

612.71743
ว. 80. 3
7-6

การใช้เวลาวางตัวการออกกำลังกายของนิสิต
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ปริญญานิพนธ์

ของ

ทองสุข สัมปหังสิต

ว. 8 พ.ค. 2535

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาค้นคว้าหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต

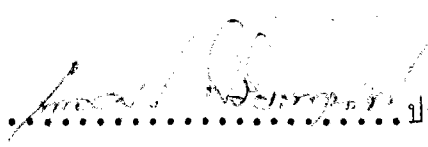
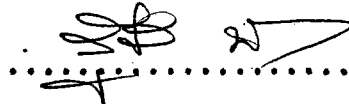
กุมภาพันธ์ 2531

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

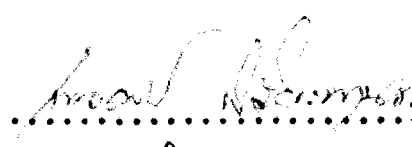
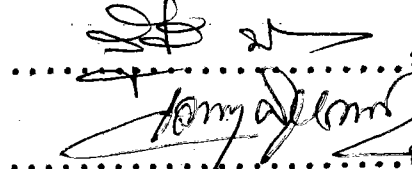
178499

คณะกรรมการที่ปรึกษาประจำตัวนิสิต และคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญานิพนธ์
ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการที่ปรึกษา


.....ประธาน

.....กรรมการ

คณะกรรมการสอบ


.....ประธาน

.....กรรมการ

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาจากท่านผู้ช่วยศาสตราจารย์
เทเวศร์ พิริยะพณท์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุจินต์ ปริษามารถ อาจารย์เอนก
สุตรมงคล ประธานและคณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้ข้อคิดเห็น
แนะนำ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ผู้วิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูง

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์อุดม พิมพ์า อาจารย์ณาคิต บิลมาศ
และนางอจันรา ลักษณะพิพัฒน์ ที่ให้ความช่วยเหลือในการดำเนินการวิจัย ให้ข้อคิดเห็น
ต่าง ๆ และให้กำลังใจตลอดมา

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขออภิวาทถึงพระคุณบิดา มารดา ครู อาจารย์ ที่ได้อบรม
สั่งสอน ตลอดจนญาติพี่น้องและครอบครัวที่ให้การสนับสนุนทั้งกำลังใจ ก่อสร้างใจใน
การศึกษาของผู้วิจัยตลอดมา

ทองสุข สัมปหังสิต

สารบัญ

บทที่

หน้า

1	บทนำ	1
	ภูมิหลัง	1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	7
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	8
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	9
	คำนิยามศัพท์เฉพาะ	9
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	11
	เอกสารและงานวิจัยภายในประเทศ	11
	เอกสารและงานวิจัยในต่างประเทศ	20
	สมมติฐานในการค้นคว้า	23
3	วิธีดำเนินการ	24
	ประชากร	24
	กลุ่มตัวอย่าง	24
	เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	25
	เกณฑ์การให้คะแนนของเครื่องมือ	26
	ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ	26
	วิธีจัดกระทำข้อมูล	27
	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	28

4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	31
	สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	31
	การวิเคราะห์ข้อมูล	31
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	32
5	สรุปผล อภิปราย และขอเสนอแนะ	149
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	149
	กลุ่มตัวอย่าง	149
	เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	150
	การวิเคราะห์ข้อมูล	150
	สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	151
	อภิปรายผล	154
	ขอเสนอแนะ	157
	ขอเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป	158
	บรรณานุกรม	159
	ภาคผนวก	164

บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

1	แสดงจำนวนประชากร และกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ และคณะ	24
2	แสดงจำนวนสถานภาพของนิสิตที่ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเพศ และคณะ	33
3	แสดงจำนวนนิสิตชายที่ออกกำลังกายและไม่ออกกำลังกาย ในแต่ละคณะ	34
4	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ออกกำลังกายและไม่ออกกำลังกาย	36
5	แสดงจำนวนนิสิตชายที่ได้รับความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย จากแหล่งความรู้ต่าง ๆ	37
6	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ได้รับความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกาย จากแหล่งความรู้ต่าง ๆ	38
7	แสดงจำนวนนิสิตชายที่ออกกำลังกายภายในวันที่มีการเรียนการสอน และวันหยุดราชการ	39
8	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ออกกำลังกายภายในวันที่มีการเรียนการสอน และวันหยุดราชการ	40
9	แสดงจำนวนนิสิตชายที่ชอบออกกำลังกายในช่วงเวลาต่าง ๆ	41
10	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ชอบออกกำลังกายในช่วงเวลาต่าง ๆ	43
11	แสดงจำนวนนิสิตชายที่ออกกำลังกายใน 1 สัปดาห์ต่อครั้ง	45
12	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ออกกำลังกายใน 1 สัปดาห์ต่อครั้ง	46
13	แสดงจำนวนนิสิตชายที่ใช้เวลาวางออกกำลังกายในแต่ละครั้ง ...	47
14	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ใช้เวลาวางออกกำลังกายในแต่ละครั้ง ...	48

15	แสดงจำนวนนิสิตชายที่ออกกำลังกายโดยใช้สถานที่ต่าง ๆ	49
16	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ออกกำลังกายโดยใช้สถานที่ต่าง ๆ	51
17	แสดงจำนวนนิสิตชายที่ใช้สถานที่ออกกำลังกายในวันหยุดราชการ ..	53
18	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ใช้สถานที่ออกกำลังกายในวันหยุดราชการ .	55
19	แสดงจำนวนนิสิตชายที่ใช้เวลาว่างออกกำลังกายประเภท กิจกรรมในร่ม ภายในมหาวิทยาลัย	57
20	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ใช้เวลาว่างออกกำลังกายประเภท กิจกรรมในร่ม ภายในมหาวิทยาลัย	59
21	แสดงจำนวนนิสิตชายที่ใช้เวลาว่างออกกำลังกายประเภท กิจกรรมกลางแจ้ง ภายในมหาวิทยาลัย.	61
22	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ใช้เวลาว่างออกกำลังกายประเภท กิจกรรมกลางแจ้ง ภายในมหาวิทยาลัย	63
23	แสดงจำนวนนิสิตชายที่ให้เหตุผลการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย .	65
24	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ให้เหตุผลการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย .	66
25	แสดงจำนวนนิสิตชายที่ให้เหตุผลการใช้เวลาว่างออกกำลังกาย ..	67
26	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ให้เหตุผลการใช้เวลาว่างออกกำลังกาย ..	69
27	แสดงอันดับความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกายของนิสิตชาย .	71
28	แสดงอันดับความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกายของนิสิตหญิง .	72
29	แสดงจำนวนนิสิตชายที่เข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่ มหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ	73

30	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่เข้าร่วมกิจกรรมการออกกําดังกายที่ มหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ	75
31	แสดงจำนวนนิสิตชายที่เข้าร่วมกิจกรรมการออกกําดังกายที่ มหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบในฐานะต่าง ๆ	76
32	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่เข้าร่วมกิจกรรมการออกกําดังกายที่ มหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบในฐานะต่าง ๆ	78
33	แสดงจำนวนนิสิตชายที่มีปัญหาเกี่ยวกับสถานที่ออกกําดังกาย ภายในมหาวิทยาลัย	79
34	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่มีปัญหาเกี่ยวกับสถานที่ออกกําดังกาย ภายในมหาวิทยาลัย	81
35	แสดงจำนวนนิสิตชายที่มีปัญหาเกี่ยวกับอุปกรณ์การออกกําดังกาย ภายในมหาวิทยาลัย	83
36	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่มีปัญหาเกี่ยวกับอุปกรณ์การออกกําดังกาย ภายในมหาวิทยาลัย	84
37	แสดงจำนวนนิสิตชายที่มีปัญหาล้วนตัวในการออกกําดังกาย ภายในมหาวิทยาลัย	85
38	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่มีปัญหาล้วนตัวในการออกกําดังกาย ภายในมหาวิทยาลัย	87
39	แสดงจำนวนนิสิตชายที่มีปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรม การออกกําดังกายที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ	89

40	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่มีปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรม การออกกวดงกายที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ	90
41	แสดงจำนวนนิสิตชายที่ให้เหตุผลการไม่ออกกวดงกาย	91
42	แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ให้เหตุผลการไม่ออกกวดงกาย	93
43	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการ บริการการออกกวดงกายค่านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก สะดวกของนิสิตคณะพลศึกษา	95
44	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการ บริการการออกกวดงกายค่านบุคลากรของนิสิตคณะพลศึกษา .	99
45	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการ บริการการออกกวดงกายค่านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก สะดวกของนิสิตคณะมนุษยศาสตร์	101
46	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการ บริการการออกกวดงกายค่านบุคลากรของนิสิตคณะมนุษยศาสตร์	104
47	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการ บริการการออกกวดงกายค่านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก สะดวกของนิสิตคณะวิทยาศาสตร์	106
48	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการ บริการการออกกวดงกายค่านบุคลากรของนิสิตคณะวิทยาศาสตร์	109
49	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการ บริการการออกกวดงกายค่านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก สะดวกของนิสิตคณะแพทยศาสตร์	111

50	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการ บริการการออกกำลังกายค่านมุดาการของนิติคณะ แพทยศาสตร์	114
51	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการ บริการการออกกำลังกายค่านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนิติคณะศึกษาศาสตร์	116
52	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการ บริการการออกกำลังกายค่านมุดาการของนิติคณะ ศึกษาศาสตร์	119
53	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการ บริการการออกกำลังกายค่านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนิติคณะสังคมศาสตร์	121
54	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการ บริการการออกกำลังกายค่านมุดาการของนิติคณะ สังคมศาสตร์	124
55	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการ บริการการออกกำลังกายค่านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนิติตรวมทุกคณะ	126
56	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการ บริการการออกกำลังกายค่านมุดาการของนิติตรวมทุกคณะ .	129
57	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกายค่านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก ของนิติคณะพลศึกษา จำแนกตามเพศ	131

58	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกาย คำนวณผลการของนิสิตคณะพลศึกษา จำแนกตามเพศ	132
59	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกาย คำนวณสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก สะดวกของนิสิตคณะมนุษยศาสตร์ จำแนกตามเพศ	133
60	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกาย คำนวณผลการของนิสิตคณะมนุษยศาสตร์ จำแนกตามเพศ	134
61	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกาย คำนวณสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก สะดวกของนิสิตคณะวิทยาศาสตร์ จำแนกตามเพศ	135
62	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกาย คำนวณผลการของนิสิตคณะวิทยาศาสตร์ จำแนกตามเพศ	136
63	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกาย คำนวณสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก สะดวกของคณะแพทยศาสตร์ จำแนกตามเพศ	137
64	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกาย คำนวณผลการของคณะแพทยศาสตร์ จำแนกตามเพศ	138
65	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกาย คำนวณสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก สะดวกของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ จำแนกตามเพศ	139

66	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกาย คำนวณผลการของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ จำแนกตามเพศ	140
67	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก สะดวกของนิสิตคณะสังคมศาสตร์ จำแนกตามเพศ	141
68	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกาย คำนวณผลการของนิสิตคณะสังคมศาสตร์ จำแนกตามเพศ	142
69	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกายด้าน สถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก สะดวกของนิสิตรวมทุกคณะ จำแนกตามเพศ	143
70	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกาย คำนวณผลการของนิสิตรวมทุกคณะ จำแนกตามเพศ	144
71	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก สะดวกของนิสิต จำแนกตามคณะ	145
72	แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ เกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกายด้าน สถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิต จำแนกตามคณะ	146

73	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการ การออกกำลังกายตามบุคลากรของนิสิต จำแนกตามคณะ	147
74	แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ เกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกาย ตาม บุคลากรของนิสิต จำแนกตามคณะ	148

ภูมิหลัง

การศึกษาในระดับอุดมศึกษาทุกสาขา มีความมุ่งหมายที่จะฝึกฝนอบรมให้บุคคลมีความพร้อมทั้งบุคลิกภาพและวิชาการ เพื่อให้สามารถออกไปรับใช้สังคมและประเทศชาติอย่างมีประสิทธิภาพ การศึกษาในระดับนี้จึงต้องส่งเสริมให้เรียนรู้และพัฒนาตนเอง ทั้งในด้านความรู้ ความสามารถในการคิดวินิจฉัยสภาพการณ์และปัญหาต่าง ๆ ใคอย่างมีเหตุผล มีคุณธรรม จริยธรรม มีปัญญา มีความรู้กว้างขวาง มีเทคนิคนัยที่สมบูรณ์ อันเป็นแบบอย่างที่ดีและเป็นผู้นำสังคมได้นั้น ต้องอาศัยองค์ประกอบ 3 ประการ คือ หลักสูตร วิธีการเรียนการสอน และกิจกรรมเสริมหลักสูตร (Co-Curricular Activity)

ปัจจุบันการเรียนการสอนเป็นระบบหน่วยกิต ทำให้มีเวลาว่างจากการเรียนอยู่ส่วนหนึ่ง เพื่อใช้ในการศึกษา ค้นคว้า เพิ่มพูนความรู้ และประกอบกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อหาประสบการณ์ แก่นตนเอง การเรียนการสอนในห้องเรียนแต่เพียงอย่างเดียวไม่เอื้ออำนวยให้เด็กมีความรู้และประสบการณ์ที่สมบูรณ์ได้ จึงจำเป็นต้องส่งเสริมกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่เกี่ยวข้องกับชุมชนต่าง ๆ ซึ่งอาทร ชนเห็นชอบ ปลัดทบวงมหาวิทยาลัย ได้กล่าวในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประจำปีการศึกษา 2522 ว่า มหาวิทยาลัยควรให้การสนับสนุนและส่งเสริมทางด้านการวิชาการ ด้านกิจกรรมสร้างสรรค์ต่าง ๆ เช่น กีฬา การเผยแพร่ศิลปวัฒนธรรม การออกค่ายบำเพ็ญประโยชน์ (อาทร ชนเห็นชอบ 2527 : ไม่มีเลขหน้า)

กิจกรรมเสริมหลักสูตรหรือการใช้เวลาว่างนอกเวลาเรียนของนิสิต ควรสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตในสังคมประชาธิปไตย และการช่วยเสริมสร้างมนุษยสัมพันธ์ เปิดโอกาสให้นิสิตมีอิสระทางความคิดการแสดงออก ตลอดจนมีความรู้เกี่ยวกับนิคม ซึ่งประสบการณ์เหล่านี้ให้เขาเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดีในสังคม มีความเป็นมนุษย์มากขึ้น ความเป็นมนุษย์นั้นไม่ได้เกิดจากการนั่งเรียนในห้องเรียนเพียงอย่างเดียวมันจะเกิดจากการเล่นกีฬา การทำกิจกรรมต่าง ๆ

รวมกัน สร้างความเข้าใจกัน มีความเข้าใจกัน (สมควร อภัยพันธุ์ 2527 : 123) รู้จักคิด พิจารณาความถูกต้องหรือไม่ถูกต้องจากสถานการณ์ต่าง ๆ และสามารถแก้ไขอย่างมีเหตุผล

การใช้เวลาว่างที่ถูกต้องจะเป็นประโยชน์อย่างมาก ทั้งยังเป็นการลดปัญหาต่าง ๆ ด้วย โดยเฉพาะปัญหายุติในวัยปัจจุบัน ซึ่งมีต้นเหตุมาจากการใช้เวลาว่างไม่ถูกต้องเหมาะสม เช่น การศึกษาเสียหลัก เล่นการพนัน มีผู้ติดตามสถานเริงรมย์ต่าง ๆ เราสามารถที่จะช่วยให้การใช้เวลาว่างที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ได้ โดยมีดา มารดา ผู้ปกครอง ครู อาจารย์ รวมทั้งมหาวิทยาลัย ต้องปลูกฝังความสนใจการใช้เวลาว่างซึ่ง ปรีชา ชรรมา (ปรีชา ชรรมา 2504 : 7 - 8) ได้กล่าววว่า

1. ให้เด็กได้รับคำบอกเล่าเรื่องการใช้เวลาว่าง โดย บิดา มารดา และผู้ปกครอง
2. ให้เด็กได้พบเห็นสิ่งต่าง ๆ ที่สามารถเข้าใจให้เด็กเกิดความสนใจ เช่น อุปกรณ์การเล่นประเภทต่าง ๆ อุปกรณ์การวาดภาพ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำงาน การแนะนำสถานพักผ่อน รวมทั้งส่งเสริมให้เด็กมีงานอดิเรกตามความสนใจ
3. ให้เด็กพบปะสนทนากับเพื่อน ๆ หรือบุคคลอื่น ๆ ที่ประสบความสำเร็จการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
4. ยกตัวอย่างบุคคลหรือเพื่อน ๆ ที่สนใจการใช้เวลาว่างโดยเห็นประโยชน์ที่ได้รับจากการกระทำมีอย่างไรบ้าง
5. ให้เด็กทดลองทำจริงในสิ่งที่ต้องการและสนใจ เมื่อมีเวลาว่าง เพราะการทำจริงนั้น ทำให้ทราบว่าสิ่งที่ทำให้ประโยชน์มีความเพลิดเพลินอย่างไร เช่น เด็กบางคนไม่สนใจทางกีฬาเลย แต่เมื่อได้ลองเล่นกีฬาแล้วทำให้เกิดความชอบขึ้นได้

การใช้เวลาว่างจึงเป็นเรื่องสำคัญที่จะละเลยไม่ได้ ดังที่ ทรงเคื่อน พิศาลบุตร (ทรงเคื่อน พิศาลบุตร 2515 : 84 - 85) กล่าวว่า ถ้านักเรียนใช้เวลาว่างไม่ถูกต้อง จะเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดพฤติกรรมไม่เหมาะสมขึ้น การใช้เวลาว่างเป็นหรือไม่เป็น จึงเป็นเรื่องสำคัญมีส่วนให้นักเรียนพบความสำเร็จมากหรือน้อย ช้าหรือเร็วต่างกันเป็นหน้าที่ของผู้ปกครอง ครูผู้สอน จะต้องช่วยกันสร้างนิสัยที่ดีให้นักเรียน รู้จักแบ่งเวลาในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน และรู้จักใช้เวลาว่างที่มีอยู่ให้ถูกต้องเป็นประโยชน์ตนเองและผู้อื่น จากการศึกษาปัญหายุติ

วรวิจิ จรัสตระกูล (วรวิจิ จรัสตระกูล 2509 : 65) พบว่า วิทยุเป็นปัญหาที่สุกในค่าน
สุขภาพ กิจกรรมทางสังคมและการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

กิจกรรมการออกกำลังกายเป็นกิจกรรมอย่างหนึ่งที่สามารถนำไปก่อให้เกิดประโยชน์
จากการใช้เวลาว่างได้อย่างดี ปัจจุบันนี้กิจกรรมการออกกำลังกายในประเทศไทยมีประชาชน
นักเรียน นิสิต นักศึกษา ให้ความสนใจเป็นอย่างมากจะเห็นได้จากการจัดการแข่งขันกีฬาใน
ระดับชาติ เอเชียนเกมส์ ซีเกมส์ ระดับภายในประเทศ เช่น การแข่งขันกีฬาแห่งชาติ หรือการวิ่ง
เพื่อสุขภาพ การออกกำลังกายประกอบดนตรี และแอโรบิคทางต่าง ๆ จะมีผู้ที่เข้าชมเขารวมเป็น
จำนวนมากมาย อันเนื่องมาจากบุคคลต่าง ๆ ได้เห็นความสำคัญของกิจกรรมนี้ ดังที่ ชิต นิลพานิช
(สยามกีฬา 2529 : 8) ผู้วารสารการจังหวัดชลบุรี ได้จัดตั้งศูนย์ส่งเสริมสุขภาพพลานามัย
จังหวัดชลบุรี โดยตระหนักว่า นักเรียน นักศึกษา เยาวชน เป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าและสำคัญยิ่ง
ของชาติเพื่อเป็นการส่งเสริมให้บุคคลดังกล่าว รู้จักการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในชีวิตประจำวัน
จะทำให้เกิดพัฒนาการทั้งร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา และมีระเบียบวินัย มีความสามัคคี
มีคุณธรรม มีความรับผิดชอบ รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวันโดยมีจุดมุ่งหมาย
ดังนี้

1. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียน นักศึกษา และเยาวชน ได้มีโอกาสฝึกและร่วมการแข่งขัน
กีฬา
2. เพื่อเป็นการพัฒนาสมรรถภาพทางกายของผู้ฝึก
3. เพื่อให้นักเรียน นักศึกษา และเยาวชน เห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย และ
การเล่นกีฬาเป็นประจำทุกวัน
4. เพื่อให้นักเรียน นักศึกษา และเยาวชน มีสุขภาพทางกาย ทางจิตใจที่ดี และ
ส่งเสริมให้เป็นผู้นำใจเป็นนักกีฬา
5. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียน นักศึกษา ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

การออกกำลังกายที่กระทำโดยถูกต้อง ให้คุณแก่ร่างกายเสมอในเด็ก การออกกำลังกาย
ทำให้ร่างกายเจริญเติบโต ผู้ที่ไม่ค่อยได้ออกกำลังกายมีร่างกายเล็ก กระแสรุน ขี้โรค ในวัย
หนุ่มสาว การออกกำลังกายยังช่วยใหระบบประสาทและจิตใจทำงานได้ดีเป็นปกติอีกด้วย ในวัยชรา

การออกกำลังกายจะช่วยป้องกันและรักษาโรคที่เกิดในวัยชราได้หลายอย่าง เช่น อาการเมื่อยขบ
ท้องผูก ตลอดจนความรู้สึกกังวลเวียนหัวมึนตึ๊ง เพราะการไหลเวียนของโลหิตไม่เพียงพอ ในทุก ๆ วัน
การออกกำลังกายโดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อกระทำในกลางแจ้งจะช่วยเพิ่มความสามารถของร่างกาย
ในการต่อสู้กับเชื้อโรค ทำให้ไม่คอยเจ็บไข้ และช่วยให้สุขภาพของร่างกายอยู่ในเกณฑ์สูง

(อวย เกตุสิงห์ 2514 : 2) นอกจากนี้ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอช่วยไหลเวียนของ
ร่างกายทำงานอย่างมีประสิทธิภาพดีขึ้น สามารถเคลื่อนไหวได้อย่างคล่องแคล่ว ว่องไว ขอบ
ทาง ๆ ทำงานไม่ติดขัด การประสานงานของระบบประสาทและระบบกล้ามเนื้อมีความสัมพันธ์กับ
อวัยวะและท่อนต่าง ๆ ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพทำให้เป็นบุคคลมีสุขภาพดีที่สามารถดำรงชีวิต
และประกอบกิจการงานต่าง ๆ ใครบวกรันนั้นจะเป็นประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติโดยยั้ง
ซึ่งสอดคล้องกับ กอง วิสุทธาภรณ์ กล่าวไว้ว่า "ความจริงการเล่นกีฬาเป็นอุปกรณ์อย่างหนึ่ง
ใช้พัฒนาประชากรของรัฐให้เป็นผู้มีสุขภาพดี สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างผาสุก สามารถ
สร้างสรรค์สังคมให้เจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้น" (กอง วิสุทธาภรณ์ 2520 : 30 - 31)

การออกกำลังกายได้เริ่มแพร่หลายเป็นที่สนใจของนักเรียน นิสิต นักศึกษา ประชาชน
มากขึ้นตามลำดับ ในปี พ.ศ. 2520 คณะรัฐมนตรีได้แต่งตั้งคณะกรรมการจัดทำแผนกีฬาแห่งชาติขึ้น
โดยได้กำหนดความมุ่งหมายไว้ 11 ข้อ ดังนี้ (กองวิสุทธาภรณ์ 2521 : 37 - 38)

1. รัฐพึงส่งเสริมให้ประชากรของชาติทุกเพศ ทุกวัย ได้มีโอกาสเล่นกีฬาอย่างทั่วถึงกัน
ทั้งในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค
2. รัฐพึงส่งเสริม บำรุง และควบคุมกีฬา โดยถือว่ามีความสำคัญต่อการบริหาร
การพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมของประเทศไทย
3. รัฐพึงเน้นการส่งเสริมกีฬา เพื่อสุขภาพของคนในชาติมากกว่าความ เป็นเลิศใน
กีฬาแต่ละประเภท
4. รัฐพึงส่งเสริมกีฬาพื้นเมือง และกีฬาที่เป็นเอกลักษณ์ประจำชาติในทุกระดับ
5. รัฐพึงกำหนดให้หลักสูตรพลศึกษาและการกีฬาเป็นวิชาพื้นฐานในทุกระดับการศึกษา
6. รัฐพึงส่งเสริมการศึกษา การวิจัยทางพลศึกษา สุขศึกษาและสันทนาการ และ
วิทยาศาสตร์การกีฬา

7. รัฐพึงเร่งรัดและสนับสนุนการจัดตั้ง สถาบันครูวิทยาศาสตร์การกีฬา บุคลากรทาง
คานพลศึกษา และการกีฬาให้มีจำนวนเพียงพอทั้งปริมาณและคุณภาพ

8. รัฐพึงจัดให้มีครูพลศึกษา สถานที่เรียนวิชาพลศึกษา สถานที่เล่นกีฬาพร้อมอุปกรณ์
ต่าง ๆ ให้เพียงพอกับความต้องการได้สัดส่วนกับจำนวนนักเรียนในทุกสถาบันการศึกษา ทุกระดับ
และแก่ประชาชนทั่วประเทศ

9. รัฐพึงจัดสรรให้เงินอุดหนุนการกีฬา พึงส่งเสริมการผลิตอุปกรณ์กีฬาทุกประเภท
ภายในประเทศให้มีประสิทธิภาพและเพียงพอต่อความต้องการ

10. รัฐพึงจัดสรรงบประมาณทางคานพลศึกษา และการกีฬาให้ได้สัดส่วนที่เหมาะสม

11. รัฐพึงส่งเสริมให้เอกชนรับภาระเรื่องกีฬาบ้าง เพื่อประชาชนในเขตการควบคุม

ของรัฐ

จิรินทร์ ธานีรัตน์ (สงบ มณีแสง 2517 : 34 - 35 อ้างอิงมาจาก จิรินทร์ ธานีรัตน์
2517 : ไม่มีเลขหน้า) ได้รายงานขอยุติการประชุมระหว่างประเทศเรื่อง "การบริหารการพลศึกษา
และการมหาวิทยาลัย" ในการประชุมครั้งนี้จัดขึ้น ณ กรุงเฮลซิงกิ ประเทศฟินแลนด์ ในวันที่

8 - 16 กันยายน 2517 โดยคณะกรรมการทางวิชาการของคณะกรรมการกีฬามหาวิทยาลัยโลก
ร่วมกับสมาคมพลศึกษาแห่งประเทศไทยเป็นเจ้าภาพ มีผู้เข้าร่วมประชุม 96 คน จาก 36 ประเทศ
ผลของการประชุมสรุปได้ว่า

ข้อ 1 มหาวิทยาลัยต้องถือเป็นหน้าที่และ เป็นความรับผิดชอบสำหรับการให้การพลศึกษา
แก่นิสิต นักศึกษา ในระดับมหาวิทยาลัยทุกสาขา เพราะจะได้เป็นพื้นฐานของการใช้เวลาว่างทาง
กีฬาให้เกิดประโยชน์ในระหว่างการศึกษา และเมื่อจบการศึกษาไปแล้ว

ข้อ 2 มหาวิทยาลัยพึงส่งเสริมให้นิสิต นักศึกษา ในมหาวิทยาลัย ได้ออกกำลังกาย
โดยการเข้าร่วมในกิจกรรมทางกีฬาและพลศึกษา เพื่อส่งเสริมสุขภาพพลานามัยและส่งเสริม
สมรรถภาพทางกายของบรรดานิสิต นักศึกษา ซึ่งมหาวิทยาลัยพึงตระหนักว่า ทั้ง 2 ประการนี้
จะนำไปสู่ความสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนด้านวิชาการด้วย

ข้อ 3 มหาวิทยาลัยต้องจัดให้มีการกีฬาเพื่อสุขภาพแก่นิสิต นักศึกษาทุกคนในมหาวิทยาลัย
เป็นอันดับแรก ซึ่งต้องเน้นถึงทางทฤษฎีและปฏิบัติควบคู่กันไป ส่วนกีฬาเพื่อการแข่งขันชิงความชนะเลิศ
นั้น จัดให้เป็นอันดับรองลงมา

ข้อ 4 ผู้บริหารและอาจารย์ของมหาวิทยาลัยทุกคน ขอให้ตระหนักถึงคุณค่าของการกีฬา ที่มีผลต่อคุณภาพและคุณธรรมของนิสิต นักศึกษา เช่นเดียวกันกับการให้โอกาสทางดานวิชาการ ซึ่งทำให้เขาได้เป็นคนโดยสมบูรณ์ในสังคมของมนุษย์ปัจจุบัน

ข้อ 5 มหาวิทยาลัยพึงจัดหาสถานที่และเครื่องอำนวยความสะดวกทางกีฬาให้แก่ นิสิต นักศึกษา ให้พอเพียง อาทิเช่น โรงยิมเนเซียม โรงกีฬาในร่ม (สัณนาการ) สระว่ายน้ำ และสนามกีฬาประเภทต่าง ๆ

ข้อ 6 รัฐบาลทุกรัฐควรวางนโยบายให้การศึกษาในมหาวิทยาลัยทั้งดานวิชาการ การพลศึกษา และกีฬาควบคู่กันไป ควรจัดสรรเงินงบประมาณในการก่อสร้างสถานที่และ เครื่องอำนวยความสะดวกทางกีฬาแก่มหาวิทยาลัยตามความจำเป็น เพื่อเป็นการส่งเสริมการกีฬา ในมหาวิทยาลัยให้เกิดประสิทธิภาพ

ข้อ 7 ควรจัดให้มีการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยภายในประเทศ และควรแลกเปลี่ยนกับ ประเทศอื่น ๆ เพื่อเป็นการส่งเสริมการกีฬาระดับมหาวิทยาลัย

ข้อสังเกต ที่ประชุมมีข้อสังเกตดังนี้

ในการจัดโปรแกรมการกีฬาและพลศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยในบางประเทศ ใ้รับการส่งเสริมอย่างมากที่ประชุมได้ตระหนักและมีความเชื่อว่าการให้การศึกษานิสิต นักศึกษา ในมหาวิทยาลัยเพื่อให้ผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการนั้น ต้องส่งเสริมโปรแกรมการกีฬาควบคู่ไปด้วย ซึ่งนอกจากเกิดผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการแล้ว ยังเป็นการให้การศึกษากับตัวทุกคน เพื่อให้ นิสิต นักศึกษาทุกคน ได้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างสมบูรณ์

ลำอ่าง พวงบุตร ได้กล่าวถึงเป้าหมายของการจัดกิจกรรมพลศึกษาและกีฬาระดับ อุดมศึกษาเพื่อให้นิสิต นักศึกษา และบุคคลทุก ๆ ฝ่าย สามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์แกตนเอง และสังคมได้ (ลำอ่าง พวงบุตร 2525 : 8) ซึ่งสอดคล้องกับ สมควร อภัยพันธุ์ ได้กล่าวว่า การฝึกนิสิตให้คล่องแคล่วทั้งดานการ เรียนและการทำกิจกรรมอยู่ตลอดเวลา จะช่วยใหญ่เรียนเรียนรู้ ในการแก้ปัญหาสามารถช่วยตนเอง มีการตัดสินใจที่เหมาะสม อันเป็นคุณสมบัติที่ของการไม่ว่าจะ ประกอบอาชีพใดก็ตาม โดยนำเอาวิชาการ และประสบการณ์ที่ได้รับจากการรวมกิจกรรมต่าง ๆ ไปใช้ประโยชน์จนประสบความสำเร็จในอาชีพที่ประกอบอยู่ได้เป็นอันมาก (สมควร อภัยพันธุ์ 2527 : 19 - 20)

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้เห็นความสำคัญของวิชากิจกรรมพลศึกษา คือ การออกกำลังกาย จึงได้กำหนดหลักสูตรการเรียนของนิสิตระดับปริญญาตรี ให้วิชากิจกรรมพลศึกษาเป็นวิชาพื้นฐานที่นักศึกษาทุกคนจะต้องเรียน คณะศึกษาศาสตร์จะต้องเรียนไม่น้อยกว่า 4 หน่วยกิต คณะมนุษยศาสตร์ วิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ เรียนไม่น้อยกว่า 2 หน่วยกิต โดยมีวัตถุประสงค์ข้อหนึ่งว่า เพื่อนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันและสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์แก่สังคมได้ (มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ 2527 : 61 - 234) นอกจากนี้กองกิจการนิสิต ซึ่งมีหน้าที่รับผิดชอบต่อกิจกรรมของนิสิต ได้จัดและส่งเสริมกิจกรรมด้านออกกำลังกายเป็นประจำ เช่น จัดกีฬาภายใน กีฬาภายใน กีฬา 8 วิทยาเขต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และจัดหาอุปกรณ์การกีฬาให้นิสิตได้เล่นอยู่เสมอเพราะกิจกรรมเหล่านี้มีประโยชน์ต่อนิสิตทั้งในปัจจุบันและอนาคต ช่วยให้นิสิตรู้จักการใช้เวลาว่างที่ถูกตอง ทั้งในมหาวิทยาลัยและนอกมหาวิทยาลัย

ผู้วิจัยในฐานะที่เกี่ยวข้องกับการให้การศึกษาวิชาพลศึกษาและกิจกรรมกีฬาของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ได้สนใจที่จะศึกษาเรื่องการใช้เวลาว่างควยการออกกำลังกาย เพื่อเป็นประโยชน์ต่อผู้เกี่ยวข้องทางการศึกษาที่จะจัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้สอดคล้องกับความต้องการของนิสิตได้ต่อไป

ความมุ่งหมายในการศึกษาครั้งนี้

1. เพื่อทราบถึงการใช้เวลาว่างควยการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
2. เพื่อทราบถึงความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
3. เพื่อทราบถึงการใช้เวลาว่างควยการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายตามที่มหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
4. เพื่อทราบถึงปัญหาการใช้เวลาว่างควยการออกกำลังกาย ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

5. เพื่อทราบระดับความต้องการบริการการออกกำลังกาย สถานะที่ อุปกรณ สิ่งอำนวยความสะดวกและความต้องการด้านบุคลากร ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

6. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างเกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกาย สถานะที่ อุปกรณ สิ่งอำนวยความสะดวกและความต้องการด้านบุคลากรระหว่างนิสิตชายและนิสิตหญิง ระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

7. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างเกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกาย สถานะที่ อุปกรณ สิ่งอำนวยความสะดวก และความต้องการด้านบุคลากร ของนิสิตแต่ละคณะ ระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. ผลการศึกษาค้นคว้าจะทำให้ทราบว่านิสิตระดับปริญญาตรี ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ใช้เวลาว่างควยการออกกำลังกายมากน้อยเพียงใด และออกกำลังกายประเภทใดบ้าง

2. ผลการศึกษาค้นคว้าจะทำให้ทราบว่านิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ใช้เวลาว่างควยการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายตามที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบมากน้อยเพียงใด

3. เพื่อเป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาให้แกกิจกรรมนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ได้อย่างเหมาะสมและสอดคล้องกับความต้องการของนิสิต

4. เพื่อเป็นแนวทางสำหรับ ครู อาจารย์ ผู้ปกครอง ผู้บริหารในการที่จะส่งเสริมให้นิสิตระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ใช้เวลาว่างควยการออกกำลังกายเพื่อเกิดประโยชน์ต่อตนเอง สังคม

ขอบเขตของการศึกษาคนควา

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี ในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ปีการศึกษา 2529 จำนวน 990 คน แยกเป็นนิสิตชาย 418 คน นิสิตหญิง 572 คน

ตัวแปรที่จะศึกษา

ตัวแปรอิสระ

1. เพศ
2. คณะต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัย ประกอบด้วย คณะศึกษาศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี และคณะแพทยศาสตร์

ตัวแปรตาม

การใช้เวลาว่างควยการออกกำลังกายในคานต่าง ๆ ดังนี้

1. คานการออกกำลังกาย
2. คานความสนใจกิจกรรมการออกกำลังกาย
3. คานการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย
4. คานปัญหาการใช้เวลาว่างควยการออกกำลังกาย
5. คานความต้องการการบริการการออกกำลังกายเกี่ยวกับคานสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และคานบุคลากร

คานนิยามศัพท์เฉพาะ

1. เวลาว่าง หมายถึง เวลาว่างที่นิตมอิสระอย่างแท้จริง วางเวนจากการเรียน การปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน รวมทั้งกิจกรรมการกินและนอน

2. การใช้เวลาวางควยการออกกำลังกาย หมายถึง การใช้เวลาวางประกอบกิจกรรมทางกายเป็นสื่อในการออกกำลังกาย เช่น วิ่ง กระโดดเชือก วายน้ำ บริหารกาย เล่นฟุตบอล บาสเกตบอล แบดมินตัน เป็นต้น

3. นิสิต หมายถึง นิสิตชายและนิสิตหญิงที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรีทุกคนของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

เอกสารและการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ทำการสำรวจเอกสาร และผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในต่างประเทศและภายในประเทศ เพื่อนำมาเป็นแนวทางสนับสนุนในการศึกษาครั้งนี้

เอกสารและงานวิจัยภายในประเทศ

✓ ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่ (ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่ 2527 : 12) ได้กล่าวถึงการใช้เวลาวางว่า "เวลาวาง" (Leisure) คือ เวลาที่เป็นอิสระไม่ว่าจะเป็นความอิสระในหน้าที่การงานหรือธุรกิจใด ๆ ก็ตาม เป็นเวลาที่นอกเหนือจากงานประจำ หรือเวลาที่เหลือนอกเหนือจากงานที่จำเป็นทั้งหลาย รวมทั้งเวลานอกเหนือจากการนอนหลับด้วย

การรู้จักใช้เวลาวางเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งอย่างหนึ่งของมนุษย์ ผู้คนต่างพึงแสวงหาวิธีพักผ่อนโดยใช้กิจกรรมต่าง ๆ อันจะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตนเอง และสังคม และซึ่งจะเป็นเครื่องตอบสนองความต้องการ ความสนใจ และความพึงพอใจของผู้นั้น กิจกรรมที่อาจใช้เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจนั้นมีมากมายหลายชนิด ซึ่งอาจเลือกได้ตามความสมัครใจ การประกอบกิจกรรมที่เป็นประโยชน์เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจนี้ ควรทำเมื่อมีเวลาวาง เช่น เวลาที่เหลือจากงานประจำ

เวลาที่เหลือจากการนอนหลับ หรือเวลาวางจากการประกอบกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ

✓ ควบเหตุถึงกลความมนุษย์จึงจำเป็นต้องประกอบกิจกรรมบางอย่างในยามว่าง เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดและความเมื่อยล้าต่าง ๆ กิจกรรมเหล่านั้นควร เป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและสังคม คนบางคนประกอบกิจกรรมที่ไม่พึงปรารถนา บางอย่างเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดของตนเอง เช่น การเสพยาเสพติด การเล่นการพนัน และอบายมุขต่าง ๆ โดยคาดไม่ถึงว่ากิจกรรมเหล่านั้นจะนำภัยพิบัติ ความเสื่อมเสีย ความหายนะ มาสู่ตนเองในภายหลังอย่างมหันต์ บางคนอาจมีเวลาวางมากเกินไป เช่น ชาวจีนบทของไทย ชาวนามีเวลาวางหลังฤดูการ เก็บเกี่ยวรอจนกว่าฤดูการทำนาจะมาถึง หรือแม้นานที่ไม่ได้ทำงานประจำนอกบ้าน และเขาวงกตที่ไม่ได้เรียนหนังสือในโรงเรียน ฯลฯ บุคคลเหล่านี้จะมีเวลาวางเหลือเฟือ บางครั้งการใช้เวลาวางของคนเหล่านั้นอาจเป็น

ไปในทางที่ผิด ไม่เกิดประโยชน์อย่างใด ทั้งยังอาจจะก่อโทษขึ้นได้ ประชาชนและเยาวชนไทย โดยทั่วไปยังขาดความรู้ ความเข้าใจ ในเรื่องการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และใช้เวลาว่างไปในทางที่ไม่ถูกไม่ควร ซึ่งอาจก่อให้เกิดปัญหาแก่ตนเอง แก่ครอบครัวและสังคมขึ้นได้ ปัญหานี้ นับว่าเป็นปัญหาที่สำคัญมาก สิ่งสำคัญอย่างยิ่งก็คือ ทำอย่างไรจึงจะทำให้คนเหล่านั้นเห็นว่า เวลาว่างสำคัญอย่างไร การเสียเวลาว่างไปโดยเปล่าประโยชน์และไร้สาระ เป็นสิ่งที่น่าเสียดายเพียงไร ดังที่ไคกุลาไปแล้วว่า การมีเวลาว่างเปรียบเสมือนดาบสองคมที่อาจก่อให้เกิดการพัฒนาการในด้านต่าง ๆ ให้แก่บุคคลและสังคม เช่น เกิดการพัฒนาการทางกาย ทางใจ ทางสังคม ทางสติปัญญา ทางอารมณ์ ทางสุขภาพ ทางบุคลิกภาพ ความเป็นพลเมืองดี ฯลฯ แต่ถ้าวางไปในทางที่ผิดก็จะก่อให้เกิดความพินาศเสื่อมเสียแก่บุคคลและสังคมได้อย่างย่อยยับเช่นกัน ดังนั้นการรู้จักเลือกประกอบกิจกรรมในเวลาว่างเป็นปัจจัยที่สำคัญยิ่งอย่างหนึ่งในการที่จะพัฒนาการในด้านต่าง ๆ ของตน

หลังการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์คือ การที่ประกอบกิจกรรมที่ตนพึงพอใจซึ่งจะทำให้เกิดประโยชน์ขึ้นในเวลาว่าง โดยกิจกรรมนั้นอาจช่วยพัฒนาสิ่งต่าง ๆ ในตัวคน และสังคมได้เป็นอย่างดี

สำเร็จ จันทรโอกุล (สำเร็จ จันทรโอกุล 2524 : มหัตถยอ) ได้ทำการวิจัย เรื่องการใช้เวลาว่างของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 - 6 ในโรงเรียนสำนักงานการประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร โดยใช่ประชากร 405 คน เป็นเพศชาย 208 คน เพศหญิง 197 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. การใช้เวลาว่างของนักเรียน ได้แก่ ด้านการเรียน ด้านการช่วยทำงานบ้าน ด้านการเล่นกีฬาและเกม ด้านการฟังวิทยุ ด้านการชมโทรทัศน์ ด้านการชมภาพยนตร์ ด้านการเล่นดนตรีและทำงานอดิเรก และด้านการไปทัศนศึกษา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติตามตัวแปรเพศ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ระดับการศึกษาของผู้อปกครอง
2. นักเรียนเลือกใช้เวลาว่างรายการต่าง ๆ มีอันดับแตกต่างกันเป็นส่วนใหญ่ แต่มีบางรายการที่นักเรียนเลือกอันดับไม่แตกต่างกัน

วัน สัปดาห์ (วัน สัปดาห์ 2505 : 137) ได้ทำการวิจัยเรื่องการสำรวจการใช้เวลาว่างของนักเรียนในโรงเรียนวิสามนัญศึกษา และอาชีวศึกษา ในจังหวัดพระนครและธนบุรี โดยได้ส่งแบบสำรวจไปให้นักเรียนในโรงเรียนวิสามนัญศึกษาและโรงเรียนอาชีวศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ทั้งเพศชายและเพศหญิง รวมทั้งสิ้น 500 คน ผลการวิจัยสรุปได้ว่า นักเรียนส่วนมากไม่ค่อยเล่นกีฬาในเวลาว่าง งานอดิเรกที่ชอบทำในเวลาว่างคือ ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือและการทำสวนครัว จำนวนนักเรียนประมาณ 1 ใน 10 ไม่เคยหาความรู้เพิ่มเติมจากห้องสมุดในขณะมีเวลาว่าง นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังให้ข้อเสนอแนะว่า ในโรงเรียนควรจัดให้มีครู อาจารย์ไว้เป็นที่ปรึกษาของนักเรียนเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ แนะนำให้รู้จักเลือกทำกิจกรรมต่าง ๆ อย่างฉลาดเหมาะสมกับวัยและฐานะของตน สนับสนุนให้เด็กได้มีความคิดริเริ่ม โดยการพาเด็กไปยังโรงงานต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความคิดใหม่ ๆ นำมาประชันของใช้ขึ้นในด้านการใช้เวลาว่างเพื่อความเพลิดเพลินก็ให้อยู่ในขอบเขต เช่น การฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ ดูภาพยนตร์ ตลอดจนการอ่านหนังสือ ควรจะได้รับความเพลิดเพลินจริง ๆ ครู และผู้ปกครองควรมีส่วนเกี่ยวข้องในการเลือกที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ดังกล่าวให้เป็นไปแต่ในทางที่ดี และควรเอาใจใส่อย่างยิ่ง อย่าปล่อยให้เด็กทำตามลำพัง ซึ่งอาจชักจูงจิตใจเด็กไปในทางไม่ดีได้ง่าย

ระพี โสมภุติ (ระพี โสมภุติ 2506 : 70 - 73) วิจัยเรื่อง "การสำรวจการใช้เวลาของนักเรียนชั้น ม.ศ. 5 ปีการศึกษา 2506 ในจังหวัดพระนคร" โดยใช้ประชากร 615 คน เป็นเพศชาย 310 คน เป็นเพศหญิง 305 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนหญิงทำงานบ้านขณะนักเรียนชายช่วยงานประเภทที่ต้องออกกำลังมาก นักเรียนอยู่ในโรงเรียนวันละประมาณ 7 - 8 ชั่วโมง และชอบทำการบ้านที่บ้าน นักเรียนชายสนใจกีฬา การออกกำลังกาย การบริหารร่างกาย ส่วนนักเรียนหญิงสนใจการอ่านหนังสืออ่านเล่น คุยกับเพื่อน และช่วยทำงานบ้านมากกว่านักเรียนชาย และนักเรียนทั้งชายและหญิงสนใจเรื่องการหารายได้พิเศษน้อยมาก

รัชนา กาญจนะวิเศษย์ (รัชนา กาญจนะวิเศษย์ 2511 : 37 - 38) วิจัยเรื่อง "การสำรวจการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2511" โดยใช้แบบสอบถามส่งไปยังโรงเรียนเพื่อให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มัธยมศึกษาปีที่ 2 และมัธยมศึกษาปีที่ 3 ชั้นละ 80 คน คอมพิวเตอร์แบบสอบถาม รวมประชากรทั้งหมด

240 คน เป็นชาย 120 คน หญิง 120 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชาย หญิง มีเวลาว่างเฉลี่ยวันละประมาณ 7 - 8 ชั่วโมง ใช้เวลาว่างในระหว่างการเรียนรู้ ทุกคู่กับเพื่อนมากที่สุด รองลงมาคือ การทบทวนบทเรียน ทำการบ้านอยู่ในห้องเรียน นอกจากนี้นักเรียนกลัวในห้องสมุด นักเรียนชายชอบใช้เวลาว่างมากที่สุด และมากกว่านักเรียนหญิง กิจกรรมที่นักเรียนชอบปฏิบัติก่อนมาโรงเรียนคือ ช่วยผู้ปกครองทำงานบ้าน ทบทวนบทเรียน และสนใจอ่านหนังสือพิมพ์ รองลงมา นักเรียนชายชอบฟังวิทยุมากกว่านักเรียนหญิง นักเรียนส่วนมากจะกลับบ้านทันทีหลังโรงเรียนเลิก นักเรียนหญิงใช้เวลาว่างหนึ่งสัปดาห์มากกว่านักเรียนชาย นักเรียนชาย หญิง สนใจทำงานอดิเรกต่าง ๆ ในเวลาว่าง เช่น เล่นกีฬา ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ สะสมสิ่งของเล่นดนตรี นักเรียนชายชอบใช้เวลาว่างเล่นกีฬากลางแจ้งมากที่สุด นักเรียนหญิงใช้เวลาฟังวิทยุและดูโทรทัศน์มากกว่าการกีฬา

ควงใจ สิริชัย (ควงใจ สิริชัย 2521 : 114) ได้ทำการศึกษากการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษาในกรุงเทพมหานคร โดยสร้างแบบสอบถามให้นักเรียน จำนวน 882 คน เป็นผู้ตอบ ผลการวิจัยพบว่า

1. การใช้เวลาในด้านการเรียน ช่วยงานบ้าน และการเล่นกีฬาของนักเรียนตามตัวแปรเพศ ระบบเวลาเรียน ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่สำหรับตัวแปรผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและอาชีพของผู้ปกครองต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สำหรับด้านการอ่านหนังสือ นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน ใช้เวลาว่างต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่สำหรับเพศ และระบบเวลาเรียนและอาชีพของผู้ปกครองไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาการใช้เวลาว่างของนักเรียนโดยส่วนรวมทั้ง 4 ด้าน พบว่า มีความแตกต่างกันระหว่างเพศ และระบบเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความแตกต่างกันระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและอาชีพของผู้ปกครองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักเรียนเลือกการใช้เวลาว่างในด้านต่าง ๆ เรียงลำดับจากมากไปหาน้อยดังนี้ ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ ชมภาพยนตร์ เล่นดนตรี ทหารายได้พิเศษ งานอดิเรก และทัศนศึกษา สำหรับการเลือกรายการต่าง ๆ ในแต่ละด้านนั้นไม่ขึ้นกับเพศ ระบบเวลาเรียน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และอาชีพของผู้ปกครอง

วาสนา คุณาภิสิทธิ์ (วาสนา คุณาภิสิทธิ์ 2524 : ง) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้เวลารว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 540 คน (419) คน ผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมที่นักเรียนสนใจและทำมากที่สุดในช่วงว่างคือ กิจกรรมบันเทิง ร้องเพลง คือ กิจกรรมกีฬา และกิจกรรมการอ่านหนังสือ นักเรียนใช้เวลาว่างส่วนมากที่โรงเรียนโดยเข้าร่วม กิจกรรมทัศนศึกษาและกีฬา ซึ่งเป็นกิจกรรมที่โรงเรียนจัดให้กิจกรรมที่นักเรียนทำมากที่สุดหลังโรงเรียน เลิกคือการพูดคุยกับเพื่อน ประเภทของกิจกรรมกีฬาที่นักเรียนชอบมากคือ วัยน้ำ จักรยาน แบดมินตัน คอลเลกชันกันตัว ฟุตบอล และวอลเลย์บอล ส่วนปัญหาที่นักเรียนประสบในการใช้เวลาว่างคือ เวลา ว่าง และสถานที่ไม่เพียงพอ

คงศักดิ์ เจริญรักษ์ (คงศักดิ์ เจริญรักษ์ 2516 : 79) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "โปรแกรม พลศึกษาของโรงเรียนรัฐบาลมัธยมศึกษาตอนต้น ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 62 โรงเรียน ผลการวิจัยปรากฏว่า โรงเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานคร มีการจัดโปรแกรม สันทนาการ ร้อยละ 53.44 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ นักเรียนได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ สนองความต้องการของนักเรียน ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์ ได้รับความสนุกสนาน อยู่ร่วมกับสังคมได้ดี และมีน้ำใจเป็นนักกีฬา กิจกรรมที่จัดประกอบด้วยกีฬา กรีฑา กิจกรรมในร่ม เกม และกิจกรรม เช่าจักรยาน โดยจัดในช่วงหลังเลิกเรียนและเปิดโอกาสให้นักเรียนทุกคนเข้าร่วมได้ สำหรับ ค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ส่วนใหญ่ใช้ เงินงบประมาณของโรงเรียน

วิสิฐ เชมะภาคะพันธ์ (วิสิฐ เชมะภาคะพันธ์ 2521 : 133) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัญหาการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนพาณิชย์การ ในเขตกรุงเทพมหานคร" โดยผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามเพื่อใช้ เป็นเครื่องมือในการวิจัย โดยส่งแบบสอบถามไปยังครูพลศึกษา ที่สอนอยู่ในโรงเรียนพาณิชย์การ จำนวน 45 คน ผลการวิจัยพบว่า โรงเรียนพาณิชย์การ ใน กรุงเทพมหานคร ได้มีการจัดกิจกรรมเพื่อนันทนาการด้วย โดยเน้นหนักทางคาน้ำหนักใช้เวลาว่าง ให้เกิดประโยชน์และเพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน โดยจัดกิจกรรมที่นักเรียนสนใจ ได้แก่ วอลเลย์บอล บาสเกตบอล แบดมินตัน เทเบิลเทนนิส และเกมเบ็คเคตต์ มีการจัดกิจกรรมตลอดปี ในช่วงเวลาตอนพักกลางวันและหลังเลิกเรียน ตลอดจนวันสำคัญของโรงเรียน

ถนนวงศ์ ทวีบูรณ์, สุเนตร นวกิจกุล และศิรินาถ บุญสงวน (ถนนวงศ์ ทวีบูรณ์, สุเนตร นวกิจกุล และศิรินาถ บุญสงวน 2524 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้ เวลานอกเวลาเรียนของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผลการวิจัยพบว่า การใช้ เวลานอกเวลาเรียน ส่วนมากของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในวันที่มีการเรียนการสอน คือไปในการพบปะพูดคุย กับเพื่อนฝูง พักผ่อน และเล่นกีฬา ส่วนในวันหยุดราชการ ซึ่งนิสิตมาเรียนในวันเสาร์ นิสิตใช้เวลาว่างไปในการทบทวนวิชาการและทำรายงาน พบปะเพื่อนฝูง และคนควาหนังสือในห้องสมุด นอกจากนี้พบว่า ในยามที่นิสิตมี เวลานอกเวลาเรียน นิสิตชอบมาใช้สถานที่ภายในมหาวิทยาลัย มากกว่าไปใช้สถานที่ภายนอกมหาวิทยาลัย เนื่องจากนิสิตมีเพื่อนมาก สถานที่ภายในมหาวิทยาลัย มีบรรยากาศดี เงียบสงบ และเป็นการประหยัด สำหรับการใช้เวลาเรียน เขารวม กิจกรรมโครงการต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัย ของสโมสรนิสิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และของคณะ นิสิตส่วนใหญ่ให้ความสนใจมาก เข้าร่วมรวมในโครงการต่าง ๆ น้อย เพราะนิสิตส่วนใหญ่ ไม่มี เวลานอกเวลาเรียนเพียงพอ และไม่ทราบข่าวสารรายละเอียดในกิจกรรมต่าง ๆ นอกจากนี้ ยังพบว่าความสนใจในการใช้แหล่งบริการใหม่ของมหาวิทยาลัย เช่น สถาบันวิทยบริการ โรงยิมเนเซียม ธรรมสถาน ศาลาพักผ่อนและหอศิลป์ นิสิตจะไปใช้บริการใหม่ ๆ ของมหาวิทยาลัย ในระดับปานกลาง แต่นิสิตจะไปใช้สถาบันวิทยบริการมาก และนิสิตต้องการให้มีแหล่งพักผ่อน และสถานที่ออกกำลังกายเพิ่มขึ้นตามบริเวณคณะต่าง ๆ อีกด้วย ส่วนการใช้ห้องสมุดของมหาวิทยาลัย นิสิตส่วนใหญ่ใช้ห้องสมุดคณะมากกว่าห้องสมุดกลางของมหาวิทยาลัย นิสิตชอบไปใช้ห้องสมุดเพื่อการค้นคว้า อ่านหนังสือ ทำรายงานและพักผ่อน สำหรับหนังสือที่นิสิตส่วนใหญ่สนใจเป็นประเภท สารคดี บทความ นวนิยาย และนิทาน นอกจากนี้พบว่า นิสิตส่วนใหญ่เห็นว่าตนเองยังใช้เวลา นอกเวลาเรียนไม่เหมาะสม

ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธ์ และคนอื่น ๆ (ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธ์ และคนอื่น ๆ 2523 : 87) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้เวลาและกิจกรรมสันทนาการของประชากร กรุงเทพมหานคร โดยส่งแบบสอบถามให้กับประชากรในกรุงเทพมหานครทั้งชายและหญิง จำนวน 500 คน เป็นผู้ตอบ ผลการวิจัยพบว่า ประชากรในกรุงเทพมหานครมีจุดมุ่งหมายในการใช้เวลาว่างหลายประการ คือ เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดของร่างกาย เพื่อสุขภาพและความสมบูรณ์ของร่างกาย เพื่อให้จิตใจสดชื่นแจ่มใส เพื่อแสวงหาความสุขร่วมกับครอบครัว

เพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน และเพื่อการศึกษาหาความรู้เพิ่มเติม ตามลำดับ ช่วงเวลาที่ประชากร กรุงเทพมหานคร มีเวลาว่างมักเป็นเวลาหลังจาก 18.00 นาฬิกา และมีเวลาว่างมากที่สุด ในวันเสาร์และวันอาทิตย์ ตามลำดับ กิจกรรมสันทนาการที่ประชากร กรุงเทพมหานคร ประกอบเป็นประจำ ได้แก่ การดูทีวี ฟังวิทยุ และอ่านหนังสือพิมพ์ นอกจากนั้นมักชอบไปเดินชมและซื้อสินค้าตามห้างร้านสรรพสินค้าในศูนย์การค้า ตลาดนัด โรงมหรสพ และสนามกีฬาต่าง ๆ แหล่งสันทนาการที่ประชากรกรุงเทพมหานครอยากใหกรุงเทพมหานครจัดให้มากที่สุดคือ สวนสาธารณะ สนามกีฬาประเภทต่าง ๆ ตลาดนัด หอสมุด สระว่ายน้ำ สนามเด็กเล่น และสวนหย่อม ปัญหาที่เกิดจากการใช้เวลาว่าง ได้แก่ การมีภารกิจประจำวันมาก ขาดอุปกรณ์และสถานที่และการเดินทางไป - มา ไม่สะดวก สำหรับปัญหาที่เกิดจากการไปใช้เวลาว่างในแหล่งสันทนาการที่จัดโดยรัฐและเอกชน เช่น สวนสัตว์ สวนสนุก โรงภาพยนตร์ ได้แก่ ค่าบริการต่าง ๆ แพงเกินไป และการเดินทางไป - มา ไม่ค่อยสะดวกอีกด้วย

เจริญ กระบวนรัตน์ และคนอื่น ๆ (เจริญ กระบวนรัตน์ และคนอื่น ๆ 2525 :

ก - จ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการบริการทางด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อที่จะทราบความต้องการบริการทางด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ตลอดจนปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ในการบริการด้านการออกกำลังกาย ผลการวิจัยปรากฏว่า

1. ข้าราชการและนิสิตต้องการได้รับบริการทางด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับมากที่สุด

2. ข้าราชการและนิสิตต้องการให้มหาวิทยาลัยจัดเตรียมสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกให้เหมาะสมเพียงพอกับความต้องการบริการอยู่ในระดับมากที่สุด

3. ความต้องการด้านบุคลากรที่จะมาให้บริการ ทั้งข้าราชการและนิสิตต้องการให้มหาวิทยาลัยจัดบุคลากรที่มีความรู้ความชำนาญแต่ละด้านมาคอยบริการให้คำแนะนำการออกกำลังกายอยู่ในระดับมากที่สุด

4. ความต้องการด้านความรู้ เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ทั้งวิชาการและนิติตองการ ใ้รับบริการความรู้เกี่ยวกับเทคนิควิธีการออกกำลังกายและกติกการแข่งขันมากที่สุด ส่วนการประชาสัมพันธ์ให้ชาวสารความรู้เกี่ยวกับความเคลื่อนไหวทางด้านการออกกำลังกาย คานต่าง ๆ นั้น มีความต้องการรองลงมา

5. วิชาการและนิติตองการใหม่หาวิทยาลัยเป็นฝ่ายสนับสนุนงบประมาณทางคานนี้ ทั้หมด อย่างไรก็ตาม วิชาการและนิติตองการยังมีความเห็นว่า บุคคลผู้ให้บริการควรสนับสนุน งบประมาณรวมกับมหาวิทยาลัยบางตามสมควร ในรูปของการ เป็นสมาชิกโดยเสียค่าบำรุงเป็น รายเดือนหรือรายปี

6. วิชาการตองการใ้รับบริการในกิจกรรมประเภทบริหารทรวงทรง การบริการ วายน้ำ เทนนิส แมคมินตัน มากที่สุด รองลงมาได้แก่ ปิงปอง และยิงปืน

7. นิติตองการใ้รับบริการในกิจกรรมประเภทวายน้ำ ฟุตบอด เทนนิส มากที่สุด รองลงมาได้แก่ แมคมินตัน ปิงปอง บาสเกตบอด ยิงปืนและวอลลเลย์บอด

8. ในวันธรรมคา วิชาการและนิติตองการออกก่าดั่งกายในช่วงเวลา 16.30 - 16.30 น. มากที่สุด รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 18.30 - 20.30 น.

9. ในวันเสาร์ - อาทิตย วิชาการตองการออกก่าดั่งกายในช่วงเวลา 08.00 - 10.00 น. มากที่สุด รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 16.00 - 16.30 น. ส่วนนิติตองการออกก่าดั่งกายในช่วงเวลา 16.00 - 16.30 น. มากที่สุด รองลงมาได้แก่ ช่วงเวลา 08.00 - 10.00 น.

10. ปัญหาและอุปสรรคสำคัญของการออกก่าดั่งกายที่พบมากที่สุด คือ สถานที่และอุปกรณ์ ที่จะใ้บริการแก่วิชาการและนิติตองการไม่เพียงพอ อีกทั้งขาดการดูแลบำรุงรักษาและสนับสนุน งบประมาณจากทางมหาวิทยาลัย เป็นเหตุใ้ความตองการใ้รับบริการทางการออกก่าดั่งกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพของวิชาการและนิติตองการใหม่หาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ยังต้องประสบกับปัญหา และอุปสรรคอยู่ต่อไป

กองสงเสริมพลศึกษาและสุขภาพ กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ (กองสงเสริมพลศึกษา และสุขภาพ 2526 : จ) ทำการวิจัยเรื่อง "การเดินกีฬาและการออกก่าดั่งกายของประชาชน ในกรุงเทพมหานคร" ในปี พ.ศ. 2526 โดยมีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาสภาพการเดินกีฬาและออก

กำลังกายของประชาชนในกรุงเทพมหานคร เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามเชิงสำรวจ
ผลการวิจัยพบว่า

1. กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายที่ประชาชนชายหญิงปฏิบัติเป็นประจำมากที่สุด
คือ การเล่นกายบริหารและการวิ่งเหยาะ

2. วันเวลาที่ใช้ในการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายของประชาชนชายหญิงส่วนใหญ่
เช่น ในช่วงเวลาเย็น ครั้งละนานกว่า 1 ชั่วโมง ตามลำดับ และเล่นสัปดาห์ละ 1 - 2 ครั้ง
โดยไม่กำหนดวันแน่นอน

3. เหตุผลในการเล่นกีฬาและการออกกำลังกายของประชาชนชายและหญิง คือ
การเล่นกีฬาและออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและความแข็งแรง

ทัศนียา มากวิริยะ (ทัศนียา มากวิริยะ 2518 : 40 - 46) วิจัยเรื่อง
"ความคิดเห็นเกี่ยวกับงานอดิเรกของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2516" ประชากร
ที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 จำนวน 300 คน เป็นชาย 150 คน
จากโรงเรียนรัฐบาลและโรงเรียนราษฎร์ รวม 7 แห่ง ประชากรมีอายุระหว่าง 12 - 17 ปี
โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือ ผลการวิจัยพบว่า งานอดิเรกที่วัยรุ่นชาย หญิง สนใจมากที่สุด
คือ กีฬา รองลงมาคือ เพาะปลูก และเลี้ยงสัตว์ ประเภทกีฬาที่สนใจ วัยรุ่นหญิงสนใจว่ายน้ำ
เป็นอันดับแรก รองลงมาคือ กีฬากลางแจ้ง เกมสและกีฬาในร่ม ตามลำดับ ส่วนวัยรุ่นชายสนใจ
ว่ายน้ำเป็นอันดับแรกเหมือนกัน รองลงมาคือ กีฬากลางแจ้งและกีฬาในร่ม วัยรุ่นหญิงสนใจ
ปลูกดอกไม้ เป็นส่วนใหญ่ ส่วนวัยรุ่นชายสนใจปลูกดอกไม้และไม่ประดับ ประเภทของสัตว์เลี้ยง
วัยรุ่นชาย หญิง สนใจเลี้ยงสัตว์มาก ในเรื่องการสะสม วัยรุ่นหญิงสนใจการสะสมเครื่องประดับ
สิ่งสวยงาม รองลงมาคือ สะสมของเก่าและสนใจงานอดิเรกประเภทศิลป์คือ ดนตรีและละคร
ส่วนวัยรุ่นชายสนใจเรื่องเครื่องยนต์ เครื่องไฟฟ้า ภูตสวรรค์ทำให้ไม่สามารถทำงานอดิเรก
ตามชอบได้ วัยรุ่นหญิงคือ เวลา รองลงมาคือ สถานที่และการเงิน วัยรุ่นชาย คือ เงิน รองลงมา
คือ เวลาและสถานที่ ทั้งวัยรุ่นชาย หญิง เห็นคุณค่างานอดิเรกที่มีประโยชน์ให้ความรู้และ
ประสบการณ์ชีวิต และยังให้ความสนุกสนานเพลิดเพลิน

เอกสารและงานวิจัยในต่างประเทศ

แนช (Nash. 1953 : 62) ได้กล่าวถึงเรื่องการใช้เวลาวางว่า "เวลาวาง" (Leisure) หมายถึง เวลาที่เป็นอิสระ (Free Time) จากกิจกรรมที่จำเป็นอย่างอื่น ๆ ทั้งหมด เช่น วางจากการทำงานประจำ เวลาหลับนอน และเวลาที่ประกอบกิจวัตรประจำวัน ส่วนนั้นหมายความว่า หมายถึง การใช้เวลาวางเพื่อประโยชน์ของตนเอง โดยการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ถ้าเป็นเด็กเล็กจะเรียกกิจกรรมนั้นว่า "การเล่น" (Play) แต่ถ้าหากเป็นหนุ่มสาวและผู้ใหญ่จะเรียกกิจกรรมนั้นว่า "นันทนาการ" (Recreation)

รีซ (Reece. 1954 : 131 - 134) กล่าวว่า การเล่นเกมส์ การเล่นเกมกีฬา ของเด็กโต เด็กจะชอบเล่นเกมสกีกีฬาที่มีกฎเกณฑ์ และเป็นเกมส์ ที่ใช้เวลาสั้น ๆ ในการเล่น

อริสโตเติล กล่าวอ้างจาก สโปรา (Sapora. 1961 : 87 - 88) กล่าวว่า การเล่นเป็นการระบายอารมณ์ที่ถูกกดกั้น บีบคั้น ซึ่งอารมณ์ดังกล่าวนี้ ถ้าหากยังถูกกดกั้นไว้ต่อไป จะเป็นอันตรายต่อบุคคลนั้น

สจิดเลอร์ และสเปินเซอร์ กล่าวอ้างจาก โครและโคร (Crow and Crow. 1955 : 119) กล่าวว่า การเล่นเป็นการใช้พลังงานส่วนเกินของเด็ก ซึ่งจะใช้เวลาติดต่อกันนานในการเล่น แม้ในเวลาว่างอยู่คนเดียวก็เล่น เช่น เล่นตุ๊กตา เล่นรถยนต์ และอื่น ๆ เช่นเดียวกับคิ้วอ กล่าวอ้างจากโครและโคร (Crow and Crow. 1955 : 120) มีความเห็นจากความเชื่อกว้า การเล่นเป็นกิจกรรมของชีวิตและองค์ประกอบตามธรรมชาติของอินทรีย์ที่มีชีวิตคือ การทำกิจกรรมต่าง ๆ โดยเมื่อเด็กเจริญวัยขึ้นจะมีส่วนร่วมในกิจกรรมหลาย ๆ ชนิด ซึ่งกิจกรรมแต่ละชนิดอาจนำแนวทางสู่เป้าหมายที่ต้องการได้ หรืออาจขาดแนวทางสู่เป้าหมายได้เช่นกัน

โจนส์ (Jones. 1946 : 1) ได้กล่าวถึงจุดประสงค์ของการใช้เวลาวางในทางการศึกษาไว้ดังนี้

1. เพื่อให้เด็กรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
2. เพื่อให้เด็กได้ค้นพบความสนใจ มีพัฒนาการทางทักษะและทัศนคติอันเกิดจากความสนุกสนานเป็นสำคัญ

3. เพื่อเปิดโอกาสให้เด็กได้รู้จักตนเอง ได้มีโอกาสปรับทักษะอยู่ในโรงเรียนและชุมชน
4. เพื่อให้เด็กเกิดพัฒนาการทางสติปัญญา มีงานอดิเรกที่เหมาะสมและมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ

กอดบี้ และปากเกอร์ (Godbey and Parker. 1972 : 180 - 181). ให้ความหมายและความสำคัญของการใช้เวลาว่าง การใช้เวลาว่างมีความสำคัญอย่างยิ่งเพราะ เป็นช่วงที่บุคคลใช้เวลาเพื่อตนเองเต็มที่หลังจากเสร็จจากการทำงานประจำและการทำกิจกรรมที่ผูกมัดต่าง ๆ แล้ว นอกจากนั้น การใช้เวลาว่างและนันทนาการยังช่วยสร้างพื้นฐานของคนเกี่ยวกับความต้องการและที่สำคัญยิ่งไปกว่านั้น การที่บุคคลได้เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา ศิลปะ วิทยาศาสตร์ และธรรมชาติต่าง ๆ จะทำให้เขาเกิดความสุขสนุกสนานเพลิดเพลิน ได้นอนคลายความตึงเครียด มีโอกาสแสดงความสามารถพิเศษ และมีความเป็นอิสระ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นความต้องการของมนุษย์ที่อยู่ในสังคมต่าง ๆ ทั่วไป กิจกรรมนันทนาการและกิจกรรมในเวลาว่างจึงมีบทบาทสำคัญต่อคนทุกหมู่เหล่าทั้งในเมืองและชนบท และยังช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างประชาชนของประเทศชาติและของโลกอีกด้วย

เฮอรล็อก (Hurlock. 1949 : 327) กล่าวถึงการใช้เวลาว่างนั้นของพิจารณาถึงแนวทางการเล่น และกิจกรรมนันทนาการ โดยคำนึงถึงอิทธิพลของสิ่งต่าง ๆ เช่น การกีฬา การทำงานอดิเรก การอ่านหนังสือ ฯลฯ ที่มีผลต่อความสนใจของเด็ก

ฟอกซ์ (Fox. 1934 : 493 - 503) กล่าวว่า การใช้เวลาว่างของเด็กนั้นขึ้นอยู่กับประเภทกิจกรรมที่เด็กเลือกทำ เช่น การเล่นกีฬา การสะสมสิ่งของ ฯลฯ มากกว่าเวลาที่ใช้ในการทำกิจกรรม นอกจากนั้นยังเกี่ยวกับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวคือ เด็กที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูงจะใช้เวลาว่างไปในการเล่น และการทำกิจกรรมที่นาสนใจมากกว่าเด็กในฐานะเศรษฐกิจต่ำ เพราะต้องทำงานช่วยครอบครัว

มาร์กี (Markey. 1935 : No. 18) กล่าวถึงการเล่นโดยการสมมติของเด็กนั้นจะอยู่ในวัยเด็กเล็กมากกว่าเด็กโต เป็นการเล่นโดยการใช้อารมณ์จินตนาการที่ตนต้องการให้เป็นไป ซึ่งการเล่นนี้อาจเลียนแบบการเล่นของผู้อื่นได้

แคปแลน (Kaplan. 1975 : 90) ศึกษาการใช้เวลาว่างของชนชาติต่าง ๆ พบว่า เพศมีส่วนกำหนดการทำกิจกรรมในยามว่าง เช่น เด็กชายชอบเล่นฟุตบอล แต่เด็กหญิงชอบเล่นเนตบอล แม้ว่าในปัจจุบันจะมีกระแสเคลื่อนไหวเพื่อสิทธิสตรี ก่อให้เกิดความทัดเทียมกันมากขึ้น ทั้งด้านการงานและการทำกิจกรรมต่าง ๆ ก็ตาม แต่ก็ยังมีความแตกต่างกันอยู่บ้าง แม้ในกรณีการใช้เวลาว่าง

ฮัมฟรี (Humphery. 1960 : 125 - 131) ทำการวิจัยเพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างการรวมกิจกรรมนอกโรงเรียนกับสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนของนักเรียนประชากรที่ใช้ในการวิจัยคือ นักเรียนชาย หญิง จำนวน 600 คน รวมทั้งผู้ปกครอง และเจ้าของโรงเรียนด้วย นักเรียนที่เลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนระดับ 5 จาก 8 โรงเรียน ซึ่งมีฐานะทางเศรษฐกิจเท่าเทียมกัน ใช้แบบสอบถามและการสัมภาษณ์ในการเก็บข้อมูล ส่วนกิจกรรมนอกโรงเรียนกำหนดไว้ 12 ชนิด คือ กิจกรรมด้านสังคม ทำงานบ้าน ร้องเพลง ทำงานนอกบ้าน งานฝีมือ การท่องเที่ยว ศิลปะการอ่าน วิทยาศาสตร์ ดุริยทัศน์ ทัศนศิลป์ และงานอดิเรกอื่น ๆ ผลการวิจัยปรากฏว่า ผู้ปกครองส่วนมากเห็นว่า เด็กของตนมีความสนใจในกิจกรรมนอกโรงเรียนมาก และเด็กชายชอบรวมกลุ่มมากกว่าเด็กหญิง เด็กที่มีฐานะทางเศรษฐกิจยากจนมักใช้เวลาในการทำงานเพื่อครอบครัวหรือตนเองมากกว่าเด็กที่มีฐานะร่ำรวย เด็กที่สัมฤทธิ์ผลทางการเรียนสูงใช้เวลาในการรวมทำกิจกรรมนอกโรงเรียนค่อนข้างสูงมาก เช่น การอ่านหนังสือ ศิลปะ และสังคม ในขณะที่เด็กที่มีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนต่ำก็ใช้เวลาในการรวมกิจกรรมเหมือนกัน แต่เป็นกิจกรรมในการดูโทรทัศน์ ร้องเพลง และการเล่นเกมต่าง ๆ สรุปได้ว่าเด็กที่มีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนสูงส่วนใหญ่มาจากพวกที่มีฐานะปานกลางและสูงมากกว่าพวกที่มีฐานะต่ำ แต่ไม่ค่อยมีความแตกต่างระหว่างเด็กชายและเด็กหญิงในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างการรวมกิจกรรมนอกโรงเรียนกับสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนและกิจกรรมนอกโรงเรียนที่เด็กใช้เวลามากกว่าปกติ คือ การดูโทรทัศน์

สมมติฐานในการค้นหา

1. นิสิตชายและนิสิตหญิงใช้เวลาว่างทวຍการออกกำลังกายในคานความตองการบริการการออกกำลังกายเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกแตกต่างกัน
2. นิสิตชายและนิสิตหญิงใช้เวลาว่างทวຍการออกกำลังกายในคานความตองการบริการการออกกำลังกายเกี่ยวกับบุคลากรแตกต่างกัน
3. นิสิตแต่ละคณะใช้เวลาว่างทวຍการออกกำลังกายในคานความตองการบริการเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกแตกต่างกัน
4. นิสิตแต่ละคณะใช้เวลาว่างทวຍการออกกำลังกายในคานความตองการบริการเกี่ยวกับบุคลากรแตกต่างกัน

วิธีดำเนินการ

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้คือ นิสิตระดับปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ปีการศึกษา 2529 จำนวน 2,608 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้คือ นิสิตระดับปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ปีการศึกษา 2529 จำนวน 990 คน โดยได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยใช้ตาราง Krejcie, R.N. and Morgan D.W. ในแต่ละคณะ ดังปรากฏตามตาราง 1

ตาราง 1 แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม เพศและคณะ

คณะ	ประชากร		รวม	กลุ่มตัวอย่าง		รวม
	ชาย	หญิง		ชาย	หญิง	
พลศึกษา	62	52	114	50	42	92
มนุษยศาสตร์	118	276	394	59	137	196
วิทยาศาสตร์	170	181	351	90	96	186
แพทยศาสตร์	57	22	79	48	18	66

ตาราง 1 (ต่อ)

คณะ	ประชากร		รวม	กลุ่มตัวอย่าง		รวม
	ชาย	หญิง		ชาย	หญิง	
ศึกษาศาสตร์	494	950	1444	105	201	306
สังคมศาสตร์	104	122	226	66	78	144
รวม	1005	1603	2608	418	572	990

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามวัดการใช้เวลาว่าง
 ในการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
 ซึ่งผู้วิจัยแบ่งเป็น 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ
 และคณะ

ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามการใช้เวลาว่างในการออกกำลังกาย ลักษณะแบบสอบถาม
 เป็นแบบตรวจรายการ (Check List) ซึ่งมีขอบเขตเนื้อหา ดังนี้ ด้านความสนใจในกิจกรรม
 การออกกำลังกาย ด้านการออกกำลังกาย ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย
 และด้านปัญหาของการออกกำลังกาย

ส่วนที่ 3 เป็นแบบสอบถามการใช้เวลาว่างในการออกกำลังกาย ลักษณะแบบสอบถาม
 เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ซึ่งมีขอบเขตเนื้อหาเกี่ยวกับความต้องการ
 บริการการออกกำลังกาย ด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากร

เกณฑ์การให้คะแนนของเครื่องมือ

การทบทวนแบบสอบถามและการให้คะแนนนั้น ให้พิจารณาจากคำถามในแบบสอบถามที่จะขอ และให้คะแนนดังนี้

ต้องการมากที่สุด	5
ต้องการมาก	4
ต้องการปานกลาง	3
ต้องการน้อย	2
ต้องการน้อยที่สุด	1

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลาดำรงการออกกำลังกาย เพื่อนำมาสร้างแบบสอบถาม

2. สร้างแบบสอบถามการใช้เวลาดำรงการออกกำลังกาย

3. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้น ให้อาจารย์ที่ปรึกษาปรับปรุงแก้ไข

4. นำแบบสอบถามไปหาคุณภาพของเครื่องมือ ดังนี้

4.1 หาค่าความเที่ยงตรง (Validity) เชิงพื้นผิว (Face Validity)

โดยนำแบบสอบถามไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน พิจารณาตรวจสอบและวิเคราะห์หาข้อนี้ ความสอดคล้องของ Rovinelli และ Hambleton เท่ากับ หรือมากกว่า .50

4.2 หาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ นำแบบสอบถามไปลองใช้ (Try Out)

กับนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางแสน จำนวน 60 คน และวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์ อัลฟา (α -Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ในส่วนที่สามด้านความต้องการบริการ การออกกำลังกายตามสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกและความต้องการบริการการออกกำลังกายตามบุคลากร หาค่าความเชื่อมั่น .91 และ .89 ซึ่งเหมาะที่จะนำไปใช้รวบรวมข้อมูลต่อไป

โดยกำหนดของคะแนนและความหมายของของคะแนนเฉลี่ย ดังนี้

4.51 - 5.00	หมายความว่า	มีความต้องการสอนมากที่สุด
3.51 - 4.50	หมายความว่า	มีความต้องการสอนมาก
2.51 - 3.50	หมายความว่า	มีความต้องการปานกลาง
1.51 - 2.50	หมายความว่า	มีความต้องการน้อย
1.00 - 1.50	หมายความว่า	มีความต้องการน้อยที่สุด

5. นำแบบสอบถามที่มีคุณภาพตามข้อ 4.1 และ 4.2 ไปเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างเพื่อที่จะศึกษาต่อไป

วิธีการทำข้อมูล

1. ตรวจสอบแบบสอบถามที่ได้รับคืน แล้วคัดเลือเฉพาะแบบสอบถามที่สมบูรณ์ไว้เพื่อทำการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป
2. แยกแบบสอบถามตามตัวแปรที่จะศึกษา
3. ตรวจสอบและนับจำนวนข้อมูลตามแบบสอบถามในส่วนที่ 1 และ 2 วิเคราะห์ข้อมูลเป็นร้อยละ ตามจุดมุ่งหมายข้อ 1 - 4
4. ให้คะแนนการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายด้านความต้องการบริการการออกกำลังกายเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกและค่าบุคลากร ตามแบบสอบถามส่วนที่ 3 และวิเคราะห์ความต้องการบริการการออกกำลังกายด้านความต้องการบริการการออกกำลังกายเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกและค่าบุคลากร ตามจุดมุ่งหมายข้อที่ 5
5. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกาย ด้านความต้องการบริการการออกกำลังกายเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และค่าบุคลากร ระหว่างนิสิตชายและนิสิตหญิง โดยใช้ t -test เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 และ 2

6. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของการใช้เวลาว่างกับการออกกำลังกาย ตามความต้องการบริการการออกกำลังกายตามสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และค่านมูดากร ระหว่างนิสิตที่สังกัดต่างคณะ โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบมี 1 ตัวประกอบ (One - Way Analysis of Variance) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 และ 4

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 คาคะแนนเฉลี่ย โดยใช้สูตร (Ferguson. 1966 : 47)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

เมื่อ $\bar{X}$ แทน คาคะแนนเฉลี่ย

$\sum X$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด

N แทน จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

1.2 หาค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยใช้สูตร (Ferguson. 1966 : 64)

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

เมื่อ S.D. แทน ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน

$\sum X^2$ แทน ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง

$(\sum X)^2$ แทน ผลรวมคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง

N แทน จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

2. วิเคราะห์หาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา

(α -Coefficient) (Cronbach. 1970 : 126)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left\{ 1 - \frac{\sum s_i^2}{s_x^2} \right\}$$

เมื่อ χ^2	แทน ค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม
$\sum s_i^2$	แทน ผลรวมของค่าความแปรปรวนคะแนนของแบบสอบถามแต่ละข้อ
s_x^2	แทน ความแปรปรวนคะแนนรวมของแบบสอบถามทั้งฉบับ
n	แทน จำนวนข้อทั้งหมดของแบบสอบถาม

3. ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของการใช้เวลาว่างในการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาในด้านการบริการการออกกำลังกายตามสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และความปลอดภัย เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 1 โดยไชดูตอร์ (Walpole. 1972 : 161)

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1-1) s_1^2 + (n_2-1) s_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left\{ \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right\}}}$$

เมื่อ t	แทน ค่าสถิติที่ใช้พิจารณา t-Distribution
$\bar{X}_1, \bar{X}_2$	แทน ค่าคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ตามลำดับ
s_1^2, s_2^2	แทน ค่าความแปรปรวนของคะแนนกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ตามลำดับ

n_1, n_2 แทน จำนวนคนในกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ตามลำดับ

4. ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของการใช้เวลาว่างในการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาด้านความต้องการบริการการออกกำลังกายตามสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และความปลอดภัย โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวน เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 2 โดยไชดูตอร์ (Winer. 1971 : 185 - 196)

$$F = \frac{MS_b}{MS_w}$$

เมื่อ F	แทน ค่าสถิติที่ใช้วิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนน
MS_b	แทน ความแปรปรวนระหว่างกลุ่ม
MS_w	แทน ความแปรปรวนภายในกลุ่ม

เมื่อพบว่าการวิเคราะห์ความแปรปรวน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติจึงทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยวิธี นิวแมน - คูลด์ (NewMan - Keul Method) โคปไรนุตร (Winer. 1971 : 210 - 218)

$$q = \sqrt{\frac{MS_w}{n}}$$

เมื่อ q แทน ค่าสถิติ คิว (q - Statistic) จากตาราง
 MS_w แทน ค่าความแปรปรวนภายในกลุ่ม
 n แทน จำนวนคนในแต่ละกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เท่ากัน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ย
S.D.	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
S^2	แทน	ค่าความแปรปรวน
N	แทน	จำนวนนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
ΣX	แทน	ผลรวมของ คะแนนทั้งหมด
ΣX^2	แทน	ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการแจกแจง ที
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการแจกแจง เอฟ
SS	แทน	ผลรวมยกกำลังสอง
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยของผลรวมยกกำลังสอง
df	แทน	ชั้นของความเป็นอิสระ
q	แทน	ค่าสถิติ q

การวิเคราะห์ข้อมูล

- นำแบบสอบถามส่วนที่ 1 มาแจกแจงหาความถี่แต่ละคำตอบคิดเป็นร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตาราง
- นำแบบสอบถามส่วนที่ 2 มาแจกแจงหาความถี่แต่ละคำตอบคิดเป็นร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปตารางและความเรียง
- นำแบบสอบถามส่วนที่ 3 มาแจกแจงหาความถี่ของคำตอบแต่ละรายการตามอัตราส่วนประเมินค่า แล้วหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของ คำถามแต่ละข้อ

เมื่อได้ค่าเฉลี่ยของแบบสอบถามแล้ว ได้กำหนดของ คะแนนและความหมาย
ของช่องคะแนนเฉลี่ย ดังนี้

- 4.51 - 5.00 หมายถึง มีความต้องการมากที่สุด
- 3.51 - 4.50 หมายถึง มีความต้องการมาก
- 2.51 - 3.50 หมายถึง มีความต้องการปานกลาง
- 1.51 - 2.50 หมายถึง มีความต้องการน้อย
- 1.00 - 1.50 หมายถึง มีความต้องการน้อยที่สุด

4. เปรียบเทียบความแตกต่างเกี่ยวกับความต้องการในการออกกำลังกาย
คานสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และคานบุคลากร จำแนกตามเพศ โดยใช้
สถิติ t ที่ระดับนัยสำคัญ .01

5. เปรียบเทียบความแตกต่างเกี่ยวกับความต้องการการบริการการออก
กำลังกาย คานสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และคานบุคลากร ของแต่ละคณะ
โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One Way Analysis of
Variance) เพื่อทดสอบค่า F ที่ระดับนัยสำคัญ .01

กรณีที่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ตรวจสอบความแตกต่าง
เป็นรายคู่ โดยวิธีของ นิวแมน คูลล์ (Newman Keuls Method)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ส่วนที่ 1 สถานภาพของนิสิตที่ตอบแบบสอบถามจำแนกตามเพศและคณะ

ตาราง 2 แสดงจำนวนสถานภาพของนิสิตที่ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเพศและคณะ

คณะ	นิสิตชาย N = 418			นิสิตหญิง N = 572		
	กลุ่ม ตัวอย่าง	ผู้ตอบ	ร้อยละ	กลุ่ม ตัวอย่าง	ผู้ตอบ	ร้อยละ
พลศึกษา	50	50	100.00	42	42	100.00
มนุษยศาสตร์	59	51	86.44	137	116	84.67
วิทยาศาสตร์	90	81	90.00	96	85	88.54
แพทยศาสตร์	48	47	97.92	18	18	100.00
ศึกษาศาสตร์	105	90	85.71	201	201	100.00
สังคมศาสตร์	66	60	90.91	78	72	92.31
รวม	418	379	90.67	572	534	93.36

จากตาราง 2 แสดงว่านิสิตชายที่ตอบแบบสอบถามครั้งนี้ คณะพลศึกษา คิดเป็นร้อยละ 100.00 คณะมนุษยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 86.44 คณะวิทยาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 90.00 คณะแพทยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 97.92 คณะศึกษาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 85.71 และคณะสังคมศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 90.91

นิสิตหญิงที่ตอบแบบสอบถามครั้งนี้ คณะพลศึกษา คิดเป็นร้อยละ 100.00 คณะมนุษยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 84.67 คณะวิทยาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 88.54 คณะแพทยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 100.00 คณะศึกษาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 100.00 คณะสังคมศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 92.31

นิสิตชายรวมทุกคณะที่ตอบแบบสอบถาม คิดเป็นร้อยละ 90.67 ส่วนนิสิตหญิงรวมทุกคณะตอบแบบสอบถาม คิดเป็นร้อยละ 93.36

ส่วนที่ 2 ค่าร้อยละเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายของนิสิต
ในแต่ละค่าน จำแนกตามเพศและคณะ

ตาราง 3 แสดงจำนวนนิสิตชายที่ออกกำลังกายและไม่ออกกำลังกายในแต่ละคณะ

นิสิต	พลศึกษา (N = 50)		มนุษยศาสตร์ (N = 51)		วิทยาศาสตร์ (N = 81)		แพทยศาสตร์ (N = 47)		ศึกษาศาสตร์ (N = 90)		สังคมศาสตร์ (N = 60)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ที่ออกกำลังกาย	50	100.00	45	88.24	60	74.07	32	68.09	72	80.00	47	78.33
ที่ไม่ออกกำลังกาย	-	-	6	11.76	21	25.93	15	31.91	18	20.00	13	21.67
รวม	50	100.00	51	100.00	81	100.00	47	100.00	90	100.00	60	100.00

จากตาราง 3 แสดงว่าจำนวนนิสิตชายที่ใช้เวลาว่างจากการออกกำลังกาย
 ดังนี้ คณะพลศึกษา คิดเป็นร้อยละ 100.00 คณะมนุษยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 88.24
 คณะวิทยาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 84.00 และคณะแพทยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 68.09
 คณะศึกษาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 80.00 คณะสังคมศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 78.33

นิสิตชายที่ไม่ใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกาย คณะพลศึกษา ไม่มี คณะมนุษยศาสตร์
 คิดเป็นร้อยละ 11.76 คณะวิทยาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 25.93 คณะแพทยศาสตร์
 คิดเป็นร้อยละ 31.91 คณะศึกษาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 20.00 คณะสังคมศาสตร์
 คิดเป็นร้อยละ 21.67

ตาราง 4 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ออกกำลังกายและไม่ออกกำลังกาย

นิสิต	พลศึกษา (N = 42)		มนุษยศาสตร์ (N = 116)		วิทยาศาสตร์ (N = 85)		แพทยศาสตร์ (N = 18)		ศึกษาศาสตร์ (N = 201)		สังคมศาสตร์ (N = 72)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
นิสิตหญิงที่ออกกำลัง	42	100.00	86	74.14	61	71.76	13	72.22	157	78.11	46	63.89
นิสิตหญิงที่ไม่ออกกำลังกาย	-	-	30	25.86	24	28.24	5	27.78	44	21.89	26	36.11
รวม	42	100.00	116	100.00	85	100.00	18	100.00	201	100.00	72	100.00

จากตาราง 4 แสดงว่าจำนวนนิสิตหญิงที่ใช้เวลาว่างออกกำลังกาย ดังนี้
 คณะพลศึกษา คิดเป็นร้อยละ 100.00 คณะมนุษยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 74.10 คณะ
 วิทยาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 71.76 คณะแพทยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 72.22 คณะ
 ศึกษาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 78.11 คณะสังคมศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 63.89

นิสิตหญิงที่ไม่ใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกาย คณะพลศึกษาไม่มี คณะมนุษยศาสตร์
 คิดเป็นร้อยละ 25.86 คณะวิทยาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 28.24 คณะแพทยศาสตร์ คิดเป็น
 ร้อยละ 27.78 คณะศึกษาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 21.89 คณะสังคมศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ
 36.11

ตาราง 5 แสดงจำนวนนิสิตชายที่ได้รับความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายจากแหล่งความรู้ต่าง ๆ

แหล่งที่ได้รับความรู้	พลศึกษา (N = 50)		มนุษยศาสตร์ (N = 45)		วิทยาศาสตร์ (N = 60)		แพทยศาสตร์ (N = 32)		ศึกษาศาสตร์ (N = 72)		สังคมศาสตร์ (N = 47)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
โทรทัศน์	29	21.32	29	26.36	44	27.50	17	23.61	45	26.01	32	23.70
วิทยุ	14	10.29	15	13.64	17	10.62	9	12.50	19	10.98	20	14.81
หนังสือพิมพ์	26	19.12	17	15.45	26	16.25	19	26.39	30	17.34	25	18.52
วารสารและนิตยสารต่าง ๆ	24	17.65	19	17.27	38	23.75	17	23.61	37	21.39	31	22.96
บุคลากรและอาจารย์	43	31.62	30	27.27	35	21.87	10	13.89	42	24.28	27	20.00
รวม	136	100.00	110	100.00	160	100.00	72	100.00	354	100.00	135	100.00

จากตาราง 5 แสดงว่าจำนวนนิสิตชายที่ได้รับความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายจากแหล่งต่าง ๆ ดังนี้ คณะพลศึกษาและคณะมนุษยศาสตร์ ได้รับความรู้จากบุคลากรหรืออาจารย์ผู้สอนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 31.62 และ 27.27 แหล่งที่ได้รับความรู้น้อยที่สุดจากวิทยุ คิดเป็นร้อยละ 10.29 และ 13.64

นิสิตชายคณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ และคณะสังคมศาสตร์ ได้รับความรู้จากโทรทัศน์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 27.50, 26.01 และ 23.70 ตามลำดับ แหล่งที่ได้รับความรู้น้อยที่สุดจากวิทยุ คิดเป็นร้อยละ 10.62, 10.98 และ 14.81 ตามลำดับ

นิสิตชายคณะแพทยศาสตร์ได้รับความรู้จากหนังสือพิมพ์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 26.39 แหล่งที่ได้รับความรู้น้อยที่สุดจากวิทยุ คิดเป็นร้อยละ 12.50

ตาราง 6 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ได้รับความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายจากแหล่งความรู้ต่าง ๆ

แหล่งที่ได้รับความรู้	พลศึกษา (N = 42)		มนุษยศาสตร์ (N = 86)		วิทยาศาสตร์ (N = 61)		แพทยศาสตร์ (N = 13)		ศึกษาศาสตร์ (N = 157)		สังคมศาสตร์ (N = 45)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
โทรทัศน์	24	22.22	55	27.23	36	27.46	5	19.23	80	22.60	30	26.30
วิทยุ	10	9.26	23	11.39	10	7.63	2	7.69	36	10.17	9	8.49
หนังสือพิมพ์	12	11.11	27	13.37	17	12.98	4	15.38	37	10.45	13	12.26
วารสารและนิตยสาร	23	21.30	53	26.39	30	22.90	7	26.92	95	26.83	29	27.36
บุคลากรและอาจารย์	39	36.11	44	21.78	38	29.00	8	30.77	106	29.94	25	23.58
รวม	108	100.00	202	100.00	131	100.00	26	100.00	354	100.00	106	100.00

จากตาราง 6 แสดงว่าจำนวนนิสิตหญิงที่ได้รับความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายจากแหล่งต่าง ๆ ดังนี้

คณะพลศึกษา คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ได้รับความรู้จากบุคลากรหรืออาจารย์ผู้สอน คิดเป็นร้อยละ 36.11, 29.00, 30.77 และ 29.94 ตามลำดับ แหล่งที่ได้รับความรู้น้อยที่สุดจากวิทยุ คิดเป็นร้อยละ 9.26, 7.63, 7.69 และ 10.17 ตามลำดับ

นิสิตหญิงคณะมนุษยศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ได้รับความรู้จากโทรทัศน์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 27.23 และ 28.30 ตามลำดับ แหล่งที่ได้รับความรู้น้อยที่สุดจากวิทยุ คิดเป็นร้อยละ 11.39 และ 8.49 ตามลำดับ

ตาราง 7 แสดงจำนวนนิสิตชายที่ออกกำลังกายในวันที่มีการเรียนการสอนและวันหยุด
ราชการ

วันที่ออกกำลังกาย	พลศึกษา (N = 50)		มนุษยศาสตร์ (N = 45)		วิทยาศาสตร์ (N = 60)		แพทยศาสตร์ (N = 32)		ศึกษาศาสตร์ (N = 72)		สังคมศาสตร์ (N = 47)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
วันที่มีการเรียนการสอน	38	76.00	36	80.00	33	55.00	15	46.87	41	56.94	30	63.83
วันหยุดราชการ	12	24.00	9	20.00	27	45.00	17	53.13	31	43.06	17	36.17
รวม	50	100.00	45	100.00	60	100.00	32	100.00	72	100.00	47	100.00

จากตาราง 7 แสดงว่าจำนวนนิสิตชายที่ชอบออกกำลังกายภายในวันที่มีการเรียนการสอนคณะพลศึกษา คิดเป็นร้อยละ 76.00 คณะมนุษยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 80.00 คณะวิทยาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 55.00 คณะแพทยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 46.89 คณะศึกษาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 56.94 และคณะสังคมศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 63.83

นิสิตชายที่ชอบออกกำลังกายในวันหยุดราชการ คณะพลศึกษาคิดเป็นร้อยละ 24.00 คณะมนุษยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 9.00 คณะวิทยาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 45.00 คณะแพทยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 53.13 คณะศึกษาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 43.06 และคณะสังคมศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 36.17

ตาราง 8 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ออกกำลังกายในวันที่มีการเรียนการสอน และวันหยุด
ราชการ

วันที่ออกกำลังกาย	พลศึกษา (N = 42)		มนุษยศาสตร์ (N = 86)		วิทยาศาสตร์ (N = 61)		แพทยศาสตร์ (N = 13)		ศึกษาศาสตร์ (N = 157)		สังคมศาสตร์ (N = 46)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
วันที่มีการเรียนการสอน	32	76.19	55	63.95	22	36.07	7	53.85	92	58.60	27	58.70
วันหยุดราชการ	10	23.81	31	36.05	39	63.93	6	46.15	65	41.40	19	41.30
รวม	42	100.00	86	100.00	61	100.00	13	100.00	157	100.00	46	100.00

จากตาราง 8 แสดงว่าจำนวนนิสิตหญิงที่ชอบออกกำลังกายในวันที่มีการเรียนการสอน คณะพลศึกษา คิดเป็นร้อยละ 76.19 คณะมนุษยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 63.95 คณะวิทยาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 36.07 คณะแพทยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 53.85 คณะศึกษาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 58.60 และคณะสังคมศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 58.70

นิสิตหญิงที่ชอบออกกำลังกายในวันหยุดราชการ คณะพลศึกษาคิดเป็นร้อยละ 23.81 คณะมนุษยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 36.05 คณะวิทยาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 63.93 คณะแพทยศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 46.15 คณะศึกษาศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 41.40 และคณะสังคมศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 41.30

ตาราง 9 แสดงจำนวนนิสิตชายที่ชอบออกกำลังกายในช่วงเวลาต่าง ๆ

ช่วงเวลา	ทอศึกษา (N = 50)		มนุษยศาสตร์ (N = 45)		วิทยาศาสตร์ (N = 60)		แพทยศาสตร์ (N = 32)		ศึกษาศาสตร์ (N = 90)		สังคมศาสตร์ (N = 47)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
05.00 - 06.00	12	9.45	6	7.69	17	11.56	1	2.00	26	22.61	10	10.31
06.00 - 07.00	18	14.17	8	10.26	12	8.16	4	8.00	10	8.70	11	11.34
07.00 - 08.00	12	9.45	6	7.69	5	3.40	1	2.00	4	3.48	7	7.22
08.00 - 09.00	3	2.36	5	5.13	3	2.04	1	2.00	4	3.48	2	2.06
09.00 - 10.00	-	-	3	3.65	-	-	-	-	7	6.09	-	-
10.00 - 11.00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
11.00 - 12.00	-	-	-	-	3	2.04	-	-	2	1.74	-	-
12.00 - 13.00	3	2.36	-	-	2	1.36	5	10.00	-	-	-	-
13.00 - 14.00	2	1.57	-	-	4	2.72	-	-	-	-	4	4.12
14.00 - 15.00	3	2.36	-	-	8	5.44	-	-	5	4.35	4	4.12
15.00 - 16.00	8	6.30	10	12.82	10	6.80	5	10.00	5	4.35	8	8.25
16.00 - 17.00	33	25.98	18	23.08	33	22.45	11	22.00	17	14.78	25	25.77
17.00 - 18.00	28	22.05	16	20.51	36	24.49	22	44.00	35	30.43	26	26.80
18.00 - 19.00	5	3.94	6	7.69	14	9.52	-	-	-	-	-	-
รวม	127	100.00	78	100.00	147	100.00	50	100.00	115	100.00	97	100.00

จากตาราง 9 แสดงว่าจำนวนนิสิตชายที่ชอบออกกำลังกายในแต่ละช่วง
 คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ชอบออกกำลังกายในช่วงเวลา 17.00 -
 18.00 น. มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 22.05, 23.08 และ 26.80 ช่วงเวลาที่นิสิตชาย
 ออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะพลศึกษาเวลา 13.00 - 14.00 น. คิดเป็นร้อยละ 1.57
 คณะมนุษยศาสตร์เวลา 09.00 - 10.00 น. คิดเป็นร้อยละ 3.85 คณะสังคมศาสตร์
 เวลา 08.00 - 09.00 น. คิดเป็นร้อยละ 2.06

นิสิตชายคณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ และคณะสังคมศาสตร์
 ชอบออกกำลังกายในช่วงเวลา 17.00 - 18.00 น. มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 24.49,
 44.00, 30.43 และ 26.80 ส่วนช่วงเวลาที่ออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะวิทยาศาสตร์
 เวลา 12.00 - 13.00 น. คิดเป็นร้อยละ 1.36 คณะแพทยศาสตร์เวลา 05.00 -
 06.00, 07.00 - 08.00, 08.00 - 09.00 น. คิดเป็นร้อยละ 2.00 คณะศึกษาศาสตร์
 เวลา 11.00 - 12.00 น. คิดเป็นร้อยละ 1.74 และคณะสังคมศาสตร์เวลา 08.00 -
 09.00 น. คิดเป็นร้อยละ 2.06

ส่วนจำนวนช่วงเวลาที่นิสิตชายไม่ออกกำลังกายเลยของคณะพลศึกษาเวลา 09.00 -
 12.00 น. คณะมนุษยศาสตร์ 10.00 - 15.00 น. คณะวิทยาศาสตร์เวลา 09.00 -
 11.00 น. คณะแพทยศาสตร์ 09.00 - 12.00, 13.00 - 15.00 และ 18.00 - 19.00 น.
 คณะศึกษาศาสตร์เวลา 10.00 - 11.00, 12.00 - 14.00 และ 18.00 - 19.00 น.
 คณะสังคมศาสตร์เวลา 09.00 - 13.00 น. และ 18.00 - 19.00 น.

ตาราง 10 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ชอบออกกำลังกายในช่วงเวลาต่าง ๆ

ช่วงเวลา	พลศึกษา (N = 42)		มนุษยศาสตร์ (N = 86)		วิทยาศาสตร์ (N = 61)		แพทยศาสตร์ (N = 13)		ศึกษาศาสตร์ (N = 157)		สังคมศาสตร์ (N = 46)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
05.00 - 06.00	9	12.68	17	10.56	7	7.46	3	20.00	48	18.11	6	8.70
06.00 - 07.00	11	15.49	19	11.80	14	14.89	3	20.00	30	11.32	14	20.29
07.00 - 08.00	6	8.45	7	4.33	4	4.25	-	-	15	5.66	6	8.70
08.00 - 09.00	-	-	8	4.97	3	3.19	-	-	16	6.04	4	5.80
09.00 - 10.00	-	-	7	4.33	-	-	-	-	17	6.41	1	1.45
10.00 - 11.00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
11.00 - 12.00	-	-	5	3.10	-	-	-	-	-	-	-	-
12.00 - 13.00	1	1.41	2	1.24	8	8.51	-	-	9	3.40	-	-
13.00 - 14.00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
14.00 - 15.00	4	5.63	8	4.97	6	6.38	-	-	-	-	-	-
15.00 - 16.00	2	2.82	15	9.32	5	5.32	-	-	20	7.35	5	7.83
16.00 - 17.00	12	16.90	31	19.25	17	18.08	3	20.00	36	13.58	9	13.04
17.00 - 18.00	20	28.17	32	19.88	20	21.28	3	33.33	54	20.38	18	26.09
18.00 - 19.00	6	8.45	10	6.21	10	10.64	1	6.67	20	7.58	6	8.70
รวม	71	100.00	161	100.00	94	100.00	15	100.00	265	100.00	69	100.00

จากตาราง 10 แสดงว่าจำนวนนิสิตหญิงที่ขอมออกกำลังกายในแต่ละช่วง
 คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์
 คณะสังคมศาสตร์ ขอมออกกำลังกายในช่วงเวลา 17.00 - 18.00 น. มากที่สุด คิดเป็น
 ร้อยละ 28.17, 19.88, 21.28, 33.33, 20.38 และ 26.09 ตามลำดับ ช่วงเวลา
 ที่นิสิตหญิงออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์
 เวลา 12.00 - 13.00 น. คิดเป็นร้อยละ 1.41, 1.24 และ 3.40 คณะวิทยาศาสตร์
 เวลา 08.00 - 09.00 น. คิดเป็นร้อยละ 3.19 คณะแพทยศาสตร์เวลา 18.00 -
 19.00 น. คิดเป็นร้อยละ 6.67 คณะสังคมศาสตร์เวลา 09.00 - 10.00 น. คิดเป็น
 ร้อยละ 1.45

ช่วงเวลาที่นิสิตหญิงไม่ออกกำลังกายของคณะพลศึกษาเวลา 08.00 - 12.00 น.
 และเวลา 13.00 - 14.00 น. คณะมนุษยศาสตร์เวลา 10.00 - 11.00 น. และเวลา
 13.00 - 14.00 น. คณะวิทยาศาสตร์เวลา 09.00 - 12.00 น. และเวลา 13.00 -
 14.00 น. คณะแพทยศาสตร์เวลา 07.00 - 16.00 น. คณะศึกษาศาสตร์เวลา
 10.00 - 12.00 น. และเวลา 13.00 - 15.00 น. คณะสังคมศาสตร์เวลา 10.00 -
 15.00 น.

ตาราง 11 แสดงจำนวนนิสิตชายที่ออกกำลังภายใน 1 สัปดาห์ต่อครั้ง

ครั้ง/สัปดาห์	พลศึกษา (N = 50)		มนุษยศาสตร์ (N = 45)		วิทยาศาสตร์ (N = 60)		แพทยศาสตร์ (N = 32)		ศึกษาศาสตร์ (N = 72)		สังคมศาสตร์ (N = 47)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1 - 2 ครั้ง	1	2.00	6	13.33	19	31.63	10	31.25	18	25.00	10	21.28
3 - 4 ครั้ง	11	22.00	20	44.45	24	40.00	11	34.38	29	40.28	20	42.55
5 - 6 ครั้ง	24	48.00	8	17.78	7	11.67	9	28.12	18	25.00	9	19.15
7 ครั้ง	14	28.00	11	24.44	10	16.67	6	18.75	7	9.72	8	17.02
รวม	50	100.00	45	100.00	60	100.00	32	100.00	72	100.00	47	100.00

จากตาราง 11 แสดงว่าจำนวนนิสิตชายออกกำลังภายในสัปดาห์ต่อครั้งจะมี
คณะพลศึกษา 5 - 6 ครั้งต่อสัปดาห์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 48.00 น้อยที่สุด 1 - 2 ครั้ง
ต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 2.00

นิสิตชายคณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์
และคณะสังคมศาสตร์ 3 - 4 ครั้งต่อสัปดาห์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 44.45, 40.00,
34.38, 40.28 และ 42.55 ตามลำดับ ออกกำลังภายในสัปดาห์น้อยที่สุดใน 1 สัปดาห์ของ
คณะมนุษยศาสตร์ 1 - 2 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 13.33 คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์
5 - 6 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 11.67 และ 15.62 คณะสังคมศาสตร์ 7 ครั้ง คิดเป็น
ร้อยละ 17.02

ตาราง 12 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ออกกำลังภายใน 1 สัปดาห์ต่อครั้ง

ครั้ง/สัปดาห์	พลศึกษา (N = 42)		มนุษยศาสตร์ (N = 86)		วิทยาศาสตร์ (N = 61)		แพทยศาสตร์ (N = 13)		ศึกษาศาสตร์ (N = 157)		สังคมศาสตร์ (N = 46)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1 - 2 ครั้ง	3	11.90	35	40.70	30	49.18	3	38.46	70	44.58	26	56.52
3 - 4 ครั้ง	9	21.43	23	26.74	17	27.84	4	30.77	42	26.75	11	23.91
5 - 6 ครั้ง	10	23.81	8	9.30	10	16.39	3	23.07	26	16.56	9	19.56
7 ครั้ง	18	42.86	20	23.25	4	6.56	1	7.69	19	12.10	-	-
รวม	42	100.00	86	100.00	61	100.00	13	100.00	157	100.00	46	100.00

จากตาราง 12 แสดงว่าจำนวนนิสิตหญิงที่ออกกำลังภายใน 1 สัปดาห์ต่อครั้ง
ดังนี้ คณะพลศึกษา 7 ครั้งต่อสัปดาห์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 42.86 น้อยที่สุด 1 - 2 ครั้ง
คิดเป็นร้อยละ 11.90

นิสิตหญิง คณะมนุษยศาสตร์ วิทยาศาสตร์ แพทยศาสตร์ ศึกษาศาสตร์ และสังคมศาสตร์
ออกกำลังภายใน 1 - 2 ครั้งต่อสัปดาห์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40.70, 49.18, 38.46,
44.58 และ 56.52 ตามลำดับ และออกกำลังภายในน้อยที่สุดใน 1 สัปดาห์ 5 - 6 ครั้ง
ของคณะมนุษยศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 9.30 และ 19.56 คณะวิทยาศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์ 7 ครั้ง น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 6.56 และ 7.69

ตาราง 13 แสดงจำนวนนิสิตชายใช้เวลาว่างออกกำลังกายในแต่ละครั้ง

เวลา	พลศึกษา (N = 50)		มนุษยศาสตร์ (N = 45)		วิทยาศาสตร์ (N = 60)		แพทยศาสตร์ (N = 32)		ศึกษาศาสตร์ (N = 72)		สังคมศาสตร์ (N = 47)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
10 - 20 นาที	-	-	5	11.11	7	11.67	4	12.50	9	12.50	6	12.77
20 - 30 นาที	1	2.00	4	8.89	14	23.33	5	15.63	12	16.67	5	10.64
30 - 40 นาที	5	10.00	7	15.55	8	13.33	4	12.50	17	23.61	6	12.77
40 - 50 นาที	-	-	3	6.67	5	8.33	3	9.38	6	8.33	4	8.51
50 - 60 นาที	10	20.00	5	11.11	8	13.33	4	12.50	8	11.11	5	10.64
1 ชั่วโมง	10	20.00	7	15.55	6	10.00	8	25.00	7	9.72	6	12.77
มากกว่า 1 ชั่วโมง	24	48.00	14	31.11	12	20.00	4	12.50	13	18.06	13	27.66
รวม	50	100.00	45	100.00	60	100.00	32	100.00	72	100.00	47	100.00

จากตาราง 13 แสดงว่าจำนวนนิสิตชายที่ใช้เวลาว่างออกกำลังกายภายในแต่ละครั้งมีดังนี้ คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ และคณะสังคมศาสตร์ ใช้เวลาออกกำลังกายมากที่สุด มากกว่า 1 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 48.00, 31.11, 27.66 ตามลำดับ และออกกำลังกายในแต่ละครั้งน้อยที่สุดของ คณะพลศึกษา ใช้เวลา 20 - 30 นาที คิดเป็นร้อยละ 2.00 คณะมนุษยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ และสังคมศาสตร์ ใช้เวลา 40 - 50 นาที คิดเป็นร้อยละ 6.67, 8.33 และ 8.51 ตามลำดับ

นิสิตชายคณะวิทยาศาสตร์ ใช้เวลาว่างออกกำลังกายมากที่สุด 20 - 30 นาที คิดเป็นร้อยละ 23.33 และออกกำลังกายน้อยที่สุดใช้เวลา 40 - 50 นาที คิดเป็นร้อยละ 8.33

นิสิตชายคณะแพทยศาสตร์ ใช้เวลาออกกำลังกายมากที่สุด 1 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 25.00 และออกกำลังกายน้อยที่สุดใช้เวลา 40 - 50 นาที คิดเป็นร้อยละ 9.38

ตาราง 14 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ใช้เวลาว่างออกกำลังกายในแต่ละครั้ง

เวลา	พลศึกษา (N = 42)		มนุษยศาสตร์ (N = 86)		วิทยาศาสตร์ (N = 61)		แพทยศาสตร์ (N = 13)		ศึกษาศาสตร์ (N = 157)		สังคมศาสตร์ (N = 46)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
10 - 20 นาที	2	4.76	15	17.44	12	19.67	5	38.46	46	28.66	14	30.43
20 - 30 นาที	4	9.52	17	19.77	19	31.15	3	23.08	40	25.48	13	28.26
30 - 40 นาที	6	14.28	12	13.95	8	13.11	-	-	20	12.74	4	8.69
40 - 50 นาที	6	14.28	4	4.65	3	4.92	1	7.69	9	5.73	4	8.69
50 - 60 นาที	16	38.09	16	18.60	4	6.56	2	15.38	12	7.64	3	6.52
1 ชั่วโมง	4	9.52	14	16.28	10	21.31	1	7.69	15	9.55	4	8.69
มากกว่า 1 ชั่วโมง	4	9.52	8	9.30	5	8.20	1	7.69	15	9.55	4	8.69
รวม	42	100.00	86	100.00	61	100.00	13	100.00	157	100.00	46	100.00

จากตาราง 14 แสดงว่าจำนวนนิสิตหญิงที่ใช้เวลาว่างออกกำลังกายในแต่ละครั้ง คณะพลศึกษา ใช้เวลาออกกำลังกายมากที่สุด 50 - 60 นาที คิดเป็นร้อยละ 38.09 และจำนวนน้อยที่สุดใช้เวลา 10 - 20 นาที คิดเป็นร้อยละ 4.76

นิสิตหญิงคณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ ใช้เวลาว่างออกกำลังกายมากที่สุด 40 - 50 นาที คิดเป็นร้อยละ 4.65 และ 4.92

นิสิตหญิงคณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ใช้เวลาว่างออกกำลังกายมากที่สุด 10 - 20 นาที คิดเป็นร้อยละ 38.46, 28.66 และ 30.43 และใช้เวลาออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะแพทยศาสตร์ ใช้เวลา 40 - 50 นาที 1 ชั่วโมง และมากกว่า 1 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 7.69 คณะศึกษาศาสตร์ใช้เวลา 40 - 50 นาที คิดเป็นร้อยละ 5.73 คณะสังคมศาสตร์ใช้เวลา 50 - 60 นาที คิดเป็นร้อยละ 6.52

ตาราง 15 แสดงจำนวนนิสิตชายที่ออกกำลังกายโดยใช้สถานที่ต่าง ๆ

สถานที่	พลศึกษา (N = 50)		มนุษยศาสตร์ (N = 51)		วิทยาศาสตร์ (N = 60)		แพทยศาสตร์ (N = 32)		ศึกษาศาสตร์ (N = 72)		สังคมศาสตร์ (N = 47)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
โรงฝึกพลศึกษา	42	38.89	19	24.05	30	27.52	1	2.44	29	26.36	16	17.20
สนามฟุตบอล	19	17.59	11	13.92	16	14.68	10	24.39	23	20.91	37	39.78
สนามเทนนิส	2	1.85	14	17.72	10	9.17	2	4.88	3	2.73	7	7.53
บริเวณรอบสนามฟุตบอล	19	17.59	1	1.27	14	12.88	14	34.15	18	16.36	16	17.20
สนามบาสกลางแจ้ง	12	11.11	14	17.72	12	11.00	6	14.63	20	18.18	9	9.68
สนามหน้าคณะพลศึกษา	9	8.33	3	3.80	-	-	-	-	2	1.62	3	3.23
บริเวณหน้าตึกที่มีที่ว่าง	2	1.85	16	20.25	25	22.94	7	17.07	12	10.91	5	5.38
ห้องปับนันทนาการ	3	2.78	1	1.27	2	1.83	1	2.44	2	1.82	-	-
รวม	108	100.00	79	100.00	109	100.00	41	100.00	110	100.00	93	100.00

จากตาราง 15 แสดงว่านิสิตชายที่ออกกำลังกายโดยใช้สถานที่ต่าง ๆ ดังนี้ คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ใช้โรงฝึกพลศึกษาเป็นสถานที่ออกกำลังกายมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 38.89, 24.05, 27.52 และ 26.36 ตามลำดับ ส่วนสถานที่ที่ใช้ออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะพลศึกษา ใช้สนามเทนนิสและบริเวณหน้าตึกที่มีที่ว่าง คิดเป็นร้อยละ 1.85 คณะมนุษยศาสตร์ใช้บริเวณรอบสนามฟุตบอล คิดเป็นร้อยละ 1.27 คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ใช้ห้องปับนันทนาการ คิดเป็นร้อยละ 1.83 และ 1.82 คณะสังคมศาสตร์ ใช้สนามหน้าคณะพลศึกษา คิดเป็นร้อยละ 3.23

นิสิตชายคณะแพทยศาสตร์ ใช้สถานที่ออกกำลังกายบริเวณรอบสนามฟุตบอลมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 34.15 ส่วนสถานที่ที่ใช้ออกกำลังกายน้อยที่สุด ใช้โรงฝึกพลศึกษา และห้องปับนันทนาการ คิดเป็นร้อยละ 2.44

นิสิตชาย คณะสังคมศาสตร์ใช้สถานที่ออกกำลังกายที่มีบริเวณสนามฟุตบอลมากที่สุด
คิดเป็นร้อยละ 39.78 ส่วนสถานที่ที่ใช้ออกกำลังกายน้อยที่สุดใช้สนามหน้าคณะพลศึกษา
คิดเป็นร้อยละ 3.23

สถานที่ที่ไม่มีนิสิตชายเลือกใช้ออกกำลังกาย คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์
ไม่ใช้สนามหน้าคณะพลศึกษาออกกำลังกาย คณะสังคมศาสตร์ที่ห้องนันทนาการ

ตาราง 16 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ออกกำลังกายโดยใช้สถานที่ต่าง ๆ

สถานที่ออกกำลังกาย	พลศึกษา (N = 42)		มนุษยศาสตร์ (N = 86)		วิทยาศาสตร์ (N = 61)		แพทยศาสตร์ (N = 13)		ศึกษาศาสตร์ (N = 157)		สังคมศาสตร์ (N = 46)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
โรงฝึกพลศึกษา	26	38.81	36	30.25	27	39.71	1	7.69	59	35.33	13	32.61
สนามบาสกลางแจ้ง	8	11.94	17	14.29	5	7.35	-	-	16	9.58	2	4.35
สนามฟุตบอล	7	10.45	2	1.68	7	10.29	1	7.69	23	13.77	8	17.39
สนามเทนนิส	3	4.49	10	8.40	5	7.35	1	7.69	10	5.99	3	6.52
สนามหน้าคณะพลศึกษา	4	5.97	10	8.40	-	-	-	-	1	0.60	1	2.17
ห้องบิณห์นาการ	7	10.49	6	5.04	3	4.41	-	-	10	5.99	-	-
บริเวณหน้าตึกที่มีที่ว่าง	3	4.48	36	30.25	17	25.00	3	23.08	20	11.98	9	19.57
บริเวณรอบสนามฟุตบอล	9	13.43	6	5.04	4	5.88	7	53.85	28	16.77	8	17.39
รวม	67	100.00	119	100.00	68	100.00	13	100.00	167	100.00	46	100.00

จากตาราง 16 แสดงว่านิสิตหญิงที่ออกกำลังกายในสถานที่ต่าง ๆ ดังนี้ คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ใช้โรงฝึกพลศึกษา เป็นสถานที่ออกกำลังกายมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 37.81, 30.25, 29.71 35.33 และ 32.61 ตามลำดับ ส่วนสถานที่ออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะพลศึกษา ใช้สนามเทนนิส และบริเวณหน้าตึกที่มีที่ว่าง คิดเป็นร้อยละ 4.49 คณะมนุษยศาสตร์ ใช้สนามฟุตบอล คิดเป็นร้อยละ 1.68 คณะวิทยาศาสตร์ ใช้ห้องบิณห์นาการคิดเป็นร้อยละ 4.41 คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ใช้สนามหน้าคณะพลศึกษา คิดเป็นร้อยละ 0.60 และ 2.17

นิสิตหญิง คณะแพทยศาสตร์ ใช้สถานที่ออกกำลังกายบริเวณสนามฟุตบอลมากที่สุด
คิดเป็นร้อยละ 53.85 ส่วนสถานที่ใช้ออกกำลังกายน้อยที่สุด ใช้โรงฝึกพลศึกษา สนาม
ฟุตบอล และสนามเทนนิส คิดเป็นร้อยละ 7.69

สถานที่ที่ไม่มีนิสิตหญิง เลือกใช้เป็นที่ออกกำลังกายของคณะวิทยาศาสตร์ที่สนาม
หน้าคณะพลศึกษา คณะแพทยศาสตร์ ที่สนามบาสเกตบอลกลางแจ้ง สนามหน้าคณะพลศึกษา
และห้องนันทนาการ คณะสังคมศาสตร์ที่ห้องนันทนาการ

ตาราง 17 แสดงจำนวนนิสิตชายที่ใช้สถานที่ออกกำลังกายในวันหยุดราชการ

สถานที่	พลศึกษา (N = 50)		มนุษยศาสตร์ (N = 51)		วิทยาศาสตร์ (N = 60)		แพทยศาสตร์ (N = 32)		ศึกษาศาสตร์ (N = 72)		สังคมศาสตร์ (N = 47)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
มหาวิทยาลัย	14	28.00	9	17.65	9	15.00	12	37.50	19	26.39	4	8.51
บ้าน	14	28.00	24	47.06	30	50.00	12	37.50	32	44.44	24	51.06
สนามกีฬาแห่งชาติ	2	4.00	1	1.96	-	-	-	-	-	-	-	-
สวนสาธารณะ	3	6.00	5	9.80	9	15.00	6	18.75	7	9.72	8	17.02
สโมสรเอกชน	6	12.00	3	5.88	6	10.00	2	6.25	6	8.33	5	10.64
สนามกีฬาในหมู่บ้าน	10	20.00	9	17.65	4	6.67	-	-	8	11.11	6	12.77
สนามการกีฬาแห่งประเทศไทย	1	2.00	-	-	1	1.67	-	-	-	-	-	-
สนามกีฬากรุงเทพมหานคร	-	-	-	-	1	1.67	-	-	-	-	-	-
รวม	50	100.00	51	100.00	60	100.00	32	100.00	72	100.00	47	100.00

จากตาราง 17 แสดงว่านิสิตชายที่ใช้สถานที่ออกกำลังกายในวันหยุดราชการ
ครั้งนี้ คณะพลศึกษา คณะแพทยศาสตร์ ใช้บริเวณมหาวิทยาลัยเป็นสถานที่ออกกำลังกายมากที่สุด
คิดเป็นร้อยละ 28.00 และ 37.50 ส่วนสถานที่ที่ใช้ออกกำลังกายน้อยที่สุด คณะพลศึกษา
ที่สนามกีฬาการกีฬาแห่งประเทศไทย คิดเป็นร้อยละ 2.00 คณะแพทยศาสตร์ ใช้สโมสร
เอกชน คิดเป็นร้อยละ 6.25

นิสิตชายคณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์
ใช้สถานที่บ้านเป็นสถานที่ออกกำลังกายมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 47.06, 50.00, 44.44
และ 51.06 ตามลำดับ ส่วนสถานที่ที่ใช้ออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะมนุษยศาสตร์
ใช้สนามกีฬาแห่งชาติ คิดเป็นร้อยละ 1.96 คณะวิทยาศาสตร์ ใช้สนามการกีฬาแห่งประเทศไทย

และสนามกีฬากรุงเทพมหานคร คิดเป็นร้อยละ 1.67 คณะศึกษาศาสตร์ ไซส์โมสร เอกชน
คิดเป็นร้อยละ 8.33 คณะสังคมศาสตร์ ไซส์บริเวณวิทยาลัย คิดเป็นร้อยละ 8.51

สถานที่ที่ไม่มีนิสิตชายเลือกใช้เป็นสถานที่ออกกำลังกายของคณะพลศึกษา ที่สนามกีฬา
กรุงเทพมหานคร คณะมนุษยศาสตร์ ที่สนามกีฬาแห่งประเทศไทย และสนามกีฬากรุงเทพมหานคร
คณะวิทยาศาสตร์ที่สนามกีฬาแห่งชาติ คณะแพทยศาสตร์ที่สนามกีฬาแห่งชาติ สนามกีฬาใน
หมู่บ้าน สนามกีฬาแห่งประเทศไทย และสนามกีฬากรุงเทพมหานคร คณะศึกษาศาสตร์
คณะสังคมศาสตร์ ที่สนามกีฬาแห่งชาติ สนามกีฬาแห่งประเทศไทย สนามกีฬากรุงเทพมหานคร

ตาราง 18 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ใช้สถานที่ออกกำลังกายในวันหยุดราชการ

สถานที่	พลศึกษา (N = 42)		มนุษยศาสตร์ (N = 86)		วิทยาศาสตร์ (N = 61)		แพทยศาสตร์ (N = 13)		ศึกษาศาสตร์ (N = 157)		สังคมศาสตร์ (N = 46)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
มหาวิทยาลัย	6	14.28	5	5.81	6	9.84	5	38.46	21	13.37	2	4.35
บ้าน	20	47.62	48	55.81	36	59.01	4	30.77	87	55.41	35	76.09
สนามกีฬาแห่งชาติ	2	4.76	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
สวนสาธารณะ	5	11.90	12	13.95	10	16.39	-	-	16	10.19	5	10.87
สโมสร เอกชน	4	9.52	12	13.95	5	8.20	2	15.38	18	11.46	2	4.35
สนามกีฬาในหมู่บ้าน	3	7.14	9	10.46	4	6.56	-	-	15	9.55	2	4.35
สนามการกีฬาแห่งประเทศไทย	1	2.38	-	-	-	-	2	15.38	-	-	-	-
สนามกีฬากรุงเทพมหานคร	1	2.38	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
รวม	42	100.00	86	100.00	61	100.00	13	100.00	157	100.00	46	100.00

จากตาราง 18 แสดงว่านิสิตหญิงใช้สถานที่ออกกำลังกายในวันหยุดราชการ ดังนี้ คณะพลศึกษา ใช้สถานที่บ้าน เป็นที่ออกกำลังกายมากที่สุด คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ใช้สถานที่บ้าน เป็นที่ออกกำลังกายมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 47.62, 55.81, 59.01, 55.41 และ 76.06 ตามลำดับ สถานที่ที่ใช้ออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะพลศึกษา ที่สนามการกีฬาแห่งประเทศไทย และสนามกีฬากรุงเทพมหานคร คิดเป็นร้อยละ 2.38 คณะมนุษยศาสตร์ ที่บริเวณมหาวิทยาลัย คิดเป็นร้อยละ 5.81 คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ที่สโมสรเอกชน คิดเป็นร้อยละ 15.38 และ 9.55 คณะสังคมศาสตร์ บริเวณมหาวิทยาลัย สโมสรเอกชน และสนามกีฬาในหมู่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 4.35

นิสิตหญิง คณะแพทยศาสตร์ไชยวัรี เวณมหาวิทยาลย์ เป็นที่ออกกำลังกายมากที่สุด
คิดเป็นร้อยละ 38.46 และใช้สถานที่ออกกำลังกายน้อยที่สุดที่สโมสรเอกชน และสนามกีฬา
แห่งประเทศไทย คิดเป็นร้อยละ 15.38

สถานที่ที่ไม่มีนิสิตหญิง เลือกใช้ เป็นสถานที่ออกกำลังกายของ คณะมนุษยศาสตร์
คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ที่สนามกีฬาแห่งชาติ สนามกีฬา
แห่งประเทศไทย และสนามกีฬากรุงเทพมหานคร คณะแพทยศาสตร์ที่สนามกีฬาแห่งชาติ
สวนสาธารณะ สนามกีฬาในหมู่บ้าน และสนามกีฬากรุงเทพมหานคร

ตาราง 19 แสดงจำนวนนิสิตชายที่ใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายประเภทกิจกรรม
ในร่มภายในมหาวิทยาลัย

กิจกรรมในร่ม	พลศึกษา (N = 50)		มนุษยศาสตร์ (N = 45)		วิทยาศาสตร์ (N = 81)		แพทยศาสตร์ (N = 32)		ศึกษาศาสตร์ (N = 72)		สังคมศาสตร์ (N = 47)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เทเบิลเทนนิส	20	27.38	16	19.05	36	40.00	18	72.00	31	29.52	19	27.90
กิจกรรมเจ้าแห่ง	4	5.48	5	5.95	8	8.89	-	-	7	6.17	4	5.88
แบดมินตัน	25	34.25	28	33.33	20	22.22	6	24.00	30	28.57	24	35.29
ปิกนิก	2	2.74	3	3.57	2	2.22	-	-	2	1.94	3	4.41
แอโรบิคคอร์ท	3	4.11	6	7.14	7	7.79	1	4.00	3	2.86	2	2.94
ยูโด	5	6.85	3	3.57	3	3.33	-	-	1	0.95	3	4.41
วอลเลย์บอล	14	19.18	23	27.38	14	15.55	-	-	31	29.52	13	19.12
รวม	73	100.00	84	100.00	90	100.00	25	100.00	105	100.00	68	100.00

จากตาราง 19 แสดงว่านิสิตชายใช้เวลาว่างออกกำลังกายประเภทกิจกรรม
ในร่มภายในมหาวิทยาลัย ดังนี้ คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ เล่นกีฬา
แบดมินตันมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 34.25, 33.33 และ 35.29 ตามลำดับ กิจกรรมในร่ม
ที่ออกกำลังกายที่น้อยที่สุดของคณะพลศึกษาคือกีฬาปิกนิก คิดเป็นร้อยละ 2.74 คณะมนุษยศาสตร์
กีฬาปิกนิก และยูโด คิดเป็นร้อยละ 3.57 คณะสังคมศาสตร์ การเต้นแอโรบิคคอร์ท
คิดเป็นร้อยละ 2.84

นิสิตชายคณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ออกกำลังกาย
ประเภทกิจกรรมในร่ม เล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40.00, 72.00
และ 29.52 ตามลำดับ กิจกรรมในร่มที่ออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะวิทยาศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์ คือ กีฬายืดหยุ่น คิดเป็นร้อยละ 2.22 และ 1.94 คณะแพทยศาสตร์
การแก่นแอโรบิกค่านซ์ คิดเป็นร้อยละ 4.00

นิสิตชายที่ไม่เลือกกิจกรรมการออกกำลังกายประเภทกิจกรรมในร่มของคณะแพทยศาสตร์
คือ กิจกรรมเข้าจังหวะ ยืดหยุ่น บู้โก และวอลเลย์บอล

ตาราง 20 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ใช้เวลาว่างออกกำลังกายประเภทกิจกรรมในร่ม
ภายในมหาวิทยาลัย

กิจกรรมในร่ม	พลศึกษา (N = 42)		มนุษยศาสตร์ (N = 86)		วิทยาศาสตร์ (N = 61)		แพทยศาสตร์ (N = 13)		ศึกษาศาสตร์ (N = 157)		สังคมศาสตร์ (N = 46)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เทเบิลเทนนิส	13	16.88	20	16.39	24	26.97	10	76.92	49	23.79	10	17.54
กิจกรรมเข้าจังหวะ	3	3.90	14	11.47	6	6.74	-	-	33	16.02	4	7.01
แบดมินตัน	16	20.78	42	34.43	30	33.71	3	23.08	55	26.67	21	36.84
ปิกนิก	3	3.90	7	5.74	1	1.12	-	-	5	2.43	2	3.51
แอโรบิกคันทรี	11	14.28	5	4.10	7	7.86	-	-	26	12.62	9	13.79
ยูโด	3	3.90	4	3.28	2	2.25	-	-	4	1.94	1	1.75
วอลเลย์บอล	28	36.36	30	24.59	19	21.35	-	-	34	16.50	10	17.54
รวม	77	100.00	122	100.00	89	100.00	13	100.00	206	100.00	57	100.00

จากตาราง 20 แสดงว่านิสิตหญิงใช้เวลาว่างออกกำลังกายประเภทกิจกรรม
ในร่มภายในมหาวิทยาลัยดังนี้ คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ เล่นกีฬาฮวอลเลย์บอลมากที่สุด
คิดเป็นร้อยละ 36.36 และ 24.59 กิจกรรมในร่มที่ออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะพลศึกษา
คือกีฬาปิกนิก ยูโด และกิจกรรมเข้าจังหวะ คิดเป็นร้อยละ 3.90 คณะมนุษยศาสตร์
กีฬาโยโด คิดเป็นร้อยละ 3.28

นิสิตหญิงคณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ออกกำลังกาย
ประเภทกิจกรรมในร่มเล่นกีฬาแบดมินตันมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 23.71, 26.67 และ
36.84 ตามลำดับ กิจกรรมที่ออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะวิทยาศาสตร์ คือกีฬาปิกนิก
คิดเป็นร้อยละ 2.25 และ 1.75

นิสิตหญิง คณะแพทยศาสตร์ออกกำลังกายประเภทกิจกรรมในร่ม เล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 76.92 กิจกรรมในร่มที่ออกกำลังกายน้อยที่สุด คือ กีฬาแบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 23.08

นิสิตหญิงที่ไม่เลือกกิจกรรมการออกกำลังกายประเภทกิจกรรมในร่มของคณะแพทยศาสตร์ คือ กิจกรรมเข้าจังหวะ ยืดหยุ่น แอโรบิกค้ำยัน และวอลเลย์บอล

ตาราง 21 แสดงจำนวนนิสิตชายที่ใช้เวลาว่างออกกำลังกายประเภทกิจกรรมกลางแจ้ง
ภายในมหาวิทยาลัย

กิจกรรมกลางแจ้ง	พลศึกษา (N = 50)		มนุษยศาสตร์ (N = 45)		วิทยาศาสตร์ (N = 60)		แพทยศาสตร์ (N = 32)		ศึกษาศาสตร์ (N = 72)		สังคมศาสตร์ (N = 47)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
วิ่งเหยาะ	19	15.70	8	9.09	26	21.31	15	25.00	25	18.80	13	14.29
บาสเกตบอล	31	25.62	21	23.86	17	13.93	8	13.33	33	24.81	14	15.38
เทนนิส	5	4.13	14	15.91	17	13.93	4	6.67	10	7.52	10	10.99
ฟุตบอล	32	26.47	19	21.59	35	28.69	19	31.67	32	24.06	32	35.16
กรีฑา	10	8.26	6	6.82	5	4.10	5	8.33	7	5.26	3	3.30
เปตอง	9	7.44	2	2.27	1	0.82	-	-	1	0.75	6	6.59
ซอฟท์บอล	5	4.13	4	4.54	1	0.82		1.67	5	3.76	8	8.79
กระโดด	10	8.26	14	15.91	20	16.39	8	13.33	20	15.04	5	5.49
รวม	121	100.00	88	100.00	122	100.00	60	100.00	133	100.00	91	100.00

จากตาราง 21 แสดงว่านิสิตชายใช้เวลาว่างออกกำลังกายประเภทกิจกรรมกลางแจ้งภายในมหาวิทยาลัย ดังนี้ คณะพลศึกษา คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ เล่นกีฬาฟุตบอลกลางแจ้งมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 26.47, 28.69, 31.67, 24.06 และ 35.16 ตามลำดับ กิจกรรมกลางแจ้งที่ออกกำลังน้อยที่สุดของคณะพลศึกษา กีฬาเทนนิส ซอฟท์บอล คิดเป็นร้อยละ 4.13 คณะวิทยาศาสตร์ กีฬาเปตอง ซอฟท์บอล คิดเป็นร้อยละ 0.82 คณะแพทยศาสตร์ กีฬาซอฟท์บอล คิดเป็นร้อยละ 1.67 คณะศึกษาศาสตร์ กีฬาเปตอง คิดเป็นร้อยละ 0.76 คณะสังคมศาสตร์ กีฬากรีฑา คิดเป็นร้อยละ 3.30

นิสิตชายคณะมนุษยศาสตร์ ออกกำลังกายประเภทกิจกรรมกลางแจ้ง เล่นกีฬา
บาสเกตบอลมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 23.86 กิจกรรมที่ออกกำลังกายน้อยที่สุด คือกีฬา
เปตอง คิดเป็นร้อยละ 2.27

นิสิตชายที่ไม่เลือกกิจกรรมการออกกำลังกายประเภทกิจกรรมกลางแจ้งของคณะ
แพทยศาสตร์ คือ กีฬาเปตอง

ตาราง 22 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ใช้เวลาว่างออกกำลังกายประเภทกิจกรรมกลางแจ้ง
ภายในมหาวิทยาลัย

กิจกรรมกลางแจ้ง	พลศึกษา (N = 42)		มนุษยศาสตร์ (N = 86)		วิทยาศาสตร์ (N = 61)		แพทยศาสตร์ (N = 13)		ศึกษาศาสตร์ (N = 157)		สังคมศาสตร์ (N = 46)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
วิ่งเหยาะ	18	22.78	27	31.03	21	32.31	8	61.54	60	37.50	16	32.00
มาตเฑทบอล	25	31.64	24	27.59	19	29.23	3	23.08	39	24.37	11	22.00
เทนนิส	6	7.39	20	22.99	9	13.85	-	-	34	21.25	7	14.00
ฟุตบอล	2	2.53	2	2.30	2	3.08	-	-	3	1.87	1	2.00
กรีฑา	10	12.66	3	3.45	3	4.61	2	15.38	5	3.12	4	8.00
เปตอง	8	10.13	-	-	2	3.08	-	-	6	3.75	7	14.00
ซอฟท์บอล	5	6.33	5	5.75	9	13.85	-	-	9	5.62	4	8.00
ตะกร้อ	5	6.33	6	6.90	-	-	-	-	4	2.59	-	-
รวม	79	100.00	87	100.00	65	100.00	13	100.00	160	100.00	50	100.00

จากตาราง 22 แสดงว่านิสิตหญิงใช้เวลาว่างออกกำลังกายประเภทกิจกรรมกลางแจ้งภายในมหาวิทยาลัย ทั้งนี้ คณะพลศึกษา เล่นกีฬาบาสเกตบอลมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 31.64 กิจกรรมกลางแจ้งที่ออกกำลังกายน้อยที่สุด คือ กีฬาฟุตบอล คิดเป็นร้อยละ 2.53

นิสิตหญิงคณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ออกกำลังกายประเภทกิจกรรมกลางแจ้ง โดยการวิ่งเหยาะมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 31.03, 32.31, 61.54, 37.50 และ 32.00 ตามลำดับ กิจกรรมกลางแจ้งที่ออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะมนุษยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ คือ กีฬาฟุตบอล คิดเป็นร้อยละ 2.30, 1.87 และ 2.00 ตามลำดับ คณะแพทยศาสตร์ กีฬากรีฑา คิดเป็นร้อยละ 15.38

นิติหญิงที่ไม่เลือกกิจกรรมการออกกำลังกายประเภทกิจกรรมกลางแจ้งของคณะ
มนุษยศาสตร์ คือ กีฬาเปตอง คณะวิทยาศาสตร์ ตะกร้อ คณะแพทยศาสตร์ เทนนิส ฟุตบอล
เปตอง ซอฟท์บอล และตะกร้อ

ตาราง 23 แสดงจำนวนนิสิตชายที่ให้เหตุผลการออกก่าลังกายภายในมหาวิทยาลัย

เหตุผล	พลศึกษา (N = 50)		มนุษยศาสตร์ (N = 45)		วิทยาศาสตร์ (N = 60)		แพทยศาสตร์ (N = 32)		ศึกษาศาสตร์ (N = 72)		สังคมศาสตร์ (N = 47)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
มีเพื่อนมาก	28	18.18	33	34.31	42	28.77	14	24.56	41	27.90	36	25.00
ประหยัดเงิน	15	9.74	8	8.33	18	12.33	8	14.03	25	27.01	17	11.80
มีความปลอดภัย	11	7.14	6	6.25	10	6.85	4	7.02	11	7.46	20	13.29
มีตู้เก็บเสื้อผ้า	20	12.99	3	3.12	3	2.05	1	1.75	6	4.08	10	6.94
สถานที่ออกกำลังกายเหมาะสม	25	16.23	15	15.62	17	8.81	13	22.81	16	10.89	18	12.50
มีอุปกรณ์ให้ยืม	27	17.53	14	14.58	26	17.81	6	10.53	21	14.29	22	15.28
มีบรรยากาศดี	8	5.19	10	10.42	18	12.33	11	19.30	23	15.65	16	11.11
มีบุคลากรคอยแนะนำ	20	12.99	7	7.29	3	2.05	-	-	4	2.72	5	3.47
รวม	154	100.00	96	100.00	146	100.00	57	100.00	147	100.00	144	100.00

จากตาราง 23 แสดงว่านิสิตชายที่ให้เหตุผลการออกก่าลังกายภายในมหาวิทยาลัย ดังนี้ คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ให้เหตุผลว่ามีเพื่อนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 18.18, 34.37, 28.77, 24.56, 27.80 และ 25.00 ตามลำดับ และข้อที่ให้เหตุผลน้อยที่สุดของคณะพลศึกษา ให้เหตุผลว่า มีบรรยากาศดี คิดเป็นร้อยละ 5.19 คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ ให้เหตุผลว่า มีตู้เก็บเสื้อผ้า คิดเป็นร้อยละ 3.12, 2.05 และ 1.75 คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ให้เหตุผลว่ามีบุคลากรคอยแนะนำ คิดเป็นร้อยละ 2.72 และ 3.47

นิสิตชายที่ไม่ได้เลือกตอบข้อเหตุผลของการออกก่าลังกายภายในมหาวิทยาลัย คณะแพทยศาสตร์ไม่เลือกตอบเหตุผลที่ว่า มีบุคลากรคอยแนะนำ

ตาราง 24 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ให้เหตุผลการออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัย

เหตุผล	พลศึกษา (N = 42)		มนุษยศาสตร์ (N = 86)		วิทยาศาสตร์ (N = 61)		แพทยศาสตร์ (N = 13)		ศึกษาศาสตร์ (N = 157)		สังคมศาสตร์ (N = 46)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
มีเพื่อนมาก	23	20.72	64	33.86	39	32.77	8	40.00	86	27.13	31	36.47
ประหยัดเงิน	10	9.01	28	14.81	22	18.49	3	15.00	42	13.25	12	14.12
มีความปลอดภัย	12	10.81	15	7.94	10	8.40	4	20.00	32	10.09	5	5.88
มีตู้เก็บเสื้อผ้า	11	10.00	3	1.59	6	5.04	-	-	11	3.47	3	3.53
สถานที่ออกกำลังกายเหมาะสม	17	15.31	16	8.47	14	11.76	1	5.00	45	14.20	11	12.94
มีอุปกรณ์ให้ยืม	18	16.21	35	18.52	15	12.60	-	-	45	14.20	13	15.29
มีบรรยากาศดี	6	5.40	10	5.29	7	5.88	4	20.00	32	10.09	5	5.88
มีบุคลากรคอยแนะนำ	14	12.61	18	19.52	6	5.04	-	-	24	7.57	5	5.88
รวม	111	100.00	189	100.00	119	100.00	20	100.00	317	100.00	85	100.00

จากตาราง 24 แสดงว่านิสิตหญิงที่ให้เหตุผลการออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัย
ครั้งนี้ คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์
ให้เหตุผลว่ามีเพื่อนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 20.72, 33.86, 32.77, 40.00, 27.13
และ 36.47 ตามลำดับ ที่ให้เหตุผลน้อยที่สุดของคณะพลศึกษา ให้เหตุผลว่ามีบรรยากาศดี
คิดเป็นร้อยละ 5.40 คณะมนุษยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ให้เหตุผลว่า
มีตู้เก็บเสื้อผ้า คิดเป็นร้อยละ 1.59, 3.47 และ 3.53 คณะวิทยาศาสตร์ ให้เหตุผลว่า
สถานที่ออกกำลังกายเหมาะสม คิดเป็นร้อยละ 5.00

นิสิตหญิงที่ไม่ได้เลือกตอบข้อเหตุผลของการออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัย
ของคณะแพทยศาสตร์ไม่เลือกตอบเหตุผลที่ว่า มีตู้เก็บเสื้อผ้า มีอุปกรณ์ให้ยืม และมีบุคลากร
คอยแนะนำ

ตาราง 25 แสดงจำนวนชายที่ให้เหตุผลการใช้เวลาว่างออกกำลังกาย

เหตุผล	พลศึกษา (N = 50)		มนุษยศาสตร์ (N = 45)		วิทยาศาสตร์ (N = 60)		แพทยศาสตร์ (N = 32)		ศึกษาศาสตร์ (N = 72)		สังคมศาสตร์ (N = 47)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ทำให้สุขภาพดี	43	17.48	36	24.00	58	23.87	27	25.96	50	23.15	40	19.05
ผ่อนคลายความตึงเครียด	32	13.01	26	17.33	56	23.04	25	24.04	49	22.68	37	17.62
ลดน้ำหนักของร่างกาย	8	3.25	11	7.33	14	5.76	7	6.73	10	4.63	16	7.62
เน้นการเข้าสังคม	24	9.76	8	5.33	16	6.58	11	10.58	20	9.26	22	10.48
เพื่อให้ทราบถึงตัวเอง	16	6.50	9	6.00	15	6.17	4	3.85	23	10.65	14	6.67
ได้รับความสนุกสนาน	35	14.23	28	18.67	45	18.52	23	22.11	34	15.74	36	17.14
เพื่อแข่งขัน	33	13.41	12	8.00	10	4.11	5	4.81	8	3.70	16	7.62
ได้ประสบการณ์ใหม่	30	12.19	11	7.33	18	7.41	2	1.92	14	6.48	17	8.09
ได้รับความรู้ใหม่	24	9.76	9	6.00	11	4.53	-	-	8	3.70	12	5.71
ต้องการหารายได้พิเศษ	1	0.41	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
รวม	246	100.00	150	100.00	243	100.00	104	100.00	216	100.00	210	100.00

จากตาราง 25 แสดงว่านิสิตชายให้เหตุผลการใช้เวลาว่างออกกำลังกายดังนี้ คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ให้เหตุผลที่ออกกำลังกาย ทำให้สุขภาพดีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 17.48, 24.00, 23.87, 25.96, 23.15 และ 19.05 ตามลำดับ ที่ให้เหตุผลการใช้เวลาว่างออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะพลศึกษา ให้เหตุผลว่าต้องการหารายได้พิเศษ คิดเป็นร้อยละ 0.41 คณะมนุษยศาสตร์ให้เหตุผลว่า เป็นการเข้าสังคม คิดเป็นร้อยละ 5.33 คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ให้เหตุผลว่าเพื่อแข่งขัน คิดเป็นร้อยละ 4.11 และ 4.81 คณะแพทยศาสตร์

ให้เหตุผลว่า ได้ประสบการณ์ใหม่ คิดเป็นร้อยละ 1.92 คณะสังคมศาสตร์ให้เหตุผลว่า
 ได้รับความรู้ใหม่ ๆ คิดเป็นร้อยละ 5.71

นิสิตชายที่ไม่ได้เลือกตอบข้อเหตุผลของการใช้เวลาว่างออกกำลังกายของ
 คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ไม่เลือกตอบเหตุผล
 ต้องการหารายได้พิเศษ คณะแพทยศาสตร์ไม่เลือกเหตุผลได้รับความรู้ใหม่ ๆ และต้องการ
 หารายได้พิเศษ

ตาราง 26 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ให้เหตุผลการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกาย

เหตุผล	พลศึกษา N = 42		มนุษยศาสตร์ N = 86		วิทยาศาสตร์ N = 61		แพทยศาสตร์ N = 13		ศึกษาศาสตร์ N = 157		สังคมศาสตร์ N = 46	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ทำให้สุขภาพดี	33	16.84	61	21.55	45	23.20	10	27.78	126	24.66	31	23.48
ผ่อนคลายความตึงเครียด	32	16.33	60	21.20	37	19.07	9	25.00	114	22.31	27	20.45
เพื่อลดน้ำหนักของร่างกาย	18	9.18	25	8.83	24	12.37	3	8.33	67	13.11	19	14.93
เป็นการใช้เวลาว่าง	11	5.61	28	9.89	9	4.37	2	5.55	13	2.54	6	4.55
เพื่อให้หรรษาของสวยงาม	19	9.69	26	9.19	22	11.34	2	5.55	63	12.33	16	12.12
ได้รับความสนุกสนาน	32	16.33	56	19.79	34	17.53	7	19.44	91	17.81	23	17.42
เพื่อแข่งขัน	10	5.10	7	2.47	10	5.15	-	-	6	1.17	4	3.03
ได้ประสบการณ์ใหม่ ๆ	20	10.20	4	1.41	11	5.67	2	5.55	16	3.13	4	3.03
ได้รับความรู้ใหม่ ๆ	18	9.18	16	8.74	2	10.31	1	2.78	15	2.93	2	1.51
ต้องการหารายได้พิเศษ	3	1.53	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
รวม	196	100.00	283	100.00	194	100.00	36	100.00	511	100.00	132	100.00

จากตาราง 26 แสดงว่านิสิตหญิงให้เหตุผลการใช้เวลาว่างออกกำลังกาย ดังนี้ คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ให้เหตุผลที่ออกกำลังกาย ทำให้สุขภาพดีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 16.84, 21.55, 23.20, 27.78, 24.66 และ 23.48 ตามลำดับ ที่ให้เหตุผลการใช้เวลาว่างออกกำลังกายน้อยที่สุดของ คณะพลศึกษา ให้เหตุผลว่าต้องการหารายได้พิเศษ คิดเป็นร้อยละ 1.53 คณะมนุษยศาสตร์ ให้เหตุผลว่าได้รับประสบการณ์ใหม่ ๆ คิดเป็นร้อยละ 1.14 คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ให้เหตุผลว่าได้รับความรู้ใหม่ ๆ

คิดเป็นร้อยละ 10.31, 2.78, และ 1.51 ตามลำดับ คณะศึกษาศาสตร์ให้เหตุผลว่า
เพื่อแข่งขัน คิดเป็นร้อยละ 1.17

นิสิตหญิงที่ไม่ได้เลือกตอบข้อเหตุผลของการใช้เวลาว่างออกกำลังกายของ
คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ให้เลือกตอบ
เหตุผลเพื่อแข่งขัน และต้องการหารายได้พิเศษ

ข. คำนวณความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกาย

ตาราง 27 แสดงอันดับความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกายของนิสิตชาย

อันดับ	พลศึกษา N = 50	มนุษยศาสตร์ N = 45	วิทยาศาสตร์ N = 60	แพทยศาสตร์ N = 32	ศึกษาศาสตร์ N = 72	สังคมศาสตร์ N = 47
	กิจกรรม	กิจกรรม	กิจกรรม	กิจกรรม	กิจกรรม	กิจกรรม
1	ฟุตบอล	ฟุตบอล	ฟุตบอล	ฟุตบอล	ฟุตบอล	ฟุตบอล
2	บาสเกตบอล	วอลเลย์บอล	บาสเกตบอล	เทเบิลเทนนิส	วอลเลย์บอล	วอลเลย์บอล
3	ว่ายน้ำ	ว่ายน้ำ	ว่ายน้ำ	บาสเกตบอล	แบดมินตัน	ว่ายน้ำ
4	วอลเลย์บอล	บาสเกตบอล	เทเบิลเทนนิส	ว่ายน้ำ	บาสเกตบอล	บาสเกตบอล
5	แบดมินตัน	แบดมินตัน	แบดมินตัน	แบดมินตัน	เทนนิส	เทเบิลเทนนิส
6	วิ่งเหยาะๆ	ตะกร้อ	วอลเลย์บอล	วอลเลย์บอล	ว่ายน้ำ	แบดมินตัน
7	เทนนิส	เทนนิส	วิ่งเหยาะๆ	วิ่งเหยาะๆ	เทเบิลเทนนิส	เทนนิส
8	กรีฑา	วิ่งเหยาะๆ	เทนนิส	เทนนิส	วิ่งเหยาะๆ	ตะกร้อ
9	เทเบิลเทนนิส	บริหารกาย	ซอฟท์บอล	จักรยาน	ซอฟท์บอล	ซอฟท์บอล
10	ซอฟท์บอล	กระโดดเชือก	จักรยาน	กรีฑา	จักรยาน	แดนซ์บอล

จากตาราง 27 แสดงว่านิสิตชายมีความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกาย ดังนี้ คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ให้ความสนใจในกิจกรรมกีฬาฟุตบอลเป็นอันดับ 1 ความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกายอันดับสุดท้ายของคณะพลศึกษา คือ กีฬาซอฟท์บอล คณะมนุษยศาสตร์ การกระโดดเชือก คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ กีฬาจักรยาน คณะแพทยศาสตร์ กีฬากรีฑา คณะสังคมศาสตร์ กีฬาแดนซ์บอล

ตาราง 28 แสดงอันดับความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกายของนิสิตหญิง

อันดับ	พลศึกษา N = 42	มนุษยศาสตร์ N = 86	วิทยาศาสตร์ N = 61	แพทยศาสตร์ N = 13	ศึกษาศาสตร์ N = 157	สังคมศาสตร์ N = 46
	กิจกรรม	กิจกรรม	กิจกรรม	กิจกรรม	กิจกรรม	กิจกรรม
1	บาสเกตบอล	ว่ายน้ำ	ว่ายน้ำ	ว่ายน้ำ	ว่ายน้ำ	ว่ายน้ำ
2	ว่ายน้ำ	แบดมินตัน	แบดมินตัน	เทเบิลเทนนิส	วอลเลย์บอล	วอลเลย์บอล
3	วอลเลย์บอล	วอลเลย์บอล	เทนนิส	วิ่งเหยาะ	แบดมินตัน	แบดมินตัน
4	กรีฑา	กิจกรรมเข้า จังหวัด	แอโรบิคคันทรี	แบดมินตัน	กิจกรรมเข้า จังหวัด	จักรยาน
5	แบดมินตัน	แอโรบิคคันทรี	บาสเกตบอล	บาสเกตบอล	บาสเกตบอล	วิ่งเหยาะ
6	ยูโด	บาสเกตบอล	วอลเลย์บอล	วอลเลย์บอล	ฟุตซอล	เทเบิลเทนนิส
7	วิ่งเหยาะ	เทนนิส	จักรยาน	ยูโด	เทนนิส	บริหารกาย
8	เทเบิลเทนนิส	วิ่งเหยาะ	วิ่งเหยาะ	เทนนิส	วิ่งเหยาะ	กิจกรรมเข้า จังหวัด
9	แอโรบิคคันทรี	บริหารกาย	กิจกรรมเข้า จังหวัด	กระโดดเชือก	กรีฑา	กระโดดเชือก
10	เทนนิส	จักรยาน	กรีฑา	กรีฑา	แอโรบิคคันทรี	เปตอง

จากตาราง 28 แสดงว่านิสิตหญิงมีความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกายดังนี้ คณะพลศึกษาให้ความสนใจกิจกรรมกีฬาบาสเกตบอลเป็นอันดับที่ 1 ความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกายอันดับสุดท้าย คณะพลศึกษา คือ กีฬาเทนนิส

คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ให้ความสนใจกิจกรรมการออกกำลังกายกีฬาว่ายน้ำ เป็นอันดับที่ 1 ความสนใจกิจกรรมการออกกำลังกายอันดับสุดท้าย ของคณะมนุษยศาสตร์ คือ กีฬาจักรยาน คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ กีฬากรีฑา คณะศึกษาศาสตร์ การเต้นแอโรบิคคันทรี คณะสังคมศาสตร์ กีฬาเปตอง

ค. การเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่มหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ

ตาราง 29 แสดงจำนวนนิสิตชายที่เข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่มหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ

กิจกรรม	พลศึกษา N = 50		มนุษยศาสตร์ N = 45		วิทยาศาสตร์ N = 60		แพทยศาสตร์ N = 32		ศึกษาศาสตร์ N = 72		สังคมศาสตร์ N = 47	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
กีฬาน้องใหม่	46	51.11	34	50.75	54	44.63	30	76.92	48	44.04	44	48.35
กีฬารายใน	16	17.78	11	14.42	36	29.75	4	10.26	22	20.18	26	28.57
กีฬา 8 วิทยาเขต	25	27.78	10	14.92	13	10.74	3	7.69	19	17.43	13	14.28
กีฬามหาวิทยาลัย	2	2.22	7	10.45	7	5.78	-	-	7	6.42	6	6.59
ไม่เคยเข้าร่วม	1	1.11	5	7.46	11	9.09	2	5.13	13	11.93	2	2.20
รวม	90	100.00	67	100.00	121	100.00	39	100.00	109	100.00	91	100.00

จากตาราง 29 แสดงว่านิสิตชายที่เข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่มหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบทั้งนี้ คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ เข้าร่วมกิจกรรมกีฬาน้องใหม่มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 51.11, 50.75, 44.63, 76.92, 44.04 และ 48.35 ตามลำดับ กิจกรรมการออกกำลังกายที่นิสิตเข้าร่วมน้อยที่สุดของคณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ได้แก่กิจกรรมกีฬามหาวิทยาลัย คิดเป็นร้อยละ 2.22, 10.45, 5.78, 6.42 และ 6.59 คณะแพทยศาสตร์ กิจกรรมกีฬา 8 วิทยาเขต คิดเป็นร้อยละ 7.69

นิสิตชายที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมที่มหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ คณะแพทยศาสตร์
ไม่ได้เข้าร่วมกีฬามหาวิทยาลัย

ส่วนนิสิตชายที่ไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ คณะพลศึกษา
คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์
คิดเป็นร้อยละ 1.11, 7.46, 9.09, 5.13, 11.93 และ 2.20 ตามลำดับ

ตาราง 30 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่เข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่มหาวิทยาลัยเป็นผู้
รับผิดชอบ

กิจกรรม	พลศึกษา N = 42		มนุษยศาสตร์ N = 86		วิทยาศาสตร์ N = 61		แพทยศาสตร์ N = 13		ศึกษาศาสตร์ N = 157		สังคมศาสตร์ N = 46	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
กีฬาน้องใหม่	38	47.50	70	65.42	41	48.81	12	63.16	97	40.76	33	50.00
กีฬาภายใน	14	17.50	20	18.69	25	29.76	3	15.79	64	26.89	19	28.79
กีฬา 8 วิทยาเขต	21	26.25	4	3.74	5	5.95	1	5.26	23	9.66	7	10.61
กีฬามหาวิทยาลัย	6	7.50	3	2.80	3	3.57	1	5.25	7	2.94	1	1.51
ไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรมเลย	1	1.25	10	9.34	10	11.90	2	10.53	47	19.75	6	9.09
รวม	80	100.00	107	100.00	84	100.00	19	100.00	238	100.00	66	100.00

จากตาราง 30 แสดงว่านิสิตหญิงที่เข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่มหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบครั้งนี้ คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ เข้าร่วมกิจกรรมกีฬาน้องใหม่มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 47.50, 65.42, 48.81, 63.16, 40.76 และ 50.00 ตามลำดับ กิจกรรมที่นิสิตหญิงเข้าร่วมน้อยที่สุด คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ได้แก่กิจกรรมกีฬามหาวิทยาลัย คิดเป็นร้อยละ 7.50, 2.80, 3.57, 5.25, 2.94 และ 1.51 ตามลำดับ

ส่วนนิสิตหญิงที่ไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบทุกประเภท คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 1.25, 9.34, 11.90, 10.53, 19.75 และ 9.09 ตามลำดับ

ตาราง 31 แสดงจำนวนนิสิตชายที่เข้าร่วมกิจกรรมออกกําสั่งกายที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้
รับผิดชอบในฐานะต่าง ๆ

รายการ	พลศึกษา N = 50		มนุษยศาสตร์ N = 45		วิทยาศาสตร์ N = 60		แพทยศาสตร์ N = 32		ศึกษาศาสตร์ N = 72		สังคมศาสตร์ N = 47	
	จำนวน		ร้อยละ		จำนวน		ร้อยละ		จำนวน		ร้อยละ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ผู้ชม	24	24.00	24	31.17	40	30.07	19	26.39	32	26.45	29	27.62
ผู้เล่น	48	48.00	29	37.66	36	27.07	28	38.89	28	28.93	39	37.14
ผู้เชียร์	25	25.00	24	31.17	55	41.35	25	34.72	44	36.36	37	35.24
คณะกรรมการจัดการแข่งขัน	3	3.00	-	-	2	1.50	-	-	-	-	-	-
รวม	100	100.00	77	100.00	133	100.00	72	100.00	121	100.00	105	100.00

จากตาราง 31 แสดงว่านิสิตชายเข้าร่วมกิจกรรมการออกกําสั่งกายที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ ทั้งนี้ คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ มีส่วนเข้าร่วมในฐานะผู้เล่นมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 48.00 และ 37.66 มีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกําสั่งกายน้อยที่สุด คณะพลศึกษา ในฐานะคณะกรรมการจัดการแข่งขัน คิดเป็นร้อยละ 3.00 คณะมนุษยศาสตร์ในฐานะผู้เชียร์ และผู้ชม คิดเป็นร้อยละ 31.17

นิสิตชายคณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ เข้ามีส่วนร่วมในฐานะผู้เชียร์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 21.35 และ 36.36 และมีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกําสั่งกายน้อยที่สุดของคณะวิทยาศาสตร์ในฐานะคณะกรรมการจัดการแข่งขัน คิดเป็นร้อยละ 1.50 คณะศึกษาศาสตร์ในฐานะผู้เล่น คิดเป็นร้อยละ 28.93

นิสิตชายคณะแพทยศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ เข้ามีส่วนร่วมกิจกรรมการออกกําสั่งกายในฐานะผู้เล่นมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 38.89 และ 37.14 มีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกําสั่งกายน้อยที่สุดของคณะแพทยศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ในฐานะผู้ชม คิดเป็นร้อยละ 26.39 และ 27.62

นิสิตชายที่ไม่เลือกในการมีส่วนร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่มหาวิทยาลัยเป็นผู้
รับผิดชอบ คณะมนุษยศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ และคณะสังคมศาสตร์
ในฐานะคณะกรรมการจัดการแข่งขัน

ตาราง 32 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่เข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่ทางมหาวิทยาลัย
เป็นผู้รับผิดชอบในฐานะต่าง ๆ

รายการ	พลศึกษา N = 42		มนุษยศาสตร์ N = 86		วิทยาศาสตร์ N = 61		แพทยศาสตร์ N = 13		ศึกษาศาสตร์ N = 157		สังคมศาสตร์ N = 46	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ผู้ชม	15	20.00	46	29.30	35	32.11	8	29.62	82	39.42	31	32.98
ผู้เล่น	35	46.67	43	27.39	28	25.69	9	33.33	29	13.94	25	26.60
ผู้เชียร์	24	32.00	68	43.31	45	41.28	10	32.04	95	45.67	37	39.36
คณะกรรมการจัดการแข่งขัน	1	1.33	-	-	1	0.92	-	-	2	0.96	1	1.06
รวม	75	100.00	157	100.00	109	100.00	27	100.00	208	100.00	94	100.00

จากตาราง 32 แสดงว่านิสิตหญิงเข้าร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกายที่มหาวิทยาลัยเป็นผู้จัดทั้งนี้ คณะพลศึกษา เขามีส่วนร่วมในฐานะผู้เล่นมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 46.67 มีส่วนเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะพลศึกษา ในฐานะคณะกรรมการจัดการแข่งขัน คิดเป็นร้อยละ 1.33

นิสิตชายคณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ เขามีส่วนร่วมในฐานะผู้เชียร์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 43.31, 41.28, 37.04, 45.67 และ 39.36 ตามลำดับ มีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะมนุษยศาสตร์ ในฐานะผู้เล่น คิดเป็นร้อยละ 27.39 คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ในฐานะคณะกรรมการจัดการแข่งขัน คิดเป็นร้อยละ 0.92, 0.96 และ 1.06 ตามลำดับ คณะแพทยศาสตร์ ในฐานะผู้ชม คิดเป็นร้อยละ 26.62

นิสิตชายที่ไม่เลือกในการมีส่วนร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายนี้นั้นมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ คณะมนุษยศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ ในฐานะคณะกรรมการจัดการแข่งขัน

ง. คำนวณปัญหาของการใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกาย

ตาราง 33 แสดงจำนวนนิสิตชายที่มีปัญหาเกี่ยวกับสถานที่ออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัย

ปัญหา	พลศึกษา N = 50		มนุษยศาสตร์ N = 45		วิทยาศาสตร์ N = 60		แพทยศาสตร์ N = 32		ศึกษาศาสตร์ N = 72		สังคมศาสตร์ N = 47	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
โรงฝึกพลศึกษามีอากาศร้อน												
อบอ้าว	37	19.68	26	22.41	43	20.00	8	10.26	36	16.67	30	17.96
สถานที่ออกกำลังกายมัก												
ไม่ว่าง	28	14.89	25	21.55	42	19.53	22	28.20	35	16.20	31	18.56
สถานที่ออกกำลังกายมีน้อย												
เกินไป	35	18.62	16	13.79	36	16.74	20	25.64	35	16.20	17	10.18
สถานที่ออกกำลังกายมักมี												
การเวียนการสอน	28	14.89	10	8.62	33	15.35	6	7.69	28	12.96	19	11.38
สถานที่ออกกำลังกายมักมีบุคคล												
ภายนอกเข้ามาใช้	19	10.11	12	10.34	19	8.84	9	11.54	26	12.04	28	16.77
ไม่มีตู้เก็บเสื้อผ้า	2	1.06	7	6.03	15	6.98	5	6.41	13	6.02	8	4.79
ไม่มีห้อง เปลี่ยนเสื้อผ้า												
อาบน้ำ	14	7.45	10	8.62	16	7.44	4	5.13	21	9.72	16	9.58
สนามกลางแจ้งไม่มีไฟฟ้าส่อง												
เวลากลางคืน	25	13.30	10	8.62	11	5.11	4	5.13	21	9.72	18	10.78
รวม	188	100.00	116	100.00	215	100.00	78	100.00	216	100.00	167	100.00

จากตาราง 33 แสดงว่านิสิตชายมีปัญหเกี่ยวกับสถานที่ออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัย ดังนี้ คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ มีปัญหาในค่านโรงฝึกพลศึกษามีอากาศร้อนอบอ้าวมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 19.68, 22.41, 20.00 และ 16.67 ตามลำดับ ส่วนที่มีปัญหาค่านสถานที่น้อยที่สุดของคณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ในค่านไม่มีตู้เก็บเสื้อผ้า คิดเป็นร้อยละ 1.06, 6.03 และ 6.02 คณะวิทยาศาสตร์ ค่านสนามกลางแจ้งไม่มีไฟฟ้าส่องเวลากลางคืน

นิสิตชายคณะแพทยศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ มีปัญหเกี่ยวกับสถานที่ออกกำลังกายในค่านสถานที่ออกกำลังกายมักไม่ว่างมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 28.20 และ 18.56 ส่วนที่

มีปัญหาคำนสณานที่น้อยที่สุดของคณะแพทยศาสตร์ ในก้านไม่มีห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า และสนาม
กลางแจ้งไม่มีไฟฟ้าส่องเวลากลางคืน คิดเป็นร้อยละ 5.13 คณะสังคมศาสตร์ ในก้านไม่มี
ตู้เสื้อผ้า คิดเป็นร้อยละ 4.79

ตาราง 34 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่มีปัญหาเกี่ยวกับสถานที่ออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัย

ปัญหา	พลศึกษา N = 42		มนุษยศาสตร์ N = 86		วิทยาศาสตร์ N = 61		แพทยศาสตร์ N = 13		ศึกษาศาสตร์ N = 157		สังคมศาสตร์ N = 46	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
โรงฝึกพลศึกษามีอากาศร้อนอบอ้าว	35	25.00	57	24.25	44	22.11	2	7.69	106	27.89	34	25.37
สถานที่ออกกำลังกายมักไม่ว่าง	26	18.57	57	24.25	37	18.59	9	34.61	80	21.05	26	19.40
สถานที่ออกกำลังกายมีน้อยเกินไป	22	15.71	33	14.04	29	14.57	5	19.22	71	18.68	19	14.18
สถานที่ออกกำลังกายมักมีการเรียนการสอน	10	7.14	31	13.19	28	14.07	3	11.54	59	15.53	11	8.21
สถานที่ออกกำลังกายมักมีบุคลากรนอกเข้ามาใช้	14	10.00	13	5.53	10	5.02	2	7.69	40	10.53	5	3.73
ไม่มีผู้เก็บเศษน้ำ	-	-	10	4.25	18	9.04	1	3.85	32	8.42	13	9.70
ไม่มีห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า-อาบน้ำ	18	12.86	25	10.64	21	10.55	2	7.69	62	16.32	17	12.69
สนามกลางแจ้งไม่มีไฟฟ้าส่องสว่างกลางคืน	13	9.29	9	3.83	12	6.03	2	7.69	20	5.26	9	6.71
รวม	140	100.00	235	100.00	199	100.00	26	100.00	380	100.00	134	100.00

จากตาราง 34 แสดงว่านิสิตหญิงที่มีปัญหาเกี่ยวกับสถานที่ออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัย
ทั้งนี้ คณะพลศึกษา คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ มีปัญหาในค่านี้อย่าง
พลศึกษามีอากาศร้อนอบอ้าวมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 25.00, 22.11, 27.89 และ 25.37

ตามลำดับ ส่วนที่มีปัญหาน้อยที่สุดของคณะพลศึกษาในค่านไม้ตู้เก็บเสื้อผ้า คิดเป็นร้อยละ

1.43 คณะวิทยาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ในค่านไม้มีบุคคลภายนอกเข้ามาใช้ คิดเป็นร้อยละ

5.02 และ 3.73 คณะศึกษาศาสตร์ ในค่านสนามกลางแจ้งไม่มีไฟฟ้าส่องเวลากลางคืน

คิดเป็นร้อยละ 5.26

นิสิตหญิงคณะมนุษยศาสตร์ มีปัญหาค่านสถานที่ออกกำลังกายในค่านโรงฝึกพลศึกษา มีอากาศร้อนอบอ้าวและสถานที่ออกกำลังกายมักไม่ว่าง คิดเป็นร้อยละ 24.25 ส่วนที่มีปัญหาน้อยที่สุดในค่านสนามกลางแจ้งไม่มีไฟฟ้าส่องเวลากลางคืน คิดเป็นร้อยละ 3.83

นิสิตหญิงคณะแพทยศาสตร์มีปัญหาค่านสถานที่ออกกำลังกายในค่านสถานที่ออกกำลังกายมักไม่ว่างมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 34.61 ส่วนที่มีปัญหาน้อยที่สุดในค่านไม้ตู้เก็บเสื้อผ้า คิดเป็นร้อยละ 3.85

ตาราง 35 แสดงจำนวนนิสิตชายที่มีปัญหาเกี่ยวกับอุปกรณ์การออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัย

ปัญหา	พลศึกษา N = 50		มนุษยศาสตร์ N = 45		วิทยาศาสตร์ N = 60		แพทยศาสตร์ N = 32		ศึกษาศาสตร์ N = 72		สังคมศาสตร์ N = 47	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อุปกรณ์ไม่พอเพียง	33	25.19	21	26.92	39	27.86	23	39.65	38	27.54	34	32.38
ไม่มีอุปกรณ์ให้ยืม	22	16.79	14	17.95	26	18.57	9	15.52	20	14.49	9	8.57
อุปกรณ์ชำรุด	31	23.66	8	10.26	23	16.43	5	8.62	23	16.67	20	19.05
ขาดการบริการด้านการยืม	25	19.08	16	20.51	25	16.67	12	20.69	31	22.46	25	23.81
ไม่มีเจ้าหน้าที่ให้บริการ ด้านการยืมอุปกรณ์	20	15.27	19	24.36	27	19.29	9	15.52	26	18.84	17	16.19
รวม	131	100.00	78	100.00	140	100.00	58	100.00	138	100.00	105	100.00

จากตาราง 35 แสดงว่านิสิตชายที่มีปัญหาเกี่ยวกับอุปกรณ์การออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัย ทั้งนี้ คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ มีปัญหาในค่านอุปกรณ์ไม่เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 25.19, 26.92, 27.86, 39.65, 27.54 และ 32.38 ตามลำดับ ส่วนที่มีปัญหาเกี่ยวกับอุปกรณ์การออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ในค่านไม่มีอุปกรณ์ให้ยืม คิดเป็นร้อยละ 16.79, 14.49 และ 8.57 ตามลำดับ คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ ในค่านอุปกรณ์ชำรุด คิดเป็นร้อยละ 10.26, 16.43 และ 8.62 ตามลำดับ

ตาราง 36 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่มีปัญหาเกี่ยวกับอุปกรณ์การออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัย

ปัญหา	พลศึกษา N = 42		มนุษยศาสตร์ N = 86		วิทยาศาสตร์ N = 61		แพทยศาสตร์ N = 13		ศึกษาศาสตร์ N = 157		สังคมศาสตร์ N = 46	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อุปกรณ์ไม่เพียงพอ	25	35.71	42	28.00	32	29.36	9	45.00	89	29.97	24	30.38
ไม่มีอุปกรณ์ให้ยืม	6	8.57	30	20.00	18	16.51	1	5.00	45	15.15	11	13.92
อุปกรณ์ชำรุด	17	24.28	24	16.00	20	18.35	2	10.00	53	17.84	12	15.19
ขาดการบริการด้านการยืม	12	17.14	25	16.67	24	22.02	4	20.00	62	20.87	16	20.25
ไม่มีเจ้าหน้าที่บริการ ด้านการยืมอุปกรณ์	10	14.28	29	19.33	15	13.76	4	20.00	48	16.16	16	20.25
รวม	70	100.00	150	100.00	109	100.00	20	100.00	297	100.00	79	100.00

จากตาราง 36 แสดงว่านิสิตหญิงที่มีปัญหาเกี่ยวกับอุปกรณ์การออกกำลังกายในมหาวิทยาลัยดังนี้ คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ มีปัญหาในค่านอุปกรณ์ไม่เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 35.71, 28.00, 29.36, 45.00, 29.97 และ 30.38 ตามลำดับ ส่วนที่มีปัญหาเกี่ยวกับอุปกรณ์การออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะพลศึกษา คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ในค่านไม่มีอุปกรณ์ในการให้ยืมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 8.57, 5.00, 15.15 และ 13.92 ตามลำดับ คณะมนุษยศาสตร์ในค่านอุปกรณ์ชำรุด คิดเป็นร้อยละ 16.00 คณะแพทยศาสตร์ ในค่านไม่มีเจ้าหน้าที่บริการด้านการยืมอุปกรณ์ คิดเป็นร้อยละ 13.76

ตาราง 37 แสดงจำนวนนิสิตชายที่มีปัญหาส่วนตัวในการออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัย

ปัญหา	พลศึกษา N = 50		มนุษยศาสตร์ N = 45		วิทยาศาสตร์ N = 60		แพทยศาสตร์ N = 32		ศึกษาศาสตร์ N = 72		สังคมศาสตร์ N = 47	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม	10	9.01	10	12.34	15	10.20	10	14.49	18	11.76	12	13.04
เวลาว่างไม่เพียงพอ	18	16.22	20	24.69	40	27.21	20	28.95	33	21.57	18	19.56
กิจกรรมที่มหาวิทยาลัยไม่นำสนใจ	6	5.40	6	7.40	11	7.48	5	7.25	18	11.76	6	6.52
ไม่ทราบวิธีการออกกำลังกาย	3	2.70	3	3.70	5	3.40	3	4.35	6	3.92	3	3.26
ไม่มีผู้ฝึกสอนคอยแนะนำ	11	9.91	7	8.64	8	5.44	3	4.35	20	13.07	6	6.52
ขาดทุนทรัพย์ในการออกกำลังกาย	12	10.81	4	4.94	6	4.08	4	5.80	6	3.92	6	6.52
ไม่มีเสื้อผ้าที่เหมาะสม	3	4.50	6	7.40	6	4.08	4	5.80	5	3.27	6	6.52
บ้านอยู่ไกลจากมหาวิทยาลัย	29	26.13	12	14.81	28	19.05	4	5.80	17	11.11	19	20.65
มีการฝึกในชั้นการเรียนมาก	17	15.31	13	16.05	28	19.05	16	23.19	30	19.61	16	17.39
รวม	111	100.00	81	100.00	147	100.00	69	100.00	153	100.00	92	100.00

จากตาราง 37 แสดงว่านิสิตชายที่มีปัญหาส่วนตัวในการออกกำลังกายทั้งนี้ คณะพลศึกษา คณะสังคมศาสตร์ ที่มีปัญหาส่วนตัวในค่าน้ำหนักอยู่ไกลจากมหาวิทยาลัยมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 26.13 และ 20.65 ส่วนที่มีปัญหาส่วนตัวน้อยที่สุดของคณะพลศึกษา คณะสังคมศาสตร์ในค่าน้ำหนักไม่ทราบวิธีการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 2.70 และ 3.26

นิสิตชายคณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ มีปัญหาส่วนตัวในการออกกำลังกาย ค่าน้ำหนักเวลาว่างไม่เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 24.69, 27.21, 28.95 และ 21.57 ตามลำดับ ส่วนที่มีปัญหาส่วนตัวในการออกกำลังกาย

น้อยที่สุดของคณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ ในด้านไม่ทราบวิธีการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 3.70 และ 3.40 คณะแพทยศาสตร์ ในด้านไม่ทราบวิธีออกกำลังกาย และไม่มีผู้ฝึกสอนคอยแนะนำ คิดเป็นร้อยละ 4.35 คณะศึกษาศาสตร์ ในด้านไม่มีเสื้อผ้าที่เหมาะสม คิดเป็นร้อยละ 3.27

ตาราง 38 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่มีปัญหาส่วนตัวในการออกก่าสังกายภายในมหาวิทยาลัย

ปัญหา	พลศึกษา N = 42		มนุษยศาสตร์ N = 86		วิทยาศาสตร์ N = 61		แพทยศาสตร์ N = 13		ศึกษาศาสตร์ N = 157		สังคมศาสตร์ N = 46	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม	4	4.35	20	10.31	18	12.00	1	3.85	44	12.02	9	10.47
เวลาว่างไม่เพียงพอ	17	18.48	50	25.77	34	22.67	9	34.61	87	23.77	23	26.74
กิจกรรมที่ในมหาวิทยาลัยไม่น่าสนใจ	5	5.43	13	6.70	8	5.33	2	7.69	33	9.02	12	13.95
ไม่ทราบวิธีออกก่าสังกาย	4	4.35	7	3.61	3	2.00	-	-	11	3.00	2	2.33
ไม่มีผู้ฝึกสอนคอยแนะนำ	12	13.04	9	4.64	12	8.00	2	7.69	40	10.93	10	11.63
ขาดทุนทรัพย์ที่ใช้จ่ายการออกก่าสังกาย	5	5.43	6	3.10	7	4.67	-	-	8	2.19	1	1.16
ไม่มีเสื้อผ้าที่เหมาะสม	3	3.26	7	3.61	5	3.33	-	-	17	4.64	3	3.49
บ้านอยู่ไกลจากมหาวิทยาลัย	24	26.08	23	11.86	27	18.00	2	7.69	47	12.84	9	10.47
มีการฝึกในค่านการ เรียบมาก	18	19.56	29	14.95	36	24.00	10	38.46	79	21.58	17	19.77
รวม	92	100.00	194	100.00	150	100.00	26	100.00	366	100.00	86	100.00

จากตาราง 38 แสดงว่านิสิตหญิงที่มีปัญหาส่วนตัวในการออกก่าสังกายที่มหาวิทยาลัย
ครั้งนี้ คณะพลศึกษา มีปัญหาส่วนตัวในค่านบ้านอยู่ไกลจากมหาวิทยาลัยมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ
26.08 ส่วนที่มีปัญหาส่วนตัวน้อยที่สุดในค่านไม่มีเสื้อผ้าที่เหมาะสม คิดเป็นร้อยละ 3.26

นิสิตหญิงคณะมนุษยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ มีปัญหาส่วนตัวในการ
ออกก่าสังกายในค่านมีเวลาว่างไม่เพียงพอมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 25.77, 23.77 และ
26.74 ตามลำดับ ส่วนที่มีปัญหาส่วนตัวน้อยที่สุดของคณะมนุษยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะ
สังคมศาสตร์ ในค่านขาดทุนทรัพย์ที่ใช้จ่ายในการออกก่าสังกาย คิดเป็นร้อยละ 3.10, 2.19
และ 1.16 ตามลำดับ

นิสิตหญิงคณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มีปัญหาส่วนตัวในการออกกำลังกาย

ในค่านีมีการฝึกงานการเรียนมาก คิดเป็นร้อยละ 24.00 และ 38.46 ส่วนที่มีปัญหาส่วนตัวน้อยที่สุด คณะวิทยาศาสตร์ ในค่านีไม่ทราบวิธีออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 2.00 คณะแพทยศาสตร์ ในค่านีไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 3.85

ส่วนนิสิตหญิงที่ไม่เลือกตอบข้อปัญหาส่วนตัวในการออกกำลังกายของคณะแพทยศาสตร์ ในค่านีไม่ทราบวิธีการออกกำลังกาย ขาดทุนทรัพย์ที่ใช้จ่ายการออกกำลังกาย และไม่มีเสื้อผ้าที่เหมาะสม

ตาราง 39 แสดงจำนวนนิสิตชายที่มีปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ

ปัญหา	พลศึกษา N = 50		มนุษยศาสตร์ N = 45		วิทยาศาสตร์ N = 60		แพทยศาสตร์ N = 32		ศึกษาศาสตร์ N = 72		สังคมศาสตร์ N = 47	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ไม่มีเวลาว่างพอ	23	33.33	23	35.94	42	46.15	24	43.64	40	39.22	23	37.10
ไม่ทราบข่าวสารรายละเอียดของโครงการ	25	36.23	18	28.12	29	31.87	14	25.45	32	31.37	19	30.64
สถานที่และอุปกรณ์ไม่เหมาะสม	17	24.64	12	18.75	11	12.09	7	12.23	14	13.72	12	19.35
กิจกรรมไม่น่าสนใจ	4	5.80	11	17.19	19	20.88	10	18.18	16	15.69	8	12.90
รวม	69	100.00	64	100.00	91	100.00	55	100.00	102	100.00	62	100.00

จากตาราง 39 แสดงว่านิสิตชายที่มีปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบดังนี้ คณะพลศึกษา มีปัญหาในการไม่ทราบข่าวสารรายละเอียดของโครงการมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 36.23 ส่วนที่มีปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรมน้อยที่สุดในค่านกิจกรรมไม่น่าสนใจ คิดเป็นร้อยละ 5.80

นิสิตชายคณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ มีปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรมในค่านไม่มีเวลาว่างพอ คิดเป็นร้อยละ 35.94, 46.15, 43.64, 39.22 และ 35.10 ตามลำดับ ส่วนที่มีปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรมน้อยที่สุดของคณะมนุษยศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ในค่านกิจกรรมไม่น่าสนใจ คิดเป็นร้อยละ 17.19 และ 12.90 คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ในค่านสถานที่และอุปกรณ์ไม่เหมาะสมกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 12.09, 12.23 และ 13.72 ตามลำดับ

ตาราง 40 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่มีปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่มหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ

ปัญหา	พลศึกษา N = 42		มนุษยศาสตร์ N = 46		วิทยาศาสตร์ N = 61		แพทยศาสตร์ N = 13		ศึกษาศาสตร์ N = 157		สังคมศาสตร์ N = 46	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ไม่มีเวลาว่างพอ	19	34.54	50	42.73	41	46.59	8	50.00	90	40.54	23	39.66
ไม่ทราบข่าวสารรายละเอียด ของโครงการ	17	30.91	34	29.06	27	30.68	3	18.75	75	33.78	14	24.14
สถานที่และอุปกรณ์ไม่ จัดกิจกรรม	12	21.82	18	15.38	5	5.68	3	18.75	25	11.26	7	12.07
กิจกรรมไม่น่าสนใจ	7	12.73	15	12.82	15	17.04	2	12.50	32	14.41	14	24.14
รวม	55	100.00	117	100.00	88	100.00	16	100.00	222	100.00	58	100.00

จากตาราง 40 แสดงว่านิสิตหญิงที่มีปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบดังนี้ คณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ มีปัญหาในด้านไม่มีเวลาว่างพอ คิดเป็นร้อยละ 34.54, 42.73, 46.59, 50.00, 40.54 และ 39.66 ตามลำดับ ส่วนที่มีปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรมน้อยที่สุดของคณะพลศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ ในด้านกิจกรรมไม่น่าสนใจ คิดเป็นร้อยละ 12.73, 12.82 และ 12.50 คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ในด้านสถานที่และอุปกรณ์ไม่น่าจัดกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 18.75 และ 11.26

ณ. ด้านเหตุผลของผู้ที่ไม่ออกกำลังกาย

ตาราง 41 แสดงจำนวนนิสิตชายที่ให้เหตุผลการไม่ออกกำลังกาย

เหตุผล	มนุษยศาสตร์ N = 6		วิทยาศาสตร์ N = 21		แพทยศาสตร์ N = 15		ศึกษาศาสตร์ N = 18		สังคมศาสตร์ N = 13	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
สุขภาพไม่ดี	3	21.43	2	6.67	-	-	3	11.11	3	10.00
มีความบกพร่องทางกาย	2	14.29	1	3.33	-	-	-	-	3	10.00
ไม่ทราบวิธีออกกำลังกาย	-	-	2	6.67	-	-	-	-	-	-
ไม่มีเวลาว่างพอ	4	28.57	9	30.00	10	37.04	6	25.92	5	16.67
ไม่มีผู้ฝึกสอน	-	-	1	3.33	2	7.41	2	7.41	2	6.67
ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม	1	7.14	4	13.33	3	11.11	4	14.81	4	13.33
ค่าใช้จ่ายสูงเกินไป	1	7.14	1	3.33	-	-	-	-	2	6.67
เคยได้รับอุบัติเหตุจากการเล่นกีฬา	-	-	2	6.67	-	-	-	-	2	6.67
ทำให้เสียเวลาเรียน	2	14.29	4	13.33	5	18.52	3	11.11	1	3.33
ใช้เวลาว่างประกอบกิจกรรมอื่น	1	7.14	4	13.33	7	25.93	8	29.63	8	26.67
รวม	14	100.00	30	100.00	27	100.00	27	100.00	30	100.00

จากตาราง 41 แสดงว่านิสิตชายมีเหตุผลของการไม่ออกกำลังกายดังนี้ คณะมนุษยศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ ให้เหตุผลว่า ไม่มีเวลาว่างพอ คิดเป็นร้อยละ 28.57, 30.00 และ 37.04 ตามลำดับ ส่วนที่ให้เหตุผลของการไม่ออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะมนุษยศาสตร์ ให้เหตุผลว่า ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม ค่าใช้จ่ายสูงเกินไป ใช้เวลาว่างประกอบกิจกรรมอื่น คิดเป็นร้อยละ 7.14 คณะวิทยาศาสตร์ให้เหตุผลว่า มีความบกพร่องทางกาย ไม่มีผู้ฝึกสอน ค่าใช้จ่ายสูงเกินไป คิดเป็นร้อยละ 3.33 คณะแพทยศาสตร์ให้เหตุผลว่า ไม่มีผู้ฝึกสอน คิดเป็นร้อยละ 7.41

นิสิตชายคณะศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ให้เหตุผลของการไม่ออกกำลังกายว่า
 ใช้เวลาว่างประกอบกิจกรรมอื่น คิดเป็นร้อยละ 29.63 และ 26.67 มากที่สุด ส่วนที่ให้
 เหตุผลของการไม่ออกกำลังกายน้อยที่สุดของคณะศึกษาศาสตร์ ให้เหตุผลว่าไม่มีผู้ฝึกสอน
 คิดเป็นร้อยละ 7.41 คณะสังคมศาสตร์ ให้เหตุผลว่าเสียเวลาเรียน คิดเป็นร้อยละ 3.33

ตาราง 42 แสดงจำนวนนิสิตหญิงที่ให้เหตุผลการไม่ออกกำลังกาย

เหตุผล	มนุษยศาสตร์		วิทยาศาสตร์		แพทยศาสตร์		ศึกษาศาสตร์		สังคมศาสตร์	
	N = 30		N = 24		N = 5		N = 44		N = 26	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
สุขภาพไม่ดี	10	13.51	3	5.55	1	20.00	11	11.11	6	9.09
มีความบกพร่องทางกาย	5	6.76	3	5.55	-	-	2	2.02	2	3.03
ไม่ทราบวิธีการออกกำลังกาย	3	4.05	16	29.63	-	-	1	1.01	2	3.03
ไม่มีเวลาว่างพอ	21	28.38	3	5.55	2	40.00	24	24.24	20	30.30
ไม่มีผู้ฝึกสอน	3	4.05	10	18.52	-	-	4	4.04	3	4.55
ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม	8	10.81	-	-	1	20.00	19	19.19	7	10.61
ค่าใช้จ่ายสูงเกินไป	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เคยได้รับอุบัติเหตุจาก										
การออกกำลังกาย	-	-	1	1.85	-	-	3	3.03	2	3.03
ทำให้เสียเวลาเรียน	8	10.81	4	7.41	-	-	5	5.05	6	9.09
ใช้เวลาว่างประกอบกิจกรรมอื่น	16	21.62	14	25.93	1	20.00	30	30.30	18	27.27
รวม	74	100.00	54	100.00	5	100.00	99	100.00	66	100.00

จากตาราง 42 แสดงว่านิสิตหญิงมีเหตุผลการไม่ออกกำลังกายดังนี้ คณะมนุษยศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ให้เหตุผลว่าไม่มีเวลาว่างพอ คิดเป็นร้อยละ 28.38, 40.00 และ 30.30 ตามลำดับ ส่วนที่ให้เหตุผลของการไม่ออกกำลังกายของคณะมนุษยศาสตร์ ในด้านไม่มีผู้ฝึกสอนและไม่ทราบวิธีการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 4.05 คณะแพทยศาสตร์ ให้เหตุผลว่าสุขภาพไม่ดี ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม และใช้เวลาว่างประกอบกิจกรรมอื่น คิดเป็นร้อยละ 20.00 คณะสังคมศาสตร์ ให้เหตุผลว่า มีความบกพร่องทางกาย ไม่ทราบวิธีการออกกำลังกาย และเคยได้รับอุบัติเหตุจากการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 3.03

นิสิตหญิงคณะวิทยาศาสตร์ ให้เหตุผลของการไม่ออกกำลังกายว่าไม่ทราบวิธีการ
ออกกำลังกายมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 29.63 ส่วนที่ให้เหตุผลของการไม่ออกกำลังกาย
น้อยที่สุด ให้เหตุผลว่า เคยได้รับอุบัติเหตุจากการเล่นกีฬา คิดเป็นร้อยละ 1.85

นิสิตหญิงคณะศึกษาศาสตร์ ให้เหตุผลของการไม่ออกกำลังกายว่า ใช้เวลาว่าง
ประกอบกิจกรรมอื่น คิดเป็นร้อยละ 30.30 ส่วนที่ให้เหตุผลของการไม่ออกกำลังกายน้อยที่สุด
ให้เหตุผลว่า ไม่ทราบวิธีการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 1.01

ส่วนที่ 3 วิเคราะห์ความแตกต่างเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากร จำแนกตาม
เพศและคณะ

ตาราง 43 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการบริการ
ออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตคณะพลศึกษา

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 50)			นิสิตหญิง (N = 42)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งได้ เป็นที่เรียนและออกกำลังกาย ร่วมกันควรแบ่งการใช้สถานที่ เป็นวัน ๆ	3.860	1.309	มาก	4.190	0.993	มาก
2. สถานที่ออกกำลังกายซึ่ง เป็น ที่เรียนและออกกำลังกาย ร่วมกัน ควรมีตารางปิด ประกาศไว้เพื่อจะได้ทราบ และหลีกเลี่ยงการใช้	4.260	1.046	มาก	4.309	0.780	มาก
3. สถานที่ออกกำลังกายในที่ หนึ่ง ๆ ควรมีกิจกรรม ประเภทเดียว	3.760	1.450	มาก	3.785	1.094	มาก
4. สถานที่ออกกำลังกายควรมี ที่นั่งพักผ่อนอย่างเพียงพอ	4.180	1.082	มาก	4.119	1.016	มาก

ตาราง 43 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 50)			นิสิตหญิง (N = 42)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
5. สถานที่ออกกำลังกายควรมี ห้องปฐมพยาบาลอยู่ใกล้เคียง	4.440	0.860	มาก	4.428	0.667	มาก
6. สถานที่ออกกำลังกายควรมี อุปกรณ์ให้บริการอย่างเพียงพอ	4.760	0.550	มากที่สุด	4.880	0.327	มากที่สุด
7. สถานที่ออกกำลังกายควรมี ตู้เก็บเสื้อผ้า	4.580	0.609	มากที่สุด	4.690	0.643	มากที่สุด
8. สถานที่ออกกำลังกายควรมี ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้าและห้อง อาบน้ำ	4.720	0.607	มากที่สุด	4.880	0.327	มากที่สุด
9. สถานที่ออกกำลังกายไม่ควร มีบุคคลภายนอกเข้ามาใช้	4.080	1.157	มาก	3.761	1.031	มาก
10. ควรมีห้องเก็บและยืมอุปกรณ์ โดยเฉพาะ	4.500	0.814	มาก	4.357	0.850	มาก
11. ต้องการให้มีสนามบาสเกต บอลเพิ่มขึ้น	4.020	1.059	มาก	3.738	1.060	มาก
12. ต้องการให้มีสนามตะกร้อ เพิ่มขึ้น	3.760	1.021	มาก	3.490	1.080	ปานกลาง
13. ต้องการให้มีสนามซอฟท์บอล เพิ่มขึ้น	3.620	1.085	มาก	3.904	0.878	มาก

ตาราง 43 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 50)			นิสิตหญิง (N = 42)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
14. ต้องการให้มีสนามเทนนิสเพิ่มขึ้น	3.700	1.054	มาก	3.690	0.923	มาก
15. ต้องการให้มีสนามวอลเลย์บอลเพิ่มขึ้น	3.540	0.994	มาก	4.119	1.063	มาก
16. ต้องการให้มีสนามเปตองเพิ่มขึ้น	2.960	1.194	ปานกลาง	3.476	1.109	ปานกลาง
17. ต้องการให้มีสนามแบดมินตันเพิ่มขึ้น	3.880	1.136	มาก	4.190	0.862	มาก
18. ต้องการให้มีสนามสรวายน้ำเพิ่มขึ้น	4.640	0.802	มากที่สุด	4.833	0.537	มากที่สุด

จากตาราง 43 แสดงว่านิสิตชายคณะพลศึกษา มีความต้องการบริการการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกมากที่สุด คือ สถานที่ออกกำลังกายควรมีอุปกรณ์ให้บริการเพียงพอ ($\bar{X} = 4.76$) สถานที่ออกกำลังกายควรมีตู้เก็บเสื้อผ้า ($\bar{X} = 4.58$) สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ($\bar{X} = 4.72$) และมีความต้องการให้มีสรวายน้ำของมหาวิทยาลัย ($\bar{X} = 4.46$) ส่วนที่มีความต้องการในอันดับสุดท้ายในระดับปานกลาง คือ ความต้องการการให้มีสนามเปตองเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 2.96$)

นิสิตหญิงคณะพลศึกษามีความต้องการบริการการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์
 สิ่งอำนวยความสะดวกมากที่สุด คือ สถานที่ออกกำลังกายควรมีอุปกรณ์ให้บริการเพียงพอ
 ($\bar{X} = 4.761$) สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้อง เปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องอาบน้ำ ($\bar{X} = 4.880$)
 และมีความต้องการให้มีสระว่ายน้ำของมหาวิทยาลัย ($\bar{X} = 4.833$) ส่วนที่มีความต้องการใน
 อันดับสุดท้าย คือ ความต้องการให้มีสนามตะกร้อเพิ่มขึ้น และความต้องการสนามเปตอง
 เพิ่มขึ้น

ตาราง 44 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการบริการ
ออกกําลังกาย ความบุคลากรของนิสิตคณะพลศึกษา

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 50)			นิสิตหญิง (N = 42)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ควรมีบุคลากรคอยแนะนำ ในการออกกําลังกาย	4.260	0.899	มาก	4.119	0.802	มาก
2. บุคลากรที่คอยแนะนำควร เป็นอาจารย์ภาควิชา พลศึกษา	4.140	0.808	มาก	3.976	0.999	มาก
3. บุคลากรที่คอยแนะนำควร เป็นนิสิตคณะพลศึกษา	3.500	1.129	ปานกลาง	3.214	1.000	ปานกลาง
4. บุคลากรที่คอยแนะนำควร เป็นผู้สนใจคํานี้โดยตรง	4.220	0.887	มาก	4.214	1.000	มาก
5. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควร เป็นผู้ชำนาญการแต่ละด้าน	4.660	0.557	มากที่สุด	4.500	0.890	มาก
6. ควรมีบุคลากรให้ความรู้ด้าน กติกากการแข่งขันทกีฬา ประเภทต่าง ๆ	4.320	0.819	มาก	4.357	0.878	มาก
7. ควรมีบุคลากรทำหน้าที่ ประชาสัมพันธ์ให้ชาวสาร คามรู้เกี่ยวกับการ เคลื่อนไหวทางคานออก กําลังกาย	4.220	0.932	มาก	4.071	0.947	มาก

ตาราง 44 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 50)			นิสิตหญิง (N = 42)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
8. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	4.220	0.840	มาก	4.238	0.905	มาก
9. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของ	4.300	0.886	มาก	4.309	0.869	มาก
10. ควรมีเจ้าหน้าที่เบิก-จ่ายยืมอุปกรณ์	4.520	0.646	มากที่สุด	4.285	0.834	มาก
11. ควรมีเจ้าหน้าที่ห้องพยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย	4.700	0.505	มากที่สุด	4.476	0.671	มาก

จากตาราง 44 แสดงว่านิสิตชายคณะพลศึกษามีความต้องการบริการการออกกำลังกายด้านบุคลากรมากที่สุด คือ บุคลากรที่คอยแนะนำการเป็นผู้สนใจด้านนี้โดยตรง ($\bar{X} = 4.66$) ควรมีเจ้าหน้าที่เบิกจ่ายอุปกรณ์ ($\bar{X} = 4.52$) และควรมีเจ้าหน้าที่ห้องพยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย ($\bar{X} = 4.70$) ส่วนที่มีความต้องการในอันดับสุดท้าย คือ บุคลากรที่คอยแนะนำควร เป็นนิสิตคณะพลศึกษา ($\bar{X} = 3.50$)

นิสิตหญิงมีความต้องการบริการการออกกำลังกายด้านบุคลากรในระดับมากทุกข้อ ยกเว้นความต้องการเกี่ยวกับบุคลากรที่คอยแนะนำควร เป็นนิสิตคณะพลศึกษา ($\bar{X} = 3.214$) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 45 แสดงความคิดเห็นและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการบริการ
การออกกำลังกายในสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตคณะมนุษยศาสตร์

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 51)			นิสิตหญิง (N = 167)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่ง ใช้เป็นที่เรียนและออก กำลังกายร่วมกัน ควรแบ่ง การใช้สถานที่เป็นวัน ๆ	4.137	0.959	มาก	4.051	0.912	มาก
2. สถานที่ออกกำลังกายซึ่ง เป็นที่เรียนและออกกำลังกาย ร่วมกัน ควรมีตาราง ปิดประกาศไว้เพื่อจะได้ ทราบและหลีกเลี่ยงการให้	4.313	0.860	มาก	4.327	0.831	มาก
3. สถานที่ออกกำลังกายในที่ หนึ่ง ๆ ควรมีกิจกรรม ประเภทเดียว	3.725	1.132	มาก	3.750	1.200	มาก
4. สถานที่ออกกำลังกายควรมี ที่นั่งพักผ่อนอย่างเพียงพอ	3.764	1.106	มาก	4.094	1.071	มาก
5. สถานที่ออกกำลังกายควรมี ห้องปฐมพยาบาลอยู่ ใกล้เคียง	4.215	0.986	มาก	4.327	0.719	มาก
6. สถานที่ออกกำลังกายควรมี อุปกรณ์ให้บริการอย่าง เพียงพอ	4.470	0.702	มาก	4.603	0.683	มากที่สุด

ตาราง 45 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 51)			นิสิตหญิง (N = 167)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
7. สถานที่ออกกำลังกายควรมี ตู้เก็บเสื้อผ้า	4.078	1.128	มาก	4.250	0.949	มาก
8. สถานที่ออกกำลังกายควรมี ห้อง เปลี่ยนเสื้อผ้าและ ห้องอาบน้ำ	4.568	0.877	มากที่สุด	4.551	0.675	มากที่สุด
9. สถานที่ออกกำลังกายไม่ ควรมีบุคคลภายนอกเข้า มาใช้	4.470	0.879	มาก	3.913	0.974	มาก
10. ควรมีห้องเก็บและยืม อุปกรณ์โดยเฉพาะ	4.470	1.007	มาก	4.344	0.758	มาก
11. ต้องการให้มีสนามบาส- เกตบอลเพิ่มขึ้น	3.862	1.039	มาก	3.422	1.112	ปานกลาง
12. ต้องการให้มีสนามตะกร้อ เพิ่มขึ้น	3.431	1.100	ปานกลาง	2.620	1.269	ปานกลาง
13. ต้องการให้มีสนามซอฟท์- บอลเพิ่มขึ้น	3.019	1.208	ปานกลาง	3.422	1.384	ปานกลาง
14. ต้องการให้มีสนามเทนนิส เพิ่มขึ้น	4.098	1.118	มาก	4.370	0.991	มาก
15. ต้องการให้มีสนามวอลเลย์ บอลเพิ่มขึ้น	3.843	1.270	มาก	3.827	1.006	มาก

ตาราง 45 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 51)			นิสิตหญิง (N = 167)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
16. ต้องการให้มีสนาม เบตองเพิ่มขึ้น	2.470	1.137	น้อย	2.750	1.037	ปานกลาง
17. ต้องการให้มีสนามแบด- มินตันเพิ่มขึ้น	4.000	0.979	มาก	4.293	0.784	มาก
18. ต้องการให้มีสระว่ายน้ำ เพิ่มขึ้น	4.490	0.731	มาก	4.594	0.874	มากที่สุด

จากตาราง 45 แสดงว่านิสิตชายคณะมนุษยศาสตร์มีความต้องการบริการการออกกำลังกายกลางแจ้งที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกมากที่สุด คือ สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้อง เปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องอาบน้ำ ($\bar{X} = 4.568$) ส่วนที่มีความต้องการในอันดับสุดท้าย คือ ต้องการให้มีสนามตะกร้อเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.431$) และต้องการสนามซอฟท์บอลเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.019$)

นิสิตหญิงมีความต้องการบริการการออกกำลังกายกลางแจ้งที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกมากที่สุด ในระดับมากที่สุด คือ สถานที่ออกกำลังกายควรมีอุปกรณ์ให้บริการอย่างเพียงพอ ($\bar{X} = 4.603$) สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้อง เปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องอาบน้ำ ($\bar{X} = 4.551$) และต้องการให้มีสระว่ายน้ำของมหาวิทยาลัย ($\bar{X} = 4.594$) ส่วนที่มีความต้องการในอันดับสุดท้าย คือ ต้องการให้มีสนามบาสเกตบอลเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.422$) ต้องการให้มีสนามตะกร้อเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 2.620$) และต้องการให้มีสนามซอฟท์บอลเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.422$)

ตาราง 46 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการบริการ
การออกกำลังกายด้านบุคลากรของนิสิตคณะมนุษยศาสตร์

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 51)			นิสิตหญิง (N = 167)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ควรมีบุคลากรคอยแนะนำ ในการออกกำลังกาย	4.039	0.999	มาก	3.750	0.843	มาก
2. บุคลากรที่คอยแนะนำควร เป็นอาจารย์ภาควิชา พลศึกษา	4.078	1.016	มาก	3.758	0.983	มาก
3. บุคลากรที่คอยแนะนำควร เป็นนิสิตคณะพลศึกษา	2.803	1.216	ปานกลาง	2.681	1.131	ปานกลาง
4. บุคลากรที่คอยแนะนำควร เป็นผู้สนใจด้านนี้โดยตรง	3.274	1.059	ปานกลาง	3.387	1.093	ปานกลาง
5. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควร เป็นผู้ชำนาญการแต่ละด้าน	3.450	1.119	ปานกลาง	3.827	1.097	มาก
6. ควรมีบุคลากรให้ความรู้ ด้านการศึกษาการแข่งขันกีฬา ประเภทต่าง ๆ	3.843	1.120	มาก	3.741	0.961	มาก
7. ควรมีบุคลากรทำหน้าที่ ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้เกี่ยวกับการ เคลื่อนไหวทางด้าน ออกกำลังกาย	4.176	0.865	มาก	4.034	0.913	มาก

ตาราง 46 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 51)			นิสิตหญิง (N = 167)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
8. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	4.078	0.934	มาก	4.163	0.854	มาก
9. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฟังสิ่งของ	3.960	1.094	มาก	4.112	0.958	มาก
10. ควรมีเจ้าหน้าที่เบิก-จ่ายยืมอุปกรณ์	4.431	1.005	มาก	4.413	0.824	มาก
11. ควรมีเจ้าหน้าที่ห้องพยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย	4.588	0.753	มากที่สุด	4.465	0.690	มาก

จากตาราง 46 แสดงว่านิสิตชายคณะมนุษยศาสตร์มีความต้องการบริการการออกกำลังกายด้านบุคลากรมากที่สุด คือ ควรมีเจ้าหน้าที่ห้องพยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย ($\bar{X} = 4.588$) ส่วนที่มีความต้องการในอันดับสุดท้าย คือ บุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นนิสิตคณะพลศึกษา ($\bar{X} = 2.803$) บุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นผู้สนใจด้านนี้โดยตรง ($\bar{X} = 3.274$) และบุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญการแต่ละด้าน ($\bar{X} = 3.450$)

นิสิตหญิงมีความต้องการบริการการออกกำลังกายด้านบุคลากรในระดับมากที่สุด ยกเว้นความต้องการเกี่ยวกับบุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นนิสิตคณะพลศึกษา ($\bar{X} = 2.681$) และบุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นผู้สนใจด้านนี้โดยตรง ($\bar{X} = 3.387$) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 47 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการบริการ
การออกกำลังกายในสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตคณะวิทยาศาสตร์

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 81)			นิสิตหญิง (N = 85)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรแบ่งการใช้สถานที่เป็นวัน ๆ	3.629	1.219	มาก	3.517	1.181	มาก
2. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งเป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีการปิดประกาศไว้เพื่อจะได้ทราบและหลีกเลี่ยงการใช้	3.814	0.988	มาก	4.105	0.859	มาก
3. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรมีกิจกรรมประเภทเดียว	3.604	1.375	มาก	3.447	1.258	ปานกลาง
4. สถานที่ออกกำลังกายควรมีที่นั่งพักผ่อนอย่างเพียงพอ	4.209	1.008	มาก	4.200	0.870	มาก
5. สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้องปฐมพยาบาลอยู่ใกล้เคียง	4.037	0.967	มาก	4.282	0.833	มาก
6. สถานที่ออกกำลังกายควรมีอุปกรณ์ให้บริการอย่างเพียงพอ	4.444	0.836	มาก	4.600	0.710	มากที่สุด

ตาราง 47 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 81)			นิสิตหญิง (N = 85)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
7. สถานที่ออกกำลังกายควรมี ตู้เก็บเสื้อผ้า	4.185	0.963	มาก	4.270	0.880	มาก
8. สถานที่ออกกำลังกายควรมี ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้าและห้อง อาบน้ำ	4.234	0.912	มาก	4.505	0.683	มาก
9. สถานที่ออกกำลังกายไม่ ควรมีบุคคลภายนอกเข้ามา ใช้	3.481	1.215	ปานกลาง	3.576	1.137	มาก
10. ควรมีห้องเก็บและยืม อุปกรณ์โดยเฉพาะ	4.135	0.876	มาก	4.129	0.973	มาก
11. ต้องการให้มีสนาม บาสเกตบอลเพิ่มขึ้น	3.913	0.977	มาก	3.800	0.985	มาก
12. ต้องการให้มีสนามตะกร้อ เพิ่มขึ้น	3.728	1.072	มาก	2.802	1.125	ปานกลาง
13. ต้องการให้มีสนามซอฟท์บอล เพิ่มขึ้น	3.259	0.848	ปานกลาง	3.282	1.211	ปานกลาง
14. ต้องการให้มีสนามเทนนิส เพิ่มขึ้น	3.876	1.065	มาก	3.941	1.015	มาก
15. ต้องการให้มีสนามวอลเลย์ บอลเพิ่มขึ้น	3.790	0.983	มาก	3.611	0.939	มาก

ตาราง 47 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 81)			นิสิตหญิง (N = 85)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
16. ต้องการให้มีสนามเปตองเพิ่มขึ้น	3.098	0.902	ปานกลาง	2.705	1.142	ปานกลาง
17. ต้องการให้มีสนามแบดมินตันเพิ่มขึ้น	4.296	0.828	มาก	4.223	0.864	มาก
18. ต้องการให้มีสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น	4.432	0.921	มาก	4.658	0.809	มากที่สุด

จากตาราง 47 แสดงว่านิสิตชายคณะวิทยาศาสตร์ต้องการบริการการออกกำลังกายกลางแจ้งที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกในระดับมากทุกข้อ ยกเว้น ความต้องการเกี่ยวกับสถานที่ออกกำลังกาย ไม่ควรมีบุคคลภายนอกเข้ามาใช้ ($\bar{X} = 3.481$) ต้องการให้มีสนามซอฟต์บอลเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.259$) และต้องการให้มีสนามเปตองเพิ่ม ($\bar{X} = 3.098$) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

นิสิตหญิงต้องการบริการออกกำลังกายกลางแจ้งที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกมากที่สุดในระดับมากที่สุดคือ สถานที่ออกกำลังกายควรมีอุปกรณ์ให้บริการอย่างเพียงพอ ($\bar{X} = 4.600$) และความต้องการให้มีสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 4.658$) ส่วนที่มีความต้องการน้อยที่สุดคือ สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรมีกิจกรรมประเภทเดียว ($\bar{X} = 3.447$) ความต้องการให้มีสนามซอฟต์บอลเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.282$) และความต้องการให้มีสนามเปตองเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 2.705$)

ตาราง 48 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการบริการ
การออกกําดังกายตามบุคลากรของนิติคณะวิทยาศาสตร์

ความต้องการ	นิติชาย (N = 81)			นิติหญิง (N = 85)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ควรมีบุคลากรคอยแนะนำ ในการออกกําดังกาย	3.716	0.883	มาก	3.917	0.743	มาก
2. บุคลากรที่คอยแนะนำควร เป็นอาจารย์ภาควิชา พลศึกษา	3.629	0.980	มาก	3.600	0.902	มาก
3. บุคลากรที่คอยแนะนำควร เป็นนิติคณะพลศึกษา	3.049	1.105	ปานกลาง	3.035	0.993	ปานกลาง
4. บุคลากรที่คอยแนะนำควร เป็นผู้สนใจด้านนี้โดยตรง	3.654	1.085	มาก	3.705	1.021	มาก
5. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควร เป็นผู้ชำนาญการแต่ละด้าน	4.234	0.898	มาก	4.094	0.867	มาก
6. ควรมีบุคลากรให้ความรู้ ด้านกติกากการแข่งขันกีฬา ประเภทต่าง ๆ	3.915	0.854	มาก	3.741	1.001	มาก
7. ควรมีบุคลากรทำหน้าที่ ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้เกี่ยวกับการเคลื่อนไหว ทางด้านการออก กําดังกาย	3.925	0.905	มาก	3.894	0.913	มาก

ตาราง 48 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 81)			นิสิตหญิง (N = 85)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
8. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	4.185	0.853	มาก	4.141	0.874	มาก
9. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของ	4.024	1.042	มาก	4.011	0.944	มาก
10. ควรมีเจ้าหน้าที่เบิก-จ่ายอุปกรณ์	4.283	0.825	มาก	4.270	0.746	มาก
11. ควรมีเจ้าหน้าที่ห้องพยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย	4.259	0.802	มาก	4.588	0.677	มากที่สุด

จากตาราง 48 แสดงว่านิสิตชายคณะวิทยาศาสตร์มีความต้องการบริการการออกกำลังกายด้านบุคลากรในระดับมากทุกข้อ ยกเว้นความต้องการเกี่ยวกับบุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นนิสิตคณะพลศึกษา ($\bar{X} = 3.049$) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

นิสิตหญิงมีความต้องการบริการออกกำลังกายด้านบุคลากรมากที่สุดคือ ควรมีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย ($\bar{X} = 4.588$) ส่วนที่มีความต้องการในอันดับสุดท้าย คือ บุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นนิสิตคณะพลศึกษา ($\bar{X} = 3.035$)

ตาราง 49 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการบริการ
การออกกำลังกายกลางแจ้งที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตคณะแพทยศาสตร์

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 47)			นิสิตหญิง (N = 18)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายรวมกัน ควรแบ่งการใช้สถานที่เป็นวัน ๆ	4.042	1.082	มาก	3.777	0.942	มาก
2. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งเป็นที่เรียนและออกกำลังกายรวมกัน ควรมีตารางปิดประกาศไว้เพื่อจะได้ทราบและหลีกเลี่ยงการใช้	4.021	0.988	มาก	3.833	0.786	มาก
3. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรมีกิจกรรมประเภทเดียว	3.978	1.259	มาก	3.444	0.983	ปานกลาง
4. สถานที่ออกกำลังกายควรมีที่นั่งพักผ่อนอย่างเพียงพอ	4.404	0.825	มาก	4.055	0.639	มาก
5. สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้องปฐมพยาบาลอยู่ใกล้เคียง	4.170	1.049	มาก	3.944	0.872	มาก

ตาราง 49 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 47)			นิสิตหญิง (N = 18)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
6. สถานที่ออกกำลังกายควรมีอุปกรณ์ให้บริการอย่างเพียงพอ	4.617	0.644	มากที่สุด	4.444	0.615	มาก
7. สถานที่ออกกำลังกายควรมีตู้เก็บเสื้อผ้า	3.893	1.088	มาก	3.833	0.618	มาก
8. สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้องเปลี่ยนเสื้อผ้าและห้องอาบน้ำ	4.063	1.008	มาก	3.833	0.707	มาก
9. สถานที่ออกกำลังกายไม่ควรมีบุคคลภายนอกเข้ามาใช้	3.829	1.006	มาก	3.800	1.043	ปานกลาง
10. ควรมีห้องเก็บและยืมอุปกรณ์โดยเฉพาะ	4.319	0.694	มาก	4.388	0.607	มาก
11. ต้องการให้มีสนามบาสเกตบอลเพิ่มขึ้น	4.148	1.141	มาก	3.722	0.826	มาก
12. ต้องการให้มีสนามตะกร้อเพิ่มขึ้น	3.127	0.940	ปานกลาง	2.166	0.923	น้อย
13. ต้องการให้มีสนามซอฟท์บอลเพิ่มขึ้น	3.127	0.946	ปานกลาง	3.388	1.092	ปานกลาง

ตาราง 49 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 47)			นิสิตหญิง (N = 18)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
14. ต้องการให้มีสนามเทนนิสเพิ่มขึ้น	4.404	0.876	มาก	4.666	0.766	มากที่สุด
15. ต้องการให้มีสนามวอลเลย์บอลเพิ่มขึ้น	3.872	1.013	มาก	3.444	1.041	ปานกลาง
16. ต้องการให้มีสนามเปตองเพิ่มขึ้น	3.276	1.346	ปานกลาง	1.611	1.036	น้อย
17. ต้องการให้มีสนามแบดมินตันเพิ่มขึ้น	4.382	0.767	มาก	4.666	0.840	มากที่สุด
18. ต้องการให้มีสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น	4.787	0.463	มากที่สุด	4.777	0.732	มากที่สุด

จากตาราง 49 แสดงว่านิสิตชายคณะแพทยศาสตร์มีความต้องการบริการการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกมากที่สุด คือ สถานที่ออกกำลังกายควรมีอุปกรณ์ให้บริการอย่างเพียงพอ ($\bar{X} = 4.617$) และต้องการให้มีสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 4.787$) ส่วนที่มีความต้องการในอันดับสุดท้าย คือ ต้องการให้มีสนามตะกร้อเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.127$) ต้องการให้มีสนามซอฟท์บอลเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.127$) และต้องการให้มีสนามเปตองเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.276$)

นิสิตหญิงมีความต้องการบริการการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกมากที่สุด คือ ต้องการให้มีสนามแบดมินตันเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 4.666$) และต้องการให้มีสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 4.777$) ส่วนที่มีความต้องการในอันดับสุดท้ายคือ ต้องการให้มีสนามตะกร้อเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 2.166$) และต้องการให้มีสนามเปตองเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 1.611$)

ตาราง 50 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกายด้านบุคลากรของนิสิตคณะแพทยศาสตร์

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 47)			นิสิตหญิง (N = 18)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ควรมีบุคลากรคอยแนะนำในการออกกำลังกาย	3.765	1.201	มาก	3.722	0.826	มาก
2. บุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นอาจารย์ภาควิชาพลศึกษา	3.659	1.184	มาก	3.555	0.921	มาก
3. บุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นนิสิตคณะพลศึกษา	3.127	1.244	ปานกลาง	2.944	0.639	ปานกลาง
4. บุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นผู้สนใจด้านนี้โดยตรง	4.127	1.034	มาก	3.277	1.017	ปานกลาง
5. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญการแต่ละด้าน	4.340	0.841	มาก	4.110	0.963	มาก
6. ควรมีบุคลากรให้ความรู้ด้านกติกากีฬาแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	4.148	0.908	มาก	3.222	0.942	ปานกลาง

ตาราง 50 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 47)			นิสิตหญิง (N = 18)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
7. ควรมีบุคลากรทำหน้าที่ ประชาสัมพันธ์ให้ชาวสาร คามรู้เกี่ยวกับการ เคลื่อนไหวกักกัน						
ออกกำลังกาย	3.893	1.047	มาก	3.440	1.096	มาก
8. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลความ ปลอดภัยในบริเวณที่ออก กำลังกาย	4.297	0.930	มาก	3.660	0.840	มาก
9. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝาก สิ่งของ	4.404	0.876	มาก	3.722	0.958	มาก
10. ควรมีเจ้าหน้าที่เบิก-จ่าย ยืมอุปกรณ์	4.319	0.754	มาก	4.110	0.832	มาก
11. ควรมีเจ้าหน้าที่ห้องพยาบาล ประจำสถานที่ออกกำลังกาย	4.319	0.862	มาก	4.166	0.785	มาก

จากตาราง 50 แสดงว่านิสิตชายคณะแพทยศาสตร์มีความต้องการบริการ
การออกกำลังกายด้านบุคลากรในระดับมากทุกข้อ ยกเว้นความต้องการเกี่ยวกับบุคลากร
ที่คอยแนะนำการเป็นนิสิตคณะพลศึกษา ($\bar{X} = 3.127$)

นิสิตหญิงมีความต้องการบริการออกกำลังกายด้านบุคลากรในระดับมากทุกข้อ ยกเว้นความต้องการเกี่ยวกับบุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นนิสิตคณะพลศึกษา ($\bar{X} = 2.944$) บุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นครูสอนใจด้านนี้โดยตรง ($\bar{X} = 3.277$) และควรมีบุคลากรให้ความรู้ด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ

ตาราง 51 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกายด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 90)			นิสิตหญิง (N = 201)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นทั้งเรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรแบ่งการใช้สถานที่เป็นวัน ๆ	3.855	1.033	มาก	3.621	1.055	มาก
2. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งเป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางปิดประกาศไว้เพื่อจะได้ทราบและหลีกเลี่ยงการใช้	4.111	0.866	มาก	4.124	0.859	มาก
3. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรมีกิจกรรมประเภทเดียว	3.655	1.191	มาก	3.547	1.295	มาก
4. สถานที่ออกกำลังกายควรมีที่นั่งพักผ่อนอย่างเพียงพอ	4.130	0.909	มาก	4.258	0.907	มาก

ตาราง 51 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 90)			นิสิตหญิง (N = 201)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
5. สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้องปฐมพยาบาลอยู่ใกล้เคียง	3.833	1.153	มาก	4.258	0.918	มาก
6. สถานที่ออกกำลังกายควรมีอุปกรณ์ให้บริการอย่างเพียงพอ	4.555	0.937	มากที่สุด	4.562	0.705	มาก
7. สถานที่ออกกำลังกายควรมีตู้เก็บเสื้อผ้า	3.788	1.175	มาก	4.263	0.863	มาก
8. สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้องเปลี่ยนเสื้อผ้าและห้องอาบน้ำ	4.211	0.880	มาก	4.507	0.768	มาก
9. สถานที่ออกกำลังกายไม่ควรมีบุคคลภายนอกเข้ามาใช้	3.988	1.033	มาก	3.731	1.165	มาก
10. ควรมีห้องเก็บและยืมอุปกรณ์โดยเฉพาะ	4.144	0.893	มาก	4.248	0.760	มาก
11. ต้องการให้มีสนามบาสเกตบอลเพิ่มขึ้น	4.088	1.034	มาก	3.935	1.025	มาก
12. ต้องการให้มีสนามตะกร้อเพิ่มขึ้น	3.955	1.069	มาก	3.119	0.982	ปานกลาง

ตาราง 51 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 90)			นิสิตหญิง (N = 201)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
13. ต้องการให้มีสนามซอฟต์บอลเพิ่มขึ้น	3.355	0.903	ปานกลาง	3.208	1.032	มาก
14. ต้องการให้มีสนามเทนนิสเพิ่มขึ้น	3.822	1.204	มาก	3.631	1.045	มาก
15. ต้องการให้มีสนามวอลเลย์บอลเพิ่มขึ้น	3.822	1.034	มาก	3.815	0.906	มาก
16. ต้องการให้มีสนามเปตองเพิ่มขึ้น	3.055	1.063	ปานกลาง	3.114	1.109	ปานกลาง
17. ต้องการให้มีสนามแบดมินตันเพิ่มขึ้น	4.388	0.932	มาก	4.293	0.793	มาก
18. ต้องการให้มีสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น	4.755	0.605	มากที่สุด	4.666	0.795	มากที่สุด

จากตาราง 51 แสดงว่านิสิตชายคณะศึกษาศาสตร์มีความต้องการบริการการออกกำลังกายกลางแจ้งที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกมากที่สุด สถานที่ออกกำลังกายควรมีอุปกรณ์ให้บริการอย่างเพียงพอ ($\bar{X} = 4.555$) และต้องการให้มีสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 4.755$) ส่วนความต้องการในอันดับสุดท้ายคือ ต้องการให้มีสนามซอฟต์บอลเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.355$) และต้องการให้มีสนามวอลเลย์บอลเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.055$)

นิสิตหญิงมีความต้องการบริการออกกำลังกายที่ อูปรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกมากที่สุดคือ สถานที่ออกกำลังกายควรมีอุปกรณ์ให้บริการอย่างเพียงพอ ($\bar{X} = 4.562$) และต้องการให้มีสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 4.755$) ส่วนความต้องการในอันดับสุดท้ายคือ ต้องการให้มีสนามตะกร้อเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.119$) ต้องการให้มีสนามซอฟท์บอลเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.208$) ต้องการให้มีสนามเปตองเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.114$)

ตาราง 52 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกายที่บุคลากรของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 90)			นิสิตหญิง (N = 201)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ควรมีบุคลากรคอยแนะนำในการออกกำลังกาย	3.877	0.790	มาก	3.855	0.907	มาก
2. บุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นอาจารย์ภาควิชาพลศึกษา	3.722	0.924	มาก	3.587	0.981	มาก
3. บุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นนิสิตคณะพลศึกษา	3.155	1.160	ปานกลาง	2.845	0.963	ปานกลาง
4. บุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นผู้สนใจค่านี้อย่างตรง	3.811	0.946	มาก	3.636	1.123	มาก
5. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็นผู้ชำนาญการแต่ละด้าน	4.155	0.859	มาก	4.059	0.859	มาก
6. ควรมีบุคลากรให้ความรู้ด้านกติกาการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ	3.911	0.943	มาก	3.800	0.995	มาก

ตาราง 52. (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 90)			นิสิตหญิง (N = 201)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
7. ควรมีบุคลากรทำหน้าที่ ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้เกี่ยวกับการเคลื่อน ไหวทางคานออกก่าลังกาย	3.888	0.999	มาก	4.059	0.892	มาก
8. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลความ ปลอดภัยในบริเวณสถานที่ ออกก่าลังกาย	3.900	1.039	มาก	4.119	0.892	มาก
9. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝาก สิ่งของ	3.977	1.027	มาก	4.000	0.984	มาก
10. ควรมีเจ้าหน้าที่เบิก-จ่าย ยืมอุปกรณ์	4.366	0.799	มาก	4.278	0.807	มาก
11. ควรมีเจ้าหน้าที่ห้องพยาบาล ประจำสถานที่ออกก่าลังกาย	4.211	0.917	มาก	4.283	0.802	มาก

จากตาราง 52 แสดงว่านิสิตชายคณะศึกษาศาสตร์มีความต้องการการบริการ
ออกก่าลังกายคานบุคลากรในระดับมากทุกข้อ ยกเว้นความต้องการที่เกี่ยวกับบุคลากร
ที่คอยแนะนำการเป็นนิตคณะพลศึกษา ($\bar{X} = 3.155$) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

นิสิตหญิงมีความต้องการการบริการออกก่าลังกายคานบุคลากรในระดับมากทุกข้อ
ยกเว้นความต้องการที่เกี่ยวกับบุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นนิตคณะพลศึกษา ($\bar{X} = 2.845$)
ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 53 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการ
บริการออกกำลังกายตามสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิต
คณะสังคมศาสตร์

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 60)			นิสิตหญิง (N = 72)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. สถานที่ออกกำลังกาย ซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรแบ่งการใช้สถานที่เป็นวัน ๆ	3.583	1.211	มาก	3.611	1.145	มาก
2. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งเป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางมีคประกาศไว้เพื่อจะได้ทราบและหลีกเลี่ยงการใช้	3.833	1.137	มาก	4.097	1.063	มาก
3. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรมีกิจกรรมาประเภทเดียว	3.951	1.185	มาก	3.833	1.210	มาก
4. สถานที่ออกกำลังกายควรมีที่นั่งพักผ่อนอย่างเพียงพอ	4.300	0.961	มาก	4.416	0.884	มาก
5. สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้องปฐมพยาบาลอยู่ใกล้เคียง	4.250	0.932	มาก	4.222	0.842	มาก

ตาราง 53 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 60)			นิสิตหญิง (N = 72)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
6. สถานที่ออกกำลังกายควรมีอุปกรณ์ให้บริการอย่างเพียงพอ	4.433	0.830	มาก	4.625	0.937	มากที่สุด
7. สถานที่ออกกำลังกายควรมีตู้เก็บเสื้อผ้า	4.051	0.964	มาก	4.180	0.997	มาก
8. สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้องเปลี่ยนเสื้อผ้าและห้องอาบน้ำ	4.251	0.950	มาก	4.513	0.691	มากที่สุด
9. สถานที่ออกกำลังกายไม่ควรมีบุคคลภายนอกเข้ามาใช้	4.133	1.049	มาก	3.666	1.100	มาก
10. ควรมีห้องเก็บและยืมอุปกรณ์โดยเฉพาะ	4.216	0.922	มาก	4.305	0.866	มาก
11. ต้องการให้มีสนามบาสเกตบอลเพิ่มขึ้น	3.583	2.279	มาก	3.875	1.310	มาก
12. ต้องการให้มีสนามตะกร้อเพิ่มขึ้น	3.383	1.415	ปานกลาง	2.944	1.413	ปานกลาง
13. ต้องการให้มีสนามซอฟท์บอลเพิ่มขึ้น	3.800	1.204	มาก	4.930	1.281	มาก
14. ต้องการให้มีสนามเทนนิสเพิ่มขึ้น	3.583	1.211	มาก	4.041	0.895	มาก

ตาราง 53 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 60)			นิสิตหญิง (N = 72)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
15. ต้องการให้มีสนาม วอลเลย์บอลเพิ่มขึ้น	3.816	1.127	มาก	4.069	1.117	มาก
16. ต้องการให้มีสนามเบตอง เพิ่มขึ้น	3.583	1.356	มาก	3.013	0.847	ปานกลาง
17. ต้องการให้มีสนาม แบดมินตันเพิ่มขึ้น	4.316	0.965	มาก	4.527	0.804	มากที่สุด
18. ต้องการให้มีสระว่ายน้ำ เพิ่มขึ้น	4.733	0.841	มากที่สุด	4.750	0.666	มากที่สุด

จากตาราง 53 แสดงว่านิสิตชายคณะสังคมศาสตร์ มีความต้องการบริการ
การออกกำลังกายกลางแจ้งที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกมากที่สุด คือ ต้องการให้มี
สระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 4.733$) ส่วนที่มีความต้องการในอันดับสุดท้ายคือ ต้องการให้มี
สนามตะกร้อเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.383$)

นิสิตหญิงมีความต้องการบริการการออกกำลังกายกลางแจ้งที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกมากที่สุดคือ สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องอาบน้ำ
($\bar{X} = 4.527$) ความต้องการให้มีสนามแบดมินตันเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 4.527$) และต้องการ
ให้มีสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 4.750$) ส่วนที่มีความต้องการในอันดับสุดท้ายคือ ต้องการ
ให้มีสนามตะกร้อเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 2.944$) ต้องการให้มีสนามเบตองเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 4.527$)

ตาราง 54 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการบริการ
การออกกำลังกายตามบุคลากรของนิสิตจากคณะสังคมศาสตร์

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 60)			นิสิตหญิง (N = 72)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ควรมีบุคลากรคอยแนะนำ ในการออกกำลังกาย	3.583	0.996	มาก	3.791	0.963	มาก
2. บุคลากรที่คอยแนะนำ ควรเป็นอาจารย์ ภาควิชาพลศึกษา	3.616	0.993	มาก	3.416	1.031	มาก
3. บุคลากรที่คอยแนะนำควร เป็นนิสิตคณะพลศึกษา	3.100	1.052	ปานกลาง	2.680	1.004	ปานกลาง
4. บุคลากรที่คอยแนะนำ ควรเป็นผู้สนใจด้านนี้ โดยตรง	3.833	0.959	มาก	3.680	1.059	มาก
5. บุคลากรที่ให้คำแนะนำ ควรเป็นผู้ชำนาญการ แต่ละด้าน	3.833	1.090	มาก	4.194	0.743	มาก
6. ควรมีบุคลากรให้ความรู้ ด้านนันทนาการแข่งขันกีฬา ประเภทต่าง ๆ	3.766	1.125	มาก	3.986	0.813	มาก
7. ควรมีบุคลากรทำหน้าที่ ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้เกี่ยวกับการ เคลื่อนไหวทางกาย ออกกำลังกาย	3.916	0.996	มาก	3.777	1.023	มาก

ตาราง 54 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 60)			นิสิตหญิง (N = 72)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
8. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณสถานที่ออกกำลังกาย	4.051	1.095	มาก	4.069	0.983	มาก
9. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของ	4.166	1.137	มาก	3.930	0.997	มาก
10. ควรมีเจ้าหน้าที่เบิกจ่ายยืมอุปกรณ์	4.251	0.913	มาก	4.222	0.791	มาก
11. ควรมีเจ้าหน้าที่ห้องพยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย	4.451	0.928	มาก	4.097	0.807	มาก

จากตาราง 54 แสดงว่านิสิตชายคณะสังคมศาสตร์มีความต้องการบริการการออกกำลังกายด้านบุคลากรในระดับมากทุกข้อ ยกเว้นความต้องการเกี่ยวกับบุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นนิสิตคณะพลศึกษา ($\bar{X} = 3.100$) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

นิสิตหญิงมีความต้องการบริการออกกำลังกายด้านบุคลากรในระดับมากที่สุด ยกเว้นความต้องการเกี่ยวกับบุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นนิสิตคณะพลศึกษา ($\bar{X} = 2.680$) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 55 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการบริการ
การออกกำลังกายในสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตรวมทุกคณะ

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 379)			นิสิตหญิง (N = 534)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรแบ่งการใช้สถานที่เป็นวัน ๆ	3.825	1.148	มาก	3.750	1.071	มาก
2. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งเป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางปิดประกาศไว้เพื่อจะได้ทราบและหลีกเลี่ยงการใช้	4.039	0.989	มาก	4.147	0.897	มาก
3. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรมีกิจกรรมประเภทเดียว	3.755	1.268	มาก	3.629	1.236	มาก
4. สถานที่ออกกำลังกายควรมีที่นั่งพักผ่อนอย่างเพียงพอ	4.166	0.987	มาก	4.217	0.939	มาก
5. สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้องปฐมพยาบาลอยู่ใกล้เคียง	4.116	1.022	มาก	4.275	0.836	มาก
6. สถานที่ออกกำลังกายควรมีอุปกรณ์ให้บริการอย่างเพียงพอ	4.535	0.793	มากที่สุด	4.597	0.671	มากที่สุด

ตาราง 55 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 379)			นิสิตหญิง (N = 534)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
7. สถานที่ออกกำลังกายควรมี ตู้เก็บเสื้อผ้า	4.071	1.042	มาก	4.269	0.886	มาก
8. สถานที่ออกกำลังกายควรมี ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้าและห้อง อาบน้ำ	4.319	0.903	มาก	4.524	0.713	มากที่สุด
9. สถานที่ออกกำลังกายไม่ควร มีบุคคลภายนอกเข้ามาใช้	3.960	1.103	มาก	3.732	1.099	มาก
10. ควรมีห้องเก็บและยืมอุปกรณ์ โดยเฉพาะ	4.266	0.885	มาก	4.271	0.814	มาก
11. ต้องการให้มีสนาม บาสเกตบอลเพิ่มขึ้น	3.939	1.090	มาก	3.771	1.097	มาก
12. ต้องการให้มีสนามตะกร้อ เพิ่มขึ้น	3.633	1.131	มาก	2.949	1.173	ปานกลาง
13. ต้องการให้มีสนามซอฟท์บอล เพิ่มขึ้น	3.331	1.044	ปานกลาง	3.425	1.197	ปานกลาง
14. ต้องการให้มีสนามเทนนิส เพิ่มขึ้น	3.889	1.128	มาก	3.936	1.033	มาก
15. ต้องการให้มีสนาม วอลเลย์บอลเพิ่มขึ้น	3.786	1.063	มาก	3.831	0.987	มาก

ตาราง 55 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 379)			นิสิตหญิง (N = 534)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
16. ต้องการให้มีสนามเปตองเพิ่มขึ้น	3.084	1.183	ปานกลาง	2.934	1.111	ปานกลาง
17. ต้องการให้มีสนามแบดมินตันเพิ่มขึ้น	4.237	0.946	มาก	4.318	0.833	มาก
18. ต้องการให้มีสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น	4.635	0.758	มากที่สุด	4.677	0.780	มากที่สุด

จากตาราง 55 แสดงว่านิสิตชายรวมทุกคนมีความต้องการบริการการออกกำลังกายกลางแจ้งที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกมากที่สุดคือ สถานที่ออกกำลังกายที่มีอุปกรณ์ให้บริการอย่างเพียงพอ ($\bar{X} = 4.536$) และต้องการให้มีสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 4.635$) ส่วนความต้องการในอันดับสุดท้ายคือ ต้องการให้มีสนามซอฟต์บอลเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.336$) และต้องการให้มีสนามเปตองเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.084$)

นิสิตหญิงรวมทุกคนมีความต้องการบริการการออกกำลังกายกลางแจ้งที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกมากที่สุดคือ สถานที่ออกกำลังกายที่มีอุปกรณ์ให้บริการอย่างเพียงพอ ($\bar{X} = 4.597$) สถานที่ออกกำลังกายที่มีห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องอาบน้ำ ($\bar{X} = 4.524$) และต้องการให้มีสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 4.677$) ส่วนความต้องการอันดับสุดท้ายต้องการให้มีสนามซอฟต์บอลเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 3.425$) และต้องการให้มีสนามเปตองเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 2.934$)

ตาราง 56 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความต้องการบริการ
การออกกำลังกายตามบุคลากรของนิสิตรวมทุกคณะ

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 379)			นิสิตหญิง (N = 534)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ควรมีบุคลากรคอยแนะนำ ในการออกกำลังกาย	3.854	0.960	มาก	3.850	0.868	มาก
2. บุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็น อาจารย์ภาควิชาพลศึกษา	3.781	0.995	มาก	3.632	0.982	มาก
3. บุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็น นิสิตคณะพลศึกษา	3.118	1.154	ปานกลาง	2.848	1.012	ปานกลาง
4. บุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็น ผู้สนใจด้านนี้โดยตรง	3.802	1.031	มาก	3.632	1.095	มาก
5. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควรเป็น ผู้อำนวยการแต่ละคณะ	4.120	0.969	มาก	4.069	0.957	มาก
6. ควรมีบุคลากรให้ความรู้ด้าน กติกากีฬาแข่งขันกีฬาประเภท ต่าง ๆ	3.963	0.972	มาก	3.827	0.972	มาก
7. ควรมีบุคลากรทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสารความรู้ เกี่ยวกับการเคลื่อนไหว ทางด้านการออกกำลังกาย	3.984	0.962	มาก	3.970	0.936	มาก
8. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลความ ปลอดภัยในบริเวณสถานที่ ออกกำลังกาย	4.100	0.962	มาก	4.119	0.888	มาก

ตาราง 56 (ต่อ)

ความต้องการ	นิสิตชาย (N = 379)			นิสิตหญิง (N = 534)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
9. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝาก สิ่งของ	4.121	1.008	มาก	4.031	0.963	มาก
10. ควรมีเจ้าหน้าที่เบิก-จ่าย ยืมอุปกรณ์	4.353	0.830	มาก	4.294	0.802	มาก
11. ควรมีเจ้าหน้าที่หอพยาบาล ประจำสถานที่	4.387	0.835	มาก	4.357	0.763	มาก

จากตาราง 56 แสดงว่านิสิตชายรวมทุกคนมีความต้องการบริการออกกำลังกาย
ด้านบุคลากรในระดับมากทุกข้อ ยกเว้นความต้องการเกี่ยวกับบุคลากรที่คอยแนะนำ
ควรเป็นนิสิตคณะพลศึกษา ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

นิสิตหญิงรวมทุกคนมีความต้องการบริการการออกกำลังกายด้านบุคลากรในระดับ
มากทุกข้อ ยกเว้นความต้องการเกี่ยวกับบุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นนิสิตคณะพลศึกษา
($\bar{X} = 3.118$) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 57 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกาย
 ที่สถานี่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตคณะพลศึกษา จำแนกตามเพศ

เพศ	N	$\bar{X}$	s^2	t
ชาย	50	73.260	52.142	1.115
หญิง	42	74.857	40.068	

** $p < .01$ ($t = 2.617$, $df = 90$)

จากตาราง 57 แสดงว่าค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกาย
 ที่สถานี่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตชายและนิสิตหญิง
 คณะพลศึกษา ไม่แตกต่างกันทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 58 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายค่านมบุคลากรของนิสิตคณะพลศึกษา จำแนกตามเพศ

เพศ	N	$\bar{X}$	s^2	t
ชาย	50	47.060	22.543	1.486
หญิง	42	45.761	37.161	

$$^{**} p < .01 (t = 2.617, df = 90)$$

จากตาราง 58 แสดงว่าค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายค่านมบุคลากรของนิสิตชายและนิสิตหญิง คณะพลศึกษา ไม่แตกต่างกันทางสถิติ
ที่ระดับ .01

ตาราง 59 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกาย้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตคณะมนุษยศาสตร์
จำแนกตามเพศ

เพศ	N	$\bar{x}$	s^2	t
ชาย	51	71.431	75.047	0.621
หญิง	116	71.517	65.545	

** $p < .01$ ($t = 2.576$, $df = 165$)

จากตาราง 59 แสดงว่าค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกาย้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตชายและนิสิตหญิง
คณะมนุษยศาสตร์ ไม่แตกต่างกันทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 60 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายค่านบุคลากรของนิสิตคณะมนุษยศาสตร์ จำแนกตามเพศ

เพศ	N	$\bar{X}$	s^2	t
ชาย	51	42.725	39.753	0.413
หญิง	116	42.336	28.259	

** $p < .01$ ($t = 2.576$, $df = 165$)

จากตาราง 60 แสดงว่าค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายค่านบุคลากรของนิสิตชายและนิสิตหญิง คณะมนุษยศาสตร์ ไม่แตกต่างกันทาง
สถิติที่ระดับ .01

ตาราง 61 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายค่านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตคณะวิทยาศาสตร์
จำแนกตามเพศ

เพศ	N	$\bar{X}$	s^2	t
ชาย	81	70.172	41.242	0.443
หญิง	85	69.694	55.012	

** $p < .01$ ($t = 2.576$, $df = 164$)

จากตาราง 61 แสดงว่าค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกาย
ค่านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตชาย และนิสิตหญิง คณะวิทยาศาสตร์
ไม่แตกต่างกันทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 62 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกาย คำนวณบุคลากรของนิสิตคณะวิทยาศาสตร์ จำแนกตามเพศ

เพศ	N	$\bar{X}$	S^2	t
ชาย	81	42.925	37.835	0.081
หญิง	85	43.000	32.593	

$$** p < .01 (t = 2.576, df = 164)$$

จากตาราง 62 แสดงว่าค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกาย คำนวณบุคลากรของนิสิตชาย และนิสิตหญิง คณะวิทยาศาสตร์ ไม่แตกต่างกัน
ทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 63 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายค่านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตคณะแพทยศาสตร์
จำแนกตามเพศ

เพศ	N	$\bar{X}$	s^2	t
ชาย	47	72.595	60.326	2.45
หญิง	18	67.500	44.502	

$$^{**} p < .01 (t = 2.617, df = 63)$$

จากตาราง 63 แสดงว่าค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายค่านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตชายและนิสิตหญิง
คณะแพทยศาสตร์ ไม่แตกต่างกันทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 64 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายตามบุคลิกภาพของนิสิตคณะแพทยศาสตร์ จำแนกตามเพศ

เพศ	N	$\bar{X}$	S^2	t
ชาย	47	44.404	52.157	2.35
หญิง	18	39.944	31.349	

$$**p < .01 (t = 2.617, df = 63)$$

จากตาราง 64 แสดงว่าค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายตามบุคลิกภาพของนิสิตชายและนิสิตหญิง คณะแพทยศาสตร์ ไม่แตกต่างกันทาง
สถิติที่ระดับ .01

ตาราง 65 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายคานสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์
จำแนกตามเพศ

เพศ	N	$\bar{X}$	s^2	t
ชาย	90	71.522	62.710	0.602
หญิง	201	70.920	62.283	

** $p < .01$ ($t = 2.576$, $df = 289$)

จากตาราง 65 แสดงว่าค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายคานสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตชายและนิสิตหญิง
คณะศึกษาศาสตร์ ไม่แตกต่างกันทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 66 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายคานบุคลากรของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ จำแนกตามเพศ

เพศ	N	$\bar{X}$	s^2	t
ชาย	90	42.977	33.028	0.594
หญิง	201	42.527	37.210	

** $p < .01$ ($t = 2.576$, $df = 289$)

จากตาราง 66 แสดงว่าค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายคานบุคลากรของนิสิตชายและนิสิตหญิง คณะศึกษาศาสตร์ ไม่แตกต่างกันทางสถิติ
ที่ระดับ .01

ตาราง 67 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกายที่ อุบลราชธานี สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตคณะสังคมศาสตร์ จำแนกตามเพศ

เพศ	N	$\bar{X}$	s^2	t
ชาย	60	71.800	92.352	0.539
หญิง	72	72.625	63.856	

** $p < .01$ ($t = 2.576$, $df = 130$)

จากตาราง 67 แสดงว่าค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกายที่ อุบลราชธานี สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตชายและนิสิตหญิง คณะสังคมศาสตร์ ไม่แตกต่างกันทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 68 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายต้านบุคลากรของนิสิตคณะสังคมศาสตร์ จำแนกตามเพศ

เพศ	N	$\bar{X}$	s^2	t
ชาย	60	42.616	40.806	0.714
หญิง	72	41.847	35.760	

$$^{**} p < .01 \text{ (} t = 2.576, df = 130 \text{)}$$

จากตาราง 68 แสดงว่าค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายต้านบุคลากรของนิสิตชายและนิสิตหญิง คณะสังคมศาสตร์ ไม่แตกต่างกัน
ทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 69 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายคานสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตรวมทุกคน จำแนก
ตามเพศ

เพศ	N	$\bar{X}$	S^2	t
ชาย	379	71.627	62.869	0.695
หญิง	534	71.260	61.340	

** $p < .01$ ($t = 2.576$, $df = 911$)

จากตาราง 69 แสดงว่าค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายคานสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตชายและนิสิตหญิง
รวมทุกคน ไม่แตกต่างกันทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 70 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายด้านบุคลากรของนิสิตรวมทุกคณะ จำแนกตามเพศ

เพศ	N	$\bar{X}$	s^2	t
ชาย	379	43.591	38.788	2.363
หญิง	534	42.636	34.739	

** $p < .01$ ($t = 2.576$, $df = 911$)

จากตาราง 70 แสดงว่าค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายด้านบุคลากรของนิสิตชายและนิสิตหญิงรวมทุกคณะ ไม่แตกต่างกันทางสถิติ
ที่ระดับ .01

ตาราง 71 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายคานสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิต จำแนกตามคณะ

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	5	1100.867	220.173	3.607 **
ภายในกลุ่ม	907	55362.092	61.039	
รวมทั้งฉบับ	912	5662.959		

** $p < .01$ ($F_{5,907} = 3.04$)

จากตาราง 71 แสดงว่านิสิตแต่ละคณะมีความต้องการในบริการการออก
กำลังกายคานสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 72 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่เกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกาย้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิต จำแนกตามคณะ

กลุ่มตัวอย่าง	วิทยาศาสตร์ ศึกษาาสตร์ แพทย์ศาสตร์ มนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ พหุศึกษา						
	$\bar{X}$	69.927	71.106	71.184	71.491	72.250	73.989
วิทยาศาสตร์	69.972	-	1.179	1.257	1.564	2.330	4.062**
ศึกษาาสตร์	71.106		-	.078	0.385	1.144	2.863
แพทย์ศาสตร์	71.184			-	0.307	1.066	2.805
มนุษยศาสตร์	71.491				-	0.759	2.498
สังคมศาสตร์	72.250					-	1.739
พหุศึกษา	73.989						-
		r	2	3	4	5	6
		q.99 (r,907)	3.64	4.12	4.40	4.60	4.76
MS _{error/n}		q.99 (r,907)	2.515	2.847	3.040	3.179	3.289

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 72 แสดงว่านิสิตคณะพหุศึกษามีความต้องการบริการการออกกำลังกาย้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก แตกต่างกับคณะวิทยาศาสตร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนคู่อื่นไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 73 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความต้องการบริการการออก
กำลังกายคานบุคลากรของนิสิต จำแนกตามคณะ

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	5	1274.230	254.846	7.180 **
ภายในกลุ่ม	907	32190.784	35.491	
รวมทั้งนับ	912	33465.014		

** $p < .01$ ($F_{5,907} = 3.04$)

จากตาราง 73 แสดงว่านิสิตแต่ละคณะมีความต้องการบริการการออก
กำลังกายคานบุคลากรแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 74 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่เกี่ยวกับความ
ต้องการบริการการออกกำลังกายคำนวณผลการของนิสิต จำแนกตามคณะ

กลุ่มตัวอย่าง	สังคมศาสตร์ มนุษยศาสตร์ ศึกษาศาสตร์ วิทยาศาสตร์ แพทย์ศาสตร์ พหุศึกษา						
	$\bar{x}$	42.196	42.455	42.666	42.963	43.169	46.467
สังคมศาสตร์	42.196	-	.259	.470	.767	.973	4.271**
มนุษยศาสตร์	42.455		-	.211	.508	.714	4.012**
ศึกษาศาสตร์	42.666			-	.297	.503	3.801**
วิทยาศาสตร์	42.963				-	.206	3.537**
แพทย์ศาสตร์	43.169					-	3.298**
พหุศึกษา	46.467						-
		r	2	3	4	5	6
q		q.99 (r,907)	3.64	4.12	4.40	4.46	4.76
MS _{error/n}		q.99 (r,907)	1.918	2.171	2.319	2.424	2.509

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 74 แสดงว่านิสิตคณะพหุศึกษามีความต้องการบริการการออกกำลังกาย
คำนวณผลการแตกต่างกันกับนิสิตคณะสังคมศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์
และคณะแพทย์ศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนอื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อทราบถึงการใช้เวลาว่างควยการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
2. เพื่อทราบถึงความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกาย ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
3. เพื่อทราบถึงการใช้เวลาว่างควยการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย ตามที่มหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
4. เพื่อทราบถึงปัญหาการใช้เวลาว่างควยการออกกำลังกายของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
5. เพื่อทราบระดับความต้องการบริการการออกกำลังกาย คานสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และความต้องการคานบุคลากร ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
6. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างกันเกี่ยวกับความต้องการ บริการการออกกำลังกาย คานสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และความต้องการคานบุคลากรระหว่างนิสิตชายและ นิสิตหญิง ระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
7. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างเกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกาย คานสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และความต้องการคานบุคลากร ของนิสิตแต่ละคณะ ระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนิสิตระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ปีการศึกษา 2529 จำนวน 913 คน โดยได้มาจากการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาคนควา

เป็นแบบสอบถามวัดการใช้เวลาวางตัวการออกกำลังกาย ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศและคณะ

ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามการใช้เวลาวางตัวการออกกำลังกาย ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบตรวจรายการ (Check List) ซึ่งมีข้อเขตนี้นี้ ด้านการออกกำลังกาย ความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกาย ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย และด้านปัญหาของการออกกำลังกาย

ส่วนที่ 3 เป็นแบบสอบถามการใช้เวลาวางตัวการออกกำลังกาย ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบประมาณค่า (Rating Scale) ซึ่งมีข้อเขตนี้นี้เกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกายตามสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากร

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าร้อยละของแบบสอบถามเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างกายการออกกำลังกาย ในด้านต่าง ๆ
2. หาค่าความถี่ของการใช้เวลาวางตัวการออกกำลังกายเกี่ยวกับสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากร โดยเปรียบเทียบตามเกณฑ์มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด
3. เปรียบเทียบความแตกต่าง เกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกายตามสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากร จำแนกตามเพศ โดยใช้สถิติ
4. เปรียบเทียบความแตกต่างเกี่ยวกับความต้องการบริการออกกำลังกายตามสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากร ของนิสิตแต่ละคณะ โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One Way Analysis of Variance)
5. ตรวจสอบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยวิธี ของนิวแมน คูลด์ (Newman Keuls Method)

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างควมการออกกำลังกายของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร ดังนี้

1. การออกกำลังกาย

นิสิตส่วนมากใช้เวลาว่างควมการออกกำลังกาย และนิสิตจะได้รับความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายมากที่สุด จากบุคลากร และอาจารย์ผู้สอน รองลงมาได้แก่ โทรทัศน์ และหนังสือพิมพ์ตามลำดับ นิสิตชาย หญิง จะใช้วันที่มีการเรียนการสอน ออกกำลังกายมากกว่าวันหยุดราชการ โดยนิสิตชายจะออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.00 - 17.00 น. มากที่สุด รองลงมา เวลา 17.00 - 18.00 น. นิสิตหญิงจะออกกำลังกายในช่วงเวลา 17.00 - 18.00 น. รองลงมา เวลา 16.00 - 17.00 น. และในการออกกำลังกายแต่ละครั้ง นิสิตชายจะใช้เวลาออกกำลังกายมากที่สุดมากกว่า 1 ชั่วโมง นิสิตหญิงจะใช้เวลา 10 - 20 นาที รองลงมาใช้เวลา 20 - 30 นาที และใน 1 สัปดาห์ นิสิตชายจะออกกำลังกายประมาณ 3 - 4 ครั้ง นิสิตหญิงประมาณ 1 - 2 ครั้ง ส่วนสถานที่ที่นิสิตทั้งชายหญิงส่วนมากใช้เป็นสถานที่ออกกำลังกาย ได้แก่ โรงฝึกพลศึกษา ในวันที่มีการเรียนการสอน วันหยุดราชการนิสิตทั้งชายหญิงจะใช้สถานที่ที่บ้าน เป็นที่ออกกำลังกายมากที่สุด และใช้สถานที่ในมหาวิทยาลัยเป็นที่ออกกำลังกายรองลงมา

กิจกรรมภายในมหาวิทยาลัยที่นิสิตทั้งชายหญิง ใช้เวลาว่างควมการออกกำลังกาย ประเภทกิจกรรมในร่ม นิสิตออกกำลังกายด้วยการเล่นแบดมินตันมากที่สุด รองลงมาได้แก่ เทเบิลเทนนิส ประเภทกิจกรรมกลางแจ้ง นิสิตชายออกกำลังกายด้วยการเล่นฟุตบอลมากที่สุด นิสิตหญิงใช้กำลังกายโดยการวิ่งเหยาะๆมากที่สุด

สำหรับเหตุผลที่นิสิตชายหญิงใช้เวลาว่างควมการออกกำลังกายนั้น นิสิตให้เหตุผลว่าให้สุขภาพร่างกายแข็งแรงที่สุด รองลงมาคือ ผ่อนคลายความตึงเครียด และได้รับความสนุกสนาน และนิสิตชายหญิงให้เหตุผลที่ออกกำลังกายภายในมหาวิทยาลัยว่า มีเพื่อนมาก มากที่สุด รองลงมาคือ มีอุปกรณ์ให้ใช้ ประหยัดเงิน และมีความปลอดภัย

2. ความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกาย

นิสิตชายส่วนมากมีความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกายประเภทฟุตบอลมากที่สุด รองลงมา วอลเลย์บอล บาสเกตบอล และว่ายน้ำ ตามลำดับ

นิสิตหญิงส่วนมากมีความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกายประเภทว่ายน้ำมากที่สุด รองลงมาได้แก่ วอลเลย์บอล แบดมินตัน และบาสเกตบอล ตามลำดับ

3. ค่านิยมเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ

นิสิตส่วนมากเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายในกิจกรรมกีฬาน้องใหม่ มากที่สุด รองลงมาได้แก่ กีฬายาวไกล และกีฬา 8 วิทยาเขต โดยนิสิตชายส่วนมากจะเข้าร่วมในฐานะเป็นผู้เล่นมากที่สุด และเป็นผู้เชียร์รองลงมา ส่วนนิสิตหญิงจะเข้าร่วมในฐานะผู้เชียร์มากที่สุด และเป็นผู้เล่นรองลงมา

4. ปัญหาของการใช้เวลาว่างกับการออกกำลังกาย

นิสิตส่วนมากมีปัญหาเกี่ยวกับสถานที่ออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย ที่เหมือนกันคือการออกกำลังกายในโรงฝึกพลศึกษาอากาศร้อนอบอ้าวมากที่สุด ปัญหาอื่น ๆ ที่รองลงมา ได้แก่ สถานที่ออกกำลังกายมักไม่ว่าง และสถานที่ออกกำลังกายมีน้อยเกินไป

ในด้านปัญหาเกี่ยวกับอุปกรณ์การออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย นิสิตชายหญิงมีความเห็นเหมือนกันว่า อุปกรณ์การออกกำลังกายไม่เพียงพอมากที่สุด รองลงมาได้แก่ ขาดบริการด้านการยืม และไม่มีอุปกรณ์ให้ยืม ตามลำดับ

ส่วนที่เป็นปัญหาค้นหาของนิสิตเกี่ยวกับการออกกำลังกาย นิสิตชายหญิงส่วนมากมีปัญหาไม่มีเวลาว่างพอที่จะออกกำลังกายก็ คือ มีภารกิจด้านการเรียนมากที่สุด รองลงมาได้แก่ อยู่นอกวิทยาเขต

และปัญหาของนิสิตในการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย ที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ นิสิตส่วนมากไม่มีเวลาว่างพอที่จะเข้าร่วมกิจกรรมใดมากที่สุด รองลงมาได้แก่ ไม่ทราบข่าวสารรายละเอียดของโครงการ กิจกรรมไม่น่าสนใจ และสถานที่ อุปกรณ์ ไม่น่าจัดกิจกรรม ตามลำดับ

5. เหตุผลของผู้ที่ไม่ออกกำลังกาย

นิสิตชายหญิง ให้เหตุผลของการที่ไม่ใช้เวลาว่างกับการออกกำลังกายเหมือนกัน คือ ไม่มีเวลาว่างพอ มากที่สุด และให้เหตุผลอื่น ๆ รองลงมาได้แก่ ใช้เวลาว่างประกอบกิจกรรมอื่น ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม และมีความบกพร่องทางกาย

เกี่ยวกับการใช้เวลารอการออกกำลังภายในความต้องการบริการออกกำลังภายในมหาวิทยาลัยแต่ละท่าน

1. คำนวณค่าเฉลี่ยของ สิ่งอำนวยความสะดวก

นิสิตชายมีความต้องการบริการการออกกำลังภายใน ที่ต้องการให้สถานที่ออกกำลังภายในมีอุปกรณ์ให้บริการอย่างเพียงพอ ($\bar{X} = 4.536$) และต้องการให้มีสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 4.635$) มากที่สุด

นิสิตหญิง มีความต้องการบริการการออกกำลังภายในที่ต้องการให้สถานที่ออกกำลังภายในมีอุปกรณ์ให้บริการอย่างเพียงพอ ($\bar{X} = 4.597$) สถานที่ออกกำลังภายในควรมีห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องอาบน้ำ ($\bar{X} = 4.524$) และต้องการให้มีสระว่ายน้ำเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 4.677$) มากที่สุด

2. คำนวณบุคลากร

นิสิตชายหญิง มีความต้องการบริการการออกกำลังภายในบุคลากรที่เหมือนกันโดยมีความต้องการในระดับมาก คือ ควรมีบุคลากรคอยแนะนำในการออกกำลังภายในเป็นอาจารย์ ภาควิชาพลศึกษา ผู้ประสานงาน ผู้สนใจโดยตรง และมีบุคลากรคอยให้ความรู้ด้านการออกกำลังกาย การแข่งขันกีฬาระยะต่าง ๆ นอกจากนี้ควรมีบุคลากรที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสารความรู้เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวทางด้านการออกกำลังภายใน ทั้งควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยรับฝากสิ่งของ เจ้าหน้าที่เบิกจ่ายอุปกรณ์ และเจ้าหน้าที่ของพยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังภายใน ส่วนที่มีความต้องการบุคลากรในระดับปานกลางคือ บุคลากรที่คอยแนะนำควรเป็นนิสิตคณะพลศึกษา

เปรียบเทียบความแตกต่างเกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังภายในของนิสิตชายและนิสิตหญิงในแต่ละท่าน

1. คำนวณค่าเฉลี่ยของ สิ่งอำนวยความสะดวก

พบว่า นิสิตชายและนิสิตหญิง มีความต้องการบริการการออกกำลังภายใน คำนวณค่าเฉลี่ยของ สิ่งอำนวยความสะดวกไม่แตกต่างกัน

2. คำนวณบุคลากร

พบว่า นิสิตชายและนิสิตหญิง มีความต้องการบริการการออกกำลังภายในบุคลากรไม่แตกต่างกัน

เปรียบเทียบความแตกต่างเกี่ยวกับความต้องการบริการการออกกำลังกาย ของนิสิตแต่ละคณะในแต่ละคาบ

1. คานสถานที่ อุปกรณ สิ่งอำนวยความสะดวก
พบว่านิสิตแต่ละคณะมีความต้องการบริการการออกกำลังกายคานสถานที่ อุปกรณ สิ่งอำนวยความสะดวกแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01
2. คานบุคลากร
พบว่านิสิตแต่ละคณะมีความต้องการบริการการออกกำลังกายคานบุคลากรแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

1. จากการศึกษาค้นคว้าพบวานิสิตชายและนิสิตหญิง มีความต้องการบริการการออกกำลังกายคานสถานที่ อุปกรณ สิ่งอำนวยความสะดวก และความต้องการทางคานบุคลากรไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ในข้อ 1 และ 2 ทั้งนี้เพราะจากสภาพแวดล้อมภายในมหาวิทยาลัย จะเห็นได้ว่านิสิตจะมีการเรียนและกิจกรรมต่าง ๆ ที่คล้ายกัน มีการเรียนวิชาการกิจกรรมพลศึกษา เป็นวิชาพื้นฐานของการศึกษา มีกิจกรรมการกีฬาที่จัดและดำเนินการภายในมหาวิทยาลัยร่วมกัน เช่น การแข่งขันกีฬาระหว่างวิชาเอกภายในคณะ กีฬานองใหม่ กีฬายภายใน กีฬา 8 วิทยาเขต ความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกายของนิสิตก็มีมาก ดังจะเห็นจากการศึกษาที่พบวานิสิตชายออกกำลังกายคิดเป็นร้อยละ 80.74 นิสิตหญิงคิดเป็นร้อยละ 75.84 เมื่อสภาพการต่าง ๆ ของนิสิตทั้งชายและนิสิตหญิงเป็นไปรวมกัน นิสิตจึงมีความต้องการบริการการออกกำลังกายในคานสถานที่ อุปกรณ สิ่งอำนวยความสะดวก และความต้องการบริการทางคานบุคลากร เป็นไปในทางที่สอดคล้องไม่แตกต่างกัน จะเห็นได้จากความต้องการในระดับคาบเฉลี่ย นิสิตทั้งชายและนิสิตหญิงมีความต้องการอยู่ในระดับมากและมากที่สุด เช่น ความต้องการให้สถานที่ออกกำลังกายมีอุปกรณ อย่างเพียงพอ และมีความต้องการให้สโมสรวายนำของมหาวิทยาลัย นอกจากนี้การบริการทางคานบุคลากร ยังต้องการให้ผู้ที่คอยแนะนำการออกกำลังกาย ไม่ว่าจะเป็นอาจารย์ภาควิชาพลศึกษา ผู้นำนันทนาการคานต่าง ๆ ทั้งการให้บริการคานการยืมอุปกรณ การดูแลรักษาความปลอดภัย และเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำสถานที่ออกกำลังกาย จึงเห็นได้ว่านิสิตชายและนิสิตหญิงมีความต้องการ

บริการด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และความต้องการบริการทางกายภาพ
ในระดับมากไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับรายงานการวิจัยของ เจริญ กระบวนรัตน์ และคนอื่น ๆ
(เจริญ กระบวนรัตน์ และคนอื่น ๆ 2525 : ก - จ) ที่พบว่านิสิตต้องการใหม่หาวิทยาลัย
จัดสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกให้เพียงพอในการบริการ และต้องการผู้อำนวยการ
การ เป็นผู้ที่คอยให้คำแนะนำการออกกำลังกายและสอดคล้องกับงานวิจัยของ มาลี ศิริ ที่พบว่า
(มาลี ศิริ 2515 : บทคัดย่อ) สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี ชาติอัครากำดัง สถานที่
และอุปกรณ์การจัดโปรแกรมพลศึกษา ดังนั้นเพื่อสนองความต้องการการใช้เวลาว่างด้วยการออก
กำลังกาย ของนิสิต ทางมหาวิทยาลัยจึงควรให้การสนับสนุนและจัดหาอุปกรณ์การออกกำลังกาย
ให้นิสิตอย่างพอเพียงอันจะนำไปสู่การประกอบกิจกรรมการออกกำลังกายต่าง ๆ ของนิสิต เพื่อ
จะช่วยให้เกิดการเรียนรู้ในการแก้ปัญหาสามารถช่วยตนเอง มีการตัดสินใจที่เหมาะสม โดยนำเอา
ประสบการณ์ที่ได้จากการรวมกิจกรรมไปใช้ในอาชีพที่ประกอบอยู่ได้เป็นอันมาก (สมควร อภัยพันธุ์
2527 : 19 - 20)

2. จากการศึกษาค้นคว้าพบว่านิสิตแต่ละคนมีความต้องการบริการออกกำลังกาย ด้าน
สถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ
จากการเปรียบเทียบเป็นรายคู่ พบว่าคณะที่แตกต่างกันคือ นิสิตคณะพลศึกษา กับนิสิตคณะวิทยาศาสตร์
ส่วนคณะอื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง ทั้งนี้เพราะว่านิสิตคณะพลศึกษาต้องเรียนวิชากิจกรรมทาง
พลศึกษาทั้งภาคทฤษฎีและปฏิบัติตามหลักสูตรมากกว่าคณะอื่น ๆ ซึ่งเป็นวิชาที่จะต้องเรียนเพื่อให้
เกิดความรู้ ความสามารถ ทั้งทางด้านทักษะกีฬา ด้านสมรรถภาพทางกาย ตลอดจนวิชาการต่าง ๆ
เพื่อที่จะนำความรู้ไปใช้ในวิชาชีพต่อไป นิสิตคณะพลศึกษาจึงจำเป็นต้องฝึกฝนตนเอง
ให้มีคุณสมบัติของผู้ที่จะมีอาชีพเป็นนักพลศึกษา ดังที่ วอลเตอร์ และชวาก (Walter and Zwaag.
1964 : 11) กล่าวว่า นักพลศึกษาจะต้องได้รับการศึกษาอบรมและฝึกฝนทางด้านพลศึกษาโดยเฉพาะ
ให้มีความรู้ทักษะ ความชำนาญเฉพาะอย่าง มีความรู้ทางการศึกษา มีการตัดสินใจด้วยตนเอง
ขณะเดียวกันคณะวิทยาศาสตร์ส่วนใหญ่จะมีภาระงานการเรียนมาก แม้ว่าจะเห็นความสำคัญของการ
ออกกำลังกาย แต่ก็เป็นไปในลักษณะของการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เพื่อผ่อนคลายความ
ตึงเครียด เพื่อความสนุกสนาน ไม่ได้ออกกำลังกายเพื่อนำไปใช้ในวิชาชีพของตน และเมื่อนำมา

เปรียบเทียบในด้านการออกกำลังกาย จะเห็นได้ว่าคณะพลศึกษาที่มีโอกาสที่จะเอื้ออำนวยต่อการออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬา มากกว่าคณะวิทยาศาสตร์ ทั้งสถานที่ เวียน และกิจกรรมที่จำเป็นอย่างยิ่งของศึกษาหาความรู้ที่อยู่ในสถานที่ใกล้เคียง

ฉะนั้น การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาของคณะพลศึกษาจึงมุ่งเพื่อฝึกฝนหาความรู้ ประสบการณ์ ทักษะ สมรรถภาพทางกายและจิตใจ ให้สูงขึ้นเพื่อให้เกิดความชำนาญในสาขาวิชาชีพของตน คณะพลศึกษาจึงเห็นคุณค่าและความสำคัญต่อความต้องการในสถานศึกษา อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกมากกว่าและแตกต่างกับคณะวิทยาศาสตร์ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน

3. จากการศึกษาค้นคว้าทวนวนนิสิตแต่ละคณะมีความต้องการด้านบุคลากร แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01 และจากการเปรียบเทียบเป็นรายคู่พบว่า คณะพลศึกษามีความต้องการบริการด้านบุคลากรแตกต่างกับคณะมนุษยศาสตร์ วิทยาศาสตร์ แพทย์ศาสตร์ ศึกษาศาสตร์ และสังคมศาสตร์ ส่วนคณะอื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง ทั้งนี้เพราะว่านิสิตคณะพลศึกษาเป็นนิสิตที่ต้องมีการเรียนเกี่ยวข้องกับกีฬาและการออกกำลังกายโดยตรง มีความจำเป็นที่ต้องนำความรู้ความสามารถ ประสบการณ์ในการเรียนไปใช้ในวิชาชีพของตน นิสิตคณะพลศึกษาจึงต้องฝึกฝนฝึกฝนให้สมรรถภาพสูงขึ้น ไม่ว่าในทางทฤษฎี และปฏิบัติ อันจะนำไปสู่คุณลักษณะของครูพลศึกษาที่พึงประสงค์ ส่วนนิสิตคณะต่าง ๆ นั้น มิได้มีจุดหมายที่จะออกกำลังกาย เพื่อจะนำประโยชน์ไปใช้ในวิชาชีพของตน แต่จะออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ผ่อนคลายความตึงเครียดและสนุกสนาน การให้ความสำคัญของการออกกำลังกายจึงแตกต่างกัน นิสิตคณะพลศึกษาจึงต้องการบุคลากรที่จะให้คำแนะนำในการออกกำลังกายอย่างถูกต้อง ต้องการข่าวสารรายละเอียดเกี่ยวกับการกีฬา การออกกำลังกายตลอดจนบุคลากรในด้านการบริการ เบิก-จ่าย อุปกรณ์เป็นอย่างยิ่ง เพื่อจะเป็นประสบการณ์ ความรู้ ความสามารถของตนเองให้สูงขึ้น ดังที่ ผาณิต บิลมาศ (ผาณิต บิลมาศ 2522 : 255 - 257) ได้วิจัยถึงคุณลักษณะของครูพลศึกษาที่พึงปรารถนาว่าครูพลศึกษามีลักษณะดังนี้ ด้านการสอน ควร เป็นผู้มีความรู้ความเข้าใจ ความมุ่งหมายของหลักสูตร รู้จักการมีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีความรับผิดชอบ รู้จักควบคุมอารมณ์ มีมนุษยสัมพันธ์ มีความเชื่อมั่นในตัวเอง มีความสามารถด้านทักษะ การกีฬา สามารถสอนและเข้าร่วมกิจกรรมได้หลายอย่าง มีท่าทางเป็นนักกีฬา เป็นพลเมืองที่ดี และมีลักษณะการเป็นผู้นำ นิสิตของคณะพลศึกษาจึงเห็นคุณค่าต่อบุคลากรที่จะมาให้

ความรู้ และให้บริการต่าง ๆ อันจะนำตนเองเป็นนักพลศึกษาที่พึงประสงค์ได้ ความต้องการ
การบริการทางคานูกุลากร ของนิสิตคณะพลศึกษาจึงแตกต่างกันนิสิตคณะต่าง ๆ ซึ่งเป็นไปตาม
สมมติฐาน

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ มหาวิทยาลัยน่าจะได้นำผลการ เกี่ยวกับการบริการนิสิตใน
คานูกุลากรต่าง ๆ ดังนี้

1. มหาวิทยาลัยควรส่งเสริมกิจกรรมการออกกำลังกายในให้มากขึ้น และมีสถานที่
อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกให้เพียงพอกับนิสิตที่ต้องการออกกำลังกาย
2. มหาวิทยาลัย ควรมีหน่วยงานที่รับผิดชอบ เกี่ยวกับการบริการยืมอุปกรณ์ให้แน่นอน
และจัดวิธีการในการยืมอุปกรณ์ให้สะดวกขึ้น
3. ทางมหาวิทยาลัยควรให้ความดูแลเอาใจใส่ ซ่อมแซมบำรุงรักษาบริเวณสถานที่
ออกกำลังกาย ตลอดจนอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ให้อยู่ในสภาพที่ดี และนำไปใช้ได้
4. ทางมหาวิทยาลัยควรกำหนดคุณสมบัติ ระเบียบ ข้อบังคับของผู้นมาใช้สถานที่ ยืมอุปกรณ์
เพื่อการออกกำลังกายที่ประกาศไว้ให้ชัดเจนทุกแห่ง
5. ทางมหาวิทยาลัยไม่ควรอนุญาตให้บุคคลภายนอกเข้ามาใช้สถานที่ออกกำลังกายใน
มหาวิทยาลัย เว้นเสียแต่ได้รับพิจารณาจากมหาวิทยาลัยเป็นราย ๆ ไป
6. ทางมหาวิทยาลัยควรมีห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย ตู้เก็บเสื้อผ้า ที่รับ
ฝากของ ในบริเวณที่อยู่ใกล้เคียงกับสถานที่ออกกำลังกาย
7. มหาวิทยาลัยควรจัดหาบุคลากรที่มีความรู้ ความชำนาญทางด้านการออกกำลังกาย
ไว้บริการแนะนำแก่นิสิต โดยจัดไว้ที่สถานที่ที่นิสิตมีความสนใจในกิจกรรมนั้นมาก ในช่วงเวลาที่มี
ผู้ออกกำลังกายมาก
8. ในการเรียนการสอนวิชากิจกรรมพลศึกษา ควรจะ เน้นถึงประโยชน์ของการออก
กำลังกาย และให้นิสิตสามารถนำไปปฏิบัติได้ในชีวิตประจำวัน
9. ทางมหาวิทยาลัยควรจัดให้มีการเรียนการสอนในวิชาที่นิสิตส่วนมากสนใจใน
กิจกรรมนั้น ๆ ไม่ว่าจะเป็นลักษณะโปรแกรมพิเศษ หรือโปรแกรมในชั้นเรียน

10. ทางมหาวิทยาลัยควรจัดกิจกรรมเกี่ยวกับการออกกำลังกาย และใช้วิทยากร มาพูดเป็นครั้งคราว หรือมาฝึกเป็นพิเศษ และมีศูนย์ประชาสัมพันธ์ให้ชาวสวนความรู้เรื่องข้อเท็จจริง
11. ทางมหาวิทยาลัยควรจัดให้เจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในทรัพย์สิน และรักษา ความสะอาดสถานที่ออกกำลังกายเป็นประจำ
12. ควรมีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำอยู่ที่สถานออกกำลังกาย เพื่อจะคอยช่วยเหลือ ใต้เท้าทางที่เกิดอุบัติเหตุจากการ เล่นกีฬา
13. ควรมีห้องให้บริการตามสไตล์ที่ทันสมัย สำหรับที่จะให้บริการเกี่ยวกับกิจกรรมการ ออกกำลังกาย หรือกีฬาที่น่าสนใจตามวันเวลาที่เหมาะสม ไม่ว่าจะเป็นภาพยนตร์ หรือวิดีโอเทป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาการใช้เวลาว่างของกิจกรรมการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัยต่าง ๆ เพื่อจะได้เป็นแนวทางในการทำวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างอื่น เพื่อมาศึกษาเปรียบเทียบกัน
2. ควรศึกษาการใช้เวลาว่างของการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัยที่ไม่มีการ เรียน การสอนกิจกรรมพลศึกษา เพื่อนำผลการวิจัยมาศึกษาเปรียบเทียบกัน
3. ควรศึกษาการใช้เวลาว่างของการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัยของเอกชน เพื่อ นำผลการวิจัยมาศึกษาเปรียบเทียบกัน
4. ควรศึกษาการใช้เวลาว่างของการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัยตามตัวแปร สถานะทางเศรษฐกิจ และระดับชั้น ปี เป็นต้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

"การจัดตั้งศูนย์ส่งเสริมสุขภาพพลานามัยประจำจังหวัดชลบุรี" สยามกีฬา 25 พฤษภาคม 2529, หน้า 8

กอง วิสุทธกรรม "แผนการศึกษาแห่งชาติ" วารสารศึกษา พลศึกษาและสันทนาการ 2 : 37 - 38 เมษายน 2521

"เล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ" วารสารศึกษา พลศึกษาและสันทนาการ 1 - 4 : 30 - 31 มกราคม - ตุลาคม 2520

คงศักดิ์ เจริญรักษ์ โปรแกรมพลศึกษาของโรงเรียนรัฐบาลมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ ค.ม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2517, 79 หน้า อุดรธานี

เจริญ กระบวนรัตน์ และคนอื่น ๆ ความต้องการรับบริการทางด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัย รายงานการวิจัยสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 2525, 69 หน้า อุดรธานี

ดวงใจ สิทธิไชย การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นสังกัดกรมสามัญศึกษาในกรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ ค.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2521, 114 หน้า อุดรธานี

ดวงเดือน พิศาลบุตร การแนะนำ พิมพ์ครั้งที่ 6 คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2515, 189 หน้า

ประพันธ์ ลักษณะพิสุทธิ์ และคนอื่น ๆ การใช้เวลาว่างและกิจกรรมสันทนาการของประชากรกรุงเทพมหานคร รายงานการวิจัยของสถาบันวิจัยสภาวะแวดล้อม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2523, 108 หน้า อุดรธานี

ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่ นันทนาการ ภาควิชาสันทนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2527, 132 หน้า

ปรีชา บรรมา "การอบรมเด็กใหญ่จักใช้เวลาว่าง" อนุสารวิจัยศึกษา กองเผยแพร่การศึกษา โรงพิมพ์คุรุสภา 20 พฤศจิกายน 2504, หน้า 7 - 18

ณาคี นิลมาศ คุณลักษณะของครูพลศึกษาที่พึงปรารถนาสำหรับโรงเรียนมัธยมในกรุงเทพมหานคร

วิทยานิพนธ์ ค.ม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2522, 329 หน้า อุดมศึกษา

ณอมวงศ์ ทวีบุรณ ศูนย์ เนตร นวกิจกุล และศิรินาถ บุญสงวน การใช้เวลานอกเวลาเรียน
ของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย รายงานการสำรวจและวิจัย ฝ่ายวางแผนและพัฒนา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2524, 163 หน้า อุดมศึกษา

ทศินยา มากวิริยะ ความคิดเห็นเกี่ยวกับงานอดิเรกของวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2518

วิทยานิพนธ์ ค.บ. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2518, 62 หน้า อุดมศึกษา

พลศึกษา, กรม กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ กระทรวงศึกษาธิการ การออกกำลังกายและ
การออกกำลังกายของประชาชนในกรุงเทพมหานคร 2526, 46 หน้า อุดมศึกษา

มาลี ศิริ ปัญหาและความต้องการในการจัดโปรแกรมพลศึกษา สุขศึกษา และสันทนาการ
ของสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้า วิทยานิพนธ์ ค.ม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2515

69 หน้า อุดมศึกษา

ระพี โสมภูติ การสำรวจการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2506

ในจังหวัดพระนคร วิทยานิพนธ์ ค.บ. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2506, 86 หน้า

อุดมศึกษา

รัชนา กาญจนะวิชัย สำรวจการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอน โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2511 วิทยานิพนธ์ ค.บ. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2511,

53 หน้า อุดมศึกษา

วรวิจิ จรัสตระกูล ปัญหาวัยรุ่น วิทยานิพนธ์ ค.ม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2509,

77 หน้า อุดมศึกษา

วรสนา คุณาภิสิทธิ์ การใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร

วิทยานิพนธ์ ค.ม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2524, 136 หน้า อุดมศึกษา

วิไล ฆะปะภาตะพันธ์ ปัญหาการจัดและดำเนินการโปรแกรมพลศึกษาในโรงเรียนพลศึกษา
ในกรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ ค.ม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2521, 124 หน้า

อุดมศึกษา

วัน สังข์สะอาด การสำรวจการใช้เวลาว่างของนักเรียนในโรงเรียนนิวส์ศึกษาและอาชีวศึกษา

ในจังหวัดพระนครและธนบุรี ปริญญาโท คศ.ม. วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร

2505, 138 หน้า อุดมศึกษา

ศรีนครินทร์วิโรฒ ประสานมิตร, มหาวิทยาลัย คู่มือและหลักสูตรการศึกษาชั้นปริญญาตรี

พ.ศ. 2527 โรงพิมพ์เจ้าพระยาการพิมพ์ กรุงเทพมหานคร 2527, 648 หน้า

สงวน มณีแสง การจัดโปรแกรมพลศึกษาระดับปริญญาตรีในภาคกลาง วิทยานิพนธ์ ค.ม.,

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2517, 292 หน้า อุดมศึกษา

สมควร อภัยพันธุ์ "การบูรณมรดกวิทยาเขตกลาง" เสียง มศว. วารสารสาธิตอาจารย์

3 : 123 กุมภาพันธ์ - มิถุนายน 2527

สำเร็จ จันทรโณกุล การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 - 6

ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร ปริญญาโท คศ.ม.

มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ ประสานมิตร 2524, 139 หน้า อุดมศึกษา

ลำออง พวงบุตร "การพลศึกษาในทศวรรษใหม่" วารสารสุขศึกษา พลศึกษา สันทนาการ

2 . 4 เมษายน 2525

อาทร ชนเห็นชอบ คำกราบบังคมทูลของนายกสภามหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ พิมพ์ในพิธี

พระราชทานปริญญาบัตร มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ ปทุมวัน 14 สิงหาคม 2528

โรงพิมพ์ศรีอนันต์ 2528, 33 หน้า

อวย เกตุสิงห์ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา องค์การส่งเสริมกีฬา

แห่งประเทศไทย 2514, 62 หน้า

Book Walter, Karl W. and Vander Zwaag, H.J. Foundations and Principles of Physical Education, Philadelphia : W.B. Saunders Company, 1964. 394 p.

Cronbach, Lee Joseph. Essentials of Psychological Testing. 3 rd. ed., New York, 1970. 752 p.

Crow, Lester D. and Crow, Alice. Child Psychology. New York, Barnes & Noble, Inc., 1955. 214 p.

Ferguson, George A. Statistical Analysis in Psychology and Education. New York, McGraw Hill, Co., 1966. 446 p.

- Fox, J.E. "Leisure-time social backgrounds in a suburban community," Journal of Educational Sociology. p. 493 - 503. 7, 1934.
- Godbey, Geoffrey, and Parker, Stanley. Leisure Studies and Services : An Over View. Philadelphia : W.B. Saunder Co., 1972. 194 p.
- Humphrey, Robert D. "The Relationship of Participation in Out-of School Activities to School Achievement," Thesis Abstract. p. 125 - 131. Series No. 11 School of Education Indiana University, 1960.
- Hurlock, E.B., Adolescent Development. p. 282 - 330. New York, McGraw-Hill Book Company, 1949.
- Jones, Anna May. Leisure Time Education. New York : Harper and Brothers, 1946. 235 p.
- Kaplan, Max. Leisure : Theory and Policy. New York, John Wiley & Son, Inc., 1975 444 p.
- Markey, F.V. "Imaginative behavior of preschool children," Child Development Monograph. No. 18, 1935.
- Nash, Jay B. The Philosophy of Recreation and Leisure. p. 62 St. Louis : G.U. Mosby Co., 1953.
- Reece, L.H. "The play needs of children age 6 to 12," Marriage Family Living. p. 131 - 134. 16, 1954.
- Sapora, Allen V., The Theory of Play and Recreation. New York, Ronald Press, 1961. 558 p.
- Walpole, Ronald E. Introduction to Statistics. New York, The Macmillan Company, 1972. 365 p.
- Winer, B.J. Statistical Principles in Experimental Design. 2 nd., edition New York, McGraw-Hill, 1971. 907 p.

ภาคผนวก

แบบสอบถาม เพื่อการวิจัย เรื่อง

การใช้เวลาวางกายการออกกำลังกายของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

แบบสอบถามนี้จัดทำขึ้นเพื่อสำรวจการใช้เวลาวางกายการออกกำลังกายของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ซึ่งแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม แบบสอบถามเป็นแบบตรวจรายการ (Checklist)

ส่วนที่ 2 การใช้เวลาวางกายการออกกำลังกายในแต่ละด้านคือ

- ก. ด้านการออกกำลังกาย
- ข. ด้านความสนใจกิจกรรมการออกกำลังกาย
- ค. ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย
- ง. ความปัญหาของการใช้เวลาวางกายการออกกำลังกาย

แบบสอบถามเป็นแบบตรวจรายการ (Checklist)

ส่วนที่ 3 การใช้เวลาวางกายการออกกำลังกายในด้านความต้องการเกี่ยวกับการบริการของมหาวิทยาลัยแบบสอบถามเป็นแบบประเมินค่า (Rating Scale)

แบบสอบถาม
ส่วนที่ 1

คำชี้แจง ในการตอบแบบสอบถาม

1. โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ หน้าข้อความที่เป็นจริง
 2. โปรดเติมข้อความหรือตัวเลขลงในช่องว่าง....ให้สอดคล้องกับคำถาม
1. รายละเอียดเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม
 - 1.1 เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
 - 1.2 คณะ

ส่วนที่ 2

ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้เวลาดาวงการออกกำลังกายในแต่ละวัน

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ☐ หน้าข้อความที่ท่านเลือกตอบ หรือเติมข้อความที่ท่านต้องการตอบลงในช่องว่างที่กำหนดให้

ส่วนที่ 2

ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างควมการ ออกกำลังกายในแต่ละวัน

ในปัจจุบันท่านได้ใช้เวลาว่างออกกำลังกายบ้างหรือไม่

- ☐ ใ้กำลังกาย (ในทอมเฉพาะขอ ก - ง)
- ☐ ไม่ใ้กำลังกาย (ในทอมเฉพาะขอ จ)

ก. ท่านออกกำลังกาย

1. ท่านใ้รับความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายจากอะไร (ตอบใ้มากกว่า 1 ขอ)

- ☐ โทรทัศน์ ☐ วิทยู
- ☐ หนังสือพิมพ์ ☐ วารสาร นิตยสาร สิ่งตีพิมพ์
- ☐ บุคลากร หรืออาจารย์ผู้สอน

2. ท่านชอบออกกำลังกายใ้วันใด

- ☐ วันใ้มีการเรียนการสอน ☐ วันหยุดราชการ

3. ท่านชอบใ้จะออกกำลังกายใ้ช่วงเวลาใด (ตอบใ้มากกว่า 1 ขอ)

- ☐ 05.00 - 06.00 ☐ 06.00 - 07.00
- ☐ 07.00 - 08.00 ☐ 08.00 - 09.00
- ☐ 09.00 - 10.00 ☐ 10.00 - 11.00
- ☐ 11.00 - 12.00 ☐ 12.00 - 13.00
- ☐ 13.00 - 14.00 ☐ 14.00 - 15.00
- ☐ 15.00 - 16.00 ☐ 16.00 - 17.00
- ☐ 17.00 - 18.00

4. ท่านออกกำลังกาย สัปดาห์ละประมาณกี่ครั้ง

- ☐ 1 - 2 ครั้ง ☐ 3 - 4 ครั้ง
- ☐ 5 - 6 ครั้ง ☐ 7 ครั้ง

5. เวลาที่ท่านเริ่ชออกกำลังกายในแต่ละครั้งประมาณ

- | | |
|--|---------------------------------------|
| ☐ 10 - 20 นาที | ☐ 20 - 30 นาที |
| ☐ 30 - 40 นาที | ☐ 40 - 50 นาที |
| ☐ 50 - 60 นาที | ☐ 1 ชั่วโมง |
| ☐ มากกว่า 1 ชั่วโมงขึ้นไป | |

6. สถานที่ใดในมหาวิทยาลัยที่ท่านชอบออกกำลังกายเป็นประจำ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|--|
| ☐ โรงฝึกพลศึกษา | ☐ สนามบาสเกตบอลกลางแจ้ง |
| ☐ สนามฟุตบอล | ☐ สนามเทนนิส |
| ☐ สนามหน้าคณะพลศึกษา | ☐ หองั่นนันทนาการ |
| ☐ บริเวณหน้าตึกพิมพ์ | ☐ บริเวณรอบสนามฟุตบอล |

7. ในวันเสาร์อาทิตย์หรือวันหยุดนักขัตฤกษ์ ท่านออกกำลังกายท่านมักจะใช้สถานที่ใดออกกำลังกาย

- | | |
|---|---|
| ☐ บ้าน | ☐ สวนสาธารณะ |
| ☐ สนามกีฬาในหมู่บ้าน | ☐ สโมสรเอกชน |
| ☐ มหาวิทยาลัย | ☐ สนามกีฬาของกรุงเทพมหานคร |
| ☐ สนามการกีฬาแห่งประเทศไทย | ☐ สนามกีฬาแห่งชาติ |

8. ถ้าท่านไม่ออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย ท่านไปใช้สถานที่นอกมหาวิทยาลัยออกกำลังกายที่ใด

- | | |
|--|---|
| ☐ บ้าน | ☐ สวนสาธารณะ |
| ☐ สนามกีฬาในหมู่บ้าน | ☐ สโมสรเอกชน |
| ☐ สนามกีฬาแห่งชาติ | ☐ สนามการกีฬาแห่งประเทศไทย |
| ☐ สนามกีฬากรุงเทพมหานคร | |

9. เมื่อมีเวลาว่างในมหาวิทยาลัย ท่านชอบออกกำลังกายประเภทใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

กิจกรรมในร่ม

- | | |
|---------------------------------------|---|
| ☐ เทเบิลเทนนิส | ☐ กิจกรรมเจ้าจังหวัด |
| ☐ แบดมินตัน | ☐ ยืดหยุ่น |
| ☐ แอโรบิก คานซ | ☐ ยูโด |
| ☐ วอลเลย์บอล | |

10. เมื่อมีเวลาว่างในมหาวิทยาลัย ท่านชอบออกกำลังกายประเภทใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
กิจกรรมกลางแจ้ง

- | | |
|------------------------------------|---------------------------------|
| ☐ วิ่งเหยาะ | ☐ เทนนิส |
| ☐ บาสเกตบอล | ☐ เปตอง |
| ☐ ซอฟบอล | ☐ ฟุตบอล |
| ☐ ตะกร้อ | ☐ กีฬา |

11. ท่านชอบออกกำลังกายในมหาวิทยาลัยเพราะเหตุใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|--|--|
| ☐ มีเพื่อนมาก | ☐ ประหยัดเงิน |
| ☐ มีความปลอดภัย | ☐ มีทุเรียนเสื้อผา |
| ☐ บรรยากาศดี | ☐ สถานที่ออกกำลังกายเหมาะสม |
| ☐ มีอุปกรณ์ให้ม | ☐ มีบุคลากรคอยแนะนำ |

12. เหตุผลที่ท่านใช้เวลาว่างกับการออกกำลังกาย (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|--|---|
| ☐ ทำให้สุขภาพดี | ☐ ผ่อนคลายความตึงเครียด |
| ☐ เป็นการเซาสังคม | ☐ เพื่อลดน้ำหนักของร่างกาย |
| ☐ เพื่อให้ร่วทรวงสวยงาม | ☐ ได้รับความสนุกสนาน |
| ☐ เพื่อแข่งขัน | ☐ ได้รับความรู้ใหม่ ๆ |
| ☐ ได้รับความรู้ใหม่ ๆ | ☐ ต้องการหารายได้พิเศษ |

ข. ด้านความสนใจในการออกกำลังกาย

โปรดจัดลำดับความสนใจในกิจกรรมการออกกำลังกาย โดยเขียนตัวเลขลงในช่องหลัง
กิจกรรมที่ท่านสนใจมากที่สุด 10 อันดับ ตั้งแต่อันดับที่ 1 ถึง 10

ฟุตบอล		บาสเกตบอล	
วอลเลย์บอล		แบดมินตัน	
ซอฟต์บอล		ตะกร้อ	
วายน้		เทนนิส	
รักบี้		มวยไทย	
มวยสากล		แฮนด์บอล	
จักรยาน		กอล์ฟ	
โบว์ลิ่ง		กรีฑา	
เทเบิลเทนนิส		ยูโด	
กิจกรรมเขาจังหะ		ลีลาศ	
แอโรบิค คานซ		วิ่งเหยาะ	
บริหารกาย		เดิน	
ยิทยู่น		กระโดดเชือก	
เปตอง		ยิงธนู	

ค. งานการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัย

1. ท่านเคยเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่ทางมหาวิทยาลัย เป็นผู้นับถือชอบอะไรบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ กีฬาน้องใหม่ ☐ กีฬาภายใน
☐ กีฬา มศว. 8 วิทยาเขต ☐ กีฬามหาวิทยาลัย
☐ ไม่เคยเข้าร่วมเลย

2. จากข้อ 1 ท่านเข้าร่วมในฐานะ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ ผู้ชม ☐ ผู้เล่น
☐ ผู้เชียร์ ☐ คณะกรรมการจัดการแข่งขัน

ง. ค่านิยม

1. ท่านเคยมีปัญหากับสถานที่ออกกำลังกายในมหาวิทยาลัยอย่างไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ โรงฝึกพลศึกษาอากาศร้อนอบอ้าว
- ☐ สถานที่ออกกำลังกายมีน้อยเกินไป
- ☐ สถานที่ออกกำลังกายมักมีบุคคลภายนอกเข้ามาใช้
- ☐ ไม่มีห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องอาบน้ำเพียงพอ
- ☐ สถานที่ออกกำลังกายมักจะมีกระโถนว่าง
- ☐ สถานที่ออกกำลังกายมักจะมีการเรียนการสอนอยู่
- ☐ ไม่มีตู้เก็บเสื้อผ้า
- ☐ สนามกลางแจ้งไม่มีไฟฟ้าส่องสว่างเวลากลางคืน

2. ท่านเคยมีปัญหากับอุปกรณ์การออกกำลังกายในมหาวิทยาลัยอย่างไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ อุปกรณ์ไม่เพียงพอ
- ☐ ไม่มีอุปกรณ์ใหม่
- ☐ อุปกรณ์ชำรุด
- ☐ ขาดการบริการด้านการซ่อมอุปกรณ์
- ☐ ไม่มีเจ้าหน้าที่ให้บริการด้านอุปกรณ์

3. ท่านมีปัญหส่วนตัวในการออกกำลังกายในมหาวิทยาลัยคือ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม
- ☐ เวลาว่างไม่เพียงพอ
- ☐ กิจกรรมที่มหาวิทยาลัยไม่น่าสนใจ
- ☐ ไม่ทราบวิธีออกกำลังกาย
- ☐ ไม่มีผู้ฝึกสอนคอยแนะนำ
- ☐ ขาดผู้แพทย์ที่จะช่วยในการออกกำลังกาย
- ☐ ไม่มีเสื้อผ้าที่เหมาะสม
- ☐ บ้านอยู่ไกลจากมหาวิทยาลัย
- ☐ มีภารกิจในด้านการเรียนมาก

4. ท่านมีปัญาในการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้รับผิดชอบ คือ
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ ไม่มีเวลาวางเพียงพอ
☐ ไม่ทราบข่าวสารรายละเอียดของโครงการ
☐ สถานที่ อุปกรณ์ไม่น่าจัดกิจกรรม
☐ กิจกรรมไม่น่าสนใจ

- จ. เหตุผลที่ท่านไม่ออกกำลังกาย (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|--|--|
| ☐ สุขภาพไม่ดี | ☐ มีความบกพร่องทางกาย |
| ☐ ไม่ทราบวิธีการออกกำลังกาย | ☐ ไม่มีเวลาวางพอ |
| ☐ ไม่มีเพื่อนร่วมกิจกรรม | ☐ ไม่มีผู้ฝึกสอน |
| ☐ ค่าใช้จ่ายสูงเกินไป | ☐ เคยได้รับอุบัติเหตุจากการเล่นกีฬา |
| ☐ ทำให้เสียเวลาเรียน | ☐ ใช้เวลาวางประกอบกิจกรรมอื่น ๆ |

ส่วนที่ 3

ข้อมูลเกี่ยวกับความต้องการการบริการ ออกกำลังภายในมหาวิทยาลัย

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ท่านต้องการ แบบสอบถามแต่ละข้อจะมีคำตอบ

ของความต้องการ 5 ระดับ คือ

ความต้องการมากที่สุด	ให้ทำเครื่องหมาย	✓ ลงในช่องหมายเลข 5
ความต้องการมาก	ให้ทำเครื่องหมาย	✓ ลงในช่องหมายเลข 4
ความต้องการปานกลาง	ให้ทำเครื่องหมาย	✓ ลงในช่องหมายเลข 3
ความต้องการน้อย	ให้ทำเครื่องหมาย	✓ ลงในช่องหมายเลข 2
ความต้องการน้อยที่สุด	ให้ทำเครื่องหมาย	✓ ลงในช่องหมายเลข 1

ความต้องการ	5 ความต้องการมากที่สุด	4 ความต้องการมาก	3 ความต้องการปานกลาง	2 ความต้องการน้อย	1 ความต้องการน้อยที่สุด
<u>สถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก</u>					
1. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียน และออกกำลังกายร่วมกัน ควรแบ่งการใช้สถานที่เป็นวัน ๆ.....					
2. สถานที่ออกกำลังกายซึ่งใช้เป็นที่เรียนและออกกำลังกายร่วมกัน ควรมีตารางประกาศไว้เพื่อจะได้ทราบและหลีกเลี่ยงการใช้					
3. สถานที่ออกกำลังกายในที่หนึ่ง ๆ ควรให้มีกิจกรรมประเภทเดียว					
4. สถานที่ออกกำลังกายควรมีที่นั่งพักผ่อนอย่างเพียงพอ					
5. สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้องปฐมพยาบาลอยู่ใกล้เคียง					
6. สถานที่ออกกำลังกายควรมีอุปกรณ์ให้บริการเพียงพอ					
7. สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้องตู้เก็บเสื้อผ้า					
8. สถานที่ออกกำลังกายควรมีห้องเปลี่ยนเสื้อผ้าและห้องอาบน้ำ					
9. สถานที่ออกกำลังกายไม่ควรให้บุคคลภายนอกเข้ามาใช้					

” ความต้องการ	” ความต้องการมากที่สุด 5	” ความต้องการมาก 4	” ความต้องการปานกลาง 3	” ความต้องการน้อย 2	” ความต้องการน้อยที่สุด 1
10. ควรมีห้องโถง และห้องมีอุปกรณ์โดยเฉพาะ 11. ต้องการใหม่สนามบาส เกือบตลอด 12. ต้องการใหม่สนามตะกร้อ 13. ต้องการใหม่สนามซอห์บอด 14. ต้องการใหม่สนามเทนนิส 15. ต้องการใหม่สนามวอลเลย์บอล 16. ต้องการใหม่สนามเบตอง 17. ต้องการใหม่สนามแบดมินตัน 18. ต้องการใหม่สระว่ายน้ำ					
” ” <u>ความต้องการด้านบุคลากร</u> 1. ควรมีบุคลากรคอยให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย 2. บุคลากรที่คอยให้คำแนะนำควร เป็นอาจารย์ภาควิชาพลศึกษา 3. บุคลากรที่คอยให้คำแนะนำควร เป็นนิสิตภาควิชาพลศึกษา 4. บุคลากรที่คอยให้คำแนะนำควร เป็นผู้สนใจด้านนี้โดยตรง					

ความต้องการ	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
5. บุคลากรที่ให้คำแนะนำควร เป็นผู้ชำนาญการแต่ละด้าน					
6. ควรมีบุคลากรให้ความรู้ในค่านกติกากการแข่งขันกีฬา ประเภทต่าง ๆ					
7. ควรมีบุคลากรทำหน้าที่ในการประชาสัมพันธ์ให้ข่าวสาร ความรู้เกี่ยวกับความเคลื่อนไหวทางด้านการออก กำลังกาย					
8. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลรับฝากสิ่งของในบริเวณสถานที่ ออกกำลังกาย					
9. ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลความปลอดภัยในบริเวณที่ ออกกำลังกาย					
10. ควรมีเจ้าหน้าที่เบิก - จ่าย เงินอุปกรณ์					
11. ควรมีเจ้าหน้าที่ห้องพยาบาลประจำสถานที่ ออกกำลังกาย					

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อผู้วิจัย	ทองสุข สัมปหังสิต
ภูมิลำเนาเดิม	303 ต. อ่างแก้ว อ.โพธิ์ทอง จ. อ่างทอง
ภูมิลำเนาปัจจุบัน	10/120 ซอยแจ้งวัฒนะ 14 ถ. แจ้งวัฒนะ หาดกลี กรุงเทพมหานคร
การศึกษา	ปีการศึกษา 2506 สำเร็จการศึกษาระดับประถมต้นจากโรงเรียน วัดศีลขันธาราม อ.โพธิ์ทอง จ. อ่างทอง ปีการศึกษา 2509 สำเร็จการศึกษาระดับประถมปลายที่โรงเรียน ประสาธศิลป์ อ.โพธิ์ทอง จ. อ่างทอง ปีการศึกษา 2512 สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาที่โรงเรียน นันทศึกษา คูสิต กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2514 สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรวิชาการศึกษา ชั้นต้น (ป.กศ. ต้น) จากวิทยาลัยครูสวนสุนันทา คูสิต กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2518 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาการศึกษาบัณฑิตจาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พอลศึกษา ปีการศึกษา 2530 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
หน้าที่ราชการ	รับราชการอยู่ที่วิทยาลัยพละศึกษาจังหวัดอ่างทอง สังกัดกรมพละศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ปัจจุบันช่วยราชการที่มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

การใช้เวลารหว่างด้วยการออกกำลังกายของนิสิต
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

บทคัดย่อ

ของ

ทองสุข สัมปหงส์สิต

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต

กุมภาพันธ์ 2531

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้างนี้ เพื่อทราบถึงการใช้เวลารว่างช่วยการ ออกกำลังกายของนิสิต และเปรียบเทียบการใช้เวลารว่างช่วยการออกกำลังกายเกี่ยวกับ ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และความต้องการด้านบุคลากร ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร จำแนกตามเพศ และคณะ ผู้วิจัย ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล กระทำกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็น นิสิตคณะต่าง ๆ 6 คณะรวม 913 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีสุ่มอย่างง่าย และวิเคราะห์ ข้อมูล โดยการใช้อัตราร้อยละ t -test, F -test

ผลการศึกษาพบว่า

1. นิสิตส่วนมากใช้เวลาว่างช่วยการออกกำลังกาย และจะออกกำลังกาย ในวันที่มีการเรียนการสอน โดยจะออกกำลังกายในช่วงเวลา 16.00 - 18.00 น. นิสิตส่วนมากจะใช้โรงฝึกพลศึกษาเป็นสถานที่ออกกำลังกาย
2. นิสิตชายมีความสนใจในกิจกรรมกีฬาฟุตบอลมากที่สุด ส่วนนิสิตหญิงมี ความสนใจกิจกรรมกีฬาวolleyball มากที่สุด
3. นิสิตหญิงเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายที่ทันสมัยมากที่สุด
4. นิสิตมีปัญหาการออกกำลังกายด้านสถานที่คือ โรงฝึกพลศึกษาไม่อากาศ ร้อนอบอ้าว ด้านอุปกรณ์ นิสิตเห็นว่าอุปกรณ์การออกกำลังกายไม่เพียงพอต่อความ ต้องการ ส่วนปัญหาส่วนตัวของนิสิตนั้น ส่วนมากจะมีปัญหา เวลารว่างไม่เพียงพอที่จะ ออกกำลังกาย และมีการละเลยการเรียนมาก
5. ความต้องการบริการการออกกำลังกายในค่าน สถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของนิสิตชายและนิสิตหญิงไม่แตกต่างกัน ซึ่งนิสิตส่วนมากมีความ ต้องการด้านค่างกล่าวมาก
6. ความต้องการบริการการออกกำลังกายในค่าน บุคลากรของนิสิตชาย และ หญิงไม่แตกต่างกัน ซึ่งนิสิตส่วนมากต้องการให้มีบุคลากรคอยแนะนำและให้บริการด้าน ต่าง ๆ มาก

7. ความต้องการบริการการออกกำลังกายในค่านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกของแต่ละคณะ พบว่า นิสิตคณะพลศึกษา มีความต้องการแตกต่างกับนิสิตคณะวิทยาศาสตร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งนิสิตคณะพลศึกษามีความต้องการค่านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกมากกว่านิสิตคณะวิทยาศาสตร์ ส่วนคณะอื่นมีความต้องการใกล้เคียงกัน

8. ความต้องการบริการการออกกำลังกายในค่านบุคลากร ของแต่ละคณะ พบว่า นิสิตคณะพลศึกษา มีความต้องการแตกต่างกัน นิสิตคณะมนุษยศาสตร์ วิทยาศาสตร์ ศึกษาศาสตร์และสังคมศาสตร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งนิสิตคณะพลศึกษาต้องการให้มีบุคลากรคอยแนะนำ และบริการด้านต่าง ๆ มากกว่าคณะอื่น ๆ ส่วนคณะอื่น ๆ นั้นมีความต้องการใกล้เคียงกัน

LEISURE TIME USE THROUGH EXERCISES OF
SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY STUDENTS

AN ABSTRACT

BY

THONGSUK SAMPAHANGSIT

Presented in partiel fulfillment of requirements
for the Master of Education degree
at Srinakharinwirot University

February 1988

The purpose of this study was to find the student's means of leisure time use through exercises and to compare the means of leisure time use through exercises concerning the needs of facilities, equipment and personnel at Srinakharinwirot Prasarnmit Campus.

The data were collected from student sexes and faculties by the writer's constructed questionnaire. The subjects were 913 students who were randomly sampled from six faculties.

After the data were statistically treated, it was found that :

1. Most students spent their leisure time use through exercises during school time from 16.00 - 18.00 hours. Most of them used the gymnasium for such purposes.

2. Male students were most interested in football. but female students paid their interests to swimming.

3. Most female students participated in the Freshman Welcoming Sports.

4. The students found that the gymnasium was very warm and lacks of equipment for exercises. Their leisure time was not sufficient for exercises as the study took most of the time.

5. There was no significant difference between both sexes concerning the need for facilities and equipment. Most of them expressed great needs for such things.

6. There was no significant difference between both sexes concerning the need for personnel. They expressed great needs for advice from the personnel.

7. When compared among faculties, it was found that there was a significant difference in needs for facilities and equipment between the Faculty of Physical Education and the Faculty of Sciences, at .01 level. The former needed a lot more than the latter.

8. There were significant differences in needs for personnel among the Faculty of Physical Education, the Faculty of Sciences, at .01 level. The number of personnel was in favor of the former.