



รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

กาญจนา คุณารักษ์. มนุษยสัมพันธ์. ม.ป.พ., 2527.

กรุงไกร เจนพานิช. วิธีรักษาสุขภาพพื้นฐาน. วารสารสุขภาพ 7(กุมภาพันธ์ 2522): 115.

กวิน คเชนทร์เดชา. ความต้องการการบริการเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนในหมู่บ้านเป้าหมายจังหวัดชุมพร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2529.

กัลยา บุญเศรษฐ์. การสำรวจความคิดเห็นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนรัฐบาลในจังหวัดพระนครศรีอยุธยาที่มีต่อวิชาพลศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2508.

จรรยาพร ธรณินทร์. การออกกำลังกายช่วยรักษาทรดทรงได้อย่างไร: วารสารสุขภาพพลศึกษา และสันทนาการ 5(เมษายน, 2522): 38.

ผลของการออกกำลังกายแบบแอโรบิคต่อสรีรภาพและสมรรถภาพของคนไทยในวัยผู้ใหญ่. รายงานการวิจัยเสนอต่อคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ, 2520.

จันทร์ ผ่องศรี, สมบัติ กาญจนกิจ และ อนันต์ อัดชู. ความสนใจในการกีฬาของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. พัฒนาการกีฬา 9(พฤศจิกายน 2521): 9.

จิรกรรม ศิริประเสริฐ. ความต้องการและการจัดบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรในมหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.

- เจริญ กระบวนรัตน์ และคณะ. ความต้องการการรับบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการและนิสิตในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. รายงานการวิจัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2525.
- เจริญ กระบวนรัตน์ และ สุพิตร สมาหิโต. บทบาทของผลศึกษาต่อการเรียนการสอน. วารสารสหศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ 1 (กุมภาพันธ์ 2526): 30.
- เฉลิม ชัยวัชราภรณ์. อ่าต่ายก่อนกำหนดอันควาร. วารสารสหศึกษา พลศึกษาและสันทนาการ 8 (ธันวาคม 2525): 142.
- ชูศักดิ์ เวชแพศย์. สรีรวิทยาของการออกกำลังกาย. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาสรีรวิทยา มหาวิทยาลัยมหิดล, 2519.
- ณรงค์ เล็งประชา. สังคมวิทยาชนบทและเมือง. กรุงเทพมหานคร: กรุงเทพมหานครพิมพ์, 2523.
- ณรงค์ หลงสมบูรณ์. ศาสตร์แห่งการออกกำลังกาย. วารสารแม่บ้าน 8 (สิงหาคม 2527): 97-100.
- คำรง กิจกุล. คู่มือออกกำลังกาย. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, 2531.
- กนอมวงศ์ กฤษณ์เพ็ชร และ รัชนี ขวัญบุญจัน. ความต้องการของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่มีต่อการเรียนวิชากิจกรรมพลศึกษาทั่วไป. รายงานการวิจัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.
- ทองสุข สัมปหังสิต. การใช้เวลาว่างด้วยการออกกำลังกายของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, 2531.
- นภพร ทศนัยนา. ปัญหา เจตคติและความต้องการทางด้านพลศึกษาของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหิดล. รายงานการวิจัยมหาวิทยาลัยมหิดล, 2521.
- บุญเลิศ กาญจนจงกล. ปัญหาการจัดและการดำเนินการโครงการกีฬาเพื่อนันทนาการของรัฐวิสาหกิจในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.

- ประคอง กรรณสูต. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์และ
ทำปกเจริญผล, 2525.
- ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์ และคณะ การใช้เวลาว่างและกิจกรรมสันทนาการของประชากร
กรุงเทพมหานคร. รายงานการวิจัย สถาบันวิจัยสภาวะแวดล้อม
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523.
- ปาหนัน บุญ-หลง. โภชนาการ. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาพยาบาล คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523.
- ปรีดา รอดโพธิ์ทอง. แนวทางการดำเนินงานทางพลศึกษา. วารสารศึกษาศาสตร์ พลศึกษา และ
สันทนาการ 1(มกราคม 2528): 83.
- พลศึกษา, กรม. การเล่นกีฬาและการออกกำลังกายของประชาชนในกรุงเทพมหานคร.
รายงานการวิจัย กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ, 2526.
- _____ . ความสนใจและความต้องการในการออกกำลังกายของเยาวชนในชนบทในเขต
การศึกษา 8. รายงานการวิจัย หน่วยศึกษานิเทศก์, 2529.
- เพชรรัตน์ หิรัญชาติ. ความต้องการการจัดบริการด้านการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริม
สุขภาพและสมรรถภาพทางกายของบุคลากรในหน่วยงานเอกชนในกรุงเทพมหานคร
ตามการรับรู้ของตนเอง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท ศึกษานิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
2530.
- ฟอง เกิดแก้ว. การบริหารแบบมาตรฐาน. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2515.
- มาลี บุญญาพานิช. การสำรวจการใช้เวลาว่างของนักเรียนพยาบาลโรงเรียนพยาบาลภาคใต้
จังหวัดสงขลาในปีการศึกษา 2513. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท ศึกษานิเทศศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2513.
- มาลี ศิริ. ปัญหาและความต้องการในการจัดตั้งโปรแกรมพลศึกษา สุขศึกษาและสันทนาการของ
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้า. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท ศึกษานิเทศศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2516.

รัตนภรณ์ ทันทกาญจนพันธ์. ความต้องการบริการออกกำลังกายของข้าราชการตำรวจ
กองปราบปรามสามยอด. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทร
วิโรฒ ประสานมิตร, 2530.

รัชนีกร เศรษฐ. สังคมวิทยาชนบท. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2528.

วรสักดิ์ เพ็ชรชอบ. การออกกำลังกายสำคัญไฉน. วารสารวิทยาลัยพลศึกษา อ่างทอง
1(มกราคม 2525): 37.

_____. ประโยชน์ของการออกกำลังกาย. นิตยสารการทำเรือ 35(มีนาคม 2531):
60-63.

_____. หลักและวิธีสอนวิชาพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2523.
วาสนา คุณาภิสิต. การใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร.
วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523.

วิจิต คณิงสุขเกษม. ข้อเสนอแนะออกกำลังกาย. วารสารกีฬา 18(กรกฎาคม 2527): 7-10.
วิภาดา กฤติบุตร. การเล่นกีฬาของนักเรียนพยาบาลในเขตกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2520.
วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521.

ศักดิ์ชาย พัทธ์วงศ์. หลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. วารสารกีฬา 17(พฤศจิกายน
2526): 32-33.

ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา, การกีฬาแห่งประเทศไทย. การสำรวจสมรรถภาพทางกายของ
ประชาชน. กรุงเทพมหานคร: การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2525.

ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา, การกีฬาแห่งประเทศไทย. ข้อปฏิบัติ 10 ประการสำหรับผู้ออก
กำลังเพื่อสุขภาพ. คู่มือการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร:
ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย, ม.ป.ป.

สกล เจริญวงศ์. ความคิดเห็นเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชนที่ออกกำลังกายอย่าง
สม่ำเสมอในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2532.

สถาบันเทคโนโลยีราชมงคล. รายงานสถิติการศึกษาระดับสมบรมณ์. งานสถิติและข้อมูล

ฝ่ายสถิติวิจัยและประเมินผล กองแผนงาน สำนักอธิการบดี, 2533.

สมชาย ประเสริฐศิริพันธ์. การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. เอกสารศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา.

กรุงเทพมหานคร: ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย, ม.ป.ป.

สมหวัง สมใจ. การออกกำลังกายและพักผ่อน. วารสารสุขภาพสำหรับประชาชน

5(มกราคม 2520): 9.

สุชาติ โสภประยูร. การพลศึกษา และการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. วารสารสุขภาพศึกษา

พลศึกษาและสันทนาการ 3(มกราคม-ตุลาคม 2520): 43.

_____. สุขภาพศึกษา. (ฉบับปรับปรุงใหม่). กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2523.

สุพิตร โชตินุกูล. ปัญหาและความต้องการทางด้านสุขภาพ พลศึกษา และสันทนาการของ

เยาวชนชนบทในศูนย์ฝึกเยาวชนชนบทในภาคใต้. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2516.

สุพิตร สมอาทิตย์. เดินอย่างไรจึงจะทำให้มีสุขภาพดี. วารสารสุขภาพ พลศึกษาและ

สันทนาการ 8(ธันวาคม 2525): 173.

สุวิทย์ อารีกุล. ประโยชน์ของการออกกำลังกาย. วารสารสุขภาพ 7(มีนาคม 2517):

77-80.

สุวิมล ตั้งสัจจพจน์. การออกกำลังเพื่อสุขภาพ. วารสารสุขภาพ พลศึกษา และสันทนาการ

1(มกราคม 2527): 55.

เสก อักษรานุเคราะห์. การออกกำลังกายแบบสายกลาง. สนองโอรุสภาภาษา

96(กุมภาพันธ์-เมษายน 2531): 36-41.

แสงเพชร คุณาเรืองรอง. ความต้องการบริการด้านการออกกำลังกายของครูโรงเรียน

มัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.

สำออง พ่วงบุตร. การพลศึกษาในทศวรรษใหม่. วารสารสุขภาพ พลศึกษา และสันทนาการ

8(เมษายน 2525): 5.

อวย เกตุสิงห์. ร่างกายกับการออกกำลังกาย. วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ
2(เมษายน 2525): 190.

อดิเรก จิระพงศ์. มาออกกำลังกายกันเถอะ. ออกกำลังกายเป็นกิจวัตรจะเป็นสุข.
กรุงเทพมหานคร: เรือนแก้วการพิมพ์, 2523.

อนันต์ อัครชัย. การอภิปรายเรื่อง การพลศึกษาและการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. วารสาร
สุขศึกษา พลศึกษาและสันทนาการ 3(มกราคม-ตุลาคม 2520): 46.

อุดมศิลป์ ศรีแสงนาม. วังสู่วิถีชีวิตใหม่. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, 2528.

อุทุมพร จามรมาน. การสัมพันธ์อย่างทางการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: โครงการตำรา
วิทยาศาสตร์อุตสาหกรรม, 2530.

อำนาจ อะโน. การบริหารกาย. กรุงเทพมหานคร: กองบริการการศึกษา งานตำราและ
คำสอน มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2527.

ภาษาอังกฤษ

Adedeje, John Ademola. The Role of Physical Education in the Nation
Building of Nigeria. Dissertation Abstracts International
33(April 1972): 1481-A.

Ann, Elizabeth Christopher. A Survey of the Lifetime Sports Needs and
Interests of Senior Citizens in Middle Tennessee.
Dissertation Abstracts International 37(April 1977): 6341-A.

Bookwalter, Karl W. and Harold J. Vanderzwaag. Foundation and
Principles of Physical Education. Philadelphia: W.B. Saunders,
1969.

- Butler, Allison Welder. The Influence of Material Exercise on the Toxicity of Ethanol to Neonatal Myocardial Cells. Dissertation Abstracts International 46(April 1986): 2959-A.
- Dowdy, Deborah Belle. The Effects of Aerobic Dance on Physical Work Capacity, Cardiovascular Function and Body Composition of Middle-Aged Women. Dissertation Abstracts International 43(May 1983): 3535-A.
- Glenn, Rowe Deryl. Effects of Walking and Jogging on the Body Composition and Cardiorespiratory System of Adult. Dissertation Abstracts International 40(January 1980): 3874-A.
- Graves, James Merritt. The Effects of A Boys' Club Program on the Self-Concept and Selected Physical Attributes of 12 and 13 Years Old. Dissertation Abstracts International 33(June 1973): 6712-6713-A.
- Huntley, Troy Charles. Effect of Selected Activities upon Physical Fitness and Motor Ability of First, Second, and Third Graders. Dissertation Abstracts International 34(September 1973): 5688-A.
- Kneer, Marian Elizabeth. Influence of Selected Factors and Techniques on Student Satisfaction with a Physical Education Experience. Dissertation Abstracts International 33(June 1973): 6714-A.
- Sanborn, Marion Alice and Hartman, Betty G. Issues in Physical Education. Philadelphia : Lea And Febiger, 1970.

Van Wieren, Glenn Lee. A Comparison of Elementary Physical Education Programs Instructed by Classroom Teachers and Programs Instructed by Classroom Teachers Consulting with Physical Education Specialists. Dissertation Abstracts International 34(April 1973): 1683-A.

การพนัน

18 สิงหาคม 2533


เรื่อง ขอความร่วมมือตอบแบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรียน ท่านผู้ตอบแบบสอบถามที่เคารพ

ข้าพเจ้า นางสาวฉัตรฤดี สุบรรณ ณ อุษงษา นิสิตปริญญาโท ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มีความประสงค์จะทำการวิจัยเรื่อง "ความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์ในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล" เพื่อนำเสนอบัณฑิตวิทยาลัย จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดกรุณาตอบแบบสอบถามให้ครบทุกข้อ ตรงตามความเป็นจริง ความคิดเห็น ความเข้าใจ และความรู้สึกของท่าน เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้บริหารนำไปใช้ในการจัดโครงการด้านการออกกำลังกาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกายของอาจารย์ในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลต่อไป

ข้าพเจ้าหวังเป็นอย่างยิ่งว่า คงจะได้รับความร่วมมือจากท่านเป็นอย่างดี โดยข้าพเจ้าขอรับรองว่าความคิดเห็นของท่านในครั้งนี้ถือเป็นความลับและขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ



(นางสาวฉัตรฤดี สุบรรณ ณ อุษงษา)

ภาคผนวก ก

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง ความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์ในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล

คำชี้แจง แบบสอบถามทั้งหมดมี 19 หน้า แบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์ในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล แบ่งออกเป็น 7 ด้าน ดังต่อไปนี้

1. ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก
2. ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ
3. ความต้องการด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย
4. ความต้องการด้านรูปแบบของการจัดกิจกรรม
5. ความต้องการด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย
6. ความต้องการด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
7. ความต้องการด้านวิชาการ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ เกี่ยวกับความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์ในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล

ตอนที่ 1

แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องว่าง หน้าข้อความ และเติมข้อความลงในช่องว่าง.....ตามความเป็นจริง

- สถานที่ทำงานของท่าน กรุงเทพมหานคร ต่างจังหวัด
1. เพศ 1. ชาย 2. หญิง
2. อายุ 1. 21-25 ปี 2. 26-30 ปี
3. 31-35 ปี 4. 36-40 ปี
5. 41-45 ปี 6. 46-50 ปี
7. 51-55 ปี 8. 56-60 ปี
3. สถานภาพการสมรส 1. โสด 2. สมรส
3. หย่าร้าง 4. แยกกันอยู่
5. หม้าย
4. วุฒิต่างการศึกษาสูงสุด 1. ต่ำกว่าอนุปริญญา 2. อนุปริญญา
หรือเทียบเท่า
3. ปริญญาตรี 4. ปริญญาโท
5. ปริญญาเอก
5. ประสบการณ์ในการทำงาน 1. 1-5 ปี 2. 6-11 ปี
3. 12-15 ปี 4. 16-20 ปี
5. มากกว่า 20 ปี (โปรดระบุ).....ปี

6. ท่านปฏิบัติงานอยู่ในกลุ่มใด

- | | |
|--|--|
| 1. <input type="checkbox"/> สามีญ | 2. <input type="checkbox"/> เกษตรกรรม |
| 3. <input type="checkbox"/> อุตสาหกรรม | 4. <input type="checkbox"/> พาณิชยกรรม |
| 5. <input type="checkbox"/> คหกรรม | 6. <input type="checkbox"/> ศิลปกรรม |
| 7. <input type="checkbox"/> สนับสนุนการสอน | |

7. จำนวนวันในการออกกำลังกายต่อ 1 สัปดาห์

- | | |
|---|---|
| 1. <input type="checkbox"/> ไม่ได้ออกกำลังกาย (ท่านที่ตอบข้อนี้ให้ข้ามไปตอบข้อ 9) | |
| 2. <input type="checkbox"/> 1-2 วัน | 3. <input type="checkbox"/> 3-4 วัน |
| 4. <input type="checkbox"/> 4-5 วัน | 5. <input type="checkbox"/> ตลอดสัปดาห์ |

8. ระยะเวลาในการออกกำลังกายในแต่ละวัน

- | | |
|---|---|
| 1. <input type="checkbox"/> วันละ 15 นาที | 2. <input type="checkbox"/> วันละ 30 นาที |
| 3. <input type="checkbox"/> วันละ 1 ชั่วโมง | |
| 4. <input type="checkbox"/> มากกว่า 1 ชั่วโมง (โปรดระบุ)..... | |

9. สาเหตุที่ท่านไม่ได้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา

.....

.....

.....

.....

.....

ตอนที่ 2

แบบสอบถามเกี่ยวกับความต้องการการออกกำลังกายของอาจารย์ในสถาบันเทคโนโลยี

ราชมงคล

คำชี้แจง โปรดอ่านและพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องหมายเลข
ที่ท่านต้องการมากที่สุด โดยใช้เกณฑ์พิจารณาดังนี้

1. ข้อใดเป็นความต้องการที่ท่านต้องการมากที่สุด โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงใน
ช่องหมายเลข 4
2. ข้อใดเป็นความต้องการที่ท่านต้องการมาก โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงใน
ช่องหมายเลข 3
3. ข้อใดเป็นความต้องการที่ท่านต้องการน้อย โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงใน
ช่องหมายเลข 2
4. ข้อใดเป็นความต้องการที่ท่านต้องการน้อยที่สุด โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงใน
ช่องหมายเลข 1

ตัวอย่างแบบสอบถาม

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
(0)	ให้มผู้สอนที่มีอารมณ์ขัน...../.....

คำอธิบาย จากตัวอย่างข้อ (0) เกี่ยวกับความต้องการให้ผู้สอนที่มีอารมณ์ขัน และผู้ตอบ
ได้เขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องหมายเลข 3

หมายความว่า ในเรื่องที่ทำให้ผู้สอนที่มีอารมณ์ขัน ผู้ตอบมีความต้องการในระดับมาก

1. ความต้องการด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

สถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะช่วยส่งเสริม
ตลอดจนอำนวยความสะดวกให้เกิดประสิทธิภาพอย่างแท้จริงในการออกกำลังกาย

โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1	ให้มีสถานที่ออกกำลังกายในวิทยาเขต หรือคณะ สำหรับอาจารย์.....
2	ให้มีสถานที่ออกกำลังกายนอกวิทยาเขต หรือคณะ สำหรับอาจารย์.....
3	ให้มีสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง.....
4	ให้มีสถานที่ออกกำลังกายในร่ม.....
5	ให้มีการจัดสถานที่ออกกำลังกายสำหรับอาจารย์ โดยเฉพาะ ไม่มีนักศึกษาเข้ามาเกี่ยวข้องในช่วงเวลา ที่อาจารย์ออกกำลังกาย.....

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
6	ให้มีสถานที่ออกกำลังกายสำหรับอาจารย์ และนักศึกษา ใช้ร่วมกัน.....
7	ให้มีสถานที่ออกกำลังกายที่มีไฟฟ้าสำหรับการออก กำลังกายตอนกลางคืน.....
8	ให้มีสถานที่ออกกำลังกายสำหรับจัดกิจกรรมประเภทใด ประเภทหนึ่ง.....
9	ให้มีสถานที่ออกกำลังกายที่สามารถใช้ประกอบกิจกรรม การออกกำลังกายได้หลายประเภท.....
10	ให้มีอุปกรณ์กีฬาที่ใช้ในการออกกำลังกายสำหรับ อาจารย์โดยเฉพาะ อย่างเพียงพอและได้มาตรฐาน.....
11	ให้มีอุปกรณ์กีฬาที่สิ้นเปลืองจำหน่ายในราคาถูกกว่า ท้องตลาด.....
12	ให้มีอุปกรณ์เทคโนโลยีทางการศึกษา เช่น วิดีโอ สไลด์ เป็นต้น ใช้ประกอบการให้ความรู้เกี่ยวกับการ ออกกำลังกาย.....
13	ให้มีห้องปฐมพยาบาล เมื่อเกิดการบาดเจ็บในการออก- กำลังกายภายในบริเวณวิทยาเขตหรือคณะ.....
14	ให้มีห้องนันทนาการสำหรับอาจารย์ภายในบริเวณ วิทยาเขตหรือคณะ.....

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
15	ให้วิทยาเขตหรือคณะมีการติดต่อกับโรงพยาบาลเพื่อ ทำการรักษาเมื่อเกิดการบาดเจ็บที่รุนแรงในการ ออกกำลังกาย.....
16	ให้มีห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งตัวและทำความสะอาด ร่างกายสำหรับอาจารย์.....
17	ให้มีบริการเครื่องน้ำดื่มสำหรับอาจารย์ในการออกกำลังกาย
18	ให้มีบริการเครื่องดื่มจำหน่ายในช่วงเวลาที่อาจารย์ ออกกำลังกาย.....
19	ให้มีตู้เก็บของ (Locker) สำหรับอาจารย์ที่ ออกกำลังกาย.....
20	ให้มีที่นั่งพักผ่อนอย่างเพียงพอในบริเวณที่ออกกำลังกาย

2. ความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการ

บุคลากรผู้ให้บริการนับว่าเป็นบุคคลสำคัญ เพราะว่าเป็นบุคคลที่มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับ การให้บริการด้านการออกกำลังกาย ซึ่งได้แก่ คณะผู้ดำเนินการ ผู้สอน อาจารย์พลศึกษา แพทย์ พยาบาลและคณาจารย์โรงเรียน เป็นต้น ซึ่งบุคคลเหล่านี้จะช่วยให้การออกกำลังกายของอาจารย์ดำเนิน ไปด้วยดี และมีประสิทธิภาพ

โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1	ให้มีแพทย์ตรวจสอบสุขภาพก่อนการออกกำลังกาย.....
2	ให้แผนกพลานามัยทำหน้าที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการ ออกกำลังกายของอาจารย์โดยเฉพาะ.....
3	ให้มีคณะกรรมการชุดหนึ่ง ประกอบด้วยอาจารย์ใน แผนกต่าง ๆ เป็นผู้ดำเนินการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ของอาจารย์โดยเฉพาะ.....
4	ให้มีผู้สอนที่เป็นอาจารย์ในวิชาเขตหรือคณะ.....
5	ให้มีผู้สอนที่เป็นบุคคลภายนอกที่มีความสามารถให้ บริการเป็นครั้งคราว.....
6	ให้มีผู้สอนที่มีวุฒิทางพลศึกษา.....
7	ให้มีผู้สอนที่สามารถและชำนาญเฉพาะอย่างในกิจกรรม การออกกำลังกาย.....

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
8	ให้มีผู้สอนที่สามารถและชำนาญหลายอย่างในกิจกรรม การออกกำลังกาย.....
9	ให้มีผู้สอนที่มีบุคลิกภาพดีและมีสุขภาพแข็งแรง เพื่อเป็น แบบอย่าง.....
10	ให้มีผู้สอนที่ทำหน้าที่สอนประจำกิจกรรม.....
11	ให้มีผู้สอนที่สามารถให้คำแนะนำหรือใช้วิธีสอนหรือวิธี ฝึกหัดที่เข้าใจได้ง่าย.....
12	ให้มีผู้สอนที่สามารถจัดการแข่งขันกีฬาได้เป็นอย่างดี..
13	ให้มีผู้สอนที่สามารถปฐมพยาบาลได้.....
14	ให้มีผู้สอนที่สามารถเป็นกรรมการตัดสินกีฬาแต่ละอย่าง ที่ตนสอนได้.....
15	ให้มีบุคลากรที่สามารถอุทิศเวลาให้กับอาจารย์ในการ ออกกำลังกาย.....
16	ให้มีบุคลากรที่มีมนุษยสัมพันธ์.....
17	ให้มีผู้สอนที่มีจิตวิทยาในการสอนบุคคลในวัยต่าง ๆ...
18	ให้มีผู้สอนที่ตรงต่อเวลา.....
19	ให้มีเจ้าหน้าที่บริการการเบิกจ่ายอุปกรณ์ที่ใช้ในการ ออกกำลังกาย.....

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
20	ให้มีเจ้าหน้าที่พยาบาลประจำช่วงเวลาที่อาจารย์ออก กำลังกาย.....
21	ให้คณงานภารโรงดูแลรักษาความสะอาด ความเป็น ระเบียบเรียบร้อยและความปลอดภัยของสถานที่ ออกกำลังกาย.....

3. ความต้องการด้านช่วงเวลาในการออกกำลังกาย

ช่วงเวลาที่ใช้ในการออกกำลังกาย ควรเป็นช่วงเวลาที่ว่าง สะดวก มีความพร้อมที่จะออกกำลังกาย และเป็นเวลาที่ออกกำลังกายได้เป็นประจำสม่ำเสมอ

โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1	วันอาทิตย์.....
2	วันจันทร์.....
3	วันอังคาร.....
4	วันพุธ.....
5	วันพฤหัสบดี.....
6	วันศุกร์.....
7	วันเสาร์.....
	<u>วันปฏิบัติงานปกติ</u>				
8	เวลา 06.00-08.00 น.
9	เวลา 12.00-13.00 น.
10	เวลา 16.00-18.00 น.
11	เวลา 18.00-20.00 น.
	<u>วันหยุดราชการ</u>				
12	เวลา 06.00-08.00 น.
13	เวลา 08.00-10.00 น.
14	เวลา 10.00-12.00 น.

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
15	เวลา 12.00-13.00 น.
16	เวลา 13.00-15.00 น.
17	เวลา 15.00-16.00 น.
18	เวลา 16.00-18.00 น.
19	เวลา 18.00-20.00 น.

4. ความต้องการด้านรูปแบบของการจัดกิจกรรม

รูปแบบของการจัดกิจกรรมเป็นวิธีการจัดกิจกรรมที่ทำให้เกิดความพอใจ และ
อยากเข้าร่วมในกิจกรรมนั้น ๆ

โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1	ให้มีการฝึกซ้อมกิจกรรมการออกกำลังกายที่อาจารย์สนใจเป็นประจำทุกภาคเรียน.....
2	ให้มีการแข่งขันกีฬาระดับแต่ละประเภทที่อาจารย์สนใจระหว่างอาจารย์ภายในวิทยาเขตหรือคณะอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง.....
3	ให้มีการแข่งขันกีฬาระหว่างอาจารย์รวมทุกวิทยาเขตและคณะอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง.....
4	ให้มีการแข่งขันกีฬาระหว่างอาจารย์แยกตามวิทยาเขตหรือคณะอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง.....
5	ให้มีการแข่งขันกีฬาระหว่างอาจารย์กับหน่วยราชการที่อยู่ใกล้เคียงอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง.....
6	ให้มีการแข่งขันกีฬาระหว่างอาจารย์กับหน่วยงานเอกชนที่อยู่ใกล้เคียงอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง.....
7	ให้มีการแข่งขันกีฬาสำหรับอาจารย์ในวันสำคัญ เช่น วันปีใหม่ วันครู เป็นต้น.....
8	กิจกรรมที่จัดควรเป็นกิจกรรมที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายมาก แต่มีประโยชน์ทางด้านสุขภาพ.....
9	กิจกรรมที่จัดควรเป็นกิจกรรมที่ไม่ต้องใช้เวลามาก แต่มีประโยชน์ทางด้านสุขภาพ.....

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
10	กิจกรรมที่จัดควรเป็นกิจกรรมที่อาจารย์สามารถเข้าร่วมได้โดยไม่ต้องใช้ทักษะมาก.....

5. ความต้องการด้านกิจกรรมการออกกำลังกาย

กิจกรรมการออกกำลังกายเป็นกิจกรรมเกี่ยวกับพลศึกษาและนันทนาการในรูปของกีฬาและกิจกรรมต่าง ๆ เช่น กายบริหาร วิ่งเพื่อสุขภาพ กิจกรรมเข้าจังหวะ เทนนิส เป็นต้น ซึ่งอาจารย์แต่ละท่านอาจจะต้องการกิจกรรมที่แตกต่างกัน

โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1	เดินเพื่อสุขภาพ.....
2	วิ่งเพื่อสุขภาพ.....

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
3	การบริหาร.....
4	กีฬาพื้นเมืองไทย.....
5	กิจกรรมเข้าจังหวะประเภทการเต้นรำพื้นเมือง.....
6	กิจกรรมเข้าจังหวะประเภทแอโรบิคด้านซ์.....
7	ลีลาศ.....
8	เปตอง.....
9	เทนนิส.....
10	เทเบิลเทนนิส.....
11	ว่ายน้ำ.....
12	แบดมินตัน.....
13	ตะกร้อ.....
14	วอลเลย์บอล.....
15	บาสเกตบอล.....
16	ฟุตบอล.....

6. ความต้องการด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

การทดสอบสมรรถภาพทางกายมีส่วนสำคัญในการที่จะทำให้ทราบถึงพัฒนาการเกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ปฏิบัติอยู่ว่าดีขึ้นมากน้อยเพียงใด

โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1	ให้มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของอาจารย์เป็นประจำทุกภาคเรียน.....
2	ให้มีการตรวจสอบสุขภาพก่อนการทดสอบสมรรถภาพทางกาย.....
3	ให้มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของอาจารย์ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายในช่วงต้นของแต่ละภาคเรียน.....
4	ให้มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของอาจารย์หลังการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายของแต่ละภาคเรียน.....
5	ให้มีสถานที่ทดสอบสมรรถภาพทางกายสำหรับอาจารย์.....
6	ให้มีอุปกรณ์ที่ใช้ในการทดสอบสมรรถภาพทางกายของอาจารย์อย่างเพียงพอและได้มาตรฐาน เช่น เครื่องวัดความจุปอดหรือจักรยานวัดงาน เป็นต้น.....

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
7	ให้มีสถานที่สำหรับฝึกกิจกรรมเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย เช่น มีสวนสุขภาพ เป็นต้น.....
8	ให้วิทยาเขตหรือคณะติดต่อขอความร่วมมือจากภารกิจกีฬาแห่งประเทศไทย หรือกรมพลศึกษามาทดสอบสมรรถภาพทางกายให้กับอาจารย์.....
9	ให้มีอาจารย์พลศึกษาเป็นผู้บริการทางด้านการทดสอบสมรรถภาพทางกาย.....
10	ให้มีสื่อที่จะช่วยอธิบายชี้แนะเกี่ยวกับวิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย เช่น แผ่นภาพหรือตารางประกอบ เป็นต้น.....
11	ให้มีบัตรบันทึกการทดสอบสมรรถภาพทางกายของอาจารย์เป็นรายบุคคล.....
12	ให้มีเกณฑ์มาตรฐานการทดสอบสมรรถภาพทางกายรายการต่าง ๆ ไว้เปรียบเทียบเพื่อที่อาจารย์จะได้ประเมินผลตนเอง.....

7. ความต้องการด้านวิชาการ

ความรู้และความเข้าใจด้านวิชาการ จะช่วยให้การออกกำลังกายเป็นไปอย่างถูกต้อง เหมาะสม และเกิดประโยชน์แก่อาจารย์เพิ่มมากขึ้น

โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อ

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1	ให้มีหนังสือ ตำรา เอกสาร คู่มือเกี่ยวกับหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ และสมรรถภาพเพื่อให้อาจารย์ได้ศึกษาค้นคว้า.....
2	ให้ความรู้เกี่ยวกับเทคนิคและทักษะการออกกำลังกาย.....
3	ให้ความรู้เกี่ยวกับประวัติและกฎกติกาของกีฬาประเภทต่าง ๆ.....
4	ให้ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการ หลักการปฐมพยาบาลและความปลอดภัย.....
5	ให้เชิญวิทยากรมาบรรยายถึงคุณประโยชน์ของการออกกำลังกายและสาธิตวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง.....
6	ให้จัดประชุมสัมมนาเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นครั้งคราว.....
7	ให้จัดนิทรรศการเกี่ยวกับการกีฬาและการออกกำลังกายอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง.....

ข้อที่	ลักษณะความต้องการ	ระดับความต้องการ			
		มากที่สุด (4)	มาก (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
8	ให้จัดป้ายนิเทศเกี่ยวกับการกีฬาและการออกกำลังกายเป็นประจำทุกสัปดาห์.....
9	ให้จัดหาภาพยนตร์หรือเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับการกีฬาและการออกกำลังกายมาฉายให้ชมเป็นครั้งคราว.....
10	ให้จัดทำจุลสารเกี่ยวกับการออกกำลังกายแจกสำหรับอาจารย์.....
11	ให้มีการประชาสัมพันธ์ชักชวนให้อาจารย์เห็นคุณค่าและเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย.....
12	ให้อาจารย์มีการประเมินผลการออกกำลังกายของตนเป็นประจำ เพื่อจะได้ปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นต่อไป....
13	ให้มีการจัดตั้งชมรมกีฬาต่าง ๆ ภายในวิทยาเขตหรือคณะสำหรับอาจารย์.....

ภาคผนวก ข

สูตร สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. ค่าร้อยละใช้สูตร

$$\text{ร้อยละ} = \frac{\text{จำนวนคำตอบทั้งหมด} \times 100}{\text{จำนวนผู้ตอบทั้งหมด}}$$

2. ค่ามัชฌิมเลขคณิต (\bar{X}) โดยสูตร

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

$$\bar{X} = \text{มัชฌิมเลขคณิต}$$

$$\sum fx = \text{ผลรวมของคะแนนดิบทั้งหมด}$$

$$N = \text{จำนวนประชากร}$$

(ประกอบ กรรณสูตร, 2525)

3. ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยสูตร

$$S.D. = \sqrt{\frac{\sum fx^2}{N} - \left(\frac{\sum fx}{N}\right)^2}$$

$$S.D. = \text{ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน}$$

$$N = \text{จำนวนประชากรทั้งหมด}$$

$$x = \text{คะแนนดิบ}$$

$$f = \text{จำนวนผู้ตอบในแต่ละช่วง}$$

$$\sum fx = \text{ผลบวกของผลคูณระหว่างคะแนนกับความถี่}$$

$$\sum fx^2 = \text{ผลบวกของผลคูณระหว่างคะแนนยกกำลังสองกับความถี่}$$

(ประกอบ กรรณสูตร, 2525)

4. การทดสอบเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง
สองกลุ่ม โดยใช้ค่าที (t-test) จากสูตร

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sigma(\bar{X}_1 - \bar{X}_2)}$$

$$\sigma(\bar{X}_1 - \bar{X}_2) = \sqrt{\frac{\sigma^2}{n_1} + \frac{\sigma^2}{n_2}}$$

t = ค่าที่ใช้พิจารณา

$\bar{X}_1 - \bar{X}_2$ = ค่าเฉลี่ยของตัวอย่างประชากรสองชุดที่ต้องการเปรียบเทียบ

$\sigma(\bar{X}_1 - \bar{X}_2)$ = ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของความแตกต่างระหว่าง
คะแนนเฉลี่ย

(ประกอบ กรรณสูตร, 2525)

5. วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Analysis of Variance)

โดยใช้สูตร

แหล่ง (Source)	ขั้นแห่งความเป็นอิสระ df	ผลบวกของ $(X - \bar{X})^2$ SS	ความแปรปรวน $MS = SS/df$	F
ระหว่างกลุ่ม (Among Groups)	$k - 1$	SS_{a}	$MS_{\text{a}} = SS_{\text{a}} / k - 1$	$F = \frac{MS_{\text{a}}}{MS_{\text{w}}}$
ภายในกลุ่ม (Within Groups) หรือความ คลาดเคลื่อน (Error)	$(N-1) - (k-1) = (N-k)$	$SS_{\text{w}} = SS_{\text{t}} - SS_{\text{a}}$	$MS_{\text{w}} = SS_{\text{w}} / N - k$	
ทั้งหมด (Total)	$(N - 1)$	SS_{t}	xxx	

(ประกอบ กรรณสูต, 2525)

6. ทดสอบความมีนัยสำคัญของความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยวิธีของเซฟเฟ (Scheffe' Test for All Possible Comparison)

$$F = \frac{(M_1 - M_2)^2}{MS_w \left[\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right] (k-1)}$$

ขั้นแห่งความเป็นอิสระคือ $(k-1)$, $(N-k)$ และ M_1, M_2 คือ มัชฌิมเลขคณิตของ 2 กลุ่มที่ต้องการทดสอบความแตกต่าง

n_1 และ n_2 คือ จำนวนตัวอย่างประชากรของ 2 กลุ่มที่นำมาทดสอบ

ภาคผนวก ค

จำนวนข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้แยกตามกลุ่มการสอนและการปฏิบัติงาน 7 กลุ่ม จากกลุ่มตัวอย่าง
 ประชากรคืออาจารย์ของวิทยาเขตและคณะต่าง ๆ ในสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล ซึ่งมีทั้งสิ้น 29 วิทยาเขต
 และ 8 คณะ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ลำดับที่	รายชื่อวิทยาเขตและคณะ	สามัญ	เกษตร-	อุตสาหกรรม-	พาณิชย์-	คห-	ศิลป-	สนับสนุน	รวม
		กรรม	กรรม	กรรม	กรรม	กรรม	กรรม	การสอน	
<u>วิทยาเขตจำนวน 29 วิทยาเขต</u>									
1.	วิทยาเขตเทคนิคกรุงเทพฯ	8	-	14	4	3	1	6	36
2.	วิทยาเขตภาคใต้	4	-	9	4	2	-	1	20
3.	วิทยาเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	5	-	12	3	-	1	1	22
4.	วิทยาเขตภาคพายัพ	5	-	12	4	-	1	1	23
5.	วิทยาเขตขอนแก่น	3	-	13	-	-	-	1	17
6.	วิทยาเขตตาก	3	-	9	3	2	-	1	18
7.	วิทยาเขตพระนครเหนือ	2	-	10	-	-	-	2	14
8.	วิทยาเขตนนทบุรี	4	-	9	-	-	-	1	14
9.	วิทยาเขตอุเทนถวาย	4	-	8	-	-	-	1	13
10.	วิทยาเขตเทเวศร์	2	-	4	-	-	-	1	7
11.	วิทยาเขตกาฬสินธุ์	2	3	-	-	-	-	1	6
12.	วิทยาเขตจันทบุรี	2	5	-	-	-	-	-	7
13.	วิทยาเขตนครศรีธรรมราช	2	4	-	-	-	-	-	6

ลำดับที่	รายชื่อวิทยาเขตและคณะ	สามัญ	เกษตร-	อุตสาหกรรม-	พลศึกษา-	คห-	ศิลป-	สนับสนุน	รวม
		กรรม	กรรม	กรรม	กรรม	กรรม	กรรม	การสอน	
14.	วิทยาเขตน่าน	2	4	-	-	-	-	1	7
15.	วิทยาเขตปทุมธานี	1	4	-	-	-	-	1	6
16.	วิทยาเขตพระนครศรีอยุธยา								
	หันตรา	2	4	-	-	-	-	1	7
17.	วิทยาเขตพิษณุโลก	3	4	-	-	-	-	1	8
18.	วิทยาเขตลำปาง	1	3	-	-	-	-	-	4
19.	วิทยาเขตสุรินทร์	2	5	-	-	-	-	-	7
20.	วิทยาเขตบางพระ	1	3	-	-	-	-	1	5
21.	วิทยาเขตจักรพงษ์ภูวนารักษ์	3	-	-	5	-	-	-	8
22.	วิทยาเขตพัฒนศึกษาพระนคร	5	-	-	11	-	-	-	16
23.	วิทยาเขตพระนครศรีอยุธยา								
	วาสุกรี	3	-	-	9	-	-	-	12
24.	วิทยาเขตบึงนาราง จักรวรรดิ	3	-	-	4	-	-	-	7
25.	วิทยาเขตบึงนาราง มหาเมฆ	3	-	-	5	-	-	1	9
26.	วิทยาเขตชุมพรเขตอุดมศักดิ์	2	-	-	-	4	1	1	8
27.	วิทยาเขตโพธิ์ประทับ	2	-	-	-	7	-	-	9
28.	วิทยาเขตพระนครศรีอยุธยา	3	-	-	-	8	1	-	12
29.	วิทยาเขตเพาะช่าง	2	-	-	-	-	9	1	12

ลำดับที่	รายชื่อวิชาเขตและคณะ	สามัญ	เกษตร-	อุตสาหกรรม-	พาณิชย์-	คท-	ศิลป-	สนับสนุน	รวม
		กรรม	กรรม	กรรม	กรรม	กรรม	กรรม	การสอน	
<u>คณะจำนวน 8 คณะ</u>									
1.	คณะเกษตรศาสตร์บางพระ	2	4	-	-	-	-	-	6
2.	คณะเกษตรศาสตร์นครศรีธรรมราช	1	2	-	-	-	-	-	3
3.	คณะคหกรรมศาสตร์	-	-	-	-	4	-	-	4
4.	คณะบริหารธุรกิจ	-	-	-	5	-	-	-	5
5.	คณะวิศวกรรมเทคโนโลยี	-	-	4	-	-	-	1	5
6.	คณะศึกษาศาสตร์	2	-	-	-	-	-	-	2
7.	คณะศิลปกรรม	1	-	-	-	-	4	-	5
8.	คณะศิลปศาสตร์	3	-	-	-	-	-	-	3
รวมข้อมูลที่ได้รับทั้งหมด		93	45	104	57	30	18	26	373
จากจำนวนตัวอย่างประชากร		95	45	124	58	30	22	26	400

ภาคผนวก ง

จำนวนข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างอาจารย์ที่เก็บรวบรวมได้จากวิทยาเขตและคณะใน กรุงเทพมหานครกับต่างจังหวัดของสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล ซึ่งอยู่ในกรุงเทพมหานคร มี 12 วิทยาเขต และ 6 คณะ รวม 18 แห่ง และต่างจังหวัดมี 17 วิทยาเขต และ 2 คณะ รวม 19 แห่ง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

<u>กรุงเทพมหานคร</u>				
<u>วิทยาเขตและคณะ</u>	จำนวน			จำนวน
	(คน)			(คน)
1. วิทยาเขตเทคนิคกรุงเทพฯ	36	15. คณะวิศวกรรมเทคโนโลยี		5
2. วิทยาเขตพระนครเหนือ	14	16. คณะศึกษาศาสตร์		2
3. วิทยาเขตอู่ทอง	13	17. คณะศิลปกรรม		5
4. วิทยาเขตเทเวศร์	7	18. คณะศิลปศาสตร์		<u>3</u>
5. วิทยาเขตจักรพงษ์ขุนนารถ	8	รวม		<u>175</u>
6. วิทยาเขตพัฒนัยการพระนคร	16			
7. วิทยาเขตบพิตรพิมุข จักรวรรดิ	7			
8. วิทยาเขตบพิตรพิมุข มหาเมฆ	9			
9. วิทยาเขตชุมชนพรเขตอุดมศักดิ์	8			
10. วิทยาเขตโชติเวช	9			
11. วิทยาเขตพระนครใต้	12			
12. วิทยาเขตเพาะช่าง	12			
13. คณะคหกรรมศาสตร์	4			
14. คณะบริหารธุรกิจ	5			

ต่างจังหวัด

<u>วิทยาเขตและคณะ</u>	<u>จำนวน</u> (คน)
1. วิทยาเขตภาคใต้	20
2. วิทยาเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	22
3. วิทยาเขตภาคพายัพ	23
4. วิทยาเขตขอนแก่น	17
5. วิทยาเขตตาก	18
6. วิทยาเขตนนทบุรี	14
7. วิทยาเขตกาฬสินธุ์	6
8. วิทยาเขตจันทบุรี	7
9. วิทยาเขตนครศรีธรรมราช	6
10. วิทยาเขตน่าน	7
11. วิทยาเขตปทุมธานี	6
12. วิทยาเขตพระนครศรีอยุธยา หันตรา	7
13. วิทยาเขตพระนครศรีอยุธยา วาสกรี	12
14. วิทยาเขตพิษณุโลก	8
15. วิทยาเขตลำปาง	4
16. วิทยาเขตสุรินทร์	7
17. วิทยาเขตบางพระ	5
18. คณะเกษตรศาสตร์บางพระ	6
19. คณะเกษตรศาสตร์นครศรีธรรมราช	<u>3</u>
รวม	<u><u>198</u></u>

ภาคผนวก จ

จำนวน และร้อยละ สถานภาพของอาจารย์ในกลุ่มคหกรรม เกษตรกรรม และ
อุตสาหกรรม ตามสถานที่การทำงาน เพศ อายุ และการออกกำลังกาย

รายการ	คหกรรม		เกษตรกรรม		อุตสาหกรรม	
	(N = 30)		(N = 45)		(N = 104)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. สถานที่ทำงาน						
กรุงเทพมหานคร	26	86.67	2	4.44	41	39.42
ต่างจังหวัด	4	13.33	43	95.56	63	60.58
2. เพศ						
ชาย	-	-	29	64.44	88	84.61
หญิง	30	100.00	16	35.56	16	15.39
3. อายุ						
21 - 25 ปี	-	-	-	-	3	2.88
26 - 30 ปี	3	10.00	8	17.78	16	15.39
31 - 35 ปี	8	26.66	18	40.00	34	32.69
36 - 40 ปี	9	30.00	14	31.11	18	17.31
41 - 45 ปี	5	16.67	2	4.44	17	16.35
46 - 50 ปี	2	6.67	2	4.44	7	6.73
51 - 55 ปี	2	6.67	-	-	6	5.77
55 - 60 ปี	1	3.33	1	2.22	3	2.88

รายการ	คหกรรม		เกษตรกรรม		อุตสาหกรรม	
	(N = 30)		(N = 45)		(N = 104)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
4. การออกกำลังกาย						
ไม่ได้ออกกำลังกาย	13	43.33	9	20.00	35	33.65
ออกกำลังกาย	17	56.67	36	80.00	69	66.35

ประวัติผู้วิจัย

นางสาวฉัตรฤดี สุบรรณ ณ อุษยชา เกิดวันที่ 8 พฤษภาคม พ.ศ.2505 ที่ กรุงเทพมหานคร สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาพลศึกษา ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2526 เข้าศึกษาในระดับปริญญาโท สาขาวิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2529 ปัจจุบันรับราชการเป็นอาจารย์อยู่ที่สถาบันเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตพระนครเหนือ

