชัย เลวลย์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถามสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

(รองศาสตราจารย์นภภรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ทม 1012/ 1989



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

10 กุมภาพันธ์ 2545

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการวิทยาลัยช่างศิลป์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธงชัย เจริญทรัพย์มณี และ รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพูนท์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์พัชรี ผลานุรักษ์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถามสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภภรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 664-1000 ต่อ 5726, 5644

โทรสาร. 258-4119

ที่ ทม 1012/1580



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๑๒ กุมภาพันธ์ 2545

เรื่อง ขอความร่วมมือเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการวิทยาลัยช่างศิลป์ กรุงเทพฯ

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์เรื่อง “สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธงชัย เจริญทรัพย์มณี และ รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพูนท์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขออนุญาตใช้สถานที่และขอให้ นักเรียนระดับ ปวช. จำนวน 300 คน ตอบแบบสอบถามสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของ นักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544 ในระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ 2545

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และ ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภาพร หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 664-1000 ต่อ 5726, 5644

โทรสาร. 258-4119

ที่ ทม 1012/ 1564



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๑๖ กุมภาพันธ์ 2545

เรื่อง ขอความร่วมมือเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการวิทยาลัยช่างศิลป์ สุพรรณบุรี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์เรื่อง “สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธงชัย เจริญทรัพย์มณี และ รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพูนท์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขออนุญาตใช้สถานที่และขอให้ นักเรียนระดับ ปวช. จำนวน 150 คน ตอบแบบสอบถามสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544 ในระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ 2545

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภาพรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 664-1000 ต่อ 5726, 5644

โทรสาร. 258-4119

ที่ ทม 1012/ 1565



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒๖ กุมภาพันธ์ 2545

เรื่อง ขอความร่วมมือเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการวิทยาลัยช่างศิลป์ นครศรีธรรมราช

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์เรื่อง “สภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธงชัย เจริญทรัพย์มณี และ รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพูนท์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขออนุญาตใช้สถานที่ และขอให้ นักเรียนระดับ ปวช. จำนวน 150 คน ตอบแบบสอบถามสภาพและความต้องการในการออกกำลังกายของนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยช่างศิลป์ ปีการศึกษา 2544 ในระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ 2545

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภภรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 664-1000 ต่อ 5726, 5644

โทรสาร. 258-4119

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. รองศาสตราจารย์สุนทร แมนสงวน
ตำแหน่ง รองศาสตราจารย์ ระดับ 9
วุฒิการศึกษา ค.ม. (พลศึกษา)
สถานที่ทำงาน ภาควิชาพลานามัย คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยรามคำแหง
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อาวุธ วัฒนสิน
ข้าราชการบำนาญ อดีตอาจารย์ภาควิชาวัดผลและวิจัยการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. รองศาสตราจารย์ ดร.วิรัช วรรณรัตน์
ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา
สถานที่ทำงาน สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นำชัย เลวลัย
ตำแหน่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ระดับ 8
วุฒิการศึกษา Ph.D. (Sport Psychology)
สถานที่ทำงาน ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
5. นางสาวพัชรี ผลานุรักษา
ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้อำนวยการระดับ 8
วุฒิการศึกษา ค.ม. (วิจัยการศึกษา)
สถานที่ทำงาน วิทยาลัยช่างศิลป์ กรมศิลปากร

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ - ชื่อสกุล	นางสาวสุพร แก้วกล้าหาญ
วัน เดือน ปี เกิด	11 พฤษภาคม 2503
สถานที่เกิด	อำเภอเมือง จังหวัดอ่างทอง
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านพักครูวิทยาลัยช่างศิลป์ ถ. ฉลองกรุง เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร
ตำแหน่งหน้าที่การงานในปัจจุบัน	อาจารย์ 1 ระดับ 5
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	วิทยาลัยช่างศิลป์ กรมศิลปากร ถ. ฉลองกรุง เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร

ประวัติการศึกษา

พ.ศ.2511	ประถมศึกษาปีที่ 4 จาก ร.ร. จอนวิทยากุล อ.เชียงยืน จ. มหาสารคาม
พ.ศ.2514	ประถมศึกษาปีที่ 7 จากโรงเรียนศิริจิตรศึกษา อ.เมือง จ. ขอนแก่น
พ.ศ.2518	มัธยมศึกษาปีที่ 3 จากโรงเรียนเชียงยืนพิทยาคม อ.เชียงยืน จ. มหาสารคาม
พ.ศ.2521	มัธยมศึกษาปีที่ 5 จากวิทยาลัยเทคนิคขอนแก่น อ.เมือง จ. ขอนแก่น
พ.ศ.2523	ประกาศนียบัตรวิชาพลศึกษาชั้นสูง วิชาเอกพลศึกษา จากวิทยาลัยพลศึกษาอ่างทอง
พ.ศ.2525	กศ.บ. (พลศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตพลศึกษา
พ.ศ.2545	กศ.ม. (พลศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ