

การสร้างแบบสอบถาม ทัศนภาพทางกายสำหรับนักศึกษาชายวิทยาลัยพลศึกษา
ในกีฬายิมนาสติกส์ ประเภทพลอร์เอกเซอร์ไซด์



นายสิทธิโชค วรรณเศรษฐ์

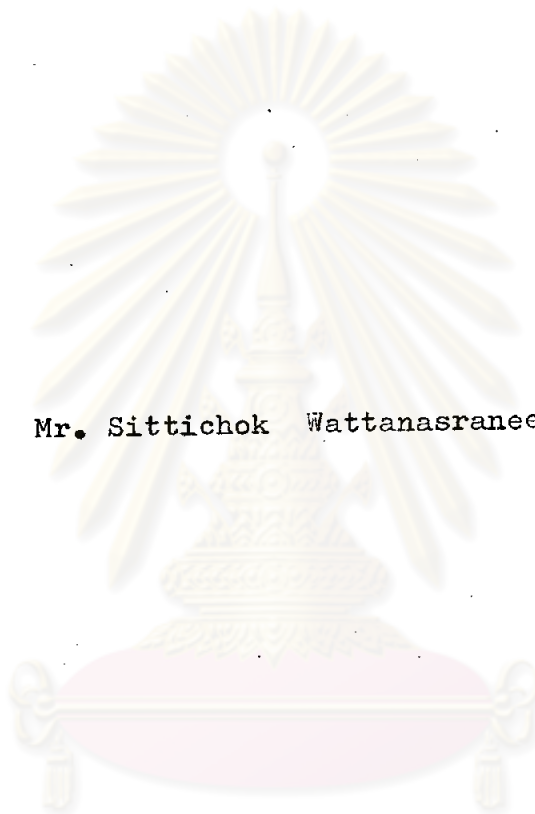
003939

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาคำหลักสูตรปริญาครุศาสตรมหาบัณฑิต
ภาควิชาพลศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2524

CONSTRUCTION OF A PHYSICAL FITNESS TEST FOR MALE STUDENTS OF
COLLEGES OF PHYSICAL EDUCATION IN GYMNASTICS : FLOOR EXERCISES



Mr. Sittichok Wattanasraanee

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education
Department of Physical

Graduate School

Chulalongkorn University

1981

หัวข้อวิทยานิพนธ์

การสร้างแบบสอบถามสภาพทางกายสำหรับนักศึกษาชาย
วิทยาลัยพลศึกษา ในกีฬายิมนาสติกส์ ประเภทฟลอร์เอ็ก-
เซอร์ไซส์

โดย

นายสิทธิโชค วรรณเศรษฐี


ภาควิชา

พลศึกษา

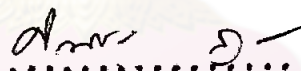
อาจารย์ที่ปรึกษา

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ

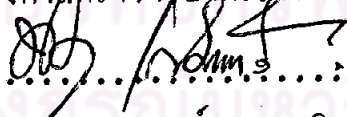
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยนี้เป็นส่วน
หนึ่งของการศึกษาคามหลักสูตรปริญญาโท บัณฑิต


.....  คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร.สุประคินทร์ บุนนาค)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....  ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พิเศษ สุวรรณธาดา)

.....  กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ)

.....  กรรมการ
(รองศาสตราจารย์พอง เกศแก้ว)

.....  กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ)

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์

การสร้างแบบสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับนักศึกษาชาย
วิทยาลัยพลศึกษา ในกีฬายิมนาสติกส์ ประเภทฟลอร์เอ็ก-
เซอร์ไซส์

ชื่อ

นายสิทธิโชค วรรณเกรณี

อาจารย์ที่ปรึกษา

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประพัฒน์ ลักษณะพิสูทธิ์

ภาควิชา

พลศึกษา

ปีการศึกษา

2524



บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างแบบสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับนักศึกษาชาย
วิทยาลัยพลศึกษา ในกีฬายิมนาสติกส์ ประเภทฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ กลุ่มตัวอย่างประชากร
สุ่มมาจากนักศึกษาชาย ระดับประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาระดับสูง (พลศึกษา) ของวิทยาลัย
พลศึกษารุงเทพ วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชุมพร วิทยาลัย
พลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย
แต่ละ 41 คน รวม 205 คน ทำการทดสอบกลุ่มตัวอย่างด้วยแบบสอบสมรรถภาพทางกาย
สำหรับนักศึกษาชายวิทยาลัยพลศึกษา ในกีฬายิมนาสติกส์ ประเภทฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ ที่ผู้
วิจัยสร้างขึ้น ทำการทดสอบ 2 ครั้ง โดยเว้นระยะห่าง 1 สัปดาห์ จากนั้นสุ่มตัวอย่างแบบ
มีระบบ จำนวน 40 คน มาแสดงท่าชุดบังคับฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ในเวลาที่กำหนดให้ นำผล
มาวิเคราะห์ทางสถิติด้วยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แปลงคะแนนดิบ เป็น
คะแนน "ที" ปกติ หาค่าสหสัมพันธ์ ทดสอบความมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

ผลการวิจัยพบว่า

1. แบบสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับนักศึกษาชายวิทยาลัยพลศึกษา ในกีฬายิมนาสติกส์ ประเภทฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ ประกอบด้วย 6 รายการทดสอบ คือ หกสูงยวบซ้อ หกสูงเข้านั่ง 30 วินาที ยืนกระโดดไกล นอนหงายพับเอวแตะตัว นั่งแยกขาพับตัว และ

กระโดดเชือก มีค่าความเที่ยง 0.99 และค่าความตรง 0.81 มีนัยสำคัญที่ระดับ .01

2. แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับนักศึกษาชายวิทยาลัยพลศึกษา ในกีฬายิมนาสติกส์ ประเภทฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ แต่ละรายการมีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยง และค่าสัมประสิทธิ์ความตรงดังนี้

- 2.1 ทดสอบยวบซ้อ มีค่าความเที่ยงและค่าความตรง เท่ากับ 0.88 และ 0.48
- 2.2 ยืนกระโดดไกล มีค่าความเที่ยงและค่าความตรง เท่ากับ 0.79 และ 0.41
- 2.3 นั่งแยกขาพิงตัว มีค่าความเที่ยงและค่าความตรง เท่ากับ 0.95 และ 0.46
- 2.4 ทดสอบเข้านั่ง 30 วินาที มีค่าความเที่ยงและค่าความตรง เท่ากับ 0.82 และ 0.84
- 2.5 นอนหงายพิงเอวและตัว มีค่าความเที่ยงและค่าความตรง เท่ากับ 0.74 และ 0.39
- 2.6 กระโดดเชือก มีค่าความเที่ยงและค่าความตรง เท่ากับ 0.83 และ 0.36

3. เกณฑ์ปกติวิสัยสมรรถภาพทางกายสำหรับนักศึกษาชายวิทยาลัยพลศึกษา ในกีฬายิมนาสติกส์ ประเภทฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ มีรายละเอียดดังนี้

คะแนน "ที่" ปกติ	ระดับ
ตั้งแต่ 363 ขึ้นไป	ดีมาก
329 - 362	ดี
261 - 328	ปานกลาง
227 - 260	อ่อน
ตั้งแต่ 226 ลงมา	อ่อนมาก

Thesis Title Construction of a Physical Fitness Test for
Male Student of Colleges of Physical Education
in Gymnastics : Floor Exercises

Name Mr. Sittichok Wattanasranee

Thesis Advisor Assistant Professor Prapat Laxanaphisuth

Department Physical Education

Academic Year 1981

ABSTRACT

The purpose of this study was to construct a physical fitness test for male students colleges of physical education in gymnastics in floor exercises.

Two hundred and five students were selected by simple random sampling method from five physical education colleges : College of Physical Education in Bangkok, Cholburi, Chumphon, Samut sakhon and Suphan buri. The Physical Fitness Test for Male Students of Colleges of Physical Education in Gymnastics on Floor Exercises was used to test and retest. The test was then validated by 3 experts who rated on 40 students in performing the require skill of the floor exercise. The obtained data were then analyzed in terms of means, standard deviations, T-scores and correlation coefficient.

It was found that :

1. The physical fitness test for male students of colleges of physical education in gymnastics of floor exercises consisted of 6 items. They were : Hand stand push-up, Double long jump, Split legs, 30 second Hand stand take up, Kip up to shoulder and Robe jumping. The reliability and validity of test were 0.99 and 0.81 respectively, and they were significant at the .01 level.

2. The reliability and the validity of each test item was;

2.1 Hand stand push-up; at 0.88 and 0.48, respectively, and were significant at the .01 level.

2.2 Double long jump at 0.79 and 0.41, respectively, and were significant at the .01 level.

2.3 Split legs, forward flexion at 0.95 and 0.46, respectively, and were significant at the .01 level.

2.4 30 second Hand stand take up at 0.82 and 0.84, respectively, and were significant at the .01 level.

2.5 Kip up to shoulder at 0.74 and 0.39, respectively, and were significant at the .01 level.

2.6 Robe jumping at 0.83 and 0.36, respectively, and were significant at the .01 level.

3. Norms of physical fitness test for male students of colleges of physical education in gymnastics on floor exercises were ;

"T" score from 363 and up	very good
"T" score 329 - 326	good
"T" score 261 - 328	average
"T" score 227 - 260	poor
"T" score 226 and below	very poor



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



กิตติกรรมประกาศ

การทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี โดยได้รับความกรุณาจากท่านผู้ช่วยศาสตราจารย์ประพัฒน์ ลักษณะพิสูทธิ ได้ให้คำปรึกษาพร้อมทั้งแนะนำแก้ไขข้อบกพร่อง นอกจากนี้ยังได้รับความกรุณาจากอาจารย์ขวัญชัย เขาว์สุโข ผู้อำนวยการวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี และอาจารย์จุมพล วัฒนวิวัฒน์ ที่ได้ให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยอย่างยิ่ง

ผู้วิจัยต้องขอขอบคุณอาจารย์ผู้สอนวิชานิพนธ์ศึกษา และนักศึกษาของวิทยาลัยพลศึกษารุงเทพ วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชุมพร วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร และวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี ที่ได้สละเวลาและกำลังกายเพื่อช่วยให้การวิจัยนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ผู้วิจัยจึงขอขอบคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

สิทธิโชค วรชนเศรณี

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย	๖
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	๗
กิตติกรรมประกาศ	๘
รายการตารางประกอบ	๙
บทที่	
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
ความมุ่งหมายในการวิจัย	7
ขอบเขตของการวิจัย	7
ข้อตกลงเบื้องต้น	8
ความจำกัดในการวิจัย	8
คำจำกัดความ	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย	9
2 รายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	10
การสร้างแบบทดสอบ	21
การสร้างเกณฑ์ปกติ	22
เกณฑ์ในการเลือกและประเมินผลแบบทดสอบ	23
3 วิธีดำเนินการวิจัย	24
กลุ่มตัวอย่างประชากร	24
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	24
การสร้างแบบสอบ	24
การเก็บรวบรวมข้อมูล	25



สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
	การวิเคราะห์ข้อมูล 27
	ค่าสถิติที่นำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล 30
	รายละเอียดของแบบสอบถาม 32
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล 41
5	สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผล และข้อเสนอแนะ 51
บรรณานุกรม 57
ภาคผนวก	
	ภาคผนวก ก. 62
	ภาคผนวก ข. 70
ประวัติผู้เขียน 76

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการตารางประกอบ

ตารางที่		หน้า
1	ค่าเฉลี่ย อายุ น้ำหนัก ส่วนสูงของกลุ่มตัวอย่าง	41
2	ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงระหว่างคะแนนจากแบบสอบครั้งที่ 1 กับ ครั้งที่ 2	42
3	ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงระหว่างคะแนนจากแบบสอบ กับ คะแนนจากยูซีเอว ซาณ	43
4	เกณฑ์ปกติวิสัยสมรรถภาพทางกายสำหรับนักศึกษาชายวิทยาลัย พลศึกษา ในกีฬายิมนาสติกส์ ประเภทฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ รายการหกสูงยวบข้อ (ครั้ง)	44
5	เกณฑ์ปกติวิสัยสมรรถภาพทางกายสำหรับนักศึกษาชายวิทยาลัย พลศึกษา ในกีฬายิมนาสติกส์ ประเภทฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ รายการยืนกระโดดไกล (เมตร)	45
6	เกณฑ์ปกติวิสัยสมรรถภาพทางกายสำหรับนักศึกษาชายวิทยาลัย พลศึกษา ในกีฬายิมนาสติกส์ ประเภทฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ รายการนั่งแยกขาพับตัว (เซนติเมตร)	46
7	เกณฑ์ปกติวิสัยสมรรถภาพทางกายสำหรับนักศึกษาชายวิทยาลัย พลศึกษา ในกีฬายิมนาสติกส์ ประเภทฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ รายการหกสูงเข้านั่ง 30 วินาที (ครั้ง)	47
8	เกณฑ์ปกติวิสัยสมรรถภาพทางกายสำหรับนักศึกษาชายวิทยาลัย พลศึกษา ในกีฬายิมนาสติกส์ ประเภทฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ รายการนอนหงายพับเอวและตัว (ครั้ง)	48

รายการตารางประกอบ (ต่อ)

ตารางที่

หน้า

9	เกณฑ์ปกติวิสัยสมรรถภาพทางกายสำหรับนักศึกษาชายวิทยาลัย พลศึกษา ในกีฬายิมนาสติกส์ ประเภทฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ รายการกระโดดเชือก (ครึ่ง)	49
10	เกณฑ์ปกติวิสัยสมรรถภาพทางกายสำหรับนักศึกษาชายวิทยาลัย พลศึกษา ในกีฬายิมนาสติกส์ ประเภทฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ รายการรวมทุกรายการ (คะแนน "ที" ปกติ)	50



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย