



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการทดสอบเวลาการวิ่งข้ามรั้ว โดยใช้วิธีทางสถิติ ดังนี้

1. การทดสอบค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเวลาการทดสอบความสามารถในการวิ่งข้ามรั้ว
2. วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว แบบวัดซ้ำ (One-way Repeated Measured Anova) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของเวลาของแต่ละครั้งในการทดสอบแต่ละกลุ่ม
3. วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way Analysis of Variance) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของเวลาของแต่ละกลุ่มในการทดสอบแต่ละครั้ง
4. ทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

- กลุ่มทดลองที่ 1 แทน กลุ่มฝึกความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วที่เพิ่มเร็วจากตอนต้น
- กลุ่มทดลองที่ 2 แทน กลุ่มฝึกความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วที่เพิ่มเร็วจากตอนปลาย
- กลุ่มทดลองที่ 3 แทน กลุ่มฝึกความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วที่เพิ่มเร็วจากตอนต้นควบคู่กับการวิ่งข้ามรั้วที่เพิ่มเร็วจากตอนปลาย

\bar{X}	แทน มัชฌิมเลขคณิตหรือค่าเฉลี่ยเวลาในการวิ่งข้ามรั้ว
S.D.	แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
N	แทน จำนวนผู้เข้ารับการทดลอง
F	แทน ค่าทดสอบความแปรปรวน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของเวลาการวิ่งข้ามรั้ว ก่อนการฝึกระหว่างกลุ่มฝึกความสามารถการวิ่งข้ามรั้วที่เพิ่มเร็วจากตอนต้น กลุ่มฝึกความสามารถการวิ่งข้ามรั้วที่เพิ่มเร็วจากตอนปลาย และกลุ่มฝึกความสามารถการวิ่งข้ามรั้วที่เพิ่มเร็วจากตอนต้น ควบคู่กับการวิ่งข้ามรั้วที่เพิ่มเร็วจากตอนปลาย

ตารางที่ 1 ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเวลาการวิ่งข้ามรั้ว ก่อนการฝึก

กลุ่มทดลอง	N	\bar{x}	S.D.
1	10	20.82	1.55
2	10	20.96	1.48
3	10	21.23	1.33

จากตารางที่ 1 จะเห็นว่า ค่าเฉลี่ยเวลาในการวิ่งข้ามรั้วของกลุ่มที่ 1, กลุ่มที่ 2 และกลุ่มที่ 3 เป็น 20.82, 20.96 และ 21.23 วินาที ตามลำดับ

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวน เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของมัธยิมเลขคณิตระหว่างกลุ่ม 1, 2 และ 3 จากการทดสอบก่อนฝึก

แหล่ง	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	.8713	.4357	.2047
ภายในกลุ่ม	27	57.4642	2.1283	
ทั้งหมด	29	58.3355		

$P > .05$ ($.05 F_{2,27} = 3.35$)

จากตารางที่ 2 จะเห็นได้ว่า ค่า F ที่คำนวณได้ .204 น้อยกว่าค่า F จากตาราง 3.35 ที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05 หมายความว่า ค่ามัธยิมเลขคณิตของกลุ่มที่ 1, 2 และ 3 ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของมัธยฐานเลขคณิตของกลุ่มฝึกความสามารถ
การวิ่งข้ามรั้วที่เพิ่มรั้วจากตอนต้น กลุ่มที่ 1

แหล่ง	df	SS	MS	F
ระหว่างบุคคล	9	66.3575	7.3731	19.2866*
ภายในบุคคล	50	29.9457	.5989	
ระหว่างการทำทดลอง	5	20.4178	4.0836	
ที่เหลือ	45	9.5279	.2117	
ทั้งหมด	59	96.3032	1.6323	

* $P < .05$ ($.05 F_{5,45} = 2.45$)

จากตารางที่ 3 จะเห็นได้ว่า ค่า F เมื่อเปรียบเทียบผลการทดสอบเป็น 19.2866 มีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แสดงว่ามีการฝึกความสามารถการวิ่งข้ามรั้วที่เพิ่มรั้วจากตอนต้น ให้ผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 4 ค่าความแตกต่างของมัชฌิมเลขคณิตของการฝึกความสามารถการวิ่งข้ามรั้ว
ที่เพิ่มรั้วจากตอนต้น ก่อนฝึก หลังฝึกสัปดาห์ที่ 2, 4, 6, 8 และ 10 กลุ่มที่ 1

สัปดาห์ที่	ก่อนฝึก	2	4	6	8	10	
ค่าเฉลี่ย (วินาที)	20.82	20.47	19.91	19.67	19.60	19.05	
ก่อนฝึก	20.82	-	0.35	0.91*	1.15*	1.22*	1.77*
2	20.47	-	0.56	0.80*	0.87*	1.42*	
4	19.91	-	-	0.24	0.31	0.86*	
6	19.67	-	-	-	0.07	0.62	
8	19.60	-	-	-	-	0.55	
10	19.05	-	-	-	-	-	

* $p < .05$ (ค่าวิกฤต = 0.64)

จากตารางที่ 4 จะเห็นได้ว่า ความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วจากการฝึกโดยโปรแกรมการฝึกที่เพิ่มรั้วจากตอนต้น ก่อนการฝึกแตกต่างจากความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วหลังการฝึกในสัปดาห์ที่ 4, 6, 8, และ 10 ความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วภายหลังการฝึกในสัปดาห์ที่ 2 แตกต่างจากความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วหลังสัปดาห์ที่ 6, 8, และ 10 และความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วภายหลังการฝึกในสัปดาห์ที่ 4 แตกต่างจากความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วหลังสัปดาห์ที่ 10 อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของมัธยฐานเลขคณิตของกลุ่มฝึกความสามารถ
การวิ่งข้ามรั้วที่เพิ่มรั้วจากตอนปลาย กลุ่มที่ 2

แหล่ง	df	SS	MS	F
ระหว่างบุคคล	9	69.0843	7.6760	13.6003*
ภายในบุคคล	50	24.5878	.4918	
ระหว่างการทดลอง ที่เหลือ	5	14.7963	2.9593	
ทั้งหมด	45	9.7914	.2176	
	59	93.6721	1.5877	

* $P < .05$ ($.05 F_{5,45} = 2.45$)

จากตารางที่ 5 จะเห็นได้ว่า ค่า F เมื่อเปรียบเทียบผลการทดสอบเป็น 13.6003 มีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แสดงว่าการฝึกความสามารถโดยการเพิ่มรั้วจากตอนปลาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 6 ค่าความแตกต่างของมัธยิมเลขคณิตของเวลาการฝึกความสามารถการวิ่งข้ามรั้ว
ที่เพิ่มรั้วจากตอนปลาย ก่อนฝึก หลังฝึกสัปดาห์ที่ 2, 4, 6, 8 และ 10 กลุ่มที่ 2

สัปดาห์ที่	ก่อนฝึก	2	4	6	8	10	
ค่าเฉลี่ย (วินาที)	20.96	20.95	20.43	20.24	20.20	19.53	
ก่อนฝึก	20.96	-	0.03	0.55	0.72*	0.76*	1.43*
2	20.95		-	0.52	0.71*	0.75*	1.42*
4	20.43			-	0.19	0.23	0.90*
6	20.24				-	0.04	0.71*
8	20.20					-	0.67*
10	19.53						-

*P < .05 (ค่าวิกฤต = 0.66)

จากตารางที่ 6 จะเห็นได้ว่า ความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วจากการฝึกโดยโปรแกรมการฝึกที่เพิ่มรั้วจากตอนปลาย ก่อนการฝึกแตกต่างจากความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วหลังการฝึกในสัปดาห์ที่ 6, 8, และ 10 ความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วภายหลังการฝึกในสัปดาห์ที่ 2 แตกต่างจาก ความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วหลังสัปดาห์ที่ 6, 8, และ 10 ความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วภายหลังการฝึกในสัปดาห์ที่ 4 แตกต่างจากความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วหลังสัปดาห์ที่ 10 ความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วภายหลังการฝึกในสัปดาห์ที่ 6 แตกต่างจาก ความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วหลังสัปดาห์ที่ 10 และความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วภายหลังการฝึกในสัปดาห์ที่ 8 แตกต่างจาก ความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วหลังสัปดาห์ที่ 10 อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ตารางที่ 7 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของมัชฌิมเลขคณิต ของกลุ่มฝึกความสามารถ การวิ่งข้ามรั้วที่เพิ่มรั้วจากตอนต้น ควบคู่กับการวิ่งข้ามรั้วที่เพิ่มรั้วจากตอนปลาย กลุ่มที่ 3

แหล่ง	df	SS	MS	F
ระหว่างบุคคล	9	99.6270	11.0697	15.7522*
ภายในบุคคล	50	16.7219	.3344	
ระหว่างการทดลอง	5	10.6417	2.1289	
ที่เหลือ	45	6.0801	.1351	
ทั้งหมด	59	116.3489	1.9720	

* $P < .05$ ($.05 F_{5,45} = 2.45$)

จากตารางที่ 7 จะเห็นได้ว่า ค่า F เมื่อเปรียบเทียบผลการทดสอบเป็น 15.7522 มีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แสดงว่าการฝึกความสามารถโดยการเพิ่มรั้วจากตอนต้น ควบคู่กับการวิ่งข้ามรั้วโดยการเพิ่มรั้วจากตอนปลาย ให้ผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 8 ค่าความแตกต่างของมัธยฐานเลขคณิตของเวลาการฝึกความสามารถการวิ่งข้ามรั้ว
ที่เพิ่มรั้วจากตอนต้น ควบคู่กับการวิ่งข้ามรั้วที่เพิ่มรั้วจากตอนปลาย ก่อนฝึก หลังฝึก
สัปดาห์ที่ 2, 4, 6, 8 และ 10 กลุ่มที่ 3

สัปดาห์ที่	ก่อนฝึก	2	4	6	8	10	
ค่าเฉลี่ย (วินาที)	21.23	21.21	20.93	20.67	20.42	20.06	
ก่อนฝึก	21.23	-	0.02	0.30	0.56*	0.81*	1.17*
2	21.21		-	0.28	0.54*	0.79*	1.15*
4	20.93			-	0.26	0.51	0.87*
6	20.67				-	0.25	0.67*
8	20.42					-	0.36
10	20.06						-

* $P < .05$ (ค่าวิกฤต = 0.52)

จากตารางที่ 8 จะเห็นได้ว่า ความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วจากการฝึกโดยโปรแกรม
การฝึกที่เพิ่มรั้วจากตอนต้นควบคู่กับโปรแกรมการฝึกที่เพิ่มรั้วจากตอนปลาย ก่อนการฝึกแตกต่าง
จากความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วหลังการฝึกในสัปดาห์ที่ 6, 8, และ 10 ความสามารถ
ในการวิ่งข้ามรั้วภายหลังการฝึกในสัปดาห์ที่ 2 แตกต่างจากความสามารถในการวิ่งข้ามรั้ว
หลังสัปดาห์ที่ 6, 8, และ 10 ความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วภายหลังการฝึกในสัปดาห์ที่ 4
แตกต่างจากความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วหลังสัปดาห์ที่ 10 และความสามารถในการวิ่ง
ข้ามรั้วภายหลังการฝึกในสัปดาห์ที่ 6 แตกต่างจากความสามารถในการวิ่งข้ามรั้วหลังสัปดาห์
ที่ 10 อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ตารางที่ 9 ค่ามัชฌิมเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเวลาในการวิ่งข้ามรั้ว
หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 2

กลุ่มทดลอง	N	\bar{X}	S.D.
1	10	20.47	1.18
2	10	20.95	1.06
3	10	21.21	1.45

จากตารางที่ 9 จะเห็นได้ว่า ค่าเฉลี่ยในการวิ่งข้ามรั้วของกลุ่มที่ 1 กลุ่มที่ 2 และ
กลุ่มที่ 3 เป็น 20.47, 20.95 และ 21.21 วินาที ตามลำดับ

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 10 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่าง ของมัชฉิมเลขคณิต ระหว่างกลุ่มที่ 1, 2 และ 3 หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 2

แหล่ง	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	2.9028	1.4514	.9308
ภายในกลุ่ม	27	42.1006	1.5593	
ทั้งหมด	29	45.0034		

$P > .05$ ($.05 F_{2,27} = 3.35$)

จากตารางที่ 10 จะเห็นได้ว่า ค่า F ที่คำนวณได้ .9308 น้อยกว่า ค่า F จากตาราง 3.35 ที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05 หมายความว่ามัชฉิมเลขคณิต ของกลุ่ม 1, 2 และ 3 ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แสดงว่า การฝึกของทั้ง 3 กลุ่ม ในช่วง 2 สัปดาห์ มีการพัฒนาความสามารถในการวิ่งใกล้เคียงกัน

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 11 ค่ามัชฌิมเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเวลาการวิ่งข้ามรั้ว
หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4

กลุ่มทดลอง	N	\bar{X}	S.D.
1	10	19.91	1.21
2	10	20.43	1.18
3	10	21.93	1.34

จากตารางที่ 11 จะเห็นได้ว่า ค่าเฉลี่ยเวลาในการวิ่งข้ามรั้ว กลุ่มที่ 1, 2 และ
กลุ่มที่ 3 เป็น 19.91, 20.43 และ 21.93 วินาที ตามลำดับ

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 12 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่าง ของมัชฌิมเลขคณิต ระหว่างกลุ่มที่ 1, 2 และ 3 หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4

แหล่ง	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	5.1932	2.5966	1.6687
ภายในกลุ่ม	27	42.0143	1.5561	
ทั้งหมด	29	47.2075		

$P > .05$ ($.05 F_{2,27} = 3.35$)

จากตารางที่ 12 จะเห็นได้ว่า ค่า F ที่คำนวณได้ 1.6687 น้อยกว่า ค่า F จากตาราง 3.35 ที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05 หมายความว่า ค่ามัชฌิมเลขคณิต ของกลุ่ม 1, 2 และ 3 ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 13 ค่ามัชฌิมเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเวลาในการวิ่งข้ามรั้ว
หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 6

กลุ่มทดลอง	N	\bar{x}	S.D.
1	10	19.67	1.17
2	10	20.24	1.13
3	10	20.67	1.30

จากตารางที่ 13 จะเห็นได้ว่า ค่าเฉลี่ยเวลาในการวิ่งข้ามรั้วของกลุ่มที่ 1, 2 และกลุ่มที่ 3 เป็น 19.67, 20.24 และ 20.67 วินาทีตามลำดับ

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 14 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่าง ของมัชฉิมเลขคณิต ระหว่างกลุ่มที่ 1, 2 และ 3 หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 6

แหล่ง	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	5.0004	2.5002	1.7270
ภายในกลุ่ม	27	39.0876	1.4477	
ทั้งหมด	29	44.0881		

$P > .05$ ($.05 F_{2,27} = 3.35$)

จากตารางที่ 14 จะเห็นได้ว่า ค่า F ที่คำนวณได้ 1.7270 น้อยกว่า ค่า F จากตาราง 3.35 ที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05 หมายความว่ามัชฉิมเลขคณิต ของกลุ่ม 1, 2 และ 3 ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 15 ค่ามัชฌิมเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเวลาในการวิ่งข้ามรั้ว
หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8

กลุ่มทดลอง	N	\bar{X}	S.D.
1	10	19.60	1.07
2	10	20.20	1.21
3	10	20.42	1.50

จากตารางที่ 15 จะเห็นว่า ค่าเฉลี่ยเวลาในการวิ่งข้ามรั้วของกลุ่มที่ 1, 2 และกลุ่มที่ 3 เป็น 19.60, 20.20 และ 20.42 วินาที ตามลำดับ

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 16 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่าง ของมัชฌิมเลขคณิต ระหว่างกลุ่มที่ 1, 2 และ 3 หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 8

แหล่ง	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	3.6445	1.8223	1.1209
ภายในกลุ่ม	27	43.8932	1.6257	
ทั้งหมด	29	47.5377		

$P > .05$ ($.05 F_{2,27} = 3.35$)

จากตารางที่ 16 จะเห็นได้ว่า ค่า F ที่คำนวณได้ 1.1209 น้อยกว่า ค่า F จากตาราง 3.35 ที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05 หมายความว่ามัชฌิมเลขคณิต ของกลุ่ม 1, 2 และ 3 ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 17 ค่ามัชฌิมเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเวลาในการวิ่งข้ามรั้ว
หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 10

กลุ่มทดลอง	N	\bar{X}	S.D.
1	10	19.05	.79
2	10	19.53	1.12
3	10	20.06	1.45

จากตารางที่ 17 จะเห็นได้ว่า ค่าเฉลี่ยเวลาในการวิ่งข้ามรั้วของกลุ่มที่ 1, 2 และกลุ่มที่ 3 เป็น 19.05, 19.53 และ 20.06 วินาที ตามลำดับ

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 18 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่าง ของมัชฌิมเลขคณิต ระหว่างกลุ่มที่ 1, 2 และ 3 หลังการฝึกสัปดาห์ที่ 10

แหล่ง	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	5.1339	2.5670	1.9301
ภายในกลุ่ม	27	35.9085	1.3299	
ทั้งหมด	29	41.0424		

$P > .05$ ($.05 F_{2,27} = 3.35$)

จากตารางที่ 18 จะเห็นได้ว่า ค่า F ที่คำนวณได้ 1.9301 น้อยกว่า ค่า F จากตาราง 3.35 ที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05 หมายความว่ามัชฌิมเลขคณิต ของกลุ่ม 1, 2 และ 3 ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

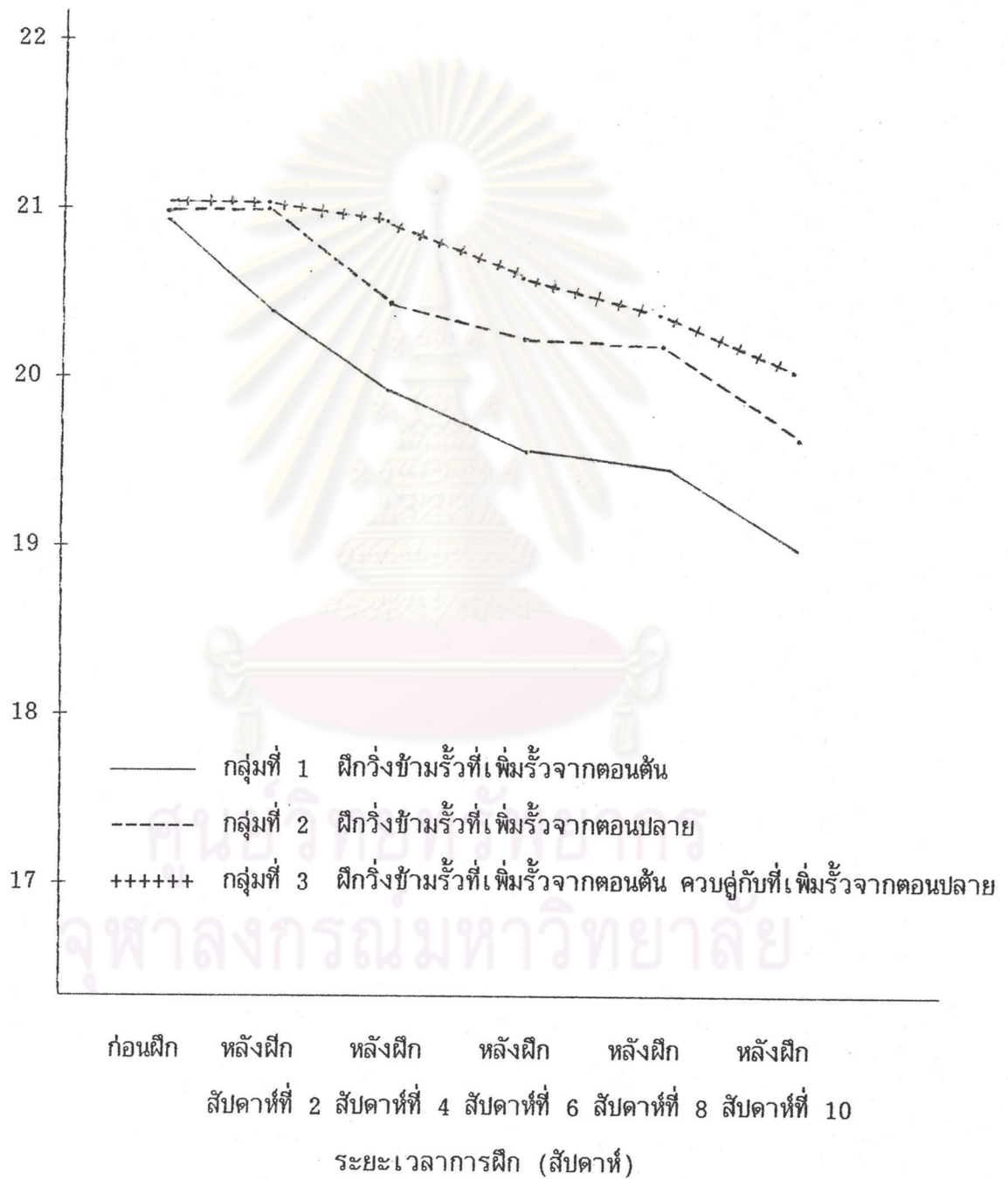
ตารางที่ 19 สรุปค่ามัธยฐานเลขคณิตของการทดสอบเวลาในการวิ่งข้ามรั้วทั้ง 3 กลุ่ม ก่อนการฝึก
 ภายหลังจากการฝึกสัปดาห์ที่ 2, 4, 6, 8 และ 10

กลุ่มทดลอง	\bar{x} ก่อนฝึก (วินาที)	\bar{x} หลัง สัปดาห์ที่ 2 (วินาที)	\bar{x} หลัง สัปดาห์ที่ 4 (วินาที)	\bar{x} หลัง สัปดาห์ที่ 6 (วินาที)	\bar{x} หลัง สัปดาห์ที่ 8 (วินาที)	\bar{x} หลัง สัปดาห์ที่ 10 (วินาที)
1	20.28	20.47	19.91	19.67	19.60	19.05
2	20.96	20.95	20.43	20.24	20.20	19.53
3	21.23	21.21	20.93	20.67	20.42	20.06

จากตารางที่ 19 จะเห็นได้ว่า ค่ามัธยฐานเลขคณิตของทั้ง 3 กลุ่ม แสดงให้เห็นว่ามีการ
 ลดลงจากก่อนฝึกทุก ๆ 2 สัปดาห์ ในหลังสัปดาห์ที่ 2, 4, 6, 8 และ 10

ศูนย์วิทยทรัพยากร
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แผนภูมิที่ 1 สรุปการทดสอบการวิ่งข้ามรั้วทั้ง 3 กลุ่ม ก่อนการฝึก และหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 2, 4, 6, 8 และ 10



จากแผนภูมิที่ 1 แสดงให้เห็นว่า ความสามารถในการวิ่งข้ามรั้ว 100 เมตร ของกลุ่มฝึกทั้ง 3 กลุ่ม มีอัตราการลดของค่าเฉลี่ยทุกช่วง 2 สัปดาห์ของหลังการฝึก