ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษา กลุ่มโรงเรียนยุหว่า-ทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่

ผู้เขียน นางสาวพวงพยอม อาณาจักร์

ปริญญา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (ประถมศึกษา)

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

รองศาสตราจารย์วีณา วโรตมะวิชญ ประธานกรรมการ

รองศาสตราจารย์อุเทน ปัญโญ กรรมการ

บทคัดย่อ

การค้นคว้าแบบอิสระครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสมรรถภาพทางกาย และสร้างเกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ชั้นประถมศึกษาในกลุ่มโรงเรียนยุหว่า – ทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายและนักเรียนหญิงที่มีอายุ 6 – 12 ปี จำนวน 1,400 คน จำแนกเป็นนักเรียนชาย 715 คน นักเรียนหญิง 685 คน โดยใช้แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย ซึ่งปรับมาจากสมโภชน์ หลักฐาน จำนวน 5 รายการคือ ลุก-นั่ง 60 วินาที ดันพื้น 30 วินาที นั่งงอตัวไปข้างหน้า วิ่ง/เดินระยะไกล 600 เมตร, 800 เมตร และดัชนีมวลของร่างกาย วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด และค่ามัธยฐานของคะแนนแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายทุกรายการ แล้วนำไปหาเกณฑ์ปกติของสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการโดยใช้คะแนนที-ปกติ เสนอข้อมูลโดยใช้ตารางประกอบคำบรรยายผลการวิจัยพบว่า

1. ได้คะแนนสูงสุด ต่ำสุดและมัธยฐานของรายการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ในรายการลุก-นั่ง 60 วินาที ดันพื้น 30 วินาที นั่งงอตัวไปข้างหน้า วิ่ง/เดินระยะไกล 600 เมตร, 800 เมตร และดัชนีมวลของร่างกาย ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ระดับอายุ 6-12 ปี ของกลุ่มโรงเรียนยุหว่า-ทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่

2. ได้เกณฑ์ปกติสมรรถภาพทางกาย ทั้งที่เป็นข้อมูลดิบและคะแนนที-ปกติของสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงกลุ่มโรงเรียนยุหว่า-ทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

Independent Study Title Physical Fitness Norms of Prathom Suksa Students in Yuwa-Thungtom School Cluster, San Pa Tong District, Chiang Mai Province

Author Miss Phuangphayom Anachak

Degree Master of Education (Elementary Education)

Independent Study Advisory Committee

Assoc. Prof. Weena Warotamawit Chairperson

Assoc. Prof. Uthen Panyo Member

ABSTRACT

The objectives of this independent study were to study the physical fitness and dertermine the physical fitness norms of Prathom Suksa Students in Yuwa – Thungtom School Cluster, San Pa Tong District, Chiang Mai Province. The samples were 1,400 of 6-12 years old students divided in 715 boys and 685 girls. Data collected by using physical fitness tests which modified from Sompoch Lakthan Physical Fitness Test. The test composed of 5 subtests namely, sit-ups for 60 seconds, push-ups for 30 seconds, sit and reach , run/walk long distance 600 meters, 800 meters and body mass index. Data analysis by finding maximum, minimum and median score to every subtests, and finding physical fitness norm of each subtest by using normalized T-Score. The data presented through tables and deseription.

The results of this study were as follows :

1. There were maximum, minimum and midian score of the physical fitness test in sit-ups 60 seconds, push-ups for 30 seconds, sit and reach, run/walk long distance 600 meters, 800 meters and body mass index of boys and girls in 6-12 years old students in Yuwa-Thungtom School Cluster, San Pa Tong district, Chiang Mai province.

2. There were norms of physical fitness, both to raw data and normalized T-Score, of boys and girls in 6-12 years old of Yuwa-Thungtom School Cluster, San Pa Tong district, Chiang Mai province.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved